



# Lle Naturiol am Iachâd

## Penwythnos Trochi

6 a 7 Medi 2014

### Chwarae ym Myd Natur a chyda Byd Natur

Mae'r cwrs hwn yn cyflwyno gweithwyr gofal plant proffesiynol, gweithwyr chwarae, a therapyddion chwarae sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc, i chwarae datblygiadol a therapiwtig yn yr awyr agored, a hynny trwy brofiadau.

Byddwch yn cael yr amser a'r lle i ymdrochi'n llwyr mewn ymwybyddiaeth synhwyaidd a pherthynas chwareus, gan gyfeirio at wersi arbenigwyr symudiad, addysgwyr ymwybyddiaeth natur, a chrewyr celf a straeon amgylcheddol. Dyma broses sy'n cyfuno hunanddarganfod, ysbrydoliaeth, ac arweiniad i drosglwyddo gwybodaeth a sgiliau i hwyluso chwarae yn yr awyr agored.



Canlyniadau dysgu:

Archwilio perthynas synhwyaidd drwy chwarae.

Deall y berthynas rhwng canfyddiad, emosiwn ac ymlyniad.

Archwilio amgylcheddau dan do ac awyr agored â'n synhwyrâu.

Caffael amrywiaeth o syniadau syml sy'n cefnogi trochi yn y byd naturiol a chwarae gydag ymwybyddiaeth synhwyaidd.

I gadw lle a chael manylion pellach am lety, cynnwys y cwrs ac anghenion arlwyyo, anfonwch e-bost i

[info@movementsense.co.uk](mailto:info@movementsense.co.uk)

Neu ffoniwch Maggie ar:

01267202725

Amseroedd y cwrs,

Dydd Sadwrn 10am -5pm

Dydd Sul 10am-5pm.

Gallwch gyrraedd unrhyw bryd ar ôl 3pm ddydd Gwener, a gadael erbyn 11am ddydd Llun.

Y grŵp mwyaf posibl yw 15

£185 i gynnwys popeth

£110 heb lety

Wedi'u cynnwys yn eich penwythnos, mae

- . Llety Cysgu ym Mwthyn Derwen ac Ysgubor y Gwdihw, (rhannu lleoedd, 1 ystafell breifat).
- . Dillad gwely a thywelion.
- . Sawna gyda'r nos / sesiwn tân awyr agored.
- . Brecwast hunanarlwyo, bwyd wedi'i ddarparu.
- . Pryd bwyd hunanarlwyo gyda'r nos, drwy goginio ar y cyd neu'n unigol.
- . Cinio a baratoir ar eich cyfer. Darperir cawl, salad, caws a ffrwythau.
- . Mae stiwdio ar gael er mwyn ichi ymarfer eich symudiad / myfyrdod eich hun.
- . Mae coedwig Brechfa ar gael i fynd am dro hyfryd.



[c.b.c. Synnwyr Symud,](http://www.cbc-symud.org)

Cynnal y corff, symud ym myd natur

Maggie Fearn MA DAPT

Mae **Maggie Fearn** MA DAPT yn arbenigo mewn datblygiad plant a chwarae therapiwtig yn yr awyr agored. Mae'n athrawes raddedig mewn **anatomeg trwy brofiad y Corff a'r Ddaear**, sy'n archwilio'r berthynas ecosystemaidd rhwng ein cyrff ni a chorff y Ddaear, ac mae wedi hyfforddi'n **ymarferwr Ysgol Goedwig** yn 2001 ac yn hwyluswr **Llythrennedd Emosiynol** yn 2007. Cynhaliodd gyfres o Ddosbarthiadau Meistr yng **Nghynhadledd Ryngwladol Therapi Chwarae** yn Nulyn o 2011-13, a thri diwrnod o Ysgol Pasg 2014 yn y **Ganolfan Therapi Plant** yn Iwerddon.

Mae'n cydlynu **prosiect chwarae gwyllt** yng Nghoedwig Brechfa, yn darlithio'n rhan-amser mewn prifysgol ac yn cyd-gyfarwyddo c.b.c. Synnwyr Symud.

**"Y tiwtor / arweinydd mwyaf ystyriol a sensitif y bu imi ei adnabod erioed."** Adborth o gwrs 2013