Natur er budd Iechyd

Ffurflen Gofrestru Cyfranogwyr

Ym mha ardal yr hoffech chi gymryd rhan? Ticiwch bob un sy'n berthnasol.

☐ Y Rhyl ☐ Prestatyn ☐ Llangollen ☐ Corwen ☐ Dinbych

Pa weithgaredd yr hoffech chi ei wneud? Ticiwch bob un sy'n berthnasol

☐ Cadwraeth Ymarferol ☐ Ymarfer corff ☐ Celf a chrefft ☐ Arall

---

Amdanat ti

Enw cyntaf

Rhif cyswllt

Enw mewn argyfwng

Cod post

E-bost

Rhif cyswllt mewn argyfwng

Oed ☐ 11-18 ☐ 19-25 ☐ 26-55 ☐ 56-65 ☐ 66+ ☐ Mae'n well gen i beidio â dweud

Rhyw ☐ Gwryw ☐ Benyw ☐ Mae'n well gen i beidio â dweud

Eich Iechyd

Os oes gennych chi unrhyw gyflwr iechyd meddwl neu iechyd corfforol, os ydych chi'n cymryd unrhyw feddyginiaeth, neu wedi derbyn cyngor gan feddyg neu ymgynghorydd ynglŷn â chymryd rhan mewn gweithgarwch corfforol, nodwch nhw yma, neu siaradwch ag arweinydd y gweithgaredd.

Becoming active is very safe for most people. However, Mae bod yn egnïol yn ddiogel iawn i'r mwyafrif o bobl. Serch hynny, dylai rhai pobl wirio gyda'u meddyg cyn iddynt ddechrau fod yn gorfforol egnïol.

Yn ogystal â chadw pawb sy'n cymryd rhan yn y prosiect yn ddiogel, bydd eich gwybodaeth yn cael ei defnyddio'n ddienw i werthuso'r prosiect a bydd yn cefnogi ceisiadau pellach am arian i barhau i gynnal prosiectau a

Ydych chi wedi'ch

digwyddiadau tebyg.

cofrestru yn anabl? Ydw Nac Ydw

Datganiad

- Rydw i'n deall y dylwn i sôn wrth arweinydd y gweithgaredd am unrhyw gyflwr iechyd neu anghenion meddygol y dylwn i gael cyngor meddygol ar eu cyfer cyn cymryd rhan mewn gweithgareddau.
- Rwy'n deall fy mod yn cymryd rhan ar fy risg fy hunan ac y dylwn i barchu arweiniad arweinydd y gweithgaredd.
- Rydw i'n cytuno i ddweud wrth arweinydd y gweithgaredd os bydd unrhyw newid yn fy iechyd.
- Rwyf yn deall y bydd yr wybodaeth iechyd a ddatgelir yn cael ei defnyddio at ddibenion monitro a gwerthuso'r prosiect. Bydd hynny wedyn yn gymorth i wneud ceisiadau pellach am gyllid i barhau i gynnal prosiectau a digwyddiadau tebyg yn y dyfodol.

Llofnod

Dyddiad

Ffurflen Gofrestru Cyfranogwyr

Datganiad Preifatrwydd

Bydd Cyngor Sir Ddinbych yn defnyddio eich data personol er mwyn monitro a gwerthuso prosiect **Natur Er Budd Iechyd**. Bydd Cyngor Sir Ddinbych yn rhannu'r data yma gyda phartneriaid y prosiect i gefnogi monitro a gwerthuso.

Os ydych chi'n teimlo bod Cyngor Sir Ddinbych wedi camddefnyddio eich data personol ar unrhyw adeg, gallwch gyflwyno cwyn i Swyddfa'r Comisiynydd Gwybodaeth drwy fynd i'w gwefan neu ffonio eu llinell gymorth ar **0303 123 1113**.
Am ragor o wybodaeth am sut y mae Cyngor Sir Ddinbych yn prosesu data personol a'ch hawliau, darllenwch ein hysbysiad preifatrwydd ar ein gwefan: **www.sirddinbych.gov.uk/cy/preswyliwr/cyfreithiol/preifatrwydd.aspx**

☐ Rydw i'n hapus i fy manylion gael eu rhannu ☐ Peidiwch â rhannu fy manylion

☐ Rydw i'n fodlon i aelod o dîm y prosiect gysylltu â mi i gael rhagor o adborth neu i gymryd rhan mewn astudiaeth achos

Os hoffech chi gael eich ychwanegu at restr bostio'r Rhaglen Wirfoddoli, nodwch eich cyfeiriad postio

Wedi ei ariannu gan Llywodraeth y DU

Tai Sir Ddinbych Denbighshire Housing
Cyngor sir ddinbych denbighshire County Council
Bryniau Clwyd a Dyffryn Dyfrdwy Tirwedd Cenedlaethol
Clwydian Range and Dee Valley National Landscape