



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Aneurin Bevan
University Health Board

Cwrs Coginio a Beichiogrwydd Iach Rhad ac am Ddim

Dysgwch sut i goginio prydau
rhwydd, rhad, blasus a iach.



I gael rhagor o wybodaeth neu archebu lle
ar y cwrs, ffoniwch y tîm Beichiogrwydd
Iach ar **0300 303 4906 (opsiwn 3)**

neu sganiwch y cod QR



Cyrsiau'n cael eu
cynnal mewn
lleoliadau amrywiol
ar draws ardal Bwrdd
Iechyd Aneurin
Bevan

Llyfr ryseitiau
AM DDIM ar
ddiwedd y
cwrs

Sylwch os gwelwch yn dda:
Cwrs ar gyfer pobl yn feichiog
neu bobl sydd newydd gael
babi yw hwn, ac sy'n byw yn
ardal Bwrdd Iechyd Prifysgol
Aneurin Bevan