

Man Tawel

Mae hwn yn ofod tawel i orffwys, adfer rheolaeth, a myfyrio'n dawel.

Mae ar gael i unrhyw un sydd angen seibiant byr oddi wrth sŵn, pobl, neu fewnbwn synhwyrdd.



Parchwch reolau'r Man Tawel:

Gwnewch y canlynol:



- Defnyddiwch y gofod yn dawel ac yn barchus
- Defnyddiwch glustffonau i wrando ar gerddoriaeth neu sain
- Cadwch eich ffôn ar osodiad tawel
- Gadewch yr ardal yn lân ac yn daclus ar gyfer eraill
- Dychwelwch eitemau synhwyrdd ar ôl eu defnyddio

Peidiwch â:



- Chynnal sgysiau
- Bwyta bwydydd swllyd neu fwydydd ag arogl cryf
- Defnyddio goleuadau llachar neu ddyfeisiau uchel
- Defnyddio'r gofod fel ardal gymdeithasol

Canllawiau Amser

- Cadwch bob ymweliad rhwng 20 a 30 munud er mwyn i'r gofod fod ar gael i eraill hefyd
- Mae croeso i chi ddychwelyd nes ymlaen os oes angen



Os oes arnoch angen addasiadau neu gymorth, cysylltwch â:
