



cerdded
CWLWM

Casglwr Wystrys

Mae Piod Môr yn adar hirgoes cyffredin yn y DU. Maent yn bennaf yn bwydo ar gregyn gleision a choccos ger yr arfordir a phryfaid genwair yn fewndirol. Mae Afon Menai fel priffordd ar gyfer adar sy'n nythu ac yn clwydo ar Ynys Seiriol i'r gogledd. Gellir gweld heidiau bach o wylogod yn saethu ar draws y dŵr weithiau.



Oyster Collector Originally called Sea Pies until 1731, Oystercatchers are wading birds common to the UK. They feed mainly on mussels and cockles by the coast and worms inland. The Welsh name still translates as Magpie of the Sea. The Menai Strait is like a highway for birds nesting and roosting on puffin island to the north. Small flocks of guillemots can sometimes be seen darting over the water.



Drifftwyr

Y llinell ddrifft yw'r llinell o weddillion a gwymon sydd wedi ei gadael gan y llanw uchel. Oddi tan y gweddillion, mae'r amodau yn weddol sefydlog gan greu cysgod i rai rhywogaethau o anifeiliaid di-asgwrn-cefn sydd yna'n cynnig cyfleoedd bwydo gwerthfawr i rai adar sy'n bwyta pryfetach ac adar hirgoes.



Drifters The driftline is a a line of debris and seaweed left by high tides. Under the debris, conditions are fairly stable creating shelter for some invertebrates that then provide valuable feeding opportunities for some insect eating birds and waders.



Tai Symudol

Gellir dod o hyd i amrywiaeth o gregyn môr ar hyd y traeth. Maent yn weddillion o folysgiaid môr. Un gragen yn unig maent yn eu tyfu yn ystod eu bywyd, sy'n cael ei defnyddio fel math o amddiffyniad rhag ysglyfaethwyr. Mae ambell i rai cyffredin i'w gweld isod: cregyn gleision, cocos, llygaid meheryn, gwichiaid, cregyn moch ac uwchfalwen.



Mobile Homes A variety of seashells can be found across the beach. These are the remains of marine molluscs. They only grow one shell during their lifetime which is used as a form of defence against predators. A few common ones are shown below: mussel, cockle, limpet, periwinkle, whelk and topshell.



Mae cerdded yn ffordd wych o wneud ymarfer corff. Mae rhwydwaith o lwybrau troed yn ardal Seiriol a nod y prosiect yw hyrwyddo'r rhain er mwyn helpu i bobl fod yn fwy heini. Mae pawb yn gwybod y gall bod yn fwy heini gael effaith fuddiol ar eich iechyd a llesiant. Yn ogystal â helpu i leihau'r risg o glefyd coronaidd y galon a chanrau penodol, gall hefyd gefnogi pobl i gynnal pwysau iach, cryfder corfforol a gwella llesiant meddyliol.



Walking is an excellent form of exercise. There is a network of footpaths in the Seiriol area and the project aims to promote these to help get people more active. It is well known that being more active can benefit health and wellbeing. As well as helping to reduce the risk of coronary heart disease and certain cancers, it can also support people to maintain a healthy weight, physical strength and increase mental well-being.

cwlwmseiriol@mentermon.com
01248 725710
@ cwlwm seiriol



Arloeswyr Creigiog

Edrychwch yn fanylach ar y waliau o amgylch y dref, a byddwch yn gweld organebau byw arbennig o'r enw Cennau. Maent wedi eu ffurfio o ffyngau ac algâu mewn perthynas cyd-ddibynnol. Fel arfer, y rhain yw'r organeb gyntaf i gytrefu cerrig noeth a thybir iddi fod yr organeb fyw hynaf ar y blaned.



Rocky Pioneers Look closer at some of the walls around town and you'll notice these amazing organisms called Lichens. They are formed from a fungi and an algae in a mutualistic relationship. They are usually the first organism to colonise bare rock and are thought to be the oldest living organism on the planet.



Pryfed Peillio Pŵerus

Mae gwenyn yn arbennig ac yn hanfodol i'n hamgylchedd a'n heconomi, ond maent angen ein help ni. Gallwch wneud pethau syml fel plannu blodau a pherlysiâu sy'n llawn neithdar yn eich gardd neu flwch ffenestr er mwyn darparu bwyd iddynt. Gallwch hefyd gynnal arolwg gwenyn ar eich taith gerdded, ewch i'r wefan cadwraeth gwenyn i gael rhagor o fanylion.



Powerful Pollinators

Bees are amazing and essential to our environment and economy but they need our help. You can do simple things like planting nectar rich flowers and herbs in your garden or a window box to provide them with food. You could also carry out a bee survey during your walk, visit the bumblebee conservation website for more details.

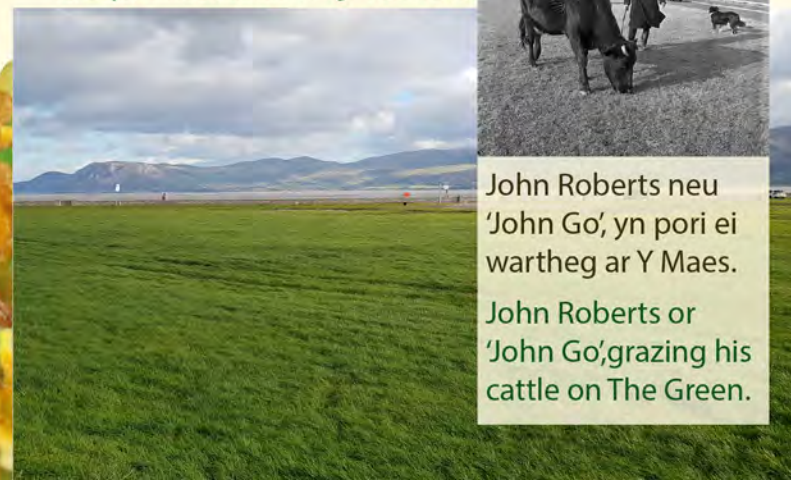


Deiet Gwyrdd

Yn y gorffennol, roedd da byw yn pori ar y tir gwyrdd o amgylch Biwmares. Mae'r Prosiect Cwlwm Seiriol yn ceisio dod â phori yn ôl i rai o'r gwarchodfeydd natur lleol i reoli'r cynefinoedd unigryw sydd ynddynt yn gynaliadwy.



A Green Diet In the past the green land around Beaumaris was grazed by livestock. The Cwlwm Seiriol Project is trying to bring grazing back to some of the local nature reserves to sustainably manage the unique habitats they contain.



John Roberts neu 'John Go', yn pori ei wartheg ar Y Maes.
John Roberts or 'John Go', grazing his cattle on The Green.

ALLWEDD - KEY

Llwybr yr Haf - Summer Route



Pellter - Distance: 1.3km

Amser - Time: 15min

Os oes perygl o lifogydd yn y dref, mae amddiffynfeydd rhag llifogydd yn cael eu gosod. Os yw hyn yn digwydd, dilynwch Llwybr y Gaeaf ar y map

If there is a risk of flooding to the town, flood defences are put in place. If this is the case follow the Winter Route on the map.

Llwybr y Gaeaf - Winter Route



Pellter - Distance: 1.2km

Amser - Time: 14min

- Seddi - Seating
- Parcio - Parking
- Lle Chwarae - Playground
- Panel Gwybodaeth Information Panel

Canllaw yn unig i'r Daith Gerdded Cwlwm yw'r map hwn. Mae rhan o'r llwybr yn mynd ar hyd brif lonydd prysur, ac mae gofyn ichi eu croesi mewn manau.

This map is only intended as a guide to the Cwlwm Cerdded Walk. Part of the route is along and involves crossing busy main roads.



cwlwm cerdded

Biwmares • Beaumaris

Mae'r daith gerdded hon wedi ei datblygu gan y prosiect Cwlwm Seiriol mewn perthynas â Chanolfan Feddygol Biwmares gyda chymorth ariannol gan Bartneriaeth Natur Leol Ynys Môn.

This walk was developed by the Cwlwm Seiriol project in association with the Beaumaris Medical Centre and with financial assistance from the Anglesey Local Nature Partnership.

Taflen / Leaflet © Menter Môn

<https://openstreetmap.org/copyright> <https://openstreetmap.org>
Copyright OpenStreetMap and contributors, under an open licence