



Elusen Iechyd Powys  
Powys Health Charity



**A-Y**

# **O WEITHGAREDDAU CODI ARIAN**

**PECYN CODI ARIAN ELUSEN IECHYD POWYS**

Diweddarwyd ddiwethaf: Mawrth 2026

**A**

- **abseilio:** cyrraedd uchelfannau newydd gyda her abseilio
- **arwerthiant:** annog busnesau lleol i roi eitemau i'w gwerthu mewn arwerthiant
- **awr o enillion:** heriwch eich cydweithwyr i roi awr o'u cyflog
- **awr dawel:** heriwch bobl i aros yn dawel am awr, rhoi arian am bob sŵn

**B**

- **barbeciw:** cynnau'r gril ar gyfer diwrnod barbeciw elusennol gyda ffrindiau neu gymdogion
- **beicio:** cael eich noddi i neidio ar eich beic ar gyfer elusen beicio
- **bingo:** pwy fydd y cyntaf i farcio eu holl rifau mewn noson bingo?
- **blasu hufen iâ:** darganfyddwch yr holl flasau gwahanol mewn digwyddiad blasu
- **bore coffi:** dod at ein gilydd a mwynhau paned wrth godi arian

**C - Ch**

- **caiacio:** ewch i'r dŵr i weld pwy sy'n ennill ras caiacio elusennol
- **carioci:** darganfyddwch pwy sydd â'r ddawn i fod y gorau mewn carioci
- **casgliad arian mân:** gofynnwch i bobl roi unrhyw arian rhydd sydd ganddyn nhw
- **celf ewinedd:** codi arian trwy greu celf ewinedd hardd ar bobl
- **ciciau cosb:** camwch i'r llinell ar gyfer twrnamaint ciciau cosb
- **cneifio:** cynnal cystadleuaeth cneifio defaid wedi'i noddi
- **crefftau:** trowch eich hobiau yn weithgaredd codi arian a dechreuwch grefftio
- **cwrs rhwystrau:** gweld pwy all gwblhau'r cwrs rhwystrau gyflymaf
- **cyngerdd cerddoriaeth:** cynhaliwch eich digwyddiad cerddoriaeth lleol eich hun neu frwydr y bandiau
- **cystadlaethau amser cyflymaf:** gweld pwy all gwblhau tasg gyflymaf

- **cystadleuaeth cadw'r bêl fyny:** pwy fydd yn cadw'r bêl yn yr awyr am yr hiraf?
- **cystadleuaeth dalent:** rhoi cyfle i bawb ddangos eu talentau gorau
- **cystadleuaeth dartiau:** anelu i weld pwy sy'n taro'r tarw mewn rownd o ddartiau
- **cystadleuaeth enwi'r [gwag]:** heriwch bobl i enwi'r gân neu'r ffilm
- **cystadleuaeth gemau fideo:** darganfyddwch pwy sydd orau o ran gemau
- **cystadleuaeth peintio wyau:** byddwch yn greadigol i weld pwy all beintio'r wy gorau
- **cystadleuaeth ryseitiau gwreiddiol:** dewch â'ch ryseitiau gorau allan i gael eich coroni'n enillydd
- **cystadleuaeth stori fer:** cynhaliwch gystadleuaeth i ddod o hyd i'r straeon byrion gorau

## D - Dd

- **darllediad byw:** cynnal darllediad byw ar-lein o gemau, coginio, ffitrwydd neu grefftio
- **darllen-a-thon:** herio pobl i ddechrau darllen er budd elusen
- **datgysylltwch o dechnoleg:** cael eich noddi i ddiffodd yn llwyr o dechnoleg am ddiwrnod
- **dawn darlunio:** herio pobl i ddangos eu sgiliau darlunio
- **dawns-a-thon:** gweld pwy all bara hiraf ar y llawr dawnsio
- **digwyddiad pot lwc:** mae pawb yn dod â dysgl i gyfrannu at y pot lwc
- **diwrnod barddoniaeth:** byddwch yn farddonol a rhannwch eich cerddi o flaen cynulleidfa
- **diwrnod dim gwastraff:** heriwch eich hun i fod yn gwbl ddiwastraff am wythnos
- **diwrnod dim iwniform:** hepgor yr iwniform am ddiwrnod yn gyfnewid am rodd fach
- **diwrnod golff:** ewch allan ac ewch i'r lawnt mewn digwyddiad diwrnod golff elusennol

- **diwrnod gwisg ffansi:** cynhaliwch ddiwrnod gwisg ffansi yn yr ysgol neu'r gwaith am rodd
- **diwrnod heb ffonau symudol:** heriwch bawb i fynd heb ffonau am ddiwrnod cyfan
- **dringo:** gweld pwy all gyrraedd y brig mewn her dringo creigiau
- **dyfalu faint:** herio pobl i ddyfalu faint o eitemau sydd mewn jar
- **dysgu sgil newydd:** cael eich noddi i ddysgu sgil newydd defnyddiol

## E

- **eBay:** gwerthwch unrhyw eitemau diangen sydd gennych ar eBay
- **Etsy:** defnyddiwch eich sgiliau crefftio i werthu eich cynnyrch anhygoel ar Etsy
- **Eurovision:** gall pawb gynrychioli gwlad wahanol mewn parti Eurovision

## F-Ff

- **Facebook:** defnyddiwch offer codi arian ar Facebook ar eich postiau cyfryngau cymdeithasol
- **ffair bentref:** trefnu ffair bentref i helpu codi arian
- **ffrisbi eithriadol:** ewch i'ch parc lleol am gystadleuaeth ffrisbi

## G - Ng

- **gêm bêl-droed:** gweld pwy fydd yn sgorio'r goliau buddugol mewn gêm elusennol
- **glanhau ffenestri:** cynnig glanhau ffenestri cymydog am rodd
- **golchi ceir:** helpwch i ddisgleirio ceir lleol mewn digwyddiad golchi ceir cymunedol
- **gwasgu afalau :** codi arian trwy werthu eich sudd afal
- **gwau:** defnyddiwch eich sgiliau gwau i greu rhai eitemau i'w gwerthu
- **gwerthiant jymbl:** gweld pa eitemau hen neu ddiangen sydd gennych chi i'w gwerthu
- **gwerthu cacennau:** cael eich cymuned leol i bob i werthu danteithion blasus

- **gwerthu gwaith nodwydd:** crëwch waith nodwydd trawiadol y gallwch ei werthu
- **gwerthu hen ddillad:** chwiliwch drwy'ch cypyrddau i ddod o hyd i wisgoedd hen ffasiwn i'w gwerthu
- **gwerthu llyfrau:** codi arian trwy annog eich cymuned i werthu llyfrau diangen
- **gwifren sip:** hedfanwch drwy'r awyr wrth i chi ymgymryd â her gwifren sip
- **gwisgo sanau od:** annog pobl i wisgo sanau od am y diwrnod

## H

- **Harry Potter:** darganfyddwch Hogwarts gyda'ch parti Harry Potter eich hun
- **heicio:** ewch ar daith gerdded noddedig a gweld am ba mor hir allwch chi gerdded
- **helfa drysor:** trefnwch helfa drysor o amgylch eich tref
- **her dyn haearn:** cynhaliwch ddigwyddiad dyn haearn a gweld pwy all ei wrthsefyll
- **her planc / gwthio i fyny:** gweld pwy sydd â'r nerth i ddal yr hiraf
- **her torri nionyn:** pwy all fynd hiraf heb ddechrau crio?
- **Her y Brifysgol:** cynhaliwch eich digwyddiad arddull Her y Brifysgol eich hun

## I

- **improf:** gadewch i'ch cymuned ddangos eu sgiliau mewn noson improf
- **io-io:** dangoswch eich sgiliau io-io gorau mewn cystadleuaeth
- **It's a Knockout:** cael hwyl gyda digwyddiad It's a Knockout

## J

- **jam:** rhowch gynnig ar wneud jam gartref i'w werthu
- **jôc-a-thon:** darllenwch eich jôcs gorau i gyfnewid chwerthin am roddion

## L - Ll

- **lego:** gweld pwy all adeiladu'r greadigaeth lego fwyaf trawiadol

**M**

- **marathon ioga:** rhyddhewch y tensiwn ac ymestynnwch eich corff am gyfnod hirach
- **marathon jig-so:** gweld pwy all gwblhau'r posau y cyflymaf
- **marathon ymarfer corff:** cynnal digwyddiad diwrnod o hyd i weld pwy all fynd y pellter
- **marchogaeth ceffylau :** ewch ar daith geffylau noddedig, a gweld pa mor bell neu pa mor hir y gallwch chi reidio
- **mynydda:** codi i'r copa gyda her dringo mynydd

**N**

- **naid awyr:** ewch i'r awyr a chael eich noddi i neidio o awyren dros elusen
- **noson coctels:** cymysgwch eich hoff ddiodydd mewn noson coctels elusennol
- **noson cwis:** profwch wybodaeth pawb gyda noson cwis i godi arian at elusen
- **noson ffilm:** cynhaliwch eich noson ffilm eich hun, gallwch hyd yn oed fod yn greadigol gyda themâu
- **noson gemau:** byddwch yn gystadleuol mewn noson gemau bwrdd neu gemau fideo
- **noson jazz:** mwynhewch alawon llyfn yn eich digwyddiad noson jazz eich hun
- **noson meic agored:** gadael i unrhyw un fynd ar y llwyfan mewn digwyddiad meic agored

**O**

- **oedi am orau:** cael eich noddi rhoi'r gorau i rywbeth rydych chi'n ei garu
- **oriel celf:** arddangos artistiaid lleol a chodi arian trwy ffi mynediad

**P – Ph**

- **parti arwyr:** gwisgwch fel y person rydych chi'n ei ystyried yn arwyr
- **parti bwyd rhyngwladol:** gofynnwch i bawb ddod â dysgl o fwyd penodol
- **parti cinio:** dewiswch thema a chynhaliwch eich parti cinio elusennol eich hun
- **parti dirgelwch llofruddiaeth:** darganfyddwch pwy wnaeth hynny mewn noson dirgelwch llofruddiaeth
- **parti Prydeinig nodweddiadol:** te, sgons, a phopeth Prydeinig
- **parti stryd:** gall eich holl gymdogion gymryd rhan mewn parti stryd lleol
- **parti'r ganrif:** cynhaliwch barti gyda thema wahanol i'ch ffrindiau
- **peintio:** cynnal parti peintio tirwedd gan werthu'r paentiadau ar ôl gorffen
- **picnic tedi bêrs:** cynhaliwch bicnic tedi bêrs i deuluoedd ei fwynhau

**R – Rh**

- **raffl:** cynnal raffl ymhlith ffrindiau a theulu
- **rasio beiciau cwad:** cael yr adrenalin i bwmpio mewn ras beiciau cwad
- **rhedeg:** profwch eich dygnwch trwy herio'ch hun i wneud ras elusennol noddedig
- **rhodd pen-blwydd:** gofynnwch i'ch anwyliaid gyfrannu yn lle prynu anrhegion i chi
- **rhoi'r gorau i arfer:** heriwch eich hun i dorri arfer drwg wrth godi arian

**S**

- **shafio pen:** shafio eich gwallt i gyd ffwrdd am arian nawdd
- **sioe amrywiaeth:** cynnal sioe amrywiaeth leol a mwynhau noson o adloniant
- **sioe ffasiwn:** gwisgwch eich dillad gorau mewn sioe ffasiwn elusennol leol
- **sioe gŵn:** gadewch i'r cŵn bach hynny ddangos eu steil i weld pwy sy'n cael ei bleidleisio'n enillydd

**T - Th**

- **taith gerdded gyda'r nos:** cael eich noddi i gerdded ar eich pen eich hun neu gyda ffrindiau drwy'r nos
- **te prynhawn:** cynnal te prynhawn gyda ffrindiau neu deulu
- **tombola:** rhedeg tombola lleol gyda gwobrau hwyliog i helpu codi arian at elusen
- **trawsnewidiad:** gofynnwch i bobl roi sgiliau ar gyfer trin gwallt, paentio ewinedd, ac ati.
- **twrnamaint pêl-rwyd:** ewch i'r cwrt ar gyfer gemau pêl-rwyd elusennol
- **twrnamaint tenis bwrdd:** gweld pwy sy'n trechu'r gystadleuaeth mewn tenis bwrdd
- **tyfu barf:** gadael i bopeth dyfu allan wrth godi arian at elusen
- **tyfu llysiau:** gweld pa llysiau allwch chi eu tyfu a'u gwerthu
- **theatr awyr agored:** cynnal sioe theatr awyr agored gyda ffi mynediad

**U**

- **un cam ar y tro** – her gerdded lle mae pobl yn addo gwneud nifer penodol o gamau bob dydd am wythnos ac yn cael eu noddi.
- **uwchgylchu:** trawsnewid hen eitemau yn rhywbeth newydd y gallwch chi wedyn ei werthu

**W**

- **wigiau gwyllt:** diwrnod gwisgo wigiau doniol neu lliwgar; pawb yn cyfrannu i gymryd rhan.
- **wyna:** talu i noddi ac enwi oen

**Y**

- **ymgais record y byd:** herio pobl i geisio torri record byd
- **yr X Factor:** cynhaliwch eich cystadleuaeth ganu arddull X Factor eich hun

Os ydych chi'n bwriadu codi arian ar gyfer Elusen Iechyd Powys, cysylltwch â'r tîm, [PTHB.charity@wales.nhs.uk](mailto:PTHB.charity@wales.nhs.uk)