Cyflwyniad:
Croeso i Lwybr Sain Bywyd Gwyllt y Bala, taith dywys sain sy'n cael ei chyflwyno gen i, Sioned Edwards a Iwan Edwards. Gyda'n gilydd, fe fyddwn ni'n eich helpu chi i archwilio bywyd gwyllt, tirwedd a diwylliant unigryw y Bala. Mae gan y llwybr 15 pwynt sain, ond os yw'n well gennych chi daith gerdded fyrrach, mae dau lwybr dewisol yn cael eu hawgrymu. Wrth i chi gerdded, gwnewch yn siŵr eich bod chi'n edrych ar y map a'r cyfarwyddiadau yn y canllaw sain i gael gwybod ble i chwarae pob pwynt sain.

Ar hyd y llwybr, fe fyddwn ni'n treiddio i ryfeddodau Llyn Tegid, yn archwilio cynefinoedd dŵr croyw Afon Dyfrdwy ac Afon Tryweryn, ac yn darganfod y bywyd gwyllt lleol prin a rhyfeddol. Byddwn yn pasio drwy goetir a thros rostir, yn plymio i fyd llên gwerin lleol ac yn eich cyflwyno chi i ffigurau hanesyddol gwych fel Betsi Cadwaladr a Mary Jones, y mae eu straeon wedi gadael effaith barhaol ar y rhanbarth a thu hwnt.

Os ydych chi yma i wneud ymarfer corff, mwynhau'r golygfeydd, neu ddysgu mwy am y bywyd gwyllt lleol, rydyn ni'n gobeithio y bydd y canllaw yma'n ychwanegu dyfnder a chyffro at eich profiad yn nhirwedd hudolus y Bala. Dewiswch y llwybr sy'n addas i chi ac i ffwrdd â ni ar siwrnai fythgofiadwy i galon y Bala!

1. Llyn Tegid

Croeso i'r stop cyntaf ar eich llwybr sain: Llyn Tegid sy'n llyn cwbl syfrdanol. Dyma lyn naturiol mwyaf Cymru, yn ymestyn dros dair milltir a hanner o hyd, hyd at hanner milltir o led, ac mewn rhai mannau, yn plymio i fwy na 140 o droedfeddi o ddyfnder. Wedi'i amgylchynu gan fynyddoedd trawiadol y Berwyn, yr Aran a mynyddoedd yr Arenig, mae'r dyffryn hardd yma'n denu pobl sy'n hoff o fyd natur yn ogystal â phobl sy'n chwilio am antur. Mae'n boblogaidd gyda nofwyr, pysgotwyr a dilynwyr chwaraeon dŵr amrywiol gydag amrywiaeth eang o gychod ar gael i'w llogi ar y blaendraeth. Os ydych chi yma i gerdded, gwylio adar, mynd yn y cychod, neu ddim ond i fwynhau picnic wrth i'r trên stêm symud yn araf ar hyd y lan ddwyreiniol, mae Llyn Tegid yn cynnig rhywbeth i bawb yn sicr.

Mae'r llyn yn safle gwarchodedig gyda dynodiadau arbennig i warchod ei gynefinoedd unigryw. Wedi'i ffurfio gan rewlifoedd yn ystod yr Oes Iâ ddiwethaf, mae'r llyn hynafol yma'n gartref i rai o rywogaethau prinnaf y DU. Un o'i drigolion enwocaf ydi'r Gwyniad, math o bysgodyn gwyn sydd wedi bod yn nofio yn nyfnderoedd y dyfroedd yma byth ers iddo gael ei ddal yn y llyn ar ddiwedd yr oes iâ ddiwethaf, fwy na 10,000 o flynyddoedd yn ôl. Mae'r falwen ludiog yr un mor brin ac yn un o'r rhywogaethau sy'n wynebu'r perygl mwyaf yn Ewrop. Gyda'i chragen fregus, dryloyw a'i thu allan tebyg i jeli, mae'r falwen ddŵr fechan yma'n sensitif iawn i lygredd dŵr. Erbyn hyn, fel mae'n digwydd, Llyn Tegid yw lloches olaf y falwen yn Ewrop – sy'n dyst i ansawdd da y dŵr sydd yma.

Yn hafan i fywyd gwyllt, mae'r llyn yn gartref i amrywiaeth nodedig o rywogaethau o adar. Wrth i chi ddilyn y llwybr troed gyda'r llyn ar y dde i chi, rhowch eiliad i wrando ar gri felodaidd yr adar sy'n gwibio drwy'r llystyfiant ar lan y llyn, ac edrych draw dros y dŵr. Efallai y gwelwch chi wyach fawr gopog gain, sy'n nythu yma yn y gwanwyn, neu hwyaid pengoch a hwyaid llygad-aur yn plymio o dan yr wyneb i chwilio am fwyd yn ystod y gaeaf. Gall y coetiroedd cyfagos ddod yn fyw yn ystod y tymor magu, yn fwrlwm o gân y tingoch, y gwybedog brith, a thelor y coed.

Felly cadwch lygad barcud am unrhyw greadur oherwydd mae'r llyn yn cynnig pethau annisgwyl yn aml. Fe allech chi weld gwalch y pysgod yn codi fry i'r awyr, cyn sganio'r dŵr am bysgod, neu ddyfrgi chwareus yn gwibio ar hyd ymyl y dŵr.

Yn ôl y chwedl, un o'r trigolion anoddaf ei weld yn y llyn ydi'r anghenfil o'r enw Tegid sy'n byw yn ei ddyfnderoedd. Ond hyd yma, does neb wedi gallu profi hynny go iawn... eto!

Mae'r Bala ei hun yn dref farchnad hanesyddol ac yn dref groesawgar hefyd, yn falch o fod â statws 'Croeso i Gerddwyr'. I'w gweld ym mhen gogleddol y llyn, mae enw'r dref yn trosi'n addas i 'allfa llyn,' gan fod Afon Dyfrdwy yn dechrau ar ei siwrnai o'r lleoliad yma.

Ewch yn eich blaen ar hyd y llwybr troed nes i chi gyrraedd y bont. Croeswch y ffordd yn ofalus ac wedyn mynd drwy'r giât a dilyn y llwybr ar hyd glannau chwith Afon Dyfrdwy, ein pwynt sain nesaf.

2. Afon Dyfrdwy

Croeso i Afon Dyfrdwy. Enw y credir ei fod yn deillio o darddiad Celtaidd hynafol, pan oedd yr afon yn cael ei chysylltu â duwies ac yn cael ei pharchu fel afon gysegredig.

Afon Dyfrdwy ydi'r afon hiraf yng Ngogledd Cymru, yn ymestyn 70 milltir o'i tharddiad yma i Aber Afon Dyfrdwy ger Caer. Mae wedi bod yn ddyfrffordd hanfodol ers blynyddoedd maith ac yn gartref i fywyd gwyllt a chymunedau. Yn hollbwysig, mae'r afon yn gwasanaethu fel ffynhonnell bwysig o ddŵr yfed, gan gyflenwi miliynau o bobl yng Nghymru a gogledd orllewin Lloegr. Ymhellach i lawr yr afon, fe sylwch chi ar lifddor. Ers dros ddwy ganrif, mae llifddorau fel hyn wedi chwarae rhan hollbwysig wrth reoli llif yr afon, atal llifogydd a chynnal lefelau dŵr Camlas Llangollen. Mae'r gamlas yma'n bwydo Traphont Ddŵr eiconig Pontcysyllte, Safle Treftadaeth Byd UNESCO a gwblhawyd yn 1805, sy'n esiampl ragorol o gamp beirianyddol dros Afon Dyfrdwy.

Mae'r afon ei hun yn cynnwys cyfoeth o fioamrywiaeth. Yn yr hydref, wrth i chi nesáu at y coredau y tu hwnt i'r tro o'ch blaen, gwyliwch yn ofalus – oherwydd efallai y gwelwch chi lamu pwerus yr eogiaid Atlantaidd. Mae'r pysgod mudol yma'n dychwelyd o'r môr i silio, gan ddefnyddio eu synnwyr arogl rhyfeddol i ddod o hyd i'r union ddyfroedd – a'r union lecyn yn aml - lle cawsant eu geni. Mae eu siwrnai benderfynol, gan oresgyn y rhwystrau ar eu llwybr, yn un o olygfeydd mwyaf ysbrydoledig byd natur.

Mae'r eog Atlantaidd, ochr yn ochr â'r tair rhywogaeth o lampreiod, y dyfrgi Ewrasiaidd, y penlletwad a'r llyriad-y-dŵr arnofiol prin, yn rhai o'r cyfranwyr allweddol at ddynodi dalgylch Afon Dyfrdwy yn Ardal Cadwraeth Arbennig (ACA). Mae hwn yn ddynodiad sy'n gwarchod cynefinoedd a rhywogaethau o bwysigrwydd Ewropeaidd.

Wrth i chi fynd yn eich blaen ar hyd y llwybr troed tarmac, cadwch lygad am fronwennod y dŵr a gwenoliaid yn gwibio ar hyd glan yr afon. Mae bronwennod y dŵr, sy'n gymharol hawdd eu hadnabod oddi wrth eu cyrff lliw brown siocled a'u gyddfau gwyn, i'w gweld yn aml yn siglo ar gerrig. Dyma'r unig adar sy'n canu sy'n plymio o dan y dŵr i hela am larfa pryfed fel pryfed y cerrig a phryfed gwellt. Mae gwenoliaid, ar y llaw arall, yn harddu'r awyr uwchben, yn gwibio ac yn plymio wrth hela. Mae'r adar hyblyg yma wedi teithio miloedd o filltiroedd o Dde Affrica i wledda ar doreth o bryfed yr haf ym Mhrydain - tanwydd hanfodol ar gyfer eu ffordd egnïol o fyw yn yr awyr.

Mae'r cloddiau glaswellt ar hyd yr afon yn cael eu cynnal i atal llifogydd drwy gadw'r pridd wedi'i wasgu'n dynn i wrthsefyll erydiad. Er hynny, mewn rhai llecynnau, fe welwch chi fod y glaswellt yn cael llonydd i dyfu, gan annog blodau gwyllt sy'n denu pryfed peillio fel gwenyn a glöynnod byw. Yn anffodus, mae niferoedd y pryfed peillio'n gostwng yn ddifrifol, ond fe allwch chi helpu i'w cefnogi nhw. Drwy adael rhannau o'ch gardd i dyfu'n wyllt, plannu blodau llawn neithdar, neu

adeiladu gwestai gwenyn hyd yn oed, fe allwch chi ddarparu bwyd a lloches hanfodol i bryfed peillio drwy gydol y flwyddyn, gan helpu i gynnal eu poblogaethau.

Cadwch eich llygaid ar agor wrth i chi grwydro, dydych chi byth yn gwybod pa syrpreis bywyd gwyllt sy'n aros amdanoch chi! Mae eich pwynt sain nesaf chi'n dechrau wrth i chi fynd heibio'r bont ddur, nawr yn dilyn Afon Tryweryn.

3. Afon Tryweryn

Nawr rydyn ni'n dilyn Afon Tryweryn, sy'n llifo o gronfa ddŵr Llyn Celyn ac yn ymuno ag Afon Dyfrdwy. Mae'r afon yma'n gartref i rai o'r creaduriaid prinnaf yn y DU. Gyda Gethin Morris o Brosiect LIFE Afon Dyfrdwy yn lleisio, mae'r pwynt sain yma'n archwilio'r ymdrechion bioamrywiaeth a chadwraeth unigryw yn yr ardal.

Gethin: Un o'r rhywogaethau nodedig yma yw cragen las berlog y dŵr croyw, sydd â chylch bywyd rhyfeddol a chymhleth. Mae cregyn gleision yn eu llawn dwf yn rhyddhau miliynau o larfâu bach, o'r enw glochidia, i'r dŵr sy'n glynu wrth dagellau eogiaid neu frithyllod yn ystod cyfnod parasitig sy'n para tua 10 mis cyn gollwng gafael yn nhagellau'r pysgod. Wedyn mae'r cregyn gleision ifanc yma'n setlo ar wely'r afon, gan aeddfedu'n oedolion sy'n gallu hidlo hyd at 50 litr o ddŵr bob dydd. Mae'r hidlo yma nid yn unig yn cefnogi eu goroesiad nhw ond hefyd yn gwella ansawdd y dŵr ar gyfer rhywogaethau eraill fel dyfrgwn a llysywod.

Er gwaethaf eu hirhoedledd - yn byw am dros 100 mlynedd - mae cregyn glas perlog y dŵr croyw mewn perygl enbyd. Dydyn nhw ddim wedi magu'n naturiol yng Nghymru ers degawdau oherwydd llygredd, diraddio eu cynefin, llifwaddodi a stociau pysgod yn dirywio. Gyda phoblogaethau sy'n heneiddio a dim cenedlaethau iau i gymryd eu lle, mae eu niferoedd wedi dirywio'n ddramatig.

Yn ffodus, mae gobaith ar y gorwel. Mae mentrau cadwraeth, fel y rhai sy'n cael eu harwain gan Gyfoeth Naturiol Cymru, yn cynnwys magu cregyn gleision ifanc yn neorfa Clywedog gan ddefnyddio stoc wedi'i gasglu o afon Tryweryn. Mae'r cregyn gleision yma'n cael eu paratoi i'w hailgyflwyno i afonydd, gyda'r nod o adfer poblogaethau hunangynhaliol.

Mae ein gwaith ni ar gyfer Prosiect LIFE Afon Dyfrdwy wedi bod yn greiddiol i wella amodau ar gyfer rhywogaethau fel cragen las berlog y dŵr croyw, sy'n dibynnu ar boblogaethau iach o bysgod. Drwy symud ac addasu coredau ledled Dalgylch y Ddyfrdwy, rydyn ni wedi gwella symudiad pysgod ac wedi cryfhau cysylltedd ecolegol. Mae'r ymdrechion yma, ochr yn ochr ag adfer cynefinoedd fel cyflwyno graean a gwella ansawdd dŵr, yn creu'r amgylchedd delfrydol i gregyn gleision, eogiaid a bywyd arall y dŵr ffynnu.

Mae'r afon hefyd yn gartref i greaduriaid rhyfeddol fel lampreiod - pysgod heb ên, tebyg i lysywod sy'n rhagflaenu'r deinosoriaid. Mae lampreiod y nant, sydd i'w gweld yn yr ardal yma, yn byw yn gyfan gwbl mewn dŵr croyw, gan fwydo ar ddeunydd organig yn ystod eu cyfnod larfal. Yn y cyfamser, mae lampreiod yr afon a'r môr yn mudo i'r môr, gan fwydo'n barasitig ar bysgod morol - gan ennill y llysenw "pysgod fampir." Mae eu hymddygiad bwrw sil unigryw, gan ddefnyddio cegau fel sugnydd i symud cerrig ac adeiladu nythod, o fudd i rywogaethau eraill fel eogiaid drwy gyflyru gwely'r afon ar gyfer eu hwyau.

Gyda'i gilydd, mae cragen las berlog y dŵr croyw, yr eog Atlantaidd a'r lampreiod yn tynnu sylw at ba mor rhyng-gysylltiedig ydi bywyd yn yr afon yma. Mae pob rhywogaeth yn chwarae rhan mewn cynnal cydbwysedd bregus yr ecosystem, gan danlinellu pwysigrwydd prosiectau cadwraeth fel LIFE

Afon Dyfrdwy, fel bod cenedlaethau'r dyfodol yn gallu mwynhau harddwch afonydd sy'n llawn o fywyd.

Mae Pont y Bala yn nodi diwedd y Llwybr Llyn ac Afonydd hygyrch. O'r fan yma, gallwch naill ai olrhain eich camau yn ôl neu ddychwelyd drwy'r dref i'r chwith. Ar hyd y ffordd, gallwch fwynhau pwynt sain 14, gan orffen ar bwynt 15 ar flaendraeth y llyn.

I barhau â'ch llwybr sain, dilynwch y llwybr o dan y bont lle gallwch chi ddechrau pwynt sain 4 ar eich siwrnai ar hyn glan yr afon. Fe ddylech chi fod yn ymwybodol bod posib i wartheg fod yn bresennol yn y cae o'ch blaen, felly cadwch gŵn ar dennyn neu edrychwch ar eich map am lwybr arall.

4. Rhywogaethau Estron Ymledol

Yn ystod y misoedd cynhesach, efallai y byddwch chi'n sylwi ar flodau pinc llachar y ffromlys chwarennog ar lan yr afon. Er ei fod yn drawiadol i'r llygad, mae'r planhigyn ymledol yma'n bryder amgylcheddol difrifol. Fel y rhywogaeth flynyddol sy'n tyfu dalaf yn y DU, mae'n lledaenu'n gyflym ar hyd glannau afonydd i greu clystyrau trwchus, gan gael y gorau ar fflora brodorol a lleihau cynefinoedd ar gyfer bywyd gwyllt lleol. Pan fydd y ffromlys chwarennog yn marw yn y gaeaf, mae'n gallu gadael glannau afonydd yn foel ac yn agored i erydiad, neu lifogydd hyd yn oed. Mae ei godennau hadau ffrwydrol yn doreithiog iawn ac yn gallu taflu eu hadau hyd at saith metr i ffwrdd, gan wneud rheoli'r rhywogaeth yn heriol. Yn ffodus, mae ei goesynnau gwag yn ei gwneud hi'n hawdd ei ddadwreiddio a'i sathru, ond rhaid osgoi tarfu ar y planhigyn o fis Medi ymlaen i atal lledaenu ei hadau.

Ymhellach ar hyd y llwybr, heibio'r giât, efallai y gwelwch chi goesynnau tebyg i fambŵ canclwm Japan. Mae'r planhigyn ymledol yma'n achosi difrod i fywyd gwyllt a seilwaith ac mae sôn amdano'n torri drwy goncrid hyd yn oed. Mae'n lledaenu drwy risomau sy'n anfon gwreiddiau ac egin allan, a thrwy ddarnau wedi torri o'r coesynnau, gan ei gwneud yn anodd iawn ei reoli ar ôl iddo sefydlu.

Mae rheoli'r rhywogaethau estron ymledol (neu INNS) yma yn hanfodol ar gyfer gwarchod ein hafonydd ni a'r ecosystem o'u cwmpas nhw. Mae Ymddiriedolaeth Natur Gogledd Cymru yn gweithio i frwydro yn erbyn eu lledaeniad yn Nalgylch Afon Dyfrdwy. I gael mwy o wybodaeth, ewch i wefan Ymddiriedolaeth Natur Gogledd Cymru.

Rydyn ni'n annog pawb i ddefnyddio'r ap 'INNS Mapper' i roi gwybod am weld INNS. I'r rhai sydd hefyd yn mynd allan i arolygu a rheoli INNS, fel grwpiau gweithredu lleol a grwpiau gwirfoddol, INNS Mapper ydi'r adnodd i roi gwybod am INNS, a rhannu gwybodaeth arolygu a rheoli, a fydd yn helpu i gydlynu rheolaeth effeithiol ar INNS.

Ewch allan drwy'r giât bellaf i gerddwyr ac wrth i chi agosáu at Dŷ'r Hen Felin Wlân yn syth o'ch blaen, trowch i'r chwith i mewn i'r cae, wedyn i'r dde i ddilyn y llwybr gydag arwyddbyst lle gallwch chi ddechrau pwynt sain 5.

5. Yr Hen Felin Wlân

Wrth i ni fynd heibio Tŷ'r Hen Felin Wlân, beth am i ni gamu'n ôl mewn amser i'r dyddiau pan oedd y Bala'n fwrlwm o gynhyrchu gwlân. Yn y 18fed a'r 19eg ganrif, roedd y Bala'n enwog am ei masnach gwlân, yn enwedig y diwydiant sanau gwlân. Erbyn y 1830au, roedd y dref yma'n cynhyrchu tua 32,000 o barau o sanau a 5,500 o barau o fenig gwlân bob blwyddyn! Roedd y Brenin Siôr III hyd yn oed yn mynnu gwisgo sanau wedi'u gwneud yn y Bala, a oedd, yn ei farn o, yn helpu i leddfu ei gryd

cymalau. Fe ddilynodd y Tywysog Albert yr arferiad yn ddiweddarach, gan gadarnhau ymhellach enw da'r Bala am nwyddau gwlân o safon a'u rhinweddau iachaol honedig.

Roedd y fasnach gwlân yn hanfodol ar gyfer bywoliaeth yn lleol ac fe helpodd i ledaenu enwogrwydd y Bala y tu hwnt i Gymru. Er bod y felin yma wedi cael ei hailadeiladu, mae posib gweld yr hen ddyfrffos, neu ffrwd y felin, o hyd, oedd yn arfer pweru olwyn y felin.

I unrhyw un sy'n chwilio am dipyn o adrenalin, mae'r Ganolfan Dŵr Gwyn Genedlaethol, sydd wedi'i lleoli ychydig i fyny'r afon ger Frongoch, yn cynnig profiadau gwefreiddiol. Fel un o'r llecynnau gorau yn y DU ar gyfer rafftio dŵr gwyn a chaiacio, mae'n elwa o lefelau dŵr sy'n cael eu rheoli drwy argae i fyny'r afon, sy'n cadw Afon Tryweryn yn fyrlymus drwy gydol y flwyddyn. Boed law neu hindda, os ydych chi'n chwilio am antur fythgofiadwy, byddwch yn barod i gofleidio gwefr y dyfroedd gwyllt!

Pwynt Sain 6 yn cychwyn o fewn y coetir wrth i'r llwybr ddisgyn tuag at yr afon o'ch blaen.

6. Coetir

Wrth i chi gamu i chi gamu i'r coetir bach hwn sy'n edrych dros yr afon, rhowch eiliad i werthfawrogi amrywiaeth y coed o'ch cwmpas chi, gyda phob coeden yn chwarae ei rhan ei hun mewn cefnogi ecosystem lewyrchus. Mae gwerni, sy'n hawdd eu hadnabod oddi wrth eu moch coed brown bach, yn arbennig o hoff o ddŵr. Maen nhw'n ffynnu mewn amodau llaith, gan sefydlogi glannau afonydd i atal erydiad a gwella ansawdd y dŵr. Mae eu gwreiddiau nhw'n gartref i facteria sefydlogi nitrogen hyd yn oed, sy'n cyfoethogi'r pridd, gan fod o fudd iddyn nhw eu hunain ac i blanhigion cyfagos.

Cyn i ddail ffres y gwanwyn guddio'r olygfa, mae'n amser gwych i weld delor y cnau a'r dringwr bach, dau aderyn sydd wedi addasu'n arbennig i fyw mewn coed. Mae'r dringwr bach swil, fel mae ei enw'n awgrymu, yn aderyn bach gyda steil bwydo unigryw. Mae'n troelli'n araf i fyny boncyffion coed i brocio'r rhisgl am bryfed gyda'i big crwm. Pan fydd yn cyrraedd y brig, mae'n plymio i waelod coeden arall ac yn dechrau eto. Yn wahanol i'r dringwr bach, ei ffrind yn y coetir, delor y cnau, ydi'r unig aderyn Prydeinig sy'n gallu disgyn â'i ben yn gyntaf i lawr boncyffion coed, gyda help ei draed a'i big pwerus wrth iddo hela.

Felly cofiwch oedi a gwrando am gân yr adar uwchben. Efallai y byddwch chi'n clywed cri "chiff chaff" syml ond nodedig y siff-siaff wrth iddo ganu o ganopi'r coed, neu gân fwy melodaidd y Robin goch. Yn ffyrnig o diriogaethol drwy gydol y flwyddyn, mae'r Robin goch yn amddiffyn ei ddarn o dir gydag ymddygiad syfrdanol o ymosodol, gan lenwi'r coetir gyda'i sŵn digamsyniol.

Os byddwch chi'n ddigon chwim i weld fflach o las ac oren trydanol, glas y dorlan fydd yn gwibio heibio. Mae'r aderyn lliwgar yma'n byw ar lannau afonydd a nentydd, ac i'w weld yn aml yn eistedd ar ganghennau isel uwchben y dŵr, gan blymio i mewn yn sydyn i ddal pysgod bach.

Mae coetiroedd yn gynefinoedd delfrydol ar gyfer rhai o famaliaid mwy Prydain, fel llwynogod a moch daear, er eu bod ar eu mwyaf prysur yn ystod y nos a phur anaml i'w gweld yn ystod y dydd. Yn lle hynny, edrychwch am arwyddion o'u presenoldeb.

Mae llwynogod yn gadael llwybrau cul drwy isdyfiant ac olion pawennau bach, hirgrwn gyda marciau crafangau gweladwy mewn mwd meddal. Efallai y byddwch chi hefyd yn gweld eu tail troellog, sy'n cael ei adael ar lwybrau yn aml, neu mewn llecynnau amlwg, ac yn cynnwys ffwr neu esgyrn.

Mae moch daear yn creu daear danddaearol gyda sawl mynedfa, wedi'u marcio gan lwybrau sydd wedi gwisgo'n amlwg, pentyrrau o bridd ffres, neu dai bach - tyllau bach ar gyfer marcio tiriogaeth.

Hyd yn oed os na welwch chi'r anifeiliaid yma, fe all chwilio am y cliwiau roi cipolwg hynod ddiddorol i chi ar fywydau bywyd gwyllt y coetir!
Ar ôl gadael y coetir, byddwch yn cyrraedd y brif ffordd. Croeswch y ffordd yn ofalus, wedyn cadw i'r chwith, gan ddal i fynd nes cyrraedd giât i gerddwyr wrth ymyl cilfan. O'r fan yma, dilynwch linell y gwrych ar y chwith i chi tuag at gornel y cae. Ewch yn eich blaen drwy'r toriad cul – y tŷ ar y dde yw Penrhiw, ac felly mae'n amser am ein pwynt sain nesaf!

7. Betsi Cadwaladr

Wrth i ni fynd drwy'r toriad cul, Penrhiw ydi'r tŷ ar y dde. Roedd yn gartref ar un adeg i Betsi Cadwaladr, nyrs arloesol o Gymru gafodd ei geni yma yn y Bala yn 1789.

Tra rydw i'n datgelu ei stori, os ydych chi eisiau dal ati i symud, daliwch i'r chwith a throi i'r dde yn syth ar y llwybr troed sydd ag arwyddbyst.

Yn 65 oed, fe wirfoddolodd Betsi i wasanaethu yn Rhyfel y Crimea a chafodd ei rhoi i weithio ochr yn ochr â'r enwog Florence Nightingale. Ond yn fuan iawn roedd Betsi'n teimlo'n rhwystredig gydag aneffeithlonrwydd biwrocratiaeth yr ysbytai. Heb ddilyn unrhyw drefn, gwnaeth yn siŵr bod milwyr yn derbyn y gofal brys roedden nhw wir ei angen, gan osgoi biwrocratiaeth yn aml i ganolbwyntio ar achub bywydau.

Mae ei gwaddol yn parhau heddiw drwy Fwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr, sy'n darparu gofal iechyd ar draws Gogledd Cymru. Mae'r bwrdd iechyd yn anrhydeddu ei henw ac yn ymgorffori'r gwerthoedd roedd hi'n sefyll drostyn nhw: ymroddiad, tosturi, a rhoi cleifion yn gyntaf.

O'i magwraeth ddiymhongar yma yn y Bala i'w gwaith dewr yn amodau heriol y rhyfel, mae Betsi yn cael ei dathlu fel gwir arloeswraig ac yn symbol o ddewrder a gofal - gwaddol sy'n parhau i ysbrydoli cenedlaethau.

Ewch yn eich blaen ar hyd y llwybr gydag arwyddbyst ar draws y cae at giât yn y gornel. Fymryn heibio'r giât, fe welwch chi bwynt sain 8 'yr ogofâu'.

8. Craig-y-Fron

Croeso i Graig-y-Fron, ardal sy'n cael ei hadnabod yn lleol fel "yr ogofâu." Cafodd y garreg o'r hen chwarel yma ei defnyddio i adeiladu llawer o strwythurau'r Bala, gan gynnwys Coleg y Bala.

Yn ddaearegol, mae'r ogofâu wedi cael eu cerfio o dwff, craig a ffurfiwyd o ludw folcanig wedi'i gywasgu, sy'n arwydd o darddiad tanllyd yr ardal fwy na 400 miliwn o flynyddoedd yn ôl. Mae'r haen o dwff wedi cael ei gwasgu rhwng carreg laid uwchben a charreg llifwaddod oddi tanodd. Os edrychwch chi'n ofalus ar y nenfwd carreg laid, fe sylwch chi ar farciau crych – sy'n arwydd bod y graig yma wedi ffurfio o dan ddŵr filiynau o flynyddoedd yn ôl.

Heibio'r chwarel mae'r dirwedd o amgylch y Bala'n adrodd stori am ffermio. Ers cenedlaethau, mae'r cymoedd a'r bryniau yma wedi cael eu siapio gan draddodiadau bugeiliol, gyda ffermio defaid yn ganolog i hynny. Mae'r ucheldiroedd garw, y glaswelltiroedd ir a'r glawiad hael yn golygu bod y tir yma'n gweddu'n berffaith i'r ffordd oesol yma o fyw.

Mae llawer o hanes yn perthyn i'r ardal yma hefyd. Gerllaw, ym mhen de orllewinol y llyn, mae olion Caer Gai i'w geld, sef caer Rufeinig ategol oedd yn arfer gwasanaethu fel gorsaf strategol ar hyd llwybrau masnach a milwrol hanfodol ar ddiwedd y ganrif gyntaf. Gan ychwanegu at y dirgelwch, mae rhai chwedlau'n cysylltu'r rhanbarth yma â'r Brenin Arthur hefyd, gan awgrymu bod rhai o frwydrau'r ffigur chwedlonol wedi cael eu hymladd ger y bryniau yma. Er mai damcaniaethol ydi chwedlau o'r fath o hyd, maen nhw'n ychwanegu haen chwedlonol ryfeddol at dreftadaeth y Bala sydd eisoes yn gyfoethog.

Daliwch i ddilyn yr arwyddbyst, gan gadw llinell y ffens ar y dde i chi. Pan gyrhaeddwch chi'r ffordd o'ch blaen, mae gennych chi ddau ddewis:

I orffen y Llwybr Mieri, trowch i'r chwith. Mae'n daith hamddenol o 1.5km yn ôl at Lyn Tegid, a fydd yn cymryd tua 20 munud. Ar hyd y ffordd, bydd cyfle i chi fwynhau pwynt sain 14, gan orffen gyda phwynt 15 ar flaendraeth y llyn.

Neu, os ydych chi'n barod am fwy o antur, trowch i'r dde i ddal ati ar hyd Llwybr y Barcud Coch am 4km ychwanegol. Bydd y darn yma'n cymryd tua awr a hanner, gan fynd â chi ar draws rhostir a thrwy goetir heddychlon. Byddwch yn ofalus wrth groesi'r rhostir gan fod rhai ardaloedd yn gallu bod yn eithaf corsiog – mae'n syniad da gwisgo esgidiau sy'n dal dŵr, yn enwedig yn ystod misoedd gwlyb y gaeaf!

Daliwch ati i ddilyn y ffordd nes cyrraedd arwydd y llwybr marchogaeth, trowch i'r chwith a gallwch ddod o hyd i'r pwynt sain nesaf wrth y goeden o bren marw o'ch blaen.

9. Coeden Farw

O'ch blaen chi mae gweddillion coeden ffawydd aeddfed. Ffigur trawiadol yn erbyn cefnlen y rhostir. Efallai bod y goeden farw anferth yma'n edrych yn ddifywyd, ond eto mae'n gartref i amrywiaeth o fywyd yn ei phydredd.

Mae pren marw fel hyn yn hanfodol i ecosystem, gan ailgylchu maetholion yn ôl i'r pridd, a chynnig cynefin hanfodol i lawer o rywogaethau o fryoffytau, cennau, ffyngau, pryfed ac adar. A dweud y gwir, mae tua 650 o rywogaethau o chwilod yn y DU yn dibynnu ar bren marw ar ryw adeg o'u cylch bywyd. Efallai y gwelwch chi gnocell y coed yn curo ar y goeden, yn chwilio am larfa sy'n gudd o dan ei rhisgl.

O edrych yn fanylach yn holltau'r goeden yma, fe fyddwch chi'n sylwi ei bod hi wedi cael ei haddurno â ffwng ysgwydd o'r enw 'paled y paentiwr'. Mae'r enw'n cysylltu â'i ochr isaf gwyn hufenog sydd, o'i grafu, yn datgelu haen dywyllach, gan allu creu dyluniadau cywrain. Rydyn ni'n gofyn yn garedig i chi edmygu'r ffwng hynod ddiddorol yma heb ei gyffwrdd, er mwyn helpu i warchod ei gyflwr naturiol. Mae'r powdwr brown welwch chi o bosib yn cynnwys biliynau o sborau sydd wedi cael eu rhyddhau. Dim ond os ydi'r amodau amgylcheddol yn ffafriol fydd y sborau yma'n egino, sy'n gofyn am gyfuniad priodol o leithder, tymheredd ac arwyneb i dyfu'n organebau newydd.

Ar ddyddiau mwy heulog, cadwch lygad am fadfallod fydd yn torheulo efallai ar y canghennau sydd wedi syrthio. Mae'r ymlusgiaid bach yma wrth eu bodd yn amsugno'r cynhesrwydd, gan ddefnyddio gwres yr haul i reoli tymheredd eu corff.

Wrth i chi fynd yn eich blaen ar draws y rhostir (ein pwynt sain nesaf), ewch yn syth ymlaen tuag at y fferm o'ch blaen.

Ymddiriedolaeth Natur Gogledd Cymru
North Wales Wildlife Trust

Cronfa Treftadaeth
Heritage Fund

Mewn Partneriaeth â Llywodraeth Cymru
In Partnership with Welsh Government

10. Rhostir Gwastadros

Wrth i chi gerdded ar draws y rhostir, mae’r dirwedd yn agor, gan gynnig golygfeydd syfrdanol o Foel Emoel ar y chwith, Mynyddoedd y Berwyn o’ch blaen a Mynyddoedd yr Aran ar y dde i chi.

Mae'r rhostir yn dir mynediad agored, sy'n cael ei gydnabod fel Ardal o Harddwch Naturiol ac wedi'i ddynodi'n Warchodfa Awyr Dywyll Ryngwladol - llecyn delfrydol ar gyfer syllu ar y sêr heb fawr ddim llygredd golau, sy'n cynnig golygfeydd gwych o awyr y nos.

Mae'r tir yn y fan yma’n anwastad ac yn llaith, yn enwedig yn ystod y misoedd gwlypach, felly byddwch yn ofalus. Mae’r llwybr yn gallu bod yn aneglur hefyd, felly cadwch linell gyson tuag at y fferm gyfagos.

Mae'r planhigion sydd yma’n tyfu'n isel yn bennaf, yn amrywiaethau at uchder y ffêr fel rheol, gyda Phlu’r Gweunydd yn un o'r rhai amlycaf. Mae ei dwmpathau meddal, gwyn yn siglo'n osgeiddig yn yr awel yn ystod y gwanwyn a'r haf, gan ychwanegu dipyn o fywyd at y dirwedd dawel yma.

Mae'r rhos hefyd yn cynnwys haenau o fawn. Mae'r mawn yn y ddaear yn gweithredu fel sbwng, yn amsugno dŵr glaw ac yn storio carbon, sy'n helpu i reoli'r hinsawdd. Yn y darnau gwlypach, efallai y gwelwch chi ambell fadfall ddŵr hyd yn oed, yn gwibio rhwng pyllau o ddŵr, cyn cuddio yng nghanol y mwsogl migwyn, felly cofiwch gerdded yn ofalus.

Yr enw ar y darnau bach o ewyn gwyn sy’n glynu wrth blanhigion ydi ‘Poeri’r Gog.’ Er gwaethaf ei enw, dydi o ddim yn perthyn i’r aderyn. Yn hytrach, mae'n cael ei greu gan nymffau llyslau sbonc – llau bach sy'n sugno sudd sy'n defnyddio'r ewyn fel haen i’w gwarchod nhw rhag ysglyfaethwyr.

Ac wrth sôn am ysglyfaethwyr, cadwch lygad ar yr awyr - mae hwn yn llecyn delfrydol i weld Aderyn Cenedlaethol Cymru, y barcud coch. Gyda’i gynffon fforchog nodweddiadol, mae’n llithro ac yn llywio’n osgeiddig drwy’r awyr. Mae hwn hefyd yn un o'r ychydig lefydd lle gallwch chi glywed cri hiraethus y gylfinir o hyd, sŵn sydd wedi'i gysylltu’n gryf â’r rhosydd ond sydd bellach yn pylu, yn drist iawn. Roedd yr adar rhydio tal yma, gyda’u pig nodedig yn crymu ar i lawr, yn doreithiog ar un adeg, ond bellach maen nhw’n wynebu bygythiadau difrifol, gan gynnwys colli cynefinoedd, ysglyfaethu, a newidiadau mewn arferion ffermio. Mae eu dirywiad brawychus wedi eu gwneud yn flaenoriaeth cadwraeth adar fwyaf brys y DU. Mae eu trafferthion yn ein hatgoffa ni o'r barcud coch, a gafodd ei erlid hyd at ddifodiant bron ar un adeg. Diolch i ymdrechion cadwraeth penodol, mae'r barcud coch wedi adfer yn rhyfeddol. Erbyn hyn, mae adferiad y gylfinir yn cael sylw tebyg, gan weithio i warchod y poblogaethau bach, bregus sydd i’w gweld o hyd, yn y gobaith o ddiogelu eu dyfodol.

Ewch yn eich blaen yn syth ar draws y rhos a thrwy'r fferm. Ewch heibio i’r siediau gwartheg i gyrraedd dwy giât fetel sy’n arwain i gae. Ewch drwy’r giât ar y dde a throi i’r dde ar draws tir y fferm. Mae hwn yn llecyn gwych i glywed clebran aflafar y brain amrywiol yn y coed cyfagos.
Ewch drwy giât nesaf y cae a dilyn linell y gwrych. Yng nghornel dde bellaf y cae, fe welwch chi giât i gerddwyr. Dylech fod yn ymwybodol y bydd gwartheg yn y caeau o'ch blaen efallai, felly cadwch at linell y gwrych a gwnewch yn siŵr bod cŵn ar dennyn bob amser.

11. Dôl

Wrth i chi wrando, ewch i lawr y bryn ac i'r chwith tuag at y coetir derw, eich pwynt sain nesaf.

Yn yr haf, mae'r cae yma'n fwrlwm o gacwn, glöynnod byw a chorws bywiog o geiliogod rhedyn. Gyda phob cam, efallai y bydd pryfed teiliwr yn codi o'r glaswellt wrth i chi symud yn eich blaen.

Yn wahanol i'r cae blaenorol, lle mae'r tir wedi cael ei wella'n amaethyddol, mae cymeriad y cae yma'n golygu ei fod yn llai ffafriol ar gyfer ffermio ac, yn hytrach, yn cael ei ddefnyddio ar gyfer pori. Gan fod y tir yn cael ei adael i raddau helaeth heb ei gyffwrdd, mae bioamrywiaeth yn ffynnu yma gydag amrywiaeth o flodau gwyllt. Cadwch lygad am fysedd y cŵn gyda'u blodau pinc tal, tiwbaidd. Fel llawer o'n planhigion brodorol ni, maen nhw'n ffynhonnell wych o neithdar ar gyfer cacwn, gwyfynod a gwenyn mêl.

O dan y blodau menyn, ac o dan eich traed chi, mae rhwydwaith mycorhisol anweledig yn cysylltu gwreiddiau planhigion, gan eu galluogi nhw i rannu maetholion a dŵr. Yn yr hydref, cadwch lygad am y ffyngau diddorol sy'n dod i'r golwg. Mae'r cyrff ffrwytho yma'n arwydd gweladwy o'r bywyd cudd, llewyrchus oddi tanodd.

12. Coetir Derw

Wrth fynd i mewn i'r coetir hyfryd yma, sylwch ar y carped gwyrdd meddal o fwsogl sy'n gorchuddio llawr y coetir, sy'n arbennig o hardd yn y gwanwyn pan mae clychau'r gog yn blodeuo yng nghanol y coed.

Derw a chyll ydi'r coed yma yn bennaf. Yn symbolau o gryfder a hirhoedledd, mae coed derw'n cael eu hystyried yn rhywogaeth allweddol, yn hanfodol ar gyfer bioamrywiaeth. Maen nhw'n darparu cysgod a chynhaliaeth i fwy na 2,300 o rywogaethau, o'r chwilod mân sy'n tyllu i'r rhisgl, i'r 31 o rywogaethau o famaliaid sy'n cael eu denu gan eu mes wrth iddyn nhw syrthio.

Wrth i goed derw heneiddio, maen nhw'n dod yn gynefinoedd mwy gwerthfawr fyth, gan roi lloches i greaduriaid mwy fel ystlumod, sy'n clwydo yn eu holltau, a thylluanod, sy'n nythu yn eu ceudodau. Cofiwch wrando am sgrechiadau llym ac uchel y sgrech y coed. Mae sgrech y coed yn chwarae rhan hanfodol wrth wasgaru coed derw drwy gladdu mes ar gyfer bwyd dros y gaeaf; mae'r rhai sy'n cael eu hanghofio'n cael cyfle i dyfu'n goed newydd.

Yn rhedeg ochr yn ochr â'r olygfa dawel yma mae Aber Gwenwyn-Feirch. Yn ôl y chwedl, yn 1645, yn ystod Rhyfel Cartref Lloegr, cafodd dyn lleol o'r enw Rowland Fychan ei erlid gan filwyr Oliver Cromwell. Taflodd ei ffrindiau ddail ywen i'r nant, gan wenwyno ceffylau'r milwyr a rhoi cyfle iddo ddianc. Mae archwilio'r ystyron y tu ôl i enwau llefydd Cymraeg yn datgelu straeon hynod ddiddorol yn aml.

Dilynwch lwybr y coetir ac wrth i chi ddod allan drwy'r giât, ewch yn syth ac ychydig i'r chwith i ddilyn y ffordd i lawr y rhiw. Bydd hyn yn eich arwain chi at y brif ffordd, lle byddwch chi'n croesi'n ofalus. Ar yr ochr arall, fe fyddwch chi ar lan y llyn, gyda Chanolfan Pererinion Mary Jones ychydig o'ch blaen, eich pwynt sain nesaf.

13. Mary Jones

Wrth i ni fynd heibio i Ganolfan Pererinion Mary Jones, mae Nerys Siddal yn adrodd stori anhygoel merch fach o Gymru, Mary Jones, oedd mor benderfynol fel ei bod hi wedi ysbrydoli mudiad byd-eang.

Nerys: Yn 1800, yn ddim ond 15 oed, roedd Mary wedi cynilo am chwe blynedd i brynu ei Beibl Cymraeg ei hun – trysor prin ar y pryd. Aeth ar siwrnai 26 milltir o'i chartref yn Llanfihangel-y-Pennant i gartref y Parchedig Thomas Charles yn y Bala, ond yno, darganfod nad oedd Beiblau ar gael oedd ei hanes. Wedi'i gyffwrdd gan ei ffydd a'i dyfalbarhad diwyro, fe drefnodd Thomas Charles iddi letya yn y Bala nes i stoc newydd gyrraedd. Pan gyrhaeddodd y Beiblau, gwerthodd dri i Mary am bris un.

Fe ddaeth stori Mary yn gatalydd i Thomas Charles sefydlu'r Gymdeithas Feiblaidd Brydeinig a Thramor yn 1804. Ei henw bellach ydi Cymdeithas y Beibl ac fe ysgogodd y sefydliad yma fudiad sydd bellach yn cynnwys mwy na 157 o Gymdeithasau'r Beibl ar draws 240 o wledydd, gan rannu'r Beibl ledled y byd.

Mae ei siwrnai'n cael ei dathlu yma yng Nghanolfan Pererinion Mary Jones, lle gall ymwelwyr ddysgu mwy am ei gwaddol ac effaith Thomas Charles ar hanes ysbrydol a diwylliannol Cymru. Mae ei stori hi'n dyst i sut gall ymrwymiad un unigolyn newid y byd.
Roedd argaeledd y Beibl Cymraeg, ochr yn ochr â thwf Cristnogaeth, yn chwarae rhan hanfodol wrth siapio Cymru fel cenedl. Fe helpodd i warchod yr iaith Gymraeg – un o ieithoedd byw hynaf Ewrop erbyn hyn – gan sicrhau ei bod yn parhau i fod yn rhan o hunaniaeth a diwylliant Cymru heddiw.

I ddal ati ar y llwybr, gallwch naill ai ddychwelyd i faes parcio Llyn Tegid wrth ochr y ffordd, neu mae opsiwn arall. Fymryn i lawr y ffordd ar y dde mae maes parcio bach. Ewch i lawr y stepiau a throi i'r chwith. Os nad oes gormod o ddŵr yn y llyn, byddwch yn gallu dilyn llwybr drwy ddarn cul o goetir yn ôl i'r maes parcio. Byddwch yn ofalus oherwydd weithiau mae'r llwybr cerrig yn gallu bod yn llithrig. Gwrandewch ar eich pwynt sain nesaf wrth i chi fynd yn ôl at flaendraeth y llyn.

14. **Llên Gwerin**

Ers cenedlaethau, mae tirweddau hudolus Eryri wedi tanio'r dychymyg, gan arwain at fythau a chwedlau oesol sydd wedi'u plethu'n rhan o wead y tir ei hun. Mae bron pob mynydd, afon a llyn yn llawn straeon a drosglwyddwyd drwy'r oesoedd. Yma, rydyn ni'n rhannu hanes Tegid Foel a'r chwedl am sut daeth y Llyn yma i fod.

Amser maith yn ôl, roedd y tiroedd o amgylch y Bala'n cael eu rheoli gan dywysog a'i enw oedd Tegid Foel. Roedd yn enwog am ei greulondeb, ei drachwant a'i ddrygioni. Roedd yn trin ei bobl gyda dirmyg a chreulondeb. Roedd yn manteisio arnyn nhw, yn eu trethu ac yn cynnal gwleddoedd helaeth yn ei balas moethus, i'r de orllewin o hen dref y Bala lle mae'r llyn bellach yn crychdonni'n hamddenol yng ngolau'r haul.
Ar enedigaeth ei ŵyr cyntaf, cynhaliodd y tywysog wledd fawreddog a gwahoddodd gannoedd o westeion, pob un yn greulon ac yn ddieflig fel fo'i hun. Gwahoddwyd Bardd Derwyddol, sef telynor gorau'r wlad, i ganu'r delyn yn y wledd. Fel llawer o Dderwyddon, y gred oedd bod ganddo bwerau hudol, gan gynnwys gallu deall iaith adar.
Ar noson y wledd daeth yn storm fawr. Taranau swnllyd, mellt yn fflachio a glaw trwm yn arllwys yn ddi-baid.
Buan y trodd y wledd, yr hwyl a'r chwerthin yn noson o feddwdod rhemp.
Wrth i'r Bardd ganu'r delyn, fe ddaeth aderyn bach, Dryw, i glwydo ar ei delyn a dechrau canu cân hyfryd. Wrth gwrs, roedd y Bardd yn gallu deall ystyr y gân. 'Fe ddaw dialedd' oedd cân y Dryw. 'Fe ddaw dialedd'. Y tu allan, roedd y storm yn gynddeiriog ac roedd hi'n tywallt y glaw.
Roedd y Bardd yn gwybod bod yr aderyn yn rhoi rhybudd iddo. Gan adael ei delyn ar ei ôl, dilynodd yr aderyn wrth iddo hedfan allan o'r neuadd, allan o'r palas, drwy'r glaw enbyd ac i'r mynyddoedd. Yn y diwedd fe ddaethon nhw o hyd i ogof i gysgodi ynddi, a chysgodd y Bardd hyd doriad dydd. Pan ddeffrodd, edrychodd allan o'r ogof. Roedd y glaw wedi peidio a'r haul yn gwenu. Edrychodd y Bardd ar y safle lle'r oedd y palas yn sefyll y diwrnod cynt. Ond doedd dim golwg o'r lle bellach, roedd wedi'i orlifo, a llyn mawr, Llyn Tegid, yn crychdonni'n hamddenol erbyn hyn yn y llecyn lle'r oedd y palas yn arfer sefyll. Doedd neb wedi goroesi, roedd pawb wedi boddi.
Roedd ei delyn, yr unig beth oedd ar ôl, yn arnofio ar wyneb y dŵr. Oedd, roedd dialedd wedi dod.

Mae rhai'n dweud bod ysbryd telynor yn aflonyddu ar y draethlin ar nosweithiau lloergan, ac os gwnewch chi wrando'n astud, efallai y clywch chi synau hyfryd telyn yn cael eu cario ar draws y dŵr, a sibrwd y geiriau 'Fe ddaw dialedd' ar yr awel.

Bydd eich pwynt sain olaf yn dechrau pan fyddwch chi'n cyrraedd yn ôl i'r maes parcio.

15. **Bioddiogelwch**

Rydych chi bellach yn ôl ym maes parcio Llyn Tegid. Cyn i chi adael, fe welwch chi fwrdd gwybodaeth gyda ffrâm las wrth ymyl y llyn. Dyma orsaf golchi esgidiau Ymddiriedolaeth Natur Gogledd Cymru. Cydiwch yn ymylon yr arwydd a defnyddiwch y brwshys oddi tano i lanhau o dan ac o amgylch ochrau eich esgidiau yn drylwyr.

Diolch yn fawr - rydych chi newydd helpu i warchod byd natur!

Fel sy'n cael ei hysbysebu ar y bwrdd, drwy ddilyn y dull gwirio – glanhau - sychu ar gyfer unrhyw ddillad, esgidiau ac offer fel offer pysgota neu gychod, rydych chi'n lleihau'r risg o ledaenu rhywogaethau estron ymledol.

Yr enw ar y weithred bwysig yma ydi bioddiogelwch. Rydyn ni'n annog pawb i ymarfer bioddiogelwch cyn gadael unrhyw safle rydych chi'n ymweld ag o.

Dyna ddiwedd ein llwybr sain ni. Gobeithio eich bod chi wedi mwynhau darganfod y cynefinoedd amrywiol, y rhywogaethau anhygoel a'r straeon rhyfeddol sy'n gwneud yr ardal yma mor hynod. O afonydd byrlymus a choetiroedd cyfoethog i rostiroedd agored a dolydd, mae'r Bala wir yn hafan i fywyd gwyllt ac yn dyst i harddwch naturiol Cymru. Diolch i chi am gerdded gyda ni, a gobeithio y gwelwn ni chi allan ym myd natur eto yn fuan!