Rhaglen Teithiau Iach

Mae ein Rhaglen Teithiau Iach yn gweithio gydag ysgolion ledled Cymru i greu diwylliant sy'n ei gwneud hi'n haws i blant gerdded, olwynio, sgwtera, neu feicio.

Lleihau'r defnydd o geir 30% ar y daith i'r ysgol

Cynyddu teithio llesol gan 25%

Datblygu unigolion iach, hyderus

ebostiwch ni: schoolswales@sustrans.org.uk

YMUNWCH Â'R MUDIAD
sustrans
JOIN THE MOVEMENT

Ariennir gan
Lywodraeth Cymru
Funded by
Welsh Government

Rhaglen Teithiau Iach

Beth gewch chi

Swyddog Teithiau Iach Penodedig

Cefnogaeth gyda chynllunio, hyrwyddo a chyflwyno ystod eang o ddigwyddiadau a gweithgareddau gan swyddog Teithiau Iach. Bydd swyddogion nid yn unig yn cefnogi disgyblion, ond hefyd yn darparu cyfleoedd i athrawon, rhieni a llywodraethwyr ddatblygu'r hyder, y brwdfrydedd a'r sgiliau i deithio'n llesol i'r ysgol.

Adnoddau

Byddwch yn cael mynediad i gynlluniau sesiynau sgiliau, gweithgareddau dosbarth, a'n harolwg teithio rhyngweithiol 'Tali Teithio'. Mae ein hadnodd cwricwlwm ar thema teithio llesol yn galluogi athrawon i ymgorffori gweithgareddau dosbarth sy'n ymwneud â theithio llesol ar draws y tri sgil trawsgwricwlaidd gorfodol; Llythrennedd, Rhifedd a Chymhwysedd Digidol. Mae dysgu a chymryd rhan mewn teithio llesol yn cyffwrdd â llawer o Feysydd Dysgu a Phrofiad, yn fwyaf nodedig yw 'Iechyd a Lles' a 'Dyniaethau'.

Gwobrau a chymhellion

Gall ysgolion fanteisio ar amrywiaeth o gymhellion a gostyngiadau i gefnogi a hyrwyddo teithio llesol. Mae hyn yn cynnwys ein Gwobr Ysgol Teithio Llesol, sy'n galluogi ysgolion i olrhain cynnydd trwy dair lefel o deithio llesol - efydd, arian ac aur a derbyn tystysgrifau a phlaciau.

YMUNWCH Â'R MUDIAD
sustrans
JOIN THE MOVEMENT

Ariennir gan
Lywodraeth Cymru
Funded by
Welsh Government

Rhaglen Teithiau Iach

Beth fyddwn ni'n ei gyflawni

Cynnydd mewn teithio llesol

Mae ysgolion sy'n cael cymorth gan Teithiau Iach yn gweld cynnydd sylweddol yn nifer y bobl ifanc a theuluoedd sy'n teithio'n llesol i'r ysgol. Ar ôl blwyddyn o gefnogaeth, mae ysgolion yn gweld cynnydd o 25% ar gyfartaledd, mewn teithio llesol ar y daith i'r ysgol.

Unigolion iach, hyderus

Mae bod yn actif ar y daith i'r ysgol yn helpu i wella iechyd corfforol a lles cymuned yr ysgol ynghyd â buddion eraill fel canolbwyntio, perfformiad, ymddygiad a chyrhaeddiad gwell. Mae hyn yn arwain at unigolion iach, hyderus.

Gwell ansawdd aer

Ar ôl blwyddyn ar y rhaglen, mae ysgolion Teithiau Iach ar gyfartaledd yn gweld gostyngiad o 30% yn y defnydd o geir ar y daith ysgol. Mae'r gostyngiad hwn mewn traffig a thagfeydd yn helpu i wella ansawdd aer ar strydoedd ysgol.

Ysgolion wedi'u grymuso

Mae cynnwys staff, disgyblion a rhieni yn grymuso ysgolion i fod yn annibynnol a chreu newidiadau cadarnhaol mewn ymddygiad teithio ar gyfer cymuned yr ysgol gyfan. Mae hyn yn meithrin ymrwymiad disgyblion i gynaliadwyedd y blaned, yn barod i fod yn ddinasyddion yng Nghymru a'r byd.

YMUNWCH Â'R MUDIAD
sustrans
JOIN THE MOVEMENT

Ariennir gan
Lywodraeth Cymru
Funded by
Welsh Government

Rhaglen Teithiau Iach

Sut i gymryd rhan

Cam 1:

Lawrlwythwch a chwblhewch Gynllun Teithio Llesol Ysgol, gan ddefnyddio'r pecyn cymorth ar gyfer arweiniad.

Cam 2:

Yn eich Cynllun Teithio Llesol Ysgol, nodwch y newid mewn ymddygiad teithio yr ydych yn gobeithio ei weld ymhlith disgyblion a rhieni. Nodwch y camau gweithredu a allai eich helpu i gyflawni'r uchelgais hwnnw.

Cam 3:

Lle mae eich uchelgais yn cyd-fynd â'r sgiliau, y gweithgareddau a'r ymyriadau y gall y Rhaglen Teithiau Iach eu cynnig, byddwn yn trefnu cyfarfod i gytuno ar sut y gall eich Swyddog Teithiau Iach lleol ddechrau eich cefnogi.

Cwestiwn? Ebostiwch ni:
schoolswales@sustrans.org.uk

YMUNWCH Â'R MUDIAD
sustrans
JOIN THE MOVEMENT

Ariennir gan
Llywodraeth Cymru
Funded by
Welsh Government