

DIWRNOD Y  
**LLYFR**  
WORLD  
**BOOK**  
**DAY**  
2 MAWRTH 2023  
2 MARCH 2023

Hyd yn oed pan wyt ti dan bwysau, mae dewis darllen yn  
**RHOI HWB I DY LES**

Even when the pressure is on, choosing to read

**BOOSTS YOUR  
WELLBEING**

Gwna

**DDARLLEN  
YN ARFERIAD**

Neilltua 10 munud bob dydd

Make a

**READING HABIT**

try scheduling 10 minutes a day

Dewisa  
dy

**LYFR  
HWYLIAU**

Choose  
your

to match  
your

**READING  
MOOD**

Ymgolla yn dy lyfr er mwyn

**CANOLBWYNTIO**

Hide distractions to find

**YOUR  
FOCUS**

**PARATOA**

trwy gymryd anadl neu ddwy

**GET READY**

take a breath or two

**AMRYWIAETH**

Rho gynnig ar lyfr llafar wrth fynd am dro

**MIX IT UP**

try an audiobook on a walk

**CYMDEITHASA**

Sgwrsiwch a darllenwch gyda'ch gilydd  
neu ymuna â chlwb llyfrau

**SOCIALISE**

chat about it, read together or  
join a book club

NODDIR GAN /  
SPONSORED BY

**NATIONAL  
BOOK  
tokens**

Newid bywydau trwy gariad at lyfrau a darllen.  
Changing lives through a love of books and reading.

Mae Diwrnod y Llyfr yn elusen a noddir gan National Book Tokens. Mae Llywodraeth Cymru yn cefnogi'r ymgyrch yng Nghymru.  
World Book Day® is a charity sponsored by National Book Tokens. Welsh Government support the campaign in Wales.



CYNGOR LLYFRAU CYMRU  
BOOKS COUNCIL OF WALES



Noddir gan  
Lywodraeth Cymru  
Sponsored by  
Welsh Government