

Helpwch ni i ddysgu am natur ac iechyd meddwl yn eich ardal chi

Ydych chi'n byw yn yr ardaloedd **glas** neu **goch** ar y map yn Sir Benfro neu Geredigion ac yn hŷn na 18 oed? Rydym am glywed oddi wrthyh!



Cliciwch **yma** i ddechrau'r arolwg! neu sganiwch y cod QR:



GELLIR CAEL MYNEDIAD I'R AROLWG YN
<https://greenme-project.eu>

GreenME

Mae ymchwilyr o brifysgolion ledled Ewrop yn archwilio sut y gall natur effeithio ar iechyd meddwl. Bydd eich mewnbwn yn helpu i arwain ymdrechion i wella natur a lles yn eich cymuned a thu hwnt.

○ Beth sydd yn yr Arolwg?

Atebwch ychydig o gwestiynau syml a rhannwch eich barn ar natur a sut mae'n effeithio arnoch chi.

Dim ond ychydig funudau fydd yr arolwg yn eu cymryd!

○ Pam Cymryd Rhan?

Gallwch ennill blwch llysiau blasus gwerth £30 os cwblhewch yr arolwg

Bydd yr arolwg yn cael ei rannu gyda rhanddeiliaid lleol i wella'r byd natur rydych chi'n ymweld ag ef.

Mae eich atebion yn gyfrinachol ac yn cael eu gwneud yn ddienw. Ni chesglir unrhyw enwau na manylion personol.

Cwestiynau? Manylion Cyswllt:

Dr. Dunstan Lowe

Chair, Central Research Ethics Advisory Group

d.m.lowe@kent.ac.uk

University of Kent

Data Protection Office

dataprotection@kent.ac.uk

GreenME is a Horizon Europe project that aims to identify ways in which exposure to nature and a broader Green Care framework can be scaled-up to improve adult mental health and wellbeing equity while contributing to multiple socio-ecological co-benefits.

