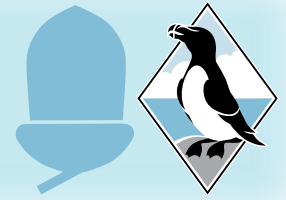


# Freshwater East

Teithiau Byr



**GRADDFA:** 0 200 400 m

**PELLTER/HYD:** 2.6 milltir (4.2 km) 1 awr 30 munud

**CLUDIANT CYHOEDDUS:** \*Coastal Cruiser (\*galw a teithio)

**CYMERIAD:** Da byw ar Bwynt Trewent, llwybrau'n gallu bod yn dywodlyd

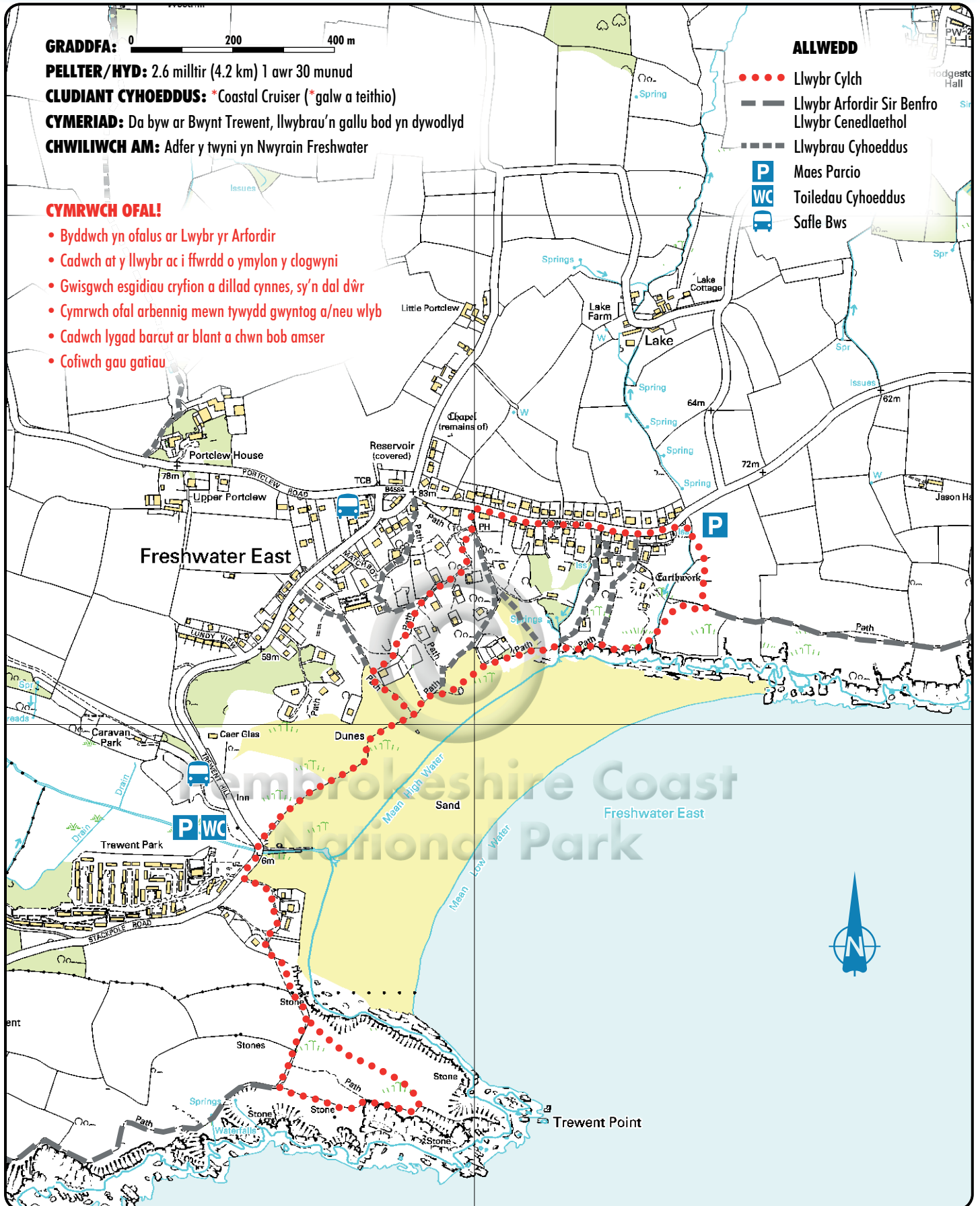
**CHWILIWCH AM:** Adfer y twyni yn Nwyrain Freshwater

## CYMRWCH OFAL!

- Byddwch yn ofalus ar Llwybr yr Arfordir
- Cadwch at y Llwybr ac i ffwrdd o ymylon y clogwyni
- Gwisgwch esgidiau cryfion a dillad cynnes, sy'n dal dŵr
- Cymrwch ofal arbennig mewn tywydd gwyntog a/neu wlyb
- Cadwch lygad barcut ar blant a chwn bob amser
- Cofiwch gau gatiâu

## ALLWEDD

- Llwybr Cylch
- Llwybr Arfordir Sir Benfro
- Llwybr Cenedlaethol
- Llwybrau Cyhoeddus
- P Maes Parcïo
- WC Toiledau Cyhoeddus
- Bus Safle Bws



# Freshwater East

## Teithiau Byr

**Hyd:** 1 awr 30 munud

**Pellter:** 2.6 milltir (4.2 km)

**Cludiant cyhoeddus:** \*Coastal Cruiser  
(\*galw a teithio)

**Cyfeirnod map:** SS018983

### *Ehangder o dwyni tywod - beth welwch chi yma?*

**Chwiliwch am:** Adfer y twyni yn Nwyrain Freshwater .

Fe ddaeth Dwyrain Freshwater yn ardal hamdden boblogaidd yn y bedwaredd ganrif ar bymtheg gyda thwf yr Iard Llynges yn Noc Penfro. Fe brofodd y system hon o dwyni tywod bwysedd amgylcheddol difrifol o ganlyniad i'r broses o ddatblygu plotiau rhwng y Rhyfel Byd Cyntaf a'r Ail Ryfel Byd ac oherwydd twristiaeth drom. Daeth y datblygiad i ben ar ôl dynodi Sir Benfro yn Barc Cenedlaethol yn 1952 ac ers hynny mae Awdurdod y Parc wedi gweithio mewn partneriaeth gyda grwpiau lleol i warchod y dirwedd leol a'r bywyd gwyllt.

Gwnaethpwyd llawer o waith yma i adfer y twyni tywod a gellir gweld canlyniad y gwaith heddiw. Mewn systemau twyni tywod, mae planhigion fel hegydd y forlan, helys ysbigog a betys arfor yn cytrefu blaen y twyni tywod tu ôl i linell y llanw gan ddefnyddio gwymon sy'n pydru fel hwmws, tra bod marchwellt arfor a glaswellt y tywod yn gallu goroesi ymhellach yn ôl yn y twyni gan rhwymo'r tywod at ei gilydd gyda'u systemau gwreiddiau hir (yn aml, caiff glaswellt y tywod ei blannu i drwsio twyni sydd wedi'u difrodi).

Mae planhigion fel celyn y môr a charn ebol y môr yn cytrefu mewn mannau cysgodol ac yna mae hesgen y tywod a llaethlys y môr yn helpu rhwymo arwyneb y twyni. Gellir gweld coedwig llonydd a foddwyd yn y bae pan fydd y llanw'n isel iawn.

**Cymeriad:** Da byw ar Bwynt Trewent, llwybrau'n gallu bod yn dywodlyd.

