Darluniau ar y sgrin: Cerflun derw o ffigwr benywaidd sy'n cynrychioli ‘Ceidwad y Twyni’ ac sy'n sefyll yng nghanol twyni.

Adroddwraig: Llecyn yn y canol, rhwng dau fyd

Hanner yn dir noeth, hanner yn wyrdd i gyd

Fi yw’r croen o dan eich traed yn tyfu

Llecyn cudd yn lloches i fadfallod dŵr a phryfed tywod ffynnu

Rhith ydw i ar fapiau dynion

Label ar femrwn, un o’r cofnodion

Tirwedd yn newid siâp ac yn torri’r holl reolau,

Breichled o dywod, yn emau o flodau

Rydw i’n fwy na fi fy hun, nodau’r gân

Symffoni o foresg, telor yn tisian

Cerddorfa mewn môr llawn melodi

Gwrandewch ar yr alaw, oherwydd fi yw’r twyni.”

Testun ar y sgrin: Ewch am dro i Warchodfa Natur Leol Pwll Cynffig CF33 4PT.

Chwiliwch am: gwas y neidr picellwr praff; madfall gribog; ystlum y dŵr, dyfrgi.

Ewch i gwrdd â Cheidwad y Twyni.