



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Aneurin Bevan
University Health Board

Free cooking & healthy pregnancy course

Learn to cook easy, low cost, tasty and healthy meals!



To find out more or to book a place please call the Healthy Pregnancy Team on

0300 303 4906 (option 3)

or scan the QR code



Courses at various venues across Aneurin Bevan Health Board area.

FREE recipe book at the end of the course

Please note: this course is for pregnant people or those that have recently had a baby, and live in the Aneurin Bevan Health board area.



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Aneurin Bevan
University Health Board

Cwrs Coginio a Beichiogrwydd Iach Rhad ac am Ddim

Dysgwch sut i goginio prydau
rhwydd, rhad, blasus a iach.



I gael rhagor o wybodaeth neu archebu lle
ar y cwrs, ffoniwch y tîm Beichiogrwydd
Iach ar **0300 303 4906 (opsiwn 3)**
neu sganiwch y cod QR



Cyrsiau'n cael eu
cynnal mewn
lleoliadau amrywiol
ar draws ardal Bwrdd
Iechyd Aneurin
Bevan

Llyfr ryseitiau
AM DDIM ar
ddiwedd y
cwrs

Sylwch os gwelwch yn dda:
Cwrs ar gyfer pobl yn feichiog
neu bobl sydd newydd gael
babi yw hwn, ac sy'n byw yn
ardal Bwrdd Iechyd Prifysgol
Aneurin Bevan