tafod elái

Chwefror 2021

Rhif 354

Pris £1

Cau Banciau HSBC yr Ardal

Cangen Pontypridd

Bu cryn ymateb i gyhoeddiad HSBC fod canghennau Pontypridd a Tonysguboriau o'r banc i gau cyn yr haf. Mae HSBC wedi cyhoeddi y bydd chwe changen yn cau yng Nghymru yn cynnwys y ddau olaf yn Rhondda Cynon Taf. Y Banc HSBC agosaf i'r ardal fydd Caerdydd neu Merhyr Tudful.

Mae deiseb yn galw ar HSBC i ail-ystyried ei benderfyniad yn cael ei gylchredeg ac mae Aelod Seneddol yr ardal mewn cysylltiad â'r cwmni.

Daw'r penderfyniad wrth i bandemig Covid-19 weld mwy yn bancio ar-lein.

Dywedodd cynrychiolydd HSBC, "Nid yw'r pandemig wedi ein gwthio i gyfeiriad gwahanol ond mae'n atgyfnerthu'r pethau yr oeddem yn canolbwyntio arnynt o'r blaen. Mae hwn yn benderfyniad strategol y mae angen i ni ei gymryd i gael rhwydwaith o ganghennau sy'n addas ar gyfer y dyfodol."

I lawer mae canolfannau Tonysgyboriau a Phontypridd yn bwysig o ran masnach a busnes a bydd colli'r cyfleusterau yma yn rhoi'r ardal o dan anfantais wrth geisio denu gwaith newydd.

Bydd cangen Tonysguboriau yn cau ar 14 Mai a changen Pontypridd ar 16 Gorffennaf.

Cangen Tonysguboriau

Tanysgrifio £10 i Tafod Elái

Diolch i bawb sydd wedi tanysgrifio yn barod dros y we neu i'n dosbarthwyr.

Ewch i
TafodElai.cymru
a thalu drwy'r linc gyda cerdyn debyd neu credyd.

Gallwch dderbyn Tafod Elái yn ddigidol, neu wedi ei argraffu.

Dim Cymraeg ar Hysbysfwrdd

Mewn cyfnod pan mae mwy o gyfleoedd i ddefnyddio a chlywed y Gymraeg daeth yn siom i drigolion Creigiau weld fod y Cyngor Cymuned lleol wedi gosod hysbysfwrdd newydd gyda'r pennawd yn un-iaith Saesneg. Ar ôl tynnu sylw'r Cyngor i'r hysbysfyrddau newydd ym mhentrefi'r ardal maent yn cyfaddau mai camgymeriad oedd gosod y pennawd un-iaith. Hyd yn hyn does dim wedi digwydd i gywiro'r pennawd. Tybed â yw hi'n amser i Gomisiynydd y Gymraeg atgoffa cyrff o'u cyfrifoldebau?

Ail-osod Bont

Wil Morus Jones fu'n cofnodi y dasg enfawr o ail-osod y bont i Barc Ynysangharad a ddifrodwyd yn y llifogydd blwyddyn yn ôl. Gobeithio y bydd y Parc a'r Lido yn fwrlwm erbyn yr haf.

tafod elái

GOLYGYDD
Penri Williams
029 20890040

CYHOEDDUSRWYDD
Colin Williams
029 20890979

Erthyglau a straeon
ar gyfer rhifyn mis Mawrth
i gyrraedd erbyn
25 Chwefror 2021

Y Golygydd
Hendre 4 Pantbach
Pentyrch
CF15 9TG
Ffôn: 029 20890040
e-bost
pentyrch@tafelai.com

Tafod Elái ar y wê
http://www.tafodelai.cymru

Argraffwyr:
EVANPRINT
www.evanprint.co.uk

CYMRAEG
Ariennir yn rhannol gan Lywodraeth Cymru

Gwasanaeth addurno, peintio a phapuro

Andrew Reeves

Gwasanaeth lleol ar gyfer eich cartref neu fusnes

Ffoniwch

Andrew Reeves
01443 407442
neu
07956 024930

I gael pris am unrhyw waith addurno

Menter Iaith Rhondda Cynon Taf
01443 407570
www.menteriaith.cymru

Mae 2021 yma o'r diwedd! Braf yw cael ffarwelio â'r flwyddyn ddiwethaf. Mae'r Fenter yn barod am heriau'r flwyddyn sydd i ddod ac yn parhau i ddarparu ein gwasanaethau dros ein rhwydweithiau cymdeithasol nes y bydd yn bosib i ni ail gwrdd yn y cnawd. Dyma'n prif blatfformau:
https://www.facebook.com/menterrhondda.cynontaf
https://www.facebook.com/MenterRhCT/
@MenterRhCT - trydar
@Menter_RhCT – Instagram
http://www.menteriaith.cymru/

Rydym yn dechrau'r flwyddyn gyda'r newyddion cyffrous ein bod yn bartner mewn prosiect newydd sy'n cael ei arwain gyda Leeway Productions. Ni ac Age Cymru yw'r partneriaid, Porth y Cwtsh yw enw'r prosiect ac fel mae'r teitl yn ei awgrymu, Y Porth fydd ei leoliad. Rydym wedi bod yn ffodus i ennill nawdd oddi wrth Gyngor Celfyddydau Cymru i gynnal prosiect fydd yn darganfod a chreu manau trafod a chyfarfod, ac a fydd yn rhoi llais i bobl yr ardal trwy ddulliau celfyddydol. Bydd mwy o wybodaeth yn cael ei rannu wrth i'r broses fynd rhagddi.

Mae nifer o brosiectau eraill yn parhau gyda ni, a gwahoddiad agored i chi ymuno ynddyn nhw. Dyma i chi drosolwg o'r hyn fydd ar gael i chi dros y cyfnod nesa':

Prosiect Medrau - Trwy Rannu Mae Dysgu!
Efallai eich bod chi'n dda gyda thechnoleg, yn hoffi coginio, yn grefftwr profiadol neu'n gwybod am tips glanhau fel Mrs Hinch? Os oes gyda chi unrhyw tips defnyddiol i'w rhannu gydag eraill, rydyn ni eisiau clywed gennych chi!

Sut I Gymryd Rhan?
Ymunwch â thudalen Grŵp Prosiect Medrau ar Facebook - lle i rannu'r tips a'r syniadau rydyn ni'n gobeithio casglu fel rhan o'r Prosiect Medrau **www.facebook.com/groups/prosiectmedrau**
Cwblhewch ein holiadur – rydyn ni eisiau gwybod pa fath o bethau hoffech chi ddysgu amdanyn nhw neu os oes rhywbeth gyda chi i rannu gydag eraill. **https://forms.gle/S28oK8LPgE3Mbnm36**
Rhannwch eich tips a syniadau gyda ni!
Tynnwch luniau gyda ffôn neu gamera
Gwnewch glipiau fideo bach
Gallwch chi siarad yn eich clipiau fideo neu ysgrifennwch gyfarwyddiadau syml
Anfonwch nhw atom ni a byddwn ni'n gwneud y gweddill
E-bost - marged@menteriaith.cymru
WhatsApp - 07500 878286
WeTransfer - www.wetransfer.com

Stori
Mae straeon rhagorol wedi eu casglu ac rydym wrthi'n rhoi llais iddynt ar hyn o bryd. Mae croeso i chi ymuno yn y broses hon. Rydym yn chwilio am leisiau lleol i adrodd straeon lleol. Cysylltwch â STORI@menteriaith.cymru am fwy o wybodaeth.

Clwb Gemau
Mae'r Clwb Gemau yn targedu plant 12 – 16 oed. Bydd yn rhedeg yn wythnosol rhwng 4 a 5:30 ar nosweithiau Mercher ac mae croeso i aelodau newydd. Cyswllt: clwbgemau@menteriaith.cymru

Miwsig
Mae Mei Gwynedd wedi bod yn cyfansoddi a chreu bandiau newydd yn ysgolion Cwm Rhondda a Garth Olwg fydd yn cael eu rhannu yn ystod y misoedd nesa'. Byddwn yn creu cân dorfol i'w rhyddhau ar Fawrth y 1af a bydd fideo o ddathlu holl fandiau Mei yn ogystal â gwybodaeth ddefnyddiol am sut i fwynhau cerddoriaeth Gymraeg yn cael eu rhannu ddechrau Chwefror i ddathlu Dydd Miwsig Cymru. Mae Lleuwen Steffan yn barod i fentora unigolion sydd â diddordeb mewn creu a pherfformio cerddoriaeth. Cysylltwch â TIM@menteriaith.cymru am fanylion.
Hefyd mae gwasanaethau plant ac ieuenctid yn parhau:

Timau Ieuenctid Menter
Dydy'r pandemig ddim wedi rhwystro ein pobl ifanc sy'n aelodau o'n Timau Ieuenctid rhag gwirfoddoli oriau maith. Rhwng Ebrill a Rhagfyr llynedd, roedd dros 2,000 o oriau gwirfoddol wedi eu cyflawni. Mae'n diolch a'n edmygedd yn fawr iddynt. Maent yn parhau i gwrdd dros Whatsapp a Zoom fel TIMau o fewn ysgolion unigol gan gyfrannu at syniadau a mewnbynnu i brosiectau lleol a chenedlaethol. Maent hefyd yn parhau i gynnal Sianel TIM sydd ar gael ar ap www.AMAM.cymru/TIM a chofiwch wrando ar GTFM bob nos Sul rhwng 8 a 10 er mwyn eu clywed yn cyflwyno Sesiwn Sul. Geraint Hardy sydd yn eu hyfforddi a'u mentora ar hyn o bryd ac mae'n bleser mawr i ni groesawu cyflwynwyr newydd i ganol yr 'hen stêjyrs'!

Gwasanaethau Plant
Agorwyd drysau 5 Clwb Carco y tymor diwethaf, ac os bydd yr amodau'n caniatáu, bydd y Clybiau yn ail agor gyda'r ysgolion yn ystod y tymor hwn. Bûm yn gwasanaethu 473 o blant ac mae'n diolch yn fawr i'r holl staff wnaeth gynnal gwasanaeth chwarae hwyliog Cymraeg i blant cynradd dan amodau mor heriol. Rydym yn hapus i drafod posibiliadau agor clybiau newydd mewn ysgolion cynradd eraill os oes diddordeb. I drafod cysylltwch â einir@menteriaith.cymru

EFAIL ISAF

Gohebydd Lleol:
Loreen Williams

Cydymdeimlo
Estynnwn ein cydymdeimlad diffuant i Shelagh Griffiths, Heol y Ffynnon yn ei cholled o golli ei chwaer Sandra Davies, Aberteifi cyn y Nadolig.

Cyrraedd y Copa!
Tra roedd y mwyafrif ohonom yn rhyw hanner cysgu o flaen ein setiau teledu ar ôl gorfwyta adeg y Nadolig mi roedd Gwenno Rees, merch Geraint a Caroline, Penywaun, yn ymladd ei ffordd lan i gopa Kilimanjaro yn Nhansania. Go dda ti, Gwenno. Llongyfarchiadau gwresog i ti.

Bu Gwenno'n gweithio fel athrawes yn Tanzania, ar lan Llyn Fictoria, ers haf diwethaf. Doedd dim modd iddi ddod adref i ddathlu'r Nadolig gyda'i theulu yn Efail Isaf, felly penderfynodd dreulio'i gwyliau ar draethau Zanzibar, ac wedyn dringo Mynydd Kilimanjaro am ychydig hwyl! Gan ddechrau'r daith ar fore dydd Nadolig, fe gyrhaeddodd y copa ar fore'r calan, gyda grŵp o unigolion o bedwar ban byd. Gyda'i uchder ychydig o dan 6000 metr, her fawr Kilimanjaro yw'r prinder ocsigen ar ddyddiau diwetha'r daith, a hynny wedi pum neu chwech niwrnod o ddringo am oriau hir bob dydd. Mae nifer dda sy'n dringo yn methu cyrraedd y prif gopa, a bu criw Gwenno yn brwydro'r prinder ocsigen gan chwydu a dioddef o bennau tost a'r bendro drwy'r dydd a'r nos. Fodd bynnag, er mwyn osgoi yr holl dynnu coes wedi dod adref, fe benderfynodd nad oedd methu yn opsiwn, er waetha'r rhew, y bendro a'r her. Bu'r daith yn llwyddiant, ac o fewn deuddydd roedd hi nôl o flaen ei dosbarth yn yr ysgol yn Mwanza.

Dwi'n siŵr y bydd cyfle i Ferched y Wawr ac aelodau'r Tabernacl gael clywed am dy anturiaethau ar ôl iti ddychwelyd adre.

Llongyfarchiadau
Llongyfarchiadau i Brengain Rhys, Penywaun ar gael ei dewis yn un o brif swyddogion Ysgol Garth Olwg ac i Gruff Roberts, heol y Mynydd ar ei benodiad yn ddirprwy brif swyddog.

Siop y Pentre
Fe soniais yn rhifyn Rhagfyr o Tafod Elái fod siop y pentre ar fin agor. Erbyn hyn mae'r siop yn mynd o nerth i nerth ac mae amrywiaeth arbennig o dda o nwyddau ar y silffoedd. Mae'r perchnogion, Siva a Raji yn serchog a chroesawgar iawn ac yn cynnig gwasanaeth cludo nwyddau i gartrefi'r ardal. Pob dymuniad da i'r fenter newydd a gobeithio y bydd cefnogaeth gadarn i'r siop yn lleol.

Y TABERNACL
Dathlu Priodas Aur
Estynnwn ein llongyfarchiadau gwresog i Glenys a Guto Roberts ar ddathlu eu priodas aur ar Ragfyr 29ain.

Ethol Cadeirydd Newydd
Yng nghyfarfod mis Ionawr o Fwrdd y Cyfarwyddwyr a gynhaliwyd dros Zoom fe etholwyd Edwyn Evans yn Gadeirydd y Bwrdd. Talodd deyrnged i'w ragflaenydd Eluned Davies-Scott am ei harweiniad doeth dros y ddwy flynedd ddiwethaf. Diolchodd hefyd i'r aelodau am y fraint ac am eu hymddiriedaeth ynddo. Dymunwn yn dda i Edwyn yn ystod ei dymor fel Cadeirydd.

Ethol Aelodau Newydd i fwrdd y Cyfarwyddwyr
Etholwyd pedwar aelod newydd i Fwrdd y Cyfarwyddwyr yn y Cyfarfod Blynyddol ddiwedd Tachwedd, sef Hefin Gruffydd, Bethan Guilfoyle, Helen Middleton ac Iwan Rowlands. Dymunwn yn dda i'r pedwar aelod newydd.

Cydymdeimlo
Estynnwn ein cydymdeimlad diffuant i deulu Margaret Clarke a fu farw yn ddiweddar. Margaret a fu'n ddigon caredig i gyflwyno'r piano, y "baby grand" yn rhodd i'r capel cyn iddi symud i lawr i Riwbeina i fyw.

Brysiwch Wella
Dymunwn adferiad iechyd buan i Siencyn Griffiths a Carol Williams sydd wedi derbyn triniaeth yn yr ysbyty cyn y Nadolig.

"Dechrau Canu Dechrau Canmol"
Ar Dechrau Canu Dechrau Canmol nos Sul Ionawr 17eg bu Nia Roberts yn sgwrsio gyda Carol Hardy un o aelodau'r Tabernacl. Bu Carol yn sôn am ei brwydr i drechu ei chaethiwed i alcohol. Hanes o obaith a chariad gyflwynodd carol i'r gwylwyr. Soniodd fel y cafodd ail-gyfle drwy ei ffydd yn Nuw ar ôl dioddef cyfnod tywyll iawn yn ei bywyd. Ffilmiwyd rhan o'r cyfweliad ger yr arfordir yn Southerndown lle cafodd Carol ei hysbrydoli drwy dreulio amser ar ei phen ei hun yno mewn tawelwch.

Mae hi bellach wedi gwella ac yn defnyddio ei phrofiadau i helpu eraill drwy gynnig cymorth a chariad yng Nghanolfan Adfer y 'Stafell Fyw' yng Nghaerdydd.

Llys Apêl yn penderfynu o blaid y Cyngor.

Er fawr siom i ymgyrchwyr, cyhoeddodd y Llys Apêl ym mis Rhagfyr fod cynlluniau Cyngor Rhondda Cynon Taf i ad-drefnu ysgolion Pontypridd yn gyfreithlon. Oherwydd hyn mae'r Cyngor yn bwriadu gweithredu i adeiladu ysgol Gymraeg newydd yn Heol y Celyn a chau Ysgol Pont Siôn Norton. Ond mae'r ymgyrchwyr am barhau yn eu hymgais i wella'r ddarpariaeth addysg Gymraeg yng ngogledd Pontypridd drwy bwyso ar Lywodraeth Cymru i wrthod y cynlluniau ac ystyried cynlluniau eraill.

Mae'r Cyngor wedi cyhoeddi cynlluniau i ehangu addysg Gymraeg yn ei Gynllun Strategol Cymraeg mewn Addysg. Cafodd 18.8% o ddisgyblion eu haddysg trwy gyfrwng y Gymraeg yn Rhondda Cynon Taf yn ystod 2020 ac mae gan fwyafrif ysgolion cynradd Cymraeg Rhondda Cynon Taf leoedd yn weddill, gyda 28.1% o leoedd yn y sector yma.

Mae'r Cyngor wedi ymrwymo i fuddsoddi £3.69 miliwn yn Ysgol Gynradd Gymraeg Aberdâr gan ddarparu 48 lle ychwanegol ac wedi mynd ati i sefydlu Ysgol Garth Olwg fel ysgol 3-19, sy'n galluogi'r ysgol gynradd i ehangu i'r gofod dros ben sydd ar gael yn y sector uwchradd. Y bwriad yw cynyddu maint Ysgol Gynradd Dolau i ddarparu 540 o leoedd mewn ymateb i ddatblygiadau tai lleol, tra bydd capasiti Ysgol Gynradd Penderyn yn cynyddu ym mis Medi 2021 pan fydd yn dod yn ysgol Gymraeg yn unig. Mae'r Cyngor hefyd wedi ymrwymo i adeiladu ysgol gynradd Gymraeg newydd ar safle Ysgol Gynradd Heol y Celyn, gyda buddsoddiad arfaethedig o £10.7 miliwn.

Mae cynyddu ansawdd ac argaeledd darpariaeth cyfrwng Cymraeg blynyddoedd cynnar, wedi'i chydleoli mewn ysgolion cynradd, hefyd wedi bod yn flaenoriaeth - gyda £4 miliwn wedi'i fuddsoddi'n ddiweddar. Mae'r buddsoddiad yn cynnwys darparu lleoliad gofal plant a Dechrau'n Deg yn Ysgol Llanhari. Hefyd bydd Ysgol Gynradd Gymraeg Evan James, Ysgol Gynradd Gymraeg Ynys-wen, Ysgol Gynradd Dolau ac Ysgol Gynradd Gymraeg Llantrisant yn elwa o gyfleusterau newydd ac ailfodelu ar gyfer darpariaeth gofal plant a / neu Dechrau'n Deg ychwanegol.

Mae'r adroddiad hefyd yn amlinellu buddsoddiad diweddar mewn Addysg Cyfrwng Cymraeg trwy Raglen Gyfalaf y Cyngor - gan gynnwys adnewyddu, ailfodelu ac adeiladau newydd. Mae enghreifftiau allweddol o brosiectau a gyflwynwyd yn ddiweddar yn cynnwys gwaith yn Ysgol Gynradd Gymraeg Tonyrefail ac Ysgol Gynradd Gymraeg Llwyncelyn.

PENTYRCH

Gohebydd Lleol:
Marian Wynne

Cydymdeimlad
Siom fawr oedd clywed y newyddion trist am farwolaeth Don Llewellyn - un o gymeriadau amlwg Pentyrch fel y gwelwn wrth ddarllen teyrnged Huw Llywelyn iddo. Estynnwn ein cydymdeimlad dwys i Avril, Ceri a Gwynfor a'u teuluoedd.

Pen-blwydd Pwysig
Mae dau o Faes y Sarn wedi dathlu penblwyddi pwysig iawn yn ddiweddar!

Llongyfarchiadau i Ken Evans wedi iddo ddathlu ei benblwydd yn 80 ac i Cyril Hughes ar gyrraedd ei 90. Ymlaen at y 100!

Genedigaeth
Cafodd Morus Ifan ei eni ar Ragfyr 3ydd yn fab i Rosanna ac Ifan ac yn ŵyr i Joy ac Eifion Glyn, Penywaun. Mae ei chwaer fawr Besi Ann wrth ei bodd. Llongyfarchiadau iddynt a dymunwn yn dda i'r teulu bach sydd wedi symud yn ddiweddar i Waelod y Garth. Mae Taid a Mam-gu yn mynd i fod yn brysur iawn!

Swydd Newydd
Mae Sara Pickard yn cymryd hoe o'i gwaith gyda Mencap Cymru ac wedi derbyn swydd gyda Llywodraeth Cymru fel Pencampwr Cyflogaeth Pobl ag Anableddau. Nod y swydd yw gweithio gydag arweinwyr busnes i geisio'u hysbrydoli i gyflogi mwy o bobl ag anableddau. Fe fydd Sara yn gweithio yn adran Dyfodol Llewyrchus.

Mae ei chyfnod gydag Inclusion International wedi dod i ben, felly bydd llai o deithio tramor, ond mae'r cyfle newydd yma yn gyffrous iawn gyda'r posibilrwydd o wneud gwahaniaeth i bobl llai breintiedig yma yng Nghymru. Dymunwn bob llwyddiant i Sara yn ei swydd newydd a phwysig.

Doethuriaeth
Llongyfarchiadau gwresog hefyd i Bethan Pickard ar ennill ei Doethuriaeth. Mae Bethan yn arwain adran Therapi Celf Creadigol ac yn darlithio ar y cwrs MA Therapi Cerdd ym Mhrifysgol De Cymru. Felly mae'n gyfnod hapus o ddathlu llwyddiant i deulu Pickard!

Dymuniadau Da
Mae pawb yn falch iawn bod Carol Penri yn cryfhau wedi ei llawdriniaeth cyn y Nadolig. Dymunwn adferiad buan a llwyr i ti Carol.

Mae'n dda gwybod hefyd bod Bethan, Iwan a Manon Griffiths wedi gwella wedi iddynt ddiodde o'r Covid cyn y Nadolig.

Petai Waliau'n Gallu Siarad
Un o uchafbwyntiau rhaglen Clwb y Dwrlyn oedd y teithiau cerdded blynyddol i Went yng nghwmni'r dihafal Frank Olding. Er y bu'n rhaid canslo'r daith oedd i ddigwydd haf diwethaf cafwyd cyfle i ail fyw peth o'r wefr o gerdded o gwmpas waliau'r Rhufeiniaid yng Nghaerwent yn ei gwmni ar raglen Cofio BBC Cymru gyda John Hardy. A ninnau'n gaeth yng nghanol cyfnod clo, braf oedd cael rhannu o wybodaeth a brwdfrydedd Frank. Edrychwn mlân at daith go iawn yn y dyfodol wedi i bawb dderbyn y brechlyn.

I gofio
Don Llewellyn, Pentyrch
[Mab y Garth]
(bu farw 16eg o Ionawr 2021)

Un deigryn o edmygedd
Dry'n ddafnau ar y llechwedd
Mae'r si ar led fod Mab y Garth
Yn nhir y parth yn gorwedd.

I'w deulu bu yn darian
I'w dylwyth, gŵr o anian;
Er mudan mwy, nid angof ef,
Mewn tangnef mwy'r ymddiddan.

Rhodri-Gwynn Jones

DON LLEWELLYN

Go brin bod neb erioed wedi gwneud mwy o gyfraniad i fywyd y pentre a'r gymuned yma ym Mhentyrch na Don Llewellyn, a fu farw'n drist o sydyn yn ddiweddar yn 87 mlwydd oed. A'r cyfraniad hwnnw wedi dod mewn cymaint o wahanol feysydd a chyfeiriadau.

I lawer iawn o bobl, Don yr hanesydd gaiff ei gofio fwya - roedd ei frwdfrydedd amlwg wrth gasglu hen straeon, dogfennau, lluniau ac erthyglau am yr ardal yn heintus - ac roedd wrth ei fodd yn cael rhannu'r wybodaeth honno yn ei ffordd gynnes, llawn hiwmor gyda chymaint o wahanol gymdeithasau oedd yn ei wahodd i gynnal noson ddifyr yn eu cwmni. Fe oedd Cadeirydd Cymdeithas Hanes Pentyrch ac yn benna gyfrifol am gylchgrawn y "Garth Domain " fu hefyd yn gyfrwng i gyflwyno'r hanes hwnnw i bobl y fro dros y degawd diwetha. Cyhoeddodd ddwy nofel sy'n croniclo'i atgofion o gyfnod ei blentyndod yn y pentre, ac mae'r gyfrol a luniodd e ar y cyd gyda'i frawd Arthur i ddathlu canmlwyddiant y clwb rygbi yn glasur o'i fath. Nid ffeithiau sych ac ystadegau, ond darlun o'r gymdeithas dros y blynyddoedd, gyda'r cymeriadau lliwgar a'r hanesion difyr yn dod yn fyw yn ei ddisgrifiade. Ac roedd yn un o bileri'r achos ar Faes y Dwrlyn - yn gyn gapten a Llywydd ar Glwb Rygbi Pentyrch. Bu hefyd yn rhan o'r tîm sefydlodd yr Amgueddfa yn swyddfeydd Cyngor Cymuned Pentyrch, a fydde dim Neuadd Bentre ysblennydd gyda ni ym Maes y Sarn onibai am ei ymdrechion e a'i ffrind mawr Norman Follis nôl yn y 1970au.

Dileit mawr arall oedd yr ardd - roedd honno'n bictiwr - yn ffrwydro yn lliwie llachar y blode bob Gwanwyn - enillodd wobr am ardd hardda'r brifddinas rai blynyddoedd

Mewn cyflwyniad ar Hanesion Y Garth yn Nhabernacl Efail Isaf Ionawr 2020.

yn ôl, ac roedd yn un o sylfaenwyr penwythnos "Gerddi Agored Pentyrch".

Ond i ni falle taw ei gyfraniad i'r Gymraeg oedd y fwya gwerthfawr o'r cwbwl. Ar ôl ail gydio yn yr iaith, bu'n brwydro'n gyson i'w chynnal yn y gymuned mewn cyfnod pan oedd dan fygythiad; yn ymhyfrydu yn y dafodiaith leol gyfoethog. Fel y dywed Penri mewn teyrnged hyfryd ar wefan y pentre, "Gwnaeth gyfraniad enfawr i fywyd Cymraeg yr ardal. Roedd ei deithiau hanesyddol o gwmpas y fro yn agoriad llygad a'i straeon yn llawn hiwmor yn ei Wenhwyseg orau."

O ran ei waith bob dydd, cafodd yrfa ddisglair yn y byd teledu, fel golygydd ffilm i ddechre gyda HTV cyn symud ymlaen i fod yn gynhyrchydd a chyfarwyddwr arbennig o ddawnus ac uchel ei barch, gan fod yn gyfrifol am lawer iawn o gyfresi a rhaglenni dogfen o bedwar ban byd. Enillodd wobre lawer - gan gynnwys sawl BAFTA am ei waith. Yn amlwg, roedd hynny'n achos balchder mawr iddo.

Ond o'i nabod, rwy'n rhyw led dybio falle bod cael ei gydnabod gan ei gymuned a'i genedl wedi golygu mwy fyth iddo - cael ei wneud yn Rhyddfreiniwr yn ddiweddar gan y Cyngor Lleol, a'i Urddo i'r Orsedd yn Eisteddfod Genedlaethol Caerdydd yn 2018 - nid yn gymaint am ei waith yn y byd teledu, ond am ei gyfraniad arbennig yn ei Filltir Sgwâr. Ar ôl hir bendroni, penderfynodd ar "Don - Mab y Garth" yn enw barddol. Hollol gymwys ac addas. Ond rwy'n siwr y bydde pawb ohonon ni sy'n ymwybodol o'r dylanwad hwnnw yma yn y pentre yn cytuno y bydde "Don - Pendefig Pentyrch" wedi bod yr un mor addas a theilwng i Don - y cymeriad a'r cymwynaswr.

Don fu'n arwain Gwyn Erfyl o gwmpas y fro mewn rhaglen arbennig o Dan Sylw yn 1971.

Brynhawn Gwener Chwefror 12ed y bydd yr angladd, am 14.45 yng Nghapel y Wenallt yn yr Amlosgfa. Bydd yn gadael cartre Don yn Hewl y Mynydd am 2.00 p.m gan ymlwybro'n araf lawr drwy'r pentre at y maes parcio yn y Clwb Rygbi lle gall pawb o'i gyfeillion a'i gydnabod gwrdd i ddweud ffarwel, i dalu teyrnged a dangos eu gwerthfawrogiad o'r ffordd y mae wedi cyfoethogi bywyd pob yr un ohonon ni fu'n ddigon ffodus i gael ei adnabod. Bydd yn ddiwrnod emosiynol i bawb, ond, yn naturiol, i'r teulu yn fwy na neb, ac rydyn ni'n estyn ein cydymdeimlad i Avril, i Ceri a Gwynfor a'r wyrion a'r gor-wyrion i gyd. Bydd yn gadael bwlch mawr ar ei ôl.

Huw Llywelyn Davies

Don yn cyflwyno hanes Gwaelod y Garth i aelodau Clwb y Dwrlyn yn 2007

LLANTRISANT PONTYCLUN MEISGYN

Gohebydd y mis: Sara Davies

Groes-faen Gwyrdd

Sefydlwyd Groes-faen Gwyrdd ym mis Medi 2020, gyda'r bwriad o dynnu trigolion y pentref at ei gilydd i feithrin ysbryd cymunedol a gwella amgylchedd y pentref. Bellach, crewyd gardd fach yng nghanol y pentref er mwyn denu adar a phryfed. Yn ogystal, plannwyd bylbiau a llwyni ar ddarn o dir diffaith.

Yn ystod cyfnod y Nadolig, gyda chymorth y Cyngor Cymuned, codwyd dwy goeden Nadolig gyda goleuadau arnynt. Hefyd daeth pedwar corrach direidus atom i fod yn ran o'r hwyl.

Mae cynlluniau ar gyfer y dyfodol yn cynnwys gweithgareddau i blant a theuluoedd wedi'r pandemig. Bydd cyfle hefyd i gymryd rhan yn y cynllun 'tin ar y wal' i gasglu nwyddau i gefnogi'r Banciau Bwyd Lleol.

Dosberthir cylchlythyr yn rheolaidd i drigolion y pentref ac mae croeso mawr i unrhyw un sy'n dymuno bod yn rhan o'r prosiect.

Neuadd y Dref Llantrisant

Dechreuodd y llynedd yn llawn gobaith am flwyddyn lwyddiannus arall. Ers yr agoriad ym mis Awst 2019, cafwyd llu o weithgareddau llwyddiannus a daeth dros 4,000 o ymwelwyr i'r Neuadd yn ystod y cyfnod byr hwnnw. Yna daeth y pandemig ac roedd yn rhaid cau. Llwyddwyd i ail-agor am gyfnod.

Mae angen tua £35,000 o bunnau er mwyn cynnal y Neuadd ac yn ddi-os oherwydd tri chyfnod clo yn ystod 2020, mae'n amlwg fod yr incwm a geir drwy'r gwahanol weithgareddau a gynhelir fel arfer wedi'i effeithio'n fawr.

Mae Ymddiriedolaeth y Neuadd yn gofyn am gefnogaeth drwy gynnig aelodaeth blynyddol am £20.00. Hefyd gall unigolion fod yn Noddwyr am £100.00 y flwyddyn. Ceir mynediad i ddigwyddiadau cyfyngedig a gwahoddiadau i achlysuron pwysig. Am fwy o wybodaeth: info@llantrisantguildhall.co.uk

Dyma'r wefan: www.llantrisantguildhall.co.uk

Prosiect Hanesyddol Llafar

Datblygir y prosiect hwn yn 2021. Gwahoddir aelodau'r cyhoedd i rannu eu hatgofion am yr hen bentref, gan gynnwys ffeithiau am y siopau, tafarndau, digwyddiadau, partion, swyddi a'r bobl. Bydd y recordiau a wneir yn cael eu cofnodi fel rhan o Cofrestr Archifol Neuadd y Dref.

Gohebydd mis nesa': Eluned Davies-Scott

Gwella Cyffordd Tonysguboriau

Mae Cyngor Rhondda Cynon Taf yn cychwyn ar gynllun i uwchraddio'r goleuadau traffig ar yr A4119 ger Tesco Tonysguboriau. Bydd mesurau rheoli traffig ar waith yn ystod y ddau ddydd Sul olaf ym mis Ionawr a bydd pythefnos o waith yn digwydd ym mis Chwefror.

Bydd y cynllun yn gosod goleuadau traffig newydd yn y lleoliad yma ar yr A4119 Heol Talbot, i ddarparu dilyniant golau mwy effeithlon wrth y gyffordd brysur a gwella llif y traffig. Bydd y gwaith yn digwydd o amgylch y fynedfa i'r archfarchnad, a bydd angen cau lonydd o bryd i'w gilydd, yn ogystal â rhoi mesurau rheoli traffig ar waith.

Bydd y gwaith yn digwydd ar yr adegau canlynol (os bydd y tywydd yn caniatáu hynny): Dydd Sul, 7 Chwefror (8am) i ddydd Llun, 8 Chwefror (8am), cau lonydd/dargyfeirio traffig. Dydd Llun, 8 Chwefror i ddydd Sul, 21 Chwefror (8am-10pm bob dydd), signalau traffig tair ffordd ar gyfer gweddill y cynllun.

Bydd y dargyfeiriadau yn annog gyrwyr i ddefnyddio mynedfa'r parc siopa er mwyn mynd i mewn i'r ardal a'i gadael - a hynny er mwyn osgoi'r ardal waith wrth y goleuadau traffig ger Tesco. Mae modd i yrwyr hefyd gael eu dargyfeirio i'r gyffordd nesaf er mwyn gallu gwneud tro pedol a defnyddio'r fynedfa i Tesco sydd ar ochr arall y ffordd gerbydau.

Mae'r Cyngor yn annog gyrwyr i gadw hyn mewn cof a neilltuo amser ychwanegol ar gyfer gwneud teithiau lleol tra bo'r gwaith yma'n mynd rhagddo. Disgwylir i'r gwaith sy'n gofyn am gau lonydd ddigwydd ar benwythnosau neu dros nos er mwyn tarfu cyn lleied â phosibl.

Cafodd buddsoddiad gwerth miliynau o bunnoedd ei wneud i wella Cylchfan Tonysguboriau yn 2017, ac fe gafodd goleuadau traffig Tonysguboriau eu gwella yn rhan o gynlluniau yn 2018 a 2019. Mae'r Cyngor hefyd wedi ymrwymo i ddyblu 1.5km o'r A4119 rhwng Coed-elái ac Ynysmaerdy yn y dyfodol, ar ôl neilltuo £7.48 miliwn i'r cynllun hyd yn hyn a sicrhau cyllid o £1.33m gan Lywodraeth Cymru.

Diogelwch Cerddwyr Llantrisant

Mae Cyngor Rhondda Cynon Taf yn gwahodd trigolion i ddweud eu dweud ar gynigion diogelwch ar y ffyrdd ar gyfer Llantrisant. Byddai'r cynigion yma'n helpu i fynd i'r afael â phryderon a godwyd gan drigolion ynghylch lefel a chyflymder y traffig sy'n teithio trwy'r dref.

Gan ddefnyddio cyllid gan Lywodraeth Cymru, byddai'r cynllun Llwybrau Diogel mewn Cymunedau arfaethedig yn cyflwyno terfyn cyflymder o 20mya mewn ardaloedd preswyl yn Llantrisant ac yn lleihau'r terfyn cyflymder ar Gomin Llantrisant i 30mya. Cynigir mesurau gostegu traffig ychwanegol hefyd, ynghyd â therfyn pwysau 7.5 tunnell ar gyfer cerbydau – ar wahân i'r rhai sydd angen mynediad i eiddo lleol.

Mae'r hysbysiad cyhoeddus ar gyfer y cynigion yn cychwyn ar 18 Ionawr, ac mae rhaid i'r rheiny sydd â diddordeb mewn rhannu eu barn wneud hynny erbyn dydd Llun, 8 Chwefror. Mae cynlluniau manwl ar gael ar wefan y Cyngor www.rctcbc.gov.uk/traffig.

Ysgol Creigiau

YMWELYDD PWYSIG!
Cyn i ni gau ar gyfer gwyliau'r Nadolig mwynheuodd y disgyblion barti Nadolig yn eu dosbarthiadau. Cawsant gyfle i wisgo siwmperi Nadolig a dillad parti. Yn ystod y prynhawn cyrhaeddodd ymwelydd arbennig yr ysgol - syrpréis i'r disgyblion a'r staff! Cafodd y disgyblion i gyd anrheg fechan - diolch Siôn Corn!

AHOI BLANTOS!
Ym mis Rhagfyr mwynheuodd y disgyblion bantomeim a gweithdy rhithwir gan Asiantaeth Safonau Bwyd yng Nghymru er mwyn codi ymwybyddiaeth o hylendid a diogelwch bwyd.

SIALENS DDARLLEN YR HAF
Daeth llyfrgellydd o Lyfrgell Radur â thystysgrifau, medalau a pheniau i'r ysgol ar ddiwedd y tymor ar gyfer y disgyblion a gymerodd ran yn Sialens Ddarllen yr Haf. Da iawn blantos!

PERFFORMIADAU NADOLIG
Ar ddiwedd y tymor recordiwyd pob un dosbarth yn perfformio eitem Nadoligaidd. Lanlwythwyd pob perfformiad i Grŵp Teams y Dosbarth. Roedd teuluoedd y disgyblion wrth eu boddau yn eu gwylio!

DYSGU O ADREF
Ers dechrau Tymor y Gwanwyn mae'r disgyblion wedi bod yn dysgu o adref. Rydyn ni'n falch iawn ohonynt a'r ffordd maen nhw wedi addasu i'r ffordd newydd hon o weithio mor gyflym. Diolch o galon i'n holl rieni/ofalwyr am gefnogi eu plant gyda'u dysgu yn ogystal ag ymdopi gyda'u hymrwymiadau gwaith eu hunain. Gwaith tîm arbennig – diolch.

Papurau Bro Cymru

Mae cynrychiolwyr papurau bro Cymru gyfan yn cwrdd unwaith y flwyddyn i drafod materion ariannol a dulliau cydweithio dan ofal y Mentrau Iaith. Oherwydd y cyfyngiadau eleni, cynhaliwyd y cyfarfod ar ZOOM ar 17 Rhagfyr. Y gŵr gwadd oedd y darlledwr Huw Edwards a fu'n sôn am ei brofiadau fel newyddiadurwr ifanc. Pwysleisiodd y diddordeb parhaol mewn newyddion a materion lleol a phwysigrwydd y papurau bro yn y maes hwn. Yn y cyfarfod hefyd, adroddwyd bod gwefan y papurau bro am gael ei lansio ar 1 Mawrth 2021. Bydd manylion holl bapurau bro Cymru – dros hanner cant ohonynt – yn ymddangos arni. Bydd gan y wefan hefyd fewnrwyd ddefnyddiol lle y gall y papurau bro rannu syniadau a chynnwys.

Curo'r Corona'n Coginio

Eluned Davies-Scott

Ychydig o gyngor ar ddechrau'r flwyddyn

Rydyn ni wedi gweld llawer o wybodaeth gamarweiniol am faeth ac imiwnedd yn ddiweddar ac fel dywedodd Dr Sara Stanar, Cyfarwyddwr Gwyddoniaeth Sefydliad Maeth Prydain (BNF) does dim bwled hud yn y diet ein hatal rhag cael COVID-19.

Mae'n bwysig ein bod yn dilyn cyngor a chyfarwyddiadau a roddir gan ffynonellau dibynadwy fel gwefannau Sefydliad y Galon, Sefydliad Dieteg a'r Sefydliad Maeth a GIG(NHS). Heblaw am rai eithriadau, os ydym yn dilyn diet cytbwys, does dim angen i ni wario arian ar brynu tabledi fitaminau.

Yn ddiweddar, dangosodd astudiaeth gan yr Asiantaeth Safonau Bwyd ein bod ar gyfartaledd yn cael yr holl lwfans dyddiol a argymhellir o fitaminau o'n bwyd a diod arferol. Ac os oes digon o bob fitamin yn eich corff eisoes, ac ni all cymryd pils fitamin atodol roi 'hwb' na rhoi unrhyw fudd iechyd i chi. Fel y gwyddoch mai dau fath o fitamin: toddadwy mewn dŵr (fel fitamin C a fitaminau B), a hydawdd braster (fel fitaminau A & D). Os oes gan eich corff ddigon o'r fitaminau sy'n hydoddi mewn dŵr eisoes, yna pan gymerwch fwy, cânt eu hidlo'n syth i'ch wrin. Ni allwch 'hybu' eich lefelau fitamin heibio i 'ddigon'. Gyda'r fitaminau sy'n hydawdd mewn braster, cânt eu storio yn eich braster a lleoedd fel yr afu, ac os cymerwch ddogn ychwanegol mawr gallwch chi orddos arnynt.

Beth am yr eithriadau? Efallai y bydd angen fitamin B12 atodol ar lysieuwyr ac mae fitamin D yn brin yn niet y mwyafrif ohonom gan nad yw'n bresennol mewn ystod eang o fwydydd. Mae'n cael ei ffurfio yn y corff pan rydyn ni'n agored i olau'r haul, ac yn y DU nid ydym yn cael digon o olau haul yn enwedig yn y gaeaf ac oherwydd efallai ein bod wedi bod y tu fewn yn fwy na'r arfer yn ddiweddar. Felly dylem ystyried gymryd tabledi fitamin D. Yr argymhelliad yw cymryd 10 micro gram (400 IU) o fitamin D y dydd rhwng mis Hydref a dechrau mis Mawrth i gadw'r esgyrn a'ch cyhyrau'n iach. Gallwch hefyd gael fitamin D mewn bwydydd fel pysgod olewog, porc, iau, melyn wy, madarch, tofu a bwydydd caerog fel rhai grawnfwydydd brecwast (ond gofalwch - mae rhai ohonynt yn uchel mewn siwgr hefyd), dewisiadau amgen i laeth fel Alpro a thaeniadau braster fel Flora (edrychwch ar y labeli!).

Gall y cloi cenedlaethol diweddaraf - ar ben y felan arferol ym mis Ionawr - gael effaith niweidiol ar iechyd meddwl a lles y genedl. Er nad oes un bwyd neu ddiod a all roi hwb i'ch hwyliau, mae ymchwil yn dangos y gall cynnal diet iach a ffordd o fyw helpu i gefnogi iechyd corfforol a meddyliol da. Dyma'r awgrymiadau a roddir gan y BNF:

Cynlluniwch ymlaen llaw: Nid oes raid i chi gadw at gynllun bwydlen gymhleth, ond bydd nodi syniadau ar gyfer prydau bwyd ar gyfer y diwrnod neu ddau nesaf yn eich helpu i drefnu'r hyn sydd ei angen arnoch, heb y straen o orfod meddwl bob amser am beth i gael pob amser bwyd. Os ydych gartref fel teulu, beth am gael pawb i gymryd rhan wrth benderfynu beth yr hoffech ei fwyta?

Cadwch batrwm prydau bwyd rheolaidd:
Gydag ysgolion ar gau a mwy yn gweithio gartref , mae hyn yn gallu tarfu ar ein harferion arferol. Efallai y bydd cadw i fyny amser bwyd rheolaidd yn helpu i ychwanegu rhywfaint o normalrwydd ac yn eich annog i fwyta prydau cytbwys yn lle pori ar beth bynnag sydd gennych chi yn y cypyrddau.

Defnyddiwch fwydydd a chynhwysion wedi'u paratoi ymlaen llaw i wneud bywyd yn haws: Nid oes unrhyw beth o'i le â defnyddio rhai bwydydd parod i'ch helpu i roi prydau cyflym, iach at ei gilydd. Gall sawsiau parod, nwdls coginio cyflym, pysgod wedi'u rhewi neu godenni o reis wedi'u coginio ymlaen llaw helpu i arbed amser ac ymdrech. Gwnewch yn siŵr eich bod yn ychwanegu llysiau pryd bynnag y gallwch - gall defnyddio llysiau tun neu wedi'u rhewi fel pys, india-corn neu sbigoglys eich helpu i gwrdd â'ch 5 Y DYDD heb y drafferth. Gallech hefyd geisio rhoi llysiau wedi'u rhewi neu mewn tun at ei gilydd i wneud cawl llysiau cyflym. Mae ffrwythau wedi'u rhewi yn gyfleus hefyd ar gyfer pwdinau syml neu ar gyfer brecwast.

Defnyddiwch gynhwysion y cwpwrdd: Mae cynhwysion fel pysgod tun, ffa tun, tomatos tun a ffacbys yn iach ac yn ddefnyddiol ar gyfer cinio cyflym, e.e. gyda thatws pob microdon neu mewn saws pasta. Gall ffa ar dost hefyd fod yn bryd cyflym gwych a, gyda thost gwenith cyflawn, gallant ddarparu mwy na thraean o'ch cymeriant ffibr argymelledig ar gyfer y diwrnod.

Chwilio am byrbryd cyflym a maethlon? Gall byrbryd iach gynnwys: menyn cnau daear ar gracyrs, cacennau reis gyda chaws, iogwrt braster isel gyda ffrwyth o'r rhewgell, cnau heb halen, ffrwythau neu rai ffyn llysiau y gallech fod wedi'u torri ymlaen llaw yn yr oergell.

Yfwch ddigon: Gall pob diod di-alcohol, gan gynnwys te a choffi, helpu i'ch cadw'n hydradol ond dŵr yw'r dewis gorau bob amser a cheisiwch gyfyngu ar ddiodydd llawn siwgr.

Nid diet iach yn unig sy'n bwysig - mae cadw'n egnïol, cysgu'n dda a chymryd peth amser allan i chi'ch hun i gyd yn bwysig i'n helpu ni i ymdopi yn yr amseroedd anodd hyn.

Gofalwch am y rhai yn eu harddegau:
Mae blynyddoedd yr arddegau yn amser pwysig ar gyfer twf a datblygiad, sy'n golygu ei bod hi'n arbennig o bwysig bwyta'n dda. Dylai pobl ifanc ddechrau'r diwrnod gyda brecwast iach fel grawnfwyd grawn cyflawn neu dost, a dylent geisio cadw at brydau bwyd rheolaidd. Gall byrbrydau iach helpu i gadw lefelau egni i fyny hefyd.

Gwnewch baratoi bwyd yn rhan o addysg y teulu i gyd wrth gynllunio a choginio gyda'ch gilydd. Mae llawer o adnoddau da ar gael, dyma rai:

foodafactoflife.org am rysetiau a gweithgareddau ar gyfer gwahanol oedrannau.

Coginio Gyda'n Gilydd – Ryseitiau a Chyd-goginio – ychwanegir mwy bob dydd: https://www.cookingtogether.co.uk/recipe-hwb

Caru Bwyd Casáu Gwastraff – Syniadau gwych ar gyfer bwyd sydd dros ben: https://www.lovefoodhatewaste.com/

Top Marks – Dolenni i weithgareddau'n ymwneud â bwyta'n iach: https://www.topmarks.co.uk/Search.aspx?q=healthy%20eating

Veg Power – 'Cael eich plant i fwyta mwy o lysiau'. Mae gan y wefan adnoddau sy'n cynnwys lawrlwythiadau, siartiau gwobrau, cynlluniau gwersi gyda thaflenni gwaith a gweithgareddau y gellir eu hargraffu. https://vegpower.org.uk/downloads

Rysait Tudalen 9 >

Dyma rysait **Crymbl Pysgod** Jack Monroe sy'n gyflym, defnyddio cynhwysion o'r cwpwrdd bwyd ac yn uchel mewn fitamin D.

2 llwy fwrdd olew
2 llwy fwrdd blawd plaen
350ml llaeth
4 llwy fwrdd caws wedi gratio
1 llwy de mwstard
Halen a phupur
1 x 125g tun mecryll
1 x 145g tun tiwna
1 x 290g tun o bys neu rhai wedi rhewi
1 x 300g tun moron wedi ei sleisio
1 llwy fwrdd o sudd lemwn
2 sleisen o fara
ychydig o bersli

Gwneud y saws caws yn gyntaf trwy gynhesu'r olew mewn sosban dros wres isel yna ychwanegu'r blawd i wneud past trwchus. Ychwanegu'r llaeth tipyn bach ar y tro a'i guro yn dda. Ychwanegu'r caws a'r mwstard a gadael i'r caws doddi dros wres isel a dod a'r saws i'r berw.
Cynhesu'r ffwrn i 180C/160C ffan/ Nwy 4
Draenio'r mecryll, tiwna, pys a moron yna ei ychwanegu i'r saws gyda'r sudd lemwn. Ychwanegwch sesnin.
Rhoi'r cymysgedd mewn dysgl bas a'r bara wedi ei dorri'n ciwbiau bach neu wedi ei wneud yn friwsion.
Coginio'r crymbl am 15-20 munud a gweiniwch gyda 'ychydig o bersli fel garnais.

Gwynfor

Mae Alaw Glesni-Griffiths wedi agor shop nwyddau kitsch ar wefan shopgwynfor.com. Ymhlith yr eitemau diddorol sydd ar werth mae clust-dlysau a mwclis a gweithiau celf. Mae Alaw yn fyfyrwraig celf gain a cychwynnodd gynhyrchu'r nwyddau yn 2020. Gyda chymorth ei mam a chwaer mae Alaw wedi creu dewis eang sydd ar gael ar ei gwefan.

Uchafbwyntiau gyrfa'r gohebydd chwaraeon Gareth Blainey

Erthygl a gyhoeddwyd gyntaf ar BBC Cymru Fyw.

Mae hi'n ddiwedd cyfnod i BBC Cymru wrth i Gareth Blainey o Bontypridd adael yr adran chwaraeon fel aelod o staff.

Mae'r gohebydd wedi bod yn llais cyfarwydd am dros dri degawd, yn arbennig wrth drafod pêl-droed a snwcer.

O Mark Williams yn noeth i rai o gemau pêl-droed mwyaf cofiadwy Cymru, mae Gareth yn rhannu rhai o'i atgofion o'i gyfnod yn y swydd.

Rydw i wedi bod yn hynod o ffodus i gael y cyfle i sylwebu neu ohebu ar nifer o fuddugoliaethau nodedig i dîm pêl-droed Cymru a chlybiau pêl-droed o Gymru yn ystod fy nghyfnod yn Adran Chwaraeon BBC Cymru a ddechreuodd ym mis Medi 1987.

Un o'r prif uchafbwyntiau oedd y wefr o fod yn Stadiwm y Mileniwm yng Nghaerdydd ar noson 16 Hydref 2002. Dyna'r noson y curodd Cymru Yr Eidal o 2-1 yn rowndiau rhagbrofol Pencampwriaeth Ewrop.

Roeddwn i'n rhannu'r sylwebaeth ar Radio Cymru gyda Dylan Griffiths a fi oedd yn ddigon lwcus i allu disgrifio gôl Craig Bellamy a seliodd fuddugoliaeth gampus tîm Mark Hughes dros un o dimau gorau'r byd.

Yn fyw o Wimbledon 2005

Ar y noson gofiadwy 'na yn Stadiwm y Mileniwm fe gurodd Cymru dîm Eidalaidd a oedd yn cynnwys Buffon, Cannavaro, Nesta, Pirlo a Del Piero.

Ar ôl dwy bás gelfydd gan Danny Gabbidon a John Hartson roedd cyffyrddiad cynta Bellamy yn hyfryd wrth iddo redeg i mewn i'r cwrt cosbi a heibio i'r golwr Gianluigi Buffon cyn taro'r bêl i'r rhwyd wag. Roedd hi'n "gôl anhygoel" ym marn yr aelod arall o'r tîm sylwebu, cyn-golwr Cymru Dai Davies ac rydw i'n cytuno'n llwyr.

Roedd y profiad o sylwebu ar gôl Bellamy yn brofiad llawer gwell na'r un ges i wrth holi'r dyn ei hun ar y teledu bum mlynedd yn ddiweddarach. Y fo oedd capten tîm Cymru grafodd fuddugoliaeth o 2-1 yn San Marino yn rowndiau rhagbrofol Pencampwriaeth Ewrop.

Cyn y gêm, oedd ychydig ddyddiau ar ôl yr embaras o golli o 3-1 yng Nghyprus, roedd rheolwr Cymru John Toshack wedi cyhuddo rhai o'r chwaraewyr o ymddwyn fel plant wedi eu sbwylio a phan ofynnais i Bellamy fel capten y tîm am ei ymateb roedd o'n anhapus iawn gyda fy nghwestiwn.

Pleser pur ar y llaw arall oedd holi chwaraewr canol cae Cymru, Joe Allen, ar ôl iddo fo a chwaraewyr eraill Abertawe sicrhau dyrchafiad i Uwch Gynghrair Lloegr. Gwnaethon nhw guro Reading o 4-2 yn rownd derfynol gemau ail-gyfle'r Bencampwriaeth yn Stadiwm Wembley ar 30 Mai 2011.

Yr Elyrch yn creu hanes

Rydw i'n cofio'n iawn mwynhau fy mhaned o de ar yr egwyl gan feddwl ymhen llai nag awr y buaswn i'n sylwebu ar bennod ryfeddol arall yn stori'r Elyrch ar ôl iddyn nhw ddod mor agos at syrthio o Gynghrair Lloegr yn 2003.

Roedd Abertawe ar y blaen o 3-0 ar yr egwyl, ond yn chwarter awr cynta'r ail hanner sgoriodd Reading ddwywaith cyn i Scott Sinclair sgorio ei drydedd gôl o a phedwaredd ei dîm o'r smotyn.

Roedd bod yno y diwrnod hwnnw yn deimlad arbennig i mi oherwydd mai yn Wembley, lai na milltir o'r stadiwm, y bues i'n byw nes oeddwn i'n saith oed tra oedd fy niweddar dad yn weinidog capel Wesle Chiltern Street yn Llundain a fy niweddar fam yn brifathrawes Ysgol Gymraeg Llundain.

Cyfweld â Mark Williams noeth

Ond nid dyna'r uchafbwynt i mi fel sylwebydd neu ohebydd. Y diwrnod mwyaf cofiadwy oedd 7 Mai 2018 - y diwrnod y daeth y Cymro Mark

Darlledu yn 1996

Williams yn Bencampwr Snwcer y Byd am y trydydd tro yn Theatr y Crucible yn Sheffield.

Ar ddechrau'r gystadleuaeth doedd fawr neb yn credu fod gobaith i Williams ei hennill a dywedodd o y buasai o'n mynd i Gynhadledd Newyddion yn noeth tasai o'n llwyddo. Cipiodd y bencampwriaeth ar ôl un o'r rowndiau terfynol mwya dramatig yn hanes y gamp. Ar ôl i Williams fynd ar y blaen o 14-7 daeth ei wrthwynebydd o'r Alban, John Higgins, yn ôl yn gryf i'w gwneud hi'n gyfartal 15-15 cyn i'r Cymro drechu Higgins o 18-16. Am stori!

Roedd Williams yn Bencampwr Y Byd am y tro cynta ers 15 mlynedd a blwyddyn yn unig ar ôl iddo fethu â sicrhau ei le yn y gystadleuaeth drwy golli yn y rowndiau rhagbrofol ac ystyried ymddeol. Cadwodd at ei air a phan gerddodd i mewn i'r ystafell ar gyfer y Gynhadledd Newyddion yr unig beth roedd o'n ei wisgo oedd lliain o amgylch ei ganol.

Roeddwn i'n eistedd y tu ôl i fwrdd oedd â lliain bwrdd hir drosto oedd yn wynebu'r gohebwyr eraill a'r dynion camera a'r ffotograffwyr a welodd neb arall yr hyn welais i.

Wrth imi ofyn y cwestiwn cynta i Williams oedd yn eistedd nesa ata i gadawodd ei liain i syrthio i'r llawr. Dyna ecsliwsif i fi felly, ond mae hi'n deg dweud nad ydw i erioed wedi syllu i fyw llygaid unrhyw berson rydw i wedi ei holi fel y syllais i fyw llygaid Williams am y munudau nesaf...

Gareth yn syllu i fyw llygaid pencampwr y byd 2018, Mark Williams

GILFACH GOCH

Gohebydd Lleol:
Dawn Walters

Er cof am Jenkin Jenkins (Shink)
Hyfryd oedd gweld Stryd Fawr y pentref yn llawn i ffarwelio â Shink ar ei siwrne olaf ar Ragfyr 30. Gweithiodd Shink yn ddi-baid am flynyddoedd i gadw clwb rygbi'r pentref i fynd oherwydd ei gariad tuag at rygbi ac yn enwedig bathodyn Gilfach Goch.

Bu Shink yn chwaraewr, aelod ac ysgrifennydd y clwb a bu hefyd yn gynrychiolydd y Mid District. Hyd yn oed ar ôl i Shink ymddeol o gyfrifoldebau'r clwb doedd e byth yn bell i ffwrdd os oedd angen unrhyw gyngor. Roedd dal i fwynhau ei 2 beint o Worthy a sgwrs gyda'i ffrindiau. Fe oedd y cyntaf i ysgwyd llaw gyda'r dyfarnwr ar ôl gem ar y Welfare Park beth bynnag oedd y canlyniad.

Roedd Shink yn mwynhau ei giniawau yn y Ganolfan Dydd, yn enwedig ar ôl colli ei bartner Mary. Roedd yn dwli dysgu a siarad yr iaith Gymraeg ar bob cyfle.

Cysga'n dawel Shink

Mary a Jenkin

Prosiect Pum Mil Clwb y Bont

Yn dilyn holl drafferthion llifogydd 2020 daeth cyfle i roi gwedd newydd i Glwb y Bont. Yn yr Hydref aeth criw Prosiect Pum Mil ati i roi llwyfan newydd, murlun arbennig gan Sion Tomos Owen a lolfa cyfforddus gyda bar arbennig. Y cymeriad mwyaf hoffus yn ôl Emma Walford, y cyflwynydd, oedd Flicker, aelod o'r pwyllgor, fu'n rhoi ei amser am flynddoedd, ac er nad yw'n siarad Cymraeg mae'n wir mwynhau cymdeithas y clwb. Y gobaith nawr yw y caiff bawb gyfle i ddefnyddio'r adnoddau newydd yn fuan.

Tudur Owen a Dyl Mei sy'n ein tywys drwy hanes Cymru, un cwestiwn ac un pwnc ar y tro. Mae'r gyfrol hon yn dod â'r podlediad poblogaidd rhwng dau glawr.

Mae Tudur Owen a Dyl Mei i'w clywed ar un o raglenni mwyaf poblogaidd Radio Cymru bob prynhawn Gwener a bore Sadwrn. Hwy sy'n gyfrifol am y podlediad poblogaidd 'Dim Rŵan Na Nawr'.

Cyfrol hanfodol i bob Cymro. Popeth mae rhywun angen ei wybod am hanes Cymru wedi'i gyflwyno mewn arddull ysgafn, ddealladwy, ddiddorol.
Cyhoeddwr: Y Lolfa £6.99

Llongyfarchiadau i drefnwyr Eisteddfod Caerdydd am gynnal diwrnod diddorol dydd Sadwrn 24 Ionawr. Daeth llu o gystadleuwyr ac roedd y beiniadaethau yn werth eu clywed. Enillodd Christine James y Gadair am ei cherdd Ffenest. Martin Huws enillodd y gystadleuaeth Llên Meicro. John Meurig Edwards enillodd y gystadleuaeth Adolygiad ac Ifan Roberts enillodd y gystadleuaeth Rhyddiaith Agored - Aur.

Ifan Roberts

Christine James enillydd y Gadair a grewyd gan Geraint Edwards, Pedair Cainc.

Bethlehem
Gwaelod-y-garth

Trefn yr Oedfaon: (rhithiol oni noder yn wahanol)
Mis Chwefror 2021:
7 Chwefror – Oedfa dan ofal y Parchedig R Alun Evans
14 neu 21 Chwefror - Oedfa dan ofal Delwyn Siôn
14 neu 21 Chwefror – Oedfa dan ofal Margaret ac Ifan Roberts
28 Chwefror - Oedfa Gŵyl Ddewi'r Ysgol Sul

Mis Mawrth 2021:
7 Mawrth – Oedfa Gymun dan ofal Delwyn Siôn

---oooOOOooo---

'Rwy'n troi ati i geisio ysgrifennu'r pwt yma o lith union dair wythnos wedi i'r flwyddyn newydd yma ddechrau - ydi mae hi eisoes yn 21ain o Ionawr 2021!

Ac am flwyddyn ydi hi wedi bod yn barod ynte – blwyddyn A, B, C efallai?

Mae'n wir i ddweud nad ydi gafael yr haint ar ein byd wedi newid rhyw lawer ers y flwyddyn ddiwethaf, ond mae gobaith gwirioneddol y bydd y brechlyn sy'n dechrau cael ei rannu yn ein mysg yn fodd o gynnig gwaredigaeth i'n hiechyd corfforol a meddyliol, boed hynny yn ystod tymor y gwanwyn neu'r hydref, yn ôl ein hoedran a'n galwedigaeth.

Yn llythrennol o leiaf, o berthnasedd i gynnwys y neges hon, dyna'r C(ofid) allan o'n ffordd felly!

Rhywbeth arall sydd wedi'n gadael ers troad 2021 ydi Brecsit wrth gwrs - a chytuno neu beidio â'r cam hwnnw, 'rydym mwyach yn byw yn yr oes ôl-Frecsit. Gwn bod y materion sydd o hyd i'w datrys yn brigo yn ddyddiol ymysg gwahanol garfannau o'n cymdeithas, a phryderon mawr yn cael eu mynegi mai ymysg y glo mân yn y cytundeb y cyfyd yr anawsterau a fydd yn llesteirio a suro ein perthynas a
â'n cyfeillion Ewropeaidd dros y blynyddoedd sydd i ddod.

Dyna ni'n daclus felly wedi eithrio C a B o'n gwyddor am eleni!

Ond beth am yr A?

Does dim rhaid ichi ond troi'ch golygon ar draws Fôr yr Iwerydd i weld i ba gyfeiriad y crwydraf y tro yma.

Yn ddi-os yma, yn (Unol Daleithiau'r) America, ar yr 20fed o Ionawr 2021, y gwelwyd y newid mwyaf cynhyrfus ac ysgytwol a deimlwyd drwy'r byd i gyd.

Ar y diwrnod yma y daeth arlywyddiaeth ryfeddol Donald Trump i ben, ac yr urddwyd Joseph R Biden yr Ieuengaf [78 mlwydd oed!] i'r swydd, gyda chymorth Kamala Harries yn ddirprwy iddo.

Roedd i'w deimlo fel petai'r byd i gyd wedi rhoi ochenaid o ryddhad wedi'r seremoni, a Donald ei hun, a'i deulu, wedi dewis peidio â bod yn rhan ohono.

Seremoni oedd yn amlwg wedi ei gwtogi a'i newid oherwydd y cyfyngiadau Cofid, a hefyd fe gofiwn, oherwydd y gyflafan, dan annogaeth Trump medd rhai, a ddigwyddodd ar y 6ed o Ionawr yn y Capitol yn Washington, a democratiaeth ei hun yn y fantol bryd hynny.

Doeddwn i 'rioed wedi clywed am Amanda Gorman cyn yr 20fed o Ionawr, ond y hi, i mi, oedd seren y seremoni, ac yn haeddu'r anrhydedd o gofleidio'r llythyren A yn y pwt yma o ysgrif.

Merch groenddu dwy-ar-hugain oed o Los Angeles, y cyntaf i ddal swyddogaeth fel Bardd Llawryfog (Laureate) Cenedlaethol Ieuenctid yr Unol Daleithiau, yw hi.

Merch oedd, gyda llaw, fel Joe Biden, yn dioddef o atal dweud pan yn blentyn.

Cwblhaodd ei thasg o ysgrifennu ei cherdd ar noson yr ymosodiad ar y Capitol - dyna, yn ol ei geiriau ei hun, pryd y daeth y cyfan yn fyw iddi, a dyna pam mai neges o "undod, cydweithio a chyd-ddyheu" yw ei phrif themâu.

Tybed a fydd ei cherdd yn mynnu'r un math o sylw ac a gafodd "*Breuddwyd*" enwog Martin Luther King yn 1963?

"Y Bryniau a Ddringwn", sef aralleiriad digon trwsgl o "The Hill We Climb" sy'n dilyn [mae'r teitl siŵr o fod yn adlewyrchu araith olaf MLK y diwrnod cyn ei lofruddio yn 1968 "I've been to the Mountaintop"], gan obeithio y bydd modd cyfleu yn Gymraeg, beth o'r angerdd, y dyhead, a pherthnasedd y neges a gyflwynwyd gan Amanda Gorman i'n gwlad ac i'n byd.

---oooOOOooo---

"Americanwyr a'r byd, pan dyr y wawr, gofynnwn i'n hunain o ble y daw'r golau ynghanol y cysgod di-baid?
Er ein colledion, mae môr y mae'n rhaid i ni ei rydio;
A 'rydym wedi gwroli yn safn y bwystfil.
Dysgasom nad tawelwch yw pob heddwch.
Ac nad yw cyfiawnder, o anghenraid, yn deillio o norm amcanion tegwch.

Ac eto y ni sydd berchen y wawr er na sylweddolwn hynny.
Rhywsut 'rydym yn llwyddo
Rhywsut 'rydym wedi goresgyn ac wedi tystiolaethu i wlad heb ei chwblhau, yn hytrach nag un wedi ei chlwyfo.
Y ni, olynwyr y wlad a welodd amser pan fo merch denau groenddu, disgynnydd caethweision, wedi ei magu gan fam ddi-briod, yn gallu breuddwydio am fod yn arlywydd, ac yna'n darganfod ei hun o flaen un yn adrodd.
Wrth gwrs nid ydym yn berffaith o bell ffordd, ond tydi hynny ddim yn llestair i ni ymgyraedd tuag at undod sy'n berffaith.
'Rydym am greu ein hundod gyda phwrpas.
I greu gwlad sy'n ymddiried ym mhob diwylliant, lliw, cymeriad a chyflwr dyn.
Ac felly fe godwn ein golygon tuag at yr hyn sydd ger ein bron yn hytrach na'r hyn sydd rhyngom
Fe gwtogwn y bwlch oherwydd fe wyddom fod yn rhaid i ni roi'n gwahaniaethau o'r neilltu os ydym i roi'n dyfodol gyntaf.
Fe fwriwn ein harfau o'r neilltu er mwyn i ni allu estyn llaw i'n gilydd.
Ni ddymunwn loes i unrhyw un, yn hytrach deisyfwn gytgord rhyngom.
Gadawn i'n byd yngan mai dyma'r gwirionedd
A hyd yn oed yn ein galar fe dyfasom.
Yn ein doluriau, fe obeithiom.
Yn ein blinder fe geisiom ein buddugoliaeth yng nghwmni'n gilydd.
Nid na wyddom y bydd i ni eto flasu colled, ond sicrhawn na fyddwn mwyach yn hau rhwygiadau.
Cyflwyna'r Ysgrythur y weledigaeth o bawb yn eistedd o dan ei winwydden a'i goeden ffigys ei hun heb angen ofn.
Os ydym i wireddu'r freuddwyd honno, yna nid trwy'r cleddyf y ceir y fuddugoliaeth ond yn hytrach trwy gymorth y pontydd y byddwn wedi eu creu.
Dyna'r llannerch o addewid, y bryn a ddringwn petaem yn fodlon mentro.
Mae bod yn Americanwr yn fwy na'r balchder a etifeddasom.
Mae'n orffennol y camwn iddo er mwyn ei atgyweirio.
Gwelsom goedwig a allai ddileu ein cenedl yn hytrach na'i rhannu.
A gallai fod wedi dinistrio ein gwlad petai hynny'n gyfystyr a gohirio democratiaeth.
A bu ond y dim i hynny llwyddo.
A thra y gall democratiaeth gael ei oedi ar adegau, ni all fyth gael ei orchfygu'n barhaol.
Yn y gwirionedd ac yn ein ffydd yr ymddiriedwn, oherwydd fe wyddom tra byddwn ni a'n golygon ar ein dyfodol, y bydd hanes a'i lygaid arnom ni.
Dyma oes adferiad.
'Roedd ofn arnom ar y cychwyn.

Parhad tudalen 13 >

Bethlehem, Gwaelod-y-garth
(Parhad)

Nid oeddem yn barod i fod yn etifeddion i'r fath awr arswydol, ond o'i mewn canfuasom y nerth i agor pennod newydd, i gynnig gobaith a chwerthin wrthym ein hunain, oherwydd i ni unwaith ofyn, sut y gellid caniatáu i'r fath alanas ddigwydd?
Bellach holaf, sut y gallai'r fath alanas fod wedi tra-arglwyddiaethu trosom ni?
Ni fyddwn mwyach yn cerdded tuag at y gorffennol, ond fe symudwn tuag at wlad fydd, er iddi gael ei chleisio, yn un cyflawn a graslon, yn feiddgar, angerddol a rhydd.
Ni chawn ein taflu oddiar ein hechel na'n symud gan fygythiadau oherwydd fe wyddom y bydd ein difaterwch a'n diymadferthedd ni yn etifeddiaeth i'n disgynyddion.
Bydd ein camgymeriadau ni yn feini tramgwydd iddynt.
Ond bydd un peth yn sicr, os y bydd i ni blethu maddeuant a chadernid,
a chadernid a chyfiawnder,
yna cariad fydd ein cymynrodd, a newid fydd genedigaeth-fraint ein plant.
Felly gadewch i ni adael ein gwlad mewn cyflwr gwell na'r wlad yr etifeddasom ni.
Bydd pob anadl o'm brest efydd-bwyedig yn fodd o ddyrchafu'r byd briwedig yma i fod yn fyd rhyfeddol.
Fe godwn o fryniau'r Gorllewin.
Fe godwn o diroedd y Gogledd-ddwyrain lle y bu i'n gyndadau ddechrau'r chwyldro.
Fe godwn o'r dinasoedd ger llynnoedd taleithiau'r Canolbarth.
Fe godwn o sychdiroedd y De.
Fe ail-adeiladwn, fe ail-gymodwn, ac fe adfeddiannwn bob rhan o'n cenedl, ac ym mhob cornel o'n gwlad fe gyfyd ein pobl o bob tras yn hardd,
yn dolciog ac yn hardd.
A phan ddaw'r bore, fe gamwn o'r cysgod ar dân ac yn ddi-ofn.
Bydd y wawr newydd yn blodeuo wrth i ni ei rhyddhau.
Mae golau ar gael yn wastadol.
Dim ond i ni fod yn ddigon dewr i'w gydnabod.
Dim ond i ni fod yn ddigon mentrus i'w goleddu."

---oooOOOooo---

Diolch i'r holl gymwynaswyr sydd, dros y misoedd diwethaf, wedi sicrhau bod neges yr efengyl yn cael ei chyhoeddi'n glir o Sul i Sul yn enw Bethlehem, Gwaelod-y-garth.

Atgof Bardd

Er cof am Dor, wha'r-yng-nghyfreth

Enillodd Dorothy Hughes
yr Unawd Cerdd Dant Yn Eisteddfod
Genedlaethol Llandudno 1963

Crac mewn argae, yn wae, yn wad. Pam hyn?
pam hi? Heb ddiffiniad,
yn ddof ein cân, amddifad.

Ei hawen oedd ei ffydd wenfflam. Cofio'r
cyfan roes anwylfam.
Ein Sul a drodd yn seilam.

Yn wag roedd y tŷ fel cragen, heb gân,
heb gwsg. Ffrâm anniben,
yn y lle gwena'n llawen.

Yn ddygn, teimlwn yn ddiegni, yn foel
ni fel clwtyn llestri.
Dim nerth felly dyma ni.

Rhywle mae ei ffrog amryliw. Heb hon,
heb haul, y lle'n unlliw.
Mae'n waddod i fod yn fyw.

Ar ôl bedd fe ddaw rhyfeddod - yn gloch
fe glywn aur ei thafod.
I bawb mae'r eos yn bod.

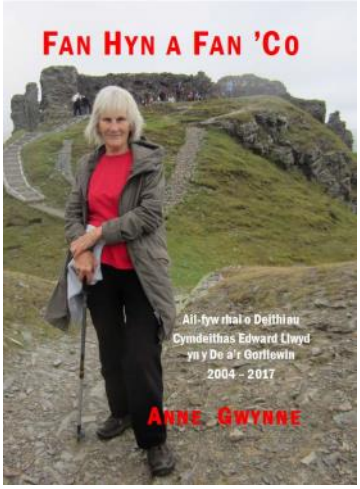
Martin Huws

Adolygiad – Fan Hyn a Fan 'Co – Anne Gwynne

Mae'n anodd cofio sut oedd hi cyn dyfodiad Covid, yr amser yna pan oedd dydd Sadwrn yn ddiwrnod Cymdeithas Edward Llwyd. Cael mynd i rywle gwahanol bob wythnos a dysgu hanes yr ardal, edmygu a dysgu enwau planhigion, anifeiliaid ac adar, hyn i gyd efo ffrindiau a thrwy gyfrwng y Gymraeg. Dw i'n ysu am y dyddiau yna. Mi ddaw'r dyddiau eto wrth gwrs ac yn raddol mi fydden ni'n anghofio'r anghydfod presennol, wir i chi mi ddaw!

Sut ydych yn treulio'ch amser bellach? Mae digon i'w wneud dw i'n siŵr ond efallai, pan dach chi eisiau hoe fach dawel ydych chi'n syllu ar eich silff llyfrau yn llawn gobaith i ddod ar draws llyfr dach chi heb ei ddarllen eto? Ond does dim un, yn y misoedd diwethaf dach chi wedi cael digon o amser i ddarllen pob un wan jac. Beth i'w wneud?

Wel gan fod chi'n gofyn! A gaf i awgrymu llyfr a fydd yn mynd â chi allan i'r awyr las unwaith eto. Ychydig o ddyddiau'n ôl ces i becyn yn y post, pecyn oedd yn cynnwys llyfr Anne Gwynne - 'Fan Hyn a Fan 'Co'. Erbyn hyn gallaf i lenwi pob munud sbâr ac, ar yr un pryd symud yn ôl mewn amser i'r dyddiau dw i'n gweld eu colli.



Roedd Anne yn cyfrannu adroddiadau o'r teithiau i'r Ddolen a'r Barcud, papurau bro ardal Tregaron lle mae hi'n byw. Mae 39 o adroddiadau yn gyfan gwbl, yn cynrychioli 13 o flynyddoedd ac maen nhw'n bleser pur i ddarllen. Yn anffodus dim ond ers mis Hydref 2017 dw i wedi bod yn aelod felly dw i ddim ond wedi bod ar un o'r teithiau.

Mae llawer o bethau'n dod drwodd wrth ddarllen - y trysor o wybodaeth sydd ym mhennau'r arweinyddion a'u parodrwydd i rannu hynny efo'r aelodau; y pleser sydd i gael wrth fod allan yn yr awyr iach, hyd yn oed pan mae hi'n glawio neu yn niwlog; y cyfeillgarwch sydd i fwynhau a chael diwrnod o siarad Cymraeg. Hyn oll wedi cael ei ysgrifennu mewn Cymraeg graenus a chlir. Dyma lyfr allech chi fwynhau'n gyfforddus yn eich cadair freichiau.

Ond, wrth gwrs bydd rhaid prynu'r llyfr yn gyntaf ac mae ar gael oddi wrth Anne am £10 yn cynnwys cludiant:
Mrs Anne Gwynne, Cefnbanadl, Tregaron, Ceredigion. SY25 6LU

Mi fydd yr elw yn cael ei rannu rhwng Cymdeithas Edward Llwyd, Ambiwlans Awyr Cymru a Ward Cemotherapi Ysbyty Bronglais, Aberystwyth

Ysgol Garth Olwg

Dathlu'r Nadolig

Gwnaethom ddathlu'r Nadolig mewn modd ychydig yn wahanol eleni ond ni wnaeth y cyfyngiadau hyn effeithio ar ein hwyl o gwbl. Yn ystod y tymor cyntaf gwnaeth yr adran Gelfyddydau Mynegiannol gynnal ymarferion côr, dawns, actio a phartïon llefaru amser cinio mewn swigod gan gynhyrchu Gwasanaeth Nadolig rhithiol i rieni a'r cyhoedd. Diolch i'r holl ddisgyblion oedd yn rhan o'r recordio ac i'r staff am ymuno yn y canu! Mae modd gweld y Gwasanaeth Nadolig ar Youtube Garth Olwg. Dyma ychydig o luniau o'r disgyblion yn mwynhau gwisgo siwmperi Nadolig a gwledda ar ginio Nadolig yn y ffreutur.

Ysgol Isaf

Cafodd ddisgyblion yr Ysgol Isaf ddiwrnod sbardun cyffrous iawn yn cyflwyno'r thema "Golau, Camera Drama", ac maen nhw wedi mwynhau dysgu am y thema yn ystod y tymor cyntaf. Diolch yn fawr i Sioned Geraint am drafod ei phrofiadau fel cyfarwyddwr a chynhyrchydd teledu gyda nhw. Bu'r plant hefyd yn brysur yn creu DVD "fel eu sioe Nadolig.

Banc Bwyd

Diolch i'r staff am gyfrannu tuag at hamperi Nadolig y Banc Bwyd lleol. Llwyddwyd i greu 21 hamper Nadolig llawn ar gyfer teuluoedd yr ardal.

Ysgol Garth Olwg
(Parhad)

Gŵyl Gerallt
Cafodd Huw Griffiths, Blwyddyn 13 ei ddewis i fod yn rhan o ddathliad coffa Iwan Llwyd a oedd wedi'i drefnu gan Barddas. Bu'n trafod cerddi Iwan Llwyd gyda'r Prifardd Aneirin Karadog ac roedd sylwadau treiddgar iawn gan Huw ar gerddi Iwan Llwyd. Mae modd gwylio'r drafodaeth ar Youtube Barddas.

Gweithdy Mei Gwynedd
Ar Ragfyr yr 8fed daeth criw o ddisgyblion TGAU Cerddoriaeth ynghyd i dderbyn gweithdy cyfansoddi gan Mei Gwynedd. Bydd y disgyblion yn cyd-weithio'n agos gyda'r cerddor er mwyn cyfansoddi cân ar gyfer Parti Ponty 2021. Roedd y syniadau'n llifo a'r disgyblion wedi mwynhau a gwerthfawrogi'r profiad.

Llwyddiant Rygbi
Llongyfarchiadau i Ioan Emanuel, Blwyddyn 11 am gael ei ddewis i hyfforddi gyda thîm dan 18 y Gleision. Da iawn ti Ioan!

Cynllun Ysgolheigion Blwyddyn 9 a 10
Mae rhai o ddisgyblion Blwyddyn 9 a 10 wedi derbyn canmoliaeth uchel am eu hymrwymiad i'r cynllun ysgolheigion a ddarperir gan "The Brilliant Club". Mae Blwyddyn 9 yn dilyn cwrs o'r enw "Disease Detectives" ac maent yn dysgu am glefydau heintus a rôl pathogenau yn eu gwasgaru. "Representation or Reality? A Circus Study" yw testun Blwyddyn 10 sy'n defnyddio egwyddorion "Critical Discourse Analysis" fel dull o ddarganfod effeithiau cudd iaith gyffredin. Mae'r ddau grŵp eisoes wedi cyflwyno ar lafar i'r tiwtoriaid ac wedi elwa'n fawr o'r broses. Dymuniadau gorau iddynt yn cwblhau eu haseiniadau dros yr wythnosau nesaf.

Cynllun Ysgolheigion Blwyddyn 9 a 10

Difyrion Digidol

Blwyddyn newydd i chi. Wrth i ni brofi cyfnod clo arall yng Nghymru, gyda chyfyngiadau teithio yn ein cadw i'r filltir sgwar, a chan bod hi'n fis Ionawr lle ydan ni'n tueddu i wneud addunedau i gadw'n iach, roeddwn yn meddwl y byddai'n amserol i drafod gwefannau ac apiau sy'n denu pobl i'r awyr agored ac i werthfawrogi byd natur.

Y gred arferol yw fod technoleg yn eich nadu rhag mynd allan a chael awyr iach, ond i'r gwrthwyneb, mae'n gallu hwyluso a thanio'ch diddordeb mewn byd natur.

Mae defnyddio Google Maps yn ffordd dda o ddechrau arni er mwyn i chi greu llwybrau a chynllunio a darganfod lleoliadau o ddiddordeb. Mae posib chwilota a phori trwy'r wefan https://www.google.com/maps/

Gallwch fynd yn bellach a chael blas ar y golygfeydd sy'n rhan o'ch dewis daith trwy ***Google Streetview***, mae hwn i'w gael ar waelod y map fel dyn bach. Mae Google Earth hefyd ar gael yn yr app store ar eich tabled neu ffon clyfar.

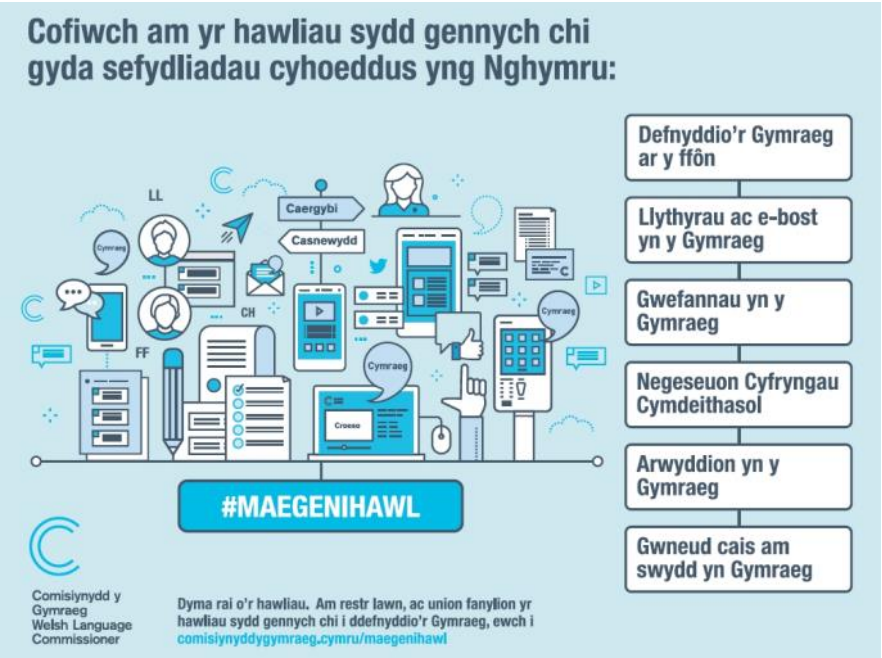
I bobl sy'n methu cerdded yn bell, mae yna apiau difyr i adnabod natur ar garreg eich drws. Mae ***Seek*** gan ***INaturalist*** yn helpu i chi adnabod bywyd gwyllt o'ch cwmpas o'r adar yn yr awyr i'r madarch wrth eich traed ac mae'n gweithio'n gymharol dda.

Mae yna apiau eraill rydw i wedi eu gweld yn ddefnyddiol, un lle ydach chi'n gorfod talu amdano ydi ***PictureThis.*** Arbenigedd yr ap hwn yw adnabod planhigion ac mae'n gywir iawn.

Mi ydw i'n gwneud defnydd da o apiau sy'n perthyn i'r un teulu sef ap Tree Id, Mushroom Id a Bird Id. Caiff y Bird Id ddefnydd cyson gyda'r mab Gwern sy'n 5 oed, ble mae posib gwrando ar recordiad o drydar yr aderyn a lle ceid disgrifiad ohono.

A'r pwysicaf o'r holl adnoddau sydd ar gael yw Cymuned Llên Natur ar Facebook. facebook.com/llennaturcymru Dyma'r ffordd orau bosib i drafod byd natur gydag eraill a hynny trwy gyfrwng y Gymraeg. Chwiliwch hefyd am y wefan https://www.llennatur.cymru/ Hefyd mae rhaglen Galwad Cynnar ar BBC Radio Cymru ar foreau Sadwrn wedi dechrau grŵp i rannu lluniau. Chwiliwch am grŵp Galwad Cynnar yn y lle chwilio ar dop tudalen Facebook.

Os ydych chi'n rhan o fudiad neu mewn oed ac angen cymorth digidol, mae croeso i chi ebostio Cymunedau.Digidol@wales.coop.



Dosbarthiadau Cyfrwng Cymraeg

Canolfan Garth Olwg

loga

gyda
Amanda Powell

Pob nos
Lun 6pm
£7 neu £25 am 5 Wythnos

loga

suitable for
Welsh learners
addas i ddysgwyr Cymraeg

Dechrau 03/02/21
Mercher 7:15pm
£35 (5 wythnos 5 weeks)

i ymrestru: amandapowellyoga.co.uk

Coginio

bwyd o
bedwar ban byd

Dechrau 09/02/21
Mawrth 1pm
£15 (5 wythnos 5 weeks)

Ukulele

Grwp lwcs
Cwmalele
(dwyieithog)

Dechrau 10/02/21
Mercher 7pm
£24 (8 wythnos 8 weeks)

i ymrestru: bookwhen.com/gartholwg