tafod elái

TACHWEDD 2025

Rhif 402

£1

‘Haleliwia Chwaer’ yn codi to Ysgol Garth Olwg

Yn ystod wythnos olaf yr hanner tymor, fe wnaethon ni berfformio’r sioe “Haleliwia Chwaer”, sef “Sister Act”. Roedd y sioe yn brofiad gwych ac yn gyfle i ddod i adnabod disgyblion o flynyddoedd eraill ac wrth gwrs yn siawns i ni joio ar lwyfan yn gwneud y pethau rydym yn caru, sef actio, canu a dawnsio. Rhai o’r uchafbwyntiau oedd y caneuon bywiog, er enghraifft “Y fenyw yn y wisg hir ddu”, “Codwch lais” a “Cod fi i’r nefoedd”. Roedd yr emosiynau yn uchel yn y sioe olaf, gyda nifer ohonom yn crio gan ein bod ni wedi mwynhau cymaint. Fe wnaethon ni chwe sioe yn yr wythnos, ac felly roedd pawb wedi blino erbyn y dydd Gwener!

Hoffwn ni ddiolch yn fawr iawn i’r holl athrawon am y cyfle gwych i wneud yr holl sioeau yma, rydym yn ddiolchgar iawn. Hoffwn hefyd ddiolch i Huw Blainey am gyfieithu'r sioe, a hefyd i’r criw cefn llwyfan, gwisg, golau, set, sain a’r ffotograffwyr ac i bawb oedd wedi ein cefnogi ni yn y broses.

Wythnos i’w chofio!

Gan Mari Roberts ac Awen Rhys, Blwyddyn 12.

Rhagor o luniau ar dudalen 10

Hwb i ddyfodol ein papur bro

Roedd cyfarfod blynyddol Tafod Elái yn gyfle i edrych yn ôl ar lwyddiant y papur ac i sicrhau dyfodol llewyrchus. Mae nifer wedi cynnig helpu gyda’r gwaith o olygu a gosod y papur a bydd trefn newydd yn cael ei weithredu yn y flwyddyn newydd.

Gwerthfawrogwyd y gwaith sydd wedi cael ei wneud gan llu o wirfoddolwyr dros y deugain mlynedd diwethaf i gyhoeddi Tafod Elái yn gyson.

Ond mae angen rhagor o gymorth. Mae angen Gohebwyr Lleol newydd. Mae angen tîm o ddeg Golygydd y Mis fel bod y gwaith yn cael ei rannu ac mae angen cymorth gyda’r cysodi, casglu hysbysebion a swyddogion gweinyddol.

Os allwch helpu neu os oes ganddoch chi newyddion neu hanesyn fyddai o ddiddordeb - danfonwch neges i gol@tafodelai.cymru

Llwyddiant Gŵyl Morfydd Llwyn Owen

Côr Ysgolion Cymraeg Pontypridd yng Nghapel y Bont

Disgyblion yr ysgolion lleol yn y parêd drwy’r dref yn gwisgo eu cysgodion lampiau ar eu pennau. Steil Morfydd!

Rhagor ar dudalen 8.

Penwythnos yn Derry

Bu Côr Godre’r Garth draw i Ŵyl Gorawl Derry yng Ngogledd Iwerddon ar benwythnos olaf Hydref. Cafwyd croeso bendigedig a chystadlu brwd. Daeth y Côr yn drydydd yn y gystadleuaeth i gorau cymysg a’r gystadleuaeth canu crefyddol a daeth Côr Merched Cwm Rhondda yn gyntaf yn eu cystadleuaeth i Gorau Merched.

Apêl

Mae angen eich cefnogaeth i barhau i gyhoeddi Tafod Elái

Tanysgrifiwch nawr
£10
drwy’r wefan
www.tafodelai.cymru
neu i’ch dosbarthwr lleol

tafod elái

GOLYGYDD
Penri Williams
029 20890040

CYHOEDDUSRWYDD
Colin Williams
029 20890979

Erthyglau a straeon
ar gyfer rhifyn mis Rhagfyr
i gyrraedd erbyn
28 Tachwedd 2025

Y Golygydd
Hendre 4 Pantbach
Pentyrch
CF15 9TG
Ffôn: 029 20890040
e-bost
gol@tafodelai.cymru

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

Caffi Trwsio

Ers mis Ebrill 2024 mae grŵp o wirfoddolwyr wedi bod yn cynnal Caffi Trwsio yn Theatr Canolfan Gydol Oes Garth Olwg. Mae'r Caffi Trwsio yn cael ei gefnogi gan Caffi Trwsio Cymru a Repair Cafe RhCT a bwriad y caffi yw atal nwyddau rhag mynd i dirlenwad. Y mathau o bethau all gael eu trwsio yn cynnwys dillad, trydan cartref, technoleg, beiciau a chlociau.

Mae'r Caffi Trwsio yn croesawu gwirfoddolwyr newydd - croeso i chi ddod lan i weld beth sy'n digwydd - mae'r Caffi Trwsio nesa ar ddydd Sadwrn 29 o Dachwedd rhwng 10yb - 12yp (y cyntaf i'r felin). Fydd y Cafe Trwsio wedyn nôl yn y flwyddyn

newydd ar ddydd Sadwrn y 31ain o Ionawr 2026 a'r bwriad yw bod ar agor 10yb tan 12yp y dydd Sadwrn olaf y mis trwy 2026.

CLWB Y DWRLYN

Huw Llywelyn Davies

yn holi

Eleri Siôn

8yh, Nos Iau
20 Tachwedd 2025
Clwb Rygbi Pentyrch
Mynediad drwy Aelodaeth £15
neu £5 i ymwelwyr
Manylion pellach:
clwbydwrlyn@pentyrch.cymru

Gwledd yr Ŵyl

CÔR

Arweinydd: Osian Rowlands
Cyfeilydd: Nia Edwards
Gyda Glyndŵr Brass

Cerddoriaeth gan
Rutter | Stopford | Head | Mendelssohn | Adam | Glyn | Howard | Pierpoint

Eglwys Gatholig St Helen, Caerffili
7.30yh 19.12.2025

£15

Tocynnau –
osian_llyr@hotmail.com

Elw tuag at Eisteddfod yr Urdd Bro'r Wenynen Gwent 2027

Dechrau Blwyddyn o Ddathlu

Wrth gyflwyno Nic Parry fel siaradwr gwadd cyntaf tymor newydd Cylch Cinio Caerdydd, cyfeiriodd ein Llywydd, Carys Tudor Williams, at y dywediad cyfarwydd mai'r ffordd orau o gael rhywbeth wedi'i wneud ydy gofyn i rywun prysur. Yn aml, gall y geiriau hynny swnio fel ystrydeb wag , ond y tro hwn roedd pawb yn sylweddoli na fu dim erioed yn nes at y gwir. Roedd Nic newydd ddychwelyd o Zurich lle bu'n gweld Bryn Terfel a Steffan Lloyd-Owen yn serennu yn yr Opernhaus mewn cynhyrchiad o 'Tosca', a chyn cael ei wynt ato, roedd yn troi trwyn y car tua'r brifddinas i gadw cwmni i ni. Byddai'n dychwelyd yr holl ffordd i Sir y Fflint yr un noswaith, ac yn paratoi i sylwebu ar ddwy gêm bêl-droed o fewn dyddiau i'w gilydd, y naill yn Wembley a'r llall yn ôl yng Nghaerdydd.

Nic Parry a Carys Tudor Williams, Llywydd y Cylch Cinio

Gwyddem ei fod yn ddewis ardderchog ar gyfer agor ein tymor o ddathlu wrth i ni nodi pen-blwydd y Cylch yn 75 oed. Efallai mai'r ffordd orau o grynhoi ei araith fyddai cyfeirio at stori a adroddodd Nic am achlysur pan oedd yn annerch criw enfawr o rai cannoedd o ddynion busnes, a rhywun yn gofyn iddo, yn hollol annisgwyl, pa fath o gyngor a fedrai roi i benaethiaid cwmnïau mawr i gadw eu gweithwyr yn ymroddedig a brwdfrydig yn eu gwaith. Yr ateb amlwg gan Nic oedd tynnu ar ei brofiad ei hun o wneud yn siŵr fod y cydbwysedd rhwng gwaith bob dydd a diddordebau allanol yn gymwys i greu person cyflawn, iach o gorff a meddwl.

Does ryfedd felly mai'r hyn a gawsom ni oedd cyfres o ddarluniau difyr o wahanol sefyllfaoedd yn cyffwrdd â bywyd llawn y siaradwr yn ymestyn o'i blentyndod i'w yrfa ddisglair ym myd y gyfraith, gyda'r diddordeb angerddol mewn pêl-droed a darlledu, a hynny'n cwmpasu pwysigrwydd yr iaith a'r diwylliant Cymraeg. Roedd yn gyflwyniad meistrolgar gyda'i huodledd arferol, a'r hanesion yn llithro'n rhwydd o'r lleddf i'r llon gan bwysleisio gwirioneddau mawr am natur cyfiawnder a'r angen i warchod ein gwerthoedd a'n sefydliadau diwylliannol. Roedd hon yn wir yn noson i'w chofio.

Byddwn yn cyfarfod ar nos Lun gyntaf pob mis, ac os am ragor o fanylion cysylltwch â Paul Morgan ar 07761 696286 neu cylch.cinio@gmail.com a chofiwch fod croeso cynnes i bawb. Sara Huws fydd y cwmni ar 3 Tachwedd, a Huw Foulkes a Ruth Roberts fydd yn dathlu'r Nadolig gyda ni ym mis Rhagfyr.

CREIGIAU

Gohebydd Lleol: Nia Williams

Penbleth

Band cyffrous, talentog, newydd. Drychwch mas amdanyn nhw!

Daeth Penbleth at ei gilydd o sesiynau 'Clwb Jamio' Ysgol Gyfun Plasmawr, gan ffurfio'n swyddogol yn 2025. Mae'r band yn cynnwys chwech aelod: Pegi Wigley (Llais), Ioan Brooks (Bas), Steffan Jones (Gitâr), Steffan Lewis (Drymiau), Aaron Owen-Griffiths (Allweddell) a Gruff Rees (Gitar).

Ar ôl cymryd rhan yn y rhaglen "Yn Cyflwyno" dan arweiniad Mei Gwynedd, dechreuodd Penbleth berfformio mewn gigs a digwyddiadau lleol, gan gynnwys Tafwyl, Clwb Ifor Bach a Chlwb y Bont a Gŵyl Morfydd. Cawsant hefyd y cyfle i gefnogi Bwncath yn y Lib Club, Treganna fel rhan o nosweithiau 'Clwb Canna'.

Ar hyn o bryd, mae'r band yn gweithio ar eu EP cyntaf, gyda'r gobaith o'i ryddhau'n fuan. Mae'r EP yn cynnwys amrywiaeth o ganeuon Funk, Soul a Roc, gan adlewyrchu dylanwadau amrywiol y band a'u hawydd i greu sain unigryw.

I gael diweddariadau am eu cerddoriaeth a'u perfformiadau i ddod, gellir dilyn Penbleth ar Instagram: @Penbleth_Band.

Croeso i'r byd . . .

. . . Caio Wyn Roberts! Ganed Caio ar Hydref y 14eg yn fab i Lowri (Davies) a Dylan Wyn Roberts (o Fangor!) yn Ysbyty Penybont. Llongyfarchiadau mawr i chi i gyd! Tad-cu a Mam-gu - sef Gareth a Sylvia ar gael ac yn gyfleus i warchod! Mwynhewch bob eiliad o Caio Wyn!

Cyfarchion pen-blwydd!

Mae'n ben-blwydd arbennig ar Bethan Samuel y mis hwn - yr 11eg o Dachwedd! Anfonwn ein dymuniadau gorau atat, Beth - mwynha'r dathlu a dal ati i wneud y pethau sy'n dy gadw'n ifanc!

Llongyfarchiadau anferth - Steff Jones!

Mae Steffan Jones - mab Carwen - bellach yn 36 oed - ac yn hedfan! Yn gwneud enw mawr iddo'i hun ymhlith sêr y byd adloniant yn America fel Cynhyrchydd Gweithredol i berfformwyr megis Elton John, Ariana Grande, Mariah Carey a mwy! Rôl graddio o Brifysgol Ravensbourne gyda gradd mewn darlledu cafodd swydd yn syth ar raglen gwis hefo'r BBC. Bymtheg mlynedd yn ddiweddarach mae'n cynhyrchu gigs i fawrion y byd adloniant dros y byd! I ddyfynnu'r L.A. Weekly - '*Steff Jones - the British production wizard who's quietly become one of LA's hottest and most successful production executives.*' Am stori wych! Mae modd darllen mwy am Steff ar @steffhyweljones arlein. Ac i glywed teyrngedau gwych iddo - megis hon gan gyd-weithiwr - '*Steff brings so much to us every day, always with a laugh, and ultra-professional attitude*'.

Llongyfarchiadau ar dy lwyddiant anhygoel Steff - a phob lwc i ti gyda dy brosiectau cyffrous i'r dyfodol.

Llongyfarchiadau anferth . . .

. . . Hanna Rowlands ar ennill dy radd mewn Hanes (dim Daearyddiaeth?!) o Brifysgol Caerwysg yr haf yma - a phob lwc i ti wrth i ti gychwyn ar dy gwrs yn y Gyfraith ym Mhrifysgol Caerdydd.

. . . Dr Steffan Rowlands, sy' bellach yn gweithio yn Ysbyty'r Waun, Caerdydd ar ôl cymhwyso'n Feddyg yn yr haf.

Llyfr Newydd Derfel Williams

Mae Derfel F. Williams, sy'n byw ym Mhentre'r Eglwys, wedi cyhoeddi llyfr o atgofion a dyma gyflwyniad i'r llyfr -

Wrth ddringo i ben y rheiddiadur yn y stafell ymolchi adref, gallwn weld copa'r babell fawr yn y pellter a'r faner liwgar yn galw arnaf. Rhedeg wedyn ar ôl i gloch yr ysgol ganu draw i'r Traeth a chael fy nghyfareddu gan y pentref amryliw oedd wedi ymddangos yno dros nos, pentref oedd yn llawn pobol ddieithr ac ecsotig. Wedyn y cyffro o eistedd yn y babell fawr yn aros i'r sioe gychwyn, yr arogl yn gymysgedd unigryw o lwch lli, baw ceffyl a nionod oedd yn ffrio ar y stondin "hot dogs". Ar chwythiad chwiban, cychwynnodd y perfformiad, y bobol ecsotig a welais ychydig oriau yn ôl erbyn hyn yn disgleirio dan oleuni'r cylch, yn perfformio campau anhygoel yn nenfwd y babell ac yn haeddu pob cymeradwyaeth. Gwibiodd y ddwy awr heibio a chyn dim roedd yn amser gadael y babell fawr, ac erbyn y bore canlynol roedd y cyfan wedi mynd, a'r llwch llif a chwythai yn y gwynt yr unig dystiolaeth o'r hyn oedd wedi bod.

Ond mi oeddwn wedi fy hudo gan y byd arbennig yma oedd yn bodoli dan gynfas y babell fawr, ac rwyf yn parhau i gael fy hudo hyd heddiw, hanner can mlynedd yn ddiweddarach. Penderfynais nad oedd gwylio'r sioe yn ddigon ac felly mi oedd yn rhaid i mi gael ymuno efo'r syrcas. Wedi dilyn cwrs gradd mewn cyfathrebu yn y Coleg Normal, Bangor, cefais wireddu fy mreuddwyd gan ymuno efo'r syrcas fel perfformiwr proffesiynol. Am dros un mlynedd ar ddeg, teithiais o amgylch Prydain fel *jyglyr* i ddechrau, wedyn yn perfformio act *balansio* ar ysgol uchel ac wedyn fel *"ringmaster"*. Erbyn hyn, fi oedd yn cael chwythu'r chwiban ar ddechrau pob perfformiad.

Ond deallais yn sydyn iawn fod byd y syrcas yn fyd caled a thu hwnt i'r gwisgoedd disglair a chynhesrwydd y cylch llwch llif, roedd y bywyd teithiol yn gallu bod yn arw ar adegau a'r frwydr yn erbyn y tywydd yn ddi-ddiwedd. Hefyd roedd chwaeth y cyhoedd yn newid, ac roedd byd y syrcas yn brwydro yn erbyn y newid yma. Yn raddol bu raid i'r eliffant mawr a'r cangarŵ adael y cylch am byth ac felly penderfynais ei bod yn amser i minnau adael y llwch llif a'r goleuadau disglair, ond er hynny mae fy nghariad at y byd diflanedig yna wedi parhau.

Yn y diwedd, rhedais i ffwrdd o'r syrcas ac ymuno efo'r BBC gan ymgartrefu yn gyntaf yng Nghaerdydd cyn symud i Bentre'r Eglwys tua saith mlynedd yn ôl, a mwynhau gyrfa fel cynhyrchydd radio a darlledwr, ond mae'r obsesiwn efo byd y syrcas yn parhau. Felly, ar ddechrau'r cyfnod clô, penderfynais geisio croniclo rhai o fy mhrofiadau mewn llyfr, ac o'r diwedd, ym mis Gorffennaf eleni, cyhoeddwyd fy nofel gyntaf "Y Cylch Cyfrin" gan Wasg Carreg Gwalch. Ia, nofel yw hon ddim hunangofiant, ac mae'n dilyn hanes dau deulu, un yn deulu syrcas o'r Almaen a'r llall yn deulu o gefn gwlad Cymru gan gychwyn yn yr Almaen pan oedd cymylau duon yr Ail Ryfel Byd yn ymgasglu ac yn gorffen yng Nghymru bron i ganrif yn ddiweddarach. Ond wrth gwrs mae'n llawn cymeriadau lliwgar, llawer ohonynt yn seiliedig ar bobol go iawn yr oeddwn yn eu hadnabod, a'r straeon cyfoethog y cefais y pleser o wrando arnynt.

Er fy mod yn hapus iawn wedi gwreiddio erbyn hyn ym Mhentre'r Eglwys, ac yn ddiolchgar am fod mewn tŷ cysurus pan fyddaf yn clywed y gwynt yn hyrddio a'r glaw yn tasgu yn erbyn y ffenest, mae'r cariad tuag at y byd yma'n parhau a weithiau, byddaf yn dyheu am gael dychwelyd i'r byd yna, yn ôl i'r cylch llwch llif, yn ôl i'r Cylch Cyfrin.

Y Cylch Cyfrin gan Derfel F. Williams
Gwasg Carreg Gwalch £8.99

Merched y Wawr Cangen y Garth

Am awr ddifyr! Os oeddech ddigon ffodus i fod yno - yn ein cyfarfod Hydref basech wedi joio mas draw! Chwerthin, crio, synnu a rhyfeddu! Diolch o galon Richard am ein diddanu gyda dy straeon difyr, dy ddynwarediadau anhygoel, dy bortread o Lloyd George a'th ddatganiad teimladwy o '*Weddi'r Machlud*' - Capten Cat o Dan y Wenallt.

Rhannodd Richard ei hanes cynnar gyda ni. Fel mab i blismon roedd yn symud o le i le yn y Gogledd. Nid unrhyw blismon - ond Eric! Roedd portreadau Richard o'i Dad a'i Fam yn wirioneddol wych! Eric a Rosina! Byddant byw yn ein cof! Y *faux pas* gwych! Bob Dylan? Pwy? Daniel Craig? Pwy? Ron ni yn ein dyblau!

Trodd Richard at actio er mwyn concro ei swildod a'i atal dweud. Ar ôl graddio o'r Coleg Cerdd a Drama aeth ymlaen i ennill Bafta ym 1996 am Actor Gorau Cymru! Cafodd rannau blaenllaw mewn llawer i gynhyrchiad gan Cwmni Theatr Cymru. Daeth gwaith teledu - *Ffalabalam*, *Dinas* a mwy. I ni, o ryw oedran arbennig - byddwn yn ei gofio'n lleisio cymeriadau *Sam Tân*! Daeth â nhw'n fyw i ni'n y Clwb Rygbi y p'nawn hwnnw!.

Mae wedi teithio drama 'Lloyd George' am bymtheg mlynedd - ac mae'r sioe yn dal ar gael i'w llwyfannu! Cariad arall Richard yw canu. Mae'n aelod o gôr Tadau Trisant a chôr newydd sy' ar fin ei ffurfio - *watch this space*! O waelod calon, diolch enfawr Richard! Bydd yn braf cael dy groesawu nôl i'r ardal hon yn y dyfodol.

PENTYRCH

Gohebydd Lleol:
Marian Wynne

Yfory Newydd
Mae rhaglenni Yfory Newydd, Radio Cymru, yn trafod datblygiadau gwyddonol newydd lle mae Cymry Cymraeg yn chwarae rhan bwysig. Ar brynhawn Sul Hydref 12 canolbwyntiwyd ar y gwaith y mae Canolfan Ewropeaidd y Gofod (ESA) yn cyflawni.

Ymysg y lleisiau a glywyd roedd recordiad o lais y diweddar Dyfrig Jones a aeth i weithio yn y Ganolfan ger Amsterdam ar ddechrau saithdegau'r ganrif ddiwethaf. Yno cyflawnodd waith blaengar ac arloesol gan gynnwys datblygu ac adeiladu cyfarpar ar gyfer lloerennau cyntaf yr Asiantaeth.

Yn ogystal, clywyd Elenid yn siarad am ei phrofiadau hi a Dyfrig yn byw yn yr Iseldiroedd gan sicrhau bod pob un o'r plant yn rhugl yn y Gymraeg. Fel y gŵyr llawer o ddarllenwyr Tafod Elái bu Elenid yn byw ym Mhentyrch am nifer o flynyddoedd ac yn rhan o weithgareddau Cymraeg y cylch.

Dymuniadau Gorau
Dymunwn yn dda i Eirian Dyfri Evans wrth iddi wella ar ôl cael clun newydd. Wedi hoe, mae'n siwr y bydd nôl ar y cwrs golff cyn hir.

Clwb y Dwrlyn
Wrth groesawu Owain Rhys i gyfarfod Cylch Cadwgan Clwb y Dwrlyn tynnodd Ifan Roberts, y cadeirydd, sylw at y cyd-ddigwyddiad bod Tad-Cu Owain, James Kitchener Davies, yn aelod o'r Cylch Cadwgan gwreiddiol a sefydlwyd yng Nghwm Rhondda yn ystod yr Ail Ryfel Byd.

Roedd y cyfarfod yn gyfle i ddathlu llwyddiant Owain yn ennill y goron yn Eisteddfod Wrecsam 2025 gyda'i gerddi 'Adfeilion.' Cerddi personol iawn yn trafod ei hanes ef a hanes ei fam, Manon Rhys, wrth iddi golli ei chof, ac fe gawsom y fraint o gael esboniad pellach, sensitif ohonynt gan Owain.

Wedi iddo egluro'r cefndir, darllenodd y cerddi un wrth un gan gyfleu darlun tyner a theimladwy o sefyllfa ingol. Cyfoethogwyd ein dealltwriaeth o rai o'r delweddau. Er enghraifft , mae "y drws sy'n mynd at yr ardd" yn adlewyrchu hoffter ei fam o'r llyfr The Secret Garden pan yn blentyn. Er y gwendid presennol, gwelsom y cadernid a fu wrth iddo orfod rhoi trefn ar ddesg ei fam.

Cafwyd darlun cynnil ac annwyl o sefyllfa anodd ac fel d'wedodd Ifan fe agorodd Owain ei galon ac yn ogystal agorwyd ein llygaid ni.

Wrth gloi'r cyfarfod mynegodd Glenys werthfawrogiad o'r cerddi a'r cyfle i deimlo'r cariad a lifa drwyddynt. Noson arbennig.

Ysgol Dolau

Diwrnod Shwmae Su'mae
Bu Dreigiau Dolau yn brysur yn gwisgo cuddwisg ac yn chwilio am Gymraeg o amgylch yr ysgol er mwyn dathlu Diwrnod Shwmae ar 15 Hydref.

Cerddoriaeth
Blynyddoedd 3 a 4 yn cael gwersi sielo a feiolin. Am brofiad hyfryd iddynt.

Pêl-droed

Aethom â dau dîm o fechgyn i gystadlu yn nhwrnamaint yr Urdd Sir Morgannwg Ganol. Dangoson nhw waith tîm ac ethos gwaith gwych ac roedd yr ysgol yn falch iawn ohonynt. Aeth y tîm glas ymlaen i ennill y twrnamaint, gan gymhwyso ar gyfer y twrnamaint cenedlaethol yn Aberystwyth ym mis Mehefin! Mae hwn yn gamp wych ac fe ddylai'r bechgyn fod yn falch iawn ohonyn nhw ei hunain

Jambori yr Urdd
Blynyddoedd 3, 4 a 5 yn joio yn y Jambori! Pawb wedi mwynhau yng Nghanolfan y Ddraenen Wen, diolch yn fawr i Martyn Geraint!

O DAN YR WYNEB

Martin Huws sy'n holi Lois Roberts, awdur cyfrol gynta o straeon byrion sy'n deyrnged i'r Cymoedd.

Beth yw eich gwaith?
Fi yw Rheolwr y Gymraeg yng Ngholeg y Cymoedd. Rwy'n arwain ar hyrwyddo'r defnydd o'r Gymraeg ar draws y coleg, yn cyfieithu, yn cefnogi dysgwyr a staff, ac yn sicrhau cydymffurfiaeth â Safonau'r Gymraeg.

Pa waith arall ydych chi wedi'i wneud?
Dechreuais i fel Swyddog y Gymraeg yn y coleg bron i ddegawd yn ôl. Rwy hefyd wedi gweithio i Brifysgol Caerdydd, RNIB Cymru, Menter Abertawe, y Cyngor Llyfrau ac fel cyfieithydd. Yn ddiweddar, cwblheais i dystysgrif ôl-radd mewn cyfieithu ar y pryd.

O ble rydych chi'n dod?
Rwy'n dod o bentref Trelewis ac, erbyn hyn, yn byw yn Nelson, y ddau bentre yng Nghwm Taf-Bargoed.

Wnaethoch chi fwynhau eich addysg?
Do, yn fawr iawn. Es i Ysgol Gynradd Rhyd-y-grug ym Mynwent y Crynwyr, Ysgol Gyfun Rhydywaun yn Hirwaun, ac yna i Brifysgol Aberystwyth i astudio'r Gymraeg. Mae addysg wedi meithrin fy niddordeb i mewn iaith, llenyddiaeth a hunaniaeth Gymreig. Roedd gen i nifer o athrawon a darlithwyr arbennig oedd yn ddylanwad mawr.

Pwy oedd a phwy yw'r dylanwadau mwya?
Fy nhad, Rod Barrar, oedd yn athro, ymgyrchydd a chynghorydd ac fe ddylanwadodd yn fawr cyn iddo fe farw pan oeddwn i'n 16 oed. Taniodd ei ymroddiad i'w gymuned fy niddordeb i mewn gwleidyddiaeth a hunaniaeth.
Mae fy mam hefyd wedi bod yn ysbrydoliaeth barhaus, un o'r menywod cryfa dwi'n ei nabod. Mae ei haelioni a'i chymwynasgarwch yn rhinweddau rwy'n eu trysori. Mae hi'n athrawes dyner, yn ymgyrchydd brwd, ac os bydda i hanner mor weithgar â hi yn fy mywyd, fe fydda i'n hapus.

Pam ysgrifennu'r gyfrol?
Doeddwn i ddim wedi ysgrifennu dim ers dros bymtheg mlynedd. Ond un diwrnod, wrth gerdded drwy fynwent Edwardsville lle mae llawer o deulu fy nhad wedi'u claddu, daeth y stori gyntaf ata i. A phlannodd honno'r hedyn. Wedyn daeth stori arall ac un arall nes bod digon i greu cyfrol.

Beth oedd y broses?
Ar ôl ysgrifennu'r straeon doeddwn i ddim yn siŵr sut siâp oedd arnyn nhw. Doedd gen i ddim hyder o gwbl. Sylwais i fod gwasgnod Sebra yn cynnal cystadleuaeth stori fer i awduron newydd felly wnes i gystadlu ac anfon un am Phoenix Ton Pentre, sinema oedd yn arfer bod yn llyfrgell y glowyr. Wedyn, er mwyn cael adborth yn ddienw, wnes i gystadlu yng Nghystadleuaeth Emyr Feddyg yn Eisteddfod Genedlaethol Rhondda Cynon Taf a chefais i'r fraint o ennill.
Yn sgil hynny, cefais fy mentora gan Lleucu Roberts, awdur rwy'n ei hedmygu'n fawr, ac roedd hi'n help mawr i fireinio'r straeon a'u troi'n gyfrol.

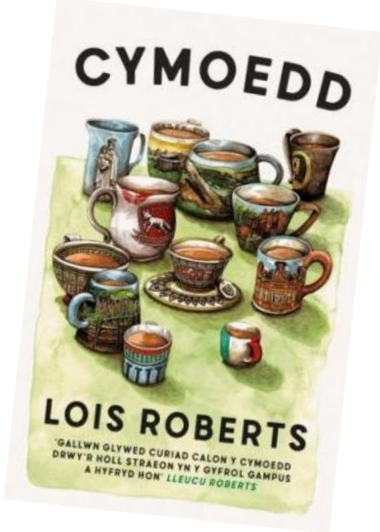
Ai'r nod yw rhoi teyrnged i fenywod y Cymoedd?
Yn sicr, er eu bod nhw'n amrywio o ran cefndir, dosbarth ac oedran, mae'r menywod i gyd yn rhannu'r un nodwedd: nhw sy'n tendio a gofalu, am berthnasau, teulu, cyfeillgarwch, yr iaith neu hyd yn oed garreg bedd ac mae'r llinyn hwnnw'n eu clymu. Roeddwn i am i'r straeon hyn ddathlu eu gwydnwch a'u rhuddin.

Ydy menywod y Cymoedd wedi newid? Ydy'r dynion wedi newid?
Weithiau rwy'n credu nad yw cymdeithas wedi newid cymaint ag ydyn ni'n credu. Yn aml, menywod yw'r rhai sy'n dal i wneud y mwya o'r gwaith tŷ, y rhianta, y gweinyddu o ddydd i ddydd a hynny ar ben gweithio'r un oriau â'r dynion. Ddim bob tro, wrth gwrs, ond yn aml iawn. Hoffwn weld hynny'n newid i genhedlaeth fy mhlant i.

Pa mor bwysig yw lleoliad mewn stori?
I ni, bobol y Cymoedd, mae'r culni daearyddol a'r stribedyn o awyr uwch ein pennau ni'n siapio'r ffordd rydyn ni'n gweld y byd. Rydyn ni'n agos at y tir ac at ein gilydd. Yn y gyfrol mae'r Cymoedd yn dod yn gymeriad, yn gefndir byw i bob stori. Fe geisiais i ddefnyddio amrywiaeth o leoliadau, pob un yn wahanol ond i gyd wedi'u paentio ar yr un gynfas hynod.

Beth sy'n arbennig am y stori fer?
I mi, mae'n ffordd effeithiol o greu *vignettes* bach trawiadol. Mae'n gallu cyfleu eiliad, emosiwn neu syniad mewn ffordd bwerus. Mae rhai o'r straeon yn dilyn arddull draddodiadol stori fer ond mae eraill yn fwy arbrofol, un yn ddim ond deialog ac un arall fel ymgom arallfydol.

Sut mae stori'n dechrau?
Gyda'r stori gynta daeth yr ysbrydoliaeth oherwydd ymweld â mynwent. Fe wnes i feddwl: beth sy'n digwydd i'n cerrig beddi ni pan does neb ar ôl i'w cofio nhw? Mae straeon eraill wedi'u dylanwadu'n gryf gan gymeriadau a hanesion pobol rwy'n eu nabod.



Sut mae stori'n datblygu?
Rwy'n dueddol o gael sgerbwd y stori i lawr ar bapur cyn gynted ag y bo modd ac wedyn dyma ddechrau ar y rhan fwya pleserus, y potsian, y mireinio, yr ailwampio.

Ydych chi'n cynllunio cyn ysgrifennu?
Rwy'n cynllunio'n fras ond mae'r broses ysgrifennu ei hun yn arwain y ffordd. Mae digon o le i'r stori dyfu'n annisgwyl. Yn aml, y diweddglo yw'r rhan fwya anodd, gwybod pryd i adael mynd.

Beth yw eich barn am y defnydd o Saesneg mewn stori?
Mae'n adlewyrchu realiti ieithyddol y Cymoedd. Mae deialog yn elfen fawr yn rhai o straeon y gyfrol ac mae'r Saesneg yn adlewyrchu'r ffordd mae'r ddwy iaith yn cydblethu.

Beth oedd cyfraniad yr artist Becky Davies?
Cwrddais i â Becky pan wnaeth hi greu llun ar gyfer fersiwn gynnar o'r stori 'Lido Pontypridd' yng nghylchrawn *Cara*. Gwnaeth manylder ei gwaith argraff fawr arna i, yn enwedig oherwydd fy niddordeb i mewn dylunio a phensaernïaeth.
Fel menyw o'r Cymoedd, mae hi'n deall yn reddfol ac mae'r darluniau yn y gyfrol yn cyfleu'r naws a'r emosiwn yn berffaith. Roedd y cydweithio'n sensitif a chreadigol a mawr yw fy niolch iddi hi.

Oes gennych chi rwtîn ysgrifennu?
Nac oes. Rwy'n ysgrifennu pan fo modd, yn gynnar yn y bore cyn i'r plant godi, cyn gwaith, cyn rygbi a phêl-droed. Rwy'n dda i ddim gyda'r hwyr!

Pwy yw eich hoff awduron?
Mae gen i chwaeth eang ond rwy'n teimlo'n arbennig o agos at awduron sy'n cyfuno dyfnder emosiynol â chrefft naratif gref. Rwy'n mwynhau gwaith Louis de Bernières am ei allu i greu bydau cyfoethog a chymeriadau cymhleth, ac mae Rachel Trezise yn apelio oherwydd ei llais uniongyrchol, craff a chignoeth, yn enwedig ei phortreadau o fywyd yng Nghymru. Rwy'n mwynhau hiwmor cain a sylwebaeth gymdeithasol Nancy Mitford, ac mae gwaith George Orwell yn parhau i fy ysbrydoli, yn enwedig ei onestrwydd a'i ddewrder wrth herio.

Parhad tudalen 7 >

EFAIL ISAF

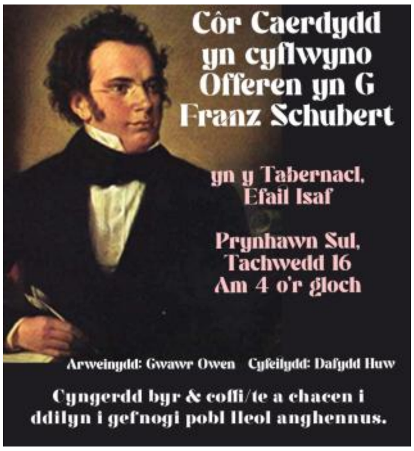
Gohebydd Lleol:
Geraint Rees

Macmillan a Theuluoedd Bregus
Bu mis Medi yn gyfnod prysur o godi arian at elusennau yn y pentref. Fe godwyd £584.62 tuag at elusen Macmillan a £575 tuag at waith y capel gyda theuluoedd ac unigolion bregus yn yr ardal. Bydd John Llew a'r criw yn falch i wybod y codwyd digon i brynu 11 meicrodon! Llongyfarchiadau mawr a diolch yn fawr i bawb.

Penodi Gweithiwr Cymuned a Ieuenctid
Mae Capel y Tabernacl yn hapus iawn i fod wedi penodi Heledd Hughes i weithio gyda'n cymuned a'n pobl ifanc. Mae Heledd yn adnabyddus i lawer fel

Heledd Milddail, o achos ei chwmni blodau. Bydd yn cychwyn ar ei gwaith ar ddechrau mis Tachwedd, a dymunwn yn dda iddi yn y gwaith.

Cyngerdd byr prynhawn Sul, Tachwedd 16 & Coffi a chacen at waith lleol



Cylch Cadwgan gyda Bethan Mair
Cynhelir noson Cylch Cadwgan ar y 7fed o Dachwedd yng Nghanolfan Tabernacl Efail Isaf am 8 o'r gloch. Cawn fwynhau noson yng nghwmni Bethan Mair, golygydd, cyfieithydd ac adolygwraig llyfrau. Dewch yn llu. Tocynnau ar werth wrth y drws. £5

Brigyn a Lan Stâr
Bydd Brigyn yn perfformio yn theatr Garth Olwg ar yr 28ain o Dachwedd am 7 o'r gloch. Ffurfiodd y brodyr Eurig ac Ynyr Roberts y grwp yn 2004 ac mae eu cerddoriaeth yn cyfuno melodiau gwerin a rhythmau electronig. Mae eu caneuon yn cynnwys 'Disgyn wrth dy Draed' 'Diwrnod Marchnad' 'Allwedd' a'u fwersiwn Cymraeg o 'Haleliwia.' Cefnogir Brigyn gan y band lleol Lan Stâr. I brynu tocynnau cysylltwch a Mike West ar 07974 186596 £15 y pen.

Cinio Nadolig Cymdeithas Gymraeg Llantrisant
Bydd Cinio Nadolig y Gymdeithas ar ddydd Sul, Rhagfyr 7ed am 1 o'r gloch yng Nghlwb Golff Creigiau. Cewch y manylion gan Siân Pens. Catrin Heledd fydd y siaradwraig wâdd.

Cynllunio at Eisteddfod Pontypridd 2026

Roedd ein heisteddfod leol yn llwyddiant arbennig ym Mehefin 2025 yng Nghapel y Bont. Cynhelir cyfarfod am 6 o'r gloch, Nos Fercher Tachwedd 12fed yn y Ganolfan, Efail Isaf i drafod pa wersi a ddysgwyd ac i flaengynllunio ar gyfer 2026. Beth am ymuno gyda'r criw os na fuoch ynghlwm yn 2025? Mae criw da yn rhannu'r baich ac mae'n achlysur llawen i'w gynllunio!

"Toppers" ein blwch post
Dros y blynyddoedd diwethaf mae Carol Cas Varney o'r pentref wedi bod yn gosod addurniadau gwlan ar ben ein blwch post. Yn anffodus, mae gan y blwch post nawr banel solar, ac felly does dim lle i Carol arddangos ei chreadigrwydd. Heblaw am y poen meddwl am sut mae panel solar yn cyflymu llythyrau o'r pentref, mae'r diffyg gofod i Carol arddangos ei gwaith yn golled i'r pentref. Wele'r topper creodd Carol i ddathlu'r Eisteddfod Genedlaethol ym Mhontypridd yn 2024.

Wythnosau nesa'r Tabernacl (boreuau am 11 o'r gloch)
Tachwedd
2 Geraint Rees
9 Aled Edwards
16 am 4 y prynhawn, Côr Caerdydd i'r oedolion, a'r plant yn dechrau eu paratoadau ar gyfer gwasanaeth Nadolig yr Ysgol Sul
Bydd prynhawn coffi a chacennau yn Neuadd y Pentref am 4.45
Gwahoddir pawb i sesiwn Côr Caerdydd ac am baned yn Neuadd y Pentref.
23 Dyfrig Rees
30 Gethin Rhys
Rhagfyr
7 Robin Samuel
14 Sul yr Ysgol Sul a'r Twmiaid
21 Brecwast ac wedyn Sul y Gynulleidfa - eitemau o'r llawr i baratoi at y Nadolig
24ain 5 o'r gloch, oedfa noswyl y Nadolig.

O DAN YR WYNEB (Parhad)

Yn y Gymraeg mae Lleucu Roberts yn awdur arbennig, ei gwaith hi'n llawn crefft a chynhesrwydd, ac roedd cael fy mentora ganddi'n fraint fawr.

Pa gyngor fyddech chi'n rhoi i awdur newydd?
Ysgrifennwch yn onest. Gwrandewch ar leisiau eich cymuned. Mireiniwch, mireiniwch, mireiniwch. Peidiwch â gorffen tan eich bod chi'n hollol sicr eich bod chi wedi dweud yn union beth rydych chi am ei ddweud yn y ffordd orau bosibl. Credwch ynoch eich hunain.

Beth sy' ar y gweill?
Dim llawer ar hyn o bryd ar wahân i adroddiadau a pholisïau ar gyfer y gwaith! Ond rwy'n gobeithio troi fy llaw at nofel er dwi ddim yn siŵr a oes gen i'r stamina!

Disgrifiwch eich hoff bryd bwyd
Brechdan greision a phaned o de, syml ond perffaith.

Beth yw eich hoff weithgareddau amser hamdden?
Darllen, gwylio ffilmiau, siopa. Rwy'n ymddiddori'n fawr mewn dylunio, yn enwedig y cyfnod *art nouveau* ac *art deco*: y bensaernïaeth, ffasiwn, celfi, popeth! Rwy'n credu bod hynny'n amlwg yn fy ngwaith hefyd gan 'mod i'n hoffi disgrifio adeiladau ac ystafelloedd yn fanwl.

Dolen Gwales: https://www.gwales.com/bibliographic/?isbn=9781917006323&tsid=5
***Cymoedd*, Lois Roberts, Gwasg y Bwthyn, £10**

PONTYPRIDD

Gohebydd y mis - Menna Lewis

Mae hi wedi bod yn fis prysur iawn i ni ym Mhontypridd. Digon i'w weld a dathlu. Diolch i bawb fu'n gweithio'n ddyfal i gynnal yr holl ddigwyddiadau.

Gŵyl Morfydd Llwyn Owen
Cynhaliwyd amrywiaeth o weithgareddau dros y penwythnos i gofio ac i ddathlu bywyd y gyfansoddwraig o Drefforest. Roedd hi'n hyfryd gweld disgyblion yr ysgolion lleol yn y parêd drwy'r dref ac yn gwisgo eu cysgodion lampiau ar eu pennau. Steil Morfydd!

Cyngherddau o bob math wedyn, yn Yma, Y Miwni, Clwb y Bont, Capel y Bont ac yn yr amgueddfa, a chynulleidfa deilwng i bob un o'r digwyddiadau.

Dyma rai o'r digwyddiadau lu — Dr Rhian Davies, arbenigwraig ar Morfydd, yn traddodi darlith ar ei hanes a Jessica Robinson yn canu ei chaneuon a Rhiannon Pritchard yn cyfeilio.

Y grŵp gwerin Vri yn yr amgueddfa, Amy Wadge yn y Miwni, Gareth Bonello yng Nghlwb y Bont, Unawdwyr wrth y ffynnon, Disgyblion ysgolion lleol yn canu, arddangosfa ffasiwn, taith gerdded o amgylch Trefforest ac yn goron ar y cyfan, Gymanfa Ganu yng Nghapel y Bont. A llawer mwy.

Diolch i bawb fu wrthi'n trefnu'r holl ddigwyddiadau a gobeithio cawn wledd debyg flwyddyn nesaf eto.

Siaradwyr Newydd
Mae croeso mawr i siaradwyr newydd a rhugl ymuno gyda ni yn yr Amgueddfa fore Iau am 10.30. Paned a chlonc a chyfle i gymdeithasu drwy'r Gymraeg.

Eisteddfod y Cymoedd
Llongyfarchiadau i bawb fu'n llwyddiannus yn yr eisteddfod a diolch i'r holl drefnwyr am eu gwaith caled.

Diolch gan Blaid Cymru
Yn ystod eu cynhadledd, diolchwyd i Wil Morris Jones, am ei holl waith dros y Blaid dros flynyddoedd lawer. Rwy'n siwr bod angen pâr o 'sgidie newydd ar Wil ar ôl yr holl gerdded i ganfasio. Diolchwyd iddo gan Heledd Fychan ar Weplyfr.

Heledd Fychan AS/ MS
29m

Roedd yn anrhydedd cyflwyno gwobr cyfraniad arbennig i Wil Morus Jones yng nghynhadledd Plaid Cymru heddiw.

Mae Wil wedi gweithio'n ddi-flino dros y Blaid am ddegawdau, ac yn parhau i wneud. Mae hefyd wedi gwneud cyfraniad aruthrol i'w gymuned fel athro, prifathro a tiwtor y Gymraeg. Sefydlodd Côr Godre'r Garth ac elusen Bangla Cymru, a bu'n gadeirydd ar Glwb y Bont. Da ni'n lwcus iawn o'i gael yn aelod o Blaid Pontypridd.

Diolch am bopeth Wil. Da chi'n seren. ⭐

Y Cymoedd
Bnawn Sadwrn, 19 Hydref, roedd Clwb y Bont yn orlawn ar gyfer lawnsiad llyfr Lois Roberts, awdures o ardal Nelson. Gyda Mari Emlyn yn gofyn, Gwawr Loader yn darllen a Pharti'r Efail yn diddanu, roedd hi'n bnawn hyfryd.

Rwy'n siwr i bawb sylwi hefyd ar glawr y llyfr. Becky Davies o Bontypridd yw'r dylunydd a phob cwpan ar y clawr yn cydfynd â'r storiau.

Priodas
Llongyfarchiadau i Eleri Griffiths a Pete Evans ar eu priodas (yn dilyn dyweddiad hir iawn) ym Mhenffordd Las, Powys ar Awst y 30ain. Er bod y ddau yn byw ym Mhontypridd ers blynyddoedd lawer, ac wedi magu eu merched Alaw, Elan a Cadi yno, roedd dychwelyd i ardal enedigol Pete am yr achlysur arbennig hwn yn bwysig iddynt. Cafwyd dathliad hyfryd gyda ffrindiau a theulu a parti nos yng Nghlwb y Bont ddiwedd Hydref hefyd.

Merched y Wawr
Huw Blainey oedd ein gwestai arbennig ac am noson o dalent. Caneuon, storiau, hanesion wedi'u cyflwyno mewn ffordd hamddennol braf. Diolch i Huw am noson hyfryd. Mis nesaf, noson o ddod i adnabod yr aelodau fydd hi. Croeso i aelodau hen a newydd 7.30 ail nos Iau y mis yng Nghlwb y Bont.

Y Clwb Llyfrau
Trydydd bore Mercher y mis yn y Llyfrgell. Dewch i drafod y llyfrau sydd wrth erchwyn eich gwely!

Clwb y Bont
Cwis misol nos Iau ola'r mis. Aled Illtud sydd wrth y llyw. Dewch i gefnogi a chael hwyl.

Penblwydd Siop Y Groggs
Dathlwyd penblwydd arbennig y Groggs mis diwethaf . Roedd sawl eitem ar y sgrin yn dathlu'r achlsur. Llongyfarchiadau mawr.

Danfonwch newyddion y mis nesaf at Dilys Davies.

Ysgol Creigiau

Drymiau Djembe Affricanaidd
Bob bore Mawrth am ddeg wythnos y tymor hwn mae disgyblion Dosbarth 2 a Class 2 yn derbyn sesiynau drymiau Djembe Affricanaidd gan Carla Keita, tiwtor cerddoriaeth arbenigol. Mae'r prosiect yn cael ei ariannu gan y llywodraeth. Yn ystod y sesiynau bydd y disgyblion yn dysgu hanfodion chwarae'r offeryn yn ogystal â datblygu sgiliau cerddorol a chyd-chwarae tra'n dysgu fel dosbarth. Ar ddiwedd y 10 wythnos, bydd y disgyblion yn cael cyfle i berfformio elfennau o'r hyn a ddysgwyd mewn cyngerdd anffurfiol. Mae'r disgyblion wrth eu boddau yn y sesiynau hyn!

Dosbarth 2 yn mwynhau eu Sesiwn Ddrymio Affricanaidd

Ein Helusen Dewisiedig ar gyfer 2025-2026
Roedd aelodau'r Cyngor Ysgol wedi cyfarfod yn ddiweddar i ddewis elusen y maent am i'r ysgol ei chefnogi yn ystod y flwyddyn academaidd hon. Maent wedi penderfynu y byddwn yn cefnogi elusen 'Seren Dwt' eleni. Mae'r elusen dewisedig, Seren Dwt, yn cefnogi teuluoedd sydd â phlentyn a aned gyda chromosom ychwanegol (Trisomi 21 neu Syndrom Down). Maent yn dosbarthu blychau 'croeso i'r babi' ar draws byrddau iechyd Cymru ac yn ariannu adnoddau iaith a lleferydd. Byddwn yn cyfrannu hanner yr arian a godir yn ystod ein Cyngherddau Nadolig i elusen Seren Dwt eleni. Diolch ymlaen llawn i'n teuluoedd am eu haelioni a charedigrwydd.

Ymweliad Mr Colman
Daeth Mr Adam Colman i'r ysgol i gyflwyno gwasanaeth i ddisgyblion yr Adran Gymraeg. Roedd disgyblion y Cyfnod Sylfaen a Chyfnod Allweddol 2 wedi mwynhau gwrando ar ei straeon. Diolch Mr Colman.

Gwersi Ffrangeg
Bob yn ail prynhawn dydd Llun, mae disgyblion Dosbarth 6 a Class 6 yn derbyn Gwersi Ffrangeg gan Mrs Jenny Weir. Hyd yn hyn maent wedi dysgu dyddiau'r wythnos, misoedd y flwyddyn a rhifau yn Ffrangeg. Merci beaucoup, Madame Weir!

Pwyllgor Eco
Mae aelodau ein Pwyllgor Eco wedi bod yn brysur yn ddiweddar yn didoli batris ar gyfer eu hailgylchu ac yn casglu sbwriel o amgylch yr ysgol. Da iawn chi am gadw'r ysgol yn daclus!

Y Pwyllgor Eco'n ailgylchu batris

Cystadleuaeth CogUrdd a PhobUrdd
Llongyfarchiadau i Enzo (Class 6), Mali (Dosbarth 5) a Heti (Dosbarth 5) a fu'n cystadlu yng nghystadlaethau CogUrdd a PhobUrdd yn yr ysgol. Roedd safon y coginio yn uchel dros ben ac roedd y Cacennau Dathlu a'r Brechdanau Agored wedi creu argraff fawr ar y beirniad, Mrs Brown, Rheolwr Arlwyo'r Ysgol. Wedi awr o goginio cyhoeddwyd mai Heti oedd enillydd CogUrdd a Mali oedd enillydd PobUrdd. Bydd y ddwy yn cynrychioli'r ysgol yn rownd rhanbarthol Caerdydd a'r Fro ym mis Tachwedd. Pob lwc ferched!

Diwrnod Iechyd Meddwl y Byd
Dathlon ni Ddiwrnod Iechyd Meddwl y Byd yn yr ysgol trwy gynnal amrywiaeth o weithgareddau meddwlgarwch a phositifrwydd. Roedd y disgyblion wrth eu boddau'n gwisgo eu dillad eu hunain i'r ysgol a dangos eu teganau meddal i'w ffrindiau.

Dosbarth Derbyn gyda'u teganau meddal ar Ddiwrnod Iechyd Meddwl y Byd

Llangrannog
Croeso nôl i ddisgyblion Class 6 wedi iddynt dreulio tridiau yn y gwersyll ger y lli! Roedd pob un wedi mwynhau'r antur yn fawr iawn ac wedi dangos ymddygiad ac agwedd arbennig drwy gydol yr amser. Da iawn chi blant! Diolch yn fawr iawn i Miss Griffin, Mrs Willis, Mrs John a Mrs Kirkman am fynd gyda'r disgyblion.

Class 6 yn mwynhau ar draeth Llangrannog

Twrnamaint Pêl-droed yr Urdd
Bu dau dîm pêl-droed merched Blwyddyn 5 a 6 yn cystadlu yn Nhwrnamaint Pêl-droed yr Urdd ar Gampws Chwaraeon Rhyngwladol Leckwith, Caerdydd. Fe chwaraeon nhw i gyd yn wych a mwynheuon nhw'r profiad yn fawr. Rydyn ni'n hynod falch ohonyn nhw i gyd. Diolch yn fawr i Mrs Hussey a Mr Williams am fynd â'r merched ac am eu hyfforddi a diolch hefyd i'r rhieni am eu cefnogaeth.

Diwrnod Shwmae / Su' mae!
Dathlon ni 'Ddiwrnod Shwmae/Su'mae' yn yr ysgol drwy gael hwyl yn cymryd rhan mewn llawer o weithgareddau Cymraeg. Roedd ein pwyllgorau Siarter Iaith a Chriw Cymraeg wedi cyfarfod a phenderfynon nhw greu ffordd newydd o gyfarch ei gilydd. Yn ystod y dydd, cyfarchodd disgyblion a staff ei gilydd â'u fersiwn nhw o 'Taro Dwrn'. Cyfrifodd y disgyblion sawl gwaith gwnaethant hyn yn ystod y dydd. Y cyfanswm oedd 14,684. Gwych bawb!

Dosbarth 5 yn cyfarch ei gilydd ar Ddiwrnod Shwmae Su'mae!

Dangoswch y Cerdyn Coch i Hiliaeth
Dathlon ni ddiwrnod 'Dangoswch y Cerdyn Coch i Hiliaeth' yn yr ysgol ddydd Gwener 17eg Hydref. Bu'r disgyblion yn brysur drwy'r dydd yn gwneud amrywiaeth o weithgareddau diddorol yn gysylltiedig â'r Diwrnod Gwisgo Coch. Casglon ni £262.57 i'r elusen - diolch i'n teuluoedd am eu cyfraniadau hael.

Dosbarth 3 ar ddiwrnod Dangoswch y Cerdyn Coch i Hiliaeth

Ysgol Garth Olwg

Sioe Haleliwia Chwaer!

Darllenwch yr adroddiad am y sioe gan Mari Roberts ac Awen Rhys ar dudalen 1.

Gŵyl Morfydd Owen
Daeth Amy Wadge i Ysgol Garth Olwg i wneud gweithdy ysgrifennu caneuon a geiriau gyda ni, daeth nifer o ysgolion eraill hefyd.

Yn gyntaf, roedden ni wedi cael cyfle i ofyn cwestiynau iddi hi ac eistedd gyda'r ysgolion eraill. Nesaf roedd hi wedi cyflwyno ffordd o ysgrifennu geiriau caneuon trwy ddarllen a chymryd geiriau allan o gylchgronau a phapurau newyddion. Ar ôl casglu geiriau roedd gennym ni gyfle i ddechrau ysgrifennu'r gerddoriaeth i gyfansoddi cân. Ar ddiwedd y gweithdy, roedd pob grŵp wedi perfformio'r gân wnaethon nhw gyfansoddi. Roedd e'n brofiad gwych i weithio gydag Amy Wadge a dysgu am ffyrdd eraill i ysgrifennu caneuon.

Roedd y gweithdy hwn yn rhan o Ŵyl Morfydd, gŵyl i ddathlu a chofio menyw ifanc oedd wedi cyfansoddi llawer o gerddoriaeth ardderchog. Hefyd yn rhan o Ŵyl Morfydd, roedd Rhyddid a Lanstar wedi chwarae gig yng Nghapel y Bont ym Mhontypridd ac roedd côr Ysgolion Cymraeg Pontypridd hefyd wedi canu fel rhan o slot ysgol Garth Olwg. Roedd e'n wych i weld yr ysgol i gyd yn cymryd rhan ac roedd pawb wedi chwarae/canu yn dda iawn. Roedd e'n brofiad gwych i gael.

Gan Anya Edwards, Blwyddyn 12.

Cerddorfa Ysgolion Cymraeg De Cymru
Cefais i'r fraint o chwarae gyda Cherddorfa Ysgolion Cymraeg De Cymru - profiad bythgofiadwy. Roedd hi'n gyfle arbennig i gwrdd â cherddorion eraill o ysgolion ar draws y rhanbarth ac i berfformio gyda nhw ar ddiwedd yr wythnos. Yn ystod y gyngerdd, chwaraeon ddetholiad o ganeuon o'r sioe 'Wicked', Palladio gan y Cymro Karl Jenkins, Raiders March ac eraill. Chwaraeais hefyd unawd ar y Piano - Prelude mewn C sharp lleiaf, Rachmaninov. Ar ran y disgyblion a fynychodd - ymfalchïwn yn y cyfle i

gynrychioli'r Gymraeg ac addysg yn y Gymraeg trwy berfformio mewn cerddorfa. Diolch i Mr Lake, Ysgol Plasmawr am drefnu.

Gan Twm Pike, Blwyddyn 13.

Ymweliad i Shepton Mallet
Wythnos diwethaf cafodd ddosbarthiadau Lefel A Cymdeithaseg a Throseddeg y cyfle i ymweld â charchar Shepton Mallet. Cawsom sesiwn addysgiadol yn trafod portread y cyfryngau o'r Krays, cyn-garcharorion Shepton Mallet, a sut mae hyn wedi dylanwadu ar y cyhoedd. Roedd hyn yn ddefnyddiol iawn i ni fel disgyblion Cymdeithaseg a Throseddeg gan fod cysylltiad rhwng y profiad ac ein hastudiaethau ar drosedd a gwyredd. Yn ystod y dydd, cawsom ni'r cyfle i gwblhau ystafell ddianc sy'n ymddangos fel cell carchar go iawn. Yn ogystal â hynny, cafodd y disgyblion eu tywys o gwmpas y carchar wrth dderbyn hanes yr adeilad. Roedd hyn yn cynnwys celloedd aelodau'r Suffragettes, ysbyty'r carcharorion, ystafell ddienyddio a sawl stori ysbryd. Profiad gwerth chweil.

Gan Seren Kyte, Blwyddyn 13.

Marathon Amsterdam
Llongyfarchiadau i'n Prifathro Mr Edwards am lwyddo i redeg Marathon Amsterdam ar y 19eg o Hydref mewn amser hynod o gyflym! Llwyddodd i godi dros £2350 at elusen Tŷ Hafan. Roedd wedi gallu dechrau cerdded lan grisiau'r ysgol erbyn y Dydd Gwener canlynol!

Parhad tudalen 11 >

LLANTRISANT PONTYCLUN Y GROESFAEN

Goheybydd y mis: Siân Llewelyn Jones

Merched y Wawr, Cangen Tonysguboriau
Diolch i Bernie, Liz a Claire am ymuno â ni ar y noson ac i Claire am ysgrifennu erthygl mor ddiddorol.

Lleisiau ansbaradigaethus yn codi ysbryd y gynulleidfa ym Mhontyclun!

Am ffordd i ddathlu Diwrnod ac Wythnos Shwmae 2025! Diolch yn fawr iawn i Gangen Merched y Wawr Tonysguboriau a'r ardal am noson fythgofiadwy yn Cafe 50 ym Mhontyclun ar nos Iau 15 Hydref. Cafodd pawb eu croesawu yn gynnes gan yr aelodau ac roedd Café 50 dan ei sang!

Roedd y noson yng nghwmni Côr y Dysgwyr y Cymoedd a enillodd cystadleuaeth Côr y Dysgwyr yn yr Eisteddfod Genedlaethol ddwy waith - y llynedd ym Mhontypridd ac eleni yn Wrecsam. Mae'r côr yn haeddu'r clod rhagorol oherwydd bod safon y perfformiad yn eithriadol. Wnaethon nhw ddim siomi heno chwaith! Diolch arbennig i ddau berson allweddol a thalentog iawn sef Elwyn Hughes, yr arweinydd brwdfrydig, a'r gyfeilyddes Bethan Roberts.

Rhwng bob cân cawsom gyflwyniad byr gan un o'r dysgwyr. Roedd hyn yn un o'r pethau mwyaf calonogol yn ystod y noson. Mae'n cymryd llawer o ddewrder i sefyll o flaen torf o ddieithriaid a mynegi eich profiad o ddysgu Cymraeg a hynny heb sgript. Dim ond pan oedden ni'n meddwl na allai pethau wella, cawsom ein diddanu gan ddau berfformiwr unigol o'r côr. Canodd Sarah Sullivan unawd o'r enw "Dagrau'r Glaw" gan Robat Arwyn o'r sioe Plas Du, a enillodd y gystadleuaeth unawd iddi yn yr Eisteddfod yn Wrecsam. Llongyfarchiadau unwaith eto i Sarah.

Dilynwyd y perfformiad hardd hwn gan rywbeth hollol wahanol yn wir! Cafwyd perfformiad difyr o ffolineb diniwed gan Jeff Japers. Mae e wedi byw ym Mhontypridd ers dros 20 mlynedd. Daw yn wreiddiol o Ogledd Lloegr ond mae'n honni ei fod yn dal yma oherwydd na allai fforddio pris tocyn trên i fynd adref ar ôl gorffen yn y coleg yn Nhrefforest.

Gorffennodd y noson gyda chân am gwis a oedd yn ddoniol iawn. Daeth y cyfarfod i ben gyda gair cynnes gan y cadeirydd, Eluned, a chymeradwyaeth enfawr gan y gynulleidfa. Roedd lluniaeth ysgafn ar gael wedyn a chyfle i sgwrsio.

Roedd yn noson hynod lwyddiannus a diolch i bawb a ddaeth i gefnogi'r côr a Changen Merched y Wawr.

O.N. 'Ansbaradigaethus' ydy hoff air Mike McGrane, un o'n ffrindiau yn nosbarth Margaret White. Mae'n wompyn o air, chwarae teg!

Beth sydd ymlaen ym Mhontyclun
Sul y Cofio ar y 9fed o Dachwedd.

Mae croeso i bawb ymuno â'r gwasanaeth coffa wrth Gofeb Ryfel Pont -y-clun. Cofiwch gyrraedd yn gynnar os hoffech osod torch neu gymryd rhan yn yr orymdaith. Bydd gwasanaethau hefyd yn y Groesfaen am 1:00 a Meisgyn am 11:00.

Goleuadau Nadolig ar yr 22ain o Dachwedd. Mae'r digwyddiad yn dechrau am 5:30pm Bydd Ffermwyr Ifanc Lleol yn cynnal Ras Tractor Nadoligaidd am y tro cyntaf eleni.

Ffair Nadolig ar y 6ed o Ragfyr. Mae'r digwyddiad yn dechrau am 1:00 ym Maes Parcio a Chanolfan Gymunedol Heol yr Orsaf.

Mae'r Cyngor Tref wedi bod yn brysur yn gwneud gwelliannau yn yr ardal gyda byrddau picnic newydd yn y parc, meinciau yn Ynysddu, Talygarn, Meisgyn ac yn y Clwb Rygbi. Yn ogystal â hynny, mae Huxley a Mabel wedi bod yn gweithio'n galed gyda'u brwshys paent yn creu murlun hyfryd yn y lloches fysiau ym Mrynsadler sy'n darlunio Tŷ Talygarn a hen fragdy Brynsadler.

Ysgol Garth Olwg (parhad)

Cystadleuaeth Siarad Cyhoeddus
Cafwyd diwrnod buddiol yng Nghystadleuaeth Siarad Cyhoeddus fel rhan o'n prosiect cydweithio MATh gydag ysgolion uwchradd Cymraeg yr ardal.

Roedd hi'n ddiwrnod o ddadlau a thrafodaethau aeddfed yn ymwneud â phynciau llosg. Da iawn bawb.

Yn fuddugol: Ysgol Garth Olwg Blwyddyn 11
2il: Ysgol Cwm Rhondda
3ydd: Ysgol Llangynwyd
4ydd: Ysgol Garth Olwg Blwyddyn 10

Bardd Plant Cymru
Diolch yn fawr iawn i Siôn Tomos Owen, brodor o Rhondda Cynon Taf, am gynnal sesiwn greadigol gyda disgyblion Blwyddyn 9 y sir. Hyfryd oedd croesawu'n ffrindiau o Ysgol Cwm Rhondda ac Ysgol Llanhari atom. Mwynheuodd y disgyblion y sesiwn yn fawr iawn. Diolch i Menter Iaith am drefnu.

Côr y Dysgwyr

Murlun Brynsadler

Ysgol Gynradd Gymraeg Awel Taf

Calan Gaeaf
Diolch i Ffrindiau Awel Taf am drefnu y Disgo Calan Gaeaf eleni. Cafwyd llawer o hwyl wrth chwarae gemau a dawnsio mewn gwisgoedd gwych!

Shwmae
Bu'r ysgol gyfan yn dathlu diwrnod Shwmae Su'mae trwy greu cardiau cyfarch, posteri, lluniau a mwyhau trwy'r Gymraeg. Cofiwch ddechrau pob sgwrs yn y Gymraeg!

Hiliaeth
Daeth pawb i'r ysgol yn gwisgo coch ganol mis Hydref i ddangos cefnogaeth i ymgyrch Dangos y Cerdyn Coch i Hiliaeth. Bu'r disgyblion yn dysgu a a thrafod pwrpas y dydd a dathlu gwahaniaethau.

Gweithdy Grymoedd
Cafodd criw o ddisgyblion Blwyddyn 6 gymaint o hwyl yn y gweithdy grymoedd gyda Laura a myfyrwyr Prifysgol Cymru. Diolch am y profiadau!

Rygbi
Diolch i Goleg y Cymoedd am y sesiwn hyfforddi rygbi i Flwyddyn 6.

Ysgol Gynradd Gymraeg Tonyrefail

Gwasanaeth Diolchgarwch
Cynhaliwyd gwasanaeth Diolchgarwch arbennig eto eleni i ddiolch am y cynhaeaf. Derbyniwyd cyfraniadau hael o fwydydd sychion gan y plant a'u teuluoedd. Rhoddwyd y bwyd yn rhodd i fanc bwyd Eglwys Dewi Sant, Tonyrefail er budd trigolion yr ardal.

Y Cyngor Ysgol gyda rhan o'r cyfraniadau i'r banc bwyd lleol

Diwrnod Pontio Blwyddyn 6
Treuliodd disgyblion Blwyddyn 6 eu diwrnod pontio cyntaf yn Ysgol Llanhari yn ddiweddar. Cafwyd cyfle i flasu gweithgareddau – Iechyd a Lles a Gwyddoniaeth a Thechnoleg. Maent nawr yn edrych ymlaen yn awyddus ar gyfer eu diwrnod pontio nesaf

Diwrnod Pontio Bl 6 yn Ysgol Llanhari

Sioe Buddug
Diolch yn fawr i gwmni Mewn Cymeriad am gyflwyno sioe 'Buddug' yn ddiweddar yn yr ysgol. Roedd y perfformiad yn sbardun i waith Blwyddyn 3 ar fywyd y Celtiaid. Roedd y plant wedi dysgu llawer am hanes yr Oes Haearn.

Y Rhufeiniaid yn ymladd â'r Derwyddon

Buddug a'i merched

Her Ail-gylchu Gwisg Ysgol
Cymerodd yr ysgol ran yn ymgyrch ail-gylchu gwisg ysgol - Rhondda Cynon Taf. Diolch i'r Cyngor Eco am gasglu 42.08kg o ddillad i'w ailgylchu. Diolch i bawb am eu cyfraniadau.

Cyngor Ysgol - Her Ailgylchu gwisg ysgol RhCT

Sain Ffagan
Cafodd disgyblion Blwyddyn 1 a 2 fynd ar ymweliad â Sain Ffagan fel rhan o'u gwaith thema am y tymor. Roedd Blwyddyn 2 yn edrych ar sut y mae tai wedi newid a datblygu dros amser tra yr oedd Blwyddyn 1 yn canolbwyntio ar arferion golchi dillad.

Jambori
Cafodd disgyblion Blwyddyn 3 a 4 amser wrth eu boddau yn cyd-ganu gyda Martin Geraint yn Jambori'r Urdd yng Nghanolfan Hamdden y Ddraenen Wen. Diolch i'r Urdd am drefnu.

Joio yn y Jambori gyda Martin Geraint

Dau Gyngerdd Arbennig ym mis Rhagfyr

Bydd mis Rhagfyr eleni yn un hynod arbennig i'r arweinydd corawl a'r cyfansoddwr o Creigiau, Eilir Owen Griffiths, wrth iddo gyflwyno dau gyngerdd sy'n dal lle arbennig yn ei galon – cyngerdd lansio CD newydd Côr CF1, *Cerddwn Drwy'r Tywyllwch*, a pherfformiad cyntaf o'i waith *"Adre Dros 'Dolig"* gyda Chôr Ifor Bach.

Ar **Nos Wener y 5 Rhagfyr am 7.30pm** mi fydd Côr CF1 yn cynnal cyngerdd lansio eu CD mwyaf diweddar. Mae'r casgliad arbennig hwn o ganeuon yn adlewyrchu taith gerddorol Côr CF1 ers 2020 pan nad oedd cyd-ganu yn bosib. Ers y cyfnod hesb hwnnw mae CF1 wedi mynd o nerth i nerth, gan cipio teitl Côr y Byd, dwy wobr gyntaf yng Ngŵyl Gorawl Ryngwladol Hull, a tair gwobr gyntaf yn yr Eisteddfod genedlaethol ac eleni eu henwi yn Côr yr Ŵyl yn Wrexham.

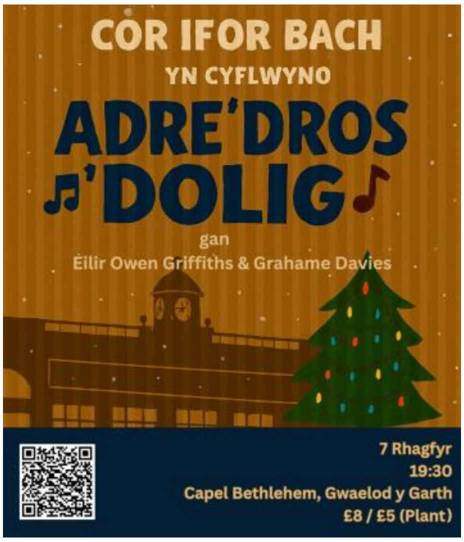
Mae pob darn ar y CD yn dwyn atgofion o eiliadau cofiadwy ar lwyfannau a digwyddiadau nodedig. Ceir yma gymysgedd o alawon traddodiadol sy'n pontio cenedlaethau, trefniannau cyfoes sy'n dangos creadigrwydd, a gweithiau sy'n cyffwrdd y galon. Bydd Côr Bechgyn Hyn ysgol Plasmawr, yn ymuno a CF1 ynghyd a Siân Thomas yn cyflwyno a Beatrice

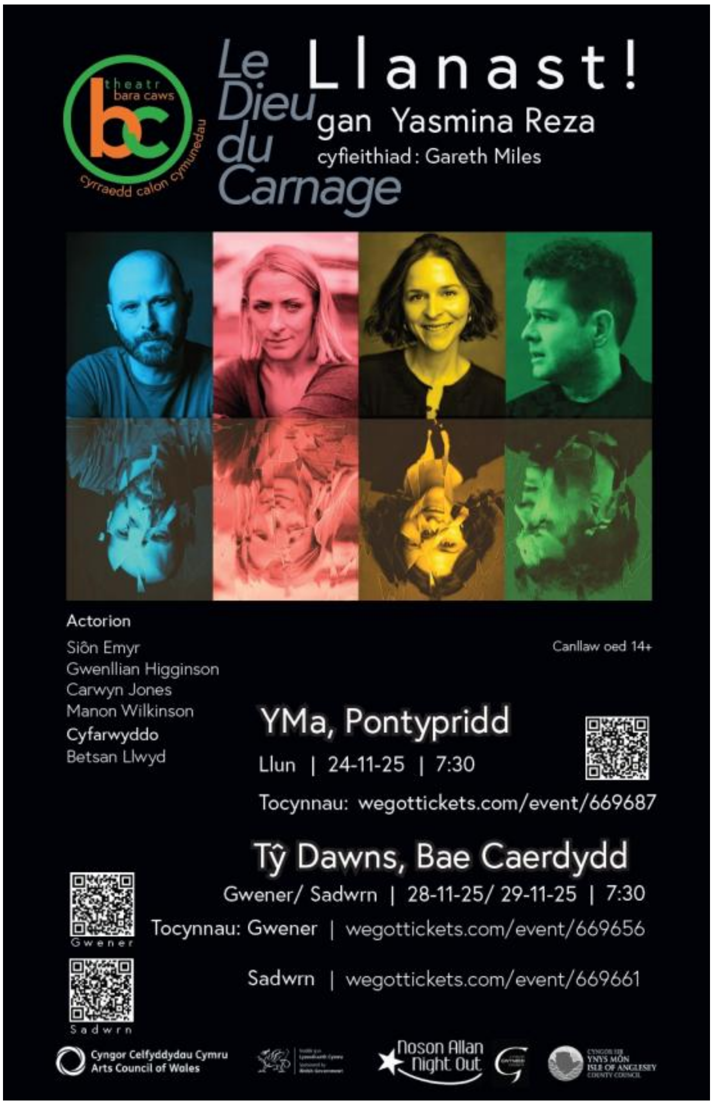
Newman ar y cello. Cynhelir y gyngerdd yn Eglwys St Teilo yn yr Eglwys Newydd.

Yna ar **Nos Sul y 7fed o Ragfyr** mi fydd Côr Ifor Bach, enillwyr Côr Cymru 2024, yn perfformio *Adre' Dros 'Dolig* sy'n waith gwreiddiol gan Eilir a'r bardd tarthog Grahame Davies. Ysgrifennwyd y gwaith yn wreiddiol yn 2021, ond oherwydd cyfnod personol anodd o iselder, ni chafodd ei berfformio bryd hynny. Bellach, pedair blynedd yn ddiweddarach, mae Eilir wedi addasu'r gwaith ar gyfer Côr Ifor Bach, gan roi bywyd newydd i'r cylch o ganeuon dwyieithog hyn.

Mae'r darn mewn arddull sioe gerdd yn cymryd lle yng Ngorsaf Caerdydd Canolog ar nos Wener olaf cyn y Nadolig, gan bortreadu straeon amrywiol pobl sy'n pasio drwy'r orsaf: o'r stiward yr orsaf drenau sy'n cadw trefn, i'r nyrs, y gŵr gweddw, y fam, y caplan a'r digartref – pob un yn rhannu darn o'u profiad, eu gobaith a'u hiraeth. A'r geiriau arbennig Grahame Davies, mae'r gwaith yn gyfuniad cyfoethog o gerddoriaeth, emosiwn a naratif, ac yn ddathliad o'r hyn sy'n ein gwneud ni'n ddynol.

Cynhelir y noson yng Nghapel Bethlehem, Gwaelod y Garth am 7.30pm Nos Sul y 7fed o Ragfyr. Mae'r ddau gyngerdd yn cynnig profiadau cerddorol unigryw. Mae tocynau ar gael o www.eventbrite.com





Colofn Blasus a Iachus

Eluned Davies-Scott

Ffwr, plu neu'r naill na'r llall?

Yr hydref yw fy hoff dymor ac rwy'n mwynhau manteisio ar y dyddiau heulog byr gwerthfawr trwy fynd am dro o amgylch parciau a choedwigoedd lle mae arogl ysgafn o bydredd. Mae'r hydref hefyd yn dod â digonedd o liwiau cyfoethog mewn ffrwythau a llysiau tymhorol. Gyda theimlad gaeafol amlwg i'r tywydd a dyddiau byrrach mae'n bryd meddwl am ddarparu prydau bwyd sy'n creu'r teimlad o fod yn glyd a chysurus. Dyma pryd rwy'n troi at fy ffolder ryseitiau i chwilio am gawliau a chaserolau, a thynnu'r llwch oddi ar fy mhopty araf.

Mae pwmpenni, castanwydd, madarch, llysiau gwraidd fel seleriac, betys, pannas, llysiau gwyrdd tywyll ynghyd ag aeron meryw, nytmeg, sinamon, sinsir a mace yn cyfrannu at ddarparu'r blasau daearol cryf yr ydym yn eu gwerthfawrogi ar yr adeg hon o'r flwyddyn. Nid yn unig mae llawer o'r llysiau a'r ffrwythau'n rhad ond maent hefyd yn uchel mewn ffytogemegau hanfodol sy'n helpu atal clefydau yn ogystal â haearn a ffibr.

Mae amrywiaeth eang o ryseitiau gyda neu heb gig sy'n defnyddio'r cynhwysion tymhorol hyn mewn ffyrdd dychmygus gan gynnwys ar gyfer cawliau, pobi ar hambwrdd, risottos, cyrri, taginau a phasteiod. Bydd ryseitiau llysieuol sy'n cynnwys corbys, unrhyw fath o ffa, ffacbys neu wenith bulgur yn darparu protein ychwanegol i'r pryd ac yn gwneud i chi deimlo'n llawn am hirach. Mae o leiaf dau o'n prydau bwyd yn ystod yr wythnos yn llysieuol ac yn defnyddio llysiau lliwiau'r hydref ar gyfer rhostiai, mewn cawliau a chaserolau.

Dyma hefyd yr adeg o'r flwyddyn pan mae cyfle i roi cynnig ar fwydydd newydd,fel cig hela. Mae proffil blas cig hela yn cyd-fynd yn berffaith â llysiau gwraidd, madarch, aeron a sbeisys cynnes. Pan glywch chi enwau cigoedd hela, efallai y byddwch chi'n fwy tebygol o wneud cysylltiadau â charolau Nadolig

sy'n cynnwys coed gellyg na'ch cynllun prydau bwyd wythnosol! Gall ffesant, petris, grugiar, colomennod, cig carw a chwningen i gyd gynnig cyfleoedd i arbrofi yn y gegin. Pan fyddwch chi'n gwybod ble i'w prynu a sut i'w paratoi, gallant gynnig newid dymunol cyffrous i hen ffefrynnau'r hydref fel cyri, ragus neu stiwiau.

Mae grugiar, petris, soflieir, giachod, a chyffylogod, hwyaid gwyllt a corhwyaid yn frodorol i Brydain tra bod ffesantod yn frodorol i Asia. Mae rhywfaint o ddadl ynghylch sut a phryd y daeth y ffesant i Brydain. Yn aml, rhoddir y clod i'r Rhufeiniaid am ddod â'r ffesantod cyntaf i'n glannau trwy dde Ewrop. Mae eraill yn credu mai'r Normaniaid a'u daeth â nhw i'r wlad hon yn y 10fed ganrif. Dim ond yn yr 16eg ganrif y daeth saethu ffesantod yn ffasiynol - a hyd yn oed wedyn roedd ar raddfa fach, yn aml hela â cŵn, tan y 19eg ganrif. Yn ddiddorol, ymddangosodd yr hyn a gredir yw'r llun cyntaf erioed o ffesant yn cael ei saethu, yn llyfr Richard Blome, 'Hawking or Faulconry', ym 1686.

Canfu pôl diweddar ar gyfer y Gynghrair Cefn Gwlad nad oedd 85% o'r rhai a holwyd erioed wedi prynu ffesant na phetris i'w coginio gartref ac nad oedd unrhyw raniad gwledig/trefol yn y canlyniadau. Amcangyfrifir bod 35 miliwn o ffesantod yn cael eu magu a'u rhyddhau bob blwyddyn gyda'r mwyafrif yn cael eu gwaredu'n ddiseremoni. Y prif bryder ynghylch bwyta adar hela yw'r halogiad plwm posibl o ynnau saethu. Gallai'r newid presennol i fwledi diwenwyn, sy'n digwydd yn raddol, a symudiad tuag at reoliadau llymach ynghylch cyflenwi adar i'w gwerthu mewn siopau cigyddion ac archfarchnadoedd arwain at ddefnyddwyr yn fwy parod i'w rhoi cynnig arnynt fel dewis arall.

Mae adar hela yn uchel mewn protein a seleniwm ac yn ffynhonnell dda o fwynau hanfodol fel haearn a sinc, yn ogystal â fitaminau B. Maent hefyd yn uchel mewn asidau brasterog annirlawn, gan gynnwys omega-3. Gan eu bont heb lawer o fraster mae'n hawdd eu gor-goginio. Coginio mewn lleithder fel caserol yw'r ffordd orau i goginio adar cyfan. Os cânt eu rhostio'n gyfan, fel y

byddech chi'n rhostio cyw iâr, gall cig y fron fod yn barod cyn y coesau. I atal hyn gorchuddiwch y fron â sleisys o facwn neu pancetta (gan eu tynnu i ffwrdd tua diwedd y coginio i ganiatáu i'r fron frownio). Mae ffesant rhost yn gweithio'n hyfryd gyda bresych coch a stwffin wedi'i drwytho â pherlysiau neu gyda seidr ac afalau. Mae bron hwyaden wyllt yn addas ar gyfer saws mwyar duon a llysiau gwyrdd tymhorol. Mae rysáit ffesant rhost Hugh Fearnley-Whittingstall, sydd yn ei lyfr coginio 'River Cottage Every Day', gyda chorizo, ffa menyn a phersli yn flasus iawn.

Os nad ydych chi wedi cael eich perswadio i roi cynnig ar y fersiwn 'plu' beth am roi cynnig ar ryw fath o 'ffwr'? Mae'r categori hwn yn cynnwys cig o geirw, cwningen, ysgyfarnog, a baedd gwyllt. Gallwch brynu cig cwningen, baedd gwyllt, ac ysgyfarnog gan fanwerthwyr helgig arbenigol ar-lein fel 'The Dorset Meat Company' ond nid ydynt ar gael yn rhwydd gan gigyddion lleol yn gyffredinol. Fodd bynnag, mae cig carw yn dod yn fwy poblogaidd gyda ymwybyddiaeth o'i fanteision iechyd, cynaliadwyedd, a hyblygrwydd. Dyma fy hoff helgig. Mae'n uchel mewn protein a haearn ac mae ganddo lai o fraster na chigoedd coch eraill. Mae yr ôl troed carbon yn is na chig eidion ac mae ei ddefnydd yn rheoli'r nifer cynyddol o geirw gwyllt. Credir bod poblogaeth ceirw'r DU ar ei lefel uchaf ers canrifoedd, diolch i ostyngiad mewn difa yn ystod y pandemig a diffyg ysglyfaethwyr apig (y rhai ar frig y gadwyn fwyd). Mae ffermwyr yn pryderu am y difrod y gall heidiau o geirw ei achosi i'w cnydau ac mae cadwraethwyr yn adrodd bod ceirw yn niweidio coed hynafol ac yn sathru cynefinoedd. Mae Chris Packham yn credu bod difa ar sail gwybodaeth wyddonol, lle mae ceirw'n cael eu hela a'r cig carw yn cael ei fwyta, yn angenrheidiol i gynnal bioamrywiaeth a chefnogi adfywio coetiroedd. Mewn erthygl ddiweddar ar gyfer 'Countryfile' mae'r ffermwr a chyflwynydd y BBC, Adam Henson, hefyd yn cefnogi hyrwyddo cig carw. Mae ganddo rôl anhysbys ond hanfodol wrth helpu i fwydo pobl mewn angen gan weithio gydag elusen tlodi bwyd sy'n codi arian i fanciau bwyd a cheginau cymunedol i gyflenwi prydau maethlon sy'n defnyddio cig carw.

Parhad tudalen 15 >

Ysgol Llanhari

Diwrnod Shwmae Su'Mae

Dathlwyd Diwrnod Shw'mae, Su'mae yn yr ysgol ddydd Mercher, Hydref 15fed. Braf oedd clywed gymaint o Gymraeg yn cael ei defnyddio ar draws yr ysgol. Diolch yn fawr i Fenter Iaith Rhondda Cynon Taf am gynnal Disgo Tawel i ddisgyblion yr Adran Gynradd. Roedd pawb wrth eu boddau.

PobUrdd

Cynhaliwyd cystadleuaeth PobUrdd eleni ar gyfer disgyblion blwyddyn 4 i fyny. Diolch i bawb am eu cyfraniadau, roeddynt yn edrych yn fendigedig. Diolch Mrs Gaines a Mrs Olsen am feirniadu. Roedd hi'n dasg anodd iawn! Llongyfarchiadau mawr iawn i Erin o'r Adran Uwchradd a Mali o'r Cynradd am ennill y gystadleuaeth rhanbarthol. Gwych!

Teithiau

Mae'r hanner tymor yma wedi bod yn brysur iawn o ran teithiau! Aeth dosbarth Gwdi-hw i'r Gerddi Botaneg Cenedlaethol yn Sir Gaerfyrddin. Edrychon nhw ar hen feddyginaethau gan ddefnyddio perlysiau a dysgu hanes Meddygon Myddfai. Roedd cymaint i weld yna ac yn sbardun gwych ar gyfer y thema.

Aeth disgyblion dosbarth Gwion Gwiwer i fferm Ty Tanglwyst. Braf iawn oedd ymweld a Fferm gweithio go iawn, dysgu am sut i odro gwratheg a sut maent yn gwerthu cynnyrch llaeth. Roedd y plant yn frwdfrydig tu hwnt ac yn gofyn cwestiynau gwych!

Diwrnod Ieithoedd Ewropeaidd

Dathlodd yr Adran Uwchradd Ddiwrnod Ieithoedd Ewropeaidd drwy ofyn i'r disgyblion i wisgo gwisg o wlad penodol. Diolch i bawb am yr ymdrech – roedd pawb yn edrych yn wych!

Disgo Calan Gaeaf

Diolch yn fawr i Ffrindiau Llanhari am drefnu Disgo ar gyfer disgyblion yr Adran Gynradd. Roedd y Neuadd yn llawn cyffro a bwrlwm!

Colofn Blasus a Iachus

(Parhad)

Gellir coginio cig carw ym mhob ffordd y byddech chi'n coginio cig eidion. Gan fod llai o fraster mae'n syniad da i ddefnyddio dulliau coginio llaith, trwy fardio (lapio'r cig mewn bacwn streipïog neu bancetta) neu trwy farinadu cyn coginio. Er mwyn cynnal y suddlonrwydd mwyaf, mae Mrs Beeton yn 'The Book of Household Management' yn argymell gweini cig carw ar blatiau poeth iawn gan fod gan fraster cig carw bwynt toddi uchel. Mae hyn yn ymddangos fel cyngor synhwyrol gan fod cig carw oer yn llawer llai blasus na, dyweder, cig eidion oer.

Blasau sy'n dda gyda chig carw yw rhosmari, teim, saets, castanwydd, marchruddygl a miso. Mae ceirios, eirin, afalau, a chwins yn ychwanegu melyster ac asidedd ac mae hyd yn oed siocled, mewn chili neu saws, yn gweithio'n dda gyda'r cig.

Felly, os ydych chi'n bwyta cig, a ddylech chi roi cynnig ar 'ochr wyllt' bloc y cigydd? Yn ôl yr awdur bwyd Thea Everett 'Ein bet orau yw gwneud dewisiadau ystyriol tra bod gêm yn ei thymor. Mae llawer o'r cwestiynau sydd gennym ni ynghylch cig gêm yr un fath ag sydd gennym ni am unrhyw gig - ac mae'r ateb yr un fath hefyd. Mae'n dibynnu ar olrheinied, mae'r cyflenwyr a'r ceidwaid gêm gywir yn ofalus gyda bwledi plwm, maen nhw'n rheoli'r tir gyda chadwraeth mewn golwg, ac maen nhw'n amddiffyn eu niferoedd [gêm]. Mae Darren Brown, sylfaenydd 'Shellseekers Fish & Game' ym Marchnad Borough, yn ei chefnogi gan ddweud 'Fel siopwyr, rydym yn fwy awyddus nag erioed i wybod o ble mae ein bwyd yn dod. Siawns y dylid cymryd o ddifrif ffynhonnell protein lle mae'r tarddiad yn olrheiniadwy ac nad yw anifeiliaid yn cael eu bridio i fod yn fawr ac yn ddi-flas ond yn cael y cyfle i fyw bywyd mwy naturiol?'

Bethlehem Gwaelod-y-garth

Trefn yr Oedfaon a'r Ysgol Sul [YS] (am 10:30 a.m. oni nodir yn wahanol):

Mis Tachwedd:
2 – Oedfa Gymun dan ofal Delwyn Sion [YS cynradd ac uwchradd]
9 – Oedfa dan ofal y Parchedig Lona Roberts
16 – Oedfa dan ofal y Parchedig Robin Samuel
23 – Oedfa dan ofal Allan Cook
30 – Oedfa dan ofal y Parchedig Jeff Williams [YS yn paratoi at y Nadolig]
Mis Rhagfyr:
7 – Oedfa Gymun dan ofal Delwyn Sion
14 – Oedfa "9 Llith a Charol" (am 5:00 p.m.)
21 – Cyflwyniad Nadolig yr Ysgol Sul
25 – Oedfa Bore'r Nadolig (am 10:00 a.m.)
28 – Oedfa (i'w threfnu)

---oooOOOooo---

Mae cael dalen lân i ysgrifennu arni yn gallu bod yn fendith neu'n hunlle, gyda'r siawns o fod yn y naill sefyllfa neu'r llall yn go debyg yn fy mhrofiad i.

Gogwyddo tuag at yr ail yr ydwi heddiw mae arnaf ofn, a hynny am fy mod mewn cryn benbleth am ddewis cyfeiriad i fynd iddo ar gyfer y golofn hon yn y Tafod.

Er budd y cofnod, mae'n 20fed o Hydref heddiw, ac mae'r ffrwd newyddion yn weddol dawel – hynny oherwydd bod gwefannau nifer helaeth o ddarparwyr gwybodaeth, a'r banciau, a hyd yn oed y Dreth Incwm, wedi cau i lawr oherwydd nam ar eu systemau. Byddwn yn gwybod cyn hir a'i nam bwriadol ynteu anfwriadol fu achos y trafferthion.

Mae un stori fawr serch hynny yn llenwi'r newyddion a hynny oherwydd i 4 o ladron, am 9:30 a.m. bore Sul, ddwyn wyth trysor drudfawr o Amgueddfa'r Louvre ym Mharis. Ymhlith yr hyn a ddygwyd mae cadwyn ddiemwnt ac emrallt a gyflwynwyd gan yr Ymerawdr Napoleon i'w wraig, Marie-Louise.

Roedd y cyfan drosodd mewn 7 munud, a dihangodd y lladron ar eu sgwters!

Mae disgwyl yn Ffrainc y bydd y lladron yn cael eu dal yn fuan, ond mae pryder a gaiff yr hyn a gipiwyd eu dychwelyd - mae'n hawdd dad-berfeddu'r gemau oddi wrth y cyfanwaith, a'u gwerthu'n unigol ar y farchnad ddu.

Ychydig wythnosau yn ol, clywsom bod rhai wedi dwyn addurnwaith cyntefig, amhrisiadwy, o'n Hamgueddfa Werin ni yn Sain Ffagan.

Yn ol a ddeallwn ar hyn o bryd, mae dau o'r lladron tybiedig yn y ddalfa, ond 'does dim son am yr hyn a ddwynwyd ganddynt.

Ddiwedd mis Hydref y llynedd, bu i rhywun / rhywrai, dorri i mewn i nifer o gapeli ac eglwysi yng ngyffiniau'r Garth.

Credir bod yr heddlu wedi dal un o'r troseddwyr, er nad oes gwybodaeth i'w rannu am achos llys na dedfryd hyd y gwn!

Ac oedd, 'roedd Capel Bethlehem, Gwaelod-y-garth, ar restr y drwg-weithredwyr bryd hynny.

Malwyd ffenestr fechan i sicrhau mynediad i'r adeilad, a bu cryn lanastr o fewn y capel a'r festri wrth i'r lladron geisio chwilio am gelc fyddai'n rhoi sofran neu ddwy yn eu pocedi o'i werthu.

Agorwyd cypyrddau, ac fe wasgarwyd papurau o amgylch y llawr yn y naill le a'r llall tra'n chwilmentan am ein trysorau.

Ni lwyddwyd i ddod o hyd i unrhywbeth oedd yn werthfawr yn eu tyb hwy - nid oedd hyd yn oed newid yn y platiau casglu ers y Sul blaenorol ar eu cyfer – ac aethant oddiyno yn waglaw – yn waglaw ac yn siomedig siŵr o fod, er y cynllwynio manwl a wnaed ganddynt i sicrhau eu ffordd i mewn yn y lle cyntaf!

Hwyrach yn wir y byddai wedi talu iddynt sylweddoli mai i Gapel Annibynwyr ac nid i Eglwys Gadeiriol yr oeddent wedi mentro yn oriau man y bore, a phe baent wedi troi i mewn i'r oedfa ar y Sul cynt, byddent wedi cael y drws ar agor a gweld y moelni a'r llymder, oddimewn, ac osgoi yr holl drafferth iddynt hwy a ninnau.

Ac yn sicr nid oeddent yn hyddysg yn eu Beibl!

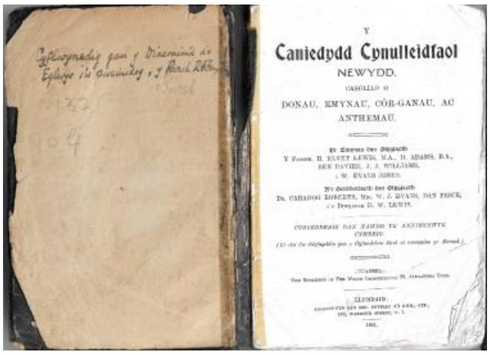
"*Y mae trysorau wedi eu hennill trwy gelwydd fel tarth yn diflannu neu fagl marwolaeth*" (Diarhebion 21:6) [Beibl Cymraeg Newydd (BCN) Diwygiedig 2004]

"*Peidiwch casglu trysorau i chi'ch hunain yn y byd yma. Mae gwyfyn a rhwd yn gallu eu difetha, ac mae lladron yn gallu dod a'u dwyn*" (Matthew 6:19) [Beibl.net]

"*Felly y bydd hi ar y rhai sy'n casglu trysor iddynt eu hunain a heb fod yn gyfoethog gerbron Duw*" (Luc 12:21) [BCN]

Pe baent wedi holi'r gynulleidfa am y trysorau oddimewn, byddent siwr o fod wedi eu synnu (a'u siomi) gan yr ymateb!

Faint a geid am "Y Caniedydd Cynulleidfaol" a gyflwynwyd ar ran y capel i'r Parchedig R G Berry (tua 1921) tybed?



A beth am y lliain bwrdd crwn addurniedig sydd ar yr astell yn y Set Fawr o dan y fâs flodau, a gyflwynwyd er cof am Llinos Davies (1905 – 1994)?

Beth am y "darllenfeydd" a gyflwynwyd gan y teuluoedd i gofio'n annwyl am y Parchedig T J Davies ac Eluned Hughes?

Beth am y lluniau o gyn-weinidogion y Capel o 1873 hyd at gyfnod y Parchedig R G Berry?

Beth yn wir am yr holl bregethau a draddodwyd rhwng y pedair wal, yr holl emynau a ganwyd ers 152 flynyddoedd, yr holl fedyddiadau, priodasau ac angladdau a gynhaliwyd oddimewn?

"*Y mae digonedd o aur ac o emau, ond geiriau deallus yw'r trysor gwerthfawrogaf*" (Diarhebion 20:15) [BCN]

A rhag i'r Esgob deimlo ei fod yn cael ei anghofio, o Feibl William Morgan, dyma, siwr o fod, un o'r adnodau cyfarwydd fydd ar flaen ein meddyliau wrth i'r Nadolig nesau:-

"*A phan ddaethant i'r tŷ, hwy a welsant y mab bychan gyda Mair ei fam; a hwy a syrthiasant i lawr ac a'i haddolasant ef; ac wedi agoryd eu trysorau *, a offrymasant iddo anrhegion; aur, a thus, a myrr.*" (Matthew 2:11) {* "paciau" ydi'r dewis air yn Beibl.net!}

Ond y gair olaf i Luc:

"*Oherwydd lle mae eich trysor, yno hefyd y bydd eich calon"* (Luc 12:34) [BCN]

Clwb Rygbi Pontypridd

PONTY AR Y BRIG

Wedi'r siom aruthrol o golli yn rownd gyntaf y Cwpan Cenedlaethol, y tlws enillodd Ponty y tymor diwethaf, mae'r garfan wedi tynnu at ei gilydd i sicrhau'r cychwyn delfrydol i'r ymgyrch newydd yn y Gynghrair.

Ar ddiwedd mis Hydref roedd CR Pontypridd yn eistedd ar frig Uwch-adran Admiral gyda record barchus dros ben o ennill chwe gêm yn olynol, pump o'r rheiny gyda phwynt bonws ychwanegol am sgorio pedwar cais neu fwy. Yr unig ddau dîm arall yn parhau gyda record 100% yw'r newydd-ddyfodiaid i'r adran, Beddau, a phencampwyr y llynedd, Merthyr.

Ar ôl y golled yn y cwpan yn erbyn Castell Nedd ddiwedd mis Medi, teithiodd Ponty i wynebu Bargoed – lle digon anodd i ymweld ag ef unrhyw adeg ond yn enwedig ar ddiwrnod stormus fel yr oedd, ond gan sicrhau buddugoliaeth hyderus o 11 pwynt i 28.

Y penwythnos canlynol Trecelyn oedd yr ymwelwyr i Heol Sardis a chyflawnodd Pontypridd y gamp o sgorio deg cais gan chwarae rygbi gwefreiddiol ar adegau, i ennill o 66 pwynt i 17. Gartref yn erbyn Cross Keys oedd gêm olaf mis Hydref ac wedi gornest llawer mwy clos, roedd Ponty unwaith eto'n fuddugol o 26 pwynt i 19.

Yn gynnar yn y tymor felly mae Pontypridd ar frig tabl yr Uwch-adran, ddau bwynt bonws yn glir o'u cymdogion agos Beddau a phum pwynt o flaen Merthyr, sydd wedi chwarae un gêm yn llai.

Yn ystod y rhediad llwyddiannus hwn, croesawyd y cyn-chwaraewr Gavin Dacey yn ộl i'r clwb i ymuno a'r tîm hyfforddi. Mae gan Gavin brofiad helaeth eisoes o hyfforddi yn yr Uwch-adran, gynt gyda Merthyr ac Aberhonddu, a bydd hynny o fudd mawr i'r hyfforddwyr ifanc eraill ar Heol Sardis - Kristian Parker, Garyn Smith a Iestyn Harris, y tri ohonynt yn dal i chwarae yn rheolaidd.

Mae ffordd hir i fynd yn yr ymgyrch i gipio tlws y gynghrair ond mae Ponty hyd yn hyn wedi gwneud y cychwyn gorau posib.

Am yr holl wybodaeth am gemau CR Pontypridd galwch mewn i wefan y clwb – www.ponty.net neu ar y safleoedd cymdeithasol @pontypriddrfc

Guto Davies

Menter Iaith Rhondda Cynon Taf

01443 407570

www.menteriaith.cymru

Gŵyl Morfydd 2025

Bu Gŵyl Morfydd eleni'n llwyddiant mawr, gan ddod â'r gymuned ynghyd i ddathlu creadigrwydd, cerddoriaeth a hanes lleol. Roeddem yn falch iawn i fod yn rhan o'r ŵyl eleni. Cafwyd gig ieuenctid fywiog gyda'r bandiau *Dros Dro*, *Penbleth* a *Trydanol* yng Nghlwb y Bont ar y nos Wener, arddangosfa o waith celf y prosiectau Cwilt Er Clod a Gwlad Newydd y Merched, a sesiwn Cylch Canu difyr arall gydag Antwn Owen-Hicks ar y dydd Sadwrn. Daeth y gymuned ynghyd wedyn am Gymanfa Ganu ar y dydd Sul. Edrychwn ymlaen yn barod at yr Ŵyl Morfydd nesaf!

Gweithdy gyda Siôn Tomos Owen – Bardd Plant Cymru i ddathlu diwrnod Shwmae

Fel rhan o swydd newydd Sion Tomos Owen fel Bardd Plant Cymru a dathliadau diwrnod Shwmae, aeth e o gwmpas Cymru yn cynnal sesiynau creadigol, ac wrth gwrs roedd rhaid iddo ddod heibio i gynnal sesiwn ar gyfer disgyblion blwyddyn 9 Llanhari, Garth

Olwg a Chwm Rhondda! Daeth aelodau o chweched bob ysgol draw i helpu hefyd. Yn ystod y sesiwn, roedd y bobl ifanc yn mynd trwy broses creadigol o greu cymeriad gweledol ac yna yn datblygu personoliaeth i'r cymeriad. Edrychon nhw ar waith ei gilydd ac roedd digon o chwerthin wrth i'r cymeriadau ddod yn fyw!

05.12.25 Gweithdai Torch Nadolig – Yr Hen Lyfrgell Porth

Ymunwch â ni am weithdy Nadoligaidd Cymraeg! Dysgwch sut i greu torch Nadolig o ddefnyddiau tymhorol i fynd gartref gyda chi. Cyfle i ddysgu sgiliau newydd, defnyddio eich Cymraeg a mwynhau gwin poeth a mins pei gyda ffrindiau. Byddwn yn cynnal 2 sesiwn un yn ystod y prynhawn rhwng 14:00 a 16:00 ac un gyda'r hwyr rhwng 18:00 a 20:00. Cost y gweithdy yw £35 sy'n cynnwys yr holl ddeunyddiau, diod a mins peis.

13.12.25 Gweithdy Crefft Siwgr – Yr Hen Lyfrgell Porth

Eisiau dysgu sut i fodelu carw ar gyfer eich teisen Nadolig? Ymunwch â Rhianydd a Menter Iaith RhCT mewn gweithdy dwyieithog, addas i deuluoedd a dechreuwyr. Dyma gyfle gwych i chi ymarfer y Gymraeg sydd gyda chi tra'n cael hwyl yn dysgu sut i greu carw bach ciwt i addurno cacen yn barod ar gyfer Nadolig!

Archebwch eich lle nawr i osgoi cael eich siomi! - https://www.eventbrite.co.uk/o/menter-iaith-rhondda-cynon-taf-40559451563

Sesiynau Addysg Oedolion yn ôl ym mis Tachwedd

Mae ein sesiynau addysg oedolion yn ail-ddechrau ar ôl hanner tymor. Mae'r gweithgareddau yn cynnwys:

- Clwb Caru Canu i rieni newydd a phlant bach ym Mhontypridd
- Yoga Cadair yn Nhabernacl Efail Isaf
- Dosbarth dysgu ukuleles dwyieithog yn Nhonyrefail
- Clwb Cymraeg i ddysgwyr yng Nghlwb y Bont, Pontypridd

Am fwy o wybodaeth, cysylltwch â: **gweithgareddau@menteriaith.cymru**

Cyfarfod Blynyddol Menter Iaith Rhondda Cynon Taf

Dewch i ddathlu llwyddiannau'r flwyddyn a chlywed am gynlluniau'r dyfodol yng **Nghyfarfod Blynyddol Menter Iaith RhCT**. Cynhelir y cyfarfod ar **26 Tachwedd 2025 am 7pm** yn **Eglwys Sant Elfan, Aberdâr**. Croeso cynnes i bawb!

Ysgol Gymraeg Castellau

Diwrnod Hello Yellow!
Da iawn i bawb am gefnogi diwrnod Hello Yellow a chodi arian tuag at yr elusen sy'n cefnogi iechyd meddwl pobl ifanc a phlant.

Disgo Calan Gaeaf y CRhA
Diolch yn fawr i'r CRhA am drefnu disgo Calan Gaeaf gwych!

Llwyddiant Chwaraeon
Da iawn i dim Pêl-droed Bl. 5 a 6 am ddod yn ail yn y rhanbarth. Ymlaen i Aberystwyth eto eleni.

Cor Ysgolion Pontyrpidd
Llongyfarchiadau a diolch yn fawr i'r disgyblion aeth i ganu yng Ngŵyl Morfydd Owen ac i gystadlu yn Eisteddfod y Cymoedd fel rhan o gôr Ysgolion Pontypridd.

Dangos y Cerdyn Coch i Hiliaeth
Gwisgodd y disgyblion coch i ddangos ein bod yn sefyll mewn undod yn erbyn hiliaeth.

Trip i Amgueddfa Aerospace ym Mryste
Aeth Blynyddoedd 5 a 6 ar drip i Amgueddfa Aerospace ym Mryste fel rhan o'u gwaith thema ar ddyfeisiadau. Gwelon nhw'r Concorde ac ymgymryd a gweithgareddau hwyl.

Codi arian i'r RNLI
Llongyfarchiadau anferth i Elodie yn y Derbyn sydd wedi rhedeg pob dydd ym mis Medi - 30 cliomedr i godi arian i'r orsaf bad achub yn Ninbych y Pysgod. Llwyddodd Elodie i godi £2700 i'r RNLI. Gwych!

Parhad tudalen 19 >

Ysgol Gynradd Gymraeg Llantrisant

Jambori yr Urdd
Bu disgyblion Blynyddoedd 3 a 4 wrth eu boddau yn Jambori yr Urdd yn ddiweddar. Cawsant amser gwych gyda Martyn Geraint yn canu nifer o'r hen ffefrynnau! Dyma oedd Jambori olaf Martyn ac hoffem ddiolch iddo am yr holl flynyddoedd o ddiddanu plant yr ardal hon. Bydd pawb yn gweld eisiau'r holl fwrlwm a sbri, ac wrth gwrs, y gwn dŵr!

Ysgol Gynradd Gymraeg Castellau (Parhad)

Trip Bl.4 i Techniquest
Aeth Bl.4 ar drip i Techniquest i ddarganfod mwy am rymoedd a'r gofod.

Diwrnod Iechyd Meddwl
Ar Hydref 10fed, gwisgodd pawb ddillad melyn i ddangos eu cefnogaeth at Ddiwrnod Iechyd Meddwl y Byd. Tynnodd y plant luniau o wahanol ffyrdd i ddangos caredigrwydd a daeth pawb at ei gilydd i greu un galon fawr ar iard yr ysgol.

Diwrnod Gwisgo Coch
Gwisgodd holl blant a staff yr ysgol ddillad coch ar Hydref 17eg i gefnogi'r ymgyrch gwrth-hiliaeth "Show Racism the Red Card". Dyma'r plant meithrin yn eu dillad coch.

Diwrnod Pontio Blwyddyn 6 Llanhari
Cafodd ddisgyblion Blwyddyn 6 gyfle i ymweld ag Ysgol Llanhari i gymryd rhan mewn llu o weithgareddau hwyliog a dod i adnabod y staff a disgyblion ysgolion y clwstwr. Cawsant gyfle i wneud arbrawf Gwyddoniaeth yn ymchwilio i lefelau pH gwahanol hylifau, cymryd rhan mewn chwaraeon amrywiol fel pêl-fasged a hoci a gweithgareddau yn yr ardal allanol.

Menter Caerdydd

Mis Tachwedd

Mae Menter Caerdydd angen eich cymorth! Rydym yn falch o gyhoeddi ein bod ni wedi cael ein dewis fel un o elusennau y Co-op am y flwyddyn nesaf er mwyn codi arian ar gyfer ein cyngherddau cymunedol 'Mewn Tiwn'. Mae maint y grant yn dibynnu ar faint o bobl sy'n dangos cefnogaeth i ni ar app neu wefan y Co-op. Mae'r flwyddyn yn rhedeg o nawr hyd fis Tachwedd 2026.

Os ydych yn aelod o'r Co-op yn barod, i gyd sydd rhaid i chi wneud yw lawrlwytho'r app a dews ni fel eich elusen am y flwyddyn. Gallwch hefyd wneud hyn trwy'r wefan: https://www.coop.co.uk/membership

Os nad ydych yn aelod o'r Co-op mae'n hawdd ymuno am £1, naill ai ar-lein neu yn eich cangen leol. Byddwch yn cael y £1 yn ôl wrth ddefnyddio eich cerdyn yn y siop am y tro cyntaf. Ar ôl ymuno, gellir pleidleisio drosom ni yn yr app neu ar y wefan. Diolch o flaen llaw am eich cefnogaeth. Byddwn yn eich atgoffa chi am y cyfle i'n cefnogi sawl gwaith yn ystod y flwyddyn! Dyma gip ar rai o'r digwyddiadau sydd ar y gweill gan griw Menter Caerdydd yn ystod mis Tachwedd.

Cwrs Gwerthfawrogi Barddoniaeth ar Zoom

Dydy hi ddim yn rhy hwyr i gofrestru ar gyfer y cwrs gwerthfawrogi barddoniaeth ar Zoom, bob nos Lun ym mis Tachwedd yng nghwmni Bethan Mair. Yn ystod y cwrs, byddwn yn trafod rhai o gerddi TH Parry-Williams, Waldo, Gwenallt a Saunders Lewis. Bydd recordiadau ar gael os byddwch yn colli sesiwn. **Cost: £20.**

Gig Alis Glyn a Paralel

Mae Menter Caerdydd yn falch o gefnogi prosiect newydd Gigs y Rhath gyda'r digwyddiad nesaf yn cael ei gynnal ar nos Fercher, 12 Tachwedd yn Paradise Garden ar City Road. Y cerddor Alis Glyn o Gaernarfon a enillodd dlws Sbardun yn Eisteddfod Genedlaethol Wrecsam 2025 fydd yn perfformio, ynghyd â'r band ifanc o Gaerdydd Paralel. Mae'r noson yn addas i bawb dros 18 oed ac mae tocynnau ar gael am £10 ar wefan Menter Caerdydd.

Siaradwyr Newydd

Cofiwch am ein boreau coffi, bob yn ail wythnos, yn hybiau Rhydypennau (Iau, 6 a 20 Tachwedd - Pawb), Rhiwbeina (Gwener, 7 a 21 Tachwedd – Mynediad/Sylfaen) a Llaneirwg (Mawrth, 4 a 18 Tachwedd - Pawb). Mae pob sesiwn yn dechrau am 10.30yb. Mae sesiwn wythnosol i bob lefel yn Llyfrgell yr Hyb Ganolog bob prynhawn Iau am 3.00 a sesiwn sgwrsio ar Zoom bob dydd Gwener ola'r mis,

Bydd criw o ddysgwyr a thiwtoriaid o Dysgu Cymraeg Caerdydd yn ymuno â staff y Fenter ar fore Sadwrn, 15 Tachwedd i ymweld â busnesau sydd â siaradwyr Cymraeg yn ardal Treganna a Phontcanna. Os ydych chi'n berchen ar fusnes mewn unrhyw ardal o Gaerdydd ac yn awyddus i fod yn rhan o gynllun 'Hapus i Siarad', cysylltwch! Gallwn ddarparu poster i'r ffenestr a lanyards ar gyfer staff er mwyn dangos i gwsmeriaid bod croeso iddynt ddechrau sgwrs gyda chi yn Gymraeg.

Sgwrs y Mis

I nodi 100 mlynedd ers geni Richard Burton, bydd Dr Gethin Matthews yn olrhain hanes yr actor o Bontrhydyfen gan ganolbwyntio ar ei gysylltiadau a'i agwedd at Gymru. Yn y sgwrs, 'Richard Burton: Seren Cymru?', bydd Gethin yn edrych o'r newydd ar y dystiolaeth a gasglodd wrth ysgrifennu ei fywgraffiad o'r actor 25 mlynedd yn ôl, ac yn trafod perthynas gymhleth Richard â'i famwlad. Bryd hynny, fe awgrymodd mai Richard oedd y llysgennad gorau oedd Cymru wedi'i gael erioed: a ydy'r asesiad hynny dal yn wir? **Nos Iau, 20 Tachwedd, 7.30 ar Zoom. Awgrymir cyfraniad o £5 y sgwrs i'r rhai sydd heb dalu am y flwyddyn.**

Cwrs Cymorth Cyntaf

A fyddech chi'n gwybod beth i'w wneud petai rhywun yn y tŷ yn torri bys neu angen cymorth cyntaf brys? Bydd Menter Caerdydd yn rhedeg cwrs Cymorth Cyntaf Brys Undydd ar ddydd Gwener, 28 Tachwedd rhwng 09:30 a 16:30 yn yr Hen Lyfrgell ynghanol y ddinas. Dyma gwrs wedi'i achredu a'r gost yw £45 y pen.

Plant a Theuluoedd

Bydd y sesiynau Amser Stori'n ail-ddechrau ar ôl hanner tymor ac yn parhau yn y lleoliadau arferol hyd wyliau'r Nadolig. Bydd digon o sbarcs yn y gweithdy gwyddoniaeth gyda SparkLab yn Ysgol y Berllan Deg ar 4 Tachwedd a llond lle o hwyl yn y Clybiau Dawns a Drama sy'n dechrau nôl ar ddydd Sadwrn, 8 Tachwedd. Cofiwch sicrhau lle i'ch plentyn drwy gofrestru ar y wefan.

Edrych ymlaen at fis Rhagfyr: Ymweld â Siôn Corn

Bydd Menter Caerdydd yn rhan o Ffair Nadolig GM Notebooks yn yr Eglwys Norwyaidd ar fore Sadwrn, 20 Rhagfyr gan gynnig cyfle i blant bach Caerdydd ymweld â Siôn Corn yn Gymraeg! Bydd y tocyn yn cynnwys anrheg a gweithgaredd celf a chrefft. Am fwy o fanylion a chyfle i gofrestru, cadwch lygad ar y wefan.

I gael gwybodaeth am weithgareddau i blant:
mentercaerdydd.cymru/cy/plant-a-phobl-ifanc

I gael gwybodaeth am weithgareddau i oedolion:
mentercaerdydd.cymru/cy/oedolion

Gwefan: mentercaerdydd.cymru
Facebook: @m.caerdydd
Instagram: @mentercaerdydd
E-bost : post@mentercaerdydd.cymru
Ffôn: 029 2068 9888