# tafod elái

TACHWEDD 2022

Rhif 372

Pris £1


## Clwb y Bont - Yma o Hyd

Bydd Clwb y Bont, y bar a'r lleoliad cymunedol yng nghanol Pontypridd, yn ail-agor ei ddrysau ar ddydd Gwener 11eg o Dachwedd wedi cyfnod hir ar gau ar gyfer adnewyddiadau.

Nid yw'r adeilad wedi agor yn llawn ers y llifogydd difrifol ym mis Chwefror 2020, gyda'r cyfnodau clo yn ystod pandemig Covid-19 wedyn yn peri mwy o drafferthion. Yn awr, diolch i grantiau diwylliannol a llywodraethol, ac i haelioni a dyfalbarhad aelodau a gwirfoddolwyr, mae'r Clwb yn barod i groesawu 'nôl y cyhoedd, mudiadau a grwpiau lleol.

Mae tai bach a seler gwrw newydd wedi eu gosod ar y llawr isaf, a grisiau i'r llofft lle mae ystafell gyfarfod unigryw wedi ei chreu. Yn ogystal, mae nenfwd newydd atgyfnerthedig wedi ei godi yn y Stafell Gefn lle cynhelir digwyddiadau.

Bydd Clwb y Bont unwaith eto yn cynnig ei hun fel lleoliad cynhwysfawr, croesawgar fydd yn adlewyrchu amrywioldeb ac egni'r gymuned leol. Bydd y Clwb o hyn allan yn gweithredu fel 'tŷ rhydd' fydd yn gwerthu cwrw o fragdai lleol a Chymreig megis Twt Lol, Greytrees, Lager Wrecsam, Tiny Rebel a Gwynt y Ddraig.

Mae rhaglen lawn o weithgareddau wedi ei threfnu ar ôl yr ail-agor mawr gyda rhywbeth at ddant pawb, o roc i jazz i werin i farddoniaeth a gweithdai creadigol. Bydd croeso cynnes i bawb alw mewn i fwynhau diod a sgwrs mewn awyrgylch gynnes, gyfforddus, Gymreig. Am fwy o wybodaeth galwch mewn i wefan y Clwb: clwbybont.cymru neu cysylltwch ar e-bost: clwbybont@gmail.com

PONTYPRIDD CLWB Y BONT ERS 1983

## Pencampwr Ewropeaidd

Llongyfarchiadau anferthol i Theo John, Ysgol Tonyrefail, am ennill y wobr arian yng nghystadleuaeth Jiu Jitsu Ieuenctid Ewrop. Mae Theo wedi ennill nifer o gystadlaethau Jiu Jitsu yn ddiweddar.

## Rhyddfraint Cymuned Pentyrch

Llongyfarchiadau i Penri Williams ar ei dderbyn yn "Rhyddfreiniwr Cymuned Pentyrch." Cyflwynwyd tlws iddo mewn derbyniad yng Nghlwb Rygbi Pentyrch ar ddechrau mis Hydref mewn cydnabyddiaeth o'i gyfraniad i'r ardal.

Avril Llewellyn a dderbyniodd Rhyfraint Pentyrch ar ran ei diweddar ŵr, Don Llewellyn, gyda Penri Williams oedd hefyd yn derbyn Rhyddfraint Cymuned Pentyrch.

## Neuadd Enwogion

Roedd Keri Jones, Tonysguboriau, yn un o bum asgellwr rygbi a urddwyd i Neuadd Enwogion Chwaraeon Cymru mewn noson arbennig yn ddiweddar. Y pum asgellwr enwog oedd Maurice Richards, Keri Jones, Ieuan Evans, Billy Boston a Nigel Walker.

Bu Keri yn chwarae rygbi'r undeb a rygbi'r gynghrair gan chwarae i Glwb Rygbi Caerdydd a Chymru. Derbyniodd pum Cap dros Gymru a sgoriodd dau gais. Tra'n chwarae rygbi'r gynghrair i Wigan bu'n rhan o dîm Prydain Fawr yng Nghwpan y Byd 1970. Roedd hefyd yn athletwr o fri a gynrychiolodd Cymru yng Ngemau'r Gymanwlad yn Jamaica yn 1966. Golff yw ei hoff ddiddordeb erbyn hyn.

**£10**

**Mae'n amser tanysgrifio unwaith eto i dderbyn Tafod Elái.**

**Gofynnwn i chi fynd i wefan tafodelai.cymru a thalu drwy'r linc gyda cherdyn debyd neu credyd.**

**Diolch i chi am eich cefnogaeth.**

# tafod elái


***GOLYGYDD***
***Penri Williams***
***029 20890040***

***CYHOEDDUSRWYDD***
***Colin Williams***
***029 20890979***

Erthyglau a straeon
ar gyfer rhifyn mis Rhagfyr
i gyrraedd erbyn
2 Rhagfyr 2022

**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**

## CLWB Y DWRLYN

**Huw Llywelyn Davies yn holi Dr Barry Morgan Cyn-Archesgob Cymru**

*8yh Nos Iau, 8 Rhagfyr*
*Yng Nghlwb Rygbi* Pentyrch

**Mynediad drwy Aelodaeth £15**

**Manylion oddi wrth:**
**clwbydwrlyn@pentyrch.cymru**

## CYLCH CADWGAN

**Merched y Wawr, Cangen y Garth**
Nos Iau 10 Tachwedd am 8yh
**Noson yng nghwmni Sioned Erin Hughes**
- Manylion cysylltu Zoom i ddilyn
*Cydnabyddir cefnogaeth Llenyddiaeth Cymru*

Eisteddfod y Rhondda

@EisteddfodYRhondda
@EistRhondda
@eisteddfodyrhondda

## EISTEDDFOD Y RHONDDA
## 19 TACHWEDD 2022

**CAPEL HERMON, TREORCI. CF42 6PW**

**11:00 RHAGBROFION**
**14:00 PRIF-LWYFAN**

**RHESTR TESTUNAU A CHOFRESTRU:**

**www.eisteddfodyrhondda.cymru**

**DYDDIAD CAU 28 HYDREF**

eisteddfodyrhondda@gmail.com

## Beth Sy' Ymlaen Clwb y Bont

**Digwyddiadau Mis Tachwedd**

**Diwrnod Ail Agor!** Gwener 11/11/22. Mic Antoniw 11am. Agor trwy'r dydd. Noson o ganu gyda Wil Morus Jones 9.30-10.30pm hwyl a dathlu. Am ddim

Navarones (dolen Eventbrite ar FB)
Sadwrn 12/11/22

The People The Poet
Digwyddiad Cwpan y Byd
Gwener 18/11/22 8pm £5

Côr Cymunedol Pontypridd
Sadwrn 19/11/22
2pm am ddim

**Mari Mathias a'i band**
**Gwilym Bowen Rhys**
https://clwb-y-bont.sumupstore.com/product/mari-mathias-a-gwilym-bowen-rhys
Sadwrn 19/11/22 7:30pm £10

Dosbarth Celf Cwpan y Byd gyda Sion Tomos Owen
Mawrth 22/11/22 6pm £3

Gwleidyddiaeth Cwpan y Byd
Trafodaeth gyda Mic Antoniw a Heledd Fychan. Iau 24/11/22 7pm Am ddim

Sow Acapela
Singalong Cwpan y Byd
Gwener 25/11/22 7:30 £3

Noson gyda Kevin Ratcliffe,
Sadwrn 26/11/22 7:30pm £20

## Cylch Llyfryddol Caerdydd

***Gwener, 18 Tachwedd 2022, am 7.00pm***
Yn Ystafell 0.31, Adeilad John Percival: Sgwrs gan yr Athro Prys Morgan ar y testun 'Dau lew mewn un ffau: Henry Lewis a Saunders Lewis yn Adran Gymraeg Coleg Prifysgol Abertawe, 1922–1937'.
e-bost: JamesEW@caerdydd.ac.uk

## Cymrodorion Caerdydd

Sefydlwyd 1885
**4 Tachwedd** Daeth y Llwyth yn Dylwyth: Llwyfannu Dramau Perthnasol sy'n adlewyrchu Cymru Gyfoes. Arwel Gruffydd - ar Zoom
**2 Rhagfyr** Merêd a Phyllis Gwenan Gibbard - ar Zoom
Tâl aelodaeth am y flwyddyn £10.
I ymuno, neu am ddolen i gyfarfod unigol (£3) cysyllter â Gwynn Matthews, m.g.derwendeg@gmail.com
(029 20891802)

# PENTYRCH

Gohebydd Lleol:
Marian Wynne

**Priodas Aur**
Llongyfarchiadau gwresog i Nerys a James Snowball ar ddathlu eu Priodas Aur.

**Noson Agoriadol Clwb y Dwrlyn**

Cafwyd gwledd o gerddoriaeth yn noson agoriadol tymor Clwb y Dwrlyn. Y Soprano Jessica Robinson o Sir Benfro fu'n ein diddanu gyda ffefrynnau o fyd opera ac unawdau traddodiadol Cymreig. Roedd ei hiwmor ysgafn a'i phrofiad yn Eisteddfodau Ffermwyr Ifanc ei hardal enedigol yn ychwanegu at ei dawn fel cantores brofiadol.

**Gruff Sol**
Clwb Rygbi Pentyrch oedd cartref Gruffudd Sol Owen nos Iau yr 20fed o Hydref wrth iddo ddiddanu aelodau Clwb y Dwrlyn yn ail gyfarfod y tymor presennol.

Cymysgwch o adrodd a chanu a gafwyd gan fardd cadeiriol Eisteddfod Genedlaethol Caerdydd 2018, a ddefnyddiodd, os cofiwch, y ffugenw "*Hal Robson-Kanu*" yn y gystadleuaeth honno!

Ac fe ddylai geiriau un o feirniaid y gystadleuaeth honno, Ceri Wyn Jones, fod yn ffon fesur i'w gyflwyniad i Glwb y Dwrlyn – "*arddull sy'n gweddu i fywyd lle y gwibiwn o un ap i'r llall, o un cyfrwng i'r llall, o un profiad ansylweddol i'r llall*".

Roedd llawer o'i gerddi yn trafod y teulu ifanc sydd ganddo ef a'i wraig, a'r newid byd sydd wedi dod i'w rhan ers dechrau magu teulu!

A thra roedd pob nain a thaid, a phob mam-gu a thad-cu oedd yn bresennol yn cyd-fynd â chynnwys y cerddi, go brin iddynt fod wedi disgwyl gwneud hynny ar fydr ac odl, heb sôn am mewn cynghanedd!

Fe welir peth o'r deunydd a gyflwynodd yn y gyfrol "Chwyn" – Blodeugerdd Barddas o gerddi doniol, deifiol a di-chwaeth", a olygwyd ganddo, ac a gyhoeddwyd yn 2019.

Y "Bebi Rêf" mae'n siŵr fyddai ffefryn y noson, gyda'r gynulleidfa yn holi ei gilydd "*lle mae'r bebi rêf nesa' tybed*?" er mwyn iddynt hwythau gael ymuno!

Er, o feddwl, beth am ddarllen y pennill olaf unwaith eto:-

*"Bebi rêf sy'n syniad erchyll,*
*Fe erfyniaf ar Dduw nef*
*I felltithio dyddiau bywyd*
*Y twat ddyfeisiodd bebi rêf."*

Ac yn ôl i'r awdl arobryn i gloi, [canu i'r "Porth" oedd y gamp], mae Rhys Iorwerth yn ei feirniadaeth ef yn dyfynnu o un hir-a-thoddaidd ynddi fel â ganlyn:- '…gwirionais ar ei ddisgrifiad ohono'i hun fel rhywun "*mor ffocing boring nes mod i bron yn berig*".

Nid dyna'r argraff gawsom ni naci!

Diolch Gruff am dy gwmni a'th gyflwyniad.

(Rhodri G Jones)

**Cymdeithas Hanes Pentyrch**
Yng nghyfarfod Cymdeithas Hanes Pentyrch ddiwedd mis Medi Penri Williams oedd y siaradwr a daeth tyrfa dda i wrando arno yn sôn am fywyd a chyfraniad amhrisiadwy Don Llewellyn dros y blynyddoedd yn casglu a chofnodi hanes yr ardal. Trwy gyfrwng fideo a lluniau llwyddodd Penri i gyfleu'r cyfoeth a dderbyniodd y pentrefwyr o law Don, nid yn unig drwy'r Garth Domain ond hefyd ei deithiau cerdded, ei sgyrsiau i wahanol gymdeithasau heb sôn am y straeon digri am gymeriadau'r ardal o'r oes a fu.

Ar ddiwedd y noson roedd pawb yn sylweddoli hefyd maint cyfraniad Penri i ddiogelu hanes digwyddiadau'r pentre gyda'i gasgliad gwerthfawr a helaeth o luniau a fideos, llawer wedi eu tynnu ganddo ef, gan greu cofnod pwysig i'r dyfodol.

**Dadorchuddio Cofeb i Don Llewellyn**
Dydd Sul, 23 Hydref, daeth aelodau o Gymdeithas Hanes Pentyrch a theulu a chyfeillion Don Llewellyn ynghyd i roi'r ffarwel teilwng a fu'n amhosib ei gynnal oherwydd y cyfnod Covid.

Talwyd teyrnged am gyfraniad Don i nifer o fudiadau yn y cylch ac yn arbennig am ei waith yn cofnodi hanes yr ardal. Dadorchuddiwyd y plac glas ar wal Neuadd y Pentref a'r fainc ger yr helygen gan ei wraig, Avril, ac aelodau o'r teulu. Roedd tua 60 o bobl wedi dod i'r seremoni yn cynnwys llawer o deulu Don. Yna cafwyd te yn Neuadd y Pentref a rhannu llawer o atgofion hapus amdano. Diolch i bawb a gyfrannodd i'r achlysur, y plac a'r fainc.

**Don Llewellyn**
**1933 - 2021**
Hanesydd, awdur, darlledwr, storïwr, garddwr a Chymro balch.
Gwnaeth gyfraniad arbennig i fywyd Pentyrch yn cynnwys y clwb rygbi, y gymdeithas hanes a'r neuadd hon.
Dyn ei filltir sgwâr
Er diffodd y golau erys gwres y fflam.

**Clwb Rygbi Pentyrch**
Mae'r tymor yn parhau'n un llewyrchus iawn i glwb rygbi Pentyrch. Y tîm cyntaf yn dal â'u record 100% - yn ail yn y gynghrair, ond gydag un gêm wrth gefn, a thrwodd at gymal nesa'r Cwpan ar ôl ennill pob un o'u 3 gêm yn y grŵp. Ar Sadwrn Hydref 24ain, roedd tipyn o barti i ddathlu bod y timau cyntaf, ail a'r Ieuenctid wedi ennill ac wedi ymuno yn hwyl yr Oktoberfest yn eu gwisgoedd ffansi gyda'r nos.

Oddi ar y cae, yr uchafbwynt mawr oedd cael cwmni neb llai na Gerald Davies, un o sêr disgleiria holl hanes rygbi Cymru a Llywydd yr Undeb erbyn hyn, yn westai yn y noson "Pei a Potsh" blynyddol.

Bu'r parti Calan Gaea' i'r plant yn llwyddiant mawr hefyd, a chofiwch am yr hen Guto Ffowc - bydd y tân gwyllt cynta'n codi i'r awyr ar Sadwrn 5ed am 7.30yh. Mae wastad yn noson hynod o boblogaidd, felly dewch yn llu, a dewch yn gynnar i Barc y Dwrlyn.

Gerald Davies gyda Huw Llywelyn Davies

# EFAIL ISAF

Gohebydd Lleol:
Loreen Williams

**Croeso Adref**
Croeso adref i John Edmunds, Penywaun sydd wedi treulio'r rhan fwyaf o'r flwyddyn hon yn Ysbyty Cwm Rhondda yn Llwynypia. Dymunwn adferiad iechyd llwyr iti. Braf yw cael dy groesawu adre.

**Brysiwch Wella**
Dymuniadau gorau i Mike West, Parc Nant Celyn sydd heb fod yn rhy hwylus ers rhai wythnosau. Yr un yw ein dymuniadau i Dave Eyres, Heol Iscoed sydd wedi derbyn triniaeth yn yr ysbyty yn ddiweddar. Brysiwch wella eich dau.

**Croeso i'r Pentref**
Estynnwn ein croeso i'r pentref i Claire a Jack Addicott a'r merched Nancy a Suzy sydd wedi ymgartrefu ym Mharc Nant Celyn. Mae Claire yn swyddog digwyddiadau yng Nghanolfan Garth Olwg a Jack yn Gyfarwyddwr Cwmni technoleg Gwybodaeth yng Nghaerdydd. Croeso cynnes i'r pentref.

**Cyfnewid Cartrefi**
Mae dau deulu yn Efail Isaf wedi cyfnewid cartrefi yn ystod y mis. Un teulu yn chwilio am dŷ llai a'r teulu arall yn chwilio am gartref mwy o faint. Bydd yn rhaid i Carey a minnau ffarwelio â'n cymdogion cymwynasgar, Geraint a Caroline Rees sydd yn symud i Heol Iscoed a chawn y cyfle i groesawu Howard a Carol Bayliss a'r plant Elliot, Lydia a Gwenan yn gymdogion newydd.

**Llongyfarchiadau**
Llongyfarchiadau gwresog i Iwan West sydd newydd ddathlu ei ben-blwydd yn un ar hugain oed. Llongyfarchiadau i dad -cu Iawn, sef Gwilym Treharne a fydd yn dathlu pen-blwydd arbennig yn 80 oed yn ystod y mis.

**Côr yr Einion**
Cynhaliwyd cyfarfod o aelodau Côr y Einion nos Iau, Medi 22ain yng Nghanolfan y Tabernacl i drafod dyfodol y côr. Gan fod amryw o aelodau wedi dweud nad oeddynt am barhau i ganu ar ôl cyfnod y pandemig a fod Siân wedi mynegi awydd i roi'r gorau i fod yn arweinydd, roedd yn anochel mae dirwyn y Côr i ben oedd yr unig ateb.

Sefydlwyd y Côr yn 2013 a chynhaliwyd nifer helaeth o gyngherddau at achosion da a chreu cymdeithas fywiog ymhlith yr aelodau.

Fel aelodau dymunwn ddiolch o galon i Siân Griffiths, yr aweinydd, Siân Elin, ein cyfeilydd a Llinos Swain am eu hymroddiad i'r Côr yn ystod y cyfnod.

**Mwynhau Llenyddiaeth**
Ar ôl cyfnod hir o beidio â chael cyfarfod i fwynhau llenyddiaeth o dan arweiniad ysbrydoledig Y Prifardd Cyril Jones yng Nghanolfan Garth Olwg roedd mor braf cael cyfarfod wyneb yn wyneb unwaith yn rhagor nos Fercher, Hydref 5ed. Ynghanol y brwdfrydedd o gael ein tywys i drafod Cyfansoddiadau Eisteddfod Tregaron a mwy, roedd yna nodyn o dristwch. Roeddem yn gweld eisiau dwy o'n haelodau ffyddlon a gollwyd yn ystod y flwyddyn, sef Gwenllïan Jenkins a Cerys Webber. Dechreuodd Cyril y sesiwn gyntaf drwy gyflwyno'r englyn yma er cof am y ddwy -

Heno llai, heb hwyl Gwenllïan, - yw ein llên,
Dwbl llai; yn rhy fuan
Diweddodd trafod diddan, -
Dyrys heb Cerys yw'n cân.

**Sesiwn Efail Isaf**
Yn dilyn seibiant o dros ddwy flynedd, fe gafwyd noson lwyddiannus yn y Carpenters, Efail Isaf ddechrau fis Medi pan godwyd to'r dafarn gyda'r holl ganu! Mi fydd noson arall o gyd-ganu yn cael ei chynnal yn y Carpenters i groesawu tymor y Nadolig, a hynny ar nos Sadwrn 26 Tachwedd. Dewch ag offeryn, dewch i ganu neu dewch i wrando. Mae'r noson am ddim, mae'n dechrau am 8pm, ac mae croeso cynnes i bawb.

Hefyd bydd noson i groesawu'r Hen Galan yn cael ei chynnal yng Nghlwb y Bont ar nos Sadwrn 14 Ionawr, gyda'r Fari Lwyd o Benarth yn dod i ymweld, ac yna noson o gyd-ganu yn y clwb.

**Y TABERNACL**
**Brysiwch Wella**
Mae'n braf cael cofnodi fod Maldwyn Pate yn gwella ar ôl derbyn triniaeth ar y galon yn Ysbyty Llandochau yn ystod y mis. Ar ôl mynd drwy triniaeth debyg mae'n braf gweld Geraint Rees yn ôl yn yr Oedfaon fore Sul. Ein dymuniadau gorau i Glenys Roberts a hithau wedi derbyn triniaeth i'w llygad. Brysiwch wella, eich tri.

**Dymuniadau Gorau**
Dymunwn yn dda i Mrs Margaret Jones (mam Pens) sydd bellach wedi ymgartrefu mewn Cartref Gofal yn Nhonyrefail.

**Bore Coffi Macmillan**
Daeth nifer dda o aelodau a phentrefwyr yng nghyd fore Mawrth 27ain o Fedi i fwynhau paned a sgwrs yn Y Ganolfan. Roedd yno wledd o ddanteithion blasus i'w bwyta a'u prynu. Codwyd £360 i gronfa Macmillan. Diolch i bawb am gefnogi.

**Aelodau Newydd**
Hyfryd yw cofnodi fod saith o aelodau newydd wedi eu derbyn i'r eglwys yn Y Tabernacl fore Sul, Hydref 9fed. Soniodd Y Parchedig Eirian Rees am arwyddocâd bod yn aelod cyn i Geraint Wyn Davies dderbyn pob aelod yn ffurfiol. Y saith a dderbyniwyd oedd Eunice Davies, Siân Eleri Fudge, Elwyn ac Eirian Hughes, Aled Humphreys, Ann Owen ac Iwan West. Croeso cynnes i chi i gyd i aelwyd Y Tabernacl.

**Oedfa Ddiolchgarwch**
Cynhaliwyd Oedfa ddiolchgarwch yn Y Tabernacl fore Sul, Hydref 16eg. Llywyddwyd yr Oedfa gan Gwion Evans gyda Iestyn Morris yn cyfeilio. Roedd blaen y capel yn orlawn o blant bach ifancaf yr Ysgol Sul yn canu eu diolch yn siriol a hapus. Diolch i Manon Huws am eu tywys a'u hyfforddi. Cafwyd cyfraniad gwerthfawr gan y Twmiaid wedyn. Tybed a ydyn ni'n rhy debyg i'r 'Person Sarrug' sydd yn gweld bai ar bawb a phopeth?

Diolch i Eleri Mai am gyflwyniad graenus Y Twmiaid. Gwnaethpwyd apêl am ddillad plant gan Y Twmiaid i'w cyflwyno i elusennau lleol sy'n gweithio gyda phobl ifanc bregus ac anghenus. Mae'r Twmiaid yn awyddus i estyn llaw i helpu eraill. Aeth nifer fawr o'r gynulleidfa lawr i neuadd y Pentref i fwynhau Cinio Cynhaeaf ar ôl yr Oedfa.

**Diolch**
Yn dilyn cyfarfod Y Pwyllgor Gofalwyr Ardal mae Geraint Wyn Davies wedi penderfynu rhoi'r gorau i'r gadeiryddiaeth wedi blynyddoedd lawer o wasanaeth. Diolch Geraint am dy waith diflino.

**Merched y Tabernacl**
Cyfarfod nesaf aelodau Merched y Tabernacl fydd ymweliad â'r Coleg Cerdd yng Nghaerdydd ddydd Gwener, Tachwedd 18fed. Bydd Timothy Ridout (fiola) a Jason Gillham (piano) yn cyflwyno cerddoriaeth gan Schubert a Vaughan Williams. Byddwn yn cyfarfod am baned neu fyrbryd am hanner dydd a'r gyngerdd i ddechrau am 1.15yp.

**Trefn yr Oedfaon ar gyfer mis Tachwedd**
Tachwedd 6ed Y Parchedig Robin Samuel
Tachwedd 13eg Y Parchedig Aled Edwards
Tachwedd 20fed Sul Diogelu dan arweiniad Emlyn Davies
Tachwedd 27ain Bydd Cyfarfod Cyffredinol blynyddol yn dilyn Oedfa fer yng nghwmni Rhiannon Humphreys.

# Ysgol Gwaelod y Garth

**Ysgol y Goedwig**
Mae disgyblion Cam Cynnydd 2 a 3 wedi cael amser bendigedig yr hanner tymor yma yn Ysgol y Goedwig. Maent wedi archwilio'r goedwig leol, adeiladu cuddfannau, dysgu sut i gynnau tân, a mwynhau malws melys wedi'u tostio!

Mae ein darpariaeth Ysgol y Goedwig yn Ysgol Gwaelod-y-Garth yn cynnig cyfleoedd i bob plentyn ddatblygu hyder, sgiliau cymdeithasol, medrusrwydd cyfathrebu, wrth ryngweithio â byd natur. Ein nod yw datblygu ym mhob person y sgiliau sydd eu hangen arnynt i ddod yn ddysgwyr galluog, yn bersonol gynaliadwy, ac yn ddysgwyr uchelgeisiol. Diolch Mrs Williams a'r holl rieni sydd wedi gwirfoddoli a'n helpu'r tymor hwn.

**Tîm Clwc Clwc!**
Ar ôl hanner tymor, bydd ein ieir yn cyrraedd! Y tymor diwethaf cawsom gystadleuaeth coginio STEM a bydd y saith enillydd lwcus yn mynd i'r fferm ym mis Tachwedd i ddewis yr ieir. Bydd ein cwt ieir wedi'i lleoli ar y cae gwaelod wrth ymyl ein pod STEM. Bob bore bydd y disgyblion yn cael cyfle i gasglu'r wyau a byddwn yn gwerthu'r wyau yn ein siop STEM. Mae Redrow wedi bod yn gweithio gyda ni fel ysgol ac yn ein helpu i adeiladu stryd STEM ar yr iard waelod a fydd yn cynnwys ein siop STEM, caffi STEM, a thai STEM.

**"Llais" ein Senedd Ysgol**
Yr hanner tymor yma rydym wedi ethol pwyllgorau disgyblion newydd ar gyfer ein senedd ysgol "Llais". Sefydlwyd ein senedd ysgol gyfan ddwy flynedd yn ôl ac mae pob plentyn o Flwyddyn 3 i Flwyddyn 6 yn rhan o bwyllgor ysgol. Mae ein pwyllgorau yn cynnwys y Cyngor Ysgol, Dysgu Difyr, Dewiniaid Digidol, Dreigiau Doeth, Llysgenhadon Lles, Cyngor Eco, a Dinasyddion y Dyfodol. Yr hanner tymor hwn, bu'r pwyllgorau'n trafod eu syniadau am y flwyddyn ac yn creu cynllun strategol yn nodi eu blaenoriaethau ar gyfer y tymor. Er enghraifft, mae'r Dreigiau Doeth yn bwriadu creu cwmni i ddysgu Cymraeg i'r goruchwylwyr canol dydd ac i rieni a'r gymuned leol. Bydd y pwyllgor Dysgu Difyr yn mynd ar daith ddysgu ac yn edrych ar uchelgais a her yn yr ystafell ddosbarth. Mae Dinasyddion y Dyfodol wedi penderfynu mai "Heart Heroes" fydd ein helusen ysgol eleni ac wedi trefnu nifer o weithgareddau elusennol ar gyfer y tymor. Diwrnod heb drydan yw'r her a osodir gan y Cyngor Eco ac ymwybyddiaeth ofalgar a hawliau'r plentyn fydd blaenoriaeth y Llysgenhadon Lles. Bydd y Dewiniaid Digidol yn parhau i uwchsgilio staff, disgyblion, a rhieni a bydd y Ddesg Ddigidol yn cael ei lansio unwaith eto y tymor hwn. I gael gwybodaeth bellach, ewch i'n gwefan i ddarllen y cynlluniau strategol. Diolch i'r staff a'r disgyblion am eu brwdfrydedd a'u gwaith caled.

# CREIGIAU

Gohebydd Lleol:
Nia Williams
colin.williams@talktalk.net

**Gwellhad buan . . .**
. . . i Byron Edwards, gafodd lawdriniaeth yn ddiweddar. Da gweld bod Byron yn mendio'n dda. Cofion atat!
. . . i Glenys Roberts hithau, dderbyniodd driniaeth ar ei llygad yn ddiweddar. Dal ati i wella, Glen! Mae Cadwgan d'angen!

**Llongyfarchiadau mawr i . . .**
. . . Bethan Ellis Owen a Jack Quick ar enedigaeth Jesi Iris ddechrau mis Hydref! Mwyhewch Jesi - gwnaiff eich cadw'n ifanc!

**Llongyfarchiadau anferthol i . . .**
. . . Lynfa Thomas ar ei dyrchafu yn ddirpwy bennaeth ei hen ysgol - sef Ysgol Gynradd, Creigiau! Mor hapus drosot, Lynf! Pob lwc gyda dy gyfrifoldebau newydd! All neb weithio'n galetach na ti!

**Llongyfarchiadau gwresog . . .**
. . . Dr Bethan Herbert a'i merch Catrin Herbert ar gwblhau hanner marathon Caerdydd ddechrau'r mis. Camp anhygoel eich dwy!

# O DAN YR WYNEB

**Martin Huws sy'n holi Jon Gower, awdur *Y Diwedd*, rhan olaf trioleg o nofelau ditectif ar ôl *Y Düwch* ac *Y Dial*.**

**Beth yw eich gwaith?**
Awdur bron llawn amser ond yn dysgu a darlledu ychydig.

**Pa waith arall ydych chi'n wneud neu wedi ei wneud?**
Swyddi amrywiol, gan gynnwys yr un orau, is-warden ar Ynys Enlli. Dwi wedi bod yn newyddiadurwr, yn gynhyrchydd radio a theledu ac yn ohebydd celfyddydau BBC Cymru. Ges i job paentio masnachol (gwesty cyfan mewn diwrnod oedd yn llanast llwyr) a roeddwn i'n dawnsio mewn sawl sioe dan gyfarwyddyd y goreograffwraig Caroline Sabin.

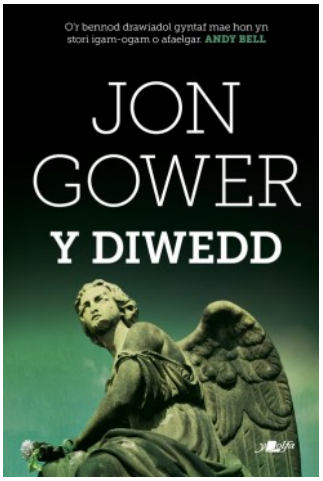
**O ble rydych chi'n dod?**
Pwll, Llanelli.

**Ble rydych chi'n byw nawr?**
Treganna, Caerdydd.

**Wnaethoch chi fwynhau eich addysg?**
Yn fawr iawn, Ysgol Dewi Sant, Ysgol Ramadeg y Bechgyn, Llanelli, a Choleg Girton, Caergrawnt, Dwi'n parhau i ddysgu bob dydd ac yn mwynhau.

**Pwy oedd a phwy yw'r dylanwadau mwya arnoch chi?**
Roedd fy nhad-cu Thomas John Gower yn ganolog, adroddwr storïe heb ei ail oedd wedi gweithio mewn pwll glo un dyn a theithio i Siberia fel morwr pan oedd yn ddyn ifanc. Yn ddiweddarach, roedd treulio amser yn slotian Brains S.A. gyda'r Athro John Davies, Bwlch-llan, ym mar cefn yr Halfway yng Nghaerdydd yn addysg yn ei hunan.

**Pa lyfrau ydych chi wedi eu hysgrifennu o'r blaen?**
Dwi wedi ysgrifennu tua deugain hyd yn hyn, ac mae gen i sawl un ar y gweill.




**O ble daeth y syniad cyn sgrifennu'r drioleg? Faint o her oedd ei sgrifennu hi?**
Dwi wastad wedi mwynhau darllen nofelau trosedd, yn enwedig nofelau ditectif James Lee Burke, un o fy hoff awduron erioed. Nid yr her oedd y broblem ond cwpla'r gyfrol gyntaf. Darllenais un o gyfrolau Jo Nesbo a sylweddoli mod i wedi sgrifennu llyfr oedd yn debyg iawn, awgrym efallai fod y plot yn gallu bod yn debyg yn y math hwn o nofel.

**Beth sy bwysicach, cymeriad neu blot?**
I fi, cymeriad, a dwi wedi mwynhau dod i nabod Tom Tom ac Emma Freeman, prif gymeriadau'r drioleg, dros y blynyddoedd a 900 o dudalennau.

**Beth oedd proses sgrifennu *Y Diwedd*? Beth oedd y mwynhad mwya a'r her fwya?**
Un mwynhad yn fwy nag unryw beth arall. Gofynnais i rywun sydd wedi darllen nofelau eraill y drioleg, Ant Evans o Gaernarfon, a fyddai'n dymuno darllen darnau o'r gwaith newydd fel bod modd penderfynu beth fyddai'n digwydd nesa. Erbyn y diwedd trodd Ant yn un o'r cymeriadau!

**Beth sy'n gwneud stori dda?**
Ateb y cwestiwn 'beth sy'n digwydd nesa?'

**Oes gennych chi rwtîn sgrifennu?**
Gweithio'n ddyddiol, saith niwrnod yr wythnos, anelu at 1000 o eiriau cyn brecwast.

**Beth yw eich barn am stad y nofel yng Nghymru?**
Oes aur, heb os. Rhaid ond meddwl am Manon Steffan Ros, Lleucu Roberts, Caryl Lewis, Wiliam Owen Roberts a Megan Angharad Hunter. Yr ansawdd yn disgleirio.

**Pwy yw eich hoff nofelydd? Pam?**
Sebastian Barry oherwydd mae ei waith mor dda mae'n hala ofn arna i.

**Pa gyngor fyddech chi'n rhoi i awdur newydd?**
Darllenwch. Mae ysgrifennu'n ganlyniad darllen ac mae unryw awdur sy'n werth ei halen wedi darllen llwyth.

**Beth oedd y cyngor gorau gawsoch chi?**
Dyfalbarhau, cyngor y nofelydd Richard Ford mewn e-bost ata i.

**Chi'n gynhyrchiol. Beth yw'r gyfrinach?**
Disgyblaeth a threfnu amser yn effeithiol.

**Beth sy'n rhoi'r pleser mwya? Newyddiadura, sgrifennu llyfrau ffeithiol neu nofelau?**
A dweud y gwir, dim un o'r rhain, y stori fer. Byddai bywyd yn llawn ysgrifennu straeon byrion, eu darllen a'u hastudio'n rhyw fath o nirfana.

**Beth sy ar y gweill?**
Mae llyfr teithio, natur a hanes, *The Turning Tide: a Biography of the Irish Sea*, yn cael ei gyhoeddi ym mis Chwefror, yna nofel hanesyddol yn Gymraeg, wedyn bywgraffiad o Raymond Chester, oedd yn chwarae pêl-droed Americanaidd i'r Raiders.

**Disgrifiwch eich hoff bryd bwyd.**
'Cock-a-leekie pie' mae fy ngwraig Sarah yn ei choginio.

**Beth yw eich hoff weithgareddau amser hamdden?**
Seiclo, darllen, mynd i'r sinema a'r theatr gyda'r merched.

**Dolen Gwales:** https://www.gwales.com/bibliographic/?isbn=9781800992085&tsid=3

**Y Diwedd, Y Lolfa, £8.99**

## Rhaglen Deledu Newydd

Ydych chi'n chwilio am gariad? Wedi cael llond bol ar ddefnyddio apiau caru? Dyma gyfres newydd gwbl wahanol sy'n troi pob cyfres ddetio arall ar ei phen. Be sy'n eich denu chi at rywun? Llygaid? Gwên? Personoliaeth? Gyda help prostheteg a cholur byddwch chi'n cwrdd á'ch partner am y tro cynta' yn 80+ oed! Rydym yn chwilio am bobl sengl dros 20 oed ac o bob cefndir i gymryd rhan. Byddwn yn ffilmio ym mis Ionawr 2023. I ymgeisio, ebostiwch Castio@Cardiffproductions.co.uk
Am fanylion pellach, plîs cysylltwch â Ben Palit ar ben@cardiffproductions.co.uk neu ffoniwch 07803166723.

# LLANTRISANT PONTYCLUN MEISGYN

**Gohebydd y Mis: Dafydd Roberts**

**Taith Kili 2wish**
Croeso nôl i Rhian Mannings, Meisgyn a 21 arall dewr o'r ardal, fu ar daith i gopa mynydd Kilimanjaro. Dyma gamp arall, hollol ysbrydoledig, i godi arian i elusen '2wish', sy'n rhoi cefnogaeth i rieni mewn galar. Llongyfarchiadau mawr i'r criw.

**Merched y Wawr Tonysguboriau**
Braf iawn oedd cael cwmni tyrfa dda o aelodau a gwesteion i gyfarfod mis Hydref er mwyn dathlu diwrnod Shwmae/Su'mae gyda Joe Healy. Joe gafodd ei ddewis yn Ddysgwr y Flwyddyn eleni yn eisteddfod Ceredigion. Yn wreiddiol o Wimbledon, Llundain mae Joe wedi bod yn fyfyriwr ym Mhrifysgol Caerdydd ac yn parhau i fyw yn y ddinas. Roedd yn noson hwyliog dros ben gyda Joe yn cael ei holi am ei brofiad o ddysgu'r iaith gan Helen Prosser sy'n feistres ar gyfweld mewn ffordd ysgafn a diddorol.

Ar 16eg o Dachwedd fe fydd Kathryn Millard yn dangos sut i drefnu blodau ar gyfer y Nadolig. Fe fydd y cyfarfod yn Café 50 Pontyclun am 4.30.

**Defnyddiwch ein llyfrgelloedd i ddarllen llyfrau Cymraeg**
Mae RhCT yn clustnodi swm o arian ar gyfer llyfrau Cymraeg yn llyfrgelloedd y Sir ac fe fyddai'r llyfrgellwyr yn hoffi gweld mwy ohonom yn gwneud defnydd o'r gwasanaeth yma. Ceir ystod dda o lyfrau gan gynnwys y nofelau mwyaf diweddaraf i gael eu cyhoeddi ac mae'n bosibl archebu rhai nad ydynt ar gael yn eich llyfrgell leol.

**Ffrindiau Llanhari yn Ailgychwyn**
Am y tro cyntaf ers Covid, cafwyd cyfarfod llawn o Ffrindiau Llanhari, sef cymdeithas Rieni ac Athrawon yr ysgol. Roedd nifer dda yn bresennol yn nhafarn y Boar's Head ddechrau Hydref. Cafodd y digwyddiad cyntaf, sef disgo Calan Gaeaf i'r adran gynradd, ei gynnal ddiwedd y mis. Mi fydd y cyfarfod nesaf yn yr ysgol am 5pm ar y 10fed o Dachwedd ac mae croeso i unrhyw rieni ymuno.

**Menter Iaith Rhondda Cynon Taf**

**Cyfleoedd Gwaith gyda Menter Iaith Rhondda Cynon Taf**

**Rheolwr Caffi**
Mae Menter Iaith Rhondda Cynon Taf yn edrych am rywun i reoli'r caffi yng Nghanolfan Garth Olwg. Mae siarad Cymraeg yn hanfodol ar gyfer y swydd hon - Cyflog - £23,000 y flwyddyn.

**Gweithiwr Llawrydd**
Mae menter Iaith Rhondda Cynon Taf yn edrych i gyflogi Gweithiwr Llawrydd am gyfnod o 3-4 mis yn y maes addysg oedolion ac ieuenctid - Cyflog - £23,000 y flwyddyn.

Oes oes diddordeb gyda chi cysylltwch â ni neu anfonwch eich CV i post@menteriaith.cymru

**Prosiect Medrau**
Mis diwethaf, buom ni'n dysgu sut i ffeltio pwmpen â nodwydd gydag Angharad Evans yn yr Hen Lyfrgell Porth, dysgu alawon gwerin Cymraeg gyda Chlwb Alawon Llantrisant yn Neuadd Caerlan Llantrisant ac yn dysgu sut i sgrin-brintio gyda Sue Joshi yng Nghanolfan Garth Olwg! Rydym yn edrych ymlaen at gynnal mwy o ddigwyddiadau yn ystod mis Tachwedd. Dyma beth sydd ar y gweill:

**12.11.22 – Gweithdy Brodwaith – Stiwdio Julie the Stitch, Neuadd y Dref Pentre – 13:00-15:00**
Hoffech chi ddysgu brodio? Dysgwch sut i wneud eich campwaith eich hun gyda Julie the Stitch yn ei stiwdio yn Neuadd y Dref Pentre. Sesiwn addas i ddechreuwyr. Llefydd cyfyngedig. Rhaid archebu o flaen llaw.

**26.11.22 – Gweithdy Printio Leino – Canolfan Garth Olwg – 10:00-12:30 – Am ddim**
Dewch i ddysgu am brintio leino! Dysgwch sut i dorri geiriau Cymraeg mewn leino, a chewch gyfle i argraffu eich cardiau cyfarch eich hun. Llefydd cyfyngedig. Rhaid archebu o flaen llaw.

**29.11.22 – Gweithdy Torch Nadolig – Yr Hen Lyfrgell Porth - 19:00-21:00 - £15**
Dewch i ddysgu sut i greu torch dymhorol ar gyfer y drws gydag Ann Mears. Darperir deunyddiau. Addas ar gyfer siaradwyr newydd. **LLAWN**.

**30.11.22 – Canu Plygain gyda Parti'r Efail – Yr Hen Lyfrgell Porth – 19:30-21:00 – Am ddim**
Dewch i ddysgu am y traddodiad Nadolig Cymreig o ganu Plygain gyda Pharti'r Efail. Cewch wrando ar garolau plygain a chael y cyfle i ddysgu ambell i un eich hun! Addas ar gyfer siaradwyr newydd. Llefydd cyfyngedig. Rhaid archebu o flaen llaw.

**01.12.22 – Tonc a Chlonc – Yr Hen Lyfrgell Porth - 12:00-13:00 – Am ddim**
Dewch â'ch offerynnau a'ch lleisiau! Cyfle i ddysgu caneuon Cymraeg a sgwrsio dros baned mewn grŵp anffurfiol a chyfeillgar. Croeso i bawb ymuno! Rydym yn bwriadu cwrdd bob dydd Iau cyntaf y mis yn y flwyddyn newydd.

Am ragor o fanylion neu i archebu lle yn un o'r digwyddiadau, cysylltwch â gweithgareddau@menteriaith.cymru

**Digwyddiadau Nadolig – nodyn i'r dyddiadur!**
Mae'r Fenter yn edrych ymlaen at fod yn rhan o Ffair Nadolig Garth Olwg ar y **3ydd o Ragfyr**. Byddwn ni hefyd yn cynnal gweithgareddau crefft yng Ngŵyl Treorci ar y **26ain o Dachwedd** a byddwn yn cynnal gweithdy Celf Nadoligaidd gyda Siôn Tomos Owen ar y **1af o Ragfyr** yn yr Hen Lyfrgell Porth. Gallwch chi ffeindio'r wybodaeth ddiweddaraf ar ein tudalen digwyddiadau ar ein gwefan - neu ar y cyfryngau cymdeithasol.

**Cyfarfod Blynyddol**
Bydd Cyfarfod Blynyddol y Fenter yn cael ei gynnal ar y 15fed o Ragfyr. Lleoliad ac amser i'w gadarnhau.
**Gwefan:** www.menteriaith.cymru
**Facebook:** @MenterRhCT

**Datblygiadau i siop Truffles**
Agorwyd siop newydd Truffles fore dydd Gwener 21ain o Hydref. Mae'r siop ar yr un safle a'r un wreiddiol, tu ôl i'r Boar's Head yn Tylagarw. Cychwynnwyd y fenter yn Hydref 2019 gan Susan Owen a'i brawd Wayne Owen, perchennog y dafarn, gyda'r amcan o gynnig siopa gwastraff sero a nwyddau sy'n gyfeillgar i'r amgylchedd gyda'r gofod mwy mae'n bosib ehangu'r ystod o gynnyrch sydd ar gael a gwneud hunanwasanaeth yn haws i gwsmeriaid.

# PONTYPRIDD

**Gohebwyr y mis :**
**Gareth a Delyth Blainey**

**Capel Sardis**

Gyda thristwch mawr mae'r achos yn Sardis, capel yr Annibynwyr ym Mhontypridd, yn dod i ben. Sardis yw'r unig gapel Cymraeg sydd ar ôl yn y dref. Adeiladwyd y capel yn 1834 a chafodd ei ehangu yn 1852. Dros y blynyddoedd bu 14 o weinidogion yn Sardis yn cynnwys y Parch John Dyfnallt Owen (1905-10) fu'n Archdderwydd Eisteddfod Genedlaethol Cymru o 1954 tan ei farwolaeth yn 1956. Yn 1954 yn ôl yr hanes bu'r Fonesig Megan Lloyd George yn y capel i hyrwyddo'r ymgyrch dros Senedd i Gymru ac roedd Sardis yn orlawn. O'r 1960au ymlaen daeth mewnlifiad o Gymry Cymraeg i'r ardal ac yn sgil hynny tyfodd yr aelodaeth a nifer y plant yn yr Ysgol Sul. Bu blynyddoedd lawer o fwrlwm yn y capel ac mae atgofion lu am gyfnod hapus o Gymanfaoedd Canu, cyngherddau, partïon Nadolig, trip i'r pantomeim ym Mhorthcawl a sawl barbeciw. Yn ystod y blynyddoedd diweddar y Parch Oswald Lewis, Parch Rhys Tudur, Parch John Davies a'r Parch Hywel Lewis fu'n weinidogion yn Sardis ond ers i'r Parch Hywel Lewis ymddeol yn 2010 yr aelodau sydd wedi bod yn gyfrifol am y gwasanaethau ar y Sul. Cafwyd cymorth hael nifer o weinidogion capeli eraill yn yr ardal a'r tu hwnt ond er gwaethaf holl ymdrechion y blynyddoedd diwethaf mae amgylchiadau, yn cynnwys colli nifer o aelodau, wedi gorfodi'r aelodau sydd ar ôl i wneud y penderfyniad anodd i roi Sardis ar werth. Y gobaith yw y gwneir defnydd pwrpasol o'r adeilad yn y dyfodol.

**Merched y Wawr**
Diolch o galon i Eurgain Haf Thomas am noson ddifyr iawn yng nghyfarfod mis Hydref. Bu Eurgain sy'n byw ym Mhontypridd yn siarad am ei gyrfa gydag S4C a phrofiadau llon a lleddf ei swydd bresennol gydag Achub y Plant. Braf oedd croesawu aelodau newydd. Mati Roberts fydd yn dod atom ym mis Tachwedd. Nyrs o Gaerdydd sydd â chysylltiadau ag ysgol yn Ghana yw Mati. Mae hi hefyd wedi sefydlu cwmni Matico sy'n cynhyrchu gemwaith unigryw. Rydyn ni'n gobeithio cwrdd yng Nghlwb y Bont ar ei newydd wedd nos Iau Tachwedd 10fed am 7.30.

Bu grŵp o'r gangen yn Ysgol Evan James i ddathlu a sgwrsio gyda disgyblion ar ddiwrnod Shwmae Su'mae.

**Clwb Llyfrau**
Byddwn yn cwrdd yn Llyfrgell Pontypridd fore Mercher Tachwedd 16eg am 10.30. Mae'r lleoliad a'r amser wedi bod yn llwyddiannus gan ein bod ni wedi denu aelodau newydd!

**Cydymdeimlo**
Bu farw Ann Preece, gwraig y diweddar John Preece, Broadway. Roedd eu plant yn ddisgyblion yn Ysgol Pont Siôn Norton ac Ysgol Rhydfelen. Rydyn ni'n cydymdeimlo gyda Janet, Julie, Justin, Jason a Jonathan a'u teuluoedd.

**Llongyfarchiadau**
Dymuniadau gorau i Gill Frowen, Priory Close, Graigwen sydd wedi dathlu pen-blwydd arbennig ym mis Hydref.

Margaret Francis fydd gohebydd mis Rhagfyr. Cysylltwch â hi gyda'ch newyddion.

## Menter Caerdydd

**Cyffro cefnogi Cymru a pharatoi at y Nadolig**
Mae'r Mentrau Iaith ar draws Cymru yn cynnal amrywiaeth o weithgareddau cyffrous i ddathlu llwyddiant tîm pêl-droed Cymru o gyrraedd Cwpan y Byd 2022. Bydd Menter Caerdydd yn cynnal noson anffurfiol o ganu caneuon poblogaidd yng nghwmni'r Gerddorfa Ukulele nos Fercher, 23 Tachwedd. Cadwch lygad ar ein cyfryngau cymdeithasol am fwy o fanylion!

Wedi llwyddiant ein sesiynau Neal's Yard Remedies ar Zoom y llynedd, byddwn yn cynnal dwy noson arall yng nghwmni Kelly Lewis yn ystod mis Tachwedd. Os hoffech chi ymuno – a derbyn pecyn pampro drwy'r post yn rhad ac am ddim – ewch i'r wefan i gofrestru. Mae nifer o lefydd dal ar gael ar gyfer y noson aromatherapi tymhorol, nos Sul, 27 Tachwedd.

Testun Sgwrs y Mis, nos Iau, 24 Tachwedd fydd Amgueddfa Lloyd George: Hanes, Trysorau a'r Dyfodol. Yn y sgwrs, bydd Megan Cynan Corcoran yn agor cil y drws ar waith yr Amgueddfa yn Llanystumdwy, can mlynedd ers i gyfnod Lloyd George fel Prif Weinidog ddod i ben.

Os ydych chi'n ymddiddori yn nhraddodiad y Plygain, beth am ymuno mewn gweithdy canu yn neuadd Eglwys Dewi Sant, brynhawn Sadwrn, 3 Rhagfyr rhwng 2.00 a 5.00? Y cantorion Ffion Mair, Hedd Thomas a Jordan Price Williams fydd yn arwain y sesiwn sy'n cael ei ddilyn gan wasanaeth Plygain yn yr Eglwys am 6.00 o'r gloch.

Cynhelir cyngerdd gymunedol anffurfiol, Mewn Tiwn, yng Nghanolfan Beulah, Rhiwbeina fore Llun, 28 Tachwedd am 11.30. Yn perfformio yng nghyfarfod ola'r flwyddyn bydd y chwiorydd cerddorol, Gwenno Roberts ar ffidil ac Elin Roberts ar biano a ffliwt.

Wrth edrych ymlaen at y Nadolig, cofiwch fod ychydig o lefydd dal ar gael ar gyfer ein gweithdy creu torch Nadolig (bore Llun, 5 Rhagfyr); a Gig Nadolig Brigyn yng nghaffi a deli, Foxy's, Penarth (nos Iau, 8 Rhagfyr). Ewch i'r wefan i brynu eich tocyn!

Cofiwch hefyd am ein holl weithgareddau i blant, pobl ifanc a theuluoedd. O'r clybiau cerdd, dawns a drama i'r sesiynau ffitrwydd ac Amser Stori, mae digon i gadw pob aelod o'r teulu'n brysur hyd y Nadolig!
Gwefan: mentercaerdydd.cymru
Facebook: @m.caerdydd
Instagram:https://www.instagram.com/mentercaerdydd/
E-bost: post@mentercaerdydd.cymru
Ffôn: 029 2068 9888

## Ysgol Dolau

**Pontio**
Bu plant Blwyddyn 6 yn brysur yn ymweld ag Ysgol Gyfun Llanhari ar y 5ed o Hydref ar gyfer eu diwrnod pontio cyntaf - y plant wedi cael cyfle i weld yr ysgol a chwrdd â'r athrawon.

**Tîm Lles Ysgol Dolau**
Diwedd mis Medi, trefnwyd Noson Ffilm Dolau a fu'n llwyddiannus iawn yn codi arian at Gyfnod Allweddol 2! Rydym hefyd wedi dechrau ar ein cymhellion presenoldeb ac wedi ysgrifennu llythyrau at siopau/bwytai lleol a fydd, gobeithio, yn gweithio gyda ni ac yn cyfrannu at ein raffl fawr. Edrychwn ymlaen at ddosbarthu'r llythyrau'r wythnos hon! Cynhaliwyd Disgo Calan Gaeaf cyn hanner tymor.

**Rygbi**
Llongyfarchiadau i'r pum bachgen canlynol - Charlie Robinson, James Price, Oliver Ennis, Callum Wingfield ac Ellis Johnson a chwaraeodd i ysgolion Pontypridd yn erbyn Caerdydd diwedd mis Hydref gan ennill 7 cais i 2.

**Pêl-droed**
Llongyfarchiadau mawr i Poppy Lodey a Poppy Martin a fu'n chwarae pêl-droed i dîm ysgolion RhCT. Da iawn i chi gyd!

Cafodd Blynyddoedd 5 a 6 ymweliad gan y Dogs Trust a dysgu sut i fod yn ddiogel o gwmpas cŵn.

RhAG
Rhieni dros Addysg Gymraeg
Parents for Welsh Medium Education

**CYFARFOD CANGEN RHONDDA CYNON TAF**

**Hoffech chi gefnogi gwaith y mudiad yn y sir? Dewch i gyfarfod ar nos Fawrth, Tachwedd 22ain, 2022 18.30 o'r gloch**

**Croeso i rieni a chefnogwyr addysg Gymraeg yr ardal.**

**Yr Hen Lyfrgell Porth, Rhondda, CF39 9PG.**
Cofrestrwch gyda elin@rhag.cymru

## Côr Godre'r Garth

Bu'r Côr yn cynnal cyngerdd yn Eglwys y Drindod, Gosport ddechrau mis Hydref a chael croeso arbennig yno.

Yna gwahoddwyd y côr i gymryd rhan yn nathliadau 150 mlynedd Capel y Tabernacl, Treforys, a fydd yn cael ei ddarlledu ar Dechrau Canu, Dechrau Canmol ym mis Tachwedd.

Cynhelir Cyngerdd Nadolig y Côr nos Sul 18 Rhagfyr yng Nghapel Tabernacl, Efail Isaf.

## CD Newydd Delwyn Siôn

Yn noson Cylch Cadwgan Bethlehem, Gwaelod y Garth ddiwedd Hydref bu Delwyn Siôn yn sôn am hanes ei deulu a sut yr aeth ati i greu y CD sydd newydd ei gyhoeddi.

Magwyd Delwyn yn Aberdâr - "Fe ddilynais yr afon o Gwm Dâr i Ynyslwyd, ac i Rhydfelen, cyn mentro i Aberystwyth, Meirionydd a Bangor, heibio Hergest ac Omega a Mynediad am Ddim, gan gwrdd â llu o gerddorion a chyfeillion a breuddwydwyr y ffydd ar y ffordd. Ac o bryd i'w gildd fe gefais gwmni'r awen ar y daith..."

***'Yr wyf i yn datganu taw hon yw fy Ewyllys olaf a dirymaf unrhyw Ewyllys flaenorol a wnaed gennyf''***

**Ewyllysiau Cymraeg gan Ruth Ceri Jones LL.B. (Hons)**
Os oes diddordeb gyda chi mewn cael Ewyllys yn yr iaith Gymraeg cysylltwch trwy ebost ar rcerijones@gmail.com

( Aelod o Gymdeithas Ysgrifennwyr Ewyllysiau)

# Bethlehem, Gwaelod-y-garth

**Trefn yr Oedfaon ac Ysgol Sul (am 10:30 a.m. oni nodir yn wahanol):**
**Mis Tachwedd 2022:**
6 Tachwedd – Oedfa dan ofal Delwyn Sion / Recordio Caniadaeth y Cysegr
13 Tachwedd – Oedfa dan ofal Arwel Ellis Owen
20 Tachwedd – Oedfa Sul yr Urdd
27 Tachwedd – Oedfa dan ofal y Parchedig Robin Wyn Samuel
Swper Elusen (5:00 p.m.)
**Mis Rhagfyr 2022:**
4 Rhagfyr – Oedfa Gymun dan ofal Delwyn Sion (5:00 p.m.)
11 Rhagfyr – Oedfa mewn Cartref Henoed (i'w gadarnhau)
Oedfa Naw Llith a Charol (5:00 p.m)
18 Rhagfyr – Cyflwyniad Nadolig yr Ysgol Sul
25 Rhagfyr – Oedfa dydd Nadolig (10:00 a.m.)

---oooOOOooo---

Ynghanol yr holl gorddi sydd ymysg gwleidyddiaeth ar y lefel Brydeinig ar hyn o bryd (ac 'rwyf yn ysgrifennu'r pwt yma ar fore'r 24ain o Hydref!) coeliwch neu beidio mae yna beth gwaith seneddol yn parhau i gael ei drafod yn San Steffan.

Wrth reswm mae arogl a staen Brecsit ynghlwm wrth lawer o'r trafodaethau, er nad ydi'r derminoleg gan y blaid sy'n llywodraethu (o leiaf yn honedig felly) yn cynnwys nac yn sibrwd y gair hwnnw mwyach.

Un o'r addewidion a roddwyd wedi pleidlais 2016 ydi y byddai coelcerth yn cael ei chynnau er dihysbyddu'r holl o'r deddfau "Ewropeaidd" sydd ar y Llyfrau Statud – deddfau y bu i Brydain gydsynio â hwy dros y degawdau, ac yn wir nifer y bu i Brydain gael ei harddel fel yr arweinydd arnynt yn ei thro.

Un maes amlwg, fe ymddengys, sydd wedi bod yn boen rhyfeddol ar gefnogwyr Brecsit, ydi'r amgylchedd, newid hinsawdd a byd natur – mwy am hynny nes 'mlaen.

Maes arall sydd yn corddi'r gŵr hwnnw, sydd, yn ôl pob tebyg a chyswllt teuluol Cymreig yn ei ach, sef Jacob Rees-Mogg*, Ysgrifennydd Busnes Llywodraeth Prydain, ydi'r defnydd o "fesur" megis pellter a phwysau ac yn y blaen mewn dull metrig, yn hytrach na'r hyn oedd yn bodoli hanner canrif a mwy yn ôl - y mesurau "imperialaidd".

Hyd y gwn i 'does 'na neb call wedi bod yn cynddeiriogi cymaint â JR-M am yr holl fusnes yma, dim na diwydiant na masnachwyr na chyhoedd, ond wrth reswm dyma ei ffordd ef o droi'r cloc yn ol ar yr "arbrawf Ewropeaidd" a chamu 'mlaen i'r "ddeunawfed ganrif" unwaith yn rhagor. Dyn ddoe yn chwilio am echdoe (mae ganddo'r llysenw o fod "*Yr Aelod Anrhydeddus dros y 18fed ganrif*"), pan oedd Prydain yn "Brydain Fawr" ar fôr a thir, ac yn rheoli'r gwledydd ar draws pum cyfandir a arferai gael ei lliwio'n binc ar y mapiau rheini oedd ar furiau ein dosbarthiadau ysgol.

A dyna briodol oedd darllen adroddiad yn un o'r cylchgronau yn y maes y bûm i yn treulio fy ngyrfa ynddo, sef cylchgrawn y "New Civil Engineer", bod 91% o'r ymatebion a gawsant o blaid cadw at y drefn bresennol (oedd, 'roedd 3% am newid 'nol!), gan ddynodi yn ogystal pa mor hurt fyddai'r fath newid yn y byd cymhleth yr ydym yn byw ynddo mwyach.

"*Petaech yn saer yn yr unfed-ganrif-ar bymtheg, ac yn ddi-addysg, byddai hyd bawd a llaw yn ddigonol at y dasg, ond nid dyna sydd ei angen heddiw*!"

"*Byddai fel saethu eich hunan yn eich troed oherwydd bod gan eich cymydog ddwy droed, a 'rydych chwithau eisiau bod yn wahanol iddo*" medd sylw arall!

Gwn o'm profiad fy hun bod y rhai hynaf yn ein mysg yn dal i brynu cig wrth y pwys oddi wrth y cigydd, ac yn cael ambell beint yn y Clwb Rygbi neu'r dafarn, yn adrodd pa mor drwm yr ydym 'nol y "maen" [stôn], ac yn nodi ein taldra mewn troedfeddi a modfeddi.

Ond nid dyna brofiad plant ac ieuenctid heddiw, a da o beth hynny!

Ac mae'r un peth yn wir am ein Beibl ninnau siŵr o fod:-

Cymharer adnod 10 ym mhennod 5 o Lyfr Eseia (gellid fod wedi dewis nifer o adnoddau eraill) :-

"*Canys deg cyfair o winllan a dygant un bath, a lle homer a ddwg effa*" yn ol William Morgan yn 1588.

"Bydd deg cyfair o winllan yn dwyn un bath, a homer o had heb gynhyrchu dim ond un effa" medd Beibl 1988, union bedair canrif yn ddiweddarach!

Diolch am Beibl.net i gynnig mymryn o olau ar y mater!

"Bydd deg acer o winllan yn rhoi llai na chwe galwyn o win; a chae lle heuwyd deg mesur o had yn rhoi dim ond un mesur yn ôl."

[Er y gwelir cyfeiriad at lathen, milltir a galwyn yn Beibl.net, cewch gyfeiriad at litr a chilogram ynddo yn ogystal.]

Mae'n syndod nad yw JR-M, sy'n arddel y ffydd, yn rhoi mwy o amser i fyfyrio ar rai o'r cynghorion sydd yn y Beibl, pa bynnag fersiwn a ddewisai:-

"*Dylech bwyso a mesur pob un, a dal gafael yn beth sy'n dda*." [1 Thesaloniaid 5:21]

"*Mae pobl bob amser yn meddwl eu bod yn gwneud y peth iawn, ond mae'r Arglwydd yn pwyso a mesur y cymhellion*." [Diarhebion 16:2]

"*gwelodd ddoethineb, a mesur ei werth; ei sefydlu a'i archwilio'n ofalus*." [Job 28:27]

*"Paid bod yn rhy barod dy dafod, ac ar ormod o frys i ddweud dy farn wrth Dduw. ...Dylet ti bwyso a mesur dy eiriau*." [Y Pregethwr 5:2]

"*Oherwydd cewch chi'ch barnu yn yr un ffordd â dych chi'n barnu pobl eraill. Y pren mesur dych chi'n ei ddefnyddio ar bobl eraill fydd yn cael ei ddefnyddio arnoch chi*." [Mathew 7:2]

A'r olaf, a mwyaf deifiol:-

"*Y gwir ydy, wrth fesur yn ôl eu llathen eu hunain a chymharu eu hunain â'i gilydd, maen nhw'n dangos mor ddwl ydyn nhw go iawn*." [2 Cor 10:12]

A gan i mi sôn uchod am yr amgylchedd a byd natur, fe'ch anogaf i gymryd cip ar adnodd gwerthfawr sydd wedi ei ychwanegu ar wefan Undeb yr Annibynwyr yn ddiweddar:-

"***Dyma adnodd ymarferol i'w ddefnyddio yng nghydestun Economi Bywyd a Newid Hinsawdd. Mae 'Bywyd yn ei Gyflawnder' yn cynnwys elfennau ymarferol am sut i fyw yn fwy cyfrifol yn y byd yn ogystal â syniadau ar gyfer oedfaon, myfyrdodau a gweddïau. Adnodd i'w ddefnyddio gan unigolion ac eglwysi yw hwn.***"

[Gweler: Economi Bywyd a Newid Hinsawdd (annibynwyr.org) ]

Gwaith Gweithgor dan arweiniad Dr Fiona Gannon, Arweinydd Capel y Nant, Clydach, ydi'r adnodd, ac fe gewch gymorth i weld a deall:-

Sut mae byw'n dda gyda phobl eraill
Sut mae byw'n dda gyda'n daear
Sut mae byw'n dda gydag arian

*"Os ydyn ni am sicrhau cynhaeaf i'r byd cyfan, mae angen i ni feddwl am ein gweithredoedd, fel dinasyddion, siopwyr, aelodau eglwys, cymdogion, rhieni, ffrindiau, gweithwyr... efallai gallwn ni ofyn ambell gwestiwn syml i'n hunain - all rhywbeth da dyfu o'r hyn rwyf fi wedi'i wneud? Ydw i wedi gwneud rhywbeth fydd yn helpu rhywun i ffynnu?"*

Beth amdani?

[*DIWEDDARIAD- Ymddiswyddodd JR-M o'i swyddogaeth fel Gweinidog y Llywodraeth ar y 25ain o Hydref 2022. Ni wyddys hyd yma a fydd y mater yn cael ei hyrwyddo gan y Prif Weinidog newydd, Rishi Sunak.]

# Ysgol Pont-Siôn-Norton

**Hwyl Fawr**
Cyn yr Haf, bu rhaid dweud hwyl fawr wrth Mrs Jeffreys wrth iddi hi ein gadael a newid gyrfa ar ôl 10 mlynedd yn PSN. Doedd dim cyfle i ddweud hwyl fawr yn iawn, felly roedd pawb wrth eu boddau ei bod yn gallu dod nôl i ymweld â ni yn ddiweddar. Diolch am bopeth a chofiwch alw mewn eto cyn hir!

**Amser Maith yn ôl**
Aeth y dosbarth Derbyn, Blwyddyn 1 a Blwyddyn 2 i ymweld â Sain Ffagan yn ystod y tymor fel rhan o'n thema. Cafwyd cyfle i gymharu tai ddoe a heddiw a thrafod yr eitemau a welwyd. Roedd yn sbardun llawer o drafod!

**Diolch Wendy!**
Ar ôl gweithio fel gofalwraig yr ysgol ers blynyddoedd, a glanheuwraig cyn hynny i ni, bu'n amser dweud diolch a hwyl fawr wrth Wendy Wills oddi wrth staff a phlant yr ysgol. Pob lwc gyda'r antur newydd!

**Pabi yn y Parc**
Diolch i Aled a Calon Taf am ein gwahodd i weithdy creu pabi ar gyfer eu harddangos yn y parc ar y cofeb rhyfel. Rydym yn edrych ymlaen at eu gweld ym Mharc Ynysangharad.

**Bore coffi**
Diolch i flwyddyn 6 am drefnu bore coffi Macmillan yng Nghapel Pont Siôn Norton. Llongyfarchiadau am godi £215 ar gyfer yr elusen.

**Gweithdy Gwyddoniaeth**
Diolch yn fawr iawn i Lisa o Experimental Science am ymweld a rhannu ychydig o arbrofion cemegol gyda'r Adran Iau. Roedd yn brofiad gwych ac yn agoriad llygad.

**Cyngor Eco**
Diolch i Pontypridd Werdd am wahodd y Cyngor Eco i'r gweithdy. Maent yn barod i wneud newid.

**Gweithdy**
Cafwyd gweithdy hanes Cymru i'r Adran Iau er mwyn sbarduno'u gwaith ar y thema Amser Maith yn ôl. Roedd y plant wrth eu boddau yn dysgu a chael hwyl.

**Pêl-rwyd**
Diolch i Laura a Natalie o dim pêl-rwyd Rhydfelin am ddod i gynnal sesiwn gyda Blwyddyn 5. Roedd yn gymorth mawr wrth iddynt gymryd rhan yng nghystadleuaeth yr Urdd. Daliwch ati!

**PC Jenkins**
Diolch PC Jenkins am ddod i siarad gyda'r Adran Iau am ymddygiad gwrth-gymdeithasol.

**Y Cynhaeaf**
Daeth Mr Coleman a Doug i gynnal gwasanaeth Cynhaeaf i'r disgyblion. Siaradodd am neges bwysig y gair 'Diolch' a sut roedd yr holl gyfraniadau bwyd ac arian tuag at Banc Bwyd Pontypridd yn mynd i gynorthwyo'r gymuned. Diolch i bawb am gyfrannu.

# Ysgol Llanhari

**Diwrnod Cenhedloedd Unedig**
Hyfryd oedd gweld disgyblion y dosbarthiadau cynradd yn eu gwisgoedd amrywiol ar ddiwrnod dathlu'r Cenhedloedd Unedig. Cafwyd hwyl yn dysgu am y gwahanol wledydd, ymarfer siarad yr iaith a blasu bwyd.

**Cit newydd – diolch i RR81**
Mae'r Cyngor Ysgol wedi cyd-weithio gydag elusen RR81 i ddylunio cit newydd ar gyfer ein timau rygbi a phêl-rwyd uwchradd. Diolch o galon i'r elusen ac i Mrs Rubery am ddod i gyflwyno'r crysau a'r ffrogiau i ni. Mae pawb yn edrych yn smart iawn yn eu cit newydd.

**Taith yr Adran Gerdd bl5**
Mae disgyblion dosbarth Gwennol wedi bod yn mwynhau eu gwersi Cerddoriaeth gyda Miss Squirrell y tymor hwn. Aeth disgyblion blwyddyn 5 i Goleg Cerdd a Drama Caerdydd ar gyfer gweithdy rhythm gyda Sefydliad Benedetti. Tra yno roedden nhw wrth eu boddau yn defnyddio'u cyrff fel offerynnau taro i greu perfformiad rhythmig.

**Blwyddyn 7 i gyd yn 'Dysgu gydag Awtistiaeth'**
Yn ystod diwrnod Addysg Bersonol a Chymdeithasol cyntaf y flwyddyn cafwyd amrywiaeth o sesiynau ac fel rhan o'r dydd roedd disgyblion blwyddyn 7 i gyd wedi cwblhau gwers ymwybyddiaeth 'Dysgu gydag Awtistiaeth'. Diolch i Mrs Hobbs am arwain y sesiynau.

**Cymraeg Llanhari – Elen Ifan – sgwad sgwennu**
Sesiwn ar gyfansoddi 'Instagerddi' yng nghwmni Elen Ifan o Adran y Gymraeg, Prifysgol Caerdydd ar gyfer disgyblion CA3 oedd sesiwn gyntaf ein 'Sgwad Sgwennu CA3' Tybed pwy fydd Insta-feirdd y dyfodol?

**Dathlu diwrnod Shwmae Su'mae**
Clywyd "Shwmae" ym mhob man yn yr ysgol wrth i ni ddathlu ein Cymreictod - o blant bach dosbarth Cadi Cwningen i'r staff yn y gegin. Pawb yn defnyddio eu Cymraeg gorau. Gwych!

**Cwrs Preswyl Blwyddyn 12**
Tridiau di-stop o brofiadau, sgyrsiau a chyflwyniadau gwerthfawr i ddisgyblion blwyddyn 12 ar y Cwrs Anwytho ger y lli yn Aberystwyth. Dechreuwyd drwy hedfan fry, fry uwch Hirwaun yn 'Zip World', cael crwydro'r dref, sesiynau blasu di-ri yn y Brifysgol a llawer o hwyl gyda'r pitsa, pêl -droed, sesiwn 'Jengyd' a bingo roc a rôl! Hyfryd oedd cael cwmni cyn-ddisgyblion annwyl Erin ac Owen sy'n fyfyrwyr 'go iawn' a diolch iddyn nhw am ateb cwestiynau pawb am fywyd myfyrwyr. Dechrau da i gyfnod yn Chweched Dosbarth Llanhari!

**Diwrnod Trosglwyddo / Noson Agored**
Pleser oedd cael gwahodd rhieni a disgyblion blwyddyn 6 y Clwstwr cynradd i'r ysgol am y tro cyntaf ers sawl blwyddyn. Cafodd y disgyblion Ddiwrnod Trosglwyddo llwyddiannus ar y thema 'Cwpan y Byd' ac yn y prynhawn roedd y neuadd dan ei sang a chyfle i gael taith o gwmpas yr ysgol ac ymweld ag adrannau gwahanol. Rydym yn edrych ymlaen at raglen lawn o weithgareddau trosglwyddo eleni. Mae'n braf cael cwrdd â'r disgyblion i gyd!

**Cofio Gwenllïan**
Cawsom ddiwrnod arbennig i gofio am Gwenllïan Pugh, ein cyn-ddisgybl a fu farw ym mis Medi. Roedd yr ysgol yn fôr o borffor - hoff liw Gwenllïan - ac fe gafodd y disgyblion gyfle i fwynhau rhai o'i hoff bethau. Trefnwyd y gweithgareddau gan ddisgyblion blwyddyn 12. Roedd Gwenllïan yn ferch garedig, ddiffuant, meddylgar, doniol a thalentog, a oedd bob amser yn hi ei hun ac yn ysbrydoli eraill i wneud yr un peth. Drwy gydol ei hamser hi gyda ni, roedd hi'n cefnogi cymaint o bobl pan oedden nhw'n mynd trwy amseroedd caled ac roedd yn ffrind perffaith pan oedd angen. Mae holl ffrindiau ac athrawon Gwen wedi cydnabod, pryd bynnag y byddech chi'n gweld Gwen yn yr ysgol, y byddai ganddi'r wên fwyaf disglair ar ei hwyneb.

Codwyd dros £1000 tuag at elusen To Wish Upon a Star. Diolch o galon i bawb am eu cyfraniadau hael.

Parhad tudalen 13 >

# Ysgol Gynradd Gymraeg Evan James

**Marc Safon Gwyddoniaeth**
Rydym yn dathlu yma yn Ysgol Evan James gan ein bod wedi ennill y Marc Safon Gwyddoniaeth am ragoriaeth wrth addysgu Gwyddoniaeth. Diolch i'r disgyblion am eu holl waith caled ac i Mr Rowlands am gydlynu'r cyfan. Llongyfarchiadau!

**Ymweliadau â Llyfrgell Pontypridd**
Mae disgyblion Cwm Clyd wedi bod i Lyfrgell Pontypridd er mwyn cael clywed stori yno a chael taith o amgylch y llyfrgell newydd. Maent yn awyddus iawn i ddychwelyd a hoffem ddiolch i'r staff sy'n gweithio yno am eu croeso cynnes.

**Bore Coffi Macmillan**

Ar Fedi 30ain roedd neuadd yr ysgol dan ei sang pan ddaeth rhieni a gwarcheidwaid i'n bore coffi er mwyn codi arian i elusen Macmillan. Diolch i'r Criw Cymreig a'r Cyngor Iechyd a Lles am drefnu'r bore. Roedd y teisennau'n hynod o flasus! Diolch i'r staff am greu hamper te prynhawn. Roedd yr enillydd o Ddosbarth Blodeuwedd wrth ei bodd yn derbyn yr hamper. Roedd y raffl yn llwyddiannus dros ben. Cafodd y disgyblion gyfle i brynu teisennau hefyd mewn arwerthiant ar yr iard. Codwyd dros £500 i Macmillan. Arbennig. Diolch i bawb am eu cefnogaeth.

**Taith Blwyddyn 7 Llanhari i'r Bae**
Croeso ddisgyblion blwyddyn 7! Dyna gyffrous oedd cael aros yng Nghanolfan yr Urdd a mwynhau amrywiaeth o brofiadau o gwmpas Caerdydd, gan gynnwys ymweld â'r Senedd a'r Stadiwm, taith ar y cwch cyflym, disgo a bowlio deg. Cyfle i wneud ffrindiau newydd a chymdeithasu drwy'r iaith Gymraeg. Diolch Mr Rivers am drefnu!

**Y Cyngor Eco'n brysur**
Casglodd y Cyngor Eco wisg ysgol gan deuluoedd yr ysgol cyn trefnu prynhawn ailgylchu dillad ar iard yr ysgol. Daeth llawer o deuluoedd i'r ysgol i godi gwisg ysgol ac mae'r cyngor yn benderfynol o leihau gwastraff.

**Gwasanaeth Mr Coleman**
Diolch i Mr Coleman a'i gyfaill Doug am ddod i'n gweld eto. Roedd y gwasanaeth yn arbennig ac edrychwn ymlaen at eich ymweliad nesaf.

**Aelod o Senedd Cymru yn cwrdd â Senedd Ysgol Evan James**
Daeth Heledd Fychan, Aelod o'r Senedd dros ganol De Cymru i gael sgwrs gyda Senedd ein hysgol er mwyn trafod ei gwaith a thrafod blaenoriaethau'r Senedd yn Ysgol Evan James. Roedd y cyfarfod yn fuddiol dros ben ac rydym yn edrych ymlaen at ymweld â Senedd Cymru. Mae'r dyddiad yn y dyddiadur yn barod! Yn ogystal, mae'r Senedd wedi cwrdd â'r llywodraethwraig, Mrs Parry er mwyn trafod cynlluniau pob cyngor am y flwyddyn. Mae cynlluniau cyffrous ar y gorwel.

**Nofio**
Mae disgyblion blynyddoedd 3-6 wedi bod yn nofio bob dydd am bythefnos ym mhwll nofio'r Ddraenen Wen yn ystod mis Hydref. Mae pob un wedi magu hyder ac wedi mwynhau'r profiad yn fawr.

**Ein Llysgenhadon Gwych yn cwrdd â Chomisiynydd Plant Cymru**
Aeth ein Llysgenhadon Gwych i Ferthyr y mis hwn i gwrdd â Chomisiynydd Plant Cymru, Rocio Cifuentes. Roedd Llysgenhadon ysgolion eraill y rhanbarth yno ac roedd yn hyfryd cael cyfle i siarad am waith ein hysgol a sut rydym yn hyrwyddo hawliau plant.

**Diwrnod Su'mae Shwmae**
Cawsom ddiwrnod gwych pan fuom yn dathlu Diwrnod Su'mae Shwmae. Daeth Merched y Wawr o Gangen Pontypridd i gael cacen a chlonc gyda ni yn y bore. Roedd y Criw Cymreig wrth eu boddau'n sgwrsio â nhw. Yn y prynhawn, roedd disgo ac roedd pawb yn edrych yn hynod o smart yn eu dillad gorau wrth ddawnsio i'w hoff ganeuon Cymraeg. Diolch i'r Criw Cymreig am bostio fideo dyddiol am wythnos er mwyn i gymuned ein hysgol ddysgu cystrawennau Cymraeg newydd.

**Chwaraeon**
Bu'n fis prysur i dimau'r ysgol. Mae'r timau pêl-droed a phêl-rwyd wedi cystadlu mewn sawl cystadleuaeth ac mae'r hyfforddwyr yn hapus dros ben gyda'u hymdrech a'r canlyniadau. Daliwch ati!

# Ysgol Garth Olwg

**Nôl i'r 80au**
Am brofiad anhygoel oedd bod yn rhan o'r sioe Nôl i'r 80'au yng Ngarth Olwg. Mae wedi bod yn fraint i allu perfformio am bedair noson i gynulleidfa lawn. Roedd Theatr Garth Olwg dan ei sang am bedair noswaith wrth i ni berfformio'r Sioe Gerdd gyntaf ers pedair blynedd. Mae'r sioe yn un gyffrous, llawn bwrlwm a hiwmor ac mae wedi bod yn brofiad bythgofiadwy wrth gydweithio, actio, dawnsio a chanu gyda'r Ysgol Ganol, Uchaf a Hŷn yn y sioe hon. Does dim dwywaith fy hoff gân oedd 'O dyma deimlad'. Mae'n gân egniol sy'n gwneud i bawb i wenu ac mae'n lledu brwdfrydedd a chyffro i'r gynulleidfa. Hoffaf ddiolch yn fawr i'r holl staff oedd yn gyfrifol am y cynhyrchiad hwn. Mae wedi bod yn brofiad anhygoel, diolch yn fawr am y cyfle, a dwi'n edrych ymlaen yn fawr at y sioe nesaf!

Gan Greta Hall Williams, Bl 12.

**Llwyddiant Pêl-fasged**
Mae Ioan Minton, Blwyddyn 12 wedi cael ei ddewis i chwarae dros Gymru mewn pêl-fasged o dan 17. Mae'r ymarfer cyntaf ar y 30ain o Hydref – pob hwyl iddo!

**Eisteddfod y Cymoedd**
Bu côr yr Ysgol Isaf a Chanol, ac ensemble lleisiol blwyddyn 10 yn cystadlu yn Eisteddfod y Cymoedd. Llongyfarchiadau i'r ddau grŵp am eu perfformiadau gwych, ac i'r ensemble lleisiol am gipio'r ail wobr.

**Trip i Plantasia**

Ddechrau'r tymor cafodd disgyblion blwyddyn 3 a 4 gyfle arbennig i ymweld â Plantasia yn Abertawe fel sbardun i'n thema cynefin. Roedd y plant wedi gwirioni wrth gwrdd â'r holl anifeiliaid ac wedi dysgu llawer am eu bywydau hefyd.

**Marged a'r Deinasor**

Diolch o waelod calon i Loreen Williams am ymweld â phlant blwyddyn 1 a 2 y tymor hwn. Rydym wedi bod yn darllen ac yn gwneud gweithgareddau ar stori Marged a'r deinasor dros yr wythnosau diwethaf ac roedd hi'n braf iawn croesawu awdures y stori i'r ysgol. Diolch Loreen!

**Ymweliad yr heddlu**
Un bore roedd cyffro mawr yn yr Ysgol Isaf pan ddaeth dau gar heddlu a dau heddwas i'r ysgol. Cafodd y disgyblion y profiad o eistedd yn y car a gweld sut roedd y golau glas yn gweithio a dysgu ychydig am y swydd bwysig hon. Gofynnodd y plant gwestiynau aeddfed iawn iddynt ac roedd ymddygiad pob un ohonynt yn wych.

**Sefydliad Seren**
Mae Sefydliad Seren yn rhaglen uchelgeisiol ar gyfer dysgwyr rhwng blynyddoedd 8 ac 11 mewn ysgolion ledled Cymru sy'n cefnogi datblygiad sgiliau gwerthfawr a gallu academaidd ar lefel TGAU. Mae'n llwybr i Academi Seren sydd ar gael i fyfyrwyr blwyddyn 12 a 13.

Cyflwynwyd Her Seren Sylfaen yn 2021 lle mae Rhwydwaith Sylfaen Seren wedi ymuno ag OpenLearn i gyflwyno cyrsiau diddorol ar amrywiaeth o bynciau. Rydym yn falch iawn o ddau o'n disgyblion blwyddyn 12 a gwblhaodd Olympiad OpenLearn dros yr Haf. Morgan Davies a Catrin England yw dau o'r ychydig ddysgwyr yng Nghymru a enillodd y Wobr Platinwm (y wobr uchaf posibl) ar ôl cwblhau dros 65 awr o astudio. Hoffem longyfarch y ddau ohonoch ar eich cyflawniad. Yn eu geiriau nhw:

Morgan: Rhoddodd yr Olympiad OpenLearn gyfle i mi ddysgu sgiliau newydd, yn ogystal ag atgyfnerthu sgiliau TGAU megis gramadeg Ffrangeg a theori cerddoriaeth. Astudiais ystod eang o bynciau fel rhan o'r her a byddaf yn annog eraill i gymryd rhan.

Catrin: Roedd cwblhau'r wobr Seren Sylfaen yn gyfle gwych i mi ddysgu a darllen o gwmpas pynciau sydd gen i ddiddordeb mawr ynddynt. Astudiais i bopeth o seicoleg plant i ddeall anghydraddoldeb economaidd. Roedd cwblhau'r her yma hefyd o gymorth i mi wrth geisio penderfynu pa bynciau sydd o ddiddordeb i mi wrth ddewis pynciau lefel A a thu hwnt. Roedd cael mynediad i gyrsiau o'r safon yma yn her hwyliog i mi ar ôl cwblhau fy arholiadau TGAU, yn enwedig gan fod gen i Haf hir i'w cwblhau. Roedd hyn yn brofiad diddorol a gwerthfawr, llawn gwybodaeth newydd tu allan i'r cwricwlwm arferol.

Hoffem hefyd longyfarch Catrin ar gael ei derbyn ar Raglen Cyfoethogi Academaidd Coleg Lucy Cavendish (Caergrawnt) 2022/23. Dyma brofiad newydd i ddisgybl o Garth Olwg - mae Catrin yn arloeswr!

Parhad tudalen 15 >

Annwyl ddarllenwyr *Tafod Eláí*

**ARHOLIADAU GORSEDD CYMRU**

Gyda'r Eisteddfod Genedlaethol yn dod i ardal Rhondda Cynon Taf yn 2024, beth am fynd ati dros fisoedd y gaeaf i baratoi ar gyfer sefyll arholiadau'r Orsedd, a thrwy hynny ddod yn aelod o'r Orsedd a chymryd rhan yn ei seremonïau a'i gorymdeithiau lliwgar?

Cynhelir yr arholiadau ysgrifenedig ar y Sadwrn olaf yn Ebrill a gallwch ddewis o blith nifer o feysydd cyfoes i arbenigo ynddynt: Barddoniaeth, Cerddoriaeth, Cerdd Dant, Iaith, Rhyddiaith, ynghyd ag arholiad arbennig i Delynorion. Mae rhai agweddau ar yr arholiadau Cerddoriaeth a Cherdd Dant yn rhai ymarferol y gellir eu cwblhau ar fideo a/neu yn electronig.

Os hoffech fwy o fanylion am yr arholiadau a'r gwahanol feysydd astudio, cysylltwch â mi cyn gynted â phosib yn: Llys Cerdd, 80 Cae Gwyn, Caernarfon, Gwynedd, LL55 1LL (***e-bost:*** wgwyn.lewis@btinternet.com), ac fe anfonaf gopi o lyfryn y ***Maes Astudiaeth*** ar gyfer 2023-24-25 atoch.

Beth am roi cynnig arni, felly, er mwyn i chi gael bod yn rhan o seremonïau Gorsedd Cymru yn yr Eisteddfod Genedlaethol pan ddaw i Rondda Cynon Taf yn 2024?

Yr eiddoch yn gywir
Dr W Gwyn Lewis (Gwyn o Arfon)
Trefnydd Arholiadau Gorsedd Cymru

**Noson bontio bl 5 a 6 Garth Olwg**

Cafwyd noson hyfryd yn croesawu blwyddyn 6 i'r ysgol a'u rhieni gyda'r nos. Roedd y disgyblion wedi mwynhau cael blas ar wersi a chyfle yn y nos i weld rhan o berfformiad sioe'r ysgol a hefyd ymweld â'r Adran Addysg Gorfforol a Gwyddoniaeth. Roedd hi'n braf dechrau ar y daith bontio!

# Dementia: Adnodd Newydd ar gyfer Eglwysi

Mae dementia yn salwch cynyddol mewn cymdeithas. Prin fod yr un teulu heb brofiad ohono bellach. Yn ôl ystadegau'r Gymdeithas Alzheimer, mae dros 850,000 o bobl yng ngwledydd Prydain yn byw gyda dementia. Mae disgwyl i'r nifer yna gynyddu i filiwn o fewn tair blynedd, a dwy filiwn erbyn 2050.

Yn wyneb y cynnydd brawychus yma, mae Undeb yr Annibynwyr Cymraeg, sy'n cynrychioli cynulleidfaoedd mewn 350 o gapeli ledled Cymru, wedi cyhoeddi *Heulwen Dan Gymylau,* sef ffeil swmpus i gynorthwyo ac annog eglwysi dementia-gyfeillgar Mae'r ffeil yn adnodd newydd sy'n esbonio natur dementia, sut i fod yn 'ffrindiau dementia' yn y gymuned, sut i baratoi oedfaon ar gyfer pobl sy'n byw gyda dementia, a llu o awgrymiadau gwerthfawr eraill.

Emlyn Davies yn cyhoeddi'r adnodd

Bu gweithgor wrthi'n ddygn yn llunio'r ffeil, gyda chymorth ac awgrymiadau nifer o asiantaethau a sefydliadau sydd yn gweithio yn y maes arbennig yma. Mae'r adnoddau yn tywys pobl trwy ddulliau o hunanasesu'r man cychwyn ar y daith. Ceir gymorth 'Patrymau ar gyfer oedfaon,' a gwerth 'Grym Cerddoriaeth' i'r rhai sy'n byw gyda dementia. Hefyd, ceir cyfeiriadau a chysylltiadau mudiadau sy'n gweithredu yn y maes yn barod, a gwybodaeth ar sut i fod yn 'Ffrind Dementia' neu'n 'Hyrwyddwr Ffrindiau Dementia.'

Rhestrir adnoddau digidol a llyfrau print, ac mae'r cyfan wedi ei osod o fewn cyd-destun 'Seiliau Diwinyddol Eglwys Ddementia-gyfeillgar.' Mae'r fersiwn digidol yn hwyluso defnydd o'r cynnwys i unigolion neu ar gyfer oedfa, a chynhwysir nifer ychwanegol o esiamplau o oedfaon addas, gyda sleidiau Pwynt Pŵer.

Mae'r adnodd cyfan ar gael ar wefan Undeb yr Annibynwyr, yn Gymraeg ac yn Saesneg. Ewch i: www.annibynwyr.org/cy/page/eglwysi-dementia-gyfeillgar

Mae heulwen dan gymylau – a gwên
Yn gudd yn y dagrau;
Yna afiaith hen hafau
Ddaw'n ei dro i'r co' – cyn cau.
(John Phillips, i'w wraig Bethan)

# Dathlu'r Byd a'i Ryfeddodau

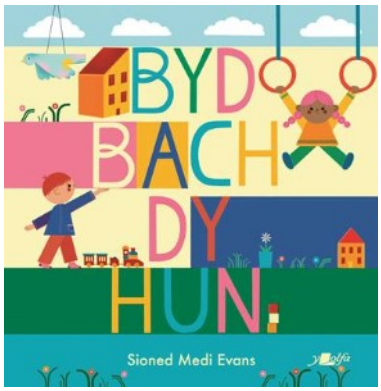
Mae *Byd Bach Dy Hun* gan Sioned Medi Evans yn llyfr sy'n dod â sawl peth hynod am y byd at ei gilydd mewn un lle, ac yn troi'r cymhlethdod mawr yn rhywbeth syml, hawdd i'w ddeall ar gyfer plant. Dyma lyfr gweledol, sy'n adrodd stori liwgar a chwareus drwy gyfrwng lluniau, ac sy'n holi cwestiynau ar ffurf odl wrth fynd ymlaen – cwestiynau am y lleuad a'r sêr, y blodau a'r coed, a chymaint mwy. Mae byd natur yn sylfaen gadarn i'r llyfr, ac yn frith drwyddo hefyd gwelwn garedigrwydd, cyd-dynnu, amrywiaeth a chariad. Ond y neges greiddiol yma ydi bod bydoedd bychain pawb yn rhannu pethau'n gyffredin, ond yn gyforiog o bethau gwahanol hefyd.

Meddai Sioned: 'Mae *Byd Bach Dy Hun* yn lyfr sydd yn holi'r darllenwyr am ryfeddodau eu byd unigryw nhw. Beth sydd i'w weld yno? Pa lefydd arbennig sy'n bodoli, a pha fath o bobol a chreaduriaid sy'n byw yno gyda nhw?

Ond yn ddyfnach na hynny, mae'r stori yn awgrymu ac yn talu sylw at faterion fel yr amgylchedd, pwysigrwydd caredigrwydd, hawliau plant i chwarae a chadw'n ddiogel, a bod yn ti dy hun, yn dy fyd bach dy hun.

Gwelaf y llyfr fel y darlun o'r dyfodol delfrydol allwn ei gynnig i'n plant, a'r cenedlaethau ar eu holau. Byd gyda blodau, coed a môr, anifeiliaid o bob math a phobol sydd yn barod i estyn llaw a chydweithio i gynnal a chadw'r hyn sydd gennym ni. Mi fydd hefyd yn adnodd ar gyfer dysgu'r darllenydd y pwysigrwydd o ddathlu a pharchu ein gwahaniaethau.'

Daw Sioned yn wreiddiol o Ben Llŷn, ond mae hi bellach yn byw yng Nghaerdydd ac yn gweithio fel darlunydd llawrydd. Mae'n teimlo angerdd dros ddylunio, adrodd stori a phortreadu bywyd bob dydd yn ei gwaith, gan geisio ychwanegu ychydig o liw a phositifrwydd i'r byd.




**Mae *Byd Bach Dy Hun* gan Sioned Medi Evans ar gael nawr (£4.99, Y Lolfa).**

# Colofn Blasus a lachus

## Eluned Davies-Scott

### BLAS (A MWY) AR FWYD

Fel y gwyddoch, yn enwedig y rhai ohonoch sydd wedi dioddef o effeithiau Cofid, mae arogl a blas yn gweithio gyda'i gilydd i ni gael mwynhau ein bwyd. Mae'r tafod, ochr y geg, y daflod feddal, y bochau, cefn y gwddf a'r oesoffagws wedi'u gorchuddio â derbynion sy'n cydnabod pum chwaeth sylfaenol: hallt, sur, chwerw, melys a umami ond wyddoch chi fod ein synnwyr arogli yn gyfrifol am tua 80% o'r hyn rydyn ni'n ei flasu?

Nid blas ac arogl yn unig sy'n dylanwadu ar ein mwynhad o fwyta. Meddyliwch am olwg y bwyd - os oes lliw gwahanol i'r hyn rydyn ni'n ei ddisgwyl, bydd yr ymennydd yn cael signalau cymysg o'r geg a'r llygaid. Am y rheswm hwnnw, mae hufen iâ mint yn wyrdd ac mae diodydd mefus yn goch; roedd lansiad diodydd cola clir yn y 90au cynnar yn fethiant wrth i ddefnyddwyr gysylltu blas cola â lliw brown. Mae'r teimlad yn y geg hefyd yn effeithio ar ein profiad, meddyliwch am fwyta prydau sy'n brin o amrywiaeth mewn ansawdd neu fisgedi a chreision sydd wedi mynd yn feddal!

Yn syndod, mae gan sain rôl hefyd. Yn ei fwyty The Fat Duck yn Bray, mae'r cogydd Heston Blumenthal yn gweini ei saig enwog 'Sound of the Sea' tra bod ciniawyr yn gwrando ar recordiad o'r cefnfor, sy'n cynyddu blasau'r bwyd môr, wrth fwyta'r pysgod. Ac wrth gwrs, mae ein profiadau yn y gorffennol hefyd yn dylanwadu ar ein canfyddiad o flasau - yr hyn a elwir 'the Proust effect', sy'n seiliedig ar brofiad synhwyraidd a ddisgrifiwyd gan Marcel Proust yn *Remembrance of Time Past*

Mae Blumenthal wedi archwilio'r wyddoniaeth y tu ôl i'n profiad amlsynhwyraidd o fwyta ac wedi cynhyrchu rhai cyfuniadau eithaf eithriadol sydd wedi gwthio'r ffiniau ar gyfuniadau blas. Dyma ddwy enghraifft - Parfait iau cyw iâr mewn 'croen' o jeli mandarin a hufen ia cig moch.

Ond mae Blumenthal hefyd yn deall fod meistroli cydbwysedd blas yn gofyn am ddealltwriaeth o'r broses fel gwyddoniaeth **a** chelf -h.y. alcemi wrth ei waith.

Meddyliwch am sut mae'r pum chwaeth yn cyd-weithio:

Melyster: O siwgr, mêl, ffrwythau neu fel arall, bydd melyster yn gwrthweithio blasau chwerw a sur. Gellir ei ddefnyddio hefyd i leihau gwres pryd arbennig o sbeislyd (rhowch ychydig o siwgr mewn cyri sy'n rhy sbeislyd). Yn yr un modd, defnyddir siwgr ar domatos i wella'r blasau naturiol ynddynt. Os nad ydych yn hoff o flas chwerw ysgewyll, ychwanegwch saws BBQ melys iddynt.

Ydych chi wedi blasu Pastilla o Foroco? Pei ffilo cyw iâr sy'n cael ei gweini wedi'i gorchuddio â siwgr eisin a sinamon; cyfuniad braidd yn heriol i mi pan roddais gynnig arni.

Halltrwydd: Mae halen yn chwarae dwy rôl bwysig iawn wrth flasu dysgl. Yn gyntaf, mae'n cydbwyso yn erbyn chwerwder. Yn ail, mae'n gwella'r rhan fwyaf o flasau eraill sy'n bresennol yn y pryd - yn enwedig melyster: meddyliwch am garamel hallt. Gallwch hefyd brynu halen môr sydd wedi'i flasu er mwyn ychwanegu diddordeb ac amrywiaeth at fwydydd e.e. mwg, garlleg, tsili, seleri, sbeisys, siarcol, umami, tryffl a hyd yn oed fanila.

Chwerwder: Er nad dyma'r blas mwyaf poblogaidd yn gyffredinol, mae chwerwder yn hanfodol i gydbwysedd. Gall blas grawnffrwyth, llysiau gwyrdd tywyll neu gwrw helpu i dorri trwy gyfoeth neu felyster pryd o fwyd.

Surdod: Mae asidedd, e.e. finegr a sitrws, yn cynnig cydbwysedd gan ychwanegu bywiogrwydd a gwrthweithio melyster a gwres.

Umami: Dyma'r nodau sawrus cynhenid mewn saws soi, madarch, wystrys a llawer o gawsiau.

Mae rhai traddodiadau coginio yn feistri am gyfyngu'r blasau. Meddyliwch am gyri Thai gyda melyster o laeth cnau coco a siwgr, blas sawrus o saws pysgod, nodau sbeislyd a phriddlyd o berlysiau yn y past cyri, a sur o'r sudd leim. Mae'r holl flasau gwahanol hyn yn cyfuno i sicrhau cydbwysedd blasus dymunol.

Rydych yn gyfarwydd â gweini saws afal gyda phorc, eirin gyda hwyaden, llugaeron gyda thwrci, surop masarn gyda chig moch, pinafal gyda gamwn ac, efallai, wedi rhoi cynnig ar y cyfuniad o halen a charamel. Ond beth am siocled poeth a phupur cayenne; mefus gyda phupur du; chili a siocled; hufen ia gyda tryffl neu saws soi, caramel ac olew tsili; a cryffins halen y môr a siocled gwyn?

Diddorol oedd darllen neges Facebook yn ddiweddar gan Nerys Howell lle mae hi'n rhannu ei phrofiad o gael pryd o fwyd yn Seland Newydd gyda chyfuniad diddorol o'r sawrus a'r melys. Cig oen gyda harissa, 'braberry freekeh', cwmin, betys a rhesins euraidd wedi'i weini gyda brocoli, gellyg, ceuled a phomgranad.

(diolch i Nerys am gael defnyddio'r lluniau)

Efallai nad ydym yn barod i roi cynnig ar hufen iâ cranc, blodfresych wedi'i ysgeintio â phowdr coco neu uwd malwoden ond mae cyfuniadau blas 'anarferol' yn dod yn llawer mwy cyfarwydd. Mae yna hefyd ymchwydd mewn diddordeb yn y defnydd o gynhwysion anghyfarwydd, hyd yn oed ar y GBBO, fel yuzo, kombucha, macha a wasabi.

Mae rhai o'r cyfuniadau mwyaf diweddar yn creu priodas annisgwyl o flasau. Trwy'r hyn a elwir yn 'Food Fusion' mae bwydydd o draddodiadau neu dechnegau coginio cyferbyniol yn cael eu cyfyngu i herio a chyffroi ein taflod e.e. Pwdinau Swydd Efrog wedi'i gweini mewn arddull burrito, pasteiod Tikka masala, risotto cyri, 'cronuts' (croes rhwng toesen a croissant).

'Swalty' yw'r term cyfredol am gyfuno blasau melys a hallt ac mae mhiso yn gwneud cyfraniad helaeth i greu'r cydbwysedd rhwng y ddau. Cynhwysyn mewn bwydydd Japaneaidd, wedi'i wneud o ffa wedi'u heplesu, yw miso ac mae'n cynnig blas burum a hallt, melys a braidd yn gigog, h.y. umami, i fwydydd.

Mae bwydydd Asiaidd hefyd y boblogaidd sy'n rhoi cyfle i arbrofi â rhai blasau anarferol fel cacennau finegr du Japaneaidd wedi'u llenwi â cheuled yuzu neu fricyll a myffins wasabi.

Ffrwyth sitrws, yn wreiddiol o Tsiena a Japan yw yuzu sy'n cael ei ddefnyddio fel cyfrwng sur mewn cwstard, gyda physgod a llysiau wedi'u coginio.

Parhad tudalen 17 >

## *Te P'nawn* Merched y Wawr, yn y Fan!

Fe gychwynnom ein tymor mewn steil ym Maenordy'r Fan, Caerffili yn mwynhau croeso cynnes a danteithion blasus Adrian a Christine! Braf oedd cael cwmni cymaint o Ferched Cangen y Garth - MyW - ynghyd â chwmpeini Jên, ein Trefnydd Rhanbarthol.

## Colofn Blasus a lachus
### (Parhad)

Rhisomau gwyrdd yw Wasabi gyda blas tebyg i ruddygl poeth. Gall ei ddefnyddio'n ffres wedi ei gratio, fel past neu bowdwr i ychwanegu cic boeth i fwydydd fel mayonniase a dresins salad, fel marinâd i gigoedd ac mae'n gynhwysion mewn sushi hefyd.

Diod wedi'i eplesu yw Kombuch sydd hefyd yn cael ei ddefnyddio ar gyfer dresinau a marinad ar gyfer cig.

Te gwyrdd yw Matcha gyd proffil blas umami; mae'n cael ei gynnwys mewn bwydydd a diodydd fel crempogau, lattes a blondies.

Os ydych yn teimlo'n hiraethus, byddwch yn falch o glywed bod blasau traddodiadol hefyd yn boblogaidd eleni. Mae blasau fel fanila, caramel hallt, a siocledi llaeth yn boblogaidd ymhlith defnyddwyr ac mae'r blasau hyn yn cael eu defnyddio gan gynhyrchwyr mewn amrywiaeth o eitemau bwyd a diod, gan gynnwys hufen iâ, cwcis, coffi, a hyd yn oed cwrw a gin!

Yn ôl at Heston sy'n parhau ei bartneriaeth gyda Waitrose. Y Nadolig hwn mae'n cynnig mins peis ffigys a gellyg mewn crwst triphlyg caws sawrus. Mwynhewch y profiad!

## Cymdeithas Wyddonol Cylch Caerdydd

Ar nos Lun 17eg Hydref 2022 cawsom ddarlith ddiddorol dros ben gan Bedwyr ab Ion Thomas am ei waith gyda'r Sefydliad Darganfod Meddyginiaethau ym Mhrifysgol Caerdydd. Cyn dechrau ar brif bwnc y ddarlith, soniodd Bedwyr am ei addysg yn Ysgol Plasmawr, yna Prifysgol Rhydychen ac yna nôl i Brifysgol Caerdydd. Enillodd wobr Dyfeisio ac Arloesedd Eisteddfod Tregaron eleni am ei waith yn darganfod therapïau am glefydau Prion sef testun ei sgwrs. Y mwyaf enwog o'r clefydau yma mewn pobl yw Clefyd Creutzfeldt-Jacob (CJD) ac mewn anifeiliaid ceir Clefyd y Fuwch Wallgof (BSE) a Scrapie. Mae'r clefydau yma yn eithaf prin ond mae eu heffeithiau yn ddinistriol iawn.

Mae clefydau Prion yn achosi dirywiad yn yr ymennydd, ac ar hyn o bryd does dim triniaeth ar gael, ac mae'r clefydau yn angheuol yn y pen draw. Mae Prion yn air cyfansawdd sy'n dod o Proteinaceous Infectious Particle ac mae pob un ohonom yn cario ffurf iach y protein Prion er nad yw ei swyddogaeth yn ein cyrff yn eglur, ond mae ffurf afiach i Prion sy'n achosi'r problemau meddygol. Mae'r ffurf afiach yn achosi nam yn y protein iach sy'n lledaenu gan arwain at ffurfiant ardaloedd elwir yn placiau sy'n amharu ar weithrediad yr ymennydd.

Y broblem felly yw sut i atal y Prion afiach rhag tarfu ar y Prionau iach a distrywio'r ymennydd? Un ateb posib yw defnyddio meddyginiaethau arbennig o'r enw PROTACs (PROteolysis TArgeting Chimeras) sydd yn gallu diddymu'r Prion iach o gelloedd y corff, gan atal y clefyd rhag lledaeni. Nid yw effeithiau dileu'r Prion iach yn hysbys eto, ond maent yn debyg o fod yn llai difrifol na chlefyd Prion. Mae lot o waith labordy i'w wneud o hyd yn profi molecylau PROTAC posib. Mae ambell driniaeth addawol wedi dod i'r golwg, ond mae hi'n daith hir o fainc y labordy i driniaeth lwyddiannus - ond o leiaf mae gobaith o atal neu wella'r clefydau creulon yma.

Rhys Morris
(un o ysgrifenyddion CWCC)

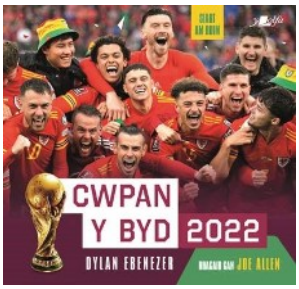
Mae cyfarfodydd wedi eu trefnu ar ein cyfer rhwng nawr a Nadolig - ac fe fydd croeso cynnes i chi ymuno â ni. Erbyn hyn 'dyn ni'n tueddu i gyfarfod yn y p'nawn a hynny'n benna yng Nghlwb Rygbi, Pentyrch lle 'dyn ni'n siwr o groeso twymgalon gan Trish - y Rheolwraig.

Prynhawn Mercher, Tachwedd 16eg am ddau - bydd Dafydd Meredydd - Radio Cymru, yn dod i siarad â ni, ac i holi ein barn am arlwy presennol Radio Cymru.

Yna prynhawn Mercher, Rhagfyr y 7fed byddwn yn croesawu Marian Evans, Radur sy'n dod i rannu 'chydig o syniadau blasus ar gyfer y Nadolig! A hynny am ddau o'r gloch yng Nghlwb Rygbi, Pentyrch

Dewch! Gwnewch fwynhau! A chyn hynny oll bydd yna gyfarfod dros zoom gyda Sioned Erin, Boduan - sef enillydd y Fedal Ryddiaith yn Eisteddfod Ceredigion eleni. Nos Iau, Tachwedd y 10fed am 7.30 bydd Erin 'gyda' ni. Fe gewch y linc zoom yn nes at y dyddiad! Mwynhewch y lluniau o'r Merched yn joio eu Te P'nawn!

## Llyfr i ddathlu Cwpan y Byd




Cyhoeddwyd llyfr i baratoi ar gyfer ymgyrch gyntaf Cymru mewn rowndiau terfynol Cwpan y Byd ers 1958. Wedi ei ysgrifennu gan y sylwebydd a'r cyflwynydd Dylan Ebenezer, mae'r gyfrol yn baratoad delfrydol i gefnogwyr, o bob oedran, sydd am wybod mwy am y gwrthwynebwyr, y wlad a'r sêr i'w dilyn.

Mae'r llyfr **Cwpan y Byd 2022** yn cael ei gyhoeddi gan Y Lolfa, ac yn cynnwys y siart hanfodol i ddilyn a chofnodi canlyniad pob gêm. Ceir cyflwyniad i'r gyfrol gan Joe Allen, un o'r sêr profiadol sydd 'Yma o Hyd', ac yn y cyflwyniad mae'n talu teyrnged i'r cefnogwyr: "Mae'r Wal Goch wedi bod mor bwysig i ni ar hyd y daith… a'r berthynas rhwng y chwaraewyr a'r cefnogwyr yn arbennig – gobeithio y bydd rheswm da i bawb ddathlu y gaeaf yma!"

Os ydych yn mynd i Qatar neu beidio, mae'r llyfr yma'n ganllaw sy'n crynhoi'r ffeithiau holl bwysig ac yn un o resied o lyfrau sy'n cael eu cyhoeddi ar gyfer ymgyrch Cymru yn Qatat.

Mae *Cwpan y Byd 2022* gan Dylan Ebenezer ar gael nawr (£5.99, Y Lolfa).

# Ysgol Creigiau

**Llangrannog**
Croeso nôl i ddisgyblion Dosbarth 6 a Class 6 wedi iddynt dreulio wythnos yn y Gwersyll ger y lli - Dosbarth 6 ym mis Medi a Class 6 ym mis Hydref. Roedd pob un wedi mwynhau'r antur yn fawr iawn ac wedi dangos ymddygiad ac agwedd arbennig yn ystod y ddau ymweliad. Da iawn chi blant! Diolch yn fawr iawn i Mr Evans, Miss Hatcher, Mrs Tewkesbury, Miss Phillips a Miss Davies am fynd gyda disgyblion Dosbarth 6 ac i Ms Griffin, Mr Williams, Mrs Willis, Mrs John, Mrs Stone a Mrs Long am fynd gyda disgyblion Class 6.

Dosbarth 6 yn mwynhau yn Llangrannog

**Ymweliadau Addysgiadol**
Mae nifer o ddosbarthiadau wedi bod ar ymweliad addysgiadol y tymor hwn.

Cafodd disgyblion Blwyddyn 3 a 4 ymweliad â Chastell Caerdydd fel rhan o'u hymchwiliad, Cynefin.

Dosbarth 3 yn mwynhau yng Nghastell Caerdydd

Aeth disgyblion Blwyddyn 6 i Amgueddfa Lofaol Cymru 'Big Pit' i ddysgu mwy am y Diwydiant Glo yng Nghymru a'r cymunedau glofaol. Roedden nhw wedi mwynhau'n fawr.

Aeth disgyblion Blwyddyn 1 a 2 am dro o amgylch y pentref i ymweld â rhai o'r adeiladau allweddol yng Nghreigiau - Tesco, Neuadd yr Eglwys a Thafarn y Creigiau. Mwynheuodd pawb y profiadau amrywiol.

Dosbarth 6 yn y Big Pit

**Siop Sudd Snag**
Cafodd aelodau'r pwyllgor SNAG brynhawn arbrofol yn ddiweddar yn paratoi, torri a malu afalau ac amryw o ffrwythau a llysiau eraill a dyfwyd yn lleol i greu diodydd a smwddis blasus. Roedd y ddiod afal, oren, moron a sinsir a greodd Dosbarth 3 yn flasus iawn!

Y Pwyllgor SNAG yn profi eu diodydd blasus

**Diwrnod Shwmae Su'mae!**
Ddydd Gwener, 14eg Hydref fe ddathlon ni ddiwrnod Shwmae/Su'mae wrth gael hwyl drwy gyfrwng y Gymraeg.

**Gweithdy Sefydliad Benedetti**
Ddydd Iau, 21ain Hydref, aeth disgyblion Dosbarth 5 a Class 5 i ymweld â Choleg Brenhinol Cerdd a Drama Cymru i gymryd rhan mewn gweithdy Benedetti. Cyflwynodd y cerddorion weithdy cerddorol ysbrydoledig, egnïol ac arloesol i'r disgyblion. Mwynheuodd pawb y profiad newydd hwn yn fawr.

**Gweithdy 'Awyr Dywyll'**
Yn ddiweddar cymerodd disgyblion Blwyddyn 5 ran mewn gweithdy 'Awyr Dywyll' a drefnwyd gan Awdurdod Parc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog. Parc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog oedd yr ardal gyntaf yng Nghymru i ennill statws rhyngwladol 'Awyr Dywyll'. Esboniodd seryddwr arbenigol wrth y disgyblion sut mae Cysawd yr Haul yn gweithio a sut i syllu ar y sêr adref. Mae'r disgyblion nawr yn gwybod sut i ddod o hyd i'r planedau yn awyr dywyll y nos. Roedd y gweithdy wedi ennyn eu brwdfrydedd ac maen nhw'n awyddus i ymchwilio ymhellach i'r thema hon.

**Dangoswch y Cerdyn Coch i Hiliaeth**
Ddydd Gwener, 21ain Hydref, fe gefnogon ni'r elusen 'Dangoswch y Cerdyn Coch i Hiliaeth' drwy wisgo mewn coch a chael gwasanaeth arbennig dan ofal aelodau'r Cyngor Ysgol. Casglon ni £367.55 i'r elusen - diolch bawb!

Meithrin yn eu dillad coch yn cefnogi Dangos y Cerdyn Coch i Hiliaeth

Dosbarth 4 yn cefnogi Dangos y Cerdyn Coch i Hiliaeth

Dosbarth 2 yn cefnogi Dangos y Cerdyn Coch i Hiliaeth

# Ysgol Tonyrefail

**Gwŷl Hanes Cymru i Blant**
Fel rhan o'u gwaith thema'r tymor hwn fe aeth disgyblion Blwyddyn 5 a 6 i Eglwys Santes Fair yn Nhrebiwt i wylio sioe, gan gwmni Mewn Cymeriad, am fywyd y brifathrawes ysbrydoledig Betty Campbell. Cafwyd cyfle hefyd i ymweld â cherflun Betty Campbell yn Sgwâr Canolog Caerdydd. Roedd canmoliaeth uchel i'r sioe ac roedd pawb wedi dysgu llawer am ei bywyd a'i gwaith yn y gymuned.

**Cyngor Ysgol**
Cynhaliwyd etholiadau'r Cyngor Ysgol yn ddiweddar. Ar ôl gwrando ar neges yr ymgeiswyr yn eu dosbarthiadau aeth y plant ati i fwrw eu pleidlais. Llongyfarchiadau mawr i'r aelodau newydd.

**Y Criw Cymraeg**
Mae Criw Cymraeg newydd wedi eu hethol ac maent wrthi'n brysur yn hyrwyddo'r defnydd o'r Gymraeg yn yr ysgol a thu hwnt. I ddathlu diwrnod Shwmae Su'mae - anogwyd rhieni a'r gymuned leol i ddefnyddio'r Gymraeg. Cafwyd cefnogaeth ac ymdrech arbennig gan bawb.

**Llysgenhadon Gwych**
Fe aeth ein Llysgenhadon Gwych i Ganolfan All Nations yng Nghaerdydd i gymeryd rhan mewn cynhadledd arbennig. Cawsant gyfle i gyfarfod Comisiynydd Plant Cymru, sef Rocio Cifuentes yn ystod y gynhadledd.

**Diwrnod Trosglwyddo Blwyddyn 6**
Fel rhan o raglen trosglwyddo'r clwstwr - cynhaliwyd gweithgareddau iaith a chwaraeon wedi eu seilio ar thema Cwpan y Byd 2022. Roedd sylwebu ar gôl Gareth Bale wedi bod yn llawer o hwyl ac wedi plesio'n fawr!

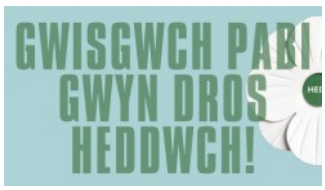
**Gwasanaeth Diolchgarwch**
Daeth yr ysgol ynghyd i ddathlu Diolchgarwch – diolch i'r dosbarthiadau am eu cyfraniad i'r gwasanaeth ac i Flwyddyn 6 a 3 am gyflwyno neges amserol iawn.

Gwasanaeth gyda Mr Coleman

# Gwisgwch Pabi Gwyn dros heddwch eleni

Wrth i ddigwyddiadau Sul y Cofio nesáu mae Cymdeithas y Cymod yn annog pobl i ystyried gwisgo pabi gwyn dros heddwch eleni.

Mae Cymdeithas y Cymod am amlygu pwysigrwydd o wisgo pabi gwyn fwy eleni na'r blynyddoedd a fu. Mae'r neges o'r pabi gwyn yn dangos parch i holl ddioddefwyr rhyfel yn cynnwys unigolion, teuluoedd a phlant ar bob ochr. Mae hefyd yn cynrychioli ymrwymiad dwfn i weithio dros heddwch – tuag at fyd lle mae gwrthdaro'n cael ei ddatrys mewn ffyrdd di-drais.




Gyda'r hyn sy'n parhau i ddigwydd yn Wcráin a'r gwrthdaro parhaus sy' mewn mannau arall o'r byd fel Ethiopia, Yemen ac Afghanistan mae'n hanfodol ein bod yn dangos safiad dros Heddwch a dangos mai trwy gymodi yn unig fyddwn yn medru creu byd di-drais.

Yn wahanol i'r pabi coch, sy'n dueddol o gofio milwyr Prydeinig sydd wedi colli eu bywydau ar faes y gad yn unig mae'r pabi gwyn yn gwneud y canlynol:

- I adeiladu diwylliant heddychlon.
- I gofio holl ddioddefwyr rhyfel.
- I herio militariaeth.

Mae pabis gwyn ar werth trwy Gymdeithas y Cymod yng Nghymru (£1 y pabi, £10 am fwndel o 10, £20 am 25 pabi) – hefyd taflenni A5 yn egluro arwyddocâd y pabi gwyn ar gael i bellhau'r neges. Gallwch eu harchebu drwy e-bostio jane.heddwch3@gmail.com neu drwy ffonio 077200 87132. Mae pabis gwyn hefyd ar werth trwy ein cyfeillion PPU yma: https://shop.ppu.org.uk/collections/frontpage.

**Disgo Calan Gaeaf**
Diolch yn fawr iawn i'r Cyngor Ysgol a Miss Hughes am drefnu disgo calan gaeaf i'r plant. Roedd pawb wedi gwneud ymdrech arbennig gyda'u gwisgoedd ac wedi cael amser wrth eu boddau.

Dathlu Gwasanaeth Diolchgarwch

# Cylch Ti a Fi

Cylch Meithrin Y Garth

Grŵp i rieni/babanod a phlant

**Pryd**
Dydd Gwener 1.30-3.00

**Ble**
Neuadd Gymunedol Tŷ Rhiw,
Abbey Close,
Tŷ Rhiw,
CF157RS

Mae'r Cylch Ti a Fi'n lle gwych i rieni a gwarchodwyr gwrdd i chwarae gyda'u plant ac i gymdeithasu dros baned o de!

**Cyfle i...**

Gymdeithasu

Chwarae gyda theganau

Dysgu caneuon bach syml

Gwarndo ar storiau

Croeso i bawb!

Am fwy o wybodaeth
cylchmeithrinygarth@gmail.com
www.meithrin.cymru

mudiad meithrin

# NOSON YNG NGHWMNI BRIGYN I DDATHLU'R NADOLIG

NOS IAU | 08.12.22 | 19:30 | FOXY'S DELI & CAFÉ, PENARTH

TOCYNNAU £25 YN CYNNWYS BWFFE

30 o docynnau ar gael

I ARCHEBU:
WWW.MENTERCAERDYDD.CYMRU

AM FWY O FANYLION:
RACHEL@MENTERCAERDYDD.CYMRU

MENTER IAITH BRO MORGANNWG

CRONFA GYMUNEDOL COMMUNITY FUND

MC: Rhif Elusen: 1098606. Rhif Cwmni: 4576565
MIBM: Rhif Elusen: 1179555. Rhif Cwmni: 08867706

MAE MENTER IAITH RHONDDA CYNON TAF YN EDRYCH I GYFLOGI

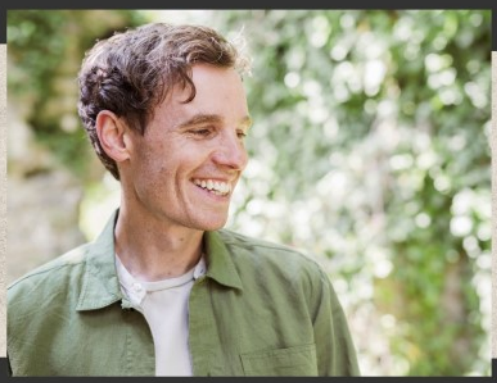
# RHEOLWR CAFFI

CYFLOG - £23,000 Y FLWYDDYN.

DIDDORDEB? E-BOSTIWCH POST@MENTERIAITH.CYMRU

# CERDDORIAETH BYW

# ★ AL LEWIS ★



25/11/22

NOS WENER 7.30

I archebu lle ewch i:
bookwhen.com/gartholwg

Tocyn £15

Canolfan Garth Olwg Centre
gartholwgllc
Ffordd Saint Illtyd, Pentre'r Eglwys, CF38 1RQ

01443 570075

MAE MENTER IAITH RHONDDA CYNON TAF YN EDRYCH I GYFLOGI

# GWEITHIWR LLAWRYDD

AM GYFNOD O 3-4 MIS YN Y MAES ADDYSG OEDOLION AC IEUENCTID.

CYFLOG - £23,000 Y FLWYDDYN.

OS OES DIDDORDEB GYDA CHI CYSYLLTWCH!

post@menteriaith.cymru

Menter Iaith Rhondda Cynon Taf