www.ecorwyddfa.co.uk

ECO’r Wyddfa

£1

RHIF 532
Mawrth
2025

DATHLU DYDD GŴYL DEWI

Pam bydd Cymry ar draws Cymru yn dathlu ein Nawddsant Dewi ar y 1af o Fawrth?

Oherwydd nad oes tystiolaeth o pryd gafodd Dewi ei eni, ond mae tystiolaeth i Dewi farw yn y flwyddyn 589 OC ar y 1af o Fawrth.

Sut fyddwch chi ym mro’r Eco ac ar draws Cymru’n dathlu?

Un ffordd o ddathlu bod yn Gymro neu’n Gymraes yw drwy ymuno efo gorymdaith. Mae un yng Nghaernarfon ar 1af o Fawrth fydd yn cychwyn o’r Cei Llechi am 1.15pm. Os ydach am grwydro ymhellach gallwch ddathlu yn Sain Ffagan, Amgueddfa Werin Cymru ar ddydd Sadwrn 1af o Fawrth rhwng 10.00am a 4.00pm.

Mae bro’r Eco’n ffodus o fod yn ardal hynod o Gymreig ei hiaith. Trwy ddarllen yr Eco mi ydach chi yn cefnogi a hyrwyddo’r Cymreictod hwnnw. Yng ngeiriau Eifion Wyn (gweler Garddio ar tud. 24) “Gwisg genhinen yn dy gap, a gwisg hi yn dy galon…”

Llun: Llywelyn2000, CC BY-SA 4.0, via Wikimedia Commons

Bydd ein hysgolion yn dathlu gallwch fentro, gyda’r plant iau yn gwisgo gwisg draddodiadol Gymreig. Bydd rhai’n dewis gwisgo crys coch Cymru. Gan fod y tîm rygbi cenedlaethol yn chwarae’n wael ar hyn o bryd, debyg bydd mwy o grysau pêl-droed i’w gweld! Mae’n siŵr y byddan nhw hefyd yn canu’r anthem. (Gobeithio bydd lluniau o’r plant i chi eu gweld yn ein rhifyn nesaf.)

Ewch i ddathlu trwy orymdeithio, drwy gymdeithasu neu fynd allan am swper gyda’ch mudiad neu grŵp. Bwytewch gawl cennin, cig oen Cymreig, teisennau cri a bara brith. Gwisgwch eich crys rygbi neu bêl-droed Cymru neu peintiwch y ddraig goch ar eich wyneb a chwifiwch y ddraig goch.

O fewn bro’r Eco gallwch ddathlu ar y 5ed o Fawrth am 6:00pm yn Ysgol Gwaun Gynfi, cewch yr hanes ar tud 9.

Dathlwch ein nawddsant ym mha bynnag ffordd allwch chi. Gwisgwch eich Cymreictod gyda balchder.

Elin Enfys

Chwilio am Elin Enfys

Ble mae Elin Enfys? Dewch o hyd iddi’n cuddio mewn 8 lle yn y papur.

Yn y rhifyn hwn:

- Menter newydd - Llefrith ffres o’r fferm - tud. 2
- Ail fenter newydd - Dal y Pwysau - tud. 9
- Apêl Eisteddfod Deiniolen - tud. 9
- Penblwydd hapus Caffi’r Bedol - tud. 20
- Dion yn nofio tua’r dyfodol - tud. 28

9

28

SWYDDOGION A GOHEBWYR

Cadeirydd y Pwyllgor Gwaith
Tony Elliott
Bwlch Cae Mawr, Deiniolen LL55 3LU.
07798 552238.
tonyelliott17@yahoo.com

Golygydd Chwaraeon
Os hoffai rywun ymgymryd â'r swydd byddem yn falch iawn o glywed ganddyn nhw.

Ffotograffydd
Gwyndaf Hughes
Hafan, Ffordd Glanmoelyn, Llanrug.
01286 672221.
glasgoed@hotmail.com

Trefnydd Hysbysebion a Dosbarthu
Hefin Jones
Pantmwyn, Llanrug. 01286 673838.
hefsj@aol.com

Trefnydd Ariannol
Goronwy Hughes
Eithinog, 14 Afon Rhos, Llanrug.
01286 674839.

Trefnydd Gwerthiant Post
Olwen Hughes
Eithinog, 14 Afon Rhos, Llanrug.
01286 674839.

Trefnydd Bwndelu
Marian Jones
Minallt, 7 Bro Elidir, Dinorwig.
01286 870292.

Dylunio: Ffrwd Cyfuniedig
elgangriffiths@btinternet.com

GOHEBWYR PENTREFI

Bethel:
Richard Ll Jones
5 Y Ddôl, Bethel. 01248 670115.
richard.llwyd@yahoo.co.uk

Brynrefail:
Lowri Prys Roberts
Godre'r Coed, Brynrefail.
01286 870580.
lowri-prys@supanet.com

Caeathro:
Lowri Ceiriog
4 Erw Wen, Caeathro.
lowriceiriog@hotmail.co.uk

Ceunant
Trystan a Sioned Larsen
Bodafon, Ceunant. 01286 650799
sionedlarsen@googlemail.com

Deiniolen:
Nia Gruffudd
3 Hafod, Clwt y Bont. 01286 870394.
glyn.gruffudd@btinternet.com

Dinorwig:
Marian Jones
Minallt, 7 Bro Elidir, Dinorwig.
01286 870292.

Llanberis:
Eifion Roberts
Swn y Gwynt, Llanberis.
01286 870740.
eifionroberts132@btinternet.com

Llanrug:
Ffion Orwig
Tre Ceiri, 9 Pen Cae, Llanrug
Ffôn: 07813 299727
Ebost: ffionorwig@hotmail.com

Nant Peris:
Kate Pritchard – 01286 870189.
econantperis@hotmail.com

Penisarwaun:
Caryl Rees
Cae Corniog Bach, Penisarwaun.
cajones674@gmail.com
(neu cysylltwch ag Ann Ifans)

Waunfawr:
Iola Gruffydd
iolallew@hotmail.co.uk

Panel Golygyddol

Aelodau: Beca Brown, Nesta Elliott, John Pritchard, Bethan Richardson, Catrin Roberts, Mared Roberts.

Anfonwch eich straeon, newyddion, erthyglau a lluniau ar e-bost i ecorwyddfa@gmail.com os gwelwch yn dda, neu newyddion pentref yn uniongyrchol at y Gohebwyr Pentrefi isod.

Rydym yn croesawu erthyglau hyd at 600 gair o hyd ac mae angen anfon unrhyw luniau atom fel ffeiliau ar wahân. Os hoffech drafod eich cynnwys, mae croeso i chi gysylltu â Nesta Elliott ar 07825 586658.

Rhoddion

£20 gan deulu'r diweddar Ann Jane Owen
Di-enw

Dyddiadau i'w cofio...

Rhifyn	Dyddiad cau derbyn cynnwys (ail ddydd Gwener yn y mis)	Dyddiad cyhoeddi (pedwerydd dydd Gwener yn y mis)
Ebrill	14 Mawrth	28 Mawrth
Mai	11 Ebrill	25 Ebrill
Mehefin	9 Mai	23 Mai

Llefrith ffres o'r fferm

Bydd fferm sydd o fewn tafliad carreg i ddalgylch yr *Eco*'n cynnig gwasanaeth gwerthfawr i drigolion y fro.

Mae pobl Llŷn ac Ynys Môn yn gyfarwydd ers sawl blwyddyn â phrynu llefrith o beiriant a leolwyd ar ffermydd, ond mae'r fath wasanaeth wedi bod yn ddieithr yn nes atom yn yr ardal hon. Ond gyda'r datblygiad newydd ar Fferm Glanrhyd, oddi ar gylchfan Tŷ Mawr i gyfeiriad Pentir, mae hynny wedi newid.

Cafodd Daniel Owen a Kelly Powell y syniad am y busnes newydd yn ystod y Cyfnod Clo. Ac wedi sicrhau'r cais cynllunio angenrheidiol a pharatoi'r safle a phrynu'r offer gorau posibl ar gyfer y cwt llefrith newydd, maen nhw bellach wedi gwireddu'r freuddwyd. Croesawyd y cwsmeriaid cyntaf ddydd cyntaf mis Chwefror, a chafwyd Agoriad Swyddogol ymhen yr wythnos, ddydd Sadwrn, Chwefror 8fed. Roedd y diddordeb a'r gefnogaeth wedi synnu'r ddau, a rhes hir o geir yn aros eu tro i ddod i'r safle.

Mae'r cyfan yn hwylus iawn i'r cwsmeriaid. Prynu potel i ddechrau ac yna ei llenwi â llefrith o'r peiriant. Fydd dim rhaid prynu potel bob tro: dim ond cofio dod â'r botel wag, lân efo chi fydd ei hangen y tro nesaf gan fod ailddefnyddio'r poteli'n rhan bwysig o'r dull hwn o brynu llefrith. Yn ogystal â llefrith llawn, mae modd prynu ysgytlaeth a choffi hefyd.

Fferm odro ydi Glanrhyd wrth gwrs, gyda bron i 80 o wartheg yn darparu'r llefrith a gaiff ei basteureiddio ar y fferm. Ac yn naturiol, mae'r llefrith a werthir yn y cwt newydd yn ffres bob bore.

Daniel ydi'r drydedd genhedlaeth o'i deulu yn Glanrhyd, yn dilyn ei dad Eurig Owen, a'i ddiweddar daid Ieuan Owen, a ddaeth yno gyntaf yn 1965 cyn prynu'r fferm yn 1968. Mae Daniel yno gyda'i dad ers gorffen ei gwrs coleg dros bymtheng mlynedd yn ôl.

Er mwyn cael llefrith ffres ac er mwyn cefnogi cynnyrch a menter leol, galwch heibio. Mae yno ddigon o le parcio hwylus, ar y dde wrth i chi fynd o Dŷ Mawr tua Phentir, a thros y ffordd i'r tŷ fferm ei hun. Dymunwn bob llwyddiant i'r fenter newydd.

DODREFN A LLORIAU
PERKINS
FURNITURE & FLOORING
16 Stryd Porth Mawr
Caernarfon, Gwynedd. LL55 1AG
(01286) 673535/676040
Ebost: enquiries@perkinsfurniture.co.uk

www.perkinsfurniture.co.uk

Hoffech chi hysbysebu eich busnes yma?

Cysylltwch â'n Trefnydd Hysbysebion a Dosbarthu
Hefin Jones, Pantmwyn, Llanrug
01286 673838. hefsj@aol.com

Yn ystod y mis a aeth heibio...

- **Gwawr newydd.** Dyna'r disgrifiad o ddeall fod yr actor Michael Sheen yn sefydlu Cwmni Theatr Cenedlaethol Cymru ac yn ei ariannu.
- **Gwesty Rhieni**. Yn ôl arolwg gan Y Sefydliad Astudiaethau Ariannol mae nifer y bobl ifanc rhwng 25 a 34 mlwydd oed sy'n dal i fyw gartref wedi codi'n sylweddol ers cyfnod Covid. Amcangyfrifir fod bron i hanner miliwn yn fwy yn byw gyda'u rhieni y llynedd nag oedd ugain mlynedd yn ôl.
- **Elon.** Na, nid y biliwnydd, ond crwban musk sydd wedi cael cartref o'r diwedd ar ôl 1,579 o ddyddiau mewn gwarchodfa. Tan yn ddiweddar doedd neb yn fodlon ei 'fabwysiadu' oherwydd ei fod yn tueddu i ddrewi a brathu. Gall fyw am 60 mlynedd – digon o amser i'w warchodwr ddygymod â'i ddrewdod.
- **Lliw**. Y Gymdeithas Gwneuthurwyr Ceir yn datgan fod bron i 300,000 o'r ceir newydd a gofrestrwyd y llynedd o liw glas. Dyma'r tro cyntaf i geir o liw glas fod yn y tri uchaf es 2010. Y ddau liw mwyaf poblogaidd y llynedd oedd llwyd (1af) a du (2il). Trydydd oedd glas.
- **Ŵy**. Mae ŵy crwn wedi ei ddarganfod ar fferm yn Nyfnaint. Mae wyau crwn yn anghyffredin iawn, a gallant hawlio pris o £200.
- **Het**. Gallai'r het a wisgodd Melania Trump yn ystod arwisgiad ei gŵr yn Arlywydd UDA ddod yn hynod boblogaidd i unrhyw ferch nad yw am gael cusan ar ei boch.
- **Nadredd**. Mae'n Flwyddyn y Neidr, ac yn Taipei, Taiwan, mae perchennog un siop sy'n delio mewn anifeiliaid anwes yn cynnig neidr yn gwmni i gwsmeriaid tra'n cael paned o goffi. Mae'n gobeithio y bydd y profiad yn gymorth i ddileu ofnau pobl o nadredd.
- **Dathlu?** Mae cerflun yn Sydney, Awstralia o James Cook – y capten llong a laniodd yno ar 26ain o Ionawr 1788 – wedi ei beintio'n goch a'i ddifrodi, a hynny ddau ddiwrnod cyn 'Diwrnod Awstralia', sy'n dathlu'r digwyddiad. I'r brodorion gwreiddiol mae'n cael ei adnabod fel 'Diwrnod y Goresgyniad'; symbolaidd o ddifetha'r diwylliant brodorol gan ymsefydlwyr o Brydain a gwledydd eraill Ewrop.
- **Dŵr.** Yn dilyn y tanau difaol yn Los Angeles, mae nifer o'r trigolion yn mynd a'r ddinas i gyfraith am iddynt golli eu tai. Maent yn honni fod Cronfa Ddŵr Santa Ynez wedi sychu o fewn 12 awr o gychwyn y tân; a hynny oherwydd fod gwaith atgyweirio – a ddechreuwyd yn Chwefror 2024 – yn parhau heb ei wneud.
- **Melyn**. Mae Abu Zakkur yn byw yn Aleppo, Syria, ac wedi gwisgo dillad o liw melyn bob dydd ers 42 o flynyddoedd, a hynny, meddai er mwyn lledu hapusrwydd a chariad i bawb. Yn y cyfamser, mae'r Dyn Oren ar draws yr Iwerydd yn gweithredu'n hollol groes.
- **Coch.** Mae camlas yn Buenos Aires wedi newid ei lliw, a throi'n goch llachar. Mae'r gamlas yn cysylltu â Rio de la Plata sydd â gwarchodfa natur eang ar ei glannau. Credir mai lliwiedydd defnyddiau wedi ei ollwng i'r gamlas yw achos y lliw coch.
- **Aren.** Mae gŵr o New Hampshire, UDA wedi derbyn aren mochyn mewn trawsblaniad sydd, hyd yma, yn debygol o fod yn llwyddiannus. Fo yw'r ail berson i dderbyn trawsblaniad o'r fath, yn dilyn gwraig o Alabama fis Tachwedd y llynedd, ac yn byw bywyd normal, ond yn anfodlon datgelu ei henw.

VERSUS ARTHRITIS GRŴP CYMORTH

Grŵp Cymraeg AR-LEIN (11yb - 12.30yp) trwy Teams

Dydd Iau 1af bob mis

Mae ein cyfarfodydd grŵp cymorth yn rhad ac am ddim ac yn agored i bob oedolyn sydd ag arthritis neu gyflwr MSK. Dewch i rannu profiadau ac awgrymiadau, gwneud ffrindiau newydd a rhoi cynnig ar weithgareddau. Croeso i bawb!

Cysylltwch: walessupport@versusarthritis.org

CYMRU VERSUS ARTHRITIS

Ariennir gan Lywodraeth Cymru Funded by Welsh Government

NANT PERIS

Eglwys St Peris

Bydd gwasanaeth bob bore Sul a bore Mawrth yn ystod mis Mawrth am 9:30am

Premier

SIOP SGWÂR LLANRUG
01286 673108

Bwydydd, Diodydd, Papurau Newydd, Cardiau Cyfarch, SWYDDFA BOST, a chroeso cynnes.

Ysgol Waunfawr

Bu'r cyfnod ers y Nadolig yn un prysur fel arfer er gwaethaf y tywydd a'r stormydd.

Blwyddyn Newydd Tsieineaidd
Mae plant y Dysgu Sylfaen wedi bod yn cymryd rhan mewn gweithgareddau lliwgar a chreadigol fel rhan o ddathliadau Blwyddyn Newydd Tsieineaidd yn ystod yr wythnosau diwethaf. Bu'r plant ar orymdaith o amgylch y pentref, gan wneud lot fawr o sŵn, canu a dawnsio gyda'u draig oeddynt wedi ei chreu yn ein sesiynau lles.

Bu dosbarth Mynydd Mawr yn gwledda ym mwyty'r Fu's yng Nghaernarfon.

Gweithgareddau Awyr Agored Yr Urdd
Diolch i Tom Gwynedd am ddod draw unwaith eto i gyflwyno sesiynau gwyllt grefft i'r plant. Yr oeddynt wrth eu boddau yn dysgu sgiliau newydd ac yn cael malws melys o amgylch y tân.

Twrnament Rygbi Tag
Llongyfarchiadau i'r tîm rygbi cymysg am gystadlu'n frwd yn y twrnament yn Nhreborth yn ddiweddar. Dyma'r tro cyntaf iddynt gystadlu - mae'r dyfodol yn edrych yn addawol.

Buarth yr ysgol
Bu criw da o ffrindiau a chyfeillion yr ysgol yn cynorthwyo gydag adeiladu siediau a pheintio'r buarth yn ddiweddar. Yr ydym yn hynod o ddiolchgar iddynt am eu gwaith.

Clwb Celf a Noson Sinema
Bu'r cyfeillion yn brysur yn ystod y tymor yn trefnu noson sinema a chlwb celf i'r plant ar ôl ysgol. Gwnaethpwyd elw da ar gyfer gwario ar adnoddau i'r ysgol.

WAUNFAWR

Noson Gwis
Cynhelir noson gwis yn nhafarn y Snowdonia Parc ar Fawrth 7fed am 7.30. Y gost fydd £10 i dîm o 4 o bobl.

Bydd elw'r noson yn mynd tuag at apêl Sir Gaernarfon i'r Sioe Frenhinol ac Ysgol Waunfawr. Dewch yn llu i gefnogi!

Cydymdeimlo
Yn 99 mlwydd oed, bu farw Mrs Margaret Owen, Bryn Gwylan. Roedd yn wraig i'r diweddar Richard Neville ac yn fam i Ann, Jean, Nefyl a'r diweddar Geraint, yn fam yng nghyfraith, nain a hen nain, a bydd colled fawr ar ei hôl.

Rydym yn cydymdeimlo â chi fel teulu yn eich colled.

Diolch
Dymuna Ann, Jean, Nefyl a'r teulu ddiolch o galon am yr holl gardiau a chyfraniadau a dderbyniwyd er côf am y ddiweddar Margaret Owen, Bryn Gwylan, hefyd yr ymweliadau a galwadau ffôn. Diolch i'r Parchedig Nerys Griffith am y gwasanaeth urddasol, Mrs Bethan Iwan wrth yr organ ac i Meinir o gwmni Dylan Griffiths, Llanrug am y trefniadau perffaith a theimladwy.

Casglwyd swm o arian i Ymchwil Canser y Gogledd Orllewin (Sefydliad Bangor) lle mae gŵr o'r pentref, Dr Edgar Hartsiker ynghlwm â'r gwaith.

Plaid Cymru
Rydym fel cangen yn edrych ymlaen yn arw i groesawu Dafydd ac Elinor Wigley atom i ddathlu Gŵyl Dewi eleni ar Chwefror 28ain. Byddwn yn cael pryd o fwyd ysgafn yn Nhafarn y Snowdonia Parc, ac yna sgwrs gan Dafydd. Croeso i chi gysylltu â Iola, yr ysgrifenyddes, os am ymuno â ni.

Brysiwch wella
Cofion cynnes at bawb sydd wedi derbyn triniaeth neu ddim wedi bod yn dda yn ddiweddar, gan gynnwys Mois ym Montnewydd, Ron Turner, Collfryn a Gareth Williams, Plas Bodhyfryd.

Ymgyrch Presenoldeb Gareth Yr Orangutan
Bu Lara a Sol yn cynrychioli Cyngor Yr Ysgol mewn cynhadledd hybu presenoldeb mewn ysgolion yn siambr y cyngor yn ddiweddar. Cawsant eu cyfweld hefyd ar gyfer y radio.

M-SParc
Mae Blwyddyn 5+6 wedi cychwyn ar gyfres o weithgareddau STEM wedi eu harwain gan swyddogion M-SParc. Edrychwn ymlaen at weld y gwaith yn fuan.

Eisteddfod Yr Urdd: Offerynnol
Da iawn i Ellen Huuse, Eban Davies a Torin Richard am gystadlu yn yr Eisteddfod offerynnol yn Ysgol Brynrefail yn ddiweddar. Llwyddodd Ellen i ennill y 3ydd safle ar y gitâr. Daliwch ati i ymarfer blant.

Torgoch
Bu Dosbarth Moel Eilio yn rhan o gynllun y Torgoch eto eleni. Yn anffodus nid oes wyau wedi deor ar ein cyfer ond cafodd y dosbarth gyfle i greu llyfr stori yn dilyn gweithdy.

Ymweliad Siambr Dafydd Orwig
Diolch i'r cynghorydd Edgar Owen am ein gwahodd i Siambr Dafydd Orwig yn ddiweddar er mwyn dysgu mwy am waith adrannau'r cyngor. Roedd hwn yn ymweliad a drefnwyd ar y cyd ag Ysgol Bontnewydd, gyda 60 o ddisgyblion yn cael profi sut mae ein cynghorwyr yn gweithio ar eu rhan.

"Gawson ni ddefnyddio'r offer pleidleisio mae'r cynghorwyr yn ddefnyddio yn y cyngor, i ateb cwestiynau cwis," meddai Eban, 10 oed.

"Fuo Gwenllian yn siarad efo ni am ail-gylchu a dweud pa mor bwysig bod ni ddim yn rhoi dim bwyd gwastraff yn y bagiau bin du. Mae hynna yn costio lot o bres i'r cyngor, ac i dad a mam yn y diwedd drwy treth cyngor, os oes raid i'r cyngor dalu bil mawr," meddai Beca, 10 oed.

I'r Cynghorydd Edgar Owen roedd y profiad yn fwy arbennig fyth, wrth iddo groesawu ei wyres gyda'r criw i'r siambr.

"Roedd fy wyres yn edrych mlaen at ddod i weld lle roedd taid yn gweithio! Does dim yn well na gweld y byd trwy lygaid plant, ac roedd clywed eu cwestiynau am waith y cyngor yn chwa o awyr iach. Roedd cryn ddiddordeb i glywed mwy am waith ail gylchu'r cyngor, felly'r gobaith rŵan yw y bydd ymweliad gan y tîm yn cael ei drefnu'n fuan i'r ysgol all fod o ddefnydd i'r athrawon gyda'r cwricwlwm addysg."

Yn ôl Cadeirydd y Cyngor, Y Cynghorydd Beca Roberts fu'n hwyluso'r sesiwn, roedd yn chwa o awyr iach gweld y siambr yn llawn brwdfrydedd a diddordeb am waith y cyngor:

"Mi gawson ni sesiwn hyfryd, fel rydyn ni'n ei chael bob amser gyda phlant. Mae eu brwdfrydedd a'u diddordeb yn heintus ac mi oedd cael clywed cwestiynau am y broses ddemocrataidd am ethol cynghorwyr, holi am y cabinet a'i diddordeb nhw mewn ailgylchu i'w ganmol yn fawr".

Siân Gwenllian AS
Aelod o'r Senedd dros Arfon

01286 672076
8 Stryd y Castell, Caernarfon
sian.gwenllian@senedd.cymru
Talwyd costau'r cyhoeddiad hwn gan Gomisiwn y Senedd o gronfeydd cyhoeddus

LIZ SAVILLE ROBERTS AS
Aelod Seneddol Dwyfor Meirionnydd

8 Stryd y Castell, Caernarfon, LL55 1SE
liz.savilleroberts.mp@parliament.uk
01286 672 076
Liz Saville Roberts AS/MP

LLANRUG

Profedigaeth
Rydym yn anfon ein cydymdeimlad dwysaf i deulu Sachiko Warren Jones, Maes Hyfryd, Ffordd yr Orsaf, fu farw yn dawel yn Fairways Newydd ar y 18fed o Ionawr yn 90 mlwydd oed. Mam a mam yng nghyfraith annwyl i Pat a Gwyn, Angela a Dave a Caroline ac Adrian, ffrind mawr Blodwen, a nain, hen nain a modryb hoffus. Colled drist i'w theulu a'i ffrindiau.

Rydym yn anfon cydymdeimlad llwyraf i deulu Michael Jones, Treflys, Ffordd yr Orsaf a fu farw yn ei gartref ar yr 8fed o Chwefror. Gŵr annwyl y ddiweddar Brenda, a thad gofalus Helen, Iola a John. Rydym yn meddwl llawer am y teulu a'i ffrindiau oll yn y cyfnod anodd yma.

Cydymdeimlo
Estynnwn ein cydymdeimlad llwyraf ag Olwen Hughes sydd wedi colli ei brawd John, ganol fis Ionawr, ond cyn dydd ei angladd ef, fe gollodd ei chwaer Phyllis hefyd. Dyna ergyd ddwbl yn wir. Anfonwn ein cofion anwylaf at Olwen a'i chwaer Agnes ym Mhorthaethwy.

Yn yr un modd, cydymdeimlwn yn ddwys iawn â Meirwen Lloyd sydd wedi colli ei brawd Gareth yn frawychus o sydyn. Rydym yn meddwl yn annwyl iawn am y teulu yn ystod y cyfnod anodd hwn.

Diolch
Dymuna Olwen, Goronwy a'r teulu ddiolch yn fawr iawn i bawb am bob arwydd o gydymdeimlad a dderbynwyd yn dilyn colli brawd a chwaer yn ystod y mis diwethaf.

Capel y Rhos
Fe gafwyd newyddion da iawn yn y capel ddiwedd Ionawr. Etholwyd pedwar o'r aelodau yn flaenoriaid a braf oedd cael gwybod bod pob un wedi derbyn yr alwad.

Yn ystod cyfarfod o Henaduriaeth Arfon a gynhaliwyd yng Nghapel Horeb, Llanfairfechan, fe ordeiniwyd Doris Adlam, Carol Ann Jones, Dafydd Whiteside Thomas a Rolant Wynne. Bydd y pedwar yn cael eu gwahodd a'u derbyn yn swyddogol gan ein gweinidog pan fydd yr oedfa nesaf yn ei gofal hi.

Oedfaon mis Mawrth am 10 y bore:
Mawrth 2 - Y Gweinidog Y Barch. Nerys Anne Griffiths
Mawrth 9 - Mr Robert Morris
Mawrth 16 - Mr Arfon Wyn
Mawrth 23 - Y Gweinidog Y Barch. Nerys Anne Griffiths
Mawrth 30 - Undebol yn Jerusalem, Bethesda

Hafan Elan
Cawsom andros o hwyl yn y Ganolfan wrth ddathlu Gŵyl Sant Ffolant. Roedd Beverley a Kath ei mam wedi paratoi cinio ardderchog i bawb unwaith eto. Yng nghwmni Gareth a Siôn o gwmni ADRA, cawsom gêm o Mr a Mrs (Siôn a Siân). Bu lot o hwyl wrth wrando ar atebion Delyth a Fred, Megan a Mai, Cynthia ac Arnold a Beverley a Kevin. Delyth a Fred oedd yn fuddugol.

Haf Thomas oedd y wraig wadd i'r cinio, a hi gafodd y fraint o dynnu'r raffl. Diolch i bawb oedd wedi trefnu'r achlysur arbennig yma.

Cangen Merched y Wawr Llanrug
Nos Fawrth, 14 Ionawr:
Estynnwyd croeso cynnes i bawb gan y llywydd, Bethanne Williams.

Anfonwyd cofion at Olwen sydd wedi cael damwain yn ddiweddar a chydymdeimlwyd â hi yn dilyn colli ei brawd yn yr un cyfnod.

Dymuniadau da i Phyllis, Ann Ifans a Bethanne sy'n dathlu penblwydd y mis hwn.

Mae sawl digwyddiad i'w nodi yn y dyddiadur. Cynhelir Cinio'r Llywydd Cenedlaethol ar yr 8fed o Fawrth. Bydd Eisteddfod Gylch yr Urdd ar yr un dyddiad yn Ysgol Brynrefail. Bydd ein haelodau yn gofalu am y caffi yn y ffreutur rhwng 9.00 a 3.00 o'r gloch. Diolch i Rhian a Jean am wirfoddoli i baratoi lluniaeth i'r beirniaid a'r swyddogion. Cynhelir Gŵyl y Pum Rhanbarth ar y 7fed o Fehefin yn y Masonic Hall, Parc Menai, Bangor. Cewch fwy o fanylion yn yr wythnosau nesaf.

Diolch i Mair, Carolyn ac Eirian am y baned. Enillydd y raffl oedd Rhian Roberts.

Y Prifardd Ifor ap Glyn oedd y gŵr Gwadd y mis hwn. Cafodd ei fagu yn Llundain ond mae'n byw yng Nghaernarfon erbyn hyn. Rydym yn gyfarwydd ag ef fel cyflwynydd a chynhyrchydd teledu yn ogystal â bardd a nofelydd. Ef oedd Bardd Plant Cymru yn 2008.

Darllenodd rhan o'i nofel gyntaf, "Tra bo Dau," a gyhoeddwyd yn 2006. Mae'r stori wedi ei lleoli yn Llundain a chawn wybod am brofiadau dau gymeriad, sef Aled ac Eddie. Roedd un yn Llundain yn 1978 a'r llall yno yn 1989.

Cyhoeddwyd ei gyfrol, "Cuddle Call?" yn 2018 yn ystod cyfnod Ifor ap Glyn fel Bardd Cenedlaethol Cymru (2016-2022). Mae'r gyfrol yn cynnwys cerddi Cymraeg a chyfieithiadau Saesneg. Dyma gyfle arall i ddarllen "Golau yn y Gwyll," y gerdd fuddugol am y goron yn Eisteddfod Genedlaethol Môn yn 1999 a "Terfysg," cerdd fuddugol y goron yn Ninbych yn 2013.

Soniodd Ifor am ei gysylltiadau teuluol â Llanrwst. Un o'r ardal honno oedd ei fam ac yn y gyfrol "Rhwng Dau Olau" (2021) y mae cerdd a ysgrifennodd i'w fam pan oedd yn dathlu ei phen blwydd yn 90 oed.

Mae ganddo gysylltiadau â'r ardal hon hefyd. Un o Fachwen oedd ei hen nain a hithau, fel ninnau, wedi cael "swper chwarel" amser te.

Diolchodd Bethanne i Ifor am noson hynod o ddiddorol.

Nos Fawrth, 11 Chwefror:
Croesawodd y llywydd, Bethanne, yr aelodau i gyfarfod dathlu 50 mlynedd ers sefydlu Cangen Llanrug o Ferched y Wawr.

Anfonwyd cofion at Olwen ar ôl colli ei chwaer, a hynny ar ôl cyfnod hynod o anodd yn ddiweddar.

Da oedd gweld Megan Roberts yn y cyfarfod ar ôl llawdriniaeth ar ei llaw.

Dymunwyd gwellhad buan i Megan, wyres Carys Jones, yn dilyn damwain wrth sgïo.

Mae Haf Thomas yn casglu stampiau er mwyn cefnogi Sefydliad y Deillion ac mae aelodau'r gangen yn awyddus iawn i'w chefnogi.

Atgoffwyd yr aelodau fod Cyngor Tref Caernarfon yn trefnu Gorymdaith Gŵyl Dewi yn y dref ar y 1af o Fawrth.

Rhanbarth Arfon, Dwyfor a rhan o Aberconwy, sef yr hen Sir Gaernarfon sy'n noddi Sioe Llanelwedd eleni. Mae'r aelodau wedi derbyn tocynnau raffl i'w gwerthu. Yr arian i'w ddychwelyd i Meirwen erbyn y 1af o Ebrill os gwelwch yn dda. Cysyllter â Meirwen hefyd os am fynd i'r sioe neu am gynorthwyo ar y stondin yn ystod yr wythnos.

Diolch i Anwen ac Eryl am baratoi paned.

Noson o gasglu atgofion a drefnwyd ar gyfer y mis hwn, gan mai ym mis Chwefror 1975 y daeth rhai o ferched y pentref at ei gilydd i sefydlu cangen o Ferched y Wawr. Trefnwyd noson goffi er mwyn rhoi cyfle i'r aelodau ddod i adnabod ei gilydd. Roedd Phyllis Ellis ac Ann Lloyd Griffith yn y cyfarfod cyntaf hwnnw.

Pa ffordd well i ddechrau cyfarfod y mis hwn na chael manylion sefydlu'r gangen gyntaf o Ferched y Wawr yn y Parc ger y Bala, a gan Sioned Larson y cafwyd yr hanes hwnnw. Roedd ei mam, sef Sylwen Lloyd Davies, yn un o sefydlwyr y gangen honno a bu'n aelod gweithgar o'r mudiad. Roedd yna gangen o Sefydliad y Merched yn y Parc a byddai'r holl gyfarfodydd yn cael eu cynnal yn Gymraeg. Roedd yr ohebiaeth, fodd bynnag i gyd yn Saesneg, a dyma a arweiniodd y merched i sefydlu Merched y Wawr.

Yn ystod gwanwyn 1967 penderfynodd y merched gael stondin yn Ffair Glanme, y Bala, er mwyn codi arian i gael pabell Merched y Wawr ar faes Eisteddfod Genedlaethol y Bala ym mis Awst. Fe sefydlwyd cangen yn Y Ganllwyd hefyd a chafodd y Parc gymorth gyda'r ymgyrch.

Aeth Mair Huws a ni'n ôl i'r flwyddyn 1992, chwarter canrif ar ôl sefydlu Merched y Wawr. Penderfynodd aelodau Llanrug gystadlu yn Eisteddfod Pontrhydfendigaid y flwyddyn honno. Cafodd y côr a'r parti dawnsio y wobr gyntaf a beirniadaeth ganmoladwy iawn! I westy'r Marine, Aberystwyth, yr aethon nhw i ddathlu eu buddugoliaeth.

Treuliwyd gweddill y nos Fawrth yn edrych ar y Llyfrau Lloffion lle'r oedd cofnod ardderchog o'r digwyddiadau a gynhaliwyd dros y blynyddoedd. Roedd y llu lluniau yn werth eu gweld ac yn gymorth i sbarduno'r cof. Mae'r holl lyfrau lloffion yn cael eu cadw yn yr archifdy.

Edrychwn ymlaen at gael dathliad pellach yn Y Felin, Pontrug, ar yr 11eg o Fawrth.

Ysgol Llanrug

Rygbi 3 a 4
Cafodd tîm Rygbi blwyddyn 3 a 4 lwyddiant yn ddiweddar yn nhwrnament Yr Urdd a dod yn ail mewn gem agos iawn. Da iawn chi a daliwch ati.

Dydd Miwsig Cymru - Buddug
Cafwyd gwledd o ganu yma ar Ddydd Miwsig Cymru wrth i gyn-ddisgybl ymweld â ni i ganu rhai o'i chaneuon adnabyddus. Daeth Buddug draw ac roedd y plant wrth eu boddau yn ei chyfarfod a chael gwrando arni. Diolch Buddug.

Scholastic
Bob blwyddyn rydym yn rhan o ffair lyfrau Scholastic. Mae'r plant wrth eu boddau yn cael dewis llyfrau newydd i fynd adref. Mae canran o'r arian yn cael ei roi i'r ysgol i ni gael prynu cyfresi newydd. Diolch am eich cefnogaeth.

Santes Dwynwen
Buom yn dathlu Santes Cariadon yma yn yr ysgol drwy gael disgo lle bu pawb yn ymuno yn y dawnsio. Diolch i'r Cyngor Ysgol am drefnu noson wych.

Dweud eich dweud am wasanaethau Cyngor Gwynedd

Mae Cyngor Gwynedd yn awyddus i glywed barn y cyhoedd am yr hyn sy'n bwysig i drigolion a chymunedau'r sir. Dyma eich cyfle i ddweud eich dweud!

Mae Arolwg Gwynedd ar agor am gyfnod o chwe wythnos, hyd nes y 24ain o Fawrth 2025, ac yn gyfle i bobl leol ddweud eu dweud ar yr ystod o wasanaethau sy'n cael eu darparu gan y Cyngor – o drafnidiaeth, i dai, i gasgliadau gwastraff a mwy.

Mae'r holiadur ar gael ar-lein neu mae modd llenwi copi papur mewn lleoliadau ar draws y sir.

Drwy gynnal yr ymarferiad hwn, bwriad Cyngor Gwynedd yw cael gwell dealltwriaeth am:

- Yr hyn sy'n bwysig i drigolion Gwynedd
- Sut le ydi Gwynedd i fyw a phrofiad pobl o'r ardal leol
- Sut mae trigolion yn teimlo am y Cyngor ac yn rhyngweithio â'r Cyngor.

Dywedodd y Cynghorydd Nia Jeffreys, Arweinydd Cyngor Gwynedd:

"Mae hwn yn gyfle gwych i bobl Gwynedd – o bob oed a chefndir – i ddweud wrthym am eich ardal leol, sut yr ydych yn teimlo am fyw yno a'ch profiad o ddefnyddio gwasanaethau Cyngor Gwynedd.

"Mae gwaith y Cyngor yn rhan mawr o fywydau cymaint ohonom, er enghraifft ein hysgolion, gwasanaethau gofal a chyflwr ein ffyrdd a phalmentydd. Felly rydw i'n annog pawb i fanteisio ar y cyfle hwn gan ein bod eisiau clywed barn cymaint o bobl ag sy'n bosib.

"Bydd eich sylwadau yn ein helpu i ddeall beth sy'n gweithio, ble mae lle i wella a'n helpu i lunio gwasanaethau'r dyfodol. Mae'r arolwg yn hawdd a chyflym – bydd ond yn cymryd ychydig funudau i'w lenwi."

I gymryd rhan yn yr arolwg:

- Gellir ei gwblhau ar wefan y Cyngor: www.gwynedd.llyw.cymru/ArolwgGwynedd
- Mae copïau papur ar gael yn y dair Siop Gwynedd (Caernarfon, Pwllheli a Dolgellau) ac ym mhob llyfrgell yn y sir.
- Bydd swyddogion y Cyngor yn cynnal sesiynau galw-heibio ble bydd modd llenwi'r holiadur yn y fan a'r lle, cadwch lygaid am fanylion ar gyfryngau cymdeithasol y Cyngor.
- I ofyn am gopi papur drwy'r post, cysylltwch â 01286 679266 neu 01286 679233.

Bydd yr arolwg ar agor rhwng 10fed Chwefror a 24ain Mawrth, 2025.

Mae Cyngor Gwynedd yn cydweithio â Chymdeithas Llywodraeth Leol Cymru a Data Cymru sydd wedi datblygu'r arolwg cenedlaethol hwn.

DEINIOLEN

Eglwys Crist Llandinorwig

Bydd y cyfan o'r gwasanaethau am 3.00pm

Mis Mawrth
2ail - Hwyrol Weddi
9fed - Cymun Bendigaid
16eg - Hwyrol Weddi.
23ain - Cymun Bendigaid
30ain - Hwyrol Weddi

Hefyd, ar ddechrau cyfnod y Grawys yn Ardal Gweinidogaeth Bro Eryri, gweinyddir gwasanaeth o'r Cymun Bendigaid, ar ddydd Mercher y Lludw, sef 5ed o Fawrth, yn Eglwys y Santes Helen, Penisarwaun, am 2.30pm

Cefnywaun ac Ebeneser
Dyma drefn yr oedfaon am y mis nesaf:

2il Mawrth	Y Parchg John Pritchard am 2.00 pm
9fed Mawrth	Y Parchg Huw Pritchard am 5.00 pm
16eg Mawrth	Dim Oedfa
23ain Mawrth	Y Parchg John Pritchard am 3.30 pm
30ain Mawrth	Dr Huw Tegid Roberts am 2.00 pm

Gair gan y Cynghorydd
Gobeithio bydd diwrnod agoriadol yr Hwb ar fuarth yr Ysgol yn digwydd yn fuan. Cadwch olwg ar y cyfryngau cymdeithasol am newyddion pellach, a diolch o waelod calon i griw bach pwyllgor Caban Cynfi am eu gwaith caled.

Diolch hefyd i Bwyllgor Pentra am drefnu cyfarfod llwyddiannus i fudiadau'r ward yn ddiweddar. Cafwyd diweddariad gan sawl mudiad yn y cyfarfod am eu cynlluniau i'r dyfodol.

Profedigaeth
Estynnwn ein cydymdeimlad at deulu a ffrindiau Dafydd Wyn Hughes 31 Rhydfadog a fu farw yn ddiweddar yn 81 oed.

Gŵr ffyddlon Yvonne, tad balch Paula a Karen a thaid annwyl i Gwion a Kyle. Colled fawr i chi gyd ar ei ôl.

Cydymdeimlir hefyd gyda theulu Gwyn Oliver Jones a hunodd yn dawel yng nghwmni ei deulu yn 81 mlwydd oed.

Priod ffyddlon Sunida, brawd annwyl Rita a brawd yng nghyfraith David, ewythr annwyl Sara, Daniel a Fai, Arthur ac Andrew.

Mi fuodd Gwyn yn cadw siop chips y pentra am nifer o flynyddoedd ag yn gymeriad arbennig. Roedd yn gynghorydd sir am gyfnod a gŵr busnes craff, gan gynnwys bod yn gyd berchennog clwb Tal y Bont yng Nghaernarfon am sbel. Roedd yn gefnogwr brwd o'r band ac wedi cyfrannu i fywyd y pentref trwy fod yn aelod o bwyllgorau amrywiol gan gynnwys cadeirio Ymddiriedolaeth Deiniolen am ddegawdau. Mi fydd chwith ar ei ôl a diolchir am ei gyfraniad i fywyd y pentref.

Diolchiadau
Dymuna Ruth, Buddug, Margaret ac Alwyn, plant y diweddar Ann Jane Owen (Nan), ddiolch yn fawr iawn am y galwadau ffôn, cardiau a rhoddion oedd yn mynd at gangen ambiwlans awyr. Diolch i Mr John Pritchard am ei wasanaeth yn yr angladd yn amlosgfa Bangor ac hefyd ym mynwent Macpelah Deiniolen.

Merched y Wawr
Buom yn ddigon ffodus nos Lun yr 20fed o Ionawr i glywed y Meddyg Ymgynghorol Dr Mared Owen-Casey sy'n gweithio ym maes Histopatholeg yn Ysbyty Glan Clwyd, Bodelwyddan yn sôn am ei gwaith. Roedd yn ddiddorol clywed hanes gyrfa Dr Mared, o ddyddiau dechrau ei hastudiaethau, yn gadael Ynys Môn i ddechrau'n betrusgar ar y cwrs Meddygaeth yn y Brifysgol yng Nghaerdydd, ond setlodd yn fuan, a'i hastudiaethau arbenigol a'i gwaith dilynol yn Llundain a Wrecsam cyn iddi ddod yn Batholegydd yn arbenigo ar astudio'r arennau yn Ysbyty Glan Clwyd a chartrefu gyda'i theulu yn Henllan, ger Dinbych. Soniodd am yr hyfforddiant a'r arholiadau patholeg ymarferol eithaf llawn tensiwn ar adegau, a sut mae deallusrwydd artiffisial sy'n dod yn fwy a mwy cyffredin yn ddiweddar yn debygol o helpu'r gwaith o ddarganfod a thrin canser yn gynnar. Newyddion gwych ar ddiwedd ei chyflwyniad, oedd yn agoriad llygad ac yn ddiddorol iawn.

Nos Lun, 17eg Chwefror croesawyd Nia Parry'r cyflwynydd a'r cynhyrchydd teledu o Rosgadfan atom i siarad am ei gwaith ac am ei diddordebau amrywiol. Roedd pawb wedi mwynhau clywed yr hanes a chafwyd paned a bisged i gloi'r noson.

Edrychwn ymlaen at ddathlu Gŵyl Ddewi gyda phryd o fwyd o Gymru yn Gardd Fôn, y Felinheli nos Wener y 7fed o Fawrth.

Cyfarfod Cymunedol
Cynhaliwyd Cyfarfod Cymunedol, ar wahoddiad y Pwyllgor Pentra ar y 29ain Ionawr, 2025

Croesawyd nifer dda o bobl y pentref a chynrychiolwyr o wahanol fudiadau a grwpiau megis:

Cyngor Cymuned, Eglwys Crist Llandinorwig, Caban Cynfi, Merched y Wawr, Seindorf Pres Deiniolen, Cylch Meithrin Deiniolen, Clwb Pêl-droed Deiniolen, Eisteddfod Deiniolen, Clwb Snwcer Deiniolen, Cynghorydd y pentref, Swyddog Cefnogi Cymunedau, Cwmni Lafan.

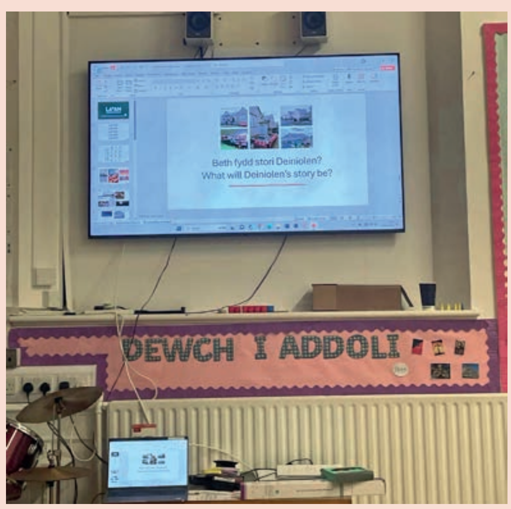
Cyflwynodd nifer o'r grwpiau/mudiadau beth oeddent yn ei wneud o fewn y gymuned a sut hoffent ddatblygu a gwella i'r dyfodol.

Dan arweiniad Zoe Pritchard cafodd pawb gyfle i fynegi barn am beth hoffai pawb ei weld yn digwydd yn yr hen Lyfrgell (fel Canolfan Gymunedol) ac yn y pentref, i'r dyfodol.

Esboniwyd bod arian grant HBO wedi ei drosglwyddo i'r Pwyllgor Pentra i'w ddosbarthu rhwng mudiadau/grwpiau o fewn y pentref fel modd i hyrwydd a chefnogi'r gwaith maent eisoes yn ei wneud.

Rhannwyd ffurflenni cais ar gyfer derbyn arian o'r grant HBO i'w cyflwyno erbyn 28ain Chwefror.

Diolchwyd i bawb ddaeth i'r cyfarfod, gan edrych ymlaen at ragor o gyfarfodydd i rannu gwybodaeth am holl weithgarwch y gwahanol fudiadau o fewn y pentref a galluogi pawb i gyd-weithio ac elwa o hynny i'r dyfodol.



APÊL - Eisteddfod Deiniolen 7fed Mehefin, 2025

Cyfarfu pwyllgor yr Eisteddfod ddechrau mis Chwefror i gael symud ymlaen â'r trefniadau ar gyfer y diwrnod mawr! Rydym yn edrach ymlaen i gael croesawu pawb atom.

Mae'r rhaglen yn prysur ddod i drefn ac Ysgol Gwaun Gynfi, yn garedig iawn, wedi cydsynio i ni gynnal yr Eisteddfod yno. Mae gennym arweinyddion, Llywydd y Dydd a beirniaid (er bod angen ambell un arall hefyd) ac fel y gwelwch chi mae logo newydd eisoes wedi ei ddylunio.

Cafodd nifer o dlysau, cwpanau a medalau eu cyflwyno i wahanol gystadlaethau mewn eisteddfodau blaenorol, gyda theuluoedd ac unigolion wedi cyfrannu arian tuag at yr eisteddfod er cof ac mewn cefnogaeth.

Ni fydd cymaint o gystadlaethau eleni. Mae gan y Trefnydd Cwpanau a Thlysau blaenorol (Nia Gruffudd) restr o bwy dderbyniodd y mwyafrif o'r gwobrau blaenorol. Ond rydym yn awyddus i sicrhau lleoliad y tlysau a roddwyd yn y gorffennol, a rhoi gwybod i'r cyfranwyr/cefnogwyr un ai na fydd y gystadleuaeth roeddent yn arfer ei gefnogi yn bodoli, neu ein bod yn gobeithio trosglwyddo eu nawdd/cefnogaeth i gystadleuaeth arall.

Byddem yn gwerthfawrogi eich barn ac yn croesawu unrhyw gefnogaeth hoffech ei gynnig er mwyn sicrhau llwyddiant yr Eisteddfod.

Gofynnir i chi felly gysylltu efo Nesta Elliott (Ysgrifennydd yr Eisteddfod) drwy e-bost nesta.elliott59@gmail.com neu gallwch ffonio ar 07825 586658 **erbyn 15fed Mawrth, 2025** fel ein bod yn gallu cwblhau'r rhaglen a chyhoeddi'r Eisteddfod i'r byd!

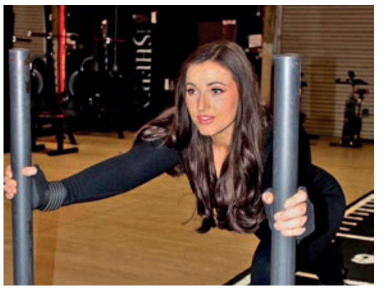
Diolch ymlaen llaw - Nesta Elliott

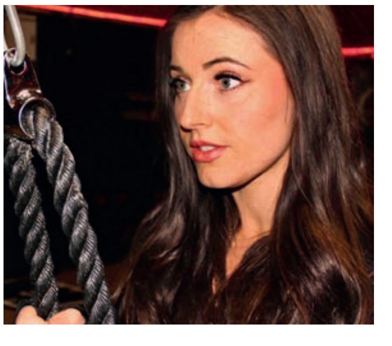
Caban Cynfi

Nos Fercher, y 5ed o Fawrth am 6.00pm yn Ysgol Gwaun Gynfi mae pwyllgor Caban Cynfi yn trefnu noson fach i ddathlu Gŵyl Ddewi hefyd. O dan nawdd Caban Cynfi, sef y datblygiad newydd ar lawr isaf yr ysgol gweinir paneidiau, cawl, a chacennau cri a bydd yn gyfle i gael cipolwg ar yr ystafell a'r adnoddau newydd i gymuned Deiniolen, sydd ar fin cael ei gwblhau. Bydd adloniant gan y plant gyda'r eitemau y maen nhw'n cystadlu arnynt yn Eisteddfod cylch yr Urdd yn fuan iawn. Bydd yn achlysur i bawb gael dod at ei gilydd dros luniaeth a chlonc i ddathlu dydd ein nawddsant. Dewch yn llu.

w w w . e c o r w y d d f a . c o . u k

DAL Y PWYSAU





Mae Alys Williams o Lanrug yn adnabyddus i ni gyd fel cerddor a chantores, ond wyddoch chi ei bod hi hefyd yn mwynhau codi pwysau? Mae hi bellach wedi troi ei diddordeb yn fenter newydd o'r enw CRYF, ac yn cynnig hyfforddiant personol i unrhywun sy'n dymuno dysgu mwy am holl fuddion codi pwysau. Er ei bod yn hyfforddi merched a dynion, mae annog a chefnogi merched i godi pwysau yn rywbeth mae Alys yn arbennig o angerddol ynglŷn â fo.

"Mae cryfder a chodi pwysau wedi newid fy mywyd i mewn gymaint o ffyrdd" meddai, "a felly ro'n i'n awyddus i rannu hynny gyda phobol eraill - yn enwedig merched - ar ôl dysgu am yr holl fuddion sy' 'na o weithio'r cyhyrau a chryfhau. Rydan ni'n colli canran o'n 'mass' cyhyrol bob blwyddyn ar ôl troi'n 30 oed, a dyna sydd yn gallu'n gwneud ni'n fwy gwan a musgrell pan rydan ni'n heneiddio. Mae esgyrn brau hefyd yn medru bod yn broblem inni yn ein henaint ac mae llwytho pwysau ar yr esgyrn yn eu gorfodi i gryfhau. Gall hyn arbed hen bobol rhag cael codwm, a rhag datblygu osteoporosis. Mae magu cryfder cyhyrol yn golygu ein bod yn fwy tebygol o gadw'n hannibyniaeth wrth fynd i oed. Mae buddion arbennig i ferched wrth fynd yn hŷn ac wrth wynebu heriau'r menopôs, ac mae 'na bob math o fanteision iechyd meddwl hefyd."

Mae Alys wedi cymhwyso fel hyfforddwr personol ac yn defnyddio campfa JW Fitness, Penygroes fel lleoliad.

"Unwaith nes i lansio CRYF mi ges i lawer iawn o ddiddordeb yn syth bin gan bobol o bob math" meddai, "a mae gallu eu helpu nhw i gryfhau eu cyrff yn rhoi gymaint o bleser i fi. Mae 'na bobol wedi dod ata'i sydd erioed wedi bod mewn '*gym*' a chodi pwysau, a mae'u gwylio nhw yn ymbŵeru ei hunain drwy gryfhau eu cyrff yn beth arbennig.

Dwi'n cael '*buzz*' o weld pobol yn llwyddo a chyflawni, yn enwedig pan mae person yn cael trafferth efo rhyw dechneg neu'i gilydd ac wedyn yn ei hoelio fo - mae hynna'n beth hollol wych i'w weld. Dwi'n cael mwy o bleser o weld datblygiad pobol eraill na fy natblygiad i fy hun erbyn hyn!"

Ysgol Brynrefail

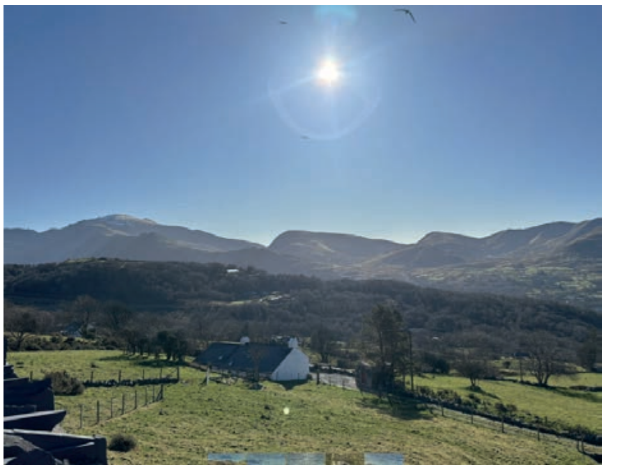
Llongyfarchiadau i'n disgyblion oedd yn cynrychioli Arfon yng nghystadleuaeth traws gwlad Eryri diwedd Ionawr. Pawb wedi ymdrechu yn arbennig o galed. Da iawn i Olwen ac Elis am ddod yn gyntaf, Alffi yn 6ed. Byddent yn cynrychioli Eryri yn Aberhonddu diwedd mis Chwefror.

Llongyfarchiadau i Llio Williams o flwyddyn 10 ar ennill Gwobr Cydnabyddiaeth yng Ngwobrau Gymnasteg Ardal Gogledd Cymru. Mae bellach wedi ymddeol fel gymnast ar ôl 7 mlynedd o gynrychioli Clwb Eryri ac erbyn hyn yn gwirfoddoli a hyfforddi gwersi yng Ngwynedd - dalier ati Llio!

Llongyfarchiadau anferthol i Dion Edwards o flwyddyn 13 oedd yn cystadlu gyda Nofio Cymru yn yr *Arena Lisbon International* mis Chwefror a chael y 3ydd wobr, mae'r ysgol yn falch iawn ohonat!

Bu rhai o aelodau tîm marchogaeth yr Ysgol ar raglen 'Heno' ar S4C gyda'u hyfforddwr Glain Watkin Jones. Da iawn i Mari am siarad yn wych ar y rhaglen.

Llongyfarchiadau i'r Cyngor Cymuned ar ennill gwobrau Arian ac Efydd gan Eco-Sgolion. Maent wedi gweithio'n galed dros y flwyddyn ddiwethaf er mwyn gwella amgylchedd yr ysgol - da iawn chi!



Blwyddyn 7 - Cylchdaith Llanddeiniolen
Cafodd Blwyddyn 7 dywydd bendigedig ar gyfer mynd am daith gerdded o amgylch Llanddeiniolen fel rhan o'u hastudiaethau Dyniaethau. Roedd haul Chwefror yn tywynnu trwy'r dydd a'r awyr cyn lased â diwrnod o haf. Mwynhaodd y dysgwyr gerdded trwy bentrefi plwyf Llanddeiniolen gan gynnwys Penisarwaun, Clwt y Bont, Deiniolen, Dinorwig, Fachwen a Brynrefail. Buont yn ymweld â'r ardal lle bu rhai o enwogion y genedl yn byw fel Y Parch John Puleston Jones, Annette Bryn Parry, Marged uch Ifan, Gwenlyn Parry, Gwilym Edffrwd Roberts a sawl un arall. Wedi cerdded dros 10 milltir, a hynny heb fawr ddim grwgnach, gall y disgyblion deimlo'n falch iawn o'u camp. Diolch yn fawr i Sonni a Simon o Lodge Dinorwig, am adael i ni ddefnyddio'r ardal tu allan i fwyta ein cinio, wrth edrych ar y golygfeydd gogoneddus o'r Wyddfa a'i chriw a Llyn Padarn.

Daeth Huw Brassington o gwmni Tenet Consultants draw i siarad efo peirianwyr y dyfodol yn Ysgol Brynrefail. Cyfleoedd gwych am brentisiaethau gyda chwmni da sy'n ehangu i Ogledd Cymru.

Llwyddiant da iawn wrth i Hannah o flwyddyn 11, oedd yn chwarae gyda charfan dan 16 ysgolion Gwynedd dros y penwythnos, mae'r adran addysg gorfforol yn falch iawn!

Un funud fach …

BEILCHION BYD

‘Derwen’ neu ‘goeden gref’ oedd ystyr yr enw. Fe’i ceir seithwaith yn Y Beibl, lle mae’n cyfeirio at un lle a thri dyn. Tad Basemath a thad yng nghyfraith Esau oedd y cyntaf o’r tri. Un o lu cefndryd Joseff yr Hen Destament, mab i’w Yncl Sabulon, oedd yr ail. Un arall o ddisgynyddion y Sabulon hwnnw oedd y trydydd. Y cyfan a ddywed y Beibl am hwnnw ydi ei fod yn un o’r barnwyr a fu’n llywodraethu yn Israel cyn penodi Saul yn frenin cyntaf y genedl. Bu’n ‘farnwr ar Israel am ddeng mlynedd. Pan fu … farw, claddwyd ef yn Ajalon yn nhir Sabulon’ (Barnwyr 12:11–12). Wyddon ni ddim sut farnwr oedd o. Oedd o fel derwen gref yn llywodraethu’n gadarn a chywir? Duw yn unig a ŵyr: ac felly fedrwn ni ddim dweud a oedd ei enw’n gweddu iddo ai peidio.

Wn i ddim pa mor debyg i dderwen ydi’r dyn a wnaeth i mi feddwl am hyn oll: y dyn sy’n rhannu’r un enw â’r tri. Mae hwnnw’n sicr yn gryf a phwerus. Bu felly ers blynyddoedd. Ac fel y dderwen gref sy’n bwrw ei chysgod dros bopeth o’i chwmpas, y mae ei ddylanwad yn fawr. Erbyn hyn, mae o’n llywodraethu trwy’r awdurdod anarferol a roddwyd iddo. Ond does fawr o arwydd ei fod yn gwneud hynny’n gadarn a chyfiawn. O fewn dyddiau’n unig, mi ddiswyddodd oddeutu deng mil o weithwyr gwahanol adrannau llywodraeth y wlad. Os rhywbeth, mae’r Elon hwn yn debycach i fwyell beryglus na derwen urddasol. Mor frawychus ydi gweld un dyn yn teyrnasu gan lywio meddwl arlywydd a gwlad. A thra bo Elon Musk yn mwynhau’r sylw a’r grym, mae miliynau o bobl yn yr Unol Daleithiau ac ar draws y byd yn rhyfeddu a gwaredu at y modd yr ildiodd y wlad honno’r grym hwnnw i ddwylo dau neu dri o’i dynion mwyaf cyfoethog, gan fygwth ei chyfansoddiad a’i democratiaeth.

Un o’r pethau a’m tristaodd dros y blynyddoedd diwethaf yw’r gefnogaeth ddiamod a gafodd Donald Trump gan gynifer o Gristnogion er gwaetha’i gelwyddau a’i fileindra a’i anfoesoldeb personol. Mae miloedd lawer ohonyn nhw wedi ymgyrchu drosto a’i amddiffyn a’i wyngalchu wrth iddo gael ei euogfarnu yn y llysoedd. Maen nhw wedi dod yn agos at gabledd trwy ei groesawu fel math o feseia. Yn eu golwg, fedr o – nac unrhyw un fel Musk sydd wrth ei ochr – wneud dim o’i le. Mae’r cyfan yn ddychryn.

Ond yn y dychryn hwnnw, ac yn ein pryder ynghylch cymaint o bethau y mae Trump a’i lywodraeth yn eu dweud a’u gwneud, mi fedrwn ni weddïo drostyn nhw. Nid fel y mae miliynau o’u cefnogwyr yn ei wneud gan foli Duw amdanyn nhw, ond gan ddeisyf ar i Dduw roi i’r beilchion hyn ddoethineb a gras, a’u cadw rhag y trachwant a’r atgasedd a’r dialedd sy’n eu nodweddu. Gweddïo ar iddyn nhw adnabod a gweithredu’r trugaredd a amlygwyd yn Iesu Grist. A gweddïo hyd yn oed ar i Dduw yn yr amser priodol eu tynnu oddi ar eu gorseddau, fel y gwnaeth ar hyd y cenedlaethau i holl bendefigion byd. Beth bynnag a ddigwydd y blynyddoedd nesaf hyn, mi fydd pob Trump a Putin a Netanyahu rhyw ddydd wedi colli eu grym ac yn gorfod ateb gerbron Duw am y cyfan a wnaethon nhw. Mi fyddan nhw fel yr Elon o farnwr nad oes iddo yn yr Hen Destament ond dwy frawddeg i’w goffau. Yn y cyfamser, gweddïwn drostyn nhw oll a thros ein byd.

JOHN PRITCHARD

BRYNREFAIL

Sefydliad y Merched

Daeth nifer dda o’r aelodau i ymuno yn nathliad y Nadolig gyda chinio yn y Felin, Pontrug. Mae ein diolch i Carol Houston a Vera Price am drefnu’r noson arbennig hon a chael mwynhau pryd ardderchog.

Yng nghyfarfod cyntaf y Flwyddyn Newydd estynwyd croeso cynnes i bawb gan ein Llywydd Pat Jones. Anfonwyd cydymdeimlad i Pat Parry yn ei phrofedigaeth o golli ei phriod Raymond, ac i Gwyneth Parry o golli ei chwaer Awen. Yn dilyn darllen Llythyr y Mis, trafodwyd nifer o syniadau ar gyfer siaradwyr gwadd cyfarfodydd a dathliadau arbennig 2025. Yn eu plith penderfynwyd dathlu Gŵyl Dewi gyda chinio yn y Newborough, Bontnewydd a’r trefnu yng ngofal Carol Houston a’r Wibdaith Flynyddol ym mis Mehefin i Venue Cymru, Llandudno i Gyngerdd John’s Boys yn dilyn pryd o fwyd.

Gwraig wadd y noson oedd Debbie Jones yn trafod dulliau o atal codymau a’r ffyrdd i ymateb yn dilyn anffawd o’r fath. Yn dilyn cafwyd sesiwn o ymarfer corff ysgafn i gryfhau’r cyhyrau. Profodd yn noson fuddiol dros ben a diolchwyd ar y terfyn gan Cerid.

Edrychir ymlaen at groesawu Cangen Dolwyddelan o’r Sefydliad i’n cyfarfod mis Chwefror.

Dewch am dro i’r siop am wledd o lyfrau i’ch ysbrydoli

Ar y Stryd Fawr ac Ar Lein

Palas PRINT

10 Stryd y Plas Caernarfon
01286 674631
siop@palasprint.com
palasprint.com

BETHEL A SEION

Cydymdeimlo

Wedi brwydr ddewr bu farw Michael Millican, 30 Y Ddôl yn Ysbyty Gwynedd. Danfonwn ein cofion at Pat, Laura, Leah a'r teulu estynedig yn eu colled.

Yr un yw ein cydymdeimlad â theulu'r diweddar Cerwyn Lloyd Jones, 1 Bro Eglwys, a fu'n byw am sawl blwyddyn yn 7 Bro Rhôs.

Clwb Bro Bethel

Croesawyd pawb i gyfarfod cyntaf y flwyddyn gan yr Is-lywydd Llinos Williams. Anfonwyd cofion at ein Llywydd a'r aelodau eraill oedd yn methu â bod yn bresennol.

Ein gwraig wadd oedd Helen Marshall, Hyrwyddwr Lles, Croeso Cynnes, Cyngor Gwynedd. Cychwynodd y prosiect Croeso Cynnes yn dilyn Cyfnod Clo'r Cofid a hefyd mewn ymateb i'r argyfwng costau byw.

Mae Cyngor Gwynedd yn cyflogi dau Hyrwyddwr Lles i weithio dros y sir. Mae nifer o ganolfannau ar draws Gwynedd yn cynnig croeso cynnes i unrhyw un sy'n mynd yno am gysgod, sgwrs a phaned. Yr un agosaf i Fethel yw 'Porthi Dre', yng Nghaernarfon. Mae'r gweithgareddau'n amrywio o ddydd i ddydd, gan gynnwys cinio am ddim, clwb gweu a dosbarthiadau cadw'n heini. Gellir cael mwy o wybodaeth drwy ffonio 01286 532 222 neu e-bost desk.porthidre@outlook.com

Mae'r Hyrwyddwyr Lles yn gweithio'n agos gydag asiantaethau eraill. Gall Canolfan Cyngor ar Bopeth roi cymorth ar sut i hawlio pensiwn credyd. Gall y budd-daliad yma agor y drws i gael help efo rhent, treth cyngor a thrwydded deledu. Mae cymorth ar gael i deuluoedd drwy gynllun 'Dechrau Deg', ac mae 'Gwaith Gwynedd' yn rhoi cymorth i'r rhai sy'n chwilio am waith.

Diolchwyd i Helen am y sgwrs ddiddorol ac addysgiadol ynglŷn â'r cymorth sydd ar gael i drigolion Gwynedd. Paratowyd y baned gan Ann Ellis Williams ac Ivy Wright gydag Eryl Roberts ac Anne Lewis yn gweini. Enillwyd y raffl gan Richard Llwyd Jones.

Yng nghyfarfod mis Mawrth, byddwn yn dathlu Gŵyl Ddewi: cyfarfod yn yr Ysgol Gynradd, ac yna ymlaen i Gaffi'r Bedol am ginio. Amseroedd i'w cadarnhau.

Merched y Wawr

Angharad Griffiths, maethegydd sydd bellach yn byw ym Methesda, ond o Gaerfyrddin yn wreiddiol, oedd ein gwraig wâdd yng nghyfarfod mis Chwefror. Hwyrach fod rhai ohonoch wedi ei gweld ar Tŷ Ffit yn ddiweddar, lle mae wedi bod yn rhoi cyngor ar berthynas bwyd a maeth ag iechyd yn gyffredinol. Wrth ei chyflwyno ei hun, yr oedd yn agored na fu ganddi berthynas iach iawn â bwyd pan yn iau, ac fel llawer un ohonom wedi trio pob mathau o ddeietau *ffad*, o fod yn bwyta dim ond cawl bresych i ddeietau a oedd yn torri allan rai o elfenau pwysig sy'n rhoi maeth i ni. Pob deiet wedi ei ysgogi gan yr obsesiwn i fod yn denau. Pan yn 39 oed, fe aeth i astudio i fod yn faethegydd er mwyn torri ar y cylch dieflig o weld bwyd fel da neu ddrwg. Y mae hi bellach yn cynnal clinigau ar-lein ac yn gweithio efo nifer o unigolion sydd ag anghenion a chyflyrau gwahanol fel arthritis, cyflwr Crohn's, IBS, *gallstones* ac ati.

Roedd ganddi gyngor doeth ac ystyrlon i sicrhau ein bod yn meithrin perthynas iach â bwyd, gan bwysleisio nad oes yna fwyd da a drwg, dim ond bod rhaid i ni fod yn fwy gofalus o faint yr ydym yn ei fwyta o rai mathau. Ei chyngor oedd ein bod yn bwyta'n araf ac yn ystyriol, i roi siawns i'r ymennydd wybod pan fydd yn llawn. Fe ddylai pob pryd gael ei adeiladu o amgylch protein i helpu efo hormonau, gwallt a chroen; a dyma'r bwyd sy'n ein helpu i deimlo'n llawn. Fe ddylem sicrhau ein bod yn bwyta braster naturiol a phlanhigion, ac yn yfed digon o ddŵr. Pwysleisodd bod rhaid i ni gael digon o gwsg, a chymryd amser i reoli straen, ond hefyd i fod yn garedig efo ni'n hunain pan y teimlwn ein bod wedi ei gor-wneud hi.

Yn aml iawn, yr ydym yn mynd ati i fwyta'n ddifeddwl, a snacio ar fwydydd parod wnawn ni os nad ydym yn bwyta digon i'n diwallu yn ystod y dydd. Felly, os byddwn yn cymryd amser i fwyta digon o fwyd iach, tra'n eistedd wrth y bwrdd, fe fyddwn ar y llwybr iawn i hybu ein hiechyd.

Diolchodd Anita i Angharad ar ran y Gangen am noson arbennig o ddifyr ac am gyngor oedd yn addas i bob un ohonom. Cafodd y baned ar ddiwedd y cyfarfod ei pharatoi gan Gwyneth Roberts, Falmai Owen a Rita Williams, ac fe enillodd Rita y raffl.

Ar ddechrau'r cyfarfod, fe groesawodd Liz, ein Llywydd, Mary Evans a gafodd lawdriniaeth ym mis Rhagfyr yn ôl i'n plith, a hefyd Delyth a fu yn yr ysbyty cyn y Nadolig. Anfonwyd cofion at Nan Rowlands sydd wedi cael llawdriniaeth arall yn ddiweddar.

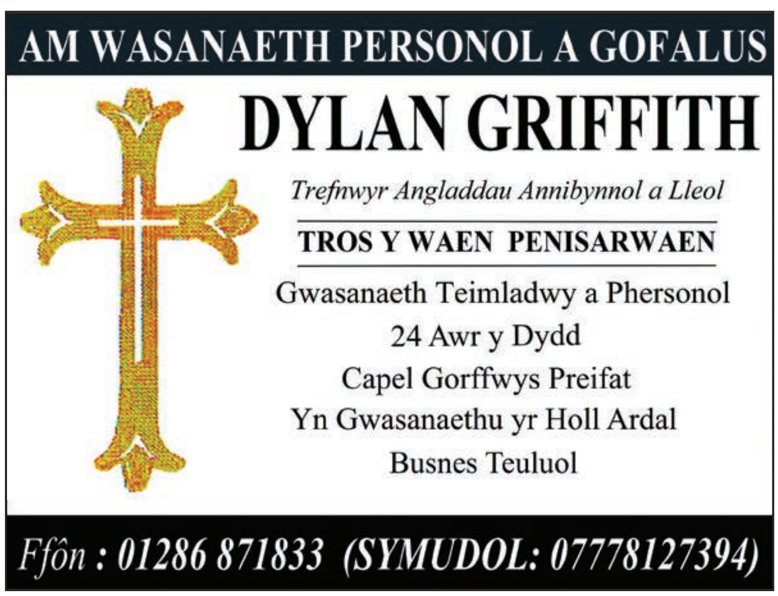
Fe fydd Merched y Wawr Arfon yn cymryd rhan ym Mharêd Gwyl Ddewi ar Fawrth 1af, ac felly fe wahoddwyd aelodau'r Gangen i ymuno.

Gan mai Sir Gaernarfon sy'n noddi Sioe Llanelwedd eleni, y mae gofyn i aelodau fydd yn mynd yno i wirfoddoli i wneud paned ar stondin Merched y Wawr os y gallant.

Y mae paratoadau Dathlu'r 50 ar y gweill, ac yr ydym yn gobeithio cael cwmni cyn aelodau i ddod at yr aelodau presenol i hel atgofion. Os oes gan rywun hen luniau fe fyddem yn falch iawn o'u derbyn. Bydd y dathliad ar y 14eg o fis Mai yn y Neuadd Goffa, ac fe fydd tocynnau ar werth yn fuan.

Bydd ein Cyfarfod Gwyl Ddewi yn cael ei gynnal yng Nghaffi'r Bedol ar y 12fed o Fawrth – efo Ken Hughes Cricieth yn ŵr gwadd. Bydd y cyfarfod yma'n dechrau am 6.30 pm.

Gellir gweld manylion pellach am y cyfarfod ar ein gwefan https://mywbethel.org



Noson Nelan a Bo

Braf iawn oedd croesawu Angharad Price adref i Fethel ac i Gaffi'r Bedol, nos Iau, 16eg Ionawr, i sgwrsio am ei champwaith diweddaraf, *Nelan a Bo* (Gwasg y Lolfa). Roedd y caffi yn llawn i'r ymylon, a phawb yn mwynhau gwydraid o win a chaws neu baned a chacen, wrth wrando ar y cwmni difyr. Yn holi Angharad yn wych yr oedd Anita Owen, a chawsom wybod sut y datblygodd syniadau Angharad wrth ysgrifennu'r nofel.

Mae *Nelan a Bo* wedi ei lleoli yn Rhos Chwilog ar ddechrau'r bedwaredd ganrif ar bymtheg, yn yr ardal a adnabyddir yn awr fel ein pentref ni – Bethel. Mae'n nofel am dlodi tirwedd a chaledwch bywyd ar un llaw, ond ar y llaw arall am gyfoeth byd natur a chymeriadau pobl y fro. Cawn ddarluniau byw o ddiwrnod marchnad yng Nghaernarfon a'r gwaith peryglus yn y chwarel yn ogystal â chlywed am effaith dyfodiad y diwygiad methodistaidd ar ardal magwraeth yr awdur. Sgwrsiodd Angharad am ei gwaith ymchwil a'r sgyrsiau a gafodd gydag amrywiol bobl wrth baratoi'r nofel. Cawsom wybod am gymeriadau amrywiol y nofel a'r perthnasoedd, y cariad a'r cyfeillgarwch sy'n datblygu rhyngddynt. Darllennodd Angharad bytiau o'r nofel a dod â'r darluniau yn fyw i ni. Arwyddodd sawl copi o'r llyfr i gloi noson werth chweil yn ei chwmni.

Mae'n nofel sy'n tanio'r synhwyrau i gyd ac yn sicr yn werth ei darllen. Dymunwn bob llwyddiant i Angharad, a diolch iddi am nofel arall gyfareddol.

Diolch i Angharad ac Anita, Palas Print am gefnogi, i Hufenfa De Arfon am eu haelioni ac i Menter Cymunedol Bethel am drefnu'r noson.

Croesawu

Llongyfarchiadau i Bet a Seiriol Owen ar ddod yn hen daid a nain yn ddiweddar. Ganwyd bachgen, Bili, i Ffion a'i gŵr Fraser draw yn Macclesfield.

Yr un yw'r dathliad i Eirlys Sharpe. Ganwyd mab, Ben Arthur, draw yn Chiswick, Llundain. A dyna Dr Peter yn daid wrth gwrs.

Oedfaon Mawrth

Cysegr:

2il Mawrth: Gwasanaeth Gŵyl Ddewi

9fed Mawrth: Y Parchg Megan Lloyd Williams

16eg Mawrth: Y Gweinidog

23ain Mawrth: Y Parchg O. G. Williams

30ain Mawrth: Sul yr Ofalaeth (Bethesda)

Bethel:

2il Mawrth: Y Parchg R.E. Hughes

9fed Mawrth: Donald Pritchard

16eg Mawrth: Y Parchg Glenys Jones

23ain Mawrth: Y Parchg R. O. Jones

Atgoffa

Os ydych am barhau i danysgrifio i'r *Eco*, byddaf i neu'r dosbarthwyr yn casglu'r arian blynyddol gyda rhifyn mis Ebrill. Fel o'r blaen, yr un yw'r fargen, sef £10 am y flwyddyn. Gobeithio cawn eich cefnogaeth arferol.

Byd y Campau

Llongyfarchiadau i'r ddau dîm rygbi o Ysgol Bethel fu'n cystadlu am dlws rhanbarthol Eryri dan drefniant yr Urdd. Ar sail eu perfformiadau, bydd y ddau dîm yn symud ymlaen i'r rownd genedlaethol yn Aberystwyth yn y dyfodol agos. Dymuniadau gorau iddynt.

Neuadd Goffa Bethel

Dyma restr o enillwyr y Clwb 100 am y flwyddyn 2024

Ionawr

1af, Lliwen Williams (190); 2il, Marcus Robinson (41); 3ydd, Sulwen Thomas (62)

Chwefror

1af, Harry Gwynedd Skips (98); 2il. Nerys Jones (74); 3ydd, Nan Rowlands (75)

Mawrth

1af, Angharad a Berwyn (37); 2il, Owain Roberts (17); 3ydd, Liz Watkin (10)

Ebrill

1af, Sioned Worsley (57); 2il, Nia Griffith (20); 3ydd, Glenda Hughes (60)

Mai

1af, June Owen (66); 2il, Delyth Williams (72); 3ydd, Iola Jones (46)

Mehefin

1af, Dafydd Williams (55); 2il, Angharad a Berwyn (37); 3ydd, Iola Jones (46)

Gorffennaf

1af, Gwenda Farrar (18); 2il, Gareth Hughes (79); 3ydd, Sulwen Thomas (62)

Awst

1af, Bill Vize (102); 2il, Morfydd Thomas (42); 3ydd, Glenda Hughes (60)

Medi

1af, Marcus Orlik (35); 2il, Edna Lamona (58); 3ydd, Rhian Hughes (5)

Hydref

1af, Jennifer Llys Menai (104); 2il, Rave Gwynedd Skips (96); 3ydd, Brian Davies (36)

Tachwedd

1af, Beti Owen (6); 2il, Lydia Alys (63); 3ydd, Hedd Jones (67)

Rhagfyr

1af, Kelly O'Donnell (94); 2il, Emma Bardsley (61); 3ydd, Idris Rees (38)

Gyda llawer o ddiolch i bawb am eu cefnogaeth.

CAEATHRO

CAPEL
Am 2.00pm ar yr 2il o Fawrth, bydd Gwasanaeth dan arweiniad y Gweinidog, y Parchedig Nerys Griffiths – gweinyddir y Cymun yn yr Oedfa hon. Ar yr 16eg o Fawrth, bydd Gwasanaeth dan arweiniad y Parchedig Mererid Mair, i gychwyn fymryn yn gynt 'na'r arfer am 1.45pm.

Ar y 23ain o Fawrth, cynhelir Cyngerdd i ddathlu dauganmlwyddiant y Capel yng Nghaeathro dan ofal Parti Tegeirian.

Ar y 30ain, bydd Gwasanaeth Undebol ym Methesda dan arweiniad y Parchedig Nerys Griffiths, i gychwyn am 10.00am.

Clwb Garddio Caeathro
Cyfarfod Ionawr 2025
Cyfarfu'r Clwb Garddio prynhawn dydd Mawrth 14eg o Ionawr.

Croesawyd yr aelodau i'r cyfarfod gan y Cadeirydd, Rhiannon Owen.

Ein gŵr gwadd oedd Alun Allcock o Gwmni Mêl Eryri. Mae'n byw yn ardal Waunfawr ar dyddyn 12 acer ac yn cadw defaid, ceffylau gwedd ac yn cynhyrchu mêl yn fasnachol.

Dechreuodd gynhyrchu mêl chwe blynedd yn nôl. Erbyn hyn, mae ganddo 120 o gychod gwenyn wedi eu lleoli mewn mannau gwahanol o fewn dalgylch Eryri. Mae'r mêl ar werth mewn siopau lleol neu gellir archebu ar lein neu drwy ffonio.

Eglurodd sut mae'r flwyddyn cadw gwenyn yn cychwyn ym mis Ebrill a be ydy dyletswyddau'r wenynen frenhines, gweithiwr gwenyn a'r drôn gwrywaidd yn y broses cynhyrchu mêl. Mae rhaid gwirio'r cychod yn wythnosol o fis Ebrill tan Gorffennaf ac mae'r mêl yn cael ei gasglu ym mis Awst.

Soniodd pa blanhigion a choed sy'n ffynhonnell paill a neithdar. Hefyd gall y cychod cael eu heffeithio gan bla, megis y wenynen Asiaidd sy'n cyrraedd y wlad mewn llysiau sydd wedi cael eu mewnforio.

Cawsom gyfle i flasu'r mêl blodau gwyllt a'r mêl grug. Bu dipyn o werthu ar y cynnyrch.

Cyflwynodd Alun ei sgwrs mewn dull oedd yn hawdd i'r lleygwr ddeall y broses o gynhyrchu mêl. Atebodd nifer fawr iawn o gwestiynau gan yr aelodau. Diolchwyd iddo am sgwrs ddifyr iawn gan Rhiannon Owen.

Enillwr y gystadleuaeth – Llun o'ch gardd – oedd Val Lloyd. Paratowyd y baned gan Wendy Morgan a Chrissie Wood.

Cyfarfod Chwefror 2025
Cynhaliwyd Cyfarfod Blynyddol Clwb Garddio Caeathro yng Nghlwb Golff Caernarfon, prynhawn dydd Mawrth, 11eg o Chwefror.

Croesawyd nifer da o'r aelodau i'r cyfarfod gan y Cadeirydd, Rhiannon Owen.

Adroddodd fod llynedd wedi bod yn flwyddyn lwyddiannus a diolchodd i'r aelodau am eu cefnogaeth. Mae nifer o aelodau newydd wedi ymuno ac yn mynychu'r cyfarfodydd yn rheolaidd.

Yn ystod y flwyddyn, mwynhawyd ystod o siaradwyr oedd yn llawn gwybodaeth ddefnyddiol i'r garddwr. Cyfeiriodd at hwylustod a chyfleusterau da Capel Caeathro fel man cyfarfod a charedigrwydd Glan Gwna yn gadael i ni ddefnyddio'r maes parcio.

Cytunodd y rhan fwyaf o'r swyddogion a'r pwyllgor i barhau gyda'u dyletswyddau. Roedd ein Trysorydd Delia Lanceley wedi penderfynu rhoi gorau i'r gwaith a phenodwyd Chrissie Wood i'r swydd. Diolchwyd i Delia am ei gwaith diflino dros y blynyddoedd.

Dros y blynyddoedd bu Grace Meirion Jones a'i diweddar ŵr Geraint yn weithgar iawn yn y clwb. Mewn cydnabyddiaeth o'i hymroddiad i'r clwb penderfynwyd yn unfrydol penodi Grace yn Llywydd Anrhydeddus.

Yn dilyn y cyfarfod, mwynhawyd pryd o fwyd blasus. Diolch i Gwen a staff y Clwb Golff am y croeso.

Bydd y cyfarfod nesaf yn cael ei gynnal am 1 o'r gloch dydd Mawrth 11eg o Fawrth yng Nghanolfan Capel Caeathro. Un o'n haelodau fydd yn trafod Kokedama.

Byddem yn croesawu unrhyw un sydd awydd ymuno gyda ni. Cynhelir y cyfarfodydd trwy gyfrwng y Saesneg, er bod llawer o Gymry Cymraeg yn mynychu.

Ysgol Penisarwaun

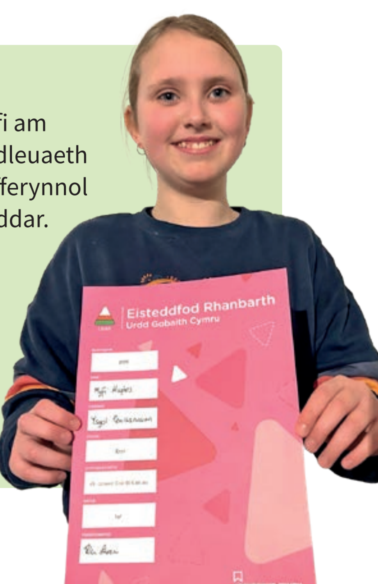
Gweithdy Meilyr Siôn
Braf oedd cael croesawu'r Awdur Meilir Siôn i'r ysgol i gynnal gweithdy gyda disgyblion blynyddoedd 4 5 a 6. Cafwyd gweithdy diddorol iawn a chafodd y disgyblion gyfle i brynu llyfrau diweddar yr awdur. Roedd pawb wedi mwynhau yn arw.

Taith Addysgol i Fwyty Fu's
Ar ddechrau'r tymor cafodd holl ddisgyblion yr ysgol ymweld â bwyty Fu's yng Nghaernarfon. Cafwyd diwrnod gwerth chweil a phawb wedi mwynhau gwledd i ginio. Cafodd y disgyblion flasu amrywiaeth o fwydydd yn ogystal â phrofiadau arbennig wrth atgyfnerthu gwaith y dosbarth wrth ddysgu am Flwyddyn newydd y Tsieineaid. Diolch yn fawr i'r bwyty am y croeso.

Sesiwn Ffitrwydd
Daeth criw BMA Llanberis i'r ysgol unwaith eto i gynnal sesiwn ffitrwydd gyda'r disgyblion. Cafodd pawb lawer o hwyl. Braf eu croesawu i'r ysgol unwaith eto.

Ymweliad y Ficer lleol â'r ysgol: Y tymor hwn cawsom gyfle i groesawu Mrs Naomi Starkey, Ficer Newydd ardal gweinidogaeth Bro Eryri, i'r ysgol. Cafwyd gwasanaeth ar thema Goleuni. Gobeithiwn allu croesawu'r Parchedig Starkey i'r ysgol yn rheolaidd o hyn allan.

Llongyfarchiadau
Llongyfarchiadau mawr i Myfi am ddod yn fuddugol yn y gystadleuaeth unawd gitâr yn Eisteddfod offerynnol Rhanbarth yr Urdd yn ddiweddar. Pob lwc i Myfi yn Eisteddfod yr Urdd Dur a Môr ym Mharc Margam. Pob lwc hefyd i'r disgyblion sydd yn cystadlu ar yr unawdau lleisiol a llefaru yn yr Eisteddfod Cylch yn ystod y mis.



LLANBERIS

Rheilffordd Llyn Padarn
Braf yw gweld bod y rheilffordd bellach wedi ail-agor ar gyfer tymor y gwanwyn.

Capel Coch
Hen Stampiau
Diolch i bawb sy'n cadw hen stampiau. Maent yn cael eu hanfon i gefnogi gwaith Cymdeithas Y Deillion. Gelli'r rhoi'r stampiau yn y cyntedd neu i un o'r Swyddogion.

Bocs Bwyd
Diolch i bawb sy'n cyfrannu nwyddau i'r Bocs Bwyd. Gellir rhoi'r nwyddau yn y Bocs Bwyd yn y cyntedd, unrhyw Sul.

Oedfaon mis Mawrth
2ail, 10.00am – Parchg John Pritchard
9fed, 10.00am – Oedfa
16eg, 10.00am – Parchg Trevor Lewis
23ain, 2.00pm – Parchg Nerys Griffiths
30ain, 2.00pm – Miss Eleri Ll Jones

Eglwys Sant Padarn
Cynhelir gwasanaeth bob bore Sul yn ystod mis Mawrth am 9.30am (sylwer yr amser newydd o hyn ymlaen).

Ar ddydd Sadwrn, Mawrth 1af, byddwn yn gweini cinio Gwyl Ddewi, yn cynnwys cawl a phwdin am bris o £6. Bydd y cinio rhwng 12.00 a 2.00pm, ac yn ystod y cinio bydd Arfon Wyn yn ein diddanu am 1 o'r gloch.

Enillwyr clwb 100 mis Ionawr:- 1) Ellen Hughes 2) Owain Rees Jones 3) Margaret Griffith

Isacc Hughes
Mae arddangosfa o waith Isaac Hughes, ffotograffydd cynnar Llanberis a oedd yn tynnu portreadau o bentrefwyr a chwarelwyr y cyfnod, i'w weld yn yr Eglwys rhwng 10:30am a 2:00pm o'r gloch o ddydd Llun i ddydd Gwener.

Eglwys St Peris
Bydd gwasanaeth bob bore Sul a bore Mawrth yn ystod mis Mawrth am 9:30yb.

Clwb Pêl-droed Llanberis
Clwb 400 - 2024
Enillwyr
Medi 2024
£50 - Llifon Owen
£30 - Heddwyn Jones
Hydref 2024
£50 - John Williams
£30 - Eifion Roberts
Tachwedd 2024
£50 - Gillian Cuddy
£30 - G Smith
Nadolig 2024
£100 - Helen Wyn Jones
£80 - Wendy Williams
£40 - Heddwyn Jones
£20 - Alan Parry
Rhoddion
£100 - Er côf am Mena Jones, Llanberis ac Aberhonddu

Clybiau Crefft
Mae nifer o glybiau crefft a grwpiau gwirfoddoli yn y Pentref, yn eu mysg mae'r canlynol:

Grŵp Crosio a Gwau Llanberis
Rydym yn cwrdd yn y Ganolfan Gymunedol bob nos Lun o 6.00pm tan 7.30pm. Cost £1. Croeso cynnes i ddysgwyr a rhai profiadol!

Clwb Gwnïo - yn y Ganolfan Prynhawn Dydd Iau, 2.00 - 4.00 pm. Croeso cynnes i ddysgwyr a rhai profiadol!

Pentref Taclus Llanberis
Bellach mae'r grŵp yn hel sbwriel pob bore Sul yn fisol trwy'r gaeaf. Y grŵp yn cychwyn am 10.00am o Siop Menter Fachwen ar y Stryd Fawr, ac yn gorffen yno am 12.00pm. Croeso cynnes i bawb ymuno â ni ac mae pob offer ar gael i hel y sbwriel! Gweler y trefniadau pob dydd Sadwrn ar dudalen y grŵp ar Facebook.

Cais am Newyddion
Os oes unrhyw unigolyn neu gymdeithas yn dymuno cyflwyno eitem o newyddion, llun, neu erthygl i'r Eco, gallwch wneud hynny drwy gysylltu â mi drwy ffôn, e-bost neu alwad personol, gyda'r cyfeiriadau sydd o dan Newyddion Llanberis ar dudalen 2 yr Eco.

Diolch yn fawr. Eifion Roberts

PENISARWAUN

Eglwys Santes Helen
Cyfarfod Cynulleidfa Santes Helen
Cynhaliwyd y cyfarfod diweddaraf yn Neuadd yr Eglwys wedi'r Gwasanaeth fore Sul, 19eg Ionawr, gyda'r Ficer y Canon Naomi Starkey a Naomi Woods yn bresennol.

Nodwyd, er bod rhai newidiadau i amseroedd gwasanaethau ymhlith rhai o'r Eglwysi ym Mro Eryri, y bydd gwasanaethau Santes Helen yn parhau am 11.00am a'r newidiadau yn galluogi'r Ficer i arwain y Gwasanaethau yn Santes Helen am dri Sul o bob mis.

Yn dilyn yr adnewyddiad arbennig i'r Neuadd adroddwyd fel y gwneir defnydd helaeth o'r adeilad yn ystod yr wythnos gyda nifer o weithgareddau amrywiol yn cael eu cynnal gyda'r nosau. Cofnodwyd hefyd fod adeilad yr Eglwys yn derbyn archwiliad i wella rhai agweddau ar ei gyflwr i'r dyfodol.

Yr ydym yn falch o hysbysu fod cysylltiad llwyddiannus rhwng yr Eglwys â'r ysgol leol gyda threfniant gan Naomi Starkey a Naomi Woods i gynnal gwasanaethau achlysurol yn yr Ysgol o fis Chwefror ymlaen. Trafodwyd hefyd y nod o ymestyn allan i'r gymuned a fydd yn rhan o waith arfaethedig yr Eglwys dan arweiniad y Ficer ac efallai cael Eglwys Agored ar rai cyfnodau - mater a fydd angen ystyriaeth bellach yn wyneb diogelwch i fuddiannau'r adeilad.

Cynhelir y cyfarfod nesaf wedi'r Gwasanaeth Boreol ar 2ail o Fawrth.
Gwasanaethau mis Mawrth -
2il Mawrth, 11.00am - Cymun Bendigaid
9fed Mawrth, 11.00am - Cymun Bendigaid
16eg Mawrth, 11.00am - Boreol Weddi
23ain Mawrth, 11.00am - Cymun Bendigaid

Estynnir croeso cynnes i bawb i'r gwasanaethau gyda phaned a chymdeithasu yn dilyn pob gwasanaeth yn Neuadd yr Eglwys.

Pwyllgor Neuadd Gymuned
Cynhaliwyd pwyllgor ar nos Fercher 12fed Chwefror am 7.00pm yn yr Ystafell Gymuned.

Tynnwyd Clwb Cant Chwefror a'r enillwyr lwcus oedd:
1af - Rhiain Thomas, Caer Waun
2il - Sharon Cuningham

Ysgoloriaeth Goffa Dafydd Tudur
Llongyfarchiadau gwresog i Enlli Williams ar ennill Ysgoloriaeth Goffa Dafydd Tudur 2024 gan Gymdeithas Cyfreithwyr Gwynedd. Bydd Enlli'n derbyn rhodd ariannol i'w chefnogi gyda'i hastudiaethau ym Mhrifysgol Lerpwl.

Llongyfarchiadau mawr iawn i ti Enlli a phob dymuniadau gorau i ti am y dyfodol.

Aethpwyd ati i drefnu p'nawn ar y cyd â phlant yr Ysgol i ddathlu Dydd Gwyl Ddewi.

Cynhelir y Dathliad Gwyl Dewi ar bnawn dydd Llun 3ydd Mawrth am 1.30pm. Mynediad £3 yn cynnwys paned a chacen gri a bara brith a chyfle i gymdeithasu. Bydd raffl ar werth am £1.

Croeso i bawb ymuno â ni.

Mis Mai, cynhelir Miri Mai ar 14eg Mai am 6.30pm gyda stondinau yn y Neuadd Gymuned a chystadlaethau o bob math i ddilyn ar gaeau'r Ysgol. Dewch i gymdeithasu ac ymuno yn yr hwyl.

Noson *Drones* Menter Fachwen
Cynhelir noson gan Menter Fachwen yn Neuadd Santes Helen ar nos Fawrth 4ydd o Fawrth am 6.30pm. Bydd Gareth Roberts yn cyflwyno ffilmiau drones am wahanol ardaloedd o'r pentref. Mae hi am fod yn noson ddifyr dros ben, felly dewch yn llu.

Ysgol Gwaun Gynfi

Trip Caerdydd i griw Blwyddyn 5 a 6
Pawb wedi mwynhau yn fawr, penwythnos i'w gofio!

Hoffai'r staff ddiolch yn fawr iawn i'r disgyblion am eu hymddygiad a'u cwmni arbennig.

Pêl-Rwyd
Llongyfarchiadau mawr i'r tîm ar gyrraedd i'r cam cyn-derfynol.

Gwasanaeth gan y Parchedig Naomi
Diolch yn fawr iawn i'r Parchedig am ddod draw i'r ysgol i roi gwasanaeth boreol.

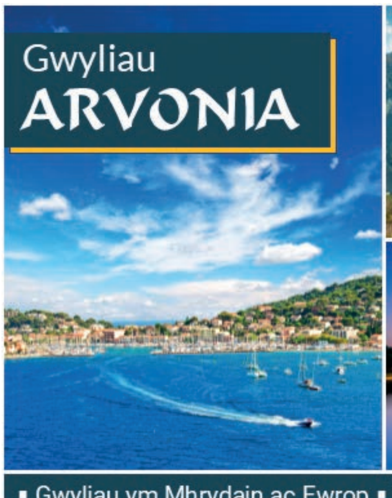
Gweithdy STEM a Sgiliau Hunan Amddiffyn
Diolch yn fawr i'r cwmni STEM am ddod draw i'r ysgol i gynnal gweithdy. Disgyblion Bl5 wedi dysgu llawer o sgiliau codio wrth arbrofi gyda Sphero.

Diolch yn fawr iawn unwaith eto i Mari o BMA Llanberis am y sesiwn gyffrous i'r disgyblion. Y neges holl bwysig am iechyd y corff a sgiliau hunan amddiffyn.

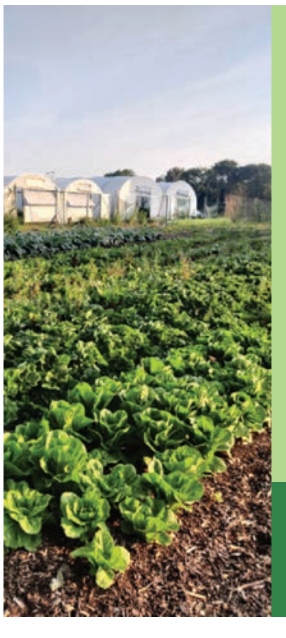
Disgo Sant Ffolant
Noson llawn hwyl, a'r plant yn mwynhau eu hunain.

Diolch i'r Cyngor Ysgol am drefnu ac i wneud dipyn o elw!

Milltir y Dydd
Llongyfarchiadau mawr i'r ddau yma am gwblhau her milltir y dydd. Maent wedi rhedeg 433 lap o'r buarth sydd yr un pellter ag o Ddeiniolen i faes awyr Gaerdydd. Da hogiau!



▪ Gwyliau ym Mhrydain ac Ewrop ▪ Teithiau grŵp
▪ Cyngherddau a sioeau ▪ Teithiau diwrnod
▪ Teithiau dros nos ▪ Cerbydau moethus
01286-675175 www.arvonia.co.uk



Tyddyn Teg
Bwyd - Tir - Pobl

LLYSIAU LLEOL FFRES
Ymunwch â'n cynllun llysiau!
Dewch i'n siop!

- Rydym bob amser gyda llysiau blasus a ffres o'n caeau a'n twneli polythen.
- Rydym wedi ein lleoli ym Methel ar y ffordd tuag at Llanrug.

Cyslltwch â ni: **07599 813777**
✉ info@tyddynteg.com
Neu ewch i'n gwefan: **www.tyddynteg.com**

Nodiadau Natur

Trafodwyd arwyddion y gwanwyn y mis diwethaf, ac er bod hi'n hynod o oer, wrth i mi ysgrifennu hwn ganol mis Chwefror, mae hi'n goleuo pob dydd ac mae'r adar bach i'w clywed yn canu ben bore ac wrth i'r dydd ddirwyn i ben. Mae'r gwanwyn ar ei ffordd, diolch byth.

Mi ydan ni'n ffodus acw o gael gwylio machludiadau haul bendigedig a'r awyr fel petasai ar dân a'r haul ar adegau fel llygaid cyn suddo i'r môr. Rydym hefyd yn gwerthfawrogi ein bod yn byw mewn Ardal Dywyll yn Eryr ac felly'n gallu mwynhau'r sêr a'r lleuad yn eu llawn gogoniant, yn enwedig os yw'n noson farugog a does dim niwl na glaw.

Mae hi'n werth mynd allan yn y nos i wrando ar be glywch chi. Mi ydan ni'n aml yn clywed tylluanod yng nghefn y tŷ ac weithiau llwynoges yn sgrechian, sŵn aflafar a dychrynllyd os glywis i erioed, heb sôn am ambell i ddafad yn tagu yn y cae, sy'n swnio'n union fel person!

Dau aderyn y nos fydd yn cael eu trafod y mis hwn, sef y Dylluan Wen a'r Dylluan Frech.

Tylluan Wen
Enw gwyddonol - *Tyto alba*
Enw Saesneg - *Barn Owl*
Enwau eraill Cymraeg - *Aderyn Corff, Tylluan Ysgubor, Gwdihŵ*
(Sylwer bod y ddau aderyn hollol wahanol yma'n cael eu galw wrth yr un enw, sy'n dangos pwysigrwydd yr enwau gwyddonol (Lladin) er mwyn sicrhau bod yr aderyn cywir dan sylw).

Credaf mai hon yw fy hoff dylluan i o'r pum math sydd ym Mhrydain. Mae'n dylluan olau a thrawiadol gydag wyneb, brown a bol gwyn gyda'r plu ar ei chefn yn frown golau a smotiau duon drosto. Mae o faint canolig efo pen mawr ac wyneb fel siâp calon. Mae ganddi goesau hir a chryf gyda chrafangau grymus.

Mae hi'n hedfan yn isel, fel ysbryd gwyn, yn yr awyr, felly dim syndod mae un enw arni yw Aderyn Corff a bod ein cyndeidiau yn meddwl eu bod yn anlwcus. Maent yn gymharol brin ac i'w gweld gan amlaf ar dir isel. Mi ydw i wedi bod yn ddigon ffodus i weld un yng ngolau'r car, wrth ddreifio adref ryw noson, ond heb weld yr un ers hynny, er dwi'n dal i sbïo. Maent allan yn ystod y nos gan amlaf ond weithiau byddant allan yn hela os yw'n ddiwrnod tywyll a niwlog.

Mae'n mesur 33 - 39 cm ac yn pwyso rhwng 430g a 620g

Maent yn hela ac yn bwyta llygod bach a mawr, chwistlod(*shrews*), llygod pengrwn (*voles*) a thyrchod daear, rhai mamaliaid mwy ac adar bach. Er yn aderyn y nos mae weithiau'n hela yn ystod y dydd, a gallwch fod yn lwcus i'w weld dros dir fferm neu laswellt yn chwilio am ei bryd nesaf.

Maent yn gwneud sŵn sgrechian, hisian a chwyrnu, gyda'r dylluan fenywaidd yn defnyddio sgrechiadau mwy unigol gyda thraw uchel, tra bo'r dylluan wrywaidd yn sgrechian drwy'r adeg yn groch.

Dydy'r Dylluan Wen ddim yn adeiladu nyth. Bydd angen arwyneb lefel neu geugrwm i ddodwy eu hwyau arno, fel arfer yng ngwaelod twll (e.e. bonyn coeden wag neu focs nythu) neu ar silff lydan (e.e. top wal wastad mewn ysgubor neu lawr uchaf mewn tŵr eglwys). Bydd y nyth yn uchel i fyny ac wedi ei guddio.

Tylluan Frech
Enw gwyddonol - *Strix aluco*
Enw Saesneg - *Tawny Owl*
Enwau eraill Cymraeg - Gwdihŵ Goch, Tylluan y Coed, Aderyn Corff, Tylluan Lwyd, Gwdihŵ, Tylluan Felynddu, Tylluan Rudd.

Dyma'r dylluan sydd fwyaf cyffredin yng ngwledydd Prydain (heblaw Iwerddon). Mae'n gyfarwydd mewn coedwigoedd a gerddi drwy Gymru gyfan ac wedi lledaenu i fyw mewn parciau a gerddi mawr mewn dinasoedd neu drefi mawr.

Mae'r dylluan hon yn fawr ac yn grwn gyda chynffon fer, bol golau gyda marciau tywyll a gall ei gefn fod un ai'n frown neu'n llwyd. Mae hi tua maint sguthan ac mae cylch o blu tywyll o gwmpas yr wyneb ac o gylch y llygaid tywyll.

Mae'n mesur tua 37 - 39 cm ac yn pwyso rhwng 380g - 800g

Mi ydan ni'n lwcus o'u clywed nhw acw ac yn gyfarwydd â sŵn *gwdihŵ*'r dylluan wrywaidd, fydd yn cael ei ateb gan ddarpar bartner benywaidd efo sŵn *cî-wic*! Mae'r un gwrywaidd yn galw er mwyn cadw gafael ar ei diriogaeth tra bo'r un fenywaidd yn galw i ganu deuawd efo'r gwryw neu i gadw mewn cysylltiad â'i chyw.

Mi fuodd un yn eistedd ar ffens heb fod ymhell o'r drws cefn sawl noson ar ôl ei gilydd. Yn ôl pob sôn maent yn hoffi dychwelyd i'r un llefydd er mwyn hela eu swper gyda'r nos. Maent yn aml yn eistedd yn uchel mewn coeden cyn disgyn ar eu hysglyfaeth (*prey*). Yn anffodus dydy o ddim wedi galw heibio acw ers tro bellach, gwaetha'r modd.

Fel arfer maent yn paru trwy gydol eu hoes ac yn cadw i'r un tiriogaethau. Bydd yr adar ifanc yn gadael i symud i lefydd newydd yn yr hydref. Maent yn nythu yn ystod mis Chwefror - Mawrth, yn aml mewn tyllau mewn coed, ar glogwyn neu mewn hen nyth brân neu bioden. Dydyn nhw ddim yn codi nyth eu hunain.

Maent yn bwyta mamaliaid bach, llygod bach a mawr, adar bach, llyffantod, pysgod, pryfetach a llyngyr daear.

Maent yn arfer hela liw nos, a chysgu yn ystod y dydd, gan glwydo mewn coeden gan amlaf. Mae adar bach weithiau yn eu gweld ac yn eu dwrdio a chreu miri mawr. Fydden nhw ddim yn meiddio gwneud hynny yn nhywyllwch y nos chwaith.

Cyngor Cymuned Waunfawr

COFNODION CYFARFOD RHAGFYR 2024

Derbyniwyd cofnodion cyfarfod 4ydd Rhagfyr, 2024 gan y Cyng EG ac eilwyd gan y Cyng EO

Materion yn codi o'r Cofnodion
Materion Caeathro:
Troedffordd o Gaeathro i Gaernarfon - Aros diweddariad.
Cylchfan Gaeathro – Ar raglen waith Cyngor Gwynedd.
Bin Baw Ci – mae bin ychwanegol wedi ei osod yn y pentref. Gobeithio y caiff ei ddefnyddio er mwyn lleihau y broblem baw ci yn y pentref.

Materion Waunfawr:
Cae Aml-dywydd – Aros adroddiad ar y cae wrth ymyl gan Gyngor Gwynedd. Wedi holi Cyngor Gwynedd hefyd am gostau rhedeg y cae yn flynyddol.
Golau fflachio bob ochr i'r pentref – Aros diweddariad am y Ganolfan Iechyd
Baw Ci – Mae problem baw ci yn parhau i fod yn y pentref, **gofynwn yn garedig i bawb godi'r baw** wrth fynd a'r ci am dro. Mae dirwy i gael os ydych chi yn cael eich dal yn ei adael.
Tyllau yn y ffordd - Mwyafrif o'r tyllau wedi eu cau bellach. Cyng EO a'r Cyng EG wedi cysylltu hefo Cyngor Gwynedd a Dŵr Cymru ynglŷn â'r tyllau yn y ffordd yn Groeslon, a'r dŵr ar wyneb y ffordd. Dŵr Cymru wedi cadarnhau mae dim byrst ydio. Clerc i gysylltu â Chyngor Gwynedd eto i ddatgan pryderon y Cyngor Cymuned ac i ofyn iddynt wneud y gwaith cyn gynted â phosibl.
Gwefan – mae gwefan y Cyngor yn fyw, a'r wybodaeth i gyd wedi ei ddiweddaru.
Arwydd Stad Bod Hyfryd – Aros Cyngor Gwynedd
Hysbysfwrdd – Clerc yn edrych am bris i gael un newydd tu allan i'r Ganolfan.
Diffib – Cyngor Cymuned wedi derbyn pris i ail osod y diffib yn Groeslon, aros Cyngor Gwynedd i wneud y gwaith. Am drefnu hyfforddiant i'r trigolion yn fuan.
Gor yrru – Yn dilyn ymgynghoriad Llywodraeth Cymru yn ddiweddar ar gyflymder traffic a newid i 20mya, mae Cyngor Gwynedd wedi derbyn sylwadau gan aelodau'r cyhoedd sy'n awyddus i'r Cyngor ystyried codi cyfyngiadau cyflymder ar rai rhannau o'r ffordd yn y pentref nôl i 30mya. Trafodwyd, a cytunwyd i'r cyflymder yn Waunfawr aros yn 20mya. Clerc i gadarnhau gyda'r Cyngor a symud ymlaen i gael gosod monitr traffic mewn lleoliadau yn y pentref er mwyn monitro cyflymder.
Coeden Nadolig – y goeden wedi ei gosod yn barod ar gyfer noson yr Ysgol Feithrin 01.12.2024.

Gerddi Bach:
GL Jones wedi cwbhau'r gwaith o osod mat o dan y swings. Wedi derbyn pris ganddynt i newid un o'r seti ar y swings i set ar gyfer babi. Aros pris gan MacVenture.
Yn dilyn gwaith gan YGC yn ddiweddar ar gyfer datrys y broblem llifogydd i'r tai cyfagos o'r ffoes sy'n mynd drwy'r cae, mae'n ymddangos ei fod wedi methu, a bu i'r tai cyfagos gael llifogydd eto yn ddiweddar. Mae YGC bellach nol ar y safle ac yn edrych i mewn i'r broblem

Llochesi Bws:
Dal i aros pris am baent i beintio y lloches bws ger yr Hen Bost,

Llwybrau:
Dim

Y Fynwent:
Mater sensitif wedi dod i'n sylw, a'r Cynghorwyr wedi trafod.

Cynllun Gwyrfai Gwyrdd:
Heb dderbyn ymateb i'r Cais Grant i Ynni Cymru eto. Bydd Hyfforddiant gan Ynni lleol yn fuan. Gweithio mewn partneriaeth ar sut y gallwn wella eiddo yn yr ardal. Sesiynnau taro heibio yn Waunfawr a Chaeathro wedi bod yn llwyddiannus, mae un cyfarfod eto gyda aelodau Paned a Sgwrs ar yr 16.01.25

Llifogydd:
YGC wedi rhannu copi o fap y pentref yn nodi lle mae'r problemau llifogydd ar hyn o bryd ac yn modelu y gwaith ar gyfer

- Cynllun Croes y Waun
- Cynllun ardal y Ganolfan

Cyngor Gwynedd wedi bod o amgylch yn glanhau y gwteri mae nhw'n gallu, ond mae rhai angen mwy o waith. Gwaith yn parhau.

Materion Cynllunio:
Cofnod llawn ar gael ar y wefan.

Wedi derbyn cais gan yr Ysgol Gynradd am rodd/ cyfraniad at osod ffens sydd ei angen o amgylch yr ysgol oherwydd iechyd a diogelwch, Clerc i gysylltu â'r ysgol.

Mater Brys:
Mae boileri gwresogi'r Ganolfan wedi torri, ac o ganlyniad mae nifer o weithgareddau yn cynnwys yr Ysgol Feithrin wedi gorfod cau dros dro. Mae'r Ganolfan wedi derbyn pris am ddau foiler newydd fel sydd yno yn barod a'u gosod oddeutu £12,000. Roedd yr Cynghorwyr oedd yn bresenol yn y cyfarfod yn cytuno bod cael y Ganolfan yn ôl yn agored i'r Cyhoedd yn flaenoriaeth a bod yr Ysgol Feithrin yn cael cychwyn yn ôl i cyn gynted a phosibl, ac felly cytunwyd gan ei fod o fudd i'r Gymuned rhoi rhodd o £12,000 i'r Ganolfan er mwyn archebu a gosod dau foiler newydd cyn gynted a phosibl.

Dyddiad cyfarfod nesaf:
15fed Ionawr, 2025 yng Nghanolfan Waunfawr.

Cyngor Cymuned Llanddeiniolen

CRYNODEB O GOFNODION CYFARFOD 7FED IONAWR 2025

Cofnodion Cyfarfod y 3ydd Rhagfyr 2024
Cafwyd y Cofnodion yn gywir, a nodwyd fod yr holl benderfyniadau wedi eu gwneud yn unfryd gan Y Cyngor.

Materion o'r Cofnodion.
Clybiau Ieuenctid
Derbyniwyd cadarnhad fod Clwb Bethel yn mynd yn llewyrchus iawn. Mae clwb ieuenctid Rhiwlas wedi agor ers mis Tachwedd, gyda nifer fechan yn mynychu yn rheolaidd bob wythnos. Bydd clwb yn agor unwaith eto yn Neiniolen ym mis Ionawr.

Gohebiaeth a Materion eraill.
Brynrefail
Gordyfiant o eiddew o amgylch y fainc ger y safle bws. Y clerc i drefnu i gael ei docio.
Llwybr 10 Bethel
Derbyniwyd e-bost yn nodi pryder am gyflwr a newidiadau i'r llwybr yn sgil y gwaith adeiladu cyfagos. Roedd pryder hefyd fod giât mochyn efo plât dur bwrw o gilfach ddu wedi ei dinistrio. Mae'r clerc wedi cysylltu yn syth gyda'r adeiladwyr ac adran llwybrau yng Nghyngor Gwynedd, ond eto i ddisgwyl ymateb. Serch hynny, mae'r Cyngor ar ddallt fod cyflwr y llwybr ei hun wedi gwella ers codi'r gŵyn wreiddiol.

Cynllunio:
Dyma'r ceisiadau a dderbyniwyd:
C24/1105/18/LL - Caban Cyf, Brynrefail
Gosod pâr wedi'u rhaeadru o Bympiau Gwres Ffynhonnell Aer Viessmann Vitocal 16Kw 150A (ASHP) Dim Gwrthwynebiad
C24/0999/18/LL - Fferm y Ddôl, Bethel
Adeilad diwydiannol newydd at ddibenion storio. Dim Gwrthwynebiad.
C24/1040/18/DA - Bakhita, Bethel
Diwygiad ansylweddol i gais gynllunio C24/0467/18/AC drwy newid deunydd y to o lechi i ddur. Gwrthwynebu ar sail na fydd yn gweddu gyda gweddill y tai yn yr ardal, ac yn glynu wrth gais gwreiddiol cafodd ei ganiatáu a hynny o do llechi.
C24/1030/18/LL - Gwelfor, Carreg y Garth, Rhiwlas
Dymchwel modurdy presennol, codi modurdy newydd mewn man cyfagos i ymyl y ffordd, creu tri lle parcio newydd, codi estyniad un llawr i flaen yr eiddo a chodi porth blaen.
C24/1102/18/DT - 9 Tan y Foel, Gallt y Foel
Gosod pwmp Gwres Ffynhonnell Aer. Dim Gwrthwynebiad

Cyfrifon
Penderfynwyd bydd y praesept am 2025/2026 yn aros run fath a'r blynyddoedd diweddaraf yn £31,000.

O Gwmpas y Bwrdd
Penisarwaun - Llifogydd eto yn Bron y Gaer. Mae gweithwyr wedi bod allan yn ymweld â'r safle, ond nid oes dim gwybodaeth ar be nodwyd yno, ac os oes unrhyw beth wedi ei wneud i atal y llifogydd bob tro mae glaw trwm. Bydd y clerc yn cysylltu â'r Cyngor Sir i weld beth yw'r diweddaraf.
Lôn Bethel i Lanrug - Mae yna ordyfiant ar bileri concrid ar y troad yn dilyn Tyddyn Teg ar y ffordd tuag at Lanrug o Fethel. Mae yn amhosib gweld dim ac mae yna gyffordd yno, lle os na fydd y gordyfiant yn cael ei docio yn ôl, bydd peryg o ddamwain difrifol. Hefyd mae angen arwydd arafu ger Rhyd y Fuwch, gan fod goryrru yn yr ardal, ac eto ar gornel dywyll.

Cyngor Cymuned Llanberis

COFNODION BYR CYFARFOD NOS FERCHER 12FED CHWEFROR 2025 YN Y GANOLFAN AM 7:00PM.

PRESENNOL
Gwilym Evans (Cadeirydd)
Iola Owen
Emlyn Baylis
Trystan Thomas
Rhys ap Gwilym
Helen Sharp
Beth Holding

YMDDIHEURIADAU
Kevin Jones
Llinos Haf Pritchard
Louise Price
Kim Jones
Iwan Harding

PRIF BENDERFYNIADAU

1 Datgan diddordeb eitem 3.2 ystyried ceisiadau am gymorth ariannol - roedd rhyw fath o gysylltiad gan ran fwyaf o'r cynghorwyr i'r mudiadau ond nid oeddynt yn elwa'n bersonol.

2 Sefydlu Ysgol Deintyddiaeth ym Mangor - penderfynwyd yn unfrydol i gefnogi cais Siân Gwenllïan AS i sefydlu Ysgol Deintyddiaeth ym Mangor.

3 Aelodau'r Cyngor i fynychu cwrs ar y Cod Ymddygiad fis Mawrth.

4 Cadarnhau gwariant mis Ionawr 2025.

5 Ystyriwyd ceisiadau am gymorth ariannol a phenderfynwyd bod y canlynol yn derbyn £500 yr un. Clwb Pêl Droed Llanberis, Cyfeillion Cae'r Ddol, Cylch Meithrin Dolbadarn, Girlguiding Llanberis, Seindorf Arian Llanrug, Eco'r Wyddfa, Côr Meibion Dyffryn Peris

6 Cadarnhau cofnodion Ionawr 2025

7 Derbyniwyd oddi wrth Gwasanaeth Cynllunio Gwynedd bod y Cais i osod Cerflun er cof am y Chwarelwyr wedi ei wrthod. Bydd lleoliadau eraill fel opsiynau yn cael eu hystyried.

8 Cadarnhawyd y ceisiadau canlynol am arian grant HBO: Ryan James Studio ar ran CP Llanberis, The Chilled Mind Programme, Llechiffon Sant Padarn, Prosiect Croeso Dyffryn Peris, Grŵp Datblygu Llanberis, Argraffu llyfr - Dafydd Whiteside Thomas, Eglwys Sant Peris Nant Peris.

9 Penderfynwyd ail leoli dau fin halen o fannau sydd ddim yn cael eu defnyddio i ddau leoliad newydd.

12 Daeth y cyfarfod i ben am 9:00pm.

Cyhoeddi rali yn Nefyn dros ddyfodol cymunedau Cymraeg

Mae Cymdeithas yr Iaith wedi cyhoeddi y bydd rali 'Nid yw Cymru ar Werth' yn cael ei chynnal yn Nefyn gyda'r nod o sicrhau bod dyfodol cymunedau Cymru 'yn flaenoriaeth' i wleidyddion Cymru o flaen etholiad nesaf Senedd Cymru yn 2026.

Ymysg y siaradwyr bydd Walis George o Gymdeithas yr Iaith, Liz Saville Roberts, Aelod Seneddol Plaid Cymru dros Ddwyfor Meirionnydd ac arweinydd ei phlaid yn San Steffan, a'r beirdd Ieuan Wyn a Myrddin ap Dafydd.

Daw'r rali, a fydd yn cymryd lle ar ddydd Sadwrn, 29ain Mawrth, wrth i'r mudiad alw ar y Llywodraeth i fabwysiadu a gweithredu ar frys ar argymhellion y Comisiwn Cymunedau Cymraeg a'r Athro Seimon Brooks a gyhoeddwyd fis Awst diwethaf. Mae galw i'r Llywodraeth ddechrau'r gwaith paratoi er mwyn sefydlu'r hawl gyfreithiol i dai digonol trwy Ddeddf Eiddo yn nhymor nesaf y Senedd.

Dyma drefniadau'r diwrnod:

1.00pm - Ymgynnull ym Maes Parcio'r Ddol - gyferbyn â Chae Iorwerth

1.30pm - Gorymdaith trwy Nefyn

2.00pm - Rali ar gae Clwb Bach wrth ochr y Nanhoron. Bydd Mared Llywelyn yn cyflwyno Walis George, Liz Saville Roberts AS, Ieuan Wyn, Myrddin ap Dafydd ac Iwan Rhys Evans

3.00pm - Cyfarfod Cyhoeddus 'Tai dan Arweiniad Lleol'. Bydd Antur Aelhaearn yn cyflwyno eu cynllun tai a chyfraniadau gan nifer o fentrau cymunedol.

5.00pm - Sesiwn Werin Symudol yn dechrau yn Cwrw Llŷn

Esbonia Jeff Smith, Cadeirydd Grŵp Cymunedau Cynaliadwy Cymdeithas yr Iaith,

"Dydy difaterwch a disymudedd ein llywodraeth ddim yn cyfateb â'r argyfwng enbyd y mae cymunedau ar hyd a lled Cymru yn ei wynebu oherwydd bygythiad y farchnad dai agored. Rhaid i'r gwaith o sicrhau eu dyfodol a datrys yr argyfwng tai fod yn flaenoriaeth i'n gwleidyddion, er mwyn grymuso cymunedau lleol i gael dylanwad dros eu dyfodol eu hunain ac i ddarparu tai a gwaith i'w pobl.

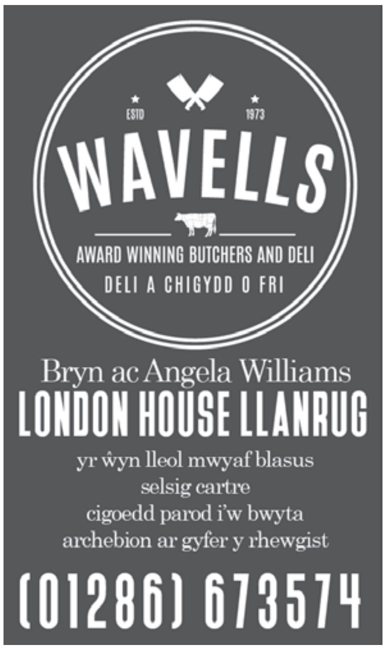
"Gall hynny ddechrau digwydd y gwanwyn hwn gydag ymateb cadarnhaol a gweithredu argymhellion y Comisiwn Cymunedau Cymraeg, gan baratoi'r ffordd ar gyfer Deddf Eiddo fel blaenoriaeth yn gynnar ym mywyd y Senedd newydd yn 2026 er mwyn sicrhau mai cartrefi, nid asedau ariannol, yw tai."

Yn dilyn y rali, bydd cyfarfod cyhoeddus i drafod 'Tai dan arweiniad Cymunedau' yng Ngwesty'r Nanhoron. Yn y cyfarfod hwn, bydd menter gymunedol Antur Aelhaearn yn lansio ei chynllun i ddarparu cartrefi i bobl leol, a bydd trafodaeth agored gyda chynrychiolwyr mentrau lleol.

Ychwanegodd Jeff Smith,

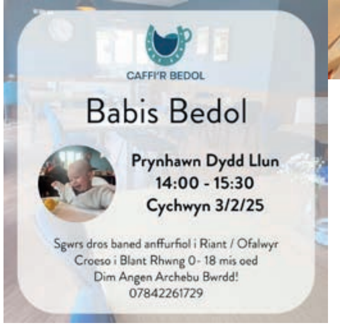
"Arwyddocâd Nefyn fel lleoliad yw mai dyma ardal cynllun peilot 'Cynllun Tai Cymunedau Cymraeg' y Llywodraeth, ac mae hi hefyd yn gydnabyddiaeth o'r hwb a roddodd Cyngor Tref Nefyn ac ymgyrch Hawl i Fyw Adra i'r ymgyrch i sicrhau tai i bobl leol yn ddiweddar.

"Croesawn bobl o ledled Cymru i ddod at y dref fach hon sy'n gosod esiampl i ni gyd trwy frwydro dros ddyfodol eu cymuned."

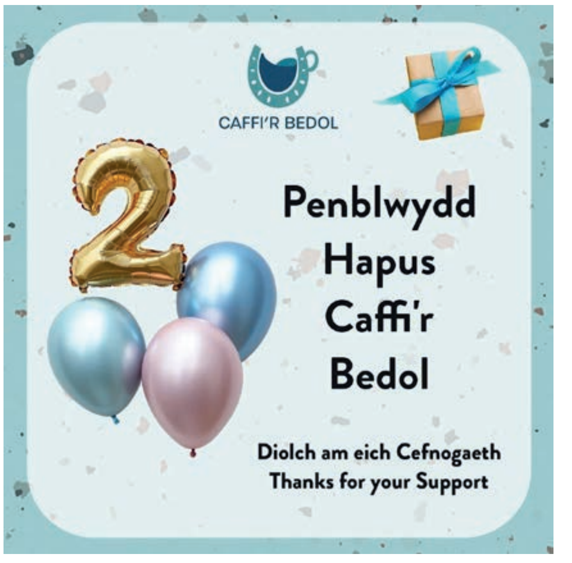


Pen-blwydd hapus Caffi'r Bedol!

Mae dwy flynedd ers sefydlu Menter Gymunedol Bethel i redeg y caffi yn hen dafarn Y Bedol yng nghanol y pentref, ac erbyn hyn mae Caffi'r Bedol yn mynd o nerth i nerth. Yn ychwanegol i agor y caffi o 10 - 4 o'r gloch chwe diwrnod yr wythnos, a chynnal gweithgareddau amrywiol a phartion o bob math, mae'r Fenter yn rhedeg sesiynau Croeso Cynnes am ddim nos Lun a nos Wener 4 tan 6 o'r gloch tan ganol fis Mawrth, yn cynnwys sesiynnau crefftau Celf er Llês (sy'n rhan o Croeso Cynnes).



Erbyn y byddwch yn darllen yr erthygl hon bydd yr ystafell y tu cefn i'r caffi wedi ei drawsnewid o fod yn storfa flêr, i siop gymunedol, Siop y Bedol, yn gwerthu pob math o nwyddau sylfaenol, gan geisio cefnogi cynnyrch lleol, lle bo hynny'n bosib. Mae'r gwaith o ddatblygu'r siop wedi digwydd yn raddol ac mae gwerthiant gwych yn barod ar y llefrith o Gymru gan Cotteswold, bara a chacennau gan Becws Môn a Phopty Lleuar, yr wyau maes Cae Pant a choffi Poblado a Choffi Dre. Cefnoga'r Fenter fusnesau bychan lleol sy'n eisiau gwerthu crefftau. Os am brynu anrheg gan Creu!, Fflam, Adriana, Sensori Sara neu Lili Soffia, lluniau mewn ffrâm gan Gareth Hughes, cardiau gan Draenog neu am gadw'n gynnes mewn siwmper gan Cotwm a het wlan Clwb Pêl-droed Bethel, Siop y Bedol yw'r lle i siopa. Yma hefyd cewch brynu eich copi o Eco'r Wyddfa a Phapur Dre.



croeso cynnes
WARM SPACES

Llongyfarchiadau i Eila am gynllunio logo i Siop y Bedol

Pwyllgor bychan sydd gan Fenter Gymunedol Bethel ond gallant fod yn falch iawn o'r hyn maent wedi llwyddo i'w wneud hyd yn hyn. Maent yn cyflogi wyth person rhan amser, 4 oedolyn a 4 person ifanc ac mae tîm bach diwyd o wirfoddolwyr yn ymuno ar adegau prysur. Wrth i'r siop brysuro, byddant yn chwilio am fwy. Felly, os oes gennych ddiddordeb eu cefnogi'n wirfoddol, bydd y Fenter yn falch iawn i glywed gennych.

Wrth ddathlu'r garreg filltir bwysig hon, hoffai'r Fenter ddiolch am y gefnogaeth a gawsant. Buont yn llwyddiannus yn eu ceisiadau grantiau gan Cwmpas, Croeso Cynnes, Cymunedau Mentrus Cyngor Gwynedd ac Arfor a ariennir gan Lywodraeth Cymru.

Mae cefnogaeth perchennog yr adeilad, Gari Wyn Jones, Ceir Cymru, wedi bod yn bwysig dros ben i hwyluso'r prosiect dros y ddwy flynedd diwethaf a hoffai'r Fenter fynegi eu gwerthfawrogiad o hyn. Nid yn unig mae'n llogi'r gofod ar delerau teg iawn i Fenter Gymunedol Bethel, ond mae hefyd wedi cynghori ar, a chymeradwyo, y newidiadau oedd yn angenrheidiol i wella'r adnoddau a datblygu'r siop.

Yn bennaf oll, hoffai Menter Gymunedol Bethel ddiolch o galon i'w holl gwsmeriaid fu'n eu cefnogi ar hyd y daith hyd yn hyn. Heb y cwsmeriaid, ni fyddai Caffi'r Bedol wedi parhâu a byddai Siop y Bedol ond yn freuddwyd. Heb os, mae'r Caffi, a rwan y Siop, wedi dod yn adnodd amhrisiadwy i'r pentref; yn hwb cymunedol â'r croeso bob amser yn gynnes.

CHWILAIR MIS MAWRTH 2025 - CREADURIAID Y NOS

M	A	N	T	D	O	L	G	U	I	T	A	R	C	E	N	U	B	C	Ff
B	N	Dd	R	Y	T	E	G	I	A	Ch	C	Y	Ff	R	E	D	I	N	Q
Z	R	I	O	W	R	N	A	B	E	A	B	E	R	T	I	Th	M	Y	U
Ch	E	I	E	R	A	E	Th	M	N	D	O	M	I	C	E	F	N	I	T
E	O	R	Ll	Y	S	T	L	U	M	E	B	G	N	Y	S	B	A	R	Y
G	P	S	W	I	G	O	N	E	A	R	D	L	O	Ff	I	A	Y	E	Ll
H	U	T	R	N	I	A	E	Th	B	Y	E	W	S	Y	E	R	G	O	U
J	R	O	M	R	Y	S	O	Dd	A	N	S	Y	T	L	N	F	I	N	A
Ll	Y	Ff	A	N	T	D	A	F	A	D	E	N	N	O	G	T	A	T	N
C	A	R	W	I	A	F	E	L	Y	R	D	U	N	G	W	W	Ch	L	W
F	I	E	R	Th	H	Y	Ll	F	R	Y	U	N	A	H	Y	A	E	A	E
R	B	Ll	O	R	N	W	P	O	Ch	C	T	B	Y	O	F	R	R	D	N
S	A	R	Y	C	Y	I	Y	N	D	I	A	I	W	N	Y	R	F	N	C
T	L	P	A	N	R	Rh	E	G	E	N	Y	R	Ŷ	D	N	G	N	P	O
E	Y	N	O	R	Ch	Y	Rh	I	B	M	O	Y	N	T	Ll	U	A	I	L
W	J	G	W	S	O	H	T	N	L	A	E	R	F	R	Y	W	U	L	O
Y	B	W	Ch	Y	D	A	N	A	S	N	Y	D	O	N	R	E	LL	R	M
J	O	D	S	Ll	T	O	M	T	I	A	M	P	C	Y	Ff	R	Y	E	B
A	N	E	A	F	I	Ff	E	P	A	W	E	Th	A	P	E	D	T	W	U
C	D	M	O	Ch	Y	N	D	A	E	A	R	I	N	M	R	C	O	N	G

Allwch chi ddod o hyd i'r holl greaduriaid yn Chwilair, sy'n mentro dod allan yn ystod y nos?

- **ADERYN DRYCIN MANAW**
- **BWCH Y DANAS**
- **CYFFYLOG**
- **DRAENOG**
- **GIACH CYFFREDIN**
- **GWYFYN**
- **LLWYNOG**
- **LLYFFANT DAFEDENNOG**
- **MOCHYN DAEAR**
- **PATHEW**
- **RHEGEN YR ŶD**
- **TROELLWR MAWR**
- **TYLLUAN FRECH**
- **TYLLUAN WEN**
- **YSTLUM**

Cofiwch mae llythrennau o'r wyddor Saesneg yn chwilair y mis hwn, ond mae llythrennau dwbl Cymraeg e.e. Dd, yn parhau i lenwi un sgwâr.

Dyma restr o'r geiriau Saesneg am y creaduriaid uchod, handi iawn os ydach chi'n dysgu Cymraeg!

Geirfa i'r dysgwyr – Learners' Vocabulary

Aderyn Drycin Manaw - *Manx Shearwater*
Bwch y Danas - *Fallow Deer*
Cyffylog - *Woodcock*
Draenog - *Hedgehog*
Giach Cyffredin - *Common Snipe*
Gwyfyn - *Moth*
Llwynog - *Fox*
Llyffant Dafadennog - *Common Toad*
Mochyn Daear - *Badger*
Pathew - *Doormouse*
Rhegen yr Ŷd - *Corncrake*
Troellwr Mawr - *Nightjar*
Tylluan Frech - *Tawny Owl*
Tylluan Wen - *Barn Owl*
Ystlum - *Bat*

Cofiwch ddarllen mwy am y Dylluan Wen a'r Dylluan Frech ar dudalen 17 yn y Nodiadau Natur

CYWIRO CAMGYMERIAD YN CHWILAIR MIS CHWEFROR

M	A	R	W	O	L	A	E	Th	A	U	Dd	P	A	P
N	E	Y	P	E	N	A	W	D	A	U	Y	U	R	N
Dd	I	W	G/R	N	I	S	B	E	N	A	W	D	A	U
A	B	J	E/I	C	T	R	E	F	N	U	Y	E	W	A
C	T	F	Ng/A	O	W	S	R	C	A	R	T	Ŵ	N	Th
R	Y	D	S	L	U	T	Th	R	I	C	N	S	Y	E
Y	R	O	E	O	L	E	Y	E	M	A	O	Dd	R	A
C	O	L	O	F	N	Y	G	O	L	Y	G	Y	Dd	G
S	G	W	R	N	Ô	L	L	U	S	H	Y	M	O	I
A	Dd	Y	C	D	W	Y	A	T	A	I	L	N	D	D
M	E	LL	U	N	I	A	U	E	Th	D	O	N	I	E
N	O	I	B	E	S	Y	B	S	Y	H	G	B	P	N
N	O	E	A	R	A	W	Ch	E	L	W	A	Ch	Y	E
Z	A	R	Y	W	B	E	H	O	G	C	Rh	Y	I	G
I	T	U	D	A	L	E	N	F	L	A	E	N	J	R

CARTŴN
CHWARAEON
COLOFN
COLOFN Y GOLYGYDD
CROESAIR
ERTHYGLAU
GENEDIGAETHAU
GOHEBWYR
HYSBYSEBION
IS-BENAWDAU
LLUNIAU
MARWOLAETHAU
PENAWDAU
RHAGOLYGON TYWYDD
TUDALAEN FLAEN

Does dim ond un peth i'w ddweud... SORI!!!

Wedi cael ffrae gan un o'r wyrion bod rwbath o'i le efo'r chwilair. Wrth ail-edrych (ar ôl taeru nad oedd dim byd o'i le) mae o'n llygaid ei le!

Y llythrennau mewn coch, ymddangosodd yn rhifyn mis Chwefror, sy'n anghywir! Y rhai du sy'n gywir!

Mae'n wir ddrwg gen i am hyn, yn enwedig i'r rhai ohonoch sy'n methu mynd i'r gwely nes eich bod wedi gorffen y chwilair...

Gobeithio y gwnewch fwynhau'r un nesaf.

www.ecorwyddfa.co.uk

LLANDDEINIOLEN

Eglwys Sant Deiniol

Roedd yn rhaid rhoi heibio cynnal y Gwasanaeth Cristingl a drefnwyd ar gyfer y Sul 5ed Ionawr oherwydd y rhagolygon am dywydd eithriadol o stormus.

Ond cafwyd cyfle yn y Gwasanaeth ar 2ail Chwefror - Gŵyl Fair y Canhwyllau - i gynnal Gwasanaeth Cristingl hyfryd wedi ei drefnu gan Ceridwen Williams a'i arwain gan y Weithwraig Eglwysig Naomi Woods, gyda'r plant yn cymryd rhan amlwg. Cafwyd cymdeithasu dros luniaeth ar derfyn y Gwasanaeth.

Gwerthfawrogir yn fawr haelioni'r ffyddloniaid sydd wedi cyfrannu at gynnal a chadw'r Fynwent - torri'r tyfiant a chost y gwasanaeth gwaredu ysbwriel - sydd oddeutu £2000 y flwyddyn. Os dymuna unrhyw un gyfrannu ymhellach derbynnir y cyfraniadau gan Mrs Barbara Farrow, Y Greuor, Penrhos, Bethel, Caernarfon LL55 1UR - sieciau yn daladwy i 'Mynwent Llanddeiniolen (Bro Eryri)'.

Bydd y Gwasanaeth nesaf ar 2ail o Fawrth am 3:00pm. - Gwasanaeth Cymun Arbennig i ddathlu Gŵyl Dewi. Gwahoddir chwi i ymuno mewn addoliad o ddarlleniadau ac emynau a gweddïau yng nghysgod yr Ywen enwog sy'n mynd a ni yn ôl i gyfnod ein nawddsant.

"Gwanwyn GwyrddNi": Gwanwyn o Weithredu ac Ymgysylltu Cymunedol

Ydych chi eisiau bod yn rhan o greu cymunedau gwyrdd, gwydn a chynaliadwy?

Bydd Gwanwyn GwyrddNi yn gyfle i chi rhoi tro ar bob math o bethau: o ddysgu sut i drwsio eich dillad neu eitemau electroneg mewn caffi trwsio, i blannu hadau a thyfu bwyd, neu i ddysgu mwy am biclo.

Rhwng y 29ain o Fawrth a'r 20fed o Ebrill, bydd calendr o ddigwyddiadau yn cymryd lle ar draws Dyffryn Peris, Bro Ffestiniog, Pen Llŷn, Dyffryn Nantlle, a Dyffryn Ogwen i roi blas ar sut mae cymunedau lleol wedi dechrau ymateb i'r argyfwng hinsawdd… a sut fedrwch chi gymryd rhan!

Yn ystod 2022-23, cynhaliwyd cyfres o Gynulliadau Cymunedol ar yr Hinsawdd yn y pum ardal, a arweiniodd at greu pum Cynllun Gweithredu Hinsawdd Cymunedol. Yn Nyffryn Peris, roedd y gymuned yn awyddus i weithredu ar yr economi gylchol i leihau gwastraff, i dyfu bwyd, gwarchod ein natur, dŵr a thir, i ddweud stori'r tir, gwella ein tai, trafnidiaeth ac ynni, ac i sefydlu partneriaeth i'r fro.

Ers diwedd y Cynulliadau yn 2023, mae tîm GwyrddNi (bloedd fawr i waith caled Lowri!) a llawer o wirfoddolwyr brwdfrydig wedi bod yn gweithio'n galed i roi rhai o syniadau cymuned Dyffryn Peris ar waith. Rydych debyg wedi gweld gwaith Partneriaeth Dyffryn Peris wedi dechrau dod i'r amlwg, ac yn ogystal rydym wedi gweld genedigaeth prosiect Stori'r Tir, gweithredu rhwng ysgolion a thirfeddianwyr i glirio Jac-y-Neidiwr ac i dyfu bwyd, a chaffis trwsio wedi cychwyn ym Methel a Llanrug.

Bydd **Gwanwyn GwyrddNi** yn gyfle i ddysgu mwy am y weledigaeth a'r gweithredu sydd eisoes yn digwydd ar draws y pum ardal, ac i ddod yn rhan o siapio dyfodol ein cymunedau. Bydd darlithoedd diddorol am bynciau megis gwneud ein tai yn fwy ynni-effeithlon, y cysylltiad rhwng ein hiaith a'n tir, a'r wyddoniaeth tu ôl i newid hinsawdd yn cael eu trefnu, yn ogystal â nosweithiau ffilm, sgyrsiau, gweithdai, teithiau cerdded, a llawer mwy.

"Rydym yn gyffrous i lansio Gwanwyn GwyrddNi ac yn gwahodd pawb i ymuno â ni yn y gwanwyn hwn o weithredu cymunedol," meddai Rhian Cahill, Cydlynydd Prosiect GwyrddNi. "Dyma gyfle i weld y gwaith anhygoel sy'n digwydd ar lefel leol, i ddysgu am ein hamgylchedd, ac i ddarganfod y ffyrdd niferus y gall pob un ohonom gyfrannu at adeiladu cymuned fwy cynaliadwy a gwydn."

Bydd calendr llawn o ddigwyddiadau yn cael ei ddiweddaru'n rheolaidd ar https://www.gwyrddni.cymru/gwanwyn/ neu gallwch gysylltu i ddarganfod mwy neu drafod cydweithio â ni ar ddigwyddiad neu brosiect. Lowri ydi Hwylusydd Cymunedol Dyffryn Peris: peris@gwyrddni.cymru / 07850 352 478

Mae GwyrddNi yn cael ei ariannu gan Gronfa Gweithredu Hinsawdd gan Gronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol a'i ddarparu gan Datblygiadau Egni Gwledig (DEG) hefo Partneriaeth Ogwen yn Nyffryn Ogwen, Cyd Ynni yn Nyffryn Peris, Yr Orsaf yn Nyffryn Nantlle, Cwmni Bro ym Mro Ffestiniog, ac Ynni Llŷn ym Mhen Llŷn. P'un a ydych eisiau helpu pob hyn a hyn hefo garddio cymunedol, neu os ydych eisiau cydweithio neu arwain ar brosiect, gadewch i ni wybod - mae rhywfaint o arian had ar gael i sbarduno prosiectau.

Chwech o sêr y dyfodol i dderbyn gwobrau unwaith-mewn-oes yn Eisteddfod Genedlaethol yr Urdd

Mae Urdd Gobaith Cymru a Choleg Brenhinol Cerdd a Drama Cymru (CBCDC) yn falch o gyhoeddi enwau chwe gwobr newydd sbon i gystadleuwyr sy'n serennu ar lwyfan Eisteddfod yr Urdd eleni, gyda chefnogaeth rhai o dalentau mwyaf Cymru.

Bydd y gwobrau newydd yn cynnwys sesiynau mentora i chwe unigolyn 19-25 oed gyda Syr Bryn Terfel, yr actor Matthew Rhys, y ddawnswraig broffesiynol Amy Dowden, y feiolinydd Rakhi Singh, yr enillydd BAFTA Callum Scott Howells ac un o reolwyr digwyddiadau fwyaf profiadol Cymru, Sarah Hemsley-Cole.

Mae enwau'r gwobrau newydd fel a ganlyn:

- Gwobr Syr Bryn Terfel (lleisiol)
- Gwobr Amy Dowden (dawns)
- Gwobr Callum Scott Howells (sioe gerdd)
- Gwobr Matthew Rhys (theatr)
- Gwobr Rakhi Singh (offerynnol)
- Gwobr Sarah Hemsley-Cole (cefn llwyfan)

Daw'r datblygiad yma yn sgil llwyddiant partneriaeth newydd yr Urdd a CBCDC yn 2024, er mwyn cynnig profiadau amhrisiadwy i chwech o gystadleuwyr Eisteddfod yr Urdd – o ddosbarthiadau meistr yn eu disgyblaethau perthnasol, i gyfleoedd i berfformio ar lwyfan rhyngwladol. Bydd y gwobrau newydd hefyd yn cynnwys cefnogaeth ariannol tuag at hyfforddiant pellach.

"Fel rhywun sy'n gysylltiedig ag Eisteddfod yr Urdd a Choleg Brenhinol Cerdd a Drama Cymru, rwy'n falch iawn o gefnogi'r wobr hon," meddai Syr Bryn Terfel. "Mae ysbrydoli perfformwyr Cymreig y dyfodol yn hanfodol, ac edrychaf ymlaen at weld y Llysgenhadon Celfyddydol newydd yma'n ffynnu."

Mae'r gwobrau yn "gyfle euraidd" yn ôl Matthew Rhys: "Fel un sydd â chysylltiad cryf gyda'r Urdd a CBCDC, mae mor gyffrous gweld partneriaeth y ddau fudiad yn parhau i gefnogi a meithrin talentau'r dyfodol," meddai'r actor adnabyddus. "Rwyf mor falch o gael bod yn llysgennad i'r wobr theatr, ac yn edrych ymlaen yn fawr i wylio perfformiadau actorion ifanc Cymru wrth iddynt gystadlu am y wobr newydd hon. Ewch amdani, dyma gyfle euraidd i ddatblygu eich gyrfa ac ennill profiadau anhygoel drwy'r Urdd a'r Coleg."

"Dawnsio yw fy mywyd ers tyfu fyny yng Nghymru a chystadlu o oedran ifanc," meddai Amy Dowden (*Strictly Come Dancing*). "Rwy'n hynod gyffrous o gael bod yn rhan o'r wobr newydd hon ac ysbrydoli'r genhedlaeth nesaf o ddawnswyr. Ar y cyd gyda'r Urdd a Choleg Brenhinol Cerdd a Drama Cymru, gallwn gynnig cyfleoedd perfformio a datblygu i berfformwyr ifanc mwyaf addawol Cymru. Pob lwc i bawb sy'n cymryd rhan!"

Mae'r actor Callum Scott Howells (It's a Sin) yn un o raddedigion CBCDC: "Rwy'n falch iawn i fod yn Llysgennad i'r wobr theatr gerdd newydd yn Eisteddfod yr Urdd eleni. Rydw i wedi bod mor ffodus o gael pobl yn fy helpu a chynnig arweiniad ar ddechrau fy ngyrfa ac yn gwybod pa wahaniaeth mae cael y gefnogaeth gywir yn gallu ei wneud. Fel un o raddedigion Coleg Brenhinol Cerdd a Drama Cymru fy hun, gwn pa mor werthfawr yw'r cyfleoedd mentora a pherfformio a gynigir gan y Coleg. Mae'r Urdd wedi bod yn darparu llwyfan a chyfleoedd i dalent ifanc Cymru ddisgleirio ers degawdau, felly mae gweld y ddau sefydliad Cymreig yn cydweithio yn gyffrous iawn ac alla i ddim aros i ddathlu sêr y dyfodol!"

"Mae'n bwysicach nac erioed i'n cerddorion ifanc yng Nghymru dderbyn cefnogaeth, ac mae gymaint o dalent yma i fod yn falch ohono," meddai'r feiolinydd, y cyfarwyddwr cerddoriaeth a'r cyfansoddwr Rakhi Singh. Mae'r Urdd a CBCDC yn gwneud gwaith anhygoel yn datblygu artistiaid y dyfodol, ac rwyf wrth fy modd yn cael bod yn llysgennad i'r Wobr offerynnol newydd. Hoffwn annog pob cerddor ifanc i ymgeisio am y cyfle hwn, ac ennill profiadau fydd yn eu harwain at yrfa yn y byd cerddoriaeth, ar lwyfan genedlaethol a rhyngwladol."

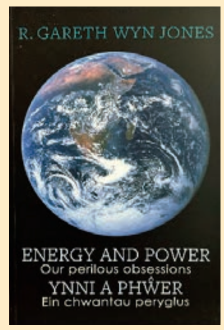
Meddai Sarah Hemsley-Cole: "Y rhai sy'n gweithio cefn llwyfan yw asgwrn cefn y diwydiant creadigol, ac rwyf mor falch o gefnogi'r wobr newydd hon gan yr Urdd a CBCDC. Mae'n holl bwysig bod ein sefydliadau cenedlaethol yn datblygu cenhedlaeth nesaf o arweinwyr y diwydiant, a thaflu golau ar y gwaith sy'n cael ei guddio tu ôl i'r llenni. Gobeithiaf y bydd pob aelod o griw cynhyrchu a thechnegwyr ifanc yn cystadlu yn Eisteddfod yr Urdd, ac edrychaf ymlaen at fentora'r enillydd a rhoi cyfleoedd iddynt i agor drysau i yrfa yn y maes creadigol."

Cynhelir Eisteddfod yr Urdd Dur a Môr 2025 rhwng y 26ain a'r 31ain o Fai ym Mharc Margam ac mae angen i gystadleuwyr 19-25 oed gofrestru i gystadlu erbyn 3 Mawrth. Bydd tîm o feirniaid sy'n cynrychioli'r Urdd a CBCDC yn bresennol yn yr ŵyl i benderfynu ar y chwech buddugol, a'r enwau'n cael eu cyhoeddi'n fyw ar S4C ar ddiwrnod olaf y cystadlu.

Y Gornel Ddarllen

Cafwyd Ionawr reit brysur - dipyn yn dod â thocynnau anrheg a thocynnau llyfr i'w gwario, a nifer yn dod i brynu pethau na chawsant yn bresantau, a nifer wedi clywed am lyfrau newydd da gan deulu a ffrindiau dros y gwyliau. 'Da ninnau wedi bod wrthi'n twtio ac ail-drefnu chydig ar y siop ers y flwyddyn newydd, ac mae'r gwaith hwnnw'n dal i fynd ymlaen... a chafwyd dau ddigwyddiad difyr i orffen y mis, un gydag awdur newydd Gwenno Gwilym yn trafod ei nofel V + Fo, a'r Athro Gareth Wyn Jones yn trafod ei gyfrol Ynni a Chwant - Ein Chwantau Peryglus.

Dw i mor falch o weld bod Nelan a Bo, nofel ddiweddaraf Angharad Price, yn dal ar frig y siartiau yn Palas Print. Unwaith eto mae Angharad wedi cyhoeddi cyfrol arbennig iawn, nofel hanesyddol wedi'i osod yn ardal Bethel. Mynnwch gopi, mae'n werth ei darllen



Dyma 10 Uchaf Ionawr 2025

1. Nelan a Bo, Angharad Price
2. V + Fo, Gwenno Gwilym
3. Ynni a PHwer, Ein Chwantau Peryglus, R Gareth Wyn Jones
4. Cymry. Balch. Ifanc, gol. Llyr Titus a Megan Angharad Hunter
5. O na fyddai'n Haf o hyd. Haf Thomas
6. Merch y Wendon Hallt, Non Mererid Jones
7. Rhuo ei distawrwydd hi, Meleri Davies
8. Salem a Fi, Endaf Emlyn
9. Patagonia, Meirion Jones
10. Hunllef Nadolig Eben Parri, Arwel Vittle

... mae pob un o'r llyfrau ar gael i'w prynu o'r siop, neu o'n gwefan Palasprint.com

Eirian James

Garddio

MAWRTH

Debyg eich bod chi fel finnau'n dyheu am gael mynd allan i'r ardd. Mae hi wedi bod yn rhy oer hyd yn oed i fentro i'r tŷ gwydr. Ond fe ddaw haul ar fryn, gobeithio yn o fuan.

Fodd bynnag, erbyn mis Mawrth mae pob math o liwiau i'w gweld yn yr ardd ac wrth ochr y priffyrdd ac yn y caeau. Gwelais friallu ddechrau mis Chwefror ond erbyn hyn mae piws a phinc y crocws a melyn golau'r briallu gwyllt a phinc, coch a phiws briallu'r gerddi (*polyanthus*) yn gwneud i mi wenu. Yn goron ar y cyfan mae ein blodyn cenedlaethol, y cennin pedr hefyd yn ei flodau!

Gwisg genhinen yn dy gap, a gwisg hi yn dy galon…" meddai Eifion Wyn. Mae'n well gen i wisgo'r genhinen Pedr dwi'n meddwl ar gyfer Dydd Gŵyl Dewi, mae'n harddach ac nid oes oglau nionyn arni.

Cennin Pedr Mawrth

Pan ddaw hi'n gynhesach mi fydd pryfetach sy'n peillio planhigion angen egni wrth iddynt ddod allan o'u gaeafgwsg. Fel garddwyr gallwn ni eu helpu trwy blannu ffynonellau bwyd iddynt.

Mae bylbiau sy'n blodeuo'n gynnar megis y crocws, eirlysiau ac aconit y gaeaf (*winter aconites) – Eranthus hiemalis*, yn tyfu mewn llefydd lled-gysgodol . Rhai o fy hoff flodau fi'r adeg yma o'r flwyddyn yw crafanc yr arth (*hellebores*) ac mae eu blodau agored, syml yn rhoi mynediad hawdd i'r pryfetach i'w neithdar gwerthfawr, yn ogystal â rhywogaethau cynhenid megis y briallu (*Primula vulgaris*) neu friallu'r gerddi.

Winter Aconite

Yn ogystal â blodau mae rhai coed yn blodeuo'n gynnar yn y gwanwyn hefyd. Mae'r cynffonau wyn bach ar helygen y geifr (*goat willow*) – *Salix caprea,* yn darparu gwledd o neithdar a phaill sy'n llawn protîn. Os oes coed ffrwythau megis afalau, eirin a gellyg yn eich gardd mae gwenyn yn cael pryd da o neithdar ac yn peillio'r blodau sy'n ffurfio ffrwyth i'r garddwr.

Tasgau

1. Plannwch eich slots (*shallots*) a setiau nionod, os nad yw'n rhy wlyb ac oer. Os ydy'r oerni a'r tamprwydd yn parhau, sticiwch rhai mewn pot yn y tŷ gwydr. Dim tŷ gwydr wel plannwch rhai o dan chwarel o wydr neu *cloche*. Maent yn ddigon gwydn a chewch fwynhau'r dail gwyrdd meddal mewn salad yn gynharach na'r rhai gaiff eu plannu yn yr ardd.

2. Os nad yw'r pridd yn rhy wlyb ac oer gallwch blannu tatws cynnar, ddiwedd mis Mawrth. Fydda i'n cychwyn rhyw dair neu bedair mewn twb mawr yn y tŷ gwydr, cyn mentro rhoi rhai allan yn yr ardd. Hyd yn oed wedyn mi fyddai'n rhoi hen chwarel ffenast drostynt yn y gwely uchel *(raised bed)* am sbel. Does gen i fawr o le i blannu acw ond mae'n werth rhoi ychydig o le i datws cynnar, gan eu bod gymaint yn fwy blasus

Helygen y Geifr

na'r rhai brynwch chi yn y siopau. Dylent fod yn barod i'w codi ymhen 10 i 12 wythnos.

3. Gynted ag y bydd hi wedi sychu a chynhesu dipyn ewch ati i dwtio'r borderi. Tociwch y coesau hir a'r pennau hadau a rhowch nhw yn y domen gompost neu'r bin brown.

4. Daliwch ati i fwydo'r adar, mi fyddant yn dechrau cymharu â nythu yn fuan ac efallai y byddwch yn ddigon lwcus i wylio gwahanol gywion yn eich gardd ymhellach ymlaen yn y flwyddyn.

5. Os nad ydach chi eisoes wedi tocio eich coed rhosod – tân dani, gan mai dyma'ch cyfle olaf i fynd ati. Gochelwch rhag tocio os ydy hi'n addo rhew fodd bynnag, neu mi allai'r coesau dociwyd hollti. Tociwch i greu planhigyn sydd â chanol agored er mwyn cael cylch-droad da o aer. Lle i ddechrau? Tynnwch y canghennau marw, wedi eu heintio, sy'n wantan neu'n croesi rhai eraill. Sicrhewch eich bod yn torri at flaguryn sy'n wynebu at allan, fel nad yw canol y planhigyn yn rhy drwchus. Ewch ati wedyn i dorri pob tyfiant sydd ar ôl hyd at 10cm o le ddechreuodd tyfiant llynedd.

6. Dyma'r adeg o'r flwyddyn i fynd drwy gatalogau a safweoedd gwe i weld os oes bargeinion i'w cael ar blanhigion plwg ar gyfer yn hwyrach yn y gwanwyn a'r haf. Pan gyrhaeddan nhw drwy'r post, cofiwch eu dadbacio yn syth a gosodwch nhw mewn cynhwysydd bas o ddŵr (mae'r gwreiddiau'n gallu sychu allan yn hawdd ar eu taith atoch). Plannwch nhw mewn pot ychydig yn fwy na'r belen gwreiddiau a gadewch iddyn nhw dyfu'n fwy ar silff ffenest neu mewn tŷ gwydr nes bydd pob perygl o rew drosodd. Gallwch wedyn eu gadael allan fesul dipyn nes byddwch yn barod i'w plannu yn yr ardd ym mis Ebrill neu fis Mai.

7. Ffordd ratach wrth gwrs yw hau hadau. Defnyddiwch gompost di-fawn ffres a gwnewch yn siŵr fod eich potiau a chynwysyddion i gyd yn lân rhag unrhyw haint neu bla. Dyfriwch efo dŵr tap oherwydd gall sborau ffwngaidd lochesu mewn dŵr glaw. Tynnwch unrhyw gaead oedd dros eich hadau pan maent wedi egino. Mi fyddaf yn tyfu tomatos a chiwcymbrau fy hun o hadau pob blwyddyn a gan fod gormod o hadau mewn paced byddaf yn rhannu'r planhigion efo ffrindiau, cymdogion a theulu. Mi fyddaf yn cael ambell i beth yn ôl am fy rhoddion. Llynedd cefais jar bendigedig o jam mafon, marmalêd, afalau ac eirin yn eu tymor, heb dalu'r un geiniog goch y delyn amdanynt. Mi ydw i am drio tyfu dau fath o domatos eleni y '*Sun Gold'* arferol (rhai bach oren melys) ac am fentro un mawr (*beefsteak*) o'r enw Super Mama F1, gyda'r bwriad o wneud saws tomato, *passata* a chawl efo'r rhain. Cawn weld sut eith hi. Un peth yn sicr mi fydd rhaid i mi gofio labelu popeth, neu fydd gen i ddim syniad p'run di p'run tomato pan fyddant wedi egino.

8. Os na fedrwch fynd allan mi allwch gael golwg ar eich planhigion tŷ. Os oes gwreiddiau yn dod allan drwy waelod y pot mae'n bryd i'w symud i bot mwy, ond heb fod yn rhy fawr. Dwi wedi prynu compost arbennig i fy nhegeirianau, gan eu bod wedi blodeuo'n gyson ers rhyw 4 - 5 mlynedd. Mae gen i gyfarwyddyd felly mi wnâi fy ngorau i beidio eu lladd nhw. Torrwch unrhyw ddail nychlyd neu sydd wedi pydru a sychwch y dail efo cadach tamp. Dechreuwch ddyfrio bob rhyw 10 - 14 diwrnod, (gan gofio ychwanegu gwrtaith hylifol bob ryw bythefnos) ond gwnewch yn siwr nad ydynt eisoes yn eistedd mewn dŵr, gall gor-ddyfrio ladd planhigyn cystal ag anghofio dyfrio.

9. Mi ydw i hefyd am geisio creu mwy o '*chrysanthemums*' o'r rhai dyfais i llynedd. Erbyn meddwl mi wnâi hefyd archebu ambell un drwy'r post i wneud yn siwr bydd gen i rai eleni hefyd. Jest rhag ofn.

10. Ewch ati i chwynnu oherwydd mwya'n y byd wnewch chi chwynnu lleia'n y byd o waith gweddill y flwyddyn. Os oes dant y llew wedi blodeuo peidiwch â rhoi'r blodyn yn y bin compost neu'r bin brown. Cyn belled nad ydach chi wedi eu chwistrellu efo cemegolion neu eu bod yn agos i lôn bost gallwch fwydo'r petalau mewn dŵr berwedig i greu panad o de dant y llew.

Rhosyn Mynydd

Chwilota

Erthyglau hanes lleol, Bro Eco'r Wyddfa.

chwilota.wordpress.com

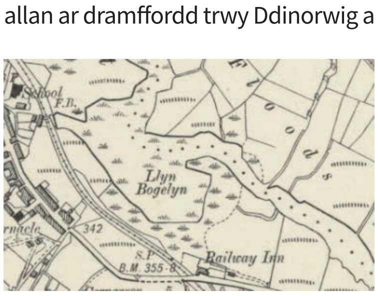
Bendith a Melltith Llyn Bogelyn

Diddorol oedd darllen sylwadau Hugh Hughes yn ei golofn bysgota y mis diwethaf, a'r cyfeiriad at 'Cwm y glo Lake'. Mae'n debyg mai ar un o gardiau post Francis Frith yr ymddangosodd yr enw, ac nad oedd ganddynt fawr o glem mai'r enw cywir ar y llyn oedd Bogelyn. Mi dybiwn mai prin iawn yw'r rhai o fewn y fro sy'n gwybod bellach am fodolaeth y llyn hwn, ond yn ei ddydd roedd yn hynod bwysig o ran trafnidiaeth a diwydiant yn Nyffryn Peris. Mae'n fwy na thebyg hefyd mai Llyn Bogelyn fu'n gyfrifol am dwf pentref Cwm y glo, os nad am ei sefydlu. Cwestiwn mewn sawl cystadleuaeth yw 'sawl llyn sydd ar lawr dyffryn Peris?', gyda dau, sef Peris a Padarn, yn cael ei roi'n ateb gan amlaf. Ond mae trydydd, sef Bogelyn; ac fel y dywed Hugh Hughes, mae'n mynnu hawlio sylw yn dilyn cyfnod o lawogydd trwm.

Yn yr hen amser roedd y brif ffordd o Gaernarfon i Fwlch Llanberis yn dilyn y tir uchel o Lanrug dros ardal y Clegir cyn disgyn i Ddôl Padarn; ond fel y crybwyllwyd sawl tro, roedd yn gul iawn, ac yn addas i geffylau'n unig yn hytrach nag unrhyw fath o gerbyd. Roedd yn llawer hwylusach teithio ar ddŵr: dilyn y ffordd i'r ardal ble mae Castell Bryn Bras erbyn heddiw, cyn disgyn i Gwm y Glo a chael cwch o lannau Llyn Bogelyn ar hyd afon Rhythallt i Lyn Padarn (doedd Pont Penllyn ddim yn bod) ac ymlaen ar hyd afon y Bala i Lyn Peris. Yn yr un modd roedd copr o'r gweithfeydd ym mhen uchaf Llyn Peris yn cael ei gario mewn cychod i borthladd Cwm y Glo a'i lusgo mewn troliau oddi yno i harbwr Caernarfon. Roedd rhai o hen deuluoedd Cwm y Glo yn defnyddio'r un dull i gario llechi o hen chwareli'r Allt Wen, Muriau a'r Allt Ddu, gan drin y llechi ar ddyddiau glawog neu berfeddion gaeaf. Mae cofnod yn un o gofrestrau cynnar plwyf Llanrug yn nodi fod Morris Jones yn talu treth blwyfol am warws yng Nghwm y Glo.

Oherwydd y fasnach gynnar mewn copr a llechi, datblygodd Cwm y glo ar lan Llyn Bogelyn yn borthladd neu gei bychan. Roedd yn cynnig gwaith – i rai yn dadlwytho'r cychod, i rai oedd yn cario copr a llechi mewn troliau i Gaernarfon, ac wrth gwrs, i'r cychwyr eu hunain oedd yn mynd a dod sawl gwaith yn ddyddiol. O ganlyniad i'r prysurdeb masnachol hwn tyfodd y pentref, gyda thai'n cael eu hadeiladu ar y tir gwastad (ond gwlyb a chorsiog yn aml) ar lannau Bogelyn. Does ryfedd fod Glanllyn, Glan dwr a Glan Bogelyn yn enwau cyffredin ar dai yno. A'r prysurdeb hwn hefyd a roes fod i sefydlu siopau, tafarnau a chapeli. Sylwch ar faint Llyn Bogelyn ar Fap Degwm plwyf Llanrug (Bygelen yw'r enw arno!). Evan Jones oedd perchennog llain 127 – *"slate quarryman"*, ac yn Llain 125 roedd Jeremiah Williams – *"copper miner"* yn byw; y ddau, o bosib, yn defnyddio cychod i fynd i'w gwaith.

Dirywiad y fasnach gopr a hawlio'r Elidir gan deulu'r Faenol fu dechrau'r diwedd i borthladd Cwm y Glo a Llyn Bogelyn. Dechreuwyd cario llechi allan ar dramffordd trwy Ddinorwig a Chlwt y Bont, ac yn ddiweddarach ar reilffordd ar lannau gogleddol Llyn Padarn. Doedd adeiladu Pont Penllyn o ddim cymorth chwaith, gan ei bod yn cyfyngu ar allu'r cychwyr i deithio o Lyn Bogelyn i Lyn Padarn. Yn ddiweddarach hefyd adeiladwyd rheilffordd o Gaernarfon i Lanberis, gan wahanu'r cei oddi wrth y llyn, a doedd y tai bellach ddim ar ei lannau chwaith. Yn raddol crebachodd Llyn Bogelyn i'w fogail ei hun. Mae'r gwahaniaeth yn amlwg rhwng y Map Degwm a'r map diweddarach, wedi i'r rheilffordd gael ei hadeiladu.



Ond os bu bendith oherwydd bodolaeth Bogelyn, roedd melltith hefyd. Roedd y tir o Bont Penllyn i Bont Rhythallt yn wastad ac yn gorlifo'n aml yn dilyn glawogydd trwm, a phentref Cwm y Glo, (wedi ei wasgu rhwng creigiau ar dair ochr a gwastadedd corsiog, afon a llyn ar yr ochr arall) fyddai'n dioddef fwyaf. Dyna ddigwyddodd ddydd Mercher y seithfed o Hydref 1874, a hynny yn oriau mân y bore. Adroddwyd fod un o drigolion tai Glan dwr wedi codi yn ystod y nos a chael ei hun yn sefyll yng nghanol dŵr oedd yn llifo i'r tŷ. Wedi galw ar weddill y teulu aeth allan i'r cefn i geisio achub mochyn oedd yn cael ei gadw mewn cwt yng ngwaelod yr ardd – a chael y mochyn yn nofio i'w gyfarfod! Aethpwyd o dŷ i dŷ yn rhybuddio'r trigolion eraill – nifer ohonynt hwythau hefyd yn cadw mochyn – a chafwyd adroddiadau am foch bach yn nofio ar hyd stryd y pentref. Dywedwyd fod *"y Bogelyn wedi chwyddo cymaint nes meddiannu yr holl wastadedd o Bont Penllyn i Bont Rhythallt a gorchuddio y ffordd fawr o Gaernarfon i Lanberis..."* Cyfeiriad sydd yma, wrth gwrs at yr hen ffordd o dafarn Y Fricsan ar draws gwastad Llwyncoed i dafarn y Newborough ym Mhen Llyn.

Yn amlwg, roedd pob math o fudreddi yn cael eu cario gan y gorlif i gartrefi Cwm y Glo, a iechyd y trigolion yn dioddef. Canlyniad llifogydd 1874 oedd i Awdurdod Iechyd Llanrug ddatgan flwyddyn yn ddiweddarach eu bod *"yn bwriadu sychu'r llyn er sicrhau glanweithdra ac iechyd y lle".* Ond doedd yr adnoddau ariannol i wneud hynny ddim ganddynt. Cyn diwedd y ganrif roedd cynghorau plwyf Llanrug, Llanddeiniolen a Llanberis wedi cyfarfod yn 1899 i drafod y posibilrwydd o ddyfnhau'r afon yr holl ffordd o Bont Penllyn i Bont Rhythallt. Er nad oedd y llifogydd yn effeithio dim ar Lanberis, roedd eu Cyngor yn gefnogol gan y credid y byddai hynny yn gostwng lefel Llyn Padarn ac yn lliniaru effeithiau'r llyn hwnnw'n gorlifo i'r pentref.

Llifogydd 1987

Parhau roedd y problemau. Yn 1915 penderfynwyd mewn cyfarfod o Gyngor Dosbarth Gwyrfai eu bod yn cysylltu gyda Chyngor Sir Gaernarfon i drafod (unwaith eto) y posibilrwydd o ddyfnhau'r afon o Gwm y Glo i Bont Rhythallt. Mae'n bosib fod rhywfaint o'r gwaith hwnnw wedi ei wneud yn ardal Pontrhythallt yn ystod y 1920'au. Ond parhau roedd effaith y llifogydd bron i ganrif yn ddiweddarach. Credaf mai yn 1987 y daeth y llifogydd dros brif stryd Cwm y Glo ddiwethaf – ond does gen i dim cof o weld moch bach yn nofio bryd hynny chwaith!

Ffermydd Dolbadarn

Gyda diolch i Ken Jones, Llanberis am ymateb i golofn y mis diwethaf. Fel hyn mae'n sgwennu:

"Rwyf o'r farn, heb unrhyw dystiolaeth bendant, am ystyr yr enw Aelgerth. Dyma'r ael sydd yn arwain o lannau afon Arddu i gopa'r Drum. Mae yna bedwar tŷ gyda'r enw Tyn yr Aelgerth wedi eu lleoli ar lethrau'r garth, sef y Tyn yr Aelgerth gwreiddiol (gweler y llun) a thri arall ger y llwybr sydd yn arwain i Rhyd Ddu. Mae'r cyntaf (Rali Isaf) yn dal i sefyll a'r ddau arall yn adfeilion erbyn hyn. Enw lleol ar y tri thyddyn ydi Rali, ac mae'r enwau hyn wedi eu cynnwys ar Gyfrifiad 1881."

Mae hanes y tyddynod i'w cael yn llyfr y diweddar Rol Williams, 'Pobl Tu ucha'r Giat'.

Os oes sylw gennych i'w wneud am Lyn Bogelyn neu unrhyw agwedd arall o hanes lleol, cysylltwch â Dafydd Whiteside Thomas, Bron y Nant, Llanrug, Caernarfon neu ffoniwch 01286 673515 neu e-bostiwch dafydd.wthomas@btinternet.com

Dyddiadur y gath ddŵad/Bobliadur - Rhan 34

Dyma hanes cath fawr goch, a ddaeth, dros dair blynedd yn ôl, i fyw ar lethrau Eryri. Doedd o ddim wedi dewis dod yno i fyw ond, doedd ei fywyd hyd hynny, ddim wir wedi bod yn beth fyddai unrhyw gath gall wedi ei ddewis.

Wyth oed oedd Bob pan ddaeth o Fryn y Maen, llety'r RSPCA. Gan fod hi'n adeg y cloi mawr doedden ni ddim wedi cael cyfle i'w weld o yn y cnawd fel petai, ond mi oeddem wedi gweld fideo ohono a chael sgwrs efo merch ifanc o Fryn y Maen. Allai gofio ei geiriau hi byth, "… he's a very loving cat." Wyddoch chi beth? Er nad oedd hynny'n amlwg yn y dechrau, erbyn hyn mi oedd hi'n llygaid ei lle. Roedd o'n ofnus ac yn barod i ymosod er mwyn amddiffyn ei hun. Erbyn hyn mae'n hynod o annwyl efo ni ac yn anwylo bob dydd efo ymwelwyr boed y rheiny'n blant, wyrion ac wyresau neu'n bobl sy'n ddiarth iddo fo. Roeddwn yn gwylio un o'r wyrion neithiwr yn rhedeg ei law ar hyd ei gefn, wrth iddo basio y tu ôl i'w gadair, heb ymateb. Peth arall sy'n rhoi boddhad i mi a'r gŵr, yw ei weld yn cysgu'n braf neu'n canu grwndi wrth gael mwythau neu'n gorwedd fflat owt, o flaen tanllwyth o dân.

Mae o bellach yn unarddeg oed mewn amser deu-droediaid, ond mewn amser cathod mae'n 60. Roedd o felly'n dathlu pen-blwydd arbennig iawn y mis diwethaf. Wnâi rannu cyfrinach efo chi, roedd ei hoff ddeu-droed hen (hŷn) draean yn hŷn na fo'r mis diwethaf hefyd, drwy gyrraedd y rhif arbennig o 90! Pen-blwydd hapus Mam (nain a hen-nain) mi ydach chi a'r gath arbennig yma'n rhannu'r un dyddiad pen-blwydd. Dwi'n clywed chi ddarllenwyr annwyl yn gofyn, sut felly? Wel gan mai amcan yn unig oedd ganddom o'i oed, fe wnaethom benderfynu, oherwydd iddo landio yma ym mis Chwefror y byddai'n cael rhannu ei ddiwrnod pen-blwydd efo'r penteulu! Cawn felly ddathlu pen-blwydd y matriach yn 90 oed ond digon o waith bydd Bob yn dallt dathlu!

Dyma Bob felly yn parhau efo'i stori ar ôl ymweliad gan y deu-droed hŷn a'r deu-droed sy'n ei weindio:

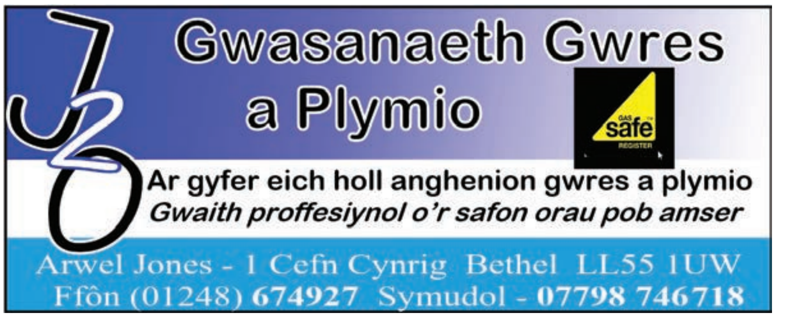
" Does 'na ddim posib cysgu'n y lle ma' weithiau! Jest pan rydw i'n rhoi mhen i lawr a setlo o flaen tanllwyth o dân, mae'r gloch fach yn canu ac mae rhywun neu rywrai yn dod drwy'r drws. Wir yr, does 'na ddim llonydd i'w gael. Y rhai gwaethaf i ddod yma oedd y ddeu-droed hŷn efo'r un sydd bron mor dal a fy neu-droed tal i! Symudais oddi wrth wres braf y bocs sgwâr i'r glustog foethus ar y gadair dan y bwrdd. Dwi'n saffach yn fanno, rhag ofn i un ohonyn nhw sefyll arnai!

Roedd ganddyn nhw fwy o sŵn nag arfer a chwerthin ac yfed y peth poeth yna maen nhw'n ei hoffi a ryw stwff melys, teisan dwi'n meddwl maen nhw'n ei alw fo er mwyn dathlu pen-blwydd. Beth bynnag ydy hwnnw. Wir yr, dydw i ddim yn meddwl gwnâi ddeall deu-droediaid tra bydda'i. Y deud-droed hynaf sy'n cael ei phen-blwydd ac mae hi fel brenhines yng nghanol pawb, er mae'r un sydd bron mor dal a fy neu-droed i'n cael digon o amser i fy mhryfocio. Mae o i'w weld yn cael hwyl o wneud hynny a dydy o ddim i weld yn dysgu pan fyddai'n llwyddo i dynnu gwaed gyda fy ewinedd miniog. Mond chwerthin a dal ati… fel ddudis i gynna mae isio mynadd efo rhai o'r deu-droediaid yma.

Ar ben bob dim, maen nhw rŵan yn mynd ati i wneud sŵn aflafar - 'canu' meddan nhw! Dim yn agos i mor swynol ag y medra i ei ganu ar noson loergan, yn enwedig os oes cath fach handi o gwmpas… Rwbath am benbwl hapus… i hyhi ac ar ben bob dim maen nhw'n ychwanegu fy enw i i'r canu. Wir yr! Yn ôl be ddallta'i mae hyhi yn 90 oed ac mi ydw i'n 60 oed yn eu cyfrif nhw. Felly mi ydw i'n hen yn eu tyb nhw. Dydw i ddim yn teimlo'n hen, dwi'n dal yn ddigon heini, yn gallu rhedeg (does ganddyn nhw ddim gobaith o fy nal i) neidio a chyrraedd pob arwyneb sy'n gyfforddus i gath yn y tŷ hwn. Cofiwch chi mae hi wedi bod yn aeaf hir, a'r cymalau'n brifo weithiau pan yw'n oer a gwlyb, ond bellach mae mwy o olau dydd a llai o dywyllwch dudew'r nos. Dwi'n edrach ymlaen at gael gorwedd ar y cerrig yn gynnes yn yr haul gyda hyn, balm i'r enaid a'r cymalau. Dwi'n edrach ymlaen hefyd i'r rhain stopio udo a mynd adra a ngadael i mewn heddwch. Byrhoedlog fydd y tawelwch gwaetha'r modd yn ôl pob son mae'r deu-droediaid bach yma fory… Cathod a'm gwaredo fi…

Dwi angen napan bach arall ar ôl yr holl rialtwch, nid am fy mod i'n hen wrth gwrs, jest magu digon o nerth i ddelio efo'r deu-droediaid bach llawn egni sy'n dod i fy ngweld i yfory…

A dyna ni, dwi yma o hyd ac mi fyddai'n barod am beth bynnag a ddaw yfory, ar ôl cael cyntun bach. Hwyl fawr!"



Ar ben arall i'r lein

Dyma ni o fewn diwrnod neu ddau i'r 3ydd o Fawrth a dechrau tymor newydd ar ein hafonydd. Be ddaw eleni tybed? A welir rhyw ddau neu dri o gwmpas y Finiog i groesawu gwawrio tymor newydd? Mi fydda i'n gwneud ymdrech i fynd draw tua amser cinio, sef yr amser cynhesaf o'r diwrnod, ac i gael golwg ar y slabiau mawr ar ben Bont Crawia i weld os yw'r pry cerrig mawr wedi deori ac yn cynhesu eu hunan ar ochr y bont. Os bydd y rhain o gwmpas, mi fydd werth taflu'r bluen un ai ar Lyn Tywod neu i lawr y Finiog hyd at y Garreg Ddedwydd. Tipyn gwahanol yw'r traddodiad yn yr Alban ble mae mintai o bysgotwyr yn dilyn y bagbibydd i lawr i'r afon, a'r hwyl sy'n dilyn!

Agor y tymor yn Chwefror ar Afon Tay (llun o'r we)

Buan iawn wedi hynny y gwelir agor y llynnoedd, ar yr 20fed o Fawrth. Y lle gorau yw ochr Rheilffordd Llyn Padarn. Ond eleni, wrth gwrs, ni fydd hyn yn bosib oherwydd y gwaith o osod gwirfrau o Orsaf Drydan Dinorwig. Y tebygolrwydd yw y bydd y rhan yma o'r Llyn wedi ei gau am rhyw ddwy flynedd. Mae cryn gwyno oherwydd hyn gan rai sy'n cerdded o amgylch y lle. O ran y Gymdeithas Bysgota, mae pethau'n wahanol gan ein bod yn berchnogion ar hawliau pysgota'r glannau; ac ynghlwm wrth hyn mae hawl cyfreithiol i fedru tramwyo'r tir. Ond i fod yn synhwyrol, mae'n rhaid i'r gwaith gael ei wneud, ac mae diogelwch yn bennaf yn ein meddyliau. O'r herwydd, cydweithio yw'r ffordd ymlaen, ac efallai y daw rhyw geiniog neu ddwy i drysorlys y Clwb fel iawndal.

Ond o golli lle da am gyfnod, daw cyfle i rai feddwl am gyfeiriad newydd, sef rhoi rhyw dro bach cynnar ar y cychod. Efallai daw hynny â thipyn o hwyl trwy fachu rhai o *sils y gog,* sef cywion eog sydd ar eu ffordd i lawr i'r môr. Mae'r rhain yn arbennig, gyda maint o rhwng 10 a 14 modfedd. Mi fydd eich dwylo'n disgleirio fel arian byw wrth eu rhoi yn ôl i'r Llyn. Ydi, y mae yn anghyfreithlon i'w cadw at y badell. Flynyddoedd yn ôl, doedd dim rhaid taflu pluen i wybod os oedd rhediad y *sils* wedi dechrau, doedd ond eisiau mynd at yr afon y tu cefn i Ysbyty Eryri yng Nghaernarfon! Yno, mi oedd sgotwr arbennig o'r Dre wrthi o ben y stepiau yng ngwaelod y llwybr o'r maes parcio. Mi oedd ganddo gi bach, ac amser y *sils* mi fyddai sglein arbennig ar y ci o gael gwledda ar ddalion ei berchennog! Fel llawer o'r Dre, mi oedd gan y sgotwyr yma ffugenw arbennig. Oes rhywun ohonoch yn gwybod be oedd hwnnw? Efallai y gwna i ei roi i chi'r mis nesaf! Cawn weld, yn de.

Un arall o ddirgelion Padarn yw'r brithyll arian sydd i'w cael yng nghanol y Llyn. Mae'r rhain werth eu cael ac yn torri'n goch, arbennig i'r badell! Cofiaf gael fy addysgu am ddirgelion ein dyfroedd gan yr hen griw. Erbyn hyn, dwi'n un o'r rheiny! Ia, cofiwch mi oedd addysgu'n cynnwys clustfeinio ar beth oedd yn mynd ymlaen hefyd, a dyma glywais i am y brithyll arian: *Mae tri chylch i fywyd brithyll ein llynnoedd mawr, sef blwyddyn o besgi yn dilyn claddu. Dyma pryd mae ei gorff yn datblygu a dim o'i nerth yn cael ei sugno i ddatblygu grawn, dyma'r brithyll arian. Yr ail flwyddyn mae ei liw yn dechrau newid i liw brithyll brown arferol, ond yr amser yma does ond rhyw leinyn tennau o rawn yn eu boliau. Y drydedd flwyddyn yw'r datblygiad i liw brithyll brown arferol gyda grawn sylweddol yn datblygu, dyma'r flwyddyn y bydd yn bwrw'r grawn ar ddechrau'r gaeaf.*

Ond wrth gwrs, mae hyn yn ddealladwy gan fod natur yn ddoeth dros ben. Does ond eisiau cysidro o bosib y rheswm am hyn: os buasai rhyw argyfwng un ai trwy lygredd neu dywydd hollol anffafriol, os buasai cylch bwyd brithyll ond rhyw flwyddyn, yna mi fuasai'n bosib i'r rhywogaeth gael ei dinistrio'n llwyr. Mae'n gweithio yn tydi, o gofio bod y brithyll yma wedi bod o gwmpas y lle am rhyw 15 i 20 miliwn o flynyddoedd. Ble cefais y wybodaeth yma medda chi? Wel, yn y coleg arbennig ar faterion natur a llawer arall oedd ar gael i rai â diddordeb – yn y Wellington, y Bull, Y Fricsan a Phenbont.

A dyma i chi wers arall sydd werth ei hail adrodd. Yn y Penbont ar ddiwrnod olaf y tymor, dyma Now Bach yn dweud wrthyf,

"Dangos y plu ti'n glymu Cae'r Tŷ." Dyma oedd ei sylwad: "Be di rhain? Pennau coch? Pa bryd welais di bry hefo pen coch? Pen du bob amser, cofia!"

Brithyll Brown Padarn yn ei liw naturiol 3edd flwyddyn. Frank Jones, Llanfaglan

Mi oedd Now yn glymwr heb ei ail. Felly, pennau du ydi wedi bod ar blu brithyll. Ond mi fyddai'n dal i roi pennau coch ac oren ar blu eog.

Codais fy nghlustiau ddechrau'r mis o glywed eitem ar Radio Cymru, a'r sylw a wnaed am brinder dolffiniaid a llamhidyddion o amgylch Ynys Enlli. Mae hyn yn achosi tipyn o bryder yn ôl pob golwg. Be sy wedi digwydd tybed? Tybed oes yna or-sylw'n cael ei roi gan rai sy'n camddehongli natur? Pam dwi'n deud hyn? Wel, ychydig fisoedd yn ôl, roedd nifer y mamaliaid yma o gwmpas y Fenai a Bae Caernarfon yr uchaf ers degawdau. Welais i fy hun erioed gymaint ohonyn nhw yn y Fenai. Tarwch olwg ar safle *facebook* y Gymdeithas – *sgll fishing society* – i gael gweld sioe arbennig o'r creaduriad yma'n hela'r eog a gwyniadau ger Traeth Bach.

Gan ein bod ar drothwy mis Mawrth, dyma bwt am y mis arbennig hwn, o *Telynegion y Misoedd* gan Eifion Wyn, bardd a sgotwr arall:-

Beth a welais ar y llyn
Rhwng y dwfr a brig yr onnen?
Lliw a modrwy brithyll Mawrth –
P'le mae'r enwair, p'le mae'r bluen?

Huw Price Hughes

Fferyllwyr Llŷn
Eich Fferyllydd Lleol | Your Local Pharmacist
Fferyllfa I Ellis Jones, Stryd Fawr, Llanberis
Oriau Agor:
Llun i Gwener: 9 - 6pm
Sadwrn: 9 - 4pm
*ar gau bob dydd rhwng 12.30 a 1pm
01286 800113
fferyllwyrllyn.co.uk

BYSUS RHIWLAS
BYSUS BACH A MAWR
ar gael ar gyfer pob math o LOGI PREIFAT
Nosweithiau allan, Partion, Tripiau ac ati.
Am wasanaeth personol a thelerau rhesymol -
Ffoniwch **(01248) 361044**
D. P. OWENS RHIWLAS

Dion Edwards Yn Nofio Tua'r Dyfodol

Mae'r nofiwr dwy ar bymtheg oed Dion Edwards o Lanrug yn gwneud enw iddo'i hun wrth iddo gynrychioli Cymru ar y llwyfan rhyngwladol. Bu Dion yn cystadlu ym Mhortiwgal yn ddiweddar a dyma ei gystadleuaeth dramor cyntaf gyda Thîm Cymru, gan rasio yn y cystadlaethau pili-pala a dull rhydd.

Nid yw'r nofiwr dawnus, sydd ag angerdd am y ddwy ddisgyblaeth, yn ddieithr i foreau cynnar a sesiynau hyfforddi dwys. Er mwyn perffeithio ei sgiliau, mae'n rhaid iddo fynd ar deithiau rheolaidd i Abertawe, yr unig leoliad yng Nghymru sydd â phwll 50 metr, gan sicrhau ei fod yn gallu hyfforddi o dan yr amodau sy'n ofynnol ar gyfer cystadlaethau haen uchaf.

"Mae'n ymrwymiad, ond mae'r cyfle i rasio ar y lefel uchaf yn bwysig," meddai Dion, sy'n ychwanegu bod y profiad ym Mhortiwgal yn heriol a chyffrous.

Mae ymroddiad Dion yn dwyn ffrwyth. Nid yn unig y bu'n cynrychioli Cymru gyda balchder ym Mhortiwgal, ond mae bellach wedi cymhwyso ar gyfer pencampwriaethau mawreddog Prydain Fawr, a fydd yn cael eu cynnal yn Llundain y Pasg hwn. Mae hyn yn garreg filltir arwyddocaol yn ei yrfa ifanc wrth iddo anelu at barhau i ddringo rhengoedd y byd nofio.

"Rwy'n gyffrous iawn fy mod wedi cymhwyso ar gyfer Pencampwriaethau Prydain Fawr," meddai Dion, wrth edrych ymlaen at y gystadleuaeth.

"Mae hi wedi bod yn freuddwyd i gynrychioli fy ngwlad, a rŵan mae'r cyfle i gystadlu yn erbyn goreuon y wlad yn anhygoel."

Yn ogystal â'i drefn hyfforddi, mae Dion wedi cael ei gefnogi gan amrywiol noddwyr ac unigolion. "Hoffwn ddiolch i:

Cofio Robin
Perkins Furniture
Colin Jones Plastering
Marathon Eryri
Teithiau Menai
S & B Roberts ltd
Palo Shoker Premier Llanrug
Roberts Portdinorwig

am eu haelioni a'u cefnogaeth anhygoel," meddai. "Mae eu cefnogaeth wedi ei gwneud hi'n bosibl i mi ddilyn fy mreuddwydion, ac rwy'n hynod ddiolchgar am eu haelioni."

Wrth i Dion barhau i weithio'n galed, mae ei stori yn ysbrydoliaeth i athletwyr ifanc Bro'r Eco. Gyda'i benderfyniad a'i egni, mae'r dyfodol yn edrych yn ddisglair i'r seren newydd hwn ym myd nofio Cymru.

Os oes gan unrhyw un ddiddordeb i noddi Dion Edwards yna mae'n bosibl cysylltu drwy ebost - dion.peris07@gmail.com

Y Daith i Gwpan y Byd 2026

Yn 2022 gwelsom y Ddraig Goch yn hedfan yn uchel yn Qatar wedi i Gymru gyrraedd rowndiau terfynol Cwpan y Byd am yr ail dro, a'r tro cyntaf ers 1958.

Mi fydd Cymru yn gobeithio cyrraedd y rowndiau terfynol eto gyda'r twrnament yn cael ei gynnal mewn tair gwlad yng Ngogledd America, sef yr Unol Daleithiau, Canada a Mecsico, yn ystod haf y flwyddyn nesaf. Ond cyn cyrraedd yno bydd rhaid mynd trwy'r rowndiau rhagbrofol gyda Chymru yn cychwyn ei hymgyrch ddiwedd Mawrth.

Mae'n deg dweud bod y grŵp yn un ffafriol iawn a threfn y gemau wedi disgyn yn garedig. Cymru yw'r ail ddetholyn yn y grŵp ac yn ymuno â Gwlad Belg, Gogledd Macedonia, Kazakhstan a Liechtenstein.

Bydd Cymru yn cychwyn ei hymgyrch yn erbyn Kazakhstan. Er ei bod hi'n wlad yng nghanol Asia, mae'r Gymdeithas Bêl-droed yn rhan o UEFA. Nid yw Cymru wedi chware Kazakhstan mewn gêm y dynion o'r blaen, felly mi fyddent yn wrthwynebwyr newydd. I ychwanegu mwy i'r gêm bydd gan Kazakhstan reolwr newydd wrth y llyw, wedi iddynt ffarwelio â chyn reolwr Rwsia, Stanislav Cherchesov ddechrau'r flwyddyn.

Ail wrthwynebwyr Cymru yw Gogledd Macedonia. Mae Cymru wedi chware yn eu herbyn ddwywaith a hynny yn Rowndiau Rhagbrofol Cwpan y Byd 2014. Bryd hynny enillodd y ddau dîm eu gemau cartref yn erbyn ei gilydd. Ond bydd y gêm honno draw yng Ogledd Macedonia yn cael ei chofio fwy am anturiaethau Chris Coleman! Wedi i Reolwr Cymru ar y pryd anghofio ei basbort a bu rhaid iddo deithio yn hwyrach ar wahân i'r garfan. Gobeithio bydd Craig Bellamy yn cofio ei basbort fis Mawrth.

Un arall oedd yn ein Grŵp Rhagbrofol Cwpan y Byd 2014 oedd Gwlad Belg a gwrthwynebwyr cyfarwydd iawn i ni. Mae'r ddwy wlad wedi chwarae ei gilydd

9 gwaith ers 2012. Gyda chyfnod cenhedlaeth aur y Belgiaid yn prysur ddod i ben,

mi fydd y *Red Devils* yno i'w curo fel prif ddetholion y grŵp. Fel Kazakhstan mae Gwlad Belg yn cychwyn y flwyddyn gyda rheolwr newydd. Rudi Garcia fydd wrth y llyw wedi Domenico Tedesco adael fis Ionawr. Mi fydd Craig Bellamy yn dychwelyd i Frwsel wedi iddo weithio fel hyfforddwr gyda chlwb Anderlecht a hefyd dyma'r lleoliad y cafodd Bellamy ei gap olaf dros ei wlad yn 2013.

Y pedwerydd tîm a'r detholion isaf yn y grŵp yw Liechtenstein. Gemau Rhagbrofol Cwpan y Byd 2010 oedd y tro diwethaf i Gymru eu hwynebu gyda dwy fuddugoliaeth o 2 - 0. Mi fydd Cymru yn disgwyl cipio pwyntiau llawn unwaith eto gyda'u record ddiweddar ddim y gorau. Collodd Liechteinstein ddwywaith i San Marino yng Nghynghrair y Cenhedloedd, tîm oedd heb ennill gêm gystadleuol erioed o'r blaen. Roedd un o'r gemau hynny fis Medi yn rhan o'u rhediad gwaethaf o 42 gêm heb ennill, gyda'r rhediad hwnnw yn dod i ben yn erbyn Hong Kong fis Hydref.

Edrychwn ymlaen am y gemau rhagbrofol yn ystod y flwyddyn a gobeithio bydd tîm Craig Bellamy yn edrych ar daith i Gwpan y Byd yng Ngogledd America'r flwyddyn nesaf!

Elgan Rhys Jones

ISSN 2516-7235
9 772516 723001 >