Y DINESYDD

Chwefror 2019 Papur Pobl Caerdydd a'r Fro Rhif 434 £1

SENEDD IEUENCTID CYMRU TUD. 3

DATHLIADAU'R FARI LWYD TUD. 18

CYSTADLEUAETH I WYDDONWYR IFANC - TUD. 6
TEYRNGEDAU - TUD. 11 A 12
FFARWELIO Â'R THAI HOUSE AM Y TRO - TUD. 23

Y DINESYDD

Golygyddion:
Eirian a Gwilym Dafydd

Golygydd Mawrth
Eiry Palfrey

Cyfraniadau erbyn 24 Chwefror i:
eirypalfrey@yahoo.co.uk
2 Tŷ Sain Baruc, Clôs Highfield,
Heol y Parc, Y Barri, CF62 6NU
07720 009902

Y Digwyddiadur:
Yr Athro E Wyn James
JamesEW@caerdydd.ac.uk
16 Kelston Road, Caerdydd, CF14 2AJ
029 20628754

Hysbysebion:
Iestyn Davies
iestynd@gmail.com
15 Birchfield Crescent, Parc Victoria,
Caerdydd, CF5 1AE
07876 068498

Prif Ddosbarthwr:
Ceri Morgan
ceri33@btopenworld.com
24, Cwm Gwynlais, Tongwynlais,
Caerdydd, CF15 7HU
029 20813812 / 07774 816209

Tanysgrifiadau i:
Ceri Morgan
ceri33@btopenworld.com
24, Cwm Gwynlais, Tongwynlais,
Caerdydd, CF15 7HU
029 20813812 / 07774 816209

www.dinesydd.cymru
Cyhoeddir gan Bwyllgor y Dinesydd.
Nodir hawl y golygyddion i gwtogi
ar erthyglau yn ôl y gofyn.

Argraffwyr:
Gwasg Morgannwg, Castell-nedd.
Cysodydd: Eirian Dafydd

Ariennir yn rhannol gan Lywodraeth Cymru

Y Cyfryngau Cymdeithasol

Twitter: @DinesyddCdydd
Facebook:
www.facebook.com/YDinesydd

CYMUNEDAU BYW / CREU CYMDEITHAS

Mae Cymru yn wlad unigryw am lawer o resymau. Pa wlad arall sydd yn medru dweud bod yna gymdeithas o Gymry yn dod at ei gilydd ymhob cwr o'r byd? Ac yn parhau i gyfarfod yn ffyddlon? Er bod hyn y wir mewn rhai ardaloedd yng Nghymru, yn anffodus mae ambell un wedi diflannu.

Mae ein cymunedau wedi newid, ac mae llawer o'r rhesymau yn ymwneud â datblygiadau cyfoes nad ydynt yn fy marn, er gwell bob tro.

Beth am ail adeiladu ein cymunedau? Cyfarfod a chreu cymdeithas Gymraeg i ddod â'n cymdogion at ei gilydd unwaith eto? Mae ein plant angen clywed a defnyddio'r Gymraeg y tu allan i'r ysgol a'r capel.

Beth am hysbysu'r ardaloedd sydd yn cwrdd i greu rhwydwaith o gymdeithasau er mwyn cyfarfod yn achlysurol? Oes rhai yn eich pentrefi neu drefi sydd yn awyddus i gael Cymdeithas Gymraeg a Chymreig?

Fel rhan o grŵp Cymunedau Byw Cymdeithas yr Iaith hoffwn roi cymorth i chi symud ymlaen â hyn.

Croeso i chi gysylltu gyda fi ar nia@cymdeithas.cymru neu drwy neges neu alwad ffôn ar 07443-035246 / 01978-448807.

Edrychwn ymlaen i gyd weithio â chi,

Nia Marshall Lloyd

Swyddog Cymunedau Byw, Cymdeithas yr Iaith

NEWYDDION YCHWANEGOL Y DINESYDD

Weithiau mae gormod o ddeunydd yn dod i law i'w gynnwys mewn rhifyn cyfredol. O ganlyniad mae'n rhaid cwtogi ar rai erthyglau. Mae'r cyfraniadau canlynol - datganiad am y grant a dderbyniodd Ysgol Y Mynydd Bychan, lluniau am lwyddiannau Ysgol Gynradd Sant Curig, Y Barri, a hanes buddugoliaeth Clwb Rygbi Cymry Caerdydd dros Bendyrus - i'w gweld yn llawn ar ein gwefan: www.dinesydd.cymru

Gobeithio bydd colofn Cwmni'r Dysgwyr yn ôl yn y rhifyn nesaf.

Y DINESYDD
MIS MAWRTH 2019

Eleni eto, yn dilyn llwyddiant y llynedd mi fydd Dinesydd Mis Mawrth yn canolbwyntio ar Fro Morgannwg.

Bydd Eiry Palfrey y Golygydd (eirypalfrey@yahoo.co.uk) yn hapus iawn felly i dderbyn unrhyw gyfraniad difyr (dim mwy na 300 gair os yn bosib + llun) sy'n bethnasol i'r Fro oddi wrth ysgolion, cymdeithasau ac unigolion.

(Dyddiad cau 24 Chwefror)

Senedd Ieuenctid Cymru

Manon Clarke

Helo! Ein henwau ni yw Manon a Greta. Rydym yn ddisgyblion yn Ysgol Plasmawr a chawsom ein hethol i fod ar Senedd Ieuenctid cyntaf Cymru. Mae'r Senedd yn gyfle i 60 o bobl ifanc i leisio eu barn ar faterion gwleidyddol a chymdeithasol. Credwn fod llais person ifanc 11-18 oed yr un mor bwysig ag unrhyw lais arall, a'n braint yw cael y cyfle i gynrychioli ein cymunedau.

Manon ydw i, a dw i'n cynrychioli Gorllewin Caerdydd. Fy mhrif flaenoriaethau yw tlodi misglwyf o fewn merched ifanc, yr amgylchedd trwy Gymru gyfan, ac iechyd meddwl pobl ifanc. Mae'r materion yma'n hollbwysig i mi gan eu bod yn broblemau sy'n wynebu pob person ifanc heddiw. Mae'n amser iddynt gael eu herio a'u datrys.

Greta ydw i, a dw i'n cynrychioli'r Urdd yn y Senedd Ieuenctid. Fy mhrif flaenoriaethau yw'r Iaith Gymraeg o fewn ysgolion ac yn genedlaethol, yr amgylchedd, ac anhwylderau meddwl pobl ifanc Cymru. Mae'n hanfodol ein bod yn gallu siarad am y materion yma; maent yn broblemau bob dydd i bob person ifanc, ac yn bethau mae'n hen bryd bod y Cynulliad yn eu hwynebu.

Bu'r cyfarfod cyntaf rhanbarthol ym mis Ionawr 2019, ac roeddem yn hynod o awyddus i gwrdd â'r aelodau eraill, a dechrau trafod y materion pwysig yma. Ein gobeithion yw bydd y cyfarfodydd yma'n ein galluogi i gamu ymlaen i'r dyfodol yn llawn hyder gyda strategaethau pendant i wynebu materion cyfoes llosg.

Aelodau Rhanbarthol Senedd Ieuenctid Cymru

Greta Evans

Siopau sy'n gwerthu'r Dinesydd

CABAN, Pontcanna
CANT A MIL VINTAGE, 100 Whitchurch Rd.
CHAPTER, Treganna
DERI STORES, Rhiwbina
GRIFFIN BOOKS, Penarth
NISA, Heol Caerdydd, Dinas Powys
PAPERWEIGHT, 22 Wellfield Road
SIOP BODLON, Yr Hen Lyfrgell, Yr Ais
SIOP Y FELIN, Yr Eglwys Newydd
VICTORIA FEARN GALLERY, Rhiwbina

Y Cyfryngau Cymdeithasol

Cadwch mewn cysylltiad â'r Dinesydd ar Twitter trwy ddilyn ein cyfrif newydd @DinesyddCdydd, ac ar Facebook trwy ddilyn www.facebook.com/YDinesydd

Ysgol Gwaelod Y Garth

Bu'n gyfnod cyffrous iawn i ni yn Ysgol Gwaelod y Garth gyda dathliad 50 mlynedd agoriad yr uned Gymraeg a chychwyn addysg ddwyieithog yn yr ysgol. Agorwyd yr uned Gymraeg gyda 6 o blant ar y gofrestr. Erbyn heddiw mae 293 o ddisgyblion yn yr ysgol. Cawsom ddathliad bendigedig yng Nghapel Bethlehem, Gwaelod y Garth, gyda'r ysgol gyfan yn ymuno mewn cyngerdd.

Diolch yn fawr i gyn-ddisgybl o'r ysgol, Catrin Dafydd, a ddaeth i sbarduno a chyd-ysgrifennu darn o farddoniaeth gyda Blwyddyn 6.

Yng nghesail y Garth

Cerdd gywaith blwyddyn 6C i ddathlu hanner can mlynedd o fodolaeth Adran Gymraeg Ysgol Gwaelod y Garth.

Yng nghesail y Garth, mae bro heddychlon -
a phentref hynafol sy'n llawn i'r ymylon.

Hen dafarn, ffermydd a bythynnod clyd
a choedwig brydferth sy'n llawn lledrith a hud.

O ganol y coed, daw'r adar bach
i ddathlu ein hanes a chanu'n iach.

Daw'r dail i ddawnsio a daw'r plant ynghyd
i floeddio fod yr iaith yn fyw o hyd!

Dacw nhw, holl blant yr ysgol -
ffrindiau sy'n dysgu a gwenu'n siriol!

Dacw nhw'n lluosi a rhannu,
yn cefnogi, llwyddo ac ysbrydoli!

Bydd llawer yn newid, wrth i amser symud
ond bydd y mynydd yn gefn i ni bob munud.

Dychmygwch - hanner can mlynedd o nawr -
plant bach newydd fydd yn gwylio'r wawr...

... ond bydd yr iaith yn parhau, hyd yn oed bryd hynny
yng nghesail y Garth, yn ein pentref ni.

Rydym yn edrych ymlaen at y 50 mlynedd nesaf!

Ysgol Plasmawr

Noson Gwyddorau

Cynhaliwyd Noson Gwyddorau ar 22 Tachwedd, a daeth nifer o wyddonwyr i drafod eu profiadau a'u llwyddiannau ym myd Gwyddoniaeth. Y bwriad oedd ysbrydoli gwyddonwyr ifanc yr ysgol, gan ddangos y gyrfaoedd sy'n bosib trwy astudio Ffiseg, Cemeg a Bioleg. Gwahoddwyd cyn-ddisgyblion, sydd wedi llwyddo i ddilyn gyrfaoedd sy'n gysylltiedig â'r pynciau yma, mewn meysydd fel meddygaeth, peirianneg a mwy, i drafod eu llwybrau ers gadael ysgol.

Yn dilyn gweithdai gan y cyn-ddisgyblion, cafodd y gwyddonwyr ifanc y fraint o wrando ar ddwy ddarlith, un gan y Dr Hefin Jones a'r llall gan y Dr Mark Hannam. Rhoddodd Dr Hefin Jones gyflwyniad ar ei fywyd a'i brofiadau ym myd Bioleg, gan ffocysu ar Sŵoleg, Ecoleg a Microbioleg. Roedd yn brofiad anhygoel clywed am wyddonydd mor llwyddiannus a chymaint mae wedi'i gyflawni, a phleser oedd gwrando ar y cyflwyniad yn y Gymraeg. Trafododd Dr Mark Hannam ar ddarganfyddiad diweddar '*gravitational waves*' y prosiect LIGO. Roedd yn gyflwyniad diddorol iawn a phleser oedd gwrando arno. Roedd dealllusrwydd Dr Hannam o'r pwnc yn amlwg. Roedd pawb wedi mwynhau clywed am lwyddiannau a phrofiadau'r ddau wyddonydd.

Seth Kelly (Bl. 13)

Gwobr Dr Tom Parry Jones - EESW Disgybl y Flwyddyn 2018.

Cymerodd pump ohonom ran ym mhrosiect EESW y chweched dosbarth sy'n hybu sgiliau gweithio mewn tîm, dadansoddi data, datrys problemau peirianneg, cyflwyno syniadau a llawer mwy. Jacobs Engineering

Daniel Clarke - enillydd gwobr Dr Tom Parry Jones

Group osododd ein sialens. Ein prosiect oedd dylunio ac adeiladu prototeip o ddyfais i atal trawsnewidyddion rhag gorgynhesu. Dysgom gymaint dros yr wyth mis a dreuliasom ar y prosiect. Roedd yn siawns i ymchwilio ym maes peirianneg, a chymhwyso syniadau Ffiseg TGAU a Lefel A i fywyd go iawn. Hefyd, roedd yn siawns i gystadlu gydag ysgolion eraill ledled Cymru.

Yna, roedd cyfle i ymgeisio am wobr Dr Tom Parry Jones EESW Disgybl y Flwyddyn 2018. Ar ôl llenwi ffurflen gais a chyfweliad gyda CEO EESW a dadansoddwraig y prosiect, bu seremoni wobrwyo yn The Vale Resort, yr un pryd â swper rhwydweithio blynyddol Fforwm Modurol Cymru. Profiad anhygoel oedd sefyll o flaen ystafell lawn a rhannu profiadau'r prosiect! Cefais hefyd gyfle i ddiolch i EESW am y cyfle ac i Mrs R W Jones, gweddw Dr Tom Parry Jones, am roi cymorth parhaol i ddisgyblion ledled Cymru. Y wobr ei hun yw cymorth ariannol trwy astudiaethau STEM pellach.

Daniel Clarke (Bl 13)

Ysgol Y Mynydd Bychan

Mae Ysgol Y Mynydd Bychan ymhlith wyth o ysgolion Caerdydd a dderbyniodd grant o £12,500 i ddathlu gyrfa Geraint Thomas a'r rôl allweddol a chwaraeodd y clwb beicio, y Maindy Flyers, yn ei ddatblygiad. Mae'r grant wedi ei roi fel rhan o gynllun 'Cydweithio Creadigol' Cyngor Celfyddydau Cymru a bydd yr arian yn cael ei ddefnyddio i ddatblygu gwaith celf a fydd yn cael ei osod o amgylch trac y Maendy. Bydd y plant yn cyd-weithio gyda thrawstoriad o artistiaid, cerddorion a beirdd gyda'r bwriad o greu cofeb weledol barhaol i arddangos rhan Canolfan y Maendy yn hanes chwaraeon yng Nghymru. Cefnogir y prosiect gan yr Ymddiriedolaeth Actifyddion Artistig a bydd yn cloi gyda Gŵyl Crys Melyn arbennig yng Nghanolfan Maendy ym mis Gorffennaf i gyd-fynd â Tour de France 2019. Bydd yr Ŵyl yn cynnwys cyfraniadau cerddorol gan rai o'r ysgolion sydd wedi bod yn rhan o'r prosiect a bydd y gwaith celf yn cael ei ddadorchuddio'n swyddogol yn ystod y digwyddiad yma.

Dywedodd Miss Siân Evans, Pennaeth Ysgol Mynydd Bychan: 'Bydd y prosiect yma'n sicrhau bod cofeb barhaol nid yn unig o lwyddiant ysgubol Geraint Thomas – ond pob un cyn-aelod o'r Maindy Flyers a gafodd yrfa lwyddiannus fel beiciwr proffesiynol. "Breuddwydiwch yn fawr, ewch amdani, peidiwch gadael i unrhyw beth eich dal yn ôl," oedd un o brif negeseuon Geraint Thomas yn dilyn ei fuddugoliaeth. Mae'r prosiect yma'n *breuddwydio'n fawr* ond mae'n un sydd gyda'r potensial i ysbrydoli cenhedlaeth newydd o feicwyr ac athletwyr brwd. Bydd hefyd yn sicrhau bod gan blant yr ardal rywbeth i'w hatgoffa'n barhaus i anelu'n uchel ac i ddyfalbarhau wrth ddilyn eu breuddwydion a bod llwyddiant yn gyrhaeddadwy i bawb gyda gwaith caled – beth bynnag yw'r meysydd maen nhw'n dewis arbenigo ynddo.'

I weld y datganiad yn llawn ewch i'n gwefan: www.dinesydd.cymru

Ysgol Sant Curig

Cyngerdd Carolau BBC Cymru Wales

Bu criw o ddisgyblion yr ysgol yn rhan o Gôr Plant Unedig a berfformiodd yng nghyngerdd carolau BBC Cymru Wales ynghyd â rhai o aelodau Cerddorfa a Chorws Cenedlaethol Cymreig y BBC. Bu'n brofiad gwefreiddiol iddynt i ganu ar lwyfan Neuadd Dewi Sant gyda rhai o sêr BBC Cymru Wales, gan gynnwys Eleri Siôn, Dot Davies, Wynne Evans a'r actores Suzanne Packer. Darlledwyd y gyngerdd ar BBC Radio Wales noswyl a dydd Nadolig. Diolch i'r athrawon a fu'n hyfforddi'r disgyblion.

Blwyddyn 6

Llyfrgelli - trefnwyd gŵyl ddwyieithog, dridiau o hyd, i ddathlu'r cyfoeth o ddiwylliant sydd ar gael i ni yng Nghymru heddiw. Cawsom wledd o gerddoriaeth gan Al Lewis, Bronwen Lewis a chriw chweched dosbarth Ysgol Gyfun Bro Morgannwg. Braint oedd cael clywed Owain Siôn Williams, awdur cyfres Dyddiadur Dripsyn yn darllen a thrafod ei waith gyda ni. Hoffem ddiolch i Sian Rhiannon, Meinir, Ffion ac Erin Thomas am ddod i drafod rhai o'u hoff ddarnau o lenyddiaeth gyda ni. Cawsom gwmni'r actores Elin Llwyd wrth iddi gynnal gweithdy drama fyrlymus a braf oedd gwahodd Mr Gareth Iwan Jones a Mrs Catrin Bennett i draddodi'r feirniadaeth yng nghystadleuaeth ysgrifennu stori fer lai na 500 gair. Un o'r uchafbwyntiau oedd cael rhannu ein straeon, cerddi a chelf gyda'n rhieni dros baned o Caffi Curig. Tridiau bythgofiadwy.

Blwyddyn 1

Thema'r tymor oedd Olion Traed a bu pawb yn mwynhau ffeithiau diddorol am hanes ein byd a'i greaduriaid. Ein hoff ran oedd dysgu am ddeinosoriaid a bu cyffro mawr pan ymwelodd deinosoriaid enfawr â ni.

Blwyddyn 5

Yng nghanol prysurdeb y Nadolig, dathlwyd diwedd y tymor drwy gynnal Amgueddfa Fyw Oes Fictoria. Roedd y neuadd yn llawn enwogion megis Charles Dickens, Florence Nightingale, Alexander Graham Bell, David Davies ac Emeline Pankhurst, ymysg eraill, - heb anghofio y Frenhines Fictoria ei hun, wrth gwrs. Gweithiodd y plant yn ddiwyd wrth ymchwilio i fywydau'r enwogion, cyn cael y cyfle i adrodd eu hanes *mewn cymeriad*. Manteisiodd gweddill yr ysgol ar y cyfle i gwrdd â'r cymeriadau yn y bore, gyda'r rhieni yn mwynhau'r amgueddfa yn y prynhawn. Diolchwn iddynt am gefnogi mor frwd gyda gwisgoedd, arteffactau a'u hymrwymiad gwych i'r prosiect.

Dathlu Llwyddiant

Hoffwn longyfarch bob aelod o deulu'r ysgol ar adroddiad arolwg gan Estyn sydd yn amlygu nifer o ragoriaethau ar draws yr ysgol. Rydym yn hynod o falch o'r adroddiad a hoffwn ddiolch i holl staff a chymuned yr ysgol am weithio'n ddiflino.

Mwy o luniau ar ein gwefan: www.dinesydd.cymru

Ysgol Glantaf

Campau Chwaraeon Glantaf
Pencampwriaethau Prydain

Aimee

Llongyfarchiadau enfawr i Aimee am gynrychioli Cymru ym Mhencampwriaethau Trawsgwlad Prydain ym Melfast yn ddiweddar. Rydym yn hynod falch o'i llwyddiant.

Carfan Cymru

Clod haeddiannol i gyn-gapten a chapten presennol yr Academi Rygbi, Ioan a Teddy, wrth iddynt gael eu dewis yn rhan o garfan Cymru dan 20 oed. Mae Ioan bellach yn astudio yn y brifysgol a Teddy ar ei flwyddyn olaf yn y Chweched dosbarth.

Dathlu llwyddiannau tu hwnt i ffiniau'r ysgol

Testun balchder yw clywed am lwyddiannau ein disgyblion y tu hwnt i furiau'r ysgol. Yn ddiweddar

Rhys

Hannah

derbyniodd Rhys o flwyddyn 7 ei gap cyntaf yng nghinio Criced Cymru. Braf hefyd oedd clywed am lwyddiant Hannah o flwyddyn 11 wrth iddi hi gael ei dewis i chwarae hoci ym Mhencampwriaethau Ewrop yn Ffrainc. Bydd y tîm cenedlaethol yn gadael am Ffrainc ar ddechrau mis Chwefror. Llongyfarchiadau gwresog i'r ddau.

CYSTADLEUAETH I FYFYRWYR 16 - 19 OED

Mae Cymdeithas Wyddonol Cylch Caerdydd gyda nawdd gan y Sefydliad Ffiseg yn lansio cystadleuaeth ar gyfer myfyrwyr unigol 16-19 oed.

Dyma gyfle i fyfyrwyr lunio cyflwyniad Cymraeg ar unrhyw destun gwyddonol gyda chysylltiad Cymreig, Gall hyn fod yn bortread o wyddonydd a'i (g)waith neu gyflwyniad ar arloesiad neu waith ymchwil penodol.

Gall y cyflwyniad fod ar unrhyw ffurf, er enghraifft sgwrs, fideo, sleidiau ac yn y blaen. Bydd angen i'r cyflwyniad fod rhwng 7 a 10 munud.

Disgwylir i'r ymgeisydd gyflwyno'r gwaith ar nos Lun 18 Mawrth, 2019 o flaen panel o feirniaid. Bydd y dyfarniad yn cael ei gyhoeddi mewn cyfarfod o Gymdeithas Wyddonol Cylch Caerdydd ar nos Lun 20 Mai, 2019.

Y wobr gyntaf: £200
Yr ail wobr: £100
Y drydedd wobr: £50

Dyddiad cau: 1 Mawrth 2019.
I gystadlu cysylltwch â
cymdeithas.wyddonol@gmail.com

Cymdeithas Wyddonol Cylch Caerdydd

Yn ein cyfarfod cyntaf (21 Ionawr) eleni daeth y Dr Jason Williams i sôn am ei ymchwil i'r posibilrwydd o ddefnyddio bacteria gwenwynig salmonela i drin canser. Brodor o Ystradgynlais yw Jason a chafodd ei addysg yn Ysgol Gynradd Ynyscedwyn ac Ysgol Gyfun Ystalyfera. Graddiodd mewn Geneteg yn Abertawe a dilyn ymchwil ym Mangor cyn dychwelyd i'r brifysgol yn Abertawe. Yno mae'n un o dîm sy'n gweithio ar y cyd gyda thîm o ymchwilwyr ym Mhrifysgol Caerdydd.

Fel arfer rydym yn meddwl am lawdriniaeth, radiotherapi a chemotherapi fel triniaethau canser, ond mae tystiolaeth bod tiwmorau canser yn tyfu yn arafach mewn pobl wedi eu heintio â bacteria. Mae gwaith Jason yn mynd gam ymhellach ac yn defnyddio celloedd bacteria i ymyrryd â gallu celloedd canser i gynhyrchu protinau canser a lledaenu drwy'r corff.

Mae'r gwaith yn adeiladu ar dechneg o'r enw ymyrraeth RNA; mae'n bosib newid rhan o gôd geneteg un gell a'r newid wedyn yn cael ei drosglwyddo i gell arall. Mae'r newidiadau yn ymyrryd â'r protinau y mae'r gell yn gallu cynhyrchu. Trwy ddewis y newidiadau cywir i'r moleciwl RNA, mae modd atal cell canser rhag cynhyrchu unrhyw brotinau canseraidd. Heb gynhyrchu'r protinau hyn ni all y gell ledu'r canser. Mae'r driniaeth chwyldroadol hon yn cael ei harbrofi ar lygod; ac mae tipyn o ffordd i fynd eto nes bod profion yn digwydd ar bobl.

Er bod y syniad yn un syml ac wedi ei brofi ar anifeiliaid, mae canser yn elyn peryglus, gyda nifer o wahanol fathau o ganser yn cymhlethu'r sefyllfa. Y gobaith yn y pendraw yw gwneud canser yn glefyd cronig, sef un y mae modd ei reoli gan gyffuriau a'r claf yn byw bywyd cymharol normal. Mae hyn wedi digwydd gyda nifer o glefydau yn ddiweddar, efallai mai y firws HIV yw'r enghraifft orau o hyn. Yn y cyfamser, rhaid ystyried achosion canser, a cheisio ein gorau i fyw bywyd iach.

Rhys Morris

Clwb Canna

Mae'n debyg fod 'na ddechrau, canol a diwedd i bob stori.

Hoffwn i, os ca'i, ddechrau yn y diwedd, gyda diwedd Eisteddfod Genedlaethol Caerdydd 2018, ac ochenaid o ryddhad, efallai, fod y gwaith caled o drefnu digwyddiadau a chasglu arian a gwerthu raffl i gyd ar ben. Ond och, y nosweithiau gwag a'r tawelwch, y diflastod!

A dyma ddechrau'r stori. Gwaddol Eisteddfod Genedlaethol Caerdydd 2018 yw Clwb Canna. Gyda'r pwysau o godi arian wedi cael ei godi oddi ar ein hysgwyddau, roedd criw brwd Pwyllgor Apêl Canna, wrth edrych yn ôl, yn sylweddoli cymaint roeddent wedi mwynhau cynnal y digwyddiadau, y nosweithiau hwyliog, y cwmni a'r cyfeillgarwch. Ac ar ôl hoe fach, dyma ateb yr alwad i barhau i drefnu digwyddiadau, gyda'r pwyslais, bellach, ar fwynhau. Ac mae'r cyfarfodydd i drefnu digwyddiadau yn nosweithiau hwyliog ynddynt eu hunain.

Y digwyddiad cyntaf oedd noson lansio EP newydd Mei Gwynedd, *Taflu'r Dis*. Cynhaliwyd y 'gigwyddiad' yn nhafarn y Victoria Park (Y Fic?) nos Wener 22 Ionawr, ac roedd pob tocyn wedi'i werthu o fewn 5 niwrnod iddynt fynd ar werth!

A sôn am chwip o noson – cafodd pawb fodd i fyw yn gwrando ar Mei Gwynedd a'i gyfeillion, a wnaeth ein tywys ar hyd llwybrau ieuenctid a dyddiau Beganifs, Sibrydion ac Endaf Gremlin, ymysg eraill. Waw – diolch Mei, allen ni ddim bod wedi breuddwydio am ddechrau gwell i Glwb Canna! A diolch hefyd i'r band ifanc, Wigwam, a wnaeth argraff ar bawb gyda chaneuon oddi ar yr albwm *Coelcerth*.

Cymrodorion Caerdydd

Y gyfansoddwraig Morfydd Llwyn Owen oedd testun cyflwyniad y cerddor Geraint Lewis i gyfarfod Rhagfyr o'r Cymrodorion. Aeth can mlynedd heibio ers ei marwolaeth yn 26 mlwydd oed ar 7 Medi 1918, ond fel y dangosodd Geraint Lewis fe berthyn rhyw rin arbennig i'w choffadwriaeth.

Fe'i ganed yn Nhrefforest, ac yn ifanc gwnaeth enw iddi ei hun fel cantores a phianydd. Enillodd radd Mus. Bac. yng Ngholeg y Brifysgol Caerdydd, ac yna aeth ymlaen i astudio, gyda llwyddiant nodedig iawn, yn yr Academi Gerdd Frenhinol yn Llundain, lle datblygodd yn gyfansoddwraig addawol. Gosododd y gwobrau a'r medalau a enillasai yn y cyfnod hwn fri sylweddol ar ei gwaith.

Dangosodd Geraint Lewis fel y datblygodd tensiynau yn ei bywyd yn Llundain rhwng diwylliant Cymreig a chrefyddol ei magwraeth a gwerthoedd *avant-garde* y bywyd bohemaidd y cafodd ei denu ato. Cynrychiolid y gwerthodd cyntaf gan ei chyfeillgarwch gyda'r casglwr caneuon gwerin, Lady Herbert Lewis: cynrychiolid y gwerthodd newydd gan y cysylltiadau cymdeithasol oedd ganddi gyda dynion fel D.H. Lawrence ac Ezra Pound.

Yr oedd y dyn y dewisodd ei briodi yn 1917, Dr Ernest Jones, yn Gymro ac yn genedlaetholwr, ond fel aelod amlwg iawn o gylch y seicdreiddiwr Freud nid oedd ganddo unrhyw gydymdeimlad â chrefydd.

Bu amgylchiadau dyrys marwolaeth Morfydd yn fater o gryn chwilfrydedd a dadlau dros y blynyddoedd, fel y dangosodd Geraint Lewis, ac mae'n sicr fod hynny wedi dwysáu ein coffadwriaeth ohoni.

Roedd y cyflwyniad yn cynnwys recordiadau o rai o'i chyfansoddiadau ar gyfer y piano ac ar gyfer cerddorfa, yn ogystal a chaneuon ac emyn-donau. Daeth 'Gweddi Pechadur' a thonau fel 'Pen Ucha' (cartref teuluol Herbert Lewis) a 'Trefforest' yn rhan o'n cynhysgaeth fel Cymry.

Diolchwyd i Geraint am gyflwyno ei ysgolheictod mewn dull mor ddiddorol gan Lona Roberts, y Llywydd.

Merched y Wawr Caerdydd

Yng nghyfarfod 11 Rhagfyr, deuai arogleuon ffein o'r gegin lle'r oedd *canapés* yn coginio a gwynt da hefyd o'r ddwy sosban ym mlaen yr ystafell. Yn y fan honno, yn twymo, roedd un cynhwysyn ar ôl y llall yn cael ei ychwanegu at suddoedd afal, oren a gellyg, ynghyd â llugaeron i ffurfio diod cynnes di-alcohol. Yn yr ail sosban, ychwanegid perlysiau fel sinamon, dail llawryf, clof, nytmeg a fanila at win *Sangiovese*. Beca'r gogyddes enwog oedd wrthi, Beca, cystadleuydd yn y *Great British Bake Off* yn 2013. Yn amlwg, noson i ymwrthod â deiet oedd hon.

Trafododd ragoriaethau gwahanol gawsiau er mwyn cael blas da ar y *canapés* euraid fu'n goglais y synhwyrau ond a ddaeth o'r ffwrn o'r diwedd i'w gwerthfawrogi a'u blasu. Defnyddiai gaws glas a ffigys ynghyd â chnau yn yr ail fath o *canapés* - i'w crensian yn foddhaus rhwng y dannedd. Mae ei ffordd gyda chynulleidfa yn naturiol a deniadol a derbyniai gwestiynau a sylwadau yn llawen. Does ryfedd yn y byd fod galw amdani ledled yr ynysoedd hyn i arwain dosbarthiadau coginio ac i rannu ei ryseitiau mewn llyfrau ac i ysbrydoli disgyblion ysgol.

Heddyr Gregory, Swyddog y Wasg a'r Cyfryngau o'r elusen Shelter Cymru fu'n annerch y gangen ar 8 Ionawr. Cyflwynodd ddarlun byw a brawychus o effaith digartrefedd ar fywydau unigolion bregus, ar blant a theuluoedd a phobl oedrannus. Dangosodd wedyn sut mae Shelter Cymru'n ceisio lleddfu'r argyfwng mewn ffyrdd ymarferol.

Mae'n debyg mai yng Nghymru y mae'r stoc dai hynaf a gwaethaf ar yr ynysoedd hyn. Collwyd miloedd ar filoedd o dai cyngor dan drefn Margaret Thatcher a chlywyd fod llawer o'r rheiny bellach yn nwylo

Angharad, Heddyr a Rhiannon

landlordiaid preifat. Mae llawer o waith Shelter Cymru yn ymwneud â rheoleiddio'r drefn honno trwy gydweithio â Chynulliad Cymru. Gwelwn effaith digartrefedd eithafol ar ein strydoedd lle bu cynnydd eithriadol. Heb gyfeiriad, ni all person wneud cais am fudd-dal na gofyn am gymorth meddygol.

Bydd cynllun newydd ar waith ym Merthyr gyda hyn, a man i fyw yn cael ei gynnig cyn dechrau ateb problemau'r un sydd ar y stryd. Mae'r elusen yn gweld llawer o bobl sydd mewn llety dros dro, yn derbyn gwely a brecwast neu mewn hostel. Roedd 1,500 o blant mewn lleoedd tebyg dros Nadolig 2018. Mae colli swydd, salwch tymor hir, tor-priodas, trais yn y cartref, gadael sefydliadau fel y lluoedd arfog neu garchar ynghyd â natur fregus sawl unigolyn yn creu argyfwng i laweroedd o'n cyd-ddinasyddion.

Mae gan Shelter Cymru 150 o staff sy'n cynnwys tîm cyfreithiol, gweithwyr dyled, adran addysg a hyfforddiant a thîm lobïo. A beth am hyn? Mae 26,000 o dai preifat yng Nghymru yn segur. Bob diwrnod, mae deuddeg o blant yn dod o'r ysgol a'r teulu wedi colli eu cartref.

Cymdeithas Gymraeg Dinas Powys

Nos Wener 23 Tachwedd cafwyd noson arbennig iawn yn Neuadd y Pentref Dinas Powys. Noson elusennol flynyddol y Gymdeithas Gymraeg oedd hon a "Byd Oshi" oedd yr elusen i elwa eleni. Plentyn a anwyd gyda'r clefyd prin iawn Aciardi Goutiers Syndrome (AGS) yw Osian ac mae e'n byw ar ein stepen drws ym Mhenarth. Roedd mam a modryb Oshi ymhlith y gynulleidfa niferus ac fe siaradodd y ddwy yn deimladwy iawn am y crwt bach yma a'r gofal mae e'n cael gan ei deulu a ffrindiau.

Cawsom gwmni ffantastig Côr Merched Canna dan arweiniad Delyth Medi i'n difyrru ynghyd â chyfraniadau oddiwrth Efan Arthur a'i chwaer Nel. Roedd y gwrandawyr wrth eu boddau a'r ymateb i bob cân yn codi'r to. Cafwyd ychydig o garolau ar ddiwedd y noson cyn i 'Hen Wlad fy Nhadau' ddod â'r cyfan i ben.

Y newyddion gorau, yn dilyn ein gwasanaeth Nadolig yn Eglwys San Pedr Dinas Powys yng nghwmni Côr Merched Ysgol Bro Morgannwg, yw bod siec am £3,000 wedi'i gyflwyno i ddwylo dwy o gynrychiolwyr "Byd Oshi" sef Dr Bethan McMinn ac Amy Bousie. Diolch i bawb am eu cefnogaeth.

Cymdeithas Gymraeg Rhiwbeina

Edrychir ymlaen bob dechrau blwyddyn at gyfarfod cyntaf y gymdeithas hon gan ei bod yn arfer ers blynyddoedd croesawu Delyth Medi a disgyblion adran gerdd Ysgol Glantaf. Mae'r traddodiad yn denu selogion y cyfarfodydd ynghyd â thadau a mamau'r cerddorion ifainc a hefyd mam-gu a thad-cu a nain a thaid balch. Roedd capel Bethel felly'n llawn ar 21 Ionawr a'r gynulleidfa'n gwerthfawrogi doniau rhyfeddol y naw disgybl fu'n diddanu.

Roedd yno dair chwaer, Cadi, Beca a Cerys, a gyflwynodd dri darn ar gyfuniad o biano, ffliwt a thelyn. Brawd a chwaer yw Rhys a Heledd a gyflwynodd ddeuawd lleisiol yn ogystal â pherfformio'n unigol ar y soddgrwth ac ar y delyn. Bu perfformiadau unigol gan Megan Thomas ar y delyn a Catrin Roberts ar y sacsoffon. Gwefreiddiwyd y gynulleidfa gan ddehongliad y triawd lleisiol Heledd, Carys a Megan Marlow o ddarn o'r Elias, "O edrych fry i'r mynyddoedd", a phob gair yn eglur. Hefyd canon nhw *Cwsg Osian.* Eisoes, er eu bod yn dal yn ifanc, mae'r holl ddisgyblion hyn yn aeddfed eu dehongliadau o waith y meistri ac yn gallu symud yn ddeheuig o'r clasurol i'r *jazz* ac i alawon a cherddoriaeth Cymru. Unwaith eto eleni roedd y gymeradwyaeth frwd yn cyfleu gwerthfawrogiad a diolch calon.

Gwnaed coffa am aelod ffyddlon o'r gymdeithas yn Rhiwbeina, sef Bob Davies, fu farw'n ddiweddar. Bydd sawl un yn ei gofio fel rheolwr siop hufen iâ Thayers gynt ar Heol Wellfield.

disgyblion Ysgol Glantaf

Cylch Cinio Cymry Caerdydd

Ym mis Rhagfyr Tim Hartley oedd y gwestai. Mae'n berson adnabyddus drwy Gymru, yn bennaf am ei waith fel newyddiadurwr. Gweithiodd gyda'r BBC am 17 mlynedd cyn cael swydd fel Pennaeth Newyddion Llywodraeth Cymru. Wedyn bu'n Gyfarwyddwr Materion Corfforaethol gyda S4C, ac erbyn hyn y mae'n Ymgynghorydd Annibynnol. Yn hytrach na chael anerchiad gan Tim trefnwyd iddo gael ei holi gan newyddiadurwr profiadol arall, sef R. Alun Evans.

Gwyddom am ddiddordeb Tim mewn pêl-droed a'i fod yn dilyn tîm cenedlaethol Cymru i bedwar ban byd. Nid cefnogwr pêl-droed cyffredin yw Tim gan ei fod hefyd wedi codi statws dilynwyr pêl-droed Cymru drwy godi arian er mwyn dosbarthu citiau pêl-droed a theganau mewn nifer o gartrefi plant mewn gwahanol wledydd. O ganlyniad i'w deithiau y mae'n ymwybodol iawn o'r newidiadau mawr mewn gwledydd fel Azerbaijan. Mae hon yn wlad lle mae ffynonellau olew yn cael eu datblygu i greu cyfoeth, ond law yn llaw â hyn gwelir tlodi mawr.

Glyn Hughes, Trysorydd y Cylch, Rhys ab Owen, a'r Is-lywydd, Yr Athro Tomos Watkin

Gofynnodd Alun i Tim am ei farn am lwyddiant datganoli yng Nghymru. Adroddodd yntau ei fod yn siomedig ar yr hyn a gyflawnwyd gan y Cynulliad ers 1997. Yn ei farn ef ni fu digon o uchelgais gwleidyddol a gellid fod wedi cyflawni llawer mwy gyda mwy o frwdfrydedd. Efallai fod hyn yn sylw dadleuol!

Gorffennodd Tim drwy gyfeirio at ei waith fel Ynad Heddwch a'r penderfyniadau anodd sydd raid eu gwneud yn y llys yn y dyddiau cythryblus rhain o gofio cefndir llawer iawn o bobl ddaw o flaen eu gwell.

Yn ddiddorol, ac fel cyd-ddigwyddiad, ein siaradwr gwâdd fis Ionawr oedd Rhys ab Owen. Mae Rhys yn ŵr ifanc a fagwyd yng Nghaerdydd, a fynychodd Ysgol Glantâf cyn mynd ymlaen i'r coleg yn Rhydychen. Wedyn dilynodd gwrs yng Nghaerdydd er mwyn cymhwyso fel bargyfreithiwr, ac erbyn hyn mae'n gweithio allan o siambr yn Abertawe.

Cyfaddefodd Rhys ei fod wedi ei drwytho mewn Cymreictod ar yr aelwyd gartref ac yn yr ysgol. Dan ddylanwad ei dad, Owen John Thomas, cymerodd ddiddordeb mawr yn hanes datblygiad Caerdydd a Chymreictod y ddinas. Soniodd am y traddodiad cyfreithiol yng Nghaerdydd, a phwy feddyliai fod yna nifer fawr o achosion o athrod *(slander)* wedi eu cofnodi yn Gymraeg yn llysoedd y ddinas rhwng 1700 ac 1819. Roedd rhaid cofnodi'r union eiriau mewn achosion athrod yn y llys. Adroddodd Rhys rai engreifftiau lliwgar!

Wrth orffen, soniodd Rhys am yr holl sefydliadau sydd yn y brifddinas i hybu'r Gymraeg a'r diwylliant Cymreig, a llongyfarchodd y rhai hynny a sefydlodd Ysgol Gynradd Bryntaf 70 o flynyddoedd yn ôl.

Llongyfarchwyd Rhys ar ei benodiad diweddar fel Barnwr Tribiwnlys rhan-amser, a dymunwn yn dda iddo yn natblygiad ei yrfa.

Clwb Llanedern a Phentwyn

Yn ôl yn yr haf, ymuno braidd yn hwyr â'r parti a wnaethon ni, pan drefnwyd cwpl o ddigwyddiadau llwyddiannus yn Llanedern er mwyn codi arian ar gyfer Eisteddfod Genedlaethol Caerdydd. Er hynny, cawsom lawer o hwyl yn ein noson lawen a chwis. Yn dilyn y digwyddiadau hyn, roedd nifer o'r farn y dylem barhau ar ôl yr Eisteddfod.

Wel, gwell hwyr na hwyrach! O'r diwedd, trefnwyd noson geilys yn nhafarn y Retreat, ar nos Lun, 14 Ionawr. Penderfynwyd creu awyrgylch hamddenol lle gallem ni gael tipyn o hwyl tra'n trafod y math o ddigwyddiau a fyddai'n apelio at y Cymry Cymraeg a'r dysgwyr yn yr ardal.

Atebodd dros ugain o'r rhai oedd yn bresennol yr holiaduron a ddosbarthwyd ar y noson. Ar ben hynny, codwyd peth wmbredd o syniadau dros ein plateidiau o selsig a sglodion blasus. Dros y dyddiau nesaf, byddwn yn dadansoddi'r holl ymatebion er mwyn strwythuro rhaglen ar gyfer gweddill y flwyddyn.

Yn ystod y saithdegau, roedd Cymdeithas Gymraeg ffyniannus yn y gymdogaeth ond, am amryw resymau, ni pharhaodd prysurdeb y cyfnod hwnnw. I raddau helaeth, aeth yr ardal yn dipyn o anialwch o ran gweithgareddau Cymraeg. Fodd bynnag, erbyn hyn, mae ysgolion Penygroes, y Berllan Deg a Bro Edern yn anadlu bywyd newydd i mewn i'n stadau tai. Felly, mae'n bwysig inni greu cymuned Gymraeg ei hiaith o gwmpas y to sy'n codi.

Rydym yn ddiolchgar i'r rhai o'r tu allan i'n hardal a gefnogodd yr achos. Nid yw sesiynau'r Gymdeithas yn gyfyngedig i drigolion Llanedern a Phentwyn. Felly, os ydych am hybu'r iaith yng Nghaerdydd, bydd croeso cynnes i chi yn ein cyfarfodydd. Bydd gwybodaeth yn y Dinesydd ac ar safwe Menter Caerdydd. Gallwch ein gweld ar *Twitter* - @GymGymLlanPent. Am ragor o wybodaeth, cysyllter â Paul Morgan: paulmorgan@ntlworld.com neu 07761-696286.

Paul Morgan

Aelwyd Hamdden Cymry Caerdydd

Daeth 2018 i ben gyda Gwasanaeth Dathlu Gŵyl y Geni. Cafwyd cyfraniadau diddorol gan lawer o'r aelodau mewn darlleniadau ysgrythurol, barddoniaeth a charolau hen a newydd. Cyflwynwyd anerchiad pwrpasol gan y Parch. Hugh Matthews. Casglwyd £170 at Lyfrau Llafar Cymru. Paratowyd parti blasus gan y gwragedd i ddilyn.

Parch. Glyn Tudwal Jones

Ar gychwyn 2019 dau weinidog fu'n westai i'r ddau gyfarfod. Y cyntaf oedd y Parch. Glyn Tudwal Jones. Yn enedigol o Hen Golwyn, bu'n weinidog ym Mhen Bedw a Bangor cyn troi i'r brifddinas, yn weinidog parchus ar Eglwys y Crwys. Ei destun oedd 'O Gadair y Golygydd' yn olrain ei gyfnod fel golygydd *Y Goleuad*, cylchgrawn wythnosol Eglwys Bresbyteraidd Cymru. Soniodd fod *Y Goleuad* yn 150 oed ond wedi newid ei ddiwyg dros y blynyddoedd. Bu ei atgofion yn llawn hwyl ac yn ddiddorol.

Bythefnos wedyn, y Parch. Allan Pickard fu'n ein tywys ar fordaith mewn sgwrs a lluniau. Cyn ymddeol, bu Allan yn weinidog ar wahanol eglwysi Annibynnol cyn troi i'r cyfryngau, lle bu ei lais melfedaidd yn cyflwyno newyddion y dydd. Ei brif ddiddordeb nawr yw 'Crwydro' ben baladr. Aeth â'r aelodau ar long yr *Azura* hyd at Wlad yr Iâ gan alw yn Kirkwall, Lerwick, Ynysoedd yr Orkneys, Scapa Flow. Reykjavik ac yna nôl i Belfast. Ymhyfrydai ef a'i wraig yn amrywiaeth byd natur a phensaernïaeth eglwysi Catholig a Liwtheraidd mewn llawer gwlad. Ar derfyn y fordaith yn Belfast, dilynwyd hanes yr enwog Bobby Sands, Rhyfel y Boyne, porthladd y *Titanic*, ac yna yn Cork, edmygu Eglwys Gadeiriol y mynach Sant Finn Barr a phensaernïaeth William Burgess – darlith i'w chofio!

Parch. Allan Pickard

Dewch i ymuno â'r Aelwyd – mae croeso yn eich aros. Blwyddyn Newydd Dda!

Lowri Clement

BA Hons, FCCA, CeMAP

Cyfrifydd ac Ymgynghorydd Ariannol
(nid Buddsoddiadau)
Angen Ewyllys arnoch? Trafod Morgais?
Angen sortio yswiriant bywyd?
Hunan-asesiadau i Gyllid y Wlad?
Cysylltwch gyda Lowri 07847 71453824
Llanmaes Street, Caerdydd, CF11 7LQ
lowric@evolutionfinancialplanning.co.uk
am gyngor cyfeillgar!

IWAN THOMAS

Ganwyd Iwan yn yr Alltwen a'i addysgu ym Mhontardawe cyn derbyn swydd fel gwas sifil gyda'r Swyddfa Gartref yn Llundain. Yno bu'n amlwg gyda Chymdeithas Gymraeg Cymry Llundain a chyfarfod llawer a ddaeth yn amlwg ar y cyfryngau yng Nghymru yn ddiweddarach. Cafodd gyfle i weithio i'r gorfforaeth ym Manceinion cyn dychwelyd i Gaerdydd. Bu'n lais cyfarwydd ar y BBC am ddegawdau, yn gyflwynydd a sylwebydd ar raglenni amrywiol, radio yn bennaf. Roedd yn arbennig o hoff o gyflwyno Canwr y Byd, Eisteddfod Llangollen a Chyngherddau Cerddorfa'r BBC. Bu'n llysgennad i'r gorfforaeth mewn sawl ffordd dros y blynyddoedd.

Bu'n ddiwyd adeg sefydlu Canolfan Syr Geraint Evans er budd Sefydliad Ymchwil Clefyd y Galon. Cefnogai Gôr Plant Tonyrefail a'i harweinydd Richard Jones a bu'n gymwynaswr cadarn i Gôr Meibion Pendyrus a'i harweinydd Glynne Jones. Rhan bwysig o'i fywyd oedd y *Territorial Army* ac o'r cyfnod hwnnw, cafodd ei adnabod fel y Major gan ei gyfeillion. Darllenai yn eang, ac roedd yn ddyn â gwybodaeth eang. Cerddoriaeth oedd ei brif ddiddordeb o blith yr holl gelfyddydau, a gwrandawai'n gyson ar gerddoriaeth glasurol.

Ers ei blentyndod, cymerodd ei grefydd o ddifrif, a bu'n aelod yn y Tabernacl, yr Ais gydol ei gyfnod yng Nghaerdydd. Roedd yn ddyn hwyliog a llawen ei wedd ac yn ffrind da i'r lliaws. Mwynheuai gwmni pobl ac roedd yn naturiol ofalus dros eraill. Bu farw ar 23 Rhagfyr yng Nghartref Tŷ Llandaf yng nghwmni ei deulu a'i ffrindiau agos. Wynebodd ei gystudd yn ddi-gwyn ar hyd degawd olaf ei fywyd, gan ddiolch am ofal ei deulu, ei gyfeillion, yr ysbytai a'r staff yn Nghartref Gofal Tŷ Llandaf. Roedd ei ferched, Catrin ac Angharad yn bopeth i Iwan, a'r teulu oll yng nghanol ei fyd. Coffa da o fonheddwr annwyl a didwyll iawn.

Denzil John

Merched y Wawr Bro Radur

Ym mis Rhagfyr daethom ynghyd i groesawu Delwyn Sion. Ganwyd Delwyn yn Aberdâr a mae ei fagwraeth yng Nghwm Cynon yn agos at ei galon o hyd. Ar ôl dechrau ei yrfa yn y Gogledd bu'n byw yng Nghaerdydd ers yr 80au, yn gweithio fel cynhyrchydd a chyfarwyddwr nifer o raglenni adnabyddus fel *Taro Tant*, *Noson Lawen*, *Ma Ifan 'ma*, *Hapus Dyrfa* a *Pobol y Cwm.*

Delwyn ac Avril

Clywsom hanes ei deulu, glowyr ers 1750, a symudodd o siroedd Aberteifi a Phenfro i Gwm Cynon i chwilio am waith. Delwyn a'i frawd oedd y cyntaf i beidio mynd dan ddaear. Roedd gweld lluniau rhai o aelodau'r teulu yn dod ag enwau a chymeriadau'n fyw.

Bu Delwyn yn canu a chyfansoddi er yn fachgen ifanc. Cyn canu cawsom esboniadau am gefndir caneuon megis 'Cwm Cynon yn y glaw', 'Ond oedden nhw'n ddyddiau da' a 'Mwgyn a Mwffler a myn yffar i'. Canodd 'Môr Ladron' o'i CD newydd sydd ar y gweill, ac edrychwn ymlaen at glywed y gweddill. Ni fyddai'r noson yn nhymor y Nadolig wedi bod yn gyflawn heb ei glywed yn canu 'Un Seren', a chael gweld llun Jona a Hanna o Gwm Nedd, y *tadcu* a'r *famgu* y cyfeirir atynt yn y gân.

Roedd aelodau'r pwyllgor wedi paratoi bwffe o ddanteithion tymhorol, a bu cyfle i fwynhau'r bwyd a'r cymdeithasu braf.

Ddechrau Ionawr, Alun Treharne, oedd ein siaradwr gwadd a'i destun 'Y Banciau Bwyd'. Pwy feddyliai fod angen y rhain yng Nghaerdydd mewn gwlad ddatblygiedig, gymharol gyfoethog? Wrth ei gyflwyno dyfynnwyd o delyneg Eifion Wyn i fis Ionawr.

'Mae rhywrai heb dŷ,
A rhywrai heb dân,
A rhywrai heb fara,
Na chwsg, na chân.'

Dim llawer felly wedi newid mewn can mlynedd a mwy! Mae'r ddeng mlynedd olaf yma o lymder yn ein gwlad yn golygu bod llawer o unigolion a theuluoedd yn gorfod troi at y Banc Bwyd am gynhaliaeth gan nad ydynt yn gwybod o ble daw'r pryd nesaf.

Alun

Mae amryw o resymau pam fo cymaint angen cymorth y Banc Bwyd. Yn ôl Alun, cyfyd problemau pan fo pobl ar incwm isel, rhai yn anabl, eraill yn cael problemau gyda budd-daliadau neu swyddi ansefydlog neu ddiweithdra wrth gwrs. Yng Nghymru mae'r cyflogau isaf yn y Deyrnas Unedig ac mae graddfa tlodi plant yn uchel. Rhaid i deuluoedd gael eu cyfeirio cyn manteisio ar becyn bwyd ond mae'r Banc Bwyd yn wasanaeth argyfwng arbennig iawn sy'n dosbarthu bwyd i'r anghenus ac hefyd yn cyfeirio unigolion at nifer o asiantaethau eraill sy'n gallu cynnig cymorth.

Mae'n diolch ni'n fawr i bobl fel Alun a llu o wirfoddolwyr eraill sy'n rhoi eu gwasanaeth i'r elusen sy'n brwydro newyn cudd ac yn adfer gobaith i lawer. Diolch hefyd i'n haelodau am yr holl gyfraniadau o fwyd ac eitemau fel sebon, past dannedd ac yn y blaen at y gwasanaeth hwn.

COLLI CERDDORION

HELENA BRAITHWAITE
CLIFFORD BUNFORD
ROY BOHANA

Bu'r cyfnod diweddar yn greulon i'n cymuned gerddorol yng Nghaerdydd gan gipio tri o'n cerddorion blaenllaw – Helena Braithwaite, Clifford Bunford a Roy Bohana. Dyma dri a gyfrannodd yn helaeth i sawl maes gwahanol ym myd cerddoriaeth – addysg, canu, ieuenctid a threfniadaeth – ond roedd un peth arall yn eu huno – roeddynt ill tri yn arweinyddion corawl tan gamp ac yn arloeswyr hefyd.

Roedd yr 1960au yn flynyddoedd o gyffro cerddorol yn y brifddinas ac ymhlith pethau eraill fe sefydlwyd tri chôr newydd, sy'n dal i lewyrchu heddiw. **Clifford Bunford** aeth â'r maen i'r wal gyda Chôr Bach Caerdydd yn 1962 gyda'r bwriad o ganolbwyntio mewn dull arddulliol briodol ar gerddoriaeth y cyfnod Baroc, a Bach a Handel yn arbennig. Brodor o Aberfan oedd Cliff a daeth holl ffraethineb a chyfoeth bywyd y Cymoedd yn fyw wrth ei gyfarfod – roedd wedi profi cyni mawr a gwerth cymuned glos yn ei lencyndod ac nid anghofiodd hyn am funud o'i fywyd diwyd. Ond yr oedd hefyd yn seren lleisiol – Aled Jones ei gyfnod yn fachgen ifanc – ac fel tenor yn y 1950au daeth yn ddarlledwr profiadol ar radio a theledu. Roedd Cliff hefyd yn athro, hyfforddwr, arweinydd a thiwtor llais Coleg Prifysgol Caerdydd – bwrlwm o garisma oedd yn tynnu pawb ato, mor gynnes oedd ei gymeriad a'i galon gerddorol. Fel arweinydd amryddawn gallai Cliff gwmpasu opera, oratorio a phob math o gerddoriaeth gorawl – a'i wên ddireidus yn tynnu'r gorau o bawb.

1964 - a daeth côr arall i fodolaeth – Côr Poliffonic Caerdydd dan arweinyddiaeth **Roy Bohana**. Y Coleg ger y Lli oedd craidd y côr hwn – nifer o aelodau Côr Madrigal Aberystwyth wedi symud i Gaerdydd ac yn awyddus i barhau i ganu â chlust fanwl, feirniadol Roy yn llinyn mesur trostynt. Gosodwyd safon newydd nawr o ganu digyfeiliant cymysg gan edrych yn ôl i gyfnod y Dadeni a meistri fel Palestrina a Byrd am y sylfaen boliffonic. Ar yr un pryd fe gomisynwyd nifer o ddarnau nodedig newydd gan William Mathias sy'n dal yn y *repertoire* rhyngwladol heddiw. Cofi'r Dre' oedd Roy ac acen Caernarfon yn rhywiog yn ei gyfarchiad – ac o ran maint a siâp corfforol gallech ddeall yn rhwydd iddo gael cynnig cytundeb fel peldroediwr ifanc. Ond fel Cyfarwyddwr Cerdd Cyngor Celfyddydau Cymru aeth ymlaen i osod y sylfeini ar gyfer datblygiad Cymru fel cenedl broffesiynol yn gerddorol ac mewn modd cwbl arloesol. Roy a drefnodd y gerddoriaeth ar gyfer Arwisgo Tywysog Cymru yn 1969 yn ei dref enedigol ac aeth ymlaen hefyd i gyfarwyddo Eisteddfod Ryngwladol Llangollen am flynyddoedd. Am ddegawdau lawer Roy yn llythrennol oedd 'Mr Miwsic' Cymru.

Alun John o'r BBC a sefydlodd Gantorion Ardwyn yn 1965 – côr Cymreiciach ei naws a'i fwriad na'r Bach a'r Poliffonic o bosib. Erbyn heddiw enw **Helena Braithwaite** sy' wedi'i gyplysu yn fwy na neb gyda'r côr afiaethus hwn – yn adlewyrchiad mae'n siwr o'i phersonoliaeth annwyl a'i theyrnasiad hir fel arweinydd o'r 70au ymlaen. Asbri a brwdfrydedd oedd nodweddion unrhyw gyfarfyddiad gyda'r wraig hynaws o Bontarddulais. Cerddor arall aml-dalentog a aeth i ddysgu ac yna i drefnu gweithgareddau cerddorol Sir De Morgannwg cyn symud i greu adran addysg i Gerddorfa Genedlaethol Gymreig y BBC. Gyda'r Ardwyn fe aeth i wyliau cenedlaethol a rhyngwladol i ennill gwobrau lu ac i ennyn sain cynnes, cyfoethog ynghyd â theyrngarwch chwedlonol. Profiad gwefreiddiol oedd gweld a chlywed cymaint o aelodau hen a newydd dan y Majestas yng Nghadeirlan Llandaf cyn y Nadolig er mwyn ffarwelio yn ffurfiol â Helena, gyda'i holynydd David Leggett yn arwain yn ysbrydoledig. Anodd oedd cadw'r dagrau ymaith....

Colli tri o fawrion ein cerdd. Tri o wahanol ardaloedd yng Nghymru ond yn cyfoethogi bywyd cerddorol a chymdeithasol Caerdydd am ddegawdau. Tri oedd yn amryddawn mewn nifer o feysydd cerddorol ond y tri ohonynt yn meddu ar y gallu arbennig i ysbrydoli cantorion ac i saernïo sain côr yn feistrolgar. Gwyddom i'r tri ddioddef o glefyd enbyd Alzheimer yn ddiweddar ac y mae ein cydymdeimlad yn ddwfn a didwyll gyda'u teuluoedd oll. Mae'r tri chôr yn dal i ffynnu – dan Luke Spencer (Bach), David Young (Poliffonic) a David Leggett (Ardwyn) a'r deyrnged orau i Cliff, Helena a Roy y gallem dalu yw dal i gefnogi'r corau a'u cyngherddau yn y misoedd i ddod.

Geraint Lewis

ON Bydd Gosber Gorawl er cof am Clifford Bunford yn cael ei gynnal yng Nghadeirlan Llandaf am 3.30 ar brynhawn Sul, 17 Chwefror.

Yr Opera *Blodwen* yn America

Yr opera *Blodwen* gan Joseph Parry fydd yr opera gyntaf Gymraeg i gael ei pherfformio yn y NOVA Center for the Performing Arts, Billings, Montana, UDA. Bydd y noson agoriadol ar 10 Mai 2019 a cheir cyfres o berfformiadau i ddilyn. Cyd-gynhyrchir gyda Rimrock Opera Foundation.

Cenir yr opera yn y Gymraeg(!) gydag uwchdeitlau Saesneg. Ymysg y Cymry a fydd yn rhan o'r cynhyrchiad bydd y Cyfarwyddwr o Gaerdydd, Osian Rhys ynghyd â'r cantorion rhyngwladol Jeremy Huw Williams o Gaerdydd a Nerys Jones o Seattle.

Hwn hefyd fydd y cynhyrchiad llwyfan cyfan cyntaf o *Blodwen* yn America, gan ddefnyddio fersiwn siambr 2015 Dulais Rhys o'r gerddoriaeth. Am fwy o wybodaeth:
http://dulaisrhysmusicservices.com/blodwen.htm

Tocynnau: http://www.novabillings.org Mae nifer y seddau'n gyfyng, felly'r cyntaf i'r felin

Gair gan Matt Spry, Dysgwr y Flwyddyn

Dewch i wylio'r Chwe Gwlad yn Oasis Caerdydd

Erbyn i chi ddarllen y erthygl hon bydd Cymru wedi chwarae un gêm, efallai dwy, yn y Chwe Gwlad. Hoffwn eich gwahodd i ymuno â ni yn Oasis Caerdydd i wylio gweddill y gemau. Canolfan sy'n helpu ffoaduriaid a cheiswyr lloches yng Nghaerdydd yw Oasis.

Dyn ni'n dangos pob un o gêmau Cymru yn y Chwe Gwlad ar S4C ar y sgrin fawr yn Oasis eleni. Mae'n gyfle i gyflwyno rygbi i ffoaduriaid a cheiswyr lloches ac i gyflwyno'r iaith iddyn nhw wrth i ni ganu'r anthem a gwrando ar y sylwebaeth Gymraeg. Mae'n bwysig iawn hefyd o ran eu helpu nhw i integreiddio gyda dysgwyr a siaradwyr Cymraeg a chwrdd â phobl newydd. Mae'n gyfle i'r gymuned Gymraeg yng Nghaerdydd ddangos bod croeso i ffoaduriaid a cheiswyr lloches yn eu mysg. Ac ar yr un pryd cael hwyl a gobeithio gweld Cymru yn ennill!

Dangoson ni'r gêm yn erbyn De Affrica yn Oasis y llynedd a daeth 30 o bobl gan gynnwys 15 o geiswyr lloches/ffoaduriaid (rhai ohonyn nhw sy wedi dechrau dysgu Cymraeg, rhai ohonyn sy ddim wedi dysgu Cymraeg), dysgwyr eraill a siaradwyr iaith gyntaf gan gynnwys pobl leol.

Bydd bwyd a diod ar gael a byddwn yn agor y drysau hanner awr cyn i bob gêm ddechrau.

Dyma gyfeiriad Oasis :
Oasis Caerdydd, 69b Heol Sblot, Caerdydd,
Côd post: CF24 2BW

Dyma'r gemau i gyd

Ffrainc v Cymru nos Wener 1 Chwefror am 8
Yr Eidal v Cymru p'nawn Sadwrn 9 Chwefror am 4.45
Cymru v Lloegr p'nawn Sadwrn 23 Chwefror am 4.45
Yr Alban v Cymru p'nawn Sadwrn 9 Mawrth am 2.15
Cymru v Iwerddon p'nawn Sadwrn 16 Mawrth am 2.45

menter caerdydd

www.mentercaerdydd.cymru
029 2068 9888

Digon o ddewis i'r plant dros hanner tymor

Ydych chi wedi gweld ein rhaglen o weithgareddau ar gyfer y plant dros hanner tymor? I'r plant cynradd, gallwch ddewis gofal drwy'r dydd yn Nhreganna neu'r Eglwys Newydd, un o 6 sesiwn chwarae agored Bwrlwm, neu un o'r gweithdai amrywiol, a bydd Miri Meithrin Gŵyl Dewi arbennig i'r rhai bach. Gallwch ddod o hyd i'r holl wybodaeth am y gweithgareddau hanner tymor ar ein gwefan a thudalen Facebook .... www.mentercaerdydd.cymru

Penwythnos i'r Teulu yn Llangrannog
Ebrill 12 – 14, 2019

Dyw hi ddim yn rhy hwyr i chi archebu gwyliau i'r teulu gyda ni dros y Pasg yng Ngwersyll yr Urdd Llangrannog. Beth amdani? Gallwch archebu lle drwy dalu blaendal o £50 yn unig.

Mae'r pris yn cynnwys yr holl weithgareddau, prydau bwyd a llety. Gallwch weld mwy o wybodaeth ar ein gwefan!

Hoff ganeuon staff y Fenter…

I ddathlu Dydd Miwsic Cymru ar 8 Chwefror, rydym wedi casglu rhestr o hoff ganeuon Staff y Fenter a chreu rhestr chwarae arbennig ar gyfer y swyddfa– beth fydd ar eich rhestr chwarae chi?

Manon – Carol Catrin
Angharad – Julia Gitar (Jess)
Llinos – Seithenyn (Big Leaves)
Nia – Tŷ ar y Mynydd (Maharishi)
Leanne – Chwarae troi'n Chwerw (Caryl Parry Jones)
Ffion – Paid â bod Ofn (Eden)
Lia – Sebona fi (Yws Gwynedd)
Gwenno – Cymru, Lloegr a Llanrwst (Jess)
Aled – Plentyn Unigrwydd (Edward H)
Rhys - Beth oedd yn bod gyda'r Moch – Y Pencadlys

Dathlu Diwrnod Santes Dwynwen yn y ddinas

Bu staff y Fenter yn brysur iawn ar ddiwrnod Santes Dwynwen fis Ionawr yn dysgu pobl yn y ddinas sut i ddweud 'Dwi'n dy garu di'!

NEWYDDION O'R EGLWYSI

BETHEL, RHIWBEINA

Ar ddiwedd Tachwedd cynhaliwyd Bore Coffi yn y capel i godi arian at Brosiect y Digartref, Salem. Cyfrannwyd £500 at yr elusen.

Ar fore Sul 9 Rhagfyr cynhaliwyd gwasanaeth Nadolig y plant ac yn dilyn yr oedfa daeth Sion Corn i'r festri i ddosbarthu anrhegion. Ar 16 Rhagfyr roedd y gwasanaeth yng ngofal yr aelodau. Cafwyd cyfle i ganu carolau ac i ddilyn stori'r Nadolig trwy farddoniaeth a darlleniadau o'r Beibl.

Bu'n bleser i groesawu aelodau Salem Treganna i'r gwasanaeth ar 23 Ragfyr. Ein gweinidog, y Parch. Evan Morgan oedd yn pregethu ac yn gweinyddu'r cymun.

Ar noswyl Nadolig, cynhaliwyd naw llith a charol am 11yh dan nawdd Cymdeithas Gymraeg Rhiwbeina. Ymunodd aelodau Salem â ni eto ar Sul olaf y flwyddyn dan arweiniad y Parch. Allan Pickard.

Yn fuan wedi'r Nadolig cawsom y newyddion trist am farwolaeth dau o'n haelodau hynaf: Mr Bob Davies a Mr John Rodgers. Cydymdeimlwn yn ddwys â'u teuluoedd a byddwn fel capel yn gweld eisiau cwmni dau gymeriad hoffus iawn.

Ond bu hefyd newyddion da. Ganwyd Jac Tomos Francis ar 7 Rhagfyr, mab i Sian a Trystan Francis a brawd bach i Mimi sydd wrth ei bodd gyda'r babi newydd.

Braf yw croesawu dau aelod newydd i'n plith – Einir a Lyn Davies, sydd newydd ymgartrefu yn Rhiwbeina.

Carys Henry

Ar fore Mawrth, 22 Ionawr daeth Carys Henry i siarad â ni am ei theulu o Lannerch-y-medd, Ynys Môn. Cafwyd sgwrs ddiddorol iawn yn olrhain hanes ei chyndadau, nifer ohonynt yn delynorion o fri o ac yn rhan bwysig o'r traddodiad canu'r delyn ar Ynys Môn.

EGLWYS DEWI SANT

Bedydd Esgob

Llawenydd mawr, ar nos Fawrth, 11 Rhagfyr, oedd i unarddeg o bobl ifainc yr eglwys dderbyn Bedydd Esgob dan law y Gwir Barchedig Rowan Williams, Cyn-Archesgob Cymru a Chyn-Archesgob Caergaint. 'Dewch, cymerwch, bwytewch a mwynhewch' oedd byrdwn pregeth y Cyn-Archesgob yn yr oedfa. Dyma'r gwahoddiad a estynna Duw i ni bob un, y gwahoddiad i ddod i'w wledd, i gyfranogi o'r hyn oll a ddarparwyd ganddo ar ein cyfer ac i fwynhau bod yn ei gwmni. Yr her i ni, meddai, yw derbyn gwahoddiad Duw trwy wneud y lle a'r amser iddo trwy waredu'r pethau di-angen sy'n gorlenwi ein bywydau.

Gwasanaethau Yr Adfent a'r Nadolig

Cafwyd gwasanaethau bendithiol ar Sul Cyntaf Yr Adfent, 2 Rhagfyr, Gwasanaeth Carolau'r Cilgant ar 19 Rhagfyr â'r casgliad at Arch Noa a'r Naw Llith a Charol ar 23 Rhagfyr. Gweinyddwyd Cymun Cynta'r Nadolig Noswyl Nadolig yn ogystal â Chymun fore Nadolig. Bu cyfraniad côr yr eglwys yn werthfawr iawn fel arfer.

Yr Ysgol Sul

Yn y Gwasanaeth Teuluol ar fore 16 Rhagfyr, cymerwyd rhan gan blant a phobol ifainc yr Ysgol Sul a chafwyd cyflwyniad gan Cynan Llwyd o fudiad Cymorth Cristnogol. Yna yn y neuadd, roedd parti i bawb, gan gynnwys ymweliad gan Siôn Corn!

Coffi a Chlonc

Ar drydydd bore Sadwrn Rhagfyr ac Ionawr daeth nifer dda unwaith eto o Ddysgwyr brwd a Chymry Cymraeg i Fore Coffi'r Dysgwyr. Bydd y nesa ar 16 Chwefror.

Gwasanaeth Y Cristingl

Nos Sul 6 Ionawr, sef Gŵyl Yr Ystwyll, cynhaliwyd Gwasanaeth Y Cristingl, sef gwasanaeth goleuni yng ngolau canhwyllau y Cristingl a baratowyd gan yr Ysgol Sul a mwynhawyd perfformiad pypedau o Stori'r Geni yn y Neuadd â'r Casgliad at Gronfa Archesgob Cymru er budd Plant.

EGLWYS Y CRWYS

Llongyfarchiadau i Gareth a Gwen Edwards ar ddod yn daid a nain unwaith eto. Ganwyd Clark Gethin George White, bachgen bach i Carys a Stuart a brawd i Cara. Pob dymuniad da i'r teulu.

Cydymdeimlir yn ddwys â Cerian Angharad, Catrin a Ffion, yn eu profedigaeth o golli tad a thaid arbennig. Meddyliwn am y teulu oll yn Llanbedrog.

Cyn y Nadolig mwynhaodd pawb y te parti yn y festri i ddathlu penblwydd Glenys Thomas yn 90 oed. Llongyfarchiadau mawr iddi a dymunir yn dda iddi i'r dyfodol.

Mentrodd rhyw ddwsin o aelodau y Daith Gerdded i Gwynllŵg wedi'r Nadolig a mwynhawyd y cerdded a'r gwmniaeth yn fawr. Diolch i David Jones am drefnu'r daith.

Dymunir yn dda i Mrs. Margaret Cox sydd wedi ymgartrefu yn Tŷ Enfys ym Mhentwyn. Mae eisoes wedi setlo ac yn hapus yn y cartref.

Mwynhaodd aelodau 'Prynhawn Da' brynhawn difyr yng nghwmni Ruth Davies yn 'Paentio Sidan' a chymryd rhan yn y gweithgaredd.

Cynhaliwyd gwasanaeth dechrau blwyddyn hyfryd o dan nawdd y Gymdeithas. Arweiniwyd gan Hanna Thomas, gyda help Manon, a diolch i gynifer o ieuenctid yr Eglwys am gymeryd rhan.

Cofiwch fod croeso bob amser yn Eglwys y Crwys. Bydd y Gweinidog yn gwasanaethu ar 3 a 17 Chwefror; y Parch. Robert Owen Griffiths ar 10 Chwefror, a'r Dr Eryl Wyn Davies ar 24 Chwefror.

MINNY STREET

www.minnystreet.org @MinnyStreet
Gweinidog: Parch. Owain Llyr Evans

Estynnwn groeso i bawb, *'o'r ieuengaf i'r hynaf,'* i'n cyfarfodydd ar y Sul (10.30 a 18.00) ac yn ystod yr wythnos.

Bydd Ysgol Sul ar 3, 17 a 24 Chwefror. Bydd Cymundeb yn yr hwyr ar 3 Chwefror. Cawn Oedfa Foreol Gynnar am 9.30 ar 10 Chwefror. Y Parch Peter Dewi Richards (Caerdydd) fydd yn arwain ein heodfaon ar 24 Chwefror.

Bydd Babimini ddydd Gwener 1 a 15 Chwefror (9.45 - 11.15) a PIMS ar y 4 ac 18 (19.00 - 20.30). Caiff yr oedolion gyfle am baned a thrafodaeth ar bennod o lyfr Elfed ap Nefydd Roberts: *Dehongli'r Damhegion* yn Llynyddwch yng nghaffi Terra Nova am 10.00 ar yr 22 Chwefror. Dewch hefyd i'r Gymdeithas nos Fawrth, 12 Chwefror i glywed am 'Epynt' yng nghwmni Glyn Jones a chyfeillion ac eto ar 26 lle bydd Bill Jones yn sôn am 'Achosion Crefyddol Cymreig' yn y 19eg ganrif. Nos Lun 25 Chwefror am 19.30 cawn yr ail gyfarfod o Encil: Diwrnod Gyda'r Iesu. (Bu'r cyfarfod cyntaf ddiwedd Ionawr). Cofiwch archebu ymlaen llaw i fwynhau Koinônia am 12.00 ar 13 Chwefror ac am 19.30 ar 17.

Cafodd aelodau PIMS benwythnos arbennig ym Mannau Brycheiniog yn ddiweddar. Er nad oedd y tywydd yn ddigon ffafriol iddynt ddringo i gopa Pen y Fan cawsant amser wrth eu boddau yng nghanolfan ddringo Llangors. Bu'r penwythnos hefyd yn gyfle am drafodaethau eang a da, yn swyddogol ac answyddogol. Testun y trafod swyddogol oedd 'Doethineb Duw'. Mae criw PIMS yn edrych ymlaen yn eiddgar at eu taith nesaf.

Aelodau PIMS yn mwynhau yn ystod eu penwythnos yn y Bannau

SALEM, TREGANNA

Blwyddyn Newydd Dda i bawb, a chroeso mawr i chi ymuno â ni ar foreau Sul am 10.30 a gyda'r hwyr am 6.

Clwb y Bobl Ifanc

Daeth y bobl ifanc at ei gilydd i joio noson DVD a sglods ar 18 Ionawr. Mae cynlluniau ar y gweill ar gyfer sawl noson ddifyr yn ystod y tymor, gan gynnwys ymweliad ag 'Ystafell Ffoi'!

Adran yr Urdd

Cawsom noson o fwynhau gêmau bwrdd ganol y mis a noson ffilm a phopcorn ddiwedd Ionawr - grêt!

Llochesi i'r di-gartref

Mae'r festri'n llawn bob nos Fawrth, a diolch i bawb am gyfrannu ac am wirfoddoli i sicrhau llwyddiant y ddarpariaeth holl bwysig hon, wrth roi lloches a swper/brecwast, a chynhaliaeth.

Cydymdeimlo

Cydymdeimlwn yn fawr â Meinir Nefydd sydd wedi colli ei chwaer ym mis Rhagfyr. Cydymdeimlwn yn fawr hefyd â Rhian Griffiths sydd wedi colli ei thad, ac Enid Angell sydd wedi colli ei chwaer yn ddiweddar. Rydym i gyd yn meddwl amdanoch ar hyn o bryd yn eich colled.

BETHEL, PENARTH

Cydymdeimlwn yn ddwys gyda theulu ein diweddar chwaer Bethan Lloyd a hefyd gyda'n cyd-aelod Hedydd Hawkley ar golli ei mam oedd yn gant oed. Anfonwn gyfarchion penblwydd arbennig rhwng 17 a 19 oed at Rebecca. Dymunwn yn dda i Betsan sydd yn Siapan am rai misoedd yn dilyn gwaith sy'n gysylltiedig gyda'i chwrs Gwyddoniaeth ym Mhrifysgol Caerwysg.

Cawsom sawl cyfle i gyd-lawenhau dros dymor y Nadolig, diwedd 2018 a dechrau 2019. Yn ôl hen arfer cynhaliwyd Gwasanaeth Adfent yn oedfa hwyrol 2 Rhagfyr. Ar 16 Rhagfyr roedd oedfa Nadolig yr Aelodau yn y bore, gyda chyfraniadau cyfoethog gan amryw ac yna yn y prynhawn bu'r plant bach yn rhoi o'u gorau wrth ddweud yr hen, hen hanes. Bu oedfaon 23, 24 (am 11 yr hwyr) a 25 Rhagfyr yn gyfleoedd i ni elwa o ddoniau arbennig ein gweinidog yn ei gyflwyniadau gweledol creadigol. Cafwyd clo priodol ar 30 Rhagfyr i oedfaon 2018 mewn myfyrdod tawel.

Agorodd 2019 gydag oedfa (6 Ionawr) ar y cyd gyda'n cyfeillion yn y Barri dan arweiniad ein gweinidog. Daeth cyfle i agor ein cyfres Ysgol Sul i Bawb am 2019 ar 16 Ionawr, pan gawsom fendith arbennig o gyflwyniad ein cyd-aelod Mary Simmonds ar gyfraniad gwragedd i hanes ein ffydd. Atgyfnerthwyd ei neges, oedd yn deillio o ymchwil trylwyr, gan gyfraniadau pwrpasol a myfyriol ar lafar ac ar gân gan ferched eraill o'n cynulleidfa.

Ar 27 Ionawr cawsom gyflwyniad neilltuol i'r rhan gyntaf o ddwy ar y thema, 'Cael bywyd yn ei holl gyflawnder' Ioan 10:10 gan Y Parch. R. Alun Evans. Cafwyd trafod deallus. Cyfoethogwyd y myfyrdod wrth i ni ganu pedwar emyn - 714, 673, 776, 735.

YR EGLWYS EFENGYLAIDD

Roedd yn braf cael cyfle i ddathlu ac ysytyried perthnasedd y Nadolig cyntaf mewn oedfaon carolau'r eglwys yn Nhrelluest, yr Eglwys Newydd a'r Waun Ddyfal. Unwaith eto daeth Côr y Waun Ddyfal atom i'r oedfa garolau yn y Waun Ddyfal, ac roedd yn hyfryd cael eu croesawu i'n plith. Y Sul cyn y Nadolig, yn ein Gwasanaeth teuluol, cawsom esboniad syml ond yn llawn cysur a her ar feddyliau Eseia wrth alw Crist yn 'Cynghorwr rhyfeddol, Duw cadarn, Tad bythol, Tywysog heddychlon'. Cafodd sgiliau crefftio'r plant (a'u rhieni) eu herio hefyd!

Mae ein gweinidog wedi dechrau ar gyfresi newydd gyda'r flwyddyn newydd ac mae croeso i bawb i ymuno â ni wrth i Emyr ein tywys drwy lyfrau Datguddiad Ioan (bore Sul) ac Ecsodus (nos Sul).

Tra'i bod hi ar wyliau nôl yng Nghymru roedd hi'n braf bod Heledd Job (bellach o Turin, Yr Eidal) yn gallu ymuno â ni mewn cwrdd wythnos. Rhannodd Heledd ychydig am ei gwaith yn cefnogi undebau Cristnogol mewn prifysgolion ar draws Ewrop.

Llongyfarchiadau mawr i Llion a Rhian Evans (a Brychan) ar eni Buddug Rhian Evans nôl ym mis Rhagfyr. A llongyfarchiadau hefyd wrth gwrs i Mamgu a Tadcu (Marc a Janet Evans)!

TABERNACL, YR AIS

Oedfaon y Nadolig

Cafwyd oedfa lwyddiannus gan y plant yng ngofal Owain Evans a Lisa Tiplady. Diolch hefyd i Rhys ab Owen a Manon George a drefnodd y Naw Llith a Charol. Cyfrannodd Côr y Tabernacl, o dan arweiniad Shirley -Ann James, yn effeithiol gan ganu gweithiau gan Huw Thomas ac Euros Rhys. Cyfeilydd y côr oedd Dafydd Huw Wrennall. Unawdydd wadd y noson oedd Buddug Verona James, a'r organydd oedd Huw Thomas. Noson hyfryd arall oedd honno a drefnwyd gan Marc Jon Williams o dan y pennawd 'Carol a Cherdd'. Cafwyd cyfle i wrando ar amrywiaeth o farddoniaeth a cherddoriaeth. Ar y nos Sul cyn y Nadolig trefnodd Rhodri ab Owen oedfa ar ffurf Gwasanaeth Plygain.

Cymdeithas Nos Fawrth

Noson ym Mwyty Tseineiaidd Riverside oedd achlysur cynta'r gymdeithas yn 2019. Ganol y mis Caradog Williams a Mary-Jean O'Doherty fu'n cadw cwmni i ni - noson gerddorol arbennig gan y pâr dawnus yma.

Llongyfarchiadau

Roedd hi'n braf i glywed bod Rhodri Sennitt, mab Owen a Rhian ac ŵyr i Margaret Elwyn Williams, wedi derbyn gradd MBE gydag anrhydedd. Llongyfarchwn hefyd Nia McVeigh ar ennill gradd M.Sc. Neilltuodd lawer o'i horiau rhydd dros dair blynedd yn ymchwilio i 'Awtistiaeth a chyflyrau perthnasol'. Dymunwn yn dda i Rhys ab Owen ar ei benodi yn farnwr rhan amser ddiwedd 2018. Dyma gydnabod ei ddawn a dymunwn yn dda iddo.

Cofio a Chydymdeimlo

Ddeuddydd cyn y Nadolig, bu farw Iwan Thomas, a fu'n byw yn Tŷ Llandaf dros y ddwy flynedd olaf. Bu'n lais selog i'r BBC, yn gyflwynydd profiadol wrth ddarlledu cyngherddau clasurol. Roedd hefyd yn weinyddwr dibynadwy wrth geisio sefydlu canolfan i Ymchwil y Galon yn Ysbyty Prifysgol Cymru Caerdydd.

EBENESER

Bore coffi a chacen

Yn dilyn oedfa'r bore ar 9 Rhagfyr cynhaliwyd bore coffi gyda chacennau i'w prynu. Codwyd £134 ar gyfer ein helusen am y flwyddyn (hydref 2018 - haf 2019). Diolch i'r rhai a gyfrannodd ac i Alice Jeffs am gydlynu.

Bedydd

Ar bnawn dydd Sul 9 Rhagfyr, yn ei gartref, bedyddiwyd Siôn Ellis Partridge, brawd i Cai a mab Gareth Lisa gan Alun Tudur. Ymunodd criw da o ffrindiau gyda'r teulu i nodi'r achlysur a chafodd Tudur Jones y fraint o gynrychioli Ebeneser.

Y Clinc

Ar nos Fawrth 11 Rhagfyr ym mwyty'r Clinc cynhaliwyd noson o garolau i godi arian ar gyfer gwaith Ebeneser gyda'r digartref ar Heol Siarl, unwaith y mis. Diolch hefyd i'r Clinc am ei waith diflino a gwerthfawr yn paratoi prydau cynnes ar gyfer y digartref. Drwy ymdrech lew llwyddwyd i godi tua £300. Diolch i Gill Lewis am drefnu.

Noson garolau

Ar nos Fercher 12 Rhagfyr cynhaliwyd gwasanaeth carolau yng Nghanolfan Byddin yr Iachawdwriaeth, Trelluest. Daeth tua 25 ynghyd a darparwyd offer cyfieithu. Diolch i Cynan a Rachel Llwyd a Gwilym ac Alice Jeffs am drefnu. Daeth y noson i ben gyda phaned, gwin brwd (*mulled*) a mins peis.

Hefin Jones ac Alun Tudur

Y Gymdeithas

Ar nos Fawrth 15 Ionawr cawsom noson ddifyr yng nghwmni Dr Hefin Jones a'i destun oedd, 'Pencader, Prifysgol a Phryfed'. Fel y gallech ddychmygu roedd yn noson hynod o ddifyr a hwyliog ble soniodd am fro ei febyd, hanes yr ardal, ei waith yn y brifysgol ac un o'i hoff destunau, Pryfed. Sylwch ar y tair *'P'*! Cynigwyd y diolchiadau gan Alun Tudur. Byddwn yn croesawu Matt Spry, Dysgwr y Flwyddyn, 2018 ar nos Fawrth 12 Chwefror am 7.30.

Dioddef oherwydd Brexit

Ydi 2019 yn flwyddyn pan fo pob afiechyd wedi diflannu? Ryn ni i gyd yn sydyn reit yn iach! Diolch i Brexit, Brexit, Brexit.

Ond os edrychwch chi'n fanwl, fanwl yng nghrombil papur newydd neu ar gwt bwletin newyddion ar deledu neu radio, fe sylwch fod 'na drafferthion o hyd yn ein hysbytai, a bod gofal cymdeithasol yn dal i fod yn ddiffygiol ac yn broblem enfawr. Mae popeth dan reolaeth medde datganiadau'r llywodraeth. Heblaw am Brexit, Brexit, Brexit.

Yn y cyfamser dyw'r weledigaeth a gafodd ein llywodraeth ni ar y ffordd i ddelio â *dementia* ddim wedi ei gwireddu hyd yma. Yn ôl un arbenigwr yn y maes, yr ofn sy ganddo fe yw ei fod wedi ei roi yn ôl ar silff. Brexit, Brexit, Brexit!

Yn y cyfamser mae bywydau cannoedd sydd â'r clefyd yng Nghymru a'u gofalwyr yn llusgo 'mlaen heb fawr o gymorth.

Rai misoedd yn ôl cefais y fraint o gadeirio sesiwn ar Unigrwydd ym Mhorthmadog - lle mae gwirfoddolwyr gyda llaw yn gwneud gwaith ardderchog gyda phobl â *dementia* a'u gofalwyr.

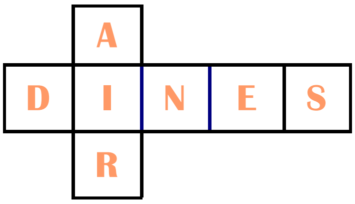
Un o'r awgrymiadau a gafwyd yn y sesiwn oedd ar i gapeli, neu gymdeithasau fel Merched y Wawr ffurfio rota o bobl i fynd i ymweld yn gyson â'r sawl sy dan bwysau oherwydd *dementia*. A hynny yn eu cartrefi. Mae 'na rai sy'n byw ar eu pennau eu hunain a'u teuluoedd ymhell i ffwrdd. Mae na eraill sydd â chymar neu berthynas arall yn gofalu amdanyn nhw ac efallai yn agos at ddod i ben eu tennyn.

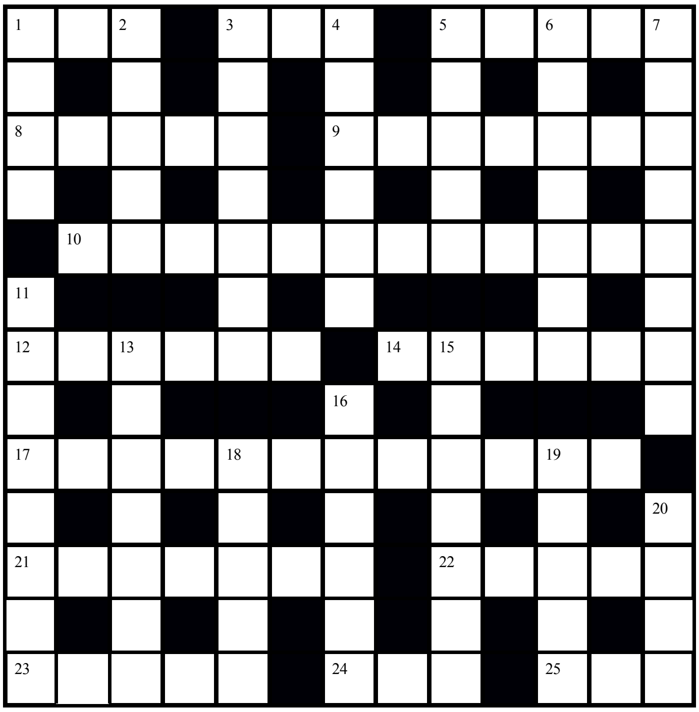
Gwn yn iawn am y teimlad yna o fod yn unig pan yn gofalu ar ôl rhywun â'r clefyd. Fi a David yn erbyn y byd oedd hi yn eitha aml. Ac roedd cael rhywun yn galw am sgwrs a phaned yn gymaint o ryddhad.

O ran y gwasanaethau gofal, os ydi pethe'n ddrwg arnyn nhw nawr, alla i ddim eu gweld nhw'n gwella a bydd angen mwy fyth o wirfoddolwyr a chymwynasau ar ôl Brexit, Brexit, Brexit.

Beti George

Rhif: 188





Ar Draws

1. Sied wedi torri yn Lloegr (3)
3. Ffeindio hylif ysgrifennu ar ganol ymbincio (3)
5. Duw ymddangosodd yn y -----
   Fe gafwyd Brawd yn Brynwr' (JH) (5)
8. 'Hen ----- bell nad yw'n bod
   Hen derfyn nad yw'n darfod' (DEJ) (5)
9. Arian wrth gefn cwmni afal pwdr (7)
10. A oes modd i feddwi briallen yma? (7,5)
12. Gwasgu oren da am nifer dy ddyddiau (6)
14. Dihoeni mae'r dewin dwl ganol nos (6)
17. Côr y bêl hirgron yn chwalu creision y glo (3,1,8)
21. 'I'r bendigedig ----- -----
    Yn iach o boen y byd' (JH) (4,3)
22. Mae hwn yn dechrau erlid un Rwsiad i'r gofod (5)
23. Mae'n felys cael mwy na dau offeryn ffermio (5)
24. Perthynas yn dechrau noddi awyr iach (3)
25. Aderyn lliw aur ar yn ail (3)

I Lawr

1. Cuddio rhag un annwyl sy'n dal Elwyn bach (4)
2. 'Boed ----- f'enaid tua'th dŷ
   Fy Nuw, i weld dy ŵyneb cu' (cyf DJ) (5)
3. 'Haleliwia! Haleliwia!
   Aeth ----- ----- yn ein lle' (Anad) (1'1 ,5)
4. Anelwch eich troed fel peldroediwr! (6)
5. Dechrau cadw oer fannau ein byd ar lech er coffa (5)
6. Ie, solar yw'r newid i dorri tir newydd (7)
7. Meddylgar cael ford i fil truenus (8)
11. Cernod i waelod organ y clyw (8)
13. Cellwair am symud i dir Dei (7)
15. Ein nawdd sant yn dal calon y meistri a'u tawelu (7)
16. Rhaff pen y tarw yn cymell (6)
18. Gwlad a gormodedd ar yn ail cyn dechrau gwario (5)
19. Diffyg gwres mewn lloer niwlog (5)
20. 'Y llygaid dwys dan ddwys ddôr,
    Y llygaid na all -----' (RWP) (4)

Enillydd Croesair Rhif 186
Gwenda Hopkins, Llanisien, Caerdydd

Atebion Croesair Rhif 186

Ar Draws
7. Neidr 8. Afonwen 9. Ysywaeth 10. Eurig 12. Yr ysgoldy 14. Abergwaun 17. Di-goll 18. Oedolyn 20.Y Gesail 21. Ynysu

I Lawr
1.Anwyd Brawd 2. Diwyd 3. Aria 4. Llaethdy 5.Goresgyn 6. Chwareli 11. Gwynfannus 12. Ysgall mall 13. Geugred 15. Arogli 16. Gloyn 19. Dwyn

Danfonwch eich atebion at Rhian Williams
erbyn 5 Mawrth, 2019
22 Heol Cae Rhys, Rhiwbina, Caerdydd, CF14 6AN

Annwyl ddarllenwyr

Blwyddyn newydd, cylchgrawn newydd!

Beth am ddechrau 2019 trwy gefnogi *Cara* – cylchgrawn Cymraeg gan ferched, am ferched? Dyma gyfle i chi gefnogi menter gyffrous gan fam a merch trwy danysgrifio i'r cylchgrawn a derbyn 3 rhifyn drwy'r post bob gwanwyn, haf a gaeaf.

Mae *Cara* yn 64 tudalen, llawn lliw, ac yn cynnwys erthyglau dwys a difyr ar iechyd, ffasiwn, gwallt a cholur, steilio'r cartref, crefftau, y celfyddydau, materion cyfoes, a llawer mwy!

Gallwch weld rhifyn sampl ar-lein, a dilyn hynt a helynt *Cara* ar ein gwefan, www.cara.cymru ac a'r dudalen Facebook ac Instagram – @cylchgrawncara.

Cara

I archebu eich copïau (3 rhifyn: £12 (£4 y rhifyn) / 6 rhifyn: £24 / 9 rhifyn: £36 / 12 rhifyn: £48) anfonwch eich manylion personol ynghyd â siec yn daladwy i Meinir ac Efa (Cara), at Bancyreithin, Llandre, Bow Street, Ceredigion, SY24 5BS, neu dilynwch y linc ar ein gwefan i dalu gyda cherdyn neu drwy PayPal.

Os oes gennych unrhyw syniadau am erthyglau diddorol am ferched yn eich hardal chi, neu os hoffech chi i ni gynnwys unrhyw beth penodol yn *Cara*, plîs cysylltwch. Byddwn ni'n hapus iawn i glywed oddi wrth y darllenwyr!

Diolch yn fawr am eich cefnogaeth,
Meinir ac Efa

CERDYN POST
O Doha

Lowri Haf Cooke yn holi Sybil Barr

Mae Sybil Barr yn ymgynghorydd meddygol (ym maes newydd-anedigaeth), sy'n gweithio yn Doha, Qatar. Mae hi'n byw yno gyda'i theulu – ei gŵr Roshan, a'u tri o blant; Oliver (15), Sam (14) a Daisy (12).

Un o ble yng Nghaerdydd ydych chi'n wreiddiol?

Ges i fy magu yn Rhiwbeina a chael fy addysgu yng Nglantaf a wedyn ymlaen i'r Coleg Meddygol yng Nghaerdydd. Ar ôl graddio, symudais i Lundain, ac wedi i mi gymhwyso fel ymgynghorydd, ges i swydd yn Washington D.C. Ar ôl tair blynedd yno des i adre i ddechrau swydd yn Ysbyty'r Waun. O 2004 i 2017 bues i a'r teulu yn byw yn Llanishen.

Pryd a sut lanioch chi yn Doha, a beth ydych chi'n ei wneud yno?

Ges i a'm gŵr wahoddiad i ddod i Doha (prifddinas Qatar) er mwyn helpu i sefydlu ysbyty newydd sbon o'r enw Sidra. Rydw i a'r gŵr yn gweithio gydag ugain o ymgynghorwyr eraill o bedwar ban byd. Mae babanod a phlant tost Qatar yn aml yn gorfod teithio tramor er mwyn derbyn triniaeth feddygol. Gobaith llywodraeth Qatar, ar ôl sefydlu Sidra, yw bydd plant y wlad yn cael eu trin yn eu cynefin yn lle. Ry' ni wedi sumud i Doha ers Tachwedd 2017, ac mae'r ysbyty newydd wedi bod ar agor ers Ionawr 2018.

Disgrifiwch eich diwrnod delfrydol yn Doha...

Does dim byd gwell na chodi'n gynnar i badl-fyrddio neu nofio yn y môr o flaen y tŷ neu o amgylch yr ynys yr y' ni'n byw arni. Ar ôl cinio hyfryd yn ardal y 'Pearl' (ardal gafodd ei 'ddwyn' o'r môr) yn edrych allan ar y marina, bach o hwyl a sbri yw cael gyrru mewn car 4 x 4 i'r anialwch i syrffio lan a lawr y twyni tywod. Pa ffordd well i ymlacio wedyn a chael gwared o'r tywod na mwynhau mordaith o amgylch Doha mewn bad traddodiadol (fel Dhow) yn gwylio'r haul yn machlud.

Pa 3 lle yno y byddech chi'n annog i rywun o Gaerdydd a'r Fro eu profi, er mwyn cael blas go dda o'r ddinas?

Dylse pob ymwelydd ymweld â'r Souk sef y farchnad draddodiadol. Mae popeth ar werth yno; bwyd, anifeiliaid anwes, offer cegin, dillad a gemwaith. Mae'n rhaid bargeinio yn y souk i gael y fargen ore! Mae sawl amgueddfa yn Doha; ein hoff un ni yw'r Museum of Islamic Art. Mae'r arddangosfeydd yn newid yn gyson, gyda phob un yn ddiddorol iawn, hyd yma. Ar hyn o bryd mae llawer o waith adeiladu yn mynd ymlaen ar draws y ddinas, yn enwedig parc 'Aspire', lle mae nhw'n codi sawl stadiwm newydd. Dwi'n edrych ymlaen i weld sut le fydd y ddinas yn 2022 pan fydd Doha yn cynnal pencampwriaeth Cwpan y Byd.

Beth yw'r pryd bwyd gorau gawsoch chi yn Doha?

Bob dydd Gwener, y pryd poblogaidd yw 'brynsh', a bydd llawer o'r 'ex-pats' yn tyrru i'r gwestai moethus, ac yn cwrdd â ffrindiau a mwynhau cymdeithasu a gloddesta! Ein hoff westy ni fel teulu yw'r St Regis.

Ble mae'r olygfa orau yn Doha?

Dwi'n hoffi edmygu a gwerthfawrogi dinas Doha a'i hawyrlun trawiadol o'r môr. 'Skyscrapers' yw'r adeiladau - pob un â'i gynllun gwahanol, wedi'u goleuo'n amryliw fin nos.

Beth ydych chi'n ei golli fwyaf am Gaerdydd?

Colli teulu a ffrindiau yw'r peth anoddaf, yn naturiol, am fyw bant o gartref. Ond ry' ni fel teulu hefyd yn gweld eisie' gwyrddni Cymru! Oherwydd y tywydd twym iawn, does dim caeau gwyrdd na choed o'n cwmpas. Ac yn ystod yr haf crasboeth, pan fydd y tymheredd yn codi i 45 - 50 gradd Celsius, rydyn ni ambell waith yn colli'r glaw!!

Dathlu'r Fari Lwyd gyda Dawnswyr Twrch Trwyth

Cafwyd noson dathlu'r Fari Lwyd ar nos Wener, 11 Ionawr gyda Dawnswyr Twrch Trwyth. Dechreuodd y daith yn y Pontcanna Inn (y Cayo Arms gynt) ar Heol y Gadeirlan ac yna aethpwyd i'r Beverley a'r Halfway lle cafwyd croeso gwresog. Daeth uchafbwynt y dathlu yng nglwb Columba ar Heol Llandaf lle bu canu cymdeithasol i gyfeiliant grŵp gwerin Dawnswyr Twrch Trwyth. Casglwyd arian at elusen CLIC Sargent – plant â chanser.

Dyddiadur Deurodiwr Dŵad

Na phoenwch, chi hen ddarllenwyr parchus ***Dinesydd*** y 70au sy'n cynhyrfu o weld pennawd sy'n adlais (bron) o'r gorffennol. Nid Goronwy Jôs sy di dŵad yn ôl i'ch poenydio, i'ch gwawdio, i dynnu blewiach o'ch trwyna, a gneud hwyl ar ben eich yrban shîc, wrth iddo chwilio'n ofer am yr hen New Ely.

'Mond rhyw feiciwr bach diniwad yn dŵad nôl o dro i dro, i droedio, neu a deud y gwir, i ddeurodio hen lwybra a gweld be di be yn rhen Ga'rdydd ma wrth iddi groesawu Eisteddfod 2018.

Crwydro'r iard

Rhyw feicio linc-di-lonc dros bont Llandaf oeddwn gan basio heibio'r hen Glantaf Secondary Modern. Diawcs, mae'r lle 'di sbriwsio a phrifio ers dechra'r 70au. Ma'n siwr mai un o Acadymis posh y Toris sy' 'na rwan, meddyliais, rôl clwad Susnag crand y plantos yno - nid hogia'r werin datws mo rhain. Yna sylwi ar arwydd 'Ysgol Gymraeg'. Mae gen i frith go o ryw Fobs o fforma rwla ar y radio'n y 90au'n canu, "*Use your Welsh or it will die*. Pawb yn siarad Saesneg ond does neb ar fai". Ia, wir!

Oedais wrth yr hen Cow and Snuffers i weld os oedd Disraeli adra. Fuodd o'm yn aros 'ma ers tro; mae'n siwr am nad oes cwrw i'w gael rôl troi'r dafarn yn lycsiyri apartments iddo. O leia mae ei ben-delw bach yn dal yno uwch y ffenast i dystio mai nid ffêc-niws yw'r chwedl. Bwrais ymlaen heibio'r horwth siop Almaenig newydd sy 'di sylwi o'r diwadd, chwara teg, bod a *lidl bit of Welsh* ar ei arwyddion yn fanteisiol; - mwy o groeso Cymraeg yno nag yn sawl swyddfa Cyngor. Yna 'nelais hi am yr orsaf drenau. ‘Llandaff Yard’ oedd yr ardal hon, cyn iddi droi yn ‘North’ crand! O le goblyn daeth Ystum Taf 'dwch?

Troi a dilyn Lôn Tŷ Mawr wedyn, heibio tafarn y Royal Exchange ar y tro sgwâr yn y ffordd a sylwi, toc, ar arwydd ar daclen wal tŷ teras o fy mlaen - POMMERGELLI RD.

Wrth i mi fyfyrio dros yr enw, cerddodd rhyw hen foi heibio. "*It's Pomma-jelly Road*" medda fo yn ei Kerdiff krand. Yn union 'run fath ag Aberjelly a Dolly-jelly, á la Jamie Owen BBC Wales (gynt), medda fi wrtha fi'n hun. "*Dunno why*", ebe fo wedyn.

Mae 'na hanes a rheswm i bob enw. Hawdd dirnad bod Tŷ Mawr Road yn arwain at hen fferm o'r un enw, Station Road yn arwain at yr orsaf, a'r Radyr Road gerllaw yn arwain at y rhyd a'r hen gerrig camu i groesi'r Taf i gyrraedd Radyr Court. Ond o ble daeth y Pommergelli tybed?

Mae'r ateb ar Fapiau a Rhestri'r Degwm a luniwyd yn yr 1840au – mae modd eu cyrchu ar wefan wych Llyfrgell Genedlaethol Cymru. Bryd hynny roedd y Gymru wledig, sef y rhan fwyaf ohoni, yn glytwaith o gaeau, rhostiroedd a choedlannau, tyddynnod a ffermydd. Mapiwyd y rhain oll. Noda'r rhestri berchnogion y tiroedd (y bonedd) a'u tenantiaid, a nodir maint a diben y caeau er mwyn gallu pennu'r taliad Degwm oedd yn ddyledus i'r Eglwys. Ond i mi, gwir werth y cwbl yw'r cyfoeth enwau sydd ar y miloedd caeau ac ar y ffermydd hyn.

Safai fferm fach Y Gelli ar y tro sgwâr ar y ffordd i Dŷ-mawr. Yno ar safle'r hen ffermdy y codwyd, tua 1890, y rhesdai brics coch sy'n dal yno heddiw drws nesaf i'r dafarn. Oddi yno roedd caeau yn ymestyn i'r gorllewin cyn belled ag afon Taf. Gyferbyn â ffermdy'r Gelli roedd cae o'r enw Pumer y Gelli – cae tua phum erw o faint. A dyna darddiad ‘Pommergelli’ fel enw ar stryd o dai gweithwyr a godwyd arno tua'r 1900au.

Yr ochr arall i'r llwybr i Radur roedd Pumer Heol y Gelli, yna ar lan yr afon roedd Peder erw ac yna Waen y Filaist. I'r gogledd ger y tro neu'r ystum yn yr afon roedd Coed y gared (cored tybed?) a Pum er dan tŷ. Dan fferm Tŷ-mawr oedd y rhain ac, yn wir, tiroedd y fferm honno oedd y caeau oll yn yr 1840au. Edward Morgan oedd tenant y fferm, ond y tirfeddiannwr oedd Edward Romilly – enw cyfarwydd arall yn ardal Caerdydd. Tua'r de roedd Cae'r bont - sef y bont i Landaf, a Chwecher yr Yrd – dichon mai cyfeirio at y Llandaff Yard yn ei ymyl oedd yr ‘Yrd’ hwnnw.

Croeswyd y caeau hyn gan Gamlas Morgannwg a adeiladwyd yn y 1790au rhwng Merthyr a'r môr yng Nghaerdydd. Arni roedd 50 o setiau o lifddorau er mwyn dygymod â'r newidiadau mewn uchder tir ar ei thaith. Datblygodd gweithfeydd mân a mawr ger y mannau hyn ac o gwmpas llifddorau 45 y datblygodd Llandaff Yard. Yno ers 1812 roedd yr hen dafarn wreiddiol, y Red Cow. Braf yw coelio'r stori mai'r *navvies* o'r Iwerddon a lafuriai ar y gamlas ac o'i chwmpas a ail-enwodd y dafarn yn "*An cú ar snámh*", sef y Wyddeleg am 'y ci sy'n nofio' gan roi i ni'r enw unigryw ‘Cow and Snuffers’.

Rhaid oedd wrth bontydd i groesi'r gamlas – pontydd bwa nodweddiadol, ac roedd Pont y Gelli yn arwain at waith calch a sment gyda simdde uchel yn perthyn iddo rhwng y gamlas a'r afon, gwaith a ddibynnai ar gludiant cychod y gamlas.

Caewyd a llenwyd y gamlas yn y 1940au a'r 1950au a chwalwyd y pontydd a'r dorau, ond mae llwybr troed a beicio'n dilyn ei hôl yma. Tai sydd tua'r dwyrain i'r hen gamlas a pharc rhyngddi a'r afon. Ond er i'r enw Pommergelli oroesi, diflannodd yr enwau Cymraeg hyfryd eraill. Trist yw colli'r olion hanesyddol; gwarth yw gwrthod gwarchod cyfoeth ein treftadaeth ieithyddol. Cadwch y rhain hefyd, Cadw!

Rhoddwyd y tir i greu'r parc, a enwyd yn Hailey Park, i'r ddinas yn 1923 gan ddau ddyn busnes a oedd ei berchen. Y ddau oedd Claude P Hailey a fu'n Ysgrifennydd Cyfnewidfa Lo lewyrchus Caerdydd (a drigai ar y Parade uwchlaw) ac Emile Andrews, sef y mab yn ‘Solomon Andrews and Son’. A dyna enw a llinyn cyswllt â sawl man arall yng Nghymru i'w ddilyn (ar y beic, wrth gwrs).

Olwyn ap Gron

Pobol y Rhigwm

Y dasg a osodwyd i'r rhigymwyr yn rhifyn Rhagfyr/ Ionawr (rhif 18) oedd llunio limrig yn cynnwys y llinell 'Ar ôl bwyta gormod o dwrci'. Mae'n amlwg fod y twrci a/neu hamdden y Nadolig wedi ysbrydoli llu o ddarllenwyr *Y Dinesydd* i fynd ati. Daeth miloedd o gynigion i law yng nghystadleuaeth y limrig. Dyma ddetholiad o'r goreuon.

Ar hwyrnos Nadolig aeth Harri
I wisgo'i siwt newydd i barti.
Ond ffeindiodd yn syn
Ei bod yn rhy dynn
Ar ôl bwyta gormod o dwrci.
Siani

Ar ôl bwyta gormod o dwrci,
Aeth Idwal yn syth lan i'w wely.
Fe gysgodd mor drwm
Roedd pawb yn y cwm
Yn clywed ei chwyrnu'n taranu.
Trwmgwsg

Ar ôl bwyta gormod o dwrci,
Ac yfed nes bron methu llyncu,
'Sdim syndod i'r wraig,
Sy dipyn o ddraig,
Fy mwrw â phastwn am gnecu.
Drewgi

Ar ôl bwyta gormod o dwrci,
A hyfed llond potel o wisgi,
Ca'th Iolo ryw bwl
O ddawnsio yn ddwl.
Wi'n meddwl bo fe wedi difaru!
Coblyn

Ar ôl bwyta gormod o dwrci
Medd Dai: 'Beth am gêm fach o rygbi?'
Ond daeth tacl go sydyn,
A fwriodd y stwffin
Yn ddiofyn reit mas o'r hen folgi!
O'i hunlle dihunodd Dai'n chwysu
Ar ôl bwyta gormod o dwrci -
Ffermwr llawn dichell
Yn nesu â bwyell!
Lot gwell ganddo'r *'nut loaf'* eleni.

Ar ôl bwyta gormod o dwrci
Ar groen Dai dechreuodd plu dyfu.
Daeth gobl-di-gwc
O'i geg! A 'Hei lwc',
Medd y *cook*: 'Af i baratoi'r popty'

Ar ôl bwyta gormod o dwrci
Metha Dai druan symud 'n ei wely.
'Sdim rhaid i'r Dinesydd
Esbonio i'r darllenydd
Rybudd Derec am d'ranau yfory.
Ffrind Dai

Ar ôl bwyta gormod o dwrci,
Hwyaden, dwy ŵydd, oll mewn grefi,
Cig moch a golwythion
Cig oen a chig eidion,
'Na ddigon. Bwyd figan eleni!
Bolgi

Bu'n anodd dewis rhyngddynt, a'r rheithgor wedi gorfod pendroni am rai wythnosau. Bu beirniadu'r Gadair yn yr Eisteddfod Genedlaethol yn dasg lawer haws. Yn y diwedd, penderfynwyd mai limrig Bolgi yw'r gorau, yn bennaf am gynnwys yr odl gyrch yn y llinell olaf. Mae'n amserol hefyd, wrth i lawer ildio i'r ffasiwn, a byw am fis cyfan heb fwyta bwyd go iawn. Pob lwc iddynt, a llongyfarchiadau i Bolgi ar ennill y gystadleuaeth.

Y dasg i'r rhifyn nesaf yw llunio pennill (gall fod yn limrig, triban neu bennill telyn) yn ymwneud ag 'Addunedau'.

Anfonwch eich cynigion at db.james@ntlworld.com erbyn 18 Chwefror.

DS Mae hyn yn ddechrau trefn newydd – rhyw wythnos yn unig i anfon eich cynigion i mewn, fel ein bod yn gallu cyhoeddi'r feirniadaeth yn y rhifyn nesaf. Gobeithio y bydd hyn yn sbardun i fynd ati yn ddiymdroi! Diolch am eich cefnogaeth.

Enillydd tasg rhif 18 yw Peter Griffiths, Pentyrch

TIWTOR FFRANGEG AC ALMAENEG

trwy gyfrwng y Gymraeg hyd at safon TGAU

£20 yr awr

Cysylltwch â Ruth Jones ar 07925246199 neu trwy e-bost at ruthcjones25@aol.com

Côr Caersalem – Pan dery'r côr undebol…

Pwy sy'n mwynhau canu emynau – nid pawb! Pwy sy'n mwynhau Cymanfa Ganu – nid pawb! Digwydd troi mewn i gwrdd blynyddol Cyngor Eglwysi Cymraeg Caerdydd (CECC) a dim ond 12 oedd yno a des i allan â swydd newydd, llywydd 2019. Doedd neb arall eisiau'r gwaith!

Mae CECC wedi bod yn anweledig ar dudalennau'r *Dinesydd* ers blynydddoedd a does gan lawer o'r tua 1500 aelod yn y naw eglwys, fawr o syniad beth sy'n digwydd. Mae angen syniadau a gweledigaeth newydd a hynny yn gyflym. Yr un peth *mawr* rydw i am geisio gwneud eleni yw ffurfio côr newydd. Dilyn esiampl fy nhad, Parch. Dafydd G Davies oherwydd ei syniad ef oedd creu Côr Bedyddwyr Cambrensis, yr enw gwreiddiol, yn ôl ar ddechrau'r wythdegau. Mae Côr Cambrensis dal wrthi 37 o flynyddoedd yn ddiweddarach a Jeff Howard yw'r arweinydd.

Am y tro rydw i yn ei alw yn 'Côr y Cyngor' er mae angen enw gwell. Ond yn wahanol i gorau eraill, bydd y côr hwn ar gyfer achlysuron *mawr* tua hanner dwsin o weithiau y flwyddyn.

Ble mae dechrau ffurfio côr newydd?

Wel yn naturiol gyda'r eglwysi. Does dim angen enwi saith ohonynt, mae eu hanes ar dudalennau'r Dinesydd yn fisol. Yr wythfed yw Bethlehem Gwaelod-y-Garth. Mae gan y Catholigion oedfa Gymraeg fisol hefyd.

Mae'r ffigwr 96 yn fy meddwl. Pam 96? Wel 8 eglwys a 12 o gantorion yr un. Hynny yw, 3 soprano, 3 alto, 3 tenor a 3 bas. 8 x 12 = 96.

Braidd bod angen cyfeirio at gorau poblogaidd a llwyddiannus sydd eisoes gennym yng Nghaerdydd. Felly rydw i yn bwriadu gwahodd 6 neu 12 o Ferched Côr Canna, Côr CF1, Côr Caerdydd, Cordydd ac yn y blaen. Gwell i mi enwi Côr Meibion Taf! Oes yna gantorion chweched dosbarth yn Glantaf, Plasmawr a Bro Edern – chi yw'r dyfodol a chroeso i chi hefyd. Oes yna ddysgwyr sy'n mwynhau canu pedwar llais – croeso cynnes i chi i gyd. Yr Eglwys Efengylaidd Gymraeg a lan i Tabernacl Efail Isaf. Mae digon o gantorion yno – yr un croeso i chi. Efallai bydd 200 yn canu yn y côr hwn!

Ble a phryd bydd 'Côr y Cyngor' yn canu?

Fel awgrymais bydd y côr sefydlog hwn ar gael i ganu ar achlysuron penodol er enghraifft nos Sul y Pasg, nos Sul y Sulgwyn a nos Sul ola'r flwyddyn sef cymanfa neu ddathliad o garolau.

Sylwais taw ychydig o'r eglwysi oedd yn Eglwys Sant German nos Iau 6 Rhagfyr i recordio *Dechrau Canu Dechrau Canmol*. Roedd y canu yn hyfryd a chantorion dau neu dri chôr oedd wrthi gydag Alwyn Humphreys a band wrth y llyw. Y tro nesaf daw *Dechrau Canu* i Gaerdydd bydd dim problem sicrhau cynulleidfa. Newyddion da i Aled John ac eraill! A Gŵyl Tafwyl eleni. Hoffwn weld Cymanfa Ganu ar nos Sul 23 Mehefin. Fydd dim ymarferion i bawb gyda'i gilydd, ond ychydig o ymarfer i'r eglwysi a'r corau unigol pan fydd amser yn caniatáu.

Cystadleuaeth Emyn-dôn yr Eisteddfod Genedlaethol

Gwyddom fod yna gystadleuaeth i gyfansoddi emyn-dôn ers degawdau. Harri'r Chweched sef Ann Hopcyn, Caernarfon, oedd yn fuddugol yn Eisteddfod y Bae. Enw ei thôn oedd 'Yr Aes'. Parch. Denzil John oedd awdur geiriau'r emyn tri phennill yn cyfeirio at rym, gwerth a gwyrth maddeuant. Y cefndir oedd rhyfel diddiwedd Syria a'r angen am feddylfryd gwahanol i gasineb ble bynnag mae gwrthdaro. Gwelir y briodas rhwng geiriau a thôn ar dudalennau'r Cyfansoddiadau.

Tybed a oes yna gynulleidfa neu gôr yng Nghymru wedi gwneud unrhyw ddefnydd ohonynt? Dydw i braidd wedi clywed gair. Rwy'n amau nad oes canu arnynt ers dechrau'r ganrif i bob pwrpas. Mae gan nifer fawr ohonom gopi o'r Cyfansoddiadau felly dyma gyfle i geisio canu emyn Denzil ac Ann mewn rhyw gyfarfod cyn diwedd 2019.

Felly chi'r cantorion sy'n dal i ddarllen hwn gobeithio! Ydy'r syniad hwn o greu côr pedwar llais yn ymarferol? Ydych chi am ymuno? Dewch hen ac ifanc… Croesawaf unrhyw sylwadau ac ymatebion. eirianagwilym@gmail.com Diolch am ddarllen hwn.

Gwilym Dafydd

Rasys Adduned Y Gymdeithas Strôc

Mae canlyniadau gwaith ymchwil yn dangos fod gweithgareddau a wna i ni chwysu e.e. cerdded, loncian a beicio yn gallu lleihau'r risg o strôc yn sylweddol. Mae ymgyrch Rasys Adduned yn gyfres o ddigwyddiadau 5K, 10K neu 15k er mwyn codi arian hanfodol i'r Gymdeithas Strôc, a gwella ein hiechyd.

Bydd Carol Bott, Cyfarwyddwr y Gymdeithas Strôc yng Nghymru, yn cymryd rhan yn Ras Adduned 5k Caerdydd ar 10 Mawrth ym Mharc Bute. Meddai Carol: 'Bob pum munud ledled y DU, mae bywyd rhywun yn cael ei effeithio gan strôc, ond gallwn ni i gyd gymryd rhan mewn ymarfer corff sy'n helpu i leihau ein risg. Mae'r Ras Adduned yn ddigwyddiad delfrydol i deuluoedd a ffrindiau sydd am gael hwyl gyda'i gilydd wrth ddod yn fwy egnïol yn 2019. Trwy ymuno â Ras Adduned yng Nghymru, bydd pob rhedwr nid yn unig yn lleihau ei risg o strôc, ond hefyd yn helpu i sicrhau y gallwn barhau i gefnogi goroeswyr strôc a'u teuluoedd wrth iddynt ailadeiladu eu bywydau.'

Cost mynediad i'r ras yw £16 a bydd pob rhedwr yn derbyn crys-t a medal technegol. I ymuno â'r ras neu am ragor o wybodaeth, ewch i
www.resolutionrun.org.uk neu
e-bostiwch resolution@stroke.org.uk neu
ffoniwch 02920 524400.

Y DIGWYDDIADUR

Chwefror

Mawrth, 12 Chwefror
Merched y Wawr, Cangen Caerdydd. Bydd Cyril Jones yn siarad ar y testun, 'Menywod Fy Machgendod', yn neuadd Eglwys Fethodistaidd Cyncoed (ar y gornel rhwng Westminster Crescent a Heol Cyncoed), am 7.30yh. Croeso cynnes i bawb.

Mercher, 13 Chwefror
Cylch Cadwgan. Bydd Dr Rowland Wynne yn siarad ar y testun 'Gwell Dysg na Golud: Gwron Cwmsychbant', yn Y Ganolfan, Tabernacl, Yr Efail Isaf, am 8.00yh.

Gwener, 15 Chwefror
Cylch Llyfryddol Caerdydd. Sgwrs gan Emyr Jenkins, cyn Brif Weithredwr yr Eisteddfod Genedlaethol a Chyngor y Celfyddydau, ar y testun 'Bywyd "Ynghanol Pethe"', yn Ystafell 0.31, Adeilad John Percival, Safle Rhodfa Colum, Prifysgol Caerdydd, CF10 3EU, am 7.00yh. Croeso cynnes i bawb.

Gwener, 15 Chwefror
Bydd angen i unrhyw un sydd am fynd ar wibdaith Cymdeithas Carnhuanwc i Rufain adeg y Pasg (30 Ebrill–4 Mai) nodi eu diddordeb ynghyd â thalu blaendâl o £100 erbyn 15 Chwefror. Am fanylion pellach, anfonwch at llanisien-carnhuanawc@yahoo.co.uk

Sadwrn, 16 Chwefror
Coffi a chlonc i ddysgwyr yn Eglwys Dewi Sant, Cilgant Sant Andreas, Caerdydd, CF10 3DD, rhwng 10.30 a 12.00. Mae croeso i chi ddod am baned ac i sgwrsio.

Llun, 18 Chwefror
Cymdeithas Gymraeg Rhiwbina. Sgwrs gan Sian Lewis, Prif Weithredwr Urdd Gobaith Cymru, yng Nghapel Bethel, Maesyderi, am 7.30yh.

Llun, 18 Chwefror
Cymdeithas Wyddonol Cylch Caerdydd. Darlith gan Rhidian Thomas (Caerdydd) ar y testun 'Gwasgariad rhywogaethau dŵr croyw ymledol ym Mhrydain', yn Ystafell 0.77 ym Mhrif Adeilad Prifysgol Caerdydd, Parc Cathays, am 7.30yh. Croeso i bobl nad ydynt yn *arbenigwyr* gwyddonol.

Mercher, 20 Chwefror
Aelwyd Hamdden Cymry Caerdydd. Sgwrs gan Melfin Hopkins ar y testun 'Rhyfeddod Ynys Echni (*Flatholm*)', yn festri Capel Minny Street am 2.00yp.

Iau, 21 Chwefror
Sgwrs gan yr Athro E. Wyn James ar y testun, '"O! aed yr hyfryd wawr ar led": yr emyn cenhadol a Bryniau Khasia', yn one2two, 22 Whitchurch Road, CF14 3LZ, am 7.30yh. Croeso cynnes i bawb.

Mawrth

Gwener, 1 Mawrth
Gwasanaeth Dydd Gweddi'r Byd yn Eglwys Salem, Treganna, CF5 1QF, am 2.00yp. Croeso cynnes.

Llun, 4 Mawrth
Cymdeithas Gymraeg Rhiwbina. Dathlu Gŵyl Ddewi yng nghwmni'r Prifardd Aled Gwyn yng Nghlwb Golff yr Eglwys Newydd.

Llun, 4 Mawrth
Cylch Cinio Cymraeg Caerdydd, yng Ngwesty 'Rhif 10 Caerdydd' (Jolyons, gynt), 10 Ffordd y Gadeirlan, Caerdydd, CF11 9LJ, am 7.00yh ar gyfer 7.30pm. Gwestai: Betsan Moses (Prif Weithredwr yr Eisteddfod Genedlaethol). Croeso i ymwelwyr o gylchoedd cinio eraill. Os am archebu pryd, dylid cysylltu â'r ysgrifennydd, Ruth Davies, ar billd.d2@tiscali.co.uk neu ffonio 029-2221-1407 neu 07717-837470 yr wythnos cynt.

Mercher, 6 Mawrth
Aelwyd Hamdden Cymry Caerdydd. Dathlu Gŵyl Dewi. Cinio yng nghwmni'r Parch. Aled Gwyn, festri Capel Minny Street am 1.30yp.

Mercher, 6 Mawrth
Merched y Wawr Bro Radur. Dathlu Gŵyl Dewi yng nghwmni Band Ukelele, Caerdydd yn Eglwys y Methodistiaid, Windsor Road, Radur am 7.30yh. Croeso cynnes.

Iau, 7 Mawrth
Trysorau'r Ffydd. Yr emynydd Pedr Fardd fydd dan sylw yn y gyfres o gyfarfodydd o dan arweiniad yr Athro E. Wyn James sy'n edrych ar rai o uchelfannau ein llenyddiaeth Gristnogol. Yn adeilad yr Eglwys Efengylaidd Gymraeg, ar gornel Harriet St a Rhymney St, Cathays, CF24 4BX, am 7.30yh. Mynediad am ddim: croeso cynnes i bawb.

Sadwrn, 9 Mawrth
Bore coffi rhwng 10.30 a 12.00 ar gyfer rhai sydd am ymarfer eu Cymraeg, yn adeilad yr Eglwys Efengylaidd Gymraeg, Harriet St, Cathays, CF24 4BX. Croeso i ddysgwyr ac i siaradwyr rhugl. Am 11.00yb bydd sgwrs gan Marc Evans ar y testun 'Taith Dysgwr'. Yr un amser bydd dosbarth Cymraeg ar gyfer dechreuwyr dan arweiniad Amanda Griffiths. Mynediad am ddim: croeso cynnes i bawb.

Mawrth, 12 Mawrth
Merched y Wawr, Cangen Caerdydd. Bydd Mair Penri yn sôn am ei phobl, yn neuadd Eglwys Fethodistaidd Cyncoed (ar y gornel rhwng Westminster Crescent a Heol Cyncoed), am 7.30yh. Croeso cynnes i bawb.

Iau, 14 Mawrth
Cylch Cadwgan. Bydd Ffion Dafis yn siarad ar y testun 'Syllu ar Walia' yng Nghlwb Rygbi Pentyrch am 8.00yh. Cydnabyddir cefnogaeth Llenyddiaeth Cymru.

Gwener, 15 Mawrth
Cylch Llyfryddol Caerdydd. Sgwrs gan Hefin Wyn ar y testun 'Bachan Diaich! – Niclas y Glais', yn Ystafell 0.31, Adeilad John Percival, Safle Rhodfa Colum, Prifysgol Caerdydd, CF10 3EU, am 7.00yh. Croeso cynnes i bawb.

Sadwrn, 16 Mawrth
Cymdeithas Carnhuanawc. Ysgol Fore. Siaradwyr: Dr Beth Thomas, Emyr Lewis a'r Athro Prys Morgan. Lleoliad: Y Llyfrgell Ganolog, Yr Ais, Caerdydd. Cofrestru: 9.30–9.45yb. Tâl: £5. Croeso cynnes i bawb. Manylion pellach: llanisien-carnhuanawc@yahoo.co.uk

Sadwrn, 16 Mawrth
Coffi a chlonc i ddysgwyr yn Eglwys Dewi Sant, Cilgant Sant Andreas, Caerdydd, CF10 3DD, rhwng 10.30 a 12.00. Mae croeso i chi ddod am baned ac i sgwrsio.

Llun, 18 Mawrth
Cymdeithas Wyddonol Cylch Caerdydd. Cystadleuaeth cyflwyniad gwyddonol i bobl ifainc 16–19 oed. Yn Ystafell 0.77 ym Mhrif Adeilad Prifysgol Caerdydd, Parc Cathays, am 7.30yh. Croeso i bobl nad ydynt yn *arbenigwyr* gwyddonol.

I anfon gwybodaeth i'r Digwyddiadur gweler manylion ar dud. 2

Bwytai Merch y Ddinas

"gwyliwch y gofod, am atgyfodiad The Thai House!"

Lowri Haf Cooke

Mae bwytai yn cau. Ry ni gyd yn gwybod hyn. Bu'r golofn hon yn dyst i hynny ers tro. Ar drothwy pob ffasiwn newydd – 'byrgers budr', 'lobster rolls' – mae na ddrws yn cau yn glep ar freuddwyd ffôl. Caiff rhai eu gwireddu, gan droi'n fusnesau go-iawn, yn cynnig cyflog, ac ail-gartref dros dro. Ail gartref i'r gymuned o weithwyr yn y gegin a 'dihangfa' i gwsmeriaid dros dro. Ond serch y cariad a'r angerdd sy'n llywio'r lletygarwch, *busnes* yw byd bwytai yn y bôn.

Profais hyn fel gweinyddes yn y Moat House yn Llanedeyrn, a Le Café Français yng nghanol y dre. Newidiwyd enwau a pherchnogion a chysyniadau di-ri, a fel na mae hi, a felna fydd hi, felly dyna ni. Ac yn y misoedd cyn cyhoeddi fy llyfr *Bwytai Cymru*, bu'n rhaid dileu 5 cyrchfan o fri. Amrywiodd y rhesymau, o droi'n gaffi, i ddiswyddo'r chef, a phwysau atynnu – neu gynnal - seren Michelin. Ond ni thorrwyd ar un o straeon y gyfrol yn eu blas, ddim go-iawn, tan droad 2019.

Dyna a ddigwyddodd yn achos The Thai House, a sefydlwyd yn 1985. Fe'i agorwyd yn wreiddiol ar y Stryd Fawr, cyn symud i Gilgant Guildford yn 1996. Yn eironig, mae'r lleoliad gwreiddiol bellach yn gaffi 'gêmau bwrdd' – cangen o fusnes o Fryste, sef *Chance & Counters*. Ond rai misoedd yn ôl, chwaraewyd gêm *Monopoly* go-iawn, a sawl rownd o *Snakes & Ladders*. Ymysg y 'chwaraewyr' yr oedd aelodau dau deulu adnabyddus; Rapport a Ramasut. Diwedd y gân oedd y geiniog, a pherchnogaeth lês yr adeilad. Cwmni datblygu Rapport aeth â hi.

Unwaith eto, dyna yw busnes, byd du a gwyn yn y bôn. Mae hyn yn gyffredin tu hwnt yng Nghaerdydd. O ble ry chi'n meddwl y deilliodd yr holl awyr-grafwyr hyll sy'n bla ar awyrlun Caerdydd? Ond daeth tro yn y gynffon yn achos y stori hon, wrth i leisiau dinasyddion ddod ynghyd. Dan fygythiad; tri busnes annibynnol ar y gilgant hanesyddol (a godwyd ar ddiwedd y 19eg ganrif), yn hafan o holl ganghennau canol y dre. Bwyty Portiwgeaidd Madeira, bar a chlwb Gwdihŵ a'i frawd fwyty adnabyddus *The Thai House*. Mae'n werth nodi yma y cafodd teml y Seiri Rhyddion, drws nesa, ei chofrestru yn 1975.

Wedi ymgyrch lwyddiannus i achub stryd gerddorol Womanby, aethpwyd ati i drefnu gwrth-dystiad cyffelyb. Ar b'nawn Sadwrn, 19 Ionawr, daeth miloedd ynghyd i orymdeithio trwy'r dref, cyn cynnal protest ar Gilgant Guildford. Ddiwrnod ynghynt, cyhoeddodd Cyngor Caerdydd fod y datblygwyr wedi cytuno i oedi eu cynlluniau am gyfnod o dri mis. Fel y taranodd Tamsin Ramasut – perchennog *Bangkok Cafe* Treganna, a merch i Noi ac Arlene Ramasut, The Thai House – roedd hynny'n llawer rhy hwyr, gan eu bod nhw eisioes wedi gorfod dechrau ar broses dorcalonnus o ddiswyddo eu gweithwyr nhw, er fod clwb Gwdihŵ am barhau am y tro.

Paham yr angerdd yn y dorf? Paham yr holl wynebau ifanc? Oherwydd dyw dinasyddion Caerdydd ddim yn dwp. Ry'n ni'n gweld be sy'n digwydd i'n Caerdydd ni, wrth i ragor o feysydd parcio a fflatiau gael eu hadeiladu ar gyfer ymwelwyr i'r ddinas, ar draul trigolion sydd eisioes yma'n byw ac yn bod. Paham fod pobol yn tyrru i unrhyw Brifddinas? I gael blas o ddiwylliant y wlad. O'r maes chwarae i'r tafarndai, celf, hanes a threftadaeth, comedi, theatr, ffilm a cherddoriaeth fyw. A hefyd blas, yn llythrennol, o rywbeth gwahanol, yn hytrach na Greggs a Jamie's rownd rîl.

Gwledd i borthi'r enaid mewn dinas gynyddol ddi-enaid; dyna yn bendant fu ar gynnig yn *The Thai House*. Roedd gen i ben yn llawn annwyd wythnos wedi'r brotest, a dim ond un man oedd ag ateb i'r aflwydd. Mae cyhwysion cawl Dom Yam fel neithdar gan y Duwiau, ac roedd ar gynnig ar bob achlysur yn Thai House. Afraid dweud fe wnaeth y cawl llawn tsili, galangal a lemwnwellt y tric.

Bûm yn ffodus i gael sgwrs â Noi Ramasut y diwrnod hwnnw – diwrnod olaf, The Thai House, am y tro. Diolchais iddo ef a'i deulu, am eu cyfraniad llesol i'r ddinas, wrth gynnig chwa o awyr iach i fyd bwytai Caerdydd. Wedi'r cyfan, pan gyrhaeddodd gyntaf, o ddinas Bangkok, ei gwestiwn mawr oedd 'ble mae'r bwyd?'. Mae'r hanes i gyd yn fy llyfr *Bwytai Cymru*, sydd hefyd yn dathlu bwyty Tamsin, Bangkok Cafe.

Ond byddwch chi, fel fi, yn falch nad 'hanes' yn unig yw'r stori bellach, gan i Noi awgrymu nad dyma yw diwedd y gân. Gyda thîm mor arbenigol, hir-sefydliedig a chymunedol, mae'n benderfynol o ffeindio lleoliad newydd sbon. Nid yw hynny'n debygol o ddigwydd dros nos, ond gwyliwch y gofod, am atgyfodiad The Thai House yng Nghaerdydd.

***Bwytai Cymru* a *Canllaw Bach Caerdydd*, Lowri Haf Cooke (Gwasg Gomer) £9.99 yr un**

Clwb Rygbi Cymry Caerdydd
Caerdydd 33 - Pendyrus 12

Bu'n dymor digon siomedig hyd yma i Glwb Rygbi Cymry Caerdydd. Wedi disgyn o Adran 2 i Adran 3 ar ddiwedd y tymor blaenorol, y gobaith oedd y byddem yn gallu cystadlu i adennill ein statws yn yr adran uwch. Ond methwyd â chreu unrhyw fomentwm, ac er i ysbryd y garfan barhau'n uchel roedd angen rhywbeth i sbarduno'r tymor.

Deian yn sgorio cais

A dyna a gafywd yng ngêm gwpan Powlen Undeb Rygbi Cymru ar 12 Ionawr, pan groesawyd Pendyrus i gaeau Pontcanna. Gêm yn rownd yr 16 ola' oedd hon. Roedd y tywydd yn berffaith, a braf oedd gweld nifer o gyn-aelodau'r Clwb wrth ochr y cae wrth i'r gêm ddechrau.

Cafwyd dechrau delfrydol gyda dau gais o fewn y deg munud cyntaf, ac er i Bendyrus wella sicrhaodd penderfyniad y bechgyn ein bod ar y blaen ar hanner amser o 18 pwynt i 12. Bu rhaid amddiffyn yn gadarn yn yr ail hanner ond wedi cic gosb a chais pellach roedd y fuddugoliaeth yn ddiogel gyda 10 munud yn weddill. Coronwyd y fuddugoliaeth gyda phedwerydd cais yn y cyfnod yma.

Gruff Ifor

Roedd e'n deimlad mor braf. Perfformiad a buddugoliaeth gorau'r Clwb ers tro byd, a bu dathlu mawr yn y Clwb wedi'r gêm. Mae digon o waith o'n blaenau, ond roedd hi'n sylfaen dda ar gyfer gweddill y tymor.

Yn y rownd nesa', bydd y Clwb yn teithio i Nantgaredig ar 2 Fawrth, gyda'r gêm yn dechrau am 2.00yp. Dyw Nantgaredig heb golli'r tymor hwn, ac felly mae'n debyg bod her anferth o'n blaenau, ond bydd y bechgyn yn ddigon hyderus wedi'r perfformiad yn y rownd flaenorol. Clwb Rygbi fydd yr unig glwb o Gaerdydd yn rowndiau'r 8 ola' yn y Fowlen neu'r Plât, a phwy a ŵyr, os bydd y perfformiadau yn y rowndiau nesa' cystal â'r un yn yr 16 ola', efallai y byddwn yn gallu edrych 'mlaen at ymweld â Stadiwm Principality am yr ail dro mewn pum tymor.

Gobeithiwn y bydd nifer dda o ddilynwyr y Clwb yn gallu ymuno â ni yn Nantgaredig, a'r bwriad yw llogi bws. Os oes diddordeb gennych deithio ar y bws hwnnw, byddwch cystal â danfon ebost at: rhyscrcc@hotmail.com, neu cadwch lygad ar gyfrif Trydar y Clwb @clwbrygbi.

Dweud eich Dweud: Genomeg a Meddygaeth Fanwl-Gywir yng Nghymru

Partneriaeth Genomeg Cymru
Genomics Partnership Wales

Oes profiad gennych chi o gael prawf geneteg? Profiad o ganser, canser wedi'i etifeddu, neu o glefyd prin megis Ffibrosis Cystig neu Glefyd Huntingtons?

Mae Partneriaeth Genomeg Cymru yn cydweithio ar draws sawl sefydliad yn cynnwys y Gwasanaeth Iechyd, Iechyd Cyhoeddus Cymru, Prifysgolion Cymru a Pharc Geneteg Cymru, i fanteisio ar botensial genomeg i wella iechyd, lles a ffyniant pobl Cymru. Ffurfiwyd y bartneriaeth yn haf 2018 er mwyn gweithredu strategaeth Genomeg ar gyfer Meddygaeth Fanwl-Gywir y Llywodraeth. Ein gobaith eleni yw cael cydweithio gyda chleifion a'r cyhoedd yng Nghymru, er mwyn sicrhau mai ffocws ein gwaith yw dysgu o'ch profiadau chi a gwella gwasanaethau geneteg i bobl Cymru. I gael rhagor o wybodaeth am y cyfle i gael 'dweud eich dweud', ac i fynegi eich diddordeb, ewch i'r wefan https://www.healthandcareresearch.gov.wales/current-opportunities/ neu anfonwch e-bost at partneriaethgenomegcymru@wales.nhs.uk.

Rydyn ni'n annog ymatebion gan siaradwyr Cymraeg er mwyn sicrhau bod y gwaith yn datblygu er budd siaradwyr Cymraeg ledled y wlad. Mae croeso i chi i gysylltu â ni drwy gyfrwng y Gymraeg, a'n gobaith yw y bydd ein holl wybodaeth ar gael yn ddwyieithog maes o law.

HeatGlow
Gas Safe
Plymio a Gwresogi

Gwresogi
Gwresogi tanlawr | Gwasanaethu Boeler | Gosod Boeler | Gosod Rheiddiaduron | Tystysgrif Nwy

Ystafell ymolchi
Dylunio | Gosod | Adnewyddu

Plymio
Toiledau | Plymio Cyffredinol | Dŵr yn Gollwng

Pam dewis Heatglow
- Gwasanaeth holl Gymraeg
- Gwasanaeth proffesiynol rhagorol
- Peirianwyr nwy profiadol iawn gyda dros 25 mlynedd o brofiad
- Pob agwedd o wresogi, nwy a plymio
- Mae ein holl waith o dan warant
- Gwasanaeth ôl ofal o'r radd flaenaf

Cymraeg

www.heatglow.co.uk
Ffoniwch: 07710827477