Y DINESYDD

Ebrill 2020 — Papur Pobl Caerdydd a'r Fro — Rhif 446 £1

Poster i godi'r galon gan ddisgyblion Ysgol Melin Gruffydd

Y DINESYDD

Golygydd:
Hefin Mathias

Golygydd Mai
Ioan Kidd

Cyfraniadau erbyn 27 Ebrill i:
ioankidd@hotmail.com
3 Ceiriog Drive, Pantmawr,
Caerdydd, CF14 7TU
029 20657665

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

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

Prif Ddosbarthwr:
Arthur Evans
Yr Eglwys Newydd.
aloevans@icloud.com
029 20623628

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

Argraffwyr:
Serol Print, Castell-nedd
Cysodydd: Dr Eirian Dafydd

Ariennir yn rhannol gan Lywodraeth Cymru

Y Cyfryngau Cymdeithasol

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

Y Coronafirws a'r Dinesydd

Neges gan y Cadeirydd

Gobeithio eich bod i gyd yn cadw'n ddiogel ac yn iach yn ystod y cyfnod rhyfedd hwn.

Mae'r Dinesydd, fel pob sefydliad arall, wedi cael ei orfodi i weithredu'n wahanol i'r arfer, a hynny am gyfnod amhenodol. Ni fu anhawster i gael digon o ddeunydd y tro hwn eto, ond mae'r cyfyngiadau llym ar symudiadau pobol yn ei gwneud yn amhosibl i'w ddosbarthu yn y ffyrdd arferol.

Penderfynodd y Pwyllgor fwrw ymlaen â chyhoeddi'r Dinesydd **ar ffurf electronig yn unig (sef ffeil pdf),** a'i ddosbarthu gorau y gallwn trwy e-bost. **Ni fydd copïau caled.** Yn yr argyfwng sydd ohoni, a phobol yn ynysig ac efallai'n unig, teimlem y gallai'r Dinesydd chwarae rhan fechan yn y gwaith o rannu gwybodaeth a difyrru a 'chadw cwmni'.

Mae nifer o'n tanysgrifwyr eisoes yn derbyn copi electronig, ond gwyddom nad pawb sy'n gyfforddus gyda'r cyfrwng hwn. Hyderwn serch hynny y byddwch yn deall y sefyllfa ac y cewch flas ar ei ddarllen.

*****

Oherwydd bod hyn i gyd wedi digwydd ar yr union adeg y mae ein cefnogwyr yn adnewyddu eu tanysgrifiadau – rhai wedi a rhai heb, eto – penderfynwyd mai'r peth gorau fyddai 'rhewi' y tanysgrifiadau am y tro. Byddwn yn ailystyried y sefyllfa ar ôl i'r haint fynd heibio a bywyd yn dychwelyd i 'normal' – gan nodi, wrth gwrs, y rhai sydd eisoes wedi talu.

Mae hyn yn agor y drws i ni gynnig y Dinesydd i gynulleidfa ehangach.

I ddechrau, bydd rhifyn mis Ebrill (a'r misoedd i ddod, am gyfnod) yn cael ei roi ar ein gwefan (www.dinesydd.cymru). Golyga hyn y gall unrhywun ei ddarllen yn rhad ac am ddim. Yn yr un modd, bydd y Dinesydd hefyd i'w weld ar gyfryngau torfol eraill, yn cynnwys *Bro_360* – a dymunwn ddiolch i Gwmni *Golwg* am estyn y cymorth hwn i'r papurau bro yn ystod yr argyfwng.

Ein gobaith yw y bydd hyn yn denu darllenwyr newydd – ac os ydych chi yn un o'r rheini, hyderwn y byddwch â diddordeb i danysgrifio i'w dderbyn yn rheolaidd pan wellith y sefyllfa.

Dim ond i chi anfon eich cyfeiriad e-bost at Arthur Evans, ein Prif Ddosbarthwr, yn aloevans@icloud.com (ffôn 029 2062 3628), fe allwn drefnu i chi dderbyn copi personol nawr (am ddim tan i'r sefyllfa newid) a chael ffurflen danysgrifio maes o law. Croeso i chi ddwyn y cynnig hwn i sylw eich ffrindiau.

Gobeithio'n wir y cewch chi i gyd flas ar y rhifyn hwn o'r Dinesydd a'i gael yn ddiddorol a difyr. Yn fwy na dim, cadwch yn ddiogel.

Dymuniadau gorau
Bryan James

Siopau sy'n gwerthu'r Dinesydd

CABAN, Pontcanna
CANT A MIL VINTAGE, 100 Whitchurch Rd.
CHAPTER, Treganna
DERI STORES, Rhiwbeina
DINAS COMPUTERS, Heol y Crwys
GRIFFIN BOOKS, Penarth
NISA, Heol Caerdydd, Dinas Powys
PAPERWEIGHT, 22 Wellfield Road
SIOP Y FELIN, Yr Eglwys Newydd
VICTORIA FEARN GALLERY Rhiwbeina

Dathlu Gwahanol Gyfeithiadau

Dros y canrifoedd bu'r cyfieithiadau Cymraeg cyfoes o'r Beibl yn gerrig milltir arwyddocaol yn natblygiad a chadwraeth yr iaith. Gŵyr y rhan fwyaf ohonom am gampweithiau arbennig William Salesbury a'r Esgob William Morgan yn cyfieithu'r Testament Newydd (1567) a'r Beibl (1588) i'n hiaith. Ond llawer llai a ŵyr bod Beibl William Morgan wedi'i ddiwygio gan y rheithor Dr John Davies, er mwyn gwella'r iaith lenyddol, newid rhai rhannau a ystyrid yn rhy dafodieithol ac i gyd-ymffurfio â thestun Beibl Iago 1 (1611). Cyhoeddwyd y Beibl diwygiedig hwn yn 1620.

I ddathlu 400 mlwyddiant cyhoeddi'r fersiwn yma o'r Beibl cafwyd dathliad arbennig yn y Tabernacl, yr Ais, ar ddechrau mis Mawrth. Diolch i gefnogaeth y Llyfrgell Genedlaethol yn Aberystwyth cafwyd cyfle arbennig i weld nid yn unig Beibl 1620, ond hefyd Testament Salesbury, Beibl William Morgan, y Beibl Bach a Beibl Peter Williams.

I gyd-fynd â dathliadau 400 mlynedd cyhoeddi Beibl William Morgan yn 1988, cyhoeddwyd y Beibl Cymraeg Newydd, a oedd yn ffrwyth ymchwil a llafur panel o ysgolheigion a diwinyddion y dydd.

Ond roedd angen Beibl i genhedlaeth newydd hefyd, cenhedlaeth heb gefndir capel ac eglwys, ac felly aeth Arfon Jones ati i baratoi beibl.net. Eleni ar 1 Mawrth roedd y cyfieithiad hwn yn dathlu ei ben-blwydd yn 18 oed. Addas iawn felly mai Arfon a gafodd y fraint o bregethu yn oedfa dathlu Beibl 1620.

Arfon Jones
Llun: annibynwyr.org

Yn yr oedfa hefyd cyflwynwyd Arfon gyda chywydd gan John Emyr fel diolchgarwch am ei lafur yn sicrhau fod y genhedlaeth bresennol yn cael yr Ysgrythur mewn iaith gyfoes.

Arfon â dycnwch hirfaith
Yn ei swydd ymroes i waith;
Y gwaith hynod a chlodwiw,
Gwaith ei Dad o alwad wiw.

Hynt oes oedd ei brentisiaeth,
Oriau cerdd yn drysor caeth;
A theg fu'i brentisiaeth o –
Gŵr o addysg a graddio.

Rhagori wnaeth â'r geiriau,
Llwyr ei waith i ennill rhai;
Hanfod gwaith roes fod i'w gân,
A'i ddysg oedd addysg ddiddan.

Beibl.net a fydd eto
Yn dyst i'w ymroddiad o;
Mae'n waith sy'n was i'r Gwas gwiw
Â rhyddid geiriau heddiw.

Arfon â stôr o eirfa
A golau dysg Bugail Da,
Ag oes o waith â'n hiaith ni
Roddodd i'r Iesu drwyddi.

John Emyr

Apêl ar gyfer Dinesydd mis Mai

Oherwydd y firws Covid-19 sy'n ein cadw gartref i bob pwrpas, bydd Dinesydd mis Mai, o reidrwydd, yn wahanol iawn i'r arferol. Ni fydd nifer o'r adroddiadau arferol na'r rhai am ddigwyddiadau penodol i'w cael. Byddwn felly yn dibynnu arnoch chi, y darllenwyr, i fynd ati i ysgrifennu.

Chwi feirdd a'n holl lenorion
sy'n hoffi cyfansoddi,
yn blant neu'n hen mewn dyddiau
rhowch bìn ar bapur heddi'.

Anfonwch i'r Dinesydd
eich hynt a'ch troeon trwstan
wrth fyw bob dydd fel meudwy
yn nyddiau'r firws aflan.

Nawr, gwrandwch ar fy nghyngor,
a pheidiwch gwag-swmera.
Gwnewch ddefnydd da o'ch amser
trwy 'sgwennu a llenydda!

Byddem yn ddiolchgar o dderbyn cyfraniadau, yn gerddi, yn straeon, yn ysgrifau ayyb. Gall y rhain fod yn ddoniol neu yn ddwys. Anfonwch eich cyfraniadau at Ioan Kidd, golygydd y mis erbyn 27 Ebrill: ioankidd@hotmail.com

Bywyd yn Modena yn ystod argyfwng COVID-19

Mae Rhodri Moseley, sy'n 49 ac yn wreiddiol o Landaf, yn gweithio fel peiriannydd yn ninas Modena yng Ngogledd yr Eidal. Mae e'n briod â Lara, ac mae ganddynt ddau o blant; Federico Rhys, sy'n 15 oed a Sara sy'n 13.

Dechreuodd pethau newid fis yn ôl pan gaeodd yr ysgolion yng ngogledd yr Eidal, ac ar yr un pryd dechreuwyd cyfyngu ar ymgynnull; felly dim chwaraeon, theatrau, sinemâu ac yn y blaen. Wythnos yn hwyrach roedd angen rhoi rheswm dilys am deithio (i'r gwaith, i brynu bwyd neu feddyginiaeth, i wneud ymarfer corff neu i gyrraedd adre) ac fe gaewyd siopau ar wahân i fwyd a nwyddau pwysig (er enghraifft, electroneg er mwyn galluogi gweithio o adre). Yn ychwanegol, caewyd parciau cyhoeddus i osgoi pobol rhag ymgynnull yno. Erbyn hyn mae cwmnïau ar gau, y strydoedd yn wag, ac ni allwn symud o'r tŷ o gwbl ar wahân i brynu bwyd. Yr unig bobol sy'n gweithio yw'r holl gadwyn fwyd, gweithwyr meddygol a fferyllwyr.

Roedd y dyddiau cyntaf adre i'r plant fel gwyliau iddyn nhw wrth gwrs, wrth i'r ysgolion ddygymod â'r sefyllfa. Ond wedi wythnos yn unig roedd popeth yn ei le, pob disgybl yn yr Eidal ag e-bost personol er mwyn cysylltu â'u hathrawon, meddalwedd gwersi fideo gynhadledd ar-lein wedi ei lansio a'i brofi ac yn gweithio'n iawn, a'r ysgolion oll yn gweithio i'w hamserlenni gwersi arferol. I'r plant felly roedd ganddyn nhw strwythur cyfarwydd i'w diwrnod yn eitha cloi. Yn ychwanegol, mae gwersi cerddoriaeth, theatr ac yn y blaen hefyd yn parhau ar-lein; felly, mae gan blant ddigon o weithgareddau i'w cadw nhw'n brysur. I ni'r oedolion, ar y llaw arall, roedd yr wythnosau ble roedd swyddfeydd yn dal i fod ar agor, ond y wlad dan warchae a'r cleifion yn lluosogi, yn rhai anghyfforddus iawn, o wybod mai'r swyddfa yw un o'r mannau ble gallai'r firws ledu, ac felly ein rhoi ni a'r teulu mewn perygl. Bu'n gryn dipyn o ryddhad felly pan ddaeth hi'n orfodol i weithio o adref. Y broblem fwyaf o ddydd i ddydd yw diffyg ymarfer corff, gan fod clybiau chwaraeon wedi eu gwahardd, parciau cyhoeddus ar gau, ac ni allwn adael y tŷ o gwbl os nad am fwyd neu feddyginiaeth, felly ymarfer corff yn y tŷ amdani.

O ran cysylltiadau y tu allan i'r tŷ, wrth gwrs mae galwadau fideo yn ein caniatáu i gysylltu yn hwylus â theulu a ffrindiau erbyn hyn. Mae cael cinio neu swper ynghyd â rhywun o'r teulu yn "eistedd wrth y bwrdd" ar alwad *smartphone* yn arferol erbyn hyn, ac yn gyfle i dreulio amser gyda'n gilydd, tra bod cwisiau a gemau ar-lein â chyfeillion hefyd wedi dod yn arfer newydd (er eto, i ni'r oedolion yn unig mae hwn yn newydd, mae plant yn eu harddegau wedi hen arfer â chysylltu drwy'r cyfryngau cymdeithasol).

Wrth gwrs mae'r gegin a bwyd yn rhan annatod o ddiwylliant yma yn yr Eidal, felly coginio a bwyta gyda'n gilydd bob cyfle yw hi ar hyn o bryd, ac mae wedi bod yn gyfle i hogi ein medrau coginio bwydydd o'r cynhwysion crai. Er enghraifft ry'm ni'n rheolaidd yn coginio pasta fresh o flawd, wyau a burum (tagliatelle gan fwyaf, pasta traddodiadol Bologna, a'i fwyta â saws ragu), ond hefyd gnocci (peli bach o datws, blawd ac wyau, i'w bwyta â saws tomato neu fenyn), pizza adref wrth gwrs, ond hefyd polenta (bwyd traddodiadol yr ardaloedd Alpaidd, o ddŵr a blawd, ac i'w fwyta â chaws wedi ei doddi yn nhraddodiad Friuli, o ble daw teulu ngwraig).

Yn ffodus iawn, ac yn wahanol i Brydain efallai, mae digon o fwyd ffres ar gael yn lleol yma yn yr Eidal, a does dim diffyg bwyd yn y siopau. Serch hynny mae pris bwyd wedi dyblu dros nos, mae nifer cyfyngedig o bobol yn cael mynd i mewn i archfarchnadoedd ar y tro, a rhes o ddwy awr neu fwy i siopa yn arferol, ac wrth gwrs mae'n rhaid aros wythnosau am slot i dderbyn bwyd adre. Siopau bach lleol felly yw'r dewis gorau i brynu bwyd o bell ffordd, a hwythau wedi addasu i ehangu'r cynnyrch mae'n nhw'n gwerthu, gan gynnwys cludo bwyd adre.

Ar wahân i goginio, fel gweddill y byd rwy'n credu, ry'm ni'n edrych ar ffilmiau a chyfresi teledu di-ri. Ond ry'm ni hefyd yn ceisio cadw rhyw fath o drefn i'r diwrnod a'r wythnos, felly codi i weithio neu i ddilyn gwersi yn y bore, ymarfer corff bob dydd, pawb yn tacluso'r tŷ yn rheolaidd, ac yn y blaen. Mae cadw *routine* a rhyw deimlad o fywyd arferol yn bwysig.

Dwi'n bersonol a fy ngwraig yn gweithio o adre erbyn hyn, fel canran fawr o'r wlad a'r byd. Mae

ngwraig yn athrawes ysgol uwchradd, ac yn dilyn amserlen ac yn defnyddio meddalwedd tebyg iawn i'r plant yn eu hysgolion, a hyn yn gweithio yn dipyn gwell na fyddwn i wedi disgwyl ymlaen llaw, er y pryder mwya nawr yw sut i ddygymod ag arholiadau ar ddiwedd y flwyddyn, gan fod posibilrwydd cryf na fydd ysgolion yn ail-agor cyn diwedd tymor yr haf. O'm rhan i, mae rhan helaeth o fy ngwaith o ddydd i dydd ar gyfrifiadur ta beth, felly mae gweithio o adre yn hollol bosib, a'r broblem fwyaf mewn gwirionedd yw dod i arfer â threfnu gwaith ar echel eang o bell, lle yn y gorffennol gellid trefnu gwaith wyneb yn wyneb yn y swyddfa. Yn sicr, mae pawb rwy'n credu wedi dod i sylweddoli fod cyfarfodydd ar gyfrifiadur yn hollol bosib gydag ychydig o ymarfer, heb orfod bod yn yr un ystafell o reidrwydd.

Y sioc mwyaf yw byw ynghanol dinas fawr (mae Modena tua maint Abertawe), gyda'r holl strydoedd yn hollol wag a thawel, ar wahan i glywed sain seirenau ambiwlansau ddydd a nos. Diolch byth nad yw sefyllfa Modena yn debyg i Bergamo a Brescia, ble mae'r fyddin yn gorfod cludo'r meirw o'r ysbytai gan fod y celloedd oer yn orlawn. Ond yn sicr y seirenau di-baid sy'n dod â'r argyfwng i'r amlwg, ac mae hynny'n frawychus, ac yn torri calon.

Rydym yn sicr yn gwerthfawrogi pethau syml bywyd yn fwy nag o'r blaen, ac yn sylweddoli fod popeth arall yn fonws mewn gwirionedd. O ran cyngor, rwy'n credu mai cadw trefn ar amserlen ddyddiol yw'r peth pwysig o ddydd i ddydd, i beidio â mynd yn wallgo. Yn fwy eang, rwy'n credu fod yr argyfwng mor fawr nes y bydd yn rhaid i gymdeithas ddod at ei gilydd yn gryf i ddod allan ohono, ac mae hynny'n rhoi cyfrifoldeb personol ar bob un ohonym ni i adweithio'n bositif ac i gydweithio.

Lowri Haf Cooke

Peter Whittingham

1984 - 2020

Sioc enfawr oedd clywed am farwolaeth Peter Whittingham ym mis Mawrth, a wnaethpwyd dipyn yn waeth wrth i'r newyddion dorri yn araf ar y cyfryngau cymdeithasol. Roedd e wedi marw. Nac oedd, dim ond wedi brifo oedd e, a dim mwy o fanylion. Wedyn daeth y cadarnhad ei fod wedi marw yn 35 mlwydd oed yn sgil cwympo i lawr grisiau mewn tafarn yn Y Barri. Mae marwolaeth person ifanc wastad yn fwy anodd i'w dderbyn.

Daeth llu o deyrngedau gan gefnogwyr, cyd-chwaraewyr megis Mark Hudson, Stan Collymore ac Aaron Ramsey, rheolwyr megis Malky Mackay ac Ole Gunnar Solskjaer yn ogystal â pherchennog y clwb Vincent Tan. Roedd yn ddyn gwirioneddol boblogaidd mewn gêm gystadleuol iawn. Roedd wedi chwarae 459 gêm dros gyfnod o ddeng mlynedd gyda Dinas Caerdydd, wedi ennill y bencampwriaeth a chwarae yn rownd derfynol Cwpan FA Lloegr a Chwpan Cynghrair Lloegr. Cafodd ei enwi fel aelod o Dîm Pencampwriaeth y Flwyddyn deirgwaith a chwaraeodd 17 gwaith i Loegr dan 21. Cafodd yrfa lwyddiannus dros ben.

Weithiau, pan nad oedd y tîm yn gwneud yn dda iawn roedd rhai'n gofyn pam ydych chi'n gwario'r arian a mynd i'w gweld nhw bob wythnos ond gyda chwaraewr fel Peter Whittingham roedd yr ateb yn syml, roedd gobaith. Efallai y byddai bach o hud a lledrith, efallai y byddai'n sgorio gôl arall i ni – sicrhaodd gyfanswm o 98 - efallai, efallai byddai'n llwyddo i roi cip o'r seithfed nef ar brynhawn dydd Sadwrn.

Steffan Webb

Diolchiadau

Ar ddiwedd y Flwyddyn Ariannol, fel hyn, dymuna Pwyllgor y Dinesydd ddiolch o galon i'r sefydliadau canlynol am eu cyfraniadau caredig a hael yn ystod y flwyddyn.
Merched y Mawr, Radur; Cylch Cinio Caerdydd; Cylch Cinio Merched Caerdydd; Cymdeithas Wyddonol Cylch Caerdydd; Eglwys Salem Treganna; Eglwys Minny Street; Eglwys Ebeneser.
Nodwn ein diolch hefyd i'r llu o unigolion sy'n cyfrannu mwy na'r swm gofynnol wrth iddynt ail-danysgrifio.

Mae'r holl gefnogaeth hon o gymorth mawr wrth i ni geisio cyflawni ein nod o fod yn gyfrwng effeithiol i rannu gwybodaeth a diddanu ein darllenwyr, a thrwy hynny i gynnal a hybu'r Gymraeg yn y Brifddinas a'r Fro.

CYFROL SY'N CYNNIG GOBAITH MEWN CYFNOD TYWYLL

Yn rhan o gynllun Darllen yn Well, cyhoeddir cyfieithiad i'r gwerthwr gorau, *Reasons to Stay Alive* gan yr awdur uchel ei barch a hynod boblogaidd, Matt Haig. Mae *Rhesymau Dros Aros yn Fyw* yn lyfr teimladwy, doniol a llawen sydd yn ceisio lleihau'r stigma sydd ynghlwm ag iechyd meddwl ac yn ceisio argyhoeddi pobl mai "nid o waelod y cwm y mae'r olygfa orau."

"Roeddwn i eisiau ysgrifennu llyfr am fy mhrofiad yn syth wedi i mi sylweddoli bod iselder wedi palu celwyddau am fy nyfodol, ac er mwyn mynd i'r afael ag iselder a gorbryder unwaith ac am byth," meddai Matt Haig. Mae *Rhesymau Dros Aros yn Fyw* yn stori wir am sut y dysgodd Matt Haig i fyw, gan oresgyn iselder a fu bron â'i orchfygu. Mae'r llyfr yn fwy na chofiant – mae'n cynnwys pob math o gynghorion a chymorth, o 'Gysylltiadau defnyddiol' i restr 'Sut i fyw (deugain pwt o gyngor sydd o gymorth ond nad ydw i'n eu dilyn bob tro)' ac mae'n llyfr positif sydd yn annog rhywun i wneud y gorau o'i amser ar y ddaear.

Mae Llywodraeth Cymru yn cefnogi'r Asiantaeth Darllen (The Reading Agency) a llyfrgelloedd i sicrhau bod y cynllun Darllen yn Well ar gael ledled Cymru. Fe lansiwyd Darllen yn Well Llyfrau ar Bresgripsiwn ar gyfer dementia yn 2018, a llynedd fe lansiwyd Darllen yn Well Llyfrau ar Bresgripsiwn ar gyfer iechyd meddwl. Nod Darllen yn Well yw i roi cymorth i bobl ddeall a rheoli eu hiechyd, gan gynghori sut i fyw yn dda a chynghori teulu a gofalwyr hefyd. Mae'r llyfrau i gyd wedi'u cymeradwyo gan weithwyr yn y maes iechyd. Mae'r Asiantaeth Darllen yn gweithio ar y cyd gyda Chyngor Llyfrau Cymru i sicrhau bod y llyfrau ar y rhestr ar gael drwy gyfrwng y Gymraeg am y tro cyntaf.

Meddai Helgard Krause, Prif Weithredwr Cyngor Llyfrau Cymru, "Mewn cyfnod o drafod cynyddol am broblemau iechyd meddwl, rydyn ni yn y Cyngor Llyfrau yn falch iawn o fod yn gweithio gyda'r Asiantaeth Ddarllen a Llywodraeth Cymru i hyrwyddo cynllun Darllen yn Well Llyfrau ar Bresgripsiwn yng Nghymru. Mae pob un o'r llyfrau hunangymorth yn y gyfres hon wedi'u cymeradwyo gan arbenigwyr iechyd ac mae sicrhau bod deunydd safonol o'r fath hefyd ar gael yn y Gymraeg yn hollbwysig."

Bydd mwy o gyfrolau'n cael eu cyhoeddi dros y misoedd nesaf, gyda'r llyfrau yn trafod pynciau pwysig fel ymwybyddiaeth ofalgar, galar, gorbryder ac anhwylder bwyta. Am fwy o wybodaeth, ewch i www.reading-well.org.uk/cymru

Canmoliaeth am y llyfr:
"Campwaith bychan a allai hyd yn oed achub bywydau."
Joanna Lumley
"Mae Matt Haig yn rhyfeddol."
Stephen Fry
"Llyfr gwych i'w ddarllen, hanfodol i'n llesiant torfol."
Jo Brand
"O bosib y llyfr pwysicaf i mi ei ddarllen eleni."
Simon Mayo

Mae *Rhesymau Dros Aros yn Fyw* gan Matt Haig ar gael nawr (£9.99, Y Lolfa)

Llongyfarchiadau, Mari!

I lawer ohonom, byddai ennill clod ac anrhydedd i'ch dinas enedigol, fel y gwnaeth Mari Williams wrth gipio Gwobr Goffa Daniel Owen yn Eisteddfod Caerdydd 2018, yn ddigon o destun dathlu am sbel eithaf hir. Ond mae anrhydedd aruchel arall newydd ddod i awdures *Ysbryd yr Oes*.

Yr anrhydedd honno yw cael ei dewis yn llywydd Cymdeithas y Clasuron ('The Classical Association'). Mae'r gymdeithas hon, sydd ag aelodaeth fyd-eang, yn ffocws uchel ei pharch i bawb sy'n ymddiddori yn iaith, diwylliant a hanes y Rhufeiniaid a'r Groegiaid. Mae hi'n olynu'r academydd a darlledwraig adnabyddus, yr Athro Fonesig Mary Beard. Mae'r anrhydedd yma'n gydnabyddiaeth o angerdd Mari dros y Clasuron a'i hymroddiad diflino, yn enwedig yng Nghymru, dros hybu diddordeb yn y maes.

Bydd pawb sy'n ei hadnabod trwy weithgaredd Adran Glasurol Cymdeithas Cyn-fyfyrwyr Prifysgol Cymru (hen Urdd y Graddedigion), neu yn sgil ei dawn fel athrawes ysbrydoledig ac awdures, neu fel ffrind, yn ymfalchïo yn y newyddion hyn, ac am i Mari wybod mor falch yw Cymry Caerdydd ohoni.

Ym mis Ebrill eleni, roedd Mari i fod i draethu Darlith y Llywydd ym Mhrifysgol Abertawe. Ond oherwydd y Coronafirws, sydd wedi amharu ar gymaint o drefniadau, mae'r ddarlith hon wedi ei gohirio am y tro.

Dr Phil Ellis

Ryseitiau Merch y Ddinas

"mae na wledd Gwanwynaidd ar gael o gynhwysion sy'n tyfu'n lleol"

Lowri Haf Cooke

Sôn am gyfnod di-gynsail yn ein hanes yng Nghaerdydd, Cymru a'r byd... ble mae dechrau, dywedwch, ar hyn o bryd? Digwyddodd cymaint mewn mater o ddyddiau, mae 'mhen i'n dal i droi, ac mae cofnodion fy nyddiadur o'r wythnos a fu yn cystadlu â thrwch nofel *War and Peace*. Yn fras felly, yn dilyn cau sinemáu, theatrau, bwytai, caffis a thafarndai – a gemau a phencampwriaethau chwaraeon - fe'n cynghorwyd ni i ymbellhau oddi wrth ein gilydd, a hunan-ynysu, rhag cael ein heintio gan firws Corona. Caniatawyd mynd am dro (fesul un neu ddau yn unig), ac i gadw'n heini a siopa am 'hanfodion' unwaith y dydd. Wrth i mi sgwennu, ar ddiwedd mis Mawrth, parhau wna'r cygor hynny am nawr. Mae'n gyfnod swreal ond dwi - fel pawb arall - yn ceisio gwneud y gorau mewn cyfnod o bryder.

Ymysg fy mlaenoriaethau y mae gofalu am aelodau fy nheulu, a dwi'n ffodus bod fy nhad a fy chwiorydd yn rhannu fy milltir sgwâr. Mae cadw golwg ar aelodau eraill o nghymdogaeth hefyd yn bwysig, a chynnig cymorth ymarferol, ynghyd â chadw cysylltiad â ffrindiau a theulu estynedig ar y ffôn. Ac ydy'ch patrwm cwsg chi yr un mor wallgo â fy un i? Mae cymaint i wneud bob dydd, nes mod i wedi ymlâdd ymhell cyn 9 o'r gloch – ac yn deffro cyn toriad y wawr am 6 o'r gloch. Dwi'n cyfri fy mendithion mod i'n byw ger Parc y Rhath, oherwydd mae cael rhedeg a cherdded a gwerthfawrogi natur yr ardal (tan y bydd cyfyngiadau llymach) yn falm i'r meddwl, enaid a chorff.

Garlleg gwyllt

A daeth coginio, a phobi, yn falm yn ogystal, a thrwy hynny ces weld y ddinas o ongl newydd. Ers rhai blynyddoedd bellach dwi'n mynd amdani â 'choginio'r Hydref', wrth gasglu ffrwythau'r tymor ar gyfer danteithion lu i'm cynnal dros y Gaeaf. Ymysg y rheiny y llynedd oedd jin eirin (damson) ac eirin tagu (sloe), afalau a mwyar i'w rhewi ar gyfer crymbls a thartenni, a jariau di-ri o jam *membrillo* o ffrwythau coeden cwins fy nhad. Ges i hefyd sawl jar o gatwadau (chutneys) amrywiol gan ffrindiau yn anrhegion Nadolig. Fel y gallwch ddychmygu, daeth pob un o'r rhain yn handi yn ddiweddar, ond yn bennaf, wrth agor fy llygaid i gynhwysion lleol y Gwanwyn.

Felly tra'n dysgu'r enwau Cymraeg am adar y llyn (cwtiar, a gwyach fawr gopog), fues i hefyd yn chwilota am 'chwyn'! A coeliwch chi beth, mae na wledd Gwanwynaidd ar gael o gynhwysion sy'n tyfu'n lleol ac yn rhad ac am ddim. Rwyf felly am gychwyn y golofn ryseitiau hon gyda garlleg gwyllt; deilach gwyrddion sy'n tyfu mewn perllannau cysgodol, ac ar lannau nentydd Caerdydd.

Dechreuais fforio'r dail y llynedd tra'n teithio ledled Cymru gyda ngwaith. Casglais ddyrnaid ger Dolgellau, yna Felindre Farchog yn Sir Benfro, a Pharc le Breos ar Benrhyn Gŵyr. Felly gwnaeth eu gweld o fewn metrau i fy stepen drws yn ddiweddar gyffroi'r cogydd chwilfrydig yndda i'n llwyr! Pigwch lond llaw yn unig, gan adael digonedd i fyd natur – coeliwch chi fi, mae ychydig yn mynd yn bell. Y llynedd, fy mlaenoriaeth oedd eu rhostio â chig oen, ond yr wythnos hon fy mhrif ddymuniad oedd creu cawl maethlon i leddfu'r 'boen'.

Cawl Tomato a Phupur Rhost a Garlleg Gwyllt

Cynhwysion

3-4 Tomato
1 Pupur (Coch / Oren / Melyn)
1 Tsili Coch (opsiynol)
Olew Olewydd
1 Nionyn
2 Ciwb Stoc (Llysiau / Cyw Iâr / Cig Eidion)
7 Deilen Garlleg Gwyllt

Dull

1. Torrwch y tomatos a thynnwch yr hadau o'r pupur cyn ei dorri, a'u gosod mewn desgyl rostio. Taenwch binsiad da o halen a phupur drostynt, ynghyd â joch da (2 lwy fwrdd) o olew olewydd. Os ydych yn dymuno cyflwyno ychydig o wres, ychwanegwch tsili coch wedi'i dorri i'r gymysgedd. Rhostiwch am 50 munud ar 160 gradd Celsiws, ond byddwch yn wyliadwrus! Da chi isio nhw'n feddal, nid wedi eu llosgi.
2. Tra bod y llysiau cochion yn rhostio, torrwch y nionyn yn fân. Mewn desgyl caserôl, ffriwch y nionod mân mewn 2 lwy fwrdd o olew olewydd ar wres canolig am 15 munud, tan eu bod yn feddal ac euraidd eu lliw. Ewch ati i ferwi dŵr mewn tegell a chyflwynwch 2 ciwb stoc i jwg 1 litr o ddŵr berwedig, yna ychwanegwch y stoc at y nionod. Torrwch y dail garlleg gwyllt yn fân ac ychwanegwch nhw at y gymysgedd, gan adael i'r cawl ffrwtian am 5 munud.
3. Yna, ychwanegwch y llysiau cochion rhost - a'u suddoedd blasus - i'r gymysgedd, gan barhau i ffrwtian ar wres cymhedrol am 20 munud.
4. Tynnwch y gymysgedd oddi ar y gwres, ac wedi oeri ychydig, cymysgwch y cawl â chymysgwr llaw, neu beiriant cymysgu, tan y bydd y cyfan yn liw oren hufennog. Tywalltwch y cawl i'r fowlen, ac addurnwch â dail garlleg gwyllt wedi'u torri'n fân. Bwytewch a byddwch lawen! Rysait danadl poethion sydd fis nesa, gyda llaw!

CYNGOR LLYFRAU CYMRU
BOOKS COUNCIL of WALES

Grŵp cyhoeddi cymunedol yn lansio llyfrau Cymraeg

Mae grŵp o Gaerffili a ffurfiwyd i hyrwyddo llythrennedd ymhlith rhieni ar fin cyhoeddi tri llyfr newydd i blant gyda chefnogaeth Cyngor Llyfrau Cymru.

Mewn lansiad arbennig yn Llancaiach Fawr ddydd Gwener, 20 Mawrth 2020, bydd Petra Publishing yn dathlu cyhoeddi dau lyfr stori Cymraeg ac un stori rannol ddwyieithog.

Dros y pum mlynedd diwethaf, mae prosiectau cymunedol PETRA wedi cynhyrchu dros 65 o deitlau gwreiddiol ar gyfer plant ac fel rheol mae'r llyfrau'n cael eu dosbarthu am ddim i gyfranogwyr, eu ffrindiau a'u teuluoedd.

Y llyfrau diweddaraf yma yw eu eu menter gyntaf yn y maes cyhoeddi masnachol ac maent wedi eu cynhyrchu a'u hargraffu yn unol â safonau cyhoeddi rhyngwladol, gyda chefnogaeth gan Gyngor Llyfrau Cymru.

Addasiadau o ddau o deitlau mwyaf poblogaidd PETRA yw'r llyfrau Cymraeg – *Y Ferch Heb Lais* (*The Girl With No Voice*) a *Siwtces Mam-gu* (*Grandma's Suitcase*).

Mae'r trydydd llyfr, *Tafod y Ddraig* (*The Dragon's Tongue*), wedi'i ysgrifennu yn Saesneg gyda rhywfaint o destun Cymraeg, ac mae'n adrodd hanes bachgen ifanc sy'n gorchfygu'r bwlis drwy ganfod ei lais ei hun a'r iaith Gymraeg mewn coedwig gyfrin.

Crëwyd y straeon gan rieni a phlant lleol, gyda chefnogaeth broffesiynol gan yr awdur Mike Church a'r darlunwyr Huw Aaron a Siôn Tomos Owen.

Dywedodd Michelle Jones, Prif Weithredwr Petra Publishing: "Mae PETRA wedi tyfu'n organig dros y pum mlynedd diwethaf ac mae ei lwyddiannau'n dal i fod yn destun rhyfeddod. Gyda chefnogaeth barhaus gan Gyngor Llyfrau Cymru a Llywodraeth Cymru, mae gan y prosiect y potensial i barhau i dyfu a chael effaith wirioneddol ar deuluoedd ac ar lythrennedd ledled Cymru."

Dywedodd Helgard Krause, Prif Weithredwr Cyngor Llyfrau Cymru: "Pan wnaethon ni gwrdd â chynrychiolwyr PETRA am y tro cyntaf, fe wnaeth ansawdd yr adnoddau a gynhyrchwyd gan yr hyn a ddechreuodd fel prosiect cymunedol lleol greu cryn argraff arnom. Mae'n wych gweld yr adnoddau hyn yn cael eu datblygu nawr yn fenter fusnes go iawn sy'n gallu cystadlu yn y diwydiant cyhoeddi rhyngwladol sydd ohoni. Mae wedi bod yn bleser cydweithio â Petra Publishing i ddod â'r llyfrau Cymraeg newydd yma i'r farchnad, a chefnogi eu creadigrwydd trwy ein grantiau cyhoeddi a'r gwasanaethau arbenigol rydyn ni'n eu cynnig i gyhoeddwyr yng Nghymru. Dymunwn bob llwyddiant iddyn nhw yn y dyfodol."

Bydd plant o Ysgol Gymraeg Penalltau yn Ystrad Mynach, a fu'n helpu i greu'r llyfr *Tafod y Ddraig*, hefyd yn mynychu'r lansiad.

Dywedodd Andrea Woods, Pennaeth Ysgol Gymraeg Penalltau: "Roedd ein disgyblion yn edrych ymlaen at eu sesiynau ar ôl ysgol gyda Mike a Siôn, ac fe wnaethon nhw fagu cymaint o hyder yn sgil gweld eu syniadau'n cael eu gwerthfawrogi ac yn dod yn fyw mewn testun a darlun. Daeth rhieni i ymuno â ni yn y sesiynau hyn a chawsant eu synnu'n aml gan greadigrwydd y plant. Roedd y plethiad naturiol o'r Saesneg a'r Gymraeg yn y llyfr yn taro tant gyda'n teuluoedd ac yn amlygu natur ddwyieithog ein cymdeithas. Roedd hwn yn gyfle rhagorol i'n disgyblion."

Dechreuodd Petra Publishing fel grŵp cymunedol i rieni yng Nghaerffili yn 2014 gyda'r nod o ddatblygu llythrennedd, hyder a sgiliau allweddol eraill.

Gan weithio gyda storïwyr, darlunwyr a dylunwyr proffesiynol, cafodd aelodau'r grŵp gyfle i fod yn rhan o ysgrifennu eu llyfrau eu hunain.

Ers hynny maen nhw wedi hunangyhoeddi mwy na 60 o lyfrau stori i blant, gan ymdrin yn aml â materion sy'n effeithio ar y grŵp megis bwlio, rheoli dicter neu ddementia.

Dywedodd Sarah Mutch, Rheolwr Blynyddoedd Cynnar Petra Publishing: "Mae prosiect PETRA wedi creu llawer o lyfrau hardd i blant a theuluoedd eu rhannu. Fodd bynnag, mae'r prosiect yn ymwneud â llawer mwy na llyfrau'n unig. Trwy'r prosiect hwn mae rhieni wedi magu hyder, ac wedi cydweithio mewn grwpiau i ddatblygu straeon a gweithgareddau er mwyn ennyn diddordeb y plant ymhellach. Mae rhieni wedi teithio ymhellach ar eu teithiau bywyd personol eu hunain, gan fynd ymlaen i fod yn wirfoddolwyr yn eu cymunedau, i fanteisio ar gyfleoedd hyfforddi neu addysg, neu sicrhau swyddi. Yn bwysicaf oll, mae rhieni wedi mwynhau pori mewn llyfrau gyda'u plant ac mae hynny'n sgìl gydol oes."

Gellir prynu'r llyfrau mewn siopau llyfrau lleol, ar-lein trwy wefan Cyngor Llyfrau Cymru gwales.com neu drwy wefan Petra Publishing.

Cymdeithas Edward Llwyd

Wel, mi oedd bach o grafu pen y tro yma, roedd gen i bethau i ddweud ond roedd angen llun i fynd efo'r erthygl. Fel mae'n digwydd yn aml fe ddaeth y syniad pan o'n i'n mwynhau paned o goffi a darllen erthygl am sut i dynnu lluniau o adar yn hedfan. Dydw i ddim wedi gwneud llawer o hynny o'r blaen; wedi bod yn ddigon hapus i dynnu lluniau o'r tirlun. Mi wnes i dreulio gweddill y diwrnod yn astudio a gosod y camera yn gywir. Roedd y diwrnod wedyn yn mynd i fod yn sych a phenderfynais fynd i Landdeusant ble maen nhw'n bwydo'r barcut coch.

Yn union yn ôl fy arfer ro'n i'n rhy gynnar ond treuliais dri chwarter awr yn mwynhau tawelwch yr ardal.

Daeth yr amser a rhoddais dair punt am fy lle yn y guddfan a gwneud yn siŵr unwaith eto bod y camera wedi cael ei osod yn iawn. Roedd y barcutiaid yn uchel yn yr awyr a'r brain yn eistedd yn y cae. Mae nhw i gyd yn gwybod pryd mae amser cinio. Digwyddodd pethau yn gyflym unwaith y daeth y dyn gyda'i fwced o gig. Yn sydyn roedd cwmwl ffyrnig o farcutiaid yn ymladd am y bwyd ac yn troi yma ac acw i osgoi ei gilydd - doedd dim un ddamwain! Roedd hi'n dipyn o amser cyn i mi ddod i arfer â dilyn aderyn yn hedfan mor gyflym, a phob eiliad roeddwn wrthi'n gwasgu'r botwm roedd deg llun yn cael eu tynnu. Erbyn y diwedd roedd 368 o luniau ar y cerdyn, y rhan fwyaf roeddwn i'n gallu taflu a dwsin i'w cadw. Rhain oedd y goreuon. Popeth drosodd mewn llai na hanner awr ond fe ges i hwyl.

Yma yng Nghymru roedd yr ymdrech gyntaf i achub y barcut. Yn ystod y 1930au dim ond 20 ohonyn nhw oedd ar ôl, ond gyda dyfalbarhad mae nhw dros Gymru i gyd erbyn hyn. Mae rhai o'n hadar ni wedi cael eu hallforio i Iwerddon; felly, gallwch weld barcutiaid yn ardal mynyddoedd Wicklow. Os oes gennych chi siawns i gael golwg ar farcutiaid yn cael eu bwydo, peidiwch â cholli'r cyfle. Ar eich tro cyntaf, peidiwch â mynd â'ch camera gyda chi. Mwynhewch yr olygfa gyda'ch llygaid! Gadewch i ni fwynhau ein cefn gwlad unwaith eto.

Edrychwch ar ein gwefan: cymdeithasedwardllwyd.cymru am fanylion o'n teithiau. Bydd croeso mawr i chi!

Rob Evans

Cymrodorion Caerdydd

Daeth tymor 2019/20 Cymrodorion Caerdydd i ben gyda chyflwyniad gan Aled Roberts, Comisynydd y Gymraeg. Ei destun oedd 'Defnyddio'r Iaith: Her Polisi Cymraeg 2050'.

Dechreuodd ei gyflwyniad drwy sôn am ei gefndir personol a'i fagwaeth yn y gogledd-ddwyrain. Cyfnod ei blentyndod a'i lencyndod yn Rhosllannerchrugog / Ponciau oedd y cyfnod ffurfiannol pwysicaf, ond bu ei gyfnod fel myfyriwr yn Aberystwyth yn bwysig iawn hefyd. Er iddo gael ei fagu ar aelwyd Gymraeg, yn ystod y blynyddoedd y bu'n ddisgybl yn Ysgol Uwchradd y Grango, trodd iaith ei berthynas gyda'i gyfoeddion o Gymraeg i Saesneg. Profiad cyffredin i lawer. Wedi gadael ei gynefin i astudio'r gyfraith yn y brifysgol, gwawriodd y sylweddoliad ei fod mewn perygl o golli ei dreftadaeth Gymraeg, ffaith a fu'n gyfrwng iddo ef a'i gyfoedion gartref ail-gydio yn eu defnydd o'r iaith. Enghraifft oedd ei stori bersonol ef o'r ffaith nad yw'r defnydd o iaith yn rhywbeth sefydlog.

Ar raddfa ehangach, tanlinellir y ffaith hon gan ystadegau am boblogaeth y gogledd-ddwyrain. Mae llanw a thrai wedi bod yn hanes y Gymraeg yn ardal Wrecsam a'r Maelor. Yr hyn sydd yn drawiadol iawn yw'r newid sydd wedi digwydd rhwng cyfnod pan oedd plant o gartrefi Cymraeg yn cael eu haddysg yn Saesneg a'r cyfnod pan yw plant o gartrefi di-Gymraeg yn cael eu haddysg yn Gymraeg.

Mae'r ffaith fod addysg cyfrwng Cymraeg ar gynnydd yn galonogol iawn, ond rhywbeth i ofidio'n fawr amdano yw fod cyfartaledd mor uchel o gyn-ddisgyblion ysgolion uwchradd Cymraeg sy'n dod o gefndir di-Gymraeg yn colli eu gallu i gyfathrebu yn Gymraeg mor fuan wedi gadael yr ysgol. Wrth ddehongli ystadegau am y gallu i ddefnyddio'r Gymraeg mae'n rhaid bod yn wyliadwrus iawn ein bod yn sicr o ystyr 'defnyddio' yn y cyswllt hwn. Gwyddys pa mor gamarweiniol y gall ystadegau am y Wyddeleg fod.

'Defnydd' yw'r gair allweddol yn nghyd-destun Polisi Cymraeg 2050. Yr her i Lywodraeth Cymru – ac i bawb sydd am weld ffyniant yr iaith - yw sicrhau yr amodau hynny sydd yn cynyddu'r cyfleoedd i siaradwyr yr iaith ddefnyddio hynny o Gymraeg sydd ganddynt.

Aled Roberts yn annerch Y Cymrodorion

Cymdeithas Gymraeg Rhiwbeina

Dathlu Gwyl Ddewi

Ar nos Lun, 9 Mawrth croesawodd ein cadeirydd Falmai Griffiths bawb i ddathlu Gŵyl Ddewi yng Nglwb Golff yr Eglwys Newydd a llongyfarchwyd pawb am ddod allan ar noson mor stormus!

Wedi'r cinio blasus cyflwynwyd ein gŵr Gwâdd Y Parchg Evan Morgan, gweinidog Salem a Bethel. Yn ystod ei anerchiad tynnodd ar ei fagwraeth fel un o Gymry Llundain, ar ei brofiadau fel gweinidog ym Mro Ddyfi a Chaerdydd ac fel un sy'n hoffi teithio. Roedd pawb wrth eu boddau yn clywed yr hanesion, y dwys a'r doniol, ond ynghlwm â'r cyfan oedd y pwysigrwydd o garu ein gwlad a'n cyd-ddyn.

Diolchwyd iddo ar ein rhan gan ein cadeirydd.

Falmai Griffiths a'r Parchg Evan Morgan

Y Cylch Llyfryddol

Curo'r clefyd

Diolch i Gwennan Gibbard am ei chaniatâd i gynnwys y gerdd amserol hon yn y Dinesydd.

Mae Gwennan yn adnabyddus ym myd Canu Gwerin a Cherdd Dant, a bydd selogion Y Cylch Llyfryddol yn cofio ei chyflwyniad cyfareddol ym mis Tachwedd y llynedd pan ddatgelodd ychydig o ffrwyth ei hymchwil i'r casgliad o waith Merêd a Phyllis Kinney sydd yn y Llyfrgell Genedlaethol.

Cyfnod anodd ddaw ar brydiau,
Cyfnod anodd, llawn o heriau;
Pawb â'i farn yng ngŵydd ansicrwydd,
Chwalu'n trefn wna'r clefyd newydd.
Yn ein panig, yn ein gofid,
Cân aderyn pur y Gwanwyn, a'i ieuenctid
Ddaw i'n llonni. Wrth bendroni,
Gad dy ofnau a daw'r nodau i'th fodloni.

Gwennan Gibbard gyda Llywydd Y Cylch Llyfryddol, Rhiannon Gregory

Merched y Wawr Caerdydd

Dathlu llwyddiannau a pharhau i weithio tuag at gymdeithas gyfartal yw prif amcanion Diwrnod Rhyngwladol y Merched a dyna wneuthom ni yng nghwmni Delyth Jewell AC a'r Athro Laura McAllister fis Mawrth. Cawsom ein hysbrydoli a hefyd ein herio rhag bod yn hunanfodlon. Atgoffwyd ni fod anghydraddoldeb economaidd a chymdeithasol yn parhau yn lleol, yn genedlaethol heb son am y lefel ryngwladol. Roedd y negeseuon yn glir. Os am Gymru fwy cyfartal rhaid wrth hunangred ac uchelgais. Tanlinellwyd pwysigrwydd addysg a'r angen i ymestyn gorwelion er mwyn deall a pharchu gwahaniaethau. A chawsom hwyl wrth ddathlu'r merched oedd wedi dylanwadu ar y ddwy. Cytunwyd fod yn rhaid cael llawer mwy o gerfluniau o ferched a phlaciau piws i ddynodi llwyddiant merched ledled Cymru. Dyma ein gwaith cartref ni fel cangen erbyn y flwyddyn nesaf.

Merched y Wawr Bro Radur

Dathlu Gŵyl Dewi

Llwyddodd Merched y Wawr, Bro Radur i ddathlu Gŵyl Dewi yng nghwmni Gwenno Dafydd sydd wedi ymgyrchu mor galed i sicrhau dathliadau gŵyl ein nawddsant ar draws y wlad. Bu'n trefnu 'parêds', sicrhau fod baneri yn cael eu dylunio a bu'n cyfansoddi anthem arbennig, sef, 'Canwch y Clychau i Dewi'.

Ym Mangor y ganwyd Gwenno ond yn Sir Benfro y cafodd ei magwraeth ac yn amlwg fod yr ardal honno yn agos at ei chalon. Mae hi'n berson amryddawn iawn ac yn disgrifio'i hun fel darlithwraig, perfformwraig, sgwenwraig ac anogydd arweinyddiaeth a siarad cyhoeddus. Mae pob dydd yn dod â phrofiadau gwahanol iddi o safbwynt gwaith – actio weithiau, gwaith teledu, comedi, ymddangos ar raglen *Gwesty Aduniad*, cyflenwi mewn ysgolion neu gymryd rhan mewn theatr mewn addysg.

Gwenno fu'n gyfrifol am eiriau'r anthem ddwyieithog i ddathlu Gŵyl Dewi a'i ffrind, Heulwen Thomas yn cyfansoddi'r dôn. Cafodd y gân ei lansio yn y Cynulliad yn ystod Chwefror 2008. Mae CD o'r gân wedi mynd i ysgolion a chaiff y disgyblion eu hannog i'w dysgu. Mae Gwenno yn ceisio ysbrydoli unigolion i ddylunio baneri sirol er mwyn cael eu defnyddio mewn gorymdeithiau. Bu'r artistiaid tecstil Eirian Short ac Audrey Walker yn ddiwyd yn dylunio baner Sir Benfro sydd wedi cael cartref yn yr Eglwys Gadeiriol yn Nhŷ Ddewi a'i defnyddio yn y gadeirlan yn ogystal â pharêd Sir Benfro.

Roedd yr orymdaith gyntaf i ddathlu Gŵyl Dewi yng Nghaerdydd yn 2004. Wrth gwrs mae cymaint o drefi wedi dilyn yr esiampl erbyn hyn ac y mae tua 25 o barêds led led Cymru gyda llawer mwy yn cymryd rhan ynddynt. Pa ffordd well o ddathlu ein hunaniaeth a gŵyl ein nawddsant?

Cymdeithas Wyddonol Cylch Caerdydd

Fel sawl cymdeithas bu rhaid i ni ganslo'r cyfarfod oedd i'w gynnal ar Fawrth 16. Yr un yw ffawd cyfarfod arfaethedig Ebrill.

Bu cyfnod yr ymatal rhag cymdeithasu yn fodd i mi roi cynnig arall (eto fyth) ar dacluso fy silffoedd. Hyd yma, nid yw'r arwyddion o lwyddiant yn gryf a hynny oherwydd rwyn dueddol o syrthio i'r gwendid o oedi a darllen. Lluchio â llygad cau yw'r unig ffordd o dacluso go iawn.

Wedi cyffesu, cystal imi rannu peth o ffrwyth fy chwilota anfwriadol. Dyma bigion o gynnwys y tri rhifyn diweddaraf o'r cylchgrawn Physics World, sef, cylchgrawn misol Y Sefydliad Ffiseg (The Institute of Physics). Fel y gellid disgwyl, mae'r cynnwys yn ymwneud yn bennaf ac yn benodol gyda datblygiadau diweddaraf ffiseg byd prifysgol a diwydiant ar lefel uchel iawn. Ond rwyf wedi sylwi'n ddiweddar (ar ôl trigain mlynedd o ddarllen y cylchgrawn), bod erthyglau llai arbenigol, manwl-dechnegol, yn ymddangos, yn aml ar ffurf sy'n rhoi mynediad i ddarllenwyr 'cyffredinol/cyffredin'.

Ymhlith y rhain y mae: 'Biomass energy: clean or dirty' (Ionawr 2020), sy'n codi cwestiynau ynghylch effeithlonrwydd dulliau newydd o greu egni; 'Turning Water into Watts' (Mawrth2020), sy'n tynnu sylw at yr anawsterau ymarferol wrth geisio harnesu egni'r moroedd ar draws y blaned, ar un olwg ffynhonnell ddihysbydd egni rhad; 'Pascal's Wager' (Mawrth 2020), sy'n nodi cyfrifoldeb byd busnes i weithredu wrth wynebu newid hinsawdd, er nad yw'r ffactorau yn ffafriol at elw ar yr olwg gyntaf; 'Sound Designs' (Chwefror 2020) sy'n disgrifo gofynion cymysgu acwsteg a phensaernïaeth er mwyn rhoi pleser i gynulleidfa neuadd berfformio.

Ac un arall (Ionawr 2020), a all fod yn ddifyrrwch a dirgelwch i ddarllenwyr Y Dinesydd sy'n gaeth i'w cartref am resymau yn ymwneud â bioleg. Clymwch gortyn (100cm) rhwng dau fan sefydlog (dwy gadair), tua 100cm o'r llawr. Lluniwch saith pendil (cotwm a phwysyn bach, ond digon i gadw'r cotwm yn dynn). Trefnwch fod dau bendil o'r un hyd a bod y lleill yn wahanol eu hydoedd, megis 15, 20, 25, 25, 37, 59 ac 83cm. Rhowch y saith i hongian o'r cortyn gyda tua 10cm o fwlch rhwng un a'r nesaf. Gwell peidio rhoi'r 'efeilliaid' nesaf at ei gilydd, ond does dim angen poeni am drefn y gweddill. Cadwch y cyfan yn llonydd ac yna symudwch un o'r 'efeilliaid' ychydig allan o linell y lleill a'i adael i osgiladu. Gwyliwch!

Neville Evans

Gwylio'r Geiniog

Y Gyllideb

Huw Aled Accountants

Gostyngwyd cyfradd llog sylfaenol Banc Lloegr ar fore araith y Gyllideb o 0.75% i 0.25%. Mae hyn yn newyddion cadarnhaol i fenthycwyr, ond yn newyddion ofnadwy i gynilwyr.

Cefnogaeth coronafirws i gyflogwyr sy'n talu Tâl Salwch Statudol i'w gweithwyr
Gall busnesau bach gael ad-daliad gan y Llywodraeth am y bythefnos gyntaf o'r taliadau yma os oes ganddynt lai na 250 o weithwyr. Mae'r gefnogaeth i bobl hunangyflogedig ond yn £70 yr wythnos.

Mae cyfraddau treth incwm, cyfraddau Yswiriant Cenedlaethol, cyfraddau TAW, treth tanwydd a threth alcohol i gyd yn aros yr un fath.

Cwestiynau Huw ac Aled

C: Oherwydd yr achosion o Coronafirws, mae fy incwm llawer yn is, ac mae gen i fil treth mawr ar y gweill. Beth alla i ei wneud?

A: Cyhoeddwyd yn y Gyllideb fod Cyllid Y Wlad wedi sefydlu llinell gymorth treth newydd ar gyfer busnesau y mae Coronafirws yn effeithio arnynt. Byddant yn dod i gytundeb rhandaliadau gyda busnesau bach ac unigolion a byddant hefyd yn ystyriol â chosbau a llog. Eu rhif ffôn yw: 0800 0159 559

Am fwy o fanylion, cysylltwch gyda ni trwy www.huwaledaccountants.com neu 029 2069 4524.

Aelwyd Hamdden

Dathlodd dros 50 o aelodau'r Aelwyd Gŵyl Dewi ar ddydd Mercher, Mawrth 4ydd, gyda chinio blasus o gawl a danteithion eraill o waith y gogyddes ddawnus Liz Foulardi, a'i weini gan Gwyneth Dyer a "merched y gegin". Croesawyd pawb gan y Cadeirydd, Gwenda Morgan.

Y gwestai gwadd oedd yr enwog Betsan Powys, newyddiadurwraig boblogaidd a chyn-Olygydd a Chyfarwyddwr Rhaglenni Cymraeg BBC Radio Cymru. Wedi ei magu yng Nghaerdydd, soniodd am ei phlentyndod yn Ysgol Llanharri, ac hefyd yn Ysgol Tryfan, Bangor, cyn mynd i'r Brifysgol yn Aberystwyth, ac yna i yrfa lwyddiannus.

Gan ei bod yn gyfnod Rhyngwladol y Merched a Dydd Gweddi Merched y Byd, canolbwyntiodd ei darlith ar ei phrofiadau fel mam Manon a Madog, merch Alun a Rhiannon Evans a merch-yng-nghyfraith mam ei phartner, Dylan, sef Iolanda Hammond - engreifftiau prydferth oedd yn cadwyno i'w gilydd yn fanwl iawn!

Roedd wedi selio patrwm ei bywyd ar eiriau ei Mamgu - "Beth bynnag ymafla yn dy law, gwna a'th holl galon". Soniodd am ei pherthynas arbennig â'i merch Manon. Ymhyfrydai yn ei mam, Rhiannon, sy'n ysgrifennu ei hunan-gofiant. Hefyd, cafodd brofiad mawr, wedi colli ei mam-yng-nghyfraith, yn clirio papurau diddorol am ei bywyd gyda'i bechgyn yn Llundain, a darganfod trysorau o hanes Cymry'r brifddinas. Cafwyd darluniau byw ac amrywiol gan Betsan - cadwynau disglair o safbwynt merch ddawnus trwy ei bywyd hapus – prynhawn i'w drysori yng nghwmni personoliaeth arbennig!

I orffen, canwyd ein hanthem genedlaethol, gydag Avril Pickard wrth y piano.

Rhoddion

Dymunwn ddiolch yn fawr i CRICC Caerdydd (Clwb Rygbi Ieuenctid Cwins Cymraeg Caerdydd) am rodd hael unwaith eto ym mis Mawrth i gefnogi'r Dinesydd.

Clwb Cymraeg-yn-unig yw CRICC Caerdydd sydd erbyn hyn gyda dros 250 o aelodau (<6 at <16) ac yn ogystal â bod yn llwyddiannus ar y maes – dyma fagwrfa llawer o chwaraewyr enwog, fel Jamie Roberts, Rhys Patchell a Manon Johnes, sydd i gyd wedi ennill capiau llawn dros Gymru, a 5 gŵr ifanc arall wedi cynrychioli tîm <20 Cymru – mae hefyd yn glwb llewyrchus yn gymdeithasol ac yn chwarae rôl bwysig yn hybu Cymreictod yn y ddinas. Cewch ddarllen am hynt y Clwb yn y Dinesydd o dro i dro.

Os hoffech wybod mwy, cysylltwch â phleser ag Ysgrifennydd Aelodaeth y Clwb, sef Huw Jones (Radur) ar huwgybuw@aol.com.

Gwylio'r Geiniog

Cyngor Cyffredinol yn ymwneud â'r Coronafirws

Cyngor cyffredinol i'r rhai sydd wedi gweld gostyngiad sylweddol yn eu hincwm:

a. Edrychwch yn fanwl ar eich datganiadau banc a dod ag unrhyw ddebyd uniongyrchol (direct debits) di-angen i ben.

b. Mae'r Llywodraeth wedi cadarnhau bod benthycwyr morgais yn caniatau 3 mis o wyliau na fydd yn effeithio ar eich sgôr credyd. Gan fod canolfannau galw yn brysur ofnadwy mae'n bosib y bydd hi'n anodd i gysylltu â nhw, felly mae'n werth ysgrifennu llythyr at y darparwr morgeisi i esbonio eich sefyllfa a chofiwch gadw copi o'r llythyr.

c. Cadwch mewn cysylltiad gydag unrhyw gredydwyr fel cwmnïau cerdyn credyd/ benthygiad ceir PCP, ayyb.

Cymorth i'r cyflogedig:

https://www.gov.uk/government/publications/guidance-to-employers-and-businesses-about-covid-19/covid-19-support-for-businesses

Os ydych yn gyflogedig ac yn *'furloughed'*, bydd HMRC yn ad-dalu 80% o gostau cyflog i weithwyr *'furloughed'* hyd at uchafswm o £2,500 y mis. Mae hyn yn ymestyn i unigolion sydd yn gyfarwyddwyr eu cwmniau cyfyngedig eu hunain ac yn defnyddio cynllun PAYE.

Cymorth i'r hunan-gyflogedig:

https://www.gov.uk/government/news/chancellor-gives-support-to-millions-of-self-employed-individuals

a. Grantiau trethadwy o arian parod o 80% o elw ar gael, hyd at £2,500 y mis, am o leiaf 3 mis, ar gyfer y cyfnod Mawrth 2020 - Mai 2020. Bydd y grant yn cael ei gyfrifo wrth ddefnyddio cyfartaledd elw misol dros y 3 blynedd diwethaf. Mae'r cynllun yma yn darparu yr un lefel o gymorth ag ar gyfer gweithwyr cyflogedig.

b. Mae'r cynllun ar agor i'r rhai sydd ag elw masnachu sy'n llai na £50,000 yn 2018-2019 neu cyfartaledd elw masnach o dan £50,000 o 2016-2017 i 2018-2019.

c. I fod yn gymwys, rhaid bod mwy na hanner eu hincwm yn y cyfnod yma yn dod o waith hunan-gyflogedig. Ni fydd y rhai sy'n derbyn eu hincwm yn bennaf o gyflogaeth ond sydd hefyd â gyrfa hunan-gyflogedig yn gymwys i'r grant yma.

Mesurau eraill:

a. Bydd taliadau TAW yn cael eu gohirio ar ffurflenni yn y cyfnod o 20 Mawrth 2020 – 30 Mehefin 2020.

b. Mae opsiwn i ohirio taliadau treth incwm hunan asesiad sy'n ddyledus ar 31 Gorffennaf 2020 tan 31 Ionawr 2021.

c. Mae yna linell gymorth *HMRC Time to Pay Coronavirus*: 0800 015 9559.

d. Mae pecyn o fesuriadau ar gael i gwmnïau mewn meysydd manwerthu, lletygarwch a hamdden – gweler wefan y Llywodraeth am fwy o fanylion.

e. Mae cynllun *'Business Interruption Loan'* ar gael trwy'r banc i fusnesau bach.

Hawlio oddi wrth y Llywodraeth:

I'r rhai sydd mewn cyflogaeth, mae Tâl Salwch Statudol i'w hawlio trwy gynllun PAYE eich cyflogwr.

Mae cymorth cyflogaeth a chefnogaeth i'r rhai allan o waith *'Employment and Support Allowance'* ar gael o tua £90 yr wythnos. Bydd y rhai sydd â lefel rhesymol o gynilion ddim yn gymwys. Gellir hawlio *'Universal Credit'*: gweler gwefannau Covid-19 canlynol y Llywodraeth:

www.gov.uk/universal-credit
www.gov.uk/employment-support-allowance

Mae landlordiaid yn gallu gwneud cais am ryddhad wrth eu benthycwyr o dalu morgais *'buy-to-let'* am 3 mis.

Os oes cynlluniau teithio gyda chi sydd wedi cael eu heffeithio gan y coronavirus, gallwch gael ad-daliad rhannol neu lawn o gost y gwyliau. Cysylltwch â'ch cwmni yswiriant teithio.

Byddwch yn ofalus o sgamiau lle mai twyllwyr yn anfon e-bost neu yn ffonio chi adre yn honni eu bod nhw'n galw o HMRC yn cynnig ad-daliad ar eich treth incwm ac yn gofyn am eich manylion banc. Byddwch yn wyliadwrus.

Am fwy o fanylion, cysylltwch gyda ni trwy www.huwaledaccountants.com neu ffoniwch 029 2069 4524.

Dyddiadur Cathy o Chicago yn Rhufain

Dysgwraig brofiadol yw Cathy Stroemer a thra yn Rhufain, a'r firws Covid-19 yn ffrwydro yn yr Eidal, fe ysgrifennodd ddyddiadur o'i thaith.

Ar ôl Nadolig llawn straen a phrysurdeb, dechreuon ni feddwl am wyliau bach. Rhywle gweddol gynnes ond ddim yn rhy ddrud. Roedd rhaid i fi ddefnyddio fy ngwyliau blynyddol cyn 31 Mawrth. Yn y diwedd, penderfynais fynd i Rufain gyda fy ngŵr am wythnos ym mis Mawrth.

Dydd Sul

Roedd maes awyr Bryste yn ddigon prysur a gwnaethon ni yn siŵr i olchi ein dwylo yn aml yn y maes awyr. Ron i'n hapus bod yr awyren yn hanner llawn. Roedd hi'n braf cael ychydig bach o le ychwanegol. Roedd yr hedfaniad yn hawdd ac roedd yr Alpau yn edrych fel byns eisin pan hedfanon ni drostyn nhw.

Yn Fimuncino, roedd popeth yn dawel. Dyw pobl ddim yn teithio i Rufain ar ddydd Sul mewn tymor tawel. Dalion ni fws i'r orsaf drenau lle roedd mwy o bobl ym mhobman. Doedd ein AirBnb ddim yn rhy bell o'r orsaf - fflat bychan am 4 noson. Dim ond un ystafell oedd y fflat - gyda chegin fach a balconi. Dim teledu na radio (ond roedd wifi).

Ron ni'n agos at y Colosseum a'r Fforum Rhufeinig hynafol. Cawson ni bitsa i ginio. Dechrau da i'r gwyliau.

Dydd Llun

Darllenom ni ar y wefan y BBC - mae'r amgueddfeydd a safleoedd archaeolegol i gyd ar gau. Roedd hyn yn siomedig iawn. Prynais i docynnau i fynd i un o'r amgueddfeydd enwog yn Rhufain - y Galleria Borghese. Mae gyda nhw beintiadau gan artistiad o'r Dadeni *(Renaissance)* fel Raphael, Titian a Caravaggio. Ond mae llawer o gelf arall yn Rhufain - yn yr eglwysi a ron i wedi bwriadu mynd i'w gweld nhw ar Dydd Llun.

Roedd un eglwys - St Jermone yn agos at ein fflat. Yno, gallwch chi weld cerfluniau gan Michaelanglo am ddim. Pan gyrhaeddon ni'r eglwys gwelon ni ddarn o bapur ar y drws yn Eidaleg. Roedd yn rhywbeth am reolau gan y llywodraeth. Ond don i ddim yn deall. Dyw eglwys ddim yn amgueddfa! Beth am ein cynllun i weld eglwysi heddi?

Dywedodd menyw wrthon i mewn sgwrs hanner Saesneg a hanner Eidaleg - nid oedd pob eglwys ar gau. Wel - diolch i Dduw!

Un peth dwi'n hoffi yw mosaigau - lle mae cerrig bach lliwgar yn cael eu defnyddio i greu lluniau anhygoel. Ron ni wedi bod i Ravenna yn Nwyrain yr Eidal lle mae mosaigau o'r oes Bysantaidd (Byzantine). Hefyd yn Sisili gallwch weld eglwysi gyda nenfydau sy'n edrych fel awyr y nos yn llawn sêr. Treulion ni'r dydd yn cerdded ar hyd a lled Rhufain i weld y mosaigau mewn eglwysi.

Don ni ddim wedi cynllunio i fynd i St Peters ar y diwrnod yma. Ond, ron ni yn y ardal... Roedd ciw o 100+ o bobl yna. Safason ni mewn ciw am funud, ond wedyn meddwl 'Gallwn ni ddod yma yn gynnar y bore 'fory.

Aethon ni i siop goffi fach a sylwi ar reol newydd. Roedd yn rhaid i chi eistedd neu sefyll un metr i ffwrdd oddi wrth unrhyw un arall. Cawson ni fwrdd, ond byddai yn erbyn y rheol i unrhyw un eistedd wrth y bwrdd nesaf aton ni. Nes ymlaen yn yr archfarchnad dywedodd dynes yn gwisgo mwgwd a menig wrthon ni *'One Meter'.* Ron ni 10 centimetr yn rhy agos ati hi mae'n debyg.

Dydd Mawrth

Roedd St Peters ar gau nawr. Daro! Ond dyn ni wedi bod yno o'r blaen.

Mae nhw eisiau i bobl i aros adref, ond gallwch chi fynd mas i brynu bwyd, neu mynd am dro.

Roedd y fflat yn rhy fach, felly penderfynon ni grwydro'r ddinas.

Mae hi'n dawel iawn ar y strydoedd - dim ond twristiaid. Gwelon ni y Ffynnon Trevi, y Colofn Trajan, Grisiau Sbaen, Piazza Navona a thu allan y Pantheon. Roedd y tywydd yn braf, dim glaw. Roedd yn ddiwrnod da i ymlacio.

Dydd Mercher

Wel, darllenais i ar wefan y BBC neithwr bod Easyjet wedi canslo pob un o'i hedfaniadau o Rufain. Anfonais i neges ar Trydar ond dyweddod y dyn baswn i'n cael e-bost tasen nhw'n canslo. Ches i ddim e-bost, ond roedd ein hedfaniad yn cael ei ganslo! Ron nhw'n dweud bod chi'n gallu ail-archebu ond does dim byd ar gael o Rufain gyda Easyjet. Roedd hedfaniad ar gael ar Brussels Airlines o Rufain i Fryste. Gwych.

Gwnaethon ni ddathlu ein diwrnod olaf yn Rhufain gyda chinio blasus mewn bwyty yn agos i'r fflat. Don nhw ddim yn gallu caniatau i bobl ddod i mewn i'r ty bwyta,

felly eisteddon ni ar y patio. Ces i fowlen fawr o pasta gyda saws tomato a gwydraid o gwrw.
Ar ôl cinio aethon ni am dro yn yr haul ym Mharc Borghese. Roedd golygfa o'r parc i'r ddinas. I fynd yn ôl i'r fflat, cerddon ni lawr y Via del Corso - stryd fawr Rhufain. Roedd y siopau mawr ar gau. Doedd dim lle i ni wario ein harian.
Weithiau mae pobl yn poeni am groesi'r stryd yn Rhufain. Mae'r Eidalwyr yn hoffi eu ceir ac maen nhw'n hoffi gyrru'n gyflym. Ond nawr doedd dim byd i dy poeni di - dim ond un neu ddau o geir ar y stryd ar unrhyw adeg.
Mewn eglwys San Marcello ar Corso roedd cerdyn gweddi (yn Eidaleg): *'Lord Jesus: please overcome the scourge of this virus.'* Cymerais i un - oherwydd mae'n well bod yn saff...
Adref - roedd neges oddi wrth Brussels Airways. Wyt ti'n gallu dyfalu? Ie - ron nhw wedi canslo ein hedfaniad. Fydden nhw ddim yn mynd i hedfan mas o Rufain tan 3 Ebrill.
Yn y diwedd aethon ni gyda Air France. Ron ni wedi edrych ar y We i sicharu eu bod nhw'n hedfan. Cawson ni docynnau i fynd o Rufain - Paris - Llundain.

Dydd Iau
Ron ni wedi meddwl am fynd rhywle i gael pryd o fywd cyn mynd i'r Maes Awyr, ond ar Ddydd Iau mae'r bwytai i gyd ar gau trwy'r dydd.
Tu allan i'r archfarchnad roedd y bobl yn sefyll mewn ciw - metr ar wahân. Doedd dim angen ein hatgoffa. Roedd rhaid aros oherwydd allen nhw ddim caniatáu mwy na 3 o bobl yn y siop ar yr un tro.
Yn Maes Awyr Rhufain roedd hyd yn oed y *duty free* ar gau! Don nhw ddim eisiau gwerthu persawr drud na gwin lleol. Doedd dim unrhyw gyfle i flasu gin na Baileys.
Roedd rhaid i ni aros am gwpl o oriau am ein hedfaniad ond ron ni ar y ffordd adre.

Diolch yn fawr i Cathy am roi hysbys i'r Dinesydd yn Rhufain ac am anfon negeseuon Trydar a lluniau yn ystod gwyliau cofiadwy!

Ysgol Plasmawr

***Billy Elliot* ar lwyfan Ysgol Gyfun Gymraeg Plasmawr.**

Yn ystod wythnos gyntaf mis Mawrth llwyfannwyd pedwar perfformiad rhagorol o'r sioe gerdd *Billy Elliot* yn neuadd yr ysgol i bedair cynulleidfa lawn. Seiliwyd y sioe ar y ffilm a ryddhawyd yn 2000. Elton John gyfansoddodd y gerddoriaeth a Lee Hall yw awdur y sgript. Mr Marc Lewis, Arweinydd yr adran Ddrama gyfieithodd y sgript i'r Gymraeg er mwyn i'r sioe gael ei pherfformio trwy gyfrwng y Gymraeg am y tro cyntaf!

Seiliwyd y stori ar fachgen sy'n byw yn swydd Durham, yn ystod cyfnod streic y glowyr, sydd wedi colli ei fam ac sy'n dechrau cymryd gwersi bale. Mae'r sioe yn olrhain hanes ei frwydr bersonol i gael ei deulu i dderbyn ei fod am ddawnsio bale yn ystod cyfnod o wrthdaro cymdeithasol a phryderon cymunedol. Roedd hi'n arwyddocaol dros ben mai 35 mlynedd yn ôl i wythnos y sioe y dychwelodd y glowyr i'r pyllau wedi colli'r frwydr yn erbyn polisi Llywodraeth Margaret Thatcher i gau'r pyllau.

Roedd y cast o dros 100 o ddisgyblion, band a thîm cynhyrchu medrus wedi gweithio'n galed ers wythnosau lawer i baratoi at y cynhyrchiad a chafodd hyn ei adlewyrchu gyda pherfformiadau rhagorol â'r gynulleidfa ar eu traed yn cymeradwyo pob perfformiad.

Rhannwyd y prif gymeriadau fel bo dau ddisgybl yn medru rhannu'r pedwar perfformiad. Roedd canmoliaeth haeddiannol i bob un o'r actorion:

Billy: Efan Williams / Lefi Jô Hughes
Michael: Ffred Hayes / Gruff Charles
Mrs Wilkinson: Lili Mohammad / Nansi Rhys Adams

Gwthio'r ffiniau a herio disgyblion yw rhai o nodweddion amlycaf Mr Marc Lewis, Arweinydd Drama yr ysgol ac mae llwyddiant *Billy Elliot* gyda chast o ddisgyblion medrus yn dystiolaeth pellach o'i ddawn a'i angerdd fel yr Arweinydd Drama.

Diolch arbennig i noddwyr y sioe ac i Gyngor Cymuned Radur a Threforgan a gyfrannodd at y gost o lwyfannu'r sioe.

Mae'r sylw gan un a oedd yn y gynulleidfa yn dweud y cyfan am y perfformiadau a llongyfarchiadau mawr i bawb a fu yn rhan o'r cynyhrchiad:

"Wedi chwerthin, wedi llefen, wedi syfrdanu, wedi dal fy ngwynt, wedi fy hudo'n llwyr gan berfformiad syfrdanol Ysgol Plasmawr o *Billy Elliot* – yn y Gymraeg am y tro cyntaf!"

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

CERDYN POST O LA PLATA

Lowri Haf Cooke yn holi Sandra de Pol

Un o'r Ariannin yn wreiddiol yw Sandra De Pol, a symudodd i Gaerdydd gyda'i merch Azul yn 2003. Mae hi'n diwtor Cymraeg i Oedolion ym Mhrifysgol Caerdydd, ac yn byw gyda'i chymar Rhisiart yn Llandaf.

Un o ble ydych chi'n wreiddiol?

Un o La Plata dw i, sydd tua 60km i'r de o Buenos Aires, prifddinas yr Ariannin. Mae'n debyg iawn i Gaerdydd mewn sawl ffordd. Mae'n brifddinas - talaith Buenos Aires – ac mae Prifysgol hynod yno; mae pensaernïaeth adeiladau pwysicaf y ddinas o'r un cyfnod (Neuadd y Ddinas, Amgueddfa Genedlaethol ymysg eraill) ac mae Eglwys Gadeiriol bwysig iawn yno. Mae parciau hyfryd yn ninas La Plata, ac mae afon (Río de la Plata) yn rhedeg ar ei thraws, ac mae porthladd ynddi sy'n bwysig tu hwnt. Mae'n ddinas hynod brysur, swnllyd a lliwgar. Heb os, un o La Plata dw i o hyd.

Sut ddaethoch chi i fyw yng Nghaerdydd, a beth ydych chi'n gwneud yma?

Wel, 'dyn ni'n mynd yn ôl i 2003. Roeddwn wedi cyrraedd Cymru ym mis Awst 2002 i weithio fel Cynorthwy-ydd Sbaeneg i ddwy Ysgol Uwchradd cyfrwng Gymraeg am 8 mis. Tra roeddwn yma, des i o hyd i gariad, ffrindiau a mwy o waith yng Nghaerdydd, esgusodion perffaith i aros yma. Bues i'n gweithio yn Ysgol Gyfun Llambed ac Ysgol Gyfun Cefneithin, yn byw yn Nrefach a Llanelli. A diolch i gymorth gan lawer o bobl, gwnes i gyrraedd Caerdydd ym mis Mai 2003, a dw i dal yma. Rwy'n lwcus! Bues i'n gweithio yn Ysgol Glantaf, Ysgol Pencae ag Ysgol Y Berllan Deg. Erbyn hyn rwy wedi cymhwyso fel Tiwtor Cymraeg i Oedolion ac yn gweithio i Brifysgol Caerdydd ers bron i 10 mlynedd bellach.

Disgrifiwch La Plata a beth yw eich barn am y ddinas honno?

Mae'n ddinas ifanc – dim ond yn 138 mlwydd oed - llawn bywyd, diolch i fyfyrwyr y Brifysgol a'r holl ddigwyddiadau cymdeithasol, diwylliannol a'r llu o weithwyr sy'n dod i'r ddinas byth a beunydd. Rwy'n dwlu ar y ddinas a'r bywyd dinesig sydd yn cyd-fynd yn berffaith â byd natur yn La Plata. Roeddwn yn arfer mynychu cyngherddau'n wythnosol, mynd i'r sinemâu a cherdded yn yr awyr agored. Mae'n ddinas hyfryd i ymweld â hi sawl gwaith y flwyddyn oherwydd mae gan bob tymor ei nodweddion. Mae'r parciau a Llwybr y Goedwig yn creu awyrgylch a golygfeydd arbennig iawn. Mae pob math o goed ar strydoedd y ddinas, ac nid yn unig yng nghanol y dref. Felly, gallwch arogleuo'r tilos (Linden) ar ddechrau'r haf - wel, wel, dyna'r union fath o goed sydd yn tyfu ar hyd Ffordd y Gadeirlan yng Nghaerdydd.

Disgrifiwch eich diwrnod delfrydol yn La Plata o fore gwyn tan nos...

Basen ni'n deffro'n gynnar a chael *mate* - ein diod cenedlaethol - gyda fy chwaer a 'nhad. Yn anffodus, bu farw mam haf diwethaf, ond pe buasai hi gyda ni, hi fuasai'r un cyntaf i gynnig tost a marmalêd imi, neu falle tost gyda Dulce de Leche (jam llaeth). Buasem yn brysio wedyn i gael sgwrs gyda 'nhad, cyn iddo fynd i siopa. Mae amser cinio'n ddifyr. Mae wastad rhyw fath o gig a llawer o salad ar gael fel arfer. Mae eistedd o gwmpas bwrdd a'r bwyd yn bwysig i'r teulu, a'r Archentwyr yn gyffredinol. Mae wastad amser ar ôl bwyd i gael coffi (bach fel expresso) a chwarae gemau. Gyda'r prynhawn, dal y bws i fynd i'r dref. Stopio wrth ddrws hoff gaffi mam, Confitería París – sy'n enwog yn La Plata am fod fel caffe Ffrengig llawn danteithion a patisserie hyfryd. Ar ôl i ni gael coffi a croissant penigamp Caffi París mae rhaid cerdded ar hyd stryd 8. Mae hynny'n hanfodol i bobl La Plata, rhywsut. Basen ni'n gorffen y diwrnod gyda bwyd mewn tŷ bwyta neu Grill, mae hen ddigon ohonyn nhw, a bob un yn dda iawn.

Pa atyniadau yn La Plata y byddech chi'n annog i rywun o Gaerdydd eu profi, er mwyn cael blas go dda o'r ddinas?

Y Goedwig: rhaid i chi gerdded ar ei hyd ag ymweld â phob un o'r safleoedd difyr sydd yno. Hefyd, yr Eglwys Gadeiriol fwyaf yn ne America ac yn rhif 44 yn y byd. Mae'n sefyll yng nghanol y ddinas bron yn union. Byddai'n werth ichi edrych ar hanes y ddinas a'r Eglwys ar y we!

Beth yw eich barn chi am ddinas Caerdydd?

Erbyn hyn, un o Gaerdydd dw i hefyd. Rwy'n teimlo'n union yr un peth ynglŷn â Chaerdydd a La Plata, hynny yw, fel tasech chi'n gofyn i blentyn: pwy wyt ti'n garu fwyaf? Dy fam neu dy dad? Mae'n anodd iawn ateb, mae'n amhosib ateb! Mae Caerdydd yn berffaith: dim yn rhy fach nag yn rhy fawr. Mae'r bobl yn gyfeillgar iawn. Mae'n hawdd cerdded yn y ddinas, a gallwch seiclo i bob man. Mae'r boblogaeth yn amlddiwylliannol (fel yn La Plata) sy'n cyfoethogi'ch profiad o fyw yma. Ond, yn anffodus, mi faswn i'n hoffi gweld un peth sydd yn La Plata: elusen gofrestredig sydd yn cyd-weithio ag Adran Hanes a Phensaernïaeth y Brifysgol er mwyn gwarchod adeiladau a nodweddion hynafol y ddinas. Meddyliwch sut fasai Caerdydd yn edrych heddiw pe basai'r camlesi a'r hen adeiladau prydferth dal yma? Diolch yn fawr pobl Caerdydd am groesawu fy merch, Azul, a finnau i'ch plith.

Daeth tro ar fyd…

Efallai fod y rhai ohonoch sy'n f'adnabod yn sylweddoli, neu efallai y dewch i sylweddoli wrth ddarllen hwn nad ydych wedi fy ngweld ers tro byd. Nid ydych wedi fy ngweld mewn capel nac eglwys, yn cerdded llwybrau'r fro neu'r ddinas, mewn cyngerdd, drama, ffilm, bwyty na thafarn nac yn un o'r llawer o ddigwyddiadau cyffrous sy'n nodweddiadol o'n dinas hyfryd, llawn bywyd ac egni.

Nid ydych wedi fy ngweld ers dwy flynedd a hanner.

Ond ychydig o gefndir cyn egluro pam…

Dwi wedi bod yn berson prysur erioed, yn hoff iawn o gwmni plant a phobl ac yn ymhyfrydu yn fy nheulu a'm gwaith ac ambell i ddiddordeb arall pan oedd amser yn caniatáu. Bûm yn athrawes am flynyddoedd, wedyn treulio 10 mlynedd hapus iawn yn gweithio i Cytûn: Eglwysi Ynghyd yng Nghymru cyn cael f'ordeinio'n ddiacon yn yr Eglwys yng Nghymru yn 2015 wrth i mi ymddeol o Cytûn ac yna'n offeiriad yn 2016.

Rhian cyn ei tharo'n wael

Cefais ddwy flynedd fel curad yn Eglwysi Dewi Sant a Sant Ioan Fedyddiwr, canol y ddinas; roeddwn wrth fy modd yn y gwaith, mor hapus mod i wedi derbyn a dilyn galwad Duw ac yn cael cyfle mor arbennig i weinidogaethu yng nghanol y ddinas.

Ond… daeth tro ar fyd. Ym mis Medi 2017 datblygais Sepsis ac E.Coli o ganlyniad i haint ar aren. Bûm yn yr ysbyty am 5 diwrnod yna fy ngyrru adref heb gyngor o fath yn y byd ar beth i wneud er mwyn gwella.

Ydi, mae'r Sepsis a'r E.Coli wedi gwella ond yn anffodus mae wedi fy ngadael gyda M.E. (*Myalgic Encephalomyelitis)* neu *Chronic Fatigue Syndrome* a hwnnw sy'n gyfrifol am y ffaith nad wyf mwyach yn medru cyfrannu i'r gymdeithas o'm cwmpas fel y bûm.

Nid crefu sylw na chydymdeimlad yw fy mwriad wrth ysgrifennu hwn ond tynnu eich sylw at gyflwr sydd lawer rhy aml yn anhysbys, sy'n aml yn cael ei ddiystyru fel cyflwr meddyliol yn hytrach na chorfforol, cyflwr a gyfeirid ato fel *'Yuppie Flu'* yn y gorffennol, cyflwr nad yw rhai meddygon yn credu sy'n bodoli, cyflwr nad oes triniaeth ar ei gyfer, na chlinig nac arbenigwr yma yng Nghymru, cyflwr sy'n golygu fod miloedd drwy Brydain (a llawer o'r rheiny yng Nghymru) a miliynau drwy'r byd 'ar goll' o gymdeithas, yn methu cyfrannu ac yn dibynnu ar eraill am ofal.

Mae rhai sy'n dioddef waethaf yn gaeth i'r gwely, yn methu bwyta na symud heb gymorth ac yn methu dygymod â swn na golau o unrhyw fath. Ond eto mae eraill yn medru ymdopi â rhywfaint o fywyd 'normal' gyda gofal ac mae'r rhan fwyaf ohonom yn byw gyda rhywfaint o boen parhaol.

Mae'n gyflwr sy'n effeithio bob rhan o'r corff a'r cyhyrau yn arbennig. Ar ôl ymarfer mae corff person heb y cyflwr yn dod ato'i hun ar ôl gorffwys ond gall gymryd dyddiau os nad wythnosau i gorff person gyda ME ddod ato'i hun ac yn y cyfamser ni all wneud dim heb wneud y sefyllfa'n waeth.

Ond nid ymarfer corff yn unig sy'n llethu dioddefwyr ME; mae gormod o deledu, o ddarllen, o sgwrsio, o edrych ar gyfrifiadur neu ffôn symudol yn aml yn cael yr un effaith felly gall bywyd fod yn rhwystredig iawn.

Un peth arall i gofio yw fod plant hefyd yn dioddef ac yn aml yn cael eu labelu fel plant diog neu rhai sy'n osgoi ysgol os nad yw'r cyflwr yn cael ei gydnabod.

Fy ngobaith yw y bydd y wybodaeth yma'n eich ysbrydoli i edrych allan am rai sy'n dioddef a gweld sut y gellir bod o gymorth a hefyd i godi ymwybyddiaeth o'r cyflwr yn lleol ac yn genedlaethol drwy ddefnyddio pa bynnag gyfrwng y gallwch.

Wn i ddim os y bydd gwellhad i mi yn y dyfodol a 'does dim dadlau nad yw profidau'r ddwy flynedd a hanner diwethaf wedi bod yn rai anodd iawn i mi ac i'r teulu ond rwy'n ffyddiog fod gan Duw gynllun amgen i mi a bod gwaith i mi ei wneud er gwaetha'r cyflwr.

Rhian Linecar

Pobol y Rhigwm

Mae'n amlwg nad oedd y testun y tro diwetha wedi apelio at rigymwyr Caerdydd, sef 'Brecwast', gan na fu cystadlu. Tybed a fyddai'r ymateb wedi bod yn fwy toreithiog pe bai 'Brynsh' wedi ei osod fel testun?

Hoffai pwyllgor Y Dinesydd atgoffa ei ddarllenwyr o bwysigrwydd bwyta brecwast sylweddol. 'Daw bola'n gefen' yw'r dywediad, ond daw bola'n awen yn yr un modd. Gwyddys fod beirdd mwyaf y traddodiad barddol Cymraeg wedi bod yn frecwastwyr o fri; pwy all anghofio molawd Dafydd ap Gwilym i'r uwd, neu gywydd Iolo Morganwg i facwn ac wy? 'Hoff yr wy' o gael ffrei-yp' meddai ID Hooson yntau.

Cofiwch fwyta brecwast mawr, wrth ymynysu, da chi.

Felly, gan obeithio y bydd y rhigymwyr yn bwrw mewn i'r bara menyn yn fore o hyn ymlaen, dyma osod tasg i'r rhifyn nesaf (tasg 30). Mae hen ddigon o ddarogan gwae ar y teledu ac yn y papurau. Gan hynny, y gofyn y tro hwn yw pennill, baled neu limrig DIGRI i godi calon a gwên. Y testun: **Taith.**

Anfonwch eich cynigion i'r **cyfeiriad e-bost newydd** hwn**:** **bryan.val.james@gmail.com** erbyn 18 Ebrill**.**

Emyr Davies

NEWYDDION O'R EGLWYSI

EBENESER

Cymeradwyo Gwilym

Yng nghyfarfod Cwrdd Chwarter Dwyrain Morgannwg ar 3 Mawrth cafodd un o'n hieuenctid, sef Gwilym Tudur, ei gymeradwyo i'r weinidogaeth. Bydd Gwilym yn dechrau ar ei weinidogaeth fis Medi yn Eglwys Gynulleidfaol Baker St. Aberystwyth. Cymerwn y cyfle hwn i ddymuno pob bendith iddo ef ac Alex, a fydd erbyn hynny, yn wraig iddo, yn dilyn eu priodas fis Awst, gobeithio, o gofio sefyllfa pawb ar hyn o bryd! Diolch hefyd am gyflwyniad hynod ddiddorol Dr Hefin Jones ar yr amgylchfyd ac effaith cynhesu byd eang ar ein planed.

Canolfan Maggie

Ar bnawn, 4 Mawrth aeth criw da i ymweld â Chanolfan Maggie sydd wedi'i lleoli ar safle Ysbyty Felindre. Maent yn cynnig cymorth emosiynol ac ymarferol i bobl sydd â chanser, eu teuluoedd a'u cyfeillion. Mae nifer o ganolfannau wedi'u lleoli ar hyd a lled y wlad. Maent yn annibynnol ac yn gweithio mewn partneriaeth â'r GIG ledled y DU. Braint oedd cael gweld y ganolfan y cawsom gyfle fel eglwys i godi £4,600 ar ei chyfer, gan mai dyma oedd ein helusen ddewisedig 2014 - 2015.

Dathliad dwbl

Bydd 8 Mawrth yn aros yn y cof am amser hir iawn gan i ni gael dathliad dwbl. Roedd Eira Jones a Malcolm Thomas yn dathlu hanner can mlynedd yn y ddiaconiaeth. Mae eu cyfraniad i deulu Ebeneser wedi bod yn allweddol ac yn werthfawr dros ben. Diolch iddyn nhw am eu gwaith diflino dros bum degawd. Hefyd ar y Sul hwn braint oedd cael cwmni'r Parchg Dr Geraint Tudur a'i wraig Carolyn yn ein cyfarfodydd pregethu hanner blynyddol. Braf oedd cael dathlu gyda hwy dros ddeugain mlynedd ers i Geraint gael ei ordeinio yn weinidog ar Eglwys Ebeneser (1978). Oherwydd amgylchiadau anorfod bu rhaid gohirio tan eleni. Cawsom wledd ar ôl y gwasanaeth. Diolch i Gill Lewis am wneud y ddwy gacen ddathlu; i'r Parchg John Gwilym Jones am yr englyn ac i Eira Jones am ei phwythwaith manwl.

Llawdriniaeth

Tynnwyd un o arennau Seren Ann Jones ar y 24ain o Fawrth ac mae'n parhau i wella yn Ysbyty'r Brifysgol. Dymunwn yn dda iddi wrth iddi wella a pharhau i dderbyn triniaeth dialysis wrth ddisgwyl am drawsblaniad.

Darlledu ar-lein

Gyda'r sefyllfa bresennol o fethu dod at ein gilydd i addoli bydd croeso i chi ymuno â ni mewn oedfa ar-lein bob bore Sul drwy fynd i Ebeneser Caerdydd ar Facebook.

MINNY STREET

Ymateb i Covid-19

Mae'n loes calon gennym orfod nodi ein bod yn hepgor pob oedfa a chyfarfod yng nghapel Minny Street am y tro. Mae'r penderfyniad hwn yn unol â chyfarwyddyd y llywodraeth a chanllawiau Undeb yr Annibynwyr Cymraeg.

Bydd hyn yn chwithig iawn inni fel cynulleidfa Minny Street ond gwneir trefniadau i'n galluogi, am 10:30 bob bore Sul, i 'gydaddoli' yn ein cartrefi drwy gyfrwng taflenni a baratowyd gan ein Gweinidog. Dosberthir taflenni newydd i gartrefi'r aelodau bob pythefnos. Trwy'r cyfrwng hwn, gallwn i gyd fod yn rhan o fyfyrdod yng nghwmni ein gilydd a'n Gweinidog fel teulu.

Gan fod yn gwbl ymwybodol fod hwn yn gyfnod pryderus i lawer, anogir yr aelodau i gysylltu â'r Gweinidog neu'r Ysgrifennydd os ydynt yn dymuno cael sgwrs neu fod angen cymorth ymarferol – yn arbennig felly os wedi hunan-ynysu. Mae gennym nifer o aelodau sydd yn awyddus i fod o gymorth. Byddwn fel eglwys yn cynnig cymorth ymarferol i aelodau a ffyrdd o barhau i gefnogi elusennau.

Dymunwn bob bendith i bawb yn y cyfnod anodd a heriol hwn.

Bedydd

Hyfrydwch fu tystio i fedydd Cadi Gwen Williams, merch Geraint a Steph (Yr Eglwys Newydd) ar Sul Gŵyl Dewi. Pob dymuniad da i'r teulu.

BETHEL, RHIWBEINA

Ar Fawrth 1af roedd ein gwasanaeth yng ngofal y Parch. Glyn Tudwal Jones a chawsom gwmni'r plant ar ddechrau'r oedfa cyn iddynt fynd i ddathlu Gŵyl Dewi yn yr Ysgol Sul. Bu cyfle hefyd i'r oedolion ddathlu Gŵyl Dewi yn y Caffi Fach yn Rhiwbeina ar Fawrth 3ydd.

Cawsom wasanaeth cymun dan arweiniad ein gweinidog y Parch. Evan Morgan ar Fawrth yr 8fed a'r Sul canlynol roedd yn bleser croesawu atom y Parchg Robert Owen Gruffydd. Bu rhaid canslo gwasanaeth Sul y Mamau ac ers hynny fel pob capel ac eglwys arall mae Bethel ar gau nes i ni gael caniatad y llywodraeth i ail agor.

Rydym yn ddiolchgar i'n gweinidog am gadw cysylltiad â'r aelodau trwy alwadau ffôn a hefyd cyfarchion, gweddïau a geiriau o gysur ar Facebook.

Geraint, Carolyn ac Alun

Malcolm, Alun ac Eira

EGLWYS DEWI SANT

Gŵyl Dewi

Roedd hi'n braf eleni bod Dydd Gŵyl Dewi yn disgyn ar ddydd Sul ac i ni yn Eglwys Dewi Sant allu dathlu ein Gŵyl Mabsant a'n Gŵyl Genedlaethol gyda'i gilydd. Wedi'r gwasanaeth, pan ganodd y Côr ddarn o waith Ieuan ein horganydd - 'Geiriau Olaf Dewi Sant', mwynhawyd gwledd o goginio cartref, yn gawl ac yn bastai afalau, yn neuadd yr eglwys.

Grŵp Trafod Y Garawys

Y bwriad oedd cynnal y Grŵp Trafod yn ystod Y Garawys i ddilyn y gwasanaeth Cymun ar foreau Mercher. Gan mai eleni yw Blwyddyn Y Bererindod yn Esgobaeth Llandaf i ddathlu nawcanmlwyddiant yr esgobaeth, y gyfrol i'w hystyried oedd 'Taith y Pererin' gan John Bunyan. Fe'i cyfieithwyd i'r Gymraeg yn 1688, blwyddyn marw John Bunyan. Gwaetha'r modd, oherwydd y Firws Corona, dim ond dau gyfarfod fu.

Cymdeithas Nos Iau

Barbara Morgan fu'n diddanu'r gynulleidfa â'i chyflwyniad diddorol yn rhoi hanes ei hymwneud â mudiad y *Life boys,* clwb Cristnogol i fechgyn ifainc yn Romford a Chaerdydd.

Neges Bwysig – Y Cymun Bendigaid

Erbyn dydd Sul y 15fed o fis Mawrth, oherwydd aflwydd y firws corona, roedd esgobion Yr Eglwys yng Nghymru wedi dosbarthu cyhoeddiadau pendant yn dweud y dylid ymatal rhag ysgwyd llaw i rannu'r tangnefedd yn ystod gwasanaeth Y Cymun ac ymatal rhag rhannu'r Cwpan.

Dydd Sul y 15fed o Fawrth

Erbyn hyn, oherwydd argyfwng y firws, rhoddwyd y gorau i gymdeithasu tros baned wedi'r gwasanaeth.

Erbyn yr 17eg. o Fawrth……

Daethai neges oddi wrth y Ficer yn dweud bod mainc esgobion yr Eglwys yng Nghymru, er diogelwch plwyfolion ac i wneud ein rhan i atal ymlediad y firws, wedi gorchymyn na ddylai unrhyw wasanaethau eglwysig na chynulliadau addoli cyhoeddus ddigwydd mwyach. Ynghyd â'r newydd, roedd neges gysurlon a charedig yn cynnig cymorth.

Sul Y Fam

Sul chwith iawn i bawb oedd hwn ond daeth Llythyr Bugeiliol oddi wrth ein Ficer, y Parchedig Dyfrig Lloyd, yn cynnig help ymarferol fel siopa yn ogystal â bod ar gael ar ben draw'r ffôn am sgwrs, ynghyd ag enwau rhai eraill o'r eglwys sydd hefyd yn barod i wneud hyn.

Eglwys Dewi Sant ar yr aelwyd

Derbyniwyd y daflen wythnosol ar ei newydd wedd, gyda threfn gwasanaeth a thaflen i blant yr Ysgol Sul ar gyfer Sul Y Fam. Gwasanaeth hyfryd a chysurlon â llun o'r Uwch-Allor yn gefnlen a miwsig yr organ yn gefndir achlysurol ac yn gyfeiliant i'r emynau. Soniodd y Ficer am Ofal - gofal mam, gofal y Fam-eglwys a'n gofal ninnau am ein gilydd ac am ein hunain.

EGLWYS Y CRWYS

Daeth y Firws Corona i'n trechu ac mae drysau Eglwys y Crwys dan glo dros gyfnod amhenodol. Yn y cyfamser mae'r Gweinidog, y Swyddogion a'r Blaenoriaid, a diolch iddynt, mewn cysylltiad cyson â'r aelodau sydd yn wir yn gwerthfawrogi sgwrs dros y ffôn.

Cyn cau'r drysau, cafwyd cyfarfod o 'Prynhawn Da' pryd y cawsom sgwrs ddiddorol iawn gan Mr. Andrew Connell, ar y testun 'Yr Eglwys yn Gweithredu ar Dlodi'. Arweiniwyd y defosiwn gan Mrs Catherine Jobbins. Mae'n anhebygol y bydd cyfarfod arall y tymor hwn felly diolch o galon i Mr David Jones a'r Parchg Lona Roberts am drefnu rhaglen mor amrywiol dros y gaeaf. Edrychwn ymlaen at fis Hydref.

Dechreuwyd casglu tuag at Fanc Bwyd Caerdydd yn ystod mis Mawrth. Diolch i bawb a gyfrannodd mor hael ac i Mrs Siân Griffiths am y trefniadau.

Cymerodd aelodau o'r Gymdeithas Ddrama ran yn y Gwasanaeth i ddathlu 400mlwyddiant Beibl 1620 a gynhaliwyd yn Eglwys y Tabernacl.

Cymerodd aelodau o'r Eglwys ran yn y Gwasanaeth Dydd Gweddi Byd-Eang a thraddodwyd y Myfyrdod gan y Parchg Lona Roberts.

Bu raid i'r Gymdeithas ohirio'r Sioe Ffasiwn 'Ffasiwn Olwg' oherwydd y firws ond gobeithir ei chynnal yn fuan pan fydd pethau wedi gwella.

Edrychwn ymlaen at gael cyd-gyfarfod eto fel Eglwys. Yn y cyfamser pob dymuniad da i'n haelodau ac i ddarllenwyr Y Dinesydd. Cadwch yn saff.

TABERNACL, YR AIS

Genedigaeth

Rhannwn gyda Calan a Malcolm McGreevy eu llawenydd wrth gyhoeddi genedigaeth eu hŵyr Osian. Llongyfarchiadau i bawb.

Cyfarchion Priodas

Mis Chwefror, priodwyd Trystan Coe a Rebecca Donelly allan yn Seland Newydd ger cartref Rebecca. Mab Cerian Coe ac ŵyr Jean Evans yw Trystan, a theithiodd y teulu cyfan allan i ddathlu'r achlysur. Mae'r ddau yn byw yn Auckland ac yn mwynhau bywyd braf yno.

Cymdeithas Nos Fawrth

Swper Gŵyl Dewi y Gymdeithas oedd achlysur cyntaf Mis Mawrth. Ein siaradwr eleni oedd y Parchg Rob Nicholls, gweinidog Castle Street, Llundain. Cawsom noswaith arbennig oedd yn llawn hwyl yn ei gwmni. Ymweliad â Thafarn y Grange oedd nesaf ar yr agenda, a hynny i fwynhau Noson o Sgitls.

Cymdeithas P'nawn Iau

Ar ddiwedd mis Chwefror mwynhawyd pnawn hwyliog gyda Sian Dowling, Sian Wyn a Shirley Ann yn rhannu eu trysorau gyda'r cwmni hwyliog a gwerthfawrogol. Yna cafwyd Pnawn Cerddorol gan Marged Jones ar ddechrau mis Mawrth. Siaradodd am ei gyrfa ym myd cerddoriaeth wedi iddi adael yr ysgol. Cafodd gyfle hefyd i ddangos ei sgiliau arbennig wrth iddi ganu'r piano a'r cello yn ystod y prynhawn. Prosiect diweddaraf y chwiorydd yw gwau cywion ar gyfer y Pasg. Maent ar werth am £1 yr un ac yn cynnwys ŵy caramel. Y nôd yw gwau a gwerthu 100 a rhoi'r elw i gyd i Ysbyty Felindre.

Bore Coffi

Gwerthfawrogwyd croeso Calan a Malcolm McGreevey i'w haelwyd yn Llandaf ym mis Chwefror.

EGLWYS GATHOLIG TEILO SANT, YR EGLWYS NEWYDD

Ein tro ni yn Eglwys Gatholig Teilo Sant oedd gwahodd aelodau Eglwysi Cymraeg Caerdydd atom i ddathlu Dydd Gweddi'r Byd eleni. Dyma'r eglwys lle bydd yr Offeren Gymraeg yn cael ei chynnal unwaith y mis.

Estynwyd y gwahoddiad gan offeiriad y plwyf, y Canon William Isaac, ac fe ddaeth cynulleidfa fywiog at ei gilydd ar brynhawn Gwener cyntaf mis Mawrth. Arweiniwyd y gwasanaeth gan Mrs Helen Jones ac aelodau'r Tabernacl, a nhw hefyd ddarparodd yr arddangosfa hyfryd a'r gerddoriaeth a osododd naws yr addoliad.

Gwragedd Zimbabwe oedd wedi paratoi'r gwasanaeth eleni ar y thema 'Cod! Cymer dy fatras a rhodia' ac fe glywsom am eu bywydau, eu gofidiau a'u gobeithion drwy gyfrwng darlleniadau a gweddïau. Roedd aelodau eglwysi Ebeneser a'r Crwys hefyd yn cymryd rhan ac fe gawsom anerchiad i'n hysbrydoli gan y Parchedig Lona Roberts. Gyda Llinos Metcalff wrth yr organ, cafwyd canu hwyliog ar yr emynau ac roedd naws hyfryd o weddi drwy'r gwasanaeth i gyd.

Wrth gwrs roedd 'na baned wedyn yn y neuadd lan llofft a digon o sgwrsio a mwynhau'r danteithion a baratowyd gan aelodau Teilo Sant. Diolch yn fawr i bawb a gydweithiodd i wneud y prynhawn yn un llawen a chofiadwy.

BETHLEHEM, GWAELOD-Y-GARTH

Mae'r ymadrodd '*ac ni fu dwthwn fel y dwthwn hwn*' ["Adref" gan R Williams Parry] yn gyfarwydd i ni, ac yn sgil yr haint sydd yn ein mysg, yn un go agos at ei le.

Dydw i ddim yn "Drydarwr" brwd, ond 'rwyn dilyn eraill sydd yn brysurach o gryn dipyn yn eu hymwneud â'r cyfrwng. Un ohonynt yw'r *'Yiddish Proverbs'*- sy'n cyflwyno diarhebion Iddewig, Hebraeg ac Iddew-Almaenig i'm sylw e.e. '*Os ydych am fod yn farbwr, cofiwch ymarfer ar farf rhywun arall*'!

Ond hon a ddaliodd fy llygad: *'Oni bai bod 'na olau fyddai 'na ddim cysgod'.*

Yn sgil 'coronafirws' mae 'na gysgod dros ein byd personol ni, ac mae gwneud yr hyn yr oeddem yn ei gymryd mor ganiataol wedi ei gwtogi yn sylweddol. Mae'r cymdeithasu teuluol wedi ei ohirio, ac mae cyfarch ffrindiau o hirbell yn chwithig ryfeddol i ni. Mae grŵp cyswllt newydd, 'Bethlehem Gwaelod y Garth', ar Gweplyfr (Facebook), i geisio llenwi'r bwlch o beidio cwrdd yn rheolaidd yn y capel. Wedi gweld pa mor fregus yw ein byd, gobeithio y byddwn yn gallu gweld gwerth mewn rhannu gofal cymdeithas, a gwerthfawrogi'r lleol sy'n darparu ar ein cyfer. Gobeithio'n wir y bydd i haul y gwanwyn a'i lewyrch, wrth sleifio i mewn trwy chwarel y ffenestr, gynhesu a diddosi ein haelwydydd a'n heneidiau, gan roi i ni'r cyfle o'r newydd i ystyried ein blaenoriaethau a'n cyfrifoldebau, serch y cysgod a ddaw i'n blino yn ei sgil.

Gwefan: www.bethlehem.cymru
Trydar (*Twitter*): @gwebethlehem.
Gweplyfr *(Facebook*): Bethlehem Gwaelod y Garth.

BETHEL, PENARTH

Yn sgil y gwaharddiadau presennol, ac yn dilyn cyngor Undeb yr Annibynwyr Cymraeg, ni fydd oedfaon ym Methel am gyfnod amhenodol. Rydym yn chwilio am bosibiliadau o gynnal ein gilydd yn electronig.

Ar Fawrth 1af ein tywysydd wrth ddathlu bywyd Dewi Sant oedd ein cyd-aelod Rhodri. Pwy well? Awgrymodd yn gynnil bod angen diwygio ambell gân werin e.e. *Bachgen bach o Gymro ydoedd Dewi Sant* i gynnwys enwogion mwy diweddar yn ein hanes. Cyfeiriodd ein meddyliau at y mynych gyfeiriadau at y gair LLAN yn ein diwylliant, gan nodi hynodrwydd Llandarcy, lleoliad y burfa olew gynt ger Sgiwen.

Ar Fawrth 8fed dan ofal ein gweinidog buom yn clywed am y defnydd o 'gwledd' yn Efengyl Luc. Roedd hyn yn dilyn cyd-ddarllen Adnodau 7-23 o Bennod 22, hanes sefydlu Swper yr Arglwydd.

Pleser oedd croesawu i'n plith am y tro cyntaf Y Parchedig Huw Lewis, Caerdydd. Cyfeiriodd ein sylw at y ddelwedd rymus o Iesu yn cynhyrfu, gyda'r adlais o sylw Malachi (3,2), 'Y mae fel tân coethydd ac fel sebon golchydd'. Hefyd, cawsom gyflwyniad byr i hanes rhyfedd Dr Rhiannon Lloyd a'i gwaith arloesol ar hybu cymodi mewn sefyllfaoedd anodd, megis Rwanda.

Yn oedfa'r hwyr ar y 15fed bu'n gweinidog yn tynnu trafodaeth ar thema yn deillio o ddeunydd Gwasanaeth Gweddi Chwiorydd y Byd. Y thema oedd ' Cyfod dy wely a rhodia' a'r myfyrdod yn troi ar gymhariaeth rhwng ein bywyd ni a bywyd trigolion Zimbabwe.

Da clywed am wasanaeth rhai o ieuenctid Bethel sy wedi trefnu rhwydwaith cymorth i gynnal aelodau hŷn ein cymdeithas yn y dyddiau heriol hyn.

Dydd Gweddi'r Byd

YR EGLWYS EFENGYLAIDD

Cydymdeimlo

Cydymdeimlwn yn fawr â Geinor, Owain a Gwern ar golli tad a thaid annwyl iawn.

Genedigaeth

Llawenhawn yn fawr gydag Emyr a Catrin ar enedigaeth Moli, chwaer fach newydd i Ania ac Elsi a ffrind newydd i holl blant yr eglwys.

Cartref Newydd

Dymunwn yn dda iawn i Dewi ac Angharad Alter yn eu cartref newydd.

Dyweddïad

Llongyfarchiadau mawr a phob bendith i Emma Levy a Sam Oldridge ar eu dyweddïad.

Oedfaon yr eglwys

Yn ystod y cyfnod rhyfedd yma a phawb yn ceisio hunan ynysu oherwydd y Coronafeirws, mae'n bosib dilyn oedfa'r eglwys ar y we. Ewch i wefan yr eglwys Cwmpawd.org a dilyn y linc i'r dudalen facebook.

SALEM, TREGANNA

Bedydd

Bedyddiwyd Elsi, merch Glenda a David ar 15 Mawrth. Pob dymuniad da i chi fel teulu.

Helpu ein gilydd

Rydym wedi dod at ein gilydd yn ystod y mis i wneud ein gorau i fod yn gefn i'n gilydd yn sgil bygythiad y firws ac wrth i ni orfod cyfyngu ar ein symudiadau. Yn aelodau a ffrindiau Salem, cofiwch ein bod yma yn estyn llaw ac ar gael i fod yn glust ac yn gymorth ymarferol i chi os ydych yn ei chael hi'n anodd. Mae gwirfoddolwyr ar gael dros Gaerdydd i gyd os ydych angen nwyddau angenrheidiol!

Cynllun y di-gartref

Diolch i bawb yn aelodau a ffrindiau am fod mor barod i fod yn rhan o gynllun rhoi lloches i'r di-gartre yma yn Salem. Dros 15 o wythnosau rhoddwyd lloches, bwyd a chefnogaeth i'n ffrindiau bob nos Fawrth dros fisoedd oeraf y gaeaf. Diolch i bawb am eich cefnogaeth.

Cydymdeimlo

Roedd yn flin iawn gennym glywed am farwolaeth erchyll o sydyn Hywel Martin, rydym yn meddwl am ei deulu ar hyn o bryd.

Cydymdeimlwn hefyd a Rose a gollodd ei brawd a'i chwaer yn ddiweddar, a Lisa Jones a gollodd ei thad. Rydych chi a'ch teuluoedd yn ein meddyliau ar hyn o bryd.

Dydd Gwyl Dewi

Cawsom wasanaeth hyfryd dan ofal yr Ysgol Sul i ddathlu Gŵyl Dewi, a chinio bys a bawd wedi'r gwasanaeth. Hyfryd oedd gweld y plant yn eu gwisgoedd lliwgar!

OEDFAON AR-LEIN

Yn ystod y cyfnod argyfyngus hwn, cofiwch fod nifer o'r eglwysi yn rhoi myfyrdodau, gweddïau a gwasanaethau ar-lein. Am fwy o fanylion ewch i'w gwefannau:

www.facebook.com/ebeneser.caerdydd
www.minnystreet.org
www.eglwysdewisant.org.uk
www.eglwys-y-crwys.org.uk
www.tabernacl.cymru
bethlehem.cymru
www.Cwmpawd.org
capelsalem.org

Yn o gystal ceir oedfa Gymraeg ar S4C am 11.00 ar fore Sul.

Mae'n hawdd trefnu cwrdd ar-lein

Fel mae pawb yn gwybod erbyn hyn, o achos Coronafirws, nid yw grwpiau o bobl yn cael cwrdd wyneb yn wyneb bellach am sbel amhenodol. Mae hwn yn siom, wrth gwrs, yn enwedig ar gyfer grwpiau sefydliedig sy'n cwrdd yn aml. Mae grwpiau sy'n cwrdd gyda'r nod penodol o ymarfer siarad Cymraeg, ac i helpu dysgwyr, yn enghraifft dda iawn.

Rwy'n aelod o sawl grŵp o'r fath. Clonc yn y Cwtsh (yn Chapter) yw'r un mwyaf. Sefydlwyd Clonc yn y Cwtsh gan Fenter Caerdydd yn wreiddiol ond nid ydym yn siŵr pa mor hir yn ôl oedd hynny, heblaw am fod e cyn 2013. Mae'r grŵp wedi tyfu a thyfu dros y blynyddoedd ac, erbyn hyn, mae'n un sefydliedig, mawr a chryf. Nid ydym eisiau iddo fe ddioddef dim achos na allwn gwrdd wyneb yn wyneb. Rydym eisiau pob un ohonon ni i allu parhau defnyddio'r Gymraeg yn gyson. (Cofiwch Cymraeg 2050: Miliwn o Siaradwyr!) Ers deunaw mis mae ganddon ni grŵp WhatsApp, sydd bellach â 55 aelod a 5 gweinyddwr!!

Wrth gwrs roedd yn ergyd fawr i bawb i sylweddoli na fyddan nhw'n gallu cwrdd yn llythrennol bellach. Felly, aeth gweinyddwyr y grŵp WhatsApp ati i ddod o hyd i ateb. Rydym wedi ymchwilio i fanteision ac anfanteision gwahanol lwyfannau ar gyfer fideo-sgwrs, wedi'u profi ac wedi penderfynu ar Zoom*. Mae'r aelodau'n cael defnyddio Rhif Adnabod i fewngofnodi i'r fideo-sgwrs ar ffôn clyfar neu gyfrifiadur gyda chamera.

Rydym yn cadw'r un amser cwrdd ar-lein ag yr oedden ni yn Chapter - nos Lun 7yh ymlaen.

Cawsom ein sesiwn rhith cyntaf ar 23ain Mawrth. Daeth 15 o bobl ynghyd dros 3 sesiwn a barhaodd am ddwy awr o hyd. Ymddangosodd rhai o'r bobl ar eu cyfrifiaduron a rhai eraill ar eu ffonau clyfar. Roedd pawb yn gytûn fod y fideo-sgwrs yn llwyddiant aruthrol ac rydym yn mynd i roi cynnig arni'r wythnos nesaf eto.

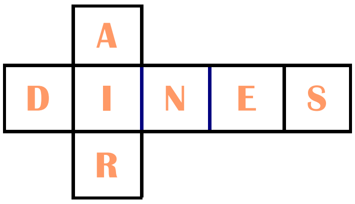
Rwy'n bell o fod yn berson "teci" ond llwyddais i osod yr hyn sydd yn angenrheidiol. Doedd hi ddim yn anodd creu cymuned rith gan ddefnyddio offer ar-lein: ewch ati ar gyfer eich grŵp chi!

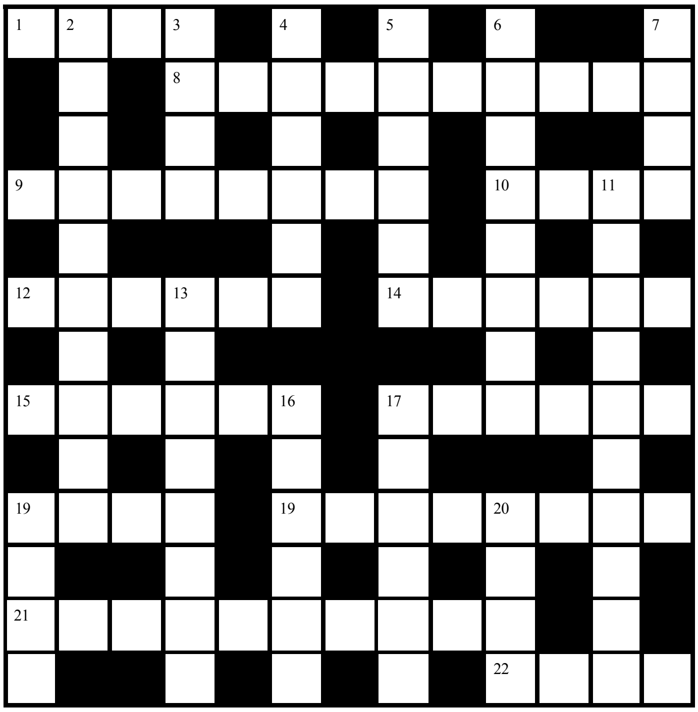
Noder: os Zoom bydd eich dewis chi, bydd bob "cyfarfod" yn cael ei gyfyngu i 40 munud (oni bai bod chi'n talu ffi), ond cewch fewngofnodi eto'n syth ar gyfer ail sesiwn, trydydd sesiwn ayyb.

*Ar gyfrifiadur: Ewch at Zoom.us
Ar ffôn clyfar: lawrlwythwch ap Zoom Cloud Meetings.

Rwth Evans Treganna

Rhif: 201





Ar Draws

1. Bonheddwr sy'n dechrau impio ambell rosyn llesg (4)
8. '----- -----yr ymrwygodd
   Holl ffynhonau'r dyfnder mawr' (WR)(2,8)
9. Addasu cyfran da o uned mewn coleg (8)
10. Yn hy bu yn hyrwyddo (4)
12. Gwenieithio â'r swigod (6)
14. Fel dyn yn tyfu dan ddaear efallai (6)
15. 'Arglwydd ----- trwy'r anialwch
    Fi, bererin gwael ei wedd' (WW) (6)
17. A llinell gam awn i dre'r sosban (6)
18. 'Yn ôl eich clociau heirdd
    Bob ----- codwch chwi' (JCH) (4)
19. Un andros o wyllt yn gwahanu (8)
21. Mae Mei yn gofyn rywsut i ni ymgyfarwyddo (10)
22. 500 yn cael budd o'r cerflun (4)

I Lawr

2. Deio yn colli'i ben yn y tŷ gwair simsan a'i drwsio (10)
3. Y doeth yn disgyn ddechrau Awst i'r llaid (4)
4. Plethu tresi o ben Gwen yn ddillad iddi (6)
5. Gôl Ben yw creu braster (6)
6. O ble daeth Lot i'r eglwys yn y lle hwn? (8)
7. Plygu a cherdded (4)
11. 'Dwy neu dair ----- -----,
    A daffodil, bid siŵr' (WCW) (7,3)
13. 'Fy enaid trist, wrth gofio'r taliad
    Yn llamu ----- ----- sydd' (AG) (1,7)
16. Amcan gweddi heb ffiniau yw arbenigrwydd (6)
17. Y llais yn torri ar ddiwedd dydd yn gwrtais (6)
18. Mynydd o ddyn (4)
20. Gwasgu'r amharod i ymrwymiad (4)

Enillydd Croesair Rhif 199

Alun Guy, Caerdydd

Atebion Croesair Rhif 199

Ar Draws: 6. Ffenestr 7. Gwair 9. Rhywun 10. Ymegnio 12. Daeth bore teg 14. Ymgyfoethogi 18. Deigryn 19. Tegan 21. Gwefr 22. Lluniaeth

I Lawr: 1. Meddyg 2. Segura 3. Eto 4. Gwagle 5. Diniwed 8. Ymborthi 11. Athronydd 13. Amaethwr 15. Ysgafn 16. Gweddill 17. Pawen 20. Llun

Danfonwch eich atebion at Rhian Williams
erbyn 5 Mai, 2020
22 Heol Cae Rhys, Rhiwbeina, Caerdydd, CF14 6AN

TELERAU HYSBYSEBU YN Y DINESYDD

Mae pob tudalen mewn lliw llawn

Tudalen Gyfan A4	18 x 28cm	Y tu fewn £150	Clawr cefn £225
Hanner Tudalen	18 x 14cm	£80	£120
Chwarter Tudalen	9 x 14cm	£50	£75
Wythfed Tudalen	9 x 7cm	£30	£45
Bocs	6 x 6cm	£25	£37

Pris hysbyseb maint 9x4cm ar y dudalen flaen – £150

Ceir gostyngiad o 10% am hysbysebu mewn tri rhifyn dilynol ac 20% am hysbysebu am flwyddyn gyfgan (10 rhifyn).

Anfonwch arlunwaith yr hysbyseb ar ffurf jpeg neu pdf drwy e-bost at iestynd@gmail.com

Cwmni'r Dysgwyr

"Cofiwch ymarfer eich Cymraeg trwy fynd ar-lein."

Gwilym Dafydd

Clwb Gwylio Adar

Daeth dwsin ynghyd wrth gyfarfod tu allan i adeilad Y Pierhead, Bae Caerdydd, ar fore sych a chymylog, Sadwrn 7 Mawrth. Daniel Jenkins-Jones oedd yn arwain ac mae'n debyg ein bod wedi gweld neu glywed 28 aderyn gwahanol wrth grwydro'n hamddenol yn y gwlyptiroedd ger Gwesty Dewi Sant a Pharc Hamadryad.

Rydym yn cyfarfod fel arfer ar fore Sadwrn cyntaf o'r mis am ryw ddwy awr. Yr arweinyddion yw a diolch i'r pedwar sef Daniel, hefyd Jon Gower, Dylan Foster Evans ac Eirian Dafydd a nhw sy'n dewis lleoliad y daith.

Croeso cynnes i bawb a dilynwch @GwilymDafydd neu eirianagwilym@gmail.com am fwy o fanylion. Anodd gwybod pryd bydd y cyfarfod nesaf oherwydd bygythiad y firws Corona ond yn y cyfamser bydd yr adar bach yn dal i ganu mor swynol ag erioed.

Beiblau hen a newydd

Fyddwch chi'n darllen y Beibl weithiau? Bydd mwy o gyfle nawr gyda thymor y firws Corona wedi dechrau cydio o ddifrif. Efallai yn Gymraeg bod gyda chi gopi o feibl.net Arfon Jones.

Ar nos Iau, 5 Mawrth, yn y Tabernacl Yr Ais, cynhaliwyd cyfarfod i ddiolch am yr hen Feiblau a rhai ohonynt wedi eu cyhoeddi yn 1588 a 1620. Roedd cynrychiolwyr wedi teithio yno o Fôn i Fynwy.

Gwelir pump ohonynt yn y llun. Mae'r rhain yn drysorau cenedlaethol a diolch i Dafydd Tudur o'r Llyfrgell Genedlaethol yn Aberystwyth am ddod â nhw draw i'r Ais. Fedrwch chi weld Dafydd sy'n gwisgo menig yn y llun? Mae Arfon Jones yno hefyd.

Canwyd emyn newydd sbon a ysgrifennwyd gan y tiwtor Cymraeg i Oedolion sef Siôn Aled. Dyma'r tro cyntaf rwy'n credu i fi ganu emyn sy'n cynnwys y gair 'rhyngrwyd.' 'Diolch fo am bawb sy'n trosi a dehongli ym mhob tir ac sy'n hau hyd erwau'r rhyngrwyd rym y Gair a gwefr y gwir.' Efallai bydd angen geiriadur arnoch i ddeall pob gair yn hwn!

Amser Jôc gyda Huw James

Dych chi'n gwybod bod 74% o garrtrefi Ceredigion yn cymryd y Teifiside Advertise? Mae'r 26% arall yn talu amdano.

A dyma jôc Saesneg welais i gan Phil Stead ar Trydar. Dwi wedi ei gyfieithu i'r Gymraeg:

Wel, mae hi wedi bod yn ddiwrnod hir heb bêl-droed ond mwynheuais i wario amser gyda fy ngwraig. Cawson ni sgwrs dda a dysgais i rai pethau newydd amdani. Mae'n debyg ei bod hi wedi rhoi'r gorau i'w swydd dydd Sadwrn yn Woolworths.

Cwmni Rhian a Nantlais

Ydych chi'n hoffi cesio cwblhau croeseiriau? Ydych chi wedi sylwi bod yna groesair ym mhob rhifyn o'r Dinesydd? Rhian Williams sy'n gyfrifol am osod yr her misol ac mae hi wedi bod wrthi ers blynyddoedd os nad degawdau!

Mae Rhian yn gyfarwydd iawn â'r llyfrau emynau fel gŵyr y cyfarwydd sy'n chwysu wrth geisio cwblhau'r dasg fisol.

Daeth 14 ynhyd i'r bore coffi yn Yr Eglwys Efengylaidd Gymraeg ar fore Sadwrn 14 Mawrth. Cyflwynodd Rhian sgwrs ddiddorol am Nantlais y gweinidog a'r emynydd. Ei enw llawn yw'r Parchg W. Nantlais Williams, 1874-1959. Mae nifer o'i emynau yn gyfieithiadau ac yn addas ar gyfer plant. Gwelir 15 o'i emynau yn Caneuon Ffydd.

Siopau ar werth

Ydych chi erioed wedi gweithio mewn siop? Rhyfedd meddwl nawr fy mod wedi gweithio dau wyliau haf yn adran Menswear Jams Hywel yng nghanol y saithdegau – llawer prysurach yr adeg honno!

Mae siop Caban Treganna ar werth fel darllenon ni yn rhifyn Chwefror. Mae siop Bodlon Yr Hen Lyfrgell i gau ddiwedd mis Mawrth a Beth Siop y Felin yn dychwelyd i addysgu ym mis Medi.

Nid yw hyn yn newyddion da i'r Dinesydd oherwydd yn y tair siop uchod gwerthir mwy na hanner pob copi misol yn yr un siop ar ddeg.

Diolch yn fawr fodd bynnag i berchnogion y siopau hyn am eu cefnogaeth ymarferol i'r Dinesydd. Os oes syniadau gyda chi lle arall gellir gwerthu copiau, rhowch wybod os gwelwch yn dda.

Rhestr fer gwobrau llyfrau Tir na n-Og 2020

Mae llyfrau sy'n mynd i'r afael â rhai o'r pynciau mawr sy'n poeni plant a phobl ifanc ymhlith y cyfrolau ar restr fer Gwobrau Tir na n-Og 2020 sy'n cael ei chyhoeddi heddiw (dydd Gwener, 27 Mawrth 2020).

Mae'r rhestr fer o lyfrau Cymraeg yn y categori uwchradd yn ymdrin ag iechyd meddwl, anhwylderau bwyta a mewnfudo tra bod y categori cynradd yn cynnwys llyfrau stori am oddefgarwch, materoliaeth mewn cymdeithas a hanes menywod ysbrydoledig o Gymru.

Straeon wedi'u lleoli ar hyd arfordir a mynyddoedd Cymru am ddreigiau, chwedloniaeth, hud a lledrith sy'n cael sylw yn y rhestr fer ar gyfer llyfrau Saesneg.

Dathlu gwaith awduron a darlunwyr a gyhoeddwyd yn ystod 2019 y mae Gwobrau Tir na n-Og 2020, sy'n cael eu trefnu gan Gyngor Llyfrau Cymru a'u noddi gan CILIP Cymru (sef cymdeithas llyfrgellwyr a gweithwyr gwybodaeth Cymru).

Mae tri phrif gategori: llyfrau Cymraeg ar gyfer plant oedran cynradd, llyfrau Cymraeg ar gyfer oedran uwchradd, a llyfrau Saesneg ac iddynt gefndir Cymreig dilys ar gyfer oedran cynradd neu uwchradd.

Rhestr Fer Gymraeg (Cynradd)

- ***Y Ddinas Uchel*** – Huw Aaron (Atebol 2019). Mae Petra'n byw mewn dinas o dyrau a phawb yn treulio pob dydd yn eu codi'n uwch ac yn uwch. Llyfr stori-a-llun am fateroliaeth cymdeithas gyda neges gadarnhaol wedi ei chyfleu mewn ffordd dyner, lawn hiwmor.
- ***Genod Gwych a Merched Medrus*** – Medi Jones-Jackson (Y Lolfa 2019). Llyfr lliwgar am 14 o fenywod ysbrydoledig o bob rhan o Gymru gan gynnwys Tori James, Laura Ashley, Eileen Beasley, Amy Dillwyn a Hazel Gomez. Llyfr llawn hwyl, ffeithiau, posau a gweithgareddau.
- ***Pobol Drws Nesaf*** – Manon Steffan Ros a Jac Jones (Y Lolfa 2019). Llyfr stori-a-llun sy'n ein hannog i beidio â beirniadu rhywun sy'n ymddwyn ac yn edrych yn wahanol i ni, ac yn dangos bod rhaid parchu pawb.

Rhestr Fer Gymraeg (Uwchradd)

- ***Byw yn fy Nghroen*** – Gol. Sioned Erin Hughes (Y Lolfa 2019). Profiadau dirdynnol deuddeg o bobl ifanc sydd wedi gorfod brwydro gyda salwch a chyflyrau hirdymor, gan gynnwys afiechydon meddyliol a chorfforol fel cancr, nam ar y golwg, OCD, iselder a gorbryder.
- ***Tom*** – Cynan Llwyd (Y Lolfa 2019). Nofel i oedolion ifanc am Tom, bachgen 15 oed sy'n byw mewn fflat gyda'i fam ac yn gyfeillgar gyda chymydog 81 oed. Nofel ddirdynnol sy'n ymdrin â bwlio, gwrthdaro, mewnfudwyr, trais a salwch.
- ***Madi*** – Dewi Wyn Williams (Atebol 2019). Stori gref am ferch yn ei harddegau sy'n byw gydag anorecsia a bwlimia ac sy'n ceisio cuddio'r cyflwr.