PAPUR BRO GENAU'R-GLYN, MELINDWR, TIRYMYNACH, TREFEURIG A'R BORTH

y tincer

75c | Rhif 432 | Hydref 2020

Everestia
t.10

Y podiatrydd
t.19

Elin yn yr Ap
t.12

Pen blwydd hapus

Pen blwydd hapus i Feithrinfa Plas Gogerddan oedd yn dathlu pen blwydd ar Hydref 1. Mae 24 mlynedd ers iddynt agor a bu Gofal Plant Gogerddan mewn bodolaeth ers wyth mlynedd. Yn y lluniau gwelir yr amrywiaeth o ddigwyddiadau drefnir yno.

y tincer

Sefydlwyd Medi 1977
Aelod o Fforwm Papurau Bro Ceredigion

ISSN 0963-925X

GOLYGYDD – Ceris Gruffudd
Rhos Helyg, 23 Maesyrefail, Penrhyn-coch
☎ 828017 | YTincer@googlemail.com
TEIPYDD – Iona Bailey
CYSODYDD – Elgan Griffiths ☎ 627916
GADEIRYDD Y TINCER – Richard Owen
31 Glan Ceulan, Penrhyn-coch ☎ 820168
IS-GADEIRYDD A THREFNYDD CYFEILLION – Bethan Bebb
Penpistyll, Cwmbrwyno, Goginan ☎ 880228
YSGRIFENNYDD – Iona Davies, Y Nyth, Llanilar, Aberystwyth, SY23 4NZ
☎ 01974 241087
ionadavies752@btinternet.com
TRYSORYDD – Hedydd Cunningham
Tyddyn-Pen-y-Gaer, Llandre, Aberystwyth
☎ 820652 hedyddcunningham@live.co.uk
HYSBYSEBION – Cêt Morgan
Fferm Glanfrêd, Lôn Glanfrêd, Llandre SY24 5BY cetmorgan@yahoo.co.uk 07966 510195]
TASG Y TINCER – Anwen Pierce
3 Brynmeillion, Bow Street, SY24 5BP
TREFNYDD GWERTHIANT – Lila Piette
Llys Hedd, Bow Street ☎ 820223

TINCER TRWY'R POST –
Edryd ac Euros Evans, 33 Maes Afallen
Bow Street

ABER-FFRWD A CHWMRHEIDOL
Mrs Beti Daniel
Glyn Rheidol ☎ 880 691
Y BORTH – Grace Bailey, Pencarreg, Stryd Fawr, Y Borth ☎ 871462
Esther Prytherch ☎ 07968 593078
BOW STREET
Mrs Mair Lewis, 40 Maes Ceiro ☎ 828 102
Lynn Phillips, 1 Cae'r Odyn ☎ 820 908
Anwen Pierce, 3 Bryn Meillion ☎ 828 337
Maria Owen, Gerddi Gleision ☎ 822074
CAPEL BANGOR / PEN-LLWYN
CAPEL MADOG, CEFN-LLWYD A CAPEL DEWI
Eirian Hughes, Lluest Fach ☎ 880 335
Elwyna Davies, Tyncwm ☎ 880 275
Dei Evans, Fferm Fronfraith, Comins-coch
☎ 623 660
DÔL-Y-BONT
Mrs Llinos Evans – Dôlwerdd ☎ 871 615
DOLAU
Mrs Margaret Rees – Seintwar ☎ 828 309
GOGINAN
Mrs Bethan Bebb
Penpistyll, Cwmbrwyno ☎ 880 228
LLANDRE
Mrs Nans Morgan
Dolgwiail, Llandre ☎ 828 487
PENRHYN-COCH
Mairwen Jones – 7 Tan-y-berth ☎ 820 642
TREFEURIG
Mrs Edwina Davies
Darren Villa, Pen-bont Rhydybeddau ☎ 828 296

dyddiadur

Rhifyn Tachwedd Dyddiad cau Tachwedd 6; Dyddiad cyhoeddi Tachwedd 18

HYDREF 21 Nos Fercher Llŷr Gwyn Lewis 'Creu yng nghyfnod y clo', Cymdeithas y Penrhyn drwy Zoom am 7.30 Cysyllter â'r Ysgrifennydd am fanylion cysylltu Ceris.Gruffudd@gmail.com

HYDREF 22 Nos Iau Bingo trwy Zoom Cymdeithas Rhieni ac Athrawon Ysgol Penrhyn-coch. Gweler t14

HYDREF 24 Nos Sadwrn Cofiwch droi y clociau awr yn ôl.

HYDREF 31 Nos Sadwrn Gafael Tir gydag Owen Shiers – Pennod 1 – Tywysogion a Thaeogion Mae'r sioe arlein yn dilyn hynt a helynt y werin a'u brwydr dros fywyd gwell. Adroddir eu straeon i gyfeiliant hen faledi a chaneuon, a chawn glywed am frenhinoedd, ffermwyr yn croeswisgo, pregethwyr radical, gweithwyr tir ac undebau. o 20.00-21.30 Tocynnau £4-£22

TACHWEDD 2 Dydd Llun Ysgolion Ceredigion ar gau: diwrnod HMS

TACHWEDD 18 Nos Fercher Rhuanedd Richards Cymdeithas y Penrhyn drwy Zoom am 7.30 Cysyllter â'r Ysgrifennydd am fanylion cysylltu Ceris.Gruffudd@gmail.com

TACHWEDD 20 Nos Wener 'Cwis Hwyliog' dan ofal Ann ac Alan Wynne Jones, Cymdeithas Lenyddol y Garn, am 7.30 o'r gloch; cyfarfod dros Zoom – cysylltwch â'r ysgrifennydd i gael y manylion: marian_hughes@btinternet.com / 01970 828662.

RHAGFYR 11 Nos Wener 'Dathlu'r Nadolig' dan ofal Llinos Dafis a Heledd Ann Hall, Cymdeithas Lenyddol y Garn, am 7.30 o'r gloch; cyfarfod dros Zoom – cysylltwch â'r ysgrifennydd i gael y manylion: marian_hughes@btinternet.com / 01970 828662.

RHAGFYR 17 Nos Iau Cymdeithas y Penrhyn Plygain trwy gyfrwng ZOOM Mwy o fanylion i ddilyn.

Gwasanaethau yr Eglwys yng Nghymru

Ar hyn o bryd Eglwys Llanfihangel Genau'r-glyn yw'r unig adeilad eglwysig Anglicanaidd sydd ar agor ar gyfer gwasanaethau cyhoeddus yn ardal Y Tiner. Cynhelir y gwasanaeth nesa yno am 9.30am fore Sul 25 Hydref. Cynhelir gwasanaeth Cymraeg wythnosol ar-lein gan ddefnyddio meddalwedd Zoom am 3.00pm bob prynhawn Sul. Croeso i chi yn y gwasanaethau hyn ac os am ragor o wybodaeth am a sut i ymuno neu am y gwasanaethau yn Llanfihagel Genau'r-glyn cysylltwch â'r Parchg Lyn Dafis, ffôn: 820162, lyndafis@gmail.com

Set ar gael am ddim

Cynigir set o 200 rifyn o'r Tincer am ddim i rywun sydd â diddordeb i gael set. Cysylltwch – trwy neges destun - gyda Tom Griffiths 07847048353.

Rhoddion

Cydnabyddir yn ddiolchgar y rhodd isod. Croesewir pob cyfraniad boed gan unigolyn, gymdeithas neu gyngor.

Elenid Thomas, Nant Seilo £5.00

CYFEILLION Y TINCER

Dyma fanylion enillwyr Cyfeillion y Tincer Mis Medi 2020

£25 (Rhif 214) Alwyn Hughes, Gwarcwm Hen, Capel Madog
£15 (Rhif 15) Gwyn Jones, Glynteg, Y Lôn Groes, Bow Street
£10 (Rhif 177) Kathleen Lewis, Llys Alban, Bow Street

Fe dynnwyd y rhifau buddugol yng nghartref y trefnydd oherwydd y cyfyngiadau presennol.

Cofiwch os ydych yn aelod o'r cyfeillion ac yn newid enw neu gyfeiriad plis rhowch wybod i'r trefnydd Bethan Bebb 01970880228 neu ar ebost m.e.bebb@talk21.com

30 MLYNEDD YN ÔL

Glyn Jones, ar ran Cwrs Dreifio Golff Clarach yn cyflwyno gwisg newydd i reolwr Ail Dîm Penrhyn-coch Mr Paul Morgan yn ddiweddar. Aelodau'r tîm yw – Rhes gefn: Kevin Jenkins, Tim Turner, Stan Richards, Eifion Green, Dylan Edwards, Ian Evans, Gareth Price, Keith Thomas (Llumanwr); Rhes flaen: Anthony Gardner, Richard Mann, Neil Mills, Steven Jones, Craig Edwards.
Llun: Arvid Parry-Jones (O'r Tincer Hydref 1990)

Colofn Elin Jones

Mae'r misoedd diwethaf wedi bod yn gyfnod digon anodd i bawb, ac mae wedi bod yn gyfnod prysur iawn i mi hefyd. Ond wrth i nifer fawr o fusnesau ddychwelyd i'r 'normal newydd', mae yn rhoi gobaith newydd i ni.

Er hyn, mae angen cynlluniau penodol i ddenu meddygon teulu i weithio mewn meddygfeydd yng Ngheredigion. Mae'r pandemig coronafeirws wedi rhoi pwysau ychwanegol ar feddygfeydd lleol oedd eisoes dan bwysau. Mae nifer o'r meddygfeydd yng Ngheredigion yn gweithredu heb ddigon o staff meddygol ac mae angen gwneud mwy ar frys i wynebu'r diffyg hwn.

Dwi wedi galw ar y Bwrdd Iechyd a Llywodraeth Cymru i roi pecyn at ei gilydd i gynyddu'r nifer o ddoctoriaid sy'n gweithio yng Ngheredigion, ac mae angen canolbwyntio ar gynllun i ddenu doctoriaid i lenwi'r llefydd gwag yn y meddygfeydd.

Mae'n bosib bydd nifer ohonoch hefyd wedi sylwi bod y gwaith o ddiogelu Wal Tryweryn ger Llanrhystud wedi dechrau yn ddiweddar. Mae'r tir wedi ei lunio a'i dacluso. Roedd rhaid cwympo coed oedd a chlefyd arnynt. Mae'r sgaffaldie wedi eu codi ac fe fydd y gwaith cerrig yn dechrau'r wythnos nesaf, gan ddefnyddio'r hen gerrig sydd yno'n barod. A na dyw hi ddim yn wir taw McDonalds drive-thru sy'n dod yna, er fod bobol yn stopio i ofyn be' sy'n digwydd!!

Hefyd efallai i chi glywed mod i wrthi'n cerdded 60 milltir mis yma i godi arian tuag at Uned Cemotherapi newydd Ysbyty Bron-glais. Hyd yma dwi wedi cwblhau 24 milltir ac felly mae ishe bwrw ati i gered! Dwi hefyd wedi sefydlu tudalen justgiving os ydych chi am gyfrannu. A mi fydda i yn torri pob greddf Cardi yn fy nghorff a matsio pob punt lan at y targed. Bant â'r cart!

SIOP SGLODION
BOW STREET CHIPPY
4.30pm – 8.30pm
Mawrth – Sadwrn
Mae modd archebu
o flaen llaw dros y ffôn
01970 820567

ANIFEILIAID TEW
eu hangen i'w lladd
mewn lladd-dy lleol
Cysylltwch â
TEGWYN LEWIS
01970 880627

Crefftau Pennau
Coffi Boreuol
Byrbrydau Poeth neu Oer
Cinio
Te Prynhawn
Crefftau Ac Anrhegion
Ar agor
Llun-Sadwrn
Brecwast
ar gael
01970 820 050
Pennau

GWASANAETH GARDDIO MYNACH
Torri Porfa, Sietynau, Tirlinio a **Garddio**
Gwasanaeth cyfeillgar a phrisiau rhesymol
Ffoniwch Meirion:
07792 457816
01974 261758
e-bost: mynachhandyman
@yahoo.com

Y BORTH

Pecynnau celf Haul yn ystod ynysu

Dyfarnwyd grant arbennig yn ddiweddar i grŵp celf mewn iechyd Haul i greu deg ar hugain o Becynnau Gweithgaredd Celf i'w hanfon at bobl fregus ar draws Ceredigion sy'n hunan ynysu.

Cafodd y cais am grant gan Gronfa Gwytnwch Coronafeirws Sefydliad Cymunedol Cymru ei gyflwyno gan Bryn Jones o'r Borth, sy'n un o gyfarwyddwyr Haul.

"Roeddem yn hynod o falch gallu gofyn i ddau artist o'r Borth, â fu'n gweithio gyda ni yn y gorffenol, i weithio gyda ni eto ar y prosiect hwn ac awgrymu syniadau ar sut y gallem gyflwyno rhywfaint o weithgaredd celf i bobl sy'n hunan ynysu," meddai Bryn.

Eglurodd Bryn fod Martine Ormerod a Stuart Evans wedi gweithio gyda Haul o'r blaen, yn cyflwyno sesiynau wyneb yn wyneb gyda chleientiaid ond bod hynny'n amhosibl nawr.

"Yn ystod yr amseroedd anodd hyn, gyda phobl yn hunan ynysu, roeddem yn ei chael yn anodd i estyn allan a chynnig ein sesiynau creadigol arferol felly roedd yn rhaid i ni feddwl am weithgareddau y gallai pobl eu gwneud gartref."

Mae'r grant nid yn unig yn talu costau'r deunyddiau celf i'r deg ar hugain o unigolion ond mae hefyd yn galluogi'r artistiaid i greu taflenni gweithgaredd celf sy'n ysbrydoli cyfranogwyr i greu gwaith.

Yn ôl Bryn, dyma'r tro cyntaf i Haul roi cynnig ar weithgaredd o'r fath.

"Caiff y pecynnau hyn eu postio i unigolion ac fe fydd cyswllt pellach wedyn drwy ebost neu alwad ffôn. Rydyn ni'n gobeithio arddangos y gwaith a gaiff ei greu ar wefan Haul i bawb ei weld."

Mae'r pecynnau'n cael eu postio i bobl yn ystod yr wythnosau nesaf ac mae Bryn yn gwneud cais am grant pellach i gynhyrchu mwy o becynnau celf fel bod modd i'r prosiect barhau.

Martine Ormerod a Stuart Evans yn paratoi pecynnau celf ar ran mudiad Haul.

Estyn Diolch

Mae Cyngor Cymuned y Borth wedi anfon llythyr o ddiolch am eu gwasanaeth arbennig at y criw o achubwyr bywyd ifanc a fu ar ddyletswydd yn ystod yr Haf.

Yn ogystal â chadw traeth y Borth yn ddiogel, bu'r swyddogion achub (bechgyn lleol i gyd) hefyd yn atgoffa ymwelwyr bod cŵn wedi'u gwahardd o ran helaeth o'r traeth rhwng 1 Mai - 30 Medi.

Yr RNLI sy'n gyfrifol am y gwasanaeth achub hanfodol hwn a bu'n gyfnod prysur eleni wrth i fwy o bobl ddewis treulio'u gwyliau ym Mhrydain oherwydd cyfyngiadau Covid-19.

Dathlu'r 90

Llongyfarchiadau a dymuniadau gorau i Ron Williams o'r Borth ar ddathlu ei ben blwydd yn 90 oed ddydd Sul 4 Hydref.

Clwb Golff Y Borth ac Ynys-las
Cwpan Walker

Ar benwythnos gŵyl y banc ddiwedd Awst, cynhaliwyd cystadleuaeth parau cymysg ar gyfer Cwpan Walker - cwpan a roddwyd yn rhodd gan Geoff a Beti Walker yn dilyn eu cyfnod fel capteiniaid y clwb. Roedd 42 cwpl yn y gystadleuaeth gyda Mair Jenkins a Trystan Davies yn fuddugol ar 37 pwynt, Kathy Price a Steve Salt yn ail, a chapteiniaid eleni Catherine Maunder a Brian Middleton yn drydydd.

Mair Jenkins a Trystan Davies enillwyr Cwpan Walker

Cystadleuaeth Agored yr RNLI

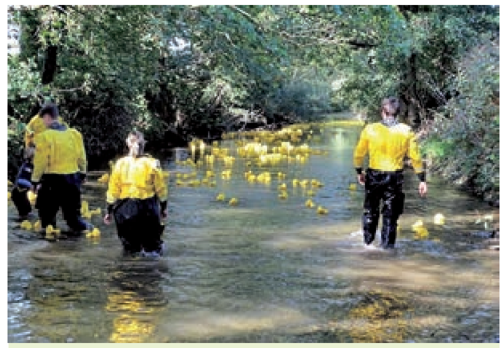
Cynhaliwyd cystadleuaeth agored flynyddol y clwb i godi arian i'r RNLI ar 12 Medi. Cafwyd ymateb da iawn gyda 103 yn cystadlu o wahanol glybiau. Enillwyd y gystadleuaeth cymysg gan Julia Mountfield o glwb Wallasey gyda 39 pwynt.

Cwpan Deulwyn Morgan

Llongyfarchiadau i Debbie a Hugh Jones, aelodau newydd i'r clwb, ar ennill cystadleuaeth parau cymysg cystadleuol Deulwyn Morgan. Cafwyd ymateb da iawn i'r gystadleuaeth eleni gyda 26 par yn cystadlu, felly roedd yn llwyddiant arbennig i'r ddau ddod trwy'r gemau cystadleuol ac yna curo Jean Harrison ac Athole Marshall yn y rownd derfynol. Cyflwynwyd y cwpan gan Nans Morgan er cof am ei gŵr Deulwyn Morgan a fu'n aelod ffyddlon a gweithgar i'r clwb ac yn Llywydd yn y flwyddyn 1999 - 2000.

Cystadleuaeth Gymysg Ashley Jones

Cystadleuaeth boblogaidd eto eleni gyda Jean Harrison ac Athole Marshall yn ennill gyda 38 o bwyntiau. Yn yr ail safle roedd Angharad Basnet a Peter Basnet ar 36 pwynt, yn curo Anna Hubbard a Jeff Evans ar y 9 twll olaf.



Y Carnifal yn codi arian

Er na gynhaliwyd gorymdaith draddodiadol Carnifal y Borth eleni, bu'r pwyllgor dal yn brysur yn codi arian. Diolch i ymdrechion aelodau'r pwyllgor ac unigolion eraill, llwyddwyd i gynhyrchu a gwerthu rhaglen y carnifal, cynnal Gŵyl Sialc, Helfa Drysor a chwis arlein, trefnu derbyn rhoddion drwy wefan 'Just Giving' a chael Ras Hwyaid.

At ei gilydd, casglwyd oddeutu £4,000 ac mae pwyllgor y carnifal yn gwahodd ceisiadau am gyfran o'r arian gan grwpiau lleol. Gan fod llai o arian i'w rannu eleni na'r arfer, mae'n nhw'n gofyn i fudiadau ystyried yn ddwys cyn cyflwyno cais. Dylid anfon ceisiadau erbyn 26 Hydref at: Carol Bainbridge, Sandy Nook, Ynys-las, Y Borth, SY24 5LA. neu trwy e-bost at carol_bainbridge@yahoo.co.uk. Ni fydd y Noson Rhoddion arferol yn cael ei chynnal eleni.

Gwaith adfer hanfodol wedi dechrau ar gynefin cors brin

Disgwylir i brosiect sy'n cael ei redeg gan Gyfoeth Naturiol Cymru (CNC) greu bron i 40 milltir o gloddiau mawn isel i helpu i amddiffyn ac adfer rhai o gynefinoedd cyforgors brinnaf Cymru.

Cychwynnodd y gwaith adfer ar Gors Fochno sy'n rhan o Warchodfa Natur Genedlaethol (GNG) Dyfi ar ddiwedd mis Awst a bydd yn parhau dros yr hydref a gaeaf. Bydd gwaith hefyd yn cael ei gynnal ar GNG Cors Caron ger Tregaron.

Bydd bron i 40 milltir (64km) o gloddiau mawn isel yn cael eu creu ar y ddau safle cyforgors prin dros y misoedd nesaf fel rhan o brosiect Adfywio Cyforgorsydd Cymru LIFE.

Nid oes unrhyw brosiect mawndir yng Nghymru wedi ceisio adfer ardal fwy na hon o'r blaen.

Bydd y cloddiau mawn isel, neu fynds fel y'u gelwir yn aml, yn rhan hanfodol o'r gwaith adfer a wneir gan Brosiect Adfywio Cyforgorsydd Cymru LIFE.

Bydd y gwaith byndio yn helpu i adfer lefelau dŵr naturiol ar y cyforgorsydd, gan eu gwneud yn wlypach a chreu ardaloedd lle gall migwyn (mwsogl y gors) pwysig sefydlu a ffynnu.

Mae'r ddau safle (Cors Fochno a Cors Caron) wedi dioddef oherwydd hanes cymhleth o reoli, ac o ganlyniad, mae'r cyforgorsydd mawn wedi mynd yn sychach.

Mae craciau a thyllau wedi datblygu yn y mawn sych, sydd wedi caniatáu i blanhigion

Gwaith byndio yn dechrau ar Gors Fochno ger y Borth. Gallwch weld y clawdd mawn isel (bynd) efo llystyfiant wedi ei gosod ar ei dop lawr ochr dde'r llun.

Gallwch weld y clawdd mawn isel (bynd) heb lystyfiant.

ymledol fel glaswellt y bwla (molinia) a rhododendron gymryd drosodd, gan dra-arglwyddiaethu dros blanhigion pwysig fel migwyn, gwlithlys a hesg prin.

Migwyn yw blociau adeiladu cyforgorsydd ac wrth iddo ddadelfennu'n araf o dan amodau dwrlawn mae'n ffurfio pridd mawn brown tywyll.

Mae amrywiaeth o figwyn yn arwydd o gors iach, ac mae'r mawn y mae'n ei greu yn amsugno ac yn storio tunelli o garbon o'r atmosffer yn naturiol, gan helpu yn y frwydr yn erbyn newid yn yr hinsawdd.

Mae cyforgorsydd iach hefyd yn storio dŵr ac yn darparu cynefin gwych sy'n cael ei ddefnyddio gan amrywiaeth eang o fywyd gwyllt gan gynnwys gweirloynod mawr y waun, ehedyddion, dyfrgwn, llygod pengrwn y dŵr, pryfed cop, gweision y neidr a mursennod.

Dywedodd Jack Simpson, Swyddog Prosiect Adfywio Cyforgorsydd Cymru LIFE gyda Chyfoeth Naturiol Cymru: "Nod ein prosiect yw amddiffyn ac adfer storfeydd carbon pwysig y cyforgorsydd, adfywio twf mawn a chynnal eu bioamrywiaeth ryfeddol."

"Yn y gorffennol, mae byndio wedi digwydd ar raddfa lai gan brosiectau mawndir ledled y DU, ond dyma'r tro cyntaf i brosiect yng Nghymru geisio gwneud y math hwn o waith ar raddfa o'r fath."

Bydd y byndiau oddeutu 25cm o uchder ac yn dilyn cyfuchliniau naturiol cromenni'r cyforgorsydd. Bydd hyn yn gwella lefelau dŵr ar gromen y gors gyda'r nod o'i sefydlogi o fewn 15cm i wyneb y gors.

Trwy greu'r byndiau, ailbrof-filio byndiau presennol a thynnu prysgwydd a llystyfiant arall, amcangyfrifir y bydd bron i 622 hectar (sy'n cyfateb i 622 o gaeau rygbi!) o gynefin cors yn elwa ac yn cael eu hadfer i gyflwr da.

Mae mawndiroedd mewn cyflwr da yn darparu llawer o'r pethau y mae cymdeithas yn dibynnu arnynt; dŵr glân, amddiffyniad rhag llifogydd, storfa ar gyfer carbon o'r atmosffer, ac maent hefyd yn lleoedd gwych i bobl fwynhau'r awyr agored.

Bydd bywyd gwyllt hefyd yn elwa o'r gwaith adfer hwn, er enghraifft bydd ardaloedd bwydo ar gyfer adar fel y pibydd coesgoch a'r gïach cyffredin yn cynyddu, a bydd creu pyllau migwyn bas yn darparu mannau bridio perffaith ar gyfer infertebratau prin fel y fursen fach goch yn ystod misoedd y gwanwyn a'r haf.

Ychwanegodd Jack: "Efallai y bydd ymwelwyr â'r safleoedd yn gweld peiriannau arbenigol mawr dros fisoedd yr hydref a'r gaeaf, felly rydyn ni'n ceisio gwneud ymwelwyr yn ymwybodol o'r gwaith ymlaen llaw fel nad ydyn ni'n achosi unrhyw bryder gormodol.

"Mae gan y peiriannau arbenigol draciau llydan i'w helpu i arnofio ar y gors, tra bydd dulliau gweithio o ddefnyddio matiau cors o dan y peiriannau hefyd yn lleihau'r effaith ar wyneb bregus y gors."

I gael y wybodaeth ddiweddaraf am y gwaith adfer, ewch i'n tudalen Facebook @Cyforgorsydd-CymruWelshRaisedBogs neu'r dudalen Twitter @Welshraised-bog

SIOP A SWYDDFA BOST PENRHYN-COCH

Perchennog: Lawrence Kelly

AR AGOR
Llun – Sadwrn
7 y bore – 9 yr hwyr
Sul
7 y bore – 7 yr hwyr

Papurau dyddiol a'r Sul, llyfrgell fideo, cardiau cyfarch siop drwyddiedig

01970 828312

GWASANAETH CYFIEITHU

Linda Griffiths

Maesmeurig
Pen-bont
Rhydybeddau
Aberystwyth
Ceredigion
SY23 3EZ

01970 828454
linda.griffiths01@btinternet.com

R.J.Edwards

Adeiladau Fferm y Cwrt
Cwrt Farm Buildings
Penrhyn-coch

Contractiwr, masnachwr gwair a gwellt
Arbenigwr ar ailhadu
Cyflenwi a gwasgaru calch, slag a Fibrophos
Lori, turiwr a malwr i'w llogi
Cyflenwi cerrig mân

01970 820149
07980 687475

Atgofion am ardal Trefeurig

Bu Mam-gu yn ddarllenydd ffyddlon o'r Tincer ers iddo gael ei gyhoeddi a byddai'n ymddiddori wrth ddarllen hanesion yn ymwneud ag ardal ei milltir sgwâr, atgofion o'r dyddiau a fu. Gadewch i mi gyflwyno Mam-gu i chi, sef Marion Jones (Evans), Nantlais, Pen-bont Rhydybeddau (Bronhaulwen gynt). Ar yr 28ain o fis Medi 1920 ganwyd Mam-gu, mi fyddai wedi dathlu ei phen-blwydd yn 100 oed eleni. Fel teyrnged iddi, hoffwn rannu darn a ysgrifennwyd ganddi dan ei ffugenw "Hoff o'i Fro" ar gyfer cwrdd cystadleuol Trefeurig, sy'n dwyn y teitl:

Meriel Ralphs

Atgofion am ardal Trefeurig

Plentyn saith oed oeddwn i, pan symudodd fy rhieni, brawd a chwaer iau, a minnau i fyw i ardal Trefeurig. Nid wyf yn cofio pa adeg o'r flwyddyn oedd hi, peth mwyaf tebyg fy mod yn rhy gyffrous ar y pryd. Yr oedd dod i fyw o dŷ mewn stryd yn y de, i fwthyn yn aros ar ben ei hun a chaeau a choed o'i gwmpas yn agoriad llygaid i ni'r plant. Cofiaf yn dda fel y bu i mam ddweud lawer gwaith, fel y bu iddi bron iawn a throi ar eu sawdl a mynd nôl i'r sowth, pan welodd y lle. Cwympo mewn cariad ag enw'r lle wnaeth mam ag yn meddwl yn ôl yr enw y buasai yn le ardderchog i fyw. Gan fod y pellter o'r sowth a'r gost o drafaelio yn fawr ni allwyd dod i weld y lle ymlaen llaw. Gwaeledd fy nhad a berodd iddynt benderfynu gadael y sowth, hynny a hiraeth fy rhieni am ardal Aberystwyth, a chael bod yn agosach at berthnasau. Felly bu hi i ni ddod i fyw i Blasycoed.

Chymerodd hi fawr o amser i ni'r plant i gartrefu, ac mi roedd y rhyddid yn ardderchog, a chael crwydro'r caeau a'r coed a gweld pethau na welsom cyn hynny. Er hynny rhybuddiwyd ni yn gynnar iawn fod rhai lleoedd nad oeddem i fynd yn agos atynt. Gan fod siafftiau, a phyllau rhod yn agos iawn atom a oedd yn dal i fod yn beryglus. Olion y gweithfeydd mwyn oedd y rhain. Byddem wrth ein bodd yn casglu cnau, mwyar, llus a fale surion bach, a mwy na hynny cael eu gweld yn tyfu. Ym Mhlasycoed y clywais i'r gog gyntaf, gog go rhyfedd oedd hi hefyd. Byddai un hen wag yn dynwared y gog bob gwanwyn ac yn twyllo llawer iawn. Yr oedd John Henry Morris yn gymeriad a gofiaf yn dda. Yr oedd fy mrawd yn gyndyn iawn o ddechrau'r ysgol, fel llawer plentyn pump oed, ond byddai John Henry yn eu denu gyda phecyn o fferins.

Dan Jones allan o Ceiriog Gwynne Evans *Once upon a Time in Goginan*, Y Lolfa, 2009 t.142

Ffermio oedd prif waith yr ardal, ac mi fyddai pob tyddyn a'i fuwch a'i fochyn. Felly oedd hi gyda ni hefyd, er, chawsom ni fawr o lwc i fagu mochyn. Cofiaf i ni gael un fuwch a oedd yn dipyn o niwsans. Byddai rhaid eu gwylio bob munud, ac yn enwedig pan fyddai yn gyflo. Os byddai mam wedi taenu dillad ar y sietyn i sychu, neu grasu, fe ddeuai o rywle yn ddisymwth a chipio dilledyn oddi ar y sietyn a'i gnoi yn fân. Yr oedd cynhaeaf gwair yn feichus iawn arnom gan fod y caeau yn llechweddog iawn. Byddai nhad yn torri gwair, â phladur, ar ôl dod adref o'i waith, digon i mam eu trin drannoeth, ei droi yn y bore a'r prynhawn ac yn ei hel yn rhibynnau yn barod at ei fydylu. Pan fyddai yn barod i'w gario i'r sgubor, byddai pob un ohonom a chynfas i'w gario ar ein cefn. Yr oedd Lefel Gopor wedi gwneud rhywbeth ar lun car llusg i gario'i gwair nhw, ac mi roedd tir Lefel Gopor yn ddigon addas i gael rhaca sofol. Yr oedd Tynewydd ar draws y cwm yn cynaeafu eu gwair yn yr un ffordd a ni, gan fod eu tir hwythau yn llechweddog iawn.

'Rwy'n cofio un diwrnod gweld yr hen Dafydd Thomas yn eistedd hanner ffordd lawr y cae i gael hoi, a Marged, y ferch, yn powlio cynfased o wair o dop y cae, ac yn bwrw'r hen Dafydd ac yna'n rhoi naid dros ei ben. Yr oedd yn hwyl fach ddigon diniwed, ond mi berodd dipyn o fraw i'r hen ŵr. Yr oedd yn hen ŵr hoffus iawn, fel ag yr oedd ei wraig a'i merch Marged. Byddai yn dweud bob amser ar yr wythfed ar hugain o fis Medi, (gan fod ei ben-blwydd e ag un finnau ar y dyddiad hynny) "Ma Marged ni yn siŵr o fod yn well na dy fam am wneud boncacs".

Mynd i'r Ysgol

Diwrnod mawr iawn i fi oedd y diwrnod yr es i i'r ysgol gyntaf yn Nhrefeurig. Mynd i'r ffordd fawr i gwrdd â Miss Edwards, un o athrawon yr ysgol, a oedd wedi cerdded dros ddwy filltir yn barod, ac wedi casglu rhyw hanner dwsin o blant ar ei ffordd. Felly oedd hi hefyd ar ei ffordd adre. Byddai'r gloch yn y tŵr yn canu ddwywaith cyn naw o'r gloch. Tuag wythdeg o blant oedd yn yr ysgol pan gychwynais i. Yr oedd rhai ohonynt mor fawr â mam a nhad, gan fod oed gadael yr ysgol yn para hyd bedair ar ddeg, a phymtheg yn aml. Byddai'r merched a'r bechgyn mewn iard ar wahân, a phan fyddai yn amser mynd i mewn byddent yn ffurfio dwy linell hir. Yr oedd tri dosbarth yn yr ysgol. Rwy'n cofio cario fy mrechdanau mewn tun, a phecyn bach o de a siwgr a photel o laeth. Byddai Miss Edwards yn casglu'r te a'i roi mewn tebot mawr, tywallt y dŵr berw arno o degell cast anferth, yn ei rannu, i gwpan bob un a fyddai wedi dod a the. Yn yr haf byddai lemonêd mewn potel fawr gennym. Lemonêd wedi ei wneud a rhyw bowdwr melyn. Ymhen ychydig amser daeth sŵp i ni i ginio ganol dydd, a hynny drwy ofal y prifathro amdanom. Yr oedd yn mynd o amgylch y cigyddion yn Aberystwyth, a chasglu esgyrn ag unrhyw gig sbâr, a byddai ffermwyr yr ardal yn anfon digon o lysiau. Yr oedd yn fwyd maethlon iawn a hynny am geiniog y dydd. Byddai mamau'r plant yn dod yn eu tro i rannu'r cawl ac i baratoi at gawl yfory. Merched hŷn yr ysgol a oedd a gofal ohono nes byddai un o'r mamau wedi cyrraedd. Cafodd llawer o blant lwyddiant i fynd i Ysgol Ramadeg Ardwyn yn Aberystwyth. Byddai rhaid mynd i Aberystwyth i eistedd yr arholiad, ac os byddent yn llwyddiannus, yr oedd yn ofynnol iddynt aros yn y dre o fore Llun tan nos Wener. Hefyd brynu eu llyfrau a phob peth angenrheidiol arall, hyd yn oed iwnifform. Dim ond plant rhieni ariannog a allai fanteisio ar hyn.

Byddai Dan Jones, y prifathro, a rhyw fenter newydd ganddo o hyd. Cofiaf yn dda am y côr plant a'r llwyddiant y byddem yn ei gael. Nid wyf yn gwybod sut y bu iddo ddod dros lawer o anfanteision o'n cludo o un man i'r llall. Ond rwy'n cofio ei hoff ddywediad yn dda "Where there's a will there's a way". Doedd hi ddim syndod i ni weld Mrs Dan Jones yn prynu siocled, afal neu oren i bob un ohonom a oedd yn y

côr. Roedd eu gallu i ddenu yn anhygoel. Cychwynnwyd côr merched, a pharti drama a bu'r rhain hefyd yn llwyddiannus. Bu cerddorfa yma hefyd, ond does gen i ddim atgofion am hwnnw, gan na chês i ddim fiolín fel oeddwn i eisiau. Esgus Dan Jones oedd bod fy chwaer iau, yn fwy addas. Wnaeth hi ddim byd ohoni, gan nad oedd ganddi ddiddordeb.

Pan oeddwn yn ddeg oed symudodd fy rhieni eto, i bentref cyfagos, sef Bancydarren. Yr oedd hyn eto yn newid mawr. Byddai gennym blant eraill i chwarae a rhannu diddordebau. Gan mai fi oedd yr hynaf o bedwar o blant erbyn hyn, daeth mwy o gyfrifoldeb arnaf, i edrych ar eu hôl gartref ag yn yr ysgol. Fy ngwaith i ar ddydd Sadwrn oedd mynd i 'r siop agosaf rhyw ddwy filltir i ffwrdd ym Mhen-bont Rhydybeddau, i nol nwyddau. 'Rwy'n siwr mai am fy mod wedi bod yn cario bag mawr a thun galwyn o baraffin fod fy mreichiau i mor hir, ond er fy mod wedi cwyno lawer gwaith, dyna a wnâi rhan fwyaf o blant yr un oed a mi. Rwy'n cofio fel ag y byddwn yn mynd a mrawd bach allan yn y siôl, er mwyn cael ymuno â'r plant eraill i chwarae, a'i osod ym môn y clawdd os byddem yn chwarae tŷ bach. Yr oedd nosweithiau golau lleuad yn amser hapus iawn, gan chwarae cŵn hela yn ffefryn a byddai bechgyn a merched yn ymuno yn y gêm. Yr oedd Bancydarren yn le delfrydol i'r gêm yma, gan fod yr hên gaer y tu cefn yn ddigon o le i hel y llwynog. Rwy'n cofio gweld goleuadau llong, a fyddai yn angori nawr ag yn y man yn agos i Aberystwyth. Gweld awyrennau yn gwneud campau, unwaith, pan ddaethant i ymweld â'r dre. Cafodd fy mrawd a finnau fynd lawr i Flaendolau i weld yr awyrennau ar y llawr. Doedd y siwrnai yn ddim i ni, gan fod hyn yn beth mawr iawn yr amser hynny. Buasom yn ffodus o gael ein cludo yng nghefn lori ar y siwrnai adref. Doedd y gair "bored" ddim yn ein geirfa ni.

Marion Jones

(i'w barhau)

Cofio Meilyr

Ar brynhawn tesog, 8ed Awst 2020, cynhaliwyd seremoni breifat ym mynwent gyhoeddus Llangwyryfon i ddaearu peth o lwch y diweddar Ifan Meilyr Llwyd (Mei) a fu farw'n ddisymwth ac annisgwyl ar 21ain Medi 2019. Roedd achlysur wedi ei drefnu ar gyfer 4 Ebrill 2020 i deulu agos a llu o gyfeillion Mei ond oherwydd Covid 19 fe fu raid dileu'r cyfan.

Llywiwyd y seremoni ar 8ed Awst yn urddasol gan y Parch Dilwyn O. Jones, Aberaeron, cyn weinidog Tabor pan oedd Meilyr yn blentyn yn Nhŷ'r Ysgol ac Ynyswen. Naw o deulu agosaf Meilyr oedd yno sef ei dad, Rheinallt, ynghyd â Gwion, Scherry, Deio a Casi o Garmel, Caernarfon a Mared, Elgan, Leusa a Cadog o Rydyfelin, Aberystwyth. Oherwydd cyflwr ei hiechyd bregus yng nghartref gofal Hafan y Waun, nid oedd Mari, mam Mei, yn abl i fod yno.

Cafwyd nifer o atgofion hyfryd am gymeriad cwbl unigryw ac mae'r linell a welir ar garreg ei fedd yn crynhoi'r cyfan amdano –'O'r annwyl yr anwylaf'.

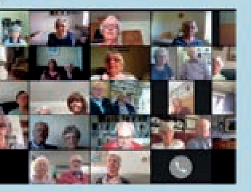
Yn ddiweddarach yr un prynhawn gwasgarwyd ychydig o lwch Meilyr ar lawnt Llyfrgell Genedlaethol Cymru, trwy ganiatâd a charedigrwydd y Prif Weithredwr a'r Llyfrgellydd, Pedr ap Llwyd. Bu Mei yn aelod ffyddlon o staff y Llyfrgell am bedair blynedd ar hugain.

Uchafbwyntiau'r mis ar
BroAber360.cymru

GAIR GAN YR YSGOGYDD

Helo! Gobeithio bod pawb yn cadw'n iawn. O ddathliadau, i adroddiadau chwaraeon, i esiamplau o sut mae pobol wedi dod ynghyd yn saff - mae digon o straeon ar eich gwefan fro y mis yma. Diolch i chi i gyd am greu a rhannu! Dan

ADDOLI AR ZOOM



Diolch i Marian Hughes am y darn yma sydd yn esbonio sut mae Capel y Garn wedi addasu i gynnal oedfaon dros Zoom, a datblygiadau eraill y Capel dros y cyfnod diwethaf.

60 MLYNEDD O ADDYSG GYMRAEG GAN GYLCH MEITHRIN

Pen-blwydd hapus iawn i Gylch Meithrin Aberystwyth yn 60 oed! Pwy ydych chi'n eu nabod yn y fideo? Neu efallai eich bod chi yna? Rhowch wybod drwy adael sylw dan y stori!

ADRODDIADAU ABER

RyYdych chi wedi methu chwaraeon lleol yn ystod y Cyfnod Sa' Draw? Mae Gruff Huw yn un o'r bobol brin sy'n cael 'pass' i fynd i gemau cartre' CPD Aber, er mwyn creu adroddiadau ar gyfer BroAber360!

Ffili aros tan y papur nesa'?
– BroAber360.cymru

D J Evans
Cyfarwyddwyr Angladdau

Busnes teuluol gyda dros 60 mlynedd o brofiad

Kairali, Penrhyn-coch SY23 3EQ

Gwasanaeth personol, urddasol gyda chydymdeimlad
Gwasanaeth Pedair Awr ar Hugain
evansfunerals@talk21.com

Aberystwyth 01970 615328
Penrhyn-coch 01970 820249
Machynlleth 01654 700006

CAPEL BANGOR / PEN-LLWYN

Genedigaeth
Llongyfarchiadau i Aled a Hana, Y Fron, ar enedigaeth merch fach brynhawn Mercher 7 Hydref

LLANDRE

Teithio
Pob hwyl i Efa Edwards a Dyfan Lewis dechreuodd ar eu taith ar 17Medi i dde-ddwyrain Asia am dri mis.

Cydymdeimlad
Cydymdeimlwn â Rhodri, Bethan a Sion, Bronallt, ar farwolaeth mam Rhodri yn ddiweddar.

Cydymdeimlwn hefyd â Arwyn Mason a'r teulu ar golli ei fodryb - Buddug Thomas, o'r Hendy.

Estynnwn ein cydymdeimlad â John a Hedydd Cunningham, Dyfri a Heddwyn, Tyddyn Pen-y-gaer, ar farwolaeth tad John ar 29 Medi.

Ymddiheuriad
Ymddiheuriadau i Carys a Garwyn, Brynllys, am gyhoeddi gwybodaeth anghywir yn Nhincer Medi. Dylai fod wedi darllen 'ar farwolaeth modryb Carys yn Hafan y Waun'.

DOL-Y-BONT

Brysiwch wella!
Anfonwn ein cofion at Gerallt Evans, Pantydwn, sydd yn derbyn triniaeth yn Ysbyty Bron-glais ar hyn o bryd. Adferiad iechyd buan Gerallt.

Cydymdeimlad
Cydymdeimlwn â Llinos Evans, Dolwerdd ar farwolaeth cyfnither – Buddug Thomas, Yr Hendy, yn ddiweddar.

Morlan
Canolfan ffydd a diwylliant
Centre for faith and culture
Morfa Mawr
Aberystwyth
SY23 2HH
01970 617996

Cymorth i Greu Mwy Na Miliwn o Siaradwyr Cymraeg

Ar ôl gorfod gohirio'r Eisteddfod Genedlaethol eleni, mae golygon pawb yn troi i'r flwyddyn nesaf, gyda'r Brifwyl i'w chynnal yma yng Ngheredigion am y tro cyntaf am bron i ddeng mlynedd ar hugain.

Gyda'r rhan fwyaf o'r gwaith codi arian wedi'i gwblhau, hyrwyddo a chodi ymwybyddiaeth yw'r flaenoriaeth eleni, ac mae pwyllgor Dysgu Cymraeg Eisteddfod Ceredigion wedi creu cynllun "Byddwch yn un o'r miliwn", sy'n rhoi cyfle i ddysgwyr Cymraeg brwd ar draws y sir gael cefnogaeth aelodau o'r pwyllgorau lleol wrth iddynt fynd ati i ddysgu'r iaith dros y flwyddyn nesaf.

Y bwriad yw defnyddio'r Gymraeg fel abwyd i annog oedolion i ddysgu Cymraeg, ac mae syniad y pwyllgor lleol yn gyfle gwych i ehangu apêl yr Eisteddfod. Dy'n ni'n awyddus i ddefnyddio'r flwyddyn nesaf i godi ymwybyddiaeth am y brifwyl ac i ddenu rhagor o bobl i fod yn rhan o'r gweithgareddau cyffrous.

Mae'r cynllun wedi bod ar agor i unrhyw un sy'n byw yn ardal Ceredigion sy'n awyddus i ddechrau dysgu Cymraeg naill ai ar gwrs Mynediad neu Sylfaen. Mae'r ymateb wedi bod yn wych, mae dros ddeugain eisioes wedi cychwyn ar ei cwrs.

Un peth yw mynychu dosbarth peth arall yw chwilio am gymorth i ymarfer rhwng y dosbarthiadau hynny. Y bwriad gyda ni swyddogion y Pwyllgor Dysgu Cymraeg yw grwpio dysgwyr gydag un neu ddau siaradwr rhugl a threfnu iddynt gyfarfod dros zoom, factime neu skype yn wythnosol er mwyn datblygu'u hyder, fel eu bod yn barod i wirfoddoli yn yr Eisteddfod y flwyddyn nesaf. Dros y gaeaf wedyn byddwn yn cwrdd yn rhithiol bob hyn a hyn ar foreau dydd Sadwn mewn esgus Bore Coffi. Mae'r dull yma o gynnig cyfle sgwriso yn Gymraeg wedi profi'n llwyddiant mawr dros Gymru yn ystod y cyfnod clo.

Os ydych chi'n teimlo y gallech sbario ychydig o amser i helpu rhowch wybod. Mae'r manylion cyswllt isod.

Heb noddwyr hael fyse hwn ddim wedi bod yn bosib. Rydym yn ddiolchgar iawn i Bro 360 ac Adran y Gymraeg ac Astudiaethau Celtaidd Prifysgol Aberystwyth.

Barn Lowri o Bro360 yw: "Mae'r cynllun cyffrous yma'n estyn allan i'r di-Gymraeg ac yn manteisio ar sefyllfa unigryw ddaeth yn sgil Covid-19, gan greu rhywbeth cadarnhaol.

"Mae datblygu'r cyfleoedd sydd ar gael i'r di-Gymraeg yn rhan greiddiol o'n gwaith gyda'r gwefannau bro yng Ngheredigion (ac ardal Arfon), ac ry'n ni'n falch iawn o estyn cefnogaeth a chreu rheswm a phlatfform i'r dysgwyr ddefnyddio'r Gymraeg sy' 'da nhw."

Ychwanegodd Dr Cathryn Charnell-White Pennaeth Adran y Gymraeg ac Astudiaethau Celtaidd, Prifysgol Aberystwyth, , "Rydym yn falch iawn o gefnogi'r cynllun hwn ar y cyd â Bro 360 a'r Eisteddfod Genedlaethol. Mae cynnig cyfleoedd i ddysgwyr y Gymraeg gael cyfoethogi eu profiad o'r iaith a'i diwylliant yn bwysig dros ben i ni fel Adran ac yn gwbl ganolog i'n cenhadaeth".

Dylai unrhyw un sydd â diddordeb gysylltu gyda Medi James ar 07855 491 022 / medijames22@gmail.com.

Cynhelir Eisteddfod Genedlaethol Ceredigion yn Nhregaron o 31 Gorffennaf – 7 Awst 2021. Am ragor o wybodaeth ewch i www.eisteddfod.cymru.

Arwyr Horeb

Roedd fy nhad yn dod o Salem ac ym 1949 fe symudon ni fel teulu bach i fyw yn Maes Seilo ym mhentref, bychan ar y pryd, Penrhyn-coch. Tai newydd a adeiladwyd ar ôl y Rhyfel gan y cyngor lleol. Yn ogystal â dechrau ein haddysg yn yr ysgol gynradd leol, gwnaethom hefyd gychwyn presenoldeb cyson yn yr Ysgol Sul yn festri capel Horeb. Ffynnodd y capel o dan arweinyddiaeth y gweinidog y Parchg O. E. Williams, a ddechreuodd ei weinidogaeth ym 1919. Bob dydd Sul roedd nifer o blant yn cwrdd mewn grŵpiau bach i gael addysg ychwanegol am yr ysgrythur, hanes a gwleidyddiaeth.

Plant y pentref tua 1952 gyda'r Parchg O.E Williams yn y rhes ôl. Y fi ar y dde y rhes flaen.

Yn bennaf i gymryd cyfrifoldeb adeiladol am addysgu oedd y brawd a'r chwaer David a Sali Jenkins. Roedd David Jenkins yn fab yng nghyfraith i O.E.Williams ac yn Geidwad ac Uwch Geidwad yn y Llyfrgell Genedlaethol rhwng 1957 a 1969, ac yna penodwyd ef fel Llyfrgellydd ym 1969, swydd a ddaliodd tan 1979. Buodd hefyd yn ysgrifennydd y capel o 1982 hyd 1993 Rhoddodd ei chwaer, Miss Sali Jenkins oes hir o wasanaeth i'r Ysgol Sul a anrhydeddwyd hi â medal i goffáu ei hymroddiad i'r achos ym 1990.
Dysgu adnod newydd erbyn bob dydd Sul a dilyn cwricwlwm penodol a rhaglen ddysgu i'n paratoi ni fel digyblion ar gyfer arholiad blynyddol a drefnwyd gan Undeb Bedyddwyr Cymru. Yna byddem yn ymfalchïo o gael tystysgrif werthfawr a oedd yn coffáu ein llwyddiant yn yr Ysgol Sul â'r arholiad.

Un o uchafbwyntiau blynyddol yr Ysgol Sul oedd taith yr Ysgol Sul yn defnyddio bysiau lleol cwmni John B Morgan , Brynhyfryd. Trip poblogaidd oedd ymweld â Llandrindod er mwyn treulio amser ar y llyn cychod a chael hufen iâ a mwynhau'r siwrne ar ffordd yr A44 dros Eisteddfa Gurig ac ymlaen trwy Raeadr Gwy i Landrindod yn y cyfnod diniwed yna.

Trip Ysgol Sul 1952. Parch. O.E. Williams yn y canol. Fy mrawd gyda David Jenkins a fi ar y dde gyda Ifor James, cyfaill fy nhad o Salem.

Ymddeolodd O.E. Williams ar y 30ain. Mehefin 1954 ond parhaodd yr Ysgol Sul drwy arweinyddiaeth David a Sali Jenkins.

Penodwyd y Parch. Arwyn P. Morris yn weinidog ar 19ed. Mehefin 1959 a pharhaodd i gefnogi'r ysgol Sul ac roedd ef ei hun yn arweinydd ieuenctid effeithiol ar gyfer myfyrwyr hŷn yr Ysgol Sul. Roedd yn ddarllenwr brwd a byddem yn aml yn cyfnewid llyfrau i'w darllen.

Trwy fy mhresenoldeb yn yr Ysgol Sul, ac yn enwedig cefnogaeth arbennig David Jenkins ac Arwyn Morris, roedd yn ganlynol i mi benderfynu fynd am fy medyddiad trochi llwyr yn afon Stewi wedi ei chronni mewn cae ym mhen pellaf Garth Uchaf a dod yn aelod llawn o'r capel ym 1960.

Roedd ein haddysg yn ffynnu ac oblegid bod yn llwyddiannus yn yr arholiad 11+, blodeuodd ein datblygiad personol o dan ddylanwad athrawon da yn ysgol Ardwyn a chefnogaeth cyfeillgar Ysgol Sul Horeb. Achosodd llwyddiant mewn addysg ymadawiad o'r pentref bach ar y pryd i ddilyn addysg uwch ac yn y pen draw cyflogaeth. Y gosb oedd gadael y pentref cymdeithasgar yr oeddem yn hapus ynddo.

Yn awr ar ôl ymddeol dros rhai blynyddoedd ar ôl gyrfa hapus, lwyddiannus a mentrus mewn canolfannau addysg awyr agored, a mynydda a theithio ledled y byd, rwyf yn medru edrych yn ôl yn hoffus gyda diolchgarwch mawr ar y profiad dwys a gafodd yr Ysgol Sul arnof. Roedd tynged bywyd wedi rhoi, a chwarae cerdyn da I mi yn y 50au a'r 60au cynnar ac rwyf yn fyth ddiolchgar i **Arwyr Horeb** am eu cefnogaeth yn ystod fy mlynyddoedd ffurfiannol.

Brian Davies

Everestia

Nôl yng nghanol yr haf fe gyflawnais i y sialens o reidio beic lan uchder Mt Everest mewn un diwrnod, beth sydd yn cael ei alw yn Everesting. Mae hyn yn dipyn o dasg ar ben ei hunan ond i wneud pethe bach yn anoddach i fy hunan fe benderfynais i wneud hyn i ffwrdd o'r hewl.

Mae Everesting wedi bod yn beth mae pobl wedi bod yn wneud ers nifer o flynyddoed, ond ar y cyfan, wedi cael ei wneud gan seiclwyr amatur ond dros haf 2020 fe fuodd ffrwydriad mawr ym mhoblogrwydd y sialens gyda rhai o sêr mwyaf y byd seiclo proffesiynol yn gwneud y sialens ac yn gosod recordiau byd newydd am gyrraedd y nod o esgyn 8,848m gyflymaf. Y rheswm mwyaf am hyn oedd nad oedd hawl gennym fel seiclwyr fynd allan i ymarfer gyda'n gilydd fel yr ydym wedi arfer ei wneud ac hefyd nid oeddem i fod i yrru yn bell o adref chwaith. Oherwydd y rheolau yma, roedd Everesting yn rhywbeth y gallai y rhan fwyaf o bobl ei wneud ar eu pen eu hun yn agos i adref.

Fe benderfynais wneud hyn fel sialens bersonol ond hefyd i roi hysbysrwydd i gwmni Scimitar sydd wedi cefnogi ein tîm rasio gan roi dillad i ni ond fel nifer fawr o gwmnïau eraill wedi dioddef oherwydd effaith Covid 19 ar yr ecomomi.

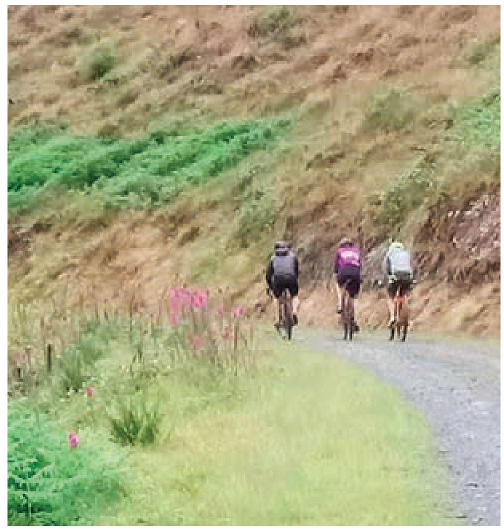
Mae rheolau'r sialens yn go syml. Mae'n rhaid mynd lan a lawr yr un rhiw a gwneud hynny ddigon o weithiau nes eich bod wedi cyrraedd y nod. Y rhiw benderfynais i ddewis oedd beth sydd yn cael ei galw'n y "Legburner" sydd yn enwog ar draws y wlad ym myd beicio mynydd. Mae'n rhan o brif lwybr beicio canolfan Nant yr Arian ac mae'n dringo o gwm Melindwr uwchben Goginan yn dilyn Afon Melindwr lan i'n agos I lyn Blaenmelindwr. Roedd y rhiw yn codi 184m felly roedd angen i mi fynd fyny ac i lawr y rhiw 49 o weithiau i gyraedd y nod.

Doedd y tywydd ddim yn wych ar ddiwrnod y sialens, gyda gwynt cryf a glaw. Fe gychwynais i'r esgyniad cyntaf o waelod y rhiw am ddeng munud i bump yn y bore. Roedd y coesau yn teimlo'n wych ar ôl deuddydd o orffwys cyn y diwrnod. Fe ddiflannodd y deg esgyniad cyntaf mewn dim o dro ac fe gyflawnais i hanner ffordd heb orfod gorffwys. Yn anffodus o'r pwynt hynny fe ddechreuodd pethau fynd yn anodd. Roedd y coesau wedi blino a'r meddwl yn stryglo i gadw i fynd. Yn ffodus, yn fuan ar ôl yr amser yma fe ddechreuodd rhai o fy ffrindiau ddod i gefnogi. Daeth rhai

ar eu beiciau i wneud ambell esgyniad gyda fi ac eraill yn cefnogi o ochr y llwybr ac yn pasio bwyd a diod i mi wrth i mi basio. Fe ddaeth y man isa i mi ar ôl 32 o weithiau lan y rhiw. Roedd meddwl am fynd i fyny'r rhiw 17 o weithiau eto yn ormod i feddwl amdano. Fe benderfynais ganolbwyntio ar wneud 5 esgyniad ar y tro cyn cael toriad am ddwy neu dair munud. Yn ffodus, drwy gymorth fy ffrindiau fe gyrhaeddaus i lap 40 ac o'r pwynt yna roedde'n i'n siwr y medre'n i gyrraedd y nod. Er hyn roedd y coesau yn cael trafferth i gadw'r olwynion yn troi a'r cyflymder cyfartaledd wedi cwympo yn sylweddol i gymharu a'r bore. Ar ôl 13:40 munud o ymdrech fe weles y GPS yn darllen fy mod wedi esgyn 8,848m. Roedd hyn yn deimlad amhygoel ac yn sydyn fe ddiflanodd y poen ac fe roddodd y wefr fwy o egni i fi orffen y lap olaf.

Ar yr adeg hynny roeddwn yn falch iawn o gamu oddi ar y beic a methu meddwl am unrhyw beth gwaeth na gwneud sialens debyg byth eto ond mae gen i deimlad na fydd hi'n rhy hir nes bydd sialens arall wedi dwyn fy sylw a wneith y cynllunio ddechrau eto!

Gethin Howells



ABER-FFRWD A CHWMRHEIDOL

Brysiwch wella
Anfonwn ein cofion gorau i Barry Matthews, Y Gamlyn, a syrthiodd a torri ei goes yn ddiweddar. Gobeithio y byddwch yn well yn fuan.

MADOG DEWI CEFN-LLWYD

Cydymdeimlad
Cydymdeimlwn â Rhidian Harries a'r teulu, Cwm Main, ar farwolaeth dad-cu Rhidian yn Pennant yn ddiweddar.

GWE Cambrian WEB
Gwefannau Gwych o Gymru
Creu Gwefannau
Marchnata Digidol
Pecynnau Gofal Gwefan
a llawer mwy!
Gwasanaeth Gymraeg
Cysylltwch Heddiw
info@cambrianweb.com
01970 623 906

BOW STREET

Pen blwydd 80!
Pwy oedd yn dathlu ei phen-blwydd yn 80 ar y 6ed o Hydref tybed? Cariad mawr oddi wrth Elfyn, Anna, Lois, Gwenno, Carwyn, Lyndsey, Jordan, Ben a Maddison.

Cydymdeimlad
Cydymdeimlwn â Debbie Morgan, ar farwolaeth ei brawd yn ddiweddar.

Penodiad
Dymuniadau gorau i Jessica Daniels o Langeitho sydd wedi cael ei apwyntio fel rheolwr yng Nghartref Tregerddan.

Capel y Garn
Bore Sul, 4 Hydref, roedd yn hyfryd gweld drysau Capel y Garn ar agor unwaith eto ar gyfer yr oedfa gyntaf yn y capel ers mis Mawrth. Er gwaetha'r tywydd stormus y tu allan, cafwyd croeso cynnes gan y swyddogion a oedd wedi rhoi trefniadau gofalus yn eu lle, yn dilyn y canllawiau perthnasol, er sicrhau diogelwch y gynulleidfa.

Arweiniwyd y gwasanaeth gan y Gweinidog, y Parch Ddr R Watcyn James, a chafwyd neges amserol ganddo, yn seiliedig ar Salm 103, 'Fy enaid, bendithia yr Arglwydd'. Roedd yn braf iawn cael y

cyfle i gydaddoli yng nghwmni ein gilydd, a chafwyd oedfa fendithiol.

Bydd gweddill oedfaon mis Hydref yn cael eu cynnal drwy gyfrwng Zoom, a bydd yr oedfa nesaf yn y Garn fore Sul, 1 Tachwedd, am 10 o'r gloch, os bydd yr amgylchiadau'n caniatáu.

Mae croeso i unrhyw un ymuno yn y gwasanaethau Zoom – am fanylion, anfonwch air at watcyn.james@ebcpcw.cymru neu marian_hughes@btinternet.com.

Bydd Cymdeithas Lenyddol y Garn hefyd yn cyfarfod dros Zoom nos Wener, 20 Tachwedd, am 7.30 o'r gloch, gyda 'Chwis Hwyliog', dan ofal Ann ac Alan Wynne Jones. Croeso i bawb ymuno – anfonwch neges am fanylion.

Clwb 300+ Neuadd Rhydypennau
Dyma enillwyr Ebrill, Mai a Mehefin

Ebrill
1af 291 Brian Dolan
2ail 112 Paul Keyworth
3ydd 164 Mared Breese
4ydd 35 Lila Piette

Mai
1af 161 Pat Sani
2ail 87 Emyr Lloyd Jones
3ydd 315 Dave Reed
4ydd 137 Sonjia Ellis Jones

Mehefin
1af 246 Lowri Evans
2ail 80 Jill South
3ydd 256 Helen Jones
4ydd 299 Tom Corfield

O dan yr amgylchiadau presennol ni fyddwn yn cynnal y Clwb300+ 2020-2021; gobeithio y gallwn ailddechrau ym mis Medi 2021. Diolch i chi gyd am eich cefnogaeth.

Erthygl yn y Bywgraffiadur
Newydd ymddangos yn y Bywgraffiadur Arlein mae erthygl gan Richard Huws am y chwaraewr rygbi'r gynghrair Bryn Goldswain (1922-1984) ddiweddodd ei oes yn byw ym Mryn Castell.

Pob lwc Nia
Dymuniadau gorau i Nia Gore sydd yn bwriadu rhedeg 5k i godi arian i'r Uned Chemo Ddyddiol yn Ysbyty Bron-glais ar ôl colli pum stôn a hanner. Bwriada Nia, 43, sydd yn byw yng Nghomins-coch, redeg o amgylch caeau y fferm dydd Sul,

29 Tachwedd ond mae'n rhagweld y bydd yn ymdrech galed gan fod rhedeg yn beth newydd iddi.

"I lawer o bobl ffit, nid yw 5k yn ddim", meddai Nia, "ond i rywun sydd ond yn jogio ers mis Gorffennaf eleni mae'n beth mawr. Dwi am godi arian i elusennau lleol, felly bydd yr arian yn cael ei rannu rhwng Diwrnod Chemo Bron-glais a Beiciau Gwaed Aberystwyth".

Nid yw codi arian ar gyfer elusen yn beth dieithr i Nia a'r teulu. Dechreuwyd trwy fod Elin ei merch – tra yn ddisgybl yn Ysgol Rhydypennau – wedi trefnu bore coffi llwyddiannus i godi arian pan oedd ei thad yn cael triniaeth. Yn y bedair blynedd diwethaf fe godwyd bron i £14,000 trwy drefnu boreau coffi, ras dractors ac eilliodd Nia ei phen. Bwriadai drefnu ras dractors ddechrau Hydref eleni ond bu'n rhaid ei chanslo oherwydd cyfyngiadau pellter cymdeithasol. Pe hoffech gyfrannu gellwch wneud trwy'r dudalen gf.me/u/y2qrqj neu d/o Fferm Troedrhiwgwynau, Comins-coch, Aberystwyth, Ceredigion, SY23 3BE.

Ymddiheuriad
Ymddiheuriadau i Dewi a Nerys Hughes am gyhoeddi gwybodaeth anghyflawn ac anghywir yn Nhincer Medi. Dylai fod wedi darllen

Llongyfarchiadau i Dewi a Nerys Hughes, Cae'r Wylan, Aberystwyth - gynt o Bodhywel – ar ddod yn daid a nain – ganwyd merch fach – Isabel Cari Protheroe Hughes – i Gethin ac Amy ddiwedd Gorffennaf ym Meisgyn, ger Llantrisant.

PENRHYN-COCH

Suliau Horeb
Oedfaon yn ôl y cyfyngiadau – cofiwch wisgo masg

Hydref
18 10.30 Y Parchg Peter Thomas

Tachwedd
1 2.30 Y Parchg Peter Thomas
15 10.30 Y Parchg Peter Thomas

Sul y Cofio
Oherwydd y sefyllfa gyfredol ni fydd gwasanaeth Sul y Cofio yn Eglwys St Ioan eleni. Nid yw yn debygol chwaith y bydd dim byd cyhoeddus yn digwydd ger y gofeb.

Cydymdeimlad
Trist iawn yw cofnodi marwolaeth sydyn Mike Lowe dydd Sul 13 Medi. Bu'n byw yn Bont-goch am dros bymtheng mlynedd, cyn symud i Gomins-coch yn 2015. Roedd yn aelod o staff Adran Astudiaethau Gwybodaeth a Llyfrgellyddiaeth, Prifysgol Aberystwyth hyd at ei ymddeoliad yn 2008.

Cydymdeimlir yn ddiffuant iawn gyda'i briod Sue, a'u plant George a Florrie, a gweddill ei deulu. Bu George a Florrie yn ddisgyblion yn Ysgol Penrhyn-coch. Cynhaliwyd ei angladd yn Amlosgfa Aberystwyth ar 2 Hydref 2020. Derbynnir rhoddion yn ddiolchgar er cof annwyl am Mike tuag at UNICEF a / neu Ambiwlans Awyr Cymru drwy law D J. Evans, Kairali, Penrhyn-coch, SY23 3EQ.

Cydymdeimlwn a'r Parchg Eifion Roberts a'r teulu, Dôl Helyg, ar farwolaeth mam Eifion ym Mhentreuchaf, ger Pwllheli, ganol Medi.

â Helen a Richard Edwards, Maerdy Cwrt, a'r teulu ar farwolaeth mam Helen - Brenda Poyner (Dr Brenda Clarke), Penrhyn-coch- gynt o Stourbridge ar 14 Medi.

â theuluoedd Cwmbwa a Rhos-goch a Manon Mason ar farwolaeth cyfnither / modryb – Buddug Thomas, Yr Hendy.

ac â theulu Dafydd Parry- gynt o Cefn Gwyn, Bont-goch - fu farw yn Carlton House, Llan-non ar Fedi 23ain yn 96 oed. Derbynnir rhoddion er cof, os dymunir, tuag at Aren Cymru trwy law Gwyn Evans, Llandre neu ar www.justgiving.com/fundraising/dafydd-llewelyn-parry.

Diolch
Hoffem ddiolch yn ddiffuant am y cardiau ,y blodau a'r anrhegion a dderbyniom ar achlysur ein priodas aur yn ddiweddar.Diolch yn fawr am y cyfarchion i gyd
John ac Eirwen. Pencwm

I'r coleg
Llongyfarchiadau i Tomos Wilson, Dôl Helyg, ar ganlyniad ei arholiadau lefel A a dymuniadau gorau iddo ar ei gwrs gwyddor chwaraeon ac ymarfer ym Mhrifysgol Portsmouth.

Gwelwyd Sion Wyn Hurford ar Pnawn Da yn sôn am y profiad o ddychwelyd i Gaerdydd am ei ail flwyddyn yn y sefyllfa bresennol.

Cymdeithas y Penrhyn
Cynhaliwyd noson agoriadol Cymdeithas y Penrhyn ar ei newydd wedd, dros dro gobeithio, yng nghwmni Gwenan Gibbard, ar Zoom, nos Fercher, 16 Medi. Mae Gwenan yn adnabyddus fel telynores sy'n canu gwerin a cherdd dant

ac ar hyn o bryd mae'n gwneud doethuriaeth ar archif canu gwerin Mered a Phyllis yn y Llyfrgell Genedlaethol.

Gyda phawb yn gwylio o'u cartrefi, perfformiodd Gwenan amrywiaeth o ganeuon gan sôn am eu hanes a'i rhesymau dros eu dewis. Yn eu plith clywsom Ffarwel i Ynys Enlli, Nos Galan a baled o Geredigion dan y teitl Y Llong na Ddychwelodd yn Ôl. Mae Gwenan hefyd wedi teithio ym

Mhatagonia ac roedd un o'i chaneuon, Ddoi di Draw (geiriau Gwion Hallam), yn cyfleu sain telynau De America.

Cyd-ddigwyddiad hapus oedd bod un o gydnabod Gwenan o Batagonia wedi gallu ymuno â'r criw lleol, niferus, yn fyw o Dde America gan ei bod yn bosib nawr i unrhyw un ymuno yn y cyfarfodydd.

Diolch i Gwenan am noson hyfryd. Y bwriad yw parhau â'r trefniant Zoom ar gyfer y cyfarfodydd nesaf felly os hoffech ymuno â ni i glywed Llŷr Gwyn Lewis yn siarad ar "Creu yng nghyfnod y clo' ar 21 Hydref, cofiwch gysylltu â'r Ysgrifennydd (Ceris.Gruffudd@gmail.com)

Genedigaeth
Llongyfarchiadau i Trystan a Jasmine Lewis ar enedigaeth mab - Isaac - ar 17 Medi yn y Bontfaen.

Elin Cwmbwa yn yr Ap
Tybed faint o ddarllenwyr y Tincer sydd wedi sylwi ar wyneb cyfarwydd ar yr ap Track and Trace. Ar y fideo gwelir Elin

Fuller (Elin Cwmbwa, Penrhyn-coch) yn siarad. Ei modryb – Llinos Evans, Dôl-y-bont, welodd hysbyseb ar-lein gan Rwydwaith Menywod Cymru yn holi am nyrsus oedd yn siarad Cymraeg yn Llundain.

Cysylltwyd; nid oedd amser i gael cyfweliad – a'r peth nesaf roedd Elin – sy'n fam i ddau fachgen – Bryn (8) a Gethin (6)- yn ymddangos yn yr Ap Saesneg sydd allan ers ychydig wythnosau – bydd yr un Cymraeg yn cael ei lawnsio yr wythos hon.

Fel yr adroddwyd yn Nhincer Mehefin bu Elin, sydd yn byw yn Llundain ac yn gweithio 12 awr y dydd yn Ysbyty Kings College, Llundain. Bu - yn ystod y cyfnod yma - yn gweithio yn yr Uned Gofal Dwys.

Stondin gacennau Macmillan
Ni chafwyd bore coffi eleni fel arfer i godi arian ar gyfer Macmillan ond penderfynwyd cynnal stondin gacennau awyr agored ar dir Neuadd yr Eglwys. Cawsom dywydd bendigedig a daeth llu i gefnogi. Roedd y byrddau'n wag o fewn yr awr a mawr fu siom y rhai a ddaeth i weld nad oedd fawr o ddewis ar ôl. Hoffai Frances Foley a Rhiannon Humphreys ddiolch o galon i bawb a gyfrannodd

mewn unrhyw ffordd at yr achos, trwy goginio cacennau blasus, cyfrannu'n hael, helpu gyda'r hysbysebu a chefnogi'n ariannol. Diolch hefyd i'r ddau ŵr bonheddig - sef Aled a Howard a fu'n cario'r cadeiriau a'r byrddau a chodi'r gazebo. Trwy haelioni llawer o bobl gwnaed elw o £706.60 a fydd yn mynd i gronfa Macmillan i'w wario'n lleol.

Ceredig (Ceri) Evans

Bu farw Ceredig Evans, yn heddychlon yn ei gartref, Glanaber, Penrhyn-coch ar 25 Gorffennaf 2020, yn 85 oed.

Yn frodor o Benrhyn-coch, Ceri oedd yr ieuengaf o bump o blant Robert ac Elizabeth Evans. Mynychodd Ysgol Penrhyn-coch cyn ennill lle yn Ysgol Ramadeg Ardwyn, Aberystwyth. Roedd yn fyfyriwr brwd ac yn hoff o chwaraeon ac roedd yn meddu ar fflêr creadigol a hiwmor. Chwaraeodd bêl-droed i dimau Ieuenctid Tref Aberystwyth, gan chwarae yn nhymor 1952-3 pan ddaethant yn ail yng nghwpan Ieuenctid F.A. Cymru.

Bu'n astudio Cemeg gyda Chemeg Amaethyddol ym Mhrifysgol Aberystwyth gan ennill gradd BSc. Yma y cyfarfu â'i ddarpar wraig Margaret, a briododd ym mis Rhagfyr 1960. Roedd ei synnwyr digrifwch a'i waith celf i'w gweld mewn llawer o gartwnau ar gyfer yr *Aber Rag.* Ar ôl derbyn ei MSc ymunodd â'r Weinyddiaeth Amaeth, Pysgodfeydd a Bwyd, ym Mharc Coley, Reading fel Gwyddonydd Pridd Ymgynghorol. Ar ôl saith mlynedd symudodd gyda'i wraig ac, erbyn hyn, tri phlentyn ifanc, Sian, Janet a Robert yn ôl i'w bentref genedigol ac ymgartrefu yn Caemawr, Penrhyn-coch, lle cawsant fab arall, James. Parhaodd Ceri â'i waith gyda'r Weinyddiaeth Amaeth yn Nhrawscoed, a ddaeth yn ddiweddarach yn ADAS. Roedd yn weithgar yng ngweithgareddau cymdeithasol yr orsaf: Pysgota plu ac ysgrifennu sgetshis ar gyfer y partïon Nadolig blynyddol.

Ar ôl derbyn diswyddiad cynnar bu'n gweithio fel ymgynghorydd preifat, gan roi'r gorau iddi cyn pryd oherwydd afiechyd. Cafodd y teulu gyfnod trawmatig iawn pan gollwyd James i ganser ac ni ddaeth Ceri dros y profiad o golli ei fab ieuengaf yn iawn. Er hynny, mynychodd y grŵp ymddeol lleol a mynychodd foreau coffi yn Neuadd yr Eglwys i gwrdd â ffrindiau.

Ni chollodd ei synnwyr digrifwch na'i gariad at gefn gwlad erioed ac roedd yn aelod gweithgar o Gymdeithas Bysgota Aberystwyth ac yn aelod o'r pwyllgor am nifer o flynyddoedd. Roedd hefyd yn aelod o'r pwyllgor, ac ar un adeg yn Gadeirydd Cymdeithas Pysgota Eog a Brithyll Cymru. Yn ystod yr amser hwnnw gweithiodd yn ddiflino, ond eto'n llwyddiannus, gan ymgyrchu dros ddileu cypermetherin mewn dip defaid oherwydd ei effaith hynod niweidiol ar fywyd dyfrol a'r amgylchedd.

Yn ystod ei flynyddoedd olaf, llwyddodd i aros gartref gyda'i wraig Margaret, sy'n dymuno cyfleu ei diolch a'i gwerthfawrogiad aruthrol i'r holl ofalwyr, staff y GIG, Meddygon a'r tîm podiatreg, pawb a wnaeth hyn yn bosibl. Er gwaethaf anawsterau Covid-19, parhaodd eu gofal rhagorol hyd y diwedd.

Goroesir Ceri gan ei wraig, Margaret, tri o blant, wyth o wyrion, dau o or-wyrion a'i frawd, Elfed.

Cynhaliwyd ei angladd ar lan y bedd ddydd Llun 3 Awst; fe'i mynychwyd gan aelodau'r teulu, gyda chefnogaeth o bell gan ffrindiau. Cynhaliwyd y gwasanaeth gan y Canon Andrew Loat, a ddarllenodd eiriau a ysgrifennwyd gan y Parch Lyn Léwis Dafis hefyd. Traddodwyd teyrnged iddo gan Janet, ei ferch.

Codi arian i daith Tad-cu

Gosododd Elen Evans, 5 oed o Benrhyn-coch her i'w hun i gerdded 25 milltir yn ystod mis Awst i godi arian i gefnogi Dad-cu (Eirian Reynolds) sy'n cymryd rhan yn y daith gerdded dros Marie Curie i'r Wladfa 2021. Llwyddodd i gerdded 26 milltir a chodi £530, gyda diolch i bawb a gyfrannodd.

Gradd Meistr

Llongyfarchiadau mawr i Anwen Morris, Preseli ar dderbyn gradd Meistr mewn Seicoleg Fforensig o Brifysgol Nottingham Trent. Pob dymuniad da iddi yn y dyfodol.

Achub o'r môr

Rhedodd PC Ian Chattun a Sarsiant Katy Evans i'r môr i achub gwraig oedd mewn argyfwng iechyd meddwl. Roedd gan y wraig hanes diweddar o hunan anafu a chafwyd hyd iddi yn ardal Traeth y Gogledd, Aberystwyth.

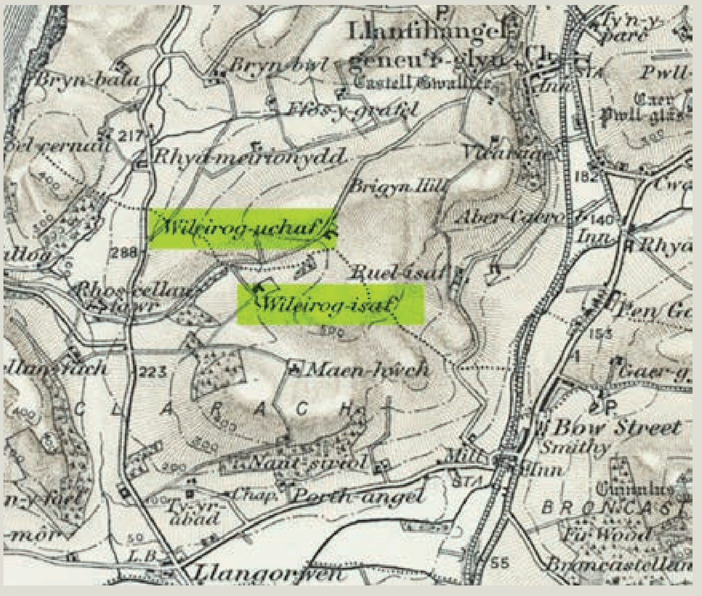
Methwyd dal pen rheswm efo hi a rhedodd i'r môr Fe'i dilynwyd gan y ddau swyddog aeth i'r dŵr yn eu hiwnifform llawn oedd yn drymach oherwydd offer Cyfarpar Diogelu Personol (PPE) ychwanegol.

Yn eu hymdrech lwyddiannus i'w hachub roeddynt wedi eu gorchuddio gan ddŵr.

Yn ôl Roger Webb, Ysgrifennydd Ffederasiwn Heddlu Dyfed Powys. Roedd hon yn weithred o ddewrder arbennig gan y ddau swyddog yn ogystal ag aelodau'r cyhoedd achubodd fywyd person ifanc bregus.

Colofn Enwau Lleoedd

Pe teithiech ar y ffordd fach wledig sy'n arwain o eglwys Llanfihangel Genau'r-glyn i gyfeiriad Llangorwen, yn y man, fe welech ar y llaw chwith, dai annedd *Wileirog Uchaf*, *Wileirog Isaf*, a *Wileirog Fach*. Perthyn y lle cyntaf i blwyf Llanfihangel Genau'r-glyn ond y ddau arall i Lanbadarn Fawr, gyda'r ffin (y llinell ddotiog ar y map) yn croesi rhyngddynt.



Map modfedd yr Arolwg Ordnans 1899 (dalen 163) Atgynhyrchwyd gyda chaniatâd Llyfrgell Genedlaethol yr Alban (CC BY 4.0)

Mae'n hen enw y gellir ei olrhain yn ôl i'r drydedd ganrif ar ddeg lle caiff ei enwi yn y 'Ministers' Account' ar gyfer Ceredigion yn 1277-80:

> Et terra de *Weleyrok* que solebat reddere per annum vij. s.
>
> *Transactions of the Hounourable Society of Cymmrodorion* (1895-6) t. 129.

Digwydd hefyd yng ngweithredoedd stad Cwrt-mawr yn yr ail ganrif ar bymtheg yn y ffurfiau *Tythin whilerog* (1620, rhif 83) a *Tythin wheelerogge* (1621/2, rhif 940).

Ond beth yw tarddiad ac ystyr *Wileirog*?

Chwiler yw'r elfen gyntaf, ond bod y sain *chw-* wedi troi'n *w(h)-* fel sy'n arferol yn nhafodiaith yr ardal (cymharer y geiriau *chwarae* yn troi'n *w(h)are*, a *chwilio* yn troi'n *w(h)ilio*). Er bod sawl ystyr bosibl i'r gair, mae'n debyg mai'r ystyron 'gwiber' neu 'sarff' sy'n berthnasol yn y cyd-destun hwn. Terfyniad ansoddeiriol yw'r *-og*, gyda'r enw felly'n awgrymu bod *Wileirog*, yn wreiddiol, yn fan lle byddai'n gyffredin gweld gwiberod neu seirff.

Yr un tarddiad sydd i'r enw *Chwileiriog* yn Llanarmon-yn-Iâl a Llandegla, sir Ddinbych, ond bod y sain *ch-* wedi ei chadw yno. Digwydd y gair *chwiler* hefyd fel enw ar ffrwd sy'n llifo heibio i Fodfari gan ymuno ag Afon Clwyd yn *Aberchwiler* (neu *Aberwheeler* yn Saesneg).

Angharad Fychan

Paratowyd gyda chefnogaeth Cymdeithas Enwau Lleoedd Cymru

www.cymdeithasenwaulleoedd.cymru

Eirian Reynolds, Tech. S.P.
GWASANAETH IECHYD A DIOGELWCH
Arolygon Diogelwch
Asesiadau Peryglon
Archwiliadau Damweiniau
Hyfforddiant
01970 820124
07709 505741

Trydan
WILL DAVEY
Gosodiad Trydanol Ardystiedig
Sain, Gweledol & Data
CCTV
Arolygu & Phrofi
NYTHFA, PANTYCRUG, ABERYSTWYTH SY23 4EF
NICEIC APPROVED CONTRACTOR
07581 173 684 / 01970 880593 info@willdavey.co.uk @trydanwilldavey

CIGYDD BOW STREET
01970 828447
Deli
BOW STREET BUTCHERS SHOP
Cigydd a delicatessen o safon arbennig
01970 828447 - Pendre, Bow Street, SY24 5BQ

Swyddog Prosiect 'Trywydd Iach'
£23,600 y flwyddyn | 37 awr yr wythnos
Menter gymdeithasol annibynnol yw Ecodyfi sy'n cefnogi adfywio cymunedol, cynaliadwy ym Mro Ddyfi a thu hwnt. Rydym yn chwilio i benodi Swyddog Prosiect i gydlynu gweithgareddau 'iechyd a lles awyr agored', a helpu pobl ddatblygu syniadau llwybrau cerdded a beicio, ar y cyd â Coed Lleol.
Mae sgiliau cyfathrebu a threfnu dwyieithog, yn fodlon mentro, a gwybodaeth leol eu hangen. Croesewir ceisiadau i rannu'r swydd.
Gwybodaeth a ffurflenni oddi wrth andy@ecodyfi.cymru | Y Plas, Machynlleth, SY20 8ER | 01654 702630 | Dyddiad cau: 10:00 9 Tachwedd 2020
ecodyfi
Biosffer Dyfi Biosphere gwerth y byd - world class by nature
CRONFA GYMUNEDOL COMMUNITY FUND

Llythyr

Annwyl ddarllenwyr
Fel y gwyddoch, mae Urdd Gobaith Cymru yn wynebu sefyllfa argyfyngus o ganlyniad i bandemig Covid-19 ac mae dyfodol y mudiad yn un bregus.

Mae'r Urdd yn fudiad unigryw ac, ers 1922, rydym wedi cyflawni llawer wrth gynnig profiadau Chwaraeon, Ieuenctid, Celfyddydol, Preswyl, Prentisiaethau, Dyngarol a Gwirfoddoli i fwy na phedair miliwn o blant a phobl ifanc yng Nghymru. Mae hyn yn ei dro wedi eu galluogi i gyfrannu'n bositif i'w cymunedau, ymestyn eu gorwelion a chynyddu eu hunan hyder. Rydym wedi meithrin cenedlaethau o ferched a dynion ifanc i ymfalchïo yn eu gwlad, eu hiaith a'u diwylliant ac yn agored i'r byd a'i werthoedd.

Ond, wrth i brif ffynonellau incwm y mudiad wynebu colledion, sef ein gwersylloedd ar gau i breswylwyr a chyfyngiadau enfawr ar ein gwasanaethau cymunedol, rydym yn rhagweld toriadau incwm o £14 miliwn dros y ddwy flynedd nesaf a dyled sylweddol, o leiaf £3.5miliwn. Mae'n wir i ddweud y gall y ffigyrau yma gynyddu wrth i sefyllfa Covid barhau. Mae'r mudiad hefyd wedi colli hanner ei weithlu o 320 o bobl o ganlyniad i'r toriadau, ac mae'r her yn un na wynebodd y mudiad ei thebyg o'r blaen.

Rydym wedi bod yn agored a gonest ers y dechrau am yr effaith ar y mudiad a'n pryderon am y dyfodol. Rydym hefyd yn trafod yn gyson gyda'n rhanddeiliaid a Llywodraeth Cymru, ac yn ddiolchgar am y cyllid argyfwng tymor byr a dderbyniom hyd yn hyn.

Ond, mae'r her ariannol yn un enfawr, fel yr ydym wedi bod yn ategu mewn sgyrsiau a chyfweliadau ar y cyfryngau. O ganlyniad, daeth llawer o geisiadau am sut y gall pobl ein helpu trwy'r cyfnod anodd hwn, i sicrhau dyfodol i brif fudiad plant a phobl ifanc Cymru. Mae unrhyw gyfraniad, bach neu fawr, yn hynod bwysig i ni ac yn cael ei werthfawrogi'n fawr.

Felly hoffem rannu gyda'ch darllenwyr yr amrywiol ffyrdd o gefnogi:

- **I blant a phobl Ifanc -** Os ydych o dan 26, yna ymaelodi yw'r ffordd orau o gefnogi. Dim ond £9 am flwyddyn, neu £25 am aelodaeth teulu a chewch fanteisio ar yr ystod o weithgareddau sydd ar gael, gan gynnwys arlwy digidol amrywiol a chynhwysfawr.
- **I Oedolion -** Mae ffordd hawdd o gyfrannu trwy'r wefan (urdd.cymru), neu gallwch anfon cyfraniad trwy siec. Byddem yn hynod ddiolchgar petaech yn ei gwneud yn daladwy i **Urdd Gobaith Cymru** a'i hanfon at:

Iwan Tudur Jones
Adran Gyllid Urdd Gobaith Cymru
Gwersyll yr Urdd Glan-llyn
Llanuwchllyn
Y Bala
Gwynedd, LL23 7ST

Am bob cyfraniad o fwy nag £20, byddwn yn anfon bathodyn arbennig aelodaeth yr Urdd 20-21 fel cydnabyddiaeth, felly cofiwch gynnwys eich cyfeiriad.

Ein haelodau yw ein blaenoriaeth bob amser a byddwn yn parhau i weithredu o fewn ein gallu i sicrhau cyfleoedd amrywiol, cyfoethog a chyfoes i blant a phobl ifanc Cymru. Mewn dwy flynedd, bydd yr Urdd yn dathlu ei ben-blwydd yn gant oed. Rydym yn hyderus y gallwn, gyda help ein cefnogwyr a'r holl ewyllys da sydd tuag at y mudiad arbennig yma, oroesi'r cyfnod anodd hwn ac ail-adeiladu'r mudiad ar gyfer y cenedlaethau i ddod.

Gan ddiolch o waelod calon am yr holl gefnogaeth.

Cofion gorau,
Sian Lewis
Prif Weithredwr Urdd Gobaith Cymru

Ecodyfi a Coed Lleol am gefnogi'r gymuned, diolch i arian y Loteri Genedlaethol

Mae dau sefydliad lleol am gynyddu eu cefnogaeth i'r gymuned yn ardal Biosffer Dyfi UNESCO yn ystod yr amser heriol hwn, diolch i chwaraewyr y Loteri Genedlaethol. Gyda'i gilydd byddant yn annog ac yn galluogi pobl i fod yn fwy egnïol yn yr awyr agored trwy ddefnyddio presgripsiwn cymdeithasol a thrwy fynd i'r afael â materion mynediad a theithio.

Nod y prosiect 'Trywydd Iach' yw gwella iechyd a lles meddyliol a chorfforol preswylwyr. Bydd un rhan o'r prosiect yn darparu sesiynau gweithgaredd awyr agored fel therapi anifeiliaid, garddio, teithiau cerdded natur a sgiliau coetir, gan adeiladu ar y gwaith partneriaeth a ddatblygwyd yn ystod y prosiect Iechyd Awyr Agored 12 mis a ddaeth i ben ym mis Mawrth 2020, a'i addasu i sefyllfa Covid19. Mae meddygfeydd fel un Iechyd Bro Ddyfi yn bartneriaid pwysig.

Bydd rhan arall y prosiect yn gwella a / neu'n datblygu syniadau ar gyfer llwybrau cerdded a beicio. Bydd y rhain yn cynnig buddion hamdden, iechyd a lles ynghyd â gwella mynediad diogel i ganolfannau gwaith, hamdden a gwasanaeth.

Gwnaeth Ecodyfi gais llwyddiannus am £99,935 dros 2 flynedd o Gronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol ac mae'n recriwtio Swyddog Prosiect i weithio ochr yn ochr ag aelod staff o Coed Lleol (Small Woods Wales).

Dywedodd Andy Rowland, Trefnydd ecodyfi; "Mae'r straen a'r teimladau o unigedd y mae llawer o bobl yn eu teimlo oherwydd sefyllfa Coronavirus yn gwneud prosiectau fel y rhain yn bwysicach nag erioed. Mae cyfranogwyr mewn gweithgareddau tebyg wedi dweud wrthym sut mae cysylltiadau â natur a gyda phobl eraill wedi eu helpu'n fawr. Bydd Trywydd Iach nid yn unig o fudd i bobl yn lleol ond bydd hefyd yn dangos i lunwyr polisi sut mae atal salwch yn well na gwella. "

Mae Cronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol yn blaenoriaethu ceisiadau am grant ar gyfer gweithgaredd cymunedol sy'n gysylltiedig â COVID-19. I ddarganfod mwy, ewch i www.cronfagymunedolylg.org.uk/cymru.

Ysgol Penrhyn-coch

Rhodd o lun i'r ysgol
Cafwyd llun arbennig o'r ysgol wreiddiol gan deulu y diweddar Alun Williams. Bu Mr Williams yn brifathro o 1963 - 1977 a chafodd y llun fel rhodd ar ei ymddeoliad nôl yn 1977. Peintiwyd y llun gan Hugh Jones, Panteg ac mae'n werth ei weld! Hoffwn ddiolch i Sylvia Williams – gwraig Mr Williams a'r teulu – am roi'r llun i ni fel rhodd. Mae'n eistedd yn daclus ar wal y cyntedd.

Gwaith Thema
Diwrnod Owain Glyndwr CA2
Thema'r tymor yw Cestyll a Dreigiau ac fe gychwynwyd bwrlwm y thema trwy ddathlu yr arwr Owain Glyndwr!! Dysgwyd llawr amdano ar effaith a gafodd yn ei gyfnod.

Taith rithiol
Ar y 23ain o Fedi fe wnaeth Bl 5 a 6 fwynhau taith rithiol o gwmpas Castell Harlech ar wefan Cadw yn darganfod mwy am y castell ac am Owain Glyndwr fel rhan o'u gwaith thema.

Ffosiliau
Bu disgyblion Bl 3 a 4 yn dysgu llawer am yr enwog Mary Anning a'i hynodion ac wrth gwrs roedd creu ffosiliau unigol yn llawer o hwyl!! Roedd ganddyn nhw pob fath o siapiau diddorol!

Cyfnod Sylfaen
Thema lliwiau i'r Dosbarth Derbyn. Dysgwyd llawer o'r stori anghenfil lliw-nifer o weithgareddau hwyliog a lliwgar! Dysgwyd I arwyddo lliwiau'r enfys gan ddefnyddio BSL -braf oedd gweld pob plentyn yn arwyddo yn ein gwasanaeth diolchgarwch

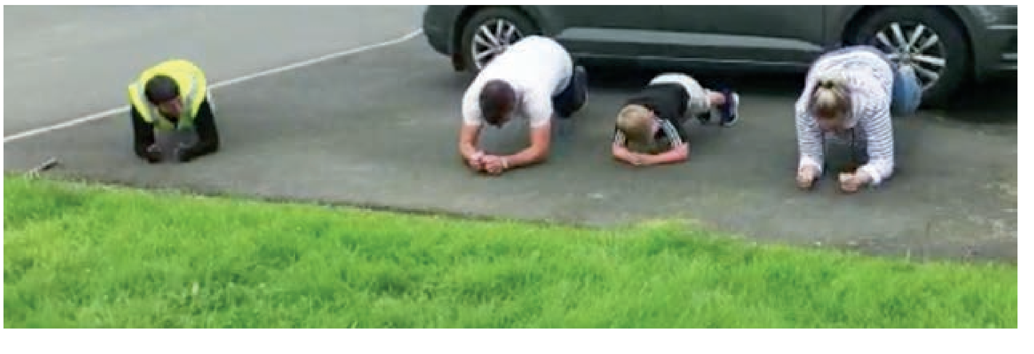
Bl 1 a 2
Maent wedi bod yn dysgu'r stori 'Y Feipen enfawr'trwy ddull 'Pie Corbett'. Fe wnaethon nhw berfformio y stori o flaen y ddwy ysgol yn ystod y gwasanaeth diolchgarwch. Mae'r plant wedi bod yn mwynhau cwblhau heriau gwahanol yn seiliedig ar y stori megis tynnu llun o'I hoff gymeriad ar HWB, ail greu'r stori gan ddefnyddio pypedau, creu gludwaith i greu pictogram o hoff lysiau'r dosbarth.

Wythnos beicio I'r ysgol
Bu bwrlwm mawr yn ystod wythnos diwethaf (28.09.20 - 02.10.20) wrth i ni gymryd rhan yn wythnos seiclo i'r ysgol cynllun Sustrans. Braf oedd gweld nifer fawr o'r disgyblion yn seiclo i'r ysgol yn ystod yr wythnos, gyda sesiynau beicio yn cael eu cynnal yn ddyddiol gan ein Criw teithiau iach! Llawer o hwyl a chadw'n heini!!!

Cynghorau ysgol
Penodwyd y canlynol i gynrychioli eu blynyddoedd ysgol ar y cynghorau canlynol:
Cyngor Ysgol: Iona a Moli Bl 1 a 2,Twm ac Eleri Bl 3 a 4, Lleucu a Freya bl 5 a 6
Cyngor Plant gwyrdd: Mabli ac Archie Bl 1 a 2; Elis Bl 3, Kyle Bl 4,
Criw Teithiau iach: Jac, Rhys Bl 3-Caio, Seren Bl 4 – Osian, Elis, Lois a Dylan Bl 6
Dewiniaid Digidol: Gruffudd a Cory Bl 4, Aron Bl 5 a Cari, Liwsi, Abigail a Shayleigh Bl 6

Sgwrsio ar Radio Cymru
Cafodd Mrs B Evans a dau ddisgybl - Osian a Gwen - gyfle i ddweud yr hyn rydyn wedi bod yn ei wneud yn yr ysgol ac adref I geisio lleihau ein defnydd o blastig! Braf oedd medru dweud ein barn a chynnig syniadau i eraill am yr hyn fedrant wneud adref i arbed ar blastig. Da iawn chi blant am fentro i wneud.

Mabolgampau
Dylai y llun yma fod wedi ymddangos y mis diwethaf – trefnwyd Mabolgampau gan Miss Cory a Mr Shepherd dros 'Teams'. Braf oedd gweld teulu Jenkins garej Tŷ Mawr yn cymryd y cystadlu o ddifri – dyma nhw yn cwblhau 'Y Plank' Ydych chi yn nabod y 4 sydd yn y llun?



Ysgol Pen-llwyn

Dychwelyd ar ddechrau'r tymor
Wedi dychwelyd yn raddol i'r ysgol ym mis Medi braf oedd croesawu'r holl ddisgyblion yn ôl i'r ysgol a chael clywed bwrlwm yn y dosbarthiadau a chwarae ar yr iard unwaith eto.
Yn dilyn achos cadarnhaol o Covid-19 adroddwyd arni yn y wasg, braf yw adrodd bod y disgybl bellach yn holliach, ac ni chafwyd unrhyw achosion pellach ymysg disgyblion, staff a'u teuluoedd. Diolch i holl gymuned yr ysgol am ymddwyn mor gyfrifol, gan ddilyn pob canllaw, a chyda dealltwriaeth. Mae staff a disgyblion (a rhieni dwi'n siŵr!) yn falch iawn gweld pob un nôl yn yr ysgol.

Thema'r Tymor
Dechreuodd disgyblion y Cyfnod Sylfaen y tymor yn dysgu am deimladau gan ganolbwyntio ar hapusrwydd. Mwynheuodd y plant rannu straeon hapus a thrafod yr hyn sy'n gwneud nhw'n hapus a sylwi bod pethau gwahanol yn achosi teimladau gwahanol i'r plant. Bu llawer o weithgareddau am deimladau o gwmpas y dosbarth i helpu'r plant i adnabod teimladau a deall sut i ddelio ag hwy. Bellach maent wedi bod wrthi yn dysgu stori'r Beipen Enfawr, i'w adrodd ar gof. Mae disgyblion wedi mwynhau dysgu am lysiau a bwydydd, gan fynegi ei hoff a'u cas lysieuyn.

Mae disgyblion Dosbarth 2 wedi

mwynhau ein dysgu ar y thema Cestyll a Dreigiau ers dechrau'r tymor, yn dysgu am helyntion Owain Glyndwr, Cestyll Cymru a mwynhau'r nofel *Deri Dan y Daliwr Dreigiau,* Haf Llywelyn.

Wythnos Seiclo i'r Ysgol Sustrans
Bu bwrlwm mawr yn nosbarth 2 wythnos diwethaf (28.09.20 - 02.10.20) wrth i ni gymryd rhan yn wythnos seiclo i'r ysgol cynllun Sustrans. Braf oedd gweld dros 90% o'r disgyblion yn seiclo i'r ysgol yn ystod yr wythnos, gyda sesiynau beicio yn cael eu cynnal bob dydd gan ein llysgenhadon efydd Amelia ac Isabel.

Gweithio ar y cyd

Er na fedrwn deithio rhwng Ysgolion Penrhyn-coch ac Ysgol Pen-llwyn ar gyfer gwersi ar hyn o bryd, rydym wedi datblygu'r arfer ers mis Medi o gynnal gwasanaethau ar y cyd dros teams.

Yr wythnos hon, cafodd disgyblion gyfle i rannu neges o ddiolchgarwch fesul dosbarth. Rhannwyd negeseuon o ddiolch am ein gweithwyr allweddol, neges am garedigrwydd, pwysigrwydd dal ati, diolch am ein bwyd, stori'r Beipen Enfawr a perfformiad o liwiau'r enfys yn defnyddio Arwyddiaith Prydeinig. Braf iawn oedd gweld a chlywed cyfraniad pob un disgybl o'r ddwy ysgol.

Ysgol Rhydypennau

Dal lan â'r digwyddiadau

Hoffai'r ysgol ddymuno pob hwyl i blant blwyddyn 6 llynedd wrth iddynt drosglwyddo i'w hysgolion uwchradd i gychwyn pennod newydd gyffrous ym Mlwyddyn 7.

Oherwydd cyfyngiadau Covid, methwyd ffarwelio â'r plant yn ein dull arferol gyda noson i agor ein Garddwest flynyddol; felly cafodd y criw wahoddiad i fynychu'r ysgol ar bnawn arbennig ar ddiwedd tymor yr haf er mwyn rhoi cyfle i bawb ffarwelio a threulio amser gwerthfawr yng nghwmni ei gilydd. Derbyniodd pob plentyn anrheg a thystysgrif arbennig fel atgof o'u hamser yn yr ysgol. Dymuniadau gorau iddynt oll.

Gwaith Cynnal a Chadw

Mae gwaith adnewyddu'r ffordd fawr o flaen yr ysgol yn dirwyn i ben. Mae nifer o bethau wedi newid yn sgîl hyn ac mae angen i bawb gyfarwyddo â'r drefn newydd.

Un agwedd bwysig yw'r groesfan newydd. Mae'r groesfan zebra yn weithredol bellach ond gan nad oes hawl gan swyddogion yr Heddlu / Cyngor ddod allan ar hyn o bryd i gynnal gweithdy gyda'r plant, rydym wedi bod yn treulio cyfnodau gwerthfawr yn gwylio hyfforddiant arbennig ar lein. Dyma'r linc os am olwg fanylach https://www.roadsafetywales.org.uk/child-pedestrian-training/?Language=W.

Cyfnod Anodd

Yn ystod y cyfnod heriol yma; mae bywyd ysgol yn wahanol iawn i'r arfer. Mae pawb wedi gorfod ymgyfarwyddo â strwythurau newydd a dulliau gwahanol. Rydym wedi croesawu nifer o blant newydd i'r ysgol yn yr Uned Feithrin; maent i gyd wedi setlo'n wych ac yn addasu'n syndod o dda i fywyd yn yr ysgol. Dyma ambell un yn mwynhau rhai o'r gweithgareddau a'r tasgau diweddar tu allan a thu mewn i'r dosbarth.

Am fwy o wybodaeth a llwyth o luniau: http://www.rhydypennau.ceredigion.sch.uk @YGRhydypennau- dilynwch ni ar drydar.

GWASANAETH
GARDDIO
ROBERT
GRIFFITHS
Am bob math o waith garddio ffoniwch
(01970) 820924

GWASANAETH
TEIPIO
GWAITH PRYDLON A CHYWIR
PRISIAU CYSTADLEUOL
PROSESYDD GEIRIAU
PRINTYDD LLIW
IONA BAILEY
PEN-Y-BRYN
SWYDDFFYNNON
YSTRAD MEURIG
01974 831580

Y Podiatrydd

Fy enw yw Angharad Fflur Dafydd a rwyf newydd ddechrau busnes Podiatreg yn Aberystwyth. Penderfynais ddychwelyd yn ôl a dechrau'r busnes newydd ar ôl bod i ffwrdd am bron ddeng mlynedd yn gweithio mewn gwahanol lefydd. Gwnaeth y cyfnod clô fy ngorfodi i gau y Clinig am gyfnod yn Llundain a brâf oedd cael dychwelyd i gefn gwlad Cymru a sylweddoli mai yn ôl yma yn Aber roeddwn am ail ddechrau ymarfer eto fel Podiatrydd.

'Rwyn wreiddiol o Dal-y- Bont a Chapel Bangor, a chefais fy addysg gynradd yn Ysgol Gynradd Tal-y-bont cyn symud ymlaen i Ysgol Uwchradd Penweddig a Phen-glais. Bum yn astudio Podiatreg rhwng 2008-2011 ym Mhrifysgol Metropolitan Caerdydd (UWIC). Roedd yn gwrs gradd gwych a fy mharatoi'n dda ar gyfer y byd gwaith mewn Podiatreg, wrth fynd ymlaen i helpu pobol efo'u problemau traed. Buaswn yn argymell y cwrs i unrhyw un sydd a diddordeb yn y maes!

Ar ôl graddio bum yn gweithio i'r Gwasanaeth Iechyd Cyhoeddus yn Truro yng Nghernyw am flwyddyn cyn symud ymlaen i ymarfer yn Winchester a Llundain. Ynghanol y cyfnod hyn cefais brofiad gwerthfawr tu hwnt a mwynha mawr oedd gweithio allan yn Awstralia am flwyddyn, cyn dychwelyd yn ôl i Brydain a dechrau clinig fy hun am y tro cyntaf yn Greenwich, Llundain.

Rwyf wrth fy modd wedi cael dychwelyd I weithio yn ôl i'm milltir sgwâr yma yn Aberystwyth. Mae'n hyfryd cael gweld y môr bob dydd wrth deithio i fy safle gwaith sydd bellach yng Ngwesty Bodalwyn ar Heol y Gogledd. Wedi dechrau fy musnes ers rhai wythnosau, un o'r profiadau gorau oll yw cael cyfathrebu a gweithio drwy'r iaith Gymraeg, a chael sgwrsio efo pobol yr ardal yn fy iaith gyntaf. Doedd dim llawer o gyfle i wneud hyn yn Llundain!

Er mwyn cael mwy o wybodaeth am yr hyn yr wyf yn ei gynnig o ran trîn traed, mae croeso i chi ymweld â fy ngwefan sef www.thepodiatristaber.co.uk . Rwyn hapus i gynnig cyngor cyffredinol ac wedi delio efo pob mathau o broblemau mae pobol yn ddioddef gyda'u traed felly peidiwch a bod ofn gofyn! Fel mae'n dweud ar y wefan y nod yw i ddarparu gofal rhagorol mewn amgylchedd gyfeillgar a chyffyrddus a'ch gadael efo traed hapus a iachus drwy'r flwyddyn!

Os hoffech wneud apwyntiad mae modd gwneud hynny trwy'r wefan neu fy ebostio/ rhoi galwad ffôn ar afd@thepodiatristaber.co.uk / 07521131354. Diolch a phob hwyl.

Trefnwyr Angladdau

C T Evans

Gwasanaeth Angladdol Teuluol Cyflawn, wedi ei arwain yn bersonol gydag urddas. Capel Gorffwys Preifat, Gwasanaeth Dydd a Nos.

01970 820013

gwyn@ct-evans.co.uk

Brongenau, Llandre, Aberystwyth SY24 5BS

inc

Amrywiaeth eang o lyfrau, cardiau, cerddoriaeth ac anrhegion Cymraeg.

CROESAWIR ARCHEBION GAN UNIGOLION AC YSGOLION

13 Stryd y Bont, Aberystwyth

01970 626 200

SIOP

SGIDIAU GWDIHW

Shan Jones

8 Ffordd Portland, Aberystwyth SY23 2NL

01970 617092

GWASANAETH

GOFAL TRAED

Ceiropodydd /podiatrydd graddedig ac wedi cofrestru efo'r

H.C.P.C., S.R.Ch., M.Ch.S., B.S.C.Pod, Dip.Pod.Med.

RHYD-Y-PENNAU

COGINIO CARTREF
CHWARAEON BYW . COFFI

01970 867 888

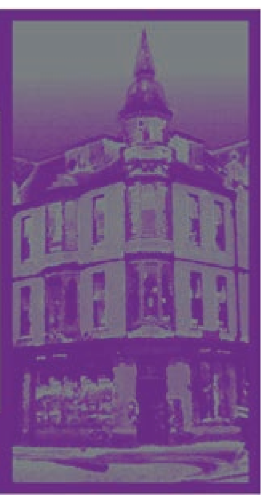
SIOP Y PETHE

Llyfrau, Cardiau Cyfarch a Cherddoriaeth a llond llawr o Grefftau ac Anrhegion

01970 617120

Nawr yn cynnig gwasanaeth Cliciwch a Casglwch ar ein gwefan

www.siopypethe.cymru



Tasg y Tincer

Wel, roedd hi'n hyfryd gweld pentwr o luniau o'r castell crand yn cyrraedd yn ystod mis Medi, drwy'r post a'r ebost. Diolch i **bawb** fu'n cystadlu: Chloe, Bow Street; Tesni Efa Davies, Llanilar; Carian, Iestyn a Tirion Evans, Y Borth; Caio Lewis, Tal-y-bont; Gwen Gibson, Penrhyn-coch.

Dy enw di, Tesni, ddaeth o'r het bigfain ddu y tro hwn – mae gen i het sy'n sortio'r enwau, fel un Ysgol Hogwarts. Llongyfarchiadau mawr i ti, Tesni!

Dwi'n siŵr ei bod yn hyfryd cael bod 'nôl yng nghwmni eich ffrindiau yn yr ysgol wedi'r holl amser ar wahân. Beth am ddathlu Calan Gaeaf ddiwedd y mis trwy wisgo dillad ffansi a cherfio siâp wyneb ar bwmpen? Oes gennych chi hoff wrach neu ddewin o fyd llyfrau neu ffilmiau? Dwi'n hoffi Rwdlan, er ei bod yn ddrygionus ac yn chwarae triciau ar bobl Gwlad y Rwla. Ac mae gan ardal *Y Tincer* ei gwrach ei hun, sef gwrach Cors Fochno, ger y Borth ... edrychwch ar y we am ei hanes.

Beth am fynd cransh-crynsh-crensian trwy'r dail sy wedi syrthio o'r coed, ac yna casglu rhai a'u gludo ar ddarn o bapur? Ydech chi'n medru enwi'r coed wrth weld siâp y dail? Mae'n dipyn o gamp! Roedd hi'n ddiwrnod pwysig iawn ar 11 Hydref – diwrnod pen-blwydd T. Llew Jones. Beth am ddysgu'r pennill yma o'i gerdd 'Dawns y Dail':

Fe waeddodd gwynt yr hydref,
Mae'n waeddwr heb ei ail,
"Dewch i sgwâr y pentre i gyd
I weled dawns y dail."

Mae gan y ffrindiau yma lond côl o bwmpenni'n barod at Galan Gaeaf! Anfonwch eich lluniau drwy ebost (anwenmai@hotmail.co.uk) neu drwy'r post at y cyfeiriad arferol, Tasg y Tincer, 3 Brynmeillion, Bow Street, Ceredigion SY24 5BP erbyn Tachwedd 1af. Ta ta tan toc.

CYMRAEG Ariennir yn Rhannol gan Llywodraeth Cymru

Enw

Cyfeiriad

Ysgol

Rhif ffôn | Oed

Clwb Cymdeithasol Pêl-droed Penrhyn-coch
CINIO DYDD SUL
PRYDAU BAR
PARTÏON
BWYDLEN BWYTY
ADLONIANT
AR AGOR O 5:30 P.M.
NOSWEITHIAU IAU A GWENER
AM BRYDIAU TEULUOL

James Memorials
Am
GOFEBAU ARBENNIG
BEDDARGRAFFIADAU
ADNEWYDDU O SAFON
ARWYDDION AR DAI A BUSNESAU
Gofynnwch am bamffled rhad ac am ddim
James Memorials
Vicarage Crossing,
Llandre, Bow Street
Ffôn: (01970) 820 111

JONATHAN LEWIS
Saer Coed / Adeiladydd
01970 880 652
07773 442 260
LLWYNDAFYDD,
CAPEL BANGOR
ABERYSTWYTH

ISSN 0963-925X
9 770963 925009 >
Rhif 432 | Hydref 2020