Papur Elim, Heol Awst a'r Priordy

GOFALAETH CAERFYRDDIN A BANCYFELIN

Oll yn eu gynau gwynion,
Ac ar eu newydd wedd,
Yn debyg idd eu Harglwydd
Yn d'od i'r lan o'r bedd.

Eirlysiau – Albert Evans Jones (Cynan) (1895-1970)

Rhifyn 6
PAPUR CHWEFROR 2025

Gair gan ein Gweinidog

AM ryw reswm sydd y tu hwnt i fy neall i, rwyf wrth fy modd yn casglu a gwisgo sanau (socs) lliwgar. Mae’r diddordeb yma wedi bod gen i ers pan oeddwn yn blentyn! Nid wyf yn cofio’r un Nadolig heb o leiaf un pâr o sanau newydd lliwgar yn fy hosan Nadolig. Ac mae’r arfer yn parhau! A minnau nawr yn oedolyn, ac yn dal i hoffi fy sanau lliwgar, rwy’n gweld bellach gyfle i ddefnyddio fy hoffter o sanau lliwgar i gefnogi elusennau gwahanol.

Ymhlith fy nghasgliad mae sanau MacMillan sy’n dod allan ar gyfer y bore coffi blynyddol, sanau Diwrnod Plant Mewn Angen, sanau Sefydliad Prydeinig y Galon, sanau sy’n cefnogi elusen Ymddiriedolaeth Cŵn, sanau a brynwyd i gefnogi Parc Cenedlaethol Sir Benfro ac wrth gwrs fy sanau arbennig sy’n cael eu gwisgo ar 21 Mawrth bob blwyddyn, sef Diwrnod Cenedlaethol Codi Ymwybyddiaeth o Syndrom Downs - i enwi ond rhai ohonynt.

Rwy’n hoff iawn o brynu sanau Bamboo sy’n cael eu gwneud allan o ddeunyddiau organig a chynaliadwy. Diolch am y pâr hyfryd o sanau Bamboo gyda’r wisg Gymreig arnynt a dderbyniais yn anrheg Nadolig gan ffrindiau sydd yn amlwg yn gwybod am fy hoffter o sanau!

Yn ystod y blynyddoedd diwethaf rwyf wedi bod yn prynu sanau sy’n cael eu cynhyrchu gan gwmni *Stand 4 Socks.*
Mae’r cwmni hwn yn darpau nid yn unig sanau o bob lliw a llun (gan gynnwys fy sanau gyda baner Cymru arnynt sy’n cael eu gwisgo adeg gemau rygbi rhyngwladol!) ond hefyd bâr o sanau arbennig ar gyfer y digartref am bob pâr o sanau rydych yn eu prynu. Gallwch ddarllen yr hanes yn llawn ar eu gwefan https://www.stand4socks.com

STAND4 SOCKS

Cawsom ychydig ddyddiau hyfryd yn Efrog Newydd dros y Flwyddyn Newydd. Yn wahanol i'r twristiaid arferol sy'n dod â magned i'r oergell, sioced neu feiro adre o'r wlad bell, fy newis i? Pâr o sanau Efrog Newydd wrth gwrs!

Pan oeddwn yn Llywydd Undeb yr Annibynwyr cefais wahoddiad i oedfa arbennig yn Neuadd Westminster, Llundain ar gyfer dathliad 50 mlynedd ers sefydlu'r Eglwys Ddiwygiedig Unedig (URC), ac ie, cefais bâr o sanau'r dathlu yn rhodd! Gwnaed y sanau dathlu hyn gan gwmni Holy Socks – Faith on your Feet. Dyma gwmni sy'n cynhyrchu sanau gydag adnodau Beiblaidd neu ddelwedau Beiblaidd arnynt. Fe welwch fod y pysgodyn, sy'n hen symbol ar gyfer Cristnogaeth, ar sanau dathlu'r URC. Cewch ddarllen mwy am yr Holy Socks ar y wefan hon https://holysocks.co.uk/about-us

Holy Socks®
Faith on your Feet

'Gwisgwch amdanoch yr Arglwydd Iesu' meddai'r Apostol Paul. Wel… fe ddechreua i gyda fy Sanau Sanctaidd!

OND o ddifri, mae modd cefnogi elusenau a phob math o achosion da drwy'ch traed! Beth amdani gyfeillion!

Gweddïwn

I Dduw, sydd o hyd yn maddau,
o hyd yn caru,
ac o hyd yn cynnig cychwyniad newydd,
bydded anrhydedd a gogoniant,
y moliant a'r diolchgarwch,
heddiw a hyd byth,

Amen

Gwefan yr Undeb: www.annibynwyr.org

DARLLENIADUR

Mis Chwefror	Darlleniad
Wythnos 1	Salm 71: 1-6
Wythnos 2	Salm 138
Wythnos 3	Salm 1
Wythnos 4	Salm 37: 1-11, 39-40

DIOLCH YN FAWR

Cydnabyddir yn ddiolchgar gyfraniad

DYDD GWEDDI'R BYD
a
HENRY A BRONWEN WILKINS
a
JOHN A CARYS GREEN

at gyhoeddi'r Papur y mis hwn

YN DYMUNO NODDI PAPUR YR OFALAETH?
Cyswllt
PHILIP JONES
Trysorydd
☎ 01267 233437 / info@maxevans.co.uk

AT SYLW AELODAU'R PRIORDY
YN DYMUNO CYFAMODI?

DENNIS JONES
YSGRIFENNYDD Y CYFAMODI
Croeso i chi gysylltu ag e!

Alison Parsons….

OEDFA GYNTAF 2025

AM ffordd arbennig i groesawu'r flwyddyn newydd!

Daeth y Priordy, Cana a Bancyfelin ynghyd i'r oedfa a oedd dan ofal Ysgol Sul Cana a chafwyd cyflwyniad arbennig.

Ar ôl i Meleri gyhoeddi, daeth Veronica o Bancyfelin i gyhoeddi'r emyn cyntaf. Yna daeth Macsen ac Ava ymlaen, Roedden nhw'n ceisio datglymu'r goleuadau Nadolig, a chafwyd rhybudd ganddynt i fod yn ofalus wrth drafod trydan. Aethant ymlaen i esbonio fod yna nifer o rybuddion a'i bod hi'n bwysig i ni gymryd sylw ohonynt. Daeth nifer o'r plant ymlaen i ddangos arwyddion o rybudd, *dim rhedeg; gall ffrwydro; dim cerdded; gwenwynig; dim nofio; peryg goleuadau traffig* ac yn y blaen. Gwnaeth Effi a Lilwen drafod pwysigrwydd gwrando ar rybuddion i'n cadw'n ddiogel. Yna dywedodd Meilyr bod y Nadolig cyntaf yn llawn o rybuddion hefyd.

Daeth Anni, Elis, Effi, Manon, a Lilwen ymlaen i ddangos cymeriadau golygfa'r geni i ni, a Macsen i esbonio bod Mair a Joseff wedi cael negeseuon a rhybuddion gan yr angylion a'u bod nhw wedi gwrando arnynt.

Bu Gwion, Mari, Lilwen, Anni, Manon, Ava ac Elis yn dweud wrthym am y doethion yn teithio i weld y baban Iesu, ac yn cael rhybudd gan Dduw i beidio â mynd yn ôl at Herod oherwydd ei fod yn mynd i ladd y baban bach, ac am y rhybudd a gafodd Joseff i ddianc oherwydd perygl mawr. Diolch byth fod Joseff a'r Doethion wedi gwrando ar y rhybuddion a gawsant. Esboniodd y plant y neges yn glir i ni i gyd, sef bod angen gwrando ar rybuddion i'n cadw'n ddiogel.

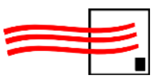
Canwyd y gân Noel, Noel yn swynol iawn gan y plant i gyd. Yna cafwyd gweddi gan Mari, yn diolch am yr holl bethau sy'n ein cadw'n ddiogel.

Roedd y plant wedi gweithio'n hynod o galed, a phob un ohonyn nhw wedi gwneud yn wych. Diolchwyd iddyn nhw gan Bet-Wyn am

eu gwaith ac i’w rhieni a fu mor gefnogol ac i Rhian a fu wrthi yn eu hyfforddi.

Canwyd emyn cyn cynnal Cymun cynta’r flwyddyn. Cynorthwywyd ein Gweinidog yn ystod y Cymun gan Edward Jones (C), Joanne Richards (B), Adrian Evans a Huw Jones (P). Yr organydd oedd Eira Phillips.

BRAF iawn oedd gweld y plant i gyd wrth eu boddau, ar ôl gwneud cyflwyniad mor hyfryd.



BLYCHAU STAMPIAU A CHETRYS
Y PRIORDY
Croeso i chi gyfrannu – y cyfan yn mynd at achoson da

YSGOL SUL CANA YN ARWAIN OEDFA DECHRAU'R FLWYDDYN YN Y PRIORDY

Y PLANT WRTHI'N DDIWYD YN YSGOL SUL ELIM

Angharad Wyn…

Oedfa Deulu – 12 Ionawr 2025

I gyfeiliant y band, cyrhaeddodd pawb gan lenwi llawr gwaelod y capel yn gyfforddus.

Greta a Miriam oedd y cyntaf i'r pulpud i gyhoeddi'r emyn gyntaf.

Ar ôl sicrhau bod digon o helpwyr i wneud y casgliad, cyhoeddodd Alys a Mali'r ail emyn i ni.

Er mai edrych ymlaen rydym yn ei wneud yn aml ar ddechrau blwyddyn, roedd hi'n arbennig iawn cael edrych yn ôl ar luniau o wasanaeth Nadolig yr Ysgol Sul; roedd gweld wynebau'r angylion, y bugeiliaid, y pentrefwyr, y gwŷr doeth a Herod ei hun yn cynhesu rhywun ac yn atgof hyfryd i'w ailfyw. Diolch Beti-Wyn am greu'r ffilm ac i Tudur Dylan am dynnu gymaint o luniau arbennig yn ystod y gwasanaeth.

Ymlaen â ni wedyn i glywed Meredydd a Gwydion yn sôn am groesawu'r flwyddyn newydd ar draws y byd; o ynys Kiribati i Indonesia, ac o Azerbijan i Gymru fach!

Wrth sôn am y flwyddyn newydd, mae'r gair "addewidion" yn mynd law yn llaw a chawsom ein atgoffa bod Duw wedi addo ein caru ni gyd ac nid yw byth wedi torri ei addewid.

Cadi ac Ifan fuodd yn ein harwain ni mewn gweddi cyn i Cadi a Hedd gyhoeddi'r drydedd emyn.

Roedd hi'n hyfryd cael clywed y plant yn canu ar ddechrau'r flwyddyn hefyd; daeth parti ohonynt ynghyd i ganu "Diolch Diolch Iesu". Mor hyfryd cael clywed lleisiau'r plant unwaith eto.

Wedi holl waith caled y plant, roedd hi'n bryd iddyn nhw orffwys a thro Beti-Wyn oedd hi i ddweud gair nawr. Cawsom glywed am arferion da ac arferion drwg ganddi. Gyda help Gwydion a Meredydd yn dal bodiau anferthol yn yr awyr, cafodd y plant gyfle

i benderfynu os oedd rhywbeth yn arfer da neu yn arfer drwg….

efallai mai'r un yw'r bwriad gyda sawl un ohonom ar ddechrau bob blwyddyn… ydy symud mwy a bwyta llai yn canu cloch?! Beth bynnag fo'n harferion gwael ni i gyd, galwodd Beti-Wyn ar i ni ganolbwyntio ar beth allwn ni'i wneud er lles Duw, er lles eraill ac er ein lles ni'n hunain.

Ar ddiwedd yr oedfa, cafodd pawb wahoddiad i lawr i'r festri am baned a chacen go arbennig yng nghwmni un dyn a gafodd cryn syrpreis…. ond stori arall yw honno!

Yn y Festri wedi'r Oedfa!

Syndod mawr i Alun Charles oedd gweld beth a wnaeth ar ôl cyrraedd y festri - pawb o gwmpas y byrddau'n barod am de parti!

Efallai mai'r syndod mwyaf oedd ymddangosiad ei blant a'r wyrion o'r tu ôl i'r llenni!

Cafwyd geiriau caredig iawn gan Sulwyn Thomas, Cadeirydd Swyddogion yr Ofalaeth a fu'n cydweithio ag Alun dros y 27 o flynyddoedd y bu wrthi fel ysgrifennydd, cyn i Beti-Wyn ddarllen cywydd o ddiolch iddo o waith Tudur Dylan yn ogystal â rhodd.

Braint Alun wedyn oedd torri'r deisen arbennig, gyda logo'r capel a llyfr cofnodion arni (!) a dweud gair neu ddau o ddiolch a mynegi iddo fwynhau'r gwaith fel ysgrifennydd yn fawr a derbyn llawer yn sgil hynny.

Roedd hi wedyn yn amser i ni i gyd fwynhau darn o'r deisen a chymdeithasu uwchben paned – diolch i garedigrwydd chwiorydd diwyd y Priordy.

CWRDD PLANT CYNTA'R FLWYDDYN YN Y PRIORDY

I Alun Charles ar derfyn ei gyfnod fel Ysgrifennydd y Priordy

Arwyr bob un ydyn nhw,
y sawl na fynnant sylw,
y distaw gweithgar dystion
ymhob plwy o Fynwy i Fôn,
golud o hyd i'n gwlad ŷnt...
Alun sy'n un ohonynt.

Yn dawel ddirgel fe ddaw
Alun i daro'r alaw;
y diymhongar arwr,
ac i ninnau'r gorau gŵr,
y cawr hoff yn cario'r iau,
hyn i gyd ers degawdau.

Heb ludded gwna galedwaith
pythefnos mewn wythnos waith;
i'w ardal a'i Briordy
hwn ydyw'n tad yn y Tŷ,
Alun hael heb ddisgwyl nôl,
Moses y Papur misol!

Celu'i waith heb geisio clod
wna'r un sy'n weithiwr hynod;
diorffwys i'w eglwys yw
yr un dedwydd, ffrind ydyw,
hyn o barch a rown bob un
yn wylaidd, diolch Alun.

Tudur Dylan Jones

LLUN O GYFARFOD CYNTAF CHWIORYDD ELIM YN Y FLWYDDYN NEWYDD

CYFARFODYDD I DDOD

Dyddiad	Diwrnod	Amser	Lle	Digwyddiad
11.02 2025	**Mawrth**	**2**	**Festri Elim**	**Janet Nott**
28.03.2025	**Gwener**	**7**	**Festri Elim**	**Dathlu Gŵyl Dewi**
29.04.2025	**Mawrth**			**Taith Ddirgel**

CWIS Y DIARHEBION CYMRAEG

Mae pob dihareb yn dechrau gyda'r llythyren 'B'

Llanwch y Bylchau! Rhowch gynnig arni! Ceisiwch ddyfalu beth yw'r gair coll!
Pob lwc!!

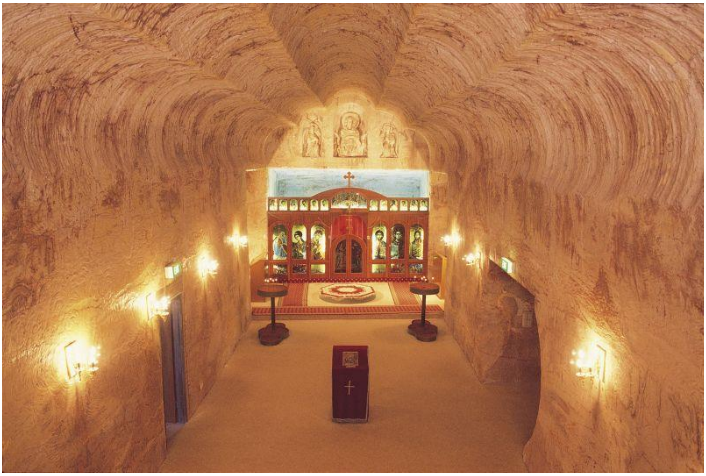
1	Bach yw hedyn pob ----
2	Balchter heb droed, ni safodd -----
3	Balchder o flaen -----
4	Bedd a wna bawb yn ----
5	Bolaid ci a bery ---
6	Bore gan bawb pan ---
7	Buan ar farch, buan i'r ---
8	Bwrw â'th unllaw, cais â'th ddwylaw
9	Bwrw'r bai ar ei ---
10	Byddar a gaiff ---

Atebion ar Dudalen 21

CYFRES YR EGLWYSI ANGHYFFREDIN

Edrychwn yn bennaf ar yr adeiladau

Eglwys Uniongred Serbaidd Coober Pedy, Awstralia



Mewn tref lle mae pobl yn byw ac yn gweithio o dan y ddaear, dim ond priodol yw gosod eu heglwys o dan y ddaear hefyd.

Wedi'i lleoli yn nhref lofaol opal Coober Pedy, De Awstralia, adeiladwyd yr eglwys Uniongred Serbaidd danddaearol hon o fwynglawdd opal segur, yn union fel y rhan fwyaf o gartrefi'r preswylwyr.

Mae tymereddau dydd Coober Pedy yn aml yn cyrraedd 40 gradd canradd neu fwy, felly adeiladu cartrefi ac adeiladau cyhoeddus dan y ddaear yn bendant yw'r opsiwn mwyaf gwaraidd!

PEN-BLWYDD HAPUS!

FredaThomas (HA) yn derbyn tusw o flodau gan ei Gweinidog ar ran aelodau Heol Awst ar achlysur ei phen-blwydd arbennig.

CENWCH I'R ARGLWYDD GANIAD NEWYDD!

Dyna oedd thema myfyrdod ein Gweinidog wrth i aelodau Elim, Heol Awst a'r Priordy ddod ynghyd i gydaddoli yn Heol Awst ar fore Sul olaf y mis. Ein dyletswydd fel Cristnogion yw rhoi heibio trais a chasineb gyda chân newydd o gariad, gras, cyfiawnder a thrugaredd a rhoi'r cyfan ar waith yn unol â dymuniad Duw drwy Iesu. Roeddem newydd ddathlu Diwrnod Martin Luther King ar 20 Ionawr a'i weledigaeth yntau yn ei araith fawr *Mae gen i freuddwyd* ble mae'n sôn am holl bobl Dduw'n byw'n rhydd a heddychlon mewn byd a lywodraethir gan wirionedd a chyfiawnder yn symbyliad pellach i ni gydweithio mewn cytgord yn y cyfnod ansicr hwn. Catrin Heledd Jones (P) gyflwynodd y darlleniad o'r Beibl. Roedd Llio Dyfri wrth y piano.

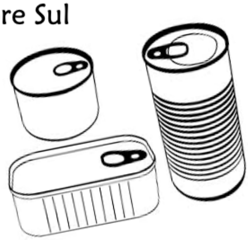
IFANC@GOFALAETH

Yr Ysgolion Sul

Da clywed a gweld bod yr Ysgolion Sul wedi ailgychwyn yn dilyn saib cwbl haeddiannol wedi'r Nadolig. Rydym yn edrych ymlaen at dymor cyffrous arall.

Y Banc Bwyd

Bu Ysgol Sul Y Priordy ar daith i'r Banc Bwyd fore Sul 26 Ionawr. Cafwyd amser da a diddorol iawn yn ôl pob sôn. Mae lluniau mewn man arall yn y papur hwn. Rydym wedi trefnu bod Ysgol Sul Elim yn ymweld â'r banc bwyd yn fuan hefyd!



Chwilotair Llythyren 'Y'

Dyma'r lythyren olaf yn y Wyddor Gymraeg.
Beth fydd thema'r Chwilotair fis nesaf tybed?

Y	O	D	Y	M	S	I	M	D	G	A	W	D	Y
Y	I	Y	D	S	D	M	Y	S	G	S	D	D	D
N	S	O	U	N	B	I	Y	L	A	O	D	U	L
D	L	T	M	R	T	R	N	U	Y	F	S	Y	A
Y	D	R	O	Y	O	Y	Y	F	E	D	Y	L	N
M	I	B	Y	R	R	L	S	D	T	R	E	I	R
D	Y	Y	S	R	D	N	O	E	D	D	Y	B	R
A	Y	Y	G	D	D	Y	N	U	R	Y	L	M	P
W	Y	N	R	N	O	I	P	R	O	G	S	Y	P
E	D	D	Y	N	N	E	F	I	R	G	S	Y	O
L	D	A	T	G	N	Y	S	T	A	D	U	U	Y
U	O	S	H	Y	U	D	D	Y	N	O	L	M	Y
F	R	H	U	T	E	D	S	Y	R	L	S	D	E
Y	P	Y	R	O	A	L	L	O	S	S	G	D	D

YSGRIFENNYDD
YSTORDY
YFED
YSGRYTHUR
YSBRYD
YNYS
YSTAD
YMLONYDDU
YSGORPION
YMDAWELU
YMBIL
YDLAN

Hwyl tan y tro nesaf!
Beti-Wyn

Adnod i'w chofio
'Dywedodd Iesu
"Chi ydy'r golau sydd
yn y byd."'

PANED A SGWRS CYNTAF Y FLWYDDYN NEWYDD YNG NGWESTY'R LLWYN IORWG

PANED A SGWRS

Gwesty'r Llwyn Iorwg
Bore Mercher 19 Mawrth 2025 am 10.30
Cyfle am baned, sgwrs a myfyrdod byr

OEDFA BASG CARTREF PLAS Y DDERWEN
Prynhawn Gwener – 4 Ebrill – 2.30 o'r gloch
gyda'n
Gweinidog
Croeso i bawb

BWYD I’R MEDDWL!!

RHAI FFEITHIAU AC YSTADEGAU AM WASTRAFFU BWYD – 2024

Yn ein rhifyn diwethaf, dyfynnwyd data mewn perthynas â gwylio’r teledu. Y tro hwn dyma droi at wastraff bwyd a rhai ffeithiau a fydd, o bosib, o ddiddordeb.

Mae traean y bwyd a gynhyrchir yn fyd eang yn cael ei daflu i ffwrdd.

Mae’r Deyrnas Unedig (DU) yn gwastraffu 9.52 miliwn o dunelli o fwyd bob bwyddyn.

Mae'r cyfanswm hwn yn ddigon i fwydo mwy na 30 miliwn o bobl y flwyddyn - ond mae 8.4 miliwn yn byw mewn tlodi bwyd yn y DU.

Mae WRAP (Waste and Resources Action Programme) yn amcangyfrif bod 70% o wastraff bwyd yn dod o aelwydydd (6.7 miliwn tunnell), 16% gan weithgynhyrchwyr, 12% gan wasanaethau lletygarwch a bwyd, a 2% o'r diwydiant manwerthu.

Gellid bod wedi bwyta 6.4 miliwn tunnell (67%) o'r bwyd gwastraff hwn! Ar aelwydydd y DU, amcangyfrifir bod y nifer hwn yn dringo i gymaint â 70%.

Amcangyfrifir bod gwerth bwyd sy'n cael ei wastraffu gan aelwydydd y DU bob blwyddyn oddeutu £14 biliwn.

Mae'r cartref cyffredin yn gwario £470 ar fwyd sy'n dod i ben yn y bin bob blwyddyn.

Y DU sy'n cynhyrchu'r swm mwyaf o wastraff bwyd yn Ewrop.

Mae'r sector lletygarwch a gwasanaeth bwyd (gan gynnwys bwytai, gwestai ac arlwyo) yn cynhyrchu tua 920,000 tunnell o wastraff bwyd bob blwyddyn.

Mae'r sector manwerthu yn y DU yn cyfrannu tua 270,000 tunnell o wastraff bwyd bob blwyddyn, gydag archfarchnadoedd yn ffynhonnell bwysig.

Dim ond 7% o gyfanswm y gwarged bwyd yn y sectorau manwerthu a gweithgynhyrchu yn y DU sy'n cael ei ailddosbarthu ar hyn o bryd.

Mae gwastraff bwyd yn y DU yn cynhyrchu tua 25 miliwn tunnell o allyriadau nwyon tŷ gwydr bob blwyddyn, gan gyfrannu at newid yn yr hinsawdd.

Ar gyfartaledd, mae pob person yn y DU yn gwastraffu tua 70 kg o fwyd y flwyddyn, sy'n gyfwerth â 140 o brydau bwyd.

Mae Llywodraeth y DU wedi gosod targed i leihau gwastraff bwyd 20% erbyn 2025 ac mae WRAP am gyrraedd 50% erbyn 2030.

Y 5 prif fwydydd sy'n cael eu gwastraffu yn y DU yw:

BARA
Bara yw un o'r eitemau bwyd sy'n cael eu gwastraffu amlaf yn y DU. Amcangyfrifir bod tua 900,000 tunnell o fara yn cael eu gwastraffu bob blwyddyn, ar lefelau cynhyrchu a defnyddwyr.

TATWS
Mae tatws yn gyfrannwr gwastraff bwyd mawr arall yn y DU. Mae tua 750,000 tunnell o datws yn cael eu gwastraffu bob blwyddyn, yn aml oherwydd gorbrynu, difetha neu amherffeithrwydd esthetig.

LLAETH
Mae llaeth yn gynnyrch darfodus iawn, ac mae tua 490,000 tunnell o laeth yn cael eu gwastraffu bob blwyddyn yn y DU. Gall y gwastraff hwn ddigwydd oherwydd ffactorau fel dod i ben, storio amhriodol, neu gynhyrchu dros ben.

BANANAS
Mae bananas yn ffrwyth sy'n aml yn cael ei wastraffu mewn symiau mawr. Mae tua 190,000 tunnell o fananas yn cael eu taflu bob blwyddyn, yn bennaf oherwydd amherffeithrwydd goraeddfedu neu gosmetig.

SALAD A LLYSIAU
Mae salad a llysiau, gan gynnwys letys, tomatos, ciwcymbrau, a llysiau gwyrdd deiliog eraill, yn cyfrannu'n sylweddol at wastraff bwyd. Mae tua 170,000 tunnell o salad a llysiau yn cael eu gwastraffu bob blwyddyn yn y DU, yn aml oherwydd difetha, gorbrynu neu safonau ansawdd a osodir gan fanwerthwyr.

Yma yn Sir Gâr mae'r casgliadau bwyd yn digwydd yn wythnosol. Mae'r bwyd yn cael ei droi'n ynni a gwrtaith. Gall 6 bag te sydd wedi'u hailgylchu gynhyrchu digon o drydan i wneud paned arall.

Mae rheoliadau newydd Llywodraeth Cymru yn ei gwneud yn ofynnol i bob busnes, y sector cyhoeddus a sefydliad trydydd sector yng Nghymru wahanu deunyddiau ailgylchadwy fel y mae'r rhan fwyaf o ddeiliaid tai yn ei wneud ar hyn o bryd.

Bwriad y Rheoliadau hyn yw gwella ansawdd a maint y casgliadau gwastraff ledled Cymru, yn fwyaf nodedig drwy ei gwneud yn ofynnol i wastraff bwyd gael ei wahanu a'i gasglu ar wahân pan fydd unrhyw fusnes yn cynhyrchu mwy na 5cg yr wythnos yn unig.

Daeth y rheoliadau newydd i rym ar 6 Ebrill 2024.

CYFARFODYDD DIACONIAID AC YMDDIRIEDOLWYR EIN GOFALAETH			
ELIM	Prynhawn Gwener 21 Chwefror	1.30	Capel Elim
HEOL AWST	Prynhawn Mercher 19 Chwefror	2.00	Festri Heol Awst
Y PRIORDY	Nos Lun 17 Chwefror	7.30	Festri'r Priory
CWRDD BLYNYDDOL Y PUM EGLWYS			
NOS LUN, 17 MAWRTH 2025 – 7.00 – FESTRI HEOL AWST			

CWIS Y DIARHEBION - ATEBION			
1	mawredd	6	godo
2	erioed	7	arch
3	cwymp	8	ddwylaw
4	gydradd	9	berchen
5	dridiau	10	gyffelyb

Joseph Rowntree
1836-1925

FAINT o siocled fwytoch chi dros y Nadolig? Gomod efallai? Dywedir fod llawer o bobl yng Ngwledydd Prydain yn 'siocoholig'. Ydych chi'n un ohonyn nhw, tybed?!

Wel, mae gwyddonwyr yn meddwl bod siocled yn gallu helpu i leihau'r risg o gael strôc, mae'n gallu helpu person i deimlo'n fwy effro, i ymlacio ac i leddfu peswch. Po uchaf yw canran y coco, y gorau yw ansawdd y siocled. A gorau oll os ydym yn prynu bar o siocled Divine, sef siocled Masnach Deg sy'n helpu'r ffermydd teuluol bach yng Ngorllewin Affrica drwy dalu pris teg am y coco sy'n cael ei ddefnyddio gan y cwmni. Ond cofiwch, gyfeillion, dyw bwyta gormod o siocled ddim yn dda i chi. Mae gofyn i ni drin siocled fel trît i'w fwyta bob hyn a hyn, nid fel rhan arferol o'n deiet pob dydd – ac mae siocled tywyll yn well i chi na siocled golau.

Wel, ganrif yn ôl i'r mis hwn y bu farw **Joseph Rowntree,** y Crynwr a'r dyngarwr adnabyddus a'r gwneuthurwr a'r masnachwr siocled llwyddiannus, ar 24 Chwefror 1925.

Fe'i ganed yn Efrog 24 Mai 1836 i Sara a Joseph a oedd yn cynnal siop groser yng nghanol y ddinas. Ar ôl colli'i dad yn 1859 cymerodd y busnes drosodd gyda'i frawd John Stephenson Rowntree. Roedd brawd arall, Henry Isaac yn berchen ffatri siocled yn Efrog ac aeth Joseph i weithio gydag e ym 1859. Roedd y ffatri mewn trafferth a dawn fusnes Joseph a helpodd i'w chodi'n ôl ar ei thread.

Roedd Joseph yn benderfynol o gynhyrchu cynnyrch o ansawdd uchel ac roedd hefyd wedi ymrwymo i les ei weithlu. Roedd yn gyfrifol am lawer o syniadau blaengar yn y ffatri a dyluniodd un newydd, gydag amodau gwaith llawer gwell, a agorodd ym 1883. Fe oedd yn gyfrifol am gyflwyno un o'r cynlluniau pensiwn galwedigaethol cyntaf. Rhoddodd lyfrgell i'w weithwyr, addysg am ddim, swyddog lles cymdeithasol, meddyg a deintydd.

Pan fu farw Harri yn 1883 cymerodd Joseph y ffatri drosodd. Ymunodd ei ddau fab, John Wilhelm a Benjamin Seebohm, ag e, a dechrau cyflwyno syniadau newydd i'r busnes, a ysgogwyd efallai gan lwyddiant mawr y Cadburys yn Bournville. Dechreuodd Rowntree's hysbysebu, a datblygu cynhyrchion newydd a phoblogaidd, yn enwedig pastiliau ffrwyth. Ffynnodd y busnes, ac ym 1902 galluogodd hyn iddo brynu 150 erw o dir yn New Earswick, y tu allan i Efrog, lle'r adeiladodd gartrefi i deuluoedd incwm isel. Roedd yn credu mai'r ffordd i unioni anghyfiawnderau'r byd oedd drwy daro at eu gwreiddiau yn hytrach na cheisio lleddfu eu heffeithiau gwael. Ym 1904, rhoddodd hanner ei gyfoeth i'r ymddiriedolaethau elusennol a grëodd ac mae'r gwaith dyngarol yn parhau hyd heddiw.

Yn 1897 daeth Rowntree's & Co yn Rowntree's Limited gyda Joseph Rowntree yn gadeirydd. Unodd y cwmni gyda John Mackintosh & Sons ym 1969 a daeth yn adnabyddus fel Rowntree Mackintosh. Fe'i cymerwyd drosodd gan Nestlé yn 1988.

Cymerodd Joseph Rowntree ddiddordeb mawr yn natblygiad cyfleusterau ar gyfer pobl Efrog. Chwaraeodd ran bwysig yn y gwaith o sefydlu Llyfrgell Gyhoeddus Efrog. Bu hefyd yn athro yn Ysgol Oedolion y Sul yn Efrog. Gwasanaethodd ar bwyllgorau dwy ysgol y Crynwyr yn Efrog, a phrynodd y tir ar gyfer Ysgol Hill. Ym 1921 agorodd Barc Rowntree fel cofeb i'r rhai a fu farw yn y Rhyfel Byd Cyntaf.

Priododd ddwywaith. Gwnaeth ei fab Benjamin Seebohm Rowntree astudiaeth o dlodi, gan gyhoeddi'r canfyddiadau mewn llyfr o'r enw "Tlodi, astudiaeth o fywyd y dref" ym 1901. Cafodd Joseph Rowntree ddylanwad mawr ar waith ei fab. Cymerodd gredoau'r Crynwyr i'w fywyd bob dydd. Roedd yn mynychu Cyfarfod Efrog yn rheolaidd.

Claddwyd Joseph Rowntree yn ysbyty seiciatryddol The Retreat yn Efrog. Bu'n llywodraethwr yr ysbyty hwn am dros 40 mlynedd. Gadawodd waddol werthfawr a dylanwadol ar ei ôl.

MAE Sefydliad Joseph Rowntree yn elusen sy'n cynnal llawer iawn o achosion da. Mae'n ariannu ymchwil, er enghrafft, sydd â'r nod o ddatrys tlodi yn y Deyrnas Unedig. Ei nod yw 'ysbrydoli gweithredu a newid a fydd

yn creu Teyrnas Unedig ffyniannus heb dlodi.’ Yma yng Nghymru wedyn bu’n gymorth i’r Rhwydwaith newydd dros Heddwch a Chyfiawnder. Mae Heddwch ar Waith wedi ei ariannu trwy Ymddiriedolaeth Elusennol Joseph Rowntree gyda’r bwriad o gynyddu’r cydweithio rhwng mudiadau heddwch a chyfiawnder er lles pobl a chymunedau Cymru a’r byd.

CORNEL
CODI GWÊN!

Syrthiodd pregethwr i’r môr. Ni allai nofio. Pan ddaeth cwch heibio, gwaeddodd y capten, "Ydych chi angen help, syr?" Dywedodd y pregethwr yn bwyllog " Na, fe fydd Duw yn fy achub."
Ychydig yn ddiweddarach, daeth cwch arall heibio a gofynnodd pysgotwr, "Hei, a oes angen help arnoch?" Atebodd y pregethwr eilwaith, " Na, fe fydd Duw yn fy achub."
Boddi bu hanes y pregethwr yn y diwedd, ac aeth i'r nefoedd. Wedi cyrraedd y nefoedd gofynnodd y pregethwr i Dduw, "Pam na wnes di fy achub?" Atebodd Duw, "Ffwl, fe anfonais ddau gwch atat!"

CÔR MEIBION CAERFYRDDIN

CYNGERDD

Dydd Sadwrn - 12 Ebrill 2025 - 7
Eglwys Crist, Heol Awst, Caerfyrddin

Artistiaid Gwadd **Catrin Aur (Soprano)** **Aled Wyn Davies (Tenor)**	**Pumpawd Offerynnol** **Saxybrass** **Parti Merched y Castell**

Organydd a Chyfeilydd Gwadd – Meirion Wynn Jones

Arweinydd – Y Parchedig Wyn Maskell
Cyfeilyddes - Heather Williams

Tocynnau: £15

YSGOL SUL ELIM YN MWYNHAU WRTH DDYSGU

YSGOL SUL Y PRIORDY'N YMWELD Â'R BANC BWYD

EIN cofion cynnes at bawb sy'n anhwylus y dyddiau hyn, yn enwedig y rhai sy'n cael neu wedi cael triniaeth yn yr ysbyty a phawb sydd mewn cartrefi ac yn gaeth i'w haelwydydd ar hyn o bryd. Meddyliwn yn arbennig y mis hwn am Jeff Thomas (HA) ac Alan Jones (HA). Cofion cynnes atoch i gyd.

Menna Elfyn (P) yw'r person diweddaraf i gyflwyno darlith flynyddol Waldo Williams a bu ar Raglen Dei Tomos ar Radio Cymru'r mis diwethaf yn sôn am y bardd.

Tybed faint ohonoch sy'n gwylio operâu sebon ar y teledu neu wrando arnynt ar y radio? Dathlodd Pobl y Cwm ben-blwydd yn 50 oed ar 16 Hydref 2024. Mae EastEnders wedyn yn dathlu pen-blwydd yn 40 oed y mis hwn. Bu Elinor Wyn Reynolda (P) yn sôn am hyn ar Raglen Aled Huws ar Radio Cymru gan grybwyll bwriad cyffrous EastEnders i ddarlledu'n fyw ar y noson a gadael i ran o'r stori gael ei phenderfynu gan y gwylwyr (drwy bleidlais ymlaen llaw).

Mae'n ffasiynol y dyddiau hyn i gadw ci! Ar Y Ci Perffaith ar S4C mae cyfle i deulu ddod o hyd i'r ci hwnnw. Cafodd teulu'r Evansiaid - Cadi Wyn, Hedd ac Ilan o Ysgol Sul y Priordy a'u rhieni wneud hynny'n ddiweddar. Cawsant gwmni dau gi am gyfnod cyn dewis cocapw bach hyfryd! Pob hwyl iddynt yng nghwmni aelod diweddaraf y teulu!

Llongyfarchiadau mawr i'r canlynol:

- Edward Morgan sy'n dathlu pen-blwydd arbennig ym mis Chwefror
- Margaret Davies (HA) sydd Newydd ddathlu pen-blwydd arbennig
- Ann Bowyer (P) sydd wedi dod yn hen-famgu am y tro cyntaf. Ganwyd Mylo y mis diwethaf

- **Rhiannon Jones (P) ar ennill gradd Meistr mewn Gwyddor Da Byw, Aberystwyth**

Unrhyw newyddion ar gyfer rhifyn Mawrth i'n Gweinidog neu Alun Charles

CYDYMDEIMLAD

Estynnwn ein cydymdeimlad cywir â nifer o deuluoedd sydd wedi colli anwyliaid yn ddiweddar:

Dilwyn Davies (E) ar farwolaeth ei chwaer yng nghyfraith Eirlys Ann Davies, Rhydybont,Llanybydder, modryb i Ionawr a Dylan.

Ifor Evans ac Ann Evans (P) ar golli chwaer yng nghyfraith, Eiry Evans, Pen-bre.

Dave Thomas (HA) ar farwolaeth ei chwaer yng nghyfraith (gwraig brawd Anita ei ddiweddar briod).

Roy James (HA), Freda Thomas (HA) ac Elfyn James (HA) ar golli colli cefnder, Noel James, Meidrim.

Trist oedd gennym glywed am golli Tony Lewis yn dilyn brwydr ddewr yn erbyn afiechyd. Hyfrydwch bob amser oedd cael ei gwmni ef a'i briod Julia yn oedfaon yr ofalaeth ynghyd â nifer o ddigwyddiadau cymdeithasol dros y blynyddoedd diwethaf. Byddent yn gwneud y daith o Aberdâr i fod yn ein plith. Cynhelir angladd Tony ddydd Iau 6 Chwefror. Oedfa breifat yn Elim ac oedfa gyhoeddus i ddilyn yn Amlosgfa Llanelli am 12.00 o'r gloch. Estynnwn ein cydymdeimlad â Julia, Cathryn, Meirion a'r teulu oll.

Cofiwn amdanoch i gyd yn eich galar a'ch hiraeth.

MUNUD I FEDDWL

Bydd y Gweinidog ar *Munud i Feddwl* yn ystod rhaglen Bore Cothi ar Radio Cymru bob bore Mercher yn ystod mis Chwefror

DYLETSWYDDAU

ROTA YMWELWYR
ELIM, HEOL AWST A'R PRIORDY

CHWEFROR

E	Aelodau	HA	Aelodau	P	Huw a Rhyswen Michael Elinor Wyn a Syfi Rolant

HEOL AWST
DYLETSWYDDAU'R SUL

Chwefror	2		Mawrth	2	
	9	Rhian Jones Nigel George		9	Ernest Jones Dave Thomas
	16			16	
	23			23	Ernest Jones Dave Thomas
				30	

CAPEL ELIM

BLODAU

Chwefror	2	Bethan Morgan	Mawrth	2	Maureen Jones
	16	Bethan Morgan		16	Sarah McDonald

PARATOI'R BWRDD CYMUN

Chwefror	2	Bore	Mattie Jones
Mawrth	2	Bore	Ann Evans

Y PRIORDY

GOFALWR / GWRESOGWR Y MIS

Chwefror		Mawrth	
Gofalwr	Gwresogwr	Gofalwr	Gwresogwr
Gwynfor Davies	Philip Jones	Emlyn Schiavone	Huw Jones

BLODAU

Chwefror	2	Eirlys Davies	Mawrth	2	Enid Evans
	9			9	
	16	Glenys Thomas		16	Catrin Heledd Jones
	23			23	
				30	Ann Thomas

PARATOI'R BWRDD CYMUN

Chwefror	2	Bore	Meleri Llwyd O'Leary a Meinir Jones
Mawrth	2	Bore	Teulu Angharad Wyn

DARLLENWYR

Chwefror	2	Carys Morgans	Mawrth	2	Syfi Rolant
	9	Myfanwy Jones		9	Gill Owens
	16	Huw Michael		16	Philip Jones
	23	Gŵyl Dewi		23	Heledd Mai Jones
			Sul y Fam	30	Y Mamau

CYHOEDDWYR

Chwefror	Alison Parsons	Mawrth	Elinor W Reynolds

CWRDD CHWARTER
ELIM, FFYNNON-DDRAIN

Dydd Iau, 13 Mawrth 2025

Y Gynhadledd am 10.30 a Chyfarfod y Prynhawn am 1.30

Bydd Cyfarfod y Prynhawn yng ngofal Pwyllgor Cenhadol y Cyfundeb. Y gwestai fydd Y Parchedig Aled Davies, Cyfarwyddwr Cyhoeddiadau'r Gair sy'n rhan o'r Cyngor Ysgolion Sul ac Addysg Gristnogol Cymru

Trefnir lluniaeth ysgafn rhwng y cyfarfodydd. Croeso cynnes i bawb

SULIADUR YR OFALAETH

CHWEFROR/ MAWRTH 2025

DYDDIAD	10 y bore	11.30	3.00	5.00
Chwefror 2	Priordy ©	Elim © (+HA) Bedydd		
Chwefror 9	Priordy		Heol Awst © (+E)	
Chwefror 16	Priordy Alun Lenny	Elim (+HA) Mary Thorley		
Chwefror 23	Tabernacl Oedfa Gŵyl Dewi y dref			Y Babell© Oedfa Gymun Gŵyl Dewi y dref
Mawrth 2	Priordy©	Elim © (+ HA)		
Mawrth 9	Priordy		Heol Awst © (+E)	
Mawrth 16	Priordy	Elim (+HA)		
Mawrth 23	Priordy Elinor Wyn & aelodau Heol Awst (+E) Ainsley Griffiths			
Mawrth 30 Sul y Fam	Priordy Oedfa Deulu i Gapeli Cymraeg y dref			

AMSERLEN YR YSGOL SUL
Chwefror / Mawrth 2025

Elim
Chwefror 2 – Ysgol Sul
Chwefror 9 – Ysgol Sul
Chwefror 16 – Ysgol Sul
Chwefror 23 – Gŵyl Dewi

Y Priordy
Chwefror 2 – Ysgol Sul
Chwefror 9 – Ysgol Sul a PIP
Chwefror 16 – Dim Ysgol Sul
Chwefror 23 – Gŵyl Dewi

CYMANFA GANU UNDEBOL CAERFYRDDIN A’R CYLCH
NOS SUL, 28 MEDI 2025 am 5
Capel Heol Awst Caerfyrddin SA31 3AP

GAIR O DDIOLCH

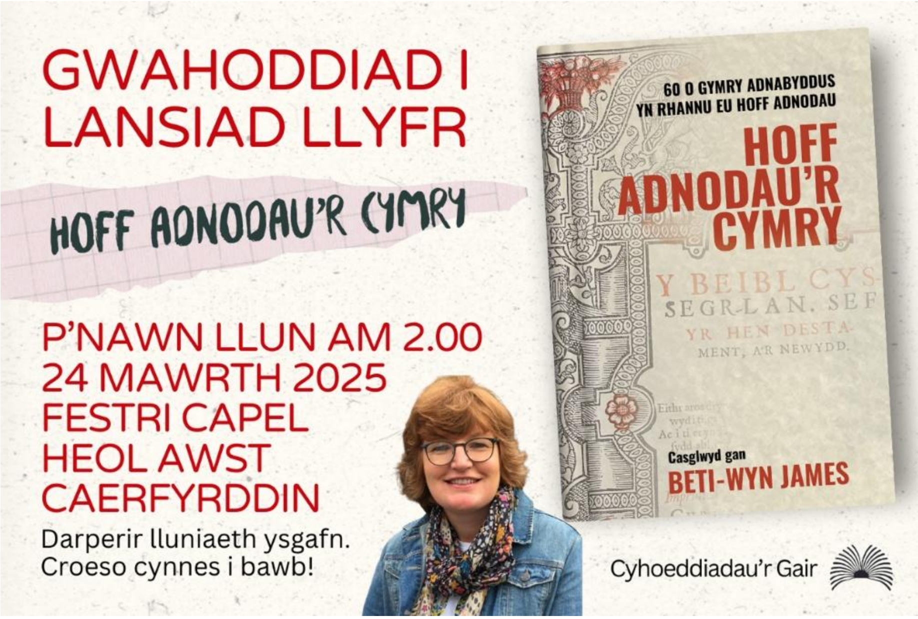
Dymuna Alun Charles ddiolch i’n Gweinidog ac Aelodau’r Priordy am yr achlysur arbennig a drefnwyd ganddynt ar ei gyfer adeg ei ymddeoliad fel ysgrifennydd.

Gwerthfawrogwyd y cyfan yn fawr iawn.

DIOLCH YN FAWR

Diolch i Beti-Wyn ac Athrawon yr Ysgol Sul am y lluniau’r mis hwn.

Eisiau gwybod mwy am Gyfundeb Annibynwyr Gorllewin Caerfyrddin?
Trowch at: cyfundeb.com



CYMDEITHAS CAPELI GOFALAETH CAERFYRDDIN
FESTRI CAPEL HEOL AWST, CAERFYRDDIN

DYDD MAWRTH, 18 CHWEFROR 2025 - 2 PM

DARLITH – COFIO Y PARCHEDIG W RHYS NICHOLAS (1914-1996)
gyda
RICHARD EYNON HUWS
(Pont-goch, Aberystwyth a nai Mrs Betty a W Rhys Nicholas)

a
Cantorion Brynawel
(sef Helen Gibbon a'i ffrindiau yn dod i ganu detholiad o emynau W Rhys Nicholas)

Croeso cynnes i bawb