

Ebrill - Mai 2019 rhifyn 119



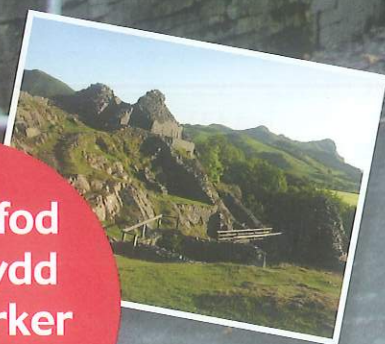
£2



lingo

newydd

Beth mae Rhys Meirion yn hoffi?



Darganfod
hoff lefydd
Mike Parker

Colofn
newydd
John Rees



Helo, bawb!

Darganfod ...

Mae 2019 yn Flwyddyn Darganfod yng Nghymru ...

Dych chi isie darganfod mwy am drysorau Cymru? Mae John Rees yn dechrau ysgrifennu colofn newydd yn **lingo newydd**. Mae e'n arbenigwr ar hen bethau ac mae e'n edrych ar garthenni Cymreig yn y rhifyn yma. Ewch i dudalen 5.

Dych chi'n hoffi edrych ar fapiau? Dych chi'n hoffi dod o hyd i lefydd newydd? Mae Mike Parker yn awdur ac mae e'n byw ger Machynlleth. Mae e wrth ei fodd gyda mapiau. Mae Mike Parker yn dweud, "Ewch i brynu map ac ewch i grwydro Cymru!" A dyn ni'n dweud, "Ewch i dudalen 10 i ddarganfod mwy ..."

Mae Camilla Gittins yn byw yn Amsterdam. Mae hi'n gweithio i gwmni ffasiwn Tommy Hilfiger yno. Mae hi'n artist hefyd. Ar dudalen 14, mae hi'n dweud, "Dewch draw i Amsterdam."

Canu ac actio

Mae Rhys Meirion yn ganwr opera enwog ac mae e'n dweud, "Dw i'n hoffi..." yn y rhifyn yma. Dych chi isie darganfod pam mae e'n hoffi Sly Stallone a stêc? Wel, ewch i dudalen 6.

Mae'r actores Eve Myles yn ôl mewn cyfres newydd o'r ddrama **Un Bore Mercher**. Dych chi isie darganfod beth sy'n digwydd? Ewch i dudalen 16.

Mae Debora Morgante yn hoffi actorion o Gymru. Pa rai? Ewch i dudalen 18 i weld.

Pasg hapus!

Dych chi'n edrych ymlaen at y Pasg? Dyna pam mae Bethan Wyn Jones yn siarad am gwningod (tudalen 15)!

Lle bynnag byddwch chi'n crwydro, Pasg Hapus iawn i chi i gyd!

Geiriau

darganfod – (to) discover	dod o hyd i
trysor,-au – treasure,-s	– (to) find
colofn – column	lle,-fydd – place,-s
arbenigwr – expert	awdur – author
carthen,-ni – overblanket,-s	crwydro – (to) wander
rhifyn – issue	enwog – famous

Cynnwys

Ebrill – Mai 2019

- 1 Cynnwys
- 2 Helo, bawb
- 3 Eich tudalen chi – Dau lythyr ac un gerdd
- 5 Trysorau Cymru – Colofn newydd John Rees
- 6 'Dw i'n hoffi...' efo'r canwr Rhys Meirion
- 8 Byw yn hen – Newyddion da, neu broblem?
- 10 Blwyddyn Darganfod – Mike Parker yn darganfod Cymru
- 12 Bwyd – Llysiau ... llysiau ... llysiau
- 14 Dros y byd – Amsterdam
- 15 Natur – Bethan Wyn Jones a'r cwningod
- 16 Ar y bocs – Un Bore Mercher 2
- 18 Dewis Debora – Actorion o Gymru
- 19 Croesair ac idiom Mumph

Geiriau

cerdd – poem
trysor,-au – treasure,-s
colofn – column
darganfod – (to) discover



Lliwiau lingo newydd

Lliwiau lingo newydd Mae cod lliw i'ch helpu chi i ddarllen **lingo newydd**.

- 1 **Darllenwch y darnau melyn os dych chi'n dechrau dysgu.**
- 2 **Darllenwch y darnau gwyrdd os dych chi'n fwy profiadol.**
- 3 **Darllenwch y cyfan os dych chi'n brofiadol iawn.**

■ Dyma liw geiriau'r De. ■ Dyma liw geiriau'r Gogledd. ■ Mae'r lliw yma i bawb.

Cyhoeddiad gan gwmni GOLWG[®]
lingo newydd, d/o Golwg, Blwch Post 4, Llanbedr Pont Steffan,
Ceredigion. SA48 7LX ☎ 01570 423529 ☎ 01570 423538
✉ e-bost: lingonewydd@golwg.com
Cyfranwyr: Bethan Lloyd, Dylan Iorwerth, Dyfan Williams,
Mumph, Bethan Wyn Jones, John Rees (colofn newydd)

Llun clawr: Rhys Meirion

Llun Castell y Bere ar y clawr: Gareth James CC BY-SA 2.0

EICH TUDALEN CHI

Annwyl lingo newydd,

Dw i'n anfon cerdd fach atoch chi. Cafodd y gerdd ei hysgrifennu yn Saesneg ar ôl i mi ymweld ag arddangosfa gelf. Penderfynais i ei chyfieithu hi i'r Gymraeg.

Bob wythnos, mae grŵp bach o ddysgwyr a siaradwyr Cymraeg yn cwrdd yn llyfrgell Malvern. Darllenais i fy ngherdd iddyn nhw ac roedden nhw'n mwynhau gwranddo arni hi.

Awgrymon nhw dylwn i anfon y gerdd i lingo newydd.

Dw i'n byw yn Nghaerwrangon a dw i'n dysgu Cymraeg ers rhai blyneddau. Dechreuais i ddysgu drwy wneud cwrs ar-lein gyda Phrifysgol Llanbed. Dw i'n hoff iawn o'r iaith ond dw i'n well yn ysgrifennu na siarad. Ro'n i angen defnyddio'r geiriadur yn aml er mwyn cyfieithu'r gerdd.

Jen Jennings, Caerwrangon

Michelangelo yn yr Ashmolean

Waliau gwyn, llawr pren,
Dim ffenest yn taflu goleuni
I fygwth y gelfyddyd werthfawr

Wedi ei gosod yn ofalus o gwmpas yr ystafell.
Mae'r awyrgylch yn dawel ac yn barchus,
Pobl yn amsugno mewn astudiaeth ddistaw
Ac wedi ymgolli yn eu meddyliau eu hunain.

Cwmwl o lwch coch ar dudalen hynafol,
Wrth i mi edrych, mae ffurf yn ymddangos yn raddol,
Wyneb, gyda gŕen ymwithiol ac ael chwyddedig.
Marsiandiwr, cardotyn, tywysog neu dlotyn?
Wyneb o'r gorffennol pell
Wedi ei dynnu gan law enwog
Bum can mlynedd yn ôl.

Mae myfyrwraig yn sefyll, yn copïo yn ofalus un o'r lluniau,
Mae ei phensil yn dilyn llinellau a wnaed gan y llaw athrylithgar.
Mae cyplau'n cerdded gyda'i gilydd yn ddistaw, wedi ymgolli,
Yn astudio pob darlun yn ei dro.
Wedyn, byddant yn eistedd gyda'i gilydd ac yn siarad,
Fel y gwnewch chi a fi, am yr hyn a welsant,
Dros wydraid o win.



Geiriau

arddangosfa gelf – art exhibition	awyrgylch – atmosphere	ymwithiol – protruding
cwrdd = cyfarfod – (to) meet	amsugno – (to) absorb	ael – eyebrow
awgrymu – (to) suggest	ymgolli – (to) lose oneself	chwyddedig – swollen
Caerwrangon – Worcester	llwch – dust	marsiandiwr – merchant
bygwth – (to) threaten	hynafol – old, ancient	cardotyn – beggar
celfyddyd – art	ffurf – form	tlotyn – pauper
	ymddangos – (to) appear	a wnaed – made
	yn raddol – gradually	athrylithgar – genius

Dewch i siarad

Annwyl lingo newydd,

Diolch yn fawr am yr erthygl *Helyg ar y goeden* yn lingo newydd Rhagfyr ac Ionawr yn sôn am waith Sarah Lart. Mae Sarah yn aelod ffyddlon o Siop Siarad Oriol Canfas, Treganna, Caerdydd, sy'n cwrdd bob bore Gwener am 9.45 am ddwy awr yn ystod y tymor.

Mae grŵp brwd o ddysgwyr yn cwrdd yn yr Oriol er mwyn magu hyder wrth siarad Cymraeg. Dyn ni'n cael llawer o hwyl wrth wneud gwahanol weithgareddau.

Fi sy'n arwain y grŵp. Dw i wedi gwneud ymchwil i beth sy'n rhwystro dysgwyr wrth ddefnyddio ail iaith tu allan i'r dosbarth a chyhoeddi tri llyfr ar y pwnc.

Felly, dw i'n deall anawsterau dysgwyr wrth siarad yn y byd go iawn. Mae dysgwyr yn poeni am gamgymeriadau a threigladau ac yn pryderu pan mae siaradwyr yn defnyddio tafodiaith a bratiaith. Maen nhw'n teimlo'n ddigalon pan mae Cymry Cymraeg yn troi i'r Saesneg neu yn siarad yn rhy gyflym.

Dyn ni wastad yn croesawu aelodau newydd. Mae Oriol Canfas yn 44a Glamorgan Street, Treganna. £5 ydy'r gost am sesiwn o ddwy awr a 30 ceiniog am banded o'r coffi gorau yng Nghaerdydd!

Hwyl am y tro!

Lynda Pritchard Newcombe

Awdur *Speak Welsh outside Class: You can do it!* a *Think without Limits: You can speak Welsh*



Geiriau

ffyddlon – faithful	anawsterau – difficulty, difficulties
cwrdd = cyfarfod – (to) meet	pryderu – (to) worry
brwd – enthusiastic	tafodiaith – dialect
ymchwil – research	bratiaith – slang
rhwystro – (to) hinder	digalon – disheartened
cyhoeddi – (to) publish	



EICH TUDALEN CHI



Ar y bîth Cymraeg!

S'mae! Manon Williams dw i a dw i'n diwtor Cymraeg i Goleg Cambria. Dw i'n dysgu Cymraeg i Heddlu Gogledd Cymru ar hyn o bryd.

Dw i'n aelod o Glwb Cerdded Cymraeg Heddlu Gogledd Cymru hefyd. Dan ni'n mwynhau cerdded ac ymarfer siarad Cymraeg.

Bob chwe wythnos, mae Sarjant Thomas Prytherch o Heddlu'r Gogledd, sy wedi dysgu siarad Cymraeg, yn trefnu taith gerdded Gymraeg ar gyfer staff yr heddlu.

Mae staff sy'n medru siarad neu sy'n dysgu siarad Cymraeg, yn cael gwahoddiad i ddod i ymarfer sgwrsio. Dan ni'n cael llawer o hwyl yn cerdded mewn ardaloedd gwahanol yng Ngogledd Cymru, ac yn sgwrsio mewn caffi ar ddiwedd pob taith.

Dan ni'n cerdded yn ardaloedd Gwynedd, Conwy a Sir Ddinbych yn bennaf.

Fy hoff daith i oedd taith yn ardal Morfa Nefyn, yn Llŷn. Roedden ni'n cerdded am bedair awr o Nefyn i Forfa Nefyn, ar hyd traethau a llwybrau dymunol iawn, gyda golygfeydd bendigedig.

Mi gaethon ni'r cyfle i ymweld â'r bad achub ym Morfa Nefyn yn ystod y prynhawn, oedd yn ardderchog. Roedd cael eistedd ar y bad achub, a gweld pob rhan o'r cwch, yn brofiad gwych iawn.

Taith dda arall oedd y daith ym Mlaenau Ffestiniog, ym mis Ionawr eleni. Ar ôl taith o bedair awr yn ymweld â hen chwareli, roedd cyfle i sgwrsio yn Gymraeg wedyn dros baned boeth yn y caffi ger y llyn yn Nhanygrisiau. Roedd yr olygfa o'r llyn drwy ffenest y caffi yn hyfryd a thrawiadol iawn.

Lle nesa?

Wel, i ben yr Wyddfa i weld y wawr yn torri, efallai, a chodi



arian at elusen yr Heddlu ac elusen Coleg Cambria yr un pryd.

Bydd taith yr Wyddfa yn tywyllwch yn dipyn mwy o sialens, ond dw i'n edrych ymlaen at yr her!

Manon Williams

Geiriau

yn bennaf – mainly
dymunol – pleasant
golygfeydd – scenery
bad achub – lifeboat
chwarel,-i – quarry, quarries

trawiadol – striking
gwawr – dawn
elusen – charity
y tywyllwch – the dark
her – challenge

Siarad Cymraeg – dau syniad

Mae Lynda Pritchard Newcombe yn deall problemau dysgwyr.

Mae siarad tu fas i'r dosbarth yn anodd weithiau, meddai hi. Ymarfer ydy'r ateb.

Mae hi a Manon Williams yn cynnig dau syniad da.

Siop siarad

Mae Lynda yn arwain grŵp Siop Siarad mewn oriel yng Nghaerdydd.

Maen nhw'n gwneud gweithgareddau gwahanol – a siarad Cymraeg yr un pryd.

Clwb Cerdded

Tiwtor Cymraeg ydy Manon Williams. Mae hi'n dysgu rhai o

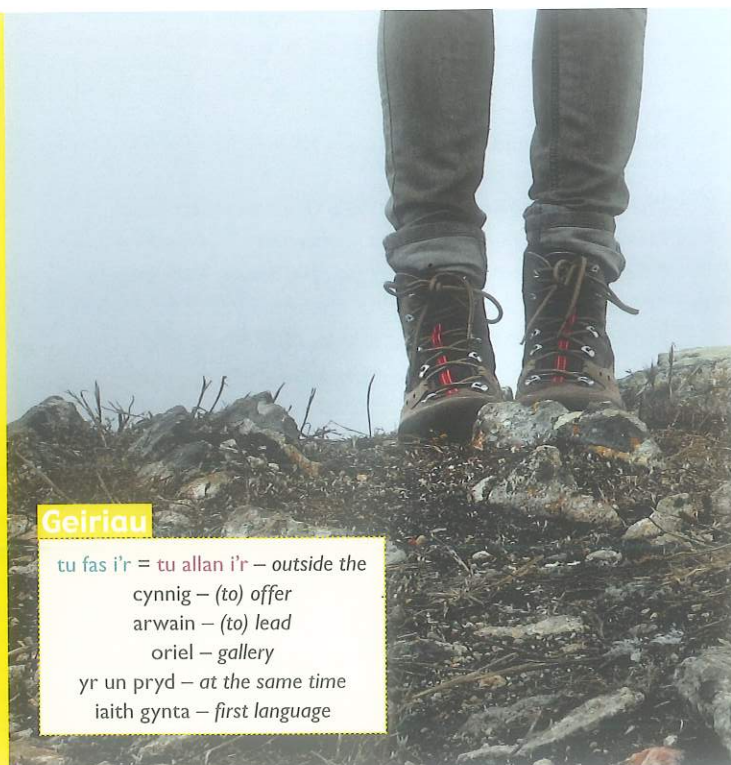
heddlu Gogledd Cymru.

Mae gan yr heddlu glwb cerdded – clwb cerdded Cymraeg.

Mae siaradwyr Cymraeg iaith gynta a dysgwyr yn y clwb.

Maen nhw'n cerdded ar lan y môr neu yn y mynyddoedd.

Maen nhw'n siarad ar y ffordd – ac mewn caffi wedyn.



Geiriau

tu fas i'r = tu allan i'r – outside the
cynnig – (to) offer
arwain – (to) lead
oriel – gallery
yr un pryd – at the same time
iaith gynta – first language

Oes carthen o Gymru yn eich cartref chi? Mae John Rees yn arbenigwr ar hen bethau. Yma, mae e'n edrych yn ôl ar hanes y garthen Gymreig ...

Colofn newydd - Trysorau Cymru

Y Garthen

Mae llawer o bobl yn cysylltu'r tartan gyda'r Alban ond mae patrymau gwlan yng Nghymru hefyd.

Mae llawer o ddefaid yng Nghymru ac mae'r Cymry'n defnyddio gwlan ers cannoedd o flynyddoedd.

'Slawer dydd, roedd pobl trwy Gymru yn defnyddio gwŷdd i wehyddu a chreu defnydd gyda gwlan. Daeth Cymru'n enwog am flancedi.

Roedd y blancedi cynnar o'r 19eg ganrif yn tueddu i fod mewn lliw naturiol, weithiau gydag un streipen mewn lliw tywyll. Roedd y gwyddiau cynnar yn gul, felly roedd angen gwnïo dau ddarn at ei gilydd i wneud blanced.

Dych chi'n gallu gweld hen flancedi yn y steil yma. Mae pobl yn eu casglu nhw.

Wedyn, daeth y gwyddiau'n fwy llydan. Roedd hi'n bosib ychwanegu mwy nag un lliw a chreu patrymau.

Geiriau

trysor,-au – *treasure,-s*
carthen,-ni – *overblanket,-s*
cysylltu – (to) *connect, associate*
gwlan – *woollen*

'slawer dydd = *ers talwm – a long time ago*
gwŷdd, gwyddiau – *loom,-s*
gwehyddu – (to) *weave*
defnydd – *material*
tueddu – (to) *tend*
gwnïo – (to) *sew*



Tapestri

Daeth un steil o flanced Gymreig yn boblogaidd yn yr ugeinfed ganrif – y blanced tapestri. Dych chi wedi gweld un?

Roedd Cymru wedi benthg y gair 'tapestri' ac wedi creu steil unigryw o wneud blanced lle mae dwy haen yn cael eu gwehyddu gyda'i gilydd. Drwy wneud hyn, mae'n bosib cael patrwm a lliwiau gwahanol ar y ddwy ochr.

Yr enw Cymraeg ydy 'carthen'. Dw i'n dwlu ar y gair. Mae'n creu darlun o ystafell wely Mam-gu a Tad-cu.

Geiriau

unigryw – *unique*
haen – *layer*
dwlu ar = *gwirioni ar*
– (to) *love, dote on*

Lliwiau llachar

Daeth y cartheni'n boblogaidd iawn. Ar un adeg, roedd cannoedd o felinau gwlan yng Nghymru ac roedd llawer o batrymau enwog. Yn yr 1960au, roedd rhai'n lliwgar a llachar iawn.

Mewn rhai ardaloedd, roedd pobl yn rhoi carthen Gymreig fel anrheg priodas. Roedd blancedi'n para am ddegawdau.

Mae'r ansawdd yn dda iawn; dw i wedi gweld rhai dros 60 oed ac maen nhw fel newydd ac, wrth gwrs, maen nhw'n gynnes iawn yn y gaef.

Rhwng y 1970au a'r 1990au, roedd cartheni allan o ffasiwn. Roedd y *duvet* yn boblogaidd iawn. Ond nawr, mae pobl yn gwerthfawrogi'r cartheni Cymreig eto.

Maen nhw'n edrych yn grêt mewn tai modern a thraddodiadol. Maen nhw'n ddiamsers.

Nawr, hefyd, mae patrymau tapestri ar nwyddau mewn siopau crefftau neu anrhegion. Patrymau traddodiadol ar gyfer y byd modern. Gwir drysor o Gymru.

Geiriau

boblogaidd – <i>popular</i>	gwerthfawrogi
melin,-au – <i>mill,-s</i>	– (to) <i>appreciate</i>
llachar – <i>bright</i>	diamsers – <i>timeless</i>
para – (to) <i>last</i>	nwyddau – <i>goods</i>
degawd,-au – <i>decade,-s</i>	gwir drysor – <i>a real treasure</i>
ansawdd – <i>quality</i>	

Cartheni – dych chi'n gwybod?

Mae Cymru yn enwog am flancedi.

Mae Cymru yn enwog am un patrwm yn arbennig – patrwm tapestri.

Roedd pobl yn rhoi carthen fel anrheg priodas ac roedd y garthen yn para am flynyddoedd.

Mae'r cartheni yn ffasiynol unwaith eto.

"Mae cartheni yn ddiamsers," meddai John Rees, yr arbenigwr ar hen bethau.

Heddiw, dych chi'n gweld y patrwm tapestri ar grefftau Cymreig ac mae pobl ifanc yn gwisgo cotiau carthen hefyd.

Geiriau

carthen,-ni – <i>overblanket,-s</i>	diamsers – <i>timeless</i>
enwog – <i>famous</i>	arbenigwr – <i>expert</i>
para – (to) <i>last</i>	cyfres – <i>series</i>

Mae John Rees ar y gyfres Trysorau'r Teulu ar S4C ac mae e'n rhedeg cwmni *vintage - Cow & Ghost Vintage*.

Mae lingo newydd yn gofyn i bobl beth maen nhw'n hoffi. Y tro yma, mae Rhys Meirion yn ateb. Mae o'n ganwr opera enwog. Mae o'n byw yn Nyffryn Clwyd ...

Rhys Meirion

Dw i'n hoffi...

Rhys, beth ydy ...?

...eich hoff fwyd

Cig eidion ydy fy hoff fwyd – yn enwedig *rib-eye steak*. Dw i wedi blasu cig eidion ar draws y byd - mae'r cig ym Mhatagonia yn arbennig ond mae'r cig eidion gorau yn y byd yng Nghymru!

...eich hoff ffordd o ymlacio

Cerdded. Dw i'n byw mewn ardal wledig, felly dw i'n cyrraedd y wlad ac yn cerdded a mwynhau o fewn pum munud i'r tŷ. Mae bywyd mor brysur, mae'n braf cael llonydd – gadael y ffôn adre a chael awr o 'switch off'. Mae'n beth pwysig i'w wneud ac mae'n gwneud lles i mi.

...eich hoff wyliau

Dw i'n hoffi mynd i lefydd cynnes achos mae'r tywydd yn gallu bod yn ddiflas yng Nghymru weithiau. Mae'n braf mynd i rywle poeth efo pwll nofio. Rhywle lle dw i'n gallu gwisgo shorts, crys-T, fflip fflops a mwynhau pinna colada yn un llaw a llyfr yn y llaw arall – ymlacio a mwynhau'r gwres.

...eich hoff siop

Dw i'n foi gadjets a dw i wrth fy modd yn mynd i siopau fel Currys a PC World i edrych ar y dechnoleg ddiweddar. Mae pethau'n newid mor gyflym, mae'n anhygoel.



...eich hoff ddillad

Pâr o jîns bob amser! Dach chi'n gallu gwisgo jîns efo popeth. Ie, par o jîns a sgidiau cyfforddus!

Geiriau

ardal wledig – *rural area*
 llonydd – *peace and quiet*
 gwneud lles i mi – *(to) do me good*
 diweddar – *latest*
 cyfforddus – *comfortable*
 sbort – *fun*
 teyrnged – *tribute*

...eich hoff lyfr

Dw i ddim yn un da iawn am ddarllen nofelau. Mae'n well gen i lyfrau ffeithiol fel hunangofiannau, ond un o fy hoff nofelau ydy **Cysgod y Cryman** gan Islwyn Ffowc Elis. Dw i'n cofio astudio'r llyfr yn yr ysgol ac mi wnaeth o dipyn o argraff arna i fel bachgen yn fy ardegau.

Yn fwy diweddar, dw i wedi darllen hunangofiant Alex Ferguson, cyn-reolwr tîm pêl-droed Manchester United. Man U ydy fy nhîm i, a fo ydy'r rheolwr mwya llwyddiannus yn hanes y clwb. Roedd o'n dod o gefndir tlawd iawn yn Glasgow ac

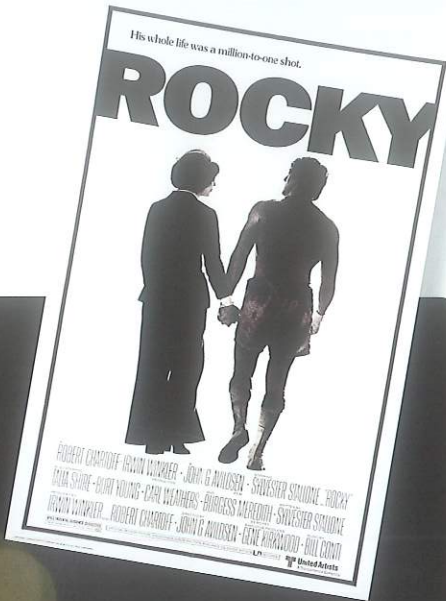
Dyma Rhys

Mae Rhys Meirion yn ganwr opera.
 Mae o'n byw yn Nyffryn Clwyd.
 Roedd o'n athro ysgol ger Rhuthun.
 Yna, aeth o i Lundain i astudio i fod yn ganwr opera.
 Mae o wedi canu mewn llawer o operâu.
 Mae o wedi recordio albwm efo Bryn Terfel.
 Mae Rhys yn cyflwyno rhaglenni ar S4C a Radio Cymru.
 Mae o'n llysgennad i Ambiwllans Awyr Cymru ac mae o wedi codi llawer o arian at yr elusen.
 Roedd o'n gwneud teithiau cerdded i godi arian.
 Mae o'n ymgyrchu i gael mwy o bobl i roi organau.
 Mae o wedi dechrau Cronfa Elen – mae'r gronfa'n cofio am ei chwaer, Elen Meirion.
 Bu Elen Meirion farw'n ifanc mewn damwain.
 Roedd hi wedi dweud, "Dw i isio rhoi fy organau i helpu pobl eraill."



Geiriau

aeth o – he went
 astudio – (to) study
 cyflwyno – (to) present
 llysgennad – ambassador
 elusen – charity
 taith gerdded, teithiau cerdded – walk,-s
 ymgyrchu – (to) campaign
 cronfa – fund
 bu ... farw – ... died
 ifanc – young
 damwain – accident
 roedd hi wedi dweud – she had said



...eich hoff ffilm

Rocky I ydy fy hoff ffilm. Dw i'n cofio mynd i weld y ffilm yn y sinema ac mi roedd hi'n arbennig. Dw i'n licio tipyn o sbort ac felly roedd hi'n apelio ata i. Dw i'n licio'r ffaith bod yr *underdog* yn ennill y dydd.
 Roedd Sylvester Stallone yn dechrau ar ei yrfa a doedd neb yn gwybod ei fod o'n mynd i fod yn gymaint o seren. Mae golygfa enwog yn y ffilm lle mae Rocky yn rhedeg i fyny'r grisiau yn Philadelphia pan mae o'n hyfforddi. Pan o'n i yn Philadelphia, mi wnes i yn union yr un peth â fo, fel teyrnged!

Corau Rhys Meirion

Dych chi'n hoffi canu mewn côr?
 Unawdydd ydy Rhys Meirion ond mae o'n hoffi canu mewn côr hefyd. Roedd o'n canu efo corau fel Côr Eifionydd a Chôr Meibion Bro Glynŵr.
 Rŵan, mae o'n gwneud rhaglenni teledu am gorau ar S4C. Enw'r gyfres ydy **Corau Rhys Meirion**.
 Mae pedair rhaglen yn y gyfres. Mae pob un yn edrych ar gorau.

Geiriau

côr, corau – choir,-s
 unawdydd – soloist
 cyfres – series

Canu'n codi calon

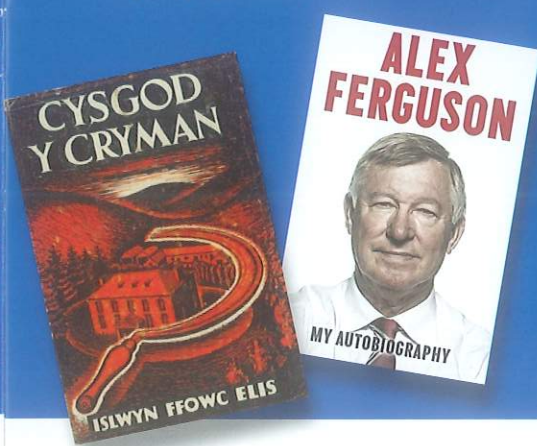
Mae'r rhaglen gyntaf yn dangos sut mae canu mewn côr yn helpu'r henoed i gymdeithasu a chadw'n heini.
 Mae'r ail raglen yn dangos sut mae côr yn gallu helpu milwyr ar ôl iddyn nhw adael y fyddin.
 Ffoaduriaid ydy testun y drydedd raglen. Mae canu mewn côr yn gallu codi pontydd efo pobl eraill.
 Yn y bedwaredd raglen mae Rhys yn edrych sut mae corau'n gallu anfon neges – fel *Live Aid* neu Dwylo Dros y Môr (y *Live Aid* Cymraeg).
 "Dw i'n edrych ar sut mae cyd-ganu yn effeithio arnon ni fel pobl – yn gymdeithasol, yn gorfforol ac yn feddyliol."

Corau Rhys Meirion, S4C, Nos Iau, 24 Ebrill am 8pm

Geiriau

effaith – effect
 milwr, milwyr – soldier,-s
 byddin – army
 ffoadur,-iaid – refugee,-s
 cyd-ganu – (to) sing together
 yn gorfforol – physically
 yn feddyliol – mentally

mi wnaeth o oroesi a dod yn un o enwau mwyaf byd pêl-droed.



...eich hoff olygfa

Pan dw i'n gyrru adre ac yn troi'r gornel yn ymyl Clwyd Gate [ar y bryn rhwng yr Wyddgrug a Rhuthun] – dyna fy hoff olygfa! Dach chi i fyny'n uchel a dach chi'n gallu gweld Dyffryn Clwyd yn ei holl ogoniant. Dach chi'n gallu gweld yr holl ffordd o Ruthun reit draw i'r Rhyl. Pan dw i'n gyrru yn ôl o Lundain ac yn gweld yr olygfa hon, dw i'n gwybod 'mod i adre.

Geiriau

hunangofiant, hunangofiannau – autobiography, autobiographies
 argraff – impression
 arddegau – teens
 goroesi – (to) survive
 yn ei holl ogoniant – in all its glory

Mae pobl yn byw am fwy o amser heddiw na 'slawer dydd. Ond ydy pethau'n newid? A sut dyn ni'n delio gyda henaint?

Byw'n hen

Yn ôl yn yr 1950au, tua 65 oedd oed pobl yn marw, ar gyfartaledd.

Dros y blynyddoedd, mae'r ffigur yma wedi codi. Erbyn 2016, roedd oed marw dynion wedi codi i tua 79 ac oed marw menywod wedi codi i 83.

Mae sôn y bydd llawer iawn o bobl yn byw dros 100 oed ac mae pawb yn disgwyl gweld y cynnydd yn parhau.

Ond nawr, yng Nghymru, mae'r ffigurau ar i lawr am y tro cynta ers amser maith iawn. A'r cwestiwn ydy: blip ydy hyn, neu oes newid arall yn digwydd?

Ac os oes newid, pam?

Geiriau

'slawer dydd = *ers talwm*
– a long time ago
henaint – *old age*
ar gyfartaledd – *on average*
mae sôn ... – *there's talk*
cynnydd – *increase*
ar i lawr – *in decline*

Y ffigurau newydd

Mae'r ffigurau newydd yn sôn am y cyfnod rhwng 2014 a 2017.

Yng Nghymru, mae hyd bywyd pobl ychydig wythnosau yn fyrrach nag o'r blaen.

Newid bach ydy hwn ond, oherwydd y cynnydd cyson ers canrifoedd, mae pobl yn talu sylw.

Mae'r ffigurau ar i lawr mewn rhai gwledydd eraill yn Ewrop hefyd ond mae'r cwmp yn fwy yng Nghymru.

Mae Athro ym Mhrifysgol Rhydychen, Danny Dorling, yn

rhoi'r bai ar y polisi llymder – y toriadau mewn gwario cyhoeddus.

Mae hyn yn "sgandal", meddai Aelod Seneddol Plaid Cymru, Hywel Williams. Oherwydd y toriadau, mae pobl yn marw'n gynt, meddai.

Dyn ni'n gwybod bod cysylltiad rhwng tlodi ac oed marw. Mae pobl sy'n byw mewn ardaloedd mwy cyfoethog yn byw yn hŷn na phobl sy'n byw mewn ardaloedd tlawd.

I ddynion yng Nghymru a Lloegr, mae'r gwahaniaeth tua

deng mlynedd; i fenywod mae tua 7.4 mlynedd.

A dyma'r ddadl newydd – oherwydd y toriadau, dydy gwasanaethau ddim cystal, felly dydy pobl ddim yn cael eu cadw'n fyw mor hir.

Byw yn hen – newyddion da neu broblem?

Ar wahân i'r ffigurau newydd, mae'r stori gyffredinol yn un am bobl yn byw yn hŷn ac yn hŷn trwy'r amser.

Os ydyn nhw'n iach, mae

hyn yn newyddion da ond mae henaint yn achosi problemau hefyd – i'r person ac i gymdeithas.

Yn naturiol, mae pobl hŷn angen mwy o help gan y gwasanaeth iechyd a'r gwasanaethau gofal. Mae hyn yn gallu creu straen.

Geiriau

hyd – *length*
cyson – *consistent*
cwmp – *fall*
llymder – *austerity*

Pam mae pobl yn byw yn hŷn?

- Maen nhw'n cael gofal iechyd am ddim gan y Gwasanaeth Iechyd.
- Mae brechiadau yn rhwystro clefydau fel TB, y dwymyn goch a'r frech goch.
- Mae cyffuriau newydd yn trin canser a chlefydau'r galon, er enghraifft.
- Roedd llawer o bobl yn arfer gwneud gwaith caled a pheryglus mewn pyllau glo ac yn y gwaith dur. Does dim llawer o bobl yn gweithio mewn swyddi fel y rhain erbyn hyn ac mae rheolau iechyd a diogelwch yn well. Mae llawer mwy o bobl yn gweithio mewn swyddfeydd a swyddi diogel.
- Mae amodau byw yn well. Mae ein diet ni'n fwy iach. Dydy pobl ddim yn ysmyg cymaint.

Dementia

Os ydy clefydau fel y diciâu – TB – yn diflannu, mae un clefyd newydd yn cael llawer o sylw.

Dydy pobl ddim yn marw o'r hen glefydau, ond dydyn nhw ddim yn aros yn

ifanc, wrth gwrs, ac mae hynny, weithiau, yn effeithio ar yr ymennydd.

Y clefyd newydd ydy dementia, pan dydy rhannau o'r ymennydd ddim yn gweithio cystal. Mae'n gallu effeithio ar y cof ac ar sut mae pobl yn ymddwyn.

Yn aml, mae pobl sydd â dementia angen llawer iawn o ofal. Dydyn nhw ddim yn cofio ble maen nhw, efallai, neu dydyn nhw ddim yn gallu gwneud rhai pethau.

Geiriau

diflannu – (to) disappear
 brechiad,-au – injection,-s, vaccination,-s
 rhwystro – (to) prevent
 clefyd,-au – illness,-es
 y dwymyn goch – scarlet fever
 y frech goch – measles
 cyffur,-iau – drug,-s
 dur – steel
 amod,-au – condition,-s
 ymennydd – brain
 cof – memory
 ymddwyn – (to) behave
 sydd â – who have

Tri a thri

Mae Gwion Hallam wedi gwneud rhaglen deledu am dri pherson oedrannus a'r tri sy'n helpu'r bobl yma.

Gruff

Mae Gruff Edwards yn 88 oed. Mae e'n byw yn ei gartref ei hun, diolch i'w ferch Carys.

Mae Gruff yn dweud: Gwell marw na mynd i gartref hen bobl.

Hywel

Mae Lowri-Ann Richards yn gofalu am ei thad, Hywel – mae e'n 92 oed. Roedd hi'n byw yng Nghaergrawnt; nawr mae hi'n byw yng Nghricrieth, er mwyn helpu ei thad. Felly, mae Hywel yn gallu byw yn ei gartref.

Maria

Roedd Maria Heward yn byw gartref ac roedd hi'n 108 oed. Roedd ei nith, Margaret, yn ei helpu hi. Y peth pwysig oedd cadw cwmni i Maria achos mae unigrwydd yn anodd iawn.

Geiriau

oedrannus – elderly
 sy'n helpu – who help
 i'w – to his
 dweud – (to) say
 gwell – better
 gofalu am – to care for
 Caergrawnt – Cambridge
 er mwyn – in order to
 nith – niece
 cadw cwmni i (rywun) – (to) keep (someone) company
 unigrwydd – loneliness
 anodd – difficult

Delio gyda henaint

Dydy llawer o hen bobl ddim eisiau mynd i gartrefi preswyl i gael gofal. Maen nhw eisiau aros yn eu tai nhw. Ond does dim digon o ofal cymdeithasol. Felly beth ydy'r ateb?

Mae Gwion Hallam yn fardd ac yn gynhyrchydd teledu. Mae e wedi gweithio tipyn gyda hen bobl dros y blynyddoedd diwetha.

“Dw i wedi dod ar draws pobl arbennig iawn,” meddai. “Dw i wedi gweld beth mae pobl yn wynebu wrth fynd yn hŷn.”

Nawr, mae rhaglen newydd 'da fe, **Drych: Dal i Fynd**. Mae e wedi ffilmio tri pherson oedrannus dros flwyddyn.

Y tri ydy Hywel Francis Richards, 92 oed, Maria Heward, 108 oed, a Gruffydd Edwards, 88 oed. Roedd y tri eisiau aros yn eu tai eu hunain yn lle mynd i gartrefi preswyl.

“Mae'r rhaglen yn dilyn tri pherson wrth iddyn nhw ddelio gyda henaint a'u

dymuniad nhw i aros yn eu cartrefi,” meddai Gwion Hallam.

“Diolch yn bennaf i aelod o'r teulu, mae'r tri wedi llwyddo i fyw yn annibynnol er gwaetha problemau iechyd.

“Er mai'r tri hen berson sy'n cael y ffocws yn y rhaglen, mae'r tri sy'n gofalu amdany'n nhw yn bwysig iawn hefyd. Mae'r pwysau arny'n nhw'n enfawr.”

“Angen siarad am henaint”

Dydy'r rhaglen ddim yn ddigalon gobeithio, meddai Gwion Hallam. Mae e eisiau i bobl siarad am henaint.

“Does dim dianc rhag henaint ond dyn ni'n gallu rheoli sut dyn ni'n delio gyda henaint.

“Mae'n rhaid derbyn newidiadau ond mae angen sicrhau bod yna urddas a pharch tuag at yr unigolyn.”

Geiriau

preswyl – residential
 bardd – poet
 cynhyrchydd – producer
 dros y blynyddoedd diwetha – over the last few years
 oedrannus – elderly
 yn lle – instead (of)
 dymuniad – wish
 yn bennaf – primarily
 llwyddo – (to) succeed
 er gwaetha – despite
 pwysau – pressure
 digalon – depressing
 dianc rhag – (to) escape from
 urddas – dignity
 parch – respect
 unigolyn – individual

Mae **Drych: Dal i fynd** ar S4C ar nos Sul, 5 Mai am 9pm.

Blwyddyn Darganfod ydy 2019 yng Nghymru. Felly, mae **lingo newydd** isie eich helpu chi i ddarganfod llefydd newydd yng Nghymru. Y tro yma, mae'r awdur Mike Parker yn dweud beth mae e wedi darganfod yng Nghymru...

Cymru newydd!

Dy ch chi'n hoffi mynd i lefydd newydd ... a darganfod rhannau 'dirgel' o Gymru? Mae Mike Parker yn hoffi gwneud hynny.

Awdur ydy Mike Parker. Mae e'n ysgrifennu llawer o lyfrau am Gymru. Mae e wrth ei fodd gyda mapiau hefyd.

Sais o Kidderminster ydy e ond mae e'n caru Cymru. Mae e'n adnabod Cymru'n dda – fe oedd awdur cynta **The Rough Guide to Wales**.

Mae Mike yn hoffi chwilio am lefydd annisgwyl. Felly, beth ydy tips Mike Parker am ddarganfod Cymru?

"Baswn i'n dweud wrth bobl am fynd i ffwrdd o'r llefydd amlwg – os dych chi'n chwilio mewn lot o lyfrau maen nhw'n canolbwyntio ar y llefydd mwya amlwg. Mae gan bob cornel o'r wlad ryw beth i'w gynnig.

"Dw i'n byw yn y Canolbarth a dydy lot o bobl ddim yn adnabod y lle'n dda iawn. Maen nhw jest yn brysio drwy'r Canolbarth ar eu ffordd i rywle arall – i'r Gogledd, Eryri, neu'r arfordir." Ond mae llawer o lefydd hyfryd yn y Canolbarth, meddai Mike.

"Sir Faesyfed ydy un o'r siroedd mwya diddorol ond dydy hi ddim yn cael lot o sylw o gwbl.

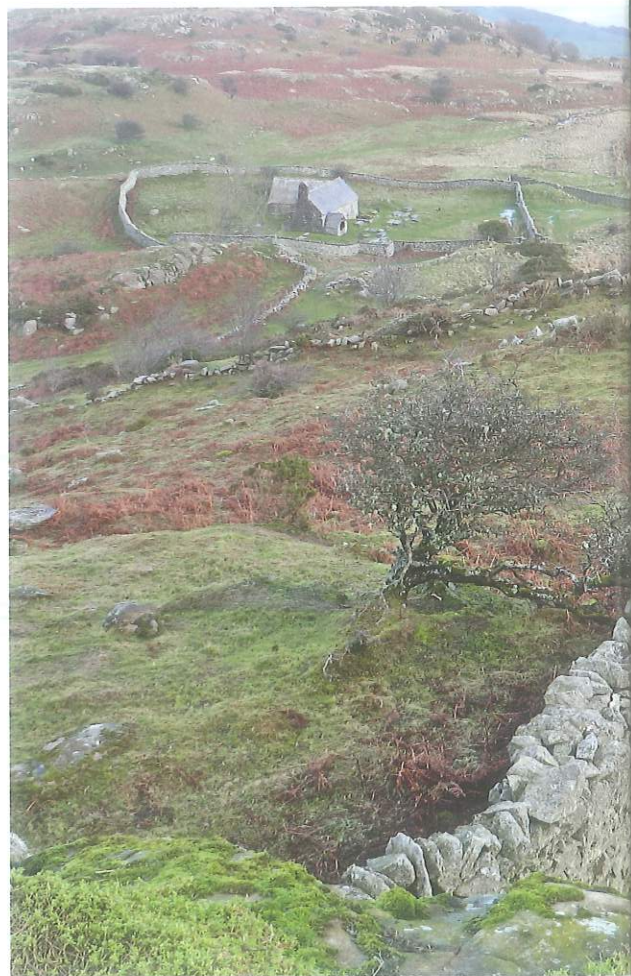
Dych chi'n gallu crwydro'r sir a gweld eglwysi bach cefn gwlad, a mynd am dro yn y bryniau a'r mynyddoedd, ac wedyn mynd i'r tafarndai!"

Mae "tipyn bach o stereoteipio" mewn hysbysebion i ddenu twristiaid i Gymru, meddai Mike. Maen nhw'n canolbwyntio ar y parciau cenedlaethol – Sir Benfro, Eryri a Bannau Brycheiniog, meddai.

"Pan o'n i'n ffilmio cyfres deledu **Coast to Coast**, gwelais i Gymru gyfan o'r môr. Mae Sir Benfro yn hyfryd ond mae llefydd llawer gwell hefyd fel Pen Llŷn, Sir Fôn, a Cheredigion."

Geiriau

darganfod – (to) discover, discovery
lle,-fydd – place,-s
dirgel – hidden
awdur – author
annisgwyl – unexpected
amlwg – obvious
canolbwyntio – (to) concentrate
cynnig – (to) offer
y Canolbarth – Mid-Wales
Sir Faesyfed – Radnorshire
sylw – attention
crwydro – (to) wander
hysbyseb,-ion – advert,-s
denu – (to) attract
Bannau Brycheiniog – the Brecon Beacons



Helpa drysor

Dyma awgrym Mike Parker: Y ffordd orau o ddo o hyd i lefydd newydd ydy gofyn i bobl.

"Dyna sut dw i'n cofio gwneud y **Rough Guides**. Ro'n i'n mynd i bentre bach yn rhywle a mynd i'r siop neu'r dafarn a jest gofyn i bobl, 'Ble dylwn i fynd?'

"Un o'r pethau gorau am Gymru ydy bod pobl yn adnabod eu milltir sgwâr. Mae cysylltiad arbennig rhwng y bobl a'r ardal. Mae pobl yn licio i chi ofyn, 'Beth sy yn yr ardal?'. Mae hyn fel helpa drysor – mae gan bawb awgrymiadau."

Hoff le Mike Parker

Beth ydy hoff le Mike? "Mae'n amhosib dweud, ond un lle dw i'n awgrymu i bobl os ydyn nhw isie rhywle arbennig iawn ydy'r ardal o dan Cadair Idris – rhwng Abergynolwyn a Dyffryn Dysynni, yng Ngwynedd.

"Yn yr ardal yma, mae gynnoch chi lynnoedd, afonydd, rhaeadrau, coedwigoedd, a mynyddoedd ac mae golygfeydd hyfryd o Gastell y Bere. Mae jest cymaint o bethau mewn ardal fach iawn.

"Dw i'n mynd yno yn eitha aml. Bob tro, beth bynnag ydy'r tywydd, mae'n taro deuddeg. Dw i'n gadael y car yn Abergynolwyn,

mynd i'r castell, wedyn i Lanfihangel-y-pennant. Yno, mae Eglwys Sant Mihangel, lle mae map o'r ardal wedi'i wneud o hen ddeunyddiau gan y bobl leol.

"Wedyn, dw i'n dringo mynydd a chael peint i orffen yn y Railway Inn yn Abergynolwyn."

Geiriau

helpa drysor – treasure hunt
awgrym – suggestion
golygfâ, golygfeydd – scenery
beth bynnag – whatever
taro deuddeg – (to) strike the right note
deunydd,-iau – material,-s

Mapiau

Dych chi isie mynd i grwydro Cymru nawr? Os dych chi, mae prynu mapiau Arolwg Ordnans o Gymru yn syniad da.

"Mae llawer mwy o fanylion diddorol ar y mapiau yma, yn ogystal â llefydd sy o dan y radar," meddai Mike.

"Pan wnes i ysgrifennu'r llyfr **Map Addict** ro'n i'n disgwyl rhywfaint o ddi-ddordeb – ond ces i



Ogof Lladron, Ystad Hafod, ger Pontarfynach



Waliau ar hen eglwys
Llangyfeini, uwchben
Dyffryn Conwy

Dyma Mike

Mae Mike Parker yn awdur. Mae e wedi ysgrifennu llawer o lyfrau am Gymru fel **Real Powys, Neighbours From Hell?** a **Coast to Coast**.

Mae e'n byw mewn hen ffermdy ger Machynlleth, Powys, ond mae e'n dod o Swydd Gaerwrangon yn wreiddiol.

Symudodd e i Gymru i fyw yn 2000. Mae e'n siarad Cymraeg yn rhugl. Roedd e isie dysgu Cymraeg achos roedd e isie deall enwau'r llyfudd.

Roedd ei fam yn byw ym Mharis. Mae e'n adnabod Paris yn dda iawn hefyd. Ffrangeg ydy ei ail iaith.

Mae e'n hoffi mapiau yn fawr. Mae e'n hoffi edrych ar fapiau ers pan oedd e tua 6 oed.



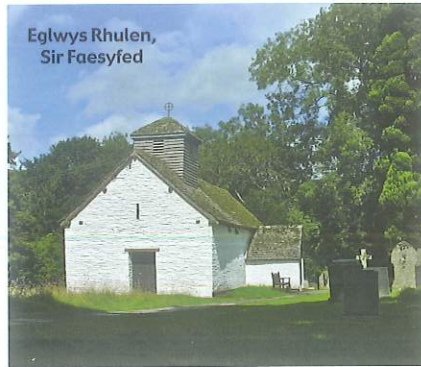
Pan oedd e'n fachgen ifanc, roedd e'n hoffi mynd i grwydro gyda'i fam-gu.

Mae e wedi ysgrifennu llyfr am ei obsesiwn gyda mapiau – **Map Addict**.

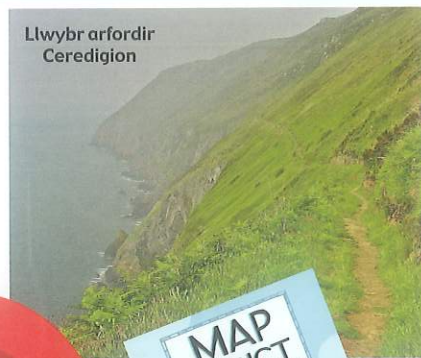
Mae llyfr newydd Mike Parker, **On the Red Hill**, yn dod i'r siopau ym mis Mai.

Geiriau

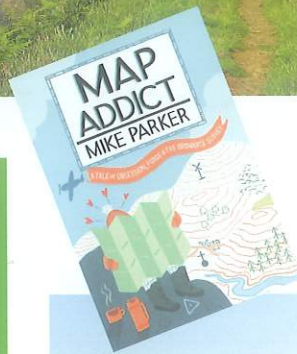
awdur – *author*
Swydd Gaerwrangon – *Worcestershire*
Trefaldwyn – *Montgomery*
symudodd e – *he moved*
lle,-fydd – *place,-s*
ers pan – *since*
mam-gu = *nain – grandmother*



Eglwys Rhulen,
Sir Faesyfed



Llwybr arfordir
Ceredigion



Hoff le Mike

Dydy Mike ddim yn gallu dewis un hoff le, ond mae e'n hoff iawn o ardal Abergynolwyn – rhwng Dolgellau a Machynlleth.

Mae llawer o bethau yn yr ardal:

- Castell y Bere – castell llawn awyrgylch. Castell y Cymry oedd hwn.
- Llanfihangel-y-Pennant. Dyma gartref Mary Jones. Yn 1800, cerddodd hi 25 milltir i gael Beibl, pan oedd hi'n 10 oed.
- Cader Idris – un o fynyddoedd gorau Cymru
- Afonydd, dyffrynnoedd, llynnoedd – a dim llawer o bobl!
- Tafarn y Railway Inn yn Abergynolwyn – mae Mike yn hoffi gorffen y diwrnod gyda pheint!

Geiriau

llawn awyrgylch – *atmospheric*
cerddodd hi – *she walked*
pan oedd hi'n ... – *when she was ...*
dyffryn,-noedd – *valley,-s*
llyn,-noedd – *lake,-s*

floedd o negeseuon e-bost gan ddarllenwyr sy'n rhannu'r un diddordeb. Dydy e ddim yn *minority sport*!

“Os dych chi rili isie darganfod unrhyw le, mae'n werth prynu map Arolwg Ordnans sy'n dangos y rhwydwaith o lwybrau cyhoeddus ledled y wlad ac ati. Does dim ffordd well o ddarganfod lle na thrwy gerdded.

Felly ewch i ddarganfod!”

Geiriau

Arolwg Ordnans – *Ordnance Survey*
yn ogystal â – *as well as*
rhywfaint – *some*
rhwydwaith – *network*
ledled – *throughout*



Castell y Bere

Dach chi'n hoffi bwyta llysiau? Dach chi'n cael eich 'Pump y Dydd'?
Mae rhai pobl yn prynu bocs llysiau. Mae Liz a Chris Kameen yn rhedeg busnes bocsys llysiau o'r enw Eat Your Greens yn Sir Ddinbych.

Llysiau ... llysiau ... llysiau!

Does dim byd gwell na bwyta llysiau ffres, lleol, yn syth o'r pridd. Mae'n dda i chi ac mae'n dda i'r amgylchedd!

Mae llawer o bobl yn tyfu llysiau yn eu gerddi. Ond os ydy'ch gardd chi'n fach, dach chi'n gallu prynu llysiau a ffrwythau ffres drwy gynllun bocs llysiau.

Mae Liz a Chris Kameen yn rhedeg busnes Eat Your Greens yn Llanrhaeadr, ger Dinbych. Prynnon nhw'r busnes ym mis Tachwedd 2018.



Prynu bocsys ... prynu cwmni

Cyn prynu'r busnes, roedd Liz a Chris Kameen yn prynu bocsys Eat Your Greens. Rŵan mae'r cwsmeriaid yma'n rhedeg y busnes!

"Pan wnaethon ni ddechrau cael ein bocs llysiau roedden ni'n meddwl ... mae'n anodd defnyddio'r llysiau i gyd," meddai Liz. "A doedden ni ddim yn siŵr beth i wneud efo rhai ohonyn nhw!"

"Ond ar ôl i ni ddysgu sut i ddefnyddio'r llysiau, roedden ni'n edrych ymlaen at gael bocs bob wythnos. Roedden ni'n mwynhau meddwl am wahanol ryseitiau a sut i goginio rhai llysiau."

Mae'r llysiau wedi newid sut maen nhw'n bwyta a phrynu bwyd.

"Yn lle mynd i'r archfarchnad a rhoi rhywbeth yn y popty ping, dan ni'n rhoi ychydig o lysiau mewn cyri neu gawl.

"Dan ni ddim yn licio gwastraff. Ar y dechrau, roedden ni'n stryglu i fwyta'r llysiau i gyd. Roedden ni'n gwneud llawer o gawl! Ond, wedyn, daethon ni'n fwy hyderus.

"Un o'n hoff fwydydd cyflym ni ydy sbageti efo olew olewydd, garlleg a cêl."

Geiriau

tyfu – (to) grow
pridd – soil
amgylchedd – environment
yn lle – instead
popty ping – microwave oven
gwastraff – waste



Tyfu llysiau

Liz a Chris sy'n tyfu'r llysiau.

Maen nhw'n casglu'r llysiau ac yna maen nhw'n mynd â nhw i'r cwsmeriaid o fewn diwrnod.

Dydy Liz a Chris ddim yn cael dweud bod y llysiau'n organig achos dydyn nhw

ddim wedi cael achrediad swyddogol eto, ond dydyn nhw ddim yn defnyddio plaladdwyr cemegol na gwrtaithe cemegol i dyfu'r llysiau. "Mae hyn yn bwysig iawn i ni," meddai Liz.

Mae'r adeg yma o'r flwyddyn yn gallu bod yn

anodd, meddai. Mae llysiau'r gaeaf yn dod i ben a dydy llysiau'r gwanwyn ddim cweit yn barod.

"Mae'n dibynnu ar y tywydd ond os dan ni'n lwcus mae yna datws cynnar, moron, brocoli, blodfresych a letys."

Byw yn Awstralia

Mae Chris yn dod o Gilgwri ar Lannau Mersi yn wreiddiol ac mae Liz yn dod o Dde Lloegr.

Doedd gynnyn nhw ddim cysylltiad efo Sir Ddinbych. "Ond mi wnaethon ni aros mewn bwthyn yng Ngharrog, ger Corwen, a syrthio mewn cariad efo'r ardal," meddai Liz.

Cyn dod i Gymru, roedd y cwpl yn byw yn Sydney, yn Awstralia, am 10 mlynedd. Roedd Chris yn rhedeg ysgol hwylio yn Harbwr Sydney. Roedd Liz yn gweithio ym maes marchnata ac ymchwil marchnad.

"Pan oedden ni yno roedden ni'n hoffi mynd i Seland Newydd, i'r mynyddoedd, ac roedden ni'n hoffi'r bywyd mwy hamddenol

yno. "Roedden ni isio chwilio am rywle fel yna yng Nghymru. Roedden ni isio bod yn agosach at ein teuluoedd. Dan ni wrth ein bodd yng Ngogledd Cymru.

"Roedden ni isio gweithio yn y gymuned leol heb orfod teithio'n rhy bell. Roedd Eat Your Greens yn ticio'r bocsys i gyd!" meddai Liz.

Geiriau

Gilgwri – the Wirral
cysylltiad – connection
marchnata – marketing
ymchwil marchnad – market research
hamddenol – leisurely
cymuned – community
heb orfod – without having to



Gwyrdd ac iach

Mae bwyta llysiau yn helpu'r amgylchedd, meddai Liz a Chris.

Ar un acer a hanner o dir, maen nhw'n gallu tyfu digon o lysiau i 80 teulu am flwyddyn.

Mae angen llawer mwy o dir i fagu anifeiliaid.

Geiriau

o fewn – *within*
 achrediad – *accreditation*
 swyddogol – *official*
 plaladdwr, plaladdwyr – *pesticide,-s*
 gwrtait – *fertilizer*



Dyma Liz a Chris

Mae Liz a Chris Kameen yn tyfu llysiau. Maen nhw'n tyfu'r llysiau yn Sir Ddinbych.

Maen nhw'n gwerthu'r llysiau mewn bocsys llysiau.

Enw'r busnes ydy Eat Your Greens. Maen nhw'n hoffi meddwl am ffyrdd gwahanol o goginio llysiau hefyd.

Maen nhw'n rhoi ryseitiau yn y bocsys llysiau. Roedden nhw'n byw yn Awstralia. Roedd Chris yn rhedeg ysgol hwylio yno.

Geiriau

tyfu – *(to) grow*
 ffordd, ffyrdd –
 way,-s
 gwahanol – *different*
 roedden nhw'n ...
 – *they used to ...*
 roedd ... – ... *(he)*
 used to ...



Rysâit

Pasta efo blodfresych, garlleg ac ansiofis

Cynhwysion:

- Un flodfresychen, wedi ei thorri'n 'flodau'
- 250 g o basta (fel penne)
- 4 llwy fwrdd o olew olewydd
- 2 ewin garlleg wedi eu torri'n fân
- 5 ansiofi (neu dach chi'n gallu defnyddio caprys)
- Pupur cayenne
- 2 lwy fwrdd o bersli ffres, wedi'i falu
- Halen a phupur

Dull:

1. Rhowch y darnau blodfresych mewn dŵr berwedig am bum munud.
2. Coginiwch y penne mewn digon o ddŵr berwedig efo ychydig o halen. Mae'n barod pan mae o'n *al dente* – yn feddal ond yn gadarn hefyd.
3. Rhowch yr olew olewydd mewn sosban a'i gynhesu ac, yna, ychwanegwch y garlleg.
4. Coginiwch y garlleg nes ei fod yn feddal – ond nid yn frown.
5. Tynnwch y sosban oddi ar y gwres ac ychwanegwch yr ansiofis.

Cymysgwch nes bod yr ansiofis yn toddi i mewn i'r olew.

6. Ychwanegwch y blodfresych i'r sosban efo pinsiad o bupur cayenne. Cymysgwch yn dda a rhowch y sosban yn ôl ar wres isel. Rhowch gaead ar y sosban a choginiwch y llysiau am bum munud.
7. Defnyddiwch fforc i stwnsio'r blodfresych. Yna rhowch y pasta yn y sosban a chymysgwch yn dda efo'r blodfresych.
8. Ychwanegwch y persli a'r pupur a'r halen os oes angen.

Mae'r rysâit yma yn gweithio efo brocoli hefyd. (Mae'r rysâit yn dod o'r *Riverford Farm Cook Book*.)

Geiriau

ansiofis – *anchovies*
 blodfresychen, blodfresych – *cauliflower,-s*
 ewin – *clove*
 yn fân – *finely*
 caprysen, caprys – *caper,-s*
 wedi'i falu – *chopped*
 cadarn – *firm*
 nes (bod) – *until*
 tynnu – *(to) take*
 toddi – *(to) melt*
 pinsiad – *pinch*
 caead – *lid*
 stwnsio – *(to) mash*

Mae Camilla Gittins yn byw yn Amsterdam.
Mae hi'n gweithio i gwmni ffasiwn Tommy Hilfiger...

Dros y Byd



O le dach chi'n dwad yn wreiddiol?

Dw i'n dod o Feifod, pentre bach yn Sir Drefaldwyn. Ro'n i'n byw ar fferm tu allan i'r pentre.

Lle dach chi'n gweithio?

Dw i'n gweithio yn Amsterdam.

Be' dach chi'n wneud yn Amsterdam?

Dw i'n gweithio i gwmni ffasiwn Tommy Hilfiger. Dw i'n gweithio mewn tîm sy'n helpu i gynllunio'r siopau. Dw i wrth fy modd yn gweld fy syniadau yn dod yn fyw. Dach chi'n gallu gweld fy ngwaith celf i yn siop Tommy Hilfiger yn Regent Street yn Llundain.

Be' dach chi'n hoffi am fyw yn Amsterdam?

Mae Amsterdam yn anhygoel! Dyma'r lle perffaith i fyw. Mae popeth dach chi isio yn y ddinas a dach chi'n gallu teithio i bobman ar feic. Mae llawer o orielau, *boutiques*, bwytai, bariau, parciau a ffeiriau vintage.

Pa fath o fwyd dach chi'n mwynhau yn Amsterdam?

Dros y penwythnos dw i'n mwynhau mynd am brecinio. Dw i wrth fy modd yn ffeindio llefydd bach newydd.

Geiriau

dwad = dod – (to) come
ro'n i'n ...
– I used to ... / I was ...
be' = beth – what
sy'n helpu – that helps
cynllunio – (to) design

gwaith celf – artwork
anhygoel – incredible
perffaith – perfect
pobman – everywhere
lle,-fydd – place,-s
brecinio – brunch



Be' dach chi'n hoffi wneud yn Amsterdam yn eich amser sbâr?

Dw i wrth fy modd yn paentio. Dw i'n artist haniaethol felly mae fy fflat yn cael ei droi yn stiwdio gelf yn aml. Un o'r pethau dw i isio gwneud eleni ydy cael arddangosfa.

Be' dach chi'n gollu am Gymru?

Dw i'n colli fy ffrindiau a fy rheulu ... a chinio dydd Sul Mam – cig oen gyda'r trimins i gyd!

Lle roeddech chi'n byw cyn symud i Amsterdam?

Ro'n i'n byw yn Llundain am dair blynedd. Es i i fyw yno ar ôl teithio o gwmpas de-ddwyrain Asia. Yn Llundain, ro'n

i'n rhannu tŷ gyda thri ffrind. Roedden ni wedi cyfarfod pan o'n i'n astudio brodwaith ym Mhrifysgol Manceinion.

Pam symud i Amsterdam?

Daeth y cyfle ar ôl i fi gael swydd gyda Tommy Hilfiger.

Oedd o'n benderfyniad anodd?

Doedd o ddim yn benderfyniad anodd iawn – roedd fy ymateb i'n dweud y cyfan pan ges i gynnig y swydd. Tua phedair wythnos wedyn, wnes i symud i Amsterdam. Dim ond un person arall ro'n i'n nabod yno. Ro'n i'n nerfus iawn am symud i wlad arall ar fy mhen fy hun ond ro'n i'n llawn cyffro hefyd.

Geiriau

haniaethol – abstract
celf – art
arddangosfa – exhibition
brodwaith – embroidery
cyfle – opportunity
ymateb – response
dweud y cyfan – (to) say it all
cynnig – offer
llawn cyffro – full of excitement, excited



Mae gwaith celf Camilla Gittins ar ei thudalen instagram @camillajanegittins



Natur

gyda Bethan Wyn Jones

Mae gan Bethan gwningen yn ei gardd ...

“Magu fel cwningod”

Cwningen
(*Oryctolagus cuniculus*; Rabbit)

Y tro cynta, do'n i ddim yn gallu credu fy llygaid! Beth oedd yno? Cwningen fach yn eistedd yn ddel, yn brysur yn bwyta glaswellt. Cwningen fach ddigon o sioe. Weithiau, mae pobl yn galw cwningen yn 'llwydan'; rŵan dw i'n deall pam – mae hi'n llwyd.

Mae cerdd enwog o'r enw “Cwningod” gan fardd o'r enw I. D. Hooson. Mae'r gerdd yn sôn am 'ddwy gwningen fechan' yn eistedd 'ger y llwyn' ...

“Un yn gwrando'n hapus
Ar gân yr adar mwyn,
Ar llall â'i phawen felfed
Yn rhwbio blaen ei thrwyn.”

A wyddoch chi be? Mae'r gwningen yn ein gardd ni yn gwneud hynny! Do'n i ddim wedi sylwi o'r blaen ond, un diwrnod, roedd hi'n rhwbio blaen ei thrwyn. Ro'n i wedi gwirioni'n lân.

Mae'r geiriau “â'i phawen felfed” yn dda – mae pawennau'r gwningen yn edrych fel melfed. Ond nid dyna dw i'n hoffi fwy – fy hoff beth i ydy llygaid mawr, llonydd, addfwyn y gwningen.

Geiriau

magu – (to) breed
del = pert – pretty
digon o sioe – pretty as a picture
llwyn – tree
mwyn – gentle
y llall – the other one
pawen – paw
blaen ei thrwyn – the tip of her nose
wyddoch chi be? – you know what?
sylwi – (to) notice
o'r blaen – before
wedi gwirioni'n lân = wrth fy modd
– to be delighted
melfed – velvet
llonydd – still
addfwyn – tender, gentle

Lle maen nhw'n byw

Fel arfer, mae cwningod yng Nghymru yn byw efo'i gilydd mewn 'cwningar'. System gymhleth o dwneli ydy cwningar. Maen nhw'n cysylltu cris-groes o dan y ddaear.

Fel arfer, mae llawer o wahanol ffyrdd i fynd i mewn i'r gwningar. Felly, os oes perygl, mae'r gwningen fach yn gallu deifio i mewn i'r twll agosa.

Magu!

Mae cwningod yn enwog am genhedlu ac mae'r fenyw yn gallu cael sawl torllwyth bob blwyddyn. Fel arfer, tua 31 diwrnod ydy cylch beichiogrwydd cwningen.

Cywion ydy'r gair am gwningod bach ac mae cwningen yn gallu cael rhwng dau ac un deg dau o gywion mewn torllwyth.

Mae'r fam yn gadael ei chywion bach yn y nyth ac yn mynd allan i fwydo. Mae'r cywion yn cael sugno tuag unwaith y dydd, ond dim ond am bedair wythnos.

Felly, mae un gwningen fach yn gallu magu tua phedwar deg o gwningod mewn blwyddyn! Mae cwningen yn oedolyn aeddfed pan mae hi tua phedwar mis oed. Mae'n gallu bod yn feichiog am tua wyth mis y flwyddyn.

Mae pobl yn dweud hyn am deulu sy'n cael llawer o blant: “Maen nhw'n magu fel cwningod”. Rŵan, dach chi'n deall pam!

Mae stori yn Awstralia yn profi hyn. Daeth 24 cwningen i Awstralia am y tro cynta yn 1859. Mewn llai na 100 mlynedd, roedd 600 miliwn o gwningod yn Awstralia!

Un gwningen sy yn ein gardd ni – hyd yn hyn!

Cwningen fach Bethan

Mae gan Bethan gwningen yn yr ardd.
Mae hi'n llwyd ac yn ddel.

Mae ei phawennau fel melfed.

Mae hi'n rhwbio blaen ei thrwyn.

Mae gan Bethan un gwningen – ar hyn o bryd! Ond mae cwningod yn cael llawer o “blant”.

Yn Awstralia, mewn 100 mlynedd, aeth 24 cwningen yn 600 miliwn!

Geiriau

del = pert – pretty
pawen,-nau – paw,-s
melfed – velvet
blaen – tip
ar hyn o bryd – at present
mlynedd – years
aeth – became

Geiriau

cymhleth – complicated
cenhedlu – (to) conceive, breed
torllwyth – litter
cylch beichiogrwydd – gestation period
sugno – (to) suck
aeddfed – mature
hyd yn hyn – up to now

Mae'r gyfres ddrama **Un Bore Mercher** yn ôl ar y teledu ym mis Mai. Dych chi'n dilyn stori Faith Howells? Yn y gyfres gyntaf, mae ei gŵr hi'n diflannu'n sydyn ac mae hi isie gwybod pam. Mae Eve Myles yn actio Faith Howells ac yma mae hi'n ateb cwestiynau **lingo newydd**.

Ffydd, gobaith a chariad?

Heb ddweud y stori i gyd, beth sy'n digwydd yn yr ail gyfres?

Mae lot yn digwydd yng nghyfres dau! Dyn ni'n ail-gydio yn y stori 18 mis ar ôl diwedd cyfres un. Mae Faith yn symud ymlaen gyda'i bywyd – mae'n rhaid iddi hi! Pan mae rhywbeth mor ofnadwy yn digwydd i deulu, beth dych chi'n wneud? Dych chi'n gwneud beth mae'n rhaid i chi wneud – mynd â'r plant i'r ysgol, ceisio cael y busnes yn ôl ar drac a cheisio aros yn gall!

Ydy Faith yn mynd yn ôl at ei gŵr, Evan?

Wel, dyn ni'n edrych eto ar y noson mae Evan yn dod yn ôl. Mae'r teulu'n aros yn Abercorran [ble mae eu cartref nhw] ond mae Evan wedi gadael y teulu mewn *mess* ofnadwy. Yn sydyn, mae'r byd yn troi'n lle peryglus iawn. Mae'n rhaid ystyried y plant, felly mae'n rhaid ceisio normaleiddio pethau.

Ydy Faith yn dal i gael perthynas gyda Steve Baldini?

Mae'r menywod i gyd yn hoffi Steve – a'i fest! Mae lot o ddi-ddordeb ar Twitter! Mae'r berthynas rhwng Faith a Steve yn gymhleth iawn ac, ydy, mae hynny yn y gyfres newydd.

Yn y gyfres gyntaf, mae Faith yn cynrychioli Steve yn y llys. Mae hi'n gweld dyn da sy'n ymladd dros ei ferch ond, ar yr un pryd, mae ei gŵr hi wedi mynd.

Felly, Steve ydy'r *antithesis* i Evan ac mae e'n cynnig diogelwch, gobaith a chryfder i Faith. Ar amser tywyll iawn, mae'r pethau yma'n ddeniadol iawn iddi hi.

Yn yr ail gyfres, dyn ni'n gweld Faith yn delio gyda'r teimladau yma – mae'n dorcalonnus.

Yn y gyfres gynta, mae Faith yn gwisgo cot felen. Ydy'r got yn yr ail gyfres hefyd?

Wrth gwrs! Y mac yma ydy un o gymeriadau mwyaf sioe. Hon ac, wrth gwrs, Talacharn yn Sir Gaerfyrddin, lle dyn ni'n ffilmio.



Beth sy mor arbennig am Dalacharn?

Mae rhywbeth hudolus am Dalacharn – mae'r golau yn anhygoel a dyn ni'n derbyn croeso cynnes iawn gan bobl Talacharn. Maen nhw'n dod â brechdanau a phaneidiau i ni. Bob tro dyn ni'n mynd i mewn i far, mae glasiaid o win yn aros amdanon ni. Mae **Un Bore Mercher** wedi newid bywyd pobl Talacharn, dw i'n meddwl, ond mewn ffordd bositif.

Ydy hi'n braf gweithio yng Nghymru?

Yn anaml iawn dw i'n gadael y tŷ yn gynnar yn y bore a dod yn ôl yn y nos. Pan dw i'n ffilmio **Un Bore Mercher**, dw i'n gallu cyrraedd adre erbyn amser gwely'r plant. Mae'n braf cael gwneud y pethau hyn. Hefyd, mae'n braf cael cysgu yn fy ngwely fy hun a pheidio â byw allan o gês.

Dych chi wedi dysgu Cymraeg ar gyfer Un Bore Mercher – dych chi'n siarad yn rhugl erbyn hyn?

Dw i'n dal i ddysgu ond weithiau dw i'n siarad Cymraeg heb hyd yn oed sylweddoli ac mae Brad [gŵr Eve] yn dweud, "Rwyt ti newydd gael sgwrs yn gyfan gwbl yn Gymraeg!" Wnes i weithio'n galed iawn am tua phedwar mis cyn y gyfres gyntaf. Ro'n i'n mynd â'r plant i'r ysgol, yn dod adre ac yn dysgu. Ches i ddim cyfle i ddysgu Cymraeg pan o'n i'n ifanc, felly dw i'n falch o gael dysgu fy oedran i. Mae'n rhoi pler i mi. Pan mae pobl yn siarad Cymraeg gyda fi, does dim rhaid i fi ymddiheuro – dyna'r peth gorau. Nawr, dw i'n gallu dweud "Byddwch yn amyneddgar – dw i'n dysgu!"

Beth dych chi'n feddwl o'r ffordd mae Cymru yn cael ei phortreadu yn Un Bore Mercher?

Mae **Un Bore Mercher** yn portreadu Cymru mewn ffordd eitha gwahanol i'r arfer, dw i'n meddwl. Dyn ni'n gweld Cymru mewn ffordd bositif iawn. Mae'n fodern ond mae'n cadw'r traddodiadau Cymreig, sef hiwmor a chynhesrwydd y Cymry.

Geiriau

- dilyn – (to) follow
- diflannu – (to) disappear
- ffydd – faith
- ail-gydio yn – (to) resume, rejoin
- yn gall – sane
- menyw,-od = merch,-ed – woman, women
- cymhleth – complicated
- cynrychioli – (to) represent
- torcalonnus – heart-breaking
- Talacharn – Laugharne
- anaml – seldom
- dw i'n dal i – I'm still
- hyd yn oed – even
- sylweddoli – (to) realise
- cyfan gwbl – entirely, completely
- balch o – glad, pleased
- ymdiheuro – (to) apologise
- amyneddgar – patient
- cynhesrwydd – warmth



Dyma Eve Myles

Mae Eve Myles yn actores. Mae hi'n dod o Ystradgynlais, yng Nghwm Tawe, yn wreiddiol.

Mae hi'n byw yng Nghaerdydd gyda'i gŵr, yr actor Bradley Freegard, a'u dwy ferch, Matilda a Siena.

Mae Bradley yn actio ei gŵr, Evan, yn **Un Bore Mercher!**

Mae Eve mewn llawer o gyfresi teledu fel **Victoria**, **Broadchurch**, **A Very English Scandal**, a **Torchwood**.

Mae Eve wedi dysgu Cymraeg er mwyn actio yn **Un Bore Mercher**.

Dyma Un Bore Mercher

Cyfres ddrama ar S4C ydy **Un Bore Mercher**.

Mae fersiwn Cymraeg a Saesneg o'r ddrama. Enw'r rhaglen yn Saesneg ydy **Keeping Faith**.

Mae Eve Myles yn chwarae cymeriad o'r enw Faith Howells. Cyfreithwraig ydy hi.

Yn y gyfres gynta, mae gŵr Faith yn diflannu. Mae hi'n chwilio am ei gŵr.

Mae dau gymeriad pwysig arall yn y gyfres, meddai Eve – ei chot felen a thref Talacharn yn Sir Gaerfyrddin. Dyna ble maen nhw'n ffilmio.

Geiriau

cyfres,-i – *series*
er mwyn – *in order to*
cymeriad – *character*
cyfreithwraig – *solicitor (fem.)*
diflannu – *(to) disappear*
meddai – *said*
ei chot felen – *her yellow coat*

Un Bore Mercher

Dydd Sul, 12 Mai, 9pm, S4C

Mae Debora Morgante yn hoffi gwyllo ffilmiau ac mae hi'n hoffi gweld actorion o Gymru!

Sêr y sinema – o Gymru

Mae Cymru'n wlad o gantorion talentog, mae pawb yn gwybod hynny, ond dych chi'n gwybod faint o sêr y sinema sy'n dod o Gymru?

Wrth gwrs, dych chi wedi clywed am yr actorion Richard Burton, Anthony Hopkins a Catherine Zeta-Jones. Ond mae mwy a mwy o actorion o Gymru yn dod yn boblogaidd iawn.

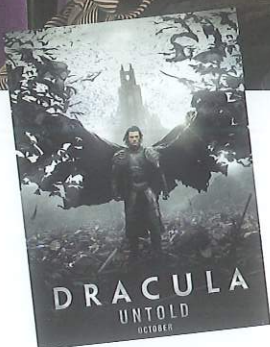
Dw chi'n gallu eu gweld nhw mewn sawl cyfres deledu ryngwladol lwyddiannus fel **Game of Thrones** (Iwan Rheon) a **The Americans** (Matthew Rhys) neu mewn ffilmiau fel **Batman** (Christian Bale), **Dracula** (Luke Evans), **Fantastic Four** (Ioan Gruffudd). Mae'r rhestr yn hir iawn!

Geiriau

canwr, cantorion – *singer,-s*
 poblogaidd – *popular*
 sawl – *several*
 rhyngwladol – *international*
 llwyddiannus – *successful*



Rhys Ifans



Luke Evans

Rhys a Rufus

Mae gan fy hoff actorion i i gyd ryw gysylltiad â Chymru. Dyma ddau.

Rhys Ifans: Cymro Cymraeg sy'n dod o Ruthun, yn Nyffryn Clwyd ydy e. Roedd ei dad, Eirwyn Evans, yn athro ac yn aelod o gwmi drama. Dyna sut dechreuodd Rhys actio.

Dw i'n dwlu ar Rhys. Mae e'n gallu actio pob math o gymeriadau. Wnes i ei weld e am y tro cyntaf yn y ffilm **Notting Hill** ac wedyn yn **Twin Town**. Mae e wedi bod mewn llawer o ffilmiau eraill fel **Harry Potter and the Deathly Hallows: Part I** a **The Amazing Spider-Man**.

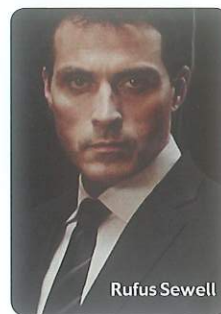
Rhys Ifans wnaeth fy ysbrydoli i i ddarganfod mwy am Gymru a'i diwylliant achos mae Cymreictod Rhys yn amlwg ym mhob ffilm mae e'n gwneud. Ro'n i wrth fy modd pan ges i gyfle i gwrdd â fe yn Eisteddfod Genedlaethol 2016 a chael llun gyda'n gilydd!

Dw i'n hoffi clywed ei lais dwfn, yn arbennig pan mae e'n siarad Cymraeg.

Rufus Sewell: Cafodd Rufus Sewell ei eni yn Lloegr ond Cymraes ydy ei fam. Daeth e'n enwog gyda ffilmiau fel **Dark City** a **A Knight's Tale**. Mae e'n ddydd golygus iawn gyda gwallt cyrliog du a llygaid gwyrdd mawr sy'n fy atgoffa i o ryfelwr Cymraeg yn y Canol Oesoedd.

Dw i'n hoffi dysgu mwy am actorion sydd â gwreiddiau yng Nghymru. Weithiau, dw i'n dweud, 'Cymro ydy hwn' drwy edrych ar ei lygaid!

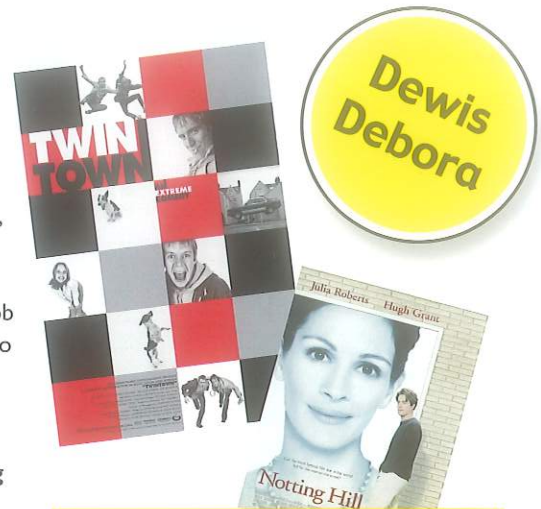
Mae rhywbeth arbennig am lygaid y Cymry. Maen nhw'n gallu mynegi balchder, angerdd, cariad a gwladgarwch yr un pryd.



Rufus Sewell

Geiriau

dwlu ar = wedi gwirionni ar
 – (to) love, dote upon
 ysbrydoli – (to) inspire
 diwylliant – culture
 rhyfelwr – warrior
 y Canol Oesoedd –
 the Middle Ages
 sydd â – who have
 gwreiddyn, gwreiddiau – root,-s
 balchder – pride
 angerdd – passion
 gwladgarwch – patriotism

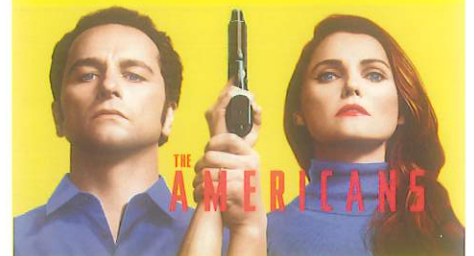


Dewis Debora

Actorion Cymraeg

Mae llawer o sêr yn siarad Cymraeg.

Mae Matthew Rhys yn enwog iawn yn yr Unol Daleithiau. Mae e'n actio yn y gyfres deledu **The Americans**. Mae e wedi ennill llawer o wobrau, gan gynnwys Emmy a Golden Globe.



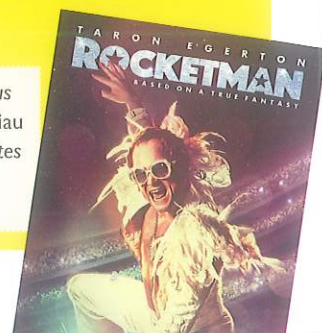
Mae e'n ffrindiau gyda'r actor Ioan Gruffudd – mae e mewn ffilmiau fel **Fantastic Four** a **Titanic**.

Mae Rhys Ifans yn enwog achos ei rôl yn **Notting Hill** gyda Hugh Grant ond mae e mewn llawer o ffilmiau eraill hefyd.

Mae'r actorion ifanc Iwan Rheon a Taron Egerton yn dod yn enwog iawn. Mae Iwan Rheon yn y gyfres **Game of Thrones**. Mae Taron Egerton yn y ffilmiau **Kingsman** ac mae e'n actio Elton John yn **Rocketman** eleni.

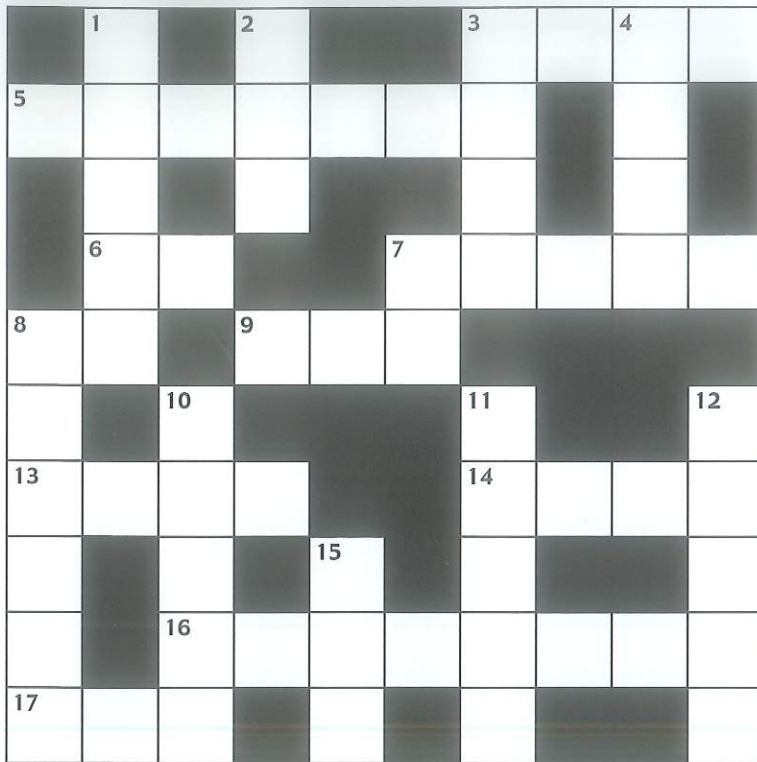
Geiriau

enwog – famous
 yr Unol Daleithiau – the United States
 gwobr,-au – prize,-s



Croesair

Mae rhai o'r atebion yn y rhifyn yma o lingo newydd.



Cofiwch: un llythyren ydy ng a ll.

Ar draws

3. Edrych ar rywbeth am amser hir. (4)
5. Mae un o'r rhain yng ngardd Bethan Wyn Jones. (7)
6. Mae eliffant yn fwy ___ llygoden. (2)
7. Mae Mike Parker yn hoffi'r castell yma. (1,4)
8. Plentyn y fuwch. (2)
9. Nid poeth na thwym. (3)
13. Siŵr, pendant, dim cwestiwn. (4)
14. Gwaith Rhys Meirion. (4)
16. Mae John Rees yn chwilio am y rhain. (8)
17. Dod â phawb at ei gilydd. (3)

I lawr

1. Dych chi byth yn hapus, dych chi'n _____ trwy'r amser. (5)
2. 10x100 (3)
3. Mae trwyn hwn yn yr awyr! (4)
4. Mae carped a leino ar hwn. (4)
7. Y rhodd, ___ anrheg. (2)
8. Beth sy ym mocsys Liz a Chris Kameen. (6)
10. Am yr ail waith. (2, 3)
11. Dyma beth ydy Rhys Ifans. (5)
12. Mae hwn yn mynd gyda halen. (5)
15. Dros y ___ - y tro yma, Amsterdam. (3)

Mae'r atebion ar y gwaelod.

Geiriau

pendant – definite

yr ail waith – the second time

Idiom lingo newydd

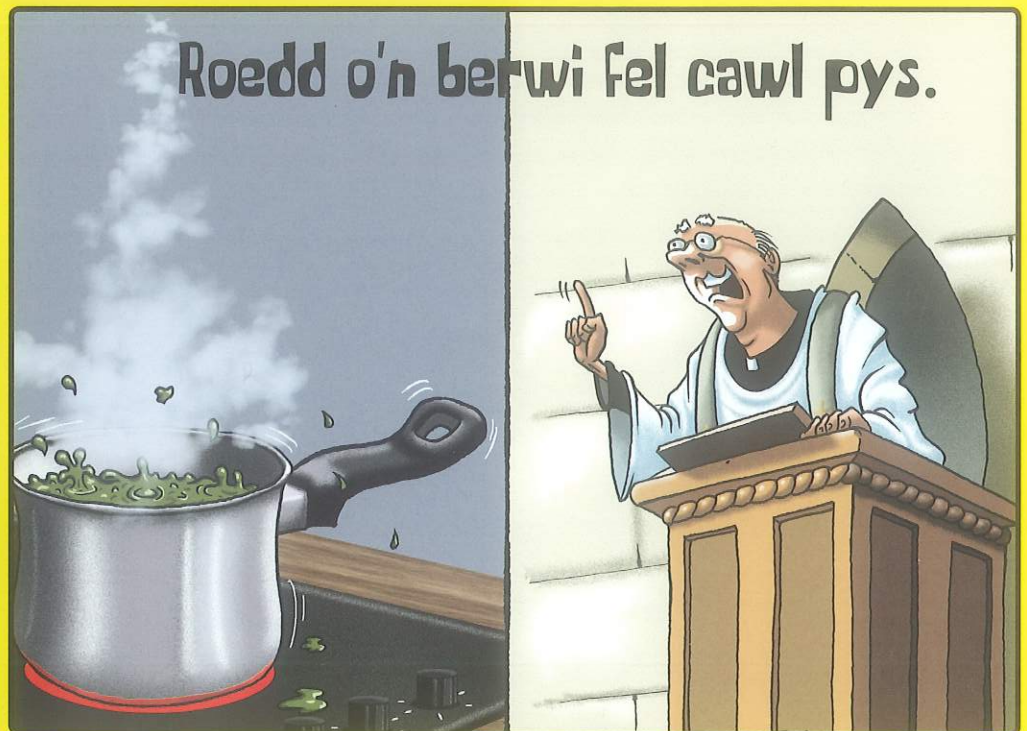
efo Mumph

Dach chi'n siarad llawer; dach chi'n pregethu wrth bobl?

Os felly, dach chi'n berwi fel cawl pys!

Geiriau

pregethu (wrth / i)
– (to) preach (to)
berwi – (to) boil



I lawr: 1. Cwyno; 2. Mili; 3. Snob; 4. Lawr; 8. Llystias; 10. Ac eto; 11. Actor; 12. Pupur; 15. Byd.

Ar draws: 3. Syllus; 5. Cwningen; 6. Na; 7. Y Bere; 8. Llo; 9. Oer; 13. Sier; 14. Canu; 16. Trysorau; 17. Uno.

Atebion


ap lingo

newydd



Dych chi
eisiau clywed
lingo newydd?

Dych chi eisiau
gwybod sut i
ddweud y
geiriau?



Mae ap **lingo**
newydd ar gael.

Mae ap **lingo**
newydd gydag
ap **golwg**.



ap
golwg

Chwiliwch am ap
Golwg ar iOS ar App
Store, ac ar Android
ar Google Play.

