communities first cymunedau yn gyntaf

Y DREF A'R PARC

EICH CYLCHLYTHYR CYMUNEDOL

RHIFYN 4 – GAEAF 2008

RWY'N ♥ MERTHYR TUDFUL – DIWRNOD AMGYLCHEDDOL

Yn ystod Diwrnod Amgylcheddol Rwy'n Caru Merthyr a gynhaliwyd ddydd Gwener 12 Medi gwelwyd llawer o bartneriaid ar draws y Fwrdeistref sy'n aelodau o Bartneriaeth Amgylcheddol Merthyr Tudful yn trefnu amrywiaeth o weithgareddau gwahanol yn eu cymunedau. Enw digwyddiad Cymunedau yn Gyntaf y Dref a'r Parc oedd '***Dysgu Trwy'r Amgylchedd***' a gwelwyd 26 o ddisgyblion o Ysgol Fabanod Brecon Road yn cymryd rhan. Aethpwyd a'r plant i Eglwys Crist Cyfarthfa yn Georgetown i archwilio'r tiroedd yno a'r gwahanol gynefinoedd gan gynnwys y Glaswelltir, y Gerddi a'r Coetir.

Roedd y bocsys pryfaid yn gwneud y diwrnod yn llawer iawn mwy

diddorol trwy roi cyfle i'r plant weld y creaduriaid oeddent wedi'u dal yn agos! Cafwyd prynhawn gwych gan bawb oedd yn rhan eu bod yn gallu'u defnyddio fel rhan o'u gweithgareddau

o'r digwyddiad ac i ychwanegu at fwyniant y diwrnod, cafodd yr holl offerynnau a'r deunyddiau a ddefnyddiwyd ar y diwrnod eu cyflwyno i'r ysgol fel yn ymwneud â'r amgylchedd yn y dyfodol. Defnyddiwyd Allwedd Llwybrau Natur gan y plant fel eu bod yn gallu adnabod y gwahanol fathau o fwystfilod bach, mwyar a

Mae Cymunedau yn Gyntaf y Dref a'r Parc, Canolfan a Menter Gymraeg ac Adrannau Celfyddydau ac Adfywio Cyngor Bwrdeistref Sirol Merthyr Tudful wedi uno i drefnu noson o ***Ganu Carolau Dwyieithog*** i'w chynnal yng Nghapel Soar, Pontmorlais ***nos Fercher, 3 Rhagfyr***.

Cynhelir ***Taith Gerdded yng Ngholau Llusern o Ganol Tref*** Merthyr i'r Capel ac fe arweinir y daith gan Bibydd Cymreig a diddanwyr. Bydd plant o'r pum ysgol gynradd leol yn y Dref a'r Parc yn cymryd rhan yn y gweithdai cyn y digwyddiad i greu eu llusernau eu hunain ac un llusern 'fawr' i gynrychioli ei hysgol.

Bydd y daith yn ***dechrau am 4.45 o'r Ffynnon sydd yn rhan isaf Canol y Dref***; yna bydd y daith yn teithio trwy'r Stryd Fawr ar ei ffordd i ***Gapel Soar erbyn 6pm***. Bydd yr orymdaith yn oedi yn ystod y daith ac ystod yr hoe, fe gennir carolau gyda chyfeiliant y côr (mae hyn eto i'w gadarnhau).

Mae croeso i bawb ymuno yn y daith; dim ond trwy wahoddiad yn unig y gellir cael mynediad i'r Gymanfa Ganu oherwydd bod lleoedd yn gyfyngedig. I gael rhagor o wybodaeth cysylltwch â Swyddfa Cymunedau yn Gyntaf y Dref a'r Parc ar 01685 353944

CROESO I'CH 4YDD CYLCHLYTHYR

Mae'r Nadolig ar stepen ein drws ac mae'r Flwyddyn Newydd ar ein gwarthaf ac rydym yn ymwybodol bod pobl yn dechrau ystyried opsiynau newydd fel rhan o'u Haddewidion Blwyddyn Newydd.

Felly, rydyn wedi cynnwys Holiadur yr hoffem i chi a'ch teulu ei lenwi sy'n ymwneud â chyrsiau hyfforddi. Rydym yn credu bod hyfforddiant wedi'i seilio yn y gymuned yn gyfle gwych nid yn unig i ddysgu sgiliau newydd ond i gymdeithasu a chwrdd ag aelodau newydd yn eich ardal leol. Rydym wedi rhoi bocsys mewn llawer o leoliadau yn eich ardaloedd lleol i'ch galluogi chi i ddychwelyd y ffurflenni i ni yn rhwydd ac rydym yn edrych ymlaen at ddarllen eich sylwadau. Os ydych chi eisiau rhagor o ffurflenni un ai ffoniwch y swyddfa neu galwch i mewn i'n swyddfa. ***Y dyddiad cau i ddychwelyd y ffurflenni yw 28 Tachwedd ac mae pob holiadur a dderbyniwn yn cael ei gynnwys mewn raffl i ennill £50*** a allai eich helpu gyda chostau'r Nadolig hwn!

Yr unig beth sydd ar ôl i ni ei wneud yw dymuno Cyfarchion yr ŵyl i chi ac rydym yn gobeithio y gwelwn ni chi ar Daith y Lusern nos Fercher 3 Rhagfyr am 4.45pm wrth y Ffynnon sydd yn Rhan Isaf Canol y Dref.

Tîm Cymunedau yn Gyntaf

SWYDDFA CYMUNEDAU YN GYNTAF

Rhif ffôn y brif swyddfa: 01685 353944
E-bost: tandpcomm1@vamt.net

•Canolbwyntio ar Ein Hiechyd...

aeth Cymunedau yn Gyntaf gyda chefnogaeth Cymorth Cyfoedion y Clefyd Siwgr ati i gynnal Diwrnod Ymwybyddiaeth Iechyd ar 16 Gorffennaf

yng Nghapel Bedyddwyr y Stryd Fawr. Roedd yna amrywiaeth o sefydliadau'n bresennol yn cynnig gwybodaeth i aelodau o'r gymuned. Roedd y Bwrdd Iechyd Lleol yn mynd i'r afael ag ymwybyddiaeth o'r fron, rhoi'r gorau i ysmygu, pwysau gwaed a lles cyffredinol. Y sefydliadau eraill oedd yn bresennol oedd Alzheimer's, Osteoporosis, Triniaeth Traed, MIND, Cleifion Arbenigol, Epilepsi, yr Asiantaeth Fudd-daliadau ac ymgynghorwyr ynghylch Ynni. Hefyd, roedd yna nyrs clefyd siwgr wrth law yn cynnig cyngor ac yn monitro gwaed ar gyfer clefyd siwgr yn rhad ac am ddim. Dilynwyd gyda sesiwn tylinio'r pen gyda Gaynor Humphreys yna paratowyd cinio bys a bawd gan Bak on Trak sy'n fenter gymdeithasol newydd anedig. Roedd y diwrnod yn llwyddiant ac roedd 36 o bobl yn bresennol ac fe ymaelododd 12 ohonynt gyda'r Grŵp Cymorth Clefyd Siwgr. Os hoffech chi fod yn rhan o'r grŵp hwn sy'n datblygu, ffoniwch swyddfa Cymunedau yn Gyntaf.

•Straeon Canoloesol...

Trip i Bentref Canoloesol Cosmeston ar 3 Gorffennaf. Trefnwyd y trip ar y cyd â Chymunedau yn Gyntaf ac Angela West, Cydgysylltydd Dysgu o Brifysgol Casnewydd. Ar y trip oedd plant o Ysgolion Cynradd Caedraw, Cyfarthfa a Thwyn-yr-odyn a phreswylwyr hŷn o Georgetown a Byrddau Tenantiaid a Phreswylwyr Llys Kevin Ryan. Diben y trip oedd "dweud stori" ac roedd y preswylwyr hyn eisoes wedi gwneud cais am drip o'r fath. Yn dilyn y trip, cynhaliwyd gweithdai yn yr ysgolion yn ymwneud â dweud stori ac ysgrifennu creadigol. Bydd Angela West yn cynhyrchu DVD ar gyfer pob un o'r ysgolion a'r grwpiau hŷn.

•Cychwyn Iach i'n Plant...

Communities First is Mae Cymunedau yn Gyntaf yn cefnogi Cychwyn Cadarn, cynllun peilot "Menter Fwyta Cychwyn Iach". Nod y sesiynau yw mynd i'r afael â "Thewdra mewn Plentyndod" a gobeithio atal Clefyd y Siwgr Math 2 rhag datblygu. Mae'r sesiynau'n cynnwys ***ymarfer corff hwyliog i fabanod a phlant bach, syniadau coginio cyflym a hawdd, bwyta'n iach a chyngor ar ddiddyfnu a chyfleusterau creche am ddim***. Dechreuodd y cwrs peilot 6 wythnos ar 18 Medi yng Nghapel Bedyddwyr y Stryd Fawr a gan fod y cwrs wedi bod yn gymaint o lwyddiant, rydym yn ceisio dod o hyd i gyllid er mwyn datblygu'r sesiynau hyn yn brosiect hirdymor. Os oes gennych chi ddiddordeb ymuno, ffoniwch ni nawr!

PROSIECTAU SYDD AR DDOD

DATBLYGU GWAITH CELF YN Y GYMUNED ...

I'r rhai ohonoch sy'n gyfarwydd â'r stryd fawr, rwy'n siŵr y gwyddoch am gyflwr truenus ***Hong Kong Alleyway*** sef y llwybr rhwng y gyfnewidfa fysiau a chanol y dref (wrth ymyl Gatiau Morgannwg a Banc y NatWest). Diolch i rai o'n pobl ifanc yn dweud eu dweud, rydym yn y broses o geisio datblygu partneriaeth i ailwamptio Hong Kong Alleyway gyda ***Gwaith Celf wedi'i Ddylunio gan y Gymuned***. Rydym yn aros i glywed os ydym wedi llwyddo i ddiogelu cyllid ar gyfer y prosiect. Os cawn newyddion da ynghylch y cyllid, dylai'r prosiect fod ar waith ar ôl y Nadolig. Os oes gennych chi ddiddordeb cael dweud eich dweud o ran pa ddyluniau terfynol a gaiff eu harddangos, yna ffoniwch Jo-ann ar 01685 353944 ac ymuno yn y gweithdy a gaiff ei gynnal yn fuan.

Rydym yn y broses o ddatblygu ***Prosiect Cerddoriaeth Traws-Genre gyda Phobl Ifanc*** o "***Siop Wybodaeth i Bobl Ifanc***" a'r "***Sefydliad Roc***" lle mae pobl ifanc o bob math o gefndiroedd a chredoau yn gallu dod at ei gilydd i gymryd rhan mewn gweithdai cerddoriaeth ac yn y pen draw, i gyfansoddi eu caneuon eu hunain ac yn eu tro, perfformio o flaen eu teuluoedd a'u ffrindiau .... Gwyliwch allan am ragor o wybodaeth am y prosiect hwn!

Yn y gorffennol, roedd ***PROMENÂD PONTMORLAIS*** yn rhan amlwg a phwysig o dreftadaeth Merthyr Tudful ond heddiw, mae'r promenâd wedi troi yn llwybr i gerddwyr ac yn ffordd trwodd i draffig. Rydym yn awyddus i weld gwaith celf yn cael ei osod ar hyd y promenâd a fyddai'n adfywio'r ardal i'w ysblennydd blaenorol. Ar hyn o bryd, megis dechrau ydym gyda'r prosiect hwn ond os ydych chi'n byw'n agos at y promenâd neu os hoffech chi fod yn rhan o'r prosiect hwn, yna cysylltwch â Swyddfa Cymunedau yn Gyntaf.

WYTHNOS FENTER YN DOD I FERTHYR TUDFUL

17 – 21 TACHWEDD 2008

Mae Wythnos Fenter yn ddigwyddiad rhyngwladol i helpu pobl i ddechrau busnes neu i ddatblygu busnes sydd ganddynt eisoes. Mae'n gyfle gwych i ddangos yr hyn mae cannoedd o sefydliadau yn ei gyflawni trwy gydol y flwyddyn er mwyn helpu busnesau cyfredol a mentrau cymdeithasol i dyfu. Yn ystod y digwyddiad, cynhelir 9 digwyddiad yn ystod yr Wythnos Fenter yn dilyn llwyddiannau'r llynedd. Hefyd, bydd yna ddau ddigwyddiad newydd, cyffrous i bobl yn eich cymuned gymryd rhan ynddynt. Dyma fanylion y digwyddiadau:

DECHRAU BUSNES YN Y CARTREF -

Dechrau Busnes yn y Cartref – Enterprising Art & Business 18 Tach 6-8pm

Bydd y digwyddiad hwn yn canolbwyntio ar helpu pobl i ddarganfod sut mae dechrau busnes yn y cartref a bydd cyngor arbenigol a gwybodaeth ar gael. Os ydych chi am droi eich diddordeb yn fusnes, neu os ydych chi am ddechrau busnes yn gweithio o'r cartref ond nid ydych chi yn gwybod lle i ddechrau yna dewch draw i ddarganfod sut i fynd ati!

DIGWYDDIAD I'R DIWYDIANNAU CREADIGOL -

Digwyddiad i'r Diwydiannau Creadigol - Coleg Merthyr dydd Iau 20 Tach 10am-1pm

Oes gennych chi ddiddordeb mewn gweithio yn y diwydiant ***Teledu, Radio*** neu ***Ffilm***? Oes gennych chi ddiddordeb neu hobi yn y Celfyddydau neu mewn ***Crefftau*** a bysech yn hoffi gwneud ychydig o arian o'r diddordeb hwnnw? Ydych chi'n ***gerddor*** neu ***berfformiwr*** dawnus, neu oes gennych chi ddiddordeb mewn darganfod mwy am weithio yn y Diwydiannau Creadigol?

Os ydych chi'n ateb ydw i unrhyw un o'r cwestiynau uchod yna dewch draw i gwrdd â phobl all rhoi cyngor arbenigol i chi ac ateb eich cwestiynau.

I gael rhagor o wybodaeth ar sut i gymryd rhan, cysylltwch â Sharon Doherty – Rheolwr Datblygu Busnes a'i chyfeiriad e-bost yw: sharon.doherty@merthyr.gov.uk neu cysylltwch â Michelle yn Swyddfa Cymunedau yn Gyntaf.

CYNLLUN BENTHYG LLYFRAU YMA NAWR

Mae'r Gwasanaeth Llyfrgelloedd wedi benthyg toreth o lyfrau Cyngor Llyfrau Cymru i ni fel rhan o'i ***Hymgyrch Allgáu Flynyddol Genedlaethol***. Mae gennym amrywiaeth eang o lyfrau i fenthyg sy'n addas i oedolion a phlant ar bob math o bynciau gan gynnwys Hanes Cymru a Diwylliant, Barddoniaeth, straeon byrion a llyfrau i Blant. ***Mae llyfrau ar gael yn Gymraeg a Saesneg***. Galwch i'r swyddfa nawr i drefnu benthyg un o'r llyfrau gwych hyn. Mae'r swyddfa ar agor Dydd Llun - Dydd Gwener (10am-3pm)

CADW'N FFIT YN RHAD AC AM DDIM...

Erbyn hyn, mae gan Merthyr Tudful swyddog arbennig - Kay Maybank sy'n cydgysylltu teithiau cerdded i bobl leol fel rhan o Brosiect Dewch i Gerdded Cymru.

Cynhaliwyd y cwrs hyfforddi Arweinydd Cerdded cyntaf ym mis Medi lle'r oedd preswylwyr lleol yn awyddus i gael hyfforddiant fel Arweinwyr Cerdded. Mae'r hyfforddiant wedi'i gynllunio i annog pobl leol i ymuno â chlwb cerdded ac yn eu tro, i gymdeithasu ac aelodau eraill o'r gymuned ond y nod yn y pen draw yw cadw'n ffit a chadw'i symud. Bu Nicola Davies, Gweinyddydd y Dref a'r Parc a rhai o'r preswylwyr lleol, Malcolm Brown a Sheilagh McCarthy ar y cwrs ac maent i gyd yn edrych ymlaen at arwain eu taith gerdded gyntaf. Bydd teithiau cerdded y dyfodol yn amrywio o ran pellter a thema ac mae'r teithiau'n cyd-fynd ag anghenion lleol. ***Oes gennych chi ddiddordeb mewn bod yn Arweinydd Cerdded neu Ymuno â Grŵp Cerdded Lleol? Cysylltwch â Swyddfa Cymunedau yn Gyntaf ar 01685 353944***.

Dewch i Gerdded Let's Walk

Mae ein tri arweinydd newydd - Nicola, Sheilagh a Malcolm yn edrych ymlaen at eich gweld yn ymuno ag un o'r teithiau cerdded yn fuan!

DIOGELWCH TÂN YN Y CARTREF...

FFLACHTÂN FIREFLASH

Gall unrhyw un sy'n byw yng Nghymru gysylltu â'r Gwasanaeth Tân i drefnu iddynt ddod i'ch cartref i wneud ***Gwiriad Diogelwch yn y Cartref Rhad ac am Ddim*** ac os oes angen, byddant yn gosod larymau tân yn rhad ac am ddim. Os oes gennych chi ddiddordeb mewn cofrestru ar gyfer y gwasanaeth rhad ac am ddim hwn yna ffoniwch linell ffôn Cymru ar 0800 169 1234 neu cysylltwch â Cymunedau yn Gyntaf ar 01685 353944 a byddwn ni'n rhoi eich manylion i'r Gwasanaeth Tân.

CYNGOR CYMUNEDOL

Rydym yn sylweddoli bod hi weithiau yn anodd cael cyngor neu gyfarwyddyd pan mae'r swyddfeydd wedi'u lleoli mewn lleoliadau niferus felly rydym yn y broses o ddatblygu ***Cymorthfeydd Allanol*** yn ein swyddfeydd ym Mhortmorlais. ***Yn y rhifyn hwn rydym yn canolbwyntio ar wasanaethau A4E***: Os ydych chi'n hawlio budd-daliadau salwch neu anabledd ac yn awyddus i fynd yn ôl i'r gwaith gall A4E eich helpu! Gyda chymorth ymroddedig maent yn gallu eich helpu gyda'r canlynol: Creu CV, Cymorth ar Dechnegau Cyfweld, Cynlluniau Gweithredu fel eich bod yn gallu llwyddo i wireddu breuddwydion personol ac mae grant yn ôl disgresiwn o £200 i'ch cynorthwyo i fynd yn ôl i'r gwaith gyda chymorth am 52 wythnos unwaith eich bod mewn gwaith

Ffoniwch Staff Gwasanaethau Cwsmeriaid A4E ar 0800 988 2265 i drefnu apwyntiad i weld Gavin Thomas - Ffoniwch Nawr!

CYNGOR AR FUDD-DALIADAU A LLES

Dydd Mercher cyntaf ym mhob mis 1– 3pm

A4E (CYMORTH I DDYCHWELYD I'R GWAITH)

Pob dydd Iau 10am - 4pm

AGE CONCERN

Pob dydd Gwener 10am - 12 noon

EPILEPSY SUPPORT GROUP

Ffoniwch 01792 873519 i gael rhagor o wybodaeth

GRŴP CYMORTH GYDA CHLEFYD SIWGR

Ffoniwch 01685 353942 i gael rhagor o wybodaeth