

Gwrthdaro

Teulu hapus - Gweiddi



Ydy dy dad di'n hen ffasiwn?

Ydy dy fam di'n mynnu cael ei ffordd ei hun?

Ydy dy frawd di'n mynd ar dy nerfau?

Ydy dy chwaer di'n boen?

Pan fyddan nhw'n dy wylltio di, beth fyddi di'n ei wneud? Codi dy ddyrnau? Gweiddi a sgrechian? Neu wyt ti'n rhedeg o'r ystafell gan fangio'r drws ar dy ôl di cyn taranu i fyny'r grisiau i'r ystafell wely?

Efallai dy fod ti'n ceisio gwella'r sefyllfa?

Ydych chi fel teulu'n ceisio dod yn fwy clòs? Ydych chi'n ymdrechu i fod yn 'Deulu Hapus'?

Ymddangosodd y deg syniad yma ar gael hwyl gyda'r teulu yn y cylchgrawn 'Happy Families' yn ddiweddar.

Cael hwyl gyda'r teulu – rhai syniadau



1. Noson yn gwyllo ffilm

Gwyllo ffilm, archebu pítsa, gwneud popcorn. Yr unig broblem ydy cytuno pa ffilm i'w gwyllo – un fydd yn addas ar gyfer plant bach a phobl ifanc ac oedolion.



2. Pan mae'n bwrw eira

Pawb i fynd allan i wneud dyn eira neu fynd am dro fel teulu. Wedyn, clirio llwybr yn yr eira!



3. Darllen papur dydd Sul a bwyta brecwast arbennig yr un pryd

Gwneud i amser brecwast barhau am amser hir – neu fynd allan am frecwast. Ymlacio a thrafod beth sydd yn y papur newydd.



4. Prynu pwddin arbennig

Cael dathliadau bach teuluol ar adegau sydd ddim yn ben-blwyddi e.e. pan fydd un o'r teulu wedi cael marc uchel mewn prawf neu pan fydd un o'r teulu wedi llwyddo i beidio â chodi'n hwyr am wythnos! Dathlu gyda chanhwyllau neu gacen gydag ysgrifen arni!



5. Eistedd gyda'ch gilydd yn edrych ar hen luniau neu wyllo ffilm/DVD o'r teulu

Mae hyn yn ffordd dda o ail-fyw profiadau'r gorffennol. Efallai byddwch chi'n chwerthin am y dillad a'r steil gwallt! Mae'n gyfle i aelodau'r teulu brofocio'i gilydd.



6. Chwarae golff

Mae golff a golff bach yn enghreifftiau o chwaraeon gallwch chi eu chwarae fel unigolyn a gyda'ch gilydd.



7. Chwaraeon bwrdd

Mae chwarae cardiau, dominos, ludo, monopoly ac ati'n ffordd dda o gael hwyl gyda'ch gilydd.



8. Coginio fel teulu

Mae hyn yn gorfodi teulu i fod gyda'i gilydd a rhannu dyletswyddau e.e. un i baratoi pwdin, un i osod y bwrdd ac ati.



9. Cydweithio ar brosiect

Mae gwneud pethau gyda'ch gilydd o gwmpas y tŷ, e.e. clirio'r garej, pacio pethau yn yr atig, ail-drefnu'r ardd, yn dod â theulu yn nes at ei gilydd am eu bod nhw'n gwneud rhywbeth sydd angen ei wneud.



10. Mynd am dro - cerdded neu yn y car

Mae'n haws siarad am broblemau wrth deithio neu gerdded oherwydd fyddwch chi ddim yn wynebu'ch gilydd.

Tudalen problemau - Gweiddi



10 Mehefin 2016

Annwyl Sam,

Dw i ddim eisiau canmol fy hun ond dw i'n fwy clyfar na fy ffrindiau. Rai wythnosau yn ôl, dechreuodd fy ffrindiau fy mhrofocio a'm galw i'n "nerd" ac yn "geek". Erbyn hyn, mae pethau wedi gwaethygu. Pan gefais 100% mewn prawf Cemeg, fe wnaethon nhw fy mhwnio i a'r un peth pan ddes i'n gynta yn y dosbarth yn y prawf Ffrangeg. Doeddwn i ddim yn gwybod sut i'w stopio felly penderfynais i wneud yn wael yn fy mhrofion nesaf ar bwrpas. Wnaethon nhw ddim fy mhwnio pan gefais i 54% mewn Ffiseg, felly, gwnes i'n siŵr fy mod i'n methu pob prawf wedi hynny. Rydw i'n teimlo'n ofnadwy am hyn ac mae fy rhieni i'n flin am fy mod i wedi cael graddau mor isel.

Rydw i'n gobeithio bod yn ddoctor felly dydw i ddim eisiau methu TGAU a Lefel A ar bwrpas. Ond, methu ydy'r unig ffordd os ydw i am osgoi cael fy mwlio. Beth wna i? Help!

M

Annwyl M,

Diolch am dy lythyr. Mae'n swnio fel petaet ti mewn tipyn o benbleth. Cofia un peth – rydyn ni i gyd yn dda am wneud rhywbeth neu'i gilydd a dyna sy'n ein gwneud ni'n wahanol. Mi ddylet ti fod yn falch o'r hyn sy'n dy wneud ti yn TI!

Mi ddylai'r rhai sy'n dy fwlio di gael eu stopio. Mae gan bob ysgol bolisi gwrthfwlio ac mi ddylet ti sôn wrth dy bennaeth blwyddyn am yr hyn sy'n digwydd i ti.

Mae'n bwysig dy fod ti'n gwneud dy orau yn yr ysgol. Mae dy ffrindiau ar fai yn gwneud i ti chwalu dy freuddwyd o fod yn ddoctor. Os wyt ti'n parhau i wneud yn wael ar bwrpas efallai y byddi di'n methu â dal i fyny â'r gwaith! Felly, paid â gwastraffu amser. Dos at oedolyn yn yr ysgol sy'n gallu dy helpu di neu at dy rieni i ofyn am help.

Pob hwyl i ti!

Sam

Annwyl Sam

Rydw i'n ffrindiau gyda Tanwen (nid dyna ei henw iawn). Weithiau, bydda i'n ei phrofocio hi am hwyl a bydd hi yn fy mhrofocio i. Ond ddoe, dywedais rywbeth wnaeth ei brifo'n ofnadwy ac rydw i'n dechrau meddwl fy mod i'n fwli. Nid dyma'r tro cyntaf i fi fynd dros ben llestri. Dydw i ddim yn gwybod sut i ymddiheuro. Plfs, Sam, ga i help?

Janet

Annwyl Janet

Mae ffrindiau'n gallu profocio'i gilydd ond mae'n swnio fel petaet ti wedi mynd dros ben llestri y tro hwn. Ond o leiaf rwy'ti'n syrthio ar dy fai.

Dos i gael golwg ar y wybodaeth ar fwlio sydd yn yr adran *Explore* ar wefan Childline. Edrycha hefyd ar beth sydd gan bobl ifanc eraill i'w ddweud ar dudalennau '*Bullying*' a '*Friends*' ar y byrddau negeseuon.

Pob hwyl i ti!

Sam

Does dim dianc rhag gwrthdaro



Dyna ddywedodd Americanwr enwog unwaith – ac mae'n berffaith wir! Heb wrthdaro, mae bywyd yn gallu bod yn ddiflas ac yn undonog. Mae'n bosib gosod gwrthdaro mewn 2 brif categori

- **Gwrthdaro mewnol**, sy'n digwydd ym meddwl y person e.e. brwydr i ddod i benderfyniad neu i ddod i delerau â theimlad h.y. y person yn erbyn y person ei hun.
- **Gwrthdaro allanol**, sy'n digwydd rhwng person a rhywun neu rywbeth arall h.y. person yn erbyn person, person yn erbyn natur, person yn erbyn y gymdeithas.

GWRTHDARO O HYD AC O HYD!

Ydych chi wedi cael profiadau tebyg i'r rhain?

SEFYLLFAMATH O WRTHDARO



Rydych chi wrth eich bodd yn mynd i ymarfer pêl-droed bob nos Wener. Yr wythnos diwethaf, roedd yn rhaid i chi fynd allan gyda'ch teulu a'r wythnos hon mae ffrind wedi gofyn i chi fynd gyda fe i'r sinema.

Mewnol – y person yn ei erbyn ei hun.



Mewn parti, rydych chi'n treulio llawer o amser gyda Justin – jyst yn siarad. Mae ffrind arall i chi, Heulwen, wedi dechrau stori am y ddau ohonoch chi.

Allanol – y person yn erbyn ei ffrind



Mae bachgen hŷn wedi bod yn eich bwlio chi ar y bws ysgol ers mis. Mae'n galw enwau arnoch chi ac yn eich pwlio. O'r diwedd, rydych chi'n cael llond bol arno ac yn gweiddi, 'Paid byth â chyffwrdd ynddo i eto!'

Allanol – y person yn erbyn person arall



Mae gennych chi brosiect i'w orffen erbyn dydd Llun. Mae'n nos Sul a dim ond ei hanner rydych chi wedi ei wneud. Rydych chi wedi cael mis i wneud y prosiect ac mae'ch athro chi wedi dweud ei fod yn disgwyl i chi gael gradd uchel am y prosiect.

Mewnol – y person yn erbyn y person



Mae tîm rygbi bechgyn ardderchog yn dy ysgol. Pan rydych chi a grŵp o ffrindiau yn gofyn i Bennaeth yr ysgol am gael dechrau tîm rygbi i ferched, yr ateb yw, 'Syniad gwych ond does gennyn ni ddim digon o arian'.

Allanol – y person yn erbyn y sefydliad



Mae'ch tad yn mynd â chi a'ch ffrindiau i gêm bêl-droed fawr yn y dref. Rydych chi wedi dechrau'n ddigon buan ond rydych chi wedi colli'r ffordd. Rydych chi'n dweud eich bod chi'n meddwl eich bod chi wedi mynd heibio i'r cae pêl-droed ond mae'ch tad yn dweud, "Pwy sy'n gyrru? Ti neu fi?"

Allanol – y person a'i dad

Gyrru Gwyllt - Gweiddi



Mae gyrru gwyllt wedi bod yn broblem ar ein ffyrdd ers tro. Sgrechian, rhegi a hyd yn oed ymosod! Mae'r cyfan wedi cael y label '*Road Rage*'.

Diffiniad o Yrru Gwyllt

Cafodd y term ei fathu gan orsaf newyddion lleol yn Los Angeles ar ôl i nifer o bobl gael eu saethu ar ffyrdd yn y ddinas. Y diffiniad swyddogol o *road rage* ydy 'pan fydd gyrrwr yn peryglu bywyd neu eiddo, yn ymosod gyda cherbyd ar un sy'n gyrru neu'n teithio mewn cerbyd arall'.



Cwis Gyrru Gwyllt

Rwyt ti'n rhy ifanc i yrru ar hyn o bryd, ond meddylia sut mae aelod o dy deulu yn gyrru. Gofynna iddo/iddi ateb y cwestiynau hyn:

- Wyt ti'n mynd dros y ffin gyrru /milltir yr awr yn aml?
- Wyt ti'n fflachio golau ar y car sydd tu blaen i ti os ydy e'n / hi'n gyrru'n rhy araf?
- Wyt ti'n canu'r corn yn aml?
- Wyt ti'n tynnu stumiau budr ar yrwyr eraill?

Os ydy'r person rwyt ti'n ei holi yn ateb 'Ydw' i unrhyw un o'r cwestiynau, mae'n bosibl ei fod yn gyrru'n wyllt!

Yna, gofynna'r cwestiynau hyn:

Wyt ti'n gwneud i yrwyr eraill wylltio pan fyddi di'n:

- defnyddio dy ffôn pan wyt ti'n gyrru?
- cadw'r golau mawr ymlaen pan fydd ceir yn dod tuag atat ti?
- symud o un lôn i'r llall heb roi arwydd?
- anghofio gwirio os oes rhywun yn ceisio mynd heibio i ti pan wyt ti'n tynnu allan?

Ystadegau Pan holodd cwmni Ingenie 3950 o yrwyr ym Mhrydain oedden nhw wedi dioddef ymddygiad gwael gan yrwyr gwyllt, cawson nhw wybod bod dwy ran o dair ohonynt wedi dioddef o hynny.



9%



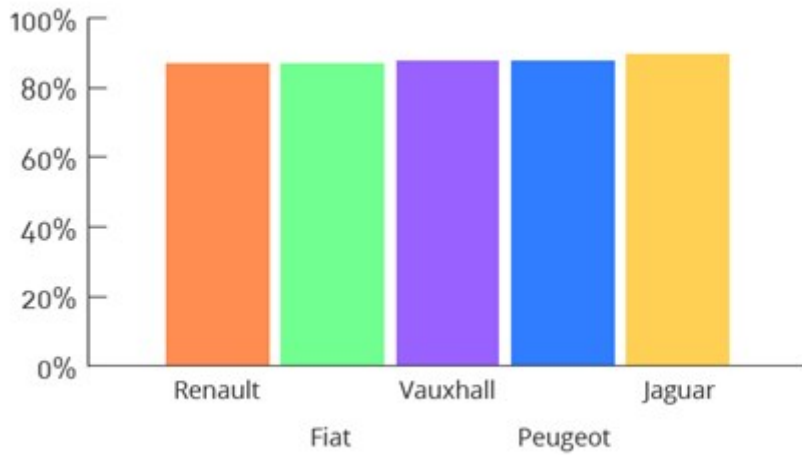
15%



24%

- Caerlŷr (Leicester) - 28%
- Glasgow - 24%
- Wrecsam - 24%
- Sheffield - 23%
- Caerdydd - 22%
- Portsmouth - 19%
- Aberystwyth - 19%
- Wolverhampton - 18%
- Llundain - 18%
- Newcastle - 18%





BEICIWR MEWN FFIT O WYLLTINEB!

Mae beiciwr wedi cael dirwy o £800 am ymosod ar yrrwr Alfa Romeo gyda chlo beic haearn.



Roedd y technegydd, John Bennet, 51, wedi beicio heibio i'r car wrth i'r gyrrwr, Robert Jochiaswn, droi yn Hammersmith ym mis Awst. Gan ofni damwain, canodd Mr Jackson ei gorn a gwylltiodd Bennet gan ddweud, 'Dw i'n mynd i daro'ch car chi!

Gafaelodd yn y clo beic Kryptonite a malu'r Alfa Romeo.

Pan ddaeth Mr Jackson allan o'i gar, trawodd Bennet ef gyda'r clo gan gleisio ei ên.

Plediodd Bennet yn euog o ymosod ac o achosi difrod. Yn y llys, dywedodd y Barnwr Fiona Barr, 'Roedd hwn yn brofiad ymosodol a gododd ddychryn ar Mr Jackson.' Fodd bynnag, derbyniodd y Barnwr nad oedd y math yma o ymddygiad yn rhan o gymeriad Mr Bennet.

Dywedodd Bennet wrth y llys, 'Daeth y car y tu ôl i fi mewn dull ymosodol ond dw i'n cyfaddef fy mod i wedi

ymateb yn wael. Dywedodd Ben Lansbury, ei gyfreithiwr, fod Bennet wedi ymddiheuro i Jackson.

Clywodd y llys hefyd fod ffrind agos i Bennet wedi ei daro oddi ar ei feic yn yr un lle yn union flwyddyn yn ôl gan ei adael wedi ei barlysu.

Roedd Bennet yn ei ddagrau wrth i'w gyfreithiwr ddweud bod yr achos wedi effeithio'n ddrwg ar Rory, mab Bennet, sydd ar fin sefyll ei arholiadau TGAU.

Yn ychwanegol at dalu dirwy o dros £800, bydd yn rhaid i Bennet wneud 150 awr o waith cymunedol a dilyn cwrs adfer am 12 diwrnod.



Paent!, Angharad Tomos - Gweiddi



PAENT! *nofel gan Angharad Tomos* Yn 1969, cafodd Tywysog Charles ei arwisgo yn Dywysog Cymru. Digwyddodd hyn yng nghastell Caernarfon a chafodd y dref honno gryn dipyn o sylw. Mae dau reswm dros deitl nofel Angharad Tomos – cafodd perchnogion siopau'r dref baent am ddim i beintio'u siopau ac, ar yr un pryd, roedd ymgyrchwyr Cymdeithas yr Iaith Gymraeg yn peintio arwyddion ffyrdd Saesneg. Gwrthododd perchennog un siop beintio ei siop am ei fod yn erbyn yr arwisgo. Roedd llawer yn cytuno ag ef gan gredu mai Llywelyn ein Llyw Olaf, gafodd ei ladd gan fyddin Lloegr, yn 1282 oedd tywysog olaf Cymru. Roeddent yn credu nad oedd gan Charles hawl ar y teitl gan ei fod yn Sais. Arweiniodd hyn at lawer o wrthdaro a, noson cyn seremoni'r arwisgo, cafodd dau ddyn eu lladd gan fom yn Abergele, yn agos at y rheilffordd lle'r oedd y teulu Brenhinol i fod i deithio. Yng Nghaernarfon, roedd rhesi di-dor o gerbydau milwrol ar ddwy ochr y ffordd.

Yn y nofel 'Paent!', mae Robert Aneurin a'i ffrindiau, sy'n mynd i Ysgol Uwchradd Segontium yng Nghaernarfon, yn gwrthwynebu mynd gyda'r ysgol i weld Tywysog Charles yn teithio trwy strydoedd y dref i gastell Caernarfon ddiwrnod yr arwisgiad. Ond rhaid mynd



Mae gynnon ni gynllun ar gyfer yr Arwisgo erbyn hyn. Ar yr iard y diwrnod o'r blaen roedd 'na griw ohonon ni'n trafod 'Y Plan' a dyma Phillip yn dod atom ni.

'Su' mae?' medda fo. 'What's up?'

'Nothing,' medda Lari Leino, 'nothing to do with you – you're a Sais.'

Aeth Philip i ffwrdd, efo golwg ddigalon arno fo, ac roedd gen i biti drosto fo.

'Ti ar fai'n deud hyn'na Lari,' medda Tudur.

'Sais ydy o de,' medda Lari yn hy. 'Fedar o ddim bod yn erbyn yr Investiture.'

'Dydy o ddim yn iawn ei adael er ei ben ei hun,' meddai Elma, '*one for all ac all for one* ydy'n class ni fel arfar.'

'Ei di at Philip,' gofynnodd Tudur i mi, 'jest i wneud yn siŵr ei fod o'n iawn?'

I ffwrdd â fi i chwilio am y creadur – roedd yn cerdded ar ei ben ei hun rownd Cae Cicio.

'Sorry about that, Philip, he wasn't trying to be annifyr, ym ... hateful.'

'Could have fooled me,' meddai Philip, wedi pwdu. 'Were you talking about me?'

'Duwadd, no,' atebais, yn gweld ei fod wedi camddeall y sefyllfa. 'We were talking about the Investiture.'

'So why was I not allowed to listen? Was it because I'm a Sais?'

'Yes,' meddwn i. Wedyn ro'n i'n ofn pechu a dyma fi'n deud, 'No'.

'You think I'm a Royalist?'

Roeddau ni'n mynd i ddyfroedd dyfnion iawn rŵan.

'I can't bear you to think that I'd stand up for an idiot like Prince Charles! I thought you knew me better ... I hate the Queen, I hate the Royal family, I hate their wealth and everything they stand for,' meddai Philip.

A dyma fo'n dod yn un ohonan ni go iawn!

Pan ddaeth diwrnod yr Investiture roeddau ni'n werth ein gweld, plant Ysgol Segontium, yn cerdded i lawr y stryd. Roedd miliynau o bobl bob ochr y pafin, yn codi llaw ac yn gwenu. Er ein bod wedi disgwyl mynd ar y Maes ddaru'r plismyn ein hebrwng ni at y rhan o'r pafin oedd o flaen siop ddillad Nelson. Roeddech chi'n methu gweld y Maes am fod cymaint o bobl yno. Rhannodd Meipan a Pritch fflagiau i'r criw i gyd.

'*Union Jacks* ydyn nhw!' medda Elma. 'Dydan ni ddim yn dal *Union Jacks*!'

'Does na ddim Draig Goch ar ôl,' eglurodd Meipan.

Mewn dim roedd myrdd o *Union Jacks* yn chwifio o flaen ein llygaid. Edrychais ar Tudur am arweiniad.

'Well i ni eu chwifio nhw - fydd o'n rhyw fath o *decoy*,' medda fo. Ond roedd chwifio'r faner honno yn deimlad chwithig. Roedd hi'n cynrychioli popeth oedd o'i le am y sioe a doedd hi ddim yn gweddu i G'narfon. Mwy sydyn, daeth geiriau'r bardd ddaru ennill yn Steddfod yr Urdd i 'mhen,

'Fe rown wên i'r Frenhiniaeth,

Nid gwerin nad gwerin gaeth.

Byddwn daeog ddiogel

A dedwydd iawn, doed a ddêl.*



Yn sydyn, dyma fi'n dal llygad Philip – doedd o ddim yn chwifio unrhyw faner. Edrychai'n hurt arna i'n dal f'un i, ac fe'i gollyngais mewn cywilydd.

'Some protest this is,' medda fo.

Edrychais ar Tudur. Roedd yntau, mae'n rhaid, wedi teimlo bod y cwbl yn chwithig, ac roedd pawb yn edrych ar ei gilydd heb fod yn siŵr be i'w neud. Drwy'r amser cadwai'r athrawon lygaid barcud arnom.

'Ddo i â hi allan rŵan,' sibrydodd Tudur, gan ymbalfalu o dan ei wisg a dod â'r gynfas i'r golwg. Wyddwn i ddim yn iawn pa ben i'w ddal a dyma Philip yn fy helpu. Mewn dim roedd hi wedi'i hagor a dyma Elma a Lari yn cynhyrfu'n lân a dechrau gweiddi 'Bw!' dros bob man ar bawb arall. Doedd hyn ddim yn rhan o'r cynllun ond dim ots, roedd hi'n rhy hwyr.

Daliodd Tudur un pen, Philip y pen arall, a finnau yn y canol. A dyna lle'r oedd y geiriau'n amlwg, er dipyn yn flêr: 'Brad 1282'.

Digwyddodd pob dim mor sydyn wedyn. Rhaid bod rhywun efo camera wedi sylwi, achos daeth o'n syth aton ni drwy'r dorf a dechrau clician ei gamera fel peth gwirion.

'Bw!' gwaeddodd rhyw hanner dwsin ohonon ni.

'Tewch!' meddai Pritch o dan ei wynt, ond wrth weld beth oedd yr helbul, aeth ei wyneb fel y galchen.

Gwaeddodd ar Meipan ond wyddai yntau ddim beth i'w wneud, ac yn y diwedd deifiodd Meipan i'n canol, fel petai'n ceisio gwthio'r faner i'r llawr.

Roeddau ninnau wedi dychryn wedyn, ac roedd Meipan yn methu codi gan ei fod wedi ei lapio yn y gynfas ac yn strancio fel mul.

Delyth Topia ddechreuodd chwerthin, wedyn mi gafodd pawb y gigs, a dyma Spragan a Pritch yn dod i helpu Meipan, ond erbyn hynny roedd pawb yn gweiddi 'Hwrê!' ac roedd llygaid pawb ar y ddrama oedd yn digwydd i griw ein hysgol ni.

'Gwarthus! Gwarth-us!' gwaeddodd Jôs Maths. '*Disgrace llwyr,*' ac yn ei wylltineb rhoddodd glustan i Philip.

'Bŵŵ!' hisiodd pawb a golygfa ddoniol oedd Jôs Maths a Spragan yn trio codi Meipan.

'Dach chi i gyd ar *report!*' medda Spragan.

'Nes i ddim byd!' gwaeddodd Delyth Topia.

Roedd y dorf yn gweiddi'n uwch ac yn uwch, a mwya sydyn aeth y sŵn yn fyddarol. Roedd o fel tasa C'narfon i gyd yn codi ei llais i weiddi 'Hwrê!' mewn cefnogaeth i ni. Yna gostyngodd y sŵn mwya sydyn.

'Be oedd hynna?' gofynnais i Tudur yn hurt.

'Prins Charles yn mynd heibio,' medda fo a rhoi winc i mi.

YDY HI'N BOSIBL CAEL LLUNIAU O STRYDOEDD CAERNARFON YN YSTOD YR ARWISGO?

*Fy Ngwlad, Gerallt Lloyd Owen (Cerddi'r Cywilydd, Gwasg Gwynedd, t. 24)



Yn y papur newydd - Gweiddi



DYDW I DDIM AM BRYNU PAPUR NEWYDD ETO!

Do, dw i wedi dod i benderfyniad! Dw i'n 60 oed ac yn dad-cu i bedwar o blant bach bendigedig. Dw i eisiau mwynhau eu cwmni nhw a dw i am iddyn nhw gael bywyd hapus. Ond sut galla i fwynhau eu cwmni nhw os ydw i'n darllen am yr holl wrthdaro sydd yn y gymdeithas a'r holl anfodlonrwydd sydd yn y byd?

O dudalen flaen i dudalen ôl ein papurau newydd dyna'r cyfan a gawn ni! Hyd yn oed yn yr hysbysebion!

Dyma enghraifft o ambell dudalen:

Paneli solar yn difetha harddwch tirwedd Arfon. Ffermwyr a mewnfudwyr yn anghytuno! Adeiladu stad o dai ar gyrion Aberteifi yn gwylltio pobl leolHen wraig yn ofni mynd i'r siop am fod y rapsgaliwns o bobl ifanc yn ei Protestwyr yn ceisio torri trwy linellau'r heddlu yn yr Adran Busnes a Sgiliau yn Llundain



Ceisiodd myfyrwyr dorri trwy linellau'r heddlu yn yr Adran Busnes a Sgiliau yn Llundain, Tachwedd 4, 2015 pan oeddent yn protestio yn erbyn toriadau mewn addysg.

Taniodd y protestwyr, oedd yn gwisgo sgarffiau du dros eu hwynebau ac oedd yn dod o bob rhan o Brydain, fflêrs a thafllu paent dros adeiladau'r llywodraeth.

Edrychwch ar y ffotograffau yma o wrthdaro yn y papur newydd!



O droi at y dudalen hysbysebion a llythyrau, dyma welais i:

LARWM MOSGITO Offer Gwrth-Sefyllian o Gwmpas
(hollol gyfreithlon)





- Gwych ar gyfer rhwystro pobl ifanc rhag sefyllian o gwmpas eich ardal
- Mae'n cynhyrchu sain sy'n mynd ar eich nerfau.
- Mae'r neges yn glir: Bobl ifanc, ewch o 'ma!
- Dim weirio, dim ond plygio i'r pwynt pŵer
- Rhad

Rhybudd!

Nid tegan ydyw, felly peidiwch â chwarae o gwmpas gyda'r offer yma.

Clawdd Newydd, Trefgan, Powys

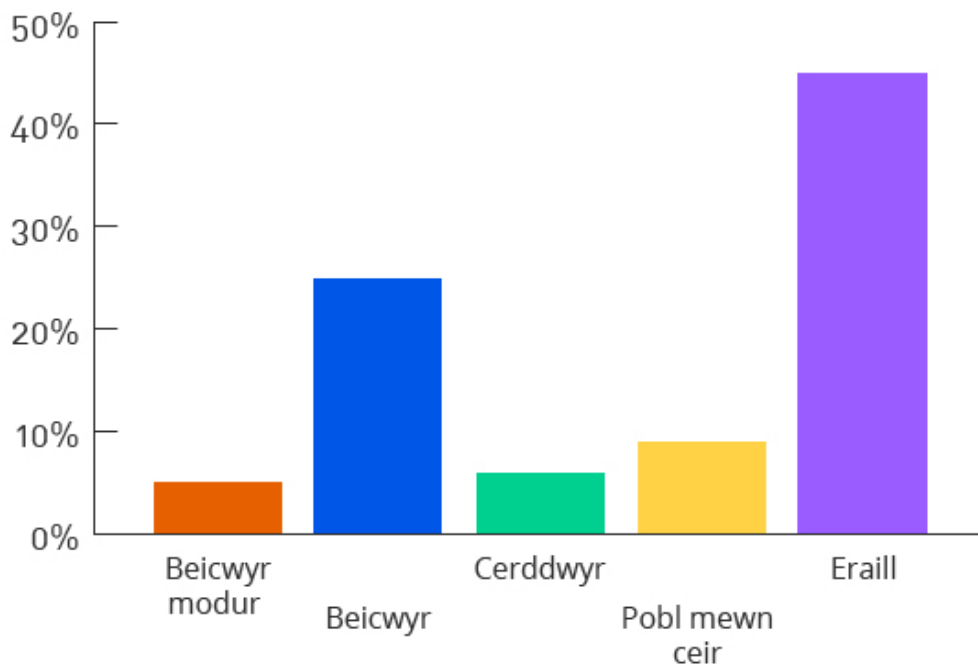
Gyrwyr ceir v beicwyr - Gweiddi



Mae'r ystadegau gafodd eu cyhoeddi ym mis Gorffennaf 2015 yn dangos:

- Mae 35 beiciwr yn cael eu lladd am bob biliwn o filltiroedd sy'n cael eu teithio o'i gymharu â 2 deithiwr mewn car.
- Mae beicwyr 23 gwaith yn fwy tebygol o fod mewn gwrthdrawiad na theithwyr mewn car, gyda 6,588 yn cael eu hanafu am bob biliwn o filltiroedd teithio o'i gymharu â 286 o ddefnyddwyr car.

Marwolaethau ar ffyrdd



Cafodd yr ystadegau hyn eu cyhoeddi yn fuan wedi i'r wythfed beiciwr mewn chwe mis gael ei ladd yn Llundain. Dywedodd llefarydd, 'Rhaid gwneud mwy i greu mwy o le i feicwyr ar ffyrdd y brifddinas er mwyn sicrhau diogelwch pawb sydd am ddefnyddio beic.'



Yn Stamford Hill, Llundain, lladdwyd Stephanie Turner wedi iddi gael ei tharo gan lori.

Ddechrau 2015, gorweddodd cannoedd o feicwyr yno i dynnu sylw at y peryglon mae'n rhaid i feicwyr eu hwynebu.



BARN Y BOBLCHWARAE TEG I FEICWYR: Barn Mathew Roberts

Nid ar gyfer ceir yn unig y cafodd ein ffyrdd eu hadeiladu, fel mae gyrrwyr ceir yn ei gredu! Does ganddyn nhw ddim parch at feicwyr, beicwyr modur na cherddwyr!

Rydw i'n feiciwr brwdfrydig, yn mwynhau beicio er lles fy iechyd ac yn ceisio achosi llai o lygredd wrth deithio o fan i fan. Pan nad ydw i ar gefn fy meic, rydw i'n dod ymlaen yn iawn gyda chi, yrwyr ceir! Ond beth sy'n digwydd i chi pan fyddwch chi tu ôl i olwyn lywio car? Rydych chi'n troi i fod yn angenfilod hunanol, anystyriol a di-hid.

Beth sy'n rhaid i mi ei wneud i gael eich sylw? Rydw i newydd wario £150 ar siaced fflworesent, mae gen i olau halogen ar fy mhen, sticeri golau ar fy helmed a mwy o oleuadau'n fflachio ar gefn fy meic nag sydd ar holl goed Nadolig Efrog Newydd. Ond, eto, does neb yn sylwi arna i!

Pan fyddwch chi'n agor drws eich car, rydych chi'n edrych am gar neu lori a dyna welwch chi. Pe baech chi'n

edrych am feiciwr fe fyddech yn ei weld ond dydych chi ddim yn chwilio amdano! Felly, dydych chi ddim yn ei weld!

Rhaid i fi ddiodef eich hunanoldeb! Ydy hyn yn canu cloch? Rydych chi mewn ciw o geir ac mae rhywun am droi i'r dde o stryd ar y chwith i chi. Rydych chi'n berson caredig ac felly yn arwyddo ar y gyrrwr i ddod allan. Ond ydych chi'n edrych yn y drych i weld ydw i'n mynd heibio i chi? Nac ydych! Ar bwy mae'r bai os ydw i'n cael fy lladd? Gyrrwr y car sy'n dod o'r stryd ar y chwith neu chi?

Oes, mae gennym ni, feicwyr, lwybrau beicio cyfleus, meddech chi. Cyfleus i bwy? I **chi** gael parcio arnyn nhw? Tybed sut ydych chi'n cael teiars fflat bob tro rydych chi'n parcio yno?

A pha mor ofalus ydych chi pan fyddwch chi'n troi i'r dde mewn cyffordd T? Pe bawn i'n cael punt am bob tro rydw i wedi gorfod stopio neu droi'n sydyn i osgoi cael fy nharo gan gar sy'n troi i'r dde mewn cyffordd T, byddwn i wedi cyfnewid fy meic am hofrennydd! Pan fydda i wedi codi sbîd, does gen i fawr o awydd slamio fy mrêcs i osgoi dod trwy ffenest ochr eich car! Pe bawn i'n fws, fyddech chi ddim yn breuddwydio tynnu allan!

Rydych chi'n enwog am godi sbîd yn wyllt cyn goddiweddyd! Dyma'ch hoff dacteg pan welwch chi draffig yn blocio'ch ffordd ymlaen. Dylai traffig adael i ni feicwyr hwylio heibio'n braf! Ond na! Rhaid i **chi** osod eich hun ar ganol y ffordd fel fy mod innau'n methu symud hefyd! Neu rydych chi'n rhuthro heibio, slamio'r brêcs a'm gadael i yn y gwter. Fedra i wedyn ddim peidio â thynnu stumiau amharchus!

Pan fydda i'n gwneud hynny, does dim eisiau i chi ateb yn ôl neu neidio allan o'ch car i geisio fy nharo! Ond, does fawr o obaith i chi fy nal ar eich coesau jeli sydd wedi eu meddalu trwy eistedd mewn car!

A dyna fo! Dydw i ddim yn eich hoffi chi a dydych chi ddim yn fy hoffi i!



Beiciau Boris – ateb Llundain i lygredd a thagfeydd traffig

PERYGL I GERDDWYR: Barn Marged Morris

Fel un sy'n byw yn Llundain, rydw i wedi gweld sut mae beicwyr wedi dod â lefel newydd o wrthdaro a gwylltineb i'n strydoedd. Ychydig wythnosau yn ôl, dechreuais i groesi croesffordd brysur yng nghanol Llundain pan ddechreuodd y golau gwyrdd fflachio.

O gornel fy llygaid gwelais rywbeth yn hyrddio tuag ataf a neidiais yn ôl mewn pryd. Roedd beiciwr wedi

mynd drwy'r golau coch.



Gwaeddais arno ond gan droi ataf rhagodd! Dim sôn am ymddiheuro!

Mae'n ymddangos nad yw beicwyr yn gorfod dilyn rheolau'r ffordd fel gyrrwyr ceir. Maen nhw'n gyrru'r ffordd anghywir ac yn teithio ar y pafin gan orfodi cerddwyr i beryglu eu bywyd trwy gerdded ar y ffordd.

Rydw i'n cyfaddef fod nifer y beicwyr sy'n cael eu lladd yn codi dychryn ac y dylid sicrhau eu diogelwch ond mae peth o'r bai ar y beicwyr eu hunain. Mae rhai'n teithio heb olau yn y tywyllwch, eraill yn goddiweddyd ar yr ochr anghywir. Ond, mae hi bob amser yn fai ar rywun arall!

Mae beicwyr yn rhyw fodau arallfydol. Maen nhw uwchlaw pobl gyffredin. Nhw ydy'r *Mamils* – '*middle aged men in lycra shorts*'! Dynion yn eu 30au a 40au sy'n gwario miloedd ar feic – rhywbeth arall sy'n rhan o'u delwedd!

Operâu Sebon yn ein helpu i ysgrifennu



Dydw i ddim yn gwybod pa operâu sebon rydych chi'n eu gwyllo ond rydw i'n sicr eich bod chi'n gwybod llawer amdanyn nhw. Maen nhw'n cynnwys storïau sy'n datblygu'n araf iawn ac weithiau mae'n hawdd rhagweld beth fydd yn digwydd.



Mae cymeriadau operâu sebon yn aml yn arwynebol a dydyn nhw byth yn dysgu o'u camgymeriadau. Dydyn nhw ddim yn datblygu llawer chwaith.

Er hynny, mae miliynau o bobl yn gwyllo operâu sebon yn rheolaidd ac maen nhw'n neilltuo amser arbennig iddyn nhw bob dydd neu bob wythnos. Maen nhw'n gaeth iddyn nhw!



Ond sut mae ysgrifenywyr yr operâu sebon yn mynd ati i ysgrifennu? A sut gallwch chi ddilyn eu hesiamp!?



Ysgrifennu sgript opera sebon

1. Cyflwyno'r gwrthdaro ar y dechrau. Pennod gyntaf opera sebon ydy'r un sy'n symud gyflymaf. Rhaid i'r gwylwyr gael gwybodaeth gyffredinol am y cymeriadau a rhaid cyflwyno'r gwrthdaro mewn dull sy'n rhoi sioc. Gan amlaf, bydd awgrymiadau am yr hyn sy'n mynd i ddigwydd er mwyn gwneud i'r gwylwyr ddyfalu. Yna daw'r digwyddiad – damwain, dianc, llofruddiaeth.
2. Mewn operâu sebon, dydy'r gwrthdaro byth yn cael ei ddatrys mewn un bennod. Bydd yn codi ei ben o bennod o bennod cyn cyrraedd uchafbwynt. Yn y cyfamser, bydd gwrthdrawiadau eraill. Dydy'r rhain ddim yn cael eu datrys yn gyflym chwaith.
3. Gwneud addewidion a'u cadw. Mae operâu sebon yn enwog am adeiladu tensiwn gyda'r pethau lleiaf, gan gadw'r gwylwyr ar flaen ei sedd. Mae'r ffaith fod operâu sebon yn gwneud addewidion o hyd ac o hyd yn gwneud y gwylwyr yn awyddus i'w gweld yn cael eu cyflawni oherwydd mae'n gwybod y bydd yr opera sebon yn cadw at ei air – bydd bob amser yn gwneud hynny!
4. Mae'r gwylwyr yn cydymdeimlo gyda'r cymeriadau sy'n cael amser anodd. Gan amlaf, problemau sy'n

digwydd yn y gymdeithas o ddydd i ddydd sy'n wynebu'r cymeriadau ac felly mae'r gwylwr yn gallu uniaethu â nhw. Bydd gan y gwylwr farn am y sefyllfa a bydd yn trafod tybed beth ddigwyddith i gymeriad gyda'i ffrindiau. Ond bydd yn rhaid parhau i wylwio er mwyn gweld pwy sy'n dyfalu'n gywir!

5. Drama ym mhobman. Bydd cymeriadau operâu sebon yn gwneud môr a mynydd o bopeth! Mae'r mab ddeng munud yn hwyr yn cyrraedd adref. Ei ffonio? Na! Mae wedi cael ei herwgipio neu ei ladd! Ffonio'r heddlu!
6. Diweddglo penagored. Weithiau, bydd cynnwys pennod yn llusgo ond bydd *cliffhanger* ar y diwedd a bydd y gwylwr wedi ei fachu eto!



Hiliaeth? - Gweiddi



ANTHONY WALKER

Ar 29 Gorffennaf 2005, roedd Anthony Walker, a'i gefnder, Marcus Binns, yn aros am fws gyda chariad Anthony, Louise Thompson, pan ddechreuodd dyn ddweud pethau hiliol wrthynt.

Aeth y tri allan o'r arhosfan fysiau yn Huyton, Glannau Mersi, a dechrau cerdded i arhosfan fysiau arall er mwyn dianc rhag y dyn. Wrth iddynt ddechrau cerdded drwy Barc McGoldrick ymosododd y dyn yma, a dyn arall, arnynt.

Dihangodd Marcus a Louise a rhedeg i nôl help ond lladdwyd Anthony gan yr ymosodwyr gyda chaib eira.

Cafodd y dynion eu cyhuddo o lofruddio Anthony. Dedfrydwyd Michael Barton i leiafswm o 17 mlynedd ac 8 mis a dedfrydwyd Paul Taylor i leiafswm o 23 mlynedd ac 8 mis. Wrth

ddedfrydu'r pâr, dywedodd Mr Justice Leveson bod y dynion wedi cyflawni "ymosodiad hiliol fyddai'n gwenwyno unrhyw gymdeithas wâr".

Ers hynny, mae teulu Anthony Walker wedi sefydlu Sefydliad Anthony Walker gyda'r bwriad o godi arian ar gyfer prosiectau i hybu cytgord hiliol, integreiddiad a gwella dealltwriaeth. Mae'r Sefydliad yn trefnu nifer o ddigwyddiadau bob blwyddyn, gan gynnwys cinio gala a Gŵyl Sefydliad Anthony Walker. Pwrpas y gweithgareddau yma yw dod â phobl o wahanol gefndiroedd ynghyd i gymryd rhan mewn chwaraeon a gweithgareddau celfyddydol neu addysgol sy'n annog pobl i werthfawrogi'r gwahaniaethau rhyngom.

Mae Gwasanaeth Eryl y Goron wedi sefydlu Cynllun Ysgoloriaeth Cyfraith Anthony Walker. Mae hwn yn cynnig lle i gyfreithiwr dan hyfforddiant o gefndir du neu ethnigrwydd lleiafrifol arall gyda Gwasanaeth Eryl y Goron Glannau Mersi bob blwyddyn. Roedd Anthony wedi gobeithio astudio'r gyfraith a gweithio yn y proffesiwn cyfreithiol.

Cyfwelydd

Yn ôl pob sôn, roedd Anthony yn fachgen aeddfed iawn.

Gee

Oedd. Roedd o'n cymryd pethau o ddifrif ac roedd o'n gwybod yn union beth roedd o eisiau ei wneud, sef bod yn gyfreithiwr. Dydw i ddim yn meddwl y byddai unrhyw beth wedi'i atal rhag gwneud hynny. Roedd o eisiau bod yn farnwr hefyd, oherwydd roedd o wedi gweld barnwyr du yn America ac wedi dweud, 'Dyna fydda i'.

Roedd o wrth ei fodd gyda phêl-fasged. Yn ein tŷ ni mae mwyafrif y lluniau mewn fframiau heb wydr ynddyn nhw, oherwydd byddai'n bownsio pêl yn y tŷ. Roedd o'n gwybod nad oedd o i fod i wneud hynny, ond fedrai o ddim peidio!

Roedd o'n aelod ffyddlon o'r eglwys. Roedd o'n berson duwiol ac roedd o'n cymryd ei ffydd o ddifrif. Cafodd o dreialon ar gyfer timau pêl-fasged Lerpwl a Lloegr, ond am fod y treialon ar ddydd Sul, roedd rhaid iddo fodddewis rhwng yr eglwys a phêl-fasged. Dw i'n cofio ei fod o'n llawn cyffro un diwrnod am ei fod o wedi cael treialon i dîm Lloegr, ond yna sylweddolodd o eu bod nhw ar ddydd Sul a dewisodd o beidio â mynd.

Cyfwelydd

Pam dylwn i ddiodeff dedfryd am oes? Casineb laddodd fy mab, felly pam ddylwn i ddiodeff casineb hefyd? Mae diffyg maddeuant yn eich gwneud chi'n ddiodeffwr a pham dylwn i fod yn ddiodeffwr? Treuliodd Anthony ei fywyd yn maddau. Roedd ei fywyd o'n symbol o heddwch, cariad a maddeuant a dyma sut cafodd fy mhlant eu magu. Mae'n rhaid i mi fyw yn y ffordd dysgais i iddyn nhw fyw. Dydw i ddim yn teimlo'n chwerw tuag at y bobl yma, dw i'n hollol onest. Y cwbl dw i'n ei deimlo ydy... tristwch dros y teulu.

Cyfwelydd

Dominique, fel chwaer i Anthony, wyt ti hefyd yn teimlo felly?

Dominique

Ydw, dw i'n maddau iddyn nhw ac mae gen i biti drostyn nhw oherwydd doedden nhw ddim yn gwybod beth roedden nhw'n ei wneud.

Gee

Mae hi'n dal yn anodd derbyn marwolaeth Anthony. Bob dydd rydyn ni'n gofyn, lle mae ein bachgen? Bob dydd rydyn ni'n dal i aros. Rydyn ni'n galw ei enw fo, rydyn ni'n clywed pêl yn bownsio ac mae pob un ohonon ni'n gwyllo ac yn aros.

Cyfwelydd

Mae'n anodd iawn i chi, fel ei fam, Mrs Walker.

Mrs Walker

Dw i'n teimlo'n drist dros Daniel, fy mab arall, yn dringo i'r gwely bync uchaf bob nos a dydy ei frawd ddim yno. Mae o'n gysgod o'r hyn oedd o'r blaen. Fydd pethau byth yr un fath i neb ohonon ni.