

Mae'r ddaear yn haelionus i ni yn ystod y cyfnod hwn. Fel gasglwn ni ein bywyd cofiwch gadael cyfran am gweddill natur a rhannu ein cynhaeaf gyda y rhai sy ddim yn gallu casglu ei bywyd ei hunain.

“Bendithir yr un hael am ei fod yn rhannu ei fara i'r tlawd.”

Diarhebion 22:9

*Ymgasglu o gwmpas tân
Gwilio bara tyfu a coginio
Straeon bara am heddiw*



Chwilota

Defnyddio canllaw dda chwilota.

- Llusen
- Mefus Gwyllt
- Hadau Ffromlys
- Pel pwff enfawr
- Aeron Ysgawen
- Erwain
- Marchruddygl

Llefydd Pererin

- Cadeirlan Deiniol Sant
- Burry Holms
- Merthyr Tydfil
- Ffynnon Mair, Uwchmynmydd



Rhannwch eich profiad gyda'ch ffrindiau neu trwy'r cyfryngau cymdeithasol. Defnyddio'r app 'What-Three-Words' i helpu chi nodi llefydd arbennig.

Bydd yr wyth daflen - Trwy'r Flwyddyn, yn eich helpu i gysylltu a myfyrto tŷ-allan. Sylwch ar ein gwefan am syniadau a dolennau eraill.



Ardal Weinidogaeth
Bro Gwydyr
Ministry Area

www.BroGwydyr.Cymru

Gŵyl Awst

*Ffrwyth Cyntaf
o'r cynhaeaf*

Canllaw byr am gweithgareddau allanol wrtho'i hun neu gyda ffrindiau.

*S. Deiniol, S. Fair,
S. Gwyddelan, S. Tydfil.
Dechrau y cynhaeaf*



Edrychwch am Llusen

Celf gan Chloe Elliott

Diwrnod Encil: Os bosib treulwch hanner neu ddiwrnod llawn wrtho'i hun mewn natur. Neu os nad yw hyn yn bosib triwch cadw awr neu ddau at y tro dros y mis.

Mae Gŵyl Awst yn dathlu Lammas = Offeren y Torth.

Cyfnod ddathlu a llawenydd bod mae cynhaeaf wedi dechrau. Yn aml gyda torth o fara wedi ei phobi gyda'r toriad cyntaf gwenith a llusen wedi eu plygu i fewn i'r toes.

Gwylwch ac arhoswch, cymryd dim on be yr ydych ei hangen am heddiw.

Ystyried bod ni dim on un ar y bordd natur.

“Ac i bob bwystfil gwyllt, i holl adar yr awyr, ac i bopeth sy'n ymlusgo ar y ddaear, popeth ag anadl einioes ynddo, bydd pob llysiuyn glas yn fwyd.” A bu felly.” Genesis 1:30

“Peidiwch felly â phryderu am yfory, oherwydd bydd gan yfory ei bryder ei hun. Digon i'r diwrnod ei drafferth ei hun.” Mathew 6:34

Man Eistedd

Dychwelir i le cynefin. Eisteddwch a distewi'i hun. Croeshewch wrthdynamiaid. Sylwch y byd bach natur o'ch gwmpas. Paid â dadansoddi gormod. Beth ydy'r ysbryd yn dweud wrthwch?

Helpa Trysor

Gwneud rhestr cyn i chi fynd allan. Rhai o syniadau:

- Caeau llawn cawn aur
- Clychau'r eos
- Wybren trwy'r canopi
- Glaw ac awel ffres

“Oherwydd y mae pawb sy'n gofyn yn derbyn, a'r sawl sy'n ceisio yn cael, ac i'r un sy'n curo agorir y drws.” Luc 11:10

Gwneud torth o fara yn araf ac yn syml. Dim ond angen blawd a dwr am fara toes suro, ond yn aml rhai yn ychwanegu halen i flasau.

Dechrau gyda un mesur blawd plaen a dau fesur dŵr. Cymysgu nhw.

Pob diwrnod bwydo'r cymysgydd gyda tipyn o flawd a dŵr.

Pan mae'r toes wedi dechrau tyfu ac yn byrlymu, ychwanegu digon o flawd a dwr i gwneud toes meddal a hyblyg. Rhaid i hwn bod tua hanner maint eich torth wedi ei phobi.

Cymysgu a gaedael dros nos.

Y diwrnod nesaf tyliu y toes ar bwrdd â flawd. Siapo a rhoi mewn basged neu tun â blawd. Gadael i godi. Pobi yng nghanol ffwrn poeth tan bod hi'n swno'n pantiog wrth tapio. Tua awr am dorth fawr 2lb.

Trio ychwanegu cnau, hadau neu llusen.