Wellbeing Friends

HEALTHY BLAENAVON
BLAENAFON IACH

Cylchlythyr cyfeillion llesiant Blaenavon Mawrth 2023

Beth sydd ar gael i bobl ifanc ym Mlaenafon?

Rydym yn aml yn clywed "nad oes unrhyw beth ar gael i bobl ifanc ym Mlaenafon." Felly, y mis hwn, rydym wedi penderfynu canolbwyntio ar rai o'r darpariaethau gwych sydd ar gael.

Mae Llysgenhadon Ieuenctid Treftadaeth y Byd (Yams yn Saesneg)) yn cael ei gynnal bob nos Fercher, 5.30pm-8.30pm, yn Yr Hwb. Rydym yn brosiect strwythuredig sy'n darparu dau o weithgareddau'r noson, er enghraifft, un yn seiliedig ar Dreftadaeth y Byd a'r llall ar lesiant ond rydym hefyd yn coginio a bwyta pryd o fwyd gyda'n gilydd, ynghyd â chael amser rhydd i chwarae pŵl, dawnsio neu sgwrsio er enghraifft. Fel rhan o'n prosiect, rydym yn cynnal y rhannu bwyd Greggs sydd ar agor i unrhyw un gael dod i gasglu bwyd sydd dros ben (pasteiod, cacennau, toesenni, rholiau etc) rhwng 6.30pm a 7.00pm. Cysylltwch â Seren ar 07729224419 neu seren.gunningham@thehwb.org am ragor o wybodaeth.

Gadwch i ni glywed beth sydd gan y bobl ifanc i'w ddweud...

Ymunais ag Yams ym mis Awst 2021 ac rwyf wedi bod ar sawl taith. Yn ystod f'amser yn Yams rwyf wedi bod i Gôr y Cewri, Iron-bridge, dringo creigiau, Ynys y Barri, Gorllewin Canolbarth Lloegr. Daeth y Tywysog William a Kate Middleton i ymweld â ni hefyd. Ym mis Mai 2022, aethom i aros yn Iron-bridge, hwn oedd un o fy hoff deithiau. Un arall o fy hoff deithiau oedd Côr y Cewri. Fy hoff ran o Iron Bridge oedd mynd i Blitz Hill lle'r oedd modd i ni wario arian Fictoraidd, mi wnes i fwynhau mynd i Barc Thema Gorllewin Canolbarth Lloegr hefyd, mi es ar y Drop Tower ac roeddwn yn ofnus iawn. Mae Yams yn golygu llawer i mi, rwyf wedi gwneud ffrindiau, rwyf wedi dysgu llawer am safleoedd treftadaeth y byd ac rwyf wedi magu hyder. Rwy'n edrych ymlaen yn arw i gael profiad o fwy o safleoedd Treftadaeth y Byd yn y dyfodol.

Mae Llysgenhadon Ieuenctid yn lle bendigedig i fynd, mae'n lle cysurus i blant a phobl ifanc. Mae'n llawn o bobl wych a'r staff gorau y byddech yn eu dymuno. Gan fy mod i'n newydd i'r lle hwn, rwy'n teimlo mod i'n gallu rhannu fy meddyliau a syniadau ac rwyf wedi magu cymaint o hyder. Mae ganddynt rywbeth newydd i chi ei fwynhau bob wythnos! Mae bod yn y Llysgenhadon Ieuenctid yn wych, fe wnânt helpu os oes angen rhywbeth arnom sydd ddim gennym. Rydym hyd yn oed yn helpu pobl tu allan i Lysgenhadon Ieuenctid. Mae popeth sydd yma yn well na'r disgwyl. Mae'r lle yma'n ymwneud â bod yn gymdeithasol ac mae'n dangos i chi bod yna fwy na dim ond bod yn sownd i electroneg, neu unrhyw beth sy'n eich dal yn ôl. Rydym wrth ein bodd yn gwirfoddoli ac yn mynd ar lwyth o dripiau gyda'n gilydd. Hyd yn hyn dyma un o'r grwpiau ieuenctid gorau rwyf wedi bod ynddynt erioed!

Darpariaeth ieuenctid yr Hwb

Mae'r Hwb yn elusen ieuenctid sydd wedi ei lleoli ar Heol Lydan, Blaenafon ac yn gweithio gyda phobl ifanc 11-25 oed. Mae'n cynnal darpariaeth mynediad agored o ddyddiau Llun 4.30-7.00pm, dyddiau Mawrth 4.30-7.00pm a dyddiau Iau 4.00-6.00pm. Gall pobl ifanc ddysgu coginio, ymuno â gweithgareddau crefft a gemau neu dreulio amser gyda'u ffrindiau, yn chwarae pŵl a gwrando ar gerddoriaeth. E-bost er gwybodaeth

youthclub@thehwb.org

Tîm strategol Ieuenctid Blaenafon

Clwb ar ôl oriau ysgol 5-11 oed. Mae yna lawer o weithgareddau yn cynnwys pŵl iau, hoci aer, celf, gemau bwrdd, tenis bwrdd, pêl-droed bwrdd, karaoke, siop fwyd. Mae croeso bob amser i aelodau newydd. Am ragor o fanylion, ffoniwch:- 07764991220

Clwb ieuenctid Lefel Nesaf

Clwb Ieuenctid yr Eglwys yw Lefel Nesaf ar gyfer plant 11-16 oed (blwyddyn 7-11) yng Nghapel Moriah, Blaenafon Mae'n cael ei gynnal ar nosweithiau Iau ac mae yna weithgareddau megis hoci aer a thenis bwrdd. Mae hefyd yn cynnig Alffa Ieuenctid i'r rhai sydd â diddordeb mewn dysgu am Gristnogaeth. Maent yn cynnal digwyddiadau arbennig yn rheolaidd megis bbq, nosweithiau ffilm a phartïon pizza.

Cafodd rysáit ar gyllideb lai y mis hwn ei greu gan y bobl ifanc yn yr Hwb. Pasta tomato yn y popty: 1 tun o gawl tomato, 400g o basta, halen garlleg, pinsiad o berlysiau cymysg, digon o gaws!

Berwch y pasta yn ôl y cyfarwyddiadau ar y paced; cymysgwch y cawl, perlysiau a halen garlleg (neu puree); gosodwch y pasta mewn dysgl addas i'r popty a thywalltwch y cymysgedd cawl drosto. Gorchuddiwch â chaws a choginiwch nes mae wedi crasu.