



## Rhywbeth i'w ddarllen! Mae cyngor tref yn helpu aelodau hŷn y gymuned drwy lansio llyfryn newydd o weithareddau cyfnod clo.

Mae *Rhodio'r Rhyl* wedi ei lunio gan Gyngor Tref y Rhyl i helpu i gadw meddyliau pobl yn weithgar mewn cyfnodau o hunanynysu.

Mae'r cylchgrawn, sy'n cynnwys syniadau a gweithgareddau i bobl eu gwneud yn ddiogel ac yn hawdd yn eu cartrefi, yn cael ei dreialu yn y dref a bydd am ddim i'w lawrlwytho, gyda chopiau ychwanegol yn cael eu hargraffu o wneud cais.

Dywedodd maer y Rhyl, y cynghorydd Ellie Chard (yn y darlun) bod cynhorwyr y dref wedi bod yn ffonio pobl a oedd yn hunanynysu neu rai yr oedd eu gweithgareddau awyr agored wedi eu cyfyngu oherwydd y pandemig.

Meddai: "Mae llawer o'r bobl hŷn rydym yn siarad â nhw yn rheolaidd wedi ei gwneud yn glir bod bod heb ddigon i'w wneud wedi gwneud y cyfnodau clo yn anoddach iddynt nhw. Efallai nad ydynt yn gweld ffrindiau a theulu ac weithiau maent eisiau meddwl am rywbeth heblaw Covid.

"Mae digon o ffynonellau newyddion yn y Rhyl, ond mae hwn yn rhywbeth gwahanol. Mae *Rhodio'r Rhyl* yn cynnwys awgrymiadau gan gynghorwyr ar weithgareddau yn y cartref, cwisiau a chyflwyniad gan y maer."



Mae *Rhodio'r Rhyl* yn helpu cyfeirio pobl i fudiadau a all eu cefnogi.

“Mae’r cyfnod yma yn heriol,” meddai’r Cynghorydd Chard. “Mae rhai pobl wedi dweud wrthym y byddent yn croesawu rhywbeth i fynd â’u meddyliau oddi ar Covid; mae eraill yn dweud bod ganddyn nhw bryderon go iawn am y dyfodol. Rydym wedi cynnwys cyfeiriadau defnyddiol at sefydliadau yn y cylchgrawn, ond, yn bennaf, rydym eisïau i bobl lawrlwytho’r cylchgrawn a mwynhau’r elfennau creadigol.”

Mae’r cylchgrawn sydd am ddim ar gael yn y Gymraeg a’r Saesneg, gyda chynlluniau i ryddhau pedwar rhifyn dros y 12 mis nesaf.

Ychwanegodd y Cynghorydd Chard: “Gall pobl lawrlwytho cymaint o gopïau o *Rhodio'r Rhyl* ag yr hoffent. Am nawr mae’r cyngor tref hefyd yn postio nifer cyfyngedig o gopïau os bydd pobl yn gwneud cais. Rydym yn gwybod na fydd hynny’n golygu bod *Rhodio'r Rhyl* ar gael i bawb yn hawdd ar unwaith, felly rydym nawr yn ystyried cael cymorth ychwanegol er mwyn i ni allu argraffu copïau a’u dosbarthu lle mae angen.

“Gallai hyn gynnwys dosbarthu bwndeli i gartrefi nyrsio a gofal y dref os hoffent gael copïau. Rydym yn awyddus hefyd i glywed gan bobl gyda syniadau ar gyfer cynnwys yn y dyfodol, a sefydliadau a allai efallai gefnogi *Rhodio'r Rhyl* yn y dyfodol.”

Mae *Rhodio'r Rhyl* ar gael i’w lawrlwytho o: [www.rhyltowncouncil.org.uk](http://www.rhyltowncouncil.org.uk) ei archebu drwy ffonio 01745 331114, neu drwy anfon neges drwy dudalennau cyfryngau cymdeithasol y cyngor (Facebook, Twitter, Instagram).

## Diwedd

