



Adroddiad Cyfarfod

14:02:24

Kelly O'Donnell

Croesawyd pawb i'r cyfarfod gan ein llywydd Jen Roberts. Anfonwyd ein cofion cynhesaf at Nan Rowlands sydd ddim yn dda ar hyn o bryd. Da oedd clywed fod Wil Parry, gŵr Nora, yn gwella ar ôl cael llawdriniaeth.

Tynnwyd sylw at nifer o bethau oedd yng Nghofnodion Pwyllgor Rhanbarth Arfon a fu'n cyfarfod ddiwedd Ionawr.

Gofynnwyd a oedd awydd gan yr aelodau i anfon fîm os bydd cystadleuaeth Bowlio Deg yn cael ei gynnal eleni ac roedd digon o aelodau i greu beth bynnag un fîm.

Mae Baner Merched Y Wawr Rhanbarth Arfon yn cael ei ail chreu am fod yr un cyfredol, a grëwyd yn 1992, wedi dyddio. Gwelwyd yr enw 'Bethel' fydd ar y faner newydd a diolchwyd i Mary Wyn Jones am ei gwnïo cywrain.

Cawsom groesawu un o 'Selebs' y pentre atom, sef Kelly O'Donnell a gafodd ei dewis fel un o'r pump arweinydd ar y gyfres diwetha o 'Ffit Cymru'. Roedd yn ddidwyll iawn wrth drafod ei pherthynas eitha 'toxic' efo bwyd a'i thueddiad i or fwyta, ac fod hyn wedi bod yn batrwm ers yn ifanc. Er mai hi oedd yr arweinydd efo lleiaf o bwysau i'w gollu, 'doedd hyn ddim yn golygu y byddai dilyn y cynllun yn rhwydd. Wrth ymuno â "Ffit Cymru", yr oedd yn cael cyfle i gael cyngor Deietegydd, Seicolegydd ac Arbennigwyr ffitrwydd, ond yr oedd yn teimlo mai'r gefnogaeth gan Dr Ioan y Seicolegydd oedd wedi ei chyffwrdd fwyaf.

Fel rhan o'r rhaglen y mae'r arweinwyr yn gorfod dilyn rhaglen fwyta arbennig, ac yn cymeryd rhan fel fîm mewn tasgau corfforol arbennig. Roedd Kelly wrth ei bodd efo rhain, er hyn yr oedd y dasg 'arfodira' yn hynod o heriol, ond fe lwyddodd yn y diwedd i neidio i mewn i'r môr o uchder!

Tydi hi ddim wedi bod yn daith hawdd, ac er fod cadw'n ffit yn dod yn eitha naturiol iddi, ma hi'n dal i fod yn ymwybodol o'i thueddiad i fwyta'n ddifeddwl. Mae hi'n hynod o falch ei bod wedi cymeryd rhan yn y rhaglen, gan ei bod yn llawer mwy hapus ac yn iachach, ac fod y teulu i gyd wedi elwa. Dalier ati Kelly a llongyfarchiadau ar yr hyn yr wyt wedi ei gyflawni hyd yma.

Diolchwyd gan Gwenan Roberts. Gwnaed y baned gan Mair Read a Cecile Roberts ac enillydd y raffl oedd Ceridwen Williams.