Y Bartneriaeth Awyr Agored
CYLCHLYTHYR

Llysgenhadon Gwirfoddol

Mae ganddom brosiect newydd a chyffrous wedi dechrau yng Nghymru.

Diolch i gefnogaeth ariannol gan CGGC (Cyngor Gweithredu Gwirfoddoli Cymru) rydym wedi gallu recriwtio Llysgenhadon Gwirfoddol i ymuno â'n tîm ym mhob ardal ledled Cymru.
Mae ein Llysgenhadon Gwirfoddolwyr yn dod o amrywiaeth o gefndiroedd a gyda llu o sgiliau ychwanegol! Ond yn bennaf, maen nhw'n union fel gweddill y tîm; mae nhw yn caru'r awyr agored ac eisiau helpu eraill i'w fwynhau hefyd!

Bydd y Llysgenhadon yn gweithio ar brosiectau amrywiol ac yn ein helpu yn ein gwaith bob dydd, gan ddod â'u sgiliau unigryw eu hunain i'r tîm, a byddwn yn eu cefnogi ac yn gweithio ochr yn ochr â nhw gyda'u uchelgeisiau personol eu hunain, boed yn ennill cymhwyster y maent wedi bod yn anelu ato neu'n rhoi cynnig ar weithgaredd cwbl newydd.

Mae rhai o'r Llysgenhadon eisioes wedi bod allan yn cefnogi ein digwyddiadau, o helpu ar sesiwn gynhwysol ar Ben y Fan, i ddarparu arbennigedd ffotograffiaeth ar daith gerdded llesiant. Bydd llawer mwy i ddod felly cadwch lygad allan i weld beth fydd yn digwydd nesaf!

Gallwch ddysgu mwy am ein Llysgenhadon Gwirfoddol ar ein gwefan, ac os ydych chi'n meddwl bod gennych chi sgiliau y gallwn eu defnyddio, edrychwch ar ein tudalen Gwirfoddoli i weld a allech chi ddod yn Llysgennad hefyd!

Newyddion o'r Ardaloedd

De a Canolbarth Cymru

Dechreuwn ein newyddlen ddiweddaraf gyda hanes ysbrydoledig gan Sioned, sef hanes taith arbennig iawn i gopa Pen-y-Fan yn ddiweddar.

"Mae'n debyg bod pob rhiant sy'n byw yn Ne Cymru wedi cael syniad o fynd â'u plentyn i fyny Pen-y-Fan ar un adeg neu gilydd. Ond, i Colin, sy'n sicr yn haeddu'r teitl 'rhiant anturus', byddai angen dipyn mwy o gynllunio a llawer mwy o bŵer pobl na'r rhan fwyaf o deithiau i fynd â'i ferch Cerys i fyny Pen-y-Fan. Ac, fel mae unrhyw un sy'n adnabod Colin yn gwybod, pan mae'n clywed y geiriau, "ni all wneud hyn", ei ateb yw "pam ddim." Dyma pam, gyda'i gilydd, mae'r ddau wedi cwblhau treiathlonau, 50 parkrun, wedi bod yn sgïo, canŵio, beicio a dringo (dros 50 o weithiau).

"Ac, yn ddiweddar, daeth y freuddwyd a drafodwyd i ddechrau dros 2 flynedd yn ôl yn realiti o'r diwedd. Diolch i Manzoku Climbing and Mountaineering, yr anhygoel Mountain Trike MT-push, y tîm anhygoel o wirfoddolwyr yn cynnwys Simon Chaplin, Brett Mahoney, Sioned Thomas, Adam Johnstone, a'r holl rai eraill (fe wyddoch pwy ydych chi!), a warden Yr Ymddiriedolaeth Genedlaethol arhosodd yn hwyr er mwyn cadw'r giât yn agored i'n gadael ni allan. Diolch i hynny i gyd, ac i gred ddiysgog Colin y byddwn yn cyrraedd y copa, fe lwyddon ni! Cyrhaeddom gopa Pen-y-Fan, drwy'r clag, yn yr amser hynod sydyn o 72 munud. Gallaf adrodd fod Cerys mor ddi-gynnwrf ag erioed, er gwaethaf rhywfaint o lywio amheus, a dim i'w glywed ond "synau hapus" (meddai Colin) i'w clywed gan ein mynyddwr dewr. Rydw, i, fel Colin, yn hynod falch a diolchgar ein bod wedi llwyddo ac wedi dangos pŵer gweithredu ar y cŷd, a byrbrydau."

Mae newyddion hefyd am Therapi Antur Powys, wedi ei ariannu gan Gronfa Datblygu Fforwm Gwerth Cymdeithasol, a'i weinyddu gan PAVO. Dechreuodd rhaglen gydag ogofa dan arweiniad gan Crosfield Outdoors yn Eglwys Faen. Daeth y nifer dda o 12 o bobl ifanc gyda'u gweithwyr cefnogol, a phawb yn cymryd rhan ac yn cefnogi ei gilydd wrth iddynt ddysgu am ffurfio ogofâu, dod o hyd i ffosiliau ac archwilio'r system ogofâu, a herio eu hunain drwy rannau eithaf tynn ar y ffordd. Bu adborth ardderchog wedi'r sesiwn, ac mae edrych ymlaen rwan i'r gweithgareddau nesaf – ogofa, padlfyrddio a cherdded ceunentydd yn dod yn fuan!

Mewn rhaglen arall, cychwynnodd y Rhaglen Therapi Antur a ariennir gan Sport Powys gyda cherdded ceunentydd, gan dderbyn ymgysylltiad ac adborth anhygoel gan y cerddwyr ceunentydd dewr, a niferoedd da yn troi allan o'r Brecon Integrated Sports Association. Diolch eto i Crosfield Outdoors am gynnal y sesiwn yma. Padlfyrddio a chychod draig fydd nesaf!

Y Bartneriaeth Awyr Agored
CYLCHLYTHYR

THE OUTDOOR PARTNERSHIP
EXPERIENCE • ENJOY • ACHIEVE • TOGETHER
Y BARTNERIAETH AWYR AGORED
PROFIAD • MWYNHAU • LLWYDDO • GYDA'N GILYDD

Gwynedd

Am bythefnos yn mis Mehefin eleni mi gafodd 300 o blant blynyddoedd 5 a 6 fynychu sesiynau Swim Safe / Diogel yn y Dŵr. Bu'r Bartneriaeth Awyr Agored yn gweithio mewn partneriaeth gyda Byw'n Iach, Plas Menai a'r Urdd i ddarparu chwe diwrnod o weithgareddau ym Mhlas Menai, Plas Heli ac ar Lyn Tegid. Er i'r tymheredd dŵr fod yn isel ym mhob safle buom yn ffodus gyda'r tywydd gyda diwrnodau braf a moroedd tawel yn galluogi i'r sesiynau redeg yn esmwyth.

Mae SwimSafe / Diogel yn y Dŵr yn gynllun sy'n cael ei arwain gan Nofio Cymru a'r RNLI. Bwriad y cynllun ydi addysgu plant mewn technegau arnofio, hunan achub a pheryglon cysylltiedig â dŵr agored. Bu'r plant yn cael cyfle unigryw i brofi bod mewn dŵr agored dan oruchwyliaeth athrawon nofio a hyfforddwyr awyr agored profiadol. Yn gyntaf roedd y criw yn cael eu croesawu ac yn cael cyflwyniad i'r weithgaredd. Ar ôl newid roeddent yn cael ymarfer ar y lan cyn mentro fewn i'r dŵr lle buont yn dysgu y technegau atal boddi. Roedd yn dipyn o sioc i rai ar ddechrau y sesiwn wrth iddynt blymio mewn i'r dŵr oer, ond yn fuan iawn roeddent i gyd yn arfer gyda'r tymheredd ac wrth eu bodd yn sblasio a chwarae gemau.

Rydym eisioes wedi ymrwymo i redeg y cynllun eto flwyddyn nesa' a gobeithio y byddwn yn gallu ehangu darpariaeth unwaith eto i roi'r cynnig i bob ardal yng Ngwynedd.

Mewn newyddion arall, bu cynllun 6 wythnos Padlwyr Ifanc Ardudwy yn rhedeg bob Dydd Sadwrn drwy Fehefin a Gorffennaf. Cafodd 12 o blant o'r ardal y cyfle i arbrofi mewn cychod gwahanol a llwyddon nhw i ennill gwobrau Dechrau (Start Award) a Darganfod (Discover Award). Da iawn nhw!

I orffen, mae gwirfoddolwyr oedd ar y cynllun Llwybrau Llesiant wedi pasio eu hasesiad Lowland Leader Award ac maent wedi dechrau arwain teithiau cerdded llesiant o amgylch Gwynedd. Mae'r teithiau yn cael eu cyhoeddi ar wefan Llwybrau Llesiant / Wellness Walks a byddant yn cael eu rhannu drwy gyfryngau cymdeithasol Y Bartneriaeth Awyr Agored a Byw'n Iach.

Gwent

Mae wedi bod yn gyfnod prysur draw yng Ngwent hefyd. Roedd cyfnod dechrau'r haf yng Ngwent yn ymwneud â iechyd, llesiant a chyflogadwyedd.

Dros y ddau fis diwethaf, maent wedi lansio rhaglenni Therapïau Antur mewn partneriaeth gyda'r Gwent Wellbeing College sy'n darparu defnyddwyr gwasanaeth gyda nifer o sefydliadau ar draws Gwent sy'n cynnig mynediad i weithgareddau antur. Gyda phopeth o deithiau cerdded yn y Mynyddoedd Du, i badlfyrddio yn Llandegfedd a theithiau ogofa, mae wedi bod yn gychwyn ffantastig ac anturus i'r haf.

Mae partneriaeth newydd gyda Torfaen Works wedi arwain i ddatblygiad pellach o'u rhaglen cyflogadwyedd awyr agored gan weld ychwanegiad ogofa, dringo a gweithgareddau padlfyrddio yn ogystal â grŵp heicio mynydd misol.

Dydi'r bobl ifanc ddim wedi colli allan 'chwaith, gyda llawer o gyfleoedd i ofalwyr ifanc i gael mynediad i weithgareddau awyr agored a seibiant ar draws y 5 ardal awdurdod lleol gyda Caerphilly Adventures, MonLife Outdoor Adventures a Crosfield Outdoors.

Ac i goroni pob dim, aethant draw dros ffin Gwent i ddathlu popeth yn ymwneud â'r Gymraeg ac i hysbysu Prif Weinidog newydd Cymru ar eu gwaith i gefnogi pobl i gael mynediad i weithgareddau awyr agored.

Haf Hapus!

News from our Regions

Swydd Aeron

Bu'r Gwanwyn Haf yn brysur iawn yn Swydd Aeron gyda nifer o raglenni. Cawsant eu Rhaglen Hwylio Aur Gwobr Dug Caeredin, eu rhaglen LEAP Llwybrau i Gyflogaeth a dwy raglen iechyd a llesiant awdurdod lleol yn rhedeg ar yr un pryd dros y tri mis diwethaf.

Roedd Partneriaeth Awyr Agored Swydd Aeron hefyd yn hapus iawn i dderbyn cyllid gan grŵp Hillhouse Quarry a Gwobr Dug Caeredin i ddarparu cwrs preswyl antur hwylio ym marina Inverkip yn Swydd Aeron, gan hwylio am bum diwrnod i fyny arfordir gorllewinol Yr Alban ar hyd camlas y Crina Canal i dref ffantastig Oban, y "Gateway to the Isles". Bu'r bobl ifanc yn archwilio'r Firth of Forth, Inner Hebrides, Isle of Jura a Mull cyn gadael yn Oban. Profodd y disgyblion hwylio ar y "Taiping", cwch hwylio traws-Iwerydd chwedeg troedfedd, gan dderbyn cyfarwyddyd mewn mordwyo, hyfforddiant hwyliau, llywio a gwaith tîm. Hwyliodd y cwch drwy ardaloedd o harddwch naturiol a'r bobl ifanc wedi synnu gweld bywyd gwyllt Yr Alban, yn cynnwys dolffiniaid trwyn potel, heulforgwn, morfilod a phalod.

Diolch yn fawr hefyd i Ocean Sailing Scotland am ostyngiad hael iawn yn y pris, ynghyd â'n cyllidwyr eraill sy'n galluogi i'n myfyrwyr ifanc brofi'r cyfle gwych hwn. Rydym wedi bwcio'r cwch ar gyfer y flwyddyn nesaf yn barod.

Ym mis Mehefin, roedd Y Bartneriaeth Awyr Agored Swydd Aeron hefyd yn ddigon ffodus i dderbyn cyllid "lluosog" i greu cwrs Llwybrau i Gyflogaeth ar gyfel pobl leol diwaith yn Swydd Aeron. Galwyd y cwrs yn LEAP (Learning, Adventure, Education Programme) gyda'r grŵp yn cynnig y cyfle i bobl, dros 12 wythnos, i gael profiad o antur awyr agored ac i ennill cymwysterau mewn cymorth cyntaf, sgiliau mynydda, a chanŵio. Yn ystod y cwrs tri mis, bu'r ymgeiswyr yn abseilio, ogofa, dringo, padlo SUP, cerdded mynyddoedd, beicio a chanŵio. Roedd hyn yn adeiladu hyder, profiad a sgiliau llythrennedd a rhifedd.

Y Bartneriaeth Awyr Agored
CYLCHLYTHYR

DE DDWYRAIN GOGLEDD IWERDDON

Croesawodd y rhanbarth Swyddog Datblygu Gweithgareddau Awyr Agored newydd ar gyfer De Ddwyrain Gogledd Iwerddon – Victoria Kelly. Ac, meddai Victoria ei hun, "Ers dechrau fy rôl ar ddiwedd mis Ebrill, rwyf wedi bod yn cyfarfod gyda gwahanol sefydliadau, clybiau a chynghorau ar draws fy rhanbarth – De Ddwyrain Gogledd Iwerddon i gynllunio sut y gallwn weithio gyda'n gilydd ar brosiectau yn y dyfodol."

Mae Partneriaeth Awyr Agored Gogledd Iwerddon (De Ddwyrain) hefyd yn cynnal sesiynau Heicio Cynhwysol mewn partneriaeth gyda Mountaineering Ireland a'r Mourne Heritage Trust ym mis Awst 2024, ar gyfer pobl gyda symudedd cyfyngedig a defnyddwyr cadair olwyn.

Cynhaliwyd cyfarfod grŵp ar gyfer rhanbarth De Ddwyrain Gogledd Iwerddon ym mis Mehefin, a hwn oedd y cyfarfod cyntaf ers peth amser. Cafwyd cynrychiolaeth dda ac roedd yn wych gallu croesawu rhai wynebau newydd i'r cyfarfod. Mynychodd Victoria Ddiwrnodau Glan y Môr wedi eu cynnal gan y Mae Murray Foundation sydd yn helpu mwy o bobl i gael mynediad i'n traethau ac i gymryd rhan mewn gwahanol weithgareddau. Mae Mountaineering Ireland wedi bod yn cynnal nifer o sesiynau Dringo Cynhwysol, a bu Victoria'n mynychu'r rhain hefyd.

Yn olaf, gan Bartneriaeth Awyr Agored Gogledd Iwerddon, mae gennym y 'Tale Trails Story Map of Murlough National Nature Reserve'. Mae'r Bartneriaeth Awyr Agored Gogledd Iwerddon yn falch o fod wedi cynhyrchu'r map Tale Trails cyntaf yng Ngogledd Iwerddon, a hynny mewn partneriaeth gyda'r Ymddiriedolaeth Genedlaethol. Mae'r Tale Trails yn fapiau stori wedi eu creu yn hardd gan Anja Phoenix, sy'n cynnwys teithiau cerdded i'r teulu ble gallwch ddod o hyd i bob math o bethau gwahanol ar hyd y daith. Mae'n ffordd wych i gael allan ac i ddarganfod mwy am arfordir hardd Gogledd Iwerddon. Mae'r prosiect hwn yn cysylltu i'r mapiau stori sydd wedi eu cynhyrchu gan Tale Trails a'r Bartneriaeth Awyr Agored yn Cumbria, sy'n creu cysylltiad gyda Gogledd Iwerddon dros Fôr Iwerddon. Mae'r mapiau AM DDIM ac ar gael o brif faes parcio'r Ymddiriedolaeth Genedlaethol ym mharc cenedlaethol Murlough National Nature Reserve yn Newcastle, Co Down, neu gallwch lawrlwytho copi o'r map a'r stori AM DDIM trwy ymweld â gwefan Partneriaeth Awyr Agored Gogledd Iwerddon a chael antur heddiw!

News from our Regions

SPERRINS - GOGLEDD IWERDDON

Dechreuwn y newyddion o Ranbarth The Sperrins gyda phopeth yn ymwneud â phadlo! Maent wedi bod yn gweithio'n agos gydag Erne Paddlers, sy'n glwb padlo wedi ei leoli yn Fermanagh ac Omagh, gydag aelodau ar draws ardal y cyngor. Yn bennaf, mae'r clwb yn gweithredu o gwmpas dyfroedd Lough Erne ac yn ceisio ehangu eu darpariaeth i ddyfroedd newydd. Yr haf yma, darparodd y Bartneriaeth Awyr Agored gwrs sgiliau caiacio yn y Gortin Lakes, a phadlo hamddenol i'r teulu ar hyd yr Afon Strule, ac maent yn cynnal rhaglen badlo gynhwysol yn yr Omagh Leisure Complex gyda'r Omagh Special Olympics Club ar hyn o bryd.

Mae'n wych gweld y clwb yn darparu'r sesiynau hyn yn Rhanbarth The Sperrins ac i weld cymaint o gyfranogaeth a diddordeb gan gyfranogwyr lleol. Y sesiynau cynhwysol yn y pwll yw'r sesiynau caiacio cynhwysol cyntaf i gael eu darparu o fewn y safle OLC ac mae'n wych gweld y caiaciau yn ôl yn y Pwll! Diolch i gyngor ardal Fermanagh ac Omagh am gefnogi'r mentrau hyn ac i Erne Paddlers am gefnogi'r ddarpariaeth, am helpu i ehangu'r clwb ac i'w wneud mor gynhwysol â phosibl. Edrychwn ymlaen i gefnogi Erne Paddlers ymhellach ac yn gobeithio darparu addysg hyfforddi pellach i badlwyr newydd ac aelodau'r clwb.

I ffwrdd o'r dŵr, bu Sgiliau Mynydd a mwy gyda Mountaineering Ireland. Mae Partneriaeth yr Awyr Agored The Sperrins yn falch o gael cefnogaeth barhaus gan Mountaineering Ireland yn The Sperrins ble, mewn partneriaeth, maent wedi darparu diwrnodau hyfforddiant Sgiliau Mynydd ychwanegol a Theithiau Cerdded Cynhwysol. Mae'r cwrs Sgiliau Mynydd yn gwrs un dydd wedi ei anelu at ymgysylltu gyda'ch cerddwr mynydd cyffredin, gan roi'r sgiliau angenrheidiol iddynt mewn darllen map a llywio, cymorth cyntaf, cyngor ar offer, ac arfer dda cyffredinol i'w dilyn pan allan ar y mynyddoedd.

Ym mis Mehefin buont yn darparu cwrs Sgiliau Mynydd yn Bannagher Dam yn y Causeway Coast ac ardal Glens Borough, ac yn cynllunio diwrnod hyfforddiant Sgiliau Mynydd ychwanegol yn yr hydref.

Yr haf yma, roeddent wedi cynllunio Cyfres Heiciau Cynhwysol mewn partneriaeth gyda Mountaineering Ireland. Rhoddodd yr Heiciau y cyfle i gyfranogwyr i gael mynediad i ofodau awyr agored gyda'r gefnogaeth angenrheidiol, gan wneud yr awyr agored yn fwy hygyrch i bawb.

Eu partneriaid darpariaeth ar gyfer y sesiynau hyn oedd y Far and Wild Adventure Providers a ddarparodd ddwy daith gerdded addysgiadol ac ymgysylltiol yn y Davagh Forest Park a'r Gortin Glens Forest Park. Roedd Partneriaeth Awyr Agored The Sperrins yn falch iawn o weld cymysgedd mor dda o gyfranogwyr a galluoedd ar eu teithiau cerdded. Diolch i Mountaineering Ireland am gefnogi'r prosiectau hyn.

Y Bartneriaeth Awyr Agored
CYLCHLYTHYR

Canol De Cymru

Mae Partneriaeth Awyr Agored Canol De Cymru wedi bod yn cymryd rhan yn y 'BIG CAMP OUT', gan weithio gyda staff Ymyrraeth Gynnar mewn Seicosis o'r byrddau iechyd lleol yng Nghanol De Cymru. Buont yn gweithio gyda Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro aeth allan i gampio gyda grŵp ac wedyn mwynhau sesiwn o syrffio gyda'r darparwr syrffio cynhwysol Karma Seas yn Coney, Pen-y-bont. Daliodd y tywydd, fe lwyddasant i gael ychydig o gwsg ac roedd y tonnau'n barod ar gyfer y grŵp brwdfrydig y bore drannoeth. Buont yn gweithio hefyd gyda staff Bwrdd Iechyd Cwm Taf Morgannwg sy'n gweithio gydag Ymyrraeth Gynnar mewn Seicosis, gan fynd â grŵp i syrffio, ond ni fu campio allan y tro hwn! Eto, cawsant amser gwych gyda'r un darparwr. Mae wedi ei brofi ers peth amser for treulio amser mewn gofodau gwyrdd a glas yn dda i lesiant meddyliol, felly mae amser yn y môr yn therapi naturiol i'r bobl hyn sydd ar eu ffordd i'w hadferiad.

Mewn newyddion arall, derbyniodd Y Bartneriaeth Awyr Agored Canol De Cymru rodd caredig iawn gan deulu lleol. Dyma'r stori gan Leila, o Bartneriaeth Awyr Agored Canol De Cymru: "Ychydig amser yn ôl cawsom e-bost annisgwyl gan deulu hael oedd â cherbyd 'terrain hopper' gwerthfawr fu'n eiddo i'w mam, oedd yn cael ei storio ac ddim yn cael ei ddefnyddio. Roeddent wedi penderfynu fel teulu y byddai'n well ganddynt i'w roi yn rhodd ac iddo gael digon o ddefnydd na'i werthu. Wedi iddynt gysylltu roedd fy nychymyg ym mhobman gyda syniadau am sut i ddefnyddio'r cerbyd hwn, tra hefyd yn ceisio peidio cynhyrfu gormod rhag ofn i'r peth beidio gweithio allan.

"Ychydig wythnosau'n ddiweddarach, teithiodd Joe, o ganolfan awyr agored Rock UK ym Merthyr, a minnau i fyny i'w gasglu. Roedd wedi ei storio mewn hafan dawel, ar fferm anghysbell, ble roedd y teulu'n wirioneddol angerddol am natur a'r awyr agored, gan ein tywys drwy sut i ddefnyddio'r anghenfil hwn o gadair olwyn ar gyfer pob tirwedd. Aethant â fi allan ar daith o gwmpas y fferm, a minnau'n rhoi tro ar y 'terrain hopper'. Roedd yn anhygoel, roedd yn gleidio'n braf dros y llwybr llithrig, anodd, tra roedd rhaid i pawb arall fod yn ofalus iawn ble roeddent yn rhoi eu traed. Felly gwyliwch y gofod yma, a gobeithio y byddwn yn gallu defnyddio'r anghenfil hwn erbyn mis Medi!"

News from our Regions

Plymouth

Yn ddiweddar, bu Plymouth Mayflower Specials, Partneriaeth Awyr Agored Plymouth a'r Mount Batten Watersports and Activity Centre yn gweithio gyda'i gilydd i ddarparu cyfres o sesiynau blasu caiacio ar gyfer oedolion gydag anghenion dysgu arbennig neu anableddau. Roedd y gwaith tîm rhwng y sefydliadau hyn yn hynod galonogol, gyda'r sesiynau wedi eu trefnu i gymryd lle yn ystod diwrnodau poethaf y flwyddyn.

Bu dwy sesiwn flasu caiacio wych, gan fwynhau'r tywydd anfarwol tra'n ffocysu ar sgiliau caiacio sylfaenol a theithiau byr, gyda phab yn gadael gan wenu!

Roedd y sesiynau hyn yn bosibl diolch i gefnogaeth gan Sport England. Os hoffech ddarganfod mwy am y gwaith ardderchog mae Mayflower Specials yn ei wneud, ac i ddarganfod mwy am sesiynau sydd i ddod, yna ewch i https://www.mayflowerspecials.org os gwelwch yn dda.

www.partneriaeth-awyr-agored.co.uk