Aber Valley Communities Partnership:
Community Newsletter

The latest news about where you live!

In this issue......

- Another New Member
- Aber Valley Health Concern
- What does the Welsh Assembly do for you?
- Double World Champion Body Painters
- Annual Arts Week
- Blackpool Triumph for Windsor School of Dance
- Abertridwr Mothers Gain Training Awards
- Why you should 'Race for Life'?
- Bowls for Youngsters
- Youth Summer Scheme a Success!
- Have We Lost Our Splash?
- Community Services

ANOTHER NEW MEMBER FOR ABER VALLEY COMMUNITIES PARTNERSHIP!!

Only joking this was taken when Ricky Tomlinson visited Senghenydd Community Centre on 24th August to take part in a documentary 'Disappearing Britain' for Channel 5 TV, which will possibly be shown in November. Horace Moss from Senghenydd took a starring role alongside Ricky Tomlinson, when he was interviewed with regard to the loss of family members after the 1913 Mining Disaster.

Pat Bull with Ricky Tomlinson in Heritage Room

Also interviewed was the author Michael Lieven who wrote the novel 'Senghennydd The Universal Pit Village 1890 – 1930'. It was quite an honour to meet him after reading his novel and we asked if he would consider re-releasing it, he confirmed that he would look into this. He also gave the Valley a big compliment by stating how it had improved since he last visited over 10 years ago, so we must be doing something right!!

Aber Valley Health Concern

This group is a sub-group of the Communities First Partnership and its brief is to support healthy living initiatives and raise awareness of health issues within the Aber Valley.

The group has links to the Community Health Council and to Caerphilly Local Health Board, so that issues relevant to Abertridwr and Senghenydd can be identified. In has helped conduct surveys in doctor's surgeries and organise public consultation and has promoted Health Living at local events.

Recently the group has allocated funds to Ysgol Ifor Bach and to Cwmaber Junior School to provide sports equipment.

They meet at 7pm on the fourth Wednesday of each month, alternately in Senghenydd Community Centre and in Nazareth Community Centre, Abertridwr.
If anyone is interested in joining the group, learning more about its activities or in seeking funding for healthy living initiatives please contact the Secretary Lindsay Morris on 029 2083 0053 or by email: pollygarter@aol.com

---

What does the Welsh Assembly do for you?

(by Jeff Cuthbert AM, the Welsh Assembly Member for the Caerphilly Constituency)

In this brief article I want to tell you about some of the things that the Welsh Assembly is doing, and, perhaps more importantly, I want to know how you think we are doing.

The fact that you have received this newsletter is because the Welsh Assembly is funding the Communities First Partnership in the Aber Valley. Communities First is a Welsh Assembly initiative and it is designed to improve the lives of people living in some of the most disadvantaged parts of Wales. Money is provided for projects that are put forward by local groups. But the most important thing about Communities First is that the Partnership should be made up of local people that have an interest in their communities. How well do you think that Communities First works in the Aber Valley?

Free bus travel for pensioners is another Welsh Assembly initiative that is proving popular. But how well do you think it is working? If you have a free bus pass, how much use do you make of it? The Welsh Assembly has partially funded the Stagecoach bus service running from Senghenydd to Graig y Rhacca. How well do you think that bus services works?

The Welsh Assembly is going to provide free breakfasts for primary school children if their school wants to take part. The scheme is being piloted in a number of schools across Wales now (this includes the Aber Valley). Generally the feedback is good although some positive criticisms have been made. Do you have children that could benefit? What do you think of the scheme?

Healthcare is a very important responsibility for the Welsh Assembly. There are important changes being considered for the Aber Valley including new surgeries in Senghenydd and Abertridwr. Are you aware of what's being considered? Do you have views about healthcare that you want me to be aware of? Prescriptions will be free for all people in Wales by next year. Will this make a difference to you and your family?

These are just a few of the things that the Assembly does. But I want to hear from you about how we are performing. You can contact me at:

Jeff Cuthbert AM
Constituency Office
Bargoed YMCA
Aeron Place
Gilfach
Bargoed CF81 8JA

Tel: 01443 838542
E-mail: Jeff.Cuthbert@wales.gov.uk

Aber Valley Double World Champion Bodypainters Return!

Local artist Raphaelle Fieldhouse and her husband Gary from Abertridwr have once again conquered the world! They successfully competed in the gruelling 2 day bodypainting competition in Seeboden in Austria, battling against the elements. “The weather this year went from one extreme to another. In the qualifiers models were collapsing with heat stroke and then in the finals they were cold and the paint was being spoilt by the thunderous rain!”

Despite the challenging themes and the excellent standard of competition, the couple not only qualified first in their category but also won the final round 8 points clear of second place. They are the first ever team to win twice in the Brush & Sponge category, their previous win being in 2004. “It means such a lot to us to have won this year. We have been very busy this year travelling and working for our business Body Canvas and I worked so hard on the themes. It is fantastic to be rewarded for our hard work and to have my artistic interpretation appreciated by the jury”.

The theme for the qualifying round was ‘Art History’ which Raphaelle depicted through her representation of the Medieval & Byzantine Era. The theme for the final was ‘Transport – move it!’ which Raphaelle interpreted as ‘being transported by emotion’, using the Native American shamen as an illustration of Astral travel. Raphaelle & Gary are especially grateful to the staff at Caerphilly and Cardiff Libraries for helping them to find all the research needed for such challenging themes.

For further information about Raphaelle & Gary and their business please visit their website www. bodycanvas.co.uk or call them on 0800 0935 510. Information about the World Bodypainting Festival can be found on www.bodypainting-festival.com .

Aber Valley Annual Arts Week

The Annual Arts Week, organised by **Undercurrents**, promises to be busier and better than ever this year. It runs from 7th to 14th October and there is something for everyone to enjoy.

The exhibition of adults’ and children’s work will be open every day throughout the week in the Nazareth. This year the hours have been extended to six pm so that people can pop in on their way home from work.

One of the highlights of the week will be on Monday evening when a section of the National Orchestra of Wales will be performing a family concert. The musicians will be working with the schools in the valley during the day so that the youngsters can have a better appreciation of the music.

Poems and Pints have almost become a traditional part of the week, and this year will take place on Tuesday evening. The Festival Serviced at the Church of St Cenydd and St Peters was a tremendous success last year and it’s hoped to repeat this success again on the Thursday evening.

Wednesday evening sees the Aber Valley Male Voice Choir giving a concert in the Beulah Chapel – another high point, as we don’t really get enough opportunities to enjoy their fine musicianship on home ground.
Friday coincides with the Memorial Service for the Universal Colliery Disaster which is being held at 10 am at the memorial outside Nant y Parc School and the theme will be continued in the evening with a programme of words, music and images on the theme of mining.

Add to all this two concerts in the Library – one on Saturday morning (7th) and the other on Thursday evening. All that’s needed now is your support. Details will be available nearer the time so look out for them, enjoy what’s on offer and help to make the week a success!

Blackpool Triumph for Windsor School of Dance

Earlier this year two teams from the Windsor School of Dance (juveniles 12 – 16 and juniors, under 12's) took part in the European Latin American Dance Championships in Blackpool and the juvenile team triumphantly came 3rd!

One of the successful team members, 13 year old Jodie Carter who is hugely enthusiastic, has already 70 medals under her belt and is keen to encourage other young people to join the dance school which has around 200 members. Classes are held in the Nazareth Centre, Abertridwr **twice a week**, *once a week in Bedwas ** and **all day***** on Saturday's at St Cenydd School.

Classes are run by Sammie Davies and Gemma Pritchard, who are now busily preparing their dancers for a Disco competition being held in October.
For further details please contact:

Sammie 07817820161

Gemma 02920 860187

Abertridwr Mothers Gain Training Awards

Jacqui 3rd from left, Sian furthest right

At the GAVO Presentation in July Sian Northey and Jacqui Donovan of Abertridwr received a number of awards which included:

Finance and Budgeting; Beginners Desk Top Publishing; Advanced Desk Top Publishing; Developing Funding Strategies; Support, Supervision and Appraisal; Dealing with Aggressive Behaviour; Employing People and Trusteeship.

Their commitment to training has contributed to them gaining employment with the Caerphilly Parent's Network. Their success highlights the achievement and success of gaining skills and knowledge through local learning initiatives.

Congratulation to Sian and Jacqui on their awards! They are an inspiration!

race for life

Would I ever do it again? - Yes definitely.

What am I talking about? - The 'Race for Life' event promoted by Tesco, encouraging women from all walks of life to join together and raise money for cancer research.

My name is Sarah, and I work at the Oasis Coffee Shop, Abertridwr. On a warm, sunny Sunday morning back in July, joined by a group of friends, and thousands of other women, we raced, well some jogged and some walked, the 5km course set out in Cwmbran.

When it's an activity, that like us, you are not used to, it is tough going, BUT what a sense of achievement when you cross the finish line. Although red faced and very tired, we were proud that we'd done something with other people in mind and having raised money at the same time.

One of the big reminders of why we do this, and who it is in aid of, hits home when as you are going around the course and you see all the hand - written name signs on people's backs. For me it's a very moving experience having a few years ago, said goodbye to my Nan because of cancer, and an aunt seriously ill with cancer, it's my way of being able to support the families suffering, of which there are so many. It is an event well worth being part of, so why not look out for one next year, and like us, do your bit and join in.

Sarah, Oasis Coffee Shop

Bowls for Youngsters

Senghenydd Bowls Club started a youth training scheme in 2004, to encourage youngsters to try the game of bowls. The scheme started by inviting the local schools Nant y Parc, Ysgol Ifor Bach and and Cwm Aber Juniors to bring year 6 classes to the bowling greens to try a different sport. The scheme has been a success with some of the young boys joining the club and playing regularly for Senghenydd Bowls Club. A number of children showed so much promise and interest that evening coaching classes are now held on Tuesday and Friday evenings at 5.45pm - 7pm between May and the middle of September. For more information contact the club coach Mr. D PRITCHARD - 029 20830043 or Mr.G CROSS - 029 20830319, or visit to the bowling green at above days and times.

Youth Summer Scheme a Success!

The 7th Annual Summer Scheme held by Senghenydd Youth Drop in Centre (SYDIC) for the Teenagers of the Aber Valley has once again been a great success.

During the first week of the Scheme around 112 youngsters aged 11 to 16 enjoyed a full programme which included many Outdoor Pursuit Activities provided by the Caerphilly Action Group plus Quad Biking, Ice Skating, Horse Riding, Clay Pigeon Shooting and trips to places such as Big Pit, the Garden Festival Owl Sanctuary and Oakwood Park – all at a cost of £10 for the whole week!

The second week of the Scheme was based in SYDIC's Centre and included Workshops in Arts, Cookery, Gardening, Sports, Digital Film Making, Music and a Grand Finale of a Sports Day with BBQ and Karaoke! The charge for this week's activities was £5.

All the contributions were used to offset the costs and SYDIC, who once again, worked extremely hard to provide the Scheme wish to thank the National Lottery and the Safer Communities Fund at Caerphilly County Borough Council for their funding. SYDIC are also especially grateful to the Aber Valley Community Council for their extra funding, the Church of St Cenydd & St Peters for the use of the Church Hall and mini bus, SALT who funded the BBQ, the Salvation Army and Gwent Police who gave "hands on" support in accompanying our youth workers on the numerous excursions and Mr Malcolm Jones of the Owl Sanctuary for organising owl handling sessions free of charge.

Have We Lost Our Splash?

Once again the paddling pool at Senghenydd has re-opened, albeit a week late, which was partially due to a few mindless vandals who seem to want to spoil things for the majority of young children in the Valley.

The pool has been well used (when weather permitted) until a split appeared at the bottom. It was to re-open after being closed for 3 days when once again the vandals struck, causing further delay. Unfortunately with the amount of damage being caused and the work needed to bring it up to Health & Safety standard, the pool had to be closed. With the amount of work required it is unlikely that the pool will be open next year. To this end the Aber Valley Communities Partnership have been working very hard to replace the pool with a water play feature, which will allow the facility to be used any time we have sunny weather and not just during the 6 weeks of the school holidays. Unfortunately the bid for funding from 'Children in Need' was turned down, so we will need to work hard to find funding from another source. A meeting will be held in September to discuss this. The local schools and anyone interested in joining this group will be made welcome.

Community Services

Help could Start here

working links

BrokerCymru BrocerCymru

Are you unemployed and want to get into work?
If you are currently out of work and Claiming: incapacity benefit; or income Support; or unemployed but actually claiming benefits, Working Links and/or BrokerCymru may be able to help.
We can provide support with:

- **Finding jobs, writing and typing a CV**
- **Filling in Application Forms**
- **Knowing what to say at interviews**
- **Clothes for interviews and work**
- **Self employment**
- **Transport costs**
- **Learning to drive**
- **Child care costs**
- **Tools & equipment**
- **Further training**
- **Financial help when you first work and are waiting for pay day**

Working Links are available in your community. For individuals in receipt of sickness benefit/incapacity benefit, we are able to access additional funds/help by working in partnership with BrokerCymru

We are based from Abertridwr YMCA every Tuesday, 10am-1pm, so feel free to drop in, and have a chat to see if you are eligible – ask for:
James (Working Links) – 07984 651 020
Carey (BrokerCymru) – 07971 996 598

CAERPHILLY & DISTRICT CREDIT UNION

HAVE SAVINGS & ACCESS TO LOW COST LOANS
(JUNIOR SAVERS ALSO WELCOME)

WE PUT PEOPLE BEFORE PROFIT
FULL CONFIDENTIALITY

WATCH YOUR SAVINGS GROW

GIVE US A CALL ON
02920 883751
OR

CALL IN AND SEE US - WE'RE NOT FAR AWAY
AT
ABACUS HOUSE (NEXT TO THE POST OFFICE)
WINDSOR STREET
CAERPHILLY
CF83 1FW
E mail: caerphilly@creditunion.fsnet.co.uk

We're open Mon – Fri 10:00am – 3:00am
(closed Bank Holidays)

Esmée Fairbairn

GENESIS
CYMRU • WALES

Genesis Offers Free Childcare

Anyone who has children to look after knows how difficult it can be to find the time to do something for themselves. This is where the Genesis Project can help!

Genesis Caerphilly has a highly motivated team whose aim is to remove the barrier of childcare, making it easier for parents to access learning and employment. Genesis can pay for childcare while parents (and other primary carers of children) are learning or volunteering. The Genesis Project can help with childcare if your joint household income is £25,000 or less. Our other support can include help to find the right course and the right childcare, by working closely with the Children's Information Service.

Call our helpful team on 01443 86 32 32 or e-mail us at: Genesiswww@caerphilly.gov.uk for further information.
We look forward to hearing from you!

(Genesis Cymru Wales is an all Wales project coordinated by the Welsh Assembly Government and funded by ESF Objective 1.)

CAERPHILLY CAERFFILI

Gwasanaethau Cymunedol

Gall Cymorth ddechrau yma

Ydych chi'n ddi-waith ac eisiau cael swydd? Os ydych chi'n ddi-waith ar hyn o bryd ac yn hawlio budd-dal analluogrwydd neu gymhorthal incwm, neu yn ddi-waith ond yn hawlio budd-daliadau, efallai gall Working Links a/neu BrokerCymru eich helpu.

Gallwn ddarparu cymorth gyda:

- **Ffeindio swydd, ysgrifennu a theipio CV**
- **Llenwi Ffurflenni Cais**
- **Gwybod beth i ddweud mewn cyfweliadau**
- **Cael dillad ar gyfer cyfweliadau a gwaith**
- **Hunangyflogaeth**
- **Costau Trafnidiaeth**
- **Dysgu i Yrru**
- **Costau Gofal plant**
- **Hyfforddiant pellach**
- **Cymorth ariannol pan rydych yn dechrau gwaith ac yn aros am ddiwrnod tâl**

Mae Working Links ar gael yn eich cymuned. Ar gyfer unigolion sydd yn derbyn budd-dal salwch/budd-dal capacity, rydym yn gallu cael mynediad i gyllid ychwanegol/cymorth drwy weithio mewn partneriaeth gyda BrokerCymru.

Rydym wedi ein lleoli yn CCGI Abertridwr bod Dydd Mawrth, 10am-1pm, felly mae croeso i chi alw mewn, a chael sgwrs i weld os ydych yn gymwys - gofynnwch am:
James (Working Links) – 07984 651020
Carey (BrokerCymru) - 07971 996598

UNDEB CREDYD CAERFFILI A'R CYLCH

CYNILO A MYNEDIAD I FENTHYCIADAU ISEL
(CROESO HEFYD I GYNILWYR IFANC)

MAE POBL YN BWYSICACH I NI NAG ELW
YN GWBL GYFRINACHOL

GWYLIWCH EICH CYNILION YN CYNYDDU

FFONIWCH NI AR
02920 883751
NEU
GALWCH MEWN I'N GWELD – DYDYN NI DDIM YN BELL
YN
TŶ ABACUS (DRWS NESAF I'R SWYDDFA BOST)
STRYD WINDSOR
CAERFFILI
CF83 1FW

E-bost: caerphilly@creditunion.fsnet.co.uk

Rydym ar agor dydd Llun – Gwe 10.00am – 3.00pm
(Ar gau Gwyliau Banc)

Esmée Fairbairn

GENESIS
CYMRU • WALES

Genesis yn Cynnig Gofal Plant Am Ddim

Mae unrhyw un sydd â phlant i edrych ar ôl yn gwybod pa mor anodd ydyw i ffeindio'r amser i wneud rhywbeth eu hun. Dyma le gall Prosiect Genesis fod o gymorth!

Mae gan Genesis tîm brwdfrydig iawn sydd â bwriad o gael gwared â'r rhwystro o ofal plant, trwy ei wneud yn haws i rieni gael mynediad i ddysgu a chyflogaeth. Gall Genesis dalu am ofal plant tra bod rhieni (a gofalwyr sylfaenol plant eraill) yn dysgu neu wirfoddoli. Gall Prosiect Genesis helpu gyda gofal plant os yw eich incwm cartref ar y cyd yn £25,000 neu lai. Gall ein cymorth arall gynnwys cymorth i ffeindio'r cwrs cywir a'r gofal plant cywir, drwy weithio'n agos gyda Gwasanaeth Gwybodaeth Plant.

Ffoniwch ein tîm defnyddiol ar 01443 863232 neu e-bostiwch ni ar : Geneniswww@caerphilly.gov.uk <mailto:Genesiswww@caerphilly.gov.uk> am wybodaeth bellach.

(Mae GenesisCymru yn brosiect Cymru i Gyd a gyllynir gan Lywodraeth Cynulliad Cymru ac ariannwyd gan ESF Amcan 1.)

CAERPHILLY COUNTY BOROUGH COUNCIL / CYNGOR BWRDEISTREF SIROL CAERFFILI

Bowls i'r Bobl Ifanc

Dechreuodd Clwb Bowls Senghennydd cynllun hyfforddi ieuenctid yn 2004, i annog plant ifanc i drio'r gêm bowls. Dechreuodd y cynllun drwy wahodd yr ysgolion lleol Nant y Parc, Ysgol Ifor Bach ac Ysgol Iau Cwm Aber i ddod a dosbarthiadau blwyddyn 6 i'r lawnt fowlio i drio chwaraeon gwahanol. Mae'r cynllun wedi bod yn llwyddiant gyda rhai o'r bechgyn ifanc yn ymuno â'r clwb ac yn chwarae yn rheolaidd i Glwb Bowls Senghenydd. Fe wnaeth nifer o blant ddangos cymaint o botensial a diddordeb fel bod dosbarthiadau hyfforddi nos nawr yn cael eu cynnal ar nosweithiau Mawrth a Gwener am 5.45pm - 7pm rhwng mis Mai a chanol mis Medi. Am fwy o wybodaeth cysylltwch â hyfforddwr y clwb Mr. D PRITCHARD - 029 20830043 neu Mr.G CROSS - 029 20830319, neu gallwn ymweld â'r lawnt fowlio ar y diwrnodau ac amserau uchod.

Cynllun Haf Ieuenctid yn Llwyddiant!

Mae'r 7fed Cynllun Haf Blynyddol a gynhelir gan Ganolfan Galw i Mewn Senghenydd (SYDIC) ar gyfer pobl ifanc Cwm Aber unwaith eto wedi bod yn llwyddiant mawr.

Yn ystod yr wythnos gyntaf y Cynllun fe wnaeth tua 112 o bobl ifanc rhwng 11 a 16 oed fwynhau rhaglen llawn a oedd yn cynnwys nifer o Weithgareddau Awyr Agored a ddarperir gan Grŵp Gweithredu Caerffili yn ogystal â Beicio Cwad , Sglefrio Ia, Marchogaeth Ceffyl, Saethu Colomennod Clai a thripiau i lefydd fel Y Pwll Mawr, Gŵyl Gardd Gwarchodfa Tylluanod a Pharc Oakwood -y cyfan am gyfanswm o £10 am yr wythnos gyfan!

Roedd ail wythnos y Cynllun wedi ei seilio yng Nghanolfan SYDIC ac yn cynnwys Gweithdai mewn Celf, Coginio, Garddio, Chwaraeon, Gwneud Ffilmiau Digidol, Cerddoriaeth gydag Uchafbwynt o Ddiwrnod Chwaraeon gyda Barbeciw a Charaoce! Y cyfanswm am weithgareddau'r wythnos oedd £5.

Cafodd yr holl gyfraniadau eu defnyddio i dalu am y costau ac fe hoffai SYDIC, a wnaeth unwaith eto, weithio'n galed iawn i ddarparu'r Cynllun ddiolch i'r Loteri Genedlaethol a'r Gronfa Cymunedau mwy Diogel yng Nghyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili am eu cyllid. Mae SYDIC hefyd yn ddiolchgar iawn i Gyngor Cymunedol Cwm Aber am eu cyllid ychwanegol, Eglwys Cenydd Sant a Sant Pedr am y defnydd o'r Neuadd Eglwys a bws mini, SALT a ariannodd y Barbeciw, Byddin yr Iachawdwriaeth a Heddlu Gwent a rhoddodd cymorth wrth fynd gyda'r gweithwyr ieuenctid ar y gwibdeithiau niferus a Mr Malcolm Jones o Gwarchodfa Tylluanod am drefnu sesiynau dal tylluanod am ddim.

Ydym ni wedi colli ein Sblash?

Unwaith eto mae'r pwll padlo yn Senghenydd wedi ail agor, er ei fod wythnos yn hwyr, a oedd yn rhannol oherwydd i rai fandaliaid hurt sydd eisiau difetha pethau i'r mwyafrif o blant ifanc yn y Cwm.

Mae'r pwll wedi cael defnydd da (pan roedd y tywydd yn addawol) nes bod rhaniad wedi ymddangos ar y gwaelod. Roedd i fod i ail agor ar ôl bod ar gau am 3 diwrnod pan unwaith eto fe wnaeth y fandaliaid ei dargedu eto, gan achosi mwy o oedi. Yn anffodus gyda'r holl ddifrod a achoswyd a'r gwaith sydd angen i'w gael at safon Iechyd a Diogelwch, roedd rhaid i'r pwll gael ei gau.

Gyda'r holl waith sydd angen eu gwneud mae'n annhebygol y bydd y pwll ar agor y flwyddyn nesaf. I'r diben hyn, mae Partneriaeth Gymunedol Cwm Aber wedi bod yn gweithio'n galed iawn i ailosod y pwll gyda nodwedd chwarae dŵr, a fydd yn caniatáu'r cyfleuster i gael ei ddefnyddio unrhyw bryd rydym yn cael tywydd heulog ac nid dim ond yn ystod 6 wythnos o'r gwyliau ysgol. Yn anffodus fe wnaeth y cynnig am gyllid wrth 'Plant Mewn Angen' gael eu gwrthod, felly bydd rhaid i ni weithio'n galed er mwyn cael cyllid wrth ffynhonnell arall. Cynhelir cyfarfod ym mis Medi i drafod hyn. Bydd croeso i'r ysgolion lleol ac unrhyw un sydd â diddordeb i ymuno.

Buddugoliaeth yn Blackpool i Ysgol Ddawns Windsor

Yn gynnar eleni, fe wnaeth dau dîm o Ysgol Ddawnsio Windsor (pobl ifanc 12 - 16, a phlant ifanc o dan 12) gymryd rhan ym Mhencampwriaeth Dawnsio Lladin Americanaidd Ewrop yn Blackpool ac fe ddaeth y tîm ifanc yn 3ydd!

Mae un o'r aelodau tîm llwyddiannus, Jodie Carter, sydd yn 13 blwydd oed ac sydd yn frwdfrydig iawn, wedi ennill 70 medal yn barod ac yn awyddus i annog pobl ifanc eraill i ymuno gyda'r ysgol ddawnsio, sydd â thua 200 o aelodau. Cynhelir dosbarthiadau yng Nghanolfan Nasareth, Abertridwr **ddwy waith yr wythnos**, *unwaith yr wythnos ym Medwas ** a **thrwy'r dydd*****ar ddydd Sadwrn yn Ysgol Cenydd Sant.

Rhedir y dosbarthiadau gan Sammie Davies a Gemma Pritchard, sydd ar hyn o bryd yn brysur yn paratoi eu dawnswyr ar gyfer cystadleuaeth Disgo a gynhelir ym mis Hydref.
Am fanylion pellach cysylltwch â :

Sammie 07817820161

Gemma 02920 860187

Mamau Abertridwr yn Ennill Gwobrau Hyfforddi

Jacqui 3ydd o'r chwith, Sian yw'r pellaf i'r dde

Yng Nghyflwyniad CMGG ym mis Gorffennaf, fe wnaeth Sian Northey a Jacqui Donovan o Abertridwr dderbyn nifer o wobrau a oedd yn cynnwys:

Arian a Chyllidebau; Cyhoeddi Pen Bwrdd i Ddechreuwyr; Cyhoeddi Pen Bwrdd Pellach; Datblygu Strategaethau Cyllid; Cymorth, Goruchwyliaeth a Gwerthfawrogiad; Delio ag Ymddygiad Bygythiol; Cyflogi Pobl ac Ymddiriedolaeth.

Mae eu hymrwymiad i'r hyfforddiant wedi cyfrannu atynt i ennill cyflogaeth gyda Rhwydwaith Rhieni Caerffili. Mae eu llwyddiant yn amlygu'r cyflawniad a'r llwyddiant o ennill sgiliau a gwybodaeth trwy fentrau dysgu lleol.

race for life

A fyddwn yn ei wneud eto? - Byddwn yn sicr.

Am beth ydw i'n siarad?- digwyddiad Y 'Ras am Fywyd' a hyrwyddir gan Tesco, sydd yn annog menywod o bob cefndir i ddod ynghyd a chodi arian ar gyfer ymchwil cancr.

Fy enw i yw Sarah, ac rydw i'n gweithio yn Siop Goffi Oasis, Abertridwr. Ar fore dydd Sul twym a heulog nôl ym mis Gorffennaf, fe wnes i, gyda grŵp o ffrindiau a miloedd o fenywod eraill, redeg ar hyd y cwrs 5km a luniwyd yng Nghwmbran. Wel fe jogiodd a cherddodd rhai.

Pan mae'n weithgaredd nad ydych wedi arfer ag e, mae'n anodd iawn, OND am deimlad o lwyddiant pan rydych yn croesi'r llinell derfyn. Er yn goch yn y gwyneb ac yn flinedig iawn, roeddem yn falch ein bod wedi gwneud rhywbeth gyda phobl eraill yn ein meddyliau ac wedi codi arian ar yr un pryd.

Mae un o'r prif resymau pam rydym yn gwneud hyn, a phwy rydym yn helpu, yn eich taro wrth i chi fynd ar y llwybr a gweld yr holl arwyddion enwau wedi ei hysgrifennu â llaw ar gefnau pobl. I fi mae'n brofiad emosiynol iawn. Ar ôl colli mamgu rhai blynyddoedd yn ôl oherwydd cancr, a gyda modryb yn dost iawn gyda chancr, dyma fy ffordd i o gefnogi teuluoedd sydd yn dioddef, ac mae llawer ohonynt. Mae'n ddigwyddiad mae'n werth bod yn rhan ohono, felly pam na wnewch gadw golwg allan am un flwyddyn nesaf, ac fel ni, gwneud eich rhan ac ymuno.

Sarah, Siop Goffi Oasis

Pencampwyr Paentio Corff y Byd Dwbl Cwm Aber yn Dychwelyd!

Mae'r arlunydd lleol Raphaelle Fieldhouse a'i gwr Gary o Abertridwr unwaith eto wedi gorchfygu'r byd! Fe wnaethant gystadlu yn llwyddiannus yng nghystadleuaeth 2 diwrnod paentio corff llethol yn Seeboden yn Awstria, yn brwydro yn erbyn yr elfennau. "Fe aeth y tywydd eleni o ddrwg i waeth. Yn y rowndiau cymhwysol, fe wnaeth y modeli ddioddef o drawiad gwres a wedyn yn y rowndiau terfynol roeddent yn oer a chafodd y paent ei ddifethaf gan law taranllyd!"

Er gwaethaf y themau heriol a safon gwych y gystadleuaeth, fe wnaeth y cwpl nid yn unig ddod yn gyntaf yng nghategori eu hun ond hefyd enillon nhw y rownd derfynol 8 pwynt yn glir o'r ail le. Nhw yw'r tim cyntaf erioed i ennill ddwywaith yng nghategori "Brush & Sponge", y tro cyntaf yn 2004. "Mae'n golygu cymaint i ni y ffaith ein bod wedi ennill eleni. Rydym wedi bod yn brysur iawn eleni yn teithio a gweithio ar gyfer ein busnes Canfas y Corff ac nes i weithio mor galed ar y themau. Mae'n wych i gael ein gwobrwyo am ein gwaith caled ac i gael fy nehongliad artistig wedi ei werthfawrogi gan y beirniad".

Y thema ar gyfer y rownd cymhwyso oedd 'Hanes Celf' a wnaeth Raphaelle ddarlunio trwy ei phortread o'r Cyfnod Canoloesol a Bysantaidd. Y thema ar gyfer y rownd terfynol oedd 'Trafnidiaeth –symudwch e!' a wnaeth Raphaelle ei ddehongli fel 'cael ei thrawsgludo gan emosiwn', gan ddefnyddio'r 'shamen' Americanwr Brodorol fel enghraifft o deithio Serol. Mae Raphaelle a Gary yn arbennig o ddiolchgar i staff Llyfrgelloedd Caerffili a Chaerdydd i'w helpu nhw i gael yr holl ymchwil angenrheidiol am themau mor heriol .

Am wybodaeth bellach am Raphaelle a Gary a'u busnes mae croeso i chi fynd i'w gwefan www.bodycanvas.co.uk neu ffoniwch nhw ar 0800 0935 510. Gall gwybodaeth am y Gwyl Paentio Cyrff y Byd gael ei ddarganfod ar www.bodypainting-festival.com .

Wythnos Celf Flynyddol Cwm Aber

Mae Wythnos Celf Flynyddol, a drefnir gan **Undercurrents**, yn argoeli i fod yn fwy prysur a gwell nag erioed eleni. Mae'n rhedeg o Hydref y 7fed i'r 14eg ac mae rhywbeth ar gyfer pawb i fwynhau.

Bydd arddangosfa o waith oedolion a phlant ar agor bob dydd drwy'r wythnos yn y Nasareth. Eleni, mae'r oriau wedi cael ei estyn tan chwech o'r gloch fel y gall pobl alw mewn ar ei ffordd o'r gwaith.

Bydd un o uchafbwyntiau'r wythnos ar nos Lun lle bydd adran o Gerddorfa Genedlaethol Cymru yn perfformio cyngerdd i'r teulu. Bydd y cerddorion yn gweithio gyda'r ysgolion yn y cwm yn ystod y dydd fel bod y plant yn gallu gwerthfawrogi'r gerddoriaeth yn well.

Mae Cerddi a Chwrw bron a bod yn rhan draddodiad erbyn hyn o'r wythnos, ac eleni bydd yn cymryd lle ar nos Fawrth. Cynhaliwyd y Gŵyl yn Eglwys Cenydd Sant a Sant Pedr ac roedd yn llwyddiant anferth llynedd a gobeithir ailadrodd y llwyddiant hwn eto nos Iau.

Nos Fercher bydd Côr Meibion Cwm Aber yn rhoi cyngerdd yng Nghapel Beulah - uchafbwynt arall, gan nad ydym yn cael digon o gyfleoedd gwir i fwynhau eu dawn gerddorol wych ar dir cartref.
Mae dydd Gwener yn digwydd yr un pryd â Gwasanaeth Goffa am y Trychineb Pwll Glo Byd-eang sydd yn cael ei gynnal am 10 am yn y gofeb tu allan i Ysgol Nant y Parc a bydd y thema yn cael ei barhau yn y nos gyda rhaglen o eiriau, cerddoriaeth a delweddau ar y thema o fwyngloddio.

Yn ychwanegol at hyn bydd dau gyngerdd yn y Llyfrgell – un bore dydd Sadwrn(7fed) a'r llall ar nos Iau. Yr unig beth sydd angen nawr yw eich cymorth. Bydd manylion ar gael yn agosach i'r amser felly cadwch lygaid allan amdanynt, mwynhewch yr hyn sydd i'w gynnig a helpu gwneud yr wythnos yn llwyddiant!

Pryder Iechyd Cwm Aber

Mae'r grŵp hyn yn is-grŵp Partneriaeth Cymunedau yn Gyntaf a'i brîff yw cefnogi mentrau byw yn iach a chodi ymwybyddiaeth am faterion iechyd o fewn Cwm Aber

Mae gan y grwpiau gysylltiadau â'r Cyngor Iechyd Cymunedol a Bwrdd Iechyd Lleol Caerffili, fel bod materion sydd yn berthnasol i Abertridwr a Senghenydd yn gallu cael eu hadnabod. Mae wedi helpu arwain arolwg mewn meddygfeydd a threfnu ymgynghoriad cyhoeddus, ac wedi hyrwyddo Byw yn Iach mewn digwyddiadau lleol.

Yn ddiweddar mae'r grŵp wedi dyrranu cyllid i Ysgol Ifor Bach ac i Ysgol Plant Iau Cwmaber er mwyn darparu offer chwaraeon.

Maent yn cyfarfod am 7pm ar bedwerydd dydd Mercher bob mis, bob yn ail yng Nghanolfan Gymunedol Senghenydd ac yng Nghanolfan Gymunedol Nasareth, Abertridwr.
Os oes gan unrhyw un ddiddordeb ymuno â'r grŵp, dysgu mwy o weithgareddau neu yn chwilio am gyllid am fentrau byw yn iach, cysylltwch â'r Ysgrifenyddes, Lindsay Morris, ar 029 2083 0053 neu drwy e-bost: pollygarter@aol.com

---

Beth mae Cynulliad Cymru yn ei wneud ar eich cyfer?

(gan Jeff Cuthbert AC, Aelod Cynulliad Cymru ar gyfer Etholaeth Caerffili)

Yn yr erthygl fer hon rydw i eisiau dweud wrthych am rhai o'r pethau y mae Cynulliad Cymru yn eu gwneud, ac, efallai yn bwysicach, rydw i eisiau gwybod sut ydych chi'n meddwl rydym yn gwneud.

Mae'r ffaith eich bod wedi derbyn y cylchlythyr hwn oherwydd bod Cynulliad Cymru yn ariannu Partneriaeth Cymunedau yn Gyntaf yng Nghwm Aber. Mae Cymunedau yn Gyntaf yn fenter Cynulliad Cymru ac mae wedi ei gynllunio i wella bywydau pobl sydd yn byw yn rhai o'r mannau mwyaf anfanteisiol yng Nghymru. Darperir arian ar gyfer prosiectau sydd yn cael eu cynnig gan grwpiau lleol. Ond y peth pwysicaf am Cymunedau yn Gyntaf yw y dylai'r Bartneriaeth gynnwys pobl leol sydd â diddordeb yn eu cymunedau. Pa mor dda ydych chi'n credu mae Cymunedau yn Gyntaf yn gweithio yng Nghwm Aber?

Mae teithio ar y bws am ddim i bensiynwyr yn fenter arall Cynulliad Cymru sydd yn profi i fod yn boblogaidd. Ond pa mor dda ydych chi'n credu ei fod yn gweithio? Os oes tocyn bws am ddim gennych, faint o ddefnydd ohono ydych chi'n ei wneud? Mae Cynulliad Cymru wedi rhannol ariannu gwasanaeth bws Stagecoach sydd yn rhedeg o Senghenydd i Graig- y-rhaca. Pa mor dda ydych chi'n credu fod gwasanaethau bws yn gweithio?

Mae Cynulliad Cymru yn mynd i ddarparu brecwast am ddim i blant ysgolion cynradd os yw'r ysgol eisiau cymryd rhan. Mae'r cynllun yn cael ei gychwyn mewn nifer o ysgolion ar draws Cymru nawr (mae hwn yn cynnwys Cwm Aber). Yn gyffredinol mae'r adborth yn dda er bod rhai beirniadaeth gadarnhaol wedi cael eu gwneud. Oes gennych blant a allai elwa? Beth yw eich barn am y cynllun?

Mae Gofal Iechyd yn gyfrifoldeb pwysig iawn ar gyfer Cynulliad Cymru. Mae newidiadau pwysig yn cael eu hystyried ar gyfer Cwm Aber, gan gynnwys meddygfeydd newydd yn Senghenydd ac Abertridwr. Ydych chi'n ymwybodol o beth sy'n cael ei ystyried? Oes barn gyda chi am ofal iechyd yr hoffech fy mod yn ymwybodol ohonynt? Bydd Presgripsiynau am ddim i bawb yng Nghymru erbyn blwyddyn nesaf. A fydd hyn yn gwneud gwahaniaeth i chi a'ch teulu?

Dim ond rhai pethau y mae'r Cynulliad yn ei wneud yw'r rhain. Ond rydw i eisiau clywed oddi wrthych am sut rydym yn perfformio. Gallwch gysylltu â mi ar:

Jeff Cuthbert AC Ffon: 01443 838542
Swyddfa Etholaeth E-bost: Jeff.
Cuthbert@wales.gov.uk

Partneriaeth Cymunedol Cwm Aber:
Cylchlythyr Cymunedol

Newyddion diweddaraf am ble rydych yn byw!

Yn y cyhoeddiad hwn......

- Aelod Newydd Arall
- Pryder Iechyd Cwm Aber
- Beth mae Cynulliad Cymru yn ei wneud ar eich cyfer?
- Pencampwyr Paentio Corff y Byd Dwbl
- Wythnos Celf Flynyddol
- Buddugoliaeth yn Blackpool i Ysgol Ddawns Windsor
- Mamau Abertridwr yn Ennill Gwobrwyon Hyf forddi
- Pam ddylech chi 'Rhedeg am Fywyd'?
- Bowls i'r Ieuenctid
- Cynllun Haf Ieuenctid yn Llwyddiant!
- Ydym ni wedi colli ein Sblash?
- Gwasanaethau Cymunedol

AELOD NEWYDD ARALL I BARTNERIAETH GYMUNEDOL CWM ABER!!

Dim ond jôc, cafodd hwn ei gymryd pan ddaeth Ricky Tomlinson i ymweld â Chanolfan Gymunedol Senghenydd ar 24ain Awst i gymryd rhan mewn rhaglen ddogfennol 'Disappearing Britain'ar gyfer Sianel 5 y Teledu, a fydd yn cael ei ddangos o bosib ym mis Tachwedd. Disgleiriodd Horace Moss o Senghenydd ochr yn ochr â Ricky Tomlinson pan gafodd gyfweliad yn ymwneud â cholli aelodau o'u deulu ar ôl y Trychineb Mwyngloddio 1913.
Cafodd yr awdur Michael Lieven, a ysgrifennodd y nofel 'Senghennydd The Universal Pit Village 1890 - 1930' gyfweliad hefyd. Roedd yn fraint fawr i gwrdd ag e ar ôl darllen ei nofel a gofynnon ni a fyddai'n ystyried ei ail rhyddhau. Fe wnaeth gadarnhau y byddai'n ystyried hyn. Rhoddodd ganmoliaeth hefyd i'r Cwm drwy ddatgan sut mae wedi gwella ers iddo ymweld diwethaf dros 10 mlynedd yn ôl, felly rhaid ein bod yn gwneud rhywbeth yn iawn!!

Pat Bull gyda Ricky Tomlinson yn yr Ystafell Treftadaeth