



## YR HEUWR

CYLCHGRAWN MISOL EGLWYS HOREB PENRHYN-COCH  
CYFROL 2 RHIF 53  
MAWRTH 2013

Paratowyd Oedfa Dydd Gweddi Byd Eang y Chwirydd eleni gan wragedd o wlad Ffrainc a seliwyd y gwasanaeth ar eiriau adnabyddus yr Arglwydd Iesu: *Bûm yn ddiethr a rhoesoch groeso imi.* Daw'r geiriau o'r Efengyl yn ôl Mathew (25: 35) lle mae'r Iesu yn datgan yn gwbl glir bod trueiniad cymdeithas, sef y newynog, y sychedig, y dieithryn, y noeth, y claf a'r carcharor ymhob cenedl i'w hystyried yn frodyr ac yn chiworydd inni. Ystyrir hefyd bod pob un gweithred o drugaredd a ddangosir tuag atynt yn gyfystyr â thrugarhau wrth Iesu ei hun.

Daeth cyfle arbennig inni fel Cristnogion Aberystwyth a Phenrhyn-coch i ymateb i eiriau'r Iesu drwy gyfrannu i Fanc Bwyd (Stordy'r Jiwbilî) a sefydlwyd ym Mhenparcau gan Eglwys y Santes Anne er mwyn darparu pecynnau o fwyd i bobl yr ardal sydd yn methu â fforddio prynu bwyd iddynt eu hunain.

Yn y flwyddyn 2012 roedd 23 o fanciau bwyd yng Nghymru yn bwydo bron i 30,000 o bobl ac yn ôl y rhai oedd yn darparu'r gwasanaethau hyn roedd llawer o deuluoedd heddiw heb unrhyw arian wrth gefn. O ganlyniad pe deuai argyfwng annisgwyl i'w rhan fel colli gwaith, afiechyd, tor-priodas, trais yn y cartref, toriad mewn budd-dâl neu fil annisgwyl, roedd yn anodd iddynt gael dau ben llinyn ynghyd. Yn ogystal, roedd llawer o bobl heddiw yn byw ymhell o'u teuluoedd ac yn aml iawn nid oedd ganddynt berthnasau agos i'w cynorthwyo mewn argyfwng.

Mae'n anodd credu yn yr unfed ganrif ar hugain bod angen y fath beth â banc bwyd yn Aberystwyth a'r cylch ond dyna yw realiti ein cymdeithas heddiw a'n dyletswydd, os medrwn, yw ymateb i'r angen.

O hyn ymlaen tan y Pasg, byddwn yn gosod bocsy yn y capel er mwyn derbyn rhoddion o fwyd i gyflwyno i'r Banc Bwyd ym Mhenparcau a gwelir rhestr o'r bwydydd sydd eu hangen ar gefn y dudalen hon. Felly os ydych yn dymuno, dewch â'ch cyfraniad i'r capel o hyn tan Sul y Pasg ac fe wnawn ni drosglwyddo'r cyfan i Stordy'r Jiwbilî ym Mhenparcau.

Crisialwyd neges yr Iesu yn arbennig iawn gan Peter yn ei emyn adnabyddus:

*Yn gymaint iti gofio un o'r rhain  
a rhannu'n hael dy grystyn gyda'r tlawd,  
a chynnig llaw i'r gwan oedd gynt ar lawr  
a'i arddel ef yn gyfaill ac yn frawd,  
fe'i gwnaethost, do i'r Un sy'n Arglwydd nef,  
a phrofi wnei o rin ei fendith ef.*

Parchedig Peter M Thomas

*Oherwydd bûm yn newynog a rhoesoch fwyd i mi. (Mathew 25: 35)*

Pob bendith

Judith

Berwynfa, Penrhyn-coch, Aberystwyth. SY23 3EW. Rhif Ffôn : 01970 820939

E-bost: [berwynfa@btinternet.com](mailto:berwynfa@btinternet.com)

## CALENDR MIS MAWRTH 2013

Cyhoeddwr y Mis: Mairwen Jones	Organydd y Mis : Mair Evans	
3 Mawrth 2.30yp	Oedfa Gymun :Gweinidog	Bwrdd y Cymun:Rhiannon
10 Mawrth 10.30yb	Oedfa Deuluol : Gweinidog (Horeb yn gyfrifol am yr oedfa yn Nhregerddan am 3.30yp).	
17 Mawrth 2.30yp	Oedfa Bregethu: Y Parchg Peter Thomas	Gofal y Te: Sandra Beechey
24 Mawrth 10.30yb	Oedfa Sul y Blodau: Gweinidog	
28 Mawrth 7.00yh	Oedfa Nos Iau Cablyd yn Nghanolfan San Paul	
29 Mawrth 10.00yb	Oedfa Dydd Gwener y Groglith ym Methel. Pregethir gan y Parchedig Andrew Lenny. Wedi'r oedfa byddwn yn gorymdeithio drwy'r dref.	
31 Mawrth 10.30yb	Oedfa Sul y Pasg: Gweinidog	
7 Ebrill 2.30yp	Oedfa Gymun y Pasg Bach: Gweinidog	Bwrdd y Cymun: Richard a Gwenan

### I'CH DYDDIADUR

- 4 Mawrth: Cinio Cymorth Cristnogol Eglwys y Santes Anne, Penparcau: 12.15-1.30yp
- 13 Mawrth: Cinio Cymunedol Penrhyn-coch yn Neuadd yr Eglwys : Horeb yn gyfrifol am weini
- 16 Mawrth: Cinio Cymdeithas y Penrhyn yng Ngwesty'r Richmond. Gŵr gwadd: Arwel 'Rocet' Jones. Enwau i Ceris erbyn Mawrth 10fed.
- 20 Mawrth: Cymdeithas Bethel am 2.30yp. Sgwrs gan Eleri Davies a Dafydd Morgan Jones:Taith i Israel.
- 26 Mawrth: Cyfarfod Diaconiaid Bethel a Horeb ar y cyd yn Festri Bethel am 5yh.
- 26 Mawrth: Cylch Darllen y Beibl yn Festri Horeb am 7.30yh.
- 27 Mawrth : Cinio Cymunedol Penrhyn-coch yn Neuadd yr Eglwys.  
7 Mai: Cyfarfod Diaconiaid Horeb am 7yh.
- 9 Mehefin: Pererindod Bethel a Horeb i Benfforddilas (Staylitttle) ger Llanbryn-mair.
- 2 Hydref: Oedfa Ddiolchgarwch Horeb am 7yh.

### Lloffion

**Llongyfarchiadau** i Cerys Humphreys ar ei llwyddiant yn sicrhau lle ar Gymrodoriaeth Winston Churchill, i wneud gwaith ymchwil yn Awstralia ar ymyrraethau byr alcohol a thybaco.

**Noson Grempeg:** Diolch yn fawr i bawb a ddaeth i gefnogi'r noson ac am bob rhodd. Diolch yn arbennig i Sandra a Mansel am baratoi'r crempog; i William am drefnu'r cwis ac am ddarparu'r anrhegion ac i Ceri, Mair, Sue, Wendy, Mairwen a Ceris am y sgets.

**Cymanfa Ganu:** Mae copïau ar gael o Raglen Cymanfa Ganu 2012/3 gan Ceris; pris £1.35

**Cyfraniadau i'r Banc Bwyd (Stordy'r Jiwbilî):** Dyma'r mathau o fwydydd sydd eu hangen:

- Bwydydd sych ag oes hir, (o leiaf tri mis) mewn tun, pecyn neu jar.
- **Bwydydd mewn Tun:** Cigoedd (Ham neu *Corned Beef* yn arbennig); Pysgod; Llysiau; Ffa pob; Cawl; Ffrwythau; Pwdin; Cwstard
- **Bwydydd mewn Jar:** Coffi; Sawsiau Coginio; Jam; Marmalêd
- **Bwydydd mewn Pecyn:** Pasta, Reis, Nwdls, Grawnfwyd (*Weetabix* yn arbennig); Cawl; Saws Pasta; Bisgedi; Cacennau; Llaeth UHT; Te; Siwgr; Sudd; Ffrwythau
- **Eitemau eraill:** Papur Tŷ Bach; Cewynnau i Fabanod; Hancesi Papur; Bwyd Ci; Bwyd Cath

Dalier Sylw: Os gwyddoch am unrhyw un sydd yng nghanol trafferthion ac angen rhodd o becyn bwyd dewch i gysylltiad â mi gan fod gen i dalebau arbennig all hwyluso'r trefniant.