**EISTEDDFOD GENEDLAETHOL YR URDD**
**DUR A MÔR, PARC MARGAM A'R FRO 2025**

Cystadleuaeth 134 – Llefaru Unigol Bl. 10 a dan 19 oed

# Mistar Urdd, Manon Steffan Ros

Mae hi'n mynd yn drybeilig o boeth yn y siwt. Dydi o ddim yn joban i'w wneud ar chwarae bach. Y tro cynta i mi fod yn Mistar Urdd, ew, roedd hi'n hîtwef. Mi gerddais unwaith rownd maes y Steddfod, ond mi fu'n rhaid i mi ista wedyn. Jest iawn i mi golapso. Diolch byth na wnes i, achos y peth ola sydd ei angen ar Bobol Fawr yr Urdd ydi plant bach yn sgrechian am fod Mr Urdd yn fflat ar ei gefn ar faes y Steddfod.

Dwi 'di dysgu, erbyn hyn, sut i ymdopi. Yfed llwythi o ddŵr – does dim rhaid poeni am bi-pi, achos bydd y cyfan yn cael ei chwysu i ffwrdd. Gwneud digon o ymarfer corff am wythnosau hefyd cyn mentro gwisgo'r siwt. Tra bydd y bobl ifanc eraill yn ymarfer eu leins ac yn gwneud yn siŵr eu bod nhw'n gwybod lle mae'r pwyslais ar y gynghanedd ar gyfer y llefaru, dwi yn y *gym*. *Core muscles* ydi'r peth pwysig, achos mae siwt Mistar Urdd mor dindrwm fel bod angen canol sy'n gadarn fel boncyff er mwyn dal y bali peth i fyny.

Dwi'n mynnu bob amser cael pum munud o lonyddwch a thawelwch cyn mynd allan at y plantos.

'Dach chi'n gweld, mae 'na rai'n sgrechian yn syth wrth weld triongl mawr streipiog yn cerdded tuag atyn nhw ar y maes. Rhai eraill yn chwerthin, rhai bach annwyl yn lapio'u breichiau o gwmpas 'y nghoesa i. Bydd rhai eisiau sgwrs, a finna wedi cael fy siarsio'n bendant i beidio â dweud gair wrthyn nhw – dydi Mistar Urdd dim yn siarad, 'da chi'n gweld. Weithiau, mae 'na gythreuliaid bach yn dod draw i wneud hwyl ar 'y mhen i, yn tynnu *selfies* bondigrybwyll ac yn gwneud sylwadau hyll am faint fy mhen ôl i. Ond cha i ddim dweud gair wrthyn nhw.

Mae'r siwt yn golygu rhywbeth, wyddoch chi. Y rhan goch ydi Cymru, y gwyrdd ydi cyd-ddyn, a'r gwyn ydi Crist. Falle mod i wedi cymysgu'r gwyrdd a'r coch, cofiwch, ond dyna ei ystyr o i fi, beth bynnag.

Cofiwch, waeth pa mor boeth yw'r siwt, dwi'n rhyw feddwl bod Cymru, cyd-ddyn a Christ yn feichiau reit braf i'w cario.