TAITH KENYA 2024

Urdd

TROSOLWG

Gwelodd taith Kenya 2024 9 o bobl ifanc Cymru yn teithio i Kilifi, Kenya. Ar y daith cawsant y cyfle i ymweld â 5 cymuned wahanol ac ymgysylltu gyda dros 620 o ferched 7-25 mlwydd oed.

Cynnal sesiynau arwain a gwaith tîm ar gyfer y merched sydd yn trefnu'r cynghrair pêl-droed ym mhob cymuned.

Sesiynau aml-chwaraeon wedi cael eu darparu i 620+ o ferched dros y 5 diwrnod.

Dysgu am ddiwylliant ac iaith y pentrefi yn Kenya.

Nod y Daith: Rhoi cyfle unigryw a bythgofiadwy i bobl ifanc Cymru. Profiad i flasu diwylliant newydd a gwahanol wrth rannu ein gwerthoedd a diwylliant yng Nghymru.

@Chwaraeonyrurdd urdd.cymru/chwaraeon

EIN TAITH

DIWRNOD 1

DANICHA

RRoedd y diwrnod cyntaf yn llawn profiadau newydd ac unigryw i bawb. Ar ôl yr holl ddawnsio a chanu, dechreuon ni gyda sesiynau arweinyddiaeth i'r merched sydd yn rhedeg y gynghrair leol. Roedd hyn yn cynnwys gweithdai gwella sgiliau cyfathrebu, gwrando, gwaith tîm a datrys problemau.

Wrth i weddill y gymuned ymgynnull dros amser cinio, cawsant gyflwyniad gan tad un o'r merched oedd wedi cerdded bron i awr i weld beth oedd gan yr Urdd a MTG eu cynnig. Braf oedd gweld cynrychiolydd y rhieni a dynion yn cefnogi'r merched, a'u bod nhw'n angerddol am gyfleoedd cyfartal. Roedd yn ddiolchgar dros ben am ein gwaith ac yn annog y merched i gydio ym mhob cyfle oedd yn cael ei rhoi iddynt.

Perfformiodd grŵp o ferched gerdd yn eu hiaith frodorol, Kiswahili. Er ein bod ni ddim yn deall ei iaith, roedd y merched yn cyfleu'r gerdd yn deimladwy thu hwnt. Roedd sawl un ohonom ni yn teimlo'n emosiynol ar ôl deall eu bod nhw'n adrodd am heriau difrifol maent yn wynebu yn eu cymunedau megis treisio, newyn a diffyg cyfleoedd.

Gorffen y dydd gyda 130 o ferched lleol yn ymuno am sesiynau chwaraeon wedi arwain gan yr Urdd. Tro cyntaf i lawer o'r merched gael trio sgiliau pêl-droed, rygbi, pêl-rwyd a rownderi. Braf oedd gweld gwên ar eu hwynebau wrth iddynt fwynhau!

DIWRNOD 2

MRIMA WA NDEGE

Diwrnod 2 ac yn ôl ar y bws am gyfeiriad pentref Mrima Wa Ndege. Ar ôl croeso cynnes unwaith eto, dechreuon ni ar y gweithdai arweinyddiaeth gyda 20 o ferched. Braf oedd gweld y merched yn cyd-weithio yn effeithiol a hunan hyder unigolion yn datblygu wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau gwaith tîm, chyfathrebu a datrys problemau. Roedd staff yr Urdd yn cylchdroi wrth arwain ar weithdai gwahanol. Hyfryd oedd gweld brwdfrydedd y staff, yn enwedig gan fod rhwystr gyda'r iaith!

Cawsom groeso a chyflwyniad gan bedwar dyn lleol, un yn dad i ferch yn y gweithgaredd, roedd y dynion yn gwirfoddoli ac yn helpu hyfforddi'r timau pêl droed lleol. Mae'r rhain yn cyd-weithio gyda'r elusen MTG ac yn derbyn hyfforddiant am bwysigrwydd cydraddoldeb i ferched yn eu cymunedau gyda'r bwriad eu bod nhw'n hybu eraill i newid eu persbectif. Hyfryd oedd gweld brwdfrydedd y dynion wrth helpu yn ystod y gweithgareddau chwaraeon i hyfforddi a chyfiaethu!

Daeth 120+ o ferched lleol i ymuno gyda ni yn ystod y prynhawn i gydio yn y cyfle i ddatblygu sgiliau chwaraeon mewn amryw o weithgareddau wedi ei arwain gan hyfforddwyr yr Urdd. Roedd staff yr Urdd wedi gwirioni gyda gallu'r merched i fabwysiadu sgiliau newydd yn naturiol ac o safon uchel.

Wrth i ni ymadael, roedd y pentref i gyd allan yn cyd-ddawnsio a chanu wedi gwisgo mewn addurn traddodiadol. Diwrnod llawn hwyl, ac ambell i aelod o'r Urdd wedi dysgu symudiadau dawnsio newydd!

DIWRNOD 3

MTEZA

adael y gwesty am 5y.b er mwyn dal fferi ym mhorthladd Mombasa a theithio 4 awr dros lonydd tyllog tuag at Mteza. Profiad unigryw eto i griw'r Urdd wrth weld cannoedd o bobl yn defnyddio'r fferi er mwyn cyrraedd y ddinas i weithio yn y bore.

Cyrraedd yr ysgol yn Mteza i weld bod gwersi dal ymlaen i blant dros wyliau'r haf. Braint oedd cyfarfod pennaeth yr ysgol wrth iddi esbonio am gwricwlwm yr ysgol. Sioc oedd clywed bod oriau dysgu'r plant yn cychwyn am 8yb-5yh o Ddydd Llun tan Ddydd Gwener! Dysgon ni hefyd bod ysgolion yn Kenya yn cychwyn yn 4 mlwydd oed a gorffen ar ôl Blwyddyn 9 (14 mlwydd oed). Hefyd, mae angen talu i fynychu ysgol yn Kenya, does dim addysg am ddim fel sydd yn y DU.

Cyn cychwyn ar y sesiwn arweinyddiaeth cafwyd ni ei'n cyflwyno gyda coconut ffres o'r goeden er mwyn torri syched! Profiad oedd gweld sut roedden nhw'n torri coconut gyda chyllell fawr er mwyn ei agor!

Daeth y 'Village Elder'i'w'n gweld cyn cychwyn ar weithgareddau'r prynhawn. Dyma'r unigolyn sy'n rheoli ei bentref a derbyn neu'n gwrthod pwy sy'n cael ymweld ei gymuned. Roeddem yn ffodus iawn felly ei fod yn hapus ei'n cael ni yno. Cawsom groeso cynnes ganddo, ac roedd yn annog y merched i gydio ar y cyfleoedd er mwyn datblygu fel unigolion ac i drio defnyddio'r sgiliau i allu symud i ffwrdd o'r gymuned i lefydd gwell.

Daeth bron i 130 o ferched egnïol gymryd rhan yng ngweithgareddau'r prynhawn. Unwaith eto, pawb wedi mwynhau dysgu sgiliau newydd gyda staff yr Urdd yn mwynhau pob eiliad.

DIWRNOD 4

MIKOMANI

Uchafbwynt llawer ohonom ni oedd diwrnod 4. Un gair - FREEDA!

Cawsom y fraint o gyfarfod swyddog MTG oedd yn gyfrifol am ferched yn gynghrair Mikomani, Freeda! Mi glywsom ni Freeda cyn ei gweld!! Roedd egni Freeda yn heintus, ac roedd hyn yn glir wrth weld wynebau cyffrous y merched wrth i ni gyrraedd. Doedd ddim dewis ond canu a dawnsio trwy'r dydd fan hyn.

Cychwyn gyda sesiynau arwain eto lle'r oedd criw'r Urdd wedi ei phlesio yn arw gyda gallu a sgiliau'r merched. Roedd yn amlwg bod Freeda yn gwneud gwaith da gan fod pob un yn hyderus i gyfrannu ym mhob gweithgaredd. Merch 13 oed oedd seren y dydd wedi iddi ddangos dealltwriaeth wych o sut i fod yn arweinydd da.

Dros 110 o ferched wedi ymuno ar gyfer y sesiwn prynhawn, lot o hwyl i gael gyda phob grŵp yn mwynhau wrth ddysgu'r sgiliau newydd.

Cyfle i ymarfer ein sgiliau pêl-droed yn Mikomani wrth i dîm staff yr Urdd a MTG chwarae gêm yn erbyn merched hŷn y gymuned. Gêm gyfartal yn y diwedd ond profiad i ni gyd wrth i ni chwarae ar gae bryniog gydag anifeiliaid yn pori arno!
Diolchgar oeddem ni am y cyfle i ymarfer gan ein bod wedi deall bod tîm MTG eisiau gêm yn ein herbyn diwedd yr wythnos!

Yn sicr, mi gysgom ni gyd yn dda'r noson honno!

DIWRNOD 5

TÎM PD MTG & NGAMANI

Bore bach yn wahanol i'r criw, wrth ymweld â phrif swyddfa MTG er mwyn cynnal gweithdy i dîm merched hŷn MTG. Gweithdy yn addysgu'r merched am fywyd athletwraig ble roedd cyfle i drafod pwysigrwydd cydbwyso bywyd, addysg a chwaraeon, diet gorau i gadw'r corff yn iach a llawer mwy. Gweithdy diddorol ble roedd cyfle i staff yr Urdd ddod i ddeall ffordd o fyw'r merched. Roedd amrywiaeth eang ym mywydau aelodau o'r tîm - merch 27 mlwydd oed oedd yn rhiant i ddwy o ferched 12 a 2 oed, un arall yn 18 mlwydd oed yn rhedeg busnes ei hun yn creu addurniadau ac un arall yn 14 mlwydd oed gyda sgiliau pêl droed penigamp!

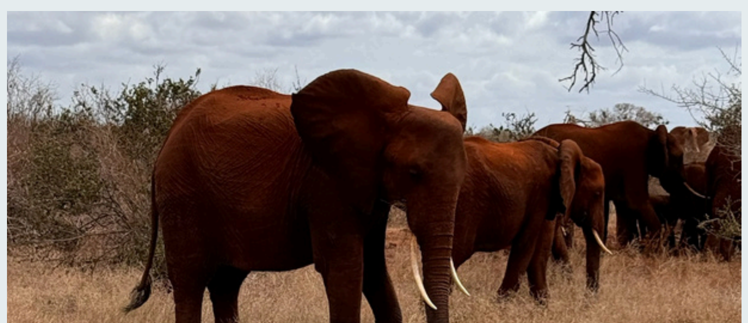
Buom yn trafod llawer o bynciau gwahanol megis diet athletwr a gosod targedau tymor byr, canolig a hir. Trist oedd clywed bod llawer o'r merched yn sgipio cael cinio oherwydd diffyg mynediad ac arian yw prynu. Cafwyd trafodaeth ddiddorol am y mathau gwahanol o rwystrau maent yn eu hwynebu er mwyn chwarae pêl droed. Un oedd yn sefyll allan oedd y diffyg cefnogaeth gan eu rhieni a barn negyddol llawer o'r gymuned tuag at ferched yn chwarae pêl-droed. Esbonion nhw fod eu rhieni nhw'n teimlo ei fod yn wastraff amser ac nad oedd dyfodol na gyrfa mewn chwarae pêl-droed. Braf oedd clywed bod MTG yn gweithio'n galed i newid barn a dangos bod y merched yn derbyn addysg drwy chwarae pêl-droed i'r elusen.

Ar ôl trafodaethau dwys gyda'r merched, roedd hi'n amser i ni gael gêm - Staff yr Urdd ac MTG yn erbyn tîm hŷn MTG! Roedd safon y gêm yn ffantastig, sgiliau naturiol a chyflymder anhygoel gan ferched MTG! Yn lwcus i dîm yr Urdd a staff MTG, roeddem ni wedi benthyg golgeidwad gorau MTG ac yn wir, mi wnaeth hi arbed sawl gol i gadw ni yn y gêm! Canlyniad hafal yn y diwedd, 1-1! Gwên ar wynebau pawb ar ddiwedd y gêm a golwg chwslud iawn ar staff yr Urdd!

Ar y bws a ni ar ôl cinio ar gyfer sesiwn chwaraeon olaf y daith ym mhentref Ngamani. 135 o ferched yn ymuno y tro hwn gydag oedrannau yn ehangu o 7 i 25 oed. Falch o weld bod Llŷr ac Aaron wedi perffeithio eu dawns erbyn hyn, a'r merched wrth eu boddau yn chwerthin wrth eu gwylio!

DIWRNOD 6

AMSER RHYDD



Ar ôl wythnos brysur, roedd cyfle i'r criw gael mwynhau ychydig o amser rhydd a chael cyfle i fynd i Barc Cenedlaethol Tsavo i archwilio'r Saffari! Roedd pawb yn gyffrous ac yn croesi bysedd i weld y 'Big 5'. Roeddwn digon ffodus o gael gweld tomen o eliffantod, sebras, jiràff, buffalo a hipo, yn ogystal ag amryw o adar gwahanol. Yn anffodus, roedd y llewod a'r cheetahs yn cysgu!

Daeth prynhawn Dydd Sadwrn ac amser i ni ffarwelio gyda thîm gwych MTG. Cyfle i bawb ddod yn ôl at ei gilydd i rannu uchafbwyntiau personol y daith. Amser emosiynol wrth i bawb crynhoi wythnos fythgofiadwy ac arbennig iawn.

Buom yn ffodus iawn o dderbyn anrhegion gan dîm MTG. Gwisg draddodiadol a breichled fflag Kenya er mwyn cofio am ein hamser yno. Roedden ni'n ddiolchgar iawn o'r rhain ac wrth adlewyrchu ar y daith, roedd pawb gwir yn ddiolchgar am y cyfle ac yn drist bod y profiad yn dod i ben.

Yn sicr, fydd hon yn daith fythgofiadwy i bawb.

ASANTE SANA KENYA!

PROFIAD POBL IFANC CYMRU

"ROEDD Y DAITH I KENYA YN UN BYTHGOFIADWY AC ROEDD HI'N ANRHYDEDD GAEL FOD YN RHAN O BROFIAD MOR ANHYGOEL. FEL PERSON SYDD YN HOFFI PÊL-DROED, ROEDD GWELD CYMAINT O FERCHED IFANC MOR AWYDDUS DROS BÊL-DROED A CHWARAEON YN HYFRYD I'W WELD. DWI WEDI DYSGU BOD CHWARAEON YN FFORDD MOR EFFEITHIOL O GAEL CYMUNED AT EI GILYDD DIM OTS AM EI CHEFNDIR AC YN FFORDD MOR EFFEITHIOL I ROI HYDER, CYMHELLIAD, A HAPUSRWYDD I BOBL IFANC. DWI'N GOBEITHIO EU BOD NHW WEDI DYSGU SGILIAU OHONOM NI ACHOS DWI BENDANT WEDI DYSGU LLAWER GANDDYN NHW"

HELEDD

"MI ROEDD Y PROFIAD AR Y DAITH KENYA YN UN BYTHGOFIADWY. GWELD WYNEBAU'R PLANT BOB DIWRNOD YN CHWERTHIN, CANU A DAWNSIO, MI OEDD YN NEUD I CHI WENU YN SYTH. O STAFF YR URDD, I STAFF MTG MI OEDD PAWB YN BRIL. PROFIADAU O BOSIB DIM OND Y CEWCH CHI UNWAITH MEWN BYWYD A RHYWBETH FYDD YN AROS YN FY MEDDWL AM BYTH."

LLŶR

"PROFIAD HOLLOL FYTHGOFIADWY!! GES I GYFLE I ALLU DATBLYGU NIFER O SGILIAU NEWYDD WRTH WEITHIO HEFO UNIGOLION O FEWN CYMUNEDAU GWAHANOL. HEFYD GES I GYFLE I DDYSGU OHONYN NHW A SUT MHA NHW'N GWEITHIO AC FELLY WNAETH HON HELPU FI DATBLYGU STRWYTHUR HYFFORDDI PERSONOL FI!!"

AMELIA

"PLESER O'R MWYAF OEDD CAEL Y CYFLE I FYND I KENYA I GYDWEITHIO GYDA'R URDD AC ELUSEN MOVING THE GOALPOST. UCHAFBWYNT OEDD CYRRAEDD Y PENTREFI POB BORE GAN EI'N BOD YN CAEL EI'N CROESAWU GYDA CHÂN DRADDODIADOL A DAWNSIO LLU - ROEDDEM AR FRYS I GAEL I FFWRDD O'R BWS I'W GWELD! RWYF WEDI DATBLYGU LLAWER O SGILIAU DROS Y DAITH AC UN OHONYNT OEDD ARWAIN SESIWN PÊL RWYD EFFEITHIOL BLE NAD OEDD Y PLANT A PHOBL IFANC YN DEALL GAIR O SAESNEG. ROEDD YN RHAID DYFALBARHAU A MEDDWL AR FY NHRAED! MI WNES I FWYNHAU POB EILIAD O'R DAITH, A DWI MOR DDIOLCHGAR O'R CYFLE I GAEL MYND. RWY'N GOBEITHIO FY MOD WEDI GADAEL EFFAITH GADARNHAOL AR Y CYMUNEDAU, OHERWYDD YN SICR, MAENT WEDI GADAEL MARC AR FY NGHALON I"

GWENAN

WRTH EDRYCH YN ÔL AR FY NHAITH I KENYA, MAE'N AMHOSIB PEIDIO TEIMLO CYMYSGEDD O EMOSIYNAU DWYS. ROEDD DYSGU PLANT I CHWARAE RYGBI YN BROFIAD HYNOD O WERTHFAWR – ROEDD EU BRWDFRYDEDD A'U HANGERDD YN HEINTUS, ER GWAETHAF CALEDI'R BYWYD ROEDDENT YN EI WYNEBU. ROEDD GWELD Y PLANT YN GWENU AC YN MWYNHAU EU HUNAIN MEWN AMGYLCHIADAU MOR ANODD YN FY NGWNEUD I'N HAPUS TU HWNT. ROEDD YN FRAINT ENFAWR CAEL FY NEWIS I FYND AR Y DAITH HON, AC MAE'R PROFIAD WEDI GADAEL ARGRAFF FYTHGOFIADWY ARNA I. ROEDD Y DAITH HON YN ANHYGOEL O'R DECHRAU I'R DIWEDD.

AARON

PROFIAD BYTHGOFIADWY SYDD WEDI AGOR FY LLYGAID A GWNEUD I MI WERTHFAWROGI'R CYFLEOEDD A CHYFLEUSTERAU SYDD EFO NI YNG NGHYMRU. AWYRGYLCH CROESAWGAR O BOB CYMUNED A OEDD YN GWNEUD I NI DEIMLO'N GROESAWGAR IAWN.

CATRIN

"ROEDD Y DAITH I KENYA YN WIRIONEDDOL AGORIAD LLYGAD. CEFAIS FY SYFRDANU GAN SUT Y GALL CHWARAEON YMBWERU MERCHED IFANC, GAN ROI HWB I'W HYDER A'U HUNO. ROEDD YN FY ATGOFFA O BWYSIGRWYDD, CYMUNED, A CHYNWYSOLDEB YM MHOPETH A WNAWN."

YUSUF

"DWI WEDI MWYNHAU'R DAITH YN FAWR IAWN, MAE WEDI BOD YN BROFIAD A HANNER! DWI WEDI DYSGU CYMAINT Â CHWRDD Â PHOBL NEWYDD FEL Y MERCHED, STAFF MTG, RHIENI'R MERCHED, PRIFATHRAWON! ROEDD POB DIWRNOD YN WAHANOL I'W GILYDD GYDA DROS 600 O FERCHED YN CYMRYD RHAN SYDD YN ANHYGOEL, DWI WEDI CAEL FY SYNNU GYDA'R SAFON O BÊL-DROED SYDD YN KENYA! MAE'R DAITH YMA YN SICR WEDI BOD YN UCHAFBWYNT Y FLWYDDYN AC YN FALCH IAWN O DDERBYN Y CYFLE."

SIONED

"TAITH FYTHGOFIADWY. HWN OEDD FY NHRYDEDD DAITH I KENYA YN CYDWEITHIO GYDA MTG AC YR URDD, WELODD Y DAITH YMA STRWYTHUR GWAHANOL I'R ARFER GYDA STAFF, PRENTISIAID A GWIRFODDOLWYR YN YMWELD Â CHYMUNEDAU GWAHANOL. ROEDD HWN YN GYFLE GWYCH I GAEL GWIR FLAS AR DDIWYLLIANT A CHEFNDIR Y MERCHED IFANC ROEDDEN YN YMGYSYLLTU GYDA. PLESER OEDD CAEL RHANNU DIWYLLIANT CYMRU GYDA MTG. ROEDD GWELD MWYNHAD Y MERCHED YN Y SESIYNAU YN RHYWBETH HOLLOL FFANTASTIG BYDDAI YN CADW GYDAG I AM BYTH"

RHODD-ALAW