

## Rhagarweiniad

Yn y pecyn addysg hwn cewch set o ddeg o gynlluniau gwersi ar gyfer gwasanaethau neu weithdai. Mae'r pecyn yn cynnwys gweithgareddau pellach hefyd yn ogystal ag adnoddau, gweddïau a myfyrdodau ar heddwch. Gan fod y pecyn gwreiddiol wedi bod mor boblogaidd penderfynwyd ei ddiweddarau gan gynnwys tair gwers ychwanegol, sy'n rhoi adnoddau pellach i addysgwyr i hyrwyddo addysg heddwch.

Mae Addysg Heddwch yn agor y drws mewn sawl maes addysgol gwahanol. Mae'r themâu a'r syniadau a gyflwynir yma yn addas ar gyfer Dinasyddiaeth neu Addysg Bersonol a Chymdeithasol ac yn rhoi elfen gref o Addysg Ysbrydol, Moesol, Cymdeithasol a Diwylliannol.

Mae Addysg Heddwch yn gwahodd plant i feddwl beth mae heddwch yn ei olygu iddynt hwy a ble maent yn teimlo'n heddychlon. Mae'r adnoddau'n meithrin sgiliau empathi, sydd mor bwysig i ddatblygiad iachus. Mae'r gweithgareddau pellach yn annog y plant i feddwl am yr hyn y gallent hwy eu wneud i ennill heddwch mewnol a gydag eraill, gan gynorthwyo wrth ddatblygu heddwch rhyngbersonol. Mae'r pecyn hefyd yn annog plant i feddwl yn feirniadol am ryfel ac i ymchwilio i'r gost o safbwynt bywydau pobl. Byddant hefyd yn dysgu sut y gall plant – sydd mor aml yn ddioddefwyr diniwed rhyfel –

gydweithio i sefydlu heddwch. Mae'n galluogi plant i ystyried coffadwriaeth ac i ymchwilio i gysyniadau athronyddol, gan gynnwys pŵer gweithredu mewn modd di-drais.

Mae'r gweithgareddau'n addas ar gyfer ystod eang o oedran, o'r cynradd i flynyddoedd cynnar yr ysgol uwchradd, a gellir eu gwahaniaethu yn ôl y galw. Gall y pecyn hefyd fod yn gymorth i ateb amcanion Cwricwlwm er Rhagoriaeth yr Alban a'r Cwricwlwm Cymreig. Gobeithiwn y byddwch chi a'ch disgyblion yn cael eich ysbrydoli i adeiladu byd mwy heddychlon.

O Ddiwrnod Rhyngwladol y Cenhedloedd Unedig ar 21 Medi i Ddiwrnod Rhyngwladol y Plant sy'n Ddioddefwyr Rhyfel ar 4 Mehefin, ceir cyfleoedd lu yn ystod y flwyddyn ysgol i ddefnyddio'r gwasanaethau a'r gweithgareddau yn y pecyn. Efallai y bydd y calendr amlffydd yn ddefnyddiol i adnabod dyddiadau addas eraill (gweler [www.interfaithcalendr.org](http://www.interfaithcalendr.org)). Gobeithiwn y bydd yr adnodd hwn yn gymorth i sicrhau fod heddwch yn thema allweddol yn addysg ein plant ac yn eich cynorthwyo i ddathlu heddwch a heddychwyr yn eich ysgolion.

Peace Education Network  
[www.peace-education.org.uk](http://www.peace-education.org.uk)

## Rhwydwaith Addysg Heddwch

Mae aelodau'r Rhwydwaith Addysg Heddwch yn perthyn i fudiadau sy'n gweithio ym maes addysg heddwch. Rydym yn rhannu syniadau ac ysbrydoliaeth. Rydym hefyd yn trefnu gweithdai ar gyfer datblygiad proffesiynol aelodau'r rhwydwaith ac addysgwyr eraill sy'n dangos diddordeb, gan gydweithio wrth gynhyrchu adnoddau a threfnu digwyddiadau.

**Am fwy o wybodaeth, gweler [www.peace-education.org.uk](http://www.peace-education.org.uk).**



PEACE education  
NETWORK

Pecyn  
Addysg  
Heddwch

Ydych chi'n  
dysgu'ch plant  
am hawliau  
dynol?

Ydych  
chi'n archwilio  
moeseg  
rhyfel a  
thrais?

Ydych chi'n  
cefnogi'ch plant i  
ddatblygu  
sgiliau i ddelio  
â gwrthdaro?

Mynnwch  
ysbrydoliaeth  
o Gymru Dros  
Heddwch.

Ydych chi'n  
cynnal dyddiau  
neu wythnosau  
heddwch?

Oes canolwyr  
wedi'u hyfforddi  
gennych?

**Creu ysgol mwy  
heddychlon**  
Beth yw ein cam nesaf?

Dysgwch am y Mudiad  
Ysgolion Heddychlon

Y Pab John Paul 2

I ennill heddwch,  
dysgwch heddwch.

Qur'an 25:63

Addolwyr yr Holl-Drugarog  
yw'r rhai sy'n troedio'n  
addfwyn ar y ddaear,  
a phan gyferchir  
hwy gan yr anwybodusion,  
atebant, "Heddwch".

Dhammapada: 130

Mae bywyd yn  
werthfawr i bawb.  
Gan gymharu eraill i'r  
hunan, ni ddylai neb  
ladd nac achosi  
arall i ladd.

Gweddi Plentyn Dros Heddwch

Annwyl Dduw, diolchwn i Ti  
am roi i ni dy dangnefedd.

Cynorthwya ni i ledaenu  
heddwch gartref ac yn yr ysgol  
trwy garu a gofalu am ein gilydd.

Cynorthwya ni i ledaenu heddwch trwy wrando  
ar ein gilydd, hyd yn oed pan na fyddwn yn cytuno.

Cynorthwya ni i ledaenu heddwch trwy rannu  
ein hamser gyda'r rhai unig sydd angen ffrind.

Cynorthwya ni i ledaenu heddwch trwy fyfyrion a gweddïo  
dros y plant sy'n newynu neu'r plant sy'n byw mewn ofn.

Gad i ni weddïo bob dydd am  
heddwch i'n teuluoedd,  
i'n ffrindiau ac i ni ein hunain.

Amen



## Gweddïau a myfyrdodau am heddwch

Martin Luther King Jr

Nid targed pell a  
geisiwn yw heddwch,  
ond y llwybr i gyrraedd  
y targed.

Pe bai'r ddaear ond ychydig droedfeddi mewn diamedr,  
yn arnofio ychydig droedfeddi  
uwchlaw cae yn rhywle, deuai pobl o bobman i  
ryfeddu ati. Byddai pobl yn cerdded o'i hamgylch, gan  
ryfeddu at ei phyllau mawr o ddŵr, ei phyllau bach a'r dŵr a  
lifai rhyngddynt. Byddai pobl yn rhyfeddu at y twmpathau arni,  
a'r tyllau ynddi. Byddent yn rhyfeddu at yr haenen denau iawn o  
nwy sy'n ei hamgylchynu a'r dŵr sy'n hongian yn y nwy. Byddai'r  
bobl yn rhyfeddu at yr holl creaduriaid  
sy'n cerdded hyd arwyneb y belen,  
a'r creaduriaid yn y dŵr.

Byddai'r bobl yn datgan fod y belen yn sanctaidd gan ei bod yn  
unigryw, a byddent yn ei hamddiffyn rhag unrhyw niwed. Y belen  
fyddai'r rhyfeddod mwyaf y byddai pobl yn gwybod amdani, a  
deuent i weddïo iddi, i gael eu hiacháu, i ennill gwybodaeth, i  
adnabod harddwch ac i ryfeddu at sut y gallai hyn fod.  
Byddai pobl yn ei charu a'i hamddiffyn gyda'u bywydau,  
gan y byddent rywsut yn gwybod y byddai  
eu bywydau yn ddim hebddi.

Pe bai'r ddaear ond ychydig  
droedfeddi mewn diamedr.

Joe Miller

Mahabharata 18:116:37-41

Ahimsa [dim trais] yw'r rhodd fwyaf. Ahimsa yw'r hunan-reolaeth eithaf. Ahimsa yw'r aberth eithaf. Ahimsa yw'r pŵer eithaf. Ahimsa yw'r cyfaill pennaf. Ahimsa yw'r gwirionedd eithaf. Ahimsa yw'r ddysgeidiaeth fwyaf.

Gweddi gan Desmond Tutu

Mae daioni'n gryfach na drygioni; mae cariad yn gryfach na chasineb; mae goleuni'n gryfach na thywyllwch; mae bywyd yn gryfach na marwolaeth; mae buddugoliaeth yn eiddo i ni trwy yr Un a'n carodd ni.

Rhyfel gan Hedd Wyn

Gwae fi fy myw mewn oes mor ddreng,  
A Duw ar drai ar orwel pell;  
O'i ôl mae dyn, yn deyrn a gwreng,  
Yn codi ei awdurdod hell.

Pan deimlodd fyned ymaith Dduw  
Cyfododd gledd i ladd ei frawd;  
Mae sŵn yr ymladd ar ein clyw,  
A'i gysgod ar fythynnod tlawd.

Mae'r hen delynau genid gynt  
Yng nghrog ar gangau'r helyg draw,  
A gwaedd y bechgyn lond y gwynt,  
A'u gwaed yn gymysg efo'r glaw.

DW i'n credu

Dw i'n credu yn yr haul  
Hyd yn oed pan nad yw'n tywynnu.

Dw i'n credu mewn cariad  
Hyd yn oed pan na allaf ei deimlo.

Dw i'n credu yn Nuw  
Hyd yn oed pan mae'n dawel

**Darganfyddwyd ar waliau selar yn yr Almaen ble bu Iddewon yn cuddio.**

Leviticus 19:18

Yr wyt i garu dy gymydog fel ti dy hun.

Gwyn eich byd chwi dangnefeddwyr

Pan fyddwch yn siarad yn erbyd trais.  
Pan fyddwch yn sefyll gyda'r rhai a anafwyd neu a wawdiwyd.  
Pan fyddwch yn gwrandao ar y rhai rydych yn anghytuno â hwy.  
Pan fyddwch yn rhoi eich amser a'ch egni i helpu eraill.  
Pan fyddwch yn ceisio maddau i'r rhai sydd wedi eich brifo.  
Pan fyddwch yn caru ac yn rhoi eich hun i eraill.

Mathew 5:38-44

Ond rwyf fi'n dweud wrthy: cerwch eich gelynyon, bendithiwch y rhai sy'n eich melltithio, gwnewch dda i'r rhai sy'n eich casau a gweddiwch dros y rhai sy'n eich defnyddio mewn ffordd wael ac yn eich erlid.

Guru Nanak

Does neb yn elyn i mi, neb yn estron, dw i'n heddychlon â phawb. Mae Duw o'n mewn yn ein gwneud yn anabl o gasineb a rhagfarn.

Thich Nhat Hanh

Heddwch yw pob cam.

## Calendr Heddwch

Drwy gydol y flwyddyn ysgol ceir nifer o ddyddiadau, seciwlar a chrefyddol, lleol, cenedlaethol a rhyngwladol, pryd gellir dathlu heddwch a heddychwyr. Mae'r dyddiadau hyn, gan ddechrau gyda Dydd Rhyngwladol Heddwch y Cenhedloedd Unedig (CU) ym Medi yn cynnig cyfleon i ddefnyddio'r deunyddiau yn y pecyn hwn.

**21 Medi**

**Dydd Rhyngwladol Heddwch y CU**  
[www.un.org/en/events/peaceday](http://www.un.org/en/events/peaceday)

**2 Hyd**

**Dydd Rhyngwladol Dim Trais**  
<https://globaldimension.org.uk>

**12-18 Hyd**

**Wythnos Weddi ar gyfer Heddwch Byd-eang**  
[www.worlddayofprayer.net/](http://www.worlddayofprayer.net/)

**24 Hyd**

**Wythnos Un Byd  
(wythnos 24 Hydref)**  
[www.oneworldweek.org](http://www.oneworldweek.org)

**11 Tach**

**Dydd y Cadoediad**  
[www.ppu.org.uk](http://www.ppu.org.uk)

**19 Tach**

**Dydd Toiled Byd-eang**  
[www.unwater.org/worldtoiletday](http://www.unwater.org/worldtoiletday)

**10 Rhag**

**Dydd Hawliau Dynol y CU**  
[www.amnesty.org.uk/issues/Education](http://www.amnesty.org.uk/issues/Education)

**Ionawr**

**Sul Heddwch (3ydd Sul yn Ionawr)**  
[www.paxchristi.org.uk](http://www.paxchristi.org.uk)

**8 Mawrth**

**Dydd Rhyngwladol y Merched**  
[www.wilpf.org.uk](http://www.wilpf.org.uk)

**21 Mawrth**

**Nao Roz, Blwyddyn Newydd Persia**  
[www.flykitesnotdrones.org](http://www.flykitesnotdrones.org)

**15 Mai**

**Dydd Rhyngwladol Gwrthwynebwyr  
Cydwybodol**  
[www.wri-irg.org](http://www.wri-irg.org)

**18 Mai**

**Neges Heddwch ac Ewyllys Da Urdd  
Gobaith Cymru**  
[www.urdd.cymru/en/humanitarian/peace-goodwill](http://www.urdd.cymru/en/humanitarian/peace-goodwill)

**21 Mai**

**Y Bendigaid Franz Jägerstätter**  
[www.paxchristi.org.uk](http://www.paxchristi.org.uk)

**4 Mehefin**

**Dydd Rhyngwladol Plant sy'n  
Ddiodefswyr Rhyfel**  
[www.warchild.org.uk](http://www.warchild.org.uk)  
and [www.childvictimsofwar.org.uk](http://www.childvictimsofwar.org.uk)

**31 Gorff**

**Dyddiad marw y bardd Cymraeg  
Hedd Wyn yn Paschendale**  
[www.wcia.org.uk/walesforpeace.html](http://www.wcia.org.uk/walesforpeace.html)

**6 & 9 Awst**

**Dyddiadau bombio Hiroshima  
a Nagasaki**  
[www.cnduk.org/education](http://www.cnduk.org/education)

## Pecyn Addysgu

Gwasanaeth: Cofio dros  
Heddwch



**Nod:** Annog plant i feddwl am effeithiau rhyfel ac ystyried ffyrdd o gofio er mwyn hyrwyddo heddwch.

**Cynllunio/paratoi:** Byddwch angen y cyflwyniad PwyntPŵer 'Cofio dros Heddwch' o wefan Rhwydwaith Addysg Heddwch.  
[www.peace-education.org.uk](http://www.peace-education.org.uk)

Mae'r sgwariau oren ■ yn y testun yn cyfeirio at y sleidiau yn y cyflwyniad hwn.

\*Mae hwn yn wasanaeth defnyddiol ar gyfer CA2 a CA3.

### 1 Cofio rhyfel

■ Sleid 1: Llun o babïau coch a gwyn Heddiw byddwn yn siarad am sut yr ydym yn cofio rhyfel, a chofio er mwyn hyrwyddo heddwch.

■ Sleid 2: Yn 1918...  
Daeth y Rhyfel Byd Cyntaf i ben ar yr unfed-awr-ar-ddeg o'r unfed-dydd-ar-ddeg o'r unfed-mis-ar-ddeg (11 Tachwedd 1918). Dyma pryd y tawelodd y gynau. Ar y Dydd Cofio cyntaf, casglodd pobl ynghyd mewn dinasoedd, trefi a phentrefi er mwyn cofio am bob un a ymladdodd yn y Rhyfel Byd Cyntaf.

■ Sleid 3: Llun o wyneb cloc  
Am 11 y bore ar 11 Tachwedd, ganrif yn ddiweddarach, rydym yn dal i gynnal dwy funud o dawelwch. Holwch y plant: Oes unrhyw un yma erioed wedi cymryd rhan yn y ddwy funud o dawelwch?

Does fawr ddim tawelwch yn ein byd. Mae sŵn o'n

hamgylch ym mhobman. Mae tawelwch felly yn arbennig. Gall tawelwch ein helpu i stopio meddwl am yr hyn sy'n digwydd o'n hamgylch yn awr a rhoi amser i ni i fyfrio. *Holwch y plant:* Am beth yr ydym yn meddwl? Sut yr ydym yn teimlo?

■ Sleid 4: Bu 17,000,000 o bobl farw yn ystod y Rhyfel Byd Cyntaf  
Bu tua 17 miliwn o bobl farw yn ystod y Rhyfel Byd Cyntaf. Mae'n anodd dychmygu cynifer o bobl. *Allwch chi ddychmygu 17 miliwn o bobl?* (Gellid cymharu y rhif hwn i nifer y disgyblion yn yr ysgol, poblogaeth y dref neu bentref neu seddau mewn stadiwm chwaraeon lleol.) Gofynnwch i'r disgyblion gyfrif yr eiliadau gyda'r cloc yn uchel. Ar ôl deg eiliad dywedwch wrthynt am stopio. Dywedwch wrthynt pe baent yn parhau i gyfrif i 17 miliwn, byddai'r dasg yn cymryd 187 o ddyddiau. (Cysylltwch hyn â'r calendr ysgol h.y. Nadolig flwyddyn nesaf neu gwyliau'r haf.)

■ Sleid 5: Llun o stryd a ffenestri'r tai wedi'u bordio  
Edrychwch ar y sleid o stryd wag a ffenestri'r tai wedi'u bordio. Pe bai rhyfel arall yn digwydd ar yr un raddfa, byddai pob stryd, tref a dinas yn y Deyrnas Unedig yn edrych fel hyn – yn wag o unrhyw sifiliaid.

■ Sleid 6: Cofebau i filwyr  
Gofynnwch i'r plant beth yw'r lluniau hyn? Pwy sydd ynddynt? A fu unrhyw un arall farw yn ystod y Rhyfel Byd Cyntaf? (Gwagedd, plant, anifeiliaid ...)

### 2 Y lluoedd arfog a sifiliaid

Gofynnwch i tua 40% o'r plant i sefyll ar eu traed. Eglurwch iddynt fod y canran yma o'r 17 miliwn a fu farw yn sifiliaid (pobl nad oeddent yn filwyr). Gall y plant eistedd i lawr wedyn.

Gobeithiai pawb mai'r Rhyfel Byd Cyntaf

fyddai'r 'rhyfel i roi terfyn ar bob rhyfel'. Ond cychwynnodd yr Ail Ryfel Byd ychydig flynyddoedd yn ddiweddarach. Gofynnwch i'r plant a oedd yn sefyll i godi eto, yna gofynnwch i 25% ychwanegol i sefyll. Yn yr Ail Ryfel Byd dyma'r canran o sifiliaid a fu farw – 65%.

Gofynnwch i 25% arall i sefyll (dylai 90% fod yn sefyll yn awr.) Erbyn diwedd y ganrif ddiwethaf, roedd dros 90% o'r rhai a oedd yn marw mewn gwrthdaro arfog yn sifiliaid. (ffynhonnell: [www.unicef.org/graca/patterns.htm](http://www.unicef.org/graca/patterns.htm)).



■ Sleid 7: Siart dafellog yn arddangos canran marwolaethau milwyr / sifiliaid mewn rhyfeloedd Cododd canran y sifiliaid a laddwyd mewn rhyfel o 5% ar ddechrau'r ganrif ddiwethaf i dros 90% yn rhyfeloedd y nawdegau.

■ Sleid 8: A yw'r cofebau a welsoch yn cynrychioli pawb a fu farw mewn rhyfel? Mae nifer o'n cofebau rhyfel yn coffáu y milwyr a laddwyd mewn rhyfel, ond mae mathau eraill o gofebau.

### 3 Cofio dros heddwch

■ Sleid 9: Estyn dwylo dros y gwahanfur, Gogledd Iwerddon  
Beth a feddylwch am hwn? Wrth fynd i mewn i dref Craigavon yng Ngogledd Iwerddon, tref a effeithiwyd gan flynyddoedd o wrthdaro treisgar, y peth cyntaf a welwch wrth groesi'r bont yw'r gofeb hon o ddau ddyn yn estyn allan i'w gilydd. *Holwch y plant*: Beth yw'r neges yma? Mae'n symbol o ysbryd cymod a gobaith i'r dyfodol.

■ Sleid 10: Cofeb i wrthwynebwyr cydwybodol Ym Mhrydain yn ystod y Rhyfel Byd Cyntaf, credai dros 10,000 o bobl na ddylent ddefnyddio trais, beth bynnag oedd y risg i'w bywydau. Fe'u galwyd

yn wrthwynebwyr cydwybodol. Roeddent yn gwrthod lladd pobl eraill. Cydnabyddwyd eu hawl i wrthod lladd ym Mhrydain, ond dioddefodd llawer o'r gwrthwynebwyr cydwybodol hyn oherwydd eu cred mewn heddwch a dulliau didrais. Anfonwyd nifer i garchar, a chafodd rhai eu poenydio. Galwyd nifer yn llwfrgwn ac ni chawsant swydd byth wedyn. Byddai eu teuluoedd a'u ffrindiau yn cael eu bygwth. Mae'n cymryd dewrder aruthrol i beidio â throi at drais pan gewch eich galw yn llwfrgi a bradwr. Mae'r gofeb garreg hon yn Sgwâr Tavistock, Llundain yn cydnabod y gwrthwynebwyr cydwybodol. Y geirau arni yw "I bawb a sefydlodd ac sy'n cynnal yr hawl i wrthod lladd. Mae eu gweledigaeth a'u dewrder yn rhoi gobaith i ni".

■ Sleid 11: Cerflun o Sadako a choeden geirios Cofeb yw hon i Sadako Sasaki. Merch 12 mlwydd oedd Sadako a fu farw o ganlyniad i'r ymbelydredd a ryddhawyd pan ollngwyd bom atomig ar ei chartref yn ninas Hiroshima yn Siapan, a hithau ond dwy flwydd oed. Casglwyd yr arian ar gyfer y cerflun gan blant ysgol ar hyd a lled Siapan. Dyma'r geiriau a ysgrifennwyd ar y cerflun o Sadako, "Dyma ein cri. Dyma ein gweddi. Creu heddwch yn ein byd."



By Lisa Norwood from Portland, USA (A zillion origami cranes for peace) [CC BY 2.0 (<http://creativecommons.org/licenses/by/2.0>)], via Wikimedia Commons.

Defnyddiwyd hadau o goed ceirios yn Hiroshima i blannu y goeden geirios hon yn Sgwâr Tavistock, Llundain. Cafodd ei phlannu er cof am y miloedd a laddwyd pan ollyngwyd y bom niwclear cyntaf mewn rhyfel.

*Holwch y plant:* A all unrhyw un feddwl am ryw beth arall mae pobl yn ei wneud er mwyn cofio'r rhai a gollwyd mewn rhyfel? Rhywbeth a wisgir o amgylch Dydd y Cofio - Tachwedd 11?

#### ■ Sleid 12: Y pabi coch

Dangoswch lun o babi coch. Gofynnwch i'r plant a ydynt yn gwybod beth mae'r pabi coch yn ei gynrychioli? Daeth yn symbol o'r rhai a fu farw yn y Rhyfel Byd Cyntaf gan fod y tir ar feysydd y gad wedi cynnig yr amodau delfrydol i'r blodau dyfu. Oes rhywun yn gwybod am babi o liw gwahanol?

#### ■ Sleid 13: Y pabi gwyn

Mae pabi arall – y pabi gwyn. A oes unrhyw un yn gwybod beth mae'r pabi gwyn yn ei gynrychioli? Mae'r bobl sy'n gwisgo'r pabi gwyn yn gwneud hynny gan eu bod yn gwrthod rhyfel fel modd o ddatrys problemau rhwng pobloedd, ac am eu bod yn galw am ymrwymiad i weithio er mwyn hyrwyddo heddwch.

Mae logo'r sefydliad 'Cymru dros heddwch' yn cynnwys y pabi coch a'r pabi gwyn.

■ Sleid 14: Y pabi porffor  
Dangoswch y pabi porffor. A oes rhywun yn gwybod beth mae hwn yn ei gynrychioli? Mae rhai pobl yn gwisgo y pabi porffor er mwyn cofio'r anifeiliaid a gollwyd mewn rhyfel. Mae'r gofeb hon yn deyrnged i'r holl anifeiliaid a ddioddefodd ac a fu farw yn rhyfeloedd ac ymrafaelion yr ugeinfed ganrif. Mae'r arysgrif bach ar y gofeb yn nodi'n syml "Nid oedd dewis ganddynt."



## 4 Casgliad

#### ■ Sleid 15: Sut y byddwch chi yn cofio?

Mae Dydd y Cofio yn ddiwrnod trist, ond mae hefyd yn ddiwrnod o obaith – gobaith am fyd gwell, mwy heddychlon i bawb. Mae rhai pobl yn gwisgo mwy nag un o'r pabiau hyn. Mae i fyny i

chi i benderfynu pa un, os o gwbl, y dewiswch wisgo. Beth sy'n bwysig yw ein bod yn cofio y lludioddefwyr mewn rhyfel, a'n bod gyda'n gilydd yn ceisio adeiladu byd heb ryfel.

Gofynnwch i'r plant ymuno â chi mewn dwy funud o dawelwch.

### Gweithgareddau/adnoddau pellach:

- Trafodwch gyda'ch dosbarth pwy a beth mewn rhyfel y dylid eu cofi o. Gwnewch eich pabi eich hun, symbol o heddwch neu gofeb.
- Archebwch babiau gwyn i'ch ysgol a dysgwch fwy am wrthwynebwyr cydwybodol o'r Peace Pledge Union (PPU): [www.ppu.org.uk](http://www.ppu.org.uk).
- Dysgwch fwy am y pabi porffor a'r anifeiliaid a ddioddefodd mewn rhyfel: <http://animalaid.org.uk/h/n/CAMPAIGNS/living//2256>.
- Dysgwch fwy am y dewisiadau gwahanol a wnaeth pobl yn ystod y Rhyfel Byd Cyntaf gan ddefnyddio *Conscience: A World War I critical thinking project* <http://old.quaker.org.uk/conscience-and-conviction>.
- I ddysgu mwy am Gymu dros Heddwch ewch i: [www.walesforpeace.org](http://www.walesforpeace.org).

## Pecyn Addysgu

Gwasanaeth: Dulliau didrais ar waith: Tŷ Mama Zepreta.



**Nod:** edrych am ffyrdd positif o herio anghyfiawnderau drwy ddulliau didrais.

**Paratoi:** gallech ymarfer meimio y stori ym mlaen llaw. Mae cyflwyniad PwyntPŵer hefyd ar gael i adrodd y stori; gwelwch wefan Rhwydwaith Addysg Heddwch: [www.peace-education.org.uk](http://www.peace-education.org.uk).

### 1 Cyflwyniad: stori wir am anghyfiawnder

Eglurwch eich bod am adrodd stori wir am anghyfiawnder (rhywbeth sy'n anheg iawn).

Yn gyntaf, gofynnwch i'r plant feddwl am achlysur pan oeddent yn teimlo fod rhywbeth yn anheg. Efallai nad oeddent yn teimlo fod unrhyw un wedi gwrando arnynt, neu iddynt gael eu trin yn anheg. Sut roeddent yn teimlo?

### 2 Sgript sgets

Mae'r hanes am wraig a gafodd ei thrin yn anheg a sut y gwnaeth hi a'i chymdogion ymateb. Gall rhai plant helpu i adrodd y stori trwy feimio yr hyn a glywant (mae meimio'n golygu actio'n dawel). Gall pob aelod newydd awgrymu meim newydd. Gall yr athro (neu ddisgybl) fod yn llfarydd, yn darllen y canlynol, tra bod eraill yn meimio.

1. Dyma Mama Zepreta, nain o Cenia (cyflwynwch blentyn fel Mama Zepreta).
2. Dyma ei thŷ .. (gall plant actio'r waliau, gyda'u dwylo ar led i gynrychioli'r to)
3. ... a'i theulu mawr – ei phlant a'u plant hwythau (mwy o blant yn ymddangos).
4. Ond roedd Dyn Mawr eisiau'r tŷ (dylai'r plentyn sy'n actio hwn sefyll gyda'i freichiau wedi'u plethu o'i flaen).

5. Anfonodd y Dyn Mawr ddynion i ddwyn y tŷ oddi ar Mama Zepreta. Beth allai hi ei wneud? Pam, yn eich tŷ chi, roedd y Dyn Mawr eisiau'r tir?
6. Cymerodd y dynion y tŷ a'i dynnu i lawr (mae'r tŷ yn disgyn a theulu Mama Zepreta yn dychwelyd i'w seddi). Roedd y Dyn Mawr am ddefnyddio'r tir i'w bwrpas ei hun.
7. Aeth Mama Zepreta at Bennaeth y Pentref, ond codi ei freichiau a wnaeth ef. Ofnai ormod i helpu.
8. Aeth at Gomisiynydd yr Ardal, ond ysgwydodd yntau ei ben. Ni fynnai ef helpu ychwaith.
9. Yna penderfynodd cymydog Mama Zepreta helpu. Nid oedd Mama Zepreta ar ei phen ei hun mwyach.
10. Aethant i weld y Dyn Mawr ei hun, ond gwrthododd weld Mama Zepreta (mae'r Dyn Mawr yn troi ei gefn). Yn lle hynny, anfonodd negeseuon testun bygythiol! Roedd hi a'i ffrind yn ofnus iawn.
11. Gwelsant farnwr yn y llys, a gytunodd fod y Dyn Mawr yn anheg i gymryd ei thŷ. Rhoddodd y barnwr bapurau iddi i ddweud fod y gyfraith ar ei hochr hi, (gallent ddangos y papurau i'r Dyn Mawr) ond ni fynnai'r Dyn Mawr wrando serch hynny.
12. Roedd pobl y pentref i gyd yn flin ac yn ofni am eu cartrefi hwythau.
13. Aeth Mama Zepreta a'i ffrind i ganol y pentref. Dawnsiodd y ddwy ac ymunodd eraill â hwy. Penderfynasant helpu Mama Zepreta. Beth allai pobl y pentref ei wneud?
14. Penderfynodd y pentrefwyr fartsio i'w thir a dechrau ail-adeiladu ei thŷ. Penderfynasant wneud hyn mewn modd didrais. Beth dych chi'n credu mae'r gair 'didrais' yn ei olygu?

Mae'n golygu peidio ag ymladd na brifo pobl, ond nid yw'n golygu rhoi i mewn.

15. Cyn bo hir, cyrhaeddodd yr heddlu. Roedd y rhain yn gweithio i'r Dyn Mawr, felly roeddent wastad yn gwneud yr hyn a ddywedai ef. "Ewch i ffwrdd o'r tir!" meddent. Buont yn bygwth y pentrefwyr gyda gynnu a chan daflu nwy dagrau, a wnaeth i lygaid y bobl losgi ac achosi iddynt ddechrau pesychu hefyd.

*Sut y teimlai Mama Zepreta a'r pentrefwyr? Beth allent ei wneud? Roedd rhai am ymladd yr heddlu. Beth fyddai canlyniadau ymladd? Sut y teimlai'r heddlu?*

16. Bu'r heddlu a'r pentrefwyr yn gwynebu ei gilydd ar dir Mama Zepreta am amser hir. Er eu bod yn flin iawn, penderfynodd y bobl aros yn ddidrais. Siaradodd y pentrefwyr â'r heddlu gan eu holi os oeddent wir am fod yn rhan o rywbeth mor anheg a dwyn cartref nain.
17. Yn y diwedd, gadawodd yr heddlu. Prin y gallai'r pentrefwyr gredu hyn, ond gorffenasant ail-adeiladu'r tŷ. Cafodd Mama Zepreta ei thŷ nôl. Dathlodd y pentrefwyr eu buddugoliaeth trwy ddanwsio a rhoi hŵre.

### 3 Trafodwch y stori.

Diolchwch i'r actorion. Stori ddidrais yw stori Mama Zepreta. Beth fyddai wedi digwydd pe baent wedi bod yn dreisgar? Ymchwiliwch y cwestiwn hwn yn drwyadl: "Ac yna beth fyddai wedi digwydd?" Pwysleisiwch y pwynt fod trais yn aml yn arwain i fwy o drais.

### 4 Casgliad

Nid ildio yw mabwysiadu dulliau didrais ond sefyll yn gadarn. Oes unrhyw un erioed wedi sefyll i fyny drosto'i hun neu rywun arall heb fod yn dreisgar? Onid yw yn codi ofn arnoch? Ond mae rhai o'r newidiadau mwyaf mewn hanes wedi digwydd o ganlyniadau i bobl yn cyd-weithio trwy ddulliau didrais. Ymgyrchoedd didrais fu'n help i gael pleidlais i ferched ym Mhrydain, ac fe'u defnyddiwyd gan Martin Luther King Jr. yn yr Unol Daleithiau a'r rhai a ymgyrchai am gyfiawnder yn Ne Affrica. Dulliau didrais a gynorthwyodd India i ennill ei rhyddid o'r Ymerodraeth Brydeinig ac a rwystrodd Rwsia rhag cael ei gormesu gan y fyddin yn 1991. Y gwir yw fod dulliau didrais ddwywaith yn fwy tebygol o lwyddo i greu newid

er gwell na thrais.

Dywedodd Mahatma Ghandi: "Dulliau didrais yw'r grym mwyaf y gall dynolryw ei ddefnyddio. Y mae'n fwy pwerus na'r arf dinistriol mwyaf pwerus a ddyfeisiodd dyn."

Dywedodd Martin Luther King Jr: "Mae egwyddor cariad yn sefyll wrth galon dulliau didrais."

### Gweithgareddau/adnoddau pellach:

- Gall dosbarthiadau drafod sefyllfaoedd gwahanol yn yr ysgol a thu allan a all arwain at drais. Annogwch y disgyblion i feddwl am ddulliau didrais o ddatrys y problemau hyn heb ymladd. Cysylltwch hyn â llais y disgybl o fewn yr ysgol.
- Astudiwch lyfrau am ddulliau didrais fel The Bus Ride gan William Miller, sy'n seiliedig ar hanes Rosa Parks. Am fwy o syniadau ewch i wefan Facing History and Ourselves: [www.facinghistory.org/for-educators/educator-resources/resource-collections/choosing-to-participate/books-young-readers](http://www.facinghistory.org/for-educators/educator-resources/resource-collections/choosing-to-participate/books-young-readers).
- Gofynnwch i'r plant ymchwilio i hanes Mahatma Ghandi, Rosa Parks, Nelson Mandela, Martin Luther King Jr. neu ymgyrch y swffragetiaid.
- Astudiwch esiamplau o weithrediadau didrais yn yr adnodd Mae Dulliau Didrais yn Gweithio gan Gymdeithas y Cymod: ewch i [www.for.org.uk/wp-content/uploads/2013/10/Nonviolence-Works.pdf](http://www.for.org.uk/wp-content/uploads/2013/10/Nonviolence-Works.pdf).
- Defnyddiwch yr addasiad plant o Journeys in the Spirit i archwilio dulliau didrais: [www.quaker.org.uk/peace-and-nonviolence-childrens-activities](http://www.quaker.org.uk/peace-and-nonviolence-childrens-activities).

# PeACE education NETWORK

## Pecyn Addysgu

Gwasanaeth: Rydym i gyd yn byw dan yr un awyr las



**Nod:** i ystyried oblygiadau adar angau trwy storïau dau blentyn sydd am hedfan barcud.

**Cynllunio / paratoi:** Byddwch angen:

- dau ddarn o bapur neu gardfwrdd ar siap barcud
- stori Aymel (isod) wedi ei gludo ar gefn un o'r ddau farcud
- stori Anwen (isod) wedi ei gludo i gefn yr ail farcud
- barcud mawr a llinyn
- papur ar gyfer dymuniadau (bydd angen peniau ar y plant)

Mae cyflwyniad PwyntPŵer ar gael hefyd i adrodd y stori: gweler gwefan Rhwydwaith Addysg Heddwch: [www.peace-education.org.uk](http://www.peace-education.org.uk).

Os yw'r grŵp yn ddigon bach gellid clymu dymuniadau'r plant i'r llinyn wrth iddynt adael y gwasanaeth. Gyda grŵp mwy, byddai'n well i gasglu'r dymuniadau a gwneud arddangosfa o farcud Aymal, ei stori a'i ddymuniadau ef.

\*Mae'r gwasanaeth hwn yn addas ar gyfer CA2 a CA3. Daw o'r adnodd 'Fly Kites Not Drones', o: [www.FlyKitesNotDrones.org](http://www.FlyKitesNotDrones.org). Mae'n cyfeirio at hanes Aymal, bachgen ifanc a gollodd ei dad yn dilyn ymosodiad gan aderyn angau. Os ydych yn gweithio gyda phlant sydd wedi profi rhyfel neu wrthdaro treisgar, ceir cyngor o'r wefan [www.flykitesnotdrones.org](http://www.flykitesnotdrones.org).

### 1 Cyflwyniad

Heddiw rwyf am siarad am farcutiaid .... oes unrhyw un wedi hedfan barcud erioed? Dywedwch yr hanes.

Mae barcud yn yr awyr yn ddarlun hyfryd ble bynnag y boch. Wrth weld barcud yn hedfan, boed hwnnw yn un wedi ei wneud o fagiâu bin a llinyn neu yn un high-tech, mae rhan ohonom yn hedfan gydag ef. Ond gall bywydau y bobl sy'n dal y llinyn fod yn wahanol iawn.

Mae dau farcud gennyf yma. Oes dau wirfoddolwr i'w dal?

Dewiswch ddau i ddal y barcutiaid (darllenwyr hyderus os yn bosibl). Gofynnwch iddynt sefyll gyda blaen y barcud yn gwynebu'r gynulleidfa, a'r cefn – gyda'r stori – yn ei gwynebu hwy.

Mae un o'r barcutiaid hyn yn perthyn i ferch o'r enw Anwen, sy'n dod o'r wlad hon. Pa un ohonoch sydd gyda barcud Anwen? Ac mae'r barcud arall yn perthyn i fachgen o'r enw Aymal. Gall [enw'r plentyn] sy'n dal barcud Anwen sôn ychydig am Anwen.

## 2 Stori Anwen (Plentyn yn darllen stori Anwen)

Rwy'n byw mewn tref fawr yng Nghymru. Mae ychydig fryniau heb fod ymhell o'm cartref ac rwyn mynd yno'n aml gyda'm rhieni a'm brawd bach Aled.

Mae wastad yn wyntog iawn ar y bryniau. Pan oedd Aled yn fach ron i'n ofni y byddai'n cael ei chwythu i ffwrdd!

Mae'r bryniau yn lle gwych i hedfan barcutiaid a bob tro y byddaf yn mynd am dro yno rwyn mynd â'm barcud gyda mi. Mae llawer o bobl o bob oed yn mynd yno i hedfan barcutiaid.

Yr haf diwethaf cefais fy mharti penblwydd ar y bryniau gyda'm ffrindiau. Cawsom bicnic ac ychydig gemau ond fe dreulion ni y rhan fwyaf o'r amser yn hedfan ein barcutiaid. Roedd Mam wedi cael un mawr melyn i mi ac roedd hyd yn oed wedi ysgrifennu fy enw arno. Roedd y tywydd yn berffaith – a gwyntog iawn – ac fe fuon ni'n chwarae am oriau, gan geisio gwneud triciau a champau newydd wrth i'n barcutiaid godi trwy'r awyr. Roedd yn ffantastig.

Mae Aled bron ddigon hen i hedfan barcud yn awr, felly rwyf am ei ddysgu.

I Anwen, fel i nifer ohonoch chi, mae hedfan barcud yn hwyl, rhywbeth y mae'n ei wneud gyda'i theulu neu'i ffrindiau, rhywbeth y mae'n ei fwynhau ac sy'n ei gwneud yn hapus.

Mae'r un peth yn wir am Aymal. Ond nid yw'r stori yn hapus i gyd iddo ef. [Enw], elli di ddweud wrthon ni am Aymal, os gweli di'n dda.

Rwy'n byw yn Dadal, tref yn Affganistan. Efallai eich bod wedi clywed am fy ngwlad oherwydd y rhyfel a'r ymladd a fu yno dros y blynyddoedd diwethaf. Hoffwn pe baech yn clywed am yr holl bethau da am fy ngwlad a'r bobl arbennig sy'n byw yno.

Rwy'n hedfan fy marcud yn fy nhref fy hun. Mae gen i hen farcud a roddodd fy ewythr i mi cyn iddo fynd i'r ddinas i astudio. Mae e am fod yn beiriannydd!

Rwy'n caru fy marcud, mae'n hedfan mor uchel! Wrth i mi wneud iddo godi, deifio, a chodi eto, rwyn teimlo fel pe gallwn hedfan dros y mynyddoedd!

Mae fy ewythr wedi dweud wrthyf fod yn rhaid i mi fod yn ofalus wrth hedfan fy marcud, ac os wyf yn gweld golau coch a gwyrdd yn yr awyr, mae'n rhaid i mi fynd adref. Gall y goleuadau fod yn adar angau, ac maent yn beryglus. Maent mor uchel yn yr awyr. Ac maent yn gollwng bomiau. Fe wnaeth un o'r adar angau hyn ladd fy nhad, a dim ond ffermwr oedd e. Nid oedd byth yn cario gwn, ond ni allai'r adar angau sylweddoli hynny. Dim ond tair blwydd oed ôn i pan ddigwyddodd hyn.

Rydym yn anfon ein dymuniadau i fyny gyda'n barcutiaid. Adeg y Flwyddyn Newydd – a ddathlwn ar Fawrth 21 – mae pawb yn y dref yn mynd allan i hedfan eu barcutiaid gyda'i gilydd. Mae hwn yn draddodiad Affgan. Rwy'n gwybod y byddaf yn gweld fy nhad eto ryw ddiwrnod, felly yr un yw fy nymuniad bob tro: y daw heddwch ac y byddaf i yn gallu hedfan barcutiaid gyda'm ffrindiau heb deimlo'n ofnus.

## 4 Hawliau Plentyn

Pan fyddwn yn hamddena – chwarae pêl-droed neu gemau cyfrifiadurol – pan fydd Aymal yn hedfan ei farcud, rydych chi a fe yn arddel eich hawliau dynol: hawl byd-eang plant a phobl ifanc i chwarae. ('Mae gan bob blentyn yr hawl i ymlacio, chwarae a chymryd rhan mewn amrywiaeth eang o weithgareddau diwylliannol ac artistig.' Erthygl 31, Cytundeb y CU ar Hawl y Plentyn.)

I Aymal, sy'n byw yn Affganistan, mae hedfan barcud yn bwysig iawn. Mae'n rhan o ddiwylliant Affganistan. Ar achlysuron arbennig fel y Flwyddyn Newydd, mae llawer o bobl yn hedfan barcutiaid gyda'i gilydd mewn dathliad.

Ond mae tywydd hedfan da i farcutiaid hefyd yn dywydd pan fydd adar angau – y peiriannau hynny y mae Aymal mor ofnus ohonynt – yn hedfan yn dda. Pan fydd Aymal yn hedfan ei farcud, mae wastad yn poeni fod aderyn angau yno, hyd yn oed os na all ei weld, ac mae amser chwarae drosodd. Mae'n rhaid iddo fynd adref ble mae'n saffach.

## 5 Casgliad

Yn stori Aymal fe glywson ni ef yn siarad am sut, ar achlysuron arbennig, y mae'n hoffi anfon dymuniad i fyny gyda'i farcud. Beth yw ein dymuniad ni heddiw? Ar gyfer Aymal ... ar gyfer y plant y mae eu bywydau wedi'u cystuddio gan ryfel a thrais ... ar gyfer y byd?

Ysgrifennwch eich dymuniad ar y papur a byddwn yn ei ychwanegu i'r llinyn ar farcud Aymal a gadewch i ni ddymuno heddwch gydag ef.

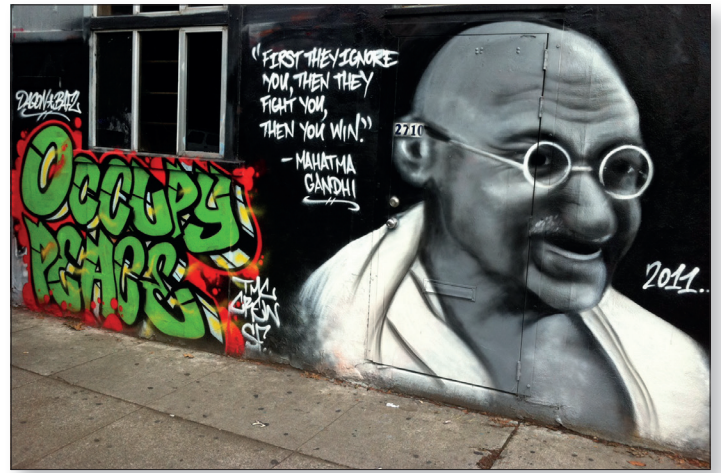
## Gweithgareddau/adnoddau pellach:

- Ar gyfer cynlluniau gweithdai sy'n cynorthwyo plant i ddysgu mwy am hawliau dynol ac am adar angau, yn o gystal â chyfarwyddiadau ar sut i adeiladu barcud, 'Fly Kites Not Drones: We all live under the same blue sky' (£5 a chostau pacio a phostio). Copïau ar gael o'r Quaker Centre Book Shop, e-bost [quakercentre@quaker.org.uk](mailto:quakercentre@quaker.org.uk) neu ffoniwch 020 7663 1030, neu archebwch arlein o [www.quaker.org.uk/bookshop](http://www.quaker.org.uk/bookshop).
- Ar gyfer fideos, syniadau a mwy o adnoddau gweler [www.flykitesnotdrones.org](http://www.flykitesnotdrones.org).
- Darllenwch 'The Kites are Flying!' gan Michael Morpurgo, ble mae Said, bachgen o Balestina sydd byth yn siarad, yn adeiladau barcutiaid i hedfan dros y wal ger ei gartref.
- Am wasanaeth arall yn ymwneud â barcutiaid a byw dan yr un awyr las gweler [www.assemblies.org.uk/sec/1547/reach-for-the-stars-and-your-kite](http://www.assemblies.org.uk/sec/1547/reach-for-the-stars-and-your-kite).

# PEACE EDUCATION NETWORK

## Pecyn Addysgu

Gwasanaeth: Beth yw heddwch?



**Nod:** annog plant i ystyried beth yw heddwch a sut y gallwn ei wireddu.

**Cynllunio/paratoi:** byddwch angen y cyflwyniad PwyntPŵer 'Beth yw heddwch?' o wefan Rhwydwaith Addysg Heddwch: [www.peace-education.org.uk](http://www.peace-education.org.uk).

Mae'r sgwariau oren ■ yn y testun yn cyfeirio at y sleidiau hyn.

Mae'r pedwar llun cwis ■ sleidiau 2,4,5 a 7, yn cael eu datgelu'n raddol trwy glicio ar y llygoden (byddwch yn barod i wneud llawer o glicio!).

### 1 Cwis ■ Sleid 1

Bydd cyfres o luniau yn cael eu datgelu'n raddol (wrth i chi glicio). Gofynnwch i'r plant godi eu dwylo pan fyddant yn meddwl eu bod yn gwybod beth sydd yn y llun ...

- Sleid 2: Llun o golomen
- Sleid 3: Beth a welwch? (cliciwch i ddatgelu'r ddelwedd)
- Sleid 4: Arwydd heddwch gyda bysedd
- Sleidiau 5 a 6: Garanod papur origami [edrychwch am atebion megis adar, adar papur, origami]
- Sleidiau 7 ac 8: Symbol CND (Ymgyrch Diarfogi Niwclear). (Edrychwch am atebion fel symbol heddwch.)

### 2 Symbol CND

*Holwch y plant: Oes unrhyw un yn gwybod o ble y daw symbol CND?*

Eglurwch mai ymgyrch i waredu bomiau niwclear yw'r Ymgyrch Diarfogi Niwclear. Rhain yw'r bomiau mwyaf pwerus sydd ar gael. Mae'r symbol yn gyfuniad o'r llythrennau N a D mewn semaffor – N am niwclear, D am ddiafogi ■ sleid 8.

### 3 Heddwch

*Oes unrhyw un yn gwybod am un gair sy'n cysylltu'r pedair delwedd yma?*

- Sleid 9: [Edrychwch am yr ateb HEDDWCH. Os oes angen mwy o gymorth yna ...] Mae pump llythyren yn y gair ...
- Sleid 10: H yw'r llythyren gyntaf
- Sleid 11
- Sleid 12: Beth yw heddwch? *Ceisiwch ddarganfod ystyr heddwch i'r plant. Holwch: Beth yw heddwch? Rhowch ychydig eiliadau iddynt i ystyried y cwestiwn a thrafod syniadau gyda'r person agosaf atynt. [Derbyniwch adborth ar ôl munud neu ddau.]*

### 4 Diffiniadau o heddwch

Eglurwch fod sawl person wedi ceisio diffinio heddwch dros y blynyddoedd ...

- Sleid 13: *Holwch: Oes unrhyw un yn adnabod hwn?*
- Sleid 14: Martin Luther King – Americanwr a weithiodd er mwyn cael chwarae teg i bobl o bob cenedl yn Unol Daleithiau America.
- Sleid 15: Dywedodd "Nid absenoldeb tensiwn yw heddwch, ond presenoldeb cyfiawnder."

## 5 Diffiniadau'r plant

Roedd gan blant blynyddoedd 1 a 2 eu syniadau eu hunain ynghylch heddwch pan gawsant 'wythnos heddwch'.

■ Sleid 16: Dywedon nhw: "Heddwch yw helpu fy ffrindiau pan maent fy angen i."

■ Sleid 17: "Heddwch yw pan mae pawb yn cydweithredu ac yn gwrando ar ei gilydd."

## 6 Gandhi

■ Sleid 18: *Ac yn olaf, holwch pwy yw hwn? – Gandhi.*

■ Sleid 19: Dywedodd ef: "*Byddwch y newid rydych am ei weld yn y byd.*" Beth dybiwch y golygai ef wrth hynny? [Edrychwch am atebion sy'n nodi os ydym am heddwch rhaid i ni fod yn heddychlon, os ydym am chwarae teg, rhaid i ni drin pobl yn deg a.y.y.b.]

## 7 Casgliad: Heddwch a Chyfiawnder

Rydym wedi siarad am heddwch a beth yw heddwch. Byd heddychlon yw byd lle ceir cyfiawnder; lle caiff pawb eu trin yn deg, lle nad oes trais, a lle y gallwn fyw heb ofn. Ac mae'r dyfyniad olaf yna gan Gandhi yn ein hatgoffa os ydym am heddwch rhaid i ni fod yn bobl heddychlon a gweithio dros heddwch.

### Gweithgareddau/adnoddau pellach:

- Gall y plant lunio llyfryn neu negeseuon 'Heddwch yw ...' trwy gyfrwng brawddegau neu luniau. Gofynnwch i'r plant ble maent yn teimlo'n heddychlon a dyluniwch 'y man heddychlon' yn eich ystafell ddosbarth/ysgol lle y gallwch arddangos eu negeseuon.

Mae'r llyfryn *The Peace Book* gan Todd Parr, 2008, yn helpu plant 5 – 7 oed i berthnasu â'r cysyniad o heddwch.

- Am weithgareddau er mwyn creu ysgol fwy heddychlon, gwelwch 'Learning for Peace – developing outstanding SMCS in Primary Schools' o'r wefan: [www.peacemakers.org.uk](http://www.peacemakers.org.uk) neu e-bostiwrch [office@peacemakers.org.uk](mailto:office@peacemakers.org.uk)
- Os ydych yn byw yng Nghymru ewch i: [www.wcia.org.uk/walesforpeace.html](http://www.wcia.org.uk/walesforpeace.html) er mwyn darganfod heddychwyr lleol.

- Ewch i [www.peacefulschools.org.uk](http://www.peacefulschools.org.uk) er mwyn ymuno â'r Mudiad Ysgolion Heddychlon (Peaceful Schools Movement).

- Llyfrau defnyddiol eraill:

*Can You Say Peace?* gan Karen Katz, 2006. Llyfr syml sy'n galluogi plant i ddweud 'heddwch' mewn ieithoedd gwahanol.

*What does peace feel like?* gan Vladimir Radunsky, 2004. Plant yn disgrifio sut mae heddwch yn teimlo, yn blasu ac yn swnio.

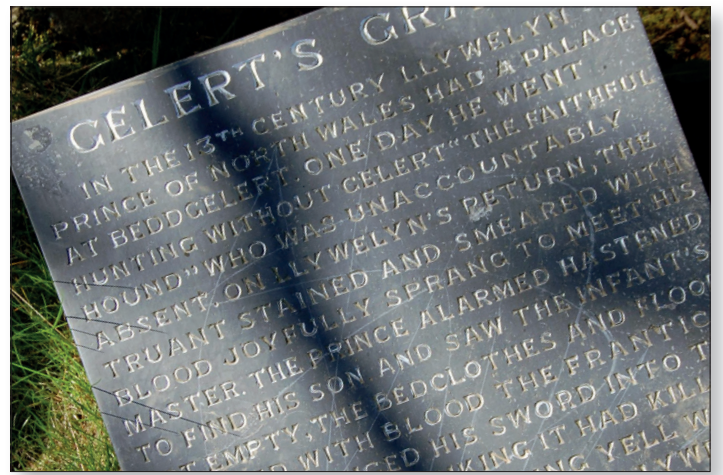
*The Story of Ferdinand* gan Munro Leaf, 2011. Tarw yw Ferdinand ac mae'n well ganddo eistedd a sawru'r blodau na bwrw pennau eraill.

*War and Peace* gan Michael Foreman, 2002. Neges sylfaenol y llyfr yw helpu eraill a rhannu eich eiddo.

Am fwy o lyfrau plant ymwelwch â: [www.wordpool.co.uk/ccb/war.htm](http://www.wordpool.co.uk/ccb/war.htm)

## Pecyn Addysgu

Gwasanaeth: Meddyliwch cyn  
gweithredu: chwedl Beddgelert



**Nod:** i ddangos sut y gall pethau fynd o chwith os byddwn yn gweithredu mewn dichter.

**Cynllunio/paratoi:** efallai yr hoffech arddangos llun o fedd Gelert yn y gwasanaeth.

Gallech gychwyn y gwasanaeth gyda lluniau o'ch anifeiliaid anwes neu rhai'r athrawon eraill a'r plant.

### 1 Cyflwyniad: Anifeiliaid anwes

*Holwch y plant: Oes gan unrhyw un anifail anwes anghyffredin? Beth am anifeiliaid anwes mwy cyffredin .. pwy sydd â chath? Bochdew? Cwningen? Beth am gi? Pam fod pobl yn cadw cŵn? [Chwiliwch am atebion yn ymwneud â ffyddlondeb, cyfeillgarwch a gwarchodaeth.]*

Eglurwch eich bod am adrodd stori am gi yr oedd ei feistr yn meddwl ei fod yn gi da a ffyddlon.

### 2 Chwedl Gelert

Mewn cae ar lan yr afon Glaslyn, ger Beddgelert yng Ngogledd Cymru, mae carreg yn nodi bedd Gelert, ci ffyddlon y Tywysog Llywelyn.

Tua 800 mlynedd yn ôl roedd gan Llywelyn balas ger Beddgelert, ac un diwrnod gadawodd y palas i fynd allan i hela. Yn wahanol i'r arfer, nid oedd Gelert gydag ef y diwrnod hwnnw. Roedd yn aros adref i groesawu ei feistr yn eiddgar. Ond pan ddychwelodd Llywelyn, cafodd ei frawychu wrth weld fod y ci wedi'i orchuddio â gwaed.

Mewn panig, rhuthrodd y tywysog i'w balas i edrych am ei fab bychan. Roedd crud y babi yn

wag a'r dillad gwely a'r llawr wedi'u gorchuddio â gwaed.

*Holwch y plant: beth dych chi'n credu oedd wedi digwydd?*

### 3 Cariwch ymlaen â'r stori

Gan feddwl fod y ci wedi lladd y bachgen bach, yn ei gynddaredd, trywanodd y Tywysog Llywelyn y ci yn ei ochr gyda'i gleddyf. Pan atebwyd gwaedd olaf y ci wrth farw gan grio plentyn, chwiliodd Llywelyn a darganfod y plentyn, yn ddi-anaf, yn gorwedd wrth gorff blaidd mawr, yr oedd Gelert wedi'i ladd. Daeth tristwch dros y tywysog, ac yn ôl yr hanes ni wenodd byth wedyn. Claddodd Gelert yn y fan lle mae'r garreg a welir yn y llun yn sefyll.

Lleoliad llun: <http://tinyurl.com/TPP-Gelert>

### 4 Y Tywysog Llywelyn

*Holwch y plant: Sut dych chi'n meddwl yr oedd y Tywysog Llywelyn yn teimlo? [Edrychwch am atebion sy'n nodi fod y tywysog yn teimlo rhyddhad / yn hapus am fod ei fab yn ddiogel ond yn drist / blin am ei fod wedi lladd Gelert ac y byddai'n colli ei ffrind.] Oedd e'n iawn i wneud yr hyn a wnaeth?*

### 5 Barney a'r paent a gollwyd

Gorffennwch y gwasanaeth gyda stori gyfoes sydd gyda'r un neges foesol.

Eglurwch eich bod am sôn am rywbeth a ddigwyddodd yn fwy diweddar, a nes at adref .... cerddodd Mr Jones i mewn i'w ystafell ddosbarth un dydd i ddarganfod y llawr wedi'i orchuddio â phaent. Dim ond Barney oedd yno – ac roedd ef hefyd wedi'i orchuddio â phaent. Beth dych chi'n credu ddigwyddodd? *Beth ddylai Mr Jones wneud?* [Ceisio clirio i fyny yr oedd Barney ar ôl darganfod y llanast.]

## 6 Casgliad

*Holwch y plant: beth allwn ni ddysgu o'r hanesion hyn?* [Edrychwch am atebion sy'n dweud i beidio ag ymateb ar frys pan yn ddig, ac i beidio â beio rhywun cyn darganfod yr hanes i gyd.] Gorffennwch trwy eu hatgoffa ei bod yn iawn i deimlo'n ddig, ond beth a wnawn wedyn sy'n bwysig. Eglurwch, pan fyddwch yn flin, ac mae llosgfynydd yn corddi'n eich stumog, fod llawer y gallwch ei wneud e.e.

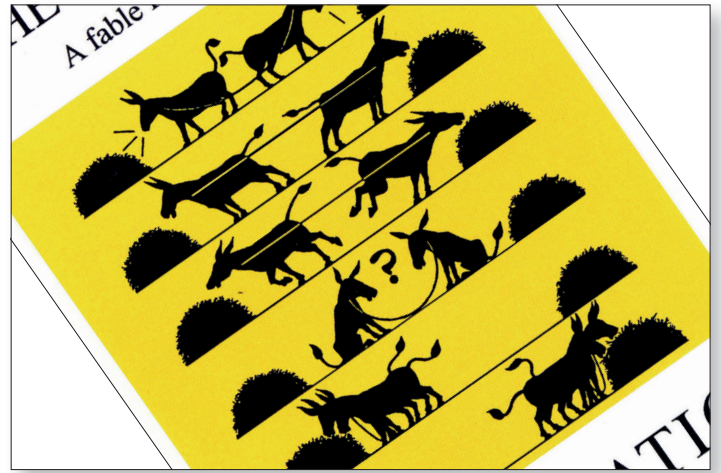
- Cyfrif i lawr o ddeg
- Anadlu'n ddwfn bump o weithiau
- Symud i ffwrdd a gwneud rhywbeth arall. Gallwch ddychwelyd at y broblem ar ôl tawelu i lawr, ac efallai y byddwch yn darganfod ei bod wedi diflannu!

### Gweithgareddau/adnoddau pellach:

- Gwylwch animeiddiad o stori Gelert arlein:  
<http://tinyurl.com/TPP-Gelert-An> (fersiwn Cymraeg): <http://tinyurl.com/TPP-Gelert-AnW>.
- Actiwch stori Gelert a'r Tywysog Llywelyn gyda'ch dosbarth.
- Chwiliwch am strategaethau i ddelio â dicter, gwelwch:  
*A Volcano in My Tummy: Helping Children to Handle Anger*, gan Whitehouse and Pudney, 1998.  
*What To Do When Your Temper Flares: A Kid's Guide to Overcoming Problems with Anger* gan David Huebner, 2002
- Am ymarferion myfyrio syml ar gyfer plant 5 – 12 oed gwelwch 'Sitting Still Like a Frog: Mindfulness Exercises for Kids (and Their Parents)', 2014.
- Llyfrau defnyddiol eraill:  
*The Sand Tray* gan Don Rowe, rhan o gyfres 'Thinkers' ar gyfer Cyfnod Allweddol 1, a ysgrifennwyd er mwyn annog plant i weld sefyllfaoedd cymhleth a chyfarwydd o nifer o wahanol safbwyntiau.  
*Moose* gan Michael Foreman, Andersen Press Ltd, 2014. Mae Moose yn stori am oresgyn gwrthdaro a chyd-weithio.  
*Two Monsters* gan David McKee, 2009. Llyfr lluniau am ddau anghenfil gyda neges gref ynglyn â deall safbwyntiau pobl eraill.  
*Ask Me* gan Antje Damm, 2005. Cymorth gydag Amser Cylch, cwestiynau agored syml a delweddau hyfryd.

## Pecyn Addysgu

Gwasanaeth: Datrys gwrthdaro:  
Stori dau ful



**Nod:** i ddangos bod cydweithrediad yn well na gwrthdaro.

**Cynllunio/Paratoi:** effallai bydd e'n ddefnydiol ichi gael y canlynol ar gyfer y gwasanaeth:

2 fwgwd mul  
(o: [www.peace-education.org.uk](http://www.peace-education.org.uk))  
Ffrisbi a phêl-droed  
Rhaff/cortyn  
2 focs cardbord.

### 1 Cyflwyniad: gofynnwch am ddau wirfoddolwr

Eglurwch na fydd angen iddynt siarad, ond efallai bydd angen iddynt wneud ychydig bach o actio. (*Rhowch fwgwd mul ac un pen o'r rhaff/cortyn yr un i'r ddau blentyn, gan wneud yn siŵr eu bod yn gwybod na allant adael i fynd. Esboniwch eich bod yn mynd i ddweud stori, ac eich bod am iddynt eu hactio allan cam wrth gam.*)

### 2 Dywedwch y stori ganlynol:

Un tro yr oedd yna ddau ful. Roedd y ddau wedi clymu at ei gilydd mewn iard fferm, ac roedd y ddau yn llwglyd iawn (anogwch eich actorion i feimio).

Yna, gadawodd y ffermwr ddau focs o fwyd iddynt yn yr iard: un ar gyfer y mul cyntaf (rhowch hwn ar ochr chwith y llwyfan) ac un ar gyfer y mul arall (rhowch hwn ar ochr dde'r llwyfan).

Gwelodd y ddau ful y bwyd oedd wedi cael ei adael iddynt, ond roeddynt wedi clymu at ei gilydd o hyd. Ceisiodd y ddau gyrraedd at y bwyd, ond nid oeddynt yn gallu. Roedd y ddau mor gryf â'i gilydd, felly pa bynnag mor galed y tynnai'r ddau'r

rhaff, nid oedd yn bosib iddynt gyrraedd y bwyd.

Yn teimlo'n flinedig ac allan o anadl, eisteddodd y ddau ful lawr wrth ymyl ei gilydd, yn fwy llwglyd nag o'r blaen.

Eglurwch ei fod yn sefyllfa 'colli-colli' erbyn hyn. Nid yw'r un o'r ddau ful wedi cael yr hyn maen nhw angen.

### 3 Beth all y mulod wneud?

*Gofynnwch i'r plant am awgrymiadau ynglŷn â beth gall y mulod wneud.* [Edrychwch am syniadau am weithio gyda'i gilydd, cydweithredu i fwyta gyda'i gilydd o'r un bocs ac yna'r llall].

### 4 Parhewch y stori...

Yna dechreuodd y mulod siarad gyda'i gilydd, gan feddwl am syniad a fyddai'n helpu'r ddau ohonynt estyn y bwyd. Aeth y ddau gyda'i gilydd at fwyd y mul cyntaf a'i rannu, heb dynnu'r rhaff unwaith. Unwaith roedd y bwyd hwnnw wedi gorffen, aethant draw at fwyd y mul arall a'i rannu i gyd. Cafodd y ddau ddigon o fwyd gan eistedd i lawr yn hapus. Roeddynt wedi darganfod ateb 'ennill-ennill'.

### 5 Diweddsglo gwahanol

Roedd y diweddsglo 'ennill-ennill' yn gwneud i'r ddau ful deimlo'n hapus. Ond fe allai'r stori hon fod wedi gorffen yn wahanol iawn. Sut allai fod wedi gorffen mewn ffordd lai hapus? *Gofynnwch i'r plant am eu hawgrymiadau.* Edrychwch am syniadau fel...

- Gallai'r mulod fod wedi ymladd dros y bwyd a chael eu brifo – 'colli-colli'
- Gallai un mul fod wedi bwlio'r llall a chymryd y bwyd i gyd – sefyllfa 'ennill-colli'

- Gallasant fod wedi tynnu'r rhaff mor galed nes iddynt gael eu brifo – 'colli-colli' arall

Roedd yna bwynt yng nghanol y stori pan wnaeth y mulod rywbeth i'u helpodd i ddatrys y broblem. *A wnaeth unrhyw un sylwi beth oedd hyn?* Trwy stopio a meddwl, ac yna siarad a gwrandao, daethant o hyd i syniad ennill-ennill.

## 6 Gwrthdaro

Eglurwch fod anghytundebau, neu wrthdaro, yn digwydd trwy'r amser. Beth sy'n bwysig yw sut rydym yn delio â hyn. Yn lle cwmpo mas a dadlau, gallwn weithio gyda'n gilydd, fel y mulod, i ddarganfod ateb sy'n plesio pawb. Sut gallwn wneud hynny?

*Gofynnwch i'r plant beth oedd yn rhaid i'r mulod wneud er mwyn cyrraedd eu hateb 'ennill-ennill'.* [Edrychwch am atebion fel stopio a meddwl, cydweithredu, gwrandao ar ei gilydd, meddwl am anghenion ei gilydd...] Felly nawr bod ni'n gwybod sut i gyrraedd atebion 'ennill-ennill', dewch i weld os gallwn ni ddatrys problem i Siôn ac Ali (neu defnyddiwch enwau'r ddau blentyn sy'n gwirfoddoli). Gofynnwch am ddau wirfoddolwr. Rhowch bêl-droed i un o'r ddau a frisbi i'r llall. Esboniwch y sefyllfa:

*Mae Siôn wir am chwarae Frisbi  
Mae Ali wir am chwarae pêl-rwyd  
Ond mae'r ddau eisiau chwarae gyda'i gilydd.*

*Gofynnwch i'r plant beth gall Siôn ac Ali wneud am eu problem a fyddai'n ddatrusiad 'ennill-ennill'?*  
[Edrychwch am atebion fel..]

- Cytuno i rannu eu hamser, gan chwarae ychydig bach o bêl-rwyd ac ychydig bach o Frisbi
- Cytuno i chwarae un heddiw, a'r llall yfory
- Dyfeisio gêm newydd – gallech hyd yn oed ofyn i'ch gwirfoddolwyr ddangos eu hateb, fel pelrwydfrisbi!

## 7 Atebion 'Ennill-ennill'

Dyma beth rydym yn galw'n atebion 'ennill-ennill'. Pan fyddwn yn anghytuno neu yn gwrthdaro â rhywun, rydym yn aml yn meddwl bod rhaid inni golli er mwyn i'r person arall ennill. Felly rydym yn ffocysu ar ennill yn unig. Rydym yn tynnu'n galed iawn i'n cyfeiriad ein hunain, fel y mulod cyn iddynt eistedd lawr i feddwl. Ond hyd yn oed os ydym yn ennill yn y pen draw, rydym weithiau wedi brifo teimladau'r person arall, neu wedi niweidio'r cyfeillgarwch yn y broses.

## 8 Casgliad

*Felly y tro nesaf rydych mewn gwrthdaro, beth ddylech wneud? Cofiwch stori'r ddau ful. Yn hytrach na thynnu mewn cyfeiriadau gwahanol, cymrwch yr amser i stopio a meddwl. Ystyriwch os gallech gydweithredu er mwyn canfod ateb 'ennill-ennill'.*

## Gweithgareddau/adnoddau pellach:

- Cyflwynwch Gyfryngu rhwng Gyfoedion – ffordd o ddatrys gwrthdaro i bobl ifanc gan bobl ifanc – i'ch ysgol. Cysylltwch â'r Peer Mediation Network er mwyn darganfod mwy: [www.peermediationnetwork.org.uk](http://www.peermediationnetwork.org.uk)
- Dangoswch a defnyddiwch boster Y Ddau Ful yn eich ystafell ddosbarth.  
  
Trafodwch natur gwrthdaro gyda phlant o bob oedran trwy ddefnyddio *Once Upon a Conflict: A fairy-tale manual of conflict resolution* gan Tom Lemidorfer, 2014. Mae'r llyfr hwn

yn defnyddio straeon cyfarwydd i helpu darllenwyr ystyried natur gwrthdaro ac i ddarganfod ffyrdd adeiladol o ddelio â gwrthdaro.

Mae'r ddau ar gael o Ganolfan y Crynwyr: 020 7663 1030, neu e-bostiwch [quakercentre@quaker.org.uk](mailto:quakercentre@quaker.org.uk).

- Ymarferwch 'ddatganiadau Myfi'. Mae'r rhain yn ddefnyddiol i helpu plant ddelio â gwrthdaro. Ar gyfer Gêm Amser Cylch ar 'ddatganiadau Myfi', a thaflen waith ewch i: [www.cresst.org.uk/pen-resources](http://www.cresst.org.uk/pen-resources).

- Fel dosbarth, defnyddiwch amser cylch fel cyfle rheolaidd, diogel i rannu teimladau a phroblemau y mae'r plant yn eu profi (peidiwch enwi unrhyw un).  
Gwahoddwch y grŵp i awgrymu atebion gan ddefnyddio'r geiriau "A fyddai'n helpu petai..." Am wybodaeth bellach ynglŷn â defnyddio cylchoedd ewch i: [www.peacemakers.org.uk](http://www.peacemakers.org.uk)
- Gweler 'Pioneer Peace Pack activity 2 – Conflict Resolution' Gwerin y Coed: <https://woodcraft.org.uk/resources/pioneer-peace-pack-activity-2-conflict-resolution> ar gyfer deunyddiau a gweithgareddau (wedi'u hanelu at blant rhwng 10-12 oed).

## Pecyn Addysgu

Gwasanaeth: Y Cadoediad  
Nadolig



**Nod:** i ddysgu am stori hynod o'r Rhyfel Byd Cyntaf ac i annog plant i feddwl am estyn allan mewn cyfeillgarwch ar draws rhaniadau.

**Cynllunio/Paratoi:** efallai hoffech ddarganfod delweddau o'r ffosydd yn y Rhyfel Byd Cyntaf i'w dangos yn ystod y gwasanaeth.

### 1 Cyflwyniad: Pêl-droed

*Gofynnwch i'r plant: Pwy sy'n hoffi chwarae pêl-droed? [codi dwylo] Beth ydych yn hoffi amdano? [Edrychwch am atebion am gyfeillgarwch a hwy]*

Eglurwch fod chi eisiau dweud stori am gêm ryfeddol iawn o bêl-droed a chwaraewyd 100 mlynedd yn ôl...

### 2 Dywedwch stori'r Cadoediad Nadolig

Y dyddiad oedd 24 Ragfyr 1914 – Noswyl Nadolig. Roedd llawer o blant yn paratoi ar gyfer Nadolig heb eu tadau. Yn gynharach yn ystod y flwyddyn honno, ym mis Awst, roedd rhyfel wedi cychwyn ar draws Ewrop ac o amgylch y byd. Roedd yr Almaen wedi ymosod ar y wlad drws nesaf, sef Gwlad Belg. Roedd Prydain wedi cytuno i helpu amddiffyn Gwlad Belg ac felly roedd cannoedd ar filoedd o ddynion wedi hwylio i Ffrainc.

Cyn hir roeddynt yn wynebu milwyr Almaenig mewn llinell hir o ffosydd. Roedd y ffosydd dwfn hyn wedi cael eu cloddio er mwyn gwarchod milwyr ar y ddwy ochr rhag gynnu'r gelyn. Er hynny, roedd miloedd o ddynion ar y ddwy ochr eisoes wedi cael eu lladd.

*Esboniwch i'r plant mai Noswyl Nadolig oedd hi. Gofynnwch: Am beth fyddai'r milwyr yn*

*meddwl?* [Chwiliwch am atebion fel ffrindiau, teulu, gwragedd a chariadon]. Felly hefyd yr Almaenwyr.

### 3 Parhau'r stori...

Wrth i'r milwyr Prydeinig gadw golwg, fe glywsant rywbeth wnaeth eu synnu. Nid sŵn y gynnu ond canu. Wrth i'r wawr dorri, yn lle'r gynnu yn dechrau tanio eto roedd yna lonyddwch rhyfedd. Cododd rhywun yn y ffosydd Almaenig fwrdd gyda'r geiriau "You no fight, we no fight" wedi'u hysgrifennu arno. Ar hyd y llinell, cododd swyddog Almaenig faner wen. Cododd rhai milwyr Prydeinig yn wyladwrus uwch ben y ffos – a digwyddodd dim byd. Yn ofalus iawn dechreuasant symud ymlaen, heb eu gynnu, tuag at y llinellau Almaenig. Daeth yr Almaenwyr hefyd ymlaen i'w cwrdd gan gyfarch eu gelynion trwy siglo eu dwylo yn gynnes. "Nadolig Llawen, Fritz!" a "Nadolig Llawen i ti hefyd, Tommy."

Erbyn y prynhawn, roedd miloedd o filwyr ar y naill ochr yn siarad a chwerthin a chanu. Dangosodd rhai ohonynt luniau o'u hanwyliad i'w ffrindiau newydd. Roedd rhai Almaenwyr wedi bod yn gweithio yn Lloegr cyn i'r rhyfel ddechrau a gofynnodd un milwr i swyddog Prydeinig os byddai'n fodlon mynd â llythyr yn ôl i'w gariad Seisnig. Roedd yna lawer o gyfnewid anrhegion bach fel sigarennau, bwyd tin, pwddin Nadolig, a hyd yn oed helmau! Ffeindiodd rhywun arall bêl-droed a dechreuwyd gêm. Dechreuodd gemau eraill a lle nad oedd yna bêl, defnyddiwyd caniau tin neu fagiau tywod wedi'u stwffio gyda gwellt. A thrwy'r adeg, roedd carolau yn parhau i gael eu canu yn y ddwy iaith. Dechreuwyd y cadoediad hwn gan filwyr cyffredin nad oedd eisiau ymladd ar Ddiwrnod Nadolig. Ymunodd y swyddogion oedd yn ymladd gyda nhw yn y cadoediad, ond nid oedd y swyddogion uwch yn hapus o gwbl.

## 4 Y Cadfridogion

*Gofynnwch i'r plant: Pam rydych yn meddwl bod y cadfridogion, a oedd yn rhedeg y fyddin, yn anhapus?* [Chwiliwch am atebion am iddynt fod yn anfodlon gan nad oedd bod yn ffrindiau gyda'r gelyn yn syniad da. Sut gallwch chi ymladd gyda rhywun sy'n ffrind?]

Pan glywodd y Cadfridogion a oedd yn rhedeg y rhyfel am y cadoediad, roeddynt yn ddig iawn. Roeddynt yn ofni y byddai'r milwyr yn colli eu hewyllys i ymladd oherwydd eu bod yn gallu gweld bod eu gelynion yn bobl yr un peth â nhw.

Symudodd y cadfridogion yn gyflym er mwyn arbed hyn rhag digwydd eto. Anfonwyd gorchmynion allan nad oedd unrhyw gyswllt i fod bellach gyda'r gelyn, a chyn hir, gwaetha'r modd,

dechreuodd y saethu eto. Roedd llawer o bobl wedi gobeithio y byddai'r rhyfel drosodd erbyn Nadolig y flwyddyn honno. Yn anffodus, fe aeth ymlaen am dair blynedd a hanner wedi hynny. Erbyn yr amser hynny, roedd miliynau o filwyr ar draws y byd, a hyd yn oed mwy o ddinasyddion, wedi marw.

## 5 Casgliadau: Adeiladu heddwch

Eglurwch i'r plant eich bod am iddynt feddwl am estyn allan ar draws ffiniau. *Gofynnwch: A ydych erioed wedi helpu rhywun newydd i setlo mewn i'ch dosbarth, neu wedi sefyll lan dros rywun oedd angen eich help, er nad oeddech yn adnabod nhw'n dda iawn. A ydych wedi bod yn ffrind i rywun oedd eich angen?* Wrth wneud rhywbeth felly rydych yn adeiladu heddwch. Felly parhewch i'w wneud...

### Gweithgareddau/adnoddau pellach:

- Am fwy ar y Cadoediad Nadolig, gweler: <https://research.ncl.ac.uk/martinlutherking> and *Truce: The Day The Soldiers Stopped Fighting* gan Jim Murphy, 2009.
- Dysgwch fwy am brofiadau gwrthwynebwyr cydwybodol – pobl a oedd yn gwrthod lladd o'r cychwyn, nid dim ond ar Ddiwrnod Nadolig.  
Gweler *Conscience A World War I critical thinking project* (cynradd) a *Conviction* (uwchradd). Ar gael o Ganolfan y Crynwyr 020 7663 1030 neu ebost [quakercentre@quaker.org.uk](mailto:quakercentre@quaker.org.uk)  
Ffilmiau byr, *Voices of Conscience* [www.vimeo.com/channels/voicesofconscience](http://www.vimeo.com/channels/voicesofconscience)  
*Choices then and now* – adnodd Rhyfel Byd Cyntaf ar gyfer ysgolion cynradd, ysgolion uwchradd a

cholegau o Amgueddfa Heddwch Bradford. Gweler: [www.choicesthenandnow](http://www.choicesthenandnow)

- Ewch i [www.ppu.org.uk](http://www.ppu.org.uk) am fwy o adnoddau o'r Peace Pledge Union.
- Trafodwch gyda'ch dosbarth adegau pan gall pobl ofyn ichi wneud pethau sy'n gwneud chi'n anhapus. Pa mor galed ydyw i sefyll allan ac i wrthod? Pam? Beth all ein helpu i fod yn ddewr am ein syniadau a'n credoau?
- Yn ystod y Rhyfel Byd Cyntaf ac ym mhob rhyfel arall, mae papurau newydd ac eraill yn lledaenu celwydd ofnadwy am y gelyn. Beth sy'n gyfrifol am hyn yn eich barn chi? Trafodwch adegau pan mae grwpiau o bobl yn dechrau amau ei gilydd. Beth ellir ei wneud i dorri lawr y waliau hyn? Pam nad yw rhai pobl am i'r waliau ddod lawr?
- Yn ystod y Rhyfel Byd Cyntaf ac ym mhob rhyfel arall, mae papurau newydd ac eraill yn lledaenu celwydd ofnadwy am y gelyn. Beth sy'n

gyfrifol am hyn yn eich barn chi?  
Trafodwch adegau pan mae grwpiau  
o bobl yn dechrau amau ei gilydd.

Beth ellir ei wneud i dorri lawr y  
waliau hyn? Pam nad yw rhai pobl  
am i'r waliau ddod lawr

## Pecyn Addysgu

Gwasanaeth: Pwysigrwydd  
anufudd-dod



**Nod:** i ystyried a thrafod gwneud beth rydych chi'n credu sy'n iawn.

**Cynllunio/Paratoi:** gyda grŵp mawr gallech efallai ddefnyddio 'sefwch lan' i gynrychioli 'ymladd' ac 'eisteddwch lawr' i gynrychioli 'gwrthod ymladd'. Fel arall, gallech gael grŵp bach o blant i wneud y gweithgaredd ym mlaen yr ystafell ar ran pawb.

Gyda grŵp digon bach gellir gwneud y gwasanaeth hwn gydag un ochr o'r ystafell wedi'i farcio 'Ymladd' a'r llall 'Gwrthod ymladd', a gall y plant fynd i ba bynnag ochr o'r ystafell sy'n cynrychioli eu penderfyniad.

### 1 Cyflwyniad

Eglurwch eich bod yn mynd i ddweud stori wrth y plant.

Mae'r stori yn sôn am wneud penderfyniad anodd iawn. Mae'n rhaid i'r person yn y stori benderfynu a ddylai fynd i ryfel i ymladd dros ei wlad neu wrthod ymladd.

*Rwy' am i chi ddychmygu mai chi yw'r person hwn ac i geisio gwneud y penderfyniad drostyn nhw.*

Dywedwch wrthynt eich bod yn mynd i ofyn rhai cwestiynau. Pe bydden nhw yn penderfynu ymladd, gofynnwch i'r disgyblion 'sefyll lan' (neu wneud rhywbeth gweledol, fel rhoi eu dwylo i fyny). Pe byddent yn gwrthod ymladd, dywedwch wrthynt i aros ar eu heistedd.

### 2 Dweud y stori

Eglurwch eich bod yn mynd i ddweud y stori yn

araf, gan roi ychydig bach o wybodaeth yn unig ar y tro. Felly os ydych yn newid eich meddwl yn ystod y gweithgaredd yna gallwch newid eich safle. (Ar ôl pob pwynt yn y stori hon rhowch funud i'r plant newid eu meddwl os ydynt yn dymuno gwneud hynny. Gallech efallai gael eu hadborth ar eu rhesymau hefyd, yn achlysurol, os yw amser yn caniatáu)

- *Mae eich gwlad newydd ymuno â rhyfel enfawr – rhyfel byd – ac rydych wedi cael eich galw lan i ymladd yn y fyddin. A ydych chi'n dewis ymladd neu'n gwrthod ymladd...?*
- *Mae'r llywodraeth wedi pasio cyfraith bod rhaid ichi ymladd felly bydd y rhai ohonoch sy'n eistedd lawr a ddim yn fodlon ymladd yn torri'r gyfraith a byddwch yn cael eich cosbi... A ydych yn ymladd neu'n gwrthod ymladd...?*
- *Rydych yn ddyn priod gyda thri o blant...A ydych yn ymladd neu'n gwrthod ymladd...?*
- *Mae'ch teulu yn dibynnu arnoch i'w cadw felly os byddwch yn ymuno â'r fyddin cewch eich talu a byddwch yn gallu edrych ar eu hôl – a hyd yn oed os byddwch yn cael eich anafu'n ddifrifol byddwch yn derbyn pensiwn – ond bydd gwrthod ymladd yn gadael dyfodol eich teulu yn llai sicr...A ydych yn ymladd neu'n gwrthod ymladd...?*
- *Rydych yn byw yn Awstria, a'r flwyddyn yw 1943. Felly mae'n adeg yr Ail Ryfel Byd. Ymladdodd Awstria ar ochr yr Almaen – felly fe fyddech yn ymuno â byddin Hitler...A ydych yn ymladd neu'n gwrthod ymladd...?*
- *O dan Hitler y gosb am wrthod ymladd oedd cael eich lladd (byddwch yn cael eich dienyddio)...A ydych yn ymladd neu'n gwrthod ymladd...?*

- Rydych yn Gristion ac yn meddwl ei fod yn amhosib bod yn Gristion da ac ymladd dros Hitler...A ydych yn ymladd neu'n gwrthod ymladd...?
- Rydych yn mynd at eich offeiriad am gyngor ac mae e'n dweud mai eich dyletswydd yw ymladd dros eich gwlad...A ydych yn ymladd neu'n gwrthod ymladd...?
- Rydych yn mynd at yr esgob lleol i ofyn ei farn ac mae e'n cytuno gyda'r offeiriad mai eich dyletswydd yw ymladd dros eich gwlad... A ydych yn ymladd neu'n gwrthod ymladd...?
- Fe ewch i siarad gyda'ch mam. Mae hi'n dweud bod yn rhaid ichi ymladd oherwydd dyna'r unig ffordd y gallwch edrych ar ôl eich gwraig a'ch plant (ei gwyrion a'i gwyresau)... A ydych yn ymladd neu'n gwrthod ymladd...?
- Amser am benderfyniad terfynol...mae'n rhaid ichi siarad y peth drosto gyda'ch gwraig am y tro olaf. Mae hi'n dweud ei bod yn eich cefnogi. Mae'n gwybod ei bod hi'n sefyllfa amhosib ond mae'n rhaid ichi wneud yr hyn rydych chi'n meddwl sy'n iawn a pheidio poeni amdani hi. A ydych yn ymladd neu'n gwrthod ymladd...?

[Cyhoeddwyd a yw'r rhan fwyaf o bobl yn ymladd neu beidio]

### 3 Franz Jägerstätter

Esboniwch: Fe wnaeth hyn ddigwydd mewn gwirionedd i ŵr o'r enw Franz Jägerstätter. Penderfynodd Franz na allai ymladd dros achos drwg ac fe'i lladdwyd am wrthod ymladd.

Diwedd trist i stori anodd.

Ond nid dyna'r diwedd yn llwyr oherwydd heddiw, yr holl flynyddoedd yn ddiweddarach, mae Franz yn cael ei ystyried yn arwr gan heddychwyr...

### 4 Bod yn heddychwr

Gofynnwch i'r plant: Pam ydych chi'n credu bod Franz yn cael ei ystyried yn arwr gan heddychwyr? Beth gallwn ni ddysgu gan Franz am weithio dros heddwch? [Edrychwch am atebion ynglŷn â gwneud y peth iawn hyd yn oed pan fo hynny'n anodd].

### 5 Casgliad

Nid oes dewisiadau enfawr yn ein hwynebu fel Franz, ond gallwn ddysgu rywbeth o'i esiampl. Yn

### Gweithgareddau/adnoddau pellach:

- Gweler adnoddau dysgu Pax Christi ar Bobl Heddwch [www.paxchristi.org.uk](http://www.paxchristi.org.uk) er mwyn dysgu mwy am Franz Jägerstätter
- Trafodwch gyda'ch dosbarth os ydynt yn gallu meddwl am amser pan maen nhw wedi gwrthod gwneud rhywbeth y maen nhw'n gwybod sy'n anghywir
- Gweler [www.veteransforpeace.org.uk](http://www.veteransforpeace.org.uk) er mwyn dysgu mwy o straeon diweddar ddynion a menywod sydd wedi penderfynu ei fod yn erbyn eu cydwybod i ymladd.
- Ewch i [https://youtu.be/\\_rZgtMGD\\_o8](https://youtu.be/_rZgtMGD_o8) i weld ffilm fer o aelodau 'Veterans for Peace' yn taflu eu medalau
- Trefnwch i siaradwr o 'Veterans for School' ddod i'ch ysgol: [www.veteransforpeace.org.uk/education](http://www.veteransforpeace.org.uk/education)
- Am gymorth gyda chyflwyno materion sensitif gweler: :

*Headlines: War and Conflict: Tackling Controversial Issues in the Classroom* gan brifathrawes ysgol gynradd Marguerite Heath, 2010.

*Teaching Controversial issues*, Oxfam Prydain Fawr, ar gael ar lein [www.oxfam.org.uk/education/teacher-support/tools-and-guides/controversial-issues](http://www.oxfam.org.uk/education/teacher-support/tools-and-guides/controversial-issues).

aml rydym yn teimlo o dan bwysau neu'n cael ein tentio i wneud y peth anghywir. Gall pobl ddisgwyl inni ymuno gyda nhw i fod yn gas neu'n greulon i rywun yn y dosbarth neu un o'n ffrindiau gartref. Pan mae hyn yn digwydd mae'n rhaid inni fod yn ddewr i ddweud na. Mae'n rhaid inni wrthod cymryd rhan. Mae'n rhaid inni sefyll lan dros yr hyn sy'n iawn.

## Pecyn Addysgu

Gwasanaeth: Rhwystrau i heddych



**Nod:** i ddysgu am y muriau sy'n cael eu hadeiladu er mwyn cadw'r heddych ond hefyd er mwyn rhannu pobl.

**Cynllunio/Paratoi:** mae yna gyflwyniad PwyntPŵer ar gael o [www.peace-education.org.uk](http://www.peace-education.org.uk).

Mae'r sgwariau oren ■ yn y testun yn cyfeirio at y sleidiau hyn.

Dangoswch sleid 1 ■ wrth i'r plant gyrraedd – cyfres o ddelweddau o furiau (bydd y sleidiau yn sgrollo trwyddo yn awtomatig).

Gall fod yn ddefnyddiol ichi ddefnyddio gwrthrych 'gwerthfawr' fel oriawr/tlws.

### 1 Cyflwyniad: Muriau

- Dangoswch Sleid 2: Wal frics. *Gofynnwch i'r plant:*
- *Pam mae pobl yn adeiladu muriau?* [er mwyn teimlo'n ddiogel, er mwyn gwarchod eu heiddo/tir, ar gyfer preifatrwydd ayyb].
- *Oes unrhyw un wedi gweld unrhyw furiau enwog, neu furiau tal iawn?*

### 2 Gofynnwch am wirfoddolwr i ddod i'r blaen

Rhowch y gwrthrych gwerthfawr iddo/iddi, ac eglurwch fod angen iddynt ei gadw'n ddiogel. *Gofynnwch beth y gallant wneud i'w gadw'n ddiogel, efallai y dylent ei gadw'n agos?* Eglurwch eich bod yn ymddiried ym mhawb sydd yno, ond beth pe byddech rhywle lle gallech fod ofn na fyddai'n bosib ichi gadw'r gwrthrych gwerthfawr yn

ddiogel? Beth pe byddech yn meddwl bod pobl yn mynd i ddod a mynd ag ef i ffwrdd, beth gallech ei wneud? A fydddech yn ystyried adeiladu mur ar gyfer diogelwch?

### 3 Adeiladwch fur dynol

Gofynnwch i blant eraill ddod i'r blaen yn raddol er mwyn ffurfio mur dynol yn wynebu allan o amgylch y gwirfoddolwr cyntaf nes ei bod ef/hi allan o'r golwg mwy neu lai. Gofynnwch a yw ef/hi yn teimlo'n fwy diogel nawr bod y mur dynol yn ei amgylchynu. *Gofynnwch: oes yna unrhyw broblemau gyda chael eich gwarchod yn y ffordd hon?* (Mae'n bosib y byddwch yn teimlo'n fwy diogel, ond a fydd e'n anodd ichi symud o gwmpas, cyrraedd eich gwersi, mynd adref a gwylio'r teledu, a siarad gyda'ch ffrindiau? A yw'n bosib i'r mur gael ei niweidio, a fyddai'n bosib i rywun ddringo drosto? Gofynnwch a hoffai ef neu hi aros o fewn y mur dynol am byth) Diolchwch i'ch gwirfoddolwyr – gallant eistedd lawr eto.

### 4 Mwsg-geirw

- Dangoswch sleid 3: grŵp o fwsg-geirw yn amddiffyn eu hifanc.

Beth mae'r anifeiliaid hyn yn ei wneud? Cliciwch i egluro gan ddefnyddio'r PwyntPŵer:

- Datgelwch y mwsg-geirw ifainc – y peth mwyaf gwerthfawr sydd gyda nhw..
- Datgelwch y bleiddiau – rheibiwr.
- Dangoswch sut mae'r anifeiliaid hyn yn gwneud wal amddiffynnol.

### 5 Mur Hadrian

Fel y mwsg-geirw, mae pobl yn adeiladu muriau rhwng ei gilydd i gadw'n ddiogel. Weithiau mae'r rhain yn furiau bach; weithiau maen nhw'n furiau enfawr i rannu cymunedau cyfan, ond beth sy'n

digwydd iddynt yn y diwedd? ?

■ Dangoswch sleid 4: Mur Hadrian. Adeiladwyd y mur hwn gan y Rhufeiniaid i amddiffyn De Prydain, a oeddynt wedi concro, rhag yr Alban, nad oedd yn rhan o Brydain Rufeinig. Dadfeiliodd y mur ar ôl i'r Ymerawdwr Hadrian farw, a heddiw mae Lloegr a'r Alban yn ffrindiau (ar y cyfan!).

## 6 Muriau heddwch yng Ngogledd Iwerddon

■ Sleid 5: Y llinellau/muriau heddwch yng Ngogledd Iwerddon. Mae'r rhain yn gyfres o furiau sy'n gwahanu ardaloedd Catholig a Protestannaidd oherwydd yr ymladd sydd wedi digwydd rhwng y ddwy ochr. Adeiladwyd y llinellau heddwch cyntaf yn 1969 er mwyn lleihau'r ymladd, a'r bwriad oedd iddynt fod lan am 6 mis yn unig. Maen nhw wedi lluosogi dros y blynyddoedd ac wedi tyfu'n hirach ac yn fwy llydan. Maen nhw wedi golygu bod pobl yn yr ardaloedd hyn wedi byw bywydau ar wahân ar y ddwy ochr. Maen nhw'n dal i fod yno, ond mae'n bosib y byddant yn diflannu yn y dyfodol wrth i rai ardaloedd weithio tuag at ddymchwel y muriau ac adeiladu heddwch.

## 7 Mur Gwahanu

■ Sleid 6: Y Gwahanfur o amgylch Y Lan Orllewinol ym Mhalesteina. Mae hwn yn fur arall sy'n rhannu dwy gymuned sydd yn gwrthdaro. Mae'n cael ei adeiladu gan wladwriaeth Israel. Mae rhan ohono'n fur concrid 8 medr o daldra; mae rhan ohono'n ffens. Yn ôl Israel, mae ei angen er mwyn gwarchod y gymuned ar un ochr o'r Palestinaid ar yr ochr arall. Y mae rhai yn meddwl bod y rhwystr yn effeithiol wrth atal ymosodiadau. Nid oes ei angen yn ôl pobl eraill, ac mae'n gwneud bywyd yn anodd iawn i Balestinaid cyffredin sy'n byw'n agos i'r wal yn eu barn nhw. Mae'n ei wneud yn anoddach iddynt fynd i'r gwaith ac i gyrraedd tir sy'n berchen iddynt. Mae'r mur hwn yn dal i gael ei adeiladu heddiw, nid ydym yn gwybod a fydd yn parhau am byth.

## 8 Casgliad

Efallai ein bod yn teimlo'n fwy diogel pan fyddwn y tu ôl i fur. Efallai na fyddwn yn cael ein brifo ac efallai na fydd ymladd. Felly, efallai y byddwn yn cadw'r heddwch ond beth ydym yn ei golli? A fyddwn yn *mwynhau'r* heddwch? Nid o reidrwydd. *Yn hytrach nag adeiladu muriau er mwyn teimlo'n ddiogel, beth gallwn ei wneud i adeiladu heddwch?* (Dod i adnabod ein gilydd, ymddiried yn ein gilydd, a chyfathrebu). Mae angen inni ddysgu i adeiladu heddwch ymysg ein gilydd, ac i oresgyn rhaniadau,

## Gweithgareddau/adnoddau pellach:

- Trafodaeth Amser Cylch: A yw'r plant yn cytuno bod: "Muriau da yn gwneud cymdogion da"? (Cerdd Robert Frost *Mending Wall*). Dechreuwch gyda 'llinell deimladau' – mae sefyll ar un pen o'r llinell yn dangos eich bod yn cytuno, tra bod sefyll ar y pen arall yn golygu eich bod yn anghytuno. Gadewch i'r plant feddwl, ac yna cymryd eu safleoedd. Ailadroddwch y llinell deimladau er mwyn gweld a yw'r plant wedi newid eu meddyliau.
- Darllenwch *The Kites are Flying* gan Michael Morpurgo, lle mae Said, bachgen o Balestina sydd byth yn siarad, yn creu barcud i hedfan dros y mur ger ei gartref, neu *Child's Garden: A Story of Hope* gan Michael Foreman, lle mae bachgen sy'n meithrin planhigyn mewn gwlad sydd yng nghanol rhyfel yn ei wyllo'n tyfu nes iddo ddod yn symbol o obaith. Ar gael o Ganolfan y Crynwyr: 020 7663 1030 neu ebostiwch [quakercentre@quaker.org.uk](mailto:quakercentre@quaker.org.uk).
- Archebwch gopi rhad ac am ddim o *Learning about human rights in the primary school* o Amnest Rhyngwladol. Gweler: <http://tinyurl.com/TPP-AmEd>
- Dewch yn Ysgol sy'n Parchu Hawliau – Mae'r 'Rights Respecting Schools Award (RRSA)' yn cydnabod cyrhaeddiad wrth roi Cytundeb y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CRC) wrth galon cynllunio, polisiau, ymarfer ag ethos ysgol. Er mwyn darganfod mwy am sut i ennill RRSA ewch i: [www.unicef.org.uk/rights-respecting-schools](http://www.unicef.org.uk/rights-respecting-schools).

yn hytrach nag adeiladu rhwystrau rhwng ein gilydd.

## Pecyn Addysgu

Gwasnanaeth: Sadako a'r mil  
o grehyrod



**Nod:** i ystyried cost ddynol rhyfel ac i weld sut mae plant, y dioddefwyr diniwed mor aml, yn gallu gweithio dros heddwch.

**Cynllunio/Paratoi:** efallai byddwch eisiau dangos delwedd o Sadako yn ystod y gwasanaeth.

Mae'r gwasanaeth hwn yn fwyaf effeithiol os dilynir ef yn y dosbarth gyda sesiwn i wneud crehyrod *origami* yn cynnwys negeseuon heddwch y plant.

Mae'n bosib bydd cynnwys y gwasanaeth hwn yn gofidio rhai plant, felly byddwch yn ymwybodol o'r angen i'w ddilyn mewn ffordd sensitif.

### 1 Cyflwyniad

Eglurwch eich bod yn mynd i ddweud stori wrth y plant. Mae'r stori am ferch o'r enw Sadako. Mae'n stori drist, ond mae hefyd yn stori o ddewrder a gobaith.

### 2 Dweud y stori

Dim ond dwy flwydd oed oedd Sadako Sasaki pan laniodd y bom yn agos i'w chartref ger Pont Misasa yn Hiroshima, Japan ar y 6 Awst. Taflwyd Sadako trwy'r ffenest a rhedodd ei mam allan ar ei hôl, gam amau ei bod wedi marw, ond roedd hi'n dal yn fyw. Tra dihangodd Sadako, ei rhieni a'i brawd i ddiogelwch, fe laddwyd llawer iawn o bobl eraill. Dinistriwyd y ddinas bron yn gyfan gwbl mewn eiliadau.

Pan yr oedd Sadako ym 11 wyddyn 6 dechreuodd deimlo'n wan yn sydyn yn ystod gwers addysg

gorfforol. Agorodd ei llygaid eto cyn hir, ond roedd pawb yn poeni amdani, felly roedd yn rhaid iddi weld meddyg y diwrnod nesaf a chael llawer o brofion.

Pan oedd y canlyniadau'n barod, aeth tad Sadako i weld y meddyg. Roedd y newyddion yn ddrwg. Dywedodd y meddyg bod math o gancr gyda Sadako a achoswyd gan y bom. Roedd hi'n sâl iawn a byddai'n rhaid iddi fynd i'r ysbyty. Efallai mai blwyddyn yn unig oedd gyda hi i fyw. Roedd Sadako wedi drysu – roedd 10 mlynedd wedi pasio ers i'r bom ffrwydro! Roedd calonau rhieni Sadako wedi torri. Ni allent oddef meddwl am golli Sadako. Nid oeddynt eisiau i Sadako ofni mynd i'r ysbyty chwaith, felly gwnaeth ei mam *kimono* iddi – math arbennig o wisg o Japan. Roedd lluniau o flodau'r goeden geirios ar y defnydd, a helpodd hyn i Sadako deimlo'n well am adael ei theulu a'u ffrindiau.

Un diwrnod, daeth Chizuko, ffrind Sadako, i'w gweld. Fe roddodd hi aderyn wedi ei wneud o bapur aur wedi'i blygu i Sadako. "Enw'r aderyn hwn yw'r crëyr" meddai Chizuko. "Yn ôl hen chwedl, os gelli di wneud mil o'r rhain, yna gelli di wneud dymuniad." Unwaith i Chizuko ddweud y geiriau hyn, roedd Sadako yn gwybod mai dyna oedd yn rhaid iddi wneud. "Fe wna i fil o grehyrod! Yna efallai y caf fy nymuniad." Roedd y ddwy ffrind wedi cyffroi a dechreuodd y ddwy blygu'r papur yn syth. Roedd Sadako yn araf i ddechrau, ond cyn hir roedd hi'n gallu cofio pob plyg ac roedd y pentwr o grehyrod papur yn dechrau tyfu. Edrychodd Sadako ymhobman am fwy o bapur i wneud crehyrod newydd. Aeth y newyddion am ei thasg yn gyflym o amgylch yr ysbyty ac anfonodd cleifion eu hen bapurau newydd a phapur lapio ati, ac anfonodd y nyrsys y papur oedd yn lapio pecynnau moddion.

Pob dydd, fe wnâi ei gorau i eistedd lan digon i allu plygu'r papur, ond roedd yn mynd yn anoddach ac anoddach, nes iddi un diwrnod blygu ei chrëyr olaf. Rhif 644. Bu farw Sadako gyda'i theulu wrth ei gwely. Roedd y cancr wedi ei lladd. Nid oedd corff Sadako yn brifo rhagor

Yn angladd Sadako, gwnaeth ei rhieni roi'r crehyrod papur i'w ffrindiau ysgol. Roedd y plant yn falch i'w derbyn, ond roeddynt yn drist iawn am farwolaeth Sadako; roedd i weld mor annheg. Ar ôl iddynt siarad ymysg ei gilydd am eu teimladau, cafodd un ohonynt y syniad o wneud cerflun i ddweud stori Sadako a'r holl blant eraill oedd wedi marw oherwydd y bom. Cytunodd y plant eraill fod hyn yn syniad da. Cyn hir roedd plant ysgol ar draws Japan yn anfon arian. Anfonwyd digon o arian yn y diwedd er mwyn codi'r cerflun i gofio am Sadako. Safodd ffrindiau Sadako o'i amgylch gan deimlo'n falch ohoni. Mae'r geiriau hyn wedi'u hysgrifennu ar gerflun Sadako: *Dyma ein cri, Dyma ein gweddi: I greu heddwch yn ein byd.*

### 3 Casgliad

Mae hon yn stori drist, ond mae hefyd yn stori o ddewrder a gobaith, oherwydd mae Sadako wedi ysbrydoli plant ar draws y byd. Mae plant o lawer iawn o wahanol wledydd yn dysgu i wneud crehyrod papur. Weithiau maen nhw'n ysgrifennu eu dymuniadau am heddwch ar eu hadenydd. Mae miloedd o grehyrod papur yn cael eu cludo i gerflun Sadako ym mharc Hiroshima yn Japan, ac yn gorwedd wrth ei draed.

Ni all y crehyrod heddwch roi bywyd Sadako yn ôl iddi, ond gall pob un ohonom feddwl am un peth y gallwn wneud er mwyn gwneud ein teulu, ffrindiau, dosbarth neu'r byd ehangach yn fwy heddychlon. *Gofynnwch i'r plant: Beth fyddwch chi'n ei wneud?*

### Gweithgareddau/adnoddau pellach:

- Ar gyfer gweithgareddau eraill yn ymwneud â Sadako, i ddysgu sut i wneud eich crehyrod papur eich hunain, ac i gael eich pecyn heddwch yn rhad ac am ddim, ewch i: [www.cnd.org/education](http://www.cnd.org/education).  
  
Gellir hongian y crehyrod ar gortyn i wneud arddangosfa brydferth yn yr ysgol.
- Darllenwch *Sadako and the Thousand Paper Cranes*, gan Eleanor Coerr, 2004.
- Gwylwch ffilm fer neu gartŵn am Sadako, mae yna lawer ar gael ar-lein.
- Dysgwch am straeon eraill plant a effeithiwyd gan ryfel, fel: *Gervelie's Journey: A Refugee Diary* gan Anthony Robinson a Annemarie Young, 2010. Mae hwn yn rhan o gyfres o lyfrau 'Refugee Diary': *Mohammad's Journey* (Irac), *Hamzat's Journey* (Chechnya) a *Meltem's Journey* (Twrci).
- Dysgwch am y neges heddwch ac ewyllys da y mae pobl ifanc Cymru yn ei hanfon i bobl ifanc ar draws y byd yn flynyddol ar Ddiwrnod Ewyllys Da, 18 Mai (dyddiad y gynhadledd heddwch gyntaf ym 1899).  
Gweler [www.urdd.cymru/en/humanitarian/peace-goodwill](http://www.urdd.cymru/en/humanitarian/peace-goodwill).
- Ymunwch â'r mudiad i gefnogi Diwrnod Rhyngwladol Heddwch ar 21 Medi – ffeindiwch syniadau ar gyfer gweithgareddau a rhannwch eich cynlluniau ar gyfer heddwch i helpu ysbrydoli eraill ar draws y byd. Ewch : [www.un.org/en/events/peaceday](http://www.un.org/en/events/peaceday).