

# Update

Newsletter of Wales' Oldest Organisation for Retired People Issue No. 33 April 2019

## Conference in June

There is still time to send in your Branch Motions and Nominations for Officers. We gave you some ideas for motions last month but you can send in any your Branch members have thought of.



Every Branch can send Delegates to speak and vote on motions. All other Branch members can attend to observe the Conference and listen to the Guest Speakers.

As usual, all members who attend the morning Conference will be given a free bag of Active Wales items. Other things may be added to the bag as we get them.

Conference members who have bought tickets for the afternoon Rally can reserve their seats from the morning if they want to.

Conference starts at 11am. Doors open at 10.30.

## Going to the Rally

Members are reminded that there is still time to order Rally tickets at the very low price of £2.50. If you don't manage to order tickets you can still pay £3.00 on the door. However it is likely to be very busy on the day because we get a lot of non-members paying in the afternoon.

If you go to the Rally but not the Conference, you won't get a free Active Wales bag but you will get a FREE entry to the Prize Draw. It is traditional for Branches to donate some of the prizes and we hope that they will this year. If your Branch gives a prize, don't forget to put your Branch name on it.

# Branch News

## Cwmdare Branch

After our meetings were disrupted by a fire last year, we are now getting back to normal. We are meeting as usual every other Monday afternoon.

We enjoyed a day trip to Worcester on the 10<sup>th</sup> of April. We are now looking forward to a Spring Buffet in May with entertainment from the "Sounds of Diamonds".

Our Christmas buffet had to be cancelled because of the fire so we are having an Autumn Buffet with full entertainment instead.

Also in the pipeline are trips to Caernarvon courtesy of windfarm funding.

## Llanharan Branch

Members recently held their Easter Bonnet Parade at the local Rugby Club. They were joined by various guests including Huw Irranca-Davies AM who was accompanied by Isabella who is on secondment from America and works in Huw's Cardiff office. Also present were Chair of Active Wales John Davies, Community Council Chair Chis Parker with his wife Jan and Gareth Rees who works in the Older People's Commissioner's Office.

The guests took part in choosing the winners of the Easter Bonnet Parade:

1<sup>st</sup>: Jan Wells

2<sup>nd</sup>: Sue Williams

Joint 3<sup>rd</sup>: Pam March (accompanied by granddaughter Victoria)

Wendy Field

We were joined in the proceedings by 60 pupils from the nursery classes at Ysgol Dolau. They looked splendid in their bonnets and hats. On arrival they were greeted by our own Easter Chick (Peppi). The pupils entertained us with two songs, one Welsh and one English. When they left, the Easter Chick gave them all an Easter Egg.

# An Introduction

Hello, my name is Ann and I have recently been co-opted to the position of Secretary of Active Wales. My background is in Financial and Operational Management. However, 4 years ago I decided to find out more about psychology and I graduated from South Wales University with a degree in the subject in July last year.

I am married to John and we share our home with several animals although, we have no children of our own, we have nephews & nieces whom we are very fond of.

I enjoy organising, (John says I'm just bossy). However, I know I am good at organisation and that's because I enjoy it. I have recently set up a Fruit and Vegetable Coop in my local village and I am currently in the process of organising a summer carnival and a Christmas market here.

I have some thoughts about how we, in the Active Wales branches can connect more together and I am keen to talk to everyone on how they would like it to work going forward. So, you will be hearing from me very soon. However, if you have any idea's about what you would like to see from us, please feel free to contact me now on: [activewalessec@gmail.com](mailto:activewalessec@gmail.com) or 07985 213012

# Y Diweddraf

Cylchlythyr Sefydliad Hynaf Cymru i Bobl sydd wedi Ymdeol Rhifyn 33 Ebrill 2019

## Cynhadledd ym Mehefin

Mae dal i fod amser i anfon eich Cangen Cynigion a Enwebiadau ar gyfer Swyddogion. Rydym yn rhoi rhai syniadau i chi ar gyfer cynigion yn y mis diwethaf ond gallwch anfon mewn unrhyw eich Cangen aelodau wedi meddwl.



Mae pob Cangen yn gallu anfon Cynrychiolwyr i siarad a phleidleisio ar y cynigion. Pob Cangen arall y gall aelodau fod yn bresennol i arsylwi ar y Gynhadledd a gwrando ar Siaradwyr Gwadd.

Fel arfer, yr holl aelodau sydd yn bresennol yn y bore bydd y Gynhadledd yn cael ei roi yn rhad ac am ddim bag o Cymru Bywiog eitemau. Pethau eraill y gellir eu hychwanegu at y bag wrth i ni fynd iddyn nhw.

Cynhadledd aelodau sydd wedi prynu tocynnau ar gyfer y Rali yn y prynhawn gellir archebu eu seddi ers y bore os ydynt yn dymuno i.

Gynhadledd yn dechrau am 11am. Drysau yn agor am 10.30.

## Mynd i'r Rali.

Atgoffir aelodau bod yn dal amser i archebu Rali tocynnau am y pris isel iawn o £2.50. Os ydych yn llwyddo i archebu tocynnau gallwch barhau i dalu £3.00 ar y drws. Fodd bynnag, mae'n debygol o fod yn brysur iawn ar y diwrnod oherwydd rydym yn cael llawer o bobl nad ydynt yn aelodau yn talu yn y prynhawn.

Os byddwch yn mynd i'r Rali, ond nid yn y Gynhadledd, ni fyddwch yn cael yn rhad ac am ddim Cymru Bywiog bag, ond byddwch yn cael mynediad am DDIM at y Raffl. Mae'n draddodiadol ar gyfer Canghennau i roi rhai o'r gwobrau ac rydym yn gobeithio y maent yn bydd y flwyddyn hon. Os yw eich Cangen yn rhoi gwobr, peidiwch ag anghofio i roi eich Cangen enw arno.

# Cangen Newyddion

## Cwmdâr Gangen

Ar ôl yn ein cyfarfodydd yn cael eu haflonyddu gan dân y llynedd, rydym yn awr yn mynd yn ôl i normal. Rydym yn cyfarfod fel arfer bob yn ail brynhawn dydd llun. Rydym yn mwynhau taith diwrnod i Worcester ar y 10fed o ebrill. Rydym yn awr yn edrych ymlaen at y Gwanwyn Bwffe ym mis Mai gydag adloniant gan y "Sound of Diamonds".

Mae ein bwffe Nadolig wedi cael ei ganslo oherwydd y tân, felly rydym yn cael yr Hydref Bwffe llawn adloniant yn lle hynny.

Hefyd ar y gweill yn cael eu teithiau i Caernarfon trwy garedigrwydd fferm wynt cyllid.

## Llanharan Gangen

Aelodau a gynhaliwyd yn ddiweddar eu Easter Bonnet Parade yn y Clwb Rygbi lleol. Ymunodd amryw o westeion gan gynnwys Huw Irranca-Davies a oedd yn cyd-fynd gan Isabella sydd ar secondiad o America ac yn gweithio yn Huw yn swyddfa Caerdydd. Hefyd yn bresennol roedd Cadeirydd Cymru Bywiog John Davies, Cadeirydd Cyngor Cymuned Chis Parker gyda'i wraig Jan a Gareth Rees sy'n gweithio yn y Comisiynydd Pobl Hŷn o Swyddfa.

Mae'r gwesteion yn cymryd rhan wrth ddewis enillwyr y Easter Bonnet Parade:

1af: Jan Wells

2il: Sue Williams

Ar y cyd 3ydd: Pam March (yng nghwmni wyres Victoria)  
Wendy Field

Rydym yn ymuno yn y trafodion gan 60 o ddisgyblion yn y dosbarthiadau meithrin yn Ysgol Dolau. Maent yn edrych yn ysblennydd yn eu bonedau a hetiau. Ar ôl cyrraedd y maent yn eu cyfarch gan ein Pasg Cyw (Peppi). Mae'r disgyblion yn diddanu ni gyda dwy gân, un Gymraeg ac un Saesneg. Pan fyddant yn gadael, y Pasg Cyw yn rhoi nhw i gyd Wy Pasg.

## Cyflwyniad

Helo, fy enw i yw Ann, ac yn ddiweddar rwyf wedi bod yn cyd-ethol i'r swydd o Ysgrifennydd Cymru Bywiog. Mae fy nghefnidir yn Ariannol a Rheoli Gweithredol. Fodd bynnag, 4 blynedd yn ôl, penderfynais i gael gwybod mwy am seicoleg ac yr wyf yn graddio o Prifysgol De Cymru gyda gradd yn y pwnc ym mis gorffennaf y llynedd. Yr wyf yn briod â John ac rydym yn rhannu ein cartref gyda nifer o anifeiliaid. Er nad oes gennym plant ein hunain, rydym yn cael neiaint a nithoedd yr ydym yn hoff iawn o.

Rwy'n mwynhau trefnu, (John dywed im ' jyst yn ormod o geffyl blaen). Fodd bynnag, yr wyf yn gwybod fy mod yn dda yn y sefydliad ac mae hynny oherwydd yr wyf yn ei fwynhau. Yn ddiweddar, rwyf wedi sefydlu Ffrwythau a Llysiau Coop yn fy lleol pentref ac rwyf ar hyn o bryd yn y broses o drefnu Carnifal Haf a Marchnad y Nadolig yma.

Il gael rhywfaint o syniadau am sut rydym yn Cymru Bywiog canghennau yn gallu cysylltu yn fwy at ei gilydd ac yr wyf yn wyf yn awyddus i siarad â phawb ar sut y byddent yn hoffi i waith yn y dyfodol. Felly, byddwch yn clywed oddi wrthyf yn fuan iawn. Fodd bynnag, os oes gennych chi unrhyw syniadau am yr hyn hoffech chi ei weld oddi wrthym ni, os gwelwch yn dda mae croeso i chi gysylltu â mi yn awr ar: [activewalessec@gmail.com](mailto:activewalessec@gmail.com) neu 07985 213012