Gweithgareddau creadigol wedi'u hysbrydoli gan arddangosfa Chris Bird-Jones "Rydym i gyd yn fregus, We are all fragile"
yng Nghanolfan Grefft Rhuthun, 15 Ionawr – 3 Ebrill 2022

https://chris-bird-jones.co.uk/works-2/seven-silver-spoon

"Llwyau, maen nhw'n dal, arllwys, troi a mesur, maen nhw i'w cael mewn pob siâp a maint, deunydd a nifer.
Fe allent fod yn dwlsyn cyntaf plentyn, rhoi meddyginiaeth achubol neu fod yn gydran allweddol mewn seremoni.
Gall llwyau, sy'n ymddangos yn gyffredin, fod yn gasgladwy neu'n rhai y gellir eu compostio.
Rydym ni'n eu dal yn hawdd a'u gwaredu'n rhwydd.
Llwyau, syllwch i mewn i un ac mae bywyd yn cael ei droi ben i waered."

Cynnwys
Llwyau pren, glanhawyr pibell, clychau, tâp
Llwyau arian sgleiniog
Drych bach crwn
Amserydd tywod 5 munud
Te gwyrdd
Papur

Syniadau gweithgareddau

Dyma rai syniadau synhwyraid i'w defnyddio gyda'r deunyddiau yn y blwch. Mae croeso i chi ddefnyddio eich syniadau eich hun hefyd a diwallu anghenion synhwyraidd y bobl rydych chi'n eu cefnogi.
Mae gan arddangosfa Chris Bird-Jones ei thudalen Facebook ei hun lle mae pobl wedi ychwanegu eu straeon a'u ffilmiau eu hunain yn ymwneud â llwyau – edrychwch arnynt i gael ysbrydoliaeth, ac fe allech chi ychwanegu eich stori eich hun hefyd! https://www.facebook.com/llwyo.spooning/

Trin Gwrthrychau

Archwiliwch y drych, y llwyau a'r amserydd tywod yn y pecyn.
Edrychwch sut mae'r drych yn eich fframio chi ac yn medru bod yn borth i weld y byd o bersbectif arall.
Edrychwch arnoch eich hun ben i waered mewn llwy!
Gwyliwch y tywod yn disgyn yn yr amserydd. Defnyddiwch yr amserydd i amseru rhannau o'ch sesiwn chi ac ar gyfer gweithgareddau eraill.

Canfod seiniau

Archwiliwch ffyrdd o greu sain gan ddefnyddio llwyau, marblis mewn jar neu bowlen ac ati.
Ewch ati i greu eich seinlun eich hun, gan roi rôl i bawb greu sŵn mewn ffordd wahanol.

Recordiwch eich seinlun a'i rannu ar y dudalen Facebook
https://www.facebook.com/llwyo.spooning/

Llwyau cerdd

"Mae llwyau yn ddynol eu cymeriad gyda phen powlen a chorff dolen"

Trowch lwy bren yn gymeriad cerddorol
Ychwanegu glanhawyr pibell efo clychau a thâp ar y ddolen
Ychwanegu wyneb a gwallt a bydd yn troi'n gymeriad cerddorol!

Llwyau fel offer ar gyfer gwneud marciau

Casglwch wahanol fathau o lwyau – llwyau pren, llwyau te, llwyau codi cawl, llwyau pwdin, llwyau rhychog
Cymysgwch baent a dŵr mewn powlenni gwahanol faint.
Ewch ati i arllwys, gollwng, diferu, sblatio, lledaenu a chrafu'r paent ar bapur.

Trefnu eich seremoni yfed te eich hun

Mae Seremoni Yfed Te yn ffordd seremonïol o baratoi ac yfed te gwyrdd, yn nodweddiadol mewn ystafell de draddodiadol â llawr tatami.

Y tu hwnt i weini a derbyn te, un o brif ddibenion y seremoni yfed te yw i westeion fwynhau lletygarwch y lletywr mewn amgylchedd digynnwr, llai brysiog na chyflymder bywyd bob dydd.

Cynhaliwch eich seremoni yfed te eich hun trwy ganolbwyntio sylw ar fanylion bach gwneud paned o de – arogl y te, sŵn dŵr yn cael ei arllwys i mewn i gwpan a llwy de'n troi'r llefrith a'r siwgr!

Gogledd Cymru **Gyda'n Gilydd**
North Wales **Together**
Gwasanaethau Ddi-dor i bobl ag Anableddau Dysgu
Seamless services for people with Learning Disabilities

Canolfan Grefft Rhuthun
Y Ganolfan i'r Celfyddydau Cymhwysol
Ruthin Craft Centre
The Centre for the Applied Arts

making sense CIC