Irene a David Gladstone

Cyfranogwyr dros 50 oed - pâr priod

1. Allwch chi ddweud ychydig wrthym amdanoch chi'ch hun a sut oedd bywyd cyn i chi ymwneud â'r Ffwrnes Fach?

Roedd yn anodd oherwydd daethom i Dde Cymru oherwydd diffyg gwaith yn ein tref genedigol, ac mae Irene yn wreiddiol o Landeilo, felly cawsom wahoddiad i lawr gan y teulu. Do’dd dim llawer o waith ‘ma ond hefyd do’dd dim prinder. Dechreuon ni fusnes adeiladwyr a nethon ni weithio ar sawl eiddo yn ardal Sir Gaerfyrddin. Felly, ein prif nod o’dd symud yn nes at y teulu.

2. Sut wnaethoch chi ymwneud â'r Ffwrnes Fach? Beth oeddech chi'n gobeithio fyddai'n digwydd o ganlyniad i ymwneud?

Cafodd ei awgrymu gan ffrind a oedd eisoes yn dod i'r grwpiau yma, do’n ni ddim yn gwybod sut byddai'n edrych, felly do’dd gyda ni ddim disgwyliadau o gwbl. Ro’n i'n

meddwl yn wreiddiol y byddai'n ymwneud â chael dadleuon ar ôl i mi glywed ei fod yn cael ei alw'n People Speak Up ac yna deall ei fod yn fwy seiliedig ar y celfyddydau.

3. O ganlyniad i ddod i'r FfF, beth ydych chi'n meddwl sydd wedi bod y newid mwyaf arwyddocaol i chi'n bersonol?

Mae'n lle i ddod a chael coffi gyda ffrindiau, rydym wedi cwrdd â phobl o'n hoedran ni sy'n deall beth yw e i fynd yn hŷn, ma' angen cwmni eich cenhedlaeth eich hunan arnoch. Ni bob amser yn barod i siarad a ni'n mynd allan yn aml nawr oherwydd i ni ddechrau dod i'r lle 'ma. Mae'n braf gwneud ymarferion symudiad gan fod llawer ohonom yn cael trafferth gyda symudedd felly mae'n ein cadw ni'n symud.

4. Beth achosodd y newid hwn?

Cwmniaeth. Mae clywed am iechyd gan ffrindiau yn ddiddorol a chlywed am hanes a straeon gan bobl eraill yw'r hyn rydyn ni'n ei hoffi am fod yma

5. Pe baech yn dweud wrth bobl eraill am People Speak Up, beth fyddech chi'n ei ddweud?

Ni'n ei fwynhau, mae'n lle i ddod gyda phobol o'ch oedran eich hunan ac i wneud gwahanol weithgareddau. Mae'n ein cadw'n frwdfrydig a phan fyddwn ni yma, rydyn ni'n hapus, ac yn cael chwerthin da. Rwy'n mynd adref ac mae'n dawel a phan fydd pobl eraill yma'n mynd adref, mae'n dawel hefyd felly mae'n braf i ni i gyd ddod yma a chael chwerthin. Rydym wedi creu ein grwpiau bach ein hunain yma.

6. Pa deitl fyddech chi'n ei roi i'ch stori?

Mynd allan!