
Gwybodaeth Rhaglenni Programme Information – S4C

Dydd Sadwrn - Saturday 18/07/2026

- 06:00 CYW (HD)**
Rhaglenni llawn hwyl i'r plant lleiaf.
Fun-filled programmes for younger viewers.
- 06:00 BLOCIAU LLIW - Lliwio Gwirion (R) (S) (SC) (HD)**
Mae'r Blociau Lliw yn canfod ei bod yn hwyl i liwio pethau'r lliwiau anghywir.
The Colourblocks discover that it can be fun to colour things the wrong colour.
- 06:05 ANIFEILIAID BACH Y BYD (R) (S) (SC) (HD)**
Dewch ar antur gyda ni i gwrdd ag anifeiliaid bach y byd. Yn y rhaglen hon cawn ddod i nabod yr Orangutan a'r Eryr Moel.
Come with us on a journey around the world to meet some of the fantastic creatures living on our planet. In this programme we meet the Orangutan and the Bald Eagle.
- 06:15 BENDIBWMBWLS - Ysgol Dyffryn Trannon (R) (S) (SC) (HD)**
Mae Ben Dant ar antur newydd i ailgylchu, a throi sbwriel yn sbeshal, a gwastraff yn gampwaith. Heddiw bydd e'n ymuno á disgyblion Ysgol Dyffryn Trannon, Trefeglwys i greu trysor penigamp
Ben Dant is on a new adventure to recycle, turn rubbish into something special and waste into a masterpiece. Today, he will join the pupils of Ysgol Dyffryn Trannon, Trefeglwys to create a superb treasure
- 06:25 PENTRE PAPUR POP - Yr Anhygoel Huwcyni (R) (S) (SC) (HD)**
Ar yr antur popwych heddiw mae Huwcyn yn mynd i wneud sioe hud a lledrith gwych! Ond mae cymaint o waith paratoi mewn amser byr, all Yr Anhygoel Huwcyni rhoi perfformiad i'w gofio?
On today's popstastic adventure, Hooper is putting on a spectacular magic show! But with so much to do and so little time, can 'The Great Hooperini' put on a magical performance to remember?
- 06:40 WAW! - Sŵn (R) (S) (SC) (HD)**
Sŵn yw'r thema y tro yma i Awi a chriw waw.
The theme this time for Awi and the 'Waw' crew, is sound.
- 07:00 NOS DA CYW - Bolgi ac Owi yn mynd i'r parc (R) (S) (SC) (HD)**
Cyfres o straeon bach cyn cysgu. Heddiw, Dylan Ebenezer sy'n darllen Bolgi ac Owi yn Mynd i'r Parc.
A series of bedtime stories. Today, Dylan Ebenezer reads Bolgi ac Owi yn Mynd i'r Parc.
- 07:05 TWM TWRCH - Yr Un Diwrnod Eto (R) (S) (SC) (HD)**
Heddiw, mae yna syrpreis yn disgwyl Twm Twrch. Mae pawb yng Nghwmtwrch wedi dod ynghyd i ddiolch iddo am ei waith da ac am roi allwedd y dref iddo.
Today, there is a surprise in store for Twm Twrch. Everyone in Cwmtwrch have got together to thank him for his good work and they present him with the key of the town
- 07:15 DEIAN A LOLI - a Lleidr y Plas (R) (S) (SC) (HD)**
Beth sy'n digwydd ym myd Deian a Loli heddiw? Mae'r ditectifs Deian a Loli yn ceisio datrys dirgelwch - pwy yw Lleidr y Plas?
What's happening in Deian and Loli's world today? Detectives Deian and Loli try to solve a mystery - who is the thief of the mansion?!

07:30 PABLO - Boliâu'n Siarad (R) (HD)

Mae gan Pablo ei ffordd ei hun o weld y byd, a dydi o ddim yn deall pam fod ei fol yn gwneud synau rhyfedd. Ydi ei stumog yn ceisio siarad? Neu ydi Pablo yn llwglyd?

Pablo is making funny noises. Noa thinks he might have swallowed something like a telephone or a radio. They realise it's his tummy, but nobody knows what it's trying to say.

07:45 HELP LLAW – Cynan - Penblwydd Nain (R) (S) (SC) (HD)

Mae Harriet wedi archebu cacen arbennig ar gyfer penblwydd Nain Help Llaw yn 100 oed, ond mae popty'r pobydd wedi torri!

Harriet has ordered a special cake for Grandma Help Llaw's 100th birthday, but the baker's oven is broken!

08:00 STWNSH SADWRN BYW (HD)

Ymunwch â'r criw yn y stiwdio, ar gyfer llond lle o gemau, LOL-ian ac ambell pei Stwnsh!

Join the crew in the studio for games, Lolz and the odd Stwnsh pie!

08:00 OI! OSGAR - Casglu Hwyaidd (R) (HD)

Mae Osgar yn cael gafael ar yr hwyaden rwber olaf o'r bocs popgorn ar ddamwain – pan mae'n ei cholli i'r ieir ar ddamwain, mae Popi yn ei neilltuo i'w chael yn ôl.

Osgar accidentally gets his hands on the last rubber duck from the popcorn box – when he accidentally loses it to the chickens, he is assigned by Popi to get it back.

08:20 LARFA - Cyfrinach Pinc (R) (HD)

Pwy yw'r ledi fach binc sy'n diddanu'r criw dwl heddiw?

Who's the little pink lady amusing the crazy crew today?

08:45 Y TRI MYSGEDWR - Mwynlafn (R) (S) (SC) (HD)

Mae Selwyn ap Rhydderch yn sylweddoli fod cleddyf Porthos yn gallu troi metel mewn i aur!

Selwyn ap Rhydderch realizes that Porthos's sword can turn metal into gold!

09:35 PROSIECT Z - Ysgol Cwm Rhymni (R) (S) (SC) (HD)

Heddiw mae'r Zeds wedi cyrraedd Ysgol Cwm Rhymni. A fydd y pum disgybl yn dianc neu'n cael eu troi'n Zeds?

Today the Zeds have arrived in Ysgol Cwm Rhymni. Will they escape or be turned into Zeds?

10:00 PARC GLAN GWIL (R) (S) (SC) (SL) (HD)

Mae Tref Trefn wedi trefnu noson o adloniant gyda band enwog yn Parc Glan Gwil, ond alla nhw ddim dod. Gyda cymorth ffrindiau mae Tref Trefn yn llwyddo creu band a chael noson i'w chofio.

Trefn Trefn has organised an evening of entertainment with a famous band in Parc Glan Gwil, but they can't come. With the help of friends, Tref Trefn manages to create a band and have a night to remember.

10:15 GARDDIO A MWY (R) (S) (SC) (SL) (HD)

Cyfres Garddio yng nghwmni Meinir Gwilym, Sioned Edwards ac Adam Jones.

Flowers, veg and all life's good stuff, with Sioned Edwards, Meinir Gwilym and Adam Jones.

10:50 DAN DO (R) (S) (SC) (SL) (HD)

Aled Samuel a Mandy Watkins sy'n mynd â ni ar hyd a lled Cymru i ymweld â gwahanol fathau o gartrefi chwaethus a diddorol. Yn y rhaglen hon byddwn ni'n ymweld â hen fwthyn ceidwad sydd wedi ei drawsnewid yn ddy modern â golygfeydd anhygoel o'r de ddwyrain, byddwn yn camu nôl i'r 60au a 70au yn ardal Llanelli, a bwthyn hynafol o gyfnod Owain Glyndŵr ar fryn y tu allan i bentref Erwyd.

Join Aled Samuel and Mandy Watkins as they travel across Wales visiting a variety of tasteful and interesting homes. In this programme we'll be featuring a keepers cottage that's been transformed into a modern family home with amazing views of the south east, we'll be stepping back in time to the 60's and 70's near Llanelli, and visiting an ancient cottage from Owain Glyndŵr's era outside Erwood.

- 11:20 CARTREFI CYMRU - Tai'r 1920au a'r 1930au (R) (S) (SC) (SL) (HD)**
Cyfres lle bydd Aled Samuel a'r hanesydd adeiladau, Bethan Scorey yn edrych ar gartrefi Cymru drwy'r oesoedd. O oes y Tuduriaid hyd heddiw, byddwn ni'n agor y drws ar hanes ein cenedl drwy bensaerniaeth. Yn y rhaglen hon byddwn yn edrych ar dai o'r 1920au a'r 1930au.
A series in which Aled Samuel and architectural historian Bethan Scorey explore Welsh homes through the ages. From the Tudor era to the present day, we open the door to our nation's history through architecture. In this programme, we look at houses from the 1920s and 1930s.
- 11:50 SGWRS DAN Y LLOER - Mari Lovgreen (R) (S) (SC) (SL) (HD)**
Elin Fflur yn sgwrsio dan olau'r lloer ym Mwynder Maldwyn gyda'r hyfryd Mari Lovgreen.
In tonight's episode Elin Fflur chats with the lovely Mari Lovgreen.
- 12:25 FFASIWN DREFN (R) (S) (SC) (AD) (SL) (HD)**
Yn y gyfres hon bydd y cyflwynydd Lara Catrin a'n trefnydd proffesiynol Gwenan Rosser yn rhoi trefn ar gypyrddau dillad a lloffydd ar hyd a lled Cymru. 'Lle i bopeth a phopeth yn ei le' yw'r nod. Yr wythnos hon cwpwrdd dillad Nick Yeo o Gaerdydd sy'n cael ei drawsnewid.
In this series presenter Lara Catrin and professional organiser Gwenan Rosser will be sorting wardrobes and bedrooms all over Wales. 'A place for everything and everything in its place' is the aim. This week we'll be decluttering and transforming Nick Yeo's wardrobe at his home in Cardiff.
- 12:55 3 CÂN - Parti (R) (S) (SC) (SL) (HD)**
Gyda thema parti, dyma berfformiad o gân newydd sbon gan Band Pres Llareggub, gyda Aleighcia Scott a hanes y gân 'Hapus' gan Diffiniad.
Party is the theme of the three tracks and we hear a new song by Band Pres Llareggub featuring Aleighcia Scott.
- 13:25 IOLO: NATUR BREGUS CYMRU - Cynhesu Byd-eang (R) (S) (SC) (AD) (SL) (HD)**
Yn y rhaglen olaf, mae Iolo yn edrych ar effaith cynhesu byd-eang ar fywyd gwylt. Er yn gyfnod ansicr i fyd natur, mae 'na lwyddiannau: y barcud coch wedi cynyddu gymaint maen nhw'n nythu mewn gerddi, a'r bele a'r afanc yn ôl o ebargofiant.
In the final episode, Iolo looks at the effects of global warming on wildlife. Although it's an uncertain time for nature, there are successes: Red kites have increased so much, they now nest in gardens, and the pine marten and beaver have returned from oblivion.
- 14:25 JASON MOHAMMAD: STADIYMAU'R BYD (R) (S) (SC) (SL) (HD)**
Mae Jason Mohammad yn teithio o amgylch rhai o stadiymau chwaraeon mwyaf eiconig y byd. Yn yr ail raglen, mae Jason yn ymweld â stadiymau eiconig sy'n symbolau o hunaniaeth ranbarthol a chenedlaethol, gan gynnwys Stadiwm Principality, Croke Park, Dulynd, Anfield, a chae pêl-droed Henningsvær.
Jason Mohammad journeys around some of the world's greatest and most iconic sports stadiums. In the second programme, Jason visits iconic stadiums that are symbols of regional and national identity, including the Principality Stadium, Croke Park, Dublin, Anfield, and Henningsvær football pitch.
- 15:25 CYMRU AR GYNFAS - Tudur Owen (R) (S) (SC) (SL) (HD)**
Ym Mae Trearddur ar Ynys Môn mae'r artist cyfoes, Anna E Davies yn cyfarfod â'r digrifwr, Tudur Owen. Dyma ddechrau eu cyfnod gyda'i gilydd a buan iawn y darganfyddant eu bod yn rhannu llawer o bethau'n gyffredin ac mae Tudur yn synnu ei fod yn trafod pob agwedd o'i fywyd. Ond a fydd Anna yn gallu cipio Tudur ar gynfas?
In Trearddur Bae on Anglesey, contemporary artist, Anna E Davies is meeting comedian, Tudur Owen. This is the beginning of their time together and they soon discover they share many things in common and Tudur is surprised to find himself opening up about all aspects of his life. But will Anna be able to capture Tudur on canvas?

- 16:00 CLWB RYGBI RHYNGWLADOL: PENCAMPWRIAETH Y CENHEDLOEDD - DE AFFRICA V CYMRU (HD)**
Bydd Cymru yn wynebu De Affrica yn Stadiwm Hollywoodbets Kings Park yn Durban yn ystod trydedd rownd Pencampwriaeth y Cenedloedd 2026. C/G 16.40.
Wales will tackle South Africa at the Hollywoodbets Kings Park Stadium in Durban during the third round of the 2026 Nations Championship. K/O 16.40.
- 19:00 SGWRS AR Y BEIC: DWAYNE PEEL (S) (SC) (HD)**
Y tro hwn, sgwrs gyda chyn fewnwr y Scarlets, Cymru a'r Llewod, Dwayne Peel.
This time, a chat with former Scarlets, Wales and British & Irish Lions scrum-half Dwayne Peel.
- 19:15 NEWYDDION S4C A'R TYWYDD (S) (HD)**
Newyddion S4C a'r Tywydd.
S4C News and Weather.
- 19:30 CIAO! COLLEEN AG OWAIN - Turin (R) (S) (SC) (AD) (HD)**
Mae'r ffrindiau yn Turin, y ddinas fu'n gartref iddi hi a'r teulu ac mae ar dân eisiau dangos ei hoff lefydd i Owain.
Colleen and Owain head to Turin, a city Colleen and her family once called home.
- 20:00 NOSON LAWEN - Y Gorllewin (R) (S) (SC) (HD)**
Huw Bryant sy'n cyflwyno Noson Lawen gyda thalentau diri o Orllewin Cymru, gyda Trystan Llyr Griffiths, Jessica Robinson, Y Welsh Whisperer, Mari Mathias, Cynefin, Mattoidz, Côr Ysgol y Strade a Steffan Rees.
Huw Bryant introduces talented singers and performers from West Wales on tonight's Noson Lawen. Featuring Trystan Llyr Griffiths, Jessica Robinson, The Welsh Whisperer, Mari Mathias, Cynefin, Mattoidz, Ysgol y Strade Choir and Steffan Rees.
- 21:00 SEICLO: TOUR DE FRANCE - Cymal 14: Uchafbwyntiau (HD)**
Uchafbwyntiau Cymal 14 – Mae cymal 14 o'r daith eleni yn tywys y peloton drwy fynyddoedd y Vosges, i orffen yng nghyrcfan sgïo Le Markstein.
Stage 14 highlights – Stage 14 of this year's Tour leads the peloton on a challenging route through the Vosges mountains to finish at Le Markstein Ski Resort.
- 21:30 AMOUR & MYNYDD (R) (S) (SC) (HD)**
Cyn gadael yr Alpau am adref, mae gan y criw un penderfyniad ola i'w wneud.
Thoughts turn towards life after Amour & Mynydd, but before packing their bags, the gang have one last decision to make.
- 22:30 AMOUR & MYNYDD - Apres: A&M (R) (S) (SC) (HD)**
Mae'r cerddor Yws Gwynedd sy'n ymuno gyda Mari Beard a Meilir Rhys Williams i drafod a dadansoddi dwy bennod ola', Amour & Mynydd.
The musician Yws Gwynedd joins Mari Beard and Meilir Rhys Williams to discuss and analyse the last two episodes of Amour & Mynydd.
- 23:00 STIWDIO 24/7 (R) (S) (SC) (HD)**
Yn yr ail o'r gyfres newydd Stiwdio 24/7 bydd Molly Palmer yn cyflwyno detholiad o fandiau mwyaf cyffrous y Sîn Roc Gymraeg. Y tro yma bydd Sywel Nyw yn perfformio dwy gân, bydd DJ Dilys yn ymuno yn y stwdio i drafod ei orsaf radio newydd, Radio Sudd, ac fe fydd perfformiadau hefyd gan Lafant a Dafydd Owain.
In the second of the new series Stiwdio 24/7 Presenter Molly Palmer introduces some of the best bands and artists from the current Welsh rock and pop scene. This time we hear two songs by Sywel Nyw, DJ Dilys joins Molly in the studio to discuss his new radio station, Radio Sudd, and we hear performances from Lafant and Dafydd Owain.
- 23:35 DIWEDD/CLOSE**

Gwybodaeth Rhaglenni Programme Information – S4C

Dydd Sul - Sunday 19/07/2026

- 06:00 CYW (HD)**
Rhaglenni llawn hwyl i'r plant lleiaf.
Fun-filled programmes for younger viewers.
- 06:00 CABAN BANANA GARETH - Gwely 2 (R) (S) (SC) (HD)**
Mi fydd Gareth yr Orangutan yn teithio ysgolion ledled Cymru yn ei Gaban Banana, ac yn trafod pob math o bynciau difyr gyda plantos bach brwdfrydig y wlad. Mynd i'r Gwely ydi'r pwnc trafod.
Gareth the Orangutan will be touring schools all over Wales discussing all kinds of interesting topics with our most chatty, insightful, and sometimes cheeky children! This week, Bedtime is the topic of discussion.
- 06:05 FFERM FACH - Rhiwbob (R) (S) (SC) (HD)**
Mae Cai yn mynd ar antur gyda Hywel y ffermwr hud i Fferm Fach ble mae'n gweld sut mae rhiwbob yn cael ei dyfu.
Cai goes on an adventure with Hywel the magical farmer to Fferm Fach to see how rhubarb is grown.
- 06:20 BLWI - Dadi Robot (R) (SC) (HD)**
Dydi Blwi a Bingo ddim eisiau tacluso'r ystafell chwarae, felly mae Dadi Robot yn gwneud y gwaith tacluso.
Blwi and Bingo don't want to tidy the playroom, so they get Dad Robot to do it for them.
- 06:25 PARC GLAN GWIL (R) (S) (SC) (HD)**
Mae hi'n amser cystadleuaeth blodau Parc Glan Gwil, ond mae Syr Gwil yn gweld fod problem fawr gyda'r blodau eleni. Gyda chymorth y criw mae'r parc yn edrych ar ei orau eto, cyn i Blodwen Jones gyrraedd i feirniadu.
It is time for Parc Glan Gwil's flower competition – but Syr Gwil notices that there is a big issue with the flowers this year. With the crew's help, the park looks its best once again before Blodwen Jones arrives to judge the competition.
- 06:40 EIN BYD BACH NI - Canada (R) (S) (SC) (HD)**
Dewch ar daith o gwmpas y byd. Heddiw ry' ni am ymweld â'r ail wlad fwyaf yn y byd o ran maint tir sydd yng Ngogledd America. Dyma Ganada. Yno, byddwn ni'n dysgu am raeadrau Niagara, y brifddinas Ottawa a symbolau'r wlad fel y ddeilen Fasarn.
Let's take a trip across the world! Today's adventure will take us to the second biggest country in terms of land mass and it's in North America. This is Canada. Here we'll learn about the Niagra Falls, the capital city Ottawa and Canadian symbols like the maple leaf.
- 06:50 AHOI! - Ysgol Llwyncelyn #2 (R) (S) (SC) (HD)**
Mae'r môr-ladron Ben Dant a Cadi wedi glanio ar Ynys Bendibelliawn, ond mae'r hen gapten drewllyd Capten Cnec wedi glanio yno'n barod ac wedi cipio'r ynys. A fydd y criw o forladron bach o Ysgol Llwyncelyn yn llwyddo i helpu Ben Dant a Cadi i drechu Capten Cnec a chipio'r ynys yn ôl?
Ben Dant and Cadi, the pirates, have landed on Ynys Bendibelliawn, but the smelly old Capten Cnec has already landed there and captured the island. Will the little pirates from Ysgol Llwyncelyn succeed in helping Ben Dant and Cadi defeat Capten Cnec and capture the island back?
- 07:05 SAM TÂN - Penwythnos y Brodyr (R) (SC) (HD)**
Mae Siarllys a Sam wedi mynd i ffwrdd am benwythnos dawel i Ynys Pontypandy, ond dyw'r profiad ddim mor "dawel" a hynny.
Sam and Siarllys have gone away for a quiet weekend to Pontypandy island, but the experience doesn't turn out to be that quiet!

- 07:15 AWYR IACH (R) (S) (SC) (HD)**
Ymunwch gyda Meleri a Huw wrth iddyn nhw grwydro Cymru a chael pob math o antur yn yr awyr agored. Heddiw, bydd Meleri a'r criw yn helpu Adam yng Ngardd Fotaneg Genedlaethol Cymru, bydd Hanna yn garddio gyda'i thad, gawn ni gwrdd ag Alffi y ci therapi, a bydd Huw yn ymuno â Ffion a'i cheffyl
Join Meleri and Huw as they go on all sorts of adventures in the open air. Today, Meleri and the crew will be helping Adam at the National Botanic Garden of Wales, Hanna will be gardening with her father, we'll meet Alffi the therapy dog, and Huw will be visiting Ffion and her horse
- 07:30 BLERO YN MYND I OCIDO - Trysor Coll Blero (R) (S) (SC) (HD)**
Mae Maer Oci angen help Blero i wisgo'r cadwyn llawn gemau.
Mayor Oci wants to dress to impress the visiting mayor with a gemstone-encrusted chain.
- 07:40 BYD TAD-CU - Pwy wnaeth greu cŵn? (R) (S) (SC) (HD)**
Heddiw mae Gweni'n holi 'Pwy wnaeth greu cŵn?' ac yna Tad-cu'n adrodd stori dwl a doniol am ferch o'r enw Megan sy'n darganfod Genie Tebot yn atig ei thy newydd! Diolch i'r drefn bod gan Hati'r gwningen ateb call a chywir i'w rhannu gyda ni!
Today, Gweni asks 'Who invented dogs?' and once again Tad-cu spins one of his tall tales of a young girl named Megan who discovers a Teapot Genie in the attic of her new house! Thankfully, Hati the rabbit gives us the real answer!
- 07:50 CRAWC A'I FFRINDIAU - Ffrind newydd Crawc (R) (S) (SC) (HD)**
Mae Crawc wrth ei fodd pan mae hwyaden fach newydd yn deor ac yn closio ato'n syth. Ond pan mae'n ceisio rhoi'r hwyaden nôl ar yr afon, mae Crawc yn ei rhoi mewn perygl.
When a duckling hatches and imprints on Crawc, he finds himself with an adoring fan. But in trying to rehome the duckling on the river, Crawc puts it in grave danger.
- 08:05 ANNIBENDOD - Pennaeth Gorau Cymru (R) (S) (SC) (HD)**
Mae Mrs Moss wedi cyrraedd rownd derfynol gwobr Pennaeth Gorau Cymru. Mae Miss Enfys wedi gadael Anni yng ngofal trefnu'r parti dathlu gyda'i ffrindiau yn y Clwb Carco. Beth all fynd o'i le?!
Mrs Moss has reached the finals of the Best Welsh Head prize. Miss Enfys has asked Anni and her friends in the After School Club to make arrangements for the celebration party. What can go wrong?!
- 08:15 MOJO SWOPTOPS - Miri Môr Ladron (R) (S) (SC) (HD)**
Mae bws morladron Ted wedi ei herwgipio gan Gaptan Dot,ac mae Mojo a Bo yn hwylio'r strydoedd i'w dal hi.
Pirate bus Ted is hijacked by Captain Dot and Mojo and Bo sail the streets to stop her
- 08:30 DAL DY DDANNEDD - Ysgol Y Fenni (R) (S) (SC) (HD)**
Ysgol Y Fenni sy'n ymuno â Pwdryn a Melys i chwarae llond trol o gemau lliwgar! Pa dim all gasglu y mwya o ddannedd glân ac ennill Tlws Dani Dant heddi?
Teams from Ysgol Y Fenni join Pwdryn and Melys to play a series of candyland themed games. The challenge is to collect as many clean teeth as possible and win the Dani Dant Trophy!
- 08:50 PENBLWYDDI CYW (S) (SC) (HD)**
Cyfle i edrych 'nôl dros rai o gyfarchion pen-blwydd yr wythnos.
A look back at some of this week's birthday greetings.
- 09:00 Y COSMOS - Yr Haul (R) (S) (HD)**
Rhaglen sy'n dilyn taith anhygoel y golau o'r haul. Rydym yn dilyn darn bychan o olau - o'i greu ynghanol yr haul i'r eiliad mae'n dianc ar ei ffordd i'r ddaear - ac yn datgelu sut a pham mae popeth ar y ddaear yn dibynnu arno.
How does light escape from the sun? We take a million year journey from the centre of the sun, following the path of light. We witness its fiery birth from nuclear fusion in the core, its 430,000 mile battle against gravity and magnetism, its escape from the solar surface, and the final leap into space.

10:00 GWESTY ADUNIAD (R) (S) (SC) (HD)

Mae Ann o Benllyn wedi bod yn chwilio am atebion ers dros 70 mlynedd, ac mae Miss Cymru yn cyfarfod rhywun o'r gorffennol ar ol 15 mlynedd. Mae Richard o Essex yn cyfarfod teulu newidodd ei fywyd am byth pan yn fabi bach.

Ann from Penllyn finds the out the truth after 70 years. Miss Wales meets someone from her past and Richard from Essex meets a family from Wales who changed his life forever.

11:00 GARDDIO A MWY (R) (S) (SC) (HD)

Cyfres Garddio yng nghwmni Meinir Gwilym, Sioned Edwards ac Adam Jones.

Flowers, veg and all life's good stuff, with Sioned Edwards, Meinir Gwilym and Adam Jones.

11:30 GERDDI CYMRU - Dyffryn a'r Bontfaen (R) (S) (SC) (HD)

Cyfle arall i weld Aled yn ymweld â Bro Morgannwg i weld dwy ardd sy'n hollol wahanol i'w gilydd ond yn wledd i'r llygaid - gardd ysblenydd Dyffryn a Gardd Ffisegol Y Bontfaen.

Another chance to join Aled Samuel as he visits Vale of Glamorgan - the lavish gardens at Dyffryn and the small and perfectly formed Cowbridge Physic Garden.

12:00 CYFRES TRIATHLON CYMRU 2026 - Llandudno (R) (S) (SC) (HD)

Uchafbwyntiau trydydd cymal Cyfres Triathlon Cymru o dre wylie Llandudno. Nofio yng nghysgod y Pier Fictorianaid, beicio lonydd trawiadol Y Gogarth a rhedeg ar y Prom eiconig. Sylw hefyd i'r Cwpan Celtaidd rhwng timau Cymru, Yr Alban ac Iwerddon fydd ar yr un penwythnos. Lowri Morgan a Gareth Roberts sydd yn ein tywys trwy'r holl gyffro.

Highlights from the third leg of the Welsh Triathlon Series in Llandudno. A swim in the shadow of the Victorian Pier, cycling the stunning roads of the Great Orme, and a run along the iconic promenade. There is also coverage of the Celtic Cup, featuring teams from Wales, Scotland, and Ireland, taking place over the same weekend. Lowri Morgan and Gareth Roberts guide us through all the excitement.

13:00 YR AFON - Iolo ac Afon Amazon (R) (S) (SC) (HD)

Wrth ddilyn trywydd yr Amazon mae Iolo Williams yn edrych ar y datblygiadau masnachol sydd yn lladd y jungl sy'n amddiffyn yr afon ac yn gofyn ydy dyfodol yr Amazon yn y fantol. Dangoswyd y rhaglen gyntaf yn 2008.

Iolo Williams journeys along the Amazon and looks at the commercial development that is killing the wilderness which protects the river and is putting its future in the balance. First shown in 2008.

14:00 IAITH AR DAITH - Kate Bottley (R) (S) (SC) (HD)

Yn y gyntaf o gyfres newydd o Iaith ar Daith mae'r parchedig Kate Bottley a'i mentor y darlledwr a'r cyflwynydd Jason Mohammed yn teithio ar draws Cymru gyda'r nôd o ysgogi a helpu Kate i ddysgu Cymraeg. Fe fydd hi yn wynebu cyfres o sialensau ieithyddol ac fe fydd Jason wrth ei hochor ar hyd y ffordd. Ond a fydd y Gymraeg yn llifo neu'n brifo?

In the first of a new series of Iaith ar Daith the Rev. Kate Bottley is accompanied by broadcaster and presenter Jason Mohammed as she embarks on a linguistic road trip across Wales. Kate will attempt to learn Welsh and will face a variety of challenges along the way-with Jason will by her side throughout.

15:00 PRIODAS PUM MIL - Einir & Jason (R) (S) (SC) (HD)

Yn y bennod hon mae Trystan Ellis-Morris ac Emma Walford yn mynd ati i drefnu priodas Einir a Jason yn Nyffryn Nantlle.

In this episode Trystan Ellis-Morris and Emma Walford set about organising the wedding of Einir and Jason in Dyffryn Nantlle.

16:00 ARFORDIR CYMRU: SIR BENFRO - Trefdraeth i Abergwaun (R) (S) (AD) (HD)

Bydd Bedwyr Rees yn teithio o Drefdraeth i Abergwaun gan gyfarfod cerflunydd sy'n cael ei ysbrydoli gan enwau'r arfordir. Bydd e hefyd yn dysgu am brosiect i ddiogelu tafodiaith unigryw Sir Benfro.

Bedwyr Rees travels from Newport, Pembrokeshire to Fishguard and meets a sculptor who is influenced by names along the coastline. He also learns about a project to safeguard the unique Pembrokeshire coastline.

16:30 WIL, AERON A'R INCA (R) (S) (HD)

Mae Wil Hendreseifion ac Aeron Pughe yn ymgymryd â her newydd. O fynyddoedd Bro Ddyfi maen nhw'n mentro i uchelfannau Periw i fyw a gweithio ynghanol cymuned o fugeiliaid yr Andes. Dyma daith ysbrydoledig sy'n archwilio rhamant a realiti bywyd a thraddodiadau ffermwyr yr Inca. Ynghanol yr hwyl a'r antur, mae yma stori ddarganfod rymus a theimladwy; profiad sydd am aros yng nghof y ddau ffermwr o ardal Machynlleth am byth.

Wil Hendreseifion and Aeron Pughe are taking on a new challenge. From the hills of Bro Ddyfi, their new venture takes them to some of the highest peaks of Peru to live and work alongside a community of shepherds in the Andes. This is an inspiring journey that explores the romance and reality of the Inca life and their farming traditions. Amidst the fun and adventure, there is a powerful and poignant story of discovery; an experience that will stay with the two farmers from Wales forever.

17:40 CEFN GWLAD - Gethin Havard (R) (S) (SC) (HD)

Portread o Gethin Havard, Llywydd Sioe 2026 gyda Sir Frycheiniog, ardal gyfoethog ei thir a'i hanes yn sir nawdd eleni.

Portrait of the President of 2026 Brecknockshire Royal Welsh Show.

18:40 POBOL Y CWM OMNIBWS (S) (AD) (HD)

Cipolwg yn ôl dros ddiwyddiadau'r wythnos yng Nghwmderi. Gydag isdeitlau Saesneg ar y sgrîn.

Omnibus edition looking at the events in Cwmderi over the past week. With English subtitles.

19:45 NEWYDDION S4C A'R TYWYDD (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd.

S4C News and Weather.

20:00 Y WAL - Sbaen a Morocco (R) (S) (SC) (AD) (HD)

Lisa Jên sy'n teithio i Ceuta i gwrdd â phobl sy'n ceisio croesi'r ffin o Affrica i Ewrop.

Lisa Jên travels to Ceuta to meet people trying to cross the border from Africa into Europe.

21:00 Y SIOE 2026 - Rhagflas y Sioe (S) (HD)

Ymunwch â Mari Lovgreen ac Ifan Jones Evans i edrych ymlaen at Sioe Frenhinol Cymru 2026 ac i fwynhau Moliant y Maes o'r maes yn Llanellwedd dan arweiniaid y Sir Nawdd, Sir Frycheiniog. Isdeitlau Saesneg ar gael.

Join Mari Lovgreen and Ifan Jones Evans as they look forward to this year's Royal Welsh Show and enjoy the 'Moliant y Maes' service from the showground in Builth Wells led by this year's feature county, Brecknockshire. English subtitles available.

CN/NS

1/40

22:00 SEICLO: TOUR DE FRANCE - Cymal 15: Uchafbwyntiau (HD)

Cymal 15 – Diwrnod arteithiol yn y cyfrwy, sy'n gorffen gydag esgyniad 11km ar gyfartaledd o dros 9% i Plateau de Solaison.

Stage 15 – A devilish day in the saddle awaits, culminating in an 11km climb with an average gradient above 9% to Plateau de Solaison.

22:30 TABŴ - Fillers (R) (S) (SC) (HD)

Jess Davies sy'n edrych ar lenwyr gwefusau ac yn gofyn pam fod y rheolau yng Nghymru mor llac.

Jess Davies explores lip fillers and asks why the cosmetic industry in Wales is so unregulated.

23:00 CYMOEDD ROY NOBLE (R) (S) (HD)

Mae Roy Noble yn ymweld ag un o gymoedd Blaenau Gwent, cartref Glyn Ebwy, Aberbeeg, Abertyleri, Cwm, Nantyglo a Brynmawr. Mae e'n cychwyn ei daith trwy edrych ar safle'r hen waith dur yng Nglyn Ebwy yng nghwmni Frank Olding cyn cael hanes yr actor enwog Victor Spinetti ym mhentre' Cwm gyda chwaer Victor, Gianina, a Jeff Davies sy'n byw yng nghartref gwreiddiol Victor. Pentrefi Six Bells ger Abertyleri a Nantyglo sy'n cael sylw Roy nesaf cyn iddo symud ymlaen at sinema hynaf Cymru, ym Mrynmawr.

Roy Noble visits one of the valleys in Blaenau Gwent and begins his journey at the regenerated site of the old steel works in Ebbw Vale. Further down the valley in the village of Cwm, Roy meets Gianina, sister of the late actor Victor Spinetti and Jeff Davies who lives in Victor's old home. The village of Six Bells near Abertillery, and Nantyglo, are the next stops for Roy before he completes his journey at the old Market Hall Cinema in Brynmawr for an external screening on the town's square.

23:35 DIWEDD/CLOSE

Gwybodaeth Rhaglenni Programme Information – S4C

Dydd Llun - Monday 20/07/2026

- 06:00 CYW (HD)**
Rhaglenni llawn hwyl i'r plant lleiaf.
Fun-filled programmes for younger viewers.
- 06:00 BLOCIAU RHIF - Codi Tŵr (R) (HD)**
Mae estron yn glanio ac mae'r Blociau Rhif yn penderfynu helpu'r estron i gyrraedd nôl adref yn ddiogel. Ond, mae'r estron yn dda am greu blociau, ac felly, maen nhw'n adeiladu twr gyda'i gilydd.
When an alien ship crashes in Numberland, the Numberblocks decide to help the alien get back home. The alien can create lots of blocks like the Numberblocks, so they build a tower into the sky.
- 06:05 SAM TÂN - Brechdan Ofod! (R) (SC) (HD)**
Mae Hanna, Jams a Sara yn lawnsio brechdan i'r gofod ar ol ychydig o gweryla. Oherwydd y frechdan yn y gofod mae nhw'n gweld ffler yn fflachio ac yn galw Sam Tân a'i griw i achub y dydd.
Hanna, James and Sara launch a space sandwich amidst some disagreement. When the space sandwich camera spots a distress flare they call Fireman Sam and his crew to save the day.
- 06:15 BLWI - Y Penwythnos (R) (SC) (HD)**
Dros y penwythnos mae Blwi a Bingo yn chwarae yn yr ardd gyda Dad.
On the weekend Blwi and Bingo are playing in the garden with Dad.
- 06:25 OCTONOTS - Yr Octonots a'r Aligator Bach (R) (S) (HD)**
Mae Harri yn gwarchod aligator bach o'r enw Danto, ond pan mae hwnnw'n dianc o'r Octofad, rhaid i Harri a gweddill yr Octonots ei achub.
Harri adopts a baby alligator naming him Danto, but when it escapes the Octopod, he and the Octonauts must rescue him.
- 06:40 AMSER MAITH MAITH YN ÔL - Rhyfel Byd 1af - Garddio (R) (S) (SC) (HD)**
Stori o dros gan mlynedd yn ôl adeg y Rhyfel Byd Cyntaf sydd gan Tadcu heddiw. Mae Tomi a Gwen wedi bod yn gofalu am eu llysiau yn ofalus iawn ar gyfer y gystadleuaeth arddio. Mrs Parri yw'r beirniad ac mae hi wedi ymweld a phob gardd yn y pentre er mwyn dod o hyd i enillydd.
Today Grandad has a story from over one hundred years ago during the First World War. Tomi & Gwen have been looking after their vegetables carefully and are preparing for the garden competition. Mrs Parri has visited all the gardens in the village before deciding on the winner.
- 06:55 OG Y DRAENOG HAPUS - Adar Bach Hapus (R) (HD)**
Mae Og yn teimlo'n flin wrth i adar bach fwyta ei fafon.
Og feels angry when some little birds eat his strawberries.
- 07:05 JONI JET - Perygl o'r Pridd (R) (SC) (HD)**
Mae Joni'n meddwl bod planhigion yn bethau diflas, ond mae'n newid ei feddwl diolch i bersawr Lili Lafant a bwystfil o blanhigyn sy'n rhedeg yn wyllt!
Joni thinks that plants are boring things, but he changes his mind thanks to Lily Lavender perfume and a beast of a plant that runs wild!
- 07:20 BENDIBWMBWLS - Ysgol Garth Olwg (R) (S) (SC) (HD)**
Mae Ben Dant ar antur newydd i ailgylchu, a throi sbwriel yn sbeshal, a gwastraff yn gampwaith. Heddiw bydd e'n ymuno â disgyblion Ysgol Gynradd Gymraeg Garth Olwg, Pontypridd i greu trysor penigamp
Ben Dant is on a new adventure to recycle, turn rubbish into something special and waste into a masterpiece. Today, he will join the pupils of Ysgol Dyffryn Trannon, Trefeglwys to create a superb treasure

- 07:30 CRAWC A'I FFRINDIAU - Anifail anwes Pwti (R) (S) (SC) (HD)**
 Mae Pwti yn dal pili-pala mewn jar er mwyn ei hastudio. Ond pan mae fe'i hunan yn gorfod aros tu mewn, mae'n sylweddoli bod neb yn hoffi cael eu caethiwo.
Pwti traps a butterfly in a jar in order to observe it but when grounded himself, he realises that no-one likes confinement.
- 07:45 KIM A CAI A CRANC (R) (S) (SC) (HD)**
 Mae Kim, Cai a Cranc yn cwrdd â Morfeirch ac yn eu dilyn cyn neidio allan o'r dwr. Yna mae Kim yn sylweddoli nad yw Cranc yn ei phoced. Mae e'n sownd mewn pentwr o sbwriel! Ar ôl gwneud yn siwr bod Cranc yn iawn mae Cai yn defnyddio'r sbwriel i 'neud barcud. Mae Cranc yn hedfan gyda'r barcud i ben clogwyn uchel ble mae'n cwrdd â Pwffin! Tybed os gall Pwffin helpu i chwilio am gartre' newydd i Cranc?
Kim, Cai and Cranc meet Morfeirch and they follow them before jumping out of the water. Then Kim realises that Cranc is not in her pocket – he's stuck in a pile of rubbish! After checking to make sure that Cranc is OK, Cai uses the rubbish to make a kite. Cranc flies with the kite to the top of a high cliff where he meets Pwffin. Can Pwffin help Cranc find a new home?
- 08:00 CYW (HD)**
 Rhaglenni llawn hwyl i'r plant lleiaf.
Fun-filled programmes for younger viewers.
- 08:00 ODO - Dwdlo Dwdl! (R) (S) (SC) (HD)**
 Mae Odo yn cystadlu â Thelma i weld pwy sy'n gallu peintio'r portread gorau o Dwdl.
Odo competes with Thelma to see who is able to paint the best portrait of Doodle.
- 08:10 SION Y CHEF - Seren y Sgrin (R) (HD)**
 Mae Izzy'n cyhoeddi bod ei bryd hi ar wneud ffilmiau ac nid ar fod yn chef ac yn bwrw ati i greu ei ffilm gynta' erioed.
Izzy surprises Siôn by announcing that she would rather be a film maker than a chef and gets started on her new career with her very first film.
- 08:20 ANIFEILIAID BACH Y BYD (R) (S) (SC) (HD)**
 Dewch ar antur gyda ni i gwrdd ag anifeiliaid bach y byd. Yn y rhaglen hon yr Estrys a'r Mochyn fferm fydd yn cael y sylw.
Come with us on a journey around the world to meet some of the animals that live on our planet. In this programme it's the Ostrich and Pig that get the attention.
- 08:30 PABLO - Ffeithiau a Chamgymeriadau (R) (HD)**
 Mae gan Pablo ei ffordd ei hun o weld y byd, ac nid ydi o'n hoffi gwneud camgymeriadau. Pan mae o'n lliwio ei shorts y lliw anghywir, mae'n rhaid i bawb ei berswadio fod hi'n iawn gwneud camgymeriadau weithiau.
Pablo makes a mistake in his drawing and colours in his shorts the wrong colour, so he decides not to draw himself at all. But his friends in the Art World want to find him.
- 08:45 AWYR IACH (R) (S) (SC) (HD)**
 Ymunwch gyda Meleri a Huw wrth iddyn nhw grwydro Cymru a chael pob math o antur yn yr awyr agored. Heddiw, bydd Huw yn ymweld ag Ynys Enlli, bydd Sion yn mynd ar antur feicio gyda'i deulu ger Llys y Fran, a bydd Meleri yn cwrdd â merch o'r enw Enlli a'i chŵn defaid.
Join Meleri and Huw as they go on all sorts of adventures in the open air. Today, Huw will be visiting Bardsey Island, Siôn will be cycling with his family at Llys y Fran, and Meleri will meet Enlli and all her sheep dogs.

09:00 Y SIOE 2026 - Bore Llun o'r Sioe (S) (HD) (EC)

Mae Sioe Frenhinol Cymru yn ôl, a'n tîm ni fydd yn eich tywys drwy holl uchafbwyntiau'r sioe amaethyddol fwyaf yn Ewrop. Wrth y llyw mae Nia Roberts, yng nghwmni Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe a Gareth Roberts. Mae'r llwyfan yn barod ar gyfer Sioe Sir Frycheiniog ac yn agor y digwyddiad yn swyddogol mae'r Uwchgaptan Andy Butcher MBE. Mae sylwebaeth ac isdeitlau Saesneg ar gael hefyd.

The Royal Welsh Show is back, and our expert team will guide you through all the highlights of Europe's largest agricultural show. At the helm is Nia Roberts, joined by Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe and Gareth Roberts. Brecknockshire is ready to take centre stage, and the event will be officially opened by Major Andy Butcher MBE. English commentary and subtitles are also available.

12:00 NEWYDDION S4C (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd.
S4C News & Weather.

12:05 Y SIOE 2026 - Dros Ginio Llun o'r Sioe (S) (HD) (EC)

Mae Sioe Frenhinol Cymru yn ôl, a'n tîm ni fydd yn eich tywys drwy holl uchafbwyntiau'r sioe amaethyddol fwyaf yn Ewrop. Wrth y llyw mae Nia Roberts, yng nghwmni Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe a Gareth Roberts. Mae'r dofednod yn ôl ac mae mawr edrych ymlaen i bencampwriaeth y biff nes ymlaen. Mae sylwebaeth ac isdeitlau Saesneg ar gael hefyd.

The Royal Welsh Show is back, and our expert team will guide you through all the highlights of Europe's largest agricultural show. At the helm is Nia Roberts, joined by Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe and Gareth Roberts. The poultry is back, and everyone is looking forward to the Beef Championship later. English commentary and subtitles are also available.

14:00 NEWYDDION S4C (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd.
S4C News & Weather.

14:05 Y SIOE 2026 - Prynhawn Llun o'r Sioe (S) (HD) (EC)

Mae Sioe Frenhinol Cymru yn ôl, a'n tîm ni fydd yn eich tywys drwy holl uchafbwyntiau'r sioe amaethyddol fwyaf yn Ewrop. Wrth y llyw mae Nia Roberts, yng nghwmni Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe a Gareth Roberts. Mae'n amser ar gyfer Prif Bencampwriaeth y Biff a chawn wybod pwy sydd wedi ennill Gwobr Goffa Syr Bryner Jones. Sylwebaeth ac isdeitlau Saesneg ar gael hefyd.

The Royal Welsh Show is back, and our expert team will guide you through all the highlights of Europe's largest agricultural show. At the helm is Nia Roberts, joined by Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe and Gareth Roberts. It's time for the Supreme Beef Championship and the winner of the Sir Bryner Jones Memorial Award will be revealed. English commentary and subtitles are also available.

18:00 RHYS PATCHELL: JAPAN A'R GIC OLAF (R) (S) (SC) (HD)

Yn dilyn gyrfa lwyddiannus yn chwarae i Gymru, y Scarlets a Chaerdydd mae'r maswr Rhys Patchell yn cymryd y cam mawr i chwarae rygbi proffesiynol yn Japan. Sut fydd o'n dygymod a gyrfa a bywyd pob dydd ben draw'r byd? Wedi iddynt briodi llynedd mi fydd yn gyfnod anarferol hefyd i'w wraig, y gyflwynwraig Heledd Anna. Mae'n camerau yn dilyn pob agwedd o'u bywyd yn ystod tymor cynta' Rhys yn Japan.

Following a successful career playing for Wales, the Scarlets and Cardiff flyhalf, Rhys Patchell, is taking the big step to play professional rugby in Japan. How will he cope with a career and everyday life at the other end of the world? After they got married last year it will also be an unusual time for his wife, presenter Heledd Anna. Our cameras follow every aspect of their life during Rhys' first season in Japan.

18:30 ROWND A ROWND (R) (S) (AD) (HD)

Mae hi'n ddiwrnod seremoni ail-addunedu priodas Lowri a Philip, ond mae cwmwl dros y pentref. Gydag isdeitlau Saesneg ar y sgrîn

It's the day of Lowri and Philp's wedding vow renewal, but there's a dark cloud over the village. With on-screen English subtitles

18:59 NEWYDDION S4C (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd. Gydag isdeitlau Saesneg ar y sgrîn

S4C News & Weather. With on-screen English subtitles

19:00 HENO O'R SIOE (S) (HD)

Rhaglen gylchgrawn nosweithiol gyda straeon o bob cwr o Gymru.

Nightly magazine with stories from all over Wales and special guests.

19:30 NEWYDDION S4C A'R TYWYDD (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd.

S4C News & Weather.

20:00 SGWRS DAN Y LLOER - Kristoffer Hughes (R) (S) (SC) (HD)

Wrth i'r nos gau am Ynys Môn fe fydd Elin yn cael cwmni'r derwydd, y technegydd patholegol a'r Frenhines ddrag, Kristoffer Hughes. Mae 'Maggi Noggi' yn un o wynebau mwyaf adnabyddus Cymru erbyn hyn ond faint sy'n adnabod y person go iawn tu ôl i'r wigs a'r colur. Elin fydd yn cael y cyfle i ddod i adnabod Kris yn well - a'i holi am yr holl elfennau lliwgar yn ei fywyd. Yng nghwmni tanllwyth o dân fe fydd y chwerthin yn llenwi'r nos a'r dagrau hefyd yn syrthio wrth i Kris siarad o'r galon.

As the night closes in on Anglesey, Elin will be accompanied by the druid, pathology technician and drag queen Kristoffer Hughes. Maggi Noggi is one of Wales' most recognizable faces - but how many know the real person behind the wigs and make-up? Elin will have the opportunity to get to know Kris better - and ask him about all the colourful elements in his life. Accompanied by a lovely fire, we look forward to some laughter, but there will also be tears as Kris speaks from the heart.

20:25 GARDDIO A MWY (S) (SC) (HD)

Cyfres Garddio yng nghwmni Meinir Gwilym, Sioned Edwards ac Adam Jones.

Flowers, veg and all life's good stuff, with Sioned Edwards, Meinir Gwilym and Adam Jones.

20:55 NEWYDDION S4C A'R TYWYDD (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd.

S4C News & Weather.

21:00 Y SIOE 2026 - Uchafbwyntiau Dydd Llun (S) (HD)

Ymunwch â Mari Lovgreen a Ifan Jones Evans i fwynhau uchafbwyntiau diwrnod cyntaf y Sioe Fawr yn Llanelwedd wrth iddyn nhw fwrw golwg dros ganlyniadau cystadlu'r dydd gan gynnwys Prif Bencampwriaeth y Gwartheg Biff a Gwobrau'r Gymdeithas. Isdeitlau Saesneg ar gael.

Join Ifan Jones Evans and Mari Lovgreen to enjoy all the highlights from the first day at the Royal Welsh Show in Builth Wells with results from all the main competitions including the Supreme Beef Championship and the Society Awards. English subtitles available.

21:58 Y TYWYDD (NOS LUN) (S) (HD)

Rhagolygon tywydd yr wythnos.

The week's weather forecast.

22:00 RALIO+ - ESTONIA (HD)

Cymalau graean cyflym Estonia yw her 9fed rownd pencampwriaeth rali'r byd eleni, gyda neidiadau di-ri - mae cyflymdra a chywirdeb yn angenrheidiol ar y rali heriol hon. A gall Elfyn Evans ddal ei afael ar frig y bencampwriaeth? Uchafbwyntiau llawn o Rali Estonia gyda chriw Ralio.

Estonia's fast gravel stages provide the challenge for the ninth round of this year's World Rally Championship; featuring countless jumps - speed and precision are essential on this demanding rally. Can Elfyn Evans hold onto the top spot in the championship? Full highlights of Rally Estonia with the Ralio team.

22:30 AR BRAWF - Darren a Chloe (R) (S) (SC) (AD) (HD)

Rhaid i Darren gydymffurfio â thag cyrffyw rhwng 7pm a 7am a phroffion cyffuriau ar hap er mwyn osgoi cael ei anfon yn ôl i'r carchar. Mae gan Chloe hanes gwael o ddod i'w hapwyntiadau ac mae hi mewn perygl o gael ei gyrru'r llys eto. Nerys a Jo ydy'r Swyddogion Gwasanaeth Prawf sy'n gorfod rheoli ymddygiad y ddau yn y gymuned er mwyn ceisio'u hatal rhag troseddu eto, a chadw'r cyhoedd yn ddiogel.

Darren must comply with a 7pm to 7am curfew tag and random drug testing to avoid being sent back to prison. Chloe has a poor track record for turning up to her appointments and is in danger of finding herself in court again. Probation Service Officers Nerys and Jo must manage their behaviour in the community to prevent them from reoffending and keep the public safe.

23:30 Y SIOE 2026 - Uchafbwyntiau Dydd Llun (R) (S) (HD)

Ymunwch â Mari Lovgreen a Ifan Jones Evans i fwynhau uchafbwyntiau diwrnod cyntaf y Sioe Fawr yn Llanelwedd wrth iddyn nhw fwrw golwg dros ganlyniadau cystadlu'r dydd gan gynnwys Prif Bencampwriaeth y Gwartheg Bîff a Gwobrau'r Gymdeithas. Isdeitlau Saesneg ar gael. *Join Ifan Jones Evans and Mari Lovgreen to enjoy all the highlights from the first day at the Royal Welsh Show in Builth Wells with results from all the main competitions including the Supreme Beef Championship and the Society Awards. English subtitles available.*

00:35 DIWEDD/CLOSE

Gwybodaeth Rhaglenni Programme Information – S4C

Dydd Mawrth - Tuesday 21/07/2026

- 06:00 CYW (HD)**
Rhaglenni llawn hwyl i'r plant lleiaf.
Fun-filled programmes for younger viewers.
- 06:00 YR WHWS - Ffeindo Gwichyn (R) (S) (SC) (HD)**
Pan mae Wini'n colli ei morthwyl gwichlyd ar yr ynys, mae'r ffrindiau'n ail-droedio'u llwybr ac yn sylweddoli eu bod wedi defnyddio eu synhwyrau i ffeindio'r morthwyl coll.
When Wynona loses her squeaky hammer somewhere on the island, the friends retrace their steps and then realise they used their senses to find the missing hammer.
- 06:10 SHWSHASWYN - Cartre? (R) (HD)**
Pa gartrefi allwn ni sylwi arnynt yn y parc? Mae malwod yn cario eu cartrefi ar eu cefnau, ac adar yn gallu byw mewn tai adar. Ond oes yna bry cpryn yn byw yn y gwe pry cop yna?
What homes can we see in the park? Snails carry their homes on their back, and birds sometimes live in bird boxes. But is there a spider at home in that spider's web?
- 06:20 JEN A JIM POB DIM - Caffi Llew (R) (S) (SC) (HD)**
Mae Llew'n gwerthu hufen iâ yn y caffi heddiw am bum ceiniog y cornet. Mae Mwnci wedi prynu ei hufen iâ gyda phum darn o arian, ond dim ond un darn o arian sydd gan Panda - mae'n rhaid ei fod wedi colli'r gweddill. Tybed all ei ffrindiau ei helpu i ddod o hyd i'r arian coll?
Llew's selling ice cream for 5 pence a cornet today. Mwnci the monkey pays with five coins, but Panda only has one. He must have lost the rest. Can his friends help him find the missing money?
- 06:35 TOMOS A'I FFRINDIAU - Taith y Ddraig (R) (SC) (HD)**
Mae'n ffrindiau i Tomos gael tynnu'r ddraig i'r Ffair Ganoloesol, ond mae pawb yn dymuno cael twrn hefyd.
Tomos has the honour of pulling the dragon to the Medieval Faire, but everyone wants a turn as well.
- 06:45 FFERM FACH - Dŵr (R) (S) (SC) (HD)**
Mae Megan yn mynd ar antur i Fferm Fach i weld o ble mae'r dŵr sy'n cyrraedd y ty yn dod a sut mae'n cael ei lanhau.
Megan goes on an adventure to Fferm Fach to see from where the water comes to her house and how it is cleaned.
- 07:00 BLOCIAU LLIW - Oren (R) (SC) (HD)**
Mae Oren egniol yn cyrraedd Gwlad y Lliwiau.
Energetic Orange arrives in Colourland.
- 07:05 DIGBI DRAIG - Dydd Ffŵl Pen Cyll (R) (HD)**
Mae Digbi'n arbennig o dda am chwarae triciau ar ei ffrindiau ar Ddydd Ffŵl Pen Cyll. Ond a fydd ei ffrindiau'n gallu chwarae tric yn ôl ar Digbi?
Digbi's brilliant at playing tricks on his friends on Fool's Day. Will they be able to trick him in return?
- 07:20 CARU CANU A STORI - Broga Boliog (R) (S) (SC) (HD)**
Mae Betsan yn froga anarferol iawn - nid yw'n gallu nofio. Tybed sut ddysgith hi?
Betsan is a very unusual frog - she can't swim. So how is she ever going to learn?
- 07:30 TWM TWRCH - Tyrchod Twym (R) (S) (SC) (HD)**
Mae'n ddiwrnod poeth iawn ac mae'r tyrchod yn dioddef yn y gwres.
It's a very hot day and the moles are suffering in the heat.

07:45 HELP LLAW – Cadi - Y Clwb Gymnasteg (R) (S) (SC) (HD)

Mae'r arwydd yn y clwb gymnasteg wedi torri, ac mae angen i Harri fynd draw i helpu Cadi i'w drwsio. Ond mae Harri'n penderfynu byddai'n well gwneud arwydd newydd, felly ffwrdd a fo i brynu paent, gan wneud llanast mawr yr un pryd.

The sign in the gymnastics club is broken and Harri needs to go over to help Cadi fix it. But Harri decides it would be better to make a new sign, so he goes off to buy paint, making a big mess at the same time.

08:00 CYW (HD)

Rhaglenni llawn hwyl i'r plant lleiaf.

Fun-filled programmes for younger viewers.

08:00 BYD CARLO BACH - Llam i'r Lleuad (R) (S) (HD)

Dyw Carlo ddim eisiau mynd i'r gwely, felly mae o'n penderfynu dychmygu mynd ar drip i'r lleuad. Ond pwy yw'r robot sydd yn byw ar y lleuad?

Carlo doesn't want to go to bed, so he imagines that he's on a trip to the moon. But who is the robot who lives on the moon?

08:10 CABAN BANANA GARETH - Anifeiliaid Anwes 2 (R) (S) (SC) (HD)

Mi fydd Gareth yr Orangutan yn teithio ysgolion ledled Cymru yn ei Gaban Banana, ac yn trafod pob math o bynciau difyr gyda plantos bach brwdfrydig y wlad.

Wythnos yma, Anifeiliaid Anwes ydi'r pwnc trafod.

Gareth the Orangutan will be touring schools all over Wales discussing all kinds of interesting topics with our most chatty, insightful, and sometimes cheeky children! This week, Pets is the topic of discussion.

08:15 BYD TAD-CU - Sêr (R) (S) (SC) (HD)

Yn rhaglen heddiw, mae Meg yn gofyn, 'Beth yw sêr?'. Mae gan Tad-cu ateb dwl a doniol am ddyn o'r enw Twm Twls sy'n helpu ei ffrindiau sy'n byw mewn twr uchel o fflatiau gyda phob math o dasgau anarferol.

Today, Meg asks, 'What are stars?' and Tac-cu spins one of his tall tales about a handyman called Twm Twls, who does the strangest odd-jobs for the grateful residents of a big tower block.

08:30 MOJO SWOPTOPS - Fala Fala Filoedd (R) (S) (SC) (HD)

Mae Preston yn cael trafferth efo'i drôn wrth hel afalau Jacson, ond mae Mojo a Bo yn achub y dydd.

Apple-picking with Preston's drone goes terribly wrong, and Mojo and Bo are on the chase!

08:45 AHOI! - Ysgol Pont Sion Norton #2 (R) (S) (SC) (HD)

Mae'r môr-ladron Ben Dant a Cadi wedi glanio ar Ynys Bendibelliawn, ond mae'r hen gapten drewllyd Capten Cnec wedi glanio yno'n barod ac wedi cipio'r ynys. A fydd y criw o forladron bach o Ysgol Pont Sion Norton yn llwyddo i helpu Ben Dant a Cadi i drechu Capten Cnec a chipio'r ynys yn ôl?

Ben Dant and Cadi, the pirates, have landed on Ynys Bendibelliawn, but the smelly old Capten Cnec has already landed there and captured the island. Will the little pirates from Ysgol Pont Sion Norton succeed in helping Ben Dant and Cadi defeat Capten Cnec and capture the island back?

09:00 Y SIOE 2026 - Bore Mawrth o'r Sioe (S) (HD) (EC)

Nia Roberts, Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe a Gareth Roberts sy'n cyflwyno ail ddiwrnod Sioe Frenhinol Cymru 2026. Heledd a Hannah bydd yn gwyllo cystadlu'r prif gylch, gyda ffrydiau byw o Gylch y De, Canol a'r Gogledd. Daw Ifan a Meinir a holl ganlyniadau adrannau'r gwartheg a defaid, a bydd Nia ac Aeron ar grwydr yn cwrdd â chymeriadau'r Sioe. Sylwebaeth ac isdeitlau Saesneg ar gael.

Nia Roberts, Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe a Gareth Roberts sy'n cyflwyno ail ddiwrnod Sioe Frenhinol Cymru 2026. Heledd a Hannah bydd yn gwyllo cystadlu'r prif gylch, gyda ffrydiau byw o Gylch y De, Canol a'r Gogledd. Daw Ifan a Meinir a holl ganlyniadau adrannau'r gwartheg a defaid, a bydd Nia ac Aeron ar grwydr yn cwrdd â chymeriadau'r Sioe. Sylwebaeth ac isdeitlau Saesneg ar gael.

12:00 NEWYDDION S4C (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd.
S4C News & Weather.

12:05 Y SIOE 2026 - Dros Ginio Mawrth o'r Sioe (S) (HD) (EC)

Nia Roberts, Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe a Gareth Roberts sy'n cyflwyno ail ddiwrnod Sioe Frenhinol Cymru 2026. Heledd a Hannah bydd yn gwyllo cystadlu'r prif gylch, gyda ffrydiau byw o Gylch y De, Canol a'r Gogledd. Daw Ifan a Meinir a holl ganlyniadau adrannau'r gwartheg a defaid a bydd Nia ac Aeron ar grwydr yn cwrrd â chymeriadau'r Sioe. Sylwebaeth ac isdeitlau Saesneg ar gael.
Nia Roberts, Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe and Gareth Roberts are at the heart of the action on day two of the Royal Welsh Show 2026. Heledd and Hannah will follow the competitions in the main ring, with live streams from the South, Middle and North sections. Ifan and Meinir present all the results from the cattle and sheep rings whilst Nia and Aeron will be exploring the Showground. English commentary and subtitles available.

14:00 NEWYDDION S4C (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd.
S4C News & Weather.

14:05 Y SIOE 2026 - Prynawn Mawrth o'r Sioe (S) (HD) (EC)

Nia Roberts, Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe a Gareth Roberts sy'n cyflwyno ail ddiwrnod Sioe Frenhinol Cymru 2026. Bydd Nia ac Aeron ar grwydr yn cwrrd â chymeriadau'r Sioe a daw Ifan a Meinir a holl ganlyniadau adrannau'r gwartheg a defaid gan gynnwys y Tîm o Bump. Sylwebaeth ac isdeitlau Saesneg ar gael.
Nia Roberts, Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe and Gareth Roberts are at the heart of the action on day two of the Royal Welsh Show 2026. Nia and Aeron will be exploring the Showground and Ifan and Meinir present all the results from the cattle and sheep rings, including the Team of Five. English commentary and subtitles available.

17:00 MWY O STWNSH SADWRN (HD)

Cyfle i ail fyw holl lols y penwythnos gyda Lloyd Lewis, Cadi Beaufort, Jed O' Reilly a Huw Owen.
More Stwnsh Sadwrn, and a chance to re-live the weekend's lols with Lloyd Lewis, Cadi Beaufort, Jed O' Reilly a Huw Owen.

17:25 LARFA - Wrth i Amser Fynd Heibio (R) (HD)

Mae'r criw yn chwarae offerynnau ac yn profi henaint!
The crew play instruments and experience old age!

17:30 Y DONIOLIS - Mici Afal (R) (HD)

Mewn cyfres newydd llawn hwyl a sbri, dilynwn anturiaethau direidus dau frawd hoffus a lliwgar, Luigi a Louie Donioli a'u nith fach, Liwsi. Yn y rhaglen hon, mae sioe dalent Mici Afal wedi cyrraedd Cwm Doniol ac mae'r Doniolis yn benderfynol o ennill y wobwr ariannol.
In this new, fun, children's series we'll follow the adventures of the mischievous Donioli brothers, Luigi and Louie and their young niece, Liwsi. In this programme, Mici Afal brings his talent contest to Cwm Doniol and the Doniolis are determined to win the prize for best act.

17:35 DYFFFRYN MWMIN - Yn Achos Lllys (R) (SC) (HD)

Mae rhuddem ddirgel yn dod ag anhrefn i ddyffryn Mwmin. Sefydli'r achos llys i geisio darganfod gwir berchennog yr em werthfawr. Ond wrth ymladd dros y rhuddem, pa wirioneddau fydd trigolion Dyffryn Mwmin yn dysgu amdanyn nhw eu hunain?
A mysterious ruby brings chaos to the valley of Moomin. A court case is instituted to try and discover the true owner of the precious jewel. But when fighting for the ruby, what truths will the inhabitants of Dyffryn Moomin learn about themselves?

18:00 Y CI PERFFAITH (R) (S) (SC) (HD)

Cyfres wedi'i gyflwyno gan Heledd Cynwal. Mae 'na 13.5 miliwn o gwn ym Mhrydain. Ond sut ma dod o hyd i'r Ci Perffaith? Dan arweiniad yr arbenigwr cwn Dylan Davies a chadwyn o arbenigwyr a llochesi cwn, byddwn ni'n helpu 4 teulu sy'n ysu am gi. Bydd y teulu yn cael treulio amser gyda phob ci dan olwg ein camerau cudd o fewn y tŷ. Ar ôl wythnos o bendroni a thrafod, bydd y teulu'n cael dewis pa gi ma nhw am gadw fel eu... Ci Perffaith!
Series presented by Heledd Cynwal. There are 13.5 million dogs in Britain. But how do you find the Perfect Dog? Led by dog specialist Dylan Davies and a chain of specialists and dog shelters, we help 4 families desperate for a dog. The family will get to spend time with each dog under the gaze of our hidden cameras within the house. After a week of wondering and discussing, the family will be able to choose which dog they want to keep as their... Perfect Dog!

18:30 TACLO'R TŶ (R) (S) (SC) (AD) (HD)

Mae Sarra a'r tîm yn trawsnewid hen gaban i fod yn hafan gweithio o adref ymarferol i Huw a Rhiannon.
Sarra and the team transform a cluttered cabin into a home office for Huw and Rhiannon.

18:59 NEWYDDION S4C (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd.

S4C News & Weather.

19:00 HENO O'R SIOE (S) (HD)

Rhaglen gylchgrawn nosweithiol gyda straeon o bob cwr o Gymru.
Nightly magazine with stories from all over Wales and special guests.

19:30 NEWYDDION S4C A'R TYWYDD (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd.

S4C News & Weather.

20:00 POBOL Y CWM (S) (SC) (AD) (HD)

Mae Garry'n ceisio tynnu sylw Eleri oddi ar Jinx. Mae sefyllfa gwerthiant Morawel yn chwarae ar gydwybod Sion.
Garry tries to distract Eleri from the Jinx situation. Morawel's sale plays on Sion's conscience.

20:25 SEICLO: TOUR DE FRANCE - Cymal 16: Uchafbwyntiau (HD)

Cymal 16 – Ras yn erbyn y cloc sy'n disgwyl y reidwyr wedi'r diwrnod gorffwys, i ddechrau a gorffen ar lannau Llyn Geneva.
Stage 16 – The riders face a challenging race against the clock today; a TT that starts and finishes on the shores of Lake Geneva.

20:55 NEWYDDION S4C A'R TYWYDD (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd.

S4C News & Weather.

21:00 Y SIOE 2026 - Uchafbwyntiau Dydd Mawrth (S) (HD)

Ymunwch â Mari Lovgreen a Ifan Jones Evans i fwynhau uchafbwyntiau'r ail ddiwrnod o faes y Sioe Fawr yn Llanelwedd wrth fwrw golwg dros ganlyniadau'r dydd gan gynnwys enillwyr y Tîm o Bump i'r gwartheg bíff. Isdeitlau Saesneg ar gael.
Join Ifan Jones Evans and Mari Lovgreen to enjoy all the highlights from the second day at the Royal Welsh Show in Builth Wells with results from all the main competitions including the winning beef cattle Team of Five. English subtitles available.

22:00 CARUFANIO (S) (SC) (HD)

Mae Carufanio nôl a mae'n fwy caotig nag erioed! All criw gwyllt droi hen garafán mewn i icon ar gyfer y Sioe Frenhinol... efo cyllideb tynn, defnyddio dim ond stwff ail-law, a jyst 48 awr i sortio popeth?!

Carufanio is back, and it's more chaotic than ever! Can the wild crew turn an old caravan into an icon for the Royal Welsh Show... on a tight budget, using only second-hand stuff, and with just 48 hours to sort it all out?!

22:30 Y FETS (R) (S) (SC) (AD) (HD)

Mae Saruman y gerbil angen trin ei ddannedd. Mae Iwan yn cael ei alw i fferm Cerrig Caranau, i sganio gwartheg, a chwn, ac mae yna bryder mawr am Tico, ci ifanc dwy flwydd oed.

It's another busy week at the practice with all kinds of animals coming through the door. Saruman the gerbil needs dental treatment, Rosemary the ferret causes a stir, and Kate the vet is determined to help Tico the two year old Rhodesian Ridgeback.

23:30 Y SIOE 2026 - Uchafbwyntiau Dydd Mawrth (R) (S) (HD)

Ymunwch â Mari Lovgreen a Ifan Jones Evans i fwynhau uchafbwyntiau'r ail ddiwrnod o faes y Sioe Fawr yn Llanelwedd wrth fwrw golwg dros ganlyniadau'r dydd gan gynnwys enillwyr y Tîm o Bump i'r gwartheg bíff. Isdeitlau Saesneg ar gael.

Join Ifan Jones Evans and Mari Lovgreen to enjoy all the highlights from the second day at the Royal Welsh Show in Builth Wells with results from all the main competitions including the winning beef cattle Team of Five. English subtitles available.

00:35 DIWEDD/CLOSE

Gwybodaeth Rhaglenni Programme Information – S4C

Dydd Mercher - Wednesday 22/07/2026

- 06:00** **CYW (HD)**
Rhaglenni llawn hwyl i'r plant lleiaf.
Fun-filled programmes for younger viewers.
- 06:00** **BLOCIAU RHIF - Pi-Po (R) (HD)**
Mae'r Blociau Rhif yn chwarae Pi-Po, yn cymryd eu tro i guddio y tu ôl i'w gilydd, ac yn dysgu sut i gymharu rhifau.
The Numberblocks take turns hiding behind each other and learn all about bigger and smaller comparing numbers.
- 06:05** **SAM TÂN - Crwban y Môr (R) (SC) (HD)**
Mae Crwban y Môr wedi'i weld ger glannau Pontypandy. Tasg ddiweddera Joe a Hanna yw clirio'r mor o sbwriel ac yn enwedig plastig. Ond, dechreuwa pethau fynd yn lletchwith pan mae llong danfor Joe yn colli pŵer!
A Sea Turtle has been spotted offshore near Pontypandy. Joe and Hannah's latest task is to clear rubbish from the sea, especially plastic. But things start to go wrong when Joe's submarine loses power.
- 06:15** **BLWI - Barbeciw (R) (SC) (HD)**
Mae'n amser cinio yn ngardd gefn Blwi. Ond mae pob barbeciw angen salad.
It's lunchtime in Blwi's back garden. But every barbeque needs a side salad.
- 06:25** **OCTONOTS - Yr Octonots a'r Mwydod Tanio (R) (S) (HD)**
Wrth blymio i'r dyfnfor du, mae criw o Fwydod Tanio yn ymosod ar yr Octonots.
While diving down to the Midnight Zone, the Octonauts are attacked by bomber worms.
- 06:40** **DEIAN A LOLI - a Lili'r Wyddfa (R) (S) (SC) (HD)**
Mae Deian a Loli yn mynd ar antur i ddod o hyd i flodyn prin hudolus sydd ond yn tyfu ar Yr Wyddfa. Ond, mae Wini'r Wyddfa yn ei rhybuddio i beidio â phigo'r lili brin o'i gwreiddiau. A fydd y ddau yn gwrandao ar ei chyngor?
Deian and Loli go on an adventure to find a rare magical flower that only grows on the slopes of Yr Wyddfa. But Wini'r Wyddfa warns them not to pick the rare lily from its roots. But will they listen to her advice?
- 06:55** **HOWIE - Un Waith 'to, Sbo? (R) (HD)**
Mae Howie'n eisiau meistrolï'r gitâr, ond heb lwc. Gall Cleif ei helpu i ffeindio'i draed?
Howie wants to play guitar, but can't master it first time. Can Clive help him find his tune?
- 07:00** **JONI JET - Ar Lan y Môr (R) (SC) (HD)**
Pan ymuna Lili Lafant a Cwstenin Cranc gyda'i gilydd, mae Jet-fab yn benderfynol o'u trechu - ei hun bach. Dysga Jetboi nad gwendid yw derbyn cymorth, ond mantais.
When Lili Lavant and Cwstenin Cranc join together, Jet-fab is determined to defeat them - himself. Jet-boy learns that receiving help is not a weakness, but an advantage.
- 07:10** **DREIGIAU CADI - Storm Dewi (R) (S) (SC) (HD)**
Mae Storm Dewi wedi cyrraedd y dyffryn, ac mae coeden wedi ei tharo'i lawr ar y cledrau.
Storm Dewi has reached the valley and a tree has been knocked down.
- 07:25** **CRAWC A'I FFRINDIAU - Rhed Crawc, Rhed! (R) (S) (SC) (HD)**
Mae Crawc yn penderfynu cadw'n heini er mwyn ennill ras yn erbyn y gwencwn.
Crawc resolves to keep fit in order to win the racing challenge thrown down by the weasels.

07:40 WAW! - Trydan a Statig (R) (S) (SC) (HD)

Mae trydan yn waw! Dewch i ddarganfod mwy yng nghwmni Awi a'r criw.
Electricity is 'Waw'! Come and discover more with Awi and crew.

08:00 CYW (HD)

Rhaglenni llawn hwyl i'r plant lleiaf.
Fun-filled programmes for younger viewers.

08:00 ODO - Ofn Hedfan! (R) (S) (SC) (HD)

Mae Odo yn helpu Dwdl i ddysgu sut i hedfan.
Odo helps Doodle to learn how to fly.

08:10 SION Y CHEF - Tipyn o Gawl (R) (HD)

Mae'n galan gaeaf a thra bod Izzy a Magi'n paratoi parti yn y bwyty, mae Siôn a Jac Jôs yn gwersylla mewn coedwig gyfagos.
Siôn and Jac Jôs go camping in the woods to conquer their fears leaving Izzy to make the pumpkin soup for the Halloween party.

08:20 ANIFEILIAID BACH Y BYD (R) (S) (SC) (HD)

Dewch ar antur gyda ni i gwrdd ag anifeiliaid bach y byd. Yn y rhaglen hon cwn yw'r thema - y ci anwes a'r ci gwyllt Affricanaidd.
Come with us on a journey around the world to meet some of the amazing animals that live on our planet. In this programme dogs are the theme - the pet dog and the wild African dog.

08:30 PABLO - Cath Fach Ofnus (R) (HD)

Mae gan Pablo ei ffordd ei hun o weld y byd, ond mae llun yn y caffi yn ei ddychryn. Mae'r anifeiliaid yn ei berswadio ei bod hi'n iawn bod ofn. Wedi'r cwbl mae pawb ofn rhywbeth.
Pablo is scared by a print on the wall of a café. He draws a very confusing world in response and decides it's okay to be a scaredy cat. Everybody is scared of something.

08:45 KIM A CÊT A TWRCH (R) (S) (SC) (HD)

Mae'r holl greaduriaid wedi glanio yng nghartre' Twrch o dan y ddaear i geisio datrys yr helbul a chael eu synau yn ôl. A wnaiff Twrch eu helpu?
All the creatures have landed in Twrch's house underground to try to solve the problem and get their sounds back. Will Twrch help them?

09:00 Y SIOE 2026 - Bore Mercher o'r Sioe (S) (HD) (EC)

Mae'n ddiwrnod y pencampwriaethau yn y Sioe Fawr ac fe fydd Nia Roberts, Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe a Gareth Roberts yng nghanol holl fwrlwm y cystadlu heddiw eto. Y gwartheg godro sydd dan sylw bore `ma. Sylwebaeth ac isdeitlau Saesneg ar gael.
It's championship day at the Royal Welsh Show and Nia Roberts, Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe and Gareth Roberts will bring all the excitement of the competitions. It's the dairy cattle's turn to take centre stage this morning. English commentary and subtitles available.

12:00 NEWYDDION S4C (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd.
S4C News & Weather.

- 12:05 Y SIOE 2026 - Dros Ginio Mercher o'r Sioe (S) (HD) (EC)**
 Mae'n ddiwrnod y pencampwriaethau yn y Sioe Fawr ac fe fydd Nia Roberts, Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe a Gareth Roberts yng nghanol holl fwrlwm y cystadlu heddiw eto. Byddwn yn edrych ymlaen i Bencampwriaeth y defaid a gwobrwyo Cwpan Siôr Tywysog Cymru yn adran y ceffylau. Sylwebaeth ac isdeitlau Saesneg ar gael.
It's championship day at the Royal Welsh Show and Nia Roberts, Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe and Gareth Roberts will bring all the excitement of the competitions. We will be looking forward to the Sheep championships and the presentation of the Prince of Wales Cup in the equine section. English commentary and subtitles available.
- 14:00 NEWYDDION S4C (S) (HD)**
 Newyddion S4C a'r Tywydd.
S4C News & Weather.
- 14:05 Y SIOE 2026 - Prynhawn Mercher o'r Sioe (S) (HD) (EC)**
 Mae'n ddiwrnod y pencampwriaethau yn y Sioe Fawr ac fe fydd Nia Roberts, Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe a Gareth Roberts yng nghanol holl fwrlwm y cystadlu heddiw eto. Byddwn yn edrych ymlaen i Bencampwriaeth y defaid a gwobrwyo Cwpan Siôr Tywysog Cymru yn adran y ceffylau. Sylwebaeth ac isdeitlau Saesneg ar gael.
It's championship day at the Royal Welsh Show and Nia Roberts, Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe and Gareth Roberts will bring all the excitement of the competitions. We will be looking forward to the Sheep championships and the presentation of the Prince of Wales Cup in the equine section. English commentary and subtitles available.
- 17:00 BYD RWTSH DAI POTSH - Mewn Cariad (R) (HD)**
 Mae Dai'n cael cariad.....ond mae'n ymddangos mai estron oedd hi wedi'r cyfan. Un sy'n edrych yn debyg iawn i eitem cyfarwydd yn y tŷ bach
Dave gets a girlfriend...who turns out to be an alien. One that looks a little bit like a familiar household item...
- 17:10 OI! OSGAR - Casgen (R) (HD)**
 Beth sy'n digwydd ym myd Osgar heddiw? Mae'r Triawd ac Osgar yn brwydro dros gasgen o ddwr.
What's going on in Osgar's world today? The Trio and Osgar battle over a barrel of water.
- 17:20 PRYS A'R PRYFED - Y Tacluso Mawr (R) (HD)**
 Wedi'i sugno i mewn i'r sugnwr llwch, mae Trychineb Jim yn ceisio argyhoeddi Lloyd, Abacus a PB eu bod bellach yn y byd wedi-marwolaeth. Mae Lloyd yn gwrthod credu fod bywyd mor arwyddocaol a'i fywyd ef ar ben mor fuan ac mae'n ceisio profi eu bod yn dal yn fyw.
Sucked into the vacuum cleaner, Catastrophe Jim tries to convince Lloyd, Abacus and PB that they are now in the afterlife. Lloyd refuses to believe that a life as significant as his could be over so soon and sets out to prove they're still alive.
- 17:30 PWYSUTPAM? - Esblygiad (S) (SC) (AD) (HD)**
 Yn y bennod hon, bydd y gwyddonydd Bedwyr ab Ion Thomas yn archwilio esblygiad.
In this episode, scientist Bedwyr ab Ion Thomas will explore evolution.
- 17:45 BWYSTFIL (R) (HD)**
 Mae 'na filoedd o wahanol anifeiliaid cyffrous a diddorol yn ein byd, ac mae gan nifer ohonynt ei cwircs bach yn cynnwys bod yn daclus ac yn drefnus. Dyma i chi 10 anifail sy'n fwyaf daclus.
There are thousands of different and interesting animals in the world and they each have their own little quirks including being neat and tidy. Here are our top 10 tidy creatures.

18:00 DAN DO (R) (S) (SC) (HD)

Aled Samuel a Mandy Watkins sy'n mynd â ni ar hyd a lled Cymru at gwahanol fathau o gartrefi chwaethus a diddorol. Yn y rhaglen hon byddwn ni'n ymweld a hen swyddfa bost sydd bellach yn loches heddychlon yn Nantlle, cartref teuluol clud ond llawn steil yng Nghaerdydd ac adeilad newydd sy'n manteisio ar oleuni'r haul ym Merthyr Tudful.

Join Aled Samuel and Mandy Watkins as they travel across Wales looking at a variety of tasteful and interesting homes. In this programme we'll be visiting an old post office that's been transformed into a peaceful haven in Nantlle, a stylish family home in Cardiff and a new build that makes the most of the sun's light in Merthyr Tydfil.

18:30 RALIO+ - ESTONIA (R) (HD)

Cymalau graean cyflym Estonia yw her 9fed rownd pencampwriaeth rali'r byd eleni, gyda neidiadau di-ri - mae cyflymdra a chywirdeb yn angenrheidiol ar y rali heriol hon. A gall Elfyn Evans ddal ei afael ar frig y bencampwriaeth? Uchafbwyntiau llawn o Rali Estonia gyda chriw Ralio.

Estonia's fast gravel stages provide the challenge for the ninth round of this year's World Rally Championship; featuring countless jumps - speed and precision are essential on this demanding rally. Can Elfyn Evans hold onto the top spot in the championship? Full highlights of Rally Estonia with the Ralio team.

18:59 NEWYDDION S4C (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd.

S4C News & Weather.

19:00 HENO O'R SIOE (S) (HD)

Rhaglen gylchgrawn nosweithiol gyda straeon o bob cwr o Gymru.

Nightly magazine with stories from all over Wales and special guests.

19:30 NEWYDDION S4C A'R TYWYDD (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd.

S4C News & Weather.

20:00 PAWB A'I FARN (S) (HD) (EC)

Rhaglen drafod materion cyfoes.

Current affairs debate programme.

20:55 NEWYDDION S4C A'R TYWYDD (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd.

S4C News & Weather.

21:00 Y SIOE 2026 - Uchafbwyntiau Dydd Mercher (S) (HD)

Ymunwch ag Ifan Jones Evans a Mari Lovgreen i fwynhau uchafbwyntiau dydd Mercher o faes y Sioe Fawr yn Llanelwedd. Dydd Mercher yw diwrnod y pencampwriaethau ymhob un o'r cylchoedd cystadlu gan gynnwys y gwartheg godro, y moch, y defaid a gwobrwyo Cwpan Siôr Tywysog Cymru yn adran y ceffylau. Isdeitlau Saesneg ar gael.

Join Ifan Jones Evans and Mari Lovgreen to enjoy Wednesday's highlights from the Royal Welsh Showground in Builth Wells. Wednesday is championship day across all the competition rings, including the dairy cattle, pigs, and sheep, as well as the presentation of the Prince of Wales Cup in the horse section. English subtitles available.

22:00 SEICLO: TOUR DE FRANCE - Cymal 17: Uchafbwyntiau (HD)

Cymal 17 – Diwrnod gwastad yn ôl y trefnwyr, ond mae cymal 17 yn cynnwys rhyw 7,500 o droedfeddi esgyn, cyn gorffen yn nhref Voiron, yng nghysgod yr Alpau.

Stage 17 – The organisers may have billed today as a flat day, but with around 7,500 ft o climbing, stage 17 may throw up a few surprises ahead of the finish in Voiron.

22:35 TŶ FFIT (R) (S) (SC) (HD)

Mae Dylan, Sharon, Arwel, Gwawr a Becky yn ôl yn Ty Ffit am benwythnos arall ac mae tasg dwr arbennig wedi ei osod gan un o'r mentoriaid.

Dylan, Sharon, Arwel, Becky and Gwawr are back in the house for another weekend one of the Mentors has an open water task for the five.

23:35 Y SIOE 2026 - Uchafbwyntiau Dydd Mercher (R) (S) (HD)

Ymunwch ag Ifan Jones Evans a Mari Lovgreen i fwynhau uchafbwyntiau dydd Mercher o faes y Sioe Fawr yn Llanelwedd. Dydd Mercher yw diwrnod y pencampwriaethau ymhob un o'r cylchoedd cystadlu gan gynnwys y gwartheg godro, y moch, y defaid a gwobrwyo Cwpan Siôr Tywysog Cymru yn adran y ceffylau. Isdeitlau Saesneg ar gael.

Join Ifan Jones Evans and Mari Lovgreen to enjoy Wednesday's highlights from the Royal Welsh Showground in Builth Wells. Wednesday is championship day across all the competition rings, including the dairy cattle, pigs, and sheep, as well as the presentation of the Prince of Wales Cup in the horse section. English subtitles available.

00:40 DIWEDD/CLOSE

Gwybodaeth Rhaglenni Programme Information – S4C

Dydd Iau - Thursday 23/07/2026

- 06:00 CYW (HD)**
Rhaglenni llawn hwyl i'r plant lleiaf.
Fun-filled programmes for younger viewers.
- 06:00 YR WHWS - Synau Natur (R) (S) (SC) (HD)**
Pan mae tegan Tomi, Elgan Elc, yn torri, mae'r Whws yn archwilio'r holl synau cerddorol maen nhw'n gallu eu creu gyda phethau maen nhw'n eu ffeindio ar yr ynys.
When Scotty's Music Moose toy breaks, the Woohoos explore all the different musical sounds they can make with natural things they find on Wise Island.
- 06:10 SHWSHASWYN - Hwyllo (R) (S) (SC) (HD)**
Mae'n braf hwyllo ar y môr mawr glas. Mae Fflwff yn mwynhau mynd nôl a mlaen fel hwyl, mae Seren yn mwynhau mynd i fyny a lawr ar y cwch, ac mae'r Capten wrth ei fodd yn troi'r cwch rownd a rownd.
It's fun sailing on the sea. Fflwff enjoys going back and forth like a sail, Seren adores going up and down on the boat, and the Captain loves turning the little boat around and around.
- 06:20 JEN A JIM POB DIM - Stondin Plwmp (R) (S) (SC) (HD)**
Mae Plwmp wedi agor stondin gacennau ac mae ei ffrindiau wedi heidio draw i brynu'r cacennau blasus. Yn anffodus, mae Plwmp wedi drysu'n lân wrth geisio cyfri'r arian. Tybed all Jen a Jim a'r llyfr pob dim ei helpu?
Plwmp has opened a cake stall and his friends have called to buy some. Unfortunately, Plwmp is utterly confused when it comes to counting the money. Can Jen and Jim and the 'Llyfr Pob Dim' help?
- 06:35 TOMOS A'I FFRINDIAU - Clwb yr Anturiaethau Mawr (R) (SC) (HD)**
Pan mae Tomos yn darganfod map trysor mae'n creu 'Clwb Yr Anturiaethau Mawr' i chwilio am y trysor, ond pan mae Sandi eisiau ymuno, mae Tomos yn dweud ei bod hi'n rhy fach, felly mae Sandi yn creu clwb ei hun.
When Thomas finds a treasure map he creates "The Big Adventure Club", to seek the treasure, but when Sandy wants to join, Thomas says she's too little, so Sandy forms her own club.
- 06:45 SIGLDIGWT (R) (S) (SC) (HD)**
Mae Gwesty Sigldigwt ar agor! Ymunwch gyda Tref y ci, Elin a Berian wrth iddynt edrych ar ôl pob math o anifeiliaid gyda help eu ffrindiau ifanc. Heddiw cawn gwrdd â Morgan y neidr filtroed a Lola a'i ieir.
Gwesty Sigldigwt is open! Come and join Tref the dog, Elin and Berian as they look after all sorts of animals, with the help of their young friends. Today we meet Morgan the millipede and Lola and her hens.
- 07:00 BLOCIAU LLIW - Coch a Melyn yn Cwrdd ag Oren (R) (SC) (HD)**
Mae Coch a Melyn yn cwrdd ag Oren. Dysga beth sy'n digwydd pan ti'n cymysgu Coch a Melyn.
Red and Yellow meet new arrival Orange. Discover what happens when you mix red and yellow
- 07:05 DIGBI DRAIG - Arholiad Hud (R) (HD)**
Mae Betsi'n cael prawf swyno gan Llyfr Swyn heddiw. Mae Digbi a Cochyn yn meddwl efallai y bydd angen ychydig o help arni.
Betsi is having a spelling test with Spellbook today. Digbi and Cochyn think she might need a little help!

- 07:20 CARU CANU A STORI - Un a Dwy a Thair (R) (S) (SC) (HD)**
 Mae Llywela Llygoden wedi cael ffôn newydd sbon ac yn mynd ati gyda'i ffrind Llywelyn i dynnu lluniau o'u ffrindiau.
Llywela Mouse has just got a brand new phone and sets off to take photos of all her friends, with her best friend Llywelyn in tow.
- 07:30 TWM TWRCH - Tyrchod ar Olwynion (R) (S) (SC) (HD)**
 Mae heddiw'n ddiwrnod Cystadleuaeth Sglefrio yng Nghwmtwrch ac mae pawb yn ymuno yn yr hwyl hyd yn oed Twm Twrch!
Today there is a Skating Competition in Cwmtwrch and everyone joins in the fun, even Twm Twrch!
- 07:45 HELP LLAW – Tomi - Achub y bêl (R) (S) (SC) (HD)**
 Mae Harri yn cael galwad i ddweud bod cwch wedi torri yng Nglan Llyn. Yno hefyd mae Tomi wedi cicio pêl i'r llyn, ac mae Harri'n benderfynol o drwsio'r cwch er mwyn nôl y bêl
Harri gets a call to say that a boat has broken down in Glan Llyn. Tomi is there too and has kicked a ball into the lake! Harri is determined to fix the boat in order to retrieve the ball.
- 08:00 CYW (HD)**
 Rhaglenni llawn hwyl i'r plant lleiaf.
Fun-filled programmes for younger viewers.
- 08:00 BYD CARLO BACH - Pêl-fasged Pwtyn (R) (S) (HD)**
 Heddiw mae Carlo yn chwarae pêl-fasged. Tybed all o guro Pwtyn?
Today Carlo is playing basketball. Can he beat Pwtyn?
- 08:10 CABAN BANANA GARETH - Gwyliau 2 (R) (S) (SC) (HD)**
 Mi fydd Gareth yr Orangutan yn teithio ysgolion ledled Cymru yn ei Gaban Banana, ac yn trafod pob math o bynciau difyr gyda plantos bach brwdfrydig y wlad. Wythnos yma, Gwyliau ydi'r pwnc trafod.
Gareth the Orangutan will be touring schools all over Wales discussing all kinds of interesting topics with our most chatty, insightful, and sometimes cheeky children! This week, Holidays is the topic of discussion.
- 08:15 BYD TAD-CU - Cyfrifiaduron (R) (S) (SC) (HD)**
 Yn rhaglen heddiw, mae Nanw'n gofyn 'Beth sy'n digwydd tu mewn i gyfrifiadur?'. Mae ateb Tad-cu'n ddwl ac yn ddoniol. Mae'n rhannu stori am gannoedd foch pitw-bach sy'n gweithio i wneud i bopeth tu mewn i gyfrifiadur weithio.
In today's programme, Nanw asks 'What happens inside a computer?' and Tad-cu spins one of his tall tales about the hundreds of teeny-tiny miniature pigs that make everything inside a computer work.
- 08:30 MOJO SWOPTOPS - Bydd Ddewr Breian (R) (S) (SC) (HD)**
 A oes yna fwystfil yn Llyn Swopdre Fawr? Mojo a Bo sy'n helpu Breian i fod yn ddewr a darganfod y gwir.
Is there a monster in Lake Swoppiton? Mojo and Bo help Bryan be brave to find out!
- 08:45 AHOI! - Ysgol Gwenllian #2 (R) (S) (SC) (HD)**
 Mae'r môr-ladron Ben Dant a Cadi wedi glanio ar Ynys Bendibelliawn, ond mae'r hen gapten drewllyd Capten Cnec wedi glanio yno'n barod ac wedi cipio'r ynys. A fydd y criw o forladron bach o Ysgol Gwenllian yn llwyddo i helpu Ben Dant a Cadi i drechu Capten Cnec a chipio'r ynys yn ôl?
Ben Dant and Cadi, the pirates, have landed on Ynys Bendibelliawn, but the smelly old Capten Cnec has already landed there and captured the island. Will the little pirates from Ysgol Gwenllian succeed in helping Ben Dant and Cadi defeat Capten Cnec and capture the island back?

09:00 Y SIOE 2026 - Bore Iau o'r Sioe (S) (HD) (EC)

Mae'n ddiwrnod olaf Sioe Frenhinol Cymru 2026 gyda Nia Roberts, Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe a Gareth Roberts yn fyw o'r maes yn Llanelwedd. Cawn weld pwy fydd enillydd pencampwriaeth y Tom & Sprightly ar gyfer y ceffyl Cymraeg orau a choroni Prif Bencampwr y Ceffylau. Sylwebaeth ac isdeitlau Saesneg ar gael.

It's the final day of competitions from the Royal Welsh Show 2026 and Nia Roberts, Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe and Gareth Roberts will bring the very latest live from the showground in Builth Wells including the winner of the Tom and Sprightly and the Supreme Horse Championship. English commentary and subtitles available.

12:00 NEWYDDION S4C (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd.

S4C News & Weather.

12:05 Y SIOE 2026 - Dros Ginio Iau o'r Sioe (S) (HD) (EC)

Mae'n ddiwrnod olaf Sioe Frenhinol Cymru 2026 gyda Nia Roberts, Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr, Aeron Pughe a Gareth Roberts yn fyw o'r maes yn Llanelwedd. Cawn weld pwy fydd enillydd pencampwriaeth y Tom & Sprightly ar gyfer y ceffyl Cymraeg orau a choroni Prif Bencampwr y Ceffylau. Sylwebaeth ac isdeitlau Saesneg ar gael.

It's the final day of competitions from the Royal Welsh Show 2026 and Nia Roberts, Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr and Aeron Pughe will bring the very latest live from the showground in Builth Wells including the winner of the Tom and Sprightly and the Supreme Horse Championship. English commentary and subtitles available.

14:00 NEWYDDION S4C (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd.

S4C News & Weather.

14:05 Y SIOE 2026 - Prynhawn Iau o'r Sioe (S) (HD) (EC)

Mae'n ddiwrnod olaf Sioe Frenhinol Cymru 2026 gyda Nia Roberts, Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr ac Aeron Pughe yn fyw o'r maes yn Llanelwedd. Cawn weld pwy fydd enillydd pencampwriaeth y Tom & Sprightly ar gyfer y ceffyl Cymraeg orau a choroni Prif Bencampwr y Ceffylau. Sylwebaeth ac isdeitlau Saesneg ar gael.

It's the final day of competitions from the Royal Welsh Show 2026 and Nia Roberts, Ifan Jones Evans, Heledd Cynwal, Meinir Howells, Alun Elidyr, Hannah Parr and Aeron Pughe will bring the very latest live from the showground in Builth Wells including the winner of the Tom and Sprightly and the Supreme Horse Championship. English commentary and subtitles available.

17:00 HE-MAN A MEISTRI'R BYDYSAWD - Llonyddwch Cyn y Storm (R) (SC) (HD)

Mae Cronus ac Eflyn yn llogi'r heliwr R'Cas wrth iddyn nhw gynllunio i ddymchwel Sgeletor. Mae He-Man a'r Brenin Randor yn ymladd ochr yn ochr wrth i storm Hafoc lyncu Eternos.

Cronus and Eflyn hire hunter R'Cas as they plot to overthrow Sgeletor. He-Man and Brenin Randor fight side-by-side as a Havoc storm consumes Eternos.

17:25 CHWARTER CALL (R) (HD)

Ymunwch â Cadi, Luke, Jed a Miriam yn y gyfres gomedi Chwarter Call. Digonedd o hwyl a chwerthin gyda teulu'r Anhygoels, Llew ac Od, a chriw Steddfod Sili.

Join Cadi, Luke, Jed and Miriam in the comedy series Chwarter Call. Plenty of fun and laughter with the Anhygoels, Llew ac Od and the Steddfod Sili crew.

17:40 LARFA - Gwelltyn (R) (HD)

Y tro hwn, mae'r criw dwl yn cael hwyl gyda gwelltyn.

This time, the crazy crew have fun with a straw.

- 17:45 CUDDIO - Cwrs Antur Cwm Taf (R) (S) (SC) (HD)**
Cryw Stwnsh sy'n chwarae gêmiau cuddio enfawr mewn lleoliadau adnabyddus.
The Stwnsh team play hide-and-seek challenges on a big scale in famous locations.
- 18:00 3 LLE - Aled Siôn Davies (R) (S) (SC) (HD)**
Cyfle arall i weld Aled Siôn Davies, y pencampwr Paralympaidd, yn dewis ei dri hoff le. Dewis cyntaf Aled yw Traeth Mawr ger Tyddewi lle treuliodd nifer o wyliau hapus gyda'i deulu. Un o uchafbwyntiau gyrfa Aled yw cipio'r fedal aur yng Ngemau Olympaidd Llundain 2012 am daflu'r ddisgen. Bydd yn ail-ymweld â'r Stadiwm Olympaidd i hel atgofion am y diwrnod llwyddiannus. Mae'r daith yn dod i ben yng Nghanolfan Genedlaethol Athletau Dan Do Caerdydd.
Another chance to see Aled Siôn Davies, the twice-over Paralympic champion, choosing three locations of personal significance. Aled's first choice is Whitesands beach near St David's, Pembrokeshire, where he spent many happy holidays. He also takes us to the London Olympic Stadium where he won a gold medal at the 2012 Olympic Games for the discus throw. Aled's third location is the National Indoor Athletics Centre in Cardiff.
- 18:30 GWLAD Y BASG: GWILYM BOWEN RHYS (R) (S) (SC) (HD)**
Yn y rhaglen hon, mae'r Cerddor Gwilym Bowen Rhys yn ymweld â Donostia (San Sebastian) ac yn cwrdd â nifer o bobl leol wrth ddysgu am yr hanes, yr iaith, y gerddoriaeth a'r diwylliant.
Gwilym Bowen Rhys will explore the history, language, music and culture as he meets many of the locals while continuing his journey in Donostia (San Sebastian).
- 18:59 NEWYDDION S4C (S) (HD)**
Newyddion S4C a'r Tywydd.
S4C News & Weather.
- 19:00 HENO O'R SIOE (S) (HD)**
Rhaglen gylchgrawn nosweithiol gyda straeon o bob cwr o Gymru.
Nightly magazine with stories from all over Wales and special guests.
- 19:30 NEWYDDION S4C A'R TYWYDD (S) (HD)**
Newyddion S4C a'r Tywydd.
S4C News & Weather.
- 20:00 POBOL Y CWM (S) (SC) (AD) (HD)**
Daw Anita nôl i Frynawelon o'r ysbty. Mae euogrwydd Griffiths yn parhau i bigo.
Anita comes back to Brynawelon from the hospital. Griffiths can't help but feel guilty.
- 20:25 SEICLO: TOUR DE FRANCE - Cymal 18: Uchafbwyntiau (HD)**
Cymal 18 – Mae'r Alpau wedi cyrraedd, a gyda nhw pen busnes y daith. Y cynta o dridie anodd dros ben fydd yn penderfynu enillydd y crys melyn eleni.
Stage 18 – The Alps arrive with a bang, and with them the business end of this year's Tour. The first of three challenging days that will decide the winners of this year's yellow jersey.
- 20:55 NEWYDDION S4C A'R TYWYDD (S) (HD)**
Newyddion S4C a'r Tywydd.
S4C News & Weather.
- 21:00 Y SIOE 2026 - Uchafbwyntiau Dydd Iau (S) (HD)**
Ymunwch ag Ifan Jones Evans a Mari Lovgreen i fwynhau uchafbwyntiau diwrnod olaf Sioe 2026 wrth fwrw golwg dros ganlyniadau'r dydd gan gynnwys yr hir ddisgwyliedig Prif Bencampwriaeth y Ceffylau. Isdeitlau Saesneg ar gael.
It's the final day of the Royal Welsh Show and Ifan Jones Evans and Mari Lovgreen will bring us all the highlights including the highly anticipated Supreme Horse Championship. English subtitles available.

22:00 JASON MOHAMMAD: STADIYMAU'R BYD (R) (S) (SC) (HD)

I orffen y gyfres, mae Jason yn profi awyrgylch unigryw diwrnod gêm mewn stadiymau sy'n amrywio o'r hanesyddol i'r gwirioneddol eiconig, gan gynnwys Cae Ras Wrecsam, Stadiwm Brandywell yn Derry, Arena Hangzhou yn Tsieina a Stadiwm Azteca yn Ninas Mecsico.
To finish the series, Jason experiences the unique atmosphere of matchday in stadiums ranging from the historic to the truly iconic, including Wrexham's Racecourse Ground, Brandywell Stadium in Derry, the Hangzhou Arena in China and the Azteca Stadium in Mexico City.

23:00 YR AFON - Iolo ac Afon Amazon (R) (S) (SC) (HD)

Wrth ddilyn trywydd yr Amazon mae Iolo Williams yn edrych ar y datblygiadau masnachol sydd yn lladd y jyngl sy'n amddiffyn yr afon ac yn gofyn ydy dyfodol yr Amazon yn y fantol. Dangoswyd y rhaglen gyntaf yn 2008.
Iolo Williams journeys along the Amazon and looks at the commercial development that is killing the wilderness which protects the river and is putting its future in the balance. First shown in 2008.

00:00 Y SIOE 2026 - Uchafbwyntiau Dydd Iau (R) (S) (HD)

Ymunwch ag Ifan Jones Evans a Mari Lovgreen i fwynhau uchafbwyntiau diwrnod olaf Sioe 2026 wrth fwrw golwg dros ganlyniadau'r dydd gan gynnwys yr hir ddisgwyliedig Prif Bencampwriaeth y Ceffylau. Isdeitlau Saesneg ar gael.
It's the final day of the Royal Welsh Show and Ifan Jones Evans and Mari Lovgreen will bring us all the highlights including the highly anticipated Supreme Horse Championship. English subtitles available.

01:05 DIWEDD/CLOSE

Gwybodaeth Rhaglenni Programme Information – S4C

Dydd Gwener - Friday 24/07/2026

- 06:00 CYW (HD)**
Rhaglenni llawn hwyl i'r plant lleiaf.
Fun-filled programmes for younger viewers.
- 06:00 BLOCIAU RHIF - Yr Igian (R) (HD)**
Dyw Bloc rhif Naw ddim yn gallu stopio igian, ac mae'n chwalu'n ddarnau bob tro. Ond mae'r Blociau Rhif yn dod o hyd i ffordd o stopio'r higian.
Every time Numberblock Nine hiccups, he falls to pieces- until the others find an unexpected cure. Learn about splitting numbers into smaller numbers.
- 06:05 SAM TÂN - Ynys y Deinosoriaid (R) (SC) (HD)**
Mae'r Athro Pickles wedi trefnu "Diwrnod Arbennig ar Ynys y Deinosoriaid", ac mae Norman yn ceisio perswadio Derec bod na ddeinosor yn dal yn fyw ar Ynys Pontypandy!
Dr. Pickles has arranged a Special Day on Dinosaur Island, and Norman is trying to persuade Derek that there's a dinosaur still alive on Pontypandy island.
- 06:15 BLWI - Nos Da Ystlum Ffrwythau (R) (SC) (HD)**
Dydi Blwi ddim eisiau mynd i'r gwely, ac felly'n gorfodi ei hun i freuddwydio am fod yn ystlum ffrwythau, sy'n aros ar ddihun drwy'r nos.
Not wanting to go to bed, Blwi tries to dream about being a nocturnal fruit bat so she can stay up all night long
- 06:25 OCTONOTS - Yr Octonots a'r Fflamingos (R) (S) (HD)**
Mae'r Octonots yn brwydro drwy gors i achub fflamingo bach cyn iddo gael ei ddal gan ysglyfaethwyr llwglyd!
The Octonauts wade through a swamp to find a lost flamingo chick before hungry predators do!
- 06:40 DEIAN A LOLI - a'r Deyrnas Ddidoli (R) (S) (SC) (HD)**
Mae'r cloc lawrm yn canu sy'n golygu bod hi'n amser i rhoi gorau i chware gemau cyfrifiadurol a troi am y gwely! Ond, tydi Deian a Loli ddim yn barod i fynd i gysgu! Ar ol rhewi mam mae nhw'n cwrdd a Proffesor A a Proffesor B sydd yn dangos i'r efeilliad pwysigrwydd cwsgr, ond ydio'n ddigon i'w perswadio i fynd i'w gwla?
The sound of the alarm denotes that it's time to switch off the computer and go to bed. But the twins are having too much fun and ignore the alarm and Mum! Will what happens next be enough to persuade them to go to sleep?
- 06:55 OG Y DRAENOG HAPUS - Pili Pala Hapus (R) (HD)**
Mae Og a'i ffrindiau'n teimlo'n gyffrous iawn wrth ddisgwyl i lindysen droi'n bili pala.
Og and his friends feel very excited waiting for a caterpillar to turn into a butterfly.
- 07:05 JONI JET - Chwarae Cuddio (R) (SC) (HD)**
Mae Moc Samson yn galw draw i chwarae gemau fideo gyda Joni, ond mae'n rhaid i'r Jetlu fynd i'r afael â Peredur Plagus – heb ddatgelu eu cyfrinach i Moc.
Moc Samson calls over to play video games with Joni, but the Jetlu have to deal with Peredur Plagus - without revealing their secret to Moc.
- 07:20 MISHO - Mynd Nol i'r Ysgol (R) (S) (SC) (HD)**
Cyfres sydd yn edrych ar bob math o sefyllfaoedd all godi pryder i blentyn bach; a dyma gyfle i dawelu meddyliau bach drwy ganu, sgwrsio a lot fawr o chwerthin! Y teimlad o fod yn nerfus sydd dan sylw yn Misho heddiw, ac mae Mei Slei yn ei gwneud hi'n anodd iawn i blentyn bach fynd i'r ysgol.
A series that looks at various situations that can cause worry to a small child; and how to ease those worries through singing, chatting and a lot of laughter! The feeling of being nervous is in question in Misho today, and Mei Slei makes it very difficult for a small child to go to school.

- 07:30 CRAWC A'I FFRINDIAU - Taro'r nodyn uchel (R) (S) (SC) (HD)**
 Pan mae Crawc yn ymarfer canu, mae e mor drychinebus, mae'n gorfod ymarfer lan yn ei falwn aer poeth. Ai fe fydd y llyffant cyntaf i fynd i'r gofod?
When Crawc practises opera singing, he is so dreadful he has to practise high in the sky in his hot air balloon. Could he end up being the first Crawl in space?
- 07:45 PARC GLAN GWIL (S) (SC) (HD)**
 Mae hi'n ddiwedd y tymor ac mae'r criw i gyd yn edrych ymlaen at gael mynd ar eu gwyliau, ond tydi Glynwen Glanhau erioed wedi bod ar wyliau. Mae'r criw yn trefnu syrpreis iddi ac mae Glynwen yn cael mynd ar y gwyliau gorau erioed.
It is the end of term and the crew are looking forward to being able to go on holiday, but Glynwen Glanhau has never been on holiday. The crew organises a surprise for her and Glynwen is able to go on the best holiday ever.
- 08:00 CYW (HD)**
 Rhaglenni llawn hwyl i'r plant lleiaf.
Fun-filled programmes for younger viewers.
- 08:00 ODO - Lleuad Gaws (R) (S) (SC) (HD)**
 Ai caws yw'r lleuad? Gall Odo a Dwld fynd i'r lleuad a dod nol a darn i bawb yn y Gwersyll? Cawn weld.
Odo figures out a way to go to the moon and bring a piece back for his friends.
- 08:10 SION Y CHEF - Hollo! Bananas (R) (HD)**
 Mae Siôn ac Izzy'n gwarchod Bea ond maen nhw'n tynnu gwallt o'u pennau pan mae'n crïo'n ddiwedd.
Siôn and Izzy offer to babysit Baby Bea for Penny Singh but a crying baby proves to be quite a handful.
- 08:20 ANIFEILIAID BACH Y BYD (R) (S) (SC) (HD)**
 Dewch ar antur gyda ni i gwrdd ag anifeiliaid bach y byd. Y tro hwn yr Hwytbig a'r Loris fydd yn cael y sylw.
Come with us on a journey around the world to meet some of the animals that live on our planet. This time it's the Platypus and the Slow Loris that get the attention.
- 08:30 PABLO - Sbwriel Mam (R) (HD)**
 Mae gan Pablo ei ffordd ei hun o weld y byd, ac mae o'n hoff o gadw'r llwyau hufen ia plastig, er fod Draff yn credu mae sbwriel ydy nhw.
Pablo likes plastic ice cream spoons even more than ice cream. He keeps them and makes them his friends, but Draff says he can't keep and make friends with everything!
- 08:45 OLI WYN - Tren Bach Yr Wyddfa (R) (HD)**
 Trên Bach yr Wyddfa yw un o atyniadau mwya' poblogaidd Cymru. Heddiw, mae Oli Wyn yn cael cyfle i fusnesu ar waith Amanda y gard a Kevin y gyrrwr wrth iddyn nhw yrru trên disl lan a lawr mynydd uchaf Cymru a Lloegr.
The Snowdonia Mountain Railway is one of Wales' biggest attractions. Today, Oli Wyn takes a peek at Amanda the guard and Kevin the driver's work as they drive a diesel train up and down Wales and England's highest mountain.
- 08:55 GUTO GWNINGEN - Hanes y Ddwy Chwaer (R) (S) (SC) (HD)**
 Er nad oedd o am i Fflopsi a Mopsi fynd efo fo ar un o'i anturiaethau, mae Guto'n darganfod bod yr efeilliaid yn gallu bod yn gwmni difyr a llawn hwyl.
When Fflopsi and Mopsi insist on accompanying Guto on one of his adventures he discovers that there may be more to his twin sisters than he thought.
- 09:10 ABADAS - Coron (R) (S) (HD)**
 Mae Ela wrth ei bodd yn chwarae 'tywysoges' ac rhywbeth mae twysogesau'n ei hoffi yw gair newydd heddiw. Tybed beth all e fod?
It's time for another exciting Abada adventure. Princess Ela prepares for a ride in her carriage. But will her highness be able to find today's majestic word?

- 09:20 EIN BYD BACH NI - Periw (R) (S) (SC) (HD)**
 Dewch ar daith o gwmpas y byd. Heddiw ry' ni am ymweld â gwlad sy'n llawn coedwigoedd glaw trofannol a mynyddoedd hudol - Periw. Gwlad yn Ne America yw hi sy'n enwog am hanes yr Incas, Machu Picchu ac anifail o'r enw Ficwnia
Let's take a trip across the world! Today we are visiting a country that's filled with tropical rainforests and magical mountains. This is...Peru! In South America you'll find Peru and there we'll be learning about the history of the Incas, an important place called Machu Picchu and an animal called a Vicuña.
- 09:30 PENTRE PAPUR POP - Brenhines Mai-Mai (R) (SC) (HD)**
 Ar yr antur popwych heddiw mae Mai-Mai yn frenhines am y diwrnod! Ond pan mae hi'n cymryd y gêm ormod o ddifrif, all Mai-Mai adfer harmoni Teyrnas Pentre Papur Pop?
On today's popstastic adventure, Mae-Mae is queen for the day! But when she takes the game a little too far, can Queen Mae-Mae put things right and restore harmony in the Pop Paper City Kingdom?
- 09:40 DAL DY DDANNEDD - Ysgol Login Fach (R) (S) (SC) (HD)**
 Ysgol Login Fach sy'n ymuno â Pwdryn a Melys i chwarae llond trol o gemau lliwgar! Pa dîm all gasglu y mwya o ddannedd glân ac ennill Tlws Dani Dant heddi?
Teams from Ysgol Login Fach join Pwdryn and Melys to play a series of candyland themed games. The challenge is to collect as many clean teeth as possible and win the Dani Dant Trophy!
- 10:00 CYW (R) (HD)**
 Rhaglenni llawn hwyl i'r plant lleiaf.
Fun-filled programmes for younger viewers.
- 10:00 BLOCIAU RHIF - Blobyn Rhif (R) (HD)**
 Mae'r Blociau Rhif yn dysgu ni i gyfri gyda help eu ffrindiau newydd - Blobynau rhif. Maen nhw'n cael hwyl a sbri yn adeiladu'r rhifau wrth ganu a dawnsio.
Sing along to the Numberblocks counting song with the Numberblocks' new friends - the Numberblobs and learn to count to ten.
- 10:05 SAM TÂN - Arloeswyr Mewn Peryg (R) (SC) (HD)**
 Mae Arloeswyr Pontypandy yn ceisio ennill eu bathodynnau adeiladu raft. Dysga Jams wers fawr pan mae ei charjyr diffygiol yn achosi tan.
Pontypandy pioneers are trying to win their badges for building a raft. But James learns an important lesson when his faulty charger starts a fire.
- 10:15 BLWI - Cysgodion (R) (SC) (HD)**
 Mae Coco yn chwarae cysgodion gyda Blwi a Snicyrs, ond mae hi'n trio newid y rheolau. Mae Blwi yn dangos iddi fod dilyn y rheolau weithiau'n fwy o hwyl.
Coco plays shadow lands with Blwi and Snicyrs, but she keeps trying to make the game easier, until Blwi helps her understand that sometimes it's more fun if you follow the rules.
- 10:25 OCTONOTS - a'r Malwod sy'n Syrffio (R) (S) (HD)**
 Pan gaiff malwod sy'n syrffio eu hysgubo ymaith i'r môr, rhaid i Dela a'r Octonots eu hachub.
When surfing snails are swept out to sea, it's up to Dela and the Octonauts to save them.
- 10:40 DEIAN A LOLI - a'r Clown Trist (R) (S) (SC) (HD)**
 Tydi Deian heb fod mewn hwylia drwy'r dydd, a'r peth dwytha' mae o isho ei wneud ydi mynd i barti aduniad coleg Dad! Ar ôl rhewi eu rhieni, ma Loli'n sylwi ar rywun neu rhywbeth yn cerdded tu allan. Does r'un ohonyn nhw'n barod i weld Clown wrth y tŷ bach twt, a honno'n glown ofnadwy o drist sy'n ffrindia' pennaf gyda'r lleud!
Deian hasn't been in the best of moods all day, and the last thing he wants is to go to Dad's college reunion party! After freezing their parents, Loli notices something or someone walking outside. They're both surprised when they see a Clown sitting next to their den, a terribly sad clown whose best friend is the moon!

- 10:55 OG Y DRAENOG HAPUS - Tywydd Stormus (R) (HD)**
 Mae'r cymylau'n gas ac yn grac uwchben yr Afon Lawen heddiw a mae'n gwneud Og a'i ffrindiau deimlo'n ofnus iawn.
The clouds are growlie and grumblie over Afon Lawen today and it's making Og and his friends very anxious.
- 11:05 JONI JET - Ol Osod (R) (SC) (HD)**
 Tydi Jetboi na Jetferch ddim yn cymryd hen jet eu rhieni o ddifri', nes i Peredur Plagus greu helynt gyda'i ddyfais clogyn newydd - dim ond yr hen jet all ei rwystro.
Neither Jet-boy nor Jet-girl take their parents' old jet seriously', until Peredur Plagus creates trouble with his new cloak device - only the old jet can stop him.
- 11:20 MISHO - Mynd i Gysgu (R) (S) (SC) (HD)**
 Cyfres sydd yn edrych ar pob math o sefyllfaoedd all godi pryder i blentyn bach; a dyma gyfle i dawelu meddyliau bach drwy ganu, sgwrsio a lot fawr o chwerthin! Y teimlad o fod ofn sydd dan sylw yn Misho heddiw, ac mae Twm Tywyllwch yn ei gwneud hi'n anodd iawn i blentyn bach fynd i gysgu.
A series that looks at various situations that can cause worry to a small child; and how to ease those worries through singing, chatting and a lot of laughter! The feeling of being scared is in question in Misho today, and Twm Tywyllwch makes it very difficult for a small child to go to sleep.
- 11:30 CRAWC A'I FFRINDIAU - Pigog yn helpu (R) (S) (SC) (HD)**
 'Dyw Pigog ddim yn gwbod pa ffordd i droi wrth iddi hi geisio helpu ei ffrindiau i gyd ar yr un pryd.
Pigog finds herself torn in several directions as she tries to help out too many of her friends.
- 11:45 PARC GLAN GWIL (R) (S) (SC) (HD)**
 Mae hi'n amser cystadleuaeth blodau Parc Glan Gwil, ond mae Syr Gwil yn gweld fod problem fawr gyda'r blodau eleni. Gyda chymorth y criw mae'r parc yn edrych ar ei orau eto, cyn i Blodwen Jones gyrraedd i feirniadu.
It is time for Parc Glan Gwil's flower competition - but Syr Gwil notices that there is a big issue with the flowers this year. With the crew's help, the park looks its best once again before Blodwen Jones arrives to judge the competition.
- 12:00 NEWYDDION S4C (S) (HD)**
 Newyddion S4C a'r Tywydd.
S4C News & Weather.
- 12:05 HENO O'R SIOE (R) (S) (SC) (HD)**
 Rhaglen gylchgrawn nosweithiol gyda straeon o bob cwr o Gymru.
Nightly magazine with stories from all over Wales and special guests.
- 12:35 RALIO+ - ESTONIA (R) (HD)**
 Cymalau graean cyflym Estonia yw her 9fed rownd pencampwriaeth rali'r byd eleni, gyda neidiadau di-ri - mae cyflymdra a chywirdeb yn angenrheidiol ar y rali heriol hon. A gall Elfyn Evans ddal ei afael ar frig y bencampwriaeth? Uchafbwyntiau llawn o Rali Estonia gyda chriw Ralio.
Estonia's fast gravel stages provide the challenge for the ninth round of this year's World Rally Championship; featuring countless jumps - speed and precision are essential on this demanding rally. Can Elfyn Evans hold onto the top spot in the championship? Full highlights of Rally Estonia with the Ralio team.
- 13:10 NEWYDDION S4C A'R TYWYDD (S) (HD)**
 Newyddion S4C a'r Tywydd.
S4C News & Weather.

13:15 SEICLO: TOUR DE FRANCE - Cymal / Stage 19 (HD)

Cymal 19 – Brwydr Alpaidd ffrwydrol a ffyrnig. 128km i orffen ar gopa'r chwedlonnol Alpe d'Huez. Ewch i nôl y popcorn!

Stage 19 – A short and savage Alpine battle, culminating in an ascent of the mythical Alpe d'Huez. Go and fetch the popcorn!

16:50 OG Y DRAENOG HAPUS - Tyfu Lan (R) (HD)

Mae Og yn teimlo'n blentynaid pan mae ei ffrindiau yn darganfod ei fflwffyn sydd wedi bod ganddo ers iddo fod yn fabi.

Og feels really embarrassed when his friends discover his beloved baby snuggly.

17:00 STWNSH (HD)

Rhaglenni gwych a digon o hwyl a sbri ar gyfer plant ar fore Sadwrn.

Fun, laughter and brilliant programmes for youngsters on Saturday mornings.

17:00 BYD RWTSH DAI POTSH - Beic (R) (HD)

Mae Anna yn ymarfer ar gyfer prawf seiclo yr ysgol - a mae hi'n eithaf da. Nid yw Dai, ar y llaw arall, mor dalentog, ond gyda'r beic newydd mae wedi ei gael gan ei rieni mae'n gobeithio pasio. Yn anffodus nid yw'r beic newydd yn fodlon chwarae'n deg a mae Dai yn cael ychydig o drafferth, ond efallai bydd yn llwyddo i fod y gorau am newid.....

Anna is practicing for the school cycling test and is rather good at it. Dave however, isn't quite as skilled, but with a new bike from his parents he really hopes to pass. Sadly, this new bike doesn't play fair and Dave has some trouble, but maybe he might just end up being the best at something...

17:15 Y DONIOLIS - Y Bwci Bo (R) (HD)

Mewn cyfres newydd llawn hwyl a sbri, dilynwn anturiaethau direidus dau frawd hoffus a lliwgar, Luigi a Louie Donioli a'u nith fach, Liwsi. Yn y rhaglen hon, mae Luigi yn perswadio Louie i aros dros nos ym mhlas Cwm Doniol, sy'n llawn ysbrydion.

In this new, fun children's series we'll follow the adventures of the mischievous Donioli brothers, Luigi and Louie and their young niece, Liwsi. In this programme, Luigi persuades Louie to stay overnight at Cwm Doniol's haunted house.

17:25 TACLO'R TYWYDD - Ysgol Treganna (R) (S) (SC) (HD)

Taclo'r Tywydd - Gêm stiwdio ar gyfer plant 7 i 10 oed. Gareth Elis fydd yn arwain tîm o bedwar mewn cyfres o heriau sy'n ymwneud â'r tywydd. Yno i'w hannog mae eu cyd-ddisgyblion, ond yno i'w rhwystro, mae'r ddau ddihiryn – Morus y Gwynt ac Ifan y Glaw. Ysgol Treganna sy'n Taclo'r Tywydd yn y rhaglen yma.

Taclo'r Tywydd - A studio game show for children aged 7 to 10, where teams compete in a variety of weather-themed challenges. Presenter Gareth Elis, guides a team of four, cheered on by supportive classmates, but standing in their way are the mischievous villains – Morus y Gwynt and Ifan y Glaw! Ysgol Treganna face the elements in this programme.

17:45 Y SMYRFFS - Y Plyffs - Rhan 2 (R) (SC) (HD)

Mae Blodyn a Peniog yn cael eu cludo i fydysawd arall lle mae'r Smyrffs yn llwyd a blin, a Craca Hyll ac Archalen yw'r rhai da!

Blodyn and Peniog find themselves transported to an alternate universe where the Smyrffs are grey and mean, and Craca Hyll and Archalen are the good guys!

18:00 GERDDI CYMRU - Dyffryn a'r Bontfaen (R) (S) (SC) (HD)

Cyfle arall i weld Aled yn ymweld â Bro Morgannwg i weld dwy ardd sy'n hollol wahanol i'w gilydd ond yn wledd i'r llygaid - gardd ysblenydd Dyffryn a Gardd Ffisegol Y Bontfaen.

Another chance to join Aled Samuel as he visits Vale of Glamorgan - the lavish gardens at Dyffryn and the small and perfectly formed Cowbridge Physic Garden.

18:30 GARDDIO A MWY (R) (S) (SC) (HD)

Cyfres Garddio yng nghwmni Meinir Gwilym, Sioned Edwards ac Adam Jones.

Flowers, veg and all life's good stuff, with Sioned Edwards, Meinir Gwilym and Adam Jones.

18:59 NEWYDDION S4C (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd.
S4C News & Weather.

19:00 HENO (S) (HD)

Rhaglen gylchgrawn nosweithiol gyda straeon o bob cwr o Gymru.
Nightly magazine with stories from all over Wales and special guests.

19:30 NEWYDDION S4C A'R TYWYDD (S) (HD)

Newyddion S4C a'r Tywydd.
S4C News & Weather.

20:00 EIGRA (S) (SC) (HD)

Dathliad o fywyd a gwaith y llenor, dramodydd a'r storiwraig Eigra Lewis Roberts. Mae'n cynnwys y darllediad cyntaf o gyfweiliad arbennig a ffilmwyd gyda Eigra yn 2017, yn ogystal â chyfraniadau gan ei theulu a'i ffrindiau agosaf sy'n taflu goleuni ar gymeriad unigryw a direidus Eigra - dynes oedd yn herio'r drefn ac yn mynnu torri ei chwys ei hun. Byddwn hefyd yn clywed gan bobl sydd wedi edmygu ei gwaith drwy'r degawdau, yn cynnwys yr actor John Ogwen wnaeth ddod â'i geiriau'n fyw ar y sgrin. *A celebration of the life and work of author and playwright Eigra Lewis Roberts. It features the first broadcast of a special interview filmed with Eigra in 2017, as well as contributions from her family and closest friends who will share memories of Eigra's unique and mischievous character – a woman who challenged the establishment and insisted on carving her own path. We'll also hear from admirers of her work, including the actor John Ogwen, who brought her words to life on screen.*

20:30 GEMAU'R GYMANWLAD 2026 (HD)

Ymunwch â Lauren Jenkins a'r tim ar gyfer noson agoriadol y cystadlu yng Ngemau'r Gymanwlad yn Glasgow. Ym mha gamp fydd Cymru yn ennill y medal gyntaf tybed? Nofio a gymnasteg yw dau o'r campau dan sylw heno. *Join Lauren Jenkins and the team for the opening night of competition at the Commonwealth Games in Glasgow. In which sport will Wales win its first medal, we wonder? Swimming and gymnastics are two of the sports in the spotlight tonight.*

CN/NS
1/10

22:30 SEICLO: TOUR DE FRANCE - Cymal 19: Uchafbwyntiau (HD)

Uchafbwyntiau Cymal 19 – Brwydr Alpaidd ffrwydrol a ffyrnig. 128km i orffen ar gopa'r chwedlonnol Alpe d'Huez. Ewch i nôl y popcorn!
Stage 19 highlights – A short and savage Alpine battle, culminating in an ascent of the mythical Alpe d'Huez. Go and fetch the popcorn!

23:00 GWESTY ADUNIAD (R) (S) (SC) (HD)

Mae Ann o Benllyn wedi bod yn chwilio am atebion ers dros 70 mlynedd, ac mae Miss Cymru yn cyfarfod rhywun o'r gorffennol ar ol 15 mlynedd. Mae Richard o Essex yn cyfarfod teulu newidiodd ei fywyd am byth pan yn fabi bach.
Ann from Penllyn finds the out the truth after 70 years. Miss Wales meets someone from her past and Richard from Essex meets a family from Wales who changed his life forever.

00:05 DIWEDD/CLOSE