Cylchgrawn preswylwyr Tai Wales & West

AM DDIM

In Touch

HYDREF 2023

Cyngor am ddiogelwch ar Noson Tân Gwyllt

Y tîm sy'n brwydro yn erbyn benthycwyr arian didrwydded

Creu lleoedd ar gyfer natur

Apiau defnyddiol i helpu gyda'ch cyllideb

Tai Wales & West Housing

Gall help llaw wneud gwahaniaeth aruthrol

Croeso i'ch Gwasanaeth Cymorth a Lles Tenantiaid, a ddarparir gan:

Life & Progress

Mae hwn ar gael pa bynnag bryd neu pha bynnag le, unrhyw ddiwrnod, ac mae cymorth ar gael ar ben arall y ffôn. Gallwch gael cymorth ar-lein hyd yn oed. Nid oes unrhyw gyfyngiad o ran nifer y materion y gallwch gael cymorth gyda nhw ac ni chodir tâl am y gwasanaeth.

Cwnsela

Fe'ch anogir i gysylltu â'r gwasanaeth cyn gynted ag y bydd problem a chyn i bethau fynd yn fwy difrifol.

Gall y gwasanaeth gynnig cymorth er mwyn eich helpu i ymdopi'n llwyddiannus gyda digwyddiadau bywyd a'ch helpu i gadw'n hapus, yn iach ac i ganolbwyntio yn llawn ar fywyd a gwaith.

24 Cymorth a chyngor pan fydd ei angen arnoch, 24 awr y dydd, 365 diwrnod y flwyddyn

Mae'r materion y rhoddir sylw iddynt yn cynnwys y canlynol, ond nid ydynt wedi'u cyfyngu i'r rhain:

- Gwybodaeth am iechyd a lles
- Iechyd meddwl a lles
- Perthnasoedd
- Materion teuluol
- Rheoli dyled
- Problemau yn y gweithle
- Eich hawliau fel defnyddiwr

Ffoniwch ni heddiw yn gyfrinachol

Rhadffôn
0330 094 8845

24 Yr help cywir ar yr adeg gywir

Mae'r gwasanaeth ar gael trwy gydol y dydd a'r nos, 24/7, dros y ffôn ac ar-lein.

Nod y gwasanaeth yw ateb eich cwestiynau yn gyflym a bydd yn eich cyfeirio at y ffynhonnell cymorth mwyaf priodol hefyd, gan gynnwys cwnsela ac arbenigwyr cyfreithiol, ariannol, gofal plant a materion defnyddwyr.

- Mynd i'r afael â straen a gorbryder
- Heriau fel rhieni
- Cyngor iechyd a lles
- Cymorth bob awr o'r dydd

Manteisio ar y gwasanaeth

Gellir manteisio ar y gwasanaeth ar unrhyw adeg trwy ffonio'r gwasanaeth ar y rhif Rhadffôn.

Ar ôl siarad gyda chynrychiolydd gwasanaeth wedi'u hyfforddi, byddwch yn cael eich cynorthwyo a byddant yn eich helpu i bennu'r camau gorau i chi er mwyn datrys eich problem.

Efallai y byddwch yn cael budd o siarad gyda'r cynrychiolydd gwasanaeth, neu efallai y byddwch yn dymuno cael cwnsela neu gymorth mwy arbenigol.

Beth bynnag fo'ch sefyllfa, bydd y gwasanaeth yn helpu – ac os yw hynny'n briodol, bydd yn eich rhoi mewn cysylltiad ag arbenigwr a fydd yn eich cynorthwyo gyda'r problemau yr ydych yn eu hwynebu.

Cysylltwch â ni

Tai Wales & West, Tŷ'r Bwa, 77 Parc Tŷ Glas, Llanisien, Caerdydd CF14 5DU
Ffôn: **0800 052 2526** Testun: **07788 310420**
E-bost: **contactus@wwha.co.uk** Gwefan: **www.wwha.co.uk**

Gallwch hefyd gysylltu ag aelodau o staff yn uniongyrchol drwy e-bost. Er enghraifft, **joe.bloggs@wwha.co.uk**

Ieithoedd a fformatau eraill

Os hoffech gael copi o'r rhifyn hwn o In Touch yn Saesneg neu mewn iaith neu fformat arall, er enghraifft, print mawr, rhowch wybod i ni ac fe wnawn ni helpu.

CYNNWYS

4 Taliadau Costau Byw ar gyfer yr hydref/gaeaf
6 Dyddiadau pwysig ar gyfer newidiadau i'r Credyd Cynhwysol
8 Hwyl yr haf a bwyta'n iach, y newyddion i gyd i chi
10 Os yw wedi torri – chwiliwch am rywle i'w drwsio
15 Ein hadroddiad perfformiad chwarterol
22 Cartrefi newydd i Geredigion, Sir Gaerfyrddin a Chaerdydd
24 Delio gyda llwydni a chyddwysiad yn eich cartref
28 Bywyd go iawn: Dianc rhag y rhyfel yn Wcráin
34 Rhwydweithiau cymorth yn eich ardal
32 Posau

Ewch ati i gymdeithasu gyda Tai Wales & West

Facebook
facebook.com/wwhousing

X
@wwha

Linkedin
linkedin.com/company/wwha

Instagram
instagram.com/wwhousing

Neges gan Anne

Croeso i rifyn yr Hydref o In Touch.

Hon yw'r adeg o'r flwyddyn pan fydd nifer o bobl yn edrych ymlaen at ddathlu gŵyl y cynhaeaf, pwmpenni a thân gwyllt. Os ydych chi'n bwriadu cynnal parti noson tân gwyllt, mae cyngor i chi er mwyn eich helpu i gadw'n ddiogel.

I eraill, gall yr hydref fod yn gyfnod gofidus wrth i'r diwrnodau oerach a thywyllach arwain at filiau ynni uwch. Er bod costau ynni wedi gostwng ychydig, mae nifer yn ei chael hi'n anodd talu biliau uwch ac ymdopi ar incymau is o hyd. Yn y rhifyn hwn, mae ein Swyddogion Cymorth Tenantiaeth wedi rhannu rhai o'r pecynnau cymorth sydd ar gael nawr ac a fydd ar gael yn nes ymlaen yn y gaeaf.

Mae'r argyfwng costau byw wedi arwain at godiad sylweddol yn nifer y bobl sy'n destun camfanteisio gan fenthycwyr arian anghyfreithlon. Rydym yn siarad â'r bobl sy'n gweithio i atal y 'benthycwyr arian didrwydded' hyn gan ystyried ffyrdd y gallwch chi gael help os ydych chi, neu rywun yr ydych yn eu hadnabod, yn cael eu heffeithio.

Yn ogystal, ceir crynodeb o'r newyddion diweddaraf a lluniau o'r gweithgareddau haf o hwyl a gynhaliwyd ar draws ein cynlluniau, y posau arferol a byddwn yn cyfarfod rhai o'r preswylwyr sy'n symud i mewn i'w cartrefi newydd.

Mawr obeithiaf y bydd y rhifyn hwn o In Touch o ddefnydd i chi. Os bydd gennych chi unrhyw awgrymiadau ar gyfer cylchgronau yn y dyfodol, neu unrhyw gwestiynau, cysylltwch â mi.

Anne Hinchey
Prif Weithredwr y Grŵp

Gwnaethpwyd pob ymdrech i sicrhau cywirdeb y wybodaeth yn y cyhoeddiad hwn. Byddem yn cynghori preswylwyr i droi at y wybodaeth ddiweddaraf ar ein gwefan, wwha.co.uk, gwefannau'r Llywodraeth a chan ffynonellau swyddogol a dibynadwy eraill.

A wyddoch chi y gallech chi gael rhifyn digidol o In Touch mewn neges e-bost?

Bellach, mae mwy o ddarllenwyr yn dewis cael copi digidol o In Touch, a anfonir atynt mewn neges e-bost.

Os hoffech chi gael copi digidol yn lle copi argraffedig, anfonwch eich manylion mewn neges e-bost at **communications.team@wwha.co.uk** a byddwn yn diweddaru eich dewisiadau ar gyfer rhifynnau yn y dyfodol.

A fydd yr argyfwng costau byw fyth yn gorffen?

Am bron i ddwy flynedd, rydym wedi bod mewn argyfwng costau byw. Mae prisiau wedi bod yn codi ar eu cyfradd uchaf ers blynyddoedd, ac nid yw cyflogau wedi bod yn codi, ac mae hyn wedi bod yn ergyd i gyllidebau aelwydydd.

Er bod y Cap ar Brisiau Ynni a chwyddiant wedi gostwng, mae nifer o aelwydydd yn ei chael hi'n anodd talu eu biliau o hyd.

Mae ein Swyddogion Cymorth Tenantiaeth yn gweithio'n galetach nag erioed i helpu preswylwyr i fanteisio i'r eithaf ar eu harian ac i hawlio unrhyw gymorth sydd ar gael. Maent wedi paratoi'r canllaw hwn am yr hyn sydd ar gael.

Taliadau Costau Byw

Dylai miliynau o aelwydydd sy'n cael budd-daliadau a chredydau treth penodol fod wedi cael eu Taliad Costau Byw cyntaf o £900 am eleni.

Telir y grant ar ffurf tri thaliad di-dreth. Dylai'r taliadau cyntaf o £301 fod wedi cael eu talu fel a ganlyn:

- rhwng 25 Ebrill 2023 a 7 Mai 2023 ar gyfer y rhan fwyaf o bobl sy'n cael budd-daliadau DWP
- rhwng 2 a 9 Mai 2023 ar gyfer y rhan fwyaf o bobl sy'n cael credydau treth a budd-daliadau eraill i'r rhai ar incwm isel
- rhwng 20 Mehefin a 4 Gorffennaf 2023 ar gyfer pobl anabl sy'n cael budd-daliadau penodol gan gynnwys Lwfans Byw i'r Anabl a'r Taliad Annibyniaeth Personol

Os ydych chi'n credu y dylech chi fod wedi cael un o'r taliadau hyn, ond ni allwch ei weld yn eich cyfrif banc, cymdeithas adeiladu neu undeb credyd, gallwch adrodd ei fod ar goll.

I adrodd am daliad sydd ar goll, trowch at secure.dwp.gov.uk/report-a-missing-cost-of-living-payment. Bydd angen eich rhif Yswiriant Gwladol arnoch.

Cyn adrodd am daliad coll, mae DWP yn eich cynghori i archwilio eich cyfrif banc, cymdeithas adeiladu neu undeb credyd, neu dderbynneb eich taleb Gwasanaeth Talu trwy Eithriad. Telir y taliad ar wahân i'ch budd-dal.

Mae'r Taliadau Costau Byw nesaf fel a ganlyn :

- Telir £300 rhwng 31 Hydref a 19 Tachwedd i'r rhan fwyaf o bobl
- Telir £299 yn ystod y gwanwyn 2024 i'r rhan fwyaf o bobl

Help i wresogi eich cartref

Bydd un o'r cynlluniau a helpodd miliynau o aelwydydd gyda chostau gwresogi ychwanegol, y cynllun Taliad Tywydd Oer, yn cychwyn unwaith eto yn ystod y Gaeaf eleni.

Rhwng 1 Tachwedd a 31 Mawrth, gallech gael £25 ychwanegol os bydd y rhagolygon tywydd yn dweud y bydd hi'n gostwng i sero gradd neu'n is am saith diwrnod yn olynol. I fod yn gymwys, rhaid eich bod yn cael Credyd Pensiwn, Cymhorthdal Incwm, Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar incwm, Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn seiliedig ar incwm, Credyd Cynhwysol neu Gymorth ar gyfer Llog Morgais. Gwneir y taliadau yn awtomatig.

I gael gwybod mwy, trowch at gov.uk/cold-weather-payment

Mae Taliadau Tywydd Oer yn wahanol i Daliadau Tanwydd Gaeaf.

Gostyngiad bychan ym mhris ynni yn ystod yr hydref

Roedd y Cap ar Bris Ynni wedi gostwng 7% ar gyfartaledd o 1 Hydref.

Mae hyn yn golygu y byddai aelwyd gyffredin sy'n talu trwy drefniant debyd uniongyrchol yn arbed ychydig dros £150 y flwyddyn, gan ddod â'r bil blynyddol cyfartalog i lawr i £1,923 y flwyddyn ar sail defnydd cyffredin.

Cyhoeddodd Ofgem, y rheoleiddiwr Ynni, y gostyngiad ddiwedd fis Awst, ac roedd yn dilyn gostyngiad o 17% ar 1 Gorffennaf, er y disgwylir y bydd yn codi unwaith eto efallai ym mis Ionawr.

Mae'r Cap ar Bris Ynni yn cyfyngu'r pris y gall darparwyr ei godi am bob uned o nwy a thrydan, os ydych yn defnyddio mwy o ynni, byddwch yn talu mwy, os byddwch yn defnyddio llai, byddwch yn talu llai. Er gwaethaf y gostyngiad, mae'n debygol y bydd biliau ynni yn uwch nag yr oeddent yn ystod y gaeaf y llynedd o hyd, ac er bod cap ar gost ynni, mae'r taliadau sefydlog yn parhau i fod yn uchel.

Taliad Tanwydd Gaeaf

Mae hwn yn daliad di-dreth blynyddol er mwyn helpu pobl hŷn i dalu'r gost o wresogi eu cartrefi.

Os cawsoch eich geni ar neu cyn 25 Medi 1957, gallech gael hyd at £600 er mwyn helpu i dalu eich biliau yn ystod y gaeaf eleni. Bydd yr union swm yn dibynnu ar eich oedran ac a ydy pobl arall yn eich aelwyd yn gymwys hefyd.

Eleni, byddwch yn cael Taliad Costau Byw i Bensiynwyr ychwanegol o £150 neu £300 a delir gyda'ch taliad arferol o fis Tachwedd 2023.

Os ydych yn gymwys, byddwch yn cael llythyr ym mis Hydref neu fis Tachwedd yn nodi swm y Taliad Tanwydd Gaeaf y byddwch yn ei gael.

Os byddwch wedi ei gael o'r blaen, dylech gael eich Taliad Tanwydd Gaeaf yn awtomatig.

Os ydych chi'n hawlio Pensiwn y Wladwriaeth neu fudd-dal nawdd cymdeithasol arall (heb gynnwys y Budd-dal Tai, Cymorth Treth Gyngor, Budd-dal Plant, Credyd Cynhwysol neu Bensiwn y Wladwriaeth gohiriedig), dylech gael eich taliad yn awtomatig hefyd.

Os na fyddwch yn cael y budd-daliadau hyn ac rydych yn gymwys, efallai y bydd angen i chi wneud cais yn uniongyrchol. Ffoniwch llinell gymorth y Taliad Tanwydd Gaeaf ar **0800 731 0160** er mwyn cychwyn y broses. Bydd angen eich rhif Yswiriant Gwladol arnoch a manylion eich cyfrif banc neu gymdeithas adeiladu.

A fyddwch yn cael Bonws Nadolig?

Mae DWP (Yr Adran Gwaith a Phensiynau) yn talu taliad di-dreth untro o £10 cyn y Nadolig i bobl ar fudd-daliadau penodol. Fel arfer, telir hwn yn ystod yr wythnos lawn gyntaf ym mis Rhagfyr, a disgwylir mai 4-11 Rhagfyr fydd hon.

I fod yn gymwys, dylech fod yn hawlio un o'r 21 budd-dal yn ystod yr wythnos gymhwyso, ac mae'r rhain yn cynnwys y Lwfans Byw i'r Anabl, y Credyd Pensiwn, Taliadau Annibyniaeth Personol a phensiwn y Wladwriaeth.

Ni fydd angen i chi wneud cais – dylech gael eich talu yn awtomatig.

Os ydych chi'n credu y dylech ei gael, ond nid ydych wedi'i gael, cysylltwch â swyddfa Canolfan Byd Gwaith sy'n delio â'ch taliadau neu'r Gwasanaeth Pensiwn.

I weld a ydych chi'n gymwys, trowch at gov.uk/christmas-bonus

Newidiadau i'r Credyd Cynhwysol yn dod i Dde Orllewin Cymru

Mae DWP wedi cyhoeddi y bydd ymfudo a reolir (symud drosodd) i'r Credyd Cynhwysol (CC) yn cychwyn yn Ne Orllewin Cymru yn ystod yr hydref eleni.

Mae wedi cadarnhau o fis Medi eleni, y bydd yr ardaloedd Canolfan Byd Gwaith canlynol – RhCT, Pen-y-bont ar Ogwr, Caerfyrddin, Sir Benfro a Cheredigion – yn ymfudo.

Ym mis Hydref, bydd ardal De Ddwyrain Cymru yn ymfudo. Mae hyn yn cynnwys Caerffili, Caerdydd, Merthyr Tudful a Bro Morgannwg, gan gychwyn gyda hawlwyr sy'n cael Credydau Treth yn unig.

Os ydych chi'n cael eich effeithio, mae'n bwysig:

- Nad ydych yn hawlio Credyd Cynhwysol nes i chi gael eich llythyr hysbysiad ymfudo
- Yna bydd yn rhaid i chi wneud hawliad cyn pen tri mis o gael yr hysbysiad. Os na fyddwch yn gwneud hyn, ni fyddwch yn cael manteisio ar amddiffyn wrth bontio. Felly, os byddwch yn cael llai ar Gredyd Cynhwysol, byddwch ar eich colled yn syth, yn hytrach na chael gwerth 12 fis o ddiogelwch.

Mae cymorth er mwyn hawlio CC ar gael trwy Help i Hawlio (a gaiff ei redeg gan Gyngor ar Bopeth fel arfer). Amlinellir y cymorth yn eich hysbysiad ymfudo.

Os ydych yn cael budd-daliadau penodol, dyma'r dyddiadau allweddol er mwyn i chi ddechrau cael eich llythyrau ymfudo:

- Medi 2023 – Mawrth 2024 Credyd Treth Gwaith (WTC); Credyd Treth Plant (CTC) yn unig a WTC a CTC
- Ebrill 2024 ymlaen Credydau Treth (TC) a Budd-dal Tai (HB)
- Ebrill 2024 – Mawrth 2025 Lwfans Ceisio Gwaith (yn seiliedig ar incwm) (JSA) yn unig; Cymhorthdal Incwm (IS) yn unig; Budd-dal Tai (HB) yn unig; JSA a HB; JSA, HB a CTC; JSA a CTC; IS a HB; IS,HB a CTC; IS a CTC; Lwfans Cyflogaeth a Chymorth (yn seiliedig ar incwm) (ESA), HB a CTC; ESA a CTC
- 2028 ESA yn unig ac ESA a HB

Gweithredu Benthycwy

Mae'r argyfwng costau byw wedi arwain at gynnydd sylweddol yn nifer y bobl sy'n troi at fenthycwyr arian didrwydded – benthycwyr arian anghyfreithlon – er mwyn helpu i dalu costau byw dyddiol. Fel arfer, codir cyfraddau llog uchel ac mae'n gallu arwain at ganlyniadau enbyd i'r rhai na allant dalu'r arian y maent wedi'i fenthyca yn ôl.

Mae Uned Benthyca Arian Anghyfreithlon Cymru yn rhedeg Atal Siarcod Benthyg Arian Cymru, ac mae'n gweithio mewn partneriaeth ag awdurdodau lleol, yr heddlu ac asiantaethau eraill er mwyn cynorthwyo pobl sydd wedi dioddef o ganlyniad i fenthyca arian anghyfreithlon.

Mae Ryan Evans, Swyddog Cyswllt Cleientiaid gydag Atal Siarcod Benthyg Arian Cymru, yn datgelu pa mor eang yw'r broblem gynyddol hon yng Nghymru – a sut y mae cymorth ar gael i ddioddefwyr.

"Amcangyfrifwn bod tua 60,000 o unigolion yng Nghymru sy'n benthyca gan fenthycwyr arian didrwydded," dywedodd Ryan.

"Cyn y pandemig, roedd pobl yn benthyca am eitemau mewn argyfwng – cwcer neu beiriant golchi

er mwyn atal
r arian didrwydded

dillad newydd er enghraifft – ond bellach, rydym yn gweld cynnydd yn nifer y bobl sy'n benthyca arian i dalu costau byw dyddiol megis talu biliau neu brynu bwyd, gan bod prisiau wedi codi gymaint. Mae pobl yn ei chael hi'n anodd ac maent yn brin o arian."

Bydd benthycwyr arian didrwydded yn aml yn cychwyn trwy fenthyca symiau ariannol bach, ond gall y rhain godi yn raddol, a chodir cyfraddau llog aruthrol ar ben hyn.

Ychwanegodd Ryan: "Mae benthycwyr arian didrwydded yn cyflwyno symiau ar y lefel gywir, gan wybod na fydd yr unigolyn y maent yn benthyca iddynt yn gallu talu ar ryw adeg. Maent yn cyflwyno pwyntiau cosb ac i'r rhan fwyaf o ddioddefwyr, ni fyddant fyth yn ad-dalu'r swm sy'n ddyledus."

Er y cynnydd yn nifer yr achosion o bobl sy'n troi at fenthycwyr arian didrwydded am help ariannol yn ystod cyfnodau anodd, nid yw benthyca arian yn anghyfreithlon yn rhywbeth newydd.

Credir bod rhai benthycwyr arian didrwydded wedi bod yn gweithredu am 10-20 mlynedd heb gael eu dal.

"Un o'r problemau mwyaf yr ydym yn eu hwynebu wrth fynd i'r afael â benthyca arian yn anghyfreithlon yw'r ffaith na fydd pobl yn cysylltu i ddweud eu bod yn ddioddefwyr. Efallai y bydd dioddefwyr yn ystyried eu bod yn ffrindiau â benthycwr arian didrwydded – mae benthycwyr arian didrwydded yn gweithredu o fewn cylchoedd ffrindiau a theulu – felly ni fyddant yn ystyried eu bod yn ddioddefwyr.

"Mae help ar gael. Y peth allweddol yw bod yn ddewr. Mae dioddefwyr benthycwyr arian didrwydded yn credu eu bod yn torri'r gyfraith trwy gymryd yr arian. Nid ydynt, dim ond y benthycwyr arian didrwydded sy'n torri'r gyfraith. Mae'n anghyfreithlon benthyca arian oni bai eich bod yn cael eich rheoleiddio.

"Dim ond dau beth y mae'n rhaid i ni ei brofi er mwyn cymryd camau yn erbyn benthycwr arian didrwydded – un, a ydynt yn benthyca arian a dau, a ydynt yn codi llog.

"Rydym yn dymuno cynnig sicrwydd i unrhyw un a fydd yn cysylltu â ni, na fyddwch ar eich pen eich hun a byddwn yn eich cynorthwyo yr holl ffordd.

"Os ydych chi neu rywun yr ydych yn eu hadnabod mewn trafferthion gyda benthycwr arian didrwydded, cysylltwch â ni. Gallwch wneud hynny yn ddienw, a gallwn helpu. Ein blaenoriaeth ni yw diogelwch unigolyn. Nid yr heddlu ydym ac rydym yn gweithredu mewn ffordd wahanol i'r heddlu. Ar ôl i ni ddatrys problem rhywun gyda benthycwr arian didrwydded, gallwn sicrhau bod yr unigolyn hwnnw yn cael eu traed danynt unwaith eto."

"Dim ond dau beth y mae'n rhaid i ni ei brofi er mwyn cymryd camau yn erbyn benthycwr arian didrwydded – un, a ydynt yn benthyca arian a dau, a ydynt yn codi llog."

Os ydych chi neu rywun yr ydych yn eu hadnabod yn ddioddefwr benthyca arian yn anghyfreithlon
Cysylltwch â Siarcod Benthyg Arian Cymru:
Ar-lein: **https://stoploansharkswales.co.uk/dywedwch-wrthym/?lang=cy**
E-bost: stoploansharkswales@valeofglamorgan.gov.uk
Ffoniwch: 0300 123 3311
stoploansharkswales.co.uk/?lang=cy

CEREDIGION

Haf o Hwyl yn Aberteifi

Mae wedi bod yn haf o hwyl yng Ngolwg Y Castell, Aberteifi, lle y bu ein preswylwyr ifanc (a'u rhieni) yn mwynhau chwech wythnos o sesiynau chwarae am ddim.

Cynhaliwyd y sesiynau bore Iau ar sail thema benodol ac roeddent yn llawn gwahanol weithgareddau. Cychwynnwyd gydag Wythnos Natur, pan fu gwirfoddolwyr o Men's Shed Aberteifi yn eu helpu i greu eu blychau adar eu hunain, a roddwyd gan Leoedd Lleol ar gyfer Natur.

Roedd gweithgareddau eraill yn cynnwys sesiynau chwarae gyda Ray Ceredigion ac adrodd straeon. Mynychwyd y digwyddiadau gan yr heddlu lleol, y gwasanaeth tân, gweithwyr iechyd ac aelodau RNLI hefyd.

Cynigiwyd pryd poeth am ddim i'r holl rieni a phlant a oedd wedi mynychu'r diwrnodau, a baratowyd gan yr Eglwys Bywyd Newydd, sydd hefyd yn rhedeg banc bwyd y dref.

I orffen digwyddiadau'r haf, cafwyd disgo wedi'i bweru gan bedlo a drefnwyd gan grŵp lleol Ynni Da, lle y bu'r hen ac ifanc yn pedlo ac yn dawnsio.

Cynhaliwyd y sesiynau mewn partneriaeth â Phrosiect Partneriaeth Gymunedol Cyngor Ceredigion, a oedd wedi ariannu rhai o'r gweithgareddau, ynghyd â Cheredigion Actif.

Dywedodd Rhiannon Ling, Swyddog Datblygu Cymunedol ar gyfer Gorllewin Cymru: "Bu'n llwyddiant mawr i bawb a fynychodd. Gwnaethpwyd ffrindiau newydd ac wrth i'r plant gael hwyl, bu modd i'n staff tai gael sgwrs gyda'u rhieni."

Sganiwch y cod hwn i wylio ein fideo Haf o Hwyl

SIR BENFRO

Roedd Elvis yn yr adeilad

Mae Ann Williams yn hoff iawn o gerddoriaeth Elvis ac roedd hi wrth ei bodd pan ddaeth Elvis Preseli, dynwaredwr Elvis, i'w gweld i ddathlu ei phen-blwydd arbennig gyda hi.

Y bwriad oedd y byddai Ann, sy'n byw yn Llain Las yn Abergwaun, yn dathlu ei phen-blwydd yn 80 oed gyda'i ffrindiau o'r cynllun a gydag "Elvis" ddechrau'r flwyddyn. Yn anffodus, bu'n rhaid gohirio'r parti gan bod Ann wedi dal Covid, a bu hyn yn siom mawr iddi.

Felly, trefnodd Helen Lucas, Cynorthwyydd Ystad y Cynllun, y byddai "Elvis" yn ymweld â hi i gael dathliad hwyr yn yr haf.

Dywedodd Helen: "Cafodd Ann a'i ffrindiau brynhawn hyfryd yn canu eu hoff ganeuon gydag Elvis."

POWYS

Paentio er pleser

Mae grŵp celf newydd wedi cychwyn yn ein cynllun Maes Y Ffynnon yng Nghrucywel. Mae sawl preswylydd wedi bod yn paentio ac yn gwneud gwaith crefft yn ystod y sesiynau a gynhelir bob pythefnos, a gall pobl nad ydynt yn breswylwyr gymryd rhan hefyd.

Dywedodd Karen Lewis, Cynorthwyydd Ystad y Cynllun: "Mae'r preswylwyr wir yn mwynhau'r dosbarthiadau a'r gwmnïaeth. Maent yn ei fwynhau gymaint fel eu bod yn gobeithio cynnal sesiynau bob wythnos yn lle bob pythefnos."

WRECSAM

Mynd o le i le yn Wrecsam

Mae ein tîm wedi bod allan yn y gymuned yn Wrecsam yn ystod tymor prysur yr Haf. Daeth preswylwyr yn Wrecsam â'u hanifeiliaid anwes i Glinig Lles Anifeiliaid Symudol Gogledd Cymru i gael archwiliadau iechyd a thriniaethau rhad.

Roedd ymwelwyr â'n stondin yn nigwyddiad Picnic yn y Parc ym Mharc Bellevue yn cynnwys Ambiwlans Awyr Cymru, ac yr ydym yn eu cefnogi fel un o'n helusennau staff yn ystod 2023. Roedd ein Canolfan Adnoddau Cymunedol Hightown wedi ymuno â Diwrnod Chwarae Wrecsam eleni hefyd, sef y dathliad blynyddol o hawl plant i chwarae.

Cael help gyda chyllidebu

Os ydych chi'n dymuno rheoli eich arian, efallai y gallai ap cyllidebu helpu.

Mae ap yn fath o feddalwedd y mae modd ei osod a'i redeg ar gyfrifiadur, llechen, ffôn clyfar neu ddyfais electronig arall.

Mae nifer ohonynt ar gael sy'n gallu eich helpu i wario llai ac arbed arian.

Yma, mae Caitlin Chapman, myfyriwr ym Mhrifysgol Metropolitan Caerdydd, a dreuliodd ychydig amser ar brofiad gwaith gyda WWH yn ystod yr haf eleni, yn ystyried manteision ac anfanteision rhai o'r rhai mwyaf poblogaidd.

Emma

Mae Emma yn ap cynllunio cyllideb sy'n eich helpu i wneud arbedion a gwella eich sgôr credyd.

Manteision

1. Olrhain tanysgrifiadau misol.
2. Gosod cyllidebau bob mis.
3. Mae'n gwneud awgrymiadau i derfynu tanysgrifiadau gwastraffus.
4. Adrodd am rhent er mwyn gwella sgôr credyd.
5. Mae digon o nodweddion am ddim.
6. Potiau cynilo ar gyfer gwahanol achlysuron.
7. Gosod cyllidebau a'u holrhain rhwng diwrnodau talu.

Anfanteision

1. Dewisiadau Emma Plus, Pro ac Ultimate.
2. Mae'r rhain yn costio £4.99, £9.99 a £14.99 y mis.
3. Dim ond dau gyfrif banc y gallwch eu cysylltu fesul cyfrif am ddim.

Snoop

Mae Snoop yn dwyn ynghyd eich cyfrifon banc ac yn eu cysylltu er mwyn cadw golwg ar eich gwariant. Gall gynnig cyngor i chi hefyd am arbedion y gallech eu gwneud.

Manteision

1. Olrhain a chreu rhybuddion ar gyfer biliau.
2. Ychwanegu cyfrifon banc lluosog, gan sicrhau bod popeth mewn un man.
3. Cymharu'r gwariant bob mis.
4. Creu rhybuddion ar gyfer gwariant dianghenraid mewn categorïau penodol.
5. Didoli'r holl wariant i gategorïau ar wahân.
6. Mae'n cynnig help gyda chyngor am gyllidebau.
7. Mae'n cynnig y dewis i chi arbed a lleihau biliau.
8. Mae rhan fwyaf y nodweddion ar gael am ddim.

Anfanteision

1. Y dewis o gael cyfrif Snoop Plus.
2. £4.99 y mis am gyfrif Plus.
3. Efallai y byddwch eisoes wedi arbed o'r cynigion arian-yn-ôl y mae Snoop yn eu darganfod.

Money Dashboard

Money Dashboard

Mae Money Dashboard yn ap cyllidebu sydd ar gael ar y we hefyd. Mae'n dangos cylch rhwng diwrnodau talu er mwyn cadw golwg ar eich alldaliadau.

Manteision

1. Am ddim.
2. Mae'n cysylltu gyda dros 90 banc/darparwr ariannol yn y DU.
3. Mae'n eich hysbysu o wahanol gyllidebau ar gyfer categorïau gwariant.
4. Cyfrifon ar gyfer biliau rheolaidd, a thaliadau sy'n mynd allan yn aml, er mwyn olrhain incwm gwario.
5. Rhennir pob pryniant i gategorïau.

Anfanteision

1. Mae'n gofyn i chi fel y defnyddiwr i gynllunio sut yr ydych yn dymuno i'r cyllidebu weithio.
2. Mae angen i chi roi sylw cyson i'r manylion.

HyperJar

Mae HyperJar ychydig yn wahanol i ap cynilo arferol gan bod cerdyn rhagdaledig. Trwy lwytho eich arian ar y cerdyn, gallwch ei neilltuo i wahanol 'jariau' digidol yn yr ap, y gallwch eu labelu yn unol â'ch gwariant megis nwyddau groser neu drafnidiaeth.

Manteision

1. Am ddim.
2. Gwahanol jariau ar gyfer eich arferion gwario.
3. Gallwch drefnu cymaint o jariau ag y mae eu hangen arnoch.
4. Gallwch gysylltu siopau penodol i'r jariau felly pryd bynnag y caiff yr arian ei wario, bydd yn dod allan o'r pot cywir.
5. Gellir defnyddio'r cerdyn rhagdaledig mewn gwledydd tramor heb orfod talu unrhyw ffioedd.
6. Gellir arbed arian gyda manwerthwyr penodol er mwyn ennill llog gyda nhw.

Anfanteision

1. Nid yw Cynllun Iawndal Gwasanaethau Ariannol yn cynnwys arian ar y cerdyn rhagdaledig.
2. Ni allwch ddefnyddio'r cerdyn rhagdaledig i dynnu arian allan.
3. Mae'n bosibl y gallech ennill mwy o log ar eich arian gyda chyfrifon cynilo mynediad syth gyda banciau eraill.

Plum

Mae Plum yn helpu gyda chynilion gan bod ganddo gynorthwyydd Deallusrwydd Artiffisial i edrych ar alldaliadau a dadansoddi lle y gallwch arbed arian ychwanegol.

Manteision

1. Mae'r fersiwn safonol ar gael am ddim.
2. Mae Plum yn cynnwys cynorthwyydd Deallusrwydd Artiffisial i ddadansoddi'r gwariant ar alldaliadau yn eich cyfrifon cysylltiedig.
3. Mae'n cyfrifo faint y gallwch ei arbed bob dydd.
4. Mae gan Plum gyfrif cynilo sy'n dal yr holl arian y gallwch ei roi i mewn er mwyn cynilo.
5. Rhennir y gwariant yn gategorïau, yn ogystal ag olrhain gwariant, er mwyn gweld faint o arian sydd ar ôl tan ddiwrnod talu.
6. Mae'n archwilio eich biliau ac eich hysbysu o arian y gallech ei arbed mewn mannau eraill.

Anfanteision

1. Mae Plum yn cynnig tanysgrifiadau Pro, Ultra a Premium.
2. Mae'r rhain yn costio £2.99, 4.99 a £9.99 y mis.

Apiau ar gyfer bwyd dros ben

Too Good To Go

Mae'r ap hwn yn caniatáu i chi sicrhau bwyd heb ei werthu gan fusnesau lleol megis siopau coffi a theisennau i archfarchnadoedd mawr a chadwyni bwytai. Mae busnesau yn cynnig bagiau o bethau annisgwyl sy'n cynnwys eitemau dros ben i'w prynu am bris rhatach, tua £3 fel arfer. Maent yn neilltuo amser i'w casglu hefyd, fel arfer tuag at yr adeg pan fyddant yn cau. Gellir cofrestru am ddim am hwn.

Olio

Ap symudol er mwyn rhannu trwy roi, cael neu fenthyca pethau yn eich cymuned am ddim. Dechreuodd yr ap fel ffordd o leihau gwastraff bwyd, ond bellach, mae'r ap yn cynnwys popeth o fwyd i ddillad, ac eitemau cartref. Gallwch ddefnyddio Olio i gael gwared ar eitemau diangen o'ch cartref neu i gael eitemau am ddim y mae eu hangen arnoch.

Gander

Bydd yr ap symudol hwn yn eich hysbysu bob tro y bydd gan archfarchnad gerllaw eitemau i'w gwerthu am bris gostyngol. Cyn gynted ag y bydd cwmni neu archfarchnad yn gostwng pris eitem a defnyddir sticer melyn, bydd yr ap yn rhoi gwybod i chi. Pan werthir yr eitem, caiff ei dynnu oddi ar yr ap gan ei fod oll yn digwydd yn y fan a'r lle. Gallwch ychwanegu eitemau i restr gwylio, felly os bydd eu pris yn gostwng, gallwch eu cael yn gyflym.

A ydych chi'n gallu bod yn W

Mae nifer o bobl yn gofidio am newid hinsawdd ond, os yw arian yn brin, nid yw'r dewisiadau gwyrdd wastad yn fforddiadwy.

Er enghraifft, mae dewisiadau ail-lenwi ac ecogyfeillgar eitemau bob dydd, fel siampŵ a glanedyddion, yn ddrytach fel arfer ac mae car trydan yn costio miloedd o bunnoedd yn fwy na char petrol.

Ond er hyn, mae rhai pethau y gallwch eu gwneud o hyd i helpu'r amgylchedd heb wario'n ormodol.

Arbed arian wrth olchi dillad

Mae peiriannau golchi dillad yn fwy effeithlon nag erioed, ond maent yn defnyddio cryn dipyn o ynni o hyd.

Canfu astudiaeth a gynhaliwyd gan Which?, y sefydliad defnyddwyr, pe byddai pawb yn y wlad yn lleihau'r gosodiad ar eu peiriant golchi dillad o 40C i 30C, byddai hynny yn cael yr un effaith ar leihau cyfanswm y CO2 ag y byddai tynnu 400,000 o geir oddi ar y ffordd.

Gall newid gosodiad eich peiriant golchi dillad i 30C arbed tua £30 y flwyddyn ar gyfanswm yr ynni y byddwch yn ei ddefnyddio hefyd, yn ôl yr Ymddiriedolaeth Arbed Ynni. Mae diffodd yr holl oleuadau a'r dyfeisiau pan na fyddant yn cael eu defnyddio a thynnu'r plygiau allan o'r wal pan na fyddwch gartref yn ffyrdd syml eraill o arbed ynni y gallwn oll eu gwneud.

Am fwy o gyngor, trowch a: https://energysavingtrust.org.uk

Prynu eitemau ail law

Yn hytrach nag ychwanegu i'r mynyddoedd o ddeunydd a gaiff ei daflu i ffwrdd, ceisiwch brynu eitemau ail law neu eitemau sydd bron yn newydd.

Mae siopau elusen a marchnadleoedd ar-lein yn ffordd fforddiadwy o wneud gwahaniaeth. Gallwch geisio bod yn "fwy bwriadol" wrth siopa hefyd – trwy greu rhestr o'r hyn y mae ei angen arnoch fel na fyddwch yn cael eich temtio i brynu eitemau dianghenraid.

Os yw wedi torri – ceisiwch ei drwsio

Mae poblogrwydd rhaglenni teledu, fel The Repair Shop sy'n rhoi bywyd newydd i hen eitemau, wedi helpu i roi hwb i'r diddordeb mewn trwsio pethau.

Mae Caffis Trwsio yn agor ar hyd a lled Cymru, gan helpu i symud y meddylfryd o fod yn gymdeithas sy'n taflu pethau i ffwrdd i fod yn gymdeithas gynaliadwy.

Ym mhob digwyddiad Caffi Trwsio, bydd rhwng 20 a 50 o aelodau'r cyhoedd yn dod â'u heitemau cartref, sydd wedi torri neu gael eu difrodi, i'w trwsio neu i gael cyngor amdanynt. Caiff y caffis eu rhedeg gan wirfoddolwyr sydd â phrofiad o drwsio eitemau penodol. Mae eitemau nodweddiadol yn cynnwys nwyddau trydanol, a thostwyr a sugnwyr llwch yw rhai o'r rhai mwyaf poblogaidd, technoleg, addurniadau, dillad, beics er mwyn gwneud gwaith cynnal a chadw sylfaenol arnynt a chael arweiniad amdanynt, a gemwaith. Yna, bydd gwirfoddolwyr y Caffi Trwsio yn ceisio trwsio'r eitemau.

Ar hyn o bryd, ceir dros 40 o Gaffis Trwsio, sy'n cael eu rhedeg gan wirfoddolwyr yn rheolaidd, lle y gallwch fynd ag eitemau, gan gynnwys dillad, i gael eu trwsio neu eu haddasu.

Mae Ann White, ein Cynorthwyydd Cynllun, yn gwirfoddoli mewn Caffi Trwsio a gynhelir yn Llyfrgell Y Barri, ac mae hi'n arbenigo mewn trwsio tecstilau.

"Os bydd angen gwnïo botwm ar rywun neu os bydd y sip wedi torri, byddaf yn ei drwsio neu'n gosod un newydd," dywedodd. "Rydw i wedi pwytho semau sydd wedi torri a hemiau ar drowsus a sgertiau ysgol ac rydw i wedi trwsio cit rygbi a rwygwyd. Rydw i hyd yn oed wedi gwnïo pen yn ôl ar dedi bêr 70 oed a oedd yn annwyl iawn i rywun."

"Os byddwch yn dod â rhywbeth i mewn, byddwn yn gwneud ein gorau i'w drwsio er mwyn arbed arian ac arbed pethau rhag cael eu hanfon i safleoedd tirlenwi. Rydym yn adnewyddu eitemau o werth personol hefyd. Ni chodir tâl gan nad ydym yn gwneud hyn er mwyn gwneud elw, ond rydym yn croesawu rhoddion.

"Gall unrhyw un sy'n dod ag eitem i mewn y mae angen ei

YRDD os yw arian yn brin?

thrwsio eistedd gyda ni a chael paned wrth i ni wneud y gwaith trwsio. Byddwn yn ceisio dangos iddynt sut i'w wneud eu hunain yn y dyfodol hefyd."

"Roedd un plentyn, a oedd wedi bod yn sâl am gyfnod hir, wedi dod i mewn â chi tegan. Ar ôl 10 mlynedd o'i olchi, roedd wedi colli ei holl stwffin. Cawsom rai clustogau gan siop elusen gerllaw, gan ddefnyddio'r stwffin i lenwi'r ci, cyn ei bwytho....roedd fel newydd!"

REPAIR CAFE WALES

I gael manylion eich digwyddiad Caffi Trwsio agosaf chi, neu os hoffech wirfoddoli neu gychwyn un lle'r ydych yn byw, trowch at *repaircafewales.org*

Anne White, Cynorthwyydd Ystad Cynllun WWH, yn gwirfoddoli yng Nghaffi Trwsio Y Barri

Lleihau eich gwastraff bwyd

Mae gwastraffu llai o fwyd yn ffordd arall o helpu gyda newid hinsawdd – a chyllideb eich aelwyd.

Mae cynhyrchu bwyd yn defnyddio cryn adnoddau, gan gynnwys tir, ynni a dŵr, ond ar draws y byd, caiff dros chwarter y bwyd a gynhyrchir ei golli neu ei wastraffu. Mae arbenigwyr yn amcangyfrif bod hyn yn cyfateb â bron i 10% o'r allyriadau nwy tŷ gwydr a gynhyrchir gan bobl.

Yn y DU, amcangyfrifir bod aelwydydd a busnesau yn taflu i ffwrdd miliynau o dunelli o fwyd y byddai modd ei fwyta.

Mae'r cynnydd mewn pantrïoedd bwyd lleol yn helpu rhai busnesau a phreswylwyr i gasglu a defnyddio bwyd dros ben archfarchnadoedd am gost isel neu heb gost. Ceir sawl ap gwastraff bwyd sy'n helpu gyda hyn (gweler tudalen 11 am ragor o wybodaeth).

Gall cynllunio prydau fod yn ffordd arall o helpu gan eich bod yn prynu'r hyn y mae ei angen arnoch yn unig yn hytrach na llenwi eich troli gydag eitemau na fyddwch yn eu defnyddio.

Mae Bwyd a Diod Cymru, sefydliad sy'n hyrwyddo bwyd a chynhyrchwyr Cymreig, yn cynnig cyngor am yr hyn i'w wneud gyda'r bwyd hwnnw sydd ar ôl gennych chi.

Am fwy o gyngor, trowch at food-drink.wales/cy/deg-ffordd-i-atal-gwastraff/

1. Croen llysiau

Mae croen llysiau yn llawn ffeibr a microfaethynnau. Os oes yn rhaid i chi grafu llysiau, ystyriwch sut y gallech chi ddefnyddio'r croen. Gellir eu ffrio i wneud 'sglodion' neu eu cadw yn y rhewgell i wneud cawl neu isgell.

2. Crystiau bara

Gellir defnyddio hen fara i wneud tost, rhwygo darnau ohono a'u rhoi mewn cawl a stiwiau, eu ffrio i wneud croutons, eu malu a'u rhoi mewn sawsiau i'w tewhau, neu eu ffrio i wneud briwsion bara blasus.

3. Dail gwreiddlysiau

Mae llawer o ddail ar blanhigion gwreiddlysiau fel moron, betys, maip a radisys, y gellir eu defnyddio wrth goginio er mwyn atal gwastraff. Gellir defnyddio dyrnaid o ddail betys, maip neu radisys yn lle sbigoglys mewn unrhyw saig. Gellir defnyddio symiau llai o ddail sydd â blas cryfach fel dail moron, neu eu cyfuno gyda llysiau gwyrdd neu berlysiau eraill.

4. Cyw iâr

Os byddwch wedi rhostio, grilio neu ffrio cyw iâr, mae'n iawn ei ddefnyddio am hyd at ddau ddiwrnod ar ôl hynny os byddwch yn ei oeri yn gyflym ac yn ei gadw yn yr oergell. Ceisiwch falu cyw iâr sydd ar ôl a'i ddefnyddio mewn pryd tro-ffrio neu dacos. Mae'n gwneud pastai, cyrri neu stiw blasus hefyd.

5. Pwmpen a sgwosh

Gyda chalan gaeaf ar y gorwel, bydd nifer o deuluoedd yn prynu pwmpenni. Gallwch fwyta croen a hadau y rhan fwyaf o lysiau sgwosh (ac eithrio'r rhai caled iawn). Gallwch rostio neu ferwi sgwosh nes bydd y croen yn ddigon tyner i'w fwyta neu ei gymysgu mewn cawl. I baratoi'r hadau, ysgeintiwch ychydig halen drostynt, yna ychwanegwch ychydig olew a'u rhostio ar dymheredd o 180˚C (ffan) nes byddant wedi crisbio (ond ni ddylech wneud hyn oni bai eich bod yn defnyddio'r ffwrn ta beth, er mwyn arbed ynni).

Neu gallech roi cynnig ar y rysáit hwn am deisennau pwmpen, a anfonwyd i mewn gan Rhian Gregory, preswylydd sy'n byw yng Nghaerdydd.

Teisennau bach pwmpenni sbeislyd heb gynnyrch llaeth

Mae'n gwneud 24 o deisennau bach

Cynhwysion

200g blawd codi
150g siwgr mân
100g pwmpen ffres
2 ŵy
¾ llwy de nytmeg
¾ llwy de sinamon
1 llwy de soda pobi
60ml llaeth ceirch

Dull

1. Berwch y bwmpen mewn dŵr mewn sosban am 10 munud
2. Draeniwch, yna malwch y bwmpen gyda'r llaeth ceirch
3. Ychwanegwch yr wyau i'r gymysgedd pwmpen, yna ychwanegwch y cynhwysion sych a'u cymysgu.
4. Rhowch y gymysgedd mewn casys papur, eu pobi am 15 munud nes eu bod yn lliw euraidd.
5. Gadewch y rhain i oeri.

Mae Rhian yn dweud bod ei theulu yn hoffi addurno eu rhai nhw gan ddefnyddio eisin oren a gwyn brith ac yna, mae'n rhoi pryfed tegan ar eu pen.

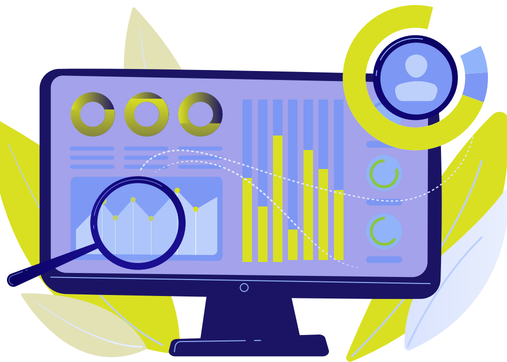
Os oes gennych chi hoff rysáit yr hoffech ei rannu gyda darllenwyr eraill, anfonwch e-bost at: communications.team@wwha.co.uk

Sut ydym yn perfformio?

Croeso i'n hadroddiad perfformiad diweddaraf ar gyfer y tri mis rhwng Ebrill a Mehefin 2023.

Mae'r ffigurau yn yr adroddiad hwn yn dangos i chi, ein preswylwyr, sut ydym yn gwneud. Mae'n gyfle i chi weld y meysydd lle'r ydym yn ceisio gwneud gwelliannau a mynegi eich barn am y ffordd y byddwn yn gwneud hynny.

Rydym yn defnyddio'r ffigurau yn yr adroddiad hwn i siapio'r ffordd yr ydym yn gweithio a'r meysydd y mae angen i ni ganolbwyntio arnynt.



Gosodiadau

Rhwng mis Ebrill a mis Mehefin eleni, roeddem wedi gosod

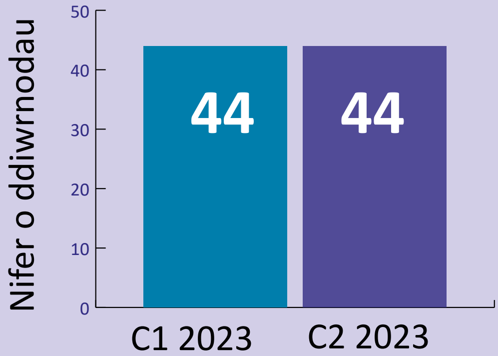
171

o gartrefi

Roedd **154** yn gartrefi a osodwyd eto ac roedd **17** yn gartrefi newydd

Derbyniwyd **94** gan yr ymgeisydd cyntaf

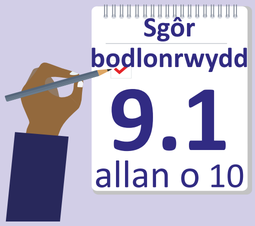
Ailosod ein heiddo



Rydym yn parhau ein gwaith i helpu awdurdodau lleol i fynd i'r afael â lefelau digartrefedd sy'n codi trwy gynnig eiddo i aelwydydd digartref, pan fyddant ar gael, trwy Gofrestrau Tai Cyffredin sy'n cael eu rhedeg gan awdurdodau lleol.

Rhwng mis Ebrill a mis Mehefin eleni, gosodwyd **69** o gartrefi i ymgeiswyr heb gartref diogel yn y ffordd hon.

Cyn y cyfnod pan fydd preswylydd newydd yn symud i mewn i un o'n cartrefi, ac yn ystod y cyfnod pan fyddant yn symud i mewn, mae ein Swyddogion Cymorth Tenantiaeth yn eu helpu i sicrhau eu bod mewn sefyllfa i fforddio costau symud i mewn, talu eu rhent a biliau eraill ar yr aelwyd.



Mae'r lefelau bodlonrwydd gyda'r ffordd yr ydym yn gosod ein cartrefi ymhlith preswylwyr newydd yn parhau i fod yn uchel yn gyson, sef 9.1 allan o 10.

Eich adborth

Pethau yr oeddech wedi hoffi:

- Ardal dawel a heddychlon
- Lleoliad cyfleus
- Cymuned/cymdogion da

Yr hyn yr ydych yn dymuno i ni ei wella:

- Gwaith trwsio heb ei gyflawni
- Cartrefi yn cael eu glanhau cyn symud i mewn
- Rhoddir sylw i ymddygiad gwrthgymdeithasol

Gwaith trwsio a chynnal a chadw

Rhwng mis Ebrill a mis Mehefin eleni, cwblhaom

8,108
o dasgau trwsio

Mae hynny'n gynnydd ar y yr un amser y llynedd

Mae'r Tîm Trwsio wedi gweld gostyngiad yng nghyfanswm y gwaith trwsio yr adroddwyd amdano o'i gymharu â'r chwarter blaenorol o ganlyniad i'r gwahaniaeth rhwng tymhorau. Buom yn ffodus i gael tywydd cynnes o fis Ebrill i fis Mehefin, a arweiniodd at 1495 yn llai o dasgau yn cael eu hadrodd o'i gymharu â'r cyfnod o fis Ionawr i fis Mawrth.

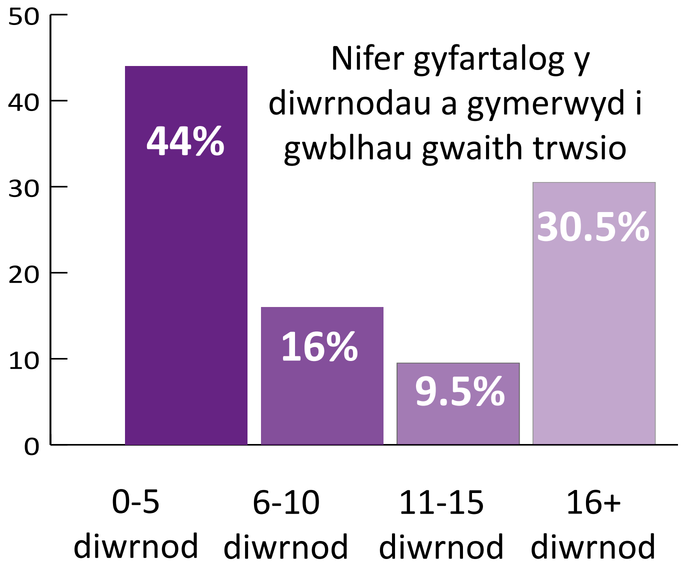
Mae'r tîm sy'n ateb y galwadau am waith trwsio yn parhau i ateb y ffôn cyn pen 20 eiliad o'r adeg pan fyddwch yn ein ffonio i adrodd am faterion cynnal a chadw. Rhwng mis Ebrill a mis Mehefin, cafodd y tîm 16,285 o alwadau.

Rydym yn parhau i ganolbwyntio ar ffyrdd o wella'r gwasanaeth trwy ymgysylltu â phreswylwyr a darganfod yr hyn sy'n bwysig i chi.

Sganiwch yma i ymweld â'r adran atgyweirio ar ein gwefan.

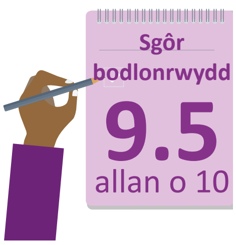
Dywedoch eich bod yn dymuno i ni gwblhau'r gwaith trwsio yn ystod ein hymweliad cyntaf

Roeddem wedi llwyddo i drwsio 68 y cant y tro cyntaf.



Gwaith trwsio trydanol
11.5 diwrnod ar gyfartaledd

Gwaith trwsio ar systemau gwresogi
11.8 diwrnod ar gyfartaledd



Rhwng mis Ebrill a mis Mehefin cadwyd at 99% o'r apwyntiadau a drefnwyd

Eich cadw yn ddiogel

9,710 Cynhaliwyd archwiliad diogelwch nwy mewn 9710 o gartrefi yn ystod y flwyddyn ddiwethaf

11,263 Mae gan 11263 o gartrefi dystysgrifau trydanol wedi'u diweddaru

Yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, mewn ardaloedd cymunol yn ein cynlluniau, cynhaliom:

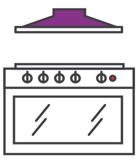
299 o asesiadau risg tân

162 o archwiliadau asbestos

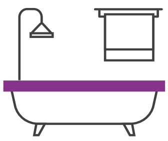
Bob mis, byddwn yn cynnal

75 o archwiliadau dŵr

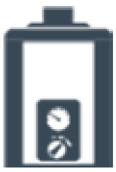
Rhwng mis Ebrill a mis Mehefin eleni, gosodom



70 cegin



37 ystafell ymolchi



84 o foeleri

ffenestri mewn **42** cartref

43 drws ffrynt

46 drws cefn

Eich adborth

Pethau yr oeddech wedi hoffi:

- Mae'n hawdd adrodd
- Cadwyd at apwyntiadau
- Cwblhawyd gwaith trwsio mewn ffordd amserol

Yr hyn yr ydych yn dymuno i ni ei wella:

- Mae gofyn gwneud gwaith pellach
- Ansawdd y gwaith
- Nid oedd y gwaith trwsio wedi para

Gan ddefnyddio cyllid Llywodraeth Cymru, rydym yn parhau i arbrofi gyda thechnolegau newydd. Gosodom baneli solar PV (ffotofoltäig) mewn **38** o gartrefi rhwng mis Ebrill a mis Mehefin eleni. Gosodwyd batris yn y cartrefi hyn hefyd er mwyn storio'r ynni a gaiff ei gynhyrchu gan y paneli. Ar hyn o bryd, rydym yn gweithio ar osod nifer o dechnolegau arbed ynni addas megis batris a PV, pympiau gwres ffynhonnell aer, inswleiddio waliau allanol, ffenestri a drysau newydd a systemau awyru mewn **153** o gartrefi.

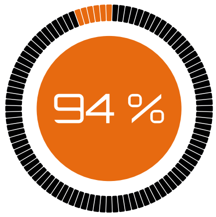
Rhenti

Mae ein Swyddogion Cymorth Tenantiaeth a'n staff Tai yn gweithio'n galed i helpu preswylwyr i reoli eu taliadau rhent.

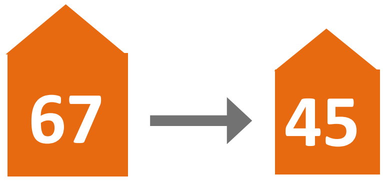
Os bydd preswylydd yn ei chael hi'n anodd talu eu rhent, bydd ein TSOs yn eu helpu i fanteisio ar y cymorth sydd ar gael mor gyflym ag y bo modd er mwyn atal eu hôl-ddyledion rhag cynyddu. Mae hyn wedi arwain at ostyngiad enfawr yn nifer y preswylwyr y mae ganddynt ôl-ddyledion mawr.

Rhwng mis Ebrill a mis Mehefin, bu ein TSOs yn helpu dros **1,000** o breswylwyr, trwy eu helpu i reoli newidiadau i'w hamgylchiadau a newidiadau i'w budd-daliadau, rheoli eu dyledion a'u cynorthwyo i fanteisio ar gynlluniau cyllid amrywiol gan awdurdodau lleol.

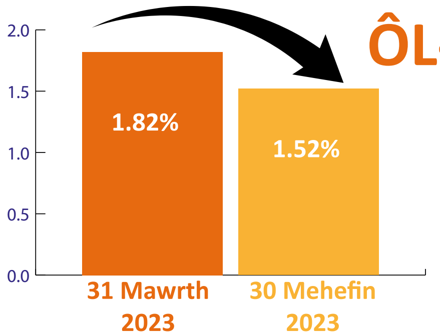
Llwyddodd y TSOs i sicrhau gwerth **£42,500** ar ffurf Taliadau Tai Dewisol, gan helpu preswylwyr i fanteisio ar rai o'r Cronfeydd Atal Digartrefedd (HPF) sy'n werth £30m, yn ogystal â dosbarthu **73** o dalebau tanwydd a **35** o dalebau bwyd i'r preswylwyr sydd yn yr angen mwyaf.



Mae nifer y preswylwyr sy'n talu eu rhent fel y trefnwyd gyda Swyddogion Tai wedi parhau i fod yn uwch nag y mae erioed wedi bod, sef 94%.



Gwelwyd nifer y preswylwyr yr oedd lefel eu hôl-ddyledion yn uchel yn gostwng o **67** ar ddechrau mis Ebrill i **45** ar ddiwedd mis Mehefin.



ÔL-DDYLEDION RHENT

Erbyn diwedd mis Mehefin, roedd **6,511** o bobl yn talu trwy gyfrwng trefniant Debyd Uniongyrchol, sef y ffordd symlaf o dalu eich rhent.

Ymddygiad gwrthgymdeithasol

Rydym yn adolygu'r ffordd yr ydym yn delio ag adroddiadau am ymddygiad gwrthgymdeithasol a mathau eraill o ymddygiad yr adroddir amdano, o'r adroddiad cychwynnol am ddigwyddiad i'r pwynt lle y bydd preswylydd yn cadarnhau nad oes angen iddynt gael unrhyw gymorth pellach gennym.

Bydd yr adolygiad yn ystyried y ffordd yr ydym yn ymateb i risg difrifol a niwsans ar lefel is, megis parcio anystyriol. Fel rhan o'r adolygiad, ein nod yw creu darlun clir o'r pethau sy'n effeithio ar breswylwyr er mwyn cynnig ymateb priodol.

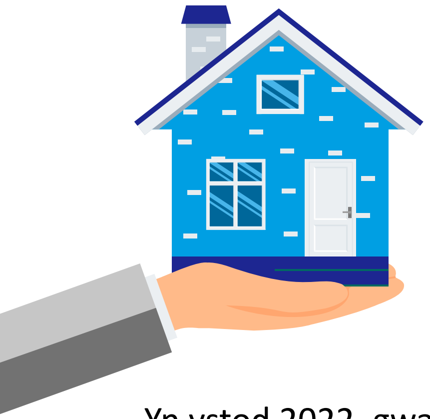
Bydd yr adolygiad yn ein helpu i siapio ein gwasanaeth ar sail yr hyn sy'n bwysig i breswylwyr.

Mae nifer yr achosion YG newydd wedi gostwng trwy gydol y flwyddyn. Rhwng mis Mawrth a mis Mehefin, agorom 54 achos YG newydd, gostyngiad o'i gymharu â'r 61 achos a welwyd yn ystod y tri mis blaenorol ac mae'n is na'r nifer a welwyd yn ystod yr un cyfnod y llynedd. Roedd nifer yr achosion o anghydfod rhwng cymdogion a adroddwyd i ni yn is yn ystod y cyfnod hwn. Roedd nifer yr achosion ar lefel is a adroddwyd i ni wedi codi i 136 o 104 yn ystod y tri mis blaenorol. Gwelwyd nifer uchaf yr achosion yn ardaloedd Conwy a Sir y Fflint.

Y tri mater mwyaf cyffredin yr adroddir amdanynt yw:

Cam-drin domestig
Ymosodiadau
Cyffuriau

Sut yr ydym yn rhedeg ein busnes



Yn ystod 2022, gwariom

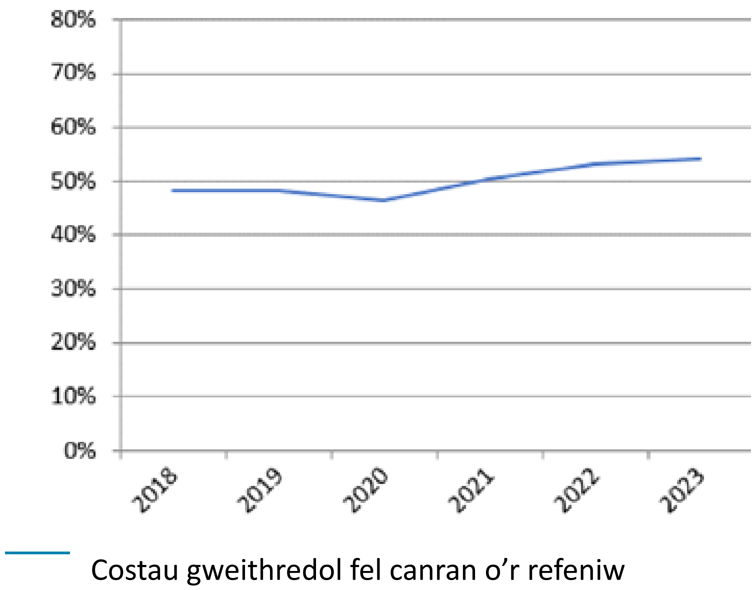
£3,433

fesul eiddo ar gostau rhedeg, sy'n cynnwys gwariant ar waith trwsio a chynnal a chadw, costau staffio a gorbenion eraill, heb gynnwys gwaith trwsio mawr.

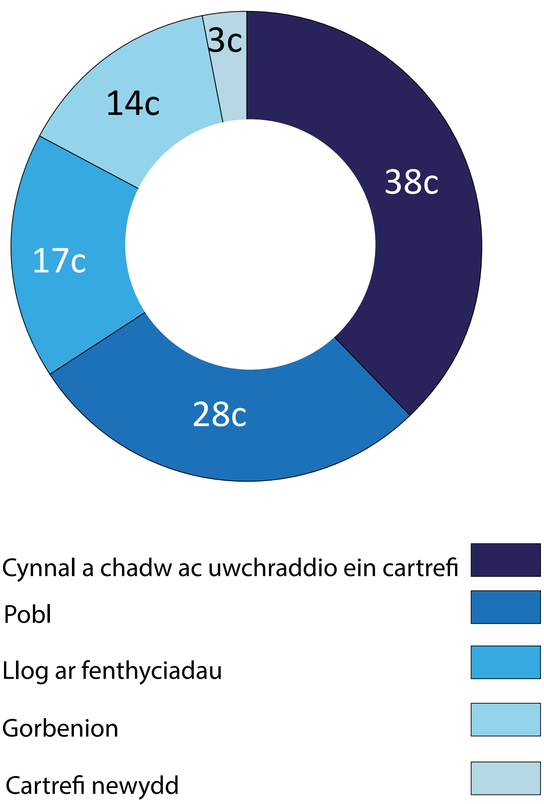
Gofalu am ein cartrefi

Ein heffeithlonrwydd

Trwy ganolbwyntio ar effeithlonrwydd, rydym wedi cynnal ein costau gweithredol ar tua 50% ers sawl blynedd, er bod y costau wedi bod yn uwch na chwyddiant.

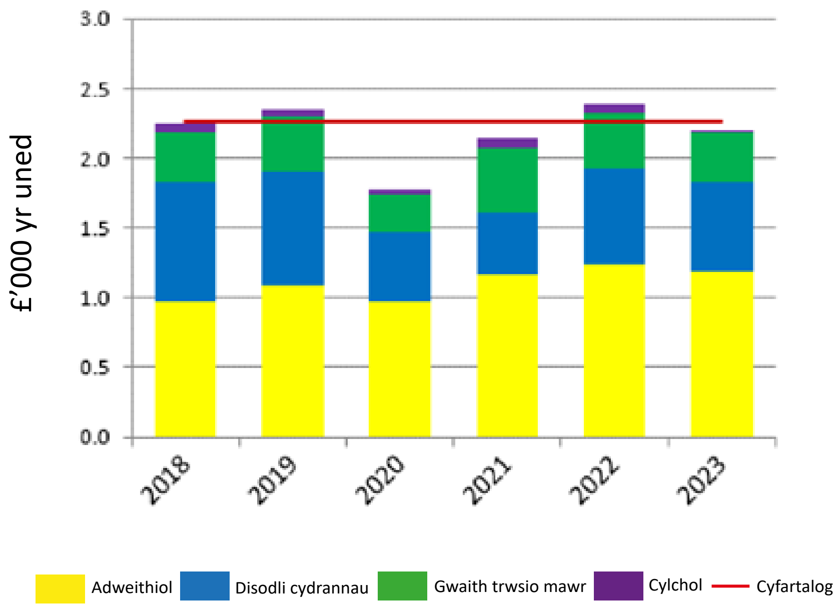


Dyma sut y gwariom **pob £1** o'ch rhent yn ystod 2022

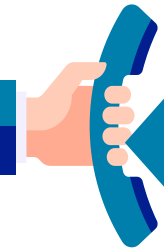


Sut yr ydym yn ail-fuddsoddi yn ein cartrefi

Dyma sut yr ydym yn ail-fuddsoddi mewn cynnal a chadw ein cartrefi. Ceginau, ystafelloedd ymolchi, ffenestru a drysau ffrynt, toeon a boeleri newydd yw'r cydrannau ac mae gwaith cylchol yn cynnwys addurno ardaloedd cymunol a gwneud gwaith ar y tu allan fel ffensys, gatiau a rheiliau.



Sut yr ydym yn rhedeg ein busnes



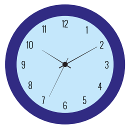
Rhwng mis Ebrill a mis Mehefin, cawsom

281 galwad

y dydd am waith trwsio a gwresogi a

170 galwad

y dydd am gymorth tai



Yr amser prysuraf i ffonio ein Tîm Trwsio yn ystod y chwarter hwn oedd rhwng 9am a 10am. Yr amser prysuraf i'n Tîm Cymorth Tai oedd rhwng 11am a 12pm. Ar ôl 12, mae'n amser tawelach i ffonio ein timau fel arfer.

Yr amser aros cyfartalog i breswylwyr a oedd yn ffonio ein:

- Tîm Trwsio oedd **18 eiliad**
- Tîm Gwasanaethu Nwy oedd **16 eiliad**
- Tîm Cymorth Tai oedd **70 eiliad**

Cafodd ein Tîm Cymorth Tai **10,188** o alwadau rhwng mis Ebrill a mis Mehefin eleni.

Cwynion

Cawsom gyfanswm o: **19** cwyn

Mae hyn 5 yn fwy nag a welwyd yn ystod y tri mis blaenorol, a 3 yn fwy nag a welwyd yn ystod yr un cyfnod y llynedd.

O blith y rhain, roedd 17 yn ymwneud â gwaith trwsio a chynnal a chadw, roedd 1 yn ymwneud â rheoli ystadau ac roedd 1 yn ymwneud â thaliadau gwasanaeth.

Beth nesa?

Yn rhifyn yr haf o In Touch, darparom wybodaeth am ein Strategaeth Cynnwys Preswylwyr a ddiweddarwyd. Fel rhan o'r strategaeth honno, dywedom y byddem yn cyhoeddi gwybodaeth ar ein gwefan ac yn y cylchgrawn hwn am y gwaith y byddwn yn rhoi blaenoriaeth iddo dros y chwe mis nesaf. Y rhain yw ein blaenoriaethau busnes, darnau o waith sy'n cynnwys pob maes o fewn y sefydliad, gyda'r nod o wneud gwelliannau. Mae'r darnau o waith hyn yn cyd-fynd â'r gwaith o ddarparu ein gwasanaethau craidd.

Rydym wedi cymeradwyo ein Cynllun Busnes 2023-27 yn ddiweddar, ac rydym wedi bod yn trafod ein blaenoriaethau ar draws ein meysydd gwasanaeth. Gallwch weld ein cynllun busnes ar ein gwefan, sef wwha.co.uk

Mae ein blaenoriaethau dros y chwe mis nesaf yn cynnwys:

Gwasanaethu nwy yn arddull MOT

Cyflwynwyd rhai rheoliadau newydd sy'n caniatáu gweithgarwch gwasanaethu yn arddull MOT. Rydym yn bwriadu newid y ffordd yr ydym yn gwneud ein gwaith gwasanaethu yn unol â'r rheoliadau hyn. Felly, gallwch gael y gwaith gwasanaethu nwy ar unrhyw adeg yn ystod y 2 fis cyn y bydd y dystysgrif bresennol yn dod i ben a 15 Rhagfyr 2023, gallech gael yr archwiliad blynyddol ar 17 Hydref 2023, ac 15 Rhagfyr 2024 fyddai'r dyddiad adnewyddu o hyd. I chi, ein preswylwyr, mae hyn yn golygu na fydd angen i ni fod yn eich eiddo fwy nag sydd raid.

Proses gwyno newydd

Rydym yn cwblhau rhai newidiadau i'n Polisi Cwynion a'n gweithdrefnau mewnol er mwyn cyd-fynd â pholisi modd yr Ombwdsmon. Byddwn yn sicrhau bod preswylwyr yn deall sut y gallant roi adborth am unrhyw bryderon a materion. Byddwn yn darparu rhagor o wybodaeth am y mathau o gwynion yr ydym yn eu cael, a sut yr ydym yn dysgu gwersi o'r cwynion hyn.

Llwydni a chyddwysiad

Gyda'r gaeaf ar y gorwel, a phwysau ychwanegol costau ynni uchel yn ei gwneud hi'n anos gwresogi cartrefi yn ddigonol, rydym yn gwybod y gallai rhai preswylwyr brofi llwydni a chyddwysiad, ac rydym yn dymuno helpu. Yn ystod y gaeaf y llynedd, gofynnom i bob preswylydd a ffoniodd gydag unrhyw fath o waith trwsio a oeddent yn cael unrhyw broblemau gyda llwydni a chyddwysiad. Lle'r oedd gan breswylwyr broblem, trefnom bod gwaith yn cael ei wneud neu trefnwyd ymweliad i archwilio'r broblem a phenderfynu ar yr hyn yr oedd angen ei wneud.

Eleni, rydym yn gwella'r broses honno, fel y gallwn gael help i'r rhai y maent ei angen fwyaf, yn y ffordd gyflymaf. Wrth i ni glywed mwy gan breswylwyr am eich profiadau chi, rydym yn casglu data y byddwn yn ei ddefnyddio i barhau i wella'r ffordd yr ydym yn nodi ac yn trin llwydni a chyddwysiad, a chyfrannu at ein penderfyniadau buddsoddi yn y tymor hir.

Gwelliannau i'r system

Yng GTWW, rydym wastad yn ceisio gwella'r ffordd yr ydym yn gwneud pethau er mwyn eu gwneud yn haws ac yn fwy effeithlon. Rydym yn gweithio gyda chi, ein preswylwyr, ar y pethau sy'n bwysig i chi.

Dros y chwe mis nesaf, byddwn yn adolygu sawl maes a'r rhain yw grantiau Addasiadau Ffisegol (PAGs), ymddygiad gwrthgymdeithasol a gwaith trwsio.

Uwchraddio systemau ffôn a TG

Mae'r tîm Technoleg yn gwella swyddogaethau ein llinellau ffôn a sut y gall staff droi at wybodaeth trwy eu ffonau symudol. Bydd hyn yn ein gwneud yn fwy hygyrch a bydd gennym wybodaeth ar gael yn haws i'ch helpu.

Sganiwch y cod QR hwn i ddarllen mwy am y preswylwyr ym Maes Merydd

Mae Joanne Barnard-James yn fam ifanc ac mae hi’n dweud mai cael lle ar gyfer ei theulu yw’r peth pwysicaf am ei chartref newydd.

Cyn symud i’w cartref dwy ystafell wely newydd ym Maes Merydd, Llandysilio, roedd Joanne, ei gŵr Rupert a’u dau o blant ifanc, Elizabeth, naw mis oed a James, tair oed, yn byw gyda’i rhieni, gan rannu tŷ gyda chwech unigolyn arall.

Dywedodd Joanne: “Roeddem wedi bod yn rhentu rhywle yn breifat cyn y ganwyd Thomas, ond roedd y tŷ yr oeddem yn byw ynddo yn oer ac yn llaith.

“Ganwyd Elizabeth ddau fis yn gynnar a dywedodd ein hymwelydd iechyd wrthym nad oedd hi’n datblygu gystal ag y dylai oherwydd yr amgylchedd yr oeddem yn byw ynddo. Penderfynom adael a symud yn ôl at fy rhieni.

“Nid oedd yn ddelfrydol gan bod 10 ohonom dan un to – ond o leiaf mae Elizabeth wedi gallu ffynnu.”

“Mae’r tŷ newydd gymaint yn gynhesach. Gyda’r paneli solar a phwmp gwres ffynhonnell aer, mae’n mynd i fod yn haws ac yn rhatach ei gadw’n gynnes, a fydd yn helpu Elizabeth.”

“Mae’n golygu llawer i ni gael ein lle ein hunain yn ein cartref newydd.

“Arferwn redeg fy musnes ar-lein fy hun o’m cartref, gan wneud canhwyllau a dillad, ond bu’n rhaid i mi stopio pan symudom yn ôl i mewn gyda fy rhieni gan nad oedd digon o le.

“Gan bod gennyf le nawr, rydw i wedi gofyn am ganiatâd Tai Wales & West i gychwyn fy musnes unwaith eto.”

Ym Maes Merydd, gweithiom gyda’n partneriaid adeiladu hirdymor, Jones Brothers (Henllan) Ltd, i adeiladu tai dwy a thair ystafell wely a chwech o fflatiau un ystafell wely ar hen safle Fferm Pencnwc East. Symudodd y preswylwyr i mewn i’w cartrefi newydd ym mis Gorffennaf.

Bydd datblygiad newydd yng nghanol y ddinas yn helpu argyfwng tai Caerdydd

Rydym wrth ein bodd bod Cyngor Caerdydd wedi cymeradwyo ein cynlluniau i adeiladu datblygiad tai newydd ar gyrion canol dinas Caerdydd. Lleolir y safle ar gornel Heol Ddwyreiniol y Bont-faen a rhan isaf Heol yr Eglwys Gadeiriol, gyferbyn â thafarn Westgate a gerllaw Gerddi Soffia.

Mae’r gymeradwyaeth yn dilyn dwy flynedd o drafodaethau gyda chynllunwyr Caerdydd a rhanddeiliaid eraill er mwyn sicrhau dyluniad o’r ansawdd uchaf mewn lleoliad allweddol. Bydd y cynllun cynaliadwy iawn hwn yn darparu 81 o fflatiau rhent cymdeithasol a phedair uned fasnachol. Mae’r cynllun yn cynnwys gardd llawr cyntaf ar y to, y bydd yr holl breswylwyr yn gallu ei mwynhau a bydd

Sir Gaerfyrddin

“Rydw i’n teimlo y byddaf yn hapus yn byw yma.”

Yn ein datblygiad newydd yn Sir Gaerfyrddin, roeddem wedi llwyddo i ddarparu cartref diogel a pharhaol i ddyn ifanc a oedd yn wynebu bod yn ddigartref.

Symudodd George Law i’w fflat un ystafell wely newydd ym Maes Yr Hufenfa ar ôl i’r llety â chymorth yr oedd yn byw ynddo gael ei gondemnio.

“Roeddwn yn ddigartref i bob pwrpas,” esboniodd George.

Bu modd i ni gynnig fflat un ystafell wely i George, a oedd yn cynnwys ystafell wlyb ar y llawr gwaelod, cegin, ystafell fyw a gardd ym Maes yr Hufenfa. Y datblygiad hwn yw ein cynllun tai rhent fforddiadwy cyntaf yn nhref Sanclêr yn Sir Gaerfyrddin. Mae’n cynnwys 45 o dai, fflatiau a byngalos ac fe’i adeiladwyd mewn partneriaeth â’n partneriaid adeiladu hirdymor, Jones Brothers (Henllan) Ltd ar safle hen hufenfa.

Dywedodd George: “Roedd fy nghartref blaenorol mewn hen adeilad cerrig a oedd yn cynnwys 10 o fflatiau un ystafell wely. Roedd y fflatiau yn oer ac yn llaith. Mae fy fflat newydd yn llawer cynhesach ac mae gennyf lawer mwy o le.”

Symudodd George i mewn ym mis Gorffennaf gyda chymorth ei deulu. Roedd Tai Wales & West wedi ei helpu i fanteisio ar Gronfa Cymorth Dewisol (DAF) er mwyn darparu nwyddau gwynion hanfodol yn ei gartref newydd megis cwcer, microdon, sosbenni, peiriant golchi dillad, gwely a chadair.

Ers iddo symud i mewn gyda’i anifeiliaid, sef cath a Pheithon Frenhinol, mae George yn dweud ei fod yn rhoi ei stamp ei hun ar y lle.

“Rydw i’n teimlo y byddaf yn hapus yn byw yma.”

Ymhellach i lawr y stryd, mae Tom Carpenter, sy’n dad amser llawn, yn dweud bod ei gartref newydd wedi cynnig y rhyddid i’w ddwy ferch ifanc “fod yn blant unwaith eto.”

Roedd Tom yn rhentu fflat un ystafell wely preifat gyda’i ddwy ferch ifanc, Willow sy’n dair oed ac Amelia sy’n saith oed.

“Ni allai’r tŷ fod wedi dod ar adeg gwell,” dywedodd Tom. “Roeddem oll yn byw ar ben ein gilydd mewn fflat bach. Roedd y merched yn cysgu yn yr ystafell wely ac roeddwn i yn cysgu ar y soffa. Roeddent y tu mewn drwy’r amser ac nid oedd ganddynt unrhyw le i chwarae.

“Mae’r tŷ yn mynd i wneud cymaint o wahaniaeth i ni. Mae gennym gymaint yn fwy o le a’n hystafelloedd gwely ein hunain.”

gan ran fwyaf y fflatiau falconïau preifat.

Bydd y cartrefi yn cynnwys lefelau inswleiddio uchel er mwyn cynyddu effeithlonrwydd thermal a lleihau costau rhedeg. Yn lle boeleri nwy traddodiadol sy’n defnyddio tanwydd ffosil, gosodir paneli ffotofoltäig solar ar y to i gynhyrchu trydan ar gyfer y fflatiau, a fydd yn helpu i redeg y gwres a’r dŵr poeth, gan gadw’r costau ynni yn isel i breswylwyr. Darparir y dŵr poeth gan bympiau gwres ffynhonnell aer.

Sganiwch y cod QR hwn i gael gwybod mwy am y datblygiad

Rheoli llwydni a chyddwysiad yn ystod y gaeaf

Wrth i'r tywydd oeri, rydym wedi bod yn troi ein sylw at y ffordd orau i ni eich helpu chi i gadw eich cartref yn glyd ac yn gynnes yn ystod y gaeaf eleni. Bydd nifer ohonom yn profi problem cyddwysiad ryw bryd.

Bydd cyddwysiad yn ffurfio pan fydd aer llaith yn cael cyswllt ag arwyneb oer, gan arwain at ffurfio dafnau dŵr. Mae ffenestri sydd ag anwedd arnynt ar fore rhewllyd, neu ar ôl cael cawod boeth, yn enghreifftiau o gyddwysiad.

O ddelio ag ef yn brydlon, ni ddylai cyddwysiad achosi problem. Os byddwch yn ei adael, fodd bynnag, gall gynnig amgylchedd delfrydol i lwydni ymddangos. Mae sborau llwydni yn rhan naturiol o'n hamgylchedd ac maent yn bresennol yn yr aer trwy gydol yr amser. I oroesi, bydd angen amodau llaith arnynt a deunydd organig i fwydo arno. Yn gyffredinol, bydd llwydni yn ffynnu lle y bydd lefelau lleithder yn uchel a byddant yn datblygu fel smotiau bychain llwyd, gwyrdd neu ddu, a fydd yn tyfu ac yn lledaenu os na fyddwch yn eu trin.

Sut i osgoi llwydni rhag tyfu

Gall llwydni beri difrod i ddillad a dodrefn ac mae ganddo y potensial i achosi problemau iechyd, yn enwedig ymhlith plant ifanc, yr henoed neu unrhyw un sydd â chyflwr resbiradol. Y ffordd orau o osgoi hyn yw rheoli lefelau lleithder yn eich cartref er mwyn atal llwydni rhag goroesi a thyfu. Fel arall, bydd trin unrhyw ddarnau bach o lwydni fel y mae'n ymddangos gan ddefnyddio toddiad cannydd, neu lanhawr priodol, yn sicrhau na fydd yn tyfu. Os byddwch yn defnyddio cannydd, sicrhewch eich bod yn dilyn y rhagofalon diogelwch a nodir ar y deunydd pacio.

Mae awyru yn rhan bwysig o reoli lleithder a lleihau lleithder gormodol. Bydd agor ffenestri a chadw fentiau awyru ar ffenestri ar agor yn helpu, ac mae'n bwysig bod unrhyw ffaniau neu systemau awyru yn gweithio'n dda. A fyddech gystal â rhoi gwybod i ni os byddwch yn cael unrhyw broblemau gyda'r rhai yn eich cartref.

Mae'r pethau arferol yr ydym oll yn eu gwneud yn ein cartrefi, fel coginio, ymolchi, a golchi dillad oll yn ychwanegu lleithder ychwanegol i'r aer ac maent yn gallu arwain at gyddwysiad ac mae'n gallu bod yn anodd ei osgoi yn llwyr.

Os bydd angen unrhyw help arnoch wrth reoli cyddwysiad a llwydni, neu unrhyw gyngor ynghylch awyru eich cartref, ffoniwch ni ar **0800 052 2526 dewis 2.**

Beth fyddwn yn ei wneud i helpu?

Efallai y byddwn yn anfon un o'n contractwyr i drin y broblem, neu efallai y byddwn yn anfon eich Swyddog Rheoli Asedau (AMO) i ymchwilio'r achosion posibl, gan benderfynu ar y camau gorau i'w cymryd.

Mae gan ein AMOs offer newydd er mwyn eu helpu i bennu achos unrhyw lwydni neu gyddwysiad yn gyflym, ynghyd â'r datrysiad gorau. Gallant eich helpu i ddeall os bydd unrhyw beth y gallwch ei wneud i'w atal rhag digwydd eto hefyd.

Rydym wedi hyfforddi'r holl swyddogion y byddant yn ymweld â'ch cartref efallai i adnabod ac i adrodd am unrhyw broblemau gyda llwydni neu gyddwysiad, a chynnig cyngor i chi am sut i'w reoli.

Yn ystod y gaeaf, os byddwch yn ffonio i adrodd am waith trwsio, byddwn yn holi a oes gennych chi lwydni yn eich eiddo. Byddwn yn gofyn cwestiynau am ei leoliad a'i faint er mwyn penderfynu sut y gallwn helpu i'w waredu a'i atal rhag dychwelyd.

Rhagor o wybodaeth a chymorth

Mae ein gwefan yn cynnwys llawer iawn o gyngor ymarferol er mwyn eich helpu i reoli cyddwysiad a llwydni yn eich eiddo. Trowch at yr adran llwydni a lleithder am ragor o wybodaeth ar **wwha.co.uk.**

Rydym yn dymuno eich helpu os oes gennych chi unrhyw gyddwysiad neu lwydni yn eich eiddo. Ffoniwch ni ar **0800 052 2526** er mwyn i ni allu gweithredu yn gyflym a helpu eich cartref i fod yn gyffyrddus ac iach o hyd.

Cadw plâu i ffwrdd

Nid oes unrhyw un yn dymuno rhannu eu cartref gyda phla. Gall cnofilod fel llygod mawr a llygod ledaenu clefydau, bwyta eich bwyd a chnoi eich eiddo. Gallant achosi difrod i'ch cartref hefyd. Felly, os oes gennych chi broblem gyda phla, mae'n bwysig eich bod yn cymryd camau i ddelio ag ef.

Os ydych chi'n credu bod gennych chi bla yn eich cartref neu gerllaw eich cartref, bydd y cyngor hwn yn eich helpu.

Byddwch yn ymwybodol o'r biniau

Mae cnofilod yn ddyfeisgar a byddant yn bwyta unrhyw beth y byddwch yn ei adael yn eich cartref ac o gwmpas eich cartref, os ydyw wedi cael ei adael ar eu cyfer nhw neu beidio! Bydd gadael bagiau du sy'n llawn sbwriel yn eich gardd neu du allan eich cartref yn denu cnofilod. Os allwch wneud hynny, rhowch eich bagiau sbwriel mewn biniau sy'n cynnwys cloriau sy'n cau'n dynn. Os oes gennych chi storfa finiau lle'r ydych yn byw, dylech osgoi gadael bagiau sbwriel ar y llawr os yw'r biniau eisoes yn llawn. Os allwch wneud hynny, cadwch y bagiau yn eich cartref nes bydd y biniau yn wag, gan ailgylchu popeth y gallwch ei ailgylchu.

Bwydo'r adar, nid y cnofilod?

Mae cnofilod yn ddringwyr gwych, a gallant redeg i fyny waliau brics a physt pren i gyrraedd byrddau a blychau adar. Os ydych chi'n mwynhau gwylio adar yn bwyta yn eich gardd, dylech waredu unrhyw fwyd heb ei fwyta cyn iddi nosi. Mae cnofilod yn anifeiliaid y nos yn bennaf, ac mae bwrdd adar llawn bwyd yn cynnig gwledd iddyn nhw a'u teulu.

Gwyliwch y bwlch

Gall cnofilod wasgu eu hunain i mewn i dyllau o faint darn 5c neu lai. Edrychwch am unrhyw agoriadau i'ch cartref, er enghraifft, o gwmpas pibellau neu fentiau neu fylchau yn y bricwaith. Sicrhewch hefyd nad yw eich gorchuddion archwilio draeniau wedi torri. Os byddwch yn canfod tyllau yn strwythur eich cartref lle y gall cnofilod ddod i mewn, ffoniwch ni ar **0800 052 2526** a byddwn yn cau'r rhain i chi.

Yn gyntaf, bydd angen i chi drefnu bod y pla yn cael ei drin, gan fod yn sicr bod y cnofilod neu'r plâu eraill wedi mynd, cyn y gallwn gyflawni'r gwaith hwn. Nid ydych yn dymuno dal unrhyw gnofilod yn eich cartref.

Gwaredwch eu cuddfannau

Mae cnofilod wrth eu bodd gyda mannau i guddio, felly os allwch chi gadw eich cartref a'ch gardd yn rhydd rhag annibendod, bydd hyn yn golygu y bydd ganddynt lai o le i guddio.

Mae'n bwysig hefyd eich bod yn cadw eich atig yn glir os oes problem gyda chnofilod yn yr ardal.

Mae cnofilod yn ddringwyr ac yn neidwyr da, felly os oes gennych chi goed neu lwyni yn eich gardd, dylech eu trimio o leiaf 2m yn ôl o'ch cartref er mwyn eu hatal rhag neidio ar eich tŷ.

Gwaredu eu mannau nythu

Mae cnofilod yn dwli nythu mewn hen soffas neu fatresi, felly dylech osgoi gadael y rhain o gwmpas eich cartref.

Gall y rhan fwyaf o awdurdodau lleol drefnu bod eitemau cartref mawr yn cael eu casglu a'u gwaredu am ffi fechan. Trowch at yr adran gwastraff ac ailgylchu ar wefan eich cyngor lleol i gael gwybod y taliadau ac i drefnu casgliad.

Gwaredwch eich tomen gompost

Efallai eich bod yn credu eich bod yn gwneud y peth iawn ar gyfer yr amgylchedd trwy roi gwastraff bwyd ar eich tomen gompost, os oes gennych un. Fodd bynnag, os oes gennych chi broblem gyda chnofilod, bydd hwn fel gwledd fawr iddynt, felly dylech ei osgoi.

Mae gan Dai Wales & West gyfrifoldeb dros ddelio â phlâu cnofilod mewn ardaloedd cymunol a safleoedd atig a rennir. Rydym yn cyflogi contractwyr arbenigol i ddelio â phlâu o'r fath.

Ar gyfer pob math arall o bla, byddem yn argymell eich bod yn cyflogi rhywun proffesiynol. Mae gan y rhan fwyaf o awdurdodau lleol arbenigwyr hyfforddedig sy'n cynnig gwasanaeth rheoli plâu am bris rhesymol.

Cadw'n ddiogel yn ystod Noson Tân Gwyllt

Mae'r hydref yn adeg boblogaidd i gael tanau wrth i arddwyr losgi dail sy'n cwympo a deunydd o'r ardd, ac wrth i deuluoedd gynllunio eu dathliadau Noson Tân Gwyllt.

Fodd bynnag, gall tanau beri risgiau ac achosi difrod i erddi ac ardaloedd cymunol, ynghyd â bygythiadau i ddiogelwch pobl. Gallant greu gronynnau niweidiol a mwg cemegol a gwenwynig hefyd, yn enwedig os byddwch yn llosgi plastig, rwber neu ddeunyddiau wedi'u paentio. Gall llygredd aer gael effeithiau niweidiol ar iechyd pobl ac mae pobl sydd â phroblemau iechyd sy'n bodoli eisoes yn arbennig o agored i niwed, e.e., pobl sydd ag asthma, cyflyrau ar y galon, plant a'r henoed.

Yn ogystal, gall mwg ac arogleuon o ddeunyddiau sy'n llosgi arwain at gwynion gan gymdogion, y gallai eu ffenestri fod ar agor neu y gallent fod yn sychu dillad allan ar lein ddillad yn eu gardd.

Argymhellwn eich bod yn mynychu noson tân gwyllt a drefnwyd eleni.

Ailgylchu yn hytrach na llosgi

Cyn cynnau tân, holwch eich hun a oes ffordd fwy diogel o gael gwared ar eich gwastraff? Mae gan y rhan fwyaf o awdurdodau lleol wasanaethau er mwyn casglu gwastraff gardd, sy'n fwy diogel na llosgi deunyddiau. Mae'n drosedd llosgi gwastraff domestig os yw'n peri niwsans neu berygl iechyd. Mae nifer o awdurdodau lleol yn cynnig gwasanaeth casglu eitemau mawr hefyd am ffi fechan, sy'n addas ar gyfer hen ddodrefn. Os yw eich dodrefn mewn cyflwr rhesymol, mae nifer o sefydliadau elusennol yn fodlon casglu'r eitemau hyn. Trowch at wefan eich cyngor lleol i weld manylion casgliadau gwastraff gardd ac eitemau mawr yn eich ardal.

Pethau i fod yn ymwybodol ohonynt

- Cadwch eich tân i ffwrdd o goed, ffensys ac adeiladau.
- Ni ddylech fyth ddefnyddio olew neu betrol i gynnau tân – gallech wneud niwed i'ch hun ac i'r amgylchedd.
- Ni ddylech fyth adael tân heb neb yn cadw golwg arno neu adael iddo fudlosgi – dylech ei ddiffodd.
- Dim ond deunydd sych y dylech ei losgi.
- Ni ddylech fyth losgi sbwriel y cartref, teiars rwber, neu unrhyw beth sy'n cynnwys plastig, ewyn neu baent.
- Dylech osgoi cynnau tân pan na fydd y tywydd yn addas – bydd mwg yn aros yn yr aer ar ddiwrnodau llaith a llonydd. Os bydd hi'n rhy wyntog, gall mwg chwythu i erddi ac i mewn trwy ffenestri cyfagos.
- Dylech osgoi llosgi pan fo lefelau llygredd yr aer yn uchel neu'n uchel iawn yn eich ardal.

Defnyddio Barbiciw yn Ddiogel

Gall barbiciws fod yn beryglus os na chânt eu trin mewn ffordd gyfrifol, gallant aros yn boeth am oriau a hefyd, gallant greu tarth carbon monocsid am sawl awr ar ôl iddynt ddiffodd, felly ni ddylech fyth ddod â nhw y tu mewn.

- Ni ddylech fyth ddefnyddio barbiciw y tu mewn nac ar falconi, gan gynnwys barbiciws untro.
- Defnyddiwch y rheol 30 troedfedd gan sicrhau bod barbiciws yn cael eu gosod mewn man i ffwrdd o unrhyw arwyneb llosgadwy, coed neu adeiladau.
- Ni ddylech ddefnyddio petrol neu unrhyw hylif llosgadwy ar eich barbiciw. Mae pethau cynnau tân yn ddewis mwy diogel.
- Dylech oruchwylio plant ac anifeiliaid anwes pan fydd barbiciw wedi cael ei gynnau ac yn ystod yr amser pan fydd yn oeri.
- Sicrhewch bod eich barbiciw wedi diffodd yn llwyr cyn i chi fynd y tu mewn neu ei adael yn eich gardd.

Gwresogi yn yr ardd

Mae simneiau yn eitem gardd poblogaidd ac ystyrir eu bod yn fwy diogel na thyllau tân agored a choelcerthi. Fodd bynnag, mae ychydig gyngor y dylech ei ddilyn er mwyn osgoi tanau:

- Sicrhewch eich bod yn dilyn canllawiau'r cynhyrchwr pan fyddwch yn gosod eich simnai.
- Cyn ei chynnau, meddyliwch am y lleoliad. Mae'r canllawiau yn awgrymu bod 30 troedfedd i ffwrdd o goed, adeiladau neu ddeunydd llosgadwy yn bellter diogel.
- Dylech eu rhoi ar frics neu gerrig palmant er mwyn cynnig arwyneb sefydlog anfflamadwy.
- Ni ddylech fyth roi simnai ar ddecin neu unrhyw arwyneb llosgadwy arall.
- Ni ddylech fyth ddefnyddio cemegau neu hylifau llosgadwy.
- Sicrhewch bod eich simnai wedi cael ei diffodd yn ddiogel cyn i chi fynd mewn neu adael eich eiddo. Pan fo'r tywydd yn boeth ac yn sych, efallai ei bod yn ymddangos bod tân wedi diffodd, ond gall ailgynnau o hyd.

"Un diwrnod, mawr obeithiaf y gallaf ddychwelyd i'm gwlad"

Mae dros 12 miliwn o bobl wedi dianc o'u cartrefi ers i Rwsia ymosod ar Wcráin dros 18 mis yn ôl. Mae nifer wedi ceisio lloches mewn gwledydd cyfagos, ac mae eraill wedi cael lloches yn y DU. Llwyddom i gynnig cartref diogel i Renata. Dyma ei stori hi.

Noson ar ôl noson, bu Renata, sy'n ddarlithydd prifysgol, yn gorwedd ar ddihun yn ei fflat yn gwrando ar sŵn y bomiau yn disgyn.

Cofleidiodd ei chath, Skadi, yn dynn, gan weddïo am ddiwedd i'r rhyfel a oedd yn dinistrio ei dinas yn Nwyrain Lugansk yn rhanbarth Donbas Wcráin.

Ar ôl 30 noson heb gwsg, penderfynodd adael y man lle y'i ganwyd a'i magwyd, gan chwilio am rywle diogel.

"Roedd fy ninas yn destun ymosodiad. Gwelais nifer fawr o bethau ofnadwy yn digwydd i'm cartref," dywedodd Renata.

Roedd ei theulu eisoes wedi colli cartref y teulu yn ystod y tanau yn y coedwigoedd a welwyd ddwy flynedd yn unig cyn ymosodiad Rwsia. Gan symud i fflat yn y ddinas, roeddent wedi dechrau ailadeiladu eu bywyd pan ymosododd Rwsia.

"Collom bopeth unwaith eto," dywedodd Renata. "Lladdwyd fy llystad gan y Rwsiaid wrth iddo amddiffyn ein gwlad. Aberthodd ei fywyd drosom ni, dros y genedl gyfan, dros Wcráin. Roedd fy nheulu yn gwybod nad oedd hi'n ddiogel i ni aros.

"Roedd ein dinas yn destun ymosodiad bob nos. Nid oeddwn yn dymuno gadael, ond ni allwn aros."

Ym mis Mawrth 2022, aeth Renata ati i lenwi cês dillad a gadawodd ar ei phen ei hun.

"Nid oedd fy mam yn dymuno gadael Wcráin. Nid oeddwn yn dymuno ei gadael hi a'm teulu, ond roeddwn yn gwybod na allwn aros," dywedodd.

Ar ôl i'w theulu fynd i aros gyda pherthnasau mewn pentref bach i ffwrdd o'r ardal lle'r oedd y rhyfela yn digwydd, gadawodd Renata ei chath gyda nhw a chychwynnodd ar ei thaith i ddiogelwch. Dihangodd i ddinas arall yn Wcráin yn gyntaf, lle y bu'n aros gyda theulu a oedd wedi ei chroesawu i'w cartref.

"Bu'r teulu hwn mor garedig i mi. Nid oeddent yn fy adnabod, ond roeddent wedi fy helpu. Byddaf wastad yn ddiolchgar iddynt."

Cyrhaeddodd Renata yn y DU ym mis Ebrill 2022 a chafodd ei chysylltu gyda theulu noddi

a oedd wedi ei helpu i sicrhau gwaith a chartref newydd, a'i helpu i setlo.

Gan weithio mewn partneriaeth â chynllun Cymorth ar gyfer pobl o Wcráin, cynigiom gartref i Renata mewn fflat yn Ne Cymru.

Arferai Renata fod yn berchen ar ei chartref ei hun yn Wcráin a dechreuodd addurno ei fflat newydd gan ddefnyddio talebau a roddwyd gan WWH er mwyn i'r lle deimlo yn fwy fel cartref iddi.

"Rydw i mor hapus i gael y fflat," dywedodd.

"Gan ddod o wlad wahanol, gyda systemau gwahanol, roedd popeth yn newydd i mi. Roedd fy Swyddog Tai wedi helpu cymaint. Pryd bynnag y byddai gennyf gwestiwn, byddwn yn ei ffonio a byddai hi'n helpu."

Llwyddodd Renata i sicrhau gwaith hefyd gyda chynllun Cymorth i Bobl o Wcráin a oedd yn cael ei redeg gan awdurdod lleol, gan ddefnyddio ei gradd mewn cyfieithu a'r Saesneg yr oedd wedi bod yn ei ddysgu yn Wcráin i helpu teuluoedd eraill.

Mae ei phartner, Yevhen, wedi dianc o Wcráin hefyd, ac mae wedi gallu ymuno â hi, ac mae hi wedi llwyddo i ddychwelyd i Wcráin i gasglu ei chath a dod ag ef i Gymru hefyd.

"Rydw i'n gweld eisiau popeth am Wcráin. Rydw i'n gweld eisiau fy ninas ac rydw i'n gweld eisiau fy nheulu. O leiaf mae gennyf Yevhen a'm cath gyda mi yma nawr, felly mae'n teimlo'n fwy fel cartref.

"Mae 90 y cant o fy ninas wedi cael ei dinistrio. Mae cartref fy nheulu wedi cael ei ddinistrio ac mae wedi cael ei feddiannu gan y Rwsiaid. Ni allaf ddychwelyd nawr.

"Mawr obeithiaf y gallaf ddychwelyd i'm gwlad un diwrnod, ond rydw i'n ddiolchgar bod gennyf fflat yng Nghymru am ba mor hir ag y bydd ei angen arnaf."

Yn y rhifyn hwn, mae ein posau ar gyfer hwyl yn unig felly **peidiwch** â phostio eich posau wedi'u cwblhau i ni y tro hwn.

Chwilair

J	W	Y	F	O	M	A	T	C	S	L	Y	U	T	F	F	R	A	G	S
E	S	L	H	M	M	A	Y	I	F	H	U	A	D	O	T	W	J	O	A
D	B	P	D	L	C	N	N	J	I	A	C	G	B	A	S	R	L	B	N
B	F	R	J	H	M	A	B	F	D	W	E	T	I	L	Y	L	W	C	T
P	E	G	W	C	M	O	Y	N	U	D	E	A	E	O	Y	P	E	M	T
H	R	E	A	O	A	U	J	R	A	O	W	M	H	G	E	R	H	E	W
N	D	C	N	D	O	L	S	H	N	T	R	C	A	N	R	S	E	A	O
D	Y	J	E	S	F	H	A	I	Y	W	S	E	J	H	Y	Y	A	D	W
H	H	N	C	D	W	F	A	N	A	O	R	A	S	U	F	C	F	E	G
E	C	R	D	G	D	R	B	J	G	O	C	D	C	J	P	B	A	E	O
S	P	A	P	P	B	E	J	E	N	A	P	A	N	U	W	M	L	B	E
D	I	Y	S	N	F	W	R	D	J	E	E	I	E	A	A	L	S	C	D
L	A	W	A	R	H	R	I	G	F	D	W	A	J	D	Y	N	H	O	S
U	M	G	M	I	N	S	N	W	E	S	L	M	F	G	H	I	C	L	Y
Y	W	J	G	P	G	F	E	B	E	J	C	I	E	C	E	D	S	B	P
B	J	H	N	R	E	F	P	M	F	R	D	N	A	I	G	D	P	I	W
L	I	L	G	G	M	R	M	J	W	P	W	U	I	F	J	H	E	G	M
T	I	Y	R	B	O	C	W	M	O	C	H	Y	N	C	O	E	D	P	P
I	D	E	M	U	G	D	P	E	B	H	T	J	I	I	B	Y	O	M	E
E	E	H	W	I	J	T	L	L	Y	W	G	N	A	T	W	I	U	T	N

BWGAN BRAIN
SINAMON
LLYGAERON
TACHWEDD
MOCHYN COED
TÂN GWYLLT
GELLYGEN
AFAL
RHEW
CYNHAEAF
CNAU CASTAN
WIWER
PWMPEN
SGARFF
MEDI
HYDREF
DAIL
CALAN GAEAF
SIWMPER

Oriel luniau preswylwyr

A ydych chi'n gamster gyda chamera? A ydych chi'n dwli tynnu lluniau ar eich ffôn? A hoffech chi rannu eich lluniau gyda phreswylwyr eraill?

Rydym yn lansio ein Horiel Luniau In Touch, gan gychwyn gyda Rhian Gregory, preswylydd o Gaerdydd.

Anfonodd Rhian luniau atom o'i hoff adeg o'r flwyddyn – yr hydref.

Tynnodd Rhian y llun hwn y llynedd ym Mharc Cefn Onn yng Nghaerdydd. Dywedodd "wrth i'r haf ddod i ben ac wrth i'r hydref gychwyn, beth am fynd am dro o gwmpas eich ardal leol a thynnu ambell lun. Rydw i'n tynnu fy holl luniau ar gamera fy ffôn! Nid oes yn rhaid bod gennych chi gamera drud.

"Rhowch gynnig ar ddefnyddio gwahanol onglau, gan gofnodi lliwiau prydferth yr hydref."

"Gyda'r dail, y concyrs, y mes a'r aeron ar y llawr, ewch ati i wneud lluniau a phatrymau ohonynt. Mae hwn yn weithgarwch da i'w wneud gyda phlant."

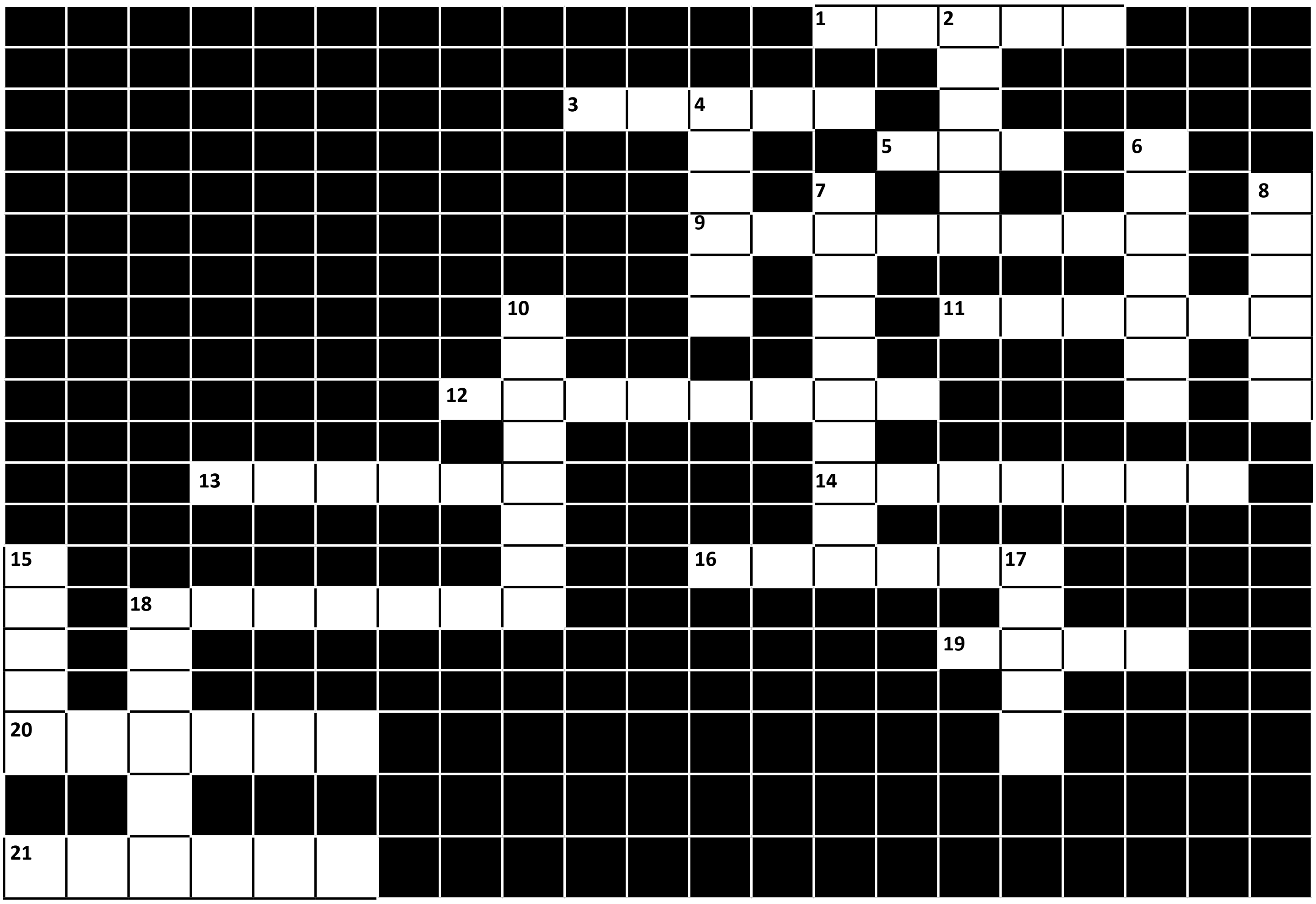
Anfonwch eich lluniau atom

A hoffech chi weld eich lluniau wedi'u hargraffu yn In Touch? Anfonwch eich hoff luniau atom o olygfeydd neu fywyd gwyllt.

Gallwch anfon eich lluniau atom mewn neges e-bost at **communications.team@wwha.co.uk**. Dylech nodi eich enw a'ch cyfeiriad a sôn ychydig wrthym am y llun.

Sylwer na allwn argraffu lluniau o bobl, gan gynnwys plant.

Croesair



AR DRAWS
1. Eitem a ddefnyddir i fragu diod poblogaidd
3. Methu dod o hyd i
5. Atmosffer
9. Dim o feddwl cadarn
11. Gwesty
12. Dwyn eiddo eraill
13. Llestri
14. Taliadau proffesiynol
16. Personél milwrol
18. Dechrau bant
19. Yn dal allan
20. Sylwedd sy'n troi'n las mewn hydoddiannau alcalïaidd
21. Baril

I LAWR
2. Offeryn torri
4. Cnofilod bach
6. Alldaith Hela
7. Pwdin sy'n gysylltiedig a'r Unol Daleithiau
8. Cynhwysydd hufen iâ
10. Eitem Llwyfan
15. Clwstwr o gordiau wedi'u clymu ar un pen
17. Cebl
18. Planhigyn anialwch pigog

SWDOCW

	5					9	8	7
		7	3	4				
8		1	9					2
	4	6		3	7		2	
		9	1		6	5		
	3		4	5		1	7	
2					3	4		1
				5	2	7		
6	9	3					5	

Dyma rai o'r sefydliadau sy'n gallu eich helpu trwy'r argyfwng costau byw. Am ragor o wybodaeth a rhestrau, trowch at wwha.co.uk

CYMRU GYFAN

Banciau bwyd

Mae banciau bwyd yn darparu bwyd mewn argyfwng os cyflwynir taleb. Gallwch ddarganfod ble y mae eich banc bwyd lleol a sut y gallwch wneud cais am daleb: trusselltrust.org/get-help/find-a-foodbank/

Dewis

Cyfeiriadur iechyd a lles ar gyfer Cymru gyfan. Nodwch eich cod post ar y wefan i gael gwybodaeth am grwpiau a sefydliadau sydd ar gael yn eich ardal chi dewis.cymru

Pen-y-bont ar Ogwr

- Pantrïoedd bwyd Baobab Bach – mae'r lleoliadau yn cynnwys Bracla a Bryntirion baobab-bach.org/pantries/
- BAVO – Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol Pen-y-bont ar Ogwr – mae'r gwasanaethau yn cynnwys Cyfeirwyr Cymunedol bavo.org.uk/cy/get-help/help-for-individuals/community-navigators/

Caerdydd

- Grŵp Bwyd Cymunedol Splo-Down – cydweithfa fwyd ar gyfer Y Sblot, Adamsdown, a Thremorfa, mae bocsys llysiau ar gael i aelodau. Aelodaeth cost isel splo-down.org
- Map cymorth costau ar gyfer Caerdydd – chwiliwch am ganolfannau clyd, oergelloedd cymunedol, pantrïoedd a banciau bwyd yn eich ardal chi helpnearme.cardiffmoneyadvice.co.uk/?lang=cy

Caerffili

- Hyb cymorth Costau byw – cyfeiriadur cymorth lleol caerphilly.gov.uk/cymorth-costau-byw

Sir Gaerfyrddin

- Dodrefn Xcel – canolfan ailgylchu dodrefn nid-er-elw wedi'i lleoli yn Nhre Ioan, Caerfyrddin cy/xcelfurniture.co.uk/
- Banc Bwyd Caerfyrddin carmarthen.foodbank.org.uk/

Ceredigion

- Bwyd Dros Ben Aber – mae'n ailddosbarthu bwyd dros ben ymhlith y gymuned yn Aberystwyth aberfoodsurplus.co.uk. Menter debyg yn Llanbedr Pont Steffan: facebook.com/groups/1211003065695753/

Conwy

- Crest Food Share – bwyd am ddim ond wedi'i gyfyngu i un cwdyn nwyddau groser (a gyflenwir / i'w ailddefnyddio) fesul cwsmer fesul ymweliad. 11am – 12pm, dydd Mawrth a ddydd Iau – lleoliadau yng Nghyffordd Llandudno, Llandudno a Bae Colwyn crestcooperative.co.uk/
- Banc Bwyd Hope Restored Llandudno – Eglwys y Bedyddwyr West Shore - 9.30am – 12.30am dydd Llun i ddydd Sadwrn – mae gwasanaeth banc dillad bellach ar gael – Ffôn: 07564991789 i drefnu gyda Brenda, e-bost: harveyfogg@hotmail.com

Sir Ddinbych

- Banciau bwyd – mae'r lleoliadau yn cynnwys Banc Bwyd Kings Storehouse, 102 Vale Road, Y Rhyl; 200 Victoria Road, Prestatyn, LL19 7TL; 15 Stryd Sussex, Y Rhyl, LL18 1SE
- Good News Mission – 75 Marsh Rd, Y Rhyl – caffi twymo yn ystod y gaeaf, 11am-1pm, dydd Mawrth a dydd Mercher - goodnewsmission.co.uk

Sir y Fflint

- Gweithredir Banciau Bwyd mewn lleoliadau amrywiol ar draws Sir y Fflint - flintshire.foodbank.org.uk/locations/
- Cwmni Buddiant Cymunedol Nanny Biscuit, sy'n cynnig amrediad o wasanaethau gan gynnwys Pantrïoedd Bwyd sy'n cynnig 10 eitem am £3 – mae'r lleoliadau yn cynnwys Cei Connah, Shotton a Sandycroft nannybiscuit.org
- Mae cynllun Well Fed yn darparu bwyd da i aelwydydd a chymunedau sy'n ei chael hi'n anodd, gan gynnwys 'siop gornel symudol, gwasanaeth dosbarthu i'r drws a rhaglen coginiwr araf sy'n darparu coginiwr araf a bagiau prydau arbennig i aelwydydd mewn argyfwng. Ffoniwch 01244 819543 neu trowch at cancook.co.uk/about-well-fed/ Hefyd bigbocsbwyd.co.uk/

Merthyr Tudful

- Lle Cynnes Twyncarmel a Lle Cynnes Pantri – dydd Mawrth a dydd Gwener, 10am i 4pm, archebwch eich slot siopa. Ffoniwch Claire Hammond, *07766 832 692*, am ragor o wybodaeth.
- Pantri Eglwys Hope – £3.50 am aelodaeth wythnosol, gall yr aelodau ddewis detholiad o fwyd sy'n werth £15-£20 bob wythnos – e-bost Hopepantry@hopemerthyr.org.uk

Sir Benfro

- Oergell Gymunedol Abergwaun ac Wdig facebook.com/fandgcommunityfridge
- Fforwm Cymunedol Trefdraeth - newportforum.org.uk

Powys

- Banc Bwyd Aberhonddu, Canolfan St Johns, Clos Pendre, Aberhonddu LD3 9EA. Ffôn: 01874 611723 - brecon.foodbank.org.uk
- Cynllun Rhannu Bwyd Eglwys Elim, Canal Rd, Aberhonddu – mae'n ailddosbarthu bwyd dros ben gan fusnesau lleol, 11am ar ddydd Mercher a dydd Sul i gael te, coffi a chacen am ddim. breconelimchurch.org.uk/foodshare-scheme.html

RhCT

- Cyfeiriadur cymorth Costau Byw – mae'n cynnwys Canolfannau Croeso y Gaeaf - rctcbc.gov.uk

Bro Morgannwg

- Pod Bwyd Penarth – ystad St Luke, ar agor ar ddydd Llun, dydd Mercher a dydd Gwener – facebook.com/penarthfoodpod/
- Food Vale – partneriaeth sy'n darparu bwyd mewn argyfwng foodvale.org

Wrecsam

- Clwb Bwyd Caia yn Eglwys St Mark, Ffordd Bryn Eglwys. LL13 9LA – yn cyflenwi bwyd a hanfodion eraill i bawb. Awgrymir rhodd o £3 - caiafoodclub@gmail.com, stmarks.wrexhamparish .org.uk
- Canolfannau cynnes yng Nghanolfan Adnoddau Cymunedol Hightown, bob dydd Llun, 1pm-3pm, ystafell dau Neuadd y Plwyf Y Waun, 10.30am-4.30pm bob dydd Mercher wrecsam.gov.uk

Get into Housing

"Mae angen i chi ddechrau rhywle i gyrraedd rhywle. Bu Get into Housing yn achubiaeth i mi."

Rydym yn gweithio gyda chwe sefydliad tai arall yn Ne Cymru i gynnig lleoliadau gwaith am dâl i bobl sydd wedi bod yn ddi-waith am gyfnod hir, fel rhan o brosiect Get Into Housing.

Mae Prosiect Get Into Housing yn ei ail flwyddyn erbyn hyn, ac mae'n gweithio gyda phobl dros 18 oed o gefndir amrywiol ac sydd wedi bod yn economaidd anweithgar neu'n ddi-waith am gyfnod hir.

Caiff ei redeg gan CCHA (Cymdeithas Tai Cymunedol Caerdydd) ac mae'n ein dwyn ni (WWH) ynghyd â Cadwyn, Hafod, United Welsh, Linc Cymru a Taff Housing i gynnig lleoliadau gwaith gyda thâl am 16 wythnos er mwyn helpu pobl i feithrin eu sgiliau a'u profiad, a gall hyn arwain at gyflogaeth amser llawn.

Gan gychwyn ym mis Medi, a chan redeg am 18 mis, bydd y prosiect yn cynnig profiad, hyfforddiant yn y swydd a chyfleoedd cyflogaeth i gyfranogwyr, gyda'r nod o sicrhau gyrfaoedd ystyrlon o fewn y sector tai a thu allan i'r sector tai.

Fel rhan o'r prosiect hwn, byddwn yn ceisio penodi pobl i bum rôl ar wahân, gan gychwyn gyda'r un gyntaf yn y flwyddyn newydd.

Dywedodd Carly Hodson, Rheolwr Datblygu Sefydliadol (Diwylliant) i Dai Wales & West:

"Rydym wrth ein bodd o gael cymryd rhan yn Get Into Housing unwaith eto eleni.

"Rydym yn dymuno gallu chwalu'r rhwystrau y mae rhai pobl o gefndiroedd amrywiol yn eu hwynebu pan fyddant yn gwneud cais am waith."

"Rydym yn dymuno rhoi'r hyder a'r profiad i'r bobl y byddwn yn eu cyflogi yn y prosiect hwn i fynd ymlaen i ddatblygu eu gyrfa ym maes tai ac mewn meysydd eraill."

Y llynedd, darparom leoliadau ar gyfer pum person ifanc gan gynnwys Hassan, yr oedd ei deulu wedi ffoi o Syria yn 2016.

Roedd Hassan wedi bod yn astudio gweinyddu busnes mewn prifysgol yn Syria ac roedd yn arbenigo mewn Adnoddau Dynol yn ei astudiaethau ym Mhrifysgol Abertawe. Ymunodd â ni am 16 wythnos trwy gyfrwng prosiect Get Into Housing a gweithiodd gyda'n tîm AD i sicrhau profiad gwerthfawr, a arweiniodd at sicrhau gwaith parhaol.

Dywedodd Hassan: "Mae angen i chi ddechrau rhywle er mwyn cyrraedd rhywle. Bu Get Into Housing yn achubiaeth i mi."

I gael gwybod mwy am y rhaglen eleni ac i wneud cais, trowch at ccha.org.uk/get-into-housing/

Gwyliwch fideo Hassan a:

Mae preswylwyr wedi symud i'w cartrefi newydd ym Maes yr Hufenfa, ein cynllun tai rhent fforddiadwy cyntaf yn nhref Sanclêr yn Sir Gaerfyrddin. Adeiladwyd y datblygiad o 45 o dai, fflatiau a byngalos mewn partneriaeth â'n partneriaid adeiladu hirdymor, Jones Brothers (Henllan) Ltd, ac mae wedi cael ei enwi ar ôl hufenfa a arferai fod ar y safle.

Trowch at dudalen 23 i gyfarfod rhai o'r preswylwyr.