

Cylchgrawn preswylwyr Tai Wales & West

AM DDIM

In Touch

HAF 2023

**Teimlo'n unig?
Beth am wneud
ffrindiau newydd
mewn dosbarthiadau
lleol**

**Sut i lenwi
unrhyw fylchau
ariannol sydd
gennych chi**

**Cyngor am sut i ymwneud yn
fwy â'n busnes**





TIPIO ANGHYFREITHLON? NID AR FY STRYD I

Y PLANT, MERTHYR TUDFUL

CHWILIWCH **CANOLFAN AILGYLCHU LLEOL**

I GANFOD FFYRDD HAWDD O WAREDU EITEMAU DIANGEN.

HAWS NAG YDYCH
YN EI FEDDWL.
RHATACH NA DIRWY.



cadwch keep
gymru'n wales
daclus tidy



GWIRIWCH BOB TRO FOD GANDDYNT DRWYDDED CLUDO GWASTRAFF GYDA CYFOETH NATURIOL CYMRU.



Cysylltwch â ni

Tai Wales & West, Tŷ'r Bwa, 77 Parc Tŷ Glas, Llanisien,
Caerdydd CF14 5DU

Ffôn: 0800 052 2526

E-bost: contactus@wwha.co.uk

Testun: 07788 310420

Gwefan: www.wwha.co.uk

Gallwch hefyd gysylltu ag aelodau o staff yn uniongyrchol drwy e-bost.

Er enghraifft, joe.bloggs@wwha.co.uk

leithoedd 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 Ffyrdd o helpu gyda chostau byw
- 9 Eich newyddion: ein preswlydd hynaf, pen-blwydd arbennig a chodi arian ar gyfer gofal ychwanegol
- 10 Helpwch ni i siapio ein gwasanaethau – ewch ati i gymryd rhan
- 15 Sut yr ydym yn gwneud – adroddiad perfformiad
- 22 Aros yn ddiogel rhag clefyd y Llengfilwyr
- 25 Estyn llaw yn ystod yr haf eleni trwy wirfoddoli
- 28 Cartrefi newydd
- 32 Posau
- 34 Rhwydwaith cymorth yn eich ardal chi
- 35 Diwrnod ym mywyd Cynghorydd Dewisiadau Tai

Ewch ati i gymdeithasu gyda Tai Wales & West



Facebook

facebook.com/wwhousing



Twitter

[@wwha](https://twitter.com/wwha)



LinkedIn

linkedin.com/company/wwha



Instagram

instagram.com/wwhousing



Neges gan Anne

Croeso i rifyn yr Haf o In Touch.

Mae'r tywydd cynhesach a'r diwrnodau mwy golau yn rhyddhad i nifer sydd wedi bod yn ei chael hi'n anodd talu eu biliau ynni.

Er hyn, mae cost uchel eitemau pob dydd yn yr archfarchnadoedd yn parhau i roi pwysau ar gyllidebau aelwydydd.

Yn y rhifyn hwn, byddwn yn canolbwyntio ar eich sefyllfa ariannol bersonol gyda chymorth ein Swyddogion Cymorth Tenantiaeth (TSOs) sy'n rhannu eu cyngor ynghylch darganfod bylchau yn eich cyllideb. Dros y misoedd diwethaf, bu galw am eu cymorth ariannol nhw, wrth iddynt helpu preswylwyr i reoli eu harian a manteisio ar y cymorth sydd ar gael gymaint ag y bo modd.

Byddwn yn bwrw golwg ar wasanaethau eraill sydd ar gael

er mwyn eich helpu i arbed arian hefyd. A wyddoch chi bod rhywle lle y gallwch fenthyca offer ac eitemau costus eraill os na allwch chi fforddio eu prynu? Trowch at eich Llyfrgell Benthg Cymru agosaf.

Y tu mewn, rydym yn amlygu rhai o'r ffyrdd y gallwch gymryd rhan yn y gwaith a wnawn. Mae'r crynodeb o'n strategaeth cynnwys preswylwyr newydd yn cynnwys y cyfleoedd sydd ar gael i chi wneud gwahaniaeth.

A hefyd, ceir newyddion am rai dathliadau arbennig ym mywydau rhai o'n preswylwyr, ynghyd â'r posau arferol.

Mae croeso i chi gysylltu os oes gennych chi unrhyw gwestiynau neu awgrymiadau.

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 diweddarau eich dewisiadau ar gyfer rhifynnau yn y dyfodol.

Dyddiadau allweddol ar gyfer cymorth gyda chostau byw



Mae pris eitemau pob dydd yn parhau i godi. Os ydych chi'n ystyried sut yr ydych yn mynd i dalu'r costau sy'n codi, bydd ein Swyddogion Cymorth Tenantiaeth yn rhannu'r newyddion a'r wybodaeth ddiweddaraf am ddyddiadau allweddol i gadw golwg amdanynt a'r cymorth sydd ar gael i chi.

Gostyngiad ym mhris ynni

Ar ddydd Iau 25 Mai, cyhoeddodd Ofgem, y rheolydd ynni, y bydd y Cap ar Brisiau Ynni yn gostwng 17 y cant o 1 Gorffennaf.

I gartref cyffredin, byddai'n gostwng o'r swm cyfredol sef £3,280, i £2,074. Fodd bynnag, swm cyfartalog yw hwn, ac fe allai fod yn uwch neu'n is, gan ddiabyddu ar gyfanswm yr ynni yr ydych yn ei ddefnyddio.

Yn fras, mae hyn yn golygu y byddwch yn talu £80 - £85 am bob £100 yr ydych yn ei dalu am ynni ar hyn o bryd o fis Gorffennaf.

Mae hyn bron ddwywaith yn uwch o hyd nag yr oedd yn ystod y flwyddyn cyn yr argyfwng ynni yn ystod Hydref 2021.

Taliadau Costau Byw y Llywodraeth, 2023 i 2024

Os ydych chi'n un o'r wyth miliwn o aelwydydd sy'n cael budd-daliadau a chredydau treth penodol, dylech eisoes fod wedi cael y Taliad Costau Byw cyntaf am eleni.

Dyddiadau allweddol

Talwyd Taliadau Costau Byw cyntaf y Llywodraeth fel a ganlyn:

Talwyd **£301** rhwng **25 Ebrill 2023** ac **17 Mai 2023** ar gyfer rhan fwyaf y bobl sy'n cael budd-daliadau DWP

Talwyd **£301** rhwng **2 a 9 Mai 2023** ar gyfer rhan fwyaf y bobl sy'n cael credydau treth ond nad ydynt yn cael unrhyw fudd-daliadau incwm isel eraill

£150 – Taliad Costau Byw i'r Anabl – yn ystod yr **Haf 2023**

£300 – Ail Daliad Costau Byw – yn ystod yr **Hydref 2023** ar gyfer y rhan fwyaf o bobl

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

£299 – Trydydd Taliad Costau Byw – yn ystod y **Gwanwyn 2024** ar gyfer y rhan fwyaf o bobl

Y sawl sy'n gymwys i gael taliadau

Efallai y byddwch yn gymwys i gael hyd at dri Thaliad Costau Byw o £301, £300 a £299 os ydych chi'n cael credydau treth neu fudd-daliadau penodol.

Os ydych chi'n gymwys, byddwch yn cael y taliadau yn awtomatig, ac ni fydd angen i chi wneud cais amdanynt.

I weld a ydych chi'n gymwys i gael taliadau, trowch at [gov.uk/guidance/cost-of-living-payment/cy](https://www.gov.uk/guidance/cost-of-living-payment/cy)

Taliadau Credyd Treth Plant a Chredyd Treth Gwaith

Os ydych chi'n cael Credyd Treth Plant a Chredyd Treth Gwaith, byddwch yn cael Taliad Costau Byw ar gyfer Credyd Treth Plant

yn unig, a delir gan CTheF.

Os ydych chi'n cael credydau treth gan CTheF a budd-dal incwm isel gan DWP, ni allwch gael Taliad Costau Byw gan CTheF a DWP. Fel arfer, byddwch yn cael eich talu gan DWP yn unig.

Efallai y byddwch yn gymwys o hyd

Efallai y byddwch yn gymwys i gael Taliad Costau Byw o hyd os caiff eich budd-dal ei leihau i £0 ac mae un o'r canlynol yn berthnasol i'ch sefyllfa:

- tynnwyd arian o'ch budd-dal am resymau eraill, megis talu rhent i'ch landlord neu am arian sy'n ddyledus gennyh
- cawsoch daliad caledi oherwydd eich bod wedi cael sancsiwn ac ni allech dalu am rhent, gwres, bwyd nac anghenion hylendid

Taliad Costau Byw i'r Anabl

Efallai y byddwch yn gymwys i gael Taliad Costau Byw i'r Anabl o £150 os ydych chi'n hawlio budd-daliadau penodol megis Lwfans Gweini Cyson, Lwfans Byw i'r Anabl neu Daliad Annibyniaeth Personol ar ddyddiad penodol. I weld a ydych chi'n gymwys, trowch at: gov.uk/guidance/cost-of-living-payment/cy

Taliad Costau Byw i Bensiynwyr

Os ydych chi'n gymwys i gael Taliad Tanwydd Gaeaf ar gyfer Gaeaf 2023 i 2024, byddwch yn cael £150 neu £300 ychwanegol a delir gyda'ch taliad arferol o fis Tachwedd 2023.

Anfonir llythyr atoch ym mis Hydref neu fis Tachwedd yn dweud wrthy ch swm y Taliad Tanwydd Gaeaf y byddwch yn ei gael os ydych yn gymwys. Am ragor o wybodaeth, trowch at: gov.uk/guidance/cost-of-living-payment/cy

Newidiadau i'r Credyd Cynhwysol

Os ydych chi'n hawlio Credydau Treth, mae DWP wedi cyhoeddi ei fod yn bwriadu dechrau anfon hysbysiadau mudo i hawlwr Credydau Treth o'r Gaeaf eleni.

Ni fydd angen i chi wneud hawliad am Credyd Cynhwysol eto.

Arhoswch nes i chi gael eich llythyr mudo, yna bydd gennych chi dri mis i hawlio'r Credyd Cynhwysol. Trwy aros am eich llythyr, efallai y bydd gennych chi yr hawl i sicrhau diogelwch trosiannol gyda'r newidiadau, felly ni fyddwch ar eich colled yn syth.

Os ydych yn pryderu, siaradwch â'ch Swyddog Cymorth Tenantiaeth a fydd yn gallu eich helpu gydag archwiliad budd-daliadau.

Gallai oedolion ychwanegol yn eich cartref effeithio ar eich budd-daliadau

Os oes gennych chi fab neu ferch sy'n oedolyn neu berthynas oedrannus sy'n byw gyda chi, a wyddoch chi y gallai hyn fod yn effeithio ar rai o'ch budd-daliadau cymorth tai?

Caiff unrhyw oedolyn (h.y. unrhyw un dros 18 oed ac nad ydynt yn cael addysg) sy'n byw

gyda chi ond nad ydynt yn gyfrifol am dalu'r rhent, eu hystyried fel "person annibynnol".

Gallai fod yn blentyn sy'n oedolyn ac sydd wedi symud gartref ar ôl bod i ffwrdd i'r coleg neu ar ôl i berthynas chwalu, neu'n berthynas hŷn sy'n byw gyda chi nawr er mwyn cael cymorth.

Er enghraifft, os ydych chi'n hawlio Credyd Cynhwysol ac mae gennych chi berson annibynnol sy'n byw yn eich cartref, gallech golli dros £85 y mis.

Os ydych chi'n credu y gallai hyn fod yn effeithio arnoch chi, trowch at www.entitledto.co.uk/help/non-dependants am ragor o wybodaeth. Gallwch siarad â'ch Swyddog Cymorth Tenantiaeth lleol hefyd.

Dŵr Cymru Welsh Water

Wyddech chi?

Os ydych wedi cael, neu'n disgwyl cael y taliad costau byw nesaf neu £301 gan y Llywodraeth, mae'n bosibl fodd gennych yr hawl i arbed hyd at £200 ar eich bil dŵr blynyddol hefyd.

Gallech arbed hyd at £200 ar eich bil dŵr blynyddol

Peidiwch â cholli'r cyfle!

R'yn ni yma i helpu

Ffoniwch ni i drafod eich opsiynau:
0800 052 0145

Evch i'n gwefan am fanylion
dwrcymru.com/cymorthgydabiliou

Angen help?

Dyma rai gwefannau sy'n cynnig cymorth a gwybodaeth er mwyn helpu gyda chostau byw.

Money Helper

Arweiniad diduedd sy'n gallu eich helpu gyda chymhlethodau cyllid, budd-daliadau a phensiynau. Caiff ei gefnogi gan y Llywodraeth ac mae'n cynnig help clir ac am ddim gydag arian, o fudd-daliadau i gyllidebu bob dydd. Mae'n cynnwys cyfleusterau am ddim er mwyn helpu i gyllidebu a hawlio cymorth a budd-daliadau. Gallwch gael sgwrs fyw gyda nhw hefyd neu ffonio **0800 011 3797**.

www.moneyhelper.org.uk

**Money
Helper**

Turn2us

Elusen genedlaethol sy'n cynnig help ymarferol i bobl sy'n cael anawsterau ariannol. Mae'n cynnwys sawl cyfleuster gan gynnwys cyfleuster cyfrifo budd-daliadau, sy'n cymryd 10 munud i'w gwblhau ac sy'n gallu dweud wrthy ch pa fudd-daliadau y gallech eu cael.

Ceir cyfleuster chwilio am grantiau ar-lein hefyd er mwyn eich helpu i chwilio am gronfeydd sy'n cynnig grantiau neu fathau eraill o help.

www.turn2us.org.uk/cy

TURN2US
FIGHTING UK POVERTY

Age Cymru

Mae gan yr elusen genedlaethol i bobl hŷn yng Nghymru lawer o wybodaeth ddefnyddiol a allai eich helpu i reoli eich costau sy'n codi. Mae'r meysydd y rhoddir sylw iddynt yn cynnwys budd-daliadau lles, gofal cymdeithasol, pensiynau, hawliau, gwasanaethau lleol, help yn y cartref a sgamiau. Mae llinell Gyngor Age Cymru ar agor o ddydd Llun i ddydd Gwener, o 9am tan 4pm i gael gwybodaeth a chynghor gan gynnwys budd-daliadau, iechyd, arian, tai neu ofal. Ffoniwch **0300 303 44 98** (codir tâl galwad leol).

www.ageuk.org.uk/cymru/

 **ageCymru**
Creu Cymru oed gyfeillgar
Creating an age friendly Wales

Help For Households

Archwiliwch y cymorth sydd ar gael er mwyn helpu i dalu costau byw ac arbed arian gyda chynghor ynghylch arbed ynni ar wefan cymorth y Llywodraeth.

Helpforhouseholds.campaign.gov.uk

**Help for
Households**



Os ydych chi'n gymwys i gael Taliadau Costau Byw gan y Llywodraeth, cofiwch y byddwch yn cael eich talu yn awtomatig yn yr un modd ag y byddwch yn cael eich budd-dal neu'ch credydau treth fel arfer. Mae hyn yn cynnwys os darganfyddir eich bod yn gymwys yn nes ymlaen.

Os ydych chi wedi cael neges yn gofyn i chi wneud cais neu i gysylltu â rhywun am daliad, **efallai mai sgam yw hwn.**

Dylech anfon unrhyw negeseuon e-bost amheus ymlaen at **report@phishing.gov.uk** a bydd y Ganolfan Seiberddiogelwch Genedlaethol (NCSC) yn ymchwilio.

Dylech anfon unrhyw negeseuon testun amheus ymlaen at **7726** – mae hwn yn wasanaeth am ddim a bydd yn adrodd am y neges i'ch darparwr ffôn symudol.

Os ydych chi'n credu eich bod wedi colli arian, neu bod rhywun wedi eich hacio oherwydd sgam neu dwyll ar-lein, dylech adrodd am hyn wrth Action Fraud ar-lein trwy anfon e-bost at **reporting.actionfraud.police.uk** neu ffonio **0300 123 2040**.

Am ragor o wybodaeth, trowch at: www.gov.uk/report-suspicious-emails-websites-phishing



A oes bylchau ariannol gennych chi?

Wrth i'r argyfwng costau byw wasgu ein sefyllfa ariannol yn dynnach, mae mwy o bobl yn chwilio am ffyrdd o arbed arian.

Pryd oedd y tro diwethaf y gwnaethoch chi archwilio eich sefyllfa ariannol am fylchau?

Mae "bwlch" yn golygu unrhyw gostau dianghenraid. Gallai fod yn danysgrifiad nad ydych yn ei ddefnyddio, arfer lle y byddwch yn bwyta allan, neu

hyd yn oed brynu pethau bychain yn fyrbwyll. Gall y rhain gronni yn gyflym, gan olygu bod llai o arian gennych chi. Fodd bynnag, os allwch chi weld y bylchau hyn, gallwch gymryd camau i'w llenwi a dechrau arbed arian.

Yma, mae Lucy Beavan, Swyddog Cymorth Tenantiaeth ar gyfer Sir y Fflint, yn rhannu ei chynghor hi er mwyn dod o hyd i'r bylchau hynny, a'u llenwi.



Cadw golwg ar eich gwariant

Y cam cyntaf wrth adnabod eich bylchau yw cadw golwg ar eich gwariant am fis neu ddau.

Gellir gwneud hyn trwy nodi popeth ar bapur neu ddefnyddio ap cyllidebu. Bydd hyn yn cynnig darlun clir i chi o ble y mae'ch arian yn mynd, fel y gallwch weld ble y gallwch arbed arian. Dylech fod yn onest gan nodi popeth, gan gynnwys yr holl siopa bwyd, dillad, pleserau bychain, biliau, dyledion a phopeth arall.

Edrychwch am gostau dianghenraid

Pan fydd gennych chi gofnod o'ch gwariant, edrychwch am unrhyw gostau nad oes eu hangen arnoch neu na allwch eu fforddio. Y rhain yw'r bylchau yn eich gwariant.

Canslo taliadau tanysgrifio nad ydych yn eu defnyddio

Mae pob un ohonom wedi cofrestru am gyfnod profi am ddim neu drefnu tanysgrifiad ac yna anghofio amdano. Ond os nad ydych yn eu defnyddio, mae'n wastraff arian.

Neilltuwch ychydig amser i adolygu eich tanysgrifiadau, a thanysgrifiadau y bydd eich plant a pherthnasau eraill wedi eu trefnu yn eich enw chi, gan ganslo unrhyw rai nad ydych yn eu defnyddio neu nad oes eu hangen arnoch.

Bwyta allan llai

Mae bwyta allan yn gallu bod yn ddrud, yn enwedig os byddwch yn gwneud hynny yn aml. Dylech gynnwys popeth yn eich cyllideb, hyd yn oed os byddwch yn mynd

â'r plant i McDonalds neu'n prynu brechdan ar eich ffordd i'r gwaith. Os ydych chi'n dymuno arbed arian, ceisiwch goginio mwy o brydau gartref. Mae torth o fara a phot o lenwad brechdan yn costio tua'r un faint â brechdan barod mewn siop, a dylai fod yn ddigon i bara wythnos gyfan.

Dylech osgoi prynu pethau yn fyrbwyll

Mae'n hawdd prynu pethau yn fyrbwyll pan fyddwch allan yn siopa neu pan fyddwch ar-lein. Cyn i chi brynu rhywbeth, gofynnwch a oes wir angen i chi ei gael. Os na, rhowch ef yn ôl. Meddylwch, efallai mai dim ond £1 y mae top newydd ar wefan dillad ail law Vinted yn ei gostio, ond bydd yn fwy na hyn ar ôl talu am ei bostio.

Talu dyledion

Os oes gennych chi ddyledion, mae'n bwysig eich bod yn trefnu eu had-dalu cyn gynted ag y bo modd. Gall y llog y byddwch yn ei dalu ar ddyledion gronni yn gyflym.

Os oes gennych chi nifer fawr o ddyledion, dylech ystyried y rhai y mae angen rhoi blaenoriaeth iddynt, a'r rhai y gallent beri problemau difrifol os byddwch yn eu hanwybyddu, megis rhent, treth gyngor a biliau ynni heb eu talu.

Mae Cyngor ar Bopeth yn cynnig gwybodaeth am ddyledion y dylid rhoi blaenoriaeth iddynt <https://www.citizensadvice.org.uk/cymraeg/Dyled-ac-arian/help-gyda-dyled/>

Os ydych chi'n ei chael hi'n anodd talu eich dyledion, cysylltwch â'ch Swyddog Cymorth Tenantiaeth lleol, sy'n gallu eich helpu i drafod gyda'r cwmnïau y mae gennych ddyledion gyda nhw.

Gosod nodau ariannol

Bydd cael nodau ariannol yn rhoi rhywbeth i chi weithio tuag ato. Pan fyddwch yn gwybod yr hyn yr ydych yn cynilo amdano, mae'n haws gwrthod y temtasiwn ac aros ar y trywydd iawn.

Herio eich hun

Ceisiwch weld a allech chi leihau eich gwariant yn ôl rhyw swm isaf bob wythnos, yna codwch y swm wrth i chi wella wrth gyllidebu e.e. £3 yn ystod yr wythnos gyntaf, yna £4 ac ati (i gyd-fynd

â'ch cyllideb). Dylech gynyddu'r swm yn araf wrth i chi gydnabod ble y mae'r bylchau yn eich cyllideb.

Awtomeiddio eich cynilion

Os allwch fforddio gwneud hynny, ewch ati i drefnu bod swm ariannol penodol yn cael ei drosglwyddo i'ch cyfrif cynilo bob mis.

Adolygu eich cyllideb yn rheolaidd

Mae eich sefyllfa ariannol yn newid yn gyson, felly mae'n bwysig adolygu eich cyllideb yn rheolaidd. Bydd hyn yn eich helpu i sicrhau ei fod yn gweithio o hyd ac nad ydych chi'n gorwario.

ASTUDIAETH ACHOS

Roedd preswlydd yn talu dros £5 yr wythnos am ffioedd bancio

Roedd un preswlydd o Dde Cymru, a oedd ar incwm isel, yn ceisio rheoli ei sefyllfa ariannol, ac roedd wedi trefnu cyfrif i dalu ei holl filiau trwy drefniant Debyd Uniongyrchol.

Roedd hi wedi sicrhau ei bod yn talu digon o arian bob wythnos i dalu'r taliadau Debyd Uniongyrchol am ei rhent, ei dŵr, ei nwy a'i thrydan.

Cysylltodd â'i Swyddog Cymorth Tenantiaeth pan oedd ei thaliadau Debyd Uniongyrchol am ei rhent yn methu o hyd ac nid oedd yn gallu deall pam nad oedd digon o arian yn ei chyfrif. Aethant ati i archwilio copi o'i

datganiad banc, ac roedd hi'n amlwg ble oedd y bwllch yn ei sefyllfa ariannol. Roedd ei siop leol yn codi £1.50 arni bob tro y byddai hi'n talu arian i mewn i'w chyfrif neu bob tro y byddai taliad yn cael ei gymryd. Roedd hwn bron yn £10 ambell i wythnos, ac o ganlyniad, roedd ei chyfrif yn y coch er gwaethaf ei chyllidebu gofalus.

Pan ddaeth yn ymwybodol o'r taliadau am wneud trafodion, dechreuodd dalu arian i mewn i'w chyfrif yn llai aml, gan sicrhau bod swm ychwanegol bach ynddo i dalu unrhyw daliadau.



Mae ein tîm o Swyddogion Cymorth Tenantiaeth yn helpu preswylwyr i gadw at eu cyllidebau ac i ddelio â dyledion yn rheolaidd. Os ydych chi'n cael anhawster ac os hoffech siarad ag un o aelodau'r tîm, ffoniwch 0800 052 2526.

PEN-Y-BONT AR OGWR

Cyfrinach hir oes Lena Charles yw tost a bananas bob dydd

Dathlodd Lena Charles, preswlydd hynaf Tal Wales & West, ei phen-blwydd yn 105 oed ym mis Mawrth, yng nghwmni pedair cenedlaeth o'i theulu.

Ganwyd Lena ym Mlaengarw yn ystod y Rhyfel Byd 1af, ar 23 Mawrth 1918, yn un o 12 o blant mewn teulu a oedd yn siarad Cymraeg. Credir mai hi yw'r unigolyn hynaf sy'n byw yn ardal Cyngor Bwrdeistref Sirol Pen-y-bont ar Ogwr.

Ar 23 Mawrth 2023, dathlodd ei phen-blwydd yn 105 oed gyda pharti yn ein cynllun ymddeol, Dan Y Mynydd, lle y mae hi wedi bod yn byw am dros 30 mlynedd, yn ei phentref genedigol, sef Blaengarw.

Roedd ei merched, Gwennan, efeilliaid Gill a Janet, a'i mab Kevin, ei hwyres Helen, ei gorwyres Alice a'i gor-gorwyres Eira a'i gor-or-wyr Osian, wedi ymuno â hi. Roedd Maer Pen-y-bont ar Ogwr, Cynghorydd Martyn Jones ac Arweinydd Cyngor Bwrdeistref Sirol Pen-y-bont ar Ogwr, Cynghorydd Huw David, wedi mynychu hefyd, gan gyd-ganu Pen-blwydd Hapus

iddi gyda'r gwesteion eraill, yn ogystal â'i hoff emyn, sef Calon Lân.

Ymhlith y rhoddion a'r cardiau a gafodd, oedd un o'r cardiau pen-blwydd cyntaf gan Frenin Charles a'r Frenhines Gydweddog, Camilla, a ychwanegodd i'w chardiau blaenorol a gafodd gan y diweddar Frenhines Elizabeth.

Bu Mrs Charles yn aelod o Eglwys y Tabernacl ym Mhontycymer trwy gydol ei hoes, gan fynychu gwasanaethau yno tan yn diweddar. Bu'n trefnu dawnsfeydd amser te ac yn cynnal gwasanaethau ar y Sul nes yr oedd yn ei 90au. Cynhaliodd yr eglwys barti ar gyfer ei phen-blwydd yn 100 oed, a fynychwyd gan ddarlledwr y BBC, Huw Edwards.

Yn 2015, pan oedd yn 96 oed, dyfarnwyd Medal yr Ymerodraeth Brydeinig iddi am ei gwasanaethau i'r gymuned, ar ôl iddi fod yn aelod o Wasanaeth Gwirfoddol Brenhinol y Merched am dros 40 mlynedd.

Cofiodd: "Arferwn ddsbarthu prydau ar glud o gwmpas y cwm. Weithiau, byddai'r dynion yn gofyn 'beth sydd i ginio heddiw?' ac arferwn dynnu eu coes trwy



ateb "pen-gliniau gwenyn a phenelinoedd ieir."

Gan sôn am ei BEM, dywedodd ar y pryd: "Os allaf i helpu rhywun ar fy ffordd, ni fydd fy mywyd wedi bod yn ofer."

Heddiw, mae Mrs Charles yn cadw ei meddwl yn effro trwy wneud posau chwilair a gwrando ar gerddoriaeth. Mae'n dweud mai cyfrinach ei hoes hir yw "dwy dafell o dost a banana i frecwast bob bore."

SIR BENFRO

Dathlu 70 mlynedd o briodas

Cynhaliwyd dathliad arbennig yng nghynllun ymddeol Llain Las yn Abergwaun wrth i ddau o'r preswylwyr, Richard ac Olive Carter, ddathlu 70 mlynedd o briodas.

Cyfarfu'r pâr, a fu'n dathlu eu pen-blwyddi yn 95 oed yn ddiweddar, mewn dawns yn Ystafell Fwyta y Siarsiant yn RAF Abington, Swydd Rhydychen ym 1952 pan oedd Mr Carter yn Brif Is-swyddog ac roedd Mrs Carter yn gweithio yn Nuffield Exports,

rhan o Morris Motors.

Priodont yn Eglwys y Bedyddwyr St John, Burford, Swydd Rhydychen ar 4 Ebrill 1953.

Symudodd y pâr, sydd â mab sy'n byw yn Seland Newydd a dau o wyrion sy'n byw yn Awstralia, i Llain Las bron i 10 mlynedd ar ôl ymddeol i Aberdaugleddau.

Dathlont eu pen-blwydd priodas gyda ffrindiau mewn parti a gynhaliwyd yn yr ystafell gyffredin yn Llain Las.



CAERDYDD/SIR GAERFYRDDIN

Hwyl yn ystod y Pasg i breswylwyr ifanc

Daeth Swyddogion Datblygu Cymunedol (CDOs) a sefydliadau lleol a PCSOs ynghyd i gynnal diwrnodau hwyl ar draws rhai o'n cymunedau dros y Pasg.

Yng Nghlos Applewood, Sblot, Caerdydd, bu pobl ifanc yn casglu sbwriel, a'i gyfnewid am wŷ Pasg, mewn digwyddiad a gynhaliwyd gyda Cadwch Gymru'n Daclus a Chyngor Caerdydd. Ymunodd plant yn Ffordd Williamson, Caerdydd â diwrnod hwyl hefyd.

Yng Nghlos Tawelan, Caerfyrddin, roedd ein CDO lleol, Rhiannon, wedi mynd â bocsi o offer a theganau i'w defnyddio allan yn yr awyr agored a chynnal sesiwn chwarae ar gyfer preswylwyr ifanc y clos.



WRECSAM/SIR Y FFLINT

Digwyddiad Coroni y Brenin, Hightown

Cynhaliwyd digwyddiad crefft ar thema frenhinol yng Nghanolfan Adnoddau Cymunedol Hightown cyn Coroni y Brenin ym mis Mai – a oedd yn cynnwys gweithgarwch creu coron a chystadleuaeth rhoi diemwnt ar y goron.



Yn ogystal, yn Ffordd Mancot yng Nglannau Dyfrdwy, Sir y Fflint, trefnodd Caroline Wilkinson barti stryd ar gyfer y preswylwyr.

“Bu'n ddigwyddiad mor hanesyddol felly penderfynais drefnu rhywbeth ar gyfer yr ystad. Roedd hi'n bwysig i mi roi rhywbeth i'm hwyrion ei gofio hefyd. Bu'r parti yn wych – cawsom tua 50 o bobl yn mynychu yn ystod y diwrnod.

“Roedd gasebo gennym ac roeddem wedi darparu bwyd. Roedd baneri Jac yr Undeb yn chwifio o un tŷ i'r llall hefyd ar hyd y stryd. Roedd rhywbeth i bawb mewn gwirionedd – cynhaliom bingo y Coroni a threfnom gastell neidio ar gyfer y plant.”

SIR DDINBYCH

Preswylwyr yn codi dros £2,000 ar gyfer elusennau

Trwy gydol 2022, mae pobl yng nghynllun gofal ychwanegol Nant y Môr wedi llwyddo i godi dros £2,000 ar gyfer elusennau sy'n agos i'w calon, diolch i gefnogaeth cyd breswylwyr, ffrindiau a theulu.

Roedd Cymdeithas Alzheimer, Plant mewn Angen, Beiciau Gwaed Cymru, Cŵn Tywys a banc bwyd a lloches lleol i fenywod ymhlith y rhai a gafodd rhywfaint o'r arian.

Cynhaliodd Alf a Mary Naylor arwerthiannau pen desg, gan godi arian ar gyfer Ambiwlans Awyr Cymru a Sefydliad Prydeinig y Galon.

Dywedodd Alf: “Mae codi arian yn fy ngwaed ac mae pawb yn

Nant y Môr mor gefnogol o'r hyn a wnawn. Mae pob elusen yn dibynnu ar arian er mwyn cyflawni'r gwaith rhyfeddol y maent yn ei wneud, ac rydym yn cael cryn foddhad o'r rhan fach yr ydym yn ei chyflawni wrth eu helpu.”

Mae Jean Carratero yn codi arian ar gyfer hosbis St Kentigern yn Llanellwy trwy wneud cardiau â llaw.

Bu Lily Whitley, cyd breswilydd, yn casglu rhoddion ar gyfer elusen



yn ystod sesiynau te prynhawn, a bu Tracey Griffiths yn sôn am Gŵn Tywys yng nghwmni Lara, ei chi labrador, a rhoddwyd yr elw i gynorthwyo gwaith elusen Cŵn Tywys, sy'n newid bywydau.

Cynnwys Preswylwyr

yn Nhai Wales & West



Heather Christian
Aelod RPSG

Beth yw cynnwys preswylwyr?

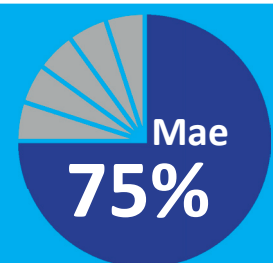
Mae gwneud y peth iawn a deall yr hyn sy'n bwysig wrth gynllunio a darparu gwasanaethau wrth wraidd yr hyn a wnawn. Mae cynnwys preswylwyr yn golygu clywed pob preswilydd. Mae gan bob preswilydd ddylanwad, waeth beth fo eu hamgylchiadau neu eu nodweddion. Mae'n ymwneud â chryfhau'r cysylltiadau rhwng staff a phreswylwyr er mwyn sicrhau gwelliant parhaus.

Nid oes yn rhaid i gynnwys preswylwyr fod yn broses ffurfiol neu gymhleth. Rydym yn ei wneud bob dydd wrth siarad gyda'n gilydd. Byddwch chi'n dweud wrthym yr hyn yr ydych yn ei hoffi, yr hyn nad ydych yn ei hoffi, a'r hyn y dylem ei wneud yn eich barn chi. Y peth allweddol i ni yw ein bod yn gwrando ac yn defnyddio'r hyn a glywn i adolygu ein gwasanaethau.

Adborth am gynnwys preswylwyr

Fel rhan o'n Harolwg Bodlonrwydd Preswylwyr 2022, holom am gynnwys preswylwyr. Roeddem yn dymuno deall sut y byddech yn dymuno cael eich cynnwys efallai, a gyda beth.

Dywedodd preswylwyr wrthym eu bod yn dymuno cynrychioli eu hunain a chael ymwneud yn uniongyrchol â materion sy'n effeithio arnynt. Roeddent yn ffafrio gwneud hyn trwy siarad â'u Swyddog Tai neu eu Swyddog Rheoli Asedau.



o breswylwyr yn credu ein bod yn gwrando ar eu safbwyntiau ac yn gweithredu yn eu cylch

Beth ydym yn dymuno iddo ei gyflawni?

Diben cynnwys preswylwyr yw datblygu'r gwasanaethau gorau ag y bo modd.

Mae cynnwys preswylwyr mewn ffordd ystyrlon yn golygu cael mwy o effaith. Mae'n arwain at wneud penderfyniadau gwell. Mae'n meithrin mwy o ymddiriedaeth.

Mae angen i weithgarwch cynnwys preswylwyr fod yn hyblyg, gan gynnig nifer o gyfleoedd. Rydym yn dymuno i chi allu gweld effaith cynnwys preswylwyr a sut y mae adborth wedi siapio cynllun a darpariaeth ein gwasanaethau.

Ffyrdd o gymryd rhan

- > Trwy siarad gyda'ch Swyddog Tai, eich Swyddog Datblygu Cymunedol, neu aelod arall o staff, a siarad am yr hyn sy'n bwysig i chi, rydych chi eisoes yn ymwneud â siapio'r gwasanaethau yr ydych yn eu cael.



*Herman Valentin
Swyddog Datblygu Cymunedol*

Ceir sawl ffordd arall o gymryd rhan hefyd.

> Rydym yn dymuno cael adborth am y penderfyniadau mawr. Bob chwe mis, byddwn yn cyhoeddi gwybodaeth ar ein gwefan ac yng nghylchgrawn In Touch am yr hyn yr ydym yn rhoi blaenoriaeth iddo i'w weithredu.



> Byddwn yn anfon neges e-bost neu'n ysgrifennu at breswylwyr sy'n dweud wrthym eu bod yn dymuno cael mwy o gyswllt gyda'n gweithrediadau busnes.

> Byddwn yn gwrando arnoch ac yn trefnu trafodaethau un-i-un er mwyn deall yr hyn sy'n bwysig a'r hyn a allai helpu i ddatrys problemau.

> Byddwn yn gwrando ar eich cymuned ac yn trefnu cyfarfodydd, yn ôl yr angen, er mwyn i grwpiau o breswylwyr rannu eu safbwyntiau a thrafod datrysiadau.

> Byddwn yn paratoi cynlluniau gweithredu ar gyfer preswylwyr, ni, a rhanddeiliaid eraill pan fo hynny'n briodol, gan gytuno ar drefniadau darparu gwasanaeth lleol.

> Byddwn yn sicrhau bod polisiau, adroddiadau a gwybodaeth ynghylch gwerthuso ar gael ar ein gwefan ac os bydd rhywun yn gofyn amdanynt.



Grŵp Llywio Cyfranogiad Preswylwyr

- > Mae ein Grŵp Llywio Cyfranogiad Preswylwyr (RPSG) yn grŵp o hyd at 18 preswlydd o bob cwr o Gymru sy'n helpu i dywys y ffordd yr ydym yn cynnwys preswylwyr. Maent yn ein helpu i ymgysylltu gyda chymaint ag y bo modd.
 - Cânt eu cynorthwyo gan ein Swyddog Strategaeth Cyfranogiad Preswylwyr. Rhoddir cymorth a hyfforddiant grŵp ac un-i-un i aelodau, gan gynnwys datblygu eu sgiliau digidol, er mwyn eu helpu i gymryd rhan weithredol mewn cyfarfodydd.

Os oes gennych chi ddiddordeb mewn cael gwybod mwy, neu ymuno ag RPSG, cysylltwch â **Claire Hammond, Swyddog Strategaeth Cyfranogiad Preswylwyr**, claire.hammond@wwha.co.uk
07766 832 692

I ddarllen ein **Strategaeth Cynnwys Preswylwyr** yn llawn, trowch at wwha.co.uk



“

Mae angen llais ar breswylwyr ac mae ein grŵp craidd yn cynnig y llais hwnnw!

Mae'n bwysig cael aelodau newydd, sy'n cynnig syniadau a safbwyntiau newydd i'r grŵp.

Mae ein mewnbwn wedi gwneud gwahaniaeth.

*Sian Hope
Aelod RPSG*

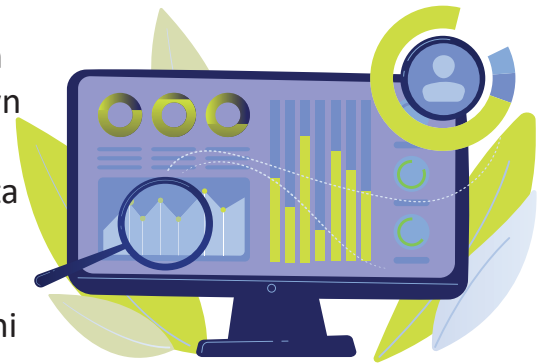
Sut ydym yn perfformio?

Dyma ein hadroddiad perfformiad diweddaraf sy'n ystyried y tri mis rhwng mis Ionawr a mis Mawrth 2023.

Fe'i cynlluniwyd i ddangos i chi, ein preswylwyr, sut yr ydym yn gwneud, a chynnig y cyfle i'n cwestiynu. Yn ogystal, mae'n gyfle i chi weld y meysydd lle'r ydym yn

ceisio gwneud gwelliannau ynddynt a chael dweud eich dweud am y ffordd y byddwn yn gwneud hynny.

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



Gosodiadau

Gosodom

204

cartref rhwng mis Ionawr a mis Mawrth 2023, roedd **184** yn rhai a osodwyd eto ac roedd **20** yn gartrefi newydd



Mae nifer o awdurdodau lleol yn wynebu lefelau digartrefedd uwch ac rydym yn gweithio gyda chynghorau ar draws Cymru er mwyn helpu'r rhai y mae angen cartref arnynt.

Neilltuwyd tua 4 o bob 10 cartref i deuluoedd ac unigolion digartref.

Eich adborth



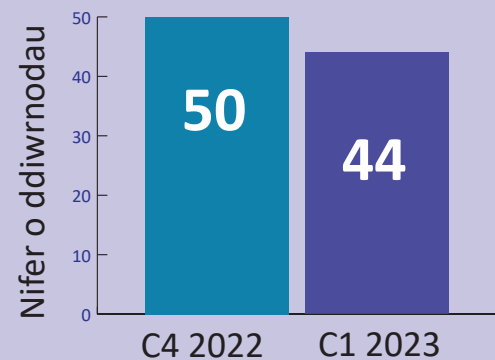
Pethau yr oeddech wedi hoffi:

- Lwfans er mwyn addurno
- Bod yr eiddo yn addas i'ch anghenion
- Y cymorth a gawsoch gennym



Roedd y sgôr bodlonrwydd – sef y sgôr y byddwch yn ei rhoi i ni am ein gwasanaeth wrth ddod o hyd i gartref – wedi codi i 8.8 allan o 10 yn ystod y chwarter hwn.

Ailosod ein heiddo



Mae ein gwaith i wella'r amser y mae'n ei gymryd i ailosod eiddo gwag wedi parhau i wella. Mae'n **44 diwrnod** ar hyn o bryd, sef yr isaf y mae wedi bod er 2019.

Gosodwyd 48% yn iawn y tro cyntaf, ac mae hyn yn golygu y derbyniwyd yr eiddo gan yr ymgeisydd cyntaf ar y rhestr aros.



Yr hyn yr ydych yn dymuno i ni ei wella:

- Gwaith trwsio heb ei gwblhau
- Glendid



Rhwng mis Ionawr a mis Mawrth eleni, cwblhaom

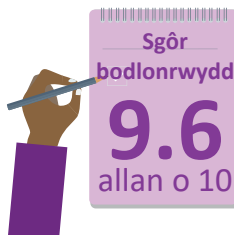
9,603
o dasgau trwsio

Mae'n 303 yn fwy na'r hyn a gwblhawyd erbyn yr un pryd y llynedd

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

69%

Roedd y ganran y llwyddwyd i'w trwsio y tro cyntaf wedi gostwng ychydig i 69 y cant.



Roedd y sgôr bodlonrwydd ar gyfer ein gwasanaeth trwsio wedi codi i 9.6 allan o 10 yn ystod y chwarter hwn

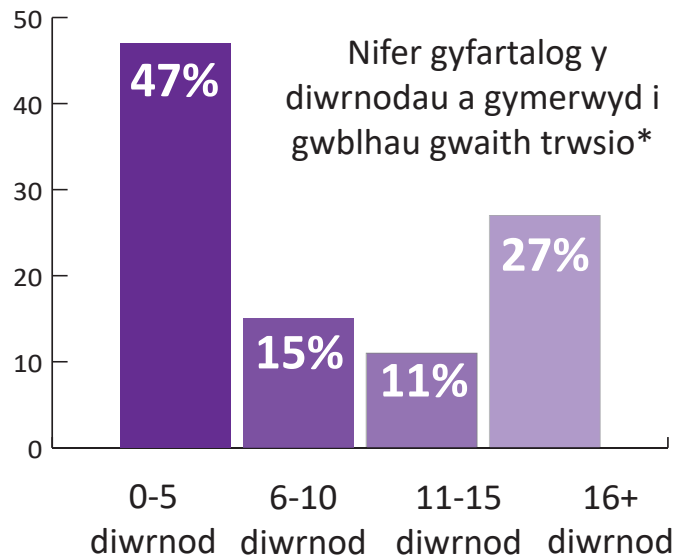
Gwaith trwsio a chynnal a chadw

Cafodd ein Tîm Trwsio gychwyn prysur i'r flwyddyn. Rhwng mis Ionawr a mis Mawrth, cawsant **20,519** o alwadau, a oedd ychydig yn is na'r nifer a gafwyd yn ystod y tri mis blaenorol. Roedd dros 4 o bob 10 galwad yn ystod y cyfnod hwn yn ymwneud â gwresogi.

Yn ystod y cyfnod hwn, buom yn canolbwyntio ar ymchwilio i broblemau gyda lleithder a llwydni yn ein cartrefi hefyd.



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



Gwaith trwsio trydanol
10 diwrnod ar gyfartaledd

Gwaith trwsio ar systemau gwresogi
8 diwrnod ar gyfartaledd



Rhwng mis Ionawr a mis Mawrth cadwyd at 100% o'r apwyntiadau a drefnwyd

Eich cadw yn ddiogel

Yn eich cartrefi rhwng mis Ionawr a mis Mawrth cynhalïom:

9,682 o archwiliadau diogelwch/
gwasanaethu nwy

11,196 o brofion trydanol



Mewn ardaloedd cymunol yn ein cynlluniau, cynhalïom:

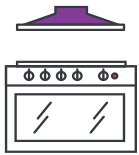
300 o asesiadau risg tân

164 o archwiliadau asbestos

75 o archwiliadau dŵr



Rhwng mis Ionawr a mis Mawrth eleni, gosodom



90

cegin



44

ystafell ymolchi



95

o foeleri



fffenestri
mewn

44

cartref



34

drws
ffrynt

36

drws
cefn



Eich adborth



Pethau yr
oeddech wedi
hoffi:

- Hawdd adrodd
- Cadwyd at apwyntiadau
- Ymddygiad ein gweithwyr



Yr hyn yr ydych
yn dymuno i ni ei
wella

- Nid oedd gofyn gwneud unrhyw waith pellach i'r gwaith trwsio
- Ansawdd y gwaith
- Nid yw'r gwaith atgyweirio wedi para

Yn ystod tri mis cyntaf 2023, gosodom dechnolegau ynni glanach fel paneli PV (solar) a storio mewn batris neu inswleiddio walïau allanol (EWI) a ffenestri newydd er mwyn sicrhau eu bod yn defnyddio ynni mewn ffordd fwy effeithlon, mewn **42 cartref**. Dros y misoedd nesaf, byddwn yn gwneud gwaith ôl-osod mewn **172 cartref** pellach, gan gynnwys gosod Pympiâu Gwres Ffynhonnell Aer mewn rhai cartrefi yng Ngorllewin Cymru.

Rhenti

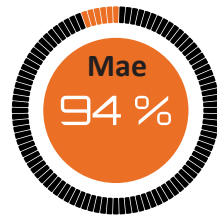
Mae mwy o breswylwyr wedi bod yn troi at ein Swyddogion Cymorth Tenantiaeth (TSOs) am gymorth ariannol wrth i'r argyfwng costau byw effeithio ar gymaint o bobl dros fisoedd y gaeaf.

Mae nifer o aelwydydd wedi bod yn cael anhawster wrth ymdopi â chostau ynni, costau bwyd a chostau cartref sy'n codi. Mae'r TSOs ychwanegol a benodom y llynedd wedi bod yn helpu i fodloni'r galw cynyddol.

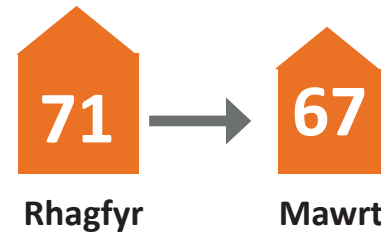
Rhwng mis Ionawr a mis Mawrth, buont yn cynorthwyo bron i 1,100 o breswylwyr gydag ôl-ddyledion rhent, newidiadau i fudd-daliadau a dyledion.

Rhoddont 190 o dalebau banc tanwydd i breswylwyr a oedd yn byw mewn sefyllfa o dlodi tanwydd ac yr oedd ganddynt fesuryddion rhagdal, cynnydd o'i gymharu â'r 145 a ddsbarthwyd yn ystod y chwarter blaenorol.

Yn ogystal, buont yn helpu preswylwyr ar draws Cymru i sicrhau cyfanswm o £66,000 ar ffurf Taliadau Tai Dewisol (DHP).



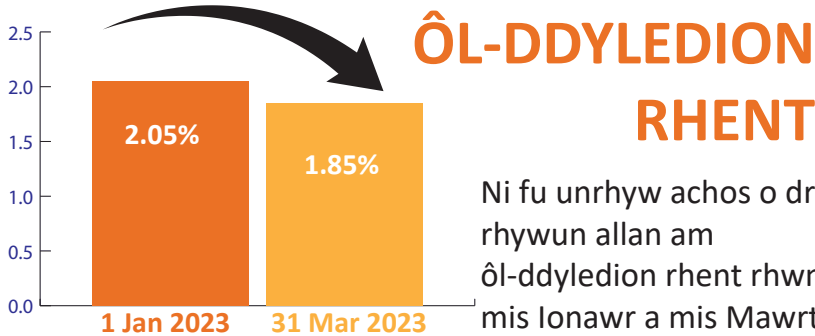
o breswylwyr yn talu eu rhent fel y trefnwyd gyda'u Swyddogion Tai, sef y lefel uchaf ers i ni ddechrau cofnodi'r wybodaeth hon dair blynedd yn ôl



Roedd lefel ôl-ddyledion 67 o breswylwyr yn uchel ar ddiwedd mis Mawrth, gostyngiad bach o'i gymharu â'r 71 ar ddechrau'r flwyddyn



Erbyn diwedd mis Mawrth, roedd 6488 o bobl yn talu trwy gyfrwng trefniant Debyd Uniongyrchol, sef y ffordd symlaf o dalu eich rhent.



Ymddygiad gwrthgymdeithasol

Rydym yn cynnal adolygiad o'n system ymddygiad gwrthgymdeithasol er mwyn deall yn well yr hyn y mae ei angen ar breswylwyr. Cynhelir yr adolygiad yn ystod yr haf, pan fydd nifer yr adroddiadau am YG mewn anghydfodau rhwng cymdogion a swm, yn uwch. Byddwn yn gwrandao ar yr hyn y mae preswylwyr yn gofyn i ni ei wneud pan fyddant yn adrodd am broblem lle y maent yn byw.

Yn dilyn yr adolygiad, rydym yn bwriadu ailgynllunio ein gwasanaeth er mwyn bodloni anghenion preswylwyr.

140
o achosion
gweithredol

Bu gostyngiad yn nifer yr achosion YG ar lefel is, i 104 o'i gymharu â'r un cyfnod yn ystod blynyddoedd blaenorol.

Ar hyn o bryd, rydym yn delio â 61 o achosion newydd o ymddygiad gwrthgymdeithasol difrifol a adroddwyd i ni yn

ystod tri mis cyntaf y flwyddyn.

Mae hwn yn gynydd o'i gymharu â'r sefyllfa yn ystod y chwarter blaenorol, pan adroddwyd am 49 achos, ond mae'n is na'r swm a welwyd yr un pryd yn ystod blynyddoedd blaenorol.

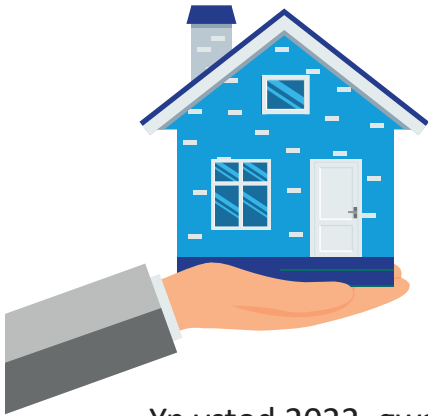
Y tri mater mwyaf cyffredin yr adroddir amdanynt yw:

**Anghydfod rhwng
cymdogion**

**Cam-drin
domestig**

Swm

Sut yr ydym yn rhedeg ein busnes



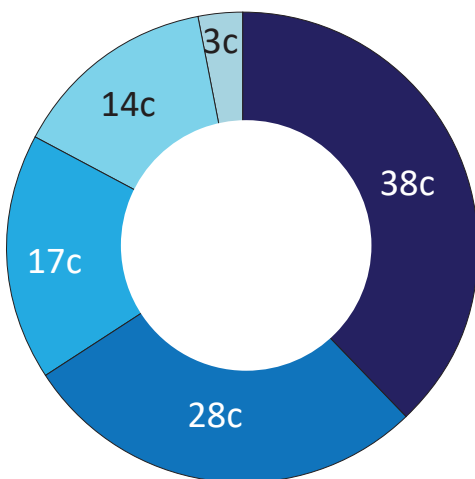
Yn ystod 2022, gwariom

£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.

Dyma sut y gwariom
pob £1

o'ch rhent yn ystod 2022



Cynnal a chadw ac uwchraddio ein cartrefi

Pobl

Llog ar fenthyciadau

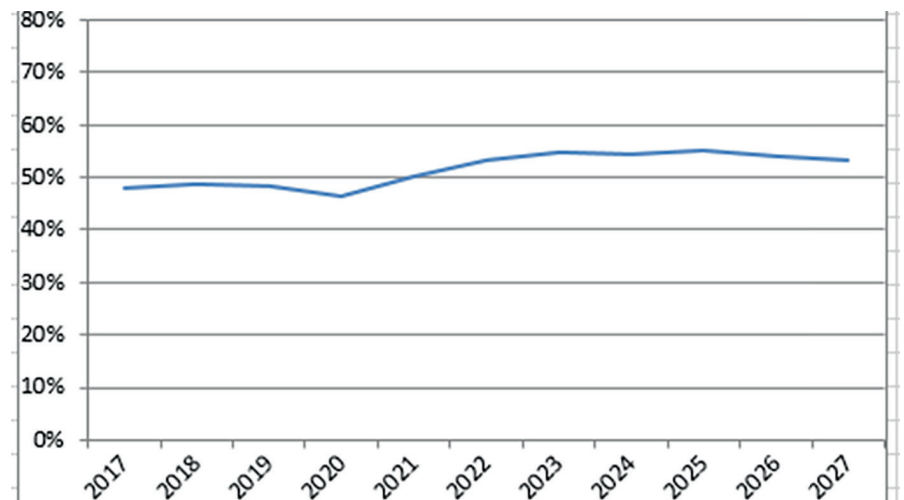
Gorbenion

Cartrefi newydd

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.



— Costau gweithredol fel canran o'r referniw

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, gatiâu a rheiliau.



Adweithiol

Disodli cydrannau

Gwaith trwsio mawr

Cylchol

Cyffwrdd

Sut yr ydym yn rhedeg ein busnes

Rhwng mis Ionawr a mis
Mawrth, cawsom

342 galwad

y dydd am waith trwsio a
gwresogi a

180 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 **21 eiliad**
- Tîm Gwasanaethu Nwy oedd **20 eiliad**
- Tîm Cymorth Tai oedd **39 eiliad**

Cafodd ein Tîm Trwsio **20,817 galwad** rhwng mis Hydref a mis Rhagfyr. Dyna nifer uchaf y galwadau a gafwyd yn ystod y flwyddyn. Cafodd ein Tîm Cymorth Tai **8,554 galwad** yn ystod yr un cyfnod.

Cwynion

Cawsom
gyfanswm o:

14
cwyn

Mae hyn un yn llai na'r nifer a gawsom yn ystod y chwarter blaenorol, a bron hanner y swm a gawsom yn ystod yr un cyfnod y llynedd, sef 27.

Beth nesa?

Caiff Strategaeth Amrywiaeth a Chynhwysiant newydd ei datblygu gyda mewnbwn y Bwrdd, ynghyd â'r holl staff trwy gyfrwng arolwg a grwpiau ffocws.

Yn debyg iawn i'r ffordd yr ydym wedi adrodd i chi am y Strategaeth Cynnwys Preswylwyr yn y rhifyn hwn, ar ôl datblygu'r strategaeth lawn, byddwn yn rhoi adborth i chi yn In Touch. Mae sicrhau bod y ffordd yr ydym yn gweithio yn deg i staff a

phreswylwyr o'r pwys mwyaf.

Yn ogystal, rydym yn croesawu nifer o Gyfarwyddwyr newydd i'r sefydliad er mwyn helpu i fwrw ymlaen gyda'r gwaith o fabwysiadu ein strategaethau, ein prosiectau corfforaethol a'n hamcanion busnes newydd, megis cynnwys preswylwyr, EDI a rheoli Asedau (y soniom wrthych amdanynt yn ystod y Gwanwyn). Cynlluniwyd y newidiadau i wneud ein gwasanaethau yn well

fyth wrth i ni sicrhau cynnydd cyflym gyda'n prosiectau a'n cynlluniau.

Fel yr amlinellwyd yn y strategaeth Cynnwys Preswylwyr (tudalennau 11-14), os hoffech gael gwybod mwy am ein hamcanion busnes neu'r ffordd yr ydym yn gwneud pethau, cysylltwch â ni trwy anfon e-bost at contactus@wwha.co.uk

Pam prynu rhywbeth pan allwch chi ei fenthyca?

A ydych chi'n dymuno gwneud ychydig waith garddio neu DIY yn ystod yr haf eleni? Byddai'n gymaint haws pe bai gennych chi yr offer cywir ar gyfer y gwaith.

Fodd bynnag, mae teclynnau ac offer pweredig yn gallu bod yn ddrud.

Mae Benthyc Cymru yn sefydliad sy'n ei gwneud yn haws ac yn fwy fforddiadwy i fenthyca.

Mae Benthyc Cymru yn sefydliad nid-er-elw sy'n cynorthwyo rhwydwaith o gymunedau, ac yn eu helpu i ddatblygu Llyfrgell Pethau, y gall pobl eu benthycu am ffi fechan.

Pam benthycu?

Yn syml, mae gormod o bethau gennym, felly mae Benthyc Cymru yn credu mewn rhannu. Nid oes angen dril ar bawb, nid oes lle gan bawb i storio pethau, ac ni all pawb fforddio prynu'r pethau y mae eu hangen arnynt. Mae Benthyc Cymru yn dymuno sicrhau bod pethau yn cael eu defnyddio am amser mor hir ag y bo modd. Trwy fenthyca, maent yn helpu pobl i fyw bywyd mwy cynaliadwy. Mae llai o bethau yn golygu llai o effaith ar y blaned.

Mae ganddynt rwydwaith o lyfrgelloedd yng Ngogledd, De, Gorllewin a Chanolbarth Cymru ac maent wedi benthycu dros 3,500 o eitemau.

Y tri eitem mwyaf poblogaidd yw chwipolchwyr, peiriannau glanhau carpedi a gasebos ac mae

benthycu'r rhain wedi arbed dros £100,000 i bobl.

Gallwch roi eitemau defnyddiol i'ch Llyfrgell Pethau leol hefyd, neu wirfoddoli er mwyn helpu i redeg y lyfrgell leol.

Am ragor o wybodaeth, trowch at www.benthyc-cymru.org



Llyfrgelloedd lleol

Gogledd

- Bws Benthyc, Smithfield Road, Dinbych
- Bws Benthyc, Llys Daniel Owen, Yr Wyddgrug CH7 1AP

De

- Splott Benthyc Y Sblot, Gerddi Rheilffordd, Stryd Adeline, Caerdydd, CF24 2BH
splott.benthyc.cymru
- Barry Benthyc, 74 Heol Holton, Y Barri, CF63 4HE
- ACE Benthyc, 460 Gorllewin Ffordd y Bont-faen, Trelái, Caerdydd, CF5 5BZ

- Benthyc Penarth, The Kymin, Beach Rd, Penarth, CF64 1JX

Canolbarth a Gorllewin Cymru

- Benthyc Llandrindod, Temple Chambers, Cilgant i'r De, Powys, LD1 5DH
- Pembrokeshire Circle, Norman Industries, Snowdrop Lane, Hwlfordd, SA61 1JB

Cadw'n ddiogel rhag Clefyd y Llengfilwyr



Fel arfer, gwelir clefyd y llengfilwyr yn y penawdau pan geir achos difrifol ohono, fodd bynnag, adroddir am tua 30 o achosion bob blwyddyn yng Nghymru. Mae'r bacteria sy'n achosi'r clefyd yn bresennol ar lefelau diogel mewn nifer o fannau. Er bod y risg i chi yn eich cartref yn isel iawn, mae'r wybodaeth hon yn esbonio'r hyn y gallwn oll ei wneud i gadw'n ddiogel.

Beth yw clefyd y Llengfilwyr?

Mae clefyd y llengfilwyr yn haint ar yr ysgyfaint a achosir gan facteria Legionella. Os byddwch yn anadlu dafnau bychain iawn o chwistrell gan ddŵr sy'n cynnwys lefelau uchel o'r bacteria, gall fynd i mewn i'ch ysgyfaint ac achosi haint, y mae ei symptomau yn ymdebygu i symptomau'r ffliw. Mae'r symptomau cynnar yn cynnwys cyhyrau poenus, blinder, pennau tost, peswch sych a gwres.

Er y gallai unrhyw un gael eu heintio, mae'r clefyd yn fwy tebygol o effeithio ar bobl dros 45 oed, ysmygwyr, y rhai sy'n yfed tipyn, y rhai sydd â chlefyd ar eu harenau neu broblemau anadlu, a'r rhai sy'n dioddef salwch

hirdymor neu sy'n gwella ar ôl bod yn sâl.

Ni fydd pawb a fydd yn cael cysylltiad gyda'r bacteria yn mynd yn sâl, nid oes modd ei drosglwyddo o un person i'r llall, ac ni allwch ei gael trwy yfed dŵr wedi'i heintio.

Gellir gweld y bacteria mewn niferoedd bychain mewn systemau dŵr fel y rhai yn y rhan fwyaf o gartrefi. Yr unig bryd y bydd yn dod yn broblem yw pan roddir yr amser a'r amodau cywir i'r bacteria luosi i lefelau peryglus, megis pan na chaiff y dŵr ei ddefnyddio am gyfnod hir.

Beth ydym yn ei wneud i'ch cadw chi yn ddiogel?

Yn ein cartrefi lle y ceir systemau dŵr cymunol, byddwn yn rheoli diogelwch y dŵr trwy sicrhau bod y dŵr poeth yn boeth, a bod y dŵr oer yn oer. Mae mor syml â hynny! Byddwn yn monitro'r tymheredd yn rheolaidd a byddwn yn sicrhau ein bod yn storio cyn lleied o ddŵr ag y bo modd ar draws ein cynlluniau. Yn ogystal, byddwn yn fflysio cawodydd, toiledau a basnau ymolchi cymunol os na fyddant yn cael eu defnyddio yn aml iawn.

Camau i'w cymryd er mwyn bod yn ddiogel yn eich cartref

Bydd rhan fwyaf y bobl yn defnyddio digon o ddŵr mewn dydd i fflysio eu system yn llawn, felly nid oes fawr iawn o siawns y bydd cyfanswm y bacteria yn lluosu i lefelau a fyddai'n achosi niwed.

Gall y camau hyn eich helpu i gadw'n ddiogel yn eich cartref:

Defnyddiwch eich tapiau yn y gegin i brofi'r dŵr poeth ac oer

Os na fydd eich dŵr poeth yn teimlo mor boeth ag arfer ar ôl ychydig funudau, neu os na fydd eich dŵr oer yn teimlo'n oer, adroddwch am hyn i ni.

Os byddwch i ffwrdd o'ch cartref am dros wythnos

Argymhellwn eich bod yn rhedeg y dŵr ar ôl i chi ddychwelyd. Gallwch wneud hyn trwy redeg y gawod am ychydig funudau cyn i chi ei defnyddio, fflysio eich toiled sawl gwaith (ar ôl cau sedd y toiled), a rhedeg y tapiau yn y sinciau hefyd. Mae'r un peth yn wir am dapiau a chawodydd nad ydych yn eu defnyddio yn aml. Sicrhewch eich bod yn rhedeg dŵr trwyddynt am o leiaf ddwy funud bob wythnos.



Ffoniwch ni ar unwaith ar 0800 052 2526:

- Os bydd eich dŵr oer yn aros yn gynnes (dros 20°C) ar ôl i chi ei redeg am ychydig funudau
- Os bydd unrhyw raean, baw neu slwtsh yn y dŵr neu os bydd wedi newid lliw
- Os na fydd y boeler neu'r tanc dŵr poeth yn gweithio'n iawn, yn enwedig os na fydd y dŵr poeth o leiaf 50°C ar ôl iddo redeg am funud.

Glanhau, digennu a diheintio eich pen cawod

Dylech wneud hyn bob 3-6 mis neu'n amlach na hynny os bydd calchgen, llwydni neu dyfiant algae i'w weld.

Os ydych yn defnyddio pibell ddŵr neu bwll padlo yn eich gardd

Argymhellwn eich bod yn ei ddraenio ar ôl gorffen ei ddefnyddio, gan ddatgysylltu'r beipen fel na fydd unrhyw ddŵr yn sefyll yno.

Os oes gennych chi gasgen ddŵr yn eich gardd

Dylech ddefnyddio'r dŵr gyda chan dŵr yn hytrach na phibell er mwyn lleihau'r peryglon o greu chwistrell.

Os oes gennych chi sba neu dwba twym

Sicrhewch ei fod yn cael ei gadw'n lân ac yn rhydd rhag baw a malurion.

Peidiwch â tharfu ar y gosodiadau ar eich boeler neu'ch system dŵr poeth

Dylai'r dŵr a gaiff ei storio fod yn 60°C gan mai tymheredd uchel yw'r ffordd orau o reoli tyfiant y bacteria. Gall hyn olygu mwy o risg y byddwch yn llosgi fodd bynnag, felly dylech gymryd gofal, yn enwedig os oes gennych blant.

Cofiwch bod y risg o ddal clefyd y Llentfilwyr o'r system ddŵr yn eich eiddo yn hynod o isel. Rydym yn rhoi blaenoriaeth i'ch diogelwch a bydd y wybodaeth hon yn eich helpu chi a'ch teulu i fyw bywyd diogel yn eich cartref.

Os bydd gennych chi unrhyw gwestiynau am ddiogelwch dŵr, ffoniwch

0800 052 2526

Carly Hodson
Rheolwr Datblygu Gyrfa



Rhoi help llaw yn ystod yr haf

Mae'n haf rhoi help llaw wrth i bobl a chymunedau ar draws y wlad dorchi eu llewys ac ymuno â chynllun Help Llaw Mawr.

Nod Help Llaw Mawr yw codi ymwybyddiaeth o wirfoddoli ledled y DU a chynnig cyfleoedd i bobl gael profiad o wirfoddoli a gwneud gwahaniaeth yn eu cymunedau.

Cychwynnodd yr ymgyrch ar ddydd Llun 8 Mai ar ôl Coroni y Brenin, pan ddaeth 6 miliwn o bobl ynghyd i roi eu hamser er mwyn cynorthwyo mudiadau lleol.

Mae nifer o elusennau mwyaf adnabyddus y DU eisoes wedi cofrestru a gallwch ymuno â ni hefyd gan bod Help Llaw Mawr ar agor i unrhyw unigolyn neu sefydliad.

Beth bynnag fo'r achos sy'n agos i'ch calon, gallwch gymryd rhan. Gallai hynny olygu helpu yn eich lloches anifeiliaid lleol, paentio waliau yn eich canolfan gymunedol, helpu gyda chlwb

chwaraeon lleol ar gyfer pobl ifanc, neu roi help llaw i'ch banc bwyd lleol.

Os oes gennych chi ddi-ddordeb ond nid ydych yn siŵr a ydych yn dymuno gwneud ymrwymiad hirdymor, gallai hon fod yn ffordd wych o weld a yw gwirfoddoli yn rhywbeth addas i chi.

Cofrestrwch eich manylion ar wefan Help Llaw Mawr, thebighelpout.org.uk, er mwyn i chi allu cael gwybodaeth am gyfleoedd yn eich ardal chi sy'n cyd-fynd â'ch diddordebau. Mae'r wefan yn fyw, felly os na fyddwch yn gweld cyfle sy'n tanio eich diddordeb ar unwaith, peidiwch gofidio, byddwch yn cael gwybod am gyfleoedd newydd wrth iddynt godi.

Ceir ap y gallwch ei lawrlwytho hefyd er mwyn cysylltu â sefydliadau sy'n chwilio am help.



Pam gwirfoddoli?

Mae sawl rheswm dros wirfoddoli. Yn ôl gwaith ymchwil gan y Cyngor Cenedlaethol Mudiadau Gwirfoddol, mae 73% o wirfoddolwyr yn dweud bod cymryd rhan yn rhoi mwy o hyder iddynt.

Mae'r manteision eraill yn cynnwys cyfle i:

- wneud gwahaniaeth cadarnhaol
- gwella hunan-barch a lles
- sicrhau profiad gwaith gwerthfawr
- cael hyfforddiant o ansawdd uchel a meithrin sgiliau newydd mewn rhai rolau gwirfoddoli

Gwirfoddoli Cymru

Mae Gwirfoddoli Cymru yn blatfform digidol sy'n cynnal cannoedd o gyfleoedd gwirfoddoli ar draws Cymru mewn un man, gan sicrhau ei bod yn hawdd dod o hyd i rywbeth sydd o ddiddordeb i chi. Caiff ei redeg gan Gymorth Trydydd Sector Cymru, ac mae'r wefan yn gweithio fel gwefan recriwtio am wirfoddolwyr. Bydd mudiadau gwirfoddol yn postio eu swyddi gwirfoddoli gwag ar y wefan, a gall defnyddwyr cofrestredig bori trwy'r hysbysebion nes iddynt ddod o hyd i rywbeth addas. Mae'n agored i unrhyw un sy'n dymuno gwirfoddoli – yr unig beth y bydd angen i chi ei wneud yw cofrestru am ddim i weld yr hyn sydd ar gael. volunteering-wales.net

- defnyddio eich sgiliau a'ch gwybodaeth er mwyn helpu'r gymuned leol
- cyfarfod pobl newydd
- teimlo eich bod yn cael eich gwerthfawrogi a'ch bod yn rhan o dîm

Gwylwch y fideo hwn i ddysgu mwy am Help Llaw Mawr:



<https://vimeo.com/809035349>

Os hoffech wirfoddoli yn eich cymuned chi ac os ydych chi'n hawlio cymorth ariannol gan y Llywodraeth, holwch yr Adran sy'n talu eich budd-daliadau cyn i chi ymrwymo i unrhyw wirfoddoli.

Staff yn gwirfoddoli yn y gymuned



Yn ystod yr Wythnos Gwirfoddolwyr ym mis Mehefin (1-7 Mehefin) gwelwyd grŵp o staff Tai Wales & West yn torchi eu llewys ac yn mynd ati i baentio mewn prosiect cymunedol yn Ysgol Gynradd Brynconin, Llandysilio.

Gyda gweithwyr o gontractwyr partner Jones Brothers (Henllan) Ltd, buont yn gwirfoddoli er mwyn gwella ymddangosiad yr ysgol dros hanner tymor.

Darparwyd y paent gan yr awdurdod lleol, darparwyd yr offer gan ein cwmni cynnal a chadw, Gwasanaethau Cynnal a Chadw Cambria, a darparwyd y llafur gan ein Tîm Datblygu

Sefydliadol a staff o Jones Brothers (Henllan) Ltd.

Bu'n rhan o'n gwaith cymunedol yn yr ardal, lle'r ydym wedi rhoi contract i Jones Brothers (Henllan) Ltd i adeiladu 20 o gartrefi newydd ar safle Fferm Pencnwc East yn Llandysilio.



Gwneud Gwahaniaeth

Bob blwyddyn, mae nifer o bobl a phrosiectau ysbrydoledig yn ein cymunedau yn cael help, diolch i'n cronfa Gwneud Gwahaniaeth.

Y llynedd, roedd y gronfa, sy'n cynnwys cyfraniadau gan ein partneriaid cyflenwi a chontract i raddau helaeth, wedi cynorthwyo

31 o fentrau cymunedol a 58 o weithgareddau gan breswylwyr.

Roedd y rhain yn amrywio o gefnogi pantrioedd bwyd a digwyddiadau cymunedol i bobl o bob oed, i noddi clybiau chwaraeon ar gyfer pobl ifanc ar draws Cymru. Ariannom hamperi

Nadolig a digwyddiadau o Wrecsam i Ben-y-bont ar Ogwr yn rhannol, gan helpu mudiadau lleol i ddarparu offer chwarae y gall preswylwyr iau eu mwynhau.

Dyma rai o'r prosiectau niferus a gefnogom yn ystod 2022:

Caeau Chwarae Coffa Dinas, Sir Benfro



Trwy ddarparu cyllid o'n Cronfa Gwneud Gwahaniaeth, bu modd i'r gymdeithas cae chwarae ar gyfer pentref Dinas uwchraddio offer chwarae a gosod weiren wib fel rhan o brosiect ehangach a oedd yn cynnig oriau o weithgareddau hwyliog i blant hŷn yn yr ardal.

Bydd teuluoedd a fydd yn symud i'r 17 o gartrefi teuluol newydd a adeiladom yn yr ardal yn gallu mwynhau'r cyfleusterau am flynyddoedd lawer.



Heb y cyllid gan WWH, ni fyddem wedi gallu prynu'r weiren wib. Roedd yn ddarn o offer allweddol ar gyfer ein lle chwarae, a phan ymgynghorom â'n cymuned, hwn oedd yr un mwyaf poblogaidd hefyd. Mae'r plant hŷn yn y pentref wir wedi ei fwynhau ac maent yn gwneud defnydd helaeth ohono.

Bu'r adborth gan y gymuned yn gadarnhaol iawn ac wrth basio'r caeau chwarae, gallwch weld faint yn fwy y caiff yr ardal ei defnyddio.

Elin Jones, caeau chwarae Dinas

Clwb Pêl-droed Shotton Town United



Roedd tîm pêl-droed ieuentid, a sylfaenwyd ar ethos cyfle cyfartal i bawb, wedi llwyddo i dalu am y cit ar gyfer eu chwaraewyr ar ôl cael nawdd gennym.

Dywedodd Brian Valentine, sylfaenydd Shotton Town United,

bod ein rhodd o'n cronfa Gwneud Gwahaniaeth i dalu am y cit ar gyfer chwaraewyr a hyfforddwy wedi cymryd 'pwysau enfawr oddi ar ysgwyddau pawb' yn ystod yr argyfwng costau byw."

Mae wedi bod yn rhedeg am



Mae'r rhodd gan Dai Wales & West i dalu am y cit ar gyfer chwaraewyr a hyfforddwy wedi tynnu pwysau enfawr oddi ar ysgwyddau pawb yn ystod yr argyfwng costau byw.

Sir y Fflint yw un o'r ardaloedd mwyaf difreintiedig yng Nghymru, felly rydym yn gwybod bod cryn galedi yma. Penderfynom eleni, o ganlyniad i haelioni'r cwmni, na fyddem yn codi tâl ar unrhyw un am y cit. Mae'r holl blant wedi cael cit am ddim, ac mae hyn wedi cymryd cryn bwysau oddi ar ysgwyddau rhieni, ac mae'r cyllid wedi helpu i dalu am hyfforddiant yr hyfforddwy hefyd.

Brian Valentine, sylfaenydd Shotton Town United

wyth mlynedd ar ôl i Brian a rhai rhieni eraill sefydlu'r clwb ar sail y gred 'y dylai pob plentyn chwarae', gan alluogi pobl ifanc i gael hyfforddiant a phrofiad o chwarae mewn gemau, beth bynnag fo eu cefndir neu eu gallu.

Clwb Pêl-droed Rumney Juniors



Llwyddodd clwb pêl-droed Rumney Juniors yng Nghaerdydd i dalu am y cit ar gyfer tri tîm a phrynu pyst gôl newydd gan ddefnyddio ein nawdd.



Diolch unwaith eto am eich help. Mae ein clwb yn parhau i dyfu wrth i fwy o dimau merched a thimau cymysg gael eu hychwanegu. Mae'r nawdd gan Dai Wales & West wedi cael effaith anferthol. Mae ein cit yn hyrwyddo unffurffedd ac mae'r offer yn caniatáu i ni sicrhau bod mwy o blant yn cymryd rhan yn y gêm hardd. Hoffem ddiolch i Dai Wales & West am eu parodrwydd i fuddsoddi yn ein clwb a mawr obeithiwn bod hyn yn ddechrau perthynas dros y tymor hir.

Clwb pêl-droed Rumney Juniors

Roedd grwpiau a mentrau amgylcheddol eraill a gefnogom gyda chymorth ein contractwyr fel a ganlyn:

- Cwrt Finch, Llandrindod
- Cwrt Limebourne, Caerdydd



- Grŵp garddio Penhill, Caerdydd
- Garddwyr Tŷ Gwaunfarren, Merthyr Tudful
- Maes Y Môr, Aberystwyth
- Grŵp Afonydd Caerdydd
- Grŵp cymunedol Mannau Agored Cyngor Cymuned Maenclochog yn Sir Benfro
- Grŵp Gwirfoddol Gwyrd Lôn Cwm, Llandrindod

Sir Gaerfyrddin



Mae Logan Dagnall yn ei ardegau ac mae'n mwynhau mwy o annibyniaeth ers i'w deulu symud i'w byngalo a addaswyd yn arbennig yng Nghaerfyrddin.

Ganwyd Logan, sy'n 15 oed, gyda pharlys yr ymennydd, ac mae'n defnyddio cadair olwyn. Roedd ei deulu wedi bod yn aros dros bum mlynedd am gartref addas a fyddai'n gallu bodloni anghenion Logan.

Fis Tachwedd y llynedd (2022), symudodd Logan, a'i fam, ei dad a'i chwaer hŷn, o'u cartref rhent preifat i'w cartref newydd yng Nghlos Tawelan, Caerfyrddin.

Mae'r byngalo yn cynnwys ystafell wlyb hollol hygyrch ar y llawr gwaelod, drysau llydan fel y gall Logan symud o gwmpas yn ei gadair olwyn a drws ffrynt trydan gyda rampiau er mwyn cynnig mynediad hawdd iddo i mewn ac allan o'i gartref.

Yn y gegin, gosodom hob y mae modd ei godi neu ei ostwng, sy'n caniatáu i Logan goginio pan fydd yn dymuno gwneud hynny, ac mae offer codi yn yr ystafell

wely a'r ystafell ymolchi yn helpu Logan i fynd i mewn ac allan o'i gadair olwyn.

Dywedodd Donna, mam Logan: “Yn ein hen dŷ, roedd grisiau yn arwain i fyny ac i lawr o'r ardd, nad oedd yn rhy ffôl pan oedd Logan yn iau, oherwydd y gallwn ei gario i fyny ac i lawr. Ond nid oes unrhyw bosibilrwydd y gallaf godi bachgen 15 oed.

“Roedd gennym lifft grisiau yn yr hen dŷ hefyd, ond nid oedd fawr ddim lle i Logan fynd o le i le yn ei gadair.

“Mae'r tŷ newydd hwn wedi cael ei addasu ar gyfer Logan ac anghenion ein teulu. Mae wedi rhoi ei annibyniaeth yn ôl iddo. Gall goginio pryd y mae'n dymuno a mynd i mewn ac allan fel y mae'n dymuno.”

Mae Clos Tawelan yn ddatblygiad o 18 o dai a fflatiau, a adeiladwyd ar safle hen gartref gofal

Tawelan a oedd yn cael ei redeg gan y cyngor. Fe'i adeiladwyd mewn partneriaeth â Llywodraeth Cymru, Cyngor Sir Gâr a TRJ Building Solutions.



Sir Benfro



“Mae’n mynd i fod yn braf cael rhywle i’w alw yn gartref. Mae’n anodd sicrhau sefydlogrwydd pan fyddwch yn rhentu lle preifat”

Mae Iwan Jones yn weithiwr porthladd lleol ac mae ef a’i bartner Emma yn un o’r teuluoedd cyntaf i symud i’n datblygiad tai fforddiadwy newydd ym mhentref Dinas yn Sir Benfro, sy’n boblogaidd ymhlith twristiaid.

Adeiladwyd Parc Brynach ar safle hen sgubor ac mae’n ddatblygiad o 11 tŷ, pedwar fflat a dau fyngalo sy’n cynnig cartrefi modern am rhent fforddiadwy i bobl leol.

I Iwan, Emma a’u mab 13 mis oed, symud i Barc Brynach fydd y pumed tro iddynt symud mewn pedair blynedd – ac maent yn gobeithio mai hwn fydd y tro olaf iddynt symud am gryn amser.

“Mae gorfod symud trwy’r amser yn peri cymaint o straen. Mae’n anodd sicrhau sefydlogrwydd pan fyddwch yn rhentu lle preifat,” dywedodd Iwan, a oedd yn gwario £650 y mis ar rhent.

“Bu’n rhaid i ni symud o gwmpas gan bod ein landlordiaid wedi bod yn gwerthu eu heiddo. Nid yw hi fyth yn hawdd dod o hyd i le newydd i’w rentu gan bod cymaint o gystadleuaeth. Mae’n ddrudd

rhentu lle preifat yn yr ardal.

“Nid ydym mewn sefyllfa i fforddio prynu ein cartref ein hunain.”

Symudodd y pâr i bentref Dinas o Abergwaun, lle y mae Iwan yn gweithio yn nherfynfa Fferïau Stena ac mae Emma yn gweithio mewn cymdeithas adeiladu.

“Roeddem wedi bod ar restr aros y cyngor am bron i dair blynedd, felly pan gawsom y cyfle i gael cartref ym mhentref Dinas, roeddem mor gyffrous.

“Mae’n mynd i fod yn dda cael rhywle i’w alw yn gartref â gardd go iawn. Nid ydym fyth wedi cael gardd o’r blaen.”

Mae Susan Stickler yn bensiynwraig ac mae hi’n gobeithio hefyd y bydd symud i Barc Brynach yn gychwyn ffres iddi. Bu farw ei gŵr anabl y llynedd, felly penderfynodd Susan adael ei chartref Tai Wales & West a addaswyd yn arbennig ym mhentref cyfagos Trefdraeth, a symud yma.

“Addaswyd ein hen gartref ar gyfer fy ngŵr a oedd wedi colli ei goesau. Roedd yn gartref hyfryd,



ond roedd symud yn teimlo fel y penderfyniad iawn, fel y gallai rhywun arall sydd mewn angen gael budd o’r tŷ.”

“Roedd cymaint o atgofion yn yr hen dŷ, felly mawr obeithiaf y bydd symud i bentref Dinas yn cynnig cychwyn ffres i mi a’r cyfle i wneud atgofion newydd.”



Sganiwch y cod QR hwn i ddarllen mwy am y preswylwyr ym Mharc Brynach.

Crefft gwneud ffrindiau newydd

Gall gwneud ffrindiau newydd fod yn anodd, ac efallai y bydd nifer o bobl yn teimlo'n unig ar ryw adeg yn ystod eu bywydau.

Efallai eich bod wedi dioddef profedigaeth neu efallai bod perthynas yr oeddech ynddi wedi chwalu, efallai eich bod wedi symud i ardal newydd, swydd newydd neu ysgol newydd, a cholli cysylltiad gyda hen ffrindiau.

Er nad problem iechyd meddwl yw unigrwydd, yn ôl elusen iechyd meddwl Mind, ceir cyswllt cryf rhwng y ddau. Gall cael problem iechyd meddwl olygu eich bod yn fwy tebygol o deimlo'n unig hefyd.

Un o'r ffyrdd y gallwch reoli unigrwydd yw ffurfio cysylltiadau newydd. Mae ymuno â dosbarth neu grŵp sy'n seiliedig ar eich hobiau neu'ch diddordebau, boed hynny ar-lein neu wyneb yn wyneb, yn ffordd dda o wneud cysylltiadau newydd.

Mae gwirfoddoli yn ffordd arall o gyfarfod pobl newydd, gydag effaith ychwanegol bod helpu eraill yn gallu peri i chi deimlo'n well yn feddyliol hefyd.

Canfu Barbara Edwards a Liz Metcalfe, sy'n breswylwyr, bod rhannu cariad tuag at waith celf, a gychwynnodd ar-lein, wedi eu helpu i wneud ffrindiau newydd.

Aethant ati i sefydlu Grŵp Blitz Art, sy'n cyfarfod bob dydd Llun yng Nghwrt Sylvester yn Wrecsam, ac sy'n helpu i leihau unigrwydd ac arwahanrwydd, gan addysgu sgiliau newydd i bobl.

Cyfarfu Barbara a Liz mewn dosbarth celf ar-lein yn ystod pandemig Covid ar ôl i Barbara ddechrau paentio am y tro cyntaf

ar ôl dioddef salwch difrifol lle y bu'n brwydro am ei bywyd.

Pan gollodd Liz ei gŵr y llynedd, penderfynont ganolbwyntio eu hangerdd dros waith celf ar sefydlu grŵp wythnosol newydd a fyddai'n cynnig cyfle i bobl ddod ynghyd.

Sefydlwyd Blitz Art ac mae wedi tyfu, ac mae dwsin o bobl yn ei fynychu yn rheolaidd erbyn hyn.

Dywedodd Liz: "Rydw i'n dwli ar addysgu ac mae cymryd rhan yn y grŵp wedi fy helpu yn aruthrol ers i mi golli fy ngŵr. Rydw i'n edrych ymlaen i'r dosbarth bob wythnos ac rydw i'n mwynhau treulio amser gartref yn paratoi ar gyfer pob gwers. Mae'n bleser mawr pan fyddwch yn gallu gweld bod y myfyrwyr yn mwynhau eu hunain."

Cafodd y grŵp help gan Dai Wales & West, a ddarparodd gyllid ar gyfer deunyddiau celf.

Mae'r gweithgareddau yn amrywio o waith dyfrlliw i glymau zen i greu gemwaith. Ond law yn llaw â'r dysgu, cael cyswllt gyda phobl arall yw'r peth pwysicaf, dywedodd Barbara.

"Gosodir gwersi bob wythnos, ond mae'n ymwneud yn fwy â mynd allan a chyfarfod pobl a rhoi cynnig arni," dywedodd. "Rydw i'n hapus bod pobl yn dod ynghyd, maent yn dwli gwneud hyn."

Dywedodd Eirwen Price, preswlydd: "Ymunais gan ei fod yn rhywbeth gwahanol ac roeddwn yn dymuno cyfarfod pobl newydd. Nid oeddwn yn credu y byddwn yn gallu ei wneud, ond rydw i'n dwli arno. Ceir cwmnïaeth a byddwn yn cael cymaint o hwyl."

Mae'r grŵp yn cynnig cysylltiad cymdeithasol pwysig ar gyfer Siân Hope hefyd.

"Rydw i wedi bod yn gwneud gwaith crefft ers blyneddau, felly pan soniodd Liz ei bod yn sefydlu'r grŵp, neidiais at y cyfle i gymryd rhan," dywedodd. "Mae dysgu pethau newydd drwy'r amser yn llawer o hwyl. Rydw i wedi cyfarfod pobl newydd a hen ffrindiau."

Am ragor o wybodaeth ynghylch sut i ddelio â theimladau unigrwydd, trowch at [mind.org.uk/information-support/tips-for-everyday-living/loneliness/useful-contacts/](https://www.mind.org.uk/information-support/tips-for-everyday-living/loneliness/useful-contacts/)



“

Mae'n ymwneud â mynd allan a chyfarfod pobl a rhoi cynnig arno, rydw i'n hapus bod pobl yn dod ynghyd, maent yn dwli arno.

Barbara Edwards

”



Cysylltiadau defnyddiol

Gwasanaeth Cymorth a Lles i Denantiaid, gwybodaeth a chyngor er mwyn ymdopi ag unigrwydd ar gyfer preswylwyr Tai Wales & West, www.tsws-assist.co.uk

Reengage, gweithgareddau cymdeithasol ar gyfer pobl dros 75 oed nad ydynt yn cael unrhyw gymorth cymdeithasol neu fawr iawn o gymorth cymdeithasol, reengage.org.uk

Age Cymru (Wales), gwybodaeth a chymorth ar gyfer pobl hŷn, **0300 303 44 98** ageuk.org.uk/cymraeg/age-cymru/

Rhwydweithiau Cyfeillio, gwybodaeth am gyfeillio, gan gynnwys cyfeiriadur ar-lein o wasanaethau cyfeillio yn y DU befriending.co.uk

Gwirfoddoli Cymru, gwybodaeth am gyfleoedd gwirfoddoli yng Nghymru, www.volunteering-wales.net/cy

Mae **The Silver Line** yn cynnig cymorth, gwybodaeth, cyfeillgarwch a chyngor am ddim i unrhyw un dros 55 oed y gallent fod yn teimlo'n unig neu'n ynysig, **0800 4 70 80 90** thesilverline.org.uk

POSAU

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

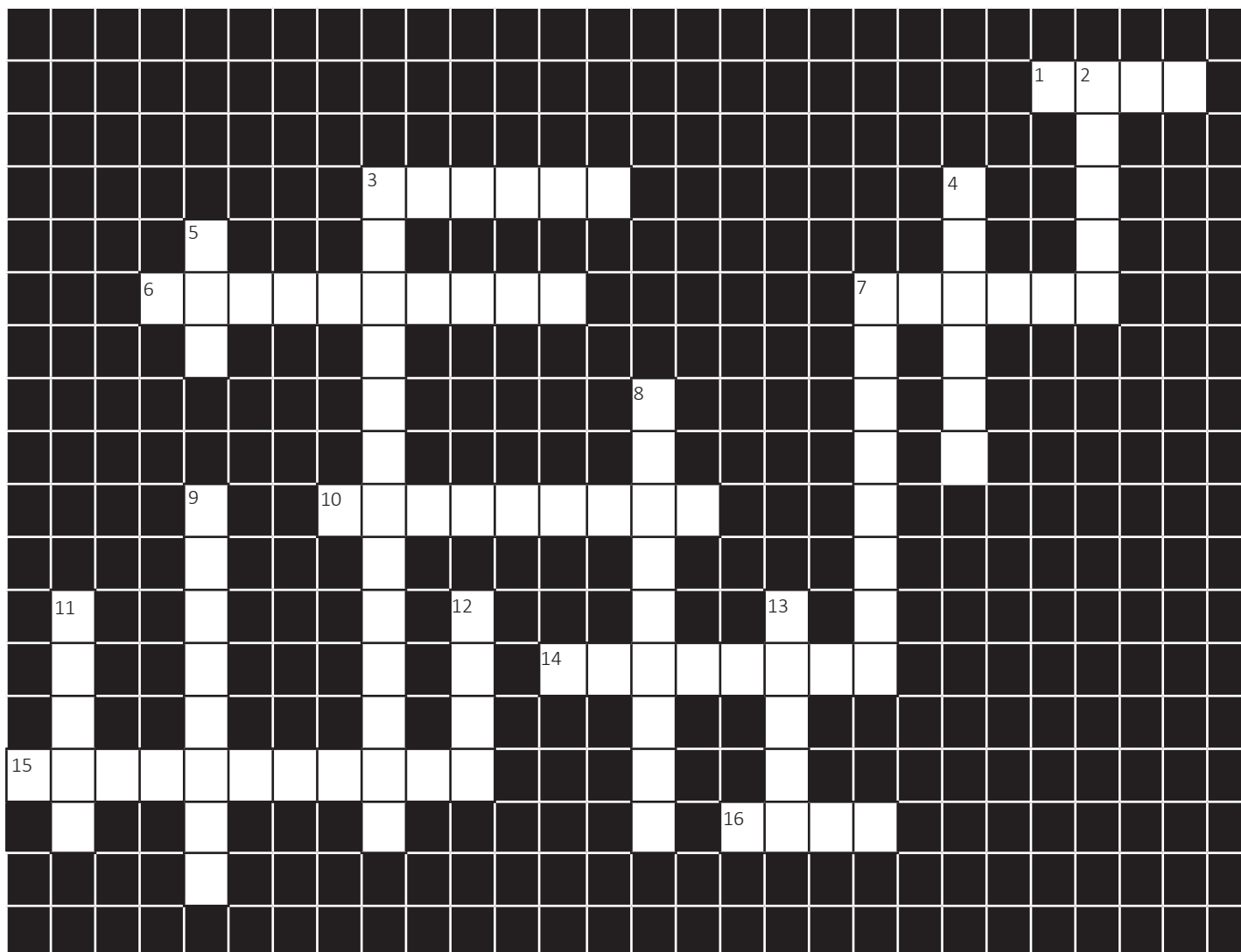
H C A J G R A C P P B D E H N
 O W U U W J E M I T G W H P E
 G A Y F E I C G L J P F E E G
 N C U A R D O L F F I N C N N
 C A W W D F B I E C G M D S I
 T A B B N E C H N W N I L B N
 W N T W S P N W I C A M E L W
 E C A H R P M N M F W E L L C
 D C J F A C O M E S R C U M U
 H U U M F D A D H S N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

CAMEL
 CATH
 CEFFYL
 CEIRW
 CI
 CRWBAN
 CWNINGEN
 DEFAID
 DOLFFIN
 HWYADEN
 MOCHYN
 PENGWIN
 LLEW
 ELIFFANT
 BOCHDEW
 MWNCI
 NEIDR
 ADERYN

Pos Swdocw

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

Croesair



AR DRAWS

1. Uned cof cyfrifiadurol (4)
3. Pwynt sy'n wynebu'r cefn ar fwa saeth (6)
6. Planhigyn gardd lliwgar (3,1,6)
7. Hongian o gwmpas (6)
10. Casineb (9)
14. Safle (8)
15. Gwisg nos lled-ffurfiol i ddyn (6,5)
16. Cilio (4)

I LAWR

2. Bwrdd a ddefnyddir i siapio ewinedd bysedd(5)
3. Cân boblogaidd ar Nos Galan (4,5,4)
4. Rheoli (6)
5. Aderyn ifanc (3)
7. Sbardun (8)
8. Tân awyr agored (8)
9. Datblygu'n llawn (8)
11. Gweddillion o'r gorffennol (5)
12. Teithio ar y piste (4)
13. Aelod o'r fyddin(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.wales

Pen-y-bont ar Ogwr

- Pantrioedd 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 Cyfeirywyr 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 llysiâu ar gael i aelodau. Aelodaeth cost isel splo-down.org
- Map cymorth costau ar gyfer Caerdydd – chwiliwch am ganolfannau clyd, oergelloedd cymunedol, pantrioedd 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 Nhrefn Ioan, Caerfyrddin xcelfurniture.co.uk/
- Banc Bwyd Caerfyrddin carmarthen.foodbank.org.uk/

Ceredigion

- Bwyd Dros Ben Aber – mae'n aiddosbarthu bwyd dros ben ymhlith y gymuned yn Aberystwyth aberfoodsplus.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 cwydn 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 Pantrioedd 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 pryddau arbennig i aelwydydd mewn argyfwng. Ffoniwch 01244 819543 neu [trowch at cancook](http://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 aiddosbarthu 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

Wrexham

- 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 wrexham.gov.uk

Diwrnod ym mywyd...

Cynghorydd Dewisiadau Tai

Codi'r ffôn i ddweud wrth bobl y mae gwir angen to dros eu pennau arnynt eu bod yn gallu symud i gartref Tai Wales & West, yw un o'r uchafbwyntiau yn swydd Karin Davies.

Mae Karin yn un o'n tîm o Gynghorwyr Dewisiadau Tai sy'n gweithio i gyfateb cartrefi gwag Tai Wales & West gyda theuluoedd ac unigolion sydd mewn angen.

Mae Karin a'r Tîm Dewisiadau Tai (HOT) yn gweithio gydag awdurdodau lleol i gyfateb y rhai y mae angen cartref fforddiadwy arnynt fwyaf ac y maent ar frig rhestrau aros y cyngor gyda chartrefi Tai Wales & West pan fyddant ar gael.

Pan fydd preswlydd yn symud allan o'u cartref presennol, neu pan gaiff datblygiad WWH newydd ei gwblhau ac mae'n barod i'w osod, bydd y lle gwag yn mynd i'r HOTS. Yn gyntaf, hysbyseb ir cartref sydd ar gael gyda'r awdurdod lleol, yna bydd y tîm HOTS yn llunio rhestr fer er mwyn cyfateb y cartref gyda phobl addas ar y rhestr aros, gan ddibynnu ar anghenion unigolion. Mae'r broses yn gwahaniaethu gan ddibynnu ar ba un o'r 14 awdurdod lleol y mae'r cartref ynddo.

"Rydw i'n dwli pan fyddwch yn ffonio rhywun ac maent ar ben eu digon o gael cynnig eiddo," dywedodd Karin, a ymunodd â HOTS fis Hydref y llynedd ar ôl bod yn gweithio i Fentrau Castell.

"Weithiau, ni fydd yr ymgeiswyr hyd yn oed wedi gweld yr eiddo, ond maent mor hapus gan nad oes cartref ganddynt, neu mae ganddynt anghenion meddygol, ac maent yn gwybod y bydd yr eiddo yn gwneud eu bywyd ychydig yn fwy pleserus iddynt."

"Bydd ein tîm yn dod i mewn ar ddechrau taith preswlydd gyda WWH, felly mae'n bwysig ein bod yn meithrin perthynas dda gyda nhw. Rydym yn cymryd gofal er mwyn sicrhau bod y cartrefi yr ydym yn eu cynnig yn addas ac yn fforddiadwy i ymgeiswyr," dywedodd.

I Karin, sy'n gweithio yn ein swyddfa yn y Gorllewin, tasg gyntaf ei hwythnos waith yw diweddarau'r awdurdodau lleol a'r gofrestr tai cyffredin gan nodi'r oll eiddo nad ydynt yn wag mwyach, fel y gellir tynnu pobl sydd wedi derbyn eiddo oddi ar y rhestrau aros.

"Mae hon yn rhan braf o'r swydd gan ei fod yn golygu bod pobl wedi symud i mewn ac maent yn cychwyn ar bennod newydd yn eu bywydau," dywedodd Karin.

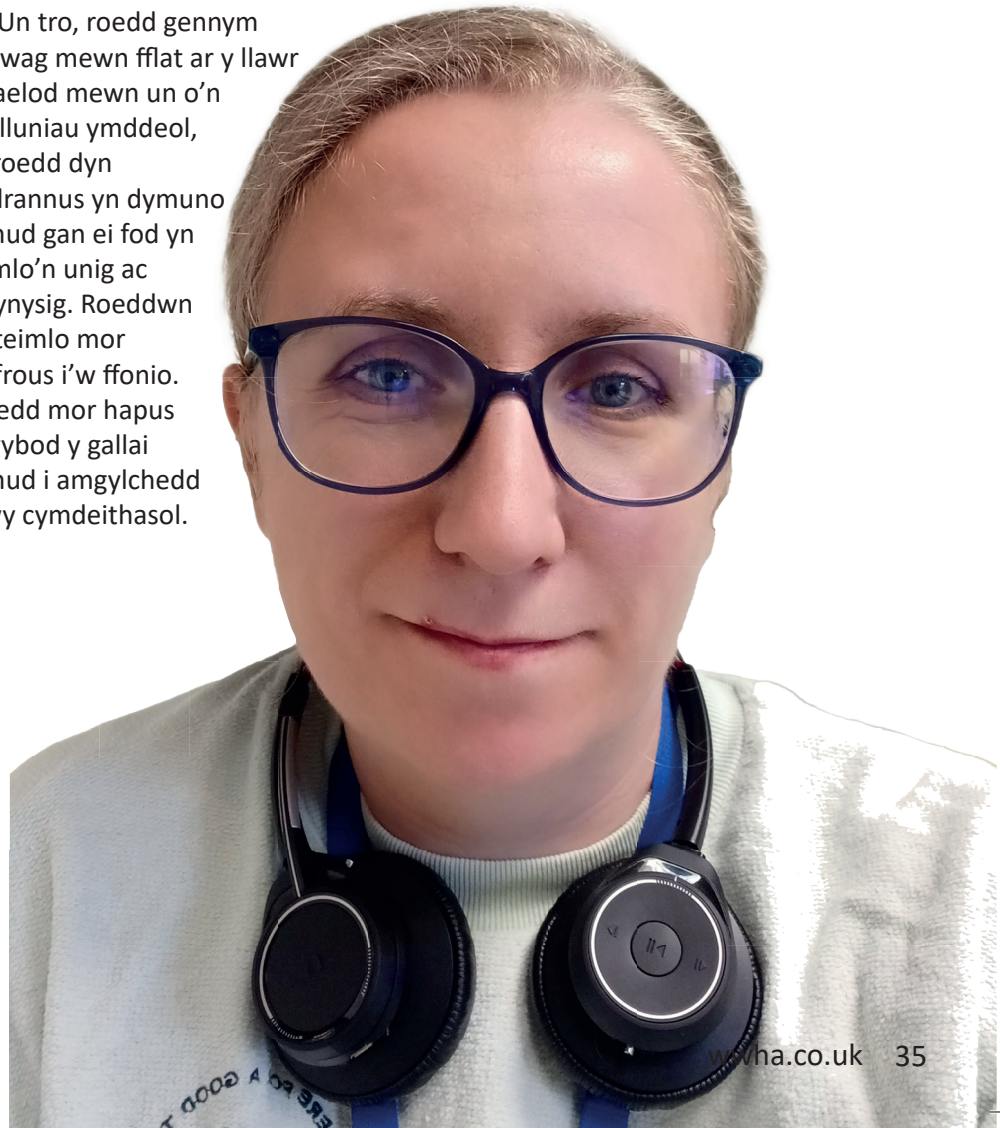
"Un tro, roedd gennym le gwag mewn fflat ar y llawr gwaelod mewn un o'n cynlluniau ymddeol, ac roedd dyn oedrannus yn dymuno symud gan ei fod yn teimlo'n unig ac yn ynysig. Roeddwn yn teimlo mor gyffrous i'w ffonio.

Roedd mor hapus o wybod y gallai symud i amgylchedd mwy cymdeithasol.

"Ar achlysur arall, ffoniais un fenyw i ddweud wrthi bod gennym eiddo ar ei chyfer. Roedd hi mor awyddus i symud i mewn fel ei bod wedi dweud wrthyf ei bod yn fy ngharu.

"Mae achosion fel hyn yn dangos ein bod yn gwneud gwahaniaeth i fywydau pobl, a hwn yw'r teimlad gorau; gwybod bod bywyd rhywun ychydig bach yn well gydag un o'n cartrefi ni."

Karin Davies
Cynghorydd Dewisiadau Tai



Gosodwyd paneli solar ar ein cartrefi newydd ym Mharc Brynach ym mhentref Dinas, Sir Benfro, er mwyn helpu i ostwng biliau ynni.

Trowch at dudalen 29 i gyfarfod rhai o'n preswylwyr sy'n galw Parc Brynach yn gartref erbyn hyn.

