

In Touch

HYDREF 2022

Plant yn
camu'n ôl i'r
gorffennol

Cyngor ariannol i'ch
helpu yn ystod yr
argyfwng costau byw

Diogelu eich arian
rhag sgamwyr

Syniadau er mwyn
gwastraffu llai a sicrhau bod
eich bwyd yn para yn hirach

Ydy'ch teulu chi'n cael prydau ysgol am ddim?

Wrth i gostau byw barhau i godi, efallai y bydd rhai o'n cwsmeriaid yn ei chael hi'n anodd fforddio talu am bethau hanfodol dros gyfnod yr haf.

Rydym yma i'ch helpu, drwy arbed hyd at £230 o'ch bil dŵr.



Mae ein cyngorwyr cyfeillgar yn barod i siarad â chi'n gyfrinachol os dymunwch.

Os ydych yn cael unrhyw un o'r budd-daliadau canlynol, gallech fod yn gymwys i gael cymorth ariannol:

- Credyd Pensiwn
- Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar Incwm (JSA)
- Cymhorthdâl Incwm
- Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn seiliedig ar Incwm (ESA)
- Credyd Treth Plant
- Credyd Treth Gwaith
- Credyd Cynhwysol
- Budd-dal Tai
- Gostyngiad/Cymorth Treth Gyngor



Ffoniwch ni i drafod eich opsiynau
0800 052 6058

Ewch i'n gwefan am ragor o wybodaeth
dwrcymru.com/HelpGydaBiliu

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 Darganfod ffyrdd o wneud ein cartrefi yn fwy fforddiadwy i'w rhedeg yn y dyfodol
- 6 O gapsiwlau amser yn Sir y Fflint i focsys chwarae yn Sir Benfro, crynodeb o'ch newyddion diweddaraf chi
- 13 Cyngor er mwyn rheoli eich cyllideb fel aelwyd
- 14 Yma i helpu: mam i bedwar yn trawsnewid ei bywyd gyda chymorth ein Swyddogion Cymorth Tenantiaeth
- 17 Sut yr ydym yn gwneud – ein hadroddiad perfformiad chwarterol diweddaraf
- 24 Rydym ar frig rhestr yr adeiladwyr tai cymdeithasol yng Nghymru
- 28 Manteisio i'r eithaf ar eich bwyd

Ewch ati i gymdeithasu gyda Tai Wales & West



Facebook
facebook.com/
wwhousing



Twitter
@wwha



LinkedIn
linkedin.com/
company/wwha



Instagram
instagram.com/
wwhousing

Gwnaethpwyd pob ymdrech i sicrhau cywirdeb y wybodaeth yn y cyhoeddiad hwn. Wrth i'r sefyllfa newid yn gyson, 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.



Neges gan Anne

Croeso i rifyn yr hydref o In Touch. Wrth i ni wynebu misoedd tywyllach yr hydref, mae'n anodd osgoi effaith yr argyfwng costau byw ar ein bywydau, ein cartrefi a'n cymunedau.

Yn Nhai Wales & West, rydym wedi ymrwmo i gynnig cymaint o gyngor a chymorth ag y gallwn er mwyn helpu ein preswylwyr trwy'r cyfnod anodd hwn.

Yn y rhifyn hwn, byddwn yn canolbwyntio ar y pethau y gallwch chi eu gwneud i sicrhau bod eich arian yn mynd yn bellach.

Bydd ein Swyddogion Cymorth Tenantiaeth (TSOs) yn rhannu eu cyngor diweddaraf am y cymorth ariannol sydd ar gael a sut y gallwch chi hawlio'r hyn yr ydych chi'n gymwys i'w gael.

Gyda chymaint o bobl yn sôn am fod yn ofalus gyda'u cyllidebau, mae ein TSOs yn cynnig cyngor ynghylch ble i ddechrau arni a rhai o'r pethau y

gallwch chi geisio eu gwneud er mwyn sicrhau bod eich arian yn mynd yn bellach.

Yn anffodus, mae cyfnodau anodd yn golygu bod rhai pobl wastad yn barod i gamfanteisio ar y rhai agored i niwed, felly rydym yn amlygu rhai o'r sgamiau diweddaraf i fod yn ymwybodol ohonynt ar y cyfryngau cymdeithasol ac mewn negeseuon testun.

Ar nodyn ymarferol, byddwn yn ystyried ffyrdd o siopa mewn ffordd fwy clyfar, gyda syniadau ynghylch sut i sicrhau bod eich siopa bwyd yn para'n hirach.

Mawr obeithiaf y byddwch yn cael rhai syniadau yn y rhifyn hwn er mwyn eich helpu chi a'ch teulu.

Fel arfer, cysylltwch os bydd gennych chi unrhyw gwestiynau neu awgrymiadau.

Anne Hinchey
Prif Weithredwr y Grŵp

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.



Sicrhau bod cartrefi yn gynnes ac yn fforddiadwy i fyw ynddynt

Mae nifer o breswylwyr sy'n symud i'n cartrefi newydd yn dweud eu bod yn hoffi'r teimlad o ddiogelwch y mae eu cartref newydd yn ei gynnig iddynt.

Mae adeiladu cartrefi yn y man cywir ac yn y ffordd gywir yn ffactor pwysig y byddwn yn ei ystyried. Mae cael cartref sy'n hawdd byw ynddo yn brif ffactor arall pan fyddwn yn adeiladu.

Ar hyn o bryd, rydym yn adeiladu tua 780 o gartrefi newydd ac rydym yn bwriadu adeiladu 1,000 o gartrefi pellach, wrth i ni chwarae ein rhan wrth helpu Llywodraeth Cymru i gyflawni ei hymrwymiad i adeiladu 20,000 o gartrefi rhent cymdeithasol newydd dros y dair blynedd nesaf.

Adeiladir ein cartrefi newydd mewn ffordd sy'n sicrhau y byddant wedi cael eu hinswleiddio'n dda er mwyn cadw drafft allan a chadw'r gwres i mewn. Trwy wneud hyn, dylai fod yn hawdd byw ynddynt a dylai'r biliau ynni fod yn is. Fe'u cynlluniwyd i fod yn hawdd i'w cynnal a'u cadw hefyd er mwyn cadw taliadau gwasanaeth yn fforddiadwy.

Yn ogystal, rydym yn ystyried

ffyrdd y gallwn gynnwys technolegau carbon isel sy'n arbed ynni yn ein cartrefi hŷn.

Ddwly flynedd yn ôl, lansiodd Llywodraeth Cymru ei Phrosiect Ôl-osod er mwyn Optimeiddio, gan weithio gyda landlordiaid cymdeithasol ac awdurdodau lleol er mwyn buddsoddi mewn ffyrdd o leihau swm y carbon y bydd cartrefi Cymru yn ei gyfrannu i'r hinsawdd, a hefyd, eu gwneud yn fwy fforddiadwy i'w gwresogi, gan fynd i'r afael â thlodi tanwydd.

Fel rhan o hyn, rydym yn gweithio ar nifer o brosiectau ymchwil ar hyn o bryd er mwyn gosod technolegau newydd sy'n arbed ynni yn ein cartrefi hŷn, megis pypmiau gwres ffynhonnell aer, systemau awyru/gwres mecanyddol, paneli PV (solar) a batris a/neu ffenestri a drysau newydd er mwyn datgarboneiddio ein cartrefi. Rydym yn cynnal rhai o'r prosiectau hyn gyda'n partneriaid, Ysgol Bensaerniaeth Cymru a Grŵp Sero.

Gwelir enghraifft o'r gwaith hwn yng Nglannant, Llechryd yng Ngheredigion, lle'r ydym yn gweithio gydag Ysgol Bensaerniaeth Cymru i gynnal

prawf mewn chwe chartref.

Gosodwyd y canlynol yn y cartrefi:

- ffenestri a drysau newydd er mwyn gwella'r inswleiddio
- mwy o ddeunydd inswleiddio yn y llofft
- deunydd inswleiddio ar y waliau allanol (EWI), a gynlluniwyd i gadw gwres yn y cartref, a gwella'r ymddangosiad allanol hefyd
- paneli solar (PV) ar y to
- batris er mwyn storio unrhyw drydan a gaiff ei gynhyrchu yn ystod y dydd, y bydd modd ei ddefnyddio gyda'r hwyr
- unedau awyru yn y llofft i leihau cyddwysiad trwy ddisodli aer llaith gydag aer ffres wedi'i hidlo.

“Dewisom y cartrefi hyn gan eu bod yn dai pâr sy'n cynnwys 3 ystafell wely, a adeiladwyd yn y 1990au, ac maent yn rhai nodweddiadol o nifer fawr o'n cartrefi, esboniodd Vic Cox, Cyfarwyddwr Gwasanaethau Eiddo TWW.

“Roeddent wedi cael eu hinswleiddio'n wael hefyd ac roeddent yn ddrafftig, ac roeddent yn cynnwys systemau

Glannant cyn ...

gwresogi aneffeithlon. Roeddem yn dymuno darganfod a fyddai modd i ni sicrhau bod llai o wres yn cael ei gollu ac, yn ei dro, lleihau'r allyriadau carbon trwy gyflawni'r math hwn o waith.

“O ganlyniad i'r gwaith hwn, mae gan y preswylwyr gartrefi cynnes heb ddrafft, ac nid ydynt yn cael unrhyw broblemau gyda lleithder neu gyddwysiad.”

Mae gwaith monitro yn cael ei wneud nawr i ganfod pa wahaniaeth y mae'r gwelliannau yn ei wneud. Trwy gynhyrchu a storio eu trydan eu hunain, mae'n ymddangos bod y systemau newydd yn arbed 3000 kWh o drydan y flwyddyn i breswylwyr ar gyfartaledd, gan leihau swm yr ynni y bydd angen iddynt ei brynu o'r Grid Cenedlaethol dros 60 y cant. Mae'r allyriadau carbon lawer yn is hefyd.

Dywedodd Mr a Mrs Maskell, rhai o breswylwyr Glannant: “Mae'r deunydd inswleiddio ar y waliau allanol, y ffenestri a'r drysau newydd wedi bod yn ardderchog. Heb os, mae wedi gwneud gwahaniaeth wrth gadw'r tŷ yn gynnes.

“Rydym wedi arbed arian sylweddol ar ein biliau trydan hefyd gyda'r paneli PV a'r batri. Un fantais arall oedd bod y batri wedi cyflenwi pŵer pan gawsom doriad yn y prif

ac ar ôl

gyflenwad. Mae'n wych!”

Yn Rhiw Cae Mawr, Pen-y-bont ar Ogwr, rydym yn gweithio mewn partneriaeth ag Ysgol Bensaerniaeth Cymru hefyd, er mwyn gosod nifer o welliannau carbon isel mewn tŷ gwag, gan gynnwys EWI, ffenestri a drysau, paneli PV a batri a system awyru, i ddangos yr hyn y byddai modd ei wneud i wella cartrefi yn y dyfodol.

Fel rhan o'r prosiect Ôl-osod er mwyn Optimeiddio, rydym wedi gosod technolegau newydd, neu wrthi yn gosod technolegau newydd, yn yr ardaloedd canlynol ar hyn o bryd:

- batri a phaneli solar (PV) ym Maes Yr Onnen, Llanfair Caereinion, Powys, Cwrt Fictoria, Wrecsam, Trem Y Teifi, Llandysul, Cwrt Lavender a Chlos Chiswick, Pen-y-bont ar Ogwr
- ym Mharc Meiros, Drefach Felindre, rydym yn gosod systemau gwresogi hybrid er mwyn cyfuno eu boeleri olew presennol gyda phympiau gwres ffynhonnell aer, ynghyd â batri a phaneli PV
- deunydd inswleiddio ar waliau allanol, ffenestri a drysau newydd a systemau awyru ym Mro Castell, Pencader
- yng Nghwrt Odet yng Nghaerdydd, rydym wedi

dechrau ar y gwaith o osod system batri a phanel to PV solar i ganfod sut y bydd y dechnoleg yn gweithio i breswylwyr sy'n byw mewn fflatiau

- Yng Nghreigle, Ceinewydd, gosodwyd pypiau gwres ffynhonnell aer a batri storio gwres fel prawf mewn saith cartref.

Ychwanegodd Vic: “Dim ond gyda nifer fach o eiddo yr ydym yn gweithio ar hyn o bryd oherwydd ein bod yn dymuno dysgu am yr hyn sy'n gweithio orau i wahanol fathau o eiddo.

“Mae'n ymddangos bod cynnydd da wedi cael ei sicrhau hyd yn hyn, ac mae ein preswylwyr yn fodlon gyda'r gwaith a gyflawnom yn eu cartrefi. Fodd bynnag, mae'r math hwn o waith yn heriol ac mae'r tywydd yn gallu effeithio arno. Felly, bydd angen i ni barhau i ymchwilio i dechnolegau presennol, technolegau newydd a thechnolegau sy'n dod i'r amlwg er mwyn sicrhau bod unrhyw waith y byddwn yn ei gyflawni mewn cartrefi yn y dyfodol yn mynd i fod yn iawn ar gyfer math yr eiddo dan sylw a'i fod yn cynnig y budd mwyaf i'n preswylwyr.”



Capsiwl amser yn cofnodi datblygiad tai newydd ar safle hen eglwys

Bu plant ysgol yn cofnodi pennod newydd yn hanes safle hen eglwys bentref wrth iddynt blannu capsawl amser i ddisodli un a ddarganfuwyd yn ystod gwaith ar ddatblygiad tai.

Wrth ddymchwel yr adeilad er mwyn creu lle ar gyfer chwe chartref eco newydd, darganfu contractwyr Wales & West, Beech Developments, gapsawl amser a oedd yn cynnwys ffotograffau a dogfennau ynghylch yr hen Eglwys Ddiwygiedig Unedig (URC) yn Lloneurgain, Sir y Fflint.

Gwerthwyd yr hen eglwys URC, a agorodd ei drysau ym 1932, i Dai Wales & West yn 2018 fel rhan o Ffydd mewn

Tai Fforddiadwy, menter dan arweiniad Cyfiawnder Tai Cymru, i ryddhau tir dros ben ar gyfer tai fforddiadwy y mae cryn angen amdanynt.

Bellach, caiff yr hen gapsawl amser ei storio yn archifau'r eglwys, ac mae plant o ysgol gynradd Ysgol Owen Jones yn Lloneurgain wedi bod yn creu un newydd.

Mae eu capsawl yn cynnwys gwaith o brosiect ysgol am hanes Lloneurgain, ynghyd â lluniau o'r ysgol ac o ddigwyddiadau sy'n dangos sut beth yw'r ysgol yn 2022.

Fe'i claddwyd y tu allan i'r cartrefi newydd ar Stryd Fawr

Lloneurgain cyn cwblhau'r gwaith adeiladu.

Bwriedir cwblhau chwe chartref newydd ar y safle eleni. Mae hyn yn bosibl oherwydd cyllid rhannol a sicrhawyd gan Raglen Tai Arloesol Llywodraeth Cymru.

Dywedodd Gary Cook, Rheolwr Datblygu Rhanbarthol Tai Wales & West: "Roedd darganfod y capsawl amser gwreiddiol yn brofiad mor unigryw ac annisgwyl, fel ein bod yn awyddus i weithio gyda'r gymuned leol i greu un newydd.

"Diolch i bawb yn Ysgol Owen Jones am eu gwaith caled a'u creadigrwyd wrth baratoi'r capsawl amser newydd hwn, a fydd yn helpu i gofnodi cyfnod

Croeso hwyllog i ymwelwyr â Chwrt Western



Plant o Ysgol Owen Jones yn ymuno â staff o WWH, Beech Developments a Housing Justice Cymru i gladdu eu capsiwl amser newydd

pwysig arall i'r safle hwn yn Llaneurgain.

“Rydym wrth ein bodd y bydd y tir hwn, a oedd yn dir eglwysig yn flaenorol, yn cael ei ddefnyddio unwaith eto gan ddarparu cartrefi fforddiadwy ar gyfer y gymuned.”

Dyweddodd Gareth Caughter, Pennaeth Ysgol Owen Jones: “Mae wedi bod yn gyfle gwych cael cymryd rhan ym mhrosiect y capsiwl amser a heb os, roedd y capsiwl amser gwreiddiol wedi ysbrydoli'r plant i greu eu capsiwl amser eu hunain, y bydd modd i genedlaethau'r dyfodol ei ddarganfod.”



Mae preswylwyr yng Nghwrt Western, Caerdydd, yn mwynhau'r blodau llachar sy'n croesawu ymwelwyr wrth fynedfa eu cynllun.

Mae Malcolm Trapnell (Ilun) wedi bod yn gofalu am y gerddi gyda sawl un o'r preswylwyr eraill ers sawl blwyddyn.

Mae gan y preswylwyr gronfa ar y cyd ar gyfer yr ardd, y byddant yn cyfrannu ati ac yn helpu i

godu arian ar ei chyfer weithiau trwy gyfrwng digwyddiadau yn y cynllun megis boreau coffi.

Dyweddodd Ann White, Rheolwr y Cynllun: “Mae'r preswylwyr yn gwerthfawrogi'r gwaith caled a wneir gan y garddwyr yn y cynllun yn fawr iawn. Maent yn dweud bod y dysglau blodau wrth ymyl y llwybr i'r fynedfa yn estyn croeso cynnes i'w cartrefi.”

Codi arian i achub bywydau yng Nghaerdydd

Mae grŵp o breswylwyr yng Nghaerdydd wedi codi dros £1,000 er mwyn prynu diffibriliwr a fydd yn achub bywydau.

Mae'r preswylwyr yng Nghwrt Oakmeadow, Caerdydd, wedi treulio'r flwyddyn ddiwethaf yn codi arian trwy eu siop yn y cynllun a gaiff ei rhedeg gan wirfoddolwyr.

Er 2018, maent wedi bod yn casglu ac yn dosbarthu bwyd dros ben o'u siop Marks & Spencer lleol, gan ddefnyddio blwch gonestrwydd i gasglu rhoddion. Yn ogystal â thalu am y diffibriliwr, gwariwyd yr arian a godwyd yn flaenorol ar eu gerddi ac ar ddigwyddiadau cymdeithasol i ddwyn cymdogion ynghyd. Fodd bynnag, bydd y preswylwyr yn cau eu siop gymunedol adeg y Nadolig, a byddant yn rhoi unrhyw arian a godwyd i ddigwyddiadau yn y

cynllun ac er mwyn talu am gynnal a chadw eu gerddi.

Dyweddodd Jan Derrett, preswlydd: “Os bydd y diffibriliwr hwn yn achub un bywyd yn unig, bydd yn werth yr holl waith caled yr ydym wedi'i wneud i'w godi dros y blynyddoedd.”



Jan Derrett, Mary Fitzgerald a Jeanette Hancock, preswylwyr, gyda'r diffibriliwr newydd ar gyfer eu cynllun



Te i bawb yng Nghwrt Plastirion

Mae preswylwyr yng Nghwrt Plastirion, Y Rhyl, wedi bod yn dod ynghyd yn y gerddi i fwynhau sgwrs a rhywbeth i'w fwyta.

Gan fanteisio ar lwyddiant barbiciw a gynhaliwyd yn ystod yr haf, trefnwyd te prynhawn ym mis Awst gan y preswylwyr, a fynychwyd gan 25 o gymdogion.

Cyflenwyd rhywfaint o'r bwyd gan breswlydd, y mae eu mab a'u merch yn rhedeg siopau brechdanau.

Dywedodd Dennis Casement, preswlydd: "Mae pawb wedi mwynhau dod ynghyd i gael sgwrs a rhywbeth i'w fwyta. Rydym yn gobeithio am ragor o dywydd da ar gyfer ein barbiciw nesaf.

Pantrïau yn helpu tlodi bwyd



Ym Mhen-y-bont ar Ogwr, mae rhai o'n preswylwyr yn helpu i wneud gwahaniaeth i deuluoedd sy'n ei chael hi'n anodd cael deupen llinyn ynghyd trwy wirfoddoli ym Mhantri Cymunedol Bracla.

Mae'r Pantri yn un o rwydwaith o bantrïau bwyd sy'n cael eu rhedeg gan Baobab Bach ar draws sir Pen-y-bont ar Ogwr, sy'n helpu pobl mewn tlodi bwyd.

Mae Nes Brown yn breswlydd ac yn un o'r gwirfoddolwyr sy'n helpu i ddsbarthu bagiau o fwyd ffres a hanfodion cwpwrdd bwyd i aelodau'r pantri sydd mewn angen.

Gall pobl ymuno â'r pantri a thalu £5 am gwlyn o fwyd, sy'n gallu helpu i baratoi sawl pryd trwy gydol yr wythnos.

Dywedodd Nes: "Mae gwirfoddoli yn y Pantri yn deimlad braf iawn. Rydw i'n gwneud rhywbeth da i'm cymuned."

Mae'r Pantri yng Nghanolfan Deuluoedd Dôl Bracla, Clos Y Waun, Pen-y-bont ar Ogwr ar agor bob dydd Iau rhwng 2pm a 4pm. Am ragor o wybodaeth, trowch at baobab-back.org

Mae'n un o blith nifer cynyddol o bantrïoedd bwyd ar draws y DU. I chwilio am eich pantri lleol, trowch at yourlocalpantry.co.uk/pantry-listings/



Haf o hwyl

Mae wedi bod yn haf o hwyl i blant mewn cymunedau yng Ngorllewin Cymru, diolch i ‘brosiect Bocs chwarae’ haf newydd.

Mae ein staff yng Nghastellnewydd Emlyn wedi bod yn gweithio gyda Chyngor Sir Ceredigion i brynu bocsys yn llawn offer chwarae amrywiol, a ddefnyddiwyd i drefnu digwyddiadau chwarae am ddim yn Felin-fach, Drefach Felindre, Ceinewydd, Bow Street, Aberteifi, Llanbedr Pont Steffan, Abergwaun a Chrymych.

Mae pob bocsys yn cynnwys parasiwtiau, tarpwlinau, bagiau ffa, cylchau, rhaffau sgipio a'r holl bethau sy'n siŵr o gynnig oriau o hwyl.

Darparwyd y sesiynau gan Rhiannon Ling, ein Swyddog Datblygu Cymunedol ar gyfer Gorllewin Cymru, gyda chymorth staff WWH lleol a staff o elusen weithgarwch RAY Ceredigion. Nod y sesiynau oedd cyflwyno cyfleoedd chwarae rhydd i'n teuluoedd ar eu stepen drws, gan leihau'r angen i deithio er mwyn chwarae. Yn ystod y sesiynau, buom yn recriwtio gwirfoddolwyr lleol hefyd, y byddwn yn eu cynorthwyo i ddarparu rhagor o gyfleoedd chwarae yn eu cymunedau yn y dyfodol.

Ymunodd dros 100 o blant â'r hwyl am ddim, ac roedd 17

o rieni wedi gwirfoddoli cadw'r bocsys chwarae er mwyn cynnal eu sesiynau eu hunain."

Dywedodd Rhiannon: "Mae addasu'r eitemau yn y bocsys er mwyn bod yn addas i bob ardal wedi bod yn gymaint o hwyl. Rydym wedi creu cuddfannau gan ddefnyddio tarpwlin, chwarae gemau targed gan ddefnyddio'r cylchoedd a thrawsnewid palmentydd yn ardaloedd chwarae pôtsh. Roeddem yn dymuno dangos i breswylwyr a phlant sut y gallwch chi greu lleoedd chwarae yn eu hamgylchedd naturiol gan ddefnyddio rhai propiau. Cynigir hyfforddiant chwarae pellach i'r holl wirfoddolwyr."

Dywedodd un gwirfoddolwr: "Rydw i'n dymuno dilyn gyrfa ym maes gofal plant, felly byddaf yn gwirfoddoli i ofalu am y bocsys chwarae."

Dywedodd rhai o'r plant: "Roeddem wedi dwli chwarae gêm y bagiau ffa a sgorio pwyntiau. Y darn gorau oedd ein cuddfan, lle'r oedd gennym gegin ac ystafell wely i chwarae."

"Roedd hwn wedi gwneud yr haf yn un gwerth chweil i ni. Hoffem gwneud hyn bob dydd."

Os oes gan eich cymuned chi ddiddordeb mewn cael gwybod mwy am focsys chwarae, cysylltwch â'r Swyddog Datblygu Cymunedol ar gyfer eich ardal chi ar **0800 052 2526**.



Sut i gael help

gyda'ch biliau gwresogi a'ch biliau eraill

Mae'r argyfwng costau byw yn cael effaith enfawr wrth i nifer o aelwydydd yng Nghymru ddweud nawr nad oes ganddynt unrhyw beth ar ôl wedi iddynt dalu am eu hanfodion. Gyda'r gaeaf ar y gorwel, ynghyd â chodiad arall mewn prisiau Ynni, o 1 Hydref 2022, mae'r Llywodraeth wedi cyhoeddi Gwarant Pris Ynni newydd. Mae hwn yn gweithio trwy osod uchafswm ar y ffi ddyddiol a'r gost fesul uned o ynni, felly bydd bil nodweddiadol yn £2,500 y flwyddyn am y ddwy flynedd nesaf, ond os byddwch yn defnyddio mwy, byddwch yn talu mwy ac os byddwch yn defnyddio llai, byddwch yn talu llai.

Mae ein Swyddogion Cymorth Tenantiaeth wedi paratoi canllaw am rywfaint o'r help sydd ar gael.

Taliadau Costau Byw y Llywodraeth

Bydd miliynau o bobl ar draws y DU yn cael cyfandaliadau o £326 a £324 er mwyn helpu i dalu costau byw. Efallai y byddwch yn gallu cael taliad os ydych chi'n cael credydau treth neu fudd-daliadau penodol.

Ceir 3 taliad gwahanol:

1. Taliad Costau Byw

Os ydych chi'n cael credyd treth neu fudd-dal incwm isel cymwys, efallai y byddwch yn cael taliad. I fod yn gymwys, rhaid eich bod yn hawlio:

- Credyd Cynhwysol
- Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar Incwm (JSA)
- Lwfans Cyflogaeth a Chymorth (ESA) yn seiliedig ar incwm
- Cymhorthdal Incwm
- Credyd Pensiwn
- Credyd Treth Plant
- Credyd Treth Gwaith

Os ydych chi'n hawlio Credydau

Treth, byddwch yn cael eich Taliad Costau Byw o £326 yn ystod yr hydref, yna £324 yn ystod y gaeaf. Ni fyddwch yn cael taliad os ydych chi'n cael y Lwfans Cyflogaeth a Chymorth Newydd, Lwfans Cyflogaeth a Chymorth cyfrannol, neu'r Lwfans Ceisio Gwaith Newydd, oni bai eich bod yn cael Credyd Cynhwysol. Bydd angen i hawllyr Credyd Cynhwysol fodloni meini prawf penodol.

Pryd y byddwch yn cael eich talu

Budd-dal neu gre-dydau treth	Taliad Costau Byw	Pryd y byddwch yn cael eich talu
Credyd Cynhwysol	£326	Rhwng 14 a 31 Gorffennaf 2022 i'r rhan fwyaf o bobl
	£324	Hydref 2022
JSA yn seiliedig ar incwm	£326	Rhwng 14 a 31 Gorffennaf 2022 i'r rhan fwyaf o bobl
	£324	Hydref 2022
ESA yn seiliedig ar incwm	£326	Rhwng 14 a 31 Gorffennaf 2022 i'r rhan fwyaf o bobl
	£324	Hydref 2022
Cymhorthdal Incwm	£326	Rhwng 14 a 31 Gorffennaf 2022 i'r rhan fwyaf o bobl
	£324	Hydref 2022
Credyd Pensiwn	£326	Rhwng 14 a 31 Gorffennaf 2022 i'r rhan fwyaf o bobl
	£324	Hydref 2022
Credydau Treth	£326	O'r hydref 2022
	£324	O'r gaeaf 2022

Os nad ydych chi wedi cael eich Taliad Costau Byw, gallwch adrodd am daliad sydd wedi mynd ar goll trwy droi at gov.uk/guidance/cost-of-living-payment

Am ragor o wybodaeth, trowch at gov.uk/guidance/cost-of-living-payment

2. Taliad Costau Byw Anabledd

O fis Medi 2022, efallai y byddwch yn cael cyfandaliad o £150. I fod yn gymwys, rhaid eich bod wedi cael taliad (neu'n cael taliad yn nes ymlaen) gan un o'r budd-daliadau hyn erbyn 25 Mai 2022:

- Lwfans Gweini
- Lwfans Gweini Cyson
- Lwfans Byw i'r Anabl i oedolion
- Lwfans Byw i'r Anabl i blant
- Taliad Annibyniaeth Personol
- Taliad Annibyniaeth y Lluoedd Arfog
- Atodiad Symudedd Pensiwn Rhyfel

3. Taliad Costau Byw i Bensiynwyr

Os ydych chi'n gymwys i gael Taliad Tanwydd Gaeaf ar gyfer gaeaf 2022 i 2023, byddwch yn cael hyd at £300 ychwanegol ar gyfer eich aelwyd, a delir gyda'ch taliad arferol o fis Tachwedd 2022. Mae hyn yn ychwanegol i unrhyw Daliad Costau Byw y byddwch yn ei gael gyda'ch budd-dal neu'ch credydau treth.

Bydd swm llawn y Taliad Tanwydd Gaeaf y byddwch yn ei gael ar gyfer gaeaf 2022 i 2023 yn dibynnu ar eich amgylchiadau. Mae'r symiau hyn ar gyfer gaeaf 2022 i 2023 yn unig.

I weld a ydych chi'n bodloni'r meini prawf, trowch at gov.uk/guidance/cost-of-living-payment

Os byddwch chi'n gymwys, telir yr holl daliadau costau byw yn awtomatig.

Os ydych chi wedi cael neges yn gofyn i chi wneud cais neu i

gysylltu â rhywun am y taliad, efallai mai sgam yw hwn.

Am ragor o wybodaeth am hyn, a sgamiau eraill, trowch at dudalen 28.

Taliadau Tywydd Oer

Bydd cynllun Tywydd Oer 2022 yn cychwyn ar 1 Tachwedd. Mae Taliadau Tywydd Oer yn wahanol i Daliadau Tanwydd Gaeaf ac fe'u telir os cofnodir bod y tymheredd cyfartalog yn eich ardal yn sero gradd Celsius neu'n is am 7 diwrnod yn olynol, neu os disgwylir iddo fod yn sero gradd Celsius neu'n is am 7 diwrnod yn olynol.

Gallech gael £25 am bob cyfnod 7 diwrnod o dywydd oer iawn rhwng 1 Tachwedd a 31 Mawrth.

Byddwch yn gallu edrych i weld a fydd taliad yn cael ei dalu yn eich ardal chi ym mis Tachwedd 2022. Gallwch fod yn gymwys i gael taliadau os ydych chi'n cael budd-daliadau penodol e.e., Credyd Pensiwn, Cymhorthdal Incwm, Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar Incwm, Lwfans Cyflogaeth a Chymorth sy'n seiliedig ar Incwm, Credyd Cynhwysol neu Gymorth ar gyfer Llog Morgais. gov.uk/cold-weather-payment

Taliadau Tanwydd Gaeaf

Os cawsoch eich geni ar neu cyn 25 Medi 1956, gallech gael rhwng £250 a £600 er mwyn eich helpu i dalu eich biliau gwresogi.

Er mwyn bod yn gymwys, rhaid eich bod yn cael Pensiwn y Wladwriaeth neu fudd-dal nawdd cymdeithasol arall (nid Budd-dal Tai, Gostyngiad Treth Gyngor, Budd-dal Plant neu'r Credyd Cynhwysol). Byddwch yn cael eich Taliad Tanwydd Gaeaf yn awtomatig (ni fydd angen i chi ei hawlio)

gov.uk/winter-fuel-payment

Help i Aelwydydd

Mae'r Llywodraeth wedi lansio ymgyrch i ddwyn ynghyd pecynnau cymorth sy'n helpu i leddfu effaith yr argyfwng costau byw. Mae modd gweld manylion y cynlluniau sydd ar gael ar **wefan newydd Help for Households** <https://helpforhouseholds.campaign.gov.uk/>



Cynllun Gostyngiad Cartrefi Cynnes Newydd

Mae'r Llywodraeth wedi codi'r taliad o £140 i £150 ond mae wedi newid y manylion o ran y sawl sy'n gallu hawlio a'r sawl nad ydynt yn gallu hawlio'r cynllun Gostyngiad Cartrefi Cynnes.

Cyflwynwyd y newidiadau ym mis Gorffennaf 2022, ac ni fydd y rhai sy'n hawlio lwfans byw i'r anabl a thaliadau annibyniaeth personol yn gymwys i gael yr ad-daliad mwyach. Fodd bynnag, gall y rhai sy'n hawlio Budd-dal Tai ei hawlio nawr.

Dan y newidiadau, dim ond y rhai y mae eu costau ynni yn uchel ac sy'n hawlio budd-dal prawf modd fydd yn gymwys. Bydd eich cymhwysra i hawlio (a faint o arian y byddwch yn ei gael wedyn) yn dibynnu ar eich incwm a'ch cynilion.

I gael gwybod mwy ac i weld a yw'ch cyflenwr ynni yn rhan o'r cynllun, trowch at [gov.uk/the-warm-home-discount-scheme](https://www.gov.uk/the-warm-home-discount-scheme).

Bydd eich cyflenwr trydan yn penderfynu pwy fydd yn gallu cael y gostyngiad ac mae nifer y gostyngiadau yn gyfyngedig. Os

ydych chi'n gymwys, bydd angen i chi aros gyda'ch cyflenwr nes y caiff ei dalu.

Os ydych chi'n gymwys dan y rheolau newydd, byddwch yn cael llythyr o fis Hydref a fydd yn nodi y byddwch yn cael yr ad-daliad yn awtomatig ac felly, na fydd angen i chi wneud unrhyw beth, neu a fydd yn nodi y gallech fod yn gymwys, ond bod angen i chi ffonio llinell gymorth benodedig i ddarparu tystiolaeth bellach o'ch cymhwysra.

Os ydych chi'n credu eich bod yn gymwys ond os na fyddwch yn cael y llythyr ym mis Hydref, gallwch gysylltu â llinell gymorth, a fydd ar gael ar [Gov.uk](https://www.gov.uk) neu trwy Gyngor ar Bopeth.

I gael gwybod mwy, trowch at [moneysavingexpert.com/news/2022/03/warm-home-discount-reforms/](https://www.moneysavingexpert.com/news/2022/03/warm-home-discount-reforms/)

Dyled ynni

Os tynnir didyniadau dyled o'ch mesurydd rhagdal, gallwch ffonio eich cyflenwr a gofyn iddynt ostwng cyfradd y didyniad i'r isafswm os byddwch yn sôn wrthynt am unrhyw elfennau

agored i niwed, cyflyrau iechyd neu bryderon ariannol sydd gennych chi. Fel arfer, gallwch weld rhif eich cyflenwr ar eich bil neu'ch datganiad. Mae'r help y byddant yn gallu ei ddarparu yn cynnwys credyd 'oriau cyfeillgar', credyd cymorth ychwanegol neu gredyd brys.

Dylech ddweud wrth eich cyflenwr yn syth os nad ydych yn gallu gwneud taliad atodol i'ch mesurydd am unrhyw reswm.

Am ragor o wybodaeth, trowch at fuelbankfoundation.org

Didyniadau dyled o'r Credyd Cynhwysol

Os ydych chi'n ei chael hi'n anodd oherwydd bod arian yn cael ei dynnu o'ch taliadau Credyd Cynhwysol i dalu dyledion presennol, gallwch ffonio llinell rheoli dyled CC ar 0800 916 0647 er mwyn gofyn iddynt ostwng cyfradd y gostyngiad. Ni fyddwch yn gallu gostwng y rhan didyniad ymlaen llaw, ond gallech gael seibiant o 3 mis o'r broses o adfer y didyniad ymlaen llaw.

Diwedd oes hen bapurau £20 a £50

30 Medi 2022 fydd y diwrnod olaf pan fyddwch yn gallu defnyddio papurau £20 a £50 oherwydd y byddant wedi cyrraedd diwedd eu hoes ac maent wedi cael eu disodli gan rai polymer newydd.

Ar ôl 30 Medi, ni fyddwch yn gallu defnyddio'r hen bapurau papur i dalu taliadau rhent a biliau.

Ar ôl y dyddiad hwn, bydd nifer o fanciau'r DU yn derbyn y

papurau o hyd gan gwsmeriaid. Efallai y bydd rhai Swyddfeydd Post yn derbyn y papurau hyn fel arian a delir i mewn i unrhyw gyfrif banc y gallwch fanteisio arno gyda nhw.

Am ragor o wybodaeth, trowch at: [bankofengland.co.uk/banknotes/paper-20-paper-50-withdrawal](https://www.bankofengland.co.uk/banknotes/paper-20-paper-50-withdrawal)





Sut i reoli eich arian

Wrth i gost eitemau bob dydd a phrisiau ynni barhau i godi, mae nifer o bobl yn canfod bod llai o arian yn dod i mewn na swm yr arian sy'n mynd allan.

Nid yw paratoi – a chynnal – cyllideb (rhestr o bopeth y byddwch yn ei wario ac yn ei ennill mewn mis) fyth wedi bod yn bwysicach.

Bron bob dydd fel arfer, bydd ein Swyddogion Cymorth Tenantiaeth (TSOs) yn cynnig cyngor cyllidebu i breswylwyr sy'n ei chael hi'n anodd. Yma, maent yn rhannu eu cyngor er mwyn creu cyllideb a rheoli eich incwm a'ch alldaliadau.

1. Beth yw eich incwm?

Faint o arian sy'n dod i mewn i'ch aelwyd? A ydych chi'n hawlio'r holl fudd-daliadau sydd ar gael i chi?

“Un o'r pethau cyffredin y mae pobl oedran cael pensiwn ac y mae ganddynt gynilion yn ei gamddeall yw nad ydynt yn gallu hawlio Credydau Pensiwn,” dywedodd Kate Abraham, ein TSO ym Mhen-y-bont ar Ogwr. “Mae'r budd-dal hwn yn seiliedig ar incwm, nid cynilion. Os ydych yn

gymwys i gael y Credyd Pensiwn, hyd yn oed os byddwch yn cael £1 ychwanegol yn unig, yna gallwch hawlio cymorth arall fel Budd-dal Tai, gostyngiadau i'ch treth gyngor a budd-daliadau iechyd eraill.”

“Mae pobl iau sy'n gweithio yn tybio nad ydynt yn gymwys i gael Credyd Cynhwysol gan eu bod yn ennill cyflog. Fodd bynnag, os ydynt yn talu eu rhent ac ar incwm isel, gallent fod yn gymwys i gael rhywfaint o Gredyd Cynhwysol. Os ydych chi'n hawlio Credyd Cynhwysol, gallwch hawlio taliadau grant dewisol a thaliadau costau byw eraill hefyd.

2. Beth ydych chi'n ei wario?

I wneud hyn, bydd angen i chi gasglu eich datganiadau banc am y tri mis diwethaf o leiaf. Y ffordd orau o ddechrau yw casglu biliau, datganiadau banc, slipiau cyflog a derbynebaw a gawsoch yn ddiweddar er mwyn cael darlun clir o'ch incwm a'ch alldaliadau bob mis, a gwneud nodyn ohonynt. Cofiwch gynnwys unrhyw filiau blynyddol fel trwydded deledu, treth car neu yswiriant car.

3. Beth yw'r biliau sy'n flaenoriaeth i chi?

Dylid ystyried mai talu eich rhent, eich treth gyngor, eich biliau nwy, trydan a dŵr yw'r peth pwysicaf i'w wneud. Fodd bynnag, mae pethau y gallwch eu gwneud i sicrhau ei bod yn haws i chi dalu'r alldaliadau.

Os na fyddwch yn talu eich rhent, gallech golli eich cartref, felly os ydych chi'n ei chael hi'n anodd, dylech gael sgwrs gyda'ch Swyddog Tai am reoli taliadau cyn i chi fynd i ddyled.

Treth y cyngor

I ddarganfod a ydych chi'n gymwys i hawlio gostyngiad, trowch at [gov.uk/apply-council-tax-reduction](https://www.gov.uk/apply-council-tax-reduction)

Trwydded deledu

Nid oes angen trwydded deledu arnoch os mai dim ond rhaglenni ar gais neu raglenni dal i fyny yr ydych yn eu gwyllo, ac eithrio os ydych chi'n gwyllo rhaglenni'r BBC ar BBC iplayer.

Os ydych chi'n gwyllo teledu, trwy ffrydio netflix neu sianelau tanysgrifio eraill, rhaid bod gennych chi drwydded deledu.

Gallwch dalu am eich trwydded deledu mewn sawl ffordd, naill ai bob wythnos, bob pythefnos, bob mis neu bob blwyddyn. I gael gwybod pa ddewis yw'r un gorau i chi, trowch at eu gwefan, tvlicensing.co.uk/cs/pay-for-your-tv-licence

Bil dŵr

Cynlluniwyd tariff HelpU Dŵr Cymru er mwyn helpu aelwydydd sydd ar incwm isel trwy roi cap ar y swm y bydd yn rhaid i chi ei dalu am eich dŵr. I gael gwybod mwy, trowch at dwrcymru.com/en/support-with-bills/helpu-tariff

Nwy a Thrydan

Yn yr hinsawdd sydd ohoni, mae'n anos newid i gyflenwr rhatach. Ond os ydych chi'n ei chael hi'n anodd, siaradwch â'ch cyflenwr.

Rhyngwyd a ffôn

Os ydych chi ar incwm isel, mae rhai darparwyr ffôn a band eang yn cynnig tariff cymdeithasol am gyn lleied â £10 y mis, sy'n cynnig pecyn rhwyd ddiogelwch o funudau am ddim ar gyfer galwadau a swm bach o ddata. Trowch at ofcom.org.uk/phones-telecoms-and-internet/advice-for-consumers/costs-and-billing/social-tariffs i gael gwybod mwy.

4. Archwiliwch eich tanysgrifiadau

A ydych chi'n talu am dreialon am ddim a ddaeth i ben fisoedd yn ôl ac nad ydych yn eu defnyddio mwyach? A oes angen i chi dalu am bethau fel yswiriant ffôn, yswiriant ar eich dyfeisiau, neu wasanaethau ffrydio fel Amazon, Netflix, Disney? A yw eich hoff raglenni teledu ar gael ar blatfformau eraill am ddim e.e. All4, ITVHub neu BBC iPlayer?

5. A oes gennych chi ddyledion cerdyn credyd?

Os ydych chi yn gwario neu wedi gwario symiau ar gerdyn credyd sydd â chyfraddau llog uchel trwy dalu'r isafswm bob mis, mae'n bosibl mai'r llog yn unig y byddwch yn ei dalu, nid y ddyled. Efallai ei bod yn werth i chi ystyried newid i gerdyn sy'n cynnig cyfradd llog o 0%. Gallai hyn gostio ffi gychwynnol o 1%. Gan ddibynnu ar y swm a hyd y cyfnod y byddwch yn gallu manteisio ar log o 0%, gallai fod yn werth ei wneud. Byddwch yn ofalus pan fydd y cyfnod llog 0% yn dod i ben, efallai y bydd yn rhaid i chi dalu llog – neu newid eto. Am ragor o gyngor, trowch at: moneysavingexpert.com/credit-cards/

6. A ydych chi'n gallu arbed arian wrth siopa bwyd?

A yw'ch teulu chi yn hoff iawn o frandiau bwyd ac a fydden nhw'n gwybod pe baech yn dewis cynhyrchion rhatach neu frand siop?

Mae rhwydwaith y pantri oedd bwyd yn tyfu. Gall pobl ar incwm isel ymuno â'u pantri lleol a phrynu bagiau o fwyd bob wythnos am bris llawer is.

I gael manylion eich pantri leol, trowch at yourlocalpantry.co.uk/pantry-listings/

Mae Ymddiriedolaeth Trussell yn rhedeg rhwydwaith o fanciau bwyd hefyd, lle y gallwch gael hyd at 3 parsel bwyd am ddim bob chwe mis. Am ragor o wybodaeth, trowch at trusselltrust.org/get-help/find-a-foodbank/ Gallwch gysylltu â'ch Swyddog Cymorth Tenantiaeth lleol hefyd, a fydd yn gwybod am gynlluniau bwyd a chymorth arall yn eich ardal hefyd.

ASTUDIAETH ACHOS

Roedd Diane yn fam sengl pedwar o blant ac yn cael problemau iechyd meddwl ac roedd mewn dyled. Mae'n sôn wrthym sut yr oedd bod yn agored a gweithio gyda'i Swyddog Cymorth Tenantiaeth wedi ei helpu i adennill rheolaeth dros ei bywyd.*

“Roedd yn gyfnod anodd iawn. Nid oedd rhedeg cartref ar fy mhen fy hun, gyda phedwar o blant dan 10 oed, yn hawdd. Dim ond llwyddo i oroesi oeddwn i. Yna daeth Covid-19 a'r cyfnod clo, ac aeth pethau o ddrwg i waeth.

“Roeddwn yn cael Cymhorthdal Incwm, Credyd Treth Plant a Budd-dal Tai er mwyn helpu i dalu fy rhent. Ond roedd cap ar fy mudd-daliadau, ac roedd yn rhaid i mi sicrhau'r gwahaniaeth i dalu fy rhent. Roeddwn yn ei chael hi'n anodd iawn cael deupen llinyn ynghyd. Roedd yn rhaid i

rywbeth newid.

“Stopiais dalu fy rhent.

Byddwn yn rhoi unrhyw lythyrau yr oeddent yn edrych fel biliau mewn drôr. Nid oedd gennyf ddigon o arian i’w talu. ‘Heb ei weld, heb ei eisiau,’ meddyliais.

“Ond nid oedd hyn wedi helpu. Roedd fy nyledion a’*m* hôl-ddyledion rhent yn cynyddu ac yn mynd y tu hwnt i’*m* rheolaeth. Byddai fy Swyddog Tai yn fy ffonio, ond ni arferwn fyth ateb y ffôn. Roedd gweld ei rhif ar fy ffôn yn peri i mi deimlo’n ofidus.

“Roeddwn yn casáu bywyd ac yn casáu fy nghartref. Roedd popeth yn mynd yn drech na mi.

“Un prynhawn, ar ôl i’*r* plant ddychwelyd i’*r* ysgol ac ar ôl i’*r* cyfnod clo lacio, curodd rhywun ar y drws. Nid ydw i’n gwybod pam, ond penderfynais ei ateb.

“Roedd fy Swyddog Tai yn sefyll yno. ‘A ydw i’n cael dod i mewn?’ Gofynnodd.

“Na,’ dywedais. Roedd cywilydd arnaf bod unrhyw un yn gweld cyflwr y tŷ.

“Beth sy’n digwydd Diane?’ gofynnodd.

“Nid ydw i’n gwybod ai tŷn ysgafn ei llais oedd y rheswm neu beidio, ond cafodd y geiriau hyn effaith arnaf. Syrthiais ar y stepen

drws a chrio. Dywedais wrthynt sut yr oeddwn yn teimlo.

“‘Gadewch i ni eich helpu chi,’” dywedodd.

“Am y tro cyntaf ers amser hir, roeddwn yn teimlo bod rhywun yn gwrando arnaf. Holodd a oeddwn yn cael unrhyw help gan fy meddyg. Nid oeddwn. Ond cynigiodd fy helpu i wneud apwyntiad i weld fy meddyg teulu a dod yno gyda mi.

“Canfuwyd fy mod yn dioddef o iselder a gorbryder, ond nid oeddwn i wedi sylweddoli hynny. Ar ôl i mi ddechrau datrys fy mhroblemau iechyd, gallwn ystyried fy mhroblemau ariannol. Cysylltodd â’*m* Swyddog Cymorth Tenantiaeth ar fy rhan, a aeth ati i’*m* helpu i greu cynllun gweithredu.

“Gyda’n gilydd, buom yn ystyried sut y gallwn i ddelio gyda fy nyledion. Aethom ati i baratoi cynllun gweithredu ac roeddent wedi fy helpu i gadw ar y trywydd iawn trwy anfon negeseuon rheolaidd i’*m* hatgoffa o’*r* hyn yr oedd angen i mi ei wneud. Roeddent wedi fy nghyfeirio at wasanaeth cyngor ariannol iechyd meddwl, a fu o gymorth i mi.

“Yn ogystal, roeddent wedi fy helpu i wneud cais am Daliad

Tŷ Dewisol, Taliad Annibyniaeth Personol a Phremiwm Anabledd Difrifol. O ganlyniad, gwaredwyd y cap ar fy mudd-daliadau ac adferwyd fy Mudd-dal Tai, a’*i* ôl-ddyddio, a oedd wedi fy helpu i ddelio â’*m* hôl-ddyledion.

“Llwyddais i ddisodli fy mheiriant golchi dillad a’*m* rhewgell-rhewgist, a oedd wedi torri, diolch i grant gan y Gronfa Cymorth Dewisol.

“Ar ôl i mi ddechrau wynebu fy mhroblemau iechyd a delio â’*m* dyledion a’*m* hôl-ddyledion rhent, dechreuais deimlo mewn mwy o reolaeth.

“Penderfynais addasu fy nghartref hyd yn oed, gan beri iddo deimlo’n fwy fel cartref. Llogais sgip i glirio’*r* ardd, a fu’n llawn ysbwriel, ac addurnais y tu mewn. Prynais garped newydd hefyd.

“Rydw i’n cael cymorth gyda fy mhroblemau iechyd o hyd, ond rydw i bellach yn teimlo fel pe bawn yn ôl wrth y llyw unwaith eto.

“Rydw i mor ddiolchgar am yr help a’*r* cymorth a gefais gan Dai Wales & West. Mae wedi bod yn werth chweil. Rydw i’n teimlo’n llawer hapusach. Mae wedi newid fy mywyd i a bywydau fy mhlant.”

“Mae’*r* cymorth a gefais gan Dai Wales & West wedi newid fy mywyd i a bywydau fy mhlant.”

* Newidiwyd yr enw

MAE'R FFORDD YR YDYCH CHI'N RHENTU YN NEWID i denantiaid a landlordiaid.

Deddf Rhentu Cartrefi (Cymru) 2016... beth yw hyn?

Mae'r cyfreithiau sy'n llywodraethu'r broses o rentu cartref yng Nghymru yn newid, gan wella'r profiad rhentu i bawb.

Pa newidiadau sy'n effeithio arnaf fi fel preswlydd Tai Wales & West?

- Anfonir 'contract deiliadaeth' newydd atoch (yr enw blaenorol am hwn oedd cytundeb tenantiaeth). Mae contract deiliadaeth rhyngom ni fel y landlord sy'n berchen ar eich cartref a chi, sy'n ei rentu. Byddwch yn cael y 'contract deiliadaeth' newydd i ddisodli'ch cytundeb tenantiaeth presennol yn y post.

- Yn ôl y gyfraith, fe'ch gelwir yn 'Ddeiliad Contract' yn hytrach na 'Thenant'. Ond **dim ond yng ngwaith papur eich contract**. Byddwch yn parhau i fod yn breswlydd yn ein holl ddeunydd cyfathrebu arall.

Beth fydd angen i mi ei wneud?

Dim byd.

Ni ddylech ofidio am y newidiadau. Byddwn yn anfon 'contract deiliadaeth' newydd atoch i ddisodli eich cytundeb tenantiaeth presennol erbyn 15 Mehefin, 2023. Byddwn yn anfon y rhain allan yn y post.

Dylech ei gadw'n ddiogel – ni fydd angen i chi ei ddychwelyd atom.

Ni fydd y contract deiliadaeth newydd yn newid swm y rhent yr ydych chi'n ei dalu. Caiff swm eich rhent a'ch tâl gwasanaeth ei gyfleu i chi yn eich llythyr rhent blynyddol y byddwn yn ei anfon i'ch cartref bob blwyddyn.

Nid ydym yn dymuno i chi ofidio am y newidiadau i'r gyfraith. Maent wedi cael eu gwneud gan Lywodraeth Cymru er mwyn gwella'r broses o rentu cartrefi yng Nghymru.

Os bydd gennych chi unrhyw gwestiynau am y newidiadau, cysylltwch â'ch Swyddog Tai neu trawch at gov.wales/housing-law-changing-renting-homes i gael gwybod mwy.

Gweithio gyda'n gilydd

i roi cartref diogel i bawb

Sut ydym yn perfformio?

Yn rhifyn diwethaf eich cylchgrawn In Touch, lansiom ein hadroddiadau perfformiad chwarterol cyntaf.

Byddwn yn rhoi gwybodaeth i chi am ein perfformiad wrth ddarparu gwasanaethau – y da a'r drwg – er mwyn i chi allu gweld pa mor dda yr ydym yn gwneud.

Rydym yn dymuno i chi gymryd rhan weithredol yn y broses o wella ein gwasanaethau a bydd gwybodaeth am berfformiad sydd yn yr adroddiad hwn yn eich galluogi i weld y cynnydd yr ydym yn ei wneud.

Dros y chwe thudalen nesaf, gallwch ddarllen am y camau yr ydym yn eu cymryd i wella ein gwasanaethau a rhoi adborth i ni am unrhyw beth arall y dylem ei wneud i sicrhau gwelliant.

Credwn mai eich cynnwys chi, ein preswylwyr, yn y gwaith o

gynllunio a rheoli gwasanaethau yw'r ffordd orau o sicrhau ein bod yn darparu'r hyn y mae ei angen ar bobl ac rydym yn dymuno bod yr ansawdd a'r perfformiad yn bodloni eich disgwyliadau.

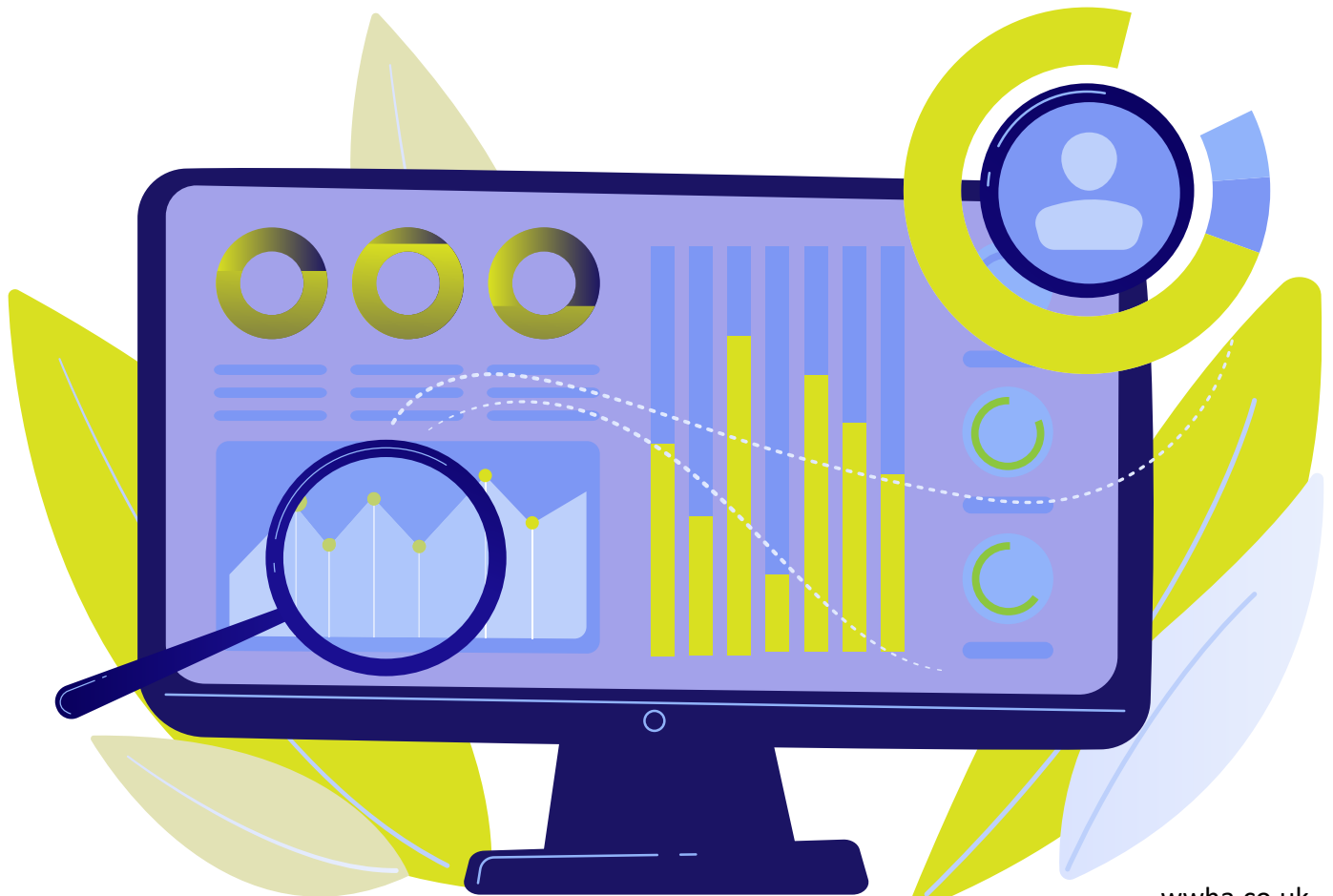
Mae cyfranogiad preswylwyr yn rhan ganolog o rolau staff a'r ffordd yr ydym yn rhedeg y busnes. Ein hethos yw gwrando a deall yr hyn sy'n bwysig i chi am y gwasanaethau yr ydych yn dymuno eu cael, fel y gallwn gynllunio'r ffordd yr ydym yn gweithio a'r hyn y byddwn yn ei wneud i gyflawni'r canlyniadau y dywedwyd wrthym bod pobl yn eu dymuno.

Ein nod yw ymgysylltu â phreswylwyr mewn ffordd sy'n addas i chi er mwyn deall yr hyn sy'n bwysig ac yna, teilwra sut a beth y byddwn yn ei wneud i fodloni blaenoriaethau pob

unigolyn.

Mae ein gwasanaethau yn hyblyg wrth i ni geisio bodloni anghenion unigol lle bynnag y gallwn. Rydym yn gofyn am adborth, er enghraifft, ar ôl i ni gwblhau gwaith trwsio, gosod eiddo neu ymateb i achos o ymddygiad gwrthgymdeithasol er mwyn dysgu am yr hyn a oedd wedi gweithio a'r hyn y mae angen iddo wella. Rydym yn dymuno darparu'r gwasanaethau gorau ag y gallwn ac rydym wastad yn chwilio am ffyrdd o wella. Trwy wrando arnoch ac ymgysylltu â chi, credwn y gallwn ddarparu'r gwasanaeth gorau ag y bo modd.

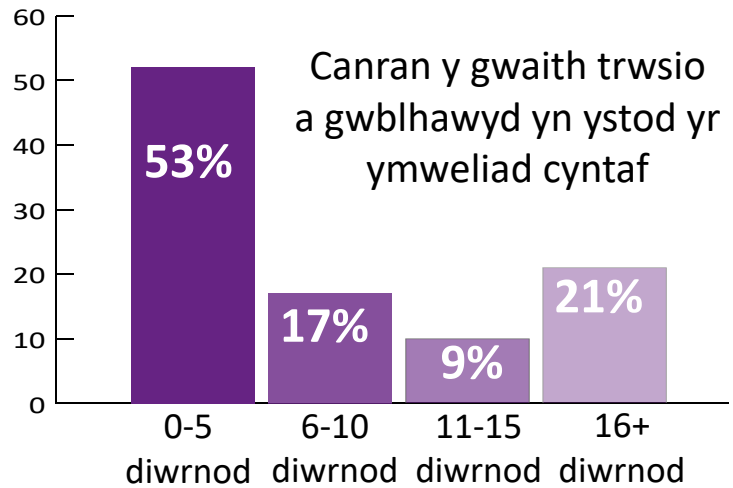
Mae'r ffigurau yn yr adroddiad hwn ar gyfer mis Ebrill i fis Mehefin 2022.





Rhwng mis Ebrill a mis Mehefin, llwyddom i gwblhau bron i **7 o bob 10** tasg trwsio yn ystod ein hymweliad cyntaf.

Gwaith trwsio a chynnal a chadw



Canran y gwaith trwsio a gwblhawyd yn ystod yr ymweliad cyntaf

Gwaith trwsio trydanol – 7 diwrnod ar gyfartaledd

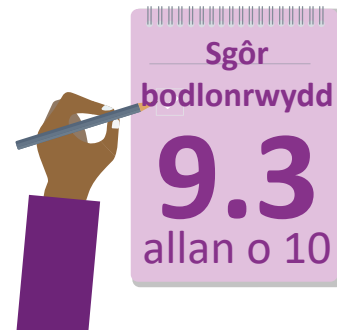
Gwaith trwsio ar systemau gwresogi – 6 diwrnod ar gyfartaledd

Rhwng mis Ebrill a mis Mehefin, cwblhaom

7,920
o dasgau
trwsio

Mae hyn yn cyfateb â 609 o dasgau trwsio yr wythnos ar gyfartaledd

Dywedoch eich bod yn dymuno i waith trwsio gael ei gwblhau yn gyflymach. Rhwng mis Ebrill a mis Mehefin 2022, cwblhawyd dros 5 o bob 10 tasg trwsio cyn pen 5 diwrnod. Mae hwn yn welliant bach o'i gymharu â'r chwarter blaenorol a rhywbeth y byddwn yn ceisio sicrhau gwelliant o ran ein perfformiad yn hyn o beth.



Sgôr bodlonrwydd ar gyfer ein gwasanaeth trwsio



Rydym wedi cynyddu nifer y staff sy'n ateb ein galwadau ynghylch gwaith trwsio yn ystod ein horiau agor, sef rhwng 8am a 6pm, gan ei gwneud yn haws i chi adrodd am eich gwaith trwsio. Ar gyfartaledd, atebom alwadau cyn pen 18 eiliad.



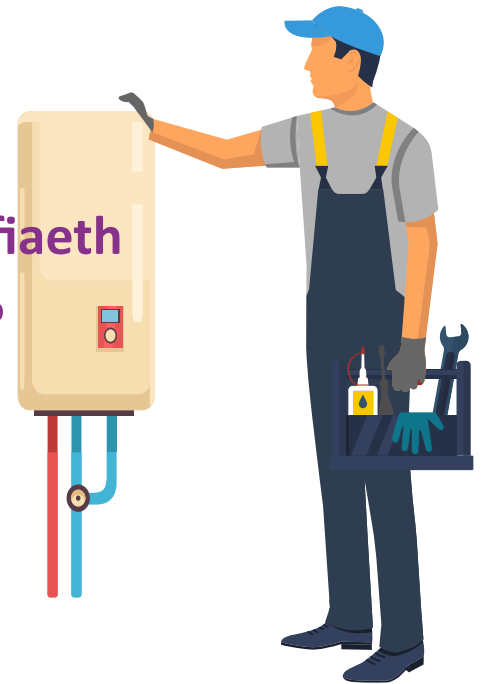
Eich cadw yn ddiogel

Yn eich cartrefi, cynhalïom:

9,753 o archwiliadau diogelwch/
gwasanaethu nwy

11,367 o brofion trydanol

Cydymffurfiaeth o 99%



Mewn ardaloedd cymunol yn ein cynlluniau, cynhalïom:

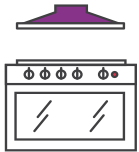
310 o asesiadau risg tân

184 o archwiliadau asbestos

79 o archwiliadau dŵr



Rhwng mis Ionawr a mis Mehefin eleni, gosodom



183
cegin



75
ystafell ymolchi



fffenestri
mewn
103
cartref



87 drws
ffrynt
66 drws
cefn



Hyd yn hyn eleni, rydym wedi
cychwyn ar neu gwblhau prosiectau
i ôl-osod paneli PV mewn

70 o gartrefi

er mwyn iddynt allu cynhyrchu
eu trydan eu hunain.

Yn ystod yr un cyfnod, rydym
hefyd yn ôl-osod:

- pypiau gwres ffynhonnell aer mewn 11 cartref
- deunydd inswleiddio walïau allanol mewn 11 cartref
- systemau adfer gwres ac awyru mecanyddol (MVHR) mewn 10 cartref

Eich adborth



**Pethau yr oeddech
wedi hoffi:**

- Hawdd adrodd am waith
- Cadwyd apwyntïadau
- Gweithwyr cyfeillgar a phroffesiynol



**Yr hyn yr ydych
yn dymuno i ni ei
wella**

- Cwblhau gwaith trwsïo mewn un ymweliad
- Ansawdd y gwaith
- Cwblhau gwaith trwsïo yn gyflymach

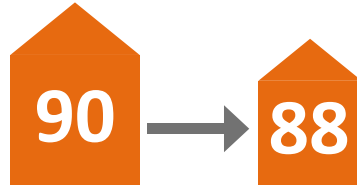


Rhenti

Mae

6,531

o bobl yn talu trwy drefniant Debyd Uniongyrchol, sef y ffordd symlaf o dalu eich rhent



Roedd ôl-ddyledion **90 o breswylwyr** ar lefel uchel ddechrau fis Ebrill, ac roedd y ffigwr hwn wedi gostwng i **88** erbyn diwedd mis Mehefin.

Credwn mewn gweithio gyda phreswylwyr er mwyn eu helpu i reoli eu taliadau rhent a manteisio ar yr holl gymorth sydd ar gael.

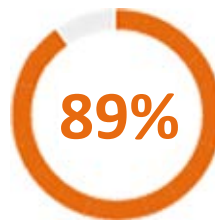
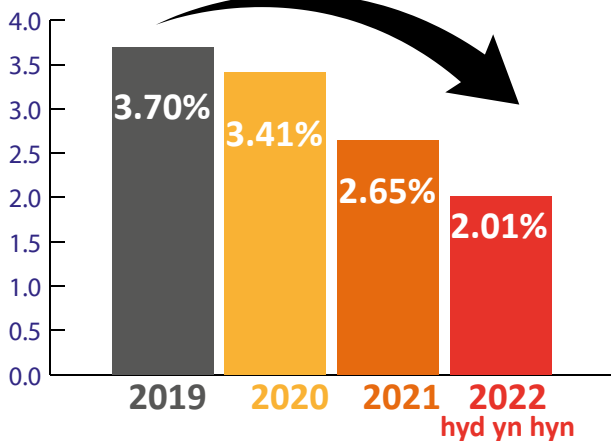
Mae bron i **9 o bob 10** preswlydd yn talu eu rhent fel y trefnwyd gyda swyddogion tai Rhwng mis Mawrth a mis Mehefin eleni, rydym wedi helpu preswylwyr i fanteisio ar werth **£96,000** o Daliadau Tai Dewisol.

Yn ystod y cyfnod hwn, **ni fu unrhyw achos troi allan** oherwydd ôl-ddyledion rhent.

Os ydych chi'n ei chael hi'n anodd talu eich rhent ac mae angen help arnoch i reoli eich arian, siaradwch â'ch Swyddog Tai.

Am ragor o wybodaeth am sut y gallwn ni helpu, trowch at dudalen 13.

ÔL-DDYLEDION RHENT



Ar hyn o bryd, mae 89% o bobl yn cadw at y trefniadau ad-dalu yr ydym wedi cytuno gyda nhw

Ymddygiad gwrthgymdeithasol

Y mater mwyaf cyffredin yr adroddir amdano yw:

ANGHYDFOD RHWNG CYMDOGION

Ar hyn o bryd, rydym yn delio â

43

o achosion sŵn gweithredol

Eich adborth

Rydym yma i'ch cynorthwyo fel eich bod yn teimlo'n ddiogel yn eich cartrefi a'ch cymunedau.



Pethau yr oeddech wedi hoffi:

- Teimlo eich bod yn cael cymorth
- Teimlo'n fwy diogel

141

o achosion gweithredol

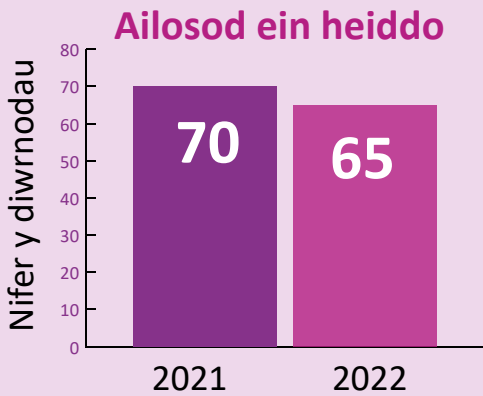
Yr hyn yr ydych yn dymuno i ni ei wella:

- Teimlo bod rhywun yn gwrando arnoch

Mae nifer o'r achosion sŵn o ganlyniad i bobl yn cael barbeciwiau ac yn cynnal gweithgareddau yn yr awyr agored yn ystod y tywydd cynhesach. A fydddech gystal ag ystyried eich cymdogion pan fyddwch yn cynllunio unrhyw ddiwyddiadau.

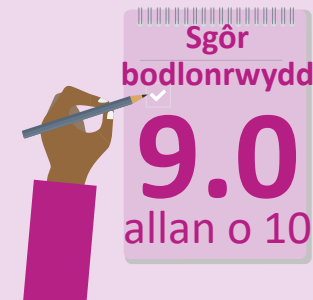
Gweler tudalen 27 am arweiniad ynghylch Calan Gaeaf a noson Tân Gwylt.

Gosodiadau



Rydym wedi gwella'r amser y byddwn yn ei gymryd i ailosod eiddo i **65 diwrnod** ar gyfartaledd er mwyn ailosod eiddo gwag, o'i gymharu â 70 diwrnod flwyddyn yn ôl.

Eich adborth



Mae'r gyfradd fodlonrwydd – sef y sgôr y byddwch yn ei rhoi i ni am ein gwasanaeth wrth ddod o hyd i gartref – yn parhau i fod yn uchel.



Pethau yr oeddech wedi hoffi:

- Mae'r eiddo yn addas i'ch anghenion
- Lleoliad yr eiddo
- Digon o amser i symud i mewn i'r eiddo



Yr hyn yr ydych yn dymuno i ni ei wella:

- Gwaith trwsio heb ei wneud
- Y gwasanaeth a'r cymorth a ddarparir gan WWH
- Parcio ceir

Gosodom

270



o gartrefi rhwng mis Ebrill a mis Mehefin

Byddwn yn siarad gyda darpar breswylwyr newydd er mwyn eu helpu i benderfynu ai hwn yw'r eiddo iawn iddyn nhw. Er enghraifft, ai hwn yw'r lleoliad cywir, a yw'n agos i'r gwasanaethau y mae eu hangen arnynt ac a yw'n fforddiadwy?

Sut yr ydym yn rhedeg ein busnes

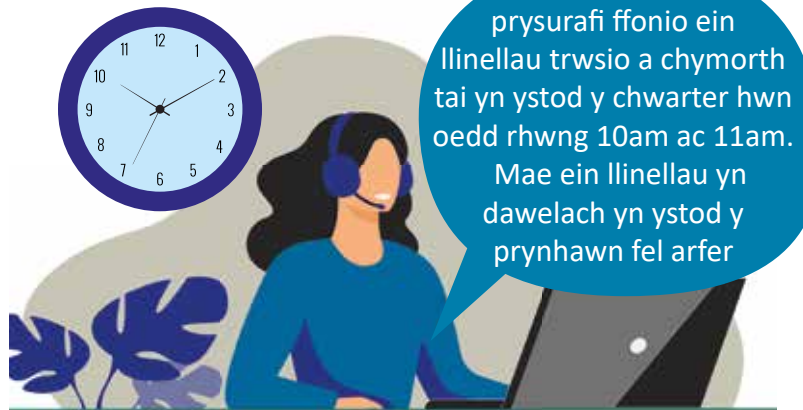
Rhwng mis Ebrill a mis Mehefin cawsom

252

galwad y dydd am waith trwsio a gwresogi a

156

galwad y dydd am rhent, gosod, cyngor tai neu YG



Yr amser prysurafi ffonio ein llinellau trwsio a chymorth tai yn ystod y chwarter hwn oedd rhwng 10am ac 11am. Mae ein llinellau yn dawelach yn ystod y prynhawn fel arfer

CWYNION

At ei gilydd, cawsom

16

CWYN

Yr amser aros cyfartalog i breswylwyr sy'n ffonio:

18 eiliad ar gyfer ein tîm trwsio.

16 eiliad ar gyfer ein tîm gwasanaethu nwy

70 eiliad ar gyfer ein tîm cymorth tai



Mae ein tîm cymorth tai wedi bod yn treulio mwy o amser yn helpu preswylwyr. Byddant yn helpu i drefnu Debyd Uniongyrchol ac yn ateb cwestiynau am y Credyd Cynhwysol a hawliadau budd-dal eraill.

Mae hyn yn 11 yn llai nag a welwyd yn ystod y chwarter blaenorol

Sut yr ydym yn rhedeg ein busnes

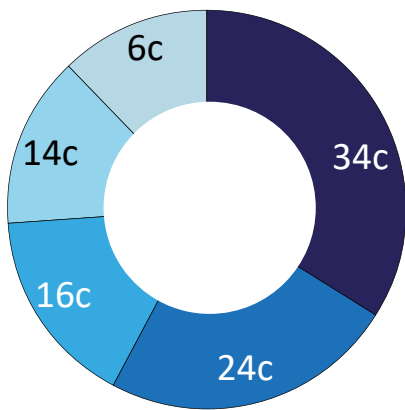


Yn ystod 2021, gwariom

£2,911

afesul 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 2021

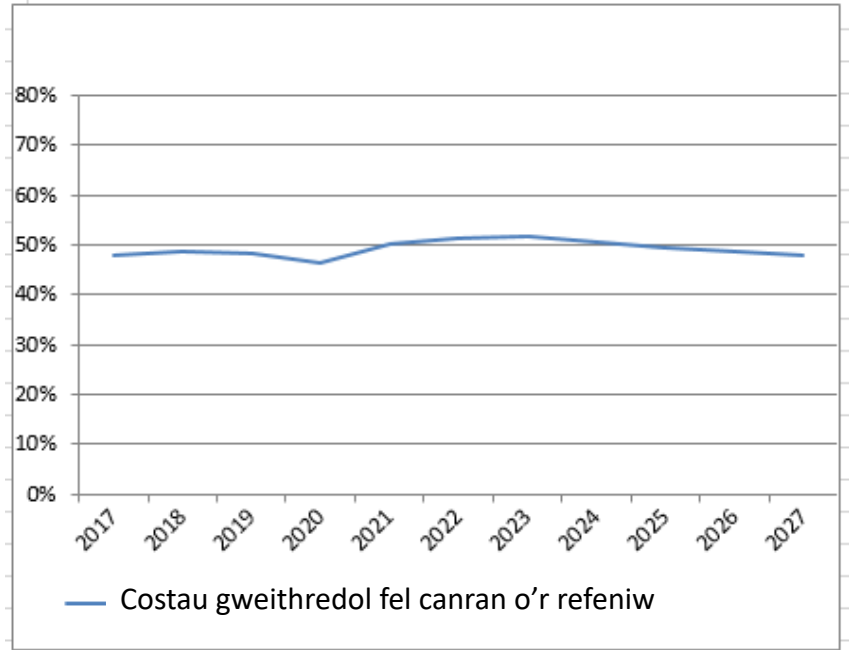


- Cynnal a chadw ac uwchraddio ein cartrefi
- Pobl
- Llog ar fenthyciadau
- Gorbenion
- Cartrefi newydd

Gofalu am ein cartrefi

Ein heffeithlonrwydd

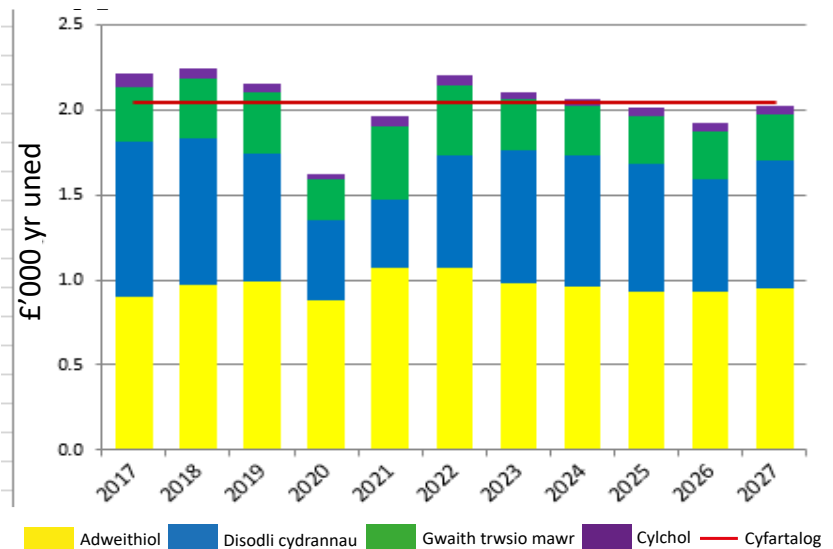
Trwy ganolbwyntio ar effeithlonrwydd, rydym wedi cynnal ein costau gweithredol ar tua 50% ers sawl blynedd, er bod y costau wedi bod yn uwch na chwyddiant



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.

Ail-fuddsoddi mewn eiddo, gwaith cynnal a chadw adweithiol a gwaith cynnal a chadw cylchol fesul cartref (wedi'i addasu yn ôl RPI)



Yn eu barn rheoliadol ar gyfer 2022, mae Llywodraeth Cymru wedi barnu ein bod yn cyrraedd safon “**GWYRDD**”.

Mae hon yn broses yr ydym ni, a phob cymdeithas tai yng Nghymru, yn ei dilyn er mwyn sicrhau ein bod yn darparu cartrefi a gwasanaethau o ansawdd da. Bob blwyddyn, mae ein Bwrdd a'n Uwch Dîm Rheoli yn gweithio gyda'r Rheoleiddiwr i gynnig sicrwydd ein bod yn gwneud hynny.

Gwyrdd yw'r statws uchaf ac mae'n dangos ein bod yn bodloni'r safonau rheoliadol. Mae hyn yn golygu ein bod:

- yn sefydliad sy'n cael ein rhedeg yn dda ac sy'n gweithio gyda phreswylwyr a phartneriaid i

wneud penderfyniadau da;









- yn darparu gwasanaethau o ansawdd uchel ac yn bodloni anghenion a disgwyliadau pobl; a
- bod gennym ddigon o arian i fodloni ein hanghenion busnes cyfredol ac yn y dyfodol, a rheoli ein sefyllfa ariannol yn dda.

Lluniom ddogfen

hunanwerthuso i ddangos sut yr ydym yn bodloni'r 9 Safon Rheoliadol, ac mae'r Rheoleiddiwr wedi defnyddio hon er mwyn gwneud ei benderfyniad am ein barn. Cawsant gyfarfod gyda'r Bwrdd a'r Tîm Rheoli Uwch hefyd, gan ddefnyddio gwybodaeth y maent wedi'i chasglu amdanom.

Roedd y ddogfen yn cynnwys gwybodaeth am berfformiad megis ein hadroddiad perfformiad chwarterol, adborth a bodlonrwydd preswylwyr, ac adroddiadau a anfonir i'r Bwrdd. Gallwch ddarllen ein cynllun gwella a hunanwerthuso ar ein gwefan, wwha.co.uk

Er ein bod yn teimlo'n hyderus ein bod yn bodloni cryn dipyn o'r gofynion, nid yw hyn yn golygu ein bod yn berffaith ac mae wastad gwelliannau y gellir eu gwneud. Byddwch wedi gweld gwybodaeth yn rhifyn yr Haf o In Touch am rai o'r prosiectau yr ydym yn gweithio arnynt, ac mae ein Cynllun Gwella Rheoleiddio yn cynnwys y rhain, yn ogystal â rhai Prosiectau Corfforaethol eraill.

Gwelliannau – Er mwyn bodloni holl feysydd y safon hon, byddwn yn:		
Safon Rheoliadol 1: Arweinyddiaeth strategol a llywodraethu		Creu strategaeth cydraddoldeb, amrywiaeth a chynhwysiant er mwyn ein helpu i gydweithio tuag at greu sefydliad cynhwysol mwy amrywiol. Byddwn yn cynnal adolygiad llywodraethu. Bydd hyn yn canolbwyntio yn rhannol ar recriwtio aelodau Bwrdd a chynllunio ar gyfer olyniaeth. Bydd hyn yn sicrhau bod y Bwrdd yn parhau i feddu ar y wybodaeth, y sgiliau a'r profiad gwaith/bywyd sy'n angenrheidiol er mwyn gwneud y penderfyniadau gorau.
Safon Rheoliadol 2: Trefniadau sicrwydd a rheoli risg cadarn		Mae'r cynllun parhad busnes a'r cynllun adfer mewn argyfwng yn helpu busnes i weld unrhyw fygythiadau posibl pe byddai trychineb annisgwyl yn digwydd. Mae gofyn adolygu'r rhain nawr a'u profi eto, a chaiff unrhyw welliannau eu gwneud iddynt.
Safon Rheoliadol 3: Darparir gwasanaethau o ansawdd uchel i denantiaid		Yn rhifyn mis Gorffennaf o In Touch, newidiom y ffordd yr ydym yn adrodd am berfformiad i breswylwyr. Byddwn yn parhau i adolygu a diwygio'r wybodaeth am berfformiad a hunanwerthuso a ddarparir i breswylwyr.
Safon Rheoliadol 4: Caiff tenantiaid eu grymuso a'u cynorthwyo i ddylanwadu ar y broses o gynllunio a darparu gwasanaethau		Byddwn yn sicrhau y darparir gwasanaethau mewn ffordd sy'n canolbwyntio ar y cwsmer. Mae ffordd Wales & West yn nodi manylion ynghylch sut yr ydym yn gweithredu a sicrhau ein bod yn cael ein harwain gan werthoedd a'n bod yn canolbwyntio ar y cwsmer. Rydym yn parhau i gynorthwyo rheolwyr i sicrhau y defnyddir yr egwyddorion hyn ym mhob maes o'r busnes.
Safon Rheoliadol 5: Mae rhenti a thaliadau gwasanaeth yn fforddiadwy ar gyfer tenantiaid cyfredol a thenantiaid y dyfodol		Rydym yn dilyn yr holl arweiniad ac mae lefel ein hól-ddyledion rhent yn isel. Fodd bynnag, er mwyn sicrhau ein bod yn gwneud popeth y gallwn, byddwn yn gweithio gyda Cartrefi Cymunedol Cymru a landlordiaid cymdeithasol eraill i gynnal adolygiad llawn o Rhenti Byw i Gymru.
Safon Rheoliadol 6: Dull gweithredu strategol tuag at werth am arian		Rydym yn gweithio ar brosiect mewnol i wella ein systemau, o gaffael i dalu er mwyn sicrhau ein bod yn cael y gwerth mwyaf am arian.
Safon Rheoliadol 7: Rheolaeth a chynllunio ariannol		Mae prosiect mewnol i ystyried systemau cyfrifyddu ac adrodd wedi cychwyn er mwyn sicrhau bod yr holl systemau yn cydweithio'n dda.
Safon Rheoliadol 8: Rheolir asedau a rhwymedigaethau yn dda		Rydym yn gweithio ar weithredu system rheoli asedau er mwyn gwella'r ffordd yr ydym yn cynnal a chadw cartrefi ymhellach ac yn deall yr ansawdd, y diogelwch, y perfformiad a'r buddsoddiad sy'n ofynnol.
Safon Rheoliadol 9: Darparu llety o ansawdd uchel		Byddwn yn gweithio ar strategaeth amgylcheddol a fydd yn cyfuno'r holl wahanol feysydd yr ydym yn gweithio arnynt er mwyn ein helpu i fod yn sefydliad di-garbon.



Enwi Tai Wales & West fel yr adeiladwr cartrefi cymdeithasol i'w rhentu mwyaf yng Nghymru

Am yr ail flwyddyn yn olynol, cyhoeddwyd mai ni yw'r darparwr cartrefi rhent cymdeithasol mwyaf yng Nghymru.

Y llynedd, cwblhaom **347 o gartrefi newydd ar draws Cymru**, a oedd yn ein rhoi yn rhestr y 50 uchaf ar draws y DU. Roedd 311 o'r rheiny yn gartrefi rhent cymdeithasol ac roedd y gweddill yn gartrefi perchentyaeth cost isel ac i'w gwerthu yn y farchnad.

Roedd rhai o'n datblygiadau yn Ffordd Yr Haearn, Grangetown, Caerdydd, Subway Road, Y Barri, gofal ychwanegol Maes Y Môr

yn Aberystwyth, Garth Owen yn Y Drenewydd a The Grange yn Y Rhyl.

Mae'r Arolwg Adeiladwyr Mwyaf yn cael ei gynnal bob blwyddyn gan Inside Housing, y cylchgrawn arweiniol i adeiladwyr a darparwyr tai cymdeithasol. Am yr ail flwyddyn yn olynol, rydym wedi cael ein cynnwys yn rhestr y **5 o gymdeithasau tai** sy'n adeiladu'r niferoedd mwyaf o gartrefi rhent cymdeithasol yn y DU.

Er gwaethaf y ffaith y bu hon yn un o'r blynyddoedd mwyaf heriol i'r diwydiant adeiladu, rydym

wedi gallu darparu cannoedd o gartrefi newydd i'w rhentu i bobl mewn angen.

Yn ogystal, rydym yn adeiladu gartrefi newydd ar draws Cymru, gan gynnwys safleoedd yn Sanclêr, Caerfyrddin, Caerffili, Caerdydd, Wrecsam a Sir y Fflint. Rhai o'r safleoedd yr ydym yn eu datblygu ar hyn o bryd:

1. *Ein datblygiad o 45 o gartrefi newydd ar safle hen hufenfa yn Sanclêr, Sir Gaerfyrddin*



2. Chwech o gartrefi eco newydd ar safle'r Eglwys Ddiwygiedig Unedig yn Lloneurgain, ger Yr Wyddgrug, Sir y Fflint

3. Ein datblygiad o 49 o fflatiau ar gyfer pobl hŷn ar safle cyn Westy Blue Dragon yng Nghaerdydd

Gwasttraff?

Gallwn ni helpu!

Mae casglu gwasttraff ac ailgylchu yn rhywbeth sy'n effeithio ar bob aelwyd, ond gall y ffordd y byddwch chi'n gwaredu eich gwasttraff effeithio ar yr amgylchedd ac ar eich poced hefyd.

Mae'r rheolau ynghylch ailgylchu a sbwriel yn newid o ardal un awdurdod lleol i'r llall. Fodd bynnag, mae'r rhan fwyaf o gynghorau yn casglu deunydd ailgylchu bob wythnos ac yn casglu gwasttraff cyffredinol/bagiau du bob pythefnos. Cyfyngir ar nifer y bagiau du i 2 fesul aelwyd ar gyfartaledd hefyd, felly mae'n bwysig gwybod y rheolau ar gyfer eich ardal chi, gan ailgylchu cymaint ag y gallwch.

Yn ein cynllun ymddeol yng Nghwrt Anghorfa, Pîl, Pen-y-bont ar Ogwr, mae'r preswylwyr wedi goresgyn y broblem ar y cyfan. Mae eu storfa biniau y tu allan yn cynnwys biniau ailgylchu ar wahân ar gyfer papur, metelau, plastigion, gwasttraff bwyd a gwydr cymysg, a gesglir bob wythnos, a biniau mwy ar gyfer bagiau gwasttraff du a phorffor, a gesglir bob pythefnos.

"Mae'r preswylwyr yng Nghwrt Anghorfa yn eithaf da wrth ddiolli eu gwasttraff i'r biniau cywir. Fodd bynnag, rydym yn cael problemau gyda nifer fawr o gynlluniau," esboniodd Christine Trinick, Swyddog Rheoli Asedau WWH, sy'n gweithio yn ardal Pen-y-bont ar Ogwr.

"Er enghraifft, os bydd preswlydd yn rhoi gwasttraff bwyd yn y biniau cyffredinol neu'n rhoi poteli yn y biniau ailgylchu papur a chardbord, gall contractwyr casglu gwasanaeth y cyngor wrthod ei gasglu, a byddant yn gwneud hynny,"

"Rydym yn gosod hysbysiadau sy'n gofyn i breswylwyr beidio croes-halogi eu storfeydd biniau. Er enghraifft, os bydd y biniau yn llawn, efallai y bydd rhai preswylwyr yn gadael eu bagiau gwasttraff cyffredinol du neu eu bagiau gwasttraff hylendid porffor ar y llawr yn y storfa biniau, ond ni fydd y swyddogion casglu gwasttraff yn casglu unrhyw beth

oni bai ei fod yn y bin cywir.

"Yn ogystal, os bydd pobl yn gadael eitemau mawr megis matresi neu soffas yn y storfeydd biniau, ni fydd y cyngor yn eu casglu oni bai bod yr unigolyn a oedd wedi'u gadael wedi archebu a thalu am gasgliad eitem swmpus."

"Os bydd contractwyr y cyngor yn gwrthod casglu gwasttraff am unrhyw reswm, bydd yn rhaid i ni gyflogi ein contractwyr gwasttraff allanol i ddod i mewn a gwacáu'r biniau neu fynd â'r eitemau, gan basio'r gost ymlaen i breswylwyr trwy gyfrwng tâl gwasanaeth."

Mewn ardaloedd eraill, gwelwyd problemau wrth i bobl o'r tu allan dipio gwasttraff yn anghyfreithlon wrth storfeydd biniau preswylwyr.

Dywedodd Christine: "Mewn un cynllun, mae gennym dystiolaeth o gerbyd gwersylla yn gyrru i mewn i'r cynllun ac yn tipio eu sbwriel yn anghyfreithlon. Os bydd gennym dystiolaeth, byddwn yn ei throsglwyddo i'r awdurdod lleol er mwyn iddyn nhw erlyn y sawl sy'n gyfrifol."





Diogelwch tân gwyllt

Ailgylchu yn eich ardal

Mae rhestr y pethau y gallwch eu hailgylchu a'r pethau na allwch eu hailgylchu, a pha finiau neu fagiau y dylech eu defnyddio, yn wahanol i bob awdurdod lleol.

Dylech droi at wefan eich cyngor lleol yn rheolaidd i gael y wybodaeth ddiweddaraf am wastraff a chasgliadau ailgylchu a chanolfannau ailgylchu.

I gael manylion eich awdurdod lleol, trowch at gov.wales/find-your-local-authority

Cesglir eitemau swmpus, e.e. soffas, cadeiriau, peiriannau golchi dillad, rhewgell-rewgistiau, gwelyau, matresi a fframiau drysau a ffenestri UPVC gan y rhan fwyaf o awdurdodau lleol, a chodir tâl am wneud hyn.

I gael gwybod yr hyn y dylech ei wneud i drefnu casgliad ar gyfer eich eitemau, a faint yw'r taliadau yn eich ardal chi, trowch at wefan eich cyngor ac ewch ati i archebu eich casgliad.



Gyda Diwali, Calan Gaeaf a Noson Tân Gwyllt ar y gorwel, mae ystyried eich effaith chi ar eich cymdogion, y gymuned a'r amgylchedd yn bwysig wrth gynllunio parti tân gwyllt.

Dyma rai ffyrdd y gallwch chi helpu:

- Os allwch chi, ewch i ddigwyddiad sydd wedi'i drefnu.
- Ni ddylech gynnau tân gwyllt mewn ardaloedd cymunol agored.
- Dywedwch wrth eich cymdogion ymhell o flaen llaw os ydych chi'n bwriadu cynnal arddangosfa.
- Ni ddylech fod yn gymydog swnllyd yn hwyr gyda'r nos.
- Ceisiwch ddefnyddio tân gwyllt nad yw'n creu cymaint o sŵn pan fo modd.
- Meddyliwch am fywyd gwyllt, anifeiliaid anwes a'r amgylchedd lleol.

Mae RSPCA wedi cyhoeddi'r cyngor canlynol os hoffech fwynhau tân gwyllt, gan achosi llai o ofn ar anifeiliaid:

- Ewch i ddigwyddiad sydd wedi'i drefnu – bydd hyn yn lleihau nifer gyffredinol y tân gwyllt sy'n tarfu ar anifeiliaid.
- Cadwch olwg am dân gwyllt nad yw'n creu cymaint o sŵn, a rhowch wybod i'ch cymdogion ymhell o flaen llaw, fel y gall anifeiliaid, gan gynnwys ceffylau a da byw, fod yn barod.
- Ni ddylech fyth danio tân gwyllt ger anifeiliaid gan bod anifeiliaid ofnus – a cheffylau yn enwedig – yn gallu anafu eu hunain pan fyddant yn teimlo'n ofnus.
- Edrychwch am fywyd gwyllt mewn coelcerthi cyn eu cynnau, oherwydd gallai anifeiliaid fel draenogod fod yn gaeafgyssu yno.

Manteisio i'r eithaf ar y bwyd y byddwch yn ei brynu

Mae siopa bwyd yn rhan hanfodol o'n bywydau dyddiol. Fodd bynnag, mae cyfleoedd ar gael o hyd i siopa mewn ffordd fwy deallus, a gwastraffu llai.

Mae elusen **WRAP** (Rhaglen Gweithredu Gwastraff ac Adnoddau), sy'n cynnal ymgyrch Hoffi Bwyd, Casáu Gwastraff, yn cynnig y cyngor canlynol er mwyn cadw rhai o'n heitemau bwyd cyffredin yn ffres am gyfnod hwy a sut i ddefnyddio bwyd dros ben.

Wrth brynu ffrwythau a llysiau, ystyriwch brynu rhai rhydd yn hytrach na rhai mewn pecynnau parod. Gallwch brynu cymaint ag y bydd ei angen arnoch ac rydych yn fwy tebygol o fwyta'r hyn y byddwch yn ei brynu, felly gwastraffir llai ohono. Os ydych chi'n storio bwyd yn yr oergell, gwnewch yn siŵr bod tymheredd eich oergell dan 5°C.

Am ragor o wybodaeth, syniadau a ryseitiau, trowch at lovefoodhatewaste.com

Afalau

Storio:

Yr oergell yw'r man gorau i storio afalau oherwydd y byddant yn para'n hirach nag y byddant os byddwch yn eu gadael allan mewn powlen.



A ydw i'n gallu eu rhewi?

Gellir rhewi sleisys o afalau ar ôl iddynt gael eu coginio mewn dŵr berwedig yn gyflym iawn. Dylech eu rhewi mewn un haen, yna'u rhoi mewn bagiau ar ôl eu rhewi. Gallwch ddefnyddio'r afalau wedi'u rhewi i baratoi cacen afalau neu saws afalau.

Sut i'w cadw yn ffres:

Gall un afal drwg ddifetha'r lleill, felly cadwch olwg ar eich ffrwythau, gan wahanu unrhyw rai sy'n aeddfedu yn gyflymach na'r lleill.

Eu defnyddio

i gyd: Ni ddylech daflu afalau sydd wedi cleisio.

Dylech dorri unrhyw ddarnau brown i ffwrdd a thorri'r gweddill yn ddarnau

er mwyn eu cael fel byrbryd neu gratio'r afal sy'n weddill mewn salad. Defnyddiwch ffrwythau meddal neu sydd wedi gwystno mewn smwddis. Mae modd defnyddio afalau sydd wedi gweld dyddiau gwell mewn picls, siytni neu hyd yn oed eu hychwanegu i gyrrï. Gallwch stiwiu hen afalau i wneud saws afalau neu eu defnyddio mewn crymbl.

Bananas

Storio:

Y cwpwrdd yw'r lle gorau i storio bananas. Dylech eu cadw mewn man oer, mewn cwpwrdd neu ar yr ochr. Bydd bananas yn mynd yn ddu yn yr oergell.

A ydw i'n gallu eu rhewi?

Ydych. Gall bananas fynd yn frown yn eithaf cyflym felly, os byddwch yn eu gweld yn dechrau brychu, dylech eu tynnu o'u croen a'u rhewi er mwyn eu defnyddio yn nes ymlaen.

Sut i'w cadw yn ffres:

Dylech wastad gadw bananas ar wahân i ffrwythau eraill oni bai eich bod yn dymuno i'r ffrwythau eraill aeddfedu yn gyflym.

Eu defnyddio i gyd:

Mae bananas sydd wedi'u rhewi yn wych mewn smwddis, yn ogystal â theisen neu fara banana.

Cymysgwch fananas wedi'u rhewi mewn prosesydd bwyd fel dewis amgen iach i hufen iâ, neu eu pobi yn y ffwrn gydag ychydig fêl ar eu pen fel pwdin hyfryd. Gallwch ychwanegu bananas i seigiau sawrus hefyd; gallwch eu defnyddio mewn cyrrï, gyda llysiau neu gorbys yn ddelfrydol.

Bara

Storio: Y cwpwrdd yw'r lle gorau i storio bara. Dylech gadw bara a rholiau mewn man eithaf oer, tywyll a sych, fel bin bara neu gwpwrdd, yn ei ddeunydd pacio gwreiddiol. (Dylech lanhau eich bin bara neu'ch cwpwrdd yn rheolaidd er mwyn cael gwared ar sborau llwydni.)

Y dyddiad Gorau Cyn wedi mynd heibio? Gellir bwyta'r rhan fwyaf o fara mewn pecyn a chynhyrchion bara mewn pecyn ddau ddiwrnod hyd at wythnos ar ôl y dyddiad gorau cyn. Gwasgwch y bara yn ysgafn! Os yw'n teimlo ac yn edrych yr un fath ag yr oedd pan wnaethoch ei brynu, mae'n iawn ei fwyta. **Os oes llwydni arno, ni ddylech ei ddefnyddio.**

A ydw i'n gallu ei rewi? Gallwch rewi pob math o fara. Er mwyn ei gwneud yn haws gwahanu tafellau o fara ar ôl eu rhewi, curwch eich torth yn



ysgafn ar arwyneb gwaith cyn i chi ei rhoi yn y rhewgell. Gellir dadrewi sleisys torth wedi'i rhewi yn ôl yr angen neu eu tostio yn syth o'r rhewgell.

Sut i'w gadw yn ffres: Os byddwch yn storio bara yn yr oergell, bydd yn mynd yn hen yn gyflymach! Ar ôl agor torth, dylech blygu'r gorchudd dan y dorth neu ei glymu eto gan ddefnyddio'r tag 'gorau cyn' neu glip bwyd.

Ei ddefnyddio i gyd: Mae hen fara yn gwneud briwsion bara gwych – gallwch eu rhewi er mwyn eu defnyddio ar ben crymbl neu seigiau pasta pob, stwffin, neu er mwyn tewhau sawsiau. Gallwch ddefnyddio bara wedi'i rewi er mwyn gwneud brechdanau hefyd. Byddant yn dadrewi erbyn amser cinio, gan gadw'r llenwad yn oer.

Wyau



Storio: Yr oergell yw'r lle gorau i storio wyau.

A ydw i'n gallu eu rhewi?

Ydych. Torrwch eich wyau a'u rhoi mewn cynhwysydd y gallwch ei selio a'u rhewi. Gallwch wahanu'r gwyn a'r melyn wŷ yn gyntaf os hoffech eu defnyddio ar gyfer seigiau gwahanol. Gwnewch yn siŵr eich bod yn labelu'r cynhwyswyr er mwyn i chi allu gweld beth ydynt yn hawdd yn nes ymlaen.

Sut i'w cadw yn ffres: Mae'n well eu cadw yn eu bocs i'w diogelu, yn yr oergell.

Eu defnyddio i gyd: Ar yr amod bod yr wyau wedi cael eu coginio, gellir eu bwyta ddiwrnod neu ddau ar ôl eu dyddiad 'gorau cyn'. Gallwch eu defnyddio i baratoi pryd maethlon a rhad mewn omlod.

Menyn neu sbrediau



Storio: Yr oergell yw'r lle gorau i storio menyn a sbrediau mewn deunydd pacio neu gynhwysydd

y gellir ei selio eto.

A ydw i'n gallu ei rewi?

Ydych, gallwch rewi menyn mewn sgwariau bychain a'i ychwanegu i brydau yn uniongyrchol wrth goginio. Gellir dadrewi menyn yn y microdon hefyd – defnyddiwch osodiad isel neu ddadrewi fesul 15 eiliad am y canlyniadau gorau.

Ei ddefnyddio i gyd:

Ceisiwch greu menyn â blas, gan ddefnyddio garlleg dros ben, perlysiau ffres, neu sbeisys? Ar ôl ei baratoi, gallwch ei rewi mewn hambyrddau ciwbiau rhew, gan ddefnyddio'r ciwbiau a'u hychwanegu wrth goginio neu eu dadrewi pan fydd eu hangen. Mae hen dybiau menyn a marjarîn yn gynhwyswyr gwych er mwyn rhewi bwyd dros ben!

Tatws ffres



Storio: Storiwch eich tatws yn yr oergell er mwyn eu cadw'n ffres am gyfnod hwy. Mae ymchwil a gynhaliwyd gan WRAP wedi canfod bod tatws sy'n cael eu storio yn yr oergell yn gallu para hyd at dair gwaith yn hirach na'r rhai sy'n cael eu storio ar dymheredd yr ystafell, megis mewn cwpwrdd.

A ydw i'n gallu eu rhewi?

Gellir rhewi tatws dros ben sydd wedi cael eu coginio. Gallwch rostio tatws wedi'u berwi yn syth o'r rhewgell hefyd – dylech eu rhoi yn y ffwrn gydag ychydig olew i'w crisbio.

Sut i'w cadw yn ffres:

Er mwyn storio tatws wedi'u coginio, dylech eu hoeri mor gyflym ag y bo modd, cyn pen un neu ddwy awr yn ddelfrydol, yna eu storio yn yr oergell am hyd at ddau ddiwrnod. Os bydd tatws wedi egino, tynnwch yr egin i ffwrdd cyn eu

defnyddio, a chofiwch dorri unrhyw ddarnau gwyrdd neu sydd wedi pydru i ffwrdd cyn eu defnyddio.

Eu defnyddio i gyd: Defnyddiwch declyn pilio yn hytrach na chyllell oherwydd y bydd hyn yn creu llai o wastraff. Neu peidiwch â'u pilio o gwbl; gallwch eu berwi, eu rhostio, neu eu stwmpio gyda'r crwyn arnynt!

Llaeth



Storio: Storiwch eich llaeth yn yr oergell. Ar ôl ei agor, dylid storio llaeth hir oes yn yr oergell.

A ydw i'n gallu ei rewi? Ydych. Mae hyn yn ddelfrydol ar gyfer symiau llai – mae poteli mawr yn cymryd amser i ddadrewi ac maent yn cymryd cryn dipyn o le yn y rhewgell. Dylech ei ddadrewi yn yr oergell a'i ddefnyddio cyn pen 24 awr. Neu, gallwch rewi llaeth mewn hambyrddau ciwbiau rhew er mwyn eu rhoi yn eich diod poeth yn syth!

Ei ddefnyddio i gyd: Mae rhai mathau o laeth yn cynnwys dyddiad Defnyddio Erbyn. Mae dyddiadau Defnyddio Erbyn yn ymwneud â diogelwch. Dylech ddefnyddio neu rewi llaeth sy'n cynnwys dyddiad Defnyddio Erbyn cyn y dyddiad hwnnw. Os bydd y dyddiad Defnyddio Erbyn wedi mynd heibio, ni ddylech ei ddefnyddio na'i rewi. Mae rhai mathau o laeth yn cynnwys dyddiad Gorau Cyn nawr. Mae'r dyddiadau hyn yn ymwneud ag ansawdd. Os bydd dyddiad Gorau Cyn eich llaeth wedi mynd heibio, bydd hi'n ddiogel i chi ei ddefnyddio neu ei rewi, ond efallai na fydd ar ei orau. Mae sawsiau, pwdinau, sgons, smwddis a chwstard yn ffyrdd gwych o ddefnyddio llaeth ychwanegol.

Cadwch olwg am sgamwyr

Mae'r argyfwng costau byw yn cynnig ffyrdd newydd i droseddwr dwyllo pobl i roi eu cynilion iddynt. Yn ôl ffigurau gan yr Arolwg Troseddu yn ddiweddar, mae twyll bellach yn gyfrifol am dros un o bob tri o'r holl droseddau yr adroddir amdanynt. Dyma rai o'r sgamiau a welwyd yn ddiweddar.

Sgam Taliad Costau Byw

Gwelwyd cynnydd yn nifer y sgamwyr sy'n ceisio sicrhau gwybodaeth bersonol gan bobl trwy anfon negeseuon testun sy'n awgrymu bod cwsmeriaid yn gymwys i gael taliadau Costau Byw.

Cyhoeddodd yr Adran Gwaith a Phensiynau (DWP) rybudd i bobl i gadw golwg am sgamwyr sy'n targedu pobl am y taliadau Costau Byw.

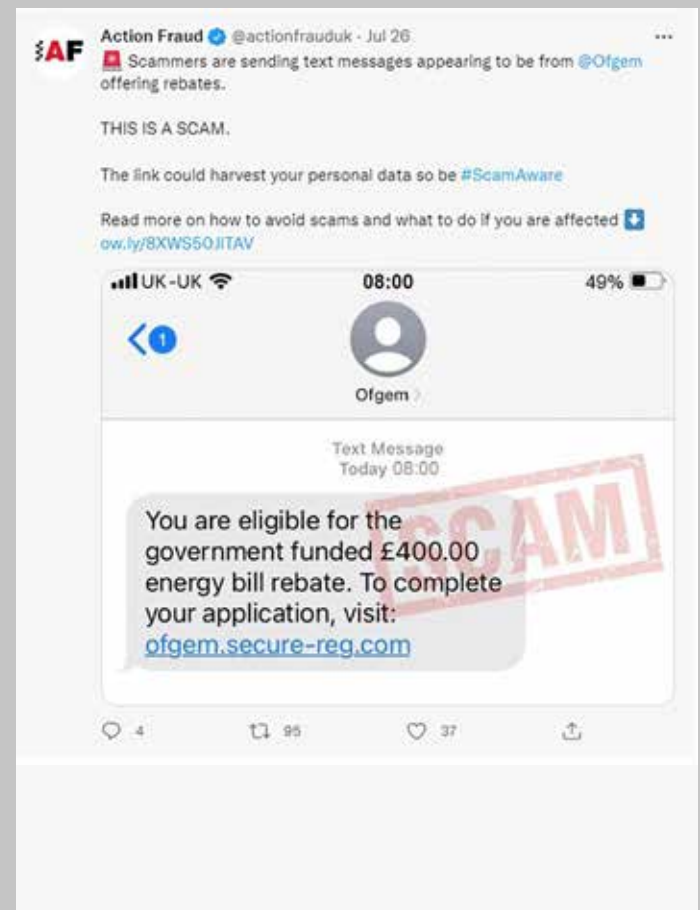
Maent yn atgoffa pawb nad oes yn rhaid i chi wneud unrhyw beth. Os ydych chi'n gymwys i gael taliadau, gwneir y taliadau yn awtomatig.

Neges destun gan Ofgem

Yn ystod yr haf, ysgrifennodd y rheoleiddiwr ynni, Ofgem, at yr holl ddarparwyr ynni domestig yn gofyn iddynt sicrhau bod cwsmeriaid yn ymwybodol o sgam lle'r anfonir neges destun at bobl yn estyn gwahoddiad iddynt wneud cais am ad-daliad ffug o £400.

Telir y grant o £400 gan y Llywodraeth yn awtomatig ar ffurf cyfandaliadau o fis Hydref – nid oes angen gwneud cais amdano.

Mae Ofgem yn dweud na fyddant fyth yn anfon negeseuon testun at gwsmeriaid yn gofyn iddynt gofrestru i gael arian neu ad-daliad – felly os byddwch yn cael neges destun, ni ddylech ymateb iddi, na chlicio mewn unrhyw ddolenni ynddi.



Sgamiau WhatsApp Ffrindiau mewn angen

Gwelwyd cynnydd yn nifer y troseddwyd sy'n cysylltu â dioddefwyr ar WhatsApp, gan esgus bod yn ffrind iddynt neu'n aelod o'r teulu. Fel arfer, bydd troseddwyd yn honni eu bod yn aelod o'r teulu ac fel arfer, byddant yn cychwyn y sgwrs gyda'r geiriau "Helo Mam" neu "Helo Dad".

Byddant yn dweud eu bod yn anfon neges destun o rif symudol newydd, gan eu bod wedi colli neu ddifrodi eu ffôn, a byddant yn mynd ymlaen i ofyn am arian i brynu ffôn newydd, neu honni bod angen arian arnynt ar frys i dalu bil. Byddant yn nodi eu manylion banc er mwyn cael y taliad, a bydd rhai yn dychwelyd dro ar ôl tro nes bydd y dioddefwr yn sylweddoli eu bod wedi cael eu twyllo.

Mae'r heddlu yn dweud, os byddwch yn cael neges fel hon gan ffrind neu aelod o'r teulu, ni ddylech anfon unrhyw arian nes i chi gael y cyfle i'w ffonio a chadarnhau mai nhw ydynt. Gallwch adrodd am negeseuon sgam neu atal anfonwr o fewn WhatsApp. Pwyswch a daliwch ar y swigen neges, dewiswch 'Report', yna dilynwch y cyfarwyddiadau.

Ni ddylech fyth rannu cod cynnau eich cyfrif (y cod 6 digid y byddwch yn ei gael trwy neges destun).

Hysbysebion bwyd ffug Morrisons ar Facebook

Yn ddiweddar, cyhoeddodd Morrisons, y gadwyn o archfarchnadoedd, rybudd ar Facebook ar ôl iddynt gael eu dynwared mewn hysbyseb ffug ar Facebook, a oedd yn cynnig bocsys bwyd am ddim a oedd yn werth £30 pe byddech yn nodi eich manylion personol. Roedd yr hysbyseb ffug yn nodi: 'Mae gennym filoedd o gynhyrchion bwyd y mae eu dyddiad ar fin dod i ben, a byddent yn cael eu taflu fel arfer, fodd bynnag, rydym wedi penderfynu ei bod yn bryd i ni newid ein ffordd, a gwneud pethau mewn ffordd ychydig yn well gan ein bod yn gwybod ei bod hi'n gyfnod anodd ar hyn o bryd.' Mae Morrisons yn nodi mai dim ond o'u tudalen wedi'i dilysu, sef **@Morrisons**, y byddant yn postio.

Ad-daliad treth gan y Cyngor

Mae'r Gymdeithas Llywodraeth Leol – sy'n cynrychioli awdurdodau lleol – wedi annog aelwydydd i beidio rhoi manylion eu cerdyn neu eu banc dros y ffôn os byddant yn cael galwad am yr ad-daliad treth gyngor o £150. Yn rhan fwyaf yr achosion, telir yr ad-daliad hwn yn awtomatig i'r rhai sy'n talu eu treth gyngor trwy drefniant debyd uniongyrchol – a dylai'r rhan fwyaf o bobl sy'n talu trwy drefniant debyd uniongyrchol fod wedi cael eu taliad erbyn hyn. I'r rhai nad ydynt yn talu trwy drefniant debyd uniongyrchol, mae'r rhan fwyaf o gynghorau yn casglu manylion banc gan ddefnyddio ffurflenni ar-lein diogel. Os byddwch yn cael galwad ac nid ydych yn siŵr a yw'r sawl sy'n galw yn rhywun dilys, dylech orffen yr alwad a ffonio eich cyngor yn uniongyrchol gan ddefnyddio'r rhif cyswllt a nodir ar ei gwefan.

Yr hyn i'w wneud os byddwch yn credu eich bod wedi dioddef twyll neu sgam ar-lein

Cysylltwch ag **Action Fraud** os ydych chi'n credu eich bod wedi colli arian, neu wedi cael eich hacio oherwydd twyll neu sgam ar-lein, neu ffoniwch **0300 123 2040**.

Mae Action Fraud yn cynghori'r cyhoedd i ddilyn cyngor ymgyrch **Take Five to Stop Fraud** er mwyn cadw eu hunain yn ddiogel rhag twyll.

- **Aros:** Gallai aros am eiliad a meddwl cyn rhoi eich arian neu'ch gwybodaeth eich cadw yn ddiogel.
- **Herio:** A allai hwn fod yn ffug? Mae'n iawn gwrthod neu anwybyddu unrhyw geisiadau. Dim ond troseddwyd fydd yn ceisio eich rhuthro neu'n ceisio peri i chi fynd i banig.
- **Diogelu:** Os ydych chi'n credu eich bod wedi dioddef twyll, cysylltwch â'ch banc yn syth ac adrodd amdano ar-lein i Action Fraud trwy droi at **actionfraud.police.uk** neu ffonio **0300 123 2040**.

Sut i adrodd

- Gallwch adrodd am negeseuon testun amheus yr ydych chi wedi'u cael, ond heb weithredu yn eu cylch, trwy anfon y neges wreiddiol ymlaen at **7726**, sy'n sillafu **SPAM** ar eich bysellbad.
- Gallwch adrodd am negeseuon e-bost amheus yr ydych chi wedi'u cael ond heb weithredu yn eu cylch, trwy anfon y neges wreiddiol ymlaen at **report@phishing.gov.uk**.
- Os ydych chi wedi darparu manylion personol neu ariannol o ganlyniad i neges amheus, neu wedi colli arian oherwydd sgam, dylech adrodd am hyn i Action Fraud trwy droi at **actionfraud.police.uk** neu ffonio **0300 123 2040**.
- Ar Facebook, dewiswch y tri dot yng nghornel uchaf yr hysbyseb ar yr ochr dde, a dewiswch 'Report ad', cyn pwysu 'Misleading or scam'.

Mythau am gyddwysiad

Efallai eich bod wedi sylwi bod diferion dŵr yn ffurfio o bryd i'w gilydd, ac yn rhedeg i lawr eich ffenestri weithiau.

Cyddwysiad yw hwn.

Mae'n digwydd pan fydd lleithder yn yr aer yn eich cartref yn cyfarfod arwyneb oer fel ffenestri a waliau.

Fel arfer, mae'r aer yn ein cartrefi yn llaith, ond gall coginio, defnyddio'r bath a'r gawod a hyd yn oed anadlu ychwanegu i'r lleithder.

Nid yw hyn yn broblem o anghenraid os bydd yn clirio yn gyflym, ond os caiff ei adael, gall arwain at dyfiant llwydni

Sut i osgoi cyddwysiad rhag cronni

Ni ddylech droi eich gwres i ffwrdd

- Ceisiwch gadw eich gwres ymlaen ar osodiad isel cyson. Mae hyn yn well na chael y tymheredd yn newid rhwng bod yn oer ac yn boeth yn eich cartref.

Dylech leihau cyfanswm y lleithder yn yr aer

- Pan fyddwch yn coginio, dylech gadw cloriau ar sosbenni a defnyddio lwfer eich cwcer neu'ch ffan echdynnu, os oes un gennych chi. Os nad oes gennych chi ffan yn eich cegin, agorwch y ffenestri pan fyddwch yn coginio neu'n golchi llestri.
- Os ydych chi'n cael bath, cawod neu'n golchi, trowch y ffan ymlaen yn eich ystafell ymolchi neu agorwch ffenestr, os oes un gennych chi.
- Gwnewch yn siŵr bod eich dyfeisiau cegin yn gweithio'n iawn ac nad ydynt yn gollwng dŵr.



Dylech osgoi sychu dillad y tu mewn

- Dylech sychu dillad y tu allan pan fo modd, ac os ydych chi'n defnyddio peiriant sychu dillad, dylech sicrhau ei fod yn rhyddhau'r aer y tu allan.

Dylech gynyddu'r awyru yn eich cartref

- Agorwch y ffenestri pan fo modd pan fyddwch gartref neu gadewch fentiau'r ffenestri ar agor, os oes rhai wedi'u gosod.
- Agorwch ffenestr eich ystafell wely am 15 munud bob bore.
- Dylech awyru ystafelloedd yn rheolaidd a gadael drysau ar agor er mwyn caniatáu i'r aer gylchredeg, oni bai eich bod yn coginio neu'n cael cawod.
- Ni ddylech rwystro unrhyw fentiau eraill yn eich cartref.
- Gwnewch yn siŵr bod aer yn gallu cylchredeg trwy adael bylchau rhwng y dodrefn a'r wal.

Cadwch olwg am unrhyw ddŵr sy'n gollwng

Os yw dŵr yn dod i mewn trwy doeon sy'n gollwng, cafnau sydd

wedi'u rhwystro neu eu difrodi neu os oes dŵr yn gollwng yn eich ystafell ymolchi, dywedwch wrth ein tîm trwsio trwy ffonio **0800 052 2526** (8am-6pm o ddydd Llun i ddydd Gwener) neu ar-lein trwy droi at wwha.co.uk/en/report-a-repair/.

Clirio cyddwysiad

Os byddwch yn sylwi ar gyddwysiad ar eich ffenestri neu'ch waliau, dylech ei glirio yn rheolaidd fel na fydd yn achosi niwed neu'n datblygu i fod yn llwydni. Dylech sychu waliau gan ddefnyddio tywel, hancesi papur neu ddefnyddio gwesgi ar ffenestri.

Yr hyn i'w wneud os byddwch yn gweld llwydni

Dylech ei lanhau i ffwrdd yn syth er mwyn lleihau unrhyw risg i iechyd gymaint ag y bo modd, ond bydd angen i chi fwrw golwg ar y broblem sy'n achosi'r cyddwysiad hefyd, a gwella'r awyru er mwyn ei atal rhag dychwelyd. Am ragor o gyngor am y ffordd o lanhau llwydni mewn ffordd ddiogel, trowch at ein gwefan. wwha.co.uk/en/report-a-repair/i-want-to-report-mould-in-my-home

Am ragor o wybodaeth, trowch at wwha.co.uk/en/report-a-repair/i-want-to-report-mould-in-my-home/



Gofalu am ofalwyr yn ystod yr argyfwng costau byw

Mae cannoedd ar filoedd o bobl yng Nghymru yn darparu gofal di-dâl, gan gynorthwyo ffrindiau, aelodau teuluol, a chymdogion y gallent fod yn sâl, yn hŷn neu sydd ag anabledd neu y mae gofyn iddynt gael cymorth iechyd meddwl.

Os ydych chi'n gofalu ddydd a nos, neu am ychydig oriau bob wythnos, gall gofalu di-dâl gael effaith enfawr ar eich bywyd. Gall gofalu am rywun fod yn anodd, ond nid ydych chi ar eich pen eich hun.

Mae Gofalwyr Cymru yn rhan o Carers UK – unig elusen aelodaeth genedlaethol y DU i ofalwyr di-dâl. Fe'i sefydlwyd 60 o flynyddoedd yn ôl, a'i chenhadaeth yw gwella bywyd gofalwyr.

Mae'n un o blith dwy elusen newydd y mae Bwrdd Grŵp Tai Wales & West wedi dewis eu cynorthwyo gyda rhodd o £10,000 y flwyddyn am y dair blynedd nesaf. Yr elusen arall

sy'n cael ei chynorthwyo yw gwasanaeth 'Ffrind mewn Angen' Age Cymru, sy'n cynnig galwadau cyfeillgarwch am ddim dros y ffôn i bobl yng Nghymru sy'n 70 oed neu'n hŷn.

Helpu gofalwyr gyda phryderon ariannol

Gan ymateb i bryderon nifer o ofalwyr, sydd wedi mynegi eu gofid ynghylch rheoli arian a sut y bydd yr argyfwng costau byw yn effeithio arnynt, mae Gofalwyr Cymru wedi lansio hyb Materion Ariannol.

Mae'r hyb yn darparu nifer o adnoddau a dolenni i gymorth sydd ar gael i bobl sy'n gofalu yng Nghymru, yn ogystal â phobl yng Nghymru sydd ar incwm isel yn fwy cyffredinol.

Trowch at carersuk.org/wales/help-and-advice/hyb-materion-ariannol

Cymorth pellach

Mae adnoddau eraill ar gael gan Ofalwyr Cymru – o daflenni ffeithiau, canllawiau a fideos i'ch helpu i reoli agweddau amrywiol ar ofalu, i weithgareddau lles.

Maent yn cynnal sesiynau cymorth 'Amser i Fi' rheolaidd hefyd, lle y gall gofalwyr ymuno a phrofi amrediad o weithgareddau fel crefft, ymwybyddiaeth ofalgar, sesiynau gwybodaeth am ofalu, cyrsiau byr a sesiynau lles emosiynol.

Mae Gwasanaeth Cymorth Gwranddo yn cynnig cyfres o alwadau ffôn i ofalwyr gyda rhywun sydd wir yn deall y pwysau ar bobl sy'n gofalu.

Am wybodaeth am unrhyw rai o'r sesiynau a'r cymorth sydd ar gael, trowch at carersuk.org/wales.

Mae'r holl adnoddau ar gael yn rhad ac am ddim i ofalwyr di-dâl. Am ragor o wybodaeth, anfonwch e-bost at info@carerswales.org neu ffoniwch 029 2081 1370.

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

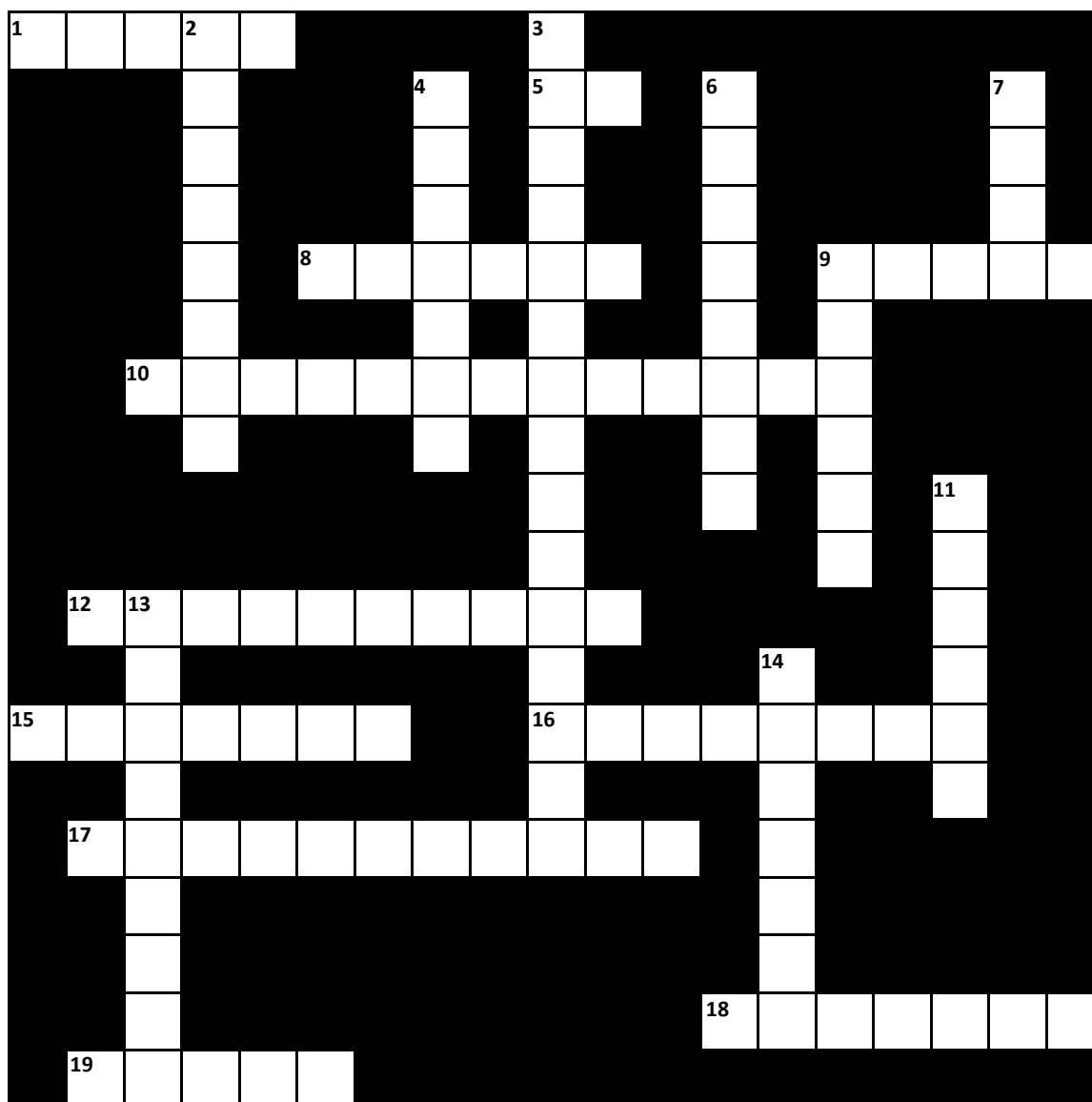
T	A	W	G	C	E	R	G	Y	D	R	U	R	S	O
A	N	I	M	W	A	T	I	S	O	M	U	I	H	L
N	Y	P	G	N	H	O	F	C	Y	A	F	I	O	W
G	I	B	N	P	Y	G	E	N	M	F	N	S	L	Y
W	M	A	S	O	D	D	M	A	A	G	N	E	W	N
Y	N	L	U	E	I	G	L	T	E	W	Y	R	R	C
L	D	L	B	T	D	F	L	H	N	D	W	S	H	A
L	U	O	E	H	F	A	T	D	F	B	G	A	I	T
T	H	Y	N	I	F	R	G	O	E	A	R	E	A	H
T	O	R	F	A	E	F	N	I	R	R	W	T	L	E
G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

- COELCERTH
- OLWYN CATHERINE
- POWDWR GWN
- CŴN POETH
- ROCEDI
- TORF
- GUTO FFOWC
- HYDREF
- FFLAMAU
- TÂN GWYLLT
- ERGYD
- TATEN POB
- SÊR SAETHU
- AFAL TAFFI

Pos Swdocw

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

Croesair



AR DRAWS

1. Prif weinidog India o 1947 hyd 1964 (5)
5. Gair cadarnhaol (2)
8. Madfall ddwr ifanc (6)
9. Ym mytholeg Roeg, yr is-fyd (5)
10. Nwyddau, llestri (13)
12. Heb ei frechu, yn awgrymu (10)
15. Cau gyda bang (7)
16. Gwbl angenrheidiol (8)
17. Llong a gynlluniwyd i gario nwyddau yng nghist storio fawr (11)
18. Lleoedd lle ffilmiau yn cael eu dangos (7)
19. Holtti (5)

I LAWR

2. Heb glymau neu drafferthion (8)
3. Cyflwr poenus sy'n achosi pwysau ar y nerfau asgwrn cefn (4,4,7)
4. Yn frodor o Stockholm, er enghraifft (7)
6. Offer cegin (8)
7. Rhaff gyda dolen (4)
9. Duwies Groeg doethineb (6)
11. Wedi eu bradychu gan bartner mewn trafodaeth neu gyfrinach anonest (6)
13. Cynnal lladdfa (9)
14. Sicrhau traddodiad arbennig o ddeddfau a rheolau (7)

Mae cymuned newydd yn cael ei ffurfio yng nghysgod siop Ikea Caerdydd gan bod preswylwyr wedi symud i mewn i'n datblygiad o 100 o dai a fflatiau yn Ffordd Yr Haearn, Grangetown. Mae'r enw yn cyfeirio at ddefnydd blaenorol y safle, fel seidin rheilffordd.

Trowch at dudalen 24 am ragor o newyddion am ein datblygiadau.

