Cymunedau yn Gyntaf ~ Bro Ddyfi ~ Communities First

CYLCHLYTHYR

Cyfres 2, Rhifyn 3- Hydref/Gaeaf 2011-2012

Inside this issue:

Pecynnau Croeso 'Byw yn Bro Ddyfi'	2
Digwyddiad 'Teimlo'r Wasgfa'	2
Gweithdy i Ddarpar Fenywod Busnes	2
Neges Mewn Potel a Cyfeirnod Grid	2
Cronfa'r Cwarter	3
Cwrs Cymorth Cyntaf Pediatrig	3
Gwasanaeth estyn allan yr Undeb Gredyd ym Mro Ddyfi	3
Taflen Teithio Dyfi newydd	3
Nodwedd Arbennig - Gofal Piau Hi y Gaeaf Hwn	4
Digwyddiadau i ddod	4

'Hwyl yr Hydref - Play at Y Plas'

Cynhaliwyd digwyddiad 'Hwyl yr Hydref - Play at Y Plas' ar Hydref y 24ain yn Y Plas Machynlleth. Trefnwyd y digwyddiad, a fu'n fodd i ddenu nifer o deuluoedd lleol, gan Gymunedau yn Gyntaf Bro Ddyfi mewn partneriaeth â Gwasanaethau Bro a Dyfodol Powys Futures.

Llwyddwyd i ddod â syniadau chwarae rhad i rieni a gwarchodwyr plant, gan gynnwys gweithdy 'Gwneud rhywbeth allan o ddim' a sesiwn chwarae awyr agored. Y nod oedd hybu oedolion i chwarae efo plant, gan adael i'r plant gymryd y rhan flaenaf ar yr un pryd. Roedd yr arddangoswyr yn cynnwys: Prosiect Cymunedol Plant Machynlleth (MCCP) ~ Gwasanaethau Bro, Dyfodol Powys/Tîm Chwarae R2 ~ Chwarae Sir Drefaldwyn ~ Menter Iaith ~ Chwarae ym Mhowys.

Trigolion Machynlleth a Chadfarch yn cyfrannu i 'Gasgliad y Werin Cymru'

Yn dilyn digwyddiadau llwyddiannus yn Llanbrynmair a Glantywmyn, trefnodd Cymunedau yn Gyntaf Bro Ddyfi / Grŵp Treftadaeth Biosffer Dyfi drydydd diwrnod Treftadaeth yn Y Plas, Machynlleth, Hydref 20fed.

Rhoddodd y digwyddiad gyfle i drigolion ardal Machynlleth a Chadfarch i ddigideiddio hen luniau, dogfennau ayb i'w cynnwys ar wefan 'Casgliad y Werin Cymru'. Bu'r diwrnod hwn eto yn llwyddiant mawr gyda mwy na 300 o eitemau i'w sganio.

Gellir gweld y tri chasgliad gyda dros 500 o eitemau ar: www.peoplescollection.org.uk/User/dyfi-heritage-group

Mae croeso i unrhyw un sy'n awyddus i wybod sut i gyfrannu tuag at y prosiect gysylltu â swyddfa Cymunedau yn Gyntaf ar: 01654 700315

Rhoi Bro Ddyfi yn Gyntaf

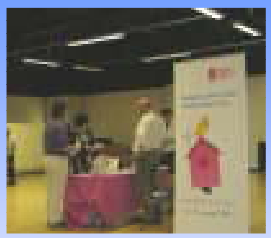
Pecynnau Croeso

Mae Cymunedau yn Gyntaf Bro Ddyfi wedi cynllunio a chynhyrchu Pecynnau Croeso ar gyfer trigolion newydd yn ardal Bro Ddyfi. Y bwriad yw ceisio cynyddu'u dealltwriaeth o'r ardal, ei phobl a'i hiaith, yn ogystal â darparu gwybodaeth ddefnyddiol ar sut i ddod yn rhan o'r gymuned leol.

Mae'r Pecyn Dwyieithog yn cynnwys llyfryn 'Byw yng Nghymru', a gynhyrchwyd gan Fwrdd yr Iaith, Cyfeiriadur Cymunedol CG, Taflen Teithio Dyfi a thaflen 'Dewis yn Ddoeth'. Yn ogystal â hyn, rydym wedi cynhyrchu taflenni megis: 'Cyflwyniad i'r Iaith Gymraeg', 'Hanes a Diwylliant' a 'Cysylltiadau Defnyddiol'

Bydd y pecynnau yn cael eu dosbarthu i drigolion newydd gan Asiantaethau Tai, Cymdeithas Tai Canolbarth Cymru ac Adran Tai Cyngor Sir Powys yn ogystal â bod ar gael o swyddfa CG.

Teimlo'r Wasgfa



Cynhaliwyd digwyddiad gwybodaeth 'Teimlo'r Wasgfa ar Ddydd Mercher y 5ed o Hydref. Trefnwyd y digwyddiad gan Cymunedau yn Gyntaf i ddarparu cyngor i drigolion lleol ar ffyrdd y gallant leihau ei biliau ynni, tra ar yr un pryd cadw'n gynnes y gaeaf yma.

Roedd Cyngor Sir Powys yn hyrwyddo ei benthyciadau di-log sydd ar gael i landlordiaid y sector breifat i'w galluogi i wneud gwelliannau i'r adeilad sy'n cynorthwyo effeithlonrwydd ynni.

Roedd hefyd swyddogion o gynllun 'Nyth' Llywodraeth Cymru ar law i ddarparu cyngor i'r rheini sydd innau'n bia neu yn rhentu ei cartrefi. Mae'r cynllun wedi ei anelu at helpu i wneud cartrefi'n gynhesach ac yn fwy clyd, drwy gynnig pecyn o welliannau ynni i'r rheini sy'n cymhwyso.

Roedd arddangoswyr eraill yn cynnwys, ecodyfi, Canolfan y Dechnoleg Amgen, Canolfan Gynghori Bro Ddyfi. PAVO, Adran a'r Galluogwr Tai Gwledig.

Galwch heibio Swyddfa Cymunedau yn Gyntaf Bro Ddyfi am gopi AM DDIM o lawlyfr 'Arbed Ynni'

Mae'r llawlyfr yma yn llawn o awgrymiadau defnyddiol ar sut i arbed arian ac ynni yn eich cartref, gan gynnwys:
dod o hyd i'r tariff gorau, crynodeb o faint o drydan sydd yn cael ei ddefnyddio ar wahanol declynnau trydanol, archwilio budd-daliadau a eithafi incwm

a llawer mwy.....

Gweithdy RHAD AC AM DDIM i Ddarpar Fenywod Busnes

Mewn partneriaeth â Chymunedau yn Gyntaf Bro Ddyfi, cynhaliodd Chwarae Teg weithdy rhad ac am ddim yng Nghanolfan Hyddgen Machynlleth brynhawn Mercher, Hydref 12fed. Trefnwyd y gweithdy ar gyfer Menywod sy'n dymuno derbyn mwy o wybodaeth am sut i ddechrau eu busnes eu hunain. Mae Chwarae Teg yn cefnogi menywod unigol, busnesau a sefydliadau i wireddu cyfleoedd sy'n gwella datblygiad personol a datblygiad y gweithlu. Yn ganolog i'r cwbl y maent yn ei wneud mae eu gwybodaeth arbenigol a'u dealltwriaeth o ddatblygiad economaidd a datblygiad y gweithlu, a byddant yn ei ddefnyddio i gael gwared â rhwystrau a chreu cyfleoedd i fenywod.

Chwarae Teg
Creating opportunities for you

Am fwy o wybodaeth am y gefnogaeth sydd ar gael gan Chwarae Teg ewch i http://www.chwaraeteg.com/

Diweddariad 'Neges Mewn Potel'

Mae poteli gan gynwys cyfarwyddiadau ar sut i ddefnyddio'r cynllun achub bywyd yma yn nawr ar gael o'r lleoliadau canlynol:

- Cymunedau yn Gyntaf Bro Ddyfi
- Canolfan Iechyd Machynlleth
- Canolfan Iechyd Glantwymyn
- Fferyllfa Rowland, Machynlleth
- Swyddfa Bost Glantwymyn
- Swyddfa Bost Cwmllinau
- Canolfan Hamdden Bro Ddyfi
- CAMAD, Machynlleth
- Canolfan Gynghori Bro Ddyfi
- Siop Llanbrynmair
- Y Tabernacl, Machynlleth
- Y Plas, Machynlleth
- Siop Pennal
- Institiwt Corris

Cyfeirnod Grid

Mae medru cyfeirio at gartrefi/ adeiladau yn ôl cyfeirnod grid yn fodd o arbed amser a bywydau o gymharu â chod post yn unig. Felly peidiwch ag anghofio galw yn Swyddfa Cymunedau yn Gyntaf, Yr Hen Siop, Bryn y gog i dderbyn cerdyn Cyfeirnod Grid personol i'w gadw yn ymyl eich ffôn pe baech angen galw'r gwasanaethau argyfwng.

Cronfa'r Cwarter

Grantiau Grwpiau Cymunedol Cadwch Gymru'n Daclus: Gall grwpiau cymunedol sy'n gweithio ar wella'r amgylchedd gwneud cais am yswiriant atebolrwydd cyhoeddus am ddim, a grantiau fyny i £300 oddiwrth Cadwch Gymru'n Daclus.

Mae'r elusen yma, sydd â swyddog ym mhob Sir yng Nghymru, yn gweithio i annog gweithredi lleol i ddiogelu a gwella amgylchedd Cymru.

Am fwy o wybodaeth cysylltwch â Sue Newham, Swyddog Trefi Taclus dros Ogledd Powys ar 07766 757145 neu sue.newham@keepwalestidy.org

Cwrs Cymorth Cyntaf Pediatrig

Cafodd Cwrs Cymorth Cyntaf Pediatrig ei ariannu drwy Cymunedau yn Gyntaf Bro Ddyfi ai gynnal yng Nghanolfan Dydd y Groes Goch Brydeinig, ar 19eg o Tachwedd.

Darparwyd yr hyfforddiant gan Y Groes Goch Brydeinig, a chafodd y cyfranogwyr gyfle i ddysgu am gynnal bywyd brys gyda babanod a phlant, sgiliau achub bywyd allweddol ac ymwybyddiaeth o driniaeth ar gyfer sioc a cholli gwaed sylweddol. Llwyddodd chwech o bobl i gwblhau'r cwrs.

Gwasanaeth estyn allan yr Undeb Gredyd ym Mro Ddyfi

Oherwydd materion ariannu mae ROMCUL wedi rhoi gorau i ddarparu gwasanaeth estyn allan ym Mro Ddyfi ar hyn o bryd. Maent wedi ysgrifennu at eu haelodau i'w hysbysu am y sefyllfa bresennol

Fodd bynnag mae ROMCUL yn parhau i fod yn ymroddedig i ddarparu gwasanaethau undeb gredyd ym Machynlleth a Bro ddyfi, ac maent mewn trafodaethau â Llywodraeth Cymru ar hyn o bryd ynglŷn â chynlluniau ar gyfer y dyfodol a'r ffordd orau ymlaen er mwyn cynnig gwasanaethau undeb credyd mewn ardal wledig eang.

Gwelir isod gwybodaeth ar beth gall aelodau wneud yn y cyfamser:

- Mae taflenni am yr undeb credyd i'w cael o Swyddfa Cymunedau yn Gyntaf
- Os ydych angen cyngor dylech gysylltu â'r Swyddfa yn y Drenewydd
- Gall aelodau gael cerdyn Paypoint a fydd yn eu galluogi i dalu i mewn i'w cyfrif undeb credyd mewn unrhyw le lle gwelir arwydd Paypoint.

Cyfeiriad: ROMCUL, 26 Market Street, Newtown, Powys, SY16 2PD

Ffon: (01686) 623741

Gwefan: www.romcul.co.uk

Taflen Teithio Dyfi

Cafodd rhifyn arbennig Taflen Teithio Dyfi Ionawr 2012 ei rhan ariannu drwy Cymunedau yn Gyntaf Bro Ddyfi.

Mae'r daflen yma yn egluro sut i deithio yn ddi-gar ym Machynlleth a Dyffryn Dyfi. Cewch lawer o awgrymiadau defnyddiol a chrynodeb o amseroedd bysiau a threnau, Gallwch bigo copi o'r daflen o'r: Orsaf Drên, Lloyds Coaches, Cymunedau yn Gyntaf, Y Plas, Co-op, Dyfi Crafts & Clothing ac o lyfrgelloedd, swyddfeydd post a chanolfannau gwybodaeth.

Offer i'w fenthyg i Grwpiau Cymunedol (Yn Ddi-dâl)

Mae'r offer sydd wedi ei rhestri yma ar gael i'w fenthyg i grwpiau, mudiadau a chymdeithasau sy'n cyfrannu at fywyd cymdeithasol yn ardal Bro Ddyfi.

Offer Cyfieithu ar y pryd

System Dolen Glyw Gludadwy

Camerâu Digidol

Gwrandawyr Personnol Digidol

Am fwy o wybodaeth, i gadarnhau argaeledd a bwcio unrhyw offer sydd wedi ei gynnwys yma, cysylltwch â swyddfa Cymunedau yn Gyntaf Bro Ddyfi:

Cyfeiriad: Yr Hen Siop, Bryn y Gog, Machynlleth, Powys, SY20 8HL

Ffon: 01654 700315

E: commfirst.broddyfi@powys.gov.uk

Gasibos

Bordau Arddangos

Sgrin Taflunydd

Taflunydd Digidol

Nodwedd Arbennig - Gofal Piau Hi y Gaeaf Hwn

Nod ymgyrch Gofal Piau Hi'r Gaeaf Hwn yw rhoi help a chyngor i'r rhai hynny dros 60 oed er mwyn sicrhau eu bod yn cadw'n iach yn ystod y gaeaf. Dyma rhai o'r ffyrdd gorau i gadw eich cartref yn gynnes, fforddio eich biliau a chadw'n iach.

Cadw'n Iach

Mae pigiadau ffliw am ddim i bobl 65 oed neu'n hŷn a gall atal neu leihau effeithiau ffliw, gofynnwch i'ch meddyg am apwyntiad. Mae'n arbennig o bwysig yn y gaeaf i fwyta'n iach a chadw mor weithgar â phosibl.

Cadw'n Gynnes

Gosodwch eich gwres ar y tymheredd cywir (rhwng 18°C a 21°C,) a gallwch gadw eich cartref yn gynnes a'ch biliau i lawr. Nest yw cynllun tlodi tanwydd Llywodraeth Cymru. Mae Nest yn cynnig cyngor diduedd am ddim ar arbed ynni, rheoli arian, hawliau budd-dal ac a ydych yn gymwys i dderbyn gwelliannau cartref heb ddim cost o dan y cynllun. Os ydych yn gofidio ynglŷn â chost cynhesu eich cartref, ffoniwch 0800 512 012 am ddim o linell dir neu 0300 456 2655 o ffôn symudol. www.nestwales.org.uk.

Cadw'n Ddiogel

Gallwch osgoi llithro a chwympo yn y tŷ drwy ddefnyddio rheiliau grisiau a goleuo lleoedd yn dda. Mae Diogelwch Tân yn arbennig o bwysig yn y Gaeaf. Gall eich Gwasanaeth Tân ac Achub gynnal gwiriad diogelwch tân yn eich cartref am ddim a gosod larymau tân os nad oes gennych rai eisoes. Ffoniwch nhw ar 0800 169 1234 am fwy o wybodaeth.

Cadwch lygad ar bobl hŷn a allai fod angen eich cymorth yn ystod tywydd oer.

Am ragor o wybodaeth ar ymgyrch Gofal Piau Hi'r Gaeaf Hwn cysylltwch ag Age Cymru ar 029 2043 1555

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Gwefan Gofal Piau Hi y Gaeaf Hwn: www.kwtw.org.uk

Galwch i mewn i swyddfa Cymunedau yn Gyntaf, Yr Hen Siop, Bryn y Gog, Machynlleth am Thermomedr Ystafell AM DDIM

Cymunedau yn Gyntaf Bro Ddyfi

Yr Hen Siop, Bryn y Gog,
Machynlleth, Powys,
SY20 8HL
Ffôn: 01654 700315
Facs: 01654 703506
E-bost:
commfirst.broddyfi@powys.gov.uk.com

communities first cymunedau yn gyntaf

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Digwyddiadau i ddod

Dyddiad	Digwyddiad	Amser a Lleoliad
15/02/12	Diwrnod Cadw'n Iach a Diogel	Canolfan Hamdden Bro Ddyfi 10.30 — 2.30
01/03/12 i 04/03/12	Gwyl Dewi Bro Ddyfi - Dathliad o'n Cymreictod	Bydd Digwyddiadau a Gweithgareddau yn cael ei hyrwyddo agosach I'r amser

Os hoffech dderbyn copi o'r cylchlythyr hwn mewn print bras, cysylltwch a ni ar 01654 70 0315