



Cadw yn gynnes a diogel



Grŵp Cynefin

Mwy na thai • More than housing

Systemau gwresogi

Rydym ni'n ymdrechu i sicrhau fod yr holl offer nwy, olew, tanwydd caled a thrydanol yn ein heiddo yn ddiogel, yn defnyddio ynni yn effeithlon ac yn cael eu cynnal yn dda.

Fe wnawn ni ysgrifennu atoch chi cyn ei bod yn adeg gwasanaethu eitem i roi rhag-rybudd i chi a'ch hysbysu pa contractwr fydd yn gyfrifol am wasanaethu'r offer. Yna bydd un ai'r Gymdeithas neu'r contractwr yn cadarnhau'r dyddiad a'r amser gyda chi ac yn rhoi manylion cyswllt i chi rhag ofn y bydd angen i chi newid yr apwyntiad.

Pan fo'r contractwr yn cyrraedd gofynnwch am weld ei gerdyn adnabod. Bydd ganddynt gerdyn â logo Grŵp Cynefin arno yn ogystal â manylion a llun y contractwr.

Gwasanaethu a gwirio diogelwch offer nwy

Er mwyn bodloni gofynion diogelwch cyfreithiol mae'r holl offer nwy a osodwyd mewn cartref gan Grŵp Cynefin (un ai'n nwy prif gyflenwad neu Nwy Petrolewm Hylifedig (LPG)) yn cael eu gwasanaethu'n flynyddol ac am ddim. Mae hyn yn cynnwys cysylltiadau'r cyflenwad a'r systemau gwresogi ac, yn achos LPG, y tanc storio neu'r poteli nwy.

Mae offer y tenantiaid eu hunain, fel y cwcer, yn cael eu profi o ran eu diogelwch nwy, ond tenantiaid sy'n gyfrifol am wasanaethu eu hoffer eu hunain yn rheolaidd a sicrhau fod gan y cwcer Ddyfais Diogelwch Fflamau. Os canfyddir diffyg wrth wasanaethu'r offer bydd yn cael ei ddatgysylltu. Cyfrifoldeb y tenant yw darparu cadwyn neu fraced sefydlogrwydd cwcer nwy.

Beth mae'n ei olygu?

Bydd y gwaith o wasanaethu'r offer nwy, nad yw'n cymryd mwy nag awr yn arferol, yn cael ei wneud gan ein contractwr sydd ar y gofrestr Gas Safety, a bydd yn rhoi tawelwch meddwl i chi fod eich offer yn ddiogel ac yn gweithio'n dda. Hefyd byddwch yn cael tystysgrif Diogelwch Nwy gan y peiriannydd nwy cyn iddo adael eich cartref.



Pam fod y gwaith yma'n bwysig?

Bydd gwasanaethu rheolaidd yn ymdrin â'r holl faterion uchod ac yn cadw'r offer nwy yn eich cartref yn gweithio'n effeithlon ac yn economaidd.

Mae tua 30 o bobl yn cael eu lladd yn y Deyrnas Unedig bob blwyddyn gan nwy carbon monocsid ac mae llawer o rai eraill yn cael eu heffeithio gan wenwyno carbon monocsid o offer nwy â nam arnynt fel tanau a bwyleri nwy.

Mae carbon monocsid yn nwy arbennig o beryglus oherwydd na fedrwyd ei arogl. Mae'r symptomau yn cynnwys cur pen, teimlo'n benysgafn, blinder a theimlo'n sâl. Mae'n bosib camgymryd rhai o'r symptomau hyn am y ffliw neu firysau cyffredin eraill, neu hyd yn oed wenwyn bwyd. Gall dod i gysylltiad â charbon monocsid dwys eich lladd.

Pwysig: Os nad ydych chi'n gadael i ni ddod i mewn i'ch cartref i gyflawni'r gwaith pwysig iawn yma, bydd rhaid i ni gymryd camau cyfreithiol i sicrhau mynediad, a chodir tâl arnoch chi am gostau sy'n deillio o hynny.

Rheolau syml i'w dilyn yng nghyswllt gwresogi nwy

- Gwnewch yn siŵr eich bod yn gyfarwydd efo'ch mesurydd nwy a'ch bod yn gwybod sut i ddiffodd y cyflenwad mewn argyfwng
- Gwnewch yn siŵr eich bod yn gyfarwydd efo'r offer nwy a sut i reoli'r system wresogi yn eich cartref
- Defnyddiwch gard tân os oes plant ifanc neu bobl hŷn yn eich cartref
- Peidiwch â phaentio nac addasu unrhyw dân nwy na gorchudd bwyler nwy yn eich cartref
- Peidiwch â gosod ffan nenfwd mewn ystafell heb gael ein caniatâd ni yn gyntaf
- Peidiwch ag ymyrryd nac addasu unrhyw reolyddion mewnol ar y bwyler
- Peidiwch â sychu dillad yn neu o gwmpas tân neu fwyler
- Peidiwch â blocio unrhyw frics awyru gan y bydd hyn yn atal yr aer ffres sydd ei angen i'ch offer nwy ei losgi
- Peidiwch â chysgu mewn ystafell lle mae tân nwy neu uned bwyler cefn

System wresogi olew

Mae offer sy'n defnyddio olew a osodwyd yn y cartref gan Grŵp Cynefin yn cael eu gwasanaethu'n flynyddol, am ddim. Mae hyn yn cynnwys y tanc storio, cysylltiadau'r cyflenwad a'r system wresogi.

Fodd bynnag, rydych chi'n gyfrifol am drefnu a thalu am eich olew.

Rheolau syml i'w dilyn yng nghyswllt gwresogi olew

- Gwnewch yn siŵr eich bod yn gyfarwydd efo'ch system cyflenwi olew, ac yn gwybod am leoliad y falf diogelwch tân, a sut i ddiffodd y cyflenwad mewn argyfwng
- Gwnewch yn siŵr eich bod chi'n gyfarwydd efo'r offer olew a sut i reoli'r system wresogi yn eich cartref
- Edrychwch ar lefel yr olew yn eich tanc yn rheolaidd, ac am unrhyw arwyddion ei fod yn gollwng



- Edrychwch ar unwaith ar ôl cael llenwi'r tanc (cyn i'r cyflenwr adael os yn bosibl) i wneud yn siŵr nad oes olew wedi ei gollu ar y ddaear na'r tanc ac nad yw'r bibell gyflenwi wedi ei difrodi nac yn gollwng
- Dylech hysbysu'r Gymdeithas am unrhyw olew wedi ei arllwys neu'n gollwng ar unwaith, ac yn achos arllwys dylech hysbysu'r cyflenwr hefyd. Gall halogiad olew fod yn drosedd ddifrifol.

Gwresogi tanwydd caled

Mae tair Rheol Aur ar gyfer diogelwch tanwydd caled

(Rheol 1) Awyru cywir

Mae offer gwresogi, pa bynnag danwydd maent yn ei losgi, angen awyr iach er mwyn gweithredu'n effeithlon a diogel. Mae hylosgiad effeithlon yn dibynnu ar lif cyson a digonol o aer na ellir ei ddarparu os yw'r ystafell yn gwbl aerdyn. Os oes offer atal drafftiau a gwydr dwbl yn eich cartref, efallai y bydd arnoch angen brics aer neu awyrellau yn un o waliau allanol yr ystafell. Os oes awyrellau neu frics aer yno eisoes, gwnewch yn siŵr nad ydynt wedi eu gorchuddio na'u blocio.

(Rheol 2) Glanhau a sgubo'r simnai yn rheolaidd

Er mwyn galluogi eich offer i barhau i weithredu'n ddiogel ac effeithlon mae'n hanfodol nad ydych chi'n caniatáu i ludw a huddygl gronni lle gall amharu ar neu atal llif dilyffethair mwg a chynhyrchion eraill hylosgiad.

(Rheol 3) Y tanwydd cywir

Er mwyn cael y gorau o'ch offer a chael y mwyaf o fudd o ran effeithlonrwydd ynni mae'n bwysig defnyddio'r tanwydd a argymhellir ar gyfer yr offer. Gall tanwydd anghywir achosi difrod i'r offer ac arwain at ddyddodion yn cronni'n beryglus a fydd yn blocio'r simnai ac yn achosi allyrru mwg carbon monocsid gwenwynig i'r ystafell.



Prynwch eich tanwydd caled gan Fasnachwr Glo Cymeradwy bob amser.

Rheolau ychwanegol ar gyfer tanau agored

- Peidiwch byth â gadael tân agored heb ei oruchwylio heb gard tân o'i flaen.
- Defnyddiwch gard tân wedi ei osod yn ddiogel pan fo plant yn y tŷ.
- Dylid gosod larwm carbon monocsid yn yr un ystafell â'r tân. Dylech brofi'r larwm yn wythnosol.

Os yw eich tân yn dechrau llosgi'n araf, diffodd yn aml neu os ydych chi'n aroglu neu'n amau mwg ('fumes'):

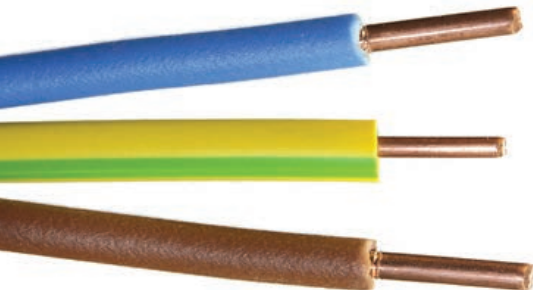
- Agorwch y drysau a'r ffenestri
- Diffoddwch y tân yn ofalus, neu ganiatáu iddo losgi i ddim
- Peidiwch ag aros yn yr ystafell am hirach nag sydd angen
- Peidiwch â cheisio aildanio nes bo swyddog proffesiynol wedi ei wirio.

Mae rhagor o gyngor ar gael gan y Gymdeithas Tanwydd Caled ar 0845 601 4406 / www.solidfuel.co.uk neu drwy gysylltu â ni.

Gwifrau a Gwresogi Trydanol

Bydd Grŵp Cynefin yn profi'r cyflenwad trydan a'r system wifrau yn eich cartref yn rheolaidd, yn unol â rheoliadau trydan.

Os defnyddir trydan i wresogi eich cartref, fel gwresogyddion stôr, rhoir prawf ar y rhain yr un pryd. Tenantiaid sy'n gyfrifol am wasanaethu eu offer a'u nwyddau trydanol eu hunain, yn cynnwys y cwcer.



Rheolau syml i'w dilyn yn achos gwifrau a gwresogi trydanol

- Gwnewch yn siŵr eich bod yn gyfarwydd efo'r system cyflenwi trydan a'ch bod yn gwybod sut i ddiffodd y cyflenwad mewn argyfwng
- Gwnewch yn siŵr eich bod yn gyfarwydd efo'r system rheoli'r gwres yn eich cartref
- Edrychwch am arwyddion llosgi o gwmpas switsys, socedi a ffitiadau eraill yn rheolaidd
- Peidiwch â gorlwytho socedi
- Byddwch yn ofalus eich bod yn osgoi drilio i mewn i waliau uwchben ac wrth ymyl socedi pŵer
- Peidiwch ag ymyrryd efo'r gwifrau na'r socedi trydan mewn unrhyw fodd
- Dylech hysbysu'r Gymdeithas am unrhyw ddifrod i socedi trydan neu fethiant y system drydanol
- Dylai gwresogyddion stôr fod ar gynllun tariff Economy 7 neu dariff cost isel tebyg. Os ydych chi'n ystyried newid cyflenwr ynni, gwnewch yn siŵr fod y tariff yn gywir ar gyfer eich system chi neu fe allech chi ganfod eich hun yn talu mwy. (gofynnwch am help gan y Wardeiniaid Ynni).

Sut i atal cyddwysiad

Mae'r hyn sy'n ymddangos fel tamprwydd ar y wal neu ffenestri yn llawer tebycach o fod yn gyddwysiad (condensation). Gall cyddwysiad arwain at lwydni tywyll ar y wal neu'r nenfwd, yn arbennig mewn corneli, o amgylch fframiau ffenestri, ar ddodrefn ac ar ddillad mewn cypyrddau.

Gallwch osgoi cyddwysiad a llwydni yn eich cartref drwy:

- Creu llai o leithder (er enghraifft sychu eich dillad tu allan os oes modd)
- Cael gwared o leithder gormodol (er enghraifft sychu dŵr oddi ar ffenestri)
- Awyru eich cartref yn well (er enghraifft agor ffenest am ychydig amser a pheidio gorchuddio fentiau)



- Cadw eich cartref yn gyfforddus o gynnes
- Cael gwared o unrhyw lwydni sy'n digwydd
- Gwylio am arwyddion fod cyddwysiad a llwydni'n dychwelyd unwaith eto.

Am gyngor pellach ag i gael copi o daflen Cyddwysiad Grŵp Cynefin, cysylltwch â ni os gwelwch yn dda.

Atal pibellau rhag byrstio a gollwng

Pan fyddwch chi'n symud i mewn i'ch cartref, fe ddangosir i chi lle mae'r stop tap sy'n diffodd y prif gyflenwad dŵr i'r eiddo. Gwnewch yn siŵr eich bod yn cofio lle mae hwn, fel nad ydych chi'n gwastraffu amser yn chwilio amdano os oes dŵr yn arllwys o bibell yn gollwng. Fel arfer mae'r stop tap o dan sinc y gegin neu mewn cwpwrdd wrth ymyl, ond gallai fod mewn cyntedd neu doiled. Os nad ydych chi'n medru dod o hyd i'r stop tap ffoniwch ni am gyngor. Mae'n syniad i chi agor a chau'r stop tap bob hyn a hyn i sicrhau nad yw wedi stiffio a'i fod yn dal i weithio.

Gall pibellau ollwng yn ystod tywydd poeth, yn ogystal â thywydd oer, oherwydd chwyddo. Os nad ydych chi adref, pa bynnag adeg o'r flwyddyn, mae'n syniad da gadael gorïad efo perthynas cyfagos neu gymydog rydych chi'n ymddiried ynddo, a gofyn iddynt gadw llygad ar y tŷ ar eich rhan. Dangoswch iddynt lle mae'r stop tap, a rhowch ein manylion cyswllt ni iddynt.

Mae tywydd oer iawn am gyfnod maith yn medru achosi i bibellau, tanciau a ffitiadau dŵr rewi a byrstio os nad yw cynhesrwydd yn eu cyrraedd, a gall y difrod i'ch cartref fod yn sylweddol. Cofiwch yswirio eich cartref yn erbyn difrod o'r fath.



Dyma rai cynghorion i atal pibellau fyrstio yn ystod tywydd oer:

- Cadwch eich cartref yn gynnes, yn cynnwys yn y nos pan fo'r tymheredd ar ei isaf y tu allan.
- Gwnewch yn siŵr bod cynhesrwydd yn cyrraedd y stafell molchi a'r toiled. Peidiwch â diffodd y rheiddiadur yno, a gadewch y drws ar agor pan nad yw'r stafelloedd yn cael eu defnyddio. Mae hyn hyd yn oed yn bwysicach os yw'r stafell molchi/toiled yn wynebu'r gogledd neu'r dwyrain ac nad yw'n cael yr haul yn ystod y dydd.
- Cadwch y gegin yn gynnes (a'r lle mae'r peiriant golchi) a gadewch ddrysau unrhyw gypyrddau â phibellau ynddynt ar agor dros nos. Gwnewch yr un fath ar gyfer cwpwrdd y prif stop falf.
- Nid yw dŵr sy'n llifo yn rhewi mor hawdd, felly agorwch y tap dŵr oer uchaf yn eich cartref nes ei fod yn llifo ychydig (mwy na driplan), yn enwedig dros nos. Bydd hyn yn helpu i gadw'r cyflenwad dŵr yn llifo i'ch tŷ o'r stryd, ac yn fewnol hefyd. Yn achos y rhai hynny ohonoch chi sydd efo mesurydd dŵr rydym ni'n cydnabod y byddwch chi'n defnyddio ychydig mwy o ddŵr, ond efallai bod hyn yn well na difrod.
- Fflysiwch eich toiled hefyd, am yr un pwrpas, ac os nad yw caead y sistern wedi'i gloi, dylech ei dynnu i ffwrdd fel bod y cynhesrwydd yn cyrraedd y falf.
- Os ydych chi'n canfod nad yw dŵr yn llifo o dap mwyach, neu os nad yw'r sistern yn ail-lenwi ar ôl fflysio, yna mae'n debygol fod pibell wedi rhewi. Os felly llenwch eich tegell a sosban efo dŵr (os yn bosibl) cyn cau'r stop tap lle mae'r cyflenwad dŵr yn dod i mewn i'ch cartref. Yna ffoniwch linell gymorth y Gymdeithas ar unwaith. Peidiwch aros tan y bore wedyn. Fe wnawn ni drefnu i rywun alw heibio gynted ag y bo modd.
- Peidiwch â chael bath na defnyddio'r peiriant golchi yn y cyfamser.

Os hoffech chi gael mwy o gyngor am hyn er mwyn osgoi problemau pibellau'n rhewi mae croeso i chi cysylltu a'r Tîm Gwasanaeth Cwsmer yn ystod oriau swyddfa, a siarad efo un o'n staff technegol. Mae'n llawer gwell gennym ni roi cyngor sut i atal problemau i chi nag ymdrin â sefyllfa argyfwng!

Os ydych chi'n bwriadu bod oddi cartref yn ystod cyfnodau tywydd oer, gadewch y gwres canolog ymlaen yn barhaus gyda'r thermostat wedi ei droi i lawr i 6 – 8 °C. Ni fydd hyn yn costio llawer, ac mae'n llawer gwell na'r difrod oherwydd pibell wedi byrstio. Gofynnwch i rywun alw i mewn i wirio fod dŵr yn dal i lifo o'r tapiau, a gadewch ein manylion cyswllt ni efo nhw. Os yw pibell yn byrstio am nad ydych chi wedi bod yn gwresogi'r eiddo byddwch chi'n gyfrifol am gostau'r gwaith trwsio.

Pan rydych i ffwrdd o'r cartref

Os ydych chi'n gadael eich cartref am gyfnod, er enghraifft ar gyfer gwyliau neu i gael triniaeth yn yr ysbyty, cofiwch eich bod chi'n parhau'n gyfrifol am eich cartref tra rydych chi i ffwrdd. Gwiriwch fod eich yswiriant cynnwys yn parhau'n ddilys tra rydych chi oddi cartref.

Mae hyn yn arbennig o bwysig yn ystod misoedd y gaeaf gan y bydd tywydd oer yn cynyddu'r risg o ddfrod i eiddo oherwydd pibellau wedi rhewi. Er mwyn osgoi'r problemau hyn dylid diffodd y prif gyflenwad dŵr a gadael y gwres ymlaen ar dymheredd isel.

Cysylltu Peiriannau

Byddwch yn ofalus os ydych chi'n cysylltu offer cegin fel peiriant golchi i'r cyflenwad dŵr a'r system ddraenio. Gofalwch fod y pibellau wedi eu cysylltu'n gywir a'u tynhau'n ddigonol, a gwiriwch am unrhyw ddŵr yn gollwng unwaith y bo'r peiriant wedi'i ddefnyddio.

Artex

Mae gan rai cartrefi orffeniad 'Artex' ar y nenfwd. Fe'ch cynghorir i beidio â cheisio ei dynnu ymaith, ei sandio na drilio drwyddo oherwydd gallai'r llwch a gynhyrchir yn y broses fod yn niweidiol i'ch iechyd chi. Os ydych chi'n dymuno cael gwared ar yr Artex neu ddrilio trwyddo, cysylltwch â'r tîm Gwasanaeth Cwsmer am gyngor.

Mae'n berffaith ddiogel i chi baentio nenfwd Artex â phaent emwlsiwn.

Yr atig

Bydd unrhyw bren a goleuadau, os ydynt wedi'u gosod, wedi eu rhoi yno at ddibenion cynnal a chadw. Ni fydd strwythur yr atig wedi'i ddylunio i gymryd llwyth trwm. Mae holl goed y to yn angenrheidiol i gario'r llwyth, ac ni ddylid eu torri na'u gwaredu ar unrhyw gyfrif.

Ni fyddem yn argymhell storio eitemau yn yr atig oherwydd y risg o lwydni, ac fe ddylech chi fod yn ymwybodol na fydd eitemau wedi eu storio yn yr atig wedi eu cwmpasu gan eich yswiriant cynnwys.

Diogelwch Tân

Larymau mwg

Dylech fod ag o leiaf un larwm mwg yn eich cartref. Fel arfer mae hwn wedi ei osod yn y cyntedd/landin y llawr cyntaf, ac wedi ei gysylltu â'r prif gyflenwad trydan. Os nad ydych yn gallu cyrraedd y switsh profi ar yr uned yn ddiogel, gallwn ddarparu polyn profi.

Dylech brofi eich larwm mwg bob wythnos drwy bwysu'r botwm prawf ynghanol yr uned. Os ydych chi'n amau nad yw eich larwm mwg yn gweithio neu ei fod wedi'i ddifrodi, cysylltwch â ni.

Drysau tân

Efallai fod un neu ragor o ddrysau tân yn eich cartref. Er mwyn eich diogelwch eich hun ni ddylech gael gwared ar nac analluogi dyfais cau y drysau hyn na defnyddio plocyn i'w dal ar agor.

Systemau Larwm Tân Cymunedol

Mae'r offer synhwyro tân mewn eiddo efo llefydd cymunedol yn synhwyro gwres a mwg ac maent wedi eu cysylltu â phanel mewn man cymunedol.

Gall fandaliaeth beryglu eich bywyd chi a rhai eich cymdogion. Os oes difrod maleisus yn digwydd byddwn yn hysbysu'r Heddlu a fydd yn ymchwilio i ymddygiad sy'n fygythiad i fywyd. Byddwn yn rhoi tystiolaeth iddynt i gefnogi eu hymchwiliad.



Profi'r larwm tân mewn mannau cymunedol

Mae'r Gymdeithas yn cyflogi contractwr i brofi'r larymau tân a'r offer ym manau cymunedol fflatiau a chynlluniau eraill yn rheolaidd. Os ydych chi'n amau nad yw'r larwm yn gweithio'n iawn, gadewch i ni wybod ac fe drefnwn ni ymweliad arbennig. Fodd bynnag, os ydych chi'n darganfod nad yw'r larwm tân yn gweithio, cysylltwch â ni ar unwaith.

Byddwch yn barod rhag ofn bod tân

Cynlluniwch eich llwybr dianc, cadwch y llwybr yn rhydd o rwystrau bob amser a gwnewch yn siŵr fod pawb yn gwybod pa lwybr i'w ddilyn. Cadwch eich goriadau drws ffrynt mewn lleoliad cyfleus, ond allan o olwg lladron.

Asesiadau Risg Tân yn y Cartref

Os ydych yn ansicr o'r llwybr dianc, rhaid i chi gysylltu â'ch Swyddog Tai ar unwaith, fel y gallwn sicrhau eich bod yn ymwybodol o'r cynllun dianc ac yn gallu dianc heb fod angen cymorth. Rydym yn gwneud hyn bob tro yr ydym yn gosod eiddo i denant newydd.

A oeddech chi'n gwybod fod y gwasanaeth tân yn cynnal Asesiadau Risg Tân yn y Cartref am ddim? Mae swyddogion y Gwasanaeth Tân ac Achub yn barod i ymweld â'ch cartref a mynd efo chi i bob stafell yn eich cartref i:

- Nodi a'ch gwneud chi'n ymwybodol o'r risgiau tân posib yn eich cartref
- Gwneud yn siŵr eich bod yn gwybod beth i'w wneud i leihau neu atal y risgiau hyn
- Eich helpu i lunio cynllun dianc rhag ofn i dân ddigwydd yn y dyfodol
- Sicrhau fod gennych chi larwm tân sy'n gweithio
- Byddem yn atgyfeirio pob tenant newydd i'r Gwasanaeth Tân am wiriad diogelwch yn y cartref

Systemau chwistrellu

Mae'n bosibl fod system chwistrellu wedi ei gosod yn eich eiddo chi i ymdrin â thân, yn dibynnu ar gymhlethdod yr adeilad neu'r rheoliadau arbenigol sy'n weithredol yng Nghymru.

Mae system chwistrellu yn fesur diogelu rhag tân sy'n cynnwys cyflenwad dŵr sy'n rhoi digon o bwysau a llif dŵr i bibellau dosbarthu dŵr y mae'r chwistrellyddion wedi eu cysylltu â nhw.

Bydd y system yn gweithredu pan gyrhaeddir tymheredd penodol wrth un o'r chwistrellyddion yn unig. Dim ond y chwistrellydd wrth ymyl y tân fydd yn gweithredu i ddechrau, ond os yw'r tân yn lledaenu yna bydd chwistrellyddion eraill yn dechrau gweithredu hefyd.

Fel arfer mae'r chwistrellyddion wedi eu gosod ar y nenfwd a'u gorchuddio gan ddisgiau plastig bychan. **Ni** ddylid paentio dros y rhain gan y bydd hynny'n amharu ar berfformiad a dibynadwyedd y system.

Cyfarwyddwch eich hun hefo lleoliad stop tap y system chwistrellu.

Os yw'r system chwistrellydd wedi bod yn gweithio oherwydd tân peidiwch â diffodd y system nes cael caniatâd gan y gwasanaeth tân. (Cyfrifoldeb y landlord yw diffodd y system yn dilyn tân mewn mannau cymunedol.)

Carbon Monocsid

Darperir synwryddion carbon monocsid mewn rhai o'n cartrefi. Nid oes lliw, blas nac arogl i fwg carbon monocsid a gall gael ei gynhyrchu gan offer sy'n defnyddio nwy, pren, glo neu danwydd caled di-fwg.

Gall carbon monocsid fod yn angyuol, a gall hyd yn oed lefelau isel ohono achosi difrod parhaol i'ch iechyd.

Dylech roi prawf ar eich larwm carbon monocsid bob wythnos drwy bwyso'r botwm prawf ynghanol yr uned. Os ydych chi'n amau nad yw'r synwrydd carbon monocsid yn gweithio cysylltwch â ni ar unwaith.

Barbeciw yn yr ardd

Byddwch yn ofalus iawn wrth gynnal barbeciw. Cadwch draw oddi wrth goed, llwyni a glaswellt, ac unrhyw beth fflamadwy. Rhwch fwced llawn dŵr wrth ymyl. Defnyddiwch offer cymeradwy yn unig, a dilyn y cyfarwyddiadau'n ofalus.

Legionella

Beth yw legionella a Chlefyd y Llengfilwyr? – Bacteria sy'n gyffredin mewn systemau dŵr naturiol (afonydd a llynnoedd ac ati) ac artiffisial, e.e. systemau dŵr poeth ac oer (tanciau storio, pibellwaith, tapiau a chawodydd) yw legionella. Yn arferol rydym ni'n cysylltu legionella â systemau dŵr mwy o faint, e.e. mewn ffatrioedd, gwestai, ysbytai ac amgueddfeydd, a thyrrau oeri, ond gallant fyw mewn systemau cyflenwad llai a ddefnyddir mewn cartrefi a llety preswyl eraill. Mae'r ffynonellau potensial eraill yn cynnwys baddonau spa a throbwll, lleithyddion (mewn ffatrioedd) a systemau ymladd tân (systemau chwistrellydd a phibellau cludo dŵr). Mae bacteria legionella yn medru lluosu mewn systemau dŵr poeth neu oer a thanciau storio mewn eiddo preswyl ac yna gael eu lledaenu, er enghraifft, drwy'r tapiau a'r gawod. Gall legionella oroesi mewn tymheredd isel, ond maent yn ffynnu ar dymheredd rhwng 20°C a 45°C. Bydd tymheredd uchel 60°C ac uwch yn eu lladd. Mae clefyd y llengfilwyr yn ffurf o niwmonia a achosir gan y bacteria legionella, sy'n medru bod yn angeuol. Gall effeithio ar unrhyw un, ond mae rhai pobl yn wynebu risg uwch, yn cynnwys rhai dros 45 oed, ysmygwyr ac yfwyr trwm, y rhai sy'n dioddef o glefyd ar y frest neu arenol cronig, a phobl y mae eu system imiwnedd yn wan. Legionellosis yw'r enw cyffredin a roir ar y salwch tebyg i niwmonia a achosir gan facteria legionella, yn cynnwys yr un mwyaf difrifol a chyfarwydd, Clefyd y Llengfilwyr, a hefyd y cyflyrau tebyg ond llai difrifol sef twymyn Pontiac a thwymyn Lochgoilhead.

Lleihau'r risg o legionella yn eich cartref:

Er gwaethaf yr uchod mae'r risg o legionella yn achosi salwch mewn cartrefi domestig bach yn isel iawn. Mae'n bosibl mae'r risg mwyaf yw os ydych chi wedi bod ymaith o'ch cartref am fwy nag wythnos e.e. ar wyliau neu yn rhywle arall. Ymarfer da yn y sefyllfa yma yw agor y tapiau (ffynhonnell annhebygol iawn beth bynnag) a rhedeg y dŵr poeth am beth bynnag 60 eiliad ac, yn bwysicach, fflysiu pen y gawod gyda dŵr cynnes am o leiaf 60 eiliad wedi cyfnod o ddiffyg defnyddio'r gawod (er mwyn gwneud hyn tynnwch y gawod o'r darn sy'n ei ddal a switsio'r gawod ymlaen a'i ddal dros y twll draenio er mwyn lleihau'r perygl o fewnanadlu diferion dŵr). Yn yr un modd fflysiwch y toiled ddwywaith i gylchreddeg dŵr ffres drwy'r system a gwagio'r sisternau. Mae pen y gawod yn cynrychioli risg bychan mewn cartrefi domestig hefyd, a dylid eu tynnu i lawr a'u glanhau'n drwyadl bob 3 i 6 mis.

Cyngor i gadw
toseddwyr i
ffwrdd o'ch
cartref

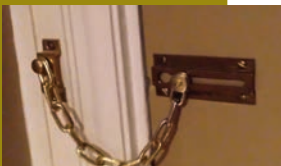
Dihirod carreg
y drws

Swyddogion
ffug

Atal Troseddau

Mae rhai troseddwyr nad ydynt yn trafferthu torri i mewn i'ch cartref os yw'n bosibl iddynt guro ar y drws a chael eu gwahodd i mewn. Ond peidiwch â phoeni yn ormodol – mae'n debygol eich bod wedi cael llawer o bobl ddibynadwy yn galw yn eich cartref a neb am eich twyllo. Daw swyddogion ffug mewn bob ffurf a siâp: plant ifanc, merched beichiog a dynion – mewn oferôls, mewn gwisg waith ac mewn siwtiau.

Gall fod yn ofynnol i swyddogion y Bwrdd Dŵr gael mynediad i'ch cartref i brofi ansawdd y dŵr yn nhap y gegin yn dilyn achos o'r brif bibell ddŵr yn byrstio, ond ni wnânt FYTH ddod i'ch cartref i brofi gwasgedd y dŵr a thrwsio pibellau'n gollwng – hyd yn oed mewn argyfwng. Os oes arnynt angen dod i mewn i'ch cartref fe wnânt anfon llythyr atoch chi'n yn gyntaf yn gwneud apwyntiad. Mae swyddogion sy'n darllen y mesuryddion nwy a thrydan am i chi wirio eu cerdyn adnabod cyn i chi eu gadael i mewn i'ch cartref. Os oes gennych chi amheumon, ffoniwch y cwmni i wirio pwy ydyn nhw. Dydy hyn ddim yn poeni swyddogion go iawn o gwbl. Cadwch y rhifau ffôn wrth law. Caewch y drws tra rydych chi'n gwirio pwy ydyn nhw. Fel cam diogelu ychwanegol fe allech chi ymuno â chynllun cyfrinair fel bo'r swyddog darllen y mesurydd yn dweud cyfrinair y cytunwyd arno wrthych chi pan yn galw.



Edrychwch cyn i chi agor

Edrychwch i weld pwy sydd wrth y drws bob tro cyn i chi agor y drws.

Twll Sbecian

Os nad oes gwydr yn eich drws ffrynt rhowch dwll sbecian ynddo, neu dewch i arfer edrych drwy ffenestr wrth y drws i weld pwy sy'n galw.

Golau wrth y drws

Bydd golau y tu allan dros y drws yn eich helpu i weld pwy sydd yno yn y tywyllwch.

Cadwyn ar y drws

Os oes angen i chi agor y drws i wirio ymhellach, defnyddiwch gadwyn ar y drws neu ddyfais debyg.

- peidiwch â gadael pobl i mewn nes eich bod yn gwybod pwy ydyn nhw
- cadwch y drws ar glo tra rydych chi'n gwirio yr hyn maen nhw'n ei ddweud
- os ydych chi'n gadael rhywun i mewn, arhoswch gyda nhw drwy'r amser
- peidiwch â rhoi arian na unrhyw beth arall iddynt, beth bynnag maen nhw'n ei ddweud
- gwnewch yn siŵr eich bod yn cael mwy nag un dyfynbris ar gyfer unrhyw waith
- mae sefydliadau swyddogol yn ysgrifennu atoch chi'n gyntaf yn arferol
- gwiriwch gardiau adnabod yn drwyadl
- peidiwch â gadael i bobl sy'n galw roi pwysau arnoch chi i'w gadael i mewn i'ch cartref
- OS OES AMHEUON – CADWCH NHW Y TU ALLAN
- OS YDYCH YN AMAU – FFONIWCH YR HEDDLU

