



# DIOGELWCH Y CARTREF



Mae'r daflen  
yma yn rhoi  
gwybodaeth a  
chyngor pwysig ar  
sut i gadw chi eich  
hun, eich teulu  
a'ch cartref yn  
ddiogel.



## **DIOGELWCH NWY**

Mae angen i beiriannwr Gas Safe wirio pa mor ddiogel yw offer nwy a'u gwasanaethu bob blwyddyn.

Os oes yna offer nwy yn eich tŷ, rhaid i chi roi gwybod i ni amdanynt fel bod gennym gofnod cywir o'r offer sydd yn eich cartref.

Byddwn yn gwasanaethu offer nwy 'rydym yn gyfrifol amdanynt yn flynyddol a'ch cyfrifoldeb chi yw gadael peirianwyr i mewn i'ch cartref i wneud hyn. Os byddwch yn colli apwyntiad i wasanaethu offer, mae'n bwysig iawn eich bod yn cysylltu gyda ni i ail drefnu amser sy'n gyfleus i chi.

Byddwn yn parhau i drïo cael dod i mewn i'ch tŷ nes bydd yr offer wedi ei wasanaethu. Os na fyddwn yn gallu dod mewn i'ch cartref o fewn 14 diwrnod o'r apwyntiad neu eich bod yn gwrthod mynediad i ni, byddwn yn cymryd camau cyfreithiol. Os bydd Cartrefi Cymunedol Gwynedd yn cymryd camau cyfreithiol yn eich erbyn, chi fydd yn gyfrifol am dalu'r costau. Byddwn yn rhoi rhybudd i chi os byddwn yn gwneud hynny.

Os hoffech gael y daflen hon  
mewn fformat gwahanol, fel  
Braille, llythrennau bras, neu  
mewn iaith arall, cysylltwch â ni  
ar 0300 123 8084.

## NWY YN GOLLWNG

Os byddwch yn aroglu nwy neu yn amau bod nwy yn gollwng, dyma ddylech ei wneud yn syth:

- Agor pob drws a ffenest
- Diffodd y cyflenwad nwy ar falf reoli'r mesurydd (os ydych yn gwybod lle mae o), peidio â chynnau unrhyw offer trydanol neu gynnuau fflam
- Ffoniwch y Grid Cenedlaethol (Nwy) ar y rhif argyfwng Nwy 0800 111 999.

Er mwyn eich lles a'ch diogelwch chi cofiwch:

- Yn ôl y gyfraith, rhaid i unrhyw un sy'n gweithio ar offer neu ffitiadau nwy fod yn gymwys i wneud hynny ac wedi cofrestru gyda Gas Safe
- Gofynnwch am gael gweld cerdyn adnabod Gas Safe y gweithiwr a gwiriwch y manylion
- Mae gwneud gwaith eich hun ar offer a ffitiadau nwy yn beryglus ac yn debygol o fod yn anghyfreithlon
- Peidiwch â defnyddio offer neu ffitiadau nwy 'rydych chi'n gwybod sy'n annogel - mae'n rhaid i ni ddatgysylltu unrhyw offer neu ffitiadau nwy sydd mor beryglus fel eu bod yn peryglu bywyd
- Rydym yn cadw copi o brofion diogelwch am dair blynedd ac yn rhoi tystysgrif i denantiaid a thenantiaid newydd cyn iddynt symud mewn

- Os mai chi sydd berchen yr offer nwy, chi sy'n gyfrifol am ei gynnal a'i gadw ond **nid** ydym yn annog tenantiaid i osod eu hoffer nwy eu hunain

## CARBON MONOCSID

Bob blwyddyn mae tua 30 o bobl yn y DU yn marw oherwydd gwenwyn carbon monocsid a ddaw o offer a ffliwiau nwy sydd heb eu gosod yn gywir neu heb eu cynnal a'u cadw yn iawn. Mae llawer iawn o bobl eraill yn mynd yn sâl. Pan nad yw nwy yn llosgi yn iawn mae'n cynhyrchu carbon monocsid gwenwynig. Ni allwch ei weld, ei flasau na'i aroglu ond gall carbon monocsid ladd o fewn oriau.

Rydych mewn risg o gael gwenwyn carbon monocsid os:

- Na chafodd eich offer ei osod yn gywir
- Nad yw eich offer yn gweithio'n iawn
- Nad yw eich offer wedi ei wirio i weld os yw'n ddiogel neu ei gynnal a'i gadw yn rheolaidd
- Nad oes yna ddigon o awyr iach yn yr ystafell
- Bod y simdde neu ffliw wedi cau
- Byddwch yn gadael i beiriannwr sydd heb gofrestru efo Gas Safe osod neu gynnal a chadw'r offer

Peidiwch **byth** a defnyddio offer nwy pan fyddwch yn meddwl nad ydi o'n gweithio'n iawn. Chwiliwch am fflamau melyn neu oren (heblaw am

dannau effaith-tanwydd sy'n dangos y lliw fflam yma), huddyg neu staen ar yr offer a golau peilot sy'n diffodd yn aml.

Peidiwch **byth** a gorchuddio offer neu gau'r fentiau aer confensiynol.

Peidiwch **byth** a rhwystro neu gau unrhyw dyllau awyru neu frics aer.

**Cofiwch:** Os oes offer atal drafft, ffaniau nenfwd neu awyru, gwydr dwbl neu estyniad ystafell wydr ble mae offer nwy, dylai'r offer gael ei brofi i wneud yn siŵr ei fod yn ddiogel.

Mae larymau carbon monocsid yn ddefnyddiol fel rhagofal wrth gefn ond ni ddylid eu defnyddio yn lle gosod offer yn iawn ac yn lle cynnal a chadw offer nwy. Eich cyfrifoldeb chi yw gwneud yn siŵr bod batri mewn larymau yn cael eu newid yn rheolaidd. Os byddwch yn penderfynu prynu larwm carbon monocsid, gwnewch yn siŵr ei fod yn cyrraedd y safonau diogelwch diweddaraf a dilynwch gyfarwyddiadau gosod y gwneuthurwr.

**Mae CCG yn darparu larwm carbon monocsid i bob cartref os oes yna offer nwy, olew neu danwydd solet yn yr eiddo. Bydd y rhain yn cael eu gwirio yn ystod gwasanaethu blynyddol a byddwch yn cael un newydd gan CCG os yw'n ddiffygiol neu yn hen.**

**Os oes argyfwng nwy neu garbon monocsid mae'n ofynol bod CCG neu'r gwasanaethau brys yn gwneud y sefyllfa'n ddiogel.**



## **DIOGELWCH TRYDANOL**

Os ydych eisiau gosod offer trydanol tu mewn neu du allan i'ch eiddo, rhaid i chi gael caniatâd gan CCG. Rhaid i gontractwr trydanol gwblhau, archwilio, profi ac ardystio holl waith trydanol. Rhaid i chi ddangos eich tystysgrif prawf trydanol am y gwaith sydd wedi ei gwblhau yn eich swyddfa CCG lleol. Rhaid i chi gael caniatâd cyn gosod y canlynol:

- Goleuadau diogelwch neu unrhyw oleuadau allanol ychwanegol eraill
- Socedi ychwanegol
- Unrhyw oleuadau mewnol a/neu swîts
- Cawodydd
- Cyflenwad ar gyfer adeiladau tu allan

- Eitemau trydanol yn yr ardd e.e. pypmiau dŵr (angen caniatâd ar gyfer pyllau nofio hefyd) oherwydd efallai y bydd gwasanaethau trydanol, nwy neu ddŵr yn bresennol

### Wrth ddefnyddio offer trydanol COFIWCH:



- Ddefnyddio dyfais Cerrynt Gweddilliol (RCD) os ydych yn defnyddio offer tu allan - mae'n diffodd cyflenwad trydanol yn awtomatig os oes yna nam ar y daearu.
- Gwnewch yn siwr nad yw'r offer trydanol fel plygiau, socedi, ceblau, gwifrau wedi gwisgo
- Prynwch offer trydanol o safon dda gan wneuthurwr cyfrifol (chwiliwch am y label BEAB neu symbol diogelwch y barcud)
- Gosod ceblau fel nad ydynt yn cael eu difrodi neu yn achosi i rywun faglu
- Gwisgo dillad ac esgidiau i'ch diogelu wrth ddefnyddio offer trydanol symudol yn enwedig os yw hi'n llaith
- Dilyn cyfarwyddiadau'r gwneuthurwr
- Dad-rwymo ceblau trydanol er mwyn atal gorboethi
- Ar ôl gorffen, storiwch offer trydanol yn ddiogel

### PEIDIWCH



- Defnyddio offer trydanol wrth ymyl dŵr

- Glanhau, addasu neu wirio offer pan mae wedi ei gysylltu i'r cyflenwad trydanol
- Ceisio trwsio offer trydanol neu ffitiadau trydanol heblaw eich bod chi yn gymwys i wneud hynny
- Golchi offer pan mae wedi ei blygio i mewn
- Gadael offer trydanol symudol yn y plwg heb neb o gwmpas
- Gadael ceblau pan allant fod yn berygl i rywun arall (e.e. manau cyffredin neu risiau) neu ar draws sinc neu byllau dŵr

Am fwy o gyngor ewch i [www.esc.org.uk](http://www.esc.org.uk)



## DIOGELWCH TÂN

Mae dros hanner o dannau mewn tai yn cael eu hachosi gan ddamweiniau coginio a pob tri diwrnod mae rhywun yn marw mewn tân wedi ei achosi gan sigarét. Mae diffygion trydanol (offer, weirio a socedau wedi eu gorrlytho) hefyd yn achosi llawer iawn o dannau mewn cartrefi.

Rydych chi ddwywaith fwy tebygol o farw mewn tân os nad oes gennych chi larwm tân sy'n gweithio. Mae 90 o bobl yn marw bob blwyddyn oherwydd bod batrï eu larwm tân yn fflat neu ei fod ar goll.

## Larymau mwg

Gall larymau mwg achub bywydau ac maent yn bwysig iawn i rybuddio bod yna dân- yn enwedig pan mae pawb yn cysgu. Mae angen cynnal a chadw a gwasanaethu larymau. Mae'n bwysig profi eich larwm pob wythnos. Chi sy'n gyfrifol am gynnal a chadw larymau tân 'rydych chi wedi eu gosod.

Os nad oes yna larwm mwg yn eich cartref sydd wedi ei gysylltu i'r prif gyflenwad trydan cysylltwch gyda ni ar 0300 123 8084.

## Coginio

- Peidiwch â defnyddio sosban sglodion - defnyddiwch 'deep fat fryer' trydanol sydd wedi ei reoli gan thermostat
- Os aiff sosban ar dân, diffoddwch y gwres os oes posib, ewch allan ac arhoswch allan, ffoniwch y Gwasanaeth Tân ac Achub - peidiwch â thrio diffodd y tân eich hun neu luchio dŵr drosto
- Peidiwch â gadael plant ar eu pen eu hunain yn y gegin pan fyddwch yn coginio ar yr hob - cadwch fatsis a choes sosbenni ddigon pell oddi wrth plant
- Mae coginio yn ystod/ar ôl yfed alcohol yn beryglus iawn

## Trydanol

- Defnyddiwch un plwg i un soced
- Newidiwch hen geblau sydd wedi gwisgo/difrodi
- Peidiwch â rhedeg gwifrau o dan garpedi neu fatiau
- Defnyddiwch ffwysys cywir ar gyfer offer yn y tŷ
- Profwch flancedi trydanol yn flynyddol
- Os yw socedi trydanol yn rhydd neu yn anniogel dywedwch wrth ein tîm gofal cwsmer yn syth
- Gwnewch yn siŵr bod marc diogelwch Prydeinig neu Ewropeaidd ar offer trydanol wrth eu prynu

## Ysmygu

- Diffoddwch sigarét yn llwyr a chael gwared ohoni yn ddiogel
- Peidiwch byth ag ysmygu yn y gwely
- Defnyddiwch flwch llwch iawn – peidiwch byth a defnyddio bin
- Byddwch yn fwy gofalus wrth ysmygu os byddwch wedi blino, yn cymryd cyffuriau ar bresgripsiwn neu wedi bod yn yfed.

## Gyda'r nos

- Diffoddwch a thynnwch blwg pob darn o offer sydd ddim yn cael ei ddefnyddio a gwnewch yn siŵr bod y popty wedi ei ddiffodd
- Diffoddwch sigarêts, pibellau a chanhwyllau yn iawn

- Peidiwch â gadael y peiriant golch dillad neu beiriant golchi llestri ymlaen
- Diffoddwch bob gwresogydd a gosod gard tân
- Cofwch gau pob drws mewnol
- Gwnewch yn siŵr bod goriad yn cael ei adael wrth ymyl pob drws a ffenest allanol
- Gwnewch yn siŵr bod ffyrdd allan o'r eiddo yn glir

### Cynllun Ddianc

Cynlluniwch ffordd o ddianc a gwnewch yn siŵr bod pawb yn gwybod sut i ddianc os oes yna dân. Meddyliwch am ffordd arall i ddianc os nad oes posib mynd allan drwy'r ffordd arferol.

### Beth i'w wneud os oes tân

- Peidiwch â thrio diffodd y tân eich hun
- Peidiwch â chynhyrfu a byddwch yn gyflym, gwnewch yn siŵr bod pawb yn dod allan cyn gynted â phosib
- Peidiwch ag ymchwilio achos y tân a cheisio achub eich pethau
- Os oes yna fwg, arhoswch yn isel ble mae'r awyr yn fwy clir
- Cyn i chi agor drws rhaid gwneud yn siŵr nad yw'n boeth - os yw'n boeth, peidiwch â'i agor oherwydd mae'n debyg bod tân ar yr ochr arall
- Ffoniwch 999 yn syth ar ôl dod allan o'r adeilad ac arhoswch allan

Am ymweliad diogelwch tân am ddim gan Wasanaeth Tân ac Achub Gogledd Cymru ffoniwch nhw ar rhadffôn **0800 169 1234**.



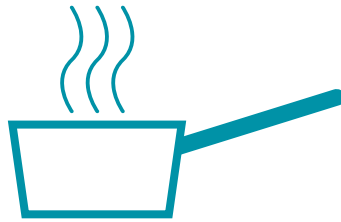
## ASBESTOS

Mae llawer o bobl yn poeni am asbestos ond cyn belled â bod deunyddiau asbestos mewn cyflwr da heb eu ymyrryd â nhw neu ddifrodi, mae'r risg yn isel iawn. Ond, mae'n rhaid bod yn ofalus bob amser er mwyn atal rhyddhau ffibrau asbestos oherwydd gallant niweidio eich iechyd. Cyn belled nad ydych yn gwneud unrhyw waith strwythurol heb adael i ni wybod, does yna ddim risg i chi.

Dyma rhai o'r llefydd yn eich cartref ble gallwch ddod o hyd i asbestos:

- Gwteri bondo a pheipiau dŵr glaw
- Blancedi tân
- Gorchuddion fel Artex
- To garej a siediau
- Leinin waliau, nenfydau a drysau
- Paneli insiwleiddio mewn rhai gwresogyddion stôr
- Paneli bath

- Ffliwiau gwres canolog
- Asbestos rhydd wedi ei bacio rhwng lloriau ac mewn waliau partisiwn
- Teils llawr



## **Beth ddylech wneud er mwyn atal rhyddhau asbestos yn eich cartref**

Ni ddylech wneud unrhyw waith DIY cyn cysylltu gyda ni gyntaf ar 0300 123 8084 er mwyn cael caniatâd a chyngor. Gallai unrhyw waith fel sandio neu ddrilio sy'n tarfu ar waliau, lloriau, drysau, nenfwd, gorchuddion toeau ryddhau ffibrau asbestos yn eich cartref.

## **Cofrestr Asbestos**

Mae yna asbestos yn y rhan fwyaf o gartrefi a does dim angen i chi boeni am hyn. Mae gennym ni system mewn lle i reoli asbestos. Mae yna gofrestr yn cofnodi gwybodaeth ar ble mae asbestos mewn eiddo CCG. Os bydd unrhyw ddeunyddiau asbestos (neu ddeunyddiau yr ydych chi'n meddwl sy'n cynnwys asbestos) yn malu, yna ffoniwch ni yn syth. Byddwn yn trefnu bod y deunydd yn cael ei archwilio a'i dynnu gan gontractwr arbenigol os bydd rhaid. Os oes gennych chi unrhyw bryderon ffoniwch ni ar 0300 123 8084

## **CYDDWYSEDD**

Mae lleithder yn yr awyr trwy'r amser. Pan mae awyr llaith neu damp yn taro arwynebedd oer mae'n troi yn ddiferion dŵr - cyddwysedd yw hyn. Dyna yw'r stêm sy'n ymddangos ar ddrych eich ystafell ymolchi neu ar eich ffenestri.

Gall cyddwysedd arwain at lwydni sy'n gallu difetha eich dodrefn a'ch eiddo.

## **Sut i gael gwared â llwydni**

Os ydych yn ei ddal yn fuan gallwch gael gwared arno yn hawdd. Fel arfer gallwch ei sychu gyda chadach a hylif glanhau arferol neu trwy ddefnyddio hylif lladd ffwng (fungicidal wash) sydd wedi ei gymeradwyo gan y Gweithgor Iechyd a Diogelwch (HSE).

## **Sut i atal cyddwysedd**

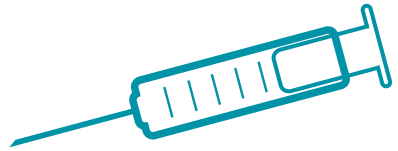
- Cadw drws y gegin ar gau ac agor ffenestri wrth goginio
- Rhoi caead ar sosbenni wrth goginio
- Defnyddio ffan
- Cau drysau ystafell ymolchi wrth ddefnyddio'r bath a gadael ffenestr yn agored wedyn



- Peidiwch â gorlenwi cypyrddau a wardrob - gwnewch yn siŵr bod lle i aer symud
- Peidiwch â gosod dodrefn a gwelyau yn rhy agos at y waliau
- Wrth ddefnyddio sychwr dillad, rhowch y beipen allan trwy ffenestr neu ddrws
- Peidio sychu dillad ar reiddiaduron cynnes
- Ceisiwch adael ychydig o wres trwy'r tŷ yn enwedig yn ystod tywydd oer
- Cadwch lenni ar agor ar ddiwrnodau braf i gynhesu ystafelloedd
- Cadw drysau ystafelloedd sy'n cael llawer o haul yn agored er mwyn i awyr cynnes symud o gwmpas eich cartref

Fel rhan o'n rhaglen wella mae systemau mewnbynu awyr (positive input ventilation system) neu PIVs (Envirovents) wedi eu gosod yn y rhan fwyaf o gartrefi. Mae PIVs yn lleihau'r tebygolrwydd o gyddwysedd a llwydni mewn cartrefi. Peidiwch â rhwystro neu ymyrryd gyda'r PIV.

Os byddwch yn parhau i gael trafferth gyda chyddwysedd a llwydni efallai bod angen trefnu arolwg technegol. Cysylltwch â ni ar 0300 123 8084 i drefnu hyn.



## NODWYDDAU

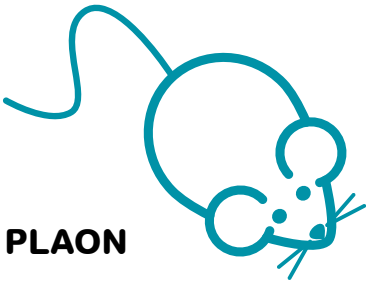
Os dowch ar draws nodwydd neu chwistrellau peidiwch â'u cyffwrdd - rhowch wybod i CCG ar 0300 123 8084. Byddwn yn trefnu iddynt gael eu casglu gan aelod staff cymwysiedig ac yn cael ei waredu yn y ffordd gywir. Os cewch eich niweidio gan nodwydd ewch am gyngor meddygol yn syth.

Peidiwch â gadael nodwyddau neu chwistrellau mewn llefydd ble gall pobl ddod i gyswllt gyda nhw.

## YN EICH CARTREF

Mae sicrhau bod yr ardal o amgylch ein cartrefi yn ddymunol, glân a diogel i bawb yn bwysig i ni. Gwaredwch ysbwriel yn gyfrifol a pheidiwch â gollwng ysbwriel yn yr ardal o amgylch eich cartref. Rhowch wybod i ni am unrhyw ddfrod, ysbwriel wedi ei adael, graffiti neu broblemau eraill y byddwch yn eu gweld ar 0300 123 8084.

Ar gyfer ymholiadau casglu ysbwriel, ailgylchu neu olau stryd cysylltwch gyda Chyngor Gwynedd ar 01766 771000.



## PLAON

Bydd CCG yn ymdrin gyda phla gan gynnwys llygod mawr, llygod bach, chwilod du a gwenyn meirch. Am gymorth pellach cysylltwch gyda ni ar 0300 123 8084.

## GERDDI

Os oes gennych ardd (ffrynt, ochr neu gefn) eich cyfrifoldeb chi yw ei chadw yn daclus. Mae hyn yn cynnwys tynnu sbwriel a thorri'r gwellt a gwrychoedd. Os oes gennych BBQ yn eich gardd gwnewch yn siŵr ei fod wedi ei osod ar sylfaen cadarn a gwrthdan a pheidiwch â'i adael heb oruchwyliaeth.

## CYNGOR AR IECHYD A DIOGELWCH YN Y CARTREF

### PEIDIWCH



- Gwneud unrhyw newidiadau strwythurol i'ch cartref heb drafod gyda CCG yn gyntaf
- Gwneud unrhyw addasiadau i'r eiddo neu wasanaethau h.y. nwy, trydan, dŵr neu ddraeniau heb ganiatâd ysgrifenedig gan CCG

- Defnyddio gwresogyddion symudol olew, paraffin neu nwy os ydych yn byw mewn fflat neu fflat deulawr
- Storio deunyddiau fflamychol gan gynnwys hylifau neu silindr nwy yn eich cartref neu ardd
- Ymyrryd gydag unrhyw offer canfod neu ddiffodd tân yn eich cartref ac o amgylch eich cartref

### COFIWCH



- Gofyn am ganiatâd cyn gwneud unrhyw waith ar eich cartref
- Bod yn ofalus beth ydych chi yn ei roi yn y system ddraenio neu'n fflysio lawr y tolied
- Ystyried pobl eraill a bod yn gymydog da
- Cysylltu gyda ni os gwelwch unrhyw broblemau iechyd a diogelwch yn eich eiddo neu du allan i'ch eiddo

**Os oes gennych unrhyw bryderon am iechyd a diogelwch yn eich cartref neu du allan i'ch cartref cysylltwch gyda ni ar 0300 123 8084 neu e-bostio [ymholiadau@ccgwynedd.org.uk](mailto:yhmholiadau@ccgwynedd.org.uk)**

**Mae gwybodaeth bellach ar ddiogelwch y cartref ar ein gwefan [www.ccgwynedd.org](http://www.ccgwynedd.org)**