

TAFLEN GWYBODAETH

Gor-gasglu a Chadw

Beth yw Casglu a Chadw?

Mae gan bobl farn wahanol ynglŷn â beth yw tŷ sy'n flêr. I rai, mae pentwr bach o bethau yn cael ei ystyried yn flêr. I eraill, dim ond pan fo'r llwybrau cul yn ei gwneud hi'n anodd iddynt symud o gwmpas yr ystafell y maent yn sylweddoli pa mor flêr ydi'r tŷ (os o gwbl).

Mae casglu a chadw yn salwch ynddo'i hun ac mae'n cael ei alw'n 'Anhwylder Casglu a Chadw'. Gellir diffinio casglu a chadw fel ardaloedd byw sy'n llawn blerwch. Mae'n digwydd pan mae casgliad o eitemau person yn mynd allan o reolaeth, ac yn amharu ar eu bywyd dydd i ddydd.

I'r sawl sy'n casglu a chadw mae pwrpas i bob eitem ac maen't yn meddwl y bydd eu hangen rhywbryd yn y dyfodol. Mae hyn yn eu gwneud nhw'n gyndyn iawn o gael gwared â'u heiddo.

NODWCH: Mae nifer o ddulliau a all fod o gymorth i adnabod casglu a chadw a'r risgiau sy'n deillio o hynny. Gweler er enghraifft gardiau sgôr Graddfa Delwedd Annibendod www.helpforhoarders.co.uk

Cyngor ar gyfer teuluoedd a ffrindiau

Nid yw pawb sy'n casglu a chadw yn sylweddoli bod eu hymddygiad yn negyddol a bod angen gwneud rhywbeth yn ei gylch. Efallai bod eraill yn ymwybodol ohono ond yn teimlo cywilydd ac yn amharod i ofyn am gymorth.

Mae ymddiried mewn ffrindiau neu aelodau o'r teulu yn hynod bwysig. Dywedwch wrthynt eich bod yn poeni amdanynt AC NA FYDDWCH YN CAEL GWARED A'R UNRHYW BETH HEB EU CANIATÂD.

Gallai gosod nodau ac amcanion fod o gymorth: Dechrau yw'r gamp, mae neilltuo 10-20 munud y diwrnod ar gyfer clirio yn ddechrau da. Wrth ystyried diogelwch, yn aml, mae gormod o stff wedi ei bentyrru yn y cyntedd ac wrth ymyl drysau yn golygu nad oes modd symud o gwmpas ydd. Os byddai tân neu argyfwng meddygol, ni fyddai gan y gwasanaethau achub fynediad - dylid ceisio targedu'r ardaloedd yma'n gyntaf.

Rhowch y pethau i elusen. Bydd hyn efallai yn fwy derbyniol i'r person, yn hytrach na thafllu i ffwrdd eitem sydd yn eu tyb nhw'n werthfawr, byddant o bosib hefyd yn ffafrio ailgylchu eu sbwriel yn hytrach na'i daflu i ffwrdd.



Peryglon casglu a chadw

Mae nifer o beryglon ynghylch casglu a chadw, dyma rai enghreifftiau:

- Cynnydd yn y risg o dân. Mae nifer o bobl sy'n gasglwyr wedi llosgi i farwolaeth yn eu cartrefi eu hunain, gan na allai'r frigid dân gael mynediad i'r tŷ. Weithiau gall strwythur yr adeilad a'r lloriau gael eu heffeithio gan bwysau'r holl eitemau sydd wedi cael eu casglu.
- Mae peryg y gall pobl gael eu gwasgu pe bai rhan o'r celc yn syrthio arnynt hwy, gallent lithro neu ddisgyn dros eitemau a brifo eu hunain neu fynd yn 'sownd' o fewn rhan o'r celc.
- Os ydi diodydd yn cael eu colli, mae'n debygol y byddai hyn yn achosi llwydni a ffwng.
- Bydd lloriau sy'n pydru yn dennu llygod mawr a chwilenod du.
- Os ydynt yn cadw anifeiliaid, mae'n debygol y bydd yr anifeiliaid yn baeddu yn y tŷ.

Pwy sy'n gallu cynorthwyo:

Gallwch gysylltu â'r adran Gwasanaethau Bro ar 0300 123 8084 i gael cyngor pellach ac arweiniad. Dyma wefannau defnyddiol sy'n rhoi gwybodaeth bellach i chi ynglŷn â chasglu a chadw:

- www.cieh.org/library/media/CIEH_news/articles/
- www.Hoardinguk.org
- www.nhs.uk.conditions/hoarding
- www.helpforhoarders.co.uk
- www.nwales-fireservice.org.uk

Yn parhau drosodd >>



TAFLEN GWYBODAETH

Casglu a Chadw

Am fwy o wybodaeth:

Am fwy o wybodaeth cysylltwch â ni ar **0300 123 8084**
neu ymholiadau@ccgwynedd.org.uk / www.ccgwynedd.org

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



FACT SHEET

Hoarding

What is hoarding?

People have different ideas about what it means to have a cluttered home. For some, a small pile of things is seen as serious clutter. For others, only when the narrow pathways make it hard to get through a room does the clutter register (if at all).

Hoarding is an illness in its own right and is called 'Hoarding Disorder'. Hoarding can be defined as sufficiently cluttered living spaces. It occurs when a person's collection becomes excessive, impacting on their daily life and social activities.

Hoarders think all items have some significance or will be needed at some time in the future. This makes them very reluctant to part with their possessions.

NOTE: There are ways of identifying hoarding and assessing the level of hoarding and risks posed. See for example the Clutter Image Rating score cards www.helpforhoarders.co.uk

Advice for families and friends

Not all people who hoard recognise that their behaviour is negative or something that needs to be addressed. Others may be aware of it but are embarrassed and unwilling to ask for help.

Gaining the trust of friends or family members is vital. Tell them that you are worried about them and that **YOU WILL NOT THROW ANYTHING AWAY WITHOUT THEIR PERMISSION.**

Setting goals can help. Start small, allocate 10-20 minutes a day for clearing. Think safety, often there is too much stuff piled in hallways and near doors that it's not possible to move. If there were a fire or medical emergency, they wouldn't have access – try and target these areas first.

Donate things to a charity This may be more acceptable to the person than just throwing away an item, they may also prefer to recycle it rather than throw it away.



The dangers of hoarding

There are a number of dangers surrounding hoarding, here are some examples:

- Increase risk of fire in property. Several compulsive hoarders have been burned to death in their own homes because the fire brigade could not gain entry.
- Sometimes the structure of the building and the floorboards can be compromised by the weight of the hoard.
- There is a real danger that people could be crushed if a part of their hoard fell on them, they could slip or fall over an object and hurt themselves or become 'trapped' within some area of the hoard.
- If drinks are spilled it is likely to cause mildew and fungus
- Decaying floorboards will encourage rats and cockroaches.
- If they are an animal hoarder, it is likely that the animals will have to urinate and defecate in the house.

Who can help:

You can always contact our Neighbourhood Services department on 0300 123 8084 for further advice and guidance on this issue. Here are some other useful links:

- www.cieh.org/library/media/CIEH_news/articles/
- www.Hoardinguk.org
- www.nhs.uk.conditions/hoarding
- www.helpforhoarders.co.uk
- www.nwales-fireservice.org.uk

Continues >>



FACT SHEET

Hoarding

For more information

For more information, please contact us on
0300 123 8084 or enquiries@ccgwynedd.org.uk /
www.ccgwynedd.org

If you would like to receive this leaflet in a different format, such as Braille, large text or in another language, contact us on 0300 123 8084.

