Rhifyn 06, Hydref 2020

CYLCHLYTHYR GWEITHGAREDDAU AR GYFER TENANTIAID

NEGES GAN Y CYDLYNYDD GWEITHGAREDDAU YN NHÎM TAI'R PERSONAU HŶN

Helo bawb,

Gobeithio eich bod chi i gyd yn teimlo cystal ag y gellir ei ddisgwyl ar ôl ychydig fisoedd rhyfedd.

Wrth i ni ddechrau addasu i'r 'norm newydd' mae ein tîm yn parhau i fod yn benderfynol o gadw mewn cysylltiad â'n holl denantiaid. Rydym am ddefnyddio'r rhifyn hwn o'ch Cylchlythyr i anfon llawer o luniau a nodweddion ar yr hyn sy'n digwydd gyda'n cynlluniau, yn ogystal â rhywfaint o gyngor defnyddiol.

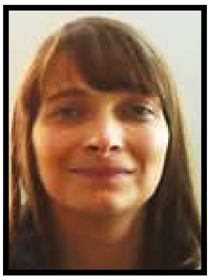
Mae wedi bod yn bleser clywed am yr ystod o weithgareddau rydych chi wedi bod yn cymryd rhan ynddynt dros yr ychydig fisoedd diwethaf. Dw i wedi gweld cacennau hyfryd, wedi darllen cerddi gwych ac wedi gwylio llawer o denantiaid yn ymroi eu hamser i helpu eraill trwy wneud masgiau wyneb, helpu eu cymdogion a gwau eitemau o ddillad a blancedi ar gyfer babanod newydd-anedig.

Gobeithio y gwnewch chi fwynhau'r rhifyn hwn o'n cylchlythyr sy'n llawn dop o weithgareddau mewn tudalen i'w thynnu allan. Fe welwch eitemau gweithgareddau amrywiol megis Sudoku, croeseiriau, posau dyrys, cwisiau, lliwio yn ôl rhifau a chwileiriau.

Os oes gennych unrhyw syniadau eraill, cysylltwch â fi ac efallai y gallwn ni eu rhannu.

Yn y cylchlythyr hwn, fe welwch holiadur digidol hefyd. Hoffem wybod a ydych chi'n gallu defnyddio unrhyw fath o dechnoleg er mwyn ein cynorthwyo i gynllunio gwahanol ddulliau o'ch cynnwys a chysylltu â chi yn y dyfodol.

Byddem yn ddiolchgar pe gallech chi ddychwelyd yr arolwg wedi'i gwblhau i'ch swyddfa gynllun.

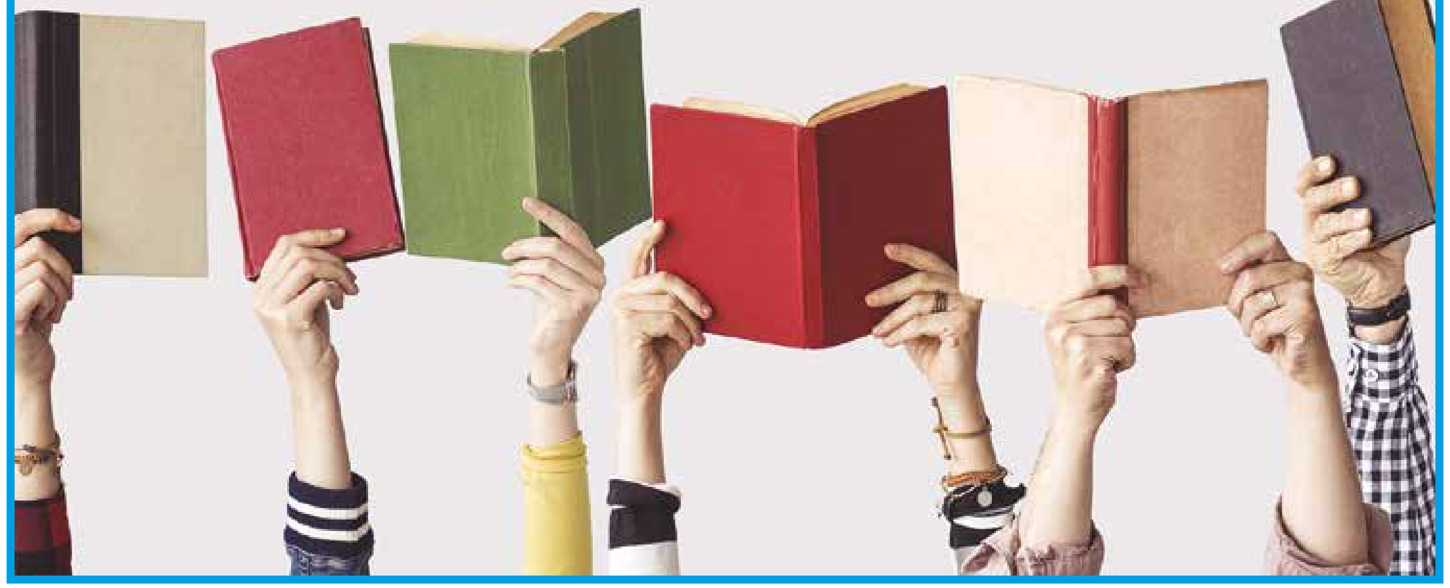


Tan hynny, arhoswch yn ddiogel ac yn iach, a mwynhewch y rhifyn hwn o'n cylchlythyr!

Victoria Roper
Cydlynydd Gweithgareddau

LIBRARYLINK
GWASANAETH BENTHYCA A DOSBARTHU LLYFRAU

carullyfrgelloedd



Mae Gwasanaeth Llyfrgell Caerffili nawr yn cynnig gwasanaeth benthyca a dosbarthu llyfrau i gartrefi preswylwyr cymwys.

Wedi'u dosbarthu trwy Wasanaeth Dosbarthu i'r Cartref LibraryLink, bydd preswylwyr cymwys yn derbyn deunyddiau darllen neu wrando a ddewiswyd yn benodol gan ein staff gwybodus y llyfrgell. Gwneir dosbarthuiadau bob 6 wythnos.

I ofyn am y gwasanaeth hwn rhaid i ymgeiswyr ddiwallu un o'r meini prawf cymhwysedd dilynol. Sylwch y gellir gwneud y cynnig i'r unigolyn yn unig ac nid yw'n agored i eraill sy'n preswylio yn yr un cyfeiriad oni bai bod y cymhwysedd yn cael ei ddiwallu.

- Wedi'ch cofrestru ar hyn o bryd fel defnyddiwr y gwasanaeth LibraryLink
- Bod dros 70 oed a heb fynediad i gynnig eDigidol y gwasanaeth llyfrgell o e-Lyfrau, e-Lyfrau sain, e-Gylchgronau neu eGomics.

I gofrestru ar gyfer y gwasanaeth LibraryLink ewch i wefan Cyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili neu ffoniwch un o'r rhifau ffôn isod a bydd cynghorydd gwasanaeth y llyfrgell yn cwblhau a chyflwyno'r cais i chi.

Dydd Llun i ddydd Gwener, 9am i 1pm a 2pm i 5pm
07523 931965
07523 931969
07713 399806

Dydd Llun i ddydd Gwener, 4.30pm i 6pm
07523 931956

Dydd Sadwrn, 10am i 3.00pm
07523 931956

BETH MAE TENANTIAID WEDI BOD YN EI WNEUD YN YSTOD Y CYFYNGIADAU SYMUD

Dyma rai cerddi rydym wedi'u derbyn gan denantiaid:

Boris on the telly Covid Nineteen again,
Another day in lockdown until god knows when.

How many days is it now a hundred plus or more,
Another death from Covid racking up the score,
How many more must die before they find a cure.

Social distancing, stay safe and protect the NHS,
Covid Nineteen the whole dammed world's a mess.

Staring at four walls and still no end in sight,
Nothing we can do but carry on the fight.

And fight we will this dammed disease,
Every cough and sniffle, every little sneeze.

Boris eased the lockdown in England yesterday,
What does he think he's doing, Covid hasn't gone away.

It's still killing people daily at an alarming rate,
We won't just sit and take it, we won't accept our fate.

Boris on the telly again, what the score today,
Over 40,000 plus, three hundred yesterday.

Covid's just a virus, some day we will find a cure I guess,
But until we do, stay safe and protect our NHS.

M. Morris – 7/07/20

Some Tenants Have Been Baking Cakes...

A new year starting
Like many gone before
Little did we know
Facing a silent war

An invisible presence
Hovered over the world
No naked eye could see
No bullets flying will destroy humanity

Isolated in your home
Families and those alone,
Hospitals full to overflowing
New ones being built
Patients being held and growing

Masks and hand wash
Cleansing products to rid us of germs
These are now the expected terms

A two-meter distance
Must be adhered to,
No hugs or kisses for family and you,
A lot of waves and tears
Till this tragedy ends our fears

Doctors and nurses
At the front line,
Working together to heal
Your families and mine

Many thousand lost
And many saved
Caring NHS staff so very brave

Care and key workers
Volunteers as never seen before,
Kind eyes visible wearing masks
Dropping food, medical packages
And any help needed at your door

Single elderly with no folk near,
So grateful for that tap on the window
Shedding a gentle tear

Windows festooned with rainbows
Weekly hand claps every folk would bestow,
In spite of this adversity
Through this darkness and gloom
A light will come shining through every room

Thank you, NHS you are the best,
Happy 72nd birthday!

Mrs Dobson

GWIRFODDOLWYR

Roedd Canolfan Glowyr Caerffili yn chwilio am wirfoddolwyr i wau petryalau i greu blancedi i deuluoedd yn y gymuned leol, ein tenantiaid yn Llys Alexandra a phenderfynodd Tŷ Melin eu bod am gymryd rhan yn y prosiect hwn gan wau llawer o sgwariau ar gyfer y blancedi: Isod mae rhai syniadau i chi eu gwneud gartref neu mewn mannau eraill, mae rhai ohonoch chi eisoes yn cymryd rhan yn rhai o'r rhain:

- Rhannu stori bywyd trwy e-bostio neu ysgrifennu atom
- Rhannu eich profiadau hyd yn hyn yn ystod y cyfyngiadau symud trwy e-bostio neu ysgrifennu atom
- Gemau posau dyrys (gallwch ddod o hyd i'r rhain ar-lein)
- Cwisiau (gallwch ddod o hyd i'r rhain ar-lein)
- Rhannu rysáit trwy e-bostio neu ysgrifennu atom neu rannu un gyda thenantiaid eraill
- Gwneud neu ysgrifennu cerdyn diolch ar gyfer staff y GIG, ffrindiau a theulu neu unrhyw un sydd wedi'ch helpu chi yn ystod yr amser anodd hwn.
- Ysgrifennu llythyrau - ydych chi'n adnabod unrhyw un a hoffai gael cyswllt rheolaidd neu a allai deimlo'n unig? Mae ysgrifennu llythyrau yn ffordd hyfryd o gadw mewn cysylltiad.
- Ffonio ffrind - cael sgwrs a dal i fyny o bellter gyda'ch ffrindiau
- Lliwio/lliwio yn ôl rhifau (yn y pecyn neu gallwch ddod o hyd i'r rhain ar-lein)
- Gwaith celf - os ydych chi'n teimlo artistig bydden ni'n hapus i weld a rhannu eich lluniau
- Pobi/coginio rysáit newydd
- Garddio
- Ysgrifennu cerdd
- Ffotograffau mewn llyfr lloffion
- Darllen llyfrau/llyfrau sain
- Jig-so
- Ymarferion cadair (cafodd y rhain eu cynnwys yn y pecyn cyntaf a gawsoch gennym ni)
- Croeseiriau (gallwch ddod o hyd i'r rhain ar-lein)
- Cerdded ond cofiwch gadw'ch pellter cymdeithasol oddi wrth eraill.

Rydyn ni wrth ein bodd yn clywed a gweld yr holl weithgareddau rydych chi wedi bod yn cymryd rhan ynddyn nhw.

Os oes gennych unrhyw ffotograffau ohonoch yn cymryd rhan yr hoffech chi eu rhannu, a allwch chi eu he-bostio nhw at: OlderPersonsHousing @ CAERPHILLY.GOV.UK, gyda'ch enwau a chydsyniad iddyn nhw gael eu cyhoeddi.

CYNLLUN OLRHAIN CYSYLLTIADAU

Rydym eisoes wedi ysgrifennu i atoch i roi gwybod i chi bod 'Profi Olrhain Diogelu' bellach yn digwydd ym mwrdeistref sirol Caerffili ac ar draws ardal Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan.

Os ydyn nhw'n eich ffonio chi bydd hyn yn dod o'r rhif 02921 961133. Gwyliwch am alwadau ffôn sgamio sy'n digwydd - fydd DDIM angen i chi roi unrhyw fanylion talu neu fanc iddyn nhw.

Mae'r cynllun yn rhan allweddol o gynllun adfer Covid-19 Llywodraeth Cymru. Mae'n ein helpu i ddod o hyd i ffordd i fyw a gweithio ochr yn ochr â'r feirws, wrth atal ei ymlediad. Mae'r system yn gweithio trwy:

- Profi pobl sydd â symptomau coronafeirws, a gofyn iddynt ynysu i ffwrdd o'u teulu ehangach, ffrindiau, cydweithwyr a'u cymuned wrth aros am ganlyniad
- Olrhain unigolion sydd wedi dod i gysylltiad agos â rhywun a brofodd yn bositif ar gyfer coronafeirws, wrth ei gwneud yn ofynnol iddynt gymryd rhagofalon a hunanynysu am 14 diwrnod
- Rhoi cyngor a chanllawiau yn arbennig lle mae'r person wedi profi'n bositif neu eu cysylltiadau yn agored i niwed neu mewn mwy o risg
- Sicrhau, os yw rhywun yn profi'n negyddol, y gallant ddychwelyd i'r gwaith a'u trefniadau arferol cyn gynted â phosib

CYNGOR COVID-19 -

Cadwch yn ddiogel a helpwch i atal y feirws rhag lledaeu

Mae coronafeirws yn dal gyda ni a rhaid i ni ddal i gymryd camau i'w atal rhag lledaenu. Mae'n rhaid i bawb ddilyn y cyfyngiadau, gan gynnwys preswylwyr ac unrhyw ymwelwyr hanfodol i'ch cynllun tai lloches, a bydd y cyfyngiadau'n aros yn eu lle tan yr amser y maent yn cael eu lleddfu gan y Llywodraeth.

Nid yw eich Swyddog Tai Lloches yn gallu gweithio ar y safle ar hyn o bryd ond bydd yn ymweld â'ch cynllun yn rheolaidd i ymgymryd â gwiriadau Iechyd a Diogelwch hanfodol ac i gynnal eich gwiriad larwm gwddf o bell bob pythefnos dros y system intercom. Nid yw cyswllt wyneb yn wyneb ac ymweliadau cartref yn digwydd ar hyn o bryd, ac os ydych chi'n gweld aelod o staff ar y safle cadwch eich pellter. Os oes gennych unrhyw ymholiadau, dylech ffonio am gymorth neu gysylltu â Careline [Llinell Ofal] gan ddefnyddio'ch larwm gwddf.

Er mwyn sicrhau nad yw'r haint yn lledaenu ac i helpu i achub bywydau, a gaf i eich atgoffa am y camau y mae'n rhaid i chi eu cymryd:

- Os byddwch chi'n datblygu peswch parhaus newydd NEU dwymyn mae'n rhaid i chi roi gwybod i'ch Swyddog Tai Lloches ac aros yn eich cartref am 7 diwrnod er mwyn osgoi cyswllt gydag unrhyw berson arall - rhaid i chi gadw cysylltiad â'r rhai rydych chi'n byw gyda nhw at leiafswm.
- Os oes gennych rywun yn byw gyda chi ac mae'r person hwnnw'n datblygu peswch parhaus newydd NEU dwymyn rhaid i chi aros yn eich cartref am 14 diwrnod o'r diwrnod y dechreuodd symptomau'r person arall.

Gallwch chi helpu i leihau'r risg o goronafeirws drwy:

- Golchi'ch dwylo gyda sebon a dŵr yn aml, a glanweithio hefyd.
- Os ewch chi allan, gwnewch yn siŵr eich bod chi'n golchi'ch dwylo cyn gynted ag y byddwch yn cyrraedd adref ac yn gwisgo gorchudd wyneb wrth deithio ar gludiant cyhoeddus, wrth wneud y siopa neu wrth wneud unrhyw weithgaredd dan do yn unol â chanllawiau Llywodraeth Cymru
- Peidiwch â chyffwrdd â'ch wyneb neu'ch ceg
- Osgowch ardaloedd a rennir o fewn eich cynllun cymaint â phosib
- Cadwch o leiaf 2 fetr ar wahân i bobl eraill.

Os oes gennych arwyddion o goronafeirws dylech chi gael prawf. Gallwch archebu prawf trwy:

- Ffonio 119 - gall pobl ag anawsterau clyw neu anawsterau lleferydd ffonio 18001 119. Os ydych chi'n teimlo na allwch chi ymdopi â'ch symptomau gartref neu os yw'ch cyflwr yn gwaethygu, neu nad yw'ch symptomau'n gwella ar ôl 7 diwrnod, defnyddiwch y gwasanaeth coronafeirws 111 ar-lein neu ffoniwch 111. Mewn argyfwng meddygol - ffoniwch 999.
- Ymweld â gwefan y GIG ar-lein.

Os na allwch archebu prawf eich hun, bydd y Swyddog Tai Lloches yn gallu'ch cynorthwyo.

I gael y cyngor diweddaraf ar gadw'n ddiogel, aros gartref a phrofi, gallwch ymweld â gov. wales/coronavirus. Mae'r gofynion lleol a chenedlaethol yn destun newidiadau rheolaidd, os oes gennych unrhyw amheuaeth ynghylch yr hyn sy'n ofynnol gennych, gofynnwch i'ch Swyddog Tai Lloches.

Peidiwch ag ymweld â'ch meddygfa neu ysbyty i ofyn am brawf. Mae'r prawf dim ond yn effeithiol i'r rhai sy'n profi symptomau coronafeirws ac mae angen ei gymryd yn ystod y 5 diwrnod cyntaf o gael symptomau.

Rhifau a gwybodaeth ddefnyddiol

Gwasanaethau cymorth Cyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili:

Gellir gweld y wybodaeth ddiweddaraf am wasanaethau'r Cyngor a chyngor y Llywodraeth yn ystod yr achos o goronafeirws ar y wefan **www.caerffili.gov.uk/coronafeirws.**

Llinell Gymorth Ariannol Cyngor Bwrdeistref Sir Caerffili i helpu gyda phryderon ariannol cysylltiedig â Covid-19 -
Ffôn: 01443 866534

SWYDDFEYDD TAI LLEOL:
Y CYMOEDD DWYREINIOL
Ffôn: 01495 235974
E-bost: SDACwmDwyreiniol@caerffili.gov.uk

CWM RHYMNI UCHAF
Ffôn: 01443 873535
E-bost: SDACwmRhymniUchaf@caerffili.gov.uk

PARC LANSBURY Ffôn: 02920 860917
E-bost: SDCParcLansbury@caerffili.gov.uk

GRAIG-Y-RHACA Ffôn: 02920 853050
E-bost: SDCGraig-y-Rhaca@caerffili.gov.uk.

Rhoi gwybod am atgyweiriad: 01443 864886
Ymholiadau SATC: Ffôn: 01443 866497
E-bost: YmholiadauSATC@caerffili.gov.uk
Rhenti/Cymorth tenantiaeth:
Ffôn: 01443 811450
E-bost: rhenti@caerffili.gov.uk
Eitemau swmpus i'w casglu: 01443 866533
Dyraniadau Tai: 01443 873552
Gorfodi tenantiaeth: 01443 811448
Sbwriel/ailgylchu: 01443 866533
Dywedwch wrthym unwaith (cofrestryddion): 01443 863478
Rheoli plâu: 01443 866544
Treth y Cyngor: 01443 863002
Budd-daliadau tai: 01443 866567
Argyfyngau y tu allan i oriau: 01443 875500

OS YDYCH YN AMAU GOLLYNGIAD NWY, FFONIWCH WALES AND WEST UTILITIES AR:

0800 111 999

Gwybodaeth, Cyngor a Chymorth (IAA) ar gyfer Gwasanaethau Cymdeithasol i Oedolion:
0808 100 2500
E-bost: TimDyletswyddGwybodaeth@caerffili.gov.uk

Tîm Cyffuriau ac Alcohol CBSC:
02920 859872
E-bost: CyffuriauacAlcohol@caerffili.gov.uk

Uned Benthyca Arian Anghyfreithlon Cymru (WIMLU):
0300 123 3311
E-bost: imlu@cardiff.gov.uk

CYSYLLTWYR CYMUNEDOL

Cyngor a gwybodaeth i bobl sydd wedi'u hynysu oddi wrth eu cymuned neu deulu, pobl sydd â hyder isel neu unigolion sy'n ymddangos yn unig. Wrthi'n darparu gwybodaeth, cyngor a chymorth; helpu pobl i aros mor annibynnol â phosibl; helpu pobl i wella eu hymdeimlad o les; helpu pobl i deimlo'n llai unig; help pobl i deimlo'n rhan o'u cymuned.
Ffôn: 0808 100 2500
E-bost: asdit@caerphilly.gov.uk

MEALS DIRECT
(PRYD AR GLUD)

Ffôn: 01443 863053 neu 01443 864055
E-bost: Prydau@caerffili.gov.uk

CEFNOGI POBL

Ffôn: 01443 864548
E-bost: CefnogiPobl@caerffili.gov.uk

BWRDD IECHYD PRIFYSGOL ANEURIN BEVAN

Ffôn: 01443 864548
Ewch i: https://bipab.gig.cymru/

Rhoi negeseuon i gleifion:
MessagesfromHome.ABB@wales.nhs.uk

BANCIAU BWYD YM MWRDEISTREF SIROL CAERFFILI
(YMDDIRIEDOLAETH TRUSSELL)

Mae system dros dro wedi'i sefydlu i fwrdeistref sirol Caerffili gefnogi'r ddarpariaeth gyfredol â thalebau banc bwyd, rhoddion a dosbarthuiadau. Nod y cymorth hwn yw helpu'r unigolion neu deuluoedd presennol sydd mewn argyfwng ar hyn o bryd, nodwch nad yw hyn ar gyfer y rhai sy'n cadw pellter cymdeithasol neu'n hunanynysu ac yn methu â chyrchu bwyd.

Bydd hyn yn arwain at drafodaeth gyda gweithiwr brysbennu, a fydd yn asesu'r anghenion cyfredol ac yn cysylltu'r unigolyn â dosbarthwr talebau lleol os bydd angen er mwyn gwneud yr atgyfeiriad. Yna bydd y Banc Bwyd yn paratoi parseli yn barod i staff penodedig godi'r parsel a'i ddosbarthu i risiau drysau.

Ffôn: 07825634157 neu 07720948030 E-bost: AdfywioCymunedol@caerffili.gov.uk

LLINELLAU CYMORTH FFÔN - CENEDLAETHOL, RHANBARTHOL A SIROL

Action on Hearing Loss
Ffôn: 02920 333034
information@hearingloss.org.uk

beta.actiononhearingloss.org.uk/coronavirus-response/ - Yn cynnwys llinell sgwrsio ar-lein am wybodaeth yn ystod yr achos o COVID-19.

Age Cymru – Cysylltu a Sgwrsio
Ffôn: 08000 223 444
E-bost: enquiries@agecymru.org.uk

Cymdeithas Alzheimer
Llinell Cymorth Cyswllt Dementia ar 0333 150 3456.

Llinell gymorth i'r rhai sy'n siarad Cymraeg 03300 947 400.

Anxiety UK
Ffôn: 03444 775 774
(Dydd Llun i ddydd Gwener, 9.30am i 5.30pm)
Gwasanaeth Testun: 07537 416 905 Ewch i: www.anxietyuk.org.uk/coronanxiety-support-resources/

Bereavement Support Network
Ffôn: 08080 168 9607 www.bereavementadvice.co.uk

Cymdeithas Pobl Fyddar Prydain
Testun: 07766600597
E-bost: cao.wales@bda.org.uk
Ewch i: www.britishdeafnews.co.uk/navigating-self-isolation/

Sefydliad Prydeinig y Galon
Ffôn: 0300 330 3311

Deaf/Blind Cymru
Ffôn: 0800 132 320
E-bost: helpline.dbuk@deafblind.org.uk

Llinell Gymorth Dementia UK
Ffôn: 0800 888 6678
E-bost: helpline@dementiauk.org

Diabetes UK
Ffôn: 0345 123 2399
Llun-Gwener 9-6
Ewch i: www.diabetes.org.uk/about_us/news/coronavirus

Hourglass Cymru (Action on Elder Abuse yn flaenorol)
Ffôn: 0808 808 8141
Ewch i: www.wearehourglass.org/

Byw Heb Ofn
Ffôn: 0808 80 10 800
E-bost: gwybodaeth@llinellgymorthbywhebofn.cymru
https://llyw.cymru/byw-heb-ofn

Llinell Gwybodaeth a Chymorth Canser Macmillan
Llinell gymorth genedlaethol: 0808 808 00 00 Llun - Gwener rhwng 9am a 5pm
ABUHB area: 07583 047205 Llun-Sul rhwng 9 am a 7pm

MIND Cymru
Llinell wybodaeth: 0300 123 3393
Testun: 86463
Ewch i: www.mind.org.uk/about-us/mind-cymru/
Elefriends: www.mind.org.uk/information-support/support-community-elefriends/

Y Gymdeithas Strôc
Ffôn: 02920 524400
E-bost: info.cymru@stroke.org.uk

Gwasanaeth Gwirfoddol Brenhinol
Mae'r Gwasanaeth Gwirfoddol Brenhinol yn cynnig gwasanaeth i helpu pobl gyda chasglu siopa, meddyginiaeth neu gyflenwadau hanfodol eraill. Os oes arnoch angen help i gasglu siopa, meddyginiaeth neu gyflenwadau hanfodol eraill, ffoniwch 0808 196 3646 (8am i 8pm).
www.royalvoluntaryservice.org.uk/

TUDALENNAU POSAU

TENANT ENGAGEMENT: GET INVOLVED

Do you have internet access in your home?

- Do you want to meet new people and get involved in some of our activities without having to leave your home?
- Can you spare some time to talk to us and other tenants about what housing services are important to you and why?

If the answer is 'Yes' to all the questions above, then please get in touch with Liz or Gail to find out more. We can be contacted on **07827 420457/ 07739 969723** **tenantinvolvement@ Caerphilly.go.uk** or if you would prefer, please let your Sheltered Housing Officer know you are interested, and we will contact you.

Chwilair

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

RASPBERRY
LIME
BLACKBERRY
BLUEBERRY
WATERMELON
ORANGE
BANANA
PAPAYA
LEMON
KIWI
STRAWBERRY
GRAPE
APPLE

Fruits

S	A	V	A	N	N	A	H	T	S	T	P	S	E
O	E	N	U	K	W	M	P	E	W	O	P	A	H
E	H	I	T	A	T	I	H	A	A	L	H	L	D
C	L	P	I	P	N	A	E	U	S	E	I	L	E
H	H	I	H	C	I	M	O	N	H	D	L	A	C
U	E	I	M	O	N	I	N	L	I	O	A	D	I
I	O	E	C	L	E	D	I	H	N	N	D	N	N
M	N	M	K	A	L	N	X	E	G	N	E	N	C
N	O	D	A	U	G	X	I	O	T	I	L	H	I
H	T	D	E	A	A	O	N	X	O	T	P	R	N
U	S	T	G	N	A	W	I	L	N	S	H	A	N
O	O	A	X	A	V	O	L	V	M	U	I	O	A
I	B	N	I	X	A	E	D	I	P	A	A	A	T
D	E	T	R	O	I	T	R	P	M	N	N	A	I

WASHINGTON
CINCINNATI
BOSTON
PHEONIX
DALLAS
MILWAUKEE
PHILADELPHIA
PHOENIX
MIAMI
CHICAGO
SAVANNAH
AUSTIN
DENVER
TOLEDO
DETROIT

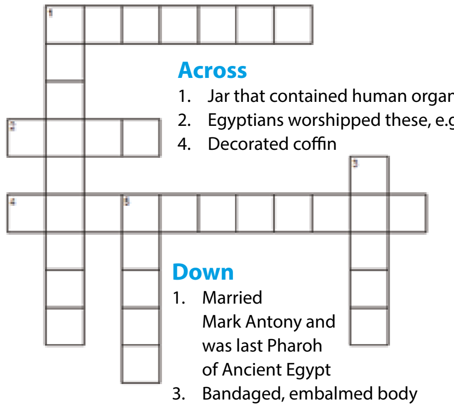
United States Cities

(GELLIR GWELD YR ATEBION AR DUDALEN 10)

Croesair

Easy Ancient Egypt Crossword

Around 5000 years ago the Ancient Egyptians built a great civilisation. There are lots of mysteries surrounding this ancient civilisation. We are fascinated by the pyramids, mummification, the Egyptian Gods and Godesses, canopic jars and the ancient curses of the pharaohs.



Across

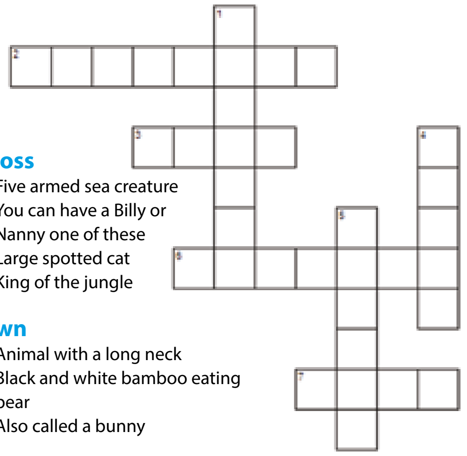
1. Jar that contained human organs
2. Egyptians worshipped these, e.g. Osiris
4. Decorated coffin

Down

1. Married Mark Antony and was last Pharoh of Ancient Egypt
3. Bandaged, embalmed body

Easy Animals Crossword

There are many animals in the world. Animals can live in even the harshest environments such as the hot deserts and the cold Antarctic.



Across

2. Five armed sea creature
3. You can have a Billy or Nanny one of these
6. Large spotted cat
7. King of the jungle

Down

1. Animal with a long neck
3. Black and white bamboo eating bear
5. Also called a bunny

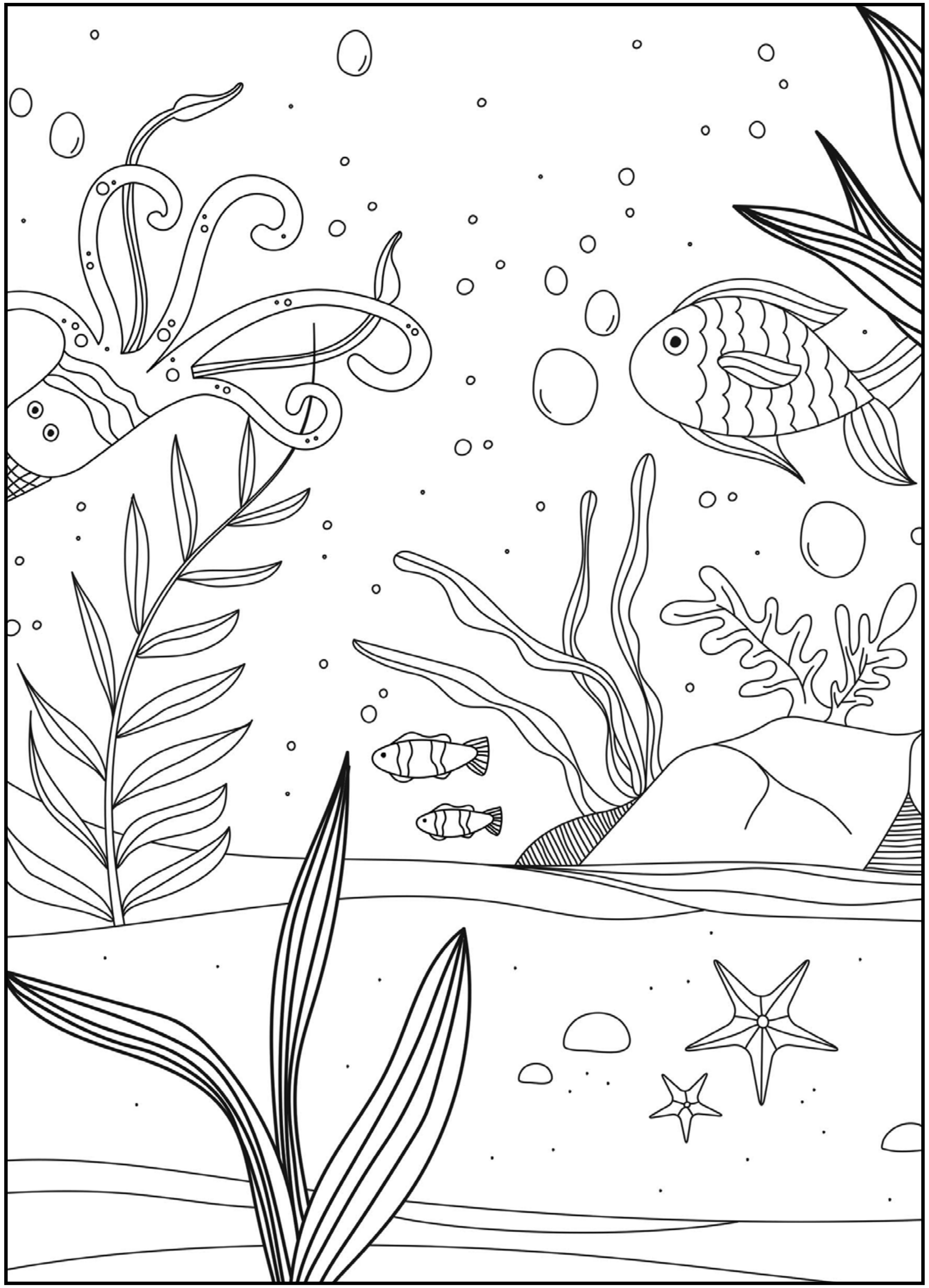
Sudoku

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

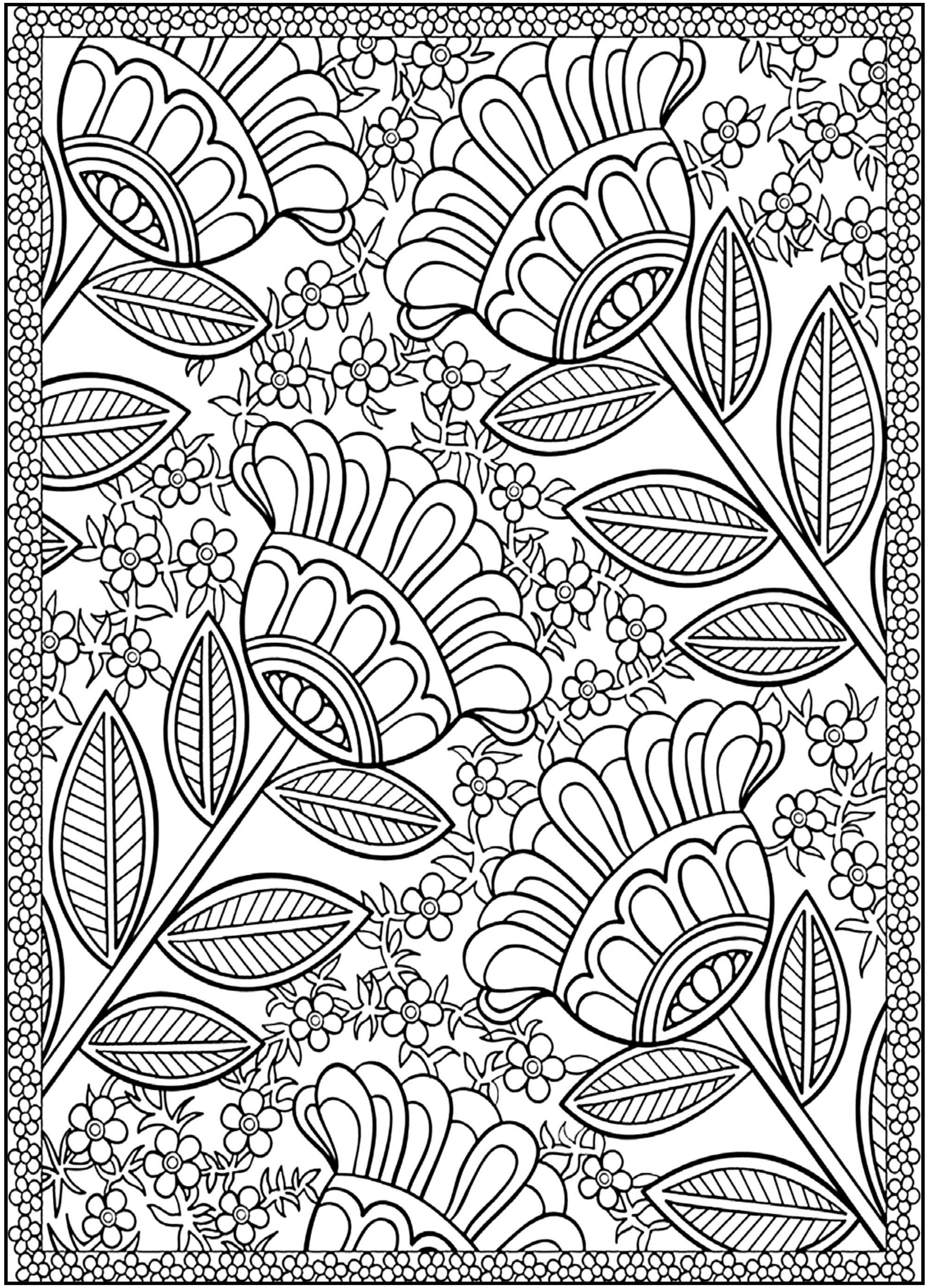
2	1					8		
3		8		6			7	1
	7						6	9
	4					2		
1		3		9				
	9	2				3		
							8	
4		7	3			1		2

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

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



Lliwio



Lliwio

Arolwg Digidol Personau Hŷn

1. **A oes gennych fynediad i'r rhyngrwyd yn eich cartref?**
   - ☐ a. Oes (ewch i g.2)
   - ☐ b. Nac oes (ewch i g.6)
2. **Pa gyfarpar ydych chi'n ei ddefnyddio i gyrchu'r rhyngrwyd?** (ticiwch bob un sy'n gymwys)
   - ☐ a. Cyfrifiadur
   - ☐ b. Gliniadur
   - ☐ c. Llechen e.e. iPad
   - ☐ d. Ffôn symudol
3. **Am beth ydych chi'n ei ddefnyddio'n bennaf?** (ticiwch bob un sy'n gymwys)
   - ☐ a. Cyfryngau cymdeithasol
   - ☐ b. Galwadau fideo
   - ☐ c. Cyrchu e-byst
   - ☐ d. Anfon negeseuon
   - ☐ e. Siopa ar-lein
   - ☐ f. Chwarae gemau
   - ☐ g. Bancio ar-lein
   - ☐ h. Arall - Nodwch: ______
4. **Ticiwch os gallwch chi ddefnyddio'r cymwysiadau dilynol** (ticiwch bob un sy'n gymwys)
   - ☐ a. Messenger
   - ☐ b. Skype
   - ☐ c. Zoom
   - ☐ d. Instagram
   - ☐ e. Facebook
   - ☐ f. Twitter
   - ☐ g. Whatsapp
   - ☐ h. Arall - Nodwch: ______
5. **Pa gyfarpar ydych chi'n ei ddefnyddio i gyrchu'r rhyngrwyd?** (ticiwch bob un sy'n gymwys)
   - ☐ a. Word
   - ☐ b. Excel
   - ☐ c. Adobe PDF
   - ☐ d. Ydych chi'n defnyddio unrhyw raglenni eraill, nodwch: ______
6. **Rydych chi wedi datgan nad ydych chi'n defnyddio nac yn berchen ar unrhyw ddyfais i gyrchu'r rhyngrwyd, a fyddai gennych ddiddordeb mewn defnyddio un yn y dyfodol?**
   - ☐ Byddai/Na fyddai ☐
7. **Pa mor hyderus ydych chi wrth ddefnyddio technoleg, e.e. cyfrifiadur?**
   - ☐ a. Hyderus iawn
   - ☐ b. Hyderus
   - ☐ c. Iawn
   - ☐ d. Ddim yn hyderus
   - ☐ e. Angen cymorth
8. **Ydych chi'n berchen ar argraffydd neu sganiwr?**
   - a. argraffydd - ☐ Ydw / ☐ Nac ydw
   - b. sganiwr - ☐ Ydw / ☐ Nac ydw

   Os ydych chi'n berchen ar unrhyw un o'r rhai uchod ydych chi'n gallu eu defnyddio:
   - ☐ 1. yn hyderus
   - ☐ 2. gyda rhywfaint o anhawster
   - ☐ 3. gyda chymorth
9. **A fyddai gennych ddiddordeb mewn cymryd rhan a rhannu'ch barn gyda'r Tîm Tai Personau Hŷn gan ddefnyddio technoleg?**
   - ☐ a. Byddai
   - ☐ b. Na fyddai
   - ☐ c. Efallai, gyda chymorth ychwanegol
10. **A oes gennych unrhyw gynlluniau i gael mynediad i'r rhyngrwyd o fewn:**
    - ☐ a. 6 mis
    - ☐ b. 1 flwyddyn
    - ☐ c. Dim cynlluniau

Arolwg Digidol Personau Hŷn

11. **Pa mor aml ydych chi'n cysylltu â'r Tîm Tai Personau Hŷn mewn blwyddyn arferol:**
    - ☐ a. Mwy nag 20 gwaith
    - ☐ b. 10-20 gwaith
    - ☐ c. Llai na 10 gwaith
    - ☐ d. Dim cyswllt mewn blwyddyn arferol
12. **Os ydych chi wedi cysylltu â'r Tîm Tai Personau Hŷn yn y flwyddyn ddiwethaf, pa rai o'r dulliau cysylltu dilynol wnaethoch chi eu defnyddio** (select all that apply)
    - ☐ a. Trwy gysylltu â'ch Swyddog Tai Lloches
    - ☐ b. Trwy lythyr
    - ☐ c. Ar y ffôn
    - ☐ d. Trwy e-bost
    - ☐ e. Trwy neges destun
    - ☐ f. Trwy ffurflen ar wefan y Cyngor
    - ☐ g. Trwy Whatsapp neu Microsoft Messenger
    - ☐ h. Trwy gyfryngau cymdeithasol (Twitter, Facebook, Instagram)
    - ☐ i. Wyneb yn wyneb mewn swyddfa'r Cyngor
    - ☐ j. Wyneb yn wyneb yn eich cartref
    - ☐ k. Skype, Zoom, Facetime neu dechnoleg galwadau fideo arall
13. **Fel Tenant Tai Lloches, beth fyddai'ch dull dewisol o gysylltu â ni:** (ticiwch bob un sy'n gymwys)
    - ☐ a. Trwy gysylltu â'ch Swyddog Tai Lloches
    - ☐ b. Trwy lythyr
    - ☐ c. Ar y ffôn
    - ☐ d. Trwy e-bost
    - ☐ e. Trwy neges destun
    - ☐ f. Trwy ffurflen ar wefan y Cyngor
    - ☐ g. Trwy gyfryngau cymdeithasol (Twitter, Facebook, Instagram)
    - ☐ h. Trwy Whatsapp neu Microsoft Messenger
    - ☐ i. Skype, Zoom, Facetime neu dechnoleg galwadau fideo arall
    - ☐ j. Wyneb yn wyneb mewn swyddfa'r Cyngor
    - ☐ k. Wyneb yn wyneb yn eich cartref
14. **A oes unrhyw ffordd arall y gall technoleg eich helpu i gysylltu neu ryngweithio â Thai Personau Hŷn nas crybwyllir yma, yr hoffech chi iddi gael ei chyflwyno?**

    ______

Os ydych chi'n hapus i ni gysylltu â chi drwy e-bost neu ffôn yna rhowch eich manylion cyswllt isod:

Enw: ______

Cyfeiriad: ______

______

Cyfeiriad e-bost: ______

Rhif ffôn cartref: ______

Rhif ffôn symudol: ______

Diolch i chi am gymryd yr amser i gwblhau'r arolwg hwn; bydd yn ein cynorthwyo i gynllunio dulliau gwahanol o'ch cynnwys a chysylltu â chi yn y dyfodol.

Dychwelwch yr arolwg wedi'i llenwi i swyddfa eich cynllun.

Arolwg Digidol Personau Hŷn: **Hysbysiad Preifatrwydd Cryno**

Sut y byddwn ni'n defnyddio'ch gwybodaeth

Bydd Cartrefi Caerffili'n casglu a phrosesu gwybodaeth amdanoch, er mwyn eich galluogi i reoli'ch tenantiaeth tai ac/neu garej yn llwyddiannus a delio â'r cyllid sy'n gysylltiedig â'r denantiaeth honno. Efallai y byddwn ni hefyd yn defnyddio'r wybodaeth hon i roi cyfle i chi i gymryd rhan yn y broses ymgysylltu/cynnwys tenantiaid. Byddwn ni hefyd yn cofnodi ac efallai prosesu gwybodaeth ar bobl eraill sy'n byw gyda chi; er mwyn sicrhau nad yw'r eiddo wedi'i orlenwi ac i asesu materion eraill ynghylch rheoli tenantiaeth sy'n cynnwys pobl eraill yn eich aelwyd.

Efallai y bydd achlysuron lle byddwn ni'n casglu a phrosesu gwybodaeth am bobl eraill nad ydynt yn denantiaid, er mwyn rheoli cyswllt ganddynt neu mewn cysylltiad â rhwymedigaeth gyfreithiol. Y sail gyfreithiol ar gyfer casglu a phrosesu'ch gwybodaeth yw tasg gyhoeddus, rhwymedigaeth gontractiol a buddiant cyfreithlon. Byddwn ni'n cadw gwybodaeth sy'n perthyn i denantiaeth cyhyd ag y bydd y contract yn weithredol neu lle mae arian yn ddyledus ar gyfrif sy'n gysylltiedig â thenantiaeth ac am gyfnod lleiaf o 7 mlynedd ar ôl i'r denantiaeth ddod i ben.

Mae gennych nifer o hawliau mewn cysylltiad â'r wybodaeth gan gynnwys hawl mynediad i wybodaeth rydym yn ei dal amdanoch a'r hawl i gwyno os nad ydych chi'n fodlon ar y ffordd mae'ch gwybodaeth yn cael ei phrosesu. I gael gwybodaeth bellach ynghylch sut rydym yn prosesu'ch gwybodaeth a'ch hawliau cliciwch ar y ddolen ddilynol: **www.caerphilly.gov.uk/CaerphillyDocs/FOI/PrivacyNotices/PrivacyNotice-Tenancy-Agreement.aspx**

ATEBION I'R POSAU