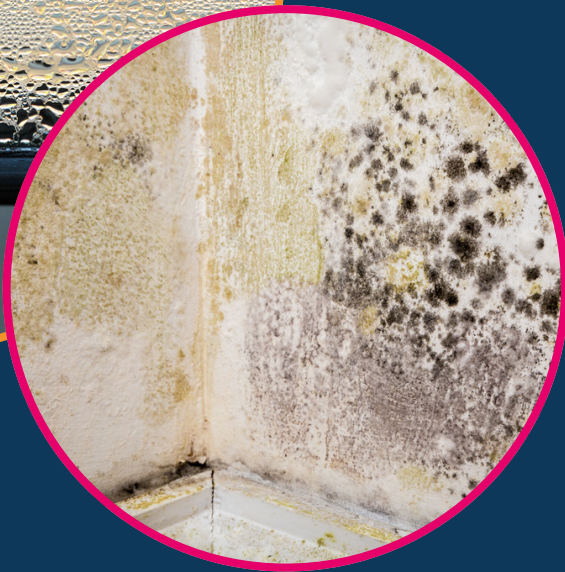




Anwedd a Llwydni

Sut i adnabod a beth i'w wneud nesaf.

Mae'r daflen hwn hefyd ar
gael yn Gymraeg.

The information in this leaflet is
available in Welsh.



Croeso

Mynd i'r afael ag anwedd yn eich eiddo yw un o'r ffyrdd mwyaf effeithiol o leihau'r risg o lwydni du, a all effeithio ar ymddangosiad ac iechyd eich lle.

Trwy reoli lefelau lleithder, gallwch greu amgylchedd iachach, mwy cyfforddus ac atal twf mowld.

Yn y canllaw hwn, byddwn yn archwilio camau ymarferol i reoli lefelau lleithder ac atal twf llwydni, gan eich helpu i gynnal lle byw iach a chyfforddus.

Os ydych chi'n amau y gallai fod gan eich cartref broblem damprwydd, peidiwch ag oedi cyn cysylltu â ni.

Rydyn ni yma i helpu — ffoniwch ni ar 0300 124 0040 neu anfonwch e-bost atom yn enquiries@cartreficonwy.org.



Beth yw Anwedd?

Gall byw bob dydd arferol yn eich cartref greu anwedd dŵr sy'n achosi anwedd. Gallai hyn fod yn bethau fel anadlu, chwysu, golchi, coginio, ymolchi, sychu dillad a llosgi tanwydd fel nwy neu baraffin.

Ni allwn roi'r gorau i wneud y pethau hyn, ond gallwn ddelio â'r anwedd i gadw'ch cartref yn rhydd rhag llwydni du.

Gallwch atal anwedd yn eich cartref:

- Cadwch eich cartref wedi'i awyru'n dda
- Cadwch eich cartref yn dymheredd cyson
- Lleihau'r lleithder rydych chi'n ei gynhyrchu

Oeddech chi'n gwybod?

Gall y pethau mae teulu cyffredin yn eu gwneud bob dydd gynhyrchu tua 20 peint o ddŵr!

Beth sy'n achosi llwydni?

Os yw'r mowld yn tyfu yn eich cartref, nid yw hyn bob amser yn golygu bod eich cartref yn llaith. Mae'n fwy tebygol o fod oherwydd anwedd. Mae'n arwydd bod aer yn eich cartref yn rhy wlyb.

Mae'r Wyddgrug yn tyfu'n gyflym iawn a bydd yn ffynnu lle na all awyr iach symud o gwmpas eich cartref, mewn lleoedd fel y tu ôl i ddodrefn, y tu mewn i gypyrddau ac o dan welyau.

I atal hyn, symudwch eich dodrefn ychydig i ffwrdd oddi wrth waliau i ganiatáu i aer symud o'i gwmpas.



Llwydni

Beth allwch chi ei wneud?

Coginio a Golchi

- Cymerwch gawodydd byrrach a newid y gefnogwr echdynnu ar.
- Caewch bob drws wrth goginio, cawod neu gymryd bath.
- Agorwch ffenestri wrth goginio cawod neu gymryd bath, os yn bosibl.
- Rhowch gaeadau ar botiau a sosbenni wrth goginio, bydd hyn yn cyflymu'r amser berwi ac yn lleihau lleithder dianc.

Awyriad

- Bydd agor ffenestri yn cael gwared â lleithder o'r awyr. Agorwch ffenestri am 5 munud ddwywaith y dydd.
- Cadwch ddodrefn i ffwrdd oddi wrth waliau allanol.
- Ceisiwch osgoi llenwi cypyrddau gyda gormod o eitemau.
- Defnyddiwch ffans echdynnu mewn ceginau ac ystafelloedd ymolchi bob amser.
- Mae lleithder yn lleihau lleithder yn yr awyr, ond gallant gynyddu biliau ynni.

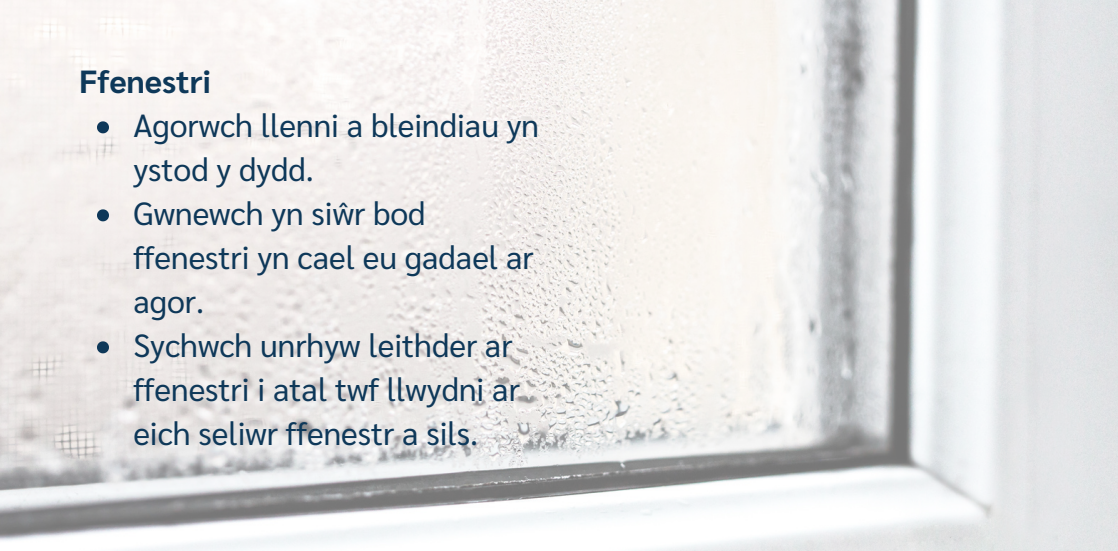


Sychu dillad

- Lle bo'n bosibl, sychwch ddillad y tu allan bob amser. Fel arall, defnyddiwch awyren mewn ystafell wedi'i hawyru'n dda a chadwch ddrysau ar gau.
- Peidiwch â chael eich temptio i roi dillad llaith ar rheiddiaduron neu eu gadael i sychu mewn ystafelloedd gwely.
- Os oes gennych sychwr dillad, gwnewch yn siŵr bod hyn wedi'i awyru'n allanol.

Ffenestri

- Agorwch llenni a bleindiau yn ystod y dydd.
- Gwnewch yn siŵr bod ffenestri yn cael eu gadael ar agor.
- Sychwch unrhyw leithder ar ffenestri i atal twf llwydni ar eich seliwr ffenestr a sils.



Ystafelloedd ymolchi

- Ar ôl ei ddefnyddio, gadewch y drws ar gau gyda'r ffan ymlaen a'r ffenestr ar agor am o leiaf awr, os yn bosibl.
- Cadwch y rheiddiaduron ystafell ymolchi ymlaen.
- Sychwch y sgrin gawod, teils a drych ar ôl pob defnydd.



Gwresogi

- Mewn tywydd oer, y ffordd orau o gadw ystafelloedd yn gynnes ac osgoi anwedd yw cadw gwres cyson isel, yn hytrach na pyliau byr o wres uchel.
- Hyd yn oed mewn ystafelloedd nad ydynt yn cael eu defnyddio, cadwch rheiddiaduron ar isel.
- Gall gwresogi eich cartref fod yn ddrud. Os ydych yn cael trafferth talu eich biliau cyfleustodau, cysylltwch â ni.



Ar gyfer anwedd ...

Gwneud:

- Agor ffenestri ac awyru
- Defnyddio cefnogwyr echdynnu
- Cadwch eich cartref ar dymheredd cynnes cyson (rhwng 18 a 22 gradd)
- Sychu unrhyw leithder ar ffenestri a waliau
- Defnyddiwch gaeadau ar gyfer sosbenni a pheidwch â'u gadael yn berwi am fwy o amser nag sydd ei angen
- Caewch ddrysau'r gegin neu'r ystafell ymolchi wrth goginio neu olchi

Paid:

- Dillad sych y tu mewn heb agor ffenestr
- Agorwch eich sychwr dillad y tu mewn i'ch cartref, bob amser y tu allan neu gan ddefnyddio sychwr dillad cyddwyso
- Blociwch brics awyr neu fentiau ffenestr
- Rhewch gypyrddau dillad ac eitemau mawr eraill o ddodrefn yn uniongyrchol yn erbyn waliau allanol. Gadewch le ar eu hôl i gael aer i symud o gwmpas

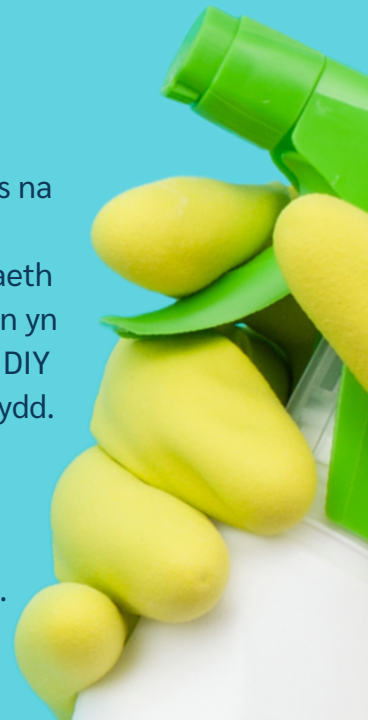
Ar gyfer llwydni ...

Gwneud:

- Os byddwch chi'n gweld rhywfaint o fowld, deliwch ag ef ar unwaith, bydd yn lledaenu os na wnewch chi.
- Glanhewch ef i ffwrdd gyda rhywfaint o driniaeth neu chwistrell ffwngladdol, gallwch brynu hyn yn y rhan fwyaf o archfarchnadoedd neu siopau DIY ond gwnewch yn siŵr nad yw'n cynnwys cannydd.

Paid:

- Defnyddiwch blewyn neu olchi hylif i lanhau llwydni, bydd yn gwneud y broblem yn waeth.



0300 124 0040

enquiries@cartreficonwy.org

Cartrefi Conwy

Morfa Gele,
North Wales Business Park,
Cae Eithin, Abergele
LL22 8LJ



Creu cymunedau i fod yn falch ohonynt

Creating communities to be proud of

