

CYLCHLYTHYR HYDREF/GAEAF

AUTUMN/WINTER NEWSLETTER

Autumn/Winter
2024 Hydref/Gaeaf

Our work is funded by
Ariennir ein gwaith gan



Gofal a Thrwsio ym Mhowys Care & Repair in Powys

WELCOME / CROESO

Care & Repair in Powys is here to help you remain safely and independently in your own home



Mae Gofal a Thrwsio ym Mhowys yma i'ch helpu i aros yn ddiogel ac yn annibynnol yn eich cartref eich hun



CELEBRATING... / DATHU...

45 years / 45 mlynedd

From humble beginnings in Ferndale 45 years ago, Care & Repair agencies operate all over Wales, supported by Care & Repair Cymru.



45 mlynedd ers ei sefydlu ar raddfa fechan yng Nglynrhedynog, mae asiantaethau Care & Repair yn gweithredu ledled Cymru, gyda chefnogaeth Care & Repair Cymru.



Technical Officer Nigel Crowley celebrated 30 years with Care & Repair. See what his job means to him in this video – click [HERE](#)

Mae'r Swyddog Technegol, Nigel Crowley, wedi dathlu 30 mlynedd gyda Care & Repair. Gwylwch y fideo hwn i weld beth mae'r swydd yn ei olygu iddo ef – cliciwch [YMA](#)



Tel: 01686 620760 Email: enquiries@crpowys.co.uk Website: www.crpowys.co.uk



>>> IN THE SPOTLIGHT / YN Y CHWYDDWYDR <<<

Older Not Colder / Hynach Nid Oerach

Keeping your home warm and your bills down - free service for people over 60

Cadw eich cartref yn gynnes a'ch biliau yn is - gwasanaeth rhad ac am ddim ar gyfer pobl dros 60 oed

MEET THE TEAM... / CWRDD Â'R TÎM...

Debbie



Amy

Sarah

We can:

- assess your home to make sure it's insulated and warm
- offer advice on ways to save energy at home
- ensure that your heating system is safe and efficient
- help solve damp, mould and condensation issues
- support you if you are struggling with energy bills
- help you to apply for grants to help you keep warm

The team are trained to City & Guilds L3 in Energy Efficiency Awareness

Gallwn:

- asesu eich cartref i wneud yn siwr ei fod wedi'i inswlediddio ac yn gynnes
- cynnig cyngor ar ffyrdd i arbed ynni yn eich cartref
- sicrhau fod eich system wresogi yn ddiogel ac effeithiol
- helpu i ddatrys problemau lleithder, llwydni a chyddwysiad
- eich cefnogi os ydych yn cael trafferthion gyda'ch biliau ynni
- eich helpu i wneud cais am grantiau i helpu eich cadw'n gynnes

Mae'r tîm wedi'u hyfforddi i L3 City & Guilds mewn Ymwybyddiaeth o Effeithlonrwydd Ynni

- Draft excluders
- Energy saving lightbulbs
- Blankets
- Radiator heat reflectors
- Gloves & hats
- Hot water bottles
- Insulated cups



- Rhimynnau drafft
- Bylbiau golau sy'n arbed ynni
- Blancedi
- Adlewyrchydion gwres rheiddiadur
- Menig a hetiau
- Poteli dŵr poeth
- Cwpanau wedi'u hinswleiddio

Winter Warmer packs and other energy saving measures are available...

Mae Pecynnau Cynhesu'r Gaeaf a mesurau arbed ynni eraill ar gael...

Older Not Colder

Hynach Nid Oerach

As we move into the colder months, many older people are worried about the costs of heating their homes, particularly as energy costs remain high. There is support and financial help available, but it can be confusing to know where to look.

We can offer advice and help you to navigate which is the best option for you.

Grants to improve your home's energy efficiency

NEST: The Welsh Government funded NEST scheme offers a range of free, impartial advice and, if you are eligible, a package of free home energy efficiency improvements such as a new boiler, central heating, insulation, solar panels or a heat pump. This can lower your energy bills and benefit your health and wellbeing.

Powys Energy Saving Scheme (ECO4 Flex): The Scheme is available to qualifying Powys residents and offers funding for energy efficiency improvements with a 'whole house' approach to improving your property. Where available, Powys County Council have also made funding available to contribute toward energy efficiency elements which are not funded by ECO4 in the form of a small grant and/or interest free loans.

Great British Insulation Scheme (GBIS): This scheme offers support to install loft and cavity wall insulation for homeowners and tenants, dependant on the EPC rating of the property and the household income / type of benefits.

Wrth i ni symud i'r misoedd oerach, mae llawer o bobl hŷn yn pryderu am gostau gwresogi eu cartrefi, yn arbennig gan fod costau ynni yn parhau'n uchel. Mae cefnogaeth a chymorth ariannol ar gael, ond gall fod yn ddryslyd gwybod ym mhle i edrych. **Gallwn gynnig cyngor a'ch helpu i lywio pa un yw'r opsiwn gorau i chi.**

Grantiau i wella effeithiolrwydd ynni eich cartref

NYTH: Mae cynllun Nyth, a ariannir gan Lywodraeth Cymru, yn cynnig ystod o gyngor diduedd yn rhad ac am ddim ac, os ydych yn gymwys, becyn o welliannau effeithiolrwydd ynni cartref am ddim tebyg i foeler newydd, gwres canolog, insiwleiddio, paneli solar neu bwmp gwres. Gall hyn ostwng eich biliau ynni a bod o fudd i'ch iechyd a'ch llesiant.

Cynllun Arbed Ynni Powys (ECO4 Flex): Mae'r Cynllun ar gael i breswylwyr cymwys ym Mhowys ac mae'n cynnig cyllid ar gyfer gwelliannau effeithiolrwydd ynni gyda dull 'tŷ cyfan' i wella eich eiddo. Lle mae ar gael, mae Cyngor Sir Powys hefyd wedi darparu cyllid i gyfrannu tuag at elfennau effeithiolrwydd ynni na chaiff eu hariannu gan ECO4 ar ffurf grant bach a/neu fenthyciadau di-log.

Cynllun Inswleiddio Prydain Fawr (GBIS): Mae'r cynllun hwn yn cynnig cymorth i osod insiwleiddio mewn lloffttydd a waliau ceudod ar gyfer perchnogion a thenantiaid tai, yn ddibynnol ar sgôr Tystysgrif Perfformiad Ynni (EPC) yr eiddo ac incwm y cartref/math o fudd-daliadau.

Falls Awareness... Diwrnod ym Mywyd...

[Click HERE to find out more about Mrs Ayling's story...](#)



[Cliciwch YMA i ddarganfod mwy am stori Mrs Ayling...](#)



Check your home

- Remove rugs and mats from top and bottom of the stairs
- Remove trailing wires and clutter. Avoid glass furniture which is harder to see
- Have good lighting. Install a night light by the bed or motion activated lights
- Check that beds, chair and toilet seats aren't too high or low so you can get on and off easily
- Contact Care & Repair for advice on adapting your home



01686 620760

enquiries@crpowys.co.uk



Edrychwch o gwmpas eich cartref

- Symudwch rygiau a matiau o dop a gwaelod y grisiau
Tacluswch unrhyw wifrau ac annibendod o gwmpas eich cartref.
- Ceisiwch osgoi prynu dodrefn gwydr oherwydd eu bod yn anoddach i'w gweld
Gwnewch yn siŵr bod digonedd o olau o gwmpas eich tŷ. Er enghraifft, rhowch olau sy'n goleuo pan fydd rhywun yn symud ger eich gwely er mwyn cadw'n ddiogel wrth i chi fynd i'r tŷ bach yng nghanol y nos
- Gwnewch yn siŵr nad yw eich gwely, cadeiriau a sedd y tŷ bach yn rhy uchel/isel. Gwnewch yn siŵr eich bod chi'n medru codi ac eistedd yn hawdd
- Cysylltwch â Gofal a Thrsio i gael cyngor am addasu eich cartref.



Macmillan Coffee Morning

The Care & Repair team hosted a coffee morning for staff of the Barcud Group working in Ty Canol, Newtown. We had fantastic support both in the number (and quality!) of cakes donated, as well as those who came to buy.

£172.44 was raised.

Bore Coffi Macmillan

Cynhaliodd tîm Gofal a Thrwsio fore coffi ar gyfer staff Grŵp Barcud sy'n gweithio yn Nhŷ Canol, y Drenewydd. Cawsom gefnogaeth wych o ran nifer (ac ansawdd!) y cacennau a roddwyd, yn ogystal â'r rhai a ddaeth i brynu.

Codwyd £172.44.



STOP PRESS!!!

We are delighted to announce continuation of funding for both our Managing Better service – providing specialised support for those over 50 living with sensory loss, dementia or recovering from a stroke,



NEWYDDION!!!

Rydym yn falch iawn o gyhoeddi parhad cyllid ar gyfer ein gwasanaeth Ymdopi'n Well – sy'n darparu cymorth arbenigol i'r rhai dros 50 oed sy'n byw gyda cholled synhwyrau, dementia neu'n gwella ar ôl cael strôc,

and our Mamwlad project – supporting those over 50 from the Powys farming community and delivered in partnership with Age Cymru Powys.

Both services will continue until March 2026



a'n prosiect Mamwlad – sy'n cefnogi'r rhai dros 50 oed o gymuned ffermio Powys ac sydd wedi'i gyflawni mewn partneriaeth ag Age Cymru Powys. Bydd y ddau wasanaeth yn parhau tan fis Mawrth 2026.



THE FARM, YOUR HOME, YOUR LIFE
Y FFERM, EICH CARTREF, EICH BYWYD



delivered in partnership with
Age Cymru Powys



Tel: 01686 620760



Email: enquiries@crpowys.co.uk



Website: www.crpowys.co.uk

Autumn/Winter 2024 Hydref/Gaeaf