Gweithredu Gwirfoddol Merthyr Tudful

Eich cyngor gwirfoddol sirol lleol

12. Newid hinsawdd

12.11 Lleihau ôl-troed carbon eich mudiad neu grŵp

Beth yw ôl-troed carbon?

Mae 'ôl-troed carbon' yn mesur cyfanswm yr allyriadau nwyon tŷ gwydr a achosir yn uniongyrchol ac yn anuniongyrchol gan berson, mudiad, digwyddiad neu gynnyrch. Caiff ei fesur mewn tunelli cyfwerth o garbon deuocsid.

Ôl-troed carbon mudiad

Mae ôl-troed carbon eich mudiad yn cynnwys allyriadau o'r holl weithgareddau ar draws eich mudiad, yn cynnwys defnydd ynni adeiladau, cynhyrchion rydych yn eu prynu, trydan a nwy a thrafnidiaeth.

Cewch ragor o wybodaeth yn www.carbontrust.co.uk/cut-carbon-reduce-costs/calculate/carbon-footprinting/pages/organisation-carbon-footprint.aspx

Mesur ôl-troed carbon eich mudiad – Pam?

Mae nifer o resymau dros gyfrifo ôl-troed carbon eich mudiad. Bydd yn eich helpu i:

- chwarae rhan wrth fynd i'r afael â'r newid yn yr hinsawdd
- arbed arian drwy dorri biliau tanwydd a chostau eraill
- bodloni gofynion deddfwriaethol newydd a chyllidwyr ar berfformiad amgylcheddol
- gwella eich enw da gyda defnyddwyr gwasanaethau posibl a chefnogwyr, a all fod yn edrych am gymwysterau 'gwyrdd'
- lleihau effaith eich mudiad ar newid hinsawdd ac ar eich buddiolwyr
- paratoi ar gyfer gweithredu mewn dyfodol carbon isel
- rheoli a lleihau allyriadau: mae lleihau ôl-troed carbon eich busnes yn aml yn arwain at arbed costau
- eich helpu i nodi a blaenoriaethu meysydd ar gyfer lleihau posibl
- adrodd – mae nifer gynyddol o fudiadau eisiau gallu dangos eu hôl-troed carbon am nifer o resymau

Sut?

Mae'r Ymddiriedolaeth Garbon yn cynnig amrywiaeth o gyngor a chefnogaeth yn cynnwys cyfrifiannell ôl-troed carbon - www.carbontrust.co.uk/cut-carbon-reduce-costs/calculate/footprint-calculator/pages/footprinting-tools.aspx

Mae'r dangosydd ôl-troed carbon sylfaenol yn rhoi amcangyfrif bras o allyriadau carbon eich mudiad yn seiliedig ar fil ynni eich cwmni a'r sector. Mae'r cyfrifiannell ôl-troed carbon yn rhoi asesiad manylach o ôl-troed carbon eich mudiad.

Isod ceir rhestr o amrywiol wefannau eraill sy'n cynnig Cyfrifianellau Carbon ond dylech fod yn ymwybodol mai dim ond olion traed personol mae rhai o'r rhain yn eu cynnig ac efallai y byddant yn cynnig gwrthbwyso.

www.carbonfootprint.com/businesscarboncalculator.html

www.carbonindependent.org – ôl-troed personol.

www.carboncalculator.direct.gov.uk - ôl-troed unigol neu gartrefi.

www.carboncalculator.co.uk – ôl-troed personol.

www.nef.org.uk/greencompany/co2calculator.htm

Cofiwch os ydych yn mynd i ddatgelu eich ôl-troed carbon yn gyhoeddus, mae angen i chi sicrhau ei fod wedi cael ei gyfrifo'n gywir. Mae rhan fwyaf o fudiadau yn dilyn Menter Protocol Nwy Tŷ Gwydr ac mae rhai hyd yn oed yn cael y cyfrifiad wedi'i wirio'n annibynnol. Cewch ragor o wybodaeth yn www.ghgprotocol.org

Sut i leihau ôl-troed carbon eich mudiad

- **Lleihau'r defnydd o ddŵr**

Mae bod yn effeithlon o ran dŵr nid yn unig yn helpu i leihau gwastraff dŵr ond fel mudiad, rydych yn talu am yr holl ddŵr sy'n pasio drwy eich mesurydd – felly mae'n gwneud synnwyr ariannol da i sicrhau nad ydych yn ei wastraffu. Gall cymryd camau syml rhad leihau eich defnydd o ddŵr hyd at 50% yn nodweddiadol.

Mae arbed dŵr hefyd yn dda ar gyfer yr amgylchedd a bydd yn helpu i leihau ôl-troed carbon eich mudiad. Mae glanhau a thrin dŵr yn defnyddio ynni ac adnoddau gwerthfawr, ac os bydd lefelau dŵr yn disgyn, gall bywyd gwyllt mewn cynefinoedd gwlypdiroedd ddioddef. Hefyd, os ydych yn cynhesu eich dŵr cyn ei ddefnyddio, caiff unrhyw leihad yn y defnydd o ddŵr effaith gadarnhaol ar eich biliau ynni. Mae camau syml, cyflym yn cynnwys gosod tap arbed dŵr a thoiledau fflysh isel neu fflysh dwbl.

Beth am wneud yr archwiliad dŵr yn www.unitedutilities.com/waterwise.aspx

Darllenwch ragor am ôl-troed carbon prosesu dŵr yn:

- www.treehugger.com/files/2007/08/carbon_footprin_1.php
- http://oco-carbon.com/2010/07/18/the-carbon-footprint-of-tap-water

- **Teithio**

Mae llawer o bethau y gallwn eu gwneud i newid y ffordd rydym yn teithio i'w wneud yn fwy cynaliadwy – gadael y car yn y garej a dal y bws neu'r trên, neu geisio seiclo neu gerdded unwaith yr wythnos yn lle.

Mae Sustrans yn gwneud dewisiadau teithio doethach yn bosibl ac yn ddeniadol. Elusen flaenllaw o'r DU ydyw sy'n gweithio gyda theuluoedd, cymunedau, llunwyr polisi a mudiadau partner fel bod pobl yn gallu dewis teithiau mwy iach, glân a rhad, gyda lleoedd gwell i symud drwyddynt a byw ynddynt. Mae eu prosiect Connect2 yn galluogi miliynau o bobl i wneud teithiau pob dydd, lleol ar droed neu ar y beic – Darllenwch y newyddion diweddaraf yn www.sustrans.org.uk/what-we-do/connect2

www.sustrans.org.uk

Nod y Gymdeithas Drafnidiaeth Gymunedol yw llywio'r rhwydwaith trafnidiaaeth gwirfoddol a chymunedol. Ewch i'r safle i gael taflenni gwybodaeth, hyfforddiant a chyngor - www.ctauk.org/in-your-area/wales.aspx

Ystyriwch sut mae staff, gwirfoddolwyr, cefnogwyr, buddiolwyr neu unrhyw bobl eraill wedi teithio er mwyn defnyddio eich mudiad. Ceisiwch sicrhau bod swyddfeydd neu leoliadau newydd, mannau cyfarfod a chynadleddau yn hygyrch drwy drafnidiaeth gyhoeddus.

Mae gweithlu sy'n beicio nid yn unig yn fwy ffit ar gyfer ei dasgau ac yn llai tebygol o fynd yn sâl, ond mae hefyd yn cael effaith gadarnhaol ar y gymuned a'r amgylchedd lleol. Hyfforddiant Beicio Cymru yw prif ddarparwr annibynnol gwasanaethau hyfforddiant beicio yng Nghymru. Mae'n fenter gymdeithasol ddielw sydd â'r nod o hyrwyddo lles a manteision amgylchedd seiclo drwy addysg a hyfforddi sgiliau.

www.cycletrainingwales.org.uk/

Yn ddelfrydol dylai gweithleoedd gael ardal ddiogel i gadw beiciau, a chawodydd ar gyfer y beicwyr.

Edrychwch ar y dewisiadau o ran trafnidiaeth gyhoeddus yn www.traveline-cymru.info - gwasanaeth gwybodaeth trafnidiaeth gyhoeddus i Gymru, yn cynnig "siop un stop" ar gyfer gwybodaeth teithio yng Nghymru yn cynnwys bysiau, rheilffyrdd, awyrennau a fferi. Eu nod hefyd yw helpu os ydych am ddefnyddio eich car, cerdded neu seiclo eich holl daith neu ran ohoni.

Beth am annog staff i geisio rhannu ceir wrth deithio i'r gwaith a chyfarfodydd. Gall hyn arbed arian ar danwydd a pharcio, torri amserau teithio a gwella'r amgylchedd. Cewch ragor o wybodaeth yn

www.carsharewales.com neu www.carshare2cardiff.com

Mae ffyrdd eraill o leihau teithio ac arbed amser ac arian yn cynnwys telegynadledda, fideo-gynadledda a gweithio o adref. Gall caniatáu staff i weithio o adref naill ai lawn amser neu ran-amser gyflwyno ystod o fanteision busnes - o gynnydd mewn cynhyrchiant a mwy o gymhelliant ymhlith staff i ddefnydd mwy effeithiol o'ch safle. Mae gweithio o adref hefyd yn lledaenu'r sylfaen y gallwch recriwtio ohoni, gan roi hwb i'ch siawns o recriwtio'n llwyddiannus. Cewch ragor o wybodaeth yn http://business.wales.gov.uk/bdotg/action/layer?lang=cy&r.i=1074447233&r.l1=1073858787&r.l2=1073858926&r.l3=1074446319&r.s=m&r.t=RESOURCES&site=230&topicId=1074446319

- www.03talk.com/
- www.conferencegenie.co.uk/
- www.powwownow.co.uk/
- www.skype.com

- **Ailgylchu**

Gall 74% o wastraff trefol solid a gynhyrchir yng Nghymru gael ei ailgylchu neu ei gompostio drwy brosesau presennol. Drwy gymryd rhan mewn ailgylchu gallwch helpu i leihau'r gwastraff sy'n mynd i'w dirlenwi. Mae ailgylchu'n lleihau'r galw am ddeunyddiau crai. Drwy adfer deunyddiau o hen gynnyrch rydym yn gwaredu neu'n lleihau'r angen i dynnu hyd yn oed rhagor o ddeunyddiau crai o'r ddaear. Bydd angen i chi gysylltu â'ch Awdurdod Lleol i gael gwybod beth all eich mudiad ei ailgylchu a ble. Mae nifer yn cynnig cyfleusterau ar gyfer ailgylchu papur, cardfwrdd, plastigion a bwyd.

Efallai y bydd hefyd angen i chi ystyried sut rydych yn ailgylchu cetris, cyfrifiaduron, celfi ac offer y swyddfa. I gael gwybodaeth ar bob math o ailgylchu cysylltwch â'ch Awdurdod Lleol neu

www.wasteawarenesswales.org.uk/
www.cylch.org/
www.wrap.org.uk/index.html

- Papur
- Cyfrifiaduron

  www.eeerecycling.co.uk
  www.computer-recycle-wales.co.uk
  www.recycledit.co.uk
  www.recom.org.uk/computers_for_charity/Home.htm
  www.digitalgrowth.co.uk
  www.computeraid.org

- Cetris
  Mae nifer o elusennau bellach yn cynnig cyfleusterau ailgylchu ar gyfer cetris argraffwyr sy'n eu helpu i godi arian. Yn yr un modd mae cwmnïau

argraffwyr yn cynnig cynllun ailgylchu felly cysylltwch â'r cwmni sy'n cyflenwi eich argraffwyr/llungopïwr i weld pa gynigion sydd ganddo.

- Celfi ac offer y swyddfa

  Gallwch restru eitemau diangen yn
  www.3to3.org.uk/index
  http://uk.freecycle.org/
  www.recycle.co.uk/

- **Lleihau Defnydd o Ynni**

Mae nifer o gamau y gallech eu cymryd i leihau eich defnydd o ynni.

- Addysgu staff i 'Ddiffodd' yr holl offer nad ydynt yn hanfodol pryd bynnag y bo'n ymarferol; yn cynnwys monitorau, switshis golau ac unedau aerdymheru.
- Sicrhau bod ffenestri a drysau ar gau pan gaiff systemau gwresogi neu oeri eu defnyddio a gweithredu un system ar y tro, peidiwch â gwresogi ac oeri ar yr un pryd.
- Sicrhau eich bod ddim ond yn defnyddio'r system pan mae pobl yn yr adeilad, gan ddefnyddio unrhyw reolaeth sydd gennych i baru gweithrediad â deiliadaeth.
- Darlleniadau rheolaidd o fesuryddion
- Cymharu cyflenwyr
- Gosod gosodiadau os yw'n bosibl
- Troi'r tymheredd i lawr
- Newid boiler aneffeithlon

Cewch ragor o wybodaeth yn:
www.carbontrust.co.uk/cut-carbon-reduce-costs/products-services/sector-advice/pages/office-based-business.aspx

www.energysavingtrust.org.uk/Take-action/Grants-and-savings/Stop-wasting-energy-and-cut-your-bills

Mae defnyddio'r Llinell Gyngor ar Ynni i newid cyflenwr trydan neu nwy eich busnes yn syml ac mae am ddim.
www.energyadviceline.org.uk/

Mae'r rhan fwyaf o gyflenwyr ynni yn cynnig tariffau trydan 'gwyrdd'. Mae'r rhain yn ceisio cefnogi ynni adnewyddadwy. Y ddau brif fath sydd ar gynnig yw'r tariffau cyflenwi gwyrdd a chronfeydd gwyrdd. Mae tariff cyflenwad gwyrdd yn golygu bod rhywfaint neu'r holl drydan a brynwch yn cael ei 'gyfateb' gan bryniadau ynni adnewyddadwy y mae eich cyflenwyr ynni yn ei wneud ar eich rhan. Mae cronfa werdd gan amlaf yn golygu talu premiwm i gyfrannu at gronfa a gaiff ei defnyddio i gefnogi datblygiadau newydd ym maes ynni adnewyddadwy.

Edrychwch ar y wefan Green Energy Supply, lle gallwch weld tariffau trydan y DU sydd wedi cael eu gwirio'n annibynnol, ac yn bodloni Canllawiau Cyflenwad Ynni Gwyrdd y rheolydd ynni Ofgem.

http://greenenergyscheme.org/index.php

- **Caffael**

Mae'n bwysig eich bod yn ystyried ffactorau economaidd ac amgylcheddol ynghyd â ffactorau ariannol wrth wneud penderfyniadau caffael. Mae edrych y tu hwnt i baramedrau economaidd traddodiadol yn cyflwyno goblygiadau ar gyfer y gymdeithas a'r amgylchedd. Mae defnyddio cyflenwyr lleol lle bo'n bosibl yn cynnig y potensial i leihau costau teithio ac allyriadau carbon. Dylech ystyried dulliau amgylcheddol mudiadau eraill, wrth ddewis cyflenwyr a phartneriaid.

Mae Llywodraeth Cymru yn cynhyrchu canllaw sy'n cynnig cyngor ar y gwahanol ddulliau y caiff caffaelwyr eu hannog i'w defnyddio er mwyn rhoi gwerth ychwanegol drwy gynnwys manteision cymunedol yn eu gweithgarwch caffael.

http://wales.gov.uk/topics/improvingservices/bettervfm/publications/commbenguide/?skip=1&lang=cy

Mae meysydd y gallech ystyried caffael cynaliadwy yn cynnwys

- **Bwyd**
  Fforch i Fforc - www.fork2fork.org.uk
  Masnach deg - www.fairtradewales.org.uk
  Organig- http://www.organicwales.com/

- **Offer swyddfa**
  www.nigelsecostore.com/acatalog/eco-office.html
  http://thegreenoffice.co.uk/
  www.greenstat.co.uk
  www.memorandum.co.uk/
  www.remarkable.co.uk

- **Defnyddio gwasanaethau lleol**
  3i3 - www.3to3.org.uk

Mae Cymru Gynaliadwy hefyd wedi sefydlu 'busnes cymunedol' o'r enw SUSSED sef cwmni manwerthu sy'n canolbwyntio ar 'gynnyrch masnach deg, eco-gyfeillgar a Chymreig' www.sustainablewales.org.uk/sussed/

- **Bancio amser**
  www.timebankingwales.org.uk
  www.justaddspice.org

- ## Yr awyr agored a Rheoli Tir

I lawer o bobl mae cysylltiadau rhwng eu hamgylchedd lleol a'r camau maent yn eu cymryd i'w ddiogelu a'i amddiffyn a materion byd-eang a ymddengys yn haniaethol fel newid hinsawdd. Gall gwaith prosiectau amgylcheddol helpu i liniaru effaith y newid yn yr hinsawdd ar gynefinoedd a thirweddau dan fygythiad.

"Mewn byd sy'n gynyddol rhyngddibynnol, mae ein cymdeithas yn wynebu heriau enfawr; newid hinsawdd yw un o'r mwyaf. Mae BTCV yn helpu pobl i fynd i'r afael â newid hinsawdd: "Byddwn yn helpu pobl i ddiogelu dalfeydd carbon megis coetiroedd a mawndiroedd, rheoli gwlypdiroedd a chyrsiau dŵr i liniaru'r risg o lifogydd. Drwy wella lleoedd gwyrdd trefol, byddwn yn lleihau ynysoedd gwres ac afradloni dŵr ffo glaw trwm" – Buddsoddi mewn Dyfodol Cynaliadwy – Cynllun Strategol BTCV 2009 - 2013

www2.btcv.org.uk/display/btcv_wales

Plannu Coed gyda Coed Cadw: www.woodlandtrust.org.uk/en/moretrees-moregood/Pages/home.aspx

www.ccgc.gov.uk/landscape--wildlife/managing-land-and-sea.aspx
www.wasteawarenesswales.org.uk/reduce/homecomposting.html

- ## Cynhyrchu ynni

Mae Microgynhyrchu yn golygu creu ynni sy'n isel o ran carbon neu heb garbon o gwbl (sy'n cynhyrchu allyriadau carbon isel neu ddim o gwbl) neu ynni adnewyddadwy ar raddfa fechan. Mae gwahanol fathau o ffynonellau ynni adnewyddadwy ar gael i ni; mae gan wynt, biomas, dŵr a'r môr oll ran i'w chwarae ar raddfa fawr ac ar lefel microgynhyrchu. Mae nifer gynyddol o gymunedau a mudiadau yn defnyddio hwn fel modd o greu ynni, arbed arian a helpu'r hinsawdd.

Gallwch gael rhagor o wybodaeth gan Lywodraeth Cymru a'r Ymddiriedolaeth Arbed Ynni.

http://wales.gov.uk/topics/environmentcountryside/energy/renewable/microgeneration/?lang=en

www.energysavingtrust.org.uk/wales/Generate-your-own-energy

Rhwydwaith o gymunedau yw Ynni Cymunedol Cymru sy'n gweithio ar ynni yng Nghymru. www.cynnalcymru.com/community-energy-wales

Ynni'r Fro – cymorth a chyllid ar gyfer prosiectau ynni adnewyddadwy cymunedol
www.est.org.uk/ynnirfro

Pan fyddwch yn creu eich ynni eich hun, byddwch nid yn unig yn arbed arian drwy beidio prynu'r ynni hwnnw – gallwch hefyd gael eich talu am yr ynni rydych yn ei greu.

www.energysavingtrust.org.uk/wales/Generate-your-own-energy/Financial-incentives

www.decc.gov.uk/en/content/cms/meeting_energy/Renewable_ener/feedin_tariff/feedin_tariff.aspx

Gwybodaeth gyffredinol bellach

www.wcva-ids.org.uk/wcva/2029

www.charitycommission.gov.uk/publications/rs17.aspx

www.ncvo-vol.org.uk/advice-support/climate-change/act-sustainably

Mae gwasanaeth gwybodaeth am ddim Canolfan y Dechnoleg Amgen yn cynnig cyngor a gwybodaeth ar bob agwedd ar fyw'n gynaliadwy all eich helpu i ddewis pa gamau sydd fwyaf defnyddiol i chi eu cymryd i leihau eich effaith amgylcheddol a lleihau eich ôl-troed carbon. Ceir hefyd amrywiaeth o daflenni gwybodaeth i'w lawrlwytho ar bynciau fel Effeithlonrwydd Ynni, ynni Adnewyddadwy a Thrafnidiaeth a Theithio – www.cat.org.uk

Ymwadiad
Mae'r wybodaeth a ddarperir yn y daflen hon ar gyfer cyfarwyddyd yn unig. Nid yw'n amnewid am gyngor proffesiynol ac ni allwn dderbyn unrhyw gyfrifoldeb am golled o ganlyniad i unrhyw berson weithredu neu wrthod gweithredu arno.

Am rhagor o wybodaeth cysylltwch â

Gweithredu Gwirfoddol Merthyr Tudful
Canolfan Gweithredu Gwirfoddol, 89-90 Stryd Fawr, Merthyr Tudful, CF47 8UH
Elusen Gofrestredig *1060242*

Ffôn: 01685 353900 enquiries@vamt.net
Ffacs: 01685 353909 www.vamt.net

Cynhyrchwyd gan WCVA, Cynghorau Gwirfoddol Sirol a Chanolfannau Gwirfoddoli
Wedi ei ddiweddaru:15/03/2012

Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru
wcva
Wales Council for Voluntary Action

Ffôn: 0800 2888 329
www.wcva.org.uk