Croeso i Amser i Gynllunio...

Cynllun FCN i annog a chefnogi'r gymuned amaethyddol i gynllunio ar gyfer y dyfodol a rheoli'n llwyddiannus drwy gyfnod o newid.

Bob mis rhwng Hydref 2020 a Mawrth 2021, byddwn yn canolbwyntio ar wahanol agweddau ar gynllunio, gan ddechrau ag egwyddorion rheoli newid ym mis Hydref.

Darllenwch ymlaen i ganfod llawer o awgrymiadau a gwybodaeth ddefnyddiol ynglŷn â sut i wynebu newid ag agwedd gadarnhaol a chynllunio ymlaen llaw ar gyfer dyfodol sy'n newid...

FCN | THE FARMING COMMUNITY NETWORK
Here for you

FarmWell
INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE
GWYBODAETH | CYMORTH | CADERNID

TACHWEDD:
CYNLLUNIO AR GYFER YR ANNISGWYL

FarmWell
INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE
GWYBODAETH | CYMORTH | CADERNID

Fel rhan o'n prosiect Amser i Gynllunio, rydym wedi bod yn canolbwyntio drwy gydol mis Tachwedd ar thema 'Cynllunio ar gyfer yr Annisgwyl'.

Gall cynllunio ar gyfer y dyfodol fod yn broses frawychus, yn enwedig pan mae byd amaeth yn wynebu cymaint o newidiadau.

Bydd meddwl sut y byddwch chi'n bersonol yn delio gyda heriau sy'n codi o ganlyniad i newid yn eich helpu i oresgyn y newidiadau hyn a chanfod ffyrdd o addasu.

Mae'n bwysig dysgu gwersi o newid. Does dim pwynt dal gafael ar brofiadau negyddol y gorffennol; yn hytrach, mae angen i chi eu gweld fel profiadau dysgu sy'n eich galluogi i dyfu.

CYNNWYS:

		Rhif tudalen.
1.	Paratoi ar gyfer yr Annisgwyl gyda Graham Redman, awdur John Nix Pocketbook for Farm Management	4
2.	Problemau teuluol yn myd amaeth, gyda'r Parchedig Ganon Barbara Clutton	6
3.	Storïau am yr Annisgwyl. Stephanie Berkeley, Farm Safety Foundation (Yellow Wellies)	8
4.	Colli Capasiti: Cynnydd mewn ansicrwydd cyfreithiol gyda Richard Marshall, Cwmni Cyfreithwyr Hay a Kilner	10
5.	Delio gyda galar gyda Glyn Evans, FCN	12
6.	Atal twyll ym Myd Amaeth gyda Banc Barclays	14
7.	Adweithio, Ymateb ac Adfer. Cynllunio Parhad Busnes gyda Luke Harmer, AHDB	15
8.	Cynllunio ar gyfer yr Annisgwyl gyda Kite Consulting	16
9.	Bod yn barod ar gyfer TB gyda Sarah Tomlinson, Westpoint Vets	18
10.	Help pan mae'r annisgwyl yn digwydd gyda RABI	20
11.	Atwrneiaethau gyda Christine Malseed	21
12.	Cynllunio ar gyfer digwyddiadau annisgwyl, FCN	23
13.	Wynebu newid annisgwyl gyda Guto Owen, Cyswllt Ffermio	25

FarmWell
INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE

PARATOI AR GYFER YR ANNISGWYL

Graham Redman, awdur John Nix Pocketbook for Farm Management

Mae'r rhan fwyaf o'r elyrch llawn dwf yn wyn. Ond nid pob un. Mae elyrch du i'w cael hefyd. Nid ydym yn gweld llawer ohonynt, ond maen nhw'n fwy cyffredin nag y mae'r rhan fwyaf o bobl yn ei feddwl.

Mae'r term Alarch Du hefyd yn cael ei ddefnyddio i gyfeirio at ddigwyddiadau sydd â siawns fach o ddigwydd ar ddyddiad arbennig, ond pan maen nhw'n digwydd, maen nhw'n effeithio ar ein bywydau, ein busnesau a'n ffordd o feddwl, ac o edrych yn ôl, maen nhw'n haws i'w rhagweld nag yr oeddem yn ei feddwl. Enghreifftiau ar raddfa fyd-eang yw coronafeirws, arlywyddion annisgwyl yr Unol Daleithiau, Brexit, ac o fynd ymhellach yn ôl, yr argyfwng ariannol byd-eang yn 2007-8 neu drychineb 9-11. Mae gan bob un ohonom ein Helyrch Du ein hunain hefyd. Mae'r rhain yn ddigwyddiadau sy'n effeithio arnom ni, ein bywydau a'n busnesau, ond sydd efallai'n gwneud dim gwahaniaeth i neb arall. Gallai'r rhain gynnwys salwch difrifol, damwain neu achos cyfreithiol.

Cafodd cysyniad yr Alarch Du ei boblogeiddio mewn llyfr yn dwyn y teitl Black Swan gan Nassim Nicholas Taleb. Mae Taleb yn hawlio nad Alarch Du oedd y coronafeirws, oherwydd gallai dyn fod wedi ei ragweld (mewn gwirionedd fe ysgrifennodd amdano yn ei lyfr yn 2007) ond i'r rhan fwyaf ohonom, roedd yn Alarch Du. O leiaf, dyna sut y gwnaeth y byd ymateb iddo!

Mae diwydiant bwyd a ffermio'r DU ar y cyfan wedi darparu gwasanaeth rhyfeddol drwy gydol y pandemig. Mae wedi diwallu anghenion parhaus y boblogaeth, er bod cadwyni cyflenwi wedi gorfod newid o ganlyniad i gau canolfannau gwerthu, pobl yn prynu mewn panig, arferion cwsmeriaid yn newid oherwydd eu bod yn defnyddio nwyddau yn y cartref, gofynion allforio wedi'u taflu oddi ar y cledrau, ac oedi mewn porthladdoedd a phwyntiau cyflenwi eraill yn amharu ar fewnforion – ac wrth gwrs llawer o weithwyr ddim yn eu gwaith am resymau amrywiol.

Mae ffermydd yn fwy gwydn na'r rhan fwyaf o fusnesau eraill. Mae ganddynt fantolenni cadarn ar y cyfan ac incwm o ffrydiau amrywiol. Gwelir agwedd benderfynol hefyd mewn ffermydd teuluol, ac i lawer o bobl mae ffermio'n fwy na busnes – mae'n ffordd o fyw. Yn achos rhai ffermydd, mae'r ffaith nad oes ganddynt gynllun wrth gefn yn eu gwneud yn fwy gwydn. Efallai fod hyn yn swnio'n od, ond os nad oes dewis arall ar wahân i ffermio, mae'r agwedd benderfynol i ddal i ffermio'n cynyddu. Gall bod yn berchen ar fferm, a gweld ffermio fel ffordd o fyw yn ogystal â gwaith, wneud ffermwyr hyd yn oed yn fwy gwydn, ond gallai hefyd olygu llai o elw.

Mae ffermydd yn fusnesau diogel, yn rhannol oherwydd y rheswm uchod. Mae llawer o ffermydd yn y teulu ers cenedlaethau, ac ychydig iawn o fusnesau eraill sy'n gallu dweud hynny. Mae ganddynt sail gwsmeriaid ddibynadwy – mae pawb angen bwyd bob diwrnod, ond gallwn ymdopi heb y rhan fwyaf o nwyddau cwsmeriaid eraill am gyfnod. Mae llawer o ffermydd hefyd yn cael eu cyllido'n dda, hyd yn oed ffermydd tenantiaid. Ond mae'r sector ffermio hefyd wedi arfer â sefyllfa lle nad oes llawer o newid.

Mae llawer o bobl yn dweud bod angen i ni newid o hyd, ond mae eraill yn anghytuno. Mae Jos de Bloc yn rheolwr llwyddiannus iawn yn yr Iseldiroedd, ac mae yn llygad ei le pan mae'n dweud bod "y byd yn elwa mwy o ddilyniant nag o newid parhaus". Ac mae ffermio wedi gwneud yn dda o'r arwyddair hwn. Ond weithiau mae pethau'n digwydd sy'n golygu bod angen addasu. Colli contract cyflenwr mawr, tân neu ddamweiniau, aelod o'r teulu'n gadael y busnes, neu hyd yn oed aelod o'r teulu'n ymuno â'r busnes(!), cynhaeaf gwael annisgwyl a hynny'n arwain at ddyled a cholli hyfywedd busnes.

Mewn gwirionedd, mae mwy nag y byddem yn ei ddychmygu o ddigwyddiadau annisgwyl sy'n effeithio ar ein bywydau, ond bod y rhan fwyaf ohonyn nhw ddim yn achosi llawer o niwed, os o gwbl. Ond dylem feddwl am y pethau hynny a allai ddigwydd, hyd yn oed os ydynt ddim ond unwaith bob deg neu ugain mlynedd, oherwydd gallai'r holl waith sydd wedi'i wneud hyd at hynny gael ei ddadwneud os nad ydym wedi paratoi ar gyfer yr annisgwyl.

Gallai newid polisi yn y dyfodol ailaddasu economeg ffermio. Mae'n debygol o wella incwm rhai ffermydd, ond mae'n debyg y bydd yn lleihau incwm eraill, gan ddibynnu ar y sectorau ac ar systemau ffermydd. Gallai'r newid hwn ryddhau ychydig o Elyrch Du. Cymerwch amser i feddwl am effaith bosibl newid polisi nawr. Mae gennym ychydig o flynyddoedd i baratoi ar gyfer y pontio, ac mae rheswm dros hynny. Pwrpas y cyfnod hwn yw rhoi amser i ni feddwl a pharatoi ar gyfer newid. Felly gadewch i ni ddefnyddio'r amser yn ddoeth a chynllunio ein busnesau i geisio osgoi effeithiau negyddol o'r fath, er mwyn i ni ddal i allu ffermio am lawer mwy o genedlaethau.

Graham Redman

FarmWell
INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE

PROBLEMAU TEULUOL YM MYD AMAETH

Y Parchedig Ganon Barbara Clutton

“

Mae perthnasoedd teuluol ym myd amaeth fel arfer yn llawer mwy cymhleth nag mewn teuluoedd arferol.

Y Parchedig Ganon Barbara Clutton

Fel y gwyddom, mae llawer o deuluoedd ffermio yn agos iawn oherwydd eu bod yn gweithio yn agos at ei gilydd, ac yn aml yn byw yn agos at ei gilydd. Yn aml iawn, wrth i blant ffermwyr ddod yn oedolion ifanc, mae tensiwn yn crynhoi gan nad oes “dihangfa” oddi wrth broblemau os yw’r ddau berson yn gweithio ac yn byw gyda’i gilydd – ac mae hyn yn golygu bod sefyllfaoedd yn gwaethygu’n llawer cyflymach.

Mae hyn i’w weld weithiau pan fydd aelod o’r genhedlaeth iau naill ai’n dymuno gwneud newidiadau sylweddol i fusnes y fferm, neu weithiau’n dymuno dilyn galwedigaeth wahanol.

Gall tensiynau grynhoi hefyd pan fydd mab neu ferch yn dymuno priodi rhywun nad yw’r rhieni’n meddwl ei fod yn “addas” gan nad yw’n dod o gefndir ffermio; gall problem godi weithiau mewn teuluoedd traddodiadol os yw aelod o’r genhedlaeth iau mewn perthynas â rhywun o’r un rhyw. Gall ysgariad hefyd fod yn broblem fawr ym myd amaeth pan mae angen rhannu asedau rhwng y pâr, gan achosi pwysau ariannol, a gall weithiau olygu bod tir yn cael ei werthu ac unedau’n mynd yn anhyfyw.

Nid yw’n anarferol i gecru teuluol o’r fath barhau o’r naill genhedlaeth i’r llall, gyda brodyr oedrannus weithiau ddim yn siarad â’i gilydd am flynyddoedd, a ffermydd yn gorfod cael eu gwahanu’n unedau anhyfyw ar wahân, ac ymgyfreitha costus iawn weithiau yn anffodus.

I wneud pethau’n waeth, mae ffermwyr yn rhoi pwyslais mawr ar enw da. Mae’r gymuned amaethyddol yn falch iawn, a does neb eisiau cael ei weld fel “methiant”.

Yn aml iawn mae problemau’n codi yn dilyn marwolaeth y prif ffermwr, problem â’r ewyllys, tollau marwolaeth, tŷ (y weddw neu’r mab/merch yn byw yn y “prif ffermdy”).

Yn anffodus, rydym yn clywed mwy a mwy am heriau materion sy'n gysylltiedig â dementia; yn aml iawn mae'r dioddefwr yn gwrthod derbyn diagnosis, a gall wrthod trosglwyddo'r gwaith o redeg y busnes, gan achosi straen i'r teulu cyfan a phwysau ariannol.

Yn fyr, mae digon o straen yn gysylltiedig â ffermio ar y gorau, â phroblemau allanol fel Brexit, cyllid, rheoliadau'r llywodraeth ac yn y blaen, ac weithiau does dim angen llawer iawn i droi'r drol ac achosi anghytundeb mawr mewn teuluoedd.

Gall ceisio helpu i ddatrys problemau teuluol sy'n bodoli ers blynyddoedd, neu yn dilyn gwrthdaro chwerw dros gyfnod, fod yn dasg anodd.

Awgrymiadau ymarferol a allai helpu:

- Awgrymu cyfarfodydd ffurfiol o amgylch y bwrdd i'r teulu, gan gymryd cofnodion, a phleidleisio ar unrhyw newidiadau i'r busnes.
- Gofyn am gymorth busnes neu gefnogaeth ariannol allanol.
- Eistedd o amgylch bwrdd y gegin gyda'r "llwy bren" h.y. yr unig berson sy'n cael siarad yw'r un sy'n dal "y llwy" fel bod pob person yn cael amser i gael ei glywed.
- Gall annog amser i ffwrdd o'r fferm yn aml iawn helpu i weld pethau'n gliriach.
- Cynorthwyo'r teulu i gynllunio ymlaen llaw ar gyfer dyfodol y busnes.
- Mae'n bwysig rhoi "lle diogel" i bob aelod o'r teulu siarad, efallai gyda gwahanol wirfoddolwyr o FCN.
- Cyfeirio at elusennau perthnasol eraill: RABI, Addington, Forage Aid, y Samariaid, Dementia Support ac unrhyw elusennau lleol perthnasol.
- Yn bennaf oll, bod yn ymwybodol o unrhyw faterion iechyd meddwl posibl.

Yn FCN rydym yma i weithio gyda theuluoedd; allwn ni ddim datrys popeth – ond gallwn yn aml wneud i'r sefyllfa deimlo ychydig bach yn well, a sylweddoli bod teuluoedd weithiau'n gorfod "cytuno i anghytuno" mewn ffordd gadarnhaol, er mwyn iddynt allu symud ymlaen mewn ffordd fwy adeiladol.

FarmWell
INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE

STORÏAU AM YR ANNISGWYL ...

Stephanie Berkeley, Rheolwr, Farm Safety Foundation (Yellow Wellies)

""I'r rhai hynny ohonom sydd wedi bod yn dilyn pob mesur diogelwch posibl i osgoi perygl anweledig COVID – golchi ein dwylo nes bod ein croen yn torri, osgoi cyswllt cymdeithasol â theulu a ffrindiau, asesu risg a mynd i gyfeiriad gwahanol cyn gynted ag y byddwn yn gweld rhywun yn agosáu – mae'r syniad y gallai rhywun weld perygl ar y gorwel a pheidio â gwneud dim i'w osgoi yn un anodd iawn i'w ddeall. Ond dyma'n union beth y mae llawer o ffermwyr wedi bod yn ei wneud ers blynyddoedd – ydy'r geiriau "wnaiff hynny ddim digwydd i mi" yn swnio'n gyfarwydd?

Mae damweiniau'n digwydd, ond mae'n bryd i ni gyd gydnabod bod y gair 'damwain', ym myd amaeth, yn awgrymu y gallai rhywbeth fod wedi'i osgoi. Y gwir creulon, fodd bynnag, yw bod y rhan fwyaf o'r anafiadau angheuol ym myd amaeth yn rhai y gellid bod wedi eu rhagweld a'u hatal. Felly beth allwn ni ei wneud am hyn?

> **"Yn gyntaf, sut agwedd sydd gennych chi? Ydych chi'n meddwl bod diogelwch ar y fferm yn berthnasol i chi? Os nad ydych, pam ddim?"**

WHO WOULD FILL YOUR BOOTS?
FARM SAFETY FOUNDATION
Proudly supported by NFU Mutual

Yma yn y Farm Safety Foundation, rydym yn gweithio gyda ffermwyr ifanc i'w haddysgu a'u hysbrydoli i herio a newid ymddygiadau ac agweddau gwael at ddiogelwch ar y fferm. Mae gwaith ymchwil a wnaethpwyd gennym yn ddiweddar yn awgrymu bod hyn yn gweithio, gyda nifer y ffermwyr ifanc dan 40 oed sy'n cyfaddef y byddent yn meddwl ddwywaith cyn cymryd risg yn neidio o 74% yn 2018 i 94% yn 2020. Yn ychwanegol at hyn, mae 90% o'r 450 o ffermwyr ifanc a gyfwelwyd wedi meddwl o ddifri am ganlyniad cael "damwain fferm" a fyddai'n newid eu bywydau – mae'r ffigur hwn hefyd wedi neidio o 76% yn 2017.

Yn ail, rydych yn cynllunio ar gyfer digwyddiadau tywydd annisgwyl, felly pam na fyddech chi'n cynllunio rhag ofn i rywbeth annisgwyl ddigwydd i chi? Un ffordd o wneud hyn yw drwy greu cynllun argyfwng fferm. Allwch chi ddim rhagweld pryd y bydd argyfwng yn digwydd, ond gallwch fod yn barod. Gallai cynllunio ymlaen llaw ar gyfer sefyllfaoedd peryglus – er enghraifft anafiadau, colli trydan neu dywydd eithafol – helpu i ddiogelu eich teulu a lleihau'r effaith ar eich busnes ffermio. Yn syml iawn – y cynllun gorau yw gwneud cynllun.

Beth ddylai'r cynllun ei gynnwys?

1. **Rhifau cysylltu mewn argyfwng –** Dylai'r adran hon gynnwys yr holl rifau ffôn y gallech fod eu hangen os nad yw 999/112 yn gweithio'n iawn. Byddai hefyd yn werth cynnwys rhifau ffôn y gwasanaeth tân lleol, swyddfa'r heddlu, yr ysbyty, y feddygfa a'r milfeddyg.

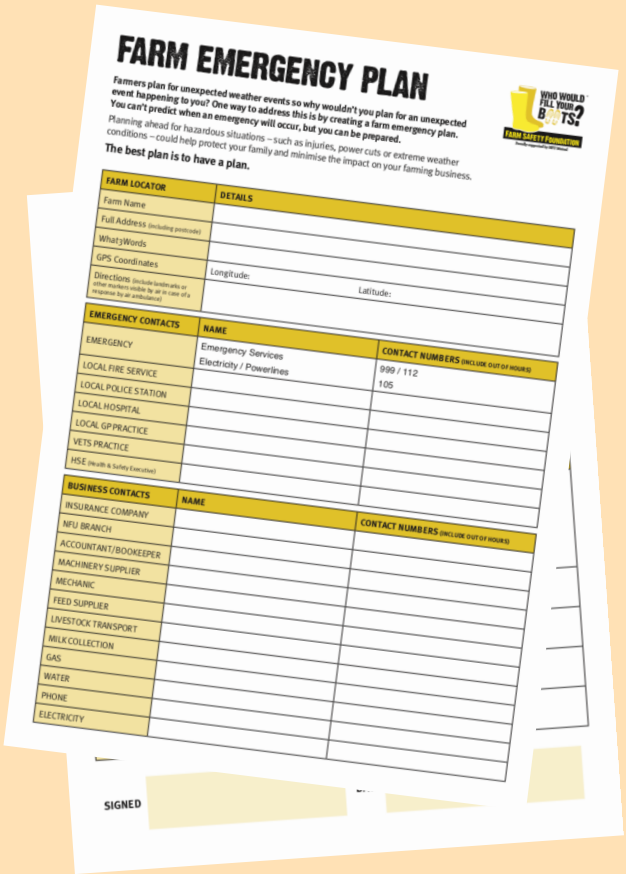
2. **Cysylltiadau busnes -** Gall yr adran hon gwmpasu cysylltiadau pwysig gan gynnwys darparwr/asiant, rheolwr cangen yr NFU/UAC, gwerthwr offer, cwmni cemegion a bwydydd, darparwr trydan, cwmni nwy, cwmni ffôn, gwerthwr peiriannau a mecanig.

3. **Cyfarwyddiadau i'ch fferm o'r ffordd fawr agosaf –** Gallwch hefyd edrych beth yw cyfesurynnau GPS y fferm a cheisio meddwl am yr holl dirnodau neu nodweddion eraill sy'n amlwg o'r awyr rhag ofn y bydd angen ambiwlans awyr rywbryd. Awgrym defnyddiol iawn fyddai cynnwys cyfeiriad What3Words y fferm, fel bod modd ei fynegi'n glir wrth unrhyw wasanaethau brys.

4. **Gwybodaeth am y fferm –** Bydd hyn yn cynnwys enw, cyfeiriad a manylion cysylltu ar gyfer y Prif Berson Cyswllt a gwybodaeth am y perchennog os yw'n wahanol i'r Prif Berson Cyswllt.

5. **Rhestr o Bethau ar y Fferm –** Gwnewch restr sy'n cynnwys manylion y canlynol ar y fferm:
   - **Da byw –** gan gynnwys rhywogaethau, a nifer yr anifeiliaid
   - **Cnydau –** gan nodi nifer yr aceri a'r math o gnwd – cofiwch ddiweddaru'r manylion hyn
   - **Peiriannau a chyfarpar –** gan gynnwys y math a'r model
   - **Sylweddau peryglus –** mae hyn yn bwysig oherwydd mae'n rhaid cynnwys y lleoliad a mesurau diogelwch yn ogystal â rhestr fanwl o'r holl blaleiddiaid, gwrtaith, tanwydd, meddyginiaethau milfeddygol a chemegion eraill

Gallwch lawrlwytho templed Cynllun Argyfwng Fferm yma: (www.yellowwellies.org/resources/) ac ar ôl i chi ddod â'r wybodaeth at ei gilydd, cofiwch ei rhannu gyda'ch teulu a phobl sy'n gweithio ar y fferm. Rhowch wybod iddyn nhw am gynllun argyfwng y fferm; dylech ei adolygu'n rheolaidd a'i ddiweddaru pan fydd angen. Gallech greu grŵp WhatsApp neu sefydlu coeden ffôn â manylion cysylltu pob un o'r gweithwyr.


FARM EMERGENCY PLAN

Farmers plan for unexpected weather events so why wouldn't you plan for an unexpected event happening to you? One way to address this is by creating a farm emergency plan. You can't predict when an emergency will occur, but you can be prepared.

Planning ahead for hazardous situations – such as injuries, power cuts or extreme weather conditions – could help protect your family and minimise the impact on your farming business.

The best plan is to have a plan.

FARM LOCATOR	DETAILS
Farm Name	
Full Address (including postcode)	
What3Words	
GPS Coordinates	
Directions (include landmarks or other markers visible by air in case of a response by an ambulance)	Longitude: Latitude:

EMERGENCY CONTACTS	NAME	CONTACT NUMBERS (INCLUDE OUT OF HOURS)
EMERGENCY	Emergency Services	999 / 112
LOCAL FIRE SERVICE	Electricity / Powerlines	105
LOCAL POLICE STATION		
LOCAL HOSPITAL		
LOCAL GP PRACTICE		
VETS PRACTICE		
HSE (Health & Safety Executive)		

BUSINESS CONTACTS	NAME	CONTACT NUMBERS (INCLUDE OUT OF HOURS)
INSURANCE COMPANY		
NFU BRANCH		
ACCOUNTANT/BOOKEEPER		
MACHINERY SUPPLIER		
MECHANIC		
FEED SUPPLIER		
LIVESTOCK TRANSPORT		
MILK COLLECTION		
GAS		
WATER		
PHONE		
ELECTRICITY		

SIGNED

Mae 2020 wedi bod yn flwyddyn anodd iawn i bob un ohonom a does dim arwydd bod pethau'n mynd i wella am sbel. Yn ystod y misoedd diwethaf, mae ffermwyr wedi cael eu cydnabod fel gweithwyr allweddol, sy'n chwarae rhan hanfodol drwy gynhyrchu bwyd i'r wlad. Mae ffermwyr yn dda iawn am ofalu am eu tir a'u hanifeiliaid, ond mae'n amser dechrau meddwl am brif ased eich fferm – chi eich hun!

FarmWell
INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE

COLLI CAPASITI: CYNNYDD MEWN ANSICRWYDD CYFREITHIOL

Richard Marshall, Uwch Gyfreithiwr Cysylltiol gyda chwmni cyfreithwyr Hay a Kilner LLP

Mae cyfartaledd oedran ffermwyr y DU yn agos at 60. Ar adeg pan mae llawer o bobl yn ystyried arafu ac ymddeol, mae llawer o ffermwyr sy'n agosáu at 60 oed yn dal i fynd a does ganddyn nhw ddim bwriad ymddeol yn y dyfodol agos.

Wedi dweud hynny, gan fod ffermwyr yn mynd yn hŷn, mae pryder y gallai anallu corfforol neu feddyliol ddigwydd yn annisgwyl, gan adael y ffermwr mewn sefyllfa fregus a busnes y fferm mewn trafferthion. Gall digwyddiad na ellir ei ragweld sy'n amharu ar weithrediad y corff, fel strôc neu arwyddion cynnar dementia neu glefyd Alzheimer, eich gadael mewn sefyllfa annisgwyl lle nad ydych yn gallu rheoli eich materion eich hunain mwyach.

Mewn amgylchiadau annisgwyl o'r fath, gallech chi (neu'r bobl agosaf atoch chi) wynebu llawer o gwestiynau cyfreithiol, er enghraifft:

Oes yna unrhyw un arall yn ymwneud â busnes y fferm?

- Os chi yw'r unig fasnachwr, sut fydd y gwaith o reoli'r fferm o ddydd i ddydd yn parhau, pwy fydd yn gwneud penderfyniadau ac yn sicrhau bod y busnes yn parhau?
- Os ydych yn ffermio mewn partneriaeth, a oes cytundeb partneriaeth sy'n nodi beth fydd yn digwydd os bydd un ohonoch yn cael anawsterau corfforol neu feddyliol?
- Os nad oes Cytundeb Partneriaeth, a all y bartneriaeth barhau â ffermwr gwantan?

Pwy sy'n rheoli materion ariannol y busnes?

- Ai chi yw prif lofnodwr neu unig lofnodwr cyfrif banc y busnes ac, os hynny, a fydd hi'n anodd mynd at y cyfrif nawr?
- Pwy all sicrhau bod cyflogau a chyflenwyr yn cael eu talu?
- A all unrhyw un gysylltu ag asiantau tir neu'r Asiantaeth Taliadau Gwledig ynglŷn â hawliadau am gymhorthdal neu gynigion yn ymwneud â'r posibilrwydd o ddatblygu'r tir?

A oes unrhyw un arall yn deall sut mae busnes y fferm yn gweithio?

- Pwy sy'n gwybod pwy yw eich milfeddyg, pwy yw eich prif gyflenwyr neu gwsmeriaid, ble mae'r dogfennau sy'n ymwneud â holl ofynion rheoleiddiol y fferm ac yn y blaen?

A allwch chi ddal i fyw yn y tŷ fferm?

- Pwy sy'n penderfynu ai aros gartref neu symud i ofal preswyl neu ofal nyrsio yw'r peth gorau i chi o ran eich lles?
- Os na allwch ddal i fyw yn y tŷ fferm, gallai hynny effeithio ar y rhyddhad Treth Etifeddiaeth a allai fod ar gael ar ôl i chi farw.

A oes unrhyw un yn ymwybodol o'r math o driniaeth a gofal meddygol y byddech chi'n hoffi ei gael, neu na fyddech yn hoffi ei gael?

A ydych wedi cynllunio ar gyfer 'y gwaethaf'?

- A oes unrhyw un yn gwybod beth yw eich dymuniadau, o ran pa fath o angladd y byddech yn hoffi ei gael?
- A ydych wedi gwneud Ewyllys er mwyn sicrhau bod eich gŵr/gwraig, partner, plant neu deulu neu ffrindiau ehangach yn mynd i fod yn iawn?

Mae'r rhain i gyd yn gwestiynau anodd a digalon, ond gobeithio y byddant yn tynnu sylw at y materion a all godi pe bai'r annisgwyl yn digwydd a rhywun yn colli gallu meddyliol neu gorfforol.

Ar wahân i'r angen i adolygu'r ffordd y mae busnes y fferm yn gweithio a sut y caiff cofnodion eu cadw a'u diweddaru, mae 2 brif beth y gellir eu gwneud i achub y blaen a 'chynllunio ar gyfer y gwaethaf':

1. Atwrneiaethau Arhosol

- Dogfen gyfreithiol yw hon. Mae'n caniatáu i chi enwi rhywun (y cyfeirir ato fel Atwrnai) i wneud penderfyniadau ar eich rhan os byddwch yn methu â gwneud penderfyniadau o'r fath drosoch eich hun rywbryd.
- Mae 2 fath o Atwrneiaeth Arhosol, un sy'n caniatáu i Atwrnai wneud penderfyniadau am eiddo a materion ariannol, ac un sy'n caniatáu i Atwrneiod wneud penderfyniadau am iechyd a lles.
- Rhaid gwneud Atwrneiaeth Arhosol pan mae'r gallu meddyliol yn dal gennych i ddeall yr awdurdod rydych yn ei roi i'ch Atwrneiod.
- Os ydych yn colli capasiti meddyliol a'ch bod heb wneud Atwrneiaeth Arhosol, yna mae angen i rywun wneud cais i'r Llys Gwarchod i gael ei benodi fel Dirprwy, sy'n golygu oedi a chost.

2. Ewyllysiau

- Mae gwneud Ewyllys yn un o'r prif bethau y mae pobl yn osgoi ei wneud, boed oherwydd eu bod yn meddwl bod hynny'n temtio ffawd neu oherwydd eu bod yn gyndyn o ystyried eu marwolaeth eu hunain.
- Fodd bynnag, dyma'r glasbrint cyfreithiol ar gyfer yr hyn a fydd yn digwydd i'ch ystâd pan fyddwch yn marw.
- Drwy wneud Ewyllys, rydych yn cael cyfle i ystyried sut i ddarparu ar gyfer yr aelodau hynny o'r teulu sy'n ffermio a'r rhai sydd ddim yn ffermio; sut i drosglwyddo asedau i fuddiolwyr yn y ffordd fwyaf effeithlon o safbwynt treth; ac yn y pen draw rhoi tawelwch meddwl i chi o wybod eich bod wedi gwneud yn siŵr y bydd pawb yn iawn ar ôl i chi fynd. Fel rhan o'r broses hon gallwch adolygu rhyddhad Treth Etifeddiaeth a allai fod ar gael pan fyddwch yn marw a sut i drefnu eich materion ariannol yn ystod eich oes er mwyn cael y budd mwyaf o ryddhad o'r fath.

hay & kilner LAW FIRM

Mae cwmni Hay a Kilner, sydd wedi'i leoli yng ngogledd-ddwyrain Lloegr, yn cynnig gwasanaethau cyfreithiol o bob math ar draws Prydain. Gall y cynghorwyr arbenigol yn ein Tîm Gwledig gynnig cymorth â phob agwedd ar gynllunio ar gyfer olyniaeth i deuluoedd amaethyddol a pherchnogion busnesau gwledig. I drafod unrhyw broblemau y gallech fod yn eu hwynebu, anfonwch ebost at Richard Marshall (richard.marshall@hay-kilner.co.uk) neu ffoniwch 0191 232 8345 i gael sgwrs gychwynnol ddi-dâl i weld sut y gallwn ni helpu.

FarmWell
INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE

DELIO GYDA GALAR

Glyn Evans, Cyfarwyddwr Hyfforddiant a Datblygiad a Chyfarwyddwr Rhanbarthol (rhanbarth y canolbarth) FCN

Galar a Cholled

Glyn Evans

Cam cyntaf y broses o ddeall galar yw cydnabod na allwn osgoi marwolaeth. Mae wynebu marwolaeth, ac ystyried realiti'r sefyllfa, yn ein helpu i werthfawrogi ein bywydau ein hunain. Mae gwneud synnwyr o farwolaeth yn ein helpu pan fyddwn yn wynebu galar a cholled.

Mae galar yn amrywio ac mae'n effeithio ar bobl mewn gwahanol ffyrdd. Ni allwch brofi galar dros rywun arall na gwybod sut yn union y mae rhywun arall yn teimlo pan fydd yn galaru. Mae'n bwysig rhannu meddyliau a theimladau gyda phobl sydd o'ch cwmpas ac sy'n gobeithio eich cefnogi drwy'r galar rydych yn ei brofi.

Mae galar yn cael ei ddylanwadu gan y berthynas a oedd gennych gyda'r person sydd wedi marw. Mae galaru'n beth naturiol, ac nid yw cael teimladau dwys neu deimlo colled, tristwch a loes yn eich gwneud yn berson gwan. Weithiau mae pobl yn meddwl am alar fel "cofeb" i'r person sydd wedi marw.

Gallwn deimlo colled a galar mewn llawer o wahanol sefyllfaoedd. Mae'n bwysig cydnabod galar a gadael i'r teimladau o alar gael eu cydnabod. Weithiau rydym yn cuddio galar – galar rydym yn teimlo na fyddai pobl eraill yn ei ddeall neu sydd dros rywbeth sy'n bellach oddi wrthym na pherthynas agos. Weithiau rydym yn cuddio galar oherwydd stigma – mae pobl sydd heb allu bod yn agored am eu rhywioldeb er enghraifft weithiau'n cuddio eu galar oherwydd eu bod yn ofni stigma. Gall galar sy'n cael ei guddio, neu nad yw rhywun yn siarad amdano, arwain at broblemau â lles meddyliol a phwysau emosiynol mawr.

Mae pob siwrnai â galar yn wahanol i bob unigolyn, ond mae rhai nodweddion cyffredin. Mae dicter, iselder a gwadu yn gyffredin. Mae rhai pobl yn cymryd mwy o amser na'i gilydd i dderbyn marwolaeth rhywun agos.

Mae derbyn marwolaeth yn wahanol i anghofio am y person sydd wedi marw, ond mae derbyn yn ein helpu i symud ymlaen â'n bywydau. Mae bywyd yn wahanol ar ôl i rywun farw a gallwn ddysgu byw gyda'r gwahaniaeth a dysgu byw'n wahanol.

Helpu rhywun sy'n byw â galar

Gwrandewch ar yr unigolyn a gadewch iddo ddweud sut mae'n teimlo. Mae'n bwysicach gwrando na siarad. Dydyn ni ddim bob amser yn gwybod beth i'w ddweud, ond peidiwch ag osgoi rhywun sy'n galaru dim ond oherwydd eich bod ddim yn gwybod beth i'w ddweud. Bod yno, gwrando a bod yn ffrind yw'r cyfan sydd ei angen.

Wrth siarad â rhywun sy'n galaru peidiwch â sôn llawer am eich profiadau personol chi a pheidiwch â siarad gormod amdanoch chi eich hun. Rhannwch atgofion am y person sydd wedi marw, os oes gennych atgofion, ac yn bennaf oll anogwch y sawl sy'n galaru i rannu ei atgofion.

Os yw'n ymddangos yn briodol, cyfeiriwch bobl i gael cymorth arbenigol; mae llawer o sefydliadau sy'n gallu helpu pobl sy'n galaru i ddeall eu teimladau a meddwl am eu profiadau. Bydd un o wirfoddolwyr FCN yn gallu rhoi cyngor i chi ynglŷn â'r cyfeiriad cywir. Mae gan sefydliad Mind restr ddefnyddiol o ganllawiau gwybodaeth a chefnogaeth ar ei wefan: www.mind.org.uk/information-support/guides-to-support-and-services/bereavement/useful-contacts/

GALAR A COVID-19 – troednodyn

Mae nifer fawr o bobl wedi bod yn galaru o ganlyniad i Covid-19. Yn ogystal â'r galar unigol hwn mae yna hefyd fath o ymdeimlad cyfunol o alar a phryder ar sail fyd-eang yn gysylltiedig â'r pandemig.

"Mae'r feirws yn bygwth pob unigolyn ar y ddaear â cholledion o bob math, yn amrywio o wahanu oddi wrth anwyliaid i sefyllfaoedd ariannol bregus, canslo digwyddiadau unwaith mewn oes, a llawer iawn mwy."

Dr Alan Wolfet, Center for Loss of Life Transition, Colorado

Yn ogystal â'r profiadau arferol sy'n gysylltiedig â cholli rhywun annwyl, mae nifer o faterion eraill sy'n wynebu pobl sy'n galaru oherwydd y cyfyngiadau symud a'r rheolau sy'n gysylltiedig ag angladdau. Er yr elfen o brofiadau cyffredin sy'n gysylltiedig â marwolaeth oherwydd Covid, gall y profiadau o ynysu a bod ar wahân wrth brofi galar fod yn waeth. Bydd canfod ffordd o gadw mewn cysylltiad, bod yn glust i wrando a bod yn ffrind i berson sydd mewn galar mewn cyfnod fel hwn, yn cymryd ymdrech ac amser, ond bydd yn hanfodol er mwyn darparu'r gefnogaeth sydd ei hangen.

GALAR AR ÔL MARWOLAETH DRWY HUNANLADDIAD

Mae rhai pobl yn disgrifio galar ar ôl hunanladdiad fel galar â'r sŵn yn uwch.

Pan fydd marwolaeth drwy hunanladdiad yn digwydd mae'r effaith fel tonnau bach ar wyneb y dŵr. Bydd llawer o bobl yn wynebu galar a phrofedigaeth. Bydd goroeswyr marwolaeth drwy hunanladdiad yn galaru mewn gwahanol ffyrdd.

Yn ogystal â'r galar bydd cwestiynau "beth petai" yn codi – mae euogrwydd a dicter yn emosiynau cyffredin. Gall dicter gael ei gyfeirio at y person sydd wedi marw a hefyd at yr unigolyn sy'n galaru gan ei fod wedi methu ag atal y farwolaeth.

Gall poen galar ar ôl marwolaeth drwy hunanladdiad fod yn ddychrynllyd; gall sioc y farwolaeth wneud y boen yn waeth ynghyd â'r teimlad o fethu â "ffarwelio".

Peidiwch byth â dweud "Rwy'n gwybod sut rwyt ti'n teimlo", hyd yn oed os ydych chi wedi profi galar ar ôl marwolaeth drwy hunanladdiad – allwch chi ddim gwybod sut mae rhywun arall yn teimlo.

Bydd angen i'r rhai hynny sy'n cefnogi pobl sy'n galaru ar ôl marwolaeth drwy hunanladdiad fod yn barod i dreulio llawer iawn o amser yn cynnig clust i wrando ac ysgwydd i grio arni, a bod yn barod i roi cefnogaeth ymarferol a bugeiliol.

"Yn achos hunanladdiad, y broblem fwyaf o ran iechyd y cyhoedd yw .... lliniaru effeithiau straen ymhlith goroeswyr-dioddefwyr marwolaethau hunanladdol y caiff eu bywydau eu newid am byth..." - Edward Shneidman (Seicolegydd 1918 – 2009).

FarmWell
INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE

ATAL TWYLL YM MYD AMAETH – BANC BARCLAYS

Mae'r sefyllfa â Covid-19 wedi arwain at fwy o dwyll.

Gallwch gael awgrymiadau gan Barclays Agriculture i helpu i'ch diogelu rhag twyll ariannol, gan gynnwys bod yn wyliadwrus o bobl a allai fod yn ffugio bod yn rhywun arall, pobl sy'n chwilio am wybodaeth a thrafodion anarferol. Ewch i: www.barclays.co.uk/business-banking/sectors/agri-business/agricultural-subsidy-fraud/

Mae llawer o wybodaeth a chefnogaeth ar gael hefyd ar wefan Action Fraud. Ewch i: www.actionfraud.police.uk

FarmWell
INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE

ADWEITHIO, YMATEB AC ADFER – CYNLLUNIO PARHAD BUSNES

Gyda Luke Harmer, AHDB

Yn anffodus, mae llawer o risgiau wedi tarfu ar ein diwydiant eleni, ac mae hyn wedi profi na allwn ddweud beth sydd o'n blaenau. O broblemau cymharol fach, fel colli trydan, i dân, llifogydd, iechyd anifeiliaid, analluogrwydd staff, colli cadwyni cyflenwi ar gyfer mewnbwn a chynnyrch – gall llawer o fygythion atal eich busnes rhag gweithredu'n effeithiol.

Luke Harmer, AHDB

Wrth wynebu cynifer o risgiau, mae'n bwysig bod yn rhagweithiol yn hytrach nag adweithiol. Bydd cymryd amser i gynllunio ar gyfer yr annisgwyl yn talu ar ei ganfed fel arfer, oherwydd byddwch yn barod pan fydd rhywbeth yn digwydd a byddwch yn gallu osgoi panig llwyr. Bydd hyd yn oed rhannu rhestr syml o rifau cyswllt mewn argyfwng gyda theulu a gweithwyr yn arbed pryder a straen os bydd rhywbeth annisgwyl yn digwydd. Mae hyn yn rhywbeth y gall pob ffermwr ddechrau ei wneud, ac yna'i ddatblygu'n gynllun digwyddiadau annisgwyl manwl i sicrhau parhad y busnes.

Nid yw paratoi cynllun parhad sylfaenol yn dasg anodd iawn. Yn y bôn, rydych yn gwneud nodyn o'r holl gynnyrch a'r gwasanaethau a ddarperir gan eich busnes a'r adnoddau y maent yn dibynnu arnynt (staff, bwydydd, gwrtaith, peiriannau, adeiladau, cyfleustodau, ac yn y blaen). Yna, gan feddwl am eich sefyllfa, rhestrwch yr holl risgiau a allai darfu ar eich busnes, a rhoi sgôr iddynt ar sail pa mor ddifrifol y gallent fod a pha mor debygol ydynt o ddigwydd. Yna, gan ganolbwyntio ar y peryglon difrifol a risg uchel yn gyntaf, cynlluniwch pwy fyddai'n gwneud beth pe bai sefyllfa o'r fath yn codi. Yn olaf, ewch drwy'r cynllun gyda'r rhai sy'n ymwneud â'ch busnes a phrofwch y cynllun os yw hynny'n bosibl.

Gallwch ddarganfod mwy o gefnogaeth a chanllawiau yn nodi sut i lunio cynllun digwyddiadau annisgwyl, gan gynnwys gweminar a thempledi i'w llwytho i lawr yma: ahdb.org.uk/business-continuity-planning

FarmWell
INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE

CYNLLUNIO AR GYFER YR ANNISGWYL

Gyda Becki Leach, Kite Consulting

Cynllunio ar gyfer yr annisgwyl – pwnc mwy perthnasol nag erioed yn 2020! Go brin y byddai neb wedi dychmygu y byddai “pandemig byd-eang yn arwain at nifer o gyfyngiadau symud dros gyfnod estynedig ar raddfa genedlaethol a rhyngwladol” yn bosibl, ac eto, dyma ni!

Wedi dweud hynny, rydym yn aml yn meddwl bod llawer o’r heriau rydyn ni fel ffermwyr yn eu hwynebu yn gwbl annisgwyl ac y tu hwnt i reolaeth – y tywydd, gwleidyddiaeth, a theulu i enwi dim ond ychydig, ond byddwn yn awgrymu bod disgwyl i lawer o’r rhain fod yn anrhagweladwy! Ond bodau dynol ydyn ni, ac mae pob un ohonom yn gallu cael ei ddal yn hepian o bryd i’w gilydd, felly dyma rai rheolau i’w dilyn a allai eich helpu i gynllunio ar gyfer yr annisgwyl:

RHEOL 1.

Yr Egwyddor (Covid)
Byddwch yn barod i ddisgwyl yr annisgwyl ...ond peidiwch â phoeni gormod am y peth oherwydd does dim llawer y gallwch ei wneud am rywbeth sy’n wirioneddol ‘annisgwyl’.

RHEOL 2.

Cynllunio
Mae cynllunio da’n atal perfformiad gwael, felly gorau oll os gallwn wneud rhywfaint o waith dadansoddi risg a chynllunio ffurfiol o bryd i’w gilydd. Mae hyn yn golygu eistedd i lawr a meddwl ble rydych chi a’ch busnes nawr a beth yw’r risgiau i’ch busnes. Y nod yw ystyried pa mor debygol ydynt o ddigwydd a faint o effaith y gallent ei gael.

RHEOL 3.

Blaenoriaethu
Ar ôl i chi nodi’r risgiau sy’n fwyaf tebygol, ac a allai gael yr effaith fwyaf ar eich busnes, dylech roi blaenoriaeth i fynd i’r afael â’r risgiau hynny! Mae’n swnio’n amlwg, ond dyma’r pethau sy’n cael eu gwthio ymhellach i lawr ar y rhestr o bethau i’w gwneud oherwydd eu bod yn teimlo fel tasg fawr a chithau ddim yn gwybod ble i ddechrau. Dylech roi blaenoriaeth i’r pethau risg uchel hyn yn gyntaf, a cheisio lleihau’r tebygolrwydd y byddant yn digwydd neu eu heffaith.

RHEOL 4.

Bod yn Rhagweithiol

Allwch chi ddim rheoli'r trafodaethau ar gytundeb masnach Brexit na'r tywydd; ond gallwch ystyried beth allai pob senario ei olygu i'ch busnes a bod yn rhagweithiol drwy newid pethau y mae gennych chi reolaeth drostynt. Canolbwyntiwch eich egni ar y pethau y gallwch eu rheoli'n uniongyrchol neu ddylanwadu arnynt – er enghraifft, pa fath o hadau yw'r rhai gorau am oddef gwlypter neu sychder? Pa rai o'ch prif fewnbynnau y mae angen i chi eu stocio yn ystod misoedd Rhagfyr ac Ionawr? Beth yw eich cost tyfu fesul tunnell o wenith neu kg o gig oen?

RHEOL 5.

Rhoi pethau mewn persbectif

Pan fyddwch yn teimlo bod pethau'n eich llethu neu'n mynd allan o reolaeth, ceisiwch roi pethau mewn persbectif. Gofynnwch i chi eich hun: pa mor arwyddocaol yw hyn ar raddfa o 1-10, pa mor bwysig fydd hyn ymhen 6/12/24 mis? A yw fy ymateb yn gymesur? Alla i ddylanwadu ar y sefyllfa neu ei gwella? Beth alla i ei ddysgu neu ei wneud yn wahanol? Beth yw ochr gadarnhaol y sefyllfa? Mae'r rhan fwyaf o fusnesau amaethyddol yn "chwarae'r gêm hir" ac yn gyffredinol, bydd y rhan fwyaf o'r amariadau annisgwyl, ni waeth pa mor arwyddocaol y maent yn ymddangos ar y pryd, yn cael effaith gymharol fyrdymor o edrych ar y darlun mawr.

RHEOL 6.

Bod yn Gadarnhaol

Haws dweud na gwneud pan fyddwch yng nghanol argyfwng! Ond yng ngeiriau Baz Lurhmann a'r Suncreen Song, "Mae poeni mor effeithiol â thrio datrys hafaliad algebra drwy gnoi gwm chwythu". Fel arfer, does dim diben poeni, a gall poeni hyd yn oed amharu ar y broses o wneud penderfyniadau, ac achosi i chi wneud penderfyniadau afresymol a drastig neu or-wyliadwrus.

Mae'r ystwythder a'r egni i ymdrin yn effeithiol â'r annisgwyl yn dibynnu ar gynllunio strategol a chyfrifyddu effeithiol, ym mhob agwedd ar eich busnes a'ch bywyd. Adeiladu adnoddau, arian parod, cyfalaf naturiol, cyfalaf emosiynol a pherthnasoedd yn ystod yr adegau da er mwyn i chi allu manteisio arnyn nhw pan fydd angen. Mae rhoi hyn ar bapur a'i roi ar waith yn ddau beth gwahanol iawn a gall fod yn anodd gwybod ble i ddechrau.

Os hoffech gael cymorth â'ch strategaeth busnes neu eich strategaeth bersonol, cysylltwch â Becki Leach 07595 415756 neu aelod o dîm Kite i drafod sut y gallwn ni helpu. www.kiteconsulting.com

"Mae disgwyl yr annisgwyl yn dangos deallusrwydd hollol fodern" Oscar Wilde

FarmWell
INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE

BOD YN BAROD AM TB

Gyda Sarah Tomlinson

“

Mae TB buchol yn glefyd dychrynllyd i fusnes fferm a hefyd i dîm y fferm, boed yn weithwyr cyflogedig neu’n deulu.

Rwy’n gweithio i’r Gwasanaeth Cynghori ar TB (TBAS) a rhan o’m gwaith yw helpu ffermwyr i leihau’r effaith y gall cyfyngiadau TB ei gael ar fusnes y fferm, a hefyd y pryder a’r straen y mae’n ei achosi i bawb.

Drwy wneud cynllun, gobeithio y bydd modd lleihau effeithiau TB. · Dechreuwch drwy nodi pa rannau o’ch busnes fyddai’n cael eu heffeithio pe bai eich buches yn cael ei heintio. Ni all unrhyw stoc symud o’ch daliad nac i’ch daliad nes byddwch wedi cwblhau eich prawf cyfnod byr cyntaf, ac eithrio i’r lladd-dy.

Pe baech chi’n bwriadu gwerthu stoc i dalu biliau sut fyddech chi’n ymdopi? Efallai fod gennych stoc ar safle arall sydd angen dod yn ôl adref i loia?

Sarah Tomlinson, Milfeddyg ffermydd o Swydd Derby a Chyfarwyddwr Technegol i’r Gwasanaeth Cynghori ar TB

Mae opsiynau i’w cael. Gallai olygu derbyn llai o arian am y lloi a’r gwartheg stôr os ydych yn eu gwerthu i Uned Besgi Gymeradwy (AFU). Fyddech chi’n gallu eu magu a’u gorffen eich hun? Pa effaith fyddai hynny’n ei gael ar eich llif arian?

Oes gennych chi siediau neu dir pori yn rhywle ar wahân i’r fferm? A fyddai Cysylltiad Tir Dros Dro (TLA) yn ddefnyddiol?

- Mae’r rhain yn caniatáu i ddwy uned sydd o fewn 10 milltir i’w gilydd weithredu fel un, heb orfod cael profion cyn symud, ond os bydd un uned yn gorfod cau bydd y ddwy’n cau.
- Neu, byddai CPH Dros Dro (TCPH) yn golygu bod dwy uned yn dod yn fuchesi epidemiolegol ar wahân. Byddai angen prawf cyn symud anifeiliaid o’r naill i’r llall, ond pe bai un yn gorfod cau byddai’r llall yn dal i allu masnachu.
- Mae TLA yn gwneud synnwyr i stoc y byddai angen iddynt ddychwelyd i’r prif ddaliad.
- Mae TCPH yn gwneud synnwyr i stoc a fyddai yn y pen draw yn gadael yr uned ac yn mynd i dyfu neu gael eu magu yn rhywle arall.

Efallai y byddai uned wahanu'n ddefnyddiol?

- Cyfleuster ar wahân y gellid symud stoc iddo pe bai achos o TB.
- Rhaid ei lenwi mewn cyfnod o chwe wythnos ond os bydd yr anifeiliaid yn pasio dau brawf cyfnod byr yn olynol, beth bynnag yw hanes y fuches wreiddiol, gellir gwerthu'r anifeiliaid ymlaen fel rhai sy'n rhydd o TB.

Bydd y pethau hyn i gyd yn cymryd amser ac ychydig o newidiadau ffisegol o bosibl. Mae angen gwneud cais am drwyddedau, felly gallai meddwl am achosion o TB cyn iddynt ddigwydd wneud pethau ychydig bach yn llai o drychineb nag y byddai wedi bod fel arall.

Dywedodd un ffermwr godro yn Swydd Gaerlŷr sydd wedi cael ychydig o adweithyddion amhendant yn ystod y flwyddyn ddiwethaf:

"Fe wnaeth y cynghorydd TBAS i ni wynebu effeithiau posibl TB ar ein busnes gan y byddem fel arfer yn gwerthu pob llo benyw nad ydym yn bwriadu ei gadw fel heffer pan mae'n iau na 42 diwrnod.

Rydym wedi eistedd i lawr fel tîm fferm a thrafod yr opsiynau a eglurwyd i ni yn ystod yr ymweliad. Erbyn hyn rydym wedi cymryd sied arall ar Gyswllt Tir Dros Dro, lle gallwn gadw heffrod yn y gaeaf, ond pe bai'r sefyllfa waethaf yn digwydd gallwn ddefnyddio'r sied hon i gadw lloi sydd wedi'u diddyfnu, cyn y gellir eu gwerthu i Uned Besgi Gymeradwy leol yn chwe mis oed.

Fe wnaeth TBAS ein hannog i ddarganfod mwy am Unedau Pesgi Cymeradwy lleol a marchnadoedd oren, faint maen nhw'n ei dalu a beth yw oedran y lloi maen nhw'n eu derbyn.

Mae gwybod beth yw'r opsiynau wedi tynnu rhywfaint o'r straen a'r pryder allan o'r prawf TB. Byddai achos o TB ar y fferm yn dal yn ddychrynllyd, ond mae gan y busnes gynllun."

www.tbhub.co.uk www.ibTB.co.uk

FarmWell
INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE

PAN FYDD YR ANNISGWYL YN DIGWYDD

Gyda RABI

Pan ddatblygodd cymhlethdodau ar ôl achos o faglu wrth weithio ar y fferm, roedd RABI yno i helpu. Darllenwch stori Norman a Debbie a darganfyddwch fwy ynglŷn â sut y gall RABI helpu pan fydd yr annisgwyl yn digwydd.

RABI
helping farming people

Roedd Norman yn 52 oed ac yn iach, ac roedd ganddo gynlluniau mawr ar gyfer dyfodol ei fferm. Ni fyddai neb byth wedi dychmygu'r fath dynged greulon a fyddai'n gadael ei wraig Debbie yn wraig weddw, yn ceisio cadw'r fferm i fynd â chymorth ei mab James a'i merch Janet.

Eglurodd Debbie: "Fe wnaeth Norman faglu a chracio asgwrn ei ben-glin. Bu'n rhaid iddo gael llawdriniaeth ond roedd popeth yn edrych yn iawn. Rwy'n cofio mynd i'w weld, ac roedd hwyliau da arno. Yna roedd fel pe bai rhywun wedi diffodd y golau. Chawson ni ddim cyfle i ffarwelio hyd yn oed."

Darganfuwyd yn ddiweddarach fod gan Norman gyflwr etifeddol a oedd yn golygu bod tuedd iddo ddatblygu clotiau. Datblygodd clot yn ei waed, gan rwystro'r ocsigen rhag cyrraedd ei ymennydd, ac ni ddaeth Norman ato'i hun.

"Roedd yn adeg swrrealaidd," meddai Debbie. "Ond hyd yn oed pan oedden ni'n teimlo'n ofnadwy, roedden ni'n dal i orfod codi yn y bore a mynd allan i odro."

Roedd rhedeg fferm – tua 90 troedfedd uwchben lefel y môr ar dir gwlyb iawn – yn dipyn o her i'r teulu, heb Norman. Roedd hyd yn oed dod o hyd i'r gwaith papur yn dipyn o dasg ynddi'i hun, a dywedodd Debbie eu bod wedi gorfod dysgu 'meddwl fel ditectifs'. Y peth anoddaf un i Debbie oedd gwylio James yn ceisio dod i delerau â'r cyfrifoldebau enbyd a oedd wedi'u rhoi ar ei ysgwyddau, ar adeg pan oedd hefyd yn ceisio delio â cholli ei dad mor sydyn.

Daeth Debbie o hyd i RABI ar y rhyngrwyd a gwnaeth yr alwad ffôn gyntaf hollbwysig. Aeth swyddog lles i gyfarfod y teulu a threfnodd yn fuan iddynt gael cyngor busnes a grant ariannol i dalu am ychydig o help dros dro ar y fferm.

Dywedodd James: "Roedd hyn yn golygu fy mod yn gallu edrych ychydig bach pellach nag yfory. Doedden ni ddim wedi gallu trosglwyddo'r awenau, felly roeddwn i'n mynd o un dydd i'r llall. Roedd cael cyngor iawn yn help er mwyn i mi allu meddwl ymhellach ymlaen."

Ychwanegodd Debbie: "Roedd pethau'n anodd iawn ar y pryd, felly roedd cael pâr arall o ddwylo i helpu James yn gymorth mawr. Ac roedd yn fwy na dim ond cael rhywun i helpu gyda'r gwaith; roedd yn gymaint o ryddhad i mi, wrth edrych drwy'r ffenestr, o weld bod gan James rywun i siarad gydag ef ac nad oedd e ar ei ben ei hun."

rabi.org.uk

FarmWell
INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE

CHWE CHWESTIWN AC ATEB AM ATWRNEIAETHAU ARHOSOL

Gyda'r arbenigwr cynllunio olyniaeth gwledig a'r Hwylusydd Achrededig Christine Malseed

1. BETH YW ATWRNEIAETH ARHOSOL (LPA)?

Mae atwrneiaeth arhosol (LPA) yn ddogfen gyfreithiol sy'n caniatáu i chi (y 'rhoddwr') benodi un neu ragor o bobl (a elwir yn 'atwrneiod') i'ch helpu i wneud penderfyniadau neu i wneud penderfyniadau ar eich rhan. Mae hyn yn rhoi mwy o reolaeth i chi dros beth fydd yn digwydd i chi os byddwch yn cael damwain neu salwch, ac os byddwch yn methu â gwneud penderfyniadau drosoch eich hun (eich bod 'heb alluedd meddyliol'). Gall gwneud Atwrneiaeth Arhosol roi tawelwch meddwl i chi o wybod bod rhywun rydych yn ymddiried ynddo yn gyfrifol am eich materion. Os byddwch heb alluedd meddyliol i wneud penderfyniadau pwysig drosoch eich hun rywbryd yn y dyfodol, bydd LPA yn galluogi rhywun i wneud y penderfyniadau hyn drosoch.

2. BETH MAE 'HEB ALLUEDD MEDDYLIOL' YN EI OLYGU?

Dyma rai enghreifftiau cyffredin o adegau pan allai unigolyn fod heb alluedd meddyliol ac, o ganlyniad, yn methu â gwneud penderfyniadau drosto'i hun:

- Dementia
- Salwch meddwl
- Anaf i'r ymennydd

3. BETH YW'R DEWIS ARALL YN LLE LPA?

Os byddwch yn colli capasiti meddyliol heb LPA, bydd angen i'ch teulu wneud cais i'r Llys Gwarchod am gael penodi dirprwy i ymdrin â materion ariannol bob dydd. Mae hon yn broses araf a chostus iawn – gall gostio miloedd.

Os oes gennych LPA yn barod, ni fydd angen gwneud hyn.

4. BETH YW'R GWAHANOL FATHAU O LPA?

Os nad ydych yn gallu rheoli eich materion ariannol eich hun, mae LPA (Atwrneiaeth Arhosol) yn penodi un neu ragor o bobl o'ch dewis i wneud hyn drosoch chi. Mae dau fath o LPA:

1. Mae LPA lles personol yn rhoi pŵer i'ch atwrnai wneud penderfyniadau yn ymwneud â'ch trefniadau arferol o ddydd i ddydd (ymolchi, gwisgo, bwyta), gofal meddygol, symud i gartref gofal a thriniaeth feddygol i gynnal bywyd. Dim ond os nad ydych yn gallu gwneud penderfyniadau drosoch eich hun y gellir ei defnyddio.
2. Mae LPA eiddo a materion ariannol yn rhoi pŵer i'ch atwrnai wneud penderfyniadau yn ymwneud â'ch arian a'ch eiddo, gan gynnwys rheoli eich cyfrifon banc neu gymdeithas adeiladu, talu biliau, casglu eich pensiwn neu fudd-daliadau ac, os oes angen, gwerthu eich cartref.

5. PWY ALL FOD YN ATWRNAI?

Dylech benodi rhywun rydych yn ymddiried ynddo i weithredu er eich pennaf les. Gall eich atwrnai fod yn aelod o'r teulu neu'n ffrind, ond mae'n gwneud synnwyr i benodi rhywun sydd wedi arfer delio gyda'ch materion ariannol, os ydych yn gwneud LPA Eiddo a Materion Ariannol.

Mae'n syniad da i benodi o leiaf ddau atwrnai. Drwy wneud hyn, bydd rhywun yn dal i allu gofalu am eich materion os bydd rhywbeth yn digwydd i un ohonynt.

6. SUT I WNEUD ATWRNEIAETH ARHOSOL.

Yn gyffredinol, argymhellir eich bod yn gwneud LPA lles personol ac LPA eiddo a materion ariannol yr un pryd.

Cysylltwch â Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus i gael y ffurflenni perthnasol a phecyn gwybodaeth. Gallwch lawrlwytho'r ffurflenni neu eu llenwi ar-lein.

Gallwch lenwi'r ffurflenni eich hun, neu â chymorth cyfreithiwr neu asiantaeth gyngor leol.· Rhaid cofrestru'r LPA â Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus cyn y gellir ei defnyddio. Mae ffi o £82 am gofrestru eich LPA.

FarmWell
INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE

CYNLLUNIO AR GYFER YR ANNISGWYL YN YSTOD PANDEMIG

Gyda FCN

Pam y mae'n bwysig cael cynllun ar gyfer digwyddiadau annisgwyl?

Mae cynllunio ymlaen llaw ar gyfer digwyddiadau posibl yn hanfodol ar gyfer busnes fferm. Mae cynlluniau ar gyfer digwyddiadau annisgwyl yn sicrhau y gall busnesau fferm ddychwelyd i normal ar ôl amgylchiadau nad oedd modd eu rhagweld â chyn lleied ag sy'n bosibl o niwed ac amhariad. Gyda Covid-19, mae ffermwyr a'u teuluoedd yn wynebu'r posibilrwydd real iawn o gael eu taro'n wael gan y feirws neu symptomau'r feirws, a bod y dioddefwr a'i deulu yn gorfod hunanynysu. Bydd cael cynllun ar gyfer digwyddiadau annisgwyl a allai effeithio ar fusnes y fferm yn sicrhau bod y teulu sy'n ffermio yn barod ar gyfer y sefyllfaoedd annisgwyl y gallent eu hwynebu.

Rydym wedi rhestru ychydig o syniadau i'w hystyried wrth wneud cynllun digwyddiadau annisgwyl ar gyfer eich busnes fferm a'ch teulu drwy gydol y pandemig:

Y Teulu a'r Cartref

Edrychwch ar wefan eich awdurdod lleol neu ar wefan gov.uk i weld pa fesurau diogelu sydd yn eich ardal chi ac i gael yr wybodaeth a'r canllawiau diweddaraf.

- Sut fyddwch chi'n cael nwyddau a meddyginiaethau hanfodol os bydd eich teulu'n gorfod hunanynysu?
- Oes gennych chi grŵp cefnogi lleol yn eich pentref/plwyf?
- Oes gennych chi ddigon o olew gwresogi, nwy ac yn y blaen?
- Ydych chi wedi cytuno ar gynllun gyda'ch teulu ynglŷn â sut y byddwch yn trefnu pethau os bydd rhywun yn gorfod hunanynysu?
- A yw eich Ewyllys yn gyfredol?

Y Fenter Fusnes

BLAENORIAETHU: Gellir dosbarthu gweithgareddau ffermio o ddydd i ddydd i dri chategori:

- "Rhaid gwneud" h.y. godro, bwydo a rhoi gwellt o dan yr anifeiliaido
- "Byddai'n braf gallu gwneud" h.y. carthu llociau bob diwrnod
- "Mae'n debyg y gall aros" – cynnal a chadw adeiladau, ac yn y blaen

Rydym yn awgrymu eich bod yn llunio rhestr o weithgareddau yn nhrefn eu blaenoriaeth fel bod modd ailddyrannu tasgau yn unol â hynny.

- ·Ydych chi wedi paratoi rhestr o unrhyw daliadau y mae angen eu gwneud er mwyn dal i gael bwydydd a chyflenwadau eraill?
- Ydych chi wedi ystyried ychwanegu at stociau bwyd, tanwydd a mewnbynnau hanfodol eraill er mwyn osgoi problemau posibl â'r cyflenwad os bydd rhywbeth yn tarfu ar y cadwyni cyflenwi?
- A yw dognau bwyd ac unrhyw feddyginiaeth sydd ei hangen ar dda byw ar gael i bobl eraill?
- A yw ymrwymiadau cyflenwadau sydd i ddod (h.y. symudiadau grawn, da byw) yn glir?

Staff/contractwyr

- Os bydd eich staff/contractwyr yn methu â gweithio, pwy fydd yn gwneud penderfyniadau ar ran eu busnes?
- Pwy fydd yn derbyn cyfrifoldeb am staff – dyletswydd i ofalu a chynllunio gwaith?·
- Sut fydd staff yn cael eu talu?

ASESIADAU EFFAITH:
Ewch drwy rai senarios ac ystyried:

“Beth petai?” a “Felly beth?”

Mae gwneud yr ymarfer datrys problemau hwn yn rhan hanfodol o’r broses o wneud cynlluniau digwyddiadau annisgwyl i sicrhau parhad busnes. Cofnodwch eich atebion.

CYFATHREBU:
Mae’n bwysig cadw mewn cysylltiad â theulu, ffrindiau, ffermwyr cyfagos a chymdogion o’ch cwmpas, yn ogystal â’r rhai sydd ar restr o brif fanylion cysylltu. Hyd yn oed os byddwch yn cael eich taro’n wael, neu os byddwch yn gorfod ynysu fel teulu, bydd gadael i bobl eraill wybod beth sy’n digwydd yn sicrhau bod modd cael help. Drwy sicrhau bod pobl eraill yn gwybod beth yw eich dymuniad, mae cymaint yn haws sicrhau parhad busnes. Gadewch i’ch cymdogion wybod os ydych yn barod i’w helpu os bydd yn rhaid iddynt ynysu.

GOFYN AM HELP:
Mae Covid-19 yn ddigwyddiad na welwyd ei debyg o’r blaen, o ran ei faint a’i ddifrifoldeb. Er na allwn ddod at ein gilydd fel arfer, mae llawer o bethau y gall pobl eu gwneud o hyd ac mae mwy o ysbryd cymunedol i’w weld y dyddiau hyn. Mae angen i ffermwyr wneud y gorau o bob cymorth sydd ar gael a pheidio â bod ofn gofyn am help pan mae pethau’n anodd.

Y PRIF GYSYLLTIADAU
Ydych chi wedi paratoi rhestr o fanylion cysylltu pwysig? h.y. y milfeddyg, meddyg teulu, contractwyr fferm, cyflenwyr bwyd, rheolwr banc, ymgynghorwyr busnes fferm, agronomegwyr, ymgynghorwyr yswiriant ac unrhyw un arall y mae’r fferm yn dibynnu arno o ddydd i ddydd.

Mae’r wybodaeth yn y ddogfen hon er gwybodaeth yn unig a chanllaw cyffredinol ydyw. Os oes arnoch angen help i ddatblygu cynllun digwyddiadau annisgwyl, ffoniwch Linell Gymorth FCN ar 03000 111 999 a gall un o’n gwirfoddolwyr fynd drwy’r canllaw hwn gyda chi.

FCN | THE FARMING COMMUNITY NETWORK CYMRU

FarmWell
INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE

CWESTIYNAU AC ATEBION GYDA GUTO OWEN

Guto Owen, Swyddog Datblygu Cyswllt Ffermio ar gyfer Sir Conwy

Pam rydych chi'n meddwl ei bod hi'n bwysig i fusnesau amaethyddol gynllunio ar gyfer y dyfodol?

Y pwynt cyntaf yw gwybod lle rydych chi ar hyn o bryd – allwch chi ddim cynllunio ar gyfer y dyfodol os nad ydych chi'n gwybod sut mae eich busnes yn perfformio a pha agweddau y mae angen eu gwella, canolbwyntio arnyn nhw a'u newid.

Cefnogaeth Cyswllt Ffermio

- Oeddech chi'n gwybod bod gennym ni dempled cynllun busnes di-dâl ar-lein?

Guto Owen

Mae'n syniad da rhoi popeth ar bapur er mwyn bod yn hollol glir ynglŷn â lle rydych chi wedi cyrraedd a lle rydych chi'n mynd. Mae'n bosibl gofyn i gynghorydd busnes annibynnol wirio'r cynllun drwy ein cymorthfeydd sy'n cael eu hariannu gant y cant. Os nad yw hyn yn addas i chi, gallwch gael gwerth 80% o gyllid i gael cynghorydd wedi'i gymeradwyo i wneud cynllun busnes llawn i chi â rhagolwg llif arian. Mae bob amser yn werth cael pâr arall o lygaid i edrych ar bethau.

Mae cynllun realistig clir yn sicrhau bod pob aelod o'r teulu neu'r busnes yn gwybod beth yn union rydych yn anelu ato. Dylai ddangos y dulliau a ddefnyddir i gyflawni'r amcanion hyn, y goblygiadau ariannol a'r ffrâm amser ar gyfer cyflawni'r amcanion. Does dim pwrpas cadw cynllun yn y drôr gefn; mae'n bwysig cadw llygad ar gynnydd ac, os oes angen, bod yn hyblyg ac addasu i newidiadau. Mae busnesau y tu allan i fyd amaeth yn cynnal cyfarfodydd bwrdd misol a diweddariadau wythnosol. Pam nad yw hyn yn digwydd mewn busnes ffermio?

Pa gyngor sydd gennych chi i rywun sy'n wynebu newid annisgwyl?

- Peidiwch â chynhyrfu, a chymerwch amser i ddod o hyd i ateb.
- Trowch ddigwyddiadau annisgwyl yn gyfle.
- Byddwch yn hyblyg ac yn barod i newid. Does dim ffordd hawdd o gyflawni amcanion, neu byddem i gyd yn gwneud yr un peth.
- Ceisiwch gynnwys pobl eraill a gofyn am gyngor allanol a chefnogaeth os oes angen.

Ydych chi'n meddwl bod busnesau sy'n cynllunio ar gyfer yr annisgwyl yn fwy llwyddiannus a pham?

- Mae pawb yn cynllunio ymlaen llaw mewn rhyw ffordd, hyd yn oed os yw yn eu pennau, mewn dyddiadur ffermwr, ar gefn amlen neu mewn cynllun busnes. Rydym yn gwybod bod ysgrifennu pethau'n arwain at ganlyniadau gwell.
- Fel y dyfyniad enwog, "Os ydych yn methu â chynllunio, rydych yn cynllunio i fethu".

Sut all Cyswllt Ffermio helpu busnesau i gynllunio ymlaen llaw a chynllunio ar gyfer yr annisgwyl?

Gwasanaeth Cynghori

Cefnogaeth wedi'i Theilwra i'ch helpu i gynllunio ymlaen llaw a gosod nodau. Mae'r Gwasanaeth Cynghori yn darparu:

- Cyngor arbenigol, annibynnol, cyfrinachol a phwrpasol wedi'i deilwra ar gyfer anghenion eich busnes.
- Lleihau costau drwy gynyddu effeithlonrwydd ym mhob agwedd ar eich busnes.
- Meincnodi eich perfformiad, a gweithio tuag at gynnydd a thwf, gan nodi meysydd i'w gwella a dod o hyd i atebion i broblemau.

Mae hyd at 80% o gyllid ar gael ar gyfer cefnogaeth 1-1 a 100% o gyllid ar gyfer cyngor grŵp.

Cymorthfeydd Un i Un

Bydd y gymhorthfa un awr hon, sydd am ddim dros y ffôn neu'n ddigidol, yn eich galluogi i gael cyngor ac arweiniad penodol i'ch busnes mewn lleoliad cyfrinachol rydych yn ymddiried ynddo. Mae'r pynciau'n cynnwys materion Cyfreithiol, Cyfrifyddu, Busnes, Maeth, Rheoli glaswellt a phridd, Coetir, Marchnata ac arallgyfeirio, Cynllunio, Rheoli staff, Seilwaith ac Iechyd Anifeiliaid.

Mentora

Gall ymgeiswyr cymwys gael 15 awr o wasanaethau mentora wedi'u hariannu'n llawn gyda mentor ffermio neu goedwigaeth o'u dewis. Gallwch gyfathrebu drwy ymweliadau wyneb yn wyneb, sgyrsiau ffôn neu alwadau fideo i enwi dim ond ychydig. Mae ein Mentoriaid 'wedi bod yno, ac wedi gwneud hynny', a gallant ddatblygu perthnasoedd lle mae'r ddwy ochr yn ymddiried yn ei gilydd ac yn parchu ei gilydd. Byddant yn gallu rhannu eu gwybodaeth, eu profiad a'u barn ddiduedd i'ch helpu i nodi eich amcanion a chyflawni eich potensial.

Hyfforddiant

Bydd ein rhaglen sgiliau a hyfforddiant yn helpu unigolion i feithrin y sgiliau allweddol a'r cymwyseddau y mae arnoch eu hangen er mwyn cyflawni amcanion personol a thechnegol, ac amcanion busnes. Caiff yr holl hyfforddiant ei ariannu'n llawn neu â chymhorthdal o hyd at 80%. Mae gennym hefyd gyrsiau e-ddysgu di-dâl sy'n ymdrin â nifer o wahanol bynciau ac a fydd yn eich helpu i ddysgu sgiliau newydd, datblygu eich sgiliau a'ch gwybodaeth bresennol, a gwella arferion gweithio yn eich busnes.

Cefnogaeth TG

Mae Cyswllt Ffermio yn darparu hyfforddiant cyfrifiadurol wedi'i ariannu'n llawn. Beth bynnag eich lefel sgiliau, gallai hyfforddiant cyfrifiadurol eich helpu i reoli eich busnes yn fwy effeithlon, lleihau gwaith papur, ac arbed amser ac arian. Mae hyn yn cynnwys sesiynau un i un, gweithdai grŵp neu gefnogaeth wedi'i theilwra yn ymwneud ag EID Cymru, BCMS ac yn y blaen.

Ewch i: businesswales.gov.wales/farmingconnect/cy

Diolch i chi am ddarllen cynnwys Amser i Gynllunio mis Tachwedd ar 'Gynllunio ar gyfer yr Annisgwyl'. Gobeithio bod y ddogfen hon yn ddefnyddiol. Cofiwch edrych am yr wybodaeth ddiweddaraf am y prosiect drwy fynd i: https://farmwell.cymru/amser-i-gynllunio/

Bydd cynnwys mis Rhagfyr yn canolbwyntio ar 'Arallgyfeirio'. Os hoffech weld yr erthyglau diweddaraf dilynwch ni:

Twitter: @FCNFarmWell
Facebook: @FCNFarmWell

Welwn ni chi yno.

FCN | THE FARMING COMMUNITY NETWORK CYMRU

FarmWell
INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE
GWYBODAETH | CYMORTH | CADERNID

Os hoffech gyfrannu gwybodaeth arbenigol neu ysgrifennu erthygl ar gyfer Amser i Gynllunio, anfonwch ebost: mark@fcn.org.uk