Seiclo mewn Ffordd Wahanol

(SeE Cycling Differently)

2021 - 2024

Pedal Power Inclusive Cycling Charity

Dyddiad yr Adroddiad : 3ydd Gorffennaf 2024
Cyfarwyddwr : Sam Farnfield

Registered Charity No / Rhif Elusen Gofrestredig: 1092304
Company Limited by Guarantee / Cwmni Cyfyngedig trwy Warant: 4373456

Manylion y ddogfen

Cyfeirnod	SCD 1/2
Fersiwn	1.0
Cylchrediad	External (Welsh Government)
Dyddiad Cyhoeddi	28/06/2034
Awduron	Sam Farnfield Carys Hudd
Adolygwyd gan	Anna Bevan / Gabe Taylor
Cymeradwywyd gan	Sam Farnfield

Cynnwys

Executive Summary 5

1. Crynodeb Gweithredol 6

1.1 Prosiect 'Seiclo mewn Ffordd Wahanol' (Cam 1) 6

1.1.1 Cefndir a Chyd-destun 6

1.1.2 Isadeiledd 8

1.1.3 Goresgyn Rhwystrau 9

1.1.4 Ymgysylltu â chymunedau a phrosiectau 11

1.1.5 Beiciau (Cam 1) 13

1.2 Cam 2 y prosiect 14

1.2.1 Ymgysylltu'n Ehangach 14

1.2.2 Hyfforddiant Rhad ac am Ddim a Llogi Beiciau 14

1.2.3 Beiciau (Cam 2) 16

1.2.4 Canlyniadau a Chynlluniau ar gyfer y Dyfodol 17

1.2.5 Cyfeiriadur a Fforwm 17

1.2.5.1 Cyfeiriadur 18

1.2.5.2 Fforwm 18

1.2.5.3 Cymorth parhaus 18

1.3 Dysgu 19

2. Tystiolaeth 21

2.1 Proffiliau demograffig 21

2.1.1 Rhyfedd 21

2.1.2 Oedran 22

2.1.3 Cyflogaeth 23

2.1.4 Ethnigrwydd 23

2.2 Anabledd 24

2.3 Manteision canfyddedig cael e-feic 25

3.3.1 Iechyd a lles personol 25

3.3.2 Effaith ar deithiau 26

Cynnwys

2.4	**Ystadegau am logi beiciau a thripiau**	**27**
2.5	**Teithio Llesol**	**31**
2.6	**Hyfforddiant e-cargo**	**32**
2.7	**Gwahaniaethau rhwng Cam 1 a Cham 2**	**33**
2.8	**Data am CO2 a gasglwyd gan dracwyr ar e-feiciau**	**35**
	2.7.1 Data CO2 a gasglwyd mewn gwirionedd	36
	2.7.2 Arbedion CO2 a ragwelir	36
3.	**Astudiaethau Achos**	**38**
3.1	**Linda, Treic Gorwedd**	**38**
3.2	**Rhys, Treic Gorwedd ICE**	**39**
3.3	**Louise a’r Teulu, E-Velo a Raleigh Cargo**	**40**
3.4	**Jackie, Treic Trydan Mission**	**41**
3.5	**Cydweithfa Fwyd StarGaAllot a Splo-Down, Tern HSD**	**42**
3.6	**Cardiff Salad Growers, Tern GSD**	**43**
4.	**Canlyniadau cadarnhaol ac adborth**	**45**
4.1	**Effaith hirdymor**	**45**
4.2	**Canlyniadau ac adborth anecdotaidd**	**46**

Executive Summary

Fe gafodd ein fflyd o e-feiciau eu llogi am **2,432** o ddiwrnodau trwy gydol cyfnod y prosiect a gynhaliwyd yn 2022-2024.

Fe gofnodwyd **5,341** o deithiau gan y 23 o dracwyr a osodwyd ar ein fflyd o e-feiciau, gan gofnodi teithiau **7.3km** o hyd ar gyfartaledd

Am y dydd/rhan o'r dydd y llogwyd **83%** o'r beiciau, ac fe ddewisodd y **17%** a oedd yn weddill eu llogi am nifer o ddiwrnodau

Mae'r tracwyr wedi cofnodi y cafodd **2,573kg o CO2** ei arbed o ganlyniad i deithiau ar e-feiciau. Drwy ystyried hynny yng nghyd-destun ein fflyd lawn, amcangyfrifir bod y rhai a gymerodd ran wedi arbed **4,341.9kg o CO2**

Dywedodd **81%** o'r rhai a gymerodd ran fod e-feiciau'n eu hannog i wneud teithiau na fyddent wedi'u gwneud fel arall.

Dywedodd **86%** o'r rhai a gymerodd ran fod yr e-feiciau wedi cael effaith er gwell ar eu hiechyd, a dywedodd **96%** eu bod wedi cael effaith er gwell ar eu lles.

Roedd gennym **36** yn ein fflyd yng Ngham 1, a **47** yng Ngham 2

Dywedodd **94%** o'r rhai a gymerodd ran y byddent yn ystyried llogi e-feic eto, ac roedd **50%** ohonynt yn bwriadu llogi'n fisol, a **40%** yn wythnosol.

Dywedodd **74%** o'r rhai a gymerodd ran y byddent yn ystyried prynu e-feic.

Y gost **(51%)** oedd y rhwystr mwyaf oedd yn atal pobl rhag bod yn berchen ar e-feiciau. Roedd y prif rwystrau eraill yn cynnwys: Cael lle di-ogel i'w cadw **(22%)** a diogelwch ar y ffyrdd **(9%)**

Ymhlith y **208** o bobl a roddodd wybodaeth am eu hunaniaeth o ran rhywedd, roedd **59%** yn Fenyw, **36%** yn Wryw, **1%** yn Anneuaidd, ac roedd yn well gan **3%** beidio â dweud.

Roedd croestoriad gweddol gyfartal o ran oedran yr oedolion a gymerodd ran, ac roedd nifer fach o bobl ifanc yn eu harddegau hefyd.

Dywedodd **75%** o'r rhai a gymerodd ran mewn hyfforddiant seiclo e-cargo eu bod yn teimlo'n fwy hyderus ar ôl cael yr hyfforddiant.

1. Trosolwg o'r prosiect

Bwriad prosiect Seiclo mewn Ffordd Wahanol (See Cycling Differently) oedd rhoi'r cyfle i ddefnyddwyr rheolaidd Pedal Power, sy'n cynnwys nifer helaeth sy'n nodi eu bod yn anabl, ddefnyddio e-feiciau wedi'u haddasu megis beiciau gorwedd a thandem i wella eu profiadau seiclo.

1.1 Prosiect Seiclo mewn Ffordd Wahanol (Cam 1)

1.1.1 Cefndir a chyd-destun

Fe ddyfarnwyd £257,150 i Friends of Pedal Power Project Ltd (Pedal Power) ym mis Awst 2021 i'w ddefnyddio dros gyfnod o 2 flynedd. Nod y prosiect oedd cynyddu'r ddarpariaeth sydd ar gael i'r 1500+ o bobl sy'n aelodau o'r elusen seiclo hygyrch a defnyddwyr ledled Caerdydd drwy ddarparu fflyd o e-feiciau. Fe barhaodd y prosiect tan fis Mawrth 2023.

Bwriad prosiect Seiclo mewn Ffordd Wahanol oedd rhoi'r cyfle i ddefnyddwyr rheolaidd Pedal Power, sy'n cynnwys nifer helaeth sy'n nodi eu bod yn anabl, ddefnyddio e-feiciau wedi'u haddasu megis beiciau gorwedd a thandem i wella eu profiadau seiclo. Roedd hyn yn cynnwys galluogi defnyddwyr i seiclo ymhellach a heb gymorth, yn ogystal â galluogi defnyddwyr newydd i fanteisio ar wasanaethau'r elusen pan nad oedd hynny'n bosibl yn flaenorol.

Roedd y prosiect yn ceisio apelio'n ehangach hefyd at deuluoedd a chymunedau yn ardal Caerdydd drwy annog y defnydd o feiciau e-cargo ac e-feiciau 2-olwyn.

Gan fod Pedal Power eisoes yn cynnig y cyfle i logi beiciau ac aelodaeth am brisiau rhesymol, ni chynigiwyd y fflyd newydd o e-feiciau newydd am ddim, yn wahanol i'r prosiectau eraill. Yn hytrach, fe gafodd ei ymgorffori'n rhan o broses logi arferol yr elusen a'i sefydlu i roi buddion hirdymor fel cynnig parhaol ymhell ar ôl i'r prosiect ddod i ben — gan olygu y bydd pawb sy'n byw yng Nghaerdydd ac ardal de Cymru yn ehangach yn gallu manteisio arnynt.

Er mwyn annog pobl i fanteisio ar yr e-feiciau newydd hyn, fe gynigiodd Pedal Power sesiynau blasu e-feiciau rhad ac am ddim fel bod unrhyw un yn gallu rhoi cynnig ar wahanol feiciau a mwynhau'r manteision heb orfod talu ceiniog. Fe gafodd y rhain eu paratoi gyda'r defnyddwyr mewn golwg gan roi'r cyfle i'r rhai a oedd yn eu profi ofyn cwestiynau mewn amgylchedd braf a chefnogol.

I fonitro'r prosiect, fe ddarparodd Pedal Power dracwyr See.Sense ar bob beic a oedd yn rhan o'r prosiect i gasglu data. Ar ben hynny, fe ofynnwyd i bob defnyddiwr lenwi holiadur yn manylu ar eu profiad o ddefnyddio e-feiciau a rhoi adborth.

"Prin yw'r cyfleoedd i roi cynnig ar ddefnyddio E-feiciau, rydym yn ffodus ein bod yn gallu gwneud hyn yn Pedal Power!"

Taith grŵp e-feic dydd Gwener

1.1.2 Isadeiledd

Elusen leol yng Nghaerdydd yw Pedal Power, ac mae'n gweithredu ar ddau safle yn y ddinas. Mae'r prif safle ym Mhontcanna ar agor trwy gydol y flwyddyn. Mae ar gyrion Parc Bute, ger canol y ddinas, ac mae dewis da o amwynderau a llwybrau seiclo diogel ar gael yn y parc yn ogystal â Llwybr Taf. Mae darpariaeth dda ar y safle ei hun hefyd, gan gynnwys caffi a thoiledau hygyrch.

Mae'r ail safle, sy'n llai o faint, ym Mae Caerdydd ac mae ar ochr Caerdydd y morglawdd. Mae'r lleoliad yn cynnig cyfleoedd diogel i seiclo ar yr arfordir a Bro Morgannwg. Mae'r ddarpariaeth yn dymhorol (misoedd y gwanwyn a'r haf yn unig) ac mae'n llai na'r hyn a gynigir ar y prif safle ond mae detholiad o feiciau wedi'u haddasu ar gael yno megis treiciau ochr-wrth-ochr y gall defnyddwyr eu llogi a'u mwynhau.

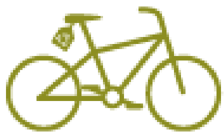
Fodd bynnag, ar ddechrau Seiclo mewn Ffordd Wahanol, roedd y safle hwn yn llai parhaol, ac yn gweithredu allan o gynwysyddion llongau, heb unrhyw gyflenwad dŵr na thrydan ar y safle. Felly, nid oedd cyfleusterau gwefru ar gyfer e-feiciau ar y safle ac roedd Pedal Power yn pryderu y byddai cynnydd yn nifer y defnyddwyr yn rhoi rhagor o bwysau ar y seilwaith o ystyried bod y dderbynfa mewn sied gardd a'r hen gynwysyddion llongau oedd yn cael eu defnyddio.

Felly, yn rhan o'r prosiect hwn, gofynnodd Pedal Power am ragor o arian i allu cynnig amwynderau ychwanegol, diogelwch a storfa ar y safle yn y Bae. Roedd hyn yn cynnwys cynhwysydd llongau â chyfarpar swyddfa a chyflenwad trydan a dŵr. Fe ofynnwyd hefyd am gynwysyddion ychwanegol yn lle'r hen rai a oedd yn gollwng, yn ogystal â chynhwysydd sy'n agor ar un ochr i gynyddu faint o le sydd ar gael ar gyfer storio ar y prif safle ym Mhontcanna.

1.1.3 Goresgyn rhwystrau

Roeddem yn wynebu llu o broblemau yn hydref 2021.

Roedd cyfnodau clo Covid-19 yn parhau i effeithio ar rannau helaeth o'r byd, ac yn golygu bod gweithgynhyrchwyr yn wynebu oedi enfawr gan fod ffatrïoedd a phorthladdoedd ar gau. Fe achosodd hyn gynnydd enfawr mewn prisiau, ac fe gododd y pris am un cynhwysydd yn aruthrol o ganlyniad i'r oedi byd-eang o ran cludo nwyddau ar longau, yn ogystal â phris prynu'r cynwysyddion hyn yn sgîl hynny.



Ar ben hynny, fe gafodd y DU ei heffeithio'n arbennig gan newidiadau i reoliadau ffiniau yn sgîl ymadael â'r Undeb Ewropeaidd ar ôl Brexit a arweiniodd at ragor o weithdrefnau gan yr awdurdodau ffiniau. Fe greodd hyn oedi, prosesau newydd, a gwaith papur ychwanegol mewn porthladdoedd a rhagor o bwyntiau cyswllt ar gyfer nwyddau a oedd yn cael eu cludo. Fe roddodd rhai gweithgynhyrchwyr y gorau i gludo nwyddau i'r DU yn uniongyrchol, gan adael i'r prynwr fod yn gyfrifol am drefnu hyn, ac fe gynyddodd darparwyr eraill eu prisiau.

Er mwyn ceisio goresgyn y rhwystrau hyn, fe ddechreuodd Pedal Power drafodaethau cynnar gyda gweithgynhyrchwyr, gan gynnal perthynas dda gyda nhw gyda'r bwriad o brynu'r beiciau arbenigol a oedd eu hangen ar gyfer prosiect Seiclo mewn Ffordd Wahanol. Felly, er gwaethaf yr oedi hir o ran yr archebion, fe lwyddodd Pedal Power i brynu pob un ond un o'r beiciau gofynnol am brisiau masnach. Fe gafodd trefniadau mewnol eu gwneud i gludo'r treiciau arbenigol a'r beiciau wedi'u haddasu ledled Ewrop, ac fe gyrhaeddodd y beiciau ddiwedd 2021 a dechrau 2022.

Er inni allu gwneud arbedion ar bris y beiciau, roedd prisiau'r cynhwysyddion erbyn hynny dros 3 gwaith y pris gwreiddiol. Fe gomisiynwyd y swyddfa anffurfiol a'r cynwysyddion a oedd yn agor yn yr ochr, ac fe gafwyd gafael ar y cynwysyddion 20 troedfedd sylfaenol gan ddarparwyr lleol.

Yn anffodus, fe gawsom ragor o anawsterau wrth i'r gwneuthurwr a gomisiynwyd ar gyfer y cynwysyddion gael ei ddiddymu, ac nid oedd yn gallu darparu'r un o'r ddau gynhwysydd. Fe aethom ati i chwilio am wneuthurwr newydd gan fod pethau'n mynd yn ben set arnom erbyn hynny.

Erbyn diwedd gwanwyn 2022, roedd Pedal Power yn falch o allu gweithredu ar ein safle yn y Bae unwaith eto. Roedd prif gyflenwad trydan a dŵr bellach yn eu lle, ynghyd â chynwysyddion diogel a theledu cylch cyfyng at ddibenion diogelwch. Roedd gwaith llunio llwybrau yn yr ardal wedi darparu llwybr seiclo ar garreg drws y safle, ac o ganlyniad i grant ychwanegol gan sefydliad Cadwch Gymru'n Daclus, roedd gan y safle ardd gymunedol a ddyluniwyd i hwyluso mwy o ymgysylltu â'r gymuned.

1.1.4 Ymgysylltu â chymunedau a phrosiectau

Yn lansiad swyddogol Seiclo mewn Ffordd Wahanol yng ngwanwyn 2022, daeth bron i 100 o bobl yno i roi cynnig ar y fflyd newydd o e-feiciau yn ystod ymweliad gan y Dirprwy Weinidog Hinsawdd, Lee Waters.

Lee Waters (chwith) yn defnyddio e-dreic

Roedd cynrychiolwyr awdurdodau lleol o Gaerdydd, Bro Morgannwg a Chasnewydd yno yn ogystal â Thrafnidiaeth Cymru a llawer o grwpiau a sefydliadau cymunedol a thrafnidiaeth eraill. Fe gyflwynodd y Cyfarwyddwr blaenorol, Sian Donovan, y prosiect i'r Grŵp Trawsbleidiol ar gyfer Teithio Llesol a Menter Symud Mwy a Bwyta'n Iach y GIG yn ogystal â CCHA a chymdeithasau tai Taf a Newydd i annog y sectorau iechyd a thai cymunedol i ddefnyddio e-feiciau. Fe groesawyd y syniad o gynnig sesiynau blasu yn frwd, ond ni chafodd y cam nesaf yr un croeso, sef annog staff i'w llogi yn rhan o gronfa o feiciau a'u defnyddio'n rheolaidd er budd eu lles, ac fe gafwyd gwared ar y syniad maes o law, yn anffodus.

Roedd y sesiynau blasu yn hynod lwyddiannus, ac fe gymerodd y sefydliad cymunedol lleol, Women Connect First, ran yn y reidiau Breeze rheolaidd o Pedal Power. Roeddent ymhlith y rhai cynharaf i hoffi e-feiciau, yn ogystal â SRCDC, Elderfit a Gwasanaeth Dydd Tremorfa a ddaeth yn ddefnyddwyr rheolaidd a brwdfrydig o feic cadair olwyn newydd Velo.

Fe gymerodd Cyngor Caerdydd, Trafnidiaeth Cymru a Sustrans i gyd ran mewn nifer o weithdai seiclo cynhwysol gan ddefnyddio fflyd newydd Pedal Power i gymhwyso eu harbenigedd seiclo bob dydd a chysylltu â'r byd seiclo hygyrch.

"Rwy'n meddwl y byddai'n wych pe byddai Llywodraeth Cymru yn ariannu sefydliadau fel Pedal Power i farchnata a chynnig rhagor o ddiwrnodau agored fel bod pobl nad ydyn nhw o reidrwydd yn awyddus i ddefnyddio e-feiciau (e-cargo neu fel arall) yn cael y cyfle i roi cynnig ar eu defnyddio."

Roedd yr e-feiciau gorwedd yn hynod boblogaidd yn Ysbyty Llandochau ac, ar ôl cael cymorth gan Symud Mwy a Bwyta'n Iach, sefydlwyd grŵp adsefydlu niwro rheolaidd i seiclo'n wythnosol o Pedal Power. Mae'r grŵp hwn yn parhau yn 2024 ac mae'n enghraifft o lwyddiant gwych prosiect Seiclo mewn Ffordd Wahanol ac e-feiciau.

"Rwy'n ei fwynhau'n fawr ac mae hefyd wedi helpu i roi hwb i fy hyder wrth fynd allan ar ôl cael fy ynysu oherwydd salwch. Roeddwn i'n arfer seiclo cyn imi fynd yn sâl. Mae'n deimlad anhygoel gallu gwneud hyn eto drwy ddefnyddio treic gydag e-gymorth."

Rhys Holmes ar dreic gorwedd. Mae Rhys yn reidio treic ICE yn wythnosol erbyn hyn ac mae'n canmol e-feiciau a Pedal Power i'r cymylau

1.1.5 Beiciau (Cam 1)

Fe ddewiswyd beiciau'n benodol gan weithgynhyrchwyr ledled Ewrop i geisio galluogi cynifer o bobl â phosibl i fwynhau eu manteision. Hefyd, fe ddewiswyd beiciau i wella profiad defnyddwyr trwy oresgyn amhariadau.

Beiciau Hygyrch

◊ à 2 x Ice Trike Adventures
◊ à 1 x HP Velotechnik Gekko
◊ à 1 x Van Raam Easy Rider
◊ à 1 x Van Raam Easy Rider Sport
◊ à 1 x Van Raam Fun 2 Go and Fun Train
◊ à 1 x Van Raam Velo Plus
◊ à 1 x Mission E-
◊ à 1 x Hase Pino

Beiciau 2 olwyn safonol

◊ à 4 x Raleigh Motus
◊ à 6 x Ridgeback
◊ à 2 x Van Raam Balance
◊ à 8 x Isla E-Janis

Beiciau cargo

◊ à 1 x Reise & Muller Pakster
◊ à 1 x Raleigh Stride
◊ à 2 x Tern HSD
◊ à 2 x Tern GSD

“Cofiwch nad yw pawb yn seiclo ar ddwy olwyn”

1.2 Cam 2 y prosiect

1.2.1 Ymgysylltu'n Ehangach

Gan fod Cam 1 Seiclo mewn Ffordd Wahanol wedi cael effaith gadarnhaol ar ddefnyddwyr craidd Pedal Power, fe ddyfarnwyd £60,000 yn rhagor i barhau â'r prosiect tan fis Mawrth 2024. Fe olygodd hyn fod modd prynu'r e-feiciau ychwanegol a nodwyd yng Ngham 1 fel rhai pwysig er mwyn gwella fflyd Pedal Power. Ochr yn ochr â hyn, fe barhaodd y sesiynau blasu a'r gwaith ymgysylltu.

Yn ystod Cam 1, aeth Pedal Power ati'n rhagweithiol i gysylltu a chyfathrebu'n amlach â sefydliadau tebyg ledled Cymru. Yng Ngham 2, fe gymerodd gamau pellach i rannu rhagor o wybodaeth drwy baratoi cyfeiriadur gwasanaethau a'i gyhoeddi. Y nod oedd codi ymwybyddiaeth o'r sector ymhellach a'i wneud yn fwy hygyrch, yn ogystal â chreu fforwm fel bod y sefydliadau sy'n cymryd rhan yn gallu rhoi adborth ar brofiadau a rhannu gwybodaeth.

1.2.2 Hyfforddiant rhad ac am ddim a llogi beiciau

Er mwyn helpu i fynd i'r afael â'r rhwystrau o ran cost a hyder, sef dau o'r pwyntiau mwyaf cyffredin a godwyd yn yr adborth am Gam 1, fe greodd Pedal Power fodel newydd o ymgysylltu a oedd yn canolbwyntio'n bennaf ar feiciau cargo a beiciau 2 olwyn gan fod llai o bobl na'r disgwyl wedi eu defnyddio.

Gan gymryd camau ar sail yr adborth a'r hyn a ddysgwyd yng Ngham 1, fe ychwanegwyd elfen newydd at y prosiect i roi'r cyfle i grwpiau cymunedol lleol, y trydydd sector a chwmnïau buddiant cymunedol logi beiciau'n rhad ac am ddim. Y bwriad oedd rhoi rhagor o gyfleoedd i bobl ddefnyddio e-feiciau mewn cymunedau ledled Caerdydd. Yn ogystal â rhoi'r cyfle i logi beiciau, cynigiwyd hyfforddiant seiclo am ddim i ddenu niferoedd uwch a gadael gwaddol o sgiliau craidd.

I'r grwpiau hyn, storio ac yswiriant oedd y prif ffactorau a oedd yn eu rhwystro rhag defnyddio'r beiciau hyn. Roedd yswiriant grŵp yn gostus i rai sefydliadau, a storio eitem gwerth uchel ar eu heiddo oedd yn eu poeni fwyaf. Roedd storio yn broblem fwy cyffredin gan fod rhai sefydliadau yn manteisio ar yr hyfforddiant seiclo, ond yn methu â llogi beic yn ddiogel wedi hynny.

Yn arwyddocaol, fe lwyddodd tri o'r sefydliadau a'r grwpiau a gymerodd ran i gael cyllid a phrynu beiciau e-cargo i'w defnyddio gan eu timau. Mae dau sefydliad arall yn y broses o wneud cais am gyllid wrth i'r prosiect ddirwyn i ben.

"Yn fy marn i, roedd yr hyfforddiant hwn yn hollbwysig. Fe gafodd tri ohonom yn Wyndham St Pantry hyfforddiant ardderchog gyda Gill, gan gynnwys sesiwn ar drin beiciau. Er fy mod yn cymudo ar feic yn nhraffig y dref bob wythnos, roedd yn bwysig iawn o hyd fy mod yn dysgu sut i reoli'r beic e-gargo, yn enwedig wrth ei lwytho. "

Un o'r pethau pwysicaf a ddysgwyd oedd bod y broses o gyflwyno'r hyfforddiant pwrpasol yn hynod lafurus, er ei fod yn rhoi canlyniadau cadarnhaol. Nid oedd rhai wedi seiclo o gwbl yn flaenorol a/neu roedd angen llawer o wersi arnynt cyn eu bod yn barod i allu dechrau hyfforddiant safonol a hyfforddiant seiclo cargo llwythi trwm.

Wedi dweud hynny, fe roddodd y rhai a gymerodd ran adborth ardderchog am y model, ac fe ymrwymodd pum sefydliad i gymryd rhan yn y prosiect fis diwethaf. Gan fod gennym restr aros erbyn hyn, rydym yn gwneud cais am ragor o gyllid i barhau â'r elfen hon o Seiclo mewn Ffordd Wahanol.

"Roedd yr hyfforddiant a gawsom yn hanfodol i allu defnyddio'r beic cargo yn ddiogel – daliwch ati gyda'r cynllun os gwelwch yn dda"

1.2.3 Beiciau Cam 2

Gan nad oedd modd cael gafael ar un e-feic penodol yng Ngham 1, fe geisiodd Pedal Power wella ei fflyd ymhellach drwy ychwanegu beic 2-olwyn ysgafn cam isel Isla E-Joni, am ei fod yn ardderchog ar gyfer hyfforddiant seiclo, beicwyr hŷn ac ailddechrau seiclo. Ochr yn ochr â hyn byddai beic llaw yn cwblhau fflyd yr e-feiciau.

Beiciau 2 Olwyn Safonol

5 x Isla E-Joni

Beic hygyrch

1 x Beic Llaw Da Vinci Speeder

"Mae wedi fy ysbrydoli i ddefnyddio e-feiciau'n fwy aml ac roeddwn i'n teimlo'n wych yn yr awyr iach."

1.2.4 Canlyniadau a chynlluniau ar gyfer y dyfodol

Y nod oedd galluogi grwpiau cymunedol i brynu e-feiciau i'w defnyddio'n ehangach gan eu staff, gwirfoddolwyr a defnyddwyr, gan ddileu'r gost sy'n rhwystr i ddefnyddwyr rheolaidd. Byddai'r hyfforddiant seiclo rhad ac am ddim yn meithrin sgiliau craidd hefyd ymhlith y grwpiau hyn, gan roi manteision hirdymor newid ymddygiad ac ategu nodau teithio llesol ehangach - naill ai drwy ddefnyddio e-feiciau neu feiciau di-drydan safonol.

Yng Ngham 2, fe gafodd sefydliadau y cyfle i logi beiciau a/neu gael hyfforddiant yn rhad ac am ddim. Ni fanteisiodd chwech o'r sefydliadau hyn ar unrhyw ran o'r broses logi. Fe nododd pob un ohonynt broblemau o ran storio, a bu oedi gyda thri arall oherwydd problemau yswiriant. Ymhlith y chwe a wnaeth logi, fe wnaeth tri ohonynt logi beiciau am y dydd yn unig.

Fe lwyddodd tri sefydliad i brynu beiciau cargo ar ôl cymryd rhan yn y prosiect, ac mae pedwerydd sefydliad yn parhau i geisio dod o hyd i gyllid.

1.2.5 Cyfeiriadur a Fforwm

Mae Pedal Powers yn credu'n gryf y dylai fod darpariaeth debyg i bob cymuned ar draws Cymru. Gan fod ymwybyddiaeth yn amrywio a chyn lleied o wybodaeth yn cael ei rhannu rhwng awdurdodau lleol, y trydydd sector a chymunedau, y cysyniad yn syml yw codi ymwybyddiaeth o'r gwasanaethau seiclo hygyrch a chynhwysol sydd ar gael yng Nghymru.

Mae Pedal Power yn cael ceisiadau am gymorth, arweiniad a chyfarwyddyd yn rheolaidd gan ddefnyddwyr a sefydliadau, felly bydd darparu cyfeiriadur gwasanaethau yn fodd o helpu i rannu gwybodaeth yn y tymor hwy. Ochr yn ochr â hyn, byddai fforwm sy'n cynnwys aelodau o'r sefydliadau hyn yn cwrdd o bryd i'w gilydd i drafod materion, rhannu gwybodaeth, a chynorthwyo ei gilydd i gryfhau'r sector.

1.2.5.1 Y Cyfeiriadur

Un gofyniad allweddol ar gyfer y cyfeiriadur oedd bod yn rhaid i'r cynnig fod yn gynaliadwy a bod modd ei ddiweddaru ac ateb cwestiynau. Ar ben hynny, roedd angen iddo fod ar gael yn Gymraeg ac yn Saesneg. Llwyddwyd i wneud hynny'n rhan o brosiect ehangach i wneud holl wefan Pedal Power yn ddwyieithog.

Er mwyn creu'r cyfeiriadur, fe ddechreuodd Pedal Power ymchwilio i sefydliadau eraill sy'n darparu seiclo cynhwysol a hygyrch yng Nghymru. Fe gyhoeddir y fersiwn gyfredol ar wefan Pedal Power ac mae'n rhestru manylion 13 o sefydliadau.

1.2.5.2 Y Fforwm

Fe gynhaliodd y fforwm ei gyfarfod cyntaf yn hydref 2023. Yn yr adborth a gafwyd, mynegwyd ei fod yn ychwanegu gwerth, bod angen cymorth i rannu gwybodaeth yn y sector, a bod cyllid yn hanfodol i bob sefydliad allu parhau.

Mae Pedal Power wedi dechrau gweithio ar ddogfennau y gellir eu rhannu hefyd i gynorthwyo prosesau llywodraethu a rheoli, maes allweddol a godwyd gan rai aelodau o'r fforwm. Bydd y rhain ar gael i'w rhannu am ddim wrth i'r cyfeiriadur barhau ymhell ar ôl i brosiect Seiclo mewn Ffordd Wahanol ddod i ben.

1.2.5.3 Cymorth parhaus

Wrth greu'r cyfeiriadur, daeth yn amlwg bod y ddarpariaeth yn anghyson ar draws gwahanol awdurdodau lleol yng Nghymru. Daeth yn amlwg hefyd fod y ddarpariaeth a graddfa'r hyn a gynigir yn amrywio fesul ardal. Grwpiau gwirfoddol ac elusennau sy'n ymroddedig i seiclo hygyrch sy'n darparu rhai ohonynt. Fe ddarperir rhai eraill gan elusennau sy'n cynnig seiclo fel elfen o'u gwasanaeth i gymunedau. Darpariaeth gan awdurdodau lleol mewn adeiladau cymunedol a darpariaeth a gynorthwyir gan iechyd yw rhai ohonynt - ac mae'r rhain yn aml yn rhan o wasanaethau i oedolion neu ffisiotherapi dan arweiniad.

Nid oes un ffordd gyson o gael mynediad at y sefydliadau hyn gan fod modelau'n amrywio ac mae gofynion ariannol a staff/gwirfoddolwyr yn aml yn dylanwadu ar y ddarpariaeth.

Mae'r cymorth uniongyrchol sydd ar gael ar gyfer y gwasanaethau hyn yn anghyson hefyd yn ogystal â sut gellir cael gafael ar offer. Dyna pam y bydd Pedal Power yn parhau â'r gwaith hwn ar ôl i brosiect Seiclo mewn Ffordd Wahanol ddod i ben. Byddwn yn parhau i ymgysylltu â rhanddeiliaid ledled Cymru er mwyn annog cysylltiad â’r sefydliadau hyn er budd lleol a chenedlaethol. Felly, bydd cyfarfodydd fforwm a chynlluniau parhaus i roi rhagor o gymorth i'r grwpiau hyn yn parhau.

1.3 Dysgu

Rhoddodd y fflyd newydd o feiciau hygyrch fwy o fanteision na'r hyn yr oeddem wedi'i ddisgwyl. Fe ddychwelodd y beicwyr i seiclo'n amlach, gan seiclo ymhellach ac yn fwy annibynnol.

"Teimlo'n fwy positif, gweld ardaloedd newydd, rhoi cynnig ar brofiadau newydd."

Ar gyfer dau feic yn benodol — y Fun2Go a’r Velo — fe gynyddodd nifer y defnyddwyr o gymharu â’r beiciau di-drydan. Fe arweiniodd hyn at fwy o weithwyr cymorth a gofalwyr yn seiclo a'r manteision dilynol sy’n deillio o hynny.

“Rwy’n weithiwr cymorth, felly mae e-feiciau’n ei gwneud hi’n haws imi gynorthwyo pobl a mwynhau’r sesiwn.”

I'r rhai sy'n gyfarwydd â seiclo, roedd y beiciau cargo yn llwyddiant ysgubol - a daeth bywyd yn haws i blant, cŵn, siopa ac o ran teithiau gwaith o ganlyniad i'r beiciau cargo!

"Yn syml, mae'r beic e-cargo yn fy ngalluogi i fynd â'r plant i'r ysgol ar fy meic gan olygu mod i'n gallu gwneud hyd yn oed mwy o'm teithiau ar feic. Mae mwy o seiclo ym mha bynnag ffordd yn fy ngwneud yn hapus iawn. Rwy'n credu ei fod yn gwneud y plant yn hapus hefyd gan eu bod cael mwy o hwyl ac mae'n gyflymach na defnyddio'r car neu fygi dwbl."

Fe ddywedodd llawer o bobl eu bod yn nerfus cyn rhoi cynnig ar e-feic am y tro cyntaf. Nid oeddent yn siŵr beth yn union yw e-feic, pa mor gyflym mae'n mynd, na pha mor ddiogel yw ei ddefnyddio. Mae gwybodaeth a chymorth, ochr yn ochr â dysgu a hyfforddiant seiclo, yn cynnal y nifer sy'n manteisio arno ac yn cynyddu'r niferoedd sy'n seiclo'n rheolaidd. Drwy'r wybodaeth a roddwyd yn rhan o hyfforddiant penodol am seiclo gyda llwythi trwm ar feiciau cargo, roedd beicwyr yn gallu defnyddio eu beiciau i gyflawni tasgau penodol yn ogystal â seiclo er mwynhad.

Fe wnaeth pobl hŷn a'r rhai a oedd yn ailddechrau seiclo ganu clodydd am bleserau seiclo i'r fath raddau fel bod gennym ni deithiau wythnosol ar dreiciau yn ogystal â reidiau magu hyder sy'n cynorthwyo'r agwedd gymunedol a chymdeithasol ar seiclo. E-feiciau a ddefnyddir yn bennaf yn y grwpiau hyn.

"Wrth fy modd gyda'r e-feiciau. Mae wedi fy ngalluogi i seiclo yn rhan o grŵp, a seiclo i fyny bryniau yn rhwydd a seiclo ymhellach"

Fe ddywedodd llawer o bobl eu bod yn nerfus cyn rhoi cynnig ar e-feic am y tro cyntaf. Nid oeddent yn siŵr beth yn union yw e-feic, pa mor gyflym mae'n mynd, na pha mor ddiogel yw ei ddefnyddio.

"Mae wedi gwella fy iechyd meddwl yn aruthrol. Mae wedi gwneud imi sylweddoli mod i'n gallu seiclo eto ar feic trydan."

2. Tystiolaeth

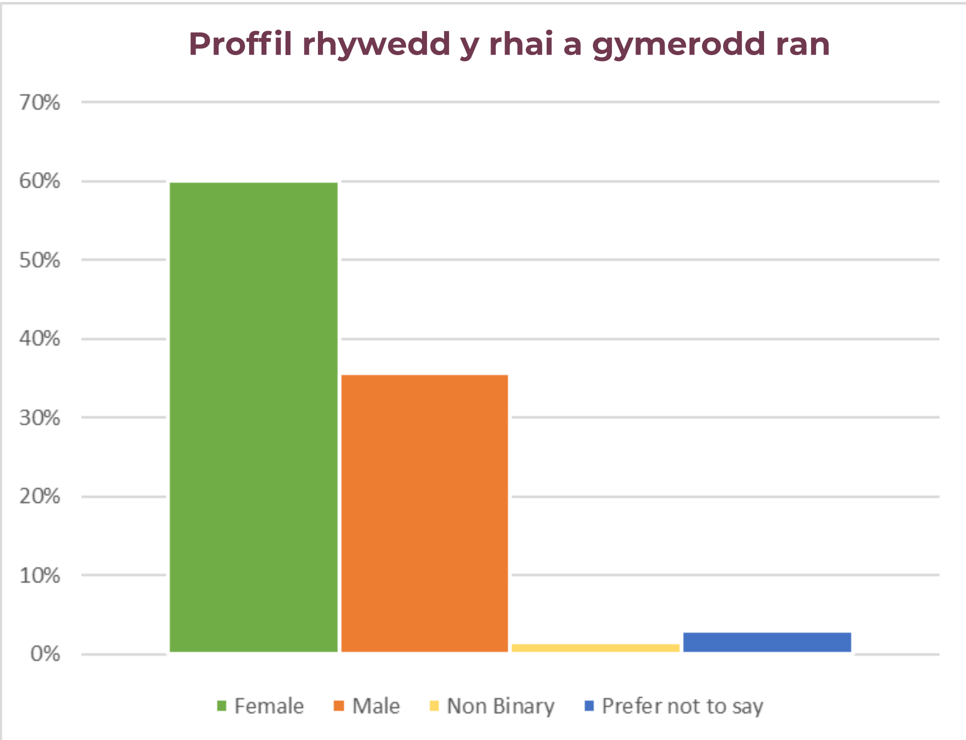
Mae'r adran hon yn mynd i'r afael â'r gofynion tystiolaeth a bennwyd gan Lywodraeth Cymru. Mae'r dadansoddiad canlynol yn ystyried data traciwr GPS See.Sense, ymatebion i arolwg a chyfweliadau gyda'r rhai a gymerodd ran.

Dychwelwyd 208 o arolygon. Pan na chafodd cwestiynau eu hateb, nodir (n=) yn nifer yr ymatebion a gofnodwyd yn y siartiau.

2.1 Proffiliau demograffig y rhai a gymerodd

2.1.1 Rhywedd

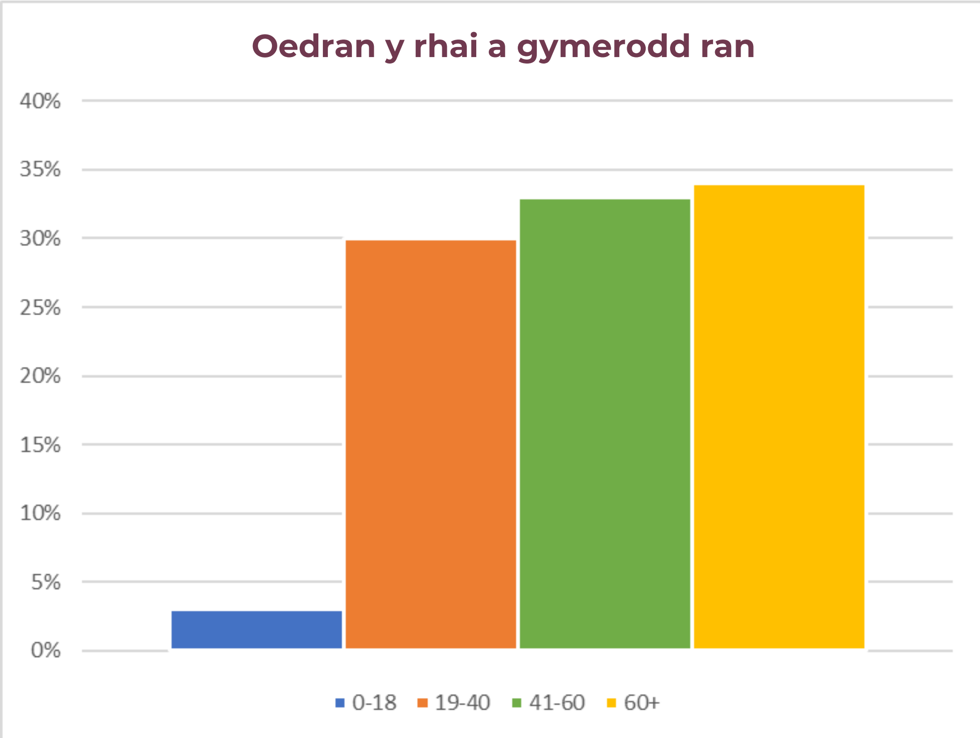
Ffig. 1



Ffig. 1 Ymhlith y bobl a roddodd wybodaeth am eu hunaniaeth o ran rhywedd, roedd 60% yn Fenyw, 36% yn Wryw, 1% yn Anneuaidd, ac roedd yn well gan 4% beidio â dweud.

2.1.2 Oedran

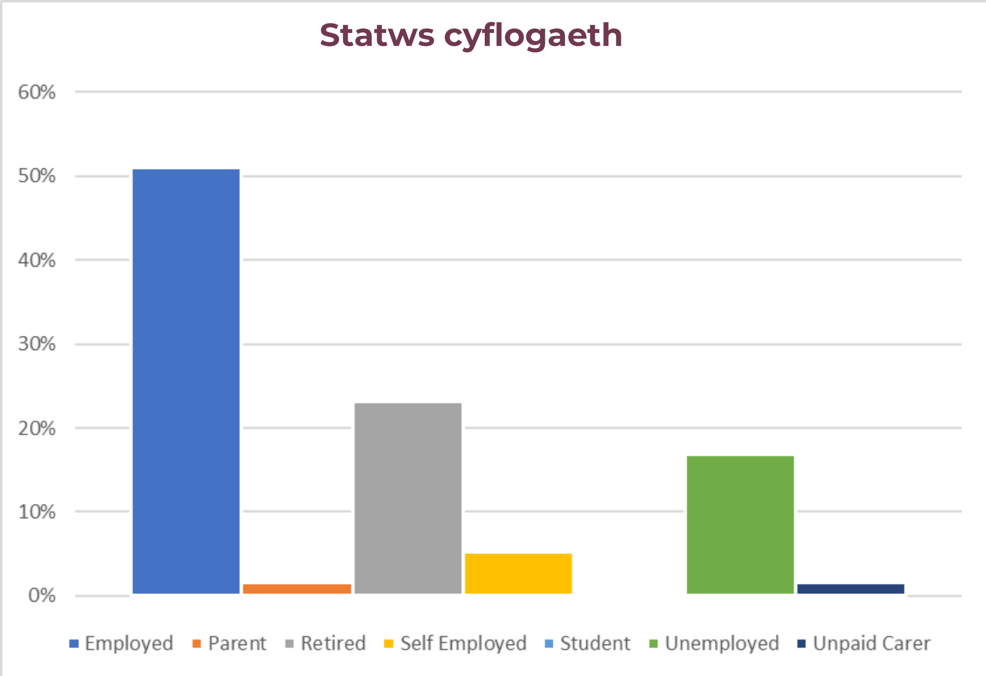
Ffig. 2



Ffig. 2: Roedd proffil oedran y rhai a gymerodd ran wedi'i rannu'n weddol gyfartal rhwng categorïau'r oedolion ac fe wnaeth nifer fach o bobl ifanc yn eu harddegau (o oedran cymwys i reidio e-feiciau) gymryd rhan hefyd n=197.

2.1.3 Cyflogaeth

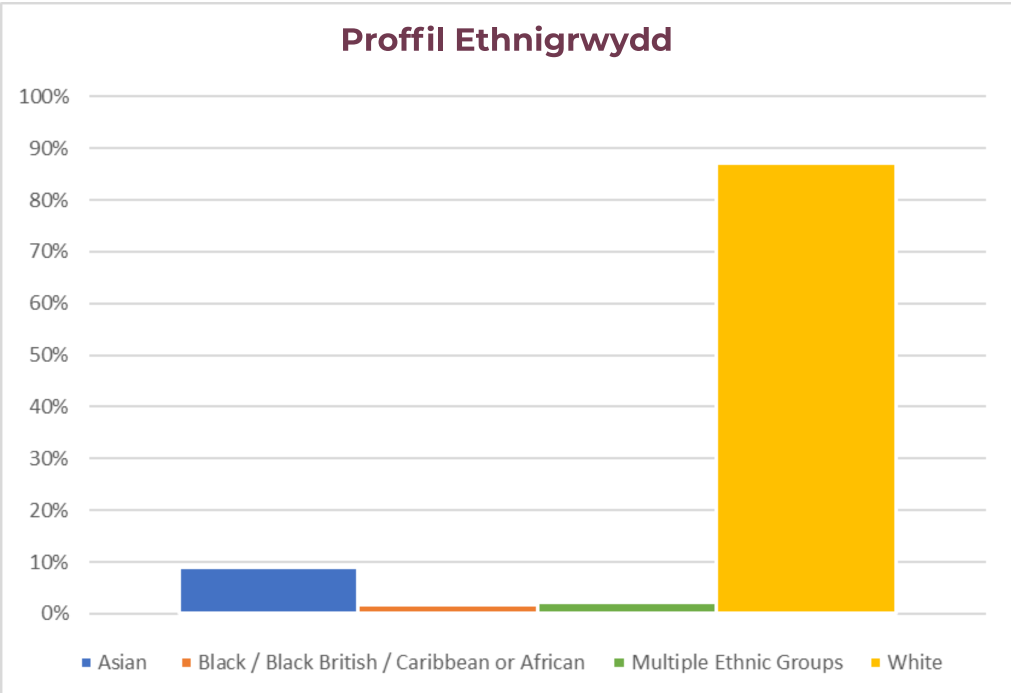
Ffig. 3



Ffig. 3: Roedd 51% yn gyflogedig, 23% wedi ymddeol, 17% yn ddi-waith, 5% yn hunangyflogedig, 2% yn rhiant, 2% yn ofalwr di-dâl ac 1% yn fyfyriwr n=190

2.1.4 Ethnigrwydd

Ffig. 4

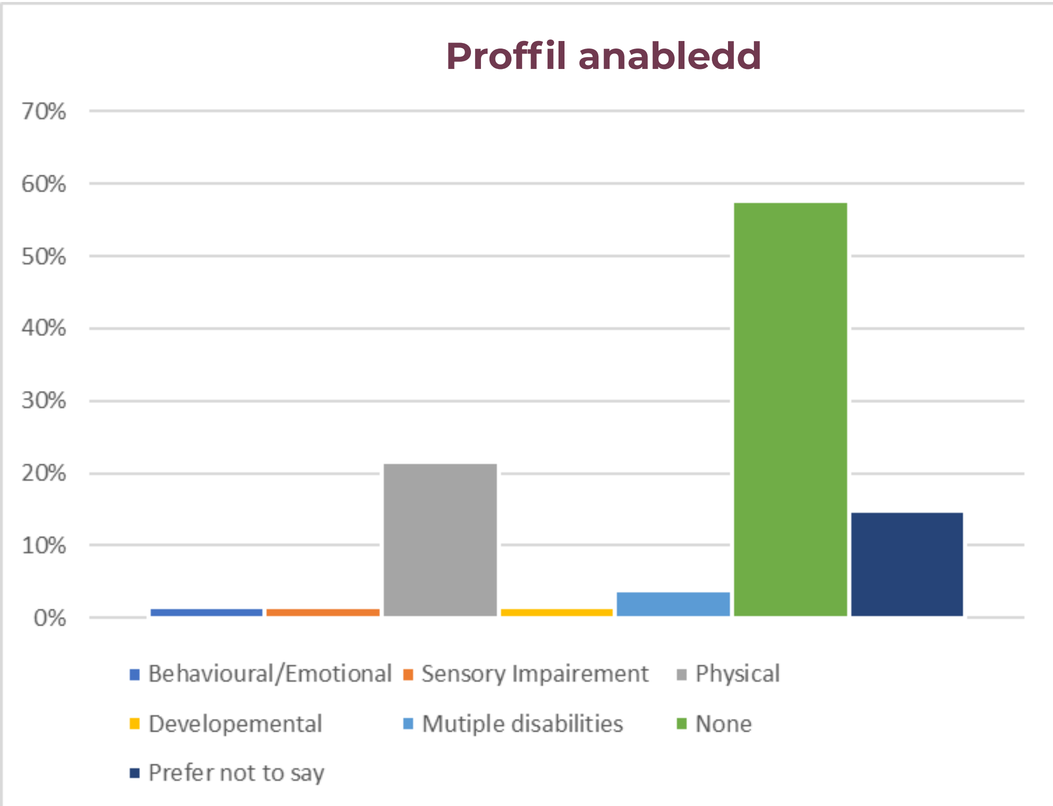


Ffig. 4: Roedd cofnodi ethnigrwydd yn heriol er gwaethaf ein system casglu data dienw oherwydd pryderon ynghylch rhannu manylion personol n-178

2.2 Anabledd

Nid oedd pob un a gymerodd ran yn gallu cwblhau'r holiaduron. Llwyddodd llawer o’r defnyddwyr i fynegi eu barn. Fe gwblhawyd rhai gan ofalwyr cyflogedig a di-dâl, ac fe ddewisodd rhai beidio â chymryd rhan am resymau'n ymwneud â phreifatrwydd a diogelu data.

Ffig. 5

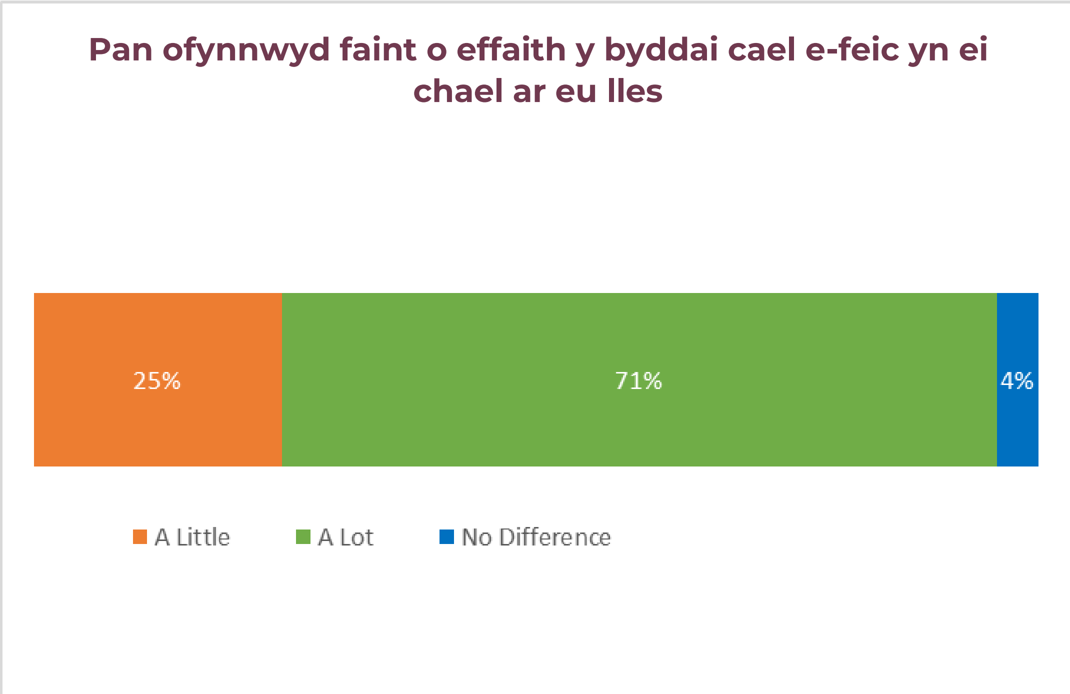


Ffig. 5: 29% oedd yr ymateb cyfunol ar gyfer anabledd, a nododd 58% o'r rhai a ymatebodd nad oedd ganddynt anabledd.

2.3 Manteision canfyddedig cael e-feic

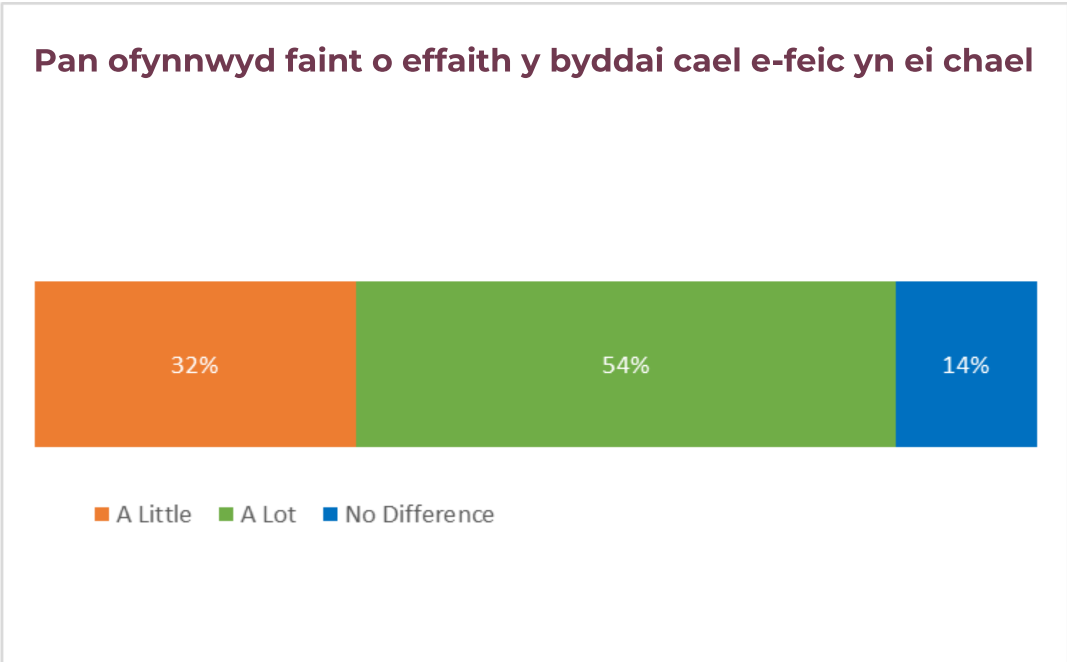
2.3.1 Iechyd a lles personol

Ffig. 6



Ffig. 6: Dywedodd 96% o'r rhai a gymerodd ran wrthym fod defnyddio'r e-feic wedi cael effaith gadarnhaol ar eu lles n=195

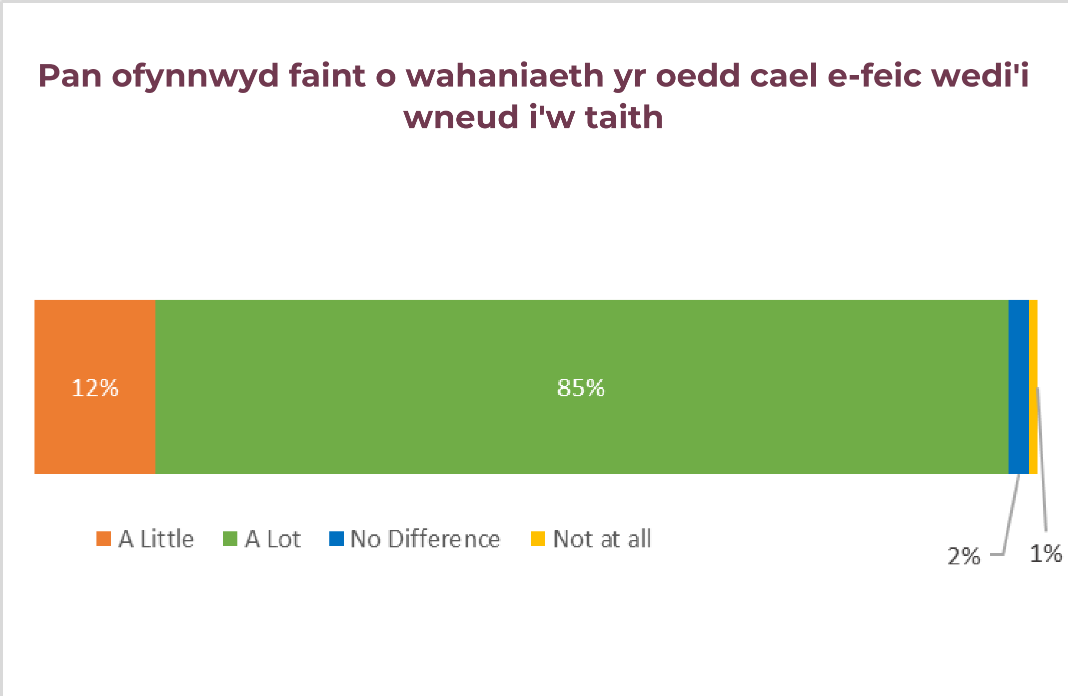
Ffig. 7



Ffig. 7: Dywedodd 86% o'r rhai a gymerodd ran wrthym fod defnyddio'r e-feic wedi cael effaith er gwell ar eu hiechyd n=193

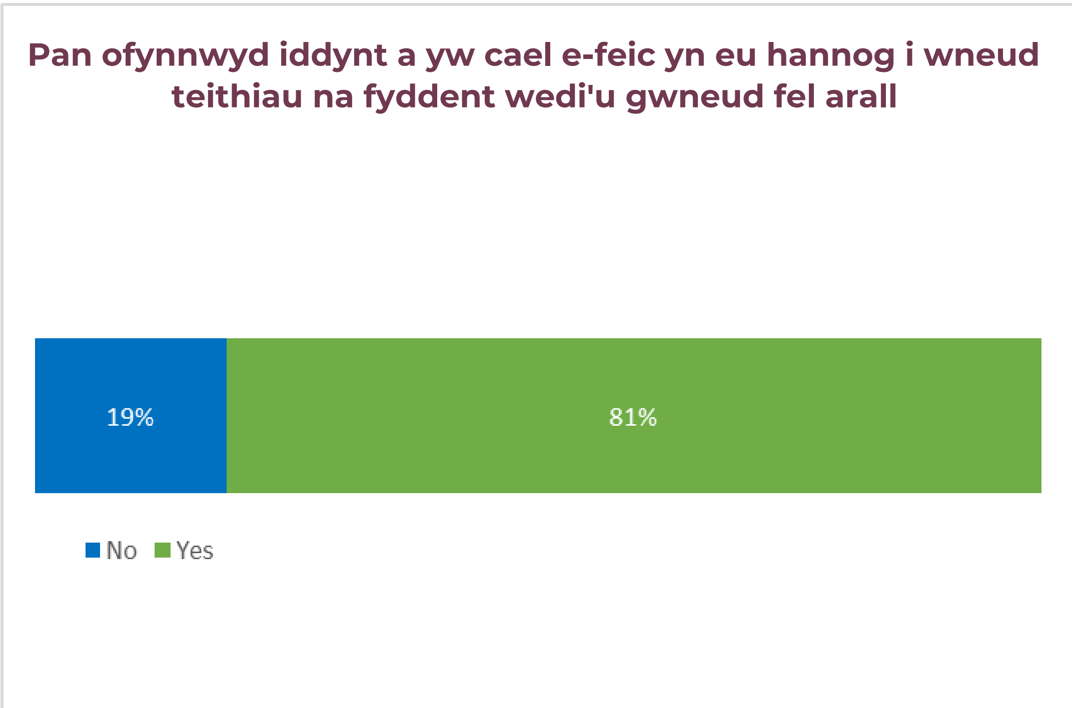
2.3.2 Effaith ar deithiau

Ffig. 8



Ffig. 8: Dywedodd 97% o'r rhai a gymerodd ran wrthym fod yr e-feic wedi gwneud gwahaniaeth er gwell i'w taith n=206

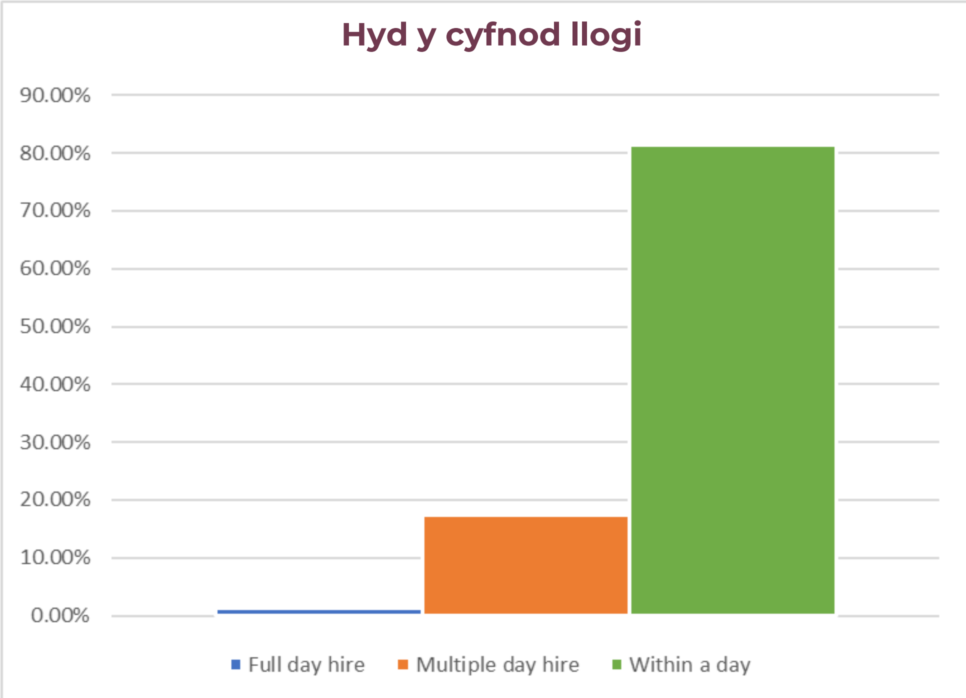
Ffig. 9



Ffig. 9: Yn ystod ail gam y prosiect, gofynnwyd i'r rhai a gymerodd ran a oedd cael e-feic yn eu hannog i wneud teithiau newydd a dywedodd 81% wrthym ei fod yn gwneud hynny n=42

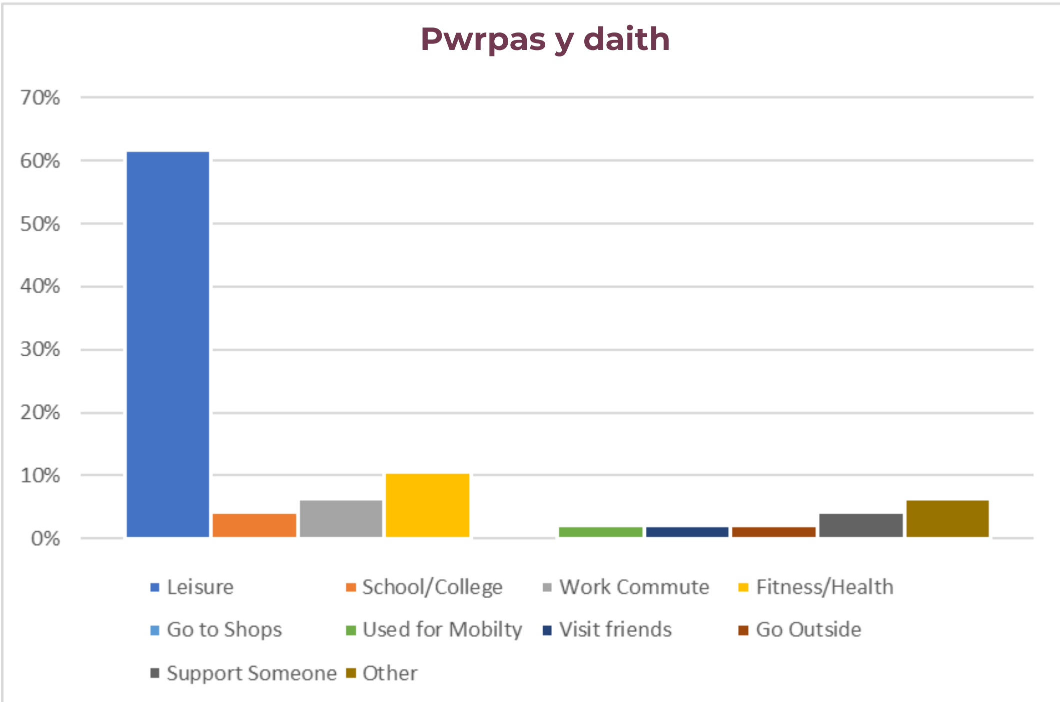
2.4 Ystadegau am logi beiciau a theithiau

Ffig. 10



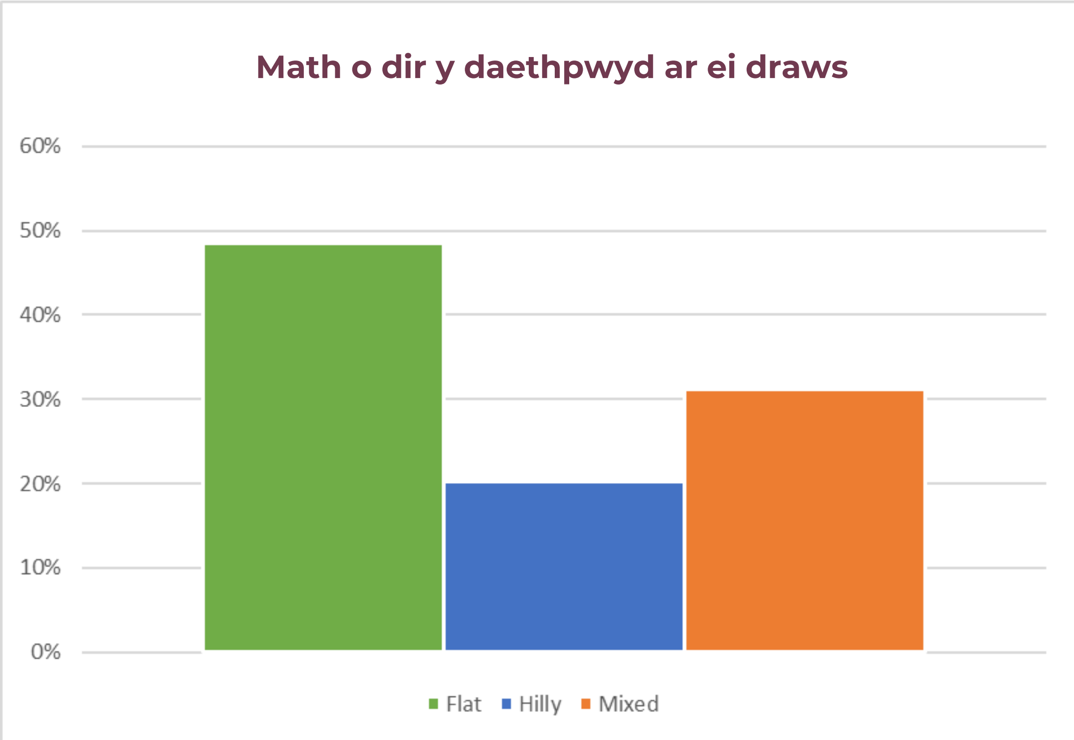
Ffig. 10: Holwyd y rhai a gymerodd ran am faint o amser yr oeddent yn llogi'r e-feiciau. Am y dydd/rhan o'r dydd y llogwyd 83% o'r beiciau, a dewisodd y 17% a oedd yn weddill eu llogi am nifer o ddiwrnodau n=75

Ffig. 11



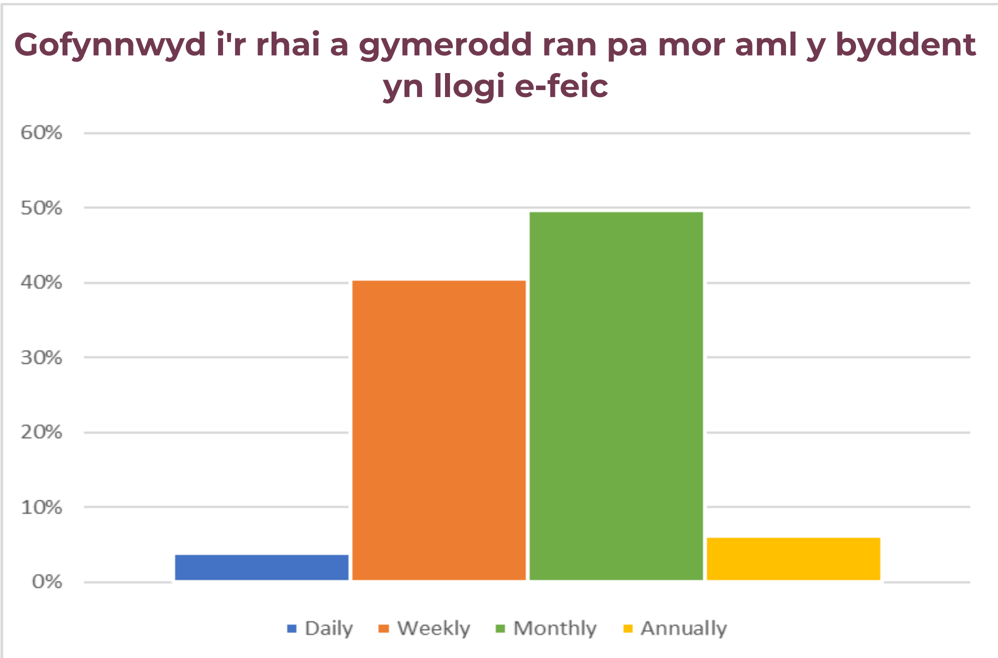
Ffig. 11: Dywedodd 62% o'r rhai a gymerodd ran a ddewisodd roi'r wybodaeth hon mai hamdden oedd y prif ddiben ar gyfer llogi e-feic n=47

Ffig. 12



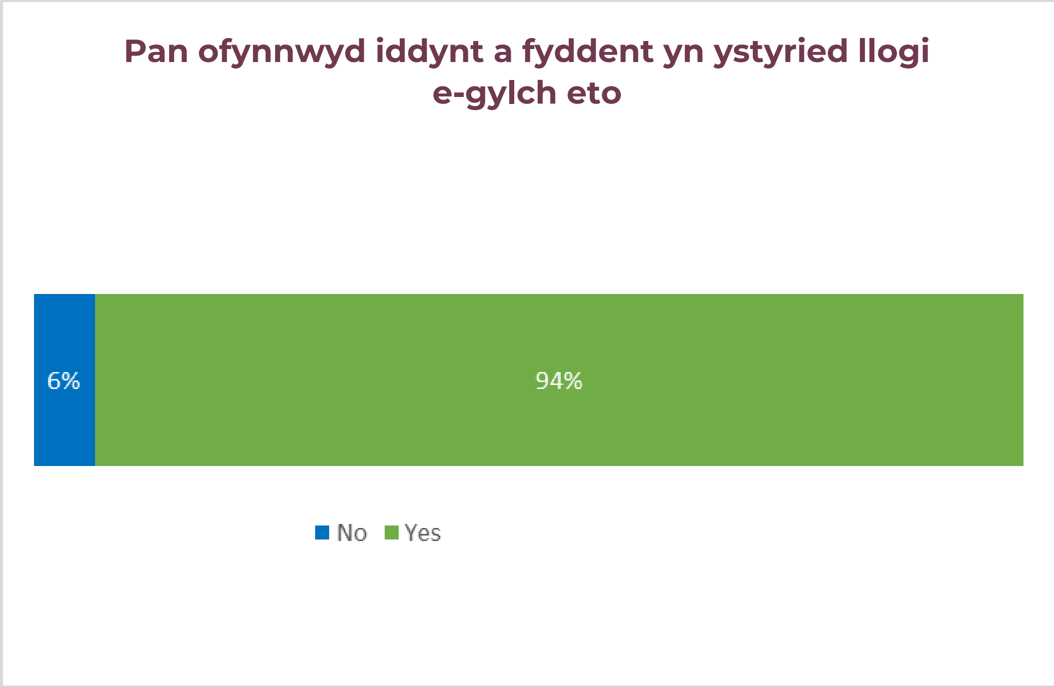
Ffig. 12: Yng Nghaerdydd a'r cyffiniau y cafodd y rhan fwyaf o'r teithiau eu gwneud ar yr e-feiciau. Mae Pedal Power ger Parc Bute a Llwybr Taf. Ceir llwybrau seiclo i ardal Bae Caerdydd, ac mae bron pob un ohonynt yn dir gwastad yn bennaf n=202

Ffig. 13



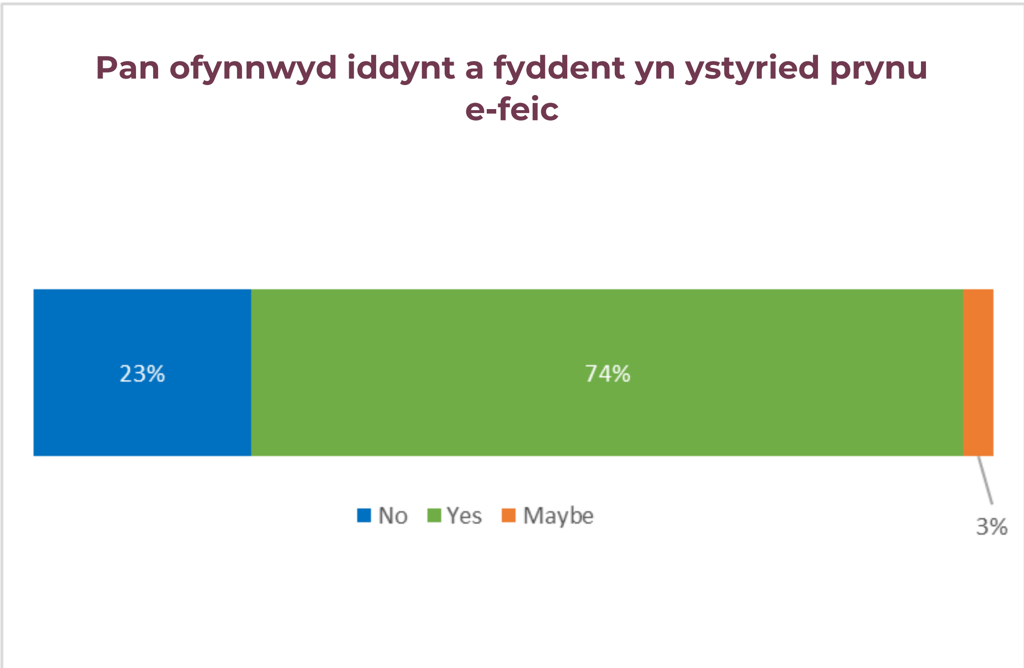
Ffig. 13: Pan ofynnwyd pa mor aml y byddent yn llogi e-feic, yr opsiynau misol ac wythnosol oedd y rhai mwyaf poblogaidd ymhlith y rhai a gymerodd ran n=131

Ffig.14



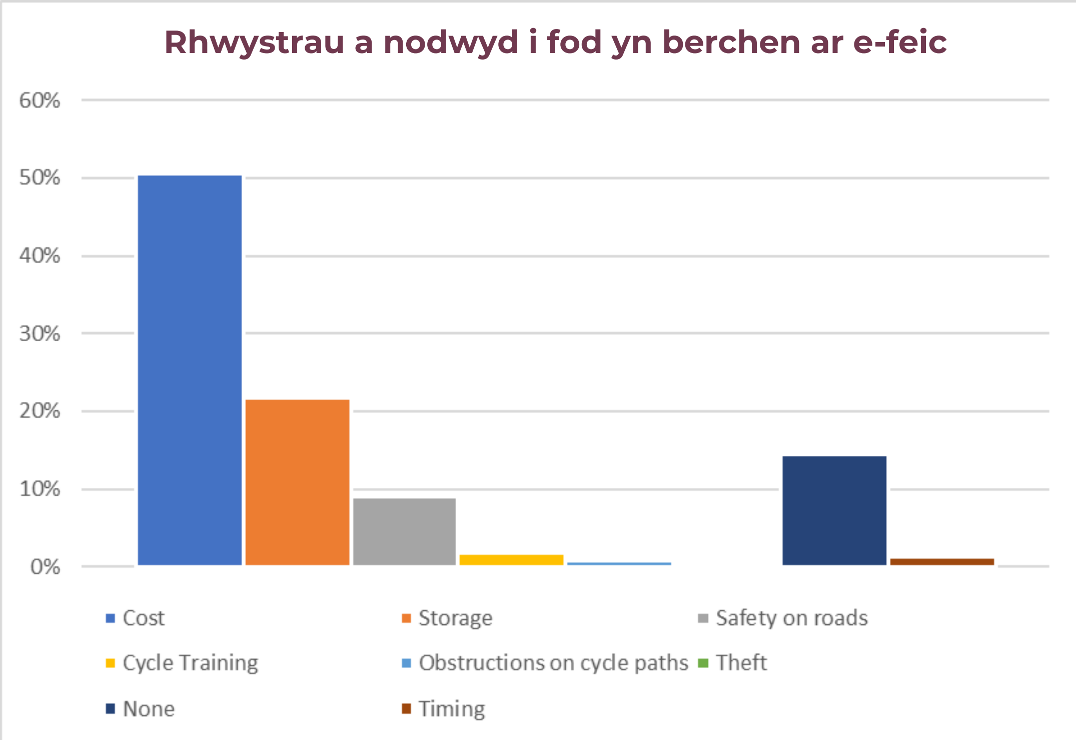
Ffig. 14: Dywedodd 94% o'r rhai a holwyd y byddent yn ystyried llogi e-feic eto n=195

Ffig. 15



Ffig. 15: Dywedodd 74% o’r rhai a gymerodd ran y byddent yn ystyried prynu e-feic ar ôl llogi un gennym ni n=190

Ffig. 16



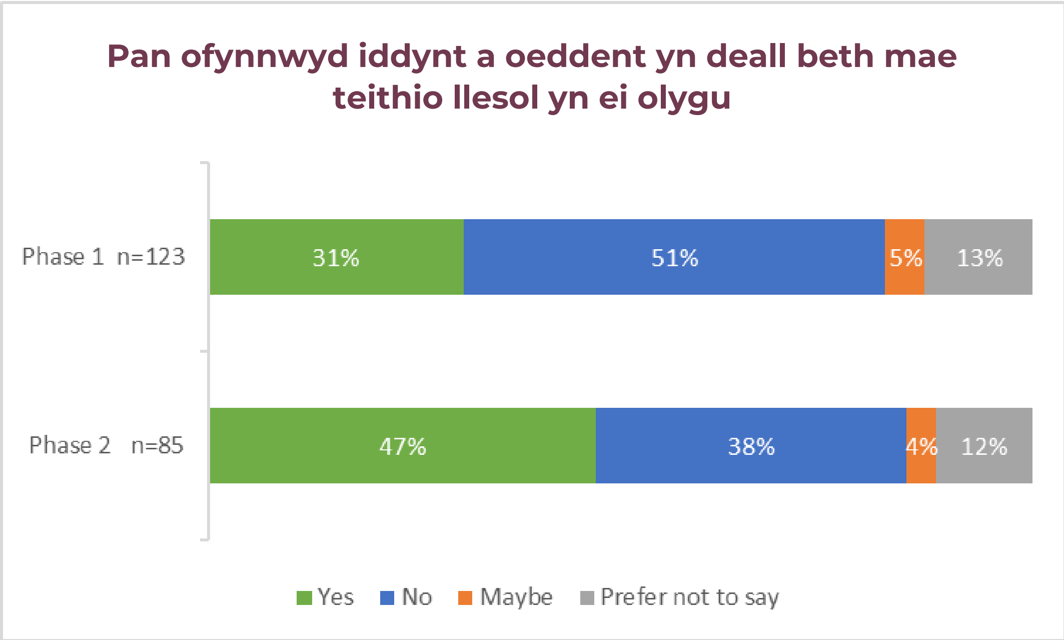
Ffig. 16: Nododd y rhai a gymerodd ran nifer o ffactorau a oedd yn eu rhwystro rhag bod yn berchen ar e-feic, a'r ystyriaethau o ran y gost a storio oedd y rhai mwyaf cyffredin. Yn anecdotaidd, ymhlith y bobl a oedd yn defnyddio'r treiciau hygyrch, roedd pryderon am rwystrau ar lwybrau seiclo yn bryder cynyddol.

"Y rhwystr mwyaf i (fod yn berchen ar) dreic yw'r ffaith nad oes unman i'w barcio pan fyddwch yn mynd allan arno. Nid oes unrhyw gyfleusterau sy'n cymryd e-dreic ac yn sicr nid ar gyfer fy meic Easy Sport i.

Hefyd gatiau cul, a'r enghraifft fwyaf amlwg fyddai Parc Hamadryad, un o barciau gorau Caerdydd. Os ydych yn reidio beic tair olwyn, ni allwch fynd yno, yn enwedig os oes gennych broblemau symudedd, gan fod gatiau mochyn yno, ac ni fydd treic yn mynd trwy gatiau mochyn yn hawdd, ac os oes gennych chi broblemau symudedd, ni allwch ddod oddi ar y beic hwnnw a'i dynnu drwodd."

2.5 Teithio Llesol

Ffig. 17



Ffig. 17: Fe wnaethom ofyn i'r rhai a gymerodd ran beth yw eu dealltwriaeth o deithio llesol.

Rhwng y cam cyntaf a'r ail gam, fe gynyddodd ymwybyddiaeth yn sylweddol.

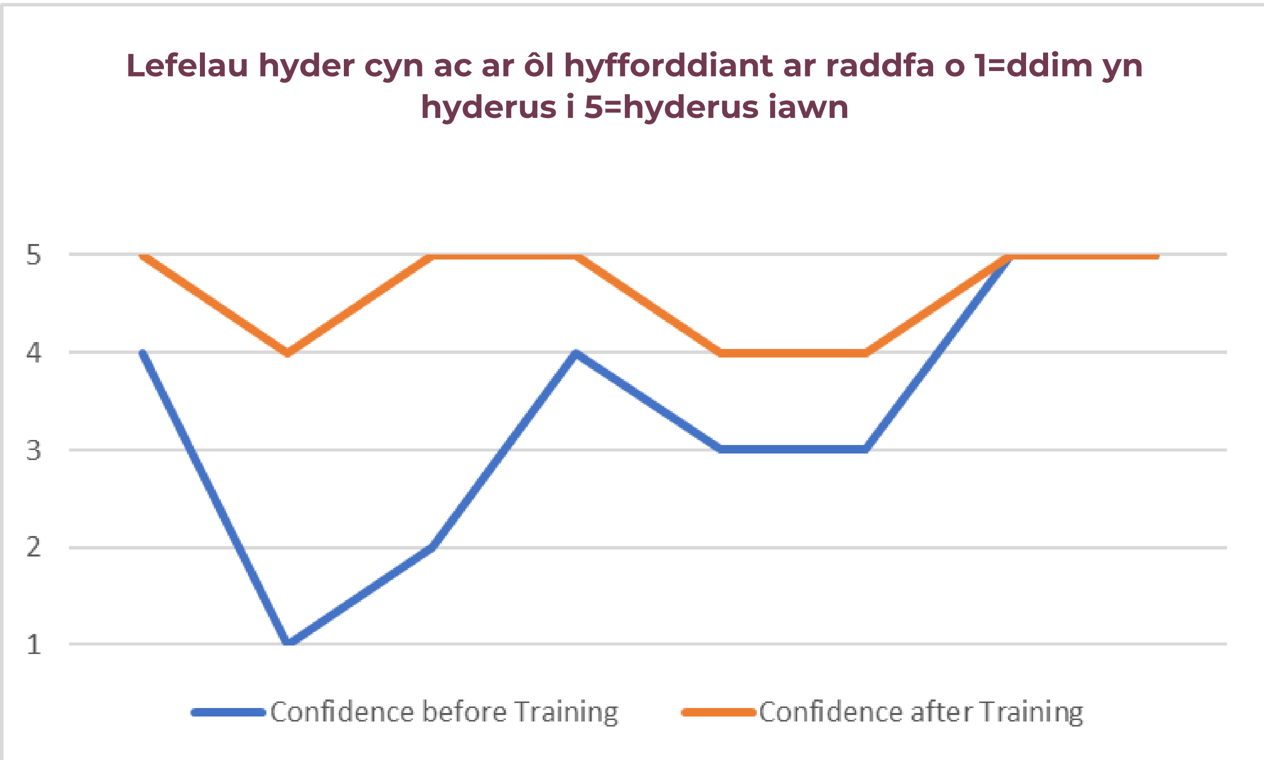
2.6 Hyfforddiant e-cargo

Ar ôl ystyried adborth gan y rhai a gymerodd ran yng ngham 1, fe gyflwynwyd hyfforddiant seiclo e-gargo yn yr ail gam yn rhan o'r cynnig i sefydliadau sy'n cymryd rhan yn y cynllun llogi hirdymor.

Fe gynigiwyd hyfforddiant e-seiclo i staff a gwirfoddolwyr o sefydliadau cymunedol. Roedd y meysydd o dan sylw yn amrywio o sgiliau sylfaenol i hyfforddiant uwch ar y ffordd, a seiclo wrth gludo llwythi. Fe ddywedodd 75% o'r rhai a gymerodd ran yn yr hyfforddiant eu bod yn teimlo'n fwy hyderus wrth ddefnyddio'r beic e-cargo yn dilyn yr hyfforddiant, a nododd y 25% sy'n weddill eu bod eisoes yn hyfedr cyn dechrau'r hyfforddiant.

Mae sefydliadau wedi dweud wrthym fod yr hyfforddiant hwn wedi bod yn hynod fuddiol, nid yn unig i hyder eu staff a'u gwirfoddolwyr, ond hefyd o ran cael yswiriant aml-ddefnyddiwr ar gyfer eu e-feiciau. Mae sefydliadau eraill wedi sôn yn anecdotaidd am fanteision ychwanegol a ddeilliodd o'r hyfforddiant seiclo, fel mwy o'u staff a'u gwirfoddolwyr yn dewis teithio yn ôl ac ymlaen i'r gwaith ar feic, yn ogystal â seiclo ar gyfer eu gwaith.

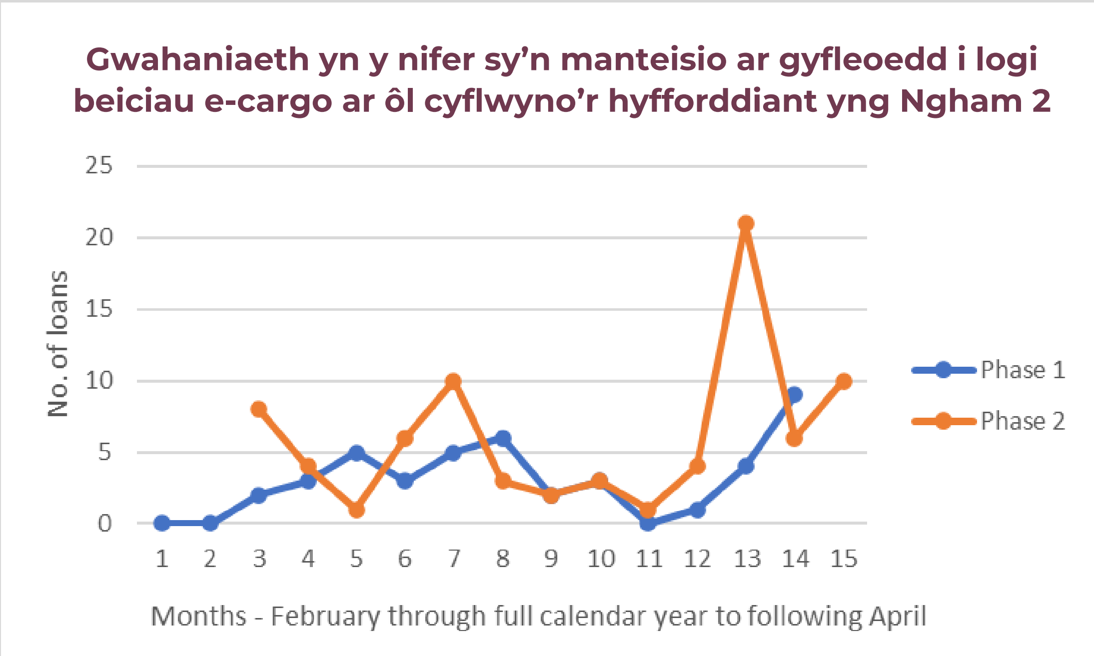
Ffig. 18



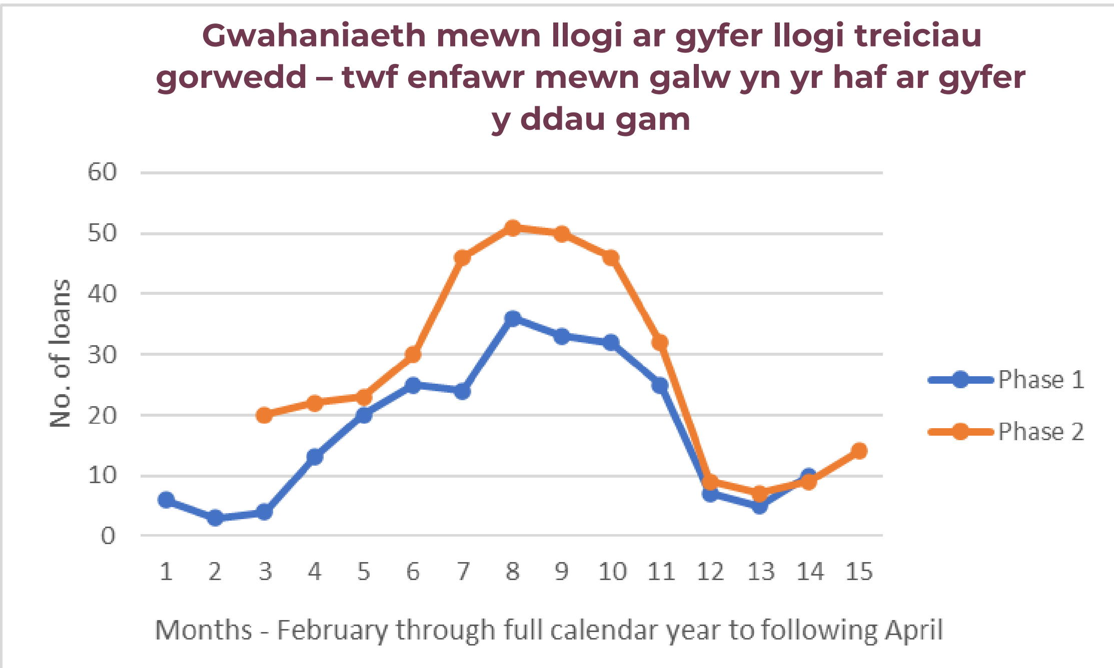
2.7 Gwahaniaethau rhwng Cam 1 a Cham 2

Ffigurau 19-22: Mae'r siartiau canlynol yn dangos data am logi beiciau. Nid yw'r ffigurau hyn yn ystyried am ba hyd y cafodd beiciau eu llogi felly mae llogi am nifer o ddiwrnodau yn cael ei gyfrif fel llogi unwaith yn hytrach na phob diwrnod unigol.

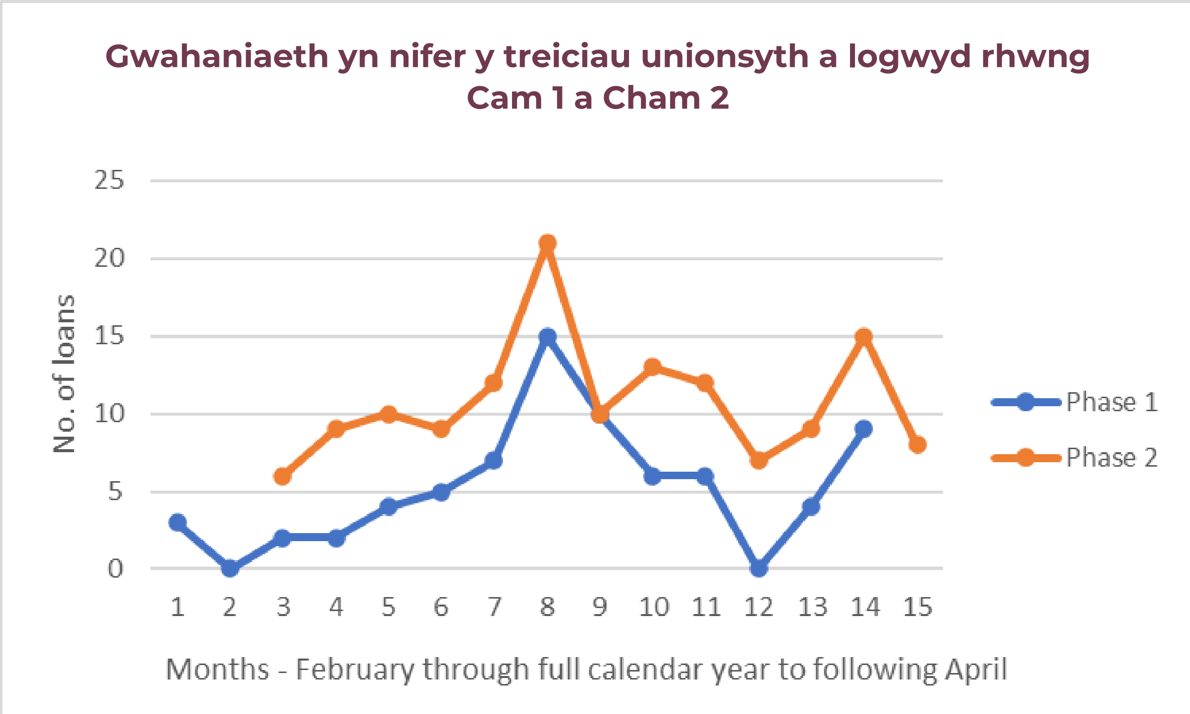
Ffig. 19



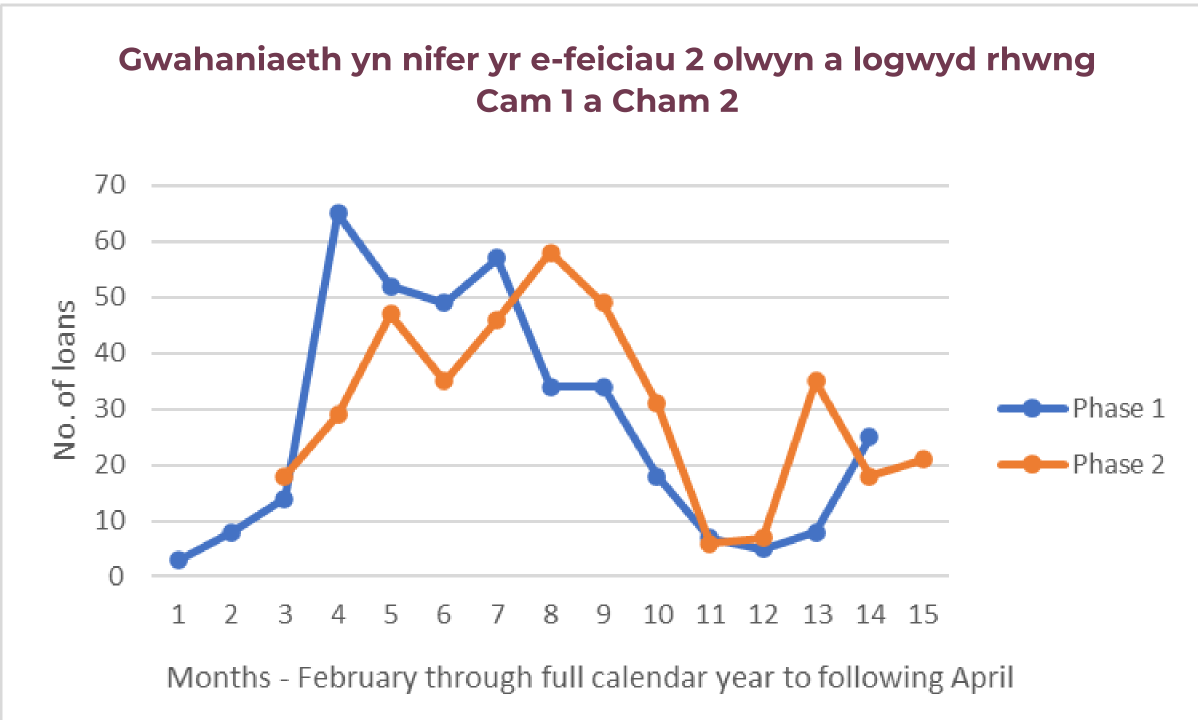
Ffig. 20



Ffig. 21



Ffig. 22



2.8 Data am CO_2 a gasglwyd gan dracwyr e-feiciau

Gosodwyd tracwyr ar 23 o e-feiciau yn ein fflyd. Mae Ffig. 23 isod yn grynodeb o'r data a gasglwyd gan y tracwyr. Nid oedd pob traciwr yn gydnaws â'r fflyd lawn o e-feiciau ac roedd rhai problemau o ran gosod a gwarant gyda rhai o'n beiciau.

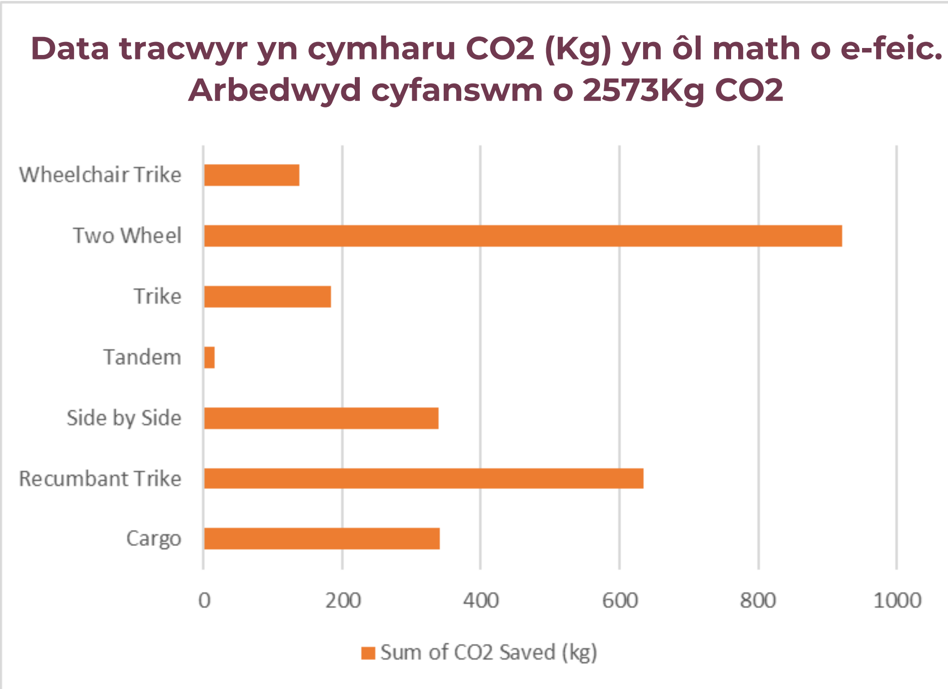
Fe gawsom broblemau wrth gofnodi data drwy gydol cyfnod y prosiect. Nid oedd modd llwytho data yn gyson oherwydd signal y rhwydwaith ar gyfer ffonau symudol yn ardal de Cymru. Fe wnaethom gydweithio'n agos â'n darparwr tracio i geisio goresgyn y rhwystrau hyn, ond nid oedd modd datrys pob un. Felly, nid yw'r data a ddangosir isod yn cynrychioli allbynnau'r prosiect cyfan yn llawn.

Ffig. 23

Math o e-feic	Pellter a Deithiwyd ar Gyfartaledd (km)	Cyflymder ar Gyfartaledd (km/h)	Nifer y Teithiau	Faint o CO_2 a arbedwyd (kg)
Cargo	6.0	6.6	979.0	340.5
Treic Gorwedd	7.0	6.5	1288.0	635.0
Ochr-wrth-Ochr	7.7	6.8	804.0	338.3
Tandem	3.0	5.0	50.0	15.8
Treic	4.8	4.8	487.0	184.4
Dwy Olwyn	11.5	8.3	1146.0	920.9
Treic Cadair Olwyn	3.9	4.3	587.0	138.2
Cyfanswm	**7.3**	**6.5**	**5341.0**	**2573.0**

2.8.1 Data CO2 a gasglwyd mewn gwirionedd

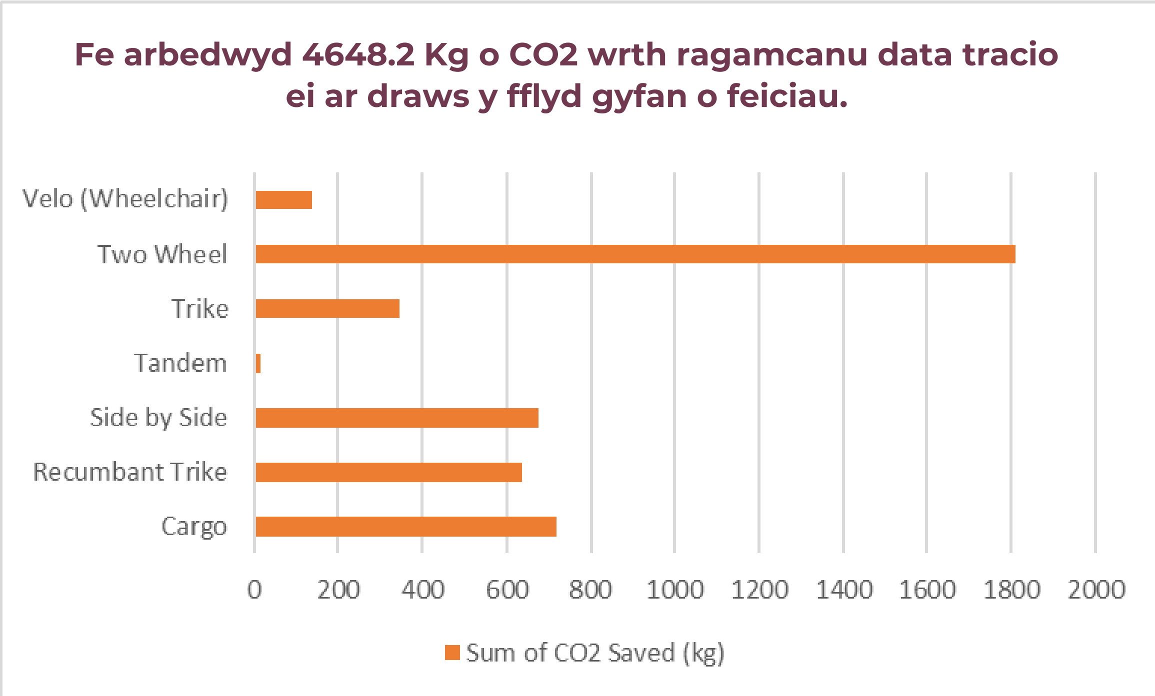
Ffig. 24



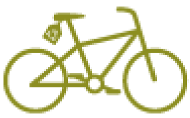
2.8.2 Data rhagamcanol o arbedion CO2 (kg) i adlewyrchu ein fflyd gyfan o e-feiciau

Er mwyn rhoi darlun mwy cynrychioliadol o'r arbedion CO2 (kg) ar gyfer y fflyd lawn, fe wnaethom ragamcanu cyfrifiadau a gymerwyd o'r e-feiciau a osodwyd gyda thracwyr. Fe gymerwyd y cyfrifiad CO2 (kg) o ddata'r traciwr i ganfod y gwerth CO2 (kg) ar gyfer un beic o bob math cyn mynd ati i'w luosogi â nifer y beiciau yn y fflyd.

Ffig. 25



Amcangyfrif ceidwadol yw'r arbedion CO_2 (kg) sy'n deillio o'r rhagamcaniad hwn o hyd oherwydd cyfyngiadau'r data tracio a lwythwyd yn wreiddiol. Fodd bynnag, gellir gweld faint o CO_2 (kg) y gallai ein fflyd lawn o e-feiciau ei arbed, sef 4,648.2 (kg) o CO_2, o ganlyniad i deithiau ar yr e-feiciau.



3. Astudiaethau Achos

3.1 Linda, Easy Rider Sport

"Wel, pan ddechreuais i yn y lle cyntaf, doedd y syniad o ymarfer corff ddim yn ystyriaeth, gan mai mynd yn ôl allan i fyd natur oedd y nod. Roeddwn i am wybod a allwn i seiclo ar feic dwy olwyn er mwyn imi allu mynd allan i seiclo ar fy mhen fy hun. Fe wnes i seiclo ar feic dwy olwyn ond doeddwn i byth yn teimlo'n gwbl gyfforddus yn gwneud hynny, ond y funud y daethon nhw â'r treic gorwedd allan, roedd yn wych!

Fe ddechreuodd Linda seiclo eto ar ôl seibiant o tua 25 mlynedd ac aeth ar gwrs chwe wythnos o hyd gyda Pedal Power i adennill y sgiliau a'r hyder yr oedd wedi'u colli. Rhoddodd hi gynnig ar sawl math o feic, gan gynnwys beic dwy olwyn safonol, treiciau unionsyth a thriciau gorwedd, cyn dod o hyd i'r un a oedd yn gweddu'n berffaith.

Mae Linda bellach yn defnyddio'r treic Easy Rider Sport gyda chymorth trydan ac yn ymuno â'n reidiau grŵp wythnosol yn rheolaidd, gan fwynhau'r agwedd gymdeithasol lawn cymaint â'r seiclo. Mae'r cymorth trydan yn ei galluogi i gymryd rhan yn ein reidiau hirach hefyd fel taith flynyddol Seiclo i Bawb Pedal Power.

"Roeddwn i'n seiclo'r treic gorwedd safonol y rhan fwyaf o'r amser ac roeddwn i'n gwneud yn dda iawn arno ond mae'r rhai trydan yn hollol wych ar gyfer bryniau, ac mae cael y cymorth trydan hwnnw'n gwneud gwahaniaeth enfawr. Yn sicr, os ydw i'n mynd i fynd yn eithaf pell, dwi ddim yn meddwl mod i'n gallu gwneud hynny ar feic arferol mwyach. Fe wnaeth yr e-feiciau wneud y daith (Seiclo i Bawb) yn brofiad braf, a does dim rhaid imi boeni o gwbl am allu ei wneud bellach. Rwy'n gwybod mod i'n gallu oherwydd bod gen i dreic cymorth trydan."

3.2 Rhys, Treic gorwedd ICE

"Mae gan yr Ice Trike e-gymorth hefyd, sy'n wych ar gyfer bryniau, ond dim ond pan fydd arna i ei angen yr ydw i'n tueddu i'w ddefnyddio gan mai cryfhau fy nghoesau yw fy mhrif nod i gynorthwyo popeth arall. Nid yr agwedd gorfforol yn unig sy'n ystyriaeth i mi. Mae bod yn yr awyr agored, a seiclo o amgylch y parciau hyfryd, ac i fyny afon Taf yn rhoi hwb enfawr i fy iechyd meddwl."

Ar ôl colli ei glyw, y gallu i gerdded a dioddef problemau enfawr o ran ei gydbwysedd, cafodd Rhys ddiagnosis o gyflwr niwrolegol prin. Roedd ein swyddog seiclo yn gallu gweithio gyda Rhys i asesu ei anghenion ac addasu ein ICE Trike Adventure drwy roi clipiau bysedd traed arno i helpu Rhys i gadw ei draed ar y pedalau. Erbyn hyn, mae Rhys wedi bod yn mynychu Pedal Power yn wythnosol ers mis Tachwedd 2023.

"A minnau wedi bod yn seiclwr brwd pan oeddwn i'n iau, roeddwn i wedi gwirioni bod modd addasu a seiclo eto. Fe ddangoson nhw dreic gorwedd imi, rhywbeth roeddwn i'n gallu ei ddefnyddio er gwaetha fy nghydbwysedd gwael a f'ana-bleddau. Roeddwn i fel plentyn ar ddydd Nadolig!".

Mae'n parhau i seiclo am resymau ffitrwydd a hamdden ac mae wedi dechrau hyfforddiant seiclo ar y ffordd gyda'n swyddog seiclo i roi'r hyder iddo fynd â'i seiclo i'r lefel nesaf. Mae Rhys wedi dweud wrthym fod yr effaith y mae Pedal Power wedi'i chael wedi trawsnewid ei fywyd.

3.3 Louise a Teulu, E-Velo & Raleigh Cargo

Mae Louise mewn cartref gofal ar hyn o bryd ac fe ddaeth i Pedal Power gyda'i gofalwr ar y dechrau i'w chadw'n actif gan fod ei hiechyd a'i hystwythder corfforol wedi dechrau dirywio. Mae Louise yn defnyddio cadair olwyn erbyn hyn, felly mae ei gŵr Richard yn parhau i ddod i'r sesiynau wythnosol gan ddefnyddio'r e-velo, ein treic cargo sy'n addas i gadeiriau olwyn. Fe ddywedodd wrthym eu bod yn arfer seiclo ar feiciau di-drydan, a bod yr e-velo erbyn hyn yn eu galluogi i barhau i fwynhau seiclo, cadw'n heini a mwynhau'r rhyddid, yr awyr iach, a'r golygfeydd o'r afon.

"Heb y beic e-Velo fyddwn i ddim yn gallu mynd â Louise allan. Mae wedi ein galluogi i fwynhau seiclo ac mae'n fy nghadw'n heini. Mae Powel Power yn ysbrydoliaeth i bob person anabl a'u gofalwyr. Rydym yn gallu bod mewn sefyllfa arferol a pheidio â theimlo cywilydd. Mae'r awyr-gylch yn Pedal Power yn fendigedig a dyma uchafbwynt ein hwythnos."

Ac mae aelodau eraill y teulu'n cymryd rhan erbyn hyn! Ar ôl cael rhywfaint o hyfforddiant gan ein staff profiadol, mae eu merch, Elizabeth, erbyn hyn yn gallu ymuno â'i rhieni ar y reidiau seiclo wythnosol gyda'i theulu ifanc, gan ddefnyddio ein beic Raleigh e-Cargo. Mae hyn yn golygu bod tair cenhedlaeth yn gallu seiclo gyda'i gilydd, beth bynnag fo'r tywydd!

"Roeddwn i fymryn yn nerfus cyn defnyddio'r beic trydan ar y dechrau. Fodd bynnag, gyda help y staff gwych, fe lwyddais i ddechrau ar-ni'n araf ac rydw i bellach wedi dys-gu sut i ddefnyddio'r beic yn gwbl ddiffwdan. Mae gen i ddau blentyn bach, 5 a 2 oed, ci, yn ogystal â fy nhad 68 oed a fy mam sydd mewn cadair olwyn, ac mae'r teulu cyfan yn gallu mynd i seiclo gyda'n gilydd, sy'n anhygoel. Rydym yn meddwl y byd o'r staff, y gymuned, ac mae'r mwynhad rydyn ni'n ei gael o ddod yma wedi ein helpu'n aruthrol. "

3.4 Jackie, Treic Mission Trydan

Cafodd Jackie ddiagnosis o Sglerosis Ymledol 18 mlynedd yn ôl ac mae'n ceisio cadw'n heini drwy gerdded, ond mae wedi dweud wrthym fod seiclo yn gymaint mwy o hwyl!

Mae ei chydbwysedd hefyd yn peri trafferthion i Jackie, felly fe wnaeth ein swyddogion seiclo ei helpu i ddod o hyd i'r treic a oedd yn gweddu i’w hanghenion. Ei phrif nod oedd mwynhau seiclo a chael yr hyder i wneud hynny ar ei phen ei hun ble bynnag a phryd bynnag y mae'n dymuno.

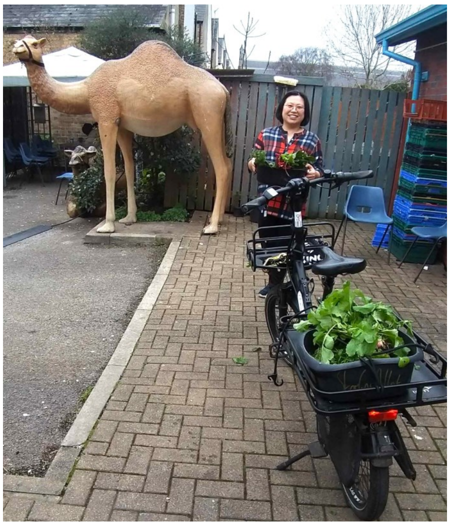
“Mae dod yma yn gwneud imi deimlo mod i’n gallu gwneud mwy dros fy hun. Dwi wastad yn teimlo bod yr MS yn fy atal rhag gwneud unrhyw beth, ond dyw hynny ddim yn wir! Rwy'n defnyddio'r Mission Electric, sy'n wych, oherwydd dwi ddim yn meddwl y byddwn i'n gallu defnyddio beic di-drydan gan na fyddai fy nghoesau yn ddigon cryf. Rwy'n hoffi defnyddio fy nghoesau os oes modd, ond mae'r modur yno os oes ei angen arna i.”

Fe gafodd Jackie ychydig o hyfforddiant gan ein swyddogion seiclo ac ymunodd â thaith grŵp wythnosol i helpu i fagu ei hyder. Erbyn hyn, mae hi wedi prynu ei e-dreic ei hun fel ei bod yn gallu parhau i wella ei sgiliau seiclo, ond mae'n dal i fwynhau dod i Pedal Power i fod gyda phobl eraill.

“Cyn imi ddefnyddio e-dreic doeddwn i ddim wir yn gwybod beth i'w ddisgwyl, ond mae'n gymaint o hwyl a dwi’n mwynhau mas draw!! Mae pawb yma wedi bod mor groesawus ac, er bod gen i anabledd, does neb yn gwneud imi deimlo mod i’n wahanol!”

3.5 StarGarAllot & Splo-Down Food Co-op, Tern HSD

Grwpiau cymunedol lleol yw StarGarallot a Splo-Down Food Coop. Maent yn tyfu bwyd ac yn rhedeg Cydweithfa Fwyd yn Sblot, Caerdydd. Fe wnaethon nhw gymryd rhan yn ail gam ein prosiect pan gyflwynon ni hyfforddiant seiclo cynhwysfawr ar feiciau e-Cargo ar gyfer eu staff a'u gwirfoddolwyr. Rhoddodd yr hyfforddiant y cyfle i'r rhai a gymerodd ran symud ymlaen i sgiliau uwch. Roedd hyn yn cynnwys seiclo yn cario llwythi trwm, hyfforddiant ar y ffyrdd, a magu hyder wrth seiclo mewn traffig ar draws y ddinas.



"Roeddem wrth ein bodd ein bod yn rhan o'r prosiect hwn gan ein bod ni i gyd yn angerddol am wneud ein rhan dros yr argyfwng hinsawdd. Roedd yr hyfforddiant a ddarparwyd gan hyfforddwyr seiclo Pedal Power yn an-hygoel. Roedd pawb yn cael asesiad cychwynnol, ac roedd yr hyfforddiant wedi'i anelu at eu hanghenion unigol a'r sgiliau sydd ganddyn nhw ar hyn o bryd."

Fe wnaethon ni baratoi rhaglen logi hirdymor ar gyfer y sefydliadau cymunedol a gymerodd ran a oedd wedi cwblhau'r hyfforddiant seiclo gyda ni. Y nod oedd pontio'r bwlch rhwng cael eu hyfforddi i ddefnyddio'r beiciau e-Cargo a gallu defnyddio eu beiciau eu hunain. Mae hyn wedi helpu StarGarallot a Chydweithfa Fwyd Splo-Down i ddefnyddio beiciau E-Cargo fel mater o drefn wrth gyflwyno eu gwasanaethau cymunedol.

"Mae'r beiciau E-Cargo yn golygu ein bod yn gallu cludo mwy o fwyd, cario llwythi trymach a mynd ymhellach i gasglu neu ddanfon nwyddau, ac rydym yn gobeithio prynu beic E-Cargo i'n sefydliad yn y dyfodol agos. Yn y cyfamser, mae Pedal Power wedi galluogi'r e-feicwyr hyfforddedig sydd gennym i gynnal a datblygu eu sgiliau. Bydd beiciau E-Cargo yn helpu gwirfoddolwyr i wneud yn siŵr bod dewisiadau seiclo ar gael ar eu cyfer yn y dyfodol gan eu bod yn ffordd braf o wella diogelwch a stamina."

3.6 Cardiff Salad Garden, Tern GSD

Mae Cardiff Salad Garden yn gwmni buddiant cymunedol sy'n gweithredu ym Meithrinfa Blanhigion Parc Bute. Maent wedi bod yn dosbarthu salad ar feiciau i fwytai lleol ac unigolion o amgylch canol dinas Caerdydd ers 2017 ac roeddent yn awyddus i uwchraddio i feic e-cargo, fel eu bod yn gallu cynnig cyfleoedd i ragor o wirfoddolwyr dosbarthu posibl a chario mwy o lwyth ar bob taith. Fe wnaeth cymryd rhan yn ein prosiect ganiatáu iddynt roi cynnig ar dri math gwahanol o feic e-cargo, gan weld pa un a fyddai'n fwyaf addas ac yn bodloni eu gofynion. Yna, fe aethom ati i'w cynorthwyo i brynu eu beic e-cargo eu hunain.

"Roeddem wedi gosod rhai meini prawf, a'r pwysicaf o'r rhain oedd gwneud yn siŵr ei fod yn hygyrch i bobl o wahanol daldra a phrofiad o seiclo, yn gallu cludo cryn dipyn o gynnyrch cymharol ysgafn, yn addas ar gyfer dosbarthu mewn mannau trefol tynn, a diogelwch."

Gan ddefnyddio'r beic e-cargo a ddarparwyd gennym drwy'r rhaglen logi hirdymor (tra'n aros i'w Tern GSD newydd gyrraedd), ac ar ôl cwblhau ein rhaglen hyfforddi gynhwysfawr, roedd tyfwyr yr elusen yn gallu cynyddu nifer y staff a oedd yn gallu cludo nwyddau.

“Fe gafodd ein staff hyfforddiant seiclo gan hyfforddwr medrus a hynod amyneddgar. Roedd yr hyfforddiant hwn yn ardderchog ac roedd yn amod o'n hyswiriant beic bod pob beiciwr wedi cael hyfforddiant priodol cyn defnyddio'r beic.”

Mae cymryd rhan yn ein prosiect wedi helpu’r elusen i gyflawni ei nodau a chyrraedd rhagor o bobl, gan ymgorffori ymhellach eu dull gwyrdd o gludo nwyddau a gweithio gyda gwirfoddolwyr a buddiol-wyr.

“Ers cael yr e-feic rydym wedi ehangu i gymryd cyfrifoldeb dros ardd gymunedol ychwanegol. Gardd Gymunedol Glan yr Afon yw un o'r gerddi cymunedol hynaf yng Nghaerdydd ac roedd mewn perygl o gau. Heb yr e-feic ni fyddai wedi bod yn bosibl cynnal yr ardd newydd. Byddwn hefyd yn defnyddio'r beic i gludo llysiau a dyfir yn y gerddi cymunedol i bantrïoedd bwyd a cheginau yng Nghaerdydd - dull llawer mwy gwyrdd a haws na gyrru trwy ganol y ddinas.”

4. Canlyniadau cadarnhaol ac adborth

4.1 Effaith hirdymor

Fe wnaeth yr arian ar gyfer prosiect Seiclo mewn Ffordd Wahanol alluogi Pedal Power i ymdrechu i **hybu ei nodau** fel yr elusen fwyaf yng Nghymru sy’n hyrwyddo seiclo cynhwysol.

Mae'r **cysylltiadau cynyddol gyda chymunedau**, awdurdodau lleol, sefydliadau cenedlaethol, gweithgynhyrchwyr a llawer mwy yn parhau hyd heddiw fel cefnogwyr ffyddlon o daith Pedal Power.

Mae fflyd well a modern yn cael effaith hirdymor amhrisiadwy i'r cannoedd o feicwyr rheolaidd yn Pedal Power sydd bellach yn seiclo e-feiciau. Mae'r beiciau newydd wedi galluogi llawer o feicwyr i seiclo pan nad oedd hynny'n bosibl yn flaenorol.

Mae'r elusen a welwch heddiw wedi **gwella storfeydd a chyfleusterau** sy'n galluogi rhagor o ddefnyddwyr i ddefnyddio gwasanaethau Pedal Power ac elwa arnynt bob blwyddyn.

Mae'r hyn sydd **wedi'i ddysgu** o nodau'r prosiect a'r adborth iddo wedi gosod y seiliau ar gyfer gweithio ar **brosiect ehangach** i barhau â'r genhadaeth o weld pawb yn mwynhau manteision seiclo.

“Mae’n wych gallu llogi e-dreic i roi cynnig arni. Rydyn ni wedi mwynhau ein profiad yn Pedal Power yn fawr; Tîm o bobl Bositif, Gefnogol, Amyneddgar, Wybodus, Gyfeillgar ac Anffurfiol. Diolch!"

4.2 Canlyniadau ac adborth anecdotaidd

"Roedd yr hyfforddiant a gawsom gan Gill yn hanfodol i allu defnyddio'r beic cargo yn ddiogel – daliwch ati gyda'r cynllun os gwelwch yn dda"

"Rwy'n feiciwr llawer gwell a mwy diogel ar y ffyrdd."

"Mae wedi fy ngalluogi i fynd â 2 blentyn allan - i/o'r ysgol. Gwych gallu rhoi cynnig arno cyn prynu un. Hefyd, y gwaith ardderchog mae Pedal Power yn ei wneud."

"Prin yw'r cyfleoedd i roi cynnig ar ddefnyddio E-feiciau, rydym yn ffodus ein bod yn gallu gwneud hyn yn Pedal Power!!

"Mae gallu llogi e-feic wedi gweddnewid pethau inni fel teulu. Diolch!

"Mae wedi gwella fy iechyd meddwl yn aruthrol. Mae wedi gwneud imi sylweddoli mod i'n gallu seiclo eto ar feic trydan."

"Positif iawn - Fe wnaeth imi benderfynu prynu e-feic."

"Rhwydd hynt i symud o gwmpas y ddinas gyda'r plant heb gar."

"Positif iawn i iechyd meddwl y teulu cyfan. Byddwn wrth fy modd yn ei logi eto am fwy o amser..."

"Roedd yn hwyl, prosiect gwych! Wedi gwneud teithio gyda'r ci yn llawer haws."

"Wedi mwynhau defnyddio e-feic, hefyd yn well/mwy hyderus ar ffyrdd trefol."

“Fe wnaethon ni nodi cymaint yn fwy diogel roedd yr e-feic yn ei deimlo wrth rannu ffyrdd cyhoeddus gyda cheir a seiclo gyda’n plentyn bach yn y gadair gefn (o’i gymharu â defnyddio ein trelar tynnu). Rydych chi'n fwy gweladwy ac ar gyflymder tebyg i yrwyr, ac mae hyn yn braf iawn. I grynhoi, ni fydden ni wedi prynu beic e-cargo heb allu rhoi cynnig arno'n gyntaf.”

“Mae Pedal Power wedi fy ngalluogi i fod yn fwy ffit, yn hapusach ac yn iachach. Allwn i ddim gwneud hyn heb yr e-feic.”

“Fe wnaeth defnyddio treic trydan fy helpu'n aruthrol gan fod y trydan yn cynyddu wrth imi wthio’n galed iawn i fyny’r bryniau.”

“Lleihau costau a ffordd iach o gymudo”

“Fe wnaethon ni dreulio 62 diwrnod yn cerdded llwybr arfordir Cymru a mynd yn brin o amser, felly fe wnaethon ni logi’r beic i gwblhau’r tridiau olaf”