

## Trawsgrifiad o Ofal Planhigion Cartref gyda Jullie Dorgan

Meirion – Hello, Meirion ydw i o'r tîm Lles Cymunedol, ac rydym ni yma heddiw i wneud Gweminar am ofal planhigion tŷ. Mae Jullie Dorgan yma, ac mae hi am roi blas i ni o sut mae ei phrofiad hi o ofalu am blanhigion tŷ a'i gwybodaeth am ofalu am blanhigion wedi bod o fudd mawr i'w lles.

Felly sut wnaeth dy ddiddordeb di mewn garddio dan do gychwyn, a pham wyt ti'n meddwl ei fod yn duedd sy'n tyfu ar hyn o bryd Jullie?

Jullie – Iawn, bore da, hello bawb, ia, cwestiwn da, mi gychwynnais i blannu a garddio drwy fy nain a thaid. Roedden nhw yn yr ail ryfel byd ac roedden nhw'n cael eu hannog i dyfu eu bwyd eu hunain, tyfu eu llysiau eu hunain ac ati. Felly pan o'n i'n hogan fach, ar ôl y rhyfel wrth gwrs, ro'n i'n arfer mynd i'r ardd gyda nhw ac roedd o'n brofiad hyfryd, mae o wastad wedi aros gyda mi. Does yna ddim byd tebyg i hel dy lysiau dy hun o'r ardd. Fe ddylanwadodd hyn ar fy nhad, felly roedden ni'n cael amser hyfryd gyda'n gilydd fel tad a merch cyn mynd i'r ysgol, yn hel y llysiau allan yn yr ardd, tomatos o'r tŷ gwydr.

Yr arogleuon, y dyddiau yna o wyddfid a rhosod. Yn y dyddiau hynny, roedd yna arogl bendigedig ar y blodau, a dw i'n meddwl bod yr arogleuon hynny'n bwysig iawn. Weithiau mae pethau synhwyrdd yn dod ag atgof yn ôl i ti, felly roedd hynny'n beth hyfryd.

Aeth dad yn ei flaen i ennill Cymru yn ei Blodau am ddwy flynedd yn olynol, mewn cartrefi gofal yng ngogledd Cymru.

Yna fe gychwynnais i dyfu fy llysiau fy hun, fy mherlysiau fy hun, ac fe es i ar gwrs perlysiau, fy merch a minnau a thrwy hynny fe es i ar y teledu, ar S4C. Perlysiau Cymreig, David Bellamy oedd wrthi bryd hynny, bendith arno, felly roedd hynny'n ddiddorol.

Yna fe es i i wneud rhywfaint o ddsbarthiadau tiwtorial ar berlysiau a nodweddion lles perlysiau.

Mae hynny'n ateb y cwestiwn,

a

Hefyd, pam fy mod i'n meddwl ei fod yn duedd sy'n tyfu ar hyn o bryd - dw i'n meddwl bod pobl, yn enwedig ers y cyfnod clo, wedi'u cyfyngu o ran mynd allan, ac weithiau does gan bobl ddim gerddi. Mae'r elfen yma o ddod â'r tu allan i mewn yn gyffredin iawn ar hyn o bryd.

Dw i wedi colli dy sain di. Ti wedi pwyso'r botwm tawel.

Meirion – Mae'n ddrwg gen i, dw i'n chwarae gyda gormod o bethau. Oes gen ti awgrymiadau am brynu planhigion tŷ i ddechreuwyd? Lle wyt ti'n eu prynu nhw, beth i chwilio amdano, os wyt ti wedi cael planhigion yn anrheg ac eisiau dod â nhw i'r tŷ. Oes gen ti unrhyw gyngor neu strategaethau?

Julie – Cwestiwn da. Dw i'n hoffi meddwl dy fod di'n cyrchu planhigion yn hytrach na dim ond siopa amdanyd nhw, mae yna lawer o wahanol categorïau. Os oes gen ti ddiddordeb mewn planhigion neu eisiau cychwyn dod â phlanhigion i mewn i dy gartref, mae yna lawer o wahanol leoedd i gael y rhain. Y lleoedd gorau ar gyfer y rhain, yn enwedig yng ngogledd Cymru, rydyn ni'n ffodus o gael planhigfeydd, canolfannau garddio gwych, ac maen nhw'n leoedd hyfryd...pan gawn ni fynd allan eto, yn ddiwrnod hyfryd allan i'r teulu, ac fe all di fynd allan ac edrych ar yr holl bethau hardd, yn weledol, a'r arogleuon ac ati, a theimlo'r gwahanol bethau. Mae hynny'n brofiad eithaf braf pan fyddi di'n mynd i siopa am blanhigion hefyd. Ac mae yna arddwyr wrth law yn y lleoedd yma, felly os nad wyt ti'n siŵr am rywogaeth penodol o blanhigyn, neu sut i ofalu amdano, maen nhw yno i dy helpu di.

Mae yna wahanol leoedd, archfarchnadoedd, y galli di gael planhigion, siopau blodau bychain bwtic ac ar lein hefyd, yn enwedig ers y cyfnod clo, mae pobl wedi bod yn prynu ar lein. Weithiau mae hynny'n gallu bod yn fater o hap a siawns, gan eu bod nhw'n cyrraedd yn y post wedi'u gwasgu a dwyt ti ddim bob tro'n gwybod, mae'n well gweld planhigyn a dweud y gwir, mae'n debyg i ddewis esgidiau.

Hefyd, mae yna safleoedd ar y cyfryngau cymdeithasol lle galli di gyfnewid planhigion, mae yna gymuned blanhigion gyfan, planhigion tŷ dw i'n feddwl rŵan, felly fe all di gyfnewid planhigion rhwng y naill a'r llall hefyd.

Y mwyaf o ddiddordeb rwyd ti'n ei gymryd, y mwyaf y gwnei di ei ddysgu am y pethau yma, ac os cei di blanhigyn yn anrheg gan ffrindiau neu deulu, mae'n beth da dysgu am y pethau yma yn hytrach na dod â'r planhigyn adref a'i roi yn y golau anghywir, ac ymhen ychydig wythnosau neu fisoedd, fe fydd wedi marw.

Meirion – Os wyt ti'n rhannu planhigyn, mae'n debyg dy fod di hefyd yn rhannu gwybodaeth ar yr un pryd, dwyt? Fel, "dyma'r peth gorau dw i wedi'i

wneud gyda'r planhigyn yma". Fe fydd gan rywun arall farn wahanol, ac fe fyddwch chi'n rhannu profiad a gwybodaeth gyda'ch gilydd hefyd, byddwch? Fyddai hi'n deg dweud hynny?

Jullie – Ia, byddai

Meirion – Mae hynny'n swnio'n ddiddorol iawn, doeddwn i ddim yn gwybod am rannu planhigion, iawn.

Beth am, pan gei di'r planhigyn, pa fath o bethau y mae angen i ni eu gwneud, pa fathau o bethau i ofalu am y planhigion, pa fathau o bethau... dyfrio, golau, gwrtait, plâu, pa awgrymiadau sydd gen ti ar gyfer y pethau yma?

Jullie - Iawn, pan wyt ti... Dw i'n meddwl, cyn i ti fynd ati i brynu'r planhigion, mae angen i ti weld pa fath o olau sydd gen ti yn dy dŷ. Mae yna ofynion, mae yna fathau o blanhigion trofannol penodol, fe ddangosaf i beth sydd gen i, dw i mewn jyngl braidd yma, dydi fy mhlanhigion i i gyd ddim yn y fan yma drwy'r amser, fe ddois i â nhw yma i ddangos y gwahanol rywogaethau ac ati. Felly os wyt ti eisiau cael planhigion trofannol ac yn byw mewn bwthyn bychan neu lle mae yna ffenestri llai, efallai y bydd rhaid i ti ailfeddwl hynny, neu brynu goleuadau tyfu hefyd, goleuadau tyfu.

Meirion – oes yna UV ynddyn nhw neu...?

Jullie – Mae yna rai LED a gwahanol rai o wahanol brisiau, ac fe allai di brynu'r rhain ar lein o siopau arbenigol. Felly rwyt ti eisiau offer bach, mae gen i drywel, siswrn tocio, can dŵr, chwistrell efallai, dyma fy ffon fesur dŵr fach i, rwyt ti'n ei rhoi yn y gwrtait, ac mae'n dweud wrthyti os ydi dy blanhigion di angen dŵr ai peidio. Fe allai di hefyd gael y rhain sy'n rhoi gwybod i ti am y lleithder a'r golau. Mae yna wahanol rai o'r rheiny hefyd.

Felly fe fyddwn i hefyd, gyda rhai planhigion trofannol, mae angen llawer mwy o ofal arnyn nhw na phlanhigion suddlon. Os wyt ti'n mynd i ffwrdd yn aml, mae angen i ti feddwl am hynny, mae angen dyfrio rhai planhigion ddwywaith yr wythnos weithiau.

Felly dyna ti.

Pan fyddi di'n mynd ati i siopa am blanhigion, cofia edrych oes yna ddifrod ar y dail, oes yna unrhyw smotiau brown neu ddail melyn diffrwyth. Weithiau fe allai di dynnu'r planhigion o'r potyn ac edrych ar y gwreiddiau. Os ydyn nhw'n wyn

neu'n frown, mae hynny'n dda, ac yn sbonciog, mae hynny'n dda. Weithiau os ydi'r gwreiddiau'n dod allan o'r potyn ormod, fe allai hynny fod yn arwydd o rywffaint o esgeulustod. Dw i'n meddwl ei bod hi werth edrych yn y gwrtait hedyd. Os ydi o'n sych iawn fe allai hynny ddangos rhywfaint o esgeulustod, ac os oes ganddo ddail brown, dyna i ti esgeulustod eto. Neu weithiau os ydi o'n rhy wlyb, fe allai hynny olygu fod y gwreiddiau wedi pydru. Fel y dywedais i, yn y canolfannau garddio mae ganddyn nhw arddwyr yn gofalu am y planhigion yma, weithiau pan ei di i'r archfarchnad, dydi hynny ddim ar gael yno. Felly mae'n debyg y cei di blanhigyn gwell sydd wedi cael gofal da, a phan ddoi di â fo adref fe fydd yna lai o broblemau, os ei di at arddwyr da, darparwyr da.

Meirion – Ia, ac mae gen ti'r cyngor, os nad wyt ti wedi gwneud hyn o'r blaen, dwyt ti ddim yn siŵr am beth i chwilio yn y gwreiddiau neu os oes yna smotyn bychan o'i gymharu â smotyn eithaf mawr, a dwyt ti ddim yn hollol siŵr pan wyt ti'n ddechreuwr beth i chwilio amdano.

Jullie – Ac fe allwn ni siarad am hynny'n nes ymlaen, fe fydd hyn yn creu mwy o ddiddordeb, diddordeb mewn gofal planhigion ac fe allwn ni edrych ar hyn yn fwy manwl wrth i'r wythnosau fynd eu blaenau.

Meirion – Yn bendant, os oes yna bobl â diddordeb yn gwyllo, os oes ganddyn nhw ddiddordeb mawr mewn dysgu mwy am ofal planhigion, fe allwn ni wneud mwy gallwn? Fe allwn ni gynnal cwrs, ar lein efallai, ond mae'n werth ei wneud, fe allwn ni wneud cwrs hirach am ofal planhigion a beth i chwilio amdano a sut i baratoi pethau, gallwn Jullie?

Yr hyn o'n i'n mynd i'w ddweud, mae rhywfaint ohono i'w wneud â'r math o blanhigyn rwyt ti'n ei gael. Bydd angen trin planhigyn trofannol yn wahanol i blanhigion suddlon, o'r hyn dw i'n ei wybod mae planhigyn suddlon yn debyg i gactws, neu ...

Jullie – Mae cacti yn blanhigion suddlon, oherwydd bod ganddyn nhw ddŵr neu oherwydd eu bod nhw wedi tyfu'n wreiddiol yn yr anialwch ac ati. Mae'n anhygoel bod ganddyn nhw ddŵr yn eu dail, mae gan gacti aroids, fe fydd rhaid i mi ddod o hyd i'r enw am hynny, does dim rhaid i ti eu dyfrio nhw mor aml.

Meirion – Ydyn nhw'n cymryd y dŵr o'r aer mewn rhyw ffordd, ydi hynny'n gywir?

Jullie – Ydi dwi'n meddwl, yn system eu gwreiddiau ac ati.

Meirion – Grêt, felly eto, dw i'n dangos fy niffyg gwybodaeth. Felly o ran plâu, wyt ti'n meddwl, pa fath o blâu y mae angen i ni chwilio amdany nhw?

Jullie - Felly pan ddoi di â dy blanhigyn adref, rhaid i ti fod yn ofalus iawn sut rwyd ti'n dod ag o adref hefyd, paid â'i wthio fo i mewn i'r bwt sydd heb olau. Mae'n ddrwg gen i?

Meirion – Dyna ydw i wedi bod yn ei wneud o'i le?

Jullie - Ha, iawn, ia, a hefyd fe allai fod yn sioc i'r planhigyn pan fyddi di'n ei symud o, os ydi hi'n ddiwrnod gwyntog hefyd, wel, gwna'n siŵr bod gen ti orchudd amdano fo pan ddoi di â fo allan o'r siop neu'r ganolfan arddio, fel nad ydi o'n cael sioc, oherwydd fe allet ti gael trafferthion, yn y cyfnod byr yna hyd yn oed, yn y dyfodol.

Felly mae angen i ti ei roi o ar lawr y car o flaen y sedd efallai neu o le bynnag rwyd ti'n dod â nhw, gwna'n siŵr eu bod nhw ar eu sefyll a ddim yn disgyn drosodd.

Yna pan ddoi di â nhw adref, mae angen i ti, os oes gen ti unrhyw blanhigion eraill yn y cartref, mae angen i ti eu rhoi nhw mewn rhyw fath o gwarant, ar wahân i'r planhigion eraill, rhag ofn bod ganddyn nhw blâu.

Dw i'n hoffi rhoi fy mhlanhigion i yn yr ystafell ymolchi, weithiau fe wna' i olchi rhyw fymryn arny nhw yn y gawod, i wneud yn siŵr. Weithiau all di ddim gweld y plâu bychan bach yma, maen nhw mor fach.

Mae gen i chwyddwydr dw i'n ei ddefnyddio, all di ddim gweld rhai o'r gwiddon coch, y pryfed bloddiog, gyda dy lygad noeth, fe allet ti feddwl mai tamaid bach o bridd neu wrtaith ydyn nhw, ond ia.

Felly, yn amlwg, os oes gan dy blanhigyn newydd di blâu na all di eu gweld bob tro, pan fyddi di'n eu prynu nhw, yn amlwg os rhoi di nhw wrth ymyl dy blanhigion eraill, fe wnei di heintio'r planhigion eraill. Ar ôl i ti wneud hynny, pan fyddi di wedi dod o hyd i le i'r planhigyn, fe fydd rhaid i ti ymchwilio i faint o olau mae o'i angen ac ati.

Mae planhigyn yn ymgynefino mewn ffordd, dydyn nhw ddim yn hoffi cael eu symud bob tro, ac fe allet ti eu symud nhw yn y lle cyntaf, i gael y golau iawn. Fe fydd dy blanhigyn yn siarad â ti mewn ffordd, fe fydd yn rhoi gwybod i ti, wrth i ti fynd i mewn i bethau fwy, a gobeithio bydd dy wylwyr, cleientiaid, beth bynnag, y bobl sy'n gwyllo, yn magu diddordeb ac yn cychwyn ar yr hobi yma sy'n dod yn fwyfwy poblogaidd ar hyn o bryd.

Fe ddoi di i adnabod dy blanhigyn, fe ddoi di i ddysgu o weld y dail yn disgyn ac ati, eu bod nhw angen ymgynefino.

Meirion – felly mae angen i ni gadw golwg ar sut mae'r planhigion, o ran gwyro neu dyfu yn od, dwi'n siŵr bod gennym ni blanhigion yn tyfu i fyny grisiau, mae rhai darnau yn tyfu'n gynt nag eraill ar y planhigyn, dwi'n siŵr tydi hynny ddim yn beth da.

Jullie – Oes, ond galli di eu troi i rownd fel eu bod yn wynebu'r golau.

Meirion - O iawn, wyt ti eisiau ceisio dod o hyd i le iddynt a fyddai o fantais iddynt, darllen ychydig os yw'r wybodaeth ar-lein neu ofyn i bobl eraill, dod o hyd i beth yw'r peth gorau i'r planhigyn hwnnw, ceisio dal ati ac fel y dywedaist, a fyddet ti'n golchi'r planhigyn cyfan, y compost a phob dim neu'r dail yn unig i gael y plâu i ffwrdd. Beth fyddet ti...?

Jullie – Os wyt ti'n gallu gweld rhywbeth neu ddim yn siŵr, ac os oes rhyw sylwedd gludiog yno, gal hyn fod yn arwydd. Byddwn i'n golchi'r dail yn unig, oherwydd mae llawer o fobl ar ôl dod â'r planhigyn gartref yn dweud bod angen i mi roi digon o ddŵr iddo.

Jullie – Felly'r prawf dau ddwrn lle rwyt ti'n rhoi dy fynegfys i mewn i'r pridd ac os yw'n teimlo'n damp, does gennynt ti ddim pridd ar dy fys, yna does dim angen rhoi dŵr. Os yw'n sych yna byddwn yn rhoi dŵr iddo, a gwneud yn siŵr os yw'r dŵr yn diferu drwy'r tyllau dŵr yna mae'r gwreiddiau yn cael diod. Hefyd ynghylch ail-botio, mae rhai pobl yn meddwl 'o dwi angen rhoi hwn mewn pot arall yn syth', gall hyn roi braw i'r planhigyn hefyd oherwydd mae'n hapus a chlyd yn ei gartref bach, bydd wedi cael ychydig o fraw yn symud o'r blanhigfa, neu o ble bynnag y cawsoch y planhigyn. Felly peidiwch â'i roi mewn pot arall am ychydig, gadewch iddo arfer â'ch cartref a'ch amodau.

Meirion - Felly maen nhw'n bethau eithaf sensitif sydd angen ychydig o amser i ddod i'r arfer â phethau.

Jullie - Ydyn

Meirion - Felly eu golchi a'u gadael ac os ydy o'n sych, i edrych ar y pridd ac i roi dŵr iddynt os oes angen, ac os nad oes angen, i beidio â gwneud hynny, dyna ydy'r neges?

Jullie – Ia, peidiwch â rhoi dŵr iddynt. Yn arbennig os ydych wedi ei prynu gan dyfwr, garddwyr da ag enw da, byddant wedi gofalu am hwn ac wedi rhoi gwrtaith, gwrtaith rhyddhau tyfu'n araf o bosibl ynddynt hefyd. Felly eu gadael

am ychydig o ddiwrnodau a dal i gadw golwg arnynt. Hefyd, mae'n dibynnu ar adeg y flwyddyn o ran dyfrio. Yn yr haf yn amlwg mae angen dyfrio yn fwy nag yn yr hydref a'r gaeaf. Mae'n rhaid i chi beidio â dyfrio gormod oherwydd mae dau brif peth, wrth drin phlanhigion rydych angen meddwl am y golau a'r dŵr. Yn amlwg mae pethau eraill, ond os ydi'r ddau beth hyn yn iawn, yna rydych yn gwybod eich bod ar y trywydd iawn. Y prif beth o ran 'lladd planhigion', nid ydym yn hoff o ladd planhigion ond mae'n digwydd weithiau, mae pobl yn gor-ddyfrio, yn eu caru ormod mewn ffordd. Felly unwaith rydych wedi gor-ddyfrio gallent bydru yn y gwraidd ac ar ôl i hyn ddigwydd mae'n anodd iawn i'w adfer. Felly mae'n well peidio â dyfrio digon oherwydd gallwch adfer rheiny.

Meirion – O ia? lawn, mae hynny'n awgrym da. Felly peidio â'u gor-ddyfrio, peidio rhoi digon, ac os ydych angen mwy o ddŵr yn nes ymlaen byddant yn ei gymryd, ond os ydynt wedi cael gormod, yna ni fyddant angen mwy.

Jullie - Ia, gallwn ni wneud adran lawn ar sut i ddyfrio planhigion oherwydd mae gymaint o wahanol ddulliau o ddyfrio planhigion, mae 'na ddyfrio'r gwaelod, gallwch chi eu gadael yn sych bron a dyma dwi'n ei wneud, gadael iddynt fod yn eithaf sych, ddim yn hollol sych ond yn eu gadael yn eithaf sych ac rwy'n mynd â nhw i'r ystafell ymolchi i roi digon o ddŵr iddynt, a maeth da, wedyn rhoi mwy, ac mae'r dŵr yn mynd yn aros yn y potyn. Hefyd mi 'nai sôn am ddyfrio, mae llawer o blanhigion trofannol yn sensitif iawn i'n dŵr tap ni, oherwydd bod gennym gemegau ynddynt, y clorin, fflworid, yr halen a gall hynny wneud eich planhigion yn anhapus a gall eu lladd hyd yn oed. Felly'r dŵr gorau yw dŵr glaw. Mae gen i falconi yma a dwi'n casglu dŵr glaw mewn potyn mawr. Gallwch ddefnyddio dŵr distyll, ond gallai hynny fod yn ychydig yn ffyslyd a drud, neu ddŵr tap ond ei adael dros nos fel bod y cemegau yn setlo, felly mae rhai planhigion yn gallu ymdopi gyda dŵr tap, neu geisiwch beidio â'i adael rhy oer oherwydd gallai hynny achosi sioc iddynt, ond mae'n bwynt pwysig iawn meddwl pa ddŵr rydych yn ei ddefnyddio.

Meirion – Doeddwn i ddim yn gwybod hynny. Felly casglu'r dŵr glaw yw'r gorau, ond os mai dŵr tap ydi'r dewis yna mae angen ei adael. Mae hynny'n ddiddorol iawn. Mae llawer o gemegau sy'n helpu ein iechyd, ond ddim yn dda iawn bob amser i'r planhigion.

Jullie – Oes.

Meirion - Tyda ni heb sôn am fwydo na roi gwrtait. Rwy'ti wedi sôn ychydig o ran y ffordd mae'n y pot yn barod, efallai bod rhyddhad araf, ond oes 'na

unrhyw beth arall mae arnom angen ei wneud? Efallai ar ôl mis neu ddau o ran roi gwrtaith neu fwydo?

Jullie – Oes, mae fy mhlanhigion trofannol fel fy mhlanhigyn banana yn fan 'cw, dwi ddim yn siŵr os all di ei weld, mi ddangosai ar y diwedd, angen ei fwydo/ angen gwrtaith bob pythefnos yn ystod yr haf. Mae rhai o'r planhigion deiliog/ dailiech angen mwy o wrtaith a phan wnaeth ----- gysylltu, yn sôn am fwydo, roeddwn i eisiau gwybod beth oedd bwydo? Ydw i'n rhoi brechdan i fy mhlanhigion os ydym yn meddwl am fwydo, beth ydi'r bwydo hyn? Mae nifer o ffyrdd o fwydo eich planhigyn, dwi'n defnyddio gwrtaith hylif, gallwch chi brynu gronynnau, gallwch gael rhywbeth fel pigynnau. Hefyd gallwch wneud gwrtaith o gompost, compost gardd, ni fyddwn i'n ei ddefnyddio bob amser ar blanhigion dan do gan y gallai ei fod yn rhy galed iddynt, ond gallwch ddefnyddio ychydig. Ond gallwn drafod hyn a gwneud adran llawn ar wrtaith hefyd, gallwch wneud gwrtaith eich hunain allan o gregyn wyau ayyb, mae ychydig o'r compost rydych yn ei luchio angen ei ferwi a rydych yn defnyddio'r sudd o hynny, fel dŵr tatws, dŵr reis, rydych chi'n gwybod pa lysiau, yn arbennig yn ystod y cyfnod clo lle nad oedd pobl yn gallu mynd i'r siop i brynu gwrtaith, gallwch defnyddio rhai eich hun ond peidiwch ag ychwanegu halen.

Meirion – Mae hwnne'n sychu popeth, mae halen yn lladd planhigion a phethau byw.

Jullie – Ia, yn y gaeaf llawer o ofal planhigion nad yw pobl yn gwrteithio o gwbl. Rhai pobl, ond os yw eich planhigyn yn parhau i dyfu gallwch ei wrteithio, ond nid hanner gymaint ag y byddech yn ei wneud yn yr haf.

Meirion – Ia, felly mae yna ambell beth sy'n dibynnu os yw'n blanhigyn bach ifanc, yna mae gwrtaith yn bwysicach, os yw'n blanhigyn sydd wedi tyfu nid yw mor bwysig.

Jullie – Na, os ydynt yn tyfu byddant angen gwrtaith, gall rhai planhigion dyfu'n anferth, a gall rhai dyfu'n 8 troedfedd o uchder hyd yn oed yn eich tŷ, gallwch dorri i lawr ar y gwrtaith os nad ydych yn dymuno iddynt dyfu neu eu tocio os nad ydych eisiau iddynt dyfu'n rhy uchel.

Meirion – Ia, dyna ni, mae yna bennod gyfan yna ar wrteithio yn unig a'r holl bethau gwahanol hyn.

Jullie – gallwch roi gormod o wrtaith hefyd, gallwch roi gormod o wrtaith ac yna bydd gennych broblemau, gallech ladd y planhigyn yn eithaf sydyn a



dweud y gwir, byddwch yn ei weld yn dirywio. Felly, rwy'n defnyddio un organig, dwi ddim yn gallu dweud yr enw, ond dw i'n defnyddio gwrtaith organig mae'n hylif ac mae angen ei wanhau, ei wanhau'n iawn, ia, gallwn ni siarad am hynny eto hefyd.

Meirion – Eich rhestr o blanhigion sy'n hawdd gofalu amdanynt, oes yna unrhyw beth sy'n weddol hawdd gofalu amdano, rhai pobl fyddai'n hoffi cael planhigion ond mewn gwirionedd sydd ganddynt ddim amser, neu ddim yn dymuno rhoi llawer o ofal iddynt drwy'r amser?

Jullie – Oes, rhai o'r planhigion sy'n hawdd gofalu amdanynt, mae gennai restr fach yma yn rhywle, gadewch imi weld, os ydw i wedi ysgrifennu hwn, iawn, wnâi ei wneud o fy mhen, planhigion sy'n hawdd gofalu amdanynt, blodyn pryf cop, nawr mae'n siŵr ein bod yn cofio'r rhain pan oeddem yn mynd i dŷ Nain, roedd yna bob amser blanhigyn pryf copyn yno, maent yn blanhigion bendigedig a gallwch drawsblannu llawer o blanhigion eraill ohonynt hefyd. Maent yn cael planhigion bach, dyna maent yn eu galw. Y blodau bach yma.

Mae'n dangos un o fy mhlanhigion pryf cop yma, mae hon o blanhigfa leol roeddent wedi'i dyfu eu hunain, mae'n edrych yn eithaf trofannol, mae ganddynt yr eginau bach yma.

Gallwch ei roi mewn dŵr neu bridd ac fe gewch chi fwy o blanhigion pryf cop o hwnnw.

Un arall, sy'n dda iawn, y Galon Aur, a elwir yn Iddew Eurfrith, sef hwn yn y fan hyn, mae'n blanhigyn sy'n dringo

Meirion - Yr un mawr ar y chwith yn y fan yna ydy o?

Jullie – Yr un yma yn y fan hyn.

Meirion – Fedrai ddim gweithio allan pa un, yr iddew Calon Aur ar y chwith

Jullie – Yn y fan hyn, gyda'r dail melyn, gallwch ddod o hyd i'r rhain yn unrhyw le ac maent yn hawdd iawn. Maent yn mwynhau bod, wel tydy'r golau ddim yn gymaint o broblem gyda'r rhain, gallant oddef llai o olau hefyd, nid haul llawn efallai, ond maent yn wydn iawn, maent yn cael eu galw'n iddew Calon Aur gan eu bod yn eithaf anodd i'w lladd.

Meirion – Hahaha

Jullie – y planhigion dreigwaed, maent yn eithaf hawdd, maent yn gallu goddef llai o olau.

Meirion - Oo waw.

Jullie – Mae’r planhigyn yma yn cael ei alw’n Zanzibar, planhigyn Gem ZZ. Mae hwn mewn gwirionedd yn suddlon, mae ganddynt rhisomau yn y gwreiddyn a gallant fod mewn lle gyda llai o olau hefyd.

Mae gennyf balmwydd yma, mae hwn yn eithaf hawdd i mi, mae rhai pobl yn cael anhawster gyda phalmwydd.

Allwch chi weld hwn?

Meirion – Ie, gallaf ei weld, mae’n blanhigyn trawiadol iawn a dweud y gwir, ac maent i gyd yn edrych yn wyrdd ac yn fyw.

Jullie – Hahaha, wel dwi’n gobeithio.

Meirion - lawn, y planhigyn nesaf hawdd yw'r planhigyn Monstera, planhigyn caws Swisaidd, dail braith bendigedig yma.

Meirion – Ia, bendigedig.

Jullie – Byddant yn goddef amrywiol olau, ond os ydych yn dymuno cael y dail hyn, maent angen goleuni'r haul a llawer o oleuni’r haul, planhigyn arall sy’n hawdd gofalu amdano yw’r planhigyn Tafod Mam Ynghyfraith. Maen nhw.....

Meirion – Hahaha

Jullie -...Hahaha, nid yw’n neis iawn, ymddiheuriadau i’r holl famau y nghyfraith allan yna. Mae hwnna yn asgwrn morfil neu siarc, sydd yn rhan o’r Sansevieria, roeddent yn arfer bod yn Sansevieria, nawr maent yn y teulu Dreigwaed. lawn, mae gennym y planhigyn lwca, mae hwn yn blanhigyn eithaf hawdd, mae’n goddef amrywiol oleuni hefyd.

Meirion – Rwyf wedi clywed am blanhigyn lwca o’r blaen, ydy o’n dod o rywle fel Awstralia neu rywle felly, ac o’r fan yna?

Jullie – ydy, maent yn blanhigion trofannol, anial hefyd, mae ganddynt y goes drwchus yma, gallent dyfu yn dal iawn, maent yn tyfu’n araf mewn gwirionedd,

Planhigyn hawdd arall, gadewch imi feddwl, mae’r rhain yn rhai bach tlws, ac maent yn cael eu galw yn bambw lwcus

Meirion – Aa reit.

Jullie – ac maent yn cael eu defnyddio mewn Feng Shui ac maent mewn dŵr gennai, ychydig o gerrig ac maent yn gwneud arddangosfa hyfryd, maent hefyd

yn wych fel anrhegion. Ni ddylech byth roi pedair yn unig, gallwch roi un, dwy, tair, pump ac ati hyd at ddeuddeg ond byth pedwar yn unig oherwydd nid yw hynny'n lwc dda mae'n debyg.

Meirion – Oo reit.

Jullie – Ia, felly dyma'r planhigion aer, maent yn weddol hawdd ond maent angen eu dyfrio, nawr tydy planhigion aer ddim angen pridd na dŵr, maent yn tyfu yn yr aer!

Meirion – Waw,

Jullie – rwyf wedi gwneud arddangosfa fach gyda nhw yma ac maent yn edrych yn hardd iawn. Tydyn nhw ddim bob amser yn y fan yma gennyf, maent mewn gwahanol leoliadau gennyf, mewn rhannau gwahanol o fy nghartref. Mae hwn, a gallwch hefyd roi'r rhain mewn terariwm. Mae hwn yn sarracenia, sy'n blanhigyn cigysol, sydd ag ychydig o neithdar yn y ffrondau yma, a de chi'n gwybod, y pryfaid, maent yn trapo'r pryfaid. Nid oeddwn bob amser yn hoffi'r syniad o'r rhain, ond roeddwn yn meddwl weithiau gallwch gael gwybedyn ffwng sy'n gallu tyfu o amgylch eich planhigion, nid ydynt bob amser yn achosi llawer o ddifrod, ond maent, rydych yn gwybod, yn ychydig o niwsans, felly rydych yn gwybod, roeddwn yn meddwl eu bod yn eithaf defnyddiol i'w cael nhw hefyd, mae ganddynt ddiben hefyd.

Mae hwn yn rhedyn corn carw, ac mae'n tyfu i mewn, felly gall hwn dyfu ar goed, gallwch ei osod ar goed, fel hyn, felly mae'n blanhigyn eithaf anhygoel, sy'n drofannol. Mae gennyf redyn arall, mae hwn yn hawdd, dyma'r rhedyn nyth adar, mae'n hawdd iawn. Dyma redyn arall, mae'n eithaf hawdd. A'r anthyriymau, byddwch yn gweld llawer o'r rhain, gallwch gael amrywiaeth gwahanol, rhai pinc, rhai gwyn, maent yn hawdd iawn. Rwyf wedi gwneud, o un planhigyn, rwyf wedi gwneud pedwar planhigyn, o un planhigyn, lledaeniad.

Dyma hyaciri bach, mae'n ddel iawn fel anrheg, gyda'u siâp calon bach. Ac mae gennyf y bawen cwningen, dw i'n meddwl eu byd yn eu galw'n hynny, y cacti. Mae yna aloe vera yn y fan yna, maent yn hawdd a ddim angen llawer o ddŵr. A'r un yma, wnaeth hwn ddisgyn oddi ar ben hwn, ac mae wedi tyfu yn ôl eto felly mae'n eithaf anhygoel.

Yn y fan yma mae hwn yn eithaf suddlon ac yn cael ei alw'n blanhigyn cariad, ac mewn gwirionedd mae'n rhannol suddlon, er ei fod yn ddringwr.

Meirion – Aa waw.

Jullie – Ie, felly mae gennai ychydig o teraniwmau a terariymau yma,

Meirion – Beth ydyn nhw Jullie? Beth yw teraniymau a terariymau?

Jullie - aa felly mae terariymau fel gerddi bach dan do ac ecosystemau. Rwyf am wneud mwy ble mae'r caeadau arnynt, mae ganddynt eu caeadau eu hunain fel bod ganddynt eu lleithder eu hunain ac nid ydych hyd yn oed yn gorfod eu dyfrio nhw. Ond pan maent yn agored fel hyn, rydych angen eu dyfrio nhw o dro i dro, wnawn ni siarad am hynny eto. Maent hefyd yn gwneud anrhegion bendigedig yn y Nadolig hefyd.

Meirion – ond maent yn dda ar gyfer eich lles fyddwn i'n dychmygu, mae'n rhaid eu gwneud a bod yn greadigol?

Jullie – rwyf am wneud un gyda fy merch ar ôl yr ysgol heddiw. Mae hwn yn cael ei alw yn Iddew crwydrad, hawdd iawn i'w dyfu. Planhigyn rwber, hawdd iawn, maent yn eithaf hawdd, angen llawer iawn o olau haul. Mae hwn yn un eithaf bach, ond gallwch gael rhai tal iawn hefyd. Mae hwn yn cacti Nadolig, mae'n cynnwys blodau pinc, mae hwnna yn cactws, a hwnna, mae hwnna yn blanhigyn eithaf newydd i mi ond mae'n eithaf hawdd i'w dyfu.

Meirion – Waw,

Jullie – Dw i'n siŵr bod yna rai eraill i'w tyfu, wnâi roi rhai i chi, wnâi ddweud ychydig wrthych am y planhigion mwy trofannol a bydd rhai ychydig mwy anodd i'w tyfu. Siarad am y terariymau, dyma fy hoff beth newydd ar hyn o bryd ac mae'n blanhigyn dyfrol y gallwch ei ddefnyddio mewn tanc pysgod. Mae'n blanhigyn Ali, rydych yn ei drochi'n llwyr mewn dŵr. Mae rhai ohonynt y gallwch eu cael yn dod allan o'r pen hefyd a gallwch roi cerrig mân a chregyn ac mae'n beth bendigedig i'w wneud gyda'ch plentyn neu deidiau a neiniau, rhywbeth cenhedlaeth. Felly dw i ddim yn siŵr os ydych wedi gweld y rhain o'r blaen?

Meirion – Naddo, dwi heb. Allwch chi fynd i lawr ychydig? Allwn ni ond gweld y pen uchaf. Hyfryd. Na, tydw i heb weld yr un o'r rhai yna, mae'n edrych fel acwariwm ond gyda phlanhigyn.

Jullie – Haha

Meirion - Na, dydw i heb weld yr un o'r blaen, cyn i chi sôn am teraniwm neu terariwm.

Jullie – Ia terariwm.

Meirion - Terariwm, na ddoeddwn i heb glywed amdanyn nhw o'r blaen.

Jullie - Dyma fy mhlanhigyn Banana, mae'n anferth, dwi'n cael deilen bob wythnos, a hwn yw'r planhigyn banana fach yn fan hyn, mae hwn yn drofannol iawn ac angen llawer o haul, er nid yw hwn angen llawer o haul oherwydd gall losgi yn yr haul, mae ganddo ychydig o losg haul yma, mae'r dail yn eithaf eiddil.

Y rhain yw fy hoff blanhigion yma, wel dwi'n hoff o bob un ond hwn yw'r ffefryn, Calathea Ornata ydi hwn, gallwch weld y streipiau?

Meirion – Gallaf, mae'n anhygoel, debyg i Sebra.

Jullie – Yndi mae'n edrych fel bod rhywun wedi'i beintio. Mae natur yn rhyfeddol.

Mae'r rhain i gyd yn fan hyn, Stromanthae yw hwn, yn rhyfeddol, mae ganddo ddail piws, pinc, gwyrdd, melyn a gwyn.

Meirion – Ellwch chi fynd i lawr ychydig ...dyna ni.

Jullie - Calathea Medallion yw hwn, mae ganddo ddail piws.

Meirion - Ydynt yn anodd eu tyfu?

Jullie - Gallent nhw fod, a hwn fan hyn, dwi eisiau dangos i chi pa mor wych ydi hwn, mae'n edrych fel ei fod wedi cael ei beintio hefyd, dwi erioed wedi gweld un o'r rhain o amgylch, nag ar y rhyngwyd na dim. Daeth hwn gan dyfwr lleol, a gall fod werth ychydig o arian oherwydd ei fod yn brin. Dyma'r peth, mi ddof yn ôl, dyma'r peth am rai o'r planhigion hyn yw eu bod yn eithaf drud, gallent fod yn ddrud enwedig os ydych yn cael planhigion tŷ prin, a gallent wneud arian i chi yn y dyfodol drwy eu tyfu, felly maent yn gasgliadau eithaf da i'w cael.

Gallwn drafod y gost hefyd, sut i gadw costau'n isel drwy epilïaeth, cyfnewid a beth i chwilio amdano. Gall botiau fod yn eithaf drud, felly gallwch wneud potiau eich hunain, mynd i siop elusen a'u peintio, os ydych yn dod o hyd i botyn yna gallwch ei ailbeintio, mae'n rhywbeth braf i wneud gyda'r teulu hefyd.

Meirion – Felly gallwn uwchgylchu, cael rhyw gynhwysydd arferol a bod yn greadigol gyda hwn, ei fywiogi a'i wneud yn botyn i blanhigion.

Jullie – Mae gen i rai o fy mhlanhigion fy hun gan Crochet a Macrame, dwi eisiau dangos y peth arall i chi hefyd, o mae gen i eiddew yma, dyma hedyn Avocado, allwch chi weld y gwraidd yn fan hyn?

Meirion - GALLAF!

Jullie – Mae hwn yn brosiect braf y gallwch ei wneud gyda'ch teulu, eich plant, casglwch deintbigau, bowlen o ddŵr, avacado ar ôl i chi gael salad, glanhewch hwn a gadewch i'r gwreiddiau dyfu. Ac dyma a gewch, dwi'n teimlo fy mod ar Blue Peter rŵan, cyn ac ar ôl.

Meirion – Hahaha, dyma un wnaethom ni yn gynharach!

Jullie – Ia, a chewch HWN. Allwch chi weld o?

Meirion – Gallaf weld dail mawr, 4 deilen, a boncyff...

Jullie – Felly dyma'r avacado.

Meirion – Waw, mae hynny'n ffantastig.

Jullie - Gallwch wneud hyn gyda phinafal, torri brig y binafal a'i roi mewn dŵr.

Gallwch wneud hyn gyda llawer o ffrwythau a llysiau, gallwn wneud hynny a gwneud sesiwn ar hyn.

Meirion – Ia, mae hynny'n opsiwn arall os oes gan bobl ddiddordeb, yn sicr, sut i dyfu eich avacado a phinafal eich hun, byddai hynny'n ddiddorol iawn Diolch Jullie, mae hwn yn rhagflas dda ar sut i ofalu am eich planhigion a sut i'w tyfu gartref. Fel y dywedodd Jullie, os oes gan rywun ddiddordeb cael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â'r Tîm Lles Cymunedol, gallwn drefnu sesiynau. Diolch Jullie.

Jullie - Ga'i sôn am yr effaith Lles? Mae wedi'i brofi'n wyddonol, bod planhigion yn ein gwneud yn hapus, sy'n wych i'n hwyliau, dwi eisiau trafod ychydig o bethau y gallent wneud i ni.

Gallent wella straen, maent yn gallu gwneud i bobl deimlo'n fwy cynhyrchiol, peth da os yw rhywun ar y cyfrifiadur am amser hir gallwch leddfdu eich llygaid, rhywbeth yn symud ychydig yno. Gallent fod yn synhwyrol gyda'r arogl, maent yn glanhau'r aer, maent yn wych.

I mi'n bersonol y cysylltiad gyda natur ydyw, nid yw'r cysylltiad gyda natur yn unig, ond gyda phobl eraill hefyd, cymunedau a gofalu am rywbeth, ei wyllo'n tyfu, cael eich plant, teulu a ffrindiau yn rhan ohono. Mae'n rhywbeth braf i'w

wneud, ac ar gyfer yr esthetig, a'r mwyaf yr ydych yn dod yn rhan ohono a'i weld yn tyfu o'ch gwastraff cartref, megis avacado ayyb, mae'n werthfawr a gobeithio bydd eich gwylwyr yn gweld hyn ac yn gweld y buddion fel yr ydym ni.

Meirion – Ia, gobeithio y byddant yn cael eu hysbrydoli. Gwych, diolch yn fawr.