Elusen Gristnogol yw Cymorth Cristnogol sy'n helpu gwella ansawdd bywyd rhai o bobl dlotaf y byd. Bob blwyddyn mae wythnos benodol yn cael ei chlustnodi ar gyfer codi arian, wrth i aelodau eglwysi a chapeli Prydain ddosbarthu amlenni casglu o ddrws i ddrws.

Nod Cymorth Cristnogol yw helpu pobol ledled y byd, os ydynt mewn angen. Does dim rhaid iddyn nhw fod yn Gristnogion. Does dim rhaid iddyn nhw fod yn grefyddol hyd yn oed. Dim ots pa iaith maen nhw'n ei siarad, nac ym mha wlad y maen nhw'n byw, na beth yw lliw eu croen, mae Cymorth Cristnogol yn barod i helpu dynion, merched a phlant.

Sut mae Cymorth Cristnogol wedi helpu?

Un ffordd o wneud hyn yw trwy ganolbwyntio ar ffyrdd o wella ansawdd bywyd y teulu. Er mwyn cyflawni hyn, rhaid rhoi cymorth i ferched yn arbennig, am mai nhw sy'n cynnal bywyd y teulu mewn llawer o wledydd.

Ai Cymorth Cristnogol sy'n dweud wrth y bobl beth i'w wneud? Na. Mae'r pwyslais ar roi llais i'r bobl eu hunain. Nhw sydd yn awgrymu sut i wella eu bywydau trwy syniadau ymarferol. Un enghraifft dda o hyn yw'r gwaith sydd wedi ei wneud yn Senegal, gwlad yng Ngorllewin Affrica.

Beth sy'n digwydd yn Senegal?

Yn Senegal a fe gysylltodd pentrefwyr â Chymorth Cristnogol i esbonio'u syniadau ac i drafod y gyllideb fyddai arnynt ei hangen er mwyn talu am y cyfan, Ystyriodd Cymorth Cristnogol eu cynlluniau, a phenderfynu faint o arian i'w roi tuag at y prosiect. Yna, y pentrefwyr aeth ati i wneud y gwaith.

Roedd angen ffynnon ddŵr ar y bobl, oherwydd mewn rhai ardaloedd byddai'n rhaid i'r merched gerdded am filltiroedd maith i nôl dŵr, weithiau sawl gwaith y dydd, gan gario'u babanod ar eu cefnau.

Trwy help Cymorth Cristnogol llwyddodd y pentrefwyr i brynu offer a deunyddiau a chymorth arbenigol er mwyn eu galluogi i gloddio'n ddwfn am ffynnon ger y pentref. Mae cael y cyflenwad dŵr yma gerllaw yn galluogi'r merched i wneud mathau gwahanol o waith i gynnal eu teuluoedd yn lle treulio oriau yn casglu dŵr o bell.

Mewn pentrefi eraill, gofynnodd y bobl am bwmp dŵr a thap yn lle ffynnon, er mwyn arbed y gwaith caled o godi'r dŵr mewn bwced i'r wyneb o ffynnon ddofn. Roedd hyn yn ddrutach na chloddio am ffynnon, ond roedd yn fwy hwylus, wrth i bwmp godi'r dŵr i'r wyneb trwy bibau sy'n arwain at y tapiau a osodwyd ar ymyl y pentref. Mae troi tap yn haws na halio bwced drom!

Mae peirianwaith yn ysgafnhau baich gwaith y merched yn fawr. Un enghraifft o hyn yw'r peiriant malu miled. Miled yw'r hadau y mae'r merched yn eu malu yn fân er mwyn creu bwyd i'w teuluoedd. Mae'n waith caled iawn gwneud hyn â llaw, ond mae peiriant yn gwneud y cyfan yn gyflym a rhwydd. Dewisodd rhai pentrefi fuddsoddi yn y peiriant hwn.

Beth yw'r manteision i'r merched?

Llawer mwy o amser yw'r ateb syml. Nawr gallant chwarae gyda'u plant a garddio er mwyn tyfu llysiau ffres – ac mae rhoi dŵr ar y planhigion gymaint yn haws oherwydd y tap dŵr neu'r ffynnon. Maent yn defnyddio'r amser hefyd i ddatblygu sgiliau newydd megis gwnïo a lliwio defnydd er mwyn gallu dilladu eu teuluoedd – a gwerthu beth sy'n weddill.

Gyda'r arian ychwanegol, maen nhw'n gallu fforddio anfon eu plant i'r ysgol a fforddio talu am driniaeth feddygol pan fydd un o'r teulu'n sâl.