

# E-Symud: Cynllun benthyca e-feiciau

## Y Flwyddyn Gyntaf



## Cefndir

Cynllun benthyca beiciau trydan yw E-Symud, ar gyfer trigolion a sefydliadau yn Aberystwyth, y Rhyl, y Barri, Abertawe a'r Drenewydd. Rydym yn cynnig e-feic i'w ddefnyddio am 30 diwrnod.

Ariennir y cynllun gan Lywodraeth Cymru, ac rydym yn archwilio sut gall beiciau trydan fod o fudd i'r gymuned a'r heriau a all fod yn atal pobl rhag teithio'n fwy llesol.

Rydym wedi cwblhau blwyddyn gyntaf y cynllun dwy flynedd hwn, a dyma rannu rhai o'n canfyddiadau.

**“Roedd yn golygu fy mod yn gallu symud fy hun o le i le'n annibynnol, heb ddibynnu ar bobl eraill ... roedd yn golygu fy mod yn gallu cymryd mwy o waith”**

Dywedodd **70%** o'r cyfranogwyr ei fod wedi cael effaith gadarnhaol ar eu **hiechyd**

• Roedd y manteision yn cynnwys:

**Gwella ffitrwydd**  
**Llai o ynysigrwydd**  
**Mwy o annibyniaeth**



Fe wnaeth E-feiciau hwyluso teithio i gyfranogwyr a chanddynt gyfyngiadau ar eu symudedd yn sgil cludiant cyhoeddus gwael, diffyg mynediad at gar, a chyflyrau iechyd ac oedran.

Cynyddodd teithiau teithio llesol gan **25%**.



Lleihaodd teithiau yn y car gan **39%**.

Y rhwystr mwyaf i barhau i ddefnyddio e-feic ar ôl diwedd y cyfnod benthyca oedd **cost e-feiciau**.

Roedd rhwystrau eraill yn cynnwys:

• Storfeydd diogel



• Diffyg sgiliau trin a thrwsio beiciau

• Mynediad at drwsio beiciau

**“Dydw i ddim yn teimlo mor isel fy ysbryd a sownd yn y fflat ar fy mhen fy hun, ac mae gen i'r dewis o fynd allan i ymweld â ffrindiau a theulu, sy'n rhoi hwb mawr i fy iechyd meddwl...”**

Dyfyniadau gan gyfranogwyr

**Sustrans yw'r elusen sy'n ei gwneud yn haws i bobl gerdded a beicio.** Rydym yn cysylltu pobl a llefydd, yn creu cymunedau byw, yn trawsnewid y daith i'r ysgol ac yn hwyluso taith hapusach ac iachach i'r gwaith.

Ymunwch â ni ar ein siwrne.

**Sustrans is the charity making it easier for people to walk and cycle.** We connect people and places, create liveable neighbourhoods, transform the school run and deliver a happier, healthier commute.

Join us on our journey.

Mae Sustrans yn elusen gofrestredig yn y DU rhif 326550 (Cymru a Lloegr) SC039263 (Yr Alban).

Elusen Gofrestredig Rhif 326550 (Cymru a Lloegr) SC039263 (Yr Alban)

© Sustrans Mehefin 2019

[www.sustrans.org.uk](http://www.sustrans.org.uk)

Y MUNWCH Â'R MUDIAD

**sustrans**

JOIN THE MOVEMENT



# E-Move e-cycle loan scheme

## The First Year



## Background

E-Move is an electric cycle borrowing scheme for residents and organisations of Aberystwyth, Rhyl, Barry, Swansea and Newtown. We offer free use of an e-cycle for 30 days.

Funded by the Welsh Government, we're exploring how electric bikes can benefit the community and challenges that may stop people travelling more actively.

We've completed the first year of the two year project and have shared some of our findings here.

**“it meant that I could move myself around independently, without relying on other people ... it meant that I could take on more work”**

70% of participants reported positive impact on their **health**

- Benefits included:  
**Improved fitness**  
**Reduced isolation**  
**Increased independence.**



E-cycles facilitated travel for participants whose mobility was limited by poor public transport, lack of access to cars, and age and health conditions.

Active travel trips increased by **25%**.



Car trips dropped by **39%**.

The biggest **barrier to continued e-cycle use** after the end of the loan was the **cost of e-cycles**. Other barriers included:

- Secure storage
- Lack of cycle maintenance skills
- Access to cycle repair



**“I don't feel as depressed and stuck in the flat on my own and I've got the choice of going out to visit friends and family, which is a big boost in mental health...”**

Quotes from participants

**Sustrans yw'r elusen sy'n ei gwneud yn haws i bobl gerdded a beicio.** Rydym yn cysylltu pobl a llefydd, yn creu cymunedau byw, yn trawsnewid y daith i'r ysgol ac yn hwyluso taith hapusach ac iachach i'r gwaith.

Ymunwch â ni ar ein siwrne.

**Sustrans is the charity making it easier for people to walk and cycle.** We connect people and places, create liveable neighbourhoods, transform the school run and deliver a happier, healthier commute.

Join us on our journey.

Mae Sustrans yn elusen gofrestredig yn y DU rhif 326550 (Cymru a Lloegr) SC039263 (Yr Alban).

Elusen Gofrestredig Rhif 326550 (Cymru a Lloegr) SC039263 (Yr Alban)

© Sustrans June 2019

[www.sustrans.org.uk](http://www.sustrans.org.uk)

Y MUNWCH Â'R MUDIAD

**sustrans**  
JOIN THE MOVEMENT

