



**Adroddiad Ymgysylltu  
Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus  
Pen-y-bont ar Ogwr a Chwm Taf  
ar gyfer Aseiad Llesiant 2022**

# CYNNWYS

## ADRAN 1: METHODOLEG A DEMOGRAFFEG

### METHODOLEG YMGYSYLLTU

Cyflwyniad: rhesymeg dros y gwaith ymgysylltu

### METHODOLEG DADANSODDI

## DEMOGRAFFEG Y BOBL YR YMGYSYLLTWYD Â HWY

Oedran

Statws cyflogaeth

Anabledd

Cenedl

Ethnigrwydd

Crefydd

Rhyw

Tuedd Rywiol

Statws Priodasol

Cyn-filwyr

Y Gymraeg

Cynrychiolaeth ranbarthol

## ADRAN 2: CANLYNIADAU AROLWG LLESIANT

### CANLYNIADAU AROLWG LLESIANT: PEDWAR PILER LLESIANT

Llesiant diwylliannol

Llesiant economaidd

Llesiant amgylcheddol

Llesiant cymdeithasol

Casgliadau'r 4 piler

### ASESIAD YMATEBWYR O'U GWASANAETHAU CYHOEDDUS A'U CYMUNEDAU

Gwasanaethau sy'n gweithio'n dda a rhai nad ydynt yn gweithio'n dda

Y pethau gorau ynghylch byw yn ardal Cwm Taf Morgannwg

Heriau i'r dyfodol

Blaenoriaethau ymatebwyr i wella llesiant

Casgliadau

Darlun cryno o 7 cymuned

Cyflwyniad

Y pethau gorau ynghylch byw yn yr ardal

Heriau i'r dyfodol

Un peth i wella llesiant



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



## ADRAN 3: CYMUNEDAU BUDDIANT

### CYMUNEDAU BUDDIANT: PLANT

[Pwy sydd wedi ymgysylltu â'r ddemograffeg hon?](#)

[Dadansoddiad cyffredinol o'r data gan blant](#)

### CYMUNEDAU BUDDIANT: POBL IFANC

[Pwy sydd wedi ymgysylltu â'r ddemograffeg hon?](#)

[Dadansoddiad cyffredinol o'r data gan bobl ifanc](#)

### CYMUNEDAU BUDDIANT: POBL HŶN

[Pwy sydd wedi eu cynnwys o fewn y ddemograffeg hon?](#)

[Dadansoddiad cyffredinol o'r data gan bobl hŷn](#)

### CYMUNEDAU BUDDIANT: ANABLEDD

[Demograffeg ymgysylltu â'r gymuned hon](#)

[Dadansoddiad cyffredinol o'r data gan y rheiny sydd ag anableddau corfforol, meddyliol a/neu guddiedig](#)

### CYMUNEDAU BUDDIANT: DU, ASIAIDD A LLEIAFRIFOL ETHNIG

[Demograffeg](#)

[Dadansoddiad cyffredinol o'r data gan gymunedau Du, Asiaidd a Lleiafrifol Ethnig](#)

### CYMUNEDAU BUDDIANT: CYN-FILWYR

[Demograffeg ar gyfer ymgysylltu](#)

[Dadansoddiad cyffredinol o'r data gan gymunedau cyn-filwyr](#)

### CYMUNEDAU BUDDIANT: VAWDASV

[Demograffeg](#)

[Dadansoddiad cyffredinol o'r data gan bobl sydd wedi profi VAWDASV](#)

## ADRAN 4: CASGLIADAU AC ARGYMHELLION

### ATODIAD 1: BLAENORIAETHAU RHESTREDIG POB CYMUNED COD POST

[CF31: Gogledd a Dwyrain Pen-y-bont ar Ogwr](#)

[CF34: Gogledd Pen-y-bont ar Ogwr](#)

[Y pethau gorau ynghylch byw yn yr ardal 15 ymateb:](#)

[Heriau i'r dyfodol 17 ymateb:](#)

[Un peth i wella llesiant - naill ai'n bersonol neu i'r ardal 13 ymateb:](#)

[CF36: Gorllewin Pen-y-bont ar Ogwr](#)

[Y pethau gorau ynghylch byw yn yr ardal 19 ymateb:](#)

[Heriau i'r dyfodol 20 ymateb:](#)

[Un peth i wella llesiant - naill ai'n bersonol neu i'r ardal 18 ymateb:](#)

[CF37: Taf Elai](#)



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



[Y pethau gorau ynghylch byw yn yr ardal 12 ymateb:](#)

[Heriau i'r dyfodol 13 ymateb:](#)

[Un peth i wella llesiant - naill ai'n bersonol neu i'r ardal 15 ymateb:](#)

[CF39: Rhondda/ Gogledd Pen-y-bont ar Ogwr](#)

[Y pethau gorau ynghylch byw yn yr ardal 24 ymateb:](#)

[Heriau i'r dyfodol 26 ymateb:](#)

[Un peth i wella llesiant - naill ai'n bersonol neu i'r ardal 22 ymateb:](#)

[CF44: Cynon](#)

[Y pethau gorau ynghylch byw yn yr ardal 15 ymateb:](#)

[Heriau i'r dyfodol 18 ymateb:](#)

[Un peth i wella llesiant - naill ai'n bersonol neu i'r ardal 15 ymateb:](#)

[CF47: Merthyr](#)

[Y pethau gorau ynghylch byw yn yr ardal 29 ymateb::](#)

[Heriau i'r dyfodol 28 ymateb:](#)

[Un peth i wella llesiant - naill ai'n bersonol neu i'r ardal 27 ymateb:](#)

## **ATODIAD 2: CYMUNEDAU BUDDIANT: BLAENORIAETHAU RHESTREDIG PLANT AR GYFER POB PILER LLESIANT**

### LLESIANT AMGYLCHEDDOL

[Ffactorau amgylcheddol oedd yn cyfrannu at lesiant:](#)

[Ffactorau amgylcheddol oedd yn lleihau llesiant:](#)

[Gwelliannau a awgrymwyd i lesiant amgylcheddol:](#)

### LLESIANT CYMDEITHASOL

[Ffactorau cymdeithasol oedd yn cyfrannu at lesiant:](#)

[Ffactorau cymdeithasol oedd yn lleihau llesiant:](#)

[Gwelliannau a awgrymwyd i effeithio ar lesiant cymdeithasol:](#)

### LLESIANT DIWYLLIANNOL

[Ffactorau diwylliannol oedd yn cyfrannu at lesiant:](#)

[Ffactorau diwylliannol oedd yn lleihau llesiant:](#)

[Gwelliannau a awgrymwyd ar gyfer llesiant diwylliannol: \(i gyd o ardal dlotach\)](#)

## **ATODIAD 3: CYMUNEDAU BUDDIANT: BLAENORIAETHAU RHESTREDIG POBL IFANC AR GYFER POB PILER LLESIANT**

### LLESIANT AMGYLCHEDDOL

[Materion y tynnwyd sylw atynt fel problem](#)

### LLESIANT CYMDEITHASOL

[Materion y tynnwyd sylw atynt](#)

[Meysydd a nodwyd ar gyfer eu gwella](#)

### LLESIANT DIWYLLIANNOL

[Materion y tynnwyd sylw atynt](#)

### LLESIANT ECONOMAIDD

[Materion y tynnwyd sylw atynt](#)



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



## ASESU EU HARDAL

Y pethau gorau

Y pethau gwaethaf

## IECHYD MEDDWL

### **ATODIAD 4: CYMUNEDAU BUDDIANT- BLAENORIAETHAU RHESTREDIG POBL HŶN AR GYFER POB PILER LLESIANT**

#### LLESIANT CYMDEITHASOL

Ffactorau sy'n atal llesiant cymdeithasol

Ffactorau sy'n cyfrannu at lesiant cymdeithasol

Gwelliannau a awgrymwyd i wella llesiant cymdeithasol

#### LLESIANT ECONOMAIDD

Ffactorau sy'n atal llesiant economaidd

Ffactorau sy'n hyrwyddo llesiant economaidd

Awgrymiadau ar gyfer gwella llesiant economaidd

#### LLESIANT DIWYLLIANNOL

Rhwystrau i lesiant diwylliannol

Ffactorau sy'n hyrwyddo llesiant diwylliannol

#### LLESIANT AMGYLCHEDDOL

Rhwystrau i lesiant amgylcheddol

Ffactorau sy'n hyrwyddo llesiant amgylcheddol

Awgrymiadau ar gyfer gwella llesiant amgylcheddol

Meddwl am y dyfodol

#### MATERION PENODOL I OFALWYR HŶN

Llesiant cymdeithasol

Llesiant economaidd

Llesiant diwylliannol

ASTUDIAETH ACHOS BENODOL: gwasanaethau LGBTQ+ i bobl hŷn ac iechyd meddwl

### **ATODIAD 5: CYMUNEDAU BUDDIANT- BLAENORIAETHAU RHESTREDIG POBL ANABL AR GYFER POB PILER LLESIANT**

#### LLESIANT AMGYLCHEDDOL

#### LLESIANT DIWYLLIANNOL

#### LLESIANT CYMDEITHASOL

Ffactorau sy'n cyfrannu at lesiant cymdeithasol

Ffactorau sy'n llesteirio llesiant cymdeithasol

Awgrymiadau ar gyfer gwella llesiant cymdeithasol

#### LLESIANT ECONOMAIDD

#### MATERION PENODOL A GODWYD GAN RIENI / GOFALWYR PLANT AG ADY

Llesiant cymdeithasol

Llesiant economaidd



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



**ATODIAD 6: CYMUNEDAU BUDDIANT- BLAENORIAETHAU RHESTREDIG  
CYMUNEDAU BAME AR GYFER POB PILER LLESIANT**

[LLESIANT ECONOMAIDD](#)

[LLESIANT AMGYLCHEDDOL](#)

[LLESIANT DIWYLLIANNOL](#)

[LLESIANT CYMDEITHASOL](#)

[Effaith Covid](#)

**ATODIAD 7: CYMUNEDAU BUDDIANT- BLAENORIAETHAU RHESTREDIG CYN-  
FILWYR AR GYFER POB PILER LLESIANT**

[LLESIANT ECONOMAIDD](#)

[Ffactorau sy'n atal llesiant economaidd](#)

[Awgrymiadau ar gyfer gwella llesiant economaidd](#)

[LLESIANT DIWYLLIANNOL](#)

[Ffactorau sy'n atal llesiant diwylliannol](#)

[LLESIANT AMGYLCHEDDOL](#)

[Ffactorau sy'n atal llesiant amgylcheddol](#)

[LLESIANT CYMDEITHASOL](#)

[Ffactorau sy'n lleihau llesiant cymdeithasol](#)

[Ffactorau sy'n cyfrannu at lesiant cymdeithasol](#)

[Syniadau ar gyfer gwella llesiant cymdeithasoli](#)

**ATODIAD 8: CYMUNEDAU BUDDIANT- BLAENORIAETHAU RHESTREDIG VAWDASV  
AR GYFER POB PILER LLESIANT**

[LLESIANT CYMDEITHASOL](#)

[LLESIANT AMGYLCHEDDOL](#)

[LLESIANT ECONOMAIDD](#)

[LLESIANT DIWYLLIANNOL](#)

**ATODIAD 9: Cyrff yr ymgysylltwyd â hwy**



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



# ADRAN 1: METHODOLEG A DEMOGRAFFEG

## METHODOLEG YMGYSYLLTU

### Cyflwyniad: y rhesymeg dros y gwaith ymgysylltu

Mae'n ofyniad statudol i Fyrddau Gwasanaethau Cyhoeddus Pen-y-bont ar Ogwr a Chwm Taf (BGC) lunio Aseiad Llesiant rhanbarthol ac i Fwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Cwm Taf Morgannwg gynhyrchu Aseiad o Anghenion y Boblogaeth. Er mwyn ymgysylltu â chymunedau ar draws y rhanbarth dewisodd y ddau gorff gyfuno eu prosesau o fewn 'Fframwaith 100 Diwrnod o Ymgysylltu' arloesol. Nod y broses hon oedd galluogi unigolion, grwpiau a sefydliadau i fynegi eu hanghenion, eu meddyliau a'u canfyddiadau o wasanaethau ar draws y rhanbarth, a rhoi sylwadau ar wahanol agweddau ar lesiant. Creodd y ddau Fwrdd Grŵp Gweithredu Aseu Cymunedol (GGAC) ar y cyd i oruchwylio'r fframwaith ymgysylltu.

Arweiniodd y dull hwn at nifer o weithgareddau ymgysylltu oedd yn cynnwys 64 o asiantaethau partner o bob rhan o'r rhanbarth. Er mwyn galluogi aelodau'r gymuned i drafod llesiant yn ystyrion, canolbwyntiai'r cwestiynau a'r gweithgareddau ar bedwar 'piler' – llesiant economaidd, llesiant cymdeithasol, llesiant diwylliannol a llesiant amgylcheddol. Roedd y gweithgareddau'n amrywiol iawn; yn cynnwys y dulliau canlynol:

- **Cymylau geiriau** - Roedd angen diffinio pob pilier llesiant; ond gan eu bod mor amrywiol nid ystyrid bod diffiniad un frawddeg yn ddigonol nac yn cwmpasu'r cyfan. Felly myfyriodd aelodau'r GGAC ar yr hyn yr oedd pob pilier yn ei olygu iddo ef/hi.

*Enghraifft o gwmwl geiriau: Economaidd*



*Enghraifft o gwmwl geiriau: Amgylcheddol*

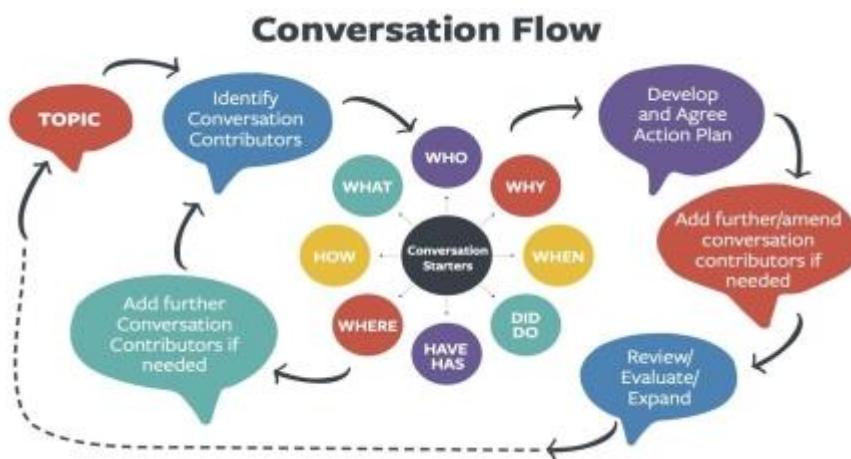


- **Pecynnau cymorth** - Datblygwyd pecynnau cymorth hwyluswyr i'w defnyddio gan sefydliadau partner i ymgysylltu â phobl oedd yn defnyddio eu gwasanaethau yn y broses aseu llesiant ac anghenion.

- **Arolwg ar-lein** - Er mwyn cynyddu cyrhaeddiad a denu amrywiaeth eang o unigolion, crëwyd arolwg ar-lein. Roedd yr arolwg hwn yn dilyn yr un amlinelliad a themâu â'r pecynnau cymorth a'r gwaith grŵp ac roedd ar gael i unigolion ei gwblhau ar amser a chyflymder oedd yn gyfleus iddynt. Roedd cymysgedd o gwestiynau caeedig ac agored i ganiatáu sylwadau a syniadau unigol o fewn y themâu allweddol a defnyddiwyd cymylau geiriau i ysgogi syniadau.
- **Arolygon Grŵp/Sioe Deithiol** - Cafodd y pecynnau cymorth eu crynhoi fel y gellid casglu gwybodaeth mewn gweithdai grŵp rhithwir ac wyneb yn wyneb.



- **Hacathonau** - Digwyddiad pedair awr yw hacathon gyda'r nod o ddod â phobl â phrofiadau byw, gweithwyr proffesiynol, penderfynwyr a chynhyrchwyr creadigol at ei gilydd. Yna caiff y rhai sy'n bresennol eu rhannu'n dimau bach o tua chwech i wyth o bobl a rhoddir problem neu bwnc iddynt i'w archwilio. Nod yr hacathon yw datblygu cyfres o atebion, syniadau neu feddyliau drwy sgysiau pob tîm. Er nad oeddent yn dilyn ôl troed y themâu allweddol, roeddent yn fodd i archwilio themâu gyda grwpiau diddordeb penodol e.e. iechyd meddwl plant a phobl ifanc.
- **Sesiynau galw heibio** - mewn achosion lle na allai asiantaethau partner ddarparu unrhyw un o'r dulliau uchod, cynhaliwyd sesiynau galw heibio wythnosol i alluogi'r gweithlu i ryngweithio ag ymgynghorydd er mwyn deall pob un o'r offer a'i bwmpas, yn ogystal ag addasu'r offer i ddiwallu anghenion a gofynion pob unigolyn neu grŵp yr oeddent i gael eu cyflwyno iddynt.
- **Hyfforddiant 'Yn Hyn Gyda'n Gilydd'** - Crëwyd rhaglen hyfforddi ranbarthol i gynorthwyo'r gweithlu i gael sgysiau ystyrlon ac i ysbrydoli gweithredu ar sail y sgysiau hyn. Roedd hyfforddiant 'Yn Hyn Gyda'n Gilydd' yn cynnwys pum gweithdy thematig oedd gyda'i gilydd yn creu'r broses llif sgwrs a hyrwyddir gan y prosiect rhanbarthol, Mae Ein Llais yn Cyfrif.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG





Mae'r adroddiad hwn yn manylu ar ganfyddiadau'r holl ddulliau hyn. Oherwydd natur y deunydd a ddadansoddwyd, mae wedi'i rannu'n adrannau sy'n manylu ar y cyflwyniad hwn a demograffeg y cyfranogwyr, canfyddiadau'r arolwg, canfyddiadau o ddulliau'r grwpiau creadigol a chasgliadau ac argymhellion.

Mewn gweithgaredd ymgysylltu cysylltiedig ond ar wahân – Dyfodol Gwell Cwm Taf Morgannwg – bu 13 o bobl ifanc o Ferthyr, Pontypridd a Gogledd Corneli yn edrych ar eu gwledigaeth ar gyfer y dyfodol a'r hyn yr hoffent ei newid er mwyn cyrraedd yno. Bwriad y gweithgaredd hwn oedd cynorthwyo'r Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus i ddatblygu blaenoriaethau'r dyfodol ar gyfer y cynllun Llesiant ond mae'n cefnogi canfyddiadau'r gwaith ymgysylltu ehangach yn yr adroddiad hwn. Mae manylion y gweithgaredd a'r canfyddiadau wedi eu cynnwys yn atodiad 10.

## METHODOLEG DADANSODDI

O ystyried yr amrywiaeth o ddulliau a ddefnyddiwyd i ymgysylltu â chymunedau, roedd angen technegau gwahanol i gasglu a dadansoddi'r data. Dadansoddwyd y cwestiynau caeedig yn yr arolwg gan ddefnyddio rhaglenni dehongli data digidol a dadansoddwyd y cwestiynau penagored gan ddefnyddio dadansoddiad cynnwys cudd; dull sy'n nodi themâu sy'n dod i'r amlwg. Fodd bynnag, roedd y cyfyngiadau canlynol i'r arolwg:

- Methu croes-dablu yn ôl cod post. Roedd hyn yn golygu nad oedd yn bosibl cymharu ymatebion fesul cymuned neu ardal.
- Methu hidlo fesul ardal awdurdod lleol. Roedd hyn yn golygu nad oedd yn bosibl cymharu ardaloedd y tri awdurdod lleol o fewn Cwm Taf Morgannwg.
- Mae'r BGC wedi rhannu ardal Cwm Taf Morgannwg yn saith cymuned er mwyn sicrhau gwasanaethau ymatebol, lleol. Fodd bynnag, mae gorgyffwrdd rhwng codau post yn y cymunedau hynny ac felly ni ellid dadansoddi'r rhan fwyaf o'r data yn ôl y saith ardal gymunedol a nodwyd.

Roedd y dulliau creadigol o ymgysylltu â grwpiau yn sicrhau bod pobl na chlywir eu lleisiau yn aml yn cael eu cynnwys yn yr asesiad llesiant ac anghenion, ac felly yn canolbwyntio ar gymunedau penodol, gwahanol. Er mwyn sicrhau nad oedd y lleisiau hyn yn mynd ar goll, dadansoddwyd data'r dulliau creadigol yn ôl grwpiau diddordeb penodol ac ni chawsant eu cyfuno na'u cynnwys yn nata'r arolwg. Er bod y dulliau hyn yn galluogi ymgysylltu eang, roedd rhai cyfyngiadau i'r dull a ddefnyddiwyd:

- Ni ellir cofnodi pob demograffeg o fewn gweithgareddau grŵp. Mae hyn yn golygu mai "o leiaf" yw'r niferoedd yn hytrach na chanran gywir a bod gwybodaeth hanfodol megis tuedd rywiol, oedran, crefydd ac ethnigrwydd yn cael ei cholli.
- Mae grwpiau gwahanol yn ymateb i gwestiynau a dulliau mewn gwahanol ffyrdd. Felly, roedd nifer o wahanol setiau data i'w casglu cyn cynnal dadansoddiad.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



- Gall cofnodi sgysiau yn wael neu'n amwys achosi i'r ystyr fod yn aneglur.

## DEMOGRAFFEG Y BOBL YR YMGYSYLLTWYD Â HWY

Cwblhawyd cyfanswm o 294 o ymatebion i'r arolwg llesiant, gyda 133 o ymatebion rhannol nad ydynt wedi eu cynnwys yn y dadansoddiad hwn. Drwy'r dulliau creadigol cymerodd 214 o bobl ychwanegol ran, gan wneud cyfanswm o 508 o aelodau cymunedol yn cymryd rhan yn y trafodaethau ynghylch llesiant.

### Oedran

Roedd bron i ddwy ran o dair o ymatebwyr yr arolwg (62.11%) dros 45 oed. Roedd mwyafrif yr ymatebwyr rhwng 45 a 64 oed (39.3%) a daeth tua chwarter yr ymatebion (24.56%) gan y rhai 25 - 44 oed. Daeth llai na 10% o'r ymatebion (8.2%) oddi wrth bobl ifanc dan 25 oed. Fodd bynnag, roedd y dulliau creadigol yn cynnwys 28 o blant dan 11 oed a 61 o bobl ifanc rhwng 11 a 25 oed. Cymerodd o leiaf 125 o bobl hŷn 50+ oed ran mewn trafodaethau grŵp ac felly mae pobl hŷn yn cael eu gorgynrychioli.

### Statws cyflogaeth

O fewn yr arolwg, roedd dros hanner yr ymatebwyr mewn gwaith, gyda 42.11% yn gweithio'n llawn amser. Roedd ychydig dros un rhan o bump (21.75%) wedi ymddeol, 5.96% yn fyfyrwyr/hyfforddeion a 5.26% yn ddi-waith. Roedd yn well gan 8.42% beidio â datgelu eu statws cyflogaeth ac nid oes data ar gael ynghylch statws cyflogaeth y bobl a gymerodd ran yn y trafodaethau grŵp. Nid yw'n glir o'r ymatebion i'r arolwg a yw'r term Gofalwr (2.46%) yn cyfeirio at ofalwyr di-dâl ynteu'r rhai a gyflogir fel gofalwyr. O fewn peth o'r gwaith grŵp codwyd rôl gofalwyr ifanc a chynhaliwyd trafodaethau penodol gyda grŵp o rieni sy'n ofalwyr (nid yw'r union nifer yn hysbys).

### Anabledd

O fewn yr arolwg, roedd llai na 10% (9.64%) o'r ymatebwyr yn ystyried eu hunain yn anabl a 76.79% ddim yn anabl, tra roedd yn well gan 13.57% beidio â gwneud sylw ar eu statws anabledd. Roedd y gweithgareddau grŵp a'r trafodaethau yn cynnwys 9 o bobl o'r gymuned fyddar a 183 o bobl ag anableddau dysgu ac anableddau corfforol.

### Cenedl

Yn yr arolwg yn unig y cofnodwyd cenedl.

Cenedl	Canran o ymatebwyr yr arolwg
--------	------------------------------



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



Cymry	69.2
Prydeinwyr	14.39
Saeson	3.86
Albanwyr	0.7
Arall	3.51
Gwell peidio â dweud	8.42

## Ethnigrwydd

Roedd 92.25% o'r ymatebwyr yn Wyn, gyda dim ond 2.46% o ymatebwyr o grwpiau ethnig eraill gan gynnwys Grwpiau Ethnig Cymysg/Lluosog ac Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig. Roedd yn well gan 5.28% beidio â datgan eu hethnigrwydd. Fe wnaeth y trafodaethau grŵp ymgysylltu ag o leiaf 87 o bobl o gymunedau BAME o bob rhan o'r rhanbarth.

## Crefydd

Dim ond y data o'r arolwg oedd yn cynnwys crefydd. Nid oedd mwyafrif yr ymatebwyr yn dilyn crefydd (43.16%) ac roedd ychydig dros draean yr ymatebwyr yn Gristnogion (39.65%). Roedd crefyddau eraill yn cael eu tangynrychioli gyda 1.05% Bwdhaidd, 0.35% Hindŵ, 0.35% Iddewig a 0.35% Mwslimaidd. Nododd 2.46% gredoau 'eraill' gan gynnwys Baha'i, Catholig, Agnostig a Byddin yr Iachawdwriaeth. Roedd yn well gan 12.63% o ymatebwyr beidio â dweud a oedd ganddynt grefydd.

## Rhyw

Roedd merched wedi eu gorgynrychioli yn yr arolwg a'r gweithgareddau ymgysylltu, er nad oedd rhyw bob amser yn cael ei gofnodi o fewn gweithgareddau a thrafodaethau grŵp. Merched oedd mwyafrif y rhai a ymatebodd i'r arolwg 62.63%, ac ychydig o dan draean 32.74% yn ddynion. Roedd yn well gan 3.97% beidio â dweud eu rhyw a defnyddiodd 0.7% derminoleg wahanol, amhenodol i ddisgrifio eu rhyw. Roedd merched yn cael eu gorgynrychioli o fewn y gweithgareddau ymgysylltu â phlant a phobl ifanc; er na chofnodwyd yr union niferoedd. Roedd 51 o ferched a 38 o blant a phobl ifanc eraill mewn grwpiau rhyw cymysg yn cymryd rhan yn y gweithgareddau, Cafodd 6 o ferched oedd yn defnyddio gwasanaethau VAWDASV eu cynnwys mewn gweithgareddau grŵp.

## Tuedd Rywiol

Roedd dros dri chwarter (81.56%) yr ymatebwyr yn heterorywiol, 1.77% yn ddynion hoyw a 0.7% yn ferched hoyw. Disgrifiodd 0.71% eu hunain fel 'Arall' ac roedd yn well gan 15.25% beidio â dweud. Yn gyffredinol, dim ond 2.47% o ymatebwyr oedd o'r gymuned LGBTQ+. Nid oedd y gweithgareddau grŵp a'r trafodaethau yn cofnodi tuedd rywiol y cyfranogwyr.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



## Statws priodasol

Dim ond yr arolwg oedd yn cofnodi statws priodasol. Roedd y rhan fwyaf o ymatebwyr yn briod 39.93%, 21.55% yn sengl, 14.49% mewn partneriaeth, 7.42% wedi ysgaru, 5.3% yn weddw, 0.35% mewn partneriaeth sifil ac roedd yn well gan 10.95% beidio â dweud.

## Cyn-filwyr

Cafodd 17 o gyn-filwyr eu cynnwys yn y gweithgareddau grŵp, gyda 10 ohonynt dros 50 oed.

## Y Gymraeg

Dim ond yr arolwg oedd yn cofnodi galluoedd yn y Gymraeg. Nid oedd 52.6% o'r ymatebwyr yn gallu ysgrifennu Cymraeg o gwbl, nid oedd 43.4% yn gallu darllen Cymraeg o gwbl a 38.6% ddim yn gallu siarad Gymraeg. Dim ond 2.9% oedd yn gallu siarad ac ysgrifennu Cymraeg yn rhugl, gyda 3.7% yn gallu darllen yn rhugl yn y Gymraeg. Fodd bynnag, roedd ychydig llai na hanner, 45.5%, yn gallu siarad ychydig o Gymraeg. O'r holl holiaduron a gwblhawyd, dim ond pedwar a gwblhawyd yn Gymraeg.

## Cynrychiolaeth ranbarthol

Roedd cwestiwn cyntaf yr arolwg yn gofyn am godau post ymatebwyr. Mae lledaeniad yr ardal i'w weld yn y tabl isod:

cod post	ymatebion	cod post	ymatebion
CF31	24	CF41	3
CF32	18	CF42	10
CF33	7	CF43	7
CF34	20	CF44	18
CF35	13	CF45	13
CF36	20	CF46	6
CF37	17	CF47	30
CF38	7	CF48	12
CF39	14	CF72	10
CF40	8		

Yr ardal â'r nifer fwyaf o ymatebion oedd CF47, gyda chynrychiolaeth isel o CF41, CF33, CF38, CF43 a CF46 yng nghanfyddiadau'r arolwg. Oherwydd cyfranogiad anwastad, nid oes modd gwneud cymhariaeth fanwl yn ôl ardal cod post. Fodd bynnag, ceir cymhariaeth fras yn adran 2. Roedd gweithgareddau a thrafodaethau'r grŵp yn cynnwys pobl o ardaloedd tri awdurdod lleol Cwm Taf Morgannwg.

## ADRAN 2: CANLYNIADAU'R AROLWG LLESIANT

### CANLYNIADAU'R AROLWG LLESIANT: PEDWAR PILER LLESIANT

Roedd cwestiynau 2 i 5 yn yr arolwg yn holi ymatebwyr ynghylch eu llesiant diwylliannol, economaidd, cymdeithasol ac amgylcheddol. Cyfeirir atynt yn aml fel 'y pedwar piler' ac mae'r adran hon yn amlinellu'r canfyddiadau mewn perthynas â phob piler.

#### Llesiant diwylliannol

Cafwyd 272 o ymatebion mewn perthynas â llesiant diwylliannol, oedd yn canolbwyntio'n bennaf ar gymdeithasu, cymuned a hamdden.

#### Pwysigrwydd cymdeithasu

Mae cymdeithasu yn cryfhau perthnasoedd drwy ddod â phobl ynghyd, gan eu helpu i wneud ffrindiau. Teimlai'r ymatebwyr fod cymdeithasu'n lleihau unigrwydd ac yn cyfrannu at iechyd meddwl da. Nodwyd bod y gallu i gymdeithasu yn rhywbeth sydd o fudd i grwpiau penodol gan gynnwys rhieni plant ac oedolion anabl, ynghyd ag effaith negyddol cyfyngiadau Covid: *'Cymdeithasu. Mae wedi bod yn 2 flynedd anodd iawn heb weld ffrindiau a theulu yn iawn, felly rydw i'n meddwl bod angen inni fynd yn ôl i fedru gwneud hynny. Rydw i'n gwybod bod fy iechyd meddwl wedi dioddef ac rydw i wedi cael adegau pan oeddwn yn teimlo'n hollol ar fy mhen fy hun.'*

#### Cymunedau cadarnhaol

Mae cymunedau'n rhan bwysig o lesiant diwylliannol pobl gan eu bod yn darparu rhwydweithiau cymorth, yn dod â phobl at ei gilydd, yn creu ymdeimlad o berthyn ac yn helpu i leihau unigrwydd. Cyfeiriodd llawer o ymatebwyr at gryfder cymunedau yn eu hardal: *'Cymunedau – yn cael effaith aruthrol ar les meddyliol a chorfforol. Mae cymunedau llai, clos yn tueddu i ofalu am ei gilydd a chynnig rhwydweithiau cymorth.'* Gwelid parch at ei gilydd a'r gymuned ehangach fel rhan bwysig o lesiant diwylliannol, gyda rhai sylwadau ynglŷn â'r angen i fod yn gynhwysol. Trafodwyd 'ymddygiad derbyniol', gyda lleiafrif yn credu bod y genhedlaeth iau yn dangos ymddygiad annerbiniol ac nad oeddent yn dangos parch at bobl hŷn. Fodd bynnag, tynnodd rhai ymatebwyr sylw at yr angen i newid



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



y diwylliant o ychydig o swyddi a sgiliau isel i ddarparu cyfleoedd i bobl ifanc, gwella'r economi leol, codi safonau byw a chadw doniau lleol. Roedd cymunedau a lleoedd yn bwysig o ran rhoi ymdeimlad o hunaniaeth leol a chenedlaethol (Cymreig) yn ogystal â chael treftadaeth a hanes lleol pwysig y dylid eu cadw a'u rhannu, yn enwedig o ran treftadaeth ddiwydiannol. Ystyrid bod hybu diwylliant yr ardal a'r iaith Gymraeg yn bwysig.

### ***Gweithgareddau, y celfyddydau ac adloniant***

Roedd hamdden, a mynediad at adloniant, yn amlwg yn yr ymatebion. Teimlai'r ymatebwyr fod hyn yn bwysig i lesiant diwylliannol am nifer o resymau, gan gynnwys aros yn brysur, cyfarfod ag eraill, gwella iechyd meddwl a chael 'newid bach'. Roedd rhai yn mwynhau cymryd rhan mewn gweithgareddau fel aelodau o grwpiau. Ystyrid bod cyfleoedd hamdden diogel, fforddiadwy yn bwysig, er mwyn sicrhau mynediad i gynifer â phosibl. Mae'r Celfyddydau yn gwella lles meddyliol pobl ac yn annog cymdeithasu. Mae balchder yn hunaniaeth ddiwylliannol yr ardal mewn perthynas â'i chorau a'i thraddodiad cerddorol, ac roedd dawns yn nodwedd amlwg mewn ymatebion fel hoff weithgaredd pobl. I raddau llai, codwyd yr awyr agored, chwaraeon, a'r iaith Gymraeg i gyd fel pethau sy'n bwysig i lesiant diwylliannol, yn ogystal â chydaddoldeb ac amrywiaeth.

### ***Rhwystrau i lesiant diwylliannol ac awgrymiadau ar gyfer gwella llesiant diwylliannol***

Y rhwystrau i lesiant diwylliannol y soniwyd amdanynt amlaf oedd bod yn fforddiadwy a diffyg cludiant. Soniodd nifer o bobl am yr angen am leoedd 'diogel' i bobl iau. Roedd amrywiaeth eang o ran y cyfleusterau oedd ar gael, gyda diffyg cyfleoedd i gymryd rhan mewn diwylliant yn broblem mewn rhai ardaloedd, yn enwedig Porthcawl.

## **Llesiant Economaidd**

Cafwyd 272 o ymatebion mewn perthynas â llesiant economaidd, a'r ffactorau pwysicaf o ddigon oedd incwm a chyflogaeth, gydag addysg a sgiliau yn drydydd pell.

### ***Incwm a chyflog byw***

Roedd incwm, arian, a chyflog byw yn bwysig iawn i'r ymatebwyr. Teimlwyd y byddai cyflog byw yn gwella safon bywyd pobl ac yn gymorth i leihau tlodi yn yr ardal, yn enwedig yn wyneb costau cynyddol hanfodion y cartref ac eiddo. Roedd sefydlogrwydd ariannol a sicrwydd gwaith yn gyfystyr â iechyd meddwl ac ansawdd bywyd gwell, ac roedd llawer yn credu y byddai angen byw neu weithio y tu allan i'r ardal i ddod o hyd i swyddi oedd yn talu'n well. Tynnodd nifer o ymatebwyr sylw at rôl mentrau nid-er-elw ac elusennau mewn cefnogi llesiant economaidd lleol. Gwerthfawrogid y Ganolfan Cyngor ar Bopeth, Hybiau Cymunedol a gwasanaethau mentrau cymdeithasol oedd yn rhoi cyngor ar reolaeth ariannol a budd-daliadau. Soniodd nifer o ymatebwyr am daliad a phroses Credyd Cynhwysol fel rhai anodd eu cael a'r swm yn annigonol.

### ***Cyflogaeth, sicrwydd gwaith a datblygu gyrfa***

Ystyrid cyflogaeth a swyddi yn bwysig ar gyfer hunan-barch ac annibyniaeth ariannol. Roedd diweithdra yn bryder, yn enwedig i'r rhai â theuluoedd i'w cynnal. Teimlai llawer fod y swyddi



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



oedd ar gael yn lleol yn rhai sgiliau isel, cyflog isel, yn aml gyda chontractau ansicr neu 'ddim oriau', a bod angen teithio i gael cyflogaeth well. Credid hefyd fod cyflogaeth yn cyflawni swyddogaeth gymdeithasol bwysig, gan ddarparu cyfleoedd cymdeithasol yn ogystal â gosod esiampol o fanteision cyflogaeth i'r genhedlaeth iau. Soniwyd am hyfforddiant a chyfleoedd i ddatblygu sgiliau newydd fel yr allwedd i wella rhagolygon a hyder pobl. Roedd cydraddoldeb mewn cyflogaeth yn bwysig, yn enwedig mewn perthynas â rhyw ac oedran. Tynnodd y rhai â chyfrifoldebau gofalu sylw at eu hangen am gymorth fel y gallent gael mynediad at waith; ac yn aml nad oedd y cymorth ar gael. Mae hyn yn achosi straen, pryder, a theimladau o fod yn annigonol.

### ***Pwysigrwydd 'canol y dref'***

Nodwyd bod busnesau lleol, y Stryd Fawr, a Chanol y Dref i gyd yn bwysig i lesiant economaidd yr ardal. Cyfeiriwyd at y Stryd Fawr a Chanol y Dref fel 'calon y gymuned' nifer o weithiau a'i bod yn hanfodol i'r rhai nad ydynt yn gyrru neu ddim yn medru gyrru. Ystyrid hefyd eu bod yn allweddol i ddenu pobl o'r tu allan i'r ardal. Dywedodd rhai busnesau lleol a ymatebodd i'r arolwg bod Covid wedi cael effaith affafriol arnynt.

### ***Rhwystrau i lesiant economaidd ac awgrymiadau ar gyfer gwella llesiant economaidd***

Nodwyd bod prinder a chost cludiant cyhoeddus yn rhwystr i deithio i'r gwaith. Roedd cyfleoedd a chymorth yn gyffredinol yn bwysig i ymatebwyr, yn enwedig i bobl ifanc a'r rhai oedd yn dychwelyd i'r gweithlu, i wella llesiant economaidd a meddyliol ac roedd ar ymatebwyr eisiau gweld mwy o gyfleoedd cyfartal i rieni sengl, pobl hŷn, gwirfoddolwyr a phobl ag anableddau. Teimlid bod angen mwy o gymorth i helpu pobl i gael mynediad at gyfleoedd, gan fod amser yn cyfyngu ar fynediad at gyfleoedd hyfforddi (yn enwedig os oeddent eisoes yn gyflogedig), gofal plant fforddiadwy oedd ar gael; er y teimlid hefyd fod angen cael mwy o waith crefft ar gael yn yr ardal. Roedd diffyg amrywiaeth mewn siopau manwerthu yn broblem ac roedd awgrymiadau'n cynnwys mwy o fuddsoddi yn y Stryd Fawr, Canol Trefi a busnesau lleol yn gyffredinol gan nad ydynt yn ffynnu ar hyn o bryd.

## **Llesiant amgylcheddol**

Cafwyd 267 o ymatebion mewn perthynas â llesiant amgylcheddol, a'r ffactorau pwysicaf oedd manau gwyrdd, diogelwch, a'r newid yn yr hinsawdd.

### ***Gwerth manau gwyrdd lleol***

Roedd manau gwyrdd a'r awyr agored yn gyffredinol yn nodwedd gref mewn ymatebion, gan gynnwys parciau, gerddi cymunedol a rhandiroedd. Mae'r rhain yn cynnal amrywiaeth o weithgareddau gan gynnwys amser i'r teulu, rhedeg, mynd â chŵn am dro, beicio ac roedd ymatebwyr yn teimlo'n ffodus i gael y manau gwyrdd hyn 'ar garreg ein drws'. Roedd manteision iechyd a lles o fod yn yr awyr agored yn bwysig a nododd llawer ei fod yn rhad ac am ddim i gael mynediad i'r awyr agored a chael y manteision hyn. Dywedodd nifer o bobl fod gallu cael mynediad i fannau gwyrdd yn ystod y cyfnod clo wedi bod o gymorth i'w



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



hiechyd corfforol a meddyliol. Roedd gwarchod bywyd gwyllt a bioamrywiaeth yn cyfrannu at lesiant amgylcheddol.

### ***Diogelwch personol a'r amgylchedd***

Roedd materion diogelwch y tu allan yn gysylltiedig â llesiant amgylcheddol. Roedd rhai ymatebwyr yn teimlo nad oeddent yn ddiogel ar eu pen eu hunain neu'n poeni am ddiogelwch eraill, gan gynnwys plant a phartneriaid/gwagedd. Soniodd llawer am deimlo'n anniogel ar ôl iddi dywyllu, ac mewn parciau lle roedd sbwriel, ymddygiad gwrthgymdeithasol a gangiau'n ymgynnull. Effeithiai diogelwch ar fynediad i leoedd allanol, yn enwedig agosrwydd at ffyrdd, cynnal a chadw llwybrau yn wael, manau cymunedol tywyll, tanffyrdd a lonydd gyda llwyni a choed wedi tyfu'n wyllt.

### ***Y newid yn yr hinsawdd***

Tynnodd llawer o ymatebwyr sylw at yr angen am weithredu yn unigol a gyda'i gilydd i fynd i'r afael ag argyfwng yr hinsawdd. Ar lefel leol, mae llifogydd mynych yn yr ardal wedi peri i bobl deimlo'n anniogel yn eu cartrefi eu hunain gyda pherygl llifogydd parhaus. Mae llifogydd wedi effeithio ar gartrefi, busnesau a'r amgylchedd.

### ***Rhwystrau i lesiant amgylcheddol ac awgrymiadau ar gyfer gwella llesiant amgylcheddol***

Ar lefel leol, siaradai ymatebwyr am adfywio a datblygiadau. Dywedwyd bod angen adfywio canol llawer o drefi, ond bod yr adeiladu a'r datblygiadau tai presennol yn effeithio ar fannau gwyrdd a'r teimlad oedd y dylid gwarchod yr amgylchedd lleol ar gyfer cenedlaethau'r dyfodol. Teimlid bod angen codi ymwybyddiaeth er mwyn addysgu pobl am werth yr amgylchedd naturiol a'r angen i'w warchod. Roedd yr awgrymiadau'n cynnwys creu cynefinoedd a lonydd gwyrdd cysylltiedig, plannu coed a choedwigoedd, lleihau sbwriel sy'n peri risg i fywyd gwyllt a sicrhau bod manau gwyrdd yn hygyrch i'r rhai â phroblemau symudedd. Mae ar lawer hefyd eisiau gweld mwy o fuddsoddiad mewn atal llifogydd. Ystyrid bod angen newid ymddygiad ar gyfer dyfodol cynaliadwy ac awgrymwyd mesurau i leihau carbon a chynhyrchu ffynonellau ynni cynaliadwy.

## **Llesiant cymdeithasol**

Cafwyd 261 o ymatebion mewn perthynas â llesiant cymdeithasol. Y ffactorau pwysicaf mewn llesiant cymdeithasol i ymatebwyr oedd perthnasoedd, unigrwydd ac arwahanrwydd a diogelwch.

### ***Pwysigrwydd teulu, cyfeillion a chydlyniaid cymdeithasol***

Mae'r system gymorth sy'n dod drwy gael perthynas dda â theulu a chyfeillion yn bwysig iawn ar gyfer llesiant cymdeithasol. Disgrifiwyd manteision perthnasoedd da fel rhai hanfodol i iechyd meddwl da, roeddent yn lleihau neu'n atal unigrwydd, yn galluogi pobl i gymryd rhan mewn gweithgareddau gydag eraill ac yn gymorth i unigolion deimlo eu bod mewn cysylltiad â'u cymunedau. Soniai rhai fod Covid wedi gwneud iddynt werthfawrogi'r perthnasoedd hyn



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG





yn fwy. Roedd cydlyniad cymdeithasol yn nodwedd gref, gyda chymuned a chymdogaeth agos yn cael eu hystyried yn rhan bwysig o lesiant cymdeithasol: *“Gyda’r llifogydd a’r firws, mae cymunedau a chymdogion wedi bod mor bwysig ac rydw i’n meddwl bod hynny wedi bod yn dda yn y cymoedd erioed. Rydym ni’n edrych allan am ein gilydd”*.

Roedd rhai yn cyfeirio at gydlyniad cymdeithasol fel cynwysoldeb; lle roedd pobl yn teimlo'n rhan o rywbeth. Eglurai'r ymatebwyr hyn ei fod yn golygu ceisio cyrraedd pawb, gan leihau unigedd. Soniwyd yn benodol am y cymunedau LGBTQ+ fel rhai oedd yn cael croeso ac yn rhan bwysig o'r gymuned ehangach. Credai llawer fod ymdeimlad o berthyn yn bwysig ar gyfer llesiant cymdeithasol, drwy roi sicrwydd cadarnhaol, adeiladu hyder, rhoi teimlad o bwrpas, helpu pobl i deimlo eu bod yn cael eu cynnwys neu eu bod yn rhan o'r lle a lleddfu unigrwydd. Roedd tai, cael cartref a theimlo'n saff yn bwysig i deimlo'n ddiogel a bod yn rhan o'r gymuned.

### ***Effaith unigrwydd, bod ar eich pen eich hun, ac iechyd meddwl gwael ar lesiant cymdeithasol***

Roedd nifer o ymatebwyr yn poeni y byddai eraill, oedd yn byw ar eu pen eu hunain, yn cael eu hynysu oherwydd Covid. Soniai llawer o ymatebwyr fod unigrwydd ac arwahanrwydd yn cael effaith negyddol ar lesiant cymdeithasol. Disgrifiwyd unigrwydd fel rhywbeth niweidiol i iechyd, gan achosi pryder cymdeithasol. Dywedwyd bod diffyg cludiant ynghyd â cholli manau cymunedol yn ffactorau a allai arwain at fod ar eich pen eich hun: *“Dydy newid manau gwyrdd a manau cymunedol am dai yn gwneud dim ond lleihau mynediad i fannau cymunedol a rhyngweithio cymunedol, sydd yn ei dro yn arwain at fwy o unigrwydd.”*

Gall diogelwch personol effeithio ar lesiant cymdeithasol. Dywedodd rhai ymatebwyr eu bod yn teimlo'n ddiogel yn eu cymunedau clos. Fodd bynnag, dywedai'r mwyafrif a siaradodd am ddiogelwch mewn perthynas â llesiant cymdeithasol nad oeddent yn teimlo'n ddiogel am nifer o resymau: byw mewn ardal anghysbell, sbeicio diodydd, ofn fel merch i fynd allan ar ôl iddi dywyllu a Covid yn gwneud pobl yn nerfus ynghylch dechrau cymdeithasu eto. Roedd cyfraddau trosedd, ymddygiad gwrthgymdeithasol a chyffuriau yn achos pryder i ymatebwyr ac yn gysylltiedig â phobl yn teimlo'n anniogel, yn enwedig ym Mhen-y-bont ar Ogwr a Merthyr. Credai'r ymatebwyr fod teimlo'n anniogel yn achosi iselder, gorbryder ac unigrwydd.

Gall iechyd meddwl lesteirio llesiant cymdeithasol ac effeithio ar iechyd corfforol. Roedd nifer o ymatebwyr yn agos at bobl oedd yn cael trafferth gyda'u hiechyd meddwl a'u gorbryder, gan gynnwys pobl ifanc a'r rhai oedd wedi colli rhywun oherwydd Covid: *“Pryder oherwydd bod y newyddion bob amser yn negyddol am yr ardal, addysg wael a dim cyfleoedd ac felly rydw i'n poeni am y dyfodol ac am wneud y penderfyniadau iawn ar gyfer fy nheulu.”*

### ***Effaith Covid-19 ar lesiant cymdeithasol***

Nodwyd mai un o fanteision Covid yw ei fod wedi dangos i bobl faint roedd y gymuned yn gofalu am ei gilydd. Fodd bynnag, mae wedi effeithio ar lesiant cymdeithasol drwy i bobl gael eu hynysu a theimlo eu bod yn cael y bai am ledaenu'r firws: *“Mae Covid wedi bod yn ofnadwy o galed. Rydw i'n hoffi mynd allan ar y bws bron bob dydd ond dydw i ddim wedi*



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



medru a nawr dydw i ddim yn hoffi bod allan yn rhy hir na theithio ymhellach nag sydd raid oherwydd dydw i ddim yn hoffi bod ar fysiau, yn enwedig pan nad yw pawb yn gwisgo mwgwd. Rydw i'n adnabod llawer o bobl sydd wedi colli hyder wrth fynd allan ac ni fedraf eu gweld yn mynd yn ôl i sut yr oeddent o'r blaen."

### **Ffactorau sy'n cyfyngu ar lesiant cymdeithasol ac awgrymiadau ar gyfer gwella llesiant cymdeithasol**

Credid bod dilyn ffordd iach o fyw, cadw'n heini a bwyta diet da yn helpu i wella llesiant cymdeithasol, lleihau straen, a gwella cysylltiadau cymdeithasol. Fodd bynnag, nodwyd mai'r effeithiau mwyaf ar lesiant cymdeithasol oedd ynysu, teimlo'n anniogel a phwysigrwydd perthyn i deulu a/neu gymuned. Yng nghyd-destun y gymuned, roedd llawer o ymatebwyr yn pryderu am y cynnydd ym mhrisiau tai, safon y tai ar rent (gan gynnwys tai cymdeithasol) a diffyg y tai oedd ar gael. Roedd yna alwadau hefyd am well cefnogaeth i'r rhai oedd yn ddigartref neu'n wynebu digartrefedd.

Nodwyd bod systemau cludiant gwael ar draws yr ardal yn cyfrannu at unigrwydd ac arwahanrwydd.

Roedd yr awgrymiadau ar gyfer helpu i gynyddu'r teimlad o ddiogelwch yn cynnwys mwy o bresenoldeb yr heddlu, gwell goleuadau stryd a theledu cylch cyfyng.

Roedd ffactorau eraill a grybwyllwyd, ond na chawsant eu trafod yn fanwl, oedd yn cyfrannu at lesiant cymdeithasol yn cynnwys cydraddoldeb, cael gwrandawriad, cael cyfleoedd, heneiddio'n dda, annibyniaeth a chael hwyl.

## **Y casgliadau i'r 4 piler**

Mae cludiant yn thema gyffredin sy'n effeithio ar bob un o bedair elfen llesiant. Mae tai a mannau gwyrdd hefyd yn hollbwysig, yn cael eu hamlygu o bosibl oherwydd bod mannau gwyrdd wedi cynyddu mewn pwysigrwydd yn ystod cyfyngiadau Covid-19.

## **ASESIAD YR YMATEBWYR O'U GWASANAETHAU CYHOEDDUS A'U CYMUNEDAU**

Edrychai cwestiynau 6 i 12 yr arolwg ar wasanaethau cyhoeddus presennol a chymunedau, gan ofyn i ymatebwyr roi sylwadau ar yr hyn oedd yn gweithio'n dda, yr hyn nad oedd yn gweithio'n dda ac i beth y byddent yn rhoi'r flaenoriaeth er mwyn gwella gwasanaethau.

**Cwestiwn: Ydych chi'n defnyddio gwasanaeth iechyd neu ofal cymdeithasol, neu ydych chi'n gofalu am rywun sy'n eu defnyddio? (cyfanswm o 290 o ymatebion)**

Ydw	27.24%
Nac ydw	72.76%



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



## Gwasanaethau sy'n gweithio'n dda a rhai nad ydynt yn gweithio'n dda

Cwblhaodd 100 o ymatebwyr gwestiynau ynghylch pa wasanaethau oedd yn gweithio'n dda a llenwodd 119 yr adran ynghylch beth allai weithio'n well. Teimlai 6% o'r ymatebwyr nad oedd dim byd yn gweithio'n dda ac roedd 10% o'r ymatebwyr heb wybod beth oedd yn gweithio'n dda neu roeddent yn dweud 'amherthnasol'. Cododd gwasanaethau meddygon teulu a gwasanaethau gofal ac iechyd meddwl yn y ddau gategori sy'n awgrymu y gallai fod gwahaniaeth mawr rhwng gwasanaethau yn dibynnu ar yr ardal neu'r gymdogaeth yr oedd yr ymatebwyr yn byw ynddi. Dywedodd rhai ymatebwyr ei bod yn anodd cael mynediad at wasanaethau yn gyffredinol a nodwyd nad oedd cludiant yn gweithio'n dda oherwydd nad oedd yn ddibynadwy a diffyg gwasanaethau cludiant.

### *Gwasanaethau meddygon teulu ac ysbyty*

Lle mae gwasanaethau meddygon teulu yn gweithio, soniai ymatebwyr am gael eu gweld yn gyflym, bod ganddynt wasanaeth presgripsiwn 'hawdd ei ddefnyddio', gwasanaethau fferylliaeth da a gwerthfawrogent y ffaith fod y gwasanaeth iechyd am ddim. Fodd bynnag, dywedwyd hefyd nad oedd gwasanaethau meddygon teulu yn gweithio'n dda, gydag ymatebwyr yn nodi anawsterau o ran cael apwyntiadau, ceisiadau am apwyntiadau wyneb yn wyneb yn hytrach na pharhau ar-lein, problemau parcio wrth feddygfeydd ac amseroedd aros hir am apwyntiadau meddyg teulu. Dywedwyd nad oedd gwasanaethau ysbyty'n gweithio'n dda oherwydd amseroedd aros am apwyntiadau, dim cludiant ysbyty a lefelau staffio isel.

### *Gwasanaethau gofal ac iechyd meddwl*

Soniwyd bod gwasanaethau Gofal ac Iechyd Meddwl yn gweithio'n dda o ran gweithwyr cymorth a sefydliadau cadarnhaol. Fodd bynnag, disgrifiwyd gwasanaethau gofal fel rhai nad oedd yn gweithio'n dda oherwydd diffyg staff, treulio ychydig o amser gyda chleifion, gweithwyr gofal ar gyflog isel, meini prawf ar gyfer cael gofal seibiant a phroses cael mynediad i gartrefi preswyl. Yn gyffredinol, teimlai ymatebwyr fod angen i'r lleoliadau hyn wrando ar ofalwyr. O ran gwasanaethau iechyd meddwl, soniodd ymatebwyr pa mor anodd yw cael mynediad at wasanaethau iechyd meddwl a'r amseroedd aros hir am apwyntiadau.

### *Y trydydd sector a phroblemau cynhwysiad*

Ystyrir bod y cymorth a ddarperir gan sefydliadau trydydd sector yn gweithio'n dda, er nad oedd hyn yn benodol. Nododd yr ymatebwyr fod cyfleoedd da ar gyfer cynhwysiad cymdeithasol, ond bod angen gwell cymorth ariannol ar gyfer y rhai mewn angen ariannol, yn enwedig y rhai â chyflyrau meddygol.

## Y pethau gorau ynglŷn â byw yn ardal Cwm Taf Morgannwg

Atebodd 235 o ymatebwyr gwestiynau am y pethau gorau yn eu hardal. Fe wnaethon nhw nodi'r gymuned a'r bobl, y lleoliad a'r amgylchedd naturiol fel y nodweddion gorau a rhoi rhywfaint o fanylion ynglŷn â pham. Pethau da ynghylch yr ardal y soniwyd amdanynt (ond nid mewn unrhyw fanylder) oedd ysgolion a cholegau, teimlo'n ddiogel, a busnesau lleol. Er bod llawer o ymatebwyr yn hoffi eu siopau lleol, teimlid y gellid cael mwy o amrywiaeth.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



### **Y gymuned a'r bobl**

Cyfeiriwyd yn aml at yr 'ysbryd cymunedol' fel y peth gorau ynglŷn â byw yn yr ardal. Disgrifiwyd y bobl fel rhai cyfeillgar, cefnogol, ac yn edrych allan am ei gilydd a dywedodd ymatebwyr fod dewis da o weithgareddau cymdeithasol fforddiadwy, amrywiaeth o grwpiau i ymuno â hwy a soniwyd yn benodol am ganolfannau hamdden, Ffatri Gelfyddyd a chorau: *'Does unman yn debyg i'r Cymoedd a'r bobl sy'n byw yma. Rydyn ni i gyd yn edrych allan am ein gilydd.'*

*'Mae Gurnos yn hyfryd, rydw i'n adnabod llawer o bobl ac rydw i'n mynd i grwpiau yma.'*

Yn gyffredinol, roedd ymatebwyr yn gwerthfawrogi bod yn gysylltiedig â phobl eraill yn yr ardal ac yn teimlo bod cryfder mewn cymunedau ac o fewn y trydydd sector a grwpiau cymunedol: *'Y cryfder a ddangosir gan grwpiau cymunedol sy'n gweithio'n galed i wella pethau i bobl yn eu cymunedau.'*

### **Lleoliad, tirwedd a threftadaeth**

Roedd pobl yn hoffi eu lleoliad; yn agos at yr arfordir, y mynyddoedd a chefn gwlad, ond hefyd yn agos i'r M4 a Chaerdydd. Gwerthfawrogid harddwch y tirwedd a mynediad i fannau gwyrdd lleol, y ddau yn darparu cyfleoedd ar gyfer gweithgareddau hamdden i bob oed: *'Mae gennym ni amgylchfyd hardd, manau gwyrdd i wneud ymarfer corff, reidio beiciau, cerdded. Mae'r ardal wedi gwella'n rhyfeddol dros y 10 mlynedd ddiwethaf ac yn parhau i wneud hynny.'*

Yn rhai achosion, cysylltid y tirwedd â hanes a threftadaeth yr ardal; a theimlid bod y ddau yn dod â thwristiaid i'r ardal. Ochr yn ochr â hyn roedd gwerthfawrogiad o ddiwylliant Cymreig oedd yn tyfu: *'Mae yma ddiwylliant Cymreig cryf a defnydd cynyddol o'r Gymraeg.'*

### **Heriau i'r dyfodol**

Siaradodd 259 o ymatebwyr am yr heriau mwyaf yr oeddent yn eu hwynebu, oedd yn cynnwys eu hanghenion iechyd a gofal, lefelau cyflogaeth ac incwm, y newid yn yr hinsawdd a bygythiadau i'r amgylchedd naturiol lleol.

### **Pryderon ynghylch gwasanaethau iechyd a'r goblygiadau i iechyd personol**

Arweiniodd yr her o geisio cael gwasanaethau gofal iechyd at bryderon am iechyd corfforol a meddyliol. Canolbwyntiai'r pryderon yn benodol ar argaeledd apwyntiadau meddygon teulu ac ysbytai, amseroedd aros mewn adrannau damweiniau ac achosion brys a chymorth ar gyfer iechyd meddwl iddynt hwy eu hunain ac i eraill, yn enwedig y rheiny ar ddau ben y sbectrwm oedran: *'Iechyd meddwl pobl ifanc, yn enwedig y rhai sy'n dod drwy'r ysgol yng nghysgod Covid, a'r rhai nad ydynt mewn addysg na chyflogaeth.'*

Gyda golwg ar heneiddio, cododd amrywiaeth o faterion gan gynnwys pensiynau annigonol, colli symudedd, mynediad at wasanaethau gofal cymdeithasol a cheisio aros yn annibynnol ac roedd galw am fentrau sy'n cynorthwyo pobl hŷn i gadw'n heini: *'Fel pob person hŷn, rydw i eisiau aros yn annibynnol. Mae arnaf eisiau parhau i ofalu am fy ngwraig. Ar gyfer hyn*



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIAN  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



*mae'n bwysig iawn cadw fy iechyd a'm ffitrwydd. Fyddai llawer o'm cyfoedion ddim yn ystyried ymweld â champfa neu ganolfan hamdden ond byddent yn hapus i wneud dosbarth ffitrwydd yn eu canolfan gymunedol leol. Felly dylem barhau i ariannu'r mentrau hyn.'*

Canolbwyntiwyd ar effaith y pandemig ar ynysu cymdeithasol a gwasanaethau gofal iechyd, a'r angen i 'ddychwelyd i normal', drwy ailsefydlu grwpiau cymunedol a mynd i'r afael â phryder pobl ynghylch cymdeithasu

*'Mae llawer o fy ffrindiau yn dal yn ansicr ynglŷn â dod allan i siopa. Rydw i'n meddwl eu bod angen cymorth ond ddim yn gwybod ble i ofyn ac y byddent yn poeni am ddiethriaid, yn awr bod yr amrywiad newydd i boeni amdano hefyd. Fedra i ddim dal i aros serch hynny.'*

### **Newid yn yr hinsawdd a'r amgylchedd lleol**

Roedd pobl yn poeni am y newid yn yr hinsawdd a bygythiadau i'r amgylchedd naturiol a'r effaith y gallai'r rhain ei chael ar eu safon byw: *'Dydw i ddim yn gwybod os mai newid yn yr hinsawdd ydy o ond roedd y llifogydd hynny'n ofnadwy, ac rydw i'n meddwl ein bod ni'n mynd i weld mwy ohonyn nhw ond fedra i ddim fforddio symud.'*

### **Cyflogaeth a lefelau incwm: Yr economi leol**

Roedd pryder cyffredinol am gyflogaeth a'r diffyg swyddi yn yr ardal a allai orfodi pobl i symud i ffwrdd, yn enwedig i bobl iau a'r rhai ag anabledd. *'Does dim swyddi o gwmpas y fan yma ac rydw i'n meddwl y bydd llawer o fy ffrindiau'n symud i ffwrdd yn y pen draw.'*  
*'Rydw i'n rhagweld anawsterau gyda chefnogaeth i fy mab sydd ag awtistiaeth fel oedolyn yn y gymuned. Bydd yn gorffen ei gwrs sgiliau bywyd yn y coleg yn yr haf, ac rydw i'n poeni am yr hyn sydd i ddod yn y dyfodol, pa mor annibynnol fydd o ac a fydd o'n ddim ond ystadegyn yn y ganran uchel o bobl ag awtistiaeth sy'n methu â dod o hyd i waith.'*

Mae cyflogau isel a diffyg swyddi yn creu heriau o ran tlodi, sicrwydd swydd a chael dau ben llinyn ynghyd, gan achosi pryderon ynghylch ymddeol ar gyfer demograffeg oedran penodol a chael effaith ar iechyd corfforol a meddyliol yn gyffredinol:

*'Mae costau byw yn mynd i fyny ond dydy fy nghyflog i ddim yn codi.'*

*'Rydw i ar fin ymddeol ac felly yn bryderus am gael digon o arian i allu mwynhau bywyd.'*

*'Mae byw mewn tlodi a phoeni am arian yn un o'r pethau sy'n cyfrannu fwyaf at les gwael pobl. Yn y tymor hwy, mae'n cael effaith ar iechyd corfforol yn ogystal ag iechyd meddwl, ac yn effeithio'n anffafriol ar ragolygon y teulu cyfan yn y dyfodol gan gynnwys y plant.'*

Mae incwm isel a phrinder gwaith hefyd yn achosi ansicrwydd o ran tai, gyda'r ymatebwyr yn nodi mynediad i dai fforddiadwy, cael troed ar yr ysgol eiddo a digartrefedd fel heriau. Roedd hyn yn arwain at bryderon cysylltiedig ynghylch yr effaith ar gymunedau pe câi pobl leol eu prisio allan o'r farchnad dai: *'I mi'n bersonol, bydd yn golygu dod o hyd i lety ar rent o safon sy'n addas i bobl fyw ynddo ac sy'n fforddiadwy.'*

O ran yr economi leol a chanol trefi, teimlid bod buddsoddiad yn lleihau yn yr ardaloedd ac y bydd llai o arian ar gael ar ôl Brexit. Roedd adfywio canol trefi, a chynyddu amrywiaeth y



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



siopau a gwella hygyrchedd yn flaenoriaeth: *‘Colli cyllid gan nad ydy Pen-y-bont ar Ogwr ymhlith 100 lle gorau llywodraeth y DU ar gyfer derbyn arian i gymryd lle arian Ewrop.’*

*‘Cael canol y dref yn ôl ac yn ffynnu gyda mwy o amrywiaeth. Mae’r siopau ormod ar wasgar ar gyfer pobl â phroblemau symudedd. Gosodwch ddigon o seddi i bobl gymryd seibiant wrth gerdded o gwmpas y siopau.’*

### **Troseddu ac ymddygiad gwrthgymdeithasol**

Teimlai’r ymatebwyr fod angen mynd i’r afael â throseddu, ymddygiad gwrthgymdeithasol (e.e., fandaliaeth a gollwng sbwriel), a chamddefnyddio sylweddau. Y teimlad oedd bod troseddu ar gynnydd a llai o blismyn yn bresennol, oedd yn arwain at deimlo’n annigel ar ôl iddi dywyllu neu mewn rhai ardaloedd. Er bod rhywfaint o’r ymddygiad gwrthgymdeithasol yn cael ei briodoli i bobl iau (gydag ychydig o dystiolaeth heblaw am ‘hongian o gwmpas’), dywedai eraill nad oedd gan bobl ifanc fawr ddim i’w wneud a bod y bobl ifanc eu hunain yn teimlo eu bod yn cael eu hamau o ymddwyn yn wael heb unrhyw reswm:

*‘Plant yn hongian o gwmpas wrth y siopau cludfwyd ac wrth ymyl y ganolfan hamdden.*

*Dydw i ddim yn teimlo’n ddiogel pan mae’n dywyll a dydy’r ysgol ddim yn gwneud dim byd.’*

*‘Does dim llawer i bobl ifanc ei wneud a hyd yn oed os ydym ni jest yn cyfarfod, mae pobl yn meddwl ein bod ni’n creu trwbl.’*

Roedd rhai ymatebwyr yn pryderu am les cyffredinol plant a phobl ifanc, gan nodi effaith Covid ar addysg, diffyg cyfleusterau, gweithgareddau, a chyfleoedd yn cydgyfeirio fel bod yn rhaid iddynt symud oddi wrth deulu a ffrindiau:

*‘Mae’r byd yn newid mor gyflym ond mae’r cymoedd llai yn aml yn cael eu gadael ar ôl a fyddwn i ddim eisiau i’r un person ifanc deimlo ei fod yn colli cyfle oherwydd y lle mae’n byw.’*

### **Cludiant a phroblemau trafniadaeth**

Byddai cludiant cyhoeddus gwell a mwy o wasanaethau yn ei gwneud yn bosibl cyrraedd lle gwaith, siopa a chymdeithasu. Teimlid bod diffyg cludiant cyhoeddus yn arwain at dagfeydd traffig, gan achosi llygredd a diffyg lle parcio cyffredinol:

*‘Diffyg lleoedd parcio ger fy nghartref, diffyg manau gwyrdd ar gyfer cerdded a allai arwain at ynysu cymdeithasol. Mae arnaf ofn yn aml gadael y cartref gan na allaf barcio yn agos at fy nghartref ar ôl dychwelyd. Bydd hyn yn fwy o broblem wrth i mi fynd yn llai symudol.’*

## **Blaenoriaethau ymatebwyr ar gyfer gwella llesiant**

Teimlai tair rhan o bump o’r ymatebwyr y byddai llesiant yn gwella a theimlai dwy ran o bump y byddai’n gwaethygu.

**Gosodiad: Mae llesiant yn debygol o wella yn y dyfodol ...**

Cytuno’n gryf

5.86%



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



Cytuno	54.83%
Anghytuno	31.03%
Anghytuno'n gryf	9.66%

Nododd 241 o ymatebwyr flaenoriaethau ar gyfer llesiant a syrthiai i mewn i 6 phrifategori:

### 1. Cynyddu gweithgareddau a digwyddiadau cymdeithasol a diwylliannol

Mae ar ymatebwyr eisiau gweithgareddau a digwyddiadau mwy fforddiadwy a hygyrch er mwyn gwella iechyd corfforol a meddyliol, a chlodiant cymunedol neu gludiant cyhoeddus gwell i alluogi pobl i fynd iddynt. Yn gyffredinol, teimlid bod angen mwy o arian ar gyfer cyfleusterau, grwpiau cymunedol, a'u gweithgareddau er mwyn cynyddu adnoddau grwpiau a gwasanaethau cymunedol, gan ganolbwyntio ar gynhwysiad cymdeithasol ar gyfer pobl o bob oed, gallu a hil; gweithio mewn partneriaeth a chreu 'rhwydweithiau cymdogaeth'. Yn benodol, rhoddai rhai ymatebwyr flaenoriaeth i blant a phobl ifanc gan ofyn am gynnydd cyffredinol mewn darpariaeth a gweithgareddau yn ystod gwyliau ysgol:

*'Angen mwy o ganolfannau cymunedol neu fannau cyfarfod i bobl fynd iddynt. Ni allaf fforddio i barhau i brynu coffi!'*

*'Does dim llawer i bobl ifanc yn eu harddegau ei wneud ac rydw i'n meddwl mai dyna pam maen nhw'n hongian o gwmpas cymaint ar y strydoedd. Dydw i ddim bob amser yn meddwl eu bod yn achosi trwbl, ond fe all edrych yn fygythiol.'*

*'Gweithgareddau mwy cynhwysol lle gallem fynd a pheidio â theimlo'n wahanol. Peidio â chael pobl yn syllu arnom, ein gwawdio neu wneud inni deimlo nad ydym yn perthyn'*  
Teimlai rhai ymatebwyr y dylid cael Swyddog Datblygu Chwaraeon ac y dylid hybu'r manteision llesol o fod allan ym myd natur.

### 2. Gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol

Mewn sylwadau ychwanegol, er bod ymatebwyr yn sôn am effaith gadarnhaol Covid yn dod â phobl at ei gilydd, roeddent hefyd yn tynnu sylw at effaith negyddol Covid ar wasanaethau iechyd a llesiant cyffredinol. Awgrymwyd amrywiaeth o welliannau i wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol. Yn gyntaf, buddsoddi mewn gwasanaethau ataliol, adnoddau, a staff i leihau amseroedd aros. Yn ail, gwella mynediad at feddygon, deintyddion, a gwasanaethau cymorth iechyd meddwl fel bod llai o aros a bod gwell gofal diwedd oes. Yn drydydd, cynyddu'r defnydd o therapïau cyflenwol a rhagnodi cymdeithasol i wella lles a chefnogi gofalwyr. Yn olaf, codi ymwybyddiaeth o faterion iechyd meddwl er mwyn galluogi pobl i gael y cymorth y mae arnynt ei angen:

*'Mae angen ailfodelu'r gofal cymdeithasol yn ei gyfanrwydd yn arbennig ar gyfer yr henoed a all fod ar eu pen eu hunain, â dementia, problemau symudedd. Ar ôl profi hyn gyda fy Mam yn uniongyrchol, mae angen mwy o fuddsoddiad yn y maes hwn ar gyfer anghenion y gofalwyr a'r bobl sy'n derbyn y gofal.'*



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



*'Mae eisiau i feddygon gymryd pobl â phroblemau iechyd meddwl fwy o ddifrif gan y gall hyn achosi amlygiadau corfforol difrifol (rydw i'n siarad o brofiad). Mae wedi cymryd blynyddoedd i gael y cymorth yr oedd amaf ei angen o'r diwedd, lle mae fy iechyd meddwl a chorfforol wedi gwella y tu hwnt i'm disgwyliadau mwyaf gan godi pwysau oddi ar y GIG.'*

### **3. Cludiant**

Mae angen gwella cludiant yn gyfan gwbl. Soniodd yr ymatebwyr am systemau ffyrdd a seilwaith ar gyfer teithio gan gynnwys llwybrau cerdded a beicio; yn enwedig lle mae plant yn cerdded ymhell a'r angen am fesurau tawelu traffig mewn mannau prysur. Mae angen i gludiant cyhoeddus fod yn fwy dibynadwy, fforddiadwy, hygyrch, ac aml i alluogi pobl i deithio: *'Ar gyfer yr ardal, fe fyddwn i'n gwella cysylltiadau cludiant cyhoeddus. Rydw i'n meddwl ei fod yn wirion mai dim ond unwaith bob awr y gallwn ni gael trê'n a dim un ar ddydd Sul. Mae'r trê'n yn darfod am 10 o'r gloch ar y penwythnos sydd wir yn cyfyngu'r dewisiadau teithio, nid yn unig allan o'r ardal ond hefyd i mewn i'r ardal – mae arnom eisiau annog pobl i ymweld â'n hardal ond rydym yn ei gwneud yn anodd iawn i bobl sydd ddim yn gyrru neu'n methu gyrru.'*

### **4. Diogelwch cymunedol**

Er mwyn cynyddu diogelwch cymunedol mae angen lleihau troseddu ac ymddygiad gwrthgymdeithasol. Mae ar bobl eisiau gweld mwy o Swyddogion Cymorth Cymunedol yr Heddlu a Phlismyn yn yr ardal ac ymdrin yn fwy effeithiol ag ymddygiad gwrthgymdeithasol a chamdefnyddio cyffuriau. Mae arnynt eisiau strydoedd glanach, a llai o sbwriel a baw cŵn: *'Cael lleoedd bwyd cyflym i roi enwau, cyfeiriadau neu rywbeth ar bapur lapio fel na all pobl ei ollwng ar y llawr na'i daflu o geir.'*  
*'clirio sbwriel a baw cŵn, mae yna bobl o hyd sydd ddim yn glanhau ar eu hôl ac yn edrych fel pe baent byth yn cael eu dal.'*

### **5. Yr economi leol : buddsoddi, cyflogaeth, a phethau fforddiadwy**

Tynnodd ymatebwyr sylw at yr angen i hybu'r economi leol. Yn gyntaf, roedd galw i'r ardal gael ei hybu fwy, cyflogi swyddog twristiaeth yn RhCT, a mwy o fuddsoddiad yn gyffredinol mewn cyfleusterau twristiaeth, chwaraeon a hamdden. Dylai buddsoddiad gynnwys gwella canol y dref, megis gosod mwy o seddi a thoiledau i'r anabl, a hybu gwerth 'siopa'n lleol': *"Rydw i'n meddwl y gellid gwneud mwy i annog pobl i aros a gwario'n lleol."*

Yn ail mae angen mwy o gyfleoedd gwaith a chyflogau gwell yn yr ardal, gyda chymhellion i fusnesau gyflogi pobl. Yn drydydd, effaith cyflog isel a diffyg buddsoddiadau ydy mynediad at dai fforddiadwy. Tynnai'r ymatebwyr sylw at y problemau tai a wynebwr gan bobl iau a'r angen i gynorthwyo'r rhai sy'n prynu am y tro cyntaf: *'Byddai'n rhaid i mi ddweud y problemau tai a wynebwr. Fel rydw i'n dweud, i mi fy hun dydy hi ddim yn gymaint o broblem ond i'r gymuned rydw i'n byw ynddi, mae'n hynod o heriol yn barod ac mae'n anodd gweld golau ym mhen draw y twnnel. Gallai'r effaith ar bobl iau fod yn enfawr a bydd y penderfyniadau a wnawn ni heddiw yn rhywbeth y bydd yn rhaid iddyn nhw ymdopi ag ef pan fyddwn ni wedi mynd – mae'n rhaid i ni fuddsoddi amser, ymdrech, egni a chyllid i wneud hyn yn iawn er mwyn pawb.'*



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIAINT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG





Fodd bynnag, er bod tai fforddiadwy yn flaenoriaeth; roedd ar lawer o ymatebwyr eisiau i ddatblygiadau tai newydd ddod i ben yn gyfan gwbl a newid ffocws i ddarparu seilwaith ychwanegol a chadw mannau gwyrdd.

### 6. Cydgynhyrchu ac ymgysylltu parhaus

Roedd rhwystredigaeth amlwg ymhlith y cyhoedd, gyda chred nad yw pobl yn cael gwrandawriad a chred nad yw pethau'n mynd i newid:

*'Sicrhau bod y bobl sy'n rheoli yn gwrandao ar yr hyn y mae pobl ifanc yn ei feddwl ac yn malio amdano.'*

*'Fe hoffwn i'r cyngor wrando'n astud ar drigolion ac ystyried cenedlaethau'r dyfodol.'*

*'Mae ymgynghori a gweithredu ystyrlon i ddangos sgiliau gwrandao da yn hanfodol i iechyd a lles pobl Porthcawl.'*

*'Rydw i'n gwneud llawer o arolygon, ond does dim byd yn newid. Dydw i ddim yn meddwl bod y bobl sydd wrth y llyw yn gwrandao neu maen nhw wedi penderfynu pethau'n barod.'*

*'Daliwch ati i wrando a chynnwys trigolion lleol. Peidiwch â chymryd yn ganiataol eich bod chi'n gwybod beth mae amom ni ei eisiau neu ei angen.'*

## Casgliadau

Mae'r sylwadau'n dangos yr angen am broses o gydgynhyrchu ac o bosibl i awdurdodau lleol resymoli eu harolygon ar draws adrannau a strategaethau er mwyn osgoi dyblygu a 'blino ar ymgynghori'.

## Ciplun o 7 Cymuned

### Cyflwyniad

Mae Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus Cwm Taf Morgannwg yn rhannu'r rhanbarth yn saith prif ardal gymunedol yn ôl cod post fel y nodir yn y tabl isod:

Cymuned	Cod post
Taf Elai	CF37, CF38, CF72
Rhondda	CF40, CF41, CF42, CF43



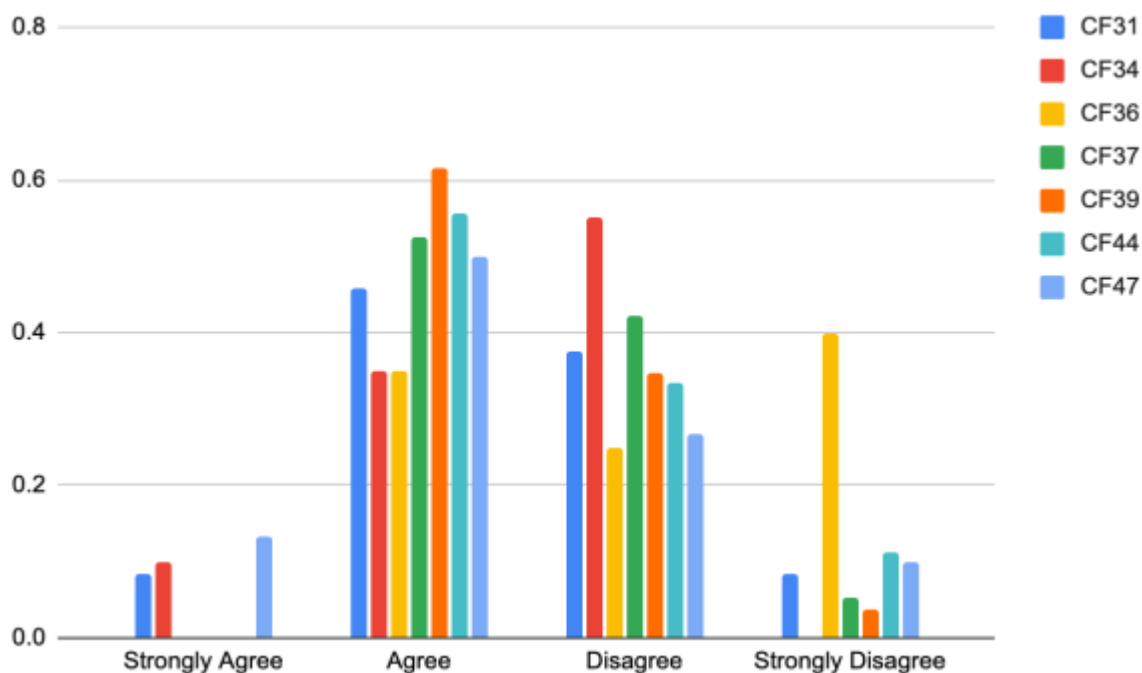
ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



Cynon	CF44, CF45
Merthyr	CF46, CF47, CF48
Gogledd Pen-y-bont ar Ogwr	CF31 4; CF32 7, CF32 8, CF32 9; CF34 0, CF34 9; CF35 6, CF39 8
Gorllewin Pen-y-bont ar Ogwr	CF32 0; CF33 4, CF33 6; CF36 3, CF36 5, CF36 9
Dwyrain Pen-y-bont ar Ogwr	CF31 1, CF31 2, CF31 3, CF31 4, CF31 5, CF31 9; CF32 0, CF32 8; CF33 4, CF33 6; CF35 5, CF35 6

Er mwyn llunio cymariaethau a chreu graffiau o ymatebion yr arolwg, mae angen cyfradd ymateb ddigon uchel o ran rhif o fewn pob ardal cod post. Dim ond saith ardal cod post allan o gyfanswm o 18, a gafodd ymateb digon uchel i ddibenion dadansoddi. Rhydd Atodiad 1 restr o flaenoriaethau ar gyfer pob ardal gymunedol. Gellir astudio'r rhain yn fanwl i ddarparu gwasanaethau ar lefel cod post lleol, tra mae'r adran hon yn cymharu'r hyn sy'n debyg a'r hyn sy'n wahanol ym mlaenoriaethau'r cymunedau.

*Ymatebion i'r gosodiad 'Rydw i'n credu bod llesiant ym Mhen-y-bont ar Ogwr/ Merthyr Tudful / Rhondda Cynon Taf yn debygol o wella yn y dyfodol' fesul ardal cod post:*



	Cytuno'n gryf	cytuno	anghytuno	Anghytuno'n gryf
<b>Dwyrain a Gogledd Pen-y-bont ar Ogwr: CF31</b>	8.33%	45.83%	37.5%	8.33%
<b>Gogledd Pen-y-bont ar Ogwr CF34</b>	10%	35%	55%	0%
<b>Gorllewin Pen-y-bont ar Ogwr: CF36</b>	0%	35%	25%	40%
<b>Taf Elai CF37</b>	0%	52.6%	42.1%	5.3%
<b>Rhondda Gogledd Pen-y-bont ar Ogwr CF39</b>	0%	61.65%	34.62%	3.85%
<b>Cynon: CF44</b>	0%	55.56%	33.33%	11.11%



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



<b>Merthyr: CF47</b>	13.33%	50%	26.67%	10%
----------------------	--------	-----	--------	-----

Yng Ngogledd a Dwyrain Pen-y-bont ar Ogwr, Taf Elai, Rhondda a Gogledd Pen-y-bont ar Ogwr, Cynon a Merthyr cytunai 50% neu ragor o'r ymatebwyr y bydd llesiant yn gwella. Y rhai ym Merthyr oedd y mwyaf optimistaidd yn gyffredinol gyda 63.33% o'r ymatebwyr yn cytuno neu'n cytuno'n gryf y bydd llesiant yn gwella. Yng Ngogledd a Gorllewin Pen-y-bont ar Ogwr roedd mwy na hanner yn anghytuno y byddai llesiant yn gwella yn y dyfodol, gyda 40% o'r ymatebwyr yng Ngorllewin Pen-y-bont ar Ogwr yn anghytuno'n gryf â'r gosodiad.

## Y pethau gorau ynglŷn â byw yn yr ardal

Ac eithrio Dwyrain a Gogledd Pen-y-bont ar Ogwr (CF31), teimlai pob un o'r cymunedau mai'r peth gorau ynglŷn â byw yn eu hardal oedd yr ymdeimlad o gymuned a'r bobl. Yn CF31 gwerthfawrogai pobl y lleoliad a'i agoswydd at yr arfordir, y mynyddoedd a'r dinasoedd.

## Heriau i'r dyfodol

Cael mynediad at wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol oedd yr her fwyaf yn y dyfodol i'r rhai sy'n byw yn Nwyrain a Gogledd Pen-y-bont ar Ogwr (CF31), gogledd Pen-y-bont ar Ogwr (CF34) a Merthyr (CF47). Yng Ngorllewin Pen-y-bont ar Ogwr (CF36) a Thaf Elái (CF37) y newid yn yr hinsawdd a llifogydd oedd hi. Yn y Rhondda a Gogledd Pen-y-bont ar Ogwr (CF39) roedd ymatebwyr yn pryderu am gyfleoedd i bobl ifanc ac yng Nghwm Cynon (CF44) yr her fwyaf oedd diffyg cyfleoedd yn gyffredinol a sicrwydd swydd.

## Un peth i wella llesiant

Roedd gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol gwell yn bwysig yn CF31, CF34, CF37 a CF44. Roedd CF39 a CF47 yn awyddus i weld mwy o weithgareddau a grwpiau cymdeithasol, gyda'r cyllid i'w cynnal. Nid oedd thema glir yn CF36.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIAN  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



## ADRAN 3: CYMUNEDAU BUDDIANT

Roedd cyfanswm o saith cymuned fuddiant yn rhan o'r asesiad llesiant ac anghenion drwy'r dulliau grŵp creadigol a ddisgrifiwyd yn adran 1. Rhydd yr adran hon ddisgrifiad o ddadansoddiad cyffredinol a ddeilliodd o'r cymunedau buddiant. Mae Atodiadau 2 i 8 yn rhestru'r blaenoriaethau ar gyfer pob piler llesiant o bob cymuned fuddiant, ac mae'r rhain wedi cael eu casglu ond heb eu crynhoi gan yr ymchwilyr.

### CYMUNEDAU BUDDIANT: PLANT

#### Pwy sydd wedi ymwneud â'r ddemograffeg hon?

Mae Atodiad 2 yn rhestru blaenoriaethau plant. Cynhaliwyd 3 arolwg grŵp gyda 28 o blant dan 11 oed. Roedd 17 yn ferched, ac roedd 11 mewn grŵp rhyw cymysg ar ôl yr ysgol.

- Clwb ar ôl yr ysgol gydag 11 o blant oed cynradd. Y fethodoleg oedd trafodaethau grŵp ynghylch eu meddyliau ac nid oedd yn cynnwys deunydd penodol ynghylch llesiant economaidd, cymdeithasol, diwylliannol ac economaidd.
- Brownies - 2 grŵp yn yr un clwb yn cynnwys cyfanswm o 17 aelod.

#### Dadansoddiad cyffredinol o ddata gan blant

Mae'r data ynghylch y pedwar piler a geir yn Atodiad 2 yn datgelu bod profiadau plant yn amrywio'n sylweddol, yn dibynnu ar lefelau incwm yr ardal y maent yn tyfu i fyny ynddi. Roedd hyn yn fwyaf amlwg mewn perthynas â llesiant amgylcheddol o ran mynediad i fannau gwyrdd diogel a diogelwch. Daeth diogelwch i'r amlwg fel mater allweddol i blant mewn ardaloedd tlotach, yn amrywio o ddiethriaid yn dweud helo, ymddygiad gwrthgymdeithasol wedi'i gyfeirio at aelodau oedrannus o'r teulu, strydoedd a cheir yn goryrru, oedd yn atal chwarae yn yr awyr agored, a bygythiadau gan bobl ifanc hŷn. Ni ddaeth y materion hyn i'r amlwg fel thema i'r rhai mewn ardaloedd mwy cyfoethog. Fodd bynnag, nid oedd y plant yn sôn yn benodol am weithgareddau diwylliannol ond yn siarad am yr holl weithgareddau mewn perthynas â chymdeithasu a chyfeillgarwch. O ran llesiant economaidd, trafododd un grŵp ddiweithdra rhieni:

*'Mae ar fy nhad angen swydd newydd.'*

Soniai'r plant am bethau oedd yn bwysig iddynt sydd y tu allan i fframwaith y pedwar piler gan gynnwys hoffi dysgu ac ysgol, anifeiliaid a chael manau tawel.

Teimlai pob grŵp nad oedd neb yn gwrando arnynt, nad oedd ganddynt lais ac yn gyffredinol nad oedd gan lawer o oedolion ddiddordeb yn yr hyn oedd ganddynt i'w ddweud:

*'Mae angen i bobl sydd wrth y llyw wrando a thalu sylw!'*  
*'Does neb yn esbonio pethau i ni er mwyn i ni allu deall.'*



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



Cwestiwn – Rydw i'n credu bod llesiant ym Mhen-y-bont ar Ogwr / Merthyr Tudful / Rhondda Cynon Taf yn debygol o wella yn y dyfodol	
Cytuno'n gryf	8
cytuno	18
anghytuno	1
Anghytuno'n gryf	0
Dim yn gwybod	1

## CYMUNEDAU BUDDIANT: POBL IFANC

### Pwy sydd wedi ymwneud â'r ddemograffeg hon?

Mae Atodiad 3 yn rhestru blaenoriaethau pobl ifanc. Ymgysylltwyd â chyfanswm o 66 o bobl ifanc o 5 grŵp gwahanol. Roedd 34 ohonynt yn ferched a 32 o grŵp ieuencid rhyw cymysg.

- Grŵp Ranger guides - 9 merch 14-18 oed
- Dau grŵp Guides - 14 o ferched 10-14 oed, 11 o ferched 10-14 oed
- Grŵp Ieuencid Gilfach Goch - 27 mewn grŵp cymysg 12- 24 oed
- Cyngor Ieuencid Pen-y-bont ar Ogwr – 5 o bobl ifanc mewn grŵp cymysg 12-24

### Dadansoddiad cyffredinol o ddata gan bobl ifanc

Bu pobl ifanc yn trafod pob un o'r pedwar piler ond yn amlwg yn rhoi blaenoriaeth i gydraddoldeb mewn perthynas â llesiant diwylliannol a chyfryngau cymdeithasol ac unigrywdd a achoswyd gan gyfyngiadau Covid mewn perthynas â llesiant cymdeithasol.

Soniodd pob grŵp am yr angen i gael cymorth amserol o fewn yr ysgol:

*'Mae ysgolion yn nodi'n rhy fuan pwy maen nhw'n meddwl sy'n cael trafferth ac wedyn nhw ydy'r unig rai maen nhw'n eu helpu neu'r rhai sy'n ofidus iawn (mewn perygl o niweidio'u hunain). Mae gan Llygad yn Llygad restr aros hir. Dywedir wrthym ei bod yn iawn i beidio â bod yn iawn ond does neb yn gwneud dim byd a does dim dilyniant.'*

*'Mae darpariaeth ieuencid wedi cael ei thynnu i ffwrd – dydy YEP ddim yn gweithio mewn gwirionedd ond mae ar blant angen cymorth, a dydyn nhw ddim eisiau mynd yn ôl i leoliad ysgol. Mae gan CAMHS restr aros hir, mae Llygad yn Llygad yn llawn ac mae ar blant angen cymorth wyneb yn wyneb. Maen nhw wedi mynd drwy lawer ac wedi cael eu gadael.'*

Nid oedd pobl ifanc yn teimlo eu bod yn cael gwrandawriad, naill ai fel grŵp demograffig nac fel unigolion. Yn gyffredinol, roeddent yn teimlo bod teuluoedd, gweithwyr ieuencid a hyfforddwyr chwaraeon yn gwrandao arnynt ond nad oedd athrawon a'r cyngor yn gwrandao. Roedd rhwystredigaeth amlwg am beidio â chael eu clywed, a rhai wedi cael digon ar ymgynghori, yn enwedig ymhlith y rhai o'r grŵp ieuencid:

*'Mae angen i bobl wrando a dilyn i fyny!'*



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



*'Gobeithiol ond ddim yn siŵr y bydd pethau'n newid mewn gwirionedd.'*

*'Gofynnir i ni a gofynnir i ni ond does dim byd yn newid.'*

*'Peidiwch â siarad yn unig! Mae pobl yn teimlo nad ydyn nhw'n gwneud gwahaniaeth ond pe baem ni i gyd yn gwneud ychydig, byddai'n creu newid mawr! Mae angen i ni deimlo bod gennym ni rym!'*

*'Mae angen i bobl wneud eu gwaith. Rydw i'n teimlo fy mod i'n siarad â mi fy hun y rhan fwyaf o'r amser'*

Roedd cryn ganolbwyntio ar bryderon amgylcheddol; gyda phobl ifanc mewn ardaloedd tlotach yn canolbwyntio ar bryderon amgylcheddol lleol megis fandaliaeth, cyffuriau, ymddygiad gwrthgymdeithasol, a'r rheiny mewn ardaloedd mwy cyfoethog yn canolbwyntio ar faterion amgylcheddol byd-eang. Siaradai pob person ifanc am effaith datblygiadau lle roedd eu manau awyr agored yn newid ac yn diflannu, ond teimlent ei fod y tu hwnt i'w gwybodaeth a'u rheolaeth: *'Mae'r ardal yn mynd yn fwy a phrysuroch ac mae hynny'n her.'*

### Rydw i'n credu bod llesiant ym Mhen-y-bont ar Ogwr / Merthyr Tudful / Rhondda Cynon Taf yn debygol o wella yn y dyfodol

Cytuno'n gryf	2
cytuno	28
anghytuno	29
Anghytuno'n gryf	0
Dim yn gwybod / Dim sylw	7

## CYMUNEDAU BUDDIANT: POBL HŶN

### Pwy sydd wedi cael ei gynnwys o fewn y ddemograffeg hon?

Mae Atodiad 4 yn rhestru blaenoriaethau pobl hŷn. Ymgysylltwyd â 115 o bobl o leiaf dros 50 oed mewn trafodaethau grŵp. Y grwpiau a gymerodd ran oedd:

- Reconnect Pentre 50+ - 13 o aelodau mewn 4 sgwrs, rhyw cymysg
- Reconnect Merthyr 50+ - 9 o aelodau mewn 5 sgwrs, rhyw cymysg
- Reconnect Bedlinog 50+ - 7 o aelodau mewn sgwrs grŵp - 6 merch, 1 dyn
- Pontyclun / Llantrisant 50+ - 32 o aelodau mewn grŵp rhyw cymysg
- 'Gwau a sgwrsio' Penrhiwceiber - 18 dros 60 oed (marched, mae'n debyg)
- 'Ifanc o galon' Pen-y-bont ar Ogwr
- RhCT - 16 o ofalwyr drwy hacathon
- Unigrwydd ac unigedd Merthyr, nifer yn anhysbys



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



## Dadansoddiad cyffredinol o ddata gan bobl hŷn

Soniai pobl hŷn am wirfoddoli o ran defnyddio eu hamser a'u sgiliau a meithrin lles cymdeithasol, o gymharu â phobl ifanc oedd eisiau gwirfoddoli er mwyn ehangu eu sylfaen sgiliau, ennill profiad ac arwain at waith cyflogedig. Er bod rôl gwirfoddoli yn bwysig i'r ddau grŵp oedran, roedd ar bobl hŷn yn arbennig eisiau gwirfoddoli i wella cyfleoedd cymdeithasol a theimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi'n gymdeithasol.

Mae tlodi yn cael effaith amlwg ar brofiadau pobl hŷn. Er enghraifft, soniai trigolion Pont-y-clun am fod yn ffodus yn faint oedd ganddynt o ran gwasanaethau, cludiant teilwng a throseddu isel. Canolbwyntiai ardaloedd tlotach ar broblemau ymdopi ar incwm isel a'r anawsterau o ran cael gwaith neu gadw gwaith. Dangosai ardaloedd tlotach hefyd wrthdaro, gyda rhai yn awgrymu bod y system fudd-daliadau yn arwain at wneud pobl yn ddiog a pheidio â chyfrannu, tra roedd eraill yn cydymdeimlo ag amgylchiadau pobl ddi-waith.

Ar draws yr holl grwpiau a gymerodd ran, mynegai pobl hŷn anfonlonrwydd ynghylch y gwleidyddion a theimlent mai ychydig o gynghorwyr neu feiri lleol oedd yn eu cynorthwyo. Roedd ymdeimlad o ddiffyg grym i'w weld a dryswch ynglŷn â rheolau Covid a'r symud i'r byd ar-lein.

## CYMUNEDAU BUDDIANT: ANABLEDD

### Demograffeg ymgysylltu â'r gymuned hon

Ymgysylltwyd ag o leiaf 194 o bobl ag anableddau corfforol, meddyliol a/neu gudd drwy'r dulliau creadigol. Roedd hyn yn cynnwys 9 aelod o'r gymuned fyddar, o leiaf 43 o bobl ag anableddau dysgu, 142 o bobl anabl drwy ymgysylltu rhanbarthol a nifer nas cofnodwyd o rieni plant 5-7 oed a fynychai grŵp Enfys ASD. Rhydd Atodiad 5 restr o flaenoriaethau'r gymuned fuddiant hon.

### Dadansoddiad trosolwg o ddata gan rai ag anableddau corfforol, meddyliol a/neu guddiedig

Soniai pob grŵp bod pontio i fyd oedolion ac i wasanaethau gofal cymdeithasol oedolion yn broblemus; yn enwedig mewn achosion lle canfuwyd bod gan berson ifanc anghenion dysgu ychwanegol (ADY) ond nad yw'n cyrraedd trothwyon gofal cymdeithasol.

Mae pobl anabl yn wynebu allgau economaidd sylweddol; yn enwedig mewn perthynas â gwaith cyflogedig. Mae'n bosibl y gellid goresgyn hyn drwy gynlluniau cyflogaeth â chymorth a busnesau lleol. Y consensws ymhlith yr ymatebwyr oedd ei bod yn anodd sicrhau incwm o waith cyflogedig a bod hawliau cymorth taliadau uniongyrchol a thaliadau annibyniaeth bersonol (PIP) yn ddryslyd ac yn anodd eu cael, yn enwedig i bobl â nam ar y synhwyrau. Oherwydd anawsterau cael gwaith, mae gan wirfoddoli rôl bwysig ar gyfer datblygu sgiliau, ond fe allai fod yn ffynhonnell "gweithwyr rhad/am ddim" yn hytrach na chynnig cyfleoedd datblygu.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG





Roedd rhai pobl anabl wedi profi camfanteisio a bwlio, a gofynnai rhai cyfranogwyr am gymorth i wybod sut i ffurfio cyfeillgarwch ac adnabod perthnasoedd a chyfeillgarwch negyddol.

Mae rhai pobl anabl yn wynebu arwahanrwydd cymdeithasol sylweddol ac er iddynt adrodd eu bod yn cael rhai cyfleoedd i gymdeithasu nid oeddent yn teimlo bod ganddynt gysylltiad da â chymunedau nad ydynt yn anabl. Roedd hyn yn arbennig o wir am aelodau o'r gymuned fyddar.

## **CYMUNEDAU BUDDIANT: Du, Asiaidd a lleiafrifol ethnig (BAME)**

### **Demograffeg**

Cymerodd 87 o bobl o gymunedau BAME amrywiol ar draws rhanbarth Cwm Taf Morgannwg ran yn yr ymgysylltiad grŵp. Rhydd Atodiad 6 restr o'r blaenoriaethau ar gyfer pob piler llesiant a gododd o'r amrywiol weithdai grŵp.

### **Dadansoddiad cyffredinol o'r data gan gymunedau Du, Asiaidd ac Ethnig Lleiafrifol**

Ychydig os dim o awgrymiadau oedd yn y data ar gyfer gwella elfennau o lesiant ac ychydig o adrodd am ffactorau sy'n cefnogi llesiant. Gallai hyn awgrymu mai ychydig o elfennau sydd yna mewn bywyd o ddydd i ddydd i weithio yn erbyn llesiant gwael.

Ar draws pob un o'r pileri llesiant tynnodd y cyfranogwyr sylw at broblemau rhagfarn a phrofiadau o anghydraddoldeb. Roedd y cyfranogwyr yn profi lefelau uchel o ynysu cymdeithasol, a lefelau uchel o ynysu diwyllianol o bosibl oherwydd cyfuniad o ffactorau – diffyg cydlynid cymdeithasol, diffyg gwasanaethau cynhwysol ac incwm isel.

Soniai'r cyfranogwyr am lesiant amgylcheddol gwael oherwydd problemau tai parhaus ac amgylcheddau byw gwael ynghyd â rhagfarn a chamdriniaeth yn eu cymdogaethau.

Ar y cyfan, adroddai'r cymunedau BAME a gymerodd ran am rai problemau sylfaenol ar draws pob agwedd ar fywyd, o gymharu â chymunedau buddiant eraill.

## **CYMUNEDAU BUDDIANT: CYN-FILWYR**

### **Demograffeg ar gyfer ymgysylltu**

Cymerodd 17 o gyn-filwyr ran yn yr ymgysylltu yn y gwaith grŵp. Roedd 10 dros 50 oed ac o ardaloedd Taf Elai a 7 yn dod o ardal Cynon. Mae Atodiad 7 yn rhestru eu blaenoriaethau ar gyfer pob piler llesiant.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



## Dadansoddiad cyffredinol o'r data gan gymunedau cyn-filwyr

Tynnodd y cyn-filwyr sylw at y problemau o gael cyflogaeth a chael cyflog byw a phroblemau dyled bersonol, yn enwedig os oeddent yn derbyn pensiynau rhyfel neu fudd-daliadau. Roedd pryder ynghylch pobl ifanc yn yr ardal oherwydd lefelau uchel o ddiweithdra, a rhai canfyddiadau bod pobl ifanc oedd yn byw mewn tloidi yn ymddwyn mewn ffordd wrthgymdeithasol annerbyniol. Yn gyffredinol, roedd ffocws ar ymddygiad gwrthgymdeithasol o fewn cymunedau a chanfyddiad bod trosedd a thrais yn gyffredin mewn cymunedau. Teimlai rhai bod hyn yn ganlyniad canolbwytio gormod ar gydraddoldeb a hawliau.

Roedd iechyd meddwl yn fater allweddol i'r gymuned fuddiant hon ac, fel yr holl ymatebwyr, tynnodd y cyfranogwyr sylw at yr anawsterau o ran cael mynediad at wasanaethau meddyg teulu a gwasanaethau iechyd eraill.

C. Rydw i'n credu y bydd llesiant yn fy ardal i yn gwella yn y dyfodol	
Cytuno'n gryf	2
cytuno	5
anghytuno	7
Anghytuno'n gryf	2
Dim ateb	1

*'Does dim byd yn newid, mae cynnydd yn rhy araf'*

## CYMUNEDAU BUDDIANT: VAWDASV

### Demograffeg

Cymerodd 6 o bobl oedd wedi cael profiad o drais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol ran mewn gweithdy grŵp. Mae Atodiad 8 yn rhestru eu blaenoriaethau ar gyfer pob piler llesiant.

## Dadansoddiad cyffredinol o'r data gan bobl sydd wedi profi VAWDASV

Pwysleisiai cyfranogwyr yn y gymuned hon bwysigrwydd diogelwch a themlo'n ddiogel; nid yn unig yn y cartref ond pan oeddent allan mewn cymdogaethau, wrth siarad â gwasanaethau cymorth ac wrth gael mynediad at wasanaethau iechyd meddwl.

Roedd canolbwyt ar blant a phobl ifanc a'r angen i sicrhau eu bod yn deall parch at eraill, bod cynnydd yn y gwasanaethau sydd ar gael iddynt, eu bod yn cael tai teuluol diogel ac yn



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



profi cydraddoldeb rhywiol.

Pan ofynnwyd “Rydw i’n credu y bydd llesiant yn fy ardal yn gwella yn y dyfodol” cytunai 3 cyfranogwr y byddai’n gwella ac roedd 3 yn anghytuno oherwydd eu bod yn teimlo y bydd yn cymryd amser a bod angen dal ati i gyd-dynnu.



*ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG*



## ADRAN 4: CASGLIADAU AC ARGYMHELLION

Adlewyrchwyd y rhestr o argymhellion isod yn nata'r arolwg a data'r dulliau creadigol hefyd.

1. Mae bylchau yn yr ymgysylltu, yn enwedig cymunedau LGBTQ a diffyg tryloywder rhyw.
2. Dylid rhoi sylw i fod yn groestoriadol. Er enghraifft, bydd pobl hŷn neu bobl ifanc yn croesi drosodd, er enghraifft, i anabledd neu gymunedau BAME. Dylai cam nesaf y gwaith ymgynghori gynnwys darpariaeth ar gyfer gweithio cynhwysol er mwyn gallu rhoi cyfrif am groestoriadedd o fewn y data.
3. Ni fu digon o amser i ddadansoddi data ymgysylltu. Byddem yn argymhell bod dadansoddiad yr arolwg yn cael ei groesgyfeirio â'r dadansoddiad cyffredinol a'r blaenoriaethau a restrir yn yr atodiadau gan bob un o'r cymunedau buddiant er mwyn canfod lle gallai fod gan gymunedau penodol anghenion unigol. Byddem hefyd yn awgrymu bod data cymunedau buddiant yn cael ei archwilio am faterion sy'n gorgyffwrdd (e.e. iechyd meddwl, rolau gofalu, gwirfoddoli, tlodi) ond efallai y bydd angen canlyniadau gwahanol neu ofynion penodol o fewn y materion hynny.
4. Dyluniad yr arolwg yn y dyfodol: ar gyfer yr asesiad llesiant nesaf, byddem yn argymhell bod y cwestiwn cod post yn cael ei greu fel cwestiwn caeedig a nodi fformat XXXX XXX i alluogi croes-dablu yn ystod y dadansoddiad. Yn ogystal, ychwanegu cwestiwn yn gofyn am ardal awdurdod lleol. Roedd adborth ar ddyluniad yr arolwg yn cynnwys nifer o sylwadau na allai pobl ddarllen y cymylau geiriau yn gywir.
5. Dyluniad dulliau creadigol yn y dyfodol: Nid oes amheuaeth bod cymunedau ymylol a rhai sydd wedi eu hallgau wedi eu cynnwys yn yr ymgysylltu hwn oherwydd y defnydd o ddulliau creadigol. Fodd bynnag, gellid gwneud mwy o ddyfnder data pe câi'r dulliau eu dylunio â fframwaith dadansoddi mewn golwg cyn eu gweithredu.
6. Mae iechyd meddwl yn fater croestoriadol, ond weithiau mae amodau penodol yn ymwneud â chymuned fuddiant benodol. Er enghraifft, siaradai pobl hŷn am ddementia, pobl ifanc am bryder, cyn-filwyr am PTSD, BAME am ynysu.
7. Ni ellir gorbwysleisio effaith tlodi. Ar draws yr holl grwpiau sy'n byw mewn ardaloedd incwm is, roedd pryderon amgylcheddol yn canolbwyntio ar faterion lleol tra roedd ardaloedd incwm uwch eraill yn siarad am faterion byd-eang. Mae materion eraill yn cynnwys diogelwch, prinder siopau, problemau tai ac yn y blaen. Mae hyn yn berthnasol i bob grŵp diddordeb.
8. Mae trafndiaeth yn fater cyffredinol ac eithrio i'r rhai mewn ardaloedd cyfoethog sydd â mynediad at gar. Mae diffyg cludiant integredig fforddiadwy yn effeithio ar lesiant cymdeithasol a llesiant diwylliannol a chaiff ei drafod mewn perthynas â llesiant amgylcheddol.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



9. Mae gwirfoddoli yn fater trawsbynciol – mewn ardaloedd tlotach, soniai pobl am wirfoddoli anffurfiol, helpu cymdogion a gwneud pethau gyda'i gilydd fel rhan o'r diwylliant. Siaradai cyn-filwyr amdano fel cyfrannu. Mae ar bobl ifanc a phobl ag anabledau dysgu eisiau mwy o gyfleoedd i wirfoddoli i'w helpu i gael profiad gwaith ac mae ar bobl hŷn eisiau gwirfoddoli i'w cynorthwyo i fynd allan a chadw'n weithgar.
10. Mater diogelwch - byddai rhai pobl mewn llesiant cymdeithasol yn dweud eu bod yn teimlo'n ddiogel yn eu cymdogaeth a bod ganddynt deulu a ffrindiau gerllaw tra ar yr un pryd yn adrodd eu bod yn teimlo'n anniogel wrth drafod llesiant amgylcheddol. Mae'n bosibl bod hyn yn ymwneud â phrofiad gwirioneddol yn hytrach na bygythiad canfyddedig wrth fynd o gwmpas y lle. Fodd bynnag, gellid edrych yn fanylach ar hyn yn ystod y cyfnod ymgynghori rhag ofn bod anghysondeb neu nad yw diogelwch ar y stryd yn cael ei ystyried mewn perthynas â llesiant cymdeithasol.
11. Siaradodd pob grŵp ym mhob ardal am yr anawsterau o sicrhau apwyntiadau meddyg teulu a'r problemau a achosir gan hynny. Roedd yn ymddangos bod anfodlonrwydd cyffredinol â'r system bresennol.
12. Mae angen rhoi sylw i gymunedau BAME o ystyried lefel isel y llesiant yr adroddid amdano ar draws pob un o'r pedwar piler. Dylid ymchwilio ymhellach i groestoriadedd - beth mae plant BAME, pobl anabl a phobl hŷn yn ei brofi?
13. Adferiad ar ôl Covid - mae angen cymorth i leihau pryder pobl ynghylch cymdeithasu eto.
14. Allgau digidol - nid oedd pobl hŷn na llawer o gymunedau eraill yn hoffi apwyntiadau gofal iechyd ar-lein.
15. Mae rolau gofalu yn fater trawsbynciol – Cododd rôl gofalwyr mewn grwpiau pobl hŷn, grwpiau anabledd a grwpiau pobl ifanc. Mae diffyg gwybodaeth am ofalwyr ifanc ac mae'r profiad o ofalu yn gyffredinol yn amrywio'n fawr o fewn y cymunedau buddiant gwahanol. Roedd themâu cyffredin yn ymwneud ag arwahanrwydd, diffyg cymorth (yn enwedig yn ystod Covid), rheolau cymhleth ynghylch budd-daliadau a'r system gymhleth ar gyfer defnyddio taliadau uniongyrchol.
16. Roedd diffyg gwybodaeth yn uniongyrchol gan blant a phobl ifanc ag ADY. Er bod un grŵp yn cynnwys rhieni sy'n ofalwyr; mae eu pryderon a'u profiadau hwy o reidrwydd yn mynd i fod yn wahanol i rai'r plant neu'r bobl ifanc y maent yn rhieni iddynt neu'n gofalu amdanynt.
17. Siaradodd llawer o gymunedau buddiant am broblemau gyda'r rhyngwyneb rhwng y gwasanaethau iechyd a gwasanaethau gofal cymdeithasol.
18. Roedd diffyg gwybodaeth mewn fformatau hygyrch yn thema oedd yn rhedeg drwy'r cymunedau buddiant, yn enwedig o ran gorddibyniaeth ar dechnoleg a fformatau digidol.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG





**ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG**



# ATODIAD 1: RHESTRAU BLAENORIAETHAU POB CYMUNED COD POST

## CF31: Gogledd a Dwyrain Pen-y-bont ar Ogwr

### Y pethau gorau ynglŷn â byw yn yr ardal 20 o ymatebion:

- Lleoliad: agos i ddinasoedd, mynyddoedd, yr arfordir, yr M4 a siopau x 12
  - Mannau gwyrdd a gwarchodfa natur x 5
  - Teimlad o gymuned x 3
- 'Mae'r bobl yr ydw i'n eu cyfarfod yn agored, yn gyfeillgar ac yn malio am bobl eraill. Maen nhw'n edrych ar ôl ei gilydd ac yn mwynhau bod yn rhan o gymuned. Mae'r ardal yr un faint o ffordd rhwng dwy ddinas dda, mae gennym ni barc manwerthu ac wrth gwrs yr arfordir, Fyddwn i ddim eisiau byw yn unman arall.'*

### Heriau ar gyfer y dyfodol 23 o ymatebion:

- Costau byw a phrisiau'n codi x 3
- Newid yn yr hinsawdd a diogelu'r amgylchedd naturiol x 3
- Cyflogaeth a sicrwydd swydd x 3
- Mynediad at wasanaethau gofal iechyd x 2, iechyd cyffredinol x 1, cadw annibyniaeth mewn henaint x 1
- Tagfeydd traffig x 2
- Adfywio canol y dref/stryd fawr x 2
- Tai fforddiadwy x 3 a digartrefedd x 1
- Adferiad ar ôl Covid x 2 *'Canlyniadau Covid, a'r ofn y mae hyn wedi ei achosi ym mhawb bron.'*

### Un peth i wella llesiant - naill ai'n bersonol neu ar gyfer yr ardal 19 o ymatebion:

- Mwy o weithgareddau cymdeithasol, yn enwedig i bobl ifanc x 4
- Mwy o fannau gwyrdd x 3 a phlannu coed x 1
- Gofal iechyd gwell: mwy o gefnogaeth i iechyd meddwl x 2, system gofal cymdeithasol well x 2, therapiau cyflenwol x 1
- Adfywio canol y dref x 1, mwy o fannau eistedd cyhoeddus i'r rhai â phroblemau symudedd x 1
- Seilwaith gwell ar gyfer teithio llesol x 1
- Mwy o gefnogaeth i elusennau x 1
- Helpu pobl i deimlo'n ddiogel mewn tafarndai a chlybiau, atal sbeicio diodydd x 1
- Atal llifogydd x 1



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



## CF34: Gogledd Pen-y-bont ar Ogwr

### Y pethau gorau ynglŷn â byw yn yr ardal 15 o ymatebion:

- Y bobl a'r gymuned x 9
- Yr amgylchedd naturiol, mannau gwyrdd a mynyddoedd x 3
- Siopau lleol x 2
- Popeth x 1

*'Rydw i'n meddwl ein bod ni'n lwcus iawn i gael mannau gwyrdd 'anhygoel' yn ogystal â'r traeth heb fod ymhell o garreg ein drws. Mae'r ardal yn gyfeillgar iawn y rhan fwyaf o'r amser ac mae ynnddi deimlad o gymuned go iawn, lle mae cymdogion yn helpu ei gilydd a bob amser yn barod i roi help llaw.'*

### Heriau ar gyfer y dyfodol 17 o ymatebion:

- Pryder ynghylch yr hinsawdd, yr angen i symud at werthoedd mwy gwyrdd a'r amgylchedd yn gyffredinol x 4
- Gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol: cymorth iechyd meddwl x 2, mynediad at apwyntiadau ysbyty x 1, mynediad at wasanaethau iechyd x 2
- Cyfleoedd gwaith x 2, sicrwydd swydd x 1, y gallu i ymddeol x 1  
*'Ddim yn gallu parhau yn fy nghyflogaeth bresennol oherwydd diffyg cefnogaeth i fy mab. Byddaf wedyn yn colli fy incwm, fy nhŷ ac yn y blaen.'*
- Tai fforddiadwy x 2
- Cludiant gwell x 2
- Costau byw yn codi x 2
- Amrywiol: Cefnogaeth i'r 3<sup>ydd</sup> sector x 1, cadw'n heini x 1, mynd i'r afael ag ymddygiad gwrthgymdeithasol x 1

### Un peth i wella llesiant - naill ai'n bersonol neu ar gyfer yr ardal 13 o ymatebion:

- Mwy o swyddi lleol x 3
- Mynediad gwell at wasanaethau iechyd x 2
- Datganoli pwerau i gymunedau lleol x 1
- Cludiant cyhoeddus gwell x 1 *'Ar gyfer yr ardal, byddwn yn gwella cysylltiadau cludiant cyhoeddus. Rydw i'n meddwl ei bod yn wirion mai dim ond unwaith yr awr y gallwn gael trê'n a dim un ar ddydd Sul. Mae'r trê'n yn stopio am 10 yr hwyr ar y penwythnos sydd wir yn cyfyngu ar ddewisiadau teithio, nid yn unig i fynd allan o'r ardal ond hefyd i ddod i mewn – mae aniom eisiau annog pobl i ymweld â'n hardal ond rydym yn ei gwneud yn anodd iawn i bobl sydd ddim yn gyrru neu ddim yn medru gyrru i wneud hynny.'*
- Lefelau uwch o blismona x 1
- Gweithgareddau: mwy cynhwysol x 1, dosbarthiadau ymarfer corff x 1



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG





- Hyrwyddo gwasanaethau cymorth x 1
- Mwy o ymdeimlad o ddiogelwch x 1
- Bwyd a diodydd iach x 1

## CF36: Gorllewin Pen-y-bont ar Ogwr

### Y pethau gorau ynglŷn â byw yn yr ardal 19 o ymatebion:

- Cymuned x 6
- Lleoliad x 6, y môr, yr arfordir, awyr agored ac yn agos at siopau
- Man gwyrdd x 3 ar gyfer cerdded a beicio
- Teimlo'n ddiogel x 2
- Cefnogaeth i'r 3ydd sector x 1
- Mynediad at weithgareddau x 1

### Heriau ar gyfer y dyfodol 20 o ymatebion:

- Llifogydd x 4, newid yn yr hinsawdd x 3
- Gormod o ddatblygu x 6 - Porthcawl, Sandy Bay,
- Cyfleoedd gwaith x 2
- Materion iechyd x 2, mynd yn hŷn x 1
- Costau byw x 1
- Cyfleoedd cyffredinol i bobl ifanc x 1
- BCBC x 1
- *'Wrthi'n gweithio allan beth y mae arnaf eisiau ei wneud gyda fy mywyd'* x 1

### Un peth i wella llesiant - naill ai'n bersonol neu ar gyfer yr ardal 18 o ymatebion:

- Canolfannau cymunedol fforddiadwy x 1
- Hyrwyddo buddion bod allan ym myd natur x 1
- Swyddi sy'n talu'n well x 1
- Pwll nofio a chanolfan chwaraeon x 1
- Llai o ddatblygiadau tai x 2
- Gwasanaethau cymorth allanol x 1
- Cyfleusterau gweithgareddau x 1
- Troi mannau agored yn wyllt x 1
- Mwy o seddi cyhoeddus x 1
- Clirio mannau adfeiliedig x 1
- Adfywiad cyffredinol x 1
- Cynhyrchu bwyd yn lleol x 1
- Mwy o safleoedd cadwraeth x 1



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



- Y Cyngor yn gwranddo ar y trigolion x 1
- Adolygu'r CDLI (cynllun datblygu lleol) x 1

## CF37: Taf Elai

### Y pethau gorau ynglŷn â byw yn yr ardal 12 o ymatebion:

- Y gymuned a'r bobl x 7
- Mannau gwyrdd x 1
- Lleoliad: agos i'r dref, y parc, y comin x 1
- Mwynderau lleol x 1
- Adeiladau newydd x 1
- *'Siomedig iawn yn RhCT ac yn bwriadu symud i ffwrdd.'* x 1

### Heriau ar gyfer y dyfodol 13 o ymatebion:

- Newid yn yr hinsawdd x 2, llifogydd x 2
- Ffitrwydd wrth fynd yn hŷn x 2
- Costau byw yn codi x 2 arian x 1
- Teimlo'n ddiogel x 1
- Cyffuriau x 1
- Cyflogaeth x 1
- Adeiladu perthynas x 1
- Bod ar eich pen eich hun
- Adferiad ar ôl Covid x 1 *'Mae llawer o fy ffrindiau i yn dal yn ansicr ynghylch dod allan i siopa. Rydw i'n meddwl bod arnyn nhw angen cymorth ond nad ydyn nhw'n gwybod i bwy i ofyn, ac y bydden nhw'n bryderus ynghylch pobl ddieithr, yn awr a bod yr amrywiolyn newydd i boeni amdano hefyd. Ond fedra i ddim dal i aros.'*

### Un peth i wella llesiant - naill ai'n bersonol neu ar gyfer yr ardal 15 o ymatebion:

- Iechyd a gofal cymdeithasol gwell, gan gynnwys gofal diwedd oes x 5, gwasanaeth gwneud ffrindiau
- Mwy o leoedd a gweithgareddau i bobl ifanc x 2
- Mynd i'r afael â chyffuriau x 1
- Mwy o aelodau grŵp x 1
- Lle cyfeillgar i gŵn x 1
- Mwy o lyfrau llyfrgell x 1
- *'Mwy o gymorth i bobl gael yn ôl ar eu traed. Roedd y Cyngor yn wych ond mae arnoch chi angen cymorth i ddeall pa gymorth sydd i'w gael a sut i'w gael.'*



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



## CF39: Rhondda / Gogledd Pen-y-bont ar Ogwr

### Y pethau gorau ynglŷn â byw yn yr ardal 24 o ymatebion:

- Y gymuned a'r bobl x 13, clybiau a grwpiau lleol x 1 'Y bobl, yn bendant. Drwy gydol Covid, a'r stormydd cyn hynny, fe wnaeth y cymunedau gyd-dynnu ac edrych ar ôl ei gilydd.'
- Yr amgylchedd naturiol x 4
- Cyfleusterau hamdden x 1
- Busnesau lleol x 1
- Prisiau tai x 1
- Ysgol gyda darpariaeth gyfrwng Cymraeg x 1
- Ychydig iawn x 1

### Heriau ar gyfer y dyfodol 26 o ymatebion:

- Pobl ifanc: eu cael i gymryd diddordeb yn eu cymuned x 2, gadael yr ardal am gyfleoedd x 3, hongian o gwmpas yn gyhoeddus x1
- Prisiau'n codi: costau byw x 2, prisiau tai x 2, tlodi x 1
- Newid yn yr hinsawdd x 3
- Annog pobl i siopa'n lleol x 2
- Cymorth ar gyfer pryder ac iechyd meddwl x 2
- Cludiant x 1, trafnidiaeth drom x 1, parcio x 1
- Mynediad: at wasanaethau x 1, at addysg Gymraeg x 1, at ofal plant x 1
- Cyllido gwasanaethau sylfaenol x 1
- Dirywiad dinesig x 1

### Un peth i wella llesiant - naill ai'n bersonol neu ar gyfer yr ardal 22 o ymatebion:

- Mwy i'w wneud yn lleol x 2, mwy o weithgareddau i blant x 1
- Balchder cymunedol x 1, siopa'n lleol x 2
- Mwy o swyddi x 1, mwy o brentisiaethau x 1
- Cludiant gwell gyda'r nos x 2, anogaeth i deithio llesol x 1, ffyrdd a phalmentydd gwell x 1
- Hyrwyddo gwirfoddoli
- Gwybodaeth gyhoeddus glir x 1, y rhai sydd mewn awdurdod yn gwrando ar bobl ifanc x 1
- Parch i'r amgylchedd x 2
- Mynediad at wasanaethau x 1
- Cyfrifoldeb personol x 1
- Cymorth iechyd meddwl x 1
- Mwy o ofalwyr x 1



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



- Hyrwyddo'r dreftadaeth Gymreig x 1  
*'Fe hoffwn i weld ysgolion Saesneg yn dysgu mwy am beth mae'n ei olygu i fod yn Gymraeg – ein hanes a'n diwylliant – a mwy o gymorth Cymraeg i'r rhieni hynny sydd ddim yn siarad Cymraeg ond yn anfon eu plant i ysgolion Cymraeg. Rydw i'n gwybod bod amyn nhw eisiau cael miliwn o siaradwyr Cymraeg erbyn 2050 ond fedra i ddim gweld neb yn gwneud dim ynghylch y peth.'*

## CF44: Cynon

### Y pethau gorau ynglŷn â byw yn yr ardal 15 o ymatebion:

- Teimlad o gymuned x 8
- Yr amgylchedd naturiol: y mynyddoedd, y lleoedd prydferth, parciau x 3, mannau gwyrdd x 2
- Digon i'w wneud x 1
- Y Cyngor x 1  
*'Rydw i'n credu bod y Cyngor o ddifrif yn ceisio edrych ar ôl pobl a'r gwasanaethau mewn amgylchedd heriol iawn.'*

### Heriau ar gyfer y dyfodol 18 o ymatebion:

- Cyflogaeth: diffyg cyfleoedd a sicrwydd gwaith x 8, costau byw yn codi x 1, ymddeol x 1
- Mynediad at wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol x 4
- Troseddu ac ymddygiad gwrthgymdeithasol x 2
- Newid yn yr hinsawdd x 1
- Pobl ddim yn gwneud ymdrech x 1

### Un peth i wella llesiant - naill ai'n bersonol neu ar gyfer yr ardal 15 o ymatebion:

- Cynyddu presenoldeb yr heddlu x 3
- Mynediad gwell at wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol, yn cynnwys iechyd meddwl x 3
- Costau byw llai x 1, pantri cymunedol x 1
- Cyfleoedd i bobl ifanc anabl x 1
- Gwasanaeth Dechrau'n Deg x 1
- Mwy o weithgareddau x 1 *'Cael mwy i'w wneud pan na fydd gen i fy nheulu i fy helpu.'*
- Cyfleoedd i weithio o bell x 1 *'Parhau gyda gweithio ystwyth. Wedi gweithio i RhCT ers dros 34 mlynedd a heb gael y cyfle hwn erioed cynt (oherwydd Covid yn amlwg). Mae wedi gwell lefelau straen fy iechyd meddwl yn fawr iawn.'*
- Symud x 1



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



## CF47: Merthyr

### Y pethau gorau ynglŷn â byw yn yr ardal 29 o ymatebion:

- Y gymuned a'r bobl x 18
- Grwpiau cymunedol x 4 *'Mae gallu mynychu grwpiau yn rhoi seibiant i mi o fy swydd o ofalu.'*
- Y byd tu allan a'r amgylchedd naturiol x 4
- Mwynderau lleol x 2
- Treftadaeth yr ardal x 2
- Lleoliad - canolog x 1

### Heriau ar gyfer y dyfodol 28 o ymatebion:

- Problemau iechyd x 1, cael mynediad at ofal cymdeithasol x 7, problemau iechyd meddwl x 1, heneiddio x 1
- Adfywio canol y dref x 2
- Cyfleoedd gwaith, swyddi i bobl ifanc x 1
- Diogelwch x 1 *'Mae diogelwch yn mynd i fod yn her bob amser. Mae angen i drigolion Merthyr gael gwybod am bopeth sy'n mynd ymlaen i gynyddu a monitro diogelwch pobl. Mae angen cynorthwyo pobl i weld a'u calonogi fod pethau cadarnhaol yn digwydd. Y cyfan sy'n cael ei gyfleu ydy troseddu o bob math, diffyg arian, diffyg tai, cynnydd yn y dreth gyngor, pacedi cyflog disymud. Yn gyffredinol bydd ysbryd pobl yn disgyn ac yn ymledu gyda phethau negyddol a chamsyniadau ynghylch yr hyn sy'n digwydd yn ein tref.'*
- Cyllid ar gyfer grwpiau x 1, cyllido yn gyffredinol x 1
- Gofal plant x 1
- Cludiant x 1
- Cyfnod clo yn y dyfodol x 1
- Pryderon ynghylch aml ddiwylliannau / newid mewn demograffeg x 2

### Un peth i wella llesiant - naill ai'n bersonol neu ar gyfer yr ardal 27 o ymatebion:

- Mwy o grwpiau a chyllid i'w cynnal x 6, cyllid ar gyfer gwasanaethau'n gyffredinol x 1
- Gwell cymorth ar gyfer iechyd meddwl x 4
- Plismona gwell x 1, llai o ymddygiad gwrthgymdeithasol x 2, cymorth ar gyfer camddefnyddio sylweddau x 1
- Gweithgareddau cymdeithasol x 2, gweithgareddau awyr agored x 1
- Lleihau tagfeydd traffig x 1, cludiant gwell x 1
- Tai fforddiadwy x 1



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



- Llai o bwysau yn y gwaith x 1
- Llai o ddiweithdra x 1
- Rhoi'r gorau i'r syniad o fod yn 'woke' x 1, mwy o gyfleusterau hamdden x 2



*ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT*  
*2022:*  
*CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU*  
*CYHOEDDUS*  
*CWM TAF MORGANNWG*



# ATODIAD 2: CYMUNEDAU BUDDIANT: RHESTRAU BLAENORIAETHAU PLANT AR GYFER POB PILER LLESIANT

## LLESIANT AMGYLCHEDDOL

### Ffactorau amgylcheddol sy'n cyfrannu at lesiant:

Parciau – pawb yn cytuno yn 1 grŵp, soniwyd amdano gan y 3 grŵp

Y tywydd

Soniodd plant mewn ardaloedd mwy cyfoethog hefyd am:

Lleoedd gwyllt – Coed, caeau, rhaeadrau, medru mynd allan, mannau gwyrdd, agos i'r traeth

Lleoedd amaethyddol : gerddi, blodau, tai dymunol

### Ffactorau amgylcheddol sy'n lleihau llesiant:

Ffyrdd prysur x3 / goryrru

Sŵn x2

Gormod o adeiladu

Strydoedd budr – Sbwriel, baw ci

Diwrnodau glawog [dadansoddiad – oherwydd bod y tu allan yn bwysig]

Mae'r parciau yn ymyl ffyrdd prysur a phobl yn gyrru'n rhy gyflym

### Gwelliannau a awgrymir i lesiant amgylcheddol:

Rhoi'r gorau i adeiladu tai newydd x 2– defnyddio'r tai gweigion! Rydw i'n ei hoffi fel y mae – Does arna i ddim eisiau iddo fod yn llawn a phawb rhy agos!

Edrych ar ôl y gwenyn! (ardal gyfoethog)

Mwy o haul i wneud pawb yn hapus / cael fy mhen-blwydd yn yr haf [dadansoddiad: gellid ei gysylltu â diflastod o fod y tu mewn, neu ddim yn cael hwyl ond y tu allan yn unig]

Mae angen i geir yrru'n arafach!

## LLESIANT CYMDEITHASOL

### Ffactorau cymdeithasol sy'n cyfrannu at lesiant:

Cyfeillion x 3

Cymdogion

Teulu yn agos (weddol agos) x 3

Mae'r bobl yn gyfeillgar

Grwpiau i fynd iddynt - x 2 (Clwb ar ôl yr ysgol, cynllun chwarae, y ganolfan, 'llawer o grwpiau')



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



## **Ffactorau cymdeithasol sy'n lleihau llesiant:**

Teulu ymhell (Covid) x2

Dim yn cael mynd allan gyda fy ffrindiau – dim yn ddiogel

Cymdogion ddim yn gyfeillgar

Mae rhai pobl yn annifyr (i fy Nhaid, taflu mwyar at ei gar)

Mae rhai pobl dydw ddim yn eu hadnabod yn dweud helo. Rydw i'n gwybod ei fod yn gyfeillgar ond dydw i ddim yn teimlo'n ddiogel bob amser.

## **Gwelliannau a awgrymir i effeithio ar lesiant cymdeithasol:**

Symud fy nain a fy nhaid yn nes [dadansoddiad: gallai fod yn broblemau cludiant, pryderon rhieni, dynameg deuluol arall]

## **LLESIANT DIWYLLIANNOL**

### **Ffactorau diwylliannol sy'n cyfrannu at lesiant:**

Mae llawer o gwmpas – agos at siopau

### **Ffactorau sy'n lleihau llesiant diwylliannol:**

Angen car

Y siopau ymhell i ffwrdd

### **Gwelliannau a awgrymir ar gyfer llesiant diwylliannol: (i gyd o ardal dlotach)**

*Pethau i'w gwneud / atyniadau – byddai'n braf cael ffair fel yr un ym Mhorthcawl / mwy o bethau hwyl fel parc sglefrio. Mae gennym ni un ond mae'n beryglus ac yn llawn o blant mawr / mwy o leoedd i blant fynd heblaw yr ysgol.*



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG





# ATODIAD 3: CYMUNEDAU BUDDIANT: RHESTRAU BLAENORIAETHAU POBL IFANC AR GYFER POB PILER LLESIANT

## LLESIANT AMGYLCHEDDOL

### Materion y tynnwyd sylw atynt fel problem

- Ardaloedd/cymdogaethau budr - sbwriel, baw ci, baw ceffyl, masgiau wyneb
- Datblygiadau ac adfeilion - datblygiadau tai yn arwain at ddiffyg mannau gwyrdd a ffyrdd gorlawn. Tai, siopau a warysau gwag, sy'n arwain at ardaloedd tloadaidd/i'w hosgoi/segur.
- Lleoedd yn yr awyr agored sy'n addas i oedran - does unman i deuluoedd fynd gydag offer chwarae i blant o wahanol oedrannau. Dim lle yn yr awyr agored i blant hŷn a phobl ifanc yn eu harddegau ac felly maen nhw'n cyfarfod mewn lleoedd sydd wedi'u bwriadu ar gyfer plant.
- Diogelwch yn yr awyr agored - effaith traffig a mynediad at reilffyrdd. Mae yna fwynhad o fod y tu allan ond mewn rhai ardaloedd (cymunedau tlotach yn bennaf) nid yw pobl ifanc yn teimlo'n ddiogel.
- Newid yn yr hinsawdd - poeni am gynhesu byd-eang, lefel y môr yn codi, colli bywyd gwylt a chynefinoedd a datblygu mwy o ynni gwyrdd. Ymdeimlad cyffredinol o fod heb rym a heb gysylltiad â symudiadau gwyrdd a diffyg ymddiriedaeth a rhwystredigaeth tuag at wleidyddion a phobl mewn grym.
- Teithio a chludiant - awydd i feicio a cherdded mwy ond yn teimlo bod yr amgylchedd wedi'i fwriadu ar gyfer defnyddio ceir. Straen ynghylch pa mor anymarferol yw'r defnydd o geir trydan ar hyn o bryd o ran pwyntiau gwefru a chost prynu un.
- Pryderon amgylcheddol lleol – ailgylchu a'r angen i wella arno (yn enwedig plastigion) ac i sefydliadau ailgylchu, e.e. ysgolion, problem llifogydd lleol ac erydiad ymyl yr afon, tyfu bwyd lleol.

## LLESIANT CYMDEITHASOL

### Materion y tynnwyd sylw atynt

- Mae hobiau, gweithgareddau a gwirfoddoli i gyd yn helpu i deimlo'n rhan o'r gymdeithas. Mae galw am fwy o weithgareddau mewn rhai ardaloedd (y cymunedau tlotach yn bennaf) a gweithgareddau a chyfleusterau cost isel/am ddim e.e. grwpiau ieuencid, parc sglefrio. Mae'r rhai mewn ardaloedd mwy cyfoethog yn cael eu danfon i weithgareddau (e.e. nofio, Guides) mewn car.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



- Cymdogaethau – siaradent yn dda yn gyffredinol am eu cymuned leol. Siaradai'r rhai mewn ardaloedd tlotach am y cynnydd yn y defnydd o fanciau bwyd a digartrefedd lleol a sut yr oedd eu hardal yn newid yn y nos ac yn codi ofn, gan leihau eu teimlad o fod mewn cysylltiad a lleihau eu cyfle i fynd allan.
- Y cyfryngau cymdeithasol a'r rhyngwyd - roedd y rhain yn hanfodol ar gyfer cadw mewn cysylltiad yn ystod y cyfnod clo a chyfyngiadau Covid. Fodd bynnag, roedd y rhan fwyaf yn teimlo'n unig, ac roedd y rhai oedd â ffonau sylfaenol yn unig, dim cyfrifiadur neu fand eang gwael, yn teimlo eu bod wedi eu hynysu. Mae problem ynglŷn â disgwyl i chi dreulio cymaint o amser o flaen sgriniau ac nid wyneb yn wyneb.
- Addysg – teimlad cyffredinol o fod allan o gysylltiad o fewn dysgu a phwysau oherwydd bod pob darn o waith yn cyfrif oherwydd Covid a'r newidiadau yn y systemau arholiadau. Roedd yna deimlad na allent wneud camgymeriadau na dysgu oddi wrth fethiannau. Trafodwyd trosglwyddo o'r ysgol gynradd i'r ysgol uwchradd fel teimlad o golli allan oherwydd Covid a chyfrannodd at deimlad o ddatgysylltiad cymdeithasol.
- Problemau gyda chydlynid cymdeithasol - roedd pobl ifanc yn teimlo eu bod yn cael eu beio a'u trin fel bwch dihangol am broblemau cymdeithasol ac ymddygiad gwrthgymdeithasol mewn cymdogaethau.

## Meysydd a nodwyd ar gyfer gwella

Yr angen am addysg i reoli materion iechyd meddwl, addysg gyffuriau, sut i fod yn ddoeth ar y stryd a mynd i'r afael ag unigrwydd. Roedd rhai ardaloedd yn teimlo bod darpariaeth dda ar eu cyfer (yn bennaf y rhai y gellid eu danfon i weithgareddau a thalu amdanynt) tra roedd eraill yn teimlo bod bwch yn y gwasanaethau ar gyfer pobl ifanc 13-17 oed, yn enwedig mewn perthynas â darpariaeth ieuencid, (yn enwedig y rhai mewn ardaloedd tlotach).

## LLESIANT DIWYLLIANNOL

### Materion y tynnwyd sylw atynt

**Cludiant** - Soniai'r bobl ifanc i gyd bron am ba mor anodd yw hi i fynd o gwmpas yn annibynnol oherwydd nad yw bysiau'n rhedeg gyda'r nos, y llwybrau'n gyfyngedig a llawer yn dweud bod y gwasanaethau'n annibynadwy. Roedd cludiant yn tueddu i beidio â bod ar gael i lawer o weithgareddau, felly roedd y rhai yr oedd gan eu rhieni gar yn cael eu danfon i weithgareddau a hobiau, gan gynnwys dawns, guides, chwaraeon, a chadetiadaid ambiwlans.

**Cydraddoldeb y rhywiau** - Siaradai'r merched am y ffordd y mae chwaraeon yn cael eu gwahanu yn yr ysgol a chwaraeon yn cael eu haddysgu yn ôl rhyw y cyfranogwyr. Y tu allan i'r ysgol mae rhai chwaraeon a gweithgareddau wedi'u targedu at fechgyn e.e. motocρός



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



**Tlodi a chydraddoldeb** - drwy gydol y sesiynau roedd rhai pobl ifanc yn sôn am y gost o wneud gweithgareddau o chwaraeon i raddau piano. Dywedodd pobl ifanc eraill, er eu bod yn byw mewn ardaloedd cyfoethog, nad yw hynny'n golygu bod eu rhieni'n gallu talu am weithgareddau.

**Gwybodaeth am gydraddoldeb ac amrywiaeth** - teimlad nad oes cyfle cyfartal cyffredinol i bobl ifanc o deuluoedd incwm is. Cais am fwy o addysg ynghylch cydraddoldeb ac amrywiaeth.

**Cydraddoldeb, yr iaith a'r diwylliant Cymreig** - dim consensws ynglŷn â phwysigrwydd y Gymraeg – y mwyafrif yn teimlo y dylid dysgu'r Gymraeg a threftadaeth mewn ysgolion a gwella ar hynny ac roedd lleiafrif yn dweud nad yw mor bwysig ag ieithoedd eraill gan gynnwys iaith arwyddion.

**Cydraddoldeb a chrefydd** – ymwybodol ac yn derbyn bod crefydd a gwyliâu crefyddol yn bwysig i rai.

**Mynediad at ddiwylliant** - mae hunaniaeth gymunedol leol yn bwysig ac roedd Covid wedi golygu mewn rhai cymdogaethau bod pobl yn dod at ei gilydd yn fwy aml e.e. Diwrnod VE. Galwadau am fwy o lyfrgelloedd gyda llyfrau modern a mwy o wybodaeth am hanes a diwylliant Cymru.

## LLESIANT ECONOMAIDD

### Materion y tynnwyd sylw atynt

**Incwm isel** - roedd isafswm cyflog yn gwneud i bobl ifanc deimlo fel llafur rhad ac roedd yn gwneud pethau sylfaenol yn anfforddiadwy. Nid oes gan bob rhiant arian y gallant ei roi i rai yn eu harddegau ac nid oes unrhyw ffordd i ennill arian nes eu bod yn 16. Mae ffioedd a chostau'r brifysgol yn ormod.

**Dod o hyd i waith** - Mae angen mwy o gyfleoedd i bobl ifanc ddod o hyd i waith a chael gwaith. Roedd arnynt eisiau mwy o gyfleoedd gwirfoddoli amrywiol. Teimlai llawer y byddai'n rhaid iddynt symud i ffwrdd o'r ardal er mwyn dod o hyd i waith.

**Problemau gyda sylfaen gwybodaeth yr addysg bresennol** – roedd pobl ifanc yn teimlo nad oeddent wedi cael eu harfogi i reoli bywyd o ddydd i ddydd. Roeddent yn teimlo nad oeddent wedi dysgu'r sgiliau cywir yn yr ysgol fel rheoli arian, ysgrifennu CV, systemau treth a rheoli biliau. Teimlai merched na chawsant yr un cyfleoedd â bechgyn gyda rhai gyrfaedd a phynciau ac anogaeth yn cael ei hanelu at fechgyn.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



## ASESU EU HARDAL

### Y pethau gorau

**Llesiant cymdeithasol** - adnabod pobl, ardal gyfeillgar, teulu gerllaw, gweithgareddau i'w gwneud, lleoedd i fynd.

**Llesiant diwylliannol** - cysylltiadau cludiant da (lle maent yn bodoli), cyfleoedd diwylliannol i wneud pethau.

**Llesiant economaidd** - siopau annibynnol lleol, bwyd cymorthdaledig a banciau bwyd lleol.

**Llesiant amgylcheddol** - mannau gwyrdd a choed.

### Y pethau gwaethaf

**Llesiant cymdeithasol** - pobl annifyr, a theimlad o fod yn anniogel oherwydd digartrefedd, fandaliaeth, cyffuriau, yfed ar y stryd a phobl swnllyd. Mae stigma cymdeithasol mewn rhai ardaloedd yn arwain pobl ifanc i wynebu rhagfarn y tu allan i'w hardal.

**Llesiant diwylliannol** - diffyg cludiant ac felly methu â chyrraedd unman, diffyg cyfleoedd ac felly dim lle i fynd.

**Llesiant economaidd** – angen siopau gwell a mwy o amrywiaeth.

**Llesiant amgylcheddol** - traffig, sbwriel, llygredd.

Gwella llesiant drwy fynd i'r afael â'r pethau gwaethaf a'u gwneud yn debycach i'r pethau gorau.

Gwella llesiant drwy sicrhau gwell cyfranogiad a chyd-gynhyrchu gyda phobl ifanc. Mae pobl ifanc yn dweud nad ydynt yn cael eu clywed nac yn cael eu cynnwys yn y broses o wneud penderfyniadau.

## IECHYD MEDDWL

Edrychwyd ar hyn yn benodol mewn hacathon. Canfuwyd bod angen:

1. Mwy o gymorth i adeiladu gwytnwch o gwmpas yr adferiad ar ôl Covid, y rheiny sydd wedi cael eu hallgau'n ddigidol, ymdrin â phroblemau teuluol, wynebu bwlio, a gwybod sut i ymdrin â bwlio o gwmpas cyfoedion, codi hyder, cymryd risg a gwneud penderfyniadau.
2. Gwneud lleoedd yn ddiogel a chryfhau cydlynid – mae ar bobl ifanc angen lle diogel o fewn eu cymunedau a chael eu clywed ar lefel y gymuned a gwneud penderfyniadau.
3. Gwella addysg a sgiliau byw – yn enwedig ar gyfer y rheiny a all fod angen llwybrau gwahanol i mewn i waith, prentisiaethau ac asesu postiadau ffug y cyfryngau cymdeithasol, a diogelwch ar-lein yn gyffredinol.
4. Canolbwyntio ar drosglwyddo i'r rheiny sy'n gadael gofal, ag ADY, a chefnogi gofalwyr ifanc.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



# ATODIAD 4: CYMUNEDAU BUDDIANT-RHESTRAU BLAENORIAETHAU POBL HÛN AR GYFER POB PILER LLESIANT

## LLESIANT CYMDEITHASOL

### Ffactorau sy'n atal llesiant cymdeithasol

**Apwyntiadau iechyd** - amhosibl cael apwyntiad, heb sôn am unrhyw beth wyneb yn wyneb. Yn effeithio ar broblemau iechyd nad ydynt yn gysylltiedig â Covid ac yn achosi i bobl ddefnyddio gwasanaethau eraill e.e. Damweiniau ac Achosion Brys, clinigau galw-heibio mewn ysbytai ac yn y blaen. Hefyd, anawsterau mawr wrth sicrhau apwyntiadau deintyddol a chael eu gweld wyneb yn wyneb.

**Ofn ac effaith Covid** – wedi achosi i lawer o bobl hŷn warchod, a hynny wedi arwain at ynysu. Roedd pryderon iechyd ynghylch sut i wneud y gorau o iechyd drwy ychwanegiadau ac ymarfer corff ond teimlid bod diffyg gwybodaeth am hyn. Yn hytrach roedd y ffocws ar nifer yr heintiau a chodi ofn. Teimlid bod yr arweiniad yn ddryslyd ac yn amrywio yn ôl oedran, e.e., gallai pobl fynd i gyngerdd 'Adele', ond ni allai pobl hŷn fynd i'r eglwys na chanu mewn côr. Mae'r pandemig wedi newid cyfeillgarwch gan achosi teimlad o fod allan o gysylltiad hyd yn oed lle mae cymdogaethau wedi bod yn gefnogol, neu lle mae gwasanaethau wedi cadw mewn cysylltiad.

Gwasanaethau'r cyngor – araf neu ddiffyg ymateb gan wasanaethau'r cyngor megis ymholiadau ynghylch y dreth gyngor, adnewyddu bathodyn glas a dim ymdrech wedi'i wneud i greu ysbryd cymunedol e.e., goleuadau Nadolig Merthyr Tudful ymlaen o gymharu ag Aberdâr.

**Llai o fwynderau lleol** - adroddiadau am lai o wasanaethau, yn enwedig cludiant, llyfrgelloedd, gwasanaethau ieuencid a chyfleusterau cymunedol e.e. capel, tafarn, swyddfa bost. Mae'r rhain i gyd yn cyfrannu at gysylltiad cymdeithasol ac mae eu colli felly yn lleihau llesiant cymdeithasol.

**Allgau digidol** – adroddwyd am lefelau uchel o allgau digidol – ychydig o bobl oedd â band eang neu'n gallu defnyddio cyfrifiadur (mewn un grŵp dim ond 4 allan o gyfanswm o 16), ac roedd gan lai fyth ffonau clyfar a'r wybodaeth i'w defnyddio. Achosodd hyn rwystredigaeth gyda chael mynediad at ystod o wasanaethau, rheoli gofynion Covid, ac yn arbennig roedd yn ei gwneud yn anodd cael mynediad at feddygon teulu. Gofynnai meddygon teulu a gwasanaethau eraill iddynt gael 'rhywun arall i wneud hynny drostynt' ond mae hyn yn lleihau annibyniaeth ac ymreolaeth.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



**Jargon** – yn gyffredinol disgrifid pobl broffesiynol fel rhai oedd yn defnyddio geiriau hir o bwrpas oedd yn ei gwneud yn anodd deall a'u bod yn cael eu rhewi allan o'r broses o wneud penderfyniadau.

## Ffactorau sy'n cyfrannu at lesiant cymdeithasol

**Galluogi plant i gael dyheadau** - adroddiadau nad yw cenedlaethau iau yn cael eu rhwystro gan stigma tlodi.

**Grwpiau a gweithgareddau cymdeithasol** - gallu dysgu pethau newydd a dod at ein gilydd mewn grwpiau.

**Cymdeithasu** - datblygu cyfeillgarwch y tu hwnt i weithgareddau a chael cymunedau gweithgar lle mae pobl yn gwneud eu rhan i geisio helpu. Cymunedau cyfeillgar fel bod pobl yn dweud helo wrth ei gilydd.

**Gwirfoddoli** - mae'n helpu pobl i gysylltu drwy broses ddwy ffordd – mae pobl yn teimlo bod eu heisiau a'u bod yn ddefnyddiol yn eu cymuned ac mae'r gymuned yn elwa. Mae hefyd yn helpu pobl i gyfarfod â phobl newydd.

**Cael cyfleusterau cymunedol** - roedd pobl yn gwerthfawrogi capel, eglwys, a thafarndai gan eu bod yn lleoedd oedd yn dod â phobl ynghyd

**Iechyd meddwl cadarnhaol** - i'r rhai oedd yn cyfarfod mewn grwpiau ac yn mynd o gwmpas, dywedwyd bod iechyd meddwl yn gadarnhaol. Fodd bynnag, roedd pryderon ynghylch pobl hŷn eraill nad oeddent efallai yn mynd i grwpiau neu efallai nad oedd ganddynt yr un cysylltiadau cymdeithasol.

**Osgoi arwahanrwydd ac unigrwydd** - ymgwymerwyd â gweithgareddau a chyfleoedd cymdeithasol er mwyn osgoi ynysu ac unigrwydd. Fodd bynnag, roedd pryder ynghylch eraill yn y gymuned. Dywedid bod ynysu ac unigrwydd yn cael ei deimlo gyda'r nos ac ar benwythnosau pan oedd cludiant yn fwy cyfyngedig a phan oedd llai yn digwydd. Roedd hyn yn arbennig o anodd i'r rhai oedd yn byw ar eu pen eu hunain neu oedd wedi colli eu priod/partner.

## Gwelliannau a awgrymwyd i wella llesiant cymdeithasol

- Defnyddio taflenni, posterï a gwybodaeth dros y ffôn yn hytrach na dibynnu ar y rhynggrwyd.
- Mwy o weithgareddau - anodd darganfod beth sy'n digwydd ac mae lle i wneud mwy o bethau.
- Dylid ystyried rhyw yn yr hyn a roddir ymlaen.
- Gweithgareddau rhwng y cenedlaethau fel bod rhaniadau'n cael eu lleihau.
- Grwpiau cymunedol a gweithgareddau sydd mewn rhwydwaith gyda'i gilydd i adeiladu teimlad o gymuned.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



- Cefnogaeth i gyfleusterau lleol e.e. swyddfeydd post ac yn y blaen gan fod y rhain yn gweithredu fel canolbwyntiau cymdeithasol.
- Gweithredu gwell i gefnogi gofalwyr hŷn.
- Gwelliannau i wasanaethau iechyd a chymdeithasol gyda gweithdrefnau cwyno tryloyw y gweithredir arnynt.

## LLESYNT ECONOMAIDD

### Ffactorau sy'n llesteirio llesiant economaidd

**Incwm isel** - mae arnoch angen arian i fedru fforddio gwneud unrhyw beth a mynychu gweithgareddau. Nid yw hawliau budd-dal yn cael eu cyfleu'n dda - mae'n rhaid i chi ddarganfod pethau drosoch eich hun. Cael eich gwneud i deimlo'n lwcus am eich bod yn derbyn pensiwn er bod hynny'n hawl ar ôl oes o waith. Poeni am rai adegau o'r flwyddyn e.e. Nadolig. Dywedai ardaloedd mwy cyfoethog fod teuluoedd yn byw ar fudd-daliadau oherwydd ei fod yn haws na gweithio.

Pryder am blant a phobl ifanc yr ardal - nid oes llawer ar eu cyfer o ran cyfleoedd a swyddi ac nid yw'r system addysg yn rhoi'r sgiliau bywyd angenrheidiol iddynt. Yn ogystal, mae addysg yn methu â darparu ar gyfer rhai nad oes ganddynt feddwl academaidd. Mae ffioedd prifysgol yn ddrud. Mae'n rhaid i'r ddau riant weithio sy'n effeithio ar fywyd teuluol.

**Y farchnad waith leol** - dim ond gwaith cyflog isel, rhan amser. Nid yw anghenion economaidd pobl yn cael eu hateb.

**Y dref leol** – yn yr ardaloedd tlotach yn unig, nid oes gan y trefi amrywiaeth o siopau. Mae digartrefedd a chamddefnyddio sylweddau ar y stryd yn golygu nad oes ar bobl eisiau ymweld.

**Effaith tloti** – mae pobl fwy cyfoethog yn teimlo nad oes tloti yno. Teimlai eraill pan fyddwch mewn ardal dlawd nad ydych yn sylwi ar y peth eich hun. Dywed eraill mai'r peth da yw ei fod yn denu arian ac yn ei gwneud yn bosibl buddsoddi sy'n rhoi cyfle i ailddiffinio pethau a'u gwella.

### Ffactorau sy'n hyrwyddo llesiant economaidd

- Strydoedd mawr llewyrchus - e.e. Treorci
- Canolbwyntio ar gynladwyedd a datrysiadau lleol
- Economi gymunedol e.e. arian y fferm wynt yn cefnogi grwpiau lleol
- Rhagnodi cymdeithasol (mae'n galluogi grwpiau i ddenu mwy o aelodau ac ychydig o arian)

### Awgrymiadau ar gyfer gwella llesiant economaidd

- Gwella cyfleoedd cyflogaeth, hyfforddiant a sgiliau lleol
- Hysbysebu grantiau sydd ar gael yn ehangach



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESYNT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



- Cefnogi grwpiau cymunedol i wneud cais eu hunain am grantiau fel bod sgiliau yn cael eu hadeiladu ar lefel y gymuned.

## LLESIANT DIWYLLIANNOL

### Rhwystrau ar Ffordd Llesiant Diwylliannol

**Cludiant cyhoeddus** – cysylltiad gwael sydd rhwng cymunedau oherwydd bod llwybrau wedi eu trefnu'n wael. Nid yw bysiau yn rhedeg gyda'r nos nac ar y penwythnos, Mae hyn yn atal pobl hŷn rhag medru cael mynediad at ddigwyddiadau a grwpiau diwylliannol; yn enwedig oherwydd bod llawer ohonynt mewn cymdogaethau gerllaw gyda'r nos.

**Toiledau cyhoeddus** – mae ar bobl hŷn angen toiledau cyhoeddus sy'n agored ac yn agos i orsafoedd bysiau, adeiladau cymunedol ac yn y blaen. Mae diffyg toiledau agored yn achosi i bobl fethu â mynd allan.

**Mae diffyg buddsoddiad yn arwain at ddirywiad diwylliannol** – nid yw pobl yn teimlo eu bod yn perthyn yn eu hardal ac mae hynny'n arwain at gymunedau llwm, llai o gyfleusterau cymunedol a fandaliaeth.

**Diffyg cydlyniad cymdeithasol** – cymysg oedd y canfyddiad o gydlyniad yn yr ardal. Roedd rhai cyfranogwyr yn rhoi'r bai am ddiffyg cydlyniad ar fewnfudo a diffyg canolbwytio ar ddigartrefedd a chefnogaeth i gyn-filwyr; roedd eraill yn teimlo bod angen bod yn wlad groesawgar a rhoi cymorth i bobl sydd ei angen, pwy bynnag ydynt. Fodd bynnag, roedd y ddau safbwynt yn cytuno bod diffyg cydlyniad cymdeithasol yn effeithio ar hunaniaeth ddiwylliannol a theimlai rhai os mai adeilad pentref e.e. capel, oedd yr unig le i gyfarfod, na fyddai'n hygyrch i rai pobl.

**Rhwystredigaeth gyda'r Llywodraeth** – yn gyffredinol, mynegai pobl ddiffyg boddhad gyda llywodraethau a gwleidyddion.

**Gwasanaethau un rhyw heb fod yn ymwybodol o hynny** – mae'r rhain yn arwain dynion neu ferched i deimlo eu bod yn cael eu cau allan neu nad yw gweithgaredd neu ddigwyddiad 'ar eu cyfer hwy'.

### Ffactorau sy'n hyrwyddo llesiant diwylliannol

- Cyfleusterau diwylliannol lleol - e.e. oriel gelf, sinema. Roedd hyn yn amlwg ar gael mewn lleoedd mwy cyfoethog a dim mewn ardaloedd mwy tlawd.
- Medru dysgu a siarad Cymraeg a gwybod am dreftadaeth Cymru
- Dathlu amrywiaeth ddiwylliannol



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG





# LLESIANT AMGYLCHEDDOL

## Rhwystrau ar ffordd llesiant amgylcheddol

**Bylchau mewn gwasanaethau** - teimlid bod gwasanaethau weithiau'n trosglwyddo cyfrifoldebau i'w gilydd ac nad ydynt yn cymryd y cyfrifoldeb e.e. ymddygiad gwrthgymdeithasol, gorfodi ailgylchu, problemau gyda chanolfannau ailgylchu ac yn y blaen.

**Defnyddio cyffuriau** - roedd ardaloedd tlotach yn disgrifio problemau camddefnyddio sylweddau ar y stryd. Yn ychwanegol at sbwriel deunyddiau cyffuriau, roedd yno fandaliaeth, troseddu ar y stryd, cardota, digartrefedd yn amlwg ar y stryd.

**Datblygu tai a ffyrdd** – mae'r rhain yn dwyn lleoedd gwyrdd lleol ac yn creu mwy o drafnidiaeth a phroblemau wrth ddefnyddio gwasanaethau lleol (yn enwedig ym Mhen-y-bont ar Ogwr ac yn cael ei grybwyll hefyd gan blant a phobl ifanc). Lefel y drafnidiaeth a sŵn ceir.

**Mynediad at balmentydd** – ceir yn parcio ar y palmant a biniau yn cael eu gadael allan.

**Diogelwch y stryd** – nid oedd yr ardaloedd cyfoethog yn sôn am hyn. Soniai'r ardaloedd tlawd am y ffaith fod arnynt angen i'r heddlu fod yn fwy amlwg bresennol, a goleuadau stryd gwell. Mae grwpiau o bobl ifanc yn ymddangos yn fygythiol ond yn aml nid oes ganddynt unrhyw le arall i fynd neu ddefnyddio wi-fi am ddim o adeilad cymunedol neu siop.

**Gofal am leoedd cymunedol** – mae lluchio sbwriel a thipio anghyfreithlon a sbwriel siopau i gyd yn difetha ymddangosiad a theimlad cymunedau a does dim yn cael ei wneud ynghylch y peth. Mae palmentydd a thyllau yn y ffordd yn achosi trafferthion hygrychedd ac mae baw cŵn yn baeddu strydoedd.

**Pryderon amgylcheddol lleol** – Roedd gan RhCT nifer o bryderon ynglŷn â llifogydd a thomenni glo ansefydlog.

**Problemau Tai** - yn yr ardaloedd tlotach roedd llawer o bobl yn siarad am broblemau ynghylch cael atgyweirio eu tai, landlordiaid cymdeithasol ddim yn ystyried natur cyfadeiladau ac felly yn cymysgu preswylwyr ag anghenion a dulliau gwahanol o fyw. Yn yr ardaloedd mwy llewyrchus siaradai'r bobl am broblemau gwybod i bwy i osod tai a sut i ddod o hyd i grefftwyr ag enw da.

## Ffactorau sy'n hyrwyddo llesiant amgylcheddol

Grwpiau cerdded – Mae'r rhain yn cyflwyno pobl i'w manau gwyrdd, yn cysylltu pobl, yn eu galluogi i ddysgu am dreftadaeth a'r ardal.

Defnydd o adeiladau gwag - cynorthwyo cymunedau a chyfoethogi trefi.

Cludiant da - rheolaidd, yn cysylltu cymunedau.

Dim ond ychydig o droseddau ar y stryd.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



## Awgrymiadau sut i wella llesiant amgylcheddol

Gwella cludiant i alluogi pobl i gael allan fwy a lleihau'r angen am deithiau car.

Gwella mynediad i fannau awyr agored trwy ddarparu toiledau a meinciau.

Teimlai ardaloedd cyfoethog fod yna lawer ar gyfer pobl ifanc; roedd ardaloedd tlotach yn teimlo bod angen mwy i blant a phobl ifanc.

Help i ddod o hyd i grefftwyd diogel.

Gwella cyfathrebu ynghylch ailgylchu, darparu biniau ailgylchu sbwriel a biniau baw cŵn.

## Meddwl am y dyfodol

Nifer o bryderon ynglŷn ag iechyd a chael mynediad at wasanaethau iechyd os bydd arnynt angen oherwydd systemau apwyntiadau ac oedi cyn atgyfeirio.

Mae agweddau ar ganol trefi wedi gwella tra mae agweddau eraill wedi gwaethygu - yn amlwg digartrefedd, camddefnyddio sylweddau.

Mae diffyg buddsoddiad mewn siopau a chyfleusterau lleol yn peri i lefydd deimlo fel pe baent wedi dirywio.

## MATERION PENODOL I OFALWYR HŶN

### Llesiant cymdeithasol

Nid yw llawer o ofalwyr yn defnyddio'r gwasanaethau cefnogi. Mynegai pobl hŷn bryder am iechyd meddwl gofalwyr fwy na'r bobl yr oeddent yn gofalu amdanynt, oedd â dementia.

Mae pobl sy'n methu â gadael y tŷ 'allan o feddwl' ac mae'r bobl sy'n gofalu amdanynt yn anweladwy.

Mae angen gwybodaeth dda a chyfleusterau – amrywiai'r pryderon o gyd-drefnu gofal, deall budd-daliadau a hawliau, cael seibiant, taliadau uniongyrchol, diffyg cysylltiad rhwng gwasanaethau a diffyg sgysiau â phobl broffesiynol.

### Llesiant economaidd

Mae gofalwyr wedi gorfod gadael gwaith cyflogedig er mwyn gofalu,

Ystod o anawsterau ynghylch cael budd-daliadau, swm isel y budd-daliadau, deall taliadau uniongyrchol, sut i gyflogi gofalwyr.

### Llesiant diwylliannol

Wedi canolbwyntio ar hawliau'r person sy'n derbyn gofal a chadw ei hunaniaeth a sicrhau hawliau dynol.

Teimlad o golli hunaniaeth person fel 'gofalwr'.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



## ASTUDIAETH ACHOS BENODOL: gwasanaethau LGBTQ+ ac iechyd meddwl i bobl hŷn

Mae'r person wedi profi methiannau a rhwystredigaethau enfawr wrth fod yn drawsryweddol a mynd drwy'r broses o drawsnewid yn gorfforol o fenyw i wryw. Ni fu unrhyw wasanaeth cymorth gwirioneddol, ac mae'n dibynnu ar lwc o ddod o hyd i'r meddyg teulu 'cywir' yn hytrach na chael eich cyfeirio neu atgyfeirio at wasanaethau. Nid yw pob meddyg teulu yn manteisio ar gyfleoedd hyfforddi i ddysgu mwy. Mae pob apwyntiad sy'n cael ei ganslo yn golygu oedi, ac mae'n anodd deall pam mae apwyntiadau ar-lein yn cael eu canslo oherwydd Covid. Mae'n llusgo proses hir allan hyd yn oed ymhellach, ac i rai pobl mae'r gost feddyliol yn enfawr. Mae yna bobl yn lladd eu hunain tra'n disgwyl.

Does dim gwasanaeth bariatrig haen tri yn GIG Cymru er ei fod ar gael dros y ffin. Mae'n annheg ei fod yn wahanol ac yn cael ei yrru'n ormodol gan 'flychau ticio'. I gleifion, mae'n teimlo fel rhwystrau diddiwedd, ond dydy'r byd ddim yn ddu a gwyn. Yn yr achos hwn, mae'n annheg y medrwch ddod o hyd i lawfeddyg sy'n fodlon cynnal y driniaeth ond nid anesthetydd. Ychydig iawn fu'r ddarpariaeth iechyd meddwl a thameidiog. Mae yna negeseuon yn y cyfryngau am estyn allan, ond pan fyddwch yn gofyn am help fyddwch chi ddim yn ei gael. Buom yn trafod profiad personol o gael meddyliau a bwriadau hunanladdol, ond yr heddlu sy'n cael eu hanfon mewn ymateb i alwadau 999 ac nid oes ganddynt yr hyfforddiant na'r gallu i helpu y tu hwnt i orfodi rhywun i fynd i'r ysbyty.

*"Dydy'r gwasanaethau ddim yn cael eu cynorthwyo i ateb anghenion y gymuned...dyma'r gwasanaeth y mae arnynt eisiau ei ddarparu yn hytrach na'r gwasanaethau sydd eu hangen."*

## ATODIAD 5: CYMUNEDAU BUDDIANT-RHESTRAU BLAENORIAETHAU Y RHEINY AG ANABLEDDAU CORFFOROL, MEDDYLIOL A/NEU GUDDIEDIG AR GYFER POB PILER LLESYANT

### LLESYANT AMGYLCHEDDOL



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESYANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



Mannau gwyrdd - Roedd cyfranogwyr yn gwerthfawrogi gallu mynd allan i fannau gwyrdd lleol a siaradent am yr angen i warchod gwenyn, cynefinoedd gwyllt a thraethau. Trafodwyd sbwriel, llygredd plastig, a mathau eraill o ddiraddio amgylcheddol a dylid eu hosgoi. Roedd llai o draffig yn ystod Covid yn cael ei ystyried yn rhywbeth cadarnhaol ac mae angen symud i geir a bysiau trydan.

Mae angen gosod paneli solar ar dai a datblygu ynni gwyrdd.

Er bod pobl anabl yn gweld byd natur yn dda ar gyfer lles meddyliol, roedd llawer yn teimlo eu bod wedi'u hallgau. Dywedodd y gymuned fyddar ei bod yn anodd cael gafael ar wybodaeth drwy iaith arwyddion, bod cysylltiadau cludiant i ardaloedd gwyrdd yn wael a bod medru defnyddio cludiant cyhoeddus yn broblem i lawer.

## LLESIANT DIWYLLIANNOL

**Cludiant** - Roedd y rhan fwyaf o'r cyfranogwyr yn dibynnu ar gludiant cyhoeddus. Roedd gan rai docynnau bws oedd yn eu galluogi i fynd allan yn ystod y dydd ond roedd yn rhaid i eraill dalu ac roeddent yn gweld y gost yn ormodol. Roedd llawer o bobl yn cael hygyrchedd yn anodd - diffyg palmentydd is, llwybrau ac amserlenni hawdd eu darllen, llwybrau sy'n cysylltu cymunedau. Roedd gwasanaethau gyda'r nos ac ar benwythnosau a deall sut i ddefnyddio cludiant cyhoeddus i gyd yn cyfrannu at lai o fynediad i ddigwyddiadau a gweithgareddau diwylliannol.

Roedd llawer o gyfranogwyr yn cael gweld eiriolwr ac roedd hyn yn amhrisiadwy ar gyfer cael eu clywed a gwybod eu hawliau fel person anabl. Fodd bynnag, roedd llawer o gyfranogwyr yn wynebu cael eu cau allan oherwydd bod gwybodaeth allan o'u cyrraedd gyda diffyg gwasanaethau, digwyddiadau a chyfarwyddiadau oedd yn hawdd eu darllen ac iaith arwyddion. Ni chaniatawyd eiriolwr i rai pobl oherwydd penderfyniad rhieni ac roedd yn ymddangos bod problem o ymreolaeth i oedolion oedd â rhiant-ofalwyr neu oedd yn byw gyda'u rhieni. Teimlai rhai pobl nad oeddent yn cael gwrandawriad a disgrifient nad oedd ganddynt neb y gallent siarad ag ef i'w helpu i ddeall eu hawliau.

**Cydnabod cymunedau** - siaradodd y gymuned fyddar a rhai cymunedau anabledd dysgu daearyddol am y ffordd mae ganddynt eu diwylliant eu hunain, eu cymuned eu hunain a sut maent yn cael y teimlad o berthyn drwy gefnogaeth cyfoedion a chymdeithasu. Mae'r agwedd hon ar anabledd a nam yn aml yn cael ei hanwybyddu gan gymunedau nad ydynt yn anabl nac yn methu clywed, ac mae'n bwysig o ran gwireddu a chefnogi hawliau.

## LLESIANT CYMDEITHASOL

### Ffactorau sy'n cyfrannu at lesiant cymdeithasol

**Technoleg Gynorthwyol** – rhaglenni llais, 'Alexa', mae fideos yn ei gwneud yn bosibl cael cysylltiad cymdeithasol â ffrindiau, y teulu a'r byd. Mae'n galluogi mynediad at wybodaeth a chynhwysiant digidol.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



**Gweithgareddau** - mae mynd allan a mynd i weithgareddau yn golygu cyfarfod â phobl. Mewn cartrefi cynhelir gweithgareddau grŵp sy'n helpu preswylwyr i gyfarfod â'i gilydd ond dydy hyn ddim yn helpu gyda chysylltiadau cymunedol ehangach.

**Cymorth i reoli ymddygiad** – mae cynlluniau ymddygiad a chefnogaeth ar gyfer rheoli ymddygiad personol yn galluogi pobl i fynd allan a gwneud pethau gyda phobl eraill.

**Seibiant** – pan ddewisir cael seibiant a hynny'n troi yn brofiad cadarnhaol gall hynny helpu gyda llesiant cymdeithasol. Mae'n ei gwneud yn bosibl newid amgylchedd, cymdeithasu ac mae'n rhoi ymdeimlad o annibyniaeth. Fodd bynnag, nid yw hyn yn wir bob amser.

**Canolfan ddydd** – Pan fydd hyn yn bleserus i'r unigolyn a phan fydd yna weithgareddau y mae arno eisiau eu gwneud gyda phobl y mae'n cyd-dynnu â nhw, gall canolfannau dydd fod o gymorth i les cymdeithasol a helpu pobl i fynd allan. Fodd bynnag, nid felly y mae hi bob amser.

## Ffactorau sy'n llesteirio llesiant cymdeithasol

**Allgau digidol** – gall gwybod sut i ddefnyddio a chael mynediad at dechnoleg fod yn anodd. Mae symud i wasanaethau iechyd ar-lein wedi cau llawer o bobl ag anableddau dysgu allan oherwydd allgau digidol ac aelodau o gymuned y byddar oherwydd dibynnu ar alwadau ffôn

**Seibiant** – pan na ddewisir seibiant neu pan fydd seibiant ddim yn fwyhad mae'n llesteirio llesiant cymdeithasol ac yn achosi gofid. Teimlai pobl fod eu preifatrwydd a'u hawliau yn cael eu hanghofio a'u bod yn cael eu rhoi gyda phobl ddieithr nad oeddent yn eu hadnabod nac yn eu hoffi.

**Canolfannau Dydd** –lle nad yw darpariaeth wedi cael ei dewis, mae canolfannau dydd yn llesteirio llesiant cymdeithasol. Adroddai pobl am deimlo'n ddiflas, yn unig, heb ddiddordeb a'u bod yno am fod rhywun arall wedi dweud wrthynt am fynd.

**Diffyg hyder**- mae peidio â gwybod sut i fynegi barn a bod heb yr hyder i siarad yn effeithio ar deimlo cysylltiad. Mae gan bobl gynorthwyr personol neu staff gyda hwy ac er bod hyn yn eu galluogi i fynd allan mae hefyd yn eu rhwystro rhag cysylltu â'r gymuned ehangach.

**Diffyg perthynas agos** – mynegai unigolion ddyhead am berthynas agos ac roeddent yn gweld colled am y gwmniaeth sy'n dod gyda hynny.

**Diffyg cyd-drefnu gwasanaethau** – mae diffyg cyfathrebu a chydlynu rhwng iechyd a gofal cymdeithasol yn arwain pobl i gael darpariaeth ddigyswllt a diffyg cymorth i gymdeithasu.

## Awgrymiadau ar gyfer gwella llesiant cymdeithasol

**Cymorth i reoli a ffurfio cyfeillgarwch** – roedd rhai pobl ag anableddau dysgu yn ei chael yn anodd i fod yn ddiogel ar-lein, deall sut i reoli anghytundeb, ymdrin â bwlio, ymdrin â chamfanteisio, a datblygu cyfeillgarwch y tu allan i weithgareddau.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



**Galluogi mynediad i'r gymuned ehangach** – mae ar bawb ag anableddau neu nam eisiau bod yn rhan o'r gymuned ehangach a chyfarfod pobl mewn lleoliadau prif lif, lle mae pobl sy'n clywed. Fodd bynnag, maent yn wynebu rhwystrau sy'n eu hatal rhag gwneud hynny.

## LLESIANT ECONOMAIDD

**Deall budd-daliadau** - Nid oedd y cyfranogwyr yn deall y system fudd-daliadau nac, mewn rhai achosion, o ble yr oedd eu harian yn dod. Roedd y gymuned fyddar yn cael nifer o anawsterau i ddeall PIP a chael mynediad at PIP a thaliadau uniongyrchol.

**Cael gwaith cyflogedig** - roedd ar lawer o bobl eisiau gwaith cyflogedig ond roeddent yn ei chael yn anodd dod o hyd i waith. Disgrifiwyd anabledd neu nam rhai pobl fel mater iechyd a diogelwch a soniai eraill am gael eu bwlio yn y gweithle [nodyn dadansoddi: ond mae'r un bobl yn medru cael gwaith gwirfoddol, diogel, hirdymor heb i'r materion hyn gael eu codi].

**Gwirfoddoli** – Siaradai pobl oedd â swyddi gwirfoddol am y mwynhad o helpu eraill, teimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi ac yn dysgu sgiliau newydd.

## MATERION PENODOL A GODWYD GAN RIENI A GOFALWYR PLANT AG ADY.

### Llesiant cymdeithasol

- Angen gwasanaethau cymorth sy'n rhaglenni tymor hir yn hytrach na rhai byr ar gyfer rhieni sy'n ofalwyr a brodyr a chwiorydd sy'n ofalwyr
- Gwell cyfathrebu gydag iechyd a gofal cymdeithasol a rhyngddynt.
- Cefnogaeth i bob aelod o'r teulu sydd ag iechyd meddwl a straen ychwanegol
- Mae plant angen cysondeb o ran y gweithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda hwy a chael eu cynnwys yn y diagnosis a'r prosesau gofal
- Addysg – diffyg cymorth i gael mynediad at ALLau, dim cymorth nes bydd plant yn mynd ar ei hôl hi neu'n cael eu gweld fel "problemau"

### Llesiant Economaidd

**Taliadau uniongyrchol** – anodd eu deall a chael yr amser ond maent yn gwneud cymorth personol yn bosibl.

**Effaith economaidd** – o gael swyddogaeth ofalu a methu â mynd i weithio

**Costau ychwanegol** – e.e. petrol



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



# ATODIAD 6: CYMUNEDAU BUDDIANT- RHESTRAU BLAENORIAETHAU CYMUNEDAU BAME AR GYFER POB PILER LLESIANT

## LLESIANT ECONOMAIDD

Gwybodaeth ddim o fewn cyrraedd: gallai fod oherwydd ei bod mewn Saesneg cymhleth, ddim yn hawdd ei darllen, ddim yn iaith y cartref ac felly methu â deall pa wasanaethau a all fod ar gael.

Tai – sut i fynd ati i roi gwybod am broblem h.y. boeler ddim yn gweithio, gwasanaethau cymorth ac yn y blaen, hiliaeth yn y gymdogaeth – sut i roi gwybod am hyn yn nhai'r cyngor/mewn cymdeithasau tai. Dydy'r empathi ddim yno, rydw i'n teimlo y dylai tenantiaid deimlo'n ffodus bod ganddyn nhw do uwch eu pennau waeth pa mor 'ddiogel' maen nhw'n teimlo yn eu cartref eu hunain.

Busnesau / Cwsmeriaid - mae rhai aelodau o'r gymuned BAME yn berchen ar fusnesau ar y stryd fawr neu yn hunangyflogedig fel gyrwyr tacsï/gyrwyr dosbarthu. Mae'r cyfnod clo wedi bod yn galed o ran deall y rheolau a sut maent yn effeithio ar eu busnesau - diffyg gwybodaeth a chymhlethdod ynghylch y cynllun ffyrlo a grantiau Covid - diffyg gwasanaethau cymorth i'w helpu i ddeall y prosesau hyn.

Mewnfudo - llawer o ofn a chamddealltwriaeth yn gysylltiedig â phrosesau mewnfudo a cheisio lloches – teimlad eu bod wedi cael eu hanghofio yn ystod Covid / y cyfnod clo wrth i bopeth gau dros dro. Teuluoedd wedi eu gwahanu oherwydd nad oedd fisas yn cael eu rhoi a rheolau ynghylch gwledydd y rhestrau coch/ambr a'r hyn yr oedd angen i bobl ei wneud os oeddent yn cyrraedd yma o'r gwledydd hynny.

Swyddi/Hawl i weithio/Rhifau Yswiriant Gwladol - Mae'n cymryd amser hir i roi rhifau Yswiriant Gwladol sy'n golygu bod pobl yn colli cyfleoedd gwaith. Problemau a dryswch ynghylch fisas gwahanol a 'hawl i weithio' unigolion - diffyg swyddi yn waeth oherwydd Covid.

Diogelwch - mae'r rhai sydd heb ganiatâd amhenodol i aros yn ei chael hi'n anodd rhoi gwreiddiau i lawr oherwydd eu bod yn ansicr am faint o amser y cânt aros yma. Mae sicrwydd swydd yn broblem. Mae'r cyfnod clo wedi achosi i lawer o fusnesau bach fynd i'r wal / brwydro. Ansicrwydd ynghylch y dyfodol.

Tai - fforddiadwyedd, diffyg dewis, rheolau llym mewn tai â chymorth, cael eu troi allan, dim lle i fynd a ddim yn gwybod i bwy i ofyn am gymorth, budd-daliadau tai.

## LLESIANT AMGYLCHEDDOL

Eisiau gallu teimlo'n ddiogel a cherdded yn ein hardal / cymuned ein hunain heb orfod ymateb / anwybyddu neu redeg i ffwrdd oddi wrth hiliaeth, galw enwau oherwydd y ffordd yr ydym yn edrych, yr hyn yr ydym yn ei wisgo. Dim yn teimlo'n gyfforddus yn siarad eich hiaith



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



eich hun pan fyddwch allan neu wisgo dillad crefyddol a diwylliannol. Rydym ni'n teimlo bod yn rhaid i ni edrych dros ein hysgwydd drwy'r amser, dim yn teimlo'n ddiogel.

Diogelwch - eisiau teimlo'n ddiogel mewn amgylchedd ffisegol h.y. gweithle, cartref, cymuned. Medru mynd allan a pheidio ag ofni cael eich targedu.

Natur - mwynhau natur fel yr anifeiliaid, yr adar, y coed, parciau.

Newid yn yr hinsawdd – mae hwn yn fater sy'n golygu nad oes neb yn gwybod beth fydd yn digwydd yn y dyfodol. Mae'r dyfodol yn ansicr. Angen gwneud mwy i helpu'r amgylchedd.

Heddwch - teimlo'n rhydd. Medru mwynhau'r amgylchedd lleol a dianc rhag pwysau bywyd bob dydd.

Awyr iach/glân - mae'n dda i'ch corff a'ch meddwl.

## LLESIANT DIWYLLIANNOL

Eisiau teimlo'n rhan o'r gymuned, ddim eisiau teimlo'n estron - eisiau cael ein cynnwys mewn pethau, dim gorfod cuddio ein hunaniaeth ein hunain; dillad, bwydydd, siarad ein hiaith ein hunain.

Mae pawb yn dod at ei gilydd ac yn dysgu am wahanol grefyddau, ieithoedd, diwylliannau, a hanes – fe allwn ni i gyd ddysgu oddi wrth ein gilydd.

Cefndir/Diwylliant/Cenedligrwydd - mwy o ddealltwriaeth, chwilfrydedd, a goddefgarwch o wahaniaeth.

Cyfleoedd i bobl rannu a dysgu am wahanol gefndiroedd a diwylliannau. Gallu bod yn fi a pheidio â bod ofn yr hyn y mae pobl yn ei ddweud neu'n ei feddwl.

Crefydd. Traddodiadau - gallu ymgymryd â gweithgareddau sy'n ein hatgoffa o gartref, neu'r lle rydym wedi dod ohono. Cyfleoedd i aelodau o wahanol ddiwylliannau ddod at ei gilydd Perthyn - eisiau gwneud lle rydw i'n byw yn gartref i mi a theimlo'n rhan o'r gymuned hon. Cymuned – mwy o bethau i'w gwneud yn y gymuned i helpu ein gilydd. Balchder yn ein cymuned. Dod i adnabod/cyfarfod â phobl newydd. Cael hwyl. Teimlo'n ddiogel a chefnogaeth yn ein cymuned.

Derbyn a Deall - Teimlo'n ddiogel a chael cefnogaeth yn fy nghymuned.

Cyfleoedd i aelodau o wahanol ddiwylliannau ddod at ei gilydd. Cyfieithwyr a gwybodaeth yn fy iaith er mwyn i mi allu gwybod beth sy'n digwydd a beth y gallaf gymryd rhan ynddo, neu i ble y gallaf fynd os oes gen i broblem. Mae'n cymryd amser.

Dathlu amrywiaeth a gwahaniaeth. Cael gwared ar labeli a gweld pawb fel bod dynol.

## LLESIANT CYMDEITHASOL

Does gen i ddim teulu o gwmpas, weithiau'n cael trafferth i wneud ffrindiau newydd - mae'n gwneud i bobl deimlo'n unig ac yn drist. Cael trafferth i ymddiried mewn pobl a phobl mewn awdurdod - gallai hyn fod oherwydd y ffordd cafodd pobl eu trin yn eu gwlad eu hunain; ceiswyr lloches/ffoaduriaid ac yn y blaen.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG





Gwasanaethau cymorth yn y cawd, efallai rhywun sy'n ein deall ni, yn siarad ein hiaith, neu efallai hyd yn oed yn edrych yn debyg i ni, mae hyn yn helpu pobl yn y categorïau hyn, maent yn teimlo y gallant wneud cysylltiad.

Teulu - heb ymweld na gweld fy nheulu ers dros 2 flynedd.

Cyfeillgarwch - rydw i wedi byw yma ers dros 20 mlynedd ond rydw i'n dal i deimlo nad oes gen i lawer o ffrindiau da yma. Mwy o gyfleoedd i bobl gyfarfod â phobl newydd a datblygu cyfeillgarwch.

Rhwydweithiau cymorth cymheiriaid lle gall aelodau o ddiwylliannau tebyg ddod at ei gilydd i helpu ei gilydd.

Mwy o weithgareddau sy'n ein helpu i gymysgu mewn cymdeithas a helpu pobl yma i'n deall a'n derbyn.

Gweithgareddau Cymunedol – mwy o bethau i'w gwneud nad ydynt yn costio llawer o arian. Rydw i eisiau gallu gwneud mwy o chwaraeon. Dod â'r gymuned at ei gilydd i wneud pethau a gofalu am ein cymuned gyda'n gilydd.

Cludiant gwell oherwydd weithiau mae yna weithgareddau yn mynd ymlaen yr hoffwn i roi cynnig arnynt ond ni allaf eu cyrraedd gan nad oes bysiau.

Perthyn - rydw i eisiau gwneud hwn yn gartref i mi, ond rydw i'n teimlo fel rhywun o'r tu allan. Mae angen i bobl fod eisiau ein deall a dod i'n hadnabod fel y gallwn deimlo ein bod yn perthyn.

Rhwydweithiau cymorth cymheiriaid lle gall aelodau o ddiwylliannau tebyg ddod at ei gilydd i helpu ei gilydd. Gall bywyd yma fod yn unig iawn.

Ymddiriedaeth - rydw i wedi cael llawer o brofiadau gwael yn fy mywyd ac wedi cael fy ngham-drin yn hiliol sy'n golygu fy mod ar fy gwylidwriaeth pan ydw i allan.

## Effaith Covid

Mwy o unigrwydd. Peth dryswch wrth geisio deall y rheolau.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIAN  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



# ATODIAD 7: CYMUNEDAU BUDDIANT - RHESTRAU BLAENORIAETHAU CYN-FILWYR AR GYFER POB PILER LLESIANT

## LLESIANT ECONOMAIDD

### Ffactorau sy'n llesteirio llesiant economaidd

Problemau incwm - Costau byw yn codi / Anghyfartaledd yn y system fudd-daliadau.

Diweithdra - mae angen i ddiwydiannau a thechnoleg sy'n newid ail-sgilio pobl i gyd-fynd â'r hyn fydd ei angen yn y dyfodol.

Pensiynau rhyfel - nid yw cyn-filwyr y fyddin yn cael cyfran deg o'i gymharu â'r hyn y maent wedi'i gyfrannu.

Arian \*\* – mae popeth yn deillio o hyn.

Diweithdra ymhlith yr ifanc - Ni all pobl ifanc gael swyddi, llai o gyfleoedd i bobl ifanc heddiw. Mae llawer ddim eisiau'r swyddi sydd ar gael, mae arnynt eisiau cyflogau uchel am ychydig o waith.

Lefelau incwm - Mae ar bobl angen cyflog byw rhesymol i wneud eu cyfraniad a theimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi mewn cymdeithas, mae hyn yn gwneud i'r economi dyfu hefyd. Mae ansawdd bywyd yn gostwng wrth i arian fynd yn brin.

Dim cymorth i gyn-filwyr, yn enwedig yn ymwneud ag incwm.

Dyled - mae swyddi ar gael ond bydd yn cymryd amser hir i wella o COVID.

Cyrff cyhoeddus a phobl mewn grym ddim yn gwneud i drefi'r cymoedd ffynnu. Maent wedi tagu cynnydd, gormod o siopau rhad.

Y dref yn crebachu - ymhen tair cenhedlaeth, fe fydd Aberdâr yn wag.

### Awgrymiadau ar gyfer gwella llesiant economaidd

Dod â diwydiant i mewn – dim unedau bychain ond cyflogwyr mawr i gynhyrchu mwy o incwm a'i gadw'n lleol

## LLESIANT DIWYLLIANNOL

### Ffactorau sy'n llesteirio llesiant diwylliannol

Mae ymddygiad annerbyniol yn cael ei dderbyn – trywanu, ymddygiad gwrthgymdeithasol, trais. Pobl â chyllyll – dim yn meddwl eu bod wedi cael eu magu'n iawn. Dydy'r heddlu ddim yn y golwg.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



Diwylliant cydraddoldeb yn cael ei weld yn broblem - 'Namby pamby' wedi'i roi i ddiwylliant 'woke', rhy wleidyddol gywir. Fe wasanaethais i'r Frenhines ac rydw i'n falch.

Diwylliant o drais - Hapchwarae a cherddoriaeth ar fai, diwylliant gangiau. Mae'n broblem fyd-eang ond mae'n digwydd yn lleol hefyd, edrychwch ar y cyfryngau cymdeithasol.

Mae disgyblaeth gartref ac yn yr ysgol yn ddiffygiol.

Gwirfoddoli - Diffyg ewyllys i wirfoddoli; does dim digon o bobl yn gwirfoddoli, mae'n gwneud i mi deimlo'n braf pan fyddaf yn gwneud rhywbeth i eraill. Nid arian sy'n ei ysgogi ond caredigrwydd.

Cymuned - Mae cymunedau toredig yn her; mae tyfu gyda'n gilydd yn her.

Dydy rhwydweithiau cymdeithasol ddim mor gryf ag yr oeddent; dydy'r ysbryd cymunedol ddim mor gryf.

## LLESIANT AMGYLCHEDDOL

### Ffactorau sy'n llesteirio llesiant amgylcheddol

Ffactorau byd-eang - Newid yn yr hinsawdd – yn effeithio ar bob un o'r rhain.

Cafodd llifogydd effaith fawr ar gymunedau. Fodd bynnag, dydw i ddim eisiau iddo gael ei 'wthio i lawr fy ngwddf'. Mae protestiadau'n cael yr effaith groes i'r hyn maent yn ei fwriadu. Argyfwng hinsawdd – yr angen i achub y blaned - rydym ni'n gwybod bod y byd i gyd yn dioddef - mae byd natur ar drothwy trychineb – pwy sy'n cymryd cyfrifoldeb?

Pryderon lleol - Ansawdd aer yn broblem. Mannau gwyrdd ar gyfer iechyd meddwl. Natur – wrth fy modd efo natur.

Mae'r lle rydych chi'n byw ynddo yn bwysig iawn. Mae gennym ni fannau hyfryd o harddwch naturiol yn yr ardal hon. Os ydych chi'n byw mewn stryd braf, mae'n effeithio ar eich ymddygiad er gwell.

Diogelwch (gweler llesiant diwylliannol hefyd) - Mae diogelwch yn gysylltiedig â hyn – ble bynnag yr ydych chi'n byw, mae'n effeithio ar eich lles corfforol a meddyliol.

Cyfraith a threfn – preifatrwydd personol.

Effaith tlodi - diffyg arian - cymuned yn yr ardal hon, mae eu hymddygiad yn dibynnu ar eu sefyllfa ariannol a chymdeithasol. Mae ymddygiad gwrthgymdeithasol yn gysylltiedig ag amddifadedd. Mae pobl ifanc yn mynd i drafferthion oherwydd eu bod yn cael eu gwthio i mewn iddo, nid ydynt yn cael dechrau digon da mewn bywyd i gael ffordd dda o fyw.

## LLESIANT CYMDEITHASOL

### Ffactorau sy'n lleihau llesiant cymdeithasol

Mae pobl yn dioddef o iechyd meddwl gwael o ganlyniad i deimlo'n unig ac yn ynysig. Mae llawer o bobl yn dioddef yn dawel, heb neb yn gwybod. Gellid datrys hyn trwy gyfeillio. Mae cymaint o resymau y tu ôl i iechyd meddwl, mae'n anodd eu nodi, mae COVID wedi gwneud



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



pethau'n waeth. Mae problemau iechyd meddwl wedi cynyddu oherwydd cyllid a'r cyfnod clo - mae perthnasoedd wedi dioddef.

Systemau apwyntiadau meddyg teulu - ofn ffonio Meddyg Teulu, methu â chael apwyntiad. Rydw i'n hunan-feddyginiaethu, y Meddyg Teulu ydy'r dewis olaf. Mae gormod o bobl ar y system. Mae amseroedd aros yn rhy hir. Dydy gweithwyr gofal iechyd proffesiynol ddim yn ymwybodol o PTSD, problemau eraill cyn-filwyr. Dydy gweithwyr gofal iechyd proffesiynol ddim yn cael eu hyfforddi i ddeall effeithiau a chanlyniadau hirdymor PTSD. Mae apwyntiadau meddyg teulu dros y ffôn yn rhy anodd i gyn-filwyr – yn enwedig os oes ganddynt PTSD. Ymateb staff meddygol i gyflyrau iechyd.

Diffyg Cyfraith a threfn.

Diffyg gwybodaeth ac ymwybyddiaeth o beth ydy cyn-filwr.

Iechyd meddwl a phatrymau gwaith - Mae materion iechyd meddwl, problemau swyddi i gyd yn effeithio ar gymunedau ac mae'r uned deuluol wedi newid.

## Ffactorau sy'n cyfrannu at lesiant cymdeithasol

Ffordd iach o fyw – os nad ydych yn byw'n iach, yna ni fyddwch yn medru mwynhau ymdeoliad. Mae'r pandemig wedi fy atal rhag dilyn fy nhrefn ddyddiol – gan effeithio ar fy iechyd meddwl. Rhoddais y gorau iddi am ychydig, ond rydw i'n dod yn ôl ato eto nawr. Gofal da – Mae'r gofal cymdeithasol gorau yn cael ei roi i fy mam oedrannus - staff gwych. Hoffi garddio a DIY yn y cartref.

Mae cael ffrindiau i ddibynnu arnynt yn gymorth mawr i mi. e.e. Pan es i i'r clwb rygbi lleol ar Sul y Cofio, fe gawsom ni, y cyn-filwyr gymeradwyaeth, pan wnaethon ni gerdded i mewn. Ers y diwrnod hwnnw, rydw i wedi gwneud ffrindiau newydd ac mae'n fy nghadw i fynd.

## Syniadau ar gyfer gwella llesiant cymdeithasol

Dylai cyrsiau addysg fod yn rhad ac am ddim i gyn-filwyr a phensiynwyr.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIAINT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



# ATODIAD 8: CYMUNEDAU BUDDIANT - RHESTRAU BLAENORIAETHAU VAWDASV AR GYFER POB PILER LLESIANT

## LLESIANT CYMDEITHASOL

Caiff ei ddiffinio fel teimlo'n ddiogel, cael cyfleoedd i wneud pethau, gallu ymddiried mewn gwasanaethau.

**Mae'n bwysig oherwydd:** Mae angen i ni deimlo'n ddiogel allan ac ni ddylai merched gael eu dychryn na theimlo'n agored i niwed. Mae plant yn dysgu am barch oddi wrth yr hyn sydd o'u cwmpas. Mae angen rhoi blaenoriaeth i fynediad at wasanaeth gyda chyngor a chyfeirio at wasanaethau lle nad ydych yn cael eich rhoi ar restr yn unig, yn enwedig mynediad at iechyd meddwl. Angen mwy o wasanaethau i blant a phobl ifanc i gynyddu eu llesiant cymdeithasol.

## LLESIANT AMGYLCHEDDOL

Caiff ei ddiffinio fel bywyd gwyllt a chefn gwlad, sbwriel a thipio anghyfreithlon, cynaladwyedd.

**Mae'n bwysig oherwydd:** mae tipio anghyfreithlon a sbwriel yn effeithio ar ardaloedd lleol a chefn gwlad yn ehangach, sy'n effeithio ar fwynhad o fannau gwyrdd. Mae angen i ni gael amgylchedd glân a bod yn gynaliadwy - rydym yn gwybod sut i wneud hynny ond dydym ni ddim yn ei wneud. Mae buddsoddiad yn mynd i addysg plant ond mae angen newid ymddygiad oedolion.

## LLESIANT ECONOMAIDD

Caiff ei ddiffinio fel swyddi ac incwm cyson, sicrwydd a fforddiadwyedd.

**Mae'n bwysig oherwydd:** gallu cynllunio ar gyfer y dyfodol, gallu cael cartref i fagu plant ond mae yna argyfwng tai.

## LLESIANT DIWYLLIANNOL

Caiff ei ddiffinio fel perthyn i gymdogaeth, amrywiaeth ac ymwybyddiaeth ddiwylliannol, yr iaith Gymraeg, a threftadaeth.

**Mae'n bwysig oherwydd:** Dylem wybod am dreftadaeth Cymru a'n hiaith. Mae angen inni dderbyn eraill a bod yn wlad groesawgar hefyd. Mae ardaloedd llai cyfoethog yn helpu ei gilydd ac mae ganddynt ysbryd cymdogol ac mae busnesau lleol yn bwysig yn y diwylliant lleol hwnnw. Mae angen cydraddoldeb arnom i newid y berthynas rhwng y rhywiau.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



## ATODIAD 9: Cyrff yr ymgysylltwyd â hwy:

Brownies Llantrisant  
Grŵp Cyn-filwyr Cwm Cynon  
Cymdeithas Gymunedol Gilfach Goch Clwb ar ôl yr Ysgol  
Cymdeithas Gymunedol Gilfach Goch Grŵp Ieuenctid  
Girl Guides  
Gwau a Sgwrs Penrhiwceiber  
Fforwm 50+Pontyclun  
Rangers Group  
Reconnect50+  
Rhwydwaith gwyrdd Pen-y-bont ar Ogwr  
Grŵp ASB Cwm Garw a Chwm Ogwr  
VAWDASV  
Pobl yn Gyntaf RhCT – Mae ein llais yn cyfrif  
Interlink RhCT  
Y Groes Goch Brydeinig  
Canolfan Gofal Plant a Theuluoedd Trinity  
Cyfoeth Naturiol Cymru (Bryniau Iach)  
Pobl yn Gyntaf Pen-y-bont ar Ogwr  
HAPI/Cymdeithas Dai Newydd  
Cymdeithas Alzheimer's  
PAPYRUS Atal Hunanladdiad ymhlith yr Ifanc  
Gorwelion Newydd  
Materion Iechyd Meddwl Cymru  
BAVO  
Tanio  
Adferiad  
Cyfamod y Lluoedd Arfog  
Cadetiaid y Fyddin  
Cyflogadwyedd Pen-y-bont ar Ogwr  
Rhwydwaith Cydgynhyrchu Cymru  
Gofal a Thrwsio Sir Pen-y-bont ar Ogwr  
Pobl yn Gyntaf Cwm Taf  
Age Connects Morgannwg  
Gwasanaeth Troseddau'r Ifanc Cwm Taf  
Bwrdd Diogelu Cwm Taf Morgannwg Canolfan Oasis  
Gweithredu Gwirfoddol Merthyr Tudful  
Platform  
O'r Cymoedd i'r Arfordir  
Plant y Cymoedd  
Mind  
Ymddiriedolaeth Ddiwylliannol Awen Buddsoddi'n Lleol



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIA NT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



Partneriaethau Diogelwch Cymunedol  
Llamau  
DVS Calan  
Llwybrau Newydd  
Cymorth Cynnar  
Gwasanaeth Cyfiawnder Ieuenctid Pen-y-bont ar Ogwr  
Cyngor Hil Cymru  
Heddlu De Cymru  
Iechyd Cyhoeddus Cymru  
Parc Rhanbarthol y Cymoedd  
Cyngor Ieuenctid Pen-y-bont ar Ogwr Gweithredu Gwirfoddol Merthyr Tudful  
Hwb Cymunedol Calon Las  
ASD Rainbows  
Gwasanaeth Gwybodaeth i Deuluoedd RhCT



*ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAD LLESIANT*  
*2022:*  
*CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU*  
*CYHOEDDUS*  
*CWM TAF MORGANNWG*



# ATODIAD 10: Dyfodol Gwell Cwm Taf Morgannwg

**Ymarferiad ynglŷn â'r dyfodol gyda Phobl Ifanc yn  
Ardal Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Cwm Taf Morgannwg**

**gan Aimee Parker a Dafydd Thomas  
Rhagfyr 2021**



## Cefndir

Os na allwn ddychmygu a 'theimlo' dyfodol gwell, yna mae'n annhebygol y byddwn yn ei gyflawni neu ei greu. Roedd y gosodiad hwn yn sylfaenol i brosiect diweddar dan arweiniad Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (CGGC) – Prosiect Dyfodol Gwell Cymru (mewn partneriaeth â'r School of International Futures a ddefnyddiodd meddwl am y dyfodol i ymestyn dychmyg a phosibiliadau cyffredin ar gyfer y dyfodol. Am ragor o fanylion ewch i'r wefan: <https://wcva.cymru/projects/better-futures-wales-community-foresight-project>

Mae hyn yn cyd-fynd â gwaith Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Cwm Taf Morgannwg, sy'n gweithio ar asesiad llesiant fydd o gymorth i ddatblygu blaenoriaethau a chynllun ar gyfer gwella llesiant ar y cyd. Rhan bwysig o Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol sy'n llywio'r gwaith hwn, yw edrych ymhellach i'r dyfodol, er mwyn dychmygu sut y gallai llesiant fod yn well fel y gallwn gynllunio yn awr i wneud i hyn ddigwydd. Roedd ar Fwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Cwm Taf Morgannwg eisiau clywed gan bobl ifanc er mwyn ddeall sut ddyfodol y mae arnynt hwy ei eisiau ac, yn bwysig iawn, beth maen nhw'n meddwl sydd angen ei newid er mwyn sicrhau'r dyfodol hwn. Rhydd yr adroddiad hwn fanylion ynghylch barn pobl ifanc ar draws ardal Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Cwm Taf Morgannwg ynglŷn â'r dyfodol yr hoffent ei weld a'r camau sydd eu hangen i'w gyflawni.

Fel rhan o brosiect Dyfodol Gwell Cymru, datblygwyd pecyn cymorth sy'n manylu ar y broses a'r camau a gymerwyd i ddeall dyheadau cymuned ar gyfer y dyfodol. Defnyddiwyd y pecyn cymorth i arwain y broses hon gyda phobl ifanc<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> <https://wcva.cymru/wp-content/uploads/2021/03/BUILDING-BETTER-FUTURES-Toolkit.pdf>



## Y Broses

Aethpwyd â'r cyfranogwyr ar daith drwy'r offer amrywiol gan ddechrau gyda 'breuddwydio'n fawr' a datblygu 'Hadau Newid' cadarnhaol. Datblygwyd y cysyniad o 'Hadau' gan yr Anthropocene<sup>2</sup> Da a'u diffiniodd fel; "ddim yn eang nac yn adnabyddus. Gallant fod yn fentrau cymdeithasol, technolegau newydd, offer economaidd, neu brosiectau cymdeithasol-ecolegol, neu sefydliadau, mudiadau neu ffyrdd newydd o weithredu sy'n ymddangos fel pe baent yn cyfrannu at greu dyfodol sy'n gyfiawn, yn ffyniannus, ac yn gynaliadwy."

Mae'r 'Hadau Newid' yn cael eu defnyddio i gynnau sgysiau cadarnhaol ac egniol am ddyfodol cadarnhaol ac i archwilio'r effaith grychdonnog y gall syniadau neu brosiectau neu ddatblygiadau newydd ar raddfa fechan ei chael ar feddwl a gweithredoedd pobl. Defnyddiodd y cyfranogwyr 'olwynion y dyfodol' i archwilio beth allai effeithiau lefel gyntaf ac ail yr 'hadau newid' fod pe baent yn dod yn brif ffrwd.

Yn y sesiynau gyda'r bobl ifanc, fe gawsom ni ddau Grŵp Ymneilltuo a bu pob grŵp yn trafod tri 'hedyn' ac yn ystyried eu heffeithiau niferus pe baent yn tyfu a 'ffynnu'.

Yr 'hadau' a drafodwyd gan Grŵp Ymneilltuo 1 oedd:

1. Caniatwyd i gymunedau hawlio perchnogaeth ar fannau cyhoeddus segur er mwyn eu defnyddio ar gyfer hamdden, adloniant neu dyfu
2. Mae benthyciadau llog isel ar gael sy'n cynnwys hyfforddiant sgiliau busnes i bobl ifanc sydd eisieu dechrau eu busnes eu hunain
3. Mae set o gemau ar-lein ar gael sy'n casglu ein syniadau ar sut i ddatrys y problemau sydd gan ein hardal

Yr 'hadau' a drafodwyd gan Grŵp Ymneilltuo 2 oedd:

1. Nid yw perchnogaeth car yn arferol bellach. Mae llawer o bobl yn gweithio gartref neu'n gweithio'n lleol ond os oes angen iddynt deithio, yna mae rhannu car yn ddewis hawdd a fforddiadwy. Mae cludiant cyhoeddus yn ogystal â llwybrau beicio yn llawer gwell.
2. Mae yna siop electroneg lle gall pobl ddysgu sut i drin ffonau symudol a dyfeisiadau eraill y gellir eu trwsio a'u huwchraddio.
3. Nid yw materion iechyd meddwl yn cael eu stigmatiddio mwyach, mae pobl ifanc â phroblemau iechyd meddwl yn cael y cymorth sydd ei angen arnynt a mynediad at gyfleoedd o ansawdd da.

<sup>2</sup> <https://goodanthropocenes.net>

Anogwyd y ddau grŵp i rannu a myfyrio gyda'i gilydd ar y sgysiau a gawsant yn eu hystafelloedd ymneilltuo. Mae hon yn rhan o'r broses sy'n procio'r meddwl ac sy'n gymorth i ddod â themâu i'r amlwg o'r sgysiau sy'n digwydd yn y grwpiau gwahanol.

Drwy ymgynghori â'r bobl ifanc, cytunwyd ar bedwar datganiad ynghylch y dyfodol oedd yn cynrychioli'r dyfodol yr hoffent ei weld (gweler y datganiadau ar dudalen 5). Defnyddiwyd y datganiadau hyn wedyn i gynnal ymarferiad y 'Tri Gorwel' gyda'r bobl ifanc.

Mae methodoleg y Tri Gorwel yn gymorth i lunio gweithredu gweledigaethol ar gyfer arloesi a thrawsnewid<sup>3</sup> ac mae'n mapio meysydd gwahanol o bryder, yn meithrin dealltwriaeth rhwng rhanddeiliaid cyn nodi camau gweithredu ac argymhellion pendant i fod o gymorth i symud y drafodaeth i'r dyfodol.

Yn ystod gweithdy'r Tri Gorwel, eir â'r cyfranogwyr drwy dri cham (neu dri gorwel):

1. **Gorwel Un:** yn cynrychioli busnes fel arfer neu'r patrwm dominyddol o wneud pethau. Wrth drafod Gorwel Un, rhoddir amser i'r cyfranogwyr ddeall a gwerthfawrogi'r presennol – gan gynnwys y ffactorau sy'n atal newid, ond hefyd y pocedi bach o ysbrydoliaeth lle mae newid cadarnhaol eisoes yn digwydd. Gellir defnyddio'r pocedi hyn o obaith i adeiladu arnynt ar gyfer ein dyfodol cadarnhaol
2. **Gorwel Tri:** Dyma'r patrwm, neu'r ffordd o wneud pethau, fydd yn dod i fodolaeth dros amser wrth i bethau newid o batrwm y gorwel cyntaf presennol. Yn dibynnu ar ble rydym mewn proses o newid, gallai'r trydydd gorwel fod ymhell i ffwrdd neu efallai ei fod ond yn dechrau dod i'r golwg. Gwahoddir y rhai sy'n cymryd rhan yn y gweithdy i archwilio'r sefyllfa bresennol ond hefyd nodi patrymau o obaith i ysbrydoli'r cyfranogwyr eraill – a elwir weithiau yn Ffaglau Gobaith.
3. **Gorwel Dau:** Mae hwn yn gorwedd rhwng y ddau orwel arall a dyma ofod yr entrepreneur. Y gofod entrepreneuriaid yw lle mae pobl yn rhoi cynnig ar bethau newydd, maent yn arloesi yng ngoleuni'r hyn sydd wedi digwydd yn y gorffennol, gan ymateb i straen y gorwel cyntaf a'r hyn nad yw bellach yn addas i'r pwrpas. Ar yr un pryd, mae ganddynt hefyd ymdeimlad o'r cyfle a gynrychiolir gan y trydydd gorwel. Maent yn deall grym yr hyn a allai fod.

Wrth drafod Gorwel Dau, anogir y rhai sy'n cymryd rhan yn y gweithdy i archwilio'r hyn sydd ei angen i wireddu'r dyfodol cadarnhaol drwy ddeall gweithgareddau'r entrepreneuriaid yng Ngorwel Dau. Yna defnyddir y mewnwelediad yma i greu'r camau gweithredu a'r argymhellion angenrheidiol ar gyfer newid.

Am ddisgrifiad mwy manwl o'r offer a ddefnyddiwyd edrychwch ar y blog hwn;  
<https://wcva.cymru/views/you-cant-control-the-future-but-you-can-influence-it/>

<sup>3</sup> <https://resources.h3uni.org>





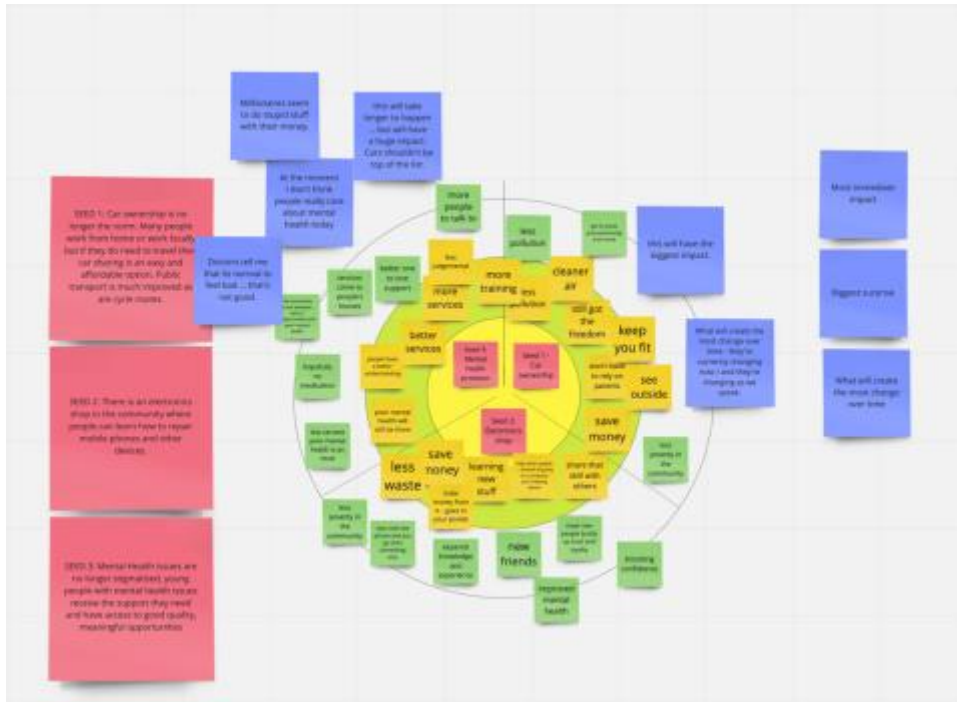


Diagram 2: Effeithiau Grŵp Ymneilltuo 2

Yn seiliedig ar y themâu a gasglwyd o rownd gyntaf y Grwpiau Ymneilltuo, roedd yn bosibl cyd-greu gyda'r cyfranogwyr y 'Datganiadau y Dyfodol a Ddymunir' canlynol:

1. Mae'r amgylchedd yn glir o lygredd ac mae newid yn yr hinsawdd yn cael ei gymryd o ddifrif
2. Mae lles ac iechyd meddwl cadarnhaol yn cael eu blaenoriaethu ac nid yn cael eu stigmatiddio
3. Mae pobl yn teimlo'n gysylltiedig ac mae ganddynt rwydweithiau cefnogol cryf
4. Mae pawb yn cael mynediad cyfartal i gyfleoedd gan gynnwys sgiliau, hyfforddiant a chyflogaeth. Mae addysg yn ymwneud â dathlu amrywiaeth a gwahanol ffyrdd o ddysgu.

Anogwyd y rhai oedd yn cymryd rhan yn ein gweithdy i ystyried sut roedd y 'Datganiadau Dyfodol a Ddymunir' hyn yn cymharu â'r byd y maent yn byw ynddo heddiw drwy ateb y cwestiwn canlynol: "Wrth feddwl am ddatganiadau'r dyfodol, pa mor bell i ffwrdd ydy'r dyfodol hwnnw oddi wrth y ffordd yr ydym yn byw ein bywydau heddiw:?"

Gellir crynhoi eu hymateb fel a ganlyn:

- Teimladau cymysg ynglŷn â pherthyn (i gymuned, i le, i bobl ein hoedran ni ein hunain).
- Teimladau cymysg ynghylch bod yn ddiogel – dydy iechyd meddwl ddim yn cael ei gymryd o ddifrif yn lleol, roedd enghraifft o berson ifanc yn cael gwybod gan feddyg ei fod yn 'iawn i deimlo'n sâl' er bod yna rai enghreifftiau o gefnogaeth dda hefyd.

- Bu'r grŵp hefyd yn siarad am fygythiad y newid yn yr hinsawdd oedd yn gwneud iddynt deimlo'n llai na diogel. Roeddent yn teimlo ein bod yn mynd yn ôl yn hytrach nag ymlaen o ran y newid yn yr hinsawdd. Mae rhai pobl ifanc yn ceisio dianc drwy symud i ffwrdd yn gorfforol neu gymryd cyffuriau.
- Teimladau cymysg ynglŷn â phwrpas – mae'r sefyllfa bresennol ymhell o ddarparu cyfle cyfartal i bawb. Ni allai rhai cyfranogwyr ddechymygu byd gyda chyfleoedd cyfartal a dim ond chyfleoedd cyfyngedig oedd ar gael iddynt.
- Roedd cyfranogwyr y gweithdy hefyd yn ansicr pwy a sut y gallent greu newid. Nid yw'r lleoedd y maent yn byw ynddynt yn harneisio nac yn meithrin eu dyheadau - felly maent yn ceisio gadael / neu symud allan.

Am ymateb manwl gweler Atodiad Un.

Yna aeth y cyfranogwyr ymlaen i archwilio sut maent yn gweld eu bywydau a'u hamgylchiadau, yn arbennig yr heriau a'r rhwystrau y maent yn eu hwynebu ar hyn o bryd drwy ateb y cwestiwn canlynol: "Beth ydych chi'n ei feddwl sy'n cadw'r ffordd bresennol o wneud pethau yn ei lle? Beth sy'n ein dal yn ôl rhag cyflawni'r dyfodol fyddai orau gennym?"

Yn gryno eu hymatebion oedd:

- Cydnabyddiaeth fod llawer o broblemau iechyd meddwl gwael yn eu cymunedau.
- Maent yn ansicr sut i gael cymorth (yn rhai achosion).
- Mae'r hen a'r ifanc yn gaeth yn eu ffyrdd, yn rhannol oherwydd diffyg ymwybyddiaeth a'r cymhelliant i wneud unrhyw beth gwahanol.
- Mae gan y Cyfryngau Cymdeithasol gryfderau mawr, ond mae ochr dywyll, afiach iddynt hefyd.
- Ansicrwydd ynghylch y 'bygythiadau' amgylcheddol y maent yn eu hwynebu a beth i'w wneud yn eu cylch.
- Mae COVID wedi cael effaith amynt yn gymdeithasol ac yn feddyliol.
- Maent yn ansicr sut i wneud i newid ddigwydd.
- Amlygrwydd rhwystrau megis tlodi, mynediad at dechnoleg a dyheadau unigol.
- Er hyn i gyd maent yn cydnabod cryfderau cydweithio.

Am ymateb manwl gweler Atodiad Dau.

Gofynnwyd i gyfranogwyr y gweithdy rannu eu 'ffaglau gobaith', sy'n enghreifftiau cadarnhaol o weithredu y gellir adeiladu arnynt tuag at y dyfodol a ddymunir. Fe wnaethant restru rhai o'r profiadau cadarnhaol a gawsant, megis mynd i gampfa, neu gymryd rhan mewn prosiectau fel Vibe yng Nghaerdydd a KPC - ond roeddent yn cael trafferth gyda'r ymarferiad hwn. Wnaeth y drafodaeth ddim dod yn fyw nes i'r bobl ifanc roi taith 'drwy dwll y clo' o gwmpas pob un o'u canolfannau ieuencid.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



Pan ofynnwyd i'r cyfranogwyr sut y gallent weithio drwy'r trawsnewid o'u sefyllfa bresennol er mwyn cyflawni'r weledigaeth a oedd orau ganddynt, cafodd y grŵp cyfan ei herio unwaith eto. Buont yn siarad am wneud pethau gyda'i gilydd a phwysigrwydd perthnasoedd a chyfeillgarwch cadarnhaol. Roeddent yn dangos grym gwybodaeth i'w gilydd drwy fynegi'n glir broblemau penodol, megis pobl ifanc yn cael eu cymryd o ddifrif mewn strwythurau llywodraethu sefydliadol; yn ogystal ag atebion clir i'r problemau hyn, er enghraifft gweithio gyda'r Comisiwn Plant Ifanc.



*ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT*  
2022:  
*CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU*  
*CYHOEDDUS*  
*CWM TAF MORGANNWG*



## Myfyrdodau

Roedd y sesiynau'n gyfle i archwilio rhai o'r materion o ddiddordeb i'r bobl ifanc a Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Cwm Taf Morgannwg. Cafodd y bobl ifanc gyfle i fynegi beth oedd yn bwysig iddynt. Cyn y sesiwn rhoddwyd rhestr o flaenoriaethau i'r Tîm Ymgynghori, yr oedd tîm y BGC wedi eu nodi o'r blaen gyda phobl ifanc drwy gyfres o ddigwyddiadau ymgysylltu eraill yn arwain at y gweithdy hwn. Roedd y Tîm Ymgynghori yn gallu 'gwirio teimlad' rhestr materion y BGC yn ystod y sesiynau a gweld pa mor berthnasol oeddent i'r grŵp sampl hwn (gweler Tabl 1).

Gallwn weld bod llawer o orgyffwrdd rhwng yr hyn yr oedd y bobl ifanc yn ei ddweud wrthym a'r hyn yr oedd tîm y BGC wedi'i nodi'n flaenorol oedd yn bwysig i bobl ifanc. Mae hwn yn ganlyniad cadarnhaol i'r ymarfer. Yr unig thema a nodwyd gan dîm y BGC na wnaethom ei thrafod oedd yr Iaith Gymraeg.

Roedd niferoedd y cyfranogwyr yn is na'r disgwyl (10 ar y mwyaf) gan arwain at safbwyntiau gwrthgyferbyniol ar rai o'r materion, a hynny'n ei gwneud yn anodd dod i unrhyw gasgliadau pendant. Nid oedd yn bosibl rhestru na graddio'r materion hyn yn nhrefn dewis na blaenoriaeth - ac oherwydd maint bychan y sampl, cyfyngedig fyddai ei werth wedi bod beth bynnag.

Roedd y bobl ifanc oedd yn cymryd rhan yn y gweithdai yn huawdl, yn angerddol ac yn ymroddedig. Cymerasant ran lawn ac roedd yn ymddangos eu bod yn mwynhau'r profiad a'r cyfle. Roedd y bobl ifanc y buom yn gweithio gyda hwy yn awyddus i'w lleisiau gael eu clywed ac i gysylltu â phobl ifanc eraill; gallai hwylyso cysylltiadau o'r fath fod yn ganlyniad cadarnhaol iawn arall i'r ymarfer hwn. Gallai cynnwys pobl ifanc mewn prosesau llywodraethu a'u galluogi i gynrychioli pryderon a diddordebau eu cyfoedion gael effaith fawr arnynt hwy yn bersonol a hefyd o ran canlyniadau ymarferol. Byddai'r bobl ifanc hyn yn elwa o gyfleoedd i ddyngu a chael profiad. Wrth iddynt ehangu eu gorwelion a theimlo'n ddiogel a'u bod yn cael eu gwerthfawrogi, efallai y byddai'n fwy posibl iddynt ddod o hyd i'w 'ffaglau gobai' eu hunain a'u rhannu.

Mae'r prosiect hwn yn teimlo fel dechrau'r sgwrs a gellir defnyddio'r mewnwelediadau ohono yn awr fel sbardun ar gyfer sgysiau a thrafodaethau pellach wrth ddatblygu Cynllun Llesiant Cwm Taf Morgannwg. Diolch i dîm BGC Cwm Taf Morgannwg am wneud i'r prosiect craff ac ysbrydoledig hwn ddigwydd; roedd yn bleser gweithio gyda chi.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG





<b>Y dyfodol a ddymunir a nodwyd drwy sesiwn 1:</b>	<b>Allbwn cychwynnol o Aseiad Llesiant BGC Cwm Taf Morgannwg:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mae llesiant ac iechyd meddwl cadarnhaol yn cael blaenoriaeth ac nid eu stigmatiddio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pryderon am iechyd meddwl a phobl ifanc.</li> <li>Mae profedigaeth a galar yn faterion, nid dim ond marwolaeth person, ond effaith COVID.</li> <li>Mynediad at y celfyddydau a gweithgareddau diwylliannol a gallu cael mynediad at hyn yn annibynnol a hefyd crefftau / chwaraeon / gweithgareddau fel ymyriad sy'n gysylltiedig ag iechyd meddwl</li> <li>Galluogi gwytnwch yn y newidiadau yn ein bywydau ni i gyd yn y dyfodol fydd yn effeithio ar bobl ifanc a'r angen iddynt allu cael cymorth a chynghor.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mae'r amgylchedd yn rhydd o lygredd ac mae'r newid yn yr hinsawdd yn cael ei gymryd o ddifrif</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Y newid yn yr hinsawdd sydd wedi dod allan yn yr ymgysylltiad fel y broblem fwyaf yn y tymor hir.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mae pobl yn teimlo cysylltiad ac mae ganddynt rwydweithiau cefnogol cryf.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mae pawb yn cael mynediad cyfartal at gyfleoedd yn cynnwys sgiliau, hyfforddiant a chyflogaeth. Mae addysg yn ymwneud â dathlu amrywiaeth a ffyrdd gwahanol o ddysgu.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Diddordeb mewn swyddi yn y dyfodol a goblygiadau'r adferiad gwyrdd.</li> <li>Codwyd materion yn ymwneud ag addysg wahanol, gan gynnwys sgiliau bywyd a dysgu gartref.</li> </ul>
<b>O sgysiau'r gweithdy (meysydd o bwys i'r bobl ifanc yn ychwanegol at ddatganiadau'r dyfodol):</b>	
Diffyg grym o ran gwneud penderfyniadau lleol.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dymuniad i gael mwy o gyfleoedd i ddylanwadu ar benderfyniadau, systemau democrataidd a chwarae mwy o ran.</li> <li>Dydy pobl ifanc ddim yn gweld yr amrywiaeth yn eu cymunedau yn cael ei hadlewyrchu yn y bobl sy'n eu cynrychioli. Mae arnynt eisiau i'r cynrychiolwyr hyn fod yn fwy cynhwysol a gweld sut mae'r swyddogaethau hynny yn arddangos cydraddoldeb a chynhwysiad.</li> </ul>
Mae ar bobl eisiau cael allan o'u cymunedau. Maent naill ai'n gadael neu'n cymryd cyffuriau.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Diogelwch cymunedol a chanfyddiadau o ddiogelwch gan gynnwys troseddau seiber a defnydd diogel o'r cyfryngau cymdeithasol, trolïo, defnyddio delweddau.</li> </ul>

Tabl 1: Cymharu allbwn y gweithdai gyda digwyddiadau ymgysylltu eraill y BGC

## Argymhellion

Mae'r argymhellion canlynol yn seiliedig ar allbwn y tri gweithdy gyda phobl ifanc gyda chydweithwyr o Fwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Cwm Taf Morgannwg

1. Dangosai'r gweithdy'n glir yr egni a'r mewnwleidiad a all ddod o annog pobl ifanc i feddwl am eu dyfodol o fewn cymunedau Cwm Taf Morgannwg. Roedd y blaenoriaethau a'r diddordebau y sonient amdanynt yn wahanol iawn. Argymhellir bod yr allbynnau o'r ymgynghoriadau hyn ac ymgynghoriadau eraill yng Nghwm Taf Morgannwg yn cael eu defnyddio i gynnal sgysiau parhaus â phobl ifanc i fesur eu diddordebau ac ysgogi ymateb i gynorthwyo i ddatblygu Cynllun Llesiant BGC CTM a'i weithredu wedyn.
2. Peth arall y sylwyd arno o'r gweithdai oedd pa mor heriol yr oedd y cyfranogwyr yn cael y broses o ddod o hyd i enghreifftiau o ymyriadau neu ddulliau oedd yn eu hysbrydoli ar faterion iechyd meddwl cadarnhaol, newid amgylcheddol, cymunedau cysylltiedig a mynediad cyfartal at gyfleoedd. Argymhellir bod pobl ifanc sy'n ymwneud â phrosesau o'r math hwn yn cael y cyfle i weld a phrofi enghreifftiau o'r hyn y gellid ei wneud yn wahanol o fewn eu cymunedau, sydd yn eu tro yn dod yn hadau newid ar gyfer y dyfodol.
3. Mynegodd llawer o gyfranogwyr y gweithdai deimladau o ddiffyg grym yn ystod y gweithdy. I'r gwrthwyneb, teimlai rhai o gyfranogwyr y gweithdai fod ganddynt rai o'r offer angenrheidiol i greu newid cadarnhaol yn eu cymuned. Mae'n argymhelliad bod cyfleoedd niferus yn cael eu darparu i bobl ifanc yng Nghwm Taf Morgannwg i greu newid o fewn eu cymunedau fel bod eu hegni a'u brwdfrydedd yn cael ffordd gadarnhaol o weithredu.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU ASESIAID LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



## **Atodiad Un – Nodiadau gan y cyfranogwyr mewn ateb i “Wrth i chi feddwl am ddatganiadau’r dyfodol, pa mor bell ydy’r dyfodol hwnnw oddi wrth y ffordd yr ydych chi’n byw ein bywydau heddiw?”**

### Newid yn yr hinsawdd

- Dydym ni ddim yn agos at ble mae angen i ni fod, rydym ni'n mynd yn ôl.
- Rydym wedi bod yn edrych ar hyn gryn dipyn yn ddiweddar yn lleol – cynnal sesiynau codi sbwriel ac yn y blaen
- Diffyg ymwybyddiaeth ac addysg – angen llawer mwy
- Llawer yn y gymuned yn gwadu’r newid yn yr hinsawdd
- Anodd i bobl wneud newidiadau, maen nhw'n gwneud yr hyn maen nhw wedi'i wneud ar hyd yr amser.

### Iechyd meddwl

- Dim bob amser yn cael ei gymryd o ddirif pan fydd pobl yn dweud bod ganddyn nhw broblemau iechyd meddwl.
- Llawer o stigma ynghylch pobl sy'n cael trafferth gydag iechyd meddwl.
- Mae cefnogaeth ar gael os oes angen (safbwyntiau cymysg ar hyn).
- Mae pobl yn cymryd camau i gael cymorth – mae rhai gwelliannau ac mae'n teimlo fel pe baem yn mynd i'r cyfeiriad cywir o ran materion iechyd meddwl a chefnogaeth.
- Mae problemau iechyd meddwl yn digwydd ym mhobman.

### Cymuned a pherthyn

- Cymunedau cysylltiedig – mae COVID wedi gwneud hyn yn waeth i rai ac yn well i eraill.
- Teimlai un grŵp fod eu lle yn fychan iawn, mae pawb yn agos at ei gilydd ac felly mae llawer yn ymwneud ag enw da (h.y. mae'n rhaid i chi fod yn 'cŵl' ac yn 'galed', sy'n medru cau pobl eraill allan). Roedden nhw'n teimlo bod gan y lle enw gwael a doedd hynny ddim yn teimlo'n dda.
- Roedd yr un grŵp hwn yn teimlo ychydig o gysylltedd [yn y gymuned] - serch hynny, dim digon i ddod â phobl at ei gilydd. Er enghraifft, fel grŵp, mae ganddynt y ganolfan ieuentid, ond dim llawer arall.
- Roedd gan grŵp Merthyr ymdeimlad cryfach o lawer o berthyn.

### Cyfleoedd a phwrpas

- Ymhell o gyrraedd cyfle cyfartal, gormod o rwystrau, gellir eu goresgyn ond ddim ar hyn o bryd.
- Awydd gan rai i fod y tu allan i'r parth cysurus, i deithio'r byd a defnyddio technoleg i'r eithaf (y cyfan sydd gennym ni ydy 'gwaith yn y siop sglodion').



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIAN T  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



- Pobl yn troi at gyffuriau, naill ai rhai anghyfreithlon neu rai ar bresgripsiwn. Mae hyn oherwydd eu bod wedi diflasu neu ddim ond eisiau gwario arian ar rywbeth.
- Dim byd i'w difyrru eu hunain, dim llawer o gyfle i gymryd rhan nac ysbrydoliaeth.

**Atodiad Dau – Nodiadau gan y cyfranogwyr mewn ateb i “Beth ydych chi’n ei feddwl sy’n cadw’r ffordd bresennol o wneud pethau yn ei lle? Beth sy’n ein dal yn ôl rhag cyflawni’r dyfodol fyddai orau gennym?”**

Iechyd Meddwl:

- Mae rhai pobl yn teimlo cywilydd i gyfaddef, ond maen nhw’n dod yn well am wneud hynny – mae mwy o bobl yn agor i fyny yn awr.
- Mae stigma o hyd ynghylch iechyd meddwl dynion, dylai gael ei drin yr un fath ag iechyd corfforol.
- Mae angen i bobl eu hunain newid – fedrwn ni ddim gorfodi pobl i newid.
- Angen codi ymwybyddiaeth ynghylch iechyd meddwl.
- Dydy rhai pobl ddim yn cael digon o gefnogaeth yn eu cymuned.
- Mae rhai gwasanaethau iechyd meddwl yn brin o staff ac angen mwy o adnoddau.
- Gall meddygon wneud i iechyd meddwl ddod yn fwy arferol neu fe allant hefyd wneud niwed drwy’r negeseuon / triniaeth / cefnogaeth y maent yn ei rhoi i bobl ifanc.
- Gall ymgyrchoedd Facebook fod o gymorth i annog dynion i siarad a chael sgysiaid dyfnach.
- Mae pob sgwrs yn gyfrwng atal.

Bod yn ‘gaeth i’w ffyrdd’

- Mae pawb yn dal ein bywydau a’n cymunedau yn ôl; mae pobl ifanc yn dysgu’r ymddygiad gwael hwn oddi wrth oedolion.
- Diog i newid – haws gwneud beth yr ydym wedi bod yn ei wneud ar hyd yr amser.
- Mae enw gwael y lle yn dal pobl yn ôl.
- Syniadau am fod fel dyn, ddim yn medru crio. Dim cymaint i ddynes, ond mae dyn sy’n crio yn fabiaidd. Stigma anferth, hen ffasiwn iawn.
- Dydy pobl ddim yn gwrando. Mae pobl yn ofni newid a dydyn nhw ddim yn gwybod sut i wneud newidiadau.
- Mae pobl yn dod i arfer efo sut mae pethau.

Cyfyngau cymdeithasol

- Mae’r cyfyngau cymdeithasol yn medru bod yn fuddiol iawn ac yn gallu cysylltu pobl. Rydych chi’n gallu siarad â phobl ac mae hynny o gymorth.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG



- Mae'r cyfryngau cymdeithasol yn medru bod yn dda iawn i uno'r gymuned a helpu pobl (er enghraifft grŵp cymuned gynaliadwy ar Facebook)
- Mae sylwadau negyddol yn gallu achosi niwed.
- Mae'n medru bod yn afiach ac mae pobl ofn bod yn hwy eu hunain. Enghreifftiau o hiliaeth.

### Newid yn yr hinsawdd

- Mae ar rai eisiau dealltwriaeth well o'r hyn y mae newid yn yr hinsawdd yn ei olygu a pha effaith y bydd yn ei chael / mwy o addysg.
- Mae rhai yn casglu sbwriel ac yn gwneud gweithgareddau amgylcheddol.
- Dydy pobl ddim yn credu yn y newid yn yr hinsawdd (y genhedlaeth hŷn gan mwyaf).
- Mae Greta (Thunberg) a David Attenborough yn wybodus iawn ac yn ysbrydoli pobl.
- Barn gymysg ynghylch p'un a ydym yn symud yn y cyfeiriad cywir mewn perthynas â'r newid yn yr hinsawdd.

### Rhwystrau

- Trachwant / byw mewn cymdeithas gyfalafol
- Mae angen i bobl ddod i wybod yn well am fywydau ei gilydd.
- Cymunedau cysylltiedig – mae (diffyg) cydraddoldeb yn dal hyn yn ôl.
- Pan oedd ein rhieni'n blant, fydden nhw byth yn cael gwneud y pethau rydym ni'n cael eu gwneud.
- Hefyd, rhwystr ariannol, cost cysylltu, gweithgareddau, TG ac yn y blaen.
- Does gan bawb mo'r sgiliau i siarad â phobl o gefndiroedd eraill

### Cydweithio

- Mae'n gymuned wirioneddol glos. Mae pawb yn adnabod pawb ym Merthyr.
- Mae'r gymuned yn dod at ei gilydd i helpu ei gilydd.
- Mae pawb yn cyd-dynnu i helpu pobl sydd angen help yn eu cymuned, codi arian ar gyfer triniaeth feddygol.
- Gallai pobl ifanc sydd ddim yn teimlo eu bod yn byw mewn cymuned gysylltiedig a chefnogol weld budd mawr o weithio gyda'i gilydd a bod yn fwy cysylltiedig.



ADRODDIAD YMGYSYLLTU A SESIAD LLESIANT  
2022:  
CLWSTWR BYRDDAU GWASANAETHAU  
CYHOEDDUS  
CWM TAF MORGANNWG

