



Trwy ebost

11/09/17

## Cyngor gan Gomisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol i BGC Ceredigion

Annwyl Fwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Ceredigion a swyddogion cynorthwyol,

Diolch am ofyn am fy nghyngor ar sut y gallech gymryd camau i gwrdd â'ch amcanion llesiant drafft. Deallaf eich bod wedi cytuno ar egwyddorion arweiniol ac wedi galw eich amcanion llesiant presennol yn 'nodau', sef:

- Cydnherthedd Cymunedol :
  - Galluogi cymunedau i ddod yn llewyrchus, cynaliadwy a chysylltiedig drwy gynorthwyo trawsnewid rhagolygon economaidd: Gwella seilwaith ffisegol a digidol i gynorthwyo datblygu economaidd, yn cynnwys cartrefi addas a fforddiadwy.
  - Creu amodau ar gyfer cymunedau fel y gallant gynorthwyo unigolion o bob cefndir i fyw bywydau boddhaol ac annibynnol: Datblygu a chynnal rhwydweithiau cymdeithasol, a chyfleoedd diwylliannol ac ieithyddol er mwyn gwella llesiant a chynnal annibyniaeth.
  - Creu cymunedau sy'n gyfrifol yn amgylcheddol ac yn ddiogel a fedr addasu ac ymateb i effeithiau newid hinsawdd: Cynorthwyo cymunedau i wella'u perthynas â'r amgylchedd naturiol a pharatoi ar gyfer digwyddiadau tywydd eithafol.
- Cydnherthedd Unigol:
  - Galluogi pob plentyn i gael y cychwyn gorau mewn bywyd: Cynorthwyo rhieni i baratoi drwy ymyrraeth gynnar, drwy oresgyn anghydraddoldebau a hybu dysgu holistig.
  - Galluogi pobl i fanteisio ar gyfleoedd a chwrdd â heriau drwy gydol eu bywydau: Gwella sgiliau galwedigaethol a sgiliau bywyd, adeiladu hyder a galluogi pobl i ymateb yn gadarnhaol i newid.
  - Galluogi pobl i fyw bywydau gweithgar, hapus ac iach: Cynorthwyo iechyd corfforol a meddyliol a gwella llesiant drwy hybu ymddygiadau iach.

Drwy siarad yn aml â chi, a chwrdd â rhai ohonoch yr wythnos ddiwethaf mae fy nhîm wedi ennill dealltwriaeth o'r ffordd yr ydych yn gweithio gyda'ch gilydd fel Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus (BGC); y dull yr ydych wedi ei fabwysiadu ar gyfer cynllunio llesiant a'ch bwriad i gyflawni'r amcanion a chymryd

camau mewn dull gwahanol. Fel y byddant eisoes wedi ei drafod gyda chi, roeddwn yn awyddus i fy ngwaith fod yn ddefnyddiol i chi, a'r cyd-destun yr ydych yn gweithio o'i fewn, felly gobeithio eich bod yn teimlo bod y cysylltu hwn wedi bod o fudd i chi a'i fod wedi rhoi rhyw arweiniad i chi ar hyd y ffordd.

Roeddwn hefyd yn dymuno i fy ymateb i'ch asesiad llesiant fod yn un sy'n edrych i'r dyfodol yn hytrach nag edrych yn ôl, i'ch helpu i ystyried sut i fynd ati i asesu'n barhaus a chynllunio llesiant. Yn ddiweddar cyhoeddais '[Llesiant yng Nghymru: Cynllunio heddiw ar gyfer gwell yfory](#)' sy'n amlygu canfyddiadau allweddol ac argymhellion ar gyfer BGCau ar feysydd allweddol lle mae angen newid ar gyfer gwneud gwell penderfyniadau ar gyfer cenedlaethau'r dyfodol. Rwy'n defnyddio'r adroddiadau hyn ar gyfer darparu fy nghyngor i chi.

Fel y gwyddoch, wrth bennu amcanion drafft a chymryd camau i'w diwallu, rhaid i FGCau ddefnyddio'r pum dull o weithio i herio busnes-fel-arfer a maccsimeiddio eu cyfraniad i bob un o'r saith nod llesiant cenedlaethol. Bwriad fy nghyngor yw eich helpu i ystyried sut y gallech wneud hyn yn effeithiol a sut y gallech ddangos drwy eich cynllun llesiant eich bod wedi defnyddio'r pum dull o weithio i lunio eich camau.

Felly, mae fy nghyngor i chi'n ymwneud â mabwysiadu gwahanol ddulliau o weithio ac yn benodol â'r pynciau yr ydych wedi eu nodi yn yr asesiad fel rhai i ganolbwyntio arnynt, ynghyd ag ymroi i'ch cysylltu ag eraill a allai eich helpu. Fel yr eglurodd fy nhîm, nid rhoi fy marn ar eich amcanion llesiant yw pwrpas y cyngor hwn. Mae'r rhain i'w penderfynu a'u perchenogi gennych chi, fel BGC cydweithredol.

### **Mabwysiadu gwahanol ddulliau o weithio i gymryd camau i gwrdd â'ch amcanion drafft:**

Ar gyfer pob un o'ch camau a'ch amcanion drafft, hoffwn ddeall beth a olyga hyn i Geredigion a sut mae hyn yn wahanol i'r hyn yr ydych wedi ei wneud yn y gorffennol. Mae eich cynllun drafft yr ydych wedi ei roi i'f nhîm yn cychwyn egluro hyn, ond buaswn yn eich annog i fod yn glir am y modd y mae pob cam yn berthnasol i'ch cymunedau. Mae gwireddu uchelgeisiau'r Ddeddf hon yn ymwneud â 'beth', a 'sut' h.y. beth ydych chi'n ei wneud i gyfrannu at ein cydweledigaeth o'r saith nod llesiant cenedlaethol, sy'n cydnabod bod datblygu cynaliadwy yn cysylltu'r amgylchedd yr ydym yn byw ynddo, yr economi yr ydym yn gweithio ynddo, y gymdeithas yr ydym yn ei mwynhau a'r diwyllianau yr ydym yn eu rhannu â phobl ac ansawdd eu bywyd? Sut ydych chi'n defnyddio'r egwyddor datblygu cynaliadwy i lunio eich gweithgareddau ar gyfer Ceredigion?

Gallaf weld eich bod wedi cychwyn cydnabod yn eich cynllun drafft sut mae eich amcanion a'ch camau'n 'cwrdd' â'r pum dull o weithio, ond mae'n bwysig bod BGCau yn dangos yn glir sut mae'r pum dull o weithio wedi cael eu defnyddio i herio dulliau cyfredol o feddwl, a llunio eich cynllun. Buaswn yn eich cyngori i gryfhau hyn a dangos eich meddyliau yn fwy clir, yng nghyd-destun Ceredigion, yn hytrach nag mewn termau cyffredinol. Rwyf yn eich cyngori i weld y pum dull o weithio fel rhai sydd i gyd o'r un pwysigrwydd a

defnyddio'r cwestiynau isod i herio eich hunain a gweithio'n wahanol. Nid themâu trawsbynciol yw'r dulliau o weithio, ond ymddygiadau i'ch helpu i facsimeiddio eich cyfraniad i'r saith nod llesiant.

Mae eich tîm cynorthwyol wedi gweithio'n galed i'ch helpu i gyflawni'r llwyddiant trawiadol hwn wrth ddrafftio'ch amcanion a'ch camau, ond mae'n bwysig cydnabod a dangos nad busnes-fel-arfer yw pennu amcanion a chamau. Yn y gorffennol, rydym wedi pennu themâu a blaenoriaethau ac wedi ysgrifennu cynlluniau sy'n dangos beth yr ydym yn ei wneud p'run bynnag. Hyd yn oed yn awr, er gwaethaf y ffaith bod y dystiolaeth yn yr asesiadau'n dangos ystod o dueddiadau brawychus, ymddengys bod BGCau yn ymgysylltu'n unig â thiriogaeth ddiogel nad yw'n ennyn dadl. I addasu eich dulliau o weithio mae'n ofynnol i fabwysiadu ymagwedd gwbl wahanol ac mae angen i chi roi amser a gofod i chi eich hunain i gwestiynu a yw'r ymagweddau presennol tuag at gyflwyno gwasanaethau cyhoeddus yn addas ar gyfer y dyfodol ac archwilio pwysau allweddol a thensiynau sy'n codi wrth gyflawni pob un o'ch amcanion.

Mae'r gweithdy a fynychais yn Chwefror yn fath o drafodaeth sydd, yn fy marn, ag angen i FGau barhau i'w chynnal, sef defnyddio'r holl gyfarfod, neu greu sesiynau penodol i feddwl yn wahanol, herio rhwystrau drwy ddefnyddio'r pum dull o weithio a chael trafodaethau gonest am y tensiynau rhwng materion polisi ac arfer presennol o fewn eich sefydliad mewn perthynas â phob amcan.

**Rwyf o'r farn bod angen i chi ddangos sut mae eich BGC wedi ystyried y canlynol mewn perthynas â phob un o'ch amcanion:**

- **Hirdymor:** Beth yw eich dealltwriaeth o dueddiadau hirdymor, cyfleoedd, peryglon a senarios tebygol ar gyfer y mater hwn? Beth ydynt, ac a ydych wedi archwilio eu heffaith ar eich camau? Oes yna fylchau ar hyn o bryd yn eich data neu eich dealltwriaeth? Beth sydd angen ei weld ymlaen llaw neu pa wybodaeth am dueddiadau yn y dyfodol sydd eu hangen arnoch i ddeall y mater yn well? Pa allu, hyder ac arbenigedd sydd gennych i lenwi'r bylchau mewn gwybodaeth? I drwytho'ch gweithgaredd, bydd angen i chi fapio ac ystyried tueddiadau'r dyfodol yn ddigonol ar gyfer pob un o'ch nodau. Mae fy swyddfa yn gweithio gydag eraill i adeiladu gallu yn y maes hwn, ac fel y gŵyr eich tîm cynorthwyol, mae Llywodraeth Cymru wedi bod yn ychwanegu at adnoddau'r adroddiad 'Tueddiadau'r Dyfodol', y dylech fanteisio arno i'r eithaf ac sydd ar gael drwy Objective Connect a thrwy gysylltu â David Thomas. Mae adroddiad [The Oxford Martin 'Now for the long-term'](#) yn dangos tueddiadau'r dyfodol yn fyd-eang a chenedlaethol y bydd angen i ni i gyd ymateb iddynt wrth weithredu datblygu cynaliadwy.
- **Atal:** Wrth ystyried y mater hwn, oes gennych chi ddealltwriaeth o'r hyn yr ydych yn ceisio ei atal? Beth sydd wrth wraidd y mater a phryd fyddai'r amser gorau i ymyrryd? Ydych chi'n glir am ba fath o atal sydd ei angen: atal sylfaenol h.y. ceisio atal rhywbeth rhag digwydd; atal eilaidd h.y. atal rhywbeth rhag gwaethygu; neu atal trydyddol h.y. lliniaru effaith rhywbeth â ganddo effeithiau parhaus. Dyma'r gwahaniaeth rhwng annog rhywun i wisgo helmeted feicio (atal niwed i'r pen cyn iddo

ddigwydd); gosod rhywun yn yr ystum adferol os yr ydynt wedi syrthio oddi ar eu beic (atal eilaidd, sef atal niwed rhag gwaethygu) a chwnsela yn dilyn y ddamwain (atal trydyddol i helpu anafiadau parhaus rhag gwaethygu).

Mae llawer o'ch amcanion drafft yn rhai y gellid eu hatal, ond gellid egluro'n well sut y bydd gwasanaethau ac adnoddau yng Ngheredigion yn newid. Rwy'n gwerthfawrogi nad ydych eto'n gwybod beth yw'r darlun cyfan, ond hoffwn weld pob BGCau yn archwilio sut y maent yn chwalu cylchoedd a thwrio'n ddyfnach i mewn i ddata i weld y negeseuon sydd ymhlyg yn y data i ddeall yn well achosion ac effeithiau materion allweddol a thueddiadau i drwytho eich camau.

- **Cydweithio:** Mae'n bwysig fod y bobl sy'n eistedd o gwmpas bwrdd y BGC yn medru dwyn gyda hwynt yr ystod orau o fewnwelediadau, heriau adeiladol, data a datrysiadau i'r BGC. A yw'r bobl iawn gennych o gwmpas y bwrdd, ar y lefel iawn ar gyfer gwneud penderfyniadau ar y mater hwn? Pwy arall allai fod arnoch ei angen i gydweithio gyda chi i'ch helpu i ddeall hyn yn well? Fel yr argymhellwyd yn fy adroddiad ar yr Aseidiadau Llesiant, mae hwn yn amser da i adolygu aelodaeth wahoddedig y BGC ac ystyried pwy yw'r bobl 'anarferol' y gall y bydd angen i chi weithio gyda hwynt i gymryd camau i gwrdd â'r amcan hwn?

Wrth gyflawni'r camau, sut allai eich sefydliadau gydweithio? Bydd angen i chi ddangos sut mae eich BGC yn ystyried y camau sydd angen i chi eu cymryd gyda'ch gilydd ac ar draws ffiniau sefydliadol er mwyn cwrdd â'ch amcanion yn fwy effeithiol. Gallai hyn gynnwys cyd-leoli staff, chwalu strwythurau traddodiadol, trefnu cyfnewid swyddi a secondiadau ac o bwys mawr, grynhoi adnoddau. Byddaf yn dymuno gweld sut yr ydych wedi ystyried y manteision hyn a sut mae'r camau y byddwch yn eu cymryd yn eich symud tuag at gyflawni'r cydweithio hyn.

- **Integreiddio:** Ar gyfer pob amcan, sut ydych chi'n mynd i symud i ffwrdd o'r arfer o ddim ond gwneud rhywbeth sy'n cwrdd â'r amcan, ac yn hytrach, ddangos eich bod yn cymryd camau sy'n macsimeiddio eich cyfraniad i bob un o'r nodau? Yn hytrach nag edrych ar y mater mewn dull traddodiadol, cyffredinol, ydych chi wedi edrych ar y diffiniad ar gyfer pob un o'r nodau i ehangu eich dealltwriaeth o lesiant ar gyfer y mater hwn a'r cyfleoedd a allai fod ar gael ar gyfer cwrdd â'r nodau hyn drwy bob un o'ch nodau? Pa mor dda ydych chi'n deall y cyfraniad a wneir gan eich sefydliad ar hyn o bryd i'r nod hwn? Ac a ydych chi'n deall pa mor wahanol yw'r cyfraniad sydd angen i chi ei wneud i ddwyn yr amcan hwn yn ei flaen?

Sut fedrwyd chi gynllunio'r hyn sy'n digwydd mewn mannau eraill yn eich sefydliad, y strategaethau a'r cynlluniau ar lefel rhanbarthol a chenedlaethol, i gysylltu ag eraill wrth gyflawni'r nod hwn? Mae eich cynllun drafft yn cynnwys cysylltiadau rhwng gwahanol nodau llesiant y sefydliad, ond ydych chi eto wedi cydnabod y rhwystrau a'r tensiynau sydd wedi codi a pha gamau y gallwch chi (neu eraill) eu

cymryd i'w dileu? Pwy arall sydd ei angen o gwmpas bwrdd y BGC i'ch helpu i gydgyssylltu'r broses o wneud penderfyniadau a gwella llesiant ar gyfer y mater hwn?

- **Ymgyfraniad:** Mae fy adborth ar eich asesiad lleol yn cydnabod y gwaith caled a'r ystod eang nodedig o bobl a ymgyfrannodd, a gwn eich bod wedi parhau gyda hyn dros yr ychydig fisoedd diwethaf. Rwyf yn awyddus i weld ffocws parhaus yn cael ei ddangos ar hyn gan bob BGC. Sut yr ydych yn cymryd camau i ddeall profiadau bywyd pobl yn eich ardal a sut mae hyn yn llunio eich gweithredu? Sut yr ydych yn ymroi i ennyn ymgyfraniad pobl yn eich penderfyniadau? Sut fedrwch chi gydweithio gydag aelodau'r gymuned wrth gwrdd â'r camau hyn? Fel gyda Bwrdd Gofal Cymdeithasol Cymru, pa ddewisiadau sydd yna i ennyn ymgyfraniad pobl a phrofiad o fywyd go iawn ar Fyrddau a grwpiau partneriaeth?

Dylai'r cyngor hwn gael ei gymryd ar bob lefel gan FGCau, ond rwy'n gwerthfawrogi bod pob BGC wedi mabwysiadu gwahanol agweddau wrth ddrafftio'u hamcanion llesiant. Gwn eich bod yn gweithio'n agos gyda BGC Sir Benfro a Sir Gaerfyrddin a bod hyn wedi bod yn fanteisiol ar gyfer rhannu dysgu. Rwyf wedi nodi yn fy holl gyngor hyd yn hyn bod cael ymwybyddiaeth o'r hyn sy'n digwydd yn rhanbarthol, yn genedlaethol a rhyngwladol yn medru darparu cyfleoedd ar gyfer cydweithio. Bydd angen i chi ystyried ble mae gweithio gydag eraill yn eich helpu i facsimeiddio eich cyfraniad i'r saith nod llesiant.

Dylai eich arweinyddiaeth yn y BGC hefyd fod yn treiddio i mewn i'ch sefydliad ar bob lefel. Fel yr awgrymir gan fy adroddiad ar yr asesiadau llesiant, mae'n bwysig ein bod yn rhoi'r gorau i edrych ar FGCau fel pwyllgorau sy'n cael eu harwain gan awdurdod lleol, gyda BGCau yn adeiladu cyd-ddealltwriaeth a pharch tuag at broffesiynau ei gilydd. Gall Cadeirydd y BGC, sut a ble mae cyfarfodydd yn cael eu cynnal a sut mae'r BGC yn cael ei gynorthwyo i gyd newid dulliau o feddwl a chaniatáu her iachach i fusnes-fel-arfer.

Rwyf yn ymwybodol eich bod yn ystyried pa drefniadau partneriaeth fyddai orau ar gyfer cyflwyno'r camau hyn. Er ei bod yn dda i glywed bod gennych strwythurau partneriaeth yn eu lle, gan dynnu ar adnoddau sefydliadau lleol, mae'n bwysig bod y cynrychiolwyr hyn yn deall yr hyn y maent yn ei gyfrannu i'r saith nod. Clywaf fod hwn yn hynod berthnasol i reolwyr y rheng ganol, sydd efallai'n ymdrechu i gyfaddawdu fframweithiau presennol gyda'r Ddeddf. Mae gen i rôl i adnabod a lliniaru rhwystrau, fel sydd gennych chithau - fel uwch arweinyddion - yn y gwaith o herio eich rheolwyr i weithio'n wahanol a'i gwneud 'yn ddiogel i fethu'. Ymddengys bod cael ymrwymiad uwch arweinyddion yn y cyfnod cynnar, a hyn ar lefel aml-asiantaeth, yn galluogi'r BGC i gael gwell adnoddau, ac, yn anorfod, yn caniatáu ar gyfer gwell integreiddio rhwng sefydliadau, adrannau a materion. Er mwyn perchenogi'r cynllun hwn yng ngwir ystyr y gair, a sicrhau bod y camau yr ydych yn eu cymryd yn cael eu deall, ac yr ymgymerir â hwynt gan gyrff sy'n aelodau o'r BGC, efallai y byddech yn dymuno ystyried trefniadau gwaith agosach, tîm rhithwir aml-asiantaeth ag uwch arweinydd neu secondiadau mwy ffurfiol a chyd-leoli. Mae yna nifer o adnoddau a allai fod yn ddefnyddiol, megis [Designing Multi-Agency Partnerships; Leading Culture Change](#); ac mae'r rhan fwyaf o FGCau yn ystyried sut y maent yn cyflawni'r pethau hyn, gyda BGCau Cwm Taf a Gwynedd/Môn yn gwneud peth

gwaith yn y maes hwn. Er bod strwythurau partneriaeth yn bwysig, rydych chi, pobl mewn sefyllfaoedd arweinyddion, yn hollbwysig fel sbardunwyd y newidiadau sydd eu hangen.

### ***Cyngor ar sut y gallech gymryd camau i gwrdd â'ch amcanion drafft:***

Gallaf weld eich bod wedi defnyddio'r blaenoriaethau posibl a nodwyd yn eich asesiad llesiant i bennu eich amcanion (eich nodau) drafft a'ch syniadau cychwynnol ar y camau y gallech eu cymryd fel BGC. Fel y dywedais yn fy adborth ar yr asesiad, credaf y byddai dehongli'r rhain yng nghyd-destun Ceredigion yn ddefnyddiol i egluro pam mae'r nod mor bwysig i chi. h.y. dangos eich gwaith. Er enghraifft, siaradoch â fy nhîm am bwysigrwydd cydnerthedd mewn sir â'i phoblogaeth yn wasgaredig, felly pa dystiolaeth leol a ddefnyddiwyd gennych (neu y byddwch yn ei defnyddio) i ddeall meysydd penodol ymyriadau ataliol llwyddiannus? Pa wasanaethau lleol gaiff eu heffeithio os byddwch yn ailgyfeirio buddsoddi? Er enghraifft beth fydd galluogi pobl i greu a manteisio ar gyfleoedd a chwrdd â heriau drwy gydol eu bywydau'n ei olygu'n benodol i Geredigion? Oes yna dueddiadau hirdymor ar gyfer cymunedau arbennig y credwch y byddant yn gwaethygu os na fyddwch yn gweithredu? Pa gymunedau fyddai'n elwa a sut? Beth fedrwyd chi ei wneud yn wahanol sy'n cyfrannu at bob un o'r saith nod? Dywedasoch hefyd wrth fy nhîm y bydd y gweithrediadau tymor byr a ddrafftwyd gennych yn trwytho gweithrediadau hirdymor, ond rwyf wedi nodi drwy gydol y cyngor hwn bod yn rhaid i chi ddangos eich bod wedi ystyried y tueddiadau hirdymor a buaswn yn eich cyngori i gadw'r weledigaeth o'ch amcanion drafft fel nod hirdymor ar gyfer Ceredigion.

Awgrymaf eich bod yn gweithio gyda'ch gilydd i wneud y pethau hyn yn fwy eglur yn eich cynllunio llesiant neu ddatgan pam nad yw'r atebion gennych chi eto a beth yr ydych yn bwriadu ei wneud ynglŷn â'r peth. Deallaf y byddwch yn parhau i weithio ar hyn drwy gydol y flwyddyn nesaf, a bwriad fy nghyngor yw rhoi syniadau, gwybodaeth a chysylltiadau i chi a allai fod o help.

- ***[Cydnerthedd Cymunedol: Galluogi cymunedau i ddod yn llewyrchus, cynaliadwy a chysylltiedig drwy gynorthwyo trawsffurfriad rhagolygon economaidd: Gwella seilwaith ffisegol a digidol i gynorthwyo datblygu economaidd, yn cynnwys cartrefi addas a fforddiadwy.](#)***

Mae'r camau drafft tymor byr, canolig a hirdymor yr ydych wedi eu nodi hyd yn hyn yn ymwneud â'r BGC yn symud y rhwystrau a fedr lesteirio mentrau cymunedol entrepreneuriaidd; defnyddio asedau'r sector cyhoeddus a chaffael er lles y gymuned, a sicrhau bod seilwaith yn cyd-fynd ag ymagweddau sy'n seiliedig yn y gymuned. Dywedodd eich asesiad llesiant, er bod diweithdra'n isel, bod chwarter y bobl yn hunangyflogedig a bod llwyddiant gyrfaoel yn ymddangos fel petai'n fater o bwys yng Ngheredigion. Nodwyd tldi mewn-gwaith fel mater lleol a nododd eich ymgysylltiad bod pobl yn pryderi am eu hincwm yn y dyfodol. Cafodd fforddiadwyedd tai, fel mewn ardaloedd eraill yng Nghymru, ei nodi fel problem arbennig mewn rhai ardaloedd lle mae rhent yn uchel, ac rydych wedi nodi bod llawer o bobl ifanc yn gadael Ceredigion i fanteisio ar gyfleoedd mewn mannau eraill - [tueddiad a welir ar draws Cymru.](#)





Mae'n galonogol i weld eich bod wedi ystyried sut y gallwch weithredu fel sefydliadau i gwrdd â'r nod hwn a dylech barhau i wneud hyn yng nghyd-destun y saith nod llesiant. Sut fedr eich gweithdrefnau caffael facsimeiddio'ch cyfraniad i'r nod o fod yn gyfrifol yn fyd-eang yng Ngheredigion? A fedr polisiau eich sefydliadau ymroi i helpu busnesau lleol cynaliadwy, cwtdogi ar gludo nwyddau, yn hytrach na ffocysu ar gost yn unig? Mae [Fforwm y Dyfodol](#) wedi cyhoeddi adroddiadau ar hyn ac mae fy swyddfa'n gweithio gyda [Gwerth Cymru](#) ar brosiect peilot yn ymwneud â chaffael cynaliadwy yng nghyd-destun y Ddeddf. Sut fedrwch chi hyrwyddo cydraddoldeb? Sut fedr eich sefydliad ymroi i ehangu'r iaith Gymraeg yn eich ardal? Gwnaeth Alun Davies AC ddatganiad yn ddiweddar ar [ariannu ar gyfer tyfu busnesau bach dwyieithog](#) er mwyn cynyddu amlygrwydd Cymraeg yn ein cymunedau. Wrth ymroi i alluogi entrepreneuriaeth a thwf, beth am gyflwyno mentrau sy'n mynnu bod pobl yn sefydlu mentrau cynaliadwy sy'n maxsimeiddio'u cyfraniad i'r saith nod?

Dylech hefyd ystyried pwy arall a allai fod arnoch angen ennyn eu hymgyfraniad wrth gwrdd â'r amcan drafft hwn, megis busnesau, Prifysgol Aberystwyth a Choleg Ceredigion. Pa gyfrifoldebau cymdeithasol a fabwysiadwyd gan y sector preifat yn yr ardal? Sut mae busnesau'n dod at ei gilydd i sbarduno newid cadarnhaol, hirdymor ac a oes gan y BGC unrhyw ddylanwad yn hyn o beth? Pa gyfleoedd y gellir eu cynnig i fentrau cymunedol sy'n egino drwy gydweithio rhwng y BGC a'r sector preifat a darparwyr addysg? Pa ymchwil sydd wedi ei wneud ar yr economi lleol?

Mae eich asesiad yn cydnabod yn gywir bod dyfodol gwaith yn ansicr. Mae swyddi sy'n bodoli nawr yn rhai nad oedd neb wedi clywed amdanynt pan adewais i'r ysgol a bydd hyn hefyd yn wir am ein plant. Mae'r [adroddiad Dyfodol Gwaith](#) yn rhagweld y bydd 65% o blant sydd yn awr yn cychwyn yr ysgol yn dod o hyd i swyddi fel oedolion nad ydynt hyd yn oed yn bodoli ar hyn o bryd. [Ac yn ôl McKinsey](#), gallai technoleg awtomeiddio 45% o'r tasgau y mae pobl yn cael eu talu i'w gwneud ar hyn o bryd. Sut ydych chi wedi ystyried y tueddiadau hirdymor hyn wrth benderfynu ar eich camau a galluogi pobl i addasu eu sgiliau ar gyfer ennill bywoliaeth yn y dyfodol?

Fel mae eich asesiad yn cydnabod, bod rhan fwyaf o bobl yng Ngheredigion, ar hyn o bryd, yn ennill bywoliaeth drwy amaeth, iechyd a gofal, a thwristiaeth; proffesiynau sydd wedi eu hadnabod fel y rhai lleiaf tebygol o gael eu hawtomeiddio yn y dyfodol. Gan fod hyn yn fanteisiol i chi, sut fedrwch chi weithredu yn awr, fel darparwyr gwasanaethau cyhoeddus, i annog dysgu a swyddi yn yr economi sylfaenol, o gwmpas gofal lleol, manwerthu a diwydiannau bwyd? Sut fedrwch chi weithio gyda cholegau a'r brifysgol i sicrhau bod myfyrwyr yn ennill sgiliau ar gyfer y dyfodol? Mae [adroddiad diweddar gan Sefydliad Joseph Rowntree](#)'n amlygu gwerth yr economi cymdeithasol wrth greu swyddi, gan gryfhau sgiliau a chyflogadwyedd; ac mae gennych sylfaen ar gyfer hyn eisoes yng Ngheredigion.

Buaswn hefyd yn eich cynghori i werthfawrogi'r dylanwad sydd gennych dros sefydliadau eraill. Mae cael y seilwaith digidol a ffisegol priodol yn amlwg yn mynd i fod yn bwysig yn y dyfodol, ac ar y cyfan, mae'r ymatebwyr i'ch arolwg wedi enwi gwell mynediad i dderbyniad symudol a'r rhyngwyd fel y cyntaf a'r trydydd peth a fyddai'n eu gwneud yn hapusach, mewn perthynas â mynediad i wasanaethau. Sut fedr y BGC



ddefnyddio'u dylanwad yn hyn o beth i herio'r sefyllfa bresennol? Pa gyfleoedd sydd yna o gwmpas trafniadaeth gymunedol a theithio llesol? Os ydyw hyn yn ddyhead hirdymor i'r BGC, sut fedrwyd chi weithio gyda chymdeithasau tai, cynllunio a materion eraill, i sicrhau bod cymunedau sy'n cael eu datblygu yn rhai addas ar gyfer y dyfodol? Mae'r seilwaith yn effeithio'n arbennig ar y rhai sydd fwyaf ar wahân yn yr ardal, megis pobl hŷn a phobl dlawd. Er nad yw'n hawdd dod o hyd i ddatrysiadau, buaswn yn eich cyngori i gyfeirio at waith [y Comisiynydd Pobl Hŷn](#) ac at waith [Canolfan Cydweithredol Cymru ar gynhwysiant digidol](#) i ddeall profiadau bywyd y bobl sy'n wynebu'r rhwystrau hyn.

- ***[Cydnerthedd Cymunedol: Creu amodau fel y gall cymunedau gynorthwyo unigolion o bob cefndir i fyw bywydau boddhaol ac annibynnol: Datblygu a chynnal rhwydweithiau cymdeithasol, a chyfleoedd diwylliannol ac ieithyddol er mwyn gwella llesiant a chynnal annibyniaeth.](#)***

Mae'r camau tymor byr, canolig a hirdymor yr ydych wedi eu nodi yn ymwneud â deall cymunedau a'u hamrywiaeth yn well, ac â datblygu canolfannau a normaleiddio gweithgareddau sy'n cyfrannu at y gymuned. Mae eich asesiad yn gywir yn y modd y mae'n cydnabod bod ysbryd diwylliannol, ysbryd treftadaeth a chymunedol Ceredigion yn ased, gyda rhwydweithiau'n dathlu'r iaith a chreadigrwydd. Canmolais eich asesiad llesiant am ennyn ymgyfraniad pobl a chymunedau, ond nodais hefyd ddiffyg dehongli rhwng gwahanol rannau o Geredigion. Mae'r amcan hwn yn rhoi cyfle i fynd i'r afael â hyn a'ch helpu i ddeall yr asedau, y cyfleoedd a'r rhwystrau i bobl sy'n helpu eu hunain ac yn gwella eu hamgylchiadau. Bydd deall profiadau bywyd pobl a gosod cyd-destun yr hyn a olygir gan fyw mewn cymuned arbennig nid yn unig yn eich helpu i alinio gwasanaethau, ond hefyd yn eich annog i ystyried sut y gallwch gyfrannu at Geredigion fwy cydradd. Mae gan y trydydd sector hefyd wybodaeth ddefnyddiol ar hyn, ac mewn rhai ardaloedd, maent wedi eu hariannu i weithredu fel cydlynwyr cymunedol ar gyfer pobl hŷn - gan eu cysylltu â gweithgareddau lleol a gwasanaethau yn eu hardal a'u helpu i barhau i fod yn weithgar ac iach. [Cynhyrchodd CGGC wybodaeth ehangach](#) ar y modd y mae'r trydydd sector yn chwarae rôl wrth gyfrannu at y saith nod llesiant.

Rydych wedi cychwyn cydnabod y cysylltiadau rhwng eich holl amcanion drafft a buaswn yn eich cyngori i wneud yn glir yn eich cynllun llesiant sut yr ydych wedi ystyried integreiddiad eich camau a'ch gwasanaethau. Er enghraifft, mae'r amcan hwn yn cysylltu â'r amcan uchod ac ag adeiladu cydnerthedd unigol. Gallai agor tir ac adeiladau i'r gymuned fod yn ddull o annog gwiredi llawer o fanteision. Ar draws y DU, mae caledi wedi golygu bod adeiladau, tir a gwasanaethau wedi cael eu trosglwyddo i fod yn eiddo i'r gymuned ac, mewn llawer achos, mae hyn wedi cynyddu llesiant y bobl sy'n ymgyfrannu. Mae [Gweithgor Asedau Cenedlaethol Cymru](#) wedi cadw rhai enghreifftiau y byddwch efallai yn dymuno eu harchwilio, ond mae yna lawer o sefydliadau sy'n annog gwneud gwell defnydd o dir ac asedau sy'n eiddo i'r cyhoedd, megis ['Shared Assets'](#), ['Nurture Development'](#) a [Locality](#), gyda'r bwriad o annog cymunedau i ffynnu.

Wrth ddangos sut yr ydych yn maximeiddio eich cyfraniad i'r saith nod, gallech ddefnyddio [strategaeth Cyngor Celfyddydau Cymru](#) sy'n amlinellu rhai o'r manteision iechyd, cydlyniant a sgiliau i'r boblogaeth sy'n



deillio o weithgareddau creadigol. Mae'r [Rhaglen Comisiynu Diwylliannol, a ariennir gan Gyngor Celfyddydau Lloegr](#) yn ymroi i helpu comisiynwyr gwasanaethau cyhoeddus i ddeall sut y gallant wella canlyniadau drwy integreiddio celfyddyd a gweithgareddau diwylliannol i ystod o wasanaethau, yn cynnwys iechyd meddwl a llesiant, pobl hŷn a chomisiynu seiliedig ar le. Os nad ydych wedi gwneud hynny eisoes, gall ennyn ymgyfraniad sefydliadau Cymraeg eu hiaith a swyddfa [Comisiynydd yr Iaith Gymraeg](#) eich helpu i facsimeiddio eich cyfraniad i'r nodau fel BGC.

Rwyf wedi argymhell bod BGCau yn twrio'n ddyfnach i mewn i ddata i drwytho eu cynlluniau llesiant ac rwyf yn croesawu eich nod i ymroi i ddeall eich cymunedau'n well. Buaswn yn cynghori pob un o'ch sefydliadau i ymrwymo i Safonau Cyfranogaeth Cenedlaethol a gall Cyfranogaeth Cymru gynorthwyo eich swyddogion i ennill y sgiliau hanfodol ar gyfer ymgyfrannu'n effeithiol ac ystyrlon. Gallai Rhwydwaith Cydgynhyrchu Cymru eich helpu i adnabod ac ennyn ymgysylltiad arweinyddion cymunedol; cysylltwch â'r Cyfarwyddwr, Mark John-Williams am ragor o gyngor.

Mae'r rhan fwyaf o bobl yn ymgyfrannu'n unig mewn rhywbeth sy'n effeithio'n uniongyrchol arnynt hwy, eu teulu neu'r man lle maent yn treulio amser ac yn aml gall hyn arwain at ganlyniadau llawer mwy fel y dengys y gwaith a wnaed gan ['Nurture Development' Datblygu Cymuned sy'n seiliedig ar Asedau](#). Mae'r [astudiaeth 'Lle Dwf'n' yng Nghanolfan Adfywio Rhagoriaeth Cymru yn Nhredegar](#) yn rhoi tystiolaeth o'r modd y mae dealltwriaeth o le yn medru bod yn fanteisiol iawn i lesiant.

Ydych chi wedi ystyried hefyd sut y gallai pobl fod yn dymuno ymgyfrannu yn y dyfodol? Pa fath o newidiadau y gellid bod angen eu gwneud i systemau sefydliadol a pholisïau i alluogi pobl i gyfranogi ymhellach mewn cymunedau a llunio gwasanaethau lleol? Ar hyn o bryd, dengys ymchwil bod plant rhwng 5 a 16 mlwydd oed yn gwario, ar gyfartaledd, chwe awr a hanner o flaen sgrin yn ddyddiol; [28% o bobl ifanc yn defnyddio cyfryngau cymdeithasol fel eu prif ffynhonnell newyddion](#); [43% o bobl a anwyd rhwng 1980 a dechrau'r 2000au yn cael eu gyrru i wneud cyfraniadau ariannol drwy sianelau cymdeithasol](#); [ac yn ôl arolwg ONS 2017](#), 87% o oedolion yng Nghymru, yn ddiweddar, wedi defnyddio'r rhyngwrwyd (hynny yw yn ystod y tri mis diwethaf). Er bod rhai pobl ar hyn o bryd heb fod ar-lein, a bod angen amlwg am ymagwedd wedi ei theilwra, mae yna gyfle gwirioneddol i ymgysylltu â phobl yn y dull sydd fwyaf cyfleus iddynt hwy ac sy'n rhan o'u bywyd bob dydd, yn hytrach na bod yn dasg ychwanegol iddynt.

Mae "Sir Fynwy Agored" (<https://monmouthshire.madeopen.co.uk/>) yn enghraifft o lwyfan ar-lein sydd wedi rhagweld sut y gallai pobl gyfrannu tuag at wella'u hardal yn y dyfodol, gyda chyfleoedd i rannu syniadau, i ofyn am farn y gymuned, cychwyn prosiect a chwilio am wirfoddolwyr neu adnoddau. Byddai Matthew Gatehouse, sy'n gweithio gyda BGC Sir Fynwy, yn medru eich helpu i rannu eu gwybodaeth gyda chi ar sefydlu'r wefan hon.

Mae'r syniad o 'ganolfannau cymunedol' yn dod yn fwy eang ac mae enghreifftiau megis [Bromley by Bow Centre yn Nwyrain Llundain](#); [Leeds Neighbourhood Networks](#) a [Gofal Solfach](#) yn dangos mentrau arloesol

sy'n ffocysu ar anghenion y gymuned yn gyntaf ac yn integreiddio gwasanaethau i wella llesiant. Ni fyddwch yn synnu i glywed bod Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus hefyd yn ystyried gosod amcanion o gwmpas ymgysylltu, datblygu/cynnal rhwydweithiau cymdeithasol cryf, meithrin y syniad o berthyn a llunio gwasanaethau. Yn arbennig, efallai y byddwch yn dymuno rhannu syniadau gyda BGC Bro Morgannwg; Sir Gaerfyrddin; Casnewydd a Phowys, sydd wedi rhoi amcanion drafft tebyg i mi.

- [\*\*\*Cydnherthedd Cymunedol: Creu cymunedau sy'n gyfrifol yn amgylcheddol ac yn ddiogel a fedr addasu i effeithiau newid hinsawdd: Cynorthwyo cymunedau i wella'u perthynas â'r amgylchedd naturiol a pharatoi ar gyfer digwyddiadau tywydd eithafol\*\*\*](#)

Mae'r camau tymor byr, canolig a hirdymor yr ydych wedi pennu hyd yn hyn yn cynnwys creu asesiad o beryglon newid hinsawdd i Geredigion er mwyn deall newid hinsawdd ar lefel leol a chynyddu ymgysylltiad/dealltwriaeth gymunedol; hybu cynaliadwyedd cymunedol a chyfrifoldeb, a gwarchod a gwella asedau naturiol Ceredigion. Fel sir ag amrywiaeth o gynefinoedd naturiol neilltuol, tirluniau, tir amaethyddol, traethau ac arfordir hyfryd, mae eich asesiad yn iawn i gydnabod bod yr amgylchedd yn brif ased i chi yng Ngheredigion. Fel y dywedoch, mae natur wledig Ceredigion yn allweddol ar gyfer twristiaeth, lliniaru effeithiau tywydd eithafol a newid hinsawdd, gan greu gweithgareddau hamdden a chwarae. Buaswn yn eich cyngori i feddwl am eich rolau chi eich hunain yn y gwaith o warchod yr amgylchedd hwn ar gyfer cenedlaethau'r dyfodol, y bydd angen iddynt fod yn glir yn y camau yr ydych yn eu cymryd i gwrdd â'r amcan hwn. Bydd hwn yn cynnwys sut yr ydych yn cynllunio, dylunio a lleoli datblygu yn y dyfodol (fel rhan o'ch Cynllun Datblygu Lleol), adeiladau, seilwaith a manau agored cyhoeddus a chymunedol eraill. Mae adroddiad diweddar [Prydain Ddi-garbon 'Making it Happen'](#) yn nodi'r cyfrifoldebau sy'n eiddo i ni i gyd am genedlaethau'r dyfodol a bod angen i ni weithredu ar newid hinsawdd yn awr. Gyda'ch gilydd mae gennych hefyd lawer o ystâd y sector cyhoeddus a llais yn y modd y mae adeiladau lleol yn cael eu dylunio a'u hadnewyddu. Byddwch chi fel BGC ar eich hennill o ystyried pa mor 'wyrdd' yw'r adeiladau hyn, yn nhermau effeithlonrwydd ynni ac adeiladu cynaliadwy. Mae [adroddiad diweddar Ymddiriedolaeth Bywyd Gwylt Cymru](#) ar seilwaith gwyrdd, yn amlinellu sut mae seilwaith gwyrdd yn darparu ystod eang o fanteision economaidd, cymdeithasol ac amgylcheddol profedig, pendant a chost-effeithiol.

Beth fedrwch chi ei wneud, fel Prif Weithredwr, Cadeirydd neu Arweinydd, yn awr i liniaru effeithiau colli ein hamgylchedd a bod yn fwy cyfrifol yn fyd-eang? Er mai cymharol isel yw maint yr allyriadau y mae'r sector cyhoeddus yn gyfrifol amdano, rydych mewn sefyllfa unigryw i ddylanwadu'n llawer ehangach ar allyriadau mewn meysydd megis trafndiaeth, ynni, y defnydd o dir a chaffael. Yn ddiweddar ymrwymodd Llywodraeth Cymru i sicrhau bod y sector cyhoeddus yn garbon niwtral erbyn 2030 ac maent wedi cyhoeddi [Galwad am Dystiolaeth](#) i archwilio'r mecanweithiau mwyaf effeithiol ar gyfer gwireddu'r uchelgais hwn a'r gweithredu strategol priodol sy'n ofynnol. Buaswn yn eich annog i ystyried a chyfrannu cyn y dyddiad cau, sef 13eg Medi.

Cafodd rhannau o Geredigion eu heffeithio gan dywydd eithafol yn 2012 ac, achosodd y stormydd niwed arwyddocaol i Aberystwyth a'r ardal gyfagos yn 2014. Gan fod llawer o Geredigion yn arfordirol, sut ydych chi

wedi ystyried effaith hirdymor lefelau môr sy'n codi ar eich cymunedau? [Mae'r niwed blynyddol a ddisgwylir ar hyn o bryd i eiddo preswyl yng Nghymru yn £22 miliwn](#). Gallai tywydd eithafol hefyd achosi sychder yn yr haf, sy'n golygu prinder dŵr, bioamrywiaeth sy'n dirywio gan effeithio yn ei dro ar amaeth - un o bileri llesiant economaidd yn eich ardal. Sut ydych chi'n defnyddio senarios hirdymor i fodelu'r hyn a allai ddigwydd i'r cymunedau hyn petai eu strydoedd, trefi a pharciau ddim yno mwyach, neu petaent yn ymdrechu yn wyneb llai o adnoddau naturiol? Sut fedrech chi weithredu yn awr i gyfrannu tuag at atal y digwyddiadau hyn? Un enghraifft o fuddsoddi mewn amddiffynfeydd llifogydd yw'r cynllun Ardal Perygl Llifogydd Cwm Tawe Isaf, prosiect £6.7miliwn sy'n rhoi amddiffynfa i 284 o fusnesau a safleoedd diwydiannol ac sy'n cyflogi dros 10,000 o bobl.

Gan mai hybu cyfrifoldeb cymunedol yw un o'ch nodau drafft, credaf fod ennyn ymgyfraniad pobl wrth ystyried pa mor bwysig yw'r mater hwn yn allweddol os yr ydych i greu newid ac mae gan [NESTA](#) ganllaw ar gyfer gweithio gyda chymunedau i fynd i'r afael â newid hinsawdd. Mae prosiectau megis ['GlawLif' Dŵr Cymru](#) yn awgrymu dulliau y gallwn i gyd eu defnyddio i liniaru effeithiau llifogydd. Mae enghraifft eithafol yn cynnwys [Ynys Eigg yn yr Alban](#), lle mae'r gymuned yn cael effeithiau cadarnhaol ar eu hamgylchedd drwy gyflwyno a gofalu am gynlluniau ynni cymunedol adnewyddol, adeiladu busnesau cynaliadwy a gwella bioamrywiaeth. Gall y bydd deall potensial gwahanol gymunedau yn golygu ailgyfeirio adnoddau gyda'i gilydd, i ganiatáu i staff dreulio mwy o amser ar lawr gwlad yn ymroi i ddeall ac ymgysylltu â'u cymunedau mewn gwahanol rannau o'r rhanbarth i wneud newidiadau cadarnhaol i'r modd y mae cymunedau'n gweithio gyda'i gilydd ac yn rhagweld peryglon newid hinsawdd. Gan fod llawer o'r tir yn amaethyddol, pa gymorth y gallai fod ei angen arnynt hwythau hefyd i baratoi yn well a gwarchod eu tir rhag llifogydd? Sut fedr cydweithio gyda hwynt annog defnyddio tir mewn dull cyfrifol?

[Yn ddiweddar cyhoeddodd Llywodraeth Cymru](#) lefelau allyriadau carbon wedi eu hisrannu i lefelau Awdurdod Lleol. Mae gwella ansawdd aer a chynnal eich amgylchedd naturiol hefyd yn gofyn am ymgyfraniad preswylwyr. Sut fedrwch chi wrando'n well ar yr hyn sy'n eu hysgogi i ddefnyddio'u ceir, yn hytrach na theithio llesol? Sut fedrwch chi annog twristiaeth gynaliadwy yng Nghymru? Mae asedau amgylcheddol eich ardal yn wych, felly sut fedrwch chi gysylltu'r traethau, Llwybrau'r Arfordir, parciau, safleoedd o ddiddordeb arbennig ac arwyddocâd hanesyddol â chyfleoedd teithio llesol, trafndiaeth gyhoeddus ac, ar yr un pryd, fod yn fanteisiol i fusnes lleol? Mae hyn yn golygu ffocws seiliedig ar le wrth gynllunio a ffocws ehangach ar lesiant amgylcheddol, cymdeithasol a diwylliannol yr ardal - yn hytrach nag enillion economaidd yn unig.

Byddaf yn cynnal digwyddiad ym mis Tachwedd, mewn partneriaeth â Llywodraeth Cymru a Cyfoeth Naturiol Cymru: i archwilio sut fedr gwasanaethau cyhoeddus yng Nghymru ennyn ymgyfraniad pobl wrth gydweithio ac integreiddio'u gwaith, talu mwy o sylw i oblygiadau carbon hirdymor yn deillio o'u gweithgareddau, a helpu i atal effeithiau newid hinsawdd rhag gwaethygu ymhellach. Mae'r mwyafrif o FGCau, yn cynnwys BGCau Bro Morgannwg, Conwy/Sir Ddinbych, Blaenau Gwent a Phowys wedi gosod amcanion drafft tebyg.

- ***Cydnorthedd Unigol: Galluogi pob plentyn i gael y cychwyn gorau mewn bywyd: Cynorthwyo rhieni i baratoi drwy ymyrraeth gynnar, goresgyn anghydraddoldebau a hybu dysgu holistig.***

Mae'r camau drafft a nodwyd gennych yn cynnwys arfer cwmpasu ar fanteision cyd-leoli gwasanaethau rheng flaen, gan ddarparu model gweithle Ceredigion i adeiladu cydnorthedd a chynorthwyo'r blynyddoedd cynnar (yn y lle cyntaf ar gyfer staff ar draws sefydliadau BGCau) a sicrhau bod digon o adnoddau gan wasanaethau cyffredinol a'u bod yn cael eu defnyddio gan bawb. Gwelir beichiogrwydd a blynyddoedd cynnar bywyd yn aml fel 'mater iechyd' ond buaswn yn eich cynghori i gymryd camau ar unwaith tuag integreiddio gwasanaethau yn well, cyd-leoli timau, crynhoi adnoddau a gweithio mewn ffordd sy'n gwneud synnwyr i'r gymuned honno. Mae ennyn ymgyfraniad pobl wrth i chi ystyried sut, pam a ble yr ydych yn integreiddio gwasanaethau yn bwysig iawn.

Nid eich cyfrifoldeb chi yn unig yw galluogi pobl i gael cychwyn iach mewn bywyd, ond cyfrifoldeb y teuluoedd lle mae plant yn tyfu i fyny a'r cymunedau y maent yn byw ynddynt, yn ogystal â'r teuluoedd y maent hwy eu hunain wedyn yn rhoi cychwyn iddynt. Felly, wrth ystyried pa gamau y gallech eu cymryd, gallai gwaith y [Sefydliad Economeg Newydd](#) ar fuddsoddi mewn plant fod yn ddefnyddiol, gan ei fod yn amlgu'r angen i fynd i'r afael â llesiant materol a hefyd amgylchiadau allanol - megis tai, tlodi ac addysg - yn ogystal â llesiant seicolegol ac adnoddau mewnol. Rydych wedi adnabod, yn gywir, bwysigrwydd diwylliant a pherthyn ym mywyd plentyn; mae siarad Cymraeg a chael addysg gyfoethog mor bwysig ag iechyd corfforol wrth ystyried dyfodol plentyn. Bydd dangos sut yr ydych wedi ystyried gwahanol elfennau llesiant drwy'r saith nod yn eich helpu i integreiddio gwasanaethau gwell sy'n rhoi'r cychwyn gorau i blentyn.

Mae atal yn amlwg yn ganolog i'r nod drafft hwn ac mae hyn yn cychwyn gyda dealltwriaeth eich sefydliadau o effeithiau hirdymor cael y cychwyn gwaethaf mewn bywyd. Mae costau hyn yn enfawr, i fywyd yr unigolyn ac i wasanaethau cyhoeddus. [Amcangyfrifir y bydd gwasanaethau ymyrraeth hwyr ar gyfer pobl ifanc yn costio £17 biliwn y flwyddyn i Gymru a Lloegr](#) (£6 biliwn ar amddiffyn a diogelu plant, £5.2 biliwn ar droseddu ac ymddygiad gwrthgymdeithasol, £3.7biliwn ar anweithgarwch economaidd pobl ifanc, £680 miliwn ar absenoldebau a gwaharddiadau o'r ysgol, £610 miliwn ar anafiadau i blant a phroblemau iechyd meddwl, a £450 miliwn ar gamddefnyddio sylweddau ymhlith pobl ifanc). Mae mabwysiadu ymagwedd cylch bywyd cyfan fel y gwnaethoch yn eich asesiad yn gadarnhaol oherwydd gallai rhoi cychwyn iach mewn bywyd i blant ac annog rhieni i wneud dewisiadau iach eich helpu chi fel BGC i sefydlu'r achosion sydd wrth wraidd y mater a gweithredu. Hefyd gall deall profiadau pobl sydd wedi profi trawma yn eu bywydau, drwy ennyn ymgyfraniad plant a'u teuluoedd wrth lunio gwasanaethau, eich helpu i ddeall pobl, a'r problemau sy'n rhan o'u bywydau, mewn ffordd holistig - yn hytrach nag fel 'claf iechyd meddwl', neu 'ddefnyddiwr gwasanaeth sy'n camddefnyddio sylweddau'.

Fel gwasanaethau cyhoeddus rydym yn aml yn trin symptomau Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod, megis salwch meddwl, camddefnyddio sylweddau a chamdriniaeth ddomestig, yn hytrach na'r achosion sydd wrth eu gwraidd. Roeddwn o'r farn bod yr ymagwedd cylch bywyd cyfan yn eich asesiad llesiant yn



gadarnhaol wrth ddangos y gwasanaethau cyhoeddus sydd ar bobl eu hangen drwy gydol eu bywydau. Ond beth fedrwn ni ei wneud i effeithio ar Brofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod dros yr hirdymor a dod yn fwy ataliol? Byddaf yn disgwyl gweld yr wybodaeth hon yn cael eu harchwilio a'u defnyddio dros y flwyddyn sy'n dod i drwytho eich camau. Er enghraifft, mae delio â Phrofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod yn ymwneud llawn cymaint â chael gwasanaeth cyhoeddus sy'n ymwybodol o Brofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod ac adnabod ble mae wedi digwydd ag y mae i sicrhau bod y gwasanaethau mae teuluoedd yn eu cyrchu yn integredig. Yn y camau yr ydych yn eu cymryd, mae'n bwysig i adolygu mentrau sy'n ffocysu ar iechyd meddwl, camddefnyddio sylweddau, cyfiawnder troseddol, tai, gwasanaethau ac eraill i sicrhau eu bod yn ataliol, yn gydgyssylltiedig ac yn ymroi i wella sefyllfaoedd ar gyfer teuluoedd a rhieni'r dyfodol er mwyn atal y cylch rhag parhau i'r genhedlaeth nesaf.

Rwyf wedi bod yn gweithio'n agos gyda'r Comisiynydd Plant, i gynhyrchu pecyn cymorth ar fabwysiadu ymagwedd hawliau'r plentyn tuag at facsimeiddio cyfraniad i'r saith nod llesiant cenedlaethol. Mae'r pecyn cymorth hwn yn cael ei ddatblygu a'i brofi a bydd ar gael cyn bo hir. Byddai swyddfa'r Comisiynydd yn hapus i roi cyngor ar ymgysylltu â phlant a phobl ifanc a mabwysiadu ymagwedd wedi ei chanoli ar y plentyn. Hefyd, yn ddiweddar, gweithiodd Alyson Francis, Cyfarwyddwr Canolfan Cymorth Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod, gyda fy swyddfa i ysgrifennu atoch i amlinellu'r gwaith a wneir gan y Ganolfan a chynnig cymorth i'r BGCau i droi gwybodaeth a pholisi'n arfer. Gallai'r Ganolfan Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod hefyd weithredu fel man canolog lle gall BGCau rannu arfer, gan fod pob un o'r BGCau yng Nghymru, bron, wedi trafod y blynyddoedd cynnar, a phlant â Phrofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod yn eu hamcanion a'u camau drafft. Rydym yn gweithio gyda'r [Gyfnwidfa Arfer Da i redeg gweminar ar ddealltwriaeth o Brofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod ar y 7fed Tachwedd](#), a allai fod o fudd i chi wrth i chi ystyried eich camau ar gyfer yr amcan hwn.

- [\*\*\*Cydnherthedd Unigol: Galluogi pobl i fanteisio ar y cyfleoedd a chwrdd â heriau drwy gydol eu bywydau: Gwella sgiliau galwedigaethol a sgiliau bywyd, adeiladu hyder a galluogi pobl i ymateb yn gadarnhaol i newid.\*\*\*](#)

Mae'r camau drafft yr ydych wedi eu nodi hyd yn hyn yn cynnwys datblygu rhaglen hyfforddi BGC mewn sgiliau bywyd a chydnerthedd i staff; cyflwyno'r rhaglen i bawb a pharhau i hybu newid diwylliannol sy'n galluogi pobl i groesawu newid. Mae ymgyfraniad pobl yn natblygiad y rhaglenni hyn a chydweithio gyda 'rhai anarferol' i'w galluogi i fod mor effeithiol â phosibl yn ganolog i'r amcan hwn. Er enghraifft, gallai gweithio gyda sefydliadau addysg uwch ddarparu ymyriadau ymchwil ac enghreifftiau; mae gan y trydydd sector rwydweithiau defnyddiol mewn diwylliant, y celfyddydau a sefydliadau cymunedol.

Mae'r amcan hwn yn gysylltiedig ag adeiladu cydnherthedd cymunedol ac mae fy nghyngor ar ddatblygiad cymunedol seiliedig ar asedau hefyd yn berthnasol yn y cyd-destun hwn. Mae adroddiadau diweddar wedi awgrymu bod 'sgiliau bywyd' yr un mor bwysig yn y gweithle ac i lesiant â graddau da mewn arholiadau. Archwiliodd [adroddiad diweddar Ymddiriedolaeth y Tywysog Results for Life](#) pa mor werthfawr yw gwaith





tîm, cyfathrebu a hyder i bobl ifanc yn cychwyn yn y gweithle. Dylai patrymau gwaith sy'n newid dros yr hirdymor hefyd fod yn ein gorfodi i ystyried sut y gallai sgiliau bywyd fod yn bwysicach yn y dyfodol; ystyriwyd hyn yn ddiweddar mewn [blog Fforwm Economaidd y Byd](#), oedd yn gofyn 'beth yw ystyr gwaith?' Yn wir, mae'r [adroddiad Dyfodol Gwaith](#) yn awgrymu y bydd creadigrwydd, cysylltedd, cyfathrebu a datrys-problemau yn llawer pwysicach yn y dyfodol na gwybodaeth benodol, gyda mwy o waith yn seiliedig ar brosiectau, yn hytrach na chyflogaeth osodedig.

Rydych wedi nodi'r nod hwn drwy'r gydnabod yn eich asesiad y gall pethau fod yn heriol ar adegau allweddol mewn bywyd, megis person ifanc yn dod yn oedolyn, neu'r gallu ymhlith pobl hŷn, nes ymlaen mewn bywyd, i gyrchu cyfleoedd. Mae rhai ardaloedd gwledig yn Siapian a Chanada hefyd wedi profi gostyngiad yn nifer pobl ifanc yn eu poblogaeth, gyda llawer yn symud i ddinasoedd lle mae mwy o gyfleoedd. Awgryma'r [erthygl hon yn Fforwm Economaidd y Byd](#) y gallai'r ateb fodoli mewn mentrau cymunedol o'r gwaelod-i-fyny sy'n tanio twristiaeth yn yr ardal. Mae pobl ifanc yn ymfalchïo mewn dweud wrth eraill am eu treftadaeth ac fel y maent wedi cychwyn rhyw fusnes sy'n elwa o heidiau o dwristiaid, a hyn yn gysylltiedig â'ch nod drafft cyntaf.

Rydych hefyd wedi nodi poblogaeth gynyddol o bobl hŷn, gydag unigrwydd yn effeithio ar ddynion, dros 50 oed, yn byw ar eu pennau eu hunain. Sut fedrech chi fynd i'r afael â hyn dros yr hirdymor yn y camau yr ydych yn eu cymryd i wella ymgyfraniad pobl ym mywyd eich cymuned? Sut fedrwch chi ddefnyddio adnodd cyfunol eich 'staff ar lawr gwlad' i'ch helpu i adnabod unigrwydd cymdeithasol? Mae [Ymchwil ar Heneiddio'n Dda yng Nghymru](#) wedi dangos bod unigrwydd ymhlith pobl hŷn yn gysylltiedig ag iechyd meddwl neu gorfforol gwael; sut fedrwch chi facsimeiddio manteision ymgyfraniad i wella iechyd pobl hŷn yn eich ardal? Mae yna rai enghreifftiau da o brosiectau sy'n ymroi i ddwyn pobl at ei gilydd i ddysgu sgiliau newydd, cymdeithasu ac adeiladu eu cydnerthedd nes ymlaen yn eu bywydau, megis [Siediau Dynion Cymru](#), sy'n digwydd ar draws Cymru y gallai'r BGCau eu hannog a'u cynorthwyo. Mae gan FGCau eraill, megis Sir Gaerfyrddin, Sir y Fflint a Blaenau Gwent amcanion drafft neu flaenoriaethau tebyg.

- [\*\*\*Cydnerthedd Unigol: Galluogi pobl i fwy bywydau gweithgar, hapus ac iach: Cynorthwyo iechyd corfforol a meddyliol a gwella llesiant drwy hybu ymddygiadau iach.\*\*\*](#)

Mae eich gweithredu tymor byr, canolig a hirdymor a nodwyd gennych yn eich cynllun drafft yn cynnwys sefydlu cyfeiriadur o adnoddau a fframwaith atgyfeirio a phresgreibio cymdeithasol a gwyrdd; cyflwyno'r model wedyn i Geredigion gyfan a datblygu agenda atal i unigolion, megis gerddi cymunedol a ffyrdd gweithgar llesol o fwy. Fel gyda phob asesiad llesiant, darganfuwyd gennych fod rhai agweddau ar iechyd yn gwaethygu i bobl yng Ngheredigion. Yn arbennig, gordewdra ymhlith plant, materion iechyd meddwl sy'n cynyddu ymhlith plant ac ymddygiadau ffordd o fyw afiach yn cael eu mabwysiadu ymhlith oedolion a fedr achosi clefydau cronig ac arwain at ddiffyg annibyniaeth ymhlith pobl hŷn.



Drwy fabwysiadu ymagwedd cyfnodau bywyd yn eich asesiad llwyddoch i fynd beth o'r ffordd tuag at ddangos bod iechyd yn cael ei effeithio gan nifer o faterion cymdeithasol, economaidd, amgylcheddol, diwylliannol a genetig. [Er enghraifft, darganfu'r London School of Economics mewn adolygiad a wnaethpwyd ganddynt i Sefydliad Joseph Rowntree](#) bod plant mewn teuluoedd incwm-is yn profi canlyniadau gwaeth yn wybyddol, yn gymdeithasol-ymddygiadol ac yn eu hiechyd. Yn hollbwysig, dangosodd yr astudiaeth hon, bod hyn, yn rhannol, oherwydd eu bod yn dlotach, nid yn unig oherwydd bod incwm isel yn cydberthyn i nodweddion eraill yn y cartref neu nodweddion rhieni. Sut fedr y BGC gydweithio gydag eraill i wella llesiant economaidd teuluoedd ar draws y rhanbarth i wella agweddau eraill ar lesiant? Rwyf yn eich cynghori i ddangos eich bod yn maxsimeiddio eich cyfraniad i'r saith nod llesiant ym mhopeth yr ydych yn ei wneud; bydd hyn yn cychwyn herio busnes-fel-arfer ac yn eich helpu i symud tuag at ymagwedd fwy ataliol fel BGC. Er enghraifft, adnabu eich asesiad bod gordewdra ymhlith plant yn cynyddu a dywed hefyd, ag ystyried bod hon yn sir wledig, mai cyfleusterau syndod o wael sydd yna ar gyfer plant. Sut fedr y BGC weithredu yn ddiymdroi ar hyn i alluogi plant a phobl ifanc i gymryd rhan mewn ymarferion corfforol mewn amgylcheddau adeiledig a naturiol?

Mae gan Geredigion hefyd bobl sy'n profi problemau iechyd meddwl. Mae oddeutu 50% o bobl â phroblemau iechyd meddwl parhaus yn dangos symptomau erbyn iddynt gyrraedd 14 mlwydd oed, a llawer pan fyddant yn llawer ieuengach. Os ydy'r symptomau'n bodoli pan fydd plentyn mor ifanc, beth ellir ei wneud i atal problemau nes ymlaen mewn bywyd? Os gwyddom fod y GIG ar gyfartaledd yn gwario dros £21 miliwn ar bresgripsiynau gwrth-iselder, sut fedrwn ni weithredu'n gynt? [Darganfu Adroddiad Plentynod Da Cymdeithas y Plant 2017](#) bod hapusrwydd plant ar ei isaf ers 2010 a bod hyn yn rhannol am eu bod yn ofni trosedd. Mae [Caerdydd wedi treialu gwersi iechyd meddwl i blant](#) ac mae adroddiad newydd oddi wrth Respublica a Barnado: [Making young minds matter](#) yn amlinellu ymyriadau cynnar (megis cwnsela yn yr ysgol yng Nghymru) a fedr gael effaith cadarnhaol ar iechyd meddwl. Buaswn yn eich cynghori i ennyn ymgyfraniad plant a phobl ifanc yn y broses o ddeall unrhyw faterion sy'n ymwneud â chyrchu'r gofal a'r cymorth priodol, dylunio gwahanol wasanaethau a gwerthuso effeithiau'r ymagwedd hon. Dim ond drwy ddeall profiadau bywyd pobl fedrwn ni ddylunio gwasanaethau sy'n addas ar gyfer cenedlaethau presennol a chenedlaethau'r dyfodol. Mae'r astudiaethau achos [a gynhwysir yn yr adroddiad hwn gan Locality](#) yn dangos y costau ariannol a chymdeithasol sy'n deillio o beidio mabwysiadu'r ymagwedd holistig ac ataliol hon tuag at fywydau pobl.

Awgryma tystiolaeth bod galluogi pobl i wneud dewisiadau iach yn gysylltiedig â'u statws economaidd, eu hamgylchedd a sut y maent yn cysylltu ag eraill. Bydd cydweithio gyda'r 'rhai anarferol' ac ennyn ymgyfraniad pobl yn y modd yr ydych yn cymryd camau i gwrdd â'r nod hwn yn eich galluogi i facsimeiddio eich cyfraniad i'r saith nod llesiant. Er enghraifft, beth yw rôl diwylliant mewn galluogi plant ac oedolion i fyw bywydau iachach? Sut allai pobl gymryd rhan mewn gweithgareddau diwylliannol i helpu i reoli eu hiechyd? Mae peth o hwn yn ymwneud ag annog newid ymddygiad yn eich poblogaeth, sydd yn ôl llawer o adroddiadau'n 'glynu' pan fydd pobl yn ymgyfrannu mewn gweithgareddau cymdeithasol a diwylliannol gyda'i gilydd; er enghraifft, darganfu'r adroddiad Nudjed ['Behaviour Change is a Team Sport'](#) bod cael pobl at

ei gilydd yn cynyddu patrymau ymarfer corff. Mae eu gwaith wedi cynnwys gweithio'n llwyddiannus gyda mamau ifanc yng Nghymoedd De Cymru i ennyn eu hymgyfraniad mewn gweithgaredd mwy corfforol. Eto, mae hwn yn gyfle i wella mynediad i weithgareddau diwylliannol a hybu treftadaeth, defnyddio'r iaith Gymraeg ac annog pobl i ddod at ei gilydd o gwmpas achos lleol. Buaswn yn cynghori'r BGC i ddarganfod ac ennyn ymgyfraniad y rhwydweithiau presennol hyn, adeiladu ar eu llwyddiannau, ac annog actifyddion cymunedol sy'n bodoli eisoes. Yn hyn o beth, dylech ystyried pa rôl y mae'ch Cynghorau Cymuned yn chwarae wrth gymryd camau i'ch helpu chi.

Mae eich asesiad yn cydnabod gwerth cyrchu manau agored gwyrdd i iechyd corfforol a meddyliol. Amcangyfrifir bod y manteision i iechyd o fyw â golygfa o fan agored gwyrdd yn werth i fyny at £300 y person y flwyddyn. Mae [Coed Actif Cyfoeth Naturiol Cymru](#) wedi dangos yr ystod o effeithiau cadarnhaol y gall cerdded yn gyson yn yr amgylchedd naturiol, mewn grŵp, ei gael ar iechyd a llesiant. Gyda sesiynau o'r fath yn Aberystwyth ac Aberteifi a llawer o amgylcheddau naturiol ag angen eu gwarchod, sut fedr mentrau fel Coed Actif gael eu hehangu a gweithio mwy gyda gwasanaethau iechyd yn yr ardal i gael llawer o ganlyniadau cadarnhaol?

Fel y cyfryw, gall modelau presgreibio cymdeithasol gael llawer o fanteision, megis cymryd rhan mewn dosbarthiadau ymarfer corff a fedr leihau arwahanrwydd cymdeithasol ymhlith pobl hŷn, yn ogystal â helpu i'w hatal rhag syrthio. Mae'r [astudiaeth hon ar bresgreibio cymdeithasol ym Mryste](#), yn rhoi gwybodaeth ar wahanol fodolau ac mae'n rhoi peth mewnwelediad i'r gwelliannau mewn iechyd meddwl ac iechyd yn gyffredinol. Dangosodd rhaglen ddogfen ddiweddar y BBC '[The doctor who gave up drugs](#)', sawl enghraifft o'r modd y gall ymagwedd amgen tuag at bresgreibio tabledi gael effaith fwy holistig, cadarnhaol sy'n para am amser hir, ar fywyd rhywun - gyda phobl yn dod yn fwy ffit yn gorfforol ac yn fwy iach yn feddyliol heb ddibynnu ar bresgripsiynau. Mae'n beth cadarnhaol i weld bod hyn wedi ei gychwyn drwy wasanaethau Iechyd Naturiol Ceredigion a buaswn yn annog y BGC i ddefnyddio'r pum dull o weithio i herio ailddefnyddio adnoddau a chefnogi mentrau eraill tebyg.

BGCau eraill sy'n edrych ar bresgreibio cymdeithasol/gwyrdd a gwell iechyd yw BGCau Conwy/Sir Ddinbych, Sir Fynwy a Phowys.

**Gobeithiaf eich bod o'r farn fod y cyngor hwn yn ddefnyddiol i chi wrth i chi symud ymlaen i gyhoeddi eich cynllun llesiant ar gyfer ymgyngori ffurfiol. Os gwelwch yn dda cysylltwch â fy nhîm os yr ydych angen manylion cyswllt pellach ar gyfer unrhyw un o'r sefydliadau a'r adroddiadau a grybwyllwyd yn y llythyr hwn.**

Rwyf hefyd yn dysgu'r ffordd orau o gynghori, cynorthwyo a monitro sut mae cyrff cyhoeddus yn ceisio defnyddio'r pum dull o weithio a macsimeiddio'u cyfraniad i'r saith nod llesiant, felly buaswn yn croesawu adborth oddi wrthyh chi, eich swyddogion cynorthwyol a Phwyllgor Craffu BGC Ceredigion ar sut yr wyf wedi dewis mynd ati i ymdrin â'r ddyletswydd statudol hon a'r cyngor yr wyf wedi ei roi.

Edrychaf ymlaen at dderbyn eich cynllun llesiant drafft ac os gwelwch yn dda cadwch mewn cysylltiad â mi a fy nhîm.

Dymuniadau gorau,



Sophie Howe