



Ariennir gan  
**Lywodraeth Cymru**  
Funded by  
**Welsh Government**



# Nodau Deddf Llesiant Cenedlaethau'r (Cymru) Dyfodol 2015

Gweithredu i wella llesiant Cymru – yn awr ac yn y dyfodol

## Ar gyfer pwy mae'r taflenni ffeithiau hyn?

Mae'r adnodd hwn wedi'i greu gan y trydydd sector ar gyfer y trydydd sector, dan arweiniad WCVA.

Mae'r taflenni ffeithiau hyn yn rhoi cyflwyniad i nodau Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol gydag enghreifftiau o gamau y gall mudiadau trydydd sector, grwpiau cymunedol a gwirfoddolwyr eu cymryd i ddangos eu cyfraniad neu i ddatblygu eu cyfraniad ymhellach.

## Yn gryno – Beth yw Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol?

Mae Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol yn ddeddfwriaeth sy'n torri tir newydd gan ei gwneud yn ofynnol i gyrff cyhoeddus yng Nghymru weithio'n well gydag eraill (gan gynnwys ei gilydd a chymunedau) a gweithredu mewn modd mwy cydgyssylltiedig a hirdymor er mwyn i'w penderfyniadau gael effaith bositif ar bobl yn y dyfodol yn ogystal â'r presennol.

### Pam y pasiwyd y Ddeddf?

Mae Cymru'n wynebu heriau sylweddol i ddarparu ansawdd bywyd da i'w holl ddinasyddion ac i sicrhau y bydd yr un safonau byw ar gael i genedlaethau'r dyfodol. Ymysg yr heriau hyn y mae poblogaeth sy'n heneiddio, pocedi o anweithgarwch economaidd dros genedlaethau, anghydraddoldebau iechyd, tloedi a choffrau cyhoeddus sy'n crebachu. Rydym hefyd yn wynebu canlyniadau lleol bygythiadau byd-eang megis y newid yn yr hinsawdd, colli bioamrywiaeth ac effeithiau economi fyd-eang.

Mae'r meddylfryd y tu ôl i'r Ddeddf yn cydnabod bod angen i gyrff

cyhoeddus a'r llywodraeth weithio mewn ffordd wahanol i oresgyn y rhwystrau hyn – ffordd a fydd yn:

- ystyried pob agwedd ar lesiant wrth wneud penderfyniadau – diwylliannol, cymdeithasol, amgylcheddol ac economaidd.
- helpu gyrff cyhoeddus, busnesau a chymunedau i gydweithio'n fwy effeithiol i fanteisio ar y cyfoeth o arbenigedd a gwybodaeth helaeth sydd ar gael
- cydnabod a pharchu terfynau ein hamgylchedd a'n hadnoddau naturiol.

Cyhoeddwyd gan Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (WCVA), Mai 2017.

Prif swyddfa: Tŷ Baltig, Sgwâr Mount Stuart, Caerdydd, CF10 5FH

Ffôn: **0800 2888 329** (croesawir galwadau yn Gymraeg ac yn Saesneg)

Ebost: [help@wcva.org.uk](mailto:help@wcva.org.uk) Mae WCVA yn croesawu gohebiaeth yn Gymraeg. Byddwn yn ateb gohebiaeth a geir yn Gymraeg, yn Gymraeg. Ni fydd gohebu yn Gymraeg yn arwain at oedi.

Rhif elusen gofrestrdig 218093, cwmni cyfyngedig drwy warant 425299.

## Y Ddyletswydd Llesiant

Mae'r Ddeddf yn cyflwyno egwyddor y mae'n rhaid i gyrff cyhoeddus ei dilyn a 7 nod y mae'n rhaid iddynt weithio tuag atynt er mwyn 'ymgymryd â datblygu cynaliadwy' yn unol â'r ddyletswydd llesiant yn y Ddeddf.

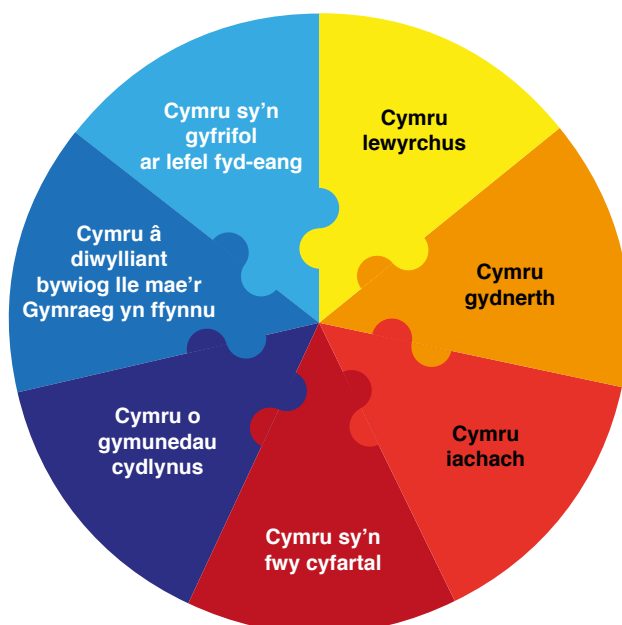
### Yr Egwyddor Datblygu Cynaliadwy

Y diffiniad o'r egwyddor yw ceisio diwallu anghenion y presennol heb beryglu gallu cenedlaethau'r dyfodol i ddiwallu eu hanghenion hwythau. Ceir 5 Ffordd o Weithio y mae'n rhaid i'r gyrff cyhoeddus a nodir yn y Ddeddf eu harddangos er mwyn profi eu bod wedi defnyddio'r egwyddor hon:

- **Meddwl yn yr hirdymor** – ystyried anghenion a gofynion hirdymor yn ogystal â'r rhai presennol.
- **Atal** – gweithredu i atal problemau rhag gwaethygu neu rhag dechrau yn y lle cyntaf.
- **Integreiddio** – ystyried y ffordd y gall camau mewn un maes effeithio ar feysydd eraill.
- **Cydweithio** – gweithio gydag eraill – gan gynnwys mudiadau trydydd sector a chymunedau – i helpu i gyflawni nodau sydd wedi'u penderfynu gyda'i gilydd.
- **Cynnwys** – cynnwys y bobl y bydd gwasanaethau neu weithgareddau yn rhoi budd iddynt neu'n effeithio arnynt, a hynny mor gynnar â phosib yn y broses.

## 2. Y Nodau Llesiant

Mae'r 7 nod hyn yn gosod gweledigaeth gyffredin i gyrff cyhoeddus weithio tuag atynt. Dyma'r nodau:



Mae'r Ddeddf hefyd yn creu Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus, i weithio tuag at y Nodau, a Chomisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol.

## Datblygu Cynaliadwy

Os yw gyrff cyhoeddus yn gweithredu yn unol â'r egwyddor datblygu cynaliadwy wrth geisio cyflawni'r nodau llesiant, yna maent yn ymgymryd â 'datblygu cynaliadwy'.

Hoffai WCVA ddiolch i'r holl unigolion sydd wedi helpu i gynhyrchu'r adnodd hwn a'r mudiadau a'r rhwydweithiau canlynol am rannu eu hamser, eu syniadau a'u cefnogaeth:

- Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol Wrecsam
- Cymorth Cristnogol
- Masnach Deg Cymru
- Gwasanaethau Gwirfoddol Morgannwg
- Hub Cymru Africa
- Llais y Goedwig
- Oxfam Cymru
- Chwarae Cymru
- RSPCA Cymru
- Achub y Plant
- Rhwydwaith Gwerth Cymdeithasol
- Urdd Gobaith Cymru
- Canolfan Cydweithredol Cymru
- Canolfan Materion Rhyngwladol Cymru
- WWF

Os oes gennych unrhyw awgrymiadau i ychwanegu at y taflenni hyn neu eu gwella cysylltwch â [helpdesk@wcva.org.uk](mailto:helpdesk@wcva.org.uk)



# Cymru Lewyrchus

## Yn gryno

'Rhoi diwedd ar dlodi a sicrhau addysg, hyfforddiant a swyddi da i bawb mewn economi nad yw'n ddibynnol ar ddefnyddio adnoddau naturiol yn gynt nag y gall y ddaear eu hailgyflenwi.'

## Y darn cyfreithiol

'Cymdeithas arloesol, gynhyrchiol, carbon isel sy'n cydnabod y terfynau sydd ar yr amgylchedd byd-eang ac sydd, o ganlyniad, yn defnyddio adnoddau mewn modd effeithlon a chymesur (gan gynnwys gweithredu ar newid yn yr hinsawdd); ac sy'n datblygu poblogaeth fedrus ac addysgedig mewn economi sy'n cynhyrchu cyfoeth ac yn cynnig cyfleoedd cyflogaeth, gan ganiatáu i bobl fanteisio ar y cyfoeth a gynhyrchir drwy gael gafael ar waith addas.'



## Pam mae'n bwysig?

**Mae Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol yn cydnabod bod llewyrch hirdymor Cymru yn ddibynnol ar reoli'n ofalus y ffordd y mae materion megis iechyd, addysg, cynhyrchiad ynni a defnydd o'n hadnoddau naturiol yn rhyngweithio â'r economi a thwf.**

Mae'r nod am Gymru Lewyrchus yn cydnabod yr angen i feithrin amodau ar gyfer datblygu economaidd a chyflogaeth gynaliadwy, wrth ysgogi arloesedd a thwf ar gyfer economi fodern, carbon isel. Bydd cynnydd tuag at hyn yn cael ei fesur drwy'r **Dangosyddion Cenedlaethol** gan gynnwys y rheini sy'n canolbwyntio ar y canlynol:

- Cyflogaeth
- Incwm
- Amddifadedd sylweddol
- Arloesedd

Yn ei rhaglen lywodraethu bresennol, '**Symud Cymru Ymlaen**', mae Llywodraeth Cymru yn cyflwyno strategaeth economaidd ar gyfer Cymru Ffyniannus a Diogel. Bwriedir i'r strategaeth ganolbwyntio ar weithgaredd o dwf gwyrdd i gefnogi prosiectau dan arweiniad y gymuned.

Cyhoeddwyd gan Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (WCVA), Mai 2017.  
Prif swyddfa: Tŷ Baltig, Sgwâr Mount Stuart, Caerdydd, CF10 5FH

Ffôn: **0800 2888 329** (croesawir galwadau yn Gymraeg ac yn Saesneg)

Ebost: [help@wcva.org.uk](mailto:help@wcva.org.uk) Mae WCVA yn croesawu gohebiaeth yn Gymraeg. Byddwn yn ateb gohebiaeth a geir yn Gymraeg, yn Gymraeg. Ni fydd gohebu yn Gymraeg yn arwain at oedi.

Rhif elusen gofrestrdig 218093, cwmni cyfyngedig drwy warant 425299.

## Sut mae'r trydydd sector yn cyfrannu?

Mae yna lawer o gymunedau ledled Cymru sydd â phocedi llewyrchus o weithgaredd sy'n cyfrannu at Gymru lewyrchus o addysg a gefnogir gan y gymuned i amaethyddiaeth.

Ceir hefyd gynlluniau ynni adnewyddadwy cymunedol sy'n dangos bod twf economaidd carbon isel yn bosib.

Mae perchnogaeth gymunedol dros asedau a mentrau – megis siopau cymunedol neu gynlluniau teithio – nid yn unig yn helpu i

gadw elw yn y gymuned leol ond hefyd yn sicrhau atebolrwydd lleol a gall roi budd uniongyrchol i'r gymuned yn seiliedig ar anghenion cymunedol y cytunwyd arnynt.

Mae grwpiau trydydd sector hefyd yn chwarae rôl gynyddol yn helpu i ddarparu gwasanaethau cyhoeddus a gallant helpu i sicrhau canlyniadau gwell drwy arloesi a bod yn nes at y bobl y mae cyrff cyhoeddus efallai'n ceisio eu cyrraedd.

Ar raddfa lai, mae clybiau ieuencid neu glybiau gwaith cartref dan arweiniad gwirfoddolwyr, neu fentrau cymdeithasol sy'n meithrin sgiliau a hunan-barch gwirfoddolwyr, yn paratoui'r ffordd at weithlu medrus.

Mae hyd yn oed prosiect bancio amser cymunedol bach, lle gall riant wario credydau amser ar ofal plant a mynd i'r gwaith – yn helpu'r teulu hwnnw i ffynnu ac mae'n gyfraniad bach ond ystyrlon at lewyrch economi Cymru.



## Beth all eich grŵp ei wneud i sicrhau'r cyfraniad mwyaf posib at y Nod hwn?

### Meddylwch am y gweithgareddau rydych yn eu cynnal yn eich gwaith bob dydd a'r ffordd y gallent gyfrannu'n uniongyrchol neu'n anuniongyrchol at y nod hwn.

Er enghraifft – a ydych yn gweithio ar brosiect sy'n rhoi'r cyfle i bobl wella hyder neu ddysgu sgiliau i roi siawns well iddynt o gael gwaith?

Neu efallai'ch bod yn annog gwirfoddolwyr i ymgymryd â heriau newydd a datblygu eu syniadau busnes eu hunain?

Efallai'ch bod yn rhedeg caffi cymunedol gan ddefnyddio cynnyrch sydd wedi'i dyfu'n lleol – mae'r pethau hyn i gyd yn cyfrannu tuag at lewyrch Cymru.

### Camau eraill y gallech eu hystyried neu rydych efallai eisoes yn eu cymryd:

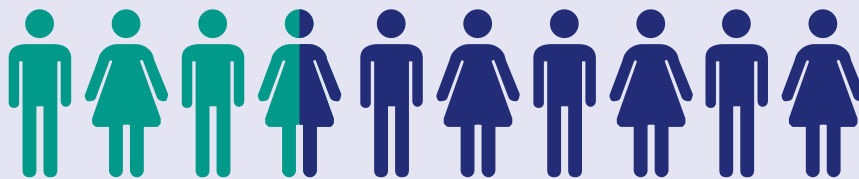
- 1 Cofnod cyrhaeddiad neu raglen hyfforddi i staff a gwirfoddolwyr ac ymrwymiad i ddatblygiad gyrfa
- 2 Blaenoriaethu cyflenwyr lleol/o Gymru i gadw arian yn yr economi leol a helpu i gadw siopau a gwasanaethau lleol yn agored. Gall amgueddfeydd gyfrifo eu heffaith ar yr economi leol drwy **becyn cymorth AIM**
- 3 Prynu oddi wrth fudiadau trydydd sector neu fentrau cymdeithasol eraill (busnesau sy'n masnachu ond yn ailfuddsoddi elw er dibenion cymdeithasol neu amgylcheddol)
- 4 Cymryd camau i hybu llythrennedd ariannol staff, gwirfoddolwyr neu fuddiolwyr
- 5 Cysylltu â phrosiectau a grwpiau eraill sydd ar waith mewn meysydd gwahanol ac sydd â setiau sgiliau gwahanol. Mae cydweithio yn arwain at fwy o arloesi – sy'n hanfodol yn yr economi hon sy'n newid drwy'r adeg
- 6 Cyflwyno cynllun bancio amser neu gynllun arian amgen arall fel ffordd o ddatblygu economi anariannol
- 7 Ystyried cofrestru'n gyflogwr Cyflog Byw, neu weithio tuag at ddod yn un
- 8 Cael gwybod mwy am drosglwyddo asedau cymunedol – mae mwy a mwy o grwpiau cymunedol yn cymryd perchnogaeth dros adeiladau a oedd yn arfer bod yn berchen i'r awdurdod lleol, o neuaddau tref i gyfleusterau celfyddydol. A allai'ch grŵp chi ofalu am ased cymunedol? Cewch wybod mwy **yma**
- 9 Datblygu cysylltiadau ag **undebau credyd** fel ffordd o annog a chefnogi cyflogaion i gynilo
- 10 Ystyried newid i dariff ynni adnewyddadwy neu ddod o hyd i ffyrdd eraill o leihau effaith amgylcheddol eich prosiect i gefnogi economi carbon isel a byw o fewn terfynau'r blaned.

## Mae hyn yn bwysig i ni gyd oherwydd



Bob blwyddyn mae gwirfoddolwyr yng Nghymru yn cyfrannu **221 miliwn o oriau o weithgaredd**, sy'n werth **£2.2 biliwn**. Mae hyn yn gyfwerth â bron i 4.6 y cant o Gynnyrch Domestig Gros Cymru (WCVA 2014)

Mae **40% o bobl yng Nghymru** yn cael o leiaf peth trafferth i ymdopi â'u biliau (Arolwg Cenedlaethol Cymru)



Hoffai **35% o bobl** ddechrau eu busnes eu hunain (Arolwg Cenedlaethol Cymru)



Daeth yr adroddiad diwethaf ynghylch ôl troed ecolegol Cymru, **Ecological Footprint of Wales**, i'r casgliad ein bod yng Nghymru yn mynd **250%** y tu hwnt i allu'r blaned i gynhyrchu'r adnoddau angenrheidiol ar gyfer ein ffyrdd presennol o fyw

Mae **Sefydliad Bevan** wedi amcangyfrif bod tlodi yn costio

**£3.5 biliwn**

i economi Cymru y flwyddyn, gan wastraffu potensial pobl, tra'n rhwystro twf economaidd



## Adnoddau a chymorth sydd ar gael

**Busnes Cymru** – gwybodaeth, cyngor ac arweiniad ar ddechrau neu dyfu busnes yng Nghymru

**Busnes Cymdeithasol Cymru** – enghreifftiau gwych o brosiectau arloesol ac ysbrydoledig, a arweinir gan gymunedau.

**Porth gwybodaeth ar gyfer arian cymunedol** – adnoddau, llenyddiaeth a gwybodaeth gyffredinol am arian cymunedol a chyflenwol gydag astudiaethau achos o Gymru a ledled yr UE.

**Living Wage Foundation** – arweiniad ac achrediad i gyflogwyr sy'n talu Cyflog Byw

**Buy Social Directory** – helpu i gysylltu mudiadau sydd am ddefnyddio eu grym prynu i wneud gwahaniaeth gydag ystod enfawr o fentrau cymdeithasol sy'n barod i wneud busnes â nhw

**Adfywio Cymru** – cymorth ymarferol a mentora ar gyfer cymunedau sydd am ddatblygu prosiectau i fynd i'r afael â'r newid yn yr hinsawdd gan y rheini sydd eisoes yn cynnal prosiectau llwyddiannus

**Prydain Ddi-garbon** – edrych ar ffactorau economaidd a ffactorau eraill sy'n ein rhwystro rhag cyflawni sefyllfa net lle does dim allyriadau nwyon tŷ gwydr a'r dull positif, cysylltiedig y mae arnom ei angen i oresgyn y rhwystrau hyn





# Cymru Gydnerth

## Yn gryno

'Lleihau'r galw rydym yn ei roi ar yr amgylchedd naturiol, ac atgyweirio difrod i gynefinoedd a rhywogaethau, fel y gall addasu i newid (fel newid yn yr hinsawdd) a dal i ddarparu aer glân, dŵr, bwyd ac adnoddau i genedlaethau'r dyfodol'

## Y darn cyfreithiol

'Cenedl sy'n cynnal ac yn gwella amgylchedd naturiol bioamrywiol gydag ecosystemau iach gweithredol sy'n cynnal cydnerthedd cymdeithasol, economaidd ac ecolegol ynghyd â'r gallu i addasu i newid (er enghraifft newid yn yr hinsawdd).'

## Pam mae'n bwysig?

**Mae'r nod ar gyfer Cymru Gydnerth yn amlygu'r berthynas ddynamig rhwng ecosystemau iach gweithredol a'n llesiant cymdeithasol, economaidd a diwylliannol cyffredinol.**

Mae ecosystemau yn cael eu ffurfio gan bopeth byw mewn ardal (planhigion, anifeiliaid a micro-organebau) sy'n rhyngweithio â'i gilydd ac â phethau nad ydynt yn fyw megis aer, dŵr a phridd.

Efallai eu bod yn ymddangos yn anghysylltiedig â'ch gwaith bob dydd, yn enwedig mewn amgylchedd trefol, ond y ffordd y mae ecosystemau yn gweithredu sy'n ein galluogi i anadlu aer glân, yfed dŵr glân, bwyta bwyd maethlon a chael yr ynni a'r adnoddau naturiol sy'n hanfodol i'n heconomi.

Mae Llywodraeth Cymru yn cydnabod rôl yr amgylchedd naturiol yn darparu'r 'gwasanaethau ecosystem' hyn ynghyd â buddion mwy cymhleth megis gwarchod rhag tywydd eithafol a chyfrannu at iechyd meddyliol a chorfforol. Yn ogystal, mae llawer o gymunedau yn dibynnu'n uniongyrchol ar yr amgylchedd naturiol ar gyfer eu bywoliaethau; gan gynnwys amaethyddiaeth, twristiaeth ac ynni adnewyddadwy.

Mae yna lawer o adroddiadau sy'n dangos y duedd bresennol, sef bod cynefinoedd a rhywogaethau allweddol yn dirywio, sy'n lleihau gallu'r amgylchedd naturiol i ddarparu'r buddion uchod. Mae hyn yn ei dro yn bygwth ein hinsawdd bywyd presennol o ran llesiant o bob math fel yr amlygwyd gan yr **Adroddiad o Gyflwr Adnoddau Naturiol 2016**.

Cyhoeddwyd gan Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (WCVA), Mai 2017.  
Prif swyddfa: Tŷ Baltig, Sgwâr Mount Stuart, Caerdydd, CF10 5FH

Ffôn: **0800 2888 329** (croesawir galwadau yn Gymraeg ac yn Saesneg)

Ebost: [help@wcva.org.uk](mailto:help@wcva.org.uk) Mae WCVA yn croesawu gohebiaeth yn Gymraeg. Byddwn yn ateb gohebiaeth a geir yn Gymraeg, yn Gymraeg. Ni fydd gohebu yn Gymraeg yn arwain at oedi.

Rhif elusen gofrestrdig 218093, cwmni cyfyngedig drwy warant 425299.

Mae gwella cydnerthedd ecosystemau – neu mewn geiriau eraill gallu byd natur i barhau i gefnogi ein llesiant – yn **ddyletswydd** o dan **Ddeddf yr Amgylchedd (Cymru)** yn ogystal â bod yn nod llesiant. Mae'r **Dangosyddion Cenedlaethol** sy'n mesur cynnydd tuag at y nod hwn yn cynnwys y rheini sy'n edrych ar lygredd yn yr aer, allyriadau nwyon tŷ gwydr, ardaloedd o ecosystemau iach a statws amrywiaeth fiolegol (poblogaethau iach o gynefinoedd a bywyd gwyllt).

## Sut mae'r trydydd sector yn cyfrannu?

O goetiroedd a gerddi cymunedol, i elusennau ailgylchu a phrosiectau ynni lleol, mae llawer o fudiadau trydydd sector yng Nghymru yn helpu i ddangos gwerth defnydd cynaliadwy o'r hadnoddau naturiol a stiwardiaeth o'r amgylchedd naturiol.

Mae yna lawer o fudiadau, mawr a bach, sy'n gweithio i wella bioamrywiaeth drwy adfer cynefinoedd gwerthfawr a chreu coridorau natur. Mae **Ymddiriedolaethau Natur**, er enghraifft, yn rheoli 216 o warchodfeydd natur, dros 8,000ha, ledled Prydain.

Gall grwpiau bychain gael effaith arwyddocaol yn ogystal; mae ymdrech gyfunol 138 o **grwpiau coetiroedd cymunedol** gweithgar ledled Cymru yn gofalu am 1,795ha o goetiroedd, sydd nid yn unig yn darparu cynefin gwerthfawr ond hefyd yn aml hamdden a mwynhad i gymunedau yn ogystal â dal carbon deuocsid i helpu i fynd i'r afael â'r newid yn yr hinsawdd a gwella ansawdd aer, pridd, a dŵr yn lleol.

Mae llawer o fudiadau eraill wedi mabwysiadu polisiau amgylcheddol; wedi gwneud lle i fyd natur; ac wedi mynd ati i leihau eu heffaith wrth brynu, defnyddio ynni a theithio.



## Beth all eich grŵp ei wneud i sicrhau'r cyfraniad mwyaf posib at y Nod hwn?

**Meddyliwch am y gweithgareddau rydych yn eu cynnal yn eich gwaith bob dydd a'r effaith y gallai'r rhain ei chael ar adnoddau naturiol ac ecosystemau. Mae yna lawer o newidiadau bychain y gellir eu gwneud i wneud gwahaniaeth mawr yn ansawdd yr amgylchedd naturiol a'i allu i ymateb i newid.**

- 1 Ystyried effaith amgylcheddol eich polisiau prynu, teithio neu TGCh. Os yw'ch mudiad yn agos i gysylltiadau trafniadaeth gyhoeddus beth am annog staff i ddefnyddio'r gwasanaethau hyn yn lle gyrru. Neu fel arall, beth am weithredu system rhannu ceir a chynlluniau teithio llesol (fel **y cynllun beicio i'r gwaith**). Yn ogystal gallai newid i gyflenwr ynni adnewyddadwy neu ddefnyddio darparwyr arlwygo neu argraffu lleol leihau effeithiau amgylcheddol negyddol.
- 2 Ystyried sut y gall eich grŵp ddefnyddio unrhyw le sydd ganddo yn yr awyr agored i 'wneud lle i fyd natur' o bethau syml fel bwydwyr adar a blychau ffenestr i bethau mwy uchelgeisiol fel toeau neu waliau gwyrdd. Gall y canllaw **Buddsoddi ym Myd Natur** gan Environet eich helpu i greu neu ddiweddarau **polisi amgylcheddol** nid yn unig i leihau effeithiau amgylcheddol negyddol ond hefyd i gynyddu'r rhai positif!
- 3 Os yw'ch mudiad yn cynnal digwyddiadau awyr agored, ystyriwch opsiynau amgen i'r rheini a all fod yn beryglus i anifeiliaid anwes, anifeiliaid fferm a bywyd gwyllt megis llusernau wedi'u goleuo gan LED ar gyfer gorymdeithiau a pheidio â rhyddhau llusernau awyr/papur, neu beth am ddefnyddio technoleg i ryddhau balwnau rhithwir yn lle rhyddhau llwyth o falwnau heliwm. Mae camau o'r fath yn lleihau sbwriel y gall anifeiliaid dagu arnynt ac, yn achos llusernau awyr, atal tanau gwyllt.
- 4 Addysgu a chynghori eich staff a'ch gwirfoddolwyr ynglŷn ag effaith amgylcheddol camau bob dydd, megis defnyddio dŵr neu ynni neu brynu eitemau untro neu eitemau nad oes modd eu hailgylchu, a ffyrdd o leihau hyn.
- 5 Llofnodi **Addewid Paris i Weithredu** a chymryd camau i helpu i gyrraedd y targed rhyngwladol i gyfyngu cynhesu byd-eang i 2 radd neu lai uwchben lefelau cyn-ddiwidiannol.



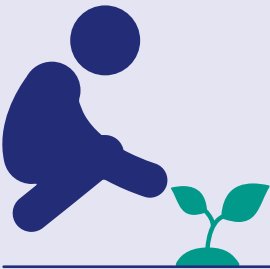
## Mae hyn yn bwysig i ni gyd oherwydd:



Mae'r amgylchedd naturiol yng Nghymru yn adnodd enfawr, gan ddarparu **951m litr o ddŵr yfed bob dydd** ac 1.5m tunnell o bren heb ei sychu bob blwyddyn.

Mae'n cyfrannu at gynhyrchu **£385m mewn amaethyddiaeth a £2.9m yn y diwydiant twristiaeth bob blwyddyn.**

(Adroddiad o Gyflwr Adnoddau Naturiol)



**Mae treulio amser ym myd natur yn gwarchod rhag clefydau amrywiol,** gan gynnwys diabetes, gordewdra a chanser a gall leddfu symptomau iselder ac anhwylder diffyg canolbwytio a gorfywiogrwydd.

Ymysg gweithwyr a all weld amgylchedd gwyrdd o'u desg, mae absenoldeb oherwydd **salwch yn 23% yn is.**



Pe byddem yn gofalu'n briodol am ein hecosystemau gallent ddarparu **£30bn** yn ychwanegol i economi Prydain (Asesiad Ecosystemau Cenedlaethol y DU (2011))

Mae **Sefydliad Meteorolegol y Byd** wedi datgan bod 2016 wedi **gosod record newydd wrth i'r tymheredd fod tua 1.1 °C** yn uwch na'r cyfnod cymydwidiannol a bod lefel y môr, yn fyd-eang, wedi codi 20 cm ers dechrau'r ugeinfed ganrif.



## Adnoddau a chymorth sydd ar gael

**WCVA – Environet** – cymorth ac arweiniad i unrhyw un sydd am ddechrau neu ddatblygu prosiect amgylcheddol

**Adroddiad Seilwaith Gwyrdd yr Ymddiriedolaethau Natur** – amlygu'r buddion i lesiant a geir gan amgylchedd 'gwyrdd' o safon

**Cymru Effeithlon** – cyngor a chymorth am ddim ar leihau defnydd o ddŵr ac ynni, ailgylchu ac ynni adnewyddadwy

**Adroddiad Living Planet 2016 WWF** – archwilio effaith pobl ar y blaned mewn meysydd allweddol ac ystyried i ba raddau rydym yn mynd y tu hwnt i derfynau'r blaned

**Adroddiad Sefyllfa Byd Natur (Cymru) 2016**

**RSPB** – asesu rhywogaethau a chynefinoedd yng Nghymru gan ddangos bod Cymru ym mhump isaf y gwledydd a aseswyd o ran y fioamrywiaeth sydd ganddi'n weddill

**Safon y Ddraig Werdd** – helpu mudiadau i ddeall, monitro a rheoli eu heffaith ar yr amgylchedd





Ariennir gan  
**Lywodraeth Cymru**  
Funded by  
**Welsh Government**



# Cymru Iachach

## Yn gryno

'Mae pobl yng Nghymru yn mwynhau iechyd gwell am hirach, sy'n gysylltiedig â mwy o ymwybyddiaeth ymysg y cyhoedd o sut i osgoi salwch a mwy o bobl yn dewis ffyrdd iachach o fyw.'

## Y darn cyfreithiol

'Cymdeithas lle mae llesiant corfforol a meddyliol pobl cystal â phosibl a lle deallir dewisiadau ac ymddygiadau sydd o fudd i iechyd yn y dyfodol'



## Pam mae'n bwysig?

**Mae anghydraddoldebau cymdeithasol, tlodi a phoblogaeth sy'n heneiddio yng Nghymru yn golygu bod y gwasanaeth iechyd yng Nghymru dan faich cynyddol oherwydd triniaeth ymatebol ar gyfer cyflyrau a achosir gan ddiffyg iechyd cyffredinol da.**

Mae egwyddorion Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol yn galw am fwy o fuddsoddi mewn mesurau ataliol. Er enghraifft, bydd dinasyddion sy'n tra ymwybodol o oblygiadau deiet gwael neu anweithgarwch corfforol yn hwyrach ymlaen mewn bywyd – yn fwy tebygol o benderfynu eu hunain i fyw'n iachach yn gynharach yn eu bywydau. Yn hytrach na dim ond trin iechyd gwael bydd hefyd angen i benderfynwyr edrych yn gyfannol ar ffyrdd o hybu iechyd da, drwy bethau fel tai da a mynediad at fannau gwyrdd. Mae mynediad at chwarae strwythuredig a distrwythur diogel hefyd wedi'i amlygu fel rhywbeth hanfodol i blant ymwneud â phlant eraill ac i hybu eu hiechyd a'u llesiant corfforol a meddyliol.

Bydd cynnydd tuag at Gymru iachach yn cael ei fesur gan y **Dangosyddion Cenedlaethol** gan gynnwys y rheini sy'n canolbwyntio ar ddisgwyliad oes iach ac anghydraddoldebau o fewn hyn, datblygiad plant, llesiant meddyliol a'r ganran o bobl sydd â ffyrdd iach o fyw (yn gysylltiedig â deiet, pwysau, ymarfer corff, yfed ac ysmegu).

Yn ei **fframwaith datblygu** pum-mllynedd presennol, mae GIG Cymru yn rhestru'r canlynol fel un o'i werthoedd: 'Canolbwyntio ar atal, gwella

Cyhoeddwyd gan Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (WCVA), Mai 2017.

Prif swyddfa: Tŷ Baltig, Sgwâr Mount Stuart, Caerdydd, CF10 5FH

Ffôn: **0800 2888 329** (croesawir galwadau yn Gymraeg ac yn Saesneg)

Ebost: [help@wcva.org.uk](mailto:help@wcva.org.uk) Mae WCVA yn croesawu gohebiaeth yn Gymraeg. Byddwn yn ateb gohebiaeth a geir yn Gymraeg, yn Gymraeg. Ni fydd gohebu yn Gymraeg yn arwain at oedi.

Rhif elusen gofrestrdig 218093, cwmni cyfyngedig drwy warant 425299.

iechyd ac anghydraddoldeb er mwyn hyrwyddo datblygu cynaliadwy, iechyd a lles ymhlith pobl Cymru i'r dyfodol. Mae hyn yn cydnabod bod atal yn bendant yn well na thriniaeth.

Mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant yn rhoi dyletswydd ar Weinidogion Cymru, Byrddau Iechyd ac Awdurdodau Lleol i weithio i hyrwyddo llesiant y rheini sydd angen gofal a chymorth, neu ofalwyr sydd angen cymorth. Mae iechyd yn rhan fawr o'r hyn yr ystyrir llesiant i fod.

## Sut mae'r trydydd sector yn cyfrannu?

Mae gan y trydydd sector yng Nghymru hanes hir o gynnal gweithgareddau er budd iechyd dinasyddion Cymru. O erddi cymunedol i glybiau chwaraeon a mentrau bwytā'n iach i wasanaethau cyfeillio a gwrando – mae gan y sector lawer i'w gyfrannu i helpu dinasyddion i fod yn hapusach ac yn iachach yn feddyliol ac yn gorfforol.

Mae gofalwyr a gwirfoddolwyr yn chwarae rhan enfawr yn ymestyn disgwyliad oes iach, gan ddarparu cymorth i gymheiriaid ac arwain ymgyrchoedd dros newid mewn materion cysylltiedig ag iechyd. Mae grwpiau trydydd sector hefyd yn helpu i gefnogi grwpiau 'anodd eu cyrraedd' gan helpu i sicrhau bod y rheini sydd efallai'n teimlo eu bod wedi'u cau allan o'r broses benderfynu yn cael cyfle i rannu eu barn. Mae'r holl weithgareddau hyn yn newid bywydau drwy helpu i siapiro rhaglenni iechyd i roi'r budd mwyaf posib i gynifer o bobl ā phosib. Gan y gall trin salwch fod yn gostus iawn, mae hyn hefyd yn sicrhau arbedion ariannol sylweddol i wasanaethau cyhoeddus.

Yn aml iawn bydd gweithgareddau trydydd sector yn mynd ati i fynd i'r afael ag un peth penodol ond mewn gwirionedd byddant yn

rhoi buddion lluosog a all gael eu hanwybyddu. Er enghraifft, dyweder bod prosiect cyflogadwyedd yn cynnal gweithdai tyfu a choginio sylfaenol i wella hyder a sgiliau ar gyfer y farchnad lafur. Yn ogystal ā hynny gallai ei weithgareddau arwain hefyd at lai o ddibyniaeth ar gynhyrchion cyfleus ac arbedion i'r teulu. Bydd hefyd yn ei gwneud yn fwy tebygol i eraill yn y teulu ymddiddori mewn coginio a dysgu am fwyta'n iachach.

Dangoswyd bod **gwirfoddoli** ynddo'i hun hefyd yn rhoi buddion lluosog i iechyd a llesiant – ar gyfer y gwirfoddolwyr eu hunain yn ogystal ā chymunedau. Mae annog cleifion i ymuno ā phrosiectau cymunedol i wella iechyd meddyliol neu gorfforol yn cael ei gydnabod fwyfwy fel dewis amgen effeithiol yn lle presgripsiynu meddyginiaethau traddodiadol ar gyfer rhai anhwylderau. Gelwir hyn yn bresgripsiynu 'cymdeithasol' neu 'gymunedol'.

Mae yna hefyd gynghreiriau a rhwydweithiau o grwpiau sefydledig ledled Cymru sydd ā gwybodaeth ddofn y gellid eu defnyddio'n effeithiol i weithio ar y cyd ā chyrrff cyhoeddus.



# Beth all eich grŵp ei wneud i sicrhau'r cyfraniad mwyaf posib at y Nod hwn?

**Meddyliwch am y gweithgareddau rydych yn eu cynnal yn eich gwaith bob dydd a sut y gallai'r rhain gyfrannu at iechyd a ffordd o fyw eich staff, eich gwirfoddolwyr neu'ch buddiolwyr, neu sut y gallent amharu arnynt.**

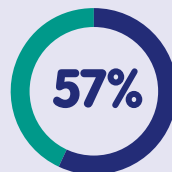
- 1 Os yw gweithgaredd bob dydd eich mudiad yn digwydd y tu mewn yn unig, ystyriwch a allwch gydweithio â mudiad sydd angen gwirfoddolwyr i wneud gwaith yn yr awyr agored o bryd i'w gilydd. Cofnodwch sut y mae gweithio yn yr awyr agored yn gwella llesiant cyffredinol pobl a hyd yn oed o bosib eu hiechyd yn yr hirdymor.
- 2 Edrych i mewn i'r nod ansawdd **Gwobrau yn y Gweithle** ar gyfer iechyd a llesiant yn y gwaith, a sefydlwyd gan Cymru Iach ar Waith. Mae'r gwobrau yn cefnogi cyflogwyr ledled Cymru i wella iechyd a llesiant eu staff, i ymgysylltu a chyfathrebu â'u cyflogeion yn fwy effeithiol, ac i helpu i gyflawni amrywiaeth o ganlyniadau busnes a sefydliadol.
- 3 Hyrwyddo opsiynau teithio llesol megis beicio a cherdded i wirfoddolwyr, staff a chleientiaid a helpu i ddymchwel unrhyw rwystrau sy'n atal hyn drwy gydweithio â chlybiau lleol neu gynig benthyciadau di-log ar gyfer cyfarpar. Gall newidiadau bychain mewn ymddygiad arwain at gyfraniadau mwy at iechyd a llesiant personol – heb sôn am y budd i'r amgylchedd a phoced yr unigolyn.
- 4 Hyrwyddo mudiadau ac adnoddau perthnasol – er enghraifft, **5 Ways to Well-Being** gan y New Economic Foundation, ac ystyried datblygu datganiad o fwriad ar gyfer Iechyd a Llesiant dros eich grŵp neu'ch mudiad y bydd aelodau o'r bwrdd yn ei lofnodi ac a fydd yn weladwy i bob aelod o staff a phob gwirfoddolwr.
- 5 Annog staff i gymryd seibiant yn rheolaidd, gan gynnwys awyr iach a rhywle gwahanol i'w man gwaith arferol i gael seibiant os yw'n bosib.
- 6 Cefnogi cynlluniau cymydog da a ffyrdd eraill o gadw llygad ar y rheini sy'n agored i niwed.
- 7 Hyrwyddo cyfleoedd gwirfoddoli neu ystyried Rhaglen Gweithwyr yn Gwirfoddoli.

## Mae hyn yn bwysig i ni gyd oherwydd:

**Anweithgarwch corfforol yw un o brif achosion marwolaeth** mewn gwledydd datblygedig yn ôl **Sefydliad Iechyd y Byd**



Dangosodd **Arolwg Iechyd Cymru** 2009 fod **57 y cant o oedolion** yn cael eu hystyried dros eu pwysau neu'n ordew



Bydd **chwarter pobl Cymru** yn cael problemau neu salwch iechyd meddwl ar ryw adeg

Amcangyfrifodd **adroddiad yn 2013** gan The Kings Fund fod yna **3 miliwn o bobl** ym Mhrydain yn gwirfoddoli dros iechyd a gofal cymdeithasol.





## Adnoddau a chymorth sydd ar gael

**Newid Am Oes** – adnoddau a chanllawiau i helpu unigolion a theuluoedd i gynnwys bwyta'n iach a gweithgaredd corfforol dyddiol yn eu bywydau

---

**Cymru Iach ar Waith** – adnoddau, gwobrau ac astudiaethau achos ynglŷn ag iechyd yn y gwaith ar gyfer unigolion, cyflogwyr a gweithwyr iechyd proffesiynol

---

**Chwarae Cymru** – adnoddau, cyhoeddiadau a chanllawiau i gefnogi pawb sydd â diddordeb mewn cyfleoedd chwarae i blant

---

**Cydweithredu i Ofalu** – cymorth i bobl a grwpiau sy'n defnyddio gwasanaethau gofal a chymorth i'w helpu i ddylanwadu ar y ffordd o ddylunio a darparu gwasanaethau

---



# Cymru sy'n Fwy Cyfartal

## Yn gryno

'Rhoi diwedd ar wahaniaethu a sicrhau cyfle cyfartal i bawb'

## Y darn cyfreithiol

'Cymdeithas sy'n galluogi pobl i gyflawni eu potensial ni waeth beth fo'u cefndir neu eu hamgylchiadau'



## Pam mae'n bwysig?

Er bod gwelliannau enfawr wedi bod yng Nghymru mewn meysydd megis iechyd, disgwiliad oes a datblygu cymdeithasol ac economaidd, nid yw'r buddion sy'n deillio o'r rhain yn cael eu teimlo'n gyfartal ar draws cymunedau.

Dengys ystadegau o adroddiad A yw **Cymru'n Decach** 2015 fod dinasyddion sy'n perthyn i rai o gategoriâu grwpiau 'noddweddion gwarchoddedig' yn fwy tebygol o fyw mewn tloedi, cyflawni cyrhaeddiad is mewn addysg a dioddef gwahaniaethu, trais a chamdriniaeth.

Dyma'r grwpiau Nodweddion Gwarchoddedig – oed, anabledd, ailbennu rhyw, priodas a phartneriaeth sifil, beichiogrwydd a mamolaeth, hil, crefydd a chredo, rhyw a chyfeiriadedd rhywiol.

Mae Llywodraeth Cymru yn cydnabod pwysigrwydd cydraddoldeb nid yn unig yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol ond yn benodol drwy **Gynllun Cydraddoldeb Strategol 2016-2020**. Ceir wyth amcan yn y cynllun presennol yn gysylltiedig â darpariaethau ar gyfer iechyd meddwl, addysg, adnoddau cyngor hygyrch, lleihau tloedi a gwella amodau byw yn ogystal â chamau i ganfod pam mae anghydraddoldebau mewn pethau fel cyflog a chyflogaeth yn dal i fod.

Mae Llywodraeth Cymru hefyd wedi ymrwymo i **Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn** i ddiogelu hawliau plant o dan 18 oed ni waeth beth yw eu hethnigrwydd, eu rhyw, eu crefydd, eu hiaith, eu galluoedd nac unrhyw statws arall.

Cyhoeddwyd gan Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (WCVA), Mai 2017.  
Prif swyddfa: Tŷ Baltig, Sgwâr Mount Stuart, Caerdydd, CF10 5FH

Ffôn: **0800 2888 329** (croesawir galwadau yn Gymraeg ac yn Saesneg)

Ebost: [help@wcva.org.uk](mailto:help@wcva.org.uk) Mae WCVA yn croesawu gohebiaeth yn Gymraeg. Byddwn yn ateb gohebiaeth a geir yn Gymraeg, yn Gymraeg. Ni fydd gohebu yn Gymraeg yn arwain at oedi.

Rhif elusen gofrestrdig 218093, cwmni cyfyngedig drwy warant 425299.

Bydd cynnydd tuag at Gymru sy'n fwy cyfartal yn cael ei fesur gan y **Dangosyddion Cenedlaethol** gan gynnwys y rheini sy'n canolbwyntio ar y canlynol:

- Y gwahaniaeth cyflog rhwng y rhywiau
- Cyrhaeddiad mewn addysg
- Pobl yn teimlo'n ddiogel.

Er mwyn sicrhau Cymru sy'n fwy cyfartal mae angen gwelliannau drwy gymdeithas gyfan mewn meysydd megis iechyd, addysg, cyflogaeth a mynediad at wasanaethau fel bod gan bawb yr un cyfleoedd i deimlo'n ddiogel a theimlo'u bod yn cael eu gwerthfawrogi ac i fwynhau iechyd, addysg a gwaith da.

## Sut mae'r trydydd sector yn cyfrannu?

Mae'r trydydd sector yn aml wedi arwain y ffordd yn amlygu ac yn herio anghydraddoldeb ac yn ymgyrchu dros newid.

Mae'r sector hefyd yn darparu gwasanaethau wedi'u targedu at grwpiau sydd wedi'u hallgáu'n gymdeithasol neu sydd mewn perygl o fod dan anfantais, gan gynnal prosiectau i wella iechyd, sgiliau a mynediad at wasanaethau a chynnig cyfleoedd i wirfoddoli.

Mae gan lawer o fudiadau trydydd sector bolisiau Cyfle Cyfartal gweithredol gan geisio bod yn gynhwysol i bawb a chynnwys pobl o'r gymuned o bob cefndir ac amgylchiadau.



## Beth all eich grŵp ei wneud i sicrhau'r cyfraniad mwyaf posib at y Nod hwn?

**Meddylwch am y gweithgareddau rydych yn eu cynnal yn eich gwaith bob dydd a'r ffordd y gallai'ch gweithredoedd effeithio ar gydraddoldeb yn eich mudiad a'r gymuned ehangach.**

**Dyma rai camau y gallech eu hystyried neu rydych efallai eisoes yn eu cymryd:**

- 1** Datblygu **polisi Cyfle Cyfartal** neu ddatganiad i amlinellu'r ffordd y bydd eich grŵp neu'ch mudiad yn osgoi gwahaniaethu ac yn ymdrechu i fod mor agored a chynhwysol â phosib. Sicrhau bod pob aelod o staff a phob gwirfoddolwr yn ymwybodol o bwysigrwydd cydraddoldeb a'r angen i'w ymwreiddio yn y gweithgareddau rydym yn eu cynnal fel sector.
- 2** Marchnata'ch cyfleoedd gwirfoddoli mewn llyfudd sy'n weladwy i bobl o grwpiau anos eu cyrraedd a chofnodi gwybodaeth am y bobl sy'n cymryd rhan drwy wirfoddoli a thrwy brosiectau.
- 3** Sicrhau bod eich deunydd marchnata a chyfathrebu mor hygyrch â phosib gan ystyried y rheini â gwahanol alluoedd, lefelau llythrennedd, ieithoedd neu ddulliau cyfathrebu. Er enghraifft, mae'r **RNIB yn cynhyrchu arweiniad** ar gynhyrchu adnoddau sy'n addas i bobl â nam ar eu golwg.
- 4** Os yw'ch mudiad yn cael ei lywodraethu gan Fwrdd, ystyriwch a oes unrhyw dueddiadau yn y gynrychiolaeth, er enghraifft, o ran hil, rhyw neu oed ac a allwch gymryd camau i newid hyn.
- 5** Adolygu data cydraddoldebau i staff a gwirfoddolwyr, ei adolygu'n feirniadol a chymryd camau i ddymchwel unrhyw rwystrau sy'n atal pobl rhag cyfranogi a mynd ati i groesawu amrywiaeth ehangach fyth o bobl yn eich mudiad.
- 6** Ystyried sut y gallai gweithgareddau'ch prosiect fod yn helpu i atal neu drechu anghydraddoldebau, er enghraifft, mewn incwm, iechyd, mynediad at benderfynwyr, addysg neu swyddi.



## Mae hyn yn bwysig i ni gyd oherwydd:

Gall y gwahaniaeth mewn **disgwyliad oes iach** rhwng y rheini sy'n byw yn yr ardaloedd o amddifadedd mwyaf a lleiaf yng Nghymru fod gymaint â 19 mlynedd.



Mae Fforwm Economaidd y Byd yn amcangyfrif y bydd yn cymryd dros **100 mlynedd i gau'r bwlch byd-eang** mewn cyflogau rhwng y rhywiau. 16.5% oedd y gwahaniaeth rhwng enillion dynion a menywod yng Nghymru yn 2013.



Mae **yna ddiffyg amrywiaeth o hyd mewn rolau arwain**, o wleidyddiaeth i'r sector preifat. Mewn rhai meysydd mae cynrychiolaeth yn gwaethygu, gyda **hyd yn oed yn llai o amrywiaeth mewn prosesau penderfynu** nag oedd yna ddegawd yn ôl.

Dywed **Cyflwr hawliau dynol a chydaddoldeb yng Nghymru** fod **38% o aelwydydd lleiafrifoedd ethnig yn byw mewn tldi**.



Mae **ymchwil** yn awgrymu bod **56% o bobl anabl** wedi wynebu gelyniaeth, neu eu bygwth yn ymosodol neu'n dreisgar gan bobl oherwydd eu cyflwr neu amhariad.



## Adnoddau a chymorth sydd ar gael

**Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol** – egluro polisi a deddfwriaeth cydraddoldebau a rhoi cyngor ac arweiniad i unigolion a mudiadau

**Cyngor Hil Cymru** – hyrwyddo integreiddio a chydaddoldeb hiliol yng Nghymru

**Rhwydwaith Cydraddoldeb Menywod Cymru** – rhwydwaith o dros 700 o fudiadau sy'n ymdrechu i wneud Cymru'n lle mwy diogel a theg i fenywod a merched

**Stonewall Cymru** – adnoddau, cymorth a chyngor i gefnogi pobl lesbiaidd, hoyw, deurywiol a thrawsrywiol

**Anabledd Cymru** – eich man galw cyntaf ar gyfer gwybodaeth, sylwadau, barn a chyfleoedd ar gyfer cymryd rhan mewn ymgyrchu dros gydraddoldeb anabledd.

**Living Wage Foundation** – arweiniad ac achrediad i gyflogwyr sy'n talu Cyflog Byw





# Cymru o Gymunedau Cydlynus

## Yn gryno

'Mae pobl yn byw'n hapus gyda'i gilydd, ac yn teimlo bod ganddynt ran yn eu cymuned, mewn ardaloedd lleol a all ddarparu mynediad at dai, trafnidiaeth, gwasanaethau cyhoeddus, hamdden a swyddi da.'

## Y darn cyfreithiol

'Cymunedau atyniadol, hyfyw a diogel sydd â chysylltiadau da'



## Pam mae'n bwysig?

**Mae cymuned gydlynus yn rhoi lle i bawb ac yn cydnabod beth sydd gan bobl i'w gynnig. Mae perthynas a chysylltiadau yn cael eu meithrin a seilwaith a chydnerthedd cymunedol eu cryfhau drwy rannu gwerthoedd a chyfleoedd.**

Mae Llywodraeth Cymru yn cydnabod pwysigrwydd cydlyniant cymunedol nid yn unig yn Neddff Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol ond yn benodol drwy'r ddogfen Cydlyniant Cymunedol Cynllun Cyflawni Cenedlaethol, a gyhoeddir bob blwyddyn. Mae'r cynllun presennol yn canolbwyntio ar saith maes allweddol – Troseddau Casineb, Caethwasiaeth Fodern, Cynnwys Sipsiwn a Theithwyr, Mewnfudo, Trechu Tlodi, Prif-ffrydio, Cydlyniant a Monitro Tensiwn.

Mae'r **Dangosyddion Cenedlaethol** sy'n helpu i fesur cynnydd tuag at y nod hwn yn cynnwys y rheini sy'n canolbwyntio ar y canlynol:

- pobl yn teimlo'n fodlon ar eu gallu i gael at wasanaethau
- eu gallu i ddylanwadu ar benderfyniadau sy'n effeithio ar eu hardal leol
- gwirfoddoli
- unigedd.

Cyhoeddwyd gan Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (WCVA), Mai 2017.  
Prif swyddfa: Tŷ Baltig, Sgwâr Mount Stuart, Caerdydd, CF10 5FH

Ffôn: **0800 2888 329** (croesawir galwadau yn Gymraeg ac yn Saesneg)

Ebost: [help@wcva.org.uk](mailto:help@wcva.org.uk) Mae WCVA yn croesawu gohebiaeth yn Gymraeg. Byddwn yn ateb gohebiaeth a geir yn Gymraeg, yn Gymraeg. Ni fydd gohebu yn Gymraeg yn arwain at oedi.

Rhif elusen gofrestrdig 218093, cwmni cyfyngedig drwy warant 425299.

## Sut mae'r trydydd sector yn cyfrannu?

Mae llawer o grwpiau trydydd sector yn gweithredu wrth wraidd cymunedau neu'n cael eu harwain gan y gymuned, gan ymateb i anghenion lleol a chyfrannu at yr holl feysydd uchod a'r tu hwnt.

Maent yn helpu i gryfhau cydlyniant cymunedau drwy gynhwysiant digidol, prosiectau cyfeillio, mentrau i fynd i'r afael

ag unigedd a llu o brosiectau eraill sy'n dod â phobl at ei gilydd o wahanol gefndiroedd neu'n cynnwys y rheini sy'n teimlo eu bod wedi'u hallgáu a heb gyfle i ddylanwadu ar benderfynwyr neu i fynegi beth yw eu hanghenion.

Mae grwpiau trydydd sector yn helpu pobl i ymwneud â phenderfynwyr lleol a'r rheini

sy'n cynnal gwasanaethau cyhoeddus. Cred WCVA fod hyn, ynghyd â rhannu cyfrifoldeb, grym ac adnoddau, yn arwain at gymunedau cryfach a gwasanaethau a chanlyniadau gwell i bawb.



## Beth all eich grŵp ei wneud i sicrhau'r cyfraniad mwyaf posib at y Nod hwn?

**Fel mudiad trydydd sector, mae'n debygol eich bod eisoes yn helpu i gryfhau sgiliau a chysylltiadau yn eich cymuned ac efallai'ch bod yn cyfrannu mwy at y Nod hwn nag rydych yn ei feddwl.**

Er enghraifft, dyweder eich bod yn cynnal prosiect mewn canolfan gymunedol leol. Os yw pobl yn dod draw ac yn gwneud ffrindiau ag eraill na fyddent fel arall wedi'u cwrdd, gall hyn gael effaith fawr ar gysylltedd grwpiau amrywiol yn y gymuned.

### Camau eraill y gallech eu hystyried:

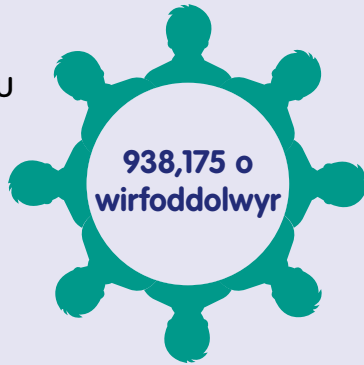
- 1 Marchnata'ch cyfleoedd gwirfoddoli mewn llefydd sy'n weladwy i bobl o grwpiau sydd wedi'u hallgáu'n gymdeithasol a chofnodi gwybodaeth am y bobl sy'n cymryd rhan drwy wirfoddoli a thrwy brosiectau.
- 2 Ystyried hyfforddi'ch staff ar rwystrau sy'n wynebu grwpiau megis mewnfudwyr, sipsiwn a theithwyr a phobl o gymunedau lleiafrifoedd ethnig. Bydd deall y rhwystrau sy'n atal pobl rhag cyfranogi yn eich helpu i ddod o hyd i atebion.
- 3 Mynd ati i hyrwyddo negeseuon positif yn eich holl ddeunydd cyfathrebu er mwyn dathlu amrywiaeth yn eich mudiad a'r cyfraniadau y mae pobl yn eu gwneud.
- 4 Gweithio'n unol â'r **Egwyddorion Cenedlaethol ar gyfer Ymgysylltu â'r Cyhoedd yng Nghymru** sy'n cynnig camau syml ond hanfodol i ddymchwel rhwystrau sy'n atal pobl rhag cymryd rhan yn eich gweithgareddau ymgysylltu.
- 5 Rhannu'r hyn rydych yn ei wneud – mae astudiaethau achos gyda gair

o glod gan aelodau o'r gymuned yn ffordd drawiadol iawn o ddangos effaith ac annog eraill i roi cynnig ar bethau tebyg. Efallai nad ydych erioed wedi ystyried dangos y ffordd y mae'ch prosiect garddio wedi cael effaith ar gynhwysiant cymdeithasol rhywun sy'n rhan ohono – ond mae'n debygol iawn ei fod wedi gwneud hynny.

- 6 Helpu i siapio gwasanaethau lleol yn eich ardal. Mae Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol wedi creu Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus i wella llesiant drwy gryfhau'r cydweithio ar draws yr holl wasanaethau cyhoeddus yng Nghymru. Mae'n ofynnol i'r Byrddau hyn gynnwys o leiaf un cynrychiolydd ar gyfer grwpiau trydydd sector. Mae'n debygol mai'ch Cyngor Gwirfoddol Sirol lleol fydd y cynrychiolydd hwnnw. Rhaid i'r Byrddau hefyd gynnal asesiadau llesiant ar gyfer eu hardal a llunio cynllun llesiant erbyn mis Mai 2018, rhywbeth y gallwch chi helpu i'w hyrwyddo a chyfrannu ato.

## Mae hyn yn bwysig i ni gyd oherwydd:

Mae yna dros **33,000** o fudiadau gwirfoddol, cymunedol a dielw yng Nghymru a **938,175** o wirfoddolwyr (WCVA, 2016)



Dim ond 20% o ymatebwyr i **Arolwg Cenedlaethol** 2014-15 a oedd yn teimlo y gallent ddylanwadu ar benderfyniadau sy'n effeithio ar eu hardal leol.



Dim ond 52% a oedd yn cytuno bod gwasanaethau gofal cymdeithasol da, lleol ar gael.



## Adnoddau a chymorth sydd ar gael

**Cefnogi Trydydd Sector Cymru** - Rhwydwaith o fudiadau cymorth i'r trydydd sector yng Nghymru yw Cefnogi Trydydd Sector Cymru. Nod y rhwydwaith yw galluogi'r trydydd sector a gwirfoddolwyr ledled Cymru i gyfrannu'n llawn at lesiant unigolion a chymunedau, yn awr ac at y dyfodol.

Bydd eich **Cyngor Gwirfoddol Siro** lleol yn cynnig arweiniad ar sefydlu a chynnal grwpiau cymunedol a gwybodaeth am gyllid a chefnogaeth.

**Cyngor Ffoaduriaid Cymru** - hyfforddiant, adroddiadau, astudiaethau achos ac adnoddau ynglŷn â mewnfudo, ceiswyr lloches a ffoaduriaid

**Alltudion ar Waith** - helpu alltudion i gynefino â bywydau newydd yng Nghymru

**Datblygu Cymunedol Cymru** - hyfforddiant, prosiectau a gwaith polisi ar y dull datblygu cynaliadwy - sydd wedi'i seilio ar werthoedd allweddol gan gynnwys cyfiawnder cymdeithasol a chydarddoldeb; dim gwahaniaethu; grymuso cymunedau; cydweithredu; gweithio a dysgu gyda'n gilydd.

**Rhoi Pobl yn y Canol** - adnodd WCVA i helpu pobl i ddod yn ddinasyddion gweithgar wrth ganol darpariaeth gwasanaethau

**Cyfranogaeth Cymru** - adnoddau, rhwydweithio a hyfforddiant ar ymgysylltu â'r cyhoedd wrth ddylunio, datblygu a darparu gwasanaethau sy'n canolbwyntio ar y dinesydd

**Tim Cymorth Ieuenctid Ethnig (EYST)** - hyrwyddo cydlyniant cymunedol a chymorth i fynd i'r afael â materion sy'n wynebu Pobl Dduon a Lleiafrifoedd Ethnig ifanc, o ddiweithdra i gamddefnyddio sylweddau

**Cyngor Hil Cymru** - hyrwyddo integreiddio a chydarddoldeb hiliol yng Nghymru

**BAWSO** - sefydlwyd BAWSO yn 1995 ac mae'n Ddarparwr Cymorth wedi'i Achredu gan Lywodraeth Cymru, gan ddarparu gwasanaethau arbenigol ledled Cymru i bobl Dduon a Lleiafrifoedd Ethnig y mae cam-drin domestig a mathau eraill o gam-drin yn effeithio arnynt, gan gynnwys Anffurfio Organau Cenhedlu Benywod, Priodasau dan Orfod, Masnachu Pobl a Phuteindra.





# Cymru â Diwylliant Bywiog lle mae'r Gymraeg yn Ffynnu

## Yn gwyno

'lle mae chwaraeon, y celfyddydau, diwylliant a'r Gymraeg yn rhan arferol o fywydau bob dydd i bawb.'

## Y darn cyfreithiol

'Cymdeithas sy'n hyrwyddo ac yn gwarchod diwylliant, treftadaeth a'r Gymraeg ac sy'n annog pobl i gyfranogi yn y celfyddydau, a chwaraeon a gweithgareddau hamdden.'



## Pam mae'n bwysig?

**Un o nodweddion pwysig Cymru fel cenedl yw ei diwylliant a'i threftadaeth gyfoethog. Mae hyn yn cynnwys y Gymraeg, un o ieithoedd hynaf Ewrop.**

Mae Llywodraeth Cymru yn cydnabod pwysigrwydd chwaraeon, diwylliant ac iaith i lesiant unigolion a chymunedau, nid yn unig yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol ond hefyd mewn strategaethau eraill, gan gynnwys:

- **Rhaglen Cyfuno: Trechu Tlodi trwy Ddiwylliant**
- **iaith fyw: iaith byw** strategaeth 5-mllynedd bresennol Llywodraeth Cymru i gynyddu ymhellach nifer y bobl sy'n siarad ac yn defnyddio'r Gymraeg.
- #Cymraeg2050, gweledigaeth Llywodraeth Cymru ar gyfer miliwn o siaradwyr Cymraeg.
- **Pob Plentyn Wedi Gwirioni ar Chwaraeon Am Oes** sy'n ceisio ysbrydoli pob person ifanc i fwynhau chwaraeon a chael mynediad at chwaraeon, ac i fod yn egniol am oes

Mae'r **Dangosyddion Cenedlaethol** sy'n helpu i fesur cynnydd tuag at y nod hwn yn cynnwys y rheini sy'n ystyried:

- nifer y bobl sy'n siarad ac yn defnyddio'r Gymraeg;
- y rheini sy'n cymryd rhan mewn gweithgareddau celfyddydol a diwylliannol;
- pobl sy'n cymryd rhan mewn gweithgareddau chwaraeon deirgwaith neu fwy yr wythnos.

Cyhoeddwyd gan Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (WCVA), Mai 2017.

Prif swyddfa: Tŷ Baltig, Sgwâr Mount Stuart, Caerdydd, CF10 5FH

Ffôn: **0800 2888 329** (croesawir galwadau yn Gymraeg ac yn Saesneg)

Ebost: [help@wcva.org.uk](mailto:help@wcva.org.uk) Mae WCVA yn croesawu gohebiaeth yn Gymraeg. Byddwn yn ateb gohebiaeth a geir yn Gymraeg, yn Gymraeg. Ni fydd gohebu yn Gymraeg yn arwain at oedi.

Rhif elusen gofrestrdig 218093, cwmni cyfyngedig drwy warant 425299.

## Sut mae'r trydydd sector yn cyfrannu?

Mae gan y trydydd sector yng Nghymru rôl hanfodol i'w chwarae i warchod a rhannu diwylliannau a helpu i ddarparu cyfleoedd i bobl gyfoethogi eu bywydau trwy gymryd rhan yn y celfyddydau, chwaraeon a hamdden.

Mae modd gweld enghreifftiau ym mron bob cymuned, o'r grwpiau 'Cyfeillion' sy'n gwarchod safleoedd o dreftadaeth naturiol neu hanesyddol i wirfoddolwyr mewn amgueddfeydd ac orielau, ar y meysydd chwarae,

mewn neuaddau dawnas a cherddoriaeth ac mewn clybiau neu wasanaethau sy'n helpu pobl i rannu a chyfranogi yn y diwylliannau a'r ieithoedd o'u dewis.

Mae'r trydydd sector a'r gwasanaethau Cymraeg mae'n eu darparu yn hanfodol i fywydau bob dydd pobl yng Nghymru nid yn unig o ran gweithgareddau diwylliannol ond hefyd gwasanaethau iechyd, gofal cymdeithasol a llesiant hanfodol.

Mae mudiadau trydydd sector hefyd yn chwarae rôl bwysig yn helpu pobl i glywed a mwynhau'r iaith trwy groesawu dysgwyr, trwy roi cyfle i unigolion a grwpiau ymarfer eu hiaith a thrwy ddathlu'r iaith a'i thraddodiadau.

Yn ogystal, mae llawer iawn o waith i adfywio cymunedau a'u tynnu at ei gilydd yn cael ei wneud trwy gyfrwng gweithgareddau Cymraeg.



## Beth all eich grŵp ei wneud i sicrhau'r cyfraniad mwyaf posib at y Nod hwn?

**Meddylwch am y gweithgareddau rydych yn eu cynnal yn eich gwaith bob dydd a'r ffordd maent yn cyfrannu'n uniongyrchol neu'n anuniongyrchol at y nod hwn.**

### Dyma rai camau y gallai'ch grŵp ystyried eu cymryd:

- 1 Rhoi polisi iaith cadarn ar waith – mae'r **Mentrau Iaith** yn darparu cymorth i helpu cymunedau a mudiadau gwirfoddoli i gydweithio er lles y Gymraeg
- 2 Datblygu cyfleoedd i bobl ddefnyddio'r Gymraeg yn eu bywydau bob dydd, beth bynnag fo'u gallu. Mae WCVA yn cynnig y cyfle i staff fynd i Glwb Cinio Cymraeg lle gall dysgwyr ymarfer eu Cymraeg gyda siaradwyr rhugl neu ddysgwyr mwy profiadol. Mae ganddo hefyd gynllun cyfeillion, lle mae siaradwyr rhugl yn cefnogi ac yn mentora dysgwyr
- 3 Defnyddio technoleg i helpu i wella a normaleiddio defnydd o'r Gymraeg trwy e.e. apiau Cymraeg, geiriaduron arlein a gwirwyr sillafu
- 4 Hyrwyddo cyfleoedd gwirfoddoli Cymraeg i siaradwyr a dysgwyr e.e. Urdd Gobaith Cymru, gwirfoddoli ar bwyllgorau eisteddfodau, yn nigwyddiadau a chlybiau'r Urdd yn lleol, yn rhanbarthol ac yn genedlaethol
- 5 Hyrwyddo teithio llesol – a gweithgaredd yn y swyddfa, gan annog staff i adael eu desg amser cinio neu roi cyfarpar ymarfer corff yn eich Ystafell Staff
- 6 Creu cyfleoedd i ymweld â safleoedd o dreftadaeth naturiol, hanesyddol neu ddiwylliannol, neu i gynnal gweithgareddau ynddynt
- 7 Helpu staff, gwirfoddolwyr neu gyfranogwyr i fwynhau gweithgareddau celfyddydol neu ddiwylliannol
- 8 Gwahodd y bobl rydych yn gweithio gyda nhw i rannu eu diwylliant trwy straeon, celf, cerddoriaeth, coginio neu weithgareddau eraill



## Mae hyn yn bwysig i ni gyd oherwydd:



Mae yna **562,000 o bobl** yng Nghymru a all siarad Cymraeg, sef tua 19 y cant o'r boblogaeth (Arolwg Cenedlaethol)

Mae nifer y bobl ifanc sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon neu weithgaredd corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos yn dal i fod **o dan 50%** (Arolwg gan Chwaraeon Cymru ar Chwaraeon Ysgol 2015)



Mae llai o risg i bobl sy'n gwneud gweithgaredd corfforol yn **rheolaidd gael nifer o glefydau cronig**, megis clefyd y galon, diabetes math 2, strôc, a rhai mathau o ganser. (GIG)

Dengys ymchwil y **gall gweithgaredd corfforol hefyd hybu hunan-barch, tymer, ansawdd cwsg ac egni**, yn ogystal â lleihau'r perygl o straen, **iselder**, dementia a chlefyd Alzheimer (GIG)



Mae cysylltiad cryf rhwng cyfranogi mewn diwylliant ac **iechyd da a bodlonrwydd uchel mewn bywyd**. Amcangyfrifir bod cyfranogiad cleifion mewn prosiectau celfyddydol yn arbed hyd at **£500 miliwn y flwyddyn** i'r GIG (Cyngor Celfyddydau)



Mae cyfranogi yn y celfyddydau **yn gwella cyrhaeddiad academaidd** – gan hybu sgoriau prawf, agweddau, sgiliau cymdeithasol, meddwl beirniadol a chreadigol (Ysgol Addysg John Hopkins)



## Adnoddau a chymorth sydd ar gael

**Mentrau Iaith** – cymorth ac arweiniad ar bolisiau mewnol, staffio, ymchwil a chyfluoedd datblygu yn y maes Cynllunio Iaith a manylion cyswllt pob Menter Iaith leol.

**Comisiynydd y Gymraeg** – egluro hawliau ynglŷn â'r Gymraeg, y Safonau a materion eraill yn ymwneud â pholisi, ymchwil a data

Mae gan WCVA daflen wybodaeth ar **Hyrwyddo'r Gymraeg drwy Wirfoddoli**

**Cadw** – manylion am leoliadau, gweithgareddau, digwyddiadau ac adnoddau ynglŷn ag amgylchedd hanesyddol Cymru

**Chwaraeon Cymru** – creu cymunedau chwaraeon ffyniannus a chynaliadwy, sydd â chyfranogiad yn rhan greiddiol ohonynt. Cymorth ac adnoddau i unigolion, grwpiau a chlybiau

**Celfyddydau Gwirfoddol Cymru** – hyrwyddo a chefnogi cyfranogi yn y celfyddydau er mwyn cael hwyl a hybu datblygiad personol a chydlyniant cymunedol

**Cyngor Celfyddydau Cymru** – y mudiad cyllido a datblygu ar gyfer y celfyddydau yng Nghymru





Ariennir gan  
**Lywodraeth Cymru**  
Funded by  
**Welsh Government**



# Cymru sy'n Gyfrifol ar Lefel Fyd-eang

## Yn gwyno

'Sicrhau ein bod yn defnyddio ein cyfran deg o adnoddau'r ddaear, a dim mwy na hynny, a'n bod yn dewis gweithredoedd sy'n osgoi camfanteisio ar eraill ac sydd ddim yn gwaethygu heriau byd-eang fel y newid yn yr hinsawdd.'

## Y darn cyfreithiol

'Cenedl sydd, wrth iddi wneud unrhyw beth i wella llesiant economaidd, cymdeithasol, amgylcheddol a diwylliannol Cymru, yn ystyried a allai gwneud peth o'r fath gyfrannu'n gadarnhaol at lesiant byd-eang.'



## Pam mae'n bwysig?

**Mae Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol yn cydnabod bod y newidiadau positif mewn ymddygiad y mae mudiadau a dinasyddion Cymru wedi'u gwneud yn bwysig wrth gyfrannu at ddatblygu cynaliadwy byd-eang, ni waeth pa mor fach maent efallai'n ymddangos.**

Y Ddeddf yw'r ddeddfwriaeth genedlaethol gyntaf o'i math yn y byd ac mae'n cyd-fynd â Nodau Datblygu Cynaliadwy y Cenhedloedd Unedig ac **Agenda 2030 y Cenhedloedd Unedig**.

Mae canllawiau craidd y Ddeddf yn canolbwyntio ar ddau faes allweddol ar gyfer cyfrifoldeb byd-eang:

- **Datgarboneiddio** – a ddiffinnir fel lleihau'r galw am ynni, cynyddu effeithlonrwydd ynni a'r defnydd o ffynonellau ynni newydd glân nad ydynt yn cyfrannu mor drwm at y newid yn yr hinsawdd.
- **Defnyddio a chynhyrchu cynaliadwy** – a ddiffinnir fel dewis

yr opsiynau a fydd yn rhoi'r budd positif mwyaf a'r effaith negyddol leiaf, yn lleol ac yn byd-eang, wrth gynhyrchu, prynu neu waredu nwyddau a gwasanaethau.

Mae'r **Dangosyddion Cenedlaethol** sy'n helpu i fesur cynnydd tuag at Gymru sy'n gyfrifol ar lefel byd-eang yn cynnwys y rheini sy'n canolbwyntio ar ynni adnewyddadwy, allyriadau nwyon tŷ gwydr a'r adenillion cymdeithasol ar fuddsoddiadau gan bartneriaethau Cymreig sy'n gweithio tuag at Nodau Datblygu Cynaliadwy y Cenhedloedd Unedig.

Gall cyrff statudol, mudiadau a phawb yng Nghymru gyfrannu at y Nod byd-eang hwn ar lefel leol er enghraifft drwy leihau, neu ddewis dulliau glanach o ddarparu trafndiaeth ac ynni neu drwy ddylanwadu ar eraill drwy ymgyrchoedd neu ddewisiadau siopa i helpu i fynd i'r afael â phroblemau rhyngwladol megis tlodi a chaethwasiaeth fodern.

Cyhoeddwyd gan Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (WCVA), Mai 2017.  
Prif swyddfa: Tŷ Baltig, Sgwâr Mount Stuart, Caerdydd, CF10 5FH

Ffôn: **0800 2888 329** (croesawir galwadau yn Gymraeg ac yn Saesneg)

Ebost: [help@wcva.org.uk](mailto:help@wcva.org.uk) Mae WCVA yn croesawu gohebiaeth yn Gymraeg. Byddwn yn ateb gohebiaeth a geir yn Gymraeg, yn Gymraeg. Ni fydd gohebu yn Gymraeg yn arwain at oedi.

Rhif elusen gofrestrdig 218093, cwmni cyfyngedig drwy warant 425299.

## Sut mae'r trydydd sector yn cyfrannu?

Efallai fod Cymru sy'n gyfrifol ar lefel fyd-eang yn ymddangos yn her fawr ond rhaid cofio y gall camau a gymerir gan gymunedau ac unigolion arwain at newid arwyddocaol ar lefel ehangach.

Mae gwirfoddolwyr a mudiadau trydydd sector wedi bod yn

hyrwyddo mentrau megis Masnach Deg ac, o ganlyniad, maent wedi dod i gael eu defnyddio'n eang.

Mae ymgyrchoedd eraill wedi tynnu sylw at broblemau megis datgoedwigo ac arferion pysgota anghynaliadwy ac wedi cynhyrchu canllawiau i

helpu pobl i wneud dewisiadau nad ydynt yn cyfrannu at y problemau hyn. Dengys hyn rym codi ymwybyddiaeth ymysg aelodau o staff, gwirfoddolwyr a'r cyhoedd ynglŷn â'r angen i feddwl am yr effeithiau y gallai camau yng Nghymru eu cael ar bobl mewn rhannau eraill o'r byd.



## Beth all eich grŵp ei wneud i sicrhau'r cyfraniad mwyaf posib at y Nod hwn?

**Meddylwch am y gweithgareddau rydych yn eu cynnal yn eich gwaith bob dydd a'r ffordd y gallai hyn effeithio ar y bobl o'ch cwmpas ac mewn rhannau eraill o'r byd.**

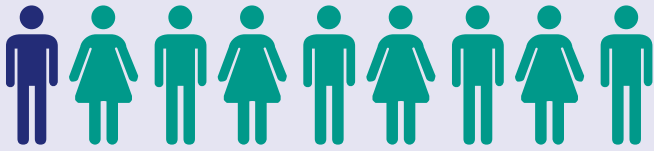
Efallai yr hoffech ystyried sut mae'ch mudiad yn gwario ei arian – er enghraifft a ydych yn prynu cynnyrch masnach deg neu'n dewis cynnyrch lleol i leihau pellter cludo.

Efallai yr hoffech geisio dylanwadu ar eraill er enghraifft drwy bolisi prynu neu gaffael moesegol. I fudiadau neu gyflenwyr mawr gallai hyn gynnwys ystyried materion megis llafur plant neu gaethlafur neu ddarpariaeth 'Cyflog Byw', defnydd cynaliadwy o adnoddau, ac a oes gan gyflenwyr safonau amgylcheddol neu bolisiau cyfrifoldeb cymdeithasol corfforaethol ai peidio.

**Dyma gamau eraill y gallech eu hystyried neu rydych efallai eisoes yn eu cymryd:**

- 1 Blaenoriaethu teithio llesol a dulliau teithio mwy 'gwyrdd' i helpu i leihau allyriadau nwyon tŷ gwyrdd ac effeithiau anorfod y newid yn yr hinsawdd
- 2 Mabwysiadu safonau moesegol gofynnol neu bolisi buddsoddi neu brynu moesegol yn enwedig os ydych yn ddigon mawr i gontractio cwmnïau mwy. Mae **Cymorth Cristnogol** yn amcangyfrif bod osgoi trethi corfforaethol yn costio \$300bn bob blwyddyn mewn refeniw coll i wledydd sy'n datblygu. Gallai cwestiynau ynghylch cydymffurfio â gofynion treth mewn polisiau caffael helpu i newid hyn
- 3 Caffael eitemau sydd wedi'u hachredu'n annibynnol megis **Masnach Deg, Organig, MSC** a **FSC** fel y gallwch sicrhau prisiau teg i gynhyrchwyr ac arferion cynaliadwy sy'n gwneud cyfraniadau positif at faterion byd-eang, bywoliaethau a chadwraeth
- 4 Camau i hybu dealltwriaeth ryngwladol megis annog cyfleoedd addysg fyd-eang i gyflogeion. Gallai'r rhain gynnwys - digwyddiadau, cyfnewidiadau neu hyd yn oed gyfleoedd i rannu sgiliau drwy **Gyfleoedd Dysgu Rhyngwladol** Academi Cymru
- 5 Hyrwyddo cyfleoedd neu ymgyrchoedd gwirfoddoli er budd gwledydd sy'n datblygu.
- 6 Cydweithio â **DEC** – y Pwyllgor Argyfyngau – i gefnogi ymatebion ar y cyd i drychinebau ac argyfyngau dramor
- 7 Datblygu cysylltiadau â chymunedau diaspora neu brosiectau mewn gwledydd sy'n datblygu er mwyn dysgu a chefnogi'ch gilydd
- 8 Datblygu cysylltiadau ag ysgolion i gynnig cyfleoedd gwirfoddoli lleol. Gall hyn gefnogi myfyrwyr **Bagloriaeth Cymru** a gweithredoedd dinasyddiaeth mewn perthynas ag **Addysg ar gyfer Datblygu Cynaliadwy a Dinasyddiaeth Fyd-eang**
- 9 Cefnogi gwaith grwpiau City of Sanctuary neu grwpiau croesawu lleol i ddarparu cyfleoedd i ffoaduriaid neu geiswyr lloches sydd wedi ymgartrefu yn y gymuned
- 10 Datblygu cynllun dadfuddsoddi (y gwrthwyneb i fuddsoddi) i waredu cronfeydd ariannol a chronfeydd pensiwn sydd mewn tanwyddau ffosil

## Mae hyn yn bwysig i ni gyd oherwydd:



Nid oes gan **1 o bob 9 o bobl** ddigon i'w fwyta ac mae mwy na biliwn o bobl yn dal i fyw ar lai na \$1.25 y dydd ([Oxfam Cymru](#))



Ar gyfartaledd mae dros **20 miliwn o bobl** wedi'u dadleoli gan drychinebau naturiol a thywydd eithafol bob blwyddyn ers 2009. ([Uchel Gomisiynydd y Cenhedloedd Unedig dros Ffoaduriaid](#))



## Adnoddau a chymorth sydd ar gael

[Gweddnewid ein byd: Agenda 2030 ar gyfer Datblygu Cynaliadwy](#)

[Canolfan Materion Rhyngwladol Cymru](#) – ysbrydoli mwy o bobl i weithredu ar faterion byd-eang ac i wneud Cymru yn genedl fwy eangfrydig

[Sustrans Cymru](#) – gwybodaeth ac astudiaethau achos ar deithio llesol

[Cymorth Cristnogol](#) – deunydd ymgyrchu ac adnoddau addysgiadol ynglŷn â thlodi ac anghydraddoldeb i bob oed

[Cymru Masnach Deg](#) – adnoddau ar gyfer addysg, polisi, caffael, cymorth ac ymgyrchu ar gyfer Masnach Deg yng Nghymru, y Genedl Masnach Deg gyntaf yn y byd

[UNA Cyfnewid](#) – hyrwyddo heddwch, dealltwriaeth ryngddiwylliannol a datblygu personol drwy gynnig cyfleoedd gwirfoddoli fforddiadwy mewn cymunedau yng Nghymru ac o amgylch y byd

[Hub Cymru Africa](#) – grantiau a chymorth meithrin gallu i grwpiau ac unigolion sydd am weithio ar Brosiectau Cymru-Affrica

[@DecCymru](#) – dod ag elusennau blaenllaw yng Nghymru at ei gilydd i godi arian pan fo argyfwng

[City of Sanctuary](#) – ymgyrch i **feithrin diwylliant o letygarwch** a chroeso, yn enwedig i ffoaduriaid sy'n ceisio noddfa o ryfel ac erledigaeth gyda grwpiau lleol ledled Prydain

[Go Fossil Free](#) – gwybodaeth ynglŷn â thanwyddau ffosil ac arweiniad ar ddadffuddsoddi

Mae'r [Cyngor Stiwardiaeth Coedwigoedd](#) yn cynnal system fyd-eang i ardystio coedwigoedd, sy'n galluogi pobl i ganfod, prynu a defnyddio pren, papur a chynhyrchion eraill sydd wedi'u cynhyrchu o goedwigoedd a reolir yn dda a/neu ddeunyddiau wedi'u hailgylchu.

Mae'r [Gymdeithas Cadwraeth Forol](#) wedi cynhyrchu [canllaw pysgod](#) da sy'n helpu pobl i sicrhau bod eu pysgod yn tarddu o ffynonellau cynaliadwy.

