

Tystiolaeth Ansoddol ar gyfer Asesu Lles Lleol

Adroddiad cynnwys dinasyddion

Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol

Cyngor Dinas a Sir Abertawe

Ionawr 2017

Prif Awdur:
Claire Kerby,
Bruce Whitear,
Nick Miller
Ionawr 2017

Cynnwys

1	Rhagarweiniad.....	3
2	Lles yn Ninas a Sir Abertawe	4
2.1	Canfyddiadau Ymchwil Sylfaenol.....	4
3	Lles yn ôl Ardal Gymunedol a Thema	11
3.1	Dwyrain y Bae.....	11
3.2	Gorllewin y Bae.....	14
3.3	Y Ddinas	17
3.4	Cwm Tawe.....	20
3.5	Llwchwr.....	22
3.6	Penderi	24
4	Lles yn ôl Grŵp Defnyddwyr	27
4.1	Pobl yr ystyrir eu bod yn ddiamddiffyn neu dan anfantais - Trais Domestig.....	27
4.2	Pobl a chanddynt nodwedd a warchodir - Plant a Phobl Ifanc.....	29
4.3	Pobl a chanddynt nodwedd a warchodir – Pobl Hŷn	32
4.4	Pobl a chanddynt nodwedd a warchodir – Iechyd ac Anabledd.....	34
4.5	Pobl a chanddynt nodwedd a warchodir – Iechyd Meddwl	37
4.6	Pobl a chanddynt nodwedd a warchodir - Anabledd Dysgu ac Anhwylder y Sbectwm Awtistig	38
4.7	Pobl a chanddynt nodwedd a warchodir – Hil/Crefydd	39
4.8	Plant a phobl ifanc sy'n derbyn gofal.....	39
4.9	Pobl ag angen gofal a chefnogaeth neu sy'n eu darparu – Gofalwyr.....	40
5	Lles yn Ninas a Sir Abertawe: Dadansoddiad Eilaidd.....	42
5.1	Lles Cymdeithasol.....	43
5.2	Lles Diwylliannol	44
5.3	Lles Economaidd	44
5.4	Lles Amgylcheddol.....	44
6	Crynodeb ac Argymhellion	46
6.1	Crynodeb	46
6.2	Cynnydd yn erbyn nodau DLICD.....	49
6.3	Argymhellion i Adeiladu Lles	51

Ffigur 1 Categoriâu o ystyr Lles Diwylliannol yn ôl ymatebwyr i'r arolwg yn rhanbarth Abertawe	5
Ffigur 2 Meddwl am les diwylliannol,	5
Ffigur 3 Pa DDAU beth rydych chi'n credu gallai.....	5
Ffigur 4 Categoriâu o ystyr Lles Economaidd yn ôl ymatebwyr i'r arolwg yn Rhanbarth Abertawe.....	
Ffigur 5 Ystyr Lles Economaidd - ymatebwyr i'r arolwg yn Abertawe.....	7
Ffigur 6 Ffactorau sy'n cyfrannu at les economaidd - ymatebwyr i'r arolwg yn Abertawe	7
Ffigur 7 Categoriâu o ystyr Lles Amgylcheddol, yn ôl ymatebwyr i'r arolwg yn rhanbarth Abertawe	8
Ffigur 8 Ystyr Lles Amgylcheddol - ymatebwyr i'r arolwg yn Abertawe	9
Ffigur 9 Ffactorau a fyddai'n gwella lles amgylcheddol - ymatebwyr i'r arolwg yn Abertawe..	9
Ffigur 10 Categoriâu o ystyr Lles Cymdeithasol yn ôl ymatebwyr i'r arolwg yn rhanbarth Abertawe	9
Ffigur 11 Ystyr Lles Cymdeithasol - ymatebwyr i'r arolwg o Abertawe.....	10
Ffigur 12 Ffactorau sy'n cyfrannu at les cymdeithasol - ymatebwyr i'r arolwg o Abertawe	10
Ffigur 13 Ymatebion i'r arolwg fesul ardal gymunedol	55
Ffigur 14 Canran yr Ymatebion i'r Arolwg fesul Band Oed.....	56

Tabl Atodiadau

Atodiad 1 Gwybodaeth am Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru)	53
Atodiad 2 Ymagwedd Fethodolegol.....	55
Atodiad 3 Holiadur Ar-lein	58
Atodiad 4 Arweiniad Trafodaeth ar gyfer y Gweithdy.....	64
Atodiad 5 Ffynonellau a ddefnyddiwyd ar gyfer Dadansoddiad Eilaidd.....	67

1 Rhagarweiniad

Mae'r ddogfen hon yn dogfennu canfyddiadau asesiad annibynnol o les pobl yn Ninas a Sir Abertawe. Mae Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) (DLICD) yn ei gwneud hi'n ofynnol i'r Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus (BGC) ym mhob ardal awdurdod lleol gael adroddiad gwybodaeth ansoddol fel rhan o'r asesiadau y mae'n ofynnol iddynt eu cynnal. Comisiynwyd Miller Research, mewn partneriaeth â Bruce Whitear Consulting gan Gyngor Bwrdeistref Sirol Castell-nedd Port Talbot, ar ran CBS Pen-y-bont ar Ogwr, CBS Castell-nedd Port Talbot, Dinas a Sir Abertawe a Bwrdd Iechyd PABM i gefnogi'r broses hon.

Roedd y comisiwn yn ymwneud â chasglu a dadansoddi tystiolaeth o ymchwil sylfaenol (newydd) yn ogystal â gwybodaeth eilaidd (sydd eisoes yn bod). Casglwyd data elfennol drwy gyfres o weithdai/grwpiau ffocws, cyfweiliadau un i un â rhanddeiliaid ac arolwg sylweddol - y cafwyd ymatebion ar eu cyfer gan 636 o unigolion o ardal Bae'r Gorrlewin, y nododd 239 ohonynt eu bod yn byw yn Ninas a Sir Abertawe.

Mae'r adroddiad hwn wedi'i drefnu mewn pum pennod:

- Mae Pennod 2 yn cynnwys trosolwg o les yn Ninas a Sir Abertawe yn ôl thema.
 - Mae Pennod 3 yn dadansoddi lles yn ôl ardal gymunedol
 - Mae Pennod 4 yn darparu trosolwg o les ar gyfer grwpiau dinasyddion
 - Mae Pennod 5 yn cyflwyno canfyddiadau ymchwil eilaidd
 - Mae Pennod 6 yn cynnig crynodeb ac argymhellion
-
- Mae Atodiad 1 yn darparu cyd-destun ar gyfer yr asesiad drwy ddisgrifio Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru)

2 Lles yn Ninas a Sir Abertawe

Mae'r bennod hon o'r adroddiad yn darparu dadansoddiad o ganfyddiadau'r ymchwil ar gyfer Dinas a Sir Abertawe (y cyfeirir ati o hyn ymlaen fel Abertawe) ar gyfer pedwar thema DLICD:

- Diwylliannol,
- Economaidd,
- Amgylcheddol a
- Chymdeithasol.

Diben y bennod hon yw darparu tystiolaeth ymchwil y gellir ei defnyddio gan y BGC i gyfeirio datblygiad cynlluniau lles yn y dyfodol. Mae'r rhan gyntaf yn darparu dadansoddiad o ganfyddiadau'r ymchwil ar gyfer Abertawe ar gyfer pob thema.

2.1 Canfyddiadau Ymchwil Sylfaenol

Mae'r rhan hon yn defnyddio canfyddiadau ymchwil sylfaenol i ddarparu asesiad o les ar gyfer pob thema ar gyfer Abertawe. Mae pob rhan yn fras yn dilyn strwythur tebyg. Trafodir ystyr pob thema i'r bobl yn y rhanbarth yn gyntaf, gydag agweddau sy'n cyfrannu at les yn dilyn hyn, ac yn olaf, trafodir awgrymiadau ar gyfer gwella lles.

Cafwyd lefel uchel o ymwybyddiaeth o'r term lles ymhlith y 239 o bobl a ymatebodd i'r arolwg, gyda 96% yn dweud eu bod yn gyfarwydd â'r term cyn iddynt ateb y cwestiwn amdano yn yr arolwg. Yn gyffredinol, roedd dealltwriaeth yr ymatebwyr i'r arolwg o ystyr lles yn dda. Roedd ymatebion yn canolbwyntio ar iechyd corfforol a meddwl pobl, gyda llawer yn gwneud sylwadau ar les fel rhywbeth cyfannol neu gyflawn - ac yn cynnwys pob agwedd ar fywyd person. Cofnodwyd nifer o gyfeiriadau at fod yn hapus ac yn fodlon gan ymatebwyr. Roedd y rhan fwyaf o'r rhai a aeth i'r gweithdy'n gwybod y gair ond efallai na fyddent wedi'i ddefnyddio'n rheolaidd.

“Cael hwyl gyda phobl eraill, peidio â bod yn ddigalon, peidio â phoeni am bethau” (person yn ei saith degau, gweithdy yn Abertawe)

2.1.1 Lles Diwylliannol yn Ninas a Sir Abertawe

Gofynnwyd i ymatebwyr ynghylch yr hyn yr oedd lles diwylliannol yn ei olygu iddynt hwy, a rhoddwyd yr ymatebion mewn pedwar categori penodol ¹ yn ymwneud â'r diffiniadau mwyaf poblogaidd. Roedd preswylwyr Abertawe'n fwyaf tebygol o ddiffinio lles diwylliannol o ran y celfyddydau, y theatr, llenyddiaeth etc. ² (38%), ac roedd chwarter (26%) yn ei ddiffinio o ran treftadaeth, iaith, traddodiadau a chredoau etc.³ (Ffigur 1).

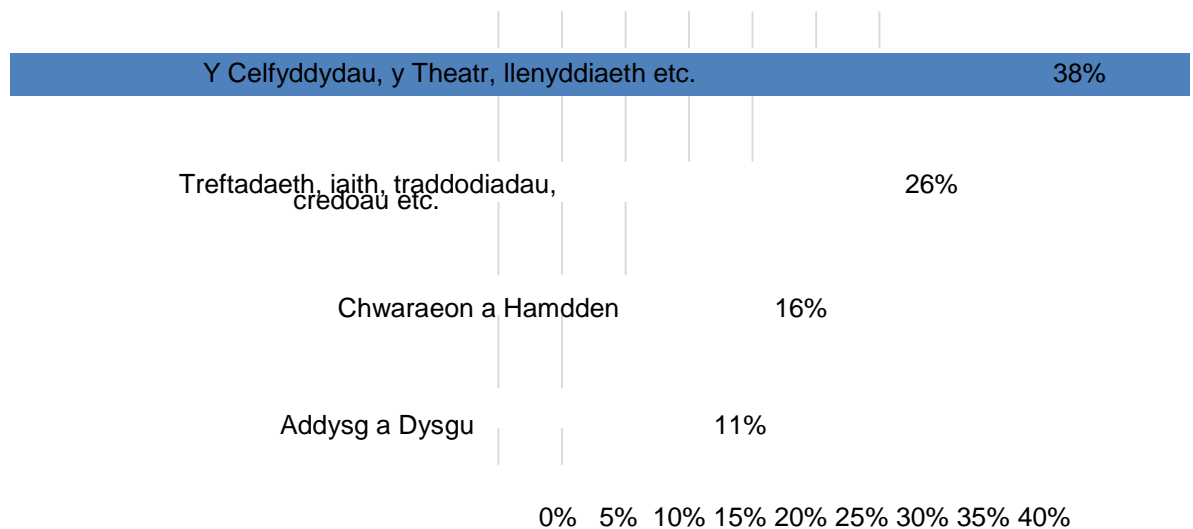
¹ Sefydlwyd categorïau yn dilyn ymarfer dadansoddi cynnwys y set ddata gyffredinol (y tri rhanbarth wedi'u cyfuno). Grwpwyd ffactorau cyffredin nes bod categorïau pendant ac ystyrion yn dod i'r amlwg. Ar ôl hyn, categoreiddwyd canfyddiadau o bob rhanbarth i'r grwpiau a ddiffiniwyd ymlaen llaw.

² Roedd y categori hwn yn cynnwys y themâu cysylltiedig canlynol: y Celfyddydau, y Theatr, Llenyddiaeth, Amgueddfeydd, Sinema, Ffilmiau, Barddoniaeth a Hanes.

³ Roedd y categori hwn yn cynnwys y themâu cysylltiedig canlynol: Treftadaeth, iaith, Traddodiadau, Credoau, Arferion, Cymru/y Gymraeg.

Ar gyfer 16% o sampl yr arolwg, roedd lles diwylliannol yn gysylltiedig â gweithgareddau chwaraeon a hamdden, ac roedd un o bob deg o ymatebwyr yn cyfeirio ato o ran addysg neu ddysgu. Roedd ymatebion eraill yn cynnwys teimladau fel meddu ar ymdeimlad o berthyn neu deimlo'n rhan o'r gymuned.

Ffigur 1 Categoriâu o ystyr Lles Diwylliannol yn ôl ymatebwyr i'r arolwg yn rhanbarth Abertawe



Ffynhonnell: Miller Research (UK) Ltd. - Arolwg Ar-lein o Aseiad Lles 2016

Ffigur 2 Gan feddwl am les diwylliannol, beth mae hyn yn ei olygu neu'n cyfeirio ato yn eich tyb chi?

Ffigur 3 Pa DDAU beth yn eich barn chi allai wella'ch lefel lles diwylliannol?

Ffynhonnell: Arolwg Ar-lein (Abertawe) N=165

Ffynhonnell: Arolwg Ar-lein (Abertawe) N=151

Gofynnwyd i ymatebwyr yr arolwg hefyd ba agweddau ar eu bywydau oedd yn cyfrannu at les, ac roedd y gyfran fwyaf wedi cyfeirio at wneud gweithgareddau diwylliannol (Ffigur 2). Serch hynny roedd rhai yn y gweithdai'n cyfeirio at anhawster cael mynediad i weithgareddau o'r fath yn Abertawe, fel a fynegwyd gan un ymatebwr:

“Does dim diwylliant amgen, dim ffilm neu gerddoriaeth, dim bandiau byw. Rhaid i chi fynd i Fryste am gerddoriaeth” (Gweithdy Abertawe)

I gyd-fynd â'r pwynt hwn, mynegodd rhai o'r bobl a aeth i'r gweithdy angen am fuddsoddi mewn cerddoriaeth a lleoliadau cerddoriaeth fyw i helpu i wella lles diwylliannol yn yr ardal.

Yn ystod y gweithdai, roedd diwylliant Cymru a'r iaith Gymraeg (gan gynnwys dysgu i siarad Cymraeg) yn codi'n aml pan ofynnwyd i bobl pa ddau beth a fyddai'n helpu eu lles diwylliannol (Ffigur 3). I'r gwrthwyneb, fodd bynnag, teimlai rhai pobl fod yr iaith Gymraeg yn fwy blaenllaw na diwylliant Cymru ar draul ffactorau eraill:

"Mae bod yn Gymro yn fwy na'r iaith - yn bersonol, rwy'n elwa'n fwy o ddysgu am hanes Cymru a sut mae'n cysylltu â fy mywyd heddiw. Mae gormod o bwyslais ar yr iaith, yn fy marn i." (Gweithdy Abertawe)

Gwnaeth eraill y pwynt, er nad oeddent yn siarad yr iaith, nad oedd hyn yn effeithio ar eu diddordeb yn niwylliant Cymru'n gyffredinol.

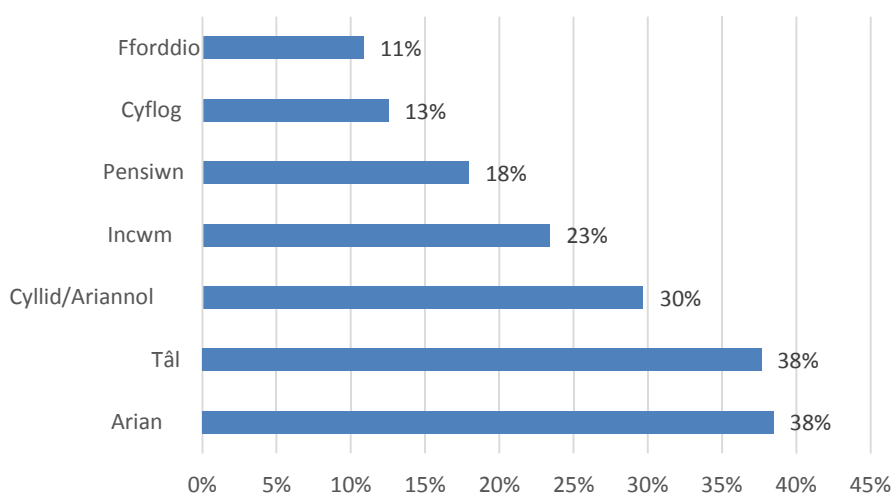
Yn benodol, roedd bron pumed (18%) o'r rhai a ymatebodd i'r arolwg wedi dweud y byddai gwirfoddoli yn darparu mynediad i weithgareddau diwylliannol ac felly'n cyfrannu at les. Yn yr un modd, roedd y ffactorau a fyddai'n gwella mynediad yn gysylltiedig â chyflawni lles diwylliannol.

2.1.2 Lles Economaidd yn Ninas a Sir Abertawe

Yn gyffredinol, nododd y bobl a gymerodd ran yn yr asesiad fod lles economaidd unigolyn yn ymwneud yn bennaf â'r swm o arian (incwm) a oedd ganddynt yn ogystal â'u safon byw gyffredinol. Soniodd bron tri chwarter (72%) o ymatebwyr i'r arolwg am eiriau a oedd yn sôn am arian wrth ddiffinio beth oedd lles economaidd yn ei olygu iddyn nhw (

Ffigur 4). Mae'n bwysig sylwi ar y ffaith fod pumed (20%) o ymatebwyr i'r arolwg wedi defnyddio datganiadau a oedd yn cyfeirio at 'gael digon o arian' neu rywbeth tebyg wrth ddisgrifio lles economaidd.

Ffigur 4 Categorïau o ystyr Lles Economaidd yn ôl ymatebwyr i'r arolwg yn Rhanbarth Abertawe



Ffynhonnell: Miller Research (UK) Ltd. - Arolwg Ar-lein o Asesiad Lles 2016

⁴ Defnyddiwyd y termau chwilio canlynol: 'arian, incwm, cyllid, ariannol, tâl, fforddio, enillion, cyflog, pensiwn'.

Ffigur 5 Ystyr Lles Economaidd - ymatebwyr i'r arolwg yn Abertawe

Ffigur 6 Ffactorau sy'n cyfrannu at les economaidd - ymatebwyr i'r arolwg yn Abertawe

Ffynhonnell: Arolwg Ar-lein (Abertawe) N=201

Ffynhonnell: Arolwg Ar-lein (Abertawe) N=198

Roedd sicrwydd ariannol yn fater arwyddocaol i ymatebwyr, gyda 44% yn dweud ei bod yn poeni am arian (o'i gymharu ag 17% nad oedd yn poeni am arian).

Nododd un unigolyn wahaniaeth rhwng lles economaidd ac ariannol, gan ddweud bod y cyntaf yn ymwneud â mynediad y cyhoedd i wasanaethau a'r ail yn fater personol o allu fforddio i dalu eich costau byw:

"Mae economaidd yn golygu bod [Cyngor] Abertawe'n gallu cynnig gwasanaethau i'r cyhoedd sydd am eu cael. Mae ariannol i fi'n golygu bod yn gallu talu fy miliau etc. ar fy mhensiwn sylfaenol." (Ymatebwr i'r arolwg)

Yn ôl ymatebwyr, y ddau ffactor pwysicaf a gyfrannodd at gyflawni lles economaidd oedd cael swydd dda a safon byw dda (Ffigur 6). Soniodd tair rhan o bump o ymatebwyr (60%) eiriau a oedd yn ymwneud â swyddi⁵, a soniodd pumed (230%) am 'safon byw'.

Pan ofynnwyd am ddau beth a fyddai'n gwella'u lles economaidd, dywedodd bron traean o ymatebwyr i'r arolwg (29%) godiad cyflog a chyfeiriodd pumed (19%) at y ffactor cysylltiedig o ddod o hyd i swydd well neu newydd (â mwy o dâl). Roedd sylwadau eraill yn cyfeirio at ostyngiadau mewn costau byw a chynnydd mewn llog ar gyfer cynilion (neu enillion ar fuddsoddiadau gan gynnwys pensiynau).

2.1.3 Lles Amgylcheddol yn Ninas a Sir Abertawe

O safbwynt y sawl a ymatebodd i'r arolwg, roedd lles amgylcheddol yn ymwneud yn bennaf â chael amgylchedd glân (34% o ymatebwyr) a bod yn gallu cael mynediad i'r awyr agored

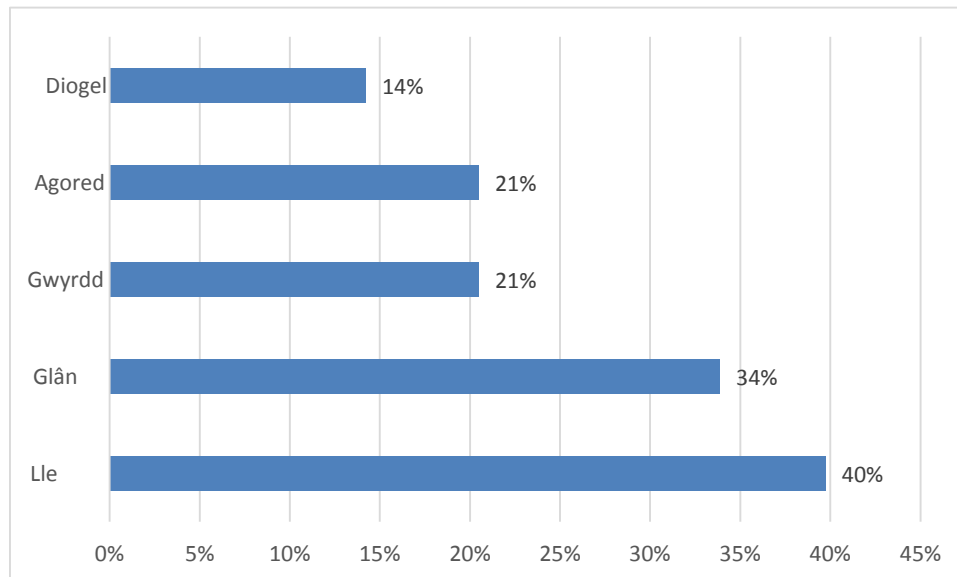
⁵ Sef: gwaith, gweithio, cyflogaeth.

⁶ Neu debyg. Defnyddiwyd y termau chwilio canlynol: mwy o dâl, codiad cyflog, cynnydd mewn tâl, mwy o arian, mwy o gyflog/tâl, cael mwy o dâl, gwell tâl.

⁷ Y gyfran a soniodd am eiriau a oedd yn ymwneud â 'glân'.

(26%). Mae Ffigur 7 yn dangos y geiriau a ddyfynnwyd amlaf gan ymatebwyr i'r arolwg pan ofynnwyd iddynt ddiffinio lles amgylcheddol. Roedd y rhain hefyd yn ategu'r hyn a nodwyd gan y rhai a aeth i weithdy a oedd yn canolbwyntio ar fynediad i barciau, lleoedd agored glân ac ardaloedd dymunol yn yr awyr agored i gerdded/eistedd. Siaradodd y rhai a aeth i weithdy am yr angen am 'le hyfryd i fyw', cymuned ddiogel i fyw ynddi neu amgylchedd glanach heb sbwriel, graffiti a phethau diolwg eraill'.

Ffigur 7 Categoriâu o ystyr Lles Amgylcheddol, yn ôl ymatebwyr i'r arolwg yn rhanbarth Abertawe



Ffynhonnell: Miller Research (UK) Ltd. - Arolwg Ar-lein o Asesiad Lles 2016

Nodwyd agosrwydd yr arfordir a thraethau o safon gan nifer a aeth i weithdy fel dylanwad mawr ar les. Ystyrid bod gallu cael mynediad i amgylchedd da a glân yn gyfrannwr allweddol tuag at gyflawni lles amgylcheddol, ac roedd traean o ymatebwyr wedi crybwyll hyn:

“Rwy'n gallu cael mynediad i barc gwledig lleol yn hawdd i chwarae gyda fy mhlant a cherdded. Cael mynediad i benrhyn Gŵyr - hyfryd”

Nid oedd y fath fynediad yn hawdd i bob un o'r rhai a fu yn y gweithdy, fel a fynegwyd gan un ohonynt:

“Rydym yn byw mewn ardal anhygoel, ond mae llawer o bobl yn byw mewn ardaloedd ofnadwy ynddi a dydyn nhw byth yn mynd i'r traeth. Dydyn nhw ddim yn gallu oherwydd cludiant a'r gost”

Mae'n amlwg bod rhai rhwystrau i rai preswylwyr rhag cael mynediad i'r amgylchedd naturiol ac fel yr awgrymwyd uchod, y rhai y mae eu hincwm yn isel efallai, sy'n dioddef fwyaf. Atgyfnerthwyd y teimlad hwn gan ganlyniadau'r arolwg, oherwydd crybwyllwyd yr angen am gyfleusterau neu wasanaethau 'gwell' gan bron hanner (48%) y sampl. Dywedodd un ymatebwr y gallai'r gwelliannau gynnwys:

⁸ Cyfran yr ymatebwyr a grybwyllodd y geiriau canlynol: awyr agored, lle agored, man gwyrdd, y tu allan

“Gwell gwasanaethau cludiant cyhoeddus - mwy rheolaidd a llai drud; dinas/strydoedd siopa canol y dref taclusach.” (Ymatebwr i'r arolwg)

Ffigur 8 Ystyr Lles amgylcheddol - ymatebwr i'r arolwg yn Abertawe

Ffigur 9 Ffactorau a fyddai'n gwella lles amgylcheddol - ymatebwr i'r arolwg yn Abertawe

Ffynhonnell: Arolwg Ar-lein (Abertawe) N=170

Ffynhonnell: Arolwg Ar-lein (Abertawe) N=167

Cyfeiriodd bron chwarter (23%) o ymatebwr at y ffaith fod strydoedd glanach neu daclusach 9 (gydag un o bob deg yn cyfeirio at 'sbwriel') yn angenrheidiol i wella lles amgylcheddol. Yn y gweithdai, cafwyd llawer o sylwadau am sbwriel, yr angen am ddarparu mwy o finiau baw cŵn a'r angen am addysgu am waredu gwastraff ac ailgylchu.

2.1.4 Lles Cymdeithasol yn Abertawe

Mae lles cymdeithasol yn golygu cael rhwydwaith da o ffrindiau a theulu yn ôl y mwyafrif a ymatebodd i'r arolwg (65%). Crybwyllwyd cael mynediad i weithgareddau, cyfleusterau hamdden neu ddigwyddiadau cymunedol hefyd, ynghyd â theimlo'n ddiogel. Mae'r dyfyniadau canlynol yn darparu trosolwg o'r hyn yr oedd lles cymdeithasol yn ei olygu i'r sawl a ymatebodd i'r arolwg.

“Cael rhwydwaith o ffrindiau/aelodau teuluol a pheidio â bod yn unig nac yn ynysig.” (Ymatebwr i'r arolwg - Abertawe)

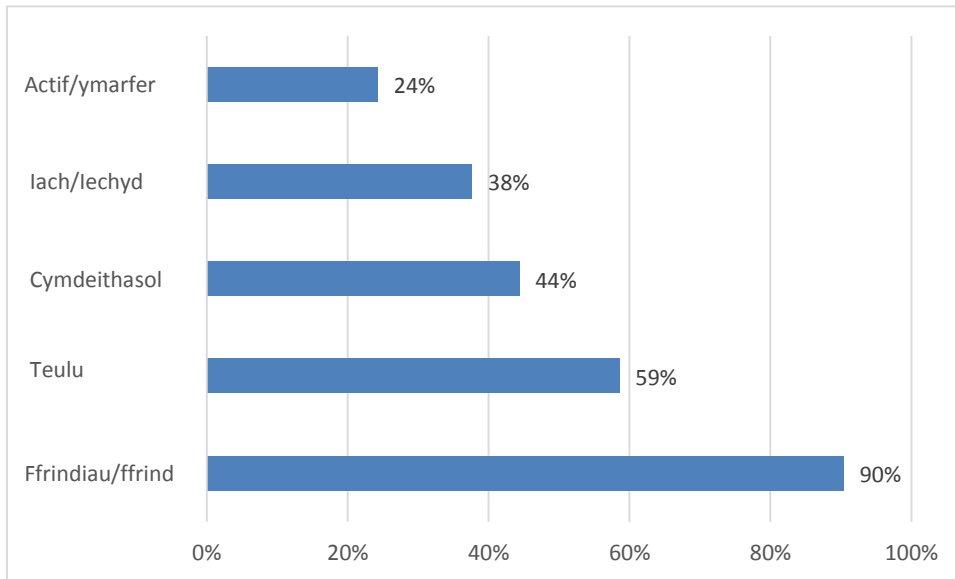
“Rhwydweithiau cymdeithasol cryf, digon o weithgaredd a theimlo'n rhan o'm cymuned.” (Ymatebwr i'r arolwg - Abertawe)

“Cael teulu a ffrindiau cariadus a chymdogion gerllaw. Hefyd byw mewn cymdogaeth ddiogel, lle mae'r lefel troseddu'n isel.” (Ymatebwr i'r arolwg - Abertawe)

Ffigur 10 Categoriâu o ystyr Lles Cymdeithasol yn ôl ymatebwr i'r arolwg yn rhanbarth Abertawe

⁹ Dyma'r termau chwilio a ddefnyddiwyd: taclusach, glân, wedi'i lanhau, glanach, sbwriel, llanast, graffiti

¹⁰ Dyma'r termau chwilio a ddefnyddiwyd: Teulu, ffrindiau, ffrind, teuluoedd, cymdeithasol.



Ffynhonnell: Miller Research (UK) Ltd. - Arolwg Ar-lein o Asesiad Lles 2016

Ffigur 11 Ystyr lles cymdeithasol - ymatebwyr i'r arolwg o Abertawe 1

Ffigur 12 Ffactorau sy'n cyfrannu at les cymdeithasol ymatebwyr i'r arolwg

Ffynhonnell: Arolwg Ar-lein (Abertawe) N=204

Ffynhonnell: Arolwg Ar-lein (Abertawe) N=178

Yn ystod gweithdy, gwnaed sylw cyffredinol o ran y ffaith y bu dirywiad cyffredinol mewn lles cymdeithasol mewn ardaloedd yn Abertawe. Dywedodd un person:

“nid yw cymunedau'n gweithredu cystal ag yr oeddent slawer dydd”;

Ar y llaw arall, roedd aelod cymharol ifanc o'r cyhoedd wedi rhoi'r bai am hyn yn rhannol ar y cyfryngau cymdeithasol:

“Mae pobl yn rhyngweithio'n llai fyth heddiw, yn enwedig wyneb yn wyneb. Dydyn nhw ddim yn teimlo'r angen i adael y tŷ mwyach”.

Mynegodd yr un person y farn nad yw rhwydwaith cymdeithasol hynod ddatblygedig bob amser yn beth da, oherwydd: *“rhaid i bobl ddysgu i fod yn annibynnol”.*

Teulu a ffrindiau hefyd oedd y cyfranwyr mwyaf arwyddocaol i les cymdeithasol yn Abertawe (73% o ymatebion), gyda bod yn actif neu'n iach yn dilyn hyn - fel y nodwyd gan 44% o'r sampl:

“Bod yn iach, cael ffrindiau agos a bod yn actif, yn enwedig cerdded.” (Ymatebwr i'r arolwg – Abertawe)

Yn gyffredinol, crybwyllodd 20% o'r sampl y geiriau 'iechyd' neu 'iach', gan ddangos bod hyn hefyd yn elfen bwysig o gyflawni lles cymdeithasol i bobl yn Abertawe.

Yn naturiol, pan ofynnwyd beth byddai'n helpu i wella lles cymdeithasol, cyfeiriwyd at y gallu i dreulio mwy o amser gyda theulu a ffrindiau a bod yn iach/fwytif yn aml. Darparwyd awgrymiadau ynghylch sut y gellid cyflawni hyn, gyda llawer yn cyfeirio at gael mwy o gyfleusterau hamdden (fforddiadwy) a gwell mynediad iddynt. Crybwyllwyd cael mwy o amser (i ffwrdd o'r gwaith) a mwy o arian i hwyluso mynediad i weithgareddau hamdden yn aml hefyd.

Yn y gweithdai, roedd rhai yn disgrifio Abertawe fel ardal “nad yw'n ddoeth mynd yno” yn y nos oherwydd defnyddwyr cyffuriau ac alcohol a diffyg plismona. Roedd cyfranogwyr am gyflwyno newidiadau er mwyn gwneud iddo deimlo'n lle mwy diogel i fod yn y nos.

3 Lles yn ôl Ardal Gymunedol a Thema

Mae'r bennod hon o'r adroddiad yn archwilio'r chwe ardal gymunedol yn Abertawe (Dwyrain y Bae, Gorllewin y Bae, y Ddinas, Cwm Tawe, Lluchwr a Phenderi) yn ôl y pedair thema lles (lles diwylliannol, economaidd, amgylcheddol, cymdeithasol). Mae'n defnyddio'r ymchwil sylfaenol a gynhaliwyd drwy'r arolwg ar-lein a'r grwpiau gweithdy fel yr amlinellir yn y fethodoleg (Atodiad 2).

3.1 Dwyrain y Bae

3.1.1 Lles Diwylliannol

Ymatebwyr yr arolwg yn Nwyrain Abertawe oedd fwyaf tebygol o awgrymu bod lles diwylliannol yn ymwneud â gwasanaethau diwylliannol megis y celfyddydau, y theatr, llenyddiaeth ac amgueddfeydd a bod yn gallu cael mynediad i'r rhain yn eu hardal gymunedol. Er bod llai o ffocws ar dreftadaeth a thraddodiadau Cymru a'r iaith Gymraeg nag mewn rhai cymunedau eraill, cafwyd sawl cyfeiriad at fwynhau amrywiaeth diwylliannol, er enghraifft:

“Bod yn gallu cymysgu'n gymdeithasol â grŵp amrywiol o bobl o wahanol gefndiroedd a diwylliannau. Cael eich cyfoethogi drwy dreulio amser gyda phobl o amrywiaeth o gefndiroedd cymdeithasol a diwylliannol.” (Ymatebwr i'r arolwg, Dwyrain y Bae).

Trafododd ymatebwyr i'r arolwg fod bod yn rhan o gymuned/grŵp a chael ymdeimlad o berthyn yn agweddau pwysig ar les diwylliannol, ynghyd â'r cyfle i gyfrannu; dangoswyd hyn gan un person a aeth i weithdy a ddiffiniodd lles diwylliannol yn syml fel: *“rhoi i gymdeithas”*.

Cymryd rhan mewn gweithgareddau a grwpiau cymdeithasol a diwylliannol oedd y prif gyfranwyr at les diwylliannol yn yr ardal. Roedd y rhain yn cynnwys grwpiau canu, cerddoriaeth/celf/y theatr, gwyliau amrywiaeth, llyfrgelloedd, lleoliadau cyhoeddus, gwirfoddoli, grwpiau LGBT a Phrifysgol y 3edd Oes, ymysg eraill. Roedd y rhai a aeth i weithdy hefyd wedi nodi bod gweithgareddau megis y celfyddydau, gwnïo a gwneud dillad i aelodau'r teulu yn cyfrannu at eu lles diwylliannol. Hefyd, nododd dau berson yn yr ardal hon a aeth i weithdy bwysigrwydd gwirfoddoli yn y gymuned er mwyn gwreiddio'u hunain yn y

¹¹ Neu gamau gweithredu cysylltiedig sy'n cyflawni canlyniad tebyg - dyma'r termau chwilio a ddefnyddiwyd: ymarfer corff, ffit, ffitrwydd, cerdded, campfa, actif, iechyd, iach a deiet

Tystiolaeth Ansoddol ar gyfer Asesu Lles Lleol: Adroddiad Cynnwys Dinasyddion Abertawe gymuned, er mwynhad ac i gyfoethogi eu bywyd. Nododd un o'r rhai a aeth i weithdy bwysigrwydd ysgrifennu, barddoniaeth a'r celfyddydau (oriel gelf Abertawe ar fin ailagor) ar gyfer eu lles diwylliannol. Eto, mae'r mynediad a'r gallu i gymryd rhan mewn grwpiau aelodaeth yn cyfrannu at les diwylliannol ymatebwyr i'r arolwg a'r rhai a aeth i weithdy. Fodd bynnag, nododd un ymatebwr i'r arolwg:

“Rwy'n anabl ac nid oes gennyf fywyd cymdeithasol na chyfleoedd i wneud unrhyw beth fel hyn”.

Roedd gwelliannau awgrymedig ar gyfer lles diwylliannol yn Nwyrain y Bae yn amrywiol, ond roeddent yn cynnwys trafodaethau ynghylch cael mwy o amser ar gyfer gweithgareddau diwylliannol, hyrwyddo gweithgareddau presennol yn fwy ac opsiynau fforddiadwy fel y gall mwy o bobl gymryd rhan ynddynt. Awgrymodd un o'r rhai a aeth i weithdy ostyngiad yng nghost ioga a gwella argaeledd dosbarthiadau myfyrdod, gan awgrymu bod angen mwy o gefnogaeth ar gyfer y rhai sydd am eu mynychu neu athrawon i gynnal dosbarthiadau.

Caiff enghreifftiau penodol o newidiadau a godwyd gan ymatebwyr, a fyddai'n rhoi hwb i les diwylliannol, eu hamlinellu isod.

- Canolfan i Fenywod;
- Mwy o siopau a bwytai amrywiol (e.e. llysiuol);
- Mwy o wybodaeth am gyfleoedd gwirfoddoli;
- Tocynnau theatr rhatach;
- Mwy o weithgareddau am bris rhesymol i unigolion anabl;
- Mwy o fynediad i amrywiaeth eang o gyfleoedd dysgu fforddiadwy;
- Dychweliad parhaol y Proms yn y Parc a;
- Chyfleoedd i ddysgu'r Gymraeg (yn y nosweithiau).

3.1.2 Lles Economaidd

Diffiniwyd lles economaidd yn Nwyrain y Bae yn Abertawe mewn termau tebyg i hynny ledled Abertawe gyfan, gyda ffocws ar arian am sicrwydd ariannol a gallu fforddio talu biliau ac osgoi tlodi. Roedd tŷn llawer o'r ymatebion i'r arolwg yn cyfleu poblogaeth a oedd yn agos at yr ymylon. Er enghraifft:

“Cael ansawdd bywyd rhesymol; peidio â chael eich llethu gan ddyledion na chael anhawster talu'r rhent etc... Teimlo bod gennych reolaeth dros eich arian”

“Cael digon o arian i oroesi - cael digon o arian i allu cynnal eich plant”

Cefnogir hyn gan berson a aeth i weithdy a nododd mai lles economaidd yw:

“Gallu darparu'ch anghenion sylfaenol ac ychydig mwy i bawb, heb niweidio'r amgylchedd”.

Nodwyd bod y cyfraniad mwyaf sylweddol at les economaidd yn dod o gyflogaeth sy'n sicr ac sy'n talu cyflog cymharol dda:

“mae cael swydd â thâl a safon byw eithaf da yn cyd-fodoli er mwyn profi lles economaidd ac ariannol.” (Ymatebwr i'r arolwg)

O ran gwella lles economaidd, nododd ymatebwyr Dwyrain y Bae (fel manau eraill) mai naill ai mwy o incwm neu gostau byw is o ran biliau cyfleustodau, tanwydd

Tystiolaeth Ansoddol ar gyfer Asesu Lles Lleol: Adroddiad Cynnwys Dinasyddion Abertawe a chost bwyd fyddai'r prif ffactorau i'w hystyried. Teimlai rhai y byddent yn elwa o gyngor ariannol er mwyn gwneud y defnydd gorau o'r arian a oedd ar gael ganddynt. I breswylwyr hŷn, byddai lefelau pensiwn uwch a sicrwydd o ran pensiynau, ynghyd â chynnydd mewn cyfraddau llog, yn gwella lles economaidd y rhai a ymatebodd i'r arolwg.

Nododd un o'r rhai a aeth i weithdy y byddai gwelliannau i'w les economaidd yn cael ei gyflawni gan ddarpariaeth cefnogaeth benodol i ddod yn hunangyflogedig (fel na fyddai angen iddo fod yn ddibynnol yn ariannol ar Lwfans Byw i'r Anabl (TAB bellach) a chael mynediad i hyfforddiant neu brentisiaeth am bris fforddiadwy.

3.1.3 Lles Amgylcheddol

Yn ôl ymatebwyr i'r arolwg, mae lles amgylcheddol yn Nwyrain y Bae yn golygu cael amgylchedd glân a diogel, yn rhydd o lygredd. Gwerthfawrogwyd mannau agored a pharciau, ac agoswydd yr arfordir yn fawr gan breswylwyr, er enghraifft:

"Byw mewn amgylchedd diogel gyda mynediad i fannau agored";

"Cael mynediad i aer glân, dŵr glân a man agored o safon," a;

"Pharciau lleol y mae modd eu cyrraedd yn hawdd, byw'n agosach at benrhyn Gŵyr a Pharc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog".

Roedd ffactorau eraill a oedd yn cyfrannu at les amgylcheddol yn cynnwys:

- Defnyddio ynni gwyrdd;
- Cerdded a beicio gymaint â phosib;
- Amgylchedd naturiol ac adeiledig y mae rhai'n gofalu amdano;
- Ailgylchu ac economi gylchol;
- Ansawdd dŵr da a systemau carthffosiaeth effeithiol;
- Lefelau isel o draffig a'r sŵn sy'n gysylltiedig â hyn;
- Amgylchedd gwaith iach.

Atgyfnerthwyd y themâu hyn gan y rhai a aeth i weithdy, a thrafodwyd *"afonydd glân"*, bod *"heb sbwriel"* a phrofi amgylchedd glân i fyw a gweithio ynddo'n gyffredinol. Nododd un o'r rhai a aeth i weithdy yn Nwyrain y Bae yr angen am ddefnyddio adnoddau'n effeithiol i sicrhau amddiffyniad i'r amgylchedd ac ar gyfer bioamrywiaeth. Nodwyd ganddynt bwysigrwydd blodau gwyllt i gefnogi bioamrywiaeth drwy wenyng ac ieir bach yr haf mewn ardaloedd segur. Soniodd person arall a aeth i weithdy am gadwraeth ynni a datblygiad ynni glân a'r defnydd ohono.

Roedd y meysydd allweddol i'w gwella yn Nwyrain y Bae yn ymwneud â rheoli adnoddau a'r amgylchedd yn well, yn ogystal â chynnal tir cyhoeddus yn well i ddenu bywyd gwyllt a bioamrywiaeth lle bynnag y bo modd. Cafwyd galwadau am well mynediad i leoedd naturiol drwy gludiant cyhoeddus gwell a chefnogaeth ar gyfer ceir trydan a'r angen am welliannau i'r isadeiledd beicio i fynd i'r afael â diffyg llwybrau beicio.

Amlinellir mwy o welliannau o'r arolwg isod.

- Rheoli adnoddau'n well - cynyddu darpariaeth gwasanaeth ac addysg o ran ailgylchu, llai o sbwriel, glanhau strydoedd yn aml ac yn well, llai o dipio anghyfreithlon, mwy o finiau baw cŵn;
- Mwy o dir cyhoeddus sydd wedi'i gynnal yn dda - blodau/borderi, ardaloedd blodau gwyllt, torri perthi a glaswellt mewn parciau;

- Hawliau tramwy cyhoeddus sydd wedi'u cynnal yn well;
- Mynediad haws i gefn gwlad drwy gludiant cyhoeddus;
- Cadw a rheoli'r amgylchedd yn well.

3.1.4 Lles Cymdeithasol

Roedd diffiniad lles cymdeithasol i ymatebwyr o Ddwyrain y Bae yn debyg i'r hyn a gafwyd ledled Abertawe gyfan, gyda ffocws ar fod yn hapus ac yn iach, ac ystyriwyd bod cysylltiadau cymdeithasol da â ffrindiau, teulu a'r gymuned ehangach yn bwysig. Fe'i diffiniwyd gan un ymatebwr i'r arolwg fel hyn:

“Cael teulu cefnogol gerllaw, rhai ffrindiau y gallwch ddibynnu arnynt, bod yn gallu ymlacio a bod yn hapus yn eich bywyd cymdeithasol. Hyder a chymryd rhan mewn gweithgareddau yn y gymuned.”

Gwelwyd mai cael ffrindiau a chadw'n heini oedd y ffactorau mwyaf cyffredin sy'n cyfrannu at les cymdeithasol:

“Mae'n bwysig bod yn actif ac rwy'n mwynhau gwneud ymarfer corff gyda ffrindiau a theulu.”
(Ymatebwr i'r arolwg, Dwyrain y Bae)

Nododd ymatebwr i'r arolwg hefyd fod lles cymdeithasol yn ymwneud â “chyswllt dynol rheolaidd” a chael pobl o'ch cwmpas.

O ran pethau a fyddai'n gwella lles cymdeithasol yn y gymuned, amlygodd ymatebwyr i'r arolwg amrywiaeth o ffactorau, gan gynnwys:

- Mwy o weithgareddau neu gyrsiau addysgol i gyfoethogi amser rhydd am bris rhesymol;
- Mwy o gyngor iechyd a lles un i un;
- Mwy o amser i fwynhau cymdeithasu;
- Mwy o gampfeydd/ddosbarthiadau fforddiadwy ar gyfer pobl 50+;
- Gallu cael mynediad i driniaethau meddygol go iawn yn gynt.

3.2 Gorllewin y Bae

3.2.1 Lles Diwylliannol

Roedd dealltwriaeth preswylwyr Gorllewin y Bae o les diwylliannol yn cyd-fynd i raddau helaeth â'r rhai o Ddwyrain y Bae. Roedd cael mynediad i'r celfyddydau, y theatr, y sinema a digwyddiadau oll yn allweddol i ddiwylliant. Fodd bynnag, roedd mwy o bwyslais yma ar ddiwylliant a hanes Cymru a'r cyd-destun Cymreig. Er enghraifft:

“Bod yn aelod o'ch gymuned leol. A pheidio â themlo eich bod wedi'ch eithrio. Cael cyfleoedd i ddysgu a chymryd rhan mewn dosbarthiadau lleol, bod yn gallu cael mynediad i adeiladau hanesyddol etc.” (Ymatebwr i'r arolwg)

Roedd cael mynediad i gyfleusterau diwylliannol yn bwysig ar gyfer lle, ynghyd â'r cysylltiad diwylliannol sy'n dod o gymryd rhan mewn amrywiaeth o weithgareddau yn y gymuned, er enghraifft:

“Mynediad i elfennau o ddiwylliant megis y sinema, cerddoriaeth, y theatr sy'n cyfoethogi ac yn difyrru, i werthfawrogi cefndiroedd diwylliannol eraill a'r hyn y gallant ei gynnig o ran safbwynt ac agwedd”.

“Y gallu i gymryd rhan mewn gweithgareddau ac arferion aneconomaidd sy'n rhoi ystyr i fywyd.”

Tystiolaeth Ansoddol ar gyfer Asesu Lles Lleol: Adroddiad Cynnwys Dinasyddion Abertawe
Ystyriwyd bod gwirfoddoli hefyd yn cyfrannu at les diwylliannol; yn enwedig helpu eraill y mae angen cefnogaeth arnynt.

Siaradodd un o ymatebwyr Gorllewin y Bae am les diwylliannol o ran bwyd a marchnadoedd lleol yn yr ardal, nad oedd yn rhywbeth y cyfeiriwyd ato'n aml o ran ystyr lles diwylliannol neu ei gyfraniad iddo yn unrhyw un o ardaloedd cymunedol Abertawe, er gwaethaf presenoldeb y farchnad eiconig yng nghanol y ddinas a marchnadoedd ffermwyr rheolaidd.

“Balchder cenedlaethol mewn digwyddiadau chwaraeon a bwyd a chynnyrch lleol yn y marchnadoedd niferus yn Abertawe.”

Roedd awgrymiadau ar gyfer pethau a fyddai'n gwella lles diwylliannol yng Ngorllewin y Bae yn canolbwyntio ar gael amser ar gyfer gweithgareddau diwylliannol a hefyd ddealltwriaeth o'r amrywiaeth o weithgareddau sydd ar gael i'w mwynhau.

Roedd gwelliannau i wasanaethau'n cynnwys:

- Gwell gwybodaeth am yr hyn sydd ar gael i fynd iddo;
- Mwy o weithgareddau diwylliannol - mwy o gerddoriaeth fyw, theatr, digwyddiadau cymunedol gyda diwylliannau gwahanol;
- Mwy o gefnogaeth ddiwylliannol gan y cyngor; a
- Gofalu'n well am ein treftadaeth.

3.2.2 Lles Economaidd

Awgrymodd ymatebwyr Gorllewin y Bae mai ystyr lles economaidd oedd bod yn hapus ac yn iach, ynghyd ag adnoddau digonol i gynnal hynny:

“Cael digon o incwm i allu talu am ffordd o fyw hapus ac iach”

Adroddodd ymatebwyr i'r arolwg hefyd ei fod yn ymwneud â chael digon o incwm/arian i fyw bywyd cyfforddus i dalu am fwyd, tŷ, biliau a threuliau beunyddiol.

“Peidio â gorfod poeni am dalu am bethau sy'n angenrheidiol: llety, bwyd, gwres, dillad, etc.”

Ystyriwyd mai'r ffactorau pwysicaf sy'n cyfrannu at les economaidd oedd cael swydd a sicrwydd swydd i gefnogi teulu. Awgrymodd ymatebwyr i'r arolwg welliannau i les economaidd sy'n canolbwyntio ar fwy o incwm, a llai o gostau. Dyma'r awgrymiadau penodol eraill:

- Gofal plant mwy fforddiadwy yn yr ardal;
- Cefnogaeth ar gyfer cyllidebu a rheoli arian;
- Dod o hyd i ffyrdd i leihau costau cyfleustodau;
- Darparu gofal seibiant i alluogi gofalwyr i weithio, a;
- Gwell cludiant cyhoeddus i alluogi mynediad i gyflogaeth.

3.2.3 Lles Amgylcheddol

Nododd ymatebwyr o Orllewin y Bae amrywiaeth eang o ffactorau amgylcheddol megis agosrwydd yr arfordir, llygredd aer isel, dŵr glân, awyr iach a bwyd, tai da, mynediad i fannau gwyrdd heb sbwriel ac amgylchedd naturiol iach. Roedd un o'r ychydig ymatebion a oedd yn crybwyll cenedlaethau'r dyfodol yn benodol yn dweud:

Tystiolaeth Ansoddol ar gyfer Asesu Lles Lleol: Adroddiad Cynnwys Dinasyddion Abertawe
“Byw mewn ecosystem amrywiol ac iach sy'n cynnal fy anghenion ac anghenion sawl cenhedlaeth yn y dyfodol.”

Roedd ffactorau y nodwyd eu bod yn cyfrannu at les amgylcheddol yn amrywiol. Roedd mynediad yn hanfodol er mwyn gallu ymwneud â'r amgylchedd naturiol ehangach a chyfranogi iddo. Er enghraifft: *“Mynediad i fannau agored diogel, heb lygredd”*

Fel mewn rhannau eraill o Abertawe, gwelwyd bod agosrwydd at benrhyn Gŵyr yn fudd mawr, felly hefyd barciau lleol;

“Cael mynediad i fan gwyrdd, penrhyn Gŵyr a'r holl draethau, a'r mannau hyn yn cael eu cadw'n daclus. Rwy'n hoffi gweld yr holl flodau gwyllt o gwmpas Abertawe.” (Ymatebwr i'r arolwg)

Roedd gwelliannau awgrymedig ar gyfer Gorllewin y Bae o'r ymatebion i'r arolwg yn ymwneud â darparu gweithgareddau awyr agored, amgylchedd glanach, gwell cysylltiadau cludiant ac integreiddio gweithgareddau awyr agored yn well i ardaloedd trefol. Dyma awgrymiadau o'r arolwg:

- Rheoli traffig mewn ardaloedd gwledig;
- Costau parcio is ger traethau lleol i annog cyfranogiad gweithredol;
- Codi'r gwaharddiad cŵn ar draethau yn ystod yr haf;
- Rheoli adnoddau'n well - llai o sbwriel, casglu sbwriel yn effeithlon a strydoedd glanach;
- Cludiant cyhoeddus rhatach a gwell i annog pobl i ddefnyddio'u ceir yn llai aml (yn enwedig pan fydd un yn unig yn y car);
- Darpariaeth beicio well - llwybrau a rennir yn rhy gul ac nid ydynt yn cysylltu â'r mannau lle mae pobl yn byw;
- Dylunio gwell fel bod natur yn dod yn rhan o ddylunio trefol.

3.2.4 Lles Cymdeithasol

Roedd ymatebwyr i'r arolwg o Orllewin y Bae yn diffinio lles cymdeithasol yn bennaf o ran pwyslais cryf ar gysylltiadau cymdeithasol â theulu a ffrindiau a'r gefnogaeth a ddaw o'r cysylltiadau hyn. Diffiniad un ymatebwr i'r arolwg o les cymdeithasol yw:

“Cael grŵp cefnogol o bobl o'ch cwmpas sy'n gallu'ch cefnogi a'ch arwain yn ôl y galw.”

Cyfeiriodd ymatebwyr at amrywiaeth o ffyrdd y gall lles cymdeithasol amlygu ei hun, gan gynnwys bod yn rhydd o drosedd, teimlo'n werthfawr mewn cymdeithas a bod yn ddiogel.

Ystyriwyd mai ffrindiau a theulu'n bennaf oedd yn cyfrannu at les cymdeithasol, er bod cadw'n heini a bod yn actif hefyd yn bwysig:

“Grŵp da o ffrindiau i gymdeithasu â nhw; cadw'n heini a bwyta'n dda”

Awgrymodd ymatebwyr Gorllewin y Bae mai meysydd gwella posib i'w lles cymdeithasol oedd cyflawni cydbwysedd bywyd/gwaith i sicrhau bod ganddynt amser i gymryd rhan mewn gweithgareddau cymdeithasol ac i'w dreulio gyda'u cysylltiadau cymdeithasol. Roedd meysydd penodol i'w gwella'n cynnwys:

- Llai o oriau gwaith a mwy o hyblygrwydd, gydag oriau i ganiatáu cydbwysedd bywyd-gwaith gwell.
- Argaeledd gweithgareddau cymdeithasol a hamdden cynyddol yn yr ardal leol;

- Cael mwy o gyfleoedd i ddysgu sgiliau newydd a rhoi cynnig ar weithgareddau newydd fel canŵio yn yr ardal leol am brisiau fforddiadwy;
- Dosbarthiadau ymarfer corff/ffitrwydd i bobl dros 50 oed y tu allan i oriau gwaith;
- Cludiant cyhoeddus amlach a gwell;
- Sicrwydd y bydd y gwasanaeth llyfrgell yn parhau.

3.3 Y Ddinas

3.3.1 Lles Diwylliannol

Roedd ymatebwyr yn ardal gymunedol y ddinas yn diffinio lles cymdeithasol fel cael mynediad i weithgareddau diwylliannol, mynd ar gyrsiau a gwirfoddoli. Cafwyd nifer bach o gyfeiriadau yma i Gymreictod, Prydeindod a threftadaeth.

“Bod yn gallu cael mynediad i dreftadaeth, y celfyddydau, addysg, hamdden a chwaraeon cyfoethog ac amrywiol.” “Mynd ar gyrsiau. Ymuno â Phrifysgol y 3edd Oes, Sefydliad y Merched a grwpiau llyfrau. Gwirfoddoli.”

Mae'r cysylltiad hwn â gwahanol weithgareddau yn yr ardal yn cyd-fynd â'r diffiniad o les diwylliannol mewn ardaloedd cymunedol eraill.

Daw cyfraniadau at les diwylliannol o gymryd rhan mewn gweithgareddau:

“Amgueddfeydd, orielau, llyfrgelloedd, digwyddiadau a rennir, grwpiau cymunedol, cwrdd â phobl newydd, dysgu pethau newydd...”

Mae'r gweithgareddau hyn yn cyfrannu at les cymdeithasol yr ymatebwyr i'r arolwg sy'n byw yn ardal gymunedol y ddinas. Yn yr un modd, cefnogir hyn gan y rhai a aeth i'r gweithdy a nododd fod saethyddiaeth, gwirfoddoli a diwylliant Cymru oll yn cyfrannu at eu lles diwylliannol.

I'r rhai a aeth i weithdy yn enwedig yng nghanolfan gymunedol Townhill, nid oedd lles diwylliannol yn flaenoriaeth iddynt. Byddent yn mynd â'u plant i'r sinema neu i ddosbarthiadau, ond nid oeddent yn ei ystyried yn rhywbeth y gallant ei fforddio neu sy'n eu denu. Maent yn tueddu i gymdeithasu o gwmpas paned o de neu yn y dafarn.

Mewn ymateb i'r cwestiwn yn yr arolwg am y pethau a fyddai'n gwella'u lefel o les diwylliannol, roedd ymatebwyr yn canolbwyntio ar amrywiaeth cynyddol o weithgareddau diwylliannol i fynd iddynt a mwy o ryngweithio cymdeithasol ag eraill. Nododd y rhai a aeth i weithdy'r angen i wella gweithgareddau clybiau ieuencid i blant yn yr ardal a derbyn Abertawe amlddiwylliannol. Dyma enghreifftiau o welliannau a awgrymwyd:

- mwy o weithgareddau diwylliannol a oedd yn cynnwys: *“perfformiadau am ddim, digwyddiadau gwyddoniaeth am ddim”*; *“mwy o ddigwyddiadau cyhoeddus yn Mayhill (nid y Ffenics, Townhill yw honno) mwy o ddigwyddiadau yn Amgueddfa Abertawe”*;
- cyfle i ddysgu am dreftadaeth; a
- *“gwell adnoddau cymunedol, yn enwedig adnoddau cymdeithasol. Mwy o fuddsoddiad mewn celfyddydau cymunedol”*.

3.3.2 Lles Economaidd

Roedd lles economaidd yn ardal gymunedol y ddinas, yn debyg i'r ardaloedd cymunedol eraill, yn canolbwyntio ar arian a chael digon i ddiwallu anghenion yr unigolyn.

“Cael digon o arian i sicrhau safon byw resymol a diwallu fy anghenion”.

“Cael incwm i'm galluogi i fwynhau bywyd ar lefel resymol a bod heb bryderon ynghylch sut rydych yn mynd i ymdopi'n ariannol - talu biliau a chynilo rhywfaint a chael yr arian i dalu am fy angladd.”

Dyweddodd cwpl o ymatebwyr yn yr ardal gymunedol hon mai lles economaidd oedd *“bod heb ddyled a gallu ateb eich galwadau.”*

Daw cyfraniadau at les economaidd o gael swydd sy'n talu'n dda ac yn cynnig sicrwydd yn bennaf, fel yr ardaloedd cymunedol eraill yn Abertawe. Er enghraifft, nododd un ymatebwr i'r arolwg *“cael swydd sy'n talu cyflog digonol ac sy'n swydd ddiogel...”* Mae hyn felly'n caniatáu i bobl ennill digon i gefnogi eraill, fel yr ardaloedd cymunedol eraill.

Er bod cyflogwyr mawr yn ardal Abertawe, roedd rhai ymatebwyr yn poeni am ddiogelwch swydd ac mae'r cyflogau ar gyfer llawer o swyddi'n isel. I riant sengl y cyfwelwyd ag ef, ni welwyd hyn fel ateb i'w broblem oherwydd yn gyffredinol, drwy dderbyn swydd, roedd yn wynebu perygl o fethu cyflawni ymrwymadau, megis taliadau rhent, os oedd plentyn yn sâl, ac ystyriwyd bod hyn yn risg rhy fawr. Roedd cost gofal plant yn rhwystr arall i rieni sengl yn gael swydd, oherwydd roedd cost gofal plant weithiau'n uwch na'r cyflog (gyda chcludant) a dderbyniwyd.

“Hoffwn gael swydd/dychwelyd i'r gwaith, ond byddai'n waeth arnaf oherwydd mae gennyf 2 o blant (nad ydyn nhw'n mynd i'r ysgol eto)” (Person a gymerodd ran yn y gweithdy, Townhill)

Mae pobl ddi-waith yn poeni'n gyson am arian ac yn dibynnu ar fudd-daliadau a thai cymdeithasol i gael deupen llinyn ynghyd.

Roedd gwelliannau i les economaidd yn canolbwyntio ar gynnydd mewn tâl neu bensiwn a gostyngiad mewn costau byw. Trafododd un person a aeth i weithdy y pryder ynghylch oedran pensiwn y wladwriaeth yn codi o 65 oed i 67 oed a'i allu i barhau i weithio oherwydd pryderon iechyd posib. Adroddwyd bod y newid parhaus hwn mewn oed pensiwn yn bryder gan y rhai a aeth i weithdy ac ymatebwyr i'r arolwg. Amlinellir mwy o'r gwelliannau a awgrymwyd isod.

“Gwelliant i bensiwn y wladwriaeth, cadw prisiau bwyd ar lefel fforddiadwy”

“Cynyddu cyflogau a gostwng costau byw.”

Nododd un person a aeth i weithdy brinder argaeledd hyfforddiant am ddim ar hyn o bryd, a oedd yn effeithio'n uniongyrchol ar ei allu i gael swydd.

3.3.3 Lles Amgylcheddol

Roedd lles amgylcheddol yn ardal gymunedol y ddinas yn canolbwyntio ar lendid yr ardal leol:

“Aer glân, di-fwg, casgliadau sbwriel a glanhau strydoedd”.

Nododd ymatebwyr i'r arolwg hefyd yr angen am amgylcheddau gwaith iach, lefelau llygredd isel a mynediad i fannau gwyrdd a glan y môr;

“Mynediad i fannau trefol gwyrdd a glas [sy'n] fannau cyhoeddus, diogel a rennir sy'n cael eu rheoli'n dda.”

Nododd ymatebwyr i'r arolwg hefyd amrywiaeth eang o fannau a oedd yn cyfrannu at eu lles amgylcheddol, megis: *“Mae gan Abertawe lan môr gwych i gerdded ar ei hyd, ac arfordir penrhyn Gŵyr, a gerddi hardd drwy'r ddinas.”*

"Mae byw yn Abertawe ger y traeth a pharciau, mannau agored, amgylchedd naturiol - yn dda ar gyfer iechyd a lles, yn enwedig iechyd meddwl."

Yn Townhill, amlygodd y rhai a aeth i weithdy bwysigrwydd cael gardd neu randir fel lloches o'r amgylchedd adeiledig trefol.

Cwynodd sawl person a aeth i'r gweithdai yn ardal gymunedol y ddinas am y ffaith fod biniau du'n cael eu casglu'n llai aml, ac er eu bod yn deall yr angen am ailgylchu, dywedodd rhai eu bod yn gwneud hynny am fod yn rhaid iddynt, ac nid am eu bod eisiau ei wneud. Adroddwyd bod tipio anghyfreithlon wedi cynyddu ers i'r system newydd fod ar waith.

Byddai cludiant cyhoeddus gwell, gwella glendid ardaloedd cyhoeddus a gweithgareddau corfforol i bob grŵp oed yn gwella lles amgylcheddol i bobl sy'n byw yn y ddinas. Roedd un person a aeth i weithdy'n cefnogi'r pryder am gludiant cyhoeddus am nad oedd yn gallu cael mynediad i'r traeth oherwydd diffyg isadeiledd trafniadaeth.

Nodwyd pryder hefyd gan rai a aeth i weithdy ynghylch cyflwr yr amgylchedd adeiledig yng nghanol y ddinas, a'r angen dybryd i adnewyddu adeiladau a chynnal siopau. Ychydig o bobl fyddai'n mynd i'r ddinas gyda'r nos oherwydd problemau alcohol a chyffuriau yn yr ardal etc.

Trafododd un arall fanteision posib gwneud canol y ddinas yn barth i gerddwyr yn unig. Roedd gwelliannau amgylcheddol posib a awgrymwyd gan ymatebwyr i'r arolwg yn cynnwys:

- Glendid yr ardal gymunedol a'r angen am fwy o fannau tyfu cymunedol i ddod â phobl ynghyd a gwella bwyta'n iach;
- Ymdrech gymunedol i glirio llwybrau natur sydd wedi'u gorchuddio â thyfiant - er enghraifft rhwng y Gors a Mayhill;
- Gwell cludiant cyhoeddus: *"gwell cysylltiadau bws â phenrhyn Gŵyr"* a *"cysylltiadau cludiant gwell a rhatach"*.

3.3.4 Lles Cymdeithasol

Roedd ystyr lles cymdeithasol yn y ddinas yn canolbwyntio ar gysylltiadau cymdeithasol drwy ffrindiau a theulu. Nododd un ymatebwr i'r arolwg fod lles cymdeithasol yn golygu:

"Cael rhwydwaith cefnogaeth gymdeithasol gadarn a ffrindiau".

Nododd y rhai a aeth i weithdy bod eu hymdeimlad o gymuned yn gyfyng am eu bod ar brif ffordd, ond roedd eu hymdeimlad o berthyn yn dod o fod yn aelodau o grwpiau eraill;

"Cael ffrindiau da, teulu a chymdogion. Cael hobiau a rhoi yn ôl i'r gymuned drwy wirfoddoli."

Roedd cysylltiadau ffrindiau a theulu hefyd yn cyfrannu at les cymdeithasol yn yr ardal gymunedol hon, yn debyg i ardaloedd eraill yn Abertawe.

"Cael digon o gyfleoedd i gymdeithasu â theulu a ffrindiau".

Trafododd y rhai a aeth i weithdy bwysigrwydd sefydliadau cefnogi i'w lles cymdeithasol hefyd; roedd grwpiau fel MIND neu fynychu sesiynau therapi ymddygiad gwybyddol yn cael effaith gadarnhaol iawn ar les.

Roedd gwelliannau posib i les cymdeithasol yn cynnwys gwella mynediad i weithgareddau cymdeithasol a phreswylwyr yn dod o hyd i fwy o amser i gymryd rhan mewn gweithgareddau. Awgrymodd ymatebwyr i'r arolwg y gwelliannau canlynol.

“Gweithio llai o oriau a chwrrd â mwy o’r cymdogion”

“Cael yr amser i dreulio ar weithgareddau cymdeithasol, gweithio llai o oriau, gan fy mod yn llawer rhy flinedig i dreulio amser ar weithgareddau cymdeithasol”

“Gwneud mwy o wirfoddoli a gwneud ffrindiau newydd”

“Mynediad i gampfa a phwll nofio y tu allan i oriau gwaith, yn agos i gartref, sy’n rhad”

3.4 Cwm Tawe

3.4.1 Lles Diwylliannol

Disgrifiwyd lles diwylliannol yng Nghwm Tawe mewn ffordd debyg i'r hyn a gafwyd yn ardal ehangach Abertawe, gyda ffocws ar fynediad a chyfranogiad diwylliannol mewn amrywiaeth eang o weithgareddau a gwasanaethau, er enghraifft:

“Mynediad i lyfrgelloedd, cyfleoedd dysgu, y theatr, ffilm celf, bwydydd gwahanol a theithio.”

Fodd bynnag, roedd pwyslais hefyd ar agweddau diwylliannol ar agweddau ac ymddygiad mewn cymuned o ran:

“Y ffordd rydym yn rhyngweithio â’n gilydd, a’n gwerthoedd, ein credoau, ein harferion a’n hymddygiad (unigol, cymunedol a theuluol).”

Roedd cyfraniadau at les diwylliannol hefyd yn mynd y tu hwnt i'r unigolyn - er enghraifft, ystyriwyd bod gwirfoddoli ar gyfer sefydliadau cymunedol gwahanol yn rhan annatod o les:

“Cyfleoedd gwirfoddoli a bod yn rhan o’r gymuned, teimlo’n rhan o rywbeth”.

“Gwirfoddoli gyda grwpiau diddordeb lleol...gefeillio, camlas, grwpiau cerdded, gwaith cynghorydd, lles glowyr...”

Awgrymwyd gwelliannau penodol ar gyfer lles diwylliannol yng Nghwm Tawe, sef asedau a chyfleusterau diwylliannol mwy lleol, pwyslais cryf ar ddysgu'r Gymraeg a dysgu am hanes a diwylliant Cymru, (roedd un ymatebwr am gael y cyfle i ddatblygu ac ymarfer ei Gymraeg yn ystod y dydd yn y gwaith), ynghyd â gwell gwasanaethau bws lleol, mwy o ddosbarthiadau hamdden a chyfleoedd gwirfoddoli yn y gymuned.

3.4.2 Lles Economaidd

Ystyrir lles economaidd yng Nghwm Tawe eto fel gallu fforddio i fodloni rhwymedigaethau ariannol drwy gael digon o arian i beidio â gorfod poeni amdanynt. Awgrymodd un ymatebwr i'r arolwg mai lles economaidd oedd;

“Cael digon o adnoddau i gynnal safon byw realistig neu’r gallu i’w darparu drwy eich ymdrech eich hun/neu waith a rhwyd ddiogelwch os na fydd hyn yn bosib.”

Fel mewn manau eraill, y cyfrannwr at les economaidd a drafodwyd gan amlaf oedd *“cael swydd”* sy’n rhoi sicrwydd, yn talu incwm da ac yn ddigon i gefnogi cysylltiadau cymdeithasol. Nododd un ymatebwr i'r arolwg mai'r ffactorau a oedd yn cyfrannu at ei les economaidd oedd: *“Gwaith a than yn ddiweddar, gredydau treth. Nawr mae’n anodd arna’ i ac rwy’n teimlo’n ariannol sâl”*

Nododd person a aeth i weithdy bwysigrwydd cerdyn bws am ddim i les economaidd a chymdeithasol rhai preswylwyr gan y gallai hyn helpu i atal unigedd. Mae hyn yn enghraifft dda o'r angen am feddwl integredig ar draws themâu lles a'r effaith y gall gwasanaethau penodol ei chael ar nifer o'r themâu lles.

Nododd llawr o breswylwyr Cwm Tawe bryder ynghylch sicrwydd swydd ac felly sicrwydd ariannol yn yr hinsawdd economaidd gyfredol a chyd-destun Prydael. Roedd rhai preswylwyr am gael gwell cyngor ar reoli arian ac mewn rhai achosion, reoli dyled. Roedd biliau cyfleustodau a chostau teithio'n bryderon allweddol i lawer.

3.4.3 Lles Amgylcheddol

Roedd mwy o ffocws yng Nghwm Tawe ar ddiffiniad cymunedol o les amgylcheddol, sef *"amgylchedd personol yn y gwaith a gartref"*, *"amgylchedd allanol"*, *"yr amgylchedd o'm cwmpas"* yn hytrach na thra-niferedd y tirlun a manau gwyrdd a oedd yn ffocws mewn manau eraill.

"I fi mae lles amgylcheddol yn golygu bod mewn ardal leol dda, lle mae ychydig iawn o ymddygiad gwrthgymdeithasol, cymdogion da ac ardal bleserus i fyw ynnddi".

O ran ffactorau sy'n cyfrannu at les amgylcheddol, crybwyllwyd gerddi a chael mynediad i fannau agored ac aer glân sawl gwaith. Gwelwyd y traethau, yn enwedig ym Mhenrhyn Gŵyr, yn fanteision gwirioneddol i'r ardal, a oedd yn caniatáu amrywiaeth o weithgareddau i gefnogi lles amgylcheddol. Roedd llwybrau beicio, parciau, arsylwi ar fywyd gwylt, ardaloedd chwarae i blant a mynediad cyffredinol i gefn gwlad yn bwysig hefyd. Er enghraifft:

"Mynd am droeon yn y mynyddoedd ac ar y traethau" a;

"Chael gardd ddymunol a mynediad i fannau awyr agored hyfryd yn fy ardal".

Cysylltwyd gwelliannau i les amgylcheddol â gwell gwasanaethau yn yr ardal leol, megis: cynnal toiledau cyhoeddus yn well, clirio sbwriel o ardaloedd, atal tipio anghyfreithlon, system ailgylchu genedlaethol unffurf a sicrhau bod gwasanaethau cludiant cyhoeddus ar gael yn rhwydd.

Nododd un o'r rhai a aeth i weithdy yr angen am wella goleuadau stryd yn enwedig adeg y cyfnos i'r rhai â nam ar y golwg. Ynghyd â gwelliannau i wasanaethau, awgrymodd unigolion bethau y gallent wneud yn fwy, megis cael yr amser i wneud gweithgareddau yn yr awyr agored a bod yn ymwybodol o'r hyn sydd ar gael eisoes, i werthfawrogi lles amgylcheddol yr ardal.

3.4.4 Lles Cymdeithasol

Diffiniwyd lles cymdeithasol o'r arolwg fel cysylltiadau cymdeithasol cytbwys â theulu, ffrindiau a chymuned. Mae hyn yn debyg iawn i ardal Abertawe yn ei chyfanrwydd. Er enghraifft:

"Cael rhwydwaith o ffrindiau/aelodau teuluol a pheidio â bod yn unig nac yn ynysig."

"Cymdeithasol - bod yn gymdeithasol weithredol, cymryd rhan mewn gweithgareddau sydd ar gael yn lleol - yn enwedig rhai rhad."

Awgrymodd ymatebwyr i'r arolwg gyfraniadau i'w lles cymdeithasol o amrywiaeth o ryngweithiadau gweithgareddau cymdeithasol. Roedd ffocws cryf ar iechyd a bod yn actif; er enghraifft, bod yn yr awyr agored, mynd â chŵn am dro a chymryd rhan mewn chwaraeon. I'r rhai ag anghenion neilltuol, nododd cyfranogwyr gweithdai fod grwpiau cefnogi cymunedol ac arbenigol yn hanfodol er mwyn cynnal lles cymdeithasol a lleihau unigedd.

Gellid crynhoi'r gwelliannau allweddol i les cymdeithasol fel gwell iechyd, mwy o amser ar gyfer gweithgareddau cymdeithasol a chorfforol a llai o oriau gwaith. Roedd rhai pobl hefyd am leihau eu hamserau teithio i'r gwaith er mwyn lleihau eu hamser i ffwrdd o gartref.

3.5 Lluchwr

3.5.1 Lles Diwylliannol

Disgrifiwyd ystyr lles diwylliannol yn Lluchwr gan ymatebwyr i'r arolwg yn bennaf o ran agweddau cymdeithasol ar ddiwylliant; deall diwylliant a hanes Cymru ond hefyd, ddiwylliannau eraill sy'n cyfrannu at gymuned Lluchwr. Er enghraifft:

“Bod yn gallu dathlu'r lle rydych yn dod ohono a bod yn falch ac yn rhydd i wneud hynny”;

“Diwylliannau o ba le bynnag, sy'n byw gyda'i gilydd heb orfodi credoau ar eraill,” a;

“Gwerthfawrogi'r grymoedd hynny sydd wedi creu'r gymuned leol a chenedlaethol”

Cafwyd sawl cyfeiriad i osgoi gwahaniaethu a bod yn falch o ddathlu tarddiadau a gwreiddiau. Roedd sawl sylw yn crybwyll diwylliant Cymru, ac roedd peth balchder mewn Cymreictod a'r defnydd o'r iaith.

Yn ogystal, cafwyd rhai cyfeiriadau i weithgareddau'n ymwneud â'r celfyddydau, y theatr, llenyddiaeth etc. ond yn llai o lawer nag yn Abertawe gyfan.

“Mae mynediad i amgueddfeydd am ddim yn wych, mae cael mynd â theluoedd i amgueddfeydd y glannau, Pwll Mawr, Sain Ffagan yn wych, ac mae mor bwysig gweld hen adeiladau'r oes a fu yng Nghymru.”

O ystyried ffactorau sy'n cyfrannu at les diwylliannol yn yr ardal, crybwyllwyd gwirfoddoli a chefnogi grwpiau diddordeb lleol, boed y rheiny'n ddiwylliannol, yn amgylcheddol neu'n gysylltiedig â gofal cymdeithasol.

Adroddodd un person a aeth i weithdy, nad oedd yn gallu gweithio oherwydd cyflyrau iechyd, ei fod wedi ceisio cael mynediad i gyrsiau celf a chreffft rhan-amser, ond roedd llawer wedi dod i ben, ac roedd yr ychydig rai a oedd yn cael eu cynnal o hyd yn rhy ddrud iddo eu fforddio.

Roedd gwelliannau awgrymedig i ddiwylliant ar gyfer Lluchwr yn cynnwys mwy o gyfleoedd i'r gymuned ddod ynghyd. Fodd bynnag, cafwyd arwyddion o lefel uchel o les, ac nid oedd nifer o ymatebwyr yn gallu nodi pethau a fyddai'n gwella eu lles yn y maes hwn:

“Dim; rydyn ni'n lwcus iawn yng Nghymru. Ac er tegwch i Lywodraeth Cymru a llywodraeth leol, mae gennym gyfleusterau o safon er gwaethaf heriau ariannu.”

Er hynny, cafwyd nifer o awgrymiadau o'r arolwg:

- Cyfleoedd gwirfoddoli;
- Cyrsiau addysg mwy fforddiadwy neu rai ychwanegol am ddim i oedolion, megis dysgu iaith newydd, gan gynnwys y Gymraeg;
- Mwy o wybodaeth a chyhoeddusrwydd am gyfleoedd cymunedol diwylliannol i fynd iddynt neu gymryd rhan ynddynt;
- Mwy o gyfleusterau cymunedol a sicrhau eu bod yn hygyrch drwy gludiant cyhoeddus.

3.5.2 Lles Economaidd

Mae ystyr lles economaidd yn Lluchwr yn canolbwyntio ar ddigonolrwydd, fel mewn ardaloedd eraill yn Abertawe;

“Cael digon o arian i fyw mewn ffordd lle nad oes rhaid i chi boeni am gynnal eich ffordd o fyw”.

Fel a drafodwyd mewn ardaloedd cymunedol eraill, roedd lles economaidd felly'n canolbwyntio ar fyw heb bryder ariannol neu straen.

Y cyfraniad mwyaf at les economaidd yn ôl y rhai a ymatebodd i'r arolwg oedd cyflogaeth. *“Cael swydd”* a chyflog sy'n caniatáu i mi *“gynnal fy nheulu”*, *“...sy'n cwrdd â fy nghostau byw dyddiol ac yn caniatáu safon byw boddhaol”* a *“chael swydd lle'r teimlaf fy mod yn cael fy ngwerthfawrogi...”*. Fel yr awgrymwyd yn helaeth mewn deunydd ysgrifenedig, mae pwysigrwydd swydd ar gyfer lles yn arwyddocaol am ei fod yn effeithio ar ymdeimlad o hunan-bwrpas a phwrpas ehangach yr unigolyn, i allu cefnogi cysylltiadau cymdeithasol a byw'n annibynnol yn ariannol. Fodd bynnag, roedd sawl un o'r rhai a gyfwelwyd yn ymwybodol nad oedd ganddynt lawer o arian i sbario, ac roedd rhai wedi cael profiad o fod mewn dyled a'i oblygiadau:

“Mae gan ddiffyg lles ariannol effaith uniongyrchol ar iechyd meddwl...gallwch gael eich dal mewn byd o fenthyciadau diwrnod cyflog...etc.” (Un o'r rhai a aeth i weithdy yn Lluchwr)

Trafodwyd pwysau ariannol yn helaeth, yn enwedig o ran effeithiau estynedig cyni ar setliadau cyflog. Pan ofynnwyd iddynt am welliannau posib mewn lles economaidd, roedd mwy o gyflog yn fater pwysig i ymatebwyr:

“Mwy o gyflog a chostau byw llai” a;

“Chodiad cyflog yn ein swydd gan nad ydym wedi cael un am nifer o flynyddoedd”.

Nododd rhai o'r ymatebwyr i'r arolwg y byddai mwy o wybodaeth a chynghor ar reoli arian a chyllidebu'n helpu i wella'u lles economaidd.

3.5.3 Lles Amgylcheddol

Yn debyg i ranbarth Abertawe yn ei gyfanrwydd, dywedodd ymatebwyr Lluchwr mai lles amgylcheddol oedd cael amgylchedd glân a diogel i fyw ynddo, gyda phwyslais arbennig ar aer glân a diffyg llygredd. Er enghraifft, i gael

“Amgylchedd glân, di-lygredd i fyw ynddo”, ac;

“Aer glân ac amgylchedd cain”.

Roedd hefyd yn bwysig cael mynediad i fannau naturiol a gwyrdd yn yr ardal, ynghyd ag agosrwydd penrhyn Gŵyr ar gyfer cerdded;

“Mynediad i fannau gwyrdd, aer glân a dŵr, coetiroedd a bioamrywiaeth iach.”

Cafwyd sawl cyfeiriad hefyd at agweddau mwy cymdeithasol ar les, gydag angen a nodwyd i gadw diogelwch cymunedol, lleihau ymddygiad gwrthgymdeithasol a sŵn a pheidio â gorfod poeni am gymdogion. Fodd bynnag, nododd y rhai a aeth i weithdy welliant yn yr amgylchedd mewn rhai ardaloedd;

“Ddim yn byw gyda gwerthwyr cyffuriau fel yr oedd yn arfer bod yma 12 mis yn ôl.”

O ran welliannau posib i les amgylcheddol, soniodd preswylwyr am amrywiaeth eang o ffactorau, gan gynnwys:

- Cael gwared ar sbwriel, gwm cnoi, sigarêts a mwg e-sigarêts;

- *Gwell cludiant cyhoeddus, llai o geir a lorïau ar y ffyrdd. Lleihau dibyniaeth ar danwyddau ffosil;*
- Mwy o lwybrau beicio a manau gwyrdd yng nghanol dinas Abertawe;
- Gwell cludiant cyhoeddus;
- Mwy o fannau agored hygyrch, er enghraifft, mynediad agored i gaeau er mwyn mynd â chŵn am dro;
- Mwy o weithgareddau awyr agored sy'n addas i oedolion;
- Gwell parciau ac ardaloedd chwarae.

3.5.4 Lles Cymdeithasol

Adroddodd yr ymatebwyr i'r arolwg o ardal Llŵchwr mai ystyr lles cymdeithasol oedd y cydlyniant cymdeithasol a gafwyd drwy gysylltiadau cymdeithasol megis ffrindiau a theulu. Mae'r mynediad i rwydwaith cefnogi da yn hanfodol ar gyfer lles cymdeithasol;

“Cael rhwydwaith da o ffrindiau a theulu i gynorthwyo â'r teimlad o gael eich caru a'ch cefnogi.”

“Cael pobl y gallwch siarad â nhw am broblemau, neu rannu pethau da â nhw.”

Hefyd y cysylltiad â chymuned, er enghraifft;

“Lles cymdeithasol yw'r pethau rydych yn eu gwneud i gymryd rhan mewn cymdeithas a sut rydych yn ymrwymo iddi ac yn rhan ohoni.”

Mae'r cyfraniadau at les cymdeithasol yn Llŵchwr yn debyg i ranbarth Abertawe yn ei gyfanrwydd. Mae'r cysylltiadau a'r gweithgareddau cymdeithasol (e.e. rhedeg, mynd i'r gampfa, garddio, gwneud ymarfer corff a bod yn aelod o glwb) oll yn cyfrannu at les cymdeithasol.

Mae rhai awgrymiadau penodol o'r arolwg ar-lein yn cynnwys:

- Siopau coffi lleol;
- Ffyrdd diogelach i feicwyr, a thyllau yn y ffordd yn cael eu trwsio;
- *“Mwy o grwpiau mamau a babanod yn fy ardal [a] chostau gofal plant rhatach am fwy o amser rhydd”;*
- Gwell cludiant cyhoeddus;
- Mwy o feddygon teulu mewn meddygfeydd lleol a chynyddu mynediad i feddygon y tu allan i oriau.

3.6 Penderi

3.6.1 Lles Diwylliannol

Roedd lles diwylliannol i'r rhai a ymatebodd i'r arolwg ym Mhenderi yn ymwneud â gweithgareddau cymunedol, deall diwylliannau eraill ac amrywiaeth a chael rhyddid i arfer defodau diwylliannol ac ysbrydol.

“Mae lles diwylliannol i fi'n ymwneud â phob diwylliant mewn cymdeithas yn byw'n gytûn. Bwy gyda'n gilydd mewn cytgord a heb ddrwgdeimlad a/neu ragfarn.”

“Cael rhyddid i fwynhau crefydd a diddordebau diwylliannol eraill heb gael eich gwawdio a heb ofni dial”, a;

“Chael mynediad i wledydd eraill, cymdogaethau amrywiol, cynnal traddodiadau, bwytaï amlddiwylliannol...”

Adroddodd ymatebwyr i'r arolwg ym Mhenderi am yr amrywiaeth o weithgareddau sy'n cyfrannu at eu lles diwylliannol, gan gynnwys gwirfoddoli, mynd i sioeau, dosbarthiadau nos, ymweld â'r ardal lle maent yn byw, yn ogystal ag ymweld â safleoedd Treftadaeth Naturiol a Pharciau Cenedlaethol.

Roedd gwelliannau i les diwylliannol ym Mhenderi fel yr adroddwyd amdanynt yn yr arolwg yn cynnwys mwy o gyfleoedd ar gyfer digwyddiadau cymunedol a gweithgareddau diwylliannol a mwy o addysg amlddiwylliannol mewn ysgolion.

3.6.2 Lles Economaidd

Roedd lles economaidd ymhlith ymatebwyr Penderi yn ymwneud yn gryf iawn ag osgoi pryderon am arian a chyflawni sicrwydd ariannol, er enghraifft:

“Y gallu i symud ymlaen â bywyd bob dydd wrth ystyried fy sefyllfa ariannol a sefydlogrwydd fy incwm yn ystod yr hinsawdd economaidd.”

Fel mewn manau eraill, defnyddiwyd y term 'cael digon' yn aml ar draws ardal y gymuned i ddiffinio lles economaidd, gyda phwyslais ar yr incwm ariannol i dalu am gostau bob dydd megis biliau, bwyd a thai.

Eto, ystyriwyd bod cyflogaeth yn gyfrannwr hanfodol at les economaidd ar gyfer yr ardal gymunedol hon, o ran swydd â sicrwydd, tâl da a darparu sefydlogrwydd;

“Cael swydd sy'n cyfateb i'r sgiliau a'r cymwysterau sydd gennyf; cael cyflog sy'n gystadleuol neu o leiaf wedi'i feincnodi; gallu fforddio pethau moethus fel gwyliau.”

Mewn ymateb i'r cwestiynau am ba ddau beth allai wella lles economaidd, adroddodd ymatebwyr i'r arolwg newidiadau unigol (e.e. gwario arian yn ddoethach), gwelliannau gan y cyngor (e.e. lleihau treth y cyngor) a ffactorau sy'n dibynnu ar yr economi (e.e. cyfraddau llog). Amlinellir y gwelliannau awgrymedig o'r arolwg isod.

- Lleihau costau bob dydd (e.e. biliau) a gweithgareddau adloniant am gost resymol (e.e. y theatr a'r sinema);
- Trethi is (e.e. treth y cyngor);
- Gwell cyfraddau llog (i bensiynwyr);
- Ffactorau unigol megis gwario'n ddoethach a chynilo'n rheolaidd.

3.6.3 Lles Amgylcheddol

Roedd ymatebwyr i'r arolwg o ardal gymunedol Penderi'n adleisio'r diffiniadau ehangach o les amgylcheddol, ac yn canolbwyntio ar amgylchedd o ansawdd da a lle i'w fwynhau. Ystyriwyd bod aer glân a bod yn rhydd o sbwriel a llygredd yn gyfranwyr allweddol at les. Roedd agosrwydd arfordir Gŵyr hefyd yn bwysig iawn i bobl, ynghyd â mynediad i erddi a pharciau;

Byw mewn ardal lle mae digon o le gwyrdd, rhodfeydd, parciau, traethau, sy'n lân ac yn daclus a chanddi lefelau llygredd isel.

Nododd ymatebwyr i'r arolwg hefyd nifer o ffyrdd i wella eu lles amgylcheddol ym Mhenderi. Roedd hyn yn cyd-fynd â rhanbarth Abertawe yn ei gyfanrwydd, gyda ffocws ar lendid eu

hamgylchedd (e.e. mwy o addysg ailgylchu a llai o dipio anghyfreithlon), yn ogystal â rhai ffactorau penodol:

- Mwy o falchder yn y gymdogaeth;
- Mynediad i ddosbarthiadau ymarfer corff awyr agored;
- Cefnogaeth er mwyn beicio i'r gwaith;
- Amgylcheddau gweithio gwell;
- Mwy o leoedd di-draffig

3.6.4 Lles Cymdeithasol

Mae Penderi'n cyd-fynd ag ardaloedd cymunedol eraill yn Abertawe, lle mae lles cymdeithasol iddyn nhw'n golygu cael cefnogaeth gan ffrindiau a theulu, er enghraifft "*cael ffrindiau, teulu a byw mewn cymuned dda*". Nododd cwpwl o breswylwyr hefyd bwysigrwydd cydbwysedd bywyd-gwaith i sicrhau bod ganddynt yr amser am weithgareddau cymdeithasol.

"Cydbwysedd bywyd-gwaith da, bod yn actif ac yn gymdeithasol yn fy amser rhydd, cael digon o amser ac arian i wario gyda theulu a ffrindiau".

Mae'r arolwg yn awgrymu mai'r ffactorau sy'n cyfrannu at les cymdeithasol ym Mhenderi yw "*cael ffrindiau da*" i gymdeithasu a threulio amser gyda hwy. Ystyrir bod amser hefyd yn ffactor pwysig, a chael digon o amser i wneud y gweithgareddau cymdeithasol a ddymunir.

Roedd gwelliannau posib i les cymdeithasol yn debyg i'r rhai ar draws ardal ehangach Abertawe, gan gynnwys treulio mwy o amser ar weithgareddau cymdeithasol.

Fodd bynnag, codwyd materion penodol, gan gynnwys:

- Mwy o gyfathrebu a rhwydweithio wyneb yn wyneb;
- Bwyta'n iach yn y gweithle;
- Gweithredu ar gostau cyfleustodau;
- Cydbwysedd gwaith-bywyd gwell.

4 Lles yn ôl Grŵp Defnyddwyr

Mae'r adran hon yn ystyried y cyfeiriad penodol a wneir i'r grwpiau a restrir yng ngofynion DLICD;

- Pobl yr ystyrir eu bod yn ddiameddiffyn neu dan anfantais; e.e. y rhai sy'n cael eu heithrio'n ariannol, dioddefwyr cam-drin domestig a'r rhai sy'n dioddef anghydraddoldeb incwm a phroblemau amgylcheddol.
- Pobl a chanddynt nodwedd a warchodir o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010; oedran, anabledd, ailbennu rhywedd, priodas a phartneriaeth sifil, beichiogrwydd a mamolaeth, hil, crefydd a chred, rhyw a thueddfryd rhywiol.
- Plant, sy'n golygu pobl dan 18 oed, gan gynnwys y rhai sy'n byw mewn tlodi a'r effaith y mae hyn yn ei chael ar eu bywydau a'u lles cyffredinol; plant sy'n ddigartref, ceiswyr lloches, sipswn a theithwyr neu blant sy'n profi cam-drin domestig neu'n dyst iddo.
- Pobl ifanc sydd wedi derbyn gofal, wedi'u gosod mewn llety, wedi'u maethu ac mae hawl ganddynt i gael cefnogaeth.
- Pobl y gall fod angen gofal a chefnogaeth arnynt; neu bobl sy'n darparu neu'n bwriadu darparu gofal a chefnogaeth.

Lle bynnag y bo modd, mae'r data wedi'i rannu yn ôl math; ffynonellau cynradd ac eilaidd a thema lles; economaidd, diwylliannol, amgylcheddol a chymdeithasol.

4.1 Pobl yr ystyrir eu bod yn ddiameddiffyn neu dan anfantais - Trais Domestig

Caiff y gwaith maes ansoddol y dynodwyd ei fod yn cael ei wneud gyda dioddefwyr trais ar sail rhyw, cam-drin domestig a thrais rhywiol ei fanylu isod. Mae'r crynodeb yn seiliedig ar sgysiau â phobl sy'n cynnal grwpiau i fenywod sydd wedi cael eu cam-drin (yn dreisgar neu'n ddomestig) a menywod sydd wedi dioddef trais.

Roedd anghenion defnyddwyr gwasanaeth yn amrywiol. Nodwyd y materion canlynol gan y rhai yr ymgynghorwyd â hwy:

- Materion sylfaenol tlodi a mynediad i wasanaethau, unigedd a diffyg hyder.
- Problemau iechyd meddwl yn codi oherwydd cam-drin domestig, megis hunan-niweidio a phroblemau yfed/cyffuriau, anhwylder straen wedi trawma (PTSD)
- Argaeledd amrywiaeth o wasanaethau yn ôl angen.
 - Lloches/llety dros dro.
 - Cyngor untro'n unig.
- Y gallu i ddefnyddio gwasanaethau yn ôl y galw ac yn ôl yr angen.
- Materion a geir oherwydd cyfyngiadau ariannu (a'r posibilrwydd y bydd y sefyllfa'n gwaethygu).
- Diffyg dealltwriaeth ymhlith gweithwyr cymdeithasol o'r mater y mae'r defnyddwyr yn ei wynebu. Diffyg hyfforddiant ac ymagwedd empathig.
- Diffyg dealltwriaeth o'r meini prawf penodol i gael mynediad i gefnogaeth gan y menywod pan gânt eu hasesu i weld a ydynt yn gymwys am gefnogaeth y gwasanaethau cymdeithasol. Mae'r meini prawf yn benodol iawn ac ni all menywod

- gael mynediad i gefnogaeth yn hawdd. Pan fyddant, weithiau mae'n teimlo'n fwy cosbol na defnyddiol.
- Pennir y cynllun y mae'n rhaid i fenywod ei ddilyn i barhau i dderbyn gwasanaethau cymdeithasol heb eu cyfraniad. Mae'n rhaid iddynt ddilyn gofynion na fyddant o bosib yn ddigonol. Mae'n teimlo'n fwy fel ymarfer ticio blychau nag ateb. Mae menywod sy'n dioddef cam-drin domestig yn cael amser caled a gall poeni am eu sefyllfa a bodloni gofynion waethygu eu cyflwr meddwl.
- Diffyg cysondeb gyda'r gweithwyr cymdeithasol, gan ei fod yn anodd i'r menywod adeiladu perthynas â dieithryn pan fyddant yn siarad am faterion personol. Ystyrir bod trosiant staff yn rhy uchel. Gall hyn fod oherwydd pa mor anodd yw'r swydd ond mae teimlad hefyd nad yw staff wedi cael digon o hyfforddiant i ymdrin â'r problemau y mae'r menywod yn eu hwynebu.

Mae'r cyngor yn gwneud peth gwaith i wella'r gofal a lefel y gwasanaeth a roddir i fenywod sy'n dioddef camdriniaeth (treisgar, domestig a rhywiol).

Prosiect sy'n cael ei dreialu ar hyn o bryd yn Abertawe a'i ariannu gan y gwasanaethau cymdeithasol yw'r hwb Cam-drin Domestig yn yr orsaf heddlu. Mae'r tîm yn ffonio pob person sydd wedi dioddef cam-drin domestig sydd â phlant i weld a oes angen mwy o help arno, a gall ei atgyfeirio i'r tîm ymyrryd yn gynnar, a chael mynediad i amlasiantaethau. Cafwyd adborth cadarnhaol i'r prosiect. Arweinir yr hwb gan ddau uwch-ymarferydd sydd wedi dewis eu tîm yn ofalus a'u hyfforddi.

Mae'r tîm atal ac ymyrryd yn gynnar eto'n ased cadarnhaol y gall menywod â phlant dan 5 oed gael mynediad iddo. Mae Cymorth i Fenywod wedi cael adborth da amdano hefyd gan fod y trothwy i gael mynediad i'r gwasanaeth yn is, felly gall mwy o bobl elwa ohono. Mae'n targedu esgeuluso neu gam-drin plant yn benodol, ond mae'n wasanaeth sy'n cael ei ystyried yn bwynt dechrau da. Gall gweithwyr teulu ddod i dai menywod a'u helpu.

Cymorth i Fenywod Abertawe

Mae Cymorth i Fenywod Abertawe yn cynnig amrywiaeth o wasanaethau a'r nod o fynd i'r afael ag amrywiaeth o anghenion gwahanol. Mae'r rhain yn cynnwys:

- Rhaglen Rhyddid
- Cwnsela
- Homeopathi
- Llety mewn tŷ diogel (mae Abertawe'n cynnig dwy loches a thri thŷ diogel)
- Y Cynllun Gwybodaeth, Cefnogaeth a Grymuso Cam-drin Domestig (DAISE), sy'n cynnig cefnogaeth un i un
- Gwasanaethau plant i blant o 5 i 17 oed.
- Prosiect CHAT (Newid Agweddau Gyda'n Gilydd) (plant 3 i 18 oed)
- 'Your Opinion Matters': rhaglen a ariennir gan y loteri sy'n dod i ben cyn bo hir

Adroddwyd mai menywod di-waith rhwng 25 a 45 oed sy'n defnyddio'r rhan fwyaf o'r gwasanaethau a ddisgrifir uchod. Maent fel arfer yn hunangyfeirio, gyda rhai yn cysylltu o ganlyniad o gamdriniaeth hanesyddol.

Serch hynny, nid oedd pob un o'r rhain yn y categorïau hyn; nodwyd bod 'cyflawnwyr uchel' ymhlith y rhai a oedd yn ceisio cymorth, a/neu wragedd/bartneriaid "o bob math gan gynnwys arolygwyr yr heddlu and barnwyr".

Yn gyffredinol, mynegwyd y farn bod newidiadau sylweddol wedi'u gwneud dros yr ugain mlynedd diwethaf. Nid yw cam-drin domestig (yn ei holl ffurfiau) bellach yn bwnc mor wahareddedig ag y bu bryd hynny, ac mae safonau wedi codi ac yn fwy proffesiynol.

O safbwynt proffesiynol, mynegwyd diddordeb yng nghanfyddiadau'r cynllun peilot Gofyn a Gweithredu sydd ar waith ar hyn o bryd, a chodwyd peth pryder ynghylch goblygiadau ariannol y peilot uchod o ran darparu'r hyfforddiant angenrheidiol.

O safbwynt proffesiynol a defnyddwyr gwasanaeth, teimlir bod dymunoldeb darparu ymyriadau teuluol, gweithio gyda thramgwyddwyr, plant, cymunedau BME a grwpiau eraill yn flaenoriaeth uchel.

4.2 Pobl a chanddynt nodwedd a warchodir - Plant a Phobl Ifanc

Nid oedd un o'r myfyrwyr a oedd yn rhan o'r cyswllt sylfaenol yn teimlo'n gyfforddus wrth ddefnyddio neu ddiffinio'r term 'lles'. Gwnaed hyn yn amlwg yn yr ysgolion Cymraeg, lle nad oedd unrhyw un o'r myfyrwyr yn gyfarwydd â'r gair Cymraeg am les - 'Lles'. Yn gadarnhaol, yn yr holl ysgolion, roedd y gair 'lles' yn creu trafodaeth:

"Ydy e'n golygu sut mae plant yn teimlo yn yr ysgol, pethau fel 'na ?" (ysgol uwchradd Gymraeg, Abertawe)

"Effeithiolrwydd personol da" – term yr oedd myfyrwyr wedi'i ddysgu yn ystod eu hastudiaethau ar gyfer Bagloriaeth Cymru (ysgol uwchradd Saesneg, Abertawe)

Pan ofynnwyd am y pethau sy'n helpu i gyfrannu at ymdeimlad o les, derbyniwyd ymatebion cyson am ffrindiau a theulu, sy'n awgrymu bod y plant hyn yn blaenoriaethu perthnasoedd domestig, teuluol a phersonol fel rhan graidd o'u hymdeimlad o les:

"Cwrdd â'ch ffrindiau." (ysgol uwchradd Saesneg, Abertawe)

"Teulu cefnogol." (ysgol uwchradd Saesneg, Abertawe)

Ar ôl siarad am les yn gyffredinol, symudodd y drafodaeth ymlaen i'r pedwar categori o les cymdeithasol, diwylliannol, amgylcheddol ac economaidd. Roedd manylder yr ymatebion yn amrywio yn ôl eu perthnasedd canfyddedig.

4.2.1 Lles Cymdeithasol

Ystyriwyd bod lles cymdeithasol, a ddiffiniwyd gan y grŵp hwn fel cymdeithasu a chyfeillgarwch, yn bwysig iawn. Roedd llawer yn disgrifio sut mae teulu a ffrindiau'n helpu gyda hyder a chymhelliant.

"Ffrindiau a theulu – y bobl sydd o'ch cwmpas, y bobl rydych yn eu gweld yn aml sy'n cael effaith gadarnhaol ar eich bywyd" (ysgol uwchradd Gymraeg, Abertawe)

Yn gyffredinol, roedd pobl ifanc a phlant yn disgrifio sut byddent yn hoffi gweld mwy o ddigwyddiadau a phethau i'w gwneud gyda'u ffrindiau a'u teuluoedd. Ar draws y grwpiau, dywedodd myfyrwyr fod diffyg gweithgareddau neu grwpiau i ymuno â nhw yn eu tref leol, ac nid oeddent am fynd i'r parc yn unig. Yn hytrach, roeddent am rywle diogel lle gallent "dreulio amser".

Ystyriwyd bod gweithgareddau trefnedig hefyd yn ffordd bwysig o ddatblygu lles cymdeithasol, fel a ddisgrifiwyd mewn sawl ysgol. Gwnaed gweithgareddau'n aml mewn perthynas â'r ysgol, gydag enghreifftiau fel:

- Clwb drama, yr oedd y rhan fwyaf yn cymryd rhan ynddo. (ysgol uwchradd Saesneg, Abertawe)
- Clybiau chwaraeon – rygbi, pêl-droed, carate, pêl-fasged a gymnasteg.
- Roedd un cyfranogwr yn aelod o gôr a cherddorfa, a dywedodd fod hyn wedi helpu i gynyddu ei ymdeimlad o les. (ysgol uwchradd Gymraeg, Abertawe)

Ystyriwyd bod y diffyg darpariaeth o weithgareddau y tu allan i'r ysgol yn wael;

“Does dim byd i arddegwyr, gallwch fynd am dro neu fynd i'r traeth ond dim ond hyn a hyn o weithiau gallwch chi wneud hynny.” (ysgol uwchradd Saesneg, Abertawe)

Mynegwyd canfyddiad gwahanol gan un myfyriwr, a ddywedodd:

“Mae stff ar gael mwy na thebyg, ond dyw pobl ddim yn ei ystyried yn 'cŵl' a does dim llawer yn mynd.” (ysgol uwchradd Saesneg, Abertawe)

Crybwyllwyd cyfryngau cymdeithasol gan lawer fel offeryn i gadw mewn cysylltiad â ffrindiau. Roedd llawer o gyfranogwyr yn ymwybodol o fanteision a pheryglon defnyddio cyfryngau cymdeithasol. Roedd yn ymddangos eu bod yn ymwybodol o beryglon megis mynd yn gyfaill â dieithriaid ar-lein, defnyddio cyfryngau cymdeithasol yn lle bywyd cymdeithasol a'r potensial i faterion preifat gael eu postio ar lwyfan cyhoeddus. Roeddent yn cefnogi'r syniad nad oedd bywyd actif ar gyfryngau cymdeithasol o reidrwydd yn cyfateb i les cymdeithasol cadarnhaol.

“Mae cyfryngau cymdeithasol yn cymryd lle ffrindiau weithiau; efallai bydd gan rywun dros 1000 o ffrindiau, ond faint ohonyn nhw sydd wedi cwrdd mewn bywyd go iawn?” (ysgol uwchradd Saesneg, Abertawe)

“Os ydych chi'n gweld eraill yn gwneud yn well na chi, gall fwrw'ch hyder.” (ysgol uwchradd Gymraeg, Abertawe)

Mynegodd y myfyrwyr benywaidd bryder arbennig am sut roedd pobl eraill yn eu hamgyffred hwy a'u bywydau. Teimlent y gallent reoli'r ffordd yr oeddent yn cael eu hamgyffred drwy eu proffiliau cyfryngau cymdeithasol drwy bostio lluniau hyfryd ohonynt a hoffi neu dagio sefydliadau, bandiau penodol etc. Rhoddodd hyn fwy o hyder i'r merched ac roeddent yn teimlo ei fod yn gwella'u lles cymdeithasol (ysgol uwchradd Gymraeg, Abertawe)

Roedd llawer o'r rhai a fynychai ysgol uwchradd yn dweud bod paratoi ar gyfer arholiadau'n cael effaith andwyol ar eu lles. Roedd hyn yn wir ar gyfer myfyrwyr ysgolion uwchradd Cymraeg a Saesneg. Mewn rhai ysgolion, roedd pryderon am baratoi ar gyfer arholiadau'n arwain at drafodaethau am y gofal bugeiliol a ddarperir mewn ysgolion. Roedd rhai o'r myfyrwyr mewn ysgolion uwchradd Saesneg yn fodlon iawn ar eu gofal bugeiliol a chael swyddog lles, cwnselwyr ac athrawon cyfeillgar iawn a pharod eu cymwynas. Teimlai'r holl fyfyrwyr eu bod yn gallu cael cefnogaeth gan y staff pryd bynnag roedd ei angen arnynt.

4.2.2 Lles Diwylliannol

Roedd y syniad o les diwylliannol yn arbennig o anodd ei ddiffinio ymhlith plant a phobl ifanc. Teimlai un myfyriwr ysgol uwchradd y gallai gynnwys crefydd, côr, rygbi a chwaraeon.

(ysgol uwchradd Gymraeg, Abertawe) Crybwyllwyd yr eglwys o bryd i'w gilydd, ond roedd unrhyw sôn am ymgysylltu'n weithredol â'r eglwys yn brin.

4.2.3 Lles Amgylcheddol

Arweiniodd trafodaethau am les amgylcheddol at wahaniaethau mewn dealltwriaeth o ran yr ystyr. Roedd rhai yn ei ystyried yng nghyd-destun isadeiledd, sef chwaraeon a chyfleusterau chwaraeon. Yn gadarnhaol, ymhlith y rhan fwyaf o'r plant a phobl ifanc a gymerodd ran yn y gwaith maes, y farn oedd bod ganddynt ddigon o fynediad i ardaloedd ar gyfer chwaraeon, a bod y manau yr oeddent yn mynd iddynt mewn cyflwr da yn gyffredinol.

Roedd eraill yn ystyried lles amgylcheddol yng nghyd-destun cynaladwyedd amgylcheddol, gyda ffocws ar ailgylchu. Yn y cyd-destun hwn, roedd y mwyafrif yn ystyried mai cyfrifoldeb eu rhieni oedd ymdrechion amgylcheddol, er bod rhai'n honni eu bod yn helpu gyda'r ailgylchu. Roedd y plant/bobl ifanc yr ymgysylltwyd â hwy'n tueddu i beidio â meddwl am ganlyniadau tymor hir a sut gallai materion megis ailgylchu effeithio arnynt yn y dyfodol.

Yn olaf, roedd eraill yn ystyried lles amgylcheddol yng nghyd-destun eu hamgylchedd neu ardal leol, weithiau ar lefel 'feicro':

"Mae'r toiledau yn yr ysgol yn ofnadwy, dim caeadau, dim seddi, pobl yn smygu ynddynt, mae'n gwneud i chi beidio ag eisiau mynd iddynt. Dim ond pedwar o ugain sy'n gweithio i'r merched." (ysgol uwchradd Saesneg, Abertawe)

Ar lefel fwy cyffredinol, gwnaed sylwadau'n aml am yr ardaloedd yr oedd plant a phobl ifanc yn byw ynddynt. Roedd myfyrwyr ysgolion uwchradd yn siarad am yfed dan oed ar y strydoedd ac mewn parciau:

"Plant meddw, twp yn cynnau tanau ac yn difetha'r lloriau a'r cysgodfeydd yn y parciau." (ysgol uwchradd Saesneg, Abertawe)

Yn gyffredinol, roedd gwahanol ystyr i'r cysyniad o 'Les Amgylcheddol' ymhlith y bobl ifanc yr ymgysylltwyd â hwy, yn amrywio o isadeiledd (cyfleusterau chwaraeon), lefelau o ymddygiad gwrthgymdeithasol a throseddau mewn ardal, a chynaladwyedd yr amgylchedd naturiol.

4.2.4 Lles Economaidd

Yn gyffredinol, roedd y plant a'r bobl ifanc yn deall y term lles economaidd yn dda mewn perthynas ag ennill arian/incwm a chael swydd. Fe'i disgrifiwyd gan un myfyriwr fel a ganlyn:

"Os na allwch ddod o hyd i swydd os ydych mewn ardal dlawd lle nad oes llawer o swyddi, allwch chi ddim prynu bwyd, rydych chi'n talu am dŷ, allwch chi ddim cael yr holl bethau rydych am eu cael, y pethau rydych yn breuddwydio amdanynt pan fyddwch wedi tyfu'n oedolyn, felly rydych yn methu cael llawer o bethau ac mae eich lles yn isel." (ysgol uwchradd Gymraeg, Abertawe)

I rai plant a phobl ifanc, roedd cael eu harian poced eu hunain yn golygu eu bod yn gallu prynu'r hyn roeddent am ei gael heb ofyn. Roedd cael arian a/neu gerdyn banc yn gwneud iddynt deimlo'n aeddfed. Roeddent yn hoffi'r ffordd yr oedd cael arian yn golygu eu bod yn gallu mynd i leoedd gyda ffrindiau, prynu dillad newydd a cholur etc. a oedd yn gwneud iddynt deimlo'n dda ac yn hapus.

Roedd rhai myfyrwyr mewn ysgolion uwchradd Saesneg yn teimlo y dylent gael addysg ariannol gwell.

4.3 Pobl a chanddynt nodwedd a warchodir – Pobl Hÿn

O'r arolwg ar-lein, esboniwyd y term lles gan ymatebwyr hÿn o ardal Abertawe, fel y rhai ym Mhen-y-bont ar Ogwr a Chastell-nedd Port Talbot, fel bod yn gorfforol ac yn feddyliol iach. Roedd materion penodol yn cynnwys y canlynol;

- Mae iechyd o'r pwys pennaf fel y sylfaen y gellir adeiladu agweddau eraill ar fywyd arni. (I'r rhai sy'n profi effeithiau naturiol heneiddio, neu'n profi cyflyrau iechyd cronig, mae angen eu rheoli gyda chymorth a chefnogaeth);
- Gwybod bod gwasanaethau cefnogi'n hygyrch pan fo'u hangen – gyda'r pwyslais y gellir eu cyrraedd drwy gludiant cyhoeddus os oes angen ac nid ydynt hefyd y tu ôl i furiau ariannol;
- Er bod teimladau o annibyniaeth yn allweddol i les, mae gwybod bod help ar gael os oes angen yn cynnig cysur seicolegol da;
- Bod yn rhan o ryw fath o gymuned leol, a all gynnwys teulu, ffrindiau, cymdogion ac eraill sy'n rhan o weithgareddau rydych chi'n cymryd rhan ynddynt. Mae hyn yn cyfrannu at safbwynt ac agwedd meddwl iach a chadarnhaol, gan gynnwys datblygu hunan-barch; a
- Phwysigrwydd mynediad i grwpiau gwahanol drwy gludiant fforddiadwy a chyfleus.

Cyfwelwyd â chynrychiolydd o Age Cymru i ddarparu gwybodaeth bwysig a manwl am y materion ynghylch pobl hÿn ym mhob awdurdod lleol. Darparodd y cynrychiolydd wybodaeth am yr awdurdodau lleol cyfan, gan sicrhau bod y materion yn cael eu hailadrodd ym mhob ardal.

Mae Age Cymru'n cynnig salw ffurf ar gefnogaeth a gwasanaethau, â'r nod o gynyddu galluoedd ariannol, iechyd a chymdeithasol unigolyn. Mae eu gwasanaethau'n cynnwys cyflawni tasgau domestig i'r henoed megis coginio, gwaith tŷ a siopa; gwasanaethau cyngor a gwybodaeth; eiriolaeth a bod yn gyfaill.

Yn y gorffennol, darparwyd y gwasanaethau hyn am ddim, ond nid fel yna y mae hi bellach.

Mae Age Cymru'n disgrifio pedwar angen cefnogaeth allweddol y mae'n teimlo bod angen eu blaenoriaethu ar gyfer cyflwyno gwasanaethau yn y dyfodol. Mae'r rhain fel a ganlyn:

1. Atal yr angen am dalu am wasanaethau. Mae perygl y gall gwasanaethau y mae'n rhaid talu amdanynt ddenu masnachwyr twyllodrus ac nid ydynt yn fforddiadwy i lawer.
2. Cynnydd sylweddol i wasanaethau cyngor a gwybodaeth. Gwrthodir 90% o geisiadau am fudd-dal pan gânt eu cyflwyno am y tro cyntaf, ond caiff y penderfyniad ar gyfer 95% ohonynt ei wrthdroi yn dilyn apêl, sy'n gwastraffu cryn dipyn o amser ac adnoddau.

3. Darparu eiriolaeth. Ddwy flynedd yn ôl, cyflogwyd wyth eiriolwr ar gyfer ardal Bae'r Gorllewin: dim ond un swydd amser llawn sydd bellach, a ddefnyddir yn bennaf ar gyfer lefel uchel o eiriolaeth sy'n ymwneud â hawliau dynol a chamdriniaeth. Mae hyn yn rhywbeth y mae Age Cymru wedi'i ddwyn i sylw'r Bwrdd Iechyd a'r awdurdodau lleol.

4. Mwy o ffocws ar wasanaethau cyfeillio. Mae gan Abertawe 100 o gleientiaid y cânt eu ffonio unwaith yr wythnos am sgwrs 30 munud, ond mae'r gwasanaeth hwn mewn perygl (ac mae eisoes wedi'i dorri o bosib yn CNPT a Phen-y-bont ar Ogwr) oherwydd toriadau i gyllid a ddisgwyllir ym mis Ebrill. Dywedodd Age Cymru y bydd dros '8,000 o bobl 50+ oed yn Abertawe na fyddant yn cael cysylltiad ag unrhyw un yr wythnos hon".

Bernir bod yr amgylchedd naturiol o gwmpas Abertawe'n ddefnyddiol iawn i les cyffredinol dinasyddion hŷn yn yr ardal. Mae'n cynnwys llwybrau cerdded a beicio lleol gwych, y mae rhai'n ystyried eu bod yn cael eu cynnal yn dda ac yn ddi-sbwriel.

Er yr edmygwyd yr amgylchedd naturiol yn fawr, ni chafwyd cymaint o barch at yr amgylchedd adeiledig. Gwnaed sylwadau ynghylch yr anghenion canlynol:

- Bydd y cyngor yn gwrthdroi safonau cynnal a chadw gwael y ffyrdd, y palmentydd a chyfleusterau;
- Caiff y ddinas ei chadw'n rhydd o sbwriel a phethau hyll;
- Ni fydd gwasanaethau'n dioddef mwy o doriadau ond yn hytrach, cânt eu hadfer fel eu bod yn gweithredu'n llawn e.e. llyfrgelloedd, parcio (rhatach) ac am ddim;
- Rhoddir terfyn ar ddatblygiadau dieisiau (megis datblygiad fflatiau mewn lleoliad yn Sgeti);
- Rheolir traffig cyflym yn well, felly hefyd ymddygiad gwrthgymdeithasol;

O'r arolwg ar-lein, roedd ymatebwyr hŷn o ardal Abertawe'n tueddu i esbonio lles, fel y rhai ym Mhen-y-bont ar Ogwr a Chastell-nedd Port Talbot, fel bod yn gorfforol ac yn feddyliol iach. Roedd materion penodol a godwyd yn cynnwys y canlynol:

- Mae iechyd o'r pwys pennaf fel y sylfaen y gellir adeiladu agweddau eraill ar fywyd arni. I'r rhai sy'n profi effeithiau naturiol heneiddio, neu'n profi cyflyrau iechyd cronig, mae angen eu rheoli gyda chymorth a chefnogaeth;
- Gwybod bod gwasanaethau cefnogi'n hygyrch pan fo'u hangen – gyda'r pwyslais y gellir eu cyrraedd drwy gludiant cyhoeddus os oes angen ac nid ydynt hefyd y tu ôl i furiau ariannol;
- Er bod ymdeimlad o annibyniaeth yn allweddol i les, mae gwybod bod help ar gael os oes angen yn cynnig cysur seicolegol da;
- Bod yn rhan o ryw fath o gymuned leol, a all gynnwys teulu, ffrindiau, cymdogion ac eraill sy'n rhan o weithgareddau rydych chi'n cymryd rhan ynddynt. Mae hyn yn cyfrannu at
- safbwynt ac agwedd meddwl iach a chadarnhaol, gan gynnwys datblygu hunan-barch; a

- Phwysigrwydd mynediad i grwpiau gwahanol drwy gludiant fforddiadwy a chyfleus.

I gynyddu eu lles, roedd pobl hŷn yn Abertawe am i'r cyngor gynnal a chadw'r amgylchedd adeiledig yn well, megis atgyweirio ffyrdd/palmentydd, glanhau strydoedd, torri glaswellt a chynnal ardaloedd gwyrdd a llwybrau troed – gan gynnwys ychwanegu gwell goleuadau. Ochr yn ochr â hyn, mae awydd am well mesurau tawelu traffig a gwell llwybrau beicio er mwyn lleihau cystadleuaeth am le ar y ffyrdd.

Roedd cludiant yn fater pwysig i lawer a esboniodd ei fod yn ymddangos bod gwasanaethau bysus yn lleihau ond yn mynd yn fwy drud. Mae hyn yn lleihau mynediad pobl i fywyd a gweithgareddau cymdeithasol megis ymweld â chanol y ddinas. Mae nifer bach ar-lein yn awgrymu y dylid ystyried a hyrwyddo mentrau cludiant cymunedol.

Awgrymodd ymatebwyr hefyd na ddylid amharu ar fywyd dinasyddion hŷn mewn unrhyw ffordd fel nad yw problemau unigrwydd yn gwaethygu.

4.4 Pobl a chanddynt nodwedd a warchodir – Iechyd ac Anabledd

4.4.1 Nam ar y golwg

Cyfyngwyd gweithgareddau i'r rhai â nam synhwyrdd i gymryd rhan mewn amgylcheddau gweithdy/cyfarfod, yn hytrach nag ymatebion drwy'r arolwg ar-lein, oherwydd rhwystrau penodol i'r demograffig hwn. Cynhaliwyd un grŵp gyda grŵp Young at Heart a oedd yn cynnwys deuddeg o ddynion a menywod a dau ddehonglydd laith Arwyddion Prydain, a grŵp arall a oedd yn cynnwys rhai â nam ar y golwg/ cefnogwyr y rhai â nam ar y golwg. Yn ogystal, aeth cwpwl â namau golwg cyfyngedig i sesiynau galw heibio. Cynorthwywyd y grŵp a oedd yn cynnwys y rhai â nam ar y golwg yn Abertawe gan yr RNIB a'i wirfoddolwyr. Darparodd y cyngor arian ar gyfer 1.5 helpwr cyfwerth ag amser llawn, ac roedd yn gyfrifol am amrywiaeth eang o weithgareddau yn yr ardal gan gynnwys cefnogi nofio, darllen, teithiau i'r theatr, golff a thenis.

Pan ofynnwyd ynghylch yr hyn a ddeëllir gan y term "lles", fe'i disgrifiwyd gan un cyfranogwr â nam ar y golwg fel a ganlyn:

"Pob agwedd ar fywyd, iechyd, sut gallwch symud o gwmpas, yr help sydd ar gael, hyder i fyw eich bywyd, mynd allan yn ddiogel ac yn hyderus, peidio â themlo ofn"

Cyflwynir yr agweddau ar les a godwyd drwy gydol y prosesau cynnwys dan y themâu canlynol.

Mynediad i Gefnogaeth Ariannol ac Ymarferol

Pryder allweddol a godwyd oedd y diffyg mynediad i wybodaeth ariannol ac ymarferol. Dywedodd un cyfranogwr fod:

"Llawer o bobl yn gaeth i'w tŷ ac maent yn mynd yn unig am nad ydynt yn cofrestru gyda'r RNIB a dydyn nhw ddim yn ymwybodol o'r hyn y gallant ei gael/ sydd ar gael iddynt". (Cadeirydd y grŵp)

Yn yr un modd, awgrymodd cyfranogwyr y byddai cymorth ariannol tuag at gost dyfeisiau a ddyluniwyd i helpu'r rhai â nam ar y golwg, gan gynnwys hyfforddiant i'w defnyddio, yn eu cynorthwyo'n well i fod yn annibynnol. Mae angen awgrymiadau ynghylch ble mae angen cymorth ariannol ac ymarferol, gan gynnwys meddalwedd gyfrifiadurol.

Ar ben hynny, awgrymwyd hyrwyddo llinell gymorth yr RNIB fel ffynhonnell cyngor a chymorth a chefnogaeth ariannol ar ei chyfer. Mae hyn yn berthnasol o wybod bod gan rai bryderon ynghylch diffyg mynediad i wybodaeth ymarferol a help i'r rhai â nam ar y golwg e.e. awgrymiadau ar adnabod gwrthrychau yn y cartref (e.e. yn y gegin, ar foddion/dabledi, cynhwysion), a defnyddio chwyddwydrau (i'r rhai â rhywfaint o olwg).

Ymgyrchoedd Addysg

Dywedodd nifer o'r rhai a fu'n bresennol y byddai ymgyrchoedd addysg ynghylch nam ar y synhwyrdd yn llwyddo i wella cydlyniant cymdeithasol a'u profiadau â'r gwasanaethau iechyd a chymdeithasol. Tynnwyd sylw at y ffaith fod angen addysg yn y meysydd canlynol:

- Ymhlith y cyhoedd, y cyngor, gwasanaethau iechyd a'r rhai â nam ar y golwg;
- cydnabyddiaeth mai 5% yn unig o'r rhai â nam ar y golwg sy'n gallu darllen Braille;

¹³ Derbyniodd yr RNIB arian loteri er enghraifft i gael mynediad i arbenigwr mewn hawliau lles i roi cyngor

- anogaeth i'r rhai â nam ar y golwg i ymweld â'u meddyg teulu a chael help/chofrestru: nid yw rhai'n sylweddoli bod ganddynt nam, mae eraill yn gwadu hyn, ac mae'n well gan eraill gadw'r peth yn gudd; ni fydd rhai'n ymwybodol bod lwfans anabledd ar gael yn unig i'r rhai dan 65 oed.

Awgrymwyd hefyd y dylid rhoi pwysau ar gynghorau lleol i roi mwy o sylw i'r peryglon a wynebwr gan y rhai â nam ar y golwg o ran croesfannau ar ffyrdd, rhwystrau ar balmentydd fel seddi y tu allan i gaffis, palmentydd cyffyrddol, cyhoeddiadau clir a chlywadwy yn yr orsaf fysus a'r angen am fwy o groesfannau sebra.

"Dwi ddim yn gallu croesi'r ffordd lle dwi'n byw – mae mynd mas fel antur fach"

"Mae 26 safle bws; dim ond un arwydd sydd ar y safleoedd bysus ac nid yw'n ddarllenadwy iawn. "Mae angen gwneud cyhoeddiad drwy'r uwch-seinydd yn gyson yn ogystal â staff i helpu teithwyr am fod gan rai pobl fwy nag un anabledd - efallai nad eu golwg yw'r broblem"

Mynediad i Wasanaethau

Roedd y gwelliannau y gofynnwyd amdanynt i gynorthwyo lles i'r deillion a gwella'i gynladwyedd yn cynnwys:

- Darparu mwy o fynediad i wybodaeth yn y fformat cywir i bobl allu darllen, a mwy o adnoddau i gyrraedd mwy o bobl i'w helpu i fyw bywyd gwell/mwy diogel
- Cymorth wrth brynu eitemau y mae eu hangen i wella lles y deillion megis meddalwedd/darllenwyr
- Darparu cyfleoedd cyflogaeth, yn enwedig i'r deillion ifanc, a chyda chyfraddau tâl boddhaol
- Cynyddu ymwybyddiaeth y cyhoedd o nam ar y golwg
- Hwyluso mynediad i'r cyllid newydd, heb unrhyw ostyngiad yn y swm a dderbynnir o'i gymharu â blynyddoedd blaenorol

Dyweddodd un o'r bobl a fu'n bresennol *"Oni bai am y grŵp hwn, byddwn wedi colli fy mhwyll."*

Yn debyg i fynediad i wasanaethau, roedd mynediad i gludiant yn bwysig hefyd, a'r angen i gynllunio ymlaen llaw, *"hyd yn oed ar gyfer y daith fyrraf."*

4.4.2 Nam ar y clyw/Byddar

I'r rhai a oedd yn disgrifio'u hunain fel di-lais neu heb iaith, mynegwyd barn debyg iawn yn Abertawe ag a glywid mewn ardaloedd eraill. Y rhwystr cyntaf i'r grwpiau hyn oedd 'arwyddo' lles: nid oes ffordd 'amlwg' o gyfathrebu lles mewn iaith arwyddion.

Roedd y cysyniad o les yn heriol i'r gymuned fyddar hefyd. Mae rhwystrau i les mor eang, gwelwyd ei fod yn haws siarad am yr agweddau hyn, y pethau negyddol, yn hytrach na'r cadarnhaol.

Roedd yr *"anghenion a'r rhwystrau hynod gymhleth"* (dehonglydd) a wynebwyd yn cynnwys y rhai isod.

Mynediad i Wybodaeth

Roedd cyfleu gwybodaeth i'r rhai â nam ar y clyw neu'r byddar yn hynod broblemus ar gyfer gwybodaeth ymarferol, ariannol ac iechyd/meddygol. Er enghraifft, soniodd un a

Tystiolaeth Ansoddol ar gyfer Asesu Lles Lleol: Adroddiad Cynnwys Dinasyddion Abertawe fu'n bresennol am y profiad o gyrraedd apwyntiadau a chanfod nad oedd dehonglydd wedi'i drefnu neu heb gyrraedd. Ar nodyn cysylltiedig, siaradodd rai am yr ofn o gael camddiagnosis a cholli gwybodaeth hollbwysig, gyda chanlyniadau peryglus o bosib.

Roedd rhai yn ystyried hyn yn andwyol i les meddwl. Disgrifiodd un person y teimladau o straen a phanig a oedd yn cychwyn yn syth mewn cynifer o sefyllfaoedd y mae'r rhai sy'n gallu gweld yn eu cymryd yn ganiataol, fel mynd i weld optegydd, gwneud neu gael apwyntiad ar gyfer gwasanaethau iechyd (h.y. meddyg teulu neu ysbyty). Dyma'r prif bryderon a oedd yn gysylltiedig â hyn:

- Mae rhai dehonglwyr laith Arwyddion Prydain yn rhai Lefel 1, felly nid ydynt yn deall y derminoleg iechyd, gan arwain at ddigon o gyfleoedd am gamgymeriadau. Dywedwyd bod camddiagnosisio'n gyffredin.
- Mae camwybodaeth yn gyffredin gan nad ydynt yn gallu disgrifio'r hyn maent yn ei deimlo neu ble yn union, ac yna nid ydynt yn gallu deall ymateb y meddyg teulu. Wrth gymryd meddyginiaeth, nid ydynt o reidrwydd yn gwybod beth maent yn ei gymryd, a gall hyn fod yn beryglus.

O ran cael mynediad il wybodaeth ymarferol ac ariannol, mynegodd rhai a fu'n bresennol bryder ynghylch eu dealltwriaeth wrth reoli arian, morgesi, gwasanaethau ariannol, budd-daliadau a threth. Yn gyffredinol, nodwyd bod llawer o achosion o salwch meddwl ymhlith y gymuned fyddar, wedi'i achosi'n rhannol (o leiaf) gan broblemau o ran cyfathrebu.

Safonau Addysg

Mynegodd rhai a fu'n bresennol bryder am y lefelau addysg sydd ar gael i'r rhai yn y gymuned fyddar.

Teimlwyd bod problemau addysg mawr am nad oes unrhyw ysgolion i'r byddar mwyach. Addysgwyd rhai (o'r rhai a oedd yn bresennol – y rhai sydd ychydig yn hŷn) mewn ysgolion i'r byddar, ac ystyriwyd hyn yn beth cadarnhaol oherwydd deallwyd eu hanghenion, roedd ganddynt safonau laith Arwyddion Prydain uchel, a meithrinwyd cyfeillgarwch tymor hir ymhlith y myfyrwyr yno. Roedd y rhai mewn ysgolion prif ffrwd yn dioddef yn aml; rhoddwyd cynorthwywyr dysgu neu gyfathrebwyr iddynt nad oedd yn gallu defnyddio laith Arwyddion Prydain, neu roedd eu defnydd ohoni'n wael. Mewn un ysgol, roedd menyw ginio a oedd, drwy gyd-ddigwyddiad, yn gallu gwneud ychydig o iaith arwyddion, felly fe'i neilltuwyd i fyfyrwr byddar, a'i gwneud yn Gynorthwy-ydd Addysgu. Nid oedd ganddi unrhyw gymwysterau eraill, er yr argymhellir bod gan gynorthwywyr addysgu gymwysterau hyd at o leiaf Lefel 4, a Lefel 6 o ddewis.

Dywedodd y dehonglwr fod gan athrawon ddisgwyliadau isel iawn o alluoedd plant byddar; *“Doedden ni ddim yn gallu sefyll arholiadau fel yr 11+ neu TGAU. Dim ond celf y caniatayd i ni wneud”*.

Roedd un o'r grŵp wedi llwyddo i gyrraedd coleg i astudio arlwyo – roedd am fod yn gogyddes - ond methodd oherwydd y gwaith ysgrifenedig. Roedd un arall am fod yn brentis peirianeg, ond bu'n rhai iddo yntau roi'r gorau iddi hefyd.

Rheolaeth dros Fywyd o Ddydd i Ddydd

Disgrifiodd un sut ceisiodd fynd i'r gampfa, ond rhoddodd y gorau iddi am nad oedd yn gallu deall y symbolau na'r cyfarwyddiadau (ac nid oedd yn gallu gofyn). Mewn ffordd debyg,

ceisiodd un arall fynd i nofio, ond bu'n rhaid iddi roi'r gorau iddi oherwydd y diffyg cyfathrebu. Nawr mae'n ofni'r dŵr (ac ni fydd yn rhoi cynnig arni eto).

Nid oedd pethau bob amser yn negyddol; crybwyllwyd rhai profiadau cadarnhaol, ond gyda chryn anogaeth yn unig. Disgrifiodd un sut roedd yn hoffi gwyllo Strictly Come Dancing; a disgrifiodd un arall ei bod wedi bod i'r opera unwaith a chymaint roedd hi wedi'i fwynhau. Er nad oed dyn gallu clywed, roedd yn gallu gwyllo'r llwyfan a'r symudiadau a gallai deimlo dirgryniadau'r gerddoriaeth. Roedd yr un cyfwelai'n mwynhau eistedd mewn oriel leol yn edrych ar y lluniau; er bod yr oriel ar gau ar hyn o bryd ar gyfer gwaith adnewyddu. Roedd un arall yn mwynhau operâu sebon ar y teledu drwy laith Arwyddion Prydain.

Y prif rwystrau i les yn y grŵp hwn oedd cael mynediad i wybodaeth a'r gallu i gyfathrebu. Ystyriwyd y diffyg mynediad i wybodaeth am ofal iechyd (oherwydd nad oedd ar gael neu wasanaethau cyfieithu o safon isel) yn achosi straen sylweddol ac yn andwyol i les meddwl. Yn yr un modd, dywedodd y rhai a fu'n bresennol eu bod yn cael problemau'n cael mynediad i gyngor ariannol digonol ac roedd gallu'r bobl hyn i gymryd rhan mewn gweithgareddau er mwynhad neu ffitrwydd yn gyfyngedig oherwydd diffyg gwybodaeth mewn fformat i'r byddar neu'r rhai â nam synhwyraidd (h.y. Braille). Roedd gwelliannau posib i les ar gyfer y rhai â nam ar y golwg yn cynnwys mynd i'r afael â'r sylw uchod, ond hefyd y canlynol:

- Gwneud gwelliannau i isadeiledd, yr amgylchedd adeiledig a 'manyion bach' a allai fod o werth sylweddol, megis sicrhau darpariaeth barcio am ddim y tu allan i gartrefi pobl ddall;
- Cynnig gostyngiadau ar gyfer cymryd rhan mewn gweithgareddau chwaraeon neu hamdden fel ffordd o annog ffitrwydd ac iechyd;
- Gwella dulliau cyfathrebu, gydag anghenion y rhai â nam synhwyraidd yn flaenoriaeth uwch nag ydyw ar hyn o bryd, e.e. drwy sicrhau hygyrchedd eang dolenni clyw, gwneud apwyntiadau drwy e-bost neu ddull heblaw'r ffôn a llythyrau mewn gofal sylfaenol ac eilaidd. Yn yr un modd, gyda dulliau cyfathrebu sy'n ymwneud â gwasanaethau a chyfleusterau eraill y cyngor megis casglu gwastraff a phriffyrdd.

Ar ôl yr hyn a oedd yn teimlo fel ymgynghoriadau niferus, mynegwyd cryn rwystredigaeth gan y grŵp hwn ynghylch y diffyg camau gweithredu o ganlyniad i'r ymgynghoriadau.

4.5 Pobl a chanddynt nodwedd a warchodir – Iechyd Meddwl

Roedd ymatebwyr â phroblemau iechyd meddwl yn pryderu'n gyffredinol am fynediad i wasanaethau a'u lles economaidd.

Roedd llawer o'r ymatebwyr wedi bod ar restrau aros i weld seiciatryddion a chwyselwyr am gyfnod hir o amser; mae un wedi bod yn aros am dros ddwy flynedd; "*Os nad ydych yn hunan-niweidio neu'n teimlo fel lladd eich hun, rydych chi ar waelod y rhestr*".

Mae materion ariannol yn bryder i'r rhan fwyaf o ymatebwyr ac roeddent yn teimlo bod angen cefnogaeth i helpu pobl sy'n mynd i ddyled, sy'n hawdd i bobl na allant gael mynediad i'r rhyngwyd oherwydd gorbryder, problemau hyder neu anallu oherwydd oed. Ffactor sy'n cyfrannu at ansefydlogrwydd ariannol yw'r diwygiad diweddar i fudd-dal anabledd. Disodlwyd y Lwfans Byw i'r Anabl gan fudd-daliadau'r Taliad Annibyniaeth Bersonol (TAB) sy'n teimlo'n llai sicr i'r rhai sy'n eu derbyn. Teimlai'r ymatebwyr mai pobl fel meddygon neu unigolion â gwybodaeth feddygol ddylai fod yn rheoli TAB, a fyddai'n helpu i sicrhau eu lles economaidd.

4.6 Pobl a chanddynt nodwedd a warchodir - Anabledd Dysgu ac Anhwylder y Sbectrwm Awtistig

Ar gyfer yr ymchwil, aethom i grŵp a gynhelir gan Gofal, siaradom â chwe pherson mewn bore coffi Macmillan ac aethom i grŵp Pobl Abertawe'n Gyntaf.

Roedd gan y grŵp Pobl yn Gyntaf ddealltwriaeth dda o ystyr lles iddynt hwy, er enghraifft:

- *“Gofalu amdano'ch chi'ch hun, gofalu am eich corff.”*
- *“Sut rydych chi'n teimlo.”*
- *“Ble rydych chi'n byw.”*
- *“Cefnogaeth dda.”*
- *“Arian hefyd.”*
- Roedd gan un dyn anawsterau iechyd meddwl yn ogystal - *“Cael emosiynau gwahanol.”*

Roedd consensws mai lles cymdeithasol oedd y pwysicaf, a lles ariannol yn ail, er bod yr ail yn caniatáu i chi wneud pethau gyda'ch ffrindiau a'ch teulu.

Roedd lles cymdeithasol yn canolbwyntio ar rwydweithiau o ffrindiau ac mewn rhai achosion, y teulu. Roedd sawl un yn ceisio cynnal ffordd o fyw actif drwy gymryd rhan mewn nofio, drama, cerdded a rygbi o bryd i'w gilydd.

O ran lles diwylliannol, roedd gwirfoddoli'n bwysig iawn i'r grŵp – gan gynnwys peth gwaith grŵp amgylcheddol. Byddai'n well gan y mwyafrif fod mewn cyflogaeth, ond byddent yn wynebu problemau colli budd-daliadau. Roedd un cwpwl y cyfwelwyd â hwy ond yn gallu ennill swm penodol rhyngddynt. Roedd yr oriau hynny'n mynd tuag at y dyn gan mai ef gafodd swydd gyntaf, ond roedd y fenyw am weithio ers hynny, ac nid oedd yn gallu. Gallai ennill £20 yr wythnos yn unig cyn yr effeithiwyd ar eu budd-daliadau (tai ac anabledd).

Yn ogystal â'r rhwystrau hyn, roedd yn rhaid iddynt hefyd wynebu rhagfarn gan gyflogwyr, a oedd yn dangos diffyg ymwybyddiaeth o anableddau a'u goblygiadau'n gyson:

Gyda chyflogwyr, dydyn nhw ddim yn rhoi'r amser i ddangos pethau i chi'n iawn a dydyn nhw ddim yn rhoi amser i chi ddangos eich bod yn gallu ei wneud.”

“Does ganddyn nhw ddim y ffydd y gallwn ei gwneud” a;

“Dylai pawb gael ei drin yn yr un ffordd.”

Mae pobl sy'n mynychu'r grwpiau Gofal yn mynd yno'n rheolaidd ac yn ei ystyried yn fan lle nad ydynt yn cael eu barnu. Yno gallant gael cefnogaeth na allant ei chael yn unman arall. Dywedodd cyfranogwyr na fyddant yn ymdopi ac efallai byddent yn niweidio'u hunain heb y grŵp hwn. Dyma'r prif faterion a godwyd:

- Diffyg grwpiau cefnogi sy'n hygyrch i bobl nad oes ganddynt gludiant;
- Mae angen iddynt fyw mewn amgylchedd diogel i gynyddu eu lles;
- Diffyg gweithgareddau i bobl a allai fod yn anghyfforddus/deimlo dan bwysau'n hawdd mewn amgylchedd dieithr;
- Methiant i gyfathrebu â defnyddwyr gwasanaeth a chael yr wybodaeth angenrheidiol;
- Anawsterau cael mynediad i'r gwasanaethau cymdeithasol gan fod asesiadau'n gallu cymryd amser hir; a

- Rhestrau aros hir i weld arbenigwr (seiciatrydd, seicolegydd).

Yn gyffredinol, mae dibyniaeth drom ar elusennau i ddarparu cefnogaeth i bobl ag anabledd iechyd meddwl.

Meysydd y mae angen eu gwella:

- Dylai gweithwyr iechyd proffesiynol gyfathrebu'n well â'r cyhoedd am yr holl afiechydon iechyd meddwl; a
- Roedd defnyddwyr gwasanaeth yn teimlo y dylai mwy o gwnsela gael ei gynnig iddynt i wella'u lles.

4.7 Pobl a chanddynt nodwedd a warchodir – Hil/Crefydd

Tîm Cefnogi Ieuencid Ethnig (EYST)

Disgrifiwyd Abertawe gan y grŵp hwn fel “*pair*” o ethnigrwydd, oedran a chefnidiroedd. Credwyd yn gyffredinol bod ceiswyr lloches a ffoaduriaid yn wydn iawn ac yn ymgysylltu'n gyflym.

Ystyriwyd bod gwasanaethau EYST sef darparu sgiliau ychwanegol, hamdden, dinasyddiaeth, cwnsela a chefnogaeth yn hynod werthfawr. Uwchlaw popeth oedd y cyfleoedd a gynigiwyd i ddysgu/gwella Saesneg, a'r clwb gwaith cartref.

Ystyriwyd Prydael yn her fawr i'r rhai yr ymgynghorwyd â hwy, am ei fod wedi cyfreithloni barn eithafol, yn eu profiad hwy. Roedd rhai o'r rhai y cyfwelwyd â hwy wedi gweld cynnydd mewn enllibion hiliol, er enghraifft wrth deithio ar y bus.

4.8 Plant a phobl ifanc sy'n derbyn gofal

Ifanc, Sengl, Digartref

Cyfwelwyd â grŵp o bobl ifanc, sengl, ddigartref yn Abertawe fel rhan o'r ymchwil. Roedd ganddynt ddealltwriaeth dda o ystyr lles, gan ei ddiffinio mewn ffordd amrywiol fel:

“Iechyd meddwl, eich bywyd, tai”

“Effaith ddomino, mae popeth yn effeithio arnoch yn gymdeithasol, yn feddylol, yn gorfforol.”

“Sicrhau bod gennych fwy a'ch bod yn hapus, bod gennych ddillad i'w gwisgo.”

Ar gyfer y grŵp hwn, roedd materion perthnasol a oedd yn effeithio ar les yn cynnwys y gwasanaethau cefnogi a dderbyniwyd gan Barnardo's a Bays.

“Mae Bays yn un o'r unig leoedd rwy'n gwybod amdanynt a fyddai'n gwrandao arnoch.”

“Os ydych yn cyd-dynnu â'ch gweithiwr, mae'n wych”

¹⁴ Prosiect ar gyfer y digartref ifanc.

Cafwyd barn lai cadarnhaol ar rai darparwyr llety lloches a'r heddlu nad oedd yn eu barn hwy yn eu cymryd o ddifri pan fyddai problemau'n codi;

“Gan ein bod wedi bod mewn hostelau ieuencid, dydyn nhw ddim yn eich cymryd o ddifri.”

“Maen nhw'n meddwl tybed pam y mae pobl ifanc yn ceisio mynd i'r afael â phethau eu hunain.”

Roedd pob un yn cyfaddef bod ganddo broblemau gyda chyffuriau ac alcohol, ac nid oedd un ohonynt yn ymddiddori mewn gweithgareddau ffordd o fyw iach. Roedd gan un anhwylder bwyta ac nid oedd un ohonynt yn cymryd rhan mewn unrhyw chwaraeon;

“Dechreuais gymryd ‘uppers’ (cyffuriau adfywio) a stwff achos y bobl roeddwn i'n treulio amser gyda nhw.” “Maen nhw'n gallu synhwyro'ch bod chi wedi cymryd rhywbeth ond does neb yn dweud dim wrthyh.”

O ran ffactorau a fyddai'n gwella lles, roedd consensws bod gan bobl beth cyfrifoldeb dros wella'u lles eu hunain.

“D'wedwn i ei fod yn gylch, mae eich lles cymdeithasol, economaidd, diwylliannol ac amgylcheddol yn gysylltiedig. Heb un, ‘dych chi'n torri'r gadwyn.”

Roedd rhai cyfranogwyr yn anelu at fynd i'r coleg neu gymryd rhan mewn prentisiaethau. Roedd un ferch newydd golli ei swydd mewn canolfan alwadau, ac roedd yn ystyried gyrfu mewn therapi harddwch, ond gyda hyfforddiant yn y swydd i helpu gyda materion ariannol. Roedd tri yn mynd i'r coleg i astudio arlwyio a lletygarwch.

“Rwyf am deithio'r byd gyda hyn, dysgu am fwydydd y byd.”

Roedd eraill wedi gadael:

“Mae pobl mor sbeityd yn y coleg, dwi ddim am fynd yno.”

O ran lles economaidd, cafwyd rhywfaint o agwedd o falchder mewnol mewn dealltwriaeth ariannol wael, ac roedd pob un o'r rhai a gyfwelwyd wedi adrodd am wario unrhyw arian a dderbyniwyd cyn gynted ag yr oeddent yn ei gael.

O ran yr amgylchedd, nid oedd unrhyw un o'r rhai a gyfwelwyd yn ailgylchwyr gweithredol.

Fodd bynnag, roedd un wedi cydnabod y dylai o bosib ystyried yr amgylchedd yn fwy difrifol:

“Rydych chi'n dinistrio'r byd os nad ydych.”

4.9 Pobl ag angen gofal a chefnogaeth neu sy'n eu darparu – Gofalwyr

I ofalwyr, dywedwyd bod lles cymdeithasol yn bwysig am eu bod weithiau'n dibynnu ar gefnogaeth gan eraill (ffrindiau neu deulu) i gyflawni eu dyletswyddau fel rhoddwr gofal. Dywedodd rai bod yn rhaid defnyddio unrhyw amser i ffwrdd o'u dyletswyddau gofalu i fwyafu eu lles eu hunain. Adroddodd gofalwyr ifanc nad ydynt yn cael digon o gefnogaeth ariannol a fyddai'n caniatáu iddynt beidio â gweithio, a'u bod yn well eu byd yn gweithio na chael Lwfans Gofalwyr. Nid yw gofalwyr yn cael unrhyw lwfans os ydynt dan 18 oed, neu os ydynt yn mynd i'r coleg.

“Lles cymdeithasol i fi yw cael cefnogaeth fy nheulu a’m ffrindiau. Mae’n cyfeirio at fy mherthnasoesedd ag eraill. Mae lles cymdeithasol yn ymwneud â’r rhwydweithiau rydym yn eu hadeiladu gartref ac yn y gwaith sy’n cyfrannu at ein hapusrwydd ac yn darparu cefnogaeth drwy amserau anodd.” (Menyw, Dwyrain y Bae)

O’r sylwadau a dderbyniom, gall bod yn ofalwr fod yn arwahanol. Mae cael lles cymdeithasol da, boed wrth fynd i grŵp neu gael ffrindiau a theulu o’r pwys pennaf iddynt hwy ac i allu rhoi gofal. Roedd gallu siarad â phobl am y pethau da a gwael sy’n digwydd yn eu bywydau, y gallu i geisio cyngor a rhannu profiadau â phobl o’u cwmpas hefyd yn hanfodol bwysig ar gyfer eu lles. Dyna pam roedd y gofaluwr sy’n oedolion ifanc wedi crybwyll bod y grŵp maent yn ei fynychu, unwaith y mis ar hyn o bryd, ond ddwywaith y mis cyn bod hir, yn hanfodol i’w lles. Dyma’r unig lle lle gallant ganolbwyntio ar eu hunain, ymhlith pobl sy’n profi’r un problemau â hwy.

O’r gofaluwr yr oedd angen cefnogaeth arnynt a ymatebodd i’r arolwg, yr oedolion ifanc sy’n mynychu’r grŵp gofaluwr a’r rhai yr ymgysylltom â hwy yn ystod y sesiynau galw heibio, mae’r boddhad ar gyfer y gefnogaeth maent yn ei derbyn yn amrywiol. Mae’r ymatebion a dderbyniom yn awgrymu bod boddhad yn dibynnu ar y math o gefnogaeth maent yn cyfeirio ati. Roedd rhai sylwadau’n ymwneud â’r gefnogaeth ar gyfer y person maent yn gofalu amdano, yn hytrach na’r gefnogaeth maent nhw’n ei chael fel gofaluwr.

Roedd gofaluwr sy’n oedolion ifanc yn anfodlon ar y gefnogaeth maent yn ei chael. Dywedodd y mwyafrif ohonynt nad ydynt yn cael unrhyw gefnogaeth gan y gwasanaethau cymdeithasol. Yr unig fan lle maent yn ei chael yw canolfan ofalwr Abertawe. Ystyrir y ganolfan yn hafan ddiogel lle gall gofaluwr wneud gweithgareddau fel gwibdeithiau dydd, a chael cefnogaeth un i un.

Meysydd i’w gwella i ofalwr ag angen cefnogaeth yn ardal Abertawe yw’r canlynol:

- mwy o grwpiau cefnogi’n lleol, a gwybodaeth amdanynt,
- gwell cludiant cyhoeddus,
- teimlo llai o straen, pobl yn gwrando arnynt,
- cael cyngor ar y budd-daliadau/lwfansau y gallant hwy a’r bobl maent yn gofalu amdanynt eu cael,
- mwy o weithgareddau i’r anabl a gweithgareddau rhatach yn gyffredinol.

“Dim digon o weithgareddau’n lleol i bobl gorfforol anabl iau...prin iawn yw’r cyfleoedd i gwrdd â phobl ddigyflog eraill.” (Gofaluwr benywaidd, Dwyrain y Bae).

Mae traffig ffyrdd, parcio ar y palmant a chyflwr y ffyrdd (ddim yn lân) yn faterion yr hoffai gofaluwr iddynt gael eu gwella. I ofalwr sy’n rhoi gofal i bobl mewn cadair olwyn, gall fod yn hynod ingol i ddefnyddio palmentydd pan fydd ceir wedi parcio arnynt.

“Mwy o draffig yn gwneud ffyrdd lleol yn beryglus i gerdded arnynt oherwydd diffyg palmentydd.” (Gofaluwr benywaidd, Cwm Tawe).

5 Lles yn Ninas a Sir Abertawe: Dadansoddiad Eilaidd

Nid yw'r cysyniad o 'les' yn amlwg iawn yn y ffynonellau eilaidd, gyda'r holl gyfeiriadau a nodwyd yn dod o'r cyd-destun lechyd a Gofal Cymdeithasol. Ceir cyfeiriad at lechyd a Lles Da, cyflawni 'canlyniadau lles' a Heneiddio'n Dda a bod lles yn ymwneud ag ymdeimlad o 'obaith'.

Mae cysyniadau cysylltiedig eraill yn cynnwys cyfeiriad at anghydraddoldebau iechyd annerbyniol, ffocws ar atal ac ymyrryd yn gynnar a phenderfynyddion iechyd.

Mynediad

Defnyddir y term 'mynediad' yn aml a gellir ei groesgyfeirio i feysydd eraill o'r dadansoddiad:

- Mynediad daearyddol h.y. yn y gymuned agosaf
- Mynediad drwy well ymwybyddiaeth a gwybodaeth
- Mynediad drwy well cludiant
- Mynediad drwy ehangu darpariaeth a mwy o sylw i anghydraddoldeb mewn mynediad
- Amseroldeb mynediad

Gwybodaeth a Chyfathrebu

Mater gwybodaeth a chyfathrebu oedd y thema amlaf a nodwyd. Nid yw'r cyfeiriadau'n cyfleu ymdeimlad o bobl yn dderbynwyr gwybodaeth goddefol, ond yn hytrach yr angen am wybodaeth i fod ar gael mewn ffyrdd sy'n galluogi pobl i fod yn arbenigwyr yn eu bywydau eu hunain (Adolygiad Comisiynu Abertawe ar gyfer Anabledd Corfforol). Y pwyslais yn y cyfeiriadau oedd yr angen am welliannau mewn argaeledd gwybodaeth i gefnogi annibyniaeth a galluogi mynediad. Roedd yn cynnwys:

- Cynyddu ymwybyddiaeth ar draws y boblogaeth am faterion penodol megis gwell cyfathrebu rhwng cynghorwyr a phreswylwyr.
- Gwybodaeth y gellir cael gafael arni'n hawdd ac yn annibynnol e.e. drwy gyfeiriadur gwasanaethau, neu un ystorfa wybodaeth sy'n galluogi pobl i fod yn arbenigwyr ar eu bywydau eu hunain.
- Mae angen i staff sydd mewn cyswllt uniongyrchol â'r cyhoedd feddu ar ddigon o wybodaeth a dylent allu cyfeirio pobl. Teimlir bod pobl sy'n gweithio mewn cymunedau lleol yn fwy tebygol o allu gwneud hyn, a
- Gwybodaeth wedi'i theilwra i anghenion penodol lle y bo'n briodol e.e. tynnwyd sylw at anghenion cymunedau lleiafrifoedd ethnig a du a'r iaith Gymraeg gan ofalwyr yn Abertawe; cyfeiriwyd at bobl sy'n colli synhwyr; a gofalwyr, gyda chyfeiriad penodol at werth un pwynt cyfeirio i bobl gael gafael ar wybodaeth am anghenion penodol.
- Gwybodaeth benodol am yr hyn y dylai pobl ei ddisgwyl gan wasanaethau, gan gynnwys amseroldeb gwasanaethau.
- Cydnabyddiaeth bod gwybodaeth sydd ar gael i ofalwyr yn gwella.

¹⁵ Gweler Atodiad 5 am y ffynonellau a ddefnyddiwyd ar gyfer y dadansoddiad eilaidd

- Mae lle i wella o ran cyfathrebu a rhannu gwybodaeth rhwng sefydliadau.

Mae'r wybodaeth yn awgrymu bod potensial ar gyfer ymagwedd fwy strategol at wybodaeth ar draws sefydliadau, a datblygu'r defnydd o dechnoleg fel help i gryfhau hunan-fynediad i wybodaeth.

Partneriaeth a Chydweithio

Mae thema ehangach hefyd sy'n ymwneud â chryfhau'r ddeialog rhwng gwasanaethau cyhoeddus a'r cyhoedd, ac ar draws gwasanaethau cyhoeddus - iaith partneriaeth; defnyddir cyd-gynhyrchu a chydweithredu'n aml yn y deunydd ffynhonnell, er ar adegau gall hyn fod yn ddehongliad o'r dystiolaeth sylfaenol gan awduron yr adroddiadau.

Yn gyffredinol, yr awgrym yw y gellir cyflawni mwy drwy weithio ar y cyd ar draws sefydliadau'r sector cyhoeddus a thrwy ymagwedd gydweithredol gan y sector cyhoeddus â'r cyhoedd. Er mwyn i'r cyhoedd gael llais a chael eu hystyried fel asiantiaid newid yn hytrach na gwrthrych i'w newid, ac i hyn arwain at fodlau amgen megis mentrau cymdeithasol a chyflwyno wedi'u harwain gan ddefnyddwyr. Hefyd, gall fod angen peth gwaith cydweithredu hynod soffistigedig i ddatrys rhai o'r heriau mawr y mae angen eu hwynebu.

Lle'r oedd pobl yn teimlo yr ymgysylltwyd â hwy o ran newid, gwerthfawrogwyd hyn yn fawr.

Dyma'r maes lle amlygwyd y cysyniad o ddefnyddio asedau presennol i wella 'pethau', a cheir nifer o gyfeiriadau at hyn, er nad oes cyfeiriad i'r term penodol 'asedau'.

Dylid cydnabod y daw'r farn hon o ddefnyddwyr sydd eisoes wedi'u symbylu i ymgysylltu, felly bydd yn adlewyrchu'r is-grŵp hwn o ddefnyddwyr.

5.1 Lles Cymdeithasol

Cludiant

Nodwyd bod cludiant yn broblem o nifer o ymarferion cynnwys ac ymgynghori anghysylltiedig.

Mae hyn o bosib yn gysylltiedig â'r diffyg cyfleusterau sylfaenol mewn rhai cymunedau, sy'n gwneud byw o ddydd i ddydd yn heriol iawn lle nad oes gan bobl eu cludiant eu hunain a lle mae gan gludiant cyhoeddus ei gyfyngiadau o ran cefnogi pobl i reoli eu bywydau beunyddiol.

Unwaith yr ystyrir y dewis ar gyfer darpariaeth gwasanaethau, cyhyd ag y bo modd mewn cymunedau lleol, mae'r gofyniad am gludiant, yn enwedig ar gyfer y mwyaf diamddiffyn yn ein cymdeithas, yn thema gyffredin.

Mae ymdeimlad nad oes digon o sylw'n cael ei roi i'r gofynion am gludiant wrth i wasanaethau newid, ac y gallai hyn fod yn rhwystr i bobl gefnogi ffyrdd newydd o wneud pethau.

Amlygwyd mwy o bwyslais ar rôl cludiant cymunedol wrth ddarparu gwasanaeth ymatebol, wedi'i deilwra dros gynlluniau isadeiledd fel ased y gellid adeiladu arno.

5.2 Lles Diwylliannol

Yr ymdeimlad yma oedd bod mwy o gyfleoedd i gymunedau ddatblygu dealltwriaeth a rennir o anghenion gwahanol bobl sy'n bwy gyda hwy, er enghraifft, cymunedau sy'n ystyriol o oed a dementia.

Roedd cyfeiriad at gysyniad parch yn gysylltiedig â'r maes hwn. Roedd hyn yn amrywio o bwysigrwydd urddas a'r parch a ddangosir at bobl sy'n derbyn gofal gan wasanaethau i'r angen am ddinasyddiaeth dda mewn cymunedau – dangos cwrteisi syml i bobl, bod yn garedig, yn ofalgar, yn gymdogol, yn ystyriol ac yn barchus' ac i gymunedau fod yn 'hygyrch, yn oddefgar ac yn gynhwysol' a chael 'ymdeimlad o berthyn'

Cymuned

Pwysleisir pwysigrwydd cyfleusterau a gwasanaethau cymunedol yn y thema hon. Mae tystiolaeth fod diffyg parodrwydd i newid mewn cymunedau, ac mae'n ymddangos y cyflwynir hyn fel bygythiadau i adeiladau, gwasanaethau neu fynediad lleol, pan ystyrir bod y rhain hefyd yn cefnogi dichonoldeb a bywiogrwydd cymunedau lleol.

Mae ymdeimlad o gefnogaeth ar gyfer mwy o ffocws ar 'yn y gymuned' dros ddarpariaeth fwy arbenigol. Mae hefyd ymdeimlad o angen i ddefnyddio a chynyddu cyfleusterau ym mhob cymuned i'r eithaf, gan greu canolfannau cymunedol sy'n ffynhonnell gwybodaeth a chynngor, ac sy'n fannau diogel.

5.3 Lles Economaidd

Mae lles economaidd y boblogaeth a welir drwy'r deunydd ffynhonnell yn ymwneud ag angen cyffredinol i gefnogi galluoedd ariannol pobl yn y gymuned, mwyaf eu hincwm, a galluogi i hyn gael ei ddefnyddio'n ddoeth i ddiwallu anghenion economaidd sylfaenol pobl.

Bydd hyn yn cynnwys:

- Pwysigrwydd gwasanaethau cyngor a chefnogaeth ariannol a lles i gynyddu gallu a dealltwriaeth ariannol a lleihau pryderon am gyllid.
- Mae'r gofyniad am dai fforddiadwy sy'n sylfaen i ymagwedd gytbwys at gostau byw o ddydd i ddydd (bwyd, ynni, cludiant).
- Help i bobl aros yn weithgar yn economaidd a chael mynediad i hyfforddiant, addysg a chyflogaeth.

Mae'r adran hon, efallai uwchlaw popeth arall, yn adlewyrchu faint o dystiolaeth a adolygwyd sy'n gysylltiedig â'r mwyaf diamddiffyn yn ein cymdeithas, ac felly'n fwy tebygol o fod yn yr amgylchiadau economaidd mwyaf heriol.

5.4 Lles Amgylcheddol

Ychydig iawn o gyfeiriadau sydd at les economaidd yn y dystiolaeth y tu hwnt i'r hyn a gaiff ei nodi mewn man arall. Gall manylion penodol gynnwys:

- Diogelwch cyfleusterau lleol gan gynnwys palmentydd ac ardaloedd chwarae, a'r cyfraniad a wneir gan doiledau cyhoeddus at hyrwyddo annibyniaeth yn y gymuned.
- Cynnal a chadw cyfleusterau cymunedol gan gynnwys hawliau tramwy cyhoeddus
- Yr heriau o ran dichonoldeb a bywiogrwydd trefi a chymunedau, a'r effaith negyddol y caiff hyn ar yr amgylchedd lleol

Teimlo'n ddiogel

Amlygir y cysyniad o ddiogelwch drwy nifer o leoliadau ac adroddiadau gwahanol. Yr ymdeimlad blaenaf yw i bawb yn y gymdeithas deimlo bod y gymuned maent yn byw ynndi'n ddiogel – bod eu cartref yn lle diogel ac yn lloches personol, eu bod yn teimlo'n ddiogel pan fyddant yn mynd hwnt ac yma yn y gymuned, a bod ganddynt fannau diogel i ymweld â hwy yn eu cymuned, a'u bod yn teimlo'n ddiogel wrth ddefnyddio gwasanaethau neu'n symud i ofal sefydliadau statudol.

Mae rhai enghreifftiau ymarferol iawn o'r hyn y mae hyn yn ei olygu i bobl:

- Bod opsiynau tai, gan gynnwys cartrefi gofal, yn gallu diwallu anghenion penodol cymunedau
- Bod yr amgylchedd ffisegol yn lle diogel, megis ardaloedd chwarae ffurfiol ac anffurfiol, ond hefyd balmentydd a strydoedd wedi'u goleuo'n dda
- Pan fydd pobl yn mynd allan, maent yn hyderus y byddant yn gallu cael mynediad i doiled a lle i eistedd i gael seibiant
- Hyder bod cyfleusterau lleol a dewisiadau amgen i fodolau gwasanaeth traddodiadol yn derbyn eu hanghenion, neu fel arall, bydd pobl yn dewis aros gartref

6 Crynodeb ac Argymhellion

6.1 Crynodeb

Rhagarweiniad

Mae'r adroddiad hwn yn dogfennu canfyddiadau asesiad annibynnol o les Dinas a Sir Abertawe. Mae Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) (DLICD) yn ei gwneud hi'n ofynnol i'r Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus (BGC) ym mhob ardal awdurdod lleol gael adroddiad gwybodaeth ansoddol fel rhan o'r asesiadau y mae'n ofynnol iddynt eu cynnal.

Gwybodaeth am Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru)

Mae Deddf LICD yn ceisio gwella lles cymdeithasol, economaidd a diwylliannol Cymru drwy osod dyletswydd ar gyrff cyhoeddus i feddwl am ac ystyried y pum ffordd o weithio a'r saith nod llesiant ym mhob polisi ac wrth wneud penderfyniadau.

Mae rôl y BGC wrth wella lles yn ei ardal yn gofyn am asesiad cychwynnol er mwyn sefydlu 'gwaelodlin lles' ac, yn dilyn hynny, bennu amcanion sy'n cyd-fynd â'r nodau lles ac sy'n unol â'r egwyddor datblygu cynaliadwy sy'n rhan hanfodol o'r Ddeddf. Gan ddefnyddio'r dystiolaeth o'r asesiad lles hwn, mae'n ofynnol i bob BGC lunio a chyhoeddi Cynllun Lles Lleol, sy'n pennu ei amcanion a'r camau gweithredu y mae eu hangen i'w cyflawni.

Ymagwedd Fethodolegol

Roedd yr ymagwedd at yr asesiad yn ardal Dinas a Sir Abertawe'n cynnwys yr elfennau canlynol:

- Arolwg ar-lein a dderbyniodd 239 o ymatebion gan bobl sy'n byw yn Ninas a Sir Abertawe;
- Chwe gweithdy gyda 29 person yn bresennol ynddynt;
- Ymgynghori â rhanddeiliad;
- Ail adolygiad o lenyddiaeth a thystiolaeth; a
- Phedwar grŵp ffocws â diddordeb penodol, dau â phlant ysgol uwchradd, grŵp gydag oedolion ag anghenion dysgu ychwanegol a dau gyda'r digartref ifanc.

Ymchwil Sylfaenol Lles yn Ninas a Sir

Abertawe

Lles Diwylliannol:

Roedd lles diwylliannol yn canolbwyntio ar fynediad i'r celfyddydau, y theatr, y sinema a chwaraeon. Ystyriwyd gwirfoddoli'n fodd gwych i ddatblygu lles. Roedd cefnogaeth i'r Gymraeg yn gymysg, yn gryf iawn mewn rhai cymunedau.

Lles Economaidd:

Yn gyffredinol, roedd y bobl a gymerodd ran yn yr asesiad yn nodi bod lles economaidd unigolyn yn ymwneud yn bennaf â digonolrwydd a'r gallu i gynnal safon byw resymol. Mae gwahaniaeth o ran lles economaidd rhwng y rhai y mae bywyd yn

gymharol gyfforddus iddynt ac sy'n ystyried lles fel cael adnoddau sbâr am rai pethau moethus, a'r rhai sy'n byw ar yr ymylon economaidd, y mae lles iddynt hwy'n ymwneud â digonolrwydd i ddiwallu anghenion a goblygiadau sylfaenol. Roedd sicrwydd ariannol yn bwysau allweddol i'r rhai ag incymau isel, mewn gwaith portffolio, neu'n ddi-waith. Fel mewn mannau eraill, cafwyd tystiolaeth eang o dlodi yn y gwaith ac anallu i ddianc rhag y fagl budd-daliadau i'r rhai nad oeddent yn gweithio.

Roedd gweithwyr yn pryderu am safonau byw'n dirywio, gan fod rhai heb gael codiad cyflog ers sawl blwyddyn, ac eraill wedi symud yn raddol i swyddi â llai o sgiliau, a llai o dâl.

Lles Amgylcheddol:

Mae ansawdd y dirwedd yn ddylanwad allweddol ar les amgylcheddol, gyda mynediad i arfordir Gŵyr, afonydd, tir agored neu barciau'n rhoi hwb sylweddol i les. Gwerthfawrogwyd cerdded a beicio ar hyd yr arfordir, mewn parciau neu ar y brynau o ran eu cyfraniad at les. Mewn rhai cymunedau, gwrthbwywyd tlodi economaidd cymharol i ryw raddau gan ansawdd uchel y dirwedd ffisegol. Yn anffodus, mae'r amgylchedd adeiledig mewn sawl ardal yn y ddinas a chanol trefi yn yr ardal yn methu cyfateb i'r safonau, a theimlai llawer o randdeiliaid na allent fod yn falch o'u trefi lleol fel y maent, gyda siopau wedi cau, safonau cynnal a chadw gwael a gormod o draffig.

Condemniwyd faint o sbwriel a thipio anghyfreithlon oedd yn yr ardal yn helaeth, ac roedd awydd i weld cosbau llymach i'r rhai sy'n tramgwyddo yn y ffordd hon.

O safbwynt yr ymatebwyr i'r arolwg, roedd lles amgylcheddol yn ymwneud yn bennaf â chael 'amgylchedd glân (26% o ymatebwyr) a gallu cael mynediad i'r 'awyr agored'. Cyfeiriodd bron chwarter (23%) o ymatebwyr at y ffaith fod strydoedd glanach neu daclusach (gydag un o bob deg yn cyfeirio at 'sbwriel') yn angenrheidiol i wella lles amgylcheddol.

Lles Cymdeithasol:

Daw llawer o gryfder lles cymdeithasol o ffrindiau a theulu, gydag ychydig llai o bwyslais ar gymuned nag mewn rhai ardaloedd eraill. Roedd cydbwysedd gwaith-bywyd yn her i lawer o bobl a oedd yn gweithio am ei fod yn rhwystr i les cymdeithasol mewn rhai achosion; I'r rhai sy'n byw ar eu pennau eu hunain, yn enwedig yr henoed, mae rhwydweithiau cymdeithasol a chlybiau'n bwysig iawn. Crybwyllwyd materion ynghylch cludiant cyhoeddus yn aml o ran meithrin lles cymdeithasol, gan fod cludiant gwael yn sylfaen i rwystrau rhag cael mynediad i wasanaethau a lleoedd.

Pan ofynnwyd beth oedd lles cymdeithasol yn ei olygu iddynt hwy, yr ymateb a gafwyd amlaf ymhlith yr ymatebwyr i'r arolwg oedd cael rhwydwaith da o deulu a ffrindiau. Soniodd tri chwarter (73%) o'r rhai a ymatebodd i'r arolwg yn Abertawe am deulu a ffrindiau neu bod yn gymdeithasol fel y prif bethau yn eu bywydau sy'n cyfrannu at les cymdeithasol. Yn naturiol, pan ofynnwyd beth byddai'n helpu i wella lles cymdeithasol, cyfeiriwyd at y gallu i dreulio mwy o amser gyda theulu a ffrindiau a bod yn iach/fwy actif yn aml. Darparwyd awgrymiadau ynghylch sut y gellid cyflawni hyn, gyda llawer yn cyfeirio at gael mwy o gyfleusterau hamdden (fforddiadwy) a gwell mynediad iddynt. Crybwyllwyd cael mwy o amser (i ffwrdd o'r gwaith) a mwy o arian i hwyluso mynediad i weithgareddau hamdden yn aml hefyd.

Ymchwil Eilaidd

¹⁶ Y gyfran a soniodd am eiriau a oedd yn ymwneud â 'glân'.

¹⁷ Dyma'r termau chwilio a ddefnyddiwyd: taclusach, glân, wedi'i lanhau, glanach, sbwriel, llanast, graffiti

Nid yw'r cysyniad o 'les' yn amlwg iawn yn y ffynonellau eilaidd. Ceir chwe chyfeiriad yn unig a phob un ohonynt yn deillio o gyd-destun Iechyd a Gofal Cymdeithasol. Fodd bynnag, nodwyd rhai themâu sy'n adlewyrchu'r rhai a nodwyd yn yr ymchwil sylfaenol.

Roedd themâu allweddol a nodwyd yn cynnwys;

- Mynediad i'r amgylchedd a gwasanaethau;
- Gwybodaeth a chyfathrebu;
- Partneriaeth a chydweithio;
- Cludiant cyhoeddus;
- Teimlo'n ddiogel;
- Pwysigrwydd cymuned
- Cadernid economaidd

Lles yn ôl Grwpiau Dinasyddion

Trais Domestig

Mynegwyd y cafwyd gwelliannau sylweddol i safonau cefnogi cam-drin domestig yn yr ugain mlynedd diwethaf. Mae cefnogaeth ar gael yn rhwyddach yn awr er bod problemau o hyd o ran cysondeb a diffyg hyfforddiant.

Plant a Phobl Ifanc

Roedd plant a phobl ifanc yn awyddus i drafod lles; roeddent yn meddwl bod ffrindiau a theulu, gweithgareddau, cyfryngau cymdeithasol a'u hamgylchoedd yn effeithio ar eu lles. Roedd gwelliannau'n cynnwys gwell darpariaeth y tu allan i'r ysgol, gwell cefnogaeth yn ystod cyfnodau arholiadau a chynnal a chadw'r ysgol yn well.

Pobl hŷn

I bobl hŷn yr ymgynghorwyd â hwy yn ystod yr ymchwil, mae nifer o themâu allweddol yn effeithio ar les:

- Cadw'n iach ac yn actif;
- Gwybod pa gefnogaeth sydd ar gael a sut i gael mynediad iddi;
- Hwrwyddo annibyniaeth wrth ddarparu sicrwydd rhwyd ddiogelwch;
- Bod yn rhan o gymuned - boed honno'n deulu, yn ffrindiau neu'n ardal leol.
- Problemau mynediad chludiant.

Iechyd ac Anabledd

Er bod llawr o ymatebwyr ag amrywiaeth o afiechydon ac anableddau tymor hir neu gronig, cafwyd nifer o themâu allweddol.

- Mynediad i gefnogaeth ariannol ac ymarferol
- Cefnogaeth ar gyfer addysg a hyfforddiant
- Mynediad i wybodaeth a gwasanaethau
- Cyfathrebu ac ymwybyddiaeth
- Rheolaeth dros fywyd o ddydd i ddydd

Iechyd Meddwl

Dyma'r materion allweddol i'r rhai â phroblemau iechyd meddwl:

- Cynnal mynediad i wasanaethau;
- Cyflawni cydnabyddiaeth o angen;
- Rheolaeth ariannol a chyingor ar ddyled.

Gofalwyr

Ystyriwyd bod cefnogaeth i ofalwyr drwy grwpiau cymdeithasol, ffrindiau a theulu'n hynod bwysig er mwyn iddynt barhau i allu gofalu am rywun. Roedd y rhan fwyaf yn anfodlon ar y gefnogaeth roeddent yn ei chael drwy'r gwasanaethau cymdeithasol a'r gefnogaeth ariannol i gael seibiant. Teimlai gofalwyr ei bod hi'n bwysig gwella cysylltiadau cludiant a lwfansau budd-daliadau a darparu gweithgareddau rhatach yn gyffredinol.

6.2 Cynnydd yn erbyn nodau DLICD

Mae Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol yn nodi saith nod i Gymru weithio tuag atyn nhw. Dangosir y rhain isod, ynghyd â rhai mesurau pwysig i ddangos sut mae preswylwyr Dinas a Sir Abertawe yn cyfrannu tuag at y nodau hyn.

Nod	Cynnydd/Camau gweithredu
Cymru sy'n gyfrifol ar lefel fyd-eang	Fel mewn mannau eraill, mae gan breswylwyr ymwybyddiaeth o faterion megis newid yn yr hinsawdd a'r angen i ailgylchu. Fodd bynnag, i lawer o ddinasyddion, mae angenrheidrwydd economaidd cynnal sicrwydd ariannol a thalu biliau'r aelwyd yn flaenoriaeth.
Cymru lewyrchus	Mae canfod a chadw swydd sicr, â thâl da yn yr ardal yn her i lawer o breswylwyr. Dywedodd nifer sylweddol o ymatebwyr eu bod yn poeni am arian. Byddai cael help gyda dealltwriaeth a rheolaeth ariannol yn helpu i gyflawni'r nod hwn.
Cymru gydnerth	Roedd preswylwyr yn pennu gwerth uchel ar yr amgylchedd naturiol ac yn enwedig yr arfordir, mannau gwyrdd a pharciau. Roedd rhai yn pryderu am lygredd aer o gwmpas canol y ddinas a hoffent iddo fod yn ardal i gerddwyr yn unig.
Cymru iachach	Mae llawer o bobl yn cydnabod yr angen i fod yn iach ac mae rhai wedi seilio'u bywydau cymdeithasol o gwmpas chwaraeon neu weithgaredd awyr agored ac yn cydnabod ei werth. Fodd bynnag, i lawer o bobl, erys ffordd y fyw actif ac iach yn ddyhead yn unig. Nid yw mynediad i feddygon a gwasanaethau iechyd yn gyffredinol yn gyfartal yn y chwe ardal gymunedol.
Cymru sy'n fwy cyfartal	Yn Abertawe, fel mewn mannau eraill, mae gwahaniaeth rhwng y rhai â safon byw resymol a'r rhai a oedd mewn mwy o berygl o wynebu problemau economaidd megis dyled.

<p>Cymru o gymunedau cydlynus</p>	<p>Mae gan Abertawe amgylchedd amlddiwylliannol, er y gellid gwneud mwy i ddathlu'r amrywiaeth yn yr ardal. Yn y ddinas ac mewn cymunedau eraill yn yr ardal, mae ymdeimlad cryf o gymdogaeth a pherthyn.</p>
<p>Cymru â diwylliant bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu</p>	<p>Mae'r diddordeb yn yr iaith Gymraeg, hanes a threftadaeth Cymru yn bwysig mewn rhai cymunedau yn Abertawe, ond yn y ddinas, mae cymysgwch diwylliannol cyfoethog y dylid ei feithrin. Fodd bynnag, roedd rhai dinasyddion yn dal dig oherwydd amlygrwydd canfyddedig y Gymraeg.</p>

6.3 Argymhellion i Adeiladu Lles

Roedd llawer o'r materion sy'n effeithio ar les yn Abertawe yn canolbwyntio ar wasanaethau a chefnogaeth a ddarperir gan yr awdurdod lleol. Mae disgwyliad y bydd yr awdurdod yn darparu atebion, sy'n mynd i fod yn hynod annhebygol ar adeg o doriadau cyllidebol ac sy'n mynd yn groes i ysbryd DLICD. Dyna pam mae'r argymhellion isod yn canolbwyntio ar ddinasyddion yn cymryd mwy o reolaeth o'u tynged eu hunain, neu'n ceisio atebion rhad lle mae hyn yn bosib.

6.3.1 Lles Diwylliannol

I wella lles diwylliannol yn rhanbarth Abertawe, codwyd nifer o feysydd yr oedd angen sylw arnynt:

- 1 Nododd sawl ymatebwr i'r ymchwil eu bod yn ei chael hi'n anodd gwybod pa ddigwyddiadau neu grwpiau oedd yn cael eu cynnal yn eu hardal. Dylid cymryd camau i sicrhau bod preswylwyr yn deall lle i ddod o hyd i wybodaeth leol - yn enwedig ymhlith yr henoed neu'r anabl.
- 2 Roedd lles diwylliannol yn tueddu i gynnwys y celfyddydau, y theatr a'r sinema, hanes Cymru a'r Gymraeg a chwaraeon. Yr hyn a oedd yn bwysig i lawer o oedolion oedd y cyfle i gael mwy o wersi Gymraeg ac, yn hollbwysig, gyfleoedd i ymarfer - e.e. Boreau coffi neu rwydweithio trwy gyfrwng y Gymraeg a sesiynau Gymraeg yn y gwaith.
- 3 Hefyd, teimlwyd ei bod yn bwysig sefydlu ymgyrch i gynyddu ymwybyddiaeth o gyfleoedd gwirfoddoli yn yr ardal; yn enwedig ymhlith pobl sydd wedi ymddeol y mae ganddynt lawer i'w gynnig o hyd.
- 4 Codwyd pwynt arall ynghylch pwysigrwydd cyhoeddusrwydd a hyrwyddo gwydnwch a'r angen i gymunedau fod yn gyfrifol am gyflwyno gwasanaethau.

6.3.2 Lles Economaidd

- 1 Drwy gydol y broses gynnwys, cyfeiriodd unigolion o oed gwahanol at beidio â deall sut i reoli materion ariannol orau, neu gael y bargeinion gorau gyda biliau cyfleustodau, er enghraifft. Gallai rhaglen o ddosbarthiadau llythrennedd ariannol (gan gynnwys mewn ysgolion) helpu unigolion i reoli eu materion ariannol yn well ac felly, wella'u hymdeimlad o les.
- 2 I rai pobl, roedd mynediad i waith yn anodd oherwydd diffyg cludiant neu broblemau gofal plant. Un ateb posib fyddai gwella'r ddarpariaeth waith mewn cymunedau difreintiedig drwy ddatblygu lle i gychwyn busnes neu le gwaith a rennir a chefnogaeth ar gyfer hunangyflogaeth neu entrepreneuriaeth. Roedd rhai preswylwyr am weld cyfleoedd cyflogaeth drwy ddatblygu'r economi gylchol yn yr ardal.
- 3 Roedd ansicrwydd swyddi'n rhwystr i les i rai yr ymgysylltwyd â hwy. Tynnwyd sylw at y ffaith y gallai'r sector cyhoeddus weithredu fel enghraifft batrymol yn y maes hwn drwy atal y defnydd o contractau dros dro i fynd i'r afael â hyn.
- 4 Roedd costau ynni a gwresogi'n faterion arwyddocaol i lawer o'r rhai yr ymgynghorwyd â hwy, yn enwedig ymhlith pobl hŷn a'r rhai ag anabledau. Efallai bydd cyfle i ddatblygu rhwydweithiau ynni lleol, gyda chefnogaeth gan raglen Ynni Lleol 'Tf Gwyrdd' Llywodraeth Cymru.

6.3.3 Lles Amgylcheddol

I wella lles amgylcheddol yn Ninas a Sir Abertawe, byddem yn argymhell canolbwyntio ar:

- 5 Reoli adnoddau'n well - cynyddu darpariaeth gwasanaeth ac addysg am ailgylchu, annog pobl i beidio â thafu sbwriel a thipio'n anghyfreithlon, glanhau strydoedd yn well ac yn amlach neu gasglu sbwriel fel cymuned. Rheoli gwastraff cŵn yn well drwy ddarparu biniau neu annog perchnogion cŵn i fynd â gwastraff cŵn adref.
- 6 Mae ansawdd y dirwedd yn ddylanwad allweddol ar les amgylcheddol, gyda mynediad yn ardal Abertawe i arfordir, traethau, afonydd a pharcdir o ansawdd uchel iawn, y gall pob un ohonynt roi hwb sylweddol i les. Mewn rhai o'r cymunedau mwyaf difreintiedig, gwrthbwywyd tloedi economaidd cymharol i ryw raddau gan ansawdd uchel y dirwedd ffisegol. Yn anffodus, mae'r amgylchedd adeiledig mewn sawl ardal yn y ddinas a chanol trefi yn yr ardal yn methu cyfateb i'r safonau, a theimlai llawer o randdeiliaid na allent fod yn falch o'u trefi lleol fel y maent, gyda siopau wedi cau, safonau cynnal a chadw gwael a gormod o draffig. Dylid rhoi sylw i ddefnydd amgen, sesiynau cymunedol a syniadau eraill i adennill yr amgylchedd a'i wella.
- 7 O ran materion amgylcheddol ehangach, gallai poblogaeth Pen-y-bont ar Ogwr elwa o addysg i adnabod buddion lles cael mynediad i'r amgylchedd naturiol, a darparu cymorth i bobl nad ydynt fel arfer yn cael mynediad iddo wneud hynny. Gallai llwybrau beicio sy'n dechrau yn y dref i ganiatáu cymudo a beicio hamdden heb fynd â'r beic yn y car fod yn fenter o'r fath a allai gyfrannu at hyn.

6.3.4 Lles Cymdeithasol

Mae lles cymdeithasol yn canolbwyntio'n gryf iawn ar gysylltiadau â theulu a ffrindiau. Fodd bynnag, i'r rhai heb deulu neu rwydweithiau cymdeithasol, mae problemau unigedd a diffyg lles sylweddol. Gellid mynd i'r afael â'r rhain i ryw raddau drwy:

- 1 Greu strydoedd glanach, mwy diogel, yn enwedig gyda'r nos. Yn y gweithdai, roedd rhai yn disgrifio Abertawe fel ardal "nad yw'n ddoeth mynd yno" yn y nos oherwydd defnyddwyr cyffuriau ac alcohol a diffyg plismona. Roedd cyfranogwyr am gyflwyno newidiadau i wneud i'r ddinas deimlo'n lle mwy diogel i fod allan ynddo gyda'r hwyr a gall dinasyddion chwarae rhan yn hyn.
- 2 Problemau cludiant cyhoeddus a mynediad i waith, hamdden a thirwedd. Mae problem ddofn â cludiant cyhoeddus (ac yn enwedig gwasanaethau bws), lle mae diffyg cyfatebiaeth rhwng ffyrdd unigol o fyw ac anghenion gwaith sy'n gynyddol hyblyg, ac amserlenni a threfniadau cludiant mwy llym. Mae angen i Abertawe fod yn fwy creadigol ynghylch meithrin ymagweddau hyblyg at gludiant, boed drwy gynlluniau rhannu ceir, llogi ceir trydan, hyrwyddo beicio ar gyfer y gwaith a hamdden neu feddwl am leoliad y cyfleusterau o ran ble mae pobl yn byw.
- 3 Cynyddu darpariaeth meddygfeydd meddygon teulu a mynediad i ofal iechyd i rai o ardaloedd rhanbarth Abertawe.
- 4 Gall gwelliannau i les cymdeithasol gynnwys darparu mwy o gyfleoedd gwirfoddoli; mynediad yn ystod cyfnodau tawel i ganolfannau hamdden i annog pobl hŷn i aros yn actif; ac yn gysylltiedig â hyn, welliannau mewn cludiant cyhoeddus i hwyluso'r mynediad hwn (gweler uchod).

Atodiad 1 Gwybodaeth am Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru)

Mae'r bennod hon yn darparu cyd-destun ar gyfer yr asesiad drwy gynnig trosolwg byr o Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) (DLICD) cyn trafod goblygiadau'r Ddeddf ar gyfer yr asesiad hwn.

Gofynion Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru)

Mae DLICD yn ceisio gwella lles cymdeithasol, economaidd a diwylliannol Cymru drwy osod dyletswydd ar gyrfff cyhoeddus i feddwl mewn ffordd fwy cynaliadwy a thymor hir. Mae'r Ddeddf yn gosod saith nod llesiant y mae'n rhaid i gyrfff cyhoeddus ymdrechu i'w cyflawni ac y dylent eu hystyried wrth gynllunio polisiau a gwneud penderfyniadau. Ar y cyd, mae'r saith nod llesiant yn darparu gweledigaeth ar gyfer Cymru ddefnyddol. Eu diben yw cyflawni:

1. Cymru lewyrchus;
2. Cymru gydnerth;
3. Cymru iachach;
4. Cymru sy'n fwy cyfartal;
5. Cymru o gymunedau cydlynus;
6. Cymru â diwylliant bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu;
7. Cymru sy'n gyfrifol ar lefel fyd-eang.

Mae'r Ddeddf yn ei gwneud hi'n ofynnol i Fyrddau Gwasanaethau Cyhoeddus (BGC) yng Nghymru ym mhob ardal awdurdod lleol yng Nghymru, gyda chylch gorchwyl i wella lles economaidd, cymdeithasol, amgylcheddol a diwylliannol. Mae aelodau statudol o bob BGC yn cynnwys yr awdurdod lleol, y bwrdd iechyd lleol, Gwasanaeth Tân ac Achub Cymru a Chyfoeth Naturiol Cymru.

Mae rôl y BGC wrth wella lles yn ei ardal yn gofyn am asesiad cychwynnol i gadarnhau 'gwaelodlin lles' ac yn dilyn hyn, amcanion i'w pennu sy'n cyd-fynd â'r nodau llesiant cenedlaethol ac yn unol â'r egwyddor datblygu cynaliadwy sy'n rhan annatod o'r Ddeddf. Gan ddefnyddio'r dystiolaeth o'r asesiad lles hwn, mae'n ofynnol i bob BGC lunio a chyhoeddi Cynllun Lles Lleol, sy'n pennu ei amcanion a'r camau gweithredu y mae eu hangen i'w cyflawni.

Goblygiadau ar gyfer yr Asesiad Lles hwn

Yn achos Deddf LICD, mae arweiniad anstatudol yn nodi'r angen i gael gwybodaeth ansoddol fel rhan o'r asesiadau:

- *"Dylai Dadansoddiad o Ymatebion cytbwys felly gynnwys rhyw fath o dystiolaeth ansoddol ynghyd â data meintiol"*¹⁸
- *"Felly, bydd disgwyl i fwrdd [gwasanaethau cyhoeddus] ddefnyddio ystod eang o ffynonellau i asesu cyflwr lles ohonynt, er enghraifft... tystiolaeth ansoddol sy'n nodi barn a chanfyddiadau pobl yn ogystal â rhoi cyd-destun i ddata meintiol (y stori y tu ôl i'r data)."*¹⁹

¹⁸ Rhannu Pwrpas: Rhannu Dyfodol - Byrddau gwasanaethau cyhoeddus: Canllawiau ar ddefnyddio tystiolaeth a dadansoddiad t. 8

¹⁹ Rhannu Pwrpas: Canllawiau Statudol Rhannu Dyfodol ar gyfer Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 SPSF 3: Rôl gydwethredol (byrddau gwasanaethau cyhoeddus), t.12

Roedd asesiadau blaenorol o natur debyg - yn fwyaf perthnasol, yr asesiad o anghenion sy'n sail i'r Cynlluniau Integredig Sengl (CIS) - yn nodi sawl pryder ynghylch ansawdd y dadansoddiad, gan gynnwys gorddibyniaeth ar dystiolaeth feintiol. Roedd gwerthusiad o'r CIS yn nodi "*[absenoldeb] unrhyw dystiolaeth feintiol i wrthbwyso tystiolaeth feintiol a rhoi cyd-destun iddi, gan olygu bod y cynlluniau'n cael eu seilio'n bennaf ar ddadansoddiad ystadegol arwynebol.*"

Roedd y diffygion a gydnabuwyd yn y data a oedd yn sail i'r CIS wedi cyfeirio datblygiad yr arweiniad anstatudol ar gyfer y BGC yn rhannol, yn benodol ar lunio'r asesiad lles, ac yn ei dro, y Cynllun Lles Lleol. Mae'r arweiniad yn ail-ddweud bod "*diffyg cymharol tystiolaeth ansoddol i ddatblygu esboniadau ac archwilio achosion*" yn y CIS, felly'r pwyslais yn yr arweiniad ar gynnwys tystiolaeth ansoddol yn yr asesiadau lles, ac, yn ei dro, gomisiynu'r gwaith i sicrhau safbwynt tystiolaeth ansoddol i asesiadau lles yn Abertawe.

Pryder arall ynghylch asesiad o anghenion y CIS oedd y "*diffyg eglurder ynghylch cynnwys dinasyddion yn y broses asesiad o anghenion*", canlyneb debygol o orddibyniaeth ar ddata ystadegol. Mae'r arweiniad a'r côd ymarfer i lunio'r asesiadau lles a'r adroddiad asesu poblogaeth gyfunol yn pwysleisio'r angen i gynnwys ymgynghoriad helaeth â phobl y mae'r asesiadau'n berthnasol iddynt.

Nid yw'r asesiad lles hwn yn gweithredu mewn gwagle o ddealltwriaeth o les presennol y boblogaeth. Mae cyrff iechyd ac awdurdodau lleol wedi bod yn cynnal asesiadau o anghenion ar y cyd i fod yn sail i gynllunio mewn perthynas â'u poblogaeth leol ers cychwyn y strategaethau iechyd, gofal cymdeithasol a lles cyntaf ar ddiwedd y 90au, a thrwy gynllunio cymunedol a'r gofyniad am gynlluniau integredig sengl. Mae hefyd yn ofynnol i sefydliadau gynnwys eu poblogaethau, drwy ymagwedd sy'n cynnwys cydgynhyrchu, i nodi amrywiaeth cyfan o ymatebion lleol i bolisi cenedlaethol.

Mae hyd a lled ac aeddfedrwydd y gwaith hwn yn amrywiol, ond mae'r adroddiad hwn yn cynnwys barn ystyriol a fynegwyd gan y cyhoedd. Dyluniwyd y fethodoleg hon felly i ystyried y dadansoddiad presennol o ddata ansoddol diweddar yn yr awdurdod lleol a'r ardal gymunedol, a chan sefydliadau partner.

Er hynny, mae cynnwys dinasyddion yn allweddol i'r asesiad lles. I grynhoi, roedd ein hymagwedd wedi cynnwys nifer o ffyrdd gwahanol i bobl ymgysylltu, a oedd cynnwys:

- presenoldeb mewn gweithdy;
- cyfranogiad mewn grŵp ffocws;
- llenwi holiadur ar-lein; a
- chymryd rhan mewn cyfweiliad manwl.

²⁰ Cyflwynwyd cynlluniau integredig sengl gan Lywodraeth Cymru yn 2012 i gymryd lle o leiaf bedwar o'r cynlluniau a'r strategaethau statudol cyfredol (y Strategaeth Gymunedol, y Cynllun Plant a Phobl Ifanc, y Strategaeth Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles a'r Cynllun Partneriaeth Diogelwch Cymunedol). Fe'u hystyriwyd yn ffordd o alluogi llywodraeth leol a'i phartneriaid, drwy Fyrddau Gwasanaethau Lleol (BGLI) i ddod ynghyd i gynllunio, gweithio, cyflwyno a gwella.

²¹ Cynlluniau Integredig Sengl: Adolygiad Dros Dro, 2013 t.31

²² Rhannu Pwrpas: Rhannu Dyfodol - Byrddau gwasanaethau cyhoeddus: Canllawiau ar ddefnyddio tystiolaeth a dadansoddiad t. 2

²³ Ibid.

Atodiad 2 Ymagwedd Fethodolegol

Roedd yr ymagwedd at gomisiynu rhanbarthol yn ardal cyngor Dinas a Sir Abertawe yn cynnwys yr elfennau canlynol:

- Arolwg ar-lein a dderbyniodd 239 o ymatebion gan bobl sy'n byw yn Ninas a Sir Abertawe;
- Chwe gweithdy gyda 29 person yn bresennol ynddynt;
- Ymgynghori â rhanddeiliad;
- Ail adolygiad o lenyddiaeth a thystiolaeth; a
- Phedwar grŵp ffocws â diddordeb penodol, dau â phlant ysgol uwchradd, grŵp gydag oedolion ag anghenion dysgu ychwanegol a dau gyda'r digartref ifanc.

Amlinellir pob un o'r ymagweddau ymchwil hyn yn fanylach isod.

Arolwg Ar-lein

Derbyniwyd 239 o ymatebion gan bobl sy'n byw yn Ninas a Sir Abertawe i'r arolwg ar-lein. Dangosir y dosbarthiad o ymatebion i'r arolwg fesul ardal gymunedol (Dwyrain y Bae, Gorllewin y Bae, y Ddinas, Cwm Tawe, Lluchwr a Phenderi) yn Ffigur 13. Amlinellir yr holiadur ar gyfer yr arolwg ar-lein yn Atodiad 1.

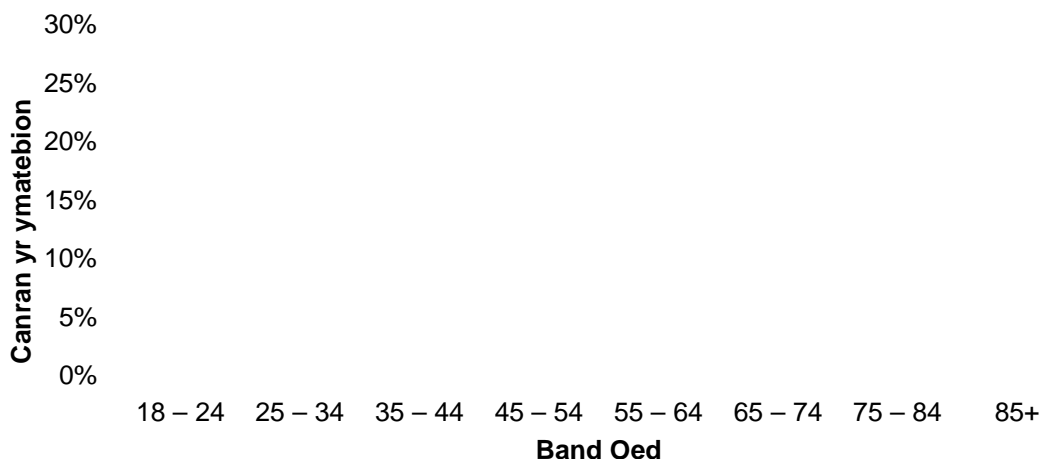
[Ffigur 13 Ymatebion i'r arolwg fesul ardal gymunedol](#)

Ffynhonnell: Data a chyflwyniad yr arolwg gan Miller Research (UK) Ltd. gan ddefnyddio data Google Map (2016).

Mae'r map yn dangos bod y nifer uchaf o ymatebwyr yn byw yn ardal Dwyrain y Bae (63 o ymatebion), gydag ardal Lluchwr yn ail (50 o ymatebion). Cafwyd 46 ac 43 ymateb ar gyfer ardaloedd cymunedol Cwm Tawe a Gorllewin y Bae yn eu tro, ond 16 ac 14 ymatebion yn unig a gafwyd gan ardaloedd cymunedol Penderi a'r Ddinas yn eu tro.

Roedd tri chwarter (76%) o'r ymatebwyr i'r arolwg yn fenywod a chwarter yn ddynion (24 %) gan awgrymu bod dynion yn cael eu tangynrychioli yn y sampl o'i gymharu â'r boblogaeth gyffredinol. Mae Ffigur 14 yn dangos dosbarthiad y bandiau oed o'r ymatebion i'r arolwg gyda 26% yn dod o bob un o'r bandiau oed 35-44 a 45-54. Fodd bynnag, 1% yn unig o ymatebion ddaeth o bobl 18 i 24 oed a 2% o'r rhai 75 oed ac yn hŷn.

Ffigur 14 Canran yr Ymatebion i'r Arolwg fesul Band Oed



Ffynhonnell: Dadansoddiad o'r ymatebion i'r arolwg gan Miller Research (UK) Ltd.

Gweithdai

Yn ardal y cyngor, cynhaliwyd chwe gweithdy galw heibio hanner diwrnod, gan ddenu cyfanswm o 29 o bobl. Mae Tabl 1 yn manylu ar nifer y rhai a oedd yn bresennol yn ôl lleoliad. Cyflwynwyd y gweithdai yn unol â'r Egwyddorion Cenedlaethol ar gyfer Ymgysylltu â'r Cyhoedd yng Nghymru. Nod yr ymgynghoriad oedd ymgysylltu ag amrywiaeth eang o gyfranogwyr i ddeall eu safbwynt hwy am les ym mhob ardal gymunedol. Mae'r arweiniad trafodaeth ar gyfer y gweithdy ar gael yn Atodiad 2.

Tabl 1 Grwpiau Gweithdy Rhanbarth Abertawe a'r Nifer a oedd yn Bresennol

Ardal Gymunedol	Lleoliad Cymunedol	Nifer a oedd yn
Y Bae - Dwyrain	Canolfan Gymunedol Parc Sgeti	3
Y Bae - Gorllewin	Neuadd Blwyf Pennard	4
Dinas	Canolfan Gymunedol San Phillip	7
Dinas	Canolfan Gymunedol Townhill	11
Cwm Tawe	Canolfan Gymunedol Treforys	2
Llwchwr	Canolfan Gorseinon	2

Ffynhonnell: Miller Research (UK) Ltd.

²⁴ Egwyddorion Cenedlaethol ar gyfer Ymgysylltu â'r Cyhoedd yng Nghymru

[<http://participation.cymru/cy/egwyddorion/>

<http://www.participationcymru.org.uk/media/288784/national_principles_for_public_engagement_aug1_.pdf

>]

²⁵ Roedd cwmpas y cyfranogwyr yn cynnwys: Y Cyhoedd; Pobl hŷn; Pobl y mae angen gofal a chefnogaeth arnynt; Gofalwyr (h.y. y rhai sy'n darparu gofal a chefnogaeth i deulu a ffrindiau); Dinasyddion â phroblemau iechyd, anabledau corfforol/dysgu neu awtistiaeth a chyflyrau iechyd meddwl; Dinasyddion â nam synhwyraid (gyda gofalwyr/cyfieithwyr); Pobl â nodweddion a warchodir o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010; Grwpiau eraill gan gynnwys: Ffermwyr Ifanc (yn cynrychioli'r gymuned wledig); Tenantiaid Cymdeithasau Tai.

Roedd y gweithdai, a oedd yn ymwneud â themâu Deddf LICD, yn para oddeutu awr. Gofynnwyd i'r rhai a gymerodd ran yn y gweithdy gwblhau holiadur demograffig byr fel rhan o'r ymgynghoriad.

Ail Adolygiad o Ddeunydd Darllen a Thystiolaeth

Roedd yr ail adolygiad o ddeunydd darllen a thystiolaeth yn cynnwys:

- Ymchwil a dadansoddiad ansoddol credadwy sy'n berthnasol i les dinasyddion yn yr ardal. Er enghraifft, gwerthusiadau, astudiaethau ethnograffig ac astudiaethau achos;
- Tystiolaeth ansoddol wedi'i chasglu o ymgysylltu â defnyddwyr gwasanaeth, gwerthuso gwasanaethau neu ymchwil i faterion lleol, sy'n berthnasol i les lleol;
- Tystiolaeth ansoddol a gafwyd o arolygon dinasyddion a defnyddwyr gwasanaeth sy'n berthnasol i les lleol.

Nodwyd ffynonellau tystiolaeth posib drwy ymgynghori ag arweinwyr polisi a nodwyd drwy aelodau BGC a Grŵp Swyddogion Cynnwys Bae'r Gorllewin, yn ogystal â thystiolaeth ddogfennol arall a gasglwyd o amrywiaeth o ffynonellau a fformatau.

Grwpiau Ffocws

Cynhaliwyd grwpiau ffocws mewn dwy ysgol uwchradd yn ardal y cyngor (un ysgol Saesneg ac un ysgol Gymraeg). Y nod oedd casglu barn pobl ifanc 10 i 12 oed (ysgol gynradd) ac 16 oed (ysgol uwchradd), gan gynnwys y rhai ag anghenion addysgol arbennig a'r rhai sy'n blant sy'n derbyn gofal (PDG).

Roedd pob grŵp ffocws yn cynnwys wyth i ddeng myfyriwr ac yn para oddeutu hanner awr i dri chwarter awr. Cynhaliwyd yr holl waith maes gan roi sylw agos at ganllawiau'r Safonau Cenedlaethol ar gyfer Cyfranogiad Plant a Phobl Ifanc, gan sicrhau y dilynwyd yr holl weithdrefnau diogelu.

Cynhaliwyd dau grŵp ffocws hefyd gyda grwpiau diddordeb arbennig yn ardal y cyngor, a oedd yn cynnwys oedolion ag anghenion dysgu ychwanegol ac unigolion ifanc digartref. Dilynwyd fformat tebyg ar gyfer y grwpiau hyn, ond gydag arweiniad trafodaeth diwygiedig i gyd-fynd â'u gofynion penodol.

²⁶ Mae'r rhestr hon wedi'i haralleirio o dudalen 18 Rhannu Pwrpas: Rhannu Dyfodol - Byrddau gwasanaethau cyhoeddus Canllawiau ynghylch y defnydd o dystiolaeth a dadansoddiad, ar gael o: <http://gov.wales/topics/improving-services/public-services-boards/?skip=1&lang=cy>

²⁷ <http://www.hawliauplant.cymru/index.php/cyfranogiad/cymru/>

Atodiad 3 Holiadur Ar-lein

Arolwg Ar-lein Bae'r Gorllewin: Asesiad Lles a Gofal a Chefnogaeth

Rhagarweiniad

Penodwyd Miller Research gan Gyngor Bwrdeistref Sirol Castell-nedd Port Talbot, ar ran CBS Pen-y-bont ar Ogwr, CBS Castell-nedd Port Talbot, Dinas a Sir Abertawe a Bwrdd Iechyd PABM i gynnal asesiad o anghenion lles, gofal a chefnogaeth pobl yn rhanbarth Bae'r Gorllewin. Darparwyd arian ar gyfer yr asesiad hwn gan Lywodraeth Cymru yn rhanbarthol.

Roedd rhan o'r ymchwil yn cynnwys arolwg byr o bobl sy'n byw ym Mhen-y-bont ar Ogwr, Castell-nedd Port Talbot ac Abertawe.

Diolch i chi ymlaen llaw am wneud ymdrech i gwblhau'r arolwg hwn. Ni ddylai gymryd mwy na deng munud i'w gwblhau.

Sylwer bod yr holl ymatebion yn ddiennw, ac adroddir amdanynt ar y cyd gydag ymatebion a dderbyniwyd gan yr holl bobl eraill sy'n byw yn y rhanbarth. Ni chaiff ymatebion unigol eu rhannu â'r cynghorau, y Bwrdd Iechyd nac unrhyw asiantaeth arall (gan gynnwys Llywodraeth Cymru).

Bydd pob ymatebwr yn cael ei gynnwys mewn cystadleuaeth am flwch llyisiau organig a gaiff ei ddanfôn i'w gartref bob mis am dri mis, fel diolch am roi o'i amser.

Amdanoch chi

1. Darparwch gôd post eich cartref
2. Ydych chi'n cwblhau'r arolwg hwn fel:
 - Aelod o'r cyhoedd
 - Aelod o staff mewn Awdurdod Lleol neu Fwrdd Iechyd
 - Cynrychiolydd sefydliad o'r Trydydd Sector
 - Darparwr gwasanaethau gofal annibynnol
 - Parti/grŵp arall â diddordeb (rhochwch fanylion _____)

Dealltwriaeth o Les

Y prif reswm am yr arolwg hwn yw deall canfyddiadau pobl o 'les': yr hyn y mae'n ei olygu, a'r hyn sy'n cyfrannu at les. Nid oes atebion cywir neu anghywir, a chedwir yr holl atebion yn gwbl gyfrinachol. Atebwch bob cwestiwn mor onest ag y gallwch. Os cewch drafferth gydag un cwestiwn, ewch ymlaen i'r un nesaf, ond daliwch ati tan y diwedd!

3. Ydych chi wedi clywed am y term 'lles' cyn heddiw?

Ydw

Nac ydw

Mewn brawddeg, allwch chi ddisgrifio'r hyn y mae'r term 'lles' yn ei olygu i chi. (Meddyliwch am yr hyn y mae'n ei olygu i chi, nid beth arall y gallai ei olygu i eraill)

Dywedwyd bod 'Lles yn cynnwys y ffactorau amgylcheddol, economaidd, cymdeithasol a diwylliannol sy'n pennu ansawdd bywyd person'.

4. Gan feddwl am les economaidd neu ariannol:

- (a) Beth mae hyn yn ei olygu neu'n cyfeirio ato, yn eich barn chi?
- (b) Pa bethau yn eich bywyd sy'n cyfrannu fwyaf at eich lles economaidd neu ariannol personol (e.e: cael swydd neu safon byw weddol)?
- (c) Pa DDAU beth allai wella'ch lefel o les economaidd yn eich barn chi?

5. Gan feddwl am les cymdeithasol:

- (a) Beth mae hyn yn ei olygu neu'n cyfeirio ato, yn eich barn chi?
- (b) Pa bethau yn eich bywyd sy'n cyfrannu fwyaf at eich lles cymdeithasol personol (e.e: teimlo'n heini ac yn iach neu gael ffrindiau)?
- (c) Pa DDAU beth allai wella'ch lefel o les cymdeithasol yn eich barn chi?

6. Gan feddwl am les amgylcheddol:

- (a) Beth mae hyn yn ei olygu neu'n cyfeirio ato, yn eich barn chi?
- (b) Pa bethau yn eich bywyd sy'n cyfrannu fwyaf at eich lles amgylcheddol personol (e.e: cael mynediad i fannau agored clir, di-lygredd)?
- (c) Pa DDAU beth allai wella'ch lefel o les amgylcheddol yn eich barn chi?

7. Gan feddwl am les diwylliannol:

- (a) Beth mae hyn yn ei olygu neu'n cyfeirio ato, yn eich barn ?
- (b) Pa bethau yn eich bywyd sy'n cyfrannu fwyaf at eich lles diwylliannol personol (e.e: cyfleoedd gwirfoddoli neu gael y cyfle i ddysgu/ddefnyddio Cymraeg)?
- (c) Pa DDAU beth allai wella'ch lefel o les diwylliannol yn eich barn chi?

Lles a'r lle rydych chi'n byw

Gan feddwl am yr ardal lle rydych chi'n byw, ystyriwch sut mae eich ardal yn cyfrannu at eich lles personol:

8. Darparwch rai enghreifftiau o bethau yn eich ardal leol a fyddai, yn eich barn chi, yn cyfrannu at eich lles. Gallai hyn gynnwys unrhyw beth, o bobl leol i lendid y strydoedd.

9. Allech chi roi enghreifftiau o unrhyw rwystrau neu bethau yn eich ardal leol sy'n tansellio'ch lles yn eich barn chi?

10. Allech chi ddisgrifio unrhyw newidiadau rydych yn credu y gellid eu gwneud i'ch ardal leol neu gamau gweithredu penodol y gellid eu cymryd a fyddai'n helpu i gynyddu'ch lefel o les?

Gofal a chefnogaeth

11. Ydych chi neu'r person rydych yn cwblhau'r arolwg hwn ar ei ran, yn derbyn unrhyw wasanaethau gofal a chefnogaeth ar hyn o bryd?

Drwy hyn, rydym yn golygu'r gofal a ddarperir gan staff sy'n cael eu talu i'ch helpu (er enghraifft): y Gwasanaethau Cymdeithasol, Cartref Gofal neu rywun a gyflogir gennych chi/eich teulu gan ddefnyddio Taliad Uniongyrchol).

- Ydw
- Nac ydw

- Ddim am ddweud

Os ydych, pa fath o wasanaethau gofal/cefnogaeth ydych chi'n eu derbyn?

12. Yn gyffredinol, pa mor fodlon ydych chi ar y gwasanaethau gofal a chefnogaeth rydych yn eu derbyn?

- Bodlon dros ben
- Eithaf bodlon
- Ddim yn fodlon nac yn anfodlon
- Eithaf anfodlon
- Anfodlon iawn

Rhowch resymau dros eich ateb

13. Ydych chi wedi teimlo eich bod wedi cael eich cynnwys yn ddigonol mewn penderfyniadau a wneir am eich gofal/cefnogaeth?

- Ydw
- Weithiau
- Nac ydw
- Ddim yn gwybod

Rhowch resymau dros eich ateb

14. Fyddech chi'n disgrifio'ch hun yn ofalwr neu rywun y mae angen cefnogaeth arno?

- Byddwn
- Na fyddwn
- Ddim am ddweud

15. Os ydych, ydych chi'n teimlo eich bod yn derbyn cefnogaeth ddigonol i gyflawni'ch rôl fel gofalwr?

- Ydw
- Weithiau
- Nac ydw
- Ddim yn gwybod

Rhowch resymau dros eich ateb

Adborth a gwaith dilynol

16. Fyddai diddordeb gennych mewn derbyn adborth am yr wybodaeth rydym yn ei chasglu fel rhan o'r ymchwil hon?

Bydd

Na fydd

17. Fyddech chi'n fodlon i ni gysylltu â chi eto yn y dyfodol fel rhan o unrhyw waith dilynol am les?

Byddwn

Na fyddwn

18. Hoffech chi gael eich cynnwys yn y gystadleuaeth i ennill blwch o lysiau organig a gaiff ei ddanfon i'ch cartref bob mis am dri mis?

Hoffwn

Na hoffwn

Os ateboch yn gadarnhaol i gwestiynau 16, 17 a/neu 18, nodwch eich cyfeiriad e-bost

Hoffem eich sicrhau y byddwn yn cysylltu â chi i ddarparu adborth a/neu am waith dilynol yn unig, a/neu os ydych wedi ennill y gystadleuaeth, ac nid am unrhyw reswm arall.

Mwy o wybodaeth amdanoch chi:

I'n helpu i sicrhau ein bod yn darparu gwasanaethau'n deg i bawb y mae eu hangen arnynt, byddem yn ddiolchgar pe gallech ateb ychydig mwy o gwestiynau amdanoch chi'ch hun. Mae'n bwysig ystyried effaith y gwasanaethau gofal a chefnogaeth a lles ar bob dinesydd, a dyna pam rydym yn casglu gwybodaeth fonitro yn seiliedig ar y grwpiau nodweddion gwarchoddedig a gaiff eu cynnwys yn Neddf Cydraddoldeb 2010.

Nid yw'n ofynnol i chi gwblhau'r rhan hon o'r arolwg fel rhan o'r holiadur. Nid oes rhaid i chi ateb unrhyw un o'r cwestiynau os nad ydych am wneud hynny. Fel arall, gallech ddewis ateb rhai ac nid eraill drwy ddewis 'ddim am ddweud'; mewn ymateb i gwestiynau y byddai'n well gennyh beidio â'u hateb.

Ni fydd gwybodaeth a allai eich enwi fel unigolyn yn cael ei rhannu ag unrhyw bartïon eraill.

Tarddiad Ethnig

Gwyn

Seisnig/Cymreig /Albanaidd/Prydeinig/Gwyddelig - Gogledd Iwerddon

Gwyddelig

Sipsi/Teithiwr Gwyddelig

Roma

Unrhyw gefndir Gwyn arall (nodwch isod)

Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig

Indiaidd Pacistanaidd

Bangladeshaid Tsieineaidd

Cefndir Asiaidd arall (nodwch isod)

Treftadaeth Gymysg/Luosog

Gwyn a Du Caribiaidd

Gwyn a Du Affricanaidd

Gwyn ac Asiaidd

Cefndir cymysg arall (nodwch isod)

Du

Caribiaidd

Affricanaidd

Cefndir du arall (nodwch isod) _____

Grŵp ethnig arall (nodwch isod) _____

Dewis peidio â dweud

Rhyw

Gwryw Benyw Arall

Dewis peidio â dweud

Hunaniaeth Rhyw

Ydych chi'n uniaethu fel trawsryweddol? Ydw Nac Ydw

Dewis peidio â dweud

Anabledd

Ydych chi'n ystyried eich hun yn berson anabl?

Ydw Nac Ydw

Dewis peidio â dweud

Os ydych, disgrifiwch natur eich anabledd

Dewis peidio â dweud

Statws Perthynas

Partneriaeth Sifil

Priod

Cyd-fyw

Sengl

Arall (nodwch isod)

Dewis peidio â dweud

Crefydd/Cred

Dim crefydd

Cristion

Bwdhydd

Hindŵ

Iddew

Sîc

Mwslim

Arall (nodwch isod) _____

Dewis peidio â dweud

Tueddfryd Rhywiol

Hoyw/Lesbiaidd

Deurywiol

Gwahanrywiol/Syth

Arall (nodwch isod) _____

Dewis peidio â dweud

Ydych chi'n siarad Cymraeg?

Ydw

Nac ydw

Rwy'n dysgu Cymraeg

Dewis peidio â dweud

I ba un o'r grwpiau oed canlynol rydych chi'n perthyn?

Dan 16 oed

16 – 17

18 – 24

25 – 34

35 – 44

45 – 54

55 – 64

65 – 74

75 – 84

85 +

Dewis peidio â dweud

Diolch yn fawr am gwblhau'r arolwg hwn.

Cofiwch fod yr holl ymatebion yn ddienw, ac ni chaiff ymatebion unigol eu rhannu â'r cynghorau, y Bwrdd Iechyd nac unrhyw asiantaeth arall (gan gynnwys Llywodraeth Cymru).

Os oes gennych fwy o gwestiynau am yr ymchwil hon, mae croeso i chi ffonio Claire Kerby yn Miller Research ar 01873 851888 neu e-bostio clairek@miller-research.co.uk

Atodiad 4 Arweiniad Trafodaeth ar gyfer y Gweithdy

Rhagarweiniad

Cyflwyno'r asesiad, ei nodau a'r cyd-destun:

- Bydd ymchwil a gomisiynwyd gan CBS Pen-y-bont ar Ogwr/CBS CNPT/Dinas a Sir Abertawe a'r canfyddiadau o'r ymgynghoriad yn llywio datblygiad cynllun gweithredu i wella lles ym Mhen-y-bont ar Ogwr/CNPT/Abertawe;
- Bydd popeth gaiff ei ddweud yn gyfrinachol ac ni chaiff sylwadau eu priodoli i unigolion na'r grwpiau/sefydliadau maent yn eu cynrychioli;
- Pwysleiswch nad oes ateb cywir neu anghywir a'n bod am i bobl fod yn agored ac yn onest am eu barn am les;
- Gofynnwch i gyfranogwyr geisio osgoi siarad ar draws ei gilydd;
- Mynnwch ganiatâd i gofnodi'r grŵp ffocws;
- Esboniwch ein bod yn hapus i ddarparu adborth ar y canlyniadau o'r ymgynghoriad ac y byddwn yn trafod cyfleoedd ar gyfer hyn ar ddiwedd y sesiwn;
- Gofynnwch am enw cyntaf pawb.

Dealltwriaeth o les

Os yw'r grŵp yn cynnwys defnyddwyr presennol gwasanaethau gofal a chefnogaeth, dylai'r drafodaeth fod yng nghyd-destun:

- *Yr hyn y mae cyfranogwyr yn ei feddwl am y gofal a'r gefnogaeth maent yn eu derbyn*
- *Beth fyddai'n helpu/beth sydd angen ei newid er mwyn gwella eu hansawdd bywyd*
- *Yr hyn y mae cyfranogwyr yn teimlo y byddai'n atal eu hanghenion rhag dwysáu*
- Esboniwch ein bod am siarad am 'les'
- Archwiliwch eu sylwadau/ymatebion cychwynnol
 - Ydyn nhw wedi clywed y gair hwn yn cael ei ddefnyddio o'r blaen?
 - Beth mae'n ei olygu yn eu barn nhw?
 - Anogwch ddisgrifiad - (efallai'n disgrifio 'lles' i rywun nad yw'n siarad Cymraeg, neu i rywun o blaned arall)
 - Os oes gan rywun 'llawer o les', beth mae hyn yn ei olygu? Beth mae'n ei olygu os nad oes gan rywun lawer o les?
- Rhestrwch enghreifftiau o ffyrdd y caiff lles ei greu (defnyddiwch luniau o gylchgronau i helpu/gyfoethogi fel y bo'n briodol neu yn ôl y galw, ac os yw amser yn caniatáu).

¹Defnyddir y math hwn o 'dechneg alldaflo' yn gyffredin mewn ymchwil ansoddol fel ffordd o ysgogi ymatebion. Gall helpu i 'wyo cyfrifoldeb' am yr hyn y mae pobl yn ei ddweud, gan roi mwy o hyder i'r siaradwr leisio'i farn.

- Archwiliwch deimladau am yr hyn y mae lles yn ei 'olygu' os ydym yn ei rannu i ddarnau gwahanol (dangoswch gardiau fflach, â phob agwedd ar les wedi'i ysgrifennu arnynt h.y. economaidd, amgylcheddol, cymdeithasol, diwylliannol):
- Ymatebion digymell wrth weld y pedwar ohonynt:
 - P'un sy'n golygu fwyaf iddynt/y addeddangos yr hawsaf i'w deall a pham (*ysgrifennwch sylwadau ar bapur siart troi*)?
 - P'un sy'n golygu leiaf iddynt/leiaf perthnasol iddynt/y addeddangos y mwyaf anodd i'w deall?
 - Gan ystyried y rhai sy'n 'cwmpo yn y canol': beth sydd 'fwyaf/leiaf anodd' i ddeall amdanynt?
- Dangoswch ddiffiniad ysgrifenedig ac archwiliwch lefelau dealltwriaeth (yr hyn maen nhw'n ei feddwl y mae'n ei olygu), a'r perthnasedd iddyn nhw eu hunain
- Os yw'r grŵp yn cynnwys defnyddwyr presennol gwasanaethau gofal a chefnogaeth, dylai'r drafodaeth fod yng nghyd-destun:
 - Yr hyn y mae cyfranogwyr yn ei feddwl am y gofal a'r gefnogaeth maent yn eu derbyn
 - Beth fyddai'n helpu/beth sydd angen ei newid er mwyn gwella eu hansawdd bywyd
 - Yr hyn y mae cyfranogwyr yn teimlo y byddai'n atal eu hanghenion rhag dwysáu

Esboniwch y bydd y drafodaeth nawr yn canolbwyntio ar bob un o'r pedair agwedd a grybwyllwyd uchod, gan ddechrau gyda'r un y teimlwyd bod ganddo'r cysylltiad mwyaf. (*Sylwer bod yn rhaid i ni gofnodi 'pleidleisiau' unigol - h.y: pwy yn union sy'n meddwl bod gan bob 'math' y cysylltiad mwyaf.*)

DS: sylwer y bydd trefn yr adrannau canlynol (h.y: cymdeithasol, economaidd, amgylcheddol a diwylliannol) yn amrywio yn ôl sut bydd pob grŵp yn pleidleisio. Mae'r cynnwys sy'n dilyn yn adlewyrchu'r angen i nodi gwerthoedd, dyheadau a blaenoriaethau, anghenion (ac atebion) ac asedau cyfredol dinasyddion, fel y cyfeirir atynt yng nghanllawiau anstatudol Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru). ³⁰

Lles Cymdeithasol

- Cyfeiriwch at y sylwadau ar y siart troi ac atgrynhoi'r hyn maent wedi'i ddweud
- Beth arall gallai lles cymdeithasol gyfeirio ato?
- Os oes angen, defnyddiwch rai ysgogiadau fel a ganlyn:
 - Rôl ffrindiau/teulu/aelodau o'r gymuned/gweithwyr cefnogi a gofaliwyr
 - Teimlo'n annibynnol, cael rheolaeth dros fywyd, cael mynediad i wybodaeth, gwasanaethau a chyfleusterau
 - Teimlo'n heini ac yn iach
 - Rheoli straen yn dda/foddhaol

²⁹ Er enghraifft, "Y ffactorau amgylcheddol, economaidd, cymdeithasol a diwylliannol sy'n pennu ansawdd bywyd person" ('diffiniad gweithredol' a ddarparwyd gan Ddinas a Sir Abertawe)

³⁰ <http://gov.wales/topics/improvingservices/public-services-boards/?skip=1&lang=cy>

- Yfed alcohol yn anaml/achlysurol yn unig
- Cael cyfleoedd e.e: am ddysgu, gwaith
- O'r pethau a drafodwyd, beth sydd bwysicaf iddynt?
- P'un o'r pethau hyn sydd ganddynt yn awr? H.y.: pa bethau yn eu bywyd ar hyn o bryd sy'n cyfrannu at eu lles cymdeithasol eu hunain?
- Pa bethau allai wella eu lefel o les cymdeithasol yn eu barn nhw?

Lles Economaidd

- Cyfeiriwch at y sylwadau ar y siart troi ac atgrynhoi'r hyn maent wedi'i ddweud
- Beth arall y gallai lles economaidd gyfeirio ato?
- Os oes angen, defnyddiwch rai ysgogiadau fel a ganlyn:
 - Cael safon bywyd 'gweddol'
 - Cael swydd (y maent yn ei mwynhau)
 - Cael yr addysg/sgiliau angenrheidiol ar gyfer gwaith
- O'r pethau a drafodwyd, beth sydd bwysicaf iddynt?
- P'un o'r pethau hyn sydd ganddynt yn awr? h.y.: pa bethau yn eu bywyd ar hyn o bryd sy'n cyfrannu at eu lles economaidd?
- Pa bethau allai wella'u lefel o les economaidd yn eu barn nhw?

Lles Amgylcheddol

- Cyfeiriwch at y sylwadau ar y siart troi ac atgrynhoi'r hyn maent wedi'i ddweud
- Beth arall y gallai lles amgylcheddol gyfeirio ato?
- Os oes angen, defnyddiwch rai ysgogiadau fel a ganlyn:
 - Bod yn ymwybodol o ailgylchu, defnyddio ynni a gofalu am yr amgylchedd.
 - Cael mynediad i fannau agored clir, di-lygredd.
- O'r pethau a drafodwyd, beth sydd bwysicaf iddynt?
- P'un o'r pethau hyn sydd ganddynt yn awr? H.y.: pa bethau yn eu bywyd ar hyn o bryd sy'n cyfrannu at eu lles amgylcheddol?
- Pa bethau allai wella'u lefel o les amgylcheddol yn eu barn nhw?

Lles Diwylliannol

³¹ Mae hyn yn cynnwys yr angen i nodi gwerthoedd, dyheadau a blaenoriaethau dinasyddion.

³² Mae hyn yn cynnwys yr angen i nodi asedau dinasyddion.

³³ Mae hyn yn cynnwys yr angen i nodi anghenion dinasyddion, ac atebion posib (DLICD) ac anghenion ardal a pha wasanaethau y mae eu hangen i ddiwallu'r anghenion hynny (SSWA).

³⁴ Mae hyn yn cynnwys yr angen i nodi gwerthoedd, dyheadau a blaenoriaethau dinasyddion.

³⁵ Mae hyn yn cynnwys yr angen i nodi asedau dinasyddion.

³⁶ Mae hyn yn cynnwys yr angen i nodi anghenion dinasyddion, ac atebion posib (DLICD) ac anghenion ardal a pha wasanaethau y mae eu hangen i ddiwallu'r anghenion hynny (SSWA).

³⁷ Mae hyn yn cynnwys yr angen i nodi gwerthoedd, dyheadau a blaenoriaethau dinasyddion.

³⁸ Mae hyn yn cynnwys yr angen i nodi asedau dinasyddion.

³⁹ Mae hyn yn cynnwys yr angen i nodi anghenion dinasyddion, ac atebion posib (DLICD) ac anghenion ardal a pha wasanaethau y mae eu hangen i ddiwallu'r anghenion hynny (SSWA).

- Cyfeiriwch at y sylwadau ar y siart troi ac atgrynhofwch hyn maent wedi'i ddweud
- Beth arall y gallai lles diwylliannol gyfeirio ato?
- Os oes angen, defnyddiwch rai ysgogiadau fel a ganlyn:
 - Gwirfoddoli
 - Mynd i'r sinema/bingo/theatr
 - Bod yn aelod o sefydliad crefyddol
 - Mynd allan (neu gymryd rhan) i fwynhau cerddoriaeth/perfformiadau o ryw fath (e.e. cyngerdd, opera, dawn, bale) a/neu deithiau i safleoedd hanesyddol neu ddiwylliannol
 - Defnyddio'r llyfrgell leol
 - Cymryd rhan mewn chwaraeon
 - Bod yn rhan o ddiwylliant a thraddodiadau Cymru/cael cyfle i ddysgu/siarad Cymraeg.
- O'r pethau a drafodwyd, beth sydd bwysicaf iddynt?
- P'un o'r pethau hyn sydd ganddynt yn awr? H.y.: pa bethau yn eu bywyd ar hyn o bryd sy'n cyfrannu at eu lles diwylliannol?
- Pa bethau allai wella'u lefel o les diwylliannol yn eu barn nhw?

Sut mae'r ardal leol yn helpu eu lles

- Pa wasanaethau a chyfleusterau a ddarperir yn yr ardal leol sy'n cyfrannu at eu lles?
- P'un o'r rhain sydd bwysicaf/leiaf pwysig a pham?
- Pe gallent gael rhai o'r gwasanaethau hyn, pa rai y bydden nhw'n eu cadw a pham?
- Ac eithrio'u hunain, pwy sy'n elwa o'r gwasanaethau hyn? Sut?
- **Yn olaf**, gan ddychwelyd i'w holiadur cychwynnol, sut gallent symud yn uwch i fyny'r sgoriau boddhad? Beth byddai'n rhaid iddyn nhw ei wneud, a pha help fyddai ei angen arnynt?
- Unrhyw sylwadau i gau'r drafodaeth?

Adborth a gwaith dilynol

A fyddai diddordeb ganddynt mewn derbyn adborth am yr wybodaeth rydym yn ei chasglu fel rhan o'r ymchwil hon?

(Os byddai, nodwch gyfeiriadau e-bost/rhifau ffôn)

A fydden nhw'n barod i chi gysylltu â hwy eto yn y dyfodol fel rhan o unrhyw waith dilynol am les?

(Os byddent, nodwch gyfeiriadau e-bost/rifau ffôn)

Diolch a gorffen

Atodiad 5 Ffynonellau a ddefnyddiwyd ar gyfer Dadansoddiad Eilaidd

40 Mae hyn yn cynnwys yr angen i nodi gwerthoedd, dyheadau a blaenoriaethau dinasyddion.

41 Mae hyn yn cynnwys yr angen i nodi asedau dinasyddion.

42 Mae hyn yn cynnwys yr angen i nodi anghenion dinasyddion ac atebion posib.

Gwybodaeth am y Ddogfen	Math o Ddata	Nifer y bobl a gynhwyswyd/yr ymgynghorwyd â hwy	Ardaloedd Daearyddol a Gynhwyswyd	Dull Cynnwys/ Ymgynghori	Categoriâu Deddf Gofal Cymdeithasol a Llesiant
Arolwg Tadau Cymru 2016. Both Parents Matter Cymru. Both Parents Matter	Ansoddol a Meintiol	219	Cymru	Arolwg o aelodau	Pob grŵp
Cyd-gynllun Trafnidiaeth ar gyfer De-Orllewin Cymru	Ansoddol a Meintiol	45 o ymatebion	Bae'r Gorllewin	Adborth ysgrifenedig ar y ddogfen ymgynghori	Pob grŵp
Strategaeth ar gyfer Darparu Gwybodaeth i Ofalwyr ac Ymgynghori â Hwy PABM 2013-16	Ansoddol a Meintiol	Heb ei nodi	Bae'r Gorllewin	Holiaduron a digwyddiadau	Gofalwyr y mae angen cefnogaeth arnynt
Crynodeb o ymgysylltu â gofalwyr a gofalwyr ifanc yn Abertawe (6 dogfen/darn)	Ansoddol	Heb ei ddarparu	Abertawe	Holiaduron a gweithdai	Gofalwyr y mae angen cefnogaeth arnynt

Tystiolaeth Ansoddol ar gyfer Asesu Lles Lleol: Adroddiad Cynnwys Dinasyddion Abertawe

Ymgynghoriad Llywodraeth Cynulliad Cymru ar Reoliadau Addysg Uwch	Ansoddol yn unig	Heb ei nodi	Bae'r Gorllewin	Heb ei nodi	Gofalwyr y mae angen cefnogaeth arnynt
Crynodeb o fersiwn ddrafft yr Arolwg Ciplun Gwerthfawrogi Gofalwyr	Ansoddol a Meintiol	66	Bae'r Gorllewin	Holiadur	Gofalwyr y mae angen cefnogaeth arnynt
Adolygiad Comisiynu Anabledd Corfforol	Ansoddol yn unig	Heb ei nodi	Abertawe	Gweithdai	Anabledd lechyd a Chorfforol
Adolygiad Abertawe o'r Model Gwaith Cymdeithasol. Adborth gan bobl anabl.	Ansoddol yn unig	Heb ei nodi	Abertawe		Anabledd lechyd a Chorfforol
Adroddiad Rhaglen De Cymru am Holiadur Cynnwys 2013 a darn o adroddiad o gyfarfodydd cyhoeddus (2 ddogfen)	Ansoddol a Meintiol	859 o PABM o gyfanswm o 1207	Cymru	Holiadur papur ac ar-lein	Anabledd lechyd a Chorfforol

Tystiolaeth Ansoddol ar gyfer Asesu Lles Lleol: Adroddiad Cynnwys Dinasyddion Abertawe

Ymateb y Cyngor Iechyd Cymunedol i Newid er Gwell ac adroddiad am y dadansoddiad o'r arolwg (2 ddogfen)	Ansoddol a Meintiol	123?	Bae'r Gorllewin	Holiadur	Anabledd Iechyd a Chorfforol
Newid er Gwell Y Canlyniadau: Darn o ddogfen PowerPoint	Ansoddol yn unig	Ni cheir cyfeiriad iddo	Bae'r Gorllewin	Gweithdai	Anabledd Iechyd a Chorfforol
Ymgynghoriad Strategaeth Anabledd Dysgu Bae'r Gorllewin 2014	Ansoddol yn unig	Ni cheir cyfeiriad uniongyrchol ato	Bae'r Gorllewin	Gweithdy	Anabledd Dysgu ac Awtistiaeth
Adolygiad o Strategaeth Gomisiynu Anabledd Dysgu, Proses Gydgyhychu 2015-16 (darparwyd 19 dogfen, ond heb drosolwg clir)	Ansoddol yn unig	Ni cheir cyfeiriad uniongyrchol ato	Abertawe	Gweithdy	Anabledd Dysgu ac Awtistiaeth
Ymgynghoriad Cleifion Mewnol Iechyd Meddwl i Oedolion; Diwrnod Dweud eich Dweud 2014 a 2015	Ansoddol yn unig	Heb ei darparu	Bae'r Gorllewin	Gweithdy a holiadur i randdeiliaid	Iechyd Meddwl

Tystiolaeth Ansoddol ar gyfer Asesu Lles Lleol: Adroddiad Cynnwys Dinasyddion Abertawe

Bwrdd Cynllunio Ardal Bae'r Gorllewin Strategaeth Gomisiynu Camddefnyddio Sylweddau 2016-20	Ansoddol yn unig	Heb ei nodi	Bae'r Gorllewin	Gweithdy	Iechyd Meddwl
Cynllun Comisiynu Abertawe ar gyfer y Gwasanaethau Iechyd Meddwl 2011-14 (3 dogfen)	Ansoddol yn unig	Ni cheir cyfeiriad uniongyrchol ato	Abertawe	Gweithdy i randdeiliaid	Iechyd Meddwl
Proses Gydgyhyrchu Adolygiad Comisiynu Iechyd Meddwl 2016 (2 ddogfen)	Ansoddol yn unig	Ni cheir cyfeiriad uniongyrchol ato	Abertawe	Gweithdy ac adolygiad gan randdeiliaid	Iechyd Meddwl
Triniaeth Deg i Fenywod Cymru - cyflwyniad	Ansoddol yn unig	300 o aelodau ar draws Cymru - nid yw'n glir sawl person yn benodol y cysylltwyd ag ef o Abertawe a Chastell-nedd Port Talbot.	Bae'r Gorllewin	Holiadur ar-lein	Amryfal grwpiau

<p>Adolygiad comisiynu gofal preswyl, gofal cartref a gofal dydd (gofal preswyl yn unig ar gael ar hyn o bryd). Pum dogfen</p>	<p>Ansoddol</p>	<p>Heb ei ddarparu</p>	<p>Abertawe</p>	<p>Gweithdy</p>	<p>Pobl hŷn</p>
<p>Prosiect gwranddo'r bobl hŷn (yn cynnwys ardal Bwrdd Iechyd Cwm Taf ond mae'n darparu methodoleg ddefnyddiol). Cyhoeddwyd gan Interlink</p>	<p>Meintiol yn unig</p>	<p>dd/b</p>	<p>Cymru</p>	<p>Methodoleg bwrpasol</p>	<p>Pobl hŷn</p>

Tystiolaeth Ansoddol ar gyfer Asesu Lles Lleol: Adroddiad Cynnwys Dinasyddion Abertawe

<p>Bae'r Gorllewin: Cyflwyno Gwasanaethau Cymunedol Gwell: Adroddiad Ymgynghori Heneiddio'n Dda ym Mhen-y-bont ar Ogwr (Arolwg Ansoddol); Castell-nedd Port Talbot: Lle gwych i fyw ynddo yn ddiweddarach mewn bywyd; Arolwg Heneiddio'n Dda (Abertawe) 4 dogfen</p>	<p>Ansoddol yn unig</p>	<p>Penybont: 294 Abertawe: 73</p>	<p>Bae'r Gorllewin</p>	<p>Amrywiol</p>	<p>Pobl hŷn</p>
---	-------------------------	--	------------------------	-----------------	-----------------

<p>Strategaeth Gomisiynu ar gyfer Cartrefi Gofal i Bobl Hŷn 2016 – 2025 oed</p>	<p>Ansoddol yn unig</p>	<p>Heb ei nodi</p>	<p>Bae'r Gorllewin</p>	<p>Ymgynghoriad ar strategaeth ddrafft: • Digwyddiad ymgynghori a gynhaliwyd ar 15 Gorffennaf ac a fynychwyd gan amrywiaeth o randdeiliaid gan gynnwys yr awdurdod lleol, y Bwrdd Iechyd a staff o'r trydydd sector, darparwyr cartrefi gofal, cynghorau pobl hŷn a gofalwyr.</p> <ul style="list-style-type: none"> • E-arolwg a gyhoeddwyd ar-lein drwy amrywiaeth o fforymau. • E-byst a galwadau ffôn uniongyrchol yn bwydo barn yn ôl 	<p>Pobl hŷn</p>
---	-------------------------	--------------------	------------------------	--	-----------------

Tystiolaeth Ansoddol ar gyfer Asesu Lles Lleol: Adroddiad Cynnwys Dinasyddion Abertawe

Gwerthusiad o Ofal Canolraddol: Adroddiad Ffurfiannol 2016	Ansoddol yn unig	20 o ddefnyddwyr sylfaenol a 7 gofalwr	Bae'r Gorllewin	Cyfweliad 1:1	Pobl hŷn
Accessing and Paying for Social Care in Wales: A People's Perspective	Ansoddol a Meintiol	Ni cheir cyfeiriad uniongyrchol ato	Bae'r Gorllewin	Adolygiad o dystiolaeth ac ymchwil annibynnol ychwanegol	Pobl hŷn