



# We ♥ Morriston



## Cynhwysiant ac Integreiddiad: Datgloi Pŵer Cyd-gynhyrchu

Creu cyfleoedd ar gyfer cyfranogiad cyfartal a grymu-so cymunedau i weithredu.

### MWY YN NHREFORYS...

...nag y byddech chi'n ei feddwl

Yr hyn rydyn ni'n ei wybod	Yr hyn rydyn ni'n dda yn ei wneud	Yr hyn rydyn ni'n poeni amdano
<ul style="list-style-type: none"> <li>Cerddoriaeth</li> <li>T.G.</li> <li>Rheoli</li> <li>Buddsoddiad</li> <li>Cynllunio</li> <li>Marchnata</li> <li>Trefnu</li> <li>Iechyd a Diogelwch</li> <li>Hylendid bwyd</li> <li>Gwerthu</li> <li>Ieithoedd</li> <li>Cyfathrebu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Coginio</li> <li>Gwasanaethu</li> <li>Paentio wynebau</li> <li>Gwau</li> <li>Celf</li> <li>Gwnio</li> <li>Atgyweiriadau</li> <li>Trin gwallt</li> <li>Harddwch</li> <li>Ysgrifennu</li> <li>Cadw cofnodion</li> <li>Gweinyddiaeth</li> <li>Logisteg</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Teulu</li> <li>Cymuned</li> <li>Cyfeillgarwch</li> <li>Iechyd</li> <li>Natur</li> <li>Amgylchedd</li> <li>Elusennau</li> <li>Garddio</li> <li>Ffydd</li> <li>Gwirfoddoli</li> <li>Barddoniaeth</li> <li>Ieithoedd</li> <li>Ffotograffiaeth</li> </ul>

ASEDAU, CYFRANOGIAD AC INTEGREIDDIAD CYMUNEDOL: GWEITHREDU YN LLEOL  
 Mae prosiect CAPITAL wedi'i arannu gan y Sefydliad Iechyd. Ei nod yw cryfhau cysylltiadau cymdeithasol yn y gymuned a sicrhau lesiant gwell i bawb.

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales | tai pawb | The Health Foundation

Awduron: Stepheni Kays, Rebecca Fogarty, Dr Charlotte Grey a Ceri Meloy

Cyfranwyr: Dr Gill Richardson, Alicja Zalesinska, Caroline Whittaker, Helen Green, Lauren Couzens ac Anne Hubbard



## Diolchiadau

### Gyda chefnogaeth y Sefydliad Iechyd

ISBN 978-1-78986-154-359

© 2020 Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Gellir atgynhyrchu'r deunydd a gynhwysir yn y ddogfen hon o dan delerau'r Drwydded Llywodraeth Agored (OGL)

[www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/](http://www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/)

cyn belled â'i fod yn cael ei wneud yn gywir ac nad yw'n cael ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol.

Cydnabyddiaeth i'w nodi i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Mae hawlfraint yn y drefn deipograffyddol, y dyluniad a'r gosodiad yn perthyn i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

# Cynnwys

<b>Crynodeb Gweithredol</b>	<b>2</b>
<b>1.0 Cefndir</b>	<b>4</b>
1.1 Cyfalaf cymdeithasol fel penderfynydd iechyd	4
1.2 Cymunedau sy'n cael eu hanwybyddu a'u hallgau	4
1.3 Dull Datblygu Cymunedol yn Seiliedig ar Asedau i adeiladu cyfalaf cymdeithasol	6
<b>2.0 Trosolwg o'r prosiect</b>	<b>7</b>
2.1 Trosolwg o gyflawni'r prosiect	10
2.2 Dulliau a chanfyddiadau	12
<b>3.0 Methodoleg gwerthuso</b>	<b>18</b>
3.1 Newidynnau a gasglwyd	18
3.2 Cyfranogwyr y gwerthusiad	20
3.3 Cyfyngiadau	21
<b>4.0 Canlyniadau</b>	<b>22</b>
4.1 Nodweddion demograffeg cymdeithasol	22
4.2 Canfyddiadau'r raddfa Cynnwys Eraill yn yr Hunan	23
4.3 Canfyddiadau Mesur Cydnerthedd Oedolion	25
4.4 Cyfweliadau Ansoddol	28
4.5 Sylwadau'r Ymchwilydd	29
<b>5.0 Trafodaeth</b>	<b>31</b>
5.1 Sefydlu a oedd yr ymyrraeth wedi gweithio neu wedi methu a sail y canlyniad a gyflawnwyd, h.y. a yw'r broses hon o gydweithio ar brosiect Datblygu Cymunedol yn Seiliedig ar Asedau wedi gwella cyfalaf cymdeithasol mewn grwpiau sydd wedi'u hallgau	31
5.2 Gwerthuso proses ymyrraeth ABCD a nodi mecanweithiau sy'n atal neu'n gwella potensial yr ymyrraeth ABCD i wella integreiddio, yn benodol cyfalaf cymdeithasol, yn ogystal â derbynioldeb a dichonoldeb defnyddio dull ABCD	32
5.3 Adeiladu gallu llunwyr polisi a phenderfyniadau lleol i ymgysylltu â grwpiau 'angen eu cyrraedd' traddodiadol a chyd-gynhyrchu gwasanaethau a chyfleusterau	33
<b>6.0 Adeiladu cyfalaf cymdeithasol wrth gadw pellter cymdeithasol</b>	<b>34</b>
<b>7.0 Cynaliadwyedd</b>	<b>34</b>
<b>Rhestr Cyfeiriadau</b>	<b>35</b>
<b>Llyfryddiaeth</b>	<b>36</b>

# Crynodeb Gweithredol

Mae'r prosiect CAPITAL yn rhan o raglen 'Gweithredu ar benderfynyddion cymdeithasol iechyd' y Sefydliad Iechyd. Mae'r Sefydliad Iechyd yn elusen annibynnol sydd wedi ymrwymo i sicrhau gwell iechyd a gofal iechyd i bobl yn y DU (Y Sefydliad Iechyd, 2021).

<https://phw.nhs.wales/>

<https://www.taipawb.org/>

<https://www.wlga.wales/wales-strategic-migration-partnership/>

Canolbwyntiodd y prosiect CYFALAF (Asedau, Cyfranogiad, ac Integreiddiad Cymunedol – Gweithredu yn Lleol) ar adeiladu cyfalaf cymdeithasol fel penderfynydd iechyd a llesiant, trwy ddod â dau grŵp ynghyd sy'n cael eu hystyried yn 'agored i niwed' neu 'wedi'u hallgau'n gymdeithasol' o fewn y gymuned a'u grymuso - tenantiaid tai cymdeithasol a phobl sy'n ceisio noddfa (ceiswyr lloches a ffoaduriaid).

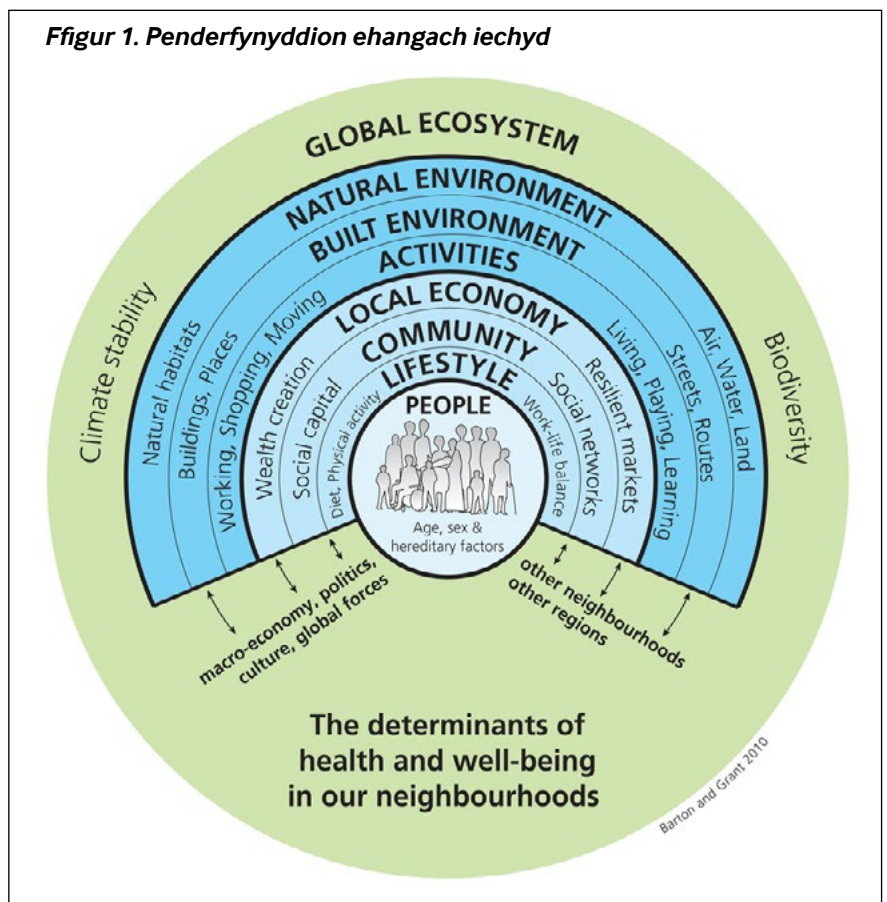
Gweithiodd y prosiect CYFALAF i fynd i'r afael â chyfranwyr cymdeithasol iechyd a llesiant gwael, megis unigrwydd ac unigedd, trwy astudio'r hyn sy'n effeithiol wrth adeiladu a chryfhau cysylltiadau cymunedol fel bondiau cymdeithasol a phontydd cymdeithasol, a elwir gyda'i gilydd yn 'gyfalaf cymdeithasol'. Mae cyfalaf cymdeithasol yn benderfynydd ehangach pwysig o iechyd sy'n cefnogi gwell llesiant ac adferiad cyflymach o afiechyd (**Ffigur 1. Penderfynyddion Ehangach Iechyd**).

Mae'r prosiect yn seiliedig ar ddatblygu cymunedol seiliedig ar asedau. Nod y prosiect oedd ymgysylltu ag oddeutu 50 o bobl o bob rhan o'r ddau grŵp i'w helpu i nodi eu hasedau unigol, grŵp a chymunedol, yn ogystal â rhwystrau hunan-ddynodedig i integreiddio a llesiant trwy weithdai mapio asedau. Yn ogystal, creodd y gweithdai gyfle i recriwtio 20 o gyfranogwyr craidd, cymysgedd o denantiaid tai cymdeithasol a phobl sy'n ceisio noddfa i ffurfio'r Grŵp Gweithredu.

Ymunodd 16 o bobl â'r Grŵp Gweithredu a gadawodd 3 oherwydd newid mewn amgylchiadau ac ymrwymadau eraill.

Cefnogwyd y 13 cyfranogwr yng 'Ngrŵp Gweithredu' y prosiect i weithio gyda'i gilydd i ddefnyddio ac adeiladu ar eu hasedau i fynd i'r afael â rhwystrau a rennir. Gyda dechrau'r pandemig COVID-19, gadawodd mwy o bobl y grŵp oherwydd iechyd, materion personol ac ymrwymadau addysgu gartref, gan adael 7 oedd yn gyson weithredol. Gweithiodd y 7 cyfranogwr yn gyd-gynhyrchol gydag Iechyd Cyhoeddus Cymru a Tai Pawb a datblygu a gweithredu eu prosiect cymunedol - 'Rydyn ni'n caru Treforys'.

**Ffigur 1. Penderfynyddion ehangach iechyd**



Trwy gydol y pandemig a'r cyfnod clo, roedd y grŵp yn cyfarfod yn wythnosol ac yn cadw mewn cysylltiad trwy eu grŵp 'WhatsApp'.

## Mae'r 7 cyfranogwyr:

- Yn adrodd am gysylltiad cryfach â'u cymdogion a chysylltiadau sylweddol agosach o fewn y Grŵp Gweithredu; maent yn teimlo fel 'teulu'.
- Yn adrodd am deimlad cryf o berchnogaeth ar eu prosiect hunan-ddynodedig (cylchlythyr cymunedol) oherwydd eu bod wedi chwarae rhan lawn a chyfartal yn y broses o wneud penderfyniadau, cynllunio a gweithredu'r prosiect.
- Mae gweithio gyda'i gilydd wedi rhoi ymdeimlad o berthyn a chyfeillgarwch i gyfranogwyr.
- Mae consensws bod angen cynnwys aelodau'r gymuned yn y broses ymgynghori a gwneud penderfyniadau cyn penderfynu ar agenda ar ddechrau'r prosiect.
- Mae cyd-gynhyrchu yn ymwneud â chynwysoldeb a rhannu pŵer yn gyfartal gan bawb sy'n cymryd rhan.
- Oherwydd Covid-19, mae'r cyfranogwyr wedi ailddiffinio 'cymuned' oherwydd yr ymglymiad ehangach ar-lein â phobl nad ydynt yn byw yn eu hardal uniongyrchol.
- Nid yw cyfranogiad a chyfraniad yn gyfyngedig i fynychu pob cyfarfod, mae'r cyfranogwyr wedi gallu rhannu syniadau, cymryd rhan a chyfathrebu ar blatfform WhatsApp y grŵp.
- Rhaid atgoffa, cefnogi a grymuso cyfranogwyr yn gyson i ymgymryd â gwahanol dasgau wrth i'r prosiect fynd yn ei flaen. Priodolir hyn i hyder isel a'r angen am 'arbenigedd proffesiynol.'
- Mae'r anallu i gwrdd wyneb yn wyneb neu i gysylltu ar-lein â phobl y tu allan i'r grŵp wedi lleihau cyfalaf cymdeithasol oherwydd cyfyngiadau Covid-19, ymrwymadau newydd, pryderon iechyd cyffredinol a diffyg rhyngwyd neu offer TG.

Mae'r canfyddiadau hyn a'n dysgu wedi'u dwyn ynghyd mewn 'pecyn cymorth' rhyngweithiol, Map Ffordd ar gyfer Cyd-gynhyrchu Cynhwysol ar gyfer llunwyr polisi a phenderfyniadau a'r rhai sy'n gweithio neu'n dymuno gweithio gyda grwpiau 'a anwybyddir' yn draddodiadol neu sydd wedi'u hallgau'n gymdeithasol gan ddefnyddio'r dulliau Datblygu Cymunedol Seiliedig ar Asedau (ABCD) a chyd-gynhyrchu.

Mae'r prosiect CAPITAL yn cyd-fynd â dyddiad strategaeth Cymru lachach Llywodraeth Cymru - 2018, ei gynllun ar gyfer Iechyd a Gofal Cymdeithasol a gweithrediad cyrff cyhoeddus o'r Nodau Llesiant fel y nodwyd yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015, yn enwedig Cymru lachach, Cymru o Gymunedau Cydlynol, Cymru mwy Cyfartal a Chymru Gydnerth.




# 1. Cefndir

## 1.1 Cyfalaf cymdeithasol fel penderfynydd iechyd

Mae Marmot yn disgrifio cyfalaf cymdeithasol fel penderfynydd iechyd pwysig, sy'n cefnogi gwell llesiant ac adferiad cyflymach o afiechyd, ac mae'n ymddangos bod cysylltiad cryf rhwng byw mewn ardal ddifreintiedig a diffyg cefnogaeth gymdeithasol. Mae cael gwared ar rwystrau i gyfalaf cymdeithasol ac ymgysylltiad cymunedol yn debygol o helpu i fynd i'r afael â'r cysylltiad rhwng iechyd gwael a chyfalaf cymdeithasol gwael, torri'r cylch amddifadedd a chynorthwyo datblygiad cymunedau cryfach (Marmot, 2010).

Gellir mynd i'r afael â chyfranwyr cymdeithasol iechyd a llesiant gwael, fel unigrwydd ac unigedd, trwy gryfhau tair elfen cyfalaf cymdeithasol;

**Tabl 1. 3 elfen cyfalaf cymdeithasol**

		
<p><b>BONDIAU CYMDEITHASOL</b> bondiau rhwng aelodau'r teulu a phobl yn eu cylch ffrindiau, clybiau neu grwpiau</p>	<p><b>PONTYDD CYMDEITHASOL</b> cysylltiadau rhwng gwahanol grwpiau o bobl a chymunedau eraill</p>	<p><b>CYSYLLTIADAU CYMDEITHASOL</b> gyda'r rhai sydd â phŵer i ddylanwadu ar newid</p>

Cymunedau cydnerth yw'r rhai sy'n gydlynol, wedi'u cysylltu'n dda ac sy'n gallu defnyddio'r adnoddau sydd ar gael gyda'i gilydd. Mae adroddiad Iechyd Cyhoeddus Cymru ar gydnerthedd yn cydnabod bod cysylltiadau cymdeithasol ac ymgysylltu â bywyd cymunedol yn rhan hanfodol o lesiant meddyliol unigolion, oherwydd ei fod yn creu ymdeimlad o berthyn, undod, ac yn gwella mecanweithiau ymdopi cryf. Mae cyfalaf cymdeithasol yn rhywbeth y gellir ei wella ar lefel leol ac unigol. Fodd bynnag, efallai na fydd buddion cyfalaf cymdeithasol yn ymestyn i bob unigolyn mewn cymuned os yw rhwydweithiau cymdeithasol yn ymrannol ac yn niweidiol i gydlyniant cymunedol' (Davies, Grey, Homolova & Bellis, 2019, t.12).

## 1.2 Cymunedau sy'n cael eu hanwybyddu a'u hallgau

Nod y prosiect CAPITAL oedd gweithio gyda chymunedau sydd â risg uwch o gael eu hallgau yn gymdeithasol - yn bennaf pobl sy'n ceisio noddfa rhag rhyfel neu erledigaeth yn eu mamwlad, a thenantiaid tai cymdeithasol. Mae tystiolaeth yn dangos bod tenantiaid tai cymdeithasol a phobl sy'n ceisio noddfa<sup>1</sup> (ceiswyr lloches a ffoaduriaid) yn fwy cyffredin yn ynysig, yn fwy tebygol o ddiodef o afiechyd meddwl a phrofi caledi economaidd na grwpiau eraill o bobl. Mae cyfalaf cymdeithasol ar gyfer y grwpiau hyn yn cael ei leihau gan ddisgwrs 'baich' y cyfeiriodd Levitas ato fel y 'disgwrs is-ddosbarth moesol' yn nhri disgwrs allgau cymdeithasol mae'n eu disgrifio, sy'n paentio rhai rhannau o'r boblogaeth fel derbynwyr goddefol lles yn hytrach na chydabod eu hadnoddau, eu cydnerthedd, a'u gallu ar gyfer hunanofal (Levitas, 2006).

1 Trwy gydol y ddogfen hon defnyddir y term 'person sy'n ceisio noddfa' neu 'bobl sy'n ceisio noddfa' i ddisgrifio'r holl geiswyr lloches, pobl y gwrthodwyd lloches iddynt a ffoaduriaid lle nad oes gwahaniaeth sylweddol rhwng y gwahanol gategoriâu cyfreithiol: mae rhai materion yn effeithio ar baw sy'n ceisio noddfa waeth ble y maen nhw ar y 'siwrnai' lloches. Nod y term hwn yw ail-ganoli'r drafodaeth ynghylch lloches a ffoaduriaid ar yr unigolion a'r cymunedau y mae'r materion hyn yn effeithio arnynt.

Canfu ymchwil a gynhaliwyd gan Sefydliad Young yng Nghymru fel a ganlyn: 'People feel that they are not involved in big decisions about policy and investment in their areas. They feel that a consequence of this is that the investment places receive mostly addresses known negative issues rather than positive opportunities and fails to secure buy-in, ownership and sustainability' (Sefydliad Young, t. 6).

Mae adroddiad gan y Fforwm Cymunedol Cenedlaethol yn darparu tystiolaeth bod y rhan fwyaf o gymunedau sefydlog ac ymfudwyr wedi gwahanu ac wedi ymddieithrio oherwydd gwahanol gamdybiaethau, yn enwedig o ran tai. Mae yna gystadleuaeth ganfyddedig am adnoddau: er enghraifft, bod ceiswyr lloches yn cael eu cartrefu mewn tai cymdeithasol, ac yn 'neidio'r ciw' o flaen pobl sydd wedi bod ar y rhestr aros. Fodd bynnag, daw'r adroddiad i'r casgliad, unwaith yr eglurwyd i bobl nad yw ceiswyr lloches yn gymwys i gael tai cymdeithasol, nad ydynt yn gymwys i gael budd-daliadau, ac na chaniateir iddynt weithio, yr ymateb yw newid barn (Fforwm Cymunedol Cenedlaethol, 2009).

### 1.2.1 Ceiswyr lloches (ceiswyr lloches a ffoaduriaid)

Mae ceisiwr lloches yn berson sydd wedi gadael ei wlad wreiddiol ac wedi gwneud cais ffurfiol am loches rhag erledigaeth neu drais mewn gwlad arall ond nad yw ei gais wedi'i gwblhau eto. Mae gwahanol gamau i'r broses o hawlio lloches, sy'n effeithio ar hawliau cyfreithiol. Ceisiwr lloches yw rhywun sy'n honni ei fod yn ffoadur ond nad yw ei hawliad wedi'i werthuso eto. Yn rhyngwladol defnyddir y term 'ffoadur' i ddisgrifio person sydd, o ganlyniad i ofn dilys o erledigaeth oherwydd hil, crefydd, cenedligrwydd, aelodaeth grŵp cymdeithasol penodol neu farn wleidyddol, yn byw y tu allan i wlad ei genedligrwydd. Mae unigolyn yn cael ei ystyried yn swyddogol yn ffoadur yn y DU pan fydd Llywodraeth y DU yn derbyn ei hawliad am loches (Hathaway, Foster & Bryne, 2014).

Dyrennir tai o dan system wasgaru'r Swyddfa Gartref, ar sail 'dim dewis', trwy ddarparwyr preifat, ac yn dibynnu ar ble mae eiddo ar gael. Efallai y bydd ceiswyr lloches yn newydd i ardal, yn byw yno am fisoedd neu weithiau am flynyddoedd yn dibynnu ar ba mor hir y mae'r Swyddfa Gartref yn ei gymryd i benderfynu ar eu hachos, neu os na fydd yr eiddo ar gael. Mae ceiswyr lloches yn profi ansicrwydd ynghylch pa mor hir y gallent aros mewn un ardal ac ar ôl i benderfyniad ar eu cais am loches gael ei wneud, mae ganddynt 28 diwrnod i 'symud ymlaen' i lety amgen, y mae angen iddynt ddod o hyd iddynt eu hunain. Mae penderfynyddion cymdeithasol eraill iechyd yn cael eu dylanwadu gan bolisi mewnffudo heb ei ddatganoli, sy'n golygu nad oes gan Senedd Cymru, ar lefel leol (Cymru), y pŵer i'w newid, oherwydd bod polisi / gweithredu yn cael ei reoli ar lefel y DU. Er enghraifft, tra bod eu cais am loches yn cael ei benderfynu, nid oes gan geiswyr lloches yr hawl i weithio ac nid ydynt yn gymwys i gael buddion prif ffrwd. Yn lle hynny, maen nhw'n derbyn £37.75 y pen yr wythnos mewn cymorth lloches ([GOV.UK](https://www.gov.uk)). Mae'r polisi hwn yn eu heithrio rhag unrhyw waith sy'n ceisio gwella cyfraddau cyflogaeth gyda'r effaith ddilynol ar ganlyniadau iechyd.

Mae pobl sy'n ceisio noddfa yn adrodd yn aml bod y broses loches ei hun yn niweidiol i'w hiechyd a'u llesiant, yn enwedig iechyd meddwl (Mind Cymru, 2017). Mae integreiddio llwyddiannus yn helpu pobl i wireddu eu potensial llawn ac yn ei gwneud hi'n haws iddynt gael mynediad at wasanaethau, yn lleihau anghydraddoldebau addysgol ac iechyd, yn eu helpu i ddod o hyd i swyddi ac, yn sylfaenol, mae'n sail i gydlyniant cymdeithasol a grymuso cymunedol (Smith, 2015). Gall buddsoddi mewn cyfalaf cymdeithasol greu amgylchedd ffafriol sy'n hwyluso integreiddio effeithlon ac effeithiol pan roddir caniatâd i aros.



## 1.2.2 Tenantiaid Tai Cymdeithasol

Mae tenantiaid tai cymdeithasol fel poblogaeth yn profi heriau penodol, ac mae llawer ohonynt yn debyg i'r rhai a brofir gan gymunedau sy'n ceisio noddfa. Mae ymchwil wedi dangos bod problemau iechyd meddwl yn debygol o fod yn fwy cyffredin ymhlith tenantiaid tai cymdeithasol nag ymhlith perchnogion tai (Johnson, Griffiths & Nottingham, 2006). Yn gysylltiedig mae'r cysylltiad rhwng dibynnu ar daliadau lles (sy'n lleihau) ac iechyd meddwl, gyda thystiolaeth ddiweddar bod toriadau i fudd-dal tai wedi cynyddu mynychder symptomau iselder yn uniongyrchol (Reeves, Clair, McKee & Stuckler, 2106). Dangosodd dadansoddiad manwl o ganlyniadau Arolwg Cenedlaethol 2019-20 ar gyfer Cymru, wrth reoli am ystod eang o ffactorau eraill, fod pobl yn llawer mwy tebygol o fod wedi'u hamddifadu'n faterol os ydynt yn byw mewn tai cymdeithasol; bod â boddhad bywyd isel i isel iawn; a bod wedi gwahanu neu ysgaru (Llywodraeth Cymru).

Yn y DU, mae tenantiaid tai cymdeithasol a drosglwyddodd i Gredyd Cynhwysol yn profi anawsterau ariannol difrifol. Ledled y DU, lefel yr ôl-ddyledion rhent ar gyfartaledd ar gyfer y grŵp hwn yw £131 yr wythnos, ond mae hyn yn fwy na threblu yng Nghymru i £450 o dan Gredyd Cynhwysol (Protheroe, Mudd & Fury, 2017). Gall problemau iechyd meddwl a salwch meddwl achosi problemau sylweddol, a gall rhai ohonynt arwain at ddigartrefedd. Cydnabuwyd bod angen i sectorau tai a sectorau eraill wella'r ffyrdd y gellir helpu pobl â materion iechyd meddwl i ddod o hyd i lety a'i gadw ac i fyw mor annibynnol â phosibl (Sefydliad Iechyd Meddwl, 2016). Gellir hwyluso a harneisio'r annibyniaeth hon trwy ddulliau sy'n seiliedig ar asedau a'u cynnal trwy gyfalaf cymdeithasol cryfach y gall pobl ei ddefnyddio ar adegau o anhawster.

## 1.3 Dull Datblygu Cymunedol yn Seiliedig ar Asedau i adeiladu cyfalaf cymdeithasol

Mae Datblygu Cymunedol Seiliedig ar Asedau (ABCD) yn **'adeiladu ar yr asedau sydd eisoes i'w cael yn y gymuned ac yn ysgogi unigolion, cymdeithasau a sefydliadau i ddod ynghyd i adeiladu ar eu hasedau a pheidio â chanolbwyntio ar eu hanghenion. Yr allwedd yw dechrau defnyddio'r hyn sydd eisoes yn y gymuned'** (Pecyn cymorth ABCD, t.1). Mae tystiolaeth sylweddol bod gan ddulliau sy'n seiliedig ar asedau ganlyniadau cadarnhaol ar gyfer unigolion, gan gynnwys ar gyfer grwpiau ymylol. Yng Nghymru, defnyddiodd prosiect 'Adeiladu Bywoliaethau a Chryfhau Cymunedau yng Nghymru' (2012-16) Oxfam Cymru eu Dull Bywoliaethau Cynaliadwy (SLA), sy'n dechrau o'r man cychwyn bod gan bawb sy'n profi tloidi neu ymyleiddio ryw fath o ased neu allu y gellid adeiladu arno i wella eu sefyllfa (Oxfam Cymru). Yn ôl Dr. Shepherd, wrth ysgrifennu mewn adroddiad lechyd Cyhoeddus Cymru, mae meithrin perthnasoedd effeithiol rhwng gwahanol grwpiau yn cryfhau cysylltiad cyfalaf cymdeithasol sy'n mynd y tu hwnt i gyfyngiadau grwpiau homogenaidd i 'gymdeithas sifil ehangach a chreu cydnerthedd ar lefel gymunedol' (Shepherd, 2013, t. 18).





## 2.0 Trosolwg o'r prosiect

Roedd y prosiect '**Asedau, Cyfranogiad ac Integreiddiad Cymunedol: Gweithredu yn Lleol (CAPITAL)**' yn canolbwyntio ar ddod â phobl ynghyd o wahanol gefndiroedd na fyddent fel arfer yn rhyngweithio â'i gilydd, yn benodol tenantiaid tai cymdeithasol a phobl sy'n ceisio noddfa (ceiswyr lloches a ffoaduriaid), i gymryd rhan mewn prosiect Datblygu Cymunedol yn Seiliedig ar Asedau (ABCD) yn Nhreforys, Abertawe.

### Nod dull y prosiect oedd:

- Hwyluso adeiladu perthynas rhwng pobl sy'n ceisio noddfa a chymunedau sefydlog yng Nghymru fel yr eglurwyd uchod.
- Cynhyrchu canllawiau ar sail tystiolaeth i helpu i gefnogi cyrff cyhoeddus i ailadrodd y dull hwn mewn rhannau eraill o Gymru.
- Cyd-gynhyrchu adnoddau ar gyfer llunwyr polisi a phenderfyniadau i gefnogi mwy o ymgysylltiad â grwpiau sydd wedi'u hallgau'n gymdeithasol.
- Casglu tystiolaeth o ABCD fel dull llwyddiannus o 'gryfhau cymunedau' fel penderfynydd iechyd ehangach.

### Amcanion y prosiect oedd:

- Profi effaith dull ABCD o gynyddu cyfalaf cymdeithasol yn y gymdogaeth a ddewiswyd, trwy ddod â gwahanol grwpiau i weithio ar syniad prosiect hunan-ddynodedig.
- Adeiladu gallu'r gymuned leol i ymateb i'r anghenion y maent yn eu nodi yn eu hardal leol trwy hwyluso gwahanol sesiynau sy'n eu helpu i fagu hyder, gwaith tîm a datblygu sgiliau a gwybodaeth i ddatblygu'r prosiect.
- Adeiladu gallu llunwyr polisi a phenderfyniadau lleol i ymgysylltu â grwpiau a 'anwybyddir ac a eithrir' yn draddodiadol a chyd-gynhyrchu gwasanaethau a chyfleusterau. Cyflwyno a chynnwys y rhai sy'n gwneud penderfyniadau a rhanddeiliaid yn y prosiect o'r cychwyn cyntaf a rhannu dysgu ar arfer gorau a chynhyrchion sy'n deillio o'r gwaith hwn wedi hynny.
- Hyrwyddo asedau'r gymuned ar waith i leihau stigma a gwahaniaethu, a thrwy hynny gynyddu cyfalaf cymdeithasol yn y cymunedau cyfagos. Rhannu a rhoi cyhoeddusrwydd eang i'r gwaith a wneir gan y cyfranogwyr i dynnu sylw at lwyddiant.

### Cyllid

Mae'r prosiect CAPITAL yn rhan o raglen 'Gweithredu ar benderfynyddion cymdeithasol iechyd' y Sefydliad Iechyd. Nod y rhaglen hon yw ariannu prosiectau sy'n dangos y potensial i wella iechyd trwy weithredu ar ystod o benderfynyddion cymdeithasol, yn unol ag amcan y [Strategaeth Bywydau Iach](#) i ysgogi gweithredu traws-sector ar benderfynyddion cymdeithasol iechyd ar lefel genedlaethol a lleol.

Ariannwyd y prosiect i ddechrau am 18 mis, ond cafodd ei ymestyn oherwydd COVID-19 i 23 mis, gan y Sefydliad Iechyd, gan ddechrau ym mis Ebrill 2019 a'i ymestyn tan 31 Mawrth 2021.

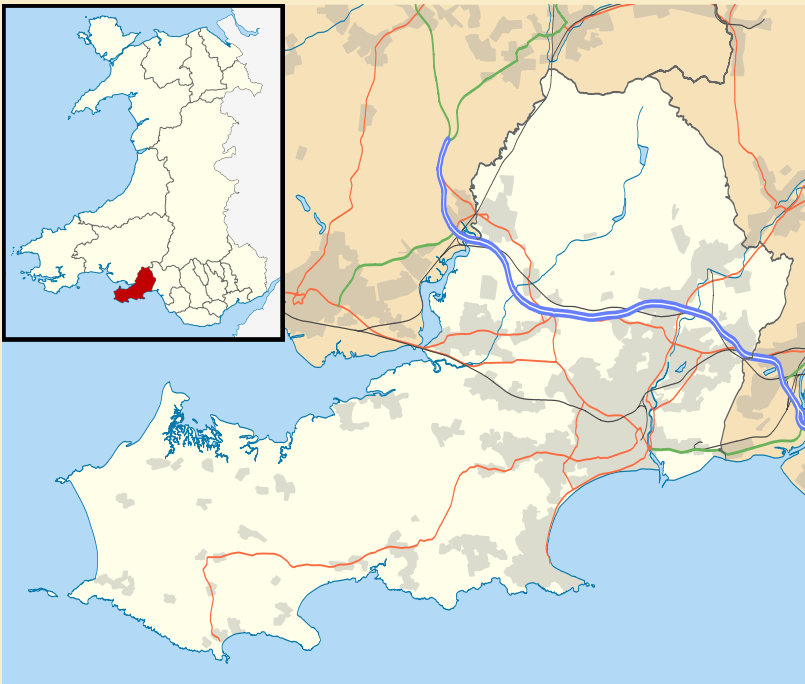
### Rheolaeth

Rheolir y prosiect CAPITAL gan Iechyd Cyhoeddus Cymru; yr asiantaeth iechyd cyhoeddus genedlaethol yng Nghymru sy'n bodoli i amddiffyn a gwella iechyd a llesiant a lleihau anghydraddoldebau iechyd, mewn partneriaeth â Tai Pawb, sefydliad sy'n hyrwyddo cyfiawnder cymdeithasol a chydraddoldeb mewn tai yng Nghymru, a Phartneriaeth Ymfudo Strategol Cymru, sy'n darparu arweinyddiaeth strategol, cyngor a chydlynu ar ymfudo yng Nghymru, dan ofal Cymdeithas Llywodraeth Leol Cymru.

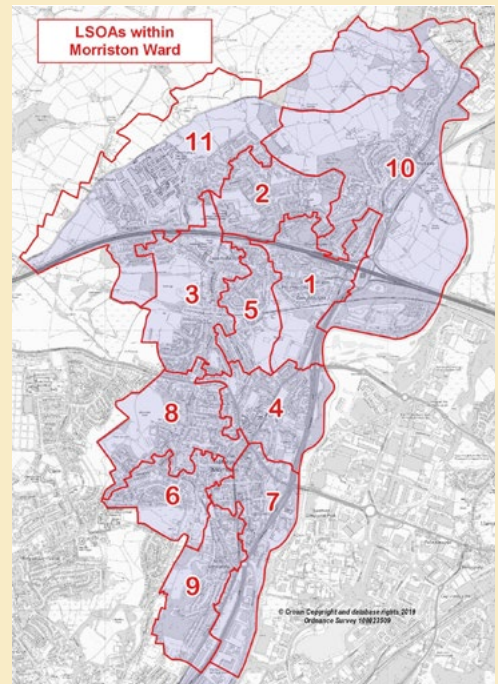
## Ynglŷn â Threforys

Gwnaed y gwaith gyda'r gymuned yn ardal Treforys yn Abertawe. Dewiswyd yr ardal hon fel lleoliad y peilot ar ôl archwilio ystod o ffactorau, gan gynnwys lefelau y gwahanol fathau o dai a gweithgareddau datblygu cymunedol presennol (Ffigur 2). Mae Treforys yn ward etholiadol yn Abertawe a hi yw'r ward fwyaf yn ninas a sir Abertawe. Mae'r rhan fwyaf o drigolion Treforys wedi'u geni yng Nghymru, ond mae hefyd yn ardal lle mae ceiswyr lloches wedi'u gwasgaru, a lle mae ffoaduriaid a phobl eraill a anwyd y tu allan i'r DU yn ymgartrefu (Cyngor Abertawe, 2020). Abertawe ynghyd â Chaerdydd a Chasnewydd yw'r tair dinas wasgaru yng Nghymru, ynghyd â thref Wrecsam. Os anfonir ceiswyr lloches i Abertawe o dan system wasgaru'r Swyddfa Gartref a bod tai ar gael yn Nhreforys trwy Clearsprings<sup>2</sup>, bydd ceiswyr lloches yn cael eu cartrefu yno.

**Ffigur 2. Map o Dreforys, Abertawe, De Cymru**



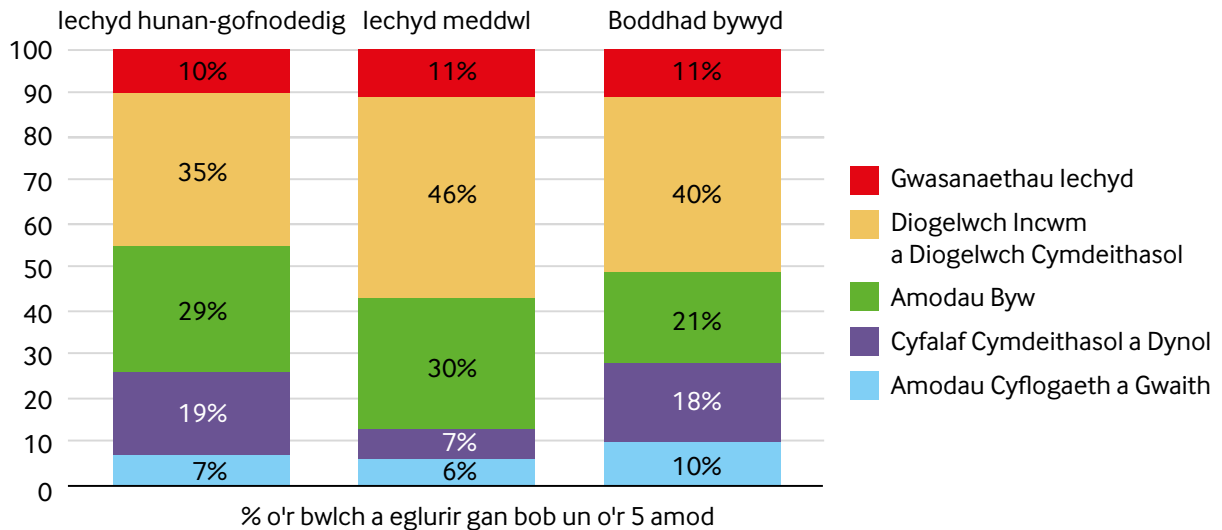
**Ffig: 3. Daearyddiaeth yr Ardal Cynnyrch Ehangach Haen Is (LSOA)**



Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (WIMD) 2019 yn seiliedig ar ddaearyddiaeth yr Ardal Cynnyrch Ehangach Haen Is (LSOA) - mae Treforys yn cynnwys un ar ddeg o LSOAs. Treforys 5 oedd y mwyaf difreintiedig yn y mynegai cyffredinol (13eg o 148 yn Abertawe, 95ain o 1,909 yng Nghymru), ac yna Treforys 7 a 9. Treforys 11 a 2 yw'r rhai lleiaf difreintiedig yn gyffredinol. Mae Treforys 5 a 7 yn gymharol uchel ym meysydd incwm, cyflogaeth ac iechyd. Mae Treforys 6, 7 a 9 hefyd yn gymharol uchel o ran diogelwch cymunedol. Mae Treforys 9 hefyd yn y degradd uchaf yng Nghymru ym maes iechyd.

Mae Adroddiad Statws Tegwch Iechyd Ewrop Sefydliad Iechyd y Byd (WHO) yn tynnu sylw at y pum amod hanfodol sydd eu hangen i fyw bywyd iach, y mae cyfalaf cymdeithasol a dynol yn un ohonynt. Mae eu dadansoddiad dadelfennu o gyfraniadau'r pum amod at anghydraddoldebau mewn iechyd hunan-gofnodedig yn dangos bod cyfalaf cymdeithasol a dynol yn cyfrif am 19% o anghydraddoldebau iechyd y bwllch, o'i gymharu â dim ond gwahaniaeth o 10% yn ansawdd, argaeledd a fforddiadwyedd gwasanaethau iechyd. Mae hyn yn dangos bod 'Canlyniadau addysgol, lefelau ymddiriedaeth yn eraill ac ymdeimlad o reolaeth dros y ffactorau sy'n dylanwadu ar gyfleoedd a dewisiadau unigolyn mewn bywyd yn hanfodol i lesiant ac iechyd' (WHO, 2019).

<sup>2</sup> Darparwr gwasanaethau llety i'r Swyddfa Gartref ar gyfer ceiswyr lloches, er 2000 yng Nghymru.

**Ffigur 4. Cyfraniadau'r Pum Amod Hanfodol at anghydraddoldebau mewn iechyd hunan-gofnodedig, iechyd meddwl a boddhad bywyd (gwledydd yr UE)****Tabl 2. Trosolwg o nodweddion nodweddiadol cyfranogwyr (Mae'r canfyddiadau'n seiliedig ar y wybodaeth a gynhyrchwyd o'r prosiect trwy drafodaethau â chyfranogwyr y prosiect a gwerthuso)**

	Galluogwyr	Straenwyr
<b>Ceiswyr noddfa</b>	Prosiectau integreiddio a mynediad at wasanaethau	Yn newydd i'r ardal, heb fawr o ddewis o ran ble maen nhw'n byw
	Ymwybyddiaeth a mynediad at wasanaethau cymorth	Cyllid cyfyngedig
	Canolfannau galw heibio i gysylltu ag eraill mewn amgylchiadau tebyg am gefnogaeth	Ansicrwydd ynghylch statws
	Cyfleoedd gwirfoddoli a hyfforddi	Heb ganiatâd i weithio
<b>Tenantiaid tai cymdeithasol</b>	Ymwybyddiaeth a mynediad at wasanaethau cymorth	Incwm isel
	Cyfleoedd gwirfoddoli	Cyfraddau diweithdra uchel
	Cyfleoedd hyfforddi a mynediad i addysg uwch i oedolion	Addysg isel
	Sefydliadau a grwpiau sy'n lloïo dros gydraddoldeb ym maes tai	Opsiynau tai annigonol
<b>Cyffredinedd rhwng y ddau grŵp</b>	Ynysig yn gymdeithasol, lefelau uchel o ddiweithdra, iechyd meddwl gwael	
<b>Gwerth ychwanegol y prosiect CAPITAL</b>	Gellir mynd i'r afael â chyfranwyr cymdeithasol iechyd a llesiant gwael, fel unigrwydd ac unigedd, trwy gryfhau cyfalaf cymdeithasol; Mae cael gwared ar rwystrau i gyfalaf cymdeithasol ac ymgysylltiad cymunedol yn debygol o helpu i fynd i'r afael â'r cysylltiad rhwng iechyd gwael a chyfalaf cymdeithasol gwael, gan dorri cylch amddifadedd a chynorthwyo i ddatblygu cymunedau cryfach (Marmot, 2010).	
	Gall buddsoddi mewn cyfalaf cymdeithasol greu amgylchedd sy'n ffafriol i'r marcwyr cyfyngedig hynny yn cael eu cwrrd yn gyflymach os a phryd y rhoddir caniatâd i aros. Mae integreiddio llwyddiannus yn helpu pobl i wireddu eu potensial llawn ac yn ei gwneud hi'n haws iddynt gael mynediad at wasanaethau, yn lleihau anghydraddoldebau addysgol ac iechyd, yn eu helpu i ddod o hyd i swyddi ac, yn hollbwysig, yn sail i gydlynid cymdeithasol a grymuso cymunedol.	

## 2.1 Trosolwg o gyflawni'r prosiect

Oherwydd yr achosion o COVID-19 a ddigwyddodd yn ystod Cam Cyflawni 2, cododd llawer o heriau yn bennaf oherwydd pwysigrwydd adeiladu cyfalaf cymdeithasol trwy fondio, pontio, a chysylltu trwy waith wyneb yn wyneb. Rhoddwyd pwysau ychwanegol ar y cyfranogwyr ac roedd yr ymgysylltiad yn is na'r disgwyl. Rhoddwyd adnoddau a chefnogaeth ar waith i sicrhau bod cyfranogwyr yn aros yn gysylltiedig ac yn parhau i gymryd rhan yn y prosiect trwy gyfarfodydd rhithwir ar Zoom a thrwy sgwrs WhatsApp.



### Gellir rhannu cyflawniad y prosiect i'r camau canlynol:

1. **Awst - Hydref 2019** - Ymgysylltu cychwynnol a recriwtio cyfranogwyr trwy weithdai mapio asedau mewn grwpiau homogenaidd: ceiswyr noddfa a'r rhai nad oeddent yn geiswyr noddfa.
2. **Tachwedd 2019 - Mawrth 2020** - Dod ag unigolion ynghyd i ffurfio'r 'Grŵp Gweithredu' heterogenaidd.
3. **Mai 2020 - Mawrth 2021** - Prosiect wedi'i gyd-gynhyrchu
4. **Rhagfyr 2020 - Mawrth 2021** - Gwerthuso effaith
5. **Ionawr - Mawrth 2021** - Lledaenu, rhannu dysgu ac adnoddau.

### Mapio asedau

Mapio asedau yw'r broses o gasglu gwybodaeth am y cryfderau a'r adnoddau yn y gymuned i helpu i ddod o hyd i atebion i broblemau sy'n bodoli, hyrwyddo cyfranogiad cymunedol, perchnogaeth a grymuso (Pecyn Cymorth ACBD). Gall dulliau seiliedig ar asedau o wella iechyd gynyddu cyfalaf cymdeithasol a datblygu ffyrdd gwell o ddarparu gwasanaethau (Canolfan Iechyd Poblogaeth Glasgow, 2011 t. (16). Nod y prosiect CAPITAL oedd ymgysylltu â thua 50 o bobl o bob rhan o'r ddau grŵp yn Nhreforys i'w helpu i nodi eu hasedau unigol, grŵp a chymunedol, yn ogystal â rhwystrau hunan-ddynodedig i integreiddio a llesiant.

### Grŵp Gweithredu

Gwahoddwyd cyfranogwyr i ffurfio 'Grŵp Gweithredu' a chymryd rhan mewn prosiect ABCD, gyda grant o £2500 gan y Sefydliad Iechyd. Nod y Grŵp Gweithredu oedd:

- Profi'r theori o ymgysylltu â gwahanol rannau o gymdogaeth gan ddefnyddio dull ABCD cyfranogol ar y cyd
- Cyfrannu at lefelau uwch o gyfalaf cymdeithasol ar lefel unigolyn a chymuned.

Cefnogwyd y cyfranogwyr yng 'Ngrŵp Gweithredu' y prosiect i weithio gyda'i gilydd i ddefnyddio ac adeiladu ar eu hasedau i fynd i'r afael â rhwystrau a rennir. Mae hyn yn profi effeithiolrwydd y dull datblygu cymunedol sy'n seiliedig ar asedau.

## Prosiect wedi'i gyd-gynhyrchu

Roedd cyd-gynhyrchu yn ganolog i'r prosiect, gyda'r cyfranogwyr yn gofyn yn rheolaidd beth oedd yn gweithio a beth nad oedd yn gweithio'n dda. Roedd hyn yn caniatáu i'r grŵp nodi materion a heriau yn eu cymuned leol a chamau gweithredu posibl i'w lliniaru neu eu datrys.



## Asesiad o'r effaith

### Trosolwg o'r gwerthusiad

- Demograffeg cymdeithasol
- Graddfa Cynnwys Eraill yn yr Hunan
- Dangosyddion y Swyddfa Gartref ar gyfer Fframwaith Integreiddio 2019
- Mesurau cydnerthed oedolion

Yn dilyn gwerthusiad, crëwyd pecyn cymorth i gynorthwyo darparwyr gwasanaethau lleol i ymgysylltu'n fwy effeithiol â grwpiau 'a anwybyddir ac a eithri'r', a elwir fel arall yn grwpiau 'angen eu cyrraedd' wrth gyd-gynhyrchu, gan ddefnyddio'r adborth a'r arfer gorau a nodwyd gan y prosiect.

## Lledaenu a dysgu a rennir

Roedd dau bwrpas allweddol ar gyfer rhannu'r dysgu o'r prosiect CAPITAL ynghylch cyd-gynhyrchu cynhwysol effeithiol, a photensial dulliau cyd-gynhyrchiol o ran gwasanaethau cyhoeddus wrth wella iechyd a llesiant unigolion a chymunedau.

a) Ymhelaethu ar leisiau pawb sy'n cymryd rhan yn y prosiect CAPITAL i gyflwyno dysgu a chanlyniadau a rennir.

b) Annog cyrff cyhoeddus i fabwysiadu cyd-gynhyrchu cynhwysol wrth ddatblygu a darparu gwasanaethau, rhaglenni a swyddogaethau.

## Cynulleidfa:

### Ein prif gynulleidfa yw llunwyr polisi a phenderfyniadau mewn:

- Tai cymdeithasol
- Iechyd
- Llywodraeth leol
- Llywodraeth Cymru
- Trydydd sector

### Roedd y gweithgaredd lledaenu yn cynnwys:

- Amrywiaeth o gyfleoedd gweminar ar gyfer sefydliadau cyhoeddus a thrydydd sector.
- Adroddiad gwerthuso, ynghyd â chyhoeddiadau byrrach yn manylu ar effaith dull y prosiect.
- Fideo a rannwyd trwy ymgyrch cyfryngau cymdeithasol yn tynnu sylw at gyflawniadau'r cyfranogwyr, ac effaith y prosiect ar eu bywydau a'r gymuned leol.
- Map ffordd cyd-gynhyrchu cynhwysol i ganolbwyntio ar ymgysylltu â grwpiau 'a anwybyddir' yn draddodiadol, gan dynnu ar y dysgu o weithio gyda ffoaduriaid, ceiswyr lloches a thenantiaid tai cymdeithasol ac adnoddau ac arbenigedd presennol ICC.

## 2.2 Dulliau a chanfyddiadau

### Gweithdai mapio asedau

Nod y gweithdai oedd cyflwyno cymunedau i'r cysyniad o fapio asedau, a chasglu gwybodaeth am y sgiliau, y wybodaeth a'r diddordebau brwd a geir yn y grwpiau hyn. Crëwyd gweithdai 'Darganfod eich Cryfderau' fel cyfle nid yn unig i lunio a disgrifio'r asedau a nodwyd gan gyfranogwyr mewn 'Proffil Cymunedol' gan arddangos nodweddion cadarnhaol Treforys. Roedd hefyd yn helpu unigolion a fynychodd y gweithdai hyn i nodi a chydabod eu sgiliau a'u gwybodaeth eu hunain; a thrwy hynny hybu hyder a'r gred yn eu galluoedd eu hunain.

### Adnabod cyfranogwyr

Fe wnaethon ni greu cyfathrebiadau wedi'u teilwra ar gyfer y prosiect er mwyn gallu rhoi cyhoeddusrwydd a rhannu gwybodaeth gyda gwahanol randdeiliaid; denu unigolion lleol i fod yn rhan o'r prosiect, i ymgysylltu â'r awdurdod lleol a darparwyr gwasanaeth eraill yn yr ardal yn gynnar ac i asesu eu blaenoriaethau o ran yr hyn y gall y prosiect ei gyflawni. Fe wnaeth partneriaethau â swyddogion y cyngor a darparwyr gwasanaeth ein helpu i nodi ac ymgysylltu â grwpiau a gwasanaethau cymunedol lleol a oedd yn bodoli eisoes ar gyfer cysylltiadau ag unigolion lleol a rhoi cyfle i'r Ymchwilydd Datblygu Cymunedol fynd at grwpiau cymunedol yn Nhreforys, Abertawe, i gwblhau mapio asedau yn anffurfiol.

Nododd yr Ymchwilydd Datblygu Cymunedol bum grŵp i gwblhau pum gweithdy yn amrywio o ran nifer (cyfanswm o 60 o bobl), rhwng canol mis Awst a mis Hydref 2019.

Tynnwyd grwpiau o gymunedau diddordeb homogenaidd ac unigryw, gyda'r nod o adeiladu cyfalaf bondio, cysylltiadau rhwng pobl neu grwpiau sy'n rhannu sawl nodwedd.

Ymhlith y cyfleoedd i fynd at grwpiau cymunedol yn ardal Treforys roedd:

Cysylltu â grwpiau cymunedol lleol, ysgolion, y llyfrgell, a gwasanaethau cymorth lleol i bobl sy'n ceisio noddfa (Tabl 2).

### Strwythur y gweithdy

Hwyluswyd y gweithdai ar raddfa fach gan yr Ymchwilydd Datblygu Cymunedol ac fe wnaethant redeg am oddeutu 60-120 munud.

Yna rhannwyd y cyfranogwyr yn is-grwpiau llai o 3-4 aelod (os oedd hynny'n ymarferol) ac fe'u hanogwyd i feddwl am eu cryfderau gan gwmpasu'r tair elfen ganlynol:

 <p><b>Calon</b> yr hyn y maen nhw'n angerddol amdano</p>	 <p><b>Llaw</b> yr hyn y maen nhw'n dda am ei wneud â'u dwylo</p>	 <p><b>Pen</b> yr hyn y maen nhw'n gwybod llawer amdano</p>
--	--	--

Nododd y cyfranogwyr y gwahanol gryfderau ar wahanol nodiadau gludiog o dan y tri phennawd a'u rhoi ar siart troi, yna aeth yr hwylusydd trwy'r nodiadau gyda'r grŵp, gan dynnu sylw at yr amrywiol asedau yr adroddwyd arnynt. Yna gofynnwyd i'r grŵp nodi'r rhwystrau neu'r heriau mawr sy'n eu hwynebu.

**Fig.5 Defnyddiwyd y daflen hon i ennyn diddordeb darpar gyfranogwyr ac mae ar gael yn Saesneg ac yn Gymraeg**



Ar ddiwedd y gweithdai, gwahoddwyd cyfranogwyr i gofrestru eu diddordeb i fod yn rhan o'r Grŵp Gweithredu, a chofrestrodd 24 unigolyn i fod yn rhan o'r grŵp gweithredu, mwy na'r targed gwreiddiol o 20 cyfranogwr.

## Canfyddiadau

Datgelodd y gweithdai fod gan Dreforys bobl fedrus iawn o wahanol oedrannau, diwylliannau a chefnidiroedd. Mae pobl yn llawn cymhelliant ac yn falch o'u sgiliau a'u gwybodaeth am wahanol bynciau yn gyffredinol. Casglwyd canfyddiadau'r ymarfer hwn yn 'Broffil Cymunedol', **Ffig. 6** yn disgrifio'r asedau a nodwyd gan gyfranogwyr.

Fodd bynnag, fel gydag unrhyw ardal, nododd a rhannodd rhai grwpiau heriau ac anawsterau yr oedd rhai o'r cyfranogwyr yn teimlo eu bod yn eu rhwystro i gyflawni eu potensial, neu a oedd yn gwneud byw yn Nhreforys yn anodd iddynt hwy a'u teuluoedd. **Tabl 3.**

**Tabl 3. Canfyddiadau ymgysylltiad gweithdai**

Dyddiad cyflawni	Lleoliad y grŵp	Nifer y cyfranogwyr	Dynion	Menywod	Themâu	Heriau ac anawsterau	Nifer wedi cofrestru diddordeb
18/08/2019	Pobl yn ceisio noddfa	12	8	4	Teulu, Atgyweirio, TG	Diffyg dosbarthiadau Saesneg ar gyfer Siaradwyr leithoedd Eraill (ESOL) Mae llawer o weithgareddau wedi'u lleoli yng nghanol y ddinas; mae'n bell i deithio ac yn gostus.	10
20/08/2019	Clwb 10 o'r gloch (Dros 50 oed)	23	10	13	Teulu, Gwnïo a Gwau, Posau a Chroes-eiriau	Diffyg defnydd o'r laith Gymraeg	1
18/09/2019	Grŵp rhieni, ysgol gynradd Treforys	3	1	2	Plant, Cymuned, Coginio	Problem baeddu cŵn yn yr ardal. Problem gweithgareddau prosiect tymor byr.	2
23/09/2019	Cyfeillion Parc Treforys	14	8	6	Cymuned, Materion Amgylcheddol, Trefnu	Gweithio ar wella parc Treforys ar gyfer y gymuned ehangach	2
07/10/2019	Cylch chwarae	8		8	Cymuned, Plant, Coginio	Adeiladu perthnasoedd rhwng yr henoed a phlant. Diffyg gweithgareddau ar gyfer pobl 13-17 oed	5

## Allbynnau

Crëwyd poster i ddangos casgliad o'r holl sgiliau, gwybodaeth a'r diddordebau brwd a ddarganfuwyd yn Nhreforys i dynnu sylw at yr asedau yn y gymuned honno. Mae'n dangos bod gan Dreforys ystod amrywiol a helaeth o sgiliau, profiadau a gwybodaeth y gellir eu defnyddio i wella'r gymuned, yn amrywio o TG a rheolaeth i gynllunio a threfnu. Nododd pobl yn Nhreforys hefyd fod eu teulu, eu cymuned, a gwirfoddoli, ymhlith pethau eraill, yn arbennig o bwysig iddynt. **Ffig.6**

## Grŵp Gweithredu - datblygu cyfranogwyr

Ffurfiwyd y grŵp gweithredu i edrych ar wahanol faterion a heriau yn Nhreforys, a defnyddio'r asedau a nodwyd i greu a datblygu prosiect hunan-ddynodedig dan arweiniad y gymuned.

### Nodau sylfaenol y grŵp gweithredu oedd:

1. Er mwyn galluogi'r cyfranogwyr i ddod i adnabod ei gilydd yn well.
2. Cynyddu eu hyder yn eu doniau a'u talentau eu hunain.

## Strwythur y grŵp gweithredu

Cofrestrodd 24 o gyfranogwyr ddiddordeb yn ystod y cam gweithdy. Fodd bynnag, yn ystod oes y prosiect CAPITAL, cymerodd cyfanswm o 16 ran. Nid oeddem yn gallu sefydlu'r rhesymau dros yr 8 person na pharhaodd i gymryd rhan. O'r 16, roedd 8 yn geiswyr noddfa, 5 yn denantiaid tai cymdeithasol a 3 yn berchen ar eu cartrefi ond nodwyd bod angen iddynt adeiladu perthnasoedd cryfach. Dros amser yn ystod gwahanol gamau yn y prosiect gadawodd 9 cyfranogwr y grŵp oherwydd ymrwymadau eraill, afiechyd neu adleoli.

Roedd y grŵp yn cyfarfod yn wythnosol, gyda'r grŵp yn penderfynu ar amlder a lleoliad cyfarfodydd fel rhan o'r broses gyd-gynhyrchu.

Cymerodd y gwirfoddolwyr ran mewn 6 sesiwn wedi'u hwyluso gan Tai Pawb<sup>3</sup> a Rhwydwaith Cyd-gynhyrchu Cymru<sup>4</sup> rhwng Tachwedd 2019 a Mawrth 2020.

**Ffigur 6. Proffil Cymunedol**



3 Mae Tai Pawb yn sefydliad sy'n hyrwyddo cydraddoldeb a chyfiawnder cymdeithasol mewn tai yng Nghymru. Maent yn credu bod gan bawb yr hawl i gael mynediad at dai a chartrefi o ansawdd da mewn cymunedau cydlynol a diogel, ac yn gweithio i leihau rhagfarn, anfantais a thlodi.

4 Rhwydwaith o aelodau ar draws sectorau ac ar draws Cymru sydd wedi dod ynghyd i hyrwyddo'r agenda cyd-gynhyrchu yw Rhwydwaith Cyd-gynhyrchu Cymru.



## Grŵp gweithredu - disgwyliadau

**Pan ofynasom i'r cyfranogwyr beth roeddent yn ei ddisgwyl o gymryd rhan yn y grŵp gweithredu yn ystod y sesiwn gyntaf, dywedon nhw:**

- Ceisio gwneud gwahaniaeth a llenwi bwlch
- Cyfarfod a dod i adnabod pobl
- Synnwyr o gyflawniad
- Dysgu pethau newydd amdanynt eu hunain a'u hamgylchedd
- Cynyddu rhwydweithiau - adeiladu cyfeillgarwch newydd
- Darganfod talent a sgiliau cudd
- Twf personol
- Adeiladu cymuned hapusach
- Gweithio er budd y gymuned a dod â rhywbeth cadarnhaol i'r gymuned
- Dysgu sgiliau newydd a dod i adnabod eu cymuned yn well
- Treulio amser gyda'i gilydd yn gwneud pethau gwerthfawr

## Grŵp gweithredu - gweithio gyda'n gilydd

**Cymerwyd sawl dull i gyrraedd nod y cyfarfodydd, gan gynnwys:**

- Datblygu tudalennau proffil cyfranogwyr un dudalen eu hunain - cofnodi 'pethau da' amdanynt eu hunain, yr hyn y mae teulu a ffrindiau'n ei ddweud amdanynt, eu sgiliau, eu cymwysterau a'u profiadau, ac ychwanegu ati gyda phob sesiwn wrth iddynt ddysgu pethau newydd. Helpodd y sesiwn hon y cyfranogwyr i ddatblygu hyder.
- Ymarferion adeiladu tîm, fel 'Her Malws Melys Tŵr Spageti'
- Creu mapiau asedau cymunedol o'r ardal leol, gan gynnwys map aelodau o'r grŵp 'dyma lle rwy'n byw' - i weld pa mor agos neu mor bell maen nhw'n byw oddi wrth ei gilydd gan fod Treforys yn ardal fawr.
- Rhannu straeon am eu tref enedigol, ystyr eu henw a'r hyn yr oeddent yn ei garu am Gymru.
- Sesiwn ar Gyllidebu Cyfranogol - i ddeall sut y byddai hyn yn gweithio'n ymarferol.

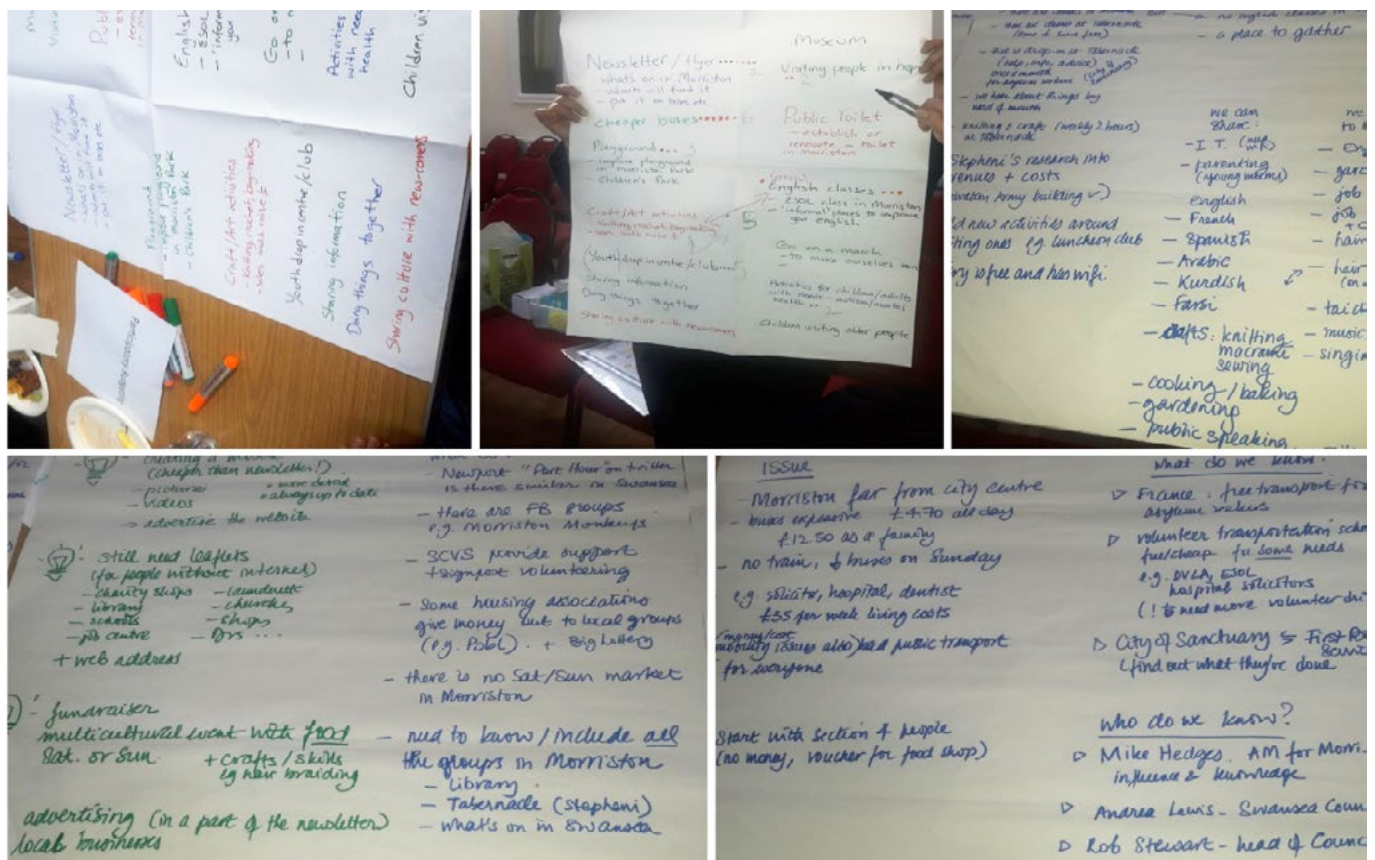
## Canlyniadau'r gweithgareddau

- Roedd datblygu eu nodweddion cadarnhaol, codi ymwybyddiaeth am wasanaethau cymorth, yr hyn y mae teulu a ffrindiau'n ei ddweud amdanynt, eu sgiliau, eu cymwysterau a'u profiadau, ac ychwanegu ati gyda phob sesiwn yn helpu'r cyfranogwyr i ddatblygu hyder.
- Trwy weithio mewn parau i adeiladu strwythur gan ddefnyddio sbageti a malws melys yn unig o fewn amser a neilltuwyd, dysgodd y cyfranogwyr am fanteision gweithio gyda'i gilydd i gyrraedd nod cyffredin.
- Roedd llunio asedau cymunedol ffisegol presennol yn Nhreforys a chreu cysylltiadau - a chasglu gwybodaeth am asedau ffisegol, megis adeiladau amlwg yn Nhreforys a'r gwasanaethau a gweithgareddau sydd ar gael wedi hwyluso adeiladu perthnasoedd ac wedi helpu'r grŵp i ddysgu mwy am yr hyn a oedd ar gael yn eu hardal.
- Rhannodd y cyfranogwyr agweddau dyfnach amdanynt eu hunain a oedd yn cynnig gwybodaeth iddynt fel mewnwelediad i wahanol ddiwylliannau, gwledydd a chefnidiroedd.
- Dysgodd y cyfranogwyr sut i weithio gyda'i gilydd fel grŵp i ddod i gonsensws ar sut y gallant ddefnyddio'r arian sydd ar gael iddynt.

## Strwythur y sesiynau

- Gweithiodd y cyfranogwyr mewn sesiynau wedi'u hwyluso i nodi materion a heriau yn eu cymuned leol, gan enwi'r heriau yr oeddent yn eu profi fel unigolion, ac ar y cyd fel cymuned a'u nodi ar bapur siart troi.
- Roedd y syniadau hyn yn ffurfio 'rhestr hir' o bethau y gellid mynd i'r afael â hwy yn eu cymuned ac fe'u harchwiliwyd trwy ymchwilio a thrafodaethau (Ffigur 7).
- Cafodd y syniadau eu categoreiddio yn ôl ymarferoldeb, gallu, ac argaeledd adnoddau.
- Yn ogystal, ymgynghorodd y cyfranogwyr â phobl eraill a oedd yn gwneud gwaith tebyg, fel gwirfoddolwr i Fyddin Iachawdwriaeth Treforys, y Cydlynnydd Ardal Leol, ac Aelod y Senedd dros Dreforys i allu gwneud penderfyniad gwybodus.
- Yn dilyn hyn, rhoddwyd 3 sticer pleidleisio i bob aelod o'r grŵp ac roeddent yn rhydd i ddewis eu blaenoriaethau o'r rhestr hir yr oedd y grŵp wedi'i datblygu. Roedd hyn yn golygu y gallai unigolyn roi ei 3 pleidlais i un mater pe bai'n teimlo'n gryf iawn yn ei gylch.

Ffigur 7. Y 'rhestr hir' o faterion a heriau a nodwyd gan gyfranogwyr



## Canfyddiadau

Cododd tri mater clir a daethpwyd i gonsensws ar syniadau prosiect i drechu'r materion hyn, fel yr amlinellir yn Nhabl 4. Er, yn dilyn dechrau'r pandemig COVID-19, y cyfnod clo a mesurau ataliol eraill a gyflwynwyd gan yr awdurdodau, gwnaeth y grŵp benderfyniad ar y cyd i ganolbwyntio ar gyflawni'r cylchlythyr.

Tabl 4. Materion cymunedol a nodwyd yn ystod y grŵp gweithredu

Angen a nodwyd	Pam fod hwn yn broblem i'r cyfranogwyr?	Canfyddiadau'r ymchwiliad	Syniad prosiect arfaethedig
Gweithgareddau cymunedol annigonol ar gael yn lleol a rhaid teithiol i ganol y ddinas, sy'n rhy ddrud i lawer o'r grŵp.	Cost teithio	Mae gweithgareddau'n digwydd yn lleol, er bod diffyg sianeli gwybodaeth er mwyn i drigolion glywed amdanynt	Creu cylchlythyr yn darparu gwybodaeth i breswylwyr am y gweithgareddau a'r cyfleusterau sydd ar gael yn eu hardal leol
Dosbarthiadau Saesneg ar gyfer Siaradwyr Ieithoedd Eraill (ESOL) heb fod ar gael yn lleol	Cost teithio, a logisteg gofal plant	Roedd gan y grŵp gyfranogwyr a oedd â'r sgiliau a'r profiad i allu dysgu Saesneg fel ail iaith	Sefydlu dosbarthiadau ESOL i wella sgiliau iaith Saesneg
	Rhwyrstr i gydlyniant cymunedol	Gan ddefnyddio'r asedau sy'n bodoli yn y grŵp, gellid dod â mwy o bobl ynghyd i adeiladu cymuned fwy cydlynol, tacllo unigedd a chreu ysbryd cymunedol	Sefydlu sesiynau dysgu i rannu gwybodaeth ac addysgu gwahanol bynciau o ddi-ddordeb
Argaeledd cyfyngedig o gyfleoedd ar gyfer dysgu a rhannu syniadau a gweithgareddau newydd a gwahanol	Rhwyrstr i gydlyniant cymunedol	Gan ddefnyddio'r asedau sy'n bodoli yn y grŵp, gellid dod â mwy o bobl ynghyd i adeiladu cymuned fwy cydlynol, tacllo unigedd a chreu ysbryd cymunedol	Sefydlu sesiynau dysgu i rannu gwybodaeth ac addysgu gwahanol bynciau o ddi-ddordeb

## Allbynnau

Er gwaethaf y rhwystrau cynyddol a ffurfiwyd gan bandemig COVID-19, mae'r grŵp gweithredu mewn partneriaeth ag staff Iechyd Cyhoeddus Cymru a Tai Pawb wedi llwyddo i:

- ✓ Cynhyrchu chwe chylchlythyr
- ✓ Sefydlu ei sianeli cyfathrebu ei hun, fel sgwrs WhatsApp, cyfrif Twitter a defnyddio Zoom ar gyfer cyfarfodydd
- ✓ Ymgysylltu â rhanddeiliaid lleol fel cyflwyno yn Fforwm Adfywio Treforys, sy'n grŵp partneriaeth sy'n gweithio gyda'i gilydd i gefnogi adfywiad economaidd yr ardal leol
- ✓ Fe wnaethant ffurfio eu prosiect hunan-ddynodedig (prosiect Rydyn ni'n caru Treforys) gyda'i hunaniaeth ei hun a datblygu logo 'Rydyn ni'n caru Treforys'

Ffigur 9. Logo prosiect 'Rydyn ni'n caru Treforys'

**We ♥  
Morrison**

Ffigur 8. Cylchlythyr Rhagfyr

**Morryston Community NEWSLETTER** December 2020 Issue 7

**We ♥ Morryston**

We Love Morryston is a group of different people who have come together to build relationships and stronger connections in the community, improve their local area and achieve better well-being for everyone.

Phone: 07880070033  
@WeLoveMorryston  
Email: welovemorryston2020@gmail.com

**Christmas Recipe: Homemade Baklava**

**Ingredients:**

**For the baklava:**

- 1 Pound of chopped nuts (walnuts, or pistachios are best)
- 1 Pound of phyllo dough
- 1 Cup of butter, melted
- 1/5 Cup of sugar
- 1 Teaspoon of ground cinnamon

**For the syrup:**

- 1 Cup of water
- 1 Cup of sugar
- 1/2 Cup of honey
- 2 Tablespoons of lemon juice
- 1 Cinnamon stick

**Method:**

1. Preheat oven to 180 degree C
2. Make the Honey Syrup
3. Make the Nut Mixture
4. Prepare the Phyllo Pastry
5. Assemble the First Few Layers of Baklava
6. Distribute some of the Nut Mixture
7. Continue Assembling the Baklava
8. Cut the Baklava into Pieces
9. Bake for 30 minutes
10. Pour Syrup. Let COOL. Garnish

## 3.0 Methodoleg gwerthuso

Nod y gwerthusiad oedd penderfynu a oedd yr ymyrraeth wedi cyflawni ei nodau a'i amcanion.

- I sefydlu a oedd yr ymyrraeth wedi gweithio neu wedi methu a sail y canlyniad a gyflawnwyd, h.y., os yw'r broses hon o weithio gyda'n gilydd ar brosiect Datblygu Cymunedol yn Seiliedig ar Asedau wedi gwella cyfalaf cymdeithasol mewn grwpiau sydd wedi'u hallgau.
- Gwerthuso proses ymyrraeth ABCD a nodi mecanweithiau sy'n atal neu'n gwella potensial yr ymyrraeth ABCD i wella integreiddio, yn benodol cyfalaf cymdeithasol, yn ogystal a pha mor dderbyniol a dichonol yw defnyddio dull ABCD.

Defnyddiwyd dull dulliau cymysg i werthuso'r effaith ar gyfranogwyr o gymryd rhan yn y prosiect Datblygu Cymunedol yn Seiliedig ar Asedau. Defnyddiwyd cyfuniad o ddulliau meintiol ac ansoddol i gasglu data ar ddechrau'r broses ac ailadrodd hyn ar ddiwedd y prosiect, i archwilio agweddau a chanfyddiadau'r cyfranogwyr ar wahanol gamau'r prosiect, mesur newidiadau mewn cyfalaf cymdeithasol, ac olrhain effaith yr ymyrraeth. Roedd casglu data cyn yr ymyrraeth wyneb yn wyneb ar sail 1-2-1 mewn man cymunedol yn Nhreforys, a digwyddodd ôl-ymyrraeth trwy fideo-gynadledda ar-lein oherwydd COVID-19 a mesurau cadw pellter cymdeithasol. Casglwyd data gyntaf ym mis Tachwedd 2019, ac yna ym mis Awst 2020, ac eto yn ystod mis Tachwedd a mis Rhagfyr 2020. Gwerthuswyd cyfanswm o 16 o gyfranogwyr ar y llinell sylfaen pan alwyd ar unigolion i ymuno â'r Grŵp Gweithredu. Wythnos yn ddiweddarach ar ôl ffurfio'r Grŵp Gweithredu, gwerthuswyd 13 o'r 16 cyfranogwr a fynychodd. Mae 6 cyfranogwr o'r 13 wedi'u gwerthuso ar y llinell sylfaen, canol a diweddbwynt, ac 1 cyfranogwr yn y canol a'r diweddbwynt, gyda chyfanswm o 7 cyfranogwr yn cwblhau'r gwerthusiad.

### 3.1 Newidynnau a gasglwyd

Mae'r fframwaith gwerthuso wedi'i gynnwys yn Atodiad I, ac mae'n cynnwys yr offer a'r holiadur a ddefnyddiwyd yn y gwerthusiad.

#### 3.1.1 Demograffeg cymdeithasol cyfranogwyr

Gofynnwyd i'r cyfranogwyr lenwi holiadur ar ddechrau'r prosiect. Ymhlith y cwestiynau oedd: Oed, Rhyw, Nifer y plant ar yr aelwyd, Statws priodasol, Statws cyflogaeth, Lefel addysg, Faint o amser yn byw yn y gymdogaeth, Iaith a siaredir gartref, ac Anabledd gan fod y rhain yn ffactorau cyd-destunol tebygol ar integreiddio. Roedd y sampl ar y llinell sylfaen yn cynnwys 16 unigolyn gyda chymysgedd demograffig cymdeithasol amrywiol.

#### 3.1.2 Graddfa Cynnwys Eraill yn yr Hunan

Casglwyd data yn ystod proses ffurfio'r Grŵp Gweithredu ac ar ddiwedd y prosiect, i fesur y pellter a deithiwyd trwy'r broses ABCD. Dadansoddwyd data Cynnwys yr Arall ar Hunan (Graddfa IOS)<sup>5</sup> (Gächter, S., Stamer, S. & Tufano, F. (2001) i fesur lefelau cyfalaf cymdeithasol, i olrhain effaith yr ymyrraeth ar gyfranogwyr a'u canfyddiad o'u hagosrwydd at y rhai yn y Grŵp Gweithredu, a phobl yn eu cymuned. Rhoddodd hyn ddata llinell sylfaen a diweddbwynt inni i fesur a yw agosrwydd cyfranogwyr at eraill wedi gwella neu gryfhau yn ystod y cyfnod ymyrraeth ac yn helpu i brofi a yw cyfalaf cymdeithasol y grŵp wedi cynyddu ar lefel unigolyn a chymuned. Roedd casglu data cyn yr ymyrraeth wyneb yn wyneb ar sail 1-2-1 mewn man cymunedol yn Nhreforys, a digwyddodd ôl-ymyrraeth trwy fideo-gynadledda ar-lein oherwydd COVID-19 a mesurau cadw pellter cymdeithasol. Casglwyd data gyntaf ym mis Tachwedd 2019, ac yna ym mis Awst 2020, ac eto yn ystod Tachwedd a Rhagfyr 2020. Mesurwyd lefel agosatrydd

<sup>5</sup> Mae'r raddfa hon yn mesur agosrwydd perthnasoedd rhyngbersonol i dynnu sylw at gysylltiad unigolyn mewn lleoliad grŵp.

y grŵp a chysylltiad â'u cymuned leol trwy ddefnyddio graddfa 7 pwynt; 1 yw'r isaf a 7 yr uchaf, mewn ymateb i'r cwestiwn; *pa mor agos ydych chi'n teimlo at bobl yn y grŵp hwn? sy'n edrych ar elfen bondio cyfalaf cymdeithasol. Ac yna, pa mor agos ydych chi'n teimlo at eich cymdogion? ('O fewn 10 munud o gerdded o'ch cartref')* i edrych ar gyfalaf pontio.

### 3.1.3 Mesur Cydnerthedd Oedolion

Cynhaliwyd casglu data gan ddefnyddio'r Mesur Cydnerthedd Oedolion (ARM)<sup>6</sup> (Research Resilience Centre, 2016) wyneb yn wyneb ac wedi hynny ar-lein am 12 mis, yn gyntaf ym mis Tachwedd 2019 ac eto yn ystod mis Tachwedd a mis Rhagfyr 2020. Mae'r offeryn yn cynnwys cwestiynau o dri chategori - perthnasoedd personol, gallu unigol, a chysylltiadau â gwasanaethau allweddol, gan dynnu sylw at dair elfen cyfalaf cymdeithasol gydag elfen ychwanegol o fesur cydnerthedd. Mae'n cynnwys 12 cwestiwn gyda graddfa 5 pwynt Likert. Mae'r cwestiynau hyn yn disgrifio perthnasoedd cyfranogwyr, gallu unigol, a chysylltiadau fel y mae pobl yn eu bywydau bob dydd yn eu hamgyffred neu eu profi (Resilience Research Centre). Mesurwyd y cwestiynau hyn trwy ddarparu datganiadau i'r cyfranogwyr i'w graddio o 1 (dim o gwbl) i 5 (llawer).

### 3.1.4 Dangosyddion y Swyddfa Gartref ar gyfer Fframwaith Integreiddio 2019

Cynhaliwyd cyfres o gyfweiliadau 1:1 wyneb yn wyneb yn Nhreforys, Abertawe a thrwy fideo ar-lein oherwydd mesurau cadw pellter cymdeithasol COVID-19. Cynhaliwyd y cyfweiliad cyntaf ym mis Tachwedd 2019 a'r un nesaf ym mis Tachwedd 2020. Defnyddiwyd cwestiynau lled-strwythuredig i fesur cyfalaf cymdeithasol yn seiliedig ar becyn cymorth Dangosyddion Integreiddio'r Swyddfa Gartref. Mae'r pecyn cymorth yn deillio o'r astudiaeth [Dangosyddion Integreiddio](#) a gomisiynwyd gan y Swyddfa Gartref yn 2002 i werthuso effeithiolrwydd prosiectau integreiddio ledled y DU (Phillimore & Goodson, 2008). Yn bwysicaf oll, mae'n ymgorffori cwestiynau o holiaduron cyfalaf cymdeithasol eraill gan Arolwg Bywyd Cymunedol y Swyddfa Ystadegau Gwladol (ONS).

Roedd y pynciau i'w trafod yn ymdrin â thair elfen Cyfalaf Cymdeithasol (bondiau, pontydd a chysylltiadau) megis; 'pa mor aml ydych chi'n bersonol yn cysylltu ag aelodau'ch teulu neu ffrindiau?', 'pa mor gyffyrddus fydech chi'n gofyn i gymydog gadw set o allwedd i'ch cartref, i ofalu am eich plentyn/plant am hanner awr neu gasglu ychydig o hanfodion siopa os ydych chi'n sâl ac ar eich pen eich hun?' a 'pa mor dda yw'r cymorth sydd gennych wrth greu cysylltiadau cymdeithasol'? Cymerodd pob cyfweiliad 45 munud ar gyfartaledd. Cafwyd caniatâd gwybodus gan yr holl gyfranogwyr a chafwyd cyngor a chymeradwyaeth foesegol trwy dîm Llywodraethu Gwybodaeth ICC. Trawsgrifiwyd cyfweiliadau, eu troi'n ddi-enw (defnyddiwyd ffugenwau) eu codio a'u dadansoddi. Oherwydd y grŵp bach, dadansoddiwyd data â llaw, a nodwyd themâu cyffredinol trwy ddadansoddiad thematig.

### 3.1.5 Sylwadau'r Ymchwilydd

Trwy gydol y broses gyfan, arsylwodd yr Ymchwilydd y broses a nodi ei fyfyrddodau o'r cyfranogwyr. Archwiliodd trafodaeth grŵp ar ddechrau'r broses ABCD ddisgwyliadau cyfranogwyr o'r broses, rhwystrau cyffredin, ac anawsterau ymgysylltu. Ar ddiwedd y broses ABCD cynhaliwyd trafodaeth grŵp anffurfiol gydag aelodau'r Grŵp Gweithredu i archwilio canfyddiadau o'r broses, ac i ba raddau yr oedd yn cwrdd â'r disgwyliadau.

Archwiliodd y broses hon bedair agwedd allweddol ar y broses ABCD:

- (i) A yw canlyniadau'r dull yn rhai sy'n bwysig i unigolion;
- (ii) Barn y Grŵp Gweithredu (gwahaniaethau mewn pŵer, teimlo'n ddiogel i hysbysu, lefelau ymgysylltu, disgwyliadau, a wnaeth sicrhau consensws) a'i gynaliadwyedd;
- (iii) A oedd y gweithgareddau a gymerwyd ymlaen yn gynaliadwy ac a wnaethant fynd i'r afael â'r bwch cychwynnol; a
- (iv) I ba raddau y mae'r broses gyd-gynhyrchu yn llwyddiannus wrth ragweld rhwystrau a hwyluswyr i fwrw ymlaen â gweithgareddau.

6 Mae'r raddfa Mesur Cydnerthedd Oedolion (ARM) wedi'i haddasu o'r Mesur Cydnerthedd Ieuencid Plant (CCYRM-R) ac mae'n fesur hunan-adrodd o'r perthnasoedd rhwng pobl a'u hamgylchedd.

## 3.2 Cyfranogwyr y gwerthusiad

Roedd nifer y rhai a ymatebodd i'r alwad am weithredu yn is ar 16 na'r 24 a ddangosodd ddiddordeb yn ystod y gweithdai mapio asedau, a hyd yn oed yn is yn 13 ar ffurfio'r grŵp Gweithredu a gyda 7 cyfranogwr gweithredol ar ddiwedd y prosiect. Fodd bynnag, ar bob cam, gwnaethom ymholi a nodi rhesymau pobl dros beidio â pharhau â'r broses. Yn ogystal, ni wnaeth ymyrryd â'r broses, ac ar bob pwynt o'r broses, roedd y cyfranogwyr yn y grŵp yn ddigonol i wireddu nodau cyfranogwyr y prosiect.

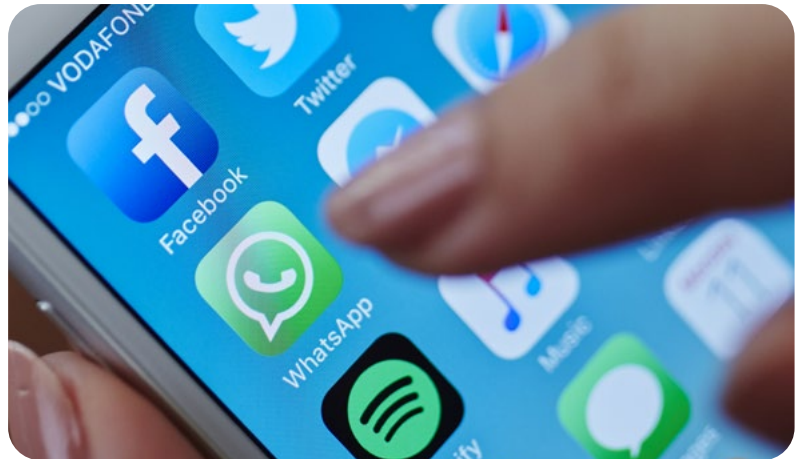
Maint y sampl oedd 16 ar y llinell sylfaen, 13 yn y canol, a 7 ar y pwynt olaf. Y sampl llinell sylfaen yw'r uchaf oherwydd iddi gael ei chynnal yn ystod cyfnod ffurfio'r prosiect CAPITAL pan oedd y diddordeb yn uchel. Mae'r gwahaniaeth rhwng y llinell sylfaen a'r diweddbywynt yn ganlyniad i gyfranogwyr yn stopio cymryd rhan, a waethygyd gan COVID-19. Y prif resymau dros stopio oedd gofal plant ac addysgu gartref, problemau iechyd, mynd i gyflogaeth a symud i ffwrdd o Dreforys. O'r 10 cyfranogwr a adawodd yn ystod oes y grŵp gweithredu, roedd 6 yn wyn eu hethnigrwydd, roedd 3 rhwng 40-49 oed, a 3 yn berchnogion tai.

Serch hynny, allan o'r 6 a adawodd, gwnaeth 3 (2 berchennog tŷ ac 1 tenant tai cymdeithasol) er iddynt roi'r gorau i fod yn rhan o'r grŵp gweithredu, aros yn rhan o'r grŵp WhatsApp oherwydd nad oeddent am golli'r cysylltiad â'r grŵp yn llwyr.

Mae'r gwahaniaeth bach rhwng y canol a'r diweddbywynt, o 6 i 7 ym maint y sampl, oherwydd i un cyfranogwr ymuno hanner ffordd trwy'r broses. Mae'r cyfranogwr a ymunodd hanner ffordd yn rhentu'n breifat, ond symudodd i Dreforys ychydig flynyddoedd yn ôl, ac nad oedd wedi gallu gwneud cysylltiadau yn yr ardal. Gwelodd y cyfranogwr daflen prosiect a adawsom yn llyfrgell Treforys fel rhan o'n hymgyrch recriwtio, ac fe gysylltodd. Fe wnaeth ymuno â'r prosiect ychydig cyn y cyfnod clo ym mis Mawrth 2020, a'r tro cyntaf i ni gasglu data gwerthuso ar gyfer yr unigolyn hwn oedd ym mis Mai 2020 oherwydd dechrau'r pandemig COVID-19, a 6 mis yn ddiweddarach ers i ni gasglu data gyda'r grŵp o 16 ar y llinell sylfaen. Mae'r cyfranogwr wedi aros yn rhan o'r grŵp ac wedi cyfrannu'n aruthrol at ddatblygu a gweithredu prosiect datblygu cymunedol yn seiliedig ar asedau. Mae'r 7 cyfranogwr sy'n cael eu gwerthuso ar y llinell sylfaen, canol a diweddbywynt yn cynnwys 3 cheisiwr lloches (ond mae 2 ar adeg ysgrifennu'r adroddiad hwn wedi derbyn statws ffoadur, ond ar hyn o bryd yn dal i fyw mewn tai a ddarperir gan Clearsprings), 3 thenant tai cymdeithasol (1 wedi symud yn ddiweddar i mewn i dai cymdeithasol oherwydd iddynt dderbyn statws ffoadur), ac 1 tenant preifat. Mae pob un o'r 7 cyfranogwr yn ddi-waith, 4 oherwydd statws mewnfudo ac mae 2 yn fyfyrwyr. Y rheswm mwyaf nodedig dros aros hyd y diwedd yw'r teimlad o berchnogaeth o'r prosiect Datblygu Cymunedol yn Seiliedig ar Asedau, y dyhead i barhau i'w ddatblygu, newid eu hardal leol, a gadael gwaddol.

### 3.3 Cyfyngiadau

Roedd gennym bryderon ynghylch effaith mesurau cadw pellter cymdeithasol a'r cyfnod clo ar y gallu i adeiladu cyfalaf cymdeithasol wyneb yn wyneb a chanfyddiadau dilynol y prosiect, gan fod hwn yn ffactor allanol annisgwyl a oedd yn effeithio ar lefelau cyfalaf cymdeithasol ymhlith ein cyfranogwyr. Ar ôl ail-werthuso, cynlluniwyd cynllun clir i ennyn diddordeb cyfranogwyr ac ar ôl ychydig wythnosau penderfynodd y Grŵp Gweithredu ddod yn ôl at ei gilydd, parhau i weithio ar eu prosiect cymunedol ac adeiladu cyfalaf cymdeithasol, er ar ffurf rithwir. Fe wnaethom ni addasu'n gyflym i gyd-destun y cyfnod clo er mwyn sicrhau nad oedd y momentwm y tu ôl i'r prosiect yn cael ei gollu. Cymerwyd camau allweddol:



Roedd gennym bryderon ynghylch effaith mesurau cadw pellter cymdeithasol a'r cyfnod clo ar y gallu i adeiladu cyfalaf cymdeithasol wyneb yn wyneb a chanfyddiadau dilynol y prosiect, gan fod hwn yn ffactor allanol annisgwyl a oedd yn effeithio ar lefelau cyfalaf cymdeithasol ymhlith ein cyfranogwyr. Ar ôl ail-werthuso, cynlluniwyd cynllun clir i ennyn diddordeb cyfranogwyr ac ar ôl ychydig wythnosau penderfynodd y Grŵp Gweithredu ddod yn ôl at ei gilydd, parhau i weithio ar eu prosiect cymunedol ac adeiladu cyfalaf cymdeithasol, er ar ffurf rithwir. Fe wnaethom ni addasu'n gyflym i gyd-destun y cyfnod clo er mwyn sicrhau nad oedd y momentwm y tu ôl i'r prosiect yn cael ei gollu. Cymerwyd camau allweddol:

- Darparu pecynnau data symudol i holl gyfranogwyr y Grŵp Gweithredu er mwyn sicrhau y gallent aros yn gysylltiedig â'r prosiect trwy gyfarfodydd rhithwir ar Zoom.
- Fe wnaeth y grŵp WhatsApp ei gwneud hi'n bosibl i bobl gadw mewn cysylltiad a chyfrannu at y prosiect yn ôl eu pwysau eu hunain. Ni fynychodd rhai cyfranogwyr gyfarfodydd ond gwnaethant gyfrannu eu syniadau ac aros yn gysylltiedig trwy'r grŵp WhatsApp.
- Defnyddio Symud Tai Pawb fel partner prosiect i ddarparu cefnogaeth i'r Grŵp Gweithredu wrth i bersonél allweddol lechyd Cyhoeddus Cymru gael eu cynnull ar gyfer yr ymateb amddiffyn iechyd COVID-19.
- Canolbwyntio ar yr hyn y gellir ei wneud yn rhithwir a 'pharcio' syniadau eraill ar gyfer gweithgarwch yn y gymuned yn nes ymlaen

Gwnaeth 3 chyfranogwr roi'r gorau i gymryd rhan rhwng cyfarfod cyntaf y Grŵp Gweithredu ar yr 11eg o Dachwedd 2019 pan gasglwyd data IOS (Cynnwys Eraill ar yr Hunan) gydag 16 o gyfranogwyr, ac yn ystod ffurfio'r Grŵp Gweithredu 1 wythnos yn ddiweddarach ar y 18fed o Dachwedd pan cynhaliwyd yr ail rownd o gyfweiliadau gan ddefnyddio'r Mesur Cydnerthedd Oedolion (ARM) a pheycyn cymorth Dangosyddion y Swyddfa Gartref ar gyfer Integreiddio. Ar ddiwedd y prosiect, arhosodd 6 chyfranogwr o'r 13 gyda chyfranogwr ychwanegol a ymunodd hanner ffordd fel yr eglurwyd yn 3.2. O ganlyniad, effeithiodd COVID-19 ar y ffyrdd y casglwyd data ar ddiwedd y prosiect. Cynhaliwyd yr holl gyfweiliadau dros y ffôn neu drwy e-bost yn dibynnu ar yr hyn yr oedd y cyfranogwyr yn ei ffafrio. Roedd sgysiaid ffôn yn ei gwneud hi'n anodd gofyn i gyfranogwyr ymhelaethu ar gwestiynau oherwydd tarfu neu ymrwymadau eraill yn y cartref; neu peidio â bod yn hollol gyffyrddus i ateb cwestiynau oherwydd bod pobl eraill yn y cartref, yn enwedig lle mae cyfranogwyr yn byw mewn llety a rennir.

Ar adeg y gwerthusiad, roedd gan 5 o'r 7 cyfranogwr naill ai blant gartref oherwydd cau ysgolion o ganlyniad i COVID-19 neu roeddent yn byw mewn llety Clearsprings ac yn rhannu â phobl eraill. Roedd ffocws y cyfranogwyr wedi newid hefyd, oherwydd roedd yn rhaid iddynt addasu i'r realiti newydd, gyda chyfrifoldebau ac anawsterau newydd; addysgu gartref, diffyg offer TG, ac i rai, pryderon am iechyd a cholli anwyliaid oherwydd COVID-19. Roedd y ffactorau hyn yn ei gwneud hi'n anodd cynnal sylw cyfranogwyr ar y prosiect ABCD. Her arall oedd bod y cyfranogwyr yn poeni nad oedd y prosiect yn ehangu'n ddigon cyflym oherwydd diffyg cyfranogiad rhai aelodau, a hefyd oherwydd maint y grŵp. Roedd yr angen am recriwtio cyfranogwyr ychwanegol yn her barhaus helaeth, ac yn fwy felly oherwydd cyfyngiadau amser. Er bod staff, partneriaid a'r grŵp yn estyn allan at wahanol randdeiliaid ac aelodau'r ardal, roedd Covid-19 a'r cyfnod clo wedi rhwystro'r broses hon yn fawr.

## 4.0 Canlyniadau

### 4.1 Nodweddion demograffeg cymdeithasol

Fel y dangosir yn **Nhabl 5** roedd cyfran fwyaf y cyfranogwyr rhwng 30 a 39 oed trwy gydol y prosiect, yn yr un modd â rhyw, roedd dros 50.0% o'r cyfranogwyr yn fenywod. Roedd y ganran uchaf o gyfranogwyr yn byw mewn llety Clearsprings, a thrwy gydol y broses, roedd angen recriwtio mwy o gyfranogwyr o dai cymdeithasol o hyd. Mae'r gwahanol ethnigrwydd bron yn gyfartal ar 37.5% ar gyfer cyfranogwyr gwyn, 31.3% ar gyfer cyfranogwyr Du ac Asiaidd yn y drefn honno ar y llinell sylfaen. Fodd bynnag, wythnos yn ddiweddarach yn y Grŵp Gweithredu, mae cyfranogwyr gwyn o ran ethnigrwydd yn cynrychioli 46.2% o'r grŵp oherwydd bod 3 chyfranogwr o ethnigrwydd arall wedi rhoi'r gorau iddi; ond gwnaeth y nifer o gyfranogwyr gwyn ethnig ostwng yn sylweddol erbyn diwedd y prosiect i 14.3% fel yr eglurir yn **Adran 3.2**. Roedd llawer o'r cyfranogwyr a arhosodd tan y diwedd sef 6 allan o 7 yn geiswyr noddfa.

**Tabl 5 - Demograffeg cymdeithasol wrth ffurfio'r Grŵp Gweithredu = 16, Grŵp Gweithredu n=13, a Grŵp Rydyn ni'n Caru Treforys n=7**

	7Ffurio'r Grŵp Gweithredu = 16		Grŵp Gweithredu = 13		Grŵp Rydyn ni'n caru Treforys = 7	
	nifer	%	nifer	%	nifer	%
<b>Rhyw</b>						
Gwrywaidd	5	31.3%	3	23.1%	2	28.6%
Benywaidd	11	68.70%	10	76.9%	5	<sup>8</sup> 71.4%
<b>Oed</b>						
18-29	4	25.0%	4	30.8%	2	28.6%
30-39	6	37.5%	6	46.2%	3	42.8%
40-49	4	25.0%	1	7.7%	1	14.3%
50-59	1	6.3%	1	7.7%	1	14.3%
60-69	1	6.3%	1	7.7%	0	0.0%
<b>Ethnigrwydd</b>						
Gwyn	6	37.5%	6	46.2%	1	14.3%
Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig:	5	31.3%	4	30.8%	3	42.9%
Du/ Affricanaidd/ Caribiaidd/ Du Prydeinig	5	31.3%	3	23.1%	3	42.9%
Cymysg	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
Arall	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
<b>Iaith Gyntaf</b>						
Saesneg	6	37.5%	6	46.2%	1	14.3%
Ieithoedd eraill	10	62.5%	7	53.9%	6	85.7%
<b>Gwlad enedigol</b>						
Prydain	6	37.5%	6	46.2%	1	14.3%
Arall	10	62.5%	7	53.9%	6	85.7%
<b>Blynyddoedd yn y DU</b>						
Ers geni	6	37.5%	6	46.2%	1	14.3%
1-2 flynedd	7	43.8%	6	46.2%	5	71.4%
2-3 blynedd	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
4-5 mlynedd	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
6+	3	18.8%	1	7.7%	1	14.3%

7 Mae Tabl 5 yn dangos cyfansoddiad demograffig pob grŵp fel yr eglurir yn 3.2 a 4.1; dylid esbonio y casglwyd demograffeg ar y dechrau yn unig a phan ymunodd cyfranogwyr â'r prosiect ond fe'i cyflwynir ar gyfer pob cam i ddangos cyfansoddiad y bobl a adawodd/a arhosodd.

8 Mae'r data hwn yn cynnwys yr 1 cyfranogwr a ymunodd ar y cam hwn fel yr eglurir yn 3.2



**Cymorth Ychwanegol**

Dim	6	37.5%	7	53.9%	7	100.0%
Gofal Plant	3	18.8%	4	30.8%	0	0.0%
Trafnidiaeth	5	31.3%	2	15.4%	0	0.0%
Cyfieithydd ar y Pryd	2	12.5%	0	0.0%	0	0.0%

**Aelodau o'r teulu yn eich cartref**

0	8	50.0%	6	46.1%	4	57.1%
1	2	12.5%	2	15.4%	0	0.0%
2	2	12.5%	2	15.4%	0	0.0%
3	2	12.5%	3	23.1%	1	14.3%
4+	2	12.5%	0	0.0%	2	28.6%

**Nifer y plant yn eich cartref**

Dim	7	43.8%	7	53.8%	5	71.4%
1	3	18.8%	3	23.1%	0	0.0%
2	5	31.3%	2	15.4%	2	28.6%
3	1	6.3%	1	7.7%	0	0.0%

**Cartref**

Perchnogi/Morgais	3	18.8%	3	23.1%	0	0.0%
Tenant y cyngor	2	12.5%	2	15.4%	2	28.6%
Tenant Cymdeithas Tai	1	6.3%	1	7.7%	0	0.0%
Tenant preifat	1	6.3%	1	7.7%	1	14.3%
Clearspring	9	56.3%	6	46.2%	4	57.1%

**Statws cyflogaeth**

Amser Llawn	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
Rhan-amser	3	6.3%	3	23.1%	0	0.0%
Hunan-gyflogedig	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
Myfyriwr	1	6.3%	1	7.7%	1	14.3%
Di-waith	1	12.5%	1	7.7%	2	28.6%
Sâl tymor hir neu'n anabl	1	6.3%	0	0.0%	0	0.0%
Wedi ymddeol		6.3%	1	7.70%	0	0.0%
Gofalwr	1	6.3%	1	7.70%	0	0.0%
Ceiswyr lloches	9	56.3%	6	46.2%	4	71.4%
Arall	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%

**Anabledd / Salwch**

Oes	3	18.8%	2	15.4%	0	0.0%
Nac oes	13	81.3%	11	84.6%	7	100.0%

## 4.2 Canfyddiadau'r raddfa Cynnwys Eraill yn yr Hunan

Yng nghyfarfod cyntaf y Grŵp Gweithredu graddiodd cyfranogwyr agosatrwydd at bobl eraill mewn grŵp yn uwch ar y raddfa na'r disgwyl, gyda 37.5% yn graddio eu agosrwydd yn 5; roedd y rheswm a ddarparwyd yn syml oherwydd y cam cychwynnol o ddod at ei gilydd, gwneud i bobl deimlo ymdeimlad o berthyn.

Oherwydd y niferoedd a adawodd rhwng y llinell sylfaen a'r dilyniant fel yr amlinellwyd yn Nhabl 5, ac eglurwyd yn Adran 3.2 amlinellir y newidiadau mewn dau dabl, mae'r cyntaf yn cynnwys y data ar gyfer 16 o gyfranogwyr a gymerodd ran mewn gwerthuso wrth ffurfio'r grŵp gweithredu, ac roedd yr ail dabl yn cymharu data llinell sylfaen a diweddbwynt ar gyfer yr is-grŵp a arhosodd ar gyfer y prosiect cyfan. Mae hyn yn caniatáu inni weld y newid mewn perthyn canfyddedig o fewn yr is-grŵp a arhosodd ac effaith eu cyfranogiad.

Mae **Tabl 6 (b)** yn cynnwys data o'r 6 chyfranogwr lle casglwyd data wrth ffurfio'r Grŵp Gweithredu ac ar ddiwedd y gwerthusiad. Gweler **adran 3.2** ar gyfer 1 cyfranogwr y casglwyd ei ddata llinell sylfaen 6 mis yn ddiweddarach ar adeg ymuno â'r grŵp. Dim ond gyda'r 7 ar y pwynt canol a'r diweddbwynt y mae data llinell sylfaen ar gyfer y cyfranogwr hwn wedi'i gynnwys.

**Tabl 6 (a) lefel y cysylltiad ar ddechrau'r prosiect gydag 16 o gyfranogwyr**

Graddfa 1 = ddim yn agos 7 = agos	Pa mor agos ydych chi'n teimlo at bobl yn y grŵp hwn?		Pa mor agos ydych chi'n teimlo at eich cymuned leol?	
	Llinell sylfaen (n=16)		Llinell sylfaen (n=16)	
	Nifer (%)			
1	4 (25.0%)	2 (12.5%)	2 (12.5%)	2 (12.5%)
2	4 (25.0%)	2 (12.5%)	2 (12.5%)	2 (12.5%)
3	2 (12.5%)	4 (25.0%)	4 (25.0%)	4 (25.0%)
4	0 (0.0%)	1 (6.25%)	1 (6.25%)	1 (6.25%)
5	6 (37.5%)	4 (25.0%)	4 (25.0%)	4 (25.0%)
6	0 (0.0%)	2 (12.5%)	2 (12.5%)	2 (12.5%)
7	0 (0.0%)	1 (6.25%)	1 (6.25%)	1 (6.25%)

Mae'r cysylltiad yn y gymuned ar y llinell sylfaen (n=16) yn dangos cysylltiad cryf ar gyfer hanner y grŵp, a chysylltiad cyfartalog i isel â'r 50% arall.

**Tabl 6 (b) lefel y cysylltedd o ddechrau i ddiwedd y prosiect gyda'r is-set o 7 cyfranogwr gyda data ar y llinell sylfaen a'r diweddbwynt.**

Graddfa 1 = ddim yn agos 7 = agos	Pa mor agos ydych chi'n teimlo at bobl yn y grŵp hwn?			Pa mor agos ydych chi'n teimlo at eich cymuned leol?		
	Llinell sylfaen (n=7)	Canol (n=6)	Diwedd (n=7)	Llinell sylfaen (n=7)	Canol (n=6)	Diwedd (n=7)
	Nifer (%)					
1	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (14.3%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
2	1 (14.3%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	2 (28.6%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
3	2 (28.6%)	0 (0.0%)	1 (14.3%)	2 (28.6%)	1 (16.7%)	0 (0.0%)
4	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (14.3%)	2 (33.3%)	0 (0.0%)
5	4 (57.1%)	3 (50.0%)	2 (28.6%)	1 (14.3%)	1 (16.7%)	6 (85.7%)
6	0 (0.0%)	1 (16.7%)	2 (28.6%)	0 (0.0%)	1 (16.7%)	0 (0.0%)
7	0 (0.0%)	2 (33.3%)	2 (28.6%)	0 (0.0%)	1 (16.7%)	1 (14.3%)

Fel y dangosir yn **Nhabl 6 (b)** mae tuedd tuag at deimlo'n agosach at y grŵp/cymuned a ddigwyddodd yn ystod y prosiect, yn y ddau categori. **Disgrifiodd y cyfranogwyr eu bod yn teimlo'n agosach at eraill yn y grŵp o ganlyniad i dreulio amser gyda'i gilydd; yn ffisegol cyn y cyfnod clo a thrwy Zoom a'r grŵp WhatsApp ac adeiladu syniad gyda'i gilydd. Mae'r nifer yn rhy fach ar gyfer dadansoddiad ystadegol ond mae newid cadarnhaol yn y data.**

**Mae Tabl 6 (b) hefyd yn nodi bod lefel y cyfalaf cymdeithasol yn y grŵp wedi cynyddu'n sylweddol, gyda 6 allan o 7 cyfranogwr wedi teimlo'n agosach at eraill yn y grŵp, gan sgorio rhwng 5 a 7, y niferoedd uwch ar y raddfa. Sgoriodd un cyfranogwr agosrwydd 3 ar gyfartaledd, oherwydd iddo ymuno â'r prosiect hanner ffordd ac nad oedd wedi cael digon o amser i gynyddu ei gysylltiad. Graddiodd pob un o'r saith cyfranogwr eu cysylltiad â'u cymuned leol yn uwch ar ddiwedd y prosiect, gyda phob un o'r saith yn sgorio 5 neu'n uwch ar y diweddbwynt, o'i gymharu â chwech allan o saith yn sgorio 4 neu'n is ar y llinell sylfaen. Mae pobl wedi dod yn fwy cyfarwydd â'u hardal leol, wedi cysylltu â grwpiau cymunedol eraill, wedi ffurfio cysylltiadau â gwahanol wasanaethau fel ysgolion, ac wedi dod i adnabod eu cymdogion yn fwy penodol.**

### 4.3 Canfyddiadau Mesur Cydnerthedd Oedolion

Mae'r data a gasglwyd ar y mesur hwn gyda chyfanswm o 13 cyfranogwr, gwnaeth 3 chyfranogwr roi'r gorau i gymryd rhan rhwng cyfarfod cyntaf y Grŵp Gweithredu ar yr 11eg o Dachwedd 2019 pan gasglwyd data IOS gydag 16 o gyfranogwyr, ac yn ystod ffurfio'r Grŵp Gweithredu 1 wythnos yn ddiweddarach ar y 18fed o Dachwedd pan cynhaliwyd y cyfweiliadau hyn. Gweler 3.2 a Thabl 5. Rhannwyd y broses casglu data fel hyn i sicrhau nad oedd y cyfweiliadau yn cymryd llawer o amser nac yn llethol i'r cyfranogwyr, gan ei fod yn cynnwys rhai cwestiynau sensitif. Roedd y 3 chyfranogwr i gyd yn geiswyr noddfa, cafodd 1 statws ffoadur a symud i ffwrdd o'r ardal, mynychodd y 2 arall ESOL (Saesneg i Siaradwyr Ieithoedd Eraill) a oedd yn gwrthdaro â diwrnodau cyfarfod y Grŵp Gweithredu a awgrymwyd. Mae data yn Nhablau 7a, 8a, 9a a 10a yn cynnwys data o'r 13 cyfranogwr lle casglwyd data yn y Grŵp Gweithredu. Mae Tablau 7b, 8b, 9b a 10b yn cynnwys data ar gyfer 6 chyfranogwr a arhosodd yn rhan o'r grŵp Gweithredu ac Rydyn ni'n caru Treforys, a data ar gyfer 1 cyfranogwr y casglwyd ei ddata llinell sylfaen 6 mis yn ddiweddarach ar adeg ymuno â'r grŵp. Mae data llinell sylfaen ar gyfer y cyfranogwr hwn wedi'i gynnwys yn y tablau hyn yn unig.

Mae tablau 7-10 yn gwahaniaethu rhwng y categorïau i ddangos newidiadau mewn cyfalaf cymdeithasol dros amser. Mae data'n dangos cynnydd ym mhob un o bedwar categori'r raddfa gyda chydnerthedd uchel yn nodwedd gref.

**Tabl 7 (a) Bondiau** (perthnasoedd rhwng aelodau'r teulu a phobl yn eu cylch ffrindiau, clybiau neu grwpiau fel yr eglurir yn 1.1) - perthnasoedd â phobl sy'n rhannu nodweddion tebyg wrth ffurfio'r Grŵp Gweithredu â 13 o gyfranogwyr

Graddfa 1 = dim o gwbl, 5 = llawer	C C - Mae fy nheulu yn gwybod llawer amdanaf	C H - Mae fy nheulu yn fy nghefnogi mewn cyfnodau anodd	C I - Mae fy ffrindiau yn fy nghefnogi mewn cyfnodau anodd
	Llinell sylfaen (n=13)	Llinell sylfaen (n=13)	Llinell sylfaen (n=13)
Nifer (%)			
1	2 (15.3 %)	4 (30.7 %)	0 (0.0%)
2	2 (15.3 %)	0 (0.00%)	1 (7.7%)
3	2 (15.3 %)	0 (0.00%)	4 (30.7%)
4	3 (23.1 %)	5 (38.6 %)	5 (38.5 %)
5	4 (31.0 %)	4 (30.7 %)	3 (23.1 %)

**Tabl 7 (b) Bondiau** (perthnasoedd rhwng aelodau'r teulu a phobl yn eu cylch ffrindiau, clybiau neu grwpiau) - perthnasoedd â phobl sy'n rhannu data nodweddion tebyg a gasglwyd ar ddechrau i ddiwedd y prosiect gyda'r 7 cyfranogwr arall.

Graddfa 1 = dim o gwbl, 5 = llawer	C C - Mae fy nheulu yn gwybod llawer amdanaf		C H - Mae fy nheulu yn fy nghefnogi mewn cyfnodau anodd		C I - Mae fy ffrindiau yn fy nghefnogi mewn cyfnodau anodd	
	Llinell sylfaen (n=7)	Diwedd (n=7)	Llinell sylfaen (n=7)	Diwedd (n=7)	Llinell sylfaen (n=7)	Diwedd (n=7)
Nifer (%)						
1	1 (14.5%)	1 (14.5%)	2 (28.5%)	2 (28.5%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
2	2 (28.5%)	2 (28.5%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (14.5%)	1 (14.5%)
3	2 (28.5%)	2 (28.5%)	2 (28.5%)	2 (28.5%)	3 (42.7%)	1 (14.5%)
4	0 (0.0%)	0 (0.0%)	2 (28.5%)	2 (28.5%)	3 (42.7%)	4 (56.5%)
5	2 (28.5%)	2 (28.5%)	1 (14.5%)	1 (14.5%)	0 (0.0%)	1 (14.5%)

Gwyddom fod cyfalaf cymdeithasol unigolyn yn bwysig ar gyfer ei lesiant, ei gydnerthedd, a'i gydlyniant cymdeithasol, ac mae hyn yn cynnwys perthnasoedd, neu "bondiau", rhwng unigolyn a'i deulu uniongyrchol. Gofynnwyd cwestiynau a oedd yn ymwneud â chanfyddiadau'r cyfranogwr o ba mor dda y mae aelodau eu teulu yn eu hadnabod ac y gallant ddibynnu arnynt trwy gyfnodau anodd, a'r hyn a ganfuom wrth gymharu llinell sylfaen a diwedd bwynt oedd nad oes gan bron i hanner yr unigolion yn y grŵp berthnasoedd cryf gyda'r teulu yn y naill gam neu'r llall (**Tabl 7 a a b**), a gwelwyd y canfyddiad mewn pobl sy'n ceisio noddfa a chymunedau sefydlog. Gwelir tystiolaeth bellach o hyn yn **4.3.1** lle siaradodd cyfranogwyr am ba mor aml y maent yn cwrdd neu'n cysylltu â theulu neu ffrindiau.

Mae'r tabl yn nodi nad oes gan bron i hanner yr unigolion yn y grŵp ar y llinell sylfaen a'r diweddbywynt berthnasodd cryf â'r teulu. Mae hyn i'w weld yn gyffredin mewn ceiswyr noddfa oherwydd bod y mwyafrif ohonyn nhw wedi gadael teulu ar ôl, er enghraifft, priod, weithiau plant a theulu estynedig. Canfu ein canlyniadau, er nad oes gan bron i hanner yr unigolion yn y ddau grŵp berthnasodd cryf â'r teulu ar y naill gam neu'r llall, roedd yr effaith hon yn ymddangos yn gryfach ymhlith ceiswyr noddfa. Fodd bynnag, mae ein niferoedd yn rhy fach i brofi a yw'r gwahaniaeth yn arwyddocaol ac felly mae hyn yn haeddu archwiliad pellach mewn astudiaethau yn y dyfodol.

**Tabl 8 (a) Pontydd (cysylltiadau rhwng gwahanol grwpiau o bobl a chymunedau eraill fel yr eglurir yn adran 1) - perthnasodd â phobl sy'n wahanol casglwyd data wrth ffurfio'r Grŵp Gweithredu gyda 13 o gyfranogwyr**

Graddfa 1 = dim o gwbl, 5 = llawer	C A - Mae gen i bobl y gallaf eu parchu yn fy mywyd	C F - Rwy'n gwybod ble i gael help yn fy nghymuned	C J - Rwy'n cael fy nhrin yn deg yn fy nghymuned
	Llinell sylfaen (n=13)	Llinell sylfaen (n=13)	Llinell sylfaen (n=13)
	<b>Nifer (%)</b>		
1	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
2	2 (15.4%)	4 (30.7%)	1 (7.7%)
3	2 (15.4%)	5 (38.5%)	5 (38.5%)
4	2 (15.4%)	1 (7.7%)	4 (30.7%)
5	7 (53.8%)	3 (23.1%)	3 (23.1%)

**Tabl 8 (b) Pontydd (cysylltiadau rhwng gwahanol grwpiau o bobl a chymunedau eraill) - perthnasodd â phobl sy'n wahanol casglwyd data ar ddechrau hyd ddiwedd y prosiect gyda'r 7 cyfranogwr oedd yn weddill.**

Graddfa 1 = dim o gwbl, 5 = llawer	C A - Mae gen i bobl y gallaf eu parchu yn fy mywyd		C F - Rwy'n gwybod ble i gael help yn fy nghymuned		C J - Rwy'n cael fy nhrin yn deg yn fy nghymuned	
	Llinell sylfaen (n=7)	Diwedd (n=7)	Llinell sylfaen (n=7)	Diwedd (n=7)	Llinell sylfaen (n=7)	Diwedd (n=7)
	<b>Nifer (%)</b>					
	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.00%)	0 (0.0%)
2	2 (28.5%)	2 (28.5%)	4 (57.0%)	1 (14.5%)	1 (14.5%)	1 (14.5%)
3	2 (28.5%)	2 (28.5%)	2 (28.5%)	1 (14.29%)	2 (28.57%)	0 (0.00%)
4	1 (14.5%)	3 (43.0%)	0 (0.0%)	3 (43.0%)	3 (43.0%)	2 (28.5%)
5	2 (28.5%)	0 (0.0%)	1 (14.5%)	2 (28.5%)	1 (14.5%)	4 (57.0%)

Mae consensws bod pobl o wahanol gefndiroedd yn Nhreforys yn dod ymlaen yn dda gyda'i gilydd, a bod pobl neu sefydliadau y gallant ddibynnu arnynt. Fodd bynnag, yng nghyd-destun COVID-19, mae'r cyfranogwyr nid yn unig yn edrych ar eu cymuned yn ffiniau Treforys ond ar y cyd bob cymuned neu lwybr cefnogi maent yn cysylltu â hwy.

**Tabl 9 (a) Cynhwysiant cymdeithasol a chymunedol - wrth ffurfio'r Grŵp Gweithredu gyda 13 o gyfranogwyr**

Graddfa 1 = dim o gwbl, 5 = llawer	C G - Rwy'n teimlo fy mod i'n perthyn yn fy nghymuned	C K - Mae gen i gyfleoedd i gymhwyso fy ngalluoedd mewn bywyd	C L - Rwy'n mwynhau diwyllianau a thraddodiadau fy nghymuned
	Llinell sylfaen (n=13)	Llinell sylfaen (n=13)	Llinell sylfaen (n=13)
	<b>Nifer (%)</b>		
1	1 (7.7%)	2 (15.3%)	1 (7.7%)
2	2 (15.3%)	2 (15.3%)	0 (0.0%)
3	5 (38.5%)	3 (23.1%)	6 (46.1%)
4	4 (30.8%)	4 (31.0%)	3 (23.1%)
5	1 (7.7%)	2 (15.3%)	3 (23.1%)

**Tabl 9 (b) Cynhwysiant cymdeithasol a chymunedol - casglwyd data ar ddechrau hyd ddiwedd y prosiect gyda'r 7 cyfranogwr oedd yn weddill**

Graddfa 1 = dim o gwbl, 5 = llawer	C G - Rwy'n teimlo fy mod i'n perthyn yn fy nghymuned		C K - Mae gen i gyfleoedd i gymhwyso fy ngalluoedd mewn bywyd		C L - Rwy'n mwynhau diwyllianau a thraddodiadau fy nghymuned	
	Llinell sylfaen (n=7)	Diwedd (n=7)	Llinell sylfaen (n=7)	Diwedd (n=7)	Llinell sylfaen (n=7)	Diwedd (n=7)
	Nifer (%)					
1	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (14.3%)	1 (14.3%)	1 (14.3%)	0 (0.0%)
2	2 (28.5%)	1 (14.3%)	2 (28.5%)	1 (14.3%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
3	3 (42.9%)	1 (14.3%)	2 (28.5%)	0 (0.0%)	4 (57.1%)	3 (42.9%)
4	1 (14.3%)	3 (42.9%)	2 (28.5%)	2 (28.5%)	1 (14.3%)	1 (14.3%)
5	1 (14.3%)	2 (28.5%)	0 (0.0%)	3 (42.9%)	1 (14.3%)	3 (42.9%)

Mae'r sgorau isel a chyfartalog ar raddfa 1, 2 a 3 gan gyfranogwyr i'w cael yn bennaf yn y datganiad lle gofynnir i'r cyfranogwyr a ydyn nhw'n cael cyfleoedd i gymhwyso eu galluoedd mewn bywyd. **Nid oedd pobl yn teimlo eu bod yn cael digon o gyfleoedd i ddefnyddio eu galluoedd, eu sgiliau a'u profiadau.** Nododd cyfranogwyr fod y newid mewn cyfalaf cymdeithasol yma yn bennaf oherwydd eu rhan yn y prosiect CAPITAL. Cynyddodd newid o 0.00% i 42.8%, mae rhif 5 ar y raddfa yn dangos bod mwy o bobl yn teimlo eu bod bellach yn cael llawer o gyfleoedd i ddefnyddio eu galluoedd.

**Tabl 10 (a) Capasiti unigol - casglwyd data wrth ffurfio'r Grŵp Gweithredu gyda 13 o gyfranogwyr**

Graddfa 1 = dim o gwbl, 5 = llawer	C B - Mae cael a gwella fy nghymwysterau yn bwysig i mi	C D - Rwy'n ceisio gorffen yr hyn rwy'n ei ddechrau	C E - Gallaf ddatrys problemau heb niweidio fy hun ac eraill
	Llinell sylfaen (n=13)	Llinell sylfaen (n=13)	Llinell sylfaen (n=13)
	Nifer (%)		
1	0 (0.0%)	0 (0.0%)	2 (15.3%)
2	0 (0.0%)	1 (7.7%)	0 (0.0%)
3	1 (7.7%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
4	0 (0.0%)	5 (38.5%)	3 (23.1%)
5	12 (92.3%)	7 (53.8%)	8 (61.6%)

**Tabl 10 (b) Capasiti unigol - casglwyd data ar y dechrau neu'r amser y gwnaethant ymuno hyd ddiwedd y prosiect gyda'r 7 cyfranogwr oedd yn weddill.**

Graddfa 1 = dim o gwbl, 5 = llawer	C B - Mae cael a gwella fy nghymwysterau yn bwysig i mi		C D - Rwy'n ceisio gorffen yr hyn rwy'n ei ddechrau		C E - Gallaf ddatrys problemau heb niweidio fy hun ac eraill	
	Llinell sylfaen (n=7)	Diwedd (n=7)	Llinell sylfaen (n=7)	Diwedd (n=7)	Llinell sylfaen (n=7)	Diwedd (n=7)
	Nifer (%)					
1	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
2	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
3	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
4	0 (0.0%)	0 (0.0%)	3 (42.9%)	2 (28.6%)	1 (14.3%)	1 (14.3%)
5	7 (100.0%)	7 (100.0%)	4 (57.1%)	5 (71.4%)	6 (85.7%)	6 (85.7%)

Y categori capasiti unigol sydd â'r sgorau uchaf ar y llinell sylfaen a'r diweddbynt. Sgoriodd rhwng 90-100% o'r cyfranogwyr y tri chwestiwn gyda'r sgorau uchaf o 4 a 5. Mae hyn yn arwydd bod gan y grŵp alluoedd ac asedau ac y gallant wella eu bywydau eu hunain.

## 4.4 Cyfweiliadau Ansoddol

Cynhaliwyd cyfweiliadau lled-strwythuredig gyda 13 o gyfranogwyr ar y llinell sylfaen a 7 ar y diweddwynt gan ddefnyddio Dangosyddion Integreiddio'r Swyddfa Gartref. Roedd yr holiadur ar bapur, a chynhaliodd yr Ymchwilydd Datblygu Cymunedol y cyfweiliadau llinell sylfaen gyda chymorth Intern, ac yn y diweddwynt heb gymorth dros y ffôn. Gwnaethom gynorthwyo cyfranogwyr o ran egluro'r datganiadau neu'r cwestiynau. Recordiwyd y cyfweiliadau, ond ysgrifennwyd yr atebion os mai dyna oedd dewis y cyfranogwyr. Pan na wnaeth cyfwelai gydsynio i'w gyfweiliad gael ei recordio, aeth y cyfweiliad yn ei flaen os oedd y cyfranogwr wedi rhoi caniatâd gwybodus i'r gweithdrefnau ymchwil oedd yn weddill ac ysgrifennwyd nodiadau maes i'r perwyl hwn. Cynhaliwyd cyfweiliadau 1:1, ar ffurf sgwrs, fel bod cyfranogwyr yn teimlo'n ddiogel ac wedi'u cefnogi yn ystod y gwerthusiad. Cafwyd ôl-drafodaeth 10 munud i ail-gysylltu â chyfranogwyr ar lefel bersonol, i wirio a oedden nhw'n teimlo'n iawn ar ddiwedd y sesiwn. Trawsgrifiwyd data a recordiwyd, ei troi'n ddiennw a nodwyd themâu cyffredinol trwy ddadansoddiadau thematig sylfaenol. Cafodd y data gasglwyd eu mewnbynnu, eu troi'n ddiennw a'u dadansoddi yr Ymchwilydd Datblygu Cymunedol.

### 4.3.1 Bondiau

Gofynnwyd i'r cyfranogwyr pa mor aml yr oeddent yn cadw mewn cysylltiad ag aelodau o'u teulu a ffrindiau, yn ffisegol neu ar-lein, a lefel eu hymglymiad â chlybiau cymdeithasol, grwpiau a sefydliadau. Cyfarfu'r holl gyfranogwyr â theulu neu ffrindiau o unwaith y dydd i oddeutu unwaith yr wythnos; ffrindiau yn bennaf, gan nad oedd gan y mwyafrif gysylltiadau teuluol cryf, neu roeddent wedi'u gwahanu oddi wrth deulu oherwydd gwahanol amgylchiadau megis ceisio lloches neu chwalfa deuluol. Sylwodd yr ymchwilydd Datblygu Cymunedol fod **cyfranogwyr yn cael y cwestiwn hwn yn anodd iawn ei ateb, yn benodol o ran teulu; a hynny o ran ceiswyr noddfa ac unigolion sefydlog fel ei gilydd. Yn ogystal, mae COVID-19 wedi rhwystro cysylltiadau corfforol oherwydd mesurau cadw pellter cymdeithasol, a chyfyngiadau cyfnodau clo.** Fodd bynnag, cynyddodd cyfathrebiadau ar-lein yn ystod y cyfnod hwn, ac roedd y prosiect yn cefnogi'r cyfranogwyr hynny nad oedd ganddynt Wi-Fi trwy ddarparu pecynnau data.

### 4.3.2 Pontydd

Ar y llinell sylfaen disgrifiodd llawer o'r cyfranogwyr eu bod yn gallu addasu ac yn awyddus i gymysgu â phobl o wahanol gefndiroedd, oeddrannau ac ethnigrwydd, ac roeddent yn credu'n gryf bod eu cymdogion yn gyfeillgar; ac yn y bôn, mae eu hardal leol yn lle y mae pobl o wahanol gefndiroedd yn cyd-dynnu'n dda. Dywedodd 10 allan o 13 o gyfranogwyr y byddent yn gyffyrddus iawn ac yn weddol gyffyrddus yn gofyn i gymydog gadw set o allwedd i'w cartref ar gyfer argyfyngau. Fodd bynnag, roeddent yn anghyffyrddus iawn o ran gofyn i'w cymydog ofalu am eu plant, ac yn weddol anghyffyrddus yn gofyn i'w cymydog am help. **Mae'n bwysig nodi, fodd bynnag, bod cyfranogwyr wedi nodi nad oedd hyn oherwydd bod eu cymdogion yn annymunol, ond oherwydd diwylliant o hunanddibyniaeth. Dywedodd un cyfranogwr y byddent yn teimlo cywilydd yn gofyn, er ei fod yn hyderus y byddai'r cymdogion yn helpu.**

Nododd 5 o'r 6 cyfranogwr a gymerodd ran yn y cyfweiliadau o'r dechrau ym mis Tachwedd 2019 hyd ddiwedd y broses o gasglu data ym mis Tachwedd / Rhagfyr 2020 fod y cysylltiad â'u cymdogion wedi dod yn gryfach oherwydd y cyfnod clo. Nododd cyfranogwyr eu bod yn gweld eu cymdogion yn amlach, wedi dechrau cael sgysiau dros y ffens a bod ganddynt fwy o hyder i ofyn am help, ac yn eu tro yn cynnig help llaw. Fodd bynnag, mae'r un mor bwysig nodi bod un o'r cyfranogwyr wedi profi'r gwrthwyneb oherwydd y pandemig; tra ei fod wedi arfer bod â chysylltiadau cryfach â'i gymdogion o'r blaen, nid yw wedi gweld na siarad â'i gymdogion yn ystod yr amser hwn ond mae'n deall y gallai hynny fod oherwydd eu bod yn hunan-ynysu neu'n gwarchod.

O'r 13 cyfranogwr a gafodd eu cyfweld ar y llinell sylfaen, cytunodd 9 eu bod wedi ymweld, ffonio neu e-bostio rhywun sy'n ei chael hi'n anodd gadael y tŷ, ac mae'r nifer hwnnw wedi aros yn gyson ar y diweddwynt gyda 5 allan o 7 yn dal i gynnig cefnogaeth. Mae 10 o bob 13 wedi rhoi cyngor ac wedi helpu i ysgrifennu llythyrau a llenwi ffurflenni, a nododd 8 allan o 13 eu bod wedi siarad â darparwr gwasanaeth neu sefydliad ar ran rhywun a oedd angen help. **Yn anffodus, ar ddiwedd y prosiect, mae'r nifer hwn wedi**

**gostwng yn sylweddol i 1 allan o 7. Nododd cyfranogwyr mai dim ond cefnogaeth gyfyngedig ar-lein y gallant ei gynnig yn yr amgylchiadau presennol.**

### 4.3.3 Creu cysylltiadau â sefydliadau allweddol, hawliau a llwybrau i gyfranogi

Roedd y cyfranogiad uchaf sef 7 o'r 13 mewn grwpiau cymdeithasol neu sefydliadau yn y garfan mewn addysg i oedolion, crefydd a grwpiau cymunedol; mae'r gweddill sef 5 allan o 13 wedi'u rhannu rhwng chwaraeon ac ymarfer corff, iechyd ac anabledd, celf a hamdden, yr amgylchedd ac anifeiliaid, pobl hŷn a grwpiau diwylliannol. Daeth gwleidyddiaeth, cyfiawnder a hawliau dynol, ac undebau llafur i mewn ar sero, ond nid oherwydd diffyg diddordebau, ond oherwydd diffyg gwybodaeth a chyfle i ymgysylltu.

Mae gwahaniaeth amlwg rhwng ceiswyr noddfa a chymunedau sefydlog o ran eu gwybodaeth, eu profiad a'u perthnasoedd â gwahanol wasanaethau, a sefydliadau sy'n cynnig cefnogaeth ac yn eu helpu i greu cysylltiadau ar gyfer cynhwysiant, integreiddio a chyfranogi. Mae ceiswyr noddfa yn teimlo eu bod yn cael cefnogaeth dda iawn gan sefydliadau'r trydydd sector; yn benodol, sefydliadau sy'n cefnogi ceiswyr lloches a ffoaduriaid. Maent yn hyderus yn eu gwasanaethau ond yn gyfyngedig wrth gysylltu â gwasanaethau eraill, oherwydd eu statws mewnffudo, a diffyg gwybodaeth am eu hawliau.

Ar y llaw arall, mae'r gymuned sefydlog yn gwybod eu hawliau ac mae ganddynt wybodaeth fanwl am y gwasanaethau sydd ar gael, ond oherwydd biwrocratiaeth maent wedi dysgu gwneud pethau drostynt eu hunain yn lle dibynnu ar wasanaethau. Ymatebodd un cyfranogwr ei fod yn teimlo nad oes ganddo'r 'cyfalaf cymdeithasol' i'w gymryd o ddifrif gan awdurdodau. Maent yn gwybod ble i fynd am gefnogaeth ond nid ydynt yn ymddiried y bydd eu pryder yn cael ei gymryd o ddifrif oherwydd nad oes ganddynt gysylltiadau cymdeithasol 'uchel'.

**Ar nodyn cadarnhaol, dywedodd 7 o'r 7 cyfranogwr a gymerodd ran yn yr holiadur ar y diwedd eu bod yn teimlo eu bod yn cael cefnogaeth well i greu cysylltiadau oherwydd eu hymnglymiad a'u cyfranogiad yn y prosiect CAPITAL.**

## 4.5 Sylwadau'r Ymchwilydd

### 4.4.1 Heriau ymgysylltu

Nid yw ymgysylltiad cymunedol yn hawdd gyda grwpiau 'a anwybyddir' oherwydd profiadau pobl yn teimlo'n 'siomedig' yn gyson gan y rhai sy'n gwneud penderfyniadau a darparwyr gwasanaeth, a oedd yn thema a gododd dro ar ôl tro yn ystod ein sgysiau â phobl yn y gweithdai mapio asedau. Y safbwyntiau eraill yw nad yw'r mathau hyn o brosiectau'n gynaliadwy - **'maen nhw'n mynd a dod, ac ni fydd yn newid unrhyw beth, 'mae gormod o broblemau'** (cyfranogwr E). Roedd cyfeiriadau at y rhaglen Cymunedau yn Gyntaf a oedd yn gweithio gyda chymunedau yn yr ardal hon ac a ddaeth i ben yn parhau i ddod i fyny mewn sgysiau. Efallai fod hyn yn esbonio pam mae pobl sydd wedi byw mewn tai cymdeithasol yn Nhreforys ers blynnyddoedd lawer wedi bod yn amharod i ymgysylltu. Felly, mae'r angen am recriwtio cyfranogwyr ychwanegol wedi bod yn her barhaus helaeth. Mae datblygu cymunedol yn broses araf, mae'n gofyn am amynedd ac ymddiriedaeth; mae'n cymryd amser nid yn unig i adeiladu perthnasoedd ond i helpu'r cyfranogwyr i fagu hyder, nid yn unig ynddynt eu hunain ond hefyd yn eu syniad o brosiect.

### 4.4.2 COVID-19 a dod yn ôl i'r trywydd iawn

Yn ogystal, roedd mesurau COVID-19 a'r cyfnod clo wedi rhwystro'r broses hon yn sylweddol oherwydd bod ymrwymadau pobl wedi symud i addasu i ffordd wahanol o fyw. Fodd bynnag, fe wnaeth y grŵp WhatsApp ei gwneud hi'n bosibl i bobl gadw mewn cysylltiad a chyfrannu at y prosiect yn ôl eu pwysau ei hunain. Ni fynychodd rhai cyfranogwyr gyfarfodydd ond gwnaethant gyfrannu eu syniadau ac aros yn gysylltiedig trwy'r grŵp WhatsApp. **Myfyriodd un cyfranogwr er nad yw wedi bod yn cymryd rhan weithredol, mae bod yn rhan o'r grŵp a darllen y sgysiau wedi bod yn ffynhonnell gyson o**

**gefnogaeth a chysylltiad.** Er mai cynllun cychwynnol y prosiect oedd dod â phobl ynghyd yn ffisegol i weithio ar y prosiect, rhaid i ymgysylltu a chydweithio cymunedol fod yn ddigon hyblyg i adael i bobl gymryd rhan yn y ffordd fwyaf addas a phriodol y gallant; i adeiladu a chynnal cynwysoldeb a chysylltiad.

#### 4.4.3 Cynnal cydbwysedd pŵer mewn cyd-gynhyrchu

Ar brydiau, mynegodd y cyfranogwyr eu barn y byddai eu prosiect yn elwa o gyfranogiad helaeth gan weithwyr proffesiynol oherwydd diffyg hyder yn eu galluoedd. Mewn llawer o'r gweithdai mapio asedau pan ofynnwyd i unigolion enwi eu sgiliau, eu gwybodaeth, neu eu diddordebau, fe wnaethant nodi nad oedd ganddynt unrhyw rai, ond mewn trafodaethau pellach sylweddolion nhw fod ganddynt doreth o asedau. **Er enghraifft, atebodd un person ei fod yn 'sbwriel' ac nad oedd yn credu bod ganddo unrhyw asedau, ond wedi hynny nododd ei fod yn casglu arian ar gyfer te a choffi ar gyfer ei grŵp ac yn cadw cofnod, yn rheoli'r gofrestr presenoldeb a threfnu'r dyddiadau a'r amseroedd ar gyfer y grŵp. Unwaith i ni dynnu sylw at y ffaith bod ganddo sgiliau cadw cofnodion, rheoli arian a sgiliau trefnu; roedd wrth ei fodd a newidiodd ei hwyliau.**

Fel gweithwyr proffesiynol, gwnaethom geisio hwyluso'r grŵp, cynnig cymorth ac arbenigedd, ond gyda'r ymwybyddiaeth gyson bod hwn yn brosiect dan arweiniad y gymuned. Rydym wedi gweithio i gynorthwyo'r cyfranogwyr i fagu hyder trwy gymryd cyfrifoldeb mewn gwahanol dasgau a gwneud penderfyniadau cyffredinol. Mae'r grŵp wedi bod yn eithaf derbynol i'r syniad o gymryd perchnogaeth o'r Prosiect Rydyn ni'n Caru Treforys ond nid ydynt yn ddigon hyderus i'w reoli yn ei gyfanrwydd. Nid yw cyd-gynhyrchu yn golygu bod y cyfranogwyr mewn rheolaeth lwyr, ond bod cyfraniad cyfartal gan bawb sy'n cymryd rhan, p'un ai fel gweithwyr proffesiynol, cyfranogwyr, rhanddeiliaid, grwpiau cymunedol eraill neu'r cymunedau â diddordeb. Mae'n bwysig i gydnabod bod gan bawb gyfraniad i'w wneud, ac yn fwy felly gyda grwpiau o bobl nad ydyn nhw bob amser yn cael eu cydnabod fel rhai sydd ag asedau gwerthfawr. Crynhodd un o'r cyfranogwyr hyn yn berffaith:

*'Urddas o ran barn pawb er budd y gymuned. Chwarae teg, cydbwysedd a gwrando ar bob barn a dod â chyffredinedd a gwneud penderfyniadau cytbwys'.  
(Cyfranogwr C).*



## 5.0 Trafodaeth

Ein nod oedd cyflawni'r amcanion hyn fel y nodwyd yn **2.0**

**5.1 I sefydlu a oedd yr ymyrraeth wedi gweithio neu wedi methu a sail y canlyniad a gyflawnwyd, h.y., os yw'r broses hon o weithio gyda'n gilydd ar brosiect Datblygu Cymunedol yn Seiliedig ar Asedau wedi gwella cyfalaf cymdeithasol mewn grwpiau sydd wedi'u hallgau.**

Ar ôl tri chyfarfod yn unig, nododd y grŵp eu bod eisiau adnabod ei gilydd yn fwy a'u bod yn teimlo'n gyffyrddus i rannu profiadau personol iawn. Yr hyn a oedd yn drawiadol yw'r ffaith, er bod yr unigolion hyn o wahanol gefndiroedd ac wedi cael profiadau gwahanol, cafodd yr holl gyfranogwyr brofiadau o drawma mewn rhyw ffordd. Wrth i'r cyfarfodydd fynd rhagddynt, daethant i adnabod ei gilydd yn dda. Fe wnaethant ddarganfod heriau cyffredin y maent yn eu hwynebu oherwydd eu sefyllfa cymdeithasol, economaidd a gwleidyddol, ac fe'u gwnaeth yn agosach ac yn fwy cydymdeimladol tuag at ei gilydd. Dysgodd preswylwyr sefydlog fwy am y broses loches, h.y., ni chaniateir iddynt weithio, nid ydynt yn gymwys i gael budd-daliadau prif ffrwd na thai cymdeithasol ac ati; ac ar y llaw arall, dysgodd ceiswyr lloches am dai annigonol, heriau credyd cynhwysol, diweithdra, ac anawsterau eraill fel materion iechyd a oedd yn rhwystro pobl rhag cael gwaith.

Roedd yr anawsterau a'r heriau a rennir hyn yn eu gwneud yn awyddus i 'ddechrau gweithredu', er mwyn gwella eu hunain a'u cymuned. Roedd sesiynau a hwyluswyd yn addysgiadol iawn, ac roedd y llif gwybodaeth rhwng yr hwyluswyr a chyfranogwyr y grŵp gweithredu yn ddi-dor ac yn gyfle dysgu gwych i'r ddwy ochr. Roedd manteision defnyddio lleoedd cymunedol lleol ar gyfer y gweithdai mapio asedau, cyfweiliadau a sesiynau wedi'u hwyluso yn sylweddol ac yn fuddiol iawn. Cynhyrchodd fwy o gyneffindra â gwahanol leoliadau a gweithgareddau lleol, a oedd rywsut hefyd yn cynyddu ymdeimlad o falchder a pherthyn. Yn ogystal, roedd yn ei gwneud hi'n hawdd i'r cyfranogwyr, nid yn unig i fynychu cyfarfodydd neu sesiynau Grŵp Gweithredu, ond roedd yn hwyluso mynediad haws i leoliadau a gwell gwybodaeth am y gwasanaethau a'r gweithgareddau sydd ar gael yn yr ardal leol.

Creodd y grŵp eu grŵp WhatsApp ychydig cyn y cyfnod clo cyntaf ac maent wedi parhau i gyfathrebu ar y platfform hwnnw. Maent wedi ei ddefnyddio i rannu syniadau, cyfrannu at drafodaethau ac adeiladu'r prosiect, ond yn bwysicaf oll, i gefnogi ei gilydd trwy'r amser anodd hwn, a thrwy hynny gryfhau eu cysylltiad. Rhoddodd un cyfranogwr adborth:

*'Trwy rannu profiadau a syniadau ar y platfform mae'n gwneud ichi deimlo eich bod yn dal i fod yn rhan o'r grŵp. Sylweddoli, er bod syniadau eraill wedi cael eu hatal am y tro, eu bod yn dal yn bosibl, oherwydd rydym wedi llwyddo i lansio'r cylchlythyr. Mae'n gyflawniad gwych, ac felly'n ysgogiad da, er bod llawer i'w wneud o hyd, rydym wedi llwyddo i wneud rhywbeth' (Cyfranogwr F).'*

**Mae'n amlwg bod gwaith sy'n canolbwyntio ar Ddatblygu Cymunedol yn Seiliedig ar Asedau yn hanfodol ar gyfer adeiladu perthnasoedd rhwng gwahanol grwpiau yn y gymuned a hwyluso integreiddio i newydd-ddyfodiaid; ni waeth a ydyn nhw'n geiswyr noddfa neu'n ddinasyddion Prydeinig sy'n symud i ardal newydd.**

## 5.2 Gwerthuso proses ymyrraeth ABCD a nodi mecanweithiau sy'n atal neu'n gwella potensial yr ymyrraeth ABCD i wella integreiddio, yn benodol cyfalaf cymdeithasol, yn ogystal a pha mor dderbyniol a dichonol yw defnyddio dull ABCD.

Rydym wedi dysgu bod tueddiad i anwybyddu asedau a galluoedd y cymunedau hyn oherwydd eu statws, eu hamgylchedd, a lefel eu dylanwad. Fodd bynnag, pan roddir cyfle iddo ac o'i gymhwyso mewn ffordd sydd o fudd i unigolion ac yn eu grymuso, mae gan gyd-gynhyrchu cynhwysol a dull ABCD y gallu i gynyddu hyder a chydnerthedd; gwella amgylchedd uniongyrchol pobl, ac iechyd a llesiant. Mae wedi bod yn amlwg gweld bod pobl leol yn arbenigwyr ar yr anghenion yn eu cymunedau, yn gwybod sut i fynd i'r afael orau â materion sy'n effeithio arnyn nhw a dod o hyd i atebion. Fodd bynnag, mae'n bwysig tynnu sylw at y ffaith bod yn rhaid atgoffa cyfranogwyr yn gyson o'u hasedau, eu galluoedd a'u cefnogi a'u grymuso i ymgymryd â gwahanol dasgau wrth i'r prosiect fynd yn ei flaen oherwydd eu bod wedi'u 'hallgau' a'u 'hanwybyddu'; mae hyn i'w briodoli i'r angen am 'arbenigedd proffesiynol'.

*'Rwy'n teimlo'n llwyr mai ein prosiect ni ydyw - ein henw, ein henw da, a'n syniadau. Dechreuais deimlo ymdeimlad o berchnogaeth yn gynharach cyn y cyfnod clo, dechreuais gymryd cyfrifoldeb personol. Roeddwn i wir eisiau i'r prosiect lwyddo ac roeddwn i'n mynd yn nerfus pan nad oedd niferoedd y grŵp yn tyfu. Hefyd, mae oherwydd eich bod chi'n cadw dweud wrthym 'eich prosiect chi ydyw' a'n hannog i ymgymryd â rhai o'r tasgau'.*

(Cyfranogwr B).

Y canlyniadau cyffredin yn yr holl gyfranogwyr, er eu bod yn amrywio mewn lefelau newid oedd undod a dyheadau cyffredin yn ymddangos yn y grŵp a chynnydd mewn hyder. Mae'r cyfranogwyr yn falch eu bod wedi gallu gweithio a thyfu gyda'i gilydd fel uned, wedi dechrau 'teimlo fel teulu' hyd yn oed o dan yr amgylchiadau presennol; ac wedi cydweithio. **'Rydyn ni wedi defnyddio ein sgiliau i wneud Treforys yn lle gwell, nid yn unig i ni, ond i'n plant a'r genhedlaeth nesa' (Cyfranogwr A, Fideo).** Dywedodd cyfranogwyr eu bod wedi dysgu a phrofi buddion cydlyniant cymunedol a chyd-gynhyrchu. **'Rydyn ni'n caru bod Treforys yn dod â phobl, cyfraniad yn eu cymuned ac yn rhannu cariad' (Cyfranogwr B, Fideo).** Mae hyn yn darparu rhywfaint o dystiolaeth bod dulliau sy'n seiliedig ar asedau yn cael effaith gadarnhaol ar unigolion a chymunedau, a bod cyswllt rhwng gwahanol grwpiau yn ddefnyddiol ac yn ystyrlon pan fydd yn cynnwys cyfranogiad cyfartal a chyfraniad mewn tasgau gan bawb sy'n gysylltiedig. Yn bwysicach fyth, mae CAPITAL wedi gweithio i hyrwyddo'r Nodau Llesiant fel y nodwyd yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015, yn enwedig Cymru o Gymunedau Cydlynus, ac mae'n arddangos dwy o'r pum ffordd o weithio: cyfranogiad a chydweithrediad.

### 5.3 Adeiladu gallu llunwyr polisi a phenderfyniadau lleol i ymgysylltu â grwpiau 'angen eu cyrraedd' traddodiadol a chyd-gynhyrchu gwasanaethau a chyfleusterau

Roedd yn hanfodol ar ddechrau'r prosiect i gychwyn ymgysylltiad rhanddeiliaid trwy nodi a chysylltu â gwasanaethau a grwpiau cymunedol allweddol yn ardal Treforys i gefnogi cyflwyno gweithdai mapio asedau, a deialog barhaus i lywio datblygiad allbynnau'r prosiect. Yn ogystal, gwnaethom gyflwyno'r prosiect i lunwyr polisi allweddol, gan gynnwys y tri Aelod Cabinet yng Nghyngor Abertawe, sy'n gyfrifol am feysydd iechyd, tai a chymunedau, yn y drefn honno. Roedd hyn yn rhan o'n hymrwymiad i sicrhau bod cynhyrchion y prosiect yn diwallu anghenion llunwyr polisi a phenderfyniadau. Cychwynnodd, trefnodd a mynychodd y cyfranogwyr gyfarfod â Mike Hedges MS fel eu cynrychiolydd Senedd Cymru lleol. Cytunodd i ymchwilio i rai materion a godwyd gan y grŵp, megis argaeledd trafndiaeth gymunedol, darpariaeth Saesneg i Siaradwyr leithoedd Eraill (ESOL) a defnyddio canolfannau cymunedol yn Nhreforys.

Nod allweddol y prosiect hwn oedd tynnu sylw at fanteision y dull ABCD / Cyd-gynhyrchu; gan roi cyfle i gymunedau wneud penderfyniadau a gweithredu ar faterion sy'n effeithio arny'n nhw fel unigolion ac fel cymuned. Yn anffodus, nid ydynt wedi gallu cyfarfod â Chynghorwyr lleol oherwydd y pandemig ond maent wedi mynychu cyfarfodydd lle buont yn bresennol.

Mae cynllun y prosiect yn cynnwys datblygu pecyn cymorth cyd-gynhyrchu, gan ganolbwyntio ar ymgysylltu â grwpiau 'a anwybyddir' yn draddodiadol. Ar ôl myfyrto ar y canfyddiadau cynnar, gwnaed penderfyniad i ddatblygu map ffordd rhyngweithiol ar gyfer cyd-gynhyrchu cynhwysol, gan dynnu sylw at y 'cyd' mewn cyd-gynhyrchu - cyfraniad, ymgysylltu, a phŵer ar sail gyfartal (hy, gyda 'grwpiau prin y'u clywir/nas clywir yn aml/heb gynrychiolaeth ddigonol') yn tynnu ar y dysgu o'r prosiect hwn; gan gynnwys trwy ddeialog â chyfranogwyr prosiect ynghylch eu persbectif ar y dysgu allweddol y gellir ei symud ymlaen i brosiectau eraill. Mae consensws bod angen cynnwys aelodau'r gymuned yn y broses ymgynghori a gwneud penderfyniadau cyn penderfynu ar agenda ar ddechrau'r prosiect.



## 6.0 Adeiladu cyfalaf cymdeithasol wrth gadw pellter cymdeithasol

Mae pandemig Coronafeirws wedi cyflwyno sawl her i'r prosiect CAPITAL, yn bennaf oherwydd ei fod yn anelu at adeiladu cyfalaf cymdeithasol (bondio, pontio a chysylltu) trwy waith wyneb yn wyneb mewn cymdogaeth benodol. Ni all unrhyw gynllun wedi'i gynllunio'n ofalus na rheoli prosiect neu ragamcanion helaeth barato'i'n ddigonol ar gyfer pandemig, a pha mor gyflym y mae'n symud popeth.

Yn ddi-oed, roedd yn rhaid sefydlu ffyrdd amgen o gadw cyfathrebu i lifo a pharhau i gynnal perthnasoedd rhwng staff y prosiect a chyfranogwyr, a rhwng y cyfranogwyr. Mewn un agwedd, yn ddjarwybod, roedd strwythurau cyfathrebu ar-lein eisoes wedi'u sefydlu, oherwydd roedd platfform cyfathrebu eisoes yn gweithredu trwy WhatsApp, ond roedd yn rhaid i ni edrych ar ffyrdd mwy arloesol o ddefnyddio'r platfform hwn i'r eithaf a sefydlu mecanweithiau rhithwir eraill.

Fe wnaethom ni addasu'n gyflym i gyd-destun y cyfnod clo er mwyn sicrhau nad oedd y momentwm y tu ôl i'r prosiect yn cael ei golli. Y camau allweddol a gymerwyd oedd:

- Darparu pecynnau data symudol i holl gyfranogwyr y Grŵp Gweithredu er mwyn sicrhau y gallent aros yn gysylltiedig â'r prosiect trwy gyfarfodydd rhithwir ar Zoom.
- Defnyddio Symud Tai Pawb fel partner prosiect i ddarparu cefnogaeth i'r Grŵp Gweithredu wrth i bersonél allweddol lechyd Cyhoeddus Cymru gael eu cynnull ar gyfer yr ymateb amddiffyn iechyd COVID-19.
- Canolbwyntio ar yr hyn y gellir ei wneud yn rhithwir a 'pharcio' syniadau eraill ar gyfer gweithgarwch yn y gymuned yn nes ymlaen. Mae hyn wedi arwain at gynhyrchu saith cylchlythyr cymunedol yn ystod y pandemig, sydd wedi canolbwyntio ar rannu gweithgareddau i hyrwyddo llesiant y gellir ei wneud gartref.

Ar ddechrau'r prosiect, diffiniwyd 'cymuned' fel y rhai sy'n byw yn y gymdogaeth - 'o fewn 10 munud o gerdded o'r cartref'. Fodd bynnag, gyda COVID-19, ailddiffiniodd y cyfranogwyr yr hyn y mae 'cymuned' yn ei olygu yn y cyd-destun hwn. Esboniodd y cyfranogwyr, yn eu profiad hwy, nad yw cymuned wedi'i chyfyngu i'r ardal neu'r cod post uniongyrchol; ond y gwahanol rwydweithiau ar-lein sy'n cefnogi pobl a chymunedau ydyw, waeth ble maen nhw.

## 7.0 Cynaliadwyedd

Nod y prosiect CAPITAL yw bod yn sylfaen ar gyfer cyd-gynhyrchu y tu hwnt i oes y prosiect. Ei nod yn bennaf yw meithrin gallu yn yr ardal a ddewiswyd mewn dwy ffordd: grymuso preswylwyr i gymryd rhan mewn gweithgareddau datblygu trwy wella sgiliau a hyder ac, hyfforddi sefydliadau a gwasanaethau lleol i ymgysylltu ag ystod amrywiol o breswylwyr wrth iddynt gynllunio a darparu gwasanaethau gan darparu offer a hyfforddiant. Bydd yr offer a grëir gan y prosiect yn cael eu lledaenu'n eang i wasanaethau a llunwyr polisi y tu hwnt i'r ardal a ddewiswyd. Yn y modd hwn, bydd gan y prosiect y potensial i barhau i gryfhau cymunedau y tu hwnt i'w oes trwy rwydwaith o randdeiliaid ysbrydoledig, ymgysylltiedig a grymus. Hefyd, y gobaith yw y bydd y prosiect dan arweiniad cyfranogwyr (Rydyn ni'n Caru Treforys) yn parhau y tu hwnt i'r dyddiad hwnnw heb gefnogaeth staff ICC. Yn ystod y broses, mae staff ICC ynghyd â chyfranogwyr y prosiect wedi creu cysylltiadau â gwahanol grwpiau a gwasanaethau cymunedol yn Nhreforys, ac yn ychwanegol yn y broses o gofrestru fel aelod gyda Chyngor Gwasanaethau Gwirfoddol Abertawe i gael cefnogaeth bellach.

# Rhestr Cyfeiriadau

Collaborative for Neighborhood Transformation- ABCD Toolkit. *What is Asset-Based Community Development?* Ar gael o: <https://resources.depaul.edu/abcd-institute/resources/Documents/WhatisAssetBasedCommunityDevelopment.pdf> (Cyrchwyd 10 Chwefror 2021).

Byrne, R., Hathaway, J.C., and Foster, M. (2015). The Law of Refugee Status, *European Journal of International Law*, 26 (2), pp 564–567. Ar gael o: <https://doi.org/10.1093/ejil/chv028> (Cyrchwyd 15 Rhagfyr 2020).

Davies, A.R. Grey, C.N.B. Homolova, L and Bellis, M.A. *Resilience Understanding the interdependence between individuals and communities*. Ar gael o: [file:///C:/Users/st122457/AppData/Local/Microsoft/Windows/INetCache/Content.Outlook/JK8EPIOI/PHW%20Individual%20and%20Community%20Resilience%20report%20\(E%20Final\)%20big%20\(002\).pdf](file:///C:/Users/st122457/AppData/Local/Microsoft/Windows/INetCache/Content.Outlook/JK8EPIOI/PHW%20Individual%20and%20Community%20Resilience%20report%20(E%20Final)%20big%20(002).pdf) (Cyrchwyd 03 Rhagfyr 2020).

Gächter, S., Stamer, S. & Tufano, F. (2001). *Measuring the Closeness of Relationships: A Comprehensive Evaluation of the 'Inclusion of the Other in the Self' Scale*. 10 (16). Ar gael o: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0129478> (Cyrchwyd 15fed Rhagfyr 2020).

GOV.UK. *Asylum Support*. Ar gael o: <https://www.gov.uk/asylum-support/what-youll-get> (Cyrchwyd 05 Rhagfyr 2020).

GOV.WALES. Welsh Index of Multiple Index. Ar gael o: <https://gov.wales/welsh-index-multiple-deprivation> (Cyrchwyd 04 Ionawr 2021).

Levitas, R. (2006). 'The concept and measurement of social exclusion'. In C. Pantazis, D. Gordon & R. Levitas (eds.), *Poverty and Social Exclusion in Britain: The Millennium Survey*, pp 123-160. Bristol: The Policy Press.

The Marmot Review (2010). *Fair Societies, Healthy Lives*. Ar gael o: [www.instituteofhealthequity.org/resources-reports/fair-society-healthy-lives-the-marmot-review/fair-society-healthy-lives-exec-summary-pdf](http://www.instituteofhealthequity.org/resources-reports/fair-society-healthy-lives-the-marmot-review/fair-society-healthy-lives-exec-summary-pdf) (Cyrchwyd 24<sup>ain</sup> Mehefin 2019).

Mental Health Foundation. (2016). *Housing & Mental Health: Providing support for people in need*. Ar gael o: <https://www.mentalhealth.org.uk/blog/housing-and-mental-health-providing-support-people-need> (Cyrchwyd 4 Ionawr 2021).

Mind Cymru. *Vulnerable Migrants Modelling better engagement to improve mental health services for vulnerable migrants in Wales*. Ar gael o: <https://www.mind.org.uk/media/15100081/mindcymruvulnerablemigrantsreportforweb.pdf> (Cyrchwyd 15<sup>fed</sup> Rhagfyr 2020).

National Community Forum. (2009). *Department for Communities and Local Government. Sources for Resentment, and perceptions of ethnic minorities among poor white people in England*. Ar gael o: <https://webarchive.nationalarchives.gov.uk/20120920021329/http://www.communities.gov.uk/documents/communities/pdf/1113921.pdf> (Cyrchwyd 12 Tachwedd 2020).

Oxfam Cymru. 'Building Livelihoods & Strengthening Communities in Wales' project (2012-16). Ar gael o: <https://oxfamlibrary.openrepository.com/bitstream/handle/10546/615933/er-building-livelihoods-project-final-report-exec-summary-010416-en.pdf;jsessionid=AF6981F018BA5CB05551760FBC6BAFD3?sequence=3> (Cyrchwyd 15 Rhagfyr 2019).

Phillimore, J, Goodson, L. (2008). Making a Place in the Global City: The Relevance of Indicators of Integration, *Journal of Refugee Studies*. 21 (3), pp 305–325. Ar gael o: <https://doi.org/10.1093/jrs/fen025> (Cyrchwyd 15 Rhagfyr 2020).

Protheroe, A, Mudd, J & Fury, M. (2017). *The experience of Universal credit: A tenant perspective*. Available from [https://chcymru.org.uk/uploads/general/The\\_Experience\\_of\\_Universal\\_Credit\\_03.17.pdf](https://chcymru.org.uk/uploads/general/The_Experience_of_Universal_Credit_03.17.pdf) (Cyrchwyd 12 Tachwedd 2020).

Reeves, A., Clair, A., McKee, M., Stuckler, D. (2016). Reductions in the United Kingdom's Government Housing Benefit and Symptoms of Depression in Low-Income Households, *American Journal of Epidemiology*, 184( 6), pp 421–429. <https://doi.org/10.1093/aje/kww055>

Resilience Research Centre. *Child and Youth Resilience Measure and Adult Resilience Measure*. Ar gael o: <http://cymr.resilienceresearch.org/> (Cyrchwyd 7 Tachwedd 2020).

Shepherd, M. (2013). *The review of the evidence on health inequalities and community cohesion with recommendations for strengthening the health asset approach*. Ar gael o: [www2.nhsp.wales.nhs.uk](http://www2.nhsp.wales.nhs.uk) (Cyrchwyd 15 Rhagfyr 2020).

Smith, C.H. An exploration of the meaning of occupation to people who seek asylum in the United Kingdom. Research Career Development Grants, Multifarious. *Royal College of Occupational Therapists*. 78, pp. 614-621. Ar gael o: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0308022615591174?journalCode=bjod> (Cyrchwyd 04 Rhagfyr 2020).

Swansea Council. (2020). *Morrison Ward Profile*. Ar gael o: [https://www.swansea.gov.uk/media/5165/Morrison-Ward-Profile/pdf/Morrison\\_Ward\\_Profile\\_February\\_2020.pdf](https://www.swansea.gov.uk/media/5165/Morrison-Ward-Profile/pdf/Morrison_Ward_Profile_February_2020.pdf) (Cyrchwyd 15 Ionawr 2021).

The Young Foundation. (2017) *Valuing Place - The importance of place for understanding inequality and taking action in Wales*. Ar gael o: [https://issuu.com/youngfoundation/docs/valuing\\_place\\_final\\_designed\\_report](https://issuu.com/youngfoundation/docs/valuing_place_final_designed_report), page 6 (Cyrchwyd 02 Rhagfyr 2020).

Welsh Government. (2017). *National Survey for Wales, 2019-17: Mental Well-Being*. Ar gael o: <https://gov.wales/sites/default/files/statistics-and-research/2019-02/national-survey-wales-mental-wellbeing-2016-17.pdf> (Cyrchwyd 15<sup>fed</sup> Rhagfyr 2020).

World Health Organisation. (2019). *Healthy, prosperous lives for all: the European Health Equity Status Report*. Ar gael o: <https://www.euro.who.int/en/publications/abstracts/health-equity-status-report-2019> (Cyrchwyd 10 Ionawr 2021).

## Llyfryddiaeth

Glasgow Centre for Population Health. (2011). *Asset Based approaches for health improvement: redressing the balance*. Ar gael o: [https://www.gcph.co.uk/assets/0000/2627/GCPH\\_Briefing\\_Paper\\_CS9web.pdf](https://www.gcph.co.uk/assets/0000/2627/GCPH_Briefing_Paper_CS9web.pdf) (Cyrchwyd 15<sup>fed</sup> Rhagfyr 2020).

Health Foundation. (2021). *Taking action on the social determinants of health*. Ar gael o: <https://www.health.org.uk/funding-and-partnerships/programmes/taking-action-on-the-social-determinants-of-health> (Cyrchwyd 4 Ionawr 2021).

Lewis, M. (2005). *Asylum: Understanding Public Attitudes*. Institute for Public Policy and Research. Ar gael o: [https://www.ippr.org/files/images/media/files/publication/2011/05/asylum\\_full\\_1364.pdf](https://www.ippr.org/files/images/media/files/publication/2011/05/asylum_full_1364.pdf) (Cyrchwyd 15 Rhagfyr 2020).

Moore, R. (2007). 'Social theory, social policy and sustainable communities'. In Cropper, S., Porter, A. & Williams, G. et al (eds.), *Community Health and Wellbeing: Action research on health inequalities*, Chapter 8. Policy Press: Bristol

Ready Homes. *A leading provider of short term housing and support*. Ar gael o: <http://ready-homes.co.uk/> [Cyrchwyd 15<sup>fed</sup> Rhagfyr 2020].

Tyfu Tai Cymru. *Public attitudes to social housing in Wales: Report for the Chartered Institution of Housing Cymru*. Ar gael o: <http://www.cih.org/resources/PDF/Policy%20free%20download%20pdfs/CIH%20Cymru%20public%20perceptions%20report%20FINAL.pdf> (Cyrchwyd 03 Rhagfyr 2020).




# Manylion Cyswilt

## Iechyd Cyhoeddus Cymru

2 Capital Quarter · Stryd Tyndall, Caerdydd CF10 4BZ

Ffôn: 029 2022 7744

 @PublicHealthW

## Prosiect Rydyn ni'n Caru Treforys

Ffôn: 07880070033

E-bost: [welovemorrison2020@gmail.com](mailto:welovemorrison2020@gmail.com)

 @WeLoveMorrison

### MWY YN NHREFORYS...

...nag y byddech chi'n ei feddwl

Yr hyn rydyn ni'n ei wybod	Yr hyn rydyn ni'n dda yn ei wneud	Yr hyn rydyn ni'n poeni amdano
<p>Cerddoriaeth</p> <p>T.G.</p> <p>Rheoli</p> <p>Buddsoddiad</p> <p>Cynllunio</p> <p>Marchnata</p> <p>Trefnu</p> <p>Iechyd a Diogelwch</p> <p>Hylendid bwyd</p> <p>Gwerthu</p> <p>Ieithoedd</p> <p>Cyfathrebu</p>	<p>Coginio</p> <p>Gwasanaethu</p> <p>Paentio wynebâu</p> <p>Gwau</p> <p>Celf</p> <p>Gwnio</p> <p>Atgweiriadau</p> <p>Trin gwallt</p> <p>Harddwch</p> <p>Ysgrifennu</p> <p>Cadw cofnodion</p> <p>Gweinyddiaeth</p> <p>Logisteg</p>	<p>Teulu</p> <p>Cymuned</p> <p>Cyfeillgarwch</p> <p>Iechyd</p> <p>Natur</p> <p>Amyglichedd</p> <p>Elusennau</p> <p>Garddio</p> <p>Ffydd</p> <p>Gwirfoddoli</p> <p>Barddoniaeth</p> <p>Ieithoedd</p> <p>Fotograffiaeth</p>

ASEDAU, CYFRANOGIAD AC INTEGREIDDIAD CYMUNEDOL: GWEITHREDU YN LLEOL

Mae prosiect CAPITAL wedi'i arlannu gan y Sefydliad Iechyd. Ei nod yw cryfhau cysylltadau cymdeithasol yn y gymuned a sicrhau llesiant gwell i bawb.



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Iechyd Cyhoeddus  
Cymru  
Public Health  
Wales



promoting equality in housing  
hybu cydraddoldeb ym maes tai



The  
Health  
Foundation



We   
Morrison

