DOGFEN FRIFFIO ASESU LLESIANT: DIWYLLIANT

1. Rhagymadrodd

Yn sgil prosiect Deall ein Cymunedau, erbyn hyn mae'r gwasanaethau cyhoeddus yn deall y pethau da am gymunedau, yr hyn sydd fwyaf pwysig i bobl a sut y mae modd i'w profiadau a'r hyn sydd gyda nhw i'w gynnig ein helpu ni i gynllunio a darparu gwasanaethau.

Pwrpas Deddf Llesiant Cenedlaethau’r Dyfodol (Cymru) 2015 yw sicrhau bod y gwasanaethau cyhoeddus yn gwneud popeth o fewn eu gallu i wella llesiant diwylliannol, economaidd, amgylcheddol a chymdeithasol pobl a chymunedau, ac yn gweithio mewn ffyrdd a fydd yn helpu i greu gwlad rydyn ni am fyw ynddi, nawr ac yn y dyfodol.

Mae'r Ddeddf yn golygu y bydd rhaid i wasanaethau cyhoeddus wneud y canlynol:

- Ystyried y tymor hir;
- Ceisio atal problemau;
- Ceisio cyfrannu at saith nod llesiant y Ddeddf ym mhopeth maen nhw'n ei wneud;
- Gweithio'n well gyda'i gilydd; a
- Gweithio'n well gyda phobl a chymunedau.

O dan y Ddeddf yma, rhaid i wasanaethau cyhoeddus gynnal a chyhoeddi Asesiad Llesiant, sy'n edrych ar y sefyllfa o ran llesiant y bobl yn yr ardal honno, pobl sydd mewn cymunedau penodol o fewn yr ardal honno ac ystyried sut mae'r sefyllfa yn debygol o fod yn y dyfodol.

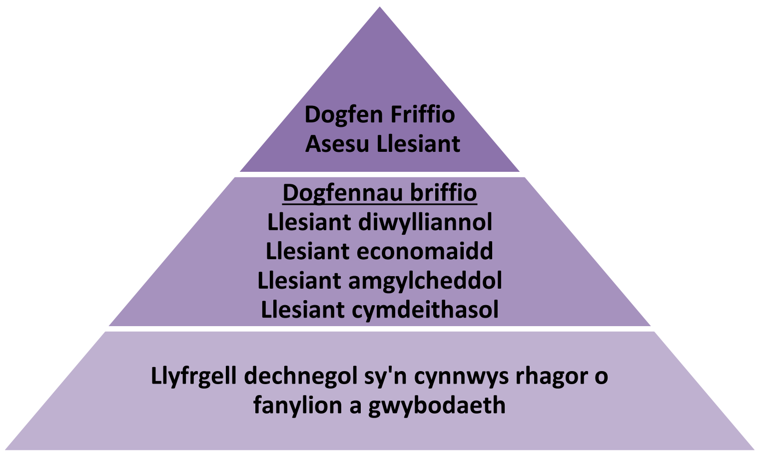
Yng Nghwm Taf, rydyn ni wedi bod yn casglu gwybodaeth ar gyfer yr Asesiad Llesiant gan y bobl sy'n gwneud penderfyniadau polisi a chomisiynu mewn perthynas â'r gwasanaethau, y bobl sy'n darparu gwasanaethau a'r bobl sy'n derbyn gwasanaethau.

Wedyn fe dreulion ni peth amser yn siarad â'r bobl hyn am y penawdau a ddaeth i'r amlwg dan bob thema, gan ystyried sut maen nhw'n effeithio ar lesiant a'r effaith debygol ar gymunedau, ar hyn o bryd ac yn y dyfodol.

Mae crynodeb o'r penawdau sy'n ymwneud â llesiant diwylliannol wedi'u cynnwys yn y ddogfen yma. Mae'r ddogfen yn dangos sut mae pob pennawd yn ymwneud â llesiant a sut mae llesiant diwylliannol yn ymwneud â themâu llesiant eraill.

Mae'r brif wybodaeth ar draws yr holl themâu llesiant wedi'i chynnwys yn Asesiad Llesiant Cwm Taf. Mae'r brif wybodaeth ar draws yr holl themâu llesiant wedi'i chynnwys yn Asesiad Llesiant Cwm Taf. Bydd yr holl wybodaeth rydyn ni wedi'i chasglu drwy gydol y prosiect ar gyfer llywio'r penawdau hyn hefyd ar gael yn y llyfrgell ar-lein.

Ffigur 1: Strwythur Asesiad Llesiant Cwm Taf



2. Llesiant diwylliannol

'Bydd dathlu llwyddiant a gwerthfawrogi'n treftadaeth, ein diwylliant a'n hiaith

yn cryfhau ein hunaniaeth ar gyfer cenedlaethau'r dyfodol.'1

Mae Cymru'n gyfoethog o ran diwylliant. Mae gennym ni iaith, hanes, cerddoriaeth, theatr, llenyddiaeth, traddodiadau dawnsio, celf, timau chwaraeon, gwyliau, cyfryngau a gwahaniaethau sy'n diffinio'n gwlad. Mae pobl ledled y byd yn ein hadnabod ni yn Rhondda Cynon Taf a Merthyr Tudful oherwydd ein hanes yn y pyllau glo, ein gwleidyddiaeth, ein doniau cerddorol a'n sêr chwaraeon.

Mae'r bennod yma'n trafod ystyr diwylliant i bobl Merthyr Tudful a Rhondda Cynon Taf. Mae'r bennod yn ymdrin â'n ffordd o fyw heddiw. Mae'n trafod ystadegau o nifer y bobl sy'n cymryd rhan mewn gweithgareddau 'diwylliannol' neu sy'n mynd iddyn nhw; mae'n ennyn dealltwriaeth o'r pethau rydyn ni'n mwynhau eu gwneud a'u heffaith ar ein lles; ac mae'n trafod ffyrdd o fanteisio ar ddiwylliant yng Nghwm Taf yn y dyfodol.

[1] Adroddiad "Y Gymru a Garem" (2015)

3. Penawdau

Mae pobl angen teimlo'n rhan o'u cymuned ac mae llawer am gynnig eu hamser, eu sgiliau a'u cysylltiadau.

Mae ysbryd cymuned yn uno pobl, mae'n eu gwneud yn hapus ac mae'n gwella lles. Mae gan gymunedau Rhondda Cynon Taf a Merthyr Tudful (Cwm Taf) ysbryd arbennig o gryf, ac mae pobl yn sôn am y strydoedd, lleoedd a mannau cyhoeddus croesawgar a chyfeillgar. Roedd hyn yn ymwneud ag 'amser a lle', ond roedd hefyd yn ymwneud â 'rhwydweithiau' pobl, er enghraifft y gymuned Gymraeg.

Gall diwylliant cymuned fod yn beth lleol iawn, gan ddibynnu ar hanes y dref, y bobl sy'n byw ynddi heddiw, y gweithgareddau sy'n digwydd ynddi a'i photensial yn y dyfodol. Dyw'r pethau yma ddim yn hawdd eu dehongli, ond maen nhw'n ganolog i unrhyw gymuned. Roedd pobl nad oedd yn cymryd rhan mewn gweithgareddau lleol, ac nad oedd yn cysylltu â'r bobl o'u cwmpas na hanes yr ardal yn rhoi'r argraff eu bod yn teimlo'n negyddol ynglŷn â'r dyfodol.

Mae'r teimlad o 'fod yn rhan o'r gymuned' yn rhoi mwy na hapusrwydd i'r unigolyn yn unig. Mae'n gysylltiedig â gweithgarwch ar lefel y gymuned, rhwydwaith y gymuned, yr hyn y mae modd i bobl ei gynnig a chyfundrefn y gymuned. Roedd pobl yn teimlo bod ganddyn nhw'r atebion i lawer o'r problemau y mae eu cymunedau'n eu hwynebu, ond nad oedd ganddyn nhw'r grym i newid pethau heb gymorth gwasanaethau.

Roedd yn cael ei ystyried yn llesol yn gymdeithasol byw'n agos at aelodau o'r teulu a ffrindiau, ac yn rhywbeth eithaf unigryw i Gwm Taf. Yn ogystal â hynny, mae llawer o weithgareddau a grwpiau cymdeithasol sy'n dod â phobl at ei gilydd, er enghraifft dawnsio, grwpiau i rieni a phlant, dosbarthiadau cymunedol, clybiau/rhandiroedd garddio, grwpiau eglwys, corau, ac phrydau o fwyd i bobl hŷn. Soniwyd am bob un o'r rhain ledled Cwm Taf. Cafodd achlysuron yn y gymuned leol eu hystyried fel y ffordd orau o ddod â'r gymuned at ei gilydd. Er hynny, roedd sôn am rym y cyfryngau cymdeithasol i ddod o hyd i wybodaeth ddefnyddiol, i drefnu pethau ac i gwrdd â phobl o'r un anian.

Roedd pobl a oedd yn cymryd rhan yn y gweithgareddau diwylliannol yma'n teimlo ei bod yn bwysig parhau i fynd er eu lles eu hunain. Roedd yn hollbwysig lledaenu gwybodaeth am achlysuron a hyrwyddo cyfleoedd i gymryd rhan, er enghraifft drwy wybodaeth ar-lein, 'clecs' yn y gymuned a hysbysfyrddau. Mae yna hefyd rai enghreifftiau o bobl sy'n gweithio yn y gymuned ac sy'n gwneud cysylltiadau rhwng

gweithgareddau, gwasanaethau ac aelodau o'r gymuned (fel gweithwyr Cymunedau yn Gyntaf neu Gydlynwyr Cymunedol).

Er bod llawer o'r gweithgareddau diwylliannol 'ar lawr gwlad', mae enghreifftiau lle y mae cymunedau wedi dod ynghyd dros achos cyffredin o'u herwydd. Er enghraifft, mae aelodau o'r gymuned wedi sefydlu busnesau a dod yn gyfrifol am adeiladau/tir. Drwy hynny, mae modd i gymunedau sydd wedi'u trefnu gael effaith gadarnhaol ar yr economi a'r amgylchedd lleol. Er enghraifft, mae modd i brosiectau amgylcheddol fel garddio cymunedol, clirio tir a gofalu am lwybrau gael effaith economaidd drwy dyfu a gwerthu cynnyrch, annog twristiaeth a gwaith gwirfoddoli. O ganlyniad i hynny bydd gan bobl sgiliau a hyder newydd.

Fel pob cymuned, mae cymunedau Cwm Taf yn newid. Mae ysbryd cymuned yr ardal wedi tyfu drwy hanes Cwm Taf. Serch hynny, oherwydd yr oes dechnolegol sydd ohoni mae mwy o bobl yn treulio amser yn y tŷ, a dydyn nhw ddim yn adnabod eu cymdogion neu eu cymunedau cystal ag y bydden nhw o'r blaen, o bosibl. Roedd pobl yn teimlo y byddai hyn, pe bai'n parhau yn y dyfodol, yn ddrwg i iechyd pobl. Roedden nhw hefyd yn teimlo y byddai cyfraddau troseddu'n uwch, y byddai pobl yn fwy unig ac y byddai mwy o angen am wasanaethau a fyddai'n gallu ymyrryd ac 'achub' y gymuned rhag datgymalu.

Mae modd i ni adeiladu ar yr enghreifftiau canlynol:

Dyw gweithgarwch cymunedol dim yn newydd; mae grwpiau cymunedol ledled y DU wedi bod yn dod at ei gilydd ers blynyddoedd i gyflawni pethau gyda'i gilydd. Yng Nghymru, mae mwy a mwy o grwpiau wedi dod yn gyfrifol am adeiladau, tir a gwasanaethau. Er enghraifft, mae Ymddiriedolaeth Hamdden ym Merthyr Tudful sy'n cynnal llyfrgelloedd, y ganolfan hamdden a chyfleusterau eraill. Yn ogystal â hynny mae rhaglen ymgysylltu â'r gymuned o'r enw 'RhCT Gyda'n Gilydd' yn Rhondda Cynon Taf. Drwy honno mae grwpiau wedi camu i'r adwy a llwyddo i ddod yn gyfrifol am wasanaethau neu adeiladau a fu gynt ym meddiant y Cyngor.

Mae grwpiau cymunedol ledled Cwm Taf sy'n gweithio yn eu hamgylchedd lleol gan ddod yn gyfrifol am eu hardal, gan adeiladu ar yr hyn sydd yno a chan gydweithio i gyflawni rhywbeth gwahanol. Mae prosiect grŵp *Friends of Parc Taf Bargoed*, sef *'Welcome to our Woods'* yn Nhreherbert yn enghraifft o hynny.

Beth arall y mae angen i ni ei wybod?
Mae unigolion a grwpiau cymunedol yn aml yn teimlo'n rhwystredig pan fyddan nhw'n gweithio gyda sefydliadau cyhoeddus. Sut y mae modd i ni weithio'n well gyda'n gilydd yn y dyfodol a sut y mae modd i gyrff cyhoeddus leihau'r fiwrocratiaeth sy'n atal cyfleoedd rhag cael eu gwireddu?
Sut y mae modd i gyrff cyhoeddus ddod â phobl yn fwy agos, a'u helpu i gymryd rhan yn eu cymuned ac yn eu hardal?
Sut y mae modd i ddull mwy ffurfiol o wirfoddoli (sy'n gysylltiedig â diwylliant a gweithgarwch yn y gymuned) helpu pobl i ddysgu sgiliau newydd a dod o hyd i waith?

Dylai ein treftadaeth ein hanes, ein tirwedd a'n hadeiladau gael eu dathlu a'u defnyddio yn y dyfodol.

Pan fyddwn ni'n meddwl am ystyr diwylliant, caiff y gair 'treftadaeth' ei ddefnyddio. Mae modd i 'dreftadaeth' gyfeirio at hanes, ymdeimlad o berthyn a diwylliant. Gair arall am dreftadaeth yw 'etifeddiaeth'. Mae hynny'n awgrymu mai rhywbeth i'w drosglwyddo rhwng cenedlaethau ydyw. Y dirwedd, yr adeiladau, yr amgylchedd naturiol a'r ieithoedd yng Nghwm Taf yw'r pethau sy'n helpu pobl i deimlo fel eu bod yn perthyn. Mae hynny'n cael effaith gadarnhaol ar eu hapusrwydd a'u lles. Gall treftadaeth Cwm Taf hefyd ddod â manteision economaidd i leoedd ledled y rhanbarth drwy dwristiaeth a dathliadau o fewn cymunedau lleol.

Roedd potensial asedau fel Amgueddfa Castell Cyfarthfa ym Merthyr Tudful (sef y trydydd atyniad rhad ac am ddim mwyaf poblogaidd yng Nghymru yn 2014); [2] Amgueddfa Treftadaeth Cwm Rhondda; a phrosiectau modern eraill fel y Ganolfan Soar a Redhouse ym Merthyr Tudful yn cael eu gweld fel lleoliadau gwych i arddangos ein treftadaeth. Mae hynny'n cynnwys y celfyddydau, perfformiadau, hanes a bwyd, diod ac anrhegion lleol.

Yn yr un modd, mae'r dirwedd naturiol anhygoel yng Nghwm Taf yn cael effaith dda ar iechyd corfforol a meddyliol pobl. Mae modd gwneud gweithgareddau awyr agored amrywiol fel chwarae, garddio, crwydro, ymarfer corff, a dysgu sgiliau newydd yn y coedwigoedd, ac mae amrywiaeth mawr o fywyd naturiol yn byw yng ngefn gwlad Cwm Taf. Oherwydd hyn oll, mae gan yr amgylchedd botensial mawr i'n helpu i fyw'n iach. Mae tirwedd Cwm Taf wedi cael ei llunio gan bobl a diwydiant dros y blynyddoedd ac mae hynny'n rhinwedd gwerthu unigryw a fydd yn annog pobl i ymweld â'r ardal ac i fyw a gweithio ynddi yn y dyfodol.

[2] Llywodraeth Cymru (2015) "Ymweliadau ag Atyniadau Twristiaeth yng Nghymru 2014 Adroddiad ar gyfer Croeso Cymru"

Tyfodd Cymoedd De Cymru, eu hadeiladau a'u traddodiadau o waith diwydiannol yn yr 19eg ganrif. Tyfodd pentrefi bach yn sylweddol ac yn ddirybudd ac erbyn 1914 roedd bron cynifer o bobl yn symud i Gymru ag a oedd yn symud i'r Unol Daleithiau am waith. Mae pobl o genhedloedd amrywiol wedi dod ynghyd ac oherwydd hynny mae'r busnesau, yr adeiladau a'r diwylliannau rydyn ni'n eu gweld heddiw ledled Cwm Taf wedi ymddangos. Llwyddodd y grefydd anghydffurfiol i ennill ei phlwyf a chafodd capeli eu hadeiladau ledled yr ardal. Yn ogystal â hynny, dechreuwyd adeiladu theatrau, sefydliadau glowyr a chlybiau.

Mae llawer o'r adeiladau yma oedd yn hollbwysig i'r gymuned yn sefyll o hyd. Mae rhai'n dal i fod yn lleoliadau adloniant ac yn lleoedd cwrdd ac mae eraill yn gartref i wasanaethau penodol, mentrau cymdeithasol neu gwmnïau preifat. Mae adeiladau'n bwysig i gymunedau ac ynddyn nhw mae modd cynnal achlysuron, cael gwybod beth sy'n digwydd, cymryd rhan mewn gweithgareddau neu gwrdd a chymdeithasu. Cafodd y syniad ei fynegi'n aml yn ein trafodaethau mai adeiladau amlbwrpas a thirweddau yw prif gryfderau Cwm Taf, ac y dylai'r sector preifat, y sector cyhoeddus a chymunedau weithio gyda'i gilydd i wneud cymaint â phosibl gyda'r hyn sydd yma eisoes.

Mae'r hanes cyfoethog yma'n adnabyddus ledled y byd ac mae'n gyfle i ddenu busnes a thwristiaeth. Teimlai llawer o bobl fod gorffennol diwydiannol Cwm Taf yn bwysig, ond mai busnes a gweithgarwch cymunedol sy'n diffinio'r ardal erbyn hyn yn yr 21ain ganrif. Cafodd ei fynegi bod cyfleoedd yma i gynhyrchu mwy o fwyd, diod ac anrhegion yn lleol, ac i'w masnachu fel cynnyrch o'r ardal. Yn ogystal â hynny, roedd potensial i fusnesau a mentrau lleol ddefnyddio cyfoeth yr hanes, y dirwedd a'r amgylchedd adeiledig yma i ddod ag arian i'r gymuned. Efallai bydd modd iddyn nhw gael effaith gadarnhaol ar les cymdeithasol, economaidd ac amgylcheddol yr ardal drwy hynny yn yr un modd.

Mae modd i ni adeiladu ar yr enghreifftiau canlynol:

Mae llawer o adeiladau, safleoedd a rhannau o dir y mae modd eu dathlu ledled y rhanbarth fel rhan o'n treftadaeth. Mae'r gwasanaethau twristiaeth a threftadaeth yn yr ardal wedi gwneud llawer o waith er mwyn hyrwyddo'r rhain. Er hynny, mae gan gymunedau rôl yn ogystal â nhw, sef deall eu storïau eu hunain am eu hardal a'u rhannu'n eang.

Mae enghreifftiau ledled Ewrop yn dangos gwerth economaidd treftadaeth e.e. gwerth twristiaeth yn Iwerddon ac atyniad lleoliadau oherwydd eu tirnodau. [3] Er hynny, mae cysylltedd (trafnidiaeth, gwybodaeth a lleoliad) yn bwysig iawn i wneud cymaint â phosibl o ran hynny.

[3] Astudiaethau achos yn nogfen y sefydliad Europa Nostra (2015) *Culture Heritage Counts for Europe*

Beth arall y mae angen i ni ei wybod?
Sut y mae modd i fusnesau yng Nghwm Taf helpu gyda hyn? Sut y maen nhw'n gweld eu rôl o ran gwella lles unigolion, neu eu cyfraniad at wneud hynny?
Sut y mae modd i ni annog cymunedau i rannu eu storïau cadarnhaol â gweddill y byd yn fwy effeithiol er mwyn denu rhagor o ymwelwyr ac er mwyn dathlu ein diwylliant? A oes gan y cyfryngau cymdeithasol ran i'w chwarae yma?

Mae'n ymddangos bod cymryd rhan mewn pethau yn gwneud lles i bawb.

Mae ymchwil wedi dangos bod cymryd rhan mewn rhywbeth creadigol neu mewn rhywbeth sydd o gymorth i bobl ymlacio (fel ymarfer corff, gwneud chwaraeon, canu, gwneud celf, actio ac ati) yn llesol iawn.[4] Mae modd i'r pethau yma wneud gwahaniaeth i fywydau pobl drwy eu hannog i gymdeithasu, i adael y tŷ ac i gwrdd â ffrindiau newydd. Mae hynny yn ei dro'n eu helpu i ddatrys problemau yn eu bywydau ac mae'n rhoi sgiliau newydd iddyn nhw sy'n gallu arwain at gael gwaith.

Mae ymchwil gan gyngor cenedlaethol y celfyddydau wedi dangos y gall cymryd rhan mewn celfyddydau wella sgiliau cyfathrebu, lles a rhagolygon o ran gwaith/addysg. Mewn un astudiaeth, nododd 53% o'r bobl a gymerodd ran fod ansawdd eu bywyd a'u llesiant yn well o ganlyniad i gymryd rhan mewn prosiect.5

"Mae wedi fy ngwneud yn awyddus i gael rhagor o hyfforddiant am fy mod i bellach

o'r farn bod modd i mi roi cynnig ar bethau."

(rhywun a gymerodd ran ym mhrosiectau Cwm a Bro)[5].

Yn benodol, dywedodd pobl a oedd yn sâl, yn oedrannus neu'n fregus fod edrych ymlaen at rywbeth yn bwysig iawn er eu gwellhad a'u lles. Yn aml, roedd hynny'n cyfeirio at weithgaredd yn y gymuned a oedd yn gysylltiedig â chelf, hamdden neu ddiwylliant. Erbyn hyn mae llawer o wasanaethau'n gwneud y cysylltiad yma. Er engrhaifft, bu achosion lle y mae meddygon wedi rhoi presgripsiwn am lyfrau er mwyn helpu pobl i ddeall eu cyflwr. Yn ogystal â hynny, bu achosion o ddefnyddio sesiynau canu i drin anawsterau anadlu ac achosion o sesiynau canu/darllen barddonaieth i bobl sydd â dementia a'u cynhalwyr.

[4] Gweler, er enghraifft, sefydliad Arts & Health South West

[5] Cyngor Celfyddydau Cymru (2010) *'Canfyddiadau o'r Gwerthusiad Peilot o Gelfyddydau Cymunedol.'*

Mae ymarfer corff, chwarae a gwylio chwaraeon yn cael effaith gadarnhaol debyg ar les corfforol a meddyliol oherwydd eu bod yn gwella ffitrwydd ac yn creu ymdeimlad o fod yn rhan o rwydwaith ehangach. Roedd yr asedau (yr adeiladau/cyfleusterau) yn yr ardal sy'n helpu pobl i wneud hynny yn cael eu gweld yn bwysig iawn (er enghraifft, yr amgylchedd naturiol, pyllau nofio, canolfannau hamdden a llwybrau seiclo/cerdded). Roedd sôn yn benodol am Lwybrau Cerdded Taf a Trevithick, pyllau nofio Bronwydd ac Abercynon, Lido Cenedlaethol Cymru ym Mhontypridd, Canolfan Hamdden Merthyr Tudful a'r parciau, caeau a'r tiroedd awyr agored.

Bu cynnydd ledled Cymru ers 2010 yn nifer y bobl sy'n mynd i weithgareddau celf ac sy'n cymryd rhan ynddyn nhw. Yng Nghwm Taf, dangosodd astudiaeth bod llawer o bobl yn mynd i sesiynau dawns fodern ac yn cymryd rhan ynddyn nhw. Aeth y rhan fwyaf o bobl i achlysuron yn eu cymdogaeth neu eu sir leol, yn hytrach na mynd yn bellach. Cafodd hynny ei adleisio yn ein sgyrsiau â phobl a ddywedodd y byddai'n llawer gwell ganddyn nhw gymdeithasu yn eu cymunedau lleol. Amser yw'r rhwystr fwyaf cyffredin i bobl rhag galw heibio i weithgaredd creadigol neu rhag cymryd rhan ynddo. Ond yn ogystal â hynny, mae cyswllt rhwng cyfoeth unigolyn a ph'un a yw'n cymryd rhan mewn gweithgareddau ledled Cymru gyfan.[6]

Mae modd i ni adeiladu ar yr enghreifftiau canlynol:

Mae'n amlwg bod llawer yn digwydd yng Nghwm Taf o'i chymharu â rhannau eraill o Gymru a bod cysylltiadau da rhwng pobl at ddibenion trefnu gweithgareddau a chael wybod am yr hyn sy'n digwydd. Mae'r sin gerddoriaeth ffyniannus ym Merthyr Tudful a Rhondda Cynon Taf yn rhan o hynny, ac mae'n cynnwys corau, gŵyl Merthyr Rock yn y blynyddoedd diwethaf a gŵyl Merthyr Rising yn 2016 – gŵyl o gelfyddydau, syniadau a cherddoriaeth. Yn ogystal â lleoliadau cerddoriaeth bach ledled y rhanbarth, mae nifer o leoliadau cerddoriaeth hanesyddol, er enghraifft canolfan y Pop Factory yn y Porth a'r Miwni ym Mhontypridd. Mae gwasanaethau ieuenctid ledled y rhanbarth hefyd yn rhoi cyfle i bobl ifainc feithrin eu sgiliau creadigol. Yn eu plith mae Rhaglen Ieuenctid y Diwydiant Cerddoriaeth, 'SONIG' a Chanolfan Soar.

Mae llawer o weithgareddau hamddenol a chreadigol wedi'u hanelu at bobl nad ydyn nhw wedi ymwneud â nhw rhyw lawer yn y gorffennol. Gall bod yn rhan o bethau creadigol dynnu sylw pobl o bethau bob dydd, gall helpu pobl i gyflawni pethau eraill yn eu bywydau ac i fagu hyder, gall greu grwpiau newydd o ffrindiau a gall roi sgiliau newydd. Er enghraifft, mae prosiect a gaiff ei ddarparu yn ardaloedd

[6] Cyngor Celfyddydau Cymru (2015) *'Arolwg y Celfyddydau yng Ngymru 2015: Adroddiad Ymchwil'*

rhaglen Cymunedau yn Gyntaf yn Rhondda Cynon Taf wedi'i anelu at bobl sy'n dioddef o gyflyrau iechyd meddwl penodol. Mae'n canolbwyntio ar gelfyddydau, arteffactau a threftadaeth. Yn yr un modd, mae prosiectau sydd wedi'u hanelu at bobl ifainc wedi gwella hyder a sgiliau ac maen nhw cynorthwyo pobl i gwrdd ag eraill e.e. datblygu cyfryngau cymdeithasol; y rhaglen 'Cymerwch Ran' a phrosiect MAGNET 'Up and Coming'.

Beth arall y mae angen i ni ei wybod?
Oherwydd yr hinsawdd economaidd sydd ohoni, mae rhai prosiectau wedi ei chael yn anodd yn ystod y degawd diwethaf ond roedd pobl a oedd yn rhan o'r gweithgareddau yma'n teimlo'n gryf iawn bod rhaid iddyn nhw barhau yn y dyfodol oherwydd eu manteision o ran dod â phobl a chymunedau ynghyd. Mae rhai adroddiadau'n dangos gwerth gweithgareddau cymdeithasol a diwylliannol er budd iechyd pobl. Serch hynny, mae angen casglu rhagor o dystiolaeth er mwyn cyflwyno achos dros ddefnyddio diwylliant i oresgyn problemau hirdymor neu i gynnwys pobl.
Sut y mae modd i gyrff cyhoeddus yn yr ardal gydweithio â chymunedau i gael gwared ar rai o'r anawsterau y mae pobl yn eu hwynebu wrth gymryd rhan? Enghraifft o hynny fyddai rhoi'r hyder a chymorth i bobl sydd eu hangen i alw heibio i weithgareddau yn eu cymuned, neu wneud yn siŵr bod modd i gymunedau ddefnyddio'r cefn gwlad cyfagos yn ddidrafferth ar gyfer hobïau awyr agored.

Mae iaith yn rhan bwysig o'n hunaniaeth ac mae'n rhoi ymdeimlad o berthyn i ni.

Yn ogystal â'r ardal lle rydyn ni'n byw, mae'r iaith rydyn ni'n ei siarad yn rhan bwysig o'n diwylliant a'n hunaniaeth. Yn sgil twf yn y diwydiannau, symudodd llawer o bobl o bob cwr o'r byd i Ferthyr Tudful a Rhondda Cynon Taf am waith, gan ddod ag amrywiaeth o ieithoedd i Gymoedd De Cymru. Mae angen cydnabod bod hyn yn rhan o'n treftadaeth ehangach, ond rydyn ni hefyd yn croesawu'r nifer o ieithoedd a gaiff eu siarad yng Nghwm Taf heddiw.

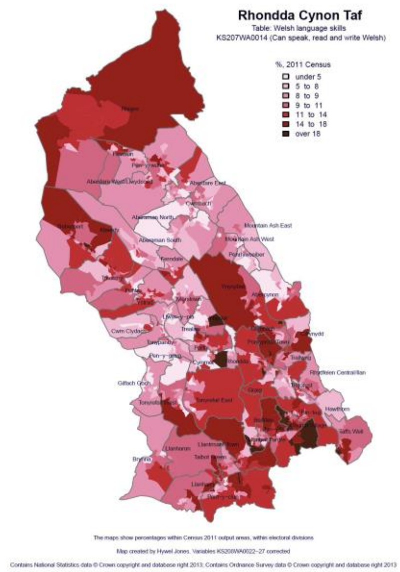
Cymraeg a Saesneg yw'r prif ieithoedd a gaiff eu siarad yma, ond mae ieithoedd eraill a gafodd eu cofnodi yn y Cyfrifiad (2011) yn cynnwys Pwyleg; Portiwgaleg; Arabeg; Tsieinëeg; ac iaith Ynysoedd y Philipinau. Er hynny, dyw'r ffigurau yma ddim yn cynnwys pobl o gartrefi lle y mae Cymraeg neu Saesneg yn brif iaith, sy'n siarad ieithoedd eraill â pherthnasau a theuluoedd yn aml.

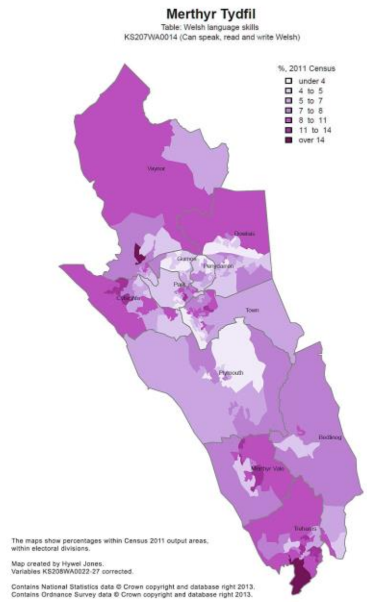
Er bod nifer y bobl sy'n siarad Cymraeg yn gostwng yn gyffredinol yng Nghwm Taf, mae mwy o blant a phobl ifainc bellach yn gallu siarad Cymraeg ac mae hynny'n

argoeli'n dda i genedlaethau'r dyfodol yn yr ardal. Mae'r mapiau canlynol yn amlygu lefelau sgiliau yn y Gymraeg yn ôl Cyfrifiad 2011 fesul ardal:

Er mai 12.3% yw'r ffigur gyfartalog ledled Rhondda Cynon Taf, mewn rhai ardaloedd fel Llanilltud Faerdref a Hirwaun, y ffigurau yw 17.1% a 16.4%, yn y drefn honno.

Ym Merthyr Tudful, Treharris (11.7%) a Chyfarthfa (10.7%) sydd â'r canrannau uchaf o siaradwyr Cymraeg.





Mae iaith yn rhan o'n hunaniaeth ac o hanes diwylliannol lleol Rhondda Cynon Taf a Merthyr Tudful. Ond mae bod yn ddwyieithog hefyd yn cael effaith ar y swyddi sydd ar gael i ni, ein cyfleoedd a'r rhwydweithiau y mae modd i ni symud ynddyn nhw. Am y rhesymau yma, bellach mae targed genedlaethol i gynyddu nifer y siaradwyr Cymraeg yng Nghymru i filiwn erbyn 2050. Mae'r ffigur yma yn cyfateb yn fras i draean o'r boblogaeth bresennol, a byddai'n cyfateb i 100,000 o siaradwyr Cymraeg yn Rhanbarth Cwm Taf erbyn 2050.

Mae cynnydd yn nifer y siaradwyr Cymraeg mewn rhai grwpiau oedran, ond rhaid i ni barhau i wella hyn. Drwy gyrraedd filiwn o siaradwyr Cymraeg ledled Cymru erbyn 2050 a helpu rhagor o bobl i ddefnyddio eu sgiliau Cymraeg ar ôl gadael yr ysgol, bydd modd i ni sicrhau bod rhagor o bobl yn cael yr ymdeimlad o gymuned a pherthyn sy'n dod o rannu'n hiaith hardd, hanesyddol. Yn ogystal â hynny, bydd modd i ni sicrhau eu bod yn cyfrannu at ddiwylliant bywiog ac iaith ffyniannus Cymu.

Fel y mae'r mapiau uchod yn awgrymu, mae pocedi o siaradwyr Cymraeg ledled Cwm Taf sy'n manteisio ar bob math o gyfleoedd i ddefnyddio'r Gymraeg. Mae angen i ni weithio

gyda'n gilydd i barhau i gynnal rhywfaint o hynny ac i ddenu rhagor o bobl. Yn ogystal â hynny, mae angen i ni annog rhagor o deuluoedd i anfon eu plant i ysgolion Cymraeg lle y byddan nhw'n dysgu a defnyddio'r iaith.

Mae modd i ni adeiladu ar yr enghreifftiau canlynol:

Nod Gŵyl Pentref Byd-Eang Merthyr Tudful flynyddol yw croesawu pob iaith a diwylliant a dathlu'r bobl wahanol sy'n byw ym Merthyr Tudful a'r cyffiniau. Yn Rhondda Cynon Taf, mae gŵyl flynyddol 'Parti Ponty' yn dathlu'r Gymraeg a diwylliant Cymru – ac mae nifer o achlysuron a grwpiau llai ledled y rhanbarth y dod â phobl at ei gilydd i siarad eu hiaith frodorol a chymryd rhan mewn gweithgareddau.

Mae llawer o brosiectau newydd yn dechrau i helpu i gynyddu nifer y siaradwyr Cymraeg ledled Cymru, gan gynnwys yng Nghwm Taf. Efallai bod modd defnyddio'r hyn sydd wedi'i ddysgu ac sydd wedi llwyddo mewn ardaloedd eraill, er enghraifft yng Ngwlad y Basg yng Ngogledd Sbaen.

Beth arall y mae angen i ni ei wybod?
Bydd angen i sefydliadau yng Nghwm Taf sicrhau bod gan bob aelod o staff agwedd gadarnhaol tuag at ddysgu Cymraeg ac ieithoedd eraill, a bod modd iddyn nhw siarad â phobl eraill am y manteision o fod yn ddwyieithog.
Mae angen rhagor o wybodaeth am sut y gall siarad ieithoedd eraill gael effaith economaidd ar les, gan arwain at gyfleoedd, gwaith a chyflog gwell.

4. Cysylltiadau â themâu eraill yng nghyd-destun lles

Yn hytrach na sefyll ar wahân, mae gan les diwylliannol gysylltiadau â nifer o themâu eraill yng nghyd-destun lles.

Diwylliant sy'n dod â phobl at ei gilydd, a thrwy hyn, mae ganddyn nhw'r pŵer i gyflawni pethau mwy sylweddol. Mae pobl yn fwy tebygol o gymryd rhan mewn gweithgaredd diwylliannol (gan gynnwys y rheiny y mae'r bennod yma wedi cyfeirio atyn nhw) na rywbeth mwy difrifol. O ganlyniad i ddod ag aelodau o gymuned ynghyd, gall fod rhagor o drefn yn y gymuned sy'n fwy effeithiol. Mae hynny'n cael effeithiau cymdeithasol cadarnhaol ar iechyd, a chan ddibynnu ar y mater, gall gael effaith gadarnhaol ar economi ac amgylchedd yr ardal. Mae angen defnyddio grym ysbryd cymuned Cwm Taf yn effeithiol yn y dyfodol yn y modd hwn.

Gall cyfryngau cymdeithasol gael eu hystyried yn bwnc 'diwylliannol', ond maen nhw wedi cael eu trafod yn nhermau cysylltu pobl a threfnu pethau ym mhob agwedd ar les.

Er bod diwylliant yn gysylltiedig â lle yn benodol rydyn ni'n byw, neu ein hardal enedigol benodol, mae'n cysylltu pobl â'i gilydd o bell drwy eu diddordebau a'u doniau cyffredin. Thema gyffredin o'r gwaith yma yw cysylltu pobl a lleoedd yn gorfforol ledled Cwm Taf gyda llwybrau cerdded, seiclo a thrafnidiaeth, a hefyd drwy'r hanes a'r dyfodol y maen nhw'n eu rhannu. Gallai canolbwynt ar un peth mewn lle gael effaith gadarnhaol iawn ar y modd y mae'r gymuned honno yn gweithredu ac ar yr hyn y gall ei gyflawni.

Mae ymwybyddiaeth o'r hyn sy'n digwydd a gwaith ei farchnata a'i hyrwyddo hefyd yn thema gyffredin yng nghyd-destun diwylliant. Yn ogystal â chael effaith gymdeithasol, mae gwaith gyda gweithgareddau diwylliannol yn denu ymwelwyr i'r ardal drwy farchnata'i thirwedd, ei hadeiladau a'r gweithgareddau diwylliannol eu hunain. Nodwyd yr effaith bwerus y cafodd pobl mewn cymunedau drwy gael gwybod yr hyn sy'n digwydd a galluogi'r gymuned i gydweithio a chyflawni rhagor yn rhai ardaloedd yng Nghwm Taf. Cafodd effaith gadarnhaol ar gymunedau a phobl y cymunedau hynny ei nodi o symud tuag at y math yma o waith.