

**Dyfodol Cefnogaeth ar gyfer Gweithredu Cymunedol yn Sir Benfro**  
**Adroddiad o'r Cyfarfod Newid Gyda'n Gilydd ar gyfer Grwpiau Cymunedol**  
**Cynhaliwyd ar 30<sup>ain</sup> Mehefin 2020**

Jessie Buchanan, Ymchwilydd, Sue Denman, Ymddiriedolwr, Gofal Solfach

**1. Cefndir**

- 1.1 Mae'r adroddiad hwn yn crynhoi'r cyflwyniadau a'r trafodaethau yn ystod y cyfarfod ar-lein a fynychwyd gan 20 o grwpiau cymunedol, ar 30<sup>ain</sup> Mehefin, ar ddyfodol cefnogaeth i weithredu wedi'i arwain gan y gymuned yn Sir Benfro.
- 1.2 Trefnwyd y cyfarfod hwn gan Gofal Solfach, Cymdeithas Gwasanaethau Gwirfoddol Sir Benfro (PAVS) a PLANED, partneriaid y prosiect *Newid Gyda'n Gilydd*. Bydd y prosiect yn darparu cefnogaeth i grwpiau cymunedol sydd wedi'u sefydlu yn ogystal â rhai cymharol newydd trwy raglen o fentora a dysgu ar y cyd yn Sir Benfro. Bydd canlyniadau'r cyfarfod ar 30<sup>ain</sup> Mehefin, ynghyd â'r rheiny o'r cyfarfod a gynhaliwyd ar 18<sup>fed</sup> Mehefin ar gyfer cyrff cyfryngol trydydd sector a chyhoeddus, yn cynorthwyo i ffurfio strategaeth Partneriaeth *Newid Gyda'n Gilydd* yn y sir.

**2. Y Rhaglen**

- 2.1 I ddechrau'r cyfarfod cafwyd cyflwyniadau gan gydlynwyr pedair o fentrau cymunedol Sir Benfro. Dewiswyd y mentrau ar sail y gwahaniaethau rhyngddyn nhw: pa mor hir roedden nhw wedi bodoli; pa fudiadau oedd ynghlwm a p'un a oedden nhw'n cael eu harwain gan arweinydd taledig neu wirfoddolwr. Gofynnwyd i'r cyflwynwyr esbonio sut roedden nhw wedi dechrau; beth oedden nhw wedi'i wneud a beth oedden nhw wedi'i ddysgu yn y cyfamser.
- 2.2 Dilynwyd y cyflwyniadau gan drafodaethau mewn clystyrau bychain. Canolwyd y trafod ar atebion i ddau gwestiwn: yn gyntaf, beth fyddai'n fuddiol i chi i ddal ati? Ac yn ail, sut gall y Prosiect *Newid Gyda'n Gilydd* eich cynorthwyo chi?

**3. Y Cyflwyniadau**

- 3.1 **Sophie Jenkins, Cydlynnydd Canolfan Gymunedol Brynberian**  
Dechreuodd Sophie yn ei swydd fel Cydlynnydd ym mis Ionawr 2020, a'i swyddogaeth oedd hyrwyddo defnydd o'r Ganolfan. Roedd hyn yn cynnwys canolbwyntio ar dreftadaeth a threfnu gweithgareddau cynhwysol yn pontio'r cenedlaethau mewn cydweithrediad ag amrywiaeth o is-grwpiau lleol. O dan y cloi bu rhaid atal y gweithgareddau cymdeithasol a threfnu gweithgareddau rhithiol yn eu lle, yn cynnwys clybiau swper, caffis, cwisiau a hyd yn oed siarad dwli. Recriwtiwyd gwirfoddolwyr i ddarparu cefnogaeth, er enghraifft, i siopa. Mae'r Ganolfan nawr yn cael ei defnyddio'n llwyddiannus fel Hwb Casglu ar gyfer

cynhyrchwyr lleol sydd wedi cyflymu dosbarthu yn y gymuned. Y gobaith yw y gwna'r gwasanaeth hwn barhau wedi codi'r cyfyngiadau.

*'Oherwydd COVID19 bu rhaid atal y gweithgareddau 'arferol' dros dro. Fe ddechreuon ni addasu ein cefnogaeth gymunedol trwy gymryd rhan yng Nghynllun Helo Gymydog CSP gyda'n Cynghorydd Sir, Cris Tomos'*

*Sophie Jenkins, Cydlynnydd Canolfan Gymunedol Brynberian*

### 3.2 Lindsay O'Sullivan, Cydlynnydd Sir Benfro Drws Nesaf

Sefydlodd Lindsay Sir Benfro Drws Nesaf ar ei phen ei hun ar ddechrau'r pandemig. Bwriad y prosiect yw trefnu cefnogaeth byw o ddydd i ddydd yn ystod y cau lawr. Mae'r gefnogaeth a ddarparir yn cynnwys siopa, mynd â'r ci am dro, casglu presgripsiynau, a galwadau ffôn. Yn dilyn cyhoeddusrwydd yn y wasg a'r cyfryngau cymdeithasol cynigiodd nifer o wirfoddolwyr eu cymorth. Wrth i'r fenter dyfu, er mwyn gwneud y gwaith yn haws, cafodd cyd-lunwyr eu neilltuo i ardaloedd daearyddol. Sefydlwyd cydweithio clos gyda mudiadau eraill, sef PAVS, Hwb Sir Benfro, Rhwydwaith Cefnogi Cymunedol Sir Benfro (PCSN) a'r NHS. Bwriad Lindsay yw parhau â'r prosiect wedi COVID19 fel prosiect iechyd a llesiant.

### 3.3 Rose Seymour, Swyddog Cefnogi Ymgysylltu yn Nhrefdraeth

Cafodd Rose ei recriwtio gan PAVS ar ran Fforwm Cymunedol Trefdraeth. Dechreuodd yn ei swydd dim ond ychydig wythnosau cyn y cau lawr. Yn 2018, trefnodd Fforwm Cymunedol Trefdraeth arolwg anghenion ac asedau, a defnyddir y canlyniadau i drefnu gweithgareddau yn y gymuned yn y dyfodol. Golygodd addasu i COVID19 fod swyddogaeth Rose wedi gorfod newid yn sylweddol. Hi nawr yw cydlynnydd gwirfoddolwyr yn Nhrefdraeth yn darparu cyfarwyddyd ar weithio'n ddiogel a PPE i dros 60 o bobl. Mae'r rhwydweithiau cefnogi ardderchog oedd eisoes yn bod o fewn y gymuned wedi golygu bod y galw gwirfoddol yn dipyn llai na ragwelwyd a chanolbwyntiodd Rose felly ar ddulliau arloesol o ymgysylltu gyda'r gymuned a chynnal cysylltiadau rhwng pobl.

*'Mae'r gefnogaeth hon i'w deimlo'n bwysicach nag erioed i helpu cryfhau'r gwasanaethau ddarparir yn y gymuned a'u cynorthwyo i addasu i fyd sy wastad yn newid'*

*Rose Seymour, Swyddog Cefnogi Ymgysylltu, Trefdraeth*

### 3.4 Lena Dixon, Cydlynnydd Gofal Solfach

Dechreuodd Gofal Solfach bum mlynedd nôl mewn ymateb i'r angen am gefnogaeth yn y cartref ar bobl hŷn yng nghymuned Solfach. Yn dilyn trafodaethau anffurfiol trefnwyd arolwg i asesu'r anghenion a barn trigolion y pentref ynghylch dechrau'r fenter a chyflogi cydlynnydd. Swyddogaeth Lena yw recriwtio a hyfforddi gwirfoddolwyr i ddarparu cefnogaeth bersonol bwrpasol i bobl hŷn er mwyn iddyn nhw fedru parhau i fyw yn eu cartrefi yn y gymuned. Mae Gofal Solfach yn dal i esblygu ac wedi ymestyn ei weithgareddau i gynnwys cadw'n iach ymhlith oedolion

iau. Mae criw cyson o wirfoddolwyr, ynghyd â strwythur trefniadol wedi'i hen sefydlu, wedi galluogi Gofal Solfach i addasu'n gyflym i'r cau lawr, gyda mwy o wirfoddolwyr yn dod i'r fei i gynorthwyo a chefnogi.

- 3.5 Mae'r mentrau yn wahanol iawn ond mae'r Cydlynwyr yn wynebu sialensiau cyffelyb o dan COVID19, sialensiau y deliwyd â nhw gyda brwdfrydedd, ymrwymiad a thosturi. Roedd gwirfoddoli yn ganolog i'w pryderon; recriwtio, cefnogi a'u cadw nhw mewn tirlun newidiol o ran polisi, pwysau a risg. Mae pob un o'r Cydlynwyr yn medru addasu ac yn rhyfeddol o arloesol. Yr un modd, roedden nhw i gyd am barhau â'u mentrau, gan ddal at y gorau o ran creu ysbryd cymunedol tra cedwir pawb yn ddiogel ac iach. Yr hyn a oedd yn amlwg o'r cyflwyniadau hyn oedd ymrwymiad llwyr a gwaith caled y Cydlynwyr, a'u galluoedd fel arweinwyr. Roedd y rhinweddau hyn yn amlwg ymhob un o'r arweinwyr cymunedol 'llinell flaen' oedd yn bresennol yn y cyfarfod.

#### 4. Cymunedau a COVID19

- 4.1 Yn unol â'r disgwyl roedd COVID19 yn cael y lle blaenaf yn y trafodaethau yn y cyfarfod. Bu effaith y pandemig ar iechedd a llesiant yn aruthrol. Does dim amheuaeth iddo ddwysau a thynnu sylw eglur at yr amrywiol broblemau sydd yn bla yn ein cymdeithas - unigrwydd ac ynysrwydd, bylchau yn ein gwasanaethau, a chyflenwadau a darpariaeth bwyd yn anghynnaladwy, dim ond i enwi rhai. Ni fedrwn ond dyfalu beth fydd effeithiau tymor hir COVID19 ac yn benodol ar iechedd meddwl. Mae'n bosib y bydd rhaid 'dadgyflyru' pobl ar ôl cynifer o fisoedd o wneud fel y dywedir, a hynny'n arwain at ddad-rymuso ac ymwybyddiaeth uwch o berygl, nes y byddan nhw angen cymorth i fyw gyda rhyw lun o normalrwydd unwaith eto.
- 4.2 Ond eto deilliodd llawer o'r trychineb hwn sy'n fater o ddathlu a chysuro. Cyflymdra ymateb cymunedau a'u harweinwyr, dulliau newydd o gyfathrebu sydd wedi'u cofleidio ac ymddiriedaeth wedi'i greu rhwng asiantaethau, hyn oll yn creu argraff. Hyrwyddwyd ysbryd cymunedol gan yr holl weithredu cymunedol byrfyfyr a llawn cydymdeimlad.
- 4.3 Ond mae mentrau cymunedol, fodd bynnag, ar groesffordd. Blinder ac ansicrwydd ynghylch y dyfodol bellach yn bryder. Wrth i'r cau lawr gael ei godi a disgwyl i ymwelwyr heidio i'n sir, mae ein pobl yn ddealladwy ofnus ac mae'n annos eu hannog p'un ai nhw sydd yn cefnogi neu yn cael eu cefnogi.
- 4.4 Mae swyddogaeth y cydlynnydd yn allweddol, ac mae cynnig tâl, ar y cyfan, yn cael ei weld yn fanteisiol. Mae gwybodaeth leol y cydlynwyr yn helaeth ac yn amlwg yn allweddol i lwyddiant y mentrau. Mae darparu cefnogaeth iddyn nhw yn bwysig a nodwyd bod PAVS, PCSN a Hwb Sir Benfro yn bwysig yn hyn o beth ar hyn o bryd.
- 4.5 Am ei fod yn brosiect newydd, wedi'i greu mewn ymateb i COVID 19 neu oddeutu'r amser hwnnw, roedd yna fanteision o fod yn rhydd o fiwrocratiaeth feichus sydd yn rhy aml yn atal gweithredu byrfyfyr ac yn llyncu egni. Mae prosiectau newydd, fodd bynnag, yn wynebu'r sialens o osod seiliau ar gyfer eu cynaladwyedd a gall cyrff cymunedol mwy sefydledig gynorthwyo yn hynny o beth.

## 5. Pwysigrwydd gweithredu ar lefel gymunedol

- 5.1 Mae gan weithredu wedi'i arwain gan y gymuned swyddogaeth sylfaenol mewn creu cymunedau cynaliadwy ac mae'n gyfrannwr hanfodol i iechyd tymor hir a llesiant ein poblogaeth. Mae COVID19 wedi amlygu gwybodaeth a phwysigrwydd arweinwyr lleol a grwpiau gwirfoddol wrth baratoi cefnogaeth yn gyflym ac effeithlon. Mae'r pandemig wedi dangos pa mor bwerus ac unedig y gall cymuned fod yn wyneb adfyd. I lawer o grwpiau, mae'r gallu i addasu ac arloesi, heb brosesau biwrocraidd hirion wedi cyfrannu at y brwdfrydedd a'r egni a grëwyd yn yr amser hwn. Wrth i adnoddau leihau, pryderon economaidd gynyddu a nifer y gwirfoddolwyr ddechrau gwanychu, mae'n hanfodol ystyried cynladwyedd grwpiau cymunedol, yn benodol yn y tymor byr os yw nifer achosion COVID19 yn dechrau codi eto.
- 5.2 Mae angen i ni ddelio, fel mater o frys, â phryderon tymor hir ynghylch lefelau digonol a dosbarthiad gweithredu wedi'i arwain gan y gymuned yn Sir Benfro. Tra cydnabyddir bod cymunedau yn wahanol o ran eu huchelgeisiau, asedau a chynhwysedd, mae yna awydd amlwg a brwdfrydedd 'i gadw pethau i fynd' y tu hwnt i'r pandemig ac ailadeiladu nerth a gwytnwch cymunedau. Bydd cyllid yn ffactor allweddol os yw hyn i lwyddo.

*'Ni fydd Sir Benfro Drws Nesaf yn diflannu wedi COVID19, byddwn yn parhau ac yn dal ati gyda'r gefnogaeth rhyfeddol rydyn ni wedi'i roi i'r gymuned yn Sir Benfro a phwy bynnag yn y dyfodol fydd yn teimlo fod angen cymorth'*

*Lindsay O'Sullivan, Cydlynnydd Gwirfoddol Sir Benfro Drws Nesaf*

### 5.3 Delio â'r sialensiau sydd i ddod – syniadau a chynigion

Er mwyn delio â'r sialensiau i ddod, mae angen gweithredu mewn chwe maes bras:

- Paratoi gwybodaeth, a deall cymunedau a'u hasedau
- Sefydlu cyfathrebu da fydd yn hygyrch i bawb
- Cefnogi cydlynu ac arweiniad cryf
- Darparu cefnogaeth a hyfforddiant i wirfoddolwyr
- Rhoi llais i gymunedau
- Gwaddol o fentrau da

Mae angen i ni :

*Baratoi gwybodaeth, a deall cymunedau a'u hasedau*

- 5.3.1 annog ymchwilwyr cymunedol i ymchwilio i anghenion y cymunedau a'r hyn sy'n gweithio'n dda. Rhannu arfer gorau

- 5.3.2 nodi asedau ac adnoddau oddi fewn i gymunedau tra cydnabyddir mai pobl yw'r ased pennaf
- 5.3.3 nodi dulliau arloesol i ddod â phobl at ei gilydd mewn cymunedau nad oes ganddyn nhw asedau o ran adeiladau, er enghraifft sefydlu siop gymunedol symudol neu neilltuo tir ar gyfer garddio
- 5.3.4 defnyddio amrywiaeth o dulliau i ymwneud â phobl, teleffon, ar-lein neu trwy'r post

#### *Sefydlu cyfathrebu da fydd yn hygyrch i bawb*

- 5.3.5 galluogi rhwydweithiau a fforymau ddod at ei gilydd i rannu gwybodaeth ac adnoddau ymarferol fel pecynnau cymorth
- 5.3.6 gwella llythrennedd digidol a mynediad band llydan ar draws y sir i leihau allgau cymdeithasol
- 5.3.7 cadw PCSN a Hwb Sir Benfro fel adnoddau canolog effeithiol
- 5.3.8 sicrhau bod cyfathrebu a gwybodaeth yn ddwyieithog

*'Rydym wedi dysgu nad oes dim yn aros yr un fath – ac ni ddylai. Bron bob tro rydym yn siarad â phobl newydd neu fynychu achlysuron, rydych yn cael syniadau neu feddyliau ar sut i fireinio neu ddatblygu'r hyn rydych yn ei wneud'*

*Lena Dixon, Cydlynnydd Gwirfoddol Gofal Solfach*

#### *Cefnogwch gydlynwyr ac arweiniad cryf*

- 5.3.9 recriwtiwch gydlynwyr taledig, lle mae hynny'n briodol ac yn ymarferol yng ngolwg cymunedau
- 5.3.10 canfyddwch ffyrdd o annog arweiniad ar lefel lleol a darparu cefnogaeth i'r arweinwyr hynny

#### *Darparu cefnogaeth a hyfforddiant i wirfoddolwyr*

- 5.3.11 cynnal diddordeb gwirfoddolwyr a chydnabod yr ymdrech aruthrol a'r cyfraniad maen nhw wedi'i wneud yn ystod y pandemig
- 5.3.12 darparu gwybodaeth ar sut i gadw'n ddiogel, i leihau gofid a straen yn ystod cyfnod newidiol y cau lawr
- 5.3.13 sylweddoli nad yw gwirfoddolwyr wedi'u cyflogi a chydnabod bod gwirfoddolwyr am wneud tasgau gwahanol, does yna ddim un model unffurf
- 5.3.14 darparu cefnogaeth cyfnod byr a chyfnod hir i wirfoddolwyr. Gallai hyn olygu: hyfforddiant ymarferol i wirfoddolwyr; sut i gefnogi a gweithio'n agos gyda gwirfoddolwyr; cyfleoedd i rannu profiadau a sut i osgoi 'danto'

#### *Rhowch lais i gymunedau*

- 5.3.15 gweithredu a darparu cymhellion ar gyfer perthynas gydweithio da gyda Chynghorau Tref a Chymunedol

- 5.3.16 pwysleisio a thynnu sylw at swyddogaeth Cyngorwyr Cymuned a gweithio'n agos gydag aelodau iau'r gymuned yn y broses wleidyddol leol
- 5.3.17 cefnogi llesiant pob cenhedlaeth yn y gymuned
- 5.3.18 datblygu perthynas rhwng cyrff mwy a chymunedau lleol
- 5.3.19 sefydlu cydweithio a phartneriaeth gyda'r sector gyhoeddus

*Gwaddol o fentrau da*

- 5.3.20 dathlu'r holl syniadau da ac arloesol sydd wedi digwydd ar draws y sir yn ystod pandemig COVID19 a fydd yn gofnod parhaol
- 5.3.21 cydnabod y gall anghenion cymunedau newid, ac annog arloesedd ac addasu
- 5.3.22 casglu straeon, er enghraifft, defnyddio techneg Newid Mwyaf Arwyddocaol

## 6. Y ffordd ymlaen – Dyfodol Cefnogaeth i Weithredu Wedi'i Arwain gan y Gymuned yn Sir Benfro

- 6.1 Cafodd datrysiadau cyffelyb eu nodi i'r un cwestiwn gan fynychwyr y cyfarfodydd a gynhaliwyd ar y 18<sup>fed</sup> a'r 30<sup>ain</sup> Mehefin. Mae hyn yn addawol iawn o ran gweithio tuag at gytundeb ar y ffordd ymlaen i ddarparu cefnogaeth i weithredu wedi'i arwain gan y gymuned yn ein sir. Gellir rhannu'r datrysiadau yn y ddau gyfarfod yn dair adran hawdd eu diffinio ar gyfer cydweithio mewn partneriaeth bellach: gwybodaeth i hysbysu'r ffordd ymlaen; datblygu strategaeth a gweledigaeth ar y cyd; a gwybodaeth ymarferol i grwpiau cymunedol a mudiadau er mwyn adeiladau nerth a dycnwch cymunedol.

*'Mae cyrff sector cyhoeddus wedi cydnabod ein swyddogaeth bwysig, a hynny'n haeddiannol, ac am weithio gyda ni a chefnogi ein parhad, felly mae yna waddol wedi'i adael ar ôl o'r egni a gyneuwyd gan yr argyfwng'*

*Sue Denman, Ymddiriedolwr Gofal Solfach a Chadeirydd y cyfarfod*

**Diolch i bawb a fynychodd, a'r Cyflwynwyr, Cadeiryddion a'r Copïwyr: Sophie Jenkins, Lindsay O'Sullivan, Rose Seymour, Lena Dixon, Mollie Roach, Iwan Thomas, Barbara Bale, Gwyneth Jones, Jim Bowen, Vicky Moller, Jessie Buchanan a Sue Denman. Llawer o ddiolch hefyd i Abi Marriot o PLANED am waith lletya technegol y cyfarfod.**

Gorffennaf 2020