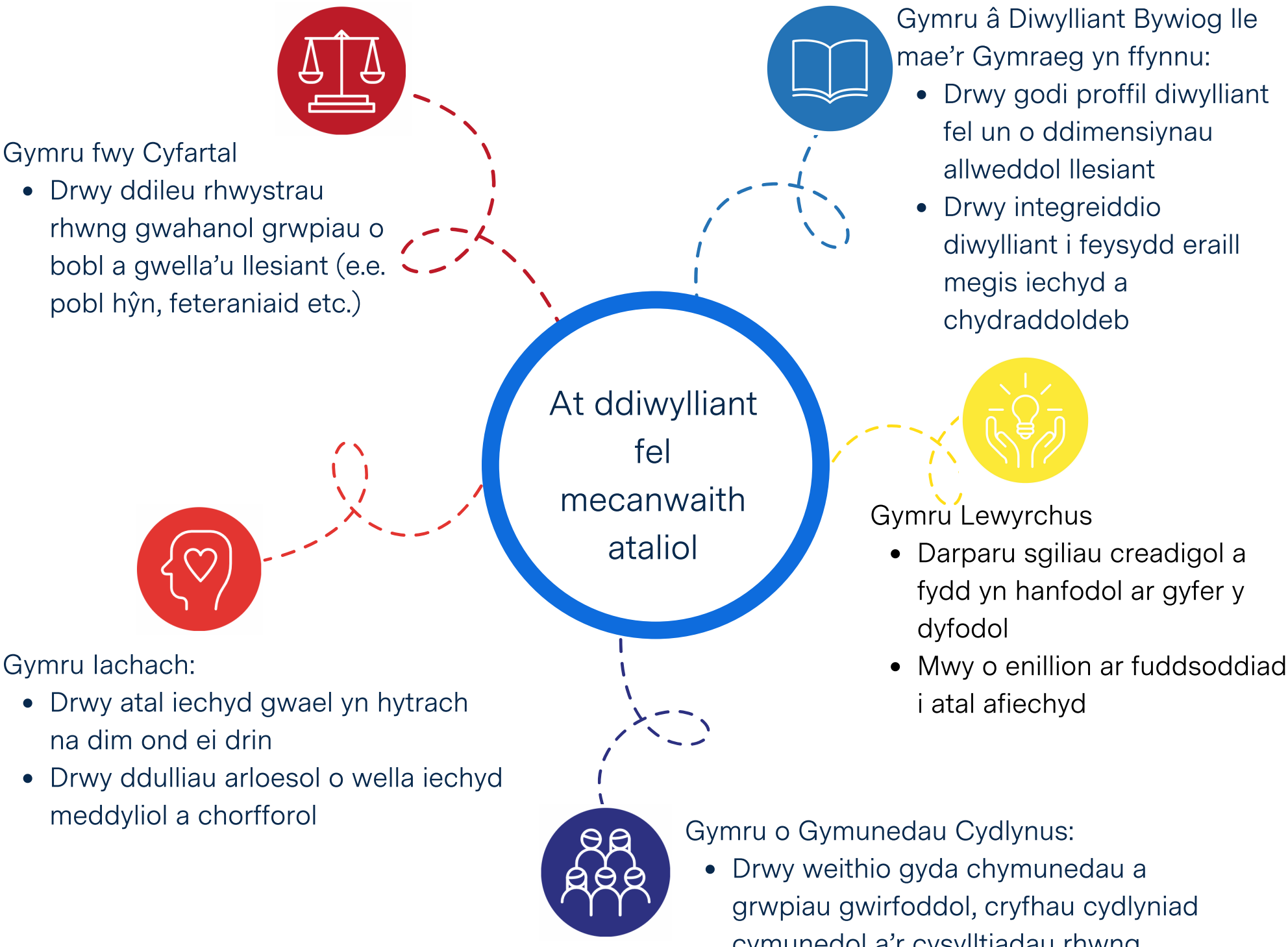
Iechyd a diwylliant

Mae diwylliant - gweithgaredd corfforol, ond hefyd celf a pherfformio - yn fecanwaith pwerus ar gyfer cynnal iechyd da ac atal salwch. Mae llawer o gyrff cyhoeddus yn cydnabod hyn a llawer wedi darganfod ffordd i'w integreiddio i'w hamcanion llesiant. Gellir gweld cydweithredu rhwng cyrff diwylliannol a chyrff iechyd ledled Cymru.

Mae defnyddio diwylliant er mwyn atal yn cyfrannu at:



Gymru fwy Cyfartal

- Drwy ddileu rhwystrau rhwng gwahanol grwpiau o bobl a gwella'u llesiant (e.e. pobl hŷn, feteraniaid etc.)

Gymru â Diwylliant Bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu:

- Drwy godi proffil diwylliant fel un o ddimensiynau allweddol llesiant
- Drwy integreiddio diwylliant i feysydd eraill megis iechyd a chydraddoldeb

Gymru Lewyrchus

- Darparu sgiliau creadigol a fydd yn hanfodol ar gyfer y dyfodol
- Mwy o enillion ar fuddsoddiad i atal afiechyd

Gymru Iachach:

- Drwy atal iechyd gwael yn hytrach na dim ond ei drin
- Drwy ddulliau arloesol o wella iechyd meddyliol a chorfforol

Gymru o Gymunedau Cydlynus:

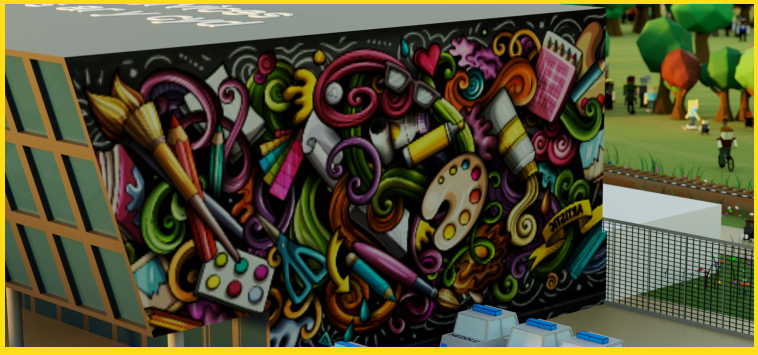
- Drwy weithio gyda chymunedau a grwpiau gwirfoddol, cryfhau cydlyniad cymunedol a'r cysylltiadau rhwng grwpiau sy'n pontio cenedlaethau

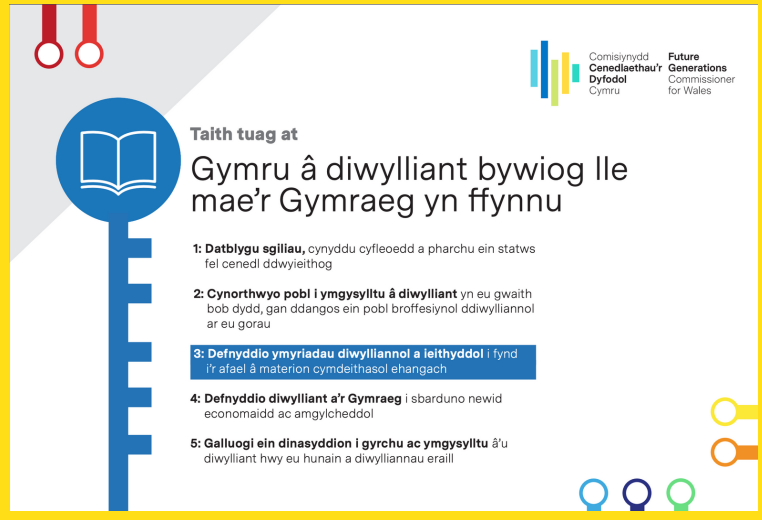
Cyngor Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol:

- Mae llawer o'r camau yn y Daith tuag at Gymru â Diwylliant Bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu yn annog cyrff cyhoeddus i integreiddio eu hymdrechion ar ddiwylliant ac iechyd a defnyddio diwylliant fel mecanwaith ataliol.

- Mae Adroddiad Cenedlaethau'r Dyfodol 2020 yn argymell y dylid datblygu ymgyrch genedlaethol cyfathrebu strategol i hybu manteision diwylliant ar benderfynyddion ehangach iechyd.

- Roedd yr adborth a roddwyd gan y Comisiynydd i gyrff cyhoeddus fel rhan o'i gwaith ar fonitro cynnydd yn cynnwys cyngor i integreiddio'n well y gwaith rhwng y sectorau iechyd a diwylliant.





Cyngor Celfyddydau Cymru - cynorthwyo integreiddio rhwng iechyd a'r celfyddydau

- Memorandwm cyd-ddealltwriaeth rhwng Cyngor Celfyddydau Cymru a Chonffederasiwn GIG Cymru
- Gweithredu fel Ysgrifenyddiaeth Grŵp Trawsbleidiol y Cynulliad Cenedlaethol ar Gelfyddyd ac Iechyd
- Ariannu cymorth i bob Bwrdd Iechyd yng Nghymru i gyflogi Cydlynydd Celfyddydau ac Iechyd
- Buddsoddi mewn hyfforddiant a'r Rhwydwaith Celfyddydau Iechyd a Llesiant yng Nghymru
- Y Rhaglen cARTrefu ar y cyd ag AGE Cymru a'r Sefydliad Baring – yn cynorthwyo Artistiaid Preswyl mewn cartrefi gofal yng Nghymru
- Peri i £450,000 fod ar gael i ymarferwyr diwylliannol i ddylunio a chyflwyno gweithgareddau celfyddydol sy'n ymateb i anghenion cynyddol iechyd yn deillio o'r pandemig
- Rhannu casgliad celf cenedlaethol mewn ffyrdd newydd ar draws ysbytai Covid

Yn cyfrannu at:

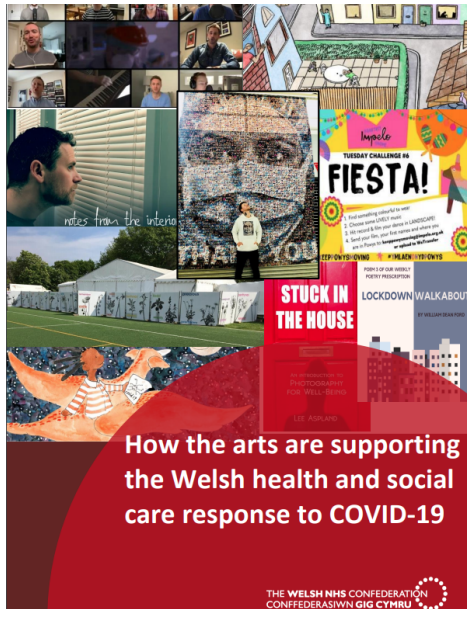
Amcan llesiant Cyngor Celfyddydau Cymru:

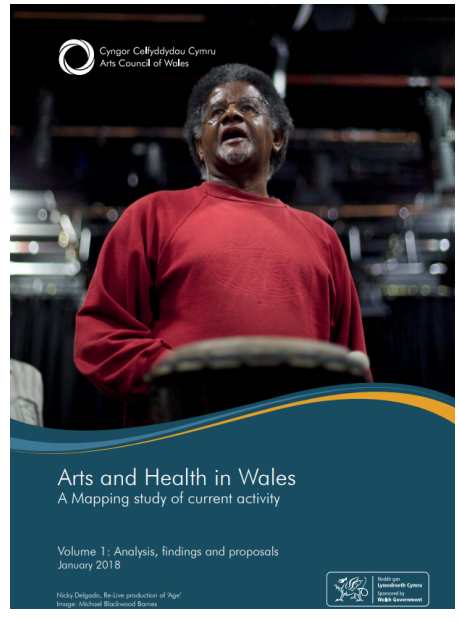
- At weithio'n fwy effeithiol, cydweithredu gyda mwy o ddychymyg gyda phartneriaid o'r un anian ledled Cymru.

Gymru Iachach

Gymru â Diwylliant Bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu

Gymru Lewyrchus





Ffynhonnell: Cyngor Celfyddydau Cymru

Mae Cyngor Celfyddydau Cymru wedi ariannu nifer o brosiectau'n ymwneud â'r celfyddydau ac iechyd ledled Cymru, yn cynnwys:

Head 4 Health

- Gweithio gyda sefydliadau gwirfoddol cymunedol yng Nghymoedd De Ddwyrain Cymru
- Cynnig profiadau creadigol o bell i bobl sydd wedi eu hynysu
- Cynnig 'pecynnau crefft' y gellir eu cynnwys ymhlith eitemau sy'n cael eu gadael ar garreg y drws
- Cyfathrebu â phobl hŷn drwy'r post a theleffon i barhau'r gwaith ar brosiect treftadaeth ym Mlaenafon.

Ffynhonnell: Kevin Philips imewn partneriaeth â Cymru Creations

Ffynhonnell: Cyngor Celfyddydau Cymru

Celfyddydau gweledol mewn ysbytai dros dro

- 'Capital Arts' Bwrdd Iechyd Bae Abertawe'n comisiynu a gosod gwaith celf mewn ysbytai dros dro
- Panelau barddoniaeth wedi cael eu gosod yn y coridor
- Ystafelloedd llesiant staff mewn pob ysbyty
- Ffilm o natur leol gyda seiniau awyr agored wedi cael eu hymgorffori

Network - rhaglen ddigidol newydd o gyfleoedd i wneuthurwyr theatr

- Rhwydwaith National Theatre Wales ar y cyd â Theatr Genedlaethol Cymru a Theatr y Sherman
- Wedi ei ddatblygu mewn ymateb i effaith cyfyngiadau symud COVID-19
- Creu cyfleoedd swyddi, tra'n cysylltu ac ymgysylltu â chymunedau ar-lein
- Mynd i'r afael ag arwahanrwydd cymdeithasol yn ystod COVID-19
- Mae'n cynnwys galwad agored i gynnig ymatebion arloesol a dynol yn ystod y cyfyngiadau symud parhaus
- Cynhyrchu darlleniadau dramâu, arddangos talent dramodwyr, cwmnïau a phobl greadigol

Canfod y Gân

- O dan arweiniad Canolfan Gerdd William Mathias, mewn cydweithrediad â Thîm Anabledd Dysgu Cyngor Gwynedd
- Grŵp cerddorol sy'n darparu cymorth hanfodol yn ystod y cyfnod clo i bobl yng Ngwynedd ag anableddau dysgu a'r rhai heb anableddau dysgu
- Pobl a thiwtoriaid cerdd a gwirfoddolwyr i ddod at ei gilydd i greu cerddoriaeth
- Fel arfer cynhelir sesiynau bob pythefnos yn Harlech, Caernarfon a Phwllheli ond yn ystod y pandemig, mae'r grwpiau'n cwrdd ar Zoom, yn wythnosol
- Maen nhw wedi creu nifer o berfformiadau rhithwir yn cynnwys un gan y grŵp yn Harlech sy'n disgrifio bywyd yn ystod y cyfnod clo

Ffynhonnell: Iolo Penri

"Credwn fod gan bob person gân i'w chanu a bod pob person yn haeddu'r cyfle i ddarganfod a rhannu eu cân."

Cyfarwyddwraig CFWM, Meinir Llwyd Roberts

Llyfrgell Genedlaethol Cymru- Prosiect Cof Byw

- Mae casgliadau graffeg a chlywedol y Llyfrgell yn cael eu defnyddio i ddatgloi atgofion a hwyluso therapi hel atgofion gyda phobl hŷn a'r rhai'n byw gyda dementia
- Cychwynnodd mewn cydweithrediad â Bwrdd Iechyd Hywel Dda
- Wedi cael ei ehangu'n gynllun cenedlaethol
- Mae'r Llyfrgell wedi paratoi, cynhyrchu a dosbarthu dros 200 pecyn o ffotograffau a ffilmiau archif i'w defnyddio mewn cartrefi a sefydliadau gwirfoddol a llyfrgelloedd ledled Cymru.

Source: National Library for Wales

Yn cyfrannu at:

Amcan llesiant Hywel Dda i 'gynllunio a chyflwyno gwasanaethau i alluogi pobl i gyfranogi mewn datrysiadau iechyd sy'n gymdeithasol a gwyrdd.'

At amcan y Llyfrgell Genedlaethol i 'wneud gwahaniaeth i Gymru drwy newid bywydau, gweithio gyda sefydliadau lleol a chenedlaethol a chynorthwyo asiantau i greu cymunedau hapusach, iachach a mwy cynaliadwy, gyda mynediad i wybodaeth, dysgu a diwylliant i bawb.'

- Gymru Iachach
- Gymru â Diwylliant Bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu
- Gymru Fwy Cyfartal
- Gymru o Gymunedau Cydlynus

Cyngor Sir Ddinbych - Prosiect Ymgolli mewn Celf

- Ar y cyd â Chyngor y Celfyddydau a Phrifysgol Bangor
- Mae'n defnyddio celfyddyd weledol i fynd i'r afael â materion a fedr effeithio ar bobl â dementia, yn cynnwys arwahanrwydd cymdeithasol, hyder, cyfathrebu ac ansawdd bywyd, er mwyn lleihau a'u hatal yn yr hirdymor
- Elfen sy'n pontio cenedlaethau – disgyblion ysgol yn ymgymryd â hyfforddiant Cyfeillion Dementia ac yn gweithio gyda'r cyfranogwyr mewn rhai o'r sesiynau
- Mae'n rhoi llais i bobl – yn ennyn eu hymgyfraniad mewn cyfrannu at strategaeth ddementia Llywodraeth Cymru
- Cyfrannodd artistiaid cyflwyno i'r 'Ymagwedd tuag at Raglenni Celf Weledol wedi ei Thrwytho gan Ymchwil ar Ddementia a Dychymyg' y gellir ei ddefnyddio fel llawlyfr i eraill
- Dosbarthwyd y prosiect i Wrecsam, Sir Y Fflint a Chonwy ar y cyd â gwasanaethau cyhoeddus, Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr, Meddygon Teulu a'r Gymdeithas Alzheimer.

Yn cyfrannu at:

Amcan llesiant Cyngor Sir Ddinbych i 'weithio gyda phobl a chymunedau i adeiladu annibyniaeth a chydnerthedd'.

Gymru Iachach

Gymru Fwy Cyfartal

Gymru Lewyrchus

Gymru o Gymunedau Cydlynus

Gymru â Diwylliant Bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu

Ffynhonnell: Cyngor Sir Ddinbych

Ffynhonnell: Cyngor Sir Ddinbych

Amgueddfa Cymru - Celf ar y Cyd

- Cydweithio rhwng Amgueddfa Cymru, Cyngor Celfyddydau Cymru a Llywodraeth Cymru
- Gweithio gyda byrddau iechyd ledled Cymru i archwilio sut y gall casgliad yr Amgueddfa gyfoethogi ac ategu'r gwaith celf sydd ar hyn o bryd yn cael ei arddangos mewn ysbytai
- Dod â chysur i gleifion yn yr ysbytai dros dro a lleoliadau parhaol drwy arddangos gwaith celf sy'n darlunio eu hardal
- Mae gan Ysbyty'r Seren - ysbyty dros dro Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf, lwybr hardd gyda gwaith celf o Amgueddfa Cymru.
- Mae gan Ysbyty Enfys Hwyel Dda paentiadau tirlun o arfordir y gorllewin ac o bywyd gwledig yr ardal

Yn cyfrannu at:

- Amcan llesiant Amgueddfa Cymru i 'wneud gwahaniaeth i Gymru - newid bywydau drwy weithio gyda sefydliadau lleol a chenedlaethol i greu Cymru hapusach, iachach a mwy cynaliadwy, gyda mynediad i gelfyddyd i bawb, ac economi sy'n ffynnu.

Gymru Iachach

Gymru â Diwylliant Bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu

Gymru fwy Cyfartal

Ffynhonnell: Amgueddfa Cymru

Ffynhonnell: Amgueddfa Cymru

Amgueddfa Cymru - Cysur Mewn Casglu

- Cydweithredu â Chomisiynydd Pobl Hŷn, Cymdeithas Alzheimer, Innovative Trust a Phartneriaeth Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Llesiant Gwent Fwyaf
- Casgliadau amgueddfa ac adnoddau y gellir yn awr eu lawrlwytho i leoliadau gofal i'w defnyddio i annog sgyrsiau ac ysgogi atgofion hapus
- Helpu i leihau ac atal unigrwydd ac arwahanrwydd
- Cynhaliwyd prosiect peilot gyda grwpiau a chartrefi gofal yn Nhorfaen, Blaenau Gwent a Chaerdydd

Ffynhonnell: Amgueddfa Cymru

Yn cyfrannu at:

- Amcan llesiant Amgueddfa Cymru fod 'defnyddwyr yn cael profi amgueddfa ddigidol hygyrch a chydgysylltiedig gan ymgysylltu, bod yn greadigol a dysgu.'

Gymru Iachach

Gymru fwy Cyfartal

Gymru â Diwylliant Bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu

"Mae 'Cysur Mewn Casglu' yn darparu dull unigryw o gysylltu pobl sy'n byw mewn cartrefi gofal â chasgliad Amgueddfa Cymru, ac rwy'n siŵr y bydd yr ymgyrch yn ysgogi llawer o sgyrsiau bywiog ac atgofion ledled Cymru. Mae gweithgareddau mewn cartrefi gofal yn hanfodol ar gyfer helpu pobl hŷn i gael ansawdd bywyd da…Buaswn yn annog cartrefi gofal i ymgyfrannu yn yr ymgyrch a defnyddio'r adnoddau ardderchog sydd wedi cael eu datblygu gan Amgueddfa Cymru."

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru,
Heléna Herklots CBE