Gwytnwch Gwledig

Un Llais Cymru
One Voice Wales

Pam Mae Hyn Yn Bwysig

Mae Cynghorau Cymuned a Thref yng Nghymru yn chwarae rôl hollbwysig yn cefnogi eu cymunedau—yn enwedig yn ystod yr argyfwng costau byw.

Mae gwytnwch gwledig yn allweddol i lesiant, cynaliadwyedd, a ffyniant hirdymor Cymru. Mae cryfhau gwytnwch gwledig yn golygu y gall ein cymunedau addasu, adfer, a ffynnu yn wyneb anawsterau.

Mae'n golygu adeiladu capasiti yn lleol: ymrymuso pobl, cynnal gwasanaethau hanfodol, cefnogi economïau lleol, a chadw hunaniaeth ddiwylliannol.

Cewch glywed gan y Gymdeithas Trafnidiaeth Gymunedol
Ffynnu, yn hytrach na Goroesi

Heriau Cyffredin

Mae Cynghorau Cymuned a Thref gwledig yn aml yn ei chael yn anodd i ddarparu gwasanaethau:

- Mae lleoedd yn bell oddi wrth ei gilydd ac yn anodd eu cyrraedd.
- Nid oes llawer o drafnidiaeth gyhoeddus.
- Mae signalau'r rhyngrwyd a ffôn yn gallu bod yn wael.
- Mae pobl yn byw mewn cymunedau bychain, gwasgaredig.

Mae'r problemau hyn yn ei gwneud yn ddrutach i ddarparu gwasanaethau a gyda chyllidebau bychain gall cynghorau ei chael yn anodd i wneud popeth sydd ei angen.

Mae'r problemau yn ei gwneud yn anoddach hefyd i bobl gael yr help maen nhw ei angen ond mae cynghorau yn agos at eu cymunedau ac maen nhw wir yn deall beth mae pobl leol ei angen.
Gallant:
Greu gwasanaethau sy'n addas i'w hardal.
Gweithio gydag eraill i ddod o hyd i atebion smart.
Helpu gofalu fod cymorth yn deg, hawdd cael gafael arno, a'i fod yn para.
Mae Cynghorau Cymuned a Thref mewn sefyllfa wych i helpu eu hardaloedd, hyd yn oed pan mae pethau'n anodd.

Sut Mae Tlodi Gwledig Yn Edrych?

◆ Cyflogaeth a Chyflogau Isel
Diffyg cyfleoedd swyddi, tangyflogaeth, gwaith tymhorol.
Heriau cymudo.

◆ Tlodi Tanwydd
Costau gwresogi uchel mewn stoc tai hen a thanwyddau oddi ar y grid.
Effaith anghymesur ar bobl hŷn ac anabl.

◆ Eithrio Digidol
Gwasanaeth band eang/symudol darniog.
Mae'n cyfyngu mynediad at wasanaethau, addysg, swyddi.

◆ Derbyn Gwasanaethau
Pellteroedd hir at feddygon teulu, siopau, ysgolion.
Trafnidiaeth gyhoeddus wael neu ddim o gwbl.

◆ Tlodi Plant a Theuluoedd
Dibynnu ar brydau ysgol, ansicrwydd bwyd, pobl ifanc yn gadael.

◆ Unigrwydd ac Iechyd Meddwl
Unigrwydd, yn enwedig i oedolion hŷn a gofalwyr.

🚌 Heriau Trafnidiaeth Wledig

Mae Cefn Gwlad Cymru yn wynebu:

- Dim digon o fysiau/trenau
- Unigrwydd i bobl hŷn, anabl, neu ar incwm isel
- Prinder gwasanaethau iechyd
- Diffyg dewisiadau i bobl ifanc
- Costau teithio uchel

🤝 Sut mae Trafnidiaeth Gymunedol yn Helpu

Mae trafnidiaeth gymunedol yn lleol, nid er mwyn elw, ac mae'n cael ei redeg gan y gymuned: gall ddigwydd mewn sawl ffordd:

- Gwasanaethau bws mini Galw a Theithio;
- Llifftiau yng ngheir gwirfoddolwyr;
- Teithiau grwpiau a chymdeithasol;

Mae'n helpu trwy:

Leihau unigrwydd

- Galluogi annibyniaeth
- Gwella mynediad at wasanaethau
- Torri carbon trwy rannu teithiau

✅ Sut i Roi Cychwyn Arni

1. Gofynnwch i'r gymuned beth sydd ei angen
2. Cysylltwch â CTA Cymru i gael cyngor am ddim: ctauk.org/wales
3. Edrychwch ar enghreifftiau lleol
4. Dechreuwch yn fach – un car, un gwirfoddolydd
5. Chwiliwch am arian – grantiau lleol, Loteri, busnesau

🧭 Nodyn i Gynghorau

Gall deimlo'n heriol, ond:

- Mae llawer yn dechrau'n fach a thyfu
- Mae CTA Cymru yn cynnig cefnogaeth cam-wrth-gam
- Gall un gwirfoddolydd newid bywydau

Cewch fwy o wybodaeth, adnoddau a chymorth ar wefan Un Llais Cymru: **Trafnidiaeth Gymunedol**

A Rhwydwaith Ymchwil Integredig Trafnidiaeth & Iechyd **ThinK**

Cryfhau Democratiaeth a Chyfranogiad Lleol

Dylid cryfhau democratiaeth leol trwy gynnwys pobl mewn penderfyniadau ar y gyllideb, rhoi llais i bobl ifanc, cynnal fforymau agored i glywed barn y gymuned, ac adeiladu rhwydweithiau gwirfoddolwyr i gefnogi anghenion lleol.

Canllaw i Ymgysylltu & Gwasanaethau Pobl Ifanc

Ymgynghori & Ymgysylltu Effeithiol â'r Gymuned

Cefnogi Trigolion Bregus

Gall cynghorau gwledig gefnogi pobl fregus trwy sefydlu lleoedd cynnes, croesawgar yn y gaeaf, helpu rhedeg banciau bwyd gyda phartneriaid lleol, cynnig trafnidiaeth gymunedol i bobl sydd wedi'u hynysu, a chadw cysylltiad â phobl oedrannus neu mewn-perygl trwy drefnu fod gwirfoddolwyr yn galw gyda nhw.

Canllaw i Bobl Hŷn Ymgysylltu & Gwasanaethau

Canllaw i Hybiau Cynnes

Mynd i'r Afael â Thlodi Bwyd Canllaw i Gynghorau

Cadw Hunaniaeth Ddiwylliannol a Chymdeithasol

Gall cynghorau gynnal hunaniaeth leol trwy gefnogi gwyliau, hyrwyddo'r Gymraeg, rhannu storïau lleol drwy'r celfyddydau, a dod â chenedlaethau at ei gilydd trwy rannu gweithgareddau.

Canllaw i Drefnu Digwyddiad Cymunedol

Gweithio mewn Partneriaeth

Gallwch weithio gyda'ch gilydd i rannu adnoddau, gwneud ceisiadau am arian, a chodi llais dros gymunedau gwledig ar lefelau rhanbarthol a chenedlaethol.

Canllaw i Weithio gyda Phartneriaid

Adeiladu Capasiti a Gwytnwch

Gall cynghorau wella cysylltiadau digidol i bawb, paratoi ar gyfer argyfyngau fel llifogydd neu doriadau trydan, ac adolygu anghenion y gymuned a gwasanaethau hanfodol yn rheolaidd.

Canllaw i Gynhwysiad Digidol

Grymoedd

Gall grymoedd a chyfiawnhadau wahaniaethu, a dylai cynghorau ystyried eu hamgylchiadau penodol nhw. Er mwyn cael cyngor ac arweiniad, efallai yr hoffai cynghorau gysylltu â'u Swyddog Datblygu Un Llais Cymru. gweinydd@unllaiscumru.cymru

🌿 **Cronfeydd Buddion Cymunedol**
Cip Cyflym
🔋 Beth ydyn nhw?
Grantiau gan ffermydd gwynt lleol a chwmnïau ynni solar i gefnogi cymunedau gwledig ger datblygiadau ynni adnewyddadwy.
🎯 Beth allan nhw ei ariannu?
Prosiectau llesiant cymunedol
Mentrau gweithredu ar hinsawdd
Gwelliannau effeithlonrwydd ynni
Gwella gwasanaethau lleol
📍 Pwy sy'n gymwys?
Cynghorau Cymuned a Thref sydd yn agos at safle ynni gwynt neu'r haul.
🧭 Ble i ddechrau?
Cysylltwch â'ch sefydliad ynni adnewyddadwy lleol neu eich Cyngor Gwirfoddol Sirol i gael manylion ar sut i wneud cais
💡 Bachwch y cyfle—mae llawer o gymunedau gwledig yng Nghymru yn elwa yn barod!

Enghreifftiau o Arfer Da

Mae Bws Cymunedol **Cyngor Cymuned Llandeilo Ferwallt** yn darparu gwasanaeth rheolaidd sy'n cysylltu pobl leol gyda siopau, gwasanaethau a chysylltiadau trafnidiaeth yn Y Mwmbwls. Mae hyn yn lleihau unigrwydd ac yn cefnogi annibyniaeth trwy drafnidiaeth hygyrch ddibynadwy.

Fideo Astudiaeth Enghreifftiol

Mae Gwener y Gymuned **Cyngor Tref Cwmaman** yn dod â gwasanaethau hanfodol, cefnogaeth, a chyfleoedd cymdeithasol at ei gilydd o dan un to i helpu pobl i gael gafael ar yr help maen nhw ei angen yn lleol.

Astudiaeth Enghreifftiol
Cyflwyniad Gweminar

Mae Clwb Cinio Pobl Dros 50 **Cyngor Cymuned Llannon** yn cynnig lle cynnes, croesawgar i bobl hŷn fwynhau pryd poeth am bris gostyngol, cymdeithasu, a chymryd rhan mewn gweithgareddau hwyl, sy'n eu helpu i leihau unigrwydd a chryfhau cysylltiadau cymunedol.

Astudiaeth Enghreifftiol

Mae menter Hwb Cynnes **Cyngor Tref Prestatyn** yn darparu lle diogel, croesawgar i bobl leol fwynhau prydau poeth, gweithgareddau cymdeithasol, a gwasanaethau cymorth—gan helpu mynd i'r afael ag unigrwydd ac effeithiau'r argyfwng costau byw.
Astudiaeth Enghreifftiol

Mae Prosiect Eiriolydd Digidol **Cyngor Cymuned Llwchwr** wedi esblygu'n gaffi digidol cymunedol misol, ac mae'n cynnig defnydd o offer TG a Wi-Fi am ddim, ynghyd â chymorth digidol pwrpasol i bobl leol.

Astudiaeth Enghreifftiol

Mae **Cyngor Cymuned Bedlinog & Threlewis** yn meithrin gwytnwch cymunedol trwy dargedu mentrau er mwyn cefnogi ac ymrymuso pobl leol.

Cyflwyniad Gweminar

Gwybodaeth Ddefnyddiol

WLGA
Maniffesto Gwledig 2025

Mae ymchwil newydd gan Sefydliad **Joseph Rowntree** yn dangos fod tlodi yn dyfnhau yng Nghymru

Adroddiad Effaith Dyfodolau Gwledig Cymru & Astudiaethau Enghreifftiol

Eisiau Gwybod Mwy?

Er mwyn cael gwybod mwy am brosiect Argyfwng Costau Byw Un Llais Cymru cysylltwch â'r tîm yn:

Un Llais Cymru
CoLC@onevoicewales.wales
https://bit.ly/3KYHftK