

Sam Rowlands

Member of the Welsh Parliament for
North Wales

Aelod Senedd dros
Gogledd Cymru

North Wales Office | Swyddfa Gogledd Cymru

North Wales Business Park, Abergel LL22 8LJ

Cardiff Office | Swyddfa Caerdydd

Senedd Cymru, Cardiff Bay, Cardiff CF99 1SN

Tel | Ffôn: 0300 200 7267

Email | E-bost: sam.rowlands@senedd.wales

Jayne Bryant, AS
Cadeirydd y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg
Senedd Cymru,
Bae Caerdydd,
CF99 1SN

19 Chwefror 2024

Annwyl Jayne,

Bil Addysg Awyr Agored Breswyl (Cymru)

Hoffwn achub ar y cyfle i ddiolch i chi ac aelodau eraill o'r Pwyllgor am yr amser rydych wedi'i dreulio'n ystyried manylion y Bil Addysg Awyr Agored Breswyl (Cymru).

Rwy'n ysgrifennu mewn perthynas ag un o'r pwyntiau a wnes i yn ystod fy sesiwn dystiolaeth ar 1 Chwefror, yn ymwneud â'm disgwyliadau o ran effaith y Bil ar wasanaethau ieuchyd meddwl plant a'r glasoed.

Nododd fy ymateb cychwynnol i'r cwestiwn penodol a ofynnwyd fod y Memorandwm Esboniadol i'r Bil yn cyfeirio at ble y gall y Bil roi cyfleoedd i gefnogi pobl ifanc â'u hiechyd meddwl. Dywedais y byddwn yn dilyn hynny gyda nodyn, sydd wedi'i gynnwys yn yr Atodiad i'r llythyr hwn. Byddwn yn hapus i roi unrhyw wybodaeth bellach y gallai'r Pwyllgor ei hystyried yn ddefnyddiol.

Rwy'n anfon copi o'r llythyr hwn at Gadeirydd y Pwyllgor Deddfwriaeth, Cyfiawnder a'r Cyfansoddiad, a Chadeirydd y Pwyllgor Cyllid.

Yn gywir,

Sam Rowlands AS
Aelod o Senedd Cymru dros Ogledd Cymru

Atodiad: Nodyn o sut y gall Bil Addysg Awyr Agored Breswyl (Cymru) gefnogi pobl ifanc ag iechyd meddwl

Mae effaith gadarnhaol y Bil ar iechyd meddwl plant wedi'i hamlygu drwy gydol y gwaith craffu ar y Bil mewn tystiolaeth lafar ac ysgrifenedig, gennyf i fel yr Aelod sy'n gyfrifol am y Bil, a chan randdeiliaid eraill.

Mae'r wybodaeth sydd wedi'i chynnwys yn y nodyn hwn yn tynnu sylw at yr hyn sydd eisoes wedi'i nodi yn y Memorandwm Esboniadol ar gyfer y Bil. Nid yw'n ceisio tynnu gwybodaeth allan sydd wedi'i chyflwyno fel tystiolaeth i'r Pwyllgor.

Ystyried yr ymchwil

Mae ymchwil hefyd yn dangos bod plant sy'n byw mewn cartrefi incwm isel yn fwy tebygol o brofi problemau iechyd meddwl, a bod problemau yn cynyddu ymhlith plant a phobl ifanc.¹ Mae polisi Llywodraeth Cymru yn ceisio mynd i'r afael â'r her hon drwy ganolbwyntio ar ddatblygu gwydnwch emosiynol plant a phobl ifanc a'r sgiliau i ofalu am eu hiechyd meddwl eu hunain.² Mae Llywodraeth Cymru wedi ymgynghori ar strategaeth iechyd meddwl newydd, ac un cynnig craidd yw bod pobl yn cymryd camau i hybu eu lles eu hunain a lles y gymuned ehangach.³ (Paragraff 52 o'r Memorandwm Esboniadol).

Daeth adolygiad systematig diweddar o ddeunydd ysgrifenedig o fanteision 'chwaraeon awyr agored' i gymdeithas i'r casgliad eu bod yn gysylltiedig â nifer o ganlyniadau sy'n cynrychioli buddsoddiad cost-effeithiol.⁴ Mae'r manteision yn cynnwys iechyd a lles corfforol a meddyliol, dinasyddiaeth weithredol a chyfraniad at fondio mewn teuluoedd a chymunedau. Mae tystiolaeth gref hefyd o ddatblygiad rhyngbersonol sy'n ymwneud ag agweddau corfforol, meddyliol, gwybyddol, ymddygiadol a chymdeithasol o'ch hunan, manteision addysgol, gan gynnwys gwell hunan-gymhelliant a pharodrwydd i wynebu a goresgyn heriau.

Yn ystod y pandemig Covid-19 a'r cyfnod dilynol o ddychwelyd i'r ysgol ar ôl y cyfnod clo, roedd dogfennau canllaw Llywodraeth Cymru yn cynnwys cyfeiriad penodol at ddysgu yn yr awyr agored a'r manteision i iechyd a llesiant yn sgil hynny. Mae canlyniadau arolwg diweddaraf Active Lives⁵ yn dangos, er bod plant iau yn fwy actif mewn chwaraeon tîm, wrth i bobl fynd yn hŷn, gallant barhau i fod yn actif trwy weithgareddau fel cerdded, beicio, rhedeg a nofio. Er bod yr arolwg hwn yn cyfeirio at ymatebwyr yn Lloegr gan nad oes data cymharol ar gael ar gyfer Cymru, mae'n rhesymol awgrymu na fyddai'r canfyddiadau'n sylweddol wahanol

¹ Iechyd Cyhoeddus Cymru, [Dadansoddiad newydd yn datgelu anghydraddoldebau o ran gofal iechyd meddwl plant a phobl ifanc yng Nghymru](#) (Gorffennaf 2022)

² Ymchwil y Senedd, [Plant a phobl ifanc: a oes argyfwng iechyd meddwl?](#) (Mai 2022)

³ Llywodraeth Cymru, [Strategaeth iechyd meddwl](#)

⁴ Eigenschenk, B. et al. (2019) 'Benefits of Outdoor Sports for Society. A Systematic Literature Review and Reflections on Evidence.', International Journal Of Environmental Research And Public Health, 16(6), p. 937.

⁵ Sport England, [Active Lives Adult Survey November 2020-21 Report](#) (Ebrill 2022)

yng Nghymru. Mae gwaith ymchwil diweddar a gyflwynwyd drwy Gymdeithas Ymchwil Addysg Prydain⁶ yn awgrymu cysylltiadau arwyddocaol rhwng iechyd pobl hŷn, lefelau gweithgaredd a'r profiadau a gawsant fel pobl ifanc wrth gymryd rhan mewn addysg awyr agored. (Paragraffau 79 ac 80 o'r Memorandwm Esboniadol)

Manteision iechyd meddwl sy'n codi o'r Bil

Yn 2021-22, roedd iechyd meddwl yn unig yn cyfrif am 10.9% o gyfanswm gwariant y GIG yng Nghymru (tua £962 miliwn).⁷ At hynny, amcangyfrifir bod iechyd meddwl yn costio £4.8 biliwn⁸ i economi Cymru bob blwyddyn ac, er nad oes modd eu mesur yn uniongyrchol, mae gan cyrsiau addysg awyr agored breswyl botensial sylweddol i fod yn llawer mwy na phrofiadau untro a gallant ysgogi cyfranogiad gydol oes mewn gweithgaredd awyr agored, gyda manteision iechyd a lles cysylltiedig⁹, gan leihau'r effaith ar y GIG o bosibl.

Yn ei dro bydd hyn yn cael effeithiau hirdymor ar iechyd a lles y boblogaeth wrth iddynt adael yr ysgol a chael mwy o gyfle i ddod yn oedolion iach (hefyd yn unol ag un o bedwar diben y Cwricwlwm i Gymru). Gallai manteision iechyd meddwl a llesiant rhaglenni addysg awyr agored breswyl leihau'r galw ar wasanaethau iechyd meddwl plant a'r glasoed yn y dyfodol agos a gallent hefyd leihau'r galw ar y GIG ehangach a gwasanaethau gofal iechyd yn y tymor hwy.

Mae iechyd meddwl plant wedi cael lle amlwg ar yr agenda polisi a chraffu yn y blynyddoedd diwethaf. Mae'r Rhaglen Lywodraethu yn cynnwys ymrwymadau i flaenoriaethu ym maes iechyd meddwl, blaenoriaethu ailgynllunio gwasanaethau er mwyn gwella ataliaeth, mynd i'r afael â stigma, a hyrwyddo ymagwedd dim drws anghywir o ran cael mynediad at gymorth iechyd meddwl. Mae hyn yn cynnwys fframwaith NYTH¹⁰ sy'n ceisio sicrhau dull system gyfan ar gyfer datblygu gwasanaethau iechyd meddwl, llesiant a chymorth i fabanod, plant, pobl ifanc, rhieni, gofaluwr a'u teuluoedd ehangach ledled Cymru.

Yn 2018, cyhoeddodd un o bwyllgorau'r Senedd "Cadernid Meddwl", sef adroddiad ar ei ymchwiliad i iechyd emosiynol ac iechyd meddwl plant a phobl ifanc¹¹ a chynhaliodd waith craffu dilynol yn 2020.¹² Yn dilyn hynny, mae gan Weinidog y Gymraeg ac Addysg a'r Dirprwy Weinidog Iechyd Meddwl a Llesiant gyfrifoldeb gweinidogol ar y cyd dros y Dull Ysgol Gyfan o Ymdrin â Llesiant. Mae Llywodraeth

⁶ Cymdeithas Ymchwil Addysg Prydain, [Ageing in nature: Outdoor learning as lifelong learning](#) (Mehefin 2021)

⁷ Llywodraeth Cymru, [Cyllidebau Rhaglenni Gwariant y GIG: Ebrill 2021 i Fawrth 2022](#)

⁸ Adroddiad y Sefydliad Iechyd Meddwl: [The economic case for investing in the prevention of mental health conditions in the UK](#)

⁹ Takako Takano (2010) [A 20-year retrospective study of the impact of expeditions on Japanese participants](#), Journal of Adventure Education and Outdoor Learning, 10:2, 77-94

¹⁰ Llywodraeth Cymru, [Fframwaith NYTH \(iechyd meddwl a lles\): cyflwyniad](#)

¹¹ Senedd Cymru, y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg: [Gwella Iechyd Emosiynol ac Iechyd Meddwl Plant a Phobl Ifanc \('Cadernid Meddwl'\)](#) (2018)

¹² Senedd Cymru, Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg y Bumed Senedd: [Iechyd Emosiynol ac Iechyd Meddwl plant a phobl ifanc \('Cadernid Meddwl'\) – Gwaith dilynol](#) (2020)

Cymru wedi dyroddi canllawiau statudol i ysgolion, unedau cyfeirio disgyblion ac awdurdodau lleol ar sefydlu dull ysgol gyfan o ymdrin â llesiant emosiynol a meddyliol.¹³ Mae gan y Senedd ddi-ddordeb a chyfrifoldeb craffu parhaus ar y maes polisi hwn, gan gynnwys yn fwyaf diweddar gan Senedd Ieuenctid Cymru¹⁴ wrth i bryderon barhau am iechyd meddwl plant a'u mynediad amserol at wasanaethau¹⁵, yn bennaf oherwydd effaith pandemig COVID-19. Mae gan y Bil y potensial i gyfrannu'n sylweddol at fynd i'r afael â'r agenda hon. (Paragraffau 92 a 95 o'r Memorandwm Esboniadol)

Mae problemau iechyd meddwl yn cyfrif am £962 miliwn o gyfanswm gwariant GIG Cymru.¹⁶ Mae iechyd a llesiant meddwl ar draws addysg yn ganolog i Fframwaith Nerth, Ymddiried, Tyfu'n ddiogel a Hybu (NYTH) Llywodraeth Cymru.¹⁷

Mae cysylltiad cadarnhaol rhwng cysylltiad â byd natur drwy weithgareddau addysgiadol a chanlyniadau iechyd meddwl gwell¹⁸ mewn plant a phobl ifanc yn eu harddegau. Roedd y cysylltiadau mwyaf cyson a welwyd rhwng canlyniadau iechyd meddwl a dysgu mewn amgylcheddau naturiol yn ymwneud â gwydnwch, straen ac iechyd meddwl yn gyffredinol.¹⁹ Cofnodwyd gwelliannau o ran llesiant emosiynol, hunan-barch ac iselder hefyd. Nodwyd bod cysylltiad â byd natur yn ffordd effeithiol o atal problemau iechyd meddwl cyffredin.

Mae dysgu mewn amgylcheddau naturiol wedi ei gysylltu²⁰ ag adeiladu cyfalaf cymdeithasol, meithrin balchder, ymdeimlad o berthyn, a chyfranogiad cymunedol. Mae profiadau sy'n rhoi cyfle i ymgolli ym myd natur²¹, gan gynnwys profiadau awyr agored preswyl a mathau eraill o addysg y tu allan i'r ystafell ddosbarth, wedi eu cysylltu â gwell hunan-barch a mwy o hunanefeithiolrwydd o gymharu â rheolyddion. Mae astudiaeth a oedd yn defnyddio data o Ddenmarc wedi dangos bod iechyd meddwl sy'n ffynnu yn gysylltiedig â thua \$1.2 biliwn (sy'n cyfateb i £848 miliwn) yn llai o bosibl o gostau iechyd a chostau chymdeithasol.²² (Paragraffau 222 a 224 o'r Memorandwm Esboniadol)

Ymatebion i'r ymgynghoriad

Mae'r Memorandwm Esboniadol hefyd yn adeiladu ar yr ymatebion a gafwyd drwy'r ymgynghoriad helaeth a gynhaliwyd ar amcanion polisi'r Bil.

¹³ Llywodraeth Cymru, [Fframwaith ar sefydlu dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol](#) (2021)

¹⁴ Senedd Ieuenctid Cymru, [Ein hiechyd meddwl a'n lles](#)

¹⁵ Mae [Comisiynydd Plant Cymru](#) wedi gwneud iechyd meddwl plant a phobl ifanc ac yn mynd ar drywydd y 'Dim Drws Anghywir' model yn flaenoriaeth polisi ar gyfer 2023-26.

¹⁶ [Cyllidebau rhaglenni gwariant y GIG: Ebrill 2021 i Fawrth 2022](#)

¹⁷ [NYTH \(iechyd a llesiant meddwl\): adroddiad cryno](#)

¹⁸ [Davis et al, 2021.](#)

¹⁹ [Tillman et al, 2018](#)

²⁰ [Council for Learning Outside the Classroom, Evidence Note, 2022](#)

²¹ [Mygind et al, 2019](#)

²² [Santini et al, 2021](#)

Tynnodd yr ymgynghoriadau a gynhaliwyd sylw at lawer o fanteision cyrsiau addysg awyr agored breswyl, megis y nodweddion personol y gellir eu caffael a'u datblygu, gwella iechyd a llesiant corfforol a meddyliol a datblygiad personol cyfannol yn gyffredinol. Dywedodd plant mai bondio â ffrindiau a chael hwyl oedd rhai o'r prif fanteision, ac yna'r cyfle i gael profiad o fod oddi cartref, dysgu sgiliau newydd, dysgu am yr amgylchedd a byd natur, a bod yn yr awyr agored. (Paragraff 363 o'r Memorandwm Esboniadol).

Mae cymryd rhan mewn cwrs addysg awyr agored breswyl yn llesol i iechyd a llesiant meddyliol plant. Nodwyd yn benodol fod hyn yn brif fantais gan tua 40% o'r rhai a ymatebodd i'r ymgynghoriad cyffredinol a chan tua 8% o'r rhai a ymatebodd i'r ymgynghoriad â phlant a phobl ifanc. (Paragraff 368 o'r Memorandwm Esboniadol).