Cyfarfod Grŵp Trawsbleidiol y Celfyddydau ac Iechyd 20 Mawrth 2019
12.30, Ystafell Gynadledda B, Tŷ Hywel,
Cynulliad Cenedlaethol Cymru, Bae Caerdydd.

Yn bresennol
David Melding AC **(Cadeirydd)**
Maddie Rees, Staff Cymorth AC
Sian Tomos, Cyngor Celfyddydau Cymru
Sally Lewis, Cyngor Celfyddydau Cymru
Callum Hughes, Conffederasiwn GIG Cymru
Angela Rogers, Rhwydwaith Iechyd a Llesiant Celfyddydau Cymru
Sarah Goodey, Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan
Prue Thimbleby, Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg
Rhian Webber, Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf
Simon Joslyn, Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro
Amy Lewis, Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf
Andrea Davies, Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr
Lleucu Siencyn, Llenyddiaeth Cymru
Claire Jordan, Ffrind i Mi, Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg
Claire O'Shea, Ymgyrch i Derfynu Unigrwydd
Helen Williams, Cyngor Celfyddydau Cymru (cofnodi)

Ymddiheuriadau
Jayne Bryant, AC
Elizabeth Aylett, Llawrydd
Nesta Lloyd-Jones, Conffederasiwn GIG Cymru
Phil George, Cadeirydd, Cyngor Celfyddydau Cymru
Gemma Brown, Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda

Croeso a chyflwyniadau gan y Cadeirydd, David Melding (DM) AC
Croesawodd David Melding (DM), y Cadeirydd bawb i'r cyfarfod ac eglurodd y gofynnwyd iddo fod yn Gadeirydd ar ran Jayne Bryant (JB) a oedd wedi mynd i agoriad canolfan ganser newydd yng Nghasnewydd. Mynegodd DM ei gefnogaeth i'r agenda Celfyddydau ac Iechyd, wedi iddo weithio gydag amrywiaeth o bortffolios yn y gorffennol, gan gynnwys Diwylliant a Chwaraeon yn ogystal â Thai, ac ar ôl cadeirio Pwyllgor Iechyd y Cynulliad.

Esboniodd DM y byddai'r cyfarfod yn edrych ar effaith y celfyddydau ar unigrwydd ac unigedd.

Dechreuodd y cyfarfod gyda ffilm fer o *Gôr Pellenig* sy'n rhan o Span Arts yn Sir Benfro. Roedd yn rhan o gyfres o bedair ffilm fer a gomisiynwyd gan Gyngor Celfyddydau Cymru ar y cyd â Rhwydwaith Iechyd a Llesiant Celfyddydau Cymru i dynnu sylw at enghreifftiau o arfer gorau sy'n dangos sut mae'r celfyddydau yn gwella lles ac yn lleihau unigedd. Dangosodd y ffilm sut roedd Span Arts wedi defnyddio canu i ddod â grŵp o oedolion hŷn ynysig at ei gilydd - y rheini sy'n byw gartref (ond sy'n byw mewn mannau anghysbell yn y wlad) yn ogystal â'r rhai mewn lleoliadau cartrefi gofal. Cytunodd y Grŵp fod y ffilm yn enghraifft effeithiol o bŵer y celfyddydau i helpu i atal unigedd ac unigrwydd, a dywedodd DM ei fod yn cyd-fynd â rhai o brosiectau Cyfuno (rhaglen flaenllaw gwrthdlodi Llywodraeth Cymru) a oedd yn gweithio i fynd i'r afael â'r un mater.

Cofnodion y cyfarfod diwethaf a gynhaliwyd ar 26 Medi 2019
Cytunodd y Grŵp fod cofnodion y cyfarfod diwethaf yn gywir. Atgoffodd Sally Lewis (SL) yr aelodau (er mwyn gwneud y gorau o amser trafod y Grŵp Trawsbleidiol a chyflawni ffocws gwell) y cytunwyd yn y cyfarfod diwethaf y byddai partneriaid yn darparu adroddiadau diweddaru ysgrifenedig byr yn hytrach na chyflwyno diweddariadau llafar hirwyntog yn ystod y cyfarfod. Cafodd y dull hwn ei dreialu ar gyfer y cyfarfod hwn, a nododd pob partner dri phrif datblygiad yn eu meysydd ar un ochr o bapur A4. Diolchodd SL i'r partneriaid am eu hadroddiadau a rhoddodd sicrwydd i'r Grŵp y byddai rhagor o amser i gyflwyno diweddariadau cyn y cyfarfod nesaf. Cytunodd Maddie Rees (MR) yn garedig i ddosbarthu'r adroddiadau yn dilyn y cyfarfod.
Cam Gweithredu: MR i ddosbarthu'r wybodaeth ddiweddaraf gan bartneriaid i aelodau'r Grŵp.

Ymgyrch i Derfynu Unigrwydd: Claire O'Shea, Rheolwr Ymgyrch, Cymru
Siaradodd Claire O'Shea (COS) am waith yr Ymgyrch i Derfynu Unigrwydd a phwysleisiodd pa mor ddifrifol yw'r mater o unigedd ar draws Cymru, yn enwedig mewn ardaloedd gwledig. Mae'r ffactorau risg allweddol ar gyfer unigrwydd yn cynnwys incwm isel, iechyd corfforol a meddyliol gwael, cymunedau gwledig, darpariaeth wael o ran gwasanaethau a byw ar eich pen eich hun. Mae'r broblem yn waeth ymhlith grwpiau pobl dduon a lleiafrifoedd ethnig a grwpiau LHDT, ac roedd unigrwydd yn arbennig o gyffredin ymysg pobl hŷn. Mae'r ymgyrch yn gweithio gyda phartneriaid ym maes iechyd, awdurdodau lleol, elusennau a busnesau i sicrhau bod pawb yn gwybod beth y gallant ei wneud i fynd i'r afael ag unigrwydd a chreu rhwydwaith i helpu i leihau stigma, a siarad am unigrwydd. Mae darn manwl o waith ymchwil wedi'i wneud a bydd yr adroddiad terfynol yn cael ei gyhoeddi cyn toriad yr haf. Nododd COS nas gofynnwyd unrhyw gwestiynau o ran y celfyddydau / diwylliant yn yr adroddiad hyd yn hyn (y gobaith yw y caiff hyn ei gywiro). Cytunodd COS i anfon yr adroddiad a'i ganfyddiadau at aelodau'r Grŵp.
Cam Gweithredu: COS i roi copi o'r adroddiad i aelodau'r Grŵp.

Reading Friends: Lleucu Siencyn, Prif Weithredwr, Llenyddiaeth Cymru
Diolchodd Lleucu Siencyn (LIS) i Rwydwaith Iechyd a Llesiant Celfyddydau Cymru a Chyngor y Celfyddydau am gomisiynu Llenyddiaeth Cymru i gynhyrchu'r ffilm Reading Friends, ac fe'i cyflwynwyd i'r Grŵp. Eglurodd LIS fod y Prosiect yn rhan o raglen ehangach y DU a'i fod hanner ffordd drwy ei gynllun peilot tair blynedd. Mae Llenyddiaeth Cymru wedi gweithio gyda chymunedau penodol yng Nghonwy ac Abertawe (bu myfyrwyr y Brifysgol yn dod yn gyfeillion i gleifion yn Ysbyty Singleton ac yn darllen iddynt). Arweinwyd y prosiect gan wirfoddolwyr, ac roedd yn bosibl ei werthuso gan fod y cysyniad yn syml ac yn effeithlon o ran adnoddau. Gwnaeth y Grŵp longyfarch Llenyddiaeth Cymru a Rhwydwaith Iechyd a Llesiant Celfyddydau Cymru ar y ffilm a'i neges.

Ffrind i mi: Claire Jordan, Nyrs Arweiniol, Profiad y Claf ac Addysg, Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg
Siaradodd Claire Jorden (CJ) am y prosiect Ffrind i mi, menter cyfeillio, a menter rhwng cenedlaethau, sy'n dod â phobl at ei gilydd mewn cartrefi gofal a lleoliadau ysbyty, ac sy'n cynnwys plant ysgol hefyd, sy'n elwa ar y profiad. Mae'r fenter yn eang ac yn amrywiol: mae'n annog canu mewn ysbytai; yn dysgu pobl hŷn i ddefnyddio technoleg gyda'r celfyddydau (Cyfeillion Digidol) ac mae hefyd wedi annog rhagor o bobl i ddefnyddio fframiau cerdded drwy brosiect 'Pimp My Zimmer'. Nododd CJ eu bod yn bwriadu cydweithio â grwpiau sgowtiaid lleol a chysylltu â Chyngor Casnewydd yn y dyfodol. Pwysleisiodd CJ mai'r 'pethau bach' sy'n aml yn bwysig wrth fynd i'r afael ag unigrwydd.

Diolchodd DM i'r holl gyflwynwyr am eu cyflwyniadau ysbrydoledig, gan ystyried sut y mae'r celfyddydau'n gallu gwneud gwahaniaeth gwirioneddol wrth fynd i'r afael ag unigedd ac unigrwydd. Agorodd DM y drafodaeth i gael sylwadau:
Roedd Andrea Davies (AD) o'r farn ei fod yn bwysig cynnwys grwpiau ag anableddau dysgu yng ngwaith yr Ymgyrch i Derfynu Unigrwydd gan eu bod mewn perygl arbennig o gael eu hynysu.
Holodd SL am gynaliadwyedd y fenter Reading Friends? Nododd LIS eu bod yn ceisio cynnal y rhwydweithiau os yn bosibl, ac maent yn edrych yn fanwl ar ffyrdd o wneud hyn. Roedd yn credu bod hwn yn brosiect y gellir ei weithredu.

Codi ymwybyddiaeth a chydlynu ein dull i rannu effaith y gwaith hwn
Diolchodd SL i Rwydwaith Iechyd a Llesiant Celfyddydau Cymru am hwyluso'r gwaith i greu ffilmiau byr ynghylch unigrwydd ac unigedd, a dywedodd fod y ffilmiau'n haeddu sylw ehangach ar y cyfryngau cymdeithasol i helpu i godi ymwybyddiaeth o'r gwaith rhagorol sy'n mynd rhagddo yn y maes hwn. Trafododd y Grŵp ddefnyddio hashnod cyson er mwyn caniatáu i bawb rannu, ail-drydar ac ymledu'r neges. Yn dilyn trafodaeth, cytunwyd ar y cyd â Thîm Cyfathrebu Cyngor y Celfyddydau, y byddai'r ffilmiau'n cael eu rhyddhau dros nifer o wythnosau i dynnu sylw at effaith y celfyddydau mewn perthynas ag unigrwydd. Gofynnwyd i aelodau'r grŵp rannu eu henwau trydar fel y gellid eu tagio yn y negeseuon.
Cam Gweithredu: SL i gysylltu â Thîm Cyfathrebu Cyngor y Celfyddydau a rhannu'r pedair ffilm fer drwy Twitter a Facebook. Pob aelod o'r Grŵp Trawsbleidiol i rannu eu cyfeiriadau Twitter a Facebook ac i ail-drydar/rhannu'r postiadau i godi'r proffil.
(Sylwer -yn dilyn y cyfarfod, nodwyd mai'r dyddiadau ar gyfer rhyddhau'r ffilmiau ar y cyfryngau cymdeithasol yw 14 ac 20 Ebrill 2019)

Sesiwn Briffio Cydffederasiwn GIG Cymru
Rhannodd Callum Hughes (CH) gopïau caled o sesiwn briffio Conffederasiwn GIG Cymru ar Unigrwydd, Unigedd a'r Celfyddydau. Cytunodd pawb fod hwn yn ychwanegiad defnyddiol iawn at adnoddau, a chytunodd MR i'w rannu â'r Grŵp.
Cam Gweithredu: MR i rannu dogfen friffio Conffederasiwn GIG Cymru gyda'r Grŵp.

Unrhyw fater arall
Rhwydwaith Iechyd a Llesiant Celfyddydau Cymru
Atgoffodd AR y Grŵp fod Rhwydwaith Iechyd a Llesiant Celfyddydau Cymru wedi lansio ei wefan yn ystod digwyddiad Rhwydwaith Ymchwil Prifysgol Bangor yn ddiweddar ac wedi annog partneriaid i ymuno â'r rhwydwaith drwy'r wefan. Cyn bo hir bydd 90 o ymarferwyr yng Nghymru wedi cwblhau'r hyfforddiant ar gyfer gwerthuso'r celfyddydau ac iechyd 'Creative & Credible', a oedd yn gam sylweddol ymlaen.

Cytunodd MR i rannu'r lincs i'r ffilmiau eraill ar unigrwydd yr oedd Cyngor Celfyddydau Cymru/ Rhwydwaith Iechyd a Llesiant Celfyddydau Cymru wedi eu comisiynu yn dilyn y cyfarfod.
Cam Gweithredu: MR i rannu'r lincs i'r ffilmiau nas dangoswyd yn y cyfarfod heddiw.

Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg
Dywedodd Prue Thimbleby y byddant yn cyflwyno prosiect, Caring for Carers, yng Nghanolfan Mileniwm Cymru ddydd Llun 29 Ebrill 2019 - croeso i bawb. Yn ogystal, cynhelir Cynhadledd Adrodd Straeon ar gyfer Iechyd Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg rhwng 27 a 29 Mehefin yn Abertawe.

Themâu'r ddau gyfarfod nesaf: 3 Gorffennaf: Dawns, Iechyd a Lles - gan ganolbwyntio'n arbennig ar Ddawnsio er budd Iechyd (atal cwympiadau) a Dawns er budd Clefyd Parkinson.
25 Medi: Cyfarfod Cyffredinol Blynyddol a'r Celfyddydau a Chreadigrwydd mewn Lleoliadau Gofal Cymdeithasol a Chartrefi Gofal

Dyddiad y cyfarfodydd nesaf: 3 Gorffennaf 2019 a 25 Medi (CCB).

Ar ôl i DM adael y cyfarfod er mwyn mynd i sesiwn y Cyfarfod Llawn, diolchodd SL i bawb am ddod, ac i MR am drefnu'r cyfarfod.

Daeth y cyfarfod i ben am 13:55.