



Amcan Llesiant 8

Byw'n Dda - Helpu pobl i fyw bywydau iach (mynd i'r afael ag ymddygiad peryglus a gordewdra)

Y canlynol yw ein hymrwymiaadau a'n sylwadau cynnydd diwedd blwyddyn ar gyfer yr Amcan Llesiant hwn yn ystod 2018/19.

Ymrwymiaadau'r Llynedd	✓ ✗	Sylw ar Gynnydd
A - Yn bwyta ac yn anadlu'n iach		
Byddwn yn adolygu'r ddarpariaeth arlwygo ar draws yr Is-adran Hamdden. (Cyf. 13190)	✓	Mae cynllun arlwygo ar gyfer yr is-adran wedi'i sefydlu, ac mae pwyslais ar ddod â gwasanaethau'n 'fewno!'. Lluniwyd llawlyfr arlwygo. Canllawiau brandio wedi'u drafftio ac mae themâu allweddol yn ategu'r brand e.e. gwasanaeth lleol, iach, a safon. Cynlluniau safle benodol wedi'u drafftio i'w datblygu a'u gweithredu ymhellach.
Byddwn yn parhau i fonitro ansawdd aer (nitrogen deuocsid) ar gyfer trigolion y sir ac ymwelwyr â'r sir. Bydd hyn yn cael ei gyflawni drwy asesiadau rheolaidd a, lle bo angen, rhaglenni samplu. (Cyf. 13191)	✓	Mae cynlluniau gweithredu ar gyfer yr Ardaloedd Rheoli Ansawdd Aer yn Llanelli, Caerfyrddin a Llandeilo wedi'u rhoi ar waith, ynghyd â'r camau perthnasol. Rydym wedi parhau i fonitro ansawdd aer (nitrogen deuocsid) ar gyfer trigolion ac ymwelwyr â'r Sir drwy gydol y flwyddyn. Bydd hyn yn cael ei gyflawni drwy asesiadau rheolaidd a, lle bo angen, rhaglenni samplu. Mae adroddiadau blynyddol ynghylch y gwaith hwn wedi'i gyflwyno i Lywodraeth Cymru. Hefyd, rydym wedi gweithio gydag ysgol yn un o'r Ardaloedd Rheoli Ansawdd Aer gan ymgysylltu â disgyblion i gynyddu ymwybyddiaeth o ansawdd aer gwael ac i ysgogi newid o ran ymddygiad yn yr ysgol.
Byddwn yn monitro cyflenwadau dŵr preifat i sicrhau bod pobl Sir Gaerfyrddin yn ddiogel. Bydd y gwasanaeth yn ystyried y posibilrwydd o ymestyn y rhaglen i brofi am bresenoldeb radon ac yn cymryd camau adferol yn ôl yr angen. (Cyf. 13192)	✓	Cafodd y rhaglen dŵr yfed preifat ei chynnal rhwng mis Hydref a mis Rhagfyr a'i chwblhau. Anfonwyd ffurflen a nodai fanylion y gwaith hwn at yr Arolygiaeth Yfed ym mis Ionawr fel sy'n ofynnol. O ran monitro radon mewn dŵr, mae swyddogion yn aros am eglurhad pellach gan Lywodraeth Cymru ar fanylion samplu fel dulliau a chostau. Rhagwelir y bydd y wybodaeth hon ar gael i Gymru gyfan yn barod i'w gweithredu'r flwyddyn nesaf.
Byddwn yn sicrhau bod canran uchel iawn o sefydliadau bwyd yn cydymffurfio â safonau hylendid bwyd (PAM/023) (Canlyniad 2017/18 - 97.91% / Targed 2018/19 - 93%)	✓	Canlyniad 2018/19 - 95.77% Roedd 1,833 allan o 1,914 o sefydliadau bwyd yn Sir Gaerfyrddin wedi cydymffurfio â'r safon hylendid bwyd yn ystod y flwyddyn.
Byddwn yn sicrhau bod pob busnes bwyd risg uchel sy'n gorfod bod yn destun archwiliadau wedi'u rhaglennu yn cael eu harchwilio. (PPN/001ii) (Canlyniad 2017/18 - 100% / Targed 2018/19 100%)	✓	Canlyniad 2018/19 - 100% Roedd pob un o'r 484 o fusnesau Hylendid Bwyd risg uchel a oedd yn agored i arolygiad yn ystod y flwyddyn wedi cael ei arolygu.
Byddwn yn defnyddio gwybodaeth o'r asesiad anghenion poblogaeth i gynllunio'r gwasanaeth ar lefel y 3 ardal leol, sy'n cynnwys y clystyrau Meddygon Teulu. Bydd hyn yn rhoi dealltwriaeth fanylach o'r hyn sydd ei angen ac	✓	Mae Cynlluniau Ardal Leol yn dal i gael eu diweddarau'n chwarterol i adlewyrchu anghenion lleol ac i lywio comisiynu seiliedig ar leoedd.

Ymrwymiadau'r Llynedd	✓ ✘	Sylw ar Gynnydd
yn caniatáu i wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol gael eu cynllunio ar lefel Ardal Leol. (Cyf. 13193)		
Byddwn yn gweithio gyda sefydliadau cymunedol i wella'r mynediad i'r rhwydwaith o lwybrau troed a llwybrau ceffyl a geir ledled y Sir. (Cyf 13194) MF5-68	✓	Mae saith Cyngor Cymuned ac 1 Sefydliad Cymunedol yn parhau i arfer eu pwerau i gynnal a gwella'r rhwydwaith ar ran Cyngor Sir Caerfyrddin. Rydym yn parhau i drafod cytundebau â'r cynghorau tref/cymuned fel y gallant gynnal a gwella llwybrau yn eu hardaloedd, ac mae hon yn broses barhaus.
B - Gweithgarwch corfforol		
Byddwn yn rheoli Cydgysylltydd Iechyd a Llesiant yn y Gweithle a thîm o hyrwyddwyr i roi newidiadau ar waith o ran lefelau gweithgarwch corfforol a llesiant meddyliol staff ac oedolion ar sail gynaliadwy i'r adran. (Cyf. 12601)	✓	Mae'r rhaglen Iechyd a Llesiant yn ceisio annog a chefnogi gweithwyr i wneud newidiadau positif i'w ffordd o fyw a chymryd cyfrifoldeb dros eu hiechyd drwy ddarparu cyngor, cymorth, digwyddiadau a gweithgareddau. Caiff y rhaglen ei harwain gan y Cydgysylltydd Iechyd a Llesiant, a'i chefnogi gan rwydwaith o 'Hyrwyddwyr Iechyd a Llesiant'. Gweithwyr yr awdurdod sy'n gwirfoddoli ar gyfer y rôl hon yw'r Hyrwyddwyr, sydd hefyd yn cyflawni eu dyletswyddau presennol ar draws y sefydliad, ac maent yn darparu cymorth a chynghor i gydweithwyr. Bydd y Cydgysylltwyr yn canolbwyntio ar weithio gyda gweithwyr i ddatblygu rhaglenni ymyriadau iechyd a llesiant y mae modd eu cyflawni. Hyd yn hyn mae nifer o ddigwyddiadau iechyd a llesiant wedi cael eu cynnal, sy'n amrywio o brofion yr ysgyfaint i weithwyr i Ffair Iechyd a Llesiant a oedd yn cynnwys amrywiaeth o stondinau sydd oll yn canolbwyntio ar lywio a gwella iechyd a llesiant y gweithlu.
Byddwn yn buddsoddi yn narpariaeth y sir o ran canolfannau hamdden drwy ddatblygu cyfleuster newydd yn Llanelli fel rhan o'r Pentref Llesiant. (Cyf 12602) MF5-61	✓	Mae'r grŵp Hwb Llesiant wedi parhau i gyfarfod yn rheolaidd a chyfrannu at fwrdd y prosiect. Cryn gynnydd wedi'i wneud o ran datblygu dyluniad yr adeilad ac mae'r costau cyfalaf diweddaraf yn ddyledus yn Ebrill '19. Modelu a chynllun busnes refeniw drafft wedi'u cwblhau. Mae cyswllt rhwng costau refeniw a chostau cyfalaf. Cyswllt rhwng dyluniad y datblygiad ag amcanion ehangach y pentref llesiant ac mae cysylltiadau cryf ag iechyd.
Byddwn yn gweithredu'r Strategaeth Feicio ar gyfer Sir Gaerfyrddin a fydd yn canolbwyntio ar 5 thema strategol allweddol. 1 - Addysgu, Datblygu a Hyfforddiant; 2 - Seilwaith a Chyfleusterau; 3 - Marchnata a Brandio; 4 – Twristiaeth a 5 – Digwyddiadau. (Cyf. 13195). (Rhan o MF5-1- Felodrom Caerfyrddin)	✓	Mae strategaeth Feicio Sir Gaerfyrddin wedi'i chymeradwyo gan aelodau. Mae buddsoddiad mewn cyfleusterau'n parhau: Mae Felodrom Caerfyrddin wedi'i hadnewyddu'n llwyr; cwrs beicio ffordd gaeedig newydd ym Mhen-bre; cychwyn y gwaith ar lwybr Dyffryn Tywi; Darparu cynlluniau Teithio Llesol e.e. llwybr beicio o'r Hendy i Lanelli; gyda phrosiectau pellach ar y gweill. Roedd y sir wedi cynnal <i>Grand Depart</i> Taith Prydain (Dyffryn) 2018 ac mae cynlluniau ar y gweill i gynnal digwyddiadau uchel eu proffil yn 2019 ac yn y dyfodol. Mae gwaith datblygu'n mynd rhagddo gyda chlybiau, ysgolion a busnesau lleol.
Byddwn yn adolygu ac yn gweithredu llwybr gwell o ddarpariaeth gweithgareddau dŵr sy'n	✓	Mae strwythur staffio newydd ar gyfer gweithgareddau dŵr ar waith. Bydd rhagor o

Ymrwymiadau'r Llynedd	✓ ✘	Sylw ar Gynnydd
galluogi cyfranogwyr i gyrraedd eu potensial llawn. (Cyf. 13196)		newidiadau a gymeradwywyd yn cael eu rhoi ar waith cyn hir i wella ansawdd trwy fentora a llwybrau cynnydd y gweithlu. Mae'r llwybr gweithgareddau dŵr wedi'i fapio a bydd yr arddangosiadau ar yr holl safleoedd yn fuan. Nid yw'r model gorau ar waith ym mhob cam, felly mae gwaith yn weddill ar y lefel Clwb Nofio yn enwedig.
Byddwn yn sicrhau bod y defnydd gorau yn cael ei wneud o gyfleusterau ysgol i gefnogi gweithgarwch ehangach yn y gymuned. (Cyf.13197) MF5-30	✓	Mae holl ddatblygiadau'r Rhaglen Moderneiddio Addysg yn cynnwys cyfleusterau i gefnogi gweithgareddau a defnydd cymunedol ehangach gan y gymuned, ac, wrth ddatblygu cynigion, mae swyddogion prosiect yn ymgynghori â rhanddeiliaid i sicrhau bod y defnydd gorau'n cael ei wneud.
Byddwn yn datblygu llain 3G newydd ac yn gwella cyfleusterau parcio yn Rhydaman ac yn gwneud gwelliannau i'r trac yng nghanolfan hamdden Caerfyrddin. (Cyf.13198) MF5-62	✓	Mae arian cyfalaf wedi cael ei ddyrannu ond mae cwrpas y gwaith a'r costau dangosol yn cael eu llunio; mae'n bosibl y bydd diffyg yn deillio o'r cynllunio ariannol dilynol a fydd yn digwydd cyn hir. Penodwyd ymgynghorwyr i'r ddau brosiect. Mae'r fanyleb yn cael ei chwblhau. Penderfyniad i lunio a chyfrannu at uwchgynllun ehangach yn Rhydaman (gan gynnwys cynlluniau trafniadaeth ysgol ac adfywio). Rhagwelir y caiff ei gwblhau yn haf 2020.
Byddwn yn cynyddu nifer yr ymweliadau â chanolfannau hamdden fesul 1,000 o'r boblogaeth (PAM 017) <i>(Canlyniad 2017/18 – 8,522 / Targed 2018/19 - 8,735)</i>	✘	Cafwyd 8,401 o ymweliadau â'n canolfannau hamdden yn ystod 2018/19 fesul 1,000 o'r boblogaeth. Mae hyn yn is na'n targed ac yn llai na'r llynedd. Er y bu cynnydd sylweddol yn y presenoldebau yn chwarter 4 (i fyny 24% ar chwarter 4 o'r flwyddyn flaenorol), yn yr holl brif gyfleusterau, yn sgil cwblhau datblygiadau megis stiwdio spinio a chanolfan chwarae yng Nghanolfan Hamdden Caerfyrddin ynghyd â mwy o ymyriadau, mae'r presenoldebau is yn chwarteri 1-3 wedi arwain at ddirywiad cyffredinol a methu cyrraedd y targed a bennwyd. Roedd y rhain yn bennaf oherwydd oedi cyn cyflwyno prosiectau cyfalaf a phrinder staff. Mae'r gyfradd fesul 1,000 o bobl yn dal i gyfateb i 1.56 miliwn o ymweliadau er ei bod 1% yn llai na'r llynedd sef 1.50 miliwn.
Byddwn yn cynyddu canran y bobl a gyfeiriwyd at y Cynllun Cenedlaethol i Atgyfeirio Cleifion i Wneud Ymarfer Corff sy'n mynychu ymgynghoriad cychwynnol y rhaglen (3.4.2.6) <i>(Canlyniad 2017/18 – 53.8% / Targed 2018/19 - 58%)</i>	✓	58.7% o'r bobl a atgyfeiriwyd at y Cynllun Cenedlaethol i Atgyfeirio Cleifion i Wneud Ymarfer Corff yn mynychu ymgynghoriad cychwynnol y rhaglen yn ystod 2018/19. Er inni gyrraedd ein targed a chynyddu ar y flwyddyn flaenorol, mae gwaith sylweddol i'w wneud o hyd er mwyn gwella rhagor ar bresenoldeb. Rydym wrthi'n adolygu'r broses ar gyfer archebu asesiadau cychwynnol a fydd yn hwyluso'r trefniadau archebu a monitro.
Byddwn yn cynyddu canran y bobl a atgyfeiriwyd at y Cynllun Cenedlaethol i Atgyfeirio Cleifion i Wneud Ymarfer Corff sy'n cwblhau'r rhaglen 16 wythnos (PAM/041) <i>(Canlyniad 2017/18 – 45.6% / Targed 2018/19 - 50%)</i>	✓	Roedd 55.1 % o'r bobl a atgyfeiriwyd at y Cynllun Cenedlaethol i Atgyfeirio Cleifion i Wneud Ymarfer Corff wedi cwblhau'r rhaglen 16 wythnos, ac mae hwn yn welliant da ar y flwyddyn flaenorol ac yn uwch na'n targed ni. Byddwn yn parhau i weithio gyda'r tîm NERS i wella gwasanaeth a chynyddu nifer ac ystod yr

Ymrwymiadau'r Llynedd	✓ ✘	Sylw ar Gynnydd
		opsiynau ymadael sydd ar gael i bobl sy'n cael eu hatgyfeirio er mwyn cynyddu'r nifer sy'n aros yn actif yn y tymor hir.
Canran y cleientiaid sy'n rhan o'r Cynllun Atgyfeirio Cenedlaethol yr oedd eu hiechyd wedi gwella ar ôl cwblhau'r rhaglen ymarfer corff <i>(PAM/042)(Dim data gwaelodlin ar gael)</i>	!	Nid yw canlyniad 2018/19 ar gael gan fod y data ond wedi cael ei gasglu o Ebrill 2019 o achos y newid yn y canllawiau.
C - Iechyd Meddwl		
Byddwn yn cyfrannu at raglenni trawsnewid iechyd meddwl ac yn ailddylunio gwasanaethau o fewn anabledd dysgu. <i>(Cyf. 13199)</i>	✓	Mae grŵp y rhaglen Anabledd Dysgu yn datblygu nifer o brosiectau sy'n canolbwyntio ar wella gwasanaethau. Mae'r rhain yn cynnwys cydweithio i adolygu a gwella gwasanaeth seibiant anabledd dysgu, nifer o brosiectau llety gan ddefnyddio cyllid cyfalaf y Gronfa Gofal Integredig (ICF), cynnal adolygiad o'r Cynllun Rhannu Bywydau rhanbarthol, a sicrhau yr ymgysylltir â'r defnyddwyr gwasanaeth. Mae'r Bartneriaeth Ranbarthol wedi ymgysylltu â'r Rhwydwaith Gwella Dysgu Tai i fapio anghenion llety pobl ag anabledd dysgu ar draws y rhanbarth a defnyddir y gwaith hwn (sydd bellach wedi'i gyhoeddi) i lywio strategaeth lety a chynllun llety manwl ar gyfer Sir Gaerfyrddin. Bydd hyn yn cynnwys gwneud cynnydd o ran nifer o brosiectau sy'n defnyddio cyllid y Gronfa Gofal Integredig a stoc dai Sir Gâr.
Byddwn yn gwella a datblygu'r seilwaith a'r cyfleusterau ym Mharc Gwledig Pen-bre i'w alluogi i fod yn gyfleuster o'r radd flaenaf i drigolion ac ymwelwyr. <i>(Cyf 13200) MF5-67</i>	✓	<ul style="list-style-type: none"> • Gosodwyd lleiniau trydan newydd â gwasanaeth llawn yn y gwerysll • Ar ôl llwyddo i gael grant amwynder Twristiaeth, rydym wedi gosod arwyddion a mapiau dwyieithog newydd, a chafodd 60% o'r gwaith hwn ei gwblhau yn 2018/19 a bydd y gweddill yn cael ei gwblhau yn 19/20. • Ar 31 Mawrth 2019 mewn partneriaeth â thîm datblygu'r prosiect, cafwyd grant gan y Gronfa Gofal Integredig a chafodd gwaith ei gwblhau ar gyfleuster newid newydd yn y ganolfan sgïo. Fel rhan o'r un grant, cafwyd arian i brynu beiciau y mae modd i bawb eu defnyddio a bellach mae hyn yn rhan o'r cynllun 'Beicio i Bawb'. • Mae system adnabod rhifau ceir yn awtomatig wedi cael ei gosod a'i chyflwyno a fydd yn gwella taith y cwsmer wrth gyrraedd y parc drwy leihau'r amser mae'n cymryd i fynd i mewn ac i adael y parc. • Cwblhawyd y Gylchffordd Gaeedig Genedlaethol ac mae wedi cael ei defnyddio ar gyfer digwyddiadau cenedlaethol a lleol, yn ogystal â'r cyhoedd a chyrrff llywodraethu fel rhan o'u hyfforddiant. • Cwblhawyd llwybrau natur ar gyfer ymwelwyr ac mae 3 phwll gwahanol, planhigion a choetir - amrywiaeth amgylcheddol at ddant pawb felly. • Dechreuodd y gwaith ar adnewyddu bwyty oedd wedi mynd â'i ben iddo a'r bwriad oedd ei agor ym mis Mehefin 2019.

Ymrwymiadau'r Llynedd	✓ x	Sylw ar Gynnydd
Byddwn yn cyflawni rhaglen gwerth £2 filiwn i ailddatblygu Harbwr Porth Tywyn. (Cyf 13201) MF5-69	✓	Mae'r gwaith ymchwilio ar y safle wedi'i gwblhau ac mae'r gwaith i'w dendro yn ystod hydref 2019.
Byddwn yn dathlu a hyrwyddo llwyddiannau ac amrywiaeth gyfoethog Sir Gaerfyrddin ym maes diwylliant a chwaraeon. (Cyf 13202) MF5-70	✓	Cynhaliwyd gwobrau Dathlu Diwylliant 2018 ar 6ed Ebrill 2018 ac mae digwyddiad 2019 wedi ei drefnu ar gyfer dydd Gwener 5ed Ebrill. Cafodd 8 gwobr eu cyflwyno am ragoriaeth mewn categorïau fel Cerddoriaeth a Llenyddiaeth a chafodd y wobwr cyflawniad oes ei chyflwyno i John Hywel yn 2018. Bu i Dref Ddiwylliant 2018 (Rhydaman) drosglwyddo'r awenau i Hendy-gwyn ym mis Ionawr 2019 pryd y cafodd digwyddiad lansio ei gefnogi gan yr Arglwydd Dafydd Elis-Thomas. Yn yr un modd, trosglwyddodd Llansteffan yr anrhydedd i Dre-fach Felindre fel Pentref Diwylliant 2019, ac mae'r ddau leoliad yn cynnal digwyddiadau i ddathlu'r diwylliant lleol drwy gydol y flwyddyn i ddod.
Byddwn yn cynyddu nifer yr ymweliadau â llyfrgelloedd fesul 1,000 o'r boblogaeth (LCL/001) (Canlyniad 2017/18 - 7,689 / Targed 2018/19 - 7,727)	✓	Cawsom dros 1.5 miliwn o ymwelwyr â'n llyfrgelloedd yn ystod 2018/19, ac mae hyn yn cyfateb i 8,151 fesul 1,000 o'r boblogaeth, sy'n welliant ar y flwyddyn flaenorol ac yn uwch o dipyn na'n targed. Mae diddordeb parhaus yn yr ardaloedd Makerspace yn Rhydaman wedi arwain at gynnydd yn yr ymgysylltiad ag ysgolion a phobl ifanc. Mae nifer yr ymweliadau rhithwir ag ystod o adnoddau ar-lein cyffrous yn dal i gynyddu lle mae papurau newydd digidol, cylchgronau, ac e-lyfrau ar gael 24/7. Gall aelodau'r llyfrgell hefyd gyrchu cyrsiau digidol sy'n cwmpasu ystod eang o bynciau fel ieithoedd, TG, gwersi cerdd, prawf theori a llawer mwy. Trwy gydweithio ag amryw o sefydliadau, mae nifer o gyrsiau hyfforddiant a digwyddiadau poblogaidd wedi eu cynnal yn ein llyfrgelloedd.
Canran y Dangosyddion Ansawdd (â thargedau) a gyflawnir gan y gwasanaeth llyfrgell. (PAM/040) (Gwaelodlin 2016/17 - 86% / Targed 2018/19 - 86%)	✓	Yn seiliedig ar ganlyniadau gwirioneddol o 2017/18, cyflawnwyd 97.5% o'n Dangosyddion Ansawdd. Bydd y canlyniadau terfynol wedi'u cadarnhau ar gyfer 2018/19 ar gael ym mis Medi/Hydref 2019. Cafodd naw o ddangosyddion ansawdd eu cyflawni'n llawn ac un ei gyflawni'n rhannol, gan nad ydym yn bodloni'r meini prawf llawn o ran nifer y staff sy'n ddisgwyliedig ar gyfer poblogaeth Sir Gaerfyrddin.