



# Cyfleoedd Gwyrdd

Cefnogi Adferiad Gwyrdd Cymru ar ôl COVID-19 drwy adnabod cyfleoedd i gefnogi iechyd y boblogaeth drwy ddulliau cynaliadwy

Gaeaf 2020



© Getty Images Pro

Mae'r pandemig yn alwad i'r ddynoliaeth ddiuno. Mae wedi cyflwyno heriau anhygoel ac wedi datgelu anghydraddoldebau strwythurol dwfn yn ein heconomi a'n cymdeithas, gan gynnwys anghydraddoldebau iechyd, tlodi bwyd a gwahaniaethau rhwng hiliau. Rydym wedi cofnodi'r gwersi a ddysgwyd ac wedi nodi arfer gorau i gefnogi cyflwyno a gweithredu Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru), y gellid ei defnyddio fel fframwaith i'n helpu i gyflawni adferiad gwyrdd, er mwyn sicrhau ein bod i gyd yn gweithio i greu dyfodol iach, teg a chynaliadwy i Gymru.

## Rhagair Gŵr Gwadd

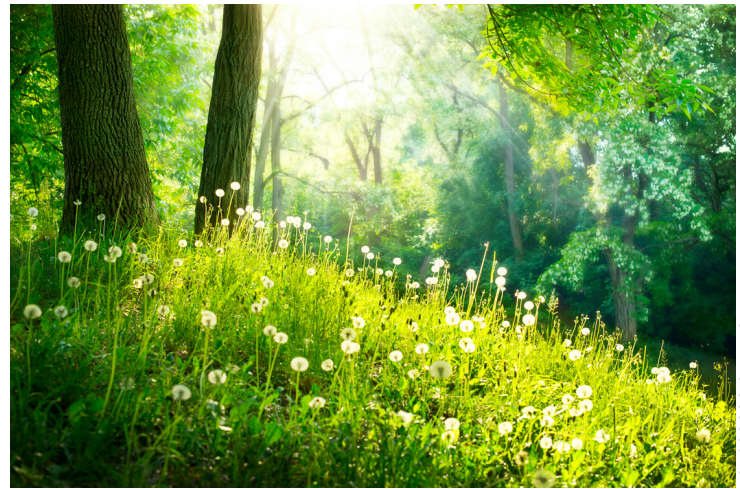
Ers mis Mawrth 2020 mae ein byd wedi newid yn sylfaenol. Mae'r sioc yn sgil y pandemig Covid-19 wedi agor ein llygaid i'r realiti y gall y pethau a gymerwn yn ganiataol newid dros nos. Dyma'n union beth y mae gwyddonwyr amgylcheddol wedi bod yn ein rhybuddio amdano ers deng mlynedd ar hugain. Fodd bynnag, wrth inni ailgodi o'r pandemig, mae gennym gyfle i wneud y newidiadau sydd eu hangen i greu byd lle y gall pobl ffynnu heb niweidio'r amgylchedd sy'n eu cynnal. Yng Nghymru, mae Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol a Deddf yr Amgylchedd yn rhoi dyletswydd gyfreithiol a moesol ar y sector cyhoeddus i ailgodi'n gryfach ac yn wyrddach.

Mae'r pandemig wedi effeithio ar bawb, yn yr un modd ag y mae'r argyfwng amgylcheddol yn bygwth pob aelwyd. Nid yw'r amgylchedd yn rhywbeth sydd ar wahân i ni, yn hytrach mae'r hyn yr ydym yn ei fwyta, yn ei yfed ac yn ei anadlu. Gallwn wneud rhywbeth ynglŷn â newid yn yr hinsawdd ac atal natur rhag cael ei ddinistrio. Yn yr un modd â Covid-19, rhaid inni wynebu ein bygythiadau. Yng ngeiriau'r Panel Rhyngwladol ar Newid yn yr Hinsawdd "nid oes unrhyw gamau sy'n rhy fach".

**Rhodri Thomas, Cynnal Cymru**



CYNNAL | SUSTAIN  
CYMRU | WALES



© Anna Subbotina

## Adferiad gwyrdd

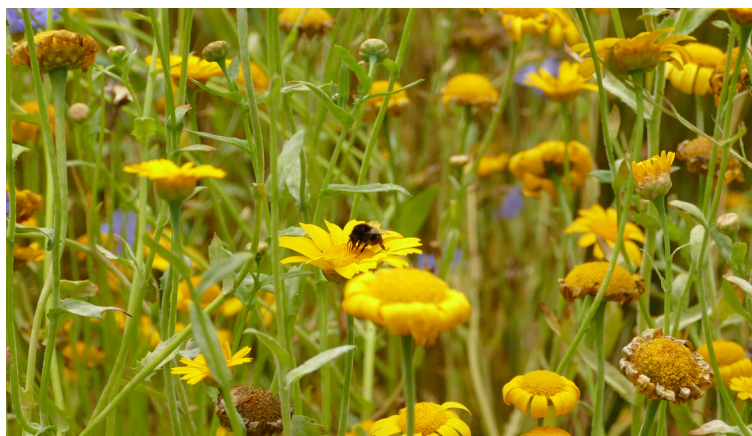
Yn 2019, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru fod Argyfwng Hinsawdd yng Nghymru a chyhoeddodd ei Chynllun Carbon Isel cyntaf, Ffyniant i Bawb: Cymru Carbon Isel, sy'n atgyfnerthu'r uchelgais i'r sector cyhoeddus yng Nghymru fod yn garbon niwtral erbyn 2050.

Yn gynharach eleni datganodd Sefydliad Iechyd y Byd (WHO) fod Covid-19 yn argyfwng iechyd byd-eang, gan nodi bod y pandemig yn ein hatgoffa o'r berthynas fregus rhwng pobl a'r blaned. Mae Maniffesto'r WHO ar gyfer adferiad iach ar ôl Covid-19 yn nodi chwe maes y gellir gweithredu arnynt, gan ganolbwyntio ar foamrywiaeth, newid yn yr hinsawdd (sy'n cwmpasu

ynni, dŵr, teithio, bwyd, gwastraff a defnydd), manau gwyrdd a dadfuddsoddi mewn tanwydd ffosil.

O ystyried y cysylltiad annatod rhwng yr amgylchedd, iechyd a'r economi, mae Maniffesto'r WHO yn nodi pwysigrwydd cydweithio i ailfeddwl sut rydym yn defnyddio adnoddau naturiol, yn hyrwyddo systemau bwyd cynaliadwy ac iach, yn integreiddio iechyd i bob agwedd ar gynllunio trefol ac yn buddsoddi mewn gwasanaethau hanfodol i sicrhau bod gan bawb fynediad at ddŵr glân a glanweithdra. Mae hefyd yn hanfodol rhoi'r gorau i ariannu llygredd drwy gymorthdaliadau ar gyfer tanwydd ffosil a newid i ynni glân er mwyn gwella ansawdd aer ac achub bywydau.

Mae Maniffesto'r WHO yn darparu strwythur i bawb sy'n gwneud penderfyniadau polisi i arwain adferiad er mwyn hyrwyddo byd iachach, tecach a gwyrddach, gan fuddsoddi i adfer yr economi ar yr un pryd. Ar lefel leol, mae'r Ddeddf Llesiant, sy'n adlewyrchu Nodau Datblygu Cynaliadwy'r Cenhedloedd Unedig ar gyfer Cymru, yn darparu fframwaith i weithredu Maniffesto'r WHO, wrth ymateb i'r pandemig a dysgu ohono.



*Gardd bywyd gwyllt o Cadwch Gymru'n Daclus*

I ddechrau'r broses o ddatgarboneiddio, cynhaliodd Partneriaeth Cydwasanaethau GIG Cymru asesiad gyda'r Ymddiriedolaeth Garbon yn cwmpasu'r holl allyriadau carbon, i gynhyrchu adroddiad ôl-troed carbon GIG Cymru 2018-19. Defnyddir y canlyniadau hyn i ddatblygu Cynllun Cyflawni Strategol GIG Cymru ar Ddatgarboneiddio GIG Cymru, a fydd yn gweithredu fel yr ymateb craidd i gefnogi'r argyfwng hinsawdd yng Nghymru.

Dros y ffin, ymrwymodd GIG Lloegr yn ddiweddar i ddod yn 'sero-net o ran carbon' erbyn 2040, yn dilyn tystiolaeth gynyddol o effeithiau newid yn yr hinsawdd a llygredd aer ar iechyd. Mae'r adroddiad NHS Net Zero yn nodi sut mae'r gwasanaeth iechyd eisoes wedi lleihau ei ôl troed carbon ac yn archwilio nifer o feysydd allweddol sy'n hanfodol i leihau carbon ar draws GIG Lloegr.



*© Getty Images Pro*

## Cefnogi bioamrywiaeth

Mae'r pandemig wedi cael effaith fawr ar allu'r sector cyhoeddus i ymateb i ddyletswydd bioamrywiaeth adran 6 (Deddf yr Amgylchedd (Cymru) 2016), gyda phrosiectau natur ymarferol ac ymdrechion monitro wedi'u gohirio. Yn ychwanegol at hynny, mae pwysau ar fannau cyhoeddus, fel parciau a thraethau, wedi arwain at ymddygiad gwrthgymdeithasol a chynnydd mewn taflu sbwriel, gan gynnwys cyfarpar diogelu personol, gan sbarduno effaith negyddol ar fioamrywiaeth.

Ar yr ochr gadarnhaol, mae pobl wedi cofleidio natur, gan chwilio am fywyd gwyllt yn eu gerddi, eu parciau ac yng nghefn gwlad ehangach a chymryd rhan mewn ymarfer corff yn yr awyr agored sy'n arwain at well buddion iechyd corfforol a meddyliol. Mae hyn oll yn tynnu sylw at bwysigrwydd y berthynas rhwng pobl a'r blaned. Mae sefydliadau wedi sylweddoli bod gofod sy'n gyfoethog o ran byd natur yn gaffaeliad i iechyd y cyhoedd, ac wedi parhau i weithredu prosiectau bioamrywiaeth, gan gadw at ganllawiau cenedlaethol Covid-19.

## Dirywiad bioamrywiaeth a chlefyd milheintiol

Mae adroddiad Living Planet 2020 y World Wildlife Fund (WWF) yn tynnu sylw at y ffaith bod colli bioamrywiaeth, oherwydd bod y ddynoliaeth yn dinistrio natur, yn uniongyrchol gysylltiedig â'r tebygolrwydd cynyddol y bydd pandemig yn digwydd, gyda'r potensial i wneud llanastr o iechyd, economïau a diogelwch byd-eang.

Mae tua 60% o glefydau heintus yn glefydau milheintiol - yn cael eu trosglwyddo o anifeiliaid i fodau dynol - ac mae ychydig dros 70% o'r heintiau milheintiol yn cael eu hachosi gan bathogenau sy'n tarddu o fywyd gwyllt. Mae gweithgareddau dynol sy'n disbyddu natur, gan gynnwys ffermio dwys a datgoedwigo, yn dadleoli rhywogaethau ac yn dod â mwy o bobl i gysylltiad ag anifeiliaid gwyllt gan greu'r cyfle perffaith ar gyfer clefyd milheintiol. Mae adroddiad diweddar gan WWF yn galw am weithredu ar frys i ddiogelu bioamrywiaeth a lleihau'r risg o bandemig fel Covid-19 yn y dyfodol.

## Wyddech chi?

**Mae saith deg pump y cant o'r holl glefydau sy'n dod i'r amlwg yn glefydau milheintiol**

### Beth y gallwn ei wneud?

Gall atal datgoedwigo a chynnal bioamrywiaeth iach leihau'r amodau sy'n achosi ymlediad milheintiau.

Gall sefydliadau gefnogi bioamrywiaeth ac atal dirywiad natur yn uniongyrchol, drwy reoli tir yn gynaliadwy i ddiogelu rhywogaethau a chynefinoedd, ac yn anuniongyrchol, drwy ymgorffori bioamrywiaeth ar bob cam o'r broses benderfynu ac ar bob lefel - er enghraifft drwy gaffael, megis prynu lifrai cotwm Masnach Deg yn lle cotwm o ffynonellau anghynaliadwy, a thrwy seilwaith, fel draenio cynaliadwy.

Mae'r ymgyrch 'Cenedl Dim Datgoedwigo', gan yr elusen newid hinsawdd Maint Cymru, yn galw ar gyrff cyhoeddus i ddileu datgoedwigo a fewnforiwyd o'u cadwyni cyflenwi drwy osgoi nwyddau a gynhyrchir mewn ffordd anghynaliadwy, megis cig eidion, soia, olew palmwydd, coffi a chacao, a dewis cynnyrch amgen ardystiedig yn lle hynny, megis coffi Masnach Deg a chynhyrchion sy'n cynnwys olew palmwydd wedi'i ardystio gan y Ford Gron ar Olew Palmwydd Cynaliadwy (RSPO).



Enghraifft o system ddraenio gynaliadwy (SuDS), gan Cadwch Gymru'n Daclus

### Natur ar gyfer iechyd a llesiant

Mae pandemig y coronafeirws yn effeithio ar fywydau beunyddiol pob un ohonom, gan gynnwys ein hiechyd corfforol a meddyliol. Dengys canfyddiadau o Arolwg WHO fod y pandemig wedi tarfu ar wasanaethau iechyd meddwl hollbwysig mewn 93% o wledydd, a bod y galw am gymmorth ar gyfer iechyd meddwl yn cynyddu. Mae profedigaeth, ynysigrwydd, ofn a cholli incwm yn achosi problemau iechyd meddwl neu'n dwysáu'r rhai sy'n bodoli eisoes. Mae'r rhai â chyflyrau iechyd meddwl sy'n bodoli eisoes yn fwy agored i'r mesurau a roddwyd ar waith er mwyn ffrwyno'r pandemig, a gall y clefyd ei hun arwain at gymhlethdodau niwrolegol a chymhlethdodau iechyd meddwl. Yng Nghymru, canfu un arolwg fod tua 50% o'r boblogaeth yn profi trallod seicolegol arwyddocaol yn glinigol, gyda thuag 20% yn dangos effeithiau 'difrifol'.

Mae astudiaeth ddiweddar gan y Sefydliad Iechyd Meddwl yn nodi sut mae'r pandemig wedi effeithio'n anghyfartal ar iechyd meddwl, yn dibynnu ar statws cymdeithasol a/neu economaidd pobl, gyda grwpiau penodol yn wynebu mwy o risg o gael iechyd a lles meddwl gwaeth. Dengys tystiolaeth fod mwy o fynediad i fannau gwyrdd a glas yn gysylltiedig â gwell iechyd corfforol a meddyliol ar draws pob lefel economaidd-gymdeithasol. Fodd bynnag, fel y mae mesurau i fynd i'r afael â'r pandemig wedi amlygu, nid yw mynediad at natur yn deg ar draws cymdeithas. Yn aml mae gan rai grwpiau a chymunedau fynediad cyfyngedig i fannau gwyrdd, megis gerddi neu barciau lleol - gwahaniaeth a amlygwyd wrth i'r cyfyngiadau symud gael eu llacio drwy annog pobl i dreulio amser yn yr awyr agored.

Er mwyn gwella mynediad at fannau gwyrdd a helpu i fynd i'r afael â cholli bioamrywiaeth, dyrannodd Llywodraeth Cymru £7.2 miliwn o gyllid yn ddiweddar i gefnogi amrywiaeth o brosiectau ledled Cymru, gan gynnwys perllannau cymunedol a rhandiroedd i gefnogi tyfu planhigion yn y gymuned.

### Economi werdd a theg

Mae'r pandemig wedi cael effaith economaidd enfawr sy'n effeithio ar gyflogaeth ac arferion gwaith, ac amcangyfrifir bod nifer y di-waith rhwng 5.3 a 24.7 miliwn yn fyd-eang ac yn 41,000 yng Nghymru. Mae'r effaith ar gyflogaeth ymysg ieuenctid yn debygol o fod yn ddifrifol o ystyried bod pobl ifanc eisoes dair gwaith yn fwy tebygol o fod yn ddi-waith ac yn fwy tebygol o fod mewn cyflogaeth achlysurol gyda llai o amddiffyniadau cytundebol. Er bod mesurau polisi wedi'u cyflwyno, mae lefelau diweithdra yn parhau i godi, gyda menywod, pobl ifanc a phobl o gefndiroedd ethnig Du a Phacistanaid yn fwyaf tebygol o gael eu heffeithio.

Fodd bynnag, er gwaethaf yr heriau, mae'r pandemig wedi creu'r cyfle i dreialu dulliau newydd i sicrhau adferiad gwyrdd, iach a theg. Canfu Asesiad o'r Effaith ar Iechyd a gynhaliwyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru ar weithio gartref a gweithio ystwyth fod effeithiau cadarnhaol polisiâu gweithio gartref a gweithio ystwyth yn cynnwys lleihau amser (a chostau) cymudo, hwyluso gweithgaredd corfforol a hyrwyddo teithio llesol, ochr yn ochr â'r cyfle i gefnogi economïau a buddsoddiad lleol. Drwy ymgorffori ffyrdd newydd o weithio a mabwysiadu economi gyloch fwy cyfartal a chynhwysol gallwn fynd i'r afael â newid yn yr hinsawdd a gwella ein gwytnwch i ymdopi â phandemig yn y dyfodol.

At hynny, gallai mesurau economaidd, megis 'bondiau gwyrdd', helpu i ariannu datblygiadau cynaliadwy lleol, grymuso cymunedau, datblygu sgiliau 'carbon isel' a chreu swyddi gwyrdd.



Adlewyrchir y gefnogaeth i adferiad gwyrdd ar draws cymdeithas gyda dim ond 6% o bobl eisiau dychwelyd i economi fel yr oedd cyn y pandemig. Mewn adroddiad gan Climate Assembly UK, cynulliad y bobl ar weithredu ar yr hinsawdd, cytunodd 93% y dylid cymryd camau ar draws cymdeithas i annog ffyrdd o fyw sy'n gydnaws â bod yn ddi-garbon.

## Cefnogi grwpiau agored i niwed

Mae adroddiad diweddar yn tynnu sylw at y ffaith bod grwpiau penodol fel yr henoed, grwpiau incwm isel neu grwpiau â chlefydau penodol yn cael eu heffeithio'n fwy gan ganlyniadau uniongyrchol ac anuniongyrchol Covid-19 o gymharu ag eraill. Adlewyrchir y ffactorau sy'n effeithio ar y canlyniadau hyn mewn mynediad cyfyngedig i fesurau ataliol, megis argaeledd cyfleusterau golchi dwylo, y gallu i gadw pellter cymdeithasol, hygrychedd gofal iechyd, cyfyngiadau o ran trafndiaeth, diogelwch y cyflenwad bwyd a mynediad i fannau yn yr awyr agored ar gyfer iechyd a llesiant.

Ar ddechrau'r pandemig, fe wnaeth awdurdodau lleol adleoli staff i ddarparu cymorth hanfodol i bobl ynysig sy'n agored i niwed a gweithio gyda phartneriaid yn y sector gwirfoddol i gefnogi bancau bwyd cymunedol, a mabwysiadodd gwasanaethau iechyd meddwl cymunedol a gwasanaethau llesiant ffyrdd newydd o weithio i gefnogi'r rhai sydd fwyaf agored i niwed. Mae prosiectau cymunedol a phartneriaethau presgripsiynu cymdeithasol, megis y prosiect Grow Well yng Nghaerdydd, wedi cefnogi cannoedd o bobl i deimlo'n iachach, yn hapusach ac yn fwy cysylltiedig â'u cymuned drwy brosiectau garddio. Ar lefel genedlaethol mae ymgyrch "Sut wyt ti?" gan Iechyd Cyhoeddus Cymru yn darparu cefnogaeth i bobl yng Nghymru er mwyn mynd i'r afael ag effaith negyddol Covid-19 ar les meddyliol, cymdeithasol a chorfforol, yn seiliedig ar bryderon a amlygwyd yng nghanlyniadau'r arolwg ymgysylltu â'r cyhoedd.

## Datblygiadau gan Gomisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol

Ym mis Mai 2020, cyhoeddodd swyddfa'r Comisiynydd gynllun 5 pwynt ar y meysydd y dylai Llywodraeth Cymru ystyried buddsoddi ynddynt a'u blaenoriaethu fel rhan o'i hadferiad gwyrdd ar ôl Covid. Yn ogystal, mae'r Maniffesto ar gyfer y Dyfodol, a lansiwyd yn yr hydref, yn cynnwys 48 o argymhellion allweddol i atgoffa gwleidyddion o'u dyletswydd i ymateb i newid yn yr hinsawdd, cyfiawnder cymdeithasol, cadw pobl yn iach a'r anghydraddoldebau a amlygir gan y pandemig.

## Cofiwch ... Mae natur yn gwneud lles i ni!

Canfu ymchwil gan Brifysgol Illinois fod treulio amser ym myd natur yn darparu amddiffyniad rhag ystod o glefydau, gan gynnwys diabetes, canser, clefyd cardiofasgwlaidd ac iselder. Boed yn eich gardd neu mewn man gwyrdd lleol, ceisiwch dreulio amser ym myd natur bob dydd i helpu i wella'ch iechyd a lles.



## Ni yw'r newid

Ymgyrch i annog a chefnogi staff i gymryd camau cynaliadwy yn y gweithle i gyfrannu'n unigol tuag at nodau llesiant Cymru yw Byddwch y Newid. Mae'r Pecyn Cymorth Ni yw'r Newid wedi'i gynllunio i helpu sefydliadau i fabwysiadu 'Ni yw'r Newid' yn eu gweithleoedd, gan ddarparu gwybodaeth a chefnogi newidiadau bach cynaliadwy ar lefel unigolyn neu dîm.

## Cyfyngau Cymdeithasol

Canolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant:



Uned Gymorth Asesu Effaith ar Iechyd Cymru:



Cyswllt: [cynaliadwyedd.iechydcyhoeddus@wales.nhs.uk](mailto:cynaliadwyedd.iechydcyhoeddus@wales.nhs.uk)

**Cynhyrchwyd gan Ganolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant a Chyfarwyddiaeth Iechyd a Llesiant Iechyd Cyhoeddus Cymru**