

SIFT – Gwelliannau
Cynaliadwy ar gyfer Timau

Gweithdy Amgylchedd Iach



Cynnwys

Gweithdy Amgylchedd Iach SIFT

Sut i ddefnyddio'r canllaw hwn

Dylid edrych ar y ddogfen hon ar liniadur neu gyfrifiadur personol gan ddefnyddio Adobe Acrobat Reader (ar gael i'w lawrlwytho [yma](#) am ddim).

Symudwch drwy'r canllaw gan ddefnyddio'r bar dewislenni ar frig y dudalen, a'r dolenni y gallwch glicio arnynt sydd i'w gweld drwy'r ddogfen gyfan.

Mae'r gyfres lawn o adnoddau Gweithdy Amgylchedd Iach IFT ar gael yn:

<https://phwwhocc.co.uk/resources/sift-hem-sustainability-improvement-for-teams-healthy-environment-module/?lang=cy>

Datblygwyd yr adnodd hwn gan Hyb Iechyd a Chynaliadwyedd Iechyd Cyhoeddus Cymru ar y cyd â Cynnal Cymru

SIFT – Gwelliannau Cynaliadwy ar gyfer Timau

Gweithdy Amgylchedd Iach

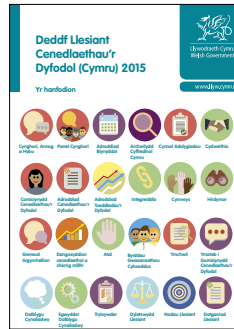


1 Cyflwyniad

1.1 Cyflwyniad i Welliannau Cynaliadwy ar gyfer Timau (SIFT)

Ystyr SIFT yw Gwelliannau Cynaliadwy ar gyfer Timau - cyfres o weithdai i gynorthwyo'r broses o gyflwyno Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (y Ddeddf Llesiant). Os nad ydych yn gyfarwydd â Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol, darllenwch [y canllaw syml](#) hwn.

Y ddogfen hon yw'r canllaw ar gyfer y Gweithdy Amgylchedd Iach.



1.2 Gweithdy Amgylchedd Iach

Mae'r gweithdy Amgylchedd Iach yn galluogi tîm i ganfod ei effeithiau amgylcheddol – i leihau'r effeithiau negyddol a gwneud y gorau o'r effeithiau cadarnhaol. Mae'n edrych ar weithgareddau'r tîm cyfan yn ogystal ag unigolion o fewn y tîm.

Bydd angen gwirfoddolwyr ar yr arweinydd tîm i gyflawni swyddogaethau hanfodol er mwyn cynnal y gweithdy, sef:



HWYLUSYDD



COFNODWR

Disgrifir y swyddogaethau hyn yn fwy manwl yn yr adran nesaf. Cofiwch ystyried gwirfoddoli os oes gennych y profiad a'r sgiliau perthnasol.

Nod y gweithdy yw datblygu cynllun gweithredu ar gyfer y tîm sy'n lleihau effaith negyddol y tîm ar yr amgylchedd ac yn gwneud y gorau o'r effeithiau cadarnhaol. Yr her wedyn fydd parhau â'r cynllun gweithredu a'i ddiweddarau'n rheolaidd dros gyfnod o amser fel bod y tîm yn gallu edrych ar ei gynnydd ochr yn ochr â chynnydd y sefydliad.

1.3 Pam Defnyddio'r Gweithdy?

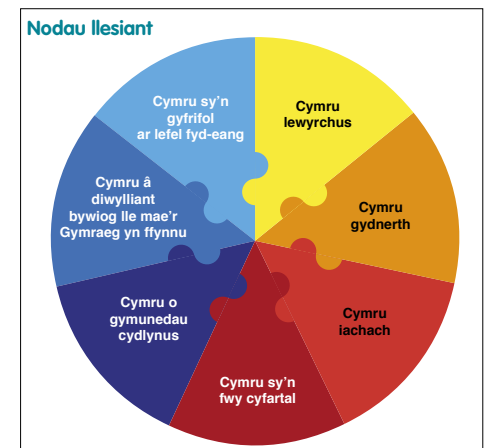
Mae eich tîm yn rhan o sefydliad cyhoeddus yng Nghymru. Mae'n rhaid i'r sefydliad cyfan gydymffurfio â Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (os yw'n 'gorff cyhoeddus' fel rhan o'r Ddeddf), a deddfwriaethau cysylltiedig megis [Deddf yr Amgylchedd \(Cymru\) 2015](#) a [Deddf Teithio Llesol \(Cymru\) 2013](#). Gall pob tîm ac unigolyn o fewn y sefydliad fod yn rhan o hyn. Serch hynny, mae mwy i hyn na dim ond cydymffurfiaeth. Drwy leihau ei effeithiau amgylcheddol niweidiol a chynyddu ei effeithiau cadarnhaol, gall tîm gynorthwyo'r sefydliad i gyfrannu at saith nod llesiant Cymru, a fydd o fudd i'r gymdeithas gyfan, gan gynnwys chi, eich teulu a chymunedau lleol.

Gall cynnal y gweithdy hefyd gynorthwyo aelodau o'r tîm i gydweithio'n well, ac i ddysgu ac i gefnogi ei gilydd, yn ogystal â chanfod ffyrdd a fydd yn gwella llesiant personol a llesiant y tîm.

Mae gweithdai SIFT yn hyrwyddo dysgu gweithredol ac yn creu sylfaen dystiolaeth y gellir ei hymgorffori yn amcanion y sefydliad i gefnogi gwell cynllunio, cydweithio a chyflawni Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru).

Mae'r gweithdy'n addas ar gyfer unrhyw dîm mewn sefydliad/corff cyhoeddus. Dylech anelu at gynnal y gweithdy unwaith y flwyddyn i gefnogi eich tîm gyda'i waith cynllunio.

Mae'r nodau llesiant yn dangos y math o Gymru yr hoffem ei gweld. Bydd mabwysiadu ymddygiad cynaliadwy i gefnogi ein hamgylchedd yn cyfrannu at y nodau i gyd, ac yn cyfrannu'n benodol at 'Gymru Lewyrchus' lle ceir cymdeithas carbon isel a 'Chymru Gydnerth' ble ceir byd naturiol iach.



1.4 Y Pum Ffordd o Weithio

Yn ogystal â'r saith nod llesiant, mae'r gweithdy Amgylchedd Iach yn cefnogi Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol drwy annog timau i sefydlu'r pum ffordd o weithio ym mhopeth a wnânt.

Y Pum Ffordd o Weithio yw:



Hirdymor – pwysigrwydd cael cydbwysedd rhwng anghenion tymor byr ynghyd â'r gallu hefyd i fodloni anghenion hirdymor



Integreiddio – Ystyried sut y gall amcanion llesiant y corff cyhoeddus effeithio ar bob un o'r nodau llesiant, ar unrhyw amcanion corfforaethol neu strategol unigol, neu ar amcanion cyrff cyhoeddus eraill



Cynnwys – Mae'n bwysig cynnwys pobl sydd â diddordeb mewn cyflawni nodau llesiant, a sicrhau bod y bobl hyn yn ystyried amrywiaeth y maes y mae'r sefydliad yn ei wasanaethu



Cydweithredu – Cydweithredu ag unrhyw berson arall (neu rannau eraill o'r sefydliad ei hun) a allai helpu'r sefydliad i fodloni ei amcanion llesiant



Atal – Sut y gall gweithredu i atal problemau rhag digwydd neu waethygu helpu sefydliadau i fodloni eu hamcanion

Mae'n bwysig defnyddio'r Pum Ffordd o Weithio pan fyddwch yn cynnal y gweithdy ac wrth ddatblygu a chyflwyno cynllun gweithredu eich tîm ymhellach gan y bydd rhaid i chi adrodd arnynt.

1.5 Cyn y Gweithdy – Beth fydd Angen i Chi ei Wneud

Er mwyn gwneud y gorau o weithdy Amgylchedd Iach SIFT, gwylwch y tri fideo byr canlynol a gyflwynir gan Syr David Attenborough yn ystod y pythefnos cyn cynnal y gweithdy.

[Climate Change: The Facts](#) – 1 awr

[What is Biodiversity?](#) – 3 munud

[How to Save Our Planet](#) – 8 munud

1.6 Ar ôl y Gweithdy – Gwaith Dilynol

Bydd angen i bob un ohonom ymrwymo i broses hirdymor o welliant parhaus, sy'n golygu:

- Wrth i'r flwyddyn fynd heibio dylai'r tîm fonitro, cofnodi a dathlu'r broses o gyflawni'r camau gweithredu. Rydym yn argymhell y dylai'r cynllun a'i gamau gweithredu fod yn eitem ar yr agenda fel rhan o'r cyfarfodydd tîm bob mis
- Dylech gynnal y gweithdy eto ar ôl chwe mis. Gallwch ychwanegu at y camau gweithredu yr ydych eisoes wedi ymrwymo iddynt

Os oes gan eich sefydliad System Reoli Amgylcheddol a/neu Reolwr Amgylcheddol/Cynaliadwyedd penodedig, cofiwch rannu canlyniadau'r gweithdy â'r person(au) cyfrifol a'u gwahodd i'ch cynorthwyo â'r broses o weithredu'r camau gweithredu yr ydych wedi ymrwymo iddynt yn ogystal â phennu rhai newydd.

SIFT – Gwelliannau Cynaliadwy ar gyfer Timau

Gweithdy Amgylchedd Iach





Canllaw i'r Tîm Hwyluso

Canllawiau i Hwyluswyr, Cofnodwyr a Swyddogion Cadw Amser

2.1 Cyn cynnal y gweithdy:

- Dylech benderfynu pwy fydd yr hwylusydd a'r cofnodwr – efallai yr hoffech ddewis rhywun i gadw golwg ar yr amser ac i atgoffa'r hwylusydd i symud ymlaen
- Dylech ymgyswrtio â [chynllun y gweithdy](#) a'r [sleidiau PowerPoint](#) – nodwch yr amser y dylid ei dreulio ar bob elfen
- Dylech ymgyswrtio â thempled [y Cynllun Gweithredu](#) – er mwyn i'r cofnodwr allu cofnodi'r camau gweithredu y bydd y tîm yn ymrwymo iddyn nhw
- Sicrhewch eich bod yn deall sut i weithio'r feddalwedd y byddwch yn ei dewis ar gyfer y cyfarfod (e.e. Microsoft Teams neu Zoom) a bod ganddi'r swyddogaethau sydd eu hangen arnoch (gweler Cynllun y Gweithdy isod)

2.2 Y rolau:



YR HWYLUSYDD – bydd angen i chi esbonio'r meddylfryd sy'n sail i'r gweithdy Amgylchedd Iach a sicrhau bod eich cydweithwyr yn deall bod canlyniadau amgylcheddol i bob un o'n gweithredoedd.

Nid oes rhaid i chi fod yn arbenigwr ar faterion amgylcheddol: dylai'r ffilmau a awgrymir uchod a'r canllaw hwn fod yn ddigon i chi allu arwain y tîm i wneud y gwaith hwn. Eich prif swyddogaeth yw:

1. Esbonio diben a nodau'r gweithdy yn eglur
2. Sicrhau bod pawb yn gallu cyfrannu a'ch bod yn parchu eu cyfraniad
3. Sicrhau bod cydweithwyr yn parhau i ganolbwyntio ar y nodau
4. Sicrhau bod pob rhan o'r gweithdy wedi'i gwblhau
5. Sicrhau bod pawb yn gwybod beth fydd angen iddyn nhw ei wneud fel rhan o'r broses ddilynol



Y COFNODWR – darperir templed o'r cynllun gweithredu. Bydd

angen i chi drafod a yw'r templed hwn yn addas neu a fydd angen i chi ei addasu â'r arweinydd tîm. Yn ystod y gweithdy, bydd angen i chi ysgrifennu'r wybodaeth berthnasol a ddarperir gan eich cydweithwyr yn y cynllun gweithredu. Gall y tîm benderfynu defnyddio'r feddalwedd rhannu dogfennau: os felly, gall unrhyw un ysgrifennu ar y cynllun gweithredu. Eich rôl chi yn y sefyllfa hon yw sicrhau bod pawb yn rhoi'r wybodaeth yn y lle cywir – yn syml, cadw'r cynllun gweithredu'n daclus! Bydd angen i gydweithwyr allu ei ddarllen yn ddiweddarach a bydd angen iddo wneud synnwyr.

Darperir enghraifft o gynllun gweithredu i chi. Dylech ei astudio'n ofalus gyda'r Hwylusydd a'r arweinydd tîm cyn cynnal y gweithdy. Bydd angen i'r tri ohonoch esbonio'r cynllun gweithredu i weddill y tîm. **Enghraifft yn unig yw'r templed – dylech ei addasu i gyd-fynd â'ch anghenion.**



SWYDDOG CADW AMSER – sicrhewch fod elfennau'r gweithdy yn cael eu cynnal o fewn yr amser penodedig. Cofiwch atgoffa'r Hwylusydd pan fydd hi'n bryd symud ymlaen.

2.3 Nodau'r Gweithdy

Byddwch yn cynorthwyo eich cydweithwyr i nodi'r effeithiau amgylcheddol cadarnhaol a negyddol y maen nhw'n gyfrifol amdanynt fel unigolion ac fel tîm.

Gyda'ch gilydd byddwch yn penderfynu beth i'w wneud am yr effeithiau hyn – gweithredu i leihau'r niwed yn sgil camau gweithredu negyddol; neu hyrwyddo, atgynhyrchu a rhannu buddion y camau gweithredu cadarnhaol. Dylai'r camau gweithredu y byddwch yn eu nodi gyda'ch gilydd gyd-fynd ag o leiaf un o'r Pum Ffordd o Weithio.

Y nod yw sicrhau bod y tîm cyfan yn ymrwymo i o leiaf bedwar cam gweithredu ar gyfer y tîm ac o leiaf un cam gweithredu personol. Mae pawb yn rhan o hyn!

Ar ddiwedd y gweithdy dylech fod wedi datblygu 'Cynllun Gweithredu Amgylcheddol Tîm' er mwyn sicrhau bod y camau gweithredu a nodwyd yn cael eu cyflawni ac y gwneir gwaith dilynol.



2.4 Yr Offer sydd eu Hangen i Gynnal Gweithdy Ar-lein

Bydd angen camera fideogynadleda ar yr Hwylusydd, ac os yn bosibl, dwy sgrin, ond nid yw hyn yn hanfodol (gweler isod).

Mae'r camera yn bwysig er mwyn i bobl allu gweld ei gilydd. Mae hyn yn helpu pobl i gymryd rhan yn y sesiwn. Dylech annog pob aelod o'r tîm i droi'r camera ymlaen. (Os bydd hyn yn lleihau'r lled band ac ansawdd y cysylltiad, yna mae opsiwn i rai ddiffodd y camera).

Bydd defnyddio dwy sgrin yn galluogi'r hwylusydd i rannu ei sgrin pan fydd yn cynnal y sesiwn a gweld a fydd unrhyw un am ofyn cwestiwn neu am wneud sylwadau. Os nad oes dwy sgrin ar gael i'r hwylusydd, gellir gofyn i'r swyddog cadw amser roi gwybod iddo pan fydd rhywun am ofyn cwestiwn, neu os bydd rhywun yn aros i siarad.



2.5 Themâu sy'n Ymwneud â Chyfrifoldeb Amgylcheddol

Rhennir y pwnc cyfrifoldeb amgylcheddol yn dair prif thema: Datgarboneiddio, Bioamrywiaeth ac Effeithlonrwydd Adnoddau (Dim Gwastraff)



1. Datgarboneiddio

- Mae hyn yn cyfeirio at atal allyriadau carbon deuocsid (CO₂) i'r atmosffer. Carbon deuocsid yn yr atmosffer yw prif achos newid yn yr hinsawdd. Caiff carbon deuocsid ei ryddhau drwy losgi tanwydd ffosil – glo, olew, petrolewm, nwy siâl.
- Mae nwyon eraill hefyd yn gyfrifol am y newid yn yr hinsawdd, Methan er enghraifft. Gelwir yr holl nwyon gyda'i gilydd yn 'nwyon tŷ gwydr'. Mae'r berthynas rhwng y nwyon a gweithgaredd bodau dynol yn gymhleth ac mae angen rhoi sylw i hyn yn yr hirdymor, ond yn y byrdymor mae'n hanfodol ein bod yn canolbwyntio ar garbon deuocsid ac yn ceisio rhoi terfyn ar ein dibyniaeth ar danwydd ffosil.



2. Bioamrywiaeth

- Rydym yn clywed y gair hwn yn aml, ond beth yw ei ystyr? Ystyr bioamrywiaeth neu amrywiaeth fiolegol yw'r holl fywyd ar y Ddaear – mae'n cyfeirio at bopeth byw, yr holl bryfed, adar, mamaliaid, planhigion, algâu, bacteria, popeth sy'n fyw. Mae hefyd yn golygu pob ffordd y mae pob un o'r pethau byw hyn yn effeithio ar ei gilydd ac yn rhyngweithio â'i gilydd. Mae bodau dynol yn rhan o fioamrywiaeth. Rydym ni'n organebau byw hefyd ac rydym yn dibynnu ar yr holl ryngweithio hwn. Ni allwn fyw ar y Ddaear heb yr holl amrywiaeth fiolegol hon.



3. Effeithlonrwydd Adnoddau (Dim Gwastraff)

- Dim Gwastraff – Byddai hynny'n golygu peidio byth â thafllu unrhyw beth yn y bin sbwriel sy'n mynd i safle tirlenwi. Ni fyddwn byth yn creu unrhyw wastraff. Byddai popeth yn cael ei aildefnyddio neu ei ailgylchu. Bydd gwastraff organig megis croen llysiâu neu galon afalau yn dadelfennu'n naturiol mewn tomen gompost neu'n cael eu prosesu gan organebau pridd i greu y rhan organig o'r pridd sy'n cael ei gymysgu â'r mwynau sy'n rhan o silt tywod neu glai.
- Byddai'n golygu tynnu pethau megis cyfrifiaduron neu ffonau symudol yn ddarnau a defnyddio'r gwahanol rannau eto i greu ffonau a chyfrifiaduron newydd. Gellir defnyddio cynwysyddion a jariau gwydr sawl tro i gadw eitemau eraill. Gellir toddi gwydr hefyd dro ar ôl tro er mwyn creu gwrthrychau newydd.
- Mae adnoddau yn brin. Rydym yn byw ar blaned sydd â swm penodol o ddeunyddiau crai. Mae angen llawer o amser ac egni i ddod â'r deunyddiau crai at ei gilydd i wneud llawer o'r pethau rydym yn eu cymryd yn ganiataol. Adnodd yw popeth rydym yn ei ddefnyddio

Mae'r canllaw ategol yn rhoi gwybodaeth bellach am bob thema, gan gynnwys dolenni i strategaethau allweddol, cyfleoedd ac uchelgeisiau.

Bydd [Cynllun y Gweithdy](#), [y Sleidiau PowerPoint](#) a'r [sgrïpt i'r Hwylusydd](#) yn eich galluogi i esbonio pob thema cyn i'r tîm fynd ati i archwilio'r effeithiau sy'n gysylltiedig â nhw.

2.6 Trosolwg o'r gweithdy

Pwnc	Amser	Gweithgaredd	Nodiadau
Croeso a chyflwyniadau	5 munud	Y tîm yn gwranddo ac yn rhannu profiadau	
Gweithgaredd dewisol i dorri'r îâ	5 munud	Ymarfer 'Un Byd: Tri Gair' i ysbrydoli pobl	
Trafod y thema datgarboneiddio	15 munud	Trafod yr effeithiau ar y tîm	Bydd camau gweithredu'n dod i'r amlwg wrth drafod – dylid eu nodi yn y cynllun
Ymateb i'r camau gweithredu ar y thema datgarboneiddio	15 munud	Cytuno ar y camau gweithredu	Cadarnhau'r holl gamau gweithredu ac ychwanegu unrhyw syniadau newydd
Trafod y thema bioamrywiaeth	15 munud	Trafod yr effeithiau ar y tîm	Bydd camau gweithredu'n dod i'r amlwg wrth drafod – dylid eu nodi yn y cynllun
Ymateb i'r camau gweithredu ar y thema bioamrywiaeth	15 munud	Cytuno ar y camau gweithredu	Cadarnhau'r holl gamau gweithredu ac ychwanegu unrhyw syniadau newydd
EGWYL	5 munud		
Trafod y thema Effeithlonrwydd Adnoddau (Dim Gwastraff)	15 munud	Trafod yr effeithiau ar y tîm	Bydd camau gweithredu'n dod i'r amlwg wrth drafod – dylid eu nodi yn y cynllun
Ymateb i'r camau gweithredu ar y thema Effeithlonrwydd Adnoddau (Dim Gwastraff)	15 munud	Cytuno ar y camau gweithredu	Cadarnhau'r holl gamau gweithredu ac ychwanegu unrhyw syniadau newydd
Adolygu a Chadarnhau	15 munud	Rhoi sylw i'r adran Cyfleoedd ac Uchelgeisiau	Cadarnhau ac ychwanegu cyfleoedd a gosod uchelgeisiau eglur ar gyfer pob thema

SIFT – Gwelliannau Cynaliadwy ar gyfer Timau

Gweithdy Amgylchedd Iach



3 Y Gweithdy Amgylchedd Iach

3.1 Cynllun y Gweithdy Amgylchedd Iach

Rhan 1. Croeso a Chyflwyniadau 5 munud

Defnyddiwch y [sleidiau PowerPoint](#) 1 i 9

Defnyddiwch y [Sgript i Hwyluswyr](#)

Cofiwch groesawu pawb i'r sesiwn.

Gwnewch yn siŵr fod pawb yn gyfarwydd â'r dechnoleg sy'n cael ei defnyddio ac yn ei deall.

Gwnewch yn siŵr fod pawb yn deall y rheswm dros gymryd rhan yn y gweithdy, dylech esbonio nodau ac amcanion y gweithdy a'r themâu a gwmpesir, a nodwch y rheolau a'r egwyddorion sylfaenol.

Mae'r gyfres lawn o adnoddau
Gweithdy Amgylchedd Iach SIFT ar gael yn:

<https://phwwhocc.co.uk/resources/sift-hem-sustainability-improvement-for-teams-healthy-environment-module/?lang=cy>

Rhan 2. [Dewisol] Gweithgaredd Torri'r Iâ 5 munud

Defnyddiwch sleid 10 o'r PowerPoint i gyflwyno'r sesiwn torri'r iâ

Esboniwch eich bod am gynnal sesiwn fer i dorri'r iâ o'r enw
'Un Byd: Tri Gair'.

Gofynnwch i'r cyfranogwyr ddewis tri gair sy'n disgrifio eu teimladau a'u perthynas â natur orau.

Gallant roi eu hatebion yn y cyfleuster sgwrsio neu ar y bwrdd gwyn rhithiol (gan ddibynnu pa blatfform fideo-gynadledda rydych yn ei ddefnyddio). Neu, gallwch fynd o amgylch y grŵp a rhoi munud i bawb rannu eu hatebion. Efallai yr hoffech i bobl esbonio'r rhesymau dros ddewis y geiriau hyn hefyd.



Rhan 3.

Ystyried, Myfyrio ac Ymateb

95 munud (gan gynnwys egwyl o 5 munud)

Bydd y sesiwn hon yn edrych ar bob un o'r tair thema sy'n ymwneud â chyfrifoldeb amgylcheddol yn ei dro.



RHOWCH 30 MUNUD I BOB THEMA –

15 munud i drafod a 15 munud i benderfynu ar gamau gweithredu

Defnyddiwch y sleidiau PowerPoint priodol i gyflwyno pob thema. Ceir gwybodaeth ategol am bob thema yn y sgript i hwyluswyr er mwyn helpu'r broses o gynnal trafodaeth grŵp.



Bydd y cofnodwr yn diweddarau Tabled y Cynllun Gweithredu i gyfleu'r drafodaeth ar bob thema. Ar ôl edrych ar y tair thema bydd y Cynllun Gweithredu wedi'i gwblhau a gall y tîm ei ddefnyddio ar ôl y cyfarfod.

Ar gyfer pob thema bydd y grŵp yn

- Gwrando ar yr hwylusydd yn cyflwyno'r thema
- Trafod y thema – nodi gweithgareddau unigol a gweithgareddau tîm cyfredol sy'n cael effaith (gallai'r rhain fod yn gadarnhaol neu negyddol) ar y thema
- Nodi cyfleoedd i leihau effeithiau negyddol a hyrwyddo effeithiau cadarnhaol ar yr amgylchedd a chynnwys y rhain ar ffurf camau gweithredu CAMPUS (cyraeddadwy, amserol, mesuadwy, penodol, uchelgeisiol a synhwyrol)
- Dylech anelu at restru o leiaf tri cham gweithredu i bob thema a nodi'r cysylltiad â'r pump ffordd o weithio, pan fo hynny'n bosibl
- Nodi'r nodau y gall y tîm eu cyflawni yn y tymor byr, canolig a'r hirdymor



Bydd y cofnodwr yn diweddarau templed y Cynllun Gweithredu ar gyfer pob thema yn ystod y trafodaethau grŵp.

Cofiwch gynnwys egwyl o bum munud ar ôl yr ail thema, cyn cychwyn ar y drydedd thema.

Cynlluniwyd y gweithdy ar gyfer grŵp o bump neu chwe pherson. Gweler isod ar gyfer grwpiau mwy:

AR GYFER GRWPIAU O FWY NA CHWE PHERSON

Os oes gennych grŵp mwy dylech rannu'r grŵp yn grwpiau llai i gwblhau Rhan 3 (Ystyried, Myfyrio ac Ymateb). Yna dylech ffurfio un grŵp er mwyn i bob grŵp gael rhoi adborth. Arhoswch fel un grŵp ar gyfer rhan 4 (Adolygu a Chadarnhau).

NODER: Os yw'r tîm yn fawr dylech geisio rhannu pawb yn grwpiau bach ar ddechrau'r gweithdy, a rhoi cyfarwyddiadau a thempled gwag o'r cynllun gweithredu iddynt, gan adael iddynt drafod y tair thema [gwnewch yn siŵr bod pawb yn iawn bob hyn a hyn], ac yna dewch â phawb yn ôl at ei gilydd i roi adborth.

Rhowch 15 munud i'r grwpiau drafod pob thema, cyn dychwelyd i ffurfio un grŵp mawr a defnyddio'r amser sy'n weddill i'r grwpiau roi adborth ac i'r cofnodwr gofnodi'r drafodaeth (rhowch 15 munud i bob thema).

Rhan 4. Adolygiad a Chadarnhau 15 munud

Bydd y cofnodwr a'r hwylusydd yn esbonio tabl y cynllun gweithredu i'r tîm, un cam gweithredu ar y tro. Bydd y tîm yn edrych ar y rolau, y cyfrifoldebau, yr amserlenni a'r nodau ar gyfer pob cam gweithredu ac yn cytuno arnynt.

Dylech ddangos sut y mae'r pum ffordd o weithio yn cyfateb â'r camau gweithredu.



Cofnodwr – os bydd angen i chi gymryd nodiadau ychwanegol tra bydd y grŵp yn trafod y tair thema yn nhabl y Cynllun Gweithredu, defnyddiwch ddogfen ar wahân i ysgrifennu'r nodiadau ychwanegol a'u cynnwys yn y Cynllun Gweithredu yn ystod neu ar ôl y gweithdy.

Arweinydd Tîm – Dylech esbonio y gwneir gwaith dilynol er mwyn sicrhau bod gwelliant parhaus. Bydd y Cynllun Gweithredu yn cynnwys rolau, cyfrifoldebau ac amserlenni a rhoddir terfynau amser o ran cofnodi a chwblhau.

Rhennir y Cynllun Gweithredu â'r tîm cyfan ar ôl y sesiwn ac fe fydd yn eitem ar yr agenda mewn cyfarfodydd tîm.

Yn ddelfrydol dylid cynnal y gweithdy eto o leiaf unwaith y flwyddyn.

Gobeithio y byddwch yn mwynhau'r gweithdy!



Canolbwynt Iechyd
a Chynaliadwyedd
Health and
Sustainability Hub

Byddai Hyb Iechyd a Chynaliadwyedd Iechyd Cyhoeddus Cymru, a ddatblygodd y gweithdy hwn, yn falch o glywed eich bod wedi defnyddio'r adnodd hwn ac o gael eich adborth. Gallwch gysylltu â nhw drwy e-bostio: publichealth.sustainability@wales.nhs.uk

SIFT – Gwelliannau Cynaliadwy ar gyfer Timau

Gweithdy Amgylchedd Iach



Atodiadau

Mae'r gyfres lawn o adnoddau Gweithdy Amgylchedd Iach IFT ar gael yn:
<https://phwwhocc.co.uk/resources/sift-hem-sustainability-improvement-for-teams-healthy-environment-module/?lang=cy>

4.1 Cyflwyniad

4.2 Templed o'r Cynllun Gweithredu - Word

4.3 Templed o'r Cynllun Gweithredu - Excel

4.4 Cynllun Gweithredu – Enghraifft

4.5 Adnoddau

4.6 Enghreifftiau ac Astudiaethau Achos

4.7 Cyrff Cyhoeddus a gynhwysir yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015

4.8 Yr Awdurdodau Cyhoeddus a gynhwysir yn Neddf yr Amgylchedd (Cymru) 2016, Adran 6, Dyletswydd Bioamrywiaeth

4.5 Adnoddau

Mae'r adnoddau canlynol yn addas ar gyfer darllen ymhellach am y pynciau a drafodir yn y gweithdy.

Byddant yn ddefnyddiol i'r cyfranogwyr sy'n awyddus i ddysgu mwy ar ôl y gweithdy, neu i'r hwylusydd os yw'n awyddus i gael gwybodaeth ychwanegol am unrhyw un o'r pynciau cyn cyflwyno'r gweithdy.

Nid oes rhaid eu darllen: mae 3 fideo a gynhwysir yng nghanllawiau'r gweithdy y mae'n rhaid eu gwyllo er mwyn cyflwyno'r sesiwn.

Adnoddau Cefndirol

Thema	Adnodd	Disgrifiad	Perthnasedd
I'r tîm cyfan			
Datgarboneiddio	Climate Change: The Facts gyda David Attenborough	Rhaglen deledu awr o hyd	Hanfodol
Bioamrywiaeth	What is Biodiversity?	Fideo 3 munud	Hanfodol
Bioamrywiaeth	How to Save Our Planet	Fideo 8 munud	Hanfodol
I'r Arweinydd Tîm a'r Hwylusydd			
Cyffredinol	Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 Canllaw yr Hanfodion 'Megan's Life' animation (fideo 5 munud)	Cyflwyniad i'r Ddeddf Llesiant a'r 5 ffordd o weithio	Argymhellir
Datgarboneiddio	Prosiect Carbon Bositif Cyfoeth Naturiol Cymru	Dangos arweiniad o ran sut y gall cyrff cyhoeddus leihau ei effaith carbon i fynd i'r afael â newid yn yr hinsawdd	Argymhellir
Datgarboneiddio	Ffyniant i Bawb: Cynllun Cyflawni Carbon Isel 2 Cymru Carbon Isel	Cynllun Llywodraeth Cymru i drawsnewid Cymru'n wlad carbon isel.	Dewisol
Datgarboneiddio	Cynllun Cyflenwi Strategol ar gyfer Datgarboneiddio GIG Cymru	Cynllun a thargedau Llywodraeth Cymru ar gyfer GIG Cymru allu cyfrannu at sector cyhoeddus 'carbon sero net' erbyn 2030	Dewisol. Fe'i cynghorir ar gyfer Timau o fewn byrddau ac ymddiriedolaethau iechyd GIG Cymru
Bioamrywiaeth	Cynllun bioamrywiaeth sefydliadol ' Gwneud Lle i Fyd Natur ' lechyd Cyhoeddus Cymru	Helpu natur i ffynnu. Enghraifft o gynllun sefydliad i gefnogi byd natur, sy'n ofynnol o dan Ddeddf yr Amgylchedd (Cymru).	Cynghorir
Bioamrywiaeth	Partneriaeth Bioamrywiaeth Cymru https://www.biodiversitywales.org.uk/Cartref	Gwybodaeth am Ddeddf yr Amgylchedd (Cymru) a Dyletswydd Adran 6.	Cynghorir
Dim Gwastraff	Tuag at Ddyfodol Diwastraff – Cymru'n Un: Cenedl Un Blaned (LIC) https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2019-05/tuag-at-ddyfodol-diwastraff-ein-strategaeth-wastraff.pdf	Dogfen y strategaeth wastraff drosfwaol ar gyfer Cymru	Dewisol
Dim Gwastraff	Recycle Now https://www.recyclenow.com/reduce-waste	Awgrymiadau i leihau eich gwastraff	Dewisol
Cyffredinol	'Ni yw'r Newid' e-ganllawiau ar gamau cynaliadwy bach y gall pob un ohonom eu dilyn yn y gweithle, ar draws ystod eang o themâu cynaliadwyedd	Cyhoeddwyd gan Hyb lechyd a Chynaliadwyedd lechyd Cyhoeddus Cymru	Cynghorir
Cyffredinol	Adnoddau Cynnal Cymru	Canllawiau ac astudiaethau achos	Dewisol

Adnoddau Ychwanegol:

Thema	Adnodd	Disgrifiad
Datgarboneiddio	Canllaw Ynni Yr Ymddiriedolaeth Arbed Ynni	Effeithlonrwydd Ynni yn y cartref
Datgarboneiddio	Canllaw Dŵr Yr Ymddiriedolaeth Arbed Dŵr	Effeithlonrwydd Dŵr yn y cartref
Datgarboneiddio	https://www.carbonfootprint.com/ https://footprint.wwf.org.uk/#/ https://carbonindependent.org/	Gwahanol ffyrdd o gyfrifo Ôl-troed Carbon
Datgarboneiddio	Sustrans, y Rhwydwaith Beicio Cenedlaethol	Cyngor ar deithio llesol cynaliadwy. Mae 50% ohonom yn byw o fewn milltir i lwybr lleol.
Datgarboneiddio	Love to Ride UK	Yn hyrwyddo Beicio mis Medi, gan gynnwys astudiaethau achos ar feicio i'r gwaith
Bioamrywiaeth	Canllaw yr RHS ar gyfer eich gardd	Denu bywyd gwyllt i'ch gardd
Bioamrywiaeth	Deddf yr Amgylchedd (Cymru) 2016 Cwestiynau Cyffredin	Cyflwyniad i Ddeddf yr Amgylchedd (Cymru)
Bioamrywiaeth	Y Gallu i Greu	Taith tuag at Gymru Gydnerth
Bioamrywiaeth	Caru Gwenyn	Menter sydd wedi'i hanelu at gymunedau, sefydliadau, ysgolion, cyrff cyhoeddus, busnesau ayb.
Dim Gwastraff	Cymru yn Ailgylchu https://walesrecycles.org.uk/cy/	Awgrymiadau i leihau ac i ailgylchu eich gwastraff
Dim Gwastraff	100 tips to a zero waste home https://zerowastehome.com/tips/	100 o awgrymiadau i gael cartref diwastraff
Dim Gwastraff	A beginner's guide	Canllaw ymarferol i gael cartref diwastraff
Dim Gwastraff	Gwastraff Plastig	Fideo 15 munud sy'n edrych ar yr hyn sy'n gallu digwydd i wastraff plastig
Dim Gwastraff	Wrap UK https://www.wrap.org.uk/	Dod o hyd i atebion er mwyn lleihau gwastraff
Cyffredinol	Y Gallu i Greu https://www.futuregenerations.wales/cy/the-art-of-the-possible/	Enghreifftiau o waith yn gwella llesiant cymunedau ledled Cymru

4.6 Enghreifftiau ac Astudiaethau Achos

Awdurdod Parc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog Defnyddio Fflyd o Gerbydau Trydan

- Prynodd ei gerbyd trydan cyntaf yn 2016 – BMW 13 REX, a gosododd fan 1 uned wefro POD 7Kw
- Prynodd ei ail BMW i3 yn 2017 a llwyddodd i gael cyllid er mwyn gosod pedwar gwefrydd cyhoeddus 7Kw yng Nghanolfan Ymwelwyr y Parc Cenedlaethol, un gwefrydd 22Kw yng Nghanolfan y Warden a dau gwefrydd 7Kw ym Mharc Gwledig Craig-Y-Nos
- Newidiodd i ynni adnewyddadwy gan gynnwys paneli solar a chyflenwad ynni gwyrdd
- Ychwanegwyd 3 cherbyd trydan arall yn 2019
- Yn 2021, roedd mwy na 50% o'i fflyd yn rhai trydan ac mae 16 o fannau gwefru ar gael o amgylch y parc, gyda 7 ohonynt ar gael i'r cyhoedd ac wedi'u cyflenwi gan ynni gwyrdd

Cyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili

- Datblygodd gwch gwenyn rhyngweithiol er mwyn cyflwyno gweithdai sy'n codi ymwybyddiaeth a dealltwriaeth o bryfed peillio
- Dyma brosiect mewn partneriaeth â Chyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili, Ysgol Gynradd Ynysddu a Sirhowy Valley Honeybee Company
- Gall ysgolion, grwpiau ac unigolion archebu lle i gymryd rhan mewn gweithdy rhyngweithiol sy'n eu dysgu am gadw gwenyn, pwysigrwydd pryfed peillio a sut i gefnogi pryfed peillio yn eu gerddi. Byddant hefyd yn dysgu sut i dynnu mêl a sut y gall blas y mêl newid ar wahanol adegau o'r flwyddyn, gan ddibynnu ar y planhigion y cesglir y paill ohonynt.
- <https://www.youtube.com/watch?v=10rhsKoMyfA>
- <https://www.youtube.com/watch?v=AKKpVHT5OpY>

Iechyd Cyhoeddus Cymru – Sesiwn Hyfforddi ym maes Cynaliadwyedd gyda'r Rhaglen Frechu yn erbyn Clefydau Ataliadwy

- O ganlyniad i'r sesiwn hyfforddi (a gynhaliwyd cyn y pandemig) penderfynodd y tîm fod yn fwy cynaliadwy yn ystod ei gyfarfod blynyddol ar y Ffliw/ Cynhadledd Imiwneiddio Cymru ac i beidio â phrynu bathodynau i gynrychiolwyr (anogwyd y mynychwyr i ddod â'u laniard personol ar gyfer y gweithle)
- Maent hefyd yn ymdrechu i weithredu canllawiau Iechyd Cyhoeddus Cymru i gael systemau arlwyio mwy cynaliadwy
- Rhoddodd y mynychwyr sylwadau cadarnhaol ar yr hyfforddiant, gan gynnwys:

Roedd yn ddefnyddiol iawn cael diweddariad o'r briff "rydych yn meddwl eich bod yn gwybod popeth am y pwnc ond yna'n sylweddoli nad yw hynny'n wir"

"Mae'r sesiwn wedi gwneud i mi feddwl am fy ymrwymadau i gynaliadwyedd yn y gwaith a gartref"

"Rwyf wedi mwynhau'r cyflwyniad yn fawr, ac rwyf bellach yn ystyried newid i fanc a chyflenwad ynni moesegol, ac yn sylweddoli y gall popeth o wneud paned o de i brynu dillad effeithio ar y blaned"

4.7 Cyrff Cyhoeddus a gynhwysir yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 (y Ddeddf Llesiant)

Ceir 44 o gyrff cyhoeddus yn rhan oo'r Ddeddf Llesiant:

- Gweinidogion Cymru
- Awdurdodau Lleol yng Nghymru
- Byrddau Iechyd Lleol
- Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru
- Ymddiriedolaeth GIG Felindre
- Awdurdodau Parciau Cenedlaethol Cymru
- Awdurdodau Tân ac Achub Cymru
- Cyfoeth Naturiol Cymru
- Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru
- Cyngor Celfyddydau Cymru
- Cyngor Chwaraeon Cymru
- Llyfrgell Genedlaethol Cymru
- Amgueddfa Cymru

4.8 Awdurdodau Cyhoeddus a gynhwysir yn Neddf yr Amgylchedd (Cymru) 2016, Adran 6 Dyletswydd Bioamrywiaeth

- Awdurdodau Lleol yng Nghymru
- Byrddau Iechyd Lleol
- Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru
- Ymddiriedolaeth GIG Felindre
- Awdurdodau Parciau Cenedlaethol Cymru
- Awdurdodau Tân ac Achub Cymru
- Cyfoeth Naturiol Cymru
- Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru
- Cyngor Celfyddydau Cymru
- Cyngor Chwaraeon Cymru
- Llyfrgell Genedlaethol Cymru
- Amgueddfa Cymru
- Cymdeithas Porthladdoedd Prydain