Cyngor Celfyddydau Cymru
Arts Council of Wales

Celfyddydau, Iechyd, Lles a Natur

Pecyn Cymorth Rhaglen Ariannu'r Loteri Genedlaethol

Cyngor i sefydliadau sy'n ymgeisio am faes 'natur' rhaglen ariannu'r Loteri Genedlaethol

Noddir gan Lywodraeth Cymru
Sponsored by Welsh Government

Yn dyfarnu arian / Awarding funds from
Y LOTERI GENEDLAETHOL
THE NATIONAL LOTTERY®

Y celfyddydau, iechyd a natur

Mae cysylltiad cynhenid rhwng y celfyddydau, natur a'n lles. Gall ymgysylltu â'r celfyddydau neu dreulio amser ym myd natur sbarduno creadigrwydd, hybu lles a gwella ansawdd ein bywyd.

Gan gydnabod y cysylltiad hwn, arwyddodd Cyngor Celfyddydau Cymru a Chyfoeth Naturiol Cymru femorandwm o ddealltwriaeth natur greadigol. Mae'r memorandwm yn arwydd o ymrwymiad i gydweithio ar gydamcanion sydd yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol 2015 – Cymru iachach, wytnach a mwy cyfartal o ddiwylliant bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu.

Mae hefyd yn coleddu'r syniad "y gall mynd at yr amgylchedd naturiol a'r celfyddydau mewn ffyrdd newydd fod o fudd i iechyd a lles pobl, yn enwedig i bobl sydd heb gynrychiolaeth ddigonol."

Mae'r bartneriaeth wedi arwain at greu maes 'natur' yn rhaglen y Celfyddydau, Iechyd a Lles arian y Loteri Genedlaethol i sefydliadau.

Yn y maes yma, hoffem glywed am:

- Bartneriaethau arloesol rhwng natur, diwylliant a sefydliadau iechyd.
- Profi syniadau newydd sy'n defnyddio natur mewn prosiectau celfyddydau, iechyd a lles.
- Hyrwyddo manteision lles sy'n dod o gysylltiadau cryfach â natur.
- Datblygu cymuned ymarfer o amgylch natur, celf, iechyd a lles.
- Casglu tystiolaeth am effaith integreiddio natur i waith y celfyddydau ac iechyd.

Partneriaethau arloesol

Mae'r gronfa'n canolbwyntio ar adeiladu a chryfhau partneriaethau sy'n dod ag iechyd, y celfyddydau a natur ynghyd.

Mae cysylltiadau cryf rhwng y celfyddydau ac iechyd, a sefydliadau iechyd a natur ac rydym yn gweld y posibiliadau mawr i greu partneriaethau mwy integredig rhwng y tri sector. Rydym am feithrin prosiectau sy'n archwilio lles felly.

Byddwn yn chwilio am geisiadau sy'n dangos ymrwymiad cryf i ddatblygu neu wella partneriaethau rhwng sefydliadau'r tri sector.

Dylai prosiectau archwilio'r manteision o gyfuno'r wybodaeth, y sgiliau a'r adnoddau ym mhob maes. I ymgeisio, rhaid cael o leiaf un partner o bob un o'r tri sector: natur, y celfyddydau ac iechyd.

Enghreifftiau o'r mathau o sefydliadau natur yng Nghymru:

- **Sector cyhoeddus**
  Gall gynnwys cyrff a noddir gan Lywodraeth Cymru, awdurdodau lleol neu barciau cenedlaethol.
- **Trydydd sector**
  Fel arfer, elusennau ac ymddiriedolaethau mwy sy'n rheoli mannau naturiol neu'n ymgyrchu dros natur.
- **Mentrau cymunedol**
  Fel arfer, sefydliadau llai nid er elw neu elusennol sy'n canolbwyntio ar wella mannau naturiol lleol neu hyrwyddo lles drwy natur.
- **Sector preifat**
  Cwmnïau cyfyngedig (er elw neu ddim) sy'n gweithio gyda byd natur.

Astudiaeth Achos: Lle i Dyfu

Menter rhagnodi cymdeithasol a'r celfyddydau oedd Lle i Dyfu a ddigwyddodd rhwng Mai 2023 ac Ebrill 2024.

Prif nod y prosiect oedd creu gwell mynediad i natur a chysylltiad â hi i wella ymyriadau iechyd a lles i bobl fregus, dan anfantais ac ymylol yng Nghaerdydd a'r Fro.

Drwy gyfrwng y celfyddydau a rhagnodi cymdeithasol gwyrdd, archwiliodd wahanol gelfyddydau i gyfathrebu a mynegi cysylltiadau a'i gilydd ac â bwyd a'r byd naturiol. Roedd yn mynd i'r afael ag anghydraddoldeb, iechyd a lles cyfranogwyr ac adeiladu cymunedau gwyrdd, cryf a gwydn ar gyfer y dyfodol.

Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro (partner iechyd) oedd yn ei arwain gyda chymorth 'Down to Earth' (partner natur) a'r partneriaid celfyddydol Urban Vertical, Cymru Ddiogelach, Duke Al Durham, Flossy and Boo a Dewi Tannet.

Darllenwch yr adroddiad terfynol arlein ac mae rhagor o fanylion ar wefan Urban Vertical (Instagram @uvwales)

Yn y prosiect, roedd y partner natur yn fenter gymdeithasol nid er elw a chwmni cyfyngedig drwy warant.

Profi syniadau a dulliau newydd

Mae cronfa'r Loteri Genedlaethol yn annog prosiectau creadigol ac arloesol sy'n defnyddio'r celfyddydau a natur i wella iechyd a lles.

Rydym yn annog ymgeiswyr i archwilio syniadau dewr, newydd gan gofio'r dull yma o fynd ati: 'profi, buddsoddi a thyfu'.

Nid oes rheolau llym am sut y dylech ddefnyddio natur, ond dyma sut mae eraill wedi'i wneud:

- **Gweithgareddau creadigol ym myd natur**
  Archwilio perthynas pobl â natur drwy brofiadau creadigol mewn amgylchedd naturiol. Er enghraifft, nod prosiect 'Teithiau Cerdded dan Ganu' gan Gôr Un Byd Oasis yw profi effaith teithiau cerdded sy'n cyfuno canu â natur ar les pobl sy'n chwilio am noddfa. Mae'n hyfforddi pobl sydd â phrofiad byw o geisio noddfa yng Nghymru i arwain y teithiau. Roedd hyn ar y cyd â Ramblwyr Cymru sy'n arwain a diogelu'r prosiect a hyfforddi sut i arwain teithiau gyda Fforwm Iechyd Meddwl Caerdydd a'r Fro.

- **Dod â natur i leoliadau gofal iechyd**
  Prosiectau sy'n ymgysylltu â natur drwy brofiadau synhwyraidd neu drwy sbarduno atgofion cysylltiedig â natur sy'n gwella eu profiad o leoliadau gofal iechyd.

- **Llunio lleoedd ar gyfer natur a lles**
  Prosiectau sy'n gwella mannau gwyrdd mewn lleoliadau gofal iechyd neu gymunedol i'w gwneud yn fwy croesawgar ac iachaol neu wella lleoedd sy'n tyfu pethau fel rhandiroedd i gefnogi lles.

- **Ymarfer creadigol wedi'i ysbrydoli gan y dirwedd**
  Mae gwrando ar y byd natur a'i ysgogiad yn arwain profiad ac ymarfer cyfranogwyr.

- **Defnyddio sgiliau natur er lles**
  Crefftau traddodiadol sy'n cysylltu pobl â'r byd natur wrth hyrwyddo eu lles. Gall fod yn broses greadigol ond rhaid cael lle i natur a lles. Er enghraifft, mae 'Fathom Trust' yn ysgogi cymryd rhan greadigol yn y celfyddydau, crefftau treftadaeth, cadwraeth natur a myfyrio. Mae ei raglen, Gwella: myfyrio er iechyd ac iacháu drwy'r celfyddydau gwyrdd, yn bartneriaeth rhwng crefftwyr, y gwasanaeth iechyd a chadwraethwyr natur. Mae'n daith addysgol at iechyd y meddwl a'r ysbryd gan gyfranogi o ddiwylliant ac ailgysylltu â'r byd natur a'r gymuned.

Ychydig o enghreifftiau'n unig sydd yma. Mae sawl ffordd arall o gyfuno celf â natur er budd lles. Ond yn benodol hoffem weld arloesedd artistig yn eich cais.

Hyrwyddo'r manteision o gysylltiad dyfnach

Mae bod ynghanol byd natur yn wahanol i wirioneddol gysylltu ag ef.

Mae cysylltiad â natur yn datblygu drwy sylwi ar natur yn weithredol a'i gwerthfawrogi ac nid drwy dreulio amser yn ei mysg yn unig na gwybodaeth lyfr amdani.

Y celfyddydau yw'r ffordd berffaith o archwilio natur.

Mae cysylltiad cryfach â natur yn cynnig dwy fantais:

1. **Gwell lles:** Pobl â chysylltiad dyfnach â natur sy'n tueddu i fod yn fwy bodlon â'u bywyd. Mae cysylltiad â natur yn bwysicach na statws economaidd-gymdeithasol nac ymweld â natur o ran teimlo a gweithio'n dda a bod â phwrpas i'ch bywyd.

2. **Rhagor o weithredu amgylcheddol:** Mae'r rhai sydd â chysylltiad cryf â natur dair gwaith a hanner yn debycach o wneud pethau i'w diogelu. Mae ymchwil yn dangos mai gweithgarwch syml ym myd natur a chysylltiad ag ef sy'n sbarduno gwaith cadwraeth.

Mae astudiaethau'n dangos bod modd mesur y cysylltiad â natur drwy ddefnyddio graddfeydd seicolegol (mae enghreifftiau isod). Mae rhai pobl yn fwy cysylltiedig nag eraill ond gall hyn newid dros amser.

Mae celf yn chwarae rhan bwysig wrth helpu pobl i ailgysylltu â natur. Nid yw'n fater o orchymyn pobl i'w gwerthfawrogi. Rhaid defnyddio creadigrwydd i archwilio cysylltiadau diwylliannol ac ieithyddol Cymru â natur a chysylltu'n bersonol â'r byd o'n cwmpas.

Mae'r Grŵp Ymchwil Cysylltu â Natur ym Mhrifysgol Derby yn nodi llwybrau i bobl feithrin cysylltiad iachach a mwy cynaliadwy â natur. Mae hefyd wedi cynhyrchu The Nature Connection Handbook sy'n nodi pa mor bwysig yw magu cysylltiad â natur a sut i'w wneud.

Dangos effaith

Mae monitro a gwerthuso effeithiol yn allweddol i'r gronfa ac i'r maes natur. Ond mae ffyrdd eraill hefyd o asesu cysylltiad cyfranogwyr â natur a'r lles sy'n dod ohono.

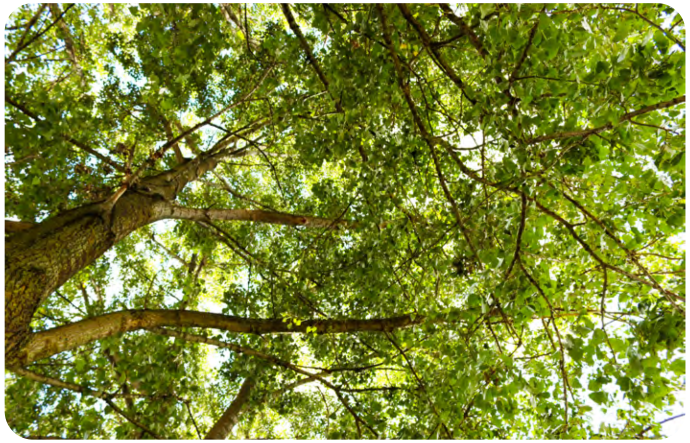
Mae llawer o offer a graddfeydd i fesur cysylltiad â natur. Mae Cymdeithas Addysg Amgylcheddol Gogledd America yn cynnig offer defnyddiol. Hoffem weld prosiectau sy'n monitro effaith yr ymyrraeth ar gysylltiad cyfranogwyr â natur a monitro'r buddion lles.

Astudiaeth achos

Y Goeden Ysgrifennu

Mae enw'r prosiect yn chwarae â'r hen air Saesneg am y ffawydden (bōc) a'u gair cyfredol am lyfr. Roedd yn cefnogi partneriaid mamau newydd i wella eu lles a chryfhau eu cysylltiad â natur.

Cyfranogodd pawb o sesiynau ymdrochi mewn coedwig a gweithdai ysgrifennu wedi'u hysbrydoli gan eu profiad o fyd natur. Y nod oedd gwella eu lles er mwyn iddynt gefnogi eu teuluoedd yn well a meithrin cysylltiad â natur i'w drosglwyddo i'r genhedlaeth nesaf.



Gwyn Lewis a Dr Sarah Douglass a ddatblygodd y prosiect mewn partneriaeth â gwasanaeth amenedigol Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan. Defnyddiodd y prosiect y Mynegai Cysylltiad â Natur yn ei werthusiad. Dyma adroddiad llawn y prosiect.

Creu cymuned ymarfer

Mae llawer iawn o waith sy'n sôn am y celfyddydau, iechyd a natur. Ond nid yw hyn wedi esgor ar gymuned ymarfer yng Nghymru eto.

Drwy'r gronfa, rydym am sefydlu cymuned ymarfer o'r fath wrth gydweithio â Rhwydwaith Celfyddydau, Iechyd a Llesiant Cymru. Mae'r Rhwydwaith wedi datblygu adnoddau gwerthfawr i'r sector.

Rydym yn gobeithio adeiladu arno i gefnogi'r ymarferwyr a'r sefydliadau celfyddydol, iechyd a lles sy'n gweithio gyda natur.

Os bydd eich cais yn llwyddo, cewch eich gwahodd i gymryd rhan mewn grwpiau dysgu gan y Rhwydwaith.

Byddai'r fath gymuned ymarfer yn:

- Dod â sefydliadau o wahanol sectorau at ei gilydd i rannu syniadau ac archwilio partneriaethau.
- Nodi a gwella arloesedd ac ansawdd artistig mewn prosiectau sydd ar waith.
- Cryfhau'r dystiolaeth am y gwaith a dyfnhau ein dealltwriaeth o gryfderau gwahanol ddulliau o werthuso.

Rhestr wirio

Cyn dechrau ar eich cais, ystyriwch y cwestiynau yma:

- Ydych wedi darllen Canllawiau'r Celfyddydau, Iechyd a Lles a rhai'r Loteri? Celfyddydau, Iechyd a Lles Rhaglen Ariannu'r Celfyddydau drwy'r Loteri Genedlaethol 2023
- Oes gennych o leiaf un sefydliad/partner o bob un o'r canlynol: iechyd, natur a chelf? Rhaid i'r partneriaid arweiniol fod yn sefydliadau (ond croeso ichi enwi artistiaid unigol fel rhan o'r cais)
- Oes gan eich prosiect gwestiwn neu her iechyd sy'n gryf?
- Ydy'ch prosiect yn gweithio ym myd natur?
- Ydy'ch prosiect yn ystyried rywfodd ein cysylltiad â natur?
- Sut rydych yn ystyried arloesedd ac ansawdd artistig?
- Oes gan eich prosiect sail resymegol gadarn dros weithio ym myd natur sy'n cysylltu â'i gynulleidfa darged?
- Ydy'ch cynllun gwerthuso yn ystyried cysylltiad â natur?
- Hoffech chi ymuno â chymuned ymarfer ehangach i ddatblygu'r maes gwaith?