Croeso i Weave | Gwehyddu 2025!

Mae Cymru yn parhau i arwain y ffordd o ran rhoi’r celfyddydau ac iechyd wrth wraidd iechyd a llesiant, wrth i Weave | Gwehyddu ddod â dros 160 o ymarferwyr creadigol, gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol proffesiynol, a gwneuthurwyr polisi o bob cwr o'r wlad at ei gilydd i ddathlu rhaglenni celfyddydau ac iechyd Cymru, a mynd i'r afael â'r angen am ddulliau ataliol hirdymor o fynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd a phwysau ar wasanaethau.

Mae Weave | Gwehyddu yn cael ei drefnu gan **Rwydwaith Iechyd a Llesiant Celfyddydau Cymru**, mewn partneriaeth â **Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr** a **Phrifysgol Wrecsam**, ei ariannu gan **Gyngor Celfyddydau Cymru**, ei noddi gan **'Hapus'** **Iechyd Cyhoeddus Cymru** gyda chymorth **CultureStep Celfyddydau a Busnes Cymru.**

Artist Preswyl: Mr Phormula

mrphormula@mrphormula.com

Mae Mr Phormula yn un o arloeswyr y sîn bît-bocsio. Wedi’i wreiddio’n ddwfn yn nhirwedd Cymru, mae ei berfformiadau ysbrydoledig a’i gyfansoddiadau lleisiol wedi rhoi cydnabyddiaeth ryngwladol i’w waith fel bît-bocsiwr, rapiwr a chynhyrchydd blaenllaw. Mae’r gweithdai yn canolbwyntio ar y canlynol -

- Bît-bocsio
- Sut i wneud synau
- Defnyddio technoleg gyda'r llais a pherfformiad
- Rap a phwysigrwydd yr iaith Gymraeg a hunaniaeth
- Trafod syniadau rap / cyfansoddi caneuon a dull rhydd yn y Gymraeg

---

Diwrnod 1: Dydd Llun 08 Medi

12.15pm – 12.30pm | Neuadd William Aston: **Agoriad Cerddorol**

Choirs for Good

Rhwydwaith o gorau lles cymunedol ydym ni. Rydym yn bodoli i hyrwyddo pwysigrwydd a manteision canu cymunedol, a'r nifer o ffyrdd gwych y gall corau uno pobl a lle, a chyfrannu'n ôl at eu cymunedau lleol a gwireddu eu potensial mewn cymdeithas ehangach. Yn fyr, rydym yn bodoli i helpu pobl I Deimlo'n Dda a Gwneud Daioni, Er Lles.

https://www.choirsforgood.com/about

12.30pm - 1.00pm | Neuadd William Aston: **Croeso**

Emily Van De Venter - Ymgynghorydd Iechyd y Cyhoedd, Iechyd Cyhoeddus Cymru

Emily van de Venter yw arweinydd lles meddyliol Iechyd Cyhoeddus Cymru ac mae'n gweithio i ddylanwadu ar bolisi ac arferion ar draws sectorau. Ar ôl gweithio dros 15 mlynedd ym maes iechyd y cyhoedd a gradd Meistr mewn Niwrowyddorau, mae'n angerddol am sicrhau cydraddoldeb o ran parch rhwng iechyd meddwl a chorfforol. Mae'n arwain y rhaglen Hapus sy'n anelu at ddylanwadu ar unigolion, cymunedau a sefydliadau i gymryd camau i amddiffyn a hyrwyddo lles meddyliol. Mae hyn yn cynnwys ymgyrch genedlaethol bositif sy'n seiliedig ar seicoleg a datblygu rhwydweithiau o sefydliadau cenedlaethol, rhanbarthol a lleol i adeiladu mudiad tuag at y model cymdeithasol o iechyd meddwl a lles.

Mae Emily wedi cyhoeddi papurau academaidd ar ddulliau sy'n seiliedig ar y celfyddydau ar gyfer hyrwyddo lles meddyliol, ac effeithiau pandemig COVID-19 ar ymddygiadau lles ac iechyd.

www.phw.wales.nhs | www.hapus.wales

Angela Rogers, Cyfarwyddwr Gweithredol, WAHWN

Arwain ar bartneriaethau strategol, cyfleoedd eirioli, codi arian a chyfleoedd rhwydweithio yn y sector celfyddydau ac iechyd yng Nghymru, mewn partneriaeth â phartneriaid cenedlaethol a rhyngwladol. Dros 30 mlynedd o brofiad o reoli prosiectau yn y sector diwylliannol yng Nghymru, gan gynnwys Engage Cymru, Chapter, Canolfan Gelfyddydol Sain Dunwyd a'r Ganolfan Celfyddydau Gweledol.

https://wahwn.cymru/cy/hafan

Dyfed Edwards, Bwrdd Iechyd Prifysgol Btesi Cadwaladr

1.00pm - 1.30pm | Neuadd William Aston: **Prif Anerchiad**

DUKE AL, Artist Gair Llafar, Bardd ac Artist Hip Hop

dukealdurham@gmail.com

Artist gair llafar, bardd sydd wedi cyhoeddi, artist hip hop ac ymarferydd creadigol llwyddiannus yw DUKE AL. Ysgrifennu rhigymau yw ei therapi.
O oedran ifanc, byddai'n sgriblo rapiau a cherddi yn ei hen lyfr geiriau. Dyna oedd ei ffordd o fynegi ei hun; dihangfa i herio ei OCD. Fflachiodd angerdd geiriau, llif ac odl. Ar ôl cael diagnosis o ddiabetes math 1 yn 23 oed, daeth y beiro hyd yn oed yn bwysicach, er mwyn ei helpu i brosesu ac i fynegi ei emosiynau. Erbyn hyn, mae DUKE AL yn defnyddio ei grefft i greu newid effeithiol, un odl ar y tro. Mae ei waith wedi'i gynnwys yn Go.Compare Pencampwriaeth y Chwe Gwlad 2025, Cymdeithas Bêl-droed Cymru, Rygbi Caerdydd, Caerdydd Creadigol, TNT Sports, BBC Cymru, FujiFilm UK, Prifysgol Metropolitan Caerdydd, a BBC Scrum V.

2.15pm - 3.45pm: **Sesiynau Grŵp #1**

01 - Synwyriwm

Ffion Evans, Swyddog Celf Weledol, Galeri Caernarfon

ffion.evans@galericaernafon.com

Ffion Evans yw Swyddog Celf Weledol Galeri Caernarfon, canolfan gelfyddydau gymunedol sy'n cefnogi artistiaid ac yn denu cynulleidfaoedd gydag arddangosfeydd, gweithdai a mentrau creadigol. Mae'n goruchwylio'r rhaglen celf weledol, gan weithio gydag artistiaid o Gymru a thu hwnt ac i greu arddangosfeydd sy'n hygyrch, yn procio'r meddwl, ac yn canolbwyntio ar y gymuned. Mae ei gwaith wedi'i wreiddio'n ddwfn yn y gred y dylai celf fod yn apelgar ac yn gynhwysol, ac mae hi'n cydweithio'n rheolaidd â grwpiau lleol i sicrhau bod creadigrwydd yn adnodd ar gyfer cysylltiad a lles. Mae ganddi ddiddordeb arbennig yn rôl celf synhwyraidd o fewn y celfyddydau ac iechyd, gan archwilio sut gall profiadau creadigol effeithio'n bositif ar unigolion a chymunedau. Yn angerddol am y croestoriad hwn, mae'n cyfrannu at fentrau sy'n defnyddio creadigrwydd fel adnodd i gefnogi llesiant.

https://www.galericaernarfon.com

Ella Louise Jones

Ellalouisejones@hotmail.com

Mae fy ngwaith celf yn archwilio gwead, lliw a phroses drwy ddulliau ymarferol, cyffyrddol. Rwy'n cael fy nenu'n arbennig at grefftau traddodiadol a'u potensial ar gyfer mynegiant cyfoes. Yn fy ngwaith, rwy'n aml yn defnyddio defnydd, edau a deunyddiau sy'n cael eu canfod i greu darnau sy'n dathlu arafwch ac ailadrodd. Mae'r sesiwn 'latch & hooking' hon yn gwahodd pobl i ymgysylltu â'r syniadau

hyn, drwy ddefnyddio edafedd a chynfas i greu gweithiau bach, cudynnog. Mae'n dechneg fyfyriol, hygyrch sy'n annog arbrofi a chwarae.

Taya Drake, Rheolwr Rhaglenni Profiadau ac Ymwelwyr, Ymddiriedolaeth Genedlaethol

Rydw i wedi gweithio i'r Ymddiriedolaeth Genedlaethol ers dros 12 mlynedd mewn gwahanol adeiladau ar draws Gogledd Cymru a Gogledd Orllewin Lloegr. Mae gen i radd meistr mewn Rheoli Treftadaeth Ryngwladol o Brifysgol Birmingham. Rwy'n credu'n gryf yn y pŵer y gall natur, treftadaeth a'r celfyddydau ei gael wrth gefnogi bywydau pobl mewn ffordd ystyrlon ac rydw i wedi gweithio mewn nifer o swyddi lle mae'r gwaith wedi archwilio a chyfrannu at hynny mewn rhyw ffordd. Ar hyn o bryd, rwy'n gweithio fel Rheolwr Rhaglenni Profiadau ac Ymwelwyr ar gyfer Portffolio'r Ymddiriedolaeth Genedlaethol yn Ynys Môn a Llŷn, lle rydyn ni'n gweithio gyda phobl ar gyfer y bobl, i hwyluso cysylltiadau â'r arfordir, cefn gwlad, gerddi, casgliadau a thai hanesyddol.

www.nationaltrust.org.uk/plasnewydd

Claire Bailey, Prif Swyddog Gweithredol, Amser i Siarad

Clare Bailey yw Prif Swyddog Gweithredol Amser i Siarad, elusen iechyd meddwl arloesol y mae wedi'i harwain ers 20 mlynedd. O dan ei harweinyddiaeth, mae'r sefydliad wedi arwain y ffordd mewn mentrau gwrth-stigma, gan fod y cyntaf yn 2006 i gyflwyno gwasanaethau di-stigma o leoliadau nad ydynt yn rhai iechyd yng nghanol cymunedau ledled Ynys Môn. Arweiniodd Clare drawsnewidiad beiddgar o'r elusen - o ganolfan adnoddau iechyd meddwl traddodiadol i leoliad cymunedol cyfoes sy'n seiliedig ar y cyfryngau a'r celfyddydau. Roedd y newid hwn yn cynnwys darparu cymorth un-i-un a grwpiau therapiwtig mewn llefydd pob dydd fel llyfrgelloedd, archfarchnadoedd a chanolfannau cymunedol, gan wella mynediad a'r broses o integreiddio gofal iechyd meddwl yn sylweddol. Er yr amheuaeth i ddechrau, mae ei model arloesol wedi cael ei efelychu'n eang ers hynny. Yn 2012, Clare oedd yn rheoli'r elfen Arweinyddiaeth Gymdeithasol Gymunedol ledled Cymru fel rhan o'r ymgyrch *Amser i Newid*. Cyfoethogwyd ei gwaith ymhellach drwy ddysgu dan yr Athro Graeme Thornicroft - arbenigwr adnabyddus ym maes stigma iechyd meddwl ac awdur *Shunned* - y mae ei ddylanwad wedi dyfnhau ei hymrwymiad tuag at ddulliau iechyd meddwl sy'n cael eu harwain gan y gymuned. Yn eiriolwr cynnar dros gymorth iechyd meddwl

sy’n seiliedig ar y celfyddydau, cyflwynodd Clare amrywiaeth eang o brosiectau llesiant creadigol o 2006 ymlaen. Yn therapydd cymwys, mae gan Clare nifer o ardystiadau iechyd meddwl, gan gynnwys ASIST (Hyfforddiant Sgiliau Ymyriadau Hunanladdiad Cymwysedig) a Chymorth Cyntaf Iechyd Meddwl i Ieuenctid ac Oedolion. Mae hi wedi hyfforddi ystod eang o weithwyr proffesiynol, gan gynnwys staff CAMHS, ac mae hefyd yn athrawes meddwlgarwch gymwys. Yn artist ym meysydd ffotograffiaeth a chynhyrchu ffilmiau, mae gan Clare ddiddordeb brwd mewn celf o'r tu allan a'r rhyngweithio rhwng dosbarth cymdeithasol a darparu gwasanaethau.
www.amserisiarad.org

---

02 – Ymchwil y Celfyddydau, Iechyd a Lles yng Nghymru

Yr Athro Emily Underwood-Lee, Athro Astudiaethau Perfformio, Prifysgol De Cymru

Mae fy ngwaith yn canolbwyntio ar ehangu straeon personol sydd heb eu clywed yn aml gan bobl y mae eu lleisiau, o bosib, wedi’u hanwybyddu, ac ar y gwahaniaeth y gall clywed y straeon hyn ei gael ar bolisi, ymarfer a bywyd bob dydd - i'r person sy’n adrodd y stori a’r sawl sy’n gwrando. Mae gen i ddiddordeb arbennig mewn straeon am y fam, rhywedd, iechyd/salwch a threftadaeth. Rwy’n Athro Astudiaethau Perfformio ym Mhrifysgol De Cymru, lle rwy’n Gyd-Gyfarwyddwr Canolfan Adrodd Straeon George Ewart Evans. Rydw i wedi arwain nifer o brosiectau ymchwil a ariannwyd yn allanol, gan gynnwys prosiectau a gefnogwyd gan Gyngor Ymchwil y Celfyddydau a'r Dyniaethau, Cronfa Datblygu Rhanbarthol Ewrop a'r Athrofa Genedlaethol ar gyfer Ymchwil Iechyd. Rwy’n cyd-gadeirio ‘Rhwydwaith Ymchwil Cymru ar gyfer Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol’, grŵp ledled Cymru sy'n dod ag ymchwilwyr, ymarferwyr a goroeswyr at ei gilydd i weithio tuag at ddod â Thrais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol i ben. Rwy’n cadeirio grŵp Celfyddydau Iechyd a Lles Cynghrair Celfyddydau a Dyniaethau Rhwydwaith Arloesedd Cymru, sy'n hwyluso’r cydweithio rhwng holl Brifysgolion Cymru a phartïon eraill sydd â diddordeb ar draws y celfyddydau a'r dyniaethau

ac yn cryfhau eu heffaith sylweddol ar iechyd a lles yng Nghymru a thu hwnt a'u rôl ynddynt. Mae fy nghyhoeddiadau yn cynnwys *Maternal Performance: Feminist Relations* (Palgrave 2021), *Mothering Performance* (Routledge 2022) a rhifynnau *Storytelling Self Society* 'Storytelling for Health' (2019) a 'Storytelling and Aging' (2024).

https://uniswales.ac.uk/cy/ein-gwaith/rhwydwaith-arloesi-cymru/rhaglenni/cynghrair-celfyddydau-dyniaethau-cymru

Dr Kate North, Darllenydd Ysgrifennu Creadigol, Prifysgol Metropolitan Caerdydd

Knorth@cardiffmet.ac.uk

Rwy'n ysgrifennu barddoniaeth a ffuglen ac mae gen i brofiad o weithio mewn lleoliadau cymunedol ar brosiectau celfyddydol, iechyd a lles. Rydw i wedi gweithio gydag awdurdodau lleol, Byrddau Iechyd y GIG, Carchardai EF, elusennau a sefydliadau eraill i ddarparu ymyriadau ysgrifennu, dulliau ymchwil creadigol a modelau cyd-gynhyrchu. Ar hyn o bryd, rwy'n gweithio ar brosiect *Stories on the Edge of Memory*, yn Butetown yng Nghaerdydd, gan weithio gyda hynafiaid cymunedol i ddatblygu technoleg i gadw straeon sydd mewn perygl o gael eu colli. Rydw i hefyd yn datblygu Cerddi Cyfeillion i bobl sy'n byw gyda dementia ac rwy'n rhan o Rwydwaith SPIN Dementia + sy'n gweithio i ddatblygu strategaethau ac arferion atal dementia. Rwy'n Brif Olygydd *Writing in Practice,* cyfnodolyn ymchwil ysgrifennu creadigol.

https://pure.cardiffmet.ac.uk/en/persons/kate-north

Dr Laura Seymour, Uwch Ddarlithydd Saesneg a Chymrawd Datblygu Gyrfaoedd y Wellcome Trust, Prifysgol Abertawe

Mae Laura Seymour yn Uwch Ddarlithydd Saesneg ym Mhrifysgol Abertawe ac yn PI ar y prosiect 'AMEND - Early Modern European Neurodivergence' a ariannwyd gan y Wellcome Trust. Mae hi'n gweithio ar niwroamrywiaeth, llenyddiaeth fodern gynnar, addysgeg gynhwysol, a photensial therapiwtig llenyddiaeth (wedi'i lywio gan ei gwaith fel cwnselydd seicotherapiwtig). Ei llyfrau yw *Shakespeare and Neurodiversity* (CUP 2025) a *Refusing to Behave in Early Modern Literature* (EUP 2022). Ar hyn o bryd, mae'n ysgrifennu *Early Modern*

Neurodivergence o dan gontract gydag OUP, ac yn gyd-awdur *The Sedentary Renaissance* gyda Dr Eva Lauenstein, o dan gontract gyda Brill.

Dr Karen Health, Darllenydd Ymarfer Celf Rhyngddisgyblaethol, Prifysgol Wrecsam

Karen.heald@wrexham.ac.uk

Rwy'n artist, yn academydd ac yn ddarllenydd mewn Ymarfer Celf Rhyngddisgyblaethol ym Mhrifysgol Wrecsam. Mae fy ffilm arbrofol yn archwilio amser, safle, a chreadigrwydd o safbwynt arluniol. Rwy'n cydweithio ac yn lledaenu ymchwil yn fyd-eang drwy sesiynau preswyl, arddangosfeydd, gwyliau ffilm, cynadleddau a chyhoeddiadau. Ym Mhrifysgol Wrecsam, rwy'n darlithio ac yn arwain y cwrs MA Celf a Dylunio, gan gynnwys MA mewn Ymarfer Celf Rhyngddisgyblaethol a MA Celfyddydau mewn Iechyd. Mae fy ngwaith ymchwil yn cwmpasu dwy gyfadran a sefydliadau allanol, gan wasanaethu fel Cyd-Gynullydd, Cyd-Ymchwilydd, a Chynghorydd ar grantiau UKRI. Mae'r rhain yn cynnwys Canolfan Cyfiawnder y Bobl (AHRC, 2025-2030), Platfform Map Cyhoeddus (AHRC, 2023-2025), a'r Dinesydd Ecolegol (EPSRC, 2022-2026). Y tu hwnt i'm swyddi ym Mhrifysgol Wrecsam, fe wnes i'r swyddi canlynol: mentora artistiaid ar gyfer Cyngor Celfyddydau Cymru (2018-2019). Cymrawd Ymchwil Anrhydeddus, Ysgol Gwyddorau Cymdeithasol, Prifysgol Bangor (2012–2018). Ymchwilydd/Artist Anrhydeddus, adran seiciatrig, Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr (2011–2014). Wedi ymchwilio i ddeallusrwydd naratif/synhwyraidd/dysgu cinesthetig drwy fframweithiau creadigol, Prifysgol Salford (2009-2012).

www.karenheald.co.uk

Sarah Pogoda, Uwch Ddarlithydd Astudiaeth Almaenaidd, Prifysgol Bangor

s.pogoda@bangor.ac.uk

Ar ôl astudio yn Berlin a Vienna, a chael PhD mewn Llenyddiaeth Almaenaidd, rydw i wedi bod yn datblygu fy ymchwil ar berfformio a theatr arbrofol ers 2013. Ers 2020, gan fwyaf, rydw i'n gwneud gwaith ymchwil cydweithredol, sydd wedi'i gyd-greu gyda chymunedau o artistiaid yng Nghymru a thu hwnt. Mae gen i ddiddordeb arbennig yn yr artist Cymreig Paul Davies (1949-1993), aelod gwreiddiol o'r grŵp celf dylanwadol Becca ("Welsh Not" yn Eisteddfod

Genedlaethol Wrecsam yn 1977) ac elfen graidd y traddodiad llai gweladwy o gelf sy'n ymgysylltu'n gymdeithasol yng Nghymru. Mae ffurfiau celf sy'n ymgysylltu yng Nghymru heddiw yn cynnwys Llesiant, Eco-ddinasyddiaeth ac Iechyd. Mae fy niddordeb ymchwil yn benodol yn ymwneud â'r cwestiwn beth sy'n digwydd i'r "celf" mewn cyd-destunau Iechyd a Lles. Fan hyn, rwy'n defnyddio trafodaethau esthetig ar gelfyddydau ers y 18fed ganrif yn ogystal â Damcaniaeth Feirniadol i gynnig dadansoddiad manwl o oblygiadau economaidd ac ideolegol y Celfyddydau, Iechyd a Lles. Wrth edrych ar rai o'r prosiectau rydw i wedi bod yn rhan ohonyn nhw – gyda phwyslais penodol ar sector y celfyddydau yn ystod Covid-19 – byddaf yn trafod sut mae artistiaid yn ymateb yn greadigol i heriau iechyd y cyhoedd, neu wreiddiau cymdeithasol Llesiant. Byddaf yn cyflwyno dadl gref iawn dros y celfyddydau o fewn Celfyddydau, Iechyd a Lles, yn dangos gwerth safbwyntiau'r Celfyddydau a'r Dyniaethau mewn ymchwil Celfyddydau, Iechyd a Lles – ac yn tynnu sylw at rai o risgiau tueddiadau'r gorffennol, y presennol a'r dyfodol o fewn y sector.

https://www.bangor.ac.uk/staff/sacl/sarah-pogoda-122522/en

---

03 – Presgripsiynu Creadigol: Yr Heriau

David Easton, Ymarferydd Ffisiotherapi Gofal Brys, BIPHD

Rwy'n ffisiotherapydd yng Ngorllewin Cymru. Mae gen i 25 mlynedd o brofiad o drin a chefnogi pobl sydd ag ystod o gyflyrau iechyd, gan gynnwys arthritis, canser a phoen parhaus. Rydw i wedi cwblhau diploma meddygaeth ffordd o fyw yn 2020 a chymhwyster hyfforddi ILM yn 2024. Rwy'n awyddus i gefnogi'r mudiad presgripsiynu cymdeithasol a mentrau iechyd creadigol. Gan weithio gyda chydlynwyr celfyddydau ac iechyd Hywel Dda, rydw i wedi manteisio ar bob cyfle i integreiddio'r mentrau hyn i gefnogi gofal a gwasanaethau clinigol. Ers 2019, rydw i wedi cydweithio â People Speak Up yn Llanelli i gynnal sawl gweithdy er mwyn hyrwyddo'r defnydd o adrodd straeon cymhwysol i hwyluso'r broses o hunan-reoli problemau iechyd cronig.

Dr Cath Jenkins, Cymrawd Clinigol Academaidd, Prifysgol Abertawe

WEAVE GWEHYDDU

c.a.jenkins@swansea.ac.uk

Mae Dr Cath Jenkins yn feddyg teulu yng Ngorllewin Cymru ers 15 mlynedd. Mae'n gymrawd clinigol academaidd ym Mhrifysgol Abertawe, yn aelod o Grŵp Diddordeb Arbennig y RCGP ar gyfer iechyd creadigol ac yn ymddiriedolwr WAHWN (Rhwydwaith Iechyd a Llesiant Celfyddydau Cymru). Fel rhan o'r Tîm Celfyddydau ac Iechyd ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda, roedd hi'n rhan o gyd-greu Hwb Celfyddydol, prosiect ar y cyd rhwng CAMHS a tri phartner celfyddydol a ariannwyd gan Sefydliad Baring a Chyngor Celfyddydau Cymru, a phrosiect Dawns ar Bresgripsiwn a ariannwyd gan glwstwr meddygon teulu Sir Gâr. Mae'n parhau i fod yn gysylltiedig â HARP – cynllun peilot ar draws y bwrdd iechyd o roi celfyddydau ar bresgripsiwn ym mwrdd Iechyd Hywel Dda.

Dr Sarah Tamplin, Meddyg Teulu ac Arweinydd Gofal Iechyd Clinigol sy'n Seiliedig ar Werth, BIPHD

Meddyg Teulu o Sir Benfro. Rwy'n hyfforddwr ac yn asesydd. Mae gen i rôl estynedig ym maes meddygaeth ffordd o fyw ac rwy'n arweinydd clinigol ar gyfer Gofal Iechyd sy'n Seiliedig ar Werth. Athrawes ioga, nofiwr dŵr oer brwd a mam i 2 o fechgyn.

Ffion Strong, Swyddog Datblygu Celfyddydau Cymunedol, Cyngor Gwynedd

Ffionstrong@gwynedd.llyw.cymru

Rwy'n gweithio fel Swyddog Datblygu Celfyddydau Cymunedol ar gyfer Cyngor Gwynedd. Mae fy ngwaith yn cynnwys cydweithio â sefydliadau ac artistiaid o bob maes celfyddydol ar draws y sir. Rwy'n cynorthwyo sefydliadau ac unigolion yng Ngwynedd drwy gynnig grantiau, cyfleoedd gwaith, a helpu i greu cysylltiadau neu bartneriaethau. Rydyn ni hefyd yn creu ac yn cyd-greu prosiectau, fel y Stiwdio Lles. Mae fy ngyrfa a'm diddordebau wastad wedi bod ym myd y celfyddydau, gan gynnwys gweithio i Celfyddydau Rhyngwladol Cymru, Cerdd Gymunedol Cymru, Galeri, a PYST. Ers y 10 mlynedd ddiwethaf, rydw i hefyd wedi gweithio fel rheolwr prosiectau llawrydd, yn ogystal â threfnu teithiau i fandiau o Gymru.

https://gwyneddgreadigol.com/

Jonny Currie, Meddyg Teulu a Chyd-Gyfarwyddwr, Cwmni Buddiant Cymunedol 19 Hills

Meddyg Teulu, ymgynghorydd iechyd y cyhoedd ac academydd iechyd yw Jonny sydd â diddordeb mewn datblygu cymunedol a mynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd, ac mae'n rhedeg y podlediad 'Community, Health and Capital'. Jonny oedd cyd-sylfaenydd y Cwmni Buddiant Cymunedol 19 Hills yn 2024 i weithio ochr yn ochr â chanolfan lesiant y GIG yn nwyrain Casnewydd, gan hyrwyddo gwasanaethau lleol i fod yn fwy integredig, ataliol a chymunedol. Mae Cwmni Buddiant Cymunedol 19 Hills yn archwilio cyflwyno celf a chreadigrwydd fel ffordd newydd o gefnogi unigolion gyda'u hiechyd a'u lles, ac ers dechrau 2025, bu'n gweithio gyda Chwmni Buddiant Cymunedol Dr. B.Creative i gyflwyno sesiynau creadigol ac i ddatblygu partneriaethau a mentrau a all sicrhau bod y dulliau hyn yn nodwedd gynaliadwy yn y gymuned leol.

www.19hills.org

---

04 – Tu Chwith Allan: Ble rydyn ni'n profi byd natur?

Joseph Conran, Cyfoeth Naturiol Cymru ac Artist

Josephconran@outlook.com

Artist, gweithiwr metel a strategydd amgylcheddol yw Joseph Conran. Yn ei rôl fel cynghorydd arbenigol Cyfoeth Naturiol Cymru, helpodd i greu'r Rhaglen Natur Greadigol gyda Chyngor Celfyddydau Cymru, gan gyflwyno elfen Natur y Gronfa Celfyddydau ac Iechyd, Cymrodoriaeth Cymru'r Dyfodol a'r Cynllun Cyfiawnder Hinsawdd a'r Celfyddydau. Mae ganddo gymwysterau ym maes Mentrau Celfyddydol a Diwylliannol, Rheoli Cefn Gwlad a Thirweddau ac mae'n Gymrawd Clore. Mae hefyd yn gadeirydd CARN ac yn ymddiriedolwr WAHWN. Yn ei arferion artistig a strategol, mae eisiau creu mannau lle gall creadigrwydd

ysbrydoli pobl i feddwl mwy am eu cysylltiad â byd natur, a'u rôl wrth warchod ei ddyfodol.

www.josephconran.com

Lucy Powell, Rheolwr Prosiect, Outside Lives

outsideliveslted@gmail.com

Mae Lucy Powell yn eiriolwr angerddol dros fentrau cymunedol a datblygodd y weledigaeth y tu ôl i Outside Lives, sefydliad arloesol sy'n ymroddedig i feithrin cysylltiad, cynhwysiant a llesiant drwy greadigrwydd a chynaliadwyedd. Gyda phwyslais cryf ar ofalu am bobl, gofalu am y ddaear a gofalu am y dyfodol, mae Lucy wedi arwain nifer o brosiectau sy'n grymuso unigolion a chymunedau i ffynnu gyda'i gilydd. Drwy ddefnyddio ei phrofiad fel gweithiwr cymdeithasol, mae Lucy yn angerddol am harneisio natur fel gofod therapiwtig. Daw Lucy â chyfoeth o wybodaeth am bŵer trawsnewidiol cydweithio cymunedol, gofalu am yr amgylchedd, a chyd-gynhyrchu. Mae ei gwaith wedi bod yn allweddol wrth greu mannau lle gall pobl o bob cefndir ddod at ei gilydd, rhannu syniadau, a chreu newid ystyrlon. Ymunwch â ni wrth i Lucy rannu ei straeon a'i hysbrydoliaeth, gan gynnig strategaethau ymarferol i adeiladu cymunedau gwydn a chynhwysol sy'n gofalu am bobl a'r blaned.

https://outsidelivesltd.org/

Jo Breckon, Cyd-Gyfarwyddwr, Studio Response

Jo@studio-response.com

Mae gan Jo bum mlynedd ar hugain o brofiad o ddatblygu strategol, cyflwyno a rheoli rhaglenni yn y celfyddydau, ar draws y sectorau cyhoeddus a phreifat. Mae hi wedi bod yn gysylltiedig â chelf yn y byd cyhoeddus ers 2005, ac mae ganddi ddiddordeb ac arbenigedd penodol mewn comisiynu gwaith dros dro, gwaith drwy brofiadau a gwaith parhaol o fewn cyd-destun gofal iechyd. Mae hi'n frwd o blaid manteision llesiant a gwerth cymdeithasol y celfyddydau a chreu lleoedd creadigol. Cyn cyd-sefydlu Studio Response yn 2016, gweithiodd Jo i un o gwmnïau ymgynghori mwyaf blaenllaw y DU o ran y celfyddydau ac iechyd, a threuliodd 9 mlynedd gyda Chyngor Celfyddydau Cymru. Mae ganddi

MA (Oxon) mewn Iaith a Llenyddiaeth Saesneg, a MA mewn Polisi a Gweinyddiaeth Ddiwylliannol Ewropeaidd o'r Ganolfan Astudiaethau Polisi Diwylliannol ym Mhrifysgol Warwick.

https://studio-response.com/

4.00pm - 4.45pm | Neuadd William Aston: **Panel: Arloesi yn y Celfyddydau, Iechyd a Lles yng Ngogledd Cymru**

Nina Ruddle, Pennaeth Ymgysylltiad Polisi Cyhoeddus

Mae gan Nina dros 23 o flynyddoedd o brofiad mewn gwasanaethau cyhoeddus gyda rolau uwch ar draws addysg, adfywio cymdeithasol ac economaidd, caffael, rhaglenni newid ar draws rhanbarthau, a datblygu/gweithredu polisi mewn llywodraeth leol a chanolog ledled Cymru a Lloegr. Yn ei rôl mae'n arwaith strategaeth partneriaid cenhadaeth ddinesig Prifysgol Wrecsam ar draws gogledd Cymru, sy'n cyflwyno ystod eang o waith cenhadaeth ddinesig wedi'i gyd-greu gyda phartneriaid a chymunedau ac sy'n ceisio mynd i'r afael ag anghydraddoldeb cymdeithasol. Mae'r gwaith yn amrywio o alluogi arweinyddiaeth systemau a meddylfryd systemau cyfan i gefnogi gweithredu Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol a gwaith y Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus ar draws y rhanbarth, gan ddarparu Prifysgol Plant ranbarthol mewn partneriaeth, dod yn brifysgol sy'n ystyriol o TrACE, cynyddu Labordy Gwasanaeth Cyhoeddus Gogledd Cymru a gwaith arloesol yn cofnodi straeon. Yn ei rolau eraill, Nina yw cadeirydd mudiad cymdeithasol 2025 ledled y gogledd, mae'n is-gadeirydd Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Wrecsam a Sir y Fflint, yn aelod o grŵp Strategaeth y Celfyddydau mewn Iechyd ar ran Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr, yn aelod o Fwrdd Partneriaeth Actif Gogledd Cymru, yn aelod o Fforwm Rhanddeiliaid Cenedlaethol Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol i Lywodraeth Cymru ac yn aelod o Fwrdd Ymgynghorol Hwb Partneriaeth Arloesi Polisi Lleol UKRI, Prifysgol Birmingham yn ogystal â Bwrdd Ymgynghorol LPIP

Cymru Wledig. Mae hi hefyd yn aelod o fwrdd ymgynghorol Rhaglen Llunio Lleoedd ar gyfer Llesiant yng Nghymru dan arweiniad Iechyd Cyhoeddus Cymru a gyllidir gan y Sefydliad Iechyd. Mae Nina wedi'i henwi'n un o'r 100 o Ysgogwyr Newid Cenedlaethau'r Dyfodol yng Nghymru.

Gwennan Mair, Cyfarwyddwr Ymgysylltu Creadigol, Theatr Clwyd

Gwennan.mair@theatrclwyd.com

Hwylusydd theatr gymunedol ac artist yw Gwennan sy'n gweithio yn Theatr Clwyd fel Cyfarwyddwr Ymgysylltu Creadigol, sy'n dod o hyd i lawenydd ym mhŵer y celfyddydau i bontio rhaniadau ac i greu cysylltiadau. Mae ei hymrwymiad i ddefnyddio byd y theatr fel adnodd ymgysylltu wedi'i wreiddio wrth wrando, ennyn ymddiriedaeth, gofalu a chefnogi pobl. Mae ganddi brofiad helaeth o greu a chyflwyno prosiectau cymunedol yng Ngogledd Cymru, tir ei chartref yng Nghymru; tir gwael, gwledig, amaethyddol (ôl-ddiwydiannol) a thir sydd wedi'i anghofio i raddau helaeth.

Helen Louise Goddard, Cyfarwyddwr Prosiect: Prosiect Ail-ddatblygu Amgueddfa Lechi Cymru, Amgueddfa Cymru

Helen.goddard@museumwales.ac.uk

Mae gan Helen 20 mlynedd o brofiad yn arwain prosiectau celfyddydol ar draws y sector cyhoeddus a'r trydydd sector. Yn archaeolegydd cymwys a Gweithiwr Amgueddfa Proffesiynol, symudodd Helen yn ddiweddar i Amgueddfa Cymru o'i rôl fel Pennaeth Diwylliant, Llyfrgelloedd a Gwybodaeth yng Nghyngor Bwrdeistref Sirol Conwy, lle bu'n rheoli prosiect Canolfan Ddiwylliant Conwy, gwerth £4m, ac arweiniodd ar y gwaith o ddatblygu a gweithredu Strategaeth Ddiwylliant ar draws Conwy. Yn ei rôl bresennol, mae Helen yn arwain tîm sy'n gyfrifol am ail-ddatblygu Amgueddfa Lechi Cymru, gwerth £26m, ochr yn ochr â'i chymunedau. Mae Helen yn arbenigo mewn gwaith dehongli mewn amgueddfeydd, twristiaeth treftadaeth, codi arian ac ymgysylltu cymunedol, ar ôl gweithio fel swyddog datblygu cymunedol, swyddog amgueddfeydd ac archaeolegydd cymunedol ar draws Cymru, Lloegr a'r Alban. Mae Helen yn angerddol am rôl diwylliant mewn datblygu cynaliadwy a meithrin gallu

cymunedol ac mae'n un o 100 o Ysgogwyr Newid Cenedlaethau’r Dyfodol, a enwyd gan y Comisiynydd Cenedlaethau’r Dyfodol cyntaf.

https://museum.wales/

Manuela Niemetscheck, Seicotherapydd Celf, BIPBC

Manuela.niemetscheck@wales.nhs.uk

Seicotherapydd Celf yw Manuela Niemetscheck sy’n dod yn wreiddiol o Ganada ond sydd bellach yn byw ac yn gweithio yng ngogledd orllewin Cymru. Mae hi’n gweithio mewn lleoliad iechyd meddwl seiciatrig i gleifion mewnol sy’n oedolion, ac mae ei rôl yn ymestyn i Dimau Iechyd Meddwl Cymunedol lleol. Mae hi'n rhedeg grŵp Therapi Celfyddydau Amgylcheddol (EAT) yn yr awyr agored, mewn lleoliad naturiol. Math o seicotherapi gyda dull celfyddydol integreiddiol yw EAT. Wrth wraidd hyn mae'r berthynas rhwng y byd naturiol a'r hunan. Ar ôl dysgu Cymraeg, mae hi'n ymarfer yn ddwyieithog gyda chleifion a defnyddwyr amrywiol ar draws ardal ddaearyddol wledig fawr. Cyrhaeddodd rownd derfynol Dysgwr y Flwyddyn yn yr Eisteddfod Genedlaethol yn 2023. Mae Manuela wedi ymrwymo i anrhydeddu diwylliant, iaith, hunaniaeth, a'r tir, ac mae’n gweld hyn fel rhan bwysig o feithrin perthynas therapiwtig ymddiriedus.

Jo Marsh, Ty Pawb

Artist a Chyfarwyddwr Creadigol Tŷ Pawb yn Wrecsam yw Jo Marsh, a gydnabyddir am ei hagwedd arloesol at gelf cymdeithasol, chwarae a rhaglennu diwylliannol dan arweiniad y gymuned. Ers 2017, mae Jo wedi ennill cymeradwyaeth genedlaethol am arwain Tŷ Pawb, gan gynnwys cyrraedd y rhestr fer ar gyfer Amgueddfa’r Flwyddyn 2022. Mae ei hymarfer yn canolbwyntio ar botensial trawsnewidiol bod yn chwareus a ‘Celf Ddefnyddiol’, a fynegir drwy brosiectau blaenllaw e.e. arddangosfa PLAY-WORK (2019) a sefydlu Lle Celf Defnyddiol / The Useful Art Space (2021). Mae hi wedi cydweithio gydag arweinwyr a sefydliadau celf rhyngwladol, gan feithrin dialog ynghylch gwaith chwarae, methodolegau Arte Útil, a’u goblygiadau ar gyfer ymgysylltu â’r sector diwylliannol. Ar hyn o bryd mae Jo ar gyfnod ymchwil preswyl annibynnol yn The Land, maes chwarae jync enwog ym Mhlas Madoc, Wrecsam. Mae’r cyfnod preswyl, a gyllidir gan Gyngor Celfyddydau Cymru, yn ymchwiliad i’r ffordd y gall

arferion chwareus, cynaliadwy a arweinir gan y cydrannau lywio ymatebion artistig ehangach i heriau cymdeithas.

Dr Karen Heald

4.45pm - 5.15pm | Neuadd William Aston: **Perfformiad Byw: MonologAYE GIG / NHS**

Siwan Mathias, Briall Gwilym

Mae *MonologAYE GIG* yn brosiect creadigol pwerus o dan arweiniad BLAS Pontio, sy'n rhoi cyfle i staff y GIG rannu eu profiadau personol drwy gyfrwng monolog a pherfformiad. Wedi'i ddatblygu ar y cyd ag awduron proffesiynol, gwahoddodd y prosiect weithwyr gofal iechyd i ysgrifennu a pherfformio monologau yn seiliedig ar eu straeon o fywyd go iawn o weithio yn y GIG. Cafwyd 6 o fonologau, pob un yn ddirdynol, yn onest, ac yn ddynol iawn. O eiliadau o frwydro a gwytnwch i hiwmor a gobaith, roedd y perfformiadau yn cynnig cipolwg prin ar y bobl y tu ôl i'r iwnifform. Drwy ddod â'r lleisiau hyn i'r llwyfan, dathlodd *MonologAYE GIG* gryfder ac ymroddiad staff y GIG wrth ddefnyddio'r celfyddydau fel ffordd o gysylltu pobl, sbarduno sgwrs ac ysbrydoli empathi.

Mared Elliw Huws, Cydlynydd Datblygu'r Celfyddydau, Pontio

m.huws@bangor.ac.uk

Cyn ymuno â Pontio, treuliodd dros ddeng mlynedd yn gweithio fel ymarferydd cerdd a drama llawrydd ar draws Cymru, gan gydweithio ag ystod eang o gymunedau, ysgolion a mudiadau. Yn Pontio, mae Mared yn canolbwyntio ar greu rhaglenni celfyddydol cynhwysol sy'n cefnogi llesiant, annog creadigrwydd, a dod â phobl at ei gilydd. Mae ei gwaith yn anelu at wneud y celfyddydau yn hygyrch i bawb, yn enwedig y rhai a allai wynebu rhwystrau wrth gymryd rhan. Mae hi'n angerddol am rôl y celfyddydau wrth hyrwyddo iechyd, cysylltiad cymdeithasol, a mynegiant diwylliannol, ac yn gweithio'n agos gyda phartneriaid

lleol, artistiaid a’r gymuned i gyflwyno prosiectau ystyrlon a chynaliadwy. Mae Mared wedi ymrwymo i feithrin amgylchedd lle gall creadigrwydd ffynnu a lle mae'r celfyddydau'n cyfrannu at lesiant ehangach y gymuned.

www.pontio.co.uk

Diwrnod 2: Dydd Mawrth 09 Medi

9.45am - 10.00am | Neuadd William Aston: **Symudiadau**

Cai Tomos, Artist

Yn ei hanfod, mae fy ngwaith yn ymwneud â symudiadau, ym mhob un o'i ffurfiau. Rwy'n tueddu i symud rhwng gwahanol ffurfiau celf sy'n adlewyrchu gwahanol agweddau ar fy ngwaith, ond, yn y bôn, mae gen i ddiddordeb yn y dychymyg a'i berthynas â'n cyrff. Mae gen i ddiddordeb mewn iachâd ac iechyd hefyd, a sut mae'r celfyddydau yn ein helpu i ddod o hyd i'r hyn nad ydyn ni’n aml yn gwybod ein bod yn chwilio amdano. Mae'r celfyddydau yn rhoi cyfrwng i ni siarad ein hiaith ein hunain, sydd yn aml heb eiriau, ond yn ffordd unigryw ein hunain o fynegi ein hunain yn y byd. Mae gen i ddiddordeb mewn cymuned, a sut mae'r celfyddydau yn cefnogi undod, ffordd o fod gyda'n gilydd sy'n rym er gwell. Rwy'n credu mewn trawsnewid. Y trawsnewidiadau cyffredin rhyfeddol bob dydd y gall y celfyddydau ein cefnogi â nhw. Rwy'n teimlo bod yr ysbryd creadigol ym mhawb, gall ddod drwy ddawns, coginio, barddoniaeth, trefnu pecyn cinio eich plant, darlunio, helpu eich cymydog neu arddio. Mewn ffordd, mae gen i ddiddordeb yn yr hyn sy'n gwneud i ni deimlo'n fyw. Mae fy ngwaith yn cynnwys bod gydag eraill a chwilio am y bywiogrwydd hwnnw ym mha bynnag ffordd y daw i’r golwg – yn fach neu’n fawr. Rydw i wedi gweithio mewn cartrefi gofal, theatrau, ysbytai seiciatrig, ystafelloedd byw pobl, corneli strydoedd. Rydw i'n gweithio un-i-un gyda phobl mewn gwelyau ysbytai - drwy weithio, rydw i'n golygu, rydyn ni'n dod o hyd i ffyrdd o fod gyda'n gilydd lle mae gan chwilfrydedd y lle i ddod i'r amlwg fel y mae eisiau. Fel bodau dynol, rydyn ni’n greaduriaid sy’n dibynnu ar ein gilydd, mae angen ein gilydd arnom ni ar gyfer ein twf unigol a thorfol. Rydyn ni'n dod mewn cymaint o siapiau a meintiau a gwahanol ffyrdd rydyn ni'n gweld ac yn profi'r byd, ein llawenydd a'n poenau. Mae'r celfyddydau yn fwy nag unrhyw beth yn ein helpu i wrando, a thrwy wneud hynny, drwy wrando go iawn, rydyn ni'n rhannu rhywbeth o'n dynoliaeth

gyffredin, o fod gyda'n gilydd yn y byd yn y foment honno, a'r eiliadau hyn sy'n ein helpu i ddod o hyd i ystyr a'i greu wrth i ni symud ymlaen drwy ein dyddiau...

https://caitomos.com/

10.00am - 10.15am | Neuadd William Aston: **Mewn Sgwrs**

Heledd Fychan, Aelod o Senedd Cymru dros Ganol De Cymru, Cadeirydd Grŵp Trawsbleidiol Celfyddydau ac Iechyd, Plaid Cymru

Mae Heledd wedi bod yn Aelod Plaid Cymru o'r Senedd dros Ganol De Cymru ers 2021. Hi yw llefarydd y blaid ar Gyllid, Diwylliant, Chwaraeon a'r Gymraeg, ac mae'n Gadeirydd Grŵp Trawsbleidiol y Senedd ar y Celfyddydau ac Iechyd yn ogystal â Chymru Ryngwladol. Cyn ei hethol, gweithiodd Heledd yn y sector diwylliannol.

https://www.heleddfychan.cymru/

Angela Rogers, Cyfarwyddwr Gweithredol, WAHWN

10.30am - 11.15am | Neuadd William Aston: **Prif Anerchiad**

Beatrice Gbevegnon-Roper, Cantores, Cyfansoddwraig caneuon ac Osteopath

beashantifamusic@gmail.com

Will Roper, Ymarferydd Creadigol

Fel cwpwl priod a rhieni sydd wedi profi genedigaeth gynnar eu merch (26 wythnos), mae Beatrice a Will wedi creu ymateb cerddorol i heriau a llawenydd eu profiad o'r Uned Gofal Dwys i'r Newydd-anedig (NICU) mewn prosiect o'r enw

Cocoon, sy'n adrodd stori elfennau emosiynol a synhwyraidd y daith hon o safbwyntiau mam o liw a thad. Drwy eu cefndiroedd artistig a therapiwtig, mae Beatrice a Will yn angerddol am ddefnyddio’r celfyddydau fel offeryn ar gyfer effaith gymdeithasol. Mae Beatrice, cantores brofiadol, chwaraewraig offerynnau taro, dawnswraig a sylfaenydd Wellness & Voice, wedi cysylltu’n ddwfn â’i threftadaeth yng Ngorllewin Affrica, ac fel Osteopath arbenigol, daw â dealltwriaeth ddofn o'r cysylltiad rhwng y corff a’r meddwl i’w gwaith. Bwriad Will, perfformiwr, cynhyrchydd, offerynnwr ac Ymarferydd Creadigol sy’n hyfforddi ar hyn o bryd fel Therapydd Cerdd yw cefnogi eraill i ddatblygu eu lleisiau creadigol, gan ddyfnhau ei ddealltwriaeth o bŵer cerddoriaeth ar gyfer twf personol a chymunedol. Gyda'i gilydd, maen nhw’n cysylltu â chynulleidfaoedd amrywiol drwy gerddoriaeth, gan feithrin newid cymdeithasol a dealltwriaeth ddiwylliannol.

www.wellnessandvoice.com | www.beabodytherapy.com

Amanda Lawes, Therapydd Galwedigaethol Newydd-anedig, BIPBA

Amanda.lawes@wales.nhs.uk

Mae Amanda wedi bod yn glinigydd wrth ei gwaith ers 31 o flynyddoedd. Mae hi wedi ymgymryd â rolau mewn seiciatreg fforensig, iechyd meddwl, pediatreg gymunedol a gwasanaethau newydd-anedig dros y 13 blynedd ddiwethaf. Mae Amanda wedi gweithio mewn pum uned gofal dwys newydd-anedig wahanol yng Nghaerfaddon, Rhydychen, St Mary’s Paddington, St Mary’s Manceinion ac yn ei swydd bresennol yn Uned Newydd-anedig Singleton yn Abertawe. Mae hi wrth ei bodd i gael bod yn rhan o Dîm Gofal Integredig i’r Teulu sydd wedi’i sefydlu ers tro yn Abertawe, y Tîm Newydd-anedig cyntaf i gyflwyno Gofal Integredig i’r Teulu yng Nghymru (hefyd un o’r pum uned gyntaf yn y DU). Mae Amanda’n aelod o bwyllgor y fforwm Therapi Galwedigaethol Newydd-anedig cenedlaethol ac yn gynrychiolydd cyswllt Therapi Galwedigaethol ar ran Bliss. Mae Amanda wedi bod yn brysur yn lobio’r rôl therapi newydd-anedig gan arwain at wahoddiad ar i is-grŵp therapi galwedigaethol newydd-anedig Cymru fynd i’r Senedd i hyrwyddo rôl Therapi Galwedigaethol y Newydd-anedig i Lywodraeth Cymru.

11.30am - 1.00pm: **Sesiynau Grŵp #2**

01 – Diwylliant mewn Gofal

Tara Dean, Artist, Making Sense CIO

tara@taradean.co.uk

Wrth weithio ar brosiectau cymunedol, rydyn ni'n archwilio'r syniad bod pob un ohonom yn gallu 'gwneud ein marc' ac yn aml yn trawsnewid llinellau a marciau yn batrymau drwy wneud printiau. Ar ôl gweithio fel Artist Cerameg, mae fy mhrosiectau a'm gweithdai yn arbrofi gyda haenau a gwead. Drwy weithio ar brosiectau Celfyddydau ac Iechyd ar draws Sir Ddinbych, Conwy, Sir y Fflint, ac fel rhan o dîm o artistiaid ar brosiect cARTrefu gydag Age Cymru, yn fwyaf diweddar gyda Making Sense CIO yn Wrecsam, rwy'n cael fy ysbrydoli gan ble rwy'n dod o hyd i fi fy hun a'r bobl rwy'n eu cyfarfod. Mae natur y ffordd hon o weithio yn caniatáu diddordeb esblygol mewn cyflwyno gweithdai cymunedol sy'n hyrwyddo profiad sy'n annog archwilio ynghyd ag ymgysylltu ym mhob lleoliad, gan gysylltu prosiectau ledled Cymru a thu hwnt.

www.taradean.co.uk

Ticky Lowe, Prif Swyddog Gweithredol, Making Sense CIO

tickylowe@makingsensecio.co.uk

Ticky yw Prif Swyddog Gweithredol a sylfaenydd Making Sense CIO, elusen sy'n ymroddedig i gynnig cyfleoedd ar gyfer creadigrwydd a chysylltiad drwy'r celfyddydau ar gyfer cynulleidfaoedd sy'n cael eu tan-gynrychioli. Gan weithio mewn cydweithrediad â lleoliadau diwylliannol gyda phwyslais ar ddull aml-synhwyraidd, mae gennym dair prif raglen waith - Dwylo Bach ar gyfer babanod a phlant bach ac oedolion. Gwasanaeth parsel synhwyraidd a wnaed gyda ac ar gyfer pobl ag anableddau dysgu dwys a lluosog a'u gofalwyr. Creu Atgofion a Gofalu'n Greadigol i bobl sy'n byw gyda dementia a'u gofalwyr. Mae gwaith amlgyfrwng Ticky yn ymwneud â'r ymdeimlad o gyffwrdd, amgylcheddau trochol, cysylltiad, cyfathrebu, cydweithio a llesiant drwy ymgysylltu creadigol.

www.makingsensecio.co.uk

Eleri Jones, Artist a Hwylusydd Gweithdai, Making Sense CIO

eleripenoros@hotmail.com

Rydw i wedi bod yn trefnu ac yn cynnal gweithdai creadigol o bob math gyda phobl o bob oed ers bron i 30 mlynedd erbyn hyn. Rwy'n teimlo'n angerddol iawn bod angen ymgysylltu a chyfathrebu creadigol ar bob un ohonom, p'un a ydych chi'n 2 neu'n 102 oed, boed mewn ysgol, cartref gofal neu gartref.

https://www.instagram.com/eleri_jones_artist/?hl=en

Ffion Evans, Artist

Celf.ffion@gmail.com

Mae Ffion Evans yn creu gweithiau celf cyffyrddol, synhwyraidd sy'n gwahodd rhyngweithio a chwarae, gan annog chwilfrydedd ac eiliadau o lawenydd. Gan weithio'n bennaf gyda cherfluniau meddal, mae hi'n archwilio gwead, arogl a ffurf i gysylltu gwylwyr â deunyddiau a gwrthrychau bob dydd mewn ffyrdd ystyrlon. Gan weithio o fewn y celfyddydau, iechyd ac addysg, mae Ffion yn ymarfer creadigrwydd therapiwtig, drwy ddefnyddio celf i gefnogi llesiant a hygyrchedd. Mae ei phrosiectau celfyddydau-mewn-iechyd yn cynnwys gweithdai a gwaith cydweithredol sy'n ymgysylltu ac yn codi calon unigolion, yn enwedig mewn perthynas ag iechyd meddwl a gofal yr henoed. Drwy ei gwaith, bwriad Ffion yw darparu profiadau creadigol sy'n hyrwyddo gofal, cysylltiad, ac ansawdd bywyd gwell i'r rhai y mae'n gweithio gyda nhw.

www.ffionevanstextiles.com

Lisa Heledd Jones, Artist, Making Sense CIO

lisaheleddjones@gmail.com

Mae Lisa Heledd Jones yn adrodd straeon ac yn hwylusydd sy'n gweithio gyda sain, delwedd, cof a lle. Daw ei gwaith â straeon sydd wedi'u hanwybyddu yn fyw - boed mewn wardiau ysbytai, ysgolion gwledig sydd wedi cau, llefydd bwyd neu goridorau cartrefi gofal - drwy sain, ffilm, testun a gosodiadau. Mae hi'n gweithio'n rheolaidd gyda Making Sense ar y prosiect Celf mewn Gofal, gan greu mannau diogel a chwareus lle gall cydlynwyr gweithgareddau ac artistiaid rannu syniadau, meithrin cefnogaeth gan gymheiriaid a sbarduno creadigrwydd. Dechreuodd Lisa ym myd adrodd straeon gyda'r tîm Cipolwg ar Gymru yn y BBC. Wedi'i lleoli yng nghefn gwlad Gogledd Cymru, mae hi'n siarad Cymraeg, yn

cerdded llawer, yn cofnodi ffensys ac mae ganddi wastad ddiddordeb mewn cwrdd â phobl a dod o hyd i brosiectau newydd.

www.lisaheleddjones.com

Kate Ann Evans, Cydlynydd Dementia sy'n Canolbwyntio ar y Person, Awdurdod Lleol Wrecsam

Katea.evans@wrexham.gov.uk

Rydw i'n arweinydd dementia ar gyfer Awdurdod Lleol Wrecsam ac rwy'n gweithio'n agos gyda'r prosiect Celf mewn Gofal. Rydw i'n rheoli 29 o gydlynwyr gweithgareddau sydd wedi'u lleoli mewn cartrefi gofal o amgylch Bwrdeistref Wrecsam. Mae'n eu galluogi i deimlo bod pobl yn gwrando arnyn nhw, pobl sydd wirioneddol yn deall eu rôl, yn siarad yn agored am eu rolau i'w galluogi i fod y gorau y gallan nhw fod, ac yn lle diogel i rannu.

02 – Pobl Ifanc a Gwasanaethau Iechyd Meddwl

Rachel Byron, Prif Ddarlithydd Dros Dro Iechyd a Lles, Prifysgol Wrecsam

Rachel.Byron@wrexham.ac.uk

Cyn ymuno â Phrifysgol Wrecsam, gweithiodd Rachael am nifer o flynyddoedd ym maes gofal iechyd a lles, gan ddechrau mewn gwasanaethau Iechyd Meddwl Gofal Sylfaenol, ac yna symud i ddatblygu iechyd cymunedol a Gwasanaethau Darparwyr Iechyd y Cyhoedd. Mae hi wedi gweithio ar draws y sectorau cyhoeddus, preifat a'r trydydd sector, ac mae llawer o'i gwaith wedi canolbwyntio ar leihau anghydraddoldebau iechyd, mynd i'r afael â phenderfynyddion ehangach iechyd, ac ar gefnogi pobl sy'n wynebu ystod o heriau cymhleth nad ydynt efallai'n cael y cymorth sydd ei angen arnyn nhw. Mae gan Rachel ddiddordeb brwd mewn creadigrwydd a llesiant, ac am sawl blwyddyn, bu'n Ymgynghorydd Cenedlaethol ar gyfer Cyngor Celfyddydau Cymru. Yn 2012 sefydlodd fenter gymdeithasol a ddefnyddiodd ddulliau creadigol i hyrwyddo llesiant a lleihau ynysigrwydd cymdeithasol, a darparodd hyfforddiant ar weithio'n greadigol gyda grwpiau cymunedol. Ar hyn o bryd, mae Rachel yn arwain cyfres o raglenni Iechyd a Lles ym Mhrifysgol Wrecsam.

www.wrexham.ac.uk

Rod Kippen, Arweinydd Clinigol ar gyfer Creadigrwydd a Gweithredu Cymdeithasol, 42nd Street

rod.kippen@42ndstreet.org.uk

Mae Rod Kippen yn Arweinydd Clinigol ar gyfer Creadigrwydd a Gweithredu Cymdeithasol (rhan o 42nd Street, sef elusen iechyd meddwl i bobl ifanc 12-25 oed ym Manceinion). Mae'n angerddol am hawliau pobl ifanc a mynegiant creadigol. Drwy ei yrfa yn gweithio gyda phobl ifanc mewn amrywiol wasanaethau, mae Rod wedi goruchwylio datblygiad oriel a gofod creadigol y Horsfall yn ystod y 6 blynedd ddiwethaf. Mae'r Horsfall yn cynnig mynediad am ddim i greadigrwydd, mynegiant, arbrofi, prosesu, dychmygu ac yn y pen draw rhyddid. Mae'r dull yn cyfuno ymarfer artistig â chymorth iechyd meddwl unigol, gan greu mannau lle mae'r broses greadigol yn cynnig ei manteision mwyaf. Mae ei waith wedi bod yn allweddol wrth ddatblygu rhaglenni sy'n rhannu pŵer

gyda phobl ifanc i archwilio'r hyn maen nhw'n teimlo sydd ei angen arnyn nhw/eisiau ei archwilio yn y ffordd maen nhw eisiau ei archwilio. Gofod lle mae lleisiau ifanc nid yn unig yn cael eu clywed ond eu deall a'u dathlu. Meithrin amgylchedd lle mae creadigrwydd yn gwasanaethu fel sbardun ar gyfer twf personol a newid cymdeithasol.

https://www.42ndstreet.org.uk/

Kathryn Lambert, Pennaeth Celfyddydau ac Iechyd, BIPHD

Kathryn.lambert@wales.nhs.uk

Kathryn yw arweinydd y Celfyddydau ac Iechyd ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda. Daw â dros 20 mlynedd o brofiad o weithio yn sector y celfyddydau fel Cyfarwyddwr, Ymarferydd, Cynhyrchydd, Ymgynghorydd a Chyllidwr. Mae Kathryn wedi arwain y gwaith o gyd-greu a chyhoeddi Siarter Celfyddydau ac Iechyd arloesol Hywel Dda; addewid cyhoeddus i integreiddio'r celfyddydau i waith y Bwrdd Iechyd er mwyn gwella iechyd a lles a hyrwyddo iachâd ac adferiad – y tro cyntaf i hyn ddigwydd yng Nghymru. Mae Kathryn yn rhan o dîm cenedlaethol o arweinwyr Celfyddydau ac Iechyd ar draws Cymru ac yn aelod o Grŵp Trawsbleidiol Llywodraeth Cymru ar y Celfyddydau ac Iechyd. Mae Kathryn wedi arwain Hwb Celfyddydol gyda Katie O'Shea, Arweinydd BIP Hywel Dda ar gyfer Therapïau Seicolegol CAMHS yn ystod y 4 blynedd ddiwethaf, ac mae'n angerddol am hyrwyddo rôl y celfyddydau, diwylliant a chreadigrwydd wrth gefnogi iechyd meddwl plant a phobl ifanc yng nghanolbarth a gorllewin Cymru.

https://hduhb.nhs.wales/arts-and-health/

Katie O'Shea, Seicotherapydd Systemig Ymgynghorol ac Arweinydd ar gyfer Therapïau Seicolegol CAMHS, BIPHD

Mae gan Katie O'Shea dros 25 mlynedd o brofiad o weithio gyda phlant, pobl ifanc, a theuluoedd/gofalwyr, gan ddechrau ei gyrfa ym maes gofal cymdeithasol fel gweithiwr cymdeithasol, yn y cyd-destunau gwirfoddol a statudol. Taniodd y sylfaen hwn ei hangerdd dros feddwl systemig a chydgynhyrchu mewn datblygu gwasanaethau a newid sefydliadol. Yn 2011, ar ôl cymhwyso fel seicotherapydd systemig, symudodd Katie i'r GIG, gan weithio o fewn Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a Phobl Ifanc (CAMHS). Yno, mireiniodd ei hymarfer systemig clinigol ym meysydd hyfforddi/goruchwylio, newid systemig sefydliadol, ac mae

hi bellach yn arweinydd Gwasanaeth Therapi Seicolegol CAMHS BIP Hywel Dda ar draws pob sector gofal. Mae Katie hefyd yn awdur sydd wedi cyhoeddi, gan gyfrannu mewnwelediad ar ymarfer systemig a newid systemig sefydliadol. Mae hi'n parhau i fod wedi ymrwymo i wella arferion therapiwtig a meithrin canlyniadau positif i blant, pobl ifanc a theuluoedd.

---

03 – Hil ac Amrywiaeth

Emily Reddy, Cydlynydd Cydlyniant Cymunedol Rhanbarthol, Bwrdeistref Sirol Wrecsam

Emily.reddy@wrexham.gov.uk

Emily sy’n arwain Tîm Cydlyniant Cymunedol Gogledd Ddwyrain Cymru, gan weithio ar y cyd ag amrywiaeth o randdeiliaid i gefnogi cymunedau amrywiol a rhai heb gynrychiolaeth ddigonol sy'n byw yng Ngogledd Ddwyrain Cymru, gyda phwyslais ar greu Cymru fwy cyfartal mewn perthynas â Diogelwch, Llesiant a Chydraddoldeb. Mae Tîm Cydlyniant Cymunedol Gogledd Ddwyrain Cymru wrthi’n gweithio tuag at greu dull sy'n seiliedig ar asedau, gan gefnogi cymunedau i rannu eu safbwyntiau a'u cefnogi i greu'r newid ystyrlon y maen nhw’n dymuno ei weld yn eu cymunedau. Yn ddiweddar, mae'r tîm wedi llwyddo i gyflwyno amrywiaeth o brosiectau creadigol sydd wedi canolbwyntio ar glywed lleisiau cymunedau amrywiol sydd heb gynrychiolaeth ddigonol, gan gynnwys NEW Future (*Cronfa Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Rhanbarthol),* Hwb Aml-ddiwylliannol Gogledd Cymru (*Cronfa Treftadaeth Diwylliant a Chwaraeon y Cynllun Gweithredu Cymru Wrth-hiliol*) a phrosiect ymddygiad gwrthgymdeithasol Safer Streets 4 Youth yn Wrecsam (*Cyllid y Swyddfa Gartref).*

https://www.facebook.com/p/NEWCC-North-East-Wales-Community-Cohesion-100089531979591/

Iolanda Banu Viegas, Cydlynydd / Cyfarwyddwr Hwb Aml-ddiwylliannol Gogledd Ddwyrain Cymru

Iolanda@racecouncilcymru.org.uk

https://www.facebook.com/share/1AcfjVkCZZ/

Jean Samuel Mfikela, Artist

Jeansamuel2003@gmail.com

Artist cyfoes o Ganolbarth Affrica yw Mfikela Jean Samuel. Mae Mfikela bellach yn byw'n barhaol ym Mangor, Gwynedd. Daw prif ffynhonnell ysbrydoliaeth Mfikela Samuel o'i ddiwylliant a'i dreftadaeth Affricanaidd, yn enwedig ffyrdd o fyw ei linach yn y gorffennol ac yn y presennol. Mae ei waith peintio, ei liwiau beiddgar a llachar yn darlunio cyfoeth ei stori ddiwylliannol amrywiol a'i dreftadaeth.

https://mfikelajeansamuel.org/

KrishnaPriya Ramamoorthy, Cyfarwyddwr/Cynhyrchydd, Paallam Arts

Info@paallamarts.org

Mae KrishnaPriya Ramamoorthy yn ddawnswraig, yn ymarferydd crefft ymladd Indiaidd, ac yn gynhyrchydd diwylliannol gyda gyrfa ryngwladol sy'n ymestyn dros India, y DU, a'r Unol Daleithiau. Hi yw cynhyrchydd, Spirit Fest, gŵyl ddawns awyr agored flaenllaw Paallam Arts yng Ngogledd Cymru, lle mae hi'n adeiladu ecosystem ddawns gynaliadwy a chynhwysol. Drwy Spirit Fest, mae hi'n creu lle i artistiaid lleol, cenedlaethol a rhyngwladol ddod â'u gwaith yn uniongyrchol at gymunedau - gan feithrin cyfnewidfa greadigol sydd wedi'i gwreiddio mewn dilysrwydd, parch ac ymwybyddiaeth o feddiannu diwylliannol. Mae ymarfer artistig KrishnaPriya wedi'i seilio'n ddwfn ar ddawns glasurol a chrefft ymladd Indiaidd, tra bod ei gwaith cynhyrchu yn pontio traddodiadau artistig yn fyd-eang. Mae hi wedi ymrwymo'n arbennig i gefnogi artistiaid o gymunedau sy'n cael eu tan-gynrychioli ac sydd wedi'u hymylu, gan gynnig llwyfannau lle gallant nid yn unig berfformio ond hefyd rannu eu straeon, eu hanesion a'u hunaniaeth ddiwylliannol eu hunain - sy'n aml yn cael eu hanwybyddu mewn mannau celfyddydol prif ffrwd. Drwy brosiectau cydweithredol a gwyliau sydd wedi'u curadu'n ofalus, mae hi'n meithrin mannau lle gall yr artistiaid hyn archwilio eu harferion yn rhydd, datgan eu straeon, a chyfrannu at dirwedd artistig gyfoethocach a mwy cynhwysol. Yn ogystal â'i gwaith gyda Paallam Arts, KrishnaPriya yw cyfarwyddwr Hwb Aml-ddiwylliannol Gogledd Ddwyrain Cymru,

ac mae'n aelod o Fwrdd Tŷ Gwerin ar gyfer Eisteddfod Genedlaethol 2025. Mae hi hefyd wedi cymryd rhan yng Nghomisiwn y Cenhedloedd Unedig ar Statws Menywod ddwy flynedd yn olynol, gan eirioli dros gydraddoldeb rhywedd a chynrychiolaeth ddiwylliannol drwy'r celfyddydau. Ar draws ei gwaith, mae gweledigaeth KrishnaPriya yn canolbwyntio ar greu llwyfannau sy'n cysylltu cymunedau, ac yn herio hierarchaethau sy'n bodoli'n barod - gan sicrhau bod y celfyddydau'n parhau i fod yn ofod pwerus ar gyfer deialog, gwelededd a thrawsnewid.

www.paallamarts.org

Katharine Sian Roberts, Rheolwr Gwasanaethau Saesneg fel Iaith Ychwanegol, Sir Ddinbych a Chonwy

Katharine.roberts@denbighshire.gov.uk

Gyda dros dri degawd o brofiad mewn addysg ieithoedd, Katharine yw Rheolwr Gwasanaethau Saesneg fel Iaith Ychwanegol yn Sir Ddinbych a Chonwy, gan ymrwymo i gefnogi dysgwyr amlieithog ar draws amrywiol leoliadau addysgol. Cyn y rôl hon, dysgodd ieithoedd tramor modern mewn ysgol uwchradd, gan feithrin ystafelloedd dosbarth cynhwysol a hyrwyddo amrywiaeth ieithyddol. Mae ei phrofiad rhyngwladol yn cynnwys degawd fel athrawes Saesneg yn yr Eidal, lle datblygodd strategaethau arloesol ar gyfer caffael iaith a chyfathrebu traws-ddiwylliannol. Oherwydd fod ganddi angerdd dros gydraddoldeb mewn addysg, mae hi bellach yn arwain mentrau sy'n grymuso ysgolion i ddiwallu anghenion dysgwyr Saesneg fel Iaith Ychwanegol, gan sicrhau bod gan bawb fynediad at gymorth iaith o ansawdd uchel. Mae ei harbenigedd yn pontio arferion yr ystafell ddosbarth a chynllunio strategol, gan ei gwneud yn eiriolwr angerddol dros addysg amlieithog yng Nghymru.

---

04 – Hapus

Amy Davies, Prif Ymarferydd Iechyd y Cyhoedd: Lles Meddyliol a Chymdeithasol, Iechyd Cyhoeddus Cymru

amy.davies8@wales.nhs.uk

Amy Davies yw arweinydd rhaglen Hapus sy'n anelu at ddylanwadu ar unigolion, cymunedau a sefydliadau i gymryd camau i ddiogelu a hyrwyddo lles meddyliol. Mae Amy wedi gweithio gydag Iechyd Cyhoeddus Cymru yn cyflwyno rhaglenni Gwella Iechyd ers 9 mlynedd, ac am 6 mlynedd cyn hynny o fewn system iechyd y cyhoedd ledled Lloegr ac Ewrop, gan ddylanwadu ar bolisi ac arwain ymchwil. Yn angerddol am ddatblygu cynaliadwy a lleihau anghydraddoldebau, mae Amy yn mwynhau gweithio mewn partneriaethau trawsddisgyblaethol i wella iechyd meddwl y cyhoedd, a chryfhau grymuso cymunedol.

www.phw.wales.nhs / www.hapus.wales

Anna Howells, Cofrestrydd Arbenigol Iechyd y Cyhoedd, Iechyd Cyhoeddus Cymru

Cofrestrydd Arbenigol Iechyd y Cyhoedd yw Anna Howells sy’n gweithio yn y tîm lles meddyliol yn Iechyd Cyhoeddus Cymru a thîm iechyd y cyhoedd ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg. Anna yw cyd-gadeirydd partneriaeth strategol Hapus. Nod Hapus yw dylanwadu ar unigolion, cymunedau a sefydliadau i gymryd camau i ddiogelu a hyrwyddo llesiant meddyliol. Caiff ei chyflwyno gan Iechyd Cyhoeddus Cymru mewn partneriaeth strategol gyda Chyngor Celfyddydau Cymru, Amgueddfa Cymru, Cadw, Ymddiriedolaeth Genedlaethol Cymru, Chwaraeon Cymru, Tempo, y Sefydliad Iechyd Meddwl a Chydffederasiwn GIG Cymru, a’i chefnogi gan dros 70 o fudiadau cymunedol.

www.phw.wales.nhs / www.hapus.wales

Mark Smith, Cyd-Gadeirydd, Hapus

Mae Mark yn Gyd-Gadeirydd Grŵp Partneriaeth Strategol Hapus ac yn gymorth ymgynghorol i dîm cyflawni prosiectau Iechyd Cyhoeddus Cymru. Mae Mark wedi gweithio ym maes iechyd meddwl mewn amrywiaeth o swyddi ers 2012, gan gynnwys Hyrwyddwr Gwirfoddoli gydag ymgyrch Amser i Newid Cymru, swyddog prosiectau gyda’r Sefydliad Iechyd Meddwl a oedd yn cynnwys rheoli

gŵyl gelfyddydau ar-lein yn ystod pandemig COVID-19, cynhyrchu ffilmiau am iechyd meddwl dynion, a rheoli prosiectau celfyddydau ac iechyd gyda myfyrwyr Addysg Bellach ac oedolion â salwch meddwl. Ar hyn o bryd, mae Mark yn astudio am MSc mewn Iechyd Meddwl ym Mhrifysgol Anglia Ruskin, mae wedi dod yn aelod o Banel Mewnwelediadau Cymunedol ar Gonsortiwm Iechyd Meddwl y Boblogaeth, ac mae bellach yn wirfoddolwr cyfryngau gyda Mind. Mae gan Mark brofiad bywyd o anhwylder deubegynnol, gorbryder, ac mae'n oroeswr hunanladdiad. Mae Mark wrth ei fodd yn gwrando ar gerddoriaeth ac yn ffordd o gefnogi ei lesiant.

www.hapus.wales

1.45pm - 3.15pm: **Sesiynau Grŵp #3**

02 – Llesiant Ymarferwyr

Sian Gale, Rheolwr Sgiliau a Datblygu, Bectu/CULT Cymru

sian@bectu.org.uk

Mae Sian wedi mwynhau gyrfa bortffolio yn gweithio ar draws y sectorau cyhoeddus, preifat a thrydydd sector. Daeth yn gynrychiolydd undeb yn ei 20au canol pan oedd yn gweithio ym myd darlledu. Drwy fudiad yr undebau llafur, llwyddodd i ddilyn ei hangerdd dros degwch ac amrywiaeth. Ar hyn o bryd, hi yw Is Lywydd TUC Cymru. Yn 2008, gweithiodd Sian gydag undebau Bectu, Equity, MU ac Urdd yr Awduron i sefydlu CULT Cymru (*Creative Unions Learning Together*) a ariannwyd gan Gronfa Ddysgu Undebau Cymru Llywodraeth Cymru. Mae'r rhaglen ddwyieithog yn cefnogi gweithwyr creadigol, yn enwedig gweithwyr llawrydd wrth ddysgu a datblygu. Yn ystod yr wyth mlynedd ddiwethaf mae'r prosiect wedi canolbwyntio ar wella iechyd meddwl, llesiant a Chydraddoldeb, Amrywiaeth a Chynhwysiant. Y nod yn y pen draw yw sicrhau newid diwylliannol yn y diwydiannau creadigol, fel bod Cymru yn dod yn gyrchfan o ddewis i fusnesau creadigol a'r gweithlu oherwydd yr agweddau a'r arferion gwaith gwych.

cult.cymru

Dr Tracy Breathnach

tracy@tracybreathnach.com

Ymgynghorydd llawrydd mewn Diwylliant, Iechyd a Llesiant yw Dr Tracy Breathnach ac ar hyn o bryd mae'n gweithio fel Rheolwr Cynhadledd Rhwydwaith Iechyd a Llesiant Celfyddydau Cymru. Bu'n arwain rhaglen llesiant artistiaid Cymru gyfan, Sut Mae'n Mynd? i WAHWN, yn ogystal â nifer o raglenni celfyddydol ar gyfer llesiant staff mewn Byrddau Iechyd. Ar ôl gweithio'n helaeth ar draws lleoliadau celfyddydol, cymunedol ac addysgol am yn agos i 25 mlynedd, mae Tracy hefyd yn artist perfformio somatig ac yn hyfforddwr trawsnewidiol, ymchwilydd ac awdur. Roedd PhD ymarfer fel ymchwil (Prifysgol Aberystwyth 2017) Tracy'n edrych ar hunaniaeth, naratif a thrawma mewn adrodd straeon geni hunangofiannol.

www.tracybreathnach.com

Cai Tomos

---

02 – Beatrice Gbevegnon-Roper & Will Roper, and Mr Phormula

---

03 – Newid Mwyaf Arwyddocaol

Nick Andrews, Swyddog Datblygu Ymchwil ac Ymarfer, Prifysgol Abertawe

Mae Nick yn weithiwr cymdeithasol cofrestredig gyda dros 40 mlynedd o brofiad o weithio ym maes addysg a gofal cymdeithasol gyda phlant ac oedolion. Ar hyn o bryd mae wedi'i leoli ym Mhrifysgol Abertawe lle mae'n arwain y rhaglen Datblygu Arfer a Gyfoethogir gan Dystiolaeth (DEEP). Cyd-gynhyrchiad yw DEEP i gasglu, archwilio a defnyddio mathau amrywiol o dystiolaeth wrth ddysgu a

datblygu drwy ddefnyddio dulliau stori a deialog. Mae Nick yn gweithio gydag amrywiaeth eang o bobl ym maes gofal cymdeithasol, iechyd a mudiadau datblygu cymunedol ledled Cymru. Daw ei hoff ddyfyniad wrth un o'i arwyr, Greg Boyle, sy'n gweithio ochr yn ochr ag aelodau gangiau sydd wedi'u hymylu a'u diawleiddio yn Los Angeles: *" Os cariad yw'r ateb, cymuned yw'r cyd-destun a thynerwch yw'r fethodoleg"*

04 – Celfyddydau, Iechyd a Pholisi

Rosie Dow, Ymgynghorydd Celfyddydau ac Iechyd

rosiegdow@gmail.com

Mae Rosie yn helpu mudiadau i feddwl am sut maen nhw'n datblygu ac yn cynnal prosiectau celfyddydol mewn lleoliadau iechyd, gan gynnwys strategaeth, cynhyrchu incwm a phrosiectau data/gwerthuso. Wedi'i hyfforddi fel cerddor, sefydlodd ac arweiniodd Rosie 18 o gorau 'Sing with Us' Gofal Canser Tenovus i bobl a effeithiwyd gan ganser rhwng 2012 a 2016, cyn mynd ymlaen i arwain Corau'r Military Wives, Ymchwil Iechyd Breathe Arts a rhaglen 'HARP' ar gyfer Nesta/Cyngor Celfyddydau Cymru. Arweiniodd hefyd ar ymgysylltu a pholisi ar gyfer Grŵp Ymchwil yr Athro Daisy Fancourt yn UCL ac mae'n Gyfarwyddwr Bwrdd y Gynghrair Celfyddydau, Iechyd a Lles a Dirty Protest Theatre. Mae ei chleientiaid presennol yn cynnwys Cyngor Celfyddydau Cymru, Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe, Choirs for Good ac Ymddiriedolaeth GIG De Llundain a Maudsley. Mae ganddi MA mewn Anthropoleg a Chelfyddydau Cymunedol o Goldsmiths, Prifysgol Llundain (2018) ac mae newydd gwblhau Modiwl MSc mewn Gwerthusiad Economaidd Iechyd o Brifysgol Aberdeen.

www.rosiedow.com

Jenny McConnel

Jenny.mcconnel@futuregenerations.wales

Mae Jenny wedi bod yn gweithio yn Swyddfa Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru ers tair blynedd a hanner. Mae'n gweithio gyda chenhadaeth 'Gweithredu ac Effaith' i gefnogi cyrff sy'n dod dan y Ddeddf i gyflawni'r effaith fwyaf. Mae hefyd yn gweithio ar y genhadaeth Iechyd, sy'n cefnogi cyrff cyhoeddus i flaenoriaethu atal a chefnogi blociau adeiladu iechyd – gan gynnwys newid systemau bwyd a lleihau amgylcheddau sy'n achosi gordewdra. Mae ganddi MSc mewn Gwleidyddiaeth Ewropeaidd, ac yn ddiweddar cwblhaodd Fodiwl CPD ar Fwyd a Pholisi Cyhoeddus yn City St Georges, Prifysgol Llundain. Cyn ymuno â'r swyddfa, bu'n gweithio fel Ymgynghorydd gyda Miller Research, Cynorthwyydd Seneddol yn Senedd Ewrop, a Rheolwr Rhaglen Lleoedd yn Renaisi.

https://futuregenerations.wales/

3.30pm - 4.15pm | Neuadd William Aston: **Panel: Camau Nesaf ar gyfer y Sector**

Justine Wheatley, Cadeirydd WAHWN

Mae Justine yn Ymgynghorydd Llawrydd yn sector y celfyddydau, diwylliant a'r amgylchedd ac mae ganddi brofiad o gynllunio strategol, codi arian, gwerthuso, hyfforddi, rheolaeth ariannol a chynllunio rhaglenni ar gyfer ymyraethau iechyd/natur. Hi oedd Cyfarwyddwr Gweithredol Peak Cymru tan 2023, yn gweithio dros ac ar gyfer pobl ac artistiaid ifanc gydag ymarfer â chyswllt cymdeithasol. Mae hi'n hanesydd, yn gyn Gyfrifydd Siartredig ac mae'n dysgu Cymraeg.

https://www.linkedin.com/in/justine-wheatley-50499727/?originalSubdomain=uk

Sandy Clubb, Arweinydd Polisi; Cynnwys, Cydweithredu a Diwylliant, Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru

Mae Sandy yn arwain ar gynnwys yn Nhîm Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol ac mae'n chwarae rôl bolisi yn y tîm Diwylliant a'r Gymraeg. Ei phrif faes yw sicrhau bod cyd-gynhyrchu a phrofiadau bywyd wrth wraidd y gwaith o gyflawni strategaeth y Comisiynydd ar gyfer 2030 - Cymru Can. Mae cefndir Sandy yn y trydydd sector, gyda phrofiad ar draws iechyd, treftadaeth, trafnidiaeth gynaliadwy a thai. Mae hi wrth ei bodd yn gweithio gyda chymunedau a gwirfoddolwyr i sicrhau y gall y broses o adeiladu dyfodol cynaliadwy fod yn weithred o ddychymyg torfol a chreadigol.

https://futuregeneratons.wales/discover/about-future-generations-commissioner/

Heledd Fychan, MS

Amy Davies, Public Health Wales

DUKE AL, Spoken Word Poet, Author and Hip Hop Artist

Angela Rogers, WAHWN