



Nadroedd 'N' Ysgolion - Y Pandemig Arall

Snakes 'N' Ladders - The Other Pandemic

PANEL IEUENCTID YMGYNGHOROL

ADRODDIAD CYFLAWNI PROSIECT 2024/2025



SMT
Cefnogi Cymunedau Diogel a Hyderus
Supporting Safe and Confident Communities



VOLUNTARY ACTION
MERTHYR TYDFIL
GWETHREDU GWIRFODDOL
MERTHYR TYDFIL

Credwch
mewn plant
Believe in
children
Barnardo's
Cymru

MTBWYF
Forwm Ieuenctid Ledled Bwrdeistref Merthyr Tydfil
Merthyr Tydfil Borough Wide Youth Forum



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Cwm Taf Morgannwg
University Health Board

**LLOYDS BANK
FOUNDATION**
England & Wales



**CRONFA
GYMUNEDOL
COMMUNITY
FUND**

DARLLENWCH EIN HADRODDIADAU BLAENOROL



Rhyfyn 1



2022/2023

Rhyfyn 2



2023/2024



Nadroedd 'N' Ysgolion - Y Pandemig Arall
Snakes 'N' Ladders - The Other Pandemic



Cysylltu â ni



Linktr.ee

Mae ein prosiect
sydd wedi ei
gynhyrchu ar y cyd

Wedi ei
Arwain Gan
Bobl Ifanc

Mae'n
gynhwysol

Ac mae'n ffordd
o weithio Mewn
Partneriaeth

gan y Panel
Cynghori Ieuenctid

WROESO...

Roedd Hydref 2024 i fis Medi 2025 yn flwyddyn brysur a chyffrous i Nadroedd ac Ysgolion - Y Pandemig Arall. Mae mwy a mwy o bobl ifanc yn cymryd rhan yn y prosiect ac mae gennym bellach bedwar panel cynghori ieuenctid.

Mae pobl ifanc yn helpu i lunio'r prosiect trwy rannu'r hyn sy'n bwysicaf iddynt am iechyd meddwl, lles a gwytnwch. Gyda'n gilydd, rydym yn creu gwaith sy'n ymarferol, ystyrlon, ac wedi'i werthuso gan weithwyr proffesiynol - felly mae ein syniadau yn arwain at ddysgu go iawn a newid parhaol!

Rydyn ni bellach hanner ffordd trwy brosiect Nadroedd ac Ysgolion, ac rydyn ni'n gyffrous i ddangos i chi beth rydyn ni wedi bod yn gweithio arno eleni. Rydym yn gobeithio y bydd y prosiectau peilot yn adlewyrchu'r hyn sydd ei angen ar bobl ifanc mewn gwirionedd ac yn helpu i gefnogi gwell iechyd meddwl, lles a gwytnwch i bawb.



**Dechreuodd y prosiect ym
mis Mehefin 2022 pan
wnaeth pobl ifanc o
Fforwm Ieuenctid
Bwrdeistref Gyfan
Merthyr Tudful gais am
grant gan Gronfa
Gymunedol y Loteri
Genedlaethol. Dyfarnwyd
£1.2m anferth iddynt i
helpu pobl ifanc ym
Merthyr Tudful. Bydd y
prosiect yn rhedeg tan fis
Gorffennaf 2027.**

Sicrhau Bod Gwybodaeth Ar Gael Ar Y Platfform Cyfryngau
Cymdeithasol Gorau I Bobl Ifanc

Hyrwyddo Pynciau Cadarnhaol ar y Cyfryngau Cymdeithasol

Creu Fideos Gwybodaeth Gymunedol

Treial A Gwasanaeth Cymorth

Cefnogi Blwyddyn Bontio 6 i Flwyddyn 7

Nodau: Adeiladu Perthnasoedd ac Ymddiriedaeth |

Galluogi gwrando cynnar i atal cynnydd mewn problemau |

Darparu gwybodaeth wedi'i thargedu i annog mynediad at wasanaethau cymorth presennol |

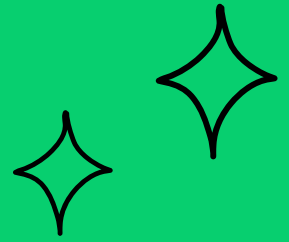
Hyrwyddo Perthnasoedd lach ar y Cyfryngau Cymdeithasol a Chydnabod Bwlio |

Sicrhau bod gwybodaeth ar gael i bobl ifanc ar y platfform cyfryngau cymdeithasol mwyaf priodol





Mae angen diddordeb mewn, a dealltwriaeth o bobl ifainc a'r hyn sy'n digwydd iddynt.



Mae'n rhaid i ni ddelio gyda bwlio, yn arbennig yn yr ysgol ac ar y cyfryngau cymdeithasol.

Mae bwlio ym mhobman yn yr ysgol.

Mae angen rhagor o gefnogaeth yn yr ysgol.

Rwy wedi cael digon o ysgol ac o weithgareddau gofal.

Rwy'n teimlo'n hapus ond ychydig yn drist y rhan fwyaf o ddyddiau oherwydd ysgol a cholled o fewn y teulu.

YR HYN A DDYWEDODD RHAI POBL IFANC YN YSTOD Y FLWYDDYN YMCHWIL:

Mae angen UN lle arnom lle gallwn ddod o hyd i'r holl gymorth sydd ar gael i ni.

Rhaid ein bod yn gallu derbyn cymorth yn gyflym heb orfod aros wythnosau i gael ein cyfeirio.

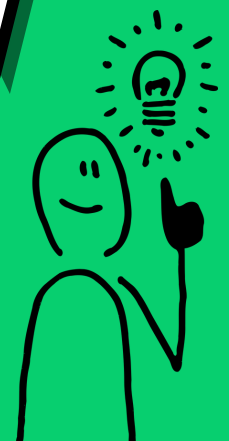
Mae angen rhagor o bobl arnom i allu siarad â nhw.

Rhaid i bobl wrando arnom a'n credu ni.

Rhaid i ni wybod gyda phwy allwn siarad ac ym mha le gallwn ddod o hyd iddynt.

Mae angen help arnom pan rydym yn teimlo dan straen.

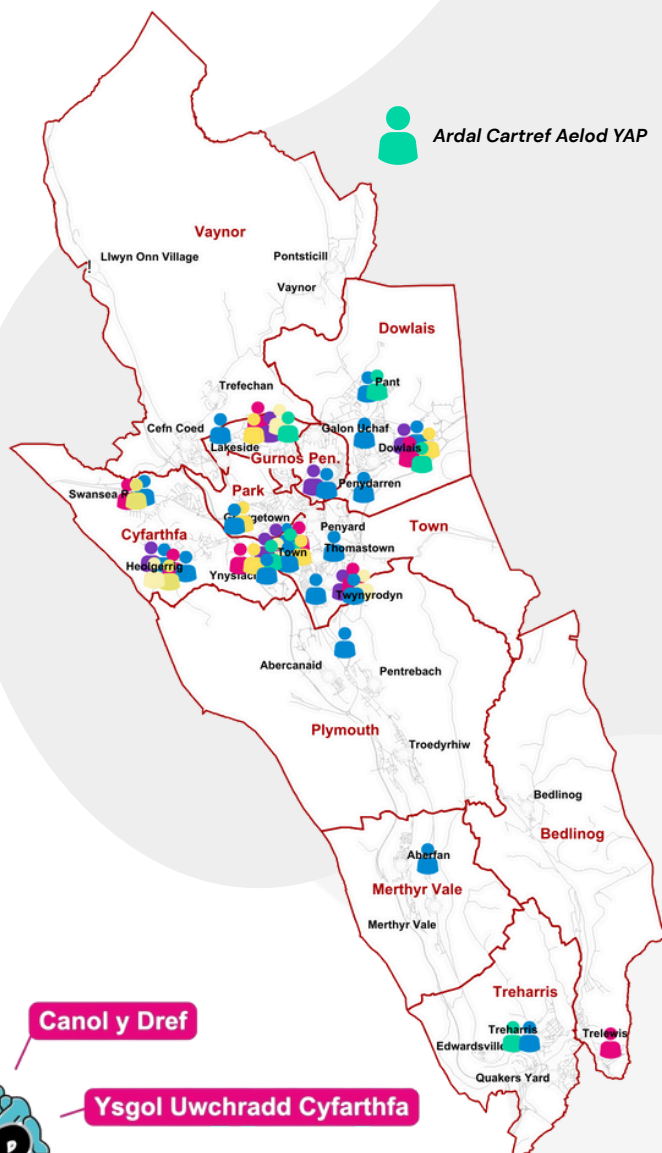
Mae angen cymorth arnom er mwyn dod o hyd i gymorth.





1

*Eleni rydym wedi clywed
gan oddeutu 250 o bobl
ifanc - diolch i bob un!*



Canol y Dref

Ysgol Uwchradd Cyfarthfa

Cartrefi Cymoedd Merthyr

Sefydliad Gellideg



Ymunwch â'r YAP!



Nadroedd 'N' Ysgolion - Y Pandemig Arall
Snakes 'N' Ladders - The Other Pandemic

UCHAFBWYNTIAU YAP 2024 I 2025

RHAGFYR 2024



Yn ystod mis Rhagfyr 2024, dechreuodd yr YAP feddwl am yr heriau niferus sy'n wynebu pobl ifanc sy'n byw mewn tai â chymorth adeg y Nadoliig. Fe wnaethant ddysgu am Llamau (www.llamau.org.uk) ac yna arwain apêl gymunedol fach i greu 'blychau lles' ar gyfer pob person ifanc a oedd yn cael llety gan Llamau ym mis Rhagfyr 2024.

CHWEFROR 2025



Cynhaliwyd taith breswyl YAP i ddarparu sgiliau a hyfforddiant mewn fideograffeg ac ysgrifennu sgriptiau. Rhoddodd yr YAP eu hyfforddiant ar waith a gwnaeth fideo recriwtio newydd! Gallwch ei weld ar YouTube trwy'r ddolen ar dudalen tri o'r adroddiad hwn.

MAWRTH 2025



Agorodd y cynllun peilot lles 'SPACE' (Gofod), sydd wedi'i leoli yn Ysgol Uwchradd Cyfarthfa, ei ddrysau a dechreuodd groesawu apwyntiadau mynediad uniongyrchol gan bobl ifanc - nid oes angen atgyfeiriad proffesiynol! Roedd yr YAP yn gyffrous iawn i weld un arall o'u mentrau peilot yn dechrau diwallu anghenion pobl ifanc! Diolch i Ysgol Uwchradd Cyfarthfa a Gwasanaethau Ieuenctid Merthyr Tudful am bartneru â ni ar y prosiect hwn!

MEHEFIN 2025



Yng Ngwobrau'r Academi Llwyddiant Merthyr Tudful 2025 ym mis Mehefin, enillodd SPACE y trydydd safle am 'Mynd i'r afael â Materion Personol a Chymdeithasol sy'n Effeithio ar Bobl Ifanc!'. Enillodd Jacob Bridges, cadeirydd y Panel Cyngori Ieuenctid a hefyd Maer Ieuenctid Merthyr Tudful, wobwr



'Gwirfoddolwr Ifanc y Flwyddyn' yng Ngwobrau Cydnabyddiaeth Gwirfoddolwyr VAMT 2025!

Hefyd yn ystod mis Mehefin, cynhaliwyd diwrnod o hwyl, hyfforddiant a gweithgareddau ym Mharc Bryn Bach gydag aelodau Panel Cyngori Ieuenctid Uwchradd Cyfarthfa sy'n gadael ac yn dod i mewn. Cawsant hyfforddiant mewn cyd-gynhyrchu.

GORFFENNAF 2025



Dechreuodd dau banel YAP newydd gyfarfod yn fisol yng Nghhartrefi Cymoedd Merthyr a Sefydliad Gellideg. Mae'r prosiect yn gyffrous i barhau i glywed gan fwy a mwy o bobl ifanc am faterion sy'n effeithio ar eu hiechyd meddwl, eu lles a'u gwytnwch.

Un o'r tasgau cyntaf ar gyfer y paneli YAP newydd fydd cydweithio â gweithwyr proffesiynol i gynhyrchu llyfryn lles newydd i bobl ifanc.

HEFYD YN CYFARFOD YN FISOL TRWY GYDOL Y FLWYDDYN!



Y Peilot Pontio Ysgol (Ffrwd Waith 1)

2

Adeiladu Perthnasoedd ac Ymddiriedaeth

Targedwyd y peilot pontio ysgol ar gyfer eiliad allweddol ym mywydau pobl ifanc – symud o Flwyddyn 6 i Flwyddyn 7 yn yr Ysgol Uwchradd.

Mae pobl ifanc weithiau'n nerfus ynglŷn â symud o Flwyddyn 6 i Flwyddyn 7 yn yr ysgol, ac yn teimlo bod mwy o gymorth iddynt yn allweddol i leihau ofnau a phrofiadau negyddol. Dywedon nhw fod eu rhieni wedi cael gwybodaeth ond bod angen rhywbeth arnyn nhw eu hunain.



Cynhaliwyd ymchwil ar gyfer prosiect peilot newydd i helpu gyda'r YAPs a gyda rhai myfyrwyr yn symud i fyny i dair Ysgol Uwchradd ym Merthyr Tudful. Rhoddodd yr ymchwil hon lais i bobl ifanc ym mha gymorth ychwanegol y gellid ei greu. Gwnaed un fideo ac un llyfr gwybodaeth fesul Ysgol Uwchradd, gyda phobl ifanc fel y gynulleidfa darged. Isod mae rhai sylwadau gan bobl ifanc fel y'u nodir yn y gwerthusiad interim o'r peilot.

Llyfrau



"Roedd y llyfryn yn ddefnyddiol gan ei fod yn amlinellu rhai o'r amseroedd trên a bysiau ar gyfer mynd i'r ysgol."

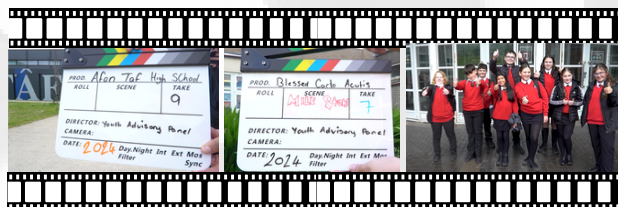
"Roedd yn ddefnyddiol deall pa ymddiadau sy'n briodol."

"Roeddwn hefyd yn hoffi bod ganddyn nhw rai o'r athrawon pwysig ynddo, Pennaeth y Flwyddyn..."

"Roeddwn i'n ei hoffi oherwydd ei fod yn dangos i ni pa wisg oedd yn rhaid i ni ei wisgo."

"Mae'n dangos sut roedd amserlenni yn gweithio."

Fideos



"Roedd o help, roeddwn i'n ei hoffi [y fideo] oherwydd efallai nad oeddwn i'n gwybod fy ffordd o gwmpas yr ysgol."

"Roedd y fideo yn ddefnyddiol oherwydd cefais weld yr ysgol a rhai o'r athrawon, fel pennaeth y flwyddyn, a phobl eraill sy'n gweithio yn yr ysgol. Felly fe wnaeth i mi deimlo'n sicr am ddod i'r ysgol uwchradd."



Ysgol Gatholig y
Bendigaidd Carlo
Acutis



Ysgol Uwchradd
Afon Taf



Ysgol Gyfun
Gymraeg
Rhydywaun

"Mae adnoddau yn rhan hanfodol o leddfu pryderon [pobl ifanc] am fynychu ysgol uwchradd."

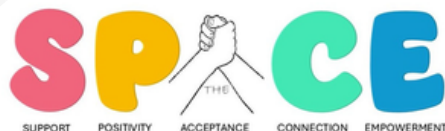
(Nadroedd ac Ysgolion - Adroddiad Interim Gwerthuso Peilot Pontio. Dr. Sion Tetlow, Sefydliad Iechyd a Gofal Cymdeithasol Cymru, Prifysgol De Cymru, Tudalen 12, Mawrth 2025)



SPACE: Mynediad Agored i Help

(Ffrwd Waith 2b)

3



Mae 'SPACE' wedi cael ei greu gan fyfyrwyr, ar gyfer myfyrwyr!

Dywedodd pobl ifanc wrthym fod angen ffordd gyflym a hawdd o siarad am eu pryderon weithiau.

Dywedon nhw y gallai cael help yn gynnar atal pryderon bach rhag dod yn broblemau mwy.

Ffurfiodd myfyrwyr yn Ysgol Uwchradd Cyfarthfa Banel Cynghori Ieuenctid Newydd i ddylunio prosiect peilot sy'n diwallu'r anghenion hyn. Ar ôl cynnal ymchwil gyda myfyrwyr ar draws yr ysgol, lansiwyd y peilot SPACE ym mis Mawrth 2025!

Penderfynodd pobl ifanc sut y bydd y gwasanaeth yn rhedeg, sut y gellir ei gyrchu, a beth allai ei gynnwys - fe wnaethant hyd yn oed drawsnewid hen ystafell ddosbarth yn ofod cynnes, croesawgar ar gyfer trafodaethau a gwaith grŵp.

Mynediad Agored

Mae sesiynau cymorth un-i-un ar gael gyda'r gweithiwr ieuenctid newydd, yn ogystal â sesiynau grŵp os yw'n well gan bobl ifanc glywed am bwn diddorol.

Mae'r gwasanaeth ar agor yn ystod egwyl ac amser cinio. Gall myfyrwyr archebu sesiwn drwy'r 'tab lles' ar Siartiau Dosbarth, neu drwy guro ar ddrws yr ystafell les newydd a gofyn am apwyntiad.



Lansiwyd SPACE ym mis Mawrth 2025 a hyd yn hyn mae wedi cynnal 58 sesiwn un-i-un, 11 sesiwn grŵp amser cinio, a 5 gweithgor ar ôl ysgol!



SPACE Fideo 1



SPACE Fideo 2



Ennill Gwobrau!

Ym mis Mehefin 2025, enillodd SPACE wobwr grŵp y 3ydd safle yng Ngwobrau 'Academi Llywyddiant Merthyr Tudful' 2025 am 'Mynd i'r afael â Materion Personol a Chymdeithasol sy'n Effeithio ar Bobl Ifanc!'

SPACE: Cefnogaeth, Positifrwydd, Derbyn, Cysylltiad a Grymuso





Gwneud Fideos Cymunedol

(Ffrwd Waith Ia)

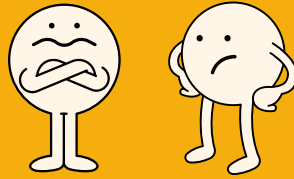
4

Fideos Cymunedol ar gyfer Pobl Ifanc

Pobl ifanc Merthyr Tudful, ydych chi'n gofyn am help pan fydd ei angen arnoch?



Nid fel arfer na!



Nid ydym yn gwybod unrhyw beth am y gwasanaethau sydd ar gael.



Nid ydym yn gwybod pwy neu ble maen nhw!



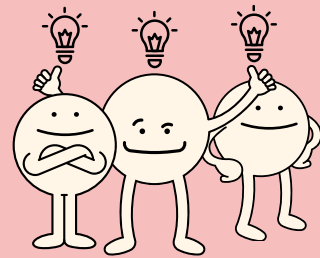
Nid ydym yn gwybod beth fydd yn digwydd pan fyddwn yn cysylltu â nhw!



Sut gall Nadroedd ac Ysgolion helpu?



Dywedwch wrthym amdanyn nhw ar y cyfryngau cymdeithasol!



Ym Merthyr Tudful, mae llawer o wasanaethau cymorth cymunedol ar gael i bobl ifanc sydd angen help. Fodd bynnag, mae pobl ifanc wedi dweud wrthym nad ydyn nhw'n aml yn cael mynediad atynt oherwydd nad oes ganddynt wybodaeth glir - nid ydynt yn siŵr pwy yw'r gwasanaethau, ble i ddod o hyd iddynt, neu beth i'w ddisgwyl pan fyddant yn estyn allan.

Er mwyn newid hyn, mae Nadroedd ac Ysgolion yn gweithio gyda fideograffydd proffesiynol i greu fideos byr, diddorol,

sy'n cyflwyno sefydliadau cymorth lleol ac yn esbonio'r hyn maen nhw'n ei gynnig. Wedi'u cynllunio ar gyfer cyfryngau cymdeithasol, bydd y fideos hyn yn ei gwneud hi'n haws i bobl ifanc ddeall a theimlo'n hyderus gan ddefnyddio'r gwasanaethau sydd ar gael iddynt.

Erbyn diwedd y prosiect, ein nod yw cynhyrchu o leiaf wyth fideo, pob un yn tynnu sylw at sefydliad a ddewiswyd gan bobl ifanc. Bydd y fideos ar gael yn barhaol ar y llwyfannau cyfryngau cymdeithasol mwyaf perthnasol.



Mae'r gwaith hwn yn cysylltu'n agos ag ymgynghoriad diweddar gyda phobl ifanc ym Merthyr ynglŷn â pha lwyfannau cyfryngau cymdeithasol y maent yn ymddiried ynddynt am wybodaeth. Dros flwyddyn y prosiect nesaf, bydd y fideos yn cael eu cwblhau a'u postio ar y platfform i bawb eu gweld.

Nadroedd ac Ysgolion... Adeiladu ymddiriedaeth ar gyfer dyfodol mwy gobeithiol! 7



Edrych Ymlaen 2025 i 2027

5

Mae eich llais yn bwysig - ac mae'r daith yn parhau!

Mae'r ddwy flynedd nesaf yn ymwneud ag adeiladu ar yr hyn rydyn ni wedi'i ddysgu i wneud gwahaniaeth gwirioneddol i bobl ifanc ym Merthyr Tudful.

Byddwn yn parhau i redeg 'SPACE', y gwasanaeth lles mynediad agored yn Ysgol Uwchradd Cyfarthfa ac yn ymateb i leisiau pobl ifanc i lunio a gwerthuso'r gwasanaeth.

Byddwn yn creu hyd at wyth fideo cymunedol newydd sy'n ateb cwestiynau pobl ifanc am wasanaethau cymorth lleol.

Byddwn yn nodi ac yn postio gwybodaeth ar gyfer pobl ifanc ar y platfform cyfryngau cymdeithasol gorau, mwyaf priodol iddynt.

parhau
i greu

gwerthuso
beth sy'n gweithio

Byddwn yn gweithio gyda phobl ifanc, ein partneriaid prosiect a Phrifysgol De Cymru i werthuso ein holl brosiectau - o'r peilot pontio ysgolion, i SPACE, i'n fideos cymunedol a'r platfform cyfryngau cymdeithasol - i weld a oes unrhyw beth wedi helpu pobl ifanc a sut.

Erbyn 2027, rydym yn gobeithio y bydd ein dysgu yn ysbrydoli newidiadau cadarnhaol ar draws ysgolion, gwasanaethau a chymunedau - gan gadw lleisiau pobl ifanc wrth wraidd penderfyniadau sy'n effeithio arnynt.

ysbrydoli
newid

Y Flwyddyn Gwranddo (2022-2023) ✓

Blwyddyn Gyflenwi 1 (2023-2024) ✓

Blwyddyn Gyflenwi 1 (2024-2025) ✓

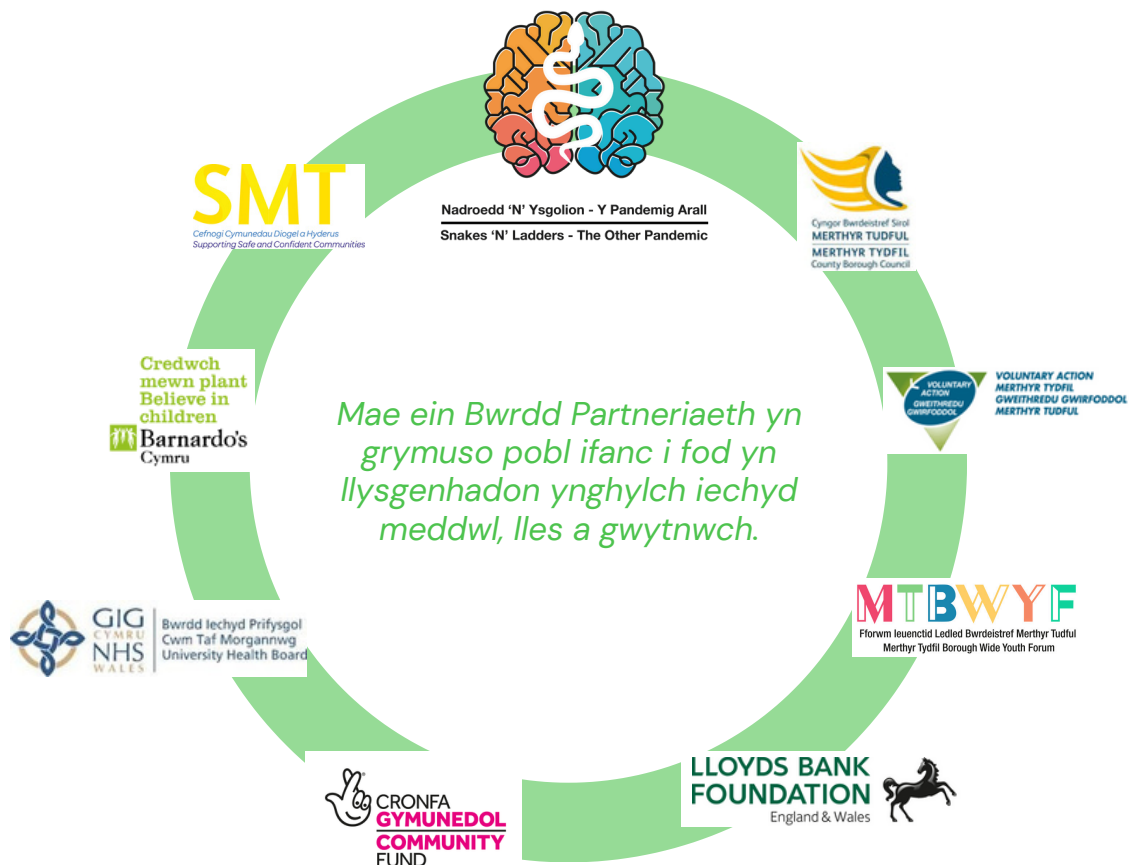
**2025
i
2027**

**BETH
NESAF?**

Diolch i bawb sydd wedi rhannu eu syniadau, eu straeon a'u hadborth - rydych chi'n helpu i lunio rhywbeth arbennig iawn. Rydym yn falch o'r hyn sydd wedi'i gyflawni hyd yn hyn, ac yn gyffrous am yr hyn a ddaw nesaf.

Ein Partneriaid Gweithio

Mae Nadroedd ac Ysgolion - Y Pandemig Arall yn cael ei gefnogi'n llawn gan y sefydliadau canlynol ac ni allem wneud y gwaith hebddyn nhw! Mae pob partner yn cefnogi'r prosiect mewn gwahanol ffyrdd - mae rhai yn cyflogi staff yn benodol i weithio ar y prosiect, ac eraill yn darparu hyfforddiant ac adeiladau i ni gwrdd ynddo. Maen nhw i gyd yn cynnig eu hamser a'u harbenigedd i gefnogi'r prosiect.



Diolch i'n holl bartneriaid, staff a phobl ifanc sy'n parhau i wneud 'Nadroedd ac Ysgolion — Y Pandemig Arall' mor llwyddiannus. Gyda'n gilydd, rydym yn creu Merthyr Tudful cryfach a mwy gwydn.

Pam ddewisoch chi'r enw 'Nadroedd ac Ysgolion - Y Pandemig Arall'?

Meddai **Lacy Phillips**, aelod o'n panel "Mae'r ystyr y tu ôl i enw prosiect Nadroedd ac Ysgolion yn weledol ac yn drosiadol. Mae'n dangos camau problemau iechyd meddwl - lan a lawr, rhwystrau a bylchau, dringo a chwympo."

Ychwanegodd **Rhian Davies** 'Y Pandemig Arall' i'r teitl oherwydd dwedodd "ochr arall pandemig covid yw dirywiad cyflym yn iechyd meddwl ein pobl ifainc a'r her gynyddol o ddarparu gwasanaethau er mwyn gallu delio â'r broblem."



Safer Merthyr Tudful
The Voluntary Action Centre, 89-90 Stryd Fawr, Pontmorlais, Merthyr Tudful, CF47 8UH
01685 353999

E-bost: info@smt.org.uk
Cydlynnydd y Prosiect: Jan Watkins jw3@smt.org.uk

Hydref 2025