

# DATGANIAD YSGRIFENEDIG

# GAN

# LYWODRAETH CYMRU

|  |  |
| --- | --- |
| **TEITL** | **Y Gronfa Byw’n Iach ac Egnïol** |
| **DYDDIAD** | **13 Mehefin 2019** |
| **GAN** | **Vaughan Gething, Y Gweinidog Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol**  **Dafydd Elis-Thomas, Dirprwy Weinidog Diwylliant, Chwaraeon a Thwristiaeth** |

Heddiw, mewn partneriaeth â Chwaraeon Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru, rydym yn cyhoeddi enwau'r 17 o brosiectau a fydd yn elwa ar ein Cronfa Byw'n Iach ac Egnïol gwerth £5.4m. Bydd pob un o'r prosiectau hyn yn cyfrannu at wella asedau cymunedol a galluogi pobl i fyw'n fwy iach.

Pan gafodd ein Cronfa Byw'n Iach ac Egnïol ei lansio fis Gorffennaf y llynedd, pwysleisiwyd bod y manteision i'n hiechyd meddyliol a chorfforol a ddaw o fyw'n iach ac yn egnïol, yn glir. Mae'r prosiectau hyn yn dangos ffyrdd newydd ac arloesol o gefnogi pobl o bob oedran a chefndir.

Mae’r holl brosiectau llwyddiannus yn rhai cydweithredol a chânt eu darparu gan ystod o bartneriaid. Maent yn cynnwys cynrychiolwyr o bob rhan o Gymru, gan gynnwys ardal Tasglu'r Cymoedd. Mae'r prosiectau a ddewiswyd yn ceisio lleihau anghydraddoldebau o ran canlyniadau a rhwystrau mewn amrywiaeth o ffyrdd. O weithio ar draws cenedlaethau i arddio; annog teuluoedd i gadw'n heini gyda'u babanod newydd; a chynyddu gweithgareddau corfforol a chymdeithasol i bobl sy'n byw mewn cartrefi gofal. Mae prosiectau eraill yn ceisio cefnogi pobl sydd â phroblemau iechyd meddwl i fyw bywydau annibynnol a heini yn yr hirdymor, ac mae un yn defnyddio atgofion am chwaraeon i helpu pobl sydd â dementia.

Dyma'r 17 o brosiectau llwyddiannus:-

* **‘Sporting Memories’** – Dan arweiniad Cwmni Buddiant Cymunedol Sporting Memories Network
* **‘Growing Together’** – Dan arweiniad Cadwch Gymru'n Daclus
* **‘Balanced Lives for Care Homes’** – Dan arweiniad Action for Elders Trust
* **‘HAPPy’** – Dan arweiniad yr Ymddiriedolaeth Genedlaethol
* **‘Super-Agers’** – Dan arweiniad Cyngor Bwrdeistref Sirol Pen-y-bont ar Ogwr
* **‘Dewch i Gerdded Gorllewin Cymru’** – Dan arweiniad Awdurdod Parc Cenedlaethol Arfordir Penfro
* **‘Coed Actif Cymru'** – Dan arweiniad Coed Lleol
* **‘Rhaglen Blynyddoedd Cynnar Actif Cymru’** – Dan arweiniad Blynyddoedd Cynnar Cymru
* **‘Casnewydd Iach ac Actif’** – Dan arweiniad Casnewydd Fyw
* **‘Llysgenhadon Chwarae’** – Dan arweiniad Chwarae Cymru
* **‘Babi Actif’** – Dan arweiniad Eryri-Bywiol Cyf
* **‘Healthy Body – Healthy Mind Project’** – Dan arweiniad Women Connect First
* **‘Pum ffordd at Les’** – Dan arweiniad Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr
* **‘StreetGames’** - Dan arweiniad Street Games UK Ltd
* **‘Opening Doors to the Outdoors’** – Dan arweiniad y Bartneriaeth Awyr Agored
* **‘Cyfeillion Cerdded Cymru’** – Dan arweiniad Living Streets Cymru
* **‘BeActive RCT’** – Dan arweiniad Interlink Rhondda Cynon Taf