

Cyflwyniad i greu newid gwleidyddol a chymdeithasol



This item contains selected online content. It is for use alongside, not as a replacement for the module website, which is the primary study format and contains activities and resources that cannot be replicated in the printed versions.

Gwybodaeth am y cwrs am ddim hwn

Mae'r cwrs rhad ac am ddim hwn yn rhan wedi'i haddasu o gwrs D113 y Brifysgol Agored: *Heriau Bydeang: Social Science in Action*, i fod ar agor ar gyfer cofrestru yn 2023..

Gall y fersiwn hwn o'r cynnwys ddangos fideos, delweddau a chynnwys rhyngweithiol nad yw o bosibl wedi'i optimeiddio ar gyfer eich dyfais.

Gallwch brofi'r cwrs am ddim hwn fel y cafodd ei ddylunio'n wreiddiol ar OpenLearn, cartref dysgu am ddim gan y Brifysgol Agored –

<https://www.open.edu/openlearn/society-politics-law/introduction-making-political-and-social-change/content-section-0>

Yno, byddwch hefyd yn gallu olrhain eich cynnydd drwy eich cofnod gweithgaredd, y gallwch ei ddefnyddio i ddangos yr hyn rydych wedi'i ddysgu.

Hawlfraint © 2022 Y Brifysgol Agored

Eiddo deallusol

Oni nodir yn wahanol, mae'r adnodd hwn yn cael ei ryddhau o dan delerau Trwydded Creative Commons v4.0 http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.en_GB. O fewn hynny, mae'r Brifysgol Agored yn dehongli'r drwydded hon fel a ganlyn: www.open.edu/openlearn/about-openlearn/frequently-asked-questions-on-openlearn. Mae'r hawlfraint a'r hawliau sydd y tu allan i delerau'r Drwydded Creative Commons yn cael eu cadw neu eu rheoli gan y Brifysgol Agored. Darllenwch y testun llawn cyn defnyddio unrhyw gynnwys.

Credwn mai'r prif rwystr rhag cael profiadau addysgol o ansawdd uchel yw cost, a dyna pam ein bod yn bwriadu cyhoeddi cymaint o gynnwys am ddim â phosibl o dan drwydded agored. Os yw'n anodd rhyddhau cynnwys o dan y drwydded Creative Commons rydyn ni'n ei ffafrio (e.e. oherwydd na allwn fforddio neu gael y caniatâd neu ddod o hyd i ddewisiadau eraill addas), byddwn yn dal i gyhoeddi'r deunyddiau am ddim o dan drwydded defnyddiwr personol.

Y rheswm am hyn yw y bydd y profiad dysgu bob amser yr un cynnig o ansawdd uchel a dylid ystyried hynny'n rhywbeth cadarnhaol bob amser – hyd yn oed os yw'r broses drwyddedu ar adegau'n wahanol i un Creative Commons.

Wrth ddefnyddio'r cynnwys, rhaid i chi ein priodoli ni (y Brifysgol Agored) (y Brifysgol Agored) ac unrhyw awdur dynodedig yn unol â thelerau'r Drwydded Creative Commons.

Mae'r adran Cydnabyddiaeth yn cael ei defnyddio i restru, ymysg pethau eraill, cynnwys trwyddedig trydydd parti (Perchnogol), nad yw'n destun proses drwyddedu Creative Commons. Rhaid defnyddio (cadw) cynnwys perchnogol yn gyflawn ac mewn cyd-destun i'r cynnwys bob amser.

Defnyddir yr adran Cydnabyddiaeth hefyd i dynnu eich sylw at unrhyw Gyfyngiadau Arbennig eraill a allai fod yn berthnasol i'r cynnwys. Er enghraifft, efallai y bydd adegau pan nad yw trwydded Shareaike Anfasnachol Creative Commons yn berthnasol i unrhyw gynnwys hyd yn oed os ydyn ni'n berchen arno (y Brifysgol Agored). Yn yr achosion hyn, oni nodir fel arall, gellir defnyddio'r cynnwys at ddefnydd personol ac anfasnachol.

Rydym hefyd wedi nodi deunydd Perchnogol fel deunydd arall sydd wedi'i gynnwys nad yw'n destun Trwydded Creative Commons. Mae'r rhain yn logos ac yn enwau masnachu'r Brifysgol Agored a gallant ymestyn i ddelweddau ffotograffig a fideo penodol, yn ogystal â recordiadau sain ac unrhyw ddeunydd arall y gellir ei ddwyn i'ch sylw.

Gall defnyddio unrhyw gynnwys heb awdurdod olygu torri'r telerau ac amodau a/neu'r deddfau eiddo deallusol.

Rydym yn cadw'r hawl i newid, diwygio neu ddod ag unrhyw delerau ac amodau a nodir yma i ben heb rybudd.

Mae'r holl hawliau sydd y tu allan i delerau trwydded Creative Commons yn cael eu cadw neu eu rheoli gan y Brifysgol Agored.

Pennaeth Eiddo Deallusol, Y Brifysgol Agored

Contents

Cyflwyniad	5
Learning Outcomes	6
1 Dod yn wneuthurwr newid	7
1.1 Beth yw dinasyddiaeth weithgar?	7
1.2 Sut mae dechrau newid	8
2 Gwneud newid drwy Senedd y DU	11
2.1 Codi eich mater yn Senedd y DU	12
2.2 Cael cefnogaeth eich AS	13
2.3 Creu deiseb	14
3 Sicrhau newid drwy'r gweinyddiaethau datganoledig	16
3.1 Senedd yr Alban	16
3.2 Y Senedd (Senedd Cymru)	19
3.3 Cynulliad Gogledd Iwerddon	21
4 Creu newid yn fyd-eang	25
5 Sicrhau newid y tu allan i wleidyddiaeth seneddol	28
6 Beth yw gwneuthurwr newid?	33
6.1 Ysbrydoliaeth	34

Cyflwyniad

Ac yntau wedi'i ysgrifennu mewn cyfnod heriol - yn amgylcheddol, yn economaidd, yn wleidyddol, yn gymdeithasol ac o ran iechyd, mae 'Cyflwyniad i wneud newid gwleidyddol a chymdeithasol' yn rhoi sylfaen i chi ar gyfer rhai o'r sgiliau dinasyddiaeth a'r wybodaeth wleidyddol allweddol sydd eu hangen arnoch i ymyrryd yn y byd wrth iddo newid o'ch cwrpas. Mae'r cwrs rhad ac am ddim hwn yn archwilio sut gallwch chi sicrhau newid gwleidyddol a chymdeithasol fel dinesydd gweithgar, gan roi gwybodaeth gefndir hanfodol i ddechrau arni, enghreifftiau o wneuthurwyr newid ysbrydoledig, cyngor ar sut i gael effaith y tu mewn a'r tu allan i wleidyddiaeth seneddol draddodiadol y DU, a'r rhinweddau sydd eu hangen i lwyddo. Mae'r cwrs wedi'i anelu'n bennaf at ddinasyddion y DU, er y bydd llawer o'r cynnwys yn berthnasol i bobl sy'n byw y tu allan i'r DU.



Ffigur 1: Senedd y DU (chwith uchaf), Cynulliad Gogledd Iwerddon (dde uchaf), Senedd yr Alban (chwith canol), Senedd Ewrop (dde canol), Senedd Cymru (chwith isaf) ac enghraifft o brotest wleidyddol y tu allan i Senedd y DU (dde isaf).

Mae'r cwrs OpenLearn hwn wedi'i addasu o '[Changemakers: A Guide to Making Political and Social Change](#)' gan y Brifysgol Agored, ond mae wedi cael ei ehangu i gynnwys gwybodaeth am y gwledydd datganoledig a newid byd-eang.

Mae'r cwrs OpenLearn hwn yn cysylltu â chwrs D113 y Brifysgol Agored: [Global Challenges: Social Science in Action](#), nawr ar agor i gofrestru.

Learning Outcomes

Ar ôl astudio'r cwrs hwn, dylech allu:

- Adnabod rhai o'r heriau presennol yn y DU a/neu fyd-eang sydd o ddiddordeb i chi.
- Deall beth mae 'dinasyddiaeth weithgar' yn ei olygu.
- Deall sut i wneud newid gwleidyddol a chymdeithasol fel dinesydd gweithgar: sut i fod yn 'wneuthurwr newid'.
- Deall gwaith sefydliadau gwleidyddol y DU a'r rôl sydd ganddynt o ran sicrhau newid, yn ogystal â ffyrdd eraill o sicrhau newid.
- Nodi a gallu defnyddio rhai o'r sgiliau a'r wybodaeth allweddol sydd eu hangen i sicrhau newid mewn sefyllfaoedd go iawn.

1 Dod yn wneuthurwr newid

Rydyn ni'n byw mewn cyfnod o heriau niferus – amgylcheddol, economaidd, gwleidyddol, cymdeithasol ac iechyd, ymysg pethau eraill. Cyfnod o heriau yn y DU ac yn fyd-eang. Dwy her fawr y mae'r byd yn ymateb iddynt ar hyn o bryd yw'r argyfwng hinsawdd ac etifeddiaeth trefedigaethau.

Sut gall pobl gyffredin wneud gwahaniaeth, yn wleidyddol ac yn gymdeithasol, i'r heriau hyn ac i eraill? Sut y gallant ddefnyddio Senedd y DU a'r seneddau/cynulladau idatganoledig i sicrhau newid? Sut maen nhw'n gallu bod yn 'wneuthurwr newid'?

Bydd y cwrs hwn yn eich helpu i wneud gwahaniaeth drwy ddysgu am ymgysylltiad gwleidyddol a chymdeithasol, gan gynnig arweiniad ac ysbrydoliaeth i bob gwneuthurwr newid, ni waeth pa mor fach ydyw.

1.1 Beth yw dinasyddiaeth weithgar?

Un lle da i ddechrau newid yw deall beth mae dinasyddiaeth yn ei olygu mewn gwirionedd.

Dinasyddiaeth wleidyddol y gellir meddwl amdani yn yr ystyr gul ac yn gyffredinol. Yn gul, mae'n cyfeirio at allu rhywun i ymwneud â gwleidyddiaeth etholiadol (er enghraifft, pleidleisio mewn etholiadau a'r pethau sy'n cyd-fynd â hynny, fel cefnogi plaid wleidyddol a sefyll am swydd wleidyddol), sydd â chysylltiad agos â statws dinasyddiaeth rhywun (yr hawl gyfreithiol i fyw mewn gwladwriaeth, e.e., mae rhywun yn ddinesydd y DU neu Awstralia neu India ac ati).



Ffigur 2: Mae pleidleisio mewn etholiadau yn enghraifft o ddinasyddiaeth wleidyddol.

Yn fwy cyffredinol, mae'n cyfeirio at allu rhywun i ymwneud yn wleidyddol mewn ffyrdd eraill. Gellid cysylltu hyn yn agos â'r ymdeimlad cul o ddinasyddiaeth wleidyddol, er enghraifft, protest wleidyddol, neu lofnodi deiseb seneddol. Neu gallai fod yn llai amlwg. Yn wir, mae pethau yr ydym yn eu gwneud y gellir eu hystyried yn wleidyddol, hyd yn oed os nad ydym yn eu hystyried yn amlwg yn wleidyddol. Er enghraifft, gellid ystyried ei bod yn weithred wleidyddol dewis darllen (neu beidio â darllen) papur newydd penodol, gan y gallai'r papur newydd hwnnw fod â safbwynt gwleidyddol. Neu gofrestru i ddefnyddio, neu i ddileu, cyfrif cyfryngau cymdeithasol, gan y gallai'r cwmni y tu ôl iddo gael ei redeg mewn ffordd rydych chi'n cytuno neu'n anghytuno â hi. Yn yr ystyr hwn rydych chi'n 'bod yn wleidyddol', ac yn ddinasyddion gwleidyddol, mewn lluo o ffyrdd bob dydd, weithiau'n ymwybodol, weithiau'n anymwybodol.

Yn ddiweddar, gwelwyd symudiad tuag at ddealltwriaeth 'weithredol' o ddinasyddiaeth, gan ganolbwyntio ar 'weithredoedd' a gallu pobl unigol i ddylanwadu ar y gymdeithas y maent yn rhan ohoni. **Dinasyddiaeth weithgar** yw'r syniad y gall rhywun fod yn ddinesydd gwleidyddol gweithgar; gall fynd ati'n frwd i geisio newid pethau (neu, yn wir, atal pethau rhag digwydd). Gallant fod yn 'wneuthurwr newid'. I wneud hynny, mae angen iddynt gael

eu hysgogi i gymryd rhan yn ogystal â chael gwybod am wleidyddiaeth, democratiaeth a sut mae cymdeithas yn gweithio. Mae elfen o gyfrifoldeb personol hefyd, h.y. mae angen iddynt wneud yr ymdrech i ymgysylltu.

Nid yw dinasyddiaeth weithgar yn derm statig: gellir ei ddeall ar sbectrwm (Wood et al, 2018). Gellir ei ddeall mewn ffordd syml iawn (gweithgareddau sy'n ymwneud â 'chyfrifoldeb personol', megis ufuddhau i'r gyfraith a thalu trethi), yr holl ffordd i synnwyr eithafol, gan ganolbwyntio ar fynd i'r afael ag anghyfiawnder mewn cymdeithas, a ddiffinnir gan Westheimer a Kahne (2004) fel dinasyddiaeth 'sy'n canolbwyntio ar gyfiawnder'. Mae'n amlwg bod gwahanol 'lefelau' o ddinasyddiaeth weithgar ac, yn gysylltiedig â hyn, cwestiynau ynghylch pa mor weithredol y dylai unigolyn fod. Pa bynnag agwedd y mae rhywun yn ei chymryd, mae dinasyddiaeth weithgar yn bwysig i ddemocratiaeth, yn ogystal â datblygu dealltwriaeth o'r hyn y mae dinasyddiaeth weithgar yn ei olygu; mae hyn yn arbennig o wir mewn gwledydd lle mae democratiaeth mewn perygl, ond mae'n berthnasol ym mhob man.

Mae'r cwrs hwn wedi'i leoli fwy tuag at ben 'uchaf' y sbectrwm dinasyddiaeth weithgar, er y bydd o fudd i unrhyw un sydd â diddordeb mewn newid gwleidyddol a chymdeithasol. Yn wir, mae ymchwil wedi dangos bod angen gwybodaeth ddofn ar ddinasyddion am y mater cymdeithasol y mae ganddynt ddiddordeb ynddo, yn ogystal â'r gallu i feddwl yn feiriadol amdano, h.y. sut y gall eu gweithredoedd arwain at newid? Beth yw'r gwahanol safbwyntiau am y mater? A yw'r mater yn un sy'n cael ei wrthwynebu? (Wood et al, 2018; Westheimer a Kahne, 2002). Maen nhw hefyd angen amrywiaeth o sgiliau a dealltwriaeth ymarferol i wneud newid go iawn mewn democratiaeth, gan gynnwys sut i gyfathrebu'n effeithiol (Wood et al, 2018).

Mae Cyflwyniad i Newid Cymdeithasol a Gwleidyddol yn lle gwych i ddarpar wneuthurwyr newid ddechrau.

1.2 Sut mae dechrau newid

Gellir canolbwyntio newid ar:

- Elfen wleidyddol; er enghraifft, ymgyrchu dros newid llywodraeth neu newid polisi.
- Elfen gymdeithasol; newid sut mae rhywbeth yn gweithio mewn cymdeithas, fel yr hawliau sydd gan grŵp.



Ffigur 3: Enghraifft o brotest wleidyddol.

Wrth gwrs, mae'r pethau hyn yn gorgyffwrdd – gall ymgyrchu dros newid cymdeithasol arwain at newid gwleidyddol. Gall y newid fod yn fawr neu'n fach. Gallai fod yn weithred unigol fach sy'n arwain at newid llawer mwy. Mae llawer o wahanol ffyrdd y gallwch chi newid pethau, boed hynny drwy ymgysylltu â Senedd y DU i sicrhau bod eich llais yn cael ei glywed neu drwy ddefnyddio sianeli eraill.

Darllenwch isod i gael arweiniad ar sut i ddechrau arni:

- **Gwneud eich gwaith ymchwil:** mae'n bwysig casglu'r holl ffeithiau, enwau pobl a sefydliadau allweddol, a gwybodaeth am y ffordd orau o sicrhau newid; darllen y newyddion a chadw golwg ar y mater a'r gwahanol safbwyntiau sy'n gysylltiedig ag ef – ceisiwch ddeall 'ochr arall' y ddadl gan y bydd hyn yn eich helpu i gyflwyno eich dadl
- **Penderfynu ar eich nodau:** beth ydych chi'n ceisio ei gyflawni? Mae'n ddefnyddiol cael nifer cyfyngedig o amcanion clir; gall canolbwyntio ar atebion gwybodus fod yn ddefnyddiol
- **Estyn allan at bobl eraill:** efallai y gallwch ymuno mewn ymgyrch sydd eisoes yn bodoli neu wneud eich ymgyrch eich hun yn gryfach drwy weithio gydag eraill
- **Nodi eich targed:** pwy yw'r unigolyn neu'r grŵp gorau i fynd ato i wneud newid? Pwy sy'n gwneud y penderfyniad? Pwy sy'n gyfrifol? Gallai hyn fod yn unigolyn, yn nifer o bobl, yn sefydliad, yn gyngor neu'n senedd, neu'r cyhoedd hyd yn oed – mae'n dibynnu ar eich nodau
- **Ystyried yr amseru:** rhy gynnwys ac efallai na fyddwch yn cael effaith, rhy hwyr ac efallai na fyddwch yn gallu dylanwadu. Cydnabod pa mor amserol yw mater, a pha bryd y gallai'r rhai sy'n gwneud penderfyniadau fod yn barod i dderbyn rhai dadleuon
- **Ystyried y modd:** a ddylai eich ffocws fod ar gyfryngau cymdeithasol, ar adroddiad ffurfiol, neu ar siarad mewn cyfarfodydd cyhoeddus? Beth yw eich sgiliau? Mae'n debyg y bydd angen i chi ymgyrchu mewn mwy nag un modd
- **Meddyliwch am hygyrchedd:** gwnewch yn siŵr bod cynifer o bobl â phosibl yn gallu ymgysylltu â'ch cynnwys (er enghraifft, darparu isdeitlau ar fideos, neu drawsgrifiad o araith)
- **Cysylltu â'ch cynrychiolwyr:** os ydych chi'n gobeithio newid y gyfraith, efallai y bydd angen i chi gysylltu neu lobïo eich cynrychiolydd etholedig; gallai hwn fod yn gynghorydd neu'n aelod o senedd neu gynulliad (megis Senedd y DU)
- **Rhoi cyhoeddusrwydd i'ch ymgyrch:** meddyliwch am y ffordd orau o hyrwyddo eich achos. Gallech ddefnyddio cyfryngau cymdeithasol, ysgrifennu llythyrau at bapurau newydd, a siarad mewn cyfarfodydd a digwyddiadau er enghraifft
- **Yn olaf:** dechreuwch yn fach: gall gweithredoedd bach arwain at newid mawr!

O ran y modd, a'r sgiliau a'r hyder sydd eu hangen i gyfleu newid drwy siarad cyhoeddus, efallai y byddai'n ddefnyddiol i chi ddarllen ‘

[Dare to speak up', a guide to communicating change via persuasive speech'](#).

Gweithgaredd 1: dechrau arni i sicrhau newid

 15 munud

Meddyliwch a oes unrhyw faterion cenedlaethol neu ryngwladol rydych chi'n teimlo'n angerddol yn eu cylch a sut gallech chi gymryd rhan. Meddyliwch a oes pobl neu grwpiau eisoes yn ymgyrchu dros y mater hwn, a pha lefel o gyfranogiad y gallwch ymrwymo iddi (gallai hyn fod mor syml â llofnodi deiseb, neu ysgrifennu amdani ar y cyfryngau cymdeithasol, neu gallai olygu mwy o ymrwymiad amser).

Un o'r ffyrdd y gallech fod eisiau newid os ydych wedi'ch lleoli yn y DU yw drwy Senedd y DU. Darllenwch i weld sut gallwch chi wneud hyn.

2 Gwneud newid drwy Senedd y DU



Ffigur 4: Logo Senedd y DU.

Mae cymryd rhan yn y broses ddemocrataidd yn un o'r ffyrdd pwysicaf o sicrhau newid: felly, mae angen i chi bleidleisio! Os na fyddwch chi'n pleidleisio, chewch chi ddim dweud pwy sy'n cael ei ethol a phwy sy'n gwneud y penderfyniadau sy'n effeithio arnoch chi. Os ydych chi'n byw yn y DU, gwnewch yn siŵr bod eich llais yn cael ei glywed mewn etholiad cyffredinol yn y DU drwy gofrestru i bleidleisio yn www.gov.uk/cofrestru-i-bleidleisio.

Mae cofrestru drwy ddefnyddio'r ddolen hon hefyd yn rhoi'r hawl i chi bleidleisio mewn etholiadau lleol, etholiadau comisiynydd maerol, yr heddlu a throseddu, ac etholiadau Cynulliad Gogledd Iwerddon, Senedd yr Alban a Senedd Cymru os ydych yn byw yn un o'r ardaloedd hynny, yn ogystal ag mewn refferenda.



Ffigur 5: Gorsaf bleidleisio nodweddiadol yn y DU.

Mae'r oedran pan fyddwch chi'n gymwys i bleidleisio yn dibynnu ar y math o etholiad a lle rydych chi'n byw yn y DU. Rhaid i chi fod yn 18 oed i bleidleisio yn Etholiad Cyffredinol Senedd y DU. Gallwch bleidleisio'n bersonol, drwy'r post, neu gael dirprwy (gofyn i rywun bleidleisio drosodch).

2.1 Codi eich mater yn Senedd y DU

P'un ai a yw'r mater rydych chi'n teimlo'n angerddol yn ei gylch yn un lleol, cenedlaethol neu ryngwladol, mae llawer o ffyrdd o godi proffil eich ymgyrch yn Senedd y DU. Gyda phwy ddylech chi fod yn siarad a beth allech chi ofyn iddyn nhw ei wneud?



Ffigur 6: Siambr drafod Tŷ'r Cyffredin Senedd y DU.

Oeddech chi'n gwybod... gallwch chi siarad â'ch Aelod Seneddol

Mae'r rhan fwyaf o ASau yn cynnal sesiynau rheolaidd o'r enw cymorthfeydd lle maent yn cwrdd ag etholwyr i siarad am faterion sy'n peri pryder – gall hyn fod wyneb yn wyneb neu ar-lein. Bydd gan wefan eich AS wybodaeth am gymorthfeydd etholaethol. Bydd yn helpu eich AS i'ch helpu chi os byddwch chi'n dod ag unrhyw ddogfennau neu wybodaeth gyda chi am y mater neu'r ymgyrch rydych chi eisiau ei thrafod. Mae manylion cyswllt eich AS ar gael yn: www.parliament.uk/findyourmp

Oeddech chi'n gwybod... gall ASau gynnal dadleuon

Gall ASau ofyn am amser ar gyfer dadleuon ar faterion lleol, cenedlaethol a rhyngwladol. Maent yn cyflwyno'u hachos i Bwyllgor Busnes y Meinciau Cefn sy'n neilltuo amser ar faterion sydd â chefnogaeth drawsbleidiol eang ymhlith ASau, gyda llawer o ddadleuon yn cael eu cynnal drwy ymgyrchoedd.

Oeddech chi'n gwybod... Gall aelodau Tŷ'r Arglwyddi gefnogi eich ymgyrch

Ochr yn ochr â'ch AS lleol, efallai y bydd aelodau o Dŷ'r Arglwyddi hefyd yn cefnogi eich ymgyrch. Penodir aelodau'r Arglwyddi yn aml oherwydd eu gwybodaeth a'u profiad mewn meysydd megis busnes, iechyd, addysg, y celfyddydau a chwaraeon. Maent yn chwarae rhan allweddol yn herio'r llywodraeth a gallant helpu i hyrwyddo eich achos gan fod ganddynt yn aml fwy o ryddid rhag gwleidyddiaeth bleidiol nag ASau. Nid yw Arglwyddi'n cynrychioli etholaeth benodol ond maent yn siarad am faterion sydd o ddiddordeb iddynt/maent yn arbenigwyr ynddynt. Gallwch chwilio am aelodau o'r Arglwyddi ar-lein y mae eu diddordebau a'u harbenigedd o ran polisi yn cyd-fynd â'ch ymgyrch ar www.parliament.uk/lords

Oeddech chi'n gwybod... Gall aelodau'r ddau Dŷ ofyn cwestiynau i'r llywodraeth

Gallwch ofyn i aelodau'r ddau Dŷ gefnogi eich ymgyrch drwy ofyn iddynt gyflwyno cwestiynau ysgrifenedig i adrannau'r llywodraeth a gofyn cwestiynau yn y Siambrau. Gellir defnyddio cwestiynau i apelio am ragor o wybodaeth ac i bwysu am weithredu, felly ystyriwch pa fath o gwestiwn fyddai'n helpu eich ymgyrch fwyaf. Er enghraifft, gall ASau neu Arglwyddi ofyn i'r llywodraeth beth mae'n ei wneud ynghylch mater neu faint o bobl sydd wedi cael eu heffeithio gan broblem neu sydd wedi cael cymorth gan bolisi penodol. Gallant hefyd ddefnyddio cwestiynau fel ffordd uniongyrchol o annog y llywodraeth i weithredu.

Oeddech chi'n gwybod... mae yna Grwpiau Seneddol Hollbleidiol

Mae'r Grwpiau Seneddol Hollbleidiol yn grwpiau anffurfiol, trawsbleidiol a ffurfiwyd gan ASau ac aelodau o'r Arglwyddi sy'n rhannu diddordeb cyffredin mewn maes polisi, rhanbarth neu wlad benodol. Er nad ydynt yn bwyllgorau Seneddol swyddogol, gall y grwpiau hyn weithiau fod yn ddylanwadol oherwydd eu hagwedd amhleidiol tuag at fater.

Os yw ffocws Grwpiau Seneddol Hollbleidiol yn cyd-fynd â'ch ymgyrch, gallech ofyn i aelodau a ydynt yn fodlon ychwanegu eu cefnogaeth. Gallwch ddarllen mwy am APPGs gan gynnwys rhestr o'r gwahanol grwpiau ar

www.parliament.uk/about/mps-and-lords/members/apg/

Oeddech chi'n gwybod... mae yna bwyllgorau dethol

Gall unrhyw un gyflwyno tystiolaeth ysgrifenedig ar-lein i bwyllgor dethol. Efallai nad cyflwyno tystiolaeth i un yw'r peth cyntaf sy'n dod i'ch meddwl pan fyddwch eisiau codi proffil mater – ond gall dilyn pwyllgorau ar-lein a chyflwyno tystiolaeth gael effaith fawr ac arwain at newidiadau cadarnhaol.

Ar ddechrau ymchwiliad, mae pwyllgorau dethol yn galw am dystiolaeth ysgrifenedig. Bydd pwyllgorau hefyd yn gwahodd partion sydd â diddordeb i roi tystiolaeth lafar i'r pwyllgor lle gallant archwilio ffocws y dystiolaeth ysgrifenedig yn fwy manwl. Efallai y bydd eich profiad neu ffocws eich ymgyrch yn rhoi cipolwg gwerthfawr ar ymchwiliad pwyllgor dethol. Gallwch ddilyn pwyllgorau dethol ar-lein a chael gwybod pryd mae ymchwiliadau'n cael eu cynnal er mwyn i chi allu cyflwyno tystiolaeth ar-lein:

www.parliament.uk/about/how/committees/select/

2.2 Cael cefnogaeth eich AS

Gall perswadio eich AS lleol i gefnogi eich ymgyrch fod yn gam tuag at godi'r materion sy'n bwysig i chi yn Senedd y DU.

Mae'n debyg mai ysgrifennu (drwy lythyr neu e-bost) yw'r ffordd orau o gysylltu â'ch AS (neu unrhyw gynrychiolydd etholedig arall fel cynrychiolydd datganoledig, neu aelod o Dŷ'r Arglwyddi) ac mae'n darparu cofnod ysgrifenedig y gellir cyfeirio ato yn nes ymlaen.

Wrth ysgrifennu, cofiwch yr awgrymiadau hyn:

COFIWCH:

Cyn ysgrifennu:

- Llunio disgrifiad clir o'r hyn y mae eich ymgyrch yn ceisio'i gyflawni.
- Casglu tystiolaeth i gefnogi eich ymgyrch.
- Ystyried sut mae eich mater yn cyd-fynd â'u buddiannau polisi.
- Gwneud yn siŵr bod gennych chi syniad clir pam eich bod am iddyn nhw gymryd rhan.
- Meddwl pa gamau yr hoffech iddynt eu cymryd.

Wrth ysgrifennu:

- Esboniwch pwy ydych chi a nodwch yn glir y mater yr ydych am ei godi gyda nhw.
- Gofynnwch iddynt wneud rhywbeth penodol, e.e. gofyn cwestiwn yn ystod dadl neu sesiwn, neu fynd i gyfarfod gyda'ch grŵp ymgyrchu i drafod y mater ymhellach.
- Cofiwch gynnwys eich manylion cyswllt.

Ar ôl ysgrifennu:

- Rhowch amser iddynt ymateb. Maent yn brysur yn jyglo eu hamser rhwng eu gwaith etholaethol a'u swydd fel cynrychiolydd etholedig, felly gall gymryd peth amser iddynt ymateb. Ond mae'n iawn i chi fynd ar drywydd hyn os nad ydych chi'n clywed yn ôl.

PEIDIWCH Â...Rhefr! Efallai nad ydych yn cytuno â nhw ar rai materion, ond nhw yw eich cynrychiolydd, felly mae meithrin perthynas gadarnhaol yn fwy tebygol o godi eich mater ar yr agenda.

2.3 Creu deiseb

Gall codi ymwybyddiaeth o fater drwy ddeisebau gysylltu pobl o bob rhan o'r DU ar fater sy'n bwysig iddyn nhw. Gall ddangos i Aelodau Seneddol sut y mae mater yn effeithio ar eu hetholwyr a pha mor gryf y mae pobl yn teimlo ar y cyd.

Mae gan Senedd y DU broses ddeisebau swyddogol. Gallwch greu eich deiseb ar-lein yn petition.parliament.uk. Rhaid iddo fod yn rhywbeth y mae Senedd y DU neu'r llywodraeth yn gyfrifol amdano. Dim ond dinasyddion Prydeinig a thrigolion y DU sy'n gallu creu neu lofnodi deiseb.

Os bydd eich deiseb yn cael 10,000 o lofnodion, byddwch yn cael ymateb gan y llywodraeth. Mae ymateb gan y llywodraeth yn gam pwysig iawn i unrhyw ymgyrch. Gall helpu i egluro sefyllfa'r llywodraeth ac mae'n rhoi rhagor o wybodaeth fanwl i'r deisebydd y gall ddewis cymryd camau pellach yn ei sgil.

Os bydd eich deiseb yn cael 100,000 o lofnodion, bydd (bron bob amser) yn cael ei rhoi ar amserlen ar gyfer dadl. Gallai ASau ystyried deiseb am ddadl cyn iddi gyrraedd 100,000 o lofnodion. Weithiau, gwahoddir pobl sy'n creu deisebau i gymryd rhan mewn trafodaeth gydag ASau neu weinidogion y llywodraeth, neu i roi tystiolaeth i bwyllgor dethol. Gall y Pwyllgor Deisebau hefyd ysgrifennu at bobl neu sefydliadau eraill i ofyn iddynt am y mater a godir gan eich deiseb.

Er y gallech nodi eich uchelgais i newid y gyfraith, mae llawer o ganlyniadau arwyddocaol eraill y gall deiseb gan Senedd y DU eu cyflawni. Mae cael amser dadlau ar agenda Senedd y DU yn gam enfawr gan fod yn rhaid i weinidogion esbonio polisi'r llywodraeth a wynebu cwestiynau heriol gan ASau o bob plaid. A pheidiwch byth â diystyru gwerth codi ymwybyddiaeth y cyhoedd o fater. Gall gysylltu pobl ar draws y DU â phrofiadau tebyg a bod yn sbardun i ymgyrch ehangach i sicrhau newid.

Gellir defnyddio safleoedd fel [Change.org](https://change.org) a 38Derreees.org.uk hefyd i sefydlu deisebau ar-lein, neu gallwch gyflwyno deiseb (bron fel cwyn ffurfiol) i sefydliad yn uniongyrchol. Wrth ddewis pa safle deisebau i'w ddefnyddio, mae angen i chi feddwl am yr hyn rydych chi'n ceisio'i gyflawni. Mae safle deiseb Senedd y DU yn ddefnyddiol os ydych chi am gael ymateb gan y llywodraeth a thrafod y pwnc yn Senedd y DU. Gall safleoedd deisebau eraill helpu i godi ymwybyddiaeth, casglu cefnogaeth, a chasglu sylw gan y cyfryngau.

Mae deiseb dda yn glir ac yn hawdd ei deall, mae ganddi nod realistig a phenodol (mae'n aml yn syniad da dechrau gyda newid llai y gellir adeiladu arno). Mae'n amlinellu'r mater ac yn darparu dolenni at ragor o wybodaeth, mae'n cael ei chyfeirio at y bobl iawn, a'i lansio ar yr adeg iawn.

Gweithgaredd 2: dod o hyd i'ch cynrychiolydd yn Senedd y DU

 15 munud

Os ydych chi'n byw yn y DU, treuliwch rywfaint o amser yn canfod pwy yw eich Aelod Seneddol lleol. Gallwch hefyd edrych ar aelodau Tŷ'r Arglwyddi i weld pa rai sydd â diddordeb yn yr un materion â chi.

- www.parliament.uk/findyourmp
- www.parliament.uk/lords

Os ydych chi'n byw yng Nghymru, yr Alban neu Ogledd Iwerddon, gallwch hefyd ddod o hyd i'ch cynrychiolydd datganoledig. Darllenwch Adran 3 i gael gwybod mwy.

Os ydych chi'n byw y tu allan i'r DU, gallwch hefyd chwilio am eich cynrychiolydd/cynrychiolwyr etholedig eich hun.

3 Sicrhau newid drwy'r gweinyddiaethau datganoledig

Yn y DU, o ganlyniad i ddatganoli, mae deddfwrfeydd ar wahân yng Nghymru, yr Alban a Gogledd Iwerddon: Senedd yr Alban, Senedd Cymru (neu Senedd), a Chynulliad Gogledd Iwerddon. Mae gan y cyrff hyn y pŵer i lunio deddfau a darparu gwasanaethau cyhoeddus mewn meysydd polisi penodol sydd wedi'u datganoli iddynt gan Senedd y DU. Sefydlwyd deddfwrfeydd Cymru a'r Alban ddiwedd y 1990au, ar ôl i'r cyhoedd bleidleisio ie dros ddatganoli. Roedd sefydlu Cynulliad Gogledd Iwerddon yn rhan allweddol o Gytundeb Gwener y Groglith ac fe'i cefnogwyd wedyn mewn refferendwm yn 1998.

3.1 Senedd yr Alban



Ffigur 7: Logo Senedd yr Alban.

Gallwch geisio newid pethau drwy Senedd yr Alban yn y ffyrdd canlynol.

Gweithio gyda'ch cynrychiolydd etholedig

Mae aelodau Senedd yr Alban yn cynrychioli etholwyr yn Senedd yr Alban, yn ogystal ag archwilio gwaith Llywodraeth yr Alban a'i dal i gyfrif. Gall ASAAu helpu etholwyr gyda materion sydd wedi'u datganoli i Senedd yr Alban ([rhagor o wybodaeth yma](#)) – Senedd y DU neu gynghorau lleol sy'n delio â materion eraill. Yn wahanol i Senedd y DU, caiff trigolion yr Alban eu cynrychioli gan fwy nag un ASA:

- Un ASA etholaeth, sy'n cynrychioli ardal leol.
- Saith ASA ranbarthol, sy'n cynrychioli ardal fwy sy'n cynnwys etholaeth rhywun.

[Chwiliwch am eich ASA yn ôl cod post yma](#). Gellir cysylltu â swyddfeydd ASA drwy lythyr, e-bost a dros y ffôn, ac mae'r Aelodau'n cynnal cymorthfeydd rheolaidd. Edrychwch ar yr [hanfodion yn Adran 2.2](#) i gael cyngor ar gysylltu â'ch cynrychiolwyr etholedig.

Mae llawer o ffyrdd y gall ASA helpu etholwr i newid pethau. Yn y siambr ddadlau, gall Aelodau o Senedd yr Alban gyflwyno cynnig am broblem y mae etholwr wedi'i dwyn i'w sylw a gofyn i Senedd yr Alban fynd i'r afael â hi. Gall ASAAu hefyd godi materion lleol a chenedlaethol a chwestiynu polisi'r llywodraeth yn ystod Hawl i Holi'r Prif Weinidog a Chwestiynau Holi eraill (testun, cyffredinol a phortffolio), yn ogystal ag anfon cwestiynau ysgrifenedig. Mae'r rhain yn gyfleoedd gwych i ASAAu godi ymwybyddiaeth o faterion y mae etholwyr wedi cysylltu â hwy yn eu cylch.

Gall ASAAu hefyd gynnig hyd at ddau Fil Aelod yn ystod pob sesiwn seneddol pedair blynedd; gall y rhain ymwneud â materion y mae etholwr wedi'u codi.

[Gallwch weld y cynigion sydd eisoes wedi cael eu cyflwyno yma.](#)



Ffigur 8: Siambr drafod Senedd yr Alban.

Gweithio gyda Grwpiau Trawsbleidiol

Mae grwpiau trawsbleidiol yn cynnwys Aelodau o Senedd yr Alban a phobl eraill sydd â diddordeb mewn mater penodol. Rhaid iddynt gynnwys ASAau o fwy nag un blaid wleidyddol. Er nad oes ganddynt unrhyw bwerau i gyflwyno materion yn ffurfiol i'r system seneddol, mae'r grwpiau'n lle defnyddiol i randdeiliaid allanol, gan gynnwys sefydliadau ac aelodau o'r cyhoedd, drafod materion sy'n berthnasol i ASAau, rhannu gwybodaeth, a chodi ymwybyddiaeth o faterion a all, yn ei dro, effeithio ar yr agenda wleidyddol ehangach. [Mae rhagor o wybodaeth am Grwpiau Trawsbleidiol ar gael yma.](#)

Rhoi eich barn i Pwyllgorau

Mae pwyllgorau am gael gwybod beth yw barn trigolion yr Alban er mwyn helpu Aelodau gyda'u hymholiadau. Gallwch gyflwyno eich barn am ymchwiliadau ac ymgynghoriadau cyfredol y pwyllgor drwy chwilio am y materion diweddaraf sy'n cael eu trafod ar [wefan Senedd yr Alban](#).

Os yw'r drafodaeth yn ymwneud â bil, gallwch fel arfer gyflwyno ymateb manwl ar-lein ar fanylion y bil neu ateb arolwg byr ar egwyddorion cyffredinol y bil. Mae pynciau eraill hefyd yn cael eu trafod lle gofynnir am adborth yn fwy cyffredinol drwy ffurflen gyflwyno neu fforwm trafod ar-lein.

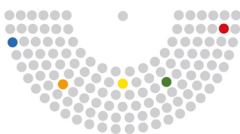
Efallai hefyd y cewch eich galw i fod yn dyst mewn sesiwn pwyllgor, os yw'r pwyllgor yn teimlo bod gennych wybodaeth bwysig i'w harchwilio'n fanylach.

Gallwch gael rhagor o wybodaeth am sut mae Pwyllgorau Senedd yr Alban yn gweithio drwy wyllo Fideo 1.

Video content is not available in this format.

Fideo 1: There shall be a Scottish Parliament – Committees (Sylwch nad oes llais i'w glywed ar y fideo hwn)

in the Scottish Parliament



Cyflwyno neu lofnodi deiseb

Gall unrhyw berson neu sefydliad gyflwyno deiseb – does dim angen i chi fyw yn yr Alban hyd yn oed, a does dim ots pa mor hen ydych chi. Mae'r Pwyllgor Cyfranogiad Dinasyddion a Deisebau Cyhoeddus yn gosod y rheolau ynghylch sut mae deisebau'n gweithio.

Un o'r rheolau pwysicaf yw bod rhaid i'r ddeiseb ymwneud â a) rhywbeth sydd wedi'i ddatganoli i Senedd yr Alban, b) sy'n berthnasol i'r Alban gyfan.

Dylech hefyd fod wedi cysylltu â naill ai ASA neu lywodraeth yr Alban cyn dechrau'r ddeiseb, a rhoi gwybod i'r Pwyllgor beth ddigwyddodd o ganlyniad i'r cyswllt hwnnw. Os bydd eich deiseb yn bodloni'r rheolau ac yn cael ei chymeradwyo, bydd yn cael ei hychwanegu at y wefan Deisebau er mwyn i bobl eraill ei llofnodi.

Ar ôl i'ch deiseb gael ei chyhoeddi, bydd y Pwyllgor yn edrych arni ac yna'n penderfynu pa gamau i'w cymryd. Mae hyn yn cynnwys y canlynol:

- Gofyn i lywodraeth yr Alban, sefydliadau neu unigolion ymateb.
- Gofyn i'r deisebydd am fwy o wybodaeth neu ofyn iddo siarad â'r Pwyllgor am y ddeiseb.
- Argymhell camau gweithredu ar gyfer llywodraeth yr Alban.
- Gofyn am ddatl yn y Siambr.
- Ei chyfeirio at bwyllgor arall.
- Cau'r ddeiseb.

[Mae rhagor o wybodaeth am ddeisebau Senedd yr Alban ar gael yma.](#)

Gallwch hefyd gael rhagor o wybodaeth am sut mae deisebau Senedd yr Alban yn gweithio drwy wyllo Fideo 2.

Video content is not available in this format.

Fideo 2: Petitioning the Scottish Parliament (Sylwch nad oes llais i'w glywed ar y fideo hwn)



Cymryd rhan mewn protest neu wrthdystiad heddychlon

Mae gan Senedd yr Alban bolisi protest heddychlon swyddogol dan y faner 'agored, hygyrch a chyfranogol' gyda phrotestiadau yn 'rhan hanfodol o fynegi democratiaeth yn yr Alban'. Dylai unrhyw un sy'n cynllunio protest yn Senedd yr Alban ysgrifennu at heddlu neu unedau diogelwch Senedd yr Alban i ofyn am ganiatâd i gynllunio protest swyddogol ar dir Senedd yr Alban. I gael eu cymeradwyo, rhaid i brotestiadau fynd i'r afael â holl reolau'r polisi swyddogol, fel bod yn ddi-blaid.

[Mae rhagor o wybodaeth am drefnu protest ar dir Senedd yr Alban ar gael yma.](#)



Ffigur 9: Mae streic newid hinsawdd wedi'i threfnu gan fyfyrwyr yn digwydd y tu allan i Senedd yr Alban.

Cynnal digwyddiad codi ymwybyddiaeth yn y Senedd

Fel arfer, bydd digwyddiadau a noddir gan ASA yn cael eu cynnal ar ddiwrnodau busnes yn ystod amser cinio a gyda'r nos. Mae'r digwyddiadau hyn yn gyfle i godi ymwybyddiaeth o fater gydag ASAau yn y Senedd ac maent yn cael eu cynnal mewn gwahanol rannau o'r adeilad, yn dibynnu ar ba mor fawr yw'r digwyddiad.

Gall Aelodau o Senedd yr Alban hefyd noddi arddangosfeydd i gyfrannu at waith y Senedd a chodi ymwybyddiaeth o faterion, a galwadau am luniau (mae'r rhain yn gyfle i dynnu lluniau Aelodau o Senedd yr Alban yn cefnogi achos).

Rhaid i ddigwyddiadau beidio â bod yn wleidyddol ond gallant adlewyrchu buddiannau a sefyllfa polisi ASA. Mae lleoliadau ar gael am ddim, er ei bod yn costio i logi offer clywedol. [Mae rhagor o wybodaeth am drefnu digwyddiad ar gael yma.](#)

3.2 Y Senedd (Senedd Cymru)



Ffigur 10: Logo Senedd Cymru.

Gweithio gydag Aelodau'r Senedd sy'n eich cynrychioli chi

Mae'r Senedd (a elwir fel arall yn Senedd Cymru, a Chynulliad Cenedlaethol Cymru neu Gynulliad Cymru gynt) yn cynnwys 60 Aelod o'r Senedd (AS).

Yn yr un modd â Senedd yr Alban, cynrychiolir trigolion Cymru gan fwy nag un AS: un yn cynrychioli'r ardal leol (yr etholaeth), a phedwar arall yn cynrychioli rhanbarth Cymru lle mae'r person yn byw.

Mae ASau yn gweithio i ddal llywodraeth Cymru i gyfrif, yn ogystal â datrys materion a godir gan etholwyr sy'n ymwneud â materion sydd wedi'u datganoli i Senedd Cymru. [Gallwch edrych i weld pa feysydd y mae gan y Senedd bŵer drostynt yma](#), mae meysydd eraill yn cael sylw gan Senedd y DU neu gynghorau lleol.

[Chwiliwch am eich AS yn ôl cod post yma](#). Gellir cysylltu â swyddfeydd AS drwy lythyr, e-bost, ffôn a chyfryngau cymdeithasol, ac mae'r Aelodau'n cynnal cymorthfeydd rheolaidd. Edrychwch ar yr [hanfodion yn Adran 2.2](#) i gael cyngor ar gysylltu â chynrychiolwyr etholedig.

Gall AS godi materion sydd wedi cael eu dwyn i'w sylw mewn amryw o ffyrdd. Er enghraifft, gall ofyn cwestiwn i Weinidog (gan gynnwys y Prif Weinidog) yn ystod cyfarfodydd llawn y Senedd. Cynhelir y cyfarfodydd hyn yn y brif siambr drafod, y Siambr,

ar ddydd Mawrth a dydd Mercher. Gallant hefyd ofyn cwestiynau ysgrifenedig, gwneud pwyntiau yn ystod dadl, codi materion mewn cyfarfodydd pwyllgor, neu ysgrifennu'n uniongyrchol at lunwyr penderfyniadau.

Yn ogystal â helpu a chefnogi etholwyr, mae gan Aelodau Seneddol hefyd rôl bwysig i'w chwarae o ran craffu ar gyfreithiau a threthi. Felly, mae ASau yn gweithio i gynrychioli Cymru a'r materion sy'n bwysig i'r bobl sy'n byw yno, drwy eu cyfraniadau.

Llofnodi neu greu deiseb

Gellir defnyddio deisebau i'r Senedd i dynnu sylw at fater sy'n peri pryder (os oes gan y Senedd bŵer dros y mater dan sylw). Mae deisebau sydd â digon o lofnodion ac sy'n bodloni'r safonau gofynnol (gan gynnwys bod gan yr unigolyn neu'r sefydliad sy'n ei dechrau gyfeiriad yng Nghymru) yn cael eu hystyried gan y Pwyllgor Deisebau:

- Bydd deisebau sydd â dros 250 o lofnodion yn cael eu hadolygu gan y Pwyllgor Deisebau, a fydd yn penderfynu beth y gallant ei wneud i fwrw ymlaen â'r ddeiseb, sy'n cynnwys gofyn i Lywodraeth Cymru weithredu.
- Bydd deisebau sydd â thros 10,000 o lofnodion yn cael eu hystyried gan y Pwyllgor ar gyfer dadl yn siambr y Senedd. Mae'r ffactorau sy'n cael eu hystyried yn cynnwys y pwnc, pa mor frys ydyw, a nifer y llofnodion gan drigolion Cymru.

[Mae rhagor o wybodaeth am ddeisebau'r Senedd ar gael yma.](#)



Ffigur 11: Senedd Cymru.

Gweithio gyda Grwpiau Trawsbleidiol

Gall aelodau'r Senedd sefydlu Grwpiau Trawsbleidiol sy'n ymwneud â materion sy'n cael sylw gan y Senedd. Rhaid iddynt gynnwys cynrychiolwyr o dri grŵp gwleidyddol gwahanol o leiaf sy'n cael eu cynrychioli yn y Senedd. Er nad oes ganddynt rôl ffurfiol yn y gwaith o lunio polisiâu, maent mewn sefyllfa dda i godi ymwybyddiaeth o faterion. Mae Grwpiau Trawsbleidiol hefyd yn ffordd wych i grwpiau diddordeb a chyrrff ymgyrchu siarad yn uniongyrchol ag ASau a thrafod materion polisi yn fanwl.

[Gallwch weld y Grwpiau Trawsbleidiol a'r manylion cyswllt ar hyn o bryd yma.](#)

Rhoi tystiolaeth i Bwyllgorau

Mae Pwyllgorau'r Senedd yn archwilio deddfwriaeth arfaethedig ac yn craffu ar wariant a pholisïau llywodraeth Cymru. Mae Pwyllgorau'n cynnwys Aelodau o wahanol bleidiau gwleidyddol, a benodir gan y Senedd yn y Cyfarfod Llawn, ac maent yn canolbwyntio ar bynciau penodol. Gall trigolion Cymru gysylltu â phwyllgorau i awgrymu materion y dylid edrych arnynt yn fanwl yn eu barn nhw.

Gall pwyllgorau gasglu tystiolaeth gan y cyhoedd a sefydliadau ac yna ysgrifennu adroddiad ar gyfer y llywodraeth. Cyhoeddir galwadau am dystiolaeth ysgrifenedig ar dudalen we'r pwyllgor. Caiff pwyllgor ddefnyddio'r dystiolaeth ysgrifenedig hon wrth benderfynu pwy i'w gwahodd i sesiwn tystiolaeth lafar i drafod y mater ymhellach.

[Mae Pwyllgorau presennol y Senedd ar gael yma.](#)

Mae'r rhain yn gyfleoedd gwyh i Aelodau'r Senedd glywed am faterion y mae trigolion Cymru yn pryderu yn eu cylch, ac yna codi ymwybyddiaeth ohonynt yn y Senedd a'r tu allan iddi.

3.3 Cynulliad Gogledd Iwerddon



Ffigur 12: Logo Cynulliad Gogledd Iwerddon.

Gweithio gyda'ch cynrychiolydd o Gynulliad Gogledd Iwerddon

Mae Cynulliad Gogledd Iwerddon yn ethol Aelodau o'r Cynulliad Deddfwriaethol (ACD). Mae ACDau yn pasio cyfreithiau ac yn archwilio polisi ar faterion sydd wedi'u datganoli i'r Cynulliad ([gweler yma am fwy o wybodaeth](#)) ac yn gwrandao ar eu hetholwyr ac yn gweithredu ar eu rhan. Fel seneddau Cymru a'r Alban, caiff trigolion Gogledd Iwerddon eu cynrychioli gan fwy nag un ACD. Mae pum ACD ym mhob un o'r 18 etholaeth yng Ngogledd Iwerddon a 90 ACD yn gyffredinol.

[Gallwch chwilio am eich ACD yn ôl cod post yma.](#) Gellir cysylltu â swyddfeydd ACD drwy lythyr, e-bost a ffôn, ac mae Aelodau'n cynnal cymorthfeydd rheolaidd. Edrychwch ar yr [hanfodion yn Adran 2.2](#) i gael cyngor ar gysylltu â chynrychiolwyr etholedig.

Mae ACD yn mynychu Cyfarfodydd Llawn yn Siambr y Cynulliad (ar ddydd Llun neu ddydd Mawrth fel arfer). Mae'r cyfarfodydd hyn yn gyfleoedd gwyh i ACDau godi materion lleol yn ystod dadleuon a holi gweinidogion ar ran eu hetholwyr, gan gynnwys y Prif Weinidog a'r dirprwy Brif Weinidog. Gall ACDau hefyd gynrychioli eu hetholwyr drwy anfon cwestiynau ysgrifenedig (sydd fel arfer yn arwain at ymatebion mwy manwl gan weinidogion na chwestiynau llafar), cyflwyno cynigion i'w trafod (gan gynnwys dadleuon gohirio, sydd fel arfer yn ymwneud â materion etholaethau penodol), cynnig diwygiadau i ddeddfau, a chyflwyno biliau aelodau preifat. Felly, mae gan yr ACD lawer o wahanol ffyrdd y gallant gynrychioli eu hetholwyr, ac amrywiol gyfleoedd i geisio creu newid.

Mae busnes y Cynulliad yn fater o gofnod cyhoeddus. Gallwch ymchwilio i safbwyntiau eich ACD ar faterion polisi penodol drwy chwilio am Hansard y Cynulliad ar gyfer dadleuon y maent wedi cymryd rhan ynddynt. Gallwch hefyd chwilio am Filiau y maent wedi'u cefnogi a chwestiynau y maent wedi'u gofyn drwy [wefan y Cynulliad](#).



Ffigur 13: Cynulliad Gogledd Iwerddon.

Cyflwyno tystiolaeth i Bwyllgor

Mae'r pwyllgorau'n cynnwys ACDau ac maent yn canolbwyntio ar adran benodol o'r llywodraeth e.e. Cyllid, Iechyd ac Addysg. Mae Pwyllgorau'n gyfrifol am ddal Gweithrediaeth Gogledd Iwerddon yn atebol, drwy archwilio a chynnig gwelliannau i ddeddfwriaeth, yn ogystal â chodi materion drwy gyflwyno cynigion i'w trafod yn y Siambr. Gall pwyllgorau hefyd gynnig eu Biliau eu hunain.

Maent hefyd yn cynnal ymchwiliadau, ac fel rhan o hyn gall unigolion a sefydliadau gyflwyno tystiolaeth ysgrifenedig neu lafar fel sail i'w hargymhellion (y mae'n rhaid i'r Adran neu'r gweinidog perthnasol ymateb iddynt). Mae'n bosibl gwirio ar-lein pa faterion mae pwyllgorau'n edrych arnynt ar hyn o bryd a'r dyddiad cau ar gyfer ymateb. Gall pwyllgorau hefyd ofyn i rywun siarad yn bersonol fel tyst, os bernir bod eu harbenigedd yn berthnasol i ymchwiliad.

Mae pwyllgorau hefyd yn galw am dystiolaeth ar Filiau, fel y gall y cyhoedd ddylanwadu ar ddeddfwriaeth drwy bwyllgorau hefyd.

- [Mae pwyllgorau presennol y Cynulliad ar gael yma.](#)
- [Gallwch gael rhagor o wybodaeth am sut mae Pwyllgorau NIA yn gweithio drwy wyllo'r fideo hwn.](#)

Video content is not available in this format.

Fideo 3: Pwyllgorau Cynulliad Gogledd Iwerddon



Gweithio gyda Grwpiau Hollbleidiol

Mae pob Grŵp Hollbleidiol yn cynnwys ACDau o wahanol bartïon sydd â diddordeb mewn mater penodol. Mae aelodaeth ffurfiol ar gyfer ACDau yn unig, ond gellir gwahodd unigolion a sefydliadau i fynd i gyfarfodydd a briffio er mwyn goleuo a chefnogi gwaith y grŵp.

Rhaid i'r tri dynodiad (Cenedlaetholwr, Undebwr ac Arall) yn y Cynulliad gael eu cynrychioli yn yr aelodaeth, a rhaid iddynt gynnwys o leiaf deg ACDau.

[Gallwch weld y Grwpiau Hollbleidiol a'r manylion cyswllt ar hyn o bryd yma.](#)

Cyflwyno deiseb drwy ACD

Gall ACD gyflwyno deiseb gyhoeddus i'r Cynulliad, wedi'i llofnodi gan aelodau'r cyhoedd ac yn gofyn i'r llywodraeth weithredu ar fater penodol. Ar ôl i'r Pwyllgor Busnes gymeradwyo'r ddeiseb, bydd ACD yn cyflwyno'r ddeiseb i'r Llefarydd gyda rhai geiriau rhagarweiniol, ac yna bydd y Llefarydd yn trefnu i'r ddeiseb gael ei hanfon at y gweinidog perthnasol. Ar ryw adeg, bydd y gweinidog fel arfer yn ymateb i ACDau eraill a/neu'r siaradwr yn amlinellu pa gamau a gymerwyd o ganlyniad i'r ddeiseb gyhoeddus.

Creu newid drwy gydweithrediad rhwng y Gogledd a'r De

Mae Cyngor Gweinidogol y Gogledd/De, sy'n cynnwys gweinidogion o Weithrediaeth Gogledd Iwerddon a Llywodraeth Iwerddon, yn cydweithredu ar bolisi sy'n ymwneud â 12 maes o ddiddordeb cyffredin. Mae'r ddwy ochr yn cytuno ar chwech o'r meysydd hyn, ond cânt eu gweithredu ar wahân ym mhob awdurdodaeth. Mae'r chwech arall yn cael eu cytuno gyda'i gilydd ond yn cael eu gweithredu drwy gyrff gweithredu ar y cyd sy'n cwmpasu Gogledd Iwerddon a Gweriniaeth Iwerddon. Mae manylion ynghylch sut i gysylltu â'r Cyngor, gan gynnwys meysydd diddordeb, ar gael ar y [wefan hon](#).

Gweithgaredd 3: Gyda phwy y dylid cysylltu?

 15 munud

Os ydych chi'n byw yn y DU, mae gennych nifer o gynrychiolwyr: AS Senedd y DU, Aelodau'r Arglwyddi, ac o bosibl cynrychiolydd/gynrychiolwyr datganoledig.

Yng Ngweithgaredd 1, gofynnwyd i chi feddwl a oes unrhyw faterion cenedlaethol neu ryngwladol rydych chi'n teimlo'n angerddol yn eu cylch a sut gallech chi geisio newid pethau. Nawr, cymerwch gam ymhellach a meddyliwch pa gynrychiolydd y gallech droi ato i ddechrau arni:

- Eich AS?
- Aelod o Dŷ'r Arglwyddi?
- Cynrychiolydd datganoledig?

Bydd angen i chi ymchwilio i ba faterion sy'n cael sylw gan ba ddeddfwrfa (cofiwch, Senedd yr Alban, Senedd Cymru a Chynulliad Gogledd Iwerddon sydd â'r pŵer i lunio deddfau a darparu gwasanaethau cyhoeddus mewn rhai meysydd polisi sydd wedi'u datganoli iddynt gan Senedd y DU).

Efallai y byddwch yn penderfynu bod rhywun gwahanol mewn sefyllfa well i helpu (gallai hwn fod yn gynghorydd lleol, yn gorff rhyngwladol, neu'n grŵp pwyso). Os felly, bydd yr adrannau [Creu newid yn fyd-eang](#) a [Sicrhau newid y tu allan i wleidyddiaeth seneddol](#) o ddiddordeb.

Os ydych chi'n byw y tu allan i'r DU, gallwch hefyd ystyried pa un o'ch cynrychiolwyr etholedig eich hun (neu sefydliad/unigolyn arall) sydd fwyaf priodol ar gyfer y mater y mae gennych ddiddordeb ynddo.

4 Creu newid yn fyd-eang

Mae cymaint o symudiadau rhyngwladol o blaid newid, unigolion a sefydliadau sy'n ymgyrchu, ac enghreifftiau o faterion perthnasol, fel y bydd yr adran hon yn dilyn trywydd ychydig yn wahanol ac yn canolbwyntio ar un mater yn benodol: argyfwng hinsawdd.



Ffigur 14: Tanau gwyllt yn Los Angeles, wedi'u gwneud yn waeth oherwydd diffyg glaw.

Meddwl am argyfwng hinsawdd

Mae argyfwng hinsawdd yn enghraifft o fater cymdeithasol a gwleidyddol sy'n croesi ffiniau. Mae'n 'her fyd-eang'. Yn wir, mae rhai pobl yn dadlau bod angen i ni ddefnyddio'r gair 'argyfwng' i adlewyrchu difrifoldeb yr her, yn hytrach na 'newid' yn yr hinsawdd.

Mae her fyd-eang yn broblem fawr iawn sy'n effeithio ar lawer o bobl mewn llawer o wahanol wledydd, a'r ateb i hynny yw gweithredu ar y cyd ar draws ffiniau cenedlaethol. Mae'r diffiniad hwn yn adleisio'r ffordd y dechreuodd y term 'her fyd-eang' gael ei ddefnyddio gan lunwyr polisi yn negawdau cyntaf yr 21ain ganrif. Mae enghraifft nodedig i'w gweld yn Nodau Datblygu Cynaliadwy'r Cenhedloedd Unedig. Mae'r Cenhedloedd Unedig yn disgrifio'r nodau hynny fel rhai sy'n ceisio mynd i'r afael â'r 'heriau byd-eang rydym yn eu hwynebu' drwy gynnig 'glasbrint i sicrhau dyfodol gwell a mwy cynaliadwy i bawb' (Cenhedloedd Unedig n.d.). Nid yw'r heriau y mae'r Nodau Datblygu Cynaliadwy yn tynnu sylw atynt – pethau fel tlodi a newyn – yn effeithio ar bawb ym mhob man ond, yn yr un modd â'r diffiniad o her fyd-eang uchod, maent yn effeithio ar lawer o bobl mewn llawer o wledydd gwahanol ac mae eu hateb yn galw am weithredu ar draws ffiniau cenedlaethol.

Ni ellir ysgaru'r hyn sy'n digwydd yn lleol oddi wrth gyd-destunau ehangach, ond nid oes perthynas un-ffordd syml rhwng y byd-eang a'r lleol, mae digwyddiadau byd-eang bob amser yn rheoli'r hyn sy'n digwydd yn lleol. Yn hytrach, mae'n well meddwl am y lleol a'r byd-eang fel digwyddiadau parhaus sy'n siapia ei gilydd. Yn benodol, mae grymoedd byd-eang yn cael eu gwrthsefyll, eu hail-lunio a'u hail-bwrpasu'n barhaus gan bobl yn eu hardaloedd, a gall y gweithredoedd hyn lithro allan a sicrhau canlyniadau byd-eang.



Ffigur 15: Cannu cwrel a achosir gan wres cefnforol.

Mae angen i rywun sy'n ceisio gwneud newid gwleidyddol a chymdeithasol ystyried:

- A yw'r mater yn un lleol a/neu fyd-eang, ac ym mha ffordd.
- Pa berson/llywodraeth/sefydliad sydd yn y sefyllfa orau i sicrhau newid yn y cyd-destun hwnnw.

Gweithgaredd 4: Cysylltiadau lleol/byd-eang

 15 munud

Yng Ngweithgaredd 1 gofynnwyd i chi nodi a oes unrhyw faterion cenedlaethol neu ryngwladol yr ydych yn teimlo'n angerddol yn eu cylch. Ewch â hyn ymhellach drwy ystyried y dimensiwn lleol/byd-eang. A yw eich mater yn enghraifft lle mae'r hyn sy'n digwydd yn lleol yn cael ei siapio a'i ddylanwadu gan rywbeth sy'n digwydd mewn mannau eraill yn y byd? Neu a yw'n enghraifft lle mae canlyniad lleol yn cael ei lunio a'i ddylanwadu gan gyd-destun neu amgylchedd cymdeithasol, economaidd a gwleidyddol ehangach? Gallwch ysgrifennu eich ateb yn y blwch testun a ddarperir.

Provide your answer...

Ymgyrchu am argyfwng hinsawdd

Beth allwn ni neu beth ddylem ni ei wneud am argyfwng hinsawdd? Mae'r Athro Mark Maslin yn ysgrifennu yn *How to Save the Planet: The Facts*, 'Nid ydym i gyd yr un mor atebol am y llanastr yr ydym ynddo.' Mae'n cyflwyno'r ffigurau hyn i ategu ei bwynt:

- Mae'r 10% cyfoethocaf o boblogaeth y byd yn allyrru 50% o lygredd carbon i'r atmosffer.
- Mae'r 50% cyfoethocaf o boblogaeth y byd yn allyrru 90% o lygredd carbon i'r atmosffer.
- Dim ond 10% o'r llygredd carbon yn ein hamgylchedd y mae'r 3.9 biliwn o bobl dlotaf wedi'i gyfrannu (Maslin, 2021).

Mae rhai pobl wedi teimlo bod angen gweithredu yn erbyn argyfwng hinsawdd. Un ffigur pwysig yw Greta Thunberg. Yn 2018, dechreuodd brotestio ar ei phen ei hun yn erbyn newid yn yr hinsawdd y tu allan i Senedd Sweden. Roedd ei gofynion yn syml: lleihau allyriadau CO2 ar unwaith er mwyn achub y blaned. Fe wnaeth ei phrotest ysbrydoli plant ysgol o bob cwr o'r byd i weithredu, fel y mudiad 'Fridays for Future'.

I Greta Thunberg, roedd gweithredu yn erbyn argyfwng hinsawdd yn fater o egwyddor yn ogystal â gwneud popeth i ddiogelu'r dyfodol. Roedd hi'n teimlo'n flin, mewn sioc ac yn drist am yr hyn oedd yn digwydd:

'We saw these horrifying pictures of plastic in the oceans and floodings and so on, and everyone was very moved by that. But then it just seemed like everyone went back to normal ... And I couldn't go back to normal because those pictures were stuck in my head. ... When everyone else seems to just compromise ... I want to walk the talk, and to practice as I preach.'

(yn Chappell a Chang 2019)

Yn yr un flwyddyn, rhoddodd araith i lunwyr polisi yn Fforwm Economaidd y Byd yn Davos ac aeth yn fyd-enwog:

'I don't want you to be hopeful.

I want you to panic.

I want you to feel the fear I feel every day.

And then I want you to act.

I want you to act as you would in a crisis.

I want you to act as if our house is on fire.

Because it is.'

(Thunberg 2021: 15)

Nid Greta Thunberg yw'r unig streiciwr hinsawdd yn y byd. Ond mae hi'n un o'r rhai mwyaf adnabyddus a hawdd ei hadnabod. Mae ganddi agwedd foesol bwerus sy'n edrych yn syml ar yr her hinsawdd o ran da a drwg. Mae hi hefyd yn dangos bod unigolion yn gallu gwneud rhywbeth am heriau byd-eang fel yr argyfwng hinsawdd. Fel mae hi'n ei ddweud, 'does neb yn rhy fach i wneud gwahaniaeth' (Thunberg 2021: 8).

Mae Greta Thunberg wedi dod yn symbol o fudiad llawer ehangach o gwmpas y byd, sy'n cynnwys degau o filoedd o bobl ifanc yn mynd ar streic ac yn protestio ar y strydoedd yn erbyn yr argyfwng hinsawdd. Mae pobl yn defnyddio'r dechnoleg bob dydd y mae ganddynt fynediad ati (fel ffonau) i gyfathrebu a threfnu'r gwrthdystiadau hynny, cwrdd â phobl eraill, a thynnu lluniau a fideos o weithredoedd i ledaenu'r gair ar gyfryngau cymdeithasol.

Mae hi'n enghraifft o sut y gall unigolyn weithio gydag eraill i ddylanwadu ar newid ar lefel fyd-eang. Gallwch ddarllen mwy am sut y llwyddodd i greu newid yn [Adran 6.1](#)

[Ysbrydoliaeth](#).

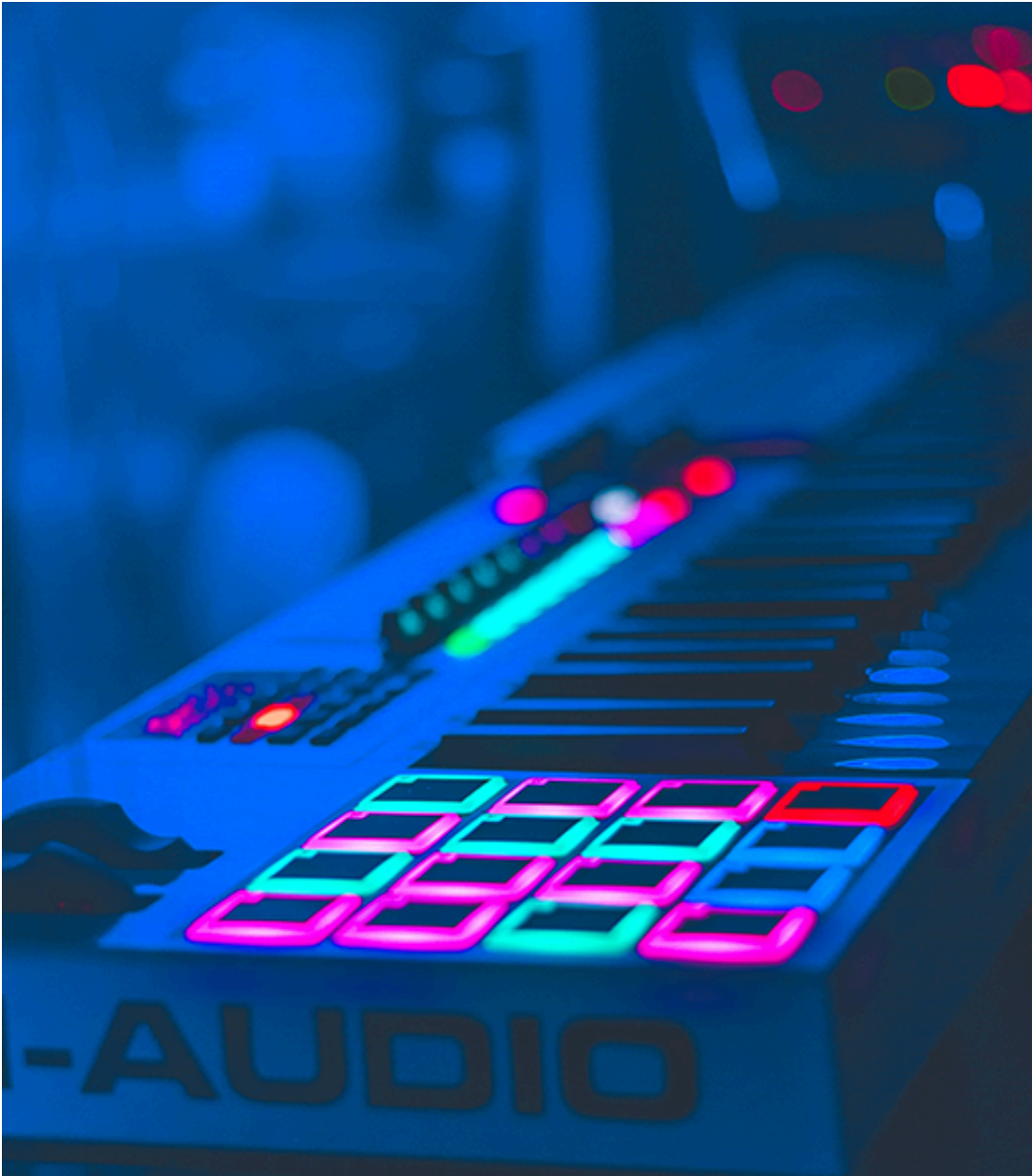
5 Sicrhau newid y tu allan i wleidyddiaeth seneddol

Gweithio gyda chynghorau lleol

Yn y DU, efallai mai'r ffordd orau o ddelio â'r mater rydych am ei newid ar lefel 'leol', yw drwy weithio gyda'ch cynrychiolwyr etholedig lleol, a elwir yn gynghorwyr. Mae cynghorwyr yn cynrychioli eu cymuned leol, yn datblygu ac yn adolygu polisiau cynghorau, ac yn craffu ar benderfyniadau a wneir gan y cyngor. Gall fod yn lle da i ddechrau os yw'n fater 'lleol', er bod angen i chi wirio pwy sy'n gyfrifol cyn i chi ddechrau. Os ydych chi'n byw y tu allan i'r DU, gallwch weithio gyda'ch cynrychiolwyr lleol eich hun.

Gweithio gyda'r celfyddydau a cherddoriaeth

Gallwch godi ymwybyddiaeth drwy gelf ('artivism') a chrefft ('craftivism'), gan ddefnyddio creadigaethau gweledol i hyrwyddo achos gwleidyddol neu gymdeithasol. Yn yr un modd, gellir tynnu sylw at anghyfiawnderau cymdeithasol ac achosion gwleidyddol drwy berfformiad cerddorol a geiriau. Gall hyn fod yn ffordd dda o godi proffil achos, er y gall fod angen ymgyrchu mwy 'ffurfiol' a gweithredu ar y cyfryngau.



Ffigur 16: Un ffordd o wneud newid yw drwy gerddoriaeth.

Cymryd rhan mewn gweithredu gan y cyfryngau

Efallai y byddwch yn teimlo bod hyn yn ffordd gyflym a rhad o godi proffil mater a chasglu cefnogaeth, gan gynnwys ar gyfer grwpiau sy'n cael eu tangynrychioli mewn cyfryngau 'traddodiadol' 'prif ffrwd'. Mae'n cynnwys ymgyrchu ar y cyfryngau cymdeithasol, creu gwefannau a gwneud fideos. Caiff deisebau eu hysbysebu yn aml drwy'r cyfryngau cymdeithasol. Fodd bynnag, efallai y bydd angen i chi gael y cyfryngau traddodiadol (papurau newydd, newyddion ar y teledu) i roi sylw i'ch ymgyrch o hyd.

Cymryd rhan mewn darlledu

Mae cyfrannu at raglenni teledu a radio, a hyd yn oed eu hysgrifennu/cyflwyno, yn ffurf fwy traddodiadol o weithredu ar y cyfryngau. Bydd angen i chi feithrin rhywfaint o ddilynwyr ymgymryd â'r olaf, gan fod cyflwyno'n aml y tu hwnt i gyrraedd nes eich bod wedi meithrin lefel benodol o enw da, neu eich bod eisoes yn gweithio yn y maes hwn. Am y rheswm hwn, efallai y byddwch yn gweld ymgyrchu ar y cyfryngau cymdeithasol fel dull gweithredu

cychwynnol gwell. Mae gwneud eich fideos eich hun a'u darlledu ar wefan fel YouTube yn ddewis arall hygrych yn lle darlledu traddodiadol.

Ysgrifennu/cyhoeddi

Os ydych chi eisiau cyrraedd cynulleidfa eang, dylech wneud eich gwaith ysgrifennu'n hawdd ei ddeall, yn hygrych i bobl sydd â nam ar eu golwg a'u clyw, yn hawdd dod o hyd iddo, yn rhad ac am ddim (neu'n rhad os caiff ei gyhoeddi'n broffesiynol), ac a allai fod yn rhyngweithiol (rhoi cyfle i bobl ymateb).

Mae'n ddefnyddiol ysgrifennu mewn mwy nag un modd, er mwyn cyrraedd cynifer o bobl â phosib (os byddwch chi'n ysgrifennu adroddiad, dylech hefyd greu rhai negeseuon ar y cyfryngau cymdeithasol sy'n ei grynhoi). Meddylwch pwy rydych chi am ei gyrraedd a beth yw eich nodau, a dewis y dull(iau) sy'n addas. Gall y gair ysgrifenedig fod yn bwerus iawn, boed hynny ar ffurf newyddiaduraeth, llyfrau, barddoniaeth, adroddiadau, neu ysgrifennu ar gyfer y cyfryngau cymdeithasol (blogio, er enghraifft). Gallai'r gwaith gael ei gyhoeddi'n broffesiynol neu'n fwy anffurfiol, yn dibynnu ar y gynulleidfa a'ch nod.

Lobio'r rheini sydd â dylanwad

Gallwch geisio dylanwadu ar eich cynrychiolydd etholedig drwy lobio. Dyma'r ymdrech gyfreithlon i ddylanwadu ar lunwyr penderfyniadau gwleidyddol, fel ASau a gweinidogion y llywodraeth. Gall unigolion, grwpiau eiriolaeth/diddordeb arbennig lobio, neu lobïwyr proffesiynol (arbenigwyr sy'n cael eu cyflogi i lobio ar ran unigolyn neu grŵp). Mae'r rhan fwyaf o lobio'n cael ei wneud gan fudiadau drwy eiriolaeth. Gallwch hefyd lobio busnesau a sefydliadau – yn y bôn, pobl a sefydliadau sydd â phŵer neu sy'n gwneud penderfyniadau.

Cymryd rhan mewn gweithredu economaidd

Gallwch ddefnyddio eich grym economaidd i sicrhau newid. Gellir gwneud hyn mewn dwy ffordd:

1. boicotio cwmnïau a sefydliadau nad ydych yn cytuno â'u gwerthoedd/ffordd o weithio, gan roi pwysau arnynt i newid eu hymddygiad, neu
2. wobrwyo cwmnïau a sefydliadau 'da' drwy nawdd a chyfryngau cymdeithasol cadarnhaol.

Cymryd rhan mewn protest heddychlon

Gallwch geisio sicrhau newid drwy godi proffil mater drwy wrthdystiadau cyfreithiol a di-drais. Mae gwrthdystiadau heddychlon yn gyfreithlon dan gyfraith y DU, gyda chyfyngiadau. Ble bynnag rydych chi'n byw, mae'n syniad da edrych ar y canllawiau cyfreithiol cyfredol cyn cymryd rhan neu drefnu gwrthdystiad i wneud yn siŵr eich bod yn ymwybodol o'r rheolau cyfredol.

Gall y sylw a geir o wrthdystiadau heddychlon esblygu'n ddulliau mwy ffurfiol o ymgyrchu megis gwneud rhaglenni dogfen, siarad mewn cynadleddau, ysgrifennu ar gyfer papurau newydd ac ati.

Canolbwyntio ar eich cymuned leol

Gall sgrysiâu, cyflwyniadau a darlithoedd lleol yn y gymuned fod yn ffyrdd gwych i chi godi ymwybyddiaeth o fater. Gall hefyd fod yn ffordd dda o gasglu cefnogaeth a sefydlu grŵp ymgyrchu.

Gweithgaredd 5: sicrhau newid gan ddefnyddio cyfryngau cymdeithasol

🕒 15 munud

Fel y trafodir uchod, un o'r ffyrdd y gallwch chi geisio creu newid yw drwy'r cyfryngau cymdeithasol.

Mae Twitter, safle microfflogio lle gallwch chi gyhoeddi negeseuon ('trydar') o 280 nod neu lai, yn ffordd boblogaidd o dynnu sylw at fater rydych chi'n teimlo'n angerddol yn ei gylch. Gall pobl eraill 'aildrydar', 'hoffi', ac ymateb i'r negeseuon hyn.

Rydym wedi cysylltu rhai enghreifftiau o drydariadau ymgyrchu isod. Ar ôl i chi eu darllen, meddylwch sut gallech chi ddefnyddio Twitter i gefnogi eich achos. Ceisiwch ddrafftio rhai trydariadau gan ddefnyddio'r enghreifftiau hyn fel templedi.

1. [Greta Thunberg](#)



Greta Thunberg
@GretaThunberg

School strike week 185. [#FridaysForFuture](#)
[#ClimateStrike](#) [#PeopleNotProfit](#)



Ffigur 17: Trydariad Greta Thunberg

2. [Marcus Rashford](#)



Marcus Rashford MBE ✓
@MarcusRashford

...

If you can do one thing for me tonight, sign the petition



petition.parliament.uk/petitions/5542...

It's time we put party politics aside and worked together to find a long-term sustainable solution to child food poverty in the UK.

Implement the 3 asks.

I appreciate you all ❤️



petition.parliament.uk

Petition: End child food poverty – no child should be going h...
Government should support vulnerable children &
#endchildfoodpoverty by implementing 3 recommendations...

Ffigur 18: Trydariad Marcus Rashford

Provide your answer...

6 Beth yw gwneuthurwr newid?

Gall sicrhau newid fod yn anodd. Efallai y cewch lwyddiant ar unwaith neu efallai y bydd yn rhaid i chi ymgyrchu a lobiö am amser hir. Efallai y byddwch yn gwneud rhywfaint o gynnydd ond wedyn yn wynebu rhwystr.

Gyda hyn mewn golwg, pa rinweddau sydd eu hangen ar wneuthurwr newid?

- **Ymwybyddiaeth emosiynol ac empathi:**gwneud ymdrech i ddeall sut mae pobl eraill yn teimlo – bydd hyn yn helpu wrth gyfathrebu â phobl yn eich tîm eich hun a'r tu allan iddo. Gall rhoi eich hun yn sefyllfa pobl eraill hefyd helpu i gryfhau eich dadl. Hefyd, byddwch yn ymwybodol o sut rydych chi'n teimlo a sut mae hyn yn effeithio ar eich perfformiad eich hun.
- **Optimistiaeth:**cadw'n bositif, ond...
- **Realaeth:**...bod yn realistig. Deall beth mae modd ei gyflawni a gosod nodau cyraeddadwy.
- **Sgiliau gwrando:**gwrando ar aelodau eraill eich tîm a grwpiau ymgyrchu eraill – gan gynnwys pobl sy'n anghytuno â chi. Gall gwrando ar bobl â safbwyntiau gwahanol eich helpu i gryfhau eich dadl, neu i feddwl am atebion sy'n dderbyniol i'r ddwy ochr.
- **Sgiliau cyfathrebu:**efallai y bydd angen i chi gyfathrebu'n 'ffurfiol' (ysgrifennu at wleidydd neu gyflwyno tystiolaeth i bwyllgor) yn ogystal ag yn 'anffurfiol' (ymgyrchu ar y cyfryngau cymdeithasol). Mae angen i chi ystyried gwahanol 'ddulliau' o gyfathrebu (ysgrifenedig, gweledol) a sut i gyfathrebu â gwahanol grwpiau o bobl (gwleidyddion, y cyhoedd ac ati).
- **Pendantrwydd:**sefyll dros yr hyn rydych chi'n credu ynddo, ond mewn ffordd dawel a chadarnhaol.
- **Meddwl strategol:**nodi eich nodau tymor hir a sut rydych chi'n bwriadu eu cyflawni.
- **Ffocws:**meddwl am ganlyniad clir a cheisio peidio â gadael i faterion eraill dynnu eich sylw.
- **Gwytnwch:**os ydych chi'n wynebu rhwystr, dylech ail-ffocysu ac ail-lunio eich strategaeth.
- **Hunan-gymhelliant:**gallu gyrru eich hun i weithredu, hyd yn oed yn wyneb rhwystrau. Cadwch eich nod terfynol mewn cof.
- **Trefnus:** bod yn glir yn yr hyn yr ydych am ei gyflawni, gyda gwaith cynllunio a chadw cofnodion da.
- **Hyblygrwydd:**bod yn agored i newid a gallu ymateb i amgylchiadau sydd wedi newid.
- **Gallu gweithio gydag eraill:**mae'n bosibl cyflawni newid gan weithio ar eich pen eich hun, er ei bod yn aml yn haws mewn tîm. Bydd hyn yn golygu gweithio gyda phobl a allai fod â safbwyntiau gwahanol i chi (hyd yn oed os ydyn nhw'n rhannu eich nod terfynol a/neu'n rhan o'ch tîm).
- **Creadigrwydd:**defnyddio dychymyg wrth ymgyrchu. Meddyliwch am y gwahanol ffyrdd y gallwch ymgysylltu â'r cyhoedd a sut y gallwch roi cyhoeddusrwydd i'ch ymgyrch mor eang â phosibl gan ddefnyddio gwahanol ddulliau.

6.1 Ysbrydoliaeth

Pa enghreifftiau sy'n eich ysbrydoli chi? Gan bwy allwch chi ddysgu? Er bod rhai (ond nid pob un) o'r gwneuthurwyr newid a ddewiswyd wedi gallu manteisio ar eu henwogrwydd neu eu safle wrth sicrhau newid, rhywbeth nad yw'n agored i'r rhan fwyaf ohonom, maent i gyd yn dangos sut y gall gweithredoedd bach arwain at newid mawr, ysbrydoli eraill i weithredu, codi proffil materion pwysig, ac achosi newid gwleidyddol.

Sicrhau newid drwy brotest heddychlon



Ffigur 19: Greta Thunberg

Pwy: Greta Thunberg, ymgyrchydd amgylcheddol o Sweden.

Categori: Pro-
test heddychlon, gweithredu ar y cyfryngau a deisebu.

Gweithredu: Pan oedd yn 15 oed, protestiodd y tu allan i Senedd Sweden, gan alw am fwy o weithredu ar newid hinsawdd, gan ddal arwydd a oedd yn dweud: 'streic ysgol dros yr hinsawdd'. Ymunodd myfyrwyr eraill ledled y byd, gan greu streic hinsawdd i bobl ifanc.

Effaith: Roedd ei cham bach cyntaf o brotest heddychlon uniogol wedi ysbrydoli mudiad ieuenctid ar draws y byd, wedi cael gwleidyddion i ymgysylltu â materion newid hinsawdd, ac wedi

gwella ymwybyddiaeth y cyhoedd. Mae ei heffaith wedi cael ei galw'n 'Effaith Greta'.
Heriau: Sylw helaeth yn y cyfryngau/cyfryngau cymdeithasol a beirniaeth gan wleidyddion ac eraill.

Creu newid drwy chwaraeon



Ffigur 20: Marcus Rashford

Pwy: Marcus Rashford, pêldroediwr o Brydain ac ymgyrchydd prydu ysgol am ddim.
Categori: Ymgyrchu ar y cyfryngau, lobïo ac ymgyrchu economaidd.
Gweithredu: Gyda'r elusen gwastraff bwyd, FareShare, cododd dros £20 miliwn i ddarparu bwyd am ddim i blant na allent gael eu pryd ysgol am ddim mwyach oherwydd pandemig Covid-19. Yna, bu'n lobïo llywodraeth y DU ynghylch tlodi plant a phrydau ysgol am ddim. Mae wedi parhau i ymgyrchu ynghylch y mater hwn.
Effaith: Ei effaith amlycaf oedd dylawadu ar y llywodraeth i

newid ei pholisi ac ymestyn prydau ysgol am ddim i blant. Drwy wneud hyn, cododd broffil y mater yn y cyfryngau a chyda'r cyhoedd, gan arwain at sgwrs genedlaethol am dlodi bwyd.

Heriau: Dod â gwleidyddion at ei gilydd gyda'i syniadau. Roedd ei ymgyrchoedd cynharach (darparu bocsys bwyd i bobl ifanc ddigartref ym Manceinion) yn gyfyngedig, oedd yn dangos yr her o sicrhau bod ymgyrch yn llwyddiannus ar raddfa fawr.

Creu newid drwy ymgysylltu â Senedd y DU



Pwy: Ian McKellen, actor ac ymgyrchydd LGBT.

Categori: Ymgyrchu a lobïo yn y cyfryngau.

Gweithredu: Ac yntau'n un o sylfaenwyr elusen hawliau hoywon y DU (hawliau LGBT erbyn hyn) Stonewall yn yr 1980au, bu'n gweithio gyda'r elusen i lobïo Senedd y DU i ddiwygio cyfraith cydraddoldeb (materion megis diddymu Adran 28 a

Ffigur 21: Ian McKellen

chyflwyno oedran cydsynio cyfartal). Nod yr elusen yw lobbio'n broffesiynol ac ymgysylltu â'r broses wleidyddol er mwyn sbarduno newid, dylanwadu a gweithio gyda gwleidyddion.

Effaith: Newid araf a chyson yn y gyfraith ac agweddau'r cyhoedd. Fel un o'r actorion hoyw cyhoeddus uchaf ei broffil, mae hefyd wedi ysbrydoli cenedlaethau ar ei ôl i ddod allan yn falch.

Heriau: Yr amser a gymerodd i roi newidiadau gwleidyddol allweddol ar waith, ac agweddau cas cynnar ar y cyfryngau.

Creu newid drwy weithio gyda phobl ifanc fel rhanddeiliaid yng Ngogledd Iwerddon

Pwy: Pure Mental NI (puremental.org)

Categori: Lobbio, ymgyrchu ar y cyfryngau a'r cyfryngau cymdeithasol.

Gweithredu: Elusen dan arweiniad pobl ifanc a sefydlwyd i roi pwysau ar Weithrediaeth Gogledd Iwerddon ynghylch materion iechyd meddwl (addysg ac ymyrraeth gynnar) mewn ysgolion cynradd ac uwchradd yng Ngogledd Iwerddon. Maent wedi cynllunio pecynnau cymorth iechyd meddwl i athrawon eu defnyddio gyda myfyrwyr, maent yn lobbio gwleidyddion i geisio gwella darpariaeth iechyd meddwl mewn ysgolion, ac maent yn gwneud gwaith ymchwil.

Effaith: Maent eisoes wedi sicrhau rhai llwyddiannau allweddol o ran gwella gwasanaethau iechyd meddwl mewn ysgolion.

Heriau: Sicrhau cydbwysedd rhwng gweithio i newid ochr yn ochr â chyfrifoldebau eraill, cyllid.

Creu newid drwy ddeddfwriaeth Senedd yr Alban

Ffigur 22: Monica Lennon

Pwy: Monica Lennon ASA

Categori: Senedd yr Alban

Gweithredu:

Bu'n ymgychu i roi terfyn ar dlodi mislif (pan na all menywod ar incwm isel fforddio cynnyrch mislif) o 2016 tan 2020. Bu'n ymgychu yn y cyfryngau ac yn Senedd yr Alban.

Effaith: Daeth 'Deddf Cynhyrchion Mislif (Darpariaeth am Ddim) (Yr Alban)' yn gyfraith yn 2020, gan sicrhau bod gan awdurdodau lleol ddyletswydd gyfreithiol yn awr i sicrhau bod eitemau fel tamponau a phadiau mislif yn rhad ac am ddim i'r rheini sydd eu hangen. Erbyn hyn, dylai menywod gael gwell mynediad at yr eitemau hyn ledled yr Alban.

Heriau: Cael cefnogaeth drawsbleidiol i sicrhau llwyddiant y cynnig. Mynd i'r afael â'r stigma sy'n gysylltiedig â'r mislif.

