

## ASTUDIAETH ACHOS ARLOESI



### CYNON VALLEY

**HYD Y PROSIECT: 12 mis**

**PARTNERIAID:** Cynon Valley Organic Adventures Ltd, Interlink Rhondda Cynon Taf, Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg, Clwstwr Gofal Sylfaenol De Cwm Cynon / Ysgol Feddygaeth Prifysgol Abertawe a Phrifysgol Caerdydd

**NOD Y PROSIECT:** Magu, gwerthuso a hyrwyddo ymgysylltiad ag adnodd ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol gwyrdd

### TROSOLWGW

Mae nifer o ddylanwadau'n effeithio ar ein hiechyd. Rydym yn gwybod bod ffactorau cymdeithasol ac economaidd yn cael mwy o ddylanwad ar statws iechyd nag ymyriadau clinigol. Yr ymwybyddiaeth bod cyflyrau iechyd hirdymor yn cael effaith niweidiol ar ymgysylltu cymdeithasol, cyflogaeth ac iechyd meddwl, sy'n arwain y gwaith o archwilio modelau newydd sy'n canolbwyntio ar gymdeithas er mwyn gwella canlyniadau iechyd.

Mae presgripsiynu cymdeithasol yn cynnwys ymyriadau anghlinigol yn y gymuned ar gyfer amrywiaeth o gyflyrau iechyd, yn ogystal â gwella ymddygiad a lles iechyd, fel rhaglenni gweithgarwch corfforol, cyngor ar fwyta'n iach, garddio, y celfyddydau a gwirfoddoli.

Mae presgripsiynu cymdeithasol gwyrdd yn cynnig cyfleoedd i wella iechyd a lles drwy gael mynediad at fannau gwyrdd a gweithgareddau natur. Er gwaethaf y camau i wreiddio presgripsiynu cymdeithasol/gwyrdd yn y GIG, mae prinder tystiolaeth gadarn o'i effeithiolrwydd, a fyddai'n rhoi sail i'w rôl wrth leihau anghydraddoldebau ac iechyd gwael.

Mae'r prosiect hwn, sydd wedi'i leoli yn Rhondda Cynon Taf, un o'r cymunedau mwyaf difreintiedig yn economaidd-gymdeithasol yn y DU, yn adeiladu ar y cysylltiadau sy'n bodoli eisoes rhwng meddygon teulu lleol, cydlynwyr lles a Cynon Valley Organic Adventures, gan greu cyfleoedd newydd i ymgysylltu â natur. Yn ogystal ag adeiladu llwybr natur newydd, mae'r prosiect yn archwilio ei botensial ar gyfer gwella llesiant ac yn edrych ar ymgysylltu â'r rheini sydd mewn swyddi a allai ddylanwadu ar arferion presgripsiynu cymdeithasol.

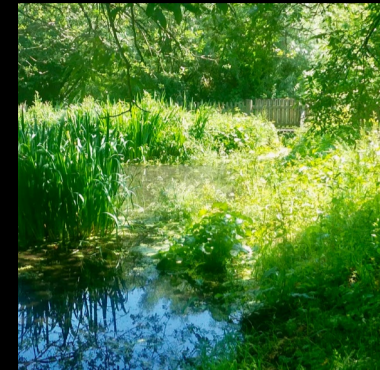
Mae **Cyflymu** yn cefnogi'r gwaith o gyflawni'r prosiect cydweithredol hwn drwy gyfraniad arbenigwyr academiaidd ar draws 3 o Ysgolion Prifysgol Caerdydd, gydag arbenigedd rheoli prosiect ac ymgysylltu gan y Cyflymydd Arloesedd Clinigol. Bydd y cydweithio yn caniatáu:

- Adolygiad o lenyddiaeth a gyhoeddwyd ar Bresgripsiynu Cymdeithasol Gwyrdd ac asesiad o ganfyddiadau gweithiwr gofal iechyd cymunedol proffesiynol ynghylch gwerth dulliau o'r fath.
- Llwybr natur a ddatblygwyd gan y gymuned yn Abercynon a fydd yn rhoi cyfleoedd i feddygon teulu wneud atgyfeiriadau ac i aelodau'r gymuned gymryd rhan mewn gweithgareddau natur
- Asesiad o effaith presgripsiynu gwyrdd ar lesiant personol a chymdeithasol gan ddefnyddio teclyn hunanasesu ar-lein a ddatblygwyd fel rhan o'r prosiect hwn.



"Mae'n bleser gan Cynon Valley Organic Adventures fod yn gweithio ochr yn ochr â Phrifysgol Caerdydd ar y prosiect hwn sydd ar y gweill. Bydd y prosiect yn rhoi cyfleoedd i bobl leol wella eu llesiant, a bydd hefyd yn ein helpu i ddatblygu man cymunedol rhyfeddol a fydd yn galluogi dysgu ac yn fan gwyrdd hygyrch am flynyddoedd i ddod."

Janis Werrett, Cyfarwyddwr CVOA



Amgylchedd 2 erw amrywiol, sy'n ddelfrydol argyfer atgyfeiriadau rhagnodi gwyrdd (lluniau drwy garedigrwydd Cwm Cynon Organic Adventures Ltd.)



## CANLYNIADAU DISGWYLIEDIG

- Llwybr natur rhyngweithiol, wedi'i gydgyhyrchu a'i gyd-greu yng Nghwm Cynon, sy'n gwasanaethu'r gymuned leol i hyrwyddo gwell llesiant a chanlyniadau iechyd hirdymor
- Adnodd llesiant ar ap i fesur llesiant goddrychol unigolion sy'n defnyddio'r llwybr
- Dull presgripsiynu gwyrdd enghreifftiol y gellid ei efelychu mewn safleoedd eraill ledled Cymru
- Cyfleoedd ar gyfer rhagor o gydweithio
- Astudiaethau achos
- Cyhoeddiadau wedi'u hadolygu gan gymheiriaid



## EFFAITH YN Y DYFODOL

- Mwy o ymwybyddiaeth ymysg gweithwyr gofal iechyd gofal sylfaenol proffesiynol yn Ne Cwm Cynon o fanteision posibl presgripsiynu gwyrdd i'r boblogaeth leol
- Dangos tystiolaeth bod ymgysylltu â natur drwy lwybr natur yn cael effaith gadarnhaol ar lesiant y gymuned
- Model i ysbrydoli a chefnogi'r broses o roi presgripsiynu cymdeithasol gwyrdd ar waith ledled Cymru

"Mae ein partneriaeth â CVOA a phobl Cwm Cynon yn ymwneud â chreu llwybr sy'n rhoi mynediad i ymwelwyr at natur a manteision bod mewn mannau gwyrdd. Mae presgripsiynu gwyrdd yn amserol iawn, ond mae angen tystiolaeth wyddonol fwy cadarn i helpu cymdeithas i ddeall yn well y manteision y gall eu cynnig i fywydau pobl. Bydd Prifysgol Caerdydd yn penderfynu sut mae cysylltu â natur yn hybu iechyd a lles. Byddwn yn cefnogi'r gymuned drwy ddarparu arbenigedd gan grwpiau fel y prosiect Pharmabees i helpu i greu mannau cyfeillgar i bryfed peillio, a byddwn yn eu cysylltu ag adnoddau addysgol."

Yr Athro Les Bailie, Prifysgol Caerdydd