cwmpas

Cymunedau Digidol Cymru
Hyder Digidol, Iechyd a Lles

Digital Communities Wales
Digital Confidence, Health and Well-being

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Astudiaeth achos

Merched y Wawr

Mae Tegwen Morris, Cyfarwyddwr Cenedlaethol sefydliad diwylliannol merched Merched y Wawr, wedi rhannu sut y gwnaeth yr elusen helpu eu haelodau hyn i gysylltu ag eraill yn ystod y pandemig, a sut y maent yn parhau i wneud hynny.

Mae Merched y Wawr yn sefydliad cymunedol ar gyfer menywod sy'n hyrwyddo materion menywod ynghyd â diwylliant, addysg a'r celfyddydau i fenywod sy'n siarad Cymraeg ledled Cymru. Cynhelir eu holl weithgareddau trwy gyfrwng y Gymraeg, a disgrifia'r Cyfarwyddwr Cenedlaethol, Tegwen Morris, Merched y Wawr fel:

> "Cyfle i fenywod ddod at ei gilydd i gynnal digwyddiadau diwylliannol ac addysgiadol ac i gymdeithasu."

Pan ddechreuodd yr achosion COVID-19, dechreuodd yr elusen edrych ar sut y gallent ddefnyddio technoleg ddigidol i gysylltu o bell gyda'u haelodau. Fodd bynnag, roedd llawer o'u haelodau hŷn yn teimlo'u bod yn cael eu gadael ar ôl wedi i lawer o wasanaethau symud ar-lein.

Meddai Tegwen:

> "Fel elusen rydym yn gweithio gyda phobl. Rydym yn gweithio tuag at sicrhau eu bod yn cael datrysiad cyfrwng Cymraeg os yn bosibl, i'w hanghenion. Mae hyn bellach yn amlwg yn cynnwys y digidol."

Penderfynodd Merched y Wawr wneud cynhwysiant digidol yn ganolog i arferion yr elusen a helpu eu haelodau hŷn i gysylltu ag eraill yn ystod y pandemig. Fodd bynnag, roedd allgáu digidol ymhlith eu haelodau hŷn yn rhywbeth yr oedd y sefydliad eisoes yn ymwybodol ohono cyn COVID-19.

Fel yr esbonia Tegwen:

> Mae llawer o'n haelodau yn oedrannus ac roedden ni'n teimlo bod yr hyn oedd yn digwydd cyn COVID-19 yn gwahaniaethu yn eu herbyn, i ryw raddau... Roedd pobl yn teimlo mwy a mwy o ddadrithiad gyda'r ffaith na allen nhw ddefnyddio technoleg.

Gan ddefnyddio sesiynau hyfforddi a gynhelir gan Cymunedau Digidol Cymru, dechreuodd Merched y Wawr drwy hyfforddi eu staff ledled y wlad sut y gellir defnyddio technoleg i gadw mewn cysylltiad, adrodd straeon digidol a phodledu. Drwy'r cyrsiau hyn, buon nhw'n astudio ffyrdd y gallen nhw helpu eu haelodau i gadw'n ddiogel drwy fod yn ymwybodol o sgamiau a rhannu awgrymiadau ar gadw'n ddiogel wrth ddefnyddio'r we. Ar ôl yr hyfforddiant, dechreuodd y staff gynnal sesiynau un-i-un gydag aelodau, gan eu helpu i ddefnyddio llwyfannau fel Zoom. Trafododd Tegwen pa mor bwysig fu eu digwyddiadau ar-lein er mwyn dod â phobl at ei gilydd, fel ar gyfer eu dathliad Dydd Santes Dwynwen.

Meddai:

> Roedden nhw'n gallu teimlo'u bod yn rhan o'r noson honno, eu bod yn cael eu cynnwys.
> Byddwn i'n dweud bod tua 30% o'n haelodau nad ydyn nhw'n defnyddio technoleg.
> Mae hyd yn oed cael un neu ddau aelod i'r sesiynau un-i-un rydyn ni wedi bod yn eu cynnal ledled Cymru, a threulio ryw awr yn rhoi'r hyder iddyn nhw ddod ar Zoom, mae'r cysylltiad un-i-un yna mor bwysig.

Er mwyn gwella sgiliau digidol pobl, mae Merched y Wawr yn credu mewn cyfathrebu'n agored ac amyneddgar. Mae Tegwen hefyd yn pwysleisio gwerth darparu ar gyfer dulliau o gael pobl i gymryd rhan sydd ddim yn ddulliau digidol, fel cefnogi pobl i ddeialu i ddigwyddiadau Zoom o'u ffonau cartref, neu fynd i gartref ffrind sy'n defnyddio Zoom. Mae hyn yn caniatáu i bobl weld beth all technoleg ei gynnig iddyn nhw, heb y pwysau.

Mae Tegwen yn ein hatgoffa:

> Efallai ei fod yn swnio'n rhyfedd iawn i bobl sy'n defnyddio technoleg, ond gall hyd yn oed anfon e-bost fod yn frawychus.

Aiff ymlaen:

"Mae'r diffyg hyder sydd gan bobl, y pryder y byddan nhw'n gwneud rhywbeth o'i le, y byddan nhw'n tarfu ar rywbeth yn llethol ar adegau. Mae wir yn gallu atal pobl rhag cymryd rhan neu ymuno â digwyddiad.

Trodd llawer o bobl at dechnoleg am y tro cyntaf, gan hyd yn oed gan ddefnyddio'u ffôn cartref i ymuno â Zoom, a phrofodd hynny iddyn nhw unwaith eto nad oedd technoleg yn golygu bod rhaid i chi gael cyfrifiadur, Wi-Fi, iPad neu ffôn modern. Felly, mae'n bosibl, ond mewn camau bach iawn."

Mewn enghraifft arbennig o deimladwy, rhannodd Tegwen eu profiad o helpu aelod rhwystredig i ddefnyddio technoleg tra'n ynysu oherwydd COVID-19. Ni allai gyfathrebu â'i hŵyr byddar o bellter, ond fe helpodd ymroddiad ac amynedd y tîm hi i ddysgu defnyddio Zoom a chysylltu â'i theulu unwaith eto.

Meddai Tegwen:

"Fe gymrodd hi awr a hanner i fy aelod o staff gael y wraig hon ar Zoom, ond mae hi wedi trawsnewid y ffordd mae hi'n meddwl am dechnoleg. Soniodd am ba mor bwysig fu Zoom iddi hi a'i hwyr i gadw mewn cysylltiad."

Mae Merched y Wawr hefyd wedi dechrau datblygu podlediad ar ôl eu hyfforddiant gan Cymunedau Digidol Cymru. Ar gyfer y prosiect hwn a'u holl arferion cynhwysiant digidol, mae Tegwen yn tynnu sylw at bwysigrwydd gwneud technoleg yn hawdd ei deall - fel cymharu'r podlediadau â rhaglen radio. Mae'r podlediad a'r digwyddiadau ar-lein wedi gwahodd cynulleidfa aelodau fwy amrywiol a chysylltiedig i ymwneud â'r elusen.

Fel yr esbonia Tegwen:

"Yr ydym wedi denu mwy o gleientiaid, neu ddilynwyr, hollol newydd drwy ein podlediad. Rydyn ni wedi cael dysgwyr Cymraeg sy'n hoffi gwrando ar yr iaith yng ngwahanol dafodieithoedd Cymru. Rydyn ni wedi mynd â'r holl wahanol siroedd gyda ni, felly yn eu tro, mae'r tri ar ddeg rhanbarth wedi cael cyfle i recordio'r podlediadau ac i fod yn rhan o'r broses.
Rydyn ni'n gwneud llawer gyda dysgwyr Cymraeg, ond rydyn ni wedi cael pobl o Batagonia, o America, o bob rhan o'r byd yn ymuno yn y digwyddiadau hyn ac mae hynny, i mi, wedi bod yn hyfryd."

Er mwyn eu helpu i hyrwyddo cynhwysiant digidol ymhellach fyth, mae Tegwen a'i thîm yn bwriadu cyflwyno cynllun benthyca tabledi gyda data a ddarperir gan Cymunedau Digidol Cymru, i helpu'r rhai sydd ddim â mynediad i dechnoleg.

Meddai Tegwen:

> Mae yna dlodi, yn enwedig yng nghefn gwlad Cymru, lle mae rhai pobl yn dal i fod yn methu â defnyddio technoleg am nad oes darpariaeth yn eu hardaloedd. Mae angen i lawer o bethau newid yn sylweddol er mwyn i bawb deimlo y gallan nhw fforddio defnyddio technoleg.

Drwy eu prosiectau cynhwysiant digidol a gweithio tuag at eu cynllun trawsnewid digidol, mae Merched y Wawr yn falch o fod wedi meithrin cymuned gefnogol a chysylltiedig o aelodau, ar-lein ac all-lein, ac wedi helpu i fagu hyder eu ffrindiau i ddefnyddio gwasanaethau digidol.

Meddai Tegwen:

> Mae hyn yn fater o ddefnyddio'r hyn rydych chi'n ei ddysgu er mwyn mynd â phobl gyda chi ar y daith

Tri awgrym da gan Ferched y Wawr

1. **Cymrwch olwg iawn ar eich presenoldeb ar-lein a chynllunio ffyrdd ymarferol o ehangu**
2. **Cynhwyswch bawb yn eich prosiect, hyd yn oed y rhai sydd wedi'u datgysylltu fwyaf**
3. **Rhannwch gysyniadau cymhleth yn rannau llai gan ddefnyddio iaith syml ac arddangos**

Ymunwch â'n cynllun peilot am ddim i hyfforddi pobl ar sgiliau digidol.
I gymryd rhan, ewch i:

digitalcommunities.gov.wales/cy/ 0300 111 5050 @DC_Wales