



Sut mae'r cyfnod clo wedi newid y ffordd yr ydym yn gwerthfawrogi mannau gwyrdd a thirweddau naturiol ledled y Cymoedd?

# 426

Ymatebodd 426 o bobl i arolwg Parc Rhanbarthol y Cymoedd. Dyma rai casgliadau:

## 96%

Roedd 96% o bobl o'r farn bod mannau gwyrdd wedi'u helpu â'u hiechyd meddwl a chorfforol yn ystod y cyfnod clo.

## 81%

Roedd 81% am gael rhagor o fannau gwyrdd ger eu cartref.

## 82%

Roedd 82% yn sylwi mwy ar fywyd gwylt wrth ddarganfod llefydd newydd yn lleol.

## 82%

Dywedodd 82% fod mannau gwyrdd lleol yn eu galluogi nhw i barhau i gadw'n heini yn ystod y cyfnod clo, a dywedodd 54% fod mannau gwyrdd wedi eu galluogi nhw i gychwyn ar drefn cadw'n heini newydd.

## 74%

Roedd 74% yn gwerthfawrogi mannau gwyrdd ragor ers y cyfnod clo.

**356** Roedd 356 am gerdded mwy

**77** Roedd 77 am redeg mwy ac

**162** Roedd 162 am seiclo mwy mewn mannau gwyrdd yn y dyfodol

**225** Roedd 225 am ymweld â rhagor o warchodfeydd natur yn y dyfodol

**54** Dywedodd 54 o'r ymatebwyr fod mannau gwyrdd yn bwysig i'w busnes

**109** Roedd 109 am gymryd mwy o ran yn y gwaith i ofalu am eu tirweddau naturiol

## Beth nesaf?

Dywedoch fod mannau gwyrdd a thirweddau naturiol lleol yn bwysicach nag o'r blaen. Maent yn rhoi cyfleoedd inni fynd allan i fwynhau bywyd natur, bod allan yn yr eangderau ac maent yn ein hannog i gadw'n heini ac i gefnogi ein hiechyd a'n cryfder meddyliol. Byddwn yn sicrhau bod y neges hon yn cael ei chlywed yn glir.

### Byddwn yn nawr yn defnyddio'r canlyniadau i:

- Wella'r amgylchfyd naturiol mewn ffordd gydgyssylltiedig;
- Creu rhagor o gyfleoedd i bobl ddod yn rhan o'r amgylchfyd hwn;
- Annog rhagor o bobl i ddefnyddio'r dirwedd naturiol i wella'u hiechyd;
- Hyrwyddo ein tirweddau ysblennydd a'r buddion a ddaw yn eu sgil;
- Helpu rhagor o bobl i fynd allan i fwynhau bywyd natur ar garreg eu drws.