



Cysylltu Pobl / Connecting People

'Helpu Cymunedau i Ffynnu... Galluogi Bywydau Iachach'

Strategaeth 2030 Actif

Cenhadaeth: Gwella llesiant drwy ysbrydoli ein poblogaeth i fod yn egniol am oes.

Gweledigaeth: Byddwn yn creu Sir Gaerfyrddin egniol ac yn sefydlu ein hunain fel y gwasanaeth mwyaf llwyddiannus a dibynadwy yn y DU.

Amcanion Strategol Actif:

Dechrau'n Dda

1. Sicrhau gweithgareddau cynhwysol a chynaliadwy o ansawdd uchel i bobl ifanc ledled y sir.
2. Canolbwyntio ar ardaloedd o amddifadedd a dull ymwybodol o Brofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod.
3. Cysylltu pobl ifanc â'u cymunedau, drwy brosiectau sy'n pontio'r cenedlaethau a 'charedigrwydd'.

Byw'n Dda

4. Sicrhau cyfleoedd cyfrannu a gwirfoddoli o ansawdd uchel, sy'n gynhwysol ac yn gynaliadwy.
5. Ardaloedd a grwpiau wedi'u targedu gyda gweithgareddau hygyrch i helpu i atal anweithgarwch ac afiechyd.
6. Darparu systemau syml ar gyfer atgyfeirio (gan gynnwys hunanatgyfeirio) i raglenni diogel, effeithiol.

Heneiddio'n Dda

7. Sicrhau rhaglen weithgareddau briodol a hygyrch i oedolion hŷn.
8. Helpu i fynd i'r afael ag unigrwydd ac arwahanrwydd gan gysylltu'r bobl sydd â'r angen mwyaf o ran gweithgarwch a gwirfoddoli.
9. Datblygu rhaglenni effeithiol a chynaliadwy mewn amrywiaeth o leoliadau ar gyfer y poblogaethau sydd â'r risg fwyaf.

Rheoli'n Dda

10. Sicrhau bod ein gwasanaethau o ansawdd uchel yn ein cyfleusterau ac yn y gymuned.
11. Darparu profiadau o ansawdd uchel i'r rheiny sy'n defnyddio ein gwasanaethau a'n cymorth, gan gynyddu nifer ein cwsmeriaid a thyfu'r rhwydwaith.
12. Bod yn 'Addas i'r Dyfodol' drwy wasanaethau sy'n arwain y sector, sy'n gynhwysol, yn arloesol ac yn gynaliadwy.

Cysylltu'n Dda

13. Sicrhau enw da ar draws y sector fel gwasanaeth llwyddiannus y gellir ymddiried ynddo.
14. Gwneud y mwyaf o gapasiti gweithgarwch corfforol ledled y sir drwy bartneriaethau.
15. Gwella'r ddarpariaeth drwy ddull integredig sy'n canolbwyntio ar yr uniaolyn.

‘Helping Communities Thrive... Enabling Healthier Lives’

Actif’s 2030 Strategy

Mission: Improve wellbeing through inspiring our population to be active for life.

Vision: We will create an active Carmarthenshire and establish ourselves as the most successful and trusted service in the UK.

Actif Strategic Objectives:

Start Well

1. Ensure high quality, inclusive, sustainable **activities** for young people **countywide**.
2. Focus on **areas of deprivation** and an ACE aware approach.
3. **Connect** young people and their **communities**, through **intergenerational** projects and 'kindness'.

Live Well

4. Ensure high quality, inclusive, sustainable **participation** and **volunteering** opportunities.
5. **Targeted** areas and groups with accessible activities to help **prevent inactivity and ill health**.
6. Provide simple systems of **referral** (incl. self-referral) to safe, effective activity programmes.

Age Well

7. Ensure an appropriate, **accessible** activity programme for older adults.
8. Help tackle **loneliness and isolation**, connecting people in greatest need with activity and volunteering.
9. Develop effective and sustainable programmes in a **range of venues** for the **highest-risk populations**.

Manage Well

10. Ensure high quality **standards** of our services in our facilities and in the community.
11. Provide high quality **experiences** for those who access our services and support, resulting in customer and network growth.
12. Be '**Fit for the future**' through **sector-leading**, inclusive, innovative and sustainable services.

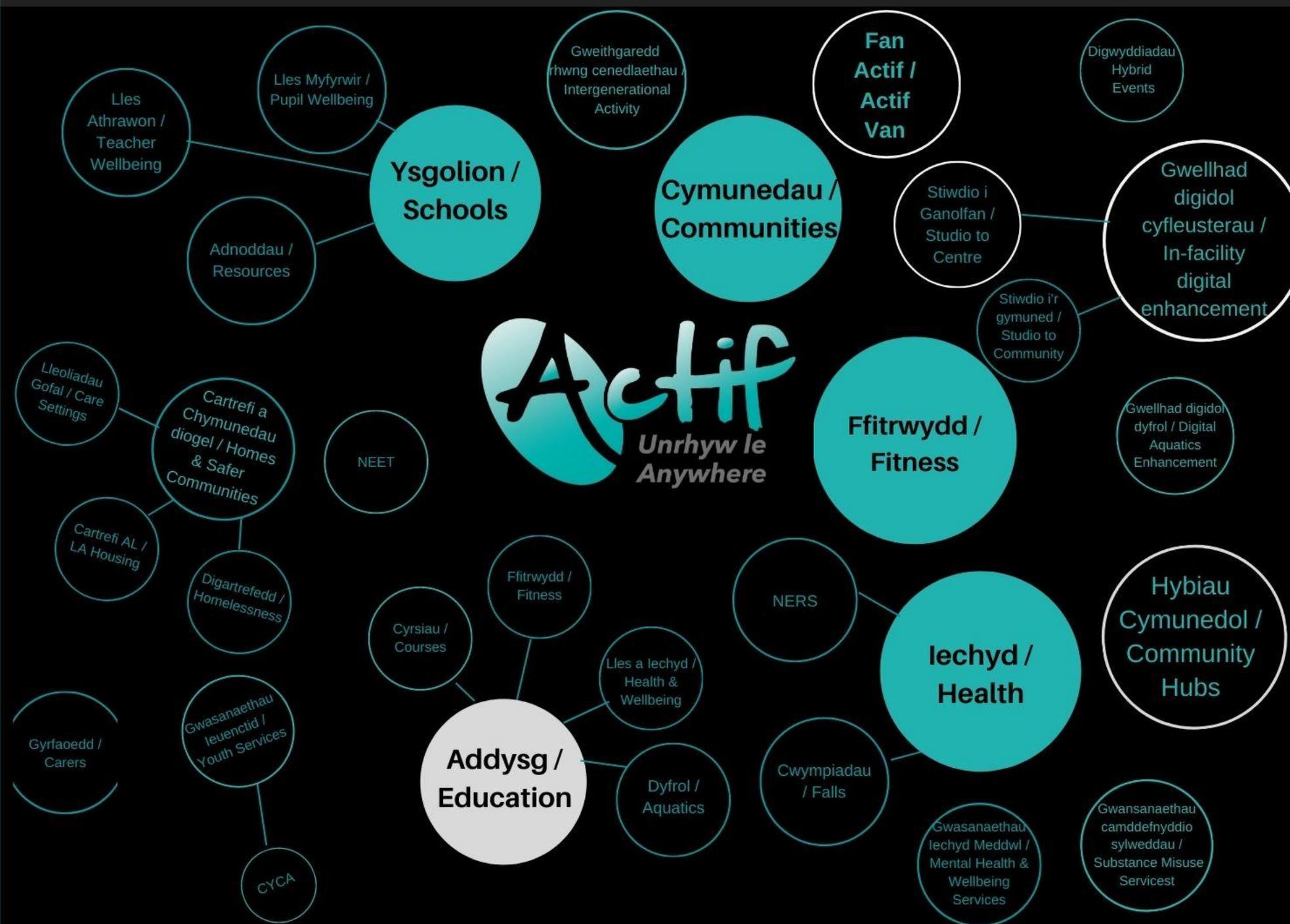
Connect Well

13. Achieve a widespread, cross-sector **reputation** as a successful and trusted service.
14. **Maximise** countywide physical activity capacity and engagement through **partnerships**.
15. Enhance provision through an **integrated and person-centred approach**.

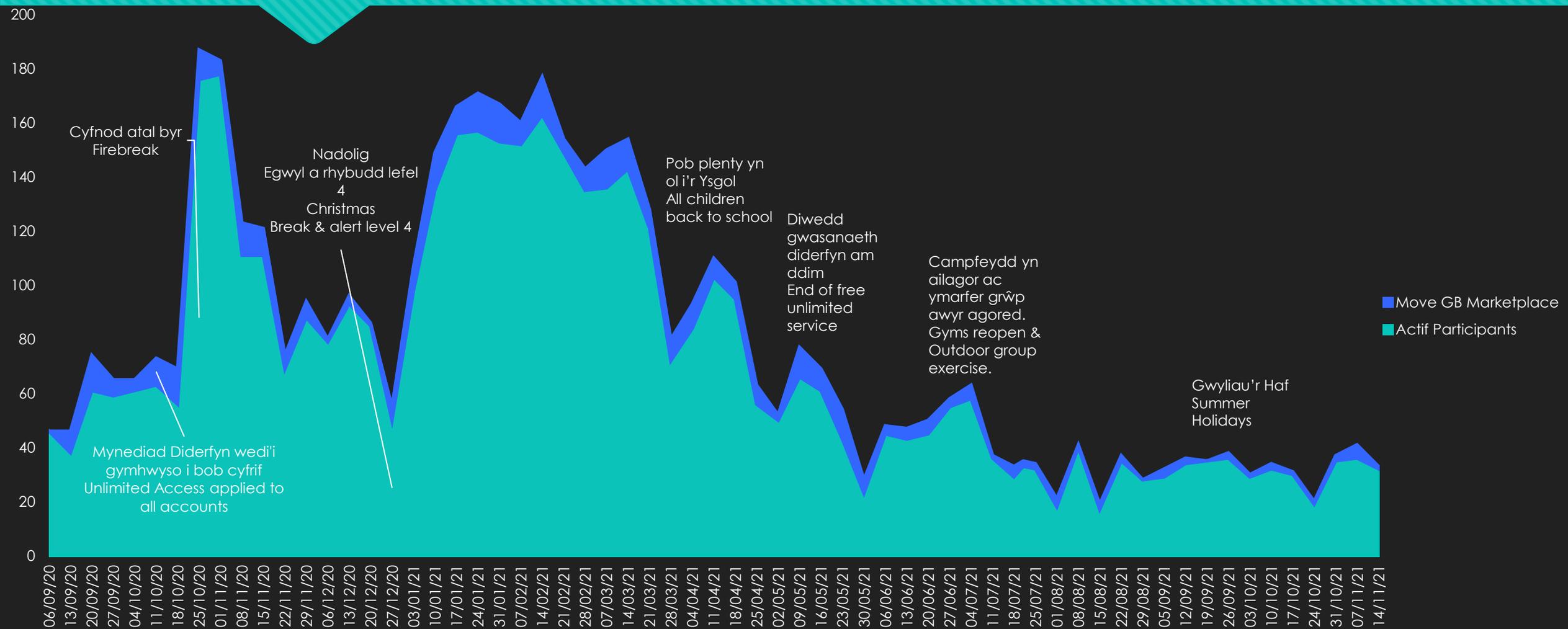
Y darlun bach / The small picture:

- Canolfannau Hamdden / Leisure centres
- Ysgolion / Schools
- Clybiau Chwaraeon / Sports Clubs
- Ffitrwydd Ar Alw a Ffrydio Byw / Fitness OnDemand and Livestreaming

Y darlun MAWR / The BIG picture...



Presenoldeb Actif Unrhyw Le fesul wythnos / Actif Anywhere Attendances per week



Peilot Platfform Ysgolion Actif Unrhyw Le / Actif Anywhere Schools Platform Pilot

- 18 Ysgol Gynradd (ynghyd ag ysgolion uwchradd) wedi'u dewis i fod yn rhan o'r peilot Chwefror i ddiwedd mis Mai / 18 Primary Schools (plus secondary schools) selected to be part of the pilot Feb to end of May

51 Sesiwn / Sessions

6 Sesiwn Amser
Athrawon / Teacher
Time Sessions

71 o ddisgyblion - ar
gyfartaledd fesul
sesiwn / pupils – on
average per session

4+ oedolyn / adults
– yn cynyddu
wythnos wrth
wythnos / increasing
week by week

Cyfanswm
Cyfranogiadau /
Total Participations
3,645 (1k y mis /
pcm)

Summary

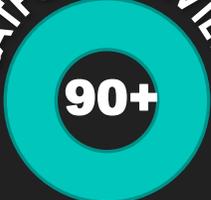
Y RHIFAU

THE NUMBERS

PRESENOLDEB MEWN SESIYNAU
SESSION ATTENDANCES



ADOLYGIADAU LLWYFAN
PLATFORM REVIEWS



SESIYNAU'R WYTHNOS
SESSIONS PER WEEK



Sgoriau 5 Seren
5 star reviews



Yr effaith ar bobl



Caroline...

- Mae Caroline yn byw y tu allan i Sir Gaerfyrddin, yn Llanrhystud yng Ngheredigion lle'r oedd gwasanaethau Hamdden yn parhau i fod ar gau rhwng y cyfyngiadau symud
- Yn ystod y cyfyngiadau symud aeth Caroline i sesiynau dawns gyda'i mab anabl fel ffordd o wella ei lesiant
- Ers hynny mae hi wedi dechrau mynd i sesiynau dawns, ioga, cerdded y ffordd i wella'ch ffitrwydd ac yn ôl i sesiynau ffitrwydd iddi hi ei hun hefyd
- Gan fod y cyfyngiadau bellach wedi'u llacio, mae Caroline yn parhau i fynd i'r sesiynau digidol gan eu bod yn fwy hygyrch iddi a gellir eu haddasu a'u teilwra
- Dyfyniad "Rwy'n gwerthfawrogi'n fawr bod y dosbarth hwn a dosbarthiadau eraill ar gael o hyd. Maent yn achubiaeth. Diolch i Sion am fod yno bob wythnos!"
- Dyfyniad "Roeddwn i'n falch iawn o weld hyn fel dosbarth byw eto, er fy mod wedi bod yn gwneud y fideo Ar Alw. Fe wnes i ei fwynhau'n fawr ac mae'n ddosbarth ardderchog ac yn addas ar gyfer fy oedran"

Impact on people

Caroline...

- Caroline lives outside of Carmarthenshire, in Llanrhystud in Ceredigion where Leisure services remained closed in between lockdowns
- During lockdown Caroline attended dance sessions with her disabled son as a way to benefit his wellbeing
- She has since started attending dance, yoga, walk your way to fitness and back to fitness sessions for herself also
- Now that restrictions have eased, Caroline continues to attend the digital sessions as they are more accessible to her and can be adapted and tailored
- Quote *"I very much appreciate that the class and others are still available. They are a lifeline. Please thank Sion for being there every week!"*
- Quote *"I was very pleased to see this as a live class again, although I have been doing the OnDemand video. I really enjoyed and it's an excellent class and suitable for my age"*



Diolch
Thank you

Cyflwyniad / Presentation: Carl Daniels

Cydlynnydd Prosiect Actif Unrhyw le / Actif Anywhere Co-Ordinator: Jozan Morgan