Croeso i Amser i Gynllunio

Menter FCN i annog a chefnogi'r gymuned ffermio i gynllunio a rheoli drwy newid yn llwyddiannus.

Bob mis rhwng hyn a mis Mawrth, byddwn yn canolbwyntio ar agwedd wahanol, gan gychwyn ym mis Hydref gydag egwyddorion rheoli

Darllenwch ymlaen ac mi gewch awgrymiadau a gwybodaeth ddefnyddiol ar fynd ati i newid gydag agwedd bositif a chynllunio ymlaen ar gyfer dyfodol sy'n newid...

FCN | THE FARMING COMMUNITY NETWORK
Here for you

FarmWell
INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE
GWYBODAETH | CYMORTH | CADERNID

HYDREF:
RHEOLI NEWID

FarmWell

INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE
GWYBODAETH | CYMORTH | CADERNID

Fel rhan o'n prosiect Amser i Gynllunio, drwy gydol mis Hydref byddwn yn rhoi sylw i fater 'Rheoli Newid'. Gall cynllunio ar gyfer y dyfodol fod yn broses ddigon brawychus, yn enwedig ym myd ffermio lle'r rydym yn profi gymaint o newid.

Bydd ystyried sut y byddwch yn delio'n bersonol â'r heriau sy'n deillio o newid yn y gymuned ffermio yn helpu i oresgyn y newidiadau hyn a chanfod ffyrdd i addasu.

Mae'n bwysig dysgu drwy newid, nid oes dim budd mewn mynnu cadw ar brofiadau negyddol y gorffennol, ond dylid yn hytrach edrych arnynt fel profiadau dysgu sy'n eich galluogi i dyfu.

CYNNWYS:

		Rhif Tudalen:
1.	Podlediad InContact Syngenta	4
2.	Rheoli Newid gyda Doug Avery, y Ffermwr Cydnerth	5
3.	Cynllunio ar gyfer Newid gyda Mark Thomas, Cyfarwyddwr Rhanbarthol FCN (y De Ddwyrain)	6
4.	Newid er Gwell! gyda Simon Bruce yn White Bruce Sustainable Rural Development	8
5.	Rheoli drwy newid yn llwyddiannus gyda Luke Harmer, AHDB	10
6.	Detholiad o ‘Securing Farmers' Resilience in a Changing World' gyda Jude McCann, Prif Swyddog Gweithredol FCN a Nuffield Scholar	11
7.	Sesiwn Holi ac Ateb gydag Ian Margetts, Rheolwr y Fferm yn Summerdown Mint	15
8.	Agwedd ysbrydol ar reoli newid gyda’r Dr Helen-Ann Hartley, Esgob Ripon ac un o Ymddiriedolwyr FCN,	16
9.	Cydnerthedd Busnes gydag Adrian Matthews, Cyfarwyddwr yn y tîm Bwyd a Ffermio gyda Savills	18

PODLEDIAD INCONTACT SYNGENTA

I gychwyn ar ein taith i reoli newid yn llwyddiannus, ceisiwch neilltuo amser i wrando ar rifyn Medi o bodlediad InContact sydd â chynnwys ar gynllunio:

- 1:20 - Diweddariad misol Graham Redman o Anderson's
- 8:35 - Max Newbert, Rheolwr Technegol Plaleiddiaid Syngenta yn y DU ac Iwerddon sy'n trafod negeseuon yr hydref o ran ystyried plâu ar chwilod chwain BYDV a chnydau bresych
- 23:29 – Trafodaeth â Mark Thomas o'r FCN Cymru sy'n edrych yn ôl ar gyfnod Cynhaeaf 2020 a chynllunio am y dyfodol
- 8:03 – Olivia Warr o Syngenta ar App Cynorthwyo Chwistrellu newydd a gwell a heriau'r tymhorau nesaf

I wrando, ewch i: https://soundcloud.com/syngenta-incontact/episode-46-september-2020

2.

DOUG AVERY – Y FFERMWR CYDNERTH – RHEOLI NEWID

“Mae newid yn rhywbeth parhaus. Mae hynny am fod popeth o’n cwmpas yn newid drwy’r amser. Rydym yn dueddol o ddal ein gafael yn y gorffennol am ei fod yn gyfarwydd.

Ond, mi fydd yfory’n wahanol i’r gorffennol felly rhaid inni feddwl drwy’r amser sut y gallwn addasu ar gyfer yfory.

I helpu pobl i feddwl am hyn rhaid inni feithrin gallu unigol sy’n seiliedig ar systemau cred.” Y ffordd ‘Dwi’n credu y gallaf’ o feddwl.

I wneud hyn bydd angen i bobl ddatblygu’r cryfder a geir gan fentoriaid agos y gallant ymddiried ynddynt. Bydd mynd ar anturiaethau bach rheolaidd, yn helpu i fod yn rhan o’r broses. Y sawl sy’n brwydro yn erbyn newid fydd yn cael y trafferthion mwyaf bob tro pan fydd newid yn cael ei orfodi arnynt, yn y diwedd.

Mae canfod eich ‘PAM’ eich hun – eich ymdeimlad o bwy ydych chi a pham yr ydych yma’n beth mawr.

Yna meddwl lle’r hoffech fod yn y dyfodol. Y dyfodol sy’n creu’r presennol. Os gallwch weld lle’r hoffech fod ar ryw adeg yn y dyfodol, gall eich meddwl wedyn ganolbwyntio ar sut i gyrraedd y fan honno. Mae hynny hefyd yn eich galluogi i weld yn glir pwy ddylai fod gyda chi ar y daith.

Mae mesur hefyd yn bwysig iawn: “Lle ydw i nawr?”, “Sut alla i fesur hynny?” Wedyn gallwch fesur cynnydd a gwneud penderfyniad ar enillion neu golledion.”

3.

CYNLLUNIO AR GYFER NEWID

Pan fydd prosiect mawr, baich gwaith trwm neu gyfnod o newid o'ch blaen, gall fod yn ddigon i'ch dychryn. Ond mae technegau y gallwch eu defnyddio i'ch arwain drwy'r cyfnodau hyn a helpu i reoli lefelau'r straen. Fel rhan o Amser i Gynllunio FCN, rydym yn gofyn i bobl ddweud wrthym sut maent yn delio â newid a chynllunio.

Dyma ychydig o awgrymiadau gan Mark Thomas, Rheolwr Llinell Gymorth FCN a'r Cyfarwyddwr Rhanbarthol (y De Ddwyrain)...

PEIDIWCH AG OFNI – MAE'R RHAN FWYAF O NEWID YN SIWRNAI

Gall meddwl am newid ein llethu – ond y gwir yw bod y rhan fwyaf o newid yn digwydd dros amser, ac nid dros nos. Wrth wynebu prosiect neu gyfrifoldeb newydd, cymerwch gam yn ôl, a pheidiwch â gadael i'r amheuon eich llethu. Mi allwch wneud hyn!

GWNEWCH GYNLLUN, OND BYDDWCH YN HYBLYG

Mae cael cynllun yn bwysig – mi fydd yn ganllaw i'ch cynnal a'ch helpu i fesur sut ydych yn gwneud, Ond fel unrhyw gynllun mewn chwaraeon, bydd angen i chi addasu wrth fynd yn eich blaen. Mae cynllun haearnaidd nad yw'n caniatáu ar gyfer syniadau newydd neu newid mewn amgylchiadau yn un gwael. Cyrraedd eich nod yw'r peth pwysig, ond mi all y ffordd at hwnnw newid wrth i'r cynllun esblygu.

PEIDIWCH Â BERWI'R MÔR – BYDDWCH YN UCHELGEISIOL OND REALISTIG

Mae'n hawdd cael syniadau gwych – eu gweithredu sy'n anodd. Bydd llawer ohonom wedi bod yn gysylltiedig â phrosiectau sydd wedi cychwyn gyda disgwyliadau mawr nad oedd yn realistig. Mi ellir cael cam 2 neu 3 bob amser ond gwnewch yn siŵr bod eich nodau'n rhai y gallwch eu cyflawni.

GALLWCH GYNNWYS POBL ERAILL – OND RHAID CYDNABOD BOD GANDDYNT FFORDD WAHANOL O WEITHIO

Bydd cynnwys pobl eraill yn eich cynllun yn amlygu meysydd na fyddwch o bosibl wedi meddwl amdanynt. Ond rhaid i chi gydnabod bod pobl eraill yn gweithio mewn ffyrdd gwahanol, Efallai eich bod yn un sy'n cael syniadau da ac yn gweld yr holl bosibiliadau. Ond efallai na fydd yr aelod o'r tîm sy'n hoffi craffu ar y manylion yn credu eich cynllun nes byddant yn gweld popeth wedi'i osod allan yn driphlyg. Efallai y bydd hyn yn eich gwneud yn rhwystredig, ond mi fyddant hwythau'r un mor rhwystredig gyda'ch 'breuddwydion' chi. Mi fydd tîm cryf yn cynnwys pob math o bersonoliaethau - dylech eu croesawu i gyd a manteisio ar eu gwahanol ffyrdd o weithio gan y bydd hynny yn y diwedd yn arwain at gynllun gwell.

DYLECH GYDNABOD EICH CRYFDERAU A LLE MAE ANGEN HELP ARNOCH – BYDDWCH YN ONEST!

Efallai eich bod yn meddwl eich bod yn gwybod popeth mae angen ei wybod am farchnata ac y gallwch ddylunio logo newydd gwych ar ddarn o bapur mewn eiliadau. Ond y gwirionedd yw, bydd eraill yn fwy medrus na chi mewn rhai meysydd. Gall cynllun fod yn eiddo i chi a gallwch arwain tîm heb fod yn arbenigwr ar bopeth. A'r gwir yw y bydd cydnabod bod gan bobl eraill sgiliau penodol a'u cynnwys yn eich gwaith yn arwain at gynllun

GWERTHWCH Y NOD – CYFATHREBWCH

Un o'r bobl fwyaf ysbrydoledig imi weithio â hwy erioed oedd Gwyddel a allai roi bywyd i syniad ac yna argyhoeddi pawb o'r posibiliadau y gellid eu gwireddu drwy eu cyfraniad a sut y byddai bywyd ar ôl inni gyflawni'r cynllun. Nid oeddem yn llwyddo bob tro, ond roedd yn sicrhau ymrwymiad llawn pawb oedd yn rhan o'r cynllun ac mi wn os nad oedd y cynllun yn llwyddo yn y diwedd, roeddem wedi gwneud pob ymdrech yn ystod y broses. Daliwch i siarad â'ch tîm hyd yn oed os yw'r cynnydd yn araf.

ADOLYGWCH YN RHEOLAIDD – HYD YN OED OS YW HYNNY'N BOENUS!

Os ydych yn llawn cyffro ynglŷn â'ch cynllun, mi all fod yn boenus i gamu'n ôl a gweld nad yw'r cynnydd wedi bod mor gyflym ag yr oeddech wedi gobeithio. Rhowch ddyddiad rheolaidd yn eich dyddiadur i adolygu cynnydd gyda phawb sy'n gysylltiedig â'r gwaith. Efallai na fydd llawer i'w adrodd, ond bydd yn helpu i gadw meddwl pawb ar y gwaith. Nid oes dim byd tebyg i wybod bod angen i chi adrodd mewn cyfarfod ymhen yr wythnos i'ch sbarduno i weithio heddiw!

CAMAU BACH – DIM BYD SYFRDANOL

Gall meddwl am gynllun trawsnewidiol mawr godi ofn arnom. Ond fel cymaint o bethau pan fyddwch yn ei rannu'n gamau llai mae'n ymddangos yn fwy realistig. Bydd pobl o'ch cwmpas yn fwy tebygol o dderbyn newid os gallant weld beth yw'r rhesymeg sydd wrth ei wraidd a chredu bod angen amdano a'i fod yn realistig. Bydd angen cyfleu rhywbeth brys ar adegau, ond gall dychryn pobl â graddfa neu gyflymder y newid fod yn wrthgynhyrchiol. Bydd ar y rhan fwyaf o bobl angen amser a gofod i addasu os yw'r newid am fod yn gynaliadwy.

CADWCH BETHAU'N SYML

Ceisiwch beidio â gorgymhlethu pethau. Efallai ei fod yn gwbl ddealladwy i chi, ond efallai y bydd eraill ar goll a bydd hynny'n achosi dryswch, anghytundeb a straen. Dylech osgoi jargon corfforaethol. Byddwch yn eglur a naturiol.

A YW'R CYNLLUN YN PASIO'R PRAWF JOHN HUMPHREYS?

Rydym weithiau'n ymgolli yn ein cynlluniau a'n syniadau i'r fath raddau fel nad ydym yn gweld gwendidau amlwg neu gwestiynau sydd angen eu hateb. Byddaf yn dychmygu fy mod yn cael fy nghyfweld ar y rhaglen Today ar Radio 4 y BBC gan y 'rottweiller' ei hun, John Humphries. Meddyliwch am y cwestiynau anodd y byddai John yn eu gofyn a sut y byddech yn eu hateb. Bydd hyn yn eich helpu i feddwl am ymarferoldeb eich cynllun a rhoi sylw, ymlaen llaw, i unrhyw wendidau a fydd yn siŵr o ddod i'r amlwg yn hwyr neu hwyrach.

CHWILIWCH AM FENTOR (GONEST)

Wrth feddwl am unrhyw benderfyniad, cynllun neu newid mawr, mi fydd yn werth ei drafod â rhywun a fydd yn barod i roi barn wrthrychol i chi. Dewiswch rywun sy'n gwybod digon am eich sefyllfa, ond sydd heb gysylltiad rhy glos. Rydych yn chwilio am adborth gonest, felly peidiwch â dewis rhywun a fydd yn glên ac yn dweud yr hyn hoffech ei glywed! Gall clywed y gwir fod yn boenus, ond bydd yn helpu os yw'n gwneud i chi feddwl yn galetach am agweddau ar eich cynllun, neu edrych ar bethau o safbwynt gwahanol. Mi fydd yn

DATHLWCH!

Yn olaf, gwnewch yn siŵr eich bod yn dathlu'r broses â'r rhai sydd wedi gweithio â chi ac sydd wedi helpu. Beth bynnag fydd y canlyniad, byddwch wedi ymdrechu a gweithio'n galed. Cymerwch amser i gydnabod cyfraniad pawb a'r cynnydd rydych wedi'i wneud.

4.

NEWID ER GWELL!

GYDA SIMON BRUCE

Os yw ymddiheuro'n anodd, yna mae Newid yn anoddach fyth. Rydym i gyd yn cynefino cymaint â'r byd o'n cwmpas a'r ffordd mae pethau wedi arfer bod, fel na allwn gredu y gallant fod yn ddim gwahanol. Ac os gallwch ddychmygu pethau'n wahanol, yna ni allwn ddod o hyd i'r egni na'r amser i wneud y newid yr hoffem ei wneud.

SIMON BRUCE
Partner gyda White Bruce Sustainable Rural Development

Os oes un peth yr hoffwn i chi ei gofio o'r darlleniad pum munud hwn hwnnw fyddai eich bod yn feistr ar eich tynged eich hun, a bod gennych y gallu i newid y pethau hynny yn eich bywyd busnes nad ydynt bellach yn gweithio i chi.

Mae fy mhrofiad o 40 mlynedd fel cynghorydd busnes a chyfrifydd wedi dangos y gallwch wneud i newid ddigwydd, neu mae newid yn digwydd i chi. Rydych naill ai'n gyrru'r car, neu'n eistedd yn y sedd gefn ac yn cael eich gyrru i bwy a ŵyr ble. Pa un fyddech chi'n ei ddewis?

Mae ffermio, fel pob busnes arall yn wynebu llawer o newidiadau a fydd yn effeithio arnoch. Fel person busnes cyfrifol, sydd fwy na thebyg â theulu i'w gynnal, mae angen i chi wybod beth yw'r newidiadau mwyaf a sut maent yn debygol o effeithio ar eich busnes. Bydd erthyglau eraill yn y gyfres yn egluro'r rhain yn fwy manwl.

Diben yr erthygl hon yw awgrymu saith peth i'w cadw mewn cof wrth Newid er Gwell. Fel yn achos y rhan fwyaf o bethau mewn bywyd rydym yn gwella drwy ymarfer, felly byddwn yn awgrymu eich bod yn dechrau arni'n awr!

1. **Dylai'r pethau pwysig fod yn glir yn eich pen cyn dechrau** – penderfynwch beth ydych chi am ei newid a sut ydych am i'r newid hwnnw edrych. Os ydych yn gwybod at beth rydych yn anelu ato, ni chewch eich synnu pan fyddwch yn cyrraedd y nod. Wedi dweud hynny, cofiwch gadw rhyw gymaint o hyblygrwydd yn eich meddwl, peidiwch â bod yn ystyfnig, yn gas wrth bobl eraill, nac yn bengaled. Mae'n anodd cael gwared ar enw drwg.

2. **Trafodwch eich syniadau â phobl rydych yn ymddiried ynddynt –** pobl sy'n eich adnabod, ac yn enwedig rhai sy'n eich caru, ac am eich gweld yn llwyddo. Mi allant hwy weld pethau yn eich syniad na allwch chi eu gweld. Rhannwch eich syniadau â nifer fach o bobl rydych yn ymddiried ynddynt. Mae hynny'n golygu eich teulu a'ch cynghorwyr proffesiynol. Gwrandewch ar eu cyngor a byddwch yn barod i addasu eich gweledigaeth os bydd angen. Bydd eu cefnogaeth hwy yn eich cynnal pan fydd pethau'n mynd yn anodd.

3. **Peidiwch â chael gwared ar y da gyda'r drwg –** proses o esblygu, nid chwyldro, yw newid llwyddiannus. Mae gormod o newid ar yr un pryd yn anodd i'w reoli ac yn rhy eithafol i'r sawl sydd o gwmpas i fedru ymdopi. Adeiladwch ar yr hyn sydd gennych er mwyn gwella ar eich agweddau mwyaf gwerthfawr.

4. **Mae'n bwysig deall pa rwystrau sydd angen eu goresgyn –** y rhwystrau yw'r pethau sy'n mynd i'ch atal rhag llwyddo, a gallant fod yn real neu dybiedig. Felly wrth ddechrau cael trefn ar eich cynlluniau rhestrwch hwy fel y gallwch feddwl am ffyrdd o'u datrys. Efallai y byddwch am siarad â phobl eraill sydd eisoes wedi canfod datrysiadau addas. Gall olygu cadw mewn cysylltiad ag eraill sy'n ceisio gwneud rhywbeth tebyg. Ar ôl edrych ar broblem o sawl cyfeiriad efallai y byddwch yn penderfynu dilyn trywydd cwbl wahanol. Os gwyddoch beth yw'r risgiau yn eich cynllun o'r dechrau yna mi allwch ddechrau lleihau eu heffaith.

5. **Bydd angen amserlen a chyllideb arnoch –** mae amser ac arian yn adnoddau sy'n cyfyngu arnoch. Bydd yn rhaid edrych ar y manylion ar rywbryd neu'i gilydd. Rwyf yn argymell eich bod yn rhannu'r prosiect yn ddarnau neu gamau. Rhestrwch pa adnoddau ffisegol ac ariannol sydd eu hangen arnoch ac am ba mor hir rydych yn disgwyl y bydd pob cam yn para. Byddwch yn realistig. Mi wyddom i gyd fod pethau'n cymryd mwy, ac nid llai, o amser na'r disgwyl.

6. **Mentrwch –** mae newid yn rhan o fywyd. Mae'n rhoi ymdeimlad o fod yn fyw a chreadigol. Gall roi boddhad mawr a dod â ni i gysylltiad â phobl a sefyllfaoedd nad ydym wedi bod ar eu traws o'r blaen. Mi all fod yn brofiad dysgu gwych. Wedi dweud hynny, fy nghyngor i'r sawl sy'n neidio i'r dŵr fyddai gwneud yn siŵr nad oes creigiau o dan yr wyneb. I lawer o bobl mae'n well mynd i mewn i'r dŵr o'r pen bas i fagu hyder cyn mentro i ddyfroedd anghyfarwydd.

7. **Edrychwch ar ôl eich iechyd.** Mae hyn yn golygu eich iechyd corfforol a meddyliol. Gall cyfnod o newid achosi straen mawr wrth i chi addasu. Heb eich iechyd byddwch yn colli peth pwysig a fydd yn eich helpu i lwyddo – eich parodrwydd i sicrhau bod pethau'n digwydd.

WHITEBRUCE
Business Development

5.

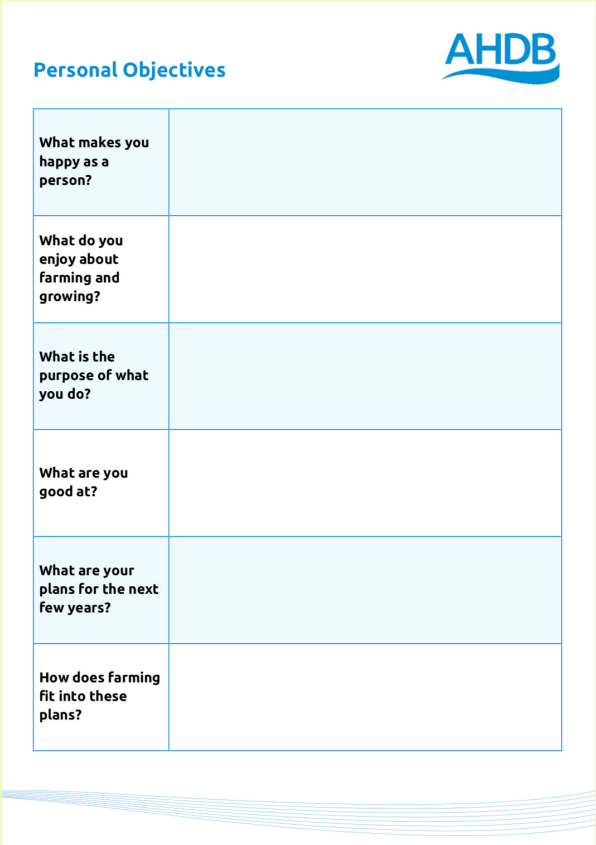
RHEOLI DRWY NEWID YN LLWYDDIANNUS

GYDA LUKE HARMER, AHDB

Gyda newidiadau aml a chyflym yn ein bywydau'r dyddiau yma, rhaid inni i gyd ailfeddwl ac ailystyried sut yr ydym am ymateb ac i ba gyfeiriad rydym am fynd, fel unigolion ac fel busnesau.

Drwy ddiffinio eich nodau ar gyfer eich busnes a chi eich hun mi allwch wneud cynlluniau sy'n manteisio ar amgylchiadau sy'n newid.

Defnyddiwch y taflenni gwaith a'r arweiniad gan AHDB i edrych ar eich nodau a'ch uchelgeisiau, a fydd yn eich helpu i ganfod eich ffordd mewn byd sy'n newid. I'w gweld, cliciwch yma: ahdb.org.uk/business-planning/personal-objectives-1



Personal Objectives

AHDB

What makes you happy as a person?	
What do you enjoy about farming and growing?	
What is the purpose of what you do?	
What are you good at?	
What are your plans for the next few years?	
How does farming fit into these plans?	

Y peth pwysicaf, wrth ddelio â newid, yw rhannu eich problemau a'ch datrysiadau posibl ag eraill ac yna cynllunio'r cam nesaf.

Os yw eich elw a'ch llif arian yn debygol o gael eu heffeithio gan newid i'ch sefyllfa, yna gallwch ddefnyddio'r templedi hyn i ystyried yr effeithiau ariannol ar eich busnes: ahdb.org.uk/business-planning/changing-your-business

6.

DETHOLIAD O 'SECURING FARMERS' RESILIENCE IN A CHANGING WORLD'

GAN JUDE MCCANN, NUFFIELD SCHOLAR A PHRIF SWYDDOG GWEITHREDOL FCN

JUDE MCCANN
Phrif Swyddog Gweithredol FCN

Yn y bôn mae dynoliaeth yn gydnerth yn wyneb newid. Weithiau ni fydd yn hawdd, ond rhaid goroesi, ac nid yw ffermwyr yn eithriad.

Mae ffermwyr yn wynebu pwysau unigryw, fodd bynnag, gan eu bod, yn wahanol i fusnesau eraill, wedi'u cyfyngu i leoliad penodol ac maent yn arbennig o agored i newidiadau i batrymau'r tywydd ac amodau hinsoddol. O ganlyniad, mae ffermwyr wedi hen arfer â newid. Maent yn hyblyg ac yn gallu gwneud addasiadau dro ar ôl tro i'w stoc a'u dulliau rheoli tir, boed hynny'n ddyddiol neu dros gyfnodau hwy. Mae nodweddion ac ymatebion o'r fath yn gyffredin yn y maes.

Os nad yw hynny'n ddigon o her, i ffermwr mae eu busnes a'u cartref yn mynd law yn llaw. Felly, er bod ffermio wedi ei egluro neu ei ddehongli'n aml wrth ei adnoddau ffisegol, mae ei allu i oroesi a ffynnu'n ddibynnol ar sgiliau, gwybodaeth a llafur ffermwyr a ffermydd teuluol.

Mae strwythur y fferm deuluol yn dal yn gyffredin yn y DU a llawer o economïau gorllewinol eraill, ac mewn mannau eraill mae'n fenter gymdeithasol yn ogystal â busnes. Mae elw neu gynhyrchiant y fferm deuluol a'i gallu i addasu yn seiliedig i raddau helaeth ar y gyd-ddibyniaeth honno rhwng tir, adnoddau a phobl. Mae ffermydd teuluol wedi dangos dro ar ôl tro eu gallu i addasu a ffynnu o ganlyniad i'w strwythur cymdeithasol.

Mae newidiadau yn ystod y degawdau diwethaf yn cynnwys diwygio'r Polisi Amaethyddol Cyffredin, amodau tywydd anffafriol, achosion o glefydau a'r posibilrwydd o newidiadau yn y dyfodol, gyda Brexit y mwyaf amlwg ohonynt, yn golygu parhad a chynnydd yn y pwysau a'r straen a'r ffermwyr.

Mae straen, gorbryder, unigrwydd ac iselder eisoes yn endemig ar lawer o aelwydydd amaethyddol. Mae ymchwil gan Rural Support (2016) wedi dangos bod dros 60% o ffermwyr yn profi problemau sylweddol. Roedd y rhai mewn dyled yn sgorio'n sylweddol uwch o ran iechyd a llesiant gwael. Hefyd, dywedodd 17% nad oedd ganddynt neb y gallant siarad â hwy am broblem iechyd meddwl. Dywedodd 37% arall mai dim ond â gweithiwr proffesiynol y byddent yn barod i drafod y broblem. Roedd pobl hŷn yn llai tebygol o ofyn am help iddynt eu hunain na phobl iau.

Yn drist iawn, mae ystadegau gan y Swyddfa Ystadegau Gwladol (ONS) (2018) yn dangos bod bron i un ffermwr yr wythnos yn y DU yn marw o ganlyniad i hunanladdiad. Mae pob marwolaeth o'r fath yn drychineb ac mae ganddynt ganlyniadau pellgyrhaeddol yn aml i deuluoedd a'r cymunedau dan sylw.

Fodd bynnag, un dangosydd yn unig yw hunanladdiad, er mai dyna'r un sy'n cael y sylw mwyaf, o'r pwysau parhaus ar ffermwyr.

Yr hyn sy'n fwy sylfaenol yw'r straen sy'n gynhenid i fywyd amaethyddol. Mae angen edrych yn ofalus ar hyn, ei ddeall yn well a mynd i'r afael â'r broblem os am osgoi mwy o hunanladdiadau, a gwella llesiant cyffredinol ffermwyr, eu teuluoedd a'u cymunedau.

CYMORTH Y LLYWODRAETH I AMAETHYDDIAETH

Mae llywodraethau ledled y byd yn ymateb i faterion domestig a byd-eang mewn nifer o ffyrdd ond mae'r adnoddau sydd ar gael i weithredu polisïau effeithiol yn amrywio.

Mae newid yn yr hinsawdd yn her enfawr i amaethyddiaeth a llywodraethau. Mae ystyriaethau o ran argaeledd dŵr glân, priddoedd cynhyrchiol, coedwigoedd, gwlyptiroedd a bioamrywiaeth y blaned i gyd yn dibynnu i ryw raddau ar sut yr ydym yn cynhyrchu bwyd a'r hyn rydym yn ei fwyta.

Mae un o bob tri o boblogaeth y byd yn gwneud bywoliaeth o amaethyddiaeth, ac amaethyddiaeth a bwyd yw'r busnes mwyaf yn y byd. Yn ôl y Sefydliad Bwyd ac Amaethyddiaeth (FAO) nid yw 800 miliwn o bobl allan o boblogaeth y byd o saith biliwn, yn cael digon o faeth o bell ffordd; ac ar yr un pryd, yn 2014, roedd 1.9 biliwn o bobl dros bwysau, ac o'r rhain, roedd 600 miliwn yn ordew.

Ers canol y 1940au, mae'r Deyrnas Unedig a llawer o wledydd eraill Ewrop wedi cynyddu eu cymorth gwladwriaethol i amaethyddiaeth. Drwy'r defnydd o wyddoniaeth a thechnoleg, datblygiad gwasanaethau cynghori, a mwy o gymorthdaliadau, mae lefelau cynhyrchu wedi codi'n sylweddol iawn. Cafodd mentrau o'r fath eu datblygu oherwydd pryderon ynglŷn â diogelwch y cyflenwad bwyd.

Amlygwyd yr angen i fod yn fwy hunangynhaliol gan ryfeloedd yn Ewrop. Yn fwy diweddar mae'r ddadl wedi symud o blaid lleihau'r cymorth a ddarperir gan lywodraethau. Erbyn hyn mae llawer llai o bwyslais ar ddiogelu'r cyflenwad bwyd. Mae cymorthdaliadau i gynhyrchu bwyd yn awr yn destun beirniadaeth.

Er bod y patrwm yn amrywiol yn fyd-eang, mae blaenoriaethau cyffredinol llywodraethau wedi newid. Ar y cyfan, mae cymorthdaliadau i gynhyrchu bwyd wedi gostwng (ac mae'n bosibl y cânt eu gostwng ymhellach fyth). I ryw raddau maent wedi cael eu disodli gan fathau eraill o gymorth fel taliadau i reoli'r amgylchedd ac, fel yn y Swistir a Norwy, i gynnal tirweddau amgylcheddol am resymau diwylliannol ac eraill.

Ar yr un pryd, yn fyd-eang mae nifer y ffermydd wedi gostwng; mae maint cyfartalog ffermydd wedi cynyddu, ac mae grym gwleidyddol ffermwyr wedi crebachu. Mae hyn i gyd wedi ac mae'n parhau i roi pwysau ar y gymuned ffermio. Mae amaethyddiaeth yn parhau'n ffynhonnell incwm hanfodol i lawer o unigolion a chenhedloedd. Fel y nodwyd yn 'Agriculture at the crossroads: Findings and recommendations for future farming', Foundation on Future Farming (2016), mae traean y boblogaeth economaidd weithgar yn dal i wneud bywoliaeth drwy amaethyddiaeth. Ond eto, mae agwedd llywodraethau at bolisi amaethyddol wedi newid yn sylweddol.

TRWYDDED GYMDEITHASOL I FFERMIO

Er bod lefelau bwyd yn y byd yn gymharol ddigonol, mae problemau dosbarthu difrifol (a phroblemau ariannol) yn parhau. Rydym hefyd yn profi argyfyngau cylchol – mynych hyd yn oed – o ganlyniad i ryfeloedd ac ansefydlogrwydd a phrinder bwyd difrifol.

Yn gyffredinol, fodd bynnag, mae'r cysylltiad rhwng defnyddwyr a ffermwyr yn fwy bregus nag erioed. Mae defnyddwyr yn holi o ble mae eu bwyd yn dod a pha mor ddiogel yw'r bwyd hwnnw. Ar yr un pryd, mae mwy o ymwybyddiaeth wleidyddol a chyhoeddus o faterion amgylcheddol ac eraill.

Meddai John Wilson, ffermwr cig eidion o Wisconsin UDA, a holwyd fel rhan o'r astudiaeth hon, "Mae angen i ffermwyr wynebu'r heriau, adrodd eu storïau, bod yn rhagweithiol wrth rannu gwybodaeth am ein harferion cynhyrchu a'n gwerthoedd; bydd ffermwyr yn profi mwy a mwy o ddeddfwriaeth na fydd yn dod o gyfeiriad agronomeg na gwyddoniaeth, mi fyddant yn deillio o wleidyddiaeth. Mae ffermwyr yn cael eu gorfodi, ac mi fydd hynny'n parhau, i newid sut yr ydym yn tyfu bwyd os na fyddwn yn adrodd ein storïau ac yn gwneud yn siŵr bod y ffeithiau'n wybyddus."

Mae'r dadlau presennol a'r newid mewn polisi (ac felly'r pwysau ar ffermwyr) yn mynd y tu hwnt i bryderon ecolegol a phryderon ynglŷn ag ansawdd bwyd, lles anifeiliaid, cynnyrch heb glefydau a gwarchod tirweddau diwylliannol. Mae cymorthdaliadau neu ryw fath arall o gymorth ariannol i ffermwyr yn cael eu hyrwyddo fwyfwy a'u cefnogi am resymau o'r fath.

Fel y dywedodd Martin Stein, ffermwr defaid o Norwy, "Rydym yn cydnabod pwysigrwydd ein ffermydd teuluol. Mae twristiaeth yn bwysig dros ben yma ac yn rhyngwladol. Rydym yn enwog am ein fjordydd a'r tirweddau ar hyn ein harfordir sydd wedi'u ffurfio gan amaethyddiaeth a chymunedau gwledig, ac mae angen inni barhau i gadw pobl yn yr ardaloedd hyn a gwarchod y dirwedd."

Yn yr UE yn benodol, mae pryderon niferus newydd bod polisïau yn ailgyfeirio cymorthdaliadau a chymorth arall i ffermwyr. Disgrifir hyn yn aml fel 'trwydded gymdeithasol i ffermio'. Mae hyn yn adlewyrchu'r newid a'r galwadau cynyddol ar ffermwyr a rheolwyr tir i fynd yn llawer pellach na chynyddu lefelau cynhyrchu bwyd.

Yn Seland Newydd, lle mae'r diffyg cymorthdaliadau'n cael ei ganmol, mae galwadau amgylcheddol (yn ogystal â materion diogelwch bwyd a lles anifeiliaid) wedi dod yn fwy amlwg. Mae ansawdd dŵr bellach yn brif nod polisi. Mae deddfwriaeth yn y diwydiant llaeth wedi cynyddu ac mae hynny wedi arwain at fentrau a galwadau am gynlluniau rheoli tir manwl. Mae'r Llywodraeth bresennol yn awr yn rhoi cynllun cenedlaethol ar waith i fynd i'r afael ag erydiad tir, ansawdd dŵr, a newid yn yr hinsawdd gydag ymrwymiad i blannu biliwn o goed ar filiwn hectar o dir (llawer ohono'n dir amaethyddol) rhwng hyn a 2027. Mae hyn yn gyd yn dod o fewn y cysyniad o 'drwydded gymdeithasol i ffermio'.

PWYSAU BYD-EANG AC ERAILL AR Y GYMUNED FFERMIO

Fel y nodwyd, mae ‘trwydded gymdeithasol i ffermio’ yn cwmpasu gostyngiad mewn cymorthdaliadau cynhyrchu ynghyd â phryderon amgylcheddol ac eraill cynyddol, lluosog ac amgylcheddol. Mae hyn yn fygythiad i strwythur presennol ffermio ac mae eisoes yn arwain at newidiadau yn y diwydiant amaeth-fwyd ac mewn cymunedau gwledig unigol. I lawer o ffermwyr mae’r heriau hyn yn golygu mwy o ansicrwydd ac mae’n gwneud iddynt deimlo eu bod dan fygythiad.

Ymhlith yr heriau amlycaf yn yr ardaloedd yr ymwelwyd â hwy mae:

- Newid yn yr hinsawdd: - gan gynnwys newid ym mhatrymau’r tywydd a mwy o dywydd eithafol
- Pwysau ariannol: - dyledusrwydd, ansicrwydd y farchnad ac ansefydlogrwydd cynyddol mewn prisiau
- Cynnydd mewn ynysigrwydd cymdeithasol: - aelwydydd ffermio llai, mynd yn anos i gael defnydd o wasanaethau (e.e. ysgolion, ysbytai) ac i ddenu llafur ar ffermydd, a ffermwyr ifanc, newydd
- Poblogaeth ffermio’n mynd yn hŷn a phoblogaeth sy’n heneiddio mewn cymunedau gwledig
- Straen a phwysau yn cynyddu’r perygl o ddamweiniau ar ffermydd
- Tlodi yng nghefn gwlad (sy’n aml yn guddiedig) a phobl ifanc yn gadael ardaloedd gwledig

Mae’r newidiadau a’r pryderon hyn yr un mor amlwg yn y DU. Ond eto, fel ym mhob man arall, maent yn cael eu ffurfio a’u dwysau gan wedd genedlaethol neu ranbarthol. Yn benodol, mae’r wedd hon yn cael ei ffurfio ar hyn o bryd gan:

- Goblygiadau posibl Brexit gan gynnwys newid i’r farchnad, trefniadau masnachu newydd, rheolaethau amgylcheddol a chyfundrefnau cymhorthdal gwahanol.
- Newidiadau mewn trefniadau treth / CThEM
- Strwythur ffermydd teuluol / busnesau un person; pwysau ar aelwydydd ffermio o ganlyniad i arferion cynhyrchu
- Mwy o gydnabyddiaeth i ffermwyr fel grŵp risg uchel o ran hunanladdiad, straen, iechyd meddwl a llesiant gwael.

YMATEB A RHEOLI NEWID

Mae llawer o’r heriau a’r pwysau a nodwyd wedi ymwreiddio’n ddwfn ac mae’n annhebygol y gellid eu newid na gwneud iddynt ddiflannu’n fuan; mae llawer ohonynt yn gymhleth ac nid oes gennym ddealltwriaeth ddigonol ohonynt. Mae hynny’n sicr yn wir yn achos newid yn yr hinsawdd ond mae’r un peth yn wir am Brexit hefyd. Mae hyn i gyd yn ychwanegu at y pwysau ar ffermwyr o ran y ffordd orau i ymateb a’r ffordd orau y gall asiantaethau cymorth i ffermwyr helpu. Ar ba faterion y gall ffermwyr eu hunain ddylanwadu a helpu i’w ffurfio? Beth yw’r materion lle mae angen help? Beth yw’r pethau na ellir eu newid ond sydd angen mynd i’r afael â hwy’n uniongyrchol? Bydd canfod atebion i’r pethau hyn yn ein helpu i roi materion nad ydynt yn ddylanwadol o’r neilltu a chanolbwyntio’n hytrach ar y rhai mae gennym ryw gymaint o reolaeth drostynt. Mae rheoli newid yn effeithiol yn dibynnu’n fwy na dim ar elfen ddynol y diwydiant, ac mae’r gallu i fod yn gydnerth yn dibynnu ar bobl yn fwy na dim arall. Mae’n rhoi sefydliadau sy’n darparu cymorth i ffermydd yn ganolog yn y gwaith o helpu ac arwain y rhai a all gael eu llethu gan gyflymder newidiadau a’r pwysau maent yn ei brofi, neu sy’n dal i fod angen gwybodaeth a help.

7.

SESIWN HOLI AC ATEB GYDAG IAN MARGETTS

Rheolwr y Fferm a'r 'Master of Mint' yn Summerdown

Pa brofiad sydd gennych chi o reoli drwy newid?

Rwyf wedi bod yn gysylltiedig â thyfu a chynhyrchu cnydau am fwy o flynyddoedd nag yr hoffwn ei ddatgelu yma! Felly rwyf wedi gweld cryn dipyn o newid, Oherwydd natur ffermio, rwyf yn teimlo bod pob blwyddyn yn flwyddyn o newid pan ddaw'n fater o reoli'r tywydd, prisiau cnydau, amserlenni cynaeafau ac mae hynny cyn inni feddwl am ein cnydau olew hanfodol anwadal a'n busnes â'r cyhoedd.

Ian Margetts

Beth ydych chi'n feddwl oedd yr agweddau anoddaf ar reoli drwy newid a sut wnaethoch chi lwyddo i'w goresgyn?

Nid yw newid annisgwyl yn brofiad braf fel arfer. Mae Covid-19 wedi gwneud inni feddwl am bethau mewn ffordd wahanol. Fodd bynnag, rwyf wedi ymdrechu (nid yn llwyddiannus bob amser) i edrych ar bob cynhaeaf, pob sefyllfa a phob blwyddyn drwy roi pwyslais ar gael eglurder ynglŷn â'r hyn rydym yn gobeithio'i gyflawni a hyder yn y cynllun rydym am ei ddilyn. Mae'r pwyslais hwn ar eglurder a hyder yn cael gwared ar yr angen am sicrwydd yn fy meddwl ac mae hynny wedi bod yn help mawr. Mae gweithio â chnydau âr yn ein hatgoffa'n barhaus faint bynnag rydych yn ei gynllunio, ni allwch reoli'r canlyniad. Mae cael gwared ar yr angen am sicrwydd yn rhoi'r hyblygrwydd i mi a fy nhîm i addasu ac ymateb i'r newidiadau parhaus a brofir mewn blwyddyn (os nad diwrnod!) o ffermio.

Beth yw eich barn chi am y newidiadau mae ein diwydiant yn eu hwynebu?

Ar ddechrau'r flwyddyn mi oeddem yn gwybod y byddem yn gadael y Farchnad Gyffredin, canlyniad sy'n anhysbys wrth i'r trafodaethau barhau ar berthynas fasnachu ar gyfer y dyfodol, ynghyd â'r symud tuag at ELMS. Mae'n wir i ddweud ein bod yn gwybod o'r dechrau y byddai hon yn flwyddyn anodd. Gallwch ychwanegu Covid-19 at hyn a'r cymhlethdod mae hynny'n ei olygu i'n gwaith o ddydd i ddydd, ac mi ddaw'n amlwg bod ffermio'n fyd anodd i weithio ynddo.

Fodd bynnag, yn sgil newid mi ddaw cyfle i ailasesu ffyrdd o weithio ac i edrych ar farchnadoedd newydd posibl. Fel busnes ffermio a defnyddwyr, yr hyn sydd wedi'i bwysleisio dro ar ôl tro yn ystod y flwyddyn ddiwethaf yw pwysigrwydd dealltwriaeth glir o'r hyn sy'n bwysig i chi a sut y gallwch weithredu ar y gwerthoedd hyn. Rwyf yn atgoffa fy hun yn ddi-baid a thrwy hynny, fy nhîm, o'r gwerthoedd a'r credoau hyn sy'n ein galluogi i gyd i sicrhau ein bod yn dal i wneud penderfyniadau ac yn gweithredu o safle cryf.

Pa awgrymiadau sydd gennych chi ar gyfer rheoli newid yn llwyddiannus?

·Gweithio fel teulu neu dîm a meddwl beth sy'n bwysig i chi – gallwch wedyn seilio eich gwerthoedd a'ch ffyrdd o weithio ar y credoau hynny a sicrhau eu bod yn ganolog i bob penderfyniad rydych yn ei wneud.

Gweithiwch gan anelu at fod yn fodlon peidio bod mewn rheolaeth a datblygwch strategaeth bendant y mae gennych ffydd ynddi ar gyfer y tymhorau nesaf. Mae'n bwysig hefyd eich bod yn cadw golwg ar eich tîm i weld sut maent yn dod yn eu blaen – mae cydlyniant a llesiant y tîm yn hanfodol i'n llwyddiant yma yn Summerdown.·

Ewch i: www.summerdownmint.com

8.

AGWEDD YSBRYDOL AR REOLI NEWID

GYDA'R ESGOB HELEN-ANN HARTLEY, ESGOB RIPON YN ESGOBAETH LEEDS, AC UN O YMDDIRIEDOLWYR Y FCN CYMRU.

Bishop Helen-Ann Hartley

Un o'r gwasanaethau eglwys cyntaf imi fynd iddo ar ôl wythnosau (os nad misoedd) o Suliau rhydd (rhywbeth newydd ar y dechrau, ond a oedd her wedyn wrth imi ddechrau hiraethu am y drefn gyfarwydd) oedd un yn eglwys Kettlewell, yn ddwfn yn y Dales. Cefais wahoddiad yno i arwain gwasanaeth Cymun ac i fendithio'r gwaith a oedd wedi'i wneud ar y tir o amgylch y fynwent. Roedd hwn yn cynnwys llwybr pererinion newydd gyda 'geiriau mewn pren' a byrddau dehongli newydd i helpu ymwelwyr i ddeall hanes a phwrpas y tir a'r adeilad maent yn ymweld ag ef. Yn ganolog i hyn i gyd mae labyrinth newydd. Os nad ydych wedi dod ar draws y fath beth o'r blaen, naill ai ewch ar-lein (os gallwch) a chwiliwch am 'labyrinth' ar Google neu dychmygwch gyfres o lwybrau wedi'u llunio ar y ddaear. Ar yr olwg gyntaf, mi allwch feddwl ei fod yn ddrysfa, ac mae'n hawdd deall hynny oherwydd y tebygrwydd, yn weledol o leiaf. Un gwahaniaeth mawr, fodd bynnag, yw nad oes troeon anghywir na llwybr yn dod i ben ar eich ffordd i'r canol ac yna allan eto. Mae labyrinth yn ffordd hynafol o fyfyrio; mae enghreifftiau o'r mathau mwyaf sylfaenol sy'n dyddio'n ôl 4,000 o flynyddoedd! Mae hynny'n dipyn o gamp o feddwl am y peth. Wrth gychwyn ar droed na ba bynnag ddull a ddefnyddir i symud o gwmpas, mae'n fater o ymlwybro'n raddol i mewn tua'r canol, ac yna'n ôl allan (mae'r rhan honno'n bwysig: rhaid inni ddychwelyd i'n bywydau rywbryd!).

Drwy roi un droed o flaen y llall yn fwriadol mi welwch eich bod yn arafu ac am ennyd bach, mae eich troed ar y ddaear yn symud yn fwriadol. Ac yna rydych yn cyrraedd y canol ac yn aros am funud neu ddwy o lonydd cyn dychwelyd yr un ffordd (gyda lwc, wedi'ch gweddnewid, hyn yn oed os mai dim ond yn y ffordd leiaf un). Nid oes yn rhaid i chi aros nes i chi ddod o hyd i labyrinth, gallwch wneud un eich hun, dros dro. Rhowch gynnig arni, a gweld beth a ddigwydd!

Rwyf yn cynnig y ddelwedd honno (sut bynnag rydych yn ei gweld yn eich dychymyg) fel gwahoddiad i feddwl beth yw cydnerthedd, o ble mae'n dod, a sut y gallwn ei gynnal yn ein bywydau (prysur) o ddydd i ddydd. Rwyf wedi clywed digon o storïau yn ystod yr wythnosau diwethaf am sut y mae ffermio'n dod â thoreth o ddysgu am gydnerthedd i fwrdd bywyd: 'rydym yn dda iawn am gadw pellter' a phethau tebyg. Er bod hynny'n ddigon gwir, ac yn dod â gwên yn aml, rwyf yn ymwybodol iawn hefyd o effeithiau cudd iechyd meddwl a thlodi digidol. Nid oes cysylltiad rhyngddynt, wrth gwrs, ond gall y teimlad o fod wedi'ch 'torri i ffwrdd' gael ei ddwysau os nad oes gennych y modd o roi cyfrifiadur ymlaen neu (mewn rhai rhannau o'r Dales y byddaf yn ymweld â hwy) signal ffôn symudol. Nid yw'r ffyrdd sydd gennym ni o gysylltu yn opsiwn i lawer o bobl. Mae'r rhain yn cael eu dwysau gan bryderon ynglŷn ag effaith y tywydd a chytundebau masnachu, a hyd yn oed mewn stori a glywais pan oeddwn yn ysgrifennu'r darn hwn am ffermwr a oedd wedi colli gwerth miloedd o bunnoedd o silwair o ganlyniad i fandaliaeth. Mae popeth yn gadael ei ôl, a dyna pryd mae angen inni feddwl sut y gallwn afael yn dynn a dal i fynd.

Rwyf wedi siarad yn rhywle arall am y modd y mae ffermio'n ymgodymu'n dda â 'dyfnder': yn llythrennol wrth blannu a thyfu, ond mewn ystyr arall hefyd drwy'r cenedlaethau sydd wedi gweithio ar y tir, wedi gofalu am anifeiliaid, wedi cynhyrchu ein bwyd ac wedi ymdrechu i adfywio'r cread o'u cwmpas. Mae hon yn hen, hen dasg, ac er gwaethaf y datblygiadau (ymddangosiadol) mewn technoleg roboteg, rwyf yn credu ei bod yn dasg a fydd, yn ei hanfod, yn parhau am genedlaethau i ddod. Weithiau cyfeirir at y berthynas hon â'r tir fel 'defeidiog' wrth gyfeirio at ddefaid sydd wedi cyfarwyddo â'u cynefin ac sy'n trosglwyddo'r wybodaeth honno o genhedlaeth i genhedlaeth.

Pan oeddwn yn byw yn Aotearoa, Seland Newydd, mi ddysgais am gysyniad tebyg, y Māori Tūrangawaewae...sy'n golygu 'lle i sefyll'. I bobl Māori yn fwyaf penodol, mae'n cyfeirio'n ôl at y dechreuad, at y gymuned neu'r fan lle maent yn teimlo maent yn perthyn. Dyna'n aml y fan byddant yn dychwelyd iddo pan fyddant yn marw, ar gyfer y ddefod angladdol, y dathlu a'r galaru. Mae'n anodd i'w ddisgrifio mewn geiriau, ond efallai y byddwch yn adnabod y teimlad pan fyddwch yn cyrraedd adref, neu rywle mae gennych atgofion braf amdano a lle rydych yn teimlo'n ddiogel bob amser. Efallai nad oes llawer o fannau felly yn eich bywyd y gallwch feddwl amdanynt a bod yn ddiolchgar.

Un o'r elfennau wrth fendithio'r labyrinth newydd yn Kettlewell oedd y gwahoddiad i fynd â bag o hadau a'u gwasgaru ar ymylon llwybrau'r labyrinth. Mewn amser, bydd yr hadau'n tyfu'n weirglodd; man gwyllt ond rhywle sy'n cael ei adfywio hefyd, lle mae ynni a chreadigrwydd. Wn i ddim yn union sut y bydd yn edrych eto, ond gallaf ei weld yn fy nychymyg ac mae'n rhoi ymdeimlad o heddwch imi, o fod 'y tu hwnt' i ble'r ydw nawr. Ysgrifennwyd un o fy hoff gerddi gan fardd o Seland Newydd o'r enw Glenn Colquhoun. Mae Glenn yn feddyg yn gystal â bardd cyhoeddedig, ac mae un o'i gerddi'n cynnwys y llinell 'The art of walking upright here, is the art of using both feet. One is for holding on. One is for letting go'.

Dwi'n teimlo bod llwybr cydnerthedd reit debyg i hynny. Gall fod yn flêr a chymhleth, a does wybod beth fydd yn digwydd nesaf, ond yn y diwedd mae'n golygu mynd i le arall yn feddyliol, man lle'r ydych wedi cyrraedd canol y labyrinth, ac o ble rydych yn mentro i gamu ymlaen mewn bywyd wrth i chi deithio allan eto, ac i beth bynnag sydd nesaf ar eich rhestr o bethau i'w gwneud.

Teithiwch yn dda.

Y Gwir Barchedig Helen-Ann Hartley yw Esgob Ripon yn Esgobaeth Leeds, ac un o Ymddiriedolwyr y FCN Cymru

9.

CYDNERTHEDD BUSNES GYDAG ADRIAN MATTHEWS O SAVILLS

Adrian Matthews
Savills

Cydnerthedd Busnes gydag Adrian Matthews o Savills, Cyfarwyddwr yn y tîm Bwyd a Ffermio. Mae Adrian yn gweithio â Chronfa Cefn Gwlad y Tywysog (PCF) i gyflwyno rhan o weithdai PFRP.

“Cydnerthedd busnes yw bod â’r gallu i ymgodymu a sioc a pharhau â’r modd i weithredu. Mae’r pandemig covid-19 presennol wedi bod yn sioc i bawb ac nid yw pob busnes wedi gallu delio â’r effaith. I’r rhai sydd wedi ymdopi, maent wedi dangos cydnerthedd drwy adolygu i ble mae’r busnes yn mynd, pennu nodau newydd a realistig ac yna creu cynllun i gyflawnir nodau hynny. Fel rhan o’r cynllun hwnnw, rhaid cael cynllun ariannol clir a rhaid ystyried meysydd risg ac ansicrwydd. Mae creu cynllun yn golygu deall eich cryfderau a’ch gwendidau a rhai’r bobl eraill sy’n rhan o’r tîm.”

Mae Rhaglen Cydnerthedd Ffermydd PCF yn helpu busnesau i ddeall eu sefyllfa ar y pryd ac mae hynny wedyn yn eu helpu i fod yn fwy cydnerth drwy lunio fframwaith i bennu nodau a datblygu cynlluniau busnes. Ewch i: www.princescountrysidefund.org.uk/who-we-are/latest-news/post/266-the-princes-farm-resilience-programme-is-open-for-registration am ragor o wybodaeth am Raglen Cydnerthedd Ffermydd PCF.

Diolch am ddarllen cynnwys Amser i Gynllunio mis Hydref ar reoli newid. Rydym yn gobeithio eich bod wedi cael budd ohono. Cofiwch gadw mewn cysylltiad â'r prosiect drwy fynd i: https://farmwell.org.uk/time-to-plan/

Bydd cynnwys mis Tachwedd yn canolbwyntio ar 'Cynllunio ar gyfer yr annisgwyl'. Os hoffech gael gwybod am yr erthyglau diweddaraf, dilynwch ni ar:

Twitter: @FCNFarmWell
Facebook: @FCNFarmWell

Mi welwn ni chi yno.

FCN | THE FARMING COMMUNITY NETWORK CYMRU

FarmWell
INFORMATION | SUPPORT | RESILIENCE
GWYBODAETH | CYMORTH | CADERNID

Os hoffech chi rannu eich arbenigedd neu ysgrifennu erthygl ar gyfer Amser i Gynllunio, e-bostiwch: mark@fcn.org.uk