Arolwg Ymwelwyr Cymru 2019 Canfyddiadau'r Ymchwil Ansoddol

Rhif Ymchwil Gymdeithasol: 20/2021
Dyddiad cyhoeddi: 18/03/2021
Mae'r ddogfen yma hefyd ar gael yn Saesneg
This document is also available in English

© Hawlfraint y Goron ISBN Digidol 978-1-80082-790-5

Manylion cyswllt

Cysylltiadau'r asiantaeth: Fiona McAllister, Adam Blunt

Archwilio profiadau ymwelwyr yng Nghymru: canfyddiadau'r ymchwil ansoddol (Ymchwil ymwelwyr Cymru Cam 3)

Mawrth 2021

Beaufort Research

2 Plas yr Amgueddfa
Caerdydd
CF10 3BG

(029) 2037 8565

enquiries@beaufortresearch.co.uk

www.beaufortresearch.co.uk

Fe wnaed yr ymchwil hon yn unol ag ISO 20252

Cynnwys

1. Sefyllfa, amcanion a dull yr ymchwil....4
    1.1 Yr angen am yr ymchwil....4
    1.2 Amcanion yr ymchwil....4
    1.3 Dull a sampl yr ymchwil....5
2. Rhesymau dros ddewis Cymru fel cyrchfan gwyliau....7
    2.1 Trosolwg....7
    2.2 Enghreifftiau o resymau dros ddewis Cymru....7
3. Cryfderau a gwendidau Cymru fel cyrchfan gwyliau....10
    3.1 Trosolwg....10
    3.2 Cryfderau sy’n gysylltiedig â Chymru....10
    3.3 Effaith ar les....20
    3.4 Gwendidau canfyddedig Cymru fel cyrchfan gwyliau....21
    3.5 Canfyddiadau am gynnyrch Cymreig....24
4. Cynllunio’r ymweliad a gwariant tra’r oedd ymwelwyr yng Nghymru....27
    4.1 Cynllunio cyn ymweld â Chymru....27
    4.2 Cynllunio gweithgareddau o ddydd i ddydd yn ystod yr ymweliad....30
    4.3 Faint o deithio a wnaed wrth aros yng Nghymru....33
    4.4 Gwariant wrth aros yng Nghymru....34
5. Gwelliannau a awgrymwyd gan gyfranogwyr....36
6. Crynodeb o’r ymchwil....38
7. Storïau achosion....40

1. Sefyllfa, amcanion a dull yr ymchwil

1.1 Yr angen am yr ymchwil

Yn 2019, rhoddodd Croeso Cymru gomisiwn i Beaufort Research i gynnal arolwg ymwelwyr meintiol ar raddfa fawr i ddiweddaru canfyddiadau a gafwyd yn 2016 a thracio unrhyw newidiadau ym mhroffil, agweddau a bodlonrwydd ymwelwyr. Bydd canlyniadau'r ymchwil hon yn cael eu defnyddio i ddarparu meincnodau ar gyfer strategaethau datblygu a marchnata Croeso Cymru. Mae Croeso Cymru wedi datblygu Cynllun Twristiaeth[1] newydd. Felly mae canfyddiadau Arolwg Ymwelwyr 2019 yn elfen bwysig i oleuo'r broses o roi'r cynllun hwn ar waith.

Cynhaliwyd yr arolwg meintiol mewn dau gam: mae Cam 1 yn cynnwys cyfweliadau wyneb yn wyneb gydag ymwelwyr mewn ystod o leoliadau ledled Cymru. Wedyn fe'u gwahoddwyd i gymryd rhan yng Ngham 2, sef arolwg dilynol dros y ffôn am yr ymweliad.

Roedd 3ydd Cam yr ymchwil yn cynnwys ymchwil ansoddol eglurhaol gyda phobl a fu ar eu gwyliau yng Nghymru. Ei nod oedd ychwanegu cyfoeth at yr arolwg meintiol gydag enghreifftiau o brofiadau a sicrhau bod llais yr ymwelydd yn cael ei glywed mewn mwy o fanylder, ochr yn ochr â'r canlyniadau meintiol o Gamau 1 a 2. Mae Cam 3 yn datgelu pam fod ymwelwyr yn teimlo fel y maent am agweddau ar eu hymweliad ac yn darparu enghreifftiau o brofiadau unigol mewn mwy o fanylder. Nid bwriad oedd i fesur bodlonrwydd na chanfyddiadau yn unrhyw un o'r meysydd a gafodd sylw yn 2il Gam y prif arolwg.

Mae'r adroddiad hwn yn ymwneud â'r canfyddiadau ansoddol o 3ydd Cam arolwg ymwelwyr Cymru 2019. Bydd y prif adroddiad, ar gyfer Camau 1 a 2, yn cael ei gyhoeddi ym mis Mawrth 2021.

1.2 Amcanion yr ymchwil

Nod Cam 3 ar y cyfan oedd ychwanegu cyfoeth at ganfyddiadau'r arolwg meintiol. Yr amcanion penodol oedd:

- Deall pam fod ymwelwyr sy'n aros wedi dewis Cymru;
- Casglu enghreifftiau o'r modd y cynlluniwyd eu hymweliad gan gynnwys gweithgareddau o ddydd i ddydd;
- Nodi cryfderau a gwendidau canfyddedig Cymru;
- Archwilio canfyddiadau am gynnyrch Cymreig;
- Casglu enghreifftiau a oedd yn dangos i ba raddau yr arhosodd ymwelwyr mewn un lleoliad o'i gymharu â theithio'n fwy eang yng Nghymru;
- Casglu enghreifftiau o wariant ymwelwyr tra'r oeddent yng Nghymru;

[1] Gweler https://gov.wales/tourism-strategy-partnership-growth a hefyd https://businesswales.gov.wales/tourism/sites/tourism/files/documents/Tourism-Action-Plan-2020-Short-Guide_A5_English_WEB.pdf

- Deall sut oedd cyfranogwyr yn teimlo ar ôl yr ymweliad.

1.3 Dull a sampl yr ymchwil

Defnyddiwyd cymysgedd o ddulliau i ryngweithio ag ymwelwyr i gael cymaint o adborth manwl â phosibl. Y cam cyntaf oedd recriwtio 40 o ymwelwyr sy'n aros mewn nifer o wahanol leoliadau ledled Cymru yn ystod eu hymweliad. Gofynnwyd iddynt gadw **dyddiadur** o'u hymweliad, gan nodi beth wnaethant bob dydd.

Yr ail gam oedd gwahodd y 40 o ymwelwyr i gymryd rhan mewn **fforwm ar-lein** yn gynnar yn yr hydref, i fwrw golwg yn ôl dros eu profiadau. Cafodd y sampl hon ei hategu gan gyfranogwyr 2il Gam yr arolwg meintiol gan fod rhai o'r ymwelwyr a recriwtiwyd i gadw dyddiadur heb gwblhau un neu wedi dewis peidio â symud ymlaen i'r fforwm. Bu'r cyfranogwyr yn postio ar destunau allweddol y fforwm dros nifer o ddiwrnodau.

Roedd y cyfranogwyr i gyd yn byw'r tu allan i Gymru. Roedd y sampl a gyflawnwyd yn cynnwys cymysgedd o'r canlynol:

- Ymwelwyr a arhosodd am 2-3 diwrnod, 4-7 diwrnod ac 8+ diwrnod yng Nghymru;
- Cyplau, teuluoedd a phobl y mae eu plant wedi gadael y nyth;
- Mathau o ymweliad (cymryd rhan mewn gweithgareddau awyr agored neu chwaraeon, mynychu digwyddiad / cyngerdd / perfformiad / digwyddiad chwaraeon, mwynhau'r dirwedd / cefn gwlad / y traeth, ymweld â lleoedd / safleoedd hanesyddol / safleoedd crefyddol / atyniadau penodol / mynd i weld golygfeydd);
- Gwahanol leoliadau yr ymwelwyd â hwy yng Nghymru;
- Nifer yr ymweliadau â Chymru yn y gorffennol.

Roedd y mwyafrif o gyfranogwyr o Loegr (Gogledd, Canolbarth, De Ddwyrain, De a De Orllewin). Roedd nifer fach o dramor (Canada, Yr Almaen, Yr Eidal a'r Iseldiroedd). Rhwng diwedd mis Gorffennaf a mis Hydref 2019 oedd cyfnod y gwaith maes ar y cyfan ar gyfer Cam 3.

Goleuwyd y dadansoddiad gan y dyddiaduron a ddychwelwyd gan gyfranogwyr, postiadau'r cyfranogwyr yn y fforwm ar-lein a'r sgyrsiau yn y cyfweliadau dilynol dros y ffôn. Defnyddiwyd dull anwythol o wneud y dadansoddiad lle gwnaeth yr ymchwilwyr gategoreiddio'r data i ddatblygu themâu. Cafodd y categorïau a'r themâu eu fframio'n fras o fewn yr amcanion ymchwil allweddol. Hefyd, cafodd cynnwys y dyddiaduron ei drosglwyddo i mewn i ffeil Excel i roi cymorth gyda'r elfen hon o'r dadansoddiad. Defnyddir ffotograffau yn yr adroddiad i ategu'r themâu a adnabuwyd yn y dadansoddiad.

Mae'r adroddiad yn cynnwys sylwadau air am air o bostiadau'r cyfranogwyr yn y fforwm ar-lein a'u cofnodion yn eu dyddiaduron. Cyflwynir y sylwadau hyn fel y cawsant eu postio ond fe wnaed diwygiadau o bryd i'w gilydd lle'r oedd gwall teipio'n effeithio ar y synnwyr. Mae gan bob sylw briodoliad sy'n cwmpasu'r cyfnod yn eu hoes, ble yng Nghymru yr oedd eu hymweliad yn bennaf, o ble maent yn dod a faint o ddiwrnodau y gwnaethant eu treulio yng Nghymru, er enghraifft: *(Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, De/De*

Orllewin/Canolbarth/Gogledd Cymru, Canolbarth Lloegr, 14 diwrnod yng Nghymru).
Weithiau fe wnaeth cyfranogwyr bostio dolenni i ffynonellau gwybodaeth y mae rhai ohonynt wedi'u cynnwys yn y sylwadau air am air.

Mae'r adroddiad hefyd yn cynnwys ffotograffau a dynnwyd gan gyfranogwyr tra'r oeddent yn ymweld â Chymru. Cafwyd caniatâd i ddefnyddio'u ffotograffau yn y ffordd yma.

2. Rhesymau dros ddewis Cymru fel cyrchfan gwyliau

2.1 Trosolwg

Daeth ystod eang o ffactorau i'w amlwg yn ddigymell fel rhai a gyfrannodd at benderfyniad cyfranogwyr i ymweld â Chymru. Yn aml, cyfuniad o ffactorau a arweiniodd at ddewis Cymru. Amlygir y prif themâu isod, gydag amgylchedd naturiol a golygfeydd Cymru'n themâu amlwg.

Cafodd nifer o'r themâu hyn eu nodi fel cryfderau Cymru hefyd, yn arbennig ei hamgylchedd naturiol a'i golygfeydd, ei hadeiladau hanesyddol, yr amrywiaeth a gynigir yng Nghymru ac agosrwydd at y lle yr oedd y cyfranogwr yn byw. Rhoddir sylw i'r cryfderau yn adran 4.

2.2 Enghreifftiau o resymau dros ddewis Cymru

Roedd gan rai cyfranogwyr **gysylltiad yn barod** â Chymru a gyfrannodd at eu penderfyniad i ymweld yn 2019. Roedd achosion lle'r oedd gan rieni **atgofion bore oes** melys am ymweliadau â Chymru: 'traethau tywodlyd, eang, mynyddoedd, glesni, anifeiliaid, chwarae mewn pyllau glan môr, cestyll, mwyngloddiau, glaw a heulwen' fel y cofiai un cyfranogwr. Roedd arnynt eisiau rhoi profiadau tebyg i'w plant hwy eu hunain a throsglwyddo'u cariad at Gymru neu ran benodol o Gymru. Roedd cyfeiriad hefyd at fod eisiau cyflwyno partner i ran o Gymru yr oeddent yn arbennig o hoff ohoni. Roedd gan rai **gysylltiadau teuluol**, er enghraifft rhiant neu dad-cu neu fam-gu o Gymru neu roeddent hyd yn oed wedi byw neu astudio yng Nghymru am gyfnod.

> *Fe benderfynais ar Sir Benfro ar sail y profiadau gwyliau a gefais yno pan oeddwn yn blentyn. Roeddwn yn teimlo y byddai'n gyrchfan gwych i'm teulu. . . . Arferwn fynd i*

Saundersfoot yn rheolaidd pan oeddwn yn blentyn ac fe'i dewisais fel lle i'm teulu ifanc 7 mlynedd yn ôl. (Teulu, plant, Sir Benfro, Canolbarth Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)

Roedd cartref teuluol fy nhad ar gyrion Abertawe ac rwy'n cofio nifer o wyliau teuluol yng Nghymru pan oeddwn yn blentyn. . . . Ar gyfer yr ymweliad hwn ni ystyriwyd unrhyw le arall. Yr ysgogiad cychwynnol ar gyfer yr ymweliad oedd ymweld â chartref bore oes fy nhad ger Abertawe, a oedd â nifer o atgofion hapus i mi. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, De/De Orllewin/Canolbarth/Gogledd Cymru, Canolbarth Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)

Nid oedd fy mhartner erioed wedi bod yng Nghymru felly roedd arnaf eisiau dangos iddo beth oedd yn ei golli. Ers hynny mae wedi syrthio mewn cariad gyda Sir Benfro! (Cwpl, Sir Benfro, Canolbarth Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru) ”

Mewn achosion eraill, roedd cysylltiad â Chymru wedi datblygu dros amser gyda theithiau **cyson**. Roedd bron yn ddealledig y byddent yn ymweld. Mewn un enghraifft, roedd teulu wedi meithrin cyfeillgarwch gyda phobl eraill a oedd ar eu gwyliau yn yr un parc gwyliau dros y blynyddoedd i'r graddau eu bod yn cydamseru eu hymweliadau bob blwyddyn. Roedd cyfranogwr arall yn ymweld â Chanolbarth Cymru gwpl o weithiau'r flwyddyn gyda'i glwb beiciau modur oherwydd ansawdd y ffyrdd a'r golygfeydd.

Gweithgaredd, digwyddiad penodol / 'rhestr bwced'

Roedd cael eu denu gan **weithgaredd neu ddigwyddiad** penodol wedi cymell rhai cyfranogwyr i ymweld â Chymru, gyda rhai heriau wedi bod ar restr bwced am gryn amser. Roedd y rhain yn cynnwys bod eisiau dringo'r Wyddfa neu deithio ar y Trên Bach i'r copa, profi Zip World, archwilio Bannau Brycheiniog, caiacio ar y môr, ymweld â pharc beicio mynydd, mynd i gyngerdd, mynd i gêm bêl-droed ryngwladol, dathlu pen-blwydd a oedd yn garreg filltir gydag arhosiad byr a chiniawa cain; a chefnogi mab a oedd yn cymryd rhan mewn digwyddiad ail-greu hanesyddol.

“ *Y prif reswm y daethom i Gymru oedd i fynd i'r gêm rhwng Man Utd ac AC Milan yn Stadiwm Principality. Mae ein mab yn gefnogwr brwd iawn ac fel rhodd graddio cafodd docynnau i'r gêm. (Teulu, mab sy'n oedolyn, De Ddwyrain Cymru/Sir Benfro, UDA, 2-3 diwrnod yng Nghymru)*

Hwnnw oedd y prif reswm yr oeddem yn ymweld ag Eryri – Velocity 2. . . . Roedd arnaf eisiau ymweld ag Eryri a phrofi'r weiren wib. A minnau'n rhywun sydd ag ofn uchder; cyfle oedd hwn i mi geisio herio fy hun a choncro'r ofn hwnnw! (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, Gogledd Orllewin Cymru, Canolbarth Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru) ”

Hysbysebu, cyfryngau, argymhelliad

Cymhellion allweddol i rai cyfranogwyr oedd dod ar draws **hysbysebion**, **cynnwys yn y cyfryngau** am Gymru ac **argymhellion**, y bu iddynt i gyd danio'u diddordeb mewn ymweld. Mewn un achos, roedd cyfranogwr wedi gweld hysbyseb amserol ar Facebook ar gyfer gwyliau hamddenol, tawel mewn llety ynghanol coedwig. Roedd hi wedi bod dan straen ar y pryd

ac felly buodd yn ymatebol iawn i'r hysbyseb. Roedd yn gwbl wahanol i'w gwyliau arferol a oedd yn canolbwyntio ar lan y môr a difyrion.

> *Fe wnaeth y ffotograffau a hysbysebwyd ddal fy llygad. Ar ôl blwyddyn yn llawn straen, fe welais y noddwr yma a oedd yn syml yn dweud, i ddianc rhag bywyd pob dydd, i gael llonyddwch, y ffaith bod ganddynt dwba twym a digon o lety i'm teulu mawr. (Teulu, plant, Canolbarth Cymru, Canolbarth Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*

Roedd rhaglenni teledu wedi gwneud rhai'n effro i Gymru fel cyrchfan gwyliau, yn enwedig ymhlith ymwelwyr tramor. Roedd Rick Steves' European Tours a roddodd sylw i Gymru a Steve Pritchard ar y Discovery Channel wedi dal sylw cwpl o gyfranogwyr tra bo 'adroddiadau teithio' ar deledu'r Almaen wedi denu un arall. Roedd y gyfres deledu Great British Menu ar y BBC a rhaglen ddogfen gan ITV ar y Fenai wedi ysgogi cwpl o ymwelwyr o'r DU i ystyried Cymru.

> *Rhaid i mi ddweud mai rhan o'r hyn a'm hysbrydolodd i fynd yn ôl i Gymru ac i ogledd Cymru [yn gynharach yn y flwyddyn], oedd rhai rhaglenni ar y teledu, fel yr un ar y Fenai a bywydau beunyddiol pobl yr un adeg â'r tymor twristiaeth. Doeddwn i erioed wir wedi ystyried Cymru fel cyrchfan yn yr haf, ond mae hynny a'r profiad o wneud yr arolwg hwn wedi dysgu mwy i mi. (Ffrindiau, De Ddwyrain Cymru, De Ddwyrain Lloegr, 2-3 diwrnod yng Nghymru)*
>
> *Rydyn ni'n hoffi gwylio Rick Steves European Tours ar PBS TV – ac rydym yn defnyddio'i arweinwyr teithiau:* https://www.ricksteves.com/watch-read-listen/video/tv-show/north-wales-feisty-and-poetic *(Cwpl, Gogledd Orllewin Cymru, Yr Almaen, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*

Roedd aelodau'r teulu a ffrindiau wedi profi'n hyrwyddwyr perswadiol yn ôl rhai cyfranogwyr. Roedd y rhain yn cynnwys argymhellion ar gyfer ardaloedd yn Llanberis, Dyffryn Gwy a Sir Benfro. Roedd un ymwelydd o'r Unol Daleithiau wedi clywed argraffiadau cadarnhaol iawn am deithiau tywys i Gymru o'r Unol Daleithiau (fel rhan o daith Ewropeaidd) gan ffrindiau. Enynnwyd eu diddordeb ymhellach gan gynnwys ar-lein am y daith.

> *Daeth ein diddordeb mewn ymweld â Chymru o wylio postiadau ar-lein am Ymweliadau Teithiau [enw] ar ei dudalen Facebook ers iddo ddechrau ei fusnes teithiau ychydig flynyddoedd yn ôl [yn yr Unol Daleithiau]. Roedd y lluniau'n rhyfeddol ac roedd gan ffrindiau i ni a aeth ar ei deithiau bethau gwych i'w dweud amdanynt. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, Gogledd Orllewin Cymru, UDA, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*

3. Cryfderau a gwendidau Cymru fel cyrchfan gwyliau

3.1 Trosolwg

Mae'r tabl isod yn crynhoi cryfderau a gwendidau Cymru. Roedd y rhai mewn inc trwm weithiau'n teimlo'n unigryw i Gymru o'i gymharu â chyrchfannau gwyliau eraill yn y DU. Ni chanfuwyd unrhyw wendidau na materion arwyddocaol.

Cryfderau Cymru	Gwendidau Cymru (sylwer nad oedd themâu arwyddocaol)
Yr amgylchedd naturiol a'r golygfeydd	Prysur iawn mewn rhai mannau / parcio
Llonyddwch	Pris rhai atyniadau
Amser gwerth chweil gyda'r teulu	Profiadau siomedig o bryd i'w gilydd mewn atyniadau
Hanes	Bwyd a diod Cymru ddim yn amlwg iawn
Y Gymraeg	
Profiadau a darganfyddiadau heb eu cynllunio	
Cenedl falch, pobl gyfeillgar	
Rhai atyniadau / gweithgareddau	
Yr amrywiaeth a gynigir	
Mae'n hawdd cyrraedd Cymru	

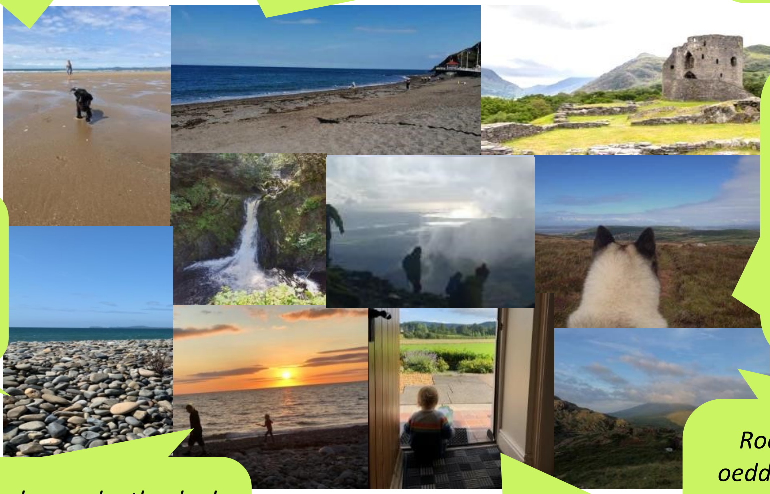
3.2 Cryfderau sy'n gysylltiedig â Chymru

Roedd llawer o gryfderau Cymru'n ffactorau a gyfrannodd at gymhellion cyfranogwyr dros ddewis Cymru ar gyfer ymweliad aros yn 2019. Roedd un ffactor yn arbennig, **amgylchedd naturiol a golygfeydd Cymru**, yn edefyn cyffredin ar draws: cymhellion dros ymweld; cryfderau; ac weithiau unigrywiaeth Cymru. Rhannodd cyfranogwyr lawer o ffotograffau o'r dirwedd a golygfeydd a gyfrannodd yn sylweddol at eu mwynhad o'r ymweliad, a ddangosir dros y dudalen. Fe gyfeirion nhw at y morlin (a welir o'r tir a'r môr), traethau, mynyddoedd a chefn gwlad. Enwodd rhai amrywiaeth y golygfeydd yng Nghymru fel cryfder pellach. Roedd 'prydferth', 'aruthrol', 'yn mynd â'ch anadl', 'syfrdanol', 'rhyfeddol' a 'digyffwrdd' i gyd yn eiriau a ddefnyddiwyd i ddisgrifio golygfeydd Cymru.

Un o'r rhesymau y dewison ni Gymru (yn arbennig, Sir Benfro) oedd i archwilio'r llu o draethau a childraethau tywodlyd, tawel, prydferth gyda'r holl deulu, gan gynnwys y ci!!

Traeth Aberystwyth yw'r traeth a welir yn y ffotograff. Mae'n draeth tawel a heddychlon a glân iawn. Mae gan Gymru olygfeydd mor brydferth ac mae ganddi rai o'r traethau gorau! Roedd Aberystwyth yn ddarganfyddiad annisgwyl, a ninnau wedi bod i ardal Gŵyr o'r blaen.

Ble bynnag y byddem yn cerdded, byddai un ohonom yn gwneud sylw am ba mor brydferth yw'r dirwedd.



Rwy'n meddwl, yn bennaf y ffyrdd agored a'r golygfeydd prydferth wrth i chi deithio o amgylch. Dydych chi ddim wir yn gweld unrhyw beth fel yna yn unrhyw le arall yn y DU.

Prydferth, digyffwrdd, yn mynd â'ch anadl.

Merch fach yn cario pluen y daeth o hyd iddi ar y lan, yn llusgo tu ôl i'w thad, yn cael ei chysgodlunio gan fachlud dramatig.

Hamddenol, yr olygfa o'n bwthyn yn cael ei mwynhau gan rai o bob oed.

Roedd y golygfeydd yn rhai nad oeddem yn meddwl y gallai unrhyw le arall eu cynnig. . . . Roedd cefn gwlad yn syml yn anghredadwy. Cawsom ein syfrdanu ble bynnag yr aethom ni.

Gyda thirwedd drawiadol Cymru, i rai cyfranogwyr, deuai ymdeimlad o **lonyddwch**. Rhoddodd yr ymweliad gyfle iddynt oedi, rhoi popeth i'r naill ochr a dianc rhag pwysau beunyddiol bywyd. Roedd amgylchoedd llonydd a phrydferth yn gwella **amser gwerth chweil gyda'r teulu** neu ffrindiau yn eu parti. Roedd y profiad hwn yn teimlo'n weddol unigryw i Gymru, meddai rhai cyfranogwyr. Roedd i'w gweld yn dawelach, yn fwy digyffwrdd a heb ormod o bobl o'i gymharu ag ymweliadau â rhannau eraill o'r DU (er enghraifft Cernyw neu Fro'r Llynnoedd). Roedd gan dirwedd Cymru'r gallu i ddarparu adegau i'w 'trysori' yn ystod yr ymweliad, meddai rhai ymwelwyr wrth grynhoi.

> *Mae Cymru i mi'n golygu dychwelyd at ffordd symlach, ddigyffwrdd a thraddodiadol o fyw. . . . Yn ôl at natur. (Teulu, plant, De Orllewin/Canolbarth/Gogledd Orllewin Cymru, De Orllewin Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)*
>
> *Mae Cymru'n hyfryd. Roedd yn teimlo'n ddigyffwrdd a lleol. Rhywle yr hoffwn ddod â'm merch iddo eto. (Teulu, plant, Sir Benfro, Dwyrain Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*
>
> *Mae'r ffyrdd (ar gyfer beicio arnynt), y golygfeydd a'r diffyg tyrfaoedd wastad yn atyniad mawr. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, Canolbarth Cymru, De Ddwyrain Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru*

Rwy'n cael bod a wnelo'n fwy ag adegau syml ond grymus y byddaf yn eu trysori am byth a wastad yn eu cofio. . . . Roedd Cymru'n llawn adegau anghredadwy i mi a'm merch. Ar y diwrnod cyntaf roeddem yn gyrru'n uchel ym mryniau'r tir fferm eang ger Aberteifi yn ein fan wersylla ac, er nad wyf yn grefyddol iawn, fe droais at fy merch a dweud ei bod yn teimlo fel pe baem mor agos at y nefoedd ag y gallem fod. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, Canolbarth/Gogledd Orllewin Cymru, UDA, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

Mae'r llun hwn yn portreadu ysgafnder, optimistiaeth, a'r gallu i drysori'r foment. Fe wnaeth yr ardaloedd gwledig yng Nghymru ein gorfodi ni i roi'r ffôn heibio, diffodd y gliniadur ac ymgysylltu'n llawn â phrydferthwch y foment. Mae Cymru'n ein galluogi i ddianc rhag bwrlwm y dref a chroesi drosodd i gyflwr o lonyddwch mewnol. (Cwpl, Gogledd Orllewin Cymru, Yr Almaen, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

Mae'n draeth tywodlyd, digyffwrdd, prydferth â golygfeydd gwych o Borth a'r clogwyn i'r chwith ac Aberdyfi i'r dde. Mae croeso i gŵn trwy gydol y flwyddyn ac mae'n weddol dawel o'i gymharu â Borth. Rydym ni'n dwlu arno. (Teulu, plant, Canolbarth Cymru, Gogledd Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)

Cryfder pellach yr oedd rhai cyfranogwyr yn ei gysylltu â'r **dirwedd** oedd ei **chysylltiad â hanes**. Lle'r oeddent yn teimlo hyn, nodwyd hefyd ei bod yn agwedd unigryw i Gymru, yn ogystal ag ychwanegu at ymdeimlad o le. Roedd y ffactorau hyn yn rhychwantu hanes diweddar a hen hanes. Roedd cyfeiriadau at weld offer a safleoedd diwydiant trwm segur, sy'n dirywio a oedd yn cyfleu oes a fu, crwydro o amgylch Abaty Tyndyrn gan ddychmygu bywyd yno a cherdded ar hyd hen ffordd Rufeinig yn Eryri.

Mae'r dirwedd yn anhygoel. Canfuom fod hanes, daearyddiaeth a daeareg y wlad wedi'u cydblethu mor glòs fel eu bod i gyd yn adrodd stori. Mae llawer o gestyll yn edrych dros gefn gwlad; safleoedd cofebol ac abatai hindreuliedig ag ôl tywydd arnynt; chwareli llechi segur y mae'r môr wedi eu cyrraedd a'u boddi; a mwyngloddiau a glofeydd sydd wedi'u troi'n amgueddfeydd. Mae'n lle arbennig (Teulu, plant, De Ddwyrain Cymru/Sir Benfro, De Ddwyrain Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)

Wrth fynd i Gymru roeddem yn llawn cyffro yn ystod taith gerdded trwy ardaloedd naturiol prydferth ymysg straeon am y gorffennol pell. Fe wnaethom hefyd fwynhau dysgu ychydig am ddiwylliant a hanes mwy diweddar a materion cyfoes Cymru. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, Gogledd Orllewin Cymru, UDA, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

Roedd y cyferbyniad rhwng strwythur daearyddol ac amrywiaeth y bryniau tonnog ar y naill law a llymder y chwareli llechi ar y llaw arall yn rhoi ymdeimlad o hanes lleol i rywun. Yn rhyfeddol, cawsom fod yr olaf o'r rhain yn hardd iawn. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, Gogledd/Gogledd Orllewin Cymru, De Lloegr, 2-3 diwrnod yng Nghymru)

Roedd **hanes** Cymru yn cael ei ystyried felly'n un o'r prif gryfderau ac yn gymhelliad i rai ymwelwyr. Roedd rhai'n credu ei fod yn cyfrannu at natur unigryw Cymru, o ystyried nifer y safleoedd hanesyddol, yn enwedig cestyll, mewn ardal gymharol fach. Roedd ymwelwyr yn gwerthfawrogi'r ffordd yr oedd rhai amgueddfeydd yn helpu i roi dealltwriaeth iddynt am ffyrdd o fyw yn y gorffennol. Cafodd Amgueddfa Cymru Caerdydd, Amgueddfa Werin Sain Ffagan ac Amgueddfa Ceredigion eu hamlygu fel enghreifftiau a oedd yn dangos pa mor effeithiol y daethpwyd â'r gorffennol yn fyw.

Roedd safleoedd hanesyddol hefyd wedi darparu adegau cofiadwy yn eu gwyliau i rai cyfranogwyr: y ddarpariaeth ddehongli yng Nghastell Caerdydd ac ymweld â Chastell Caernarfon, Castell y Bere, Castell Cas-gwent a Chastell Powys.

Mae ganddi hefyd hanes cyfoethog a diddorol, yr enghraifft orau yw eu cestyll. . . . Mae'r cestyll sy'n dal mewn cyflwr mor dda ac sy'n adrodd miloedd o storïau [yn unigryw Gymreig]. (Cwpl, Gogledd Orllewin Cymru, Gogledd Lloegr, 2-3 diwrnod yng Nghymru)

Er ein bod wedi mynd gan fwriadu cael gwyliau hamdden ar lan y môr y rhan a safodd allan fwyaf i mi oedd Castell Caerdydd. Fe wnaeth y cyfleuster tywysu clywedol a'r strwythur rhyfeddol gyda hanes diddorol i mi gofio'r lle hwn yn dda iawn. (Cwpl, Bro Morgannwg, Canolbarth Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

Roedd Amgueddfa Ceredigion yn ddathliad o fywyd Cymreig yno – roeddwn wrth fy modd gyda'r ffotograffau o'r wisg Gymreig! (Teulu, plant, Canolbarth Cymru, De Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

Darganfyddiad newydd eleni, ar ôl ei weld ar raglen deledu astrus a gyfwelodd â Robert Plant. Fe saethon nhw ran ohoni o Gastell y Bere ac fe sylweddolom ni ei fod yn agos at y lle'r ydym yn arfer aros. Ni wnaeth ein siomi. Er mai dim ond adfeilion castell ydyw, mae cymaint yno. Mae'r golygfeydd yn hardd hefyd. (Teulu, plant, Canolbarth Cymru, Gogledd Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)

Enghreifftiau o'r ffotograffau sy'n gysylltiedig â hanes gan gyfranogwyr

Daeth y **Gymraeg** i'r amlwg fel cryfder pellach a oedd yn gysylltiedig â Chymru ac yn naturiol yn briodwedd unigryw o'i gymharu â chyrchfannau eraill yn y DU. Dywedodd cyfranogwyr o'r DU ac o dramor sut yr oedd wedi helpu i gyfleu ymdeimlad o le a hunaniaeth a oedd wedi gwella profiad ymwelwyr i raddau amrywiol. Roedd yn 'hyfryd i'w chlywed' ac yn 'gosod Cymru ar ei phen ei hun' yn ôl rhai. Amlygwyd fod yr acen Gymreig yn rhywbeth cadarnhaol o bryd i'w gilydd hefyd.

> *Fe wnaethom fwynhau clywed y Gymraeg yn cael ei siarad, mewn un anadl, ac yna cael ein cydnabod yn Saesneg cyn gynted ag y deuai'n amlwg nad Cymry oeddem ❤. . . . Roedd yn ychwanegiad hyfryd. (Teulu, plant, Canolbarth/Gorllewin Cymru, De Orllewin Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)*
>
> *Mae'r iaith unigryw delynegol [a glywyd ar ymweliadau blaenorol] yn bendant yn gosod Cymru ar wahân i unrhyw le arall yr ydym wedi ymweld ag ef a'r ymdeimlad aruthrol o falchder cenedlaethol. (Teulu, plant, De Ddwyrain Cymru/Sir Benfro, De Ddwyrain Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)*

Roedd rhai cyfranogwyr na fuont mewn ardaloedd Cymraeg yn dal i gyfeirio at y Gymraeg trwy'r arwyddion y daethant ar eu traws, arwyddion ffyrdd yn bennaf. Roedd yn hwyl ceisio'u hynganu, gyda phlant un teulu'n dal i weiddi 'araf' pan oeddent yn y car yn ôl yn Lloegr.

> *Yr hyn a safodd allan i ni sy'n wahanol i wyliau eraill yr ydym wedi bod arnynt oedd yr arwyddion Cymraeg. Arwyddion ffyrdd, mapiau a.y.b. Fe ddysgodd y plant y gair*

Cymraeg Araf a oedd i'w weld yn glir ar y ffyrdd. Hyd yn oed yn ôl gartref pan ydym yn y car maent yn gweiddi Araf. (Teulu, plant, Canolbarth Cymru, Canolbarth Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru) ”

Tynnodd cyfranogwr tramor â char yr oedd wedi'i rentu sylw at y ffaith bod dilyn yr arwyddion wrth yrru wedi bod ychydig yn anodd ar adegau. Fodd bynnag, roedd yn teimlo bod hynny'n ychwanegu at ddilysrwydd yr ymweliad ac ni fyddai am weld hynny'n newid.

Roedd defnyddio'r Gymraeg, gweld baner Cymru a rhyngweithiadau â'r brodorion wedi rhoi'r argraff i rai cyfranogwyr bod Cymru'n **genedl falch**; ac nid oedd y ffenomen hon wedi cael ei nodi gan rai ar ymweliadau eraill â'r DU.

“ *Mae'r golygfeydd yn brydferth; cystal â Bro'r Llynnoedd a Northumberland, ond yn yr ardaloedd hynny nid oes ganddynt iaith na chysylltiad cryf â'u hanes. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, Gogledd Orllewin Cymru/Sir Benfro, Canolbarth Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)*

Fe gawsom hefyd ymdeimlad cryf o hanes lleol a'r ffaith bod pobl Cymru'n falch iawn o'u cenedl. (Teulu, plant, Canolbarth Cymru, De Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru) ”

Fe wnaeth **profiadau a darganfyddiadau heb eu cynllunio** yn ystod ymweliadau cyfranogwyr wella'u canfyddiadau cadarnhaol ar y cyfan am Gymru. Fe wnaeth yr adegau hyn a oedd weithiau'n ddibwys ond yn gofiadwy greu argraff barhaol ar rai. Yn fwy cyffredinol, dywedodd rhai cyfranogwyr a oedd wedi ymweld yn flaenorol â'r wlad eu bod wedi ailddarganfod Cymru ar eu hymweliad ac wedi cael eu hatgoffa lle mor ddeniadol ydyw i ymweld ag ef. Roedd enghreifftiau o'r adegau cofiadwy, heb eu cynllunio'n cynnwys:

- Mynd ar goll wrth yrru a digwydd dod ar draws profiad cofiadwy (e.e. cyfranogwr yn ei ganfod ei hun y tu allan i Gastell Cas-gwent ar ddamwain, yn penderfynu ymweld ac yn ei gael yn ddifyr; a throi i lawr ffordd bengaead i ddarganfod cae yn llawn defaid yr oedd y cyfranogwr o'r Unol Daleithiau'n gallu eu hanwesu);

- Dod ar draws ailgread canoloesol mewn castell;
- Dod ar draws cystadleuaeth tynnu rhaff leol;
- Sylwi ar fragdy bach, aros yno a bod ar daith;
- Rhywun yn dangos cerfwaith trawiadol mewn eglwys;
- Digwydd dod ar draws Marchnad Caerdydd a hynny'n arwain at brynu sawl eitem na fwriadwyd eu prynu;
- Gweld parti arforgampau a phenderfynu rhoi cynnig arni;
- Gweld morloi'n agos wrth gaiacio ar y môr;
- Darganfod pyllau lili Bosherston;
- Cael eu synnu gan y 'prydferthwch cudd' ar daith gerdded ym Mannau Brycheiniog;
- Chwilota ar draeth a dod o hyd i 'drysor' fel gwydr wedi'i lyfnhau a cherrig diddorol;
- Darganfod tref hyfryd (Llandudno, Llangollen);
- Darganfod llwybr beiciau a ddaeth yn antur go iawn i'r plant.

“ *Fe ymwelom ni â Chastell Cas-gwent ar ddamwain, ar ôl colli tro a mynd gyda'r llif, ond rwyf mor falch ein bod ni wedi! (Teulu, plant, De Ddwyrain Cymru/Sir Benfro, De Ddwyrain Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)*

Roedd y bobl gwerthu tocynnau yn Rhaglan o gymorth mawr i ni wrth gynllunio ein diwrnod a threfnu ein haelodaeth o Cadw. . . . Fel y trodd hi allan, roedd yn ddiwrnod gwych, heb ei gynllunio rhag blaen. Roedd yn ddifyr dod ar draws ailgread canoloesol yn Rhaglan. (Teulu, mab sy'n oedolyn, De Ddwyrain Cymru/Sir Benfro, UDA, 2-3 diwrnod yng Nghymru)

Fe wnaethom ddigwydd dod ar draws [llwybr] trwy ofyn i bobl leol unwaith yr oeddem ar y beiciau. Fe lwyddom ni i ddod o hyd i lwybr gwastad prydferth trwy goedwig a oedd yn wych i'r plant ond hefyd fe ddaethom o hyd i drac hyfryd i lawr at y traeth ble cafodd fy mab 5 oed ei brofiad cyntaf o feicio oddi ar y ffordd go iawn ac roedd wrth ei fodd gyda'r gwrymiau a'r llwybrau cyflym i lawr rhiw. (Teulu, plant, De Sir Benfro, De Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru) ”

Roedd **uchafbwyntiau** gwyliau'r cyfranogwyr ar y cyfan yn adlewyrchu cryfderau Cymru, ei hunigrywiaeth ganfyddedig ac weithiau'r profiadau heb eu cynllunio a ddisgrifir uchod. Gellir eu grwpio'n fras dan bedair thema:

- Uchafbwyntiau a oedd yn gysylltiedig â'r **dirwedd**: er enghraifft mwynhau'r dirwedd yn ystod taith gerdded (Eryri, Bannau Brycheiniog, Llwybr yr Arfordir, Solfach), ar bicnic

wrth yr Afon Gwy, wrth yrru, wrth deithio ar drên stêm, wrth ymlacio ar y traeth, wrth nofio yn y môr ac edrych yn ôl ar Ddinbych-y-pysgod o'r traeth;

"*Bwyta ein picnic ar Afon Gwy yn eistedd ar graig wastad fawr a oedd wedi'i chynhesu gan yr haul a gwylio canŵ-wyr yn mynd dros y rhaeadrau. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, De Ddwyrain Cymru, Canolbarth Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*

Rwy'n meddwl mai fy uchafbwynt i oedd archwilio'r arfordir o gaiac ar y môr, er fy mod yn meddwl y byddai fy mhlant yn dweud mai'r arforgampau ac y byddai fy ngŵr yn dweud mai'r traethau oedd yr uchafbwyntiau! (Teulu, plant, De Ddwyrain Cymru/Sir Benfro, De Ddwyrain Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)

I mi yn bendant y daith olygfaol ar y trên stêm o Aberystwyth i Bontarfynach. (Teulu, plant, Canolbarth Cymru, De Orllewin Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)

Rwy'n cytuno am y golygfeydd hardd yng Nghymru – nid oes dim gwell na gyrru ar hyd ffyrdd troellog bychain, gan edrych ar draws caeau tuag at fynyddoedd canolbarth Cymru mewn heulwen fendigedig! (Teulu, plant, Canolbarth Cymru, De Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)"

- Uchafbwyntiau sy’n gysylltiedig ag **atyniadau / gweithgareddau**: er enghraifft yn ystod antur (weiren wib, caiacio yn y môr, arforgampau), ymweld ag adeiladau hanesyddol / amgueddfeydd (Cestyll Caernarfon, Caerdydd, Cas-gwent a Phowys, Abaty Tyndyrn ac Amgueddfa Werin Sain Ffagan) ac ymweld â’r Ardd Fotaneg Genedlaethol, Drysfa’r Brenin Arthur a Goleudy Talacre;

  Yn amlwg profiad y weiren wib [oedd yr uchelgais], a dyna oedd ein prif reswm dros ymweld â’r ardal ond roeddem wedi anghofio pa mor brydferth yw Cymru ac am y rheswm hwnnw yn unig, byddwn yn dychwelyd am fwy o amser y flwyddyn nesaf. [Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, Gogledd Cymru, De Lloegr, 2-3 diwrnod yng Nghymru)

  Mae’n anodd dewis un uchafbwynt gan bod yr ymweliad cyfan yn syml yn wych. Pe bai’n rhaid i mi ddewis un, Castell Powys fyddai hwnnw mwy na thebyg a Thraeth y Mwnt yn ail agos. . . . Mae’r castell ei hun yn syfrdanol, ond gyda’r gerddi haenog a’r golygfeydd ar ben hynny, mae’r cyfan yn mynd â’ch anadl. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, De/De Orllewin/Canolbarth/Gogledd Cymru, Canolbarth Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)

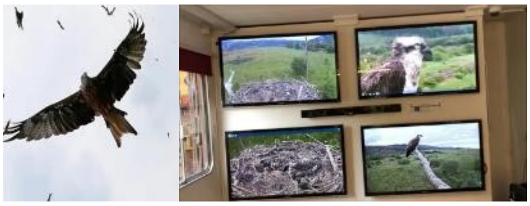
  Yr uchafbwynt i ni oedd mynd i mewn i fwynglawdd plwm segur fel rhan o weithgaredd o’r enw Drysfa’r Brenin Arthur ar gyrion Eryri lle’r ydych yn cael eich cludo allan ar gwch i mewn i’r ogof, trwy raeadr ‘hudolus’ gan gychwr cyfriniol! Wrth i ni fynd i mewn i bob ceudwll, roedd straeon am y Brenin Arthur a chwedlau Cymru’n cael eu hadrodd. Roedd yn antur hynod, a oedd yn llawer o hwyl! (Teulu, plant, Canolbarth Cymru, De Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

- **Cymryd amser**: roedd gallu cymryd amser i oedi ac ymlacio mewn cyferbyniad â gorchwylion beunyddiol arferol yn uchafbwynt i rai; a chael amser ac adegau gwerth chweil gyda’r teulu a ffrindiau;

  Roedd bod mewn gwlad sy’n hanner fy nhreftadaeth gyda fy mrawd (a oedd drosodd o Seland Newydd) a’m ffrindiau gorau hefyd yn wych. (Ffrindiau, De Ddwyrain Cymru, De Ddwyrain Lloegr, 2-3 diwrnod yng Nghymru)

  Gallai fod y traethau, y cestyll, y chwerthin ar y ffordd i Ben Pyrod pan aethom ar goll (mae cynghorau lleol i’w gweld fel pe baent yn gweithio yn ôl polisi llawer o arwyddion neu ddim arwyddion o gwbl) neu’r noson y’n gorfodwyd i’w threulio mewn bwyty’n bwyta bwyd hyfryd ac yn yfed coctels i osgoi’r storm a’r glaw trwm a hirfaith. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, De Ddwyrain Cymru/Gŵyr, Gogledd Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

- **Bywyd gwyllt**: roedd yr uchafbwyntiau hyn o wyliau'n cynnwys dod ar draws barcudiaid cochion a gweilch, morloi a gweld dolffiniaid. Bu achlysuron pan nad oedd cyfranogwyr a chanddynt ddiddordeb mewn bywyd gwyllt wedi sylweddoli beth oedd gan Gymru i'w gynnig.



Mae'n rhaid mai uchafbwynt ein gwyliau oedd yr orsaf bwydo barcudiaid cochion. Roedd yr adar yn brydferth, wrth i gannoedd ohonynt blymio adeg porthi...am awr dda roedd y plant wedi'u cyfareddu. Doedden ni ddim yn gallu credu pa mor agos oeddem atynt. Roedd yn rhyfeddol eu gweld a gweld pa mor fawr oeddent mewn gwirionedd. (Teulu, plant, Canolbarth Cymru, Canolbarth Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

Gyda'r daith ar hyd y foryd brydferth a'r bywyd adar ar yr arfordir yn Ynyslas ynghyd â'r tywydd penigamp fe wnaeth hi ddiwrnod hyfryd. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, Canolbarth Cymru, Canolbarth Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

Mae'r ystod o gryfderau ac uchafbwyntiau a nodir uchod yn dangos cryfder canfyddedig pellach yr **amrywiaeth a gynigir** yng Nghymru o ran ei thirwedd a phethau i'w gwneud. Roedd cyfranogwyr yn credu bod 'rhywbeth i bawb'. Roedd wedi bod yn ffactor penderfynol ar gyfer ymweliad gan un teulu estynedig gan bod rhywbeth at ddant pob aelod o'r parti. Roedd yr amrywiaeth hefyd yn gwneud i rai cyfranogwyr ddychwelyd i Gymru'n rheolaidd gan y byddai rhywbeth gwahanol i'w ddarganfod yn ystod pob ymweliad.

A minnau wedi teithio ychydig o amgylch y byd, nid oes unrhyw le gwell na'r DU ar gyfer tirweddau hardd, adeiladau hanesyddol a diwylliant. Mae hyn yn wir am Gymru'n arbennig. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, De/De Orllewin/Canolbarth/Gogledd Cymru, Canolbarth Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)

Rwy'n dwlu ar Gymru fel cyrchfan. Pa un a wyf yn mynd er mwyn mynd i gerdded, ymweld â lleoedd hanesyddol, orielau ac amgueddfeydd ynteu ar gyfer y wlad ac arfordir hardd. Mae rhywbeth gwahanol ar gyfer pa bynnag hwyliau rydych ynddynt. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, De Ddwyrain Cymru, Canolbarth Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

Pwynt olaf i'w nodi am gryfderau canfyddedig Cymru, yn ôl rhai cyfranogwyr, oedd pa mor **gyfeillgar** oedd pobl yng Nghymru. Roedd cyfranogwyr yn meddwl eu bod yn ymfalchïo yn eu gwlad ac yn awyddus i helpu ymwelwyr pan oedd angen.

3.3 Effaith ar les

Gan ystyried yr agweddau cadarnhaol ar yr ymweliad a ddisgrifiwyd uchod, daeth cyfranogwyr i'r casgliad bod eu gwyliau yng Nghymru wedi cael effaith gadarnhaol ar eu lles. Yn arbennig, roedd y daith wedi eu helpu i ymlacio. Fe wnaeth y rhai a oedd yn teimlo'u bod dan straen o ganlyniad i waith a bywyd pob dydd deimlo rhywfaint o ryddhad rhag y pwysau hyn.

Dywedodd rhai cyfranogwyr fod yr ymweliad wedi eu gadael yn teimlo'n fwy clòs fel teulu gan eu bod wedi treulio amser mwy pleserus nag arfer yn rhyngweithio â'i gilydd. Roedd hyn yn cynnwys pan oeddent allan ar grwydr gyda'i gilydd yn ogystal ag yn eu llety, er enghraifft yn chwarae gemau bwrdd yn hytrach nag wedi ymgolli mewn amser sgrin.

> *Yn bendant yn fwy hamddenol ac yn hapusach. Yn byw bywyd am wythnos heb y ffôn yn canu'n gyson, dim plant yn eu harddegau â'u sylw wedi'i hoelio ar eu ffonau'n defnyddio WiFi, roedd ein teulu i gyd gyda'i gilydd, dim ond ni a dim cymdogion, i ffwrdd oddi wrth y ffyrdd, i ffwrdd o fywyd pob dydd. Roeddem yn gallu eistedd yn yr awyr agored yn bwyta brecwast ac yn gwrando ar y nentydd yn rhedeg, neu eistedd yn y twba twym wrth i'r haul fachlud tan yn hwyr. (Teulu, plant, Canolbarth Cymru, Canolbarth Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*
>
> *Fe ddaeth fy mhartner a mi yn ôl o'r ymweliad hwn yn teimlo wedi ymlacio gymaint . . . Roedd yn wych mynd i ffwrdd dim ond y ddau ohonom gan bod gan y ddau ohonom swyddi gweddol brysur sy'n golygu nad ydym yn gweld ein gilydd gymaint ag yr hoffem. Ond yn bendant fe wnaeth hyn i ni werthfawrogi ein hamser gyda'n gilydd. (Cwpl, Sir Benfro, Canolbarth Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*
>
> *Fe aethom fel grŵp teuluol mawr ac roeddwn wrth fy modd i allu treulio amser gyda fy nith a'm nai yn creu atgofion! (Cwpl gyda pherthnasau, Canolbarth Cymru, De Ddwyrain Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*

Enghreifftiau o ffotograffau sy'n ymwneud â lles gan gyfranogwyr

Roedd manteision eraill i les a ddisgrifiwyd gan gyfranogwyr yn cynnwys teimlo'u bod wedi cael eu cefn atynt, wedi cael egni newydd ac wedi cael eu hailfywiogi, eu bod yn iachach ac yn hapusach, wedi cael boddhad ac wedi'u hysbrydoli.

Mae fy ngwyliau wedi fy ngadael yn teimlo bod gennyf egni newydd ac yn hamddenol. Rwy'n teimlo fy mod wedi bod ar siwrnai, wedi gweld golygfeydd rhyfeddol, wedi teimlo grymoedd natur ar fy nghroen, wedi cwrdd â phobl wirioneddol gyfeillgar sydd â diddordeb ynof ac mewn darparu gwasanaeth neilltuol ac rwy'n teimlo fy mod wedi cysylltu â'r dirwedd. (Teulu, plant, De Orllewin/Canolbarth/Gogledd Orllewin Cymru, De Orllewin Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)

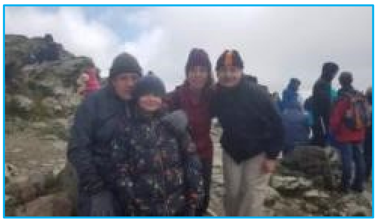
Roedd fy nghariad a mi ein dau'n teimlo fel ein bod wedi cael ein cefn atom ac wedi cael amser gwerth chweil. Roedd yr ymweliad hwn yn teimlo'n ysbrydoledig i ni o ran sut yr ydym yn hoffi treulio ein hamser rhydd :) (Cwpl, Bro Morgannwg, Canolbarth Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

3.4 Gwendidau canfyddedig Cymru fel cyrchfan gwyliau

Roedd cyfranogwyr yn aml yn **ei chael yn anodd amlygu unrhyw agweddau negyddol amlwg** ar eu hymweliadau. Roedd dyhead cyffredinol i ddychwelyd. Felly dylid cadw'r canfyddiad hwn mewn cof wrth ddarllen y pwyntiau canlynol.

Ar rai achlysuron, roedd cyfranogwyr wedi cael bod rhai lleoliadau penodol yn **brysur iawn** ac roeddent weithiau'n ei chael yn anodd dod o hyd i le i **barcio**. Roedd y rhain yn Sir Benfro (Dinbych-y-pysgod, Saundersfoot, Tyddewi), ar yr Wyddfa (caffi'r copa gyda chiwiau'n golygu nad oedd amser i'w ddefnyddio, pob lle ar y Trên Bach wedi'i gadw fisoedd ymlaen llaw) a Rheilffordd y Clogwyn, Aberystwyth. Fodd bynnag, roedd cyfranogwyr weithiau'n teimlo bod hyn i'w ddisgwyl gan eu bod yn ymweld yn ystod y tymor brif.

Roedd anhrefn yn y derfynfa/caffi [ar yr Wyddfa] a chawsom nad oedd yr amser aros o hanner awr yn ddigon mewn gwirionedd ar ôl bod i'r tŷ bach ac i'n ffrindiau orfod ciwio i gael tynnu eu llun ar y copa. (Cwpl a pherthnasau, Gogledd Orllewin Cymru, Dwyrain Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)



Roedd rhai o'r meysydd parcio mewn lleoliadau penodol yn mynd yn brysur yn gynnar iawn a oedd yn golygu bod rhaid i ni addasu ein cynlluniau rhyw fymryn. Cafodd pawb yr un syniad am wn i! . . . Maes parcio Ogwen, wrth fynd i gerdded at Lyn Idwal (a oedd yn brydferth hyd yn oed yn y glaw) er bod meysydd parcio gorlif gerllaw felly nid oedd cynddrwg ag eraill. Roedd maes parcio Pen-y-Pas yn un arall gan bod arnom wir eisiau ymweld â Llyn Llydaw ond roedd y maes parcio'n llawn yn gynnar ac roedd y meysydd parcio gorlif yn weddol bell i ffwrdd. (Teulu, plant, Gogledd Orllewin Cymru, De Ddwyrain Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

Yn bendant roedd gormod o bobl a diffyg lleoedd parcio yn Ninbych-y-pysgod. Roedd mor wael fel ein bod ni wedi gorfod canslo'r ymweliad â'r lle. Mae gan fy nhad broblem gyda'i goes sy'n golygu nad yw'n gallu cerdded dros bellter hir. Roedd y maes parcio yn Ninbych-y-pysgod yn rhy bell i ffwrdd o'r glannau felly doedden ni ddim yn gallu mynd yno. Roedd parcio'n broblem weddol fawr ble bynnag yr aem. (Cwpl gyda pherthnasau, Canolbarth Cymru, De Ddwyrain Cymru, 4-7 diwrnod yng Nghymru) ”

Ail fater a godwyd yn achlysurol oedd **pris** rhai atyniadau. Roedd hyn weithiau'n cael ei waethygu gan brofiad siomedig.

“ *Yr unig beth a'n synnodd ni ychydig oedd y ffi mynediad [i'r atyniad]. A ninnau heb sylweddoli nad ydynt yn gwerthu tocyn teulu ac wedi talu wrth y gât, fe greodd hynny dwll yn ein waledi. Nid oedd [yr atyniad] mor fawr ag yr oeddem wedi meddwl y gallai fod, ac fe allent fod wedi gwneud â rhagor o fyrddau picnic. (Teulu, plant, Canolbarth Cymru, Canolbarth Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*

Roedd ffioedd mynediad uchel weithiau'n peri penbleth. . . . parc £10 ar bwys yr Wyddfa . . . (Teulu, Gogledd Orllewin Cymru/Sir Benfro, Yr Iseldiroedd, 8+ diwrnod yng Nghymru)

Dim agwedd negyddol heblaw am [atyniad]. . . . Roedd prisiau yno'n jôc ond roedd y Rhyl yn hyfryd. . . . Rwy'n meddwl bod fy mhartner wedi gweld hysbyseb ar gyfer y lle ar Facebook felly fe benderfynon ni ei ymgorffori fel rhan o'r ymweliad. . . . Da ar y cyfan; fodd bynnag ddim yn werth pris y tocynnau i ni. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, Gogledd Cymru, Dwyrain Lloegr, 2-3 diwrnod yng Nghymru) ”

Cwyn arall a oedd yn ymwneud â phris i gwpl o rieni oedd gorfod talu hyd at 40 ceiniog i ddefnyddio toiledau cyhoeddus pan oedd taer angen defnyddio'r cyfleuster ar blentyn bach. Roedd cost parcio mewn rhai achosion yn dipyn bach o broblem hefyd.

Daeth nifer fach o siomedigaethau neu gwynion eraill i'r amlwg:

- **Cwm Elan** – roedd un teulu wedi cael eu siomi gan y cronfeydd dŵr, a hwythau'n disgwyl y byddai gorlif ysblennydd yn rhaeadru i lawr wal yr argae. Roedd diffyg glaw'n golygu nad felly yr oedd hi. Hyd yn oed pan ddychwelon nhw ar ôl glaw trwm, fe ganfuon nhw'n ddiweddarach y byddai'n cymryd sawl wythnos o law i'r dŵr lifo dros wal yr argae. Roedd teulu arall a ymwelodd â Chwm Elan wedi cael eu siomi ar ôl gyrru'n bell nad oedd llwybrau cerdded amlwg i'w dilyn yn ôl pob golwg. Roedd canfod pethau i'w gwneud yng Nghanolbarth Cymru wedi bod yn her i gwpl o deuluoedd (gan gynnwys mewn tywydd gwlyb) neu o leiaf weithgareddau nad oeddent yn golygu gyrru am hir;

“ *Cawsom ein siomi gan Gwm Elan; wrth edrych arno ar-lein, rydych yn cael eich denu at yr argaeau mawr sy'n edrych yn rhyfeddol, ond gan bod y tywydd yn braf roedden nhw i gyd yn wag. (Teulu, plant, Canolbarth Cymru, Canolbarth Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*

Fe gymerodd tuag 1.5 awr i gyrraedd yno [Cwm Elan], sydd ychydig bach yn bellach nag y byddem yn ei deithio fel arfer gyda phlant a chŵn a.y.b. Er ei fod yn olygfaol iawn, roeddem yn siomedig nad oedd teithiau cerdded â chyfeirbwyntiau iawn. Doedden ni ddim wir yn gwybod ble i fynd, felly roedd yn teimlo fel tipyn o wastraff amser. (Teulu, plant, Canolbarth Cymru, Gogledd Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)

- Materion sy'n ymwneud â **llety**: roedd gwasanaeth cwsmeriaid mewn gwesty drud wedi bod yn ddiffygiol i un cyfranogwr tramor; roedd cwpl o westai wedi teimlo fel rhai nad oeddent yn cyrraedd y safon; bu'n rhaid i deulu a fu'n aros mewn parc carafanau ymgodymu â phỳcs; ac wedi methu â sylweddoli bod bwthyn a archebwyd ar-lein ar ffordd brysur iawn – roedd y cyfranogwr hwn o'r Almaen wedi bod yn ceisio llecyn tawel;

Roeddem yn llai na bodlon ar ein llety yng Nghrucywel. . . . roedd yn bendant yn gam i lawr o'i gymharu â llety arall ond roedd wedi bod yn anodd dod o hyd i rywbeth gwell oedd ar gael ar-lein cyn i ni adael. Roedd yn iawn ond roedd brecwast yn dod i ben yn gynnar, roedd pryfed cop yn yr ystafell ymolchi a.y.b. (Teulu, mab sy'n oedolyn, De Ddwyrain Cymru/Sir Benfro, UDA, 2-3 diwrnod yng Nghymru)

Yr unig agwedd negyddol oedd y llety; mae wedi fy nhroi oddi ar y syniad o aros mewn llety sy'n croesawu anifeiliaid anwes gan bod yr arogl yn ofnadwy a'r lle wedi mynd â'i ben iddo. Roeddwn yn gwybod nad oedd byth yn mynd i fod yn llety 5 seren ond gallai o leiaf fod wedi cael ei lanhau yn well. . . . Roedd y llety'n ofnadwy. . . . Roedd pỳcs yno. (Teulu, plant, Gogledd/Gogledd Orllewin Cymru, Gogledd Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

- Cael bod **Caerdydd**, gan gynnwys y Bae, yn teimlo'n weddol 'fasnachol' a 'generig'. Yn ôl un cyfranogwr nid oedd rhyw lawer yn unigryw am y ddinas o beth welodd hi yn ystod gwyliau byr i fynd i gyngerdd;

Hybu a hyrwyddo Cymru, bwytai, crefftau a'r hanes wrth gwrs. Roedd anhawster gyda hyn weithiau; gallai fod wedi bod unrhyw le yn y DU. (Cwpl, Caerdydd, Yr Alban, 2-3 diwrnod yng Nghymru)

- Cael bod lleoedd i'w gweld fel pe baent yn **cau'n weddol gynnar** er gwaethaf nosweithiau hir yr haf. Roedd y cyfranogwr hwn o'r Eidal yn aros yng Nghaerdydd;
- Archebu gwesty ym Mae Colwyn (fel rhan o daith i'r weiren wib) mewn lleoliad oedd yn teimlo fel **lleoliad a oedd wedi mynd â'i ben iddo braidd**;
- Peidio â theimlo bod yr arlwy wedi'i thargedu'n arbennig at **gyplau ifanc**. Daeth y cyfranogwr hwn i'r casgliad bod gan Gymru fwy o ogwydd at deuluoedd a phobl hŷn.

Rwy'n meddwl y byddai wedi bod yn wych hefyd pe bai mwy o atyniadau twristaidd/pethau yng Nghymru ar gyfer oedolion ifainc gan ei bod yn teimlo weithiau fel bod twristiaeth yng Nghymru wedi'i thargedu i raddau helaeth at deuluoedd â phlant bach neu'r to hŷn. Fel rhywun ifanc rwy'n caru Cymru am yr elfen arfordirol a pha mor ymlaciol all fod, ond gwn o siarad gyda phobl ifanc eraill nad yw o anghenraid yn cael ei hystyried yn ddewis poblogaidd fel cyrchfan. . . . Yn aml rydw i a'm ffrindiau'n chwilio am bethau hynod fel golff iard sbwriel. (Cwpl â theulu, Canolbarth Cymru, De Ddwyrain Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

3.5 Canfyddiadau am gynnyrch Cymreig

Daeth canfyddiadau a phrofiadau cymysg i'r amlwg am fwyd a diod Cymru. I rai cyfranogwyr, mae gallu samplu bwyd a diod lleol yn gwella'r profiad yn ystod gwyliau. Roedd y manteision canfyddedig yn cynnwys dod i adnabod y diwylliant lleol yn well, blas gwell, cefnogi'r economi leol a lleihau ôl troed y bwyd. Fodd bynnag, roedd cyfranogwyr a wnaeth y pwyntiau hyn yn tueddu i fod yn rhai nad oeddent wedi gwneud rhyw lawer o ymdrech i chwilio am gynnyrch Cymreig tra'r oeddent yng Nghymru.

> *Mae'n hyfryd gallu bwyta bwyd a gynhyrchwyd yn lleol. Mae wastad yn blasu'n wych onid yw ac mae'n deimlad da cefnogi'r economi leol a pheidio ag ychwanegu at gynhesu byd-eang trwy fwyta bwyd a gynhyrchwyd dramor. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, Gogledd Orllewin Cymru/Sir Benfro, Canolbarth Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)*
>
> *Mae prynu bwyd lleol yn beth amheuthun ble bynnag yr awn yn y DU – cafodd ein harhosiad yn Suffolk ym mis Mai ei wneud yn fwy arbennig byth gan hamper croeso yn y bwthyn. Roedd yr eitemau, megis sudd afal, dwy botel fach o gwrw, bisgedi a llaeth organig, i gyd o'r ardal leol. Yn y diwedd fe brynon ni fwy i ddod â hwy yn ôl gyda ni. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, De Ddwyrain Cymru, Canolbarth Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*
>
> *Ein teimlad ni yw bod cynnyrch lleol yn dangos eich bod yn falch o'ch ardal. Mae hefyd yn gwneud y profiad ychydig yn fwy unigryw ac arbennig na bwyta'r hyn y byddech wedi'i fwyta mewn unrhyw ran arall o'r wlad. (Cwpl, Sir Benfro, Canolbarth Lloegr, 2-3 diwrnod yng Nghymru)*

I eraill, fodd bynnag, nid oedd cynnyrch lleol mor bwysig. Roedd rhai'n poeni'n fwy am werth am arian ac roeddent wedi bod yn fodlon, er enghraifft, ar y dafarn neu fwyd brys a brynasant. Hefyd, roeddent yn tueddu i fwyta yn eu llety ac nid oedd yn gymaint o ystyriaeth wrth siopa mewn archfarchnad. Roedd pwyntiau pellach a wnaed lle nad oedd bwyd a diod Cymreig mor bwysig yn cynnwys sut yr oedd cyfranogwyr yn canolbwyntio'n fwy ar wneud y gorau o'u gwyliau byr a'u gweithgareddau yn hytrach na bwyta; gan beidio â disgwyl y byddai rhyw lawer yn cael ei gynnig i feganiaid; a chredu mai rhywbeth i 'fwytawyr crand' oedd dangos diddordeb mewn cynnyrch lleol.

> *Rydyn ni'n aros mewn llety hunanarlwyo ond rydyn ni'n bwyta mewn tafarndai – ar y traeth gan mwyaf. Roedd y bwyd yn iawn, nid yw'n rhywbeth sy'n ysgogiad i ni mewn gwirionedd. (Teulu, plant, Sir Benfro, Dwyrain Lloegr)*
>
> *Fe aethom i dafarndai lleol. . . . Nid oedd y ffaith pa un a oedd yn gynnyrch Cymreig ai peidio yn rhan o'n penderfyniad mewn gwirionedd – mae a wnelo'n fwy â gwerth am arian a bwyd da. (Teulu, plant, Canolbarth Cymru, Gogledd Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)*

O ran amlygrwydd, roedd rhai o'r farn bod tarddiad Cymreig yn fwy amlwg mewn archfarchnadoedd nag mewn bwytai a mannau gwerthu bwyd. Yr eithriad nodedig oedd y

pice ar y maen hollbresennol. Roedd enghreifftiau unigol a roddwyd o sylwi ar gynnyrch Cymreig yn cynnwys:

- Ei weld yn cael ei hyrwyddo mewn tafarn yn Nhrefynwy, tafarn yn Nhregaron, a chaffi ger y Cei Newydd;
- Wrth fwyta mewn bwyty â sêr Michelin;
- Bwyta pasteiod Oggies yn Nhyddewi;
- Bwyta 'peis Cymreig' blasus yn Llangollen;
- Defnyddio siop fferm leol ar safle gwersylla, ar gyfer barbeciwiau yn bennaf;
- Prynu tatws lleol o fferm ('blas glân, ffres');
- Blasu'r hufen iâ Cymreig 'campus';
- Prynu cwrw a chwisgi Cymreig 'ardderchog'.

Rwy'n meddwl mai'r unig fwyd Cymreig go iawn i mi sylwi arno oedd pice ar y maen Cymreig cartref. (Teulu, plant, Gogledd Orllewin Cymru, De Ddwyrain Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

Mae'n bwysig bod cynnyrch Cymreig lleol ar gael. I mi, mae bwyta prydau a gynhyrchwyd yn lleol i gyd yn rhan o brofiad y gwyliau – chawson ni ddim cyri nac eidionyn drwy'r wythnos 😂. . . . Roedd yr ansawdd wastad yn dda iawn. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, Canolbarth Cymru, De Ddwyrain Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

Mae cwrw Cymru gyda'r gorau yn fy marn i. Rwy'n hoff iawn o fragu cwrw cartref ac yn dylunio fy rysetiau fy hun felly os ydw i'n dweud hynny mae'n ganmoliaeth fawr. Fe ymwelom ni â Bragdy Bluestone ym Mynyddoedd y Preseli – roedd mor ddiddorol. (Teulu, plant, De Orllewin/Canolbarth/Gogledd Orllewin Cymru, De Orllewin Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)

Fe goginion ni ein bwyd ein hunain lawer o'r amser ond fe wnaethom ein tretio'n hunain i Bice ar y Maen a Bara Brith. Roedden ni'n ceisio prynu cwrw lleol (a oedd yn hyfryd) a mêl lleol ac fe sylwon ni ar lawer o fwydydd Cymreig yn cael eu hyrwyddo yn yr archfarchnad, mewn caffis a siopau rhoddion. Rydym wastad yn hoffi rhoi cynnig ar fwydydd lleol a chawsom ni mo'n siomi. (Teulu, plant, De Ddwyrain/De Orllewin Cymru, De Ddwyrain Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)

Enghreifftiau o'r ffotograffau a oedd yn gysylltiedig â bwyd gan gyfranogwyr

Roedd syndod weithiau nad oedd cynnyrch Cymreig wedi bod yn fwy amlwg o ystyried nifer y ffermydd a welwyd, er enghraifft. Roedd cyfranogwyr o'r farn bod y profiad ar y cyfan o ran bwyd yn debyg i unrhyw le arall yn y DU a bod y bwyd yn weddol 'generig'. Roedd un cyfranogwr wedi bod eisiau gallu dod o hyd i adnodd ar-lein ar gyfer 'bwydgarwyr' gydag adolygiadau proffesiynol, diledryw o fwytai a mannau gwerthu bwyd. Roedd un arall wedi cael ei siomi nad oedd bwytai cain yn yr ardal yr oedd hi'n aros ynddi (Betws-y-Coed) i wisgo'n drwsiadus ar eu cyfer.

> *Byddai bwytai Cymreig da [yng Nghaerdydd] wedi bod yn braf neu efallai ein bod wedi chwilio yn y mannau anghywir. (Cwpl, Caerdydd, Yr Alban, 2-3 diwrnod yng Nghymru)*
>
> *Ni welsom lawer o leoedd yn hyrwyddo bwyd lleol go iawn ac ni welais lawer o siopau artisan, a wnaeth ein synnu mewn ardal ffermio. Mae mwy a mwy o leoedd yn hyrwyddo cynnyrch lleol a milltiroedd bwyd isel, ond ni welsom lawer o dystiolaeth o hyn yng Nghymru. (Cwpl, Sir Benfro, Canolbarth Lloegr, 2-3 diwrnod yng Nghymru)*
>
> *Yn nhref hardd Betws-y-Coed, lle'r arhosom ni am chwe noson, roedd yn ymddangos fel pe bai peth wmbredd o fannau gwerthu bwyd yn gymesur â siopau eraill a maint y lle. Doedd dim awydd arnaf fwyta mewn unrhyw un ohonynt. . . . Fe welsom bice ar y maen lleol yn cael eu gwerthu mewn llawer o leoedd, ond dim bwyd lleol arall. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, Gogledd Orllewin Cymru/Sir Benfro, Canolbarth Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)*

4. Cynllunio'r ymweliad a gwariant tra'r oedd ymwelwyr yng Nghymru

4.1 Cynllunio cyn ymweld â Chymru

Roedd cyfranogwyr yn tueddu i gynllunio'u hymweliad hyd at oddeutu chwe mis cyn y gwyliau (e.e. adeg y Nadolig neu'r Pasg). Roedd y mathau o wyliau a gafodd eu harchebu o fewn y cyfnod hwn yn amrywio o ymweliad naw diwrnod o'r Almaen (tua chwe mis ymlaen llaw) i wyliau byr o fewn cwpl o fisoedd i'r ymweliad. Yn un pen i'r sbectrwm cyfan, roedd teulu o'r Unol Daleithiau wedi dechrau cynllunio'u hymweliad ddwy flynedd ymlaen llaw fel rhan o ddathliad pen-blwydd. Ym mhen arall y sbectrwm roedd teulu o'r DU wedi dechrau cynllunio'u hymweliad 11 diwrnod ddwy i dair wythnos cyn ymweld (mewn fan wersylla).

> *Fe ddechreuom ni gynllunio'r ymweliad ar ôl y Nadolig. Fe ddechreuom ni weld y cyfle gorau i gyrraedd Cymru. Ar ôl y Pasg fe drefnon ni'r teithiau awyr. (Teulu, merch sy'n oedolyn, Caerdydd, Yr Eidal, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*
>
> *Roedd yr ymweliad hwn yn rhan o gynllun hirdymor i ymweld â phob ardal yn y DU. Fe ddechreuom ni gynllunio ym mis Ionawr. Roedd gennym syniad da am leoedd yr oedd arnom eisiau ymweld â hwy, ond dylanwadwyd ychydig ar hyn gan yr archebion llety, a'r gyllideb hefyd. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, De/De Orllewin/Canolbarth/Gogledd Cymru, Canolbarth Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)*
>
> *Roedd cyfle [6 wythnos ymlaen llaw] pan sylweddolom ni nad oedd angen ein dyletswyddau gwarchod plant [fel mam-gu a thad-cu] am un wythnos yn ystod yr haf. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, De Ddwyrain Cymru, Canolbarth Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*

Wrth gynllunio'r ymweliad, dywedodd cyfranogwyr eu bod, ar y cyfan, wedi gallu dod o hyd i'r wybodaeth yr oedd ei hangen. Roedd **chwilio yn Google** yn amlwg fel ffynhonnell wybodaeth cyn ymweld â Chymru. Fe'i defnyddiwyd yn bennaf i chwilio am lety a phethau i'w gwneud (e.e. dod o hyd i Dayoutwithkids mewn chwiliad, chwilio yn Google am 'bythynnod Dyffryn Gwy' neu 'bythynnod/gwersylloedd yng Nghymru'). Fe'i defnyddiwyd gan rai i ddod o hyd i atyniadau penodol fel rhan o'r broses gynllunio (e.e. Castell Cas-gwent, Abaty Tyndyrn neu fwyty penodol). Roedd **Google Maps** yn cael ei ddefnyddio weithiau ar adeg cynllunio i gael syniad sut yr oedd lleoedd yn edrych, syniad o bellteroedd teithio ac i weld beth oedd i'w wneud yn yr ardal yn seiliedig ar gynnwys wedi'i binio.

> *Fe chwiliom ni yn Google am fythynnod/gwersyll yng Nghymru. Canfuom fod llawer eisoes yn llawn. Nid oedd un safle glampio y syrthiais mewn cariad ag ef yn derbyn plant. Yn y diwedd fe ddaethom o hyd i fargen munud olaf ar Sykes Cottages. (Teulu, Plant, Gogledd Orllewin Cymru, De Ddwyrain Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*

[Gyda Google Maps] . . . roeddwn i'n gallu edrych beth allem ni ei wneud tra byddem ni yno trwy weld pa leoedd o ddiddordeb oedd i'w gweld ar y map. Er enghraifft, fe gliciais i ar Gastell Dolbadarn ac roeddwn yn gallu gweld lluniau y mae pobl wedi'u tynnu wrth ymweld ynghyd ag adolygiadau a'n helpodd i benderfynu a oeddem am fynd yno yn ystod ein hymweliad. (Cwpl, Gogledd Orllewin Cymru, Gogledd Lloegr, 2-3 diwrnod yng Nghymru)

Cyn i ni ddechrau ein gwyliau rydym yn meddwl yn gyntaf ym mha ranbarth yr hoffem aros. Wedyn rydym yn chwilio ar Google Maps a gwefan y rhanbarth/y dref i weld pa atyniadau sydd yn y cyffiniau. Ac yna rydym yn ymweld â gwefannau lleoliadau y byddwn o bosibl am eu gweld. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, De Cymru/Sir Benfro, Yr Almaen, 8+ diwrnod yng Nghymru) ”

Roedd **TripAdvisor** (a oedd weithiau'n cael ei ddefnyddio ar y cyd â Google) yn cael ei grybwyll yn rheolaidd fel ffynhonnell wybodaeth ddefnyddiol ar y cam cynllunio. Fe chwiliodd cyfranogwyr am westai, bwytai a phethau i'w gwneud, er enghraifft y tudalennau Things to Do in Llanberis', 'Things to Do in Wales' a https://www.tripadvisor.co.uk/Attractions-g186425-Activities-Wales.html.

“ *Yr offeryn mwyaf defnyddiol i ni oedd TripAdvisor a oedd yn dangos inni'r holl leoedd yr oedd yn werth ymweld â hwy yn ogystal â bwytai yn seiliedig ar adolygiadau a dewisiadau dietegol, a oedd o gymorth mawr i ni. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, De/De Orllewin/Canolbarth/Gogledd Cymru, Canolbarth Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)*

Roedd TripAdvisor yn ddefnyddiol, roedd pob adolygiad [o lety] a ddarllenais yn gadarnhaol, roedd popeth a ddarllenais yn diwallu fy anghenion ar fy nghyfer i a'm teulu. (Teulu, plant, Canolbarth Cymru, Canolbarth Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

Daethom o hyd i'r gwesty yn syml trwy chwilio yn Google am 'Gwestai yn Sir Benfro' ac fe drychom ni ar TripAdvisor. (Cwpl, Sir Benfro, Canolbarth Lloegr, 2-3 diwrnod yng Nghymru) ”

Fe brofodd **gwefannau llety penodol** yn ddefnyddiol hefyd. Roedd y rhain yn cynnwys Sykes Cottages, Airbnb, erthygl ar Wales Online <erthygl%20ar%20Wales%20Online> am wersylloedd, y wefan gwersylloedd <https://www.pitchup.com/>www.pitchup.com <https://www.pitchup.com/>, British Link Tours <http://www.british-link-tours.de/>(gwefan Almaenig), 'Fodors Guide to UK <https://www.fodors.com/>(a ddefnyddiwyd ar gyfer pethau i'w gwneud hefyd) a mynd yn syth at wefan Premier Inn.

“ *… fe edrychom ni ar ychydig o wefannau a oedd yn arbenigo mewn cartrefi gwyliau yn Sir Benfro ond yn y diwedd fe ddaethom o hyd i rywbeth ar Airbnb gan bod y ffaith bod arnom eisiau lle a oedd yn croesawu cŵn ac ystafell i'n teulu o bump wedi*

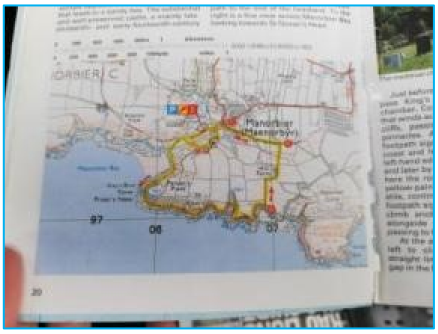
cyfyngu arnom. [Teulu, plant, De Ddwyrain Cymru/Sir Benfro, Surrey, 8+ diwrnod yng Nghymru)

Roeddwn i'n gwybod bod arnaf eisiau gwneud y profiad weiren wib, felly fe es i at eu gwefan a darllen yr wybodaeth a'r adolygiadau. Wedyn fe chwiliais am wersylloedd yn yr ardal ar https://www.pitchup.com/campsites/Wales/North-Wales/. Roedd dolen i wersyll https://www.morris-leisure.co.uk/ a oedd yn nodi eu cysylltiad â caravanandcamping.co.uk. Rwy'n aelod, felly roeddwn yn ffyddiog bod y disgrifiad o'r wefan yn ddibynadwy. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, Gogledd Cymru/Sir Benfro, Canolbarth Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)

Fe archwiliwyd nifer o **wefannau twristiaeth cenedlaethol a rhanbarthol** hefyd a chafwyd fod y rhain o gymorth gan mwyaf. Roedd y rhain yn cynnwys Aberystwyth.org (nad oedd i'w gweld yn gyfoes iawn i un cyfranogwr), Go North Wales, Llanberis.com, Croeso Caerdydd, Ymwelwch â Sir Fynwy, Ymweld â Sir Benfro, Ymweld ag Eryri, Croeso Cymru a wyedeantourism.

Mewn rhai achosion, roedd cyfranogwyr wedi ymweld â **gwefannau aelodaeth** ar adeg cynllunio i helpu i ddod o hyd i bethau i'w gwneud yng Nghymru. Enghreifftiau a ddarparwyd oedd Cadw, English Heritage, Historic Houses a'r Ymddiriedolaeth Genedlaethol. Roedd gan rai cyfranogwyr opsiynau tywydd gwlyb mewn golwg gyda'r rhan hon o'u proses cynllunio ymlaen llaw. Defnyddiwyd arweinlyfrau printiedig gan sefydliadau aelodaeth hefyd.

Fe brynais aelodaeth deuluol o Cadw hefyd, a wnaeth nid yn unig arbed arian i ni ar fynediad i rai safleoedd hanesyddol a lleoedd o ddiddordeb, ond a wnaeth i ni chwilio amdanynt hefyd ac a roddodd opsiynau i ni ar gyfer diwrnodau heb y traeth/heb weithgareddau (cawsom ein harwain yn hyn o beth fel arfer gan y tywydd a pha un a oeddem yn teithio). (Teulu, plant, De Ddwyrain/De Orllewin Cymru, De Ddwyrain Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)



Roedd **cyfryngau printiedig** eraill wedi bod o gymorth i rai hefyd gyda chynllunio ymlaen llaw ar gyfer pethau posibl i'w gwneud. Cyfeiriwyd at ddefnyddio A Guide to Pembrokeshire, 'Fifty Great Kayak Voyages' (Yr Almaen), cylchgrawn The Week Junior (a oedd wedi argymell Rhaeadr Pontarfynach), atlas ffyrdd a mapiau'r Arolwg Ordnans.

Yn olaf, mewn cwpl o achosion, bu gan y **cyfryngau cymdeithasol** rôl ar adeg cynllunio: edrych ar Ddigwyddiadau ar Facebook ar gyfer Caerdydd i weld beth fyddai ymlaen, gweld ac ymateb i hysbyseb ar gyfer llety ar Facebook a rhoi nodau tudalen ar gyfer safleoedd hanesyddol i ymweld â hwy yng Nghymru mewn grŵp Facebook o'r enw British Medieval History.

Roedd eithriadau pan nad oedd gwybodaeth **wedi bod yn hawdd i gyfranogwyr ddod o hyd iddi**. Roedd rhai'n cyfaddef y byddai'n dda ganddynt pe baent wedi dechrau chwilio am **lety** yn gynharach yn y broses felly roeddent wedi ei chael yn anos dod o hyd i le addas i aros. Felly daethpwyd i gyfaddawd neu ddau ar agweddau fel lleoliad ac agosrwydd at dref neu draeth.

Fel a ddisgrifir yn adran 4, nid oedd dod o hyd i **bethau i'w gwneud wrth aros yng Nghanolbarth Cymru** wastad wedi bod mor rwydd â hynny (e.e. o fewn awr yn y car). Pwynt pellach a wnaed gan nifer fach o gyfranogwyr tramor oedd y bu'n anodd dod o hyd i **wybodaeth** briodol am **gludiant cyhoeddus** wrth gynllunio eu gwyliau (ymwelwyr o'r Almaen a'r Eidal).

> "*Byddem yn cyffroi am rywbeth ac yna cyn gynted ag y byddem yn dechrau cynllunio llwybrau byddem yn sylweddoli ei fod yn rhy bell i ffwrdd. (Cwpl â pherthnasau, Canolbarth Cymru, De Ddwyrain Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*
>
> *Ar gyfer bysiau [i Sain Ffagan] roedd hi'n well mynd i'r ganolfan groeso [nag edrych ar-lein]. Roedd y gyrwyr yn barod iawn i helpu. (Teulu, merch sy'n oedolyn, Caerdydd, Yr Eidal, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*
>
> *Fe'i cefais yn arbennig o anodd archebu tocynnau trên ar-lein gan ei bod yn ymddangos bod gwefannau dirifedi'n cynnig tocynnau ar-lein. (Cwpl, Gogledd Cymru, Yr Almaen, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*"

Roedd enghreifftiau ychwanegol o anhawster dod o hyd i wybodaeth yn cynnwys y canlynol:

- Peidio â dod o hyd i unrhyw fath o 'ganllaw i fwydgarwyr' a oedd yn cynnwys Cymru;
- Gwybodaeth am sut i weld gêm rygbi (ymwelydd tramor);
- Gwybodaeth am fynediad ar gyfer cadeiriau gwthio ar Drên Bach yr Wyddfa ac ar deithiau cerdded;
- Roedd opsiynau bwyd ar TripAdvisor ym Mhwllheli yn cynnwys rhai lleoliadau a oedd wedi cau;
- Beth y mae'n werth ymweld ag ef yng Nghaerdydd (ymwelydd tramor).

4.2 Cynllunio gweithgareddau o ddydd i ddydd yn ystod yr ymweliad

Fel y dengys yr adran flaenorol, dechreuodd cyfranogwyr feddwl am beth fyddent yn ei wneud o ddydd i ddydd cyn yr ymweliad. Roeddent yn tueddu i greu **rhestr o bosibiliadau** neu o leiaf un neu ddau o weithgareddau pendant (er enghraifft archebu sesiwn gaiacio yn y môr) ac yna gwneud penderfyniadau terfynol ynglŷn â beth i'w wneud bob dydd tra'r oeddent yng Nghymru. Cafodd y tywydd ei enwi fel ffactor penderfynol allweddol ar gyfer cynlluniau beunyddiol a oedd yn golygu y gallai penderfyniadau terfynol fod yn **weddol ddigymell**.

> "*Byddem yn cynllunio ein teithiau yn ystod y dydd yn seiliedig ar y tywydd a sut hwyl oedd ar y plant!! Os oeddent wedi blino yna byddem yn chwarae ar y traeth ac os oedd egni ganddynt byddem yn mynd am dro ar y beiciau neu'n gwneud rhywbeth*

arall egnïol. Ar ddiwrnodau gwlyb byddem yn chwarae ar y safle carafanau am fwy o amser neu'n mynd allan am ginio. Byddem yn edrych ar daflenni a gafwyd o'r safle. (Teulu, plant, Sir Benfro, De Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

Roedd gadael Caerdydd yn hawdd – fe stopiom ni yn Sain Ffagan am ein bod wedi darllen am y lle yn ein harweinlyfr. Arhosiad diddorol ac mae'r plant yn mwynhau hanes. Wedyn fe yrrom ni i Southerndown ar gyfer ffotograffiaeth fel a ofynnwyd gan y mab a ddaeth o hyd i argymhellion ar ei gyfer wrth i ni yrru. Roedd yn wych ac roeddem hyd yn oed yn dyst i gynnig priodas ar y clogwyn. (Teulu, De Ddwyrain Cymru/Sir Benfro, UDA, 2-3 diwrnod yng Nghymru)

Roedd gennym gynllun bras ar gyfer yr hyn yr oedd arnom eisiau ei wneud tra byddem yng Nghymru, a ninnau wedi defnyddio gwefannau a chwiliadau ar y rhyngrwyd gartref cyn mynd. Roeddwn i wedi cadw dolenni i wefannau ar fy ffôn er mwyn cael mynediad rhwydd atynt tra byddem i ffwrdd. . . . Wedyn bob dydd roeddem yn cael ein harwain gan y tywydd o ran beth allem ei wneud a phryd, gan gynllunio'r diwrnod cynt beth i'w wneud y diwrnod nesaf. Byddai wedi bod yn haws cynllunio pob diwrnod pe bai ein cyswllt wifi yn y bwthyn yn fwy dibynadwy (a phe bai'r tywydd yn fwy dibynadwy hefyd!) (Teulu, plant, Canolbarth Cymru, De Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru) ”

Mewn ychydig o achosion, roedd cyfranogwyr yn cydnabod mai ychydig iawn o gynlluniau pendant oeddent wedi'u gwneud ymlaen llaw. Roeddent yn teimlo: bod y ffynonellau ar gael tra'r oeddent yng Nghymru'n ddigon; eu bod yn adnabod yr ardal neu'r rhanbarth yn dda a bod yr ymweliad wedi dod yn arfer blynyddol; nad oeddent yn disgwyl gwneud unrhyw beth yr oedd gofyn cynllunio llawer ar ei gyfer.

“ *Roedd ein holl gynllunio'n ddigymell. Fe ddefnyddiom ni sylwadau yn llyfr gwesteion y llety, a thaflenni yn y llety. Nid oedd yn anodd o gwbl, gan bod ystod eang o daflenni yn y bwthyn. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, Canolbarth Cymru, De Ddwyrain Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*

Mae fy mhartner a mi'n mwynhau ymlacio ar y traeth a theithiau cerdded nad oes angen cynllunio rhyw lawer ar ei gyfer. (Cwpl, Sir Benfro, Canolbarth Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru) ”

Roedd ffynonellau **ar-lein** yn allweddol ar gyfer cynllunio tra'r oedd cyfranogwyr yng Nghymru. Defnyddiwyd ffynonellau ar-lein tebyg i'r rhai a nodwyd yn 5.1 ond fe helpodd nifer o ffynonellau eraill gyda phenderfyniadau hefyd. Roedd **argymhellion** yn cael eu defnyddio a'u gwerthfawrogi'n weddol eang, er enghraifft gan bobl leol, staff ar safleoedd neu mewn siopau lleol, sylwadau ymwelwyr mewn llyfrau yn y llety, canolfannau croeso ac mewn un achos arweinydd teithiau. Roedd cyfranogwyr yn teimlo'n arbennig bod awgrymiadau gan bobl leol yn ddilys ac yn ddibynadwy.

“ *Y cwbl a wnaethom mewn gwirionedd oedd chwilio yn Google am y pethau gorau i'w gwneud yng Nghymru ac a dweud y gwir fe gawsom amser caled yn cwtogi ar y*

rhestr o bethau. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, merch sy'n oedolyn, Canolbarth/Gogledd Cymru, UDA, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

Fe wnaeth menyw hyfryd yn Tesco yn Wrecsam argymell ein bod ni'n mynd i Langollen. . . . rwy'n credu bod cael argymhellion gan bobl leol o gymorth, nid dim ond perchnogion busnesau ond y cyhoedd yn y trefi a phentrefi. Dyna ble y cawsom ni ein cyngor gorau ac mae'n hyfryd clywed pobl yn siarad â chariad go iawn at eu hardal. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, Gogledd/Gogledd Orllewin Cymru, Dwyrain Lloegr, 2-3 diwrnod yng Nghymru)

Rwyf wastad yn cael bod Byrddau Croeso, staff gwestai a staff amgueddfeydd ac orielau celf neu CADW yn wybodus iawn. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, De Ddwyrain Cymru/Penrhyn Gŵyr, Gogledd Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

Roedd rhai cyfranogwyr wedi defnyddio **taflenni** tra'r oeddent yng Nghymru, gan eu cael yn ffynhonnell wybodaeth werthfawr. Mewn un enghraifft, roedd cyfranogwr wedi gofyn i'w mab yn ei arddegau ddethol y gweithgareddau yr oedd ganddo ddiddordeb ynddynt o'r taflenni a ddarparwyd yn y parc gwyliau. Wedyn roedd y teulu wedi dewis nifer o atyniadau yn ystod eu hymweliad. Roedd papur newydd lleol, Pembrokeshire's Coast to Coast, wedi bod o gymorth hefyd.

Wnaethom ni ddim cynllunio ein gweithgareddau tan ar ôl i ni gyrraedd ein llety. Fe gasglodd ein plentyn 15 oed daflenni o'r tŷ golchi ar ein safle, ac roedd amrywiaeth enfawr o wybodaeth. Dewisodd y rhai yr oedd yn meddwl y byddai ef/y byddem ni'n hoffi eu gwneud. Fe ddarparom ni i gyd fewnbwn i gytuno. . . . Roedd yr holl daflenni'n cynnwys yr holl wybodaeth yr oedd ei hangen arnom h.y. gwefan, manylion cyswllt, gwybodaeth llywio â lloeren, amserlenni, costau. . . . www.newquayboattrips.co.uk, www.heatherton.co.uk , Info@rheidolrail.co.uk. (Teulu, plant, Canolbarth Cymru, De Orllewin Lloegr, 8+ diwrnod yng Nghymru)

Roedd ffynonellau gwybodaeth eraill tra'r oeddent yng Nghymru'n cynnwys gweld posibiliadau pan oedd pobl ar grwydr a defnyddio arweinlyfrau.

O bryd i'w gilydd, roedd cyfranogwyr yn difaru ychydig nad oeddent wedi cynllunio ychydig yn fwy effeithiol. Roedd hyn yn seiliedig ar weld pa ymchwil arall yr oedd cyfranogwyr wedi'i gwneud ar eu gwyliau a bod wedi gwastraffu amser gwerthfawr ar rai boreau yn penderfynu beth i'w wneud y diwrnod hwnnw.

Wnaethom ni ddim llawer o gynllunio o gwbl cyn i ni gyrraedd yno. O edrych yn ôl, gallai fod wedi bod yn well cynllunio rhag blaen gan ei fod yn golygu ein bod wedi colli'r rhan fwyaf o foreau ar y gwyliau'n ceisio penderfynu beth i'w wneud. (Cwpl â pherthnasau, Canolbarth Cymru, De Ddwyrain Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

4.3 Faint o deithio a wnaed wrth aros yng Nghymru

Roedd y nifer fach o ymwelwyr tramor yn y sampl yn fwy tebygol o fod wedi aros mewn gwahanol leoedd ac wedi teithio'n bellach tra'r oeddent yng Nghymru nag ymwelwyr o'r DU. Roeddent yn dymuno gweld cymaint ag y gallent yn yr amser oedd ar gael. Nid oedd unrhyw batrymau teithio arwyddocaol wrth gymharu hyd yr arhosiad, y cyfnod yn eu hoes a'u lleoliad cartref yn y DU. I enghreifftio'r pwynt yma, treuliodd teulu o'r Unol Daleithiau ddeuddydd yng Nghymru ac fe lwyddon nhw i ymweld â Chaerdydd, Sir Benfro, Aberaeron ac Eryri. Yn yr un modd, llwyddodd teulu o'r Iseldiroedd ar ymweliad tridiau i fynd i Gaerdydd a Blaenau Ffestiniog. Mewn cyferbyniad, treuliodd teulu o'r DU bron i bythefnos mewn lleoliad yn Ne Sir Benfro, yn ymweld â llecynnau lleol, gyda'r daith bellaf yn un 18 milltir i gyrraedd prif archfarchnad. Treuliwyd rhai o'r diwrnodau heb ddefnyddio'r car ac yn ymweld â'r traeth lleol.

> *Roedd Cymru'n berffaith i wneud rhywbeth yn bellach i ffwrdd gan y gallem weld llawer o'r wlad mewn amser byr. Roeddem wedi gobeithio gweld tir fferm a phrydferthwch arfordirol ac ni chawsom ein siomi. Cymru yw'r lle mwyaf prydferth a thawel i ni fod ynddo erioed. (Rhywun y mae ei b/phlant wedi gadael y nyth, merch sy'n oedolyn, Canolbarth/Gogledd Cymru, UDA, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*

Un enghraifft o deithio'n bellach, ond aros yn yr un lleoliad, oedd cwpl â theulu estynedig o Dde Ddwyrain Lloegr a oedd yn aros yng Nghanolbarth Cymru. A hwythau'n aros yn Llandrindod am saith niwrnod, fe ymwelon nhw ag Aberystwyth, Rhaeadr a Chwm Elan, Amwythig, Dinbych-y-pysgod a Bannau Brycheiniog. Daeth swm y teithio ychydig yn 'flinderus' tuag at ddiwedd eu hymweliad.

> *Fe deithiom ni o gwmpas gryn dipyn a ninnau'n aml yn gyrru am o leiaf awr i gyrraedd lleoedd oherwydd pa mor bell ydoedd o'r lle yr oeddem ni. Nid oedd hyn yn ormod o broblem ond erbyn diwedd yr wythnos roedd ychydig yn flinderus. (Cwpl â pherthnasau, Canolbarth Cymru, De Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*

Fel arall, roedd cyfranogwyr a arhosodd yn yr un lle'n tueddu i archwilio'r rhanbarth yr oeddent yn aros ynddo, weithiau'n weddol leol yn unig (e.e. De Sir Benfro ac Eryri / Ynys Môn). Efallai y byddent yn treulio rhai diwrnodau'n lleol iawn / ar y safle gydag ymweliadau ychydig pellach ar ddiwrnodau eraill. Mewn enghraifft arall ar arfordir Canolbarth Cymru treuliodd teulu oddeutu hanner eu pythefnos yn aros yn lleol i'r llety a'r diwrnodau eraill ar ymweliadau, a'r pellaf ohonynt bron i 30 milltir i ffwrdd. Mewn cwpl o achosion, dywedodd cyfranogwyr fod arnynt eisiau defnyddio'r car gyn lleied â phosibl naill ai am bod y daith i Gymru o ran arall o'r DU wedi bod yn hir neu am resymau amgylcheddol.

> *Yn ystod y dydd byddem ar y traeth a chyda'r nos roedd cymysgedd o giniawa, mynd am dro i'r dref a gemau bwrdd yn y tŷ yr oeddem yn aros ynddo. Braf a hamddenol. Fe aethom i Folly Farm un diwrnod. . . . Roedd arnom eisiau parcio'r car a pheidio â'i*

ddefnyddio! Roeddem wedi teithio dros 300 milltir ac fe ddewisom ni fod yng nghanol Dinbych-y-pysgod i osgoi'r angen i ddefnyddio'r car. (Teulu, plant, Sir Benfro, Dwyrain Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

Byddem yn gadael y safle bob dydd er mai dim ond i gerdded lawr y grisiau i'r traeth oedd hynny ar rai diwrnodau. Fe aethom i Folly Farm, amryw draethau gwahanol, ar ychydig o deithiau beicio, i Ddinbych-y-pysgod ddwywaith, fe chwaraeom ni lawer yn y gwersyll, cawsom farbeciwiau. Wnaethom ni'n sicr ddim diflasu. Fe hoffwn i fynd am ragor o amser y tro nesaf gan bod cymaint i'w wneud a'i weld. (Teulu, plant, Sir Benfro, De Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)

Roedd achosion lle arhosodd cyfranogwyr yn Ne Ddwyrain Cymru ar eu ffordd i Dde Orllewin Cymru. Roedd enghreifftiau'n cynnwys aros yng Nghaerdydd ar y ffordd i Sir Benfro, ar ôl hedfan i mewn i Birmingham; aros yng Nghaerdydd ar y ffordd i Benrhyn Gŵyr; a threulio noson yn y Cymoedd ar y ffordd i Sir Benfro.

4.4 Gwariant wrth aros yng Nghymru

Heblaw am gostau teithio a llety, roedd cyfranogwyr fel arfer yn enwi bwyd fel eu gwariant mwyaf tra'r oeddent ar wyliau yng Nghymru. Roedd hyn yn cynnwys prynu bwyd ar gyfer llety hunanarlwyo yn ogystal â bwyta allan. Fodd bynnag, wrth edrych ar y gwariant a nodwyd gan gwpl o gyfranogwyr, canfuom fod swm tebyg wedi cael ei wario ar weithgareddau ac atyniadau ar y naill law a bwyd ar y llaw arall.

Roedd cyfranogwyr yn tueddu i feddwl bod Cymru'n debyg fwy neu lai i rannau eraill o'r DU lle'r oedd prisiau nwyddau yn y cwestiwn. Roeddent hefyd yn teimlo'u bod wedi gwario fwy neu lai yr un faint ag yr oeddent wedi disgwyl ei wario, gydag un neu ddau o eithriadau (pryd dathlu mewn bwyty ym mhen uchaf y farchnad a gwneud mwy o weithgareddau nag a fwriadwyd).

Cafodd y rhan fwyaf o'n harian ei wario ar brydau allan. Fe ddefnyddiom ni ein haelodaeth o'r Ymddiriedolaeth Genedlaethol, English Heritage, HHA a'r Gronfa Gelf i fynd i mewn i leoedd. Rydym wastad yn disgwyl gwario arian ar wyliau ac nid oedd Cymru'n ddim drytach na lleoedd eraill (heblaw efallai am feysydd parcio?) (Cwpl, Sir Benfro, Canolbarth Lloegr, 2-3 diwrnod yng Nghymru)

Fe aethom i fwyty â sêr Michelin un noson [ar gyfer pen-blwydd], felly fe aeth hynny â'r gyllideb i gyd. Nid oedd yn wyliau rhad i ni, ond ni ddewisodd ein lleoedd aros, felly ni oedd yn gyfrifol am hynny. (Ffrindiau, De Ddwyrain Cymru, De Ddwyrain Lloegr, 2-3 diwrnod yng Nghymru)

Roedd Cymru'n tueddu i fod yn gysylltiedig â gwerth ac weithiau ymweliad 'rhad'. Roedd rhai'n meddwl ei bod yn cynnig gwerth gwell lle'r oedd llety, bwyd a mynediad i amgueddfeydd yn y cwestiwn. Roedd nifer fach yn teimlo bod Cymru'n cymharu'n ffafriol â Chernyw, Bro'r Llynnoedd a Norfolk. Roedd digonedd i'w wneud heb wario llawer hefyd.

Roedd teuluoedd ifainc a chyplau ifainc, ar adegau, yn meddwl mwy am eu cyllideb. Roedd cyfranogwyr mewn llety hunanarlwyo'n aml yn bwyta yn eu llety gyda'r nos am ei fod yn gyfleus, am eu bod wedi blino neu i arbed arian.

> *Fe dreuliom ni wythnos yn Norfolk y llynedd ac roedd Cymru'n bendant yn rhatach yn enwedig bwyta allan; lle'r oedd fy nos o goffi a chacen sy'n arfer beunyddiol yn y cwestiwn, pan oeddem ar wyliau cawsom fod y gost yn rhesymol. (Cwpl a pherthnasau, Gogledd Orllewin Cymru, Dwyrain Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*
>
> *Roeddem yn bwriadu i'r ymweliad hwn fod yn ymweliad rhad lle byddai'r rhan fwyaf o'n harian yn cael ei wario ar fwyd trwy gydol y diwrnodau yr oeddem ni yno. Nid oedd yr ymweliad mor ddrud â hynny a wnaethom ni ddim gwario cymaint â hynny yn y diwedd. Roedd pris popeth a wnaethom yn rhesymol. (Cwpl, Gogledd Cymru, Gogledd Lloegr, 2-3 diwrnod yng Nghymru)*
>
> *Fe gadwom ni'r costau i lawr trwy fwyta yn y bwthyn gwyliau gyda'r nos a pharatoi picnics ar gyfer diwrnodau allan. Felly, ein neges siopa bwyd yn yr archfarchnad leol oedd ein cost fwyaf! (Teulu, plant Canolbarth Cymru, De Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*

Yn llai cadarnhaol, cafwyd fod meysydd parcio'n ddrud mewn rhai achosion ynghyd â rhai atyniadau fel a amlygwyd yn gynharach yn yr adroddiad hwn. Mewn rhai achosion unigol, roedd cyfranogwyr yn meddwl bod bwyta allan yn weddol ddrud ac nad oedd yn cynnig gwerth gwych.

Fe wnaeth gwariant annisgwyl godi o bryd i'w gilydd megis ar weithgareddau heb eu cynllunio (e.e. arforgampau, gwylio dolffiniaid) a phrynu sawl eitem ym Marchnad Caerdydd.

5. Gwelliannau a awgrymwyd gan gyfranogwyr

Dywedodd y cyfranogwyr i gyd eu bod yn **dymuno dychwelyd** i Gymru a byddai'n dda gan y rhan fwyaf pe baent wedi bod â mwy o amser i anturio. O ganlyniad, nid oedd unrhyw themâu cryf ar gyfer meysydd i'w gwella ar y cyfan. Fel y crynhodd un cyfranogwr, 'daliwch ati i wneud yr hyn yr ydych yn ei wneud'.

> *Fe greodd cefn gwlad a'r gweithgareddau y gallwch eu gwneud gymaint o argraff arnom. Byddem wedi hoffi gwneud mwy o anturio ac fe greodd y gwerth am arian argraff fawr arnom. Rhaid i mi ddychwelyd pan fydd fy mhlant yn hŷn am wythnos o weithgareddau awyr agored hefyd! (Teulu, plant, Gogledd Orllewin Cymru, De Ddwyrain Lloegr, 7 diwrnod yng Nghymru)*
>
> *Byddwn yn aros ym mhen pellaf gogledd Cymru, gan fy mod wedi gwirioni ar yr hen gestyll. Y rhain a'r natur olygfaol sy'n mynd i ddod â mi yn ôl. (Cwpl, Gogledd Cymru, Yr Almaen, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*

Gan fyfyrio ar y profiad ar y cyfan, roedd rhai'n meddwl y byddent mwy na thebyg yn treulio ychydig mwy o amser yn **cynllunio pethau i'w gwneud**, yn enwedig a hwythau wedi cael y cyfle drwy'r ymchwil i glywed am brofiadau ymwelwyr eraill. Roedd rhai hefyd yn meddwl y byddent o bosibl yn **archebu eu llety'n gynharach** y tro nesaf fel bod mwy o ddewis ar gael.

Roedd cwpl o gyfranogwyr a oedd wedi ymweld â Chanolbarth Cymru'n meddwl y byddent yn dewis rhywle llai pellennig y tro nesaf; neu y byddent wedi cael budd o wybod mwy am yr hyn a oedd yn digwydd ar lefel fwy lleol yn y rhanbarth.

> *Byddai'n braf pe bai gan yr ardaloedd mwy ynysig neu wledig fwy o bresenoldeb yn y cyfryngau gan ei bod yn ymddangos bod ystod o bethau yn digwydd pan oeddem yn cyrraedd lleoedd. [E.e.] Roedd siop gelf fechan ar stryd fawr Aberystwyth a oedd yn ddiddorol iawn. Fel teulu, rydym wastad yn chwilio am siopau celf/crefft bychain pan ydym yn mynd ar wyliau gan ein bod ni i gyd yn weddol greadigol. Cawsom fod diffyg hysbysebu ar gyfer lleoedd fel hyn ar-lein. (Cwpl â pherthnasau, Canolbarth Cymru, De Ddwyrain Lloegr, 4-7 diwrnod yng Nghymru)*

Mae rhai'n credu y byddai **opsiynau bwyd estynedig** gyda mwy o goginio sy'n unigryw i Gymru wedi gwella'r profiad ar y cyfan a'i fod yn faes ar gyfer gwella a fyddai'n helpu i godi proffil y wlad.

> *Mae'n fater o godi statws Cymru i fod yn gyfwerth â statws Cernyw neu Ucheldiroedd yr Alban. Gellir gwneud hyn trwy hybu uchafbwyntiau diwylliannol a choginio'r rhanbarth, gan ei wneud yn brofiad gwahanredol ac unigryw. Mae erthyglau mewn papurau dydd Sadwrn yn aml yn dda am hyrwyddo gwyliau byr a lleoedd i ymweld â hwy yn y DU, yr wyf yn aml yn ei gael yn ddefnyddiol iawn. (Cwpl, Sir Benfro, Canolbarth Lloegr, 2-3 diwrnod yng Nghymru)*

Byddai **mwy o fannau parcio** wedi bod yn gyfleus i nifer fach o gyfranogwyr a ymwelodd â lleoliadau prysur. Roedd y profiadau hyn wedi ysgogi nifer fach o ymwelwyr i benderfynu ymweld â Chymru y tu allan i'r tymor arferol y tro nesaf.

Awgrym arall ymhlith cyfranogwyr tramor oedd rhoi gwybodaeth fwy eglur ar-lein i'w helpu i gynllunio'u defnydd o **gludiant cyhoeddus**.

6. Crynodeb o'r ymchwil

Dylid ystyried y pwyntiau crynhoi hyn yng nghyd-destun canfyddiadau'r brif ymchwil feintiol lle ceir gorgyffwrdd. Mae'r cam meintiol yn darparu mwy o eglurder ynghylch mynychder themâu a ganfuwyd gan yr ymchwil.

Cymhellion dros ymweld â Chymru

- Roedd yn aml yn wir mai cyfuniad o ffactorau a arweiniodd at ddewis Cymru fel cyrchfan gwyliau. Roedd amgylchedd naturiol a golygfeydd Cymru'n themâu amlwg. Roedd cysylltiad â Chymru'n gallu bod yn ddylanwadol hefyd: atgofion bore oes melys am ymweliadau a bod eisiau rhoi atgofion tebyg i'w plant; cysylltiad teuluol yn y gorffennol; a bod wedi treulio amser yng Nghymru pan oeddent yn iau.
- Roedd cymhellion eraill a oedd wedi cyfrannu'n cynnwys: agosrwydd, datblygu trefn reolaidd o ymweld â Chymru, ei hadeiladau hanesyddol, a'r amrywiaeth sydd ganddi i'w chynnig.

Cryfderau Cymru

- Wrth fyfyrio ynghylch rhai o'r cymhellion dros ymweld, cryfderau canfyddedig Cymru oedd yr amgylchedd naturiol a'r golygfeydd, ei llonyddwch, gallu cael amser gwerth chweil gyda'r teulu, ei hanes, y Gymraeg, ei hymdeimlad o falchder, pobl gyfeillgar, yr amrywiaeth sydd ganddi i'w chynnig, ei hagosrwydd, a phrofiadau a darganfyddiadau heb eu cynllunio. Roedd weithiau'n wir mai uchafbwyntiau ymweliadau oedd adegau a rannwyd neu ddarganfyddiadau annisgwyl yn hytrach nag atyniad penodol.
- Lle nodwyd hynny, roedd cyfranogwyr yn meddwl bod unigrywiaeth Cymru i'w chael yn ei golygfeydd, ei llonyddwch, ei hanes, ei hiaith, a'r ymdeimlad o falchder.
- Roedd cyfranogwyr yn credu bod eu gwyliau yng Nghymru wedi cael effaith gadarnhaol ar eu lles. Roeddent yn teimlo wedi ymlacio, ac yn aml dan lai o straen oherwydd gwaith a bywyd beunyddiol. Roedd yr ymweliad wedi gadael rhai'n teimlo'n fwy clòs fel teulu hefyd.

Gwendidau Cymru

- Ni ddaeth unrhyw themâu arwyddocaol i'r amlwg o ran siomedigaethau ynglŷn â'r ymweliad. Roedd enghreifftiau o wendidau'n cynnwys: pa mor brysur oedd rhai lleoedd a pharcio; pris atyniad; elfennau ddim cystal â'r disgwyl (e.e. atyniad, llety neu ardal yr ymwelwyd â hi); canfod pethau i'w gwneud yng Nghanolbarth Cymru nad oeddent yn rhy bell i ffwrdd; a chanfod nad oedd bwyd a diod Cymreig mor amlwg neu fod y profiad bwyd yn gyffredin.

Canfyddiadau am gynnyrch Cymreig

- Soniodd cyfranogwyr am brofiadau cymysg o fwyd a diod Cymreig. Roedd y gallu i roi cynnig ar gynnyrch lleol wedi gwella'r profiad i rai ond roedd eraill yn meddwl y gallai fod wedi bod yn fwy amlwg. Roedd rhai'n cyfaddef nad rhyw lawer o ots ganddynt amdano a bod gwerth yn bwysicach iddynt. Roedd yn aml yn wir bod cyfranogwyr wedi bwyta yn eu llety yn hytrach nag allan mewn bwytai, tafarndai a chaffis.

Cynllunio

- Roedd cyfranogwyr yn tueddu i gynllunio'u hymweliad hyd at oddeutu chwe mis cyn y gwyliau (e.e. adeg y Nadolig neu'r Pasg). Roedd chwilio ar Google yn fan cychwyn a grybwyllwyd yn eang (e.e. ar gyfer llety a phethau i'w gwneud), ac roedd cyfranogwyr yn

teimlo ar y cyfan eu bod wedi gallu dod o hyd i'r hyn yr oedd ei angen arnynt. Roedd TripAdvisor yn weddol boblogaidd hefyd, megis ei dudalennau 'Things to do . . .'. Roedd gwefannau llety penodol yn ddefnyddiol hefyd. Roedd nifer o wefannau twristiaeth cenedlaethol a rhanbarthol wedi bod o gymorth.

- O ran pethau i'w gwneud, roedd cyfranogwyr wedi dechrau canfod posibiliadau cyn cyrraedd Cymru, ac weithiau wedi archebu cwpl o weithgareddau. Roedd penderfyniadau terfynol yn aml yn cael eu gwneud unwaith yr oeddent yng Nghymru, gyda'r tywydd yn ddylanwadol. Felly roedd cynlluniau beunyddiol yn gallu bod yn weddol ddigymell. Roedd ffynonellau gwybodaeth ar-lein yn cael eu defnyddio'n rheolaidd ar gyfer cynllunio pan oedd cyfranogwyr yng Nghymru ond roedd gan argymhellion lleol a thaflenni printiedig rôl i rai hefyd.

Faint o deithio a wnaed wrth aros yng Nghymru

- Roedd cyfranogwyr o dramor yn fwy tebygol o deithio mwy ac aros mewn gwahanol leoedd tra'r oeddent yng Nghymru, a hwythau eisiau gweld cymaint ag y gallent. Roedd cyfranogwyr o'r DU yn fwy tebygol o aros yn yr un lle, gan naill ai aros yn weddol leol neu anturio drwy'r rhanbarth. Roedd cyfranogwyr weithiau'n aros yn ystod y daith o Loegr (e.e. yng Nghymru neu orllewin Lloegr).

Gwariant yng Nghymru

- Ar y cyfan, bwyd oedd gwariant mwyaf cyfranogwyr tra'r oeddent ar wyliau yng Nghymru, ar wahân i deithio a llety. Roedd yn aml yn seiliedig ar siopa mewn archfarchnadoedd yn ogystal â bwyta allan. Fodd bynnag, wrth archwilio'r gwariant manwl a nodwyd gan gwpl o gyfranogwyr, canfuom fod swm tebyg wedi cael ei wario ar weithgareddau ac atyniadau ar y naill law a bwyd ar y llaw arall.
- Roedd cyfranogwyr yn tueddu i feddwl bod Cymru'n debyg ar y cyfan i rannau eraill o'r DU lle'r oedd prisiau nwyddau yn y cwestiwn; ac fe warion nhw fwy neu lai yr un faint ag yr oeddent yn disgwyl ei wario. Roedd Cymru weithiau'n gysylltiedig â gwerth ac ymweliad 'rhad'. Roedd rhai'n meddwl ei bod yn cynnig gwerth gwell na chyrchfannau gwyliau eraill yn y DU lle mae llety, bwyd a mynediad i amgueddfeydd yn y cwestiwn.

Gwelliannau a awgrymwyd gan gyfranogwyr

- Mae diffyg thema allweddol ar gyfer gwelliannau i'r ymweliad yn adlewyrchu'r profiadau cadarnhaol iawn ar y cyfan. Roedd ar y cyfranogwyr i gyd eisiau ymweld â Chymru eto. Roeddent yn teimlo bod awdurdodau twristiaeth yng Nghymru'n gwneud gwaith da. Byddai'n dda gan rai pe baent wedi gweithredu'n gynharach yn y broses gynllunio (e.e. archebu llety a phethau i'w gwneud). Daeth rhai i'r casgliad hefyd y byddai opsiynau bwyd estynedig wedi gwella'r profiad ar y cyfan, yn ogystal â helpu Cymru i fod yn fwy unigryw byth.
- Roedd awgrymiadau eraill yn cynnwys parcio gwell mewn lleoliadau prysur a gwybodaeth ar-lein fwy eglur am gludiant cyhoeddus.

7. Storïau achosion

Mae’r detholiad o storïau achosion isod yn darparu enghreifftiau o ehangder profiadau unigol ymwelwyr â Chymru. Cafwyd caniatâd cyfranogwyr ar gyfer y storïau achosion, ac mae enwau a rhai manylion wedi cael eu newid i gadw pobl yn ddienw.

Gianluca: Chwilfrydedd a hanes yn denu teulu o’r Eidal i Gymru
7 diwrnod, Bryste, Caerdydd, Caerfaddon, Bryste

Chwilfrydedd a ddenodd Gianluca, ei wraig a’i ferch sy’n oedolyn o’r Eidal i Gymru. Roeddent wedi ymweld â’r DU o’r blaen ond nid oeddent erioed wedi ymweld â Chymru. Roedd yn gwneud synnwyr iddo ef eu bod yn dechrau trwy ymweld â’i phrifddinas, Caerdydd. Yr ymweliad saith niwrnod hwn oedd eu prif wyliau am y flwyddyn. Fe hedfanon nhw i mewn i Fryste o dde’r Eidal. Daeth eu hymweliad i ben ag ymweliadau i Gaerfaddon a Bryste. Roedd y bws i’w weld fel pe bai’n rhoi gwerth da ar gyfer y trosglwyddiadau – National Express i Gaerdydd a Megabus ar gyfer y daith yn ôl.

Ac yntau’n athro hanes ac athroniaeth, fe wnaeth Gianluca gynnwys safleoedd hanesyddol yn eu hamserlen teithio. Safodd Amgueddfa Werin Sain Ffagan allan yn arbennig fel profiad cofiadwy gyda’i harddangosion difyr. Roedd wedi gwirioni ar y ddarpariaeth ddehongli yn yr atyniad ac fe wnaeth y tywydd da helpu. Crëwyd argraff ar y teulu bod mynediad am ddim. Fe helpodd Sain Ffagan i gyfleu ymdeimlad o hunaniaeth Cymru. Roedd yr athro ynddo wrth ei fodd yn ymweld â’r ystafelloedd llyfrgell yng Nghastell Caerdydd ac fe’i synnwyd i weld bod testunau Eidaleg yno. Roedd y castell yn un arall o uchafbwyntiau’r ymweliad er nad oedd yn teimlo’n arbennig o unigryw.

Mae’n cofio cael ei daro gan lendid Caerdydd (o’i gymharu â’i ddinas frodorol) a gweld gweithwyr yn tacluso a sbwriel yn cael ei gasglu. Ar y cyd â’r ardaloedd i gerddwyr yn unig ledled canol y ddinas, mae’n meddwl bod gan Gaerdydd ymdeimlad ‘ecogyfeillgar’, gan ddwyn cymariaethau â’i ddinas ei hun unwaith eto.

Pan oedd angen gwybodaeth deithio arno, cafodd Gianluca ei bod yn well mynd i ganolfan groeso, er enghraifft ar gyfer mynd ar gwch i’r Bae ac ar gyfer gwybodaeth am fysiau i Sain Ffagan. Roedd gyrwyr bysiau hefyd yn barod iawn i helpu. Mae’r teulu’n hoff o ddefnyddio cludiant cyhoeddus am ei fod yn fwy hamddenol a phleserus. Roedd y ddinas i’w gweld fel pe bai ganddi ddarpariaeth dda yn hyn o beth.

Roeddent hefyd yn hoffi Marchnad Caerdydd a chawsant eu rhoi ar ben ffordd gan rywun lleol a awgrymodd y byddent yn dod o hyd i bice ar y maen mwy dilys yno nag yn y siopau. Fe wnaethant fwynhau pysgod a sglodion ond nid oeddent yn ymwybodol o unrhyw gynnyrch Cymreig penodol heblaw am rai cawsiau a chigoedd Cymreig yn y farchnad. Nid yw o'r farn bod cynnyrch Cymreig yn cael ei hyrwyddo’n dda iawn. Serch hynny, roedd Caerdydd fel prifddinas ifanc yn lle diddorol ar y cyfan.

Fe arhoson nhw mewn hostel ieuenctid ac roeddent yn hapus gydag ef: ansawdd da, glân ac roedd brecwast yn dda. Crëwyd ychydig yn llai o argraff arnynt gan Fae Caerdydd. Mae'n cofio bod y cynllun yn weddol neis a bod yr Eglwys Norwyaidd yn ddiddorol; ond roedd yn teimlo ychydig yn rhy fasnachol a 'thwristaidd' i fod wrth eu bodd hwy. Mae'n well ganddynt agweddau hanesyddol. Pe bai mwy o amser ganddynt, meddai Gianluca wrth grynhoi, byddent wedi treulio mwy o amser yn archwilio hanes Caerdydd. Byddai llety'n nes at ganol y ddinas wedi bod yn fwy cyfleus hefyd.

Mae Cymru i Gianluca i'w gweld yn falch o'i hunaniaeth gyda'r Gymraeg. Roedd ganddo ddiddordeb yng nghysyniad ei chynnal mewn lle cymhleth fel y DU. Mae'n iaith wreiddiol, ddiddorol, meddai, yn eithaf gwahanol i ieithoedd Lladinaidd. Mae'n meddwl bod y Cymry'n fwy cyfeillgar na'r Saeson, er enghraifft wrth ofyn am gyfarwyddiadau.

Fe gwrddodd yr ymweliad â'u disgwyliadau – a dweud y gwir, cafodd eu bod wedi rhedeg allan o amser gyda chymaint o bethau i'w gwneud. Roedd Gianluca yn hoffi Caerdydd i'r fath raddau fel ei fod bellach yn ystyried dod ag un o ddosbarthiadau ei ysgol yno ar ymweliad.

Caroline: Yn awyddus i roi ychydig o antur i'r teulu, a chyflwyno'r plant i gyrchfan sydd ag atgofion melys

12 niwrnod, Fforest y Ddena, Sir Fynwy, Aberdâr, Sir Benfro

Mae Cymru'n lle arbennig i Caroline a'i gŵr. Fe wnaethant gyfarfod yno tra'r oeddent yn astudio ac fe ddaeth ar ei gwyliau i Gymru pan oedd yn blentyn hefyd. Felly roedd hi'n llawn cyffro i ddangos lleoedd yng Nghymru i'w phlant yr oedd hi wedi ymweld â hwy pan oedd yn iau ac i archwilio rhywfaint o hanes Cymru. Mae'r tri phlentyn rhwng deg a deuddeg oed.

Y gweithgaredd mwyaf cofiadwy oedd yr arforgampau mewn amodau gweddol ddramatig. Roedd mor wahanol i'r hyn y mae'r teulu'n ei wneud fel arfer. Fe wnaeth y plant wirioneddol fwynhau'r elfennau mwy anturus o'r ymweliad, gan gynnwys caiacio ar y môr. Roedd y golygfeydd yn gofiadwy hefyd – roedd Caroline yn gwybod bod Cymru'n brydferth ond hyd yn oed wedyn, roedd nifer y golygfeydd syfrdanol a'r traethau tywodlyd yn dal yn syndod.

Roedd gweld y Gymraeg 'ym mhobman' yn ychwanegu at ymdeimlad o unigrywiaeth. Ni wnaeth wahaniaeth mawr i'r ymweliad ond roedd y teulu'n ei chael yn ddiddorol ac fe gawsant hwyl yn ceisio dweud geiriau Cymraeg. Cafodd y plant syndod hefyd o'i gweld a'i chlywed yn achlysurol ac fe wnaethant hyd yn oed dreulio peth amser yn gwylio S4C o ganlyniad. Hefyd, roedd gweld baner Cymru ac eitemau mewn archfarchnadoedd wedi'u brandio â'r ddraig goch i gyd yn helpu i greu ymdeimlad o hunaniaeth.

Nid oedd y tywydd yn wych ac fe achosodd beth pryder cyn iddynt deithio ond roedd y dirwedd hyfryd a'r gweithgareddau'n gwneud iawn am hynny. Mae'r teulu hefyd wedi bod ar wyliau yn Norfolk yn ystod y tymor brig ac roedd Cymru'n sicr yn teimlo'n fwy gwledig a heb gymaint o ormodedd o bobl o'i gymharu. Ond o'i gymharu ag ymweliadau pan oedd yn blentyn, roedd yn teimlo'n brysurach.

Dywed Caroline fod yr ymweliad wedi cwrdd â'u disgwyliadau a mwy na thebyg wedi mynd y tu hwnt iddynt, yn enwedig yr arforgampau. Roedd y traethau'n edrych cystal â'r lluniau ar-lein. Aeth cestyll Cas-gwent, Rhaglan a Thyndyrn y tu hwnt i'w disgwyliadau ac fe wnaethant ddefnydd da o'u haelodaeth o Cadw. Yn annisgwyl, fe dreulion nhw ddwy awr yng Nghas-gwent yn hytrach na'r 20 munud a ragwelwyd. Fe dynnodd ei merch, sy'n dwlu ar ffotograffiaeth, nifer o ffotograffau. Roedd yn fonws bod y ci wedi cael mynd i mewn i'r castell hefyd.

Roedd Rhaglan, eglura Caroline, yn edrych yn well byth yn y cnawd. Roedd ailgread yn mynd rhagddo a oedd i'w weld ychydig yn 'rhyfedd' iddynt hwy ac yn ei hatgoffa o 'gonfensiwn dramâu gwisgoedd'. Roedd yn iawn i'r plant ond nid oedd at ei dant hi. Roedd Abaty Tyndyrn, y gwnaethant ddigwydd dod ar ei draws, yn wych ar gyfer diddordeb ei merch mewn ffotograffiaeth.

O ran bwyd, roeddent yn meddwl y byddent wedi bwyta allan mwy, ond roedd i'w weld yn ddrud er eu bod yn byw yn Ne Ddwyrain Lloegr. Pan wnaethant fwyta allan mewn bwyty a thafarn, roedd y bwyd yn siomedig 'ddim yn Gymreig iawn'. Fe hoffai Caroline roi cynnig ar seigiau a chynnyrch lleol ond roedd hyn yn gyfyngedig i fara brith, pice ar y maen a phasteiod Oggie yn Nhyddewi yr oedd y teulu'n hoff iawn ohonynt. Roedd hi'n ymwybodol iawn o gynnyrch wedi'i frandio fel cynnyrch Cymreig mewn archfarchnadoedd.

Siom bellach oedd problem gyda mynediad at y traeth ar gyfer eu ci yn Niwgwl. Nid oedd y teulu'n gallu eu gwneud eu hunain yn gartrefol ar y traeth rhwng fflagiau'r achubwyr bywydau oherwydd y ci; felly bu'n rhaid i'r rhieni gymryd tro fel bod y plant yn gallu chwarae yn y môr o fewn y ffiniau a ganiateir. Yn yr un modd roedd hi weithiau'n anodd dod o hyd i deithiau cerdded da lle gellid gadael y ci oddi ar y tennyn. Fe geision nhw ddefnyddio map yr Arolwg Ordnans o'u bwthyn ond weithiau nid oeddent yn gallu dod o hyd i'r llwybrau neu roeddent yn cael eu bod yn anhygyrch.

Yn ddelfrydol, byddent wedi dod o hyd i lety yn nes at Dyddewi ar gyfer y rhan honno o'r ymweliad ond roedd argaeledd cyfyngedig pan wnaethant archebu'n weddol hwyr, ar Airbnb. Ar ôl eu harhosiad yn Fforest y Ddena (a hwythau wedi teithio o Dde Ddwyrain Lloegr), fe arhoson nhw dros nos ym Mharc Gwledig Aberdâr gan feddwl y gallai fod yn ddiddorol. Yn anffodus, roedd y tywydd yn wlyb iawn. Roedden nhw i gyd mewn un ystafell gyda'r ci mewn rhyw fath o 'fyncws'.

Mae Caroline ar dân i ddychwelyd i Gymru ac anturio mwy, yn enwedig gan bod ganddynt bellach aelodaeth Cadw am flwyddyn.

Louise: Ymweliad gyda'r teulu estynedig yn cyd-fynd ag atgofion ac ymweliadau blaenorol dramor

7 diwrnod, Saundersfoot, Dinbych-y-pysgod

Mae gan Louise atgofion bore oes hyfryd o wyliau teuluol yng Ngorllewin Cymru gyda'i theulu. Fe wnaeth cyfuniad o fod eisiau rhoi profiad tebyg i'w phlant hi ei hun (a oedd yn ddwy a phump oed) a mynd ar wyliau gyda'i brawd a'i deulu arwain at ddewis Cymru. Fe arhosodd Louise, ei phartner a'i dau o blant yn yr un gwersyll â'i brawd a'i deulu yn Saundersfoot. Roedd hi'n hoff o'r safle ond byddai wedi hoffi pe bai ychydig bach mwy i'w wneud o fewn pellter cerdded gyda'r nos, fel tafarn.

Mae hi'n ei chael yn anodd nodi'n union beth wnaeth i Gymru deimlo'n arbennig – roedd y profiad cyfan yn bwysig o ran gwneud y gwyliau iddynt. Roeddent yn arbennig o hoff o'r traethau prydferth, tawel ac fe wnaethant ddwyn atgofion gwych o ymweliadau yno pan oedd yn blentyn.

Fe wnaeth y plant bach fwynhau mynd allan ar ei beiciau yn arw – rhoddodd ychydig o antur iddynt. Daeth Louise o hyd i lwybrau newydd pan oedd allan yn loncian ar Lwybr yr Arfordir ac wrth siarad gyda phobl leol. Roedd hi'n hoffi gallu darganfod pethau newydd yn y ffordd yma a dod ar draws pentrefi sy'n 'swatio ynghudd'. Roedd hi wedi bod yn poeni ychydig efallai na fyddai'r gwyliau cystal â phrif wyliau blaenorol a gawsant yn Sbaen, ond roedd y pryderon hyn yn gwbl ddi-sail.

Fe yrron nhw i fyny o arfordir de Lloegr ac yna fe arhoson nhw'n lleol gymaint ag y gallent gan bod Louise a'i phartner yn awyddus i osgoi defnyddio'r car. Roedd hyn yn rhannol am resymau amgylcheddol, yn rhannol i'w hannog i wneud mwy o ymarfer corff (mae hi a'i phartner yn hoff o chwaraeon), ond hefyd i gynnal yr ymdeimlad gwersylla / awyr agored i'r ymweliad yr oedd arnynt ei eisiau. Roedd diwrnodau'n aml yn cael eu treulio gyda theulu ei brawd, ac roedd nosweithiau'n tueddu i fod yn farbeciwiau teuluol. Y brif wibdaith oedd yr un i Folly Farm yr oedd y plant wrth eu bodd â hi.

Yn Saundersfoot, cafodd Louise a'i phartner eu siomi gan y bwyd. Roedd staff yn gyfeillgar ond doedd y bwyd yn syml ddim yn blasu'n neis iawn. Ar wahân i'r bwyd, roedd tafarn ar thema morladron yn Wisemans Bridge wedi bod yn ddelfrydol ar gyfer ei phlant.

Aeth Dinbych-y-pysgod ar y cyfan y tu hwnt i ddisgwyliadau Louise a hithau heb ymweld ers amser maith. Roedd hi'n cofio bod y lle wedi teimlo ychydig yn 'arw' yn y gorffennol ond yn awr roedd yn syfrdanol: tai lliwgar, diwylliant caffis a oedd yn teimlo fel bod dramor, ac atyniad gorsaf bad achub cyfareddol. Fe welson nhw gwpl o greaduriaid a allai fod wedi bod yn forfilod yn y bae ar eu diwrnod olaf ac fe ychwanegodd hynny eiliad o hud at yr ymweliad.

Grant: Ymwelydd o'r Unol Daleithiau sydd wedi gweld llawer o'r byd yn cwympo mewn cariad gyda Chymru wledig

4 diwrnod, Y Fenni, Bae Ceredigion, Aberafan, Eryri

Mae Grant yn byw yn Boston yn yr Unol Daleithiau. Ac yntau eisoes wedi ymweld â'r Alban a De Ddwyrain Lloegr, roedd gan Grant ddiddordeb mewn darganfod mwy am Gymru. Penderfynodd gwrdd â'i ferch sy'n astudio ym Mhrifysgol Caergrawnt. Arhosodd ei wraig gartref ar gyfer yr ymweliad hwn. Ni wnaeth ryw lawer o ymchwil ymlaen llaw, heblaw am archwilio'r opsiynau o ran gwersylloedd. Fe wnaethant logi fan wersylla yn Llundain a theithio i Aberteifi gan aros yn y Fenni a Bannau Brycheiniog ar y ffordd ac yna teithio i Eryri ac Ynys Môn cyn dychwelyd i Lundain.

A hwythau wedi bod â disgwyliadau cyfyngedig, cafodd Grant a'i ferch eu syfrdanu gan eu profiad yng Nghymru i'r graddau ei fod wedi ei gael ei hun yn edrych ar brisiau tai ar gyfer cyfle posibl ar ôl ymddeol. Roedd cymaint o adegau cofiadwy, yn enwedig y profiadau llai, 'syml', annisgwyl a heb eu cynllunio. Roeddent yn cynnwys eistedd ar draeth tawel yn gwylio'r haul yn machlud wrth goginio bwyd ar dân, nofio mewn moroedd 'emrallt' oddi ar Ynys Môn, deffro i olygfa o'r môr o'u fan wersylla, taith gerdded at afon o dref fechan lle gwnaethant drysori'r foment yn gwylio dŵr yn rhaeadru dros greigiau a digwydd dod ar draws prosiect Gweilch Dyfi a oedd yn ddifyr.

Roedd Cymru, i Grant, yn llonydd, tawel a heb ormod o bobl. Mae'n cyfaddef iddo ddwlu ar yr Alban ond roedd yn ymddangos fel un parc cenedlaethol, mawr. Roedd Cymru'n teimlo'n wahanol: roedd yn dwlu ar y tir fferm eang, ei glesni, golygfeydd hardd a thraethau. Roedd yn teimlo'n ddigyffwrdd heblaw am wifrau trydan Ynys Môn a amharodd ar y profiad ond mewn ffordd fach. Roedd yn cydnabod bod eu hangen.

Roedd y bobl y cwrddon nhw â hwy'n bobl â'u traed ar y ddaear ac mae ganddo atgof byw o ymweld â siop fara a sgwrsio gyda'r pobydd a oedd yn flawd o'i gorryn i'w sawdl. Roedd y cyflymder yng Nghymru i'w weld yn llai brysiog, ac roedd yn teimlo'n ddilys yn hytrach na rhywbeth wedi'i greu i dwristiaid yn unig. Roedd y bobl y siaradodd gyda hwy, fel ffermwr yn gwerthu cynnyrch mewn marchnad, yn ymddiddori ynddo yntau.

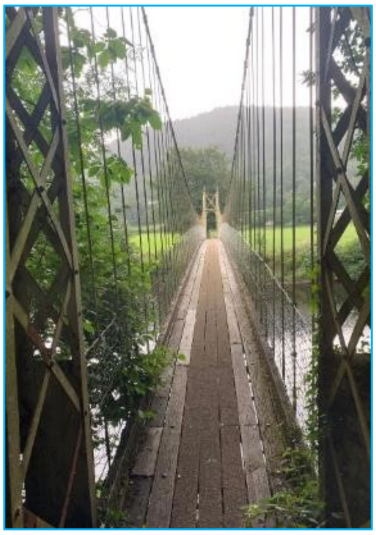
Mae'r ddau ohonynt yn feganiaid felly nid oedd yn disgwyl y byddai ei anghenion yn cael eu diwallu yn ystod yr ymweliad. Serch hynny, cafodd ei synnu gan yr opsiynau feganaidd yn Starbucks. Wrth fyfyrio, mae Grant yn meddwl y gallai'r ymweliad fod wedi cael ei wella pe bai gwybodaeth fwy amlwg am gaffis / bwytai a oedd yn gweini bwyd feganaidd ar hyd y daith, efallai trwy gyfrwng ap.

Ar ôl ei ymweliad gwib pan yrrodd ryw 1,000 o filltiroedd yn ôl ei amcangyfrif ef, yn awr mae Grant yn bwriadu dychwelyd i Gymru gyda'i wraig. Mae'n meddwl y byddant yn treulio mwy o amser mewn un lle er mwyn iddo gael ymdeimlad gwell o'r diwylliant lleol a chael amser i edrych yn y siopau.

Jayne: Rhywun y mae ei phlant wedi gadael y nyth yn cael ei denu at antur weiren wib Gogledd Cymru

10 niwrnod, Conwy, Betws-y-Coed, Tyddewi

Roedd Jayne wedi clywed gan ffrind am brofiad rhyfeddol Zipworld Velocity 2 ger Bethesda ac roedd rhoi cynnig arno wedi bod yng nghefn ei meddwl ers hynny. Cafodd ei hatgoffa amdano eto'n fwy diweddar gan bostiad yn rhannu atgofion ar Facebook, a oedd yn dangos ei ffrind ar y weiren wib. Fe ychwanegodd ymweliad i weld ffrindiau yn Sir Benfro hefyd ac fe deithiodd o Ddwyrain Canolbarth Lloegr gyda'i gŵr.



Aeth profiad y weiren wib y tu hwnt i'r disgwyliadau a dyna oedd yr adeg o'r gwyliau a oedd yn sefyll allan ('wedi cyffroi', 'ofn am fy mywyd'). Dywed Jayne ei bod hefyd wrth ei bod gyda'r golygfeydd 'syfrdanol' a welsant wrth anturio. Roedd y tywydd yn cyferbynnu â lliwiau, glesni, grug a mynyddoedd y dirwedd. Fe wnaethant fwynhau golygfa 360 gradd o'u safle carafanau yng ngogledd Cymru. Nid oedd wedi sylweddoli pa mor hardd allai Cymru fod.

Mewn cyferbyniad, roedd Cernyw wedi teimlo'n fwy masnachol ac yn brysurach na Gogledd Cymru ar ymweliadau blaenorol. Un agwedd nad oedd Jayne mor hoff ohoni oedd y ffordd y byddai cŵn oddi ar dennyn yn llamu ati hi a'i gŵr wrth iddynt gerdded ar hyd rhan o Lwybr yr Arfordir. Roedd hi'n meddwl y gallai hynny fod yn beryglus.

Cawsant fod y bobl leol yn groesawgar iawn ond mae Jayne wedi'i hargyhoeddi eu bod wedi troi i'r Gymraeg ar un achlysur ar ôl sylweddoli mai Saesnes oedd hi. Mae'n casglu y gallai fod wedi bod yn gyd-ddigwyddiad. Serch hynny, roedd hi'n hoffi clywed yr iaith ac yn meddwl ei bod yn 'hynod'. Mae hi'n credu y dylid hybu'r iaith. Nid oedd Jayne wedi sylweddoli bod yr Eisteddfod yn cael ei chynnal ar yr adeg yr oeddent yng Nghymru ac roedd ganddi ddiddordeb mewn gweld pobl wedi gwisgo'n arbennig ar ei chyfer. Fe ymchwiliodd iddi ar Google ond canfu nad oedd digon o amser ganddynt i fynd yno.

Roedd bwyta allan ym Metws-y-Coed yn brofiad digon cyffredin. Mae Jayne yn cofio'i bod yn ymddangos fel pe bai llawer o siopau cludfwyd ac roedd wedi gobeithio y byddent o bosibl yn dod o hyd i fwyta a oedd yn cynnig cynnyrch rhanbarthol ag ymdeimlad Cymreig traddodiadol iddo.

Fe hoffent fod wedi aros am yn hwy yng Ngogledd Cymru i anturio mwy ond roedd yn rhaid iddynt deithio tua'r de i aros gyda ffrindiau ar gymal nesaf yr ymweliad. Yn yr amser a oedd ar gael iddynt, fe lwyddon nhw i ymweld â Chastell Conwy (ar y trên), traeth Llanbedrog, Mwynglawdd Copr Sygun a mynd ar drên bach Ffestiniog.

Hartmut: Ymwelydd o'r Almaen yn dod o hyd i lonyddwch ac yn cael profiad o fod yn agos at natur

4 diwrnod, Eryri

Hedfanodd Hartmut i Fanceinion o'r Almaen gyda'i bartner ac fe yrron nhw i Bwllheli lle'r oeddent wedi archebu bwthyn. Daeth ei frawd a'i fam i ymuno â nhw yno. Roeddent wedi bwriadu ymweld â Bro'r Llynnoedd i ddechrau, wedyn fy ychwanegon nhw gymal cyntaf i Ogledd Cymru gan eu bod yn hoff o gaiacio a'r awyr agored. Roedd ef eisoes wedi dod ar draws Cymru fel cyrchfan mewn cylchgronau caiacio môr. Roedd hefyd wedi darllen ychydig am hanes Cymru ymlaen llaw ac roedd yn dwlu ar yr agwedd hanesyddol ar y wlad.

Yr adeg fwyaf cofiadwy oedd caiacio môr allan o Landudno. Roedd ganddynt ddigon o brofiad o gaiacio ond dim ond ar afonydd a llynnoedd nad oedd yn cymharu â'r gweithgaredd hwn ar y môr. Roedd gweld yr arfordir gyda'i glogwyni serth o safbwynt newydd, dod benben â morloi chwilfrydig am y tro cyntaf mewn dyfroedd gwyrddlas dyfnion, clir yn brofiad anhygoel. Roedd uchafbwyntiau eraill yn cynnwys crwydro i fyny'r Gogarth.

Profiad arall yr oedd Hartmut yn ei geisio oedd llonyddwch a chyfle i fondio gyda'i frawd, dau beth y medrodd eu gwneud. Mae fel arfer yn ceisio osgoi dinasoedd a lleoedd prysur, gan ei bod yn well ganddo 'lawenydd llonyddwch a natur'. Weithiau mae'n hoffi gwneud dim byd ond gorwedd a gwrando, gan fwynhau'r amgylchoedd. 'Natur ddilychwin' oedd arno ei heisiau – roedd y Gymru a ganfu'n ddigyffwrdd ac yn ddiledryw. Mae Hartmut wedi ymweld â rhannau eraill o'r DU fel De Lloegr ond mae'n teimlo'i fod wedi cael mwy allan o'i ymweliad â Chymru: hobïau, natur, llonyddwch, y cyfle i roi'r ffôn i gadw ac ymgysylltu'n llwyr â'r foment.

O'i gymharu, ni wnaeth y rhan o'r ymweliad a dreuliwyd ym Mro'r Llynnoedd ddarparu'r un ymdeimlad o lonyddwch a dihangfa. Mae Hartmut yn cofio sut y teimlai 'wedi'i wasgu i mewn', a bod dim amser i fyfyrio. Roedd hi'n ymddangos fel pe bai mwy o dwristiaid, a llawer o feiciau mynydd pan oeddent allan yn crwydro, rhywbeth nad oedd yn ei werthfawrogi.

Mae Hartmut yn ei chael yn anodd rhoi ei fys ar beth yw 'Cymru': 'ychydig yn dywyll', ac 'wedi'i chofleidio gan y tywydd' gyda thai bychain, ffyrdd cul ac awyr lwyd. Nid lleoliad epig o anghenraid ond roedd yn teimlo'n glyd, fel pe bai Cymru'n 'cuddio'.

Cawsant eu synnu i glywed y Gymraeg – roedd yn swnio'n ddigrif iddynt, er enghraifft gyda chyhoeddiadau trenau. Roedd arwyddion ffyrdd dwyieithog yn ei gwneud ychydig yn anos dod o hyd i'r ffordd ond nid oedd yn broblem. Mae Hartmut yn credu ei fod yn briodol ac yn helpu i wneud i'r profiad deimlo'n fwy dilys.

Ar y cyfan, ni chawsant eu taro'n arbennig gan unrhyw opsiynau o ran bwyd (ni wnaethant fwynhau pysgod a sglodion) ond roeddent yn hoffi pice ar y maen a welsant 'ym mhobman'. Nid oedd Pwllheli'n wych ar gyfer bwyd yn ei farn ef. Nid oedd yn ymddangos fel pe bai llawer o opsiynau, ac fe ganfuont fod y bwyty y daethant o hyd iddo ar Google wedi cau. Fe wnaethant roi cynnig ar gig eidion lleol ar un achlysur, a chael ei fod yn ardderchog - ac roeddent yn hoffi ei ôl

troed carbon isel. Mae'n meddwl y byddent wedi bwyta mwy o fwyd â tharddiad lleol pe bai wedi bod yn amlwg / ar gael. Efallai y byddai'n fwy drud, ond byddai'n fwy diledryw, ac yn 'well i'ch cydwybod ac ôl troed byd-eang'.

Roedd eu bwthyn ychydig yn fach, meddai Hartmut, gyda ffordd brysur y tu allan. Nid oedd yn edrych yn groesawus iawn. Fodd bynnag, roedd yr ansawdd y tu mewn yn dda a'r dodrefn yn gyfforddus.

Ar un diwrnod, fe aethant ar y trên i Landudno. Mae'n dweud nad oedd yn glir pa wefan i'w defnyddio i ganfod yr amseroedd na phrynu tocynnau. Fodd bynnag, roedd staff yn yr orsaf 'yn hynod o barod i helpu'. Yn fwy eang, dywed fod y bobl leol i'w gweld yn dawedog i ddechrau, ond wedyn cafodd eu bod yn gynnes iawn.

Yr un gwelliant y byddai'n ei wneud fyddai bod wedi archebu llety gwell. Fe ddefnyddion nhw Booking.com ond wrth edrych yn ôl mae Hartmut yn meddwl y dylai fod wedi defnyddio Airbnb.

Martha: Achlysur arbennig ynghyd ag ailgysylltu â chyndeidiau

4 diwrnod (1 yng Nghaerloyw), Sir Fynwy, Y Cymoedd

Mae Martha yn briod ond roedd yr ymweliad hwn gyda chwe ffrind a'i brawd a oedd yn ymweld o Seland Newydd. Roedd hi'n dathlu ei 50fed pen-blwydd ac roeddent yn tretio'u hunain i gig a gwestai ciniawa cain. Teithiodd pawb o Dde Ddwyrain Lloegr i weld y Stereophonics yng Nghoedardd Westonbirt ac i aros mewn gwesty lleol. Y noson ganlynol fe arhoson nhw mewn gwesty gwledig ym mhen uchaf y farchnad yng nghefn gwlad Sir Fynwy. Roedd sylw rhyfeddol i fanylder, bwyd gwych ac ymdeimlad hynod, deniadol i'r lle.

Ail ran y pleser oedd ciniawa mewn bwyty â sêr Michelin yr oedd Martha wedi gweld ei gogydd ar Great British Menu. Roedd gan y bwyty ystafelloedd hefyd, lle gwnaethant aros am un noson. Roedd y bwyd yn ardderchog. Roedd y ddau fwyty'n defnyddio bwyd lleol gan gynnwys bwytai o'u gerddi eu hunain. Un adeg a arhosodd yn ei meddwl oedd yn hwyr un noson dan olau lleuad anhygoel o lachar, a hithau'n ffarwelio â'i brawd cyn iddo fynd yn ôl i'w lety gerllaw ar ôl pryd arbennig.

Mae hi wedi clywed am Gymru'n datblygu mwy o gastrodafarndai ond cafodd brofiadau cymysg ar ymweliad dros Ŵyl Banc y Pasg, yn gynharach yn y flwyddyn. Mae Martha yn cofio 'pryd ofnadwy' yng Nghonwy mewn gastrodafarn er bod un yn Llandudno wedi bod yn wych. Mae bwyd lleol iddi hi'n golygu profiad bwyta gwell, mwy blasus. Roedd wedi mwynhau clywed 'goslef' Cymraeg llafar ar yr ymweliad hwnnw ac roedd hi hyd yn oed yn ei chael yn anodd peidio â syllu ar bobl yn siarad yr iaith. Fodd bynnag, roedd ei noson allan yng Nghaernarfon braidd yn wahanol i'r disgwyl – cafodd ei synnu i weld y dref yn llawn pobl ifanc feddw.

Gan roi gastronomeg i'r naill ochr, mae Martha yn amlygu eu hymweliad ag Abaty Tyndyrn fel un or agweddau mwyaf cofiadwy ar y daith: y teimlad o gerdded o amgylch a dychmygu bywydau pobl a arferai fyw yno. Mae hi'n hoff iawn o hanes ac roedd wedi gweld safleoedd hanesyddol

Cymru ar grŵp Facebook. Cafodd y parti o ffrindiau a theulu eu 'syfrdanu' hefyd gan brydferthwch Dyffryn Gwy a oedd wedi mynd ymhell y tu hwnt i'w disgwyliadau. Ble bynnag y byddent yn gyrru roedd golygfeydd hardd gan gynnwys y daith i fyny i'r Cymoedd lle ganed ei thad-cu. Roedd y parti cyfan 'wedi cael tipyn o sioc mor brydferth yw'r rhanbarth'.

Yn y Cymoedd, medrodd Martha ymweld â'r dafarn yr arferai ei thad-cu ei mynychu'n selog – mae ei chysylltiadau Cymreig a'i thras Gymreig yn bwysig iawn iddi. Fe yrron nhw dros Fannau Brycheiniog hefyd gan ei gael yn brofiad aruthrol ac yna, cyn dychwelyd adref, fe aethant am dro trwy goedwig ganoloesol fechan yn y bryniau uwchlaw Trefynwy.

Mae Martha yn penderfynu nad yw'n gallu meddwl beth allai fod wedi gwneud yr ymweliad yn well, heblaw efallai y byddai wedi bod yn well pe na bai Pont Tywysog Cymru wedi bod ar gau ar y ffordd adref.

Piotr a Lena: Gwyliau byr bywiocaol mewn dinas / ar yr arfordir
5 diwrnod Caerdydd, Y Barri

A hwythau'n wreiddiol o Wlad Pwyl, mae Piotr a'i gariad Lena yn byw yn Nwyrain Canolbarth Lloegr. Maent ill dau'n gweithio oriau hir ac roeddent yn chwilio am wyliau byr a oedd yn cynnig cymysgedd o ddinas ac arfordir / cefn gwlad. Fe ddewison nhw'r Barri oherwydd ei hagosrwydd at Gaerdydd a thraethau – ac roedd y llety'n rhoi gwerth da yn ogystal â bod yn lân. Roedd ffrind wedi argymell y rhanbarth hefyd. Hwn oedd eu hymweliad cyntaf â Chymru.

Uchafbwyntiau'r ymweliad iddynt hwy oedd y dirwedd arfordirol, ymlacio ar y traeth, a Chaerdydd gyda'i chastell, strydoedd glân, arcedau a siopau cofroddion. Mae Piotr yn disgrifio faint o bleser oedd cerdded o amgylch y brifddinas ac, ar y cyd â'r Barri, pa mor groesawgar oedd pobl.

Roeddent wrth eu bodd gyda'r ymweliad â Chastell Caerdydd gyda'i 'stori lafar ryfeddol', y gorthwr, a 'mewnwelediad go iawn' i'r cyfnod pan oedd y castell yn cael ei ddefnyddio fel lloches rhag cyrchoedd awyr. Roedd ail-fyw profiadau'r bobl hynny'n ddifyr iawn. Roedd Piotr a Lena wedi gwirioni hefyd ar y 'rhan frenhinol' o'r castell gyda'i phaentiadau urddasol. Roedd yn ei atgoffa ef ychydig o adeiladau yr oedd yn ei hadnabod yn Krakow. Nid oedd wedi bod yn disgwyl cymaint o hanes yng Nghaerdydd.

Yn yr un modd, fel feganiaid nid oeddent wedi disgwyl llawer lle'r oedd opsiynau o ran bwyd yn y cwestiwn ond cawsant eu siomi ar yr ochr orau i weld bod darpariaeth dda ar eu cyfer. Fe roddon nhw gynnig ar y bywyd nos yng Nghaerdydd a oedd yn 'hwyl'. Fe ddaethant o hyd i ychydig o glybiau ond nid oeddent yn chwarae'r math o gerddoriaeth yr oeddent yn ei hoffi. Fe aethant i ref hefyd ond roedd gormod o bobl yn y lleoliad iddynt. Mae Piotr yn meddwl y gallai'r bywyd nos yn y Barri gael ei wella ar gyfer pobl ifanc.

Un agwedd negyddol i Piotr oedd parcio yng Nghaerdydd: roedd yn ddrud ac roedd pob man yn brysur iawn. Fe ddefnyddion nhw gludiant cyhoeddus ond fe brofodd yn anodd canfod pa fysiau y

gallent eu defnyddio. Byddai wedi gwella'r ymweliad pe bai wedi bod yn haws canfod hynny. Mae Piotr hefyd yn meddwl y byddai'r ymweliad wedi bod yn well byth pe bai mwy o ddewis o glybiau nos yn y ddinas, fel Poznań. Byddent wedi bod â diddordeb rhoi cynnig ar gynnyrch Cymreig feganaidd ond ni ddaethant ar draws unrhyw gynnyrch o'r fath. Pryd bynnag y maent yn teithio, maent yn hoffi rhoi cynnig ar fwyd 'traddodiadol' y wlad honno.

Wrth geisio penderfynu beth i'w wneud yng Nghaerdydd, roedd Piotr a Lena yn aml yn defnyddio digwyddiadau Facebook. Daethant o hyd i ddigwyddiad gyda'r nos o'r enw Gaia (bwyd a myfyrdod Hare Krishna), y ref a grybwyllwyd uchod, darlith ddiwylliannol Indiaidd ger y Dociau a digwyddiad yng Nghanolfan y Mileniwm. Trwy chwilio ar-lein (gan gynnwys TripAdvisor) daethant o hyd i'r Escape Rooms hefyd. Tra'r oeddent yn y Barri fe wnaethant wirioneddol fwynhau chwarae yn yr arcedau ac yn mynd ar reids yn y ffair.

Darparodd yr ymweliad hwn yr union fath o wyliau byr yr oedd ar Piotr a Lena ei eisiau. Fe adawon nhw Gymru'n teimlo 'wedi'u bywiocáu'.

Rachel: Amser gwerth chweil gyda'r teulu ac ystod o atyniadau a gweithgareddau i ddifyrru'r teulu beth bynnag oedd y tywydd
7 diwrnod, Aberystwyth

Roedd gan Rachel ddau brif wyliau wedi'u harchebu eleni, wythnos yng Nghymru ac yna wythnos yn Ffrainc. Mae hi'n mynd ar wyliau gyda'i rhieni fel bod ei dau blentyn chwech ac wyth oed yn gallu treulio amser gyda hwy. Dewisodd Gymru am bod ganddi atgofion hapus o wyliau ym Mhenrhyn Gŵyr pan oedd hi tua'r un oed ac am bod ei dad yn hanu oddi yno. Mae ar Rachel eisiau creu atgofion tebyg i'w phlant. Roedd Aberystwyth yn benderfyniad ar y cyd gyda'i rhieni. Fe yrron nhw i fyny i Gymru o'u cartref ar arfordir de Lloegr.

Yr hyn sydd wedi aros yn ei chof fwyaf yw'r amser gwerth chweil gyda'r teulu a gawsant, yn enwedig gyda'r nos gyda bron dim teledu am yr wythnos gyfan. Crëwyd argraff ar Rachel ac fe'i synnwyd gan Aberystwyth hefyd. Nid oedd yn siŵr beth i'w ddisgwyl – efallai tref glan môr wedi mynd â'i phen iddi ychydig. Wrth gael gwyliau yn y DU maent yn tueddu i ymweld â Dyfnaint neu Gernyw. Roedd y rhanbarth hwn yng Nghymru'n teimlo'n wahanol iawn mewn ffordd gadarnhaol gyda'r cymysgedd o fynyddoedd a chefn gwlad bugeiliol. Yn ei geiriau hi roedd yn 'ddigon i fynd â'ch anadl', yn gymaint felly fel eu bod wedi newid y llwybr ar gyfer eu taith adref er mwyn iddynt allu profi mwy o'r wlad ar hyd ffyrdd troellog.

O ran atyniadau, un uchafbwynt oedd Drysfa'r Brenin Arthur: roedd yn hwyl, yn hynod ac yn wahanol. Nid oeddent erioed wedi gwneud unrhyw beth tebyg ac roeddent wrth eu bodd gyda'r profiad fel teulu. Pan oedd y tywydd yn wael, mae Rachel yn dal i deimlo bod digon i'w wneud. Fe ymwelon nhw ag Amgueddfa Ceredigion un bore ac mae hi'n dweud y gallai fod wedi treulio cwpl o oriau yno. Roedd yn fodern, yn ffres ac yn ddiddorol ond nid yn rhywbeth yr oedd y plant yn hoff iawn ohono.

Roedd gweithgaredd gwylio dolffiniaid llwyddiannus yn 'rhyfeddol'. Fodd bynnag, roedd parcio'n broblem yn y Cei Newydd ac roedd y lle'n brysur yn gyffredinol gyda thraffig. Mae Rachel yn cofio iddi deimlo dan bwysau ynglŷn â cholli'r cwch wrth geisio dod o hyd i rywle i barcio. Roedd yr orsaf bwydo barcudiaid cochion yn atyniad poblogaidd arall yr ymwelwyd ag ef.

Ni chrëwyd cymaint o argraff arnynt gan y Profiad Mynydd Arian. I ddechrau, nid oedd y wefan yn glir iawn, felly roedd rhaid i Rachel ffonio i gael gwybod mwy. Nid oedd yn amlwg a ddylid dewis taith i oedolion ynteu taith i blant. Roedd y profiad yn yr atyniad yn teimlo'n anhrefnus. Roedd yr ymweliad yn golygu llawer o sefyllian o gwmpas a pheidio â gwybod ble i fod i'r daith ddechrau. Hefyd, roedd hi'n bwrw glaw felly wrth ddisgwyl am daith nid oedd llawer iddynt ei wneud – 'braidd yn wael' oedd crynodeb Rachel.

Roedd y bwthyn yn hyfryd ond roedd llawer o bryfed yn y tŷ pan gyrhaeddom ni gan ei fod ar fferm weithiol; felly roedd yn rhaid i Rachel brynu rhywbeth i ladd pryfed. Roedd ardal chwarae dda ar y safle a thwba twym yr oedd y plant yn dwlu arnynt. Yn anffodus nid oedd y wifi yn gweithio, a oedd yn siomedig (rhyw broblem dechnegol yn ôl y perchennog). O ganlyniad, roedd hi'n defnyddio llawer o ddata symudol wrth chwilio am bethau i'w gwneud ac nid oedd hi mor hawdd cynllunio.

Ni wnaethant fwyta allan rhyw lawer ac fe ddechreuon nhw'r wythnos trwy brynu llawer o fwyd yn yr archfarchnad. Fe gawsant bysgod a sglodion allan un noson a hefyd fe fwyton nhw allan mewn caffi ger y traeth yn y Cei Newydd. Roedd y caffi'n eithriadol o brysur ac ni chafodd eu bwyd ei weini gyda'i gilydd felly roedd y plant wedi gorffen eu prydau hwy cyn i'r plât olaf gyrraedd.

Mae Rachel yn cofio detholiad eang o gynnyrch Cymreig yn Tesco, yn enwedig cawsiau Cymreig. Prynodd ei thad ei hoff de Cymreig, Glengettie. Ar y cyfan, nid yw hi'n malio rhyw lawer am gynnyrch Cymreig.

Arferai'r plant gyffroi wrth glywed Cymraeg yn cael ei siarad. Dywed Rachel ei fod wedi helpu i roi ymdeimlad iddynt eu bod wir ar eu gwyliau mewn gwlad dramor. Fe wnaeth y mynyddoedd, bryniau a phantiau cefn gwlad a'r Gymraeg iddynt deimlo fel eu bod 'i ffwrdd go iawn'.

Gan bwysleisio'r effaith ar y plant, mae Rachel yn egluro bod ei merch wyth mlwydd oed wedi penderfynu cadw llyfr lloffion ar gyfer y gwyliau. Mae'r plant yn dal i siarad am y twba twym a gwylio dolffiniaid. Roedd wedi bod yn poeni y byddai'r ymweliad â Ffrainc yn bwrw Cymru i'r cysgod yn eu llygaid hwy, ond mae Rachel wedi canfod eu bod yn siarad yn llawn gymaint am yr ymweliad â Chymru ag am yr ymweliad â Ffrainc.

Paul: Mae'n adnabod Cymru – wastad yn rhoi cyfle i ymlacio, anturio ac ymgolli yn y pethau y mae'n frwd drostynt

11 diwrnod, Cwm Elan, Aberystwyth, Criccieth, Aberaeron, Morfa Nefyn, Llanystumdwy, Tyddewi

Dechreuodd Paul a'i deulu gynllunio'r ymweliad dim ond ychydig wythnosau cyn iddynt adael, a hwythau wedi'u hysgogi i weithredu gan y ffaith bod y gwyliau haf yn nesáu. Mae'n briod a chanddo blentyn o oedran cynradd. Hwn oedd eu prif wyliau am y flwyddyn, gan ddefnyddio fan wersylla'r teulu. A hwythau'n byw yn Ne Orllewin Lloegr, roedd yn daith gron 11 diwrnod, 500-600 o filltiroedd.

Maent wedi cwblhau llwybr tebyg am y cwpl o flynyddoedd diwethaf. Maent yn hoffi'r hyblygrwydd sy'n dod o gynllunio yn ystod y daith, gan archwilio ardal am ychydig ddiwrnodau wrth fynd ar eu hynt.

Roedd Paul yn dwlu ar gyflymder hamddenol y gwyliau o'i gymharu â'i fywyd gwaith sy'n llawn pwysau yn y diwydiant lletygarwch. Yn arbennig, mae'r awyr agored, golygfeydd prydferth a natur ddigyffwrdd Cymru'n creu adegau i'r teulu eu trysori. Mae gwersylla'n ychwanegu at y profiad hamddenol heb drefn go iawn i'w dilyn bob dydd.

Wrth gymharu Cymru ag ardaloedd eraill yn y DU, mae Paul yn teimlo ei bod yn fwy digyffwrdd ac yn llai datblygedig na Chernyw sy'n dal yn hardd ond yn teimlo'n brysurach. Mae ef o'r farn ei bod yn bwysig i Gymru warchod yr elfen hon. Mae hefyd yn synhwyro nad oes gan Gymru'r ymdeimlad lluddedig braidd y mae wedi dod ar ei draws yng Nghernyw: fe'i hadlewyrchir yn ei farn ef yn y perchnogion busnes lleol y cwrddodd â hwy a oedd yn wirioneddol groesawgar, yn gyfeillgar iawn ac yn dangos diddordeb yn eu gwesteion yn hytrach na smalio gwneud. Mae'n teimlo'n fwy personol iddo ef yng Nghymru. Fe wnaeth clywed y Gymraeg gyfrannu at ei fwynhad o'r ymweliad a'r ymdeimlad o le.

O ran gweithgareddau, mae'r teulu'n aml yn canolbwyntio ar yr arfordir a dau o'r pethau y maent yn frwd drostynt yw corff-fyrddio ac, i Paul, pysgota. Mae Tyddewi yn arbennig yn ticio'r ddau flwch. Maent yn mynd â beiciau gyda hwy hefyd.

Ac edrych ymlaen at y flwyddyn nesaf, mae Paul eisoes wedi cael ei ysbrydoli'n rhannol gan wefan Croeso Cymru i chwilio am ardaloedd newydd yng Nghymru gan gynnwys un neu ddau o ffefrynnau fel Tyddewi. Mae'n meddwl efallai y byddant yn canolbwyntio ychydig yn fwy ar fynyddoedd ac efallai Eryri.

Ac yntau'n gogydd, yr unig siom i Paul ynglŷn â'r ymweliad oedd y bwyd a oedd yn cael ei gynnig. Mae'n gyfarwydd â morlin rhyfeddol, pysgod cregyn a da byw gwych Cymru ond roedd yn ei chael yn anodd dod o hyd i fwyd o ansawdd da wrth iddynt ymlwybro trwy Gymru tuag at Ynys Môn. Mae wedi dod i'r casgliad bod yn rhaid bod rhai perlau, ond nid yw ef wedi dod o hyd i lawer eto. Eithriadau oedd Oggies yn Nhyddewi ac arhosiad annisgwyl mewn bragdy – profiad gwych a thaith dywys fyrfyfyr. Fe hoffai weld rhagor o opsiynau fel y rhain. Mae'n awgrymu y dylid annog busnesau i hyrwyddo'u bwyd a'u diod, efallai trwy wefan wedi'i neilltuo sy'n amlygu'r opsiynau ac yn darparu adolygiadau dilys gan feirniaid.

Felly ar y cyfan, fe gwrddwyd â'i ddisgwyliadau ar wahân i'r mater ynglŷn â bwyd. Roedd yn gwybod yn fras beth i'w ddisgwyl yn seiliedig ar ymweliadau blaenorol â Chymru. Roedd Cwm Elan yn ychwanegiad newydd at ei brofiadau o Gymru ac, er gwaethaf y glaw, yn edrych yn hardd iawn. Yn ddelfrydol, byddai tafarn wedi bod o fewn pellter cerdded i'r holl wersylloedd yr arhoson nhw ynddynt.