Crynodeb o Ganllaw Cyfryngau Cymdeithasol (Allanol)

Dylid darllen y ddogfen hon ar y cyd â Pholisi S4C ar y Cyfryngau Cymdeithasol, sydd ar gael ar wefan Cynhyrchu S4C

Prif Amcan

Dylai unrhyw ymgyrch Cyfryngau Cymdeithasol sy'n cael ei rhedeg gan S4C neu gennych "Chi", y Cwmni Cynhyrchu, greu cynnwys difyr, y gellir ei rannu, sy'n taro deuddeg â'r gynulleidfa. Heb hyn, bydd hi'n anodd i'r cynnwys gael ei weld ar y Cyfryngau Cymdeithasol.

Trosolwg o Lwyfannau (Â Chryfder Pennaf)

Facebook – Fideo Byr/Canolig.
Twitter – Gwybodaeth/Cyfathrebu.
Instagram – Delweddau.
Snapchat – Delweddau a fideos sy'n hwyl/anffurfiol.
YouTube – Fideo hir.

Dechrau Ymgyrchoedd Cyfryngau Cymdeithasol

Dylai unrhyw weithgarwch ar y Cyfryngau Cymdeithasol yn ymwneud â rhaglenni neu brosiectau S4C gael eu trafod gyda'r Rheolwr Cyfryngau Cymdeithasol ar y cyfle cynharaf posibl. Yr amser gorau fyddai cyn i'r cynhyrchu neu'r cynllunio ddechrau er mwyn amlygu'r elfennau y mae eu hangen i sicrhau'r gorau o ymgyrch.

Iaith

Mae polisi ar ddwyieithrwydd ar waith ar gyfer pob cyfrif "S4C" ac "S4Cymru", lle dylai pob neges/post fod yn ddwyieithog naill ai yn yr un neges neu ar wahân, y naill yn dilyn y llall. (Y llwyfannau sydd wedi'u cynnwys yw Facebook, Twitter, Instagram ac YouTube).

Ar gyfer pob cyfrif arall ym mherchenogaeth S4C, dylid gwneud penderfyniad golygyddol ar ddefnyddio dwyieithrwydd.

Penderfynu ar Greu Cyfrif Cyfryngau Cymdeithasol Newydd

Mae angen trafod creu cyfrif Cyfryngau Cymdeithasol newydd gyda'r Rheolwr Cyfryngau Cymdeithasol.

Dylai'r opsiwn hwn gael ei ystyried gyda phrosiectau blaenoriaeth uchel, mwy o faint yn unig, oherwydd bydd adeiladu cynulleidfa ar y Cyfryngau Cymdeithasol o gyfrif newydd heb unrhyw ddilynwyr yn cymryd amser ac adnoddau.

Dylid osgoi creu cyfrif Cyfryngau Cymdeithasol newydd ar gyfer prosiectau tymor byr, isel eu blaenoriaeth. Lle na chaiff cyfrifon newydd eu creu, gellir defnyddio cyfrifon "S4C" i gefnogi lle y bo adnoddau a lefelau blaenoriaeth yn caniatáu.

Creu Cyfrif Cyfryngau Cymdeithasol Newydd

Pan fydd y Rheolwr Cyfryngau Cymdeithasol wedi cytuno i gyfrif Cyfryngau Cymdeithasol newydd, mae'r broses ganlynol yn berthnasol:

- Bydd S4C yn creu'r cyfrif Cyfryngau Cymdeithasol ac yn rhoi manylion i Chi ynghylch sut i ddarparu cynnwys drwy'r llwyfan penodol hwnnw.
- Bydd disgwyl i chi reoli'r cyfrif yn unol â Pholisi S4C ar y Cyfryngau Cymdeithasol ac, yn fwy penodol, Rheolau Allweddol S4C, a bydd disgwyl i chi ymateb i gynnwys wedi'i gynhyrchu gan y defnyddiwr o fewn 12 awr, os bydd angen.
- Byddwch Chi'n cynhyrchu cynnwys ar gyfer y cyfrif Cyfryngau Cymdeithasol yn rheolaidd (o leiaf unwaith neu ddwywaith yr wythnos).

Mae'n bwysig cadw gwybodaeth fewngofnodi yn ddiogel ar bob adeg a'i rhannu gydag aelodau staff enwebedig yn unig, sydd wedi'u cymeradwyo gan S4C ymlaen llaw.

Rhannu'r Defnydd ar Gyfrifon Cymdeithasol 'S4C' Gyda Chi

Mae dwy ffordd o rannu'r defnydd ar gyfrifon S4C:

1.) Mae cynrychiolwyr S4C yn derbyn cynnwys gennych Chi, a bydd staff S4C yn ei osod ar gyfrifon Cyfryngau Cymdeithasol S4C (y prif opsiwn ar gyfer Facebook, Instagram a Twitter).

Pan gytunir ar y dull hwn, bydd angen cyfathrebu effeithiol rhwng y ddau barti a bydd angen cytuno ar nifer penodol o ddeilliannau ymlaen llaw.

2.) Pan fydd telerau'r llwyfan Cyfryngau Cymdeithasol yn caniatáu, byddwch Chi'n ymgymryd â rheolaeth uniongyrchol ar gyfrif Cyfryngau Cymdeithasol S4C ar gyfer y rhaglen benodol/rhaglenni penodol ac yn postio'n uniongyrchol ar ran S4C, fel is-gontractwr dibynadwy (y prif opsiwn ar gyfer Snapchat).

Dylai rheolaeth dros dro ar gyfrifon Cyfryngau Cymdeithasol "S4C" gennych Chi gael ei thrin gyda gofal a pharch dyledus.

Pan fo'r defnydd uniongyrchol gennych Chi ar gyfrif(on) perthnasol S4C o fudd i'r rhaglen, mae'r broses ganlynol yn berthnasol:

- Mae'r Rheolwr Cyfryngau Cymdeithasol yn cael gwybod.
- Mae dogfen ddisgwyliadau'n cael ei drafftio, yn manylu ar y defnydd dymuniedig.
- Mae adran gyfreithiol S4C yn cael gwybod a chaiff contract ei ysgrifennu.
- Deuir i gytundeb ar y contract gyda Chi a chaiff ei lofnodi ar y cyd â Chi.

Cysylltwch â Rheolwr Cyfryngau Cymdeithasol S4C am ragor o wybodaeth.

Rhannu Cynnwys Allanol

Byddwch Chi / S4C yn rhannu cynnwys arall sydd wedi tagio "S4C" pan fydd hi'n rhesymol gwneud hynny.

Facebook; Ni fydd S4C yn rhannu'n aml, oni bai bod y cynnwys yn ddifyr ac yn boblogaidd.
Twitter; Bydd S4C yn aildrydar mwyafrif y negeseuon sy'n tagio @S4C.
Instagram; Bydd S4C yn 'ailbostio' cynnwys ac yn tagio'r cyfrif perthnasol os yw'r cynnwys yn ddifyr ac yn boblogaidd.
YouTube; Lle y bo'n rhesymol, bydd S4C yn ychwanegu fideos allanol at ei rhestr chwarae neu'n ychwanegu rhestri chwarae allanol at ei sianel.

Y Gyfraith – Hawliau / Cliriadau

Mae'n rhaid cael cliriadau/hawliau ar gyfer y Cyfryngau Cymdeithasol cyn postio (neu rannu) unrhyw gynnwys ar y cyfryngau cymdeithasol.

Mae'n bwysig nodi bod yr hawl i ddefnyddio cynnwys ar y Cyfryngau Cymdeithasol yn wahanol i'r hawl i ddefnyddio cynnwys ar y teledu – mae angen clirio'r ddwy hawl ar wahân. Os bydd cynhyrchiad/prosiect wedi'i glirio i'w ddarlledu ar y teledu neu'r ffrwd ar y we, nid yw hynny'n golygu'i fod wedi'i glirio i'w ddefnyddio ar y Cyfryngau Cymdeithasol.

Dyma rai pwyntiau allweddol i fod yn ofalus ohonynt, oherwydd bydd angen cael hawliau neu gydsyniad ychwanegol:

- **Deunydd lluniau symudol, fideo neu drac sain sy'n cynnwys actorion 'yn actio'.**
- **Defnyddio cerddoriaeth 'fasnachol'.**
- **Defnyddio deunydd archif**
- **Cynnwys/deunydd rhaglenni S4C sy'n cael ei rannu'n uniongyrchol ar gyfrifon allanol.** Ni all cynnwys/deunydd rhaglenni S4C gael ei 'bostio' yn uniongyrchol ar unrhyw gyfrifon allanol/3ydd parti heb gydsyniad ymlaen llaw gan S4C. Caniateir 'rhannu' cynnwys o gyfrif S4C ar gyfrif allanol yn gyfreithlon.

Rhwystro deunydd yn ddaearyddol: Pan fydd hawliau cyfreithiol wedi'u sicrhau ar gyfer deunydd fideo i'r DU yn unig, dylid rhwystro'r deunydd yn ddaearyddol i sicrhau mai pobl yn y DU yn unig all ei wylio.

Rhagor o Wybodaeth

S4C – Defnyddio Cyfryngau Cymdeithasol – Canllaw Ymarfer Da:

http://www.s4c.cymru/media/media_assets/9._Use_of_Social_Media_Cymraeg.pdf

S4C – Polisi Amddiffyn Plant:
http://www.s4c.cymru/media/media_assets/2016.12.01_Polisi_Amddiffyn_Plant_S4C_14_01_2015_Cy_1.pdf

Facebook (Canllaw i'r Llwyfan)

Cryfder: Postio cynnwys fideo yw'r defnydd gorau ohono.

Amlder Postio: 1-3 gwaith y dydd (gan gynnwys rhannu negeseuon a newid y llun clawr), wedi'u lledaenu yn ystod y dydd.

Ymhlith yr eithriadau fydd pan fydd tudalen Facebook wedi'i chreu er mwyn arddangos cynnwys penodol (e.e. Digwyddiadau ar ddiwrnodau penodol neu ddarlledu byw, pan gaiff llawer o gynnwys ei greu ac mae'r gynulleidfa yn ei ddisgwyl).

<u>Delweddau:</u>

- Rhaid i bob delwedd ddilyn canllawiau brandio S4C.
    - Logo gwyn ar frig yr ochr chwith.
    - Manylion darlledu i ddilyn y templed brandio.
- Mae meintiau sgwâr neu dirlun ill dau'n addas.
  Cynghorir osgoi cymysgu'r ddau faint yn aml er mwyn osgoi drysu'r brand.

<u>Fideos:</u>

- Cynghorir eu bod rhwng 5 a 60 eiliad.
  Gellir defnyddio cynnwys hwy os yw'r cynnwys yn ddiddorol.
- Dylid defnyddio canllawiau brandio S4C.
    - Logo gwyn ar frig yr ochr chwith.
    - Cyfeiriadau darlledu i'w defnyddio yn nhempled cydnabyddiaethau diwedd rhaglen S4C yn unig.

<u>Fformat GIFS:</u>

- Ni ddylai GIFS fod yn hwy na 5 eiliad.
- Mae fformat fideo yn well na GIF ar Facebook.

<u>Postio Negeseuon:</u>

- Peidiwch fyth â phostio testun yn unig. Atodwch fideo neu ddelweddau at y neges bob amser.
- Cynghorir nad yw neges i'w phostio mewn un iaith yn fwy na 100 nod.
  Dylid cadw negeseuon Facebook islaw 200 nod.

- Dylid cadw negeseuon dwyieithog o fewn yr un neges sy'n cael ei phostio.

Twitter (Canllaw i'r Llwyfan)

Cryfder: Postio gwybodaeth a chyfathrebu'n uniongyrchol â'r gynulleidfa yw'r defnydd gorau ohono.

Amlder postio: 1-6 gwaith y dydd (heblaw am aildrydariadau ac ymatebion), wedi'u lledaenu yn ystod y dydd.
Gallai eithriadau gynnwys sylwebu ar ddigwyddiadau (e.e. gêm rygbi, sioe sgwrsio).

<u>Delweddau:</u>

- Rhaid i bob delwedd ddilyn canllawiau brandio S4C.
    - Logo gwyn ar frig yr ochr chwith.
    - Manylion darlledu i ddilyn y templed brandio.
- Mae meintiau sgwâr neu dirlun ill dau'n addas.
  Cynghorir osgoi cymysgu'r ddau faint yn aml er mwyn osgoi drysu'r brand.
- Cynghorir defnyddio delweddau tirlun yn hytrach na rhai sgwâr.
  Er bod y fersiwn bwrdd gwaith yn cefnogi delweddau sgwâr, mae'r optimeiddio symudol at ddefnydd tirlun yn unig.
  (Yn eithriad i hyn, caiff dwy ddelwedd wedi'u hatodi wrth negeseuon eu lleihau i ddwy ddelwedd sgwâr).

<u>Fideo:</u>

- Cynghorir bod fideos yn para rhwng 3 a 30 eiliad.
  Gellir defnyddio cynnwys hwy os yw'r cynnwys yn ddiddorol (140 eiliad ar y mwyaf).
- Dylid defnyddio canllawiau brandio S4C.
    - Logo gwyn ar frig yr ochr chwith.
    - Cyfeiriadau darlledu i'w defnyddio yn nhempled cydnabyddiaethau diwedd rhaglen S4C yn unig.

<u>Fformat GIFS:</u>

- Ni ddylai GIFS fod yn hwy na 5 eiliad.
- Arfer da yw defnyddio GIFs fel ymatebion i negeseuon neu ddigwyddiadau amser real.

<u>Negeseuon:</u>

Dylai negeseuon fod yn fyr.

Testun yn unig: 140 nod ar y mwyaf. Testun â delweddau/fideo: 116 nod ar y mwyaf.

Dylai negeseuon gynnwys hashnodau ac enwau trydar lle y bo'n bosibl.
I arbed nodau, defnyddiwch yr opsiwn 'who's in this photo' er mwyn tagio pobl mewn delweddau. Nid yw hwn yn gweithio gyda fideo.

Instagram (Canllaw i'r Llwyfan)

Defnydd cyffredinol:

Cryfder: Postio delweddau (Delweddau anffurfiol darluniadwy neu ffotograffau anffurfiol da).

Amlder postio: 1 - 4 gwaith y dydd.
Eithriad i hyn fyddai ymgyrch sy'n creu llawer o gynnwys; gallwch bostio delweddau 1 – 10 gwaith y dydd ar yr amod bod y cynnwys yn ddifyr. (e.e. gigs, gwyliau neu sioeau).

Delweddau:

- Dylai delweddau bob amser fod yn ddarluniadwy neu'n anffurfiol (e.e. ar ffurf hunluniau).
- Osgowch ddelweddau stoc neu ffotograffau statig a dynnwyd ar gyfer ymgyrchoedd.
- Peidiwch â defnyddio brandio ar ddelweddau. (e.e. Dim gwybodaeth darlledu na logo ar ddelweddau).
- Os defnyddir hidlyddion, rhaid iddynt gynrychioli'r naws ac ychwanegu at y ddelwedd.
- Lle y bo'n bosibl, cadwch ddelweddau'n sgwâr.

Fideos:

- Pan gaiff fideo ei ddefnyddio, ceisiwch ddefnyddio elfen arddulliadol lle y bo'n bosibl.
  e.e. Defnyddio 'arafu lluniau', 'Boomerang' neu 'Hyperlapse'.
- Dylid cadw fideos yn fyr (tua 10-20 eiliad).
  Eithriad fyddai darn o gynnwys sy'n gallu dal diddordeb cynulleidfa am gyfnod hwy.
- Osgowch ddefnyddio fideos hyrwyddo.

GIFs:

- Dylid osgoi GIFs ar gyfrifon "S4C".

Negeseuon:

- Dylai negeseuon fod yn fyr (llai na 50 nod fesul iaith) – heb gynnwys hashnodau.

- Dylai negeseuon bob amser gynnwys cynifer o hashnodau ag y bo'n bosibl.
  Gan nad yw rhannu mor hawdd ar Instagram, mae defnyddio hashnodau yn brif gyfrwng ar gyfer cael dilynwyr newydd.
  Gellir ychwanegu hashnodau ar ffurf sylw i arbed lle yn y neges.

Snapchat (Canllaw i'r Llwyfan)

Defnydd cyffredinol:

Cryfder: Rhannu delweddau a fideos anffurfiol gyda chapsiynau, testun ac emojis cynhenid.
Ei ddefnyddio ar gyfer digwyddiadau byw a gwyliau sydd orau.

Amlder Postio: 1 stori'r dydd, yn cynnwys 3-15 eitem (cymysgedd o ddelweddau a fideos).
Ceisiwch gadw storïau yn driw i un ymgyrch. Peidiwch â chymysgu rhaglenni/prosiectau/themâu o fewn stori.

Delweddau:

- Dylai delweddau fod yn chwareus ac anffurfiol.
- Dylai delweddau gynnwys testun, emojis neu eitemau/adnoddau cynhenid sy'n hwyl, lle bynnag y bo'n bosibl.

Fideos:

- Dylai fideos fod yn chwareus ac anffurfiol.
  Arfer da yw defnyddio fideo cynhenid, oherwydd gall lanlwytho cynnwys fod yn anodd ac mae'n annodweddiadol o'r llwyfan.
- Mae fideos wedi'u cyfyngu i 10 eiliad, gan olygu bod angen i'r cynnwys fod yn ddiddorol a difyr.
- Dylai fideos gynnwys testun, emojis neu eitemau/adnoddau cynhenid sy'n hwyl, lle bynnag y bo'n bosibl.

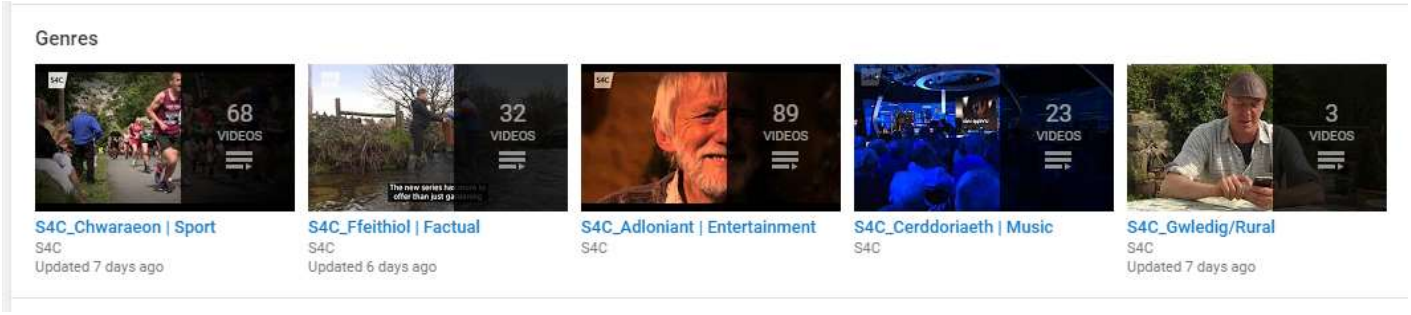
GIFs:

- Dylid eu hosgoi gan fod lanlwytho yn anodd.

Negeseuon:

- Dylai negeseuon ar y sgrin fod mor fyr â phosibl.

YouTube (Canllaw i'r Llwyfan)



Defnydd cyffredinol:

Cryfder: Fideos hwy. (Hefyd: Archifo cynnwys fideo i'w wylio yn y tymor hir).

Amlder postio: 1-3 fideo'r wythnos.

Delweddau/Crynoluniau:

- Dylai crynoluniau fod yn ddiddorol a chynrychioli'r cynnwys yn y fideo.
  (Gellir brandio crynoluniau i gyd-fynd â'ch brand).

Fideos:

- Dylai YouTube gael ei ddefnyddio fel llwyfan tebyg i 'sianel' i gysylltu â thanysgrifwyr.
  Lle nad yw hyn yn bosibl, gellir ei ddefnyddio'n adnodd archifo effeithiol oherwydd ei beiriant chwilio.

- Arfer da yw cadw fideos cynnwys i 5 munud neu lai ar gyfer cynnwys S4C. Cynghorir cadw fideos mor fyr â phosibl er mwyn cadw cynulleidfaoedd i wylio tan ddiwedd fideo.

GIFs:

- Osgowch ddefnyddio GIFs neu fideos byr ar YouTube.

Negeseuon/Teitlau/Disgrifiad:

- Dylai teitlau gynrychioli cynnwys y fideo, fod yn fyr a bod yn gyson â fformat teitlau eraill lle bynnag y bo'n bosibl.

- Dwy linell gyntaf y disgrifiad yw'r pwysicaf oherwydd maent i'w gweld o dan y teitl. Nid oes modd gweld yr holl linellau eraill heblaw trwy glicio'r opsiwn i weld rhagor.

Ffrydio Byw (Canllaw i'r Llwyfan)

Cryfder: Galluogi deunydd sy'n cael ei ffrydio i gael ei rannu ar y cyfryngau cymdeithasol.

Amlder Postio: Cydbwyso'r deunydd â negeseuon ar Facebook, gyda'r negeseuon yn cyfateb i'r deunydd. (1-4 y dydd).

Facebook Live:

- Dylai cynnwys Facebook Live fod yn ddeunydd wedi'i gynhyrchu lle bynnag y bo'n bosibl. (E.e. cyfweliadau uniongyrchol, rhaglenni teledu neu gyflwyno i'r camera).
- Defnyddiwch ficroffon allanol bob amser i greu sain o ansawdd uchel.

Periscope:

- Gall fideos byw Periscope fod yn anffurfiol ac yn fwy anuniongyrchol. (E.e. recordio gig neu ddigwyddiad o safbwynt y gynulleidfa).
- Defnyddiwch ficroffon allanol bob amser i greu sain o ansawdd uchel.

YouTube:

(Gan fod S4C yn defnyddio'r wefan ar gyfer ffrydio caeedig, nid yw YouTube yn opsiwn yn aml).

- Dylai'r cynnwys fod yn ddeunydd wedi'i gynhyrchu lle bynnag y bo'n bosibl. (E.e. cyfweliadau uniongyrchol, rhaglenni teledu neu gyflwyno i'r camera).
- Dylai'r cynnwys bara'n hwy na 10 munud.
- Defnyddiwch ficroffon allanol bob amser i greu sain o ansawdd uchel.

Canllaw i Snapchat (Wrth ddefnyddio @S4Cymru)

Defnydd Da yn Gyffredinol

Wrth ddefnyddio llwyfannau'r Cyfryngau Cymdeithasol sy'n gysylltiedig ag S4C, dylid dilyn y canllawiau 'defnydd da' sylfaenol hyn:

Snaps = Eitem unigol o gynnwys sy'n cael ei rhannu ar Snapchat.

Storïau = Y 'Snaps' cyfunol sydd wedi'u dewis i'w defnyddio mewn stori

- Creu stori ddiddorol trwy gasgliad o 'Snaps', dyna yw'r nod bob amser.
- Dylai stori gynnwys rhwng 5 a 10 'Snap' ar gyfer rhaglenni cyffredinol.
- Dylai ymgyrch sy'n para diwrnod gwaith cyfan fod â stori sy'n cynnwys rhwng 8 a 15 'Snap' – wedi'u lledaenu trwy gydol y diwrnod.
- Dylid postio pob 'Snap' (delwedd a fideo) ar ffurf 'portread' (yn hir, o'r top i'r gwaelod) oni bai ei fod yn briodol gwneud fel arall yn arddulliadol.
- Dylid defnyddio technegau niferus yn ystod stori, heb ddyblygu technegau mewn 'Snaps' dilynol.
- Dylai ansawdd y delweddau neu'r fideos sy'n cael eu defnyddio mewn 'Snaps' fod o safon dderbyniol.
- Ni ddylech bostio unrhyw eitemau cynnwys sy'n hiliol, yn aflonyddu neu'n gwahaniaethu, neu'n enllibus, sy'n gyfystyr â bwlio neu'n peri tramgwydd, ac ati.
- Lle bynnag y bo'n bosibl, dylid defnyddio 'Snap Codes' i hybu defnyddio Snapchat.
- Ni ddylech ymateb i unrhyw unigolyn ar y llwyfan, na chysylltu ag ef/hi, oni bai eich bod wedi cytuno ar hynny ymlaen llaw gydag S4C.

Arfer Da yn Gyffredinol

Wrth ddefnyddio llwyfannau Cyfryngau Cymdeithasol sy'n gysylltiedig ag S4C, dylid dilyn yr 'arferion da' canlynol yn gyffredinol:

- Dylech osgoi dweud unrhyw beth ar safleoedd Cyfryngau Cymdeithasol na fyddech yn barod i'w ddatgan yn gyhoeddus ar y teledu neu mewn papur newyddion.
- Ni ddylech wneud sylwadau sy'n hiliol, yn aflonyddu neu'n gwahaniaethu, neu'n enllibus, sy'n gyfystyr â bwlio neu'n peri tramgwydd, ac ati.
- Ni ddylech rannu unrhyw wybodaeth gyfrinachol, gan gynnwys gwybodaeth bersonol unrhyw unigolyn neu fanylion cyfrinachol am S4C neu raglen S4C neu eich busnes.
- Ni ddylech dorri unrhyw hawlfraint trydydd parti, er enghraifft wrth gopïo ffotograffau, cerddoriaeth neu fideo.
- Ni ddylech gamarwain y cyhoedd, ymddwyn mewn modd anghyfreithlon na hyrwyddo unrhyw weithred anghyfreithlon.
- Ni ddylech ymddwyn mewn modd ymosodol tuag at unigolion, yn enwedig wrth drafod cynnwys a/neu weithgareddau S4C. Dylech ymateb i feirniadaeth mewn ffordd bwyllog.
- Dylech ymgynghori ag S4C cyn ymateb i unrhyw gŵyn am S4C neu raglen neu wasanaeth S4C.
- Os ydych wedi gwneud sylw ac yna nid ydych yn siŵr a oedd hi'n briodol gwneud y sylw hwnnw ac rydych yn amau y gallai effeithio ar S4C, dylid ei ddwyn i sylw'ch rheolwr cyn gynted â phosibl, hyd yn oed os yw'r sylw wedi'i ddileu. Y rheolwr fydd yn gyfrifol am benderfynu p'un ai i ddwyn yr amgylchiadau i sylw S4C.
- Yn syml, os nad ydych yn siŵr am addasrwydd yr hyn rydych chi ar fin ei gyhoeddi, peidiwch â'i gyhoeddi.

S4C