eiriolaeth advocacy

Y Rhaglen Edau Euraidd
The Golden Thread Programme

age Cymru

Creu Cymru oed gyfeillgar
Creating an age friendly Wales

Cylchlythyr Eiriolaeth

Gorffennaf 2018 Rhifyn 10

Helo!......

Gan fod Ffion wedi hwylio i ffwrdd i'r machlud hoffwn ddweud helo cynnes iawn i holl ddarllenwyr y cylchlythyr hwn. Fy enw yw Sue Vaarkamp ac rwy'n falch iawn o fod yn Gynorthwyydd Cefnogi newydd ar gyfer y Rhaglen Eiriolaeth Edau Euraidd yn gweithio o swyddfa Age Cymru yn y Wyddgrug, Gogledd Cymru. Rwy'n mwynhau'r swydd yn fawr iawn ac yn gallu cyfrannu at brosiect gwych. Wrth i amser fynd ymlaen rwy'n edrych ymlaen at weithio gyda chi gyd a chreu cysylltiadau newydd. Os oes unrhyw beth y gallaf ei wneud i chi, cofiwch gysylltu â mi.

Y Rhaglen Eiriolaeth Edau Euraidd - Dwy flynedd yn ddiweddarach - Lle rydyn ni nawr?

Ariannwyd GTAP yn 2016 gan Lywodraeth Cymru i gefnogi gweithrediad elfen eiriolaeth y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant Cymru (2014). Er mwyn cyflawni hyn mae gennym 3 amcan cyffredinol:

1. I ddatblygu Fframwaith Cenedlaethol ar gyfer Comisiynu Eiriolaeth Broffesiynol Annibynnol ar gyfer Oedolion yng Nghymru
2. I gefnogi a datblygu capasiti'r sector eiriolaeth yng Nghymru, ac
3. I godi ymwybyddiaeth o eiriolaeth

Rydym bellach wedi cwblhau 2 flynedd o'r rhaglen 3 blynedd hon ac mae'r canlynol yn grynodeb o'r hyn Y buom yn ei wneud o dan y 3 pennawd uchod.

1. I ddatblygu Fframwaith Cenedlaethol ar gyfer Comisiynu Eiriolaeth Broffesiynol Annibynnol (IPA)

Mae'r tîm GTAP i gyd wedi gweithio ar y fframwaith hwn yn seiliedig ar eu profiadau o weithio gydag awdurdodau lleol a darparwyr ledled Cymru dros y 2 flynedd ddiwethaf. Y brif gynulleidfa ar gyfer hyn yw comisiynwyr awdurdod lleol er ein bod yn cydnabod bod mewnbwn gan ddarparwyr hefyd yn hanfodol wrth ei ddatblygu. Rydym yn cael ein llywio a'n cynghori ar y darn hwn o waith gan Grŵp Cyfeirio Strategol sy'n cynnwys cynrychiolwyr o Lywodraeth Cymru, Iechyd, Cymdeithas Llywodraeth Leol Cymru, Penaethiaid Gwasanaethau Oedolion Cymru Gyfan, aelod o'r Bwrdd GTAP, y Bwrdd Comisiynu ac ADSS Cymru.

Parhad...

Bellach mae gennym ddogfen ddrafft eithaf cyflawn sydd wedi'i hadolygu gan gomisiynwyr mewn nifer o weithdai. Ategir y ddogfen gan becyn cymorth sydd wrthi'n cael ei ddatblygu ond bydd yn cefnogi adrannau'r fframwaith. Mae'r Fframwaith ei hun yn canolbwyntio ar y cylch comisiynu (Dadansoddi, Cynllunio, Gwneud ac Adolygu) a'r datganiadau arfer da rydyn ni wedi gofyn i'r comisiynwyr eu hasesu eu hunain yn eu herbyn. Bydd camau nesaf y datblygiad yn cael eu cwblhau yn ystod yr haf a dechrau'r hydref a chynhelir amrywiaeth o weithdai ymgysylltu i wneud hyn.

Mae'r tîm hefyd wedi bod yn gweithio gyda chomisiynwyr ledled Cymru gyfan i ddatblygu cynlluniau comisiynu a strategaethau eiriolaeth ledled Cymru.

Elfen arall o'r amcan hwn yw asesu cyflwr y sector eiriolaeth oedolion yng Nghymru. Felly rydym wedi casglu data a sylwadau gan ddarparwyr yng Nghymru i ddatblygu Pwysigrwydd Eiriolaeth 6.

2. Codi ymwybyddiaeth

Rydym wedi datblygu amrywiaeth o declynnau dwyieithog i godi ymwybyddiaeth. Hyd yma, mae'r rhain yn cynnwys:

- Taflen
- Cerdyn Z
- Nod Tudalen
- IPA ar gyfer gweithwyr proffesiynol
- Cynrychiolaeth weledol o'r amrywiaeth a'r mathau o wasanaethau eiriolaeth
- Cylchlythyrau bob deufis

Rydym yn defnyddio ein cysylltiadau a'n rhwydweithiau i rannu'r rhain mor eang ag y gallwn i'r cyhoedd ond hefyd yn ceisio canolbwyntio ar y rhai sydd o bosibl angen deall rôl eiriolwr a sut y gallant helpu. Mae'r daflen a'r cerdyn Z yn cynnwys mannau i sefydliadau roi eu gwybodaeth eu hunain.

Ysgrifennwyd gan Louise Hughes Rheolwr Rhaglen - GTAP

Comisiynu Prif Ganolfan a Lloerennau Eiriolaeth: Pethau i'w hystyried

Wrth i gomisiynu gwasanaethau IPA gyflymu ledled Cymru, drwy ddigwyddiadau cyd-gynhyrchu yn ogystal â digwyddiadau ymgysylltu rhanddeiliaid gan gynnwys y rhai hynny gyda dinasyddion, rydym yn gweld pwyslais ar wasanaethau eiriolaeth gael eu comisiynu gan ddefnyddio model sy'n golygu bod nifer o wasanaethau arbenigol, a reolir ac a arweinir yn lleol, yn ymgysylltu i ddarparu gwasanaethau IPA dros ardal.

Mynegir y dewis gan ddinasyddion mewn nifer o ffyrdd yn y digwyddiadau, ond mae'n cael ei grynhoi'n dda gan ddyfyniad y cyfranogwr hwn: " *Eiriolaeth gan bobl sydd wir yn deall eich anghenion - arbenigol"*
Ac
"Mae angen bod yn benodol i wasanaethau" a dylai anghenion grwpiau penodol gael eu bodloni gan wasanaethau penodol yn hytrach na gwasanaethau generig. Os yw'r mathau hyn o fodelau, gwasanaethau prif ganolfan a lloerennau gyda nifer o loerennau darparu gwasanaeth ar waith, i gyd yn derbyn atgyfeiriadau o un hwb canolog, yna pa wersi sydd i'w dysgu o wasanaethau cyfredol yn defnyddio'r modelau hyn? Mae'r erthygl hon yn cyflwyno rhai o'r materion hynny er mwyn medru eu hystyried wrth gynllunio i'r dyfodol.

Parhad...

Cyfathrebu:

Mae angen ystyried ac atgyfnerthu cyfathrebu rhwng y darparwyr, y lloerennau unigol yn ogystal â'r brif ganolfan a'r lloerennau. Diben y model prif ganolfan a lloerennau yw sicrhau bod dinasyddion yn derbyn cefnogaeth gan y ffynhonnell gywir ar yr adeg gywir. Fodd bynnag, nid yw hyn yn golygu y dylai atgyfeiriad aros gyda darparwr gwasanaeth am gyfnod amhenodol pan mae'n cyrraedd yno. Mae atgyfeirio da yn gweithio dwy ffordd, a nodwyd os ceir mater sydd y tu hwnt i gylch gwaith lloeren benodol, yna gallai atgyfeiriad amserol yn ôl i'r brif ganolfan i'w ailbennu fod yn ffordd glyfrach o weithio, ar gyfer y gwasanaeth a'r dinesydd sy'n defnyddio'r gwasanaeth.

Pwyntiau mynediad:

Mae gan unrhyw fodel sy'n gweithio gyda darparwyr gwasanaeth cyfredol, sydd eisoes â pherthynas gydag asiantaethau atgyfeirio, y potensial i ysgwyddo mater rydyn ni wedi'i alw'n "Nifer o ddrysau ffrynt". Diben y brif ganolfan yw rheoli achosion atgyfeirio yn effeithiol, gan sicrhau bod y mater mae dinasyddion yn eu cyflwyno'n cael eu cefnogi gan y gwasanaeth mwyaf priodol, boed hynny yn aelod o'r model prif ganolfan a lloerennau neu'n wasanaeth y tu allan iddo (er enghraifft, arbenigwr budd-daliadau). Gyda llawer o ddrysau ffrynt mae'r rôl hon yn dod yn anos i'w chyflawni ar gyfer y brif ganolfan a gallai arwain at danseilio ei swyddogaeth. Gall dadwneud unrhyw ddysgu am lwybrau atgyfeirio a pherthnasoedd proffesiynol fod yn anodd iawn. Fodd bynnag, i fodel prif ganolfan a lloerennau weithredu'n gywir mae hyn yn hanfodol.

Casglu Data:

Gydag amrywiaeth o wasanaethau dan sylw, wrth reswm, bydd amrywiaeth o systemau casglu data'n cael eu defnyddio. Ar ddechrau'r broses o ddefnyddio system newydd o weithio, mae dealltwriaeth glir o ba ddata sydd i'w gasglu, dealltwriaeth glir o sut mae am gael ei gasglu yn ogystal â dealltwriaeth glir o sut y bydd yn cael ei adrodd, yn hanfodol i wasanaeth redeg yn ddidrafferth. Bydd hyn o gymorth mawr i sicrhau bod y gwasanaeth yn gallu dangos ei effeithiolrwydd a dangos yr effaith mae'n ei wneud.

Casgliad:

Mae'r tri phwynt uchod yn rhai sydd wedi dod o brofiad GTAP o fodelau Prif Ganolfan a Lloerennau, yn ogystal â thystiolaeth o fodelau tebyg yn Lloegr. Nid ydynt yn faterion i'w hystyried yn unig, ond maent yn bwyntiau meddwl ar gyfer darparwyr a chomisiynwyr yn yr un modd. Dylai'r holl gomisiynu fod yn seiliedig ar ganlyniadau i'w cyflawni gan y gwasanaeth a gomisiynwyd a dylai gael ei ddylunio fel ymateb i'r canlyniadau dan sylw. Nid oes dau wasanaeth fel ei gilydd, nid oes dau ateb fel ei gilydd, ond rydym yn cynnig bod yr uchod yn ystyriaethau allweddol ar gyfer unrhyw wasanaeth sy'n cael ei ddylunio. Fel erioed, mae'r tîm GTAP yma i gefnogi darparwyr a chomisiynwyr yn yr un modd, ac am ragor o wybodaeth neu i fanteisio ar ein cefnogaeth cofiwch gysylltu â ni.

Ysgrifennwyd gan Huw Davies Swyddog Datblygu Age Cymru ar gyfer Comisiynu (Canolbarth a Gorllewin Cymru).

Mesur y Mynydd – Deall Profiadau Gwasanaethau Cymdeithasol yng Nghymru

Mae Mesur y Mynydd[1] yn brosiect Cymru gyfan a ddyluniwyd i werthuso effaith Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru). Wedi'i ariannu gan Lywodraeth Cymru, mae'n gydweithrediad rhwng dinasyddion, y trydydd sector a'r sector cyhoeddus.

Parhad...

Gan ddefnyddio pecyn meddalwedd arloesol o’r enw ‘SenseMaker’[2], nod y prosiect yw casglu hyd at 2000 o straeon gan bobl gyda phrofiad diweddar o wasanaethau cymdeithasol er mwyn creu darlun o sut mae gofal cymdeithasol yn teimlo i’r rhai hynny sy’n ymwneud ag ef. Gallai’r straeon fod gan naill ai dderbynwyr gwasanaeth neu ofalwyr, a gallant fod yn fach neu’n fawr, yn gadarnhaol neu’n negyddol. Bydd gweithgarwch y prosiect yn cyfrannu at werthusiad 3 blynedd Llywodraeth Cymru o’r Ddeddf, sy’n dechrau’r hydref hwn. Mae’r prosiect yn rhoi cyfleoedd i unigolion a sefydliadau gymryd rhan. Mae “gwrandawyr” yn staff neu’n wirfoddolwyr sydd â rôl allweddol wrth sicrhau bod pawb sydd â stori yn gallu ei rhannu. Mae gwrandawyr wedi'u hyfforddi i ddefnyddio'r meddalwedd ac i gefnogi pob person i ddehongli eu profiad, gan ddefnyddio offer SenseMaker. Gall gwirfoddolwyr ennill credydau amser ar gyfer straeon maen nhw’n eu casglu drwy ymuno â’r rhwydwaith Credydau Amser[3].

Ar Fedi 24-27, bydd y prosiect yn cynnal “Rheithgor Dinasyddion” yn Stadiwm y Liberty, Abertawe, i ystyried rhai o’r materion allweddol sy’n codi o’r straeon yn fanwl.

Bydd y Rheithgor yn holi tystion ac yn archwilio tystiolaeth o ledled Cymru cyn dod i gasgliadau i’w rhannu gyda Llywodraeth Cymru, gweithwyr gofal cymdeithasol proffesiynol, cyfranogwyr a phobl eraill yng Nghymru.
Am ragor o wybodaeth ewch i wefan Mesur y Mynydd neu cysylltwch â Rheolwr y Prosiect, Katie Cooke: kcooke@interlinkrct.org.uk /07964 407739.

Dolenni
Mesur y Mynydd: www.mtm.wales
SenseMaker: www.cognitive-edge.com/sensemaker/
Spice: www.justaddspice.org

Ysgrifennwyd gan Paul Swann Swyddog Datblygu Rhaglen (De Cymru) ar gyfer Age Cymru

Nod Perfformiad Ansawdd Eiriolaeth - Dolen i’r fersiwn newydd o’r Dyfarniad Nod Perfformiad Ansawdd yn cael ei lansio

Mae’r Nod Perfformiad Ansawdd (QPM) wedi’i adolygu a’i ail-lansio yn dilyn ymgynghori gyda darparwyr eiriolaeth, rhanddeiliaid cenedlaethol a chomisiynwyr. Dyma 4ydd fersiwn y QPM a lansiwyd yn ffurfiol ym mis Mai 2018.
https://qualityadvocacy.org.uk/2018/05/30/new-version-of-the-qpm-award-launched/

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru — Adroddiad Sicrhau Lleisiau

Prif ganfyddiadau:

- Nid yw eiriolaeth annibynnol statudol ac anstatudol yn cael ei chynnig fel mater o drefn.
- Nid yw'r gyfraith bob amser yn cael ei rhoi ar waith.
- Nid yw’r holl weithwyr proffesiynol yn deall eiriolaeth.
- Nid oes digon o ddealltwriaeth am hawl deddfwriaeth i IPA gan weithwyr proffesiynol.
- Mae diffyg dealltwriaeth o beth yw eiriolaeth a dryswch o ran beth yw eiriolaeth annibynnol.
- Diffyg dealltwriaeth o beth yw person priodol.
  Angen eiriolaeth mewn cartrefi gofal yn enwedig ar gyfer hunan-arianwyr nad ydynt mewn cysylltiad â gwasanaethau cymdeithasol.

Parhad...

- Eiriolaeth gofalwyr ac eiriolaeth dementia arbenigol - Angen sgiliau penodol i ddelio gyda hyn a gwasanaethau arbennig.
- Nid yw asesiadau gofalwyr yn cael eu cyflawni ac nid oes gan bobl fynediad at eiriolaeth.
- Effeithiolrwydd deddfwriaeth bresennol - nid oes unrhyw ddata'n cael ei gasglu ac felly mae'n anhysbys.
- Rhyddhau o'r ysbyty yn fater mawr.
- Nid yw pobl yn mynd drwy'r system yn briodol ac nid ydynt yn manteisio ar wasanaethau eiriolaeth.
- Bwlch cydnabyddedig o ran diwallu anghenion pobl o safbwynt iechyd.
- Nid oes llawer o alw am yr iaith Gymraeg mewn eiriolaeth. Mae'r rhan fwyaf o ddarparwyr yn gallu darparu eiriolaeth yn Gymraeg os oes angen.
- Dim data i ddangos y defnydd o IMCA
- Teimlo nad yw staff meddygol yn deall IMCA oherwydd nifer uchel o atgyfeiriadau amhriodol.
- Cyllid yn ansicr ac felly hefyd materion sy'n ymwneud â hynny.

(Cliciwch i gael y ddogfen lawn) http://www.olderpeoplewales.com/Libraries/Uploads/_Making_Voices_Heard.sflb.ashx

Arolwg Seneddol Chwyldro o'r Tu Mewn - Trawsnewid Iechyd a Gofal Cymdeithasol yng Nghymru

Mae'r adroddiad yn cynnwys 10 Argymhelliad Lefel Uchel, sydd wedi'u nodi isod:

1. Un system ddi-dor

Teimlwyd bod angen datblygu gweledigaeth syml glir am ofal yn y dyfodol a sut y byddai'n edrych ac yn bodloni anghenion pawb. Teimlwyd y dylai gofal weithio o amgylch yr unigolyn a'u teuluoedd ac i ddigwydd mor agos i'w cartrefi â phosibl. Dylai'r gofal fod yn ataliol, yn hawdd manteisio arno ac o ansawdd uchel. Dylai technoleg ddigidol chwarae rhan glir a chyflawni'r hyn mae defnyddwyr a'r cyhoedd yn teimlo sydd o bwys gwirioneddol iddyn nhw. Gobeithir y byddai'r gofal yn ddi-dor, gan gael gwared ar rwystrau artiffisial oedd yn bodoli o'r blaen rhwng iechyd corfforol ac iechyd meddwl, gofal sylfaenol ac eilaidd neu iechyd a gofal cymdeithasol.

2. Y Nod Pedwarplyg i Bawb

Yn sail i weledigaeth yr "un System" gyda phedwar nod - Y Nod Pedwarplyg. Hynny yw, dylai staff iechyd a gofal, gwirfoddolwyr a dinasyddion gydweithio i gyflawni canlyniadau clir, gwella iechyd a lles, gweithlu sy'n derbyn gofal, a gwell gwerth am arian.

3. Modelau Gofal Di-dor

Symud tuag at ddull newydd di-dor o weithio mewn ardaloedd – yn cael ei lywio gan y weledigaeth a'r Nod Pedwarplyg gydag egwyddorion arfer da cenedlaethol. Nawr rhaid cael camau gweithredu cyflym i ddatblygu, gweithredu, a gwerthuso: gofal di-dor yn agos i adref yn lleol; gwell iechyd a lles y boblogaeth yn rhagweithiol; a gofal arbenigol wedi'i ail-gyfeirio.

Parhad...

4. Rhoi’r rheolaeth yn nwylo pobl

Atgyfnerthu ymglymiad unigol a chymunedau, drwy lais a rheolaeth mewn gofal ac iechyd, a sicrhau bod ymglymiad yr holl oedrannau a chymunedau yn gyfartal. Mae’r cyhoedd am gael gwasanaeth modern lle mae ganddynt wybodaeth llawer gwell am iechyd a gofal, gwneud penderfyniadau ar y cyd mewn triniaeth, dewis gofal a lleoliad, a chefnogaeth gan gyfoedion.

5. Lle gwych i weithio ynddo

Alinio’r gweithlu ar unwaith gyda modelau gwasanaeth newydd. Dylai staff gael eu hyfforddi’n dda, cael eu cefnogi ac ymgysylltu i gyflawni a gwella gwasanaeth o ansawdd yn barhaus sy’n cyd-fynd â’r weledigaeth a’r Nod Pedwarplyg. Dylai Cymru geisio bod yn lle gwych i hyfforddi a gweithio.

6. System Iechyd a Gofal sy’n dysgu trwy’r amser

Cynyddu cefnogaeth yn sylweddol fel bod y gyfradd gwella yn cyflymu. Buddsoddi mewn cefnogaeth i’r rheng flaen, defnyddwyr gwasanaeth ac arweinyddiaeth leol sy’n meithrin dysgu mewn timau a defnyddio tystiolaeth a rhannu arfer gorau. Datblygu strategaeth ar gyfer gwella ansawdd a dysgu parhaus a’i roi ar waith ar gyfer iechyd a gofal, gwella’r arweinyddiaeth a’r seilwaith sydd eu hangen i’w gefnogi.

7. Defnyddio Arloesedd a Chyflymu Datblygiadau mewn Technoleg a Seilwaith

Manteisio i’r eithaf ar dechnoleg ac arloesedd i gyflawni’r Nod Pedwarplyg a darparu gofal mwy effeithiol ac effeithlon. Mae hyn angen y diwylliant, yr ymddygiad a’r arweinyddiaeth gywir i dderbyn arloesedd, ymgorffori cydweithio a chefnogi cymryd risgiau darbodus.

8. Cysoni Dyluniad y System i gyflawni canlyniadau

Dylunio’r system yn well i gyflawni cynnydd cyflymach. O ystyried yr angen am newid trawsnewidiol, ar lefel genedlaethol dylid canolbwyntio ar ddylunio cymysgedd mwy effeithiol o fentrau, rheoleiddio, cynllunio, targedau a rheoli perfformiad.

9. Y gallu i drawsnewid, arweinyddiaeth ddeinamig, cydweithredu digynsail

Cynyddu capasiti ar lefel genedlaethol i hybu trawsnewid, ac atgyfnerthu arweinyddiaeth yn genedlaethol, yn rhanbarthol ac yn lleol i wneud cynnydd yn unol â’r weledigaeth a’r Nod Pedwarplyg.

10. Atebolrwydd, cynnydd a chyflymder

Cyhoeddi cynnydd yn erbyn y weledigaeth, y Nod Pedwarplyg a modelau newydd mewn blwyddyn, tair blynedd a phum mlynedd, a meincnodi cynnydd yn erbyn y tair gwlad arall yn y DU, ac yn rhyngwladol.

Dolen i’r ddogfen lawn: https://gov.wales/docs/dhss/publications/180116reviewen.pdf

Mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi tri ymgynghoriad yn ymwneud â Cham 3 gweithredu Rheoleiddio ac Arolygu Deddf Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016.

Mae’r Ddeddf yn sefydlu system newydd o reoleiddio ac arolygu gofal cymdeithasol sy’n diogelu hawliau dinasyddion Cymru i ofal a chefnogaeth urddasol, ddiogel a phriodol.

Parhad...

Rydym yn ymgynghori ar welliannau i reoleiddio **gwasanaethau maethu, gwasanaethau lleoli oedolion** ac, am y tro cyntaf, **gwasanaethau eiriolaeth** mewn perthynas ag eiriolaeth statudol i blant.

Am fanylion pellach, gweler y tudalennau gwe ar gyfer pob ymgynghoriad:

Mae'r Gweinidog dros Blant, Pobl Hŷn a Gofal Cymdeithasol wedi cyhoeddi datganiad ysgrifenedig sydd ar gael yn:
https://gov.wales/newsroom/health-and-social-services/2018/olrights/?lang=en

I gefnogi'r ymgynghoriadau hyn rydym yn cynnal digwyddiadau gwybodaeth:

- Wrecsam, dydd Mercher 16 Gorffennaf 2018
- Caerdydd, dydd Iau 19 Gorffennaf 2018

I fynychu cysylltwch â RISCAct2016@gov.wales Mae lleoedd yn gyfyngedig ac yn amodol ar argaeledd.

Mae ymgynghoriadau yn cau ddydd Iau 16 Awst 2018.

Cyhoeddiad gan Lywodraeth Cymru

Mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi y byddant yn gweithio gyda phobl hŷn i ddatblygu rhaglen o waith a fydd yn cefnogi pawb i fyw bywydau iach, ffyniannus a gwerth chweil. Bydd gwaith cynnar yn cynnwys cefnogi'r holl bobl hŷn i gael llais a rheolaeth dros eu hiechyd a gofal cymdeithasol, gan ganolbwyntio ar gomisiynu, diogelu ac eiriolaeth.

Bydd hyn yn cynnwys:

- Diwygio'r canllawiau sy'n ymwneud ag adrodd am bryderon ar gartrefi gofal i sicrhau nad yw pobl hŷn yn wynebu risg oherwydd lle maen nhw'n byw ac yn galw'n gartref.
  Lle nad ellir osgoi cau, bydd y canllawiau'n sicrhau bod y cartref gofal yn cael ei gau mewn ffordd sy'n diogelu hawliau trigolion;
- Gwella ansawdd, cysondeb ac argaeledd gwasanaethau eiriolaeth Annibynnol, sy'n rhoi llais i bobl sy'n teimlo bod eu safbwyntiau'n cael eu hanwybyddu; Integreiddio hawliau pobl hŷn i'r broses mae Llywodraeth Cymru yn ei defnyddio i asesu effaith ei pholisïau ar grwpiau o bobl;
- Gweithio gyda phobl hŷn i gyflwyno rhaglen newydd o waith fydd yn mynd i'r afael â rhwystrau i heneiddio'n dda.

Mae'r Prif Weinidog hefyd wedi cadarnhau y bydd y Gweinidog dros Blant a Gofal Cymdeithasol yn dod yn **Weinidog dros Blant, Pobl Hŷn a Gofal Cymdeithasol** er mwyn dangos ymrwymiad Llywodraeth Cymru i bobl hŷn ymhellach.

Parhad...

Yfed Doeth Heneiddio'n Dda | drink wise age well | ARIENNIR GAN Y LOTERI GENEDLAETHOL / NATIONAL LOTTERY FUNDED

Newid y dirwedd ar gyfer oedolion hŷn sydd wedi'u heffeithio gan alcohol yng Nghymru

Mae yfed alcohol a'r niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol yn cynyddu mewn oedolion hŷn, ac eto nid yw dyluniad y gwasanaeth yn cynrychioli'r grŵp oedran hwn yn ddigonol. Mewn ymateb, sefydlwyd Drink Wise, Age Well yn 2015 i helpu pobl 50+ i wneud dewisiadau iachach am alcohol wrth iddynt heneiddio. Cyflwynir y rhaglen pum mlynedd ar draws 5 ardal arddangos yn y DU gyda Rhondda Cynon Taf a Merthyr Tudful yn cynrychioli ardal Cymru.

> 'Mae pobl hŷn yn un mor debygol o elwa o driniaeth â phobl iau.'

Alcohol a heneiddio.

Wrth i ni heneiddio nid yw ein cyrff yn prosesu alcohol cystal. Un rheswm dros hyn yw bod gennym fwy o fraster corff sydd yn llai abl i dorri alcohol i lawr. Yn ogystal â newidiadau corfforol wrth i ni heneiddio, bydd y rhan fwyaf ohonom yn profi digwyddiadau pontio sylweddol mewn bywyd fel ymddeol; profedigaeth; plant yn gadael cartref neu brofi synnwyr o bwrpas i enwi ychydig yn unig. I rai, gall hyn ein harwain at yfed ychydig yn fwy aml, ac ychydig yn fwy nag y dylem. Mae'r ddelwedd boblogaidd o'r genhedlaeth iau yn yfwyr mwy problemus yn parhau er gwaethaf ymchwil yn dangos bod un o bob pum person dros 50 mlwydd oed yn yfed ar lefelau risg cynyddol gyda phroblemau alcohol yn aml yn datblygu yn ddiweddarach mewn bywyd. Mae camsyniadau a rhagdybiaethau pellach yn cael eu hadlewyrchu mewn gwasanaethau triniaeth sy'n parhau i ganolbwyntio ar genedlaethau iau er ei bod wedi dod i'r amlwg bod pobl hŷn yr un mor debygol o elwa ar gefnogaeth â phobl ifanc.

> 'Mae newidiadau sy'n gysylltiedig ag oedran yn y corff yn golygu bod grwpiau oedran hŷn yn fwy agored i niwed alcohol.'

Cefnogaeth uniongyrchol ar gyfer y rhai hynny sy'n cael eu heffeithio gan alcohol.

Mae Drink Wise, Age Well yn cynnig cefnogaeth un i un ar gyfer oedolion dros 50 a'u teuluoedd sydd wedi'u heffeithio gan alcohol. Cynigir apwyntiadau yn y gymuned, fel arfer yng nghartrefi pobl i sicrhau bod cefnogaeth yn hygyrch ac yn gyfforddus, gan ystyried y newidiadau corfforol a chymdeithasol sy'n gallu digwydd gydag oedran. Mae cefnogaeth strwythuredig yn cael ei deilwra i anghenion a nodau unigolion. Cefnogir defnyddwyr gwasanaeth i ddatblygu'r arfau a'r technegau ymarferol i fynd i'r afael â'u hyfed ac i ymdopi'n well gyda heriau a digwyddiadau pontio bywyd. Gall y rhai hynny sy'n poeni am broblemau yfed rhywun arall hefyd fanteisio ar y rhaglen i helpu i gefnogi'r rhai sy'n annwyl iddyn nhw i yfed yn fwy diogel, neu i dorri lawr pan maen nhw'n barod gyda chyngor ymarferol. Anogir y rhai hynny sy'n poeni am eraill i adeiladu rhwydweithiau cefnogi a gallant fanteisio ar wasanaethau eraill drwy atgyfeiriadau.

Cysylltwch â ni.

Hefyd, mae Drink Wise, Age Well yn ymgyrchu'n weithredol yn y gymuned a gyda chyflogwyr i addysgu ac atal problemau alcohol. Maen nhw hefyd yn rhedeg amrywiaeth o gyfleoedd cymdeithasol i bobl dros 50 i helpu i adeiladu gwytnwch mewn unigolion a chymunedau sydd mewn perygl o ynysu cymdeithasol ac yfed niweidiol. Os hoffech fanteisio ar gefnogaeth neu ddysgu rhagor am Drink Wise, Age Well gallwch gysylltu drwy ffonio ein llinell gymorth ar 0800 161 5780 neu ymweld â'n gwefan https://drinkwiseagewell.org.uk/ neu e-bostio: wales@drinkwiseagewell.org.uk

Ysgrifennwyd gan Jonathan Fisher, Drink Wise Age Well

Parhad...

INfocus Association of Directors of Social Services Cymru Newsletter

Cymdeithas Cyfarwyddwyr Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru - Cylchlythyr

Mae'r ddolen ar waelod y dudalen hon yn agor copi o Gylchlythyr Mai 2018 "In Focus". Mae'r prif bwyntiau sydd wedi'u cynnwys yn y rhifyn hwn fel a ganlyn:

- Croesawu Llywydd newydd ADSS Cymru
- Cynhadledd Genedlaethol Gofal Cymdeithasol 2018
- Rhoi'r Ddeddf ar waith; dysgu a datblygu ar gyfer anifeiliaid sy'n dweud stori
- Arolwg Seneddol o dan drafodaeth
- Mwy o'r un peth, neu rysáit ar gyfer newid gwirioneddol — darn barn
- Penaethiaid Gwasanaeth Oedolion Cymru Gyfan (AWASH) : Gwawr newydd ar gyfer atebolrwydd
- Newyddion gan Grŵp Arweinyddiaeth Gweithlu
- Newyddion gan y Grŵp Arweinyddiaeth Diogelu
- Prosiect Gwirionedd
- Cyflwyno Rhaglenni Grant Trawsnewid

Cliciwch isod os ydych yn dymuno edrych ar y ddogfen gyfan

https://mailchi.mp/442ba9363ee3/infocus_front_16

Taflen wybodaeth ddefnyddiol - cliciwch ar y ddolen isod i weld canllaw darllen Haws gan Gomisiynydd Pobl Hŷn Cymru ar Gapasiti Meddyliol.

http://www.olderpeoplewales.com/Libraries/Publications_2018_19/_Mental_Capacity_An_Easy_Guide.sflb.ashx

Llinell Gymorth rhad ac am ddim Age Cymru

Mae llinell gymorth Age Cymru yn darparu cyngor diduedd, rhad ac am ddim i'ch etholwyr ar amrywiaeth o bynciau.

Efallai eu bod eisiau cyngor ar faint y dylent fod yn ei dalu am ofal rhywun annwyl iddynt?
Neu efallai eu bod am wybod a ydynt yn gymwys am Gredyd Pensiwn ac eisiau helpu i'w hawlio?

Gall Age Cymru helpu gyda'r holl faterion hyn, a mwy - ffoniwch ni heddiw ar: **08000 223 444**

Cysylltwch â ni...

- **I danysgrifio i'r cylchlythyr**
- **Os oes gennych unrhyw sylwadau neu gwestiynau am yr erthyglau**
- **Os oes unrhyw beth yr hoffech chi ei weld yn y cylchlythyr nesaf**

E-bost: sue.vaarkamp@agecymru.org.uk

Rhif Ffôn y Rhaglen Eiriolaeth Edau Euraidd 01352 706228

Parhad...

Mae'r golygydd yn cadw'r hawl i newid erthyglau a gyflwynwyd i'w cyhoeddi.
Nid barn Age Cymru yw'r rhai a gyflwynir yn y Cylchlythyr hwn o reidrwydd.

Derbynnir hysbysebion ac unrhyw ddogfennau i'w mewnosod yn ddidwyll, ond nid yw cynhyrchion neu wasanaethau y cyfeirir atynt drwy hynny'n cael eu cymeradwyo neu eu hargymell gan Age Cymru.

Age Cymru,
Llawr
Gwaelod
Mariners House
Trident Court
East Moors Road,
Caerdydd, CF24 5TD

ffôn: 029 2043 1555
e: enquiries@agecymru.org.uk
www.agecymru.org.uk

Ariennir gan Lywodraeth Cymru
Funded by Welsh Government

age Cymru
Creu Cymru oed gyfeillgar
Creating an age friendly Wales

diverse cymru
Promoting equality for all
Hyrwyddo cydraddoldeb i bawb

age connects wales.

Rhif elusen gofrestredig: 1128436
Rhif cwmni cofrestredig: 6837284

© Age Cymru 2018