

Hawdd ei ddeall



**Caring Together
Western Bay**
Health and Social Care Programme
**Gofalu Gyda'n Gilydd
Bae'r Gorllewin**
Rhaglen Iechyd a Gofal Cymdeithasol

Rhaglen Iechyd a Gofal Cymdeithasol Bae'r Gorllewin

Beth rydyn ni wedi ei wneud o Ebrill 2018 i Mawrth 2019



**Dyma fersiwn hawdd ei ddeall o: Rhaglen Iechyd a Gofal Cymdeithasol
Bae'r Gorllewin Adroddiad Blynyddol 2018/19.**

Gorffennaf 2019

Sut i ddefnyddio'r ddogfen yma



Dyma fersiwn hawdd ei ddeall. Mae'r geiriau a beth maen nhw'n feddwl yn hawdd i'w darllen a'u deall.

Efallai y byddwch angen help a chefnogaeth i ddarllen a deall y ddogfen yma. Gofynnwch i rhywun rydych yn ei adnabod i'ch helpu chi.

Efallai bod rhai geiriau yn anodd i'w deall. Mae'r rhain mewn **ysgrifen glas trwm** ac mae beth maen nhw'n feddwl yn cael ei esbonio yn y blwch o dan y gair.

Os ydy'r gair anodd yn cael ei ddefnyddio eto mae e mewn **ysgrifen glas normal**. Gallwch weld beth maen nhw'n feddwl ar dudalen 26.

Lle mae'r ddogfen yn dweud **ni**, mae hyn yn meddwl **Rhaglen Iechyd a Gofal Cymdeithasol Bae'r Gorllewin**. Am ragor o wybodaeth cysylltwch gyda:

E-bost: west.glamorgan@swansea.gov.uk

Ffôn: 01792 633805

Gwefan: www.westglamorgan.org.uk



Cafodd y ddogfen yma ei gwneud yn hawdd ei deall gan **Hawdd ei Ddeall Cymru** gan ddefnyddio **Photosymbols**.

Sut i ddefnyddio'r ddogfen yma.....	2
Am yr adroddiad yma.....	4
1. Pobl Hŷn.....	6
2. Plant a Phobl Ifanc.....	9
3 and 4. Iechyd Meddwl, Anabledd Dysgu ac Awtistiaeth.....	14
5. Gofalwyr.....	17
6. Pethau eraill sydd wedi digwydd.....	20
Geiriau anodd.....	26

Am yr adroddiad yma

Ni ydy **Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Bae'r Gorllewin**. Rydyn ni'n gweithio gyda'n gilydd ar wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol. Rydyn ni'n canolbwyntio ar:



- Pobl Hŷn



- Plant a Phobl Ifanc



- Pobl gyda phroblemau **Iechyd Meddwl**

Problemau **Iechyd Meddwl** ydy pan mae pobl angen help a chefnogaeth gyda'u meddyliau a'u teimladau.



- Pobl gydag Anabledd Dysgu ac **Awtistiaeth**

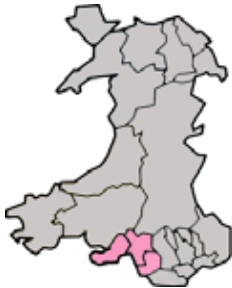
Efallai bod pobl gydag **Awtistiaeth** yn cael trafferth gyda rhai pethau. Fel cyfathrebu, bod gyda phobl eraill neu sut maen nhw'n meddwl ac yn teimlo am bethau.



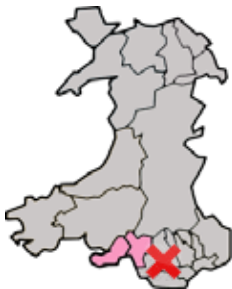
- Gofalwyr.



Mae'r adroddiad yma yn dweud beth rydyn ni wedi ei wneud ar gyfer y gwasanaethau yma rhwng Ebrill 2018 a Mawrth 2019. Mae'r adroddiad yma yn dweud beth ydy'r gwaith sydd wedi cael ei wneud yn:



- Pen-y-bont
- Castell-Nedd Port Talbot
- Abertawe.



Dyma'r tro olaf y byddwn ni yn ysgrifennu am Ben-y-bont. Oherwydd mae Pen-y-bont wedi newid ardaloedd Bwrdd Iechyd yn Ebrill 2019.



Rydyn ni eisiau gwneud yn siŵr ein bod yn cynnwys pobl yn fwy. Mae gennym ni bobl sydd yn defnyddio ein gwasanaethau ar ein Bwrdd. Mae gennym ni ofalwyr hefyd.

Ac rydyn ni wedi ffurfio 2 o grwpiau i gael pobl i gymryd mwy o ran:



1. Panel Dinasyddion Rhanbarthol Bae'r Gorllewin.

Nod y grŵp yma ydy rhoi cyfle i bawb sydd yn byw yn ein hardal i gael dweud beth maen nhw'n feddwl am ein gwasanaethau.



2. Grŵp Cydgynhyrchu Bae'r Gorllewin. Mae'r grŵp yma yn edrych ar sut mae pobl yn gallu cymryd mwy o ran yn y ffordd mae prosiectau'n cael eu rhedeg.

1. Pobl Hŷn

Eich Cartref, Eich Iechyd



Fe wnaethon ni gynnal digwyddiad o'r enw **Eich Cartref, Eich Iechyd** ym mis Hydref 2018.



Fe wnaeth y digwyddiad helpu staff i ddeall y problemau o gwmpas gofal cymdeithasol, iechyd a thai yn well. Roedd ar gyfer y bobl sydd gyda'r gwaith o gynllunio ac adeiladu tai.



Fe fydd sylwadau o'r digwyddiad yn ein helpu i ysgrifennu cynllun gweithredu ar gyfer tai.

Beth sydd yn bwysig i mi



Dyma ein cynllun a'n ffordd o weithio i ateb anghenion pobl hŷn. Mae ein gwaith ar hyn wedi meddwl:



- Mae pobl wedi cael cefnogaeth i aros yn annibynnol.



- Mae rhagor o ofal wedi cael ei roi i bobl yn eu cartrefi. Mae hyn yn meddwl aros am lai o amser yn yr ysbyty.



- Mae llai o bobl yn mynd i gartrefi gofal.



- Mae gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol wedi gweithio mwy gyda'i gilydd.

Dementia



Mae **Dementia** yn salwch difrifol sydd yn effeithio ar y cof a'r ymennydd. Mae'n gallu gwneud pobl yn ddryslyd.



Rydyn ni'n edrych ar ba wasanaethau newydd sydd eu hangen ar gyfer pobl gyda **dementia**. Fe fydd grŵp o bobl yn gweithio ar hyn.



Ym **Mawrth 2019** roedd yna ddigwyddiad am **dementia** yn Abertawe. Y nod oedd gwranddo ar farn pobl gyda **dementia** a gofalwyr. A'r bobl sydd yn gweithio mewn gwasanaethau **dementia**.

Arian



Roedd gennym ni dros £2 miliwn i'w wario ar wella ein gwasanaethau i bobl hŷn rhwng 2018 a 2019. Rydyn ni wedi defnyddio'r arian yma ar bethau fel:



- **Offer** i helpu pobl i fyw yn ddiogel yn eu cartrefi. Er enghraifft, gwelyau arbennig, seddi toiled uwch a chanllaw i afael ynddo.



- Newidiadau i gartrefi i helpu pobl i aros yn annibynnol.



- Gwneud **tai gwarchod** yn well. Tai ydy'r rhain ar gyfer grŵp o bobl.

2. Plant a Phobl Ifanc

Rhaglen Plant a Phobl Ifanc

Cynllun ydy hwn i'n helpu i:



- Cynllunio gwasanaethau yn ein hardal yn yr un ffordd.



- Cytuno ar ffordd o weithio ar gyfer plant a phobl ifanc.



- Edrych i weld os ydy gwasanaethau yn gweithio a darganfod y ffyrdd gorau o weithio.

MAPSS

MAPSS ydy **Gwasanaeth Cymorth Lleoliad Aml Asiantaeth**. Mae'r tîm yma yn ceisio gwneud yn siŵr bod plant mewn gofal yn hapus ac yn iach. Maen nhw'n gwneud yn siŵr bod:



- Plant yn cael lleoliadau da pan maen nhw'n mynd i ofal.



- Llai o blant yn mynd i ofal maeth neu i gartrefi plant.

Gofal maeth ydy pan nad ydy plentyn yn gallu derbyn gofal gan eu rhieni eu hunain. Felly maen nhw'n derbyn gofal gan rhywun arall am amser byr.



- Llai o blant yn cael eu **gwahardd** o'r ysgol.

Mae **gwahardd** yn meddwl nad ydyn nhw'n cael mynd i'r ysgol am rhyw reswm. Fel arfer oherwydd problemau ymddygiad.



- Llai o blant sydd angen gofal yn cael eu hanfon i fyw mewn ardal wahanol.



- Gofalwyr **maeth** gyda'r sgiliau gorau.

Rhwng 2018 a 2019:



- Cafodd 96 o blant eu cyfeirio i **MAPSS**. Cafodd 58 o'r rhain gefnogaeth gan wasanaethau fel gwaith cymdeithasol. Doedd 10 o blant ddim angen y gwasanaeth ddim mwy. Ac roedd 8 o blant yn aros am y gwasanaeth.



- Roedd yna gynnydd bychan yn y nifer o blant oedd angen mynd i ofal.



- Fe wnaeth 2 o bobl ifanc symud yn ôl i fyw gyda'u teuluoedd.



- Fe wnaeth llawer o blant ddarganfod gofal **maeth** tymor hir.



- Roedd bron yr holl blant oedd yn cael gwasanaethau yn gallu parhau i fynd i'w hysgol.



- Roedd y rhan fwyaf o'r gweithwyr cymdeithasol yn dweud bod lleoliadau plant yn well.

Plant sydd angen gwasanaethau Iechyd Meddwl



Mae **Gwasanaeth Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed** yn cael ei alw yn **CAMHS**.



Yn y gorffennol mae plant a phobl ifanc wedi gorfod aros am amser hir i gael **CAMHS**. Rydyn ni wedi gweithio i wella hyn.



Yr amser aros nawr ydy 1 i 2 wythnos i'r rhan fwyaf o blant sydd ddim angen help ar frys.



Rydyn ni'n edrych ar wella sut mae plant yn cael eu cyfeirio at y gwasanaeth yma.

Rydyn ni wedi defnyddio arian i:

- Rhoi cefnogaeth ychwanegol yn gynnar i blant.
- Gwellu'r adeiladau lle mae'r gwasanaethau hynny yn cael eu cynnal.



Help i blant sydd â phroblemau gyda datblygiad yr ymennydd



Enw'r gwasanaeth yma ydy **Gwasanaeth niwroddatblygiadol**. Mae e nawr yn fwy ac mae rhagor o staff yn gweithio ar y gwasanaeth yma.



Fe gafodd 348 o blant eu gweld am broblemau gyda datblygiad yr ymennydd.



Ond dydy pobl ddim wedi cael eu gweld mor gyflym ag roedden ni wedi bwriadu. Y rheswm am hynny ydy bod y gwasanaeth wedi bod yn brysur iawn.



Mae cynllun i helpu gyda hyn yn cael ei roi yn ei le.

Arian



Roedd gennym ni £700 mil i'w wario ar wasanaethau Plant a Phobl Ifanc.

3 and 4. Iechyd Meddwl, Anabledd Dysgu ac Awtistiaeth



Mae gennym ni wasanaeth newydd ar gyfer **Awtistiaeth** o'r enw y **Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig**. Fe wnaeth gychwyn yn ein hardal ni yn Ebrill 2019.



Mae'r gwasanaeth yma yn cefnogi oedolion gydag **Awtistiaeth** sydd hefyd efallai gydag anableddau dysgu, ac/neu broblemau **Iechyd Meddwl**.



Mae'r gwasanaeth hefyd yn cefnogi gofalwyr pobl gydag **Awtistiaeth**.



Mae'r gwasanaeth hefyd yn rhoi hyfforddiant a chynngor i gyrff eraill.



Mae grŵp wedi cael ei ffurfio i edrych ar waith y gwasanaeth yma.



Mae llawer o waith wedi cael ei wneud i gael barn pobl am y gwasanaeth yma. Mae rhagor o ddigwyddiadau yn mynd i gael eu cynnal.

Comisiynu ar gyfer y Rhaglen Anghenion Cymhleth



Nod y gwaith yma ydy gwneud yn siŵr bod yr holl wasanaethau yn dda ar draws yr ardal. A bod pawb yn gweithio gyda'i gilydd i helpu i wneud i hyn ddigwydd.



Rhaid rhoi'r person yn gyntaf bob amser. A rhaid eu cefnogi i gael y bywyd gorau.



Mae pobl yn cael asesiad. Mae'n cael ei alw yn **Asesiad yn Canolbwynto ar Ganlyniad**. Mae hyn yn meddwl edrych ar nodau cyflawni.



Mae yna wasanaeth i helpu i ddarganfod lleoliadau i bobl a gwasanaethau i ateb eu hanghenion.



Weithiau mae'n rhaid i bobl gydag Anabledd Dysgu fyw i ffwrdd.



Efallai oherwydd nad oedd y cartref cywir ar gael yn lleol i ateb eu hanghenion.



Mae'n well i rhywun gael eu **tenantiaeth** eu hun a cael cefnogaeth gan y gymuned. A defnyddio gwasanaethau lleol.

Tenantiaeth ydy cytundeb mewn ysgrifen rhwng y person sydd yn berchen ar y tŷ a'r person sydd yn byw ynddo.

5. Gofalwyr

Gofalwyr mewn ysbyty



Mae llawer o ofalwyr wedi cael cefnogaeth a gwybodaeth pan maen nhw'n gofalu am rhywun sydd yn yr ysbyty.



Mae cefnogaeth wedi cael ei roi hefyd i staff ysbyty i ddysgu am ofalwyr.

Gofalwyr mewn lleoedd iechyd eraill



Mae pob meddygfa mewn cysylltiad gyda'u gwasanaeth gofalwyr lleol.



Maen nhw'n cael gwybodaeth a chyngor am ofalwyr.



Os ydy meddygfa yn dilyn rhai rheolau maen nhw'n gallu cael gwobr. Enw'r wobwr ydy **Gwobr Cyfeillgar i Ofalwyr**.

Gofalwyr ifanc mewn ysgolion



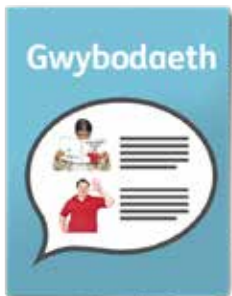
Mae yna brosiectau i gefnogi gofalwyr ifanc.



Maen nhw'n cael gwybodaeth a chynghor. Ac maen nhw'n cael gwybod am wasanaethau sydd yn gallu bod o help iddyn nhw.



Mae ysgolion a cholegau hefyd yn cael cefnogaeth i ddeall gofalwyr ifanc yn well.



Gwybodaeth a chefnogaeth i ofalwyr

Mae gwybodaeth i ofalwyr wedi cael ei ddiweddarau. Mae yna lyfryn hefyd i ofalwyr ifanc yn Gymraeg ac yn Saesneg.



Mae yna lawer o wasanaethau i ofalwyr ar draws ein hardal. Mae gan y ganolfan i ofalwyr ym Mhen-y-bont aelod o'r staff sydd yn rhoi cyngor am fudd-daliadau.



Yng Nghastell-nedd Port Talbot maen nhw wedi newid y ffordd maen nhw'n gweithio fel nad ydy gofalwyr yn gorfod aros mor hir am gefnogaeth. Mae gofalwyr yn dweud bod eu llesiant wedi gwella yno.



Fe wnaeth Abertawe agor lle y mae gofalwyr yn gallu mynd i siarad gyda phobl. Caffi o'r enw **Cwtch Gofalwyr** ydy e.



Mae Abertawe hefyd wedi rhoi swydd o'r enw **Swyddog Cyfathrebu a Gwybodaeth** i rhywun i helpu gofalwyr.



Mae gwaith wedi cael ei wneud i helpu rhagor o ofalwyr. Er enghraifft, gofalwyr gyda phroblemau **Iechyd Meddwl**. A gofalwyr sydd wedi dod o wlad arall.



Fe fydd gwaith yn cael ei wneud y flwyddyn yma i gynllunio sut i roi mwy o gefnogaeth i ofalwyr.

6. Pethau eraill sydd wedi digwydd

Gwasanaeth Integredig Cymorth i Deuluoedd



Mae'r gwasanaeth yma wedi bod yn gweithio gyda theuluoedd sydd gyda problemau **camddefnyddio sylweddau** ers 2013.

Camddefnyddio sylweddau ydy cymryd cyffuriau neu yfed gormod o alcohol.



Fe gafodd mwy o bobl gefnogaeth nag oedd y gwasanaeth wedi ei gynllunio.



Roedd y rhan fwyaf o deuluoedd angen cefnogaeth gyda cham-drin alcohol.



Mae llawer o'r staff sydd yn gweithio mewn iechyd a gofal cymdeithasol wedi cael hyfforddiant i gefnogi pobl sydd â phroblemau **camddefnyddio sylweddau**.

System Wybodaeth Gofal Cymunedol Cymru (WCCIS)



System gyfrifiadur ydy hon ar gyfer staff. Mae'n helpu staff i ddefnyddio gwybodaeth a chefnogi pobl yn y ffyrdd gorau.



Mae mwy o staff yn defnyddio'r system yma. Mae'n helpu staff mewn cyrff gwahanol i rannu gwybodaeth bwysig.

Fforwm Gwerth Cymdeithasol Bae'r Gorllewin



Grŵp ydy hwn o bobl o'r gymuned, elusennau a chyrff eraill.



Mae'r grŵp yn helpu i gefnogi cyrff sydd yn gwneud gwaith da.



Maen nhw'n edrych ar sut i wneud cymunedau yn gryfach.



Maen nhw'n edrych ar sut i wneud iechyd a llesiant yn well.



Ac maen nhw'n edrych ar sut rydyn ni'n gallu gweithio gyda'n gilydd.

Staff



Mae gennym ni berson newydd gyda'r gwaith o gefnogi a rhoi gwybodaeth i staff mewn iechyd a gofal cymdeithasol.



Rhaid i rai gweithwyr gofal gael hyfforddiant i wneud yn siŵr eu bod nhw'n gallu gwneud eu gwaith yn dda.



Rhaid i gyrff sydd yn rhoi gwasanaethau gofal ddilyn rheolau er mwyn iddyn nhw gael eu rhedeg nhw.



Mae rhai o'r rheolau yma wedi newid. Mae staff wedi cael cefnogaeth i ddeall y newidiadau. Ac i wneud yn siŵr eu bod nhw i gyd yn gweithio yn yr un ffordd.



Mae rhagor o waith wedi cael ei wneud i helpu i ddarganfod staff da. Ac i'w helpu nhw i aros yn eu swyddi.



Cyfeirlyfr Dewisiadau Gofal

Mae canllaw wedi cael ei wneud i roi gwybodaeth i bobl am wasanaethau gofal.



Fe wnaeth Bae'r Gorllewin argraffu llawer o gopiau a'u rhoi nhw mewn lleoedd fel adeiladau cyngor ac ysbytai. Mae ar gael ar-lein hefyd.

Swyddog Cyfathrebiadau ac Ymgysylltu



Mae'r swyddog yma wedi gwneud llawer o waith fel:

- Gwneud cylchlythyr yn Gymraeg ac yn Saesneg.



- Rheoli'r wefan i **Raglen Iechyd a Gofal Cymdeithasol Bae'r Gorllewin**.



- Siarad gyda chyrff am y gwaith sydd yn cael ei wneud.



Pen-y-bont

Mae llawer o waith wedi cael ei wneud i gynllunio ar gyfer pan fydd Pen-y-bont yn newid ardal Bwrdd Iechyd. Fe fydd y gwaith yma yn parhau ac fe fydd yn cymryd amser.

Nodau i Orllewin Morgannwg



- Fe fyddwn yn ceisio gwella iechyd a llesiant pobl drwy wasanaethau gwell.



- Fe fyddwn ni'n ceisio cynnwys pobl mewn gwasanaethau cynllunio.



- Fe fyddwn ni'n ceisio cefnogi pobl yn fwy cynnar. A rhoi'r gefnogaeth maen nhw ei angen i bobl.



- Fe fydd cyrff yn gweithio gyda'i gilydd mwy ac yn rhannu pethau fel offer.



- Fe fyddwn ni'n rheoli beth rydyn ni'n ei wneud mewn ffordd mwy syml.

Pobl sydd yn byw yng Ngorllewin Morgannwg



Fe fydd gan bobl fwy o gyfle i gael dweud beth maen nhw'n ei feddwl am wasanaethau.



Fe fydd pobl yn cael y cyfle i eistedd ar grwpiau fel bod nhw'n gallu dweud beth maen nhw'n ei feddwl am wahanol faterion.

Geiriau anodd

Awtistiaeth

Efallai bod pobl gydag Awstistiaeth yn cael trafferth gyda rhai pethau. Fel cyfathrebu, bod gyda phobl eraill neu sut maen nhw'n meddwl a theimlo am bethau.

Camddefnyddio sylweddau

Mae camddefnyddio sylweddau yn meddwl cymryd cyffuriau neu yfed gormod o alcohol.

Dementia

Mae Dementia yn salwch difrifol sydd yn effeithio ar y cof a'r ymennydd. Mae'n gallu gwneud pobl yn ddryslyd.

Gwahardd

Mae gwahardd yn meddwl nad ydyn nhw'n cael mynd yn ôl i'r ysgol am rhyw reswm. Fel arfer oherwydd problemau ymddygiad.

Iechyd Meddwl

Problemau Iechyd Meddwl ydy pan mae pobl angen help a chefnogaeth gyda'u meddyliau a'u teimladau.

Maeth

Gofal maeth ydy pan mae plentyn yn gorfod gadael eu teuluoedd a byw gyda theulu arall.

Tenantiaeth

Tenantiaeth ydy cytundeb mewn ysgrifen rhwng y person sydd yn berchen ar y tŷ a'r person sydd yn byw ynddo.