Agenda - Y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon

Lleoliad:

Ystafell Bwyllgora 2 - Y Senedd

Dyddiad: Dydd Mercher, 9 Mai 2018

Amser: 09.15

I gael rhagor o wybodaeth cysylltwch a:

Claire Morris

Clerc y Pwyllgor

0300 200 6355

SeneddIechyd@cynulliad.cymru

Rhag-gyfarfod anffurfiol (09.15 - 09.30)

1 Cyflwyniad, ymddiheuriadau, dirprwyon a datgan buddiannau

(09.30)

2 Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru: Craffu ar yr Adroddiad Etifeddiaeth

(09.30 - 10.30) (Tudalennau 1 - 106)

Sarah Rochira, Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Briff Ymchwil

Papur 1 - Adroddiad Etifeddiaeth (Sbarduno Newid i Bobl Hyn)

Papur 2 - Adroddiad Effaith a Chyrhaeddiad 2017-18

3 Cynnig o dan Reol Sefydlog 17.42 i benderfynu gwahardd y cyhoedd o weddill y cyfarfod

(10.30)

4 Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru: Craffu ar yr Adroddiad Etifeddiaeth: trafod y dystiolaeth

(10.30 - 10.40)

5 Blaenraglen Waith

(10.40 - 11.30) (Tudalennau 107 - 118)

Papur 3

Eitem 2

Mae cyfyngiadau ar y ddogfen hon

Older People's Commissioner for Wales
Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Sbarduno Newid i Bobl Hŷn

Effaith a Chyrhaeddiad 2012-18

Llais ac eiriolwr annibynnol ar gyfer pobl hŷn

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Mae Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru yn llais ac yn eiriolwr annibynnol ar gyfer pobl hŷn ledled Cymru. Mae'r Comisiynydd a'i thîm yn gweithio i sicrhau bod gan bobl hŷn lais sy'n cael ei glywed, eu bod yn cael dewis a bod ganddynt reolaeth, nad ydynt yn teimlo'n unig nac yn dioddef gwahaniaethu a'u bod yn derbyn y cymorth a'r gwasanaethau sydd eu hangen arnynt.

Mae'r Comisiynydd a'i thîm yn gweithio i sicrhau bod Cymru'n lle da i heneiddio ynddo, nid i rai pobl yn unig ond i bawb.

Sut i gysylltu â'r Comisiynydd:

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Adeiladau Cambrian
Sgwâr Mount Stuart
Caerdydd
CF10 5FL

Ffôn: 03442 640670
E-bost: gofyn@olderpeoplewales.com
Gwefan: www.olderpeoplewales.com

Trydar: @comisiwnphcymru

Fformatau Hygyrch

Os hoffech dderbyn y cyhoeddiad hwn mewn fformat arall ac/neu iaith arall, cysylltwch â ni. Mae pob un o'n cyhoeddiadau hefyd ar gael i'w lawrlwytho a'u harchebu mewn nifer o fformatau gwahanol oddi ar ein gwefan.

Cynnwys

Rhagair	04
Bywyd ac iddo werth, ystyr a phwrpas	06
Ymestyn allan a gwrando ar bobl hŷn ledled Cymru	08
Gwella ansawdd iechyd a gofal cymdeithasol, a sicrhau eu bod ar gael yn rhwyddach	13
Sefyll yn gefn i bobl hŷn y mae perygl y gallent gael niwed a sicrhau y cânt eu diogelu a'u hamddiffyn	27
Mynd i'r afael â rhagfarn a gwahaniaethu	35
Diogelu a gwella gwasanaethau, cyfleusterau a seilwaith cymunedol	41
Sicrhau bod lles pobl hŷn wrth wraidd gwasanaethau cyhoeddus	47
Heneiddio'n Dda yng Nghymru	52
Dylanwadu ar bolisi, deddfwriaeth ac ymarfer	56
Edrych Tua'r Dyfodol	59

Rhagair

Rydw i'n aml yn methu â chredu fy mod wedi cymryd swydd Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru chwe blynedd yn ôl, ym mis Mehefin 2012. Mae'r blynyddoedd wedi hedfan ac rydw i wedi bod yn falch o sefyll a siarad ar ran pobl hŷn drwy Gymru fel eu llais a'u heiriolwr annibynnol.

Yn ystod y chwe blynedd ddiwethaf, rydw i wedi cwrdd a siarad â miloedd o bobl hŷn drwy Gymru, sydd wedi rhannu cymaint mor hael gyda mi ynglŷn â'u bywydau, eu profiadau a'u gobeithion ar gyfer y dyfodol.

Mae lleisiau pobl hŷn, yn eu holl amrywiaeth, wedi arwain a llunio amrediad eang o waith rydw i wedi'i wneud fel Comisiynydd yn ystod y chwe blynedd ddiwethaf, sydd wedi cael ei amlinellu yn yr Adroddiad Etifeddol hwn, sy'n cael ei gyhoeddi ochr yn ochr â'm Hadroddiad Effaith a Chyrhaeddiad.

Pan gymerais y swydd fel Comisiynydd, roeddwn i'n bendant bod y ddadl ynglŷn â'r problemau sy'n effeithio ar bobl hŷn yn rhy aml yn cael eu llunio yn anghywir. Roedd ychydig iawn o ganolbwyntio ar ansawdd bywyd, llesiant a chanlyniadau, nid oedd hawliau pobl hŷn yn cael eu hystyried drwy bolisi a gwneuthurwyr penderfyniadau, ac nid oedd problemau sy'n effeithio ar bobl hŷn sydd y tu allan i iechyd a gofal cymdeithasol yn aml yn cael eu gweld fel blaenoriaeth, er gwaethaf eu pwysigrwydd hanfodol.

Ymhellach, roedd pobl hŷn yn cael eu gweld yn rhy aml fel grŵp homogenaidd, grŵp ar wahân a oedd yn cael ei eithrio o'r gymdeithas, gyda delweddau ac iaith negyddol a oedd yn cael eu defnyddio yn gyffredin a oedd yn atgyfnerthu stereoteipiau a thybiaethau, yn arbennig felly'r rhai hynny ynghylch eiddilwch, dirywiad a dibyniaeth.

O ganlyniad i'm gwaith dros y chwe blynedd ddiwethaf, a gwaith diflino llawer o bobl eraill drwy Gymru i wella bywydau pobl hŷn, bu newid sylweddol mewn polisi,

deddfwriaeth, rheoliadau ac ymarfer yn seiliedig ar ddarparu dull sy'n canolbwyntio fwy ar yr unigolyn, ar ganlyniadau ac yn un ataliol.

Wrth gwrs, mae hyn i'w groesawu, ond nid oes unrhyw le i fod yn hunanfodlon ac mae llawer eto i'w wneud. Mae llawer o'r problemau a wynebir gan bobl hŷn yr wyf i wedi tynnu sylw atyn nhw ac wedi adrodd amdanyn nhw yn ystod fy nghyfnod fel Comisiynydd wedi datblygu dros gyfnodau sylweddol o amser ac maen nhw angen gwaith sylweddol a pharhaus i'w datrys. Dyna pam mae gwaith dilynol a monitro a chraffu parhaus ynglŷn â pholisi ac ymarfer yn hanfodol ac mae wedi bod yn rhan allweddol o'm gwaith. Mewn maes o flaenoriaethau a heriau sy'n cystadlu â'i gilydd, mae'n hanfodol fod yr addunedau a'r ymrwymiadau a wnaed gan gyrff cyhoeddus i weithredu a chyflawni newid, yn cael eu gwireddu ar gyfer pobl hŷn.

Bu'n wir fraint i fod yn Gomisiynydd Pobl Hŷn Cymru yn ystod y chwe blynedd ddiwethaf, amser lle bu llawer o newid cadarnhaol i bobl hŷn. Hoffwn ddiolch i'm tîm, y rhanddeiliaid rydw i wedi gweithio gyda nhw, ac yn bwysicaf oll, y bobl hŷn drwy Gymru sydd wedi fy nghefnogi i a'm gwaith i wneud Cymru yn le da i heneiddio, nid ar gyfer rhai yn unig ond i bawb.

Sarah Rochira

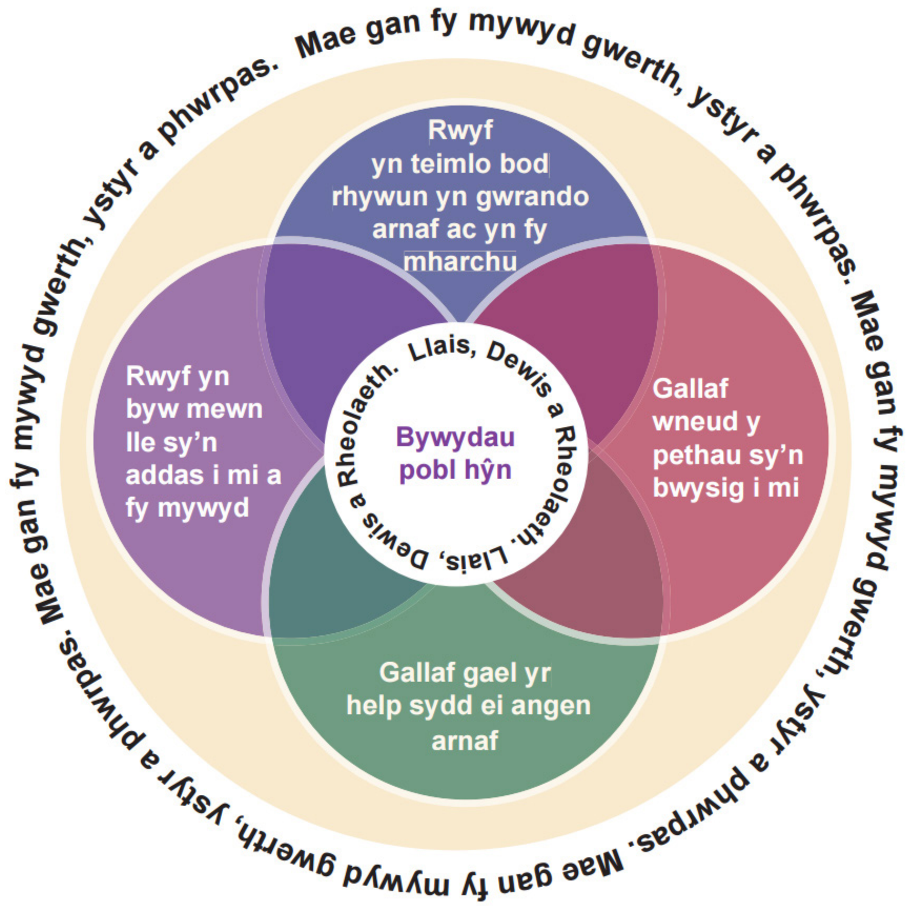
Sarah Rochira
Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Bywyd ac iddo werth, ystyr a phwrpas

Pan ddechreuais fy swydd fel Comisiynydd ym mis Mehefin 2012, dywedais yn glir y byddai lleisiau pobl hŷn yn gwbl ganolog i'm gwaith ac yn llywio fy mlaenoriaethau.

Dechreuais raglen eang o feithrin cyswllt â phobl hŷn ledled Cymru, er mwyn cael cwrdd â nhw a siarad â nhw nid yn unig mewn sefyllfaoedd ffurfiol, megis cyfarfodydd Fforwm 50+, ond yn y lleoedd y maent yn mynd iddynt a lle y maent yn byw eu bywydau, megis clybiau cymdeithasol, canolfannau dydd, grwpiau gofalwyr, caffis dementia, digwyddiadau cymunedol, cartrefi gofal a chynlluniau tai ychwanegol.

Wrth ystyried yr hyn yr oedd pobl hŷn wedi'i ddweud wrthyf am eu profiadau o heneiddio – y da a'r drwg – daeth yn amlwg mai prin yr oeddent yn sôn am y gwasanaethau neu'r systemau, ond yn hytrach eu bod yn sôn am bwysigrwydd bod yn ddiogel, bod mor iach ac mor annibynnol â phosib, a byw bywydau ac iddynt werth, ystyr a phwrpas. Dyma'r ffactorau y mae pobl hŷn yn teimlo sy'n pennu a yw ansawdd eu bywyd yn dda a dyna sail fy model Ansawdd Bywyd:



Gan ddefnyddio fy Model Ansawdd Bywyd, ynghyd â gwybodaeth a gasglwyd drwy fy Nhîm Gwaith Achos a rhanddeiliaid sy'n gweithio gyda phobl hŷn a thros bobl hŷn, lluniais bum blaenoriaeth allweddol, a gyhoeddwyd yn fy Fframwaith Gweithredu, a fyddai wrth wraidd fy ngwaith fel Comisiynydd:

- Gwella ansawdd iechyd a gofal cymdeithasol, a sicrhau eu bod ar gael yn rhwyddach
- Sefyll yn gefn i bobl hŷn y mae perygl y gallent gael niwed a sicrhau y cânt eu diogelu a'u hamddiffyn
- Mynd i'r afael â rhagfarn, anghydraddoldeb a gwahaniaethu
- Diogelu a gwella gwasanaethau, cyfleusterau a seilwaith cymunedol
- Sicrhau bod lles pobl hŷn wrth wraidd gwasanaethau cyhoeddus

Defnyddiwyd y blaenoriaethau hyn i ddatblygu fy rhaglenni gwaith a gyhoeddwyd yn flynyddol, a oedd yn amlinellu'r gwaith y byddwn yn ei wneud bob blwyddyn fel Comisiynydd i sbarduno newid a gwelliannau ar ran pobl hŷn ar hyd a lled Cymru.

Ymestyn allan a gwrando ar bobl hŷn ledled Cymru

Sioe Deithiol Ymgysylltu

Mae estyn allan a gwrando ar bobl hŷn ledled Cymru drwy fy sioe deithiol ymgysylltu yn rhan hanfodol o'm gwaith fel Comisiynydd. Mae hyn nid yn unig yn caniatáu i mi rannu gwybodaeth am fy swyddogaeth a'r ffyrdd y gallaf gynnig cymorth a chefnogaeth i bobl hŷn, ond mae hefyd, ac yr un mor bwysig, yn caniatáu i mi glywed yn uniongyrchol gan bobl hŷn am y pethau sy'n bwysig iddynt a'r heriau y maent yn eu hwynebu, sy'n hanfodol er mwyn llywio fy ngwaith a sicrhau bod eu lleisiau'n gwbl ganolog i bopeth rwy'n ei wneud.

Ers 2012, mae fy nhîm a minnau wedi cwrdd â dros 1,000 o grwpiau, gan feithrin cyswllt â thros 28,000 o bobl hŷn mewn sefyllfaoedd megis clybiau cymdeithasol, canolfannau dydd, grwpiau cymorth, caffis dementia, cartrefi gofal, lleoliadau tai gofal ychwanegol, cyfarfodydd fforymau a diwrnodau gwybodaeth. Yn ystod y cyfnod hwn, teithiodd fy nhîm a minnau dros 100,000 o filltiroedd i estyn allan a meithrin cyswllt â phobl hŷn ledled Cymru – mae hynny'n gyfystyr â theithio bedair gwaith o amgylch y byd.

Wrth gynllunio fy ngwaith i feithrin cyswllt â phobl hŷn, fe wnes i'n siŵr fy mod yn cwrdd â phobl hŷn yn eu holl amrywiaeth, gan gofnodi lleisiau pobl nad ydynt yn cael eu clywed yn aml. Mae hyn yn hanfodol er mwyn sicrhau bod profiadau pobl hŷn o amryw helaeth o gefndiroedd yn cael eu hadlewyrchu bob amser ac yn llywio fy ngwaith. Er mwyn cynorthwyo yn hyn o beth, rwyf wedi gweithio gydag ystod o sefydliadau sy'n gweithio ar ran pobl â nodweddion gwarchodedig, gan gynnwys Race Equality First, Diverse Cymru, Pobl yn Gyntaf, Rhwydwaith Grymuso a Chyswllt Dementia (DEEP), Rhwydwaith Cydraddoldeb Rhanbarthol Gogledd Cymru, Men's Sheds, Action on Hearing Loss, Mind Cymru a Parkinsons UK.

Yn ogystal, er mwyn sicrhau bod y rhai sy'n llunio polisïau ac yn gwneud penderfyniadau'n clywed yn uniongyrchol gan bobl hŷn ynglŷn â'u profiadau a'r heriau a all ddod yn sgil heneiddio, rwyf wedi trefnu llawer o ymweliadau ar y cyd ag Aelodau Cynulliad, Aelodau Seneddol, Arweinwyr Cynghorau a Chynghorwyr ar hyd a lled Cymru ers 2012. Mae'r ymweliadau hyn wedi bod yn gyfle i bobl hŷn i sicrhau bod eu lleisiau'n cael eu clywed, trafod materion sy'n bwysig iddynt ac awgrymu ffyrdd o wneud gwelliannau i'r gwasanaethau y maent yn aml yn dibynnu arnynt.

Cyswllt Ehangach

Yn ogystal â'm sioe deithiol ymgysylltu, rwyf hefyd wedi gweithio gyda sefydliadau ffurfiol sy'n cynrychioli pobl hŷn a'u buddiannau, megis Confensiwn Cenedlaethol y Pensiynwyr, Cymru Fywiog, Cynghrair Pobl Hŷn Cymru a Fforwm Cynghori'r Gweinidog ar Heneiddio, yn ogystal â fforymau pobl hŷn 50+ ledled Cymru.

Rwyf hefyd wedi gweithio gydag ystod eang o gyrff cyhoeddus yng Nghymru, gan gynnwys Byrddau Iechyd, Awdurdodau Lleol, Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus, Swyddfa Archwilio Cymru, Iechyd Cyhoeddus Cymru a Safonau Masnach Cenedlaethol, yn ogystal â sefydliadau'r trydydd sector a darparwyr cartrefi gofal annibynnol, gan gyflwyno'r prif areithiau mewn cynadleddau a digwyddiadau, a chwrdd ag unigolion allweddol yn y sefydliadau hyn.

Yn ogystal â sicrhau bod gan bobl fwy o wybodaeth a dealltwriaeth ynglŷn â'r heriau y mae pobl hŷn yng Nghymru'n eu hwynebu, y materion sy'n effeithio ar eu bywydau, a'u profiadau wrth heneiddio, mae'r gwaith hwn hefyd yn fy ngalluogi i hybu arfer da a chanfod cyfleoedd i gydweithio er mwyn sbarduno newidiadau ar ran pobl hŷn a gwella'u bywydau.

Cymorth gwaith achos i unigolion

Mae fy mhwerau o dan Ddeddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru) 2006 yn fy ngalluogi i ddarparu cymorth a chefnogaeth uniongyrchol i bobl hŷn, sy'n cael ei wneud gan fy nhîm Gwaith Achos pwrpasol.

Mae pobl hŷn a'u teuluoedd o bob cwr o Gymru yn cysylltu â mi pan fydd angen cymorth arnynt i herio prosesau penderfynu ac arferion gweithio cyrff cyhoeddus, pan fyddant yn teimlo nad yw eu lleisiau'n cael eu clywed, a hynny'n aml yn yr amgylchiadau mwyaf anodd a thrallodus. Mae fy Nhîm Gwaith Achos yn cynnig gwybodaeth, cyngor ac arweiniad i negodi polisïau, prosesau a fframweithiau cymhleth, gan ymyrryd ar eu rhan pan fydd angen (ar ôl iddynt roi eu caniatâd).

Rhoddodd fy Nhîm Gwaith Achos gyngor a chefnogaeth i miloedd o bobl hŷn a'u teuluoedd ledled Cymru yn ystod 2012-18 gyda llawer ohonynt yn rhai cymhleth a maith, yn enwedig os oedd ystyriaethau diogelu ac amddiffyn yn gysylltiedig â hwy.

Mae pobl yn cysylltu â mi ynglŷn â phobl math o faterion, gan gynnwys triniaeth a gofal mewn ysbytai a lleoliadau gofal preswyl, materion ariannol fel anghydfodau cyllido ar draws sefydliadau; ffioedd anghywir yn cael eu codi; neu hawliadau ariannol heb eu talu; problemau tai sy'n amrywio o addasiadau i'r cartref, diogelwch yn y cartref, troi allan a chyplau'n cael eu gwahanu; penderfyniadau budd pennaf ar bob math o faterion; amseroedd aros am wasanaethau; cam-drin domestig a diogelu, a methiant i erlyn.

Mae pawb sy'n cysylltu â mi yn unigryw, ac mae hynny'n wir hefyd am eu hanghenion a'u hamgylchiadau ac mae'r dull y byddaf yn ei fabwysiadu wrth gynnig cymorth iddynt trwy fy nhîm gwaith achos yn adlewyrchu hyn.

Fodd bynnag, er bod y materion y mae pobl yn cysylltu â mi yn eu cylch yn unigryw, maent yn aml wedi'u hategu gan nifer o themâu trawsbynciol, cyffredin a all greu problemau ac anawsterau i bobl hŷn:

- Gall polisïau a gweithdrefnau cyrff cyhoeddus fod yn gymhleth ac yn her i bobl sy'n anghyfarwydd â hwy, ac yn aml gall hynny ychwanegu at y straen a'r pryder maent yn ei deimlo. Gall prosesau haearnaidd a diffyg gweithio integredig greu rhwystrau rhag sicrhau'r canlyniad dymunol a gwneud i bobl deimlo bod y polisïau wedi'u llunio i fod o fudd i sefydliadau, ac nid i unigolion. Nid yw bywyd fel arfer yn dilyn llwybr disgwyliedig a dywed pobl hŷn wrthyf nad yw prosesau a gweithdrefnau sefydliadol yn eglur nac yn dryloyw, a bod problemau a all ac a ddylai gael eu datrys yn gyflym yn mynd ymlaen ac ymlaen am amser annerbyniol o hir.

- Yn aml mae cyfathrebu'n aneffeithiol ac mae ymgynghoriadau'n aml yn teimlo'n bethau diystyr, sy'n gwneud i unigolion deimlo nad oes ganddynt lais a'u bod yn cael eu hanwybyddu.

- Nid yw cyrff cyhoeddus a phenderfynwyr yn aml yn deall effaith y penderfyniadau a wneir ganddynt, y ffordd mae penderfyniadau'n cael eu gwneud a'r effaith y byddant yn ei chael ar fywydau pobl, yn enwedig bod sut mae penderfyniadau'n cael eu gwneud yn gallu gwneud i unigolion golli eu hymdeimlad o hunaniaeth a hunan werth. Yn rhy aml hefyd y dywed pobl hŷn wrthym nad ydynt yn cael eu trin fel partneriaid cyfartal, eu bod yn cael eu cau allan o brosesau penderfynu, bod eu cysylltiadau â chyrff yn gyfyngedig ac nad yw'n amserol a'u bod yn teimlo fel bod drws yn cael ei gau yn eu hwynebau. Maent yn teimlo hefyd nad yw eu safbwyntiau hwy'n cael ystyriaeth ddigonol yn y broses benderfynu. Mae materion sy'n cael eu gweld fel rhai pwysig gan bobl hŷn neu eu teuluoedd yn aml yn cael eu diystyru bron gan weithwyr proffesiynol ac o ganlyniad i hyn mae pobl hŷn yn aml yn profi rhwystredigaeth am nad ydynt yn cael eu cynnwys a'u parchu yn y broses.

- Nid oes fawr o ddealltwriaeth, na llawer o bwyslais ymarferol, ar hawliau dynol na dull sy'n seiliedig ar hawliau, er gwaethaf y dyletswyddau sydd ar gyrff cyhoeddus o dan Ddeddf Hawliau Dynol 1998 a Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014. Mae hyn yn aml yn arwain ar brosesau penderfynu gwael ac mae'n golygu bod pobl fregus mewn perygl o niwed. Rwyf wedi bod yn bendant o'r cychwyn bod deall a mabwysiadu'n llawn ddull sy'n seiliedig ar hawliau ac mewn ffordd briodol yn arwain at brosesau penderfynu gwell, gan eu bod yn atal niwed ac yn helpu i ddatrys anghydfodau. Mae gwadu hawl i fywyd teuluol, rhyddid i gymdeithasu, a rhyddid, yn ogystal â thriniaeth ddiraddiol ac annynol, i gyd i'w gweld yn fy ngwaith achos.

- Er bod y ffin yn gallu bod yn un denau rhwng gofal gwael a gofal troseddol, nid yw cyrff cyhoeddus yn ddigon cadarn bob amser o ran atgyfeirio achosion at yr heddlu ac, mewn rhai achosion, nid oes ganddynt ddigon o ddealltwriaeth o'r gyfraith droseddol. Er nad yw pobl hŷn am fynd ar ôl y mater hwn yn

awtomatig, nid ydym am iddo gael ei ddiystyru heb ystyriaeth briodol. Mae awydd cryf am gyfiawnder ac atebolrwydd yn aml i'w deimlo yn y materion hynny mae pobl hŷn yn eu codi â mi, ynghyd ag awydd i sicrhau nad yw eraill yn dioddef yr un dynged.

Wrth ystyried yr holl themâu a grybwyllwyd uchod, mae'n amlwg bod unigolion yn aml yn wynebu anghydbwysedd mawr o ran pŵer pan fyddant yn tynnu sylw at broblemau ac yn cwyno i gyrff cyhoeddus. Dyma un o'r rhesymol pam mae'r rôl eiriolydd yn un mor bwysig yn narpariaeth gwasanaethau cyhoeddus yng Nghymru. Rwyf wedi bod yn eglur o'r cychwyn am werth a phwysigrwydd buddsoddi mewn eiriolaeth annibynnol, sy'n rhoi mesurau diogelu annibynnol i bobl a all eu helpu i ddeall pa ddewisiadau sydd ar gael iddynt, i wneud penderfyniadau ac i fynegi eu profiadau, eu dymuniadau a'u teimladau wrth gyrff sy'n gwneud penderfyniadau, ac amddiffyn eu hawliau a chynrychioli eu buddiannau. Ni ddylid diystyru gwerth eiriolaeth annibynnol wrth ddiogelu pobl hŷn rhag niwed.

Hefyd, mae fy ngwaith achos, a'r themâu a nodir trwy'r gwaith hwn, yn dangos nad yw cyrff cyhoeddus yn aml yn dda iawn am ddysgu trwy eu camgymeriad neu drwy ddefnyddio lleisiau a phrofiadau pobl i ategu ac i ysgogi gwelliant parhaus i wasanaethau.

Mae'r materion a'r themâu sy'n cael eu hamlygu drwy fy ngwaith achos hefyd yn cael eu defnyddio fel sail i fy ngwaith ehangach a fy mlaenoriaethau fel Comisiynydd, ac maent yn fy ngalluogi i ddangos tystiolaeth gref i gyrff cyhoeddus o sut y mae angen i'w harferion gweithio newid i wella profiadau pobl hŷn, gan fy helpu yn fy ngwaith i ddylanwadu ar bolisi a'r ffyrdd o ddarparu gwasanaethau cyhoeddus ledled Cymru.

Gwella ansawdd iechyd a gofal cymdeithasol, a sicrhau eu bod ar gael yn rhwyddach

Adolygiad o Gartrefi Gofal

Wedi ymweld â chartrefi gofal ledled Cymru, rwyf wedi gweld drosof fy hun enghreifftiau lu o ofal rhagorol ac wedi cwrdd â llawer o staff ymroddedig.

Er hynny, rwy'n cydnabod hefyd fod amrywiadau annerbyniol yn ansawdd bywyd a gofal pobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal. Yn ystod 2013-14, derbyniais fwy a mwy o ohebiaeth hefyd ynghylch ansawdd bywyd a gofal pobl hŷn a oedd yn byw mewn cartrefi gofal.

Felly, ym mis Mai 2013, cyhoeddais y byddwn yn defnyddio fy mhwerau cyfreithiol, o dan Adran 3 Deddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru), i gynnal Adolygiad ffurfiol o ansawdd bywyd a gofal pobl hŷn mewn cartrefi gofal yng Nghymru, yr adolygiad mwyaf o'i fath erioed.

Casglu Tystiolaeth

Lansiais fy Adolygiad yn ffurfiol ym mis Hydref 2013 a galw ar bobl hŷn ledled Cymru, yn ogystal â'u ffrindiau a'u teuluoedd, i rannu eu profiadau o ofal preswyl a nyrsio.

Bûm yn gweithio gydag ystod eang o randdeiliaid, gan gynnwys grwpiau pobl hŷn a Fforymau 50+, i ddosbarthu holiadur manwl i gofnodi gwybodaeth ynghylch nifer o ffactorau, gan gynnwys iechyd corfforol a seicolegol, perthnasoedd cymdeithasol, amgylchedd cartrefi gofal ac ysbrydolrwydd. Cafwyd ymateb aruthrol i'r holiadur – daeth dros 2,000 o ymatebion i law, sy'n ddwywaith y targed gwreiddiol o 1,000.

Galwais am dystiolaeth hefyd gan y cyrff yr oeddwn yn eu hadolygu, yn ogystal â sefydliadau'r trydydd sector, cyrff proffesiynol ac arbenigwyr gofal cymdeithasol, i gasglu gwybodaeth ychwanegol ynglŷn â'r mecanweithiau a oedd ar waith i ddiogelu buddiannau pobl hŷn mewn cartrefi gofal ac i hybu ansawdd eu bywydau, ac unrhyw feysydd a oedd yn peri pryder penodol, ac i gofnodi enghreifftiau o arfer da.

Yn ogystal â chasglu'r dystiolaeth ysgrifenedig hon, cynhaliais gyfres o sesiynau tystiolaeth ffurfiol hefyd gyda chyrff cyhoeddus a rhanddeiliaid, ynghyd â chyfres o ddigwyddiadau meithrin cyswllt a grwpiau ffocws ledled Cymru i gofnodi profiadau teuluoedd pobl mewn cartrefi gofal a'r rhai a chanddynt nodweddion gwarchodedig, nad yw eu lleisiau'n cael eu clywed yn aml.

Er mwyn siarad yn uniongyrchol â phobl hŷn a chlywed drosof fy hun am ansawdd eu bywyd a'u gofal, a'u profiadau bob dydd o fyw mewn cartref gofal, cynhaliais gyfres eang o ymweliadau dirybudd â chartrefi gofal ledled Cymru, gan ymweld â chyfanswm o 101 o gartrefi.

Canfyddiadau'r Adolygiad

Roedd canfyddiadau fy Adolygiad, a gyhoeddwyd ym mis Tachwedd 2014, yn glir: er bod enghreifftiau rhagorol o ofal sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn mewn rhai rhannau o Gymru, roedd amrywiadau sylweddol a oedd yn golygu bod ansawdd bywyd gormod o bobl hŷn mewn cartrefi gofal yn annerbyniol. Roedd gormod o bobl hŷn mewn cartrefi gofal yn methu gwneud y pethau oedd yn bwysig iddynt mwyach, roeddent wedi colli pob dewis a rheolaeth ystyrlon dros eu bywydau, roedd eu hanghenion emosiynol wedi'u hesgeuluso ac nid oedd eu hawliau sylfaenol yn cael eu gwarchod.

Roedd fy nghanfyddiadau hefyd yn dangos yn aml nad oedd y gofal a oedd yn cael ei ddarparu mewn llawer o gartrefi gofal yn bodloni anghenion unigolion, a'i fod yn rhy aml yn canolbwyntio ar ddull seiliedig ar dasg benodol, yn cynnig un ateb addas i bawb, a oedd yn cael effaith negyddol ar ansawdd bywyd pobl hŷn.

Roedd adroddiad fy Adolygiad – Lle i'w Alw'n Gartref? – yn cynnwys cyfres o Anghenion Gweithredu, yn amlinellu'n glir y newid yr oedd ei angen ar draws ystod o feysydd, er mwyn gwella ansawdd bywyd a gofal mewn cartrefi gofal.

Roedd gofyn i'r cyrff cyhoeddus a'r darparwyr gofal a oedd yn rhan o fy Adolygiad ddarparu ymateb ysgrifenedig ymhen tri mis, yn rhoi manylion y camau y byddent yn eu cymryd i fodloni fy ngofynion. Wrth ddadansoddi'r ymatebion hyn, roedd fy nhîm a minnau'n chwilio am dystiolaeth glir y byddai'r camau gweithredu a oedd ar waith neu yn yr arfaeth yn sicrhau newid hirdymor i bobl hŷn mewn cartrefi gofal yng Nghymru, gydag ansawdd bywyd yn ganolog i system y cartrefi gofal.

Roedd ymatebion y Byrddau Iechyd a'r Awdurdodau Lleol yn amlinellu'r camau y byddent yn eu cymryd i gyflawni'r canlyniadau angenrheidiol i bobl hŷn ac yn nodi ystod eang o waith a fyddai'n gwneud gwahaniaeth cadarnhaol i ansawdd bywyd preswylwyr cartrefi gofal.

Fodd bynnag, ni lwyddodd cyflwyniadau cychwynnol gan Lywodraeth Cymru ac AGGCC i roi'r sicrwydd yr oedd ei angen arnaf y byddai camau priodol yn cael eu cymryd ar lefel strategol i sicrhau'r ansawdd bywyd gorau posib i bobl hŷn mewn cartrefi gofal. Roedd gofyn felly iddynt ddarparu rhagor o dystiolaeth ysgrifenedig, i roi'r sicrwydd yr oedd ei angen arnaf y byddent yn cyflawni'r canlyniadau a nodwyd yn adroddiad fy Adolygiad.

Wedi i mi gael y sicrwydd yr oedd ei angen arnaf, dywedais yn glir y byddwn yn monitro'r gwaith cyflenwi'n ofalus ac yn cynnal rhaglen o waith dilynol i sicrhau bod y camau a addawyd yn cael eu rhoi ar waith a chanlyniadau gwell yn cael eu cyflawni. Dechreuodd y gwaith hwn ym mis Chwefror 2017 ac fe'i disgrifir isod.

Gwaith dilynol ar yr Adolygiad o Gartrefi Gofal

Pan gyhoeddais ganfyddiadau fy Adolygiad o Gartrefi Gofal yn 2014, roedd yn amlwg i mi bod gormod o bobl hŷn yn byw mewn cartrefi gofal yng Nghymru lle'r oedd ansawdd bywyd yn annerbyniol a bod angen newid mawr i sicrhau bod ansawdd bywyd pobl hŷn yn ganolog i'n system cartrefi gofal, ar draws darparu, comisiynu, rheoleiddio ac arolygu gofal.

Yn dilyn cyhoeddi fy nghanfyddiadau, a gafodd eu croesawu gan yr holl gyrff a oedd yn rhan o fy Adolygiad, gofynnais am sicrwydd y byddant yn gweithredu ar y camau oedd angen eu cymryd mewn ystod eang o feysydd, fel y nodwyd yn fy Ngofynion Gweithredu, a gyhoeddwyd ochr yn ochr â fy nghanfyddiadau, i gyflawni'r newid a'r gwelliannau y dywedodd pobl hŷn a'u teuluoedd wrthyf yr hoffent eu gweld.

Ar ôl cael sicrwydd o'r fath, dywedais y byddwn yn monitro'n ofalus sut yr oedd y Gofynion Gweithredu'n cael eu rhoi ar waith, ac y byddwn yn ymgymryd â rhaglen o waith dilynol manwl, ac y byddwn yn defnyddio'r gwaith hwnnw i gael rhagor o dystiolaeth bod cynnydd yn cael ei wneud mewn nifer o feysydd allweddol.

Dangosodd fy ngwaith monitro ac ymgysylltu â chyrff cyhoeddus bod cynnydd da'n cael ei wneud mewn nifer o feysydd, trwy ddeddfwriaeth, rheoliadau a chanllawiau newydd; fframweithiau newydd sy'n seiliedig ar werthoedd a hawliau; fframweithiau hyfforddi newydd ar gyfer staff gofal cymdeithasol; ac ystod eang o gynlluniau lleol. Hefyd, roedd yn amlwg bod y rhai hynny sy'n gweithio mewn cartrefi gofal yn dechrau meddwl mewn ffordd wahanol am ofal preswyl, gyda llawer mwy o bwyslais ar ansawdd bywyd pobl hŷn.

Fodd bynnag, roeddwn hefyd yn bryderus nad oedd yn ymddangos bod camau pendant yn cael eu cymryd ledled Cymru ar nifer o feysydd allweddol. Felly, ysgrifennais at gyrff cyhoeddus i ofyn am dystiolaeth o'r camau roeddent wedi eu cymryd mewn nifer o feysydd penodol:

- Ymataliaeth
- Ail-alluogi ac adsefydlu
- Atal cwympiadau
- Hyfforddiant ar ddementia
- Cyfeillio
- Meddyginiaethau gwrth-seicotig
- Adolygu meddyginiaethau
- Ansawdd Bywyd ac ymgysylltu
- Arolygu, llywodraethu a thryloywder integredig
- Gwybodaeth i'r cyhoedd
- Cynllunio'r gweithlu a llwybrau mewn gyrfa nyrsio

Er fy mod yn cydnabod bod llawer o'r meysydd hyn yn rhai cymhleth ac y bydd angen amser i roi sylw llawn iddynt, roeddwn yn disgwyl gweld tystiolaeth o arweinyddiaeth, uchelgais a chynnydd, ochr yn ochr â dealltwriaeth glir pam mae ansawdd bywyd a phwyslais ar ganlyniadau mor bwysig i bobl hŷn.

I helpu cyrff cyhoeddus i ddangos y dystiolaeth hon, ac i sicrhau eu bod yn gwybod pa fath o wybodaeth a lefel y manylder roeddwn yn ei ddisgwyl, rhennais 'ateb enghreifftiol' â hwy, ynghyd â set o feini prawf barnu lefel uchel, a oedd yn dangos beth ddylid ei gynnwys yn eu hatebion. Cafodd cyrff cyhoeddus gyfle hefyd i rannu enghreifftiau o arferion da, gyda rhai ohonynt wedi eu cynnwys yn fy adroddiad dilynol.

Gwnaeth fy nhîm a minnau ddadansoddiad manwl o'r dystiolaeth a gafwyd, gan edrych ar y cynnydd a oedd wedi'i wneud yn erbyn fy Ngofynion Gweithredu a chanfod unrhyw feysydd lle'r oedd angen rhagor o waith. Cyflwynwyd adborth unigol i bob corff cyhoeddus (sydd ar gael yn llawn ar fy ngwefan) a chyflwynais fy nghanfyddiadau cyffredinol yn 'Lle i'w Alw'n Gartref: Effaith a Dadansoddiad', a gyhoeddwyd fis Ionawr 2018.

Er bod peth cynnydd wedi'i wneud gan Fyrddau Iechyd ac Awdurdodau Lleol, gydag ystod eang o weithgarwch newydd ar waith ledled Cymru o ganlyniad i fy Adolygiad, roedd yr adroddiad yn datgan yn eglur bod llawer i'w wneud eto i roi i mi'r sicrwydd sydd ei angen arnaf y byddant yn gwneud y newidiadau sydd eu hangen i gyflawni'r ymrwymiadau a wnaethpwyd ganddynt mewn ymateb i fy Adolygiad 2014.

Nid oedd y dystiolaeth a gyflwynwyd gan Lywodraeth Cymru, fodd bynnag, yn dangos digon o gynnydd a gweithredu mewn nifer o feysydd allweddol, fel gofal ymataliaeth, atal cwympiadau a chynllunio'r gweithlu – lle mae angen arweinyddiaeth a dull cenedlaethol i ysgogi newid diwylliannol ystyrlon, gan sicrhau mwy o atebolrwydd ac i hybu defnydd mwy effeithiol o arferion da sy'n seiliedig ar dystiolaeth.

Yn ogystal â chyhoeddi fy adroddiad dilynol, ysgrifennais at Lywodraeth Cymru, Byrddau Iechyd ac Awdurdodau Lleol, gan nodi fy mod yn disgwyl y byddai'r adborth a roddais yn cael ei drafod ar lefel Bwrdd / Cabinet ac y byddent yn ymateb yn ysgrifenedig gan ddatgan pa gamau ac ymrwymiadau pellach y cytunwyd arnynt.

Dywedais hefyd fod angen pwyslais o'r newydd gan Lywodraeth Cymru, Byrddau Iechyd ac Awdurdodau Lleol ar gymryd camau ystyrlon i gyflawni'r ymrwymiadau a gafwyd ganddynt, ac y byddai methiant i wneud hynny'n golygu na fydd ein system cartrefi gofal yn gallu ymateb i'r newidiadau i anghenion gofal a chymorth pobl hŷn ac, yn bwysicach na hynny, bydd yn golygu bod ansawdd bywyd llawer gormod o bobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal yn parhau i fod yn annerbyniol.

Seminarau i Ddarparwyr Cartrefi Gofal

Pan gynhaliais fy Adolygiad o gartrefi gofal, nodais rai enghreifftiau o arfer rhagorol a oedd yn helpu i sicrhau y gallai pobl hŷn mewn cartrefi gofal gael yr ansawdd bywyd gorau posib.

Drwy feithrin cyswllt â darparwyr cartrefi gofal drwy gydol proses yr Adolygiad, daeth yn amlwg y byddent yn croesawu cyfleoedd i gael gwybod mwy am yr arfer da y tynnwyd sylw ato yn fy adroddiad a'r camau ymarferol y gallent eu cymryd i wella ansawdd bywyd preswylwyr.

Felly, cynhaliais gyfres o 12 seminar ledled Cymru, yn canolbwyntio ar y themâu a'r pynciau isod:

- Meithrin cyswllt yn llawn â phreswylwyr i wella ansawdd (mewn partneriaeth â Fy Mywyd Mewn Cartref Cymru)
- Deall dementia: dysgu ar y cyd ac arfer gorau (mewn partneriaeth â Chyngor Gofal Cymru)
- Creu amgylcheddau croesawgar i breswylwyr a theuluoedd (mewn partneriaeth â Fforwm Gofal Cymru)
- Enydau hudolus mewn cartrefi gofal a sut i wneud iddynt ddigwydd (mewn partneriaeth ag Ysgol Ymchwil Gofal Cymdeithasol Prifysgol Abertawe)
- Cael y gorau o brofiadau bwyta mewn cartrefi gofal (mewn partneriaeth â Fy Mywyd Mewn Cartref Cymru)
- Enydau Hudolus – cofleidio llawenydd, cariad a chwerthin yn ein cartrefi gofal i breswylwyr, teuluoedd, ffrindiau a staff (mewn partneriaeth â Taith a Credu)
- A yw bod yn ddynol yn 'Fusnes Peryglus'? Cydbwyso manteision a risgiau galluogi pobl sy'n byw gyda dementia i dreulio amser y tu allan (mewn partneriaeth â Dementia Adventure)

Roedd y seminarau, y daeth dros 350 o bobl iddynt, yn fodd i ddarparwyr cartrefi gofal rannu ystod eang o arfer da, yn canolbwyntio ar ansawdd bywyd, ac i archwilio dulliau newydd ac arloesol o ddarparu gofal.

Gofal gydag Urddas? Gwaith dilynol

Roedd Adolygiad 'Gofal gydag Urddas?', a gyhoeddwyd yn 2011, yn dangos bod triniaeth rhai pobl hŷn mewn ysbytai yng Nghymru'n gywilyddus o annigonol ac yn cynnwys cyfres o argymhellion i Fyrddau Iechyd a Llywodraeth Cymru i gyflawni'r newid sylfaenol yr oedd ei angen.

Pan ddechreuais yn y swydd yn 2012, dywedais yn glir y byddwn yn cynnal rhaglen o waith dilynol i sicrhau bod newid sylweddol a pharhaus yn digwydd ar lefel y ward. Canolbwyntiais ar dri maes:

- A oedd gwella urddas yn cael ei gymryd o ddifrif
- A oedd camau'n cael eu cymryd i wneud gwelliannau
- A oedd newid gwirioneddol i brofiad y claf ar lefel y ward

Canfu fy asesiad 'blwyddyn yn ddiweddarach' o gynnydd y Byrddau Iechyd a Llywodraeth Cymru fod urddas a pharch, yn sgil yr Adolygiad, wedi cael statws Haen 1 yn y GIG yng Nghymru, a oedd yn rhoi mwy o flaenoriaeth iddynt wrth ddarparu gofal iechyd. Yn ogystal, roedd tystiolaeth fod cryn dipyn o waith arall yn digwydd, gan gynnwys hyfforddiant gwell i'r staff, ailgyflwyno'r metron mewn rhai ysbytai a defnyddio gwirfoddolwyr yn fwy effeithiol.

Fodd bynnag, ni lwyddodd y Byrddau Iechyd i ddarparu'r dystiolaeth yr oedd ei hangen arnaf i roi sicrwydd i mi fod digon o newid wedi digwydd ar lefel y ward ac o ran profiad y claf. Roedd angen gwneud rhagor o waith hefyd i wella gofal ymataliaeth ac i ddarparu cymorth gwell i gleifion â dementia.

Dywedais yn glir felly y byddwn yn gwneud gwaith dilynol i sicrhau bod y newid angenrheidiol yn digwydd ar bob lefel, o'r byrddau i wardiau'r ysbytai.

Casglais ragor o dystiolaeth felly yn 2013 i asesu'r camau gweithredu a oedd ar waith erbyn hynny a'u heffaith ar gleifion mewn ysbytai. Y dystiolaeth hon, ynghyd â gwybodaeth a ddarparwyd gan bobl hŷn am eu profiadau o ofal ysbyty, oedd sail fy adroddiad cynnydd Gofal gydag Urddas: Dwy Flynedd yn Ddiweddarach, a gyhoeddwyd ym mis Medi 2013. Roedd y dystiolaeth yn dangos bod pob un o'r 12 argymhelliad, at ei gilydd, bellach yn cael eu cymryd o ddifrif a bod camau'n cael eu cymryd ledled Cymru i wella ansawdd gofal i gleifion ac i sicrhau bod pobl hŷn yn cael eu trin ag urddas a pharch.

Cefais gyfarfod bord gron hefyd â Phrif Weithredwyr a Chadeiryddion y Byrddau Iechyd, a'r Gweinidog Iechyd, a nodais yn glir fy nisgwyliad y byddai rhagor o gynnydd arwyddocaol yn cael ei wneud ar draws ystod o feysydd allweddol i sicrhau bod pob un o'r bobl hŷn mewn ysbytai yng Nghymru'n cael eu trin ag urddas a

pharch. Dywedais yn glir hefyd na ddylai fod dim goddefgarwch wrth ymdrin â methiannau a bod yn rhaid cofnodi profiadau cleifion a gweithredu'n fwy effeithiol o lawer yn eu sgil.

Cytunwyd y byddai adrodd yn y dyfodol ar y meysydd lle roedd angen gwella ymhellach yn digwydd drwy'r Datganiadau Ansawdd Blynyddol a gyhoeddir gan y Byrddau Iechyd, yr wyf yn eu hadolygu'n flynyddol.

Dementia: mwy na dim ond colli'r cof

Yn 2015, comisiynais Age Cymru i wneud gwaith ymchwil ar fy rhan i gofnodi lleisiau a phrofiadau pobl hŷn sy'n byw gyda dementia a'r rhai sy'n gofalu amdanynt ac i nodi'r mathau o wasanaethau, cymorth, gwybodaeth a chyngor a fyddai'n gwneud gwahaniaeth cadarnhaol i'w bywydau.

Yr ymchwil hwn, a oedd yn cynnwys sesiynau grwpiau ffocws a chyfweliadau unigol a gynhaliwyd ledled Cymru, oedd sail fy adroddiad Dementia: mwy na dim ond colli'r cof, a gyhoeddwyd ym mis Mawrth 2016.

Roedd yr adroddiad yn dangos bod diffyg gwybodaeth a dealltwriaeth ynghylch dementia, ymhlith gweithwyr proffesiynol a'r gymuned ehangach, a bod diffyg hyblygrwydd yn aml mewn gwasanaethau dementia i fodloni'n effeithiol anghenion pobl a oedd yn byw gyda dementia a'r rhai a oedd yn gofalu amdanynt. Yn ogystal, roedd yn dangos bod diffyg cydweithredu rhwng gwasanaethau'n creu anawsterau a rhwystrau diangen, a bod ansawdd y gwasanaethau'n amrywio'n fawr.

Roedd yr adroddiad yn nodi nifer o gamau yr oedd angen eu cymryd i ymdrin â'r materion a nodwyd gan yr ymchwil, gan gynnwys gwaith i sicrhau bod gwasanaethau gofal sylfaenol yn fwy cefnogol i dementia a bod eu hymarfer yn adlewyrchu'n well anghenion pobl sy'n byw gyda dementia a'u gofalwyr; hyfforddiant i staff i sicrhau bod ganddynt wybodaeth a dealltwriaeth ddigonol i ymateb i anghenion unigolion sy'n byw gyda dementia mewn modd priodol a sensitif sy'n gwarchod eu hurddas ac yn achosi cyn lleied o drallod â phosib; a mwy o gymorth ar ôl diagnosis, gan gynnwys un man cyswllt hygyrch i roi gwybodaeth a chyngor ar y gwasanaethau a'r cymorth sydd ar gael.

Ar ôl cyhoeddi'r adroddiad, ysgrifennais at arweinwyr gwasanaethau cyhoeddus ledled Cymru, yn gofyn am sicrwydd y byddai'r newid angenrheidiol yn cael ei roi ar waith i bobl sy'n byw gyda dementia, a'u gofalwyr. Wedi hynny, darparodd y Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol ymatebion ysgrifenedig i mi, yn amlinellu'r camau y byddent yn eu cymryd i gyflawni'r newid hwn.

Roedd yr ymatebion yn dangos, er bod argymhellion yr adroddiad yn cael eu cymryd o ddifrif ac yn dylanwadu ar ddatblygu ymarfer ledled Cymru, fod nifer o feysydd o hyd lle roedd angen gwneud rhagor o waith – yn enwedig o ran trefniadau

gofal seibiant, hyfforddiant i staff iechyd a gofal cymdeithasol a meithrin cyswllt yn effeithiol â phobl sy'n byw gyda dementia, a'u gofalwyr – i sbarduno gwelliannau.

Darparwyd adborth manwl felly i'r Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol, yn ysgrifenedig ac yna mewn cyfarfodydd wyneb yn wyneb, i sicrhau dealltwriaeth glir o'r bylchau yr oedd angen ymdrin â hwy. Lluniais restr wirio hefyd i gynorthwyo cyrff cyhoeddus i fod yn fwy cefnogol i dementia, ynghyd â chyfres o gwestiynau y gellid eu defnyddio i graffu ar aelodau'r byrddau yn y Byrddau Iechyd a'r Awdurdodau Lleol.

Yn ogystal, yn seiliedig ar fy nghanfyddiadau ac ymatebion y Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol, rhannais nifer o sylwadau lefel uchel â Llywodraeth Cymru, i lywio datblygiad y Strategaeth Dementia Genedlaethol.

Ailystyried Seibiant i bobl sy'n Byw â Dementia

Rhoddodd fy adroddiad 'Dementia: mwy na dim ond colli'r cof', a gyhoeddwyd yn 2016, lais i bobl sy'n byw â dementia a'u gofalwyr, a chanfu, er gwaethaf cynnydd yn y blynyddoedd diwethaf, bod diffyg gwybodaeth a dealltwriaeth o ddementia o hyd mewn cymdeithas, ac nad yw gwasanaethau'n aml yn ddigon hyblyg i ddiwallu anghenion pobl yn effeithiol, sy'n arwain at heriau a rhwystrau diangen.

Un o'r prif faterion a amlygwyd yn yr adroddiad gan bobl sy'n byw â dementia a'u gofalwyr oedd pwysigrwydd cael gwasanaethau seibiant hyblyg o ansawdd da a oedd yn arwain at brofiad positif i'r gofalwr ac i'r sawl sy'n cael y gofal ac nad oedd yn canolbwyntio ar seibiant yn unig.

O gofio pa mor bwysig yw seibiant, a'i gysylltiadau â materion allweddol eraill fel diogelu ac iechyd a llesiant, datblygais raglen waith yn 2017-18 i edrych yn fwy manwl ar faterion sy'n gysylltiedig â seibiant ac i ddylanwadu ar sut mae pobl yn edrych arno ac yn ei ddarparu.

Yn ogystal ag adolygu'r ymchwil a'r llenyddiaeth gyfredol ar seibiant a gwahodd enghreifftiau o ymarfer da, trefnais hefyd gyfres o sesiynau trafod ledled Cymru i glywed yn uniongyrchol gan bobl â dementia a'u gofalwyr.

Cafodd y sesiynau hyn eu cynnal gyda chymorth My Home Life Cymru, yn Llansawel, Caerdydd, Cas-gwent, Llandrindod, Pontypridd, Porthmadog a Sanclêr. Cymerodd 123 o unigolion ran yn y sesiynau hyn, gan rannu eu profiadau o ddefnyddio gwasanaethau seibiant, gan gynnwys unrhyw heriau a / neu rwystrau a brofwyd ganddynt wrth geisio manteisio ar y gwasanaethau hyn, a sut y gellid gwella gwasanaethau seibiant.

Cafodd amrywiaeth eang o bynciau eu trafod yn ystod y sesiynau hyn, gan gynnwys ansawdd, hyblygrwydd a'r dewis o wasanaethau seibiant; cael gafael ar wybodaeth,

cyngor ac eiriolaeth; y gweithgaredd sydd ar gael mewn gwasanaethau seibiant; a materion eraill fel diogelu, cymryd risgiau positif, adeiladu a chynnal perthnasoedd, amrywiaeth a thrafnidiaeth.

Bydd y safbwyntiau a rannwyd yn y sesiynau hyn, yn ogystal â'r wybodaeth a gasglwyd trwy'r adolygiad o lenyddiaeth ac enghreifftiau o arferion da a gyflwynwyd, yn cael eu defnyddio fel sail i fy adroddiad Ail-ystyried Seibiant a gyhoeddir fis Ebrill 2018. Bydd yr adroddiad yn disgrifio'n eglur pa gamau sydd angen eu cymryd i wella gwasanaethau seibiant ac i gyflawni'r canlyniadau y dywedodd pobl sy'n byw â dementia a'u gofalwyr maent am eu gweld.

Gwasanaethau Meddygon Teulu yng Nghymru: Safbwynt Pobl Hŷn

Yn 2016, dechreuais raglen waith i edrych ar brofiadau pobl hŷn o gael gafael ar wasanaethau meddygon teulu a'u defnyddio, er mwyn nodi arfer da y gallai meddygfeydd teulu eu mabwysiadu'n ehangach a meysydd lle roedd angen gwneud gwelliannau.

Cofnodais safbwyntiau dros 1,600 o bobl hŷn a 47 o sefydliadau rhanddeiliaid – gan gynnwys Byrddau Iechyd, cyrff proffesiynol a sefydliadau'r trydydd sector – ynghylch ystod o faterion yn ymwneud â gwasanaethau meddygon teulu a defnyddiais y dystiolaeth hon yn sail i'm hadroddiad, Gwasanaethau Meddygon Teulu yng Nghymru: Safbwynt Pobl Hŷn.

Roedd yr adroddiad yn nodi'n glir yr amrywiadau sylweddol ac annerbyniol y mae pobl hŷn yn eu hwynebu wrth gael gafael ar wasanaethau meddygon teulu, ac yn enwedig felly faterion yn ymwneud â phrosesau trefnu apwyntiadau, hygyrchedd meddygfeydd teulu ac amgylchedd y feddygfa, yr amser sydd ar gael ar gyfer apwyntiadau, a chyfathrebu a phreifatrwydd. Gall y materion hyn greu heriau a rhwystrau diangen a all atal pobl hŷn rhag cael gwasanaethau meddygon teulu neu eu gwthio tuag at ddefnyddio gwasanaethau gofal eraill heb eu trefnu sy'n llai priodol, ac sy'n gallu effeithio'n negyddol ar eu hiechyd a'u lles.

Ochr yn ochr â'm hadroddiad, defnyddiais fy mhwerau o dan Ddeddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru) i gyhoeddi canllawiau ffurfiol i Fyrddau Iechyd i'w helpu i ymdrin â materion a phryderon sydd gan bobl hŷn. Roedd y canllawiau, y mae'n rhaid i Fyrddau Iechyd eu hystyried wrth arfer eu swyddogaethau, yn cynnwys enghreifftiau o arfer da a bwriedir iddynt fod yn offeryn datblygu i gynorthwyo Byrddau Iechyd, cyfarwyddwyr gwasanaethau a rheolwyr practisau wrth iddynt wneud newidiadau i gynllun a darpariaeth gwasanaethau.

Croesawyd yr adroddiad a'r canllawiau gan nifer o sefydliadau allweddol sy'n gweithio i wella gwasanaethau iechyd yng Nghymru, gan gynnwys Cynghorau

Iechyd Cymuned, y Coleg Nyrsio Brenhinol, Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol, y Gymdeithas Fferyllol Frenhinol a'r Gymdeithas Siartredig Ffisiotherapi.

Wrth groesawu'r adroddiad a'r canllawiau, cadarnhaodd Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru hefyd y bydd yn defnyddio'i rhaglen arolygu meddygon teulu i gael gweld i ba raddau y mae'r Byrddau Iechyd wedi deall eu cyfrifoldebau ac i ba raddau y maent yn eu rhoi ar waith, fel y nodir yn y canllawiau.

Yn yr un modd, cadarnhaodd Ysgrifennydd y Cabinet dros Iechyd, Llesiant a Chwaraeon ei fod yn croesawu'r adroddiad ac y byddai'n ysgrifennu at y Byrddau Iechyd i'w hannog i ddefnyddio'r canfyddiadau, ac y bydd y Bwrdd Gofal Sylfaenol newydd yn ystyried yr adroddiad wrth edrych ar feysydd lle y byddai dull Cymru gyfan yn ddefnyddiol. Cadarnhaodd hefyd y bydd yr adroddiad yn cael ei ddefnyddio i lywio gwaith datblygu polisi Llywodraeth Cymru o ran gofal sylfaenol.

Ffioedd Atodol Cartrefi Gofal

Yn ystod 2015-16, derbyniais nifer o ymholiadau gan bobl hŷn a'u teuluoedd ynghylch ceisiadau gan ddarparwyr cartrefi gofal am 'daliadau trydydd parti' tuag at gostau gofal (pan fo unigolyn yn derbyn cyllid gan Awdurdod Lleol neu Fwrdd Iechyd), neu daliadau am 'wasanaethau ychwanegol'. Er bod y taliadau hyn yn destun rheoliadau a'u bod yn wahanol iawn i'w gilydd, cefais wybod bod y ddau fath o daliad yn cael eu galw ar lafar gwlad yn 'ffioedd atodol'.

Yn ogystal â dryswch ynghylch diben y taliadau ychwanegol hyn, rhannodd pobl hŷn eu pryderon â mi y byddai'n rhaid iddynt symud i gartref gofal arall pe na baen nhw (neu eu teuluoedd) yn gallu talu'r taliadau hynny.

Yn sgil y pryderon hyn, ysgrifennais ym mis Mawrth 2016 at bob darparwr cartref gofal yng Nghymru, yn ogystal ag Awdurdodau Lleol a Chomisiynwyr Byrddau Iechyd, yn amlinellu'n glir fy nisgwyliadau ar ran pobl hŷn mewn sefyllfaoedd lle y gallai fod angen taliadau ychwanegol. Yn y llythyrau hyn, nodais yn glir:

- Na ddylid byth defnyddio 'ffioedd atodol' i dalu am gostau gofal sylfaenol nac i roi cymhorthdal tuag atynt, ac na ddylai fod eu hangen i sicrhau bod anghenion a llesiant unigolyn yn cael eu bodloni.
- Bod angen mwy o eglurder ynghylch yr hyn y gofynnir i unigolion a'u teuluoedd dalu amdano.
- Na ddylid byth defnyddio'r Lwfans Treuliau Personol i dalu am gostau gofal nac i roi cymhorthdal tuag atynt.

Rwyf wedi parhau i wrando ar leisiau a phrofiadau pobl hŷn a'u teuluoedd ynghylch y mater hwn er mwyn sicrhau nad yw pobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal yng

Nghymru'n teimlo'u bod yn cael eu trin yn annheg na bod y drefn ar gyfer talu am ofal mewn cartrefi gofal yn effeithio'n anghymesur nac yn negyddol arnynt.

Datganiadau Ansawdd Blynyddol

Yn rhinwedd fy swydd fel Comisiynydd, rwyf wedi datgan yn glir fod yn rhaid i'r Byrddau Iechyd sicrhau bod ganddynt afael gadarn ar ddiogelwch, effeithiolrwydd ac ansawdd eu gwasanaethau, ac y dylai safbwyntiau'r cleifion a'r staff fod yn rhan annatod o'r ddealltwriaeth honno. Yn ogystal, dylent allu rhoi sicrwydd i'r cyhoedd ynglŷn â'r safonau y mae ganddynt hawl i'w disgwyl: naill ai bod gofal yn dderbyniol neu bod meysydd y mae angen eu gwella'n cael eu cydnabod a'r gwelliannau'n cael eu cyflawni.

Mae'r Byrddau Iechyd yn cyhoeddi Datganiadau Ansawdd Blynyddol i roi'r sicrwydd hwn i'r cyhoedd ynglŷn ag ansawdd y gofal y mae ein gwasanaethau iechyd yn ei ddarparu. Mae cyhoeddi'r rhain yn fodd o sicrhau bod y Byrddau Iechyd yn agored ac yn dryloyw ynglŷn â'u gwasanaethau a safonau'r gofal, gan gynnwys meysydd lle y mae angen gwneud gwelliannau.

Er mwyn sicrhau bod Datganiadau Ansawdd Blynyddol 2013-14 mor glir ac mor hygyrch â phosib, rhoddais arweiniad i'r Byrddau Iechyd mewn nifer o ddigwyddiadau dysgu Cymru gyfan, a thrwy Ganllaw Cyfathrebu 1000 o Fywydau.

Pan adolygais y datganiadau yn hydref 2014, roedd yn amlwg bod llawer iawn o waith wedi'i wneud i wella'r ffyrdd yr oedd gwybodaeth allweddol yn cael ei chyfleu i'r cyhoedd. Er hynny, roedd nifer o feysydd lle roedd angen cryn dipyn o welliannau o hyd, ac yn enwedig y ffordd yr oedd llais a phrofiad y claf yn cael eu defnyddio i ddylanwadu ar ddarpariaeth gwasanaethau.

Wedi hynny, bûm yn cwrdd â'r Byrddau Iechyd i roi beirniadaeth fanwl iddynt ynghylch pa elfennau o'u datganiadau oedd yn rhoi gwybodaeth glir a manylion priodol, ynghyd â ffyrdd o wella'r datganiadau, gan nodi'n glir fy nisgwyliadau y byddai fy adborth yn cael ei adlewyrchu yn natganiadau 2014-15.

Yn seiliedig ar y gwaith hwn, ym mis Chwefror 2016 cyhoeddais feirniadaeth o Ddatganiadau Ansawdd Blynyddol 2014-15, gan ystyried i ba raddau yr oedd y dogfennau hyn yn cyfathrebu'n llwyddiannus â phobl hŷn ac yn rhoi sicrwydd iddynt.

Yn fy meirniadaeth, nodais yn glir, er bod lle o hyd i ddatblygu ymhellach a darparu mwy o eglurder, fod trywydd cadarnhaol wedi'i ddilyn a bod fy adborth ar Ddatganiadau 2013-14 wedi'i ddefnyddio mewn modd cadarnhaol ac adeiladol. Roeddwn yn croesawu'n arbennig y ffaith fod nifer o Ddatganiadau Ansawdd Blynyddol 2014-15 yn cyfeirio at ymrwymiad i wella adrodd ar sail canlyniadau ynghylch materion megis ymataliaeth, hydradu a chodymau.

Roeddwn hefyd yn croesawu'r ffaith fod canllawiau Llywodraeth Cymru a gyhoeddwyd i gyd-fynd â Datganiadau Ansawdd Blynyddol 2015-16 yn cyfeirio at y disgwyliadau a amlinellais yn fy adborth a'r trafodaethau a gefais wedi hynny â'r Byrddau Iechyd.

Adolygiad o Ad-drefnu'r Byrddau Iechyd

Yn 2013, cyhoeddais ganllawiau ffurfiol i bob Bwrdd Iechyd yng Nghymru, yn nodi'r safonau y byddwn yn eu defnyddio i fesur eu gweithredoedd wrth feithrin cyswllt ac ymgynghori â phobl hŷn.

Wedyn, gofynnais am ragor o dystiolaeth gan yr holl Fyrddau Iechyd, gan ddefnyddio fy mhwerau cyfreithiol o dan Adran 3 Deddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru), i'm sicrhau bod buddiannau pobl hŷn yng Nghymru'n cael eu diogelu a'u gwarchod yn ddigonol wrth i gynlluniau'r ad-drefnu gael eu datblygu. Felly, gofynnais am dystiolaeth ynghylch:

- I ba raddau yr oedd y Byrddau Iechyd Lleol yn cynnwys pobl hŷn yn y trafodaethau ynghylch y penderfyniadau a oedd yn cael eu gwneud ac yn ystyried eu safbwyntiau o ddifrif.
- A oeddent yn rhoi ystyriaeth briodol i effaith y newidiadau arfaethedig ar bobl hŷn, i sicrhau bod y ddarpariaeth amgen yn briodol ac yn effeithiol ac yn cael ei defnyddio gan bobl hŷn yr oedd y newidiadau'n effeithio arnynt.
- A oeddent wedi sicrhau nad oedd y newidiadau'n effeithio'n anghymesur ar bobl hŷn.

Cyflwynodd pob un o'r Byrddau Iechyd dystiolaeth yn rhoi manylion ynghylch y camau yr oeddent wedi'u cymryd i feithrin cyswllt â phobl hŷn. Adolygais y dystiolaeth a rhoddais adborth i bob Bwrdd Iechyd i gynorthwyo a chryfhau eu cyswllt a'u hymgynghori wrth iddynt fwrw ymlaen â newidiadau sylweddol i'w gwasanaethau.

Lle roedd gennyf bryderon y gellid gwneud mwy i gryfhau'r cyswllt a'r ymgynghori â phobl hŷn, gofynnais am ragor o wybodaeth gan nifer o Fyrddau Iechyd, gan nodi'n glir fy nisgwyliad y byddent yn ystyried fy nghanllawiau ffurfiol i gryfhau eu cyswllt parhaus. Bûm yn cwrdd hefyd â Phrif Weithredwr y GIG yng Nghymru i sicrhau goruchwyliaeth genedlaethol ar y meysydd yr oedd angen eu cryfhau a gweithredu arnynt.

Integreiddio gwell rhwng iechyd a gofal cymdeithasol

Yn rhinwedd fy swydd fel Comisiynydd, rwyf wedi croesawu'r gwaith dros y blynyddoedd diwethaf i wella'r integreiddio rhwng ein systemau iechyd a gofal cymdeithasol, sy'n hanfodol er mwyn sicrhau y gall pobl hŷn gael y gwasanaethau a'r cymorth sydd eu hangen arnynt.

Wedi i mi ddadansoddi'r datganiadau o fwriad a gyhoeddwyd gan y Byrddau Iechyd a'r Awdurdodau Lleol yn 2014, yn amlinellu sut y byddent yn sicrhau mwy o integreiddio rhwng iechyd a gofal cymdeithasol, cynhaliais weithdy rhyngweithiol ym mis Ebrill 2015 i feithrin gwybodaeth a dealltwriaeth ynghylch sut beth fyddai integreiddio llwyddiannus, a sut y gellid mesur llwyddiant.

Yn ystod y gweithdy aeth cydweithwyr o'r sectorau iechyd, gofal cymdeithasol, tai a'r trydydd sector ati i ystyried pam mae integreiddio mor bwysig, y budd mae'n ei greu a beth yw pris methu; sut beth fyddai system iechyd a gofal cymdeithasol integredig lwyddiannus; a pha ddangosyddion y dylid eu defnyddio i fesur llwyddiant.

Wedi cwblhau'r gweithdy, roedd y rhai a gymerodd ran yn deall yn well o lawer na fyddai mesuriadau traddodiadol, a oedd yn canolbwyntio ar systemau a phrosesau yn hytrach na chanlyniadau, yn ffordd effeithiol o fesur llwyddiant, a'i bod yn hollbwysig parhau i feithrin cyswllt â phobl hŷn er mwyn nodi meysydd sy'n peri pryder a gwneud gwelliannau. Cydnabuwyd hefyd na fyddai modd cyflawni canlyniadau gwell heb waith partneriaeth effeithiol yn y sector tai, y trydydd sector a darparwyr gwasanaethau eraill.

Sefyll yn gefn i bobl hŷn y mae perygl y gallent gael niwed a sicrhau y cânt eu diogelu a'u hamddiffyn

Cyflwyniadau a Seminarau Diogelu

Bob blwyddyn ers 2014, rwyf wedi cynnal cyfres o seminarau diogelu ledled Cymru i weithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda phobl hŷn a thros bobl hŷn ledled y sector cyhoeddus a'r trydydd sector, i feithrin eu gwybodaeth a'u dealltwriaeth o'r cam-drin domestig a wynebir gan bobl hŷn.

Roedd y seminarau, a oedd yn cynnwys cyflwyniadau gan arbenigwyr sy'n gweithio ym maes diogelu oedolion, yn ymdrin â nifer o bynciau, gan gynnwys graddfa a natur cam-drin pobl hŷn yng Nghymru, y cysylltiadau rhwng oedraniaeth a cham-drin, hawliau dynol, a'r cymorth sydd ar gael i ddioddefwyr cam-drin domestig.

Cymerodd y cynrychiolwyr ran hefyd mewn sesiynau gweithdy i archwilio ffyrdd ymarferol o gydweithio'n fwy effeithiol i weithredu newid ac i ddiogelu pobl hŷn yn well.

Yn 2016-17, gwerthuswyd cynnwys y seminarau gan Agored Cymru a'i achredu â'i 'Nod Ansawdd', dull o fesur rhagoriaeth rhaglenni dysgu, a oedd yn caniatáu i'r rhai a oedd yn cymryd rhan gronni oriau Datblygu Proffesiynol Parhaus (DPP).

Daeth dros 650 o gynrychiolwyr i'r seminarau hyn, ac roedd yr adborth at ei gilydd yn gadarnhaol. Dywedodd y rhai a oedd yn bresennol fod eu gwybodaeth am raddfa, natur ac effaith y cam-drin a wynebir gan bobl hŷn wedi gwella ac y byddent yn ystyried pa gamau y gallai eu sefydliadau eu cymryd i sicrhau bod cam-drin yn cael ei gydnabod a'i gofnodi a'u bod yn ymateb yn briodol iddo.

Yn ogystal â'r seminarau, mae cyflwyniadau codi ymwybyddiaeth, i dynnu sylw at gam-drin pobl hŷn fel mater allweddol ac amlinellu'r hyn y gellid ei wneud i wella bywydau pobl hŷn y mae cam-drin yn effeithio arnynt, hefyd wedi eu darparu mewn ystod eang o ddigwyddiadau ledled Cymru, gan gyrraedd dros 1,500 o randdeiliaid.

Diogelu mewn Ysbytai yng Nghymru

Er bod llawer o waith diogelu da'n digwydd yng Nghymru, mae angen gwneud mwy o hyd yn ein gwasanaethau cyhoeddus i ddiogelu ac amddiffyn pobl hŷn. Mae llawer o'r cymorth a'r gefnogaeth rwyf yn ei roi i bobl hŷn trwy fy nhîm gwaith achos yn ymwneud â materion sy'n gysylltiedig â diogelu, ac mae llawer o achosion lle mae pobl hŷn a'u teuluoedd wedi mynegi pryderon am ddiogelu sy'n gysylltiedig ag ysbytai.

Rwyf wedi croesawu uchelgais Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 i wella sut mae oedolion mewn perygl o gamdriniaeth ac esgeulustod yn cael eu diogelu trwy roi hyn ar seiliau statudol a chreu dyletswyddau newydd ar gyrff cyhoeddus, ac felly roeddwn yn awyddus i adolygu'r gwahaniaeth mae'r Ddeddf yn ei wneud i waith diogelu Byrddau Iechyd.

Felly, mi ysgrifennais at Fyrddau Iechyd ym mis Mehefin 2017, gan ofyn iddynt gymryd rhan mewn adolygiad i weld pa mor effeithiol ydynt wrth ymateb i'w dyletswyddau newydd o dan y Ddeddf.

Gan ddefnyddio holiadur, yn ogystal â chyfweliadau dilynol â staff diogelu, casglwyd llawer o wybodaeth am waith diogelu mewn Byrddau Iechyd, fel newidiadau i dimau diogelu, newidiadau i bolisïau a gweithdrefnau, hyfforddiant i staff, sut mae dioddefwyr honedig achosion o gam-drin yn cael cymorth a sut y cysylltir â hwy, mynediad at eiriolaeth a dysgu yn sgil achosion. Casglwyd gwybodaeth hefyd gan randdeiliaid mewn adrannau Gwasanaethau Cymdeithasol ac Iechyd Cyhoeddus Cymru sydd â gwybodaeth fanwl am ddiogelu oedolion.

Roedd fy asesiad o'r ymatebion a gafwyd gan Fyrddau Iechyd ac Ymddiriedolaeth GIG Felindre yn sail i adroddiad – Diogelu Oedolion mewn Ysbytai yng Nghymru – a rannwyd â Llywodraeth Cymru a Byrddau Iechyd.

Dangosodd yr adroddiad er bod cynlluniau newydd bellach ar waith gan Fyrddau Iechyd i roi sylw i ofynion y Ddeddf, ynghyd â mwy o bwyslais ar ddiogelu oedolion mewn gwaith craidd, a mwy o adnoddau, roedd nifer o ffactorau a allai wanhau'r dulliau sy'n cael eu mabwysiadu. Roedd y rhain yn cynnwys diffyg canllaw cenedlaethol, a oedd yn golygu bod dulliau gwahanol yn cael eu mabwysiadu mewn gwahanol rannau o Gymru; amrywiadau mewn adrodd o dan y Ddyletswydd i Adrodd newydd yn y Ddeddf; amrywiadau yn y ffyrdd mae ymholiadau ac ymchwiliadau'n cael eu cynnal; lefel yr hyfforddiant a ddarperir i staff ysbytai; mynediad at eiriolaeth; a sut mae data'n cael ei gasglu i fesur cynnydd.

Wrth rannu'r adroddiad â Llywodraeth Cymru, mynegais yn eglur fy nisgwyliadau y byddai sylw'n cael ei roi i'r materion a godwyd, a gofynnais am ymateb ysgrifenedig gan y Gweinidog sy'n nodi pa gamau fydd yn cael eu cymryd i ddelio â'r pryderon a godwyd gennyf.

Gwybodaeth a Chanllawiau ar Gam-drin Domestig: Diogelu Pobl Hŷn yng Nghymru

Ym Mehefin 2017, cyhoeddais ganllawiau newydd, mewn partneriaeth â Llywodraeth Cymru, i helpu gweithwyr proffesiynol rheng flaen sy'n dod i gysylltiad â phob hŷn – fel staff gofal cymdeithasol, gweithwyr gofal cartref, meddygon, nyrsys, swyddogion tai a'r heddlu – i adnabod arwyddion o gam-drin domestig ac i sicrhau bod ganddynt wybodaeth am yr help sydd ar gael i amddiffyn a diogelu pobl hŷn.

Mae'r canllawiau'n delio ag ystod o bynciau, gan gynnwys nodweddion y cam-drin mae pobl hŷn yn eu profi, sut i adnabod ymddygiad sy'n rheoli ac yn gorfodi, effaith camdriniaeth a sut i ymateb yn effeithiol.

Cafodd y canllawiau eu lansio gennyf fi ac Ysgrifennydd y Cabinet dros Gymunedau a Phlant, a chadarnhaodd ymrwymiad Llywodraeth Cymru i gydweithio'n glos â phartneriaid i amddiffyn dioddefwyr cam-drin domestig a chroesawyd y canllawiau fel adnodd ymarferol a fyddai'n helpu gweithwyr proffesiynol i weithio'n fwy effeithiol â phobl hŷn sy'n profi cam-drin domestig.

Cael Cyfiawnder: Ymgyrch Jasmine a'r cyd-destun cyfreithiol ehangach

Drwy gydol 2013, darperais gymorth i deuluoedd dioddefwyr cam-drin ac esgeuluso honedig mewn nifer o gartrefi gofal yn y de. Bu Heddlu Gwent yn ymchwilio i'r achosion hyn o dan yr enw Ymgyrch Jasmine.

Ym mis Mehefin 2013, ar ôl i dreial allweddol yn gysylltiedig ag Ymgyrch Jasmine ddymchwel, galwais ar Lywodraeth Cymru, ar ran y teuluoedd, i gynnal Ymchwiliad gan fod nifer o gwestiynau'n dal heb eu hateb ynglŷn â phwy oedd yn gyfrifol a sut y gallai camdriniaeth ac esgeulustod ar y raddfa honedig fod wedi digwydd.

O'r herwydd, roeddwn yn croesawu'n fawr gyhoeddiad y Prif Weinidog y byddai Adolygiad Annibynnol yn cael ei gynnal i sicrhau bod y teuluoedd yn cael y wybodaeth a'r atebion roeddent wedi dweud wrthyf yr oedd eu hangen arnynt.

Mynegodd y teuluoedd a minnau bryderon hefyd ynghylch y cyhuddiadau yn erbyn y tramgwyddwyr honedig, ac roedd hynny'n adlewyrchu pryderon a godwyd gyda mi ynghylch yr angen i wella'r gyfraith o safbwynt cam-drin ac esgeuluso pobl hŷn. Yn benodol, dywedais yn glir fod angen cryfhau'r gyfraith o ran esgeulustod bwriadol ac esgeulustod corfforaethol. Trafodwyd y mater hwn yn fanwl mewn cyfarfod a hwyluswyd gennyf rhwng y teuluoedd a'r Cyfarwyddwr Erlyniadau Cyhoeddus, Keir Starmer.

Yn rhan o'm gwaith yn hyn o beth, trefnais sesiwn wybodaeth gydag Aelodau Seneddol yn San Steffan i drafod fy mhryderon ynglŷn â'r bylchau yn y gyfraith amddiffyn oedolion sy'n aml yn atal pobl hŷn rhag cael cyfiawnder, a'r angen i ymdrin â'r bylchau hyn.

Wedi hynny, bûm yn cwrdd hefyd â'r Prif Weinidog i godi unwaith eto yr angen i wella'r ddeddfwriaeth, yn arbennig o ran esgeulustod bwriadol a chorfforaethol, ac roeddwn yn croesawu'r ymgynghoriad wedi hynny ar gyhuddiad troseddol newydd o esgeulustod bwriadol.

Yn ogystal, trefnais a chadeiriais seminar gyda staff uwch yn y gwasanaethau cyhoeddus – gan gynnwys Comisiynwyr yr Heddlu a Throseddu, Gwasanaeth Erlyn y Goron, Swyddogion yr Heddlu, Uwch Arweinwyr POVA a Swyddogion Llywodraeth Cymru – i amlinellu fy mhryderon ehangach o ran cael cyfiawnder, symud o

amddiffyn at wasanaethau cyfiawnder troseddol ac adferol a nodi pa ddulliau oedd ar gael yng Nghymru i ymdrin â'r materion hyn.

Mynd i'r afael ag esgeulustod yn erbyn pobl hŷn

Maes sy'n achos pryder cynyddol i mi fel Comisiynydd yw'r cynnydd yn nifer yr achosion o esgeulustod yn erbyn pobl hŷn a gofnodir, yn enwedig rhai sy'n gysylltiedig â briwiau pwyso difrifol y gellid eu hosgoi. Trwy fy ngwaith achos a thrwy adolygu llawer o achosion proffil uchel o esgeulustod yng Nghymru sy'n cynnwys pobl hŷn, rwyf wedi gweld patrwm yn ymddangos, ac mae hynny'n achos pryder.

Mae diffyg atebolrwydd ar hyn o bryd yn achos y rhai sydd â chyfrifoldeb am ofalu am ein dinasyddion mwyaf agored i niwed, ac mae hynny'n rhwystredig, ac rwyf yn bendant o hyd bod y system cyfiawnder troseddol yn annigonol os nad yw'n dwyn i gyfrif y sawl nad ydynt yn darparu gofal digonol.

Un feirniadaeth sydd gennyf o'r system bresennol, ac sy'n cael ei rhannu gan nifer o randdeiliaid yr wyf wedi cysylltu â hwy ynglŷn â'r mater hwn, yw bod y bar tystiolaeth wedi'i godi'n uchel iawn i allu erlyn achosion troseddol o esgeulustod yn llwyddiannus, hyd yn oed pan fo unigolyn wedi marw oherwydd methiannau i ddarparu gofal priodol. Rwyf felly wedi parhau i alw am adolygu a diwygio'r ddeddfwriaeth i atal y broblem gynyddol hon i fynd heb ei herio gan ein system gyfreithiol.

Trwy'r gwaith hwn, deuthum yn ymwybodol o'r oedi sydd wedi bod yr heddlu'n gysylltiedig â rhai achosion o esgeuluso a oedd yn ymwneud â briwiau pwyso y gellid eu hosgoi. Yn aml roedd hyn yn digwydd am nad oedd rhai mudiadau'n sylweddoli y gallai trosedd fod wedi'i chyflawni, a bod hynny'n golygu bod cyfleoedd i gasglu tystiolaeth yn cael eu colli neu nad ydynt yn cael eu hystyried.

Yn yr un modd, rwyf wedi canfod nad yw ambell i drywydd sylfaenol yn cael eu dilyn gan yr heddlu, am nad yw swyddogion yn ymwybodol o'u harwyddocâd i ymchwiliad posibl. Mewn nifer o achosion, mae fy nhîm Gwaith Achos wedi dod â'r ffeithiau hyn i sylw'r heddlu, ond mae treigl amser wedi golygu bod cyfleoedd wedi'u colli i gasglu tystiolaeth bosibl neu i agor ymchwiliad. Er nad yw hyn yn feirniadaeth o'r heddlu, mae'n amlwg bod angen mwy o ymwybyddiaeth a gwybodaeth am y mater hwn.

Rwyf felly wedi datblygu dogfen ganllaw ar ymchwilio (sy'n gysylltiedig â briwiau pwyso y gellid eu hosgoi) i sicrhau bod gan yr heddlu wybodaeth berthnasol i'w helpu gyda'u hymchwiliadau ac i'w cynorthwyo i ystyried y trywydd ar gyfer ymchwiliadau perthnasol a phosibl. Mae'r canllaw yn cynnwys gwybodaeth sy'n diffinio'r gwahanol fathau o wlserau pwyso y gellid eu hosgoi, gan ddweud yn glir eu bod yn gallu bod yn ganlyniad esgeulustod troseddol, ac y dylent felly fod yn destun craffu mwy manwl gan ein hasiantaethau gorfodi'r gyfraith.

Rwyf wedi rhannu hyn â'r Coleg Plismona er mwyn iddynt ystyried defnyddio'r canllaw fel rhan o hyfforddiant yr heddlu, ac rwyf mewn trafodaethau ar hyn o bryd â'r Coleg ar sut i fwrw ymlaen â hyn.

Canllawiau ar atwrneiaeth arhosol

Drwy weithio mewn partneriaeth â Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus, sy'n amddiffyn pobl nad oes ganddynt alluedd meddyliol i wneud rhai penderfyniadau drostynt eu hunain, cynhyrchais a chyhoeddais y Canllawiau Hwylus ar Atwrneiaeth Arhosol ym mis Ionawr 2016.

Datblygwyd y canllawiau i helpu pobl i ddeall pwysigrwydd cael atwrneiaeth arhosol er mwyn rheoli eu harian, iechyd a llesiant, ac maent yn darparu gwybodaeth glir a hwylus ynghylch sut i gofrestru atwrneiaeth arhosol. Mae'r canllawiau hefyd yn rhoi atebion i gwestiynau cyffredin ynglŷn ag atwrneiaeth arhosol, sy'n helpu i sicrhau bod penderfyniadau yn y dyfodol yn cael eu diogelu.

Ers eu cyhoeddi, mae'r canllawiau wedi'u dosbarthu'n eang ar ffurf copi caled, drwy fy swyddfa i a Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus, ac maent wedi eu lawrlwytho 1,300 o weithiau. Mae'r canllawiau hefyd ar gael ar wefan y Sefydliad Gofal Cymdeithasol er Rhagoriaeth er mwyn sicrhau bod pobl broffesiynol sy'n gweithio gyda phobl hŷn yn deall yn iawn beth yw budd atwrneiaeth arhosol a'r hyn sydd ynghlwm wrth greu atwrneiaeth arhosol.

Llyfryn Gwybodaeth – Cam-drin domestig a thrais rhywiol: Cymorth a Chefnogaeth i Bobl Hŷn yng Nghymru

Er mwyn codi ymwybyddiaeth ymhlith y cyhoedd o'r cam-drin domestig a'r trais rhywiol sy'n effeithio ar bobl hŷn, cynhyrchais lyfryn gwybodaeth dwyieithog sy'n amlinellu'n glir y mathau o gam-drin y maent yn eu hwynebu a'r cymorth sydd ar gael i helpu i ddod â'r cam-drin i ben, ac yn rhoi gwybodaeth i bobl hŷn a'u teuluoedd ynghylch sut i gysylltu â Llinell Gymorth Byw Heb Ofn.

Mae dros 25,000 o gopïau o'r llyfryn wedi eu dosbarthu i ystod eang o bartneriaid ledled Cymru, gan gynnwys Heddluoedd, Byrddau Iechyd, Awdurdodau Lleol, Cymorth i Fenywod a gwasanaethau eiriolaeth.

Partneriaeth Cymru yn Erbyn Sgamiau

Er mwyn codi ymwybyddiaeth ynghylch effaith barhaus a dinistriol sgamiau – sef lladrata, twyll, bygwth a gorfodaeth – ar bobl hŷn, ac i sicrhau dull mwy cydlynol o ymdrin â throseddau o'r fath yng Nghymru, bûm yn gweithio gydag Age Cymru drwy gydol 2015-16 i sefydlu Partneriaeth Cymru yn Erbyn Sgamiau (WASP).

Mae WASP yn dod ag ystod eang o bartneriaid at ei gilydd – gan gynnwys Safonau Masnach, Diogel Ar-lein, Heddluoedd Cymru, Cymdeithas Llywodraeth Leol Cymru, banciau a chwmnïau cyfleustodau – sy'n cydweithio i amddiffyn pobl yn well rhag sgamiau ac i sicrhau nad oes croeso i droseddwyr sy'n sgamio yng Nghymru.

Lansiwyd cynllun gweithredu WASP ym mis Mawrth 2016, ac mae'n nodi'n fanwl pa waith fydd yn cael ei wneud gan bartneriaid er mwyn ymdrin â sgamiau ledled Cymru ac amddiffyn pobl hŷn. Mae'r camau a nodir yn y Cynllun Gweithredu wedi'u grwpio o dan benawdau ehangach sy'n sail i Siarter WASP, sef cyfres o ymrwymiadau y mae pob partner wedi ymroi iddynt ac wedi cytuno i'w rhoi ar waith, gan gynnwys:

- Codi ymwybyddiaeth a chael gwared ar stigma sgamiau
- Atal ac amddiffyn
- Nodi a chofnodi
- Gorfodi, cael cyfiawnder ac adfer

Lansiwyd y cynllun gweithredu a'r siarter yng nghynhadledd sgamiau Tîm Sgamiau Safonau Masnach Cenedlaethol a'r Gynghrair Grymuso Defnyddwyr, a gynhaliwyd yng Nghaerdydd, lle roedd cynrychiolwyr o bob rhan o'r DU yn bresennol. Roedd hyn yn gyfle rhagorol i rannu gwybodaeth â chynulleidfa genedlaethol ynghylch y gwaith sydd eisoes yn cael ei wneud yng Nghymru i fynd i'r afael â sgamiau a'r ystod eang o waith sydd ar y gweill yn y dyfodol.

Ffrindiau yn Erbyn Sgamiau

Gan adeiladu ar sail fy ngwaith i sefydlu Partneriaeth Cymru yn Erbyn Sgamiau, ym mis Hydref 2016 bûm yn gweithio mewn partneriaeth â Safonau Masnach Cenedlaethol i lansio Menter Ffrindiau yn Erbyn Sgamiau yng Nghymru .

Bwriedir i Ffrindiau yn Erbyn Sgamiau dynnu sylw at raddfa ac effaith sgamiau, herio canfyddiadau ynglŷn â pham y mae pobl yn cael eu twyllo gan sgamiau ac ysbrydoli camau i amddiffyn pobl rhag y rhai sy'n cyflawni sgamiau – troseddwyr sy'n aml yn targedu aelodau mwyaf bregus ein cymdeithas.

Daeth ystod eang o randdeiliaid o'r sector cyhoeddus ac ariannol a'r trydydd sector i'r lansiad, a gwneud addunedau ynghylch yr hyn yr oeddent yn bwriadu ei wneud i fynd i'r afael â sgamiau yn eu cymunedau a sut yr oeddent yn bwriadu codi ymwybyddiaeth o'r fenter Ffrindiau yn Erbyn Sgamiau.

Ar ôl y lansiad, ysgrifennais hefyd at gyrff cyhoeddus ledled Cymru i roi gwybodaeth iddynt am Ffrindiau yn Erbyn Sgamiau ac i'w hannog i ymrwymo i'r fenter a chymryd rhan ynddi.

Erbyn hyn, mae sesiynau Ffrindiau yn Erbyn Sgamiau'n cael eu cyflwyno ledled Cymru, sy'n galluogi sefydliadau ac unigolion i ddysgu am y gwahanol fathau o sgamiau a ddefnyddir i dwyllo pobl a dwyn oddi arnynt, a sut i sylwi ar ddioddefwyr a rhoi cymorth iddynt. Mae adnoddau dysgu ar-lein hefyd ar gael i feithrin gwybodaeth a dealltwriaeth y rhai nad ydynt yn gallu dod i sesiynau ymwybyddiaeth.

Mynd i'r Afael â Sgamiau yng Nghymru

Mae sgamiau'n cael effaith ddifrifol a pharhaol ar fywydau pobl hŷn, nid yn unig am eu bod yn gallu colli eu cynilion, ond mae hefyd yn ergyd i'w hyder a'u hurddas. Fel Comisiynydd, rwyf wedi datgan yn glir bod angen gwneud mwy i fynd i'r afael â sgamiau yng Nghymru.

Rwyf felly wedi gweithio mewn partneriaeth â Safonau Masnach Cenedlaethol yn ystod 2017-18, gan roi cymorth ac arian i alluogi sefydlu Friends Against Scams in Wales, sydd â'r nod o ysbrydoli gweithredu, tynnu sylw at raddfa a natur sgamiau, newid canfyddiadau o'r rhesymau pam fod pobl yn cael eu twyllo gan sgamiau a gwneud yn siŵr bod sgamiau'n bwnc sydd ar frig yr agenda ar lefel leol, ranbarthol a chenedlaethol.

Mae'r gwaith hwn wedi arwain at ymgysylltu eang ag unigolion a mudiadau sy'n gweithio yn y sectorau cyhoeddus a phreifat a'r trydydd sector yng Nghymru, sydd wedi cymryd rhan yn Sesiynau Hyfforddi Friends Against Scams neu sydd wedi cofrestru fel Hyrwyddwyr neu Lysgenhadon Friends Against Scams.

Mynd i'r afael â rhagfarn a gwahaniaethu

Ymgyrch Dweud Na i Oedraniaeth

Er mwyn herio'r ystrydebau sy'n gysylltiedig â heneiddio a newid y ffordd y mae cymdeithas yn meddwl am bobl hŷn, lansiais fy Ymgyrch Dweud Na i Oedraniaeth ar Ddiwrnod Rhyngwladol Pobl Hŷn 2015, yn tynnu sylw nid yn unig at effaith oedraniaeth ar bobl hŷn, ond hefyd at y cyfraniad sylweddol y mae pobl hŷn yn ei wneud i gymunedau ledled Cymru, sy'n werth £1bn i'r economi bob blwyddyn.

Roedd sawl elfen i'r ymgyrch, a oedd yn cynnwys fideo ymgyrchu'n herio'r mythau ynglŷn â phobl hŷn, gwefan o adnoddau defnyddiol ac oriel luniau ryngweithiol o 'Arwyr Bob Dydd' – pobl hŷn yn dangos yr hyn y maent yn ei wneud sy'n gwneud gwahaniaeth i fywydau pobl hŷn neu gymunedau ond sy'n aml yn cael eu diystyru, megis gwirfoddoli neu ofalu.

Cafodd y fideo ei rannu'n eang a hyd yma mae wedi cael ei weld dros 5,900 o weithiau. Mae'r fideo hefyd wedi cael ei ddangos mewn ystod eang o gynadleddau a seminarau, ac mae'n cael ei ddefnyddio'n rhan o'm cyrsiau hyfforddi ar fynd i'r afael ag oedraniaeth (gweler isod).

Defnyddiwyd y cyfryngau cymdeithasol i rannu'r neges yn hynod lwyddiannus, a gwelwyd trydariadau a bostiwyd ar y diwrnod gan fy swyddfa dros 16,000 o weithiau. Roedd neges ymgyrch Thunderclap (defnyddwyr cyfryngau cymdeithasol yn cofrestru i rannu neges ar yr un pryd) yn effeithiol iawn hefyd, ac mae'n bosib iddo gyrraedd dros 180,000 o bobl.

Hefyd, rhannodd nifer o sefydliadau, rhanddeiliaid a gwleidyddion ledled Cymru, gan gynnwys y Prif Weinidog, eu trydariadau a'u lluniau eu hunain er mwyn dangos eu cefnogaeth i'r ymgyrch a lledaenu ei neges allweddol – Dweud Na i Oedraniaeth.

Cyflwynwyd datganiad o farn hefyd gerbron y Cynulliad Cenedlaethol gan Gwenda Thomas AC yn datgan cefnogaeth i'r ymgyrch, ac fe'i llofnodwyd gan aelodau o bob plaid.

Pecyn Cymorth Gweithredu yn Erbyn Oedraniaeth

Fel rhan o'r Ymgyrch Dweud Na i Oedraniaeth, lluniais becyn cymorth Gweithredu yn Erbyn Oedraniaeth i bobl hŷn, i'w grymuso i herio oedraniaeth ar ei gwahanol ffurfiau.

Mae'r pecyn, sydd wedi ei ddosbarthu'n eang i bobl hŷn ledled Cymru, yn darparu gwybodaeth a chyngor ymarferol ynglŷn â sut i adnabod oedraniaeth – yn y gwaith, ar y cyfryngau, mewn gwasanaethau iechyd a gofal, ac mewn gwasanaethau i ddefnyddwyr – ac mae'n nodi'n glir y ffyrdd y gall pobl hŷn herio triniaeth annheg a gwahaniaethu.

Hyfforddiant Mynd i'r Afael ag Oedraniaeth

Elfen allweddol arall o'm hymgyrch yn erbyn oedraniaeth oedd cyfres o seminarau hyfforddi a ddatblygwyd ar gyfer pobl broffesiynol sy'n gweithio ar ran pobl hŷn, yn arbennig y rhai sy'n gyfrifol am gynllun a darpariaeth gwasanaethau.

Roedd y seminarau hyfforddi, a oedd yn seiliedig ar hyfforddiant tebyg a ddarparwyd yn ystod 2013-15 ac y cymerodd dros 400 o bobl ran ynddo, yn helpu'r rhai a oedd yn cymryd rhan i ddeall oedraniaeth a'i heffaith ar bobl hŷn, ac ar yr un pryd yn edrych ar ragfarnau diarwybod a'r ffyrdd y gall hynny effeithio ar gynllun a darpariaeth gwasanaethau cyhoeddus. Roedd yr hyfforddiant hefyd yn dangos pwysigrwydd mabwysiadu dull seiliedig ar hawliau o ddarparu gwasanaethau a sut y gall hynny greu canlyniadau gwell i bobl hŷn.

Cymerodd 187 o bobl broffesiynol ran yn yr hyfforddiant yn ystod 2015-16, o sefydliadau'n cynnwys Byrddau Iechyd, Awdurdodau Lleol, Gwasanaethau Gofal Cymdeithasol, Cymdeithasau Tai a Sefydliadau Gofalwyr. Roedd yr adborth ar yr hyfforddiant yn gadarnhaol iawn, ac ymrwymodd y rhai a gymerodd ran i ddefnyddio'r hyn yr oeddent wedi'i ddysgu wrth eu gwaith a herio arferion gwahaniaethol yn eu sefydliadau.

Datblygwyd cwrs hyfforddi tebyg i bobl hŷn hefyd, a chafodd ei gyflwyno i grwpiau ledled Cymru. Roedd y fersiwn hwn o'r hyfforddiant yn ystyried yn fwy manwl y materion a amlygwyd yn y pecyn cymorth Gweithredu yn Erbyn Oedraniaeth, ac yn helpu pobl hŷn i wybod pryd y maent yn dioddef oedraniaeth a gwahaniaethu a sut y gallant herio arferion sy'n cyfrif fel oedraniaeth a gwahaniaethu mewn gwasanaethau cyhoeddus. Cynhaliwyd 10 o'r sesiynau hyfforddi hyn ledled Cymru a chymerodd 199 o bobl hŷn ran ynddynt.

Datganiad o hawliau pobl hŷn

Ers dechrau fy swydd fel Comisiynydd, rwyf wedi datgan yn glir fod pobl hŷn yn aml yn wynebu gwahaniaethu annerbyniol ac yn gorfod brwydro i sicrhau bod eu hawliau sylfaenol yn cael eu cydnabod a'u gwarchod.

Felly, roeddwn yn croesawu'r gefnogaeth drawsbleidiol i'm galwad ym mis Rhagfyr 2012 am weithredu i warchod a hybu hawliau pobl hŷn, a'r cais a ddaeth wedi hynny gan Lywodraeth Cymru i mi gadeirio Grŵp Cynghori Annibynnol i ystyried rhinweddau Datganiad Hawliau Pobl Hŷn Cymru, y cyntaf o'i fath yn y DU.

Canfu'r Grŵp Cynghori y byddai Datganiad yn rhoi safon a fframwaith clir y gallai pobl hŷn eu deall a'u defnyddio i sicrhau bod eu hawliau'n cael eu gwarchod wrth gael y cymorth a'r gwasanaethau sydd eu hangen arnynt i fyw bywydau llawn ac annibynnol.

Bu'r Grŵp Cynghori'n gweithio gyda phobl hŷn wedi hynny i lunio Datganiad drafft, yn seiliedig ar y materion yr oedd pobl hŷn wedi dweud oedd bwysicaf iddynt, yn ogystal ag Egwyddorion y Cenhedloedd Unedig ar gyfer Pobl Hŷn. Mae'r Datganiad yn nodi'n glir ei gysylltiadau â Deddf Hawliau Dynol 1998 a'r Confensiwn Ewropeaidd ar Hawliau Dynol.

Ar ôl ymgynghori'n gyhoeddus ar ei gynnwys, lansiwyd y Datganiad ym mis Gorffennaf 2014, yn amlinellu'r hyn sy'n bwysig i bobl hŷn a'r hawliau y maent yn teimlo fyddai'n eu cynorthwyo ac yn eu hamddiffyn yn effeithiol:

- Mae gen i hawl i fod pwy ydw i
- Mae gen i hawl i gael fy ngwerthfawrogi
- Mae gen i ewyllys rydd a hawl i wneud penderfyniadau am fy mywyd
- Mae gen i hawl i benderfynu ble rwy'n byw, sut rwy'n byw a gyda phwy rwy'n byw
- Mae gen i hawl i weithio, datblygu, cymryd rhan a chyfrannu
- Mae gen i hawl i ddiogelwch, sicrwydd a chyfiawnder

Mae'r Datganiad wedi ei ddefnyddio mewn wardiau ysbytai a chartrefi gofal er mwyn sicrhau bod hawliau pobl hŷn yn cael eu gwarchod wrth ddarparu gofal a chymorth, ac rwyf wedi parhau i weithio gyda chyrff cyhoeddus a Llywodraeth Cymru i ymgorffori dull gweithredu sy'n seiliedig ar hawliau ar draws ein gwasanaethau cyhoeddus i sicrhau bod hawliau pobl hŷn ledled Cymru'n cael eu gwarchod a'u hybu.

Gwaith sy'n Pontio'r Cenedlaethau gyda Chomisiynydd Plant Cymru

Dros y blynyddoedd diwethaf, mae naratif cynhennus wedi dod i'r amlwg sydd wedi gosod ein cenedlaethau hŷn ac iau yn erbyn ei gilydd, gan greu drwgdybiaeth a chamddealltwriaeth. Ond mewn gwirionedd mae gan bobl hŷn a phobl iau lawer iawn i'w gynnig i'w gilydd drwy rannu eu gwybodaeth a'u profiadau, drwy ddysgu oddi wrth ei gilydd, a thrwy roi cymorth i'w gilydd.

O'r herwydd, bûm yn gweithio mewn partneriaeth â Chomisiynydd Plant Cymru yn ystod 2016-17 i ddod â chyfres o adnoddau at ei gilydd i gynorthwyo cymunedau ledled Cymru i greu grwpiau sy'n pontio'r cenedlaethau gan ddod â phobl hŷn ac iau at ei gilydd.

Ymhlith yr adnoddau hyn roedd cyfres o fideos lle roedd pobl hŷn ac iau yn tynnu sylw at fanteision bod yn rhan o grŵp sy'n pontio'r cenedlaethau, ar sail eu profiadau eu hunain, cynllun gwers i helpu plant ysgol i feddwl am sut y gallent ddatblygu grŵp sy'n pontio'r cenedlaethau yn eu hysgol, a chanolfan adnoddau ar-lein sy'n darparu ystod eang o wybodaeth y mae'n hawdd cael gafael arni ynglŷn â sut i greu grŵp sy'n pontio'r cenedlaethau.

Lansiwyd yr adnoddau yn Ysgol Gyfun Gymraeg Plasmawr yng Nghaerdydd, mewn sesiwn i bontio'r cenedlaethau lle roedd disgyblion a phobl hŷn o dai gwarchod lleol yn bresennol. Yn ystod y sesiwn, bu'r Comisiynydd Plant a minnau'n arwain trafodaeth fywiog am yr ystrydebau sy'n gysylltiedig ag oedran a manteision prosiectau sy'n pontio'r cenedlaethau, cyn i bawb rannu'n grwpiau i drafod y gweithgareddau y gallent eu gwneud gyda'i gilydd yn y dyfodol .

Ers lansio'r ganolfan adnoddau ym mis Chwefror 2017, mae'r fideos a'r wybodaeth wedi'u defnyddio filoedd o weithiau. Bydd hynny'n helpu i sicrhau bod grwpiau cymunedol ac ysgolion ledled Cymru'n deall manteision gweithgareddau sy'n pontio'r cenedlaethau, ac yn sicrhau bod ganddynt y wybodaeth sydd ei hangen arnynt i sefydlu a chynnal prosiectau sy'n pontio'r cenedlaethau er mwyn chwalu'r rhwystrau rhwng ein cenhedloedd hŷn ac iau.

Asesiadau o'r Effaith ar Gydraddoldeb a Hawliau Dynol a Chraffu: Canllawiau i Awdurdodau Lleol

Gan adeiladu ar sail fy ngwaith i gyflwyno achos cryf dros gadw gwasanaethau cyhoeddus a chymunedol allweddol y mae pobl hŷn yn dweud yn aml eu bod yn 'achubiaeth' iddynt, ym mis Chwefror 2016 cyhoeddais ganllawiau ffurfiol i Awdurdodau Lleol ar gynnal Asesiadau o'r Effaith ar Gydraddoldeb a Hawliau Dynol a Chraffu, y mae'n rhaid iddynt roi sylw dyledus iddynt wrth arfer eu swyddogaethau.

Mae'r Canllawiau hyn, a luniwyd gyda chymorth Llywodraeth Cymru a Chymdeithas Llywodraeth Leol Cymru, yn nodi sut i gynnal asesiadau effaith a phrosesau craffu trylwyr a chydnerth sy'n nodi unrhyw effaith anghymesur ar bobl hŷn pan fo newidiadau'n cael eu cynnig, yn ogystal â chamau y gellir eu cymryd er mwyn lliniaru unrhyw effaith bosib.

Er mwyn sicrhau mwy o bwyslais ar hawliau pobl hŷn drwy gydol y broses asesu, mae'r canllawiau'n cynnwys offeryn newydd a ddatblygwyd i asesu'r effaith ar gydraddoldeb a hawliau dynol, sy'n cyfuno asesiad o'r effaith ar gydraddoldeb ac asesiad hawliau dynol er mwyn galluogi Awdurdodau Lleol i gynnal asesiadau ehangach a mwy manwl o'r effeithiau mewn modd effeithiol ac effeithlon.

Er mwyn cynorthwyo Awdurdodau Lleol i ymgorffori fy nghanllawiau yn eu harferion gweithio, cychwynnais gyfres o weithdai hyfforddi ym mis Mawrth 2016 (gweler

isod) i sicrhau bod aelodau a swyddogion cynghorau yn deall ac yn gallu defnyddio dull seiliedig ar hawliau wrth ystyried newidiadau i wasanaethau neu wrth wneud penderfyniadau.

Seminarau Cydraddoldeb a Hawliau Dynol

Ar ôl cyhoeddi canllawiau ffurfiol i Awdurdodau Lleol ar sut i gynnal asesiadau cydraddoldeb a hawliau dynol cadarn pan fydd newidiadau'n cael eu cynnig i wasanaethau, cynhaliais gyfres o seminarau ledled Cymru yn ystod 2016-17 i gynorthwyo aelodau a swyddogion cynghorau i ddefnyddio'r canllawiau'n effeithiol, a daeth dros 100 o gynrychiolwyr i'r seminarau hyn.

Roedd y seminarau'n archwilio'r ffyrdd y gall ystrydebau ynglŷn â heneiddio a thuedd ddiarwybod arwain at bolisïau ac arferion sy'n gwahaniaethu, ac yn tynnu sylw at yr offer sydd ar gael a all gynorthwyo'r broses o wneud penderfyniadau, megis Deddf Cydraddoldeb 2010, y Ddeddf Hawliau Dynol, ac Egwyddorion y Cenhedloedd Unedig ar gyfer Pobl Hŷn. Roedd y seminarau'n pwysleisio pwysigrwydd cynnal asesiadau ystyrlon o'r effaith i lywio penderfyniadau – o safbwynt cydraddoldeb a hawliau dynol fel ei gilydd – yn ogystal â phwysigrwydd ystyried cynigion amgen neu gamau lliniaru i ymdrin ag unrhyw broblemau posib a nodwyd yn y broses asesu.

Roedd yr adborth o'r seminarau'n gadarnhaol. Dywedodd y cynrychiolwyr fod y seminarau wedi esgor ar lawer o syniadau newydd, a chafwyd ymrwymiad ganddynt i fabwysiadu dulliau gweithredu newydd yn eu gwaith wrth wneud penderfyniadau am wasanaethau cymunedol.

Diogelu a gwella gwasanaethau, cyfleusterau a seilwaith cymunedol

Mil o Fân Rwystrau

Pan ddechreuais fy Sioe Deithiol Ymgysylltu yn 2012, rhannodd llawer o'r bobl hŷn y siaradais â hwy ledled Cymru eu profiadau cadarnhaol o heneiddio a disgrifio'r cyfleoedd newydd nad oedd ar gael iddynt o'r blaen.

Ond roedd eraill, hyd yn oed y rhai a oedd yn eu hystyried eu hunain yn weithgar, yn graff ac yn wydn, yn wynebu ystod o rwystrau sy'n gwneud heneiddio'n fwy anodd heb fod angen, ac sy'n gallu gwneud i hyd yn oed y tasgau symlaf deimlo'n llafurus.

Tynnais sylw at y mathau o heriau bob dydd a wynebir gan bobl hŷn yn fy adroddiad Mil o Fân Rwystrau, a gyhoeddwyd ym mis Awst 2013. Mae'r adroddiad yn cynnwys dyfyniadau ac astudiaethau achos gan bobl hŷn i roi llais cryf iddynt, ac yn ymdrin ag ystod eang o faterion, gan gynnwys gwasanaethau a chyfleusterau cymunedol, apwyntiadau meddygon teulu, rhyddhau o'r ysbyty, cludiant cymunedol a'r broses ymgeisio am fathodyn glas.

Defnyddiwyd canfyddiadau'r adroddiad i lywio fy ngwaith fel Comisiynydd, ac yn enwedig wrth sefydlu fy Nhasglu Toiledau, Cludiant a Biniau a gwaith yn ddiweddarach i edrych ar bwysigrwydd gwasanaethau, cyfleusterau a seilwaith cymunedol (gweler isod).

Pwysigrwydd ac Effaith Gwasanaethau Cymunedol yng Nghymru

Ar sail canfyddiadau Mil o Fân Rwystrau, yn ogystal â gwaith fy Nhasglu Toiledau, Cludiant a Biniau, cyhoeddais fy adroddiad 'Pwysigrwydd ac Effaith Gwasanaethau Cymunedol yng Nghymru' ym mis Chwefror 2014.

Roedd yr adroddiad yn cyflwyno dadl gref a chlir dros ddiogelu gwasanaethau cymunedol, sydd nid yn unig yn hanfodol i iechyd, cyfoeth a lles ein pentrefi, ein trefi a'n dinasoedd, ond sydd hefyd yn hollbwysig o ran y blaenoriaethau gwasanaethau cyhoeddus ac iechyd cyhoeddus yng Nghymru ac iechyd cyffredinol ein heconomi.

Er mwyn casglu gwybodaeth a chlywed drosof fy hun gan bobl hŷn pa mor bwysig yw gwasanaethau cymunedol iddynt yn eu bywydau bob dydd, cynhaliais gyfres o grwpiau ffocws ledled Cymru (yn Aberystwyth, Caerdydd, Caerfyrddin, Bae Colwyn a Llandrindod) i roi cyfle i bobl hŷn i rannu eu profiadau.

Yn ogystal â'r grwpiau ffocws, casglwyd gwybodaeth hefyd gan amryw o sefydliadau a grwpiau sy'n bartneriaid i ddarparu arbenigedd mewn meysydd penodol ar gyfer yr adroddiad a thystiolaeth ymchwil ategol. Cafwyd tystiolaeth gan:

- Cymdeithas Toiledau Prydain
- Bus Users Cymru
- Cymdeithas Cludiant Cymunedol
- NIACE Dysgu Cymru
- Ymgyrch 'P am Pobl'
- Iechyd Cyhoeddus Cymru
- Y Gymdeithas Wirfoddol Frenhinol
- Cymdeithas Prif Lyfrgellwyr Cymru
- Llywodraeth Cymru
- Cymdeithas Llywodraeth Leol Cymru
- Senedd Pobl Hŷn Cymru

Darparodd yr adroddiad dystiolaeth ynghylch buddion nifer o wasanaethau a chyfleusterau cymunedol hanfodol, megis cludiant, toiledau cyhoeddus, canolfannau cymunedol a mannau cymunedol, a sgiliau a dysgu gydol oes.

Un thema gyffredin ar draws pob un o'r meysydd hyn oedd pwysigrwydd gweithredu mewn modd sy'n seiliedig ar asedau wrth wneud penderfyniadau am y gwasanaethau cymunedol y mae pobl hŷn yn aml yn dibynnu arnynt i'w helpu i fod yn iach ac yn annibynnol. Roedd yr adroddiad yn nodi'n glir na ddylid gweld y gwasanaethau hyn fel baich costus i Awdurdodau Lleol, ond yn hytrach fel ffordd o fuddsoddi mewn pobl hŷn a'u cynorthwyo i wneud mwy fyth o gyfraniad i gymunedau ledled Cymru, sy'n ddull yr wyf wedi parhau i'w hyrwyddo i raddau helaeth iawn yn fy ngwaith.

Seminarau Gwasanaethau Cymunedol a Chanllawiau Arfer Gorau

Ar ôl cyhoeddi fy adroddiad ar wasanaethau cymunedol (gweler uchod), cynhaliais seminarau yn y de a'r gogledd i staff allweddol Awdurdodau Lleol i drafod a chytuno ar y ffordd fwyaf effeithiol o fwrw ymlaen i gyflawni'r canlyniadau gorau i bobl hŷn.

Daeth dros 150 o gynrychiolwyr i'r seminarau, a chymryd rhan mewn cyfuniad o sesiynau llawn a gweithdai drwy gydol y dydd. Clywodd y cynrychiolwyr gyflwyniadau gan:

- Llywodraeth Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru (ymgorffori llesiant mewn gwasanaethau cyhoeddus)
- Y Gwasanaeth Brenhinol Gwirfoddol (pwysigrwydd gwasanaethau cymunedol i fynd i'r afael ag unigrwydd, arwahanrwydd ac iselder)
- Nesta (defnyddio arloesi i ddarparu gwasanaethau cyhoeddus gwell)
- Cydlynwyr y Strategaeth Pobl Hŷn (meithrin cyswllt â phobl hŷn a defnyddio eu

gwybodaeth a'u profiad yn fwy effeithiol)

- Cynghrair Henoed Cymru (rôl y trydydd sector a'r sector tai er mwyn rhoi'r agenda integreiddio ar waith)
- CLILC (pwysau ariannol ar Awdurdodau Lleol)
- Pobl hŷn (profiadau o ddefnyddio gwasanaethau cymunedol)

Roedd y seminarau hyn yn gyfle i'r cynrychiolwyr i rannu arfer da ac i ystyried dulliau newydd o ddarparu gwasanaethau, yn ogystal â'u helpu i ddeall pam y mae gwasanaethau cymunedol yn gwneud cymaint o wahaniaeth i fywydau pobl hŷn.

Roedd adborth y cynrychiolwyr yn gadarnhaol iawn. Dywedodd nifer ohonynt y byddent yn rhannu'r hyn yr oeddent wedi'i ddysgu â'u cydweithwyr ac yn ceisio cynllunio, datblygu a darparu gwasanaethau cymunedol mewn modd mwy blaengar.

Yn ogystal â'r seminarau, ac yn rhan o'm rhaglen waith ehangach i ddiogelu a gwella gwasanaethau, cyfleusterau a seilwaith cymunedol yng Nghymru, cyhoeddais ganllawiau ffurfiol i Awdurdodau Lleol ledled Cymru, gan ddefnyddio fy mhwerau o dan Adran 12 Deddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru) 2006.

Diben y canllawiau hyn oedd atgoffa Awdurdodau Lleol o'u dyletswydd i feithrin cyswllt yn llawn, yn ystyrlon ac yn effeithiol â phobl hŷn pan fo newidiadau'n cael eu cynnig i wasanaethau cymunedol a phenderfyniadau allweddol yn cael eu gwneud. Yn ogystal, roedd y canllawiau'n nodi'n glir fod angen i Awdurdodau Lleol feithrin cyswllt yn fwy effeithiol â phobl hŷn i sicrhau bod eu penderfyniadau'n ystyried ac yn adlewyrchu'n llawn anghenion, pryderon a blaenoriaethau pobl hŷn.

Roedd y canllawiau'n nodi'r gwahanol ffyrdd y dylai Awdurdodau Lleol eu defnyddio i feithrin cyswllt â phobl hŷn, ac yn pwysleisio pwysigrwydd cyswllt amserol, cyrraedd y rhai nad yw eu lleisiau'n cael eu clywed yn aml a sicrhau eu bod yn defnyddio'r ffordd fwyaf effeithiol o feithrin cyswllt.

Roedd y canllawiau hefyd yn pwysleisio pwysigrwydd asesu'n drylwyr effaith unrhyw benderfyniadau ar bobl hŷn, a'r angen i sicrhau bod asesiadau o'r effaith ar gydraddoldeb yn fwy na dim ond mater o roi tic yn y blwch.

Pecyn Cymorth Meithrin Cyswllt i Bobl Hŷn

Dywedodd llawer o'r bobl hŷn yr wyf wedi cwrdd â hwy ac wedi siarad â hwy ledled Cymru nad ydynt yn gwybod sut i feithrin cyswllt â'u Hawdurdod Lleol, a'u bod yn aml yn teimlo nad oes ganddynt lais o gwbl pan gyflwynir cynigion i leihau neu ddirwyn i ben y gwasanaethau cymunedol hanfodol y maent yn dibynnu arnynt. Mae pobl hŷn wedi dweud wrthyf hefyd eu bod yn teimlo nad ydynt yn cael digon o gyfleoedd i fynegi eu barn a bod eu pryderon yn aml yn cael eu diystyru, ac nad ydynt yn cael fawr o sylw pan fyddant yn cael cyfle i wneud hynny.

Felly, cyhoeddais becyn cymorth meithrin cyswllt yn ystod 2014-15, adnodd ymarferol i helpu pobl hŷn i sicrhau bod eu llais yn cael ei glywed, a ddosbarthwyd yn eang ar hyd a lled Cymru.

Mae'r pecyn yn cynnwys gwybodaeth ymarferol i helpu pobl hŷn i feithrin cyswllt ag Awdurdodau Lleol, gan gynnwys sut mae dylanwadu ar benderfyniadau a'u herio a pha gymorth sydd ar gael i'w helpu i wneud hynny.

Mae'r pecyn yn amlinellu'n glir yr hyn y dylai pobl hŷn ei ddisgwyl gan eu Hawdurdodau Lleol, o ran meithrin cyswllt ac ymgynghori, pan fydd newidiadau i wasanaethau hanfodol yn cael eu cynnig, ac mae'n cynnwys gwybodaeth ddefnyddiol ynghylch sut y gallant fod yn rhan o'r prosesau hyn. Mae hefyd yn cynnwys amryw o adnoddau ymarferol eraill, gan gynnwys cyfres o gwestiynau allweddol a rhestr wirio y gall pobl hŷn ei defnyddio drwy gydol y broses meithrin cyswllt, llythyr enghreifftiol at Awdurdodau Lleol a chyfeiriadur cynhwysfawr o gysylltiadau a allai gynnig cymorth a chefnogaeth hanfodol.

Cymhorthion ac addasiadau

Wedi craffu ar wybodaeth a gyhoeddwyd gan Awdurdodau Lleol yn ystod 2012, gwelais fod oedi annerbyniol yn aml cyn talu Grantiau Cyfleusterau i'r Anabl i bobl hŷn i dalu am gymhorthion ac addasiadau i'r cartref, a bod nifer o achosion o fethu â chyrraedd y targedau statudol. Roedd hyn yn golygu bod unigolion mewn perygl o gael codwm, methu â mynd adref o'r ysbyty, neu orfod mynd i ofal preswyl heb fod angen. Roedd y gost i unigolion yn annerbyniol, ac roedd effaith ganlyniadol sylweddol ar y coffrau cyhoeddus.

Cyhoeddais ganllawiau arfer da i Awdurdodau Lleol, yn nodi'n glir fy nisgwyliadau o ran gwelliannau o fewn 12 mis i'r rhai nad oedd yn cyflawni'r gofynion. Roedd enghreifftiau o arfer da yn y canllawiau hefyd i'w cynorthwyo i gyflawni'r gwelliannau angenrheidiol.

Ym mis Tachwedd 2013, gofynnais am sicrwydd gan Awdurdodau Lleol fod y disgwyliadau hyn yn cael eu gwireddu, ac yn enwedig sicrwydd nad oedd mân addasiadau'n cael eu cyflenwi drwy'r llwybr Grantiau Cyfleusterau i'r Anabl ond eu bod yn hytrach yn cael eu cyflenwi'n gyflym drwy ddulliau effeithiol eraill, a bod prosesau ar waith i gofnodi 'profiad y cwsmer' a defnyddio hyn i sicrhau gwelliannau parhaus. Roedd angen i'r Awdurdodau Lleol roi'r wybodaeth ddiweddaraf i mi hefyd ynghylch sut yr oeddent yn bwriadu adeiladu ar sail y gwelliannau yr oeddent wedi'u gwneud.

Roedd yr ymatebion yn dangos bod camau sylweddol wedi eu cymryd i wella'r systemau Grantiau Cyfleusterau i'r Anabl a mân addasiadau a bod yr ymrwymiad i wneud gwelliannau'n parhau. Yn ogystal, roedd y wybodaeth a ddarparwyd i mi gan yr Awdurdodau Lleol yn dangos bod yr amseroedd cyflenwi cyfartalog wedi gostwng

yn sylweddol, o 325 diwrnod yn 2011-12 i 271 diwrnod yn 2012-13. Fodd bynnag, roedd amrywiadau o hyd yn y ffordd yr oedd yr addasiadau'n cael eu cyflenwi a'r ffrydiau ariannu a oedd yn cael eu defnyddio.

Yn sgil gohebiaeth ar y mater hwn â'r Gweinidog Tai ac Adfywio a Chadeirydd y Pwyllgor Cymunedau, Cydraddoldeb a Llywodraeth Leol, a gyhoeddodd ei adroddiad ei hun ar addasiadau cartref yn 2012, roeddwn yn croesawu'r ffaith i'r Gweinidog gynnal adolygiad o'r system addasiadau cartref yng Nghymru yng ngwanwyn 2014.

Rhoddais lawer o dystiolaeth i'r adolygiad hwn, a chyhoeddi crynodeb manwl o'r cynnydd a wnaed gan Awdurdodau Lleol i'r Gweinidog, yn egluro y byddai'n rhaid i'r newidiadau i'r system addasiadau ymdrin â'r materion isod:

- Safoni, neu isafswm amseroedd cyflenwi cenedlaethol, ar gyfer cymhorthion ac addasiadau, gan gynnwys mân addasiadau, waeth beth fo'r dull ariannu.
- Symleiddio'r gwahanol ddulliau addasu, gan ddefnyddio system lai cymhleth yn canolbwyntio ar anghenion y cwsmer ac yn diystyru mathau o ddeiliadaeth.
- Fframwaith rheoli perfformiad manwl yn cynnwys pob dull addasu.

Yn sgil canfyddiadau'r adolygiad, ymrwymodd Llywodraeth Cymru i sefydlu Grŵp Cyflenwi System Uwchraddedig ar gyfer Addasu Cartrefi er mwyn dyfeisio system addasiadau newydd i Gymru i wella amseroedd cyflenwi a phrofiad yr unigolyn. Roeddwn yn aelod o'r grŵp hwn a llwyddais i sicrhau bod anghenion a buddiannau pobl hŷn yn cael eu hystyried a'u hadlewyrchu wrth i benderfyniadau gael eu gwneud ynglŷn â'r system addasiadau cartref yng Nghymru.

Roeddwn yn croesawu cyhoeddiad y Gweinidog Cymunedau a Threchu Tlodi y byddai'r system addasiadau newydd – Hwyluso: Cymorth i Fyw'n Annibynnol – yn cael ei chyflwyno ym mis Ebrill 2016, ond nodais yn glir y byddai llwyddiant y cynllun newydd yn dibynnu ar sicrhau ei fod yn cael ei weithredu'n gyson ledled Cymru a bod profiadau pobl yn cael eu defnyddio i sbarduno gwelliannau parhaus.

Rwyf wedi parhau i fonitro a chraffu ar y prosesau addasu er mwyn i bobl hŷn, ble bynnag y maent yn byw yng Nghymru, allu cael y cymorth sydd ei angen arnynt, sy'n hanfodol i'w galluogi i fyw bywydau iach, diogel ac annibynnol.

Sicrhau bod lles pobl hŷn wrth wraidd gwasanaethau cyhoeddus

Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014

Pan gyhoeddodd Llywodraeth Cymru ei drafft o Fil Gwasanaethau Cymdeithasol (Cymru) yn 2012, roeddwn yn croesawu ei fwriad, ond yn galw am fwy o bwyslais ar lesiant yn y ddeddfwriaeth arfaethedig. Roeddwn yn falch felly o weld y Bil yn cael ei ailddrafftio gyda phwyslais arbennig ar lesiant, a'i ailenwi'n Fil Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru).

Yn fy nhystiolaeth i Bwyllgor y Cynulliad a oedd yn craffu ar y Bil wedi'i ailddrafftio, nodais yn glir bwysigrwydd cynnwys egwyddorion statudol ar wyneb y Bil i amddiffyn hawliau pobl hŷn, a'r angen am fwy o eglurder ynghylch sut y byddai'r Bil yn rhoi mwy o lais a rheolaeth i bobl hŷn, yn enwedig o ran eiriolaeth.

Yn ogystal â darparu'r dystiolaeth hon, trefnais weithdy i randdeiliaid lle daeth ystod eang o arbenigwyr gofal cymdeithasol a gweithwyr proffesiynol rheng flaen at ei gilydd, ynghyd â chynrychiolwyr o'r trydydd sector, i ystyried effaith y Bil ar fywydau pobl hŷn, gan ddefnyddio sefyllfaoedd go iawn, ac i ystyried a fyddai'n cael yr effaith a fwriadwyd. Cafodd canfyddiadau'r gweithdy hwn eu cynnwys mewn adroddiad a rannwyd ag aelodau'r pwyllgor i'w cynorthwyo i graffu ar y Bil. Ochr yn ochr â hyn, cynhaliais sesiynau gwybodaeth gydag Aelodau Cynulliad i sicrhau bod anghenion a phrofiadau pobl hŷn yn cael ystyriaeth lawn drwy gydol y broses graffu a'u bod yn cael eu hadlewyrchu yn fersiwn terfynol y Bil.

Braf oedd gweld bod fy holl waith craffu ar y Bil a'i gynnwys wedi golygu bod Egwyddorion y Cenhedloedd Unedig ar gyfer Pobl Hŷn wedi'u cynnwys, ynghyd â hawl i eiriolaeth i bobl hŷn dan rai amgylchiadau.

Wedi i'r Bil ei hun dderbyn Cydsyniad Brenhinol, trodd sylw fy ngwaith craffu at y rheoliadau a fyddai'n cyd-fynd â'r ddeddfwriaeth, ac yn arbennig y rhai'n ymwneud â diogelu, eiriolaeth, gwybodaeth, cyngor a chymorth, y broses asesu a'r meini prawf cymhwyso. Ymatebais yn ffurfiol i ymgyngoriadau ynghylch y meysydd hyn, gan barhau i feithrin cyswllt â rhanddeiliaid allweddol i sicrhau dealltwriaeth lawn o safbwynt pobl hŷn ac i sicrhau ei fod yn cael ei adlewyrchu yn y rheoliadau. Yn ogystal, rhoddais gyngor penodol i Lywodraeth Cymru, wedi iddi ofyn i mi wneud hynny, ar sut y dylid gwireddu'r dyletswyddau i gynnig eiriolaeth annibynnol drwy reoliadau, a sicrhau bod bwriad Gwasanaethau Cymdeithasol Cynaliadwy i Gymru: Fframwaith Gweithredu yn cael ei wireddu er mwyn sicrhau bod gan bobl hŷn lais cryf a rheolaeth wirioneddol dros eu bywydau.

I gyd-fynd â dyddiad dod i rym y Ddeddf ym mis Ebrill 2016, cyhoeddais daflen wybodaeth hefyd a Phecyn Cymorth Llywio'ch Ffordd Trwy Wasanaethau Cymdeithasol, sy'n esbonio mewn modd clir a hygyrch yr hawliau newydd sydd gan bobl hŷn a gofalwyr o dan y Ddeddf a'r dyletswyddau newydd ar gyrff cyhoeddus. Mae'r daflen a'r pecyn cymorth yn ymdrin ag ystod eang o feysydd, gan gynnwys

cael eiriolaeth, gwybodaeth a chyngor, asesiadau o anghenion, talu am ofal, a diogelu, ac maent wedi'u dosbarthu i bobl hŷn a'u teuluoedd ledled Cymru.

Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015

Rwyf wedi bod yn gefnogwr cryf a llafar i Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 a'i nod o sicrhau dull ataliol, hirdymor sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau o ddarparu gwasanaethau cyhoeddus, sy'n hanfodol er mwyn gwella bywydau pobl hŷn.

Wedi i mi graffu'n fanwl ar y ddeddfwriaeth ei hun, a chyn i'r Ddeddf ddod i rym, bûm yn trafod yn eang â Byrddau Gwasanaethau Lleol ledled Cymru er mwyn sicrhau y byddai'r asesiadau llesiant a'r cynlluniau llesiant a fyddai'n cael eu datblygu o dan y Ddeddf yn adlewyrchu ac yn ymdrin ag anghenion pobl hŷn ac yn ategu'r cynlluniau gweithredu Heneiddio'n Dda yng Nghymru sy'n cael eu gweithredu gan Awdurdodau Lleol.

Yn sgil y trafodaethau hyn, datblygais ganllawiau ffurfiol i'r Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus newydd i'w cynorthwyo i ddatblygu eu cynlluniau llesiant a'r asesiadau o anghenion, a chyhoeddwyd y rhain yn 2016 (gweler isod).

Ar lefel fwy strategol, bûm yn gweithio gyda Llywodraeth Cymru i sicrhau bod y dangosyddion cenedlaethol a ddefnyddir i fesur effaith y Ddeddf yn canolbwyntio ar ganlyniadau a'u bod yn berthnasol i bobl hŷn. Mae nifer o'r dangosyddion hyn, a gyhoeddwyd ym mis Mawrth 2016, yn cyd-fynd â'r model ansawdd bywyd y mae fy mlaenoriaethau fel Comisiynydd yn seiliedig arno, ac yn canolbwyntio ar faterion megis cael gafael ar wasanaethau a chyfleusterau, teimlo'n ddiogel gartref, ac unigrwydd ac arwahanrwydd.

Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016

Roeddwn yn croesawu cyhoeddi Bil Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru), i ddarparu fframwaith statudol gwell ar gyfer rheoleiddio ac arolygu gofal cymdeithasol yng Nghymru a rheoleiddio'r gweithlu gofal cymdeithasol.

Fodd bynnag, wrth ddadansoddi ei gynnwys, nodais nifer o feysydd lle y gellid cryfhau'r Bil er mwyn cyflawni mwy ar ran pobl hŷn, a thynnais sylw at y rhain yn ystod y broses craffu cyn-ddeddfwriaethol ac yn ystod craffu Cam 2 a Cham 3.

Roedd y pryderon a godais yn canolbwyntio ar nifer o faterion – addasrwydd i fod yn berchennog, cofrestru'r gweithlu, diffinio gofal, integreiddio iechyd a gofal cymdeithasol, comisiynu, a defnyddio aseswyr lleyg yn rhan o'r broses arolygu – ac roeddwn yn croesawu'r ffaith i ddrafftiau diweddarach o'r Bil gael eu diwygio er mwyn ymdrin â'r materion hyn.

Yn ogystal â dylanwadu ar y Ddeddf ar ddechrau'r broses ddeddfwriaethol, drwy graffu ar y Bil a nodi ble roedd angen gwelliannau, daliais ati i lywio'r ddeddfwriaeth hon fel aelod o'r Grŵp Technegol a oedd yn gyfrifol am ddrafftio'r rheoliadau a fyddai'n cyd-fynd â'r Ddeddf a thrwy ymatebion ymgynghori mwy ffurfiol.

Roedd fy ngwaith ar y rheoliadau'n canolbwyntio'n benodol ar sicrhau bod ansawdd bywyd yn gwbl ganolog i'r safonau gofal newydd, sicrhau bod gwaith cynllunio priodol yn digwydd fel bod darpariaeth gwasanaethau gofal yn bodloni anghenion pobl hŷn, a sicrhau bod gwybodaeth well ar gael er mwyn i bobl hŷn a'u teuluoedd allu barnu ansawdd a diogelwch y gwasanaethau y maent yn dibynnu arnynt.

Canllawiau i Fyrddau Gwasanaethau Cyhoeddus

O dan Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015, mae'n rhaid i bob Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus (y cyrff statudol a grëwyd yn lle'r Byrddau Gwasanaethau Lleol) gyhoeddi Cynlluniau Llesiant Lleol, sy'n nodi sut y maent yn bwriadu gwella llesiant economaidd, amgylcheddol a diwylliannol eu hardaloedd a sut y byddant yn cyflawni'r nodau llesiant cenedlaethol a fydd yn cael eu monitro gan Gomisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru.

Er mwyn sicrhau bod y cynlluniau llesiant yn cyflawni ar gyfer pobl hŷn ac yn adlewyrchu anghenion, dyheadau, ac amgylchiadau pobl hŷn, bûm yn cwrdd â phob un o'r 19 Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus ledled Cymru rhwng mis Rhagfyr 2014 a mis Gorffennaf 2016 cyn cyflwyno canllawiau ffurfiol iddynt – Paratoi Cynlluniau Llesiant Lleol: Canllawiau i Fyrddau Gwasanaethau Cyhoeddus – gan ddefnyddio fy mhwerau o dan Adran 12 Deddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru).

Mae'n rhaid i Fyrddau Gwasanaethau Cyhoeddus roi ystyriaeth i'r canllawiau hyn, sydd wedi'u cynllunio i hwyluso newid diwylliant yn y modd y caiff gwasanaethau eu creu a'u darparu, er mwyn iddynt adlewyrchu anghenion yr unigolyn yn hytrach na bod disgwyl i'r unigolyn gyd-fynd â'r system. Mae'r canllawiau'n nodi'n glir hefyd pa mor bwysig yw gwneud llesiant yn ganolog i ddarpariaeth gwasanaethau, ac yn rhoi cyngor defnyddiol ac ymarferol i ddarparwyr gwasanaethau ynglŷn â pharatoi eu cynlluniau llesiant.

Cafwyd adborth cadarnhaol iawn gan y Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus ynghylch y canllawiau, ac mae nifer o'r Byrddau eisoes wedi dweud wrthyf y byddant yn eu defnyddio wrth asesu llesiant lleol a datblygu eu Cynlluniau Llesiant Lleol.

Craffu ar Asesiadau Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus o Lesiant Lleol

Yn ystod haf 2017, bûm yn craffu ar yr Asesiadau o Lesiant Lleol a gyhoeddwyd gan Fyrddau Gwasanaethau Cyhoeddus, dyletswydd a grëwyd gan Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru). Roedd y gwaith craffu hwn yn dilyn gwaith manwl â Byrddau Gwasanaethau Lleol yn ystod 2016-17, a oedd yn cynnwys cwrdd â phob Bwrdd i'w cynghori ar y ffyrdd mwyaf effeithiol o ddiwallu anghenion pobl hŷn a chyhoeddi canllaw ffurfiol ar baratoi cynlluniau llesiant lleol, sydd i'w cyhoeddi fis Mai 2018.

Diben y gwaith craffu oedd gweld i ba raddau mae materion yn ymwneud a phobl hŷn yn cael eu hadlewyrchu yn y dogfennau asesu, a fyddai'r asesiadau yn symud yr agenda atal a dull 'heneiddio'n dda' ymlaen, a sut yr oedd y canllaw a gyhoeddwyd gennyf yn cael ei ddefnyddio gan Fyrddau Gwasanaethau Cyhoeddus i ddatblygu eu hasesiadau a'u cynlluniau llesiant.

Cafodd fy mhrif ganfyddiadau eu cyhoeddi ym mis Awst 2017, ynghyd ag argymhellion ar gyfer Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus ar sut i sicrhau bod anghenion a materion sy'n effeithio ar bobl hŷn yn cael eu hadlewyrchu yn y cynlluniau lleisiant lleol. Yn ychwanegol at yr adborth hwn, trefnais gyfres o weithdai ar gyfer Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus yn ystod hydref 2017 i bwysleisio'r negeseuon hyn ac i sicrhau bod y Byrddau'n ystyried canlyniadau cynaliadwy, ataliol a thymor hir ar gyfer pobl hŷn a grwpiau eraill.

Heneiddio'n Dda yng Nghymru

Pan ddechreuais fy swydd fel Comisiynydd, roedd hi'n glir bod eiddilwch a dibyniaeth yn cael eu hystyried yn amlach na pheidio fel elfennau anochel o heneiddio, a bod angen ffordd gydgysylltiedig o weithio ar draws ystod o feysydd i gefnogi pobl i heneiddio'n dda.

Felly, sefydlais Heneiddio'n Dda yng Nghymru, partneriaeth gydweithredol o sefydliadau cyhoeddus, preifat a thrydydd sector cenedlaethol, yn ogystal â sefydliadau sy'n gweithredu mentrau ar lefel leol, gan weithio i wella llesiant pobl 50 oed a throsodd ar draws pum thema allweddol:

- Cymunedau sy'n Gyfeillgar i Oed
- Cymunedau Cefnogi Pobl â Dementia
- Atal Cwympiadau
- Dysgu a Chyflogaeth
- Unigrwydd ac Arwahanrwydd

Fel rhan o gam cyntaf Heneiddio'n Dda, a lansiwyd ym mis Hydref 2014, gweithiodd sefydliadau partner cenedlaethol i bennu'r blaenoriaethau a'r canlyniadau ar gyfer pobl hŷn o dan bob un o'r pum thema, a datblygwyd cynllun gweithredu a amlinellodd ystod eang o gamau fyddai'n sail i ail ran y rhaglen. Yn ogystal, daeth sefydliadau sy'n gweithio ar lefel leol at ei gilydd drwy'r Rhwydwaith Heneiddio'n Dda yng Nghymru, i gydweithio ar ystod o gamau gweithredu ac i rannu arferion da.

Yn ystod y cyfnod hwn, cadarnhaodd pob un o'r 22 Awdurdod Lleol yng Nghymru eu hymrwymiad i Ddatganiad Dulyn ac i gydweithio â phartneriaid Heneiddio'n Dda i sicrhau bod cymunedau yn Gyfeillgar i Oed. I gefnogi'r gwaith hwn, ac i sicrhau bod swyddogion yr Awdurdodau Lleol ac aelodau yn dysgu mwy am Heneiddio'n Dda a'r ffyrdd y gallent gymryd rhan yn y rhaglen, cynhaliwyd seminarau yn Llandudno a Chaerdydd, a fynychwyd gan 85 o unigolion sy'n gweithio ar draws ystod o adrannau a phortffolios.

Yn ogystal, cynhaliwyd digwyddiadau Rhwydwaith Heneiddio'n Dda mwy o faint yn Llandudno a Baglan, gan ddod ag aelodau presennol y Rhwydwaith Heneiddio'n Dda a darpar aelodau at ei gilydd i rannu arferion da ac i archwilio cyfleoedd ar gyfer cydweithio. O ganlyniad i'r digwyddiadau hyn, tyfodd aelodaeth Rhwydwaith Heneiddio'n Dda yng Nghymru yn sylweddol, i tua 400 o aelodau.

Mae'r hyn a gyflawnwyd gan Heneiddio'n Dda yn ystod Cam 1 wedi'i gydnabod ar lefel Ewropeaidd gan y Bartneriaeth Arloesi Ewropeaidd ar Heneiddio'n Iach ac Egnïol, a ddyfarnodd Statws Tair Seren iddo am ei ddull arloesol o fynd i'r afael â heneiddio'n iach a'r gwaith a wneir ar draws Cymru i gefnogi pobl i fod yn iach ac yn annibynnol wrth dyfu'n hŷn.

Fel rhan o Gam Dau, gwnaeth partneriaid cenedlaethol ystod eang o ymrwymiadau o ran y gwaith fyddai'n cael ei wneud ar draws y pum thema Heneiddio'n Dda o fewn Ail Gam y Cynllun Gweithredu, a gyhoeddwyd ym mis Hydref 2016. Cyhoeddodd Awdurdodau Lleol Gynlluniau Heneiddio'n Dda yn lleol hefyd gan amlinellu'r gwaith y byddent yn ei wneud i gyflawni blaenoriaethau Heneiddio'n Dda, gyda phwyslais penodol ar ddatblygu Cymunedau sy'n Gyfeillgar i Oed a chynnig mwy o gymorth i bobl sy'n byw gyda dementia.

Gwelodd Cam Dau hefyd ymgysylltiad sylweddol ar draws Cymru gydag unigolion, grwpiau a sefydliadau sy'n gweithio ar lefel leol, yn parhau i gynyddu aelodaeth o'r Rhwydwaith Heneiddio'n Dda yng Nghymru, i ysbrydoli gweithredu o fewn cymunedau ac i rannu arferion da.

Roedd y gwaith hwn yn cynnwys cynnal cyfres o ddigwyddiadau mawr o'r enw 'Dathlu Cymunedau' ar draws Cymru, gan ddod â channoedd o Aelodau'r Rhwydwaith at ei gilydd i rannu eu profiadau, i gymryd rhan mewn sesiynau gweithdy rhyngweithiol ac i archwilio cyfleoedd newydd. Cynhaliwyd dau ddigwyddiad 'Dathlu Cymunedau' ym Mangor a Chaerdydd ddiwedd 2016, gyda phump o ddigwyddiadau pellach yn cael eu cynnal ledled Cymru ddechrau 2018. Mae'r rhain yn cyd-fynd â digwyddiadau eraill sydd wedi canolbwyntio ar gymunedau sy'n cefnogi pobl â dementia, gyda dau yn y Rhyl ac Aberhonddu yn 2018. Lansiwyd cyfres o Straeon Heneiddio'n Dda hefyd i gyd-fynd â'r digwyddiadau hyn, er mwyn dathlu'r gwaith eithriadol sy'n cael ei wneud gan Aelodau Rhwydwaith Heneiddio'n Dda ac i annog pobl eraill i weithredu yn eu cymunedau eu hunain ac i sefydlu eu mentrau eu hunain i helpu pobl hŷn ar draws Cymru i Heneiddio'n Dda.

O ganlyniad i'r gwaith hwn, mae aelodaeth y Rhwydwaith wedi cynyddu'n sylweddol, ac erbyn hyn mae dros 1,600 o Aelodau Rhwydwaith Heneiddio'n Dda ar draws Cymru, gan gydweithio ochr yn ochr â 70 o bartneriaid cenedlaethol i wireddu blaenoriaethau Heneiddio'n Dda. Mae'r hyn a gyflawnwyd gan Heneiddio'n Dda yn ystod yr Ail Gam wedi'i gydnabod ar lefel Ewropeaidd, gyda'r Bartneriaeth Arloesi Ewropeaidd ar Heneiddio'n Iach ac Egnïol, yn dyfarnu Statws Pedair Seren i'r rhaglen yn 2016.

Er mwyn cefnogi unigolion a sefydliadau ymhellach i gymryd camau i wella bywydau pobl hŷn ar draws Nghymru, cyhoeddwyd nifer o lyfrynnau gwybodaeth defnyddiol gan Heneiddio'n Dda yng Nghymru, mewn partneriaeth â phartneriaid cenedlaethol. Mae'r canllawiau, sydd wedi'u dosbarthu'n eang ledled Cymru drwy randdeiliaid a phartneriaid Heneiddio'n Dda ac Aelodau'r Rhwydwaith, yn cyflwyno gwybodaeth mewn ffordd hygyrch a chlir, gan roi cyngor ymarferol ar nifer o bynciau gwahanol:

- Canllaw poced ynglŷn â chefnogi pobl â dementia (a gynhyrchwyd mewn partneriaeth â Sefydliad Joseph Rowntree a Chymdeithas Alzheimer)

- Gwneud Gwahaniaeth: Canllaw poced i'ch helpu i ddelio ag unigrwydd (a gynhyrchwyd mewn partneriaeth â'r Ganolfan Ymchwil Heneiddio a Dementia, y Groes Goch Brydeinig a'r Gwasanaeth Gwirfoddol Brenhinol)
- Gwneud Cymru yn genedl o gymunedau sy'n gyfeillgar i oed (a gynhyrchwyd mewn partneriaeth â Chynghrair Pobl Hŷn Cymru)
- Canllaw i fod yn fusnes sy'n gyfeillgar i oed (a gynhyrchwyd mewn partneriaeth â Chynghrair Pobl Hŷn Cymru)
- Canllaw i sefydlu clwb dysgu cymunedol (a gynhyrchwyd mewn partneriaeth â'r Gwasanaeth Gwirfoddol Brenhinol, y Sefydliad Dysgu a Gwaith, Men's Sheds Cymru, U3A a Chynghrair Pobl Hŷn Cymru)
- Cyhoeddiad 'Sut i Heneiddio'n Dda: Canllaw i gynllunio ar gyfer bywyd gwell yn hwyrach mewn bywyd' (a gynhyrchwyd mewn partneriaeth â Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan a Positive Ageing Associates)

Yn ogystal â chyhoeddi'r canllawiau hyn, cyhoeddwyd cardiau gwybodaeth yn 2016 er mwyn i bobl hŷn allu eu rhannu gyda busnesau yn eu cymunedau i'w hannog i fod yn fwy cyfeillgar i oed. Mae'r cardiau gwybodaeth yn pwysleisio manteision bod yn fusnes sy'n gyfeillgar i oed, yn cyfeirio perchnogion at wefan Heneiddio'n Dda lle gellir cael mwy o wybodaeth a lawrlwytho canllaw busnes ar gyfer bod yn gyfeillgar i oed.

Yn ogystal, cyhoeddwyd Cardiau Heneiddio'n Dda yn 2018 hefyd. Mae'r cardiau maint poced yn cefnogi pobl hŷn, yn enwedig y rheiny sy'n byw gyda dementia neu'r rheiny â nam synhwyraidd, i gyfathrebu'n hawdd ac effeithiol gyda busnesau, gwasanaethau cyhoeddus a gweithredwyr teithio.

Mae mwy o wybodaeth am Heneiddio'n Dda yng Nghymru, ei waith a'i lwyddiannau, ar gael mewn adroddiad manylach fydd yn cael ei gyhoeddi ochr yn ochr â'r adroddiad hwn, neu drwy fynd i www.ageingwellinwales.com/wl/home. Mae'r wefan hefyd yn cynnwys adnoddau sy'n cynnwys amrywiaeth o gyhoeddiadau, canllawiau hunan-gymorth, enghreifftiau o arferion da a dolenni i bartneriaid eraill ar ystod o faterion sy'n gysylltiedig â themâu craidd Heneiddio'n Dda.

Dylanwadu ar bolisi, deddfwriaeth ac ymarfer

Yn ogystal â'r gwaith a ddisgrifir uchod, sy'n aml yn digwydd drwy brosiectau neu raglenni gwaith mwy hirdymor, mae fy nhîm a minnau hefyd yn gwneud ystod eang o waith parhaus gyda Llywodraeth Cymru a'r Cynulliad Cenedlaethol i ddylanwadu ar bolisi, deddfwriaeth ac ymarfer. Drwy gydol y gwaith dylanwadu hwn, rwyf wedi parhau i ddatgan yn glir pa mor bwysig yw hi fod ein gwasanaethau cyhoeddus yn gwrando ar bobl hŷn ac yn meithrin cyswllt â hwy mewn modd ystyrlon, yn ogystal â phwysigrwydd buddion mabwysiadu dull gweithredu seiliedig ar hawliau er mwyn sicrhau bod hawliau pobl yn cael eu gwarchod.

Rwyf yn cwrdd â Gweinidogion a swyddogion Llywodraeth Cymru'n rheolaidd er mwyn sicrhau bod ganddynt ddealltwriaeth glir o'r materion sy'n effeithio ar bobl hŷn a sut y mae modd ymdrin â hwy, neu i godi pryderon ynghylch meysydd polisi a deddfwriaeth nad ydynt yn rhoi digon o sylw i bobl hŷn a'u hanghenion.

Yn yr un modd, rwyf hefyd yn gweithio gyda Chadeiryddion Pwyllgorau'r Cynulliad, ac yn arbennig gyda Chadeirydd y Pwyllgor Iechyd, i nodi meysydd y gellid craffu arnynt ac ymchwilio iddynt. Mae ymchwiliadau diweddar i ddefnyddio meddyginiaethau gwrth-seicotig, unigrwydd ac arwahanrwydd, a chyfleoedd cyflogaeth i bobl dros 50, er enghraifft, wedi caniatáu craffu mwy manwl ar faterion yr wyf wedi rhoi lle mwy blaenllaw iddynt ar yr agenda bolisi drwy fy ngwaith fel Comisiynydd.

Bob blwyddyn, rwyf yn ymateb i ystod eang o ymgyngoriadau Llywodraeth Cymru a'r Cynulliad, gan ddefnyddio lleisiau a phrofiadau pobl hŷn i sicrhau bod cynigion yn adlewyrchu eu hanghenion ac yn cyflawni canlyniadau cadarnhaol.

Ers dechrau fy swydd yn 2012, rwyf wedi ymateb i dros 120 o ymgyngoriadau. Er bod llawer o'r rhain yn ymwneud ag iechyd a gofal cymdeithasol, rwyf wedi ymateb i amryw helaeth o bynciau eraill hefyd, gan gynnwys hawliau dynol; diogelu; mynd i'r afael â throseddau casineb, cam-drin domestig a thrais rhywiol; tai; datblygu gwledig; cludiant a chludiant cymunedol; cyflogaeth, hyfforddiant a sgiliau; cynhwysiant ariannol; cydraddoldeb i bobl drawsrywiol; a diogelu asedau cymunedol.

Rwyf hefyd wedi darparu tystiolaeth ar lafar ac yn ysgrifenedig i Bwyllgorau'r Cynulliad er mwyn craffu ar ddeddfwriaeth o safbwynt pobl hŷn, i sicrhau bod ymchwiliadau'r pwyllgorau'n cofnodi lleisiau a phrofiadau pobl hŷn yn effeithiol, a bod argymhellion y pwyllgorau'n adlewyrchu'r newid y maent eisiau ac angen ei weld.

Yn ogystal â gweithio gyda Llywodraeth Cymru a'r Cynulliad, a rhoi tystiolaeth iddynt yn y ffyrdd a nodir uchod, rwyf hefyd wedi dylanwadu ar bolisi ac ymarfer drwy fod yn aelod o ystod eang o grwpiau arbenigol a byrddau/paneli cynghori, a thrwy weithio mewn partneriaeth â hwy. Mae'r rhain yn cynnwys Grwpiau Trawsbleidiol ar bobl hŷn a heneiddio, dementia, tlodi tanwydd a chludiant cymunedol; Grwpiau

Cynghori Llywodraeth Cymru ar drechu tlodi, tai, cynhwysiant digidol a chludiant cyhoeddus; Grwpiau Technegol Llywodraeth Cymru yn gysylltiedig â Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru); Grŵp Llywio Arfer Da Cymru; Fforwm Gwasanaeth Cynghori Ariannol Cymru; a Bwrdd Partneriaeth Strategol yr Adran Gwaith a Phensiynau.

Edrych Tua'r Dyfodol

Man cychwyn yr adroddiad gwaddol hwn oedd fy Fframwaith Gweithredu, y blaenoriaethau a gyhoeddais yn 2013 a roddodd lais i'r blaenoriaethau yr oedd pobl hŷn am i mi ganolbwyntio arnynt.

Ar fy niwrnod cyntaf yn y swydd, fe wnes i'r datganiad hwn:

“Fel Comisiynydd, fy mhwrpas yw gwneud gwahaniaeth arwyddocaol i fywydau pobl hŷn yng Nghymru. Rwyf yma ar gyfer pobl hŷn ac o'u herwydd. Un o'r pethau pwysicaf y byddaf yn ei wneud yw siarad ar ran pobl hŷn a gwneud yn siŵr bod pobl yn clywed eu lleisiau ac yn ymateb iddynt.”

Yr adroddiad hwn y mae fy nghyfle olaf i siarad ar ran pobl hŷn, i godi eu lleisiau ac i roi iddynt y statws a'r proffil y maent yn eu haeddu ac y mae ganddynt hawl iddynt.

I lawer o bobl hŷn, mae Cymru'n lle da i heneiddio. Yn sgil newidiadau i ddeddfwriaeth a pholisi, arfer da ledled ein gwasanaethau cyhoeddus a phenderfyniad ein trydydd sector a grwpiau cymunedol ac unigolion, mae mwy o bwyslais o lawer yn awr yng Nghymru ar faterion megis atal salwch a chadw annibyniaeth, trais yn erbyn menywod a cham-drin domestig, dementia ac ansawdd bywyd pobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal.

Mae cydnabyddiaeth genedlaethol yn awr i'r ffaith fod materion megis cyfleoedd cyflogaeth, unigrwydd ac arwahanrwydd, codymau, cyfleusterau ac adnoddau cymunedol yn hynod bwysig i bobl hŷn ac mae camau'n cael eu cymryd bellach i ddechrau ymdrin â'r materion hyn.

Rwyf wedi cyfrannu at ddatblygu'r holl bethau hyn, a llawer mwy na hynny, ac mae wedi bod yn ddechrau da. Ond nid yw dechrau arni, waeth pa mor gryf yw'r dechrau hwnnw, yr un peth â chwblhau'r dasg dan sylw. Yn y pen draw, mae'n rhaid barnu llwyddiant deddfwriaeth, polisïau a gwasanaethau cyhoeddus drwy fesur i ba raddau y maent yn newid bywydau pobl, i ba raddau y maent yn cyflawni canlyniadau gwirioneddol a diriaethol, nid dim ond i rai ond i bawb.

Drwy gydol fy ngwaith, mae wedi bod yn amlwg fod ein gwasanaethau cyhoeddus yn aml yn ei chael yn anodd diffinio'r canlyniadau, ond heb fwy o waith i nodi'n glir beth yw'r canlyniadau hynny, bydd yn amhosib barnu a yw'r uchelgais a'r bwriad wedi dod yn realiti bob dydd. I bobl hŷn, bydd yr uchelgais a'r bwriad hwn yn cael eu gwireddu pan fydd Cymru'n wlad:

- Lle y mae'n ddiogel bod yn hŷn – lle na fydd dros 40,000 o bobl yn dioddef cam-drin domestig mwyach, lle na fydd dros 150,000 o bobl yn dioddef troseddau yn eu cartrefi eu hunain, a lle y bydd esgeuluso pobl hŷn mewn cartrefi gofal ac ysbytai wedi hen ddod i ben.
- Lle na fydd pobl hŷn yn marw dim ond oherwydd eu bod yn dlawd. Lle na fydd un o bob saith o bobl hŷn yn byw mewn tlodi, ac yn gorfod dewis rhwng gwresogi eu cartrefi a bwyta.

- Lle nad yw pobl hŷn yn wynebu oedraniaeth yn y gweithle a lle y gallant aros mewn gwaith cyhyd ag y byddant eisiau neu angen gwneud hynny. Lle na fydd 200,000 o bobl NEET dros 60 oed a lle na fyddwch yn fwy tebygol o farw nag o gael swydd arall os collwch eich swydd a chithau dros 50 oed a heb ddod o hyd i swydd arall ymhen chwe mis.
- Lle nad yw pobl hŷn yn teimlo mor unig ac ar wahân nes teimlo nad oes fawr o werth i'w bywydau, a'u hiechyd meddyliol a chorfforol yn cael ei danseilio'n ddifrifol. Lle y cydnabyddir bod iechyd emosiynol yr un mor bwysig ag iechyd corfforol.
- Lle na fydd hyd at hanner miliwn o bobl hŷn yn cael codwm bob blwyddyn, a hyd at 50,000 yn dioddef anafiadau difrifol, sy'n golygu na fydd llawer ohonynt byth yn dychwelyd i'w cartrefi eu hunain eto, nac yn adennill eu hannibyniaeth a'u bywydau blaenorol.
- Lle y mae swyddogaeth gofalwyr di-dâl yn cael ei chydnabod yn llawn a lle y cânt yr holl gymorth sydd ei angen arnynt i barhau i ofalu a chefnogi gwasanaethau cyhoeddus ledled Cymru.
- Lle y mae holl weithwyr proffesiynol y gwasanaethau cyhoeddus yn deall yn iawn nid yn unig beth yw gofal clinigol da, ond gofal gyda pharch ac urddas, a lle y mae ganddynt y sgiliau i ddarparu'r gofal hwnnw mewn ffordd sy'n grymuso ac yn cefnogi annibyniaeth pobl, ac yn deall ac yn adlewyrchu anghenion pobl hŷn yn eu holl amrywiaeth, a'r hyn sy'n bwysig iddynt.
- Lle nad oes gwahaniaethu yn erbyn pobl hŷn am ddim rheswm heblaw eu hoedran, a lle nad yw pobl hŷn yn teimlo mai dyna sy'n digwydd, a lle rydym ni fel cymdeithas yn cydnabod pobl hŷn nid dim ond am yr hyn y maent wedi'i wneud ac am fod yn ased aruthrol, ond am yr hyn y maent yn parhau i'w gyfrannu ar lefel genedlaethol a chymunedol. Lle y mae pobl hŷn yn parhau i chwarae rhan weithredol yn eu cymunedau ac yn parhau i gyfrannu atynt. Lle y mae tai a chymunedau'n croesawu pob oedran

Dros y chwe blynedd diwethaf rwyf wedi teithio ar hyd a lled Cymru lawer gwaith, yn cwrdd â phobl hŷn. Rydym yn byw mewn byd o labeli ac mae yna le i'r labeli hynny, ond nid yw pobl hŷn am gael eu diffinio ar sail eu hoedran yn unig, yn arbennig pan fo oedran yn aml iawn yn cael ei gysylltu ag eiddilwch a dirywiad. Ein cenedlaethau hŷn yw asgwrn cefn cymunedau a theuluoedd, ac maent yn dal i gyfrannu mewn cymaint o ffyrdd, gan gynnwys yn economaidd. Nid baich mohonynt, er mai dyna sut y gwneir iddynt deimlo weithiau, ond yn hytrach ased cenedlaethol aruthrol. Drwy fuddsoddi yn ein pobl hŷn rydym yn buddsoddi yn ein gwlad, yn ein heconomi ac yn ein cymunedau. I ormod o lawer o bobl hŷn, mae oedraniaeth a gwahaniaethu bob dydd, yn y gymdeithas ehangach ac yn ein gwasanaethau cyhoeddus, yn endemig ac yn sefydliadol.

Pan siaradwch â phobl hŷn, mae llawer ohonynt yn alluog ac yn hyderus iawn wrth leisio eu hanghenion a'u dymuniadau. O safbwynt unigol, maent yn gwybod sut beth fyddai cymorth a chefnogaeth dda, ac o safbwynt mwy strategol, mae ganddynt ddealltwriaeth sylfaenol dda o beth ddylai ein blaenoriaethau ehangach yn Nghymru fod. Po fwyaf anodd y mae hi arnom a pho fwyaf cymhleth y materion, po fwyaf pwysig yw hi ein bod yn gwreiddio ein huchelgais a'n gwaith yn y lleisiau hynny, ac eto mae cryn dipyn o ffordd i fynd hyd nes y bydd y wybodaeth gyfoethog hon yn gwbl ganolog wrth bennu blaenoriaethau a gwneud penderfyniadau yng Nghymru. Nid dim ond iechyd a gofal cymdeithasol sy'n bwysig i bobl hŷn, ac mae angen adlewyrchu hynny'n well ar draws holl flaenoriaethau Llywodraeth Cymru.

Ond oherwydd eu hamgylchiadau, gall fod yn anodd i bobl hŷn fynegi eu dymuniadau, a sicrhau bod eu lleisiau'n cael eu clywed. Mae ein sylfaen eiriolaeth annibynnol, a llawer o'n trydydd sector, yn allweddol er mwyn sicrhau bod uchelgais Cymru i sicrhau bod gan bobl lais a rheolaeth dros eu bywydau eu hunain yn cael ei gyflawni. Ac eto mae'n amlwg bod y sectorau hyn yn ei chael yn anodd bodloni'r galw cynyddol sydd arnynt. Po fwyaf y buddsoddwn yn y sectorau hyn, gorau oll fydd y canlyniadau i unigolion ac isaf yn y byd fydd cost gyffredinol darparu gofal a chymorth i'r coffrau cyhoeddus.

Mae cysyniad sylfaenol cydraddoldeb yn gwbl ganolog i ddatganoli yng Nghymru. Rydym yn aml yn meddwl am hyn ar draws gwahanol grwpiau o bobl, ond mae hefyd yn broblem enfawr o fewn cysyniad ambarél ehangach pobl hŷn. Mae grwpiau penodol o bobl hŷn a all fod ymhlith y mwyaf difreintiedig, y mwyaf mud, y rhai sy'n cael eu hallgáu fwyaf, y rhai mwyaf di-rym. Gall pobl hŷn ag anableddau megis colli'r synhwyrau, pobl sy'n byw gyda dementia, menywod hŷn mewn grwpiau pobl dduon, Asiaidd a lleiafrifoedd ethnig, y rhai sy'n dioddef troseddu a phobl sy'n byw mewn cartrefi gofal, oherwydd effaith gronnol oedran a nodweddion ehangach, i gyd weld eu bod yn cael eu heithrio o'r gwelliannau sy'n cael eu gwneud. Nid yw hynny'n iawn. Mae'n rhaid i bawb allu teimlo'r gwelliannau, waeth beth fo'u cefndir personol neu eu hamgylchiadau. Mae'n rhaid i ni gryfhau amrywiaeth y gwaith sy'n digwydd yng Nghymru o ran heneiddio a sicrhau nad yw'r ffordd rydym yn rhoi Dyletswyddau Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus ar waith yng Nghymru'n eithrio neb.

Mae pawb sy'n cyflawni gwasanaeth cyhoeddus yma i wneud gwahaniaeth ystyrlon i fywydau pobl. Rwyf wedi gweld cymaint o enghreifftiau o wasanaethau cyhoeddus ardderchog yn cael eu darparu gan bobl frwdfrydig ac ymroddedig, felly mae'n amlwg y gallwn wneud hyn yn iawn, a byddwn i gyd ar ein hennill, os ydym am heneiddio yng Nghymru, o wneud yr arfer da hwn yn arfer safonol.

Nid yw hynny'n hawdd bob amser, a gall gymryd mwy o amser nag yr hoffem, ac rwyf yn cydnabod y cyfyngiadau niferus ac amrywiol o ran adnoddau. Ond ni all dim o'r pethau hyn dynnu oddi wrth yr atebolrwydd sylfaenol sydd ynghlwm wrth y fraint

o arwain gwasanaethau cyhoeddus i wneud pethau'n iawn, ac yr un mor bwysig â hynny, drwy fod yn agored ac yn dryloyw, i ddangos i bobl Cymru mai felly y mae hi.

Rwyf wedi gweithio'n galed i roi llais sy'n cael ei barchu i bobl hŷn, er mwyn sicrhau bod y materion sy'n bwysig iddynt yn cael eu cydnabod ac er mwyn sicrhau y gweithredir yn eu sgil. Mewn rhai meysydd, mae camau sylweddol wedi'u cymryd, ac mewn eraill rydym wedi dechrau'n dda, ond mae cymaint i'w wneud o hyd.

Mae wedi bod yn fraint o'r mwyaf i weithredu fel Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru yn ystod y chwe blynedd diwethaf, cyfnod a welodd lawer o newidiadau positif i bobl hŷn. Hoffwn ddiolch i fy nhîm, y rhanddeiliaid rwyf wedi gweithio â hwy ac, yn bwysicaf oll, y bobl hŷn ledled Cymru sydd wedi fy nghefnogi fi a fy ngwaith i wneud Cymru'n lle da i heneiddio, nid i rai pobl yn unig ond i bawb.

Older People's Commissioner for Wales
Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Adroddiad Effaith a Chyrhaeddiad 2017-18

Llais ac eiriolwr annibynnol ar gyfer pobl hŷn

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Mae Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru yn llais ac yn eiriolwr annibynnol ar gyfer pobl hŷn ledled Cymru. Mae'r Comisiynydd a'i thîm yn gweithio i sicrhau bod gan bobl hŷn lais sy'n cael ei glywed, eu bod yn cael dewis a bod ganddynt reolaeth, nad ydynt yn teimlo'n unig nac yn dioddef gwahaniaethu a'u bod yn derbyn y cymorth a'r gwasanaethau sydd eu hangen arnynt.

Mae'r Comisiynydd a'i thîm yn gweithio i sicrhau bod Cymru'n lle da i heneiddio ynddo, nid i rai pobl yn unig ond i bawb.

Sut i gysylltu â'r Comisiynydd:

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Adeiladau Cambrian
Sgwâr Mount Stuart
Caerdydd
CF10 5FL

Ffôn: 03442 640670
E-bost: gofyn@olderpeoplewales.com
Gwefan: www.olderpeoplewales.com

Trydar: @comisiwnphcymru

Fformatau Hygyrch

Os hoffech dderbyn y cyhoeddiad hwn mewn fformat arall ac/neu iaith arall, cysylltwch â ni. Mae pob un o'n cyhoeddiadau hefyd ar gael i'w lawrlwytho a'u harchebu mewn nifer o fformatau gwahanol oddi ar ein gwefan.

Cynnwys

Rhagair	**04**
Ymestyn allan a gwrando ar bobl hŷn ledled Cymru	**06**
Sbarduno newid i bobl hŷn	**13**
Diogelu ac amddiffyn Pobl Hŷn	**21**
Dylanwadu ar bolisïau, deddfwriaeth ac ymarfer	**27**
Edrych i'r dyfodol	**33**

Rhagair

Ers i mi gychwyn yn fy swydd fel Comisiynydd yn 2012, rwyf wedi cwrdd ac wedi siarad â miloedd o bobl hŷn sydd wedi bod yn ddigon caredig i rannu cymaint â mi – am eu bywydau, eu profiadau, eu gobeithion a'u dyheadau am y dyfodol.

Eleni, fel yn y blynyddoedd blaenorol, mae'r lleisiau a'r profiadau hyn wedi arwain a ffurfio fy ngwaith fel Comisiynydd ac mae'n rhywbeth sy'n fy atgoffa'n gyson o bwysigrwydd gwneud pethau'n iawn i bobl hŷn.

Pan fyddwn ni'n gwneud pethau'n iawn i bobl hŷn – pan fydd help a chefnogaeth wedi'u llunio'n bwrpasol i ddiwallu eu hanghenion – bydd yn rhoi pwyslais ar ganlyniadau ac, yn bwysicach na dim, bydd yn gwrando ac yn gweithredu ar yr hyn maent yn ei ddweud wrthym – gallant gadw'n iach ac annibynnol a chael yr ansawdd bywyd gorau posibl, pethau y bydd pob un ohonom am eu cael wrth i ni heneiddio.

Mae cymaint o waith da ac arferion da i'w gweld yng Nghymru i wella bywydau pobl hŷn, rhywbeth rwyf yn ei amlygu ac yn ei hyrwyddo ar bob cyfle – mae mor bwysig bod yr arferion da hyn yn dod yn arferion safonol yng Nghymru.

Ond mae cymaint sydd angen ei wneud o hyd i gydnabod pobl hŷn fel yr ased gwerthfawr yr ydynt i Gymru, i ddiogelu eu hawliau, i'w gwarchod rhag niwed, i gyflawni'r newidiadau maent eu heisiau a'u hangen, ac i sicrhau bod y dyhead sy'n sail i gymaint o'n polisïau a'n deddfwriaeth yng Nghymru'n dod yn realiti ym mywydau pob dydd pobl hŷn.

Mae llawer o'r problemau hynny mae pobl hŷn yn eu hwynebu yr wyf wedi tynnu sylw ac wedi adrodd arnynt fel Comisiynydd wedi datblygu dros amser hir ac, yn anffodus, nid oes ffordd gyflym o'u datrys. Dyna pam fod gwaith dilynol a monitro a chraffu parhaus ar bolisïau ac arferion gweithio mor bwysig – mae'n hanfodol, mewn byd o flaenoriaethau a heriau sy'n cystadlu â'i gilydd, nad yw'r addewidion a wneir gan gyrff cyhoeddus i weithredu ac i wneud newidiadau yn cael eu hanghofio, nad yw adroddiadau'n cael ei gadael i hel llwch ar silffoedd.

Mae hyn wedi cael llawer o sylw yn fy ngwaith yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, ac mae wedi cynnwys gwaith dilynol manwl sy'n gysylltiedig â fy Adolygiad o Gartrefi Gofal (2014), asesu a yw uchelgais Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) yn cael ei gwireddu o ran diogelu pobl hŷn ac eiriolaeth, ac adeiladu ar ganfyddiadau fy adroddiad 'Dementia: Mwy na Dim ond Colli'r Cof" ac edrych yn fwy manwl ar wasanaethau seibiant yng Nghymru.

Yn ychwanegol at hyn, rwyf wedi gwneud llawer o waith pellach i sicrhau bod pobl hŷn yn cael eu diogelu a'u hamddiffyn, i godi ymwybyddiaeth ymhlith gweithwyr proffesiynol, trwy gyfrwng seminarau a chyhoeddi canllawiau, am raddfa a natur y

gamdriniaeth mae pobl hŷn yn ei phrofi, sut y gellir adnabod camdriniaeth a sut mae mynd i'r afael â'r broblem.

Mae'r rhaglen Heneiddio'n Dda yng Nghymru, a sefydlwyd gennyf ac sy'n cael ei rhedeg gan fy swyddfa, wedi tyfu'n sylweddol yn ystod y flwyddyn ddiwethaf: mae dros 70 o bartneriaid cenedlaethol a dros 1,600 o aelodau Rhwydwaith Heneiddio'n Dda yn awr yn gwneud gwaith amrywiol ar lefelau strategol a chymunedol i gyflawni amcanion pum thema allweddol Heneiddio'n Dda – Cymunedau sy'n gyfeillgar i oed, cymunedau cefnogi pobl â dementia, atal cwympiadau, unigrwydd ac arwahanrwydd a chyfleoedd dysgu a chyflogaeth. Rwyf hefyd wedi cyhoeddi cyfres o Storïau Heneiddio'n Dda, nid yn unig i ddathlu'r gwaith rhagorol sy'n cael ei wneud gan Aelodau'r Rhwydwaith Heneiddio'n Dda, ond hefyd i annog eraill i weithredu yn eu cymunedau eu hunain ac i ddatblygu eu cynlluniau eu hunain i helpu pobl hŷn ledled Cymru i Heneiddio'n Dda.

Mae rhagor o wybodaeth am Heneiddio'n Dda yng Nghymru, a'i waith a'i gyflawniadau, ar gael mewn adroddiad Heneiddio'n Dda yng Nghymru mwy manwl a fydd yn cael ei gyhoeddi ochr yn ochr â'r adroddiad hwn.

Rwyf hefyd yn cyhoeddi adroddiad etifeddiaeth – 'Sbarduno Newid i Bobl Hŷn: Effaith a Chyrhaeddiad 2012-18' – ochr yn ochr â'r adroddiad hwn, sy'n cynnwys manylion am ystod eang y gwaith rwyf wedi'i wneud i sbarduno newid i bobl hŷn ledled Cymru yn ystod fy nhymor fel Comisiynydd.

Mae wedi bod yn fraint o'r mwyaf i weithredu fel Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru yn ystod y chwe blynedd diwethaf, cyfnod a welodd lawer o newidiadau positif i bobl hŷn. Hoffwn ddiolch i fy nhîm, y rhanddeiliaid rwyf wedi gweithio â hwy ac, yn bwysicaf oll, y bobl hŷn ledled Cymru sydd wedi fy nghefnogi fi a fy ngwaith i wneud Cymru'n lle da i heneiddio, nid i rai pobl yn unig ond i bawb.

Sarah Rochira
Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Ymestyn allan a gwrando ar bobl hŷn ledled Cymru

Mae ymgysylltu uniongyrchol â phobl hŷn ledled Cymru wedi parhau i fod yn elfen allweddol o fy ngwaith yn ystod 2017-18, gan fy ngalluogi i rannu gwybodaeth bwysig am fy rôl, y gwaith rwyf yn ei wneud ac am sut y gallaf gynnig cymorth a chefnogaeth fel Comisiynydd. Mae'r gwaith ymgysylltu hwn hefyd yn gyfle holl bwysig i glywed yn uniongyrchol gan bobl hŷn am y pethau sy'n bwysig iddynt hwy, y gwasanaethau maent am eu cael a'r pethau hynny sy'n effeithio ar eu bywydau, sy'n helpu i arwain a ffurfio fy ngwaith a fy mlaenoriaethau.

Y Sioe Ymgysylltu Deithiol

Cyfarfu fy nhîm a minnau â 169 o grwpiau ledled Cymru yn ystod 2017-18, gan ymweld ag amrywiaeth eang o leoliadau, fel clybiau cymdeithasol, grwpiau cymorth, cartrefi gofal, cyfarfodydd fforymau, cymdeithasau preswylwyr a chynadleddau, gan ymgysylltu â dros 3,300 o bobl hŷn. Teithiodd fy nhîm a mi dros 19,000 o filltiroedd i ymestyn allan a gwrando ar bobl hŷn ym mhob Awdurdod Lleol yng Nghymru.

I sicrhau bod lleisiau pobl hŷn yn eu holl amrywiaeth yn dylanwadu ac yn cael eu hadlewyrchu ym mhob rhan o fy ngwaith, rwyf wedi parhau i gwrdd ag unigolion o amrywiaeth eang o gefndiroedd nad yw eu lleisiau'n cael eu clywed yn aml. I ategu'r gwaith ymgysylltu pwysig hwn, rwyf wedi gweithio ag ystod eang o fudiadau sy'n gweithio â phobl â nodweddion gwarchodedig, gan gynnwys, Cyfle i Bawb, Deafblind Cymru, Prosiect y Golden Years (ar gyfer Menywod 50+ oed o gymunedau Du, Asiaidd a lleiafrifoedd ethnig), Men's Sheds, Parkinsons UK Cymru a'r Gymdeithas Strôc.

Rwyf hefyd wedi trefnu llawer o ymweliadau ar y cyd ag Aelodau Cynulliad, ASau, Arweinyddion Cynghorau a Chynghorwyr, i roi cyfle i bobl hŷn i sicrhau bod eu lleisiau'n cael eu clywed ac i rannu eu barn a'u profiadau'n uniongyrchol â'r rhai sy'n gwneud polisïau a phenderfyniadau sy'n effeithio ar eu bywydau.

Ymgysylltu'n ehangach

Yn ogystal ag ymgysylltu â miloedd o bobl hŷn fel rhan o'm Sioe Ymgysylltu Deithiol, rwyf wedi parhau i weithio gyda sefydliadau ffurfiol sy'n cynrychioli pobl hŷn a'u buddiannau, fel y Confensiwn Pensiynwyr Cenedlaethol, Cymru Fywiog, Cynghrair Pobl Hŷn Cymru (COPA), a Fforwm Cynghori'r Gweinidog ar Heneiddio, yn ogystal ag â fforymau 50+ i bobl hŷn ledled Cymru.

Fel rhan o fy ngwaith ymgysylltu ehangach, rwyf wedi parhau i weithio â chyrff cyhoeddus Cymru, gan gynnwys Byrddau Iechyd, Awdurdodau Lleol, Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus, Gofal Cymdeithasol Cymru, Arolygiaeth Gofal Cymru a Safonau Masnach Cenedlaethol, a mudiadau trydydd sector fel Cynghrair Henoed Cymru, Age Cymru, Age Connects, Action on Hearing Loss, Gofal a Thrwsio Cymru, y Dementia Engagement and Empowerment Project ac RNIB Cymru, i gael mwy o wybodaeth a gwell dealltwriaeth o'r materion a'r heriau mae pobl hŷn yn eu hwynebu, ac i drafod sut y gellid gwella gwasanaethau, trwy rannu gwybodaeth ac enghreifftiau o ymarfer da. Ochr yn ochr â'r gwaith hwn, rwyf hefyd wedi traddodi'r prif areithiau mewn cynadleddau a digwyddiadau ledled Cymru, a oedd yn gyfle i mi i dynnu sylw at ystod o faterion sy'n effeithio ar fywydau pobl hŷn ac ymestyn allan yn effeithiol at niferoedd mawr o randdeiliaid.

Drwy ddefnyddio'r cyfryngau Cymraeg a Saesneg yng Nghymru rwyf yn gallu ymestyn allan nid yn unig at y niferoedd mawr o bobl hŷn fel eu bod yn clywed am y gwaith rwyf yn ei wneud ar eu rhan i ysgogi newid, ond hefyd at y cyhoedd yn gyffredinol fel eu bod yn deall y materion a'r heriau sy'n effeithio ar fywydau pobl hŷn a'r camau sy'n rhaid eu cymryd i roi sylw iddynt. Trwy gydol 2017-18, bu gen i bresenoldeb amlwg ar deledu a radio, gan ymddangos ar BBC Wales Today, Newyddion ITV Wales, Newyddion S4C, BBC Radio Wales a BBC Radio Cymru. Rwyf hefyd wedi sicrhau llawer o sylw yn y papurau dyddiol, gan gynnwys y Western Mail, Daily Post, South Wales Argus, South Wales Evening Post a'r Wales Echo, yn ogystal â phapurau newydd lleol eraill sy'n cael eu cyhoeddi yng Nghymru.

Mae fy ngwaith hefyd wedi cael sylw mewn nifer o gyhoeddiadau mwy arbenigol, fel cylchgronau proffesiynol, cyfnodolion a chyhoeddiadau eraill ar gyfer rhanddeiliaid, sy'n helpu i sicrhau fy mod yn gallu ymestyn allan at gymaint o bobl hŷn a rhanddeiliaid â phosibl i dynnu sylw at y materion pwysicaf ac i rannu gwybodaeth ac ymarfer da.

Cydnabod rhagoriaeth

Fel Comisiynydd, rwyf wedi ei gwneud yn amlwg o'r cychwyn bod llawer o enghreifftiau o ymarfer da i'w weld mewn gwahanol rannau o Gymru, ac rwyf wedi cwrdd â llawer o unigolion ymroddedig sy'n gweithio yn ein gwasanaethau cyhoeddus ac sy'n gwneud gwahaniaeth gwirioneddol i fywydau pobl hŷn.

Er mwyn sicrhau bod y gwaith rhagorol hwn yn cael ei gydnabod, nid yn unig yr wyf yn cyfeirio ato yn fy nghyhoeddiadau ac yn fy areithiau, ond rwyf hefyd yn cefnogi'n ffurfiol Gwobrau Nyrs y Flwyddyn y Coleg Nyrsio Brenhinol a Gwobrau Gofal Cymru i sicrhau bod unigolion neilltuol sy'n gweithio yn ein gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol yn cael eu cydnabod a'u dathlu.

Cymorth gwaith achos i unigolion

Mae fy mhwerau o dan Ddeddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru) 2006 yn fy ngalluogi i ddarparu cymorth a chefnogaeth uniongyrchol i bobl hŷn, sy'n cael ei wneud gan fy nhîm Gwaith Achos pwrpasol.

Mae pobl hŷn a'u teuluoedd o bob cwr o Gymru yn cysylltu â mi pan fydd angen cymorth arnynt i herio prosesau penderfynu ac arferion gweithio cyrff cyhoeddus, pan fyddant yn teimlo nad yw eu lleisiau'n cael eu clywed, a hynny'n aml yn yr amgylchiadau mwyaf anodd a thrallodus. Mae fy Nhîm Gwaith Achos yn cynnig gwybodaeth, cyngor ac arweiniad i negodi polisïau, prosesau a fframweithiau cymhleth, gan ymyrryd ar eu rhan pan fydd angen (ar ôl iddynt roi eu caniatâd).

Rhoddodd fy Nhîm Gwaith Achos gyngor a chefnogaeth i 366 o bobl hŷn a'u teuluoedd ledled Cymru yn ystod 2017-18, gyda llawer ohonynt yn rhai cymhleth a maith, yn enwedig os oedd ystyriaethau diogelu ac amddiffyn yn gysylltiedig â hwy.

Mae pobl yn cysylltu â mi ynglŷn â phobl math o faterion, gan gynnwys triniaeth a gofal mewn ysbytai a lleoliadau gofal preswyl, materion ariannol fel anghydfodau cyllido ar draws sefydliadau; ffioedd anghywir yn cael eu codi; neu hawliadau ariannol heb eu talu; problemau tai sy'n amrywio o addasiadau i'r cartref, diogelwch yn y cartref, troi allan a chyplau'n cael eu gwahanu; penderfyniadau budd pennaf ar bob math o faterion; amseroedd aros am wasanaethau; cam-drin domestig a diogelu, a methiant i erlyn.

Mae pawb sy'n cysylltu â mi yn unigryw, ac mae hynny'n wir hefyd am eu hanghenion a'u hamgylchiadau ac mae'r dull y byddaf yn ei fabwysiadu wrth gynnig cymorth iddynt trwy fy nhîm gwaith achos yn adlewyrchu hyn.

Fodd bynnag, er bod y materion y mae pobl yn cysylltu â mi yn eu cylch yn unigryw, maent yn aml wedi'u hategu gan nifer o themâu trawsbynciol, cyffredin a all greu problemau ac anawsterau i bobl hŷn:

- Gall polisïau a gweithdrefnau cyrff cyhoeddus fod yn gymhleth ac yn her i bobl sy'n anghyfarwydd â hwy, ac yn aml gall hynny ychwanegu at y straen a'r pryder maent yn ei deimlo. Gall prosesau haearnaidd a diffyg gweithio integredig greu rhwystrau rhag sicrhau'r canlyniad dymunol a gwneud i bobl deimlo bod y polisïau wedi'u llunio i fod o fudd i sefydliadau, ac nid i unigolion. Nid yw bywyd fel arfer yn dilyn llwybr disgwyliedig a dywed pobl hŷn wrthyf nad yw prosesau a gweithdrefnau sefydliadol yn eglur nac yn dryloyw, a bod problemau a all ac a ddylai gael eu datrys yn gyflym yn mynd ymlaen ac ymlaen am amser annerbyniol o hir.
- Yn aml mae cyfathrebu'n aneffeithiol ac mae ymgynghoriadau'n aml yn teimlo'n bethau diystyr, sy'n gwneud i unigolion deimlo nad oes ganddynt lais a'u bod yn cael eu hanwybyddu.

- Nid yw cyrff cyhoeddus a phenderfynwyr yn aml yn deall effaith y penderfyniadau a wneir ganddynt, y ffordd mae penderfyniadau'n cael eu gwneud a'r effaith y byddant yn ei chael ar fywydau pobl, yn enwedig bod sut mae penderfyniadau'n cael eu gwneud yn gallu gwneud i unigolion golli eu hymdeimlad o hunaniaeth a hunan werth. Yn rhy aml hefyd y dywed pobl hŷn wrthym nad ydynt yn cael eu trin fel partneriaid cyfartal, eu bod yn cael eu cau allan o brosesau penderfynu, bod eu cysylltiadau â chyrff yn gyfyngedig ac nad yw'n amserol a'u bod yn teimlo fel bod drws yn cael ei gau yn eu hwynebau. Maent yn teimlo hefyd nad yw eu safbwyntiau hwy'n cael ystyriaeth ddigonol yn y broses benderfynu. Mae materion sy'n cael eu gweld fel rhai pwysig gan bobl hŷn neu eu teuluoedd yn aml yn cael eu diystyru bron gan weithwyr proffesiynol ac o ganlyniad i hyn mae pobl hŷn yn aml yn profi rhwystredigaeth am nad ydynt yn cael eu cynnwys a'u parchu yn y broses.

- Nid oes fawr o ddealltwriaeth, na llawer o bwyslais ymarferol, ar hawliau dynol na dull sy'n seiliedig ar hawliau, er gwaethaf y dyletswyddau sydd ar gyrff cyhoeddus o dan Ddeddf Hawliau Dynol 1998 a Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014. Mae hyn yn aml yn arwain ar brosesau penderfynu gwael ac mae'n golygu bod pobl fregus mewn perygl o niwed. Rwyf wedi bod yn bendant o'r cychwyn bod deall a mabwysiadu'n llawn ddull sy'n seiliedig ar hawliau ac mewn ffordd briodol yn arwain at brosesau penderfynu gwell, gan eu bod yn atal niwed ac yn helpu i ddatrys anghydfodau. Mae gwadu hawl i fywyd teuluol, rhyddid i gymdeithasu, a rhyddid, yn ogystal â thriniaeth ddiraddiol ac annynol, i gyd i'w gweld yn fy ngwaith achos.

- Er bod y ffin yn gallu bod yn un denau rhwng gofal gwael a gofal troseddol, nid yw cyrff cyhoeddus yn ddigon cadarn bob amser o ran atgyfeirio achosion at yr heddlu ac, mewn rhai achosion, nid oes ganddynt ddigon o ddealltwriaeth o'r gyfraith droseddol. Er nad yw pobl hŷn am fynd ar ôl y mater hwn yn awtomatig, nid ydym am iddo gael ei ddiystyru heb ystyriaeth briodol. Mae awydd cryf am gyfiawnder ac atebolrwydd yn aml i'w deimlo yn y materion hynny mae pobl hŷn yn eu codi â mi, ynghyd ag awydd i sicrhau nad yw eraill yn dioddef yr un dynged.

Wrth ystyried yr holl themâu a grybwyllwyd uchod, mae'n amlwg bod unigolion yn aml yn wynebu anghydbwysedd mawr o ran pŵer pan fyddant yn tynnu sylw at broblemau ac yn cwyno i gyrff cyhoeddus. Dyma un o'r rhesymol pam mae'r rôl eiriolydd yn un mor bwysig yn narpariaeth gwasanaethau cyhoeddus yng Nghymru. Rwyf wedi bod yn eglur o'r cychwyn am werth a phwysigrwydd buddsoddi mewn eiriolaeth annibynnol, sy'n rhoi mesurau diogelu annibynnol i bobl a all eu helpu i ddeall pa ddewisiadau sydd ar gael iddynt, i wneud penderfyniadau ac i fynegi eu profiadau, eu dymuniadau a'u teimladau wrth gyrff sy'n gwneud penderfyniadau,

ac amddiffyn eu hawliau a chynrychioli eu buddiannau. Ni ddylid diystyru gwerth eiriolaeth annibynnol wrth ddiogelu pobl hŷn rhag niwed.

Hefyd, mae fy ngwaith achos, a'r themâu a nodir trwy'r gwaith hwn, yn dangos nad yw cyrff cyhoeddus yn aml yn dda iawn am ddysgu trwy eu camgymeriad neu drwy ddefnyddio lleisiau a phrofiadau pobl i ategu ac i ysgogi gwelliant parhaus i wasanaethau.

I hybu dysgu o'r fath, cyhoeddais fy ail Goflyfr ym mis Hydref 2017, sy'n rhoi enghreifftiau o'r mathau o achosion sy'n cael eu dwyn i fy sylw ac sy'n cyflwyno'r themâu sy'n aml yn tanlinellu'r problemau mae pobl hŷn yn eu hwynebu. Rwyf hefyd wedi cynnal seminar yng Nghaerdydd i helpu cyrff cyhoeddus i ddeall profiadau pobl hŷn a'u teuluoedd sy'n cysylltu â fy nhîm gwaith achos yn well, a sut y gallai cyrff cyhoeddus wella eu hymatebion pan fydd amheuaeth yn cael ei bwrw dros brosesau penderfynu neu pan fyddant yn cael eu herio.

Mae'r materion a'r themâu sy'n cael eu hamlygu drwy fy ngwaith achos hefyd yn cael eu defnyddio fel sail i fy ngwaith ehangach a fy mlaenoriaethau fel Comisiynydd, ac maent yn fy ngalluogi i ddangos tystiolaeth gref i gyrff cyhoeddus o sut y mae angen i'w harferion gweithio newid i wella profiadau pobl hŷn, gan fy helpu yn fy ngwaith i ddylanwadu ar bolisi a'r ffyrdd o ddarparu gwasanaethau cyhoeddus ledled Cymru.

Y gwahaniaeth mae fy ngwaith achos wedi'i wneud

Daw'r detholiad o ddyfyniadau isod gan bobl hŷn a'u teuluoedd yr wyf wedi eu helpu yn ystod y flwyddyn ddiwethaf. Maent yn dangos y gwahaniaeth y mae fy nhîm gwaith achos wedi'i wneud i'w bywydau, yn aml mewn achosion lle nad oedd eraill yn gallu datrys y problemau neu sicrhau'r canlyniadau angenrheidiol.

"Mae'n bleser mawr gen i gael ymateb yn bositif i rywun o'r diwedd. Roeddwn mewn penbleth ac wedi cyrraedd pen fy nhennyn ynglŷn â beth i'w wneud. Mewn amser byr iawn, mae pethau'n symud o'r diwedd ac rwyf yn cael yr wybodaeth sydd ei hangen arnaf. Diolch yn fawr i'r Comisiynydd Pobl Hŷn a [y gweithiwr achos] yn benodol. Diolch o galon."

"O ganlyniad i ymyriad Gweithiwr Achos y Comisiynydd, gwnaeth yr awdurdodau'r penderfyniadau rydym wedi bod yn gofyn iddynt eu gwneud am 14 mis. Mae hyn wedi cael gwared ar y straen roedd aelodau eraill o'r teulu'n ei brofi. Diolch yn fawr iawn i bawb sydd wedi ein helpu i ddatrys y mater."

"Hoffwn ddiolch yn fawr iawn i chi am eich help. Rwyf yn awr yn gwybod y bydd fy mam yn cael aros yn y cartref nyrsio mae wedi bod yn ei alw'n gartref am y pum mlynedd diwethaf, a hynny am gost y gall fforddio'i thalu."

“Rwyf yn credu y gallwch chi ddatrys unrhyw broblem, mawr neu fach, a’ch bod yn fodlon dyfalbarhau nes bydd wedi’i datrys, Dalwch ati i fod yn amyneddgar a hawddgar wrth i chi ddelio â phroblemau. Diolch o galon a dymuniadau gorau.”

“Roeddwn yn ddiolchgar iawn am yr help a gefais gennych chi. Rwyf yn teimlo’n ddiogel yn awr gan fod rhywun fel chi yno i’n helpu. Diolch am bob cymorth.”

“Wel wir! Roeddwn wrth fy modd! Ni allaf ddweud pa mor ddiolchgar ydw i; rydych wedi bod yn anhygoel. Byddaf yn cysgu’n dawel am y tro cyntaf mewn misoedd, ac mae’r diolch i gyd i chi; rydych yn werth y byd. Rydych chi [gweithiwr achos] wedi bod yn help mawr i mi ac wedi adfer fy ffydd mewn gwasanaethau cyhoeddus.”

“Ni allaf ddiolch digon i chi... rydych yn hynod o effeithlon!! Nid oeddwn yn ddim nes i’r lan ar ôl 6 wythnos, ac ar ôl dim ond un alwad ffôn ac ychydig funudau mae gen i help. Diolch yn fawr.”

“Unwaith eto, diolch am bopeth a phob dymuniad da i chi. Oni bai amdanoch chi mi wn y byddwn i’n dal i frwydro ac ni allaf ddychmygu sut nac ym mhle fyddai Mam a Dad fel arall.”

“Mae eich cefnogaeth wedi bod yn amhrisiadwy … doeddwn i ddim yn meddwl y buaswn i’n cael fy ngofal yn ôl. Rwyf eisiau rhannu’r newyddion â phawb, ar dop fy llais!”

“Yn gyntaf, mi hoffwn ddiolch am eich gwaith i ddatrys y ‘penderfyniad gwael’ a wnaethpwyd heb gynnwys tenantiaid y [cynllun tai]… gyda help [y gweithiwr achos] a’i thîm, cafodd y problemau eu datrys mewn dim o dro a diolch i chi gallwn ailddechrau byd ‘bywyd normal’ unwaith eto.”

“Cyflwynwyd achos cryf gan [aelod o’r teulu a gweithiwr achos] ac yn dilyn y cyfarfod rwyf yn falch o ddweud bod fy mam yn awr wedi cael cynnig lle mewn fflat sy’n cael ei reoli gan Warden yn agos at ei chartref. Mae fy mam mewn sioc o hyd ac roedd yn braf gweld ‘dagrau o lawenydd’ yn ei llygaid am newid. Cyn gynted ag y caiff symud gall ddechrau edrych ymlaen at adennill rhywfaint o’i hannibyniaeth eto gan fod y fflat wedi cael ei addasu ar gyfer rhywun â’i hanableddau hi a bydd hyn yn gwella ansawdd ei bywyd yn fawr.”

“Rwyf yn falch o ddweud fy mod wedi cael e-bost neithiwr gan [yr awdurdod lleol] yn dweud y byddant yn parhau i dalu am ofal [person hŷn] ac y byddant yn canslo’r biliau gofal a anfonwyd ataf. Mae wedi bod yn straen i mi ac yn anffodus mae’r holl beth wedi fy ngadael yn teimlo’n isel ond gobeithio y gallaf yn awr fynd ymlaen â fy mywyd a chyfrannu at ofal [person hŷn] gystal

ag y gallaf trwy ymweliadau rheolaidd a dangos iddo fy mod yn ei garu. Llawer o ddiolch unwaith eto."

"Dim ond nodyn i ddweud wrthych fod y cyngor a gefais gennych chi a'ch swyddfa wedi bod yn help mawr. Mae fy awdurdod lleol wedi addo adolygu'r gwasanaeth bws dan sylw i'n galluogi i gyrraedd y Feddygfa'n fwy hwylus. Felly mae pethau'n edrych yn addawol. Mae pawb yn y pentref wrth eu bodd ac rydym i gyd yn diolch yn fawr i chi."

Sbarduno newid i bobl hŷn

Gwaith dilynol ar yr Adolygiad o Gartrefi Gofal

Pan gyhoeddais ganfyddiadau fy Adolygiad o Gartrefi Gofal yn 2014, roedd yn amlwg i mi bod gormod o bobl hŷn yn byw mewn cartrefi gofal yng Nghymru lle'r oedd ansawdd bywyd yn annerbyniol a bod angen newid mawr i sicrhau bod ansawdd bywyd pobl hŷn yn ganolog i'n system cartrefi gofal, ar draws darparu, comisiynu, rheoleiddio ac arolygu gofal.

Yn dilyn cyhoeddi fy nghanfyddiadau, a gafodd eu croesawu gan yr holl gyrff a oedd yn rhan o fy Adolygiad, gofynnais am sicrwydd y byddant yn gweithredu ar y camau oedd angen eu cymryd mewn ystod eang o feysydd, fel y nodwyd yn fy Ngofynion Gweithredu, a gyhoeddwyd ochr yn ochr â fy nghanfyddiadau, i gyflawni'r newid a'r gwelliannau y dywedodd pobl hŷn a'u teuluoedd wrthyf yr hoffent eu gweld.

Ar ôl cael sicrwydd o'r fath, dywedais y byddwn yn monitro'n ofalus sut yr oedd y Gofynion Gweithredu'n cael eu rhoi ar waith, ac y byddwn yn ymgymryd â rhaglen o waith dilynol manwl, ac y byddwn yn defnyddio'r gwaith hwnnw i gael rhagor o dystiolaeth bod cynnydd yn cael ei wneud mewn nifer o feysydd allweddol.

Dangosodd fy ngwaith monitro ac ymgysylltu â chyrff cyhoeddus bod cynnydd da'n cael ei wneud mewn nifer o feysydd, trwy ddeddfwriaeth, rheoliadau a chanllawiau newydd; fframweithiau newydd sy'n seiliedig ar werthoedd a hawliau; fframweithiau hyfforddi newydd ar gyfer staff gofal cymdeithasol; ac ystod eang o gynlluniau lleol. Hefyd, roedd yn amlwg bod y rhai hynny sy'n gweithio mewn cartrefi gofal yn dechrau meddwl mewn ffordd wahanol am ofal preswyl, gyda llawer mwy o bwyslais ar ansawdd bywyd pobl hŷn.

Fodd bynnag, roeddwn hefyd yn bryderus nad oedd yn ymddangos bod camau pendant yn cael eu cymryd ledled Cymru ar nifer o feysydd allweddol. Felly, ysgrifennais at gyrff cyhoeddus i ofyn am dystiolaeth o'r camau roeddent wedi eu cymryd mewn nifer o feysydd penodol:

- Ymataliaeth
- Ail-alluogi ac adsefydlu
- Atal cwympiadau
- Hyfforddiant ar ddementia
- Cyfeillio
- Meddyginiaethau gwrth-seicotig
- Adolygu meddyginiaethau
- Ansawdd Bywyd ac ymgysylltu
- Arolygu, llywodraethu a thryloywder integredig
- Gwybodaeth i'r cyhoedd
- Cynllunio'r gweithlu a llwybrau mewn gyrfa nyrsio

Er fy mod yn cydnabod bod llawer o'r meysydd hyn yn rhai cymhleth ac y bydd angen amser i roi sylw llawn iddynt, roeddwn yn disgwyl gweld tystiolaeth o arweinyddiaeth, uchelgais a chynnydd, ochr yn ochr â dealltwriaeth glir pam mae ansawdd bywyd a phwyslais ar ganlyniadau mor bwysig i bobl hŷn.

I helpu cyrff cyhoeddus i ddangos y dystiolaeth hon, ac i sicrhau eu bod yn gwybod pa fath o wybodaeth a lefel y manylder roeddwn yn ei ddisgwyl, rhennais 'ateb enghreifftiol' â hwy, ynghyd â set o feini prawf barnu lefel uchel, a oedd yn dangos beth ddylid ei gynnwys yn eu hatebion. Cafodd cyrff cyhoeddus gyfle hefyd i rannu enghreifftiau o arferion da, gyda rhai ohonynt wedi eu cynnwys yn fy adroddiad dilynol.

Gwnaeth fy nhîm a minnau ddadansoddiad manwl o'r dystiolaeth a gafwyd, gan edrych ar y cynnydd a oedd wedi'i wneud yn erbyn fy Ngofynion Gweithredu a chanfod unrhyw feysydd lle'r oedd angen rhagor o waith. Cyflwynwyd adborth unigol i bob corff cyhoeddus (sydd ar gael yn llawn ar fy ngwefan) a chyflwynais fy nghanfyddiadau cyffredinol yn 'Lle i'w Alw'n Gartref: Effaith a Dadansoddiad', a gyhoeddwyd fis Ionawr 2018.

Er bod peth cynnydd wedi'i wneud gan Fyrddau Iechyd ac Awdurdodau Lleol, gydag ystod eang o weithgarwch newydd ar waith ledled Cymru o ganlyniad i fy Adolygiad, roedd yr adroddiad yn datgan yn eglur bod llawer i'w wneud eto i roi i mi'r sicrwydd sydd ei angen arnaf y byddant yn gwneud y newidiadau sydd eu hangen i gyflawni'r ymrwymiadau a wnaethpwyd ganddynt mewn ymateb i fy Adolygiad 2014.

Nid oedd y dystiolaeth a gyflwynwyd gan Lywodraeth Cymru, fodd bynnag, yn dangos digon o gynnydd a gweithredu mewn nifer o feysydd allweddol, fel gofal ymataliaeth, atal cwympiadau a chynllunio'r gweithlu – lle mae angen arweinyddiaeth a dull cenedlaethol i ysgogi newid diwylliannol ystyrlon, gan sicrhau mwy o atebolrwydd ac i hybu defnydd mwy effeithiol o arferion da sy'n seiliedig ar dystiolaeth.

Yn ogystal â chyhoeddi fy adroddiad dilynol, ysgrifennais at Lywodraeth Cymru, Byrddau Iechyd ac Awdurdodau Lleol, gan nodi fy mod yn disgwyl y byddai'r adborth a roddais yn cael ei drafod ar lefel Bwrdd / Cabinet ac y byddent yn ymateb yn ysgrifenedig gan ddatgan pa gamau ac ymrwymiadau pellach y cytunwyd arnynt.

Dywedais hefyd fod angen pwyslais o'r newydd gan Lywodraeth Cymru, Byrddau Iechyd ac Awdurdodau Lleol ar gymryd camau ystyrlon i gyflawni'r ymrwymiadau a gafwyd ganddynt, ac y byddai methiant i wneud hynny'n golygu na fydd ein system cartrefi gofal yn gallu ymateb i'r newidiadau i anghenion gofal a chymorth pobl hŷn ac, yn bwysicach na hynny, bydd yn golygu bod ansawdd bywyd llawer gormod o bobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal yn parhau i fod yn annerbyniol.

Ailystyried Seibiant ar gyfer pobl a effeithir gan ddementia

Rhoddodd fy adroddiad ‘Dementia: mwy na dim ond colli’r cof’, a gyhoeddwyd yn 2016, lais i bobl sy’n byw â dementia a’u gofalwyr, a chanfu, er gwaethaf cynnydd yn y blynyddoedd diwethaf, bod diffyg gwybodaeth a dealltwriaeth o ddementia o hyd mewn cymdeithas, ac nad yw gwasanaethau’n aml yn ddigon hyblyg i ddiwallu anghenion pobl yn effeithiol, sy’n arwain at heriau a rhwystrau diangen.

Un o’r prif faterion a amlygwyd yn yr adroddiad gan bobl sy’n byw â dementia a’u gofalwyr oedd pwysigrwydd cael gwasanaethau seibiant hyblyg o ansawdd da a oedd yn arwain at brofiad positif i’r gofalwr ac i’r sawl sy’n cael y gofal ac nad oedd yn canolbwyntio ar seibiant yn unig.

O gofio pa mor bwysig yw seibiant, a’i gysylltiadau â materion allweddol eraill fel diogelu ac iechyd a llesiant, datblygais raglen waith yn 2017-18 i edrych yn fwy manwl ar faterion sy’n gysylltiedig â seibiant ac i ddylanwadu ar sut mae pobl yn edrych arno ac yn ei ddarparu.

Yn ogystal ag adolygu’r ymchwil a’r llenyddiaeth gyfredol ar seibiant a gwahodd enghreifftiau o ymarfer da, trefnais hefyd gyfres o sesiynau trafod ledled Cymru i glywed yn uniongyrchol gan bobl â dementia a’u gofalwyr.

Cafodd y sesiynau hyn eu cynnal gyda chymorth My Home Life Cymru, yn Llansawel, Caerdydd, Cas-gwent, Llandrindod, Pontypridd, Porthmadog a Sanclêr. Cymerodd 123 o unigolion ran yn y sesiynau hyn, gan rannu eu profiadau o ddefnyddio gwasanaethau seibiant, gan gynnwys unrhyw heriau a / neu rwystrau a brofwyd ganddynt wrth geisio manteisio ar y gwasanaethau hyn, a sut y gellid gwella gwasanaethau seibiant.

Cafodd amrywiaeth eang o bynciau eu trafod yn ystod y sesiynau hyn, gan gynnwys ansawdd, hyblygrwydd a’r dewis o wasanaethau seibiant; cael gafael ar wybodaeth, cyngor ac eiriolaeth; y gweithgaredd sydd ar gael mewn gwasanaethau seibiant; a materion eraill fel diogelu, cymryd risgiau positif, adeiladu a chynnal perthnasoedd, amrywiaeth a thrafnidiaeth.

Bydd y safbwyntiau a rannwyd yn y sesiynau hyn, yn ogystal â’r wybodaeth a gasglwyd trwy’r adolygiad o lenyddiaeth ac enghreifftiau o arferion da a gyflwynwyd, yn cael eu defnyddio fel sail i fy adroddiad Ail-ystyried Seibiant a gyhoeddir fis Ebrill 2018. Bydd yr adroddiad yn disgrifio’n eglur pa gamau sydd angen eu cymryd i wella gwasanaethau seibiant ac i gyflawni’r canlyniadau y dywedodd pobl sy’n byw â dementia a’u gofalwyr maent am eu gweld.

Mynediad at eiriolaeth annibynnol

Dylai pob person hŷn gael llais, a dewis a rheolaeth dros eu bywydau, a dylent allu cael gafael ar y cymorth cywir i wneud penderfyniadau ar sail gwybodaeth, yn enwedig mewn sefyllfaoedd lle maent yn agored i niwed. Fodd bynnag, soniodd pobl hŷn yn aml wrthyf am yr anhawster a gânt wrth geisio sicrhau bod eu llais yn cael ei glywed a sut y mae eiriolaeth annibynnol yn gallu gwneud gwahaniaeth mawr, yn enwedig yn ystod yr adegau mwyaf anodd.

Rwyf felly wedi parhau â rhaglen waith yn ystod 2017-18 sy'n edrych ar fynediad pobl hŷn at eiriolaeth annibynnol, ac a yw eu hawliau cyfreithiol sy'n gysylltiedig ag eiriolaeth, a gyflwynwyd gan Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru), yn cael eu dilyn.

Fel rhan o'r gwaith hwn, bûm yn ymgysylltu ag ystod eang o randdeiliaid (cyfanswm o 60 o fudiadau) – a oedd yn cynnwys dros 30 o fudiadau eiriolaeth annibynnol, swyddogion arweiniol polisi, mudiadau trydydd sector a chyrff eraill - yn ogystal â phobl hŷn sydd wedi defnyddio gwasanaethau eiriolaeth. Yn ogystal â'r ymgysylltu eang hwn, rwyf wedi gwneud dadansoddiad manwl o'r data cymharol brin sydd ar gael ar eiriolaeth i ystyried beth mae'n ei ddweud wrthym am brofiadau pobl hŷn wrth geisio cael gafael ar wasanaethau eiriolaeth annibynnol yng Nghymru.

Bydd y dystiolaeth a gesglir yn sgil y gwaith hwn yn sail i adroddiad – 'Making Voices Heard: Older People's Access to Independent Advocacy' – a gyhoeddir fis Mai 2018. Bydd yr adroddiad yn ystyried a yw eiriolaeth annibynnol yn cael ei ddefnyddio'n rheolaidd fel ffordd o ddiogelu hawliau pobl hŷn ac a oedd dull cyson o sicrhau bod pobl hŷn yn gallu cael gafael ar eiriolaeth annibynnol, yn enwedig pan fydd ganddynt hawl cyfreithiol iddo.

Bydd yr adroddiad hefyd yn cynnwys argymhellion i Lywodraeth Cymru, Awdurdodau Lleol a Byrddau Iechyd, sy'n disgrifio sut y gellid codi ymwybyddiaeth o eiriolaeth annibynnol ar draws cymdeithas ac ym mha ffyrdd mae angen gwella gwasanaethau i sicrhau bod pobl hŷn yn gallu cael y gwasanaethau sydd eu hangen arnynt i wneud yn siŵr bod eu lleisiau'n cael eu clywed.

Craffu ar Asesiadau Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus o Lesiant Lleol

Yn ystod haf 2017, bûm yn craffu ar yr Asesiadau o Lesiant Lleol a gyhoeddwyd gan Fyrddau Gwasanaethau Cyhoeddus, dyletswydd a grëwyd gan Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru). Roedd y gwaith craffu hwn yn dilyn gwaith manwl â Byrddau Gwasanaethau Lleol yn ystod 2016-17, a oedd yn cynnwys cwrdd â phob Bwrdd i'w cynghori ar y ffyrdd mwyaf effeithiol o ddiwallu anghenion pobl hŷn a

chyhoeddi canllaw ffurfiol ar baratoi cynlluniau llesiant lleol, sydd i'w cyhoeddi fis Mai 2018.

Diben y gwaith craffu oedd gweld i ba raddau mae materion yn ymwneud a phobl hŷn yn cael eu hadlewyrchu yn y dogfennau asesu, a fyddai'r asesiadau yn symud yr agenda atal a dull 'heneiddio'n dda' ymlaen, a sut yr oedd y canllaw a gyhoeddwyd gennyf yn cael ei ddefnyddio gan Fyrddau Gwasanaethau Cyhoeddus i ddatblygu eu hasesiadau a'u cynlluniau llesiant.

Cafodd fy mhrif ganfyddiadau eu cyhoeddi ym mis Awst 2017, ynghyd ag argymhellion ar gyfer Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus ar sut i sicrhau bod anghenion a materion sy'n effeithio ar bobl hŷn yn cael eu hadlewyrchu yn y cynlluniau lleisiant lleol. Yn ychwanegol at yr adborth hwn, trefnais gyfres o weithdai ar gyfer Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus yn ystod hydref 2017 i bwysleisio'r negeseuon hyn ac i sicrhau bod y Byrddau'n ystyried canlyniadau cynaliadwy, ataliol a thymor hir ar gyfer pobl hŷn a grwpiau eraill.

Heneiddio'n Dda yng Nghymru

Mae gwaith i gyflawni Cam Dau Heneiddio'n Dda yng Nghymru – rhaglen bartneriaeth i wella iechyd a llesiant pobl 50+ yng Nghymru – wedi parhau trwy gydol 2017-18, gydag ystod eang o gamau gweithredu ym mhob un o bum maes blaenoriaeth y rhaglen (Cymunedau sy'n Gyfeillgar i Oed, Cymunedau Cefnogi Pobl â Dementia, Atal Cwympiadau, Dysgu a Chyflogaeth, ac Unigrwydd ac Arwahanrwydd).

Ar lefel strategol, mae dros 70 o bartneriaid Heneiddio'n Dda o'r sectorau cyhoeddus a phreifat a'r trydydd sector wedi parhau i weithio ar lefel genedlaethol i gyflawni'r ymrwymiadau a geir yng Nghynllun Gweithredu Cam Da Heneiddio'n Dda, sydd wedi codi proffil y pum maes blaenoriaeth, a'r camau gweithredu sydd ar waith.

Mae gwaith wedi parhau hefyd ar lefel Awdurdodau Lleol, o dan arweiniad Cydlynwyr y Strategaeth Pobl Hŷn, i gyflawni'r camau hynny a nodwyd yn y Cynlluniau Heneiddio'n Dda a gyhoeddwyd gan Awdurdodau Lleol yn 2016, ac a ategwyd gan dair sesiwn gweithdy a gynhaliwyd yn ystod hydref 2017, a oedd yn gyfle i weithio â swyddogion ac aelodau Awdurdodau Lleol i ystyried y ffyrdd mwyaf effeithiol o fwrw ymlaen â blaenoriaethau Heneiddio'n Dda.

Gwnaethpwyd gwaith pwysig ar lefel gymunedol hefyd yn ystod 2017-18, ac mae tua 1,500 o aelodau'r Rhwydwaith Cymunedol yn awr yn gweithio ar gynlluniau i wneud Cymru'n lle gwell i heneiddio ac i helpu i sefydlu cymunedau sy'n gyfeillgar i oed ac sy'n cefnogi pobl â dementia mewn pentrefi, trefi a dinasoedd ledled Cymru.

I hybu'r gwaith hwn mae Heneiddio'n Dda wedi cynnal pump o ddigwyddiadau 'Dathlu Cymunedau' mawr ar hyd a lled Cymru ddechrau 2018 i ysbrydoli pobl i

weithredu ac i annog gweithio mewn partneriaeth. Roedd dros 500 o bobl yn y digwyddiadau hyn, a daeth partneriaid sy'n gweithio ar bob lefel at ei gilydd i rannu ac i ddysgu trwy arferion da, ac i drafod syniadau ac atebion newydd i helpu i rymuso pobl hŷn ac i sicrhau bod ein cymunedau'n helpu pobl o bob oed.

Yn ychwanegol at hyn, cyhoeddodd Heneiddio'n Dda yng Nghymru'r arweiniad 'Sut i Heneiddio'n Dda' ar gyfer pobl hŷn, sy'n cynnwys gwybodaeth ac awgrymiadau defnyddiol ar heneiddio, yn ogystal â chyfres o Gardiau Heneiddio'n Dda, sy'n helpu pobl hŷn, yn enwedig rhai sydd â dementia a / neu sydd â nam synhwyraidd, i gyfleu eu hanghenion mewn ffordd gynnil ac effeithiol wrth bobl sy'n gweithio mewn siopau ac ar drafnidiaeth gyhoeddus. Ym mis Mawrth 2018, cyhoeddais hefyd gasgliad o 'Storïau Heneiddio'n Dda', sydd nid yn unig yn dathlu'r gwaith rhyfeddol ac arloesol sy'n cael ei wneud yn lleol ar gyfer pobl hŷn i wneud gwahaniaeth mawr yn eu bywydau, ond sydd hefyd yn ymdrech i ysbrydoli eraill i weithredu yn eu cymunedau eu hunain ac i sefydlu eu cynlluniau eu hunain i helpu pobl hŷn ledled Cymru i heneiddio'n dda.

Ceir disgrifiad isod o'r prif ddatblygiadau a llwyddiannau a gyflawnwyd o dan bob un o themâu Heneiddio'n Dda yng Nghymru.

Cymunedau sy'n Gyfeillgar i Oed

- Mae Heneiddio'n Dda yng Nghymru wedi parhau i gefnogi a hybu arferion da i greu Cymunedau sy'n Gyfeillgar i Oed ledled Cymru, a Choed-llai / Pontyblyddyn yn Sir y Fflint yw'r gymuned ddiweddaraf i sicrhau statws cyfeillgar i oed. Mae hyn yn dilyn gwaith cyfeillgar i oed arall a wnaethpwyd yn Abergwaun ac Wdig ac Aberdaugleddau fel rhan o brosiect 'Doethineb Gwledig' Volunteering Matters. Yn unol â 'Datganiad Dulyn', mae pob Awdurdod Lleol yn datblygu arferion cyfeillgar i oed mewn cymunedau ledled Cymru.

- Bu Heneiddio'n Dda yn cefnogi datblygiad Rhwydwaith Diwylliant Cyfeillgar i Oed, cynllun genedlaethol newydd a lansiwyd mewn cydweithrediad ag Age Cymru, Cyngor Celfyddydau Cymru, Gwanwyn ac Amgueddfa Cymru - National Museum Wales, ac a lansiwyd yn ffurfiol ym mis Medi 2017. Mae'r rhwydwaith yn dod ag unigolion a sefydliadau o'r sectorau'r celfyddydau, diwylliant a threftadaeth o bob rhan o Gymru at ei gilydd i rannu sgiliau, gwybodaeth ac arferion da ac i helpu i ddatblygu ffyrdd arloesol ac ymarferol o ymgysylltu'n well â phobl hŷn ac i wella eu hansawdd bywyd a'u llesiant. Mae gwaith wedi'i wneud eisoes i sefydlu amgueddfeydd ac orielau cyfeillgar i oed a dementia ledled Cymru.

Cymunedau Cefnogi Pobl â Dementia

- Mae Heneiddio'n Dda yng Nghymru wedi cefnogi, hyrwyddo a gweithio â Chymdeithas Alzheimer i sefydlu mannau sy'n gyfeillgar i bobl â dementia ledled Cymru. Erbyn hyn mae dros hanner cant o bentrefi, trefi a dinasoedd a sefydliadau cenedlaethol yng Nghymru sy'n cael eu cydnabod fel rhai cyfeillgar i bobl â dementia, ac mae rhagor yn gweithio i gyflawni'r statws hwn.
- Cafodd copïau o Ganllaw Cryno ar Ddementia Heneiddio'n Dda yng Nghymru – sy'n cynnwys llawer o wybodaeth i bobl hŷn a'u teuluoedd, yn ogystal â manylion am fudiadau a all gynnig help a chefnogaeth – eu dosbarthu trwy bartneriaid Heneiddio'n Dda yng Nghymru.
- Defnyddiwyd profiadau partneriaid Heneiddio'n Dda a'r Rhwydwaith Cymunedol fel sail i ymateb y Comisiynydd i ymgynghoriad Llywodraeth Cymru ar y Cynllun Gweithredu ar gyfer Dementia i Gymru 2018-2022, a'i gwaith wedi hynny i ddylanwadu ar ei gynnwys fel aelod o Grŵp Gorchwyl a Gorffen y Strategaeth Genedlaethol ar Ddementia. Bu partneriaid Heneiddio'n Dda sy'n weithgar i sefydlu cymunedau cefnogi pobl â dementia hefyd yn cymryd rhan yng ngwaith 'Ail-ystyried Seibiant' y Comisiynydd ar helpu pobl sy'n byw â dementia, eu teuluoedd a'u gofalwyr.

Atal cwympiadau

- Mae Heneiddio'n Dda hefyd wedi parhau i gyfrannu at ac annog gwaith y Tasglu Atal Cwympiadau Cenedlaethol a helpu cynlluniau lleol sy'n rhoi pwyslais ar atal cwympiadau, fel 'Pimp my Zimmer' Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan. Mae Heneiddio'n Dda hefyd wedi parhau i helpu ymgyrchoedd codi ymwybyddiaeth, cyhoeddiadau a phrosiectau eraill sy'n cael eu harwain gan bartneriaid atal cwympiadau, fel Gofal a Thrwsio, Age Cymru, Iechyd Cyhoeddus Cymru, y Rhaglen Gwella 1000 o Fywydau a Chymdeithas Siartredig y Ffisiotherapi.
- Gwnaethpwyd rhagor o waith gan Heneiddio'n Dda yng Nghymru i hyrwyddo'r ymgyrch 'Sadiwch i Gadw'n Saff', sy'n defnyddio amrywiaeth o adnoddau a deunyddiau i amlygu ffyrdd syml i leihau'r risg o gwympo ac sy'n rhoi cyhoeddusrwydd i brosiectau a chynlluniau lleol sy'n lleihau'r perygl o gwympo, fel gwasanaethau ffitio esgidiau, torri ewinedd, gofal llygaid a chlybiau cerdded.

Cyfleoedd dysgu a chyflogaeth

- Mae Heneiddio'n Dda wedi parhau i ddylanwadu ar waith Llywodraeth Cymru ar brentisiaethau pob oed a'r Cynllun Cyflogadwyedd pob oed, a gyhoeddwyd ym mis Mawrth 2017. Mae Heneiddio'n Dda hefyd yn parhau i gyfrannu at a chefnogi'r ymgyrch codi ymwybyddiaeth 'Dim Dyddiad ar ei Orau Cyn', gan helpu i herio oedraniaeth yn y gweithle a hyrwyddo buddiannau gweithleoedd sy'n amrywiol o ran oedran.
- Mae gwaith wedi parhau hefyd i gefnogi partneriaid allweddol eraill, fel y Sefydliad Dysgu a Gwaith, TUC Wales, Addysg Oedolion Cymru a Busnes yn y Gymuned i gwblhau gwaith amrywiol sy'n gysylltiedig â dysgu a chyflogaeth. Mae enghreifftiau'n cynnwys gweithdy ar gyfleoedd cyflogaeth i bobl hŷn fel rhan o Gonfensiwn Cyflogadwyedd a Sgiliau Cymru'r Sefydliad Dysgu a Gwaith, a chyfrannu at adroddiad TUC Cymru 'The menopause: a workplace issue' yn 2017.

Unigrwydd ac arwahanrwydd

- Defnyddiwyd aelodau'r Rhwydwaith Cymunedol a'r arferion da sy'n cael eu dangos gan bartneriaid Heneiddio'n Dda yng Nghymru fel sail i ymateb y Comisiynydd i ymchwiliad Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon y Cynulliad Cenedlaethol i Unigrwydd ac Arwahanrwydd yn ystod haf 2017.
- Mae Heneiddio'n Dda yng Nghymru wedi cefnogi gwaith yr Ymgyrch i Roi Diwedd ar Unigrwydd, a sefydlwyd yn Siroedd Penfro a Chaerfyrddin ym mis Medi 2017 gyda'r nod o roi sylw i unigrwydd drwy fynd i'r afael â stigma a gweithio â chymunedau lleol i ddod o hyd i atebion. Mae'r gwaith yn parhau a bydd arferion da a ganfuwyd yn sgil prosiectau peilot yn ne orllewin Cymru'n cael eu cyflwyno a'u defnyddio gan bartneriaid ledled Cymru. Mae Heneiddio'n Dda wedi parhau i gefnogi cynlluniau eraill sy'n mynd i'r afael ag unigrwydd ac arwahanrwydd, er enghraifft, cynllun 'Ffrind i Mi/Friend of Mine' sy'n cael ei redeg gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan i fynd i'r afael ag unigrwydd ac allgau cymdeithasol yn ne ddwyrain Cymru.
- Mae copïau o Ganllaw Cryno i'ch Helpu i Ymdrin ag Unigrwydd Heneiddio'n Dda yng Nghymru wedi parhau i gael eu dosbarthu i bobl hŷn ledled Cymru trwy bartneriaid lleol.

Bydd adroddiad sy'n disgrifio gwaith a chyflawniadau Heneiddio'n Dda yng Nghymru yn fwy manwl yn cael ei gyhoeddi ochr yn ochr â'r adroddiad hwn.

Diogelu ac amddiffyn Pobl Hŷn

Mae sicrhau bod pobl hŷn yn cael eu hamddiffyn a'u diogelu wedi parhau i fod yn flaenoriaeth allweddol i mi fel Comisiynydd ac rwyf wedi parhau ag ystod eang o waith trwy gydol 2017-18 i godi ymwybyddiaeth o natur y cam-drin y mae mwy na 40,000 o bobl hŷn yn ei brofi bob blwyddyn a'r amgylchiadau a all arwain at wneud pobl hŷn yn arbennig o agored i gael eu niweidio.

Ochr yn ochr â hyn, rwyf hefyd wedi parhau i weithio i sicrhau bod dull systematig ar gael i ganfod pobl hŷn sydd mewn perygl o gael eu niweidio a bod y rhai sy'n cael eu cam-drin yn cael pob cymorth i gael gafael ar yr help sydd ei angen arnynt i adennill eu diogelwch a'u llesiant unwaith eto.

Hefyd, rwyf yn falch iawn bod fy swyddfa wedi cadw'i statws Rhuban Gwyn yn ystod 2017-18 (fe'i dyfernir gan yr Ymgyrch Rhuban Gwyn) a bod fy Arweinydd Diogelu wedi cael ei gydnabod yn swyddogol fel Llysgennad Rhuban Gwyn.

Diogelu mewn ysbytai yng Nghymru

Er bod llawer o waith diogelu da'n digwydd yng Nghymru, mae angen gwneud mwy o hyd yn ein gwasanaethau cyhoeddus i ddiogelu ac amddiffyn pobl hŷn. Mae llawer o'r cymorth a'r gefnogaeth rwyf yn ei roi i bobl hŷn trwy fy nhîm gwaith achos yn ymwneud â materion sy'n gysylltiedig â diogelu, ac mae llawer o achosion lle mae pobl hŷn a'u teuluoedd wedi mynegi pryderon am ddiogelu sy'n gysylltiedig ag ysbytai.

Rwyf wedi croesawu uchelgais Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 i wella sut mae oedolion mewn perygl o gamdriniaeth ac esgeulustod yn cael eu diogelu trwy roi hyn ar seiliau statudol a chreu dyletswyddau newydd ar gyrff cyhoeddus, ac felly roeddwn yn awyddus i adolygu'r gwahaniaeth mae'r Ddeddf yn ei wneud i waith diogelu Byrddau Iechyd.

Felly, mi ysgrifennais at Fyrddau Iechyd ym mis Mehefin 2017, gan ofyn iddynt gymryd rhan mewn adolygiad i weld pa mor effeithiol ydynt wrth ymateb i'w dyletswyddau newydd o dan y Ddeddf.

Gan ddefnyddio holiadur, yn ogystal â chyfweliadau dilynol â staff diogelu, casglwyd llawer o wybodaeth am waith diogelu mewn Byrddau Iechyd, fel newidiadau i dimau diogelu, newidiadau i bolisïau a gweithdrefnau, hyfforddiant i staff, sut mae dioddefwyr honedig achosion o gam-drin yn cael cymorth a sut y cysylltir â hwy, mynediad at eiriolaeth a dysgu yn sgil achosion. Casglwyd gwybodaeth hefyd gan randdeiliaid mewn adrannau Gwasanaethau Cymdeithasol ac Iechyd Cyhoeddus Cymru sydd â gwybodaeth fanwl am ddiogelu oedolion.

Roedd fy asesiad o'r ymatebion a gafwyd gan Fyrddau Iechyd ac Ymddiriedolaeth GIG Felindre yn sail i adroddiad – Diogelu Oedolion mewn Ysbytai yng Nghymru – a rannwyd â Llywodraeth Cymru a Byrddau Iechyd.

Dangosodd yr adroddiad er bod cynlluniau newydd bellach ar waith gan Fyrddau Iechyd i roi sylw i ofynion y Ddeddf, ynghyd â mwy o bwyslais ar ddiogelu oedolion mewn gwaith craidd, a mwy o adnoddau, roedd nifer o ffactorau a allai wanhau'r dulliau sy'n cael eu mabwysiadu. Roedd y rhain yn cynnwys diffyg canllaw cenedlaethol, a oedd yn golygu bod dulliau gwahanol yn cael eu mabwysiadu mewn gwahanol rannau o Gymru; amrywiadau mewn adrodd o dan y Ddyletswydd i Adrodd newydd yn y Ddeddf; amrywiadau yn y ffyrdd mae ymholiadau ac ymchwiliadau'n cael eu cynnal; lefel yr hyfforddiant a ddarperir i staff ysbytai; mynediad at eiriolaeth; a sut mae data'n cael ei gasglu i fesur cynnydd.

Wrth rannu'r adroddiad â Llywodraeth Cymru, mynegais yn eglur fy nisgwyliadau y byddai sylw'n cael ei roi i'r materion a godwyd, a gofynnais am ymateb ysgrifenedig gan y Gweinidog sy'n nodi pa gamau fydd yn cael eu cymryd i ddelio â'r pryderon a godwyd gennyf.

Gwybodaeth a Chanllawiau ar Gam-drin Domestig: Diogelu Pobl Hŷn yng Nghymru

Ym Mehefin 2017, cyhoeddais ganllawiau newydd, mewn partneriaeth â Llywodraeth Cymru, i helpu gweithwyr proffesiynol rheng flaen sy'n dod i gysylltiad â phob hŷn – fel staff gofal cymdeithasol, gweithwyr gofal cartref, meddygon, nyrsys, swyddogion tai a'r heddlu – i adnabod arwyddion o gam-drin domestig ac i sicrhau bod ganddynt wybodaeth am yr help sydd ar gael i amddiffyn a diogelu pobl hŷn.

Mae'r canllawiau'n delio ag ystod o bynciau, gan gynnwys nodweddion y cam-drin mae pobl hŷn yn eu profi, sut i adnabod ymddygiad sy'n rheoli ac yn gorfodi, effaith camdriniaeth a sut i ymateb yn effeithiol.

Cafodd y canllawiau eu lansio gennyf fi ac Ysgrifennydd y Cabinet dros Gymunedau a Phlant, a chadarnhaodd ymrwymiad Llywodraeth Cymru i gydweithio'n glos â phartneriaid i amddiffyn dioddefwyr cam-drin domestig a chroesawyd y canllawiau fel adnodd ymarferol a fyddai'n helpu gweithwyr proffesiynol i weithio'n fwy effeithiol â phobl hŷn sy'n profi cam-drin domestig.

Seminarau a Chyflwyniadau i Godi Ymwybyddiaeth

Gan adeiladu ar lwyddiant digwyddiadau tebyg a gynhaliwyd yn ystod 2014-15, 2015-16 a 2016-17, cynhaliwyd pedwar seminar diogelu i barhau i godi ymwybyddiaeth o'r gamdriniaeth mae pobl hŷn yn ei phrofi.

Roedd y seminarau, a gynhaliwyd yng Nghaerfyrddin, Wrecsam, Bangor a Chasnewydd, yn edrych ar raddfa ac effaith cam-drin, hawliau dynol, cam-drin mewn cymunedau du, Asiaidd a lleiafrifoedd ethnig (BAME) a LGBT+, rôl allweddol eiriolaeth a'r cymorth sydd ar gael i'r rhai sydd wedi cael eu cam-drin. Roedd un o'r siaradwyr yn y digwyddiad ym Mangor yn drawsryweddol, a chafwyd gwedd ddiddorol ar y cam-drin mae pobl drawsryweddol yn ei brofi.

Roedd 226 o gynrychiolwyr yn bresennol yn y seminarau, o bob math o fudiadau sy'n gweithio gydag ac ar gyfer pobl hŷn. Roedd yr adborth ar y seminarau yn bositif dros ben, gyda chanmoliaeth am ddyfnder yr wybodaeth a ddarparwyd ac am y persbectif amlasiantaethol a gafwyd gan y siaradwyr.

Cyflwyniadau a digwyddiadau eraill i godi ymwybyddiaeth

Yn ychwanegol at y seminarau a ddisgrifiwyd uchod, cafwyd hefyd nifer o gyflwyniadau i godi ymwybyddiaeth ar gyfer rhanddeiliaid yn ystod 2017-18, a oedd yn disgrifio'r hyn sydd ei angen i wella bywydau pobl hŷn sydd wedi cael eu heffeithio gan gamdriniaeth:

- Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda – 6 sesiwn hyfforddi ymwybyddiaeth (dros 150 o staff rheng flaen; bydd rhagor o gyflwyniadau eraill yn cael eu cyflwyno yn ystod 2018-19)
- Swyddogion Diogelu'r Cyhoedd Heddlu Dyfed Powys (15 o swyddogion)
- Cyngor Caerdydd – 3 sesiwn codi ymwybyddiaeth (45 o weithwyr cymdeithasol: bydd rhagor o gyflwyniadau eraill yn cael eu cyflwyno yn ystod 2018-19)
- Cynhadledd Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol (Cymru) (roedd dros 70 o feddygon teulu'n bresennol)
- Cynhadledd Action on Elder Abuse – Gweithdy ar ymddygiad sy'n gorfodi yn erbyn pobl hŷn (70-80 yn bresennol o amrywiaeth o fudiadau)
- Grŵp Probus Caerdydd (25 yn bresennol)
- Parish Men's Fellowship Group, Caerdydd (20 yn bresennol)
- Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro (dros 70 o staff rheng flaen yn bresennol, bydd rhagor o gyflwyniadau eraill yn cael eu cyflwyno yn ystod 2018-19)
- Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan (dros 120 o staff rheng flaen yn bresennol; bydd rhagor o gyflwyniadau eraill yn cael eu cyflwyno yn ystod 2018-19)
- Cymdeithas Gwarchod Cymdogaeth Bro Morgannwg (20 yn bresennol)
- Fforwm Cynghori'r Gweinidog ar Heneiddio (20 yn bresennol)
- Prifysgol Caerdydd – Myfyrwyr yr Ysgol Gwyddorau Cymdeithasol (110 o Fyfyrwyr)

- Cynhadledd Trais yn Erbyn Menywod a Cham-drin Domestig Bro Morgannwg (tua 120 yn bresennol)
- Grŵp Gweithredol Heneiddio'n Dda Sir Fynwy (15 yn bresennol)

Hefyd, roedd fy Arweinydd Diogelu yn cymryd rhan yn y digwyddiadau ymgysylltu canlynol i godi ymwybyddiaeth o raddfa ac effaith y gamdriniaeth a wynebir gan bobl hŷn:

- Cyfarfodydd diogelu 'o amgylch y bwrdd', â'r Gwarcheidwad Cyhoeddus
- Cyfarfodydd Grŵp Llywio Gofyn a Gweithredu ABMU
- Cyfarfodydd fforwm Rhanddeiliaid IPCC
- Cyfarfodydd Grŵp Llywio Byw Heb Ofn (llinell gymorth ynghylch camdriniaeth ddomestig)
- Llywodraeth Cymru – Cyfarfodydd Grŵp Trefniadau Diogelu rhag Colli Rhyddid y Ddeddf Galluedd Meddyliol
- Cyfarfodydd y Rhwydwaith Cymru Gyfan Trefniadau Diogelu rhag Colli Rhyddid
- Cyfarfodydd Bwrdd Diogelu Oedolion Gwent Gyfan
- Cyfarfodydd Bwrdd Diogelu Oedolion Powys
- Iechyd Cyhoeddus Cymru – Cyfarfodydd Rhwydwaith Diogelu Oedolion GIG Cymru
- Cyfarfodydd Grŵp Atebolrwydd a Chyfreithlondeb Heddlu De Cymru
- Yr Ymgyrch Rhuban Gwyn – Digwyddiad Rhanddeiliaid y Llysgennad – Caerdydd
- Gwasanaeth Erlyn y Goron – Panel Craffu Cenedlaethol (Troseddau yn erbyn pobl hŷn)
- Digwyddiad dathlu 40 mlynedd o Gymorth i Fenywod Cymru
- Cyfarfod Panel Craffu Heddlu Gwent i adolygu achosion yn gysylltiedig â throseddau yn erbyn pob hŷn
- Cyfarfodydd Dewis Choice yn gysylltiedig â Cham-drin Domestig yn erbyn pobl hŷn
- Tackling Vulnerability Together – Digwyddiad gan Heddlu De Cymru

Bydd rhagor o waith i godi ymwybyddiaeth o raddfa ac effaith camdriniaeth yn erbyn pobl hŷn yn cael ei wneud yn ystod 2018-19, ac mae cyrsiau hyfforddi wedi'u cynnig i Fyrddau Iechyd, Ymddiriedolaeth GIG Felindre, timau Gwasanaethau Cymdeithasol Awdurdodau Lleol a Heddlu De Cymru.

Mynd i'r afael ag esgeulustod yn erbyn pobl hŷn

Maes sy'n achos pryder cynyddol i mi fel Comisiynydd yw'r cynnydd yn nifer yr achosion o esgeulustod yn erbyn pobl hŷn a gofnodir, yn enwedig rhai sy'n gysylltiedig â briwiau pwyso difrifol y gellid eu hosgoi. Trwy fy ngwaith achos a thrwy adolygu llawer o achosion proffil uchel o esgeulustod yng Nghymru sy'n cynnwys pobl hŷn, rwyf wedi gweld patrwm yn ymddangos, ac mae hynny'n achos pryder.

Mae diffyg atebolrwydd ar hyn o bryd yn achos y rhai sydd â chyfrifoldeb am ofalu am ein dinasyddion mwyaf agored i niwed, ac mae hynny'n rhwystredig, ac rwyf yn bendant o hyd bod y system cyfiawnder troseddol yn annigonol os nad yw'n dwyn i gyfrif y sawl nad ydynt yn darparu gofal digonol.

Un feirniadaeth sydd gennyf o'r system bresennol, ac sy'n cael ei rhannu gan nifer o randdeiliaid yr wyf wedi cysylltu â hwy ynglŷn â'r mater hwn, yw bod y bar tystiolaeth wedi'i godi'n uchel iawn i allu erlyn achosion troseddol o esgeulustod yn llwyddiannus, hyd yn oed pan fo unigolyn wedi marw oherwydd methiannau i ddarparu gofal priodol. Rwyf felly wedi parhau i alw am adolygu a diwygio'r ddeddfwriaeth i atal y broblem gynyddol hon i fynd heb ei herio gan ein system gyfreithiol.

Trwy'r gwaith hwn, deuthum yn ymwybodol o'r oedi sydd wedi bod yr heddlu'n gysylltiedig â rhai achosion o esgeuluso a oedd yn ymwneud â briwiau pwyso y gellid eu hosgoi. Yn aml roedd hyn yn digwydd am nad oedd rhai mudiadau'n sylweddoli y gallai trosedd fod wedi'i chyflawni, a bod hynny'n golygu bod cyfleoedd i gasglu tystiolaeth yn cael eu colli neu nad ydynt yn cael eu hystyried.

Yn yr un modd, rwyf wedi canfod nad yw ambell i drywydd sylfaenol yn cael eu dilyn gan yr heddlu, am nad yw swyddogion yn ymwybodol o'u harwyddocâd i ymchwiliad posibl. Mewn nifer o achosion, mae fy nhîm Gwaith Achos wedi dod â'r ffeithiau hyn i sylw'r heddlu, ond mae treigl amser wedi golygu bod cyfleoedd wedi'u colli i gasglu tystiolaeth bosibl neu i agor ymchwiliad. Er nad yw hyn yn feirniadaeth o'r heddlu, mae'n amlwg bod angen mwy o ymwybyddiaeth a gwybodaeth am y mater hwn.

Rwyf felly wedi datblygu dogfen ganllaw ar ymchwilio (sy'n gysylltiedig â briwiau pwyso y gellid eu hosgoi) i sicrhau bod gan yr heddlu wybodaeth berthnasol i'w helpu gyda'u hymchwiliadau ac i'w cynorthwyo i ystyried y trywydd ar gyfer ymchwiliadau perthnasol a phosibl. Mae'r canllaw yn cynnwys gwybodaeth sy'n diffinio'r gwahanol fathau o wlserau pwyso y gellid eu hosgoi, gan ddweud yn glir eu bod yn gallu bod yn ganlyniad esgeulustod troseddol, ac y dylent felly fod yn destun craffu mwy manwl gan ein hasiantaethau gorfodi'r gyfraith.

Rwyf wedi rhannu hyn â'r Coleg Plismona er mwyn iddynt ystyried defnyddio'r canllaw fel rhan o hyfforddiant yr heddlu, ac rwyf mewn trafodaethau ar hyn o bryd â'r Coleg ar sut i fwrw ymlaen â hyn.

Mynd i'r afael â sgamiau yng Nghymru

Mae sgamiau'n cael effaith ddifrifol a pharhaol ar fywydau pobl hŷn, nid yn unig am eu bod yn gallu colli eu cynilion, ond mae hefyd yn ergyd i'w hyder a'u hurddas. Fel Comisiynydd, rwyf wedi datgan yn glir bod angen gwneud mwy i fynd i'r afael â sgamiau yng Nghymru.

Rwyf felly wedi gweithio mewn partneriaeth â Safonau Masnach Cenedlaethol yn ystod 2017-18, gan roi cymorth ac arian i alluogi sefydlu Friends Against Scams in Wales, sydd â'r nod o ysbrydoli gweithredu, tynnu sylw at raddfa a natur sgamiau, newid canfyddiadau o'r rhesymau pam fod pobl yn cael eu twyllo gan sgamiau a gwneud yn siŵr bod sgamiau'n bwnc sydd ar frig yr agenda ar lefel leol, ranbarthol a chenedlaethol.

Mae'r gwaith hwn wedi arwain at ymgysylltu eang ag unigolion a mudiadau sy'n gweithio yn y sectorau cyhoeddus a phreifat a'r trydydd sector yng Nghymru, sydd wedi cymryd rhan yn Sesiynau Hyfforddi Friends Against Scams neu sydd wedi cofrestru fel Hyrwyddwyr neu Lysgenhadon Friends Against Scams.

Dylanwadu ar bolisïau, deddfwriaeth ac ymarfer

Llywodraeth Cymru a Chynulliad Cenedlaethol Cymru

Rwyf wedi parhau i gwrdd yn rheolaidd â Gweinidogion Llywodraeth Cymru trwy gydol 2017-18, i sicrhau eu bod yn ymwybodol ac yn deall y materion sy'n effeithio ar bobl hŷn yng Nghymru ac, yn bwysicach, bod lleisiau pobl hŷn yn cael eu clywed.

Mae'r cyfarfodydd hyn, ynghyd â chyfleoedd eraill i ymgysylltu â Llywodraeth Cymru a'i swyddogion, wedi bod yn gyfle i mi i fynegi pryderon am bolisïau ac ymarfer nad ydynt yn rhoi digon o bwyslais ar bobl hŷn, a dangos lle mae angen newidiadau a gwelliannau.

Rwyf hefyd wedi parhau i weithio â Chynulliad Cenedlaethol Cymru, gan friffio aelodau cyn cynnal dadleuon ar faterion sy'n effeithio ar bobl hŷn. Hefyd, rwyf wedi parhau i gydweithio'n agos â Phwyllgorau'r Cynulliad Cenedlaethol, yn fwyaf arbennig y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon, gan rannu gwybodaeth a thystiolaeth i ddangos meysydd posibl a ddylai fod yn destun craffu ac ymchwilio. Yn ystod 2017-18, cyflwynais dystiolaeth i ymchwiliadau canlynol y Pwyllgorau:

- Tlodi yng Nghymru: Cymunedau yn Gyntaf – Y Pwyllgor Cydraddoldeb, Llywodraeth Leol a Chymunedau, Mai 2017
- Prentisiaethau yng Nghymru – Pwyllgor yr Economi, Seilwaith a Sgiliau, Mehefin 2017
- Defnydd o feddyginiaethau gwerthseicotig mewn cartrefi gofal – Y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon, Medi 2017
- Dulliau gweithredu lleol ar gyfer lleihau tlodi: Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol a Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus – Y Pwyllgor Cydraddoldeb, Llywodraeth Leol a Chymunedau, Rhagfyr 2017
- Unigrwydd ac arwahanrwydd – Y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon, Ionawr 2018
- Cost gofalu am boblogaeth sy'n heneiddio – Y Pwyllgor Cyllid, Mawrth 2018

Ymatebion i ymgynghoriadau

Rwyf hefyd wedi ymateb i amrywiaeth eang o ymgynghoriadau a gynhaliwyd gan Lywodraeth Cymru a chyrff a rhanddeiliaid allweddol eraill yn ystod 2017-18, gan ddefnyddio lleisiau pobl hŷn a'r profiadau maent wedi'u rhannu â mi i amlinellu sut y dylai polisïau ar ymarfer gael eu llunio i adlewyrchu anghenion pobl hŷn ac i gyflawni canlyniadau positif iddynt.

- Llywodraeth Cymru – Strategaeth Dementia Drafft, Ebrill 2017
- Llywodraeth Cymru – Papur Gwyn Diwygio Llywodraeth Leol: Cadernid ac Adnewyddiad, Ebrill 2017
- Llywodraeth Cymru – Adolygiad Seneddol o Iechyd a Gofal Cymdeithasol, Ebrill 2017
- Llywodraeth Cymru – Cynigion i Wella Gwasanaethau Bysiau yng Nghymru, Mai 2017
- Llywodraeth Cymru – Ymgynghoriad Trafnidiaeth Cymru – Dylunio Gwasanaeth Rheilffyrdd (gan gynnwys y Metro), Mai 2017
- Gofal Cymdeithasol Cymru – Adolygu'r Fframwaith Sefydlu ar gyfer Iechyd a Gofal Cymdeithasol, Mehefin 2017
- Llywodraeth Cymru – Cam 2 gweithredu Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016, Gorffennaf 2017
- Llywodraeth Cymru – Cam 2 gweithredu Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016 – Agweddau ar y Gweithlu, Gorffennaf 2017
- Llywodraeth Cymru – Canllawiau a Fframwaith Deilliannau'r Rhaglen Cefnogi Pobl, Awst 2017
- Gofal Cymdeithasol Cymru – Cynllun Strategol Gofal Cymdeithasol Cymru, 2017-2022, Awst 2017
- Llywodraeth Cymru – Cynigion Cyllideb Ddrafft 2018-19, Medi 2017
- Llywodraeth Cymru – Gwasanaethau sy'n Addas i'r Dyfodol, Medi 2017
- Llywodraeth Cymru – Budd y Cyhoedd a Chymru Ffyniannus – Datblygu system addysg a hyfforddiant ôl-orfodol ddiwygiedig, Hydref 2017
- Pwyllgor Trafnidiaeth Tŷ'r Cyffredin – Trafnidiaeth Gymunedol, Tachwedd 2017

- Gofal Cymdeithasol Cymru – Gweddnewid Gofal yn yr 21ain Ganrif, Hydref 2017
- Yr Adran Trafnidiaeth – Accessibility Action Plan Consultation: A Transport System that is Open to Everyone, Tachwedd 2017
- Llywodraeth Cymru – Cynllun Pris Consesiynol Gorfodol yng Nghymru, Ionawr 2018
- Iechyd Cyhoeddus Cymru – Rhwydwaith Trawma Mawr ar gyfer De a Gorllewin Cymru a De Powys, Ionawr 2018
- Grŵp Seneddol Hollbleidiol Tŷ'r Cyffredin ar Heneiddio a Phobl Hŷn: Ymchwiliad Hawliau Dynol a Phobl Hŷn, Ionawr 2018
- Gofal Cymdeithasol Cymru – Canllawiau Ymarfer Drafft i Weithwyr Gofal Cartref, Ionawr 2018

Gwaith ychwanegol i ddylanwadu ar bolisïau, deddfwriaeth ac ymarfer

Er mwyn sicrhau bod rhanddeiliaid allweddol yn deall anghenion pobl hŷn a'u bod yn cael eu hadlewyrchu yn eu gwaith, rwyf hefyd wedi parhau i ddylanwadu ar bolisïau ac ymarfer trwy fod yn aelod, a thrwy weithio mewn partneriaeth ag ystod o grwpiau arbenigol a byrddau / grwpiau cynghori, gan gynnwys:

- Grŵp Gorchwyl a Gorffen Strategaeth Ddementia Llywodraeth Cymru
- Grŵp Llywio Cartrefi Gofal Llywodraeth Cymru
- Bwrdd Rhaglen Cynhwysiant Digidol Llywodraeth Cymru
- Panel Trafnidiaeth Hygyrch Llywodraeth Cymru
- Panel Cynghorol Defnyddwyr Trafnidiaeth Gyhoeddus Llywodraeth Cymru
- Bwrdd Rhaglen Cynhwysiant Ariannol Llywodraeth Cymru
- Fforwm Cynghori'r Gweinidog ar Heneiddio Llywodraeth Cymru
- Grŵp Technegol Llywodraeth Cymru ar Eiriolaeth
- Grŵp Rhanddeiliaid Llywodraeth Cymru ar Werthuso'r Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol
- Grŵp Llywio Llywodraeth Cymru ar Ffrwd Waith y Gweithlu Iechyd a Gofal Cymdeithasol
- Grŵp Cyfeirio Rhanddeiliaid Llywodraeth Cymru ar Ddeddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016
- Grŵp Trawsbleidiol Cynulliad Cenedlaethol Cymru ar bobl hŷn a heneiddio
- Grŵp Rhanddeiliaid Arolygiaeth Gofal Cymru ar Ddeddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016
- Fforwm Gwasanaeth Cyngor Ariannol Cymru

- Bwrdd Partneriaeth 'Ffrind i Mi' (BIP Aneurin Bevan)
- Bwrdd Rhanddeiliaid a Fforwm PIP Cymru'r Adran Gwaith a Phensiynau
- Pwyllgor Trafnidiaeth Gymunedol Cymru
- Partneriaeth Cymru yn erbyn Sgamiau (WASP)

Cynllun Gweithredu ar gyfer Dementia 2018-2022

Er fy mod wedi croesawu cyhoeddi strategaeth ddementia ddrafft Llywodraeth Cymru fel cam positif ymlaen ac wedi cydnabod ystod y materion a fyddai'n cael eu cynnwys ynddi, roedd fy ymateb i'r ymgynghoriad ym mis Ebrill 2017 yn datgan yn glir bod sawl maes lle'r oeddwn yn teimlo bod angen cryfhau'r strategaeth i sicrhau y byddai'n gwireddu ei huchelgais i wella bywydau pobl sy'n byw â dementia, a'u gofalwyr.

Yn fy ymateb i'r ymgynghoriad, roeddwn yn galw am wella'r strategaeth mewn nifer o ffyrdd, gan gynnwys mwy o bwyslais ar hawliau, amrywiaeth ac eiriolaeth annibynnol; mwy o gydnabyddiaeth i lesiant ac anghenion gofalwyr; targedau hyfforddi mwy uchelgeisiol; gwasanaethau seibiant gwella; cynyddu rôl gweithwyr cymorth dementia; a gwell llwybrau gofal lliniarol a diwedd oes. Pwysleisiais hefyd bwysigrwydd ymgysylltu â phobl sy'n cael eu heffeithio gan ddementia mewn ffordd ystyrlon i oleuo'r strategaeth.

Rwyf wedi parhau â fy ngwaith i ddylanwadu ar y strategaeth, a gafodd ei hailenwi'n Gynllun Gweithredu ar gyfer Dementia 2018-2022 yn ystod ei datblygiad, fel aelod o Grŵp Gorchwyl a Gorffen Strategaeth Ddementia Llywodraeth Cymru, gan weithio ochr yn ochr â rhanddeiliaid allweddol eraill, sy'n cynnwys pobl sy'n cael eu heffeithio gan ddementia, i sicrhau bod anghenion pobl sy'n byw â dementia a'u gofalwyr yn cael eu hadlewyrchu'n well yn y fersiwn derfynol o'r cynllun.

Ar ôl cyhoeddi'r Cynllun Gweithredu ym mis Chwefror 2018, ysgrifennais hefyd at yr Ysgrifennydd Cabinet dros Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol, gan ddweud er fy mod yn croesawu sawl rhan o'r cynllun, roedd nifer o feysydd lle mae gennyf bryderon o hyd, er gwaethaf ei uchelgais, ni fydd y cynllun yn cyflawni'r canlyniadau mae pobl sy'n byw â dementia, a'u gofalwyr, eisiau ac angen eu gweld.

Deddfwriaeth gofal cymdeithasol

Fel Comisiynydd, rwyf wedi ei gwneud yn amlwg bod rheoleiddio ac arolygu gwasanaethau cymdeithasol mewn modd effeithiol a chadarn yn hanfodol, nid yn unig i gadw pobl hŷn sy'n defnyddio gwasanaethau cymdeithasol yn ddiogel, ond hefyd i sicrhau bod y gofal a'r cymorth a ddarperir iddynt yn cyrraedd y safonau uchaf.

Roeddwn felly'n croesawu cyflwyno Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) a'r safonau gofal newydd y mae'r ddeddf yn anelu at eu

cyflawni drwy ei rheoliadau. Rwyf wedi ei gwneud yn glir hefyd bod yn rhaid i ansawdd bywyd fod yn elfen ganolog o'r safonau gofal newydd hyn ac rwyf wedi gwneud sylwadau manwl ar y Rheoliadau Gwasanaethau a Reoleiddir i sicrhau bod yr argymhellion a wnaethpwyd gennyf yn fy Adolygiad o Gartrefi Gofal yn cael eu trosi'n briodol mewn cyfraith.

Roeddwn yn falch bod llawer o'r galwadau a wnaethpwyd gennyf wedi eu cynnwys yn y Ddeddf a'r rheoliadau atodol, gan gynnwys:

- Canllaw statudol i ddarparwyr gwasanaethau ac unigolion cyfrifol ar gyflawni rheoliadau safon gwasanaethau.
- Canllaw ysgrifenedig ar y gwasanaeth i breswylwyr, gan gynnwys gwybodaeth am wasanaethau gofal iechyd.
- Dyletswydd i gynhyrchu Cynllun Personol i bob preswylydd, sy'n dangos sut y bydd eu hanghenion yn cael eu diwallu.
- Cynnwys 'dulliau cemegol' o fewn y diffiniad o ffrwyno.
- Dyletswydd i roi mynediad at gymhorthion ac addasiadau i bobl hŷn i hwyluso cyfathrebu.
- Dyletswydd ar ddarparwyr i gynhyrchu adroddiad blynyddol ar eu gwasanaethau.
- Dyletswydd ar Weinidogion Llywodraeth Cymru i gynhyrchu Adroddiad Cenedlaethol ar Sefydlogrwydd y Farchnad.

Hefyd, mae Arolygiaeth Gofal Cymru (Arolygiaeth Gofal a Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru gynt) yn awr yn defnyddio cyfundrefn arolygu newydd sy'n rhoi mwy o bwyslais ar ansawdd bywyd a hawliau pobl hŷn, ac mae Gofal Cymdeithasol Cymru wedi cael ei sefydlu fel rheoleiddiwr newydd y gweithlu gofal cymdeithasol, sydd â'r nod o wneud yn siŵr bod pobl yng Nghymru yn gallu galw ar weithlu gofal cymdeithasol o ansawdd uchel sy'n darparu gwasanaethau i ddiwallu eu hanghenion yn llawn.

Mae gweithredu Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 hefyd yn faes rwyf wedi edrych arno'n ofalus. Mae'r Ddeddf hon yn cyflwyno ystod eang o ddyletswyddau newydd i gyrff cyhoeddus i sicrhau mwy o bwyslais ar atal, llesiant ac annibyniaeth wrth ddarparu gwasanaethau cyhoeddus, yn ogystal â chynnig mwy o ddewis i bobl hŷn a'u gofalwyr dros y cymorth a'r gofal a gânt.

Trwy fy ngwaith achos parhaus a fy nghysylltiad â Grŵp Gwerthuso Rhanddeiliaid Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014, rwyf wedi parhau

i weithio i sicrhau bod pobl hŷn yn cael gofal a chymorth sy'n cydymffurfio â'r dyletswyddau cyfreithiol a'r egwyddorion a geir yn y ddeddfwriaeth.

Byddaf yn parhau i weithio â rhanddeiliaid i nodi unrhyw feysydd sydd sy'n achos pryder i mi o ran effeithiolrwydd y broses o weithredu'r Ddeddf, yn ogystal â chraffu ar gadernid y data sydd ar gael i fonitro effeithiolrwydd y Ddeddf cyn iddi gael ei gwerthuso gan Lywodraeth Cymru.

Edrych i'r dyfodol

Gan fod fy nhymor fel Comisiynydd yn dod i ben ym mis Mehefin 2018, rwyf wedi datblygu rhaglen waith interim ar gyfer 2018-19 a fydd yn cynnwys y canlynol:

- Cyhoeddi fy Adroddiad Ail-ystyried Seibiant ar gyfer Pobl sy'n Byw â Dementia
- Cyhoeddi fy adroddiad ar Wasanaethau Eiriolaeth yng Nghymru – Making Voices Heard
- Dadansoddi'r ymatebion a gafwyd gan gyrff cyhoeddus yn dilyn cyhoeddi fy adroddiad dilynol i'r Adolygiad o Gartrefi Gofal, 'Lle i'w Alw'n Gartref: Effaith a Dadansoddiad'.
- Dadansoddi Cynlluniau Llesiant Awdurdodau Lleol
- Cyhoeddi llyfrynnau gwybodaeth i bobl hŷn ar Alluedd Meddyliol a Threfniadau Diogelu rhag Colli Rhyddid (DoLS)
- Cynhyrchu fideo mewn partneriaeth ag Age Cymru i godi ymwybyddiaeth o bwysigrwydd a buddiannau eiriolaeth

Bydd fy olynydd yn cyflwyno gwaith pellach a wneir yn ystod 2018-19, a bydd yn datblygu cynllun strategol newydd i ffurfio'u blaenoriaethau fel Comisiynydd.

Hoffwn fanteisio ar y cyfle hwn eto i ddiolch o galon i fy nhîm, y rhanddeiliaid rwyf wedi gweithio â hwy fel Comisiynydd ac, yn bwysicaf oll, y bobl hŷn ledled Cymru sydd wedi fy nghefnogi fi a fy ngwaith yn ystod y chwe blynedd diwethaf i ysgogi newid ac i wneud Cymru'n lle gwell i heneiddio, nid i rai ond i bawb.

Mae cyfyngiadau ar y ddogfen hon