Y Grŵp Trawsbleidiol ar Atal Hunanladdiad – noddir gan Jayne Bryant AS

Dydd Mercher 13 Gorffennaf 2022
12pm – 1.25pm
Dros Zoom

Cadeirydd: Jayne Bryant AS

Yn bresennol: Daisy Noot (Coleg Brenhinol y Seiciatryddion), Luke Young (Cyngor ar Bopeth Cymru/ Bwrdd Samariaid Cymru), Emma Kneebone (2Wish), Cathy Bevan (ar ran Huw Irranca-Davies AS), Helen Bennett (Swyddfa Comisiynydd Heddlu a Throseddu De Cymru), Sian Bamford (Heddlu Dyfed Powys), Dr Peter Ilves (4 Mental Health), Madelaine Phillips (Conffederasiwn GIG Cymru), Claire O'Shea (Bwrdd Samariaid Cymru), Willow C Holloway (Prosiect Grymuso Menywod Awtistig/Autsitic UK/ Anabledd Cymru), Jules Twells (y Samariaid), Philippa Watkins (Senedd Cymru), Amy Bainton (Barnardo's Cymru), Emma Coopey (Heddlu Gwent), Eric Thwaites (SOBS), Laura Tranter (Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda), Claire Cotter (Cydweithrediaeth Iechyd GIG Cymru), Olga Sullivan (y Samariaid), Anne May (Tir Dewi), Joan Ogonovsky (Tîm Iechyd Cyhoeddus Gwent Aneurin Bevan), Jayne Bell (Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro), Kate Miles (Sefydliad DPJ), Phil Sparrow (Heddlu De Cymru), Sarah Stone (y Samariaid), Emma Gooding (y Samariaid).

Ymddiheuriadau: Robert Visintainer (Hafan Cymru - Men's Sheds), Janette Bourne (Cymorth mewn Galar Cruse)

12pm: Croeso a chyflwyniadau

Agorodd Jayne Bryant y cyfarfod, gan ddiolch i bawb am eu presenoldeb, ac esboniodd y gallai rhywfaint o’r hyn a fyddai’n cael ei drafod yn y cyfarfod beri trallod i rai. Dywedodd y gallai’r rhai a oedd yn bresennol gamu allan o’r cyfarfod a chael seibiant o'r trafodaethau pe byddai angen iddynt wneud hynny, ac iddynt ofyn am gymorth yn dilyn y cyfarfod. Esboniodd Emma Gooding (y Samariaid) y bydden nhw'n ceisio cadw llygad ar unrhyw sylwadau a allai godi yn y blwch sgwrsio.

12:05pm Jane Hutt AS, y Gweinidog Cyfiawnder Cymdeithasol

Amlinellodd Jane Hutt AS y gwaith yr oedd Llywodraeth Cymru yn ei wneud ar y pryd i gynorthwyo i fynd i'r afael â'r cysylltiad rhwng anfantais economaidd-gymdeithasol, ac iechyd meddwl gwael a risg o hunanladdiad. Dywedodd Jane fod cysylltiad amlwg rhwng dyled ac iechyd meddwl a bod pobl ag iechyd meddwl gwael yn fwy tebygol o fod mewn dyled a bod hyn yn achosi cylch dieflig. Dywedodd Jane bod Llywodraeth Cymru yn gwneud popeth o fewn ei gallu i helpu pobl ac atal hyn rhag digwydd.

Dywedodd Jane ei bod yn falch iawn bod y rhai sydd â dyledion yn gallu cael mynediad bellach at Lle i Anadlu, sef cynllun seibiant dyledion sy'n berthnasol i Gymru a Lloegr a gafodd sêl bendith yn y Senedd ym mis Mai 2021. Dywedodd Jane hefyd fod y Gronfa Gynghori Sengl, sy’n rhoi cyngor am

ddim ar ddyledion, tai, cyflogaeth, budd-dal lles a materion eraill yn hanfodol, ac mae'r model hwn yn cynorthwyo gydag ymyrraeth gynnar.

Esboniodd Jane mai prin iawn yw'r adegau pan mai dyled yw'r unig broblem y mae pobl yn ei hwynebu wrth ddefnyddio'r gwasanaethau hyn ac na allwn obeithio mynd i'r afael â'r mater heb fynd i'r afael â thai ac ansicrwydd ariannol. Dywedodd Jane fod gwasanaethau integredig yn hollbwysig a bod yn rhaid iddynt fynd i'r afael â materion sylfaenol a materion sy'n cydfodoli. Dywedodd Jane fod y Gronfa Gynghori Sengl yn gwneud gwahaniaeth gwirioneddol a bod 116,000 wedi cael cymorth ers mis Ionawr 2020. Dywedodd fod yr ystadegau hyn yn bwysig ac yn dangos sut y gall y cyllid hwn wneud gwahaniaeth.

Yna, soniodd Jane am y cynllun pwyslais ar incwm (IMAP) a grëwyd yn ystod y pandemig i helpu teuluoedd sy'n byw mewn tlodi. Aeth Jane ymlaen i drafod ymgyrch Llywodraeth Cymru *Hawliwch yr hyn sy'n ddyledus i chi* a dweud bod dros 8000 o bobl wedi ymateb i'r ymgyrch, ond bod yn rhaid i hyn barhau gyda mwy o rym. Dywedodd Jane fod yn rhaid symleiddio'r prosesau ymgeisio er mwyn cynyddu'r nifer sy'n manteisio arni. Gan weithio ochr yn ochr â phartneriaid, mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi pecyn cymorth arfer gorau sy'n cefnogi awdurdodau lleol i gyflawni hyn.

Trafododd Jane yr uwchgynhadledd costau byw ddiweddar (11 Gorffennaf 2022) sef yr ail un i Lywodraeth Cymru ei chynnal. Mynegodd rhanddeiliaid a gymerodd ran yn yr uwchgynhadledd bryder mawr ynghylch cyfathrebu effeithiol a chynyddu cyfathrebu ynghylch yr ymgyrch *Hawliwch yr hyn sy'n ddyledus i chi*. Dywedodd Jane fod rhaid i ni fod yn ddi-baid wrth gyfleu'r neges os ydych yn y trydydd sector neu GIG Cymru.

Yna, cyfeiriodd Jane at gynllun cymorth tanwydd y gaeaf, a grewyd, meddai, ar gyflymder ac a gefnogodd dros 166,000 o aelwydydd yng Nghymru. Dywedodd fod mesuryddion rhagdalu yn cael effaith negyddol ar y bobl fwyaf difreintiedig a bod y cynllun, o'r herwydd wedi gweld buddsoddiad o bron i £4 miliwn mewn cynllun talebau tanwydd a chronfa wresogi a fydd yn cefnogi cwsmeriaid bregus sy'n gorfod talu ymlaen llaw am eu tanwydd.

12:15pm Cwestiynau i Jane Hutt AS, y Gweinidog Cyfiawnder Cymdeithasol

- *Cwestiynau a godwyd yn bersonol ac yn y blwch sgwrsio*

Dr Peter Ilves (4 Mental Health) - Y rhai sydd â heriau iechyd meddwl yw'r rhai sydd fwyaf ynysig a lleiaf abl i fentro neu gymryd camau gweithredu eu hunain. Sut mae'r bobl hyn yn cael eu cyrraedd?

Sarah Stone (Samariaid Cymru) - Mae'n dda clywed am y gefnogaeth uniongyrchol ond un o'r heriau gydag atal hunanladdiad yw y gallwch gyflwyno cefnogaeth benodol ar gyfer argyfwng ond mae'n gymhleth iawn ac mae llawer ohono'n eistedd o fewn portffolios sy'n ymestyn ymhell y tu hwnt i iechyd a gofal cymdeithasol. Dull gweithredu ar draws y llywodraeth yw'r dull mwyaf effeithiol y gallwn ei ddefnyddio wrth i ni nesáu at yr hydref.

Dywedodd **Luke Young (Cyngor ar Bopeth)** bod croeso gwirioneddol i'r £4m ar gyfer cwsmeriaid sydd â mesurydd rhagdalu (PPM), yn enwedig gan ei fod yn cynnig cymorth ychwanegol yn dilyn datganiad Costau Byw y Canghellor.

Dywedodd **Helen Bennett (Swyddfa Comisiynydd yr Heddlu a Throseddu De Cymru)** fod gan Adferiad Recovery wasanaeth cyngor iechyd meddwl ac arian ar gael. Mae'n gweithio gydag unigolion ag iechyd meddwl ac wedi cael gwir effaith ar gael adnoddau priodol i bobl.

Dywedodd **Amy Bainton (Barnardo's Cymru)** ei bod yn pryderu am ganlyniadau unigedd ac effaith yr argyfwng costau byw ar blant. Does gan rieni ddim arian i adael y tŷ na mynd â'u plant allan. Mae

hyn ar ben effeithiau Covid. Dywedodd bod Barnardo's yn pryderu'n fawr am yr effaith barhaus y byddai hyn yn ei chael yn y gaeaf.

Mewn ymateb i'r cwestiynau a'r pwyntiau hyn, dywedodd Jane Hutt fod cysylltiad clir rhwng y pwyntiau hyn. Gofynnodd sut rydyn ni'n cyrraedd pobl fwyaf bregus Cymru? Dyma lle mae angen i ni ymgysylltu ar lefel draws-lywodraethol er mwyn cyflawni cyrhaeddiad eang. Mae angen i bob ymarferydd iechyd rannu dealltwriaeth a gwybodaeth, ac mae hwn hefyd yn fater o ragnodi cymdeithasol. Dywedodd Jane fod dod i'r cyfarfod heddiw yn ddefnyddiol oherwydd ei fod yn golygu y gallwn dargedu cam nesaf y cynllun cymorth tanwydd yn unol â'r pryderon hyn ac felly bydd ganddo gymhwysedd ehangach. Dywedodd Jane y byddai'r cam nesaf yn cael ei gyhoeddi yn ystod yr wythnosau nesaf.

Dywedodd Jane y byddai'r grŵp traws-lywodraethol sydd newydd ei ddatgan ar atal hunanladdiad, o dan arweiniad Lynne Neagle AS, y Dirprwy Weinidog Iechyd Meddwl a Llesiant, yn fforwm da iawn ar gyfer y pwyntiau hyn.

Dywedodd Jane bod angen i ni hefyd hyrwyddo'r hyn mae'r trydydd sector a sefydliadau gwirfoddol yn ei wneud. Diolchodd Jane i Amy a soniodd am raglen Haf o Hwyl Llywodraeth Cymru sy'n elfen o ymrwymiad Llywodraeth Cymru i gefnogi plant a phobl ifanc i wella ar ôl y pandemig. Dywedodd Jane fod gan bob awdurdod lleol raglen Haf o Hwyl, ac mae angen i ni sicrhau ei bod yn cael cyhoeddusrwydd mewn cymunedau. Dywedodd Jane fod cael gafael ar brydau ysgol am ddim hefyd yn hollbwysig.

Roedd **Dr Peter Ilves (4 Mental Health)** yn cytuno â phwyntiau Jane ond dywedodd nad dyma'r ateb cyfan. Dywedodd Peter y gallai rhagnodi cymdeithasol a gaiff ei ddefnyddio a'i gyrchu ar draws iechyd a gofal cymdeithasol gael effaith sylweddol. Darparodd y linc ganlynol yn y blwch sgwrsio https://swlondonccg.nhs.uk/your-health/wandsworth-wellbeing-hub/

Diolchodd Jayne Bryant i Jane am ei hamser a dywedodd fod y grŵp bob amser yn awyddus i gael canlyniad ac oherwydd hynny rydym yn gobeithio y caiff y sylwadau hyn eu rhannu a gobeithio y gallwn groesawu Jane yn ôl i gyfarfod arall.

12:30pm: Cyngor ar Bopeth Cymru ar Gostau Byw - Luke Young, Pennaeth Polisi ac Ymgyrchoedd dros Cyngor ar Bopeth Cymru.

Cyflwynodd Luke Young gyflwyniad ar yr argyfwng Costau Byw. Cafodd y cyflwyniad PowerPoint ei rannu gyda'r grŵp yn ddiweddarach, a bydd yn cael ei anfon allan eto gyda'r cofnodion.

Yn ei sylwadau cloi, dywedodd Luke fod y rhagolygon presennol yn llwm ac esboniodd ein bod ar hyn o bryd mewn sefyllfa gymhleth gan fod gennym lywodraeth dros dro ac yna bydd dyfodiad y llywodraeth newydd yn golygu oedi o ran amser. Yr hyn sydd ei angen arnom i wynebu'r gaeaf yw sefydlogrwydd a sicrwydd y bydd cefnogaeth gan y llywodraeth pan aiff pethau'n anodd. Mae gan bob un o ymgeiswyr San Steffan wahanol safbwyntiau ar yr argyfwng costau byw a bydd hyn yn cael effaith uniongyrchol ar wasanaethau. Mae hyn yn berthnasol i'n safbwynt cyffredinol (Cyngor ar Bopeth) ond hefyd o ran atal hunanladdiad.

12:45pm: Cwestiynau a'r camau nesaf

Rhannodd **Dr Peter Ilves (4 Mental Health)** rai o'i syniadau allweddol gan ddweud bod hyn yn amlwg yn anodd a bod pobl yn cael trafferth gydag ansicrwydd. Hyd yn oed os bydd mesurau ariannol yn cael eu rhoi ar waith, yr hyn sy'n rhedeg ochr yn ochr â hyn yw'r gefnogaeth emosiynol amlwg sydd ei hangen. Bydd y gofid a'r ansicrwydd hwn sydd heb ei ddatrys yn parhau ac yn gwaethygu.

Cytunodd Luke â Peter a dywedodd mai dyna oedd craidd y mater. Gan gymryd cam yn ôl, bob dydd mae cynghorydd cyngor ar bopeth yn siarad â rhywun sy'n ei chael yn anodd ymdopi. Mae'r cynghorwyr wedi'u hyfforddi i gynnig cymorth a gwasanaeth cyfeirio. Gallai pwyslais ar incwm fod yn rhan o'r gefnogaeth honno ond hefyd fod yn bwynt cyfeirio at sefydliadau (llesiant) eraill

Mae angen cefnogaeth ar staff CAB eu hunain a gwelsom hyn drwy gydol y pandemig. Mae cynghorwyr yn cael eu gyrru gan werthoedd ac felly bob amser yn awyddus i helpu. Ym mhob CAB lleol, rydyn ni'n sicrhau bod staff yn cymryd amser iddyn nhw eu hunain. Dywed gweinidogion Llywodraeth Cymru fod gan bob un ohonom ran i'w chwarae ac er bod hynny'n hanfodol, mae gweithredu traws-lywodraethol o'r pwys mwyaf fel y mae Sarah wedi amlinellu.

Cyfeiriodd **Sarah Stone (y Samariaid)** at ran o'r cyflwyniad PowerPoint a oedd yn dangos bod pobl wedi cael eu gorfodi i dorri eu cysylltiad â'r we er mwyn arbed arian. Dywedodd bod ganddi ddiddordeb mawr yn hyn a'i fod yn peri pryder iddi. Mae hyn yn cyfrannu at y mater unigrwydd ac ynysu. Yn ail, o safbwynt adfer o'r pandemig mae angen i ni ddeall beth sy'n digwydd i bobl ar y rheng flaen ac mae angen i ni gael y gefnogaeth gywir mew argyfwng ar waith. Mae angen i hyn oll eistedd ochr yn ochr â chefnogaeth ariannol. Cytunodd Luke â phwyntiau Sarah gan ddweud y byddai'n rhannu'r ymchwil lawn pan oedd yn barod ond mai un elfen amlwg iawn yw torri ffonau symudol a'r rhyngrwyd er mwyn arbed arian.

Dywedodd Luke fod Cyngor ar Bopeth yn gefnogol i'r cyhoeddiadau ynglŷn â'r cynllun cymorth tanwydd - gan y gallai fod yn gynt yn hytrach nag yn hwyrach o'i gymharu â'r llynedd. Mae hyn yn dda gan nad oedd cymaint wedi manteisio y gaeaf diwethaf â'r hyn roeddem am iddo fod.

Dywedodd Jayne Bryant AS ei bod yn bwysig bod hyn yn cael ei gadw ar yr agenda, a'i bod hi'n hapus i'w rannu gyda chydweithwyr. Gofynnodd a allai'r grŵp gael diweddariad gan Luke mewn cyfarfod diweddarach.

1pm: Cofnodion y cyfarfod blaenorol a materion yn codi

Cytunwyd ar gofnodion y cyfarfod blaenorol a chawsant eu derbyn.

1.15pm: Pwnc ar gyfer y cyfarfod nesaf a chloi'r cyfarfod

Cafodd y grŵp ei annog i gyflwyno pynciau. Cyflwynodd **Dr Peter Ilves (4 Mental Health)** e-bost ar ôl y cyfarfod lle tynnodd sylw at effaith emosiynol ac iechyd meddwl yr argyfwng costau byw ar unigolion, er gwaethaf unrhyw gymorth ariannol. Dywedodd Peter bod angen canolbwyntio llawer o sylw ar sut y bydd cymdeithas yn deall maint yr argyfwng parhaus a dyfodol yr argyfwng.