



03442 640 670

Rydym yn croesawu
galwadau yn Gymraeg

Dai Lloyd AC
Cadeirydd, Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon
Cynulliad Cenedlaethol Cymru
Tŷ Hywel
Bae Caerdydd
CF99 1NA

Adeiladau Cambrian
Sqwâr Mount Stuart
Caerdydd CF10 5FL

Cambrian Buildings
Mount Stuart Square
Cardiff CF10 5FL

28 Mehefin 2017

Tystiolaeth Ychwanegol ar gyfer yr Ymchwiliad i Unigrwydd ac Arwahanrwydd

Annwyl Gadeirydd,

Wrth roi tystiolaeth lafar ichi ar gyfer eich Ymchwiliad i Unigrwydd ac Arwahanrwydd ar 25 Mai 2017, dywedais y byddwn y rhoi tystiolaeth bellach i'r Pwyllgor ynghylch yr hyn y dylid ei gynnwys, yn fy marn i, yn strategaeth arfaethedig Llywodraeth Cymru ar gyfer mynd i'r afael ag unigrwydd ac arwahanrwydd.

Yr wyf wedi rhannu fy meddyliau yn ôl yr agweddau strwythuredig y bydd yn rhaid eu cynnwys yn y strategaeth a'r problemau, a ddaeth i'r amlwg drwy fy ngwaith, y mae'n rhaid i'r strategaeth roi sylw iddynt.

Mae'n rhaid i'r Strategaeth:

- Nodi canlyniadau pendant ar gyfer y strategaeth a fydd yn diffinio llwyddiant y strategaeth ar lefel unigol a strategol.
- Sicrhau cyswllt rhwng y canlyniadau hyn a'r rhai sydd wedi'u nodi yn Nangosyddion Cenedlaethol Llywodraeth Cymru ar gyfer Cymru ¹ ac yn ei Fframwaith Canlyniadau Cenedlaethol ar gyfer y

Rydym yn croesawu derbyn gohebiaeth yn Gymraeg. Byddwn yn ateb gohebiaeth a dderbynnir yn Gymraeg yn Gymraeg ac ni fydd gohebu yn Gymraeg yn arwain at oedi.

We welcome receiving correspondence in Welsh. Any correspondence received in Welsh will be answered in Welsh and corresponding in Welsh will not lead to a delay in responding.

Gwasanaethau Cymdeithasol². Dylai hefyd ategu strategaethau allweddol eraill megis Law yn Llaw at Iechyd Meddwl³ a'r strategaethau diweddaraf ar gyfer pobl hŷn a gofalwyr. Bydd dull gweithredu cyd-gysylltiedig yn sicrhau y bydd pawb sydd ynghlwm â darparu yn gweithio tuag at ganlyniadau cydberthynol

- Dylai fod yn berthnasol i'r amrywiaeth sy'n bodoli o fewn y sector pobl hŷn, a dylai adlewyrchu'r amrywiaeth honno.
- Dylai ddarparu cydbwysedd priodol rhwng ffocws strategol ar gyfer y tymor hwy a budd yn y tymor byr i bobl hŷn y gellir ei fesur, gan gynnwys cyfeiriadau penodol at sut y mesurir ac yr adroddir ar gynnydd.
- Dylai gydnabod y rhan allweddol y mae gwasanaethau yn y gymuned yn ei chwarae yng nghyswllt unigrwydd ac arwahanrwydd, yn enwedig o safbwynt y risgiau sy'n gysylltiedig â cholli'r gwasanaethau hyn. Ar y lefel ymarferol hon y bydd angen cymryd camau effeithiol. Ni fydd dyhead yn ddigon heb ddadansoddiad trylwyr o'r adnoddau y bydd eu hangen ar y rheng flaen.
- Dylai gydnabod bod hwn yn fater cymhleth a bod unigrwydd ac arwahanrwydd yn effeithio ar bobl hŷn mewn amrywiol ffyrdd. Yng nghyswllt rhai, mae unigrwydd ac arwahanrwydd yn effeithio arnynt gydol eu hoes, tra bo eraill yn profi unigrwydd ac arwahanrwydd oherwydd digwyddiadau penodol megis profedigaeth neu golli swydd.
- Dylai gydnabod bod unigrwydd ac arwahanrwydd yn gallu effeithio ar unrhyw un ar unrhyw adeg, ond dylai hefyd ystyried sut mae rhai amgylchiadau penodol yn gwneud pobl hŷn yn fwy tebygol o deimlo'n unig.
- Dylai sicrhau cydbwysedd rhwng bod yn rhagnodol ar lefel genedlaethol a chaniatáu hyblygrwydd ar lefel leol. Mae hyn yn bwysig i sicrhau nad yw gweithredu a mynediad at gymorth a chefnogaeth yn dod yn fater o loteri cod post.

Yn ogystal â'r elfennau strwythurol hyn, mae'n rhaid i'r strategaeth hefyd fynd i'r afael â'r materion canlynol:

- Cydnabod yn glir beth yw hyd a lled a maint yr unigrwydd a'r arwahanrwydd, ochr yn ochr ag effaith hyn gan ei gwneud yn glir bod hon yn broblem iechyd cyhoeddus sylweddol. Mae hyn yn arbennig o bwysig gan nad yw'r mater hwn wedi cael ei ystyried yn y Bil Iechyd y Cyhoedd (Cymru).
- Cydnabod a chanolbwyntio ar leihau'r stigma sy'n gysylltiedig ag unigrwydd ac arwahanrwydd, gan fod hyn yn rhwystr allweddol i adnabod y rheini sy'n fregus neu mewn perygl. Mae yna debygrwydd mawr yn hyn o beth i'r dull sy'n cael ei ddefnyddio ar hyn o bryd yng nghyswllt gwasanaethau iechyd meddwl.
- Canolbwyntio ar gynnal asesiadau o risg cyn pryd, er enghraifft, drwy ddefnyddio'r dull 'Gwneud i Bob Cyswllt Gyfrif'⁴ er mwyn canfod pwy allai fod mewn perygl a thrwy hynny eu galluogi i gael cymorth ataliol. Gall hyn gynnwys cysylltu pobl â'r gwasanaethau Gwybodaeth, Cyngor a Chefnogaeth sydd ar gael o dan y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014. Dylai hefyd ganolbwyntio ar bwysigrwydd gwytnwch o ran galluogi pobl i baratoi ar gyfer y risgiau sy'n rhan annatod o fynd yn hŷn.
- Datblygu mwy ar yr atebion lleol sydd eisoes ar gael neu sy'n cael eu datblygu, e.e. rhagnodi cymdeithasol, mudiadau'r trydydd sector, cysylltwyr cymunedol.
- Sicrhau bod unigrwydd ac arwahanrwydd yn cael eu hystyried yn yr holl gynlluniau llesiant lleol sy'n cael eu datblygu gan y Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus ar hyn o bryd.
- Sicrhau bod y gefnogaeth sy'n cael ei chynnig i bobl hŷn yn cydnabod ac yn berthnasol i'r unigolyn a'i ddewisiadau personol a diwylliannol. Rhaid llunio'r gefnogaeth i fod yn gadarnhaol ac yn bwrpasol er mwyn helpu unigolion i sefydlu cysylltiadau sy'n eu bodloni'n emosiynol ac sy'n eu helpu i ailddarganfod hen sgiliau a datblygu diddordebau newydd.

- Dylai gydnabod y bydd rhai pobl wedi colli eu sgiliau cymdeithasol ac y bydd angen llawer mwy o gefnogaeth arnynt i ddatblygu'r rhain cyn y gallant ailgydio. Rhaid cofio nad yw dulliau traddodiadol o fynd i'r afael ag unigrwydd e.e. cynlluniau cyfeillio, clybiau cinio a the-partis yn briodol yng nghyswllt rhai pobl a dylid ystyried atebion eraill tebyg i fentora un-i-un hirdymor a therapi gwybyddol.
- Nodi'n glir yr hyn rydym yn ei wybod yn ôl y sylfaen dystiolaeth bresennol a rhoi camau ar waith i sicrhau bod hyn yn cael ei ddefnyddio fel sail ar gyfer datblygiadau yn y dyfodol, gan gydnabod a chomisiynu gwaith ar yr un pryd a fydd yn llenwi'r bylchau yn ein gwybodaeth.
- Mae'n rhaid i lechyd Cyhoeddus Cymru gydio yn yr agenda hon a rhoi arweiniad ar lefel genedlaethol, gan ddod â rhanddeiliaid allweddol at ei gilydd i sicrhau bod y canlyniadau sydd wrth wraidd y strategaeth yn cael eu cyflawni.

Gobeithio y bydd yr hyn rwyf wedi'i nodi yn fuddiol i'ch Ymchwiliad ac os oes gennych unrhyw gwestiynau pellach, cofiwch gysylltu â fy swyddfa yn ddi-oed.

Cofion gorau,



Sarah Rochira
Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

¹ Llywodraeth Cymru (2016) Sut mae mesur cynnydd cenedl? Dangosyddion Cenedlaethol i Gymru <http://gov.wales/docs/desh/publications/160316-national-indicators-to-be-laid-before-nafw-en.pdf>

² Llywodraeth Cymru (2016) Y Gwasanaethau Cymdeithasol: Y Fframwaith Canlyniadau Cenedlaethol ar gyfer pobl y mae angen gofal a chymorth arnynt a gofalwyr y mae angen cymorth arnynt: <http://gov.wales/docs/dhss/publications/160610frameworken.pdf>

³ Llywodraeth Cymru (2016) Law yn Llaw at lechyd Meddwl: Cynllun Cyflawni: 2016-19 <http://gov.wales/docs/dhss/publications/161010deliveryen.pdf>

⁴ Iechyd Cyhoeddus Cymru (2017) Gwneud i Bob Cyswllt Gyfrif <http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/page/65550>