Y Grŵp Trawsbleidiol ar Bobl Hŷn a Heneiddio

14 Mawrth 2017, 12pm

Oriel y Dyfodol, Adeilad y Pierhead, Bae Caerdydd

Nodyn o'r Cyfarfod ar: Ni ddylai neb fod heb neb: taclo unigrwydd ac unigedd wrth fynd yn hŷn

Yn bresennol	
Mike Hedges AC (Cadeirydd)	Irene Gannon, Cadeirydd Senedd Pobl Hŷn Cymru
Jayne Bryant AC	Ken Harris,
Huw Irranca-Davies AC	Ruby Harris,
Ryland Doyle, swyddfa Mike Hedges	Clair Houston, Gofal a Thrwsio Cymru
Rachel Lewis, Age Cymru	Pam Hunt
Iwan Williams, Swyddfa'r Comisiynydd Pobl Hŷn Neeta Baicher, BASW	Coralie Merchant, Cynghrair Henoed Cymru Patricia Parsons, Fforwm 50+ Cwmbrân
Janette Bourne, Cruse Cymru	Phyllis Preece, Cadeirydd Cenedlaethol Confensiwn Pensiynwyr Cymru
Carol Briffit, Fforwm 50+ Cwmbrân	Margaret Rogers
Cyng David Bryan, Cyngor Sir Penfro	Nicola Russell-Brooks, Age Cymru Bae Abertawe
Sarah Burt, Cartrefi Dinas Casnewydd	Tess Saunders, RNIB Cymru
Roslyn Chamberlain, Fforwm 50+ Cwmbrân	John Vincent, Cymru Egnïol
Y Fonesig June Clark	Lynda Wallis, Fforwm Strategaeth 50+ y Fro
Ceri Cryer, Age Cymru	Dave Worrall, Y Groes Goch
John Davies, Cadeirydd Cymru Egnïol	
Nancy Davies, Cadeirydd Fforwm Pensiynwyr Cymru Winnie Davies, Ysgrifennydd Senedd Pobl Hŷn Cymru	**Ymddiheuriadau** Simon Thomas AC
Elena Dickie, Turn2us	Roy Davies
Heulwen Egerton	Babs Lewis, Cysylltu Bywydau
Deborah Fellows, Cartrefi Dinas Casnewydd	Violet Salter

Croesawodd Mike Hedges AC bawb i'r cyfarfod.

Cyflwynodd Rachel Lewis faniffesto ymgyrch Age Cymru 'Ni ddylai neb fod heb neb: taclo unigrwydd ac unigedd yng Nghymru.' Roedd y maniffesto wedi'i baratoi cyn yr etholiadau llywodraeth leol sydd i'w cynnal cyn bo hir. Mae yna lawer o resymau pam y gall pobl hŷn gael eu hynysu, megis: cludiant gwael (yn enwedig mewn ardaloedd gwledig), amgylchedd adeiledig anhygyrch yn ein trefi a'n dinasoedd, a diffyg mwynderau a chyfleusterau lleol yn cynnwys toiledau cyhoeddus, canolfannau dydd a mynediad i ddysgu ar gyfer oedolion. Mae'r rhain i gyd yn effeithio ar bobl hŷn.[1]

Mae Age Cymru wedi ymateb i Ymchwiliad Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon Cynulliad Cenedlaethol Cymru (CCC) i Unigrwydd ac Unigedd. Fel rhan o'i ymgyrch, sy'n dal i fynd rhagddi, mae Age Cymru yn awyddus i ddechrau sgwrs gyda phobl hŷn ledled Cymru a bydd yn gofyn i Lywodraeth Cymru lansio ymgyrch genedlaethol i godi ymwybyddiaeth o achosion unigrwydd ac annog pobl i wneud cysylltiadau yn eu cymuned leol. Mae Age Cymru hefyd yn bwriadu cynnal trafodaethau bord gron ar unigrwydd, fel rhan o'i gefnogaeth i Gomisiwn Unigrwydd Jo Cox.

Siaradodd Iwan Williams o Swyddfa Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru am y Rhaglen Heneiddio'n Dda yng Nghymru. Nod y rhaglen Heneiddio'n Dda yng Nghymru yw sicrhau bod pob partner yn gweithio gyda'i gilydd i leihau effeithiau niweidiol unigrwydd ac unigedd. Mae'r Cynllun Gweithredu Cam 2 yn cael ei roi ar waith dros y 12-18 mis nesaf. Cyfeiriwyd at Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 a fydd yn cyflwyno Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus statudol sy'n dod â phartneriaid allweddol ynghyd gyda ffocws ar amcanion lles. Mae gan bob awdurdod lleol yng Nghymru Gynllun Heneiddio'n Dda. Bydd Swyddfa'r Comisiynydd yn rhyddhau canllaw poced hunangymorth i bobl hŷn ar unigrwydd yn fuan.

Tynnodd Mike Hedges AC sylw at faterion allweddol yn ymwneud ag unigrwydd:

- profedigaeth
- symud cartref ac adleoli i ardal newydd
- afiechyd
- nam ar y synhwyrau

Nododd Janette Bourne (Cruse Cymru) fod cefnogaeth ar gael o ran gofal profedigaeth ond mae angen cyfeirio pobl at y cymorth. Cyfeiriodd at yr agenda 'Cymunedau Tosturiol' sydd wedi datblygu wrth ddod â gwasanaethau at ei gilydd.

Dywedodd Huw Irranca-Davies AC fod angen cymunedau cydlynol ac y dylid casglu gwybodaeth am enghreifftiau cadarnhaol a beth sy'n gweithio'n dda. Mae hon yn drafodaeth a ddylai fod wedi cael ei chynnal ymhell cyn hyn, a dyma'r cyfle i gael deialog. Dylai'r Grŵp Trawsbleidiol hwn ymestyn allan at ACau eraill, ac awgrymodd y dylid datblygu pecyn cymorth gyda gwybodaeth am ymgysylltu, pynciau i'w trafod ac adeiladu cymunedau.

Pwysleisiodd y rhai a oedd yn bresennol bwysigrwydd trafnidiaeth. Heb wasanaethau bws ni all llawer o bobl hŷn gael mynediad at wasanaethau a chyfleusterau. Enwyd y gwasanaeth cludiant cymunedol yn Ninas Powys, a ddatblygwyd fel partneriaeth rhwng Cyngor Bro Morgannwg a Dinas Powys Voluntary Concern, fel esiampl dda, ac mae Dinas Powys yn enghraifft bositif o gymuned gyfeillgar i bobl hŷn.

Trafodwyd effaith cau gwasanaethau lleol ar bobl hŷn, er enghraifft, cau swyddfa'r post yng Nghogan, sef canolbwynt y gymuned. Mae angen pwysleisio i awdurdodau lleol mor bwysig yw llyfrgelloedd a chanolfannau cymuned, a'r angen i sicrhau gwasanaethau bws min nos.

Trafodwyd rôl y Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus. Nid yw'r Byrddau ond ar gamau cynnar eu datblygiad. Awgrymwyd y gallai'r Grŵp Trawsbleidiol ysgrifennu

atynt yn tynnu sylw at faterion a godwyd heddiw a gofyn pa adnoddau sydd ganddynt, a beth y gallan nhw ei wneud i fynd i'r afael â materion unigedd.

Mae June Clark yn sefydlu cynllun cyfeillio yn y Mwmbwls i bobl hŷn. Byddai'n falch pe bai'r rhai a oedd yn bresennol yn cysylltu â hi i rannu gwybodaeth a phrofiadau perthnasol. Mae grwpiau ffôn a sefydlir ar gyfer gwasanaethau cyfeillio yn gallu bod yn boblogaidd. Mae newidiadau mewn cymdeithas yn effeithio ar nifer y gwirfoddolwyr sydd ar gael. Trafodwyd effaith gwasanaethau tymor byr. Soniodd Rene Gannon am bedwar cynllun cyfeillio a ariannwyd gan y Loteri a oedd wedi rhagori ar eu targedau, ond daeth yr arian i ben a thynnwyd y gwasanaeth yn ôl. Codwyd pwysigrwydd cynaliadwyedd. Lle gwelir arfer da, cytunwyd y dylid cymryd camau i roi'r cynllun ar waith yn genedlaethol.

Roedd enghreifftiau eraill o arfer da yn cynnwys llyfrgell dan arweiniad gwirfoddolwyr a chynllun lle roedd Wiltshire Farm Foods yn gweithio gyda Fforwm 50+. Mae'r ddau gynllun yn rhedeg ym Mro Morgannwg.

Dylai amrywiaeth o opsiynau tai fod ar gael i bobl hŷn, i fyw'n annibynnol a gyda chymorth, a thrafodwyd codi datblygiadau ymddeol. Cyfeiriwyd at Blanchworth Care yn Swydd Henffordd fel enghraifft o arfer da. Dylai awdurdodau lleol wneud mwy i feithrin hyder mewn pobl hŷn fel eu bod yn parhau i fod yn weithgar yn eu cymuned. Dylid cynnal mwy o gyfarfodydd a gweithgareddau mewn tai gwarchod a chartrefi gofal. Cododd Phyllis Preece y mater o drafnidiaeth i bobl hŷn mewn ardaloedd gwledig, a dywedodd ei bod hi hefyd wedi codi'r mater yn Uwchgynhadledd Fysiau Llywodraeth Cymru yn ddiweddar. Awgrymwyd y gellid efallai neilltuo arian a roddir i ardaloedd gwledig ar gyfer agweddau penodol h.y. cyllid ar gyfer cludiant y tu allan i oriau.

Siaradodd Jayne Bryant AC am yr ymgyrch 'Ffrind i Mi', sef gwasanaeth cyfeillio sy'n anelu at fynd i'r afael ag unigrwydd ac unigedd cymdeithasol drwy baru gwirfoddolwyr ag unigolion sydd wedi dioddef unigrwydd ac unigedd, gan wneud hynny ar sail eu hobïau a'u diddordebau. Dywedodd hefyd fod cludiant yn broblem fawr, a'r angen i feithrin ymddiriedaeth. Soniodd Jayne hefyd fod y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon yn cynnal Ymchwiliad i Unigrwydd a gwahoddodd yr aelodau i ddigwyddiad yng Nghasnewydd.

Codwyd y mater o ganfod pwy sy'n unig. Soniodd Rachel Lewis am ymchwil gan Age UK a phwysigrwydd cael y trafodaethau a'r sgyrsiau hyn yn y gymuned, a chyfeirio pobl. Soniwyd am feddygon teulu, nyrsys cymunedol a therapyddion galwedigaethol yn y cyd-destun hwn. Mae angen i'r drefn fod yn hyblyg, gyda sianelau cyfathrebu amrywiol, fel bod pobl yn gwybod beth sy'n digwydd yn eu cymunedau.

Cododd Mike Hedges AC fater tlodi ac unigrwydd ac unigedd, a phwysigrwydd gwasanaethau am ddim megis llyfrgelloedd cyhoeddus mewn cymunedau. Tynnodd sylw at yr angen i feddwl yn greadigol i leihau costau, er enghraifft defnyddio adeiladau cyhoeddus ar gyfer gweithgareddau, a gwerth llyfrgelloedd sy'n cael eu rhedeg gan wirfoddolwyr - sy'n torri'r costau ond yn cadw'r llyfrgelloedd ar agor.

Codwyd mater sut mae cydlynu a efelychu arferion da. Awgrymodd Coralie Merchant y gellid lledaenu arferion da o amgylch rhwydwaith Cynghrair Henoed Cymru.

Pwysleisiwyd mor bwysig yw hi bod gweithredu a chanlyniadau'n deillio o'r cyfarfod hwn

Camau i'w cymryd

- Y Grŵp Trawsbleidiol ar Bobl Hŷn a Heneiddio i ddatblygu pecyn cymorth i'w ddosbarthu i ACau, gan gynnwys gwybodaeth am ymgysylltu, pynciau i'w trafod a datblygu cymunedau
- Y Grŵp Trawsbleidiol ar Bobl Hŷn a Heneiddio i ysgrifennu at y Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus yn gofyn pa adnoddau sydd ganddynt a beth y gallant ei wneud i fynd i'r afael â phroblemau unigedd.
- Y rhai sy'n bresennol i rannu enghreifftiau o arfer gorau, yn cynnwys unrhyw gyngor ar sefydlu a rheoli cynlluniau cyfeillio.
- Darparu gwybodaeth i'r rhai sy'n bresennol ar sut i gymryd rhan yn Ymchwiliad y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon i unigrwydd.