Hawdd ei Ddeall

BWRDD PARTNERIAETH RHANBARTHOL CAERDYDD A'R FRO
CARDIFF & VALE REGIONAL PARTNERSHIP BOARD

Partneriaeth Iechyd a Gofal Cymdeithasol Caerdydd a Bro Morgannwg

Beth rydyn ni wedi bod yn ei wneud yn 2021- 2022

Mae'r ddogfen yma wedi cael ei hysgrifennu gan **Fwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Caerdydd a'r Fro.** Mae'n fersiwn hawdd ei ddeall o **'Adroddiad Blynyddol Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Caerdydd a'r Fro 2021-2022'**.

Medi 2022

Sut i ddefnyddio'r ddogfen yma

Dyma ddogfen hawdd ei deall. Ond efallai eich bod angen help i'w darllen. Gofynnwch i rhywun rydych chi'n ei adnabod i'ch helpu chi.

Efallai bod y **geiriau mewn glas trwm** yn anodd eu deall. Rydych chi'n gallu gweld beth mae'r holl eiriau mewn glas yn feddwl ar **dudalen 31**.

BWRDD PARTNERIAETH RHANBARTHOL CAERDYDD A'R FRO
CARDIFF & VALE REGIONAL PARTNERSHIP BOARD

Lle mae'r ddogfen yn dweud **ni**, mae hyn yn meddwl **Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Caerdydd a'r Fro**. Am ragor o wybodaeth cysylltwch gyda

Gwefan: cvihsc.co.uk/cy/amdanon-ni

Ffôn: 029 2183 6077

Hawdd ei Ddeall Cymru
Easy Read Wales

Mae'r ddogfen yma wedi cael ei gwneud yn hawdd ei deall gan **Hawdd ei Ddeall Cymru** gan ddefnyddio **Photosymbols**. I ddweud wrthyn ni beth rydych chi'n feddwl o'r fersiwn hawdd ei deall yma, cliciwch yma.

Cynnwys

Tudalen

Pwy ydyn ni....4

Beth rydyn ni wedi bod yn ei wneud yn 2021-2022....6

Y Bartneriaeth Dechrau'n Dda....8

1. Iechyd a Llesiant Emosiynol....8
2. Anghenion iechyd cymhleth ac anabledd....11

Y Bartneriaeth Byw'n Dda....13

1. Pobl gydag Anableddau Dysgu....13
2. Cefnogi Gofalwyr Di-dâl....15
3. Pobl gydag Awtistiaeth....16

Y Bartneriaeth Heneiddio'n Dda....19

1. Gwneud Cymru yn fwy iach drwy ein rhaglen @Cartref....19
2. Pobl gyda Dementia....22

Ein blaenoriaethau ar gyfer 2022-2023....25

Ein blaenoriaethau ar gyfer y Bartneriaeth Dechrau Da....25

Ein blaenoriaethau ar gyfer y Bartneriaeth Byw'n Dda....26

Ein blaenoriaethau ar gyfer y Bartneriaeth Heneiddio'n Dda....28

Geiriau Anodd....31

Pwy ydyn ni

Ni ydy Bwrdd **Partneriaeth Rhanbarthol Caerdydd a'r Fro**.

> Mae **Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol** yn grŵp o gyrff sydd yn cynllunio ac yn gweithio gyda'i gilydd i wneud yn siŵr bod gofal a chefnogaeth ar gael i bobl sydd eu hangen.

Dyma'r cyrff sydd yn aelodau o Bartneriaeth Iechyd a Gofal Cymdeithasol Integredig Caerdydd a Bro Morgannwg:

- Cyngor Caerdydd
- Cyngor Bro Morgannwg
- Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro
- Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwlans Cymru
- Cyngor Trydydd Sector Caerdydd
- Gwasanaeth Gwirfoddol Morgannwg
- Llamau. Mae'r corff yma yn siarad i fyny dros bobl ifanc
- Gofal. Mae'r corff yma yn siarad i fyny dros bobl hŷn.
- Ymddiriedolaeth Gofalwyr De Ddwyrain Cymru. Mae'r corff yma yn siarad i fyny dros ofalwyr.
- YMCA Caerdydd. Mae'r corff yma yn siarad i fyny dros bobl sydd angen gofal a chefnogaeth.

Rydyn ni yn grŵp sydd yn gweithio gyda'n gilydd i gefnogi pobl sydd yn byw yng Nghaerdydd a'r Fro i:

- Gwella eu iechyd a **llesiant.**

- Byw y bywydau gorau maen nhw'n gallu yn eu cartrefi a'u cymunedau eu hunain.

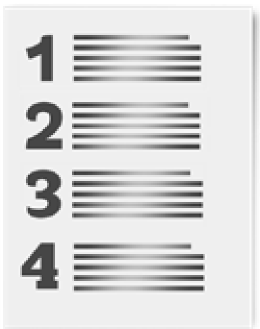
Mae **llesiant** yn meddwl bod person yn hapus, iach ac yn gyfforddus gyda'u bywyd a beth maen nhw'n ei wneud.

Beth rydyn ni wedi bod yn ei wneud yn 2021-2022

Rydyn ni wedi gwneud cynllun o'r enw Ffrramwaith Canlyniadau Rhanbarthol sydd yn egluro:

- Ein **blaenoriaethau**.

- Beth fyddwn ni yn ei wneud i wella bywydau pobl sydd yn byw yng Nghaerdydd a'r Fro.



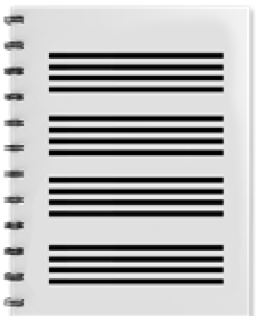
Blaenoriaethau ydy'r pethau sydd yn fwyaf pwysig. Beth mae angen inni feddwl amdanyn nhw gyntaf.

Yn 2021- 2022 rydyn ni wedi canolbwyntio ar 3 prif raglen. Dyma nhw:

- Partneriaeth dechrau'n dda

- Patneriaeth byw'n dda

- Partneriaeth heneiddio'n dda



Mae'r ddogfen yma yn dweud wrthych chi:

- Ein **blaenoriaethau** ar gyfer 2022-2023.
- Beth rydyn ni wedi ei wneud hyd yn hyn.

Partneriaeth Dechrau’n Dda

Y **Bartneriaeth Dechrau’n Dda** ydy ein cynllun i gefnogi:

- Plant
- Pobl ifanc
- Eu teuluoedd a gofalwyr

Fe wnaethon ni gytuno mai ein blaenoriaethau ydy:

1. Iechyd a Llesiant Emosiynol

Rydyn ni wedi bod yn gweithio yn agos gyda

- Gweithwyr proffesiynol o iechyd a gwasanaethau cymdeithasol.
- Elusennau a grwpiau cymuned.

Mae gennym ni offeryn cynllunio a fydd yn gwneud yn siŵr bod plant, pobl ifanc a’u teuluoedd yn cael:

- y gefnogaeth gywir ar gyfer eich iechyd meddwl a **llesiant**
- ar yr amser cywir
- gan y person cywir.

Rydyn ni hefyd wedi gwella cefnogaeth i blant a phobl ifanc sydd wedi bod drwy argyfwng.

Mae rhagor o bobl ifanc wedi gorfod mynd i'r ysbyty ers COVID-19 oherwydd:

- Mae ganddyn nhw broblemau iechyd meddwl ac mae nhw mewn perygl o anafu eu hunain.

Rydyn ni wedi newid cefnogiaeth i'r bobl ifanc yma sydd yn barod i adael ysbyty .

Nawr fe fydd ganddyn nhw:

- Lle diogel i aros lle maen nhw'n gallu cael y gefnogaeth maen nhw ei angen.
- Mwy o gefnogaeth a gwybodaeth pan maen nhw'n mynd gartref.

Mae'r **bartneriaeth dechrau'n dda** wedi cefnogi:

- Rhagor o blant a'u teuluoedd i gael help ar gyfer problemau iechyd meddwl.

- Teuluoedd i ddeall sut i gefnogi person ifanc gyda phroblemau iechyd meddwl.

- Cyfarfodydd grŵp teulu i rannu cefnogaeth a gwybodaeth.

- Cefnogaeth ymddygiad positif i bobl ifanc gydag ymddygiad cymhleth.

- Ar hyn o bryd mae rhai pobl ifanc yn gorfod byw y tu allan i Gaerdydd a'r Fro i gael y gofal maen nhw ei angen.

Rydyn ni wedi dechrau prosiect ar gyfer 2 adeilad newydd i helpu'r bobl ifanc yma i ddod yn ôl i Gaerdydd a Bro Morgannwg.

2. Anghenion iechyd cymhleth ac anabledd

Rydyn ni wedi cael llawer o gyfarfodydd gyda:

- teuluoedd a
- gweithwyr proffesiynol o wasanaethau iechyd a gwasanaethau plant.

Gyda'n gilydd rydyn ni wedi dechrau gwneud cynllun i wella cefnogaeth i blant a phobl ifanc gyda:

- Anghenion iechyd cymhleth
- Anableddau

Mae'n cael ei alw yn Strategaeth Anabledd Rhanbarthol Caerdydd a'r Fro i Fabanod, Plant a Phobl Ifanc.

Fe fyddwn ni'n gorffen ysgrifennu'r cynllun yma y flwyddyn nesaf

Rydyn ni wedi ysgrifennu cynllun i blant a phobl ifanc gydag Anghenion Dysgu Ychwanegol i'w helpu nhw i gynllunio ar gyfer eu dyfodol. Mae hwn yn cael ei alw yn Protocol Pontio.

Rhaid i gyrff wneud yn siŵr bod:

- Cynlluniau wedi eu canoli ar y person.
- Pobl gywir yn cymryd rhan mewn gwneud y cynllun.

Rydyn ni wedi cefnogi elusennau a gwasanaethau gwirfoddol gyda rhai o'u prosiectau.

Rydyn ni wedi darparu cyllid i gael rhagor o doiledau mewn canolfan i blant gyda pharlys yr ymennydd a'u teuluoedd.

Y Bartneriaeth Byw'n Dda

Rydyn ni eisiau i bawb yng Nghaerdydd a Bro Morgannwg fyw yn dda. Yn cynnwys pobl sydd yn:

- Gofalwyr di-dâl
- Gydag anableddau corfforol
- Gydag anableddau dysgu
- Awtistig
- Angen cefnogaeth gyda'u iechyd meddwl
- Cael anhawster i weld ac/neu clywed

Y flwyddyn diwethaf fe wnaethon ni ganolbwyntio ar 3 blaenoriaeth. Dyma nhw:

1. Pobl gydag anableddau dysgu

- Cefnogaeth i bobl ifanc sydd yn dod yn oedolion. Mae hyn yn cael ei alw yn Pontio.

- Gwasanaethau byw gyda chefnogaeth i oedolion gydag anableddau dysgu sydd yn byw yng Nghaerdydd.

- Gwell mynediad i:

  - gweithgareddau cymunedol

  - gwasanaethau iechyd

  - technoleg ar gyfer apwyntiadau iechyd a gofal. Er enghraifft galwadau fideo gyda'u meddyg.

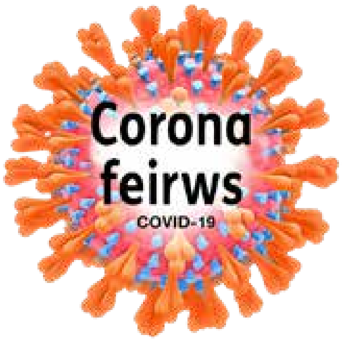
- Prosiect 'Tŷ Deallus' yn defnyddio technoleg i gefnogi rhai pobl gydag anableddau dysgu i fyw yn annibynnol.

- Llety **seibiant** i blant a phobl ifanc sydd ag anableddau dysgu ac ymddygiad sydd yn heriol.

Seibiant ydy lle mae pobl yn gallu mynd iddo i roi egwyl iddyn nhw a'u gofalwyr.

Rydych chi'n gallu darllen rhagor am enghreifftiau o'n gwaith i bobl gydag anableddau dysgu yma/yn: cvihsc.co.uk/cy/rhoi-cymorth-i-bobl-ag-anableddau-dysgu

2. Cefnogi gofalwyr di-dâl



Mae'r pandemig COVID-19 wedi bod yn anodd iawn i ofalwyr di-dâl.

Y flwyddyn diwethaf fe wnaethon ni ddechrau ein Bwrdd Gofalwyr Di-dâl unwaith eto.

Dyma lle rydyn ni'n darganfod beth ydy'r **blaenoriaethau** i ofalwyr di-dâl.

Fe fyddwn ni'n defnyddio'r wybodaeth yma i wneud cynllun.

3. Pobl gydag Awtistiaeth

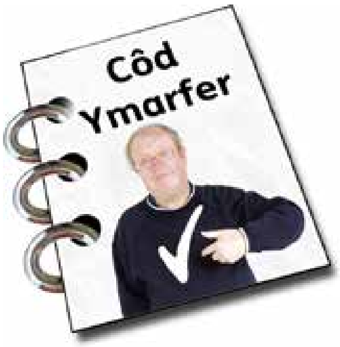
Mae gan Lywodraeth Cymru **God Ymarfer** ar gyfer Awtistiaeth.

Cod Ymarfer ydy rheolau sydd yn dweud wrthyn ni beth mae'n rhaid inni ei wneud i ateb anghenion pobl awtistig a'u teuluoedd.

Yng Nghaerdydd a Bro Morgannwg mae gennym ni **Wasanaeth Awtistiaeth**.

Mae hyn yn meddwl bod yr holl wasanaethau ar gyfer pobl gydag Awtistiaeth yn gweithio gyda'i gilydd.

Y flwyddyn diwethaf fe wnaethon ni ddilyn y **Cod Ymarfer** ar gyfer Awtistiaeth i:



- Cefnogi rhagor o bobl i gael asesiad.
- Cael sesiynau grŵp i gefnogi oedolion awtistig a'u gofalwyr.
- Rhoi cyngor a chefnogaeth i bobl sydd efallai gydag Awtistiaeth.
- Gweld sut rydyn ni'n gwneud gyda'r Cod Ymarfer Awtistiaeth.

Rydyn ni wedi gwneud cynllun i wella ein gwasanaethau Awtistiaeth drwy wneud yn siŵr:

- Mae'r holl staff yn cael yr hyfforddiant maen nhw ei angen.
- Rydyn ni'n ysgrifennu adroddiad am wasanaeth awtistiaeth lleol a beth maen nhw yn ei wneud.
- Siarad gyda phobl awtistig i ddarganfod beth ydy eu **blaenoriaethau**.

Mae rhagor o wybodaeth am ein Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig ar gael yma: https://cvihsc.co.uk/cy/10870-2.

Mae prosiectau cymunedol eraill rydyn ni wedi eu cefnogi yn cynnwys:

- Gardd gymunedol gyda:

  - Gwelyau codi

  - Meinciau picnic

  - Compost ac offer

- Offer i brosiectau newydd. Yn cynnwys:

  - Cefnogaeth i bobl gydag anafiadau ac anableddau cudd.

  - Gwella iechyd meddwl a llesiant.

- Offer i brosiectau ar gyfer pobl ag anableddau dysgu yn cynnwys:

  - Offer chwaraeon

  - Offerynnau cerdd

  - Offer garddio

Y Bartneriaeth Heneiddio'n Dda

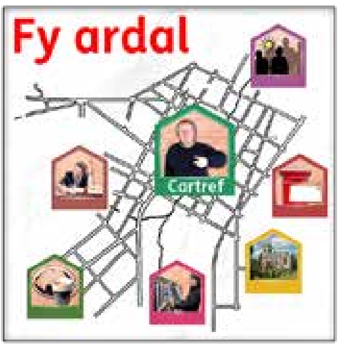
Y flwyddyn diwethaf fe wnaethon ni ddechrau'r **Bartneriaeth Heneiddo'n Dda** i wella gwasanaethau i:

- Pobl hŷn
- Pobl gyda **dementia**

Ein 2 flaenoriaeth oedd:

1. Gwneud Cymru yn fwy iach gyda'n rhaglen @Cartref.

Mae **@Cartref** yn cefnogi pobl hŷn i gael gofal sydd yn:



- Lleol.

- Integredig sydd yn meddwl bod yr holl wasanaethau sydd yn cefnogi pobl hŷn yn gweitho i gilydd.

Mae **@Cartref** yn cefnogi prosiectau eraill i:

- Cael pobl gartref o'r ysbyty yn ddiogel.

- Ei gwneud yn haws i bobl gael yr holl help maen nhw ei angen o un lle.

  Naill ai:

  - Gwasanaeth Byw'n Annibynnol Caerdydd neu

  - Pwynt Mynediad Sengl y Fro.

- Archwilio canolfannau Iechyd a **Llesiant** newydd.

Rydyn ni wedi bod yn rhoi cynnig ar ffyrdd newydd o gefnogi iechyd a **llesiant** yn ne ddwyrain Caerdydd.

Mae hyn yn cynnwys:

- Trelai a Chaerau
- Treganna a Glan-yr-Afon
- Pontcanna

Rydyn ni’n galw hyn yn glwstwr **Aml-ddisgyblaethol**. Mae’n dîm o weithwyr proffesiynol iechyd a gofal cymdeithasol yn gweithio gyda’i gilydd i:

- Cefnogi ein cleifion gyda’r anghenion mwyaf.

- Cefnogi cleifion:

  - sydd yn barod i adael ysbyty

  - pan maen nhw’n dod gartref o’r ysbyty.

- Sefydlu Gwasanaeth yn y Gymuned i gefnogi gweithgareddau sydd yn gwneud Caerdydd a’r Fro yn lle gwell i fyw ynddo.

- Helpu cleifion i wella eu **llesiant** gyda chefnogaeth gan:

  - Gweithwyr llesiant sydd yn rhoi cleifion mewn cysylltiad gyda gwasanaethau defnyddiol.

  - Gweithwyr **Presgripsiynu cymdeithasol**.

Mae **presgripsiynu cymdeithasol** yn meddwl cefnogaeth ar gyfer problemau iechyd a llesiant gan weithgareddau yn y gymuned leol.

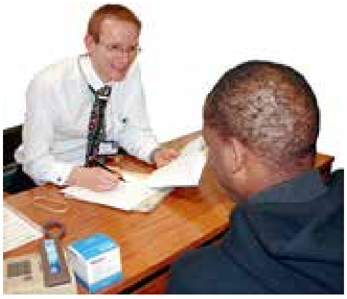
Rydyn ni hefyd wedi cefnogi newidiadau i gartrefi pobl hŷn i'w gwneud nhw yn ddiogel ac yn iach.

Mae rhagor o wybodaeth am y gwaith mae @ Cartref wedi ei wneud yn 2021-2022 ar gael yma cvihsc.co.uk/cy/home-highlights-2021-22

2. Pobl gyda Dementia

Rydyn ni wedi bod yn gweithio ar gynllun **dementia**.

Cyflwr ydy **Dementia** sydd yn effeithio ar yr ymennydd. Mae gan bobl gyda dementia broblemau gyda'r cof ac maen nhw'n gallu bod yn ddryslyd, Mae fel arfer yn effeithio ar bobl hŷn.



Rydyn ni wedi creu 1 prosiect yn barod i ganolbwyntio ar y **blaenoriaethau** yma i bobl gyda **dementia**:

- Cefnogi **asesiadau dementia** i gael eu gwneud mewn meddygfeydd.

- Datblygu tîm o weithwyr proffesiynol iechyd a gofal cymdeithasol i gefnogi pob person gyda **dementia**.

- Hyfforddiant i'r holl staff sydd yn gofalu am bobl gyda **dementia**.

- Cefnogi ymwybyddiaeth o **dementia** yn ein cymunedau.

- Datblygu prosiect o'r enw Mae Iechyd Meddwl yn Cyfrif mewn ysbytai.

- Mapio gofal **dementia** sydd yn offeryn i gefnogi:

  - Gwasanaethau i wneud yn siŵr bod eu gofal wedi ei ganoli ar y person.
  - Helpu staff i ddeall sut mae eu geiriau a beth maen nhw yn ei wneud yn gallu effeithio ar rhywun gyda **dementia**.
  - **Llesiant** i rhywun gyda **dementia**.

- Cefnogi elusennau i gysylltu gyda phobl hŷn allai fod yn teimlo yn unig neu yn ynysig.

- Adolygu gwasanaethau sydd yn helpu pobl hŷn yng Nghaerdydd a'r Fro sydd yn unig neu yn ynysig.

Rydyn ni wedi cytuno bod angen inni adolygu pa mor dda rydyn ni'n gwneud gyda'n cynllun **dementia**.

Rydych chi;'n gallu gwylio ein ffilm fer am ddod yn fusnes sydd yn deall dementia yma https://www.youtube.com/watch?v=sbQsPcnpoD8&feature=youtu.be

Ein blaenoriaethau ar gyfer 2022-2023

Ein blaenoriaethau ar gyfer y Bartneriaeth Dechrau'n Dda:

- Gorffen ysgrifennu ein cynllun Anabledd Rhanbarthol i Fabanod, Plant a Phobl Ifanc.

- Cynyddu cefnogaeth iechyd meddwl a **llesiant** i blant a phobl ifanc.

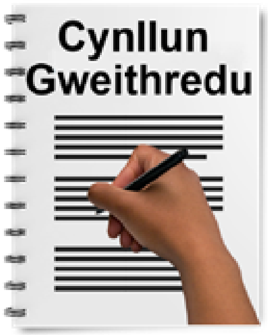
- Datblygu tai mwy diogel i bobl ifanc gyda phroblemau iechyd meddwl sydd yn gadael ysbyty.

- Canolbwyntio mwy ar ofal a chefnogaeth i bobl ifanc gydag anableddau dysgu.

- Cefnogi prosiect **presgripsiynu cymdeithasol** i blant a phobl ifanc sydd wedi cael eu heffeithio gan y pandemig COVID-19.

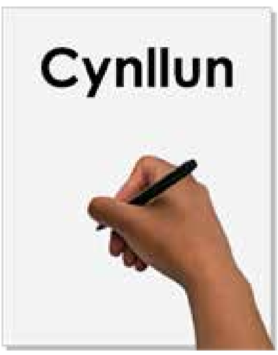
Ein blaenoriaethau ar gyfer y Bartneriaeth Byw'n Dda:

- Helpu gofalwyr di-dâl i ddeall pa gefnogaeth maen nhw'n gallu ei gael.

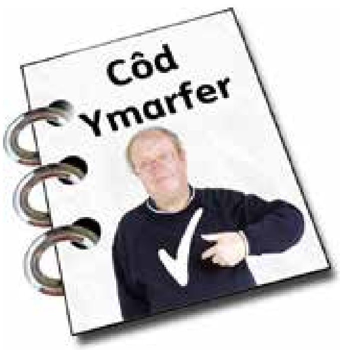


- Datblygu ein cynllun gweithredu ar gyfer gofalwyr di-dâl. Ei enw ydy Siarter Gofalwyr Di-dâl.

- Canolbwyntio ar gynllunio a darparu gwasanaethau i bobl gydag anabledd dysgu.



- Gorffen ysgrifennu ein Cynllun Anabledd Rhanbarthol i Gaerdydd a'r Fro i fabanod, plant a phobl ifanc.



- Gwneud yn siŵr ein bod yn dilyn y **Cod Ymarfer** i bobl gydag Awtistiaeth.

- Cynllunio sut y byddwn ni yn cefnogi grwpiau **blaenoriaeth** eraill i fyw yn dda yn ein cymunedau.

- Mae pobl gydag anableddau dysgu wedi dweud wrthyn ni am flaenoriaethau eraill inni weithio arnyn nhw. Dyma nhw:

  - Iechyd a theimlo'n dda
  - Gwybodaeth
  - Dewis a rheolaeth
  - Y gefnogaeth gywir ar yr amser cywir
  - Cyfleoedd gwaith, gwirfoddoli a dydd
  - Y pontio o wasanaethau plant i wasanaethau oedolion
  - Cael fy nghartref fy hun
  - Gweithio gyda'n gilydd i gael y canlyniadau gorau

Ein blaenoriaethau ar gyfer y Bartneriaeth Heneiddio'n Dda

- Parhau gyda'r rhaglen **@Cartref** a chanolbwyntio ar:

Mynediad hawdd i iechyd a gofal cymdeithasol i bobl hŷn a phobl gyda **dementia**.

Gofal i bobl hŷn sydd yn gadael ysbyty neu mewn perygl o fynd i ysbyty.

Datblygu clystyrau Timau Aml-Ddisgyblaethol mewn rhannau eraill o Gaerdydd a Bro Morgannwg.

Sefydlu canolfannau Iechyd a **Llesiant** newydd.

Cynllunio sut y bydd gwasanaethau yn y Fro yn gweithio gyda'i gilydd i gefnogi iechyd a llesiant. Enw hyn fydd Cynghrair y Fro.

- Datblygu ein gwasnaethau i gefnogi pobl gyda **dementia** a'u teuluoedd yn cynnwys:

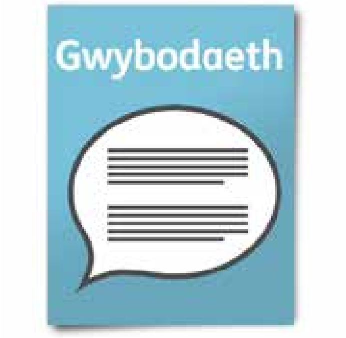
Gwasanaethau therapi iaith a lleferydd arbenigol i bobl gyda **dementia**.

Nyrsus arbenigol i gefnogi pobl gyda **dementia** ar ddiwedd eu bywydau.

Gwneud Caerdydd a Bro Morgannwg yn lle **sydd yn deall dementia** i fyw ynddo.Fe fydd hyn yn cael ei helpu gyda chefnogaeth gan Marie Curie a Gweithredu dros Iechyd Meddwl Caerdydd a'r Fro.

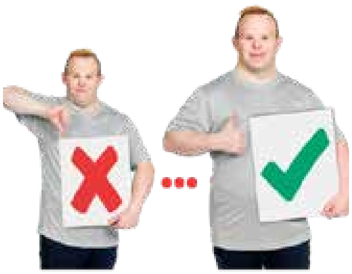
Deall dementia ydy deall sut beth ydy cael dementia.

Gweithwyr cyswllt cof i gefnogi pobl gyda **dementia** a'u teuluoedd yn yr ysbyty.



Gwybodaeth a chefnogaeth i ofalwyr di-dâl sydd yn gofalu am bobl gyda **dementia**.

Hyfforddi rhagor o staff ysbyty i ddefnyddio'r **offeryn Mapio Gofal Dementia**.



Gwella ein cefnogaeth i bobl sydd yn unig ac yn ynysig.

Geiriau Anodd

Blaenoriaethau

Yn meddwl y pethau sydd fwyaf pwysig. Beth mae angen inni feddwl amdanyn nhw gyntaf.

Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol

Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol ydy grŵp o gyrff sydd yn cynlunio ac yn gweithio gyda'i gilydd i wneud yn siŵr bod gofal a chefnogaeth ar gael i bobl sydd eu hangen.

Dementia

Cyflwr ydy Dementia sydd yn effeithio ar yr ymennydd. Mae gan bobl gyda dementia broblemau gyda'r cof ac maen nhw'n gallu bod yn ddryslyd, Mae fel arfer yn effeithio ar bobl hŷn.

Deall dementia

Deall dementia ydy deall sut beth ydy cael dementia.

Llesiant

Mae llesiant yn meddwl bod person yn hapus, iach ac yn gyfforddus gyda'u bywyd a beth maen nhw yn ei wneud.

Presgripsiynu cymdeithasol

Yn meddwl cefnogaeth i iechyd a llesiant gan weithgareddau yn y gymuned leol.

Seibiant

Seibiant ydy lle mae pobl yn gallu mynd iddo i roi egwyl iddyn nhw a'u gofalwyr.