



*Cyfleoedd gwell ar gyfer byw
yn iach ym Mwrdeistref
Sirol Caerffili*



*Strategaeth lechyd, Gofal
Cymdeithasol a Lles
Crynodeb
2008 - 2011*



Cyflwyniad

Mae'r Crynodeb hwn yn darparu trosolwg o Strategaeth Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles 2008 - 2011. Mae'r Strategaeth yn nodi sut y bydd partneriaethau, sy'n cynnwys Cyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili, Bwrdd Addysgu Iechyd Lleol Caerffili, Ymddiriedolaeth Gofal Iechyd Gwent, Sefydliadau Gwirfoddol a chymunedau yn gweithio gyda'i gilydd i gwrdd ag anghenion iechyd, gofal cymdeithasol a lles pobl o bob oedran o fewn y Fwrdeistref Sirol.

Mae'r Strategaeth yn nodi sut, drwy weithio'n effeithiol gyda'n gilydd, y gallwn wella iechyd a lles pobl sy'n byw a gweithio o fewn y fwrdeistref sirol. Gellir cael mynediad i'r Strategaeth lawn o www.caerffili.gov.uk a www.caerphillyhb.wales.nhs.uk

Mae'r Strategaeth Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles yn amlinellu datblygiad parhaus gwasanaethau iechyd, gofal cymdeithasol a lles o fewn y fwrdeistref. Mae'n canolbwyntio ar weithrediadau allweddol sydd eu hangen er mwyn galluogi gwelliannau parhaus i wasanaethau. Mae'n canolbwyntio ar feysydd gweithredu penodol, lle y bydd partneriaid yn gweithio gyda'i gilydd i wneud gwahaniaeth i ansawdd bywyd a chanlyniadau iechyd preswylwyr lleol. Mae'r Strategaeth yn canolbwyntio ar wasanaethau a ddarperir gan:

- Yr Awdurdod Lleol, gan gynnwys gofal cymdeithasol, addysg, hamdden a thai.
- Y GIG, gan gynnwys gwasanaethau ysbyty, cymunedol gwasanaethau sy'n seiliedig ar ofal cynradd e.e. y rhai hynny sy'n cael eu darparu gan feddygon teulu, fferyllwyr, optegwyr a deintyddion.
- Y sector gwirfoddol a sefydliadau cymunedol, gan gynnwys Cymdeithasau Tai ac elusennau cofrestredig eraill.
- Y sector annibynnol megis gofal cartref, cartrefi nyrsio a gofal preswyl, plant sy'n derbyn gofal a gwasanaethau cymorth i blant a theuluoedd.

Mae'r rhain i gyd yn darparu cymorth hanfodol i bobl leol gan eu helpu i gadw'n iach, i reoli salwch aciwt neu gyflyrau hirdymor ac i fod mor annibynnol â phosibl.

Sut rydym wedi datblygu'r strategaeth

Mae gweithio mewn partneriaeth wedi bod yn allweddol a'r cig eidion allweddol Strategaeth. Mae pob cam y broses o greu Strategaeth wedi cael eu cefnogi gan gyfranogiad y cyhoedd, staff a phartneriaid drwy:

- **Grŵp Asesiad Anghenion Aml-Asiantaeth**, sy'n cael ei gydlynu gan Dîm Iechyd y Cyhoedd Lleol Caerffili, sy'n casglu data er mwyn deall statws iechyd presennol trigolion bwrdeistref sirol Caerffili.
- **Digwyddiad Blaenoriaethu** lle nododd partneriaid y blaenoriaethau allweddol sydd angen cael eu cyfeirio atynt gan Strategaeth
- **Ymgynghoriad Cyhoeddus 12 Wythnos.**
- Cefnogi'r Strategaeth drwy'r asiantaethau partner.

Beth mae'r asesiad anghenion yn dweud wrthym

Er mwyn sicrhau bod ymdrechion yn cael eu canolbwyntio lle byddent fwyaf effeithiol, gwnaed asesiad anghenion. Mae hyn wedi helpu i hysbysu meysydd blaenoriaethol y Strategaeth. Roedd yr asesiad anghenion yn nodi nifer o ffeithiau penodol am anghenion iechyd, gofal cymdeithasol a lles ein poblogaeth leol sy'n dangos y canlynol:

- Mae cyfradd farwolaeth uchel o glefyd rhwystrol cronig yr ysgyfaint
- Mae nifer y bobl a gaiff eu derbyn i'r ysbyty o ganlyniad i Glefyd Coronaidd y Galon yn sylweddol uwch na chyfartaledd Cymru, ac mae gan y fwrdeistref y gyfradd uchaf o farwolaethau cynnar o ganlyniad i Glefyd Coronaidd y Galon yng Nghymru.
- Mae llawer o bobl ifanc yn nodi bod ganddynt ddeiet gwael a'r preswylwyr sy'n oedolion sy'n bwyta'r gyfran leiaf o ffrwythau a llysiau yng Nghymru.
- Mae iechyd deintyddol plant 5 mlwydd oed yn wael ac mae wedi gwaethygu ers yr asesiad diwethaf o anghenion.
- Mae salwch cyfyngus hirdymor, iechyd corfforol ac iechyd meddwl hunan-gofnodedig ymhlith y gwaethaf yng Nghymru.
- Mae gan y Fwrdeistref Sirol un o'r cyfraddau gordewdra ymhlith oedolion uchaf yng Nghymru.
- Caiff llawer o alcohol ei yfed ac mae goryfed mewn pyliau ymhlith yr ifanc yn achosi pryder.
- Gan y fwrdeistref y mae'r gyfradd uchaf o oedolion sy'n ysmegu yng Nghymru.
- Mae lefelau uchel o anweithgarwch economaidd, lefelau uchel o bobl yn hawlio Budd-dal Analluogrwydd, ac mae traean ohonynt o ganlyniad i resymau'n ymwneud ag iechyd meddwl.
- O ran ardaloedd o amddifadedd, Bwrdeistref Sirol Caerffili yw'r 8fed sir uchaf yng Nghymru.
- Tuedd sy'n codi o ran nifer y bobl ddigartref sy'n gymwys i gael cymorth, yn enwedig mewn perthynas â cham-drin yn y cartref.
- Mae'r mwyafrif o'r bobl sy'n ymuno â'r system ofal o ganlyniad i broblemau a brofwyd gan y rhai sy'n gofalu amdanynt.
- Mae angen datblygu strategaeth aml-asiantaeth ar gyfer plant ag anabledau er mwyn lleihau straen ar ofalyddion a gwella canlyniadau i blant.



Materion allweddol sydd wedi cael eu hamlygu drwy ymgynghoriad

Roedd yr ymatebion i'r ymgynghoriad yn nodi nifer o faterion lleol allweddol a adlewyrchwyd yn y Strategaeth. Mae'r canlynol yn adlewyrchu'r materion hynny a godwyd amlaf:

- Roedd yn well gan bobl a fynegodd ffafriaeth gael gafael ar **wasanaethau mor lleol â phosibl**. Ystyr lleol i'r rhan fwyaf o bobl yw o fewn eu cymdogaeth eu hunain.
- Ystyriwyd bod **cyflenwad tai a gwasanaethau cymorth tai** yn brif flaenoriaeth.
- Ystyriwyd bod angen cynnal ac atgyfnerthu'r angen i adeiladu **partneriaethau** o fewn sefydliadau mawr ac ymhlith asiantaethau.
- Yr angen i sicrhau bod **cydbwysedd rhwng iechyd, gofal cymdeithasol a lles** drwy'r Strategaeth.
- Dylai hybu iechyd hefyd gynnwys **lles meddyliol**.
- Nodwyd bod codi pobl allan o **dlodi**, mynd i'r afael ag **anghenion sylfaenol** ac **adfywio canol trefi** yn bwysig i leihau anghydraddoldebau iechyd drwy fynd i'r afael ag amddifadedd a'r ffactorau ehangach sy'n effeithio ar iechyd.
- Cyfeiriwyd at **fwy o fynediad** i Ddeintyddion y GIG, gwella rolau Fferyllwyr ac oriau agor mwy hyblyg gan Feddygfeydd Teulu.
- **Comisiynu ar y cyd** a'r defnydd o **ddulliau hyblyg** fel modd o alluogi gwasanaethau i gael eu hintegreiddio'n well.
- Mae angen i bobl gael **mwy o wybodaeth am yr hyn a wna gwasanaethau** a phryd y dylent eu defnyddio.
- Dull gwell o gydgyssylltu gwasanaethau i bobl sydd wedi cael **eu hynysu a'u heithrio yn gymdeithasol**.

Ystyriwyd yr holl bwyntiau hyn ac maent wedi helpu i lunio'r Strategaeth a'r Cynllun Gweithredu tair blynedd.



Ein gweledigaeth ar gyfer y dyfodol

“Mae Bwrdeistref Sirol Caerffili yn lle y gall pobl fyw yn hirach ac yn fwy iach; pan na fydd pobl yn iach gallant gael gafael ar y gwasanaethau sydd eu hangen arnynt mor lleol â phosibl o fewn amserlen dderbyniol, a darperir triniaeth a gofal yn ddi-dor rhwng sefydliadau ar yr adegau hyn. Mae gwasanaethau yn yr ardal yn adlewyrchu'r angen presennol a'r angen yn y dyfodol yn enwedig o ran poblogaeth sy'n heneiddio, ac maent yn cydweithio â chymunedau ac unigolion i feithrin a galluogi cyfrifoldeb personol am iechyd a lles.”

Mae partneriaid yn y Fwrdeistref Sirol wedi cytuno ar y weledigaeth leol er mwyn canolbwyntio ar wella cyfleoedd bywyd preswylwyr y fwrdeistref, gyda sefydliadau ac unigolion yn cydweithio i sicrhau'r cyfleoedd mwyaf posibl i roi pobl ac ansawdd eu bywyd wrth wraidd yr hyn a wnawn drwy:

- Sicrhau bod pob rhan o'r gymuned yn profi gwell iechyd a bywydau hirach, yn gallu cael gafael ar wasanaethau yn gyflymach ac yn cael eu cynorthwyo pan fydd angen gofal arnynt.
- Rhoi pwyslais ar atal a gwella iechyd a lles.
- Galluogi pobl i fyw bywyd mor egniol ac annibynnol â phosibl.
- Cynyddu cyfleoedd i hyrwyddo hunanofal a helpu pobl i gymryd cyfrifoldeb am ddulliau byw eu hunain.
- Ymateb i angen unigolion, a chynorthwyo gofalyddion.



Meysydd ar gyfer mwy o ffocws

Mae'r Bartneriaeth Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles wedi cydnabod y bydd yn cymryd cenedlaethau i weld newid. Fodd bynnag, i sicrhau bod newid yn digwydd mewn modd cydlynol ac effeithiol mae partneriaid wedi cytuno ar bum thema allweddol.

Mae gan bob thema weithrediadau penodol a fydd yn digwydd dros dair blynedd y Strategaeth (2008-2011).

Thema 1 Gwella iechyd y cyhoedd drwy hyrwyddo ffactorau sy'n cyfrannu at ffyrdd o fyw iach a lles.

Pwrpas y Thema

Bydd y thema hon yn canolbwyntio ar ddau faes ac yn sicrhau bod cymorth a rhaglenni addas ar gael er mwyn:

- Sicrhau bod pobl yn cymryd mwy o gyfrifoldeb personol am eu lles corfforol a meddyliol ac;
- Ystyried y ffactorau amgylcheddol sy'n cael effaith ar iechyd dynol.

Bydd camau gweithredu yn canolbwyntio ar:

- 1.1** Gwella'r gwaith o gydgyssylltu'r broses hyrwyddo iechyd - gan sicrhau bod negeseuon yn cael eu rheoli'n gyson o dan faner Her Iechyd Cymru.
- 1.2** Gweithio gyda theuluoedd, deintyddion, ysgolion, meithrinfeydd ac eraill sy'n darparu gofal i blant ifanc er mwyn creu arferion cadarnhaol ar gyfer iechyd y geg dda.
- 1.3** Rhwystro'r twf mewn gordewdra i bobl o bob oedran drwy ddeiet, gweithgarwch corfforol a rhaglenni addysg.
- 1.4** Cynyddu'r broses o hyrwyddo lles meddyliol.
- 1.5** Lleihau nifer y bobl sy'n ysmegu ac atal pobl ifanc rhag dechrau ysmegu.
- 1.6** Sicrhau bod ansawdd aer yn cyrraedd lefelau a ganiateir fel y rhagnodir yn Rheoliadau Ansawdd Aer (Lloegr) (Cymru) (Diwygio) 2002.

“Mae'n fy nghadw ar fy nhraed ac rwyf wedi gwella llawer yn feddyliol! Mae hyn yn bwysig iawn fy oedran i. Mae wedi gwneud gwahaniaeth mawr i'm bywyd; Rwyf wedi gwneud cymaint o ffrindiau da.” *Rosa, gwraig 71 mlwydd oed, Canolfan Byw yn Iach.*

Meysydd ar gyfer mwy o ffocws

Thema 2 Lleihau anghydraddoldebau iechyd drwy fynd i'r afael ag effeithiau amddifadedd a'r ffactorau ehangach sy'n effeithio ar iechyd

Pwrpas y Thema

Mae iechyd a lles pobl yn cael eu heffeithio gan sawl ffactor, a bydd yr anfanteision maent yn eu hwynebu yn cynyddu'r tebygolrwydd y byddant yn profi anghydraddoldebau iechyd. Mae ffactorau fel amgylchiadau economaidd gwael a'r amgylchedd yn effeithio ar iechyd a lles, addysg a dyfodol economaidd, a gallai hyn effeithio ar iechyd.

Mae'r cysylltiadau ar draws y Partneriaethau Strategaeth Gymunedol yn hanfodol wrth sicrhau hyrwyddiad a gwelliant lles economaidd, cymdeithasol ac economaidd ar gyfer y fwrdeistref sirol. Yr her yw i'r Bartneriaeth Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles weithio ar y cyd gyda phartneriaethau eraill er mwyn darparu'r Strategaeth yn effeithiol. Mae gan bob Partneriaeth swyddogaeth a drwy weithio ar y cyd gallant sicrhau yn well y bydd y newidiadau angenrheidiol yn cael eu gwneud.

Bydd camau gweithredu yn canolbwyntio ar:

- 2.1** Gwella gwasanaethau cymunedol i bobl sy'n camddefnyddio cyffuriau ac alcohol.
- 2.2** Dod â gwasanaethau iechyd meddwl ynghyd i wella effeithlonrwydd a chwrdd ag anghenion pobl sydd â phroblemau iechyd meddwl.
- 2.3** Cynyddu'r broses o gydgyssylltu cymorth tai a chymorth yn ymwneud â thai.
- 2.4** Gwella gweithio mewn partneriaeth rhwng y Partneriaethau Strategol ar faterion anweithgarwch economaidd, gwella sgiliau sylfaenol a lleihau tldi.

“Mae cadw to dros eich pen yn bwysig er mwyn i chi allu cael gafael ar gymaint o wasanaethau, mae'n ychwanegu sefydlogrwydd i'ch bywyd, gan greu lle diogel, cynnes. Mae pobl yn edrych trwyddoch; rydych yn ddibwys pan rydych yn byw ar y stryd. Mae gwybod bod gennyf allwedd yn fy mhoced, i'm drws ffrynt fy hun wedi gwneud byd o wahaniaeth.”

Sylwadau gan gyfranogwr yn yr ymgynghoriad.



Meysydd ar gyfer mwy o ffocws

Thema 3 Ehangu a datblygu iechyd yn y gymuned a gwasanaethau gofal cymdeithasol i alluogi pobl i fyw bywyd diogel, cyflawn, sydd mor egnïol â phosibl.

Pwrpas y Thema

Mae gwasanaethau cymunedol yn ffactor allweddol sy'n helpu i alluogi pobl i fyw bywyd iach, cyflawn, diogel ac annibynnol. Maent yn anelu at gadw pobl yn iach a'u hannog i gyfrannu at fywyd cymunedol wrth ymdrin yn effeithiol â phroblemau pan fyddant yn codi a sicrhau bod pobl yn dychwelyd i fyw bywyd mor gyflawn â phosibl lle bynnag y gellir gwneud hynny. Mae'r gwasanaethau'n cynnwys:

- Gwasanaethau gofal iechyd sylfaenol, yn cynnwys meddygon teulu, nyrsys practis, yn ogystal â deintyddion, fferyllwyr ac optometryddion.
- Gwasanaethau cymunedol cyffredinol fel nyrsys ardal, ymwelwyr iechyd, bydwragedd cymunedol, nyrsys ysgol a therapi cymunedol.
- Cymorth y sector gwirfoddol fel eiriolaeth, gwybodaeth a chyngor, clybiau a grwpiau.
- Gofal preifat, preswyl a nyrsio, yn ogystal â darparwyr gofal cartref.
- Gwasanaethau Awdurdod Lleol fel gwasanaethau cymdeithasol, tai, hybu iechyd, hamdden, diwylliant a dysgu gydol oes.

Bydd camau gweithredu yn canolbwyntio ar:

- 3.1** Ehangu'r amrywiaeth o wasanaethau sydd ar gael yn y gymuned drwy feddygfeydd meddygon teulu, gwella rôl Fferyllwyr, Canolfannau Adnoddau Lleol a gofal lliniarol.
- 3.2** Gwella'r cydgysylltiad drwy'r sector gwirfoddol er mwyn sicrhau bod gwasanaethau cyson ar gael drwy'r Fwrdeistref Sirol gyfan.
- 3.3** Ailgyfeirio gofal cartref yn wasanaeth ail-alluogi lle y darperir cymorth yn unol â therfyn amser er mwyn galluogi pobl i fyw mor annibynnol ag y gallant:
- 3.4** Gwella'r cydweithio rhwng y GIG a'r Awdurdod Lleol drwy ddatblygu timau a gwasanaethau integredig i wella canlyniadau iechyd a pharhad gofal i blant ac oedolion sy'n agored i niwed.

“Rwyf wedi bod yn aelod o Ymatebwyr Cyntaf Caerffili ers bron dwy flynedd, ac fel grŵp rydym wedi ymateb i bron 800 o alwadau brys o fewn ardal Basn Caerffili, fel tîm o 8 yn bennaf. Gall pob un ohonom gofio digwyddiadau, lle ymatebwyd i'r claf o fewn munudau i wneud yr alwad 999 gychwynnol am ein bod yn byw yn y gymuned. Rydym wedi gallu eu helpu, a rhoi sicrwydd i aelodau'r teulu, hyd nes bod criw ambiwlans proffesiynol yn cyrraedd. Gan mai gwirfoddolwyr yw pob un ohonom, mae'r balchder a deimlwn ar ôl gwneud ein gwaith yn anfesuradwy. Rydym yn mwynhau helpu preswylwyr Caerffili ac mae pob un ohonom yn hynod falch o fod yn rhan o Wasanaeth Ambiwylans Cymru, ac Ymatebwyr Cyntaf Caerffili, wrth wneud gwahaniaeth i'r gymuned ar yr un pryd.” *Mike Williams, gwirfoddolwr.*

Meysydd ar gyfer mwy o ffocws

Thema 4 Galluogi unigolion, teuluoedd a gofalyddion i fyw'n annibynnol drwy eu galluogi i wneud dewisiadau hyddysg a chynnig cyfleoedd iddynt gyfrannu at y gwaith o ddatblygu gwasanaethau lleol.

Pwrpas y Thema

Bydd y thema hon yn canolbwyntio ar alluogi pobl o bob oedran sy'n agored i niwed i leisio eu barn a sicrhau bod strwythurau priodol ar waith i ddatblygu gwasanaethau o safon dda sy'n hyrwyddo annibyniaeth.

Mae cynnwys a gwrando ar bobl sy'n defnyddio gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol a dysgu oddi wrthynt yn allweddol i greu ymateb llwyddiannus. Mae strwythur y Bartneriaeth Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles eisoes yn galluogi dull o ymgysylltu â gofalyddion, pobl sy'n defnyddio gwasanaethau, partneriaid a rhanddeiliaid. Fodd bynnag, mae'r Bartneriaeth yn awyddus i ddefnyddio technegau ychwanegol a mireinio'r ffyrdd y mae'n cynnwys pobl er mwyn cyflawni gwelliant parhaus ac i helpu i gyflawni canlyniadau'r Strategaeth.

Bydd camau gweithredu yn canolbwyntio ar:

- 4.1** Ehangu Gwasanaethau Eiriolaeth sy'n cynrychioli anghenion unigolion a hoff ddewisiadau.
- 4.2** Cynyddu cyfranogiad yn y gwaith o ddatblygu a chynllunio gwasanaethau.
- 4.3** Cynyddu'r ffyrdd y caiff gwybodaeth ei rhannu rhwng darparwyr gwasanaethau a chyda'r cyhoedd.
- 4.4** Integreiddio gwasanaethau ar gyfer plant ac oedolion sy'n agored i niwed drwy atgyfnerthu gwaith comisiynu ar y cyd. Bydd materion plant a phobl ifanc yn mynd drwy'r Cynllun Plant a Phobl Ifanc.



Meysydd ar gyfer mwy o ffocws

Thema 5 Datblygu ac atgyfnerthu gwaith ataliol a'r gwasanaethau a ddarperir i blant ac oedolion sy'n agored i niwed er mwyn atal argyfwng.

Pwrpas y Thema

Bydd y thema hon yn sicrhau bod gwasanaethau ar gael i atal argyfwng ac i alluogi pobl i gymryd mwy o gyfrifoldeb dros eu hunain a'u teuluoedd. Mae'r prif feysydd â blaenoriaeth yn cynnwys pobl sy'n cael eu cam-drin yn y cartref, plant mewn angen a gofalyddion. Mae'r gwaith i ddiogelu pobl sydd wedi profi camdriniaeth yn y cartref yn cael ei arwain drwy fenter y Bartneriaeth Diogelwch Cymunedol, Canolfan Aml-asiantaeth Caerffili Saffach. Mae'r ganolfan yn bartneriaeth rhwng asiantaethau rheng flaen arbenigol. Ei nod yw darparu gwasanaethau gwell, mwy ymatebol a diogel. Mae wedi lleihau nifer yr asiantaethau y mae angen i ddioddefwyr a phlant gysylltu â hwy cyn cael yr help sydd ei angen arnynt. Mae'r ymateb aml-asiantaeth wedi bod yn llwyddiannus iawn o ran gwneud dioddefwyr a'u plant yn ddiogelach a lleihau camdriniaeth yn y cartref.

Nododd asesiad o anghenion IGCaLI 2007 y ffaith bod y mwyafrif o blant yn dod i'r system ofal oherwydd problemau eu rhieni. Yn ystod ymgynghoriad y Strategaeth nododd pobl ifanc yn gyffredinol yr angen i gynorthwyo pobl a oedd yn profi problemau ac yr oedd angen cymorth ychwanegol arnynt i gyflawni eu rôl fel rhieni. Drwy'r pum thema o fewn y Strategaeth hon, nodwyd camau a fydd yn cynorthwyo oedolion sy'n profi anawsterau fel camddefnyddio cyffuriau neu alcohol a phroblemau iechyd meddwl. Y grŵp mwyaf o bobl sy'n darparu cymorth yn y gymuned yw gofalyddion di-dâl. Maent yn gofalu am aelod eiddil neu anabl o'r teulu, ffrind neu bartner. Yng nghyfrifiad 2001, nodwyd 20,840 o bobl ym mwrdeistref sirol Caerffili fel gofalyddion. Ymhlith y rhain roedd oedolion, plant a phobl ifanc a oedd yn treulio symiau sylweddol o amser bob dydd yn darparu cymorth.

Bydd camau gweithredu yn canolbwyntio ar:

- 5.1** Parhau i ddatblygu mesurau ataliol i leihau cam-drin yn y cartref.
- 5.2** Cynyddu mesurau ataliol fel mai dim ond plant sydd angen gofal a diogelwch gan yr Awdurdod Lleol sy'n ymuno â'r system ofal.
- 5.3** Cynyddu cyfleoedd bywyd a chyrhaeddiad addysgol plant sy'n derbyn gofal.
- 5.4** Sicrhau bod cymorth priodol ar waith i helpu gofalyddion i gyflawni eu rôl gofalu.

“Maent wedi bod yn wych yn y Ganolfan Aml-asiantaeth - yr Ymgynghorydd Trais yn y Cartref Annibynnol, y Rhaglen Rhyddid, pob un ohonynt. Gwnaethant drefnu'r Cynllun Fan Bobi i ddod allan i'm cartref, daethant i bob cyfarfod gyda mi pan oeddwn yn bryderus iawn. Maent wedi rhoi'r cryfder i mi ymdopi â hyn oll. Fe wnes i ddioddef camdriniaeth yn y cartref am 11 mlynedd ac roedd gennyf gymaint o gywilydd ni ddywedais wrth neb byth. Nid wyf yn teimlo'n unig fwyach. Rwyf wedi cael llawer o fudd o'r Rhaglen Rhyddid, rhoddodd dactegau i mi eu defnyddio a chymorth. Drwy gyfarfod ag eraill sylweddolais nad fi oedd yr unig un - rwyf wedi gweld ei fod yn effeithio ar gymaint o bobl. Nesaf rwyf am symud ymlaen i'r Grŵp Goroewyr a gwneud gwahaniaeth i eraill. Am flynyddoedd, ni siaradais o gwbl, ond nawr ni allwch gau fy ngheg!” *Leanne, Rhagfyr 2007.*

Gwneud gwahaniaeth

Erbyn Mawrth 2011 dylai pobl leol ddechrau gweld y newidiadau canlynol:

- Bydd gwasanaethau'n gwella drwy'r 'Dull Un Gwasanaeth'. Dim ond unwaith y bydd angen rhoi gwybodaeth a darperir gofal mewn ffordd ddi-dor waeth pa sefydliad sy'n darparu'r gwasanaeth. Bydd adborth gan ddefnyddwyr yn dangos lefelau boddhad uwch.
- Pan fydd angen i chi gael gafael ar wasanaethau i gael triniaeth a chymorth, darperir y rhain yn gyflymach. Byddwch yn profi gwell dilyniant o ran gofal, wrth i fwy o wasanaethau gael eu cydgysylltu. Bydd gwaith wedi dechrau i integreiddio gwasanaethau i bobl ag anableddau dysgu, iechyd meddwl, a phlant ag anableddau.
- Darperir gwasanaethau yn fwy lleol drwy wasanaethau gofal gwell yn y gymuned a'r gymdogaeth ac fe'u darperir gan y sefydliad mwyaf priodol.
- Caiff pobl eu rhyddhau o'r ysbyty ar yr adeg gywir a chânt eu rheoli'n briodol. Bydd hyn yn atal pobl rhag cael eu derbyn i'r ysbyty dro ar ôl tro. Caiff pob unigolyn sy'n agored i niwed ei asesu mewn modd cynhwysfawr a chaiff gymorth i'w helpu i ddychwelyd adref, a lle bynnag y bo'n bosibl, ceisir sicrhau ei fod mor annibynnol â phosibl.
- Caiff Gwasanaethau i Blant sy'n Derbyn Gofal eu cydgysylltu. Bydd eu cyfleoedd bywyd yn gwella o ran cyrhaeddiad a chyflawniad addysgol gan adeiladu sylfeini cryfach ar gyfer eu bywyd fel oedolion.
- Dylai nifer y teuluoedd sy'n chwalu gael ei leihau. Bydd rhieni a gofalyddion yn fwy ymwybodol o ble i gael cymorth a chynghor. Bydd gwasanaethau eiriolaeth yn galluogi plant ac oedolion sy'n agored i niwed i lywio eu ffordd drwy wasanaethau a bydd yn galluogi plant i gael eu cynrychioli'n well hefyd.



- Rhoddir y cyfle i chi fod yn fwy cyfrifol am eich iechyd a'ch lles eich hunan.

Bydd mwy o wybodaeth a chymorth ar gael mewn perthynas â chynnal ffordd o fyw iach.

Caiff llawer o opsiynau gweithgarwch iach am ddim a chost isel eu darparu drwy'r Fwrdeistref Sirol i chi gymryd rhan ynddynt.

Sicrhau Llwyddiant

Mae'r Bartneriaeth Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles wedi sefydlu cyfres o ddangosyddion a fydd yn helpu i olrhain newidiadau a phenderfynu pa mor dda maent yn cwrdd ag amcanion y Strategaeth. Bydd targedau uchelgeisiol yn cael eu gosod yn ystod tair blynedd y Strategaeth. Bydd bob blwyddyn yn cael eu monitro a bydd y cynnydd yn cael ei olrhain gan alluogi i adroddiad cyhoeddus i ael ei gynhyrchu yn flynyddol.

Strategaeth Nodau Iechyd a Gofal Cymdeithasol cymunedol a'r Gofal Cychwynnol ysbyty. Er mwyn paratoi ar gyfer agor Ysbyty Cyffredinol Lleol newydd Ystrad Fawr, mae gwaith yn mynd rhagddo i wella'r amrywiaeth o wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol a ddarperir yn y gymuned ac mewn lleoliadau gofal sylfaenol, yn cynnwys cartrefi pobl.

Mae'r Strategaeth yn canolbwyntio ar atal a hyrwyddo annibyniaeth a lleihau rhwystrau cymdeithasol ac amgylcheddol drwy gael gwared â'r rhwystrau, sy'n atal pawb rhag cymryd rhan mewn bywyd bob dydd. Bydd mwy o bwyslais yn cael ei roi ar unigolion i gymryd mwy o gyfrifoldeb am eu hiechyd a'u lles eu hunain, a sicrhau bod mwy o gyfleoedd ar gael i gael mynediad i wasanaethau lleol.

Darganfod mwy

Mae mwy o wybodaeth ar gael drwy gysylltu â Samantha Greenidge, Cydlynnydd y Bartneriaeth Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles, Adran Gwasanaethau Cymdeithasol, Tŷ Hawtin, Uned A, 1 Maes Hawtin, Gelli-haf, Pontllan-fraith, Coed Duon. NP12 2PZ.

Rhif Ffôn: [01443 864679](tel:01443864679)

e-bost: iechydgofalalles@caerffili.gov.uk

Gwefan: www.caerffili.gov.uk

Gellir dod o hyd i'r dogfennau cynorthwyol canlynol ar y wefan:

- Aseiad Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles Cyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili 2007.
- Strategaeth Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles Cyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili 2008-2011.
- Adroddiad Ymgynghoriad Strategaeth Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles Cyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili 2008-2011.
- Crynodeb Strategaeth Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles Cyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili 2008-2011.