Care & Repair Cymru

Ymdopi'n Well

Tair blynedd yn gwneud gwahaniaeth

Gwella cartrefi, Newid bywydau

RNIB Cymru

Golwg gwahanol
See differently

ACTION ON HEARING LOSS CYMRU
A national charity since 1911

Ariennir gan Lywodraeth Cymru
Funded by Welsh Government

Ers i’r canllaw gael ei osod ar y ddwy step i’r ardd, mae fy ansawdd bywyd wedi gwella’n fawr iawn. Rwy’n awr yn gallu mynd allan i’r ardd a gweld y blodau yn agos (mae gen i nam ar fy ngolwg), ond mae’r llygad dda yn fy ngalluogi i fwynhau bywyd. Rwy’n awr yn gallu eistedd dan goeden pan mae’r haul allan a darllen neu weu a mwynhau clywed yr adar a synau ac arogleuon y tymor. Perffaith!

Mrs R, Caernarfon

Rhagair

Mae'n bleser gennyf gyflwyno'r adroddiad effaith, 'Tair blynedd o wneud gwahaniaeth' gan y prosiect Ymdopi'n Well. Mae'r adroddiad yn disgrifio ymdrechion y prosiect hwn, a'r manteision sydd wedi deillio ohono yn ystod y tair blynedd diwethaf, wrth iddo weithio i gefnogi pobl hŷn sydd â nam ar y synhwyrau.

Mae'n hanfodol gweithio mewn ffyrdd newydd a mwy arloesol i ddarparu cymorth i bobl hŷn ar draws y sector iechyd a gofal cymdeithasol, er mwyn inni allu ymateb i'r heriau sy'n ein hwynebu yma yng Nghymru, lle mae dros 575,000 o bobl yn fyddar neu â nam ar eu clyw, ac yr amcangyfrifir bod 111,000 yn byw gyda nam ar eu golwg. Dyna pam rwy mor falch bod y prosiect Ymdopi'n Well, a ddechreuodd yn 2016, wedi cael cymorth ariannol o dan gynllun Llywodraeth Cymru, grant i'r Trydydd Sector ar gyfer Gwasanaethau Cymdeithasol Cynaliadwy. Cafodd y cynllun grant ei ddatblygu i gefnogi'r gwaith o weithredu Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014, a ddaeth i rym ym mis Ebrill 2016.

Mae'r gwasanaethau a ddarparwyd i'r defnyddwyr, a'r manteision a wireddwyd ar eu cyfer, wedi cael eu datblygu'n seiliedig ar y gwaith rhagorol a wnaed mewn partneriaeth gan Gofal a Thrwsio Cymru, Action on Hearing Loss Cymru, ac RNIB Cymru. Gyda'r cyllid hwn gan y Llywodraeth, mae'r prosiect Ymdopi'n Well yn cynnig gwasanaeth arbenigol ac ataliol sydd wedi helpu dros 6000 o bobl hyd yn hyn.

Drwy ei gyfuniad o asesiadau cartrefi iach; addasiadau a gwaith trwsio yng nghartrefi cleientiaid; gwiriadau budd-daliadau lles; a threfniadau newydd a gwell ar gyfer atgyfeirio cleientiaid i wasanaethau llywodraeth leol a'r GIG, megis adrannau Awdioleg ac Offthalmoleg, mae'r prosiect yn dangos sut mae egwyddorion craidd Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant 2014 yn gallu cael eu rhoi ar waith yn ymarferol, gan wneud gwahaniaeth go iawn i fywydau pobl.

Wrth edrych tua'r dyfodol, rwy'n awyddus i annog y prosiect Ymdopi'n Well ac eraill i barhau i gynnig gofal a chymorth sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn. Mae ein deddfwriaeth a strategaethau blaengar, gan gynnwys ein cynllun Cymru Iachach, yn golygu y byddwn yn parhau i newid sut mae gwasanaethau cyhoeddus yn cael eu darparu ledled Cymru. Drwy ganolbwyntio ar yr egwyddorion o roi llais a rheolaeth i'r defnyddiwr; atal ac ymyrryd yn gynnar; sicrhau llesiant; cyd-gynhyrchu a defnyddio dulliau gweithredu amlasiantaeth, gallwn i gyd wneud gwahaniaeth i fywydau pobl hŷn, ac yn wir bawb yng Nghymru.

Hoffwn ddymuno pob hwyl i'r prosiect ac y bydd ei lwyddiant yn parhau.

Julie Morgan AC
Y Dirprwy Weinidog dros Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol

Cryfach gyda'n gilydd a phartneriaid newydd ar gyfer y dyfodol

Dros y 3 blynedd diwethaf daethom ynghyd mewn cynllun sy'n rhoi cefnogaeth hanfodol i bobl hŷn gyda nam ar y synhwyrau neu sy'n agored i niwed mewn ffyrdd eraill, gan eu galluogi i gadw eu hannibyniaeth a pharhau i fyw yn eu eu cartrefi eu hunain, gyda phwyslais ar gydweithio ar draws Iechyd, Gofal Cymdeithasol a'r Trydydd Sector.

Y profiadau ar lawr gwlad, o'n partneriaeth dair-ffordd, oedd nad oedd dim un ohonom ar ben ein hunain yn medru darparu i'r safonau uchel yr anelwn atynt mewn ymyrraeth ataliol. Drwy gydweithio gallem gynnig mwy i'n partneriaid yn y Gwasanaeth Iechyd Gwladol a phartneriaid Gwasanaethau Cymdeithasol, pe byddem yn buddsoddi mwy mewn buddsoddiad annibynnol, drwy gyfuno mwy o ddealltwriaeth o ba heriau personol all wneud bywyd yn anodd wrth i ni heneiddio, a sut y gallem wella cyfleoedd drwy wneud y cartref yn lle gwell i fyw.

Mae ein sgyrsiau "Beth sy'n Bwysig" yn gyson wedi dangos dymuniad i Ymdopi'n Well fod yn brif flaenoriaeth i bobl hŷn ... i fyw mewn cartref sy'n diwallu eu hanghenion ac i fyw bywyd hapus, iach yn y gymuned o'u dewis. Mae ein gwasanaeth Ymdopi'n Well wedi'n galluogi i ymchwilio gyda'n gilydd, drwy gydweithio, sut y gallwn wneud pethau'n wahanol a rhoi ein cleientiaid wrth galon ein gwasanaeth.

Drwy brofiad uniongyrchol darparu ein gwasanaethau mewn ffordd newydd, gwelwn ein bod yn awr yn fwy perthnasol i'n partneriaid yn y GIG a Gofal Cymdeithasol; gan ymyrryd yn gynharach a thrwy wneud cysylltiadau newydd, atal problemau llai rhag dod yn rhwystrau sylweddol i annibyniaeth. Mae gwneud bywydau yn fwy hylaw yn helpu i ostwng pwysau ar ein partneriaid gwasanaethau aciwt a statudol.

Dros y tair blynedd ddiwethaf rydym wedi dysgu cymaint am sut mae nam ar y synhwyrau yn effeithio ar bobl hŷn, a'u gallu i fyw'n annibynnol yn eu cartrefi eu hunain. Yn neilltuol rydym wedi dysgu fod llawer o bobl hŷn sydd wedi goroesi strôc, neu sy'n byw gyda dementia, hefyd yn debygol o fod â nam cysylltiedig ar y synhwyrau. Gyda hyn dan sylw, buom yn gweithio gyda'r Gymdeithas Strôc a Chymdeithas Alzheimer i helpu llunio gwasanaeth Ymdopi'n Well drwy eu harbenigedd yn y maes.

Gobeithiwn y bydd cyfnod nesaf Ymdopi'n Well hyd yn oed yn gryfach, gyda mewnbwn gan ein partneriaid cenedlaethol newydd y Gymdeithas Strôc a Chymdeithas Alzheimer yn ategu sgiliau, profiad a gwybodaeth y bartneriaeth bresennol - Care & Repair Cymru, Action on Hearing Loss Cymru, RNIB Cymru ac Asiantaethau Gofal a Thrwsio ar draws Cymru.

Chris Jones
Prif Swyddog Gweithredol, Care & Repair Cymru

Daisy Cole
Cyfarwyddwr, Action on Hearing Loss Cymru

Ansley Workman
Cyfarwyddwr, RNIB Cymru

Beth yw Ymdopi'n Well a phwy mae'n ei helpu?

Mae'r gwasanaeth Ymdopi'n Well bellach yn ei bedwaredd blwyddyn a chaiff ei gyllido o Grant Trydydd Sector Gwasanaethau Cymdeithasol Cynaliadwy Llywodraeth Cymru. Caiff ei arwain gan Care & Repair Cymru mewn partneriaeth gyda RNIB, Action on Hearing Loss Cymru ac Asiantaethau Gofal a Thrwsio ledled Cymru, gyda phartneriaid newydd y Gymdeithas Strôc a Chymdeithas Alzheimer wedi ymuno yn 2019.

Caiff ein gwasanaeth ei gyflwyno ar draws Cymru gan y 13 Asiantaeth Gofal a Thrwsio, gan 13 o Weithwyr Achos Ymdopi'n Well sy'n gweithio gyda Iechyd a Gofal Cymdeithasol yn lleol i ddynodi pobl hŷn eiddil ac agored i niwed sydd angen help i sicrhau amgylchedd cartref iach, diogel cyn iddynt gyrraedd pwynt argyfwng ac ymuno â'r system statudol gyda dibyniaeth gynyddol ar ysbytai, meddygon teulu neu ofal preswyl.

Mae 575,000 o bobl yng Nghymru sy'n fyddar neu sydd â nam ar eu clyw. Mae hynny'n gyfwerth â phoblogaethau Caerdydd ac Abertawe gyda'i gilydd. Ac, wrth i'r boblogaeth heneiddio, bydd y nifer hwn yn cynyddu.

Os na chaiff ei drin, mae colli clyw yn effeithio ar allu pobl i gyfathrebu gydag eraill a gall arwain at ynysigrwydd cymdeithasol ac iselder. Mae hefyd dystiolaeth gadarn o gysylltiad rhwng colli clyw a dementia ac yn 2017, rhoddodd canfyddiadau gwyddonol yr arwydd cryfaf eto o'r cysylltiad rhwng dementia a cholli clyw. Dangosodd ymchwil, a gyhoeddwyd yn The Lancet, fod hyd yn oed ychydig o golli clyw yn dyblu'r risg o ddatblygu dementia, ond bod pobl yn aros 10 mlynedd ar gyfartaledd cyn ceisio help.

Yng Nghymru, amcangyfrifir fod 111,000 o bobl yng Nghymru yn byw gyda cholli golwg. Mae hyn yn cynnwys tua 96,400 o bobl yn byw gyda golwg rhannol a 14,900 o bobl yn byw gyda dallineb.

Mae'r ffigurau hyn yn cynnwys pobl y mae eu golwg yn well na'r lefelau sy'n gymwys am gofrestru, ond mae hynny'n dal i gael effaith sylweddol ar eu bywyd bob dydd (er enghraifft, methu gyrru).

Yng Nghymru, amcangyfrifir fod 3.5% o'r boblogaeth yn byw gyda cholli golwg yn seiliedig ar oedran a rhywedd.

Gallai cyfrannau uwch o gymunedau Du, Asiaidd ac ethnig a lle mae nifer uwch o bobl mewn aelwydydd incwm isel effeithio ar amlder colli golwg mewn unrhyw ardal. Gall pa mor hygyrch yw gwasanaethau gofal iechyd hefyd effeithio ar hyn.

Yr hyn y gwnaethom ei gyflawni dros y 3 blynedd ddiwethaf

Rydym yn fwy hyderus wrth gyfathrebu gyda phobl sydd â nam ar y synhwyrau ac adeiladu eu hyder ac ymddiriedaeth i fyw'n annibynnol.

Rydym wedi datblygu partneriaethau hanfodol gyda'r GIG, Gofal Canolradd, Gofal Cymdeithasol a gwasanaethau Cysylltydd GIG i ddynodi pobl hŷn a fyddai'n cael budd o ymyrraeth cynnar.

Rydym wedi datblygu arbenigedd mewn llunio ymyriadau parod-i-fynd i ddiwallu presgripsiwn anghenion sy'n wirioneddol yn gwneud gwahaniaeth i bobl sy'n cael trafferthion, nid yn unig gyda iechyd gwael ond hefyd gyda cholli golwg neu glyw.

6,049
o bobl wedi cael help
gydag Asesiad Cartrefi Iach

Pobl a gafodd help sydd â nam ar y synhwyrau – **4,195 (69%)**

19%
1,123 (19%) cleient wedi eu hatgyfeirio gan bartneriaid iechyd

£2,413,814
Fe wnaethom helpu **725** o bobl i gael mynediad i fudd-daliadau ychwanegol yn werth dros **£2,413,814**

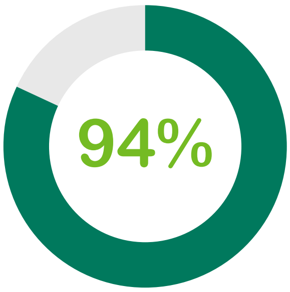
£1,600,299
Fe wnaethom hwyluso gwaith addasu a thrwsio yng nghartrefi'r bobl y gwnaethom eu helpu yn werth **£1,600,299**

Yn seiliedig ar **15%** cymederol o fuddiolwyr yn ymdopi'n well gyda risgiau diogelwch cartref ac osgoi cwymp sydd yn eu hanafu ...

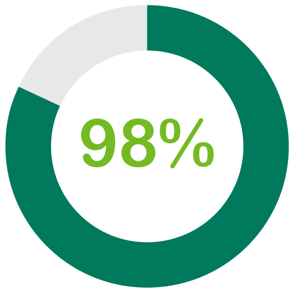
Mae'r Adenilliad Cymdeithasol ar Fuddsoddiad (SROI) yn **£4.50** am bob **£1** a fuddsoddwyd i ddarparu'r gwasanaeth ... gan osgoi costau tebygol o **£10,500,000**

Cyd-gynhyrchu
Yr hyn a ddywedodd cleientiaid wrthym

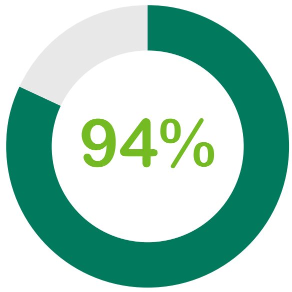
Fe wnaethom siarad gyda 955 o'n cleientiaid a dyma'r hyn y gwnaethant ddweud wrthym:



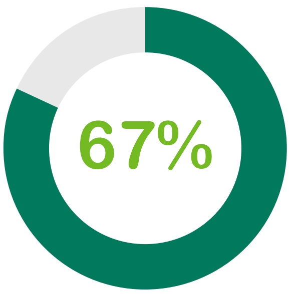
94% o gleientiaid yn teimlo fod y gwasanaeth a gafwyd wedi gwella eu hansawdd bywyd



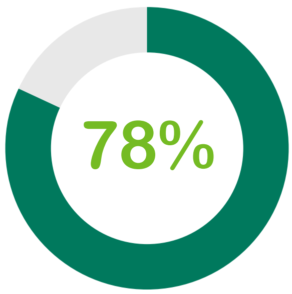
98% o gleientiaid yn barod i argymell y gwasanaeth i eraill



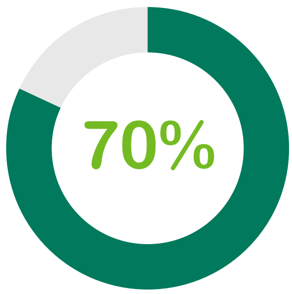
94% o gleientiaid yn fodlon iawn gyda'r gwasanaethau a ddarparwyd



67% o gleientiaid wedi derbyn yr wybodaeth gywir i fynd i'r afael â'u problemau



78% yn dweud i ni ddatrys eu problem yn llwyr

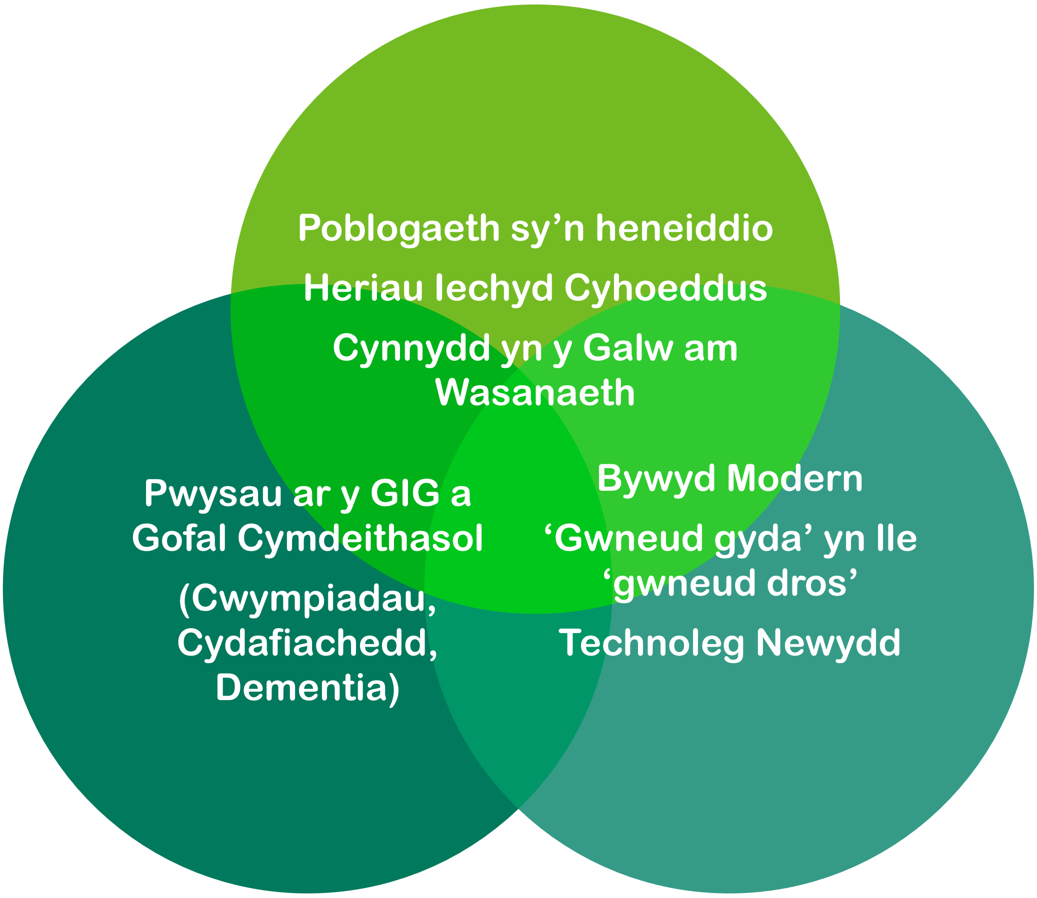


70% yn dweud fod eu cartrefi'n fwy addas i'w hanghenion unigol

Bu'n anodd iawn colli fy ngolwg. Mae'r help a gefais wedi fy ngwneud yn llawer mwy annibynnol. Rwy'n medru gofalu amdanaf fy hun ac yn teimlo'n fwy diogel. Rwy'n medru defnyddio'r canllawiau a goleuadau i symud yn fwy diogel o amgylch fy nhŷ.

Mr G, Swansea

Storm berffaith
yr heriau i ddod



Mae gan Gymru boblogaeth sy’n heneiddio a rhwng 2016-2041 byddwn yn gweld y boblogaeth 16-64 oed yn gostwng gan 4.2%. Bydd y boblogaeth dros 65 oed yn cynyddu gan 36.6%, 232,000 ychwanegol o bobl hŷn.

Amcangyfrifir y bydd nifer y bobl hŷn sy’n byw gyda Dementia yn codi gan 31% erbyn 2021, gan effeithio ar 1 mewn 20 o bobl dros 65 oed ac 1 mewn 5 o bobl 80+ oed, a bydd y bobl hŷn yma dair gwaith yn fwy tebygol o syrthio.

Bob blwyddyn yng Nghymru mae 11,000 o bobl yn cael ‘digwyddiad strôc’ ac mae 75% ohonynt yn bobl hŷn, tra bod 6,000 o bobl yn oroeswyr strôc newydd. Rydym hefyd yn wynebu problemau mawr mewn iechyd cyhoeddus yng Nghymru, gyda gordewdra, diet ac alcohol i gyd yn ffactor sy’n cyfrannu.

Bob diwrnod yng Nghymru mae 3 o bobl yn colli eu golwg ac mae 1 mewn 9 o bobl dros 60 oed yn byw gyda cholli golwg.

Mae nam ar y golwg yn cynyddu'r risg o syrthio gan 170% ac amlder torri clun gan 130%, ond gallai tynnu cataractau yn gynnar ostwng cwympiadau gan 34%.

Bob blwyddyn yng Nghymru, bydd 122,000 o bobl hŷn yn syrthio fwy nag unwaith mewn annedd gymunedol ac ar gyfer 7,000 ohonynt bydd yn arwain at anaf fydd yn golygu gorfod aros mewn ysbyty.

Bydd 2,600 ohonynt angen clun newydd a bydd 1,300 yn colli eu hannibyniaeth gan arwain at ofal ffurfiol. Mae'r cyfraddau hyn yn awgrymu bydd angen 1.5 diwrnod bob mis o holl leoedd gwely y GIG ar gyfer pobl hŷn a syrthiodd. I ateb yr heriau cynyddol hyn, rydym yn gwella ein gwasanaeth gyda phartneriaid newydd y Gymdeithas Strôc a Chymdeithas Alzheimer sydd â'r sgiliau a'r cyrraedd cysylltiedig i sicrhau y gallwn ddarparu'r gwasanaeth gorau posibl i gleientiaid gyda dementia a strôc a nam ar y synhwyrau cysylltiedig.

Rydym hefyd yn gweithio ar y cyd ar draws Gofal Cymdeithasol yng Nghymru gyda Swyddogion Cydlynu Clnig Llygaid a Swyddogion Adsefydlu ar gyfer Pobl â Nam ar eu Golwg ac yn defnyddio'r arfer da yma a'n rôl genedlaethol a partneriaethau cryf gyda'r GIG i sicrhau cysondeb cenedlaethol. Mae gwasanaeth Ymdopi'n Well yn wasanaeth ataliol arbenigol ar gyfer y GIG a Gofal Cymdeithasol ar gyfer pobl gyda nam ar y synhwyrau ac mae hefyd yn ategu gwasanaeth Adre o'r Ysbyty i Gartref Iachach Gofal a Thrwsio sy'n datblygu ar hyn o bryd.

Ymdopi'n Well
Rhoi Polisi ar Waith

Mewn blynyddoedd diweddar mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi polisïau tirnod. Mae strategaethau fel 'Ffyniant i Bawb', 'Cymru Iachach', 'Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol' a 'Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant' yn penderfynu siâp gwasanaeth cyhoeddus y dyfodol. Mae Ymdopi'n Well wedi ceisio helpu llunio'r tirlun polisi.

Mae themâu trawsbynciol ar draws yr holl ddeddfau hyn yn gwneud Cymru yn lle mwy iach a mwy cyfartal i fyw ynddo o fewn cymunedau gwydn a chydlynol. Mae'r Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant a 'Cymru Iachach' yn achosi her i wasanaethau cyhoeddus am sut i fesur cynnydd ar uchelgais lefel uchel Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol. Felly, mewn termau ymarferol, mae ein gwasanaeth wedi cyfrannu ar 5 Egwyddor Graidd y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant.

'Os ydym am wireddu llawn botensial Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol a sicrhau canlyniadau hirdymor, mae'n hanfodol bod gwasanaethau'n cael eu hintegreiddio a'u bod yn cydweithredu, a'n bod yn ymyrryd yn gynnar ac yn mabwysiadu ffordd o weithio sy'n canolbwyntio ar bobl.

Ffyniant i Bawb, Llywodraeth Cymru

Prif	Ganlyniad
Llais a rheoli	Gwnaethom bob ymdrech i seilio ein gwasanaeth ar yr hyn sy’n bwysig, gan sicrhau fod gan bobl hŷn agored i niwed amgylchedd diogel i gefnogi anghenion gofal neu osgoi cynnydd mewn dibyniaeth. Mae ein dull gweithredu yn seiliedig ar wneud gyda yn hytrach na dros fuddiolwyr. Mae ein hasesiad bob amser yn gysylltiedig gyda dewisiadau gwybodus a sail clir ar gyfer wneud penderfyniadau da.
Atal ac ymyrraeth cynnar	Rydym wedi gweithio gyda phartneriaid yn y GIG ac adsefydlu cymunedol neu glinigau dydd i ddynodi buddiolwyr sy’n wynebu cyfnodau pontio bywyd neu’n llithro i ddibyniaeth
Llesiant	Rydym yn ymatebol iawn i lesiant ein buddiolwyr a sut maent wedi rhoi sylwadau ar brofiad defnyddio ein gwasanaeth. Rydym wedi canolbwyntio ar sicrhau fod cartrefi yn addas ar gyfer anghenion, bod amgylchiadau’n gwella, yr eir i’r afael â thlodi ac y caiff hawliau eu defnyddio.
Cyd-gynhyrchu	Cyd-gynhyrchu yw’r cyfrwng i ni gyflawni ein canlyniadau. Mae ein holl ymyriadau yn seiliedig ar gyfathrebu effeithlon a mynediad gwasanaeth, gan ddarparu datrysiadau pwrpasol a deilwriwyd yn unigol a sicrhau fod ein buddiolwyr wedi helpu i ddylunio’r gwasanaethau a dderbyniant.
Aml-asiantaeth	Yn genedlaethol a lleol rydym wedi llunio ein gwasanaeth o amgylch partneriaethau gyda RNIB Cymru, Action on Hearing Loss Cymru, defnyddwyr gwasanaeth, Swyddogion Adsefydlu Swyddogion Cydlynu Clinigau Llygaid, Awdioleg ac adrannau Opthalmoleg.

Effaith Dysgu o Ymdopi'n Well (Cam 1)

Dros flynyddoedd cyntaf darparu Ymdopi'n Well rydym wedi casglu llawer o brofiad sydd wedi llunio'r ffordd a hefyd yr hyn a ddarparwn, gan roi cyfeiriad clir ar gyfer yr hyn mae'n rhaid i ni wneud yn y dyfodol.

Dod ag Arfarnu Allanol i Ddatblygu Gwasanaeth

Ym mis Gorffennaf 2018 rhoddodd Sefydliad Iechyd a Gofal Cymdeithasol Cymru (WIHSC), Prifysgol De Cymru werthusiad annibynnol o raglen Ymdopi'n Well. Dynododd yr adroddiad dri chanfyddiad allweddol:

1. 'Roedd y berthynas rhwng sefydliadau yn fwyaf effeithlon lle tybiwyd fod gan y gweithiwr achos Ymdopi'n Well yr hyfforddiant ac arbenigedd angenrheidiol i roi cymorth effeithlon i bobl hŷn gyda nam ar y synhwyrau. Mae ymddiriedaeth yn y gweithiwr achos i beidio achosi unrhyw niwed a chamu dros ffiniau'r hyn y cawsant eu hyfforddi i'w wneud yn hanfodol i weithio partneriaeth llwyddiannus a thraws-atgyfeiriad.'

Yr hyn a wnaethom…rydym wedi gweithio i ddatblygu partneriaethau mwy soffistigedig gyda Swyddogion Cydlynu Clinig Llygaid a Swyddogion Adsefydlu ar gyfer Pobl gyda Nam ar y Golwg i ymchwilio gweithio ategol, dileu bylchau a meithrin cyd-ymddiriedaeth. Rydym wedi datblygu rhaglen o hyfforddiant ar y cyd, protocolau mwy cyson a thempled gweithredu cenedlaethol, gan osod y buddiolwr wrth galon y dull gweithredu cydlynol yma.

2. 'Dynodwyd yn y gwerthusiad fod rhwystrau lleol a galluogwyr i wasanaeth newydd yn ymsefydlu o fewn llwybrau presennol.'

Yr hyn a wnaethom…rydym wedi ceisio dileu rhwystrau o wrthwynebiad naturiol i gydweithio, drwy egluro ein rôl i Arweinwyr Gofal Cymdeithasol Oedolion. Gan weithio'n gyson gyda phartneriaid gweithredol oedd yn ein gweld i ddechrau fel bygythiad comisiynu, rydym wedi gweithio'n galed i ddatblygu dulliau gweithredu ar y cyd. Cawn ein diffinio gan ein harbenigedd proffesiynol mewn cymorth tai ac rydym wedi cydweithio i lenwi bylchau strategol mewn ffordd hyblyg a gwella llwybrau ar gyfer pobl hŷn.

3. 'Mae gweithredu'r Ddeddf wedi achosi newid mewn diwylliant gwaith o fewn rhai gwasanaethau statudol a newid yn natur partneriaid darpariaeth, gan fod yr awdurdod lleol yn edrych yn gyntaf i'r unigolyn, teulu neu wasanaeth cymunedol i ddiwallu anghenion yr unigolyn. Mae'r cynnydd mewn gweithio partneriaeth yn gyfle i'r trydydd sector, megis Ymdopi'n Well, i ddatblygu cydweithio gyda gwasanaethau statudol i ddiwallu anghenion y gymuned yn y ffordd orau.

Yr hyn a wnaethom… rydym wedi medru cyfrannu i'r diwylliant cydweithio a anogir gan y 'Ddeddf' mewn nifer o ffyrdd. Yn gyntaf, rydym yn hyrwyddo hawliau buddiolwyr sydd â nam ar y synhwyrau, gan sicrhau fod sgwrs 'Beth sy'n Bwysig' yn ystyrlon i'r person dan sylw. Yn ail, rydym wedi manteisio ar ein pwynt gwerthu unigryw am fyw annibynnol i roi gwybodaeth na fyddai ar gael fel arall i bartneriaid gwasanaeth statudol. Yn drydydd, rydym yn gyfrwng, drwy asesiad cartref, wrth ddarparu negeseuon iechyd cyhoeddus allweddol, ar ran ein partneriaid, fel sail ymyriad ataliol.

Dysgu Sut i Gyd-ddylunio Gwasanaethau gydag

Tybir fod gan Ymdopi'n Well rôl hollbwysig wrth ddarparu gwybodaeth i bartneriaid eraill ac i helpu pobl rhag syrthio drwy'r bylchau yn y system. Mae angen parhau i wella'r partneriaethau a'r cysylltiadau, o leiaf mor bell ag mae'n bosibl i Ymdopi'n Well i gyflawni hyn. Beth bynnag sy'n dilyn, bydd y cysylltiadau'n arwain at sylfeini cadarn.

Yr Athro Mark Llewelyn
Sefydliad Iechyd a Gofal Cymdeithasol Cymru

Arbenigedd Partneriaeth

Rydym wedi datblygu dwy garfan o bartneriaid ar gyfer y gwasanaeth Ymdopi'n Well, ein cydweithio cenedlaethol gyda RNIB Cymru ac Action on Hearing Loss Cymru a phartneriaid lleol GIG a Gofal Cymdeithasol. Byddai'r canlyniadau yn gyfyngedig heb i'w harbenigedd gael ei drosi i wasanaethau byw annibynnol Gofal a Thrwsio.

Deall Taith y Dinesydd

Mae ein gweithwyr achos rheng flaen wedi derbyn rhaglen o hyfforddiant dwys i'w darparu i gynnig mynediad effeithlon i'n gwasanaethau a gwella eu dealltwriaeth o'r heriau a achosir gan nam ar y synhwyrau. Mae RNIB Cymru, Action on Hearing Loss Cymru, Sense Cymru ac Ymddiriedolaeth Thomas Pockington i gyd wedi cynorthwyo gyda'r datblygiad hwn. Caiff rhai o'r modiwlau hyn eu hailadrodd fel hyfforddiant gloywi i fod yn sylfaen i'n harbenigedd fel ymarferwyr.

Asesu Angen yn Effeithlon

I ddechrau fe wnaethom gysylltu gyda buddiolwyr yn ystod ymweliad cartref yn defnyddio dull safonol Asesiad Cartref Iach. Drwy brofiad rydym wedi gweithio gyda phartneriaid, yn cynnwys y tîm Nam ar y Golwg ac Anabledd Dysgu o'r RNIB yn yr Alban ac a achredwyd gan Brifysgol Glasgow Caledonia i wella ein hasesiad. Mae hyn wedi helpu gyda gwybodaeth sylfaenol o golli golwg, colli clyw a dementia.

Gofal Iechyd Darbodus

Mae gan weithwyr achos Ymdopi'n Well gyfle "Gwneud i Bob Sgwrs Gyfrif" i gynnig cyngor ar ofal iechyd darbodus i fuddiolwyr am ymyrraeth cynnar i atal cyflyrau llygad a chlyw dirywiol. Mae ein gwybodaeth wedi gwneud cymorth yn fwy soffistigedig, gyda gwybodaeth fwy manwl o wahanol gyflyrau golwg, hyd yn oed gyda chyflyrau prinnach fel Syndrom Charles Bonnet. Mae ein gwybodaeth o ddwysedd golau yn hanfodol i weithredu llawer o addasiadau cartref a allai fel arall fod yn aneffeithlon.

Effaith ar Ofal Eilaidd/Aciwt

Cafodd ein gwasanaeth Ymdopi'n Well sy'n gweithredu ym Mhen-y-bont ar Ogwr gyllid ychwanegol i beilota gwasanaeth Dementia a Strôc. Mae hyn wedi gweithredu wrth ochr ein gwasanaeth arweiniol Adre o'r Ysbyty i Gartref Iachach ac wedi rhoi gwybodaeth werthfawr ar sut y medrem ddarparu gwell ymyrraeth ar gyfer pobl sy'n byw gyda dementia. Hefyd yn gweithio o wardiau Strôc, roedd effaith sydyn trawma strôc ac arwyddocâd ymyrraeth cynnar ar gyfer adsefydlu yn brofiad dysgu hollbwysig. Wrth ochr hyn, mae gan y dull gweithredu 'arbenigol' ar gyfer staff nyrsio GIG i ymdopi gyda nam ar y synhwyrau arwyddocâd sylweddol ar gyfer y dyfodol.

Rydym wedi datblygu partneriaeth yn Ysbyty Wrecsam Maelor i edrych ar wella llwybrau, gan gyfuno colled synhwyraidd, gofal strôc a byw annibynnol. Mae prosiect tebyg gyda Awdioleg yn Ysbyty Brenhinol Gwent wedi gwella llwybrau rhwng nam ar y synhwyrau a

gwasanaethau byw annibynnol. Mae cael gwybodaeth werthfawr ar ba mor dda mae pobl hŷn yn ymdopi yn eu cartrefi yn bwysig i staff GIG, ac nid yw ar gael yn eang.

Therapi Galwedigaethol Arbenigol

Daeth cynllun peilot Dementia ym Mhen-y-bont ar Ogwr ag Ymdopi'n Well i gysylltiad gyda'r tîm Pobl Hŷn a Chymorth Cymunedol Iechyd Meddwl ac mae hyn wedi gwella cydweithio hanfodol gyda thîm arbenigol yn gweithio gyda pobl sy'n byw gyda dementia sydd ag anghenion byw cymhleth.

Gwneud Cyd-gynhyrchu y Ffordd Orau i Ddarparu Gwasanaethau

Dros flynyddoedd cyntaf Ymdopi'n Well fe wnaethom ddefnyddio ein profiad o ddarparu dull gweithredu sy'n gwrando, yn canoli ar y person ac a gaiff ei arwain gan anghenion i wella ein gwasanaeth ac awgrymu ffyrdd y gallwn wneud gwahaniaeth go iawn i'r dyfodol.

Cyfathrebu Effeithlon

Cafodd ein gallu i ddynodi problemau go iawn weithiau ei danseilio gan geisiadau aneffeithlon i gyfathrebu'n effeithlon. Mae angen i ni osod y safonau cyfathrebu uchaf os yw ein buddiolwyr i gael mynediad i'w hawliau a'n cynorthwyo i lunio'r gwasanaeth perthnasol. Rydym wedi gweithio gyda phartneriaid i gael mynediad i wasanaethau cyfieithu Iaith Arwyddion Prydeinig, a wnaeth fyd o wahaniaeth i'n buddiolwyr ac sy'n dangos ffyrdd newydd o weithio.

Datrysiadau Pwrpasol i Broblemau Unigol

Nid yw ffitio pobl hŷn i flychau gwasanaeth yn gweithio ac mae'n arwain at ddatrysiadau aneffeithlon a gwastraffu adnoddau. Mae ein dull gweithredu wedi'i deilwra at anghenion unigol yn ategiad effeithlon i wasanaethau statudol ac mae'n cynnwys y buddiolwyr o'r dechrau wrth benderfynu pa ganlyniadau yr hoffent yn y diwedd. Mae ystyried golau, sain, arlliwiau, cysgodion, gwrthgyferbyniadau, patrymau, hysbysiadau, chwyddiad i gyd yn helpu addasu dull parod i fynd sy'n ddieithriad yn methu cydnabod beth mae'r buddioliwr wirioneddol ei angen.

Arolygon Cleientiaid a Chyd-gynhyrchu

Ein dull presennol o arolygu ein buddiolwyr oedd gadael ffurflenni boddhad cwsmeriaid, sy'n arfer cyffredin yn ein gwasanaeth craidd. Cafodd y canlyniadau eu tanseilio oherwydd i ni fethu ystyried dulliau eraill i gysylltu gyda phobl gyda nam ar y synhwyrau megis cysylltu wedyn ar y ffôn, grwpiau ffocws, fformatio cyfeillgar i'r defnyddiwr, e-bost, ymgynghori â gofalwyr ac eirioli trydydd parti/dehongli. Mae'r rhain bellach yn cael eu defnyddio'n llawer mwy effeithlon.

Bylchau Gwasanaeth

Mae wynebu un her fawr a bwlch canolog yn ein gwasanaeth – technoleg newydd - yn

allweddol i gael ein cynnig gwasanaeth yn iawn o Ymdopi'n Well (Cam 1 i Ymdopi'n Well (Cam 2). Mae nifer cynyddol o fuddiolwyr yn holi am dechnoleg newydd ar draws sbectrwm o ddulliau gweithredu ac ar hyn o bryd nid ydym mewn sefyllfa i ateb cwestiynau, cynnig cyngor na helpu i ddarparu datrysiadau i broblemau bob dydd.

Ateb Heriau'r Dyfodol

Mae'r ffordd yr ydym yn ymateb i heriau'r dyfodol yn seiliedig i raddau helaeth iawn ar y profiadau a gawsom o ddarparu gwasanaethau hanfodol i bobl hŷn ac ar gyfer deilliannau iechyd sy'n berthnasol i bartneriaid GIG a Gofal Cymdeithasol. Y tair prif her y gwnaethom eu dynodi o ddarparu i bobl hŷn agored i niwed yw:

- Ni chaiff technoleg ei gydnabod na'i ddeall yn llawn fel cyfrwng ar gyfer gwella iechyd
- Mae'n rhaid i sicrhau dealltwriaeth o sut y gall gwasanaethau fynd i'r afael ag anghenion pobl hŷn gyda nam ar y synhwyrau ystyried traws-effaith dementia, strôc a chydafiachedd arall
- Mae hefyd angen ystyried ymyrraeth ar draws rhwydwaith cymorth ehangach, yn cynnwys gofalwyr ffurfiol a hefyd anffurfiol; a sut y ceir mynediad i hawliau

Y tair prif her a ddynodwyd gyda'n partneriaid yn y GIG a Gofal Cymdeithasol yw:

- Mae cysylltiadau ar draws ffiniau Bwrdd Iechyd yn anghyson ac mae blaenoriaethau ar lefel llywodraeth leol yn amrywio, felly rydym angen Templed Arfer Da.
- Mae cysondeb llwybrau gofal ar gyfer pobl gyda nam ar y synhwyrau, sy'n byw gyda dementia neu sy'n goroesi strôc, wedi'i integreiddio gyda gwasanaethau byw annibynnol yn amrywiol.
- Mae arbenigedd penodol o weithio gyda chyflyrau colli golwg yn adnodd bwysig ar gyfer rheoli cleifion, gofal heb ei drefnu a darparu pontio diogel o ofal ysbyty

Y tair prif her a ddynodwyd o gydweithio gyda phartneriaid Trydydd Sector yw:

- Mae angen i ni ehangu cydweithio i gynnwys y Gymdeithas Strôc a Chymdeithas Alzheimer i sicrhau fod buddsoddiad cyfredol i ansawdd ein gwasanaeth
- Mae angen i ni ystyried sut i gynyddu buddion cymhathu diwylliannol a throsglwyddo ymwybyddiaeth sylfaenol fel budd prif ffrwd e.e. egwyddorion dylunio Visibly Better RNIB Cymru, achrediad gwasanaeth cyfeillgar i dementia.
- Yr hyn y gall partneriaid trydydd sector ei ddysgu o Ymdopi'n Well i gynorthwyo gwelliant i'n gwasanaethau eraill.

Yr uchelgais ar gyfer Ymdopi'n Well (Cam 2) yw egluro ein Pwynt Gwerthu Unigryw, gwella cydweithio ar draws partneriaethau strategol, datblygu ein harbenigedd neilltuol, croesawu technoleg newydd a chyfrannu at lwybr gofal cyson a gwasanaeth byw annibynnol. Mae'n rhaid i'r dyfodol gynnwys ffyrdd newydd o weithio a gwasanaeth Ymdopi'n Well sy'n barod ar gyfer heriau newydd.

Ein Huchelgais i Ateb Heriau'r Dyfodol

I ateb yr heriau cynyddol ar draws Cymru, a amlinellir yn yr adroddiad yma, mae ein dull gweithredu partneriaeth cryf yn darparu'r gwasanaeth Ymdopi'n Well yn golygu y gall pobl hŷn yng Nghymru, sy'n agored i niwed oherwydd nam ar y synhwyrau, dementia neu oroesi strôc, gael mynediad i gefnogaeth sydd ei fawr angen i'w galluogi i fyw'n ddiogel ac yn annibynnol yn eu cartrefi eu hunain. I wneud i hyn ddigwydd mae Ymdopi'n Well wedi adeiladu ar arbenigedd gwasanaeth traddodiadol Gofal a Thrwsio ac wedi sefydlu lefel benodol a newydd o arbenigedd i ymarfer byw annibynnol.

Mae ein huchelgais yn seiliedig ar ddarparu drwy bartneriaethau sy'n cydweithio a gwrando ar yr heriau ychwanegol sy'n wynebu ein buddiolwyr dros dair blynedd. Cyflawnwyd llawer ond mae llawer mwy i'w wneud:

- Cyfrannu o safbwynt tai i'r agenda integreiddio ar gyfer cydweithio rhwng Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Thai: gallwn gyflawni cymaint mwy drwy gydweithio yn strategol.
- Defnyddio'r asesiad o effaith posibl problemau nam ar y synhwyrau ar feysydd traddodiadol addasiadau cartref, diogelwch cartref, gwiriadau budd-daliadau lles, cynhwysiant digidol ac ariannol a galluogi mynediad i wasanaethau hanfodol eraill.
- Hyrwyddo'n fwy eang i gleientiaid sydd angen offer i gynorthwyo byw annibynnol ac addasiadau cartref i fabwysiadu egwyddorion dylunio Visibly Better RNIB Cymru.
- Datblygu ymhellach y sgiliau a chydweithio i eirioli ar ran cleientiaid sy'n profi rhwystrau i gael mynediad i'r gwasanaethau prif ffrwd a'r gwasanaethau penodol maent eu hangen.

Y gwahaniaeth a wnaiff Ymdopi'n Well

Defnyddio Iaith Arwyddion Prydeinig wedi gwneud sgyrsiau "Beth sy'n Bwysig" yn fwy effeithlon

Cafodd **Mr a Mrs Shaw** eu hatgyfeirio at Ymdopi'n Well ar ôl mynychu eu clwb D/deaf* lleol. Mae'r ddau yn eu 80au, yn hollol fyddar ac yn defnyddio Iaith Arwyddion Brydeinig (BSL).

Trefnodd gweithiwr achos Ymdopi'n Well i ddehonglydd BSL fynd gyda hi pryd bynnag y gwnaed ymweliad cartref.

Yn ystod ei hymweliad cyntaf cynhaliodd y gweithiwr achos Asesiad Cartrefi'n Iach a chanfu fod Mr a Mrs Shaw ill dau'n syrthio'n aml adref oherwydd problemau cynyddol gyda chydbwysedd ac arthritis. Roeddent yn ei chael yn gynyddol anodd defnyddio eu bath, toiled, grisiau a drws blaen.

Trefnodd y gweithiwr achos am grant Rhaglen Addasiadau Brys ar gyfer canllawiau ar gyfer y bath, toiled a drws blaen ac ail ganllaw ar y grisiau. Gwnaed atgyfeiriad i'r Gwasanaeth Tân am larwm mwg gweledol ac i'r Gwasanaethau Cymdeithasol am Therapydd Galwedigaethol i asesu ar gyfer Teleofal a chodwyr celfi.

Roedd cael cefnogaeth ein partner, Action on Hearing Loss Cymru, yn rhoi mynediad i ni i ddehonglwyr BSL medrus a ymwelodd gyda'r gweithiwr achos a'r tasgmon pan osodwyd y canllawiau. Roedd bod â dehonglydd BSL yn galluogi staff Gofal a Thrwsio i gyfathrebu'n effeithlon gyda Mr a Mrs Shaw a sicrhau fod ganddynt wybodaeth lawn am yr opsiynau sydd ar gael iddynt. Roeddent wedyn yn rheoli'r sefyllfa a gallent roi gwybod i'r gweithiwr achos beth oedd bwysicaf iddynt.

** Defnyddir y term B/byddar i ddisgrifio pobl sy'n Fyddar ac sy'n defnyddio iaith arwyddion i gyfathrebu.*

> **Gwasanaeth gwych. Mae wedi fy helpu i fod yn fwy annibynnol o amgylch y tŷ.**

Adeiladu partneriaethau newydd wedi galluogi anghenion pobl i fod wrth galon ein gwasanaeth

Cafodd **Mr Dunne** ei atgyfeirio at y wasanaeth Ymdopi'n Well gan y Swyddog Cydlynu Clinig Llygaid. Roedd newydd cael ei gofrestru fel bod â nam difrifol ar ei olwg. Roedd wedi colli ei olwg yn gyflym iawn ac roedd ef a'i bartner yn cael trafferthion. Nid oedd eu cartref yn addas iawn iddynt erbyn hyn a'r ddau yn bryderus iawn am y dyfodol.

Ymwelodd gweithiwr achos Ymdopi'n Well a'r cartref ac roedd yn amlwg fod partner Mr Dunne yn bryderus iawn am y sefyllfa. Roedd wedi gostwng ei horiau gwaith a gafodd effaith enfawr ar eu hincwm. Nid oedd Mr Dunne yn teimlo'n hyderus ar y dyddiau pan oedd yn gweithio ac roedd yn amharod i ddefnyddio'r ffôn oherwydd ei golli golwg. Esboniodd ei bod mewn panig parhaus y byddai rhywbeth yn digwydd.

Roedd colli golwg Mr Dunne, ynghyd â phroblemau iechyd eraill, yn ei roi mewn risg uchel o syrthio ac yn achos pryder i'r ddau ohonynt.

Sylwodd y gweithiwr achos fod Mr Dunne angen cefnogaeth ymarferol a gwnaed atgyfeiriad i'r Gwasanaethau Cymdeithasol am gymorth gyda'i olwg ac mae pecyn gofal yn awr yn ei le. Gwnaed atgyfeiriad hefyd at Sight Cymru i gael cefnogaeth i ddefnyddio technoleg fel y gallai ddefnyddio ei ffôn.

Roedd Mr Dunne a'i bartner angen sicrwydd yn fwy nag unrhyw beth gan gyfaddef eu bod yn teimlo "ar goll". Teimlent fod eu sefyllfa eu cartref yn gritigol, ac fe wnaeth y gweithiwr achos eu cefnogi i wneud cais i restr yr awdurdod lleol o gartrefi cymdeithasol oedd wedi eu haddasu er mwyn cael cartref newydd.

Roedd yn amlwg yn ystod yr ymweliad cyntaf fod partner Mr Dunne yn teimlo dan y don gyda'i chyfrifoldebau gofal a bod hyn yn cael effaith arni hi a Mr Dunne. Ar ôl trafod ei phryderon gyda gweithiwr achos Ymdopi'n Well, cytunodd i atgyfeiriad gael ei wneud i'r Hyb Gofalwyr lleol. Mae'n awr yn gallu sgwrsio ar y ffôn neu ymweld ag un o'r hybiau pan mae'n teimlo dan bwysau ac mae hynny wedi helpu i lacio llawer o'r pwysau arni.

Ein partneriaethau yn gwneud y gwahaniaeth

Rebecca Colclough, Rheolwr Gwasanaeth Cydlynu Clinigau Llygaid, RNIB Cymru.

“Mae Ymdopi’n Well yn elfen hanfodol o’r gefnogaeth a gynigir i bobl ledled Cymru sy’n byw gyda cholli golwg. Mae’r gwasanaeth yn ategu ac yn ychwanegu at wasanaeth y Swyddog Cydlynu Clinig Llygaid, sy’n seiliedig mewn clinigau llygad, a gwasanaethau cymunedol a sector statudol eraill. Hebddo, byddai bwlch enfawr yn yr amgylchedd cefnogol holistig i bobl yng Nghymru sy’n byw gyda cholli golwg.

“Mae’r rhan fwyaf o bobl yn teimlo’n ddiogel ac yn gyfforddus yn amgylchedd eu cartrefi eu hunain. Hefyd mae ymweld â chleifion adref yn dangos sut mae pobl yn ymdopi o ddydd i ddydd ac felly gellir mynd i’r afael ag ef. Ni allaf orbwysleisio pa mor werthfawr i fy nhîm Swyddogion Cydlynu Clinig Llygaid yw cael gwasanaeth mor ardderchog ac ansawdd uchel sy’n ymweld â chleifion adref. Yr elfen ymweliad cartref hwn, ynghyd â’r gyfradd ymateb gyflym, dealltwriaeth wirioneddol o anghenion pobl gyda cholli golwg ac ethos o weithio partneriaeth sy’n sylfaen i lwyddiant enfawr y gwasanaeth. Caiff y gwasanaeth ei grynhoi orau gan Swyddogion Cydlynu sy’n ei ddefnyddio wythnos ar ôl wythnos:

“Mae’r gwasanaeth yn hanfodol i fi fel Swyddog Cydlynu. Maent yn cysylltu â’n cleifion yn gyflym ac fel arfer maent yn eu gweld o fewn dwy wythnos. Mae hyn wedi profi’n hanfodol ar gyfer y bobl rwy’n eu gweld yn y clinig sy’n wirioneddol yn cael trafferthion adre neu ddim yn dopi gyda’r straen o gael diagnosis newydd” Janet Nicholls, Swyddog Cydlynu Clinig Llygaid Ceredigion.

“Rwyf bob amser yn cael adborth calonogol iawn gan gleifion a gefnogwyd gan Ymdopi’n Well” Ruth Rhydderch, Swyddog Cydlynu Clinig Llygaid, Caerdydd a’r Fro

“O’r dechrau roedd y gwasanaeth yn cydweithio o ddifri, ac roedd hynny’n cael ei hwyluso gan fwy o gydweithredu ar draws y sector yng Nghymru a gwerth ychwanegol gwych ar gyfer cleifion a gweithwyr broffesiynol fel ei gilydd.

“Mae Ymdopi’n Well yn wasanaeth sy’n wirioneddol yn gymaint mwy na chyfanswm ei rannau. Fel tîm ar draws Cymru, rydym yn gobeithio y bydd y cydweithio cadarnhaol gyda Swyddogion Cydlynu Clinig Llygaid a sector ehangach nam ar y synhwyrau yng Nghymru yn parhau a thyfu.”

Ian Moran, Cadeirydd, Fforwm Swyddogion Adsefydlu Cymru

“Mae Swyddog Adsefydlu yn gweithio gydag unigolion sydd wedi colli golwg neu nam o’u geni ar eu golwg. Ein prif nod yw hyrwyddo annibyniaeth, gostwng risg damwain ac anaf a gwella llesiant emosiynol pobl.

“Mae adsefydlu ar ei fwyaf effeithlon yng nghamau cynnar colli golwg ac mae llawer o weithwyr mewn timau ymyrraeth cynnar ac atal. Mewn llawer o achosion nid yw’r cyhoedd yn gyffredinol yn gwybod fod y gwasanaeth hwn ar gael. Gall ein gwaith olygu mewnbwn ac amser helaeth, ac mewn rhai achosion gall y gwaith gael ei wneud gan ein partneriaid yn Gofal a Thrwsio.

“Mae gweithwyr achos Ymdopi’n Well yn gweithio wrth ochr ei gilydd ac yn ategu ein rôl. Maent yn gweithredu fel rhwyd ddiogelwch ar gyfer pobl nad ydynt yn gwybod am adsefydlu ac y gallant atgyfeirio i lawer o wasanaethau yng Nghymru.

“Ers dechrau’r cynllun Ymdopi’n Well dair blynedd yn ôl bu llawer o enghreifftiau o arfer da a gweithio partneriaeth. Mae Fforwm Swyddogion Adsefydlu Cymru wedi annog gweithio partneriaeth agos sy’n anelu i gael y canlyniad gorau i bobl gyda cholli golwg. Mae llwybrau atgyfeirio rhwng y gwahanol wasanaethau wedi datblygu a gwella gyda rhai enghreifftiau da o weithio cydlynol.

“Mae hyfforddiant ar y cyd gyda’n holl Swyddogion Adsefydlu, Swyddogion Cydlynu Clinig Llygaid a gweithwyr achos Ymdopi’n Well wedi arwain at well dealltwriaeth o rolau a sut y gallwn gydweithio i gael y canlyniadau gorau ar gyfer pobl ddall a gyda golwg rhannol. Mae’r gwasanaeth Ymdopi’n Well yn cefnogi ac ac yn ategu’r broses adsefydlu, gan roi dull gweithredu symlach a mwy holistig.

“Edrychwn ymlaen at adeiladu perthynas ystyrlon gyda’n partneriaid yn Gofal a Thrwsio i ddarparu gwasanaethau y mae eu mawr angen ar gyfer 111,000 o bobl sy’n byw gyda nam sylweddol ar eu golwg.”

Negodi buddsoddiad lleol i ddarparu datrysiadau hyblyg

Mae **Mr Thomas** (53 oed) yn byw gyda'i wraig, eu merch a'u hwyres 18 oed. Mae Mr a Mrs Thomas ill dau wedi cofrestru'n fyddar; roedd y ddau wedi dioddef o lid yr ymennydd fel plant ifanc ac wedi golli eu clyw, gan olygu fod ganddynt nam ar eu lleferydd oherwydd iddynt golli eu clyw pan oeddent mor ifanc. Maent yn cyfathrebu drwy BSL. Mae gallu Mr Thomas i symud yn gyfyngedig oherwydd iddo gael clun newydd a llawdriniaeth i'w gefn ac roedd wedi syrthio yn yr ardd gefn yn ddiweddar.

Cafodd Mr Thomas ei atgyfeirio at Ymdopi'n Well gan y Tim Gwasanaethau Synhwyraidd lleol ar ôl iddo syrthio.

Ymwelodd gweithiwr achos Ymdopi'n Well a Mr Thomas a mynychodd ei fam i roi dehongliad BSL. Dynododd yr Asesiad Cartrefi'n Iach y ddwy set o stepiau yng nghefn yr adeilad oedd yn beryglon syrthio posibl a byddent angen canllawiau.

Cafodd y rhain eu gosod dridiau yn ddiweddarach, gan roi'r hyder a'r sicrwydd roedd Mr Thomas ei angen i fynd i'r ardd.

Dynododd yr asesiad y gosodwyd canfyddwr mwg i bobl trwm eu clyw yn y cartref, ond bod y larwm CO yn larwm safonol na fedrai Mr na Mrs Thomas ei glywed. Roedd hyn o bryder gan fod Mr Thomas yn gofalu am ei wyres yn ystod y dydd. Cysylltodd y gweithiwr achos gyda Action on Hearing Loss Cymru a ddynododd larwm CO addas gyda golau fflachio glas mawr.

Yn defnyddio Cyllid Gofal Canolraddol, yr oedd yr Awdurdod Lleol wedi ei neilltuo ar gyfer gwaith a ddynodwyd drwy'r gwasanaeth Ymdopi'n Well, trefnodd y gweithiwr achos i brynu a gosod larwm CO newydd.

Ein Hasesiadau Cartrefi Iach yn gwella byw annibynnol

Mae gan Mrs Donald ddirywiad macwlaidd ac mae ganddi olwg rhannol. Roedd ei cholli golwg yn effeithio ar ei bywyd bob dydd ac roedd yn ei chael yn gynyddol anodd symud yn fwy diogel o amgylch ei chartref.

Cysylltodd Mrs Donald â'r gwasanaeth Ymdopi'n Well ar ôl gweld taflen yn ei llyfrgell leol. Cynhaliodd y gweithiwr achos Ymdopi'n Well Asesiad Cartref Iach yn ystod yr ymweliad cartref dechreuol ac roedd Mrs Donald yn ei chael yn anodd defnyddio'r grisiau yn ddiogel ac roedd y goleuadau yn y gegin, yr ystafell ymolchi ac ar y grisiau yn wael iawn ac yn hollol anaddas.

Yn defnyddio Rhaglen Addasiadau Brys, cafodd canllaw ychwanegol ei osod ar y grisiau ynghyd â dau ganllaw bach wrth ymyl y drws blaen i helpu Mrs Donald ymdopi gyda'r grisiau serth a'r trothwy uchel, gan ostwng tebygrwydd y byddai'n syrthio.

Cafodd y goleuadau yn y gegin, yr ystafell ymolchi ac ar y grisiau eu gwella drwy osod bylbiau LED. Cafodd Mrs Donald eu hatgyfeirio i'r Gwasanaeth Golwg Isel ac mae wedi derbyn asesiad ynghyd ag amrywiaeth o gymhorthion chwyddo a goleuadau fydd yn ei galluogi i ddefnyddio cymaint ag sydd modd o'r golwg sydd ganddi ar ôl.

Cynhaliodd y gweithiwr achos hefyd wiriad Budd-daliadau Llesiant a llenwi cais Lwfans Gweini i Mrs Donald. Cafodd y lwfans Gweini Cyfradd Uchel ac oherwydd hyn cynyddwyd ei Chredyd Pensiwn a chafodd ostyngiad yn ei Threth Gyngor. Fel canlyniad, mae incwm Mrs Donald wedi cynyddu gan £8,871 y flwyddyn.

Cymaint mwy na dim ond gwasanaeth tai

Mae **Mr a Mrs Smith** yn gwpl cymdeithasol, allblyg ac ifanc eu hysbryd. Maent wrth eu bodd gyda'u cartref, eu gardd, cerdded a chymdeithasu gyda phobl eraill. Cafodd Mr Smith ddiagnosis Alzheimer dair blynedd yn ôl.

Cysylltodd Mrs Smith gyda Gofal a Thrwsio oherwydd bod Mr Smith yn dod yn simsan ar ei draed, yn arbennig yn yr ardd lle roedd stepiau serth rhwng y gwahanol lefelau.

Ymwelodd gweithiwr achos Ymdopi'n Well a chanfod fod y stepiau presennol yn yr ardd mewn cyflwr da ond nad oedd canllawiau. Esboniodd Mrs Smith fod Mr Smith yn hoffi helpu pan oedd hi'n rhoi dillad ar y lein neu'n garddio a byddai'n ei dilyn i fyny'r stepiau, ond roedd yn ofnus y byddai'n syrthio oherwydd ei broblemau symudedd.

Trefnodd y gweithiwr achos i ganllawiau gael eu gosod ar y stepiau ochr agored yn yr ardd i roi mynediad diogel i Mr Smith i bob rhan o'r ardd sydd wedi gwella eu hiechyd a'u llesiant.

Ers i Mr Smith gael diagnosis o Alzheimer, maent wedi ei chael yn anodd canfod grwpiau neu weithgareddau addas i gael y ffordd o fyw egnïol mae'r ddau eisiau ond mewn amgylchedd diogel. Teimlent fod llawer o'r grwpiau wedi eu hanelu at bobl llawer hŷn a doedden nhw ddim yn teimlo eu bod yn ffitio mewn. Gall bod yn ofalwr fod yn waith anodd ac weithiau unig heb gefnogaeth gan eraill mewn sefyllfa debyg a chanfu Mrs Smith fod hyn yn effeithio ar ei hiechyd a llesiant cyffredinol.

Gwnaeth y gweithiwr achos atgyfeiriad i Gysylltwyr Cymunedol Gwasanaethau Cymunedol i helpu rhoi Mr a Mrs Smith mewn cysylltiad gyda grwpiau lleol a'u helpu i ganfod gweithgareddau addas y gallent ill dau eu mwynhau.

Gwnaed atgyfeiriad i Mr a Mrs Smith i'r Grŵp Gofalwyr lleol fel y gallent gwrdd gyda phobl eraill am gefnogaeth, cymdeithasu a chymryd rhan mewn tripiau a digwyddiadau rheolaidd. Mae Mr a Mrs Smith bellach yn aelod o'r grŵp Gofalwyr ac yn mwynhau yn cwrdd bob wythnos mewn siop goffi leol ar gyfer sgwrs.

Maent hefyd yn gwybod y bydd Gofal a Thrwsio a gweithiwr achos Ymdopi'n Well yn parhau i'w cefnogi os byddant angen mwy o help yn y dyfodol wrth i gyflwr Mr Smith waethygu.

Crynodeb

Y naratif o bob rhan o Gymru gan ein partneriaid yn y GIG, Gwasanaethau Cymdeithasol a'r Trydydd Sector, yn ogystal â'n buddiolwyr, yw y byddai bywydau'n anos, llwythi achos yn cynyddu a systemau yn llai effeithlon heb Ymdopi'n Well Mae'n dal lawer i'w wneud a chymaint o wersi gwerthfawr a phrofiad i'w rhannu.

Yn nhermau cynorthwyo'r Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant i ddod yn realaeth, rydym yn parhau i gyfrannu at wella bywydau pobl hŷn a gwneud cyd-gynhyrchu gwirioneddol yn realaeth. 'Cymru Iachach' bellach yw gweledigaeth Cymru am le gwell i fyw, lle gall pobl heneiddio yn urddasol a gyda chyfle iechyd da.

'Dros y degawd nesaf, byddwn yn gweld gwasanaethau yn symud o ysbytai i gymunedau, ac o gymunedau i gartrefi. Bydd pobl yn cael cymorth i barhau i gadw'n brysur a bod yn annibynnol yn eu cartrefi eu hunain cyn hired â phosibl. Bydd llawer o'r newid hwn o ganlyniad i gynnal iechyd da, gyda mwy o bwyslais ar atal salwch.' ('Cymru Iachach' 2018).

'Byddwn yn ymwreiddio newid ar draws ein holl system, fel bod modd wynebu heriau a chyfleoedd yn y dyfodol, a bod yn gynaliadwy ar gyfer cenedlaethau'r dyfodol. Bydd arweiniad a chyfeiriad cadarn yn genedlaethol yn helpu gyda'r newidiadau hyn, gan ein galluogi i gydio ym mhotensial llawn ein system integredig a'n dull o gynllunio, ond bydd y prawf go-iawn yn dod wrth ddarparu gwasanaethau a chanlyniadau gwell ar draws Cymru.' (Andrew Goodall, Prif Swyddog Gweithredol GIG Cymru)

Mae gan Ymdopi'n Well hanes o lwyddiant ac mae'n barod ar gyfer yr her.

Os hoffech wybod mwy am Ymdopi'n Well, mae croeso i chi gysylltu â Stephen Thomas, Swyddog Datblygu Prosiect.

Ffôn: 02920 107580

E-bost: managingbetter@careandrepair.org.uk

Gwefan: www.careandrepair.org.uk

Would you like to know more?

Astudiaeth Achos Ymdopi'n Well
https://www.careandrepair.org.uk/files/2215/3968/6244/Case_Study__Managing_Better_W.pdf

Canllawiau Arfer Da Ymdopi'n Well
https://www.careandrepair.org.uk/files/3915/3987/2176/Good_practice_guidev2-welsh.pdf

Ymdopi'n Well - Adroddiad y flwyddyn gyntaf
https://www.careandrepair.org.uk/files/7115/0642/3866/Impact_Report-web.pdf

Straeon Digidol Ymdopi'n Well, stori ddigidol y flwyddyn gyntaf
https://www.youtube.com/watch?v=yU3rd8K2yaI&t=131s

Astudiaeth achos Ymdopi'n Well, Sut y gwnaeth gweithiwr achos Ymdopi'n Well helpu cleient
https://www.youtube.com/watch?v=_vaRT6zOkmM

Astudiaeth achos Ymdopi'n Well, Gweithiwr Achos Ymdopi'n Well a Swyddog Adsefydlu
https://www.youtube.com/watch?v=l5RV7lJVQLY&t=18s

Nam ar y Golwg (ROVI), cydweithio i helpu cleient
https://www.careandrepair.org.uk/files/8815/6379/4412/FINAL_REPORT_-_Managing_Better_-_WIHSC.pdf

Symud tuag at integreiddio, Archwilio'r berthynas rhwng Ymdopi'n Well a'i randdeiliaid allweddol. Adroddiad Terfynol gan Sefydliad Iechyd a Gofal Cymdeithasol, Prifysgol De Cymru
https://www.careandrepair.org.uk/files/8815/6379/4412/FINAL_REPORT_-_Managing_Better_-_WIHSC.pdf

Polisïau Llywodraeth Cymru, Ffyniant i Bawb: Cynllun Gweithredu Economaidd
https://llyw.cymru/ffyniant-i-bawb-y-cynllun-gweithredu-ar-yr-economi?_ga=2.16239478.1968110615.1568204809-1102297191.1562944620

Cymru Iachach: ein cynllun ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol
https://llyw.cymru/cymru-iachach-cynllun-hirdymor-ar-gyfer-iechyd-gofal-cymdeithasol?_ga=2.58188650.1968110615.1568204809-1102297191.1562944620

Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015: canllawiau
https://futuregenerations.wales/cy/about-us/future-generations-act/

Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014
http://www.legislation.gov.uk/anaw/2014/4/contents

Gwasanaeth Adre o'r Ysbyty i Gartref Iachach
https://www.careandrepair.org.uk/cy/publications/cyhoeddiadau/

The Lancet, atal dementia, ymyrraeth a gofal
https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(17)31363-6/fulltext

Care & Repair
Gofal a Thrwsio

www.careandrepair.org.uk

ddod o hyd i ni ar

Ariennir gan
Lywodraeth Cymru
Funded by
Welsh Government