Strategaeth Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles Sir Ddinbych 2008-2011

Sir Ddinbych Iach

Os yw'n bwysig i chi, mae'n bwysig

i ni

Mae llawer o wybodaeth wedi mynd i ddatblygu 'Sir Ddinbych lach' ac mae hyd yn oed mwy o wybodaeth yn cefnogi'r gwaith o weithredu a monitro'r strategaeth hon.

Er enghraifft, mae gan bob amcan ystod o ddogfennau a chynlluniau gweithredu cefnogol sy'n esbonio pam, sut, pryd a beth rydym yn ei wneud.

Mae'r wybodaeth fanwl hon i'w chanfod naill ai trwy glicio'r cyswllt ar-lein, er enghraifft, *Fframwaith Gwasanaethau Cymunedol* , neu ffonio 01824-708-363 a gofyn am gael anfon gwybodaeth benodol yn uniongyrchol atoch.

Roeddem eisiau osgoi eich gorlwytho gyda gwybodaeth ddiangen, ond rydym eisiau i chi wybod bod y wybodaeth ar gael i'r sawl ohonoch a hoffai fanylion pellach.

Trwy sicrhau bod y wybodaeth ar gael os bydd rhywun yn gofyn ac ar-lein, medrwn leihau gwastraff a sicrhau bod y wybodaeth yn cael ei diweddaru cyn gynted ag y bo modd.

Mae gwybodaeth bellach ar gael ar ein Gwefan Partneriaeth Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles yn *www.healthydenbighshire.co.uk* neu medrwch lwytho lawr y Pecyn Gwybodaeth Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles (PiN PaC)

Ar gael mewn print mawr neu fersiwn sain os gofynnwch

Tîm Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles ar 01824-708-363
hscwb.admin@sirddinbych.gov.uk

CYFLWYNIAD

Beth sy'n bwysig yn Sir Ddinbych?

Mae 'Sir Ddinbych Iach' yn adeiladu ar y gwaith mawr a gychwynnwyd yn y strategaeth gyntaf yn delio â 2005-2008. Mae mwy o bwyslais yn cael ei roddi nawr ar waith partneriaeth, cyd-gomisiynu a chydweithredu i gyflwyno gwell gwasanaethau ac i gefnogi unigolion a chymunedau wrth wella eu hiechyd a'u lles eu hunain. Mae hyn yn cyd-fynd â'r Fframwaith Gwasanaethau Cymunedol, sy'n delio â dod â gwasanaethau i bobl yn eu cartrefi eu hunain neu'n agos at eu cartrefi mewn ystod o leoliadau cymunedol.

Bydd ein *hadroddiad llwyddiannus 'Gwneud Gwahaniaeth'* yn gadael i chi wybod pa wahaniaeth y mae'r strategaeth gyntaf wedi ei wneud.

Sut ydym yn penderfynu beth sy'n bwysig yn Sir Ddinbych?

Mae penderfynu ar y pethau pwysig yn 2008-2011 yn golygu pennu blaenoriaethau. Gyda'ch help chi, rydym wedi adnabod wyth 'Thema' blaenoriaeth.

Mae'r 'Themâu' hyn yn ein heffeithio ni i gyd, gan gynnwys plant, pobl ifanc a phobl hŷn, rhai gydag anabledd dysgu, anghenion iechyd meddwl, namau synhwyrol a chorfforol; rhai a effeithir gan dlodi neu allgau cymdeithasol, a gofalwyr.

1. Lleihau Tlodi / Gwella Cynhwysiant Cymdeithasol
2. Ein Hamgylchfyd
3. Ffordd o Fyw sy'n Bositif
4. Ymyrraeth Gynnar a Chefnogaeth mewn Argyfwng
5. Anghenion Newidiol / Gwasanaethau Ymatebol
6. Anghenion mwy Hirdymor
7. Amddiffyn a Diogelu
8. Y Gwasanaethau Priodol yn y Lle Priodol

Mae'r 'Themâu' blaenoriaeth hyn, sy'n gorgyffwrdd, yn eang oherwydd bod ein hiechyd, gofal cymdeithasol a'n lles yn cael eu heffeithio gan nifer o ddylanwadau, megis ble rydym yn byw, yn gweithio a dysgu; ein grŵp ethnig

a'n hunaniaeth; ein perthynas â'n teulu a'n cyfeillion a sut medrwn gyrchu gwasanaethau a chyfleusterau.

Daethom i benderfyniad ynglŷn â'r hyn sy'n bwysig yn Sir Ddinbych trwy ddilyn dau lwybr:

1. Cyhoeddi dogfen *Anghenion Asesu* sy'n casglu at ei gilydd lawer o wybodaeth am ein bywydau a'n hamgylchiadau. Roedd hon yn nodi lle rydym yn byw, sut rydym yn byw a pha mor iach ydym. Roedd hefyd yn crybwyll yr hyn sydd wedi ei wneud eisoes a beth sy'n cael ei wneud i wella ein bywydau a lleihau anghydraddoldeb, ac o'r ddogfen hon roeddem yn medru gweld beth a oedd ar ôl i'w wneud.

2. Cynnwys llawer ohonoch yn y trafodaethau a gofyn a oeddech yn cytuno gyda'n barn ni ar beth oedd angen ei wneud i wella ein bywydau a'r gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol.

Mae 'Sir Ddinbych Iach' yn falch o gael sylfaen gwerthfawr sy'n dibynnu ar adeiladu a chynnal:

- Cymunedau diogel ac ymddiriedaeth
- Rhaglenni sydd wedi eu dylunio i hybu eich iechyd, annibyniaeth a'ch galluogi i fwynhau bywyd
- Ein cyfranogiad gweithgar o ran creu bywydau a chymunedau gwell
- Cymryd penderfyniadau personol ac atebolrwydd
- Lles economaidd
- Gweithlu galluog, hapus ac iach, yn cael y mwyaf allan o dechnoleg ac adnoddau eraill, ac yn ymwybodol o bwysigrwydd darparu gwasanaethau mewn dulliau sy'n ymateb i grŵp ethnig, rhyw a gwahaniaethau eraill.

Nid yw 'Sir Ddinbych Iach' yn delio'n unig â gwasanaethau rydym eu hangen pan fyddwn yn sâl, ond hefyd â'r hyn y medrwn ei wneud i'n cadw'n iach.

Rhennir pob un o'r Themâu yn 4 rhan:

◊ **Ystyr y Thema** – datblygwyd gan amrywiol randdeiliaid ac yn unigryw i Sir Ddinbych

□ **Sut mae hyn yn cyd-fynd â'r hyn rydym yn ei wybod?** - mae hyn yn seiliedig ar wybodaeth o'r *Asesiad Anghenion Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles 2007*

☆ **Beth rydym wedi ei wneud hyd yma?** - tanlinellu cynnydd hyd yma, cymerwyd o'r *Adroddiad Llwyddiannau 'Gwneud Gwahaniaeth' Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles 2007*

◁ **Beth ydym yn mynd i'w wneud yn y 3 blynedd nesaf a sut all hyn eich effeithio chi?** amcanion strategol i'w cyflwyno gan amrywiol bartneriaid ac enghreifftiau yn dangos sut all hyn eich effeithio chi

Beth sy'n bwysig yn Sir Ddinbych?

1. LLEIHAU TLODI A GWELLA CYNHWYSIANT CYMDEITHASOL

◊ *Beth mae hyn yn ei olygu?*

Gan *Leihau Tlodi a Gwella Cynhwysiant Cymdeithasol* rydym yn golygu y byddwn yn gwneud popeth a fedrwn i leihau tlodi. Mae'n golygu y byddwn yn sicrhau bod pobl sy'n ddifreintiedig yn cael cyfle i chwarae rhan mewn gweithgareddau a gymerir yn ganiataol gan y rhan fwyaf ohonom. Mae gan holl drigolion Sir Ddinbych yr hawl i'r canlynol: incwm digonol i ddiwallu anghenion sylfaenol (megis bwyd, cynhesrwydd a gofal iechyd); mynediad cyfartal i bob un o'n gwasanaethau megis addysg a gwasanaethau hamdden; cyfle cyfartal i gyflogaeth; chwarae rhan yn eu cymuned a lleisio barn mewn penderfyniadau ar sut ddyrennir adnoddau a gwasanaethau lleol.

Rydym yn cydnabod bod nifer o bobl yn Sir Ddinbych heb yr hawliau hyn a bod rhai grwpiau a chymunedau yn cael eu heffeithio fwy gan dlodi nag eraill, er enghraifft mewn ardaloedd Cymunedau'n Gyntaf; ac os nad yw'r hawliau hyn ganddynt, mae'n golygu nad ydynt yn cael eu trin yn gyfartal neu maent yn ymwneud llai â democratiaeth leol. Mae'n cynnwys pobl sydd, efallai, yn bellennig yn ddaearyddol, mewn cymunedau gwledig, ac nad ydynt yn byw mewn cymdogaethau penodol. Mae hefyd yn golygu pobl sydd wedi eu hallgau'n gymdeithasol - methu â chael mynediad i dai o ansawdd da, addysg, cludiant a chwarae rhan lawn mewn cymdeithas. Mae'n bwysig ein bod yn Sir Ddinbych y dod ag ynni newydd i ymdrechion adfywio er mwyn gweithio gyda phobl ym mhen draw'r sbectrwm anghydraddoldeb ac adfywio ein cymunedau gwledig a threfol.

□ *Sut mae hyn yn cyd-fynd â'r hyn rydym yn ei wybod?*

- Y prif ffactor sylfaenol sy'n esbonio gwahaniaethau a welir mewn statws iechyd rhwng unigolion yw anfantais gymdeithasol a thlodi (Mudiad Iechyd y Byd - WHO)
- Gall anfantais gynnwys cael adnoddau teuluol prin, addysg wael, cyflogaeth ansicr a byw mewn tŷ ansawdd gwael
- Gall amgylchiadau economaidd-gymdeithasol wael arwain at bryder, ansicrwydd, hunanhyder isel, gwaharddiad cymdeithasol a diffyg rheolaeth dros waith a bywyd y cartref
- Gall hefyd gynyddu ymddygiad sy'n golygu cymryd risg, megis smygu, camddefnyddio alcohol, cymryd cyffuriau a rhyw anniogel. Mae tlodi hefyd yn rhwystro pobl rhag cael cartrefi ansawdd da, addysg, cludiant a chwarae rhan lawn mewn cymdeithas.

- Mae allgau cymdeithasol ac unigedd yn gysylltiedig â chyfraddau marwolaeth gynnar uwch a siawns waelach o oroesi ar ôl trawiad ar y galon. Gall hefyd arwain at fwy o berygl ysgaru a gwahanu a chamddefnyddio sylweddau - ac mae pob un o'r rhain yn effeithio iechyd a lles

- Mae cysylltiad clir rhwng cartrefi ansawdd gwael a salwch cysylltiedig â straen, gyda phobl ar incwm isel yn fwy tebygol o fyw mewn cartrefi gwael

- Mae tai ansawdd isel wedi eu cysylltu â lefelau uwch salwch cyfyngol hirdymor, afiechydon anadlu a heintus, anafiadau, iechyd cyffredinol gwael a hyd yn oed lefelau marwoldeb uwch

☆ *Beth rydym wedi ei wneud hyd yma?*

Y canlynol:

- Wedi datblygu 134 uned tai fforddiadwy i'w rhentu ac ar werth, mewn partneriaeth â Landlordiaid Cymdeithasol Cofrestredig

- Wedi canolbwyntio ynni ar rwystro digartrefedd, gan arwain at 113 unigolyn, cwpl a theulu yn osgoi mynd i lety dros dro ar gyfer pobl ddigartref yn 2006/07

- Mae Gwasanaeth Hawliau Lles Sir Ddinbych wedi helpu miloedd o bobl leol gael cyfanswm o £7.4 miliwn mewn budd-daliadau nawdd cymdeithasol a chredyd trethi (2006-2007), a £58.5 miliwn mewn budd-daliadau nawdd cymdeithasol a chredyd Trethi dros yr 11 mlynedd diwethaf

- Wedi agor dwy Ganolfan Integredig Plant - 1 yn y Rhyl ac 1 yn Ninbych

- Wedi sicrhau cyllid project *Anghydraddoldeb Iechyd* i leihau anghyfartaledd i'r mwyaf difreintiedig. Mae 4 cymuned yn y Rhyl yn chwarae rhan yng Nghynllun Tocynnau Hamdden y Rhyl

- Wedi sicrhau Grant Amcan Un Ewrop o £200,000 gyda'r Fforwm Anabledd, Canolfan Gwaith a Mwy a'r Cyngor Gwasanaethau Gwirfoddol i gefnogi pobl sy'n cael anfantais mewn hyfforddiant a chyflogaeth. Dros gyfnod tair blynedd, mae'r grant wedi helpu pobl gyda namau corfforol a synhwyrol a phobl ifanc sy'n gadael gofal

- Wedi ail-gyflwyno cyfrifiad blynyddol pobl sy'n cysgu ar y stryd

- Wedi penodi Pencampwr Digartrefedd y Cyngor Sir

- Wedi creu panel aml-asiantaeth i ddatblygu llwybrau tai i bobl iau, gan gynnwys rhai sy'n gadael gofal

- Mae Strategaeth Pobl Hŷn Sir Ddinbych wedi cefnogi ac ariannu Project GOFAL sy'n rhoi cefnogaeth a chyngor i bobl hŷn sydd mewn perygl, sy'n hawdd eu niweidio a/neu sy'n unig

- Wedi sefydlu cysylltiadau gyda Rhwydwaith Cydraddoldeb Hiliol Gogledd Cymru gyda golwg ar wella darpariaeth gwasanaeth i ddinasyddion Du a Lleiafrifoedd Ethnig

◁ *Beth rydym yn mynd i'w wneud yn y tair blynedd nesaf?*

- ✓ Gweithio tuag at leihau cyfraddau iechyd gwael o ganlyniad i dlodi
- ✓ Cynyddu ymwybyddiaeth o dlodi, gwella mapio lleol ac arolygu cynnydd ar leihau tlodi gan gynnwys tlodi tanwydd ac ariannol
- ✓ Cynyddu ymwybyddiaeth o effaith sgiliau gwael ar iechyd
- ✓ Dod â 50% o blant allan o dlodi erbyn 2010
- ✓ Lleihau nifer tai gwael, gwella nifer tai fforddiadwy a monitro digartrefedd
- ✓ Gwella mynediad i hyfforddiant a chyflogaeth i grwpiau difreintiedig
- ✓ Cefnogi gwaith Cymunedau'n Gyntaf
- ✓ Annog holl ddarparwyr gwasanaeth i feddwl am sut mae camau mewn adroddiadau a chynlluniau yn helpu lleihau tlodi
- ✓ Hybu cydraddoldeb mynediad gwasanaethau i bawb

◁ *Sut all hyn eich effeithio chi*

Bydd Gwasanaethau Cyngor Hawliau Lles yn helpu pobl i sicrhau £7 miliwn ychwanegol mewn budd-daliadau nawdd cymdeithasol a chredyd trethi 'mewn gwaith' bob blwyddyn

60 aelod staff a gwirfoddolwyr wedi eu hyfforddi mewn amrywiol gyrff i helpu pobl a effeithir gan dlodi tanwydd

Trwy gyfrwng Strategaeth Dinasoedd y Rhyl, byddwn yn helpu 800 o bobl ychwanegol i gael swyddi cynaliadwy erbyn 2010

Bydd 60 o bobl gyda namau corfforol a 25 sy'n gadael gofal yn cael eu cefnogi i fynd i hyfforddiant, i wirfoddoli a chael cyfleoedd gwaith

Canfyddir 25 lleoliad gwaith ychwanegol trwy'r Gwasanaeth Canfod Swyddi ar gyfer pobl gydag anabledd dysgu

2. EIN HAMGYLCHEDD

◊ *Beth mae hyn yn ei olygu?*

Gan *amgylchedd,* rydym yn golygu ein hamgylchfyd naturiol a ffisegol: cyfuniad y môr a'r mynyddoedd, y pridd, dŵr ac aer, ynghyd â'n *tirwedd adeiledig* sy'n cynnwys ein tai, mannau gwaith, ysgolion a cholegau, datblygiadau adwerthu a masnachol, addoldai, llyfrgelloedd, ynghyd â'n ffyrdd a'n systemau cludiant. Mae hefyd yn golygu ein *hamgylchfyd diwylliannol* gan gefnogi'r iaith Gymraeg ac amddiffyn a gwella ein tirwedd a'n treftadaeth. At hyn, mae'n golygu bod eisiau teimlo'n ddiogel yn ein hamgylchfyd, a pheidio ag ofni trosedd. Mae ein hamgylchfyd - mannau trefol, diwylliannol a gwledig - yn bwysig oherwydd medrent oll gael effaith fawr ar ein hiechyd a'n lles.

□ *Sut mae hyn yn cyd-fynd â'r hyn rydym yn ei wybod?*

- Mae problemau byd-eang yn golygu goblygiadau lleol. Gan fod ein gweithgareddau yn medru niweidio ein hamgylchedd, mae angen i ni gymryd camau i amddiffyn ein hunain a chenedlaethau'r dyfodol trwy fyw a gweithio'n gynaliadwy

- Cydnabyddir bod niwed amgylcheddol gan lygredd aer, dŵr a phridd yn cynrychioli problemau i iechyd pobl

- Mae oerni a gwres eithafol yn medru niweidio'n iechyd yn ddifrifol. Mae ymbelydriad solar yn brif achos canser y croen ac yn ystod misoedd y gaeaf, mae pobl hawdd eu niweidio mewn mwy o berygl o gael hypothermia, ffliw, neu faglu a chwympo

- Mae gwastraff tŷ, masnachol, adloniant a diwydiannol yn ffynonellau cyffredinol o wastraff cymunedol. Mae'r dasg o waredu gwastraff yn bwysig a chostus, yn enwedig mewn ardaloedd lle mae llawer o weithgareddau twristiaid ac atyniadau naturiol. Mae gwastraff amhriodol yn difetha Sir Ddinbych

- Mae llawer o bobl hŷn yn berchenogion-ddeiliaid sy'n byw mewn eiddo hŷn, sy'n debygol o fod angen eu hatgyweirio

- Mae tai gwael yn niweidio ein hiechyd. At hyn, mae straen byw mewn tŷ dros dro yn effeithio iechyd pobl, gyda chyfraddau uchel damweiniau i blant

- Mae effeithiau posibl niweidio iechyd a hyrwyddo iechyd yn niferus. Er enghraifft, gall lleoliad siopau sy'n gwerthu ffrwyth a llysiau fforddiadwy effeithio gallu pobl i fwyta diet iach

- Mae anawsterau cludiant yn rhwystr mawr i ystod o wasanaethau gofal a gwasanaethau cyhoeddus eraill, cyflogaeth a diet iach. Fodd bynnag, mae cerbydau'n achosi llygredd sŵn ac aer, damweiniau ffordd a gall rwystro pobl rhag beicio a cherdded

Beth rydym wedi ei wneud hyd yma?

Y canlynol:

- Wedi cefnogi buddsoddiad gan y sector preifat yn Fferm Wynt Alltraeth North Hoyle sy'n creu digon o ynni adnewyddadwy i gyflenwi rhyw 40,000 o dai gyda thrydan
- Wedi gweithio gydag Asiantaeth yr Amgylchedd Cymru, gan gychwyn paratoi Cynllun Datblygu Lleol a mabwysiadu *fframwaith rhagofalol* i dywys penderfyniadau cynllunio i ffwrdd o ardaloedd y tybir iddynt fod mewn perygl o lifogydd afon, llanw a draeniau dŵr arwyneb
- Wedi sicrhau cyllid Cronfa Dreftadaeth y Loteri fel rhan o Gynllun Partneriaeth Tirwedd Grug a Bryngaerau i wella asedion amgylcheddol pwysig
- Wedi derbyn gwobr ar gyfer fflyd gerbydau werdd y Cyngor Sir sy'n defnyddio tanwydd wedi ei wneud o olew llysiau wedi ei ailgylchu o fwytai, ysgolion a gwestai
- Wedi datblygu cynllun peilot Bws Nos, sydd wedi derbyn gwobr, sy'n darparu gwasanaeth cludiant dibynadwy, rhad gyda'r nos i bobl hŷn, a redir gan wirfoddolwyr
- Wedi derbyn cyllid gan Lywodraeth Cynulliad Cymru ar gyfer cynllun peilot cludiant sy'n cynnig teithio am hanner pris i bobl ifanc 16-18 oed
- Mae cyfraddau ailgylchu Sir Ddinbych wedi dyblu dros y 3 blynedd diwethaf o 13% i 26%
- Wedi cynorthwyo 125 o ymgeiswyr Sir Ddinbych i ymgymryd â gwelliannau i'w tai trwy'r Cynllun *Houseproud* sy'n cynnig benthyciadau a chymorth wrth drefnu atgyweiriadau ar gyfer perchnogion tai 60+ a phobl anabl
- Wedi hybu strategaeth cynhesrwydd cynaliadwy ar gyfer Sir Ddinbych sy'n adnabod ac yn gwella cartrefi 'tlodi tanwydd'
- Wedi ymgymryd â phrofion a dadansoddi cyflenwadau dŵr preifat a chyhoeddus i sicrhau bod digon ohono a'i fod yn iach
- Wedi helpu hwyluso gostyngiad 11% mewn allyriant CO2 yn y sector tai preifat
- Wedi gwella ffabrig allanol mwy na 120 o dai yn y ddwy Ardal Adnewyddu yn Ne-orllewin/Dwyrain y Rhyl ac yn Ninbych

Beth ydym yn mynd i'w wneud yn y tair blynedd nesaf?

- ✓ Cefnogi gweithrediad y Cynllun Datblygu Lleol (CDLl)
- ✓ Negodi cyfleoedd tai fforddiadwy lle'n briodol, gan gynnwys llety arbenigol ar gyfer pobl anabl, tai gofal ychwanegol ac archwilio anghenion sipsiwn a theithwyr

- ✓ Ceisio sicrhau bod mynediad digonol i well mannau cyhoeddus a mannau chwarae i blant
- ✓ Cynyddu amrywiaeth cyngor tai ac opsiynau tai i bobl ifanc a gwella gwerthfawrogiad ac ymwybyddiaeth pobl ifanc o'u hamgylchfyd
- ✓ Darparu cefnogaeth dai arbenigol i'r sawl sy'n camddefnyddio sylweddau
- ✓ Darparu model o dai a gofal sy'n galluogi i bobl hŷn fyw mor annibynnol ag y bo modd, cyhyd ag y bo modd, tra'n teimlo'n ddiogel ac yn cael eu cefnogi
- ✓ Gwella cyflwr tai yn y sectorau cymdeithasol a phreifat
- ✓ Parhau i adeiladu ar lwyddiant project 'Dim Galw Diwahoddiad' a ariennir gan y Strategaeth Pobl Hŷn
- ✓ Addysgu ac annog deiliaid tai domestig i fod yn fwy ynni effeithiol yn eu cartref
- ✓ Darparu agwedd gytbwys o ran addysg, monitro a rheoleiddio eiddo cysylltiedig â bwyd

◁ *Sut all hyn eich effeithio chi?*

Datblygu Panel Tai Pobl Ifanc i ystyried anghenion llety ac anghenion ehangach y rhai sy'n gadael gofal

Lleihad mewn pobl yn galw o ddrws i ddrws yn gwerthu cynnyrch i bobl hawdd eu niweidio

Datblygu Tai Cefnogaeth Gofal Ychwanegol - 59 uned yn y Rhyl, 61 uned ym Mhrestatyn, 24 uned yn Rhuthun

Cyflogi Warden Amgylcheddol i ymateb yn gyflym i achosion o niwed troseddol a darparu 200 o ddigwyddiadau glanhau cymunedol bob blwyddyn

Sicrhau bod holl ffenestri, drysau, systemau gwresogi a stafelloedd ymolchi yn eiddo'r Cyngor yn cyrraedd y safonau angenrheidiol

Mynediad haws i gefn gwlad yn arbennig ar gyfer pobl anabl neu rai gydag anawsterau symudedd

3. FFORDD O FYW SY'N BOSITIF

◊ *Beth mae hyn yn ei olygu?*

Gan *Ffordd o Fyw sy'n Bositif* rydym yn golygu dulliau o wneud pethau - ein hymddygiad a'n harferion - sy'n arwain at deimlo a bod mor iach ag y bo modd, beth bynnag yw ein hoedran neu os oes gennym, neu wedi cael profiad o broblemau iechyd corfforol neu feddyliol. Mae'n golygu unigolion, teuluoedd a chymunedau'n cymryd cyfrifoldeb am eu lles eu hunain. Mae hefyd yn cyfeirio at y teimlad o fod â phwrpas ac arwyddocâd a theimlo ein bod yn perthyn.

□ *Sut mae hyn yn cyd-fynd â'r hyn rydym yn ei wybod?*

- Mae plentyn gweithgar yn fwy tebygol na phlentyn anweithgar o ddod yn oedolyn gweithgar
- Mae gweithgareddau'n gysylltiedig â rhwystro a rheoli ystod o gyflyrau megis afiechyd y galon a strôc
- Mae ffordd o fyw a dewisiadau galwedigaethol yn cael dylanwad ar ein lles corfforol a meddyliol
- Mae llawer o afiechydon yn rhai y gellir eu rhwystro ac mae dewisiadau yn ein ffordd o fyw - megis gweithgareddau corfforol, maethiad, digon o gwsg, rhyw diogel, osgoi straen, tybaco a gormod o alcohol - yn medru gwella ein hiechyd a rhoi i ni oes hirach
- Mae effeithiau bywyd afiach yn cronni a medrent gael yr effaith fwyaf yn ddiweddarach yn ein hoes
- Mae lefelau uchel straen yn y gweithle wedi eu cysylltu â chynnydd mewn perygl o gael anaf yn y gwaith, pwysedd gwaed uchel, afiechyd cardiofasgwlaidd, iselder a chyflyrau iechyd meddwl eraill, a chynnydd yn yr arferion iechyd personol negyddol megis smygu ac yfed
- Rhaid i ni dalu sylw at amodau cymdeithasol ac amgylcheddol sy'n ein galluogi i gymryd dewisiadau bywyd cyfrifol
- Mae manteision iechyd yn deillio o gael rhwydweithiau teuluol neu gyfeillion cryfion
- Gall cymryd dewisiadau bywyd iach fod yn gynyddol anodd i rai gydag adnoddau prin i ddilyn diet iach neu i ddefnyddio cyfleusterau hamdden

☆ *Beth rydym wedi ei wneud hyd yma?*

Y canlynol:

- Mae 52 o ysgolion Sir Ddinbych wedi ymrwymo i'r *Cynllun Ysgolion Iach*
- Wedi sicrhau bod 98% o blant a ofelir amdanynt wedi cofrestru gyda meddygon teulu, deintydd a/neu optegydd a bod 75% wedi cael archwilio eu dannedd gan ddeintyddion mewn cyfnod 12 mis
- Mae'r *Project Maethiad mewn Clybiau Ieuenctid* wedi targedu 2,142 o bobl ifanc ac wedi cydweithredu â Chlwb Pêl Droed y Rhyl lle mae'r chwaraewyr wedi dod yn enghreifftiau iechyd a ffitrwydd i bobl ifanc
- Wedi penodi 12 Pencampwr ar gyfer Her Iechyd Sir Ddinbych
- Yn 2006 chwaraeodd 1,467 o bobl ran yn ein teithiau *Footloose: Walking the Way to Health* yn Ninbych a'r Rhyl
- Wedi paratoi Cynllun Gweithredu Heneiddio'n Iach, sy'n gysylltiedig â Chynllun Gweithredu Iechyd Rhywiol
- Wedi derbyn cyllid Cymorth ar gyfer Swydd Ymarferwr Iechyd Cyhoeddus - swydd Rhywioldeb Iach sy'n gweithio gyda'r Gwasanaethau Iechyd Cyhoeddus Cenedlaethol (NPHS)
- Wedi monitro a gorfodi'r Gwaharddiad Smygu a chyflwyno hysbysiadau cosb benodol lle'n berthnasol
- Wedi penodi Cydlynydd Gweithgareddau Corfforol 50+ sy'n wedi goruchwylio detholiad o weithgareddau ym mhob un o'r prif ganolfannau hamdden yn Sir Ddinbych
- Wedi comisiynu rhaglen o Hyfforddiant ASIST i gynyddu ymwybyddiaeth o dechnegau rhwystro hunanladdiad
- Wedi cynnig cyfres o sesiynau *Coginio a Bwyta* a gweithdai i hybu bwyta'n iach a choginio ar gyfer un person
- Cynnwys defnyddwyr gwasanaeth a gofalwyr yn y Byrddau Partneriaeth ar gyfer Strategaeth Pobl Hŷn, Iechyd Meddwl, Integreiddio Anabledd, Integreiddio Gwasanaeth Offer Cymunedol, Teleofal a'r Bartneriaeth Therapi Galwedigaethol Cymunedol
- Wedi lleihau nifer eiddo bwyd risg uchel gan gyflwyno ar gyfartaledd un allan o bob tair tystysgrif glendid bwyd i fusnesau ar archwiliad cyntaf

◁ ***Beth ydym yn mynd i'w wneud yn y tair blynedd nesaf?***

- ✓ Darparu gwasanaethau cynghori a therapiwtig i blant a phobl ifanc gydag anawsterau cymdeithasol, emosiynol ac ymddygiad gan gynnwys Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a Phobl Ifanc (CAMHS)
- ✓ 100% o ysgolion yn chwarae rhan yng nghynllun Ysgolion Iach y sir erbyn 2010 a chynyddu'r nifer sy'n cymryd prydau bwyd ysgol iach
- ✓ Adnabod blaenoriaethau i leihau anafiadau i blant
- ✓ Cynyddu'r nifer sy'n cymryd brechiad a chyfraddau bwydo o'r fron
- ✓ Penodi Cydlynydd Gweithlu Gweithgar i annog staff i fod yn fwy gweithgar, gan arwain at weithlu iach
- ✓ Gweithredu Cynllun Gweithredu Ffordd o Fyw Weithgar, Cynllun Gweithredu Maethiad, Cynllun Gweithredu Iechyd Rhywiol, Cynllun Gweithredu Tybaco
- ✓ Datblygu a gweithredu Cyd-Strategaeth Gordewdra
- ✓ Hybu agwedd Lleihau Niwed i weithio gyda chamddefnyddwyr sylweddau
- ✓ Bydd Cyngor Sir Ddinbych yn parhau i weithio tuag at ddod yn Asiantaeth Gwella Iechyd
- ✓ Gwella iechyd a lles pobl Sir Ddinbych trwy gyfrwng Her Iechyd Sir Ddinbych
- ✓ Ymgymryd â phrofion prynu dan oed i ddileu achosion o werthu alcohol a thybaco i bobl dan oed
- ✓ Ymgymryd ag archwiliadau mewn busnesau eiddo bwyd i sicrhau bod bwyd sy'n cael ei werthu yn addas er mwyn rhwystro gwenwyn bwyd

◁ *Sut all hyn eich effeithio chi?*

Mynediad haws i blant a phobl ifanc i Wasanaethau Iechyd Meddwl Plant a Phobl Ifanc (CAMHS)

Parhau i gefnogi ac annog mwy o bobl i roddi'r gorau i smygu

Bydd y Bartneriaeth Diogelwch Cymunedol yn ariannu hyd at 1000 o bobl ifanc bob blwyddyn i ymweld â chanolfan ddiogelwch ryngweithiol Danger Point

Datblygu cynllun tai arbennig i bobl gydag anabledd dysgu gydag anghenion cymhleth

Annog mwy o bobl i gymryd y brechiad ffliw

4. YMYRRAETH GYNNAR A CHEFNOGAETH MEWN ARGYFWNG

◊ *Beth mae hyn yn ei olygu?*

Gan *Ymyrraeth Gynnar a Chefnogaeth mewn Argyfwng* rydym yn golygu rhoi cymaint o gymorth ag y bo modd cyn i'r anawsterau gronni a'n gorchfygu. Gan na ellir osgoi holl risgiau a newidiadau sydyn yn ein hamgylchiadau, darperir peth cefnogaeth arbenigol ar yr adeg pan fo'u hangen e.e. Adran Ddamweiniau ac Argyfwng. Ar adegau o'r fath, mae'r pwysau i gymryd camau ar unwaith i sefydlogi sefyllfa yn cynyddu. Mae ymyrraeth gynnar ar gyfer argyfwng sy'n datblygu'n araf, ynghyd â chefnogaeth, yn bwysig yn Sir Ddinbych oherwydd rydym yn cydnabod bod argyfyngau o bob math yn rhan o fywyd a bod angen mesurau amddiffynnol a chymorth cyn gynted ag y bo modd.

□ *Sut mae hyn yn cyd-fynd â'r hyn rydym yn ei wybod?*

Mae rhwystro ac ymyrraeth gynnar yn allweddol i wella a chynnal iechyd a lles meddyliol a chorfforol. Mae gwasanaethau rhwystrol sy'n lleihau perygl dibyniaeth a hybu annibyniaeth yn bwysig. Fel safle gweithredu cynnar, bydd Cymuned Iechyd a Gofal Cymdeithasol Conwy a Sir Ddinbych yn arwain y ffordd wrth ddatblygu a gweithredu Strategaeth Cyflwyno Gofal Argyfwng (DECS) gyda'r amcan o wella llwybrau cleifion a phrofiad o ofal argyfwng a gofal heb ei drefnu ar draws iechyd a gofal cymdeithasol**.**

☆ *Beth rydym wedi ei wneud hyd yma?*

Y canlynol:

- Wedi penodi Swyddog Comisiynu Gofalwyr
- Datblygu ystod o wasanaethau ymyrryd i leihau camddefnyddio cyffuriau ac alcohol e.e. trwy ymgymryd â phrofion prynu alcohol a thybaco dan oed
- Datblygu opsiynau tai ac agwedd rhwystro digartrefedd tuag at bobl sydd wedi eu bygwth â cholli eu cartref
- Os yw digartrefedd yn rhywbeth na ellir ei osgoi, darparu gwasanaeth cymorth i bobl mewn llety dros dro. Nid ydym bellach yn lleoli teuluoedd digartref mewn llety gwely a brecwast
- Dosbarthu taflenni ymwybyddiaeth alcohol i bobl hŷn trwy gyfrwng y Strategaeth Pobl Hŷn
- Penodi Rheolwr Gofal Canolraddol

- Cytuno cyllideb ar gyfer cyfnod cyntaf y Cynllun Datblygu Gofal Canolraddol sy'n cynnwys datblygu gwasanaeth Ymateb mewn Argyfwng

- Darparu 2275 eitem o offer a chymhorthion i alluogi i bobl aros yn eu cartrefi eu hunain. Ar gyfartaledd, cymerodd chwe diwrnod gwaith o gwblhau cynllun gofal i gyflwyno a gosod offer a chymhorthion

- Comisiynu Gwasanaeth Datrys Argyfwng -Triniaeth yn y Cartref ar y cyd, i gyflwyno gwasanaethau i oedolion gyda phroblemau iechyd meddwl difrifol yn ardaloedd arfordirol a gwledig Sir Ddinbych i leihau'r angen am dderbyn i ysbytai

◁ *Beth ydym yn mynd i'w wneud yn y tair blynedd nesaf?*

- ✓ Datblygu gwasanaethau yn y meysydd rheoli gofal canolraddol ac afiechydon cronig trwy ddarparu gwasanaethau sy'n nes at gartref y claf

- ✓ Gweithredu Rhaglen Urddas mewn Gofal Llywodraeth Cynulliad Cymru ar gyfer Pobl Hŷn yng Nghymru

- ✓ Gweithredu Strategaeth Cyflwyno Gwasanaethau Gofal Argyfwng (DECS)

- ✓ Cyflwyno Cyd-Strategaeth Gomisiynu ar gyfer Iechyd Meddwl a Gofal Cymdeithasol Oedolion

- ✓ Gweithio tuag at leihau'r amser y mae unigolion yn aros i gael ei dderbyn i ysbyty fel claf mewnol neu achos dydd, neu am eu hapwyntiad cyntaf fel claf allanol newydd

- ✓ Gweithio i sicrhau gwelliannau mewn gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol i unigolion sydd wedi dioddef strôc

- ✓ Cefnogi mesurau i rwystro digartrefedd a chefnogi pobl ddigartref gan gynnwys ehangu Canolfan Dewi Sant a darpariaeth estynedig ar gyfer Lloches Nos NACRO

- ✓ Gwella gwasanaethau i blant a ofelir amdanynt a phlant a phobl ifanc anabl

- ✓ Datblygu llwybrau gofal i bobl sy'n cael diagnosis dementia

- ✓ Darparu ystod eang o gefnogaeth gymunedol a mwyhau gwasanaethau i bobl hawdd eu niweidio trwy Gefnogi Pobl

- ✓ Datblygu a gweithredu Strategaeth Gofalwyr

◁ *Sut all hyn eich effeithio chi?*

Mwy o ddewis ac argaeledd egwyliau byrion i blant anabl

Goddefiad sero cam-drin ac amharchu pobl hŷn mewn unrhyw leoliad gofal

Gwell cefnogaeth i Ofalwyr mewn perthynas ag ymyrraeth gynnar ac mewn argyfwng

Cleifion allanol i aros dim mwy na 10 wythnos a chlaf mewnol neu achos dydd i aros dim mwy na 14 wythnos (erbyn Mawrth 09)

Darparu mwy o ofal i chi yn eich cartref a'ch cymuned chi i osgoi derbyn yn ddiangen i ysbyty neu gartref gofal

Gwasanaeth Adfer Datrys Argyfwng a Thriniaeth yn y Cartref ar gael yn Sir Ddinbych wledig a helpu cefnogi pobl gydag anghenion iechyd meddwl difrifol yn eu cartrefi a'u cymunedau eu hunain

5.ANGHENION NEWIDIOL - GWASANAETHAU YMATEBOL

◊ *Beth mae hyn yn ei olygu?*

Gan *Anghenion Newidiol - Gwasanaethau Ymatebol* rydym yn cydnabod bod digonedd o bosibiliadau a dewisiadau bywyd i bob un ohonom a bod newid yn rhan o fywyd. Amserau trosiannol pwysig yw plentyndod cynnar; symud o addysg gynradd i uwchradd; symud o Wasanaethau Plant i Wasanaethau Oedolion; dechrau gweithio; gadael cartref; cychwyn teulu; newid swyddi neu wynebu colli swydd ac ymddeoliad.

Mae'n bwysig ein bod yn Sir Ddinbych yn ceisio adeiladu ar adnoddau pobl ac ategu eu systemau cefnogi hwy wrth iddynt geisio rheoli newidiadau anodd trwy ddarparu gwasanaethau ymatebol. Cynnig cymorth arbenigol wrth ddelio gyda'u problemau; ceisio lliniaru amgylchiadau niweidiol; cynorthwyo pobl i addasu a gwneud synnwyr o'u hamgylchiadau newydd a cheisio hybu canlyniad positif. Gall ymyrraeth o'r fath ganolbwyntio ar unigolion, cyplau, teuluoedd, grwpiau a chymunedau.

☐ *Sut mae hyn yn cyd-fynd â'r hyn rydym yn ei wybod?*

- Mae rhai digwyddiadau yn cynnwys newidiadau sy'n syndod ac yn rhai i'w croesawu, ynghyd â newidiadau annisgwyl a heriol megis diagnosis afiechyd, colli swydd neu ddioddef trais. Mae pob digwyddiad o'r fath yn tueddu i achosi cymryd cam yn ôl, cymryd penderfyniad a newid

- Rydym yn wahanol yn ein dulliau o ddelio â digwyddiadau heriol, gan ddibynnu ar natur y newid a faint mae'n debygol o bara, ein profiad o ddelio â newidiadau o'r fath, oes yna straen arall yn ein bywydau, pa mor gryf ydym ni, ein rhwydweithiau a'n hadnoddau materol

- Gall prosesau trosiannol achosi problemau ac weithiau mae angen datblygiad pellach i sicrhau nad yw pobl hawdd eu niweidio yn dioddef anfantais wrth symud o un gwasanaeth i un arall

☆ *Beth rydym wedi ei wneud hyd yma?*

Y canlynol:

- Penodi Gweithiwr Project Anableddau a ariennir trwy'r grant Cydweithio sy'n gweithio ar draws Gwasanaethau Plant ac Oedolion, gan ganolbwyntio ar gymhwyster, cyfnodau trosiannol, cyd-gynllunio, hyfforddi a chomisiynu

- Datblygu cynllun gofal canolraddol i gefnogi pobl i fyw yn eu cartrefi eu hunain yn hytrach nag aros mewn ysbytai am gyfnodau maith. Mae'r cynllun yn rhagweld creu gwasanaethau newydd ac ail-ddylunio gwasanaethau presennol er mwyn iddynt ddarparu gofal canolraddol effeithiol

- Tîm amlasiantaeth newydd, gyda lleoliad gwaith a rennir, gyda'r rôl o sicrhau cydweithio llawer agosach gyda chydweithwyr yn y maes tai

- Cyfrannu at astudiaeth ranbarthol o dechnoleg gyda golwg ar wella'r gofal y mae pobl yn cael ei gynnig yn eu cartrefi eu hunain

- Sicrhau £344,000 mewn cyllid Grant Cyfalaf a £40,000 mewn cyllid Grant Refeniw ar gyfer datblygiadau Teleofal a Theleiechyd lleol sy'n targedu: gofalwyr pobl hŷn gyda

phroblemau iechyd meddwl; pobl gyda phroblemau iechyd meddwl; pobl gydag anabledd dysgu, ac, yn ehangach, diogelwch yn y cartref. Mae hyn yn ychwanegol at y 2,300 o bobl yn Sir Ddinbych sydd eisoes â sicrwydd larwm cymunedol.

◁ *Beth ydym yn mynd i'w wneud yn y tair blynedd nesaf?*

- ✓ Gwella presenoldeb a chyrhaeddiad addysgol holl blant a phobl ifanc Sir Ddinbych, gan gynnwys gwelliannau yn y cyfnodau trosiannol allweddol
- ✓ Hybu cydraddoldeb mynediad i wasanaethau i holl unigolion a chymunedau gyda phwyslais penodol ar ardaloedd gwledig
- ✓ Datblygu ymhellach a chynnal perthynas waith dda a chyfathrebu gyda chyrff gwirfoddol a chymunedol sy'n gweithio gyda chyrff statudol i gyflwyno gwasanaethau o ansawdd uchel ac sy'n gost-effeithiol
- ✓ Gwella'r Timau Anabledd Dysgu (Iechyd) Cymunedol
- ✓ Datblygu a gweithredu Strategaeth Teleofal i Sir Ddinbych
- ✓ Cefnogi gweithrediad y Strategaeth Cefnogi Pobl
- ✓ Cefnogi ymhellach ddatblygiad Integreiddiad Gwasanaethau Offer Cymunedol
- ✓ Sicrhau bod gwasanaethau yn hygyrch ac yn ymateb i anghenion cleifion trwy gyflawni a ble bynnag y bo modd, curo'r targedau a'r safonau a bennwyd gan LICC
- ✓ Parhau i weithredu'n lleol Fframweithiau Gwasanaeth Cenedlaethol; Gwasanaethau Plant, Pobl Ifanc a Mamolaeth; Pobl Hŷn; Iechyd Meddwl Oedolion; Afiechyd y Galon; Clefyd Siwgr, a Gwasanaethau Arennol
- ✓ Sicrhau cyflwyniad parhaus Cynhadledd Asesu Risg Amlasiantaeth (MARAC) ar gyfer achosion risg uchel o gamdriniaeth ddomestig

◁ *Sut all hyn eich effeithio chi?*

Gwell cyfnod trosiannol i oedolion ifanc gydag anabledd dysgu o ganlyniad i gyd-brosesau gweithio o fewn Gwasanaethau Dysgu Gydol Oes, Iechyd a Gofal Cymdeithasol Conwy a Sir Ddinbych

Datblygu storfa well offer cymunedol a gomisiynwyd ar y cyd yn y Rhyl a Rhuthun (2008-09)

Bydd 200 o bobl hawdd eu niweidio yn cael eu cefnogi trwy gyfrwng Teleofal yn 2008-09

Cynllun peilot tai â chefnogaeth i adnabod anghenion grwpiau lleiafrifol nas diwallwyd wrth gyrchu gwasanaethau camdriniaeth ddomestig

6.ANGHENION MWY HIRDYMOR

◊ *Beth mae hyn yn ei olygu?*

Gan *Anghenion Mwy Hirdymor* rydym yn cyfeirio at ofynion newidiol am gymorth trwy gydol oes. Mae'n cynnwys plant ac oedolion gyda salwch cronig (e.e. babanod sydd wedi goroesi oherwydd datblygiadau mewn technoleg feddygol ynghyd â phobl gyda chrydcymalau gwynegol, clefyd siwgr neu HIV), pobl gydag anabledd dysgu, pobl gyda nam corfforol, pobl

gyda phroblemau iechyd meddwl (gan gynnwys rhai sy'n dioddef episodau ailadroddus), pobl sydd â phrofiad o drais yn eu cartrefi, pobl sy'n camddefnyddio sylweddau, gofalwyr a phobl hŷn. Wrth i ni weld cynnydd o ran gwella'r gymysgedd o wasanaethau clinigol, adsefydliadol a chefnogol sydd ar gael yn Sir Ddinbych, rydym yn dangos bod anghenion mwy hirdymor ein dinasyddion yn bwysig.

☐ *Sut mae hyn yn cyd-fynd â'r hyn rydym yn ei wybod?*

- Mae proffil demograffig newidiol Sir Ddinbych yn dangos, ynghyd â chyfradd enedigaethau sy'n raddol ostwng, bod pobl yn byw yn hirach a bod nifer cynyddol o bobl hŷn, gan gynnwys cynnydd yn y nifer o bobl hŷn bregus

- Yn Sir Ddinbych mae cyfran uwch o fabanod gyda phwysau isel adeg eu geni nag ar draws Cymru gyfan. Mae'r babanod hyn yn wynebu mwy o risg o ddatblygu problemau yn ystod ac ar ôl eu geni, ynghyd â bod â mwy o risg o ddioddef afiechydon cronig wrth iddynt ddod yn oedolion

- Bydd cynnydd yn y gyfran o bobl hŷn yn cael effaith arwyddocaol ar iechyd ein poblogaeth gyda lefelau cynyddol o salwch hirdymor a chronig. Mae dros hanner y bobl 60 oed a throsodd yn adrodd bod ganddynt salwch hirdymor cyfyngol, o gymharu â llai nag 20% ym mhob categori oedran arall

- Bydd cynnydd yn y boblogaeth Gofalwyr wrth i nifer cynyddol o bobl fabwysiadu rôl ofalu

- Mae pobl gyda chyflwr tebyg (megis pobl gydag afiechyd y galon) a phobl sy'n wynebu amgylchiadau tebyg (megis rhai sy'n ffoi rhag camdriniaeth ddomestig) angen atebion unigol

- Mae nifer o gyflyrau sy'n cael eu cuddio gan label sengl e.e. efallai bod gan rywun gyda phroblem iechyd meddwl broblemau camddefnyddio alcohol a sylweddau hefyd

- Mae nifer cynyddol o ofalwyr sy'n heneiddio, yn gofalu am oedolion gydag anabledd dysgu

☆ *Beth rydym wedi ei wneud hyd yma?*

Y canlynol:

- Galluogi gwell mynediad i therapi iaith a lleferydd i blant ysgol - ariennir i ddechrau gan y Grant Cydweithio

- Hybu cynllun hunangyfeirio ar-lein i oedolion a gofalwyr sydd angen cymorth, sy'n cael ei oruchwylio gan y Tîm Cyswllt Cyntaf

- Penodi Cyd-reolwr Comisiynu ar gyfer y Gwasanaethau Iechyd Meddwl

- Hwyluso astudiaeth ymchwil ar anghenion iechyd a gofal cymdeithasol trigolion Cartrefi Gofal yn Sir Ddinbych

- Darparu Taliadau Uniongyrchol i 32 o bobl

- Darparu cyllid o £700,000 i 33 o fudiadau sector gwirfoddol trwy gyfrwng Cynllun Grantiau Sector Gwirfoddol Gwasanaethau Cymdeithasol

- Creu projectau peilot *Teleofal/Teleiechyd* , gan gynnwys un sy'n targedu cartrefi yn cynnig gofal 24 awr i bobl gyda phroblemau iechyd meddwl a *Thŷ Camu i Lawr* gyda thechnoleg gynorthwyol a fydd yn cynorthwyo pobl i ddychwelyd i'w cartrefi eu hunain

- Datblygu ymhellach y project Dolen Allwedd sy'n cynnig cefnogaeth lefel isel ond hirdymor i oedolion hawdd eu niweidio

- Sicrhau cyllid Llywodraeth Cynulliad Cymru o £250,000 ar gyfer y *Project Doorstop* sy'n ceisio rhoi cychwyn newydd mewn bywyd i bobl sydd â phroblemau yn deillio o gamddefnyddio sylweddau

- Sicrhau cyllid Grant Tai Cymdeithasol o £4 miliwn ar gyfer Cynllun Tai Gofal Ychwanegol yn y Rhyl (30 uned dwy lofft a 29 uned 1 llofft), i'w gwblhau erbyn Medi 2008. At hyn rydym wedi sicrhau Cyllid Gofal Ychwanegol i ddatblygu cynlluniau yn Rhuthun a Phrestatyn

- Ers Ebrill 2005 mae'r Cyngor wedi cwblhau mwy na 700 o Grantiau Gwella ar dai sector preifat: roedd 320 o'r rhain yn addasu cartrefi pobl anabl trwy gyfrwng grantiau cyfleusterau i bobl anabl am gost o fwy na £5.2 miliwn

◁ *Beth ydym yn mynd i'w wneud yn y tair blynedd nesaf?*

- ✓ Gweithredu'r Strategaethau Rheoli Cyflyrau Cronig a Gofal Canolraddol a darparu gofal yn nes at gartrefi cleifion

- ✓ Gweithredu'r 'Cynllun Gweithredu Lleol' ar gyfer gofal iechyd parhaus y GIG

- ✓ Datblygu a gweithredu Strategaeth Gomisiynu Namau Corfforol a Synhwyrol

- ✓ Gweithredu Strategaeth Comisiynu Anabledd Dysgu

- ✓ Cynyddu, flwyddyn ar ol blwyddyn, nifer sy'n defnyddio taliadau uniongyrchol a datblygu cynllun peilot i gynnig cyllidebau unigol (cefnogaeth hunangyfeiriol)

- ✓ Gweithio tuag at weithredu'r Strategaeth genedlaethol ar gyfer Cyflyrau Cyhyrau-Ysgerbwd sy'n cynnwys crydcymalau gwynegol a chyflyrau tebyg eraill

- ✓ Sicrhau bod pobl hŷn a gofalwyr yn cael mwy o ddewis a rheolaeth dros sut diwallir eu hanghenion gofal cymdeithasol ac iechyd a'u bod yn medru cymryd penderfyniadau mewn perthynas â'u hannibyniaeth a'u lles

- ✓ Gweithredu'r Strategaeth Pobl Hŷn
- ✓ Trwy gyfrwng cymorth grant, byddwn yn parhau i wella amodau tai i rai sydd angen cymorth gyda thai sector preifat i'w galluogi i barhau i fyw yn eu cartrefi eu hunain mewn amgylchfyd cynnes, diogel, sicr a rhydd rhag lleithder

◁ *Sut all hyn eich effeithio chi?*

Cynnydd yn y nifer o oedolion hawdd eu niweidio a phobl hŷn sy'n cael eu cefnogi i fod mor annibynnol ag y bo modd yn eu cartrefi eu hunain

Sefydlu project arall Dolen Allwedd i oedolion hawdd eu niweidio ym Mhrestatyn a phroject mwy yn Ninbych i gynnwys pobl gydag anabledd dysgu ag anghenion mwy cymhleth

Mwy o bobl hŷn gyda nam ar eu clyw yn cael eu cynorthwyo i ddysgu darllen gwefusau a sgiliau cyfathrebu eraill

Cynnydd yn y nifer o Ofalwyr a adnabuwyd, ac sy'n derbyn gwybodaeth a chefnogaeth gan staff iechyd proffesiynol

Y Cynllun Tasgmon ar gael i fwy o bobl hŷn

7. AMDDIFFYN A DIOGELU

◊ *Beth mae hyn yn ei olygu?*

Gan *Amddiffyn a Diogelu* rydym yn golygu cael help perthnasau, cyfeillion, cymdogion, cymunedau a staff proffesiynol, gan gynnwys yr heddlu a'r gwasanaeth tân ac achub, i gadw llygaid allan am bobl hawdd eu niweidio trwy dynnu sylw eraill at dystiolaeth megis: anafiadau, esgeulustra, ataliaeth, lladrad, gwatwar, bwlio a bygwth cosbi, colli pwysau arwyddocaol neu roddi llawer o bwysau ymlaen, tan/tros-feddyginiaethu, treisio,

aflonyddiad, gadael, dylanwad gormodol eraill yn eu cartrefi, a methu â thalu sylw yn gyffredinol i beryglon iechyd a diogelwch. Mae hefyd yn golygu amddiffyn iechyd pobl trwy eu brechu, a'u helpu i osgoi peryglon eraill megis damweiniau ar y ffordd trwy wisgo gwregysau diogelwch, a gwenwyn bwyd trwy hybu glendid bwyd da. Mae'n bwysig ein bod yn helpu amddiffyn ein gilydd rhag niwed a pherygl a'n bod yn cymryd camau ystyrlon ac ymroddedig i warchod unigolion a chymunedau.

☐ *Sut mae hyn yn cyd-fynd a'r hyn rydym yn ei wybod?*

- Mae anafiadau a'u canlyniadau yn achosi pwysau trwm o ran marwolaeth, poen, anabledd, colled economaidd a chostau gofal iechyd
- Nid yw pa mor ddiogel rydym yn teimlo yn ein cymdogaeth bob amser yn gysylltiedig â chyfraddau trosedd
- Mae unigolion sydd wedi dioddef trais a mathau eraill o drosedd yn aml yn dioddef niwed i'w iechyd sy'n mynd ymhellach nag anafiadau. Mae ofni trosedd yn gysylltiedig â phryder cynyddol a phwysau gwaed uwch, ac mae'n cael ei gysylltu'n arwyddocaol gydag iechyd a ystyrir yn wael
- Mae trais domestig yn cael effaith anferthol ar ddioddefwyr a'r rhai sy'n ei oroesi
- Mae ymosodiadau yn y cartref yn cynnwys nodweddion defnyddio grym, mynediad heb ei herio at ddioddefwyr a theimlad mawr o frad
- Mae'n erchyll cael eich cam-drin ac nid yw graddfa camdriniaeth yn hysbys
- Mae canlyniadau camdriniaeth yn mynd y tu hwnt i ddioddefaint unigol ac yn dodi pwysau mawr ar y gwasanaethau cymdeithasol, gwasanaethau iechyd, yr heddlu a'r System Cyfiawnder Troseddol

☆ *Beth rydym wedi ei wneud hyd yma?*

Y canlynol:

- Penodi Cydlynydd llawn-amser Amddiffyn Oedolion Hawdd eu Niweidio (POVA) gyda chefnogaeth swyddog gweinyddol ymroddedig rhan-amser
- Holl achosion POVA yn cael eu rheoli gan y Cydlynydd POVA i sicrhau ymateb cyson ac effeithiol i honiadau o gamdriniaeth ar draws grwpiau cleient
- Sefydlu trefniadau cydweithio da gydag asiantaethau partner
- Bu buddsoddiad pellach yn y swyddogaeth Dderbyniaeth, gan ganiatáu cydweithio da gyda'r Swyddog Derbyniaeth a POVA, gan sicrhau amddiffyniad ariannol i'r sawl sydd wedi eu cam-drin yn ariannol
- Mae gwybodaeth ar Chwythu'r Chwiban a Chyllid Pobl Hawdd eu Niweidio wedi ei integreiddio yn yr A-Y a ddiweddarwyd ar gyfer Gweithwyr Gofal, sydd wedi ei ail-

gyflwyno i holl staff darparu mewnol. Mae'r wybodaeth hon hefyd yn cael ei rhoi i holl staff newydd adeg eu penodi.

- Mae Cyngor Sir Ddinbych wedi gweithredu strategaeth hyfforddi gynhwysfawr ar Amddiffyn Oedolion Hawdd eu Niweidio a'r Ddeddf Gallu Meddyliol, gyda chyfanswm o 400 o bobl yn derbyn hyfforddiant, gan gynnwys y sector annibynnol

- Mae hyfforddiant POVA gydag Ymddiriedolaeth Conwy a Sir Ddinbych yn orfodol

- Datblygwyd systemau cyfeirio Diogelwch Tân ar gyfer defnyddwyr gwasanaeth ac mae gweithgareddau gorfodi eraill yn amlycach e.e. gorfodi tai, trwyddedu, gwaith diogelwch cymunedol

- Sefydlu Uned benodol ar gyfer Diogelu ac Adolygu

- Rydym wedi sicrhau bod y Swyddog Tai yn gweithio gyda'r heddlu a phartneriaid eraill yn y sector cymdeithasol a gwirfoddol i ddatrys ymddygiad gwrthgymdeithasol lle bynnag y bo modd

- Cyflwyno'r pecyn Diogelu Cymunedol i fudiadau gwirfoddol a grwpiau sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc yn Sir Ddinbych

- Bu Tîm Amddiffyn Iechyd Gwasanaeth Iechyd Cyhoeddus Cenedlaethol yn delio â nifer o faterion amddiffyn iechyd a effeithiodd Sir Ddinbych e.e. ffliw adar

◁ *Beth ydym yn mynd i'w wneud yn y tair blynedd nesaf?*

- ✓ Datblygu cyd-Fwrdd Diogelu Plant lleol gyda Chonwy

- ✓ Gwella cefnogaeth i'r teulu, gwasanaethau rhwystro a chynhwysiant i blant sy'n hawdd eu niweidio

- ✓ Ymgymerir ag arolwg o'r gwasanaethau adfocatiaeth ar gyfer pobl hŷn a bydd hyn yn delio'n benodol ag anghenion pobl sydd fwyaf agored i niwed

- ✓ Datblygu archwiliadau penodol POVA i sicrhau ansawdd y gwasanaeth

- ✓ Cefnogid defnyddio'r Fframwaith Asesu Cyffredin i hwyluso cyfleoedd ymyrryd cynnar a lleihau gwaethygu sefyllfa nes bod angen cyfeiriad Gwasanaethau Cymdeithasol

- ✓ Cyflwyno rhaglen gorfforaethol amddiffyn plant ac oedolion

- ✓ Sicrhau bod trefniadau pandemig ffliw yn cael eu diweddaru, gan gynnwys cynlluniau dilyniant busnes

- ✓ Gweithredu a monitro Menter Cartrefi Diogelach, a ddarperir i ddioddefwyr camdriniaeth ddomestig

- ✓ Lleihau trosedd sy'n gysylltiedig ag alcohol, niwed troseddol ac ofn trosedd

- ✓ Cefnogi gwaith y Bartneriaeth Diogelwch Cymunedol
- ✓ Sicrhau bod cynlluniau'n bodoli i ymateb i argyfyngau a heintiau e.e. clwy'r traed a'r genau neu wenwyn bwyd
- ✓ Cynnal a datblygu ymhellach systemau effeithiol ar gyfer cefnogi gwasanaethau ysbyty, cymuned a gofal sylfaenol o ran rhwystro a rheoli heintiau
- ✓ Datblygu defnydd Eiriolwyr Gallu Meddyliol
- ✓ Mabwysiadu canllawiau 'Mewn Dwylo Diogel' i amddiffyn pobl hawdd eu niweidio rhag camdriniaeth ariannol
- ✓ Datblygu defnydd Eiriolwyr Iechyd Meddwl i i gefnogi pobl hawdd eu niweidio

◁ *Sut all hyn eich effeithio chi?*

Bydd gwasanaeth eirioli llawn ar gael i bobl hŷn

Bydd llai o achosion troseddau cysylltiedig ag alcohol ar y strydoedd ac mewn eiddo trwyddedig

Bydd ymyrraeth gynnar trwy'r Fframwaith Asesu Cyffredin yn golygu y bydd plant a phobl ifanc yn cael cefnogaeth yn gynt

Bydd ein gwasanaethau integredig i amddiffyn oedolion hawdd eu niweidio yn medru ymateb yn brydlon ac yn effeithiol

Gwella glendid mewn ysbytai i fod yn y 25% uchaf yng Nghymru

8. Y GWASANAETHAU PRIODOL YN Y LLE PRIODOL

◊ *Beth mae hyn yn ei olygu?*

Gan *Wasanaethau Priodol yn y Lle Priodol* rydym yn golygu darparu cyn agosed i'w cartrefi, y math o help y mae pobl ei angen i fod yn iach ac annibynnol. Rydym yn gweld ein hunain yn gwella galluoedd, cryfder a rheolaeth pobl dros eu bywydau eu hunain, ac ategu eu hadnoddau hwy gyda mynediad i wasanaethau. Mae'n bwysig ein bod, yn Sir Ddinbych, yn mabwysiadu agwedd sy'n adeiladu ar gryfder unigolion, teuluoedd, cymdogaethau a chymunedau trwy fod â gweithlu sy'n alluog, yn rhagweithiol ac yn defnyddio adnoddau yn y dull gorau.

□ *Sut mae hyn yn cyd-fynd â'r hyn rydym yn ei wybod?*

- Mae cynllunio gweithlu yn golygu gwneud synnwyr i nifer, sgiliau a galluoedd holl weithwyr iechyd a gofal cymdeithasol. Hefyd, mae'n golygu adnabod y sgiliau a'r galluoedd y bydd Sir Ddinbych eu hangen yn y dyfodol, er mwyn i ni fedru cyflwyno gwasanaethau newydd a gwell. Trwy gymharu'r gweithlu nawr gyda'r gweithlu rydym ei eisiau, medrwn weld y prinder sgiliau, unrhyw warged a'r bylchau.

- Trwy edrych yn ofalus ar ein gwasanaethau a gofyn am farn ar ein blaenoriaethau, medrwn gysylltu gwasanaethau a chynllunio ariannol. Hefyd medrwn gefnogi dysgu amlddisgyblaethol, datblygu a gweithio trwy gynnig hyfforddiant ar y cyd. Trwy ddefnyddio systemau rheoli gwybodaeth a rennir ar draws iechyd a gofal cymdeithasol, medrwn gronni gwybodaeth ynglŷn â'r farchnad lafur yn Sir Ddinbych, archwilio dulliau o gadw gweithwyr a phenderfynu faint o weithwyr sydd eu hangen, ac a fydd eu hangen

- Mae pwysigrwydd cadw a chefnogi gweithwyr yn y gwaith yn hanfodol i'r economi ac yn hollbwysig o ran sicrhau bod y staff priodol gennym yn y lle priodol - staff hapus ac iach!

☆ *Beth rydym wedi ei wneud hyd yma?*

Y canlynol:

- Cael Gwobr Safon Iechyd Gorfforaethol am hybu iechyd a lles staff

- Sicrhau bod holl staff sy'n gweithio gyda phobl hŷn ac anabl wedi cael y Dyfarniad BTEC mewn darparu offer cymunedol

- Llunio Partneriaeth Iechyd Meddwl gyda Chonwy i greu gwasanaeth integredig

- Sicrhau estyniad Tîm Methiant y Galon gyda nyrs arbenigol ychwanegol, a ariannwyd gan Sefydliad y Galon Prydain

- Galluogi cyflogi staff cefnogi generig sy'n gweithio gyda'r Gwasanaeth Ymateb Critigol Gofal Canolraddol i gefnogi pobl sy'n defnyddio'r gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol trwy ddefnyddio cyllid Grant Cydweithio

- Darparu hyfforddiant rhyngasiantaeth mewn perthynas ag Amddiffyn Oedolion Hawdd eu Niweidio, Amddiffyn Plant, Camdriniaeth Ddomestig, deddfwriaeth Iechyd Meddwl, Symud a Thrin, Gofal Iechyd Parhaus ac Addysg a Hyfforddiant Gwaith Cymdeithasol

- Cynnydd arwyddocaol wrth alluogi i staff 'oedran ymddeol' barhau i weithio yn llawn-neu'n rhan-amser

- Ategu gallu'r gweithlu yn yr unedau Damweiniau ac Argyfwng a chanser trwy gefnogi recriwtio a chefnogi 115 o wirfoddolwyr. Enillodd y Robins Volunteers Wobr *Buddsoddi mewn gwirfoddolwyr* yn 2006 ac maent nawr yn gweithio ym mhob maes o'r Ymddiriedolaeth

- Gwella gwasanaethau gwybodaeth i blant, pobl ifanc, teuluoedd a staff sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc

- Creu ac ail-egnïo Partneriaeth Datblygu Gweithlu Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles

- Datblygu gwefan Partneriaeth Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles i wella mynediad i wybodaeth

- Sefydlu Gweithgor Asesu Anghenion sy'n gyfrifol am ddatblygu'r Asesiad Anghenion

- Sefydlu projectau yn Y Rhyl, Corwen a Dinbych sy'n cynllunio cyd-gyfleusterau iechyd a gofal cymdeithasol

◁ *Beth ydym yn mynd i'w wneud yn y tair blynedd nesaf?*

- ✓ Cefnogi'r Fframwaith Gwasanaethau Cymunedol

- ✓ Gwella ansawdd a dewis gwasanaethau i ddefnyddwyr a gofalwyr

- ✓ Datblygu ymhellach rôl y Gweithiwr Cefnogi Iechyd a Gofal Cymdeithasol

- ✓ Datblygu gwasanaethau trwy gyd-gomisiynu a/neu gomisiynu rhanbarthol

- ✓ Gwella cydlyniad cyflwyniad gwasanaeth i blant a phobl ifanc a gweithredu Strategaeth Plant a Phobl Ifanc yn llawn

- ✓ Buddsoddi mewn recriwtio a chadw a datblygu staff yn y gymuned iechyd, gofal cymdeithasol a thai ehangach

- ✓ Sicrhau bod mynediad i wasanaethau mor agos ag y bo modd yn ymarferol i gymunedau yn amodol ar ystyriaethau diogelwch, ansawdd ac adnoddau

- ✓ Cefnogi datblygiad sector annibynnol a gwirfoddol sy'n gryf ac effeithiol
- ✓ Darparu gwasanaeth sy'n sicrhau bod cleifion - pryd bynnag y bônt yn cysylltu ag unrhyw rai o'r gwasanaethau gofal argyfwng - yn cael eu hasesu ac yna eu gweld gan y staff iechyd gofal iechyd proffesiynol mwyaf addas ar yr adeg fwyaf priodol.
- ✓ Mwyhau iechyd a lles trwy annog ffordd o fyw iach i bobl hŷn a gwella rôl rwystrol/alluogi gwasanaethau awdurdod lleol, gofal iechyd, darpariaeth y sector annibynnol a gwirfoddol
- ✓ Sicrhau bod gwasanaethau ac adeiladu yn addas, i gymryd i ystyriaeth ofynion y dyfodol a newidiadau yn y ddarpariaeth iechyd a gofal cymdeithasol
- ✓ Comisiynu asesiadau anghenion priodol er mwyn medru datblygu gwasanaethau i'r dyfodol

◁ *Sut all hyn eich effeithio chi?*

Staff iechyd a gofal cymdeithasol sydd â chymwysterau gwell, gyda'r sgiliau a'r wybodaeth sydd eu hangen ar gyfer eu gwaith

Dod â meddygon teulu, gwasanaethau iechyd cymunedol a gwasanaethau cymdeithasol at ei gilydd ar safleoedd sengl ledled Sir Ddinbych

Datblygu timau arbenigol yn cynnwys staff iechyd a gofal cymdeithasol

Anghenion iechyd a gofal cymdeithasol is yn cael eu diwallu gan un gweithiwr penodol wedi ei hyfforddi

Gweithlu hapusach, iachach!