



CYDWEITHREDFA GWELLA GWASANAETHAU
GOFAL A LLESIANT **GOGLEDD CYMRU**

NORTH WALES SOCIAL CARE AND WELL-BEING
SERVICES IMPROVEMENT COLLABORATIVE

Y diweddaraf am yr asesiad poblogaeth

Awst 2017 (Rhifyn 9)

Drysllyd?

Canllaw dechreuwr i adnabod asesiad lles ac asesiad poblogaeth.

Mae'r ddau yn edrych ar beth sydd ei angen ar bobl i wella eu lles gan ddefnyddio ystadegau ac ymgynghoriad, felly beth yw'r gwahaniaeth?

Y gyfraith. Mae asesiadau poblogaeth yn ofynnol gan Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014. Mae asesiadau lles yn ofynnol gan Ddeddf Lles Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015.



Y raddfa. Mae'r asesiad poblogaeth yn rhanbarthol – mae'n cynnwys Gogledd Cymru i gyd. Mae'r asesiadau lles yn seiliedig ar ardaloedd y Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus, felly yng Ngogledd Cymru mae pedwar gennym: un i Wynedd ac Ynys Môn, un i Gonwy a Sir Ddinbych, un i Sir y Fflint ac un i Wrecsam.

Sbotolau ar... Iechyd meddwl



Y cynnwys. Mae'r asesiad poblogaeth yn canolbwyntio ar anghenion gofal a chefnogaeth y boblogaeth. Mae'r asesiad lles yn edrych ar bob agwedd ar les - cymdeithasol, diwylliannol, economaidd ac amgylcheddol.

Wrth gwrs mae achosion o orgyffwrdd ac mae angen i ni gydweithio fel nad ydym yn ailadrodd ein hunain. Mae iechyd meddwl wedi'i gynnwys yn y ddau a byddwn yn rhannu mwy am y cynlluniau i ymateb i'r asesiadau pan fyddwn yn gwybod mwy.

Dewch i Ddweud eich Dweud!

Mae'r drafft cyntaf o gynllun rhanbarthol yr asesiad poblogaeth yn cael ei hymgyngori yn awr yma:

www.cydweithredfagogleddcymru.cymru/asesiad-poblogaeth-gogledd-cymru/cynllun-rhanbarthol/

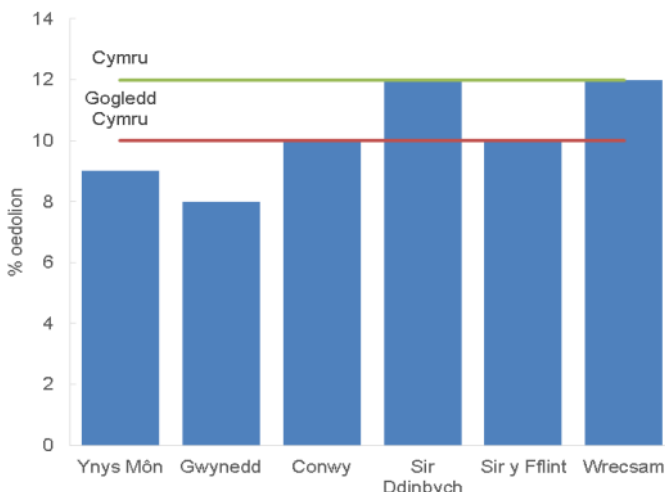
Cymerwch olwg a rhoi gwybod i ni beth ydych chi'n feddwl.



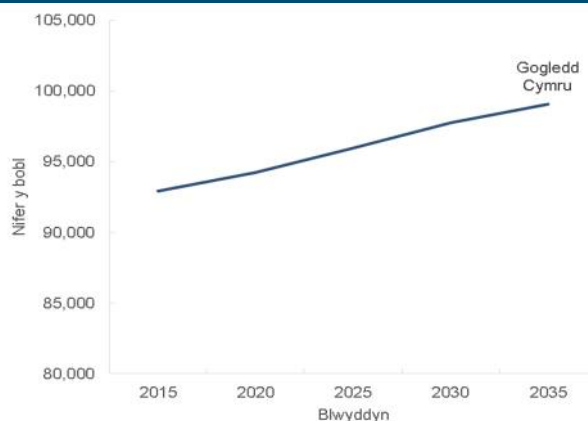
Beth y gwnaethom ei ganfod

- Mae tua 92,000 o oedolion yng Ngogledd Cymru ag anghenion iechyd meddwl, 16% o'r boblogaeth.
- Mae pobl yng Ngogledd Cymru yn adrodd iechyd meddwl dipyn bach gwell nag yng Nghymru ar y cyfan.
- Mae nifer y bobl ag anghenion iechyd meddwl yn debygol o gynyddu.
- Y salwch meddwl mwyaf cyffredin a adroddir yw gorbryder ac iselder.
- Mae gwaith ymchwil yn awgrymu nad yw nifer uchel o bobl yn mynd i ofyn am help.
- Mae nifer y bobl a dderbynnir i gyfleusterau iechyd meddwl yn lleihau oherwydd gostyngiad yn nifer y gwelyau sydd ar gael yng Ngogledd Cymru. Mae pobl yn cael eu lleoli y tu allan i'r rhanbarth.
- Mae nifer y bobl ag anghenion mwy cymhleth yn cynyddu.
- Mae pobl ag anghenion iechyd meddwl yn fwy tebygol o fod ag iechyd corfforol gwael.
- Mae tlodi, diwygio lles a sbardun i gael pobl yn ôl i'r gwaith yn achosi straen ychwanegol i bobl ddiamddiffyn.
- Mae'r asesiad poblogaeth yn cysylltu â gwaith y [Bwrdd Cynllunio Ardal ar gyfer camddefnyddio sylweddau](#).

Canran oedolion sy'n cael eu trin am salwch meddwl



Nifer yr oedolion a ragwelir i gael problem iechyd meddwl



“Byddai’n well gen i fynd i’r ysbty na gadael i’r cymuned leol wybod bod gen i broblem iechyd meddwl, yn enwedig sgitsoffrenia”

- Cyfranogwr ymgynghori

Beth ddywedodd pobl wrthym ni...

- Mae cludiant a chostau yn cyfyngu ar fynediad i weithgareddau a gwasanaethau.
- Dylai cymaint o gefnogaeth fod ar gael ar gyfer iechyd meddwl ag sydd ar gyfer iechyd corfforol. Mae angen mwy o staff iechyd meddwl.
- Gall fod yn anodd i bobl ag anghenion iechyd meddwl fynd yn ôl i gyflogaeth.
- Mae angen i unigolion fod â rhywun i gysylltu â nhw mewn argyfwng iechyd meddwl neu argyfwng.
- Mae pobl sy'n defnyddio gwasanaethau iechyd meddwl yn credu fod cyfeillgarwch a rhwydweithiau cymdeithasol y bwysig iawn ond yn aml maen nhw'n dal i gadw pethau iddynt eu hunain i osgoi bod yn 'faich' neu oherwydd eu bod yn ofni na fydd pobl yn deall. Maen nhw'n gwerthfawrogi'r gwasanaethau sydd ar gael.

Beth rydym ni'n meddwl y dylai ddigwydd

- Dylai gwasanaethau fod yn seiliedig ar egwyddorion a rennir:
 - ymwneud a chyfranogiad defnyddwyr gwasanaeth a gofalwyr;
 - eiriolaeth gymunedol;
 - cefnogaeth i ofalwyr;
 - rôl cyfleoedd dysgu a gweithio mewn adferiad;
 - cydweithio rhwng asiantaethau.
- Darparu llwybr clir o wasanaethau aciwt (fel yn yr ysbyty) i wasanaethau cymunedol.
- Lleihau'r defnydd o welyau ysbyty aciwt y tu allan i Ogledd Cymru.
- Buddsoddi mewn rhagor o waith ataliol fel bod llai o bobl angen gwasanaethau ysbyty.
- Gweithio i reoli cynnydd mewn galw am wasanaethau gyda chyllidebau sy'n lleihau.
- Darparu rhagor o gyfleoedd cyfeillio i gefnogi pobl i gael mynediad i weithgareddau cymdeithasol presennol.
- Sicrhau bod digon o lety addas i gefnogi

pobl i gamu i lawr o ofal preswyl i adnoddau cymunedol.

- Datblygu iechyd meddwl cyhoeddus yng Ngogledd Cymru a hyrwyddo lles meddyliol i atal salwch meddwl.
- Mae angen mwy o gefnogaeth i bobl gydag Anhwylder yn y Sbectwm Awtistig – byddwn yn edrych ar hyn yn fanwl mewn newyddlen yn y dyfodol.

Strategaeth iechyd meddwl

Mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr wedi cynhyrchu *Law yn Llaw at Iechyd Meddwl yng Ngogledd Cymru* sy'n amlinellu eu dull newydd o ymateb i faterion iechyd meddwl i bobl o bob oed. Mae'r strategaeth yn mynd i'r afael â llawer o'r anghenion a nodir yn yr asesiad poblogaeth.

Mae'r strategaeth ar gael yma:

www.bcugetinvolved.wales/mental-health-and-wellbeing

Pum Ffordd at Les

Pum cam y gallwn i gyd eu cymryd i wella ein lles meddyliol ar sail ymchwil.

Cysylltu... gyda'r unigolion o'ch cwmpas; eich teulu, ffrindiau, cydweithwyr a chymdogion.

Bod yn actif... mynd am dro, mynd i feicio neu chwarae gêm o bêl-droed. Dod o hyd i weithgaredd rydych yn ei fwynhau.

Rhoi... gwneud rhywbeth neis ar gyfer ffrind neu rywun dieithr.

Dal i ddysgu... rhoi cynnig ar rywbeth newydd, gosod her y byddwch yn ei fwynhau.

Cymryd sylw.. Bod yn ymwybodol o'r byd o'ch cwmpas a'ch teimladau.



Themâu

- Plant a phobl ifanc
- Pobl hŷn
- Iechyd, anabledau corfforol ac amhariadau synhwyrdd
- Anabledau dysgu ac awtistiaeth
- Iechyd meddwl
- Gofalwyr
- Trais yn erbyn merched, cam-drin domestig, a thrais rhywiol
- Digartrefedd
- Cyn-filwyr
- Pobl yn yr ystâd ddiogel

Rhagor o wybodaeth

Pecynnau asesu'r boblogaeth a chynllun ardal:

<https://gofalcymdeithasol.cymru/hub/hub-resource-sub-categories/cynllunio-a-hyrwyddo>

Cod Ymarfer Rhan 2:

<http://www.cgymru.org.uk/codau-ymarfer-ac-arweiniad-statudol/?force=2>

Canllaw cynllun ardal:

<http://gov.wales/topics/health/socialcare/act/code-of-practice/?skip=1&lang=cy>

Dewis Cymru (gwasanaethau ar gael i fodloni'r anghenion a nodir yn yr asesiad):

<https://www.dewis.cymru/>

Cysylltwch â ni

Sarah Bartlett, Rheolwr Prosiect
01824 712432

sarah.bartlett@sirddinbych.gov.uk

www.cydweithredfagogleddcymru.cymru

Cefndir i'r asesiad poblogaeth

Mae'r asesiad poblogaeth yn dwyn ynghyd wybodaeth am anghenion gofal a chefnogi pobl ac anghenion cefnogi gofalwyr yng ngogledd Cymru. Mae'n anelu at ddangos pa mor dda y mae anghenion pobl yn cael eu bodloni a'r gwasanaethau y byddwn eu hangen i'w diwallu yn y dyfodol. Fe wnaeth awdurdodau lleol yng Ngogledd Cymru gydweithio â Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr (BIPBC), a gefnogir gan Iechyd Cyhoeddus Cymru, i lunio'r asesiad sy'n un o ofynion Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014.

Bydd yr asesiad poblogaeth yn cael ei ddefnyddio i wneud penderfyniadau am y gwasanaethau rydym angen eu darparu yng ngogledd Cymru i ddiwallu anghenion gofal a chefnogi pobl ac anghenion cefnogi gofalwyr. Bydd yn ein helpu i benderfynu lle i ddefnyddio ein hadnoddau, i ddiwallu gofynion eraill y ddeddf ac i ddylanwadu ar waith y Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol.

Rydym wedi defnyddio pob math o dystiolaeth i adnabod beth sydd ei angen ac wedi gofyn i bobl beth maent yn ei feddwl sy'n bwysig, gan gynnwys pobl sy'n defnyddio gwasanaethau gofal a chefnogi ar hyn o bryd, panel dinasyddion gogledd Cymru, a staff sy'n cyflwyno gwasanaethau yn yr awdurdodau lleol, sectorau iechyd, preifat a gwirfoddol.

Nesaf, byddwn yn ysgrifennu cynllun ardal rhanbarthol gan nodi'r ystod a lefel o wasanaethau y mae'r cynghorau a byrddau iechyd lleol yn bwriadu eu darparu neu drefnu mewn ymateb i'r asesiad poblogaeth. Mae'n rhaid cwblhau hwn erbyn 1 Ebrill 2018.

