



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

NORTH WALES SOCIAL CARE AND WELL-BEING
SERVICES IMPROVEMENT COLLABORATIVE

Strategaeth Dementia Gogledd Cymru

Mawrth 2020



Cysylltwch â ni

Cydweithredfa Gwella Gofal Cymdeithasol a Lles Gogledd Cymru

Neuadd y Sir, Ffordd Wynnstay, Rhuthun, LL15 1YN

E-bost: northwalescollaborative@denbighshire.gov.uk

Ffôn: 01824 712432

[Gwefan www.northwalescollaborative.wales](http://www.northwalescollaborative.wales)

Cynnwys

Cyflwyniad	4
Lleihau risg ac oedi cychwyniad	7
Codi ymwybyddiaeth a dealltwriaeth	10
Cydnabod a chanfod	14
Asesiad a diagnosis	17
Byw cystal â phosib gyhyd â phosibl gyda dementia	20
Yr angen am fwy o gymorth	26
Cefnogi Gofalwyr	30
Rhoi'r strategaeth ar waith	34
Atodiad 1: Strategaethau a deddfwriaeth	35

Cyflwyniad

Mae cefnogaeth i bobl â dementia yn flaenoriaeth yng Nghynllun Rhanbarthol Gogledd Cymru (Cynllun Ardal) yn seiliedig ar yr hyn a ddywedodd pobl wrthym a oedd yn bwysig iddyn nhw fel rhan o'r asesiad poblogaeth.

Mae dyletswydd gyfreithiol hefyd yn Neddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Lles 2014 i Fyrddau Partneriaeth Ranbarthol flaenoriaethu integreiddio gwasanaethau mewn perthynas â phobl hŷn ag anghenion cymhleth a chyflyrau tymor hir, gan gynnwys dementia. Mae'r strategaeth yn nodi sut y byddwn yn gweithio tuag at wasanaethau dementia integredig yng Ngogledd Cymru. Fe'i datblygwyd ar y cyd gan chwe chynghor Gogledd Cymru a Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr (BIPBC) gyda chefnogaeth Iechyd Cyhoeddus Cymru, Prifysgol Bangor a phartneriaid eraill.

Ynglŷn â'r strategaeth

Mae'r strategaeth yn canolbwyntio ar anghenion pobl sy'n byw gyda dementia yng Ngogledd Cymru, gan gynnwys pobl â dementia cynnar a phobl â nam gwybyddol ysgafn. Mae'n cyd-fynd â strategaethau a rhaglenni eraill gan gynnwys:

- [Strategaeth Gofalwyr Gogledd Cymru](#)
- [Strategaeth Iechyd Meddwl Gogledd Cymru Gyda'n Gilydd](#)
- [Strategaeth Anabledau Dysgu Gogledd Cymru](#)
- [Strategaeth Dementia BIPBC 2018 i 2020](#)
- Cynlluniau Heneiddio'n Dda
- [Canllaw'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal \(NICE\) \(NG97\) Dementia: asesiad, rheolaeth a chefnogaeth i bobl sy'n byw gyda dementia a'u gofalwyr](#)
- [Cynllun Gweithredu Dementia ar gyfer Cymru 2018-2022](#)
- Mesur y Gymraeg (Cymru) 2011

Mae rhestr lawn o strategaethau a deddfwriaeth a ddylanwadodd ar y strategaeth yn [atodiad 1](#).

Cyfrifoldebau Llywodraeth y DU a Llywodraeth Cymru yw'r system budd-daliadau lles a'r ffordd y mae gofal cymdeithasol yn cael ei ariannu, felly maent y tu allan i

gwmpas y strategaeth hon, er eu bod yn cael effaith sylweddol ar les y bobl y mae dementia yn effeithio arnynt.

Beth yw dementia?

Mae'r term dementia yn disgrifio symptomau a allai gynnwys colli cof ac anawsterau gyda meddwl, datrys problemau neu iaith. Mae yna lawer o wahanol fathau o ddementia. Y mwyaf cyffredin yw clefyd Alzheimer ond mae yna achosion eraill fel dementia fasgwlaidd neu ddementia gyda chyrff Lewy.

Dementia cynnar yw dementia sy'n cychwyn pan mae rhywun o dan 65 oed ar adeg y diagnosis ac mae'n effeithio ar oddeutu 5% o bobl â dementia.

Mae **nam gwybyddol ysgafn** yn ddirywiad mewn galluoedd meddyliol sy'n fwy na heneiddio arferol ond nid yw'n ddigon difrifol i ymyrryd yn sylweddol â bywyd bob dydd, felly ni chaiff ei ddiffinio fel dementia. Mae'n effeithio ar amcangyfrif o 5% i 20% o bobl dros 65 oed. Mae bod â nam gwybyddol ysgafn yn cynyddu risg unigolyn o ddatblygu dementia ond ni fydd pawb â nam gwybyddol ysgafn yn datblygu dementia.

Sut yr ysgrifennom y strategaeth

Data a gwybodaeth gefndirol

Fe ddefnyddiom wybodaeth o Asesiad Poblogaeth Gogledd Cymru a'i diweddaru ar gyfer y strategaeth. Fe gynhyrchom bapur cefndir sy'n cynnwys nifer y bobl sy'n byw gyda dementia yng Ngogledd Cymru nawr ac a ddisgwylir yn y dyfodol ynghyd â data am gydraddoldeb a hawliau dynol. Mae hefyd yn cynnwys yr holl gyfeiriadau ar gyfer yr ystadegau a chanfyddiadau ymchwil a ddefnyddir yn y strategaeth hon.

Ymgynghori ac ymgysylltu

Cynhaliom ymgynghoriad 15 wythnos (rhwng 1 Mai a 19 Awst 2019) i ddarganfod beth oedd barn pobl am wasanaethau dementia yng Ngogledd Cymru, beth sy'n gweithio'n dda, beth ellid ei wella a themâu'r strategaeth. Ysgrifennwyd y canfyddiadau mewn adroddiad ymgynghori manwl. Cynhaliom hefyd ddigwyddiad ym mis Tachwedd 2019 i rannu a derbyn adborth ar ein canfyddiadau hyd yma.

Rydym wedi rhannu [fideo o gyflwyniadau a thafleuni'r digwyddiad](#) ar y wefan cydweithredu ranbarthol, ynghyd ag [adroddiad digwyddiad](#) manwl.

Mapio gwasanaeth

Fe gynhaliom ymarfer mapio o'r gwahanol wasanaethau yng Ngogledd Cymru. Dyma gipolwg ar wasanaethau cyfredol a gyfunwyd ag adborth arall i lywio'r strategaeth. Mae'r adroddiad mapio gwasanaeth yn cynnwys mwy o fanylion am wasanaethau a grynhoir yn y strategaeth. Mae copïau o'r rhestr o wasanaethau unigol ar gael ar gais.

Asesiad o'r Effaith ar Les a Chydraddoldeb

Cynhaliom asesiad o effaith ar les a chydraddoldeb ar y strategaeth a'i diweddaru ar adegau allweddol yn ei datblygiad. Roedd hyn er mwyn helpu i nodi unrhyw anghydraddoldebau posibl sy'n codi o ddatblygu a chyflawni'r strategaeth.

Canfu'r asesiad os bydd amcanion y strategaeth yn cael eu cyflawni, dylent gael effaith bositif ar iechyd pobl, lleihau anghydraddoldebau, a chefnogi datblygiad cymunedau cydlynol yng Ngogledd Cymru.

Dylid nodi y bydd angen i unrhyw newidiadau i wasanaethau neu wasanaethau newydd a ddatblygir mewn ymateb i'r strategaeth gynnal asesiad o effaith ar gydraddoldeb ar wahân.

Llywodraethu

Goruchwyliwyd y gwaith gan Grŵp Llywio Strategaeth Dementia a oedd yn cynnwys cynrychiolwyr o'r chwe chynghor lleol yng Ngogledd Cymru, BIPBC, pobl â phrofiad o fyw â dementia a sefydliadau partner eraill. Adroddodd y grŵp llywio i'r Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol trwy Grŵp Arweinyddiaeth Gogledd Cymru.

Y Blaenoriaethau

Mae'r strategaeth wedi'i seilio ar themâu Cynllun Gweithredu Dementia Llywodraeth Cymru gan ychwanegu blaenoriaeth benodol i ofalwyr. Mae'r themâu hyn yn seiliedig ar ganfyddiadau'r ymgynghoriad.

Lleihau risg ac oedi cychwyniad

Mae Llywodraeth Cymru yn argymhell [chwe cham](#) y gall pobl eu cymryd i leihau eu risg o ddementia. Sef:

- Cam 1: Bod yn gorfforol egnïol
- Cam 2: Cynnal pwysau iach
- Cam 3: Bod yn egnïol yn gymdeithasol ac yn feddyliol (dilynwch y [5 ffordd at les](#))
- Cam 4: Osgoi yfed gormod o alcohol
- Cam 5: Rhoi'r gorau i ysmegu
- Cam 6: Ymrwymo i adolygu eich iechyd

Beth a wyddom am y boblogaeth

Mae tua 52% o oedolion yng Ngogledd Cymru yn gwneud y 150 munud o ymarfer corff a argymhellir bob wythnos, mae 22% yn bwyta pum ffrwyth neu lysiau bob dydd ac mae tua 40% yn bwysau iach. Mae tua 18% yn yfed mwy o alcohol na'r canllawiau a argymhellir ac mae 19% o oedolion yn ysmegu.

Mae mwy o bobl yng Ngogledd Cymru (53%) yn teimlo ymdeimlad o gymuned na chyfartaledd Cymru (50%) ac mae 16% o oedolion yn dweud eu bod yn teimlo'n unig. Mae cysylltiad agos rhwng yr holl ffactorau risg hyn ag amddifadedd ac achosion cymdeithasol eraill iechyd gwael.

Siaredir Cymraeg ar draws y rhanbarth gyda chyfrifiad 2011 yn dangos, bod 27% o bobl 65 oed a hŷn yng Ngogledd Cymru yn siarad Cymraeg. Mae hyn yn amrywio o 9% yn Sir y Fflint a Wrecsam i 62% yng Ngwynedd. Mae gan hyn oblygiadau pwysig o ran cynllunio a darparu darpariaeth iaith gyfartal ar draws y rhanbarth heb i siaradwyr Cymraeg ofyn am y ddarpariaeth hon.

Mae cysylltiad hefyd rhwng colli clyw a risg uwch o ddementia mewn oedolion dros 55 oed ac mae ymchwil yn awgrymu bod pobl sy'n gwisgo cymorth clyw ar gyfer problemau clyw sy'n gysylltiedig ag oedran yn cynnal gwell swyddogaeth ymennydd

dros amser na'r rhai sydd â phroblemau clyw ond nad ydynt yn ceisio cymorth ar gyfer hyn.

Beth ddywedodd pobl wrthym ni

Yn yr ymgynghoriad siaradodd pobl am y canlynol.

- Mae angen codi ymwybyddiaeth am risgiau dementia a sut i'w lleihau nhw, gan gynnwys y cysylltiadau rhwng colli clyw a dementia.
- Mae gan nifer o wahanol asiantaethau ran i'w chwarae mewn lleihau'r risg, gan gynnwys iechyd y cyhoedd.
- Mae angen mwy o ymchwil i achosion a thriniaeth dementia.

Yn ystod y Digwyddiad Strategaeth Dementia, bu pobl hefyd yn trafod y canlynol:

- Codi ymwybyddiaeth o ffactorau risg a gwella iechyd y cyhoedd yn ei gyfanrwydd, gan gynnwys anghydraddoldebau iechyd, cysylltiadau â chyflyrau eraill a'r amgylchedd.
- Negeseuon clir a chyson ledled Gogledd Cymru, gan gysylltu â'r gymuned ehangach, y trydydd sector, gwirfoddolwyr a phobl y mae dementia yn effeithio arnynt.
- Mwy o ymchwil i gysylltiadau ag awtistiaeth a chyflyrau eraill ac ystyried sut rydym yn cefnogi cyflyrau lluosog.

Beth rydym yn ei wybod am wasanaethau

Anogir y chwe cham a amlinellir uchod i wella iechyd a lles ar draws y boblogaeth gyfan. Felly, mae yna ystod eang o sefydliadau, mentrau a gweithgareddau ledled Gogledd Cymru, sy'n anelu at wella iechyd y cyhoedd. Mae'r rhain yn cynnwys cyngor ar fwyta'n iach, help i roi'r gorau i ysmegu, cymorth cyffuriau ac alcohol a chynlluniau ymarfer corff. Mae cefnogaeth benodol hefyd i'r rhai sy'n byw gyda dementia trwy'r Tîm Iechyd Perthynol, sy'n cefnogi'r rhai sydd newydd gael diagnosis. Mae eu dull yn seiliedig ar y dull chwe cham.

Gall pobl â diagnosis dementia, pobl â nam gwybyddol ysgafn a'u gofalwyr gael gafael ar gyngor trwy Dementia Connect.

Sefydlwyd Canolfan [Datblygu Gwasanaethau Dementia](#) (Canolfan Ymchwil DSDC Cymru) ym Mhrifysgol Bangor ym 1999 ac mae ganddi enw da yn rhyngwladol am ymchwil heneiddio a dementia, gan ganolbwyntio ar driniaeth a gofal. Mae tîm DSDC yn gweithio'n agos gyda phobl hŷn, pobl sy'n byw gyda dementia a'u gofalwyr, ynghyd â gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol proffesiynol i sicrhau y bydd ein hymchwil yn gwneud gwahaniaeth, yn gwella ansawdd gofal ac yn llywio datblygiad polisi ac ymarfer. Maent yn ymgymryd ag ystod o weithgareddau i gefnogi pobl y mae dementia yn effeithio arnynt gan gynnwys [Rhwydwaith Dementia Gogledd Cymru](#).

Beth a wnawn yn dda

Mynediad at wasanaethau yn y gymuned, gan gynnwys cefnogaeth i ofalwyr.
Dosbarthiadau Dementia GO yng Ngwynedd.

Beth fyddwn ni'n ei wneud

Cam Gweithredu 1: Parhau i weithio gyda phartneriaid i hyrwyddo a chefnogi mentrau i leihau risg ac oedi cychwyniad dementia, gan gynnwys cysylltiadau rhwng colli clyw a dementia.

Cam Gweithredu 2: Gweithio gyda phartneriaid i gefnogi ymchwil i achosion a thriniaeth dementia ac annog cyfranogiad.

Cam Gweithredu 3: Hwyluso gweithdy rhannu ymarfer ar gyfer ymarferwyr iechyd a gofal cymdeithasol sy'n darparu gofal a chefnogaeth i oedolion ag anableddau dysgu i gwmpasu'r angen am ddull rhanbarthol ac ataliol o ganfod dementia yn gynnar, asesiad a chefnogaeth i oedolion ag anableddau dysgu. Bydd hyn yn cynnwys gwneud cysylltiadau â'r 1,000 o fywydau: rhaglen genedlaethol gwella gofal dementia ac archwilio cysylltiadau â gwasanaethau prif ffrwd ar gyfer dementia.

Cam Gweithredu 4: Ymestyn gwasanaethau cymorth o ddim ond y rhai sydd newydd gael diagnosis, fel bod pawb sydd â dementia a nam gwybyddol ysgafn yn cael mynediad at gefnogaeth, wedi'i theilwra ar eu cyfer, i ymgorffori'r chwe cham yn eu bywyd bob dydd.

Codi ymwybyddiaeth a dealltwriaeth

Yr hyn rydym yn ei wybod am y boblogaeth

Mae rhwng 10,000 ac 11,000 o bobl yn byw gyda dementia yng Ngogledd Cymru ac mae'r nifer yn debygol o gynyddu wrth i nifer y bobl hŷn yn y boblogaeth gynyddu. Mae merched yn fwy tebygol i gael dementia na dynion, efallai oherwydd eu bod yn byw'n hirach. Yng Ngogledd Cymru amcangyfrifir bod gan 6,300 o ferched ddementia a 3,700 o ddynion. Amcangyfrifir hefyd y bydd 2,700 o bobl sy'n byw gyda dementia yng Ngogledd Cymru yn siaradwyr Cymraeg.

Beth ddywedodd pobl wrthym ni

Mae codi ymwybyddiaeth, dealltwriaeth a derbyniad yn hanfodol.
Cyfranogwr ymgynghori

Yn yr ymgynghoriad dywedodd pobl fod hwn yn faes lle gwnaed llawer o gynnydd, yn enwedig oherwydd gwaith cymunedau sy'n gyfeillgar i ddementia. Fe godon nhw'r canlynol hefyd.

- Awgrymiadau ynghylch sut mae'n well gan bobl gael eu trin a syniadau ar gyfer gwella ymwybyddiaeth a dealltwriaeth mewn meysydd penodol.
- Yr angen i leihau stigma o amgylch y cyflwr a rhannu negeseuon cadarnhaol ynghylch sut i fyw'n dda gyda dementia.
- Dylid osgoi labelu pobl a dylid trin pobl fel unigolion, gan fod yn ystyriol o ran y termau a ddefnyddir i ddisgrifio pobl.
- Mae angen codi ymwybyddiaeth o'r cymorth sydd ar gael a helpu pobl i ddod o hyd i'r wybodaeth y mae arnyn nhw ei hangen ar yr adeg gywir.
- Sicrhau fod y gefnogaeth a ddarperir yn cynnwys y cynnig gweithredol i'r rheini sydd â'r Gymraeg fel eu hiaith gyntaf neu eu dewis iaith. Mae'r cynnig

gweithredol yn golygu bod cefnogaeth ar gael i bobl yn Gymraeg, heb iddynt orfod gofyn.

- Mae angen gwella hyfforddiant staff ac ymwybyddiaeth o ddementia ac anghenion gofalmwr mewn ysbytai, cartrefi gofal, yn y gwasanaethau gofal cartref, yn ogystal â'r gwasanaethau cyhoeddus ehangach.

Rhannwyd y canlynol hefyd gan bobl a fynychodd y digwyddiad Strategaeth Dementia:

- Codi ymwybyddiaeth o'r gwasanaethau sydd ar gael, a sicrhau bod gwybodaeth yn cael ei rhannu ar yr amser iawn, fel gwasanaeth y tu allan i oriau ar gyfer pwyntiau argyfwng. Dylai gwybodaeth fod ar gael mewn sawl fformat.
- Gall ymwybyddiaeth meddygon teulu amrywio, sy'n gohirio diagnosis mewn rhai achosion. Mae eu gwybodaeth am wasanaethau cymorth hefyd yn amrywio.
- Hyfforddiant mwy manwl ar gyfer staff rheng flaen, myfyrwyr a chartrefi gofal nad ydyn nhw'n arbenigo mewn gofal dementia a staff sy'n gweithio gyda dementia sy'n gysylltiedig ag alcohol neu gyffuriau.
- Weithiau mae diffyg ymwybyddiaeth mewn banciau ynghylch dementia ac Atwrneiaeth.
- Gall cyllid tymor byr ar gyfer prosiectau a chefnogaeth arwain at drosiant uchel o staff.
- Mae angen i gefnogaeth fod ar gael mewn ieithoedd eraill i rai cymunedau.
- Angen mwy o ffocws ar gefnogaeth sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn a gwybod beth oedd yr unigolyn yn arfer ei wneud ym ei fywyd beunyddiol.
- Cefnogi cymunedau sy'n gyfeillgar i ddementia.

Beth rydym yn ei wybod am wasanaethau

Gellir dod o hyd i wybodaeth a chyngor trwy gronfeydd data ar-lein, megis [Dewis Cymru](#), [Llinell Gymorth Dementia Cymru](#) a [Chyfeiriadur Dementia Cymdeithas Alzheimer](#). Mae Dementia Connect yn darparu llawer o wasanaethau, gan gynnwys gwybodaeth a chyngor. Mae gwybodaeth a chefnogaeth hefyd ar gael trwy linellau ffôn, cyfryngau cymdeithasol a fforymau gwe, fel [Cyfle am Sgwrs](#).

Mae yna lawer o fentrau sy'n gyfeillgar i ddementia ar draws Gogledd Cymru. Mae cymunedau, sefydliadau a'r sector cyhoeddus yn gweithio tuag at ddod yn gyfeillgar i ddementia.

Mae grwpiau [Prosiect Ymgysylltu a Grymuso Dementia \(DEEP\)](#) yn rhan o rwydwaith cenedlaethol ar gyfer pobl sy'n byw gyda dementia sy'n dymuno gweld newidiadau cadarnhaol. Arweinir y grwpiau hyn gan yr aelodau ac mae pedwar yn bodoli ar hyn o bryd yng Ngogledd Cymru. Mae busnesau lleol a grwpiau cymunedol yn cael sesiynau rheolaidd sy'n gyfeillgar i ddementia ar draws pob ardal, er efallai na fydd rhai o'r grwpiau llai yn hysbysebu'n rhy eang gan eu bod eisoes yn llawn.

Mae'r Sefydliad Cynllunio Tref Brenhinol wedi cynhyrchu cyngor ymarfer ar [Dementia a Chynllunio Tref](#) i helpu i lywio sut y gall cynllunio greu amgylcheddau gwell i bobl sy'n byw gyda dementia, a fydd yn helpu i wella ansawdd bywyd.

Mae mentrau ar waith i ddiogelu pobl sy'n byw gyda dementia yn y gymuned leol. Er enghraifft Protocol Herbert, Cerdyn Cadw'n Saff Cymru a Lleoedd Diogel.

Mae Gofal Cymdeithasol Cymru wedi cynhyrchu [adnodd dementia i weithwyr gofal proffesiynol](#) ddarparu mynediad at wybodaeth hanfodol, astudiaethau achos, data ac ymchwil. Canfu eu hadolygiad o ddysgu a datblygu dementia yn 2019 lawer o wahanol adnoddau, a ystyriwyd i raddau helaeth i fod o ansawdd da. Argymhellwyd gwella cydweithredu a chydlynu rhwng awdurdodau iechyd ac awdurdodau lleol, trwy'r Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol. Mae'r prif ffynonellau cyllid yn tueddu i fod yn rhai tymor byr, a all achosi problemau gyda phrif ffrydio treialon. Nododd yr adolygiad nad oedd dull effeithiol o gasglu tystiolaeth am ddysgu a datblygu dementia a'r effaith y mae'n ei chael. Nodwyd bylchau penodol yn y deunydd a gwmpesir gan yr hyfforddiant. Mae dementia wedi'i osod fel maes blaenoriaeth gan grŵp swyddogion hyfforddi Gogledd Cymru, a dylid mynd i'r afael â'r meysydd hyn.

Rhaid i holl staff clinigol BIPBC sy'n darparu gofal uniongyrchol yn rheolaidd i bobl sy'n byw gyda dementia gwblhau hyfforddiant dementia. Mae pob gweithiwr newydd yn ymgymryd ag ymwybyddiaeth o ddementia fel rhan o'u cyfnod sefydlu. Mae sesiynau ffrindiau dementia wedi'u cyflwyno i staff argyfwng a'r Bwrdd Gweithredol. Mae gwelliannau i gyrsiau hyfforddi yn parhau ac yn cynnwys cyfranogiad Llysgennad Strategaeth Dementia, sef person sy'n byw gyda dementia. Mae yna gwrs penodol hefyd sy'n ymwneud â dementia a gofal diwedd oes.

Mae gan ofalwyr pobl sy'n byw gyda dementia yr hawl i aros gyda'r person ar bob ward oedolion ar safleoedd BIPBC (Ymgyrch John). Mae BIPBC yn defnyddio Mapio Gofal Dementia i fesur profiad pobl sy'n byw gyda dementia mewn lleoliadau gofal.

Beth a wnawn yn dda

Ymwybyddiaeth gynyddol am ddementia, yn enwedig oherwydd cynlluniau 'cymunedau sy'n gyfeillgar i ddementia'.

Gwelwyd bod adnoddau dysgu a hyfforddi dementia o ansawdd da,

Mae dementia yn faes blaenoriaeth gan grŵp swyddogion hyfforddi Gogledd Cymru.

Mae BIPBC yn arwain ar ddatblygu Mapio Gofal Dementia ledled Cymru.

Beth fyddwn ni'n ei wneud

Cam Gweithredu 5: Parhau i weithio tuag at statws sy'n gyfeillgar i ddementia ar gyfer ein sefydliadau a'n cymunedau.

Cam Gweithredu 6: Integreiddio hyfforddiant rhwng iechyd a gofal cymdeithasol ledled Gogledd Cymru.

Cam Gweithredu 7: Parhau i ddarparu hyfforddiant dementia i staff sy'n gweithio gyda phobl â dementia yn rheolaidd fel eu bod yn cwrdd â'r safonau a argymhellir yn y Fframwaith Gwaith Da. Annog hyfforddiant ymwybyddiaeth dementia ar gyfer holl staff y sector cyhoeddus.

Cam Gweithredu 8: Sefydlu rhwydweithiau dysgu a datblygu rhanbarthol i gynnal comisiynu ar y cyd, rhannu gwybodaeth ac arfer da a sefydlu dull ar gyfer asesu sut mae dysgu a datblygu yn llywio arfer. I gynnwys hyfforddiant ar gyfer staff a gofalwyr.

Cam Gweithredu 9: Datblygu cronfa ddata DEWIS fel ei bod yn haws ei defnyddio ac annog mwy o wasanaethau i restru'r hyn sydd ar gael a'i gadw'n gyfoes. Cynhwyswch gefnogaeth ar adegau o argyfwng.

Cam Gweithredu 10: Sicrhewch fod hyrwyddwyr dementia wedi'u lleoli yn y practis meddygon teulu i gefnogi a chyfeirio pobl.

Cydnabod a chanfod

Yr hyn rydym yn ei wybod am y boblogaeth

Oedran yw'r ffactor risg mwyaf hysbys ar gyfer dementia, gan godi o 7% o bobl 65 i 17% dros 80 oed.

Mae pobl ag anabledau dysgu mewn mwy o berygl o ddatblygu dementia wrth iddynt heneiddio ac mae pobl â syndrom Down mewn perygl arbennig.

Argymhellir asesiad clyw i bawb sydd ag amheuaeth o ddementia gan y gall guddio neu waethygu symptomau dementia. Amcangyfrifir bod gan 80% i 90% o'r rhai sy'n defnyddio gwasanaethau asesu cof nam ar eu clyw.

Mae gan rhwng 5% i 20% o bobl dros 65 oed nam gwybyddol ysgafn, sy'n ddirywiad mewn galluoedd meddyliol sy'n fwy na heneiddio arferol ond ddim yn ddigon difrifol i ymyrryd yn sylweddol â bywyd bob dydd. Ni fydd pawb sydd â nam gwybyddol ysgafn yn datblygu dementia ond bydd tua 5% i 15% o bobl bob blwyddyn yn gwneud hynny.

Mae peth tystiolaeth bod pobl sy'n siarad Cymraeg a Saesneg dair blynedd yn hŷn ar gyfartaledd a gyda mwy o namau gwybyddol pan gawsant eu hasesu o'u cymharu â siaradwyr Saesneg sy'n defnyddio gwasanaethau.

Mae ymchwil rhyngwladol hefyd yn awgrymu y gall gwahanol grwpiau ethnig gael cyfraddau diagnosis is. Dylid cynnal diagnosis dementia mewn modd amserol fel bod anghenion yr unigolyn yn cael eu deall waeth beth fo'u diwylliant neu eu gofynion iaith.

Beth ddywedodd pobl wrthym ni

Roedd gan fy ffrind hanes teuluol o ddementia ac wedi bod yn ceisio cuddio symptomau ers blynyddoedd heb wybod ble i fynd am help.

Cyfranogwr ymgynghori

Dyweddodd cyfranogwyr yr ymgynghoriad y dylem:

- Godi ymwybyddiaeth o symptomau dementia a phryd i geisio cymorth.
- Cefnogi pobl sy'n byw â dementia i ddeall a derbyn eu cyflwr.
- Lleihau rhestrau aros am ddiagnosis.
- Diystyru nam ar y clyw cyn atgyfeirio unigolyn am ddiagnosis dementia.

Rhannodd y bobl a fynychodd y Digwyddiad Strategaeth Dementia y canlynol hefyd:

- Codi ymwybyddiaeth i wella gallu adnabod y cyflwr yn gynnar, gan gynnwys cefnogaeth i'r rhai sydd â symptomau cynnar i geisio cymorth ac ymwybyddiaeth o wahanol fathau o ddementia.
- Gweithio i ddileu'r stigma o amgylch diagnosis dementia a'r system ofal, er enghraifft, trwy rannu straeon cadarnhaol o ystod amrywiol o ddiwylliannau.
- Sicrhau mynediad at gefnogaeth i wneud cais am gymorth cyllideb neu ofalwyr.
- Cynnwys symptomau dementia mewn gwiriadau iechyd safonol ar rai oedrannau neu gyfnodau bywyd penodol a'u cynnwys fel cwestiwn brysbennu cyffredinol mewn adrannau achosion brys.

Beth rydym yn ei wybod am wasanaethau

Y meddyg teulu yw'r pwynt cyswllt cyntaf i lawer o bobl sy'n meddwl eu bod yn datblygu dementia. Ni ddarganfuwyd unrhyw wasanaeth penodol arall i gydnabod a nodi dementia yn y mapio gwasanaeth.

Mae rhai gwasanaethau ar gael i bobl sydd â diagnosis ffurfiol o ddementia yn unig. Efallai bod diffyg ymwybyddiaeth bod gwasanaethau eraill ar gyfer pobl â nam gwybyddol ysgafn neu bobl sy'n cael asesiad a diagnosis. Mae canfod yn gynnar ar gyfer pobl ag anabledau dysgu a / neu syndrom Down yn cael ei ddatblygu.

Beth a wnawn yn dda

Cydweithio rhwng timau penodol a gyda gwahanol sefydliadau.

Dechrau datblygu sgrinio cynnar am ddementia i unigolion sydd ag anableddau dysgu a Syndrom Down.

Beth fyddwn ni'n ei wneud

Cam Gweithredu 13: Codi ymwybyddiaeth i annog pobl sy'n amau bod ganddyn nhw arwyddion cynnar o ddementia i fynd at eu meddyg teulu ynghylch eu symptomau.

Cam Gweithredu 14: Codi ymwybyddiaeth a rhannu straeon cadarnhaol i helpu gyda diagnosis a chefnogaeth gynnar, gan gynnwys gan siaradwyr Cymraeg a Saesneg ac ystod eang o gymunedau.

Cam Gweithredu 15: Cynnwys symptomau dementia mewn gwiriadau iechyd safonol ar rai oedrannau neu gyfnodau bywyd penodol a'u cynnwys fel cwestiwn brysbennu cyffredinol mewn adrannau achosion brys.

Aseiad a diagnosis

Yr hyn rydym yn ei wybod am y boblogaeth

Tua 51% y bobl sydd wedi'u hamcangyfrif i gael dementia yng Ngogledd Cymru sydd wedi cofrestru fel bod wedi cael diagnosis, ac fe elwir hyn yn gyfradd diagnosis dementia. Mae hynny'n gadael nifer sylweddol heb ddiagnosis. Mae yna broblem hysbys hefyd gyda chasglu'r data felly nid yw pawb sydd â diagnosis yn cael eu cyfrif yn yr ystadegau.

Gall cyfraddau diagnosis amrywio rhwng gwahanol grwpiau oherwydd diffyg darpariaeth iaith briodol a ffactorau diwylliannol. Mae'n bwysig bod pobl yn cael cyfle i dderbyn profion diagnostig yn y Gymraeg.

Beth ddywedodd pobl wrthym ni

Ar ôl y diagnosis, byddai eistedd i lawr gyda rhywun a allai egluro rhai o'r canlyniadau tebygol a pha gefnogaeth oedd ar gael, wedi bod yn help mawr.

Cyfranogwr ymgynghori

Dywedodd rhai pobl eu bod yn credu bod y broses asesu a diagnosis wedi gwella a chafwyd adborth cadarnhaol iawn am brofiadau pobl o glinigau cof. Roedd adborth arall yn cynnwys yr awgrymiadau canlynol.

- Mae angen symleiddio'r broses o gael diagnosis.
- Mae angen cynnwys gofalwyr mewn sgysiau am asesu a chael diagnosis, yn ogystal â'r unigolyn.
- Mae angen darparu mwy o gymorth yn syth ar ôl cael diagnosis i'r person â dementia ac i'w gofalwyr.
- Dylai asiantaethau a thimau gydweithio i wella systemau a chyfathrebu, fel nad oes rhaid i bobl adrodd eu stori dro ar ôl tro.
- Dylid anfon negeseuon testun i atgoffa am apwyntiadau, a chynnwys lluniau mewn llythyrau o'r bobl fydd yn yr apwyntiad.

- Dylid cysylltu'n rheolaidd â phobl sydd wedi cael diagnosis er mwyn gwneud yn siŵr eu bod yn cael y cymorth cywir cyn i argyfwng godi.
- Mae angen gwella diagnosis dementia ymysg pobl ag anabledd dysgu.
- Dylai'r gefnogaeth sydd ar gael fod yn ddi-dor waeth beth yw oedran y person adeg y diagnosis.

Rhannodd y bobl a fynychodd y Digwyddiad Strategaeth Dementia y canlynol hefyd:

- Mae angen cefnogaeth ar gyfer y rhai nad ydyn nhw'n cael diagnosis, er enghraifft, apwyntiad dilynol i adolygu symptomau.
- Gall asesu a gwneud diagnosis gymryd amser hir. Angen sicrhau ei fod yn canolbwyntio ar yr unigolyn ac yn yr iaith briodol er enghraifft Cymraeg neu Iaith Arwyddion Prydain.
- Nid yw lefelau staffio, y dull a gymerir a'r meini prawf cymhwysedd yn gyson ar draws y clinigau cof. Gall meini prawf ar gyfer atgyfeirio fod yn rhy gaeth.
- Anodd i rai gofalmwr gael amser i ffwrdd i fynd gyda'r person i gael apwyntiadau gan fod clinigau'n tueddu i redeg rhwng 9 a 5. Gall teithio a pharcio hefyd fod yn broblem.
- Efallai y bydd angen lleoliad gwahanol i glinig cof ar gyfer asesu pobl ag anabledd dysgu. Nid yw'r gwiriadau safonol bob amser yn briodol ac efallai y bydd angen gwneud addasiadau rhesymol.
- Byddai rhannu gwybodaeth yn help o ran gorfod ailadrodd yr un peth a chynorthwyo pe bai angen symud tŷ. Gall pasbort dementia helpu (yn debyg i Gofnod Iechyd Personol Plant).
- Mae angen cefnogaeth i helpu i dderbyn y diagnosis.
- Angen grŵp cymorth LGBT ac ymchwil i sut mae dementia yn effeithio ar hyn.

Beth rydym yn ei wybod am wasanaethau

Mae ymchwil ar y gweill ar hyn o bryd i fapio heriau a galluogwyr ar gyfer oedolion ag anableddau dysgu a'u gofalmwr, wrth gyrchu asesiadau dementia.

Mae saith clinig cof ledled Gogledd Cymru. Dim ond un clinig sy'n gwasanaethu pobl mewn rhannau gwledig o Ogledd-orllewin Cymru a gallant wynebu heriau wrth deithio yno. Efallai y byddant hefyd yn wynebu heriau o ran cael gafael ar gymorth Cymraeg.

Mae prosiect newydd i nodi nam clyw mewn pobl ag amheuaeth o ddementia cyn eu cyfeirio at glinig cof. Nod y prosiect yw gwella cywirdeb diagnosis, gohirio cychwyn dementia a gwella lles.

Beth a wnawn yn dda

Mae'r broses asesu a diagnosis, gan gynnwys clinigau cof bellach yn gweithio'n dda.

Beth fyddwn ni'n ei wneud

Cam Gweithredu 16: Parhau i archwilio opsiynau ar gyfer clinig cof newydd neu glinig cof symudol gyda staff dwyieithog, sy'n fwy hygyrch i bobl mewn ardaloedd gwledig

Cam Gweithredu 17: Gweithredu argymhellion o ymchwil ar fapio'r heriau a'r galluogwyr ar gyfer oedolion ag anabledau dysgu a'u gofalwyr.

Cam Gweithredu 18: Parhau i ddatblygu a chyflwyno prosiectau i nodi nam clyw ar gyfer pobl â dementia.

Cam Gweithredu 19: Ymgorffori dull Gwneud Pob Cyswllt Gyfrif yn well ar gyfer pob rhyngweithio ac ymyrraeth, gan gynnwys gwasanaethau trydydd sector ac anstatudol.

Cam Gweithredu 20: Cyflwyno map / llwybr gwasanaeth hawdd ei ddefnyddio sydd wedi'i gyd-gynhyrchu ac yn lleol ac adnoddau i gefnogi eraill yn dilyn diagnosis.

Cam Gweithredu 21: Datblygu set o safonau ar y cyd ar gyfer gwasanaethau.

Cam Gweithredu 22: Gwerthuso darpariaeth y cynnig gweithredol o Gymraeg yn ystod asesiadau a'r defnydd o asesiad Cymraeg ar gyfer siaradwyr Cymraeg sydd angen asesiad.

Byw cystal â phosib gyhyd â phosibl gyda dementia

Yr hyn rydym yn ei wybod am y boblogaeth

Er mai pobl hŷn yw'r mwyafrif o bobl sy'n byw gyda dementia, mae tua 5% o bobl â dementia o dan 65 oed, amcangyfrifir bod 520 o bobl yng Ngogledd Cymru. Mae'r mwyafrif, tua 410 o bobl, rhwng 60 a 65 oed.

Mae un o bob pump o bobl 75 oed a hŷn yn byw gyda cholli golwg ac mae'r mynychder ychydig yn uwch ymhlith pobl sy'n byw gyda dementia, yn enwedig y rhai sy'n byw mewn cartrefi gofal.

Mae nam ar y clyw yn effeithio ar fywydau beunyddiol 42 y cant o bobl dros 50 oed a 71 y cant o bobl dros 70 oed. Gall defnyddio cymhorthion clyw wella cyfathrebu ac ymgysylltiad ehangach i bobl sy'n byw gyda dementia.

Gall pobl lesbiaidd, hoyw, deurywiol a thrawsrywiol (LGBT) wynebu heriau ychwanegol wrth fyw gyda dementia. Efallai eu bod yn llai tebygol o fod â theulu a phlant i'w cefnogi ac wedi profi gwahaniaethu sy'n gwneud iddynt deimlo'n anniogel wrth gyrchu iechyd a gofal cymdeithasol.

Beth ddywedodd pobl wrthym ni

Mae'r 'byw cystal â phosib' yn allweddol gan fod cymdeithasu a mwynhau ystod o weithgareddau yn allweddol i helpu i gadw'r afiechyd hyd braich am gyfnod hirach a helpu i frwydro yn erbyn y tebygolrwydd o iselder cysylltiedig.

Cyfranogwr ymgynghori

- Sicrhewch fod amrywiaeth eang o weithgareddau i bobl ymwneud â nhw fel y gall pobl ddod o hyd i'r rhai sy'n addas iddyn nhw ac yn yr iaith maen nhw'n gallu cyfathrebu ynddi. Dylai hyn gynnwys gwahanol weithgareddau i bobl sydd â

chamau cynnar dementia, camau hwyr a dementia cynnar yn ogystal â chefnogaeth i bobl â gwahanol fathau o ddementia.

- Cefnogi pobl i barhau i gymryd rhan yn eu gweithgareddau arferol.
- Sicrhewch fod cymunedau'n gynhwysol ac yn gyfeillgar i ddementia i leihau unigrwydd ac arwahanrwydd, gan gynnwys pobl ag anableddau dysgu a phobl LGBT.
- Sicrhewch fod y cyllid a'r adnoddau ar waith i ddarparu gwasanaethau gofal dementia o ansawdd uchel gan gynnwys ar gyfer y sector gwirfoddol a chymunedol ac yn arbennig ar gyfer pobl â dementia cynnar. Mae hyn hefyd yn cynnwys yr angen am dâl ac amodau da i staff gofal, heriau ynghylch cyllid prosiectau tymor byr a phryderon ynghylch y ffordd y mae unigolion yn talu am ofal dementia.
- Sicrhewch fod pobl sy'n byw gyda dementia a gofalwyr yn cael gwrandawriad ac yn cymryd rhan mewn gwneud penderfyniad am eu gofal. Dylai eiriolaeth fod ar gael i helpu gyda hyn.
- Gwella mynediad at wasanaethau yn enwedig mewn ardaloedd gwledig ac i bobl nad oes ganddynt fynediad at drafnidiaeth.
- Gwella cydgysylltiad rhwng gwahanol dimau ac asiantaethau fel bod unigolion yn derbyn gwasanaeth di-dor.
- Gwella cysondeb y gwasanaethau sydd ar gael ledled Gogledd Cymru.
- Gwella parhad staff.
- Darparu cefnogaeth i bobl â nam gwybyddol ysgafn nad oes ganddynt ddiagnosis o ddementia.
- Gwella cefnogaeth i anghenion iechyd corfforol pobl sy'n byw gyda dementia.
- Addasu'r amgylchedd adeiledig i wneud lleoedd yn hygyrch i bobl sy'n byw gyda dementia ac i gefnogi pobl i fyw'n hirach gartref. Mae hyn yn cynnwys cartrefi sydd eisoes wedi'u haddasu'n well, cartrefi newydd wedi'u hadeiladu'n bwrpasol a datblygu lleoedd pontio'r cenedlaethau a chymunedau cysylltiedig.
- Hyrwyddo rôl technoleg gynorthwyol a theleofal.
- Edrych ar gefnogaeth sy'n diwallu anghenion ieithyddol yr unigolyn.

Rhannodd y bobl a fynychodd y Digwyddiad Strategaeth Dementia y canlynol hefyd:

- Cefnogwyd y dull 'byw yn dda', gan gynnwys y gwaith i leihau stigma a normaleiddio dementia. Mae'r ffocws ar gefnogi'r hyn y mae'r unigolyn unigol eisiau ac yn hoffi ei wneud yn cael ei ystyried yn gadarnhaol.

- Darparu cyfleoedd i wirfoddoli a chefnogi pobl y mae dementia wedi'u heffeithio â chyflogaeth.
- Roedd awgrymiadau ar gyfer ffyrdd o wella cefnogaeth ar gyfer colli clyw a dementia yn cynnwys hyrwyddwyr colli clyw, cyrsiau iaith arwyddion a Makaton.
- Gwella cysondeb o ran mynediad at feddyginiaeth, ymyriadau therapiwtig ac adnoddau fel teganau cwtsh a champfa ar gyfer iechyd.
- Gall prosiectau tymor byr, heb unrhyw ddilyniant na pharhad, gael effaith niweidiol.
- Arwahanrwydd cymdeithasol yn broblem ar draws pob cymuned, nid ardaloedd gwledig yn unig, oherwydd trafndiaeth, anghofio dyddiadau a'r grŵp ddim yn cynnwys dementia.
- Mae gwasanaethau cymorth ar gyfer canser yn cael eu hystyried yn enghraifft dda.

Beth rydym yn ei wybod am wasanaethau

Mae Cymdeithas Alzheimer's yn darparu eiriolaeth ar draws Gogledd Cymru i bobl sy'n cael diagnosis, neu sydd eisoes wedi cael diagnosis o ddementia. Darperir gwasanaethau eirioli pellach gan Age Cymru, Gwasanaeth Cynghori ac Eiriolaeth Gogledd Cymru, Gwasanaethau Eiriolaeth Gogledd Ddwyrain Cymru a Chanolfan Dewis ar gyfer Byw'n Annibynnol. Mae Mental Health Matters Wales a BIPBC yn darparu gwasanaethau eirioli arbenigol i bobl sydd â diffyg galluedd meddyliol.

Mae ystod eang o wasanaethau ar gael i bobl yn eu cymuned leol. Mae'r rhain yn cynnwys gweithgareddau hobi, gwasanaethau cyfeillio, grwpiau cymorth, dosbarthiadau ymarfer corff a busnesau lleol sydd â mentrau sy'n gyfeillgar i ddementia. Mae'r cynnig yn amrywio ar draws cymunedau mewn ymateb i anghenion lleol, ac felly mae'n anodd asesu a oes bylchau yn y ddarpariaeth. Felly bydd y strategaeth yn canolbwyntio ar greu'r amodau cywir i'r grwpiau a'r gwasanaethau hyn eu datblygu mewn ardaloedd lleol.

Mae Croesffyrdd Ymddiriedolaeth Gofalwyr Gogledd Cymru yn darparu gwasanaeth cymorth dementia ledled Gogledd Cymru ar gyfer y rhai sydd â diagnosis o ddementia ar ôl mis Hydref 2016, wedi'i ariannu gan BIPBC. Mae Cymdeithas Alzheimer Cymru a mentrau elusennol lleol yn darparu cefnogaeth i'r rhai sydd â

diagnosis cyn hyn, fodd bynnag, efallai nad yw'r gwasanaeth a ddarperir yn gyson ledled Gogledd Cymru.

Mae cefnogaeth i bobl â dementia cynnar ar gael ledled Gogledd Cymru, ond mae'r math o gefnogaeth yn wahanol ym mhob sir wrth i wasanaethau ddatblygu i ddiwallu anghenion lleol. Efallai y bydd cyfleoedd i safoni, rhannu arfer da a gwahanol ffyrdd o weithio rhwng y gwasanaethau hyn.

Darperir gofal dydd, cyfleoedd dydd ac egwyliau gofalwyr mewn amrywiol leoliadau a ddarperir gan awdurdodau lleol, cartrefi gofal a BIPBC. Mae yna hefyd gyfleoedd i gael seibiannau gofalwyr, sy'n amrywio yn ôl ardal awdurdod lleol.

Mae yna adnoddau amrywiol ar gael i gefnogi pobl sy'n byw gyda dementia. Mae'r rhain yn cynnwys Podiau Hel Atgofion, dyfais synhwyrdd HUG, gemau rhyngweithiol, blychau synhwyrdd, anifeiliaid anwes robotig ac offer sy'n gyfeillgar i ddementia.

Gall byw mewn ardaloedd gwledig olygu bod gwasanaethau'n anodd cael mynediad atynt, gan eu bod yn tueddu i fod ar gael mewn trefi mwy. Mae Swyddfa Archwilio Cymru wedi darganfod nad yw cynghorau eto'n dod o hyd i ffyrdd cynaliadwy i helpu cymunedau gwledig i oresgyn yr heriau hyn, a ddylai adeiladu ar y cryfderau yn y cymunedau hynny.

Gall mynediad at gludiant effeithio ar p'un a all person gael mynediad at wasanaeth ai peidio. Mae Cymdeithas Alzheimer's yn nodi bod un o bob tri pherson sydd â diagnosis dementia yn dal i allu gyrru. Dylid hysbysu'r Asiantaeth Trwyddedu Gyrrwyr a Cherbydau a darparwyr yswiriant. Mae trafndiaeth gymunedol ar gael mewn sawl ardal, ond mae bylchau yn y gwasanaeth a ddarperir.

Beth a wnawn yn dda

Nyrsys arbenigol i gefnogi pobl â dementia cynnar a phobl ag anableddau dysgu sydd â dementia wedi dechrau.

Y ffocws ar 'fyw'n dda' a chefnogi pobl i wneud yr hyn y maent yn ei fwynhau fel unigolyn.

Cysylltu dementia a cholli clyw.

Mae BIPBC wedi datblygu [Fy nghefnogi i fod y person rydw i eisiau bod](#), canllaw i ddeall, adlewyrchu ac ymateb i faterion trawsryweddol mewn gofal dementia.

Mae'r twf mewn gwaith pontio'r cenedlaethau hefyd yn gadarnhaol gyda rhai siroedd yn cyflogi swyddogion i hwyluso cysylltiadau ar draws y cenedlaethau.

Beth fyddwn ni'n ei wneud

Cam Gweithredu 23: Hyrwyddo cymunedau a mentrau sy'n gyfeillgar i ddementia

Cam Gweithredu 24: Edrych ar opsiynau ar gyfer ymestyn gwasanaeth cymorth dementia Croesffyrdd Ymddiriedolaeth Gofal Gogledd Cymru, a ariannir gan BIPBC ar gyfer y rhai â gafodd diagnosis cyn mis Hydref 2016 a chodi ymwybyddiaeth o'r gwasanaethau eraill sydd ar gael i gefnogi pobl sy'n byw gyda dementia.

Cam Gweithredu 25: Gwella cysondeb gwasanaethau ar gyfer dementia cynnar, gan gynnwys cefnogaeth i bobl ag anableddau dysgu, ledled Gogledd Cymru a rhannu arfer da.

Cam Gweithredu 26: Ystyried opsiynau ar gyfer gwella mynediad at wasanaethau yn yr ardal wledig, gan gynnwys hyrwyddo cynlluniau trafndiaeth cymunedol presennol a gweithio gyda chynllunwyr trafndiaeth, darparwyr a phobl y mae dementia yn effeithio arnynt i sicrhau bod gwasanaethau'n fwy cynhwysol i bobl sy'n byw gyda dementia.

Yr angen am fwy o gymorth

Yr hyn rydym yn ei wybod am y boblogaeth

Gallai pobl â dementia fod yn dioddef o gyflyrau eraill sydd angen yr un mynediad at ddiagnosis, triniaeth a gofal â phobl heb ddementia. Gallai hyn gynnwys poen, codymau, diabetes ac anymataliaeth. Mae mwy o risg i bobl â dementia a dderbynnir i'r ysbyty ddioddef o ddeliriwm, a bydd angen asesiad arnyn nhw sy'n cydbwysu eu hanghenion meddygol presennol â'r niwed ychwanegol y gallent eu hwynebu yn yr ysbyty.

Beth ddywedodd pobl wrthym ni

- Pa mor bwysig yw gofal cartref i helpu pobl aros yn eu cartrefi. Dylai'r gofal fod yn hyblyg a chanolbwyntio ar yr unigolyn, gyda chysondeb a pharhad o ran staff a hyfforddwyd at lefel uchel. Mae angen cymorth i sylweddoli pan nad yw gofal cartref yn briodol mwyach ac ystyried opsiynau eraill.
- Dylai cartrefi gofal fod â lefelau digonol o staff a gofal sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn, gan gynnwys gofal am bobl mewn gofid ac mewn argyfwng.
- Mae angen gwella cymorth mewn argyfwng ac yn adrannau brys ysbytai.
- Mae angen gwella cymorth i gleifion mewnol ysbytai a wardiau sy'n deall dementia.
- Mae angen gwella cymorth i bobl wrth adael yr ysbyty, gan gynnwys dod o hyd i lety preswyl neu nyrsio priodol.
- Mae angen sicrhau fod cefnogaeth Gymraeg ar gael trwy gydol y daith gyda dementia.
- Mae angen gwella'r broses o ddiogelu pobl â dementia, gan gynnwys mewn perthynas â thwyll drwy'r post a defnyddio crefftwyr a argymhellir.
- Mae angen gofalu am bobl ar gamau diweddarach dementia a gwella'r cynllunio ar gyfer unigolion a gofaluwr mewn perthynas â hyn. Mae hyn yn cynnwys mynediad at ofal preswyl o ansawdd dda, gofal ysbyty brys, gofal lliniarol, gofal diwedd bywyd a chymorth gyda galar.

Rhannodd y bobl a fynychodd y Digwyddiad Strategaeth Dementia y canlynol hefyd:

- Ni allai pobl â dementia cynnar bob amser gael mynediad i leoliad sy'n briodol i'w hoedran mewn cartref gofal.
- Angen darpariaeth wledig gan fod problemau wrth gyrchu gwasanaethau mewn ardaloedd gwledig yn ehangach na thrafnidiaeth yn unig.
- Polisiâu anghyson ar draws meddygfeydd teulu ar gyfer meddyginiaeth gwrth-ddementia.
- Angen cefnogaeth i sicrhau bod Atwrneiaeth Gydol Oes wedi'i gynllunio ar gyfer gofalwyr a chefnogaeth iddynt trwy'r siwrnai gyfan a gyda phrofedigaeth.
- Gwella'r broses o amgylch asesiadau amhriodol ar gyfer lleoliadau cartrefi gofal, gan gynnwys cyflwyniad fesul cam trwy ddechrau gyda gwasanaethau dydd.
- Angen ymweliadau gofal cartref hirach.
- Materion yn ymwneud â chadw ac ail-hyfforddi staff gofal.
- Nid yw gwasanaethau dydd bob amser yn derbyn atgyfeiriadau os oes angen gofal personol, a all fod yn ofynnol mewn dementia cam hwyr.
- Mae angen i'r gefnogaeth fod yn gydweithredol, gan weithio gyda barn yr unigolyn a deall nad yw iaith y cymorth yn ddewis ond yn angen clinigol.

Trefniadau Diogelu Rhyddid a chynllunio gofal uwch

Mae'r mater o Atwrneiaeth a Trefniadau Diogelu rhag Colli Rhyddid (DoLS) (a ddaw y Trefniadau Diogelu Rhyddid o Hydref 2020) yn faes a godwyd gan amrywiol bobl mewn gwahanol gyd-destunau wrth baratoi'r strategaeth hon.

Mae canllawiau NICE ar gyfer dementia yn argymhell y rhoddir cyfleoedd cynnar a pharhaus i bobl sy'n byw gyda dementia a'u gofalwyr ynghylch atwrneiaeth arhosol a pharatoi datganiad ymlaen llaw am eu dymuniadau, eu dewisiadau, eu credoau a'u gofal yn y dyfodol.

Mae pobl â dementia datblygedig yn debygol o fod angen amddiffyniad y DoLS. Mae gan bob person sy'n cael ei amddifadu o'i ryddid hawl i gynrychiolydd person perthnasol, yr ymgynghorir ag ef ac sy'n cael ei hysbysu am faterion sy'n ymwneud â'u gofal neu driniaeth, gan gynnwys gwneud penderfyniadau ar eu rhan. Mae'r Adran Iechyd wedi cynhyrchu [canllaw](#) ar hyn, er y dylid nodi y bydd canllawiau newydd yn eu lle ym mis Hydref 2020.

Beth rydym yn ei wybod am wasanaethau

Mae gweithwyr cymorth dementia ar draws Gogledd Cymru. Mae gwefan Arolygiaeth Gofal Cymru yn darparu manylion cartrefi gofal a gofal cartref yng Ngogledd Cymru. Mae rhai o'r rhain yn darparu gofal dementia arbenigol. Mae BIPBC yn darparu hyfforddiant ar gyfer cartrefi gofal.

Mae gwelyau cam i fyny cam i lawr, lle mae cleifion yn cael eu derbyn o'u cartref fel dewis arall o gael eu derbyn o ysbyty aciwt, neu'n cael eu derbyn yn dilyn arhosiad ysbyty pan nad ydyn nhw eto'n barod i ddychwelyd adref, ar gael ledled Gogledd Cymru. Mae rhai ardaloedd yn darparu gwelyau gofal ychwanegol pwrpasol i bobl sy'n byw gyda dementia.

Mae'r gwasanaethau tân, heddlu ac ambiwlans wedi ymrwymo i weithio tuag at fod yn gyflogwyr sy'n gyfeillgar i ddementia ac yn sicrhau bod gan staff ymwybyddiaeth, sgiliau a dealltwriaeth i gefnogi pobl sy'n byw gyda dementia. Mae adrannau brys yn gweithio tuag at ddod yn gyfeillgar i ddementia.

Mae gan BIPBC dair ward derbyniadau aciwt ar gyfer pobl â dementia sy'n cwmpasu Gogledd Cymru i gyd. Mae'r rhain ar gyfer cleifion ag angen lefel uchel, na ellir eu diwallu mewn lleoliadau eraill. Mae'r tri Ysbyty Cyffredinol ardal a thri ar ddeg o ysbytai cymunedol i gyd yn darparu gofal i bobl sy'n byw gyda dementia. Mae gweithwyr cymorth dementia yn ymarfer ar draws pob ysbyty. Yn ogystal, mae dwy nyrs ymgynghorol yn cefnogi'r agenda gofal dementia ar draws BIPBC. Mae cydlynwyr rhyddhau dementia yn gweithio yng Ngwynedd ac Ynys Môn.

Mae tri hosbis yng Ngogledd Cymru: Tŷ'r Eos yn Wrecsam, Sant Cyndeyrn yn Llanelwy a Dewi Sant yn Llanelwy. Mae Sant Cyndeyrn yn cyflogi Nyrs Admiral i helpu gyda gofal diwedd oes i bobl â dementia.

Pwysleisiodd adborth o amrywiol ffynonellau wrth gynhyrchu'r strategaeth hon pa mor bwysig oedd darparu gwasanaeth yn Gymraeg. Un enghraifft o brosiect y gellid ei gyflwyno ledled Gogledd Cymru, oedd yn Ysbyty Alltwen, lle cafodd yr holl gleifion sy'n siarad Cymraeg yr opsiwn i allu arddangos logo Cymraeg wrth erchwyn eu gwely, a olygai y byddai staff yn gwneud pob ymdrech i sicrhau bod aelod o'r tîm sy'n siarad Cymraeg yn bresennol i allu cyfieithu unrhyw sgwrs os oes angen i aelodau eraill o staff.

Mae Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru wedi cyhoeddi adroddiad Dementia: mwy na dim ond colli'r cof, sy'n manylu ar brofiadau pobl sy'n byw gyda dementia a'r rhai sy'n gofalu amdanynt. Daeth yr adroddiad i'r casgliad y gellid gwneud gwelliannau a chyhoeddwyd [rhestr wirio o argymhellion](#). Mae Comisiynydd Gymraeg a Chymdeithas Alzheimer's hefyd wedi cyhoeddi adroddiad ar [Gofal Dementia Siaradwyr Cymraeg](#) gan gynnwys 15 argymhelliad.

Mae BIPBC yn cyflogi Ymarferwyr Gofal Cymdeithasol Dementia sy'n cysylltu â phobl sy'n byw gyda dementia a'u gofalu i edrych ar ddewisiadau eraill yn hytrach na'u derbyn i gartrefi nyrsio. Mae yna amryw o astudiaethau achos, lle mae cefnogaeth ychwanegol a threialu pethau newydd wedi golygu nad oes angen i'r unigolyn â dementia symud i leoliad newydd.

Beth a wnawn yn dda

Mae Ymarferydd Gofal Cymdeithasol Dementia yn gweithio ledled Gogledd Cymru

Beth fyddwn ni'n ei wneud

Cam Gweithredu 27: Gweithio gyda'r gwasanaethau brys i gefnogi pobl y mae dementia yn effeithio arnynt

Cam Gweithredu 28: Annog gwasanaethau cymunedol ac iechyd i weithio gyda'i gilydd fel bod pobl â dementia yn llai tebygol o fynd i'r ysbyty. Er enghraifft, trwy ddarparu rhai triniaethau gartref.

Cam Gweithredu 29: Cefnogi cartrefi gofal i wella ymwybyddiaeth i ddiwallu anghenion unigol penodol pobl â dementia a gwella comisiynu lleoliadau priodol.

Cam Gweithredu 30: Ymrwymo i gefnogi pobl â dementia sy'n mynychu Adrannau Achosion Brys. Er enghraifft, darparu ystafell dawel neu 'safle bws' a cheisio gwneud iddynt deimlo mor gyffyrddus â phosibl.

Cefnogi Gofalwyr

Yr hyn rydym yn ei wybod am y boblogaeth

Amcangyfrifir, o gost iechyd a gofal cymdeithasol yn gyffredinol i bobl â dementia, bod 16% ar gyfer gofal iechyd, 39% ar gyfer gofal cymdeithasol a 44% ar gyfer gofal di-dâl. I'r ddwy ran o dair o bobl â dementia sy'n byw yn y gymuned, canran cost gofal di-dâl yw 75%.

Nododd yr asesiad poblogaeth fod tua 73,000 o bobl yn darparu gofal di-dâl yng Ngogledd Cymru, mae tua 11% o'r boblogaeth a nifer y gofalwyr yn cynyddu. Pobl rhwng 50 a 64 oed yw'r rhai mwyaf tebygol o ddarparu gofal di-dâl. Mae tua hanner yr holl ofalwyr mewn gwaith ac mae 30% o ofalwyr wedi ymddeol.

Mae rhwng 60% a 70% o'r holl ofalwyr dementia di-dâl yn ferched ac mae 2.5 gwaith yn fwy o ferched na dynion sy'n darparu gofal dwys ar ddyletswydd i rywun 24 awr y dydd. Maent hefyd 2.3 gwaith yn fwy tebygol na dynion o fod wedi bod yn darparu gofal i rywun â dementia am fwy na phum mlynedd ac felly maent yn gyfran fawr o'r gofalwyr sy'n cefnogi rhywun â dementia datblygedig.

Mae NICE (2018) yn argymhell y dylid cynnig hyfforddiant a seicoaddysg i ofalwyr anffurfiol pobl sy'n byw gyda dementia i'w helpu i ddatblygu sgiliau gofal a rheoli eu hiechyd corfforol a meddyliol eu hunain.

Mae maes gweithredu 5 ymateb iechyd cyhoeddus Sefydliad Iechyd y Byd i ddementia yn argymhell mynediad at dechnolegau ar-lein fforddiadwy sy'n seiliedig ar dystiolaeth ar gyfer addysg, hyfforddiant sgiliau a chefnogaeth.

Beth ddywedodd pobl wrthym ni

Mae angen cynyddol am y rhai sy'n gofalu ac yn cefnogi unigolion y mae dementia yn effeithio arnynt, yn enwedig am gyngor a chysur bob dydd.

Cyfranogwr ymgynghori

- Mae angen mwy o seibiannau gyrfa, yn enwedig ar gamau diweddarach dementia.
- Mae angen gwahanol fathau o seibiannau a hyblygrwydd i fodloni anghenion y gofalwr a'r sawl y maen nhw'n gofalu amdano. Er enghraifft, mae rhai pobl eisiau cefnogaeth yn y cartref, cefnogaeth i dreulio amser gyda'i gilydd neu amser ar wahân.
- Darparu gofal brys neu argyfwng, er enghraifft os yw'r gofalwr yn mynd i'r ysbyty ac yn cefnogi cynllunio ar gyfer hyn.
- Hyfforddiant a chynghor i ofalwyr, gan gynnwys rhywun i siarad â nhw a gofyn cwestiynau yn arbennig y tu allan i oriau fel llinell gymorth. Gall cymorth cymheiriaid gan ofalwyr eraill fod yn fuddiol iawn.
- Gwell ymwybyddiaeth ynghylch Atwrneiaeth Arhosol yn ogystal â phryderon am y gost a diffyg system i wirio bod popeth yn ei le.
- Cefnogaeth cyflogwr i staff sydd â chyfrifoldebau gofalu.
- Cefnogaeth i ofalwyr sydd â theimladau o golled ar ôl cael diagnosis ac yn dilyn profedigaeth.

Soniodd y cyfranogwyr a fynychodd y Digwyddiad Strategaeth Dementia hefyd:

- Angen ystyried amgylchiadau unigol pob gofalwr cyn darparu cefnogaeth i sicrhau ei fod yn briodol. Dylai hyn fod trwy gydol yr holl brofiad gyda dementia, gan gynnwys profedigaeth cyn ac ar ôl profedigaeth. Angen sicrhau nad ydyn nhw'n teimlo eu bod nhw'n cael eu gadael gyda'r rôl dybiedig o ofalu.
- Angen hysbysebu gwasanaethau'n dda a sicrhau bod gofalwyr, asiantaethau a staff yn ymwybodol o'r gwasanaethau sydd ar gael.
- Pryderon ariannol a phroblemau gyda lwfans gofalwyr a throthwyon ddim yn cynyddu gyda chyflogau a chwyddiant.
- Nid yw llawer o bobl yn gweld eu hunain fel gofalwyr ond fel gŵr, gwraig, mab, merch, ffrindiau, teulu neu gefnogwyr. Mae angen iddynt hefyd wybod pwysigrwydd asesiad gofalwr i'w cefnogi fel teulu.
- Mwy o gefnogaeth i ofalwyr ifanc
- Cyflogwyr sy'n gyfeillgar i ddementia ac yn cynnig oriau hyblyg i ofalwyr.
- Cynnwys gofalwyr mewn gofal meddygol cleifion, gan gynnwys manylion apwyntiadau a phresgripsiynau, gan ystyried materion yn ymwneud â chaniatâd.
- Mwy o fynediad at ofal ar fyr rybudd.

- Mae angen i ddarpariaeth egwyl (seibiant) i ofalwyr ystyried yr heriau mewn lleoliadau gwledig oherwydd gall teithio i'r banc ac yn ôl adref yn unig gymryd 2 awr nawr heb unrhyw amser ar gyfer gweithgareddau eraill fel siopa neu 'seibiant'.

Beth rydym yn ei wybod am wasanaethau

Mae [Strategaeth Gofalwyr Gogledd Cymru](#) yn nodi gweledigaeth a chynnig i ofalwyr yng Ngogledd Cymru er mwyn bodloni anghenion gofalwyr unigol yn y ffordd orau bosib, gan sicrhau y meddylir am y gofalwr ar yr un pryd â'r sawl sy'n derbyn y gofal. Golyga hyn adnabod gofalwyr yn gynnar a'u cynnwys wrth wneud penderfyniadau a chynllunio.

Mae cefnogaeth ar gael i ofalwyr pobl â dementia ledled Gogledd Cymru. Mae adborth yn awgrymu nad yw'r gwasanaethau a ddarperir bob amser ar gael ar adegau sy'n hygyrch i ofalwyr sy'n gweithio y tu allan i'r cartref. Mae darpariaeth benodol hefyd ar gyfer gofalwyr ifanc. Oherwydd nifer y gwahanol gontractau efallai y bydd cyfleoedd i gyd-gomisiynu gwasanaethau rhwng awdurdodau iechyd ac awdurdodau lleol.

Mae llawer o wasanaethau ar gael yn Gymraeg a Saesneg, fodd bynnag, nid yw'n glir a yw'r gallu a'r ymrwymiad i ddarparu'r gwasanaethau yn golygu nad yw defnyddwyr gwasanaeth yn gorfod gofyn am wasanaeth Cymraeg. Mae ymchwil wedi canfod bod arfer da, ond mae bylchau mewn gofal, ac ar y cyfan, nid yw anghenion defnyddwyr gwasanaeth Cymraeg yn cael eu diwallu'n llawn. Mae angen mynd i'r afael â hyn er mwyn cyflawni hawliau siaradwyr Cymraeg i dderbyn gwasanaethau yn yr iaith o'u dewis ac i wella lles a chanlyniadau unigolion.

Mae'r fframwaith strategol Mwy na Geiriau yn cael ei weithredu ledled Gogledd Cymru dan arweiniad Fforwm Mwy na Geiriau Gogledd Cymru. Mae hyn yn cynnwys rhannu gwybodaeth ac arfer da a gweithio tuag at heriau ac amcanion penodol.

Beth a wnawn yn dda

Menter 'Ymdopi â gofalu a cholled' yn rhanbarth y Gorllewin Gogledd Cymru

Beth fyddwn ni'n ei wneud

Cam Gweithredu 31: Cyd-gomisiynu gwasanaethau lle bynnag y bo modd

Cam Gweithredu 32: Parhau i hyrwyddo cynnig gweithredol gwasanaethau Cymraeg, gweithredu'r fframwaith strategol ar draws Gogledd Cymru ac argymhellion o ymchwil.

Cam Gweithredu 33: Hyrwyddo mentrau newydd llwyddiannus fel 'ymdopi â gofalu a cholled', a arweinir ar hyn o bryd gan Seicoleg yn y Gorllewin.

Rhoi'r strategaeth ar waith

Mae datblygu'r strategaeth wedi tynnu sylw at y ffaith bod llawer o weithgaredd eisoes yn digwydd o dan bob un o'r themâu hyn, mae rhywfaint o hyn wedi'i drefnu gan grwpiau lleol iawn ac mae llawer yn digwydd ar lefel awdurdod lleol. Mae llawer o'r gweithgaredd hwn eisoes yn cael ei goladu'n rhanbarthol ddwywaith y flwyddyn yn adroddiad y Cynllun Gweithredu ar Dementia i Lywodraeth Cymru.

Rydym yn cynnig ychwanegu rhestr wirio hunanasesu ychwanegol at adroddiad y Cynllun Gweithredu ar Dementia ar gyfer pob awdurdod lleol a BIPBC i adrodd ar eu cynnydd yn erbyn y camau gweithredu a'r argymhellion penodol a ddatblygwyd yn y strategaeth hon. Bydd hyn yn cael ei ddatblygu ar y cyd â phartneriaid i geisio symleiddio a lleihau gofynion adrodd cyffredinol. Bydd hefyd yn rhoi cyfle i ymgorffori argymhellion perthnasol o adroddiadau eraill fel rhai gan y Comisiynydd Pobl Hŷn a Chomisiynydd y Gymraeg.

Bydd yr holl adroddiadau a gynhyrchir i lywio'r strategaeth, gan gynnwys y papur gwybodaeth gefndir, adroddiadau ymgynghori a'r adroddiad mapio gwasanaeth ar gael ar y wefan cydweithredu ranbarthol. Bydd hyn yn darparu tystiolaeth i gefnogi comisiynwyr a darparwyr gwasanaeth i wneud penderfyniadau am wasanaethau cymorth dementia yng Ngogledd Cymru. Bydd hefyd yn darparu'r dystiolaeth sydd ei hangen os daw cyllid grant ychwanegol i'r rhanbarth, megis cyllid pellach gan y Gronfa Gofal Integredig (ICF).

Llywodraethu a monitro

Bydd Grŵp Llywio Strategaeth Dementia Gogledd Cymru yn parhau i oruchwylio gweithrediad y strategaeth. Bydd y grŵp yn cwrdd o leiaf ddwywaith y flwyddyn ar ôl cynhyrchu adroddiad y Cynllun Gweithredu ar Dementia fel eu bod yn cael cyfle i fynd i'r afael ag unrhyw faterion a amlygwyd. Byddant hefyd yn arwain ar unrhyw brosiectau rhanbarthol a ddatblygir mewn ymateb i'r strategaeth, yn hwyluso rhannu arfer da ledled y rhanbarth ac yn nodi cyllid i gefnogi'r grŵp llywio a phrosiectau rhanbarthol eraill.

Atodiad 1: Strategaethau a deddfwriaeth

- Cymru Iachach
- Cynlluniau Heneiddio'n Dda
- Cymdeithas Alzheimer a Chomisiynydd y Gymraeg: Gofal Dementia'r Siaradwr Cymraeg (2018).
- Erthygl 27 1966 Cyfamod Rhyngwladol ar Hawliau Sifil a Gwleidyddol Cysylltu Cymunedau: Strategaeth ar gyfer mynd i'r afael ag unigrwydd ac arwahanrwydd cymdeithasol ac adeiladu cysylltiadau cymdeithasol cryfach 2020
- Cynlluniau gweithredu BIPBC yn cael eu datblygu mewn ymateb i adroddiadau HASCAS ac Ockenden.
- Strategaeth Dementia BIPBC 2018-2020
- Cartrefi Gofal i Bobl Hŷn: Datganiad Lluo Marchnad Gogledd Cymru 2018
- Deddf Cydraddoldeb 2010
- Deddf Hawliau Dynol 1998
- Cynllun Gweithredu Buddsoddi Refeniw y Gronfa Gofal Integredig (ICF) i gyflawni'r Cynllun Gweithredu ar Dementia ar gyfer Cymru 2018-2022.
- Deddf Galluedd Meddyliol 2005: trefniadau diogelu rhag colli rhyddid
- Gwasanaeth Ymchwil Cynulliad Cenedlaethol Cymru (18-017) (2018). [Briff Ymchwil: Mynediad at wasanaethau dementia i breswylwyr dwyieithog \(Cymraeg a Saesneg\).](#)
- Canllaw safon ansawdd 50 y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn lechyd a Gofal (NICE) Lles meddwl pobl hŷn mewn cartrefi gofal
- Canllaw safon ansawdd 123 y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn lechyd a Gofal (NICE) Gofal cartref i bobl hŷn
- Canllaw safon ansawdd 184 y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn lechyd a Gofal (NICE) Dementia
- Canllaw safon ansawdd 187 y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn lechyd a Gofal (NICE) Anabledd dysgu: gofal a chefnogaeth i bobl sy'n yn heneiddio

- Canllaw'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (NICE) (NG97) Dementia: asesiad, rheolaeth a chefnogaeth i bobl sy'n byw gyda dementia a'u gofalwyr
- Strategaeth Gofalwyr Gogledd Cymru
- Strategaeth Anableddau Dysgu Gogledd Cymru
- Strategaeth Gweithlu Gogledd Cymru
- Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru: Dementia – mwy na dim ond colli'r cof
- Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014
- Mae Bwrdd Partneriaeth Ranbarthol Gogledd Cymru yn bwriadu darparu Cymru Iachach (rhaglen drawsnewid)
- Comisiynodd Gofal Cymdeithasol Cymru drosolwg o ddysgu a hyfforddiant dementia ledled Cymru
- Egwyddorion y Cenhedloedd Unedig ar gyfer Pobl Hŷn (UNPOP): mae yna 18 egwyddor y gellir eu grwpio o dan bum thema: annibyniaeth, cyfranogiad, gofal, hunan-gyflawniad ac urddas.
- Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015
- Cynllun gweithredu Dementia Llywodraeth Cymru 2018-2020
- Mesur y Gymraeg (Cymru) 2011