

Strategaeth Dim Drws Anghywir

Ei gwneud yn gyflym ac yn hawdd i blant a phobl ifanc gael cymorth iechyd meddwl.

2022 -2027



CYDWEITHREDAF GWELLA GWASANAETHAU
GOFAL A LLESIAENT GOGLEDD CYMRU
NORTH WALES SOCIAL CARE AND WELL-BEING
SERVICES IMPROVEMENT COLLABORATIVE



GIG
CYMRU
NHS
WALES
Bwrdd Iechyd Prifysgol
Betsi Cadwaladr
University Health Board



CYNGOR SIR
YNYSS MON
ISLE OF ANGLESEY
COUNTY COUNCIL



CONWY
CYNGOR BWRDDISTREF SIRI
COUNTY BOROUGH COUNCIL

Cyngor
sir ddinbych
denbighshire
County Council



CYNGOR
Sir y Fflint
Flintshire
COUNTY COUNCIL
wrexham
COUNTY BOROUGH COUNCIL



Helo

Mae iechyd meddwl yn ymwneud â sut rydym ni'n meddwl, yn teimlo ac yn gweithredu. Yn union fel iechyd corfforol, mae'n rhaid i bawb ofalu am eu hiechyd meddwl.

Os nad yw'n cael ei drin, mae salwch meddwl yn dechrau effeithio ar rannau eraill o'ch bywyd. Mae angen i ni i gyd ofalu amdano a chael help weithiau.

Ni yw **Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Gogledd Cymru (RPB)**. Ein nod yw gwella iechyd a lles pawb ar draws ein hardal.

Fe wnaeth Comisiynydd Plant Cymru wirio gwasanaethau ledled Cymru. Fe wnaethon nhw weld bod angen i wasanaethau wella sut maen nhw'n cefnogi iechyd meddwl a lles plant a phobl ifanc.

Dyma ein strategaeth 'Dim Drws Anghywir' i helpu i sicrhau bod plant a phobl ifanc yn cael y cymorth iechyd meddwl maen nhw ei angen.

Gweld

Mae pob plentyn a pherson ifanc yng Ngogledd Cymru yn mwynhau'r iechyd meddwl a'r llesiant gorau.

Rydyn ni eisiau gwneud yn siŵr eich bod chi'n cael help mor gyflym ac mor hawdd â phosib.



Nod

Byddwn yn gwneud yn siŵr bod y gwasanaethau a'r sefydliadau sy'n eich cefnogi:

yn hawdd dod o hyd iddyn nhw

yn hawdd cysylltu â nhw


yn cydweithio


yn cyflawni canlyniadau real


yn rhoi cymorth i chi yn seiliedig ar eich dewisiadau


Cynnwys pobl

Cafodd strategaeth 'Dim Drws Anghywir' Gogledd Cymru ei datblygu drwy gydweithio er mwyn cytuno ar weledigaeth ar gyfer y dyfodol. Fe wnaethom ni wneud y canlynlun:


 gofyn i Alder Advice ein helpu ni

 gweithio gyda Rheolwyr Gwasanaethau Plant

 i siarad â phlant a phobl ifanc sy'n defnyddio gwasanaethau

 casglu gwybodaeth

 edrych ar ymarfer da

 cynnwys pobl wrth iddynt ddatblygu'r cynllun hwn

 cynnal gweithdai



Mae'r strategaeth hon yn ymwneud â...



Gwella gwasanaethau a'u cefnogi i gydweithio

Mae llawer o wasanaethau gwych a phobl yn cefnogi plant a phobl ifanc ar draws gogledd Cymru. Ond mae angen gwella rhai.

I wneud y gwahaniaeth mwyaf mae angen:

- i bawb rannu ein gweledigaeth a chydweithio
- i wasanaethau a sefydliadau gyntuno ar sut y byddant yn rhannu gwaith, adnoddau a chyllid
- i'r holl gynlluniau a pholisïau sy'n cefnogi iechyd meddwl a lles plant a phobl ifanc gysylltu â'r strategaeth Dim Drws Anghywir hon.



Bod yn hyblyg

Mae gogledd Cymru yn ardal fawr, gyda llawer o broblemau gwahanol. Mae'r cynllun hwn yn hyblyg i gyd-fynd â phob ardal leol. Gall gwasanaethau benderfynu sut maen nhw'n gweithio a beth sy'n helpu plant a phobl ifanc fwyaf yn eu hardal.

Ond rydym ni am i wasanaethau ddilyn model o **Tynn-Llac-Tynn**.



Dilyn yn Dynn

Dylai gwasanaethau sicrhau eu bod yn dilyn ein gweledigaeth, ein nodau a'n hegwyddorion.



Dilyn yn Llac

Dylai gwasanaethau benderfynu beth fyddai'n gweithio orau i'r plant a phobl ifanc yn eu hardaloedd.



Dilyn yn Dynn

Dylai gwasanaethau sicrhau eu bod yn gwirio eu gwaith ac yn gallu ateb pam eu bod nhw'n gwneud penderfyniadau.

Y 12 Egwyddor



Mae'r dull Dim Drws Anghywir yn seiliedig ar yr egwyddorion hyn:

- 1 Byddwn ni'n gwerthfawrogi plant a phobl ifanc am bwy ydyn nhw eu hunain ac yn gwerthfawrogi eu gwerth.
- 2 Byddwn ni'n gwranddo ar blant, pobl ifanc, a'u teuluoedd i ddeall eu profiadau a bydd eu barn yn ein helpu i lunio gwasanaethau.
- 3 Byddwn ni'n buddsoddi mewn gwasanaethau sy'n camu i'r adwy yn gynnar ac yn atal materion rhag gwaethygu, ac felly rydyn ni'n lleihau nifer y plant sydd angen cymorth ychwanegol.
- 4 Byddwn ni'n cefnogi plant a phobl ifanc mor gynnar â phosib, felly rydyn ni'n lleihau'r nifer sydd angen mwy o gymorth dwys.
- 5 Byddwn ni'n ei gwneud hi'n hawdd i blant, pobl ifanc a'u teuluoedd ddod o hyd i wybodaeth a chael help ar gyfer eu hiechyd meddwl.
- 6 Byddwn ni'n gwneud yn siŵr bod gwell cefnogaeth ar gyfer iechyd meddwl mewn ysgolion.
- 7 Byddwn ni'n sicrhau bod plant a phobl ifanc yn gallu cael help gan wahanol weithwyr proffesiynol a gwasanaethau sy'n cydweithio.
- 8 Byddwn ni'n sicrhau nad oes yr un plentyn yn cael ei eithrio o gefnogaeth oherwydd pwy ydyn nhw neu ei amgylchiadau teuluol.
- 9 Byddwn ni'n sicrhau bod plant a phobl ifanc yn gallu ffurfio perthynas llawn ymddiriedaeth gyda gweithwyr proffesiynol a chael gweithiwr cymorth i'w helpu i ddeall sut mae pethau'n gweithio.
- 10 Byddwn ni'n sicrhau bod plant a phobl ifanc yn cael eu rhoi wrth wraidd pob penderfyniad, nad ydynt yn gorfod aros am wasanaethau a chael cefnogaeth ar sail eu hanghenion, gan gynnwys cefnogaeth ar-lein.
- 11 Byddwn ni'n sicrhau bod cymorth ar draws gwasanaethau, gan gynnwys y gwasanaethau iechyd a chymdeithasol, gwasanaethau cyfiawnder ieuenctid ac ysgolion yn llifo gyda'i gilydd, heb unrhyw fylchau.
- 12 Bydd gennym arweinyddiaeth dda a llywodraethu effeithiol dros adnoddau system a gwaith proffesiynol.





Sut mae'n gweithio

Weithiau mae dod o hyd i help yn ddryslyd neu'n llethol. Rydyn ni eisiau iddo fod mor syml â phosib.

Rydyn ni am i bawb allu cael help, ar yr adeg iawn, yn y ffordd gywir, ni waeth pa lefel o gefnogaeth maen nhw ei hangen.

Bydd strategaeth 'Dim Drws Anghywir' Gogledd Cymru yn helpu hyn i ddigwydd. Bydd yn helpu i sicrhau bod plant a phobl ifanc yn gallu cael cefnogaeth yn gyflym, cyn i faterion waethygu.

Mae Dim Drws Anghywir yn golygu, ble bynnag yr ewch chi i ddo o hyd i gymorth — yn yr ysgol, gwasanaeth cymunedol, gwasanaethau cymdeithasol, neu wasanaeth iechyd, byddwch chi'n cael help.


Rydych chi'n cael cefnogaeth heb gael eich troi i ffwrdd neu orfod gofyn drosodd a throsodd.

Bydd gwybodaeth am help yn hawdd i'w chanfod a'i deall.


Bydd gwasanaethau'n gweithio gyda'i gilydd i'ch cysylltu â'r gwasanaethau cywir a chael y cymorth rydych chi ei angen i chi. Rydych chi'n cael cefnogaeth heb gael eich troi i ffwrdd neu orfod gofyn drosodd a throsodd.

Gall unrhyw un ofyn am help:

- gall plentyn neu berson ifanc ofyn drostyn nhw eu hunain
- gall aelod o'r teulu neu ofalwr ofyn drostyn nhw
- gall ysgol neu goleg ofyn am gymorth i ddysgwyr
- gall gwasanaeth ieuentid neu sefydliad ofyn dros blentyn neu berson ifanc maen nhw'n gweithio gyda nhw.

Gallant ofyn drwy:  E-bost

 ffonio

 yn bersonol.



Y Model Dim Drws Anghywir



Anghenion iechyd meddwl lefel isel

Mae plant a phobl ifanc yn cael cefnogaeth gan wasanaethau lleol sy'n camu i'r adwy yn gynnar ac yn atal materion rhag gwaethygu.

Anghenion iechyd meddwl ychwanegol

Mae plant a phobl ifanc yn cael cefnogaeth gan wahanol sefydliadau a gwasanaethau sy'n gweithio gyda'i gilydd. Mae hyn yn cynnwys cwnsela ar-lein.

Anghenion iechyd meddwl cymhleth

Mae plant a phobl ifanc yn cael amrywiaeth o gymorth gan wasanaethau yn gweithio gyda'i gilydd. Mae hyn yn cynnwys gwasanaethau arbenigol sy'n cefnogi plant sy'n derbyn gofal a materion fel anhwylderau bwyta.

Anghenion iechyd meddwl difrifol

Mae plant a phobl ifanc yn cael cefnogaeth ychwanegol gan wasanaethau arbenigol yn gweithio gyda'i gilydd. Mae hyn yn cynnwys cefnogi plant sydd mewn perygl o niwed neu mewn argyfwng sydd angen gofal brys.

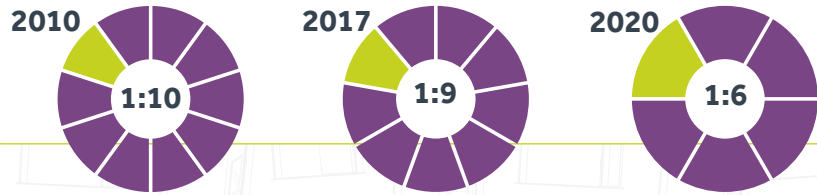


Bydd Tîm o Amgylch y Plentyn (TAC) / Tîm o Amgylch y Teulu (TAF).

Pam mae hyn yn bwysig



Mae'r galw am wasanaethau wedi cynyddu i blant 5-16 oed.



Mae'r galw am wasanaethau ar gynydd.

Mae problemau iechyd meddwl fel gorbryder ac iselder yn cynyddu.

Erbyn eu bod yn 17 mlwydd oed mae gan **25%** o ferched ifanc broblem iechyd meddwl.

Mae gan **5%** o blant 5-19 mlwydd oed anhwylder ymddygiad.

Mae **75%** o blant sydd â phroblem iechyd meddwl hefyd â phroblem iechyd corfforol neu heb ddatblygu i ble dylan nhw fod ar gyfer eu hoedran.

Dywedodd plant, pobl ifanc a theluoedd wrthym ni:

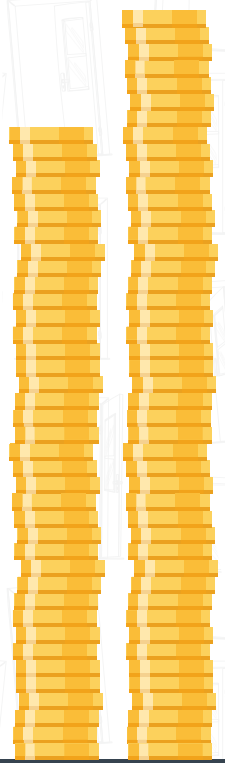
- mae amseroedd aros yn rhy hir
- mae yna ormod o rwystrau sy'n eu hatal rhag cael cymorth
- nid yw gwasanaethau yn gwrando digon.

Dywedodd gweithwyr proffesiynol wrthym ni:

- rydym ni angen mwy o staff
- rydym ni angen mwy o staff sy'n siarad Cymraeg
- mae angen i wasanaethau a sefydliadau gydweithio'n well
- mae angen i wasanaethau fod yn fwy hyblyg
- mae angen i wasanaethau wrando ar blant a phobl ifanc a'u cynnwys nhw wrth gynllunio.



Mae camu i'r adwy yn gynnar i helpu pobl ifanc, yn atal problemau rhag gwaethygu ac yn arbed arian i wasanaethau..



Mae camu i'r adwy i gefnogi theluoedd gyda phlant ifanc yn eu hatal rhag bod angen cymorth ychwanegol pan yn hŷn ac yn arbed arian i wasanaethau.



Mae 3 o bob 4 plentyn sy'n derbyn gofal yn profi problem iechyd meddwl sydd wedi cael diagnosis.

Mae gwasanaethau CAMHS yn ei chael hi'n anodd dal i fyny gyda'r galw.

Am bob **£1** sy'n cael ei buddsoddi mewn gwasanaethau sy'n camu i'r adwy i helpu pobl...

...Rydym i'n arbed **£38** mewn gwasanaethau arbenigol.

...Rydym ni'n arbed **£45** mewn cefnogaeth ysgolion a theluoedd yn ddiweddarach.

Am bob **£1** invested in ssy'n cael ei buddsoddi mewn gwasanaethau sy'n cefnogi'r blynyddoedd cynnar...

Mae gwasanaethau arbenigol CAMHS yng Ngogledd Cymru yn gwrthod **17%** o atgyfeiriadau.



Y camau nesaf

Ni allwn ni wneud hyn ar ein pen ein hunain. Mae angen gwasanaethau, sefydliadau ac elusennau i gydweithio a dilyn y strategaeth 'Dim Drws Anghywir' yma. Bydd yn rhaid iddyn nhw hefyd edrych ar ffyrdd o rannu adnoddau a chyllid yn y ffyrdd gorau.

Gwneud yn siŵr ei fod yn gweithio



Mae gogledd Cymru yn ardal fawr, gyda llawer o broblemau gwahanol. Mae'r cynllun hwn yn hyblyg felly mae'n bosibl ei addasu i gyd-fynd â phob ardal leol.

Byddwn yn gwirio bod gwasanaethau yn dilyn y cynllun a'i egwyddorion.

Diolch am ddarllen hwn

Os ydych chi am wybod mwy, ewch i:

