



## Amcan Llesiant 11

Heneiddio'n Dda - Ymagwedd ledled y Cyngor tuag at Heneiddio'n Dda yn Sir Gaerfyrddin

**Gwnaed dros 10,000** o alwadau llesiant rhagweithiol dros y flwyddyn ddiwethaf

### Pam mae'n bwysig

- ⊙ Mae heneiddio'n dda – *'ychwanegu bywyd at flynyddoedd, nid blynyddoedd yn unig i fywyd'* – yn bwysig i bob un ohonom, ac i'n gwlad yn gyffredinol. Dylai pobl hŷn gael eu gweld fel rhan hanfodol o'r gymdeithas a dylent allu cael mwy o gyfleoedd i gymryd rhan yn ein heconomi a'n cymunedau a chyfrannu atynt. Mae pobl hŷn yn gaffaeliad sylweddol i'n cymuned a'n heconomi.
- ⊙ Gall gwasanaethau ehangach wneud cyfraniad pwysig i gefnogi a chynnal annibyniaeth pobl hŷn a lleihau'r galw ar Wasanaethau Cymdeithasol a Gofal Iechyd.
- ⊙ *Y Comisiynydd Pobl Hŷn, Heléna Herklots* sy'n pennu'r uchelgais o ['Sicrhau mai Cymru yw'r lle gorau yn y byd i dyfu'n hŷn'](#)

### Mesur Llwyddiant

*Teimlo'n Unig* - nid yw'r data wedi'i ddiweddarau ar gael oherwydd COVID-19

Fel arfer, rydym yn mesur llwyddiant yr Amcan Llesiant hwn gyda chanlyniad uchod Arolwg Cenedlaethol Cymru ond yn anffodus oherwydd COVID-19 nid oes data wedi'i ddiweddarau ar gael ar gyfer y mesur. Yn ôl y data diweddaraf a gyhoeddwyd ym mis Mehefin 2020, roedd **16.2%** o oedolion a gymerodd ran yn Sir Gaerfyrddin yn **ystyried eu hunain yn unig**, ac mae hyn yn uwch na chyfartaledd Cymru o 14.43% ond wedi gostwng o'r canlyniad blaenorol o 18.3%.

### Cynnydd ar yr Amcan Llesiant hwn gan ystyried effaith COVID-19

- ⊙ Rydym wedi cyflwyno rhaglen CONNECT ledled Sir Gaerfyrddin sy'n darparu cymorth llesiant rhagweithiol, gan gynnwys galwadau lles rhagweithiol a chynhwysiant digidol.
- ⊙ Rydym wedi ariannu prosiectau sy'n pontio'r cenedlaethau lle hyrwyddwyd y cysylltiad rhwng plant a phobl hŷn, fel y plant ysgol oedd yn mynychu cartrefi gofal yn 'rhithwir'.
- ⊙ Rydym wedi cynyddu cynhwysiant digidol pobl hŷn mewn ymateb i bandemig COVID-19.
- ⊙ Rydym wedi lansio *Cysylltu Sir Gâr*, sef llwyfan bancio amser a chynlluniau gwirfoddoli mewn partneriaeth â'r trydydd sector i hyrwyddo cysylltioldeb cymdeithasol.



**CYSYLLTU**  
Sir Gâr  
**CONNECT**  
Carmarthenshire

## Prosiect Sir Gaerfyrddin CONNECT yn cyrraedd rownd derfynol gwobr

Mae Sir Gaerfyrddin wedi dylunio a gweithredu rhaglen arloesol a mawr sy'n canolbwyntio ar gefnogi annibyniaeth pobl hŷn a #llesiant drwy ddull technolegol a digidol sydd wedi'i gydnabod fel arfer da nid yn unig ledled Cymru ond ledled y DU. Enw'r rhaglen hon yw **CONNECT** ac fe'i cyflwynir mewn partneriaeth â Llesiant Delta, iechyd a gofal cymdeithasol a'r trydydd sector, a ariennir gan gronfeydd Trawsnewid Llywodraeth Cymru.

Mae'r prosiect yn Sir Gaerfyrddin wedi cyrraedd rownd derfynol Gwobr Rhagoriaeth Trawsnewid y Sector Cyhoeddus, gan ei fod yn enghraifft o'n huchelgais o weithio ar draws ffiniau'r sector i sicrhau bod dull radical sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn yn cael ei arddel ar gyfer llesiant, gofal a chymorth.

Mae'n cynnwys gweithredu model newydd o hunangymorth a gofal rhagweithiol, wedi'i alluogi gan Ofal trwy Gymorth Technoleg, sy'n gwella llesiant unigolion. Yn ei dro mae hynny'n galluogi pobl i aros yn annibynnol am gyfnod hirach, gan leihau'r galw am ofal hirdymor neu ofal aciwt.

Mae'r rhaglen hon yn seiliedig ar fodel sydd ar waith yn Sbaen a addaswyd gennym ar gyfer Sir Gaerfyrddin. Nid yw hyn wedi cael ei wneud o'r blaen yn y DU, ac yn bendant nid ar y raddfa a weithredir yn Sir Gâr. Ers mis Chwefror 2020 mae bron i 2,000 o drigolion Sir Gaerfyrddin wedi cael eu cefnogi gan y prosiect ac mae wedi bod yn allweddol yn ein hymateb i bandemig COVID. Rydym yn gwneud hyn drwy:

- Galwadau llesiant
- Pecynnau cymorth digidol a Gofal trwy Gymorth Technoleg
- Helpu i ail-ymgysylltu â'r gymuned leol (yn ddigidol ar hyn o bryd, ond yn gorfforol yn y tymor hwy)
- Mynediad i Dîm Ymateb Cymunedol priodol 24/7, os mewn argyfwng



Cwblhawyd dros **10,000** o alwadau llesiant rhagweithiol rhwng Ebrill 20 a Ionawr 2021

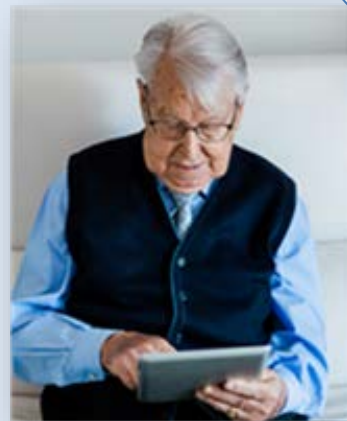
**9,000** o alwadau llesiant ychwanegol i ddarparu cymorth COVID



Pan gawsant eu holi, roedd **88%** o gleientiaid yn teimlo'n llawer mwy diogel gyda'r gwasanaeth



# Stori Raymond...



*Symudodd Raymond, sy'n ŵr gweddw, i lety gwarchod ar ôl i'w annwyl wraig gollu ei brwydr yn erbyn canser ychydig flynyddoedd yn ôl. Cafodd ei gyfeirio at CONNECT ar ôl bod yn yr ysbyty am chwe wythnos. Gan dalu teyrnged i'w deulu, dywedodd er ei fod bob amser wedi cael llawer o gefnogaeth ganddynt, nad oedd yn gallu eu gweld oherwydd COVID-19 gan ei fod wedi derbyn llythyr gwarchod yn ei gynghori i hunanynysu.*

*Heb allu treulio amser gyda'i anwyliaid a'i ffrindiau yn gymdeithasol, ac heb unrhyw weithgareddau chwaraeon yn cael eu cynnal i fynd iddynt a'u gwylio, dechreuodd deimlo'n "isellawn ac yn unig."*

*Drwy CONNECT, mae Raymond yn derbyn galwadau llesiant wythnosol hanfodol. Mae hyn yn cynnwys gwirio bod ganddo ddigon o fwyd gartref a'i fod yn gallu cael gafael ar unrhyw bresgripsiynau neu feddyginiaeth.*

*Wrth siarad am fanteision y galwadau llesiant, dywedodd wrthym, "Rwy' wir yn edrych ymlaen at y galwadau. Rwy'n eu gwerthfawrogi. Mae'n braf cael ffrind i siarad â hi. Roeddwn i'n arfer teimlo'n isellawn yn yr wythnos, ond nawr rwy'n edrych ymlaen at y galwadau bob bore dydd Llun. Maen nhw wedi fy helpu i adennill fy hyder, sy'n bwysig. Mae'r galwadau hyn yn helpu i achub bywydau. Byddwn i'n teimlo'n isellawn hebddynt ac yn debygol o fod angen mwy o gymorth gan y GIG. Rwyf wir yn teimlo fel person gwahanol ar ôl i ni siarad."*

*Drwy wasanaeth CONNECT, mae gan Raymond linell bywyd â botwm coch hefyd, y gall ei wasgu unrhyw bryd y mae angen cymorth neu gefnogaeth arno ac mae'n cysylltu'n uniongyrchol â Chanolfan Fonitro 24/7 y tîm. Mae CONNECT hefyd yn galluogi Raymond i gael mynediad 24/7 at ein Gwasanaeth Ymateb Cymunedol, pe bai argyfwng.*

## Symud Ymlaen...

Yn ystod ein hadolygiad blynyddol o'r Amcanion Llesiant, bydd y Strategaeth Gorfforaethol wedi'i diweddarau ar gyfer 2021/22 yn dangos Amcan Llesiant 10 wedi'i gyfuno ag Amcan Llesiant 11 i greu'r amcan canlynol - **Heneiddio'n Dda - Cefnogi pobl hŷn er mwyn iddynt heneiddio'n dda a chadw'u hurddas a'u hannibyniaeth wrth wneud hynny**



Cliciwch [yma i gael gweld ein cynnydd manwl](#) o ran yr amcan hwn.