



Amcan Llesiant 9

Heneiddio'n Dda - Cefnogi pobl hŷn i heneiddio'n dda a chadw'u hurddas a'u hannibyniaeth wrth wneud hynny

Rydym wedi parhau i gadw pobl hŷn yn ddiogel yn ein cymunedau yn ystod y cyfnod mwyaf heriol, ac yn ystod y cyfnod hwnnw, fel y profwyd yn genedlaethol, mae'r galw am ofal cymdeithasol llawer yn drech na'r gofal a'r cymorth cyfyngedig sydd ar gael yn ein cymunedau. Mae sicrhau ein bod yn targedu cefnogaeth lle mae ei angen fwyaf wedi caniatáu inni helpu pobl i heneiddio'n dda gan gynnal eu hurddas a'u hannibyniaeth. Wrth i ni ddod allan o bandemig COVID-19, y brif her yw sut i recriwtio a chadw nifer digonol o weithwyr gofal cymdeithasol medrus a phrofiadol i ddarparu'r cymorth sydd ei angen ar ein cymunedau. Mae ymdrechion i wneud hyn yn brif ffocws ac yn brif flaenoriaeth i'n sefydliadau iechyd a chymdeithasol integredig.

Pam mae'r Amcan Llesiant hwn yn bwysig

- ⊙ Mae gan Sir Gaerfyrddin gyfran uchel o drigolion dros 65 oed sy'n rhan hanfodol a bywiog o'r gymuned. Rydym am i'r sir fod yn lle i heneiddio'n dda.
- ⊙ Mae ymgynghoriadau wedi dangos mai'r hyn sy'n bwysig i bobl hŷn yw gallu bod mor annibynnol ac iach â phosibl am gyn hired â phosibl.
'Cael eich parchu fel person hŷn, heb gael eich ystyried yn faich ar y system iechyd a gofal cymdeithasol leol'
- ⊙ Dengys ymchwil fod cael pobl hŷn i deimlo eu bod yn cael eu cynnwys a'u parchu ac i gyfrannu'n gymdeithasol, yn ffactor hanfodol o ran heneiddio'n iach.
- ⊙ Mae pobl hŷn yn cyfrannu at yr economi yn Sir Gaerfyrddin drwy ofalu am eu hwyrion a'u hwyresau neu aelodau eraill o'r teulu.
- ⊙ Gall gwasanaethau ehangach wneud cyfraniad pwysig i gefnogi a chynnal annibyniaeth pobl hŷn a lleihau'r galw ar Wasanaethau Cymdeithasol a Gofal Iechyd.
- ⊙ Mae'r Cyngor wedi penderfynu gwneud Sir Gaerfyrddin yn sir sy'n cefnogi pobl â dementia, tebyg i [Raglen Gymunedol Cefnogi Pobl â Dementia y Gymdeithas Alzheimer](#).
- ⊙ Effaith COVID-19 ar ein cartrefi gofal.



Pa mor dda ydym yn gwneud (a sut ydym yn gwybod)? ① Ffynonellau tystiolaeth

Mesurau Llwyddiant / Egluro'r Canlyniadau



66% yn

cytuno bod gwasanaeth gofal cymdeithasol da ar gael yn yr ardal

(47.5% o'r blaen)

Ffynhonnell: Arolwg Cenedlaethol Cymru

Ar gyfartaledd mae'n cymryd



259 o ddiwrnodau calendr i ni ddarparu

Grant Cyfleusterau i'r Anabl

(347 o ddiwrnodau o'r blaen)

15.4% o bobl yn teimlo'n unig yn Sir Gâr

(17.3% blaen)



o'r

Ffynhonnell: Arolwg Cenedlaethol Cymru

Gwasanaeth Gofal Cymdeithasol Da ar gael yn yr ardal

- ⊙ Yn ôl [Arolwg Cenedlaethol Cymru](#) 2020/21 roedd **66%** o'r cyfranogwyr yn credu bod **Gwasanaeth Gofal Cymdeithasol da ar gael yn yr ardal**. Mae hwn yn welliant ar ganlyniad yr arolwg diwethaf o 47.5% ac yn uwch na chyfartaledd Cymru o 63.9%.

Grant Cyfleusterau i'r Anabl

- ⊙ Mae cyflawni addasiadau Grant Cyfleusterau i'r Anabl yn ystod y ddwy flynedd ddiwethaf wedi bod yn heriol oherwydd cyfyngiadau COVID-19 gydag oedi a'r anallu i gwblhau gwaith yn barhaus ar y safle. Nifer cyfartalog y diwrnodau a gymerwyd gennym i gwblhau'r addasiadau hyn cyn COVID-19 oedd 176 o ddiwrnodau, sydd ymhell islaw cyfartaledd Cymru o 204 diwrnod. Bu i hyn gynyddu'n fawr yn ystod 2020/21 i 347 o ddiwrnodau ac uwchlaw cyfartaledd Cymru o 261 diwrnod. Creodd y tarfu hwn ôl-groniad gyda'r nifer uchel o ddiwrnodau'n parhau yn ystod 2021/22, ond wrth i'r ôl-groniad gael sylw yn ystod y flwyddyn, mae nifer y diwrnodau ar gyfartaledd wedi gwella'n sylweddol i 259 diwrnod.

Teimlo'n Unig

- ⊙ Yn ôl [Arolwg Cenedlaethol Cymru](#) 2021/22, roedd **15.4%** o'r oedolion gymerodd ran yn Sir Gaerfyrddin yn **ystyried eu bod yn unig**, ac mae hyn wedi gostwng ers y canlyniad blaenorol o 17.3% ond mae'n parhau i fod yn uwch na chyfartaledd Cymru o 12.8%, ac i gymharu, rydym wedi symud o'r 19eg safle i'r 18fed safle yng Nghymru.

Cynnydd ar y camau rydym yn eu cymryd i gyflawni'r Amcan Llesiant hwn

Gwell iechyd a llesiant ymysg y boblogaeth

- ⊙ Bu i'n gwasanaeth Theatrau Sir Gâr ddarparu ffrydiad byw o Sioe Nadolig i 6 chartref gofal
- ⊙ Derbyniodd Actif £46k gan Lywodraeth Cymru i hyrwyddo a darparu gweithgareddau corfforol am ddim ac am bris gostyngol i'r boblogaeth 60+ oed. Roedd y rhain yn cynnwys ystod o Chwaraeon Cerdded (rygbi, pêl-droed a phêl-rwyd), 'Nordic Walking', Padlfyrddio, Curling, dosbarthiadau ffitrwydd, gweithgareddau campfa a chwaraeon raced.
- ⊙ Mae Swyddogion Oedolion Actif yn y tîm Cymunedau Actif wedi gweithio mewn partneriaeth gyda chlybiau a sefydliadau i hwyluso a sefydlu nifer o sesiynau a chlybiau chwaraeon cerdded ar draws y Sir.
- ⊙ Mae ein gwasanaeth Delta Connect wedi mynd o nerth i nerth dros y 12 mis diwethaf. Bellach mae dros 3,000 o unigolion wedi cofrestru ar gyfer y gwasanaeth yn Sir Gaerfyrddin, ac mae elfen ymateb cyflym y gwasanaeth, lle gall tîm cofrestredig o ofalwyr ddarparu cymorth brys, wedi bod yn hanfodol i gadw pobl yn ddiogel ac yn iach gartref. Mae'r gwasanaeth wedi ymateb i unigolion bron i 6,000 o weithiau ac yn aml wedi osgoi'r angen i gael mynediad i'r ysbyty neu leoliad brys mewn cartref gofal. Mae'r sicrwydd bod Llesiant Delta ar gael ar ddiwedd y ffôn i drigolion Sir Gaerfyrddin a'u teuluoedd yn gwneud cyfraniad aruthrol tuag at wella iechyd a llesiant poblogaeth.
- ⊙ Diolch i'r drefn, mae effaith y pandemig ar Bobl Hŷn wedi dechrau lleihau yn ystod y 12 mis diwethaf. Mae llwyddiant y rhaglen frechu wedi golygu bod rheoli COVID-19 mewn lleoliadau gofal yn fwy mater o drefn, a bod risg marwolaeth neu salwch difrifol wedi gostwng i lefelau sy'n fwy cymaradwy ag afiechydon tymhorol eraill fel y fflw. Ni ellir tanbrizio'r effaith yn seicolegol fodd bynnag, ac mae llawer o bobl hŷn wedi mynd yn fwyfwy ynysig ac yn dal i fyw mewn ofn o'r risg o COVID-19. Mae mentrau fel Delta Connect yn hanfodol felly i helpu i gefnogi iechyd a llesiant emosiynol.

Gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol o well ansawdd ac sy'n fwy hygyrch

- ⊙ Mae prinder cenedlaethol o weithwyr cymdeithasol cymwys ac o staff gofal medrus a phrofiadol. Ar yr un pryd, rydym wedi gweld yr effaith y mae cyfnodau clo cysylltiedig â'r pandemig ac anawsterau o ran cael mynediad at wasanaethau arferol wedi'i chael ar gynyddu anghenion iechyd a gofal cymdeithasol ein poblogaeth hŷn. Mae cyfuniad o'r ddau ffactor hyn wedi creu'r storom berffaith. O'r herwydd, mae nifer uwch o bobl hŷn angen asesiad gwaith cymdeithasol ac, o ganlyniad, gofal yn y cartref, tra bo llai o weithwyr cymdeithasol ar gael i gynnal yr asesiadau hynny a llai o oriau gofal ar gael i gefnogi pobl yn y gymuned.



 Arolygiaeth Gofal Cymru Care Inspectorate Wales	Mai 2022
--	-----------------

Crynodeb

'Mae pobl a'u perthnasau'n canmol y gofal a'r cymorth maen nhw'n eu derbyn. Mae cofnodion gofal yn canolbwyntio ar y person ac yn adlewyrchu anghenion unigol pobl. Mae staff gofal wedi'u hyfforddi'n dda, mae ganddyn nhw wybodaeth dda am y bobl maen nhw'n gofalu amdany'n nhw, ac maen nhw'n frwdfrydig ynghylch gweithio yn y gwasanaeth. Rheolwyr ymroddedig a gwybodus sy'n cael eu cefnogi'n dda gan yr Unigolyn Cyfrifol sy'n

Gwasanaeth gofal cartref mewnol Cyngor Sir Gâr	arwain y gwasanaeth. Mae'r rheolwyr yn hawdd ymwneud â nhw ac yn uchel eu parch gan bawb sy'n gysylltiedig. Mae gan yr Unigolyn Cyfrifol oruchwyliaeth dda o'r gwasanaeth ac mae systemau cadarn ar waith i gefnogi hyn. Mae gan y tîm arwain berthynas waith dda a gweledigaeth glir am y gwasanaeth'.
Adroddiad yr Arolygiad	

- ⊙ Rydym yn gwneud popeth yn ein gallu i flaenoriaethu'r rheiny y mae angen eu hasesu fwyaf a'r rhai sy'n aros am ofal. Fodd bynnag, mae'n golygu bod gennym restrau aros ar gyfer asesiadau a gofal, ac o ganlyniad mae pobl yn gorfod aros yn hirach nag yr hoffem i gael y gefnogaeth sydd ei hangen.
- ⊙ O gofio'r uchod, rydym wedi gorfod bod mor greadigol ag y gallwn ni i ddod o hyd i ffyrdd eraill o gefnogi pobl. Mae hyn wedi arwain atom yn ailystyried y ffordd rydym yn gweithio ac mae llwyddiant un fenter o'r fath, sef y Tîm Amlddisgyblaethol Gofal Canolradd, wedi'i gydnabod gan gyrraedd rownd derfynol Gwobrau Trawsnewid Sector Cyhoeddus IESE 2022. Mae'r tîm yn mabwysiadu egwyddor 'Gartref Gyntaf' er mwyn helpu pobl i adael yr ysbyty'n gynt neu helpu i gadw pobl gartref, trwy ddarparu iechyd cymorth yn y tymor byr i helpu pobl i ddychwelyd neu aros gartref a byw mor annibynnol â phosib.



Iechyd a gofal cymdeithasol gwerth uwch

	Ym mis Tachwedd 2021, cyhoeddodd Arolygiaeth Gofal Cymru ei llythyr Gwiriad Sicrwydd 2021 ar gyfer Cyngor Sir Gâr.
	<u>Sicrwydd Gofal Cymdeithasol i Oedolion</u>
	• Cydweithio • Cyfathrebu da a chefnogaeth ar draws y sefydliad • Rhannu gweledigaeth o fynd i'r afael ag anghenion pobl • Rhoddwyd cyfle i bobl (gan gynnwys gofalwyr), deilwra a rheoli eu cymorth eu hunain • Ymagwedd integredig cadarnhaol at ddiwylliant o atal • Gwneud cyfraniad cadarnhaol i lesiant pobl yng nghyfnod y pandemig
	<u>Risgiau Gofal Cymdeithasol i Oedolion</u>
	• Marchnad y Darparwr • Mae'r galw yn y system yn fwy na'r capasiti sydd ar gael • Sefyllfa fregus i wasanaeth mewnol • Darparu gofal a chymorth mewn rhai ardaloedd daearyddol

- ⊙ Yng nghyd-destun heriau'r gweithlu, mae gwneud y defnydd gorau o'n hadnoddau yn bwysicach nag erioed. Eleni rydym wedi mynd allan i dendro ar gyfer ein Fframwaith Gofal a Chymorth yn y Cartref newydd a fydd, er gwaethaf yr heriau recriwtio a chadw, yn caniatáu inni ddarparu gwasanaeth mwy teg ar draws y Sir.

Archwilio Mewnol 	Mae Archwilio Mewnol wedi cynnal adolygiad diweddar o'r grant: ENABLE - Cefnogaeth i Fyw'n Annibynnol	Daeth Archwiliad Mewnol i'r casgliad bod nodau ac amcanion y prosiect wedi'u cyrraedd, a bod yr arian grant wedi'i wario'n briodol yn unol â'r cynnig grant.
-----------------------------	---	--

- ⊙ Yn ogystal, rydym wedi defnyddio dulliau creadigol fel y Grant Cymorth Llesiant, i ad-dalu gofalwyr a theuluoedd yn ariannol i'w helpu i gefnogi eu hanwyliaid tra byddant yn aros i drefniadau gofal hirdymor gael eu rhoi ar waith.

Gweithlu iechyd a gofal cymdeithasol cynaliadwy sydd â chymhelliant

- ⊙ Mae nifer cynyddol y swyddi gwag ym meysydd gwaith cymdeithasol a gofal, ynghyd â chynnydd yn y galw a phobl yn cyflwyno'u hunain â materion llawer mwy cymhleth i'w datrys, wedi gweld rhestrau aros yn tyfu i lefelau llawer uwch nag yr hoffem. Ein prif ffocws felly oedd datblygu a gweithredu ein Cynllun Recriwtio a Chadw Gofal Cymdeithasol er mwyn rhoi pob cyfle posibl i ni recriwtio a chadw staff i'r lefel sydd ei hangen arnom.

- Yn ystod y 12 mis diwethaf, rydym wedi cynnal ymgyrchoedd recriwtio cynhwysfawr yn fewnol ac i gefnogi'r sector ehangach.
- Rydym hefyd wedi cynnig ystod o daliadau cadw staff i'n staff gofal cymdeithasol, i'w hannog i barhau i weithio i Sir Gaerfyrddin.
- Rydym yn datblygu llwybrau dilyniant gyrfa i staff fel y gallant ddatblygu eu gyrfaedd gyda ni, gan ein galluogi i gynllunio olyniaeth ar gyfer y dyfodol.
- Rydym wrthi'n lansio ein Academi Gofal a fydd yn darparu cyfleoedd i'r rheiny sy'n dymuno cael gyrfa mewn gofal gychwyn ar lwybrau proffesiynol fel gwaith cymdeithasol.
- Mae llawer o waith i'w wneud o hyd, ond roeddem yn dechrau gweld y sefyllfa'n gwella ychydig, yn enwedig mewn perthynas â swyddi gwag mewn gwaith cymdeithasol.



Mae Delta CONNECT wedi cynnig "cymorth gwerthfawr" i Edward yn ystod y cyfyngiadau symud

Ar ôl i *Edward Jones, sy'n 82 oed ac yn ŵr gweddwr ddychwelyd i'w gartref yn Llanyddryfri ar ôl cyfnod hir yn yr ysbyty ar ddiwedd 2019, byddai ei fab, a'i ferch yng nghyfraith a'u merch yn ymweld sawl gwaith y dydd i'w helpu â'i fywyd bob dydd a chadw llygad arno.

Fodd bynnag, newidiodd popeth pan ddechreuodd y cyfyngiadau symud. Dechreuodd Edward warchod ei hun a bellach nid oedd ymweliadau cyson mor hawdd.

Dechreuodd Edward ddefnyddio Gwasanaeth Delta CONNECT ym mis Mawrth 2020 ac mae wedi bod yn werth y byd iddo. Roedd e'n teimlo'n isel iawn ar ôl ei arhosiad hir yn yr ysbyty ac roedd wedi colli llawer o bwysau a olygodd ei fod yn teimlo'n fregus ac yn agored i niwedd.

Fel rhan o'r gwasanaeth CONNECT, roedd Louise, sef y Swyddog Llesiant Cymunedol a benodwyd i Edward, yn ei ffonio bob wythnos i ofyn sut oedd e'n teimlo ac a oedd angen unrhyw help arno. Yn ogystal, roedd ganddo uned gartref Llinell Gymorth i'w gwisgo o amgylch ei wdder mwyngalw am gymorth mewn argyfwng.

"Bues i yn yr ysbyty am bedwar mis ac roeddwn i'n teimlo'n ddigalon iawn." Dywedodd Edward, "Roedd siarad â Louise yn gymaint o help. Rhoddodd Louise oibaith newydd i mi."

I nifer o gleientiaid, mae'r gwasanaeth yn cynnwys bwyd neu gyflenwadau meddygol ond roedd Edward yn ddigon ffodus i gael ei deulu'n byw yn lleol i'w helpu â hyn.

"Rwy' mor lwcus i gael teulu gwych gerllaw ac maen nhw wir yn edrych ar fy ôl i, ond weithiau mae'n haws siarad â rhywun y tu allan i'ch teulu - mae rhai pethau nad ydych chi eisio dweud wrthyn nhw oherwydd dydych chi ddim eisio iddyn nhw boeni mwy nag y maen nhw ar hyn o bryd."

"Ni allaf ganmol gwasanaeth CONNECT ddigon. Roedd gwybod bod rhywun ar ben arall y ffôn i mi yn meddwl gymaint ac yn cynnig tawelwch meddwl i'm teulu hefyd."

Mae'r Swyddogion Llesiant Cymunedol wedi'u hyfforddi i adnabod cleientiaid a allai fod angen cymorth ychwanegol, hyd yn oed pan nad yw'r cleient wedi adnabod yr angen hwnnw ei hun - mae hyn wedi helpu teulu Edward i wybod ei fod yn ddiogel ac yn cael cefnogaeth yn y cartref hyd yn oed pan nad ydynt yn gallu bod yno.

Dywedodd *Jonathan, mab Edward: "Mae gwasanaeth Delta yn golygu llawer i fy nhad ac mae'n teimlo'n wirioneddol freintiedig i allu cael mynediad iddo. Mae'r system Llinell Bywyd yn werthfawr tu hwnt iddo ac er ein bod ni'n byw'n agos, mae'n rhoi tawelwch meddwl i'r teulu i wybod bod help wrth law petai angen."

"Mae'r galwadau llesiant wedi bod yn wych - mae e'n mwynhau siarad â rhywun gwahanol ac mae'n edrych ymlaen at y galwadau bob wythnos. Mewn ychydig flynyddoedd, bydda' i siŵr o fod yn cofrestru ar gyfer y gwasanaeth fy hunan!" ***Mae'r enwau wedi'u newid**

Beth a sut gallwn ni wneud yn well

Ein cynllun gweithredu i gyflawni'r amcan hwn

Cyf	amau Gweithredu a Mesurau	Dyddiad/ Targed	Perchennog/ Swyddog Cyfrifol
A	Gwell iechyd a llesiant ymysg y boblogaeth		
1	Byddwn yn darparu gofal rhagweithiol a chynlluniedig i bobl yn y gymuned sydd â chyflyrau iechyd hirdymor cronig/sy'n fwy eiddil, a'r rhai sydd angen cymorth ar ddiwedd eu hoes.	Mawrth 2023	Alex Williams
2	Byddwn ni'n datblygu a gweithredu Strategaeth Atal ar gyfer Sir Gaerfyrddin a fydd yn cynnwys parhau i weithio mewn partneriaeth â Delta Wellbeing i gefnogi ein trigolion (15342?)	Mawrth 2023	Rhian Dawson
3	Byddwn yn parhau i ail-lunio ein dull o gefnogi llif cleifion a chartref yn gyntaf drwy ddatblygu'r broses ryddhau er mwyn asesu llwybrau a sicrhau bod prosesau monitro ac uwchgyfeirio ar waith i sicrhau llif effeithiol i gleifion ar draws system Sir Gaerfyrddin.(15348)	Mawrth 2023	Alex Williams/Rhian Dawson
B	Gweithlu iechyd a gofal cymdeithasol cynaliadwy sydd â chymhelliant		
1	Byddwn ni'n tyfu'r gweithlu Gwaith Cymdeithasol a Therapi Galwedigaethol proffesiynol drwy sicrhau bod Sir Gaerfyrddin yn lle deniadol i weithio, bod cyfleoedd am ddilyniant gyrfa, a bod llwybrau gyrfaol yn cael eu datblygu i staff ddod yn gymwys.	Mawrth 2023	Alex Williams



Cliciwch [yma i gael gweld ein hymrwymadau cynnydd manwl a'n targedau](#) o ran yr amcan hwn.