

# Lles a Byw'n Annibynnol

---

Ystyr hyn yw:

- Darparu gwybodaeth a chefnogaeth i bobl gymryd cyfrifoldeb am eu hiechyd eu hunain ac iechyd eu teuluoedd
- Targedu ymyriadau lle gall unigolion a theuluoedd elwa fwyaf
- Darparu mwy o wasanaethau'n nes i'r cartref
- Adeiladu a chryfhau'r Sector Gofal

## Pam fod hon yn flaenoriaeth i'r partneriaid?

- ✓ Mae sylfaen dystiolaeth gref yn ogystal â chyfrifoldeb cymdeithasol i gyfeirio ein ffocws ar atal afiechyd, lleihau anghydraddoldeb iechyd a darparu ar gyfer dewisiadau pobl i barhau i fod yn weithgar ac annibynnol o fewn eu cymuned eu hunain;
- ✓ Mae'n bosibl y gallai canolbwyntio ar flynyddoedd cynnar fod yn fanteisiol i'r unigolyn a lleihau'r galw ar wasanaethau yn ystod ei fywyd llawn;
- ✓ Er mwyn cefnogi trigolion ag anghenion mwy cymhleth, mae angen i ni gynnal ac yna, gryfhau'r sector gofal ar gyfer cartrefi gofal a gwasanaeth yn y cartref gan fod y ddau'n fregus ar hyn o bryd;
- ✓ Mae disgwyliad oes yn cynyddu ond nid oes sicrwydd y bydd disgwyliad oes iach yn cynyddu. Y canlyniad yw bod mwy o bobl yn debygol o fod angen cymorth i reoli cyflyrau cronig a/neu fod yn fwy dibynnol o ganlyniad er enghraifft i fregusrwydd neu ddementia;
- ✓ Mae heriau sylweddol i fodloni gofynion y gweithlu presennol a'r un a ragwelir ym maes iechyd a gofal cymdeithasol;
- ✓ Mae'r Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Lles yn atgyfnerthu'r angen i gefnogi trigolion i gynnal iechyd da a dibynnu llai ar wasanaethau.

<sup>5</sup> Gwasanaethau Cartref yw'r rhai sy'n cael eu darparu i unigolyn yn ei gartref ei hun

# Lles a Byw'n Annibynnol

## Beth yw'r dystiolaeth y tu ôl i'r stori hon?

- Mae dylanwadu ar ddatblygiad plant i sicrhau'r datblygiad gorau posibl o ran eu hiechyd, eu datblygiad cymdeithasol ac addysgol, yn fwyaf effeithiol pan mae'n cael ei wneud mor gynnar â phosibl.
- Mae pobl sy'n cael eu geni yn rhannau mwyaf difreintiedig Sir y Fflint, ar gyfartaledd, yn debygol o farw 7 blynedd yn gynt na phobl sy'n cael eu geni yn rhannau cyfoethocaf y sir.
- Rhagwelir y bydd disgwyliad oes yn parhau i wella, ac mae disgwyl i boblogaeth y rhai sy'n 65 oed dyfu o 31,000 yn 2015 i 46,100 erbyn 2039.
- Mae disgwyl y bydd nifer y bobl sy'n 65 oed a h n y mae angen gofal amdanynt mewn cartref gofal, ddyblu bron erbyn 2035 ac mae disgwyl i'r nifer ag angen gofal nyrsio arbenigol arnynt gynyddu'n sylweddol.
- Bydd nifer trigolion Sir y Fflint sy'n byw gyda dementia yn cynyddu i 1,350 (66%) erbyn 2030.
- Er mwyn i Sir y Fflint ddiwallu'r angen am welâu cartrefi gofal erbyn 2030, bydd angen 554 yn fwy o welâu gofal preswyl a 304 o welâu gofal nyrsio.

## Beth ydym ni wedi ymrwymo i'w wneud?

- ✓ Darparu gwybodaeth a chefnogaeth pobl i gymryd cyfrifoldeb am eu hiechyd eu hunain ac iechyd eu teuluoedd a'u cymunedau
- ✓ Targedu ymyriadau lle gall unigolion a theuluoedd elwa fwyaf
- ✓ Darparu mwy o wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol yn nes i'r cartref
- ✓ Adeiladu a chryfhau'r sector gofal

## Pa gamau penodol fyddwn ni'n eu cymryd i gefnogi'r ymrwymadau hyn?

- ✓ Archwilio a gwneud y defnydd gorau o gyfleoedd i hybu iechyd meddwl a lles
- ✓ Sicrhau cysylltiadau â meysydd gwaith blaenoriaeth eraill y BGC i hybu cyfleoedd iechyd a lles i'r eithaf, e.e. 'Symud Sir y Fflint Ymlaen' (Cymunedau Gwydn), mynd i'r afael â chamdefnyddio sylweddau (Diogelwch Cymunedol)
- ✓ Cyflwyno'r Tîm Adnodd Cymunedol a'r Un Pwynt Mynediad amlasiantaeth, sydd wedi'i gyd-leoli
- ✓ Gweithredu blaenoriaethau iechyd Cyhoeddus y cytunwyd arnynt, gan ganolbwyntio ar y rhai all elwa fwyaf
- ✓ Sicrhau bod anghenion iechyd Plant sy'n Derbyn Gofal yn cael eu hasesu a'u diwallu, yn cynnwys trwy sicrhau bod deunyddiau hybu iechyd allweddol ar gael i ofalwyr maeth a staff gofal preswyl
- ✓ Gweithredu'n llawn yr Hyb Cymorth Cynnar<sup>7</sup> i gefnogi plant, pobl ifanc a'u teuluoedd

<sup>6</sup> Plant sy'n Derbyn Gofal yw plant dan ofal yr Awdurdod Lleol

<sup>7</sup> Mae'r Hyb Cymorth Cynnar yn brosiect amlasiantaeth dan arweiniad Heddlu Gogledd Cymru sy'n ceisio gwella'r 'siwrnai' i deuluoedd mewn risg uwch o broblemau'n gwaethygu gyda phwyslais ar wybodaeth, cyngor a chymorth

# Lles a Byw'n Annibynnol

---

- ✓ Datblygu a gweithredu Cynllun “Heneiddio'n Dda yn Sir y Fflint” a fydd nid yn unig yn cefnogi pobl i heneiddio'n dda ond hefyd yn helpu i ddatblygu cymunedau er budd pobl o bob oed
- ✓ Datblygu llwybrau cadarn ar gyfer preswylwyr cartrefi gofal y mae angen eu derbyn i ysbyty i'w helpu i ddychwelyd adref gyda chyn lleied o oedi â phosibl
- ✓ Sicrhau bod dull y Sir o adfywio'n cefnogi a hyrwyddo gwaith o fewn y Sector Gofal
- ✓ Cynyddu capasiti gwelâu a ddarperir yn fewnol ar hyn o bryd o ar gyfer gofal tymor byr a chefnogi ‘Discharge to Assess’<sup>8</sup> mewn lleoliad cymunedol trwy ddefnyddio cyllidebau cronrus
- ✓ Hybu a diogelu iechyd ein gweithlu trwy eu hannog i gael mynediad at gyfleoedd i wella a chynnal iechyd (e.e. rhaglenni sgrinio cenedlaethol, ‘Making Every Contact Count’ (MECC), brechiad ffliw)

## Ble ddylem ni weld effaith?

- ✓ Dangosyddion iechyd a lles yn y boblogaeth yn gwella
- ✓ Dangosyddion anghydraddoldebau iechyd yn gwella
- ✓ Lefelau gwelâu cartrefi gofal a chymorth yn y cartref yn cael eu cynnal ac yn cynyddu
- ✓ Nifer gweithgareddau cymunedol neu dan arweiniad y gymuned i hybu byw'n iach a “heneiddio'n iach” yn cynyddu
- ✓ Nifer y bobl sy'n cael eu cefnogi y tu allan i ysbytai aciwt yn cynyddu
- ✓ Lefel gwybodaeth, cymorth a chefnogaeth a gynigir trwy'r Un Pwynt Mynediad a'r Hwb Cymorth Cynnar yn cynyddu
- ✓ Cyfleoedd i bobl symud mwy a lleihau ymddygiad o fyw eisteddog yn cynyddu

## Cysylltiadau â blaenoriaethau eraill:

- ✓ **Cymunedau Gwydn** – galluogi ac ysbrydoli cymunedau i ddod yn hyderus, cydlynol a blaengar
- ✓ **Amgylchedd** – datblygu mwy o gyfleoedd i gael mynediad i'r isadeiledd gwyrdd
- ✓ **Economi a Sgiliau** – datblygu sgiliau ar gyfer cyfleoedd gwaith, lleihau diweithdra ac effaith diwygio cymdeithasol
- ✓ **Diogelwch Cymunedol** – mynd i'r afael â chyffuriau ac alcohol / lleihau aildroseddu

<sup>8</sup> Mae ‘Discharge to Assess’ yn digwydd pan fo unigolyn yn feddygol iach i adael yr ysbyty a bod angen asesiad i benderfynu ar lefel y cymorth y bydd angen arno/arni gartref.