

## Y Wybodaeth Ddiweddaraf am Strategaeth Dementia Sir y Fflint Tachwedd 2021

### Ymgynghori

Mae gan ranbarth Gogledd Cymru Strategaeth Dementia a gyhoeddwyd ym mis Mawrth 2020. Mae Cyngor Sir y Fflint a'r Bwrdd Iechyd Lleol yn cefnogi'r camau gweithredu o fewn y Strategaeth Ranbarthol.

Mae Cyngor Sir y Fflint, gyda chefnogaeth gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr, hefyd wedi ymrwymo i gael Strategaeth Dementia, er mwyn adlewyrchu anghenion a blaenoriaethau lleol. Nod Strategaeth Dementia Sir y Fflint yw gwella bywydau pobl sy'n byw a dementia, eu gofalwyr a'u theuluoedd ac i ddatblygu cymunedau cefnogol.

Cynhaliwyd proses ymgynghori rhwng mis Mai a mis Awst 2021. Ymgysylltodd yr ymgynghoriad hwn â phobl â phrofiad bywyd o ddementia, gan gynnwys gofalwyr a theuluoedd, grwpiau cymunedol, gweithwyr proffesiynol iechyd a gofal cymdeithasol, partneriaid gwasanaethau'r trydydd sector, a darparwyr gofal annibynnol.

Cafodd tua 50 arolwg ei lenwi, a mynychodd dros 100 o bobl gyfarfodydd i drafod y blaenoriaethau ar gyfer dementia yn Sir y Fflint. Derbyniwyd mwy na 700 sylw ac awgrym unigol.

Defnyddiwyd yr adborth o'r ymgynghoriad i nodi'r blaenoriaethau allweddol ac i lunio cynllun gweithredu manwl.

### Yr hyn a ddywedodd pobl

- Mae dementia yn effeithio ar fwy a mwy o bobl a theuluoedd.
- Mae'r ddealltwriaeth am ddementia wedi gwella, ond mae cyfle i gynyddu gwybodaeth ym mhob grŵp oedran.
- Nid yw llawer o bobl yn gwerthfawrogi'n llawn y gall byw yn iach atal neu leihau'r risg o ddatblygu dementia.
- Mae ofn a stigma yn gysylltiedig â dementia, a phobl yn meddwl ei bod yn anodd iawn byw'n dda gyda dementia.
- Credir y gall y broses asesu a diagnosis gymryd amser hir i rai pobl.
- Cyfyngodd Covid-19 fynediad at feddygon teulu a chlinigau, gan ohirio archwiliadau ac asesiadau iechyd rheolaidd. Mae perygl bod hyn wedi creu ôl-gronid mewn diagnosis.
- Ystyrir bod cadw pobl mewn cysylltiad ac yn weithredol mewn cymunedau cefnogol yn hanfodol i helpu pobl i fyw yn dda.
- Mae pobl eisiau mynediad at wasanaethau gofal a seibiant hyblyg, a gweithgareddau cymunedol. Mae heriau yn ymwneud â chludiant yn gwneud hyn yn anoddach, yn enwedig mewn ardaloedd gwledig.
- Mae ymgysylltu cymunedol cadarnhaol yn Sir y Fflint. Mae'r galw'n uchel am fwy o grwpiau, gweithgareddau, gwaith a chyfleoedd i wirfoddoli sy'n addas ar gyfer dementia ac yn ystyriol o oedran.

## Blaenoriaeth

Helpu pobl i leihau neu oedi'r risg o ddatblygu dementia ac i adnabod symptomau dementia.

Gwella'r gefnogaeth a'r wybodaeth a ddarperir i bobl cyn, yn ystod ac ar ôl asesiad a diagnosis o ddementia.

Darparu gwasanaethau gofal a chefnogaeth sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn, i helpu pobl â dementia i fyw yn dda yn eu cartref neu'n agos at eu cartref.

## Yr hyn yr ydym yn ei wneud

- ☑ Mae timau Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol yn hyrwyddo'r [chwe cham](#) a'r [pum ffordd at les](#).
- ☑ Mae [Gwefan Dementia Cyngor Sir y Fflint](#) yn darparu gwybodaeth am ddementia a'r cymorth sydd ar gael.

- ☑ Datblygu gweithluoedd iechyd a gofal cymdeithasol sy'n ymdrechu i wneud i bob cyswllt gyfrif, adnabod symptomau a gwneud atgyfeiriadau amserol.
- ☑ Gweithio'n agos â phartneriaid yn y trydydd sector er mwyn cynyddu'r dealltwriaeth am ddementia a'r gefnogaeth sydd ar gael.

- ☑ Sefydlu cefnogaeth yn y cartref ac yn y gymuned, gan gynnwys gwasanaethau seibiant hyblyg.
- ☑ Gweithredu'r model cymorth Cynnydd i Ddarparwyr mewn lleoliadau gofal preswyl a gofal cartref.

## Yr hyn y byddwn yn ei wneud

- ☐ Adolygu a diweddarau gwybodaeth am fyw'n iach er mwyn lleihau'r risg o ddatblygu dementia.
- ☐ Gweithio â phobl gyda phrofiad bywyd o ddementia er mwyn datblygu dealltwriaeth am symptomau ac ymddygiadau.
- ☐ Sicrhau bod gwybodaeth ar gael i bawb, ac nid yn gyfyngedig i fod ar-lein yn unig.

- ☐ Gweithredu Gwasanaethau Therapiau newydd yn Sir y Fflint er mwyn cefnogi pobl yn gynnar yn y cyfnod asesu.
- ☐ Cefnogi'r gwaith rhanbarthol o gyflwyno arferion gwasanaeth asesu cof newydd.
- ☐ Mabwysiadu argymhellion ymchwil rhanbarthol i wella ymwybyddiaeth o gysylltiadau rhwng anabledau dysgu a dementia.

- ☐ Datblygu hyrwyddwyr dementia i ddarparu gwybodaeth a chyfeirio ar draws y gymuned ac mewn lleoliadau gofal iechyd.
- ☐ Cefnogi camau gweithredu rhanbarthol er mwyn gweithredu Safonau Cymru Gyfan newydd ar gyfer dementia.
- ☐ Cychwyn camau gweithredu lleol i gefnogi mentrau seicolegol ac ymddygiadol rhanbarthol.

## Blaenoriaeth

**Darparu cefnogaeth i ofalwyr a theuluoedd, gan gynnwys cyngor, gwasanaethau seibiant a helpu i adeiladu rhwydweithiau cryf o gefnogaeth gyda phobl eraill sydd â phrofiad bywyd o ddementia.**

**Datblygu cymunedau cefnogol sy'n deall dementia ar gyfer pobl sy'n byw â dementia, eu gofalwyr a'u teuluoedd.**

**Galluogi pobl â phrofiad bywyd o ddementia i gael llais arweiniol wrthddatblygu gwasanaethau a chymunedau cefnogol.**

## Yr hyn yr ydym yn ei wneud

- Gweithio yn agos â Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr Gogledd Ddwyrain Cymru (NEWCIS) er mwyn asesu ac ymateb i'r gefnogaeth sydd ei hangen ar ofalwyr a theuluoedd.
- Adolygu ac addasu gwasanaethau seibiant er mwyn bodloni anghenion newidiol pobl sy'n byw gyda dementia, eu gofalwyr a'u teuluoedd.

- Parhau i ehangu'r rhaglen 'Cyfeillion Dementia' ar draws gweithlu'r Cyngor, busnesau a sefydliadau lleol.
- Gweithio tuag at fod yn Gyngor sy'n Deall Dementia er mwyn gwella mynediad at ofal, gwasanaethau seibiant a gweithgareddau cymunedol.
- Cefnogi cymunedau i ailddechrau cyfarfodydd a gweithgareddau cymunedol mewn modd diogel, yn dilyn cyfnod cyfyngiadau Covid-19.

- Sicrhau bod pobl â phrofiad bywyd o ddementia yn gallu cyfrannu at ddatblygu camau gweithredu a mentrau yn ymwneud â dementia yn Sir y Fflint.
- Hyrwyddo cyfranogiad pobl â phrofiad bywyd mewn ymchwil a datblygiad rhanbarthol a chenedlaethol.

## Yr hyn y byddwn yn ei wneud

- Adolygu rhaglenni Datblygu a Hyfforddi'r Gweithlu er mwyn sicrhau bod gan y Cyngor a darparwyr gwasanaethau eraill y sgiliau a'r offer i wneud y gwaith.
- Ymateb i gyfleoedd rhanbarthol i gydweithio a rhannu arferion gorau, er mwyn gwella a chyflawni gwasanaethau gwerth am arian.
- Nodi ffyrdd i wella profiad derbyniadau i'r ysbyty ar gyfer pobl sy'n byw â dementia, eu gofalwyr a'u teuluoedd.

- Galluogi pobl, yn enwedig mewn ardaloedd gwledig, i ymgysylltu mewn gweithgareddau cymunedol er mwyn adeiladu rhwydweithiau cefnogi gadarn.
- Meithrin diwylliant cadarnhaol o adrodd straeon a rhannu profiadau bywyd sy'n helpu eraill i fyw yn dda.
- Gwerthuso a mabwysiadu arferion gorau ar draws y rhanbarth, fel cynllun 'Lleoedd Diogel' yn Wrecsam.

- Cefnogi'r gwaith o ddatblygu hyfforddiant dementia lleol a rhanbarthol, gyda chyfraniad gan bobl â phrofiad bywyd o ddementia.
- Galluogi pobl a phrofiad bywyd i helpu i wella mynediad at wybodaeth a gwasanaethau cefnogaeth dementia.

## Blaenoriaeth

Gweithredu'r Strategaeth.

## Yr hyn yr ydym yn ei wneud

- Datblygu cynllun gweithredu manwl yn seiliedig ar adborth o'r ymgynghoriad ac sydd yn cyd-fynd â'r Strategaeth Dementia Rhanbarthol.

## Yr hyn y byddwn yn ei wneud

- Sefydlu Grŵp Gweithredu Strategaeth Dementia Sir y Fflint newydd i oruchwylio'r gwaith o roi'r cynllun gweithredu a'r blaenoriaethau ar waith.
- Bydd pobl â phrofiad bywyd o ddementia, gan gynnwys y rhai â dementia, eu gofawyr ac aelodau'r teulu, yn cael eu gwahodd i chwarae rôl allweddol yn y grŵp hwn.

Os hoffech chi ragor o wybodaeth, neu os hoffech chi gymryd rhan yn y gwaith o gyflawni'r camau gweithredu a ddisgrifir yn y diweddariad hwn, cysylltwch â:

Michael Jones (Arweinydd Lles a Phartneriaeth) *E-bost:* [michael.jones@flintshire.gov.uk](mailto:michael.jones@flintshire.gov.uk) *Rhif Ffôn:* 01352 702546.

### Nodiadau:

Mae'r term **dementia** yn disgrifio symptomau a allai gynnwys colli'r cof ac anawsterau gyda meddwl, datrys problemau neu iaith. Mae nifer o fathau gwahanol o ddementia. Y math mwyaf cyffredin yw clefyd Alzheimer ond mae achosion eraill megis dementia fasgwlaidd neu dementia cyrff Lewy.

Mae dementia yn fater iechyd cyhoeddus o bwys yng Nghymru. Mae gan tua 42,000 o bobl yn Nghymru dementia. Mae'n fwy cyffredin ymysg pobl hŷn – mae dementia yn effeithio ar un mewn ugain o bobl dros 65 oed, ac un mewn pump o bobl dros 80 oed. Os yw unigolyn o dan 65 oed yn cael diagnosis, yn aml cyfeirir at hyn fel dementia 'cynnar'. Wrth i ddisgwyliad oes gynyddu, bydd mwy o bobl hŷn ac felly mwy o bobl â dementia. (Ffynhonnell: Her Iechyd Cymru "Dementia – Sut i leihau'r risg").

Rhagwelir y bydd achosion o ddementia yn Rhanbarth Gogledd Cymru, a gaiff ei wasanaethu gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr (BIPBC), yn cynyddu 44% erbyn y flwyddyn 2040.