



Older People's Commissioner for Wales
Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Fframwaith Gweithredu

2013-2017



Llais ac eiriolwr annibynnol
ar gyfer pobl hŷn



Cynnwys

Rhagair

Bywyd sydd â gwerth, ystyr a phwrpas	01
Fy ngwaith dros y pedair blynedd nesaf	03
Blaenoriaeth un: Gwreiddio llesiant pobl hŷn wrth galon gwasanaethau cyhoeddus	04
Blaenoriaeth dau: Gwella ansawdd iechyd a gofal cymdeithasol – a'u hargaeledd a mynediad atynt	06
Blaenoriaeth tri: Amddiffyn a gwella gwasanaethau, cyfleusterau a seilwaith cymunedol	08
Blaenoriaeth pedwar: Sefyll cornel pobl hŷn sydd mewn perygl o gael eu niweidio a sicrhau eu bod yn cael eu diogelu a'u hamddiffyn.	10
Blaenoriaeth pump: Mynd i'r afael â rhagfarn, anghydraddoldeb a gwahaniaethu	12
Sut byddaf yn gwybod bod pethau wedi newid?	14
Cyfnod o gyfle	15
Atodiad	16

Rhagair

Fel Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru, yr wyf yn llais annibynnol ac yn eiriolwr dros bobl hŷn, gan sefyll eu cornel a siarad ar eu rhan. Ysgogir fy ngwaith gan yr hyn y mae pobl hŷn, a'r rhai sy'n gofalu amdanynt ac yn eu cefnogi, yn dweud wrthyf sydd bwysicaf ganddynt.

Yr wyf yn gweithio i sicrhau bod lleisiau pobl hŷn yn cael eu clywed a bod y materion sy'n bwysig ganddynt yn cael sylw. Fy rôl yw cyflawni a dylanwadu ar newid go iawn ym mywydau pobl hŷn.

Mae bron i 800,000 o bobl dros 60 oed yn byw yng Nghymru – dros chwarter ein poblogaeth – a dros yr ugain mlynedd nesaf, bydd hyn yn cynyddu i dros filiwn o bobl. Mae gan bobl hŷn gyfoeth o wybodaeth a phrofiad i'w rhannu, ac mae eu cyfraniad fel gwirfoddolwyr a gofalwyr a, gyda llawer, eu blynyddoedd parhaus o weithio, yn golygu bod pobl hŷn yn gyfranwyr sylweddol at economi Cymru ac at ein cymunedau ar hyd a lled y wlad. Rhaid i gymdeithas weddnewid ei ffordd o ystyried pobl hŷn a heneiddio, a'u cydnabod fel yr ased sylweddol yr ydynt, i'n cymunedau ac i'r economi ehangach, y naill a'r llall.

I lawer o bobl hŷn, mae Cymru'n lle da i heneiddio. Mae ansawdd eu bywyd yn gyffredinol dda, ac maent yn derbyn y gwasanaethau a'r gefnogaeth sydd eu hangen arnynt i gadw'n ddiogel ac yn annibynnol.

Fodd bynnag, er gwaethaf enghreifftiau niferus o arferion da ar draws gwasanaethau cyhoeddus sy'n gwneud gwahaniaeth gwirioneddol i fywydau pobl hŷn, yn rhy aml o'r hanner, rydym yn ddiffygiol o ran sicrhau bod yr elfennau sylfaenol yn eu priod le. Mae gormod o bobl hŷn yn cael trafferth i gael y wybodaeth, y gefnogaeth a'r gwasanaethau sydd eu hangen arnynt mewn da bryd, ac maent yn teimlo mai ychydig o ddylanwad neu reolaeth sydd ganddynt. Mae gormod o bobl hŷn yn byw mewn tlodi, ac mae llawer o'r gwasanaethau cymunedol y maent yn dibynnu arnynt yn diflannu. Mae anghydraddoldeb o ran disgwyliadau oes yn greulon ac yn cynyddu, ac nid ydym, hyd yn hyn, yn llwyddo i ddarparu'r gefnogaeth sydd ei hangen ar bobl hŷn pan fyddant yn agored i niwed, neu angen eu hamddiffyn.

Pan ddechreuais fy swydd ym mis Mehefin 2012, un o fy mlaenoriaethau oedd cwrdd â phobl hŷn o bob math o wahanol gefndiroedd ar hyd a lled y wlad, a sgwrsio â hwy, a byddaf yn parhau i wneud hynny tra byddaf yn y swydd. Yr wyf wedi defnyddio eu lleisiau, a lleisiau'r bobl sy'n gofalu amdanynt ac yn eu cefnogi, i lunio'r blaenoriaethau a gynhwysir o fewn y Fframwaith Gweithredu pedair-blynedd hon. Eu Fframwaith Gweithredu hwy yw hwn, dyma'r newid y mae pobl hŷn eisiau ac angen ei weld. Mae'n uchelgeisiol, fel ag yr wyf i, fel

Comisiynydd ar ran pobl hŷn yng Nghymru.

Yma yng Nghymru, gan Lywodraeth Cymru ac ar draws y sbectrwm gwleidyddol, mae gennym ymrwymiad hirsefydlog i wrando ar bobl hŷn a'u cefnogi. Mae gennym hefyd wasanaethau cyhoeddus ardderchog, llawer o staff ymroddedig yn y gwasanaethau cyhoeddus ac mae ein Trydydd Sector a'n Sector Gwirfoddol yn glod i Gymru. Gwn ein bod yn rhannu'r un dyhead, sef gwneud Cymru yn lle da i heneiddio ynddo.

Fy rôl i fel Comisiynydd fydd gweithio mewn partneriaeth â'n gwasanaethau cyhoeddus, ein llywodraethau cenedlaethol a lleol, ac eraill, i gynyddu ein dealltwriaeth o'r materion sy'n bwysig gan bobl hŷn, a'r newidiadau sydd eu hangen. Byddaf yn arwain y broses o ddatblygu ffyrdd newydd o feddwl ac arferion da er mwyn esgor ar y newid y mae angen i ni ei weld. Byddaf bob amser yn cydnabod ac yn canmol y rhai sy'n cael pethau'n iawn ar ran pobl hŷn – ond pan geir methiannau, byddaf yn dal pobl i gyfrif ac, os bydd rhaid, byddaf yn defnyddio fy mhwerau cyfreithiol i amddiffyn pobl hŷn yn ogystal â chyflawni'r newid y maent ei eisiau a'i angen.

Ni fydd cyflawni'r newid hwn yn rhwydd. Bydd hyn yn gofyn i bob un ohonom fod ar ein gorau, i feddwl ac ymddwyn yn wahanol, a bod yn ddewr ac yn eofn. Dylem fod yn uchelgeisiol, nid dim ond ar ran pobl hŷn heddiw, ond ar ran y cenedlaethau iau a fydd yn dilyn.

Mae'r Fframwaith Gweithredu hwn yn amlinellu'n glir fy mlaenoriaethau, y newidiadau yr wyf yn disgwyl eu gweld yng Nghymru a sut y byddaf yn sbarduno gwelliannau ym mywydau pobl hŷn dros y pedair blynedd nesaf, gan helpu i wneud Cymru'n lle da i heneiddio, nid dim ond i rai, ond i bawb.



Sarah Rochira

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Bywyd sydd â gwerth, ystyr a phwrpas

Anaml iawn y bydd pobl hŷn yn sôn am wasanaethau neu systemau – eu blaenoriaeth yw cadw mor iach ac annibynnol ag y bo modd, a byw bywydau sydd â **gwerth, ystyr a phwrpas**. Dyma sut mae pobl hŷn yn diffinio ansawdd bywyd – mae'n adlewyrchu'r cysyniad llesiant, a ddefnyddir yn gynyddol gan ein gwasanaethau cyhoeddus. Mae pobl hŷn wedi dweud wrthyf fod gan eu bywydau **werth, ystyr a phwrpas** pan fyddant:

- Yn teimlo'n ddiogel a bod rhywun yn gwrando arnynt, yn eu gwerthfawrogi ac yn eu parchu;
- Yn gallu cael y cymorth sydd ei angen arnynt, pan fyddant ei angen ac yn y ffordd y maent ei eisiau;
- Yn byw mewn lle sy'n addas ar eu cyfer ac yn gweddu i'w bywydau;
- Yn gallu gwneud y pethau sy'n bwysig ganddynt.

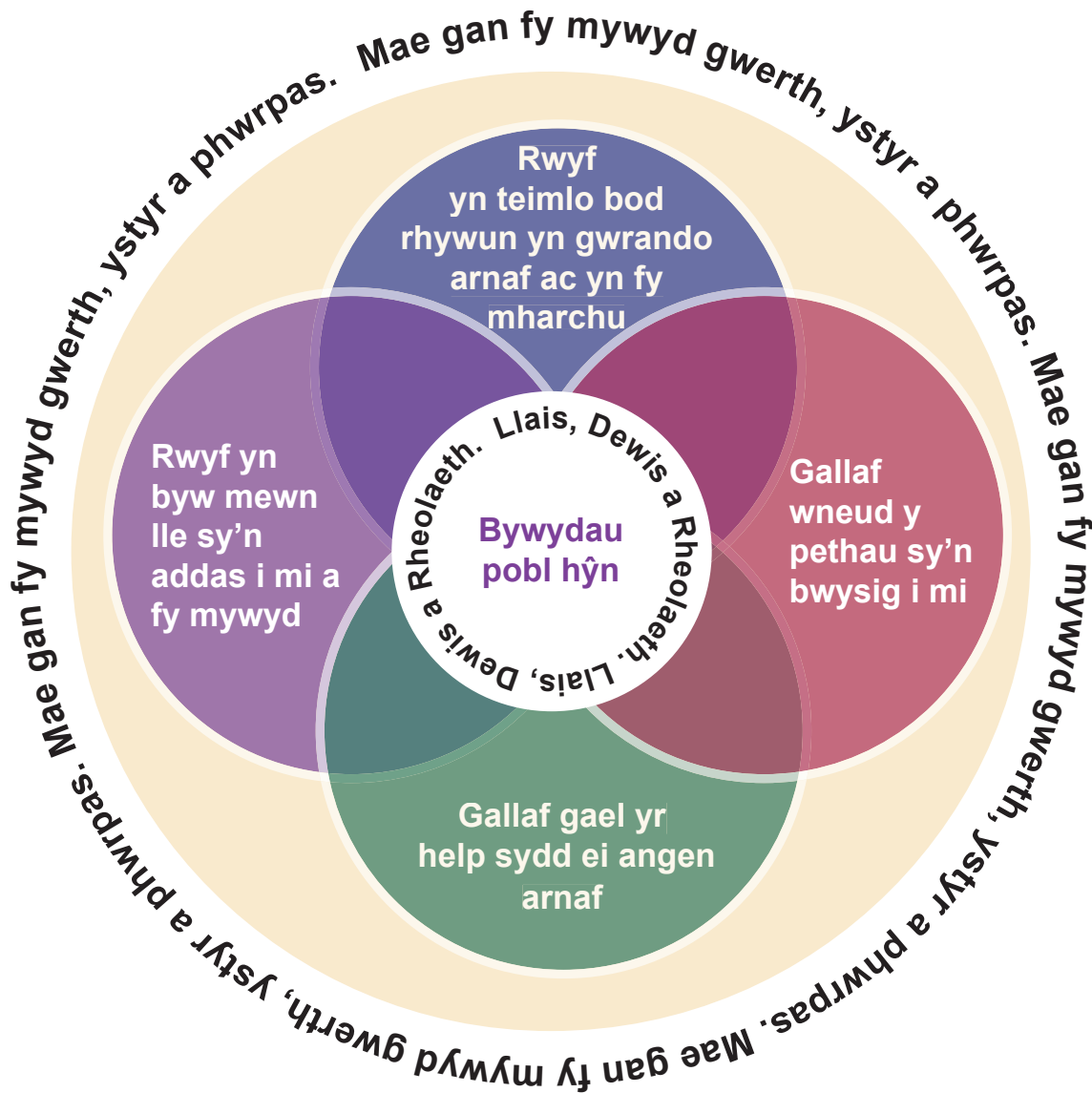
Mae pobl hŷn hefyd yn bendant iawn eu bod yn dymuno cael llais cryf a rheolaeth ystyrllon dros eu bywydau, yn enwedig o ran sut y maent yn cael cefnogaeth a gofal. Mae'r graddau y gwneir hyn yn effeithio'n uniongyrchol ar ansawdd eu bywyd ac, mewn sawl achos, mae'n cynyddu effaith gwasanaethau ac yn lleihau cost y gwasanaethau hynny i'r pwrs cyhoeddus.

Rhaid i wasanaethau cyhoeddus yng Nghymru nid yn unig ganolbwyntio ar gydbwysedd ariannol, effeithiolrwydd a mesur prosesau, ond hefyd ar yr effaith y mae gwasanaethau yn ei chael ar ansawdd cyffredinol bywyd pobl hŷn. Rhaid i wasanaethau cyhoeddus ganolbwyntio'n galetach ar sut y maent yn sicrhau bod pobl hŷn yn teimlo'n ddiogel, bod rhywun yn gwrando arnynt ac yn eu parchu, yn gallu gwneud y pethau sy'n bwysig ganddynt, yn gallu cael y cymorth sydd ei angen arnynt i gadw'n ddiogel ac yn annibynnol, a bod y llefydd a'r cymunedau lle maent yn byw yn cefnogi'r bywydau y maent yn dymuno eu byw.

Er mwyn cyflawni hyn, bydd angen i wasanaethau cyhoeddus wella'n sylweddol y graddau y maent yn gweithio gyda'i gilydd ac yn gwrando ar bobl hŷn. Mae hyn yn golygu cynnwys pobl hŷn yn y gwaith o ddylunio, datblygu a chyflenwi gwasanaethau a sicrhau bod gofal a chefnogaeth a ddarperir ar gyfer unigolion yn cael eu teilwra i gwrdd â'u hanghenion a'u dymuniadau penodol hwy.

Cyhoeddir pum adroddiad ategol yng nghyswllt pob un o'r themâu ansawdd bywyd, bob un yn rhoi llais i bobl hŷn, yn ystyried eu profiadau'n fwy manwl yn ogystal â'r newid sydd ei angen i wneud gwahaniaeth go iawn yn eu bywydau.

Ffigur 1: Model Ansawdd Bywyd



Rhaid i ni gydnabod nad yw pob person hŷn yr un fath, ac nad oes modd eu categoreiddio'n ddestlus. Rhaid i wasanaethau cyhoeddus gydnabod anghenion yr HOLL bobl hŷn ac ymateb i'w hanghenion penodol mewn ffordd briodol er mwyn sicrhau nad oes neb yn methu cael llwybr at y gefnogaeth a'r gwasanaethau sydd eu hangen arnynt.

Lleisiau pobl hŷn fydd y prawf eithaf o ba mor effeithiol yw ein gwasanaethau cyhoeddus ac a yw'r newid y maent eisiau ac angen ei weld yn digwydd, ac felly y dylai hi fod.

Fy ngwaith dros y pedair blynedd nesaf

Yr wyf wedi defnyddio lleisiau cryf, cyson a chllir pobl hŷn i ddatblygu fy rhaglen waith. Mae pob blaenoriaeth yn y Fframwaith Gweithredu hwn yn cyfrannu at nifer o themâu ansawdd bywyd, ac maent yn adlewyrchu cymhlethdod a natur rhyng-gysylltiedig y gwaith a wnaif.

Fel Comisiynydd, byddaf yn sicrhau'r canlynol:

- Bydd fy ngwaith yn parhau i gael ei ddylanwadu gan yr hyn y mae pobl hŷn yn dweud wrthyf sydd bwysicaf ganddynt, ac mae hynny'n cynnwys y rhai nad yw eu llais bob amser yn cael ei glywed.
- Bydd fy ngwaith yn berthnasol i'r holl bobl hŷn ar hyd a lled y wlad, beth bynnag y bo eu lleoliad, hil, rhyw, iaith, anabled, cyfeiriadedd rhywiol, crefydd neu greddo;
- Bydd fy ngwaith yn defnyddio sgiliau, gwybodaeth a phrofiad pobl hŷn i gefnogi pobl hŷn eraill yn ogystal ag i sbarduno newid;
- Byddaf yn gweithio mewn partneriaeth ag eraill ar draws y sector cyhoeddus a'r trydydd sector i sbarduno newid ym mywydau pobl hŷn;
- Byddaf yn uchelgeisiol, yn eofn, yn heriol ac yn annibynnol, ond hefyd yn gwbl gefnogol i'r rhai sy'n gweithio i wella bywydau pobl hŷn yng Nghymru.

Bob blwyddyn, byddaf yn cyhoeddi rhaglen waith a fydd yn amlinellu camau penodol a fydd yn gysylltiedig â'r blaenoriaethau a bennir yn y ddogfen hon. Byddaf hefyd yn cyhoeddi adroddiad 'Effaith a Chyrhaeddiad' blynyddol, a fydd yn sail i fy Adroddiad Blynyddol statudol. Cyflwynir y rhain i bobl hŷn mewn cyfarfod agored blynyddol.

Lleisiau pobl hŷn fydd y prawf eithaf o ba mor effeithiol yw fy ngwaith, ac a wyf yn cyflawni'r newid y maent eisiau ac angen ei weld, ac felly y dylai hi fod.

Byddaf hefyd yn cyhoeddi asesiad blynyddol o ansawdd cyffredinol bywyd pobl hŷn yng Nghymru, ar sail y pedair thema yn y model ansawdd bywyd. Amlinellir y fethodoleg y bwriadaf ei defnyddio i wneud hyn ar dudalen 16.

Blaenoriaeth un: Gwreiddio llesiant pobl hŷn wrth galon gwasanaethau cyhoeddus

Nid yw cysyniad llesiant – a elwir yn ansawdd bywyd gan bobl hŷn – wedi'i ddeall na'i adlewyrchu'n ddigonol hyd yn hyn ym mhrosesau cynllunio, datblygu a chyflenwi gwasanaethau cyhoeddus o ddydd i ddydd. Er gwaethaf cyfeirio cynyddol at gysyniad llesiant mewn deddfwriaeth gyfredol ac arfaethedig yng Nghymru – megis y Bil Iechyd Cyhoeddus, y Bil Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) a Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) 2010 – nid oes unrhyw ddiffiniad na dealltwriaeth cyffredin o'r term. Mae angen i gyrff cyhoeddus a gwasanaethau gryfhau'n sylweddol y defnydd o ddangosyddion llesiant o fewn eu gwaith, ac ystyried cysyniad llesiant fel elfen greiddiol wrth fesur llwyddiant ein gwasanaethau cyhoeddus.

Yn rhy aml o'r hanner, ceir y camsyniad mai'r unig faterion sy'n bwysig gan bobl hŷn yw iechyd a gofal cymdeithasol. Er mor bwysig ydynt, mae gwasanaethau megis addysg, hamdden, tai, cludiant, cyfleusterau cymunedol a chefnogaeth i barhau mewn gwaith cyflogedig, un ac oll, yn chwarae rhan hanfodol o ran cynnal llesiant pobl hŷn. Mae methu cydnabod hyn yn tanseilio iechyd, annibyniaeth a llesiant ehangach pobl hŷn yng Nghymru.

Y newid yr wyf yn disgwyl ei weld

Bydd gan gyrff cyhoeddus ddealltwriaeth gyson o beth mae llesiant yn ei olygu mewn termau pendant, yn ogystal â'i bwysigrwydd i bobl hŷn. Gosodir llesiant wrth galon cynlluniau gwasanaethau cyhoeddus ac, yn gynyddol, bydd llesiant pobl hŷn yn cael ei ddefnyddio i sbarduno datblygiad gwasanaethau a chefnogaeth, yn ogystal ag i werthuso eu heffaith. Bydd mesurau lle bydd pobl hŷn yn adrodd ynghylch eu llesiant eu hun yn gwella.

Bydd tystiolaeth o hyn yn cynnwys y canlynol:

- Bydd cysyniad llesiant wrth galon deddfwriaeth, strategaethau a chynlluniau allweddol, a bydd yn cael ei ddisgrifio mewn ffordd sy'n adlewyrchu lleisiau pobl hŷn a'r materion sy'n bwysig ganddynt.
- Bydd llesiant yn cael ei fesur a'i gyhoeddi fel mater o drefn, ac yn cael ei ddefnyddio gan wasanaethau cyhoeddus fel dangosydd allweddol o ba mor effeithiol yw gwasanaethau o ran diwallu anghenion pobl.
- Bydd blaenoriaethau a materion sy'n bwysig gan bobl hŷn yn cael eu

cydnabod a'u hadlewyrchu yn holl bortffolios Llywodraeth Cymru a Llywodraeth Leol – nid dim ond ym maes iechyd a gofal cymdeithasol.

- Bydd ynysu cymdeithasol ac unigrwydd yn cael eu cydnabod yn faterion iechyd cyhoeddus o bwys sy'n wynebu pobl hŷn yng Nghymru, ac mae camau ar waith i fynd i'r afael â hwy.

Chwarae fy rhan: Dros y pedair blynedd nesaf byddaf yn gwneud y canlynol:

- Pledio'r achos dros wneud llesiant yn flaenoriaeth gwasanaeth cyhoeddus, a hyrwyddo agwedd integredig tuag at iechyd cyhoeddus ar draws gwasanaethau cyhoeddus.
- Parhau i weithio gyda Llywodraeth Cymru a Llywodraeth leol, fel ei gilydd, i ddatblygu cysyniad llesiant sy'n gyson ac sy'n cael ei adlewyrchu ar draws pob deddfwriaeth a phortffolio.
- Gweithio gyda Llywodraeth Cymru i godi proffil materion sy'n bwysig gan bobl hŷn ar draws blaenoriaethau allweddol y tu allan i faes iechyd a gofal cymdeithasol.
- Arwain gwaith Cymru o ran cefnogi pobl hŷn i heneiddio'n dda drwy'r Rhaglen Heneiddio'n Dda, gan gynnwys ceisio nawdd Ewropeaidd, cefnogi ymgyrchoedd llesiant yng Nghymru a dysgu gan ddulliau gweithredu llwyddiannus mewn gwledydd eraill.
- Adolygu'n rheolaidd effeithiolrwydd ein gwasanaethau cyhoeddus o ran defnyddio lleisiau pobl hŷn i sbarduno a datblygu eu gwaith.

Blaenoriaeth dau: Gwella ansawdd iechyd a gofal cymdeithasol – a’u hargaeledd a mynediad atynt

Er bod nifer o enghreifftiau ardderchog o iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru, nifer o staff ymroddedig ym maes gwasanaethau a bod profiadau llawer o bobl hŷn yn rhai cadarnhaol, mae amrywiadau annerbyniol yn bodoli o ran mynediad at iechyd a gofal cymdeithasol, a’u hansawdd. Yn aml, nid yw llawer o bobl hŷn yn derbyn y gwasanaethau a’r gefnogaeth ataliol hanfodol a sylfaenol sydd eu hangen arnynt i gadw’n ddiogel, annibynnol ac i heneiddio’n dda. Gyda rhai pobl hŷn, mae’r gwasanaethau a dderbyniant yn methu eu cadw’n ddiogel ac yn rhydd rhag niwed. Mae gormod nad ydynt yn cael eu trin mewn ffordd garedig ac urddasol ac, i rai, mae ansawdd eu gofal yn gwbl annerbyniol. Rhaid cael newid sylfaenol yn y ffordd yr ydym yn ystyried y ddarpariaeth iechyd a gofal cymdeithasol, gan gefnu ar ddull gweithredu sy’n canolbwyntio ar wasanaethau a systemau a throi at fodel mwy holistaidd, cydgysylltiedig sy’n canolbwyntio ar ganlyniadau. Rhaid i ddarparwyr iechyd a gofal cymdeithasol gydnabod mai pobl hŷn yn awr yw prif ddefnyddwyr eu gwasanaethau a rhaid iddynt ddylunio a datblygu eu gwasanaethau a’u cefnogaeth ar y sail hon.

Y newid yr wyf yn disgwyl ei weld:

Bydd yr holl bobl hŷn yn cael eu trin ac yn derbyn gofal mewn ffordd ddiogel, effeithiol, urddasol a charedig. Byddant yn derbyn, mewn da bryd, y cymorth sydd ei angen arnynt i gadw’n ddiogel ac yn annibynnol. Eu lleisiau hwy – nghyd â lleisiau staff llinell flaen – fydd yn sbarduno gwerthuso a gwella parhaus ym maes iechyd a gofal cymdeithasol.

Bydd tystiolaeth o hyn yn cynnwys y canlynol:

- Bydd mynediad at ofal sylfaenol ac eilaidd ar gyfer pobl hŷn yn briodol ac yn diwallu eu hanghenion.
- Bydd pobl hŷn yn derbyn gofal a thriniaeth diogel, effeithiol, urddasol o safon uchel mewn lleoliadau ysbyty, a hwnnw wedi’i ddarparu mewn ffordd sy’n gwarchod eu hurddas ac yn eu parchu.
- Bydd darparwyr gwasanaeth yn deall ac yn diwallu anghenion pobl â dementia, a grwpiau eraill o bobl hŷn y mae angen cefnogaeth benodol arnynt.
- Ansawdd bywyd fydd wrth galon darparu gofal preswyl, cymdeithasol a

nyrsio ac ni fydd yr un cartref gofal preswyl risg-uchel yng Nghymru.

- Bydd pawb sy'n cloriannu penderfyniadau pwysig, megis symud i ofal preswyl, yn meddu ar y wybodaeth, yr amser a'r gefnogaeth sydd eu hangen arnynt i wneud y penderfyniad iawn ar eu cyfer.
- Bydd gan bobl hŷn lais, dewis a rheolaeth dros sut y byddant yn derbyn gwasanaethau, cefnogaeth a gofal.
- Bydd lleisiau pobl hŷn yn ganolog i brosesau cynllunio iechyd a gofal cymdeithasol, ac yn cael eu defnyddio i hybu gwelliant parhaus.
- Bydd gofalwyr yn derbyn y gefnogaeth y maent ei heisiau a'i hangen i barhau i edrych ar ôl y bobl y maent yn eu gwarchod.

Chwarae fy rhan: Dros y pedair blynedd nesaf byddaf yn gwneud y canlynol:

- Gweithio gyda darparwyr iechyd a gofal cymdeithasol i gynyddu dealltwriaeth pobl ynglŷn â materion sy'n bwysig gan bobl hŷn a sut i ymateb yn effeithiol iddynt.
- Asesu'r cynnydd parhaus a wneir gan GIG Cymru yng nghyswllt urddas a pharch mewn lleoliadau iechyd, a gwell cefnogaeth i ofalwyr a phobl â dementia, gan fynnu camau pellach pan fydd angen hynny.
- Datblygu a chyhoeddi canllaw ar gyfer darparwyr iechyd a gofal cymdeithasol ynglŷn ag ymgysylltu'n effeithiol â phobl hŷn ac asesu effaith newidiadau bwriedig ar fynediad pobl hŷn at ofal iechyd, a'u profiad o'r gofal hwnnw.
- Cadw llygad barcud ar effaith ad-drefnu iechyd a gofal cymdeithasol ar draws Cymru i sicrhau nad yw'n effeithio'n waeth ar bobl hŷn nag ar unrhyw grŵp arall o bobl.
- Gweithio gyda'r GIG a darparwyr gofal cymdeithasol yng Nghymru i sicrhau ffocws cryf ar ddiogelwch a chraffu a llywodraethu effeithiol, a gwella gweithredu agored a thryloyw.
- Gweithio mewn partneriaeth ag eraill a gosod y meincnod ar gyfer ansawdd gofal preswyl yng Nghymru, gan sicrhau bod gwasanaethau cyhoeddus yn cymryd y camau angenrheidiol ar gyfer cyflenwi hyn.
- Hyrwyddo arferion da ym maes gofal cymdeithasol ac adolygu cyfleusterau gofal cymdeithasol i sicrhau bod gwersi'n cael eu dysgu.
- Cefnogi unigolion, drwy gyfrwng eiriolaeth yn ogystal â thrwy ddefnyddio fy mhwerau cyfreithiol, i sicrhau eu bod yn derbyn y gefnogaeth iechyd a gofal cymdeithasol sy'n ofynnol ganddynt.
- Gweithio gyda Llywodraeth Cymru i ddatblygu fframwaith o hawliau cleifion a phreswylwyr sydd â sail statudol.

Blaenoriaeth tri: Amddiffyn a gwella gwasanaethau, cyfleusterau a seilwaith cymunedol

Er bod materion ieuchyd a gofal cymdeithasol o safon yn hynod o bwysig gan bobl hŷn, maent yn cyfeirio'n gyson at yr angen i ganolbwyntio'n fwy penodol ar gyfleusterau lleol a chymunedol allweddol, megis bysiau a chludiant cymunedol, toiledau cyhoeddus, palmentydd, seddi cyhoeddus, mannau agored, cyfleusterau hamdden, canolfannau cymunedol a llyfrgelloedd cyhoeddus. Nid ategolion moethus mo'r rhain - maent yn hanfodol ar gyfer cynnal ieuchyd, annibyniaeth a llesiant pobl hŷn. Y rhain yw'r gwasanaethau y mae pobl hŷn yn siarad amdanynt fwyaf, ac mae pryder aruthrol bod y rhain yn diflannu.

Wrth i ni heneiddio fel cenedl, mae angen i ni newid yn sylweddol y ffordd yr ydym yn dylunio a chynllunio ein cymunedau. Rhaid rhoi blaenoriaeth i ddinasoedd sy'n ystyried pobl hŷn, cymunedau sy'n ystyried achosion dementia ac amgylcheddau hygyrch, yn enwedig ar gyfer pobl sydd ag anabledd, neu sy'n fregus. Rhaid i arferion da ddod yn arferion safonol os nad yw pobl hŷn i gael eu hallgau ymhellach o'r amgylchedd adeiledig ac allanol ehangach. Mae angen newid sylfaenol yn y ffordd yr ydym yn meddwl am ein cymunedau ac yn eu cynllunio.

Mae angen hefyd i ni newid yn sylweddol y ffordd yr ydym yn meddwl am gyflogaeth a chynllunio ar gyfer ymddeol. Bydd llawer o bobl hŷn naill ai'n dymuno neu'n gorfod gweithio ymhell y tu hwnt i'r oedran yr oeddent yn disgwyl neu'n bwriadu ymddeol, ond er mwyn gwneud hynny, bydd angen cyfleoedd arnynt i ddatblygu'n barhaus a dysgu sgiliau newydd. Ar gyfer pobl sydd wedi ymddeol, mae mynediad at gyfleoedd parhaus i ddatblygu a dysgu sgiliau newydd yn elfen allweddol o gynnal eu hiechyd, annibyniaeth a llesiant.

Y newid yr wyf yn disgwyl ei weld:

Cydnabyddir bod gwasanaethau cymunedol hanfodol yn cael llawn cymaint o effaith a'u bod lawn cyn bwysiced â gwasanaethau statudol, a gall pobl hŷn barhau i gael mynediad atynt, er mewn ffyrdd gwahanol. Rhaid cael mwy o gydnabyddiaeth i'r angen i gynllunio ar gyfer oedran hŷn, a rhaid sicrhau bod cyfleoedd ar gael hefyd i gynnal a datblygu'r sgiliau sydd eu hangen i barhau mewn gwaith cyflogedig cyhyd ag y bo angen. Mae pobl hŷn eu hunain yn dweud eu bod yn dal i allu gwneud y pethau y mae angen iddynt eu gwneud i gadw eu hiechyd, hannibyniaeth a llesiant.

Bydd tystiolaeth o hyn yn cynnwys y canlynol:

- Ymgysylltir yn effeithiol â phobl hŷn, gwrandewir arnynt a byddant yn bartneriaid mewn prosesau llunio penderfyniadau ynglŷn â dyfodol gwasanaethau a chyfleusterau cymunedol a'r dewisiadau sy'n wynebu awdurdodau lleol.
- Bydd pobl hŷn yn cael mwy o gyfraniad yn y broses o ddylunio, datblygu a chyflawni gwasanaethau a chyfleusterau cymunedol.
- Sefydlir opsiynau gwahanol pendant os nad oes modd cadw modelau gwasanaeth traddodiadol, a lle nad yw'r newid gwasanaeth yn effeithio'n waeth ar bobl hŷn nag ar unrhyw grŵp arall o bobl.
- Bydd cymunedau a chartrefi'n oed cyfeillgar - bydd ein prif strydoedd a'n manau agored yn diwallu anghenion pobl hŷn ac yn sicrhau eu bod yn hygyrch ac yn ddeniadol. Addesir cartrefi pobl i ddiwallu eu hanghenion.
- Bydd pobl hŷn yn gallu gwneud y pethau sy'n hanfodol ar gyfer cynnal eu llesiant.
- Cefnogir pobl hŷn i ddysgu'r sgiliau sydd eu hangen arnynt i barhau mewn gwaith cyflogedig a chynllunio'n effeithiol ar gyfer eu hymddeoliad.

Chwarae fy rhan: Dros y pedair blynedd nesaf byddaf yn gwneud y canlynol:

- Datblygu a chyhoeddi achos economaidd cadarn dros gadw gwasanaethau a chyfleusterau cymunedol anstatudol.
- Adolygu'n rheolaidd argaeledd gwasanaethau a chyfleusterau cymunedol allweddol ar gyfer pobl hŷn a chefnogi pobl hŷn i gadw'r gwasanaethau lleol hyn.
- Rhoi arweiniad i awdurdodau lleol ynglŷn ag ymgynghori ac ymgysylltu'n effeithlon â phobl hŷn ac adolygu'n rheolaidd effeithiolrwydd mecanweithiau ymgysylltu.
- Cyflwyno sylwadau cadarn i Lywodraeth Cymru a llywodraeth leol ynglŷn â gwarchod cyllid ar gyfer gwasanaethau cymunedol cyfredol ac ynglŷn ag ehangu'r gwasanaethau hynny yng nghyswllt y grwpiau sydd fwyaf eu hangen.
- Gweithio gyda Llywodraeth Cymru i sicrhau bod materion sy'n berthnasol i bobl hŷn yn cael eu hadlewyrchu mewn ystod helaethach o bortffolios.
- Sicrhau bod y Rhaglen Heneiddio'n Dda yn arwain y ffordd o ran datblygu cymunedau oed cyfeillgar yng Nghymru.
- Parhau i weithio gydag eraill i sicrhau bod pobl hŷn yn cael cyfle i barhau i ddysgu a datblygu'r sgiliau sy'n hanfodol ar gyfer heneiddio'n dda a'u llesiant cyffredinol.
- Gweithio i wneud yn siŵr bod pobl hŷn yn cael y gefnogaeth a'r gwasanaethau sydd eu hangen i aros yn eu cartrefi eu hun am gyhyd ag y dymunant.

Blaenoriaeth pedwar: Sefyll cornel pobl hŷn sydd mewn perygl o gael eu niweidio a sicrhau eu bod yn cael eu diogelu a'u hamddiffyn

Dywedir bod rhagor na 34,000 o bobl hŷn yng Nghymru – canran uwch o'r boblogaeth na gweddill y Deyrnas Unedig – yn dioddef camdriniaeth. I lawer, bydd hyn yn digwydd yn y man y maent yn ei alw'n gartref. Nid yw gwasanaethau cyhoeddus, na chymdeithas yn gyffredinol, yn deall digon hyd yn hyn am natur y gamdriniaeth y mae pobl hŷn yn ei hwynebu a'r amgylchiadau sy'n arwain at achosi i bobl hŷn fod yn arbennig o agored i niwed neu mewn perygl. Mae pobl hŷn yn fwy mewn perygl, nid dim ond yn gorfforol, ond hefyd yn emosiynol ac yn ariannol. Dechreuwyd ar waith yng Nghymru i wella'r ffordd yr ydym yn canfod y rhai sydd mewn perygl, a gweithredu i'w cadw'n ddiogel, ond rhaid i ni hefyd sicrhau bod pobl hŷn yn cael mynediad at gefnogaeth lawn ein systemau cyfiawnder sifil a throreddol.

Y newid yr wyf yn disgwyl ei weld:

Cydnabyddir ac eir i'r afael â'r gwahanol ffurfiau ar gam-drin y mae pobl hŷn yn eu hwynebu. Ceir agwedd systematig tuag at ganfod y rhai sydd mewn perygl, a bydd gan bob person hŷn sydd mewn perygl lwybr at gefnogaeth ddiogelu effeithiol. Bydd y rhai sy'n cael eu cam-drin yn cael cefnogaeth gyflym a phriodol er mwyn adfer eu diogelwch a bydd cam-drin pobl hŷn yn cael ei gydnabod yn weithred droseddol. Pan fyddant yn gweddu i'r diffiniad cyfreithiol, bydd pobl hŷn yn cael eu cydnabod yn ddioddefwyr cam-drin domestig, a byddant yn cael mynediad at y gefnogaeth ehangaf bosib sydd ar gael dan ddeddfwriaeth cam-drin domestig a gwasanaethau cefnogi cam-drin domestig.

Bydd tystiolaeth o hyn yn cynnwys y canlynol:

- Bydd gan Gymru drefniadau diogelu ac amddiffyn effeithiol ar waith, a bydd yn gweithredu'n gyflym pan fydd diffygion mewn gwasanaeth yn arwain at gam-drin neu esgeuluso pobl hŷn.
- Bydd cam-drin ariannol, sgamiau a rheolaeth orfodol yn cael eu cydnabod yn faterion arwyddocaol a chynyddol a allai wynebu pobl hŷn.
- Bydd pobl hŷn, a'r bobl sy'n gweithio gyda hwy, yn cael eu galluogi a'u hannog i godi pryderon ynglŷn â gofal a diogelwch – a bod gweithredu yn dilyn y pryderon hynny.

- Bydd gan bobl hŷn hawliau cryfach mewn cyfraith, byddant yn deall yr hawliau hyn, ac yn cael eu cefnogi i gael llwybr at ddatrysiadau a chyfiawnder.
- Bydd pobl sy'n cam-drin pobl hŷn yn cael eu herlyn yn llwyddiannus.

Chwarae fy rhan: Dros y pedair blynedd nesaf byddaf yn gwneud y canlynol:

- Gweithio gyda gwasanaethau cyhoeddus i wella dealltwriaeth pobl o natur y gamdriniaeth a wynebir gan bobl hŷn a sicrhau y cyfeirir at hyn yn neddfwriaeth Cymru ac mewn canllawiau.
- Helpu a chefnogi pobl hŷn sydd mewn perygl o gael eu cam-drin neu eu niweidio, neu sydd wedi cael eu cam-drin neu niweidio.
- Gan ddefnyddio fy mhwerau cyfreithiol pan fydd angen, adolygu neu ymchwilio i unrhyw fethiannau mewn gwasanaeth, neu enghreifftiau penodol o gamdriniaeth, er mwyn sicrhau bod modd newid pethau yn sgîl y gwersi a ddysgwyd.
- Gweithio gyda'r system cyfiawnder troseddol ehangach, asiantaethau diogelu a gwasanaethau heddlu i gynyddu ymwybyddiaeth ynglŷn â natur y gamdriniaeth a wynebir gan bobl hŷn a sicrhau bod ganddynt lwybr at gefnogaeth a chyfiawnder.
- Craffu ar y ffordd y mae cyrff cyhoeddus yn ymateb i bryderon a godir gan staff llinell flaen a sicrhau bod arferion da'n cael eu datblygu a'u rhannu fel bo staff sy'n gweithio gyda phobl hŷn yn cael mwy o gefnogaeth i godi pryderon ynglŷn â gofal gwael neu driniaeth wael.
- Gweithredu i sicrhau bod gan bobl hŷn sydd mewn sefyllfa o fod yn agored i niwed eu llais cryf eu hunain, a'u bod yn cael eu clywed, gan gynnwys hawl i eiriolaeth annibynnol, ar gyfer y rhai sydd â galluedd, a'r rhai sydd heb alluedd, fel ei gilydd.
- Gweithio gyda phartneriaid i wella ymwybyddiaeth, canfod ac atal sgamiau ariannol yn erbyn pobl hŷn.

Blaenoriaeth pump: Mynd i'r afael â rhagfarn, anghydraddoldeb a gwahaniaethu

Yr ydym yn byw mewn oes sydd ag obsesiwn ynglŷn ag oedran, a delwedd ystrydebol o bobl hŷn. Yn rhy aml o'r hanner, sonnir am bobl hŷn mewn ffordd ddirmygus, amharchus a difriol. Mae hyn yn tanseilio hunan-barch, hunanhyder ac annibyniaeth pobl. Mae cyfeirio at 'faich gofal', 'bom amser demograffig' a 'swnami gwyn' fel y gwneir gan wasanaethau cyhoeddus, y cyfryngau a sylwebyddion eraill, yn gwbl annerbyniol.

Mae gormod o'r hanner o bobl hŷn yn teimlo bod gwasanaethau ac, yn wir, rhai carfanu o gymdeithas, yn gwahaniaethu yn eu herbyn oherwydd eu hoed, a dim byd arall. Mae hyn yn cynnwys gwasanaethau ariannol, mynediad at ofal iechyd a gwasanaethau a chefnogaeth hanfodol eraill, gan gynnwys mynediad at ddiogelu a chyfiawnder troseddol. Bydd rhai o'r newidiadau sydd ar droed, megis y symud at fynediad digidol, yn eu hallgau ymhellach.

Nid yw pobl hŷn yn grŵp homogenaidd. Nid ydym eto'n deall nac yn cydnabod yn ddigon da yr amrywiaeth lawn sydd gan bobl hŷn i'w gynnig. Mae hyn yn tanseilio darpariaeth effeithiol o wasanaethau cyhoeddus.

Drwy osod cydraddoldeb ac ymladd gwahaniaethu wrth galon gwasanaethau cyhoeddus a'n cymdeithas ehangach, bydd pawb yn cael gwell ansawdd bywyd, nid dim ond pobl hŷn.

Y newid yr wyf yn disgwyl ei weld:

Bydd pobl hŷn a heneiddio mewn cymdeithas yn cael eu portreadu mewn ffordd gytbwys, gan adlewyrchu gwir werth pobl hŷn i gymdeithas. Bydd pobl hŷn yn adrodd eu bod yn teimlo bod eu llais yn cael clust a'u bod yn cael eu gwerthfawrogi a'u parchu. Cydnabyddir pobl hŷn mewn amrywiaeth llawer ehangach o strategaethau, cynlluniau a pholisïau, a bydd prosesau cynllunio a darparu gwasanaethau yn cydnabod eu hanghenion ac yn eu diwallu. Defnyddir y gyfraith fwy i gynnal hawliau pobl hŷn.

Bydd tystiolaeth o hyn yn cynnwys y canlynol:

- Cydnabyddir a gwerthfawrogir cyfraniad pobl hŷn at gymdeithas ar draws y cyfryngau a'r gwasanaeth cyhoeddus ehangach. Bydd yr iaith a ddefnyddir i gyfeirio at bobl hŷn yn eu cydnabod fel ased arwyddocaol ym mywyd Cymru.
- Bydd bywydau pobl hŷn wedi'u seilio ar ddulliau gweithredu sy'n

canolbwyntio fwy ar hawliau, a defnyddir hawliau dynol fel egwyddorion ategol allweddol wrth gyflenwi gwasanaethau cyhoeddus.

- Ni fydd pobl hŷn yn cael eu heithrio na'u hatal rhag cael mynediad at wasanaethau a chefnogaeth dim ond oherwydd eu hoed.
- Bydd gan wasanaethau cyhoeddus fecanweithiau effeithiol ar waith i ymgysylltu â phobl hŷn a gwrandio arnynt, a gallant ddangos eu bod wedi ymateb i holl bryderon pobl hŷn, gan ddeall y berthynas bwysig rhwng oedran a nodweddion gwarchoddedig eraill.
- Ni fydd newidiadau a wneir oherwydd tocio gwariant cyhoeddus yn effeithio'n waeth ar bobl hŷn nag ar unrhyw grŵp arall o bobl. Gall cyrff sector cyhoeddus ddarparu tystiolaeth o asesiadau cadarn ac effeithiol o effaith.
- Bydd pobl hŷn yn gallu cael llwybr mwy effeithiol at y system gyfreithiol, er mwyn cynnal eu hawliau a sicrhau cyfiawnder.

Chwarae fy rhan: Dros y pedair blynedd nesaf byddaf yn gwneud y canlynol:

- Gweithio gydag eraill i godi proffil ac effaith y gwahaniaethu a wynebir gan bobl hŷn.
- Herio'n gyson ac yn gyhoeddus unrhyw ystrydebau negyddol o bobl hŷn ar y cyfryngau ac mewn cymdeithas ehangach.
- Gweithio gyda Llywodraeth Cymru i sefydlu datganiad hawliau ar gyfer pobl hŷn a sicrhau bod deddfwriaeth allweddol yn rhoi mwy o bwys ar hawliau dynol.
- Sicrhau bod gan bobl hŷn lais cryf, gan siarad ar eu rhan, a bydd hynny'n cynnwys pobl hŷn sydd wedi'u gwthio i'r cyrion pellaf.
- Gwneud yn siŵr y bydd pobl hŷn yn cael mynediad at eiriolaeth effeithiol, gan gynnwys eiriolaeth annibynnol, pan fydd ei hangen.
- Adolygu strategaethau cydraddoldeb cyrff cyhoeddus a Llywodraeth Cymru yn gyson, er mwyn sicrhau bod pobl hŷn – a'r materion sy'n bwysig ganddynt – yn cael eu hadlewyrchu a'u trin yn briodol ac yn llawn.
- Herio gwahaniaethu, gan ddefnyddio fy mhwerau cyfreithiol llawn, pan fydd hynny er budd y cyhoedd.

Sut byddaf yn gwybod bod pethau wedi newid?

Mae hwn yn Fframwaith uchelgeisiol, sy'n ceisio newid a dylanwadu ar ystod eang o wasanaethau ar draws cymdeithas Cymru ac, mewn sawl ffordd, ar gymdeithas Cymru ei hun. Mae cloriannu newid o'r ehangder hwn yn ddyrys, fel ag yw cloriannu fy nylanwad uniongyrchol i fel Comisiynydd ar y newid hwnnw, ac yr wyf yn cydnabod y bydd eraill yn gweithio ar sbarduno newid cyffelyb.

Byddaf yn defnyddio amrywiol ddulliau i bennu a fu unrhyw newid dros bedair blynedd y fframwaith hwn. Bydd hyn yn cynnwys:

- Ymgysylltu parhaus â phobl hŷn a'r bobl sy'n gofalu drostynt ac sy'n eu cefnogi.
- Defnyddio adroddiadau ac astudiaethau allanol sy'n cyfrannu at y sylfaen dystiolaeth ynglŷn â bywydau pobl hŷn.
- Defnyddio dangosyddion meintiol cyfredol, lle bo hynny'n bosib, i fesur cynnydd a newid.
- Sefydlu dangosyddion meintiol newydd lle ceir bylchau yn y setiau data cyfredol.
- Comisiynu ymchwil ansoddol sy'n rhoi llais uniongyrchol i bobl hŷn eu hunain er mwyn cael darlun o'u dealltwriaeth hwy o sut brofiad yw heneiddio yng Nghymru.

Lleisiau pobl hŷn fydd y prawf eithaf o ba mor effeithiol yw ein gwasanaethau cyhoeddus ac a yw'r newid y maent eisiau ac angen ei weld yn digwydd, ac felly y dylai hi fod.

Cyfnod o gyfle

Mae Cymru'n wlad o bobl hŷn. Mae nhw'n rhoi gwybodaeth, profiad, gwerth a chyfoeth aruthrol i'n cymunedau a'n heconomi. Mae gan bobl hŷn hawl i gael eu gweld yn ased o bwys, a dyna eu haeddiant. Rhaid i ni gefnu ar y darlun ystrydebol traddodiadol o bobl hŷn a'u cydnabod fel yr unigolion yr ydynt. Unigolion â gwir obeithion, gwir ddyheadau, gwir ofnau a phryderon, ac – i rai – gwir anghenion y mae'n rhaid i ni eu diwallu'n well.

Mae Cymru, fel gweddill y Deyrnas Unedig, yn wynebu sialensiau anodd yn y blynyddoedd i ddod. Mae tocio cyllid ar gyfer gwasanaethau cyhoeddus eisoes yn effeithio ar bobl hŷn, a hynny mewn cyfnod lle mae'r angen am gefnogaeth arbenigol ar gyfer y rhai sy'n arbennig o agored i niwed, sy'n fregus neu sydd ag anghenion iechyd dyrys, yn cynyddu'n gyflym. Gwelir mwy o grebachu ar gyllidebau, bydd anghenion yn cynyddu a disgwyliadau'n codi, a bydd yr effaith ar bobl hŷn yn gwaethygu dros y blynyddoedd i ddod.

Fodd bynnag, mae'r cyfnod hwn hefyd yn cynnig cyfle. Rhaid i'r sialensiau a wynebwn ein sbarduno i fod yn fwy dyfeisgar wrth ddylunio a chyflenwi gwasanaethau cyhoeddus, i weithio gydag egni a chreadigrwydd pobl hŷn a, drwy weithio gyda'n gilydd, ail-ffocysu ein gwaith ar sicrhau bod pobl nid yn unig yn ddiogel ac yn annibynnol ond eu bod hefyd yn cael bywyd o ansawdd da. Mewn rhannau o Gymru, mae hyn eisoes ar droed, ond rhaid prysuro'r newid hwn.

Mae'r Fframwaith Gweithredu hwn yn cyflwyno rhaglen uchelgeisiol o newid ar gyfer Cymru. Mae'r newidiadau yr wyf yn disgwyl eu gweld fel Comisiynydd, a fy mlaenoriaethau, yn adlewyrchu lleisiau pobl hŷn ar draws Cymru. Dyma'r newid y maent eisieu ac angen ei weld. Dyma'r newid y mae'n rhaid i ni ei weld os ydym am sicrhau bod gan bobl hŷn heddiw, a'r rhai sy'n heneiddio, fywydau sydd â gwerth, ystyr a phwrpas yn y blynyddoedd i ddod.

Mae'r Fframwaith Gweithredu hwn yn berthnasol i'r HOLL bobl hŷn, ble bynnag y bont yn byw, a beth bynnag y bo eu hil, iaith, cyfeiriadedd rhywiol, anabled, crefydd neu gredo. Ein hamrywiaeth yw un o'n cryfderau mwyaf.

Mae hefyd ar gyfer pobl iau, oherwydd os llwyddwn i wneud y peth iawn ar ran cenedlaethau heddiw, byddwn yn llwyddo i wneud y peth iawn ar gyfer ein cenedlaethau iau hefyd. Dim ond i ni ganolbwyntio ar y materion a nodir yn y Fframwaith hwn, rhaid i Gymru fod, a gall Cymru fod, yn lle da i heneiddio - nid dim ond i rai, ond i bawb.

Atodiad 1: Gwerthuso ansawdd bywyd pobl hŷn yng Nghymru

Fel comisiynydd, fy mwriad yw cynnal gwerthusiad cyfnodol o ansawdd bywyd pobl hŷn yng Nghymru. Yr wyf yn sylweddoli bod hwn yn waith dyrys a bod graddfa anocheol o wrthrychedd ynghlwm wrtho, ond nid yw hyn, ynddo'i hun, yn rheswm dros osgoi monitro ac olrhain sut mae pobl hŷn yn teimlo ynglŷn â'u bywydau ac a ydynt yn gwella neu'n gwaethygu.

Fy man cychwyn fydd y 'Model Ansawdd Bywyd (gweler tudalen 07). Defnyddir y model hwn fel ffordd o asesu i ba raddau y mae **gwerth, ystyr a phwrpas** yn perthyn i fywydau pobl hŷn – yn benodol, bod pobl hŷn:

- Yn teimlo'n ddiogel a bod rhywun yn gwrando arnynt, yn eu gwerthfawrogi ac yn eu parchu;
- Yn gallu cael y cymorth sydd ei angen arnynt, pan fyddant ei angen ac yn y ffordd y maent ei eisiau;
- Yn byw mewn lle sy'n addas ar eu cyfer ac yn gweddu i'w bywydau;
- Yn gallu gwneud y pethau sy'n bwysig ganddynt.

Gan adeiladu ar y model, yr wyf yn bwriadu gwerthuso ansawdd bywyd pobl hŷn yng Nghymru mewn dwy brif ffordd. Yn gyntaf, bwriadaf gysoni fy ngwaith â Monitor Llesiant Pobl Hŷn Llywodraeth Cymru, a sicrhau bod hwn yn rhoi cyfrif ansoddol manwl o sut mae pobl hŷn yng Nghymru yn teimlo ynglŷn â'u bywydau. Pan fydd angen hynny, byddaf hefyd yn comisiynu ymchwil ansoddol ychwanegol i ategu'r gwaith hwn. Yn ail, byddaf yn mesur ystod o ddangosyddion ansoddol cyfredol a fydd yn gymorth i mi olrhain ansawdd bywyd ymhlith pobl hŷn yng Nghymru. Mae'n bosib y byddaf hefyd yn comisiynu dangosyddion newydd, pan fydd angen, i ategu hyn.

Nod hyn yw galluogi i mi, fel Comisiynydd fesur llesiant ac ansawdd bywyd pobl hŷn mewn ffordd weladwy. Mae gennyf bwrpas deublyg i'r gwaith hwn – ei fod, yn gyntaf, yn ffurfio rhan o'm hadroddiadau 'Cyflwr y Genedl' blynyddol i fy hun, ac yn ail, ei fod hefyd yn gyfrwng y gall Comisiynwyr y dyfodol ddewis parhau ag ef ac adeiladu arno, er mwyn i ni allu, dros y blynyddoedd i ddod, ddatblygu darlun hydredol o fywydau pobl hŷn yng Nghymru a phennu a yw Cymru, yn wir, yn lle da i heneiddio.

Yn dilyn gwaith cychwynnol, mae'r tabl drosodd yn cynnwys cwestiynau allweddol y dylem fod yn eu gofyn ar ran pobl hŷn, yn ogystal â dangosyddion meintiol arfaethedig. Croesawaf drafodaeth ynglŷn â sut y gellid datblygu'r rhain ymhellach, er mwyn iddynt fod yn werthfawr nid yn unig i mi fel Comisiynydd, ond i'n gwasanaethau cyhoeddus ehangach a'r llywodraeth.

Tabl 1: Dangosyddion ansawdd bywyd drafft

Maes Ansawdd Bywyd	Meysydd pwnc / cwestiynau cysylltiol	Dangosyddion
Pobl hŷn yn cael clust ac yn cael eu parchu	Camdriniaeth – “Ydw i’n ddiogel rhag niwed?”	Nifer ymchwiliadau POVA ar gyfer pobl 60+ Dioddefwyr trais domestig 60+
	Gwahaniaethu ac allgau – “Ydy fy llais yn cael ei glywed a’i werthfawrogi, ac a ydw i’n cael fy nhrin yn deg?”	Ydych chi’n teimlo bod gennych chi lais yn eich cymuned leol? Canran y bobl hŷn sy’n adrodd achosion o wahaniaethu neu ddiffyg parch oherwydd eu hoed
Pobl hŷn yn gallu gwneud y pethau sy’n bwysig ganddynt	Cludiant – “Ydw i’n gallu teithio o gwmpas y lle?”	Rwy’n gallu mynd i bobman yn fy ardal leol yr wyf yn dymuno mynd Lefelau perchnogaeth ceir ymhlith pobl hŷn Pa mor rhwydd yw hi i chi gyrraedd cludiant cyhoeddus?
	Tlodi – “Ydw i’n gallu fforddio’r pethau sydd eu hangen arnaf i?”	Canran y bobl hŷn sy’n fodlon â’u hincwm Canran y bobl hŷn sy’n gallu ymdopi’n ariannol
	Iechyd – “Ydw i’n ddigon iach i fynd o gwmpas y lle?”	Canran y bobl hŷn sy’n adrodd eu bod yn fodlon ag ansawdd eu bywyd a’i hiechyd Canran y bobl hŷn â chyfradd ganolig/uchel o foddhad â’u llesiant meddyliol
Pobl hŷn yn gallu cael y cymorth sydd ei angen arnynt	Dod o hyd i wybodaeth a chyngor – “Ydw i’n gwybod o ble i gael cymorth a sut i gael gafael arno?”	Oes gennych chi lwybr at y rhyngwyd yn eich cartref? Canran y bobl hŷn â mynediad at ffôn neu gyfrifiadur Nifer y bobl hŷn sy’n defnyddio gwasanaethau cyngor
	Defnyddio gwasanaethau ffurfiol – “Ydy’r gwasanaethau a dderbyniaf yn gwneud fy mywyd yn well?”	Canran y bobl hŷn â chyfradd ganolig/uchel o foddhad â staff sy’n darparu gwasanaethau Ar y cyfan, pa mor fodlon ydych chi â’r gwasanaethau gofal a chefnogaeth a dderbyniwch chi? Mae’r ffordd yr wyf yn cael fy helpu a fy nhrin yn gwneud i mi deimlo’n well
	Rhwydweithiau cefnogaeth anffurfiol – “Oes gen i bobl sy’n cadw golwg arnaf i?”	Oes gennych chi rywun i drafod materion personol â hwy? Canran y bobl hŷn sy’n teimlo eu bod yn perthyn i’w cymdogaeth Canran y bobl hŷn a ddywedodd fod ganddynt rywun y gallent ddibynnu arno mewn argyfwng
	Dewis ac ansawdd yr amgylchedd cartref – “Ydy fy nghartref yn gwneud i mi deimlo’n well am fy mywyd?”	Pa mor dda mae eich cartref wedi’i gynllunio i ddiwallu eich anghenion? Canran y bobl 50+ oed sy’n byw mewn cartrefi a bennwyd (a) ddim yn ffit a (b) diffygiol Ar y cyfan, pa mor fodlon ydych chi ag ansawdd eich amgylchedd byw?
Pobl hŷn yn byw mewn llefydd sy’n addas ar eu cyfer ac ar gyfer eu bywydau	Yr amgylchedd adeiledig a’r parth cyhoeddus – “Ydy fy ardal leol yn lle da i heneiddio?”	Ydych chi’n byw o fewn pellter deg munud o gerdded o lecyn gwyrdd neu las? Canran y bobl hŷn sy’n teimlo’n ddiogel neu’n weddol ddiogel yn cerdded ar eu pen eu hun ar ôl iddi nosi.