



Older People's Commissioner for Wales
Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Adroddiad Effaith a Chyrhaeddiad 2017-18

Llais ac eiriolwr annibynnol ar gyfer
pobl hŷn

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Mae Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru yn llais ac yn eiriolwr annibynnol ar gyfer pobl hŷn ledled Cymru. Mae'r Comisiynydd a'i thŷm yn gweithio i sicrhau bod gan bobl hŷn lais sy'n cael ei glywed, eu bod yn cael dewis a bod ganddynt reolaeth, nad ydynt yn teimlo'n unig nac yn dioddef gwahaniaethu a'u bod yn derbyn y cymorth a'r gwasanaethau sydd eu hangen arnynt.

Mae'r Comisiynydd a'i thŷm yn gweithio i sicrhau bod Cymru'n lle da i heneiddio ynddo, nid i rai pobl yn unig ond i bawb.

Sut i gysylltu â'r Comisiynydd:

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Adeiladau Cambrian
Sgwâr Mount Stuart
Caerdydd
CF10 5FL

Ffôn: 03442 640670
E-bost: gofyn@olderpeoplewales.com
Gwefan: www.olderpeoplewales.com

Trydar: [@comisiwnphcymru](https://twitter.com/comisiwnphcymru)

Fformatau Hygyrch

Os hoffech dderbyn y cyhoeddiad hwn mewn fformat arall ac/neu iaith arall, cysylltwch â ni. Mae pob un o'n cyhoeddiadau hefyd ar gael i'w lawrlwytho a'u harchebu mewn nifer o fformatau gwahanol oddi ar ein gwefan.

Cynnwys

Rhagair	04
Ymestyn allan a gwranddo ar bobl hŷn ledled Cymru	06
Sbarduno newid i bobl hŷn	13
Diogelu ac amddiffyn Pobl Hŷn	21
Dylanwadu ar bolisïau, deddfwriaeth ac ymarfer	27
Edrych i'r dyfodol	33

Rhagair

Ers i mi gychwyn yn fy swydd fel Comisiynydd yn 2012, rwyf wedi cwrdd ac wedi siarad â miloedd o bobl hŷn sydd wedi bod yn ddigon caredig i rannu cymaint â mi – am eu bywydau, eu profiadau, eu gobeithion a'u dyheadau am y dyfodol.

Eleni, fel yn y blynyddoedd blaenorol, mae'r lleisiau a'r profiadau hyn wedi arwain a ffurfio fy ngwaith fel Comisiynydd ac mae'n rhywbeth sy'n fy atgoffa'n gyson o bwysigrwydd gwneud pethau'n iawn i bobl hŷn.

Pan fyddwn ni'n gwneud pethau'n iawn i bobl hŷn – pan fydd help a chefnogaeth wedi'u llunio'n bwrpasol i ddiwallu eu hanghenion – bydd yn rhoi pwyslais ar ganlyniadau ac, yn bwysicach na dim, bydd yn gwrando ac yn gweithredu ar yr hyn maent yn ei ddweud wrthym – gallant gadw'n iach ac annibynnol a chael yr ansawdd bywyd gorau posibl, pethau y bydd pob un ohonom am eu cael wrth i ni heneiddio.

Mae cymaint o waith da ac arferion da i'w gweld yng Nghymru i wella bywydau pobl hŷn, rhywbeth rwyf yn ei amlygu ac yn ei hyrwyddo ar bob cyfle – mae mor bwysig bod yr arferion da hyn yn dod yn arferion safonol yng Nghymru.

Ond mae cymaint sydd angen ei wneud o hyd i gydnabod pobl hŷn fel yr ased gwerthfawr yr ydynt i Gymru, i ddiogelu eu hawliau, i'w gwarchod rhag niwed, i gyflawni'r newidiadau maent eu heisiau a'u hangen, ac i sicrhau bod y dyhead sy'n sail i gymaint o'n polisiâu a'n deddfwriaeth yng Nghymru'n dod yn realiti ym mywydau pob dydd pobl hŷn.

Mae llawer o'r problemau hynny mae pobl hŷn yn eu hwynebu yr wyf wedi tynnu sylw ac wedi adrodd arnynt fel Comisiynydd wedi datblygu dros amser hir ac, yn anffodus, nid oes ffordd gyflym o'u datrys. Dyna pam fod gwaith dilynol a monitro a chraffu parhaus ar bolisiau ac arferion gweithio mor bwysig – mae'n hanfodol, mewn byd o flaenoriaethau a heriau sy'n cystadlu â'i gilydd, nad yw'r addewidion a wneir gan gyrff cyhoeddus i weithredu ac i wneud newidiadau yn cael eu hanghofio, nad yw adroddiadau'n cael ei gadael i hel llwch ar silffoedd.

Mae hyn wedi cael llawer o sylw yn fy ngwaith yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, ac mae wedi cynnwys gwaith dilynol manwl sy'n gysylltiedig â fy Adolygiad o Gartrefi Gofal (2014), asesu a yw uchelgais Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) yn cael ei gwireddu o ran diogelu pobl hŷn ac eiriolaeth, ac adeiladu ar ganfyddiadau fy adroddiad 'Dementia: Mwy na Dim ond Colli'r Cof' ac edrych yn fwy manwl ar wasanaethau seibiant yng Nghymru.

Yn ychwanegol at hyn, rwyf wedi gwneud llawer o waith pellach i sicrhau bod pobl hŷn yn cael eu diogelu a'u hamddiffyn, i godi ymwybyddiaeth ymhlith gweithwyr proffesiynol, trwy gyfrwng seminarau a chyhoeddi canllawiau, am raddfa a natur y

gamdriniaeth mae pobl hŷn yn ei phrofi, sut y gellir adnabod camdriniaeth a sut mae mynd i'r afael â'r broblem.

Mae'r rhaglen Heneiddio'n Dda yng Nghymru, a sefydlwyd gennyf ac sy'n cael ei rhedeg gan fy swyddfa, wedi tyfu'n sylweddol yn ystod y flwyddyn ddiwethaf: mae dros 70 o bartneriaid cenedlaethol a dros 1,600 o aelodau Rhwydwaith Heneiddio'n Dda yn awr yn gwneud gwaith amrywiol ar lefelau strategol a chymunedol i gyflawni amcanion pum thema allweddol Heneiddio'n Dda – Cymunedau sy'n gyfeillgar i oed, cymunedau cefnogi pobl â dementia, atal cwmpadau, unigrwydd ac arwahanrwydd a chyfleoedd dysgu a chyflogaeth. Rwyf hefyd wedi cyhoeddi cyfres o Storiâu Heneiddio'n Dda, nid yn unig i ddathlu'r gwaith rhagorol sy'n cael ei wneud gan Aelodau'r Rhwydwaith Heneiddio'n Dda, ond hefyd i annog eraill i weithredu yn eu cymunedau eu hunain ac i ddatblygu eu cynlluniau eu hunain i helpu pobl hŷn ledled Cymru i Heneiddio'n Dda.

Mae rhagor o wybodaeth am Heneiddio'n Dda yng Nghymru, a'i waith a'i gyflawniadau, ar gael mewn adroddiad Heneiddio'n Dda yng Nghymru mwy manwl a fydd yn cael ei gyhoeddi ochr yn ochr â'r adroddiad hwn.

Rwyf hefyd yn cyhoeddi adroddiad etifeddiaeth – 'Sbarduno Newid i Bobl Hŷn: Effaith a Chyrhaeddiad 2012-18' – ochr yn ochr â'r adroddiad hwn, sy'n cynnwys manylion am ystod eang y gwaith rwyf wedi'i wneud i sbarduno newid i bobl hŷn ledled Cymru yn ystod fy nhymor fel Comisiynydd.

Mae wedi bod yn fraint o'r mwyaf i weithredu fel Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru yn ystod y chwe blynedd diwethaf, cyfnod a welodd lawer o newidiadau positif i bobl hŷn. Hoffwn ddiolch i fy nhîm, y rhanddeiliaid rwyf wedi gweithio â hwy ac, yn bwysicaf oll, y bobl hŷn ledled Cymru sydd wedi fy nghefnogi fi a fy ngwaith i wneud Cymru'n lle da i heneiddio, nid i rai pobl yn unig ond i bawb.



Sarah Rochira

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Ymestyn allan a gwrando ar bobl hŷn ledled Cymru

Mae ymgysylltu uniongyrchol â phobl hŷn ledled Cymru wedi parhau i fod yn elfen allweddol o fy ngwaith yn ystod 2017-18, gan fy ngalluogi i rannu gwybodaeth bwysig am fy rôl, y gwaith rwyf yn ei wneud ac am sut y gallaf gynnig cymorth a chefnogaeth fel Comisiynydd. Mae'r gwaith ymgysylltu hwn hefyd yn gyfle holl bwysig i glywed yn uniongyrchol gan bobl hŷn am y pethau sy'n bwysig iddynt hwy, y gwasanaethau maent am eu cael a'r pethau hynny sy'n effeithio ar eu bywydau, sy'n helpu i arwain a ffurfio fy ngwaith a fy mlaenoriaethau.

Y Sioe Ymgysylltu Deithiol

Cyfarfu fy nhîm a minnau â 169 o grwpiau ledled Cymru yn ystod 2017-18, gan ymweld ag amrywiaeth eang o leoliadau, fel clybiau cymdeithasol, grwpiau cymorth, cartrefi gofal, cyfarfodydd fforymau, cymdeithasau preswylwyr a chynadleddau, gan ymgysylltu â dros 3,300 o bobl hŷn. Teithiodd fy nhîm a mi dros 19,000 o filltiroedd i ymestyn allan a gwrando ar bobl hŷn ym mhob Awdurdod Lleol yng Nghymru.

I sicrhau bod lleisiau pobl hŷn yn eu holl amrywiaeth yn dylanwadu ac yn cael eu hadlewyrchu ym mhob rhan o fy ngwaith, rwyf wedi parhau i gwrdd ag unigolion o amrywiaeth eang o gefndiroedd nad yw eu lleisiau'n cael eu clywed yn aml.

I ategu'r gwaith ymgysylltu pwysig hwn, rwyf wedi gweithio ag ystod eang o fudiadau sy'n gweithio â phobl â nodweddion gwarchoddedig, gan gynnwys, Cyfle i Bawb, Deafblind Cymru, Prosiect y Golden Years (ar gyfer Menywod 50+ oed o gymunedau Du, Asiaidd a lleiafrifoedd ethnig), Men's Sheds, Parkinsons UK Cymru a'r Gymdeithas Strôc.

Rwyf hefyd wedi trefnu llawer o ymweliadau ar y cyd ag Aelodau Cynulliad, ASau, Arweinyddion Cynghorau a Chynghorwyr, i roi cyfle i bobl hŷn i sicrhau bod eu lleisiau'n cael eu clywed ac i rannu eu barn a'u profiadau'n uniongyrchol â'r rhai sy'n gwneud polisiau a phenderfyniadau sy'n effeithio ar eu bywydau.

Ymgysylltu'n ehangach

Yn ogystal ag ymgysylltu â miloedd o bobl hŷn fel rhan o'm Sioe Ymgysylltu Deithiol, rwyf wedi parhau i weithio gyda sefydliadau ffurfiol sy'n cynrychioli pobl hŷn a'u buddiannau, fel y Confensiwn Pensiynwyr Cenedlaethol, Cymru Fywiog, Cynghrair Pobl Hŷn Cymru (COPA), a Fforwm Cynghori'r Gweinidog ar Heneiddio, yn ogystal ag â fforymau 50+ i bobl hŷn ledled Cymru.

Fel rhan o fy ngwaith ymgysylltu ehangach, rwyf wedi parhau i weithio â chyrrff cyhoeddus Cymru, gan gynnwys Byrddau Iechyd, Awdurdodau Lleol, Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus, Gofal Cymdeithasol Cymru, Arolygiaeth Gofal Cymru a Safonau Masnach Cenedlaethol, a mudiadau trydydd sector fel Cynghrair Henoed Cymru, Age Cymru, Age Connects, Action on Hearing Loss, Gofal a Thrwsio Cymru, y Dementia Engagement and Empowerment Project ac RNIB Cymru, i gael mwy o wybodaeth a gwell dealltwriaeth o'r materion a'r heriau mae pobl hŷn yn eu hwynebu, ac i drafod sut y gellid gwella gwasanaethau, trwy rannu gwybodaeth ac enghreifftiau o ymarfer da. Ochr yn ochr â'r gwaith hwn, rwyf hefyd wedi traddodi'r prif areithiau mewn cynadleddau a digwyddiadau ledled Cymru, a oedd yn gyfle i mi i dynnu sylw at ystod o faterion sy'n effeithio ar fywydau pobl hŷn ac ymestyn allan yn effeithiol at niferoedd mawr o randdeiliaid.

Drwy ddefnyddio'r cyfryngau Cymraeg a Saesneg yng Nghymru rwyf yn gallu ymestyn allan nid yn unig at y niferoedd mawr o bobl hŷn fel eu bod yn clywed am y gwaith rwyf yn ei wneud ar eu rhan i ysgogi newid, ond hefyd at y cyhoedd yn gyffredinol fel eu bod yn deall y materion a'r heriau sy'n effeithio ar fywydau pobl hŷn a'r camau sy'n rhaid eu cymryd i roi sylw iddynt. Trwy gydol 2017-18, bu gen i bresenoldeb amlwg ar deledu a radio, gan ymddangos ar BBC Wales Today, Newyddion ITV Wales, Newyddion S4C, BBC Radio Wales a BBC Radio Cymru. Rwyf hefyd wedi sicrhau llawer o sylw yn y papurau dyddiol, gan gynnwys y Western Mail, Daily Post, South Wales Argus, South Wales Evening Post a'r Wales Echo, yn ogystal â phapurau newydd lleol eraill sy'n cael eu cyhoeddi yng Nghymru.

Mae fy ngwaith hefyd wedi cael sylw mewn nifer o gyhoeddiadau mwy arbenigol, fel cylchgronau proffesiynol, cyfnodolion a chyhoeddiadau eraill ar gyfer rhanddeiliaid, sy'n helpu i sicrhau fy mod yn gallu ymestyn allan at gymaint o bobl hŷn a rhanddeiliaid â phosibl i dynnu sylw at y materion pwysicaf ac i rannu gwybodaeth ac ymarfer da.

Cydnabod rhagoriaeth

Fel Comisiynydd, rwyf wedi ei gwneud yn amlwg o'r cychwyn bod llawer o enghreifftiau o ymarfer da i'w weld mewn gwahanol rannau o Gymru, ac rwyf wedi cwrdd â llawer o unigolion ymroddedig sy'n gweithio yn ein gwasanaethau cyhoeddus ac sy'n gwneud gwahaniaeth gwirioneddol i fywydau pobl hŷn.

Er mwyn sicrhau bod y gwaith rhagorol hwn yn cael ei gydnabod, nid yn unig yr wyf yn cyfeirio ato yn fy nghyhoeddiadau ac yn fy areithiau, ond rwyf hefyd yn cefnogi'n ffurfiol Gwobrau Nyrs y Flwyddyn y Coleg Nyrsio Brenhinol a Gwobrau Gofal Cymru i sicrhau bod unigolion neilltuol sy'n gweithio yn ein gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol yn cael eu cydnabod a'u dathlu.

Cymorth gwaith achos i unigolion

Mae fy mhwerau o dan Ddeddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru) 2006 yn fy ngalluogi i ddarparu cymorth a chefnogaeth uniongyrchol i bobl hŷn, sy'n cael ei wneud gan fy nhîm Gwaith Achos pwrpasol.

Mae pobl hŷn a'u teuluoedd o bob cwr o Gymru yn cysylltu â mi pan fydd angen cymorth arnynt i herio prosesau penderfynu ac arferion gweithio cyrff cyhoeddus, pan fyddant yn teimlo nad yw eu lleisiau'n cael eu clywed, a hynny'n aml yn yr amgylchiadau mwyaf anodd a thrallodus. Mae fy Nhîm Gwaith Achos yn cynnig gwybodaeth, cyngor ac arweiniad i negodi polisïau, prosesau a fframweithiau cymhleth, gan ymyrryd ar eu rhan pan fydd angen (ar ôl iddynt roi eu caniatâd).

Rhoddodd fy Nhîm Gwaith Achos gyngor a chefnogaeth i 366 o bobl hŷn a'u teuluoedd ledled Cymru yn ystod 2017-18, gyda llawer ohonynt yn rhai cymhleth a maith, yn enwedig os oedd ystyriaethau diogelu ac amddiffyn yn gysylltiedig â hwy.

Mae pobl yn cysylltu â mi ynglŷn â phobl math o faterion, gan gynnwys triniaeth a gofal mewn ysbytai a lleoliadau gofal preswyl, materion ariannol fel anghydfodau cyllido ar draws sefydliadau; ffioedd anghywir yn cael eu codi; neu hawliadau ariannol heb eu talu; problemau tai sy'n amrywio o addasiadau i'r cartref, diogelwch yn y cartref, troi allan a chyplau'n cael eu gwahanu; penderfyniadau budd pennaf ar bob math o faterion; amseroedd aros am wasanaethau; cam-drin domestig a diogelu, a methiant i erlyn.

Mae pawb sy'n cysylltu â mi yn unigryw, ac mae hynny'n wir hefyd am eu hanghenion a'u hamgylchiadau ac mae'r dull y byddaf yn ei fabwysiadu wrth gynnig cymorth iddynt trwy fy nhîm gwaith achos yn adlewyrchu hyn.

Fodd bynnag, er bod y materion y mae pobl yn cysylltu â mi yn eu cylch yn unigryw, maent yn aml wedi'u hategu gan nifer o themâu trawsbynciol, cyffredin a all greu problemau ac anawsterau i bobl hŷn:

- Gall polisïau a gweithdrefnau cyrff cyhoeddus fod yn gymhleth ac yn her i bobl sy'n anghyfarwydd â hwy, ac yn aml gall hynny ychwanegu at y straen a'r pryder maent yn ei deimlo. Gall prosesau haearnidd a diffyg gweithio integredig greu rhwystrau rhag sicrhau'r canlyniad dymunol a gwneud i bobl deimlo bod y polisïau wedi'u llunio i fod o fudd i sefydliadau, ac nid i unigolion. Nid yw bywyd fel arfer yn dilyn llwybr disgwylidig a dywed pobl hŷn wrthyf nad yw prosesau a gweithdrefnau sefydliadol yn eglur nac yn dryloyw, a bod problemau a all ac a ddylai gael eu datrys yn gyflym yn mynd ymlaen ac ymlaen am amser annerbyniol o hir.
- Yn aml mae cyfathrebu'n aneffeithiol ac mae ymgynghoriadau'n aml yn teimlo'n bethau diystyr, sy'n gwneud i unigolion deimlo nad oes ganddynt lais a'u bod yn cael eu hanwybyddu.

- Nid yw cyrff cyhoeddus a phenderfynwyr yn aml yn deall effaith y penderfyniadau a wneir ganddynt, y ffordd mae penderfyniadau'n cael eu gwneud a'r effaith y byddant yn ei chael ar fywydau pobl, yn enwedig bod sut mae penderfyniadau'n cael eu gwneud yn gallu gwneud i unigolion golli eu hymdeimlad o hunaniaeth a hunan werth. Yn rhy aml hefyd y dywed pobl hŷn wrthym nad ydynt yn cael eu trin fel partneriaid cyfartal, eu bod yn cael eu cau allan o brosesau penderfynu, bod eu cysylltiadau â chyrff yn gyfyngedig ac nad yw'n amserol a'u bod yn teimlo fel bod drws yn cael ei gau yn eu hwyneb. Maent yn teimlo hefyd nad yw eu safbwyntiau hwy'n cael ystyriaeth ddigonol yn y broses benderfynu. Mae materion sy'n cael eu gweld fel rhai pwysig gan bobl hŷn neu eu teuluoedd yn aml yn cael eu diystyru bron gan weithwyr proffesiynol ac o ganlyniad i hyn mae pobl hŷn yn aml yn profi rhwystredigaeth am nad ydynt yn cael eu cynnwys a'u parchu yn y broses.
- Nid oes fawr o ddealltwriaeth, na llawer o bwyslais ymarferol, ar hawliau dynol na dull sy'n seiliedig ar hawliau, er gwaethaf y dyletswyddau sydd ar gyrff cyhoeddus o dan Ddeddf Hawliau Dynol 1998 a Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014. Mae hyn yn aml yn arwain ar brosesau penderfynu gwael ac mae'n golygu bod pobl fregus mewn perygl o niwed. Rwyf wedi bod yn bendant o'r cychwyn bod deall a mabwysiadu'n llawn ddull sy'n seiliedig ar hawliau ac mewn ffordd briodol yn arwain at brosesau penderfynu gwell, gan eu bod yn atal niwed ac yn helpu i ddatrys anghydfodau. Mae gwadu hawl i fywyd teuluol, rhyddid i gymdeithasu, a rhyddid, yn ogystal â thriniaeth ddiraddiol ac annynol, i gyd i'w gweld yn fy ngwaith achos.
- Er bod y ffin yn gallu bod yn un denau rhwng gofal gwael a gofal troseddol, nid yw cyrff cyhoeddus yn ddigon cadarn bob amser o ran atgyfeirio achosion at yr heddlu ac, mewn rhai achosion, nid oes ganddynt ddigon o ddealltwriaeth o'r gyfraith droseddol. Er nad yw pobl hŷn am fynd ar ôl y mater hwn yn awtomatig, nid ydym am iddo gael ei ddiystyru heb ystyriaeth briodol. Mae awydd cryf am gyfiawnder ac atebolrwydd yn aml i'w deimlo yn y materion hynny mae pobl hŷn yn eu codi â mi, ynghyd ag awydd i sicrhau nad yw eraill yn dioddef yr un dynged.

Wrth ystyried yr holl themâu a grybwyllwyd uchod, mae'n amlwg bod unigolion yn aml yn wynebu anghydbwysedd mawr o ran pŵer pan fyddant yn tynnu sylw at broblemau ac yn cwyno i gyrff cyhoeddus. Dyma un o'r rhesymol pam mae'r rôl eiriolydd yn un mor bwysig yn narpariaeth gwasanaethau cyhoeddus yng Nghymru. Rwyf wedi bod yn eglur o'r cychwyn am werth a phwysigrwydd buddsoddi mewn eiriolaeth annibynnol, sy'n rhoi mesurau diogelu annibynnol i bobl a all eu helpu i ddeall pa ddewisiadau sydd ar gael iddynt, i wneud penderfyniadau ac i fynegi eu profiadau, eu dymuniadau a'u teimladau wrth gyrff sy'n gwneud penderfyniadau,

ac amddiffyn eu hawliau a chynrychioli eu buddiannau. Ni ddylid diystyru gwerth eiriolaeth annibynnol wrth ddiogelu pobl hŷn rhag niwed.

Hefyd, mae fy ngwaith achos, a'r themâu a nodir trwy'r gwaith hwn, yn dangos nad yw cyrff cyhoeddus yn aml yn dda iawn am ddysgu trwy eu camgymeriad neu drwy ddefnyddio lleisiau a phrofiadau pobl i ategu ac i ysgogi gwelliant parhaus i wasanaethau.

I hybu dysgu o'r fath, cyhoeddais fy ail Goflyfr ym mis Hydref 2017, sy'n rhoi enghreifftiau o'r mathau o achosion sy'n cael eu dwyn i fy sylw ac sy'n cyflwyno'r themâu sy'n aml yn tanlinellu'r problemau mae pobl hŷn yn eu hwynebu. Rwyf hefyd wedi cynnal seminar yng Nghaerdydd i helpu cyrff cyhoeddus i ddeall profiadau pobl hŷn a'u teuluoedd sy'n cysylltu â fy nhîm gwaith achos yn well, a sut y gallai cyrff cyhoeddus wella eu hymatebion pan fydd amheuaeth yn cael ei bwrw dros brosesau penderfynu neu pan fyddant yn cael eu herio.

Mae'r materion a'r themâu sy'n cael eu hamlygu drwy fy ngwaith achos hefyd yn cael eu defnyddio fel sail i fy ngwaith ehangach a fy mlaenoriaethau fel Comisiynydd, ac maent yn fy ngalluogi i ddangos tystiolaeth gref i gyrff cyhoeddus o sut y mae angen i'w harferion gweithio newid i wella profiadau pobl hŷn, gan fy helpu yn fy ngwaith i ddylanwadu ar bolisi a'r ffyrdd o ddarparu gwasanaethau cyhoeddus ledled Cymru.

Y gwahaniaeth mae fy ngwaith achos wedi'i wneud

Daw'r detholiad o ddyfyniadau isod gan bobl hŷn a'u teuluoedd yr wyf wedi eu helpu yn ystod y flwyddyn ddiwethaf. Maent yn dangos y gwahaniaeth y mae fy nhîm gwaith achos wedi'i wneud i'w bywydau, yn aml mewn achosion lle nad oedd eraill yn gallu datrys y problemau neu sicrhau'r canlyniadau angenrheidiol.

“Mae'n bleser mawr gen i gael ymateb yn bositif i rywun o'r diwedd. Roeddwn mewn penbleth ac wedi cyrraedd pen fy nhennyn ynglŷn â beth i'w wneud. Mewn amser byr iawn, mae pethau'n symud o'r diwedd ac rwyf yn cael yr wybodaeth sydd ei hangen arnaf. Diolch yn fawr i'r Comisiynydd Pobl Hŷn a [y gweithiwr achos] yn benodol. Diolch o galon.”

“O ganlyniad i ymyriad Gweithiwr Achos y Comisiynydd, gwnaeth yr awdurdodau'r penderfyniadau rydym wedi bod yn gofyn iddynt eu gwneud am 14 mis. Mae hyn wedi cael gwared ar y straen roedd aelodau eraill o'r teulu'n ei brofi. Diolch yn fawr iawn i bawb sydd wedi ein helpu i ddatrys y mater.”

“Hoffwn ddiolch yn fawr iawn i chi am eich help. Rwyf yn awr yn gwybod y bydd fy mam yn cael aros yn y cartref nyrsio mae wedi bod yn ei alw'n gartref am y pum mlynedd diwethaf, a hynny am gost y gall fforddio'i thalu.”

“Rwyf yn credu y gallwch chi ddatrys unrhyw broblem, mawr neu fach, a’ch bod yn fodlon dyfalbarhau nes bydd wedi’i datrys, Dalwch ati i fod yn amyneddgar a hawddgar wrth i chi ddelio â phroblemau. Diolch o galon a dymuniadau gorau.”

“Roeddwn yn ddiolchgar iawn am yr help a gefais gennych chi. Rwyf yn teimlo’n ddiogel yn awr gan fod rhywun fel chi yno i’n helpu. Diolch am bob cymorth.”

“Wel wir! Roeddwn wrth fy modd! Ni allaf ddweud pa mor ddiolchgar ydw i; rydych wedi bod yn anhygoel. Byddaf yn cysgu’n dawel am y tro cyntaf mewn misoedd, ac mae’r diolch i gyd i chi; rydych yn werth y byd. Rydych chi [gweithiwr achos] wedi bod yn help mawr i mi ac wedi adfer fy ffydd mewn gwasanaethau cyhoeddus.”

“Ni allaf ddiolch digon i chi... rydych yn hynod o effeithlon!! Nid oeddwn yn ddim nes i’r lan ar ôl 6 wythnos, ac ar ôl dim ond un alwad ffôn ac ychydig funudau mae gen i help. Diolch yn fawr.”

“Unwaith eto, diolch am bopeth a phob dymuniad da i chi. Oni bai amdanoch chi mi wn y byddwn i’n dal i frwydro ac ni allaf ddychmygu sut nac ym mhle fyddai Mam a Dad fel arall.”

“Mae eich cefnogaeth wedi bod yn amhrisiadwy ... doeddwn i ddim yn meddwl y buaswn i’n cael fy ngofal yn ôl. Rwyf eisiau rhannu’r newyddion â phawb, ar dop fy llais!”

“Yn gyntaf, mi hoffwn ddiolch am eich gwaith i ddatrys y ‘penderfyniad gwael’ a wnaethpwyd heb gynnwys tenantiaid y [cynllun tai]... gyda help [y gweithiwr achos] a’i thîm, cafodd y problemau eu datrys mewn dim o dro a diolch i chi gallwn ailddechrau byd ‘bywyd normal’ unwaith eto.”

“Cyflwynwyd achos cryf gan [aelod o’r teulu a gweithiwr achos] ac yn dilyn y cyfarfod rwyf yn falch o ddweud bod fy mam yn awr wedi cael cynnig lle mewn fflat sy’n cael ei reoli gan Warden yn agos at ei chartref. Mae fy mam mewn sioc o hyd ac roedd yn braf gweld ‘dagrau o lawenydd’ yn ei llygaid am newid. Cyn gynted ag y caiff symud gall ddechrau edrych ymlaen at adennill rhywfaint o’i hannibyniaeth eto gan fod y fflat wedi cael ei addasu ar gyfer rhywun â’i hanableddau hi a bydd hyn yn gwella ansawdd ei bywyd yn fawr.”

“Rwyf yn falch o ddweud fy mod wedi cael e-bost neithiwr gan [yr awdurdod lleol] yn dweud y byddant yn parhau i dalu am ofal [person hÿn] ac y byddant yn canslo’r biliau gofal a anfonwyd ataf. Mae wedi bod yn straen i mi ac yn anffodus mae’r holl beth wedi fy ngadael yn teimlo’n isel ond gobeithio y gallaf yn awr fynd ymlaen â fy mywyd a chyfrannu at ofal [person hÿn] gystal

ag y gallaf trwy ymweliadau rheolaidd a dangos iddo fy mod yn ei garu. Llawer o ddiolch unwaith eto.”

“Dim ond nodyn i ddweud wrthyich fod y cyngor a gefais gennych chi a’ch swyddfa wedi bod yn help mawr. Mae fy awdurdod lleol wedi addo adolygu’r gwasanaeth bws dan sylw i’n galluogi i gyrraedd y Feddygfa’n fwy hwylus. Felly mae pethau’n edrych yn addawol. Mae pawb yn y pentref wrth eu bodd ac rydym i gyd yn diolch yn fawr i chi.”

Sbarduno newid i bobl hŷn

Gwaith dilynol ar yr Adolygiad o Gartrefi Gofal

Pan gyhoeddais ganfyddiadau fy Adolygiad o Gartrefi Gofal yn 2014, roedd yn amlwg i mi bod gormod o bobl hŷn yn byw mewn cartrefi gofal yng Nghymru lle'r oedd ansawdd bywyd yn annerbyniol a bod angen newid mawr i sicrhau bod ansawdd bywyd pobl hŷn yn ganolog i'n system cartrefi gofal, ar draws darparu, comisiynu, rheoleiddio ac arolygu gofal.

Yn dilyn cyhoeddi fy nghanfyddiadau, a gafodd eu croesawu gan yr holl gyrff a oedd yn rhan o fy Adolygiad, gofynnais am sicrwydd y byddant yn gweithredu ar y camau oedd angen eu cymryd mewn ystod eang o feysydd, fel y nodwyd yn fy Ngofynion Gweithredu, a gyhoeddwyd ochr yn ochr â fy nghanfyddiadau, i gyflawni'r newid a'r gwelliannau y dywedodd pobl hŷn a'u teuluoedd wrthyf yr hoffent eu gweld.

Ar ôl cael sicrwydd o'r fath, dywedais y byddwn yn monitro'n ofalus sut yr oedd y Gofynion Gweithredu'n cael eu rhoi ar waith, ac y byddwn yn ymgymryd â rhaglen o waith dilynol manwl, ac y byddwn yn defnyddio'r gwaith hwnnw i gael rhagor o dystiolaeth bod cynnydd yn cael ei wneud mewn nifer o feysydd allweddol.

Dangosodd fy ngwaith monitro ac ymgysylltu â chyrrff cyhoeddus bod cynnydd da'n cael ei wneud mewn nifer o feysydd, trwy ddeddfwriaeth, rheoliadau a chanllawiau newydd; fframweithiau newydd sy'n seiliedig ar werthoedd a hawliau; fframweithiau hyfforddi newydd ar gyfer staff gofal cymdeithasol; ac ystod eang o gynlluniau lleol. Hefyd, roedd yn amlwg bod y rhai hynny sy'n gweithio mewn cartrefi gofal yn dechrau meddwl mewn ffordd wahanol am ofal preswyl, gyda llawer mwy o bwyslais ar ansawdd bywyd pobl hŷn.

Fodd bynnag, roeddwn hefyd yn bryderus nad oedd yn ymddangos bod camau pendant yn cael eu cymryd ledled Cymru ar nifer o feysydd allweddol. Felly, ysgrifennais at gyrff cyhoeddus i ofyn am dystiolaeth o'r camau roeddent wedi eu cymryd mewn nifer o feysydd penodol:

- Ymataliaeth
- Ail-alluogi ac adsefydlu
- Atal cwmpadau
- Hyfforddiant ar ddementia
- Cyfeillio
- Meddyginiaethau gwrth-seicotig
- Adolygu meddyginiaethau
- Ansawdd Bywyd ac ymgysylltu
- Arolygu, llywodraethu a thryloywder integredig
- Gwybodaeth i'r cyhoedd
- Cynllunio'r gweithlu a llwybrau mewn gyrfa nyrsio

Er fy mod yn cydnabod bod llawer o'r meysydd hyn yn rhai cymhleth ac y bydd angen amser i roi sylw llawn iddynt, roeddwn yn disgwyl gweld tystiolaeth o arweinyddiaeth, uchelgais a chynnydd, ochr yn ochr â dealltwriaeth glir pam mae ansawdd bywyd a phwyslais ar ganlyniadau mor bwysig i bobl hŷn.

I helpu cyrff cyhoeddus i ddangos y dystiolaeth hon, ac i sicrhau eu bod yn gwybod pa fath o wybodaeth a lefel y manylder roeddwn yn ei ddisgwyl, rhennais 'ateb enghreifftiol' â hwy, ynghyd â set o feini prawf barnu lefel uchel, a oedd yn dangos beth ddylid ei gynnwys yn eu hatebion. Cafodd cyrff cyhoeddus gyfle hefyd i rannu enghreifftiau o arferion da, gyda rhai ohonynt wedi eu cynnwys yn fy adroddiad dilynol.

Gwnaeth fy nhîm a minnau ddadansoddiad manwl o'r dystiolaeth a gafwyd, gan edrych ar y cynnydd a oedd wedi'i wneud yn erbyn fy Ngofynion Gweithredu a chanfod unrhyw feysydd lle'r oedd angen rhagor o waith. Cyflwynwyd adborth unigol i bob corff cyhoeddus (sydd ar gael yn llawn ar fy ngwefan) a chyflwynais fy nghanfyddiadau cyffredinol yn 'Lle i'w Alw'n Gartref: Effaith a Dadansoddiad', a gyhoeddwyd fis Ionawr 2018.

Er bod peth cynnydd wedi'i wneud gan Fyrddau lechyd ac Awdurdodau Lleol, gydag ystod eang o weithgarwch newydd ar waith ledled Cymru o ganlyniad i fy Adolygiad, roedd yr adroddiad yn datgan yn eglur bod llawer i'w wneud eto i roi i mi'r sicrwydd sydd ei angen arnaf y byddant yn gwneud y newidiadau sydd eu hangen i gyflawni'r ymrwymadau a wnaethpwyd ganddynt mewn ymateb i fy Adolygiad 2014.

Nid oedd y dystiolaeth a gyflwynwyd gan Lywodraeth Cymru, fodd bynnag, yn dangos digon o gynnydd a gweithredu mewn nifer o feysydd allweddol, fel gofal ymataliaeth, atal cwmpadau a chynllunio'r gweithlu – lle mae angen arweinyddiaeth a dull cenedlaethol i ysgogi newid diwylliannol ystyrion, gan sicrhau mwy o atebolrwydd ac i hybu defnydd mwy effeithiol o arferion da sy'n seiliedig ar dystiolaeth.

Yn ogystal â chyhoeddi fy adroddiad dilynol, ysgrifennais at Lywodraeth Cymru, Byrddau lechyd ac Awdurdodau Lleol, gan nodi fy mod yn disgwyl y byddai'r adborth a roddais yn cael ei drafod ar lefel Bwrdd / Cabinet ac y byddent yn ymateb yn ysgrifenedig gan ddatgan pa gamau ac ymrwymadau pellach y cytunwyd arnynt.

Dywedais hefyd fod angen pwyslais o'r newydd gan Lywodraeth Cymru, Byrddau lechyd ac Awdurdodau Lleol ar gymryd camau ystyrion i gyflawni'r ymrwymadau a gafwyd ganddynt, ac y byddai methiant i wneud hynny'n golygu na fydd ein system cartrefi gofal yn gallu ymateb i'r newidiadau i anghenion gofal a chymorth pobl hŷn ac, yn bwysicach na hynny, bydd yn golygu bod ansawdd bywyd llawer gormod o bobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal yn parhau i fod yn annerbyniol.

Ailystyried Seibiant ar gyfer pobl a effeithir gan ddementia

Rhoddodd fy adroddiad 'Dementia: mwy na dim ond colli'r cof', a gyhoeddwyd yn 2016, lais i bobl sy'n byw â dementia a'u gofalwyr, a chanfu, er gwaethaf cynnydd yn y blynyddoedd diwethaf, bod diffyg gwybodaeth a dealltwriaeth o ddementia o hyd mewn cymdeithas, ac nad yw gwasanaethau'n aml yn ddigon hyblyg i ddiwallu anghenion pobl yn effeithiol, sy'n arwain at heriau a rhwystrau diangen.

Un o'r prif faterion a amlygwyd yn yr adroddiad gan bobl sy'n byw â dementia a'u gofalwyr oedd pwysigrwydd cael gwasanaethau seibiant hyblyg o ansawdd da a oedd yn arwain at brofiad positif i'r gofalwr ac i'r sawl sy'n cael y gofal ac nad oedd yn canolbwyntio ar seibiant yn unig.

O gofio pa mor bwysig yw seibiant, a'i gysylltiadau â materion allweddol eraill fel diogelu ac iechyd a llesiant, datblygais raglen waith yn 2017-18 i edrych yn fwy manwl ar faterion sy'n gysylltiedig â seibiant ac i ddylanwadu ar sut mae pobl yn edrych arno ac yn ei ddarparu.

Yn ogystal ag adolygu'r ymchwil a'r llenyddiaeth gyfredol ar seibiant a gwahodd enghreifftiau o ymarfer da, trefnais hefyd gyfres o sesiynau trafod ledled Cymru i glywed yn uniongyrchol gan bobl â dementia a'u gofalwyr.

Cafodd y sesiynau hyn eu cynnal gyda chymorth My Home Life Cymru, yn Llansawel, Caerdydd, Cas-gwent, Llandrindod, Pontypridd, Porthmadog a Sanclêr. Cymerodd 123 o unigolion ran yn y sesiynau hyn, gan rannu eu profiadau o ddefnyddio gwasanaethau seibiant, gan gynnwys unrhyw heriau a / neu rwystrau a brofwyd ganddynt wrth geisio manteisio ar y gwasanaethau hyn, a sut y gellid gwella gwasanaethau seibiant.

Cafodd amrywiaeth eang o bynciau eu trafod yn ystod y sesiynau hyn, gan gynnwys ansawdd, hyblygrwydd a'r dewis o wasanaethau seibiant; cael gafael ar wybodaeth, cyngor ac eiriolaeth; y gweithgaredd sydd ar gael mewn gwasanaethau seibiant; a materion eraill fel diogelu, cymryd risgiau positif, adeiladu a chynnal perthnasoedd, amrywiaeth a thrafnidiaeth.

Bydd y safbwyntiau a rannwyd yn y sesiynau hyn, yn ogystal â'r wybodaeth a gasglwyd trwy'r adolygiad o lenyddiaeth ac enghreifftiau o arferion da a gyflwynwyd, yn cael eu defnyddio fel sail i fy adroddiad Ail-ystyried Seibiant a gyhoeddir fis Ebrill 2018. Bydd yr adroddiad yn disgrifio'n eglur pa gamau sydd angen eu cymryd i wella gwasanaethau seibiant ac i gyflawni'r canlyniadau y dywedodd pobl sy'n byw â dementia a'u gofalwyr maent am eu gweld.

Mynediad at eiriolaeth annibynnol

Dylai pob person hŷn gael llais, a dewis a rheolaeth dros eu bywydau, a dylent allu cael gafael ar y cymorth cywir i wneud penderfyniadau ar sail gwybodaeth, yn enwedig mewn sefyllfaoedd lle maent yn agored i niwed. Fodd bynnag, soniodd pobl hŷn yn aml wrthyf am yr anhawster a gânt wrth geisio sicrhau bod eu llais yn cael ei glywed a sut y mae eiriolaeth annibynnol yn gallu gwneud gwahaniaeth mawr, yn enwedig yn ystod yr adegau mwyaf anodd.

Rwyf felly wedi parhau â rhaglen waith yn ystod 2017-18 sy'n edrych ar fynediad pobl hŷn at eiriolaeth annibynnol, ac a yw eu hawliau cyfreithiol sy'n gysylltiedig ag eiriolaeth, a gyflwynwyd gan Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru), yn cael eu dilyn.

Fel rhan o'r gwaith hwn, bŵm yn ymgysylltu ag ystod eang o randdeiliaid (cyfanswm o 60 o fudiadau) – a oedd yn cynnwys dros 30 o fudiadau eiriolaeth annibynnol, swyddogion arweiniol polisi, mudiadau trydydd sector a chyrrff eraill - yn ogystal â phobl hŷn sydd wedi defnyddio gwasanaethau eiriolaeth. Yn ogystal â'r ymgysylltu eang hwn, rwyf wedi gwneud dadansoddiad manwl o'r data cymharol brin sydd ar gael ar eiriolaeth i ystyried beth mae'n ei ddweud wrthym am brofiadau pobl hŷn wrth geisio cael gafael ar wasanaethau eiriolaeth annibynnol yng Nghymru.

Bydd y dystiolaeth a gesglir yn sgil y gwaith hwn yn sail i adroddiad – 'Making Voices Heard: Older People's Access to Independent Advocacy' – a gyhoeddir fis Mai 2018. Bydd yr adroddiad yn ystyried a yw eiriolaeth annibynnol yn cael ei ddefnyddio'n rheolaidd fel ffordd o ddiogelu hawliau pobl hŷn ac a oedd dull cyson o sicrhau bod pobl hŷn yn gallu cael gafael ar eiriolaeth annibynnol, yn enwedig pan fydd ganddynt hawl cyfreithiol iddo.

Bydd yr adroddiad hefyd yn cynnwys argymhellion i Lywodraeth Cymru, Awdurdodau Lleol a Byrddau Iechyd, sy'n disgrifio sut y gellid codi ymwybyddiaeth o eiriolaeth annibynnol ar draws cymdeithas ac ym mha ffyrdd mae angen gwella gwasanaethau i sicrhau bod pobl hŷn yn gallu cael y gwasanaethau sydd eu hangen arnynt i wneud yn siŵr bod eu lleisiau'n cael eu clywed.

Craffu ar Aseidiadau Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus o Lesiant Lleol

Yn ystod haf 2017, bŵm yn craffu ar yr Aseidiadau o Lesiant Lleol a gyhoeddwyd gan Fyrddau Gwasanaethau Cyhoeddus, dyletswydd a grëwyd gan Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru). Roedd y gwaith craffu hwn yn dilyn gwaith manwl â Byrddau Gwasanaethau Lleol yn ystod 2016-17, a oedd yn cynnwys cwrdd â phob Bwrdd i'w cyngori ar y ffyrdd mwyaf effeithiol o ddiwallu anghenion pobl hŷn a

chyhoeddi canllaw ffurfiol ar baratoi cynlluniau llesiant lleol, sydd i'w cyhoeddi fis Mai 2018.

Diben y gwaith craffu oedd gweld i ba raddau mae materion yn ymwneud a phobl hŷn yn cael eu hadlewyrchu yn y dogfennau asesu, a fyddai'r asesiadau yn symud yr agenda atal a dull 'heneiddio'n dda' ymlaen, a sut yr oedd y canllaw a gyhoeddwyd gennyf yn cael ei ddefnyddio gan Fyrddau Gwasanaethau Cyhoeddus i ddatblygu eu hasesiadau a'u cynlluniau llesiant.

Cafodd fy mhrif ganfyddiadau eu cyhoeddi ym mis Awst 2017, ynghyd ag argymhellion ar gyfer Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus ar sut i sicrhau bod anghenion a materion sy'n effeithio ar bobl hŷn yn cael eu hadlewyrchu yn y cynlluniau lleisiant lleol. Yn ychwanegol at yr adborth hwn, trefnais gyfres o weithdai ar gyfer Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus yn ystod hydref 2017 i bwysleisio'r negeseuon hyn ac i sicrhau bod y Byrddau'n ystyried canlyniadau cynaliadwy, ataliol a thymor hir ar gyfer pobl hŷn a grwpiau eraill.

Heneiddio'n Dda yng Nghymru

Mae gwaith i gyflawni Cam Dau Heneiddio'n Dda yng Nghymru – rhaglen bartneriaeth i wella iechyd a llesiant pobl 50+ yng Nghymru – wedi parhau trwy gydol 2017-18, gydag ystod eang o gamau gweithredu ym mhob un o bum maes blaenoriaeth y rhaglen (Cymunedau sy'n Gyfeillgar i Oed, Cymunedau Cefnogi Pobl â Dementia, Atal Cwmpyadau, Dysgu a Chyflogaeth, ac Unigrwydd ac Arwahanrwydd).

Ar lefel strategol, mae dros 70 o bartneriaid Heneiddio'n Dda o'r sectorau cyhoeddus a phreifat a'r trydydd sector wedi parhau i weithio ar lefel genedlaethol i gyflawni'r ymrwymadau a geir yng Nghynllun Gweithredu Cam Da Heneiddio'n Dda, sydd wedi codi proffil y pum maes blaenoriaeth, a'r camau gweithredu sydd ar waith.

Mae gwaith wedi parhau hefyd ar lefel Awdurdodau Lleol, o dan arweiniad Cydlynwyr y Strategaeth Pobl Hŷn, i gyflawni'r camau hynny a nodwyd yn y Cynlluniau Heneiddio'n Dda a gyhoeddwyd gan Awdurdodau Lleol yn 2016, ac a ategwyd gan dair sesiwn gweithdy a gynhaliwyd yn ystod hydref 2017, a oedd yn gyfle i weithio â swyddogion ac aelodau Awdurdodau Lleol i ystyried y ffyrdd mwyaf effeithiol o fwrw ymlaen â blaenoriaethau Heneiddio'n Dda.

Gwnaethpwyd gwaith pwysig ar lefel gymunedol hefyd yn ystod 2017-18, ac mae tua 1,500 o aelodau'r Rhwydwaith Cymunedol yn awr yn gweithio ar gynlluniau i wneud Cymru'n lle gwell i heneiddio ac i helpu i sefydlu cymunedau sy'n gyfeillgar i oed ac sy'n cefnogi pobl â dementia mewn pentrefi, trefi a dinasoedd ledled Cymru.

I hybu'r gwaith hwn mae Heneiddio'n Dda wedi cynnal pump o ddigwyddiadau 'Dathlu Cymunedau' mawr ar hyd a lled Cymru ddechrau 2018 i ysbrydoli pobl i

weithredu ac i annog gweithio mewn partneriaeth. Roedd dros 500 o bobl yn y digwyddiadau hyn, a daeth partneriaid sy'n gweithio ar bob lefel at ei gilydd i rannu ac i ddysgu trwy arferion da, ac i drafod syniadau ac atebion newydd i helpu i rymuso pobl hŷn ac i sicrhau bod ein cymunedau'n helpu pobl o bob oed.

Yn ychwanegol at hyn, cyhoeddodd Heneiddio'n Dda yng Nghymru'r arweiniad 'Sut i Heneiddio'n Dda' ar gyfer pobl hŷn, sy'n cynnwys gwybodaeth ac awgrymiadau defnyddiol ar heneiddio, yn ogystal â chyfres o Gardiau Heneiddio'n Dda, sy'n helpu pobl hŷn, yn enwedig rhai sydd â dementia a / neu sydd â nam synhwyraidd, i gyfleu eu hanghenion mewn ffordd gynnil ac effeithiol wrth bobl sy'n gweithio mewn siopau ac ar drafnidiaeth gyhoeddus. Ym mis Mawrth 2018, cyhoeddais hefyd gasgliad o 'Storiâu Heneiddio'n Dda', sydd nid yn unig yn dathlu'r gwaith rhyfeddol ac arloesol sy'n cael ei wneud yn lleol ar gyfer pobl hŷn i wneud gwahaniaeth mawr yn eu bywydau, ond sydd hefyd yn ymdrech i ysbrydoli eraill i weithredu yn eu cymunedau eu hunain ac i sefydlu eu cynlluniau eu hunain i helpu pobl hŷn ledled Cymru i heneiddio'n dda.

Ceir disgrifiad isod o'r prif ddatblygiadau a llwyddiannau a gyflawnwyd o dan bob un o themâu Heneiddio'n Dda yng Nghymru.

Cymunedau sy'n Gyfeillgar i Oed

- Mae Heneiddio'n Dda yng Nghymru wedi parhau i gefnogi a hybu arferion da i greu Cymunedau sy'n Gyfeillgar i Oed ledled Cymru, a Choed-llai / Pontyblyddyn yn Sir y Fflint yw'r gymuned ddiweddaraf i sicrhau statws cyfeillgar i oed. Mae hyn yn dilyn gwaith cyfeillgar i oed arall a wnaethpwyd yn Abergwaun ac Wdig ac Aberdaugleddau fel rhan o brosiect 'Doethineb Gwledig' Volunteering Matters. Yn unol â 'Datganiad Dulyn', mae pob Awdurdod Lleol yn datblygu arferion cyfeillgar i oed mewn cymunedau ledled Cymru.
- Bu Heneiddio'n Dda yn cefnogi datblygiad Rhwydwaith Diwylliant Cyfeillgar i Oed, cynllun genedlaethol newydd a lansiwyd mewn cydweithrediad ag Age Cymru, Cyngor Celfyddydau Cymru, Gwanwyn ac Amgueddfa Cymru - National Museum Wales, ac a lansiwyd yn ffurfiol ym mis Medi 2017. Mae'r rhwydwaith yn dod ag unigolion a sefydliadau o'r sectorau'r celfyddydau, diwylliant a threftadaeth o bob rhan o Gymru at ei gilydd i rannu sgiliau, gwybodaeth ac arferion da ac i helpu i ddatblygu ffyrdd arloesol ac ymarferol o ymgysylltu'n well â phobl hŷn ac i wella eu hansawdd bywyd a'u llesiant. Mae gwaith wedi'i wneud eisoes i sefydlu amgueddfeydd ac orielau cyfeillgar i oed a dementia ledled Cymru.

Cymunedau Cefnogi Pobl â Dementia

- Mae Heneiddio'n Dda yng Nghymru wedi cefnogi, hyrwyddo a gweithio â Chymdeithas Alzheimer i sefydlu mannau sy'n gyfeillgar i bobl â dementia ledled Cymru. Erbyn hyn mae dros hanner cant o bentrefi, trefi a dinasoedd a sefydliadau cenedlaethol yng Nghymru sy'n cael eu cydnabod fel rhai cyfeillgar i bobl â dementia, ac mae rhagor yn gweithio i gyflawni'r statws hwn.
- Cafodd copïau o Ganllaw Cryno ar Ddementia Heneiddio'n Dda yng Nghymru – sy'n cynnwys llawer o wybodaeth i bobl hŷn a'u teuluoedd, yn ogystal â manylion am fudiadau a all gynnig help a chefnogaeth – eu dosbarthu trwy bartneriaid Heneiddio'n Dda yng Nghymru.
- Defnyddiwyd profiadau partneriaid Heneiddio'n Dda a'r Rhwydwaith Cymunedol fel sail i ymateb y Comisiynydd i ymgynghoriad Llywodraeth Cymru ar y Cynllun Gweithredu ar gyfer Dementia i Gymru 2018-2022, a'i gwaith wedi hynny i ddylanwadu ar ei gynnwys fel aelod o Grŵp Gorchwyl a Gorffen y Strategaeth Genedlaethol ar Ddementia. Bu partneriaid Heneiddio'n Dda sy'n weithgar i sefydlu cymunedau cefnogi pobl â dementia hefyd yn cymryd rhan yng ngwaith 'Ail-ystyried Seibiant' y Comisiynydd ar helpu pobl sy'n byw â dementia, eu teuluoedd a'u gofalwyr.

Atal cwmpïadau

- Mae Heneiddio'n Dda hefyd wedi parhau i gyfrannu at ac annog gwaith y Tasglu Atal Cwmpïadau Cenedlaethol a helpu cynlluniau lleol sy'n rhoi pwyslais ar atal cwmpïadau, fel 'Pimp my Zimmer' Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan. Mae Heneiddio'n Dda hefyd wedi parhau i helpu ymgyrchoedd codi ymwybyddiaeth, cyhoeddiadau a phrosiectau eraill sy'n cael eu harwain gan bartneriaid atal cwmpïadau, fel Gofal a Thrwsio, Age Cymru, Iechyd Cyhoeddus Cymru, y Rhaglen Gwella 1000 o Fywydau a Chymdeithas Siartredig y Ffisiotherapi.
- Gwnaethpwyd rhagor o waith gan Heneiddio'n Dda yng Nghymru i hyrwyddo'r ymgyrch 'Sadiwch i Gadw'n Saff', sy'n defnyddio amrywiaeth o adnoddau a deunyddiau i amlygu ffyrdd syml i leihau'r risg o gwmpo ac sy'n rhoi cyhoeddusrwydd i brosiectau a chynlluniau lleol sy'n lleihau'r perygl o gwmpo, fel gwasanaethau ffitio esgidiau, torri ewinedd, gofal llygaid a chlybiau cerdded.

Cyfleoedd dysgu a chyflogaeth

- Mae Heneiddio'n Dda wedi parhau i ddylanwadu ar waith Llywodraeth Cymru ar brentisiaethau pob oed a'r Cynllun Cyflogadwyedd pob oed, a gyhoeddwyd ym mis Mawrth 2017. Mae Heneiddio'n Dda hefyd yn parhau i gyfrannu at a chefnogi'r ymgyrch codi ymwybyddiaeth 'Dim Dyddiad ar ei Orau Cyn', gan helpu i herio oedraniaeth yn y gweithle a hyrwyddo buddiannau gweithleoedd sy'n amrywiol o ran oedran.
- Mae gwaith wedi parhau hefyd i gefnogi partneriaid allweddol eraill, fel y Sefydliad Dysgu a Gwaith, TUC Wales, Addysg Oedolion Cymru a Busnes yn y Gymuned i gwblhau gwaith amrywiol sy'n gysylltiedig â dysgu a chyflogaeth. Mae enghreifftiau'n cynnwys gweithdy ar gyfleoedd cyflogaeth i bobl hŷn fel rhan o Gonfensiwn Cyflogadwyedd a Sgiliau Cymru'r Sefydliad Dysgu a Gwaith, a chyfrannu at adroddiad TUC Cymru 'The menopause: a workplace issue' yn 2017.

Unigrwydd ac arwahanrwydd

- Defnyddiwyd aelodau'r Rhwydwaith Cymunedol a'r arferion da sy'n cael eu dangos gan bartneriaid Heneiddio'n Dda yng Nghymru fel sail i ymateb y Comisiynydd i ymchwiliad Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon y Cynulliad Cenedlaethol i Unigrwydd ac Arwahanrwydd yn ystod haf 2017.
- Mae Heneiddio'n Dda yng Nghymru wedi cefnogi gwaith yr Ymgyrch i Roi Diwedd ar Unigrwydd, a sefydlwyd yn Siroedd Penfro a Chaerfyrddin ym mis Medi 2017 gyda'r nod o roi sylw i unigrwydd drwy fynd i'r afael â stigma a gweithio â chymunedau lleol i ddod o hyd i atebion. Mae'r gwaith yn parhau a bydd arferion da a ganfuwyd yn sgil prosiectau peilot yn ne orllewin Cymru'n cael eu cyflwyno a'u defnyddio gan bartneriaid ledled Cymru. Mae Heneiddio'n Dda wedi parhau i gefnogi cynlluniau eraill sy'n mynd i'r afael ag unigrwydd ac arwahanrwydd, er enghraifft, cynllun 'Ffrind i Mi/Friend of Mine' sy'n cael ei redeg gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan i fynd i'r afael ag unigrwydd ac allgau cymdeithasol yn ne ddwyrain Cymru.
- Mae copïau o Ganllaw Cryno i'ch Helpu i Ymdrin ag Unigrwydd Heneiddio'n Dda yng Nghymru wedi parhau i gael eu dosbarthu i bobl hŷn ledled Cymru trwy bartneriaid lleol.

Bydd adroddiad sy'n disgrifio gwaith a chyflawniadau Heneiddio'n Dda yng Nghymru yn fwy manwl yn cael ei gyhoeddi ochr yn ochr â'r adroddiad hwn.

Diogelu ac amddiffyn Pobl Hŷn

Mae sicrhau bod pobl hŷn yn cael eu hamddiffyn a'u diogelu wedi parhau i fod yn flaenoriaeth allweddol i mi fel Comisiynydd ac rwyf wedi parhau ag ystod eang o waith trwy gydol 2017-18 i godi ymwybyddiaeth o natur y cam-drin y mae mwy na 40,000 o bobl hŷn yn ei brofi bob blwyddyn a'r amgylchiadau a all arwain at wneud pobl hŷn yn arbennig o agored i gael eu niweidio.

Ochr yn ochr â hyn, rwyf hefyd wedi parhau i weithio i sicrhau bod dull systematig ar gael i ganfod pobl hŷn sydd mewn perygl o gael eu niweidio a bod y rhai sy'n cael eu cam-drin yn cael pob cymorth i gael gafael ar yr help sydd ei angen arnynt i adennill eu diogelwch a'u llesiant unwaith eto.

Hefyd, rwyf yn falch iawn bod fy swyddfa wedi cadw'i statws Rhuban Gwyn yn ystod 2017-18 (fe'i dyfernir gan yr Ymgyrch Rhuban Gwyn) a bod fy Arweinydd Diogelu wedi cael ei gydnabod yn swyddogol fel Llysgennad Rhuban Gwyn.

Diogelu mewn ysbytai yng Nghymru

Er bod llawer o waith diogelu da'n digwydd yng Nghymru, mae angen gwneud mwy o hyd yn ein gwasanaethau cyhoeddus i ddiogelu ac amddiffyn pobl hŷn. Mae llawer o'r cymorth a'r gefnogaeth rwyf yn ei roi i bobl hŷn trwy fy nhîm gwaith achos yn ymwneud â materion sy'n gysylltiedig â diogelu, ac mae llawer o achosion lle mae pobl hŷn a'u teuluoedd wedi mynegi pryderon am ddiogelu sy'n gysylltiedig ag ysbytai.

Rwyf wedi croesawu uchelgais Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 i wella sut mae oedolion mewn perygl o gamdriniaeth ac esgeulustod yn cael eu diogelu trwy roi hyn ar seiliau statudol a chreu dyletswyddau newydd ar gyrff cyhoeddus, ac felly roeddwn yn awyddus i adolygu'r gwahaniaeth mae'r Ddeddf yn ei wneud i waith diogelu Byrddau Iechyd.

Felly, mi ysgrifennais at Fyrddau Iechyd ym mis Mehefin 2017, gan ofyn iddynt gymryd rhan mewn adolygiad i weld pa mor effeithiol ydynt wrth ymateb i'w dyletswyddau newydd o dan y Ddeddf.

Gan ddefnyddio holiadur, yn ogystal â chyfweliadau dilynol â staff diogelu, casglwyd llawer o wybodaeth am waith diogelu mewn Byrddau Iechyd, fel newidiadau i dimau diogelu, newidiadau i bolisiau a gweithdrefnau, hyfforddiant i staff, sut mae dioddefwyr honedig achosion o gam-drin yn cael cymorth a sut y cysylltir â hwy, mynediad at eiriolaeth a dysgu yn sgil achosion. Casglwyd gwybodaeth hefyd gan randdeiliaid mewn adrannau Gwasanaethau Cymdeithasol ac Iechyd Cyhoeddus Cymru sydd â gwybodaeth fanwl am ddiogelu oedolion.

Roedd fy asesiad o'r ymatebion a gafwyd gan Fyrddau Iechyd ac Ymddiriedolaeth GIG Felindre yn sail i adroddiad – Diogelu Oedolion mewn Ysbytai yng Nghymru – a rannwyd â Llywodraeth Cymru a Byrddau Iechyd.

Dangosodd yr adroddiad er bod cynlluniau newydd bellach ar waith gan Fyrddau Iechyd i roi sylw i ofynion y Ddeddf, ynghyd â mwy o bwyslais ar ddiogelu oedolion mewn gwaith craidd, a mwy o adnoddau, roedd nifer o ffactorau a allai wanhau'r dulliau sy'n cael eu mabwysiadu. Roedd y rhain yn cynnwys diffyg canllaw cenedlaethol, a oedd yn golygu bod dulliau gwahanol yn cael eu mabwysiadu mewn gwahanol rannau o Gymru; amrywiadau mewn adrodd o dan y Ddyletswydd i Adrodd newydd yn y Ddeddf; amrywiadau yn y ffyrdd mae ymholiadau ac ymchwiliadau'n cael eu cynnal; lefel yr hyfforddiant a ddarperir i staff ysbytai; mynediad at eiriolaeth; a sut mae data'n cael ei gasglu i fesur cynnydd.

Wrth rannu'r adroddiad â Llywodraeth Cymru, mynegais yn eglur fy nisgwyliaid y byddai sylw'n cael ei roi i'r materion a godwyd, a gofynnais am ymateb ysgrifenedig gan y Gweinidog sy'n nodi pa gamau fydd yn cael eu cymryd i ddelio â'r pryderon a godwyd gennyf.

Gwybodaeth a Chanllawiau ar Gam-drin Domestig: Diogelu Pobl Hŷn yng Nghymru

Ym Mehefin 2017, cyhoeddais ganllawiau newydd, mewn partneriaeth â Llywodraeth Cymru, i helpu gweithwyr proffesiynol rheng flaen sy'n dod i gysylltiad â phob hŷn – fel staff gofal cymdeithasol, gweithwyr gofal cartref, meddygon, nyrsys, swyddogion tai a'r heddlu – i adnabod arwyddion o gam-drin domestig ac i sicrhau bod ganddynt wybodaeth am yr help sydd ar gael i amddiffyn a diogelu pobl hŷn.

Mae'r canllawiau'n delio ag ystod o bynciau, gan gynnwys nodweddion y cam-drin mae pobl hŷn yn eu profi, sut i adnabod ymddygiad sy'n rheoli ac yn gorfodi, effaith camdriniaeth a sut i ymateb yn effeithiol.

Cafodd y canllawiau eu lansio gennyf fi ac Ysgrifennydd y Cabinet dros Gymunedau a Phlant, a chadarnhaodd ymrwymiad Llywodraeth Cymru i gydweithio'n glos â phartneriaid i amddiffyn dioddefwyr cam-drin domestig a chroesawyd y canllawiau fel adnodd ymarferol a fyddai'n helpu gweithwyr proffesiynol i weithio'n fwy effeithiol â phobl hŷn sy'n profi cam-drin domestig.

Seminarau a Chyflwyniadau i Godi Ymwybyddiaeth

Gan adeiladu ar lwyddiant digwyddiadau tebyg a gynhaliwyd yn ystod 2014-15, 2015-16 a 2016-17, cynhaliwyd pedwar seminar diogelu i barhau i godi ymwybyddiaeth o'r gamdriniaeth mae pobl hŷn yn ei phrofi.

Roedd y seminarau, a gynhaliwyd yng Nghaerfyrddin, Wrecsam, Bangor a Chasnewydd, yn edrych ar raddfa ac effaith cam-drin, hawliau dynol, cam-drin mewn cymunedau du, Asiaidd a lleiafrifoedd ethnig (BAME) a LGBT+, rôl allweddol eiriolaeth a'r cymorth sydd ar gael i'r rhai sydd wedi cael eu cam-drin. Roedd un o'r siaradwyr yn y digwyddiad ym Mangor yn drawsryweddol, a chafwyd gwedd ddiddorol ar y cam-drin mae pobl drawsryweddol yn ei brofi.

Roedd 226 o gynrychiolwyr yn bresennol yn y seminarau, o bob math o fudiadau sy'n gweithio gydag ac ar gyfer pobl hŷn. Roedd yr adborth ar y seminarau yn bositif dros ben, gyda chanmoliaeth am ddyfnder yr wybodaeth a ddarparwyd ac am y persbectif amlasiantaethol a gafwyd gan y siaradwyr.

Cyflwyniadau a digwyddiadau eraill i godi ymwybyddiaeth

Yn ychwanegol at y seminarau a ddisgrifiwyd uchod, cafwyd hefyd nifer o gyflwyniadau i godi ymwybyddiaeth ar gyfer rhanddeiliaid yn ystod 2017-18, a oedd yn disgrifio'r hyn sydd ei angen i wella bywydau pobl hŷn sydd wedi cael eu heffeithio gan gamdriniaeth:

- Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda – 6 sesiwn hyfforddi ymwybyddiaeth (dros 150 o staff rheng flaen; bydd rhagor o gyflwyniadau eraill yn cael eu cyflwyno yn ystod 2018-19)
- Swyddogion Diogelu'r Cyhoedd Heddlu Dyfed Powys (15 o swyddogion)
- Cyngor Caerdydd – 3 sesiwn codi ymwybyddiaeth (45 o weithwyr cymdeithasol: bydd rhagor o gyflwyniadau eraill yn cael eu cyflwyno yn ystod 2018-19)
- Cynhadledd Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol (Cymru) (roedd dros 70 o feddygon teulu'n bresennol)
- Cynhadledd Action on Elder Abuse – Gweithdy ar ymddygiad sy'n gorfodi yn erbyn pobl hŷn (70-80 yn bresennol o amrywiaeth o fudiadau)
- Grŵp Probus Caerdydd (25 yn bresennol)
- Parish Men's Fellowship Group, Caerdydd (20 yn bresennol)
- Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro (dros 70 o staff rheng flaen yn bresennol, bydd rhagor o gyflwyniadau eraill yn cael eu cyflwyno yn ystod 2018-19)
- Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan (dros 120 o staff rheng flaen yn bresennol; bydd rhagor o gyflwyniadau eraill yn cael eu cyflwyno yn ystod 2018-19)
- Cymdeithas Gwarchod Cymdogaeth Bro Morgannwg (20 yn bresennol)
- Fforwm Cyngori'r Gweinidog ar Heneiddio (20 yn bresennol)
- Prifysgol Caerdydd – Myfyrwyr yr Ysgol Gwyddorau Cymdeithasol (110 o Fyfyrwyr)

- Cynhadledd Trais yn Erbyn Menywod a Cham-drin Domestig Bro Morgannwg (tua 120 yn bresennol)
- Grŵp Gweithredol Heneiddio'n Dda Sir Fynwy (15 yn bresennol)

Hefyd, roedd fy Arweinydd Diogelu yn cymryd rhan yn y digwyddiadau ymgysylltu canlynol i godi ymwybyddiaeth o raddfa ac effaith y gamdriniaeth a wynebhir gan pobl hŷn:

- Cyfarfodydd diogelu 'o amgylch y bwrdd', â'r Gwarcheidwad Cyhoeddus
- Cyfarfodydd Grŵp Llywio Gofyn a Gweithredu ABMU
- Cyfarfodydd fforwm Rhanddeiliaid IPCC
- Cyfarfodydd Grŵp Llywio Byw Heb Ofn (llinell gymorth ynghylch camdriniaeth ddomestig)
- Llywodraeth Cymru – Cyfarfodydd Grŵp Trefniadau Diogelu rhag Colli Rhyddid y Ddeddf Galluedd Meddyliol
- Cyfarfodydd y Rhwydwaith Cymru Gyfan Trefniadau Diogelu rhag Colli Rhyddid
- Cyfarfodydd Bwrdd Diogelu Oedolion Gwent Gyfan
- Cyfarfodydd Bwrdd Diogelu Oedolion Powys
- Iechyd Cyhoeddus Cymru – Cyfarfodydd Rhwydwaith Diogelu Oedolion GIG Cymru
- Cyfarfodydd Grŵp Atebolrwydd a Chyfreithlondeb Heddlu De Cymru
- Yr Ymgyrch Rhuban Gwyn – Digwyddiad Rhanddeiliaid y Llysgennad – Caerdydd
- Gwasanaeth Eryl y Goron – Panel Craffu Cenedlaethol (Troseddau yn erbyn pobl hŷn)
- Digwyddiad dathlu 40 mlynedd o Gymorth i Fenywod Cymru
- Cyfarfod Panel Craffu Heddlu Gwent i adolygu achosion yn gysylltiedig â throseddau yn erbyn pobl hŷn
- Cyfarfodydd Dewis Choice yn gysylltiedig â Cham-drin Domestig yn erbyn pobl hŷn
- Tackling Vulnerability Together – Digwyddiad gan Heddlu De Cymru

Bydd rhagor o waith i godi ymwybyddiaeth o raddfa ac effaith camdriniaeth yn erbyn pobl hŷn yn cael ei wneud yn ystod 2018-19, ac mae cyrsiau hyfforddi wedi'u cynnig i Fyrddau Iechyd, Ymddiriedolaeth GIG Felindre, timau Gwasanaethau Cymdeithasol Awdurdodau Lleol a Heddlu De Cymru.

Mynd i'r afael ag esgeulustod yn erbyn pobl hŷn

Maes sy'n achos pryder cynyddol i mi fel Comisiynydd yw'r cynnydd yn nifer yr achosion o esgeulustod yn erbyn pobl hŷn a gofnodir, yn enwedig rhai sy'n gysylltiedig â briwiau pwyso difrifol y gellid eu hosgoi. Trwy fy ngwaith achos a thrwy adolygu llawer o achosion proffil uchel o esgeulustod yng Nghymru sy'n cynnwys pobl hŷn, rwyf wedi gweld patrwm yn ymddangos, ac mae hynny'n achos pryder.

Mae diffyg atebolrwydd ar hyn o bryd yn achos y rhai sydd â chyfrifoldeb am ofalu am ein dinasyddion mwyaf agored i niwed, ac mae hynny'n rhwystredig, ac rwyf yn bendant o hyd bod y system cyfiawnder troseddol yn annigonol os nad yw'n dwyn i gyfrif y sawl nad ydynt yn darparu gofal digonol.

Un feirniadaeth sydd gennyf o'r system bresennol, ac sy'n cael ei rhannu gan nifer o randdeiliaid yr wyf wedi cysylltu â hwy ynglŷn â'r mater hwn, yw bod y bar tystiolaeth wedi'i godi'n uchel iawn i allu erlyn achosion troseddol o esgeulustod yn llwyddiannus, hyd yn oed pan fo unigolyn wedi marw oherwydd methiannau i ddarparu gofal priodol. Rwyf felly wedi parhau i alw am adolygu a diwygio'r ddeddfwriaeth i atal y broblem gynyddol hon i fynd heb ei herio gan ein system gyfreithiol.

Trwy'r gwaith hwn, deuthum yn ymwybodol o'r oedi sydd wedi bod yr heddlu'n gysylltiedig â rhai achosion o esgeuluso a oedd yn ymwneud â briwiau pwysu y gellid eu hosgoi. Yn aml roedd hyn yn digwydd am nad oedd rhai mudiadau'n sylweddoli y gallai trosedd fod wedi'i chyflawni, a bod hynny'n golygu bod cyfleoedd i gasglu tystiolaeth yn cael eu colli neu nad ydynt yn cael eu hystyried.

Yn yr un modd, rwyf wedi canfod nad yw ambell i drywydd sylfaenol yn cael eu dilyn gan yr heddlu, am nad yw swyddogion yn ymwybodol o'u harwyddocâd i ymchwiliad posibl. Mewn nifer o achosion, mae fy nhîm Gwaith Achos wedi dod â'r ffeithiau hyn i sylw'r heddlu, ond mae treigl amser wedi golygu bod cyfleoedd wedi'u colli i gasglu tystiolaeth bosibl neu i agor ymchwiliad. Er nad yw hyn yn feirniadaeth o'r heddlu, mae'n amlwg bod angen mwy o ymwybyddiaeth a gwybodaeth am y mater hwn.

Rwyf felly wedi datblygu dogfen ganllaw ar ymchwilio (sy'n gysylltiedig â briwiau pwysu y gellid eu hosgoi) i sicrhau bod gan yr heddlu wybodaeth berthnasol i'w helpu gyda'u hymchwiliadau ac i'w cynorthwyo i ystyried y trywydd ar gyfer ymchwiliadau perthnasol a phosibl. Mae'r canllaw yn cynnwys gwybodaeth sy'n diffinio'r gwahanol fathau o wlserau pwysu y gellid eu hosgoi, gan ddweud yn glir eu bod yn gallu bod yn ganlyniad esgeulustod troseddol, ac y dylent felly fod yn destun craffu mwy manwl gan ein hasiantaethau gorfodi'r gyfraith.

Rwyf wedi rhannu hyn â'r Coleg Plismona er mwyn iddynt ystyried defnyddio'r canllaw fel rhan o hyfforddiant yr heddlu, ac rwyf mewn trafodaethau ar hyn o bryd â'r Coleg ar sut i fwrw ymlaen â hyn.

Mynd i'r afael â sgamiau yng Nghymru

Mae sgamiau'n cael effaith ddifrifol a pharhaol ar fywydau pobl hŷn, nid yn unig am eu bod yn gallu colli eu cynilion, ond mae hefyd yn ergyd i'w hyder a'u hurddas. Fel Comisiynydd, rwyf wedi datgan yn glir bod angen gwneud mwy i fynd i'r afael â sgamiau yng Nghymru.

Rwyf felly wedi gweithio mewn partneriaeth â Safonau Masnach Cenedlaethol yn ystod 2017-18, gan roi cymorth ac arian i alluogi sefydlu Friends Against Scams in Wales, sydd â'r nod o ysbrydoli gweithredu, tynnu sylw at raddfa a natur sgamiau, newid canfyddiadau o'r rhesymau pam fod pobl yn cael eu twyllo gan sgamiau a gwneud yn siŵr bod sgamiau'n bwnc sydd ar frig yr agenda ar lefel leol, ranbarthol a chenedlaethol.

Mae'r gwaith hwn wedi arwain at ymgysylltu eang ag unigolion a mudiadau sy'n gweithio yn y sectorau cyhoeddus a phreifat a'r trydydd sector yng Nghymru, sydd wedi cymryd rhan yn Sesiynau Hyfforddi Friends Against Scams neu sydd wedi cofrestru fel Hyrwyddwyr neu Lysgenhadon Friends Against Scams.

Dylanwadu ar bolisiau, deddfwriaeth ac ymarfer

Llywodraeth Cymru a Chynulliad Cenedlaethol Cymru

Rwyf wedi parhau i gwrdd yn rheolaidd â Gweinidogion Llywodraeth Cymru trwy gydol 2017-18, i sicrhau eu bod yn ymwybodol ac yn deall y materion sy'n effeithio ar bobl hŷn yng Nghymru ac, yn bwysicach, bod lleisiau pobl hŷn yn cael eu clywed.

Mae'r cyfarfodydd hyn, ynghyd â chyfleoedd eraill i ymgysylltu â Llywodraeth Cymru a'i swyddogion, wedi bod yn gyfle i mi i fynegi pryderon am bolisiau ac ymarfer nad ydynt yn rhoi digon o bwyslais ar bobl hŷn, a dangos lle mae angen newidiadau a gwelliannau.

Rwyf hefyd wedi parhau i weithio â Chynulliad Cenedlaethol Cymru, gan friffio aelodau cyn cynnal dadleuon ar faterion sy'n effeithio ar bobl hŷn. Hefyd, rwyf wedi parhau i gydweithio'n agos â Phwyllgorau'r Cynulliad Cenedlaethol, yn fwyaf arbennig y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon, gan rannu gwybodaeth a thystiolaeth i ddangos meysydd posibl a ddylai fod yn destun craffu ac ymchwilio. Yn ystod 2017-18, cyflwynais dystiolaeth i ymchwiliadau canlynol y Pwyllgorau:

- Tlodi yng Nghymru: Cymunedau yn Gyntaf – Y Pwyllgor Cydraddoldeb, Llywodraeth Leol a Chymunedau, Mai 2017
- Prentisiaethau yng Nghymru – Pwyllgor yr Economi, Seilwaith a Sgiliau, Mehefin 2017
- Defnydd o feddyginiaethau gwerthseicotig mewn cartrefi gofal – Y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon, Medi 2017
- Dulliau gweithredu lleol ar gyfer lleihau tlodi: Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol a Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus – Y Pwyllgor Cydraddoldeb, Llywodraeth Leol a Chymunedau, Rhagfyr 2017
- Unigrwydd ac arwahanrwydd – Y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon, Ionawr 2018
- Cost gofalu am boblogaeth sy'n heneiddio – Y Pwyllgor Cyllid, Mawrth 2018

Ymatebion i ymgynghoriadau

Rwyf hefyd wedi ymateb i amrywiaeth eang o ymgynghoriadau a gynhaliwyd gan Lywodraeth Cymru a chyrrff a rhanddeiliaid allweddol eraill yn ystod 2017-18, gan ddefnyddio lleisiau pobl hŷn a'r profiadau maent wedi'u rhannu â mi i amlinellu sut y dylai polisiâu ar ymarfer gael eu llunio i adlewyrchu anghenion pobl hŷn ac i gyflawni canlyniadau positif iddynt.

- Llywodraeth Cymru – Strategaeth Dementia Drafft, Ebrill 2017
- Llywodraeth Cymru – Papur Gwyn Diwygio Llywodraeth Leol: Cadernid ac Adnewyddiad, Ebrill 2017
- Llywodraeth Cymru – Adolygiad Seneddol o Iechyd a Gofal Cymdeithasol, Ebrill 2017
- Llywodraeth Cymru – Cynigion i Wella Gwasanaethau Bysiau yng Nghymru, Mai 2017
- Llywodraeth Cymru – Ymgynghoriad Trafnidiaeth Cymru – Dylunio Gwasanaeth Rheilffyrdd (gan gynnwys y Metro), Mai 2017
- Gofal Cymdeithasol Cymru – Adolygu'r Fframwaith Sefydlu ar gyfer Iechyd a Gofal Cymdeithasol, Mehefin 2017
- Llywodraeth Cymru – Cam 2 gweithredu Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016, Gorffennaf 2017
- Llywodraeth Cymru – Cam 2 gweithredu Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016 – Agweddau ar y Gweithlu, Gorffennaf 2017
- Llywodraeth Cymru – Canllawiau a Fframwaith Deilliannau'r Rhaglen Cefnogi Pobl, Awst 2017
- Gofal Cymdeithasol Cymru – Cynllun Strategol Gofal Cymdeithasol Cymru, 2017-2022, Awst 2017
- Llywodraeth Cymru – Cynigion Cyllideb Ddrafft 2018-19, Medi 2017
- Llywodraeth Cymru – Gwasanaethau sy'n Addas i'r Dyfodol, Medi 2017
- Llywodraeth Cymru – Budd y Cyhoedd a Chymru Ffyniannus – Datblygu system addysg a hyfforddiant ôl-orfodol ddiwygiedig, Hydref 2017
- Pwyllgor Trafnidiaeth Tŷ'r Cyffredin – Trafnidiaeth Gymunedol, Tachwedd 2017

- Gofal Cymdeithasol Cymru – Gweddnewid Gofal yn yr 21ain Ganrif, Hydref 2017
- Yr Adran Trafnidiaeth – Accessibility Action Plan Consultation: A Transport System that is Open to Everyone, Tachwedd 2017
- Llywodraeth Cymru – Cynllun Pris Consesiynol Gorfodol yng Nghymru, Ionawr 2018
- Iechyd Cyhoeddus Cymru – Rhwydwaith Trawma Mawr ar gyfer De a Gorllewin Cymru a De Powys, Ionawr 2018
- Grŵp Seneddol Hollbleidiol Tŷ'r Cyffredin ar Heneiddio a Phobl Hŷn: Ymchwiliad Hawliau Dynol a Phobl Hŷn, Ionawr 2018
- Gofal Cymdeithasol Cymru – Canllawiau Ymarfer Drafft i Weithwyr Gofal Cartref, Ionawr 2018

Gwaith ychwanegol i ddylanwadu ar bolisïau, deddfwriaeth ac ymarfer

Er mwyn sicrhau bod rhanddeiliaid allweddol yn deall anghenion pobl hŷn a'u bod yn cael eu hadlewyrchu yn eu gwaith, rwyf hefyd wedi parhau i ddylanwadu ar bolisïau ac ymarfer trwy fod yn aelod, a thrwy weithio mewn partneriaeth ag ystod o grwpiau arbenigol a byrddau / grwpiau cynghori, gan gynnwys:

- Grŵp Gorchwyl a Gorffen Strategaeth Dementia Llywodraeth Cymru
- Grŵp Llywio Cartrefi Gofal Llywodraeth Cymru
- Bwrdd Rhaglen Cynhwysiant Digidol Llywodraeth Cymru
- Panel Trafnidiaeth Hygyrch Llywodraeth Cymru
- Panel Cynghorol Defnyddwyr Trafnidiaeth Gyhoeddus Llywodraeth Cymru
- Bwrdd Rhaglen Cynhwysiant Ariannol Llywodraeth Cymru
- Fforwm Cynghori'r Gweinidog ar Heneiddio Llywodraeth Cymru
- Grŵp Technegol Llywodraeth Cymru ar Eiriolaeth
- Grŵp Rhanddeiliaid Llywodraeth Cymru ar Werthuso'r Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol
- Grŵp Llywio Llywodraeth Cymru ar Ffrwd Waith y Gweithlu Iechyd a Gofal Cymdeithasol
- Grŵp Cyfeirio Rhanddeiliaid Llywodraeth Cymru ar Ddeddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016
- Grŵp Trawsbleidiol Cynulliad Cenedlaethol Cymru ar bobl hŷn a heneiddio
- Grŵp Rhanddeiliaid Arolygiaeth Gofal Cymru ar Ddeddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016
- Fforwm Gwasanaeth Cyngor Ariannol Cymru

- Bwrdd Partneriaeth ‘Ffrind i Mi’ (BIP Aneurin Bevan)
- Bwrdd Rhanddeiliaid a Fforwm PIP Cymru'r Adran Gwaith a Phensiynau
- Pwyllgor Trafnidiaeth Gymunedol Cymru
- Partneriaeth Cymru yn erbyn Sgamiau (WASP)

Cynllun Gweithredu ar gyfer Dementia 2018-2022

Er fy mod wedi croesawu cyhoeddi strategaeth ddementia ddrafft Llywodraeth Cymru fel cam positif ymlaen ac wedi cydnabod ystod y materion a fyddai'n cael eu cynnwys ynddi, roedd fy ymateb i'r ymgynghoriad ym mis Ebrill 2017 yn datgan yn glir bod sawl maes lle'r oeddwn yn teimlo bod angen cryfhau'r strategaeth i sicrhau y byddai'n gwireddu ei huchelgais i wella bywydau pobl sy'n byw â dementia, a'u gofalwyr.

Yn fy ymateb i'r ymgynghoriad, roeddwn yn galw am wella'r strategaeth mewn nifer o ffyrdd, gan gynnwys mwy o bwyslais ar hawliau, amrywiaeth ac eiriolaeth annibynnol; mwy o gydnabyddiaeth i lesiant ac anghenion gofalwyr; targedau hyfforddi mwy uchelgeisiol; gwasanaethau seibiant gwella; cynyddu rôl gweithwyr cymorth dementia; a gwell llwybrau gofal lliniarol a diwedd oes. Pwysleisiais hefyd bwysigrwydd ymgysylltu â phobl sy'n cael eu heffeithio gan ddementia mewn ffordd ystyrlon i oleuo'r strategaeth.

Rwyf wedi parhau â fy ngwaith i ddylanwadu ar y strategaeth, a gafodd ei hailenwi'n Gynllun Gweithredu ar gyfer Dementia 2018-2022 yn ystod ei datblygiad, fel aelod o Grŵp Gorchwyl a Gorffen Strategaeth Dementia Llywodraeth Cymru, gan weithio ochr yn ochr â rhanddeiliaid allweddol eraill, sy'n cynnwys pobl sy'n cael eu heffeithio gan ddementia, i sicrhau bod anghenion pobl sy'n byw â dementia a'u gofalwyr yn cael eu hadlewyrchu'n well yn y fersiwn derfynol o'r cynllun.

Ar ôl cyhoeddi'r Cynllun Gweithredu ym mis Chwefror 2018, ysgrifennais hefyd at yr Ysgrifennydd Cabinet dros lechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol, gan ddweud er fy mod yn croesawu sawl rhan o'r cynllun, roedd nifer o feysydd lle mae gennyf bryderon o hyd, er gwaethaf ei uchelgais, ni fydd y cynllun yn cyflawni'r canlyniadau mae pobl sy'n byw â dementia, a'u gofalwyr, eisiau ac angen eu gweld.

Deddfwriaeth gofal cymdeithasol

Fel Comisiynydd, rwyf wedi ei gwneud yn amlwg bod rheoleiddio ac arolygu gwasanaethau cymdeithasol mewn modd effeithiol a chadarn yn hanfodol, nid yn unig i gadw pobl hŷn sy'n defnyddio gwasanaethau cymdeithasol yn ddiogel, ond hefyd i sicrhau bod y gofal a'r cymorth a ddarperir iddynt yn cyrraedd y safonau uchaf.

Roeddwn felly'n croesawu cyflwyno Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) a'r safonau gofal newydd y mae'r ddeddf yn anelu at eu

cyflawni drwy ei rheoliadau. Rwyf wedi ei gwneud yn glir hefyd bod yn rhaid i ansawdd bywyd fod yn elfen ganolog o'r safonau gofal newydd hyn ac rwyf wedi gwneud sylwadau manwl ar y Rheoliadau Gwasanaethau a Reoleiddir i sicrhau bod yr argymhellion a wnaethpwyd gennyf yn fy Adolygiad o Gartrefi Gofal yn cael eu trosi'n briodol mewn cyfraith.

Roeddwn yn falch bod llawer o'r galwadau a wnaethpwyd gennyf wedi eu cynnwys yn y Ddeddf a'r rheoliadau atodol, gan gynnwys:

- Canllaw statudol i ddarparwyr gwasanaethau ac unigolion cyfrifol ar gyflawni rheoliadau safon gwasanaethau.
- Canllaw ysgrifenedig ar y gwasanaeth i breswylwyr, gan gynnwys gwybodaeth am wasanaethau gofal iechyd.
- Dyletswydd i gynhyrchu Cynllun Personol i bob preswlydd, sy'n dangos sut y bydd eu hanghenion yn cael eu diwallu.
- Cynnwys 'dulliau cemegol' o fewn y diffiniad o ffrwyno.
- Dyletswydd i roi mynediad at gymhorthion ac addasiadau i bobl hŷn i hwyluso cyfathrebu.
- Dyletswydd ar ddarparwyr i gynhyrchu adroddiad blynyddol ar eu gwasanaethau.
- Dyletswydd ar Weinidogion Llywodraeth Cymru i gynhyrchu Adroddiad Cenedlaethol ar Sefydlogrwydd y Farchnad.

Hefyd, mae Arolygiaeth Gofal Cymru (Arolygiaeth Gofal a Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru gynt) yn awr yn defnyddio cyfundrefn arolygu newydd sy'n rhoi mwy o bwyslais ar ansawdd bywyd a hawliau pobl hŷn, ac mae Gofal Cymdeithasol Cymru wedi cael ei sefydlu fel rheoleiddiwr newydd y gweithlu gofal cymdeithasol, sydd â'r nod o wneud yn siŵr bod pobl yng Nghymru yn gallu galw ar weithlu gofal cymdeithasol o ansawdd uchel sy'n darparu gwasanaethau i ddiwallu eu hanghenion yn llawn.

Mae gweithredu Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 hefyd yn faes rwyf wedi edrych arno'n ofalus. Mae'r Ddeddf hon yn cyflwyno ystod eang o ddyletswyddau newydd i gyrrff cyhoeddus i sicrhau mwy o bwyslais ar atal, llesiant ac annibyniaeth wrth ddarparu gwasanaethau cyhoeddus, yn ogystal â chynnig mwy o ddewis i bobl hŷn a'u gofalwyr dros y cymorth a'r gofal a gânt.

Trwy fy ngwaith achos parhaus a fy nghysylltiad â Grŵp Gwerthuso Rhanddeiliaid Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014, rwyf wedi parhau

i weithio i sicrhau bod pobl hŷn yn cael gofal a chymorth sy'n cydymffurfio â'r dyletswyddau cyfreithiol a'r egwyddorion a geir yn y ddeddfwriaeth.

Byddaf yn parhau i weithio â rhanddeiliaid i nodi unrhyw feysydd sydd sy'n achos pryder i mi o ran effeithiolrwydd y broses o weithredu'r Ddeddf, yn ogystal â chraffu ar gadernid y data sydd ar gael i fonitro effeithiolrwydd y Ddeddf cyn iddi gael ei gwerthuso gan Lywodraeth Cymru.

Edrych i'r dyfodol

Gan fod fy nhymor fel Comisiynydd yn dod i ben ym mis Mehefin 2018, rwyf wedi datblygu rhaglen waith interim ar gyfer 2018-19 a fydd yn cynnwys y canlynol:

- Cyhoeddi fy Adroddiad Ail-ystyried Seibiant ar gyfer Pobl sy'n Byw â Dementia
- Cyhoeddi fy adroddiad ar Wasanaethau Eiriolaeth yng Nghymru – Making Voices Heard
- Dadansoddi'r ymatebion a gafwyd gan gyrrff cyhoeddus yn dilyn cyhoeddi fy adroddiad dilynol i'r Adolygiad o Gartrefi Gofal, 'Lle i'w Alw'n Gartref: Effaith a Dadansoddiad'.
- Dadansoddi Cynlluniau Llesiant Awdurdodau Lleol
- Cyhoeddi llyfrynau gwybodaeth i bobl hŷn ar Alluedd Meddyliol a Threfniadau Diogelu rhag Colli Rhyddid (DoLS)
- Cynhyrchu fideo mewn partneriaeth ag Age Cymru i godi ymwybyddiaeth o bwysigrwydd a buddiannau eiriolaeth

Bydd fy olynnydd yn cyflwyno gwaith pellach a wneir yn ystod 2018-19, a bydd yn datblygu cynllun strategol newydd i ffurfio'u blaenoriaethau fel Comisiynydd.

Hoffwn fanteisio ar y cyfle hwn eto i ddiolch o galon i fy nhîm, y rhanddeiliaid rwyf wedi gweithio â hwy fel Comisiynydd ac, yn bwysicaf oll, y bobl hŷn ledled Cymru sydd wedi fy nghefnogi fi a fy ngwaith yn ystod y chwe blynedd diwethaf i ysgogi newid ac i wneud Cymru'n lle gwell i heneiddio, nid i rai ond i bawb.