Older People's Commissioner for Wales
Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Newid Ymarfer, Newid Bywydau

Adroddiad Effaith a Chyrhaeddiad 2016-17

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 thîm 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 thîm 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

Fformatau Hygyrch

Of 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.

Mae copi llawn o Gyfrifon Blynyddol y Comisiynydd ar gael yn www.olderpeoplewales.com

Cynnwys

Rhagair	**04**
Ymestyn allan a gwrando ar bobl hŷn ledled Cymru	**07**
Sbarduno newid i bobl hŷn	**11**
Edrych i'r Dyfodol	**31**

Rhagair

Mae pobl hŷn yn gwneud cyfraniad sylweddol i'n cymunedau, drwy ddarparu gofal a chefnogaeth i anwyliaid, gwirfoddoli mewn amrywiaeth enfawr o ffyrdd, a drwy weithio, gwario a thalu trethi. Heb y cyfraniad hwn, byddai Cymru yn genedl llawer tlotach, yn gymdeithasol ac yn economaidd.

Ond er mwyn gallu gwneud y cyfraniad hwn, parhau yn rhan o'u cymunedau a chael yr ansawdd bywyd gorau posibl, efallai y bydd angen ychydig o help a chefnogaeth ar rai pobl hŷn.

Felly mae'n hollbwysig bod y systemau a ddefnyddir i gyflwyno'r help a'r gefnogaeth hon yn cael eu teilwra i ddiwallu anghenion unigolion, eu bod yn cael eu cynllunio a'u gwella gan ddefnyddio lleisiau pobl hŷn, a'u bod yn canolbwyntio go iawn ar ganlyniadau.

"Heb gyfraniad pobl hŷn, byddai Cymru yn genedl dlotach, yn economaidd ac yn gymdeithasol."

O ganlyniad i'm gwaith fel Comisiynydd, ac i waith llawer o bobl eraill sy'n gweithio'n ddiflino i wella bywydau pobl hŷn, rydym wedi dechrau gweld newid yn y sefyllfa yn ystod y blynyddoedd diwethaf, gydag amrywiaeth o bolisïau, deddfwriaethau a rheoliadau ac arferion yn seiliedig ar ddull sy'n canolbwyntio mwy ar y person ac ar ganlyniadau.

Mae hyn yn gadarnhaol, wrth gwrs, ond fel bob amser wrth gyflwyno dulliau newydd, mae gwersi i'w dysgu o ran cyflwyno gwasanaethau ar lawr gwlad, mae diffyg dyhead anochel yn dod yn realiti bob dydd i'r bobl sy'n defnyddio'r gwasanaethau.

O'r herwydd, mae mynd i'r afael â hyn drwy feithrin rhagor o wybodaeth a dealltwriaeth ymysg y rheini sy'n darparu gwasanaethau i bobl hŷn wedi bod yn un o'r prif bethau mae fy ngwaith wedi canolbwyntio arnynt eleni. Mae hyn nid yn unig wedi cynnwys defnyddio fy mhwerau cyfreithiol i gyhoeddi canllaw ffurfiol, ond hefyd wedi cynnwys gweithio'n uniongyrchol gyda'r Awdurdodau Lleol, y Darparwyr Cartrefi Gofal a'r Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus sydd newydd eu sefydlu ledled Cymru er mwyn sicrhau eu bod yn deall y materion sy'n effeithio ar bobl

hŷn, y ffordd y gall y penderfyniadau a wneir ganddyn nhw effeithio ar fywydau pobl hŷn, a phwysigrwydd cyflawni canlyniadau.

Ar ben hynny, fel rhan o'm gwaith i ddiogelu pobl hŷn, rwyf wedi parhau i godi ymwybyddiaeth ymysg staff gwasanaethau cyhoeddus o bob cwr o Gymru i'w helpu i ddeall natur y cam-drin mae dros 40,000 o bobl hŷn yn ei wynebu bob blwyddyn felly mae dull gweithredu systematig ar waith i ganfod y rheini sydd mewn perygl o niwed ac i sicrhau y gallant gael gafael ar yr help a'r gefnogaeth mae eu hangen arnynt i adennill eu diogelwch a'u lles.

Er mwyn i'r newid mae pobl hŷn am ei weld ac angen ei weld yn ein gwasanaethau cyhoeddus gael ei gyflwyno, mae'n hanfodol bod proses fonitro a chaffael barhaus yn mynd rhagddi sy'n rhoi gwybod am faterion sy'n dod i'r amlwg a meysydd i'w gwella, ac nad ydynt dim ond yn cael eu cyhoeddi a'u gadael ar silff fel sy'n digwydd mor aml.

"Pwysig cofio nad ydy gwasanaethau ar gyfer pobl hŷn yn diwallu eu hanghenion yn effeithiol, cost sy'n cael ei thalu gan yr unigolyn, a gan y pwrs cyhoeddus hefyd."

Felly mae fy ngwaith eleni hefyd wedi bod yn canolbwyntio ar asesu'r ffyrdd y mae cyrff cyhoeddus yn cyflawni'r ymrwymiadau maent wedi'u gwneud yn dilyn fy adolygiad i ansawdd bywyd a gofal pobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal, a'm gwaith i dynnu sylw at yr heriau mae pobl sy'n byw gyda dementia, a'u gofalwyr, yn eu hwynebu. Mae'r gwaith dilynol hwn yn hanfodol i sicrhau bod camau'n cael eu cymryd i gyflwyno'r newid sydd ei angen i wella bywydau rhai o'n pobl hŷn sydd fwyaf agored i niwed a mynd i'r afael â'r materion sy'n effeithio ar eu bywydau.

Mae'n bwysig cofio pan na fydd gwasanaethau ar gyfer pobl hŷn yn diwallu eu hanghenion yn effeithiol, nid dim ond yr unigolyn sy'n talu'r gost, mae pwrs y wlad yn ei thalu hefyd.

Dangoswyd hyn yn glir yn fy ngwaith yn ystyried profiadau pobl hŷn o gael mynediad at wasanaethau Meddygon Teulu a'u defnyddio yng Nghymru, a dynnodd sylw at nifer o faterion sy'n gallu creu heriau a rhwystrau diangen a allai atal pobl hŷn rhag cael gafael ar wasanaethau Meddygon Teulu neu eu gwthio i ddefnyddio gwasanaethau gofal heb ei drefnu llai priodol eraill. Mae hyn nid yn unig yn cael effaith negyddol ar iechyd a lles pobl hŷn, mae hefyd yn arwain at roi rhannau eraill o'n systemau iechyd a gofal

cymdeithasol dan bwysau, rhywbeth nad yw'n gynaliadwy, yn enwedig mewn cyfnod pan mae arian cyhoeddus yn hynod o brin.

Mae sicrhau y bydd ein gwasanaethau cyhoeddus yn diwallu anghenion pobl hŷn nawr ac yn y dyfodol hefyd yn un o nodweddion allweddol y rhaglen Heneiddio'n Dda yng Nghymru, sydd wedi parhau i annog newid yn genedlaethol ac yn lleol. Mae ystod eang o gamau nawr yn cael eu cymryd gan dros 60 o Bartneriaid Strategol Heneiddio'n Dda ar draws pum elfen y rhaglen, tra mae nifer aelodau Rhwydweithiau Heneiddio'n Dda lleol, sy'n hyrwyddo arferion da ac yn grymuso pobl hŷn yn ein cymunedau wedi cynyddu i dros 1,300.

Mae angen mwy o gydnabyddiaeth nag erioed o bosibl i'r heriau sy'n wynebu pobl hŷn, boed hynny yn ein gwasanaethau cyhoeddus ac ar draws gymdeithas yn ehangach, sydd wedi arwain at ffyrdd newydd o feddwl am gyflenwi gwasanaethau, cyflwyno dulliau newydd ac arferion da a mwy o ymwybyddiaeth o bwysigrwydd cyflwyno canlyniadau ystyrlon. Tra mae hwn yn gam cadarnhaol ymlaen, rwyf wedi bod yn glir mai dim ond pan fydd yr arferion da hyn yn dod yn safonol ledled Cymru y byddwn wedi sicrhau llwyddiant, pan fydd canlyniadau ystyrlon yn cael eu cyflwyno i bob person hŷn.

Heb os, mae awch i sicrhau hyn, ac fel Comisiynydd, byddaf yn parhau i gefnogi ac i herio ein cyrff cyhoeddus nes bydd gwasanaethau a chefnogaeth yn diwallu anghenion pobl hŷn, lle bynnag maent yn digwydd bod yn byw yng Nghymru, nawr ac yn y dyfodol, er mwyn iddynt gael yr ansawdd bywyd gorau posibl a pharhau i wneud cyfraniad mor enfawr i'n bywydau.

"Rwyf wedi bod yn glir y byddwn ond yn llwyddo pan ddaw'r ymarfer da hwn yn arfer ledled Cymru."

Sarah Rochira
Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Ymestyn allan a gwrando ar bobl hŷn ledled Cymru

Mae ymgysylltu'n uniongyrchol â phobl hŷn ledled Cymru, gan rannu gwybodaeth am fy swydd a'r ffyrdd y gallaf ddarparu cymorth a chefnogaeth, yn dal yn rhan allweddol o'm gwaith yn Gomisiynydd. Pwynt yr un mor bwysig yw bod y gwaith ymgysylltu hwn yn fy ngalluogi i glywed yn uniongyrchol gan bobl hŷn am y pethau sy'n bwysig iddynt hwy a'r heriau y maent yn eu hwynebu, sef gwybodaeth sy'n hanfodol i arwain fy ngwaith a'i lunio.

Y Sioe Ymgysylltu Deithiol

Bu fy nhîm a minnau'n cwrdd â 168 o grwpiau ledled Cymru yn 2016-17, gan ymgysylltu â mwy na 4,300 o bobl hŷn mewn amrywiaeth eang o leoliadau, fel clybiau cymdeithasol, canolfannau dydd, grwpiau cymorth, cyfarfodydd fforymau, cymdeithasau preswylwyr, a chynadleddau. Yn ystod y flwyddyn, bu fy nhîm a minnau'n teithio bron 18,000 o filltiroedd i ymestyn allan ac ymgysylltu â phobl hŷn ym mhob Awdurdod Lleol yng Nghymru.

Wrth gynllunio fy ngwaith o ymgysylltu â phobl hŷn, bu imi sicrhau fy mod yn cwrdd ac yn siarad â phobl hŷn yn eu holl amrywiaeth, gan gofnodi lleisiau'r bobl na chlywir eu lleisiau'n aml. Mae hynny'n hollbwysig er mwyn sicrhau bod profiadau pobl hŷn o amrywiaeth eang o gefndiroedd yn cael eu hadlewyrchu yn fy ngwaith drwyddo draw, a'u bod yn parhau i gyfrannu ato. I ategu'r dull gweithredu hwn, rwyf wedi gweithio gydag ystod eang o sefydliadau sy'n gweithio gyda phobl â nodweddion gwarchodedig, ac i'r bobl hynny, gan gynnwys Race Equality First, Diverse Cymru, Pobl yn Gyntaf, Datblygu Arfer Cyfoethog ei Dystiolaeth (DEEP), Rhwydwaith Cydraddoldeb Rhanbarthol Gogledd Cymru, Men's Sheds, Action on Hearing Loss a Parkinson's UK.

Er mwyn sicrhau bod y rheini sy'n llunio polisïau ac yn gwneud penderfyniadau'n clywed yn uniongyrchol gan bobl hŷn am eu profiadau a'r heriau y gellir eu hwynebu wrth fynd yn hŷn, trefnais lawer o ymweliadau ar y cyd ag Aelodau'r Cynulliad, Aelodau Seneddol, Arweinwyr Cynghorau a Chynghorwyr ledled Cymru yn ystod 2016-17. Rhoddodd yr ymweliadau hyn gyfleoedd i bobl hŷn sicrhau bod eu lleisiau'n cael eu clywed, i drafod y materion sydd o bwys iddynt hwy, ac i awgrymu ffyrdd o gyflawni gwelliannau i'r gwasanaethau y maent yn aml yn dibynnu arnynt.

Ymgysylltu'n ehangach

Ynghyd 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 â chyda fforymau 50+ i bobl hŷn ledled Cymru.

Bûm hefyd yn parhau i weithio gydag ystod eang o gyrff cyhoeddus yng Nghymru drwy gydol 2016-17, gan gynnwys Byrddau Iechyd, Awdurdodau Lleol, Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus, Swyddfa Archwilio Cymru, Iechyd Cyhoeddus Cymru a Safonau Masnach Cenedlaethol, yn ogystal â chyda sefydliadau'r trydydd sector fel Cynghrair Henoed Cymru, Age Cymru, Age Connects Wales, Cymdeithas Alzheimer's a Sefydliad Joseph Rowntree, gan gyflwyno'r prif areithiau mewn cynadleddau a digwyddiadau, a chwrdd ag unigolion allweddol yn y sefydliadau hyn.

Yn ogystal â chynyddu'r wybodaeth a'r ddealltwriaeth ynglŷn â'r heriau y mae pobl hŷn yng Nghymru yn eu hwynebu, y materion sy'n effeithio ar eu bywydau, a'u profiadau o fynd yn hŷn, mae'r gwaith hwn yn fy ngalluogi i hyrwyddo arferion da a chanfod cyfleoedd i gydweithio er mwyn sbarduno newidiadau ar ran pobl hŷn ac i wella'u bywydau.

Y Cyfryngau

Mae gweithio gyda'r cyfryngau yn fy ngalluogi i ymestyn allan i nifer fawr o bobl hŷn ledled Cymru er mwyn iddynt wybod am y gwaith yr wyf yn ei wneud a'r ffyrdd yr wyf yn sbarduno newidiadau ar eu rhan. Ar ben hynny, mae gweithio gyda'r cyfryngau yn fy ngalluogi i sicrhau bod y cyhoedd ehangach yn cael gwybod am y materion a'r heriau sy'n effeithio ar bobl hŷn.

Rwyf wedi parhau i gynnal fy amlygrwydd ar draws byd teledu a radio, gan ymddangos ar BBC Wales Today, newyddion ITV Cymru, rhaglen Newyddion S4C, BBC Radio Cymru a BBC Radio Wales.

Bûm hefyd yn gweithio drwy gydol 2016-17 i sicrhau sylw helaeth yn y papurau newydd dyddiol, gan gynnwys y Western Mail, y Daily Post, y South Wales Argus, y South Wales Evening Post a'r South Wales Echo, yn ogystal â phapurau newydd lleol wythnosol ledled Cymru. Cafodd fy sylwadau am faterion penodol eu cynnwys hefyd yn yr Independent a'r Guardian.

Mae fy ngwaith hefyd wedi'i gynnwys mewn amrywiaeth eang o gyhoeddiadau eraill fel cylchgronau proffesiynol, cyfnodolion, a blogiau, sy'n helpu i sicrhau fy mod yn gallu ymestyn allan i gynifer o bobl hŷn a rhanddeiliaid ag y bo

modd, a chynyddu gwybodaeth a dealltwriaeth ehangach ynglŷn â materion allweddol.

Cydnabod Rhagoriaeth

Yn fy swydd yn Gomisiynydd, rwyf wedi cwrdd â llawer o aelodau staff rhagorol o'r gwasanaethau cyhoeddus sydd wedi ymrwymo i wneud gwahaniaeth gwirioneddol i fywydau pobl hŷn, ac mae'n hanfodol fod yr arferion da hyn yn cael eu hamlygu a'u hyrwyddo.

Er mwyn sicrhau bod arferion da yng ngofal a chymorth pobl hŷn yn cael eu cydnabod yn ffurfiol, noddais Wobrau Nyrs y Flwyddyn Coleg Nyrsio Brenhinol Cymru a Gwobrau Gofal Cymru er mwyn sicrhau bod cyfraniad gwerthfawr unigolion rhagorol, yn ogystal â'u gwaith caled, eu hymrwymiad a'u harloesedd, yn cael eu cydnabod a'u dathlu.

Cymorth i unigolion

Mae fy Nhîm Gwaith Achos wedi darparu cymorth a chefnogaeth yn uniongyrchol i bobl hŷn a'u teuluoedd ledled Cymru drwy gydol 2016-17, yn unol â'm pwerau o dan Ddeddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru) 2006.

Bydd pobl hŷn a'u teuluoedd yn cysylltu â fi pan fyddant yn teimlo nad yw eu llais yn cael ei glywed a phan fyddant yn eu cael eu hunain yn yr amgylchiadau anoddaf ac yn aml y rhai mwyaf gofidus, gan ofyn am gymorth er mwyn herio penderfyniadau ac arferion cyrff cyhoeddus.

Mewn llawer o achosion, mae'r bobl hŷn sy'n cysylltu â fi yn wynebu drysfa o bolisïau, fframweithiau a phrosesau cymhleth, sy'n gallu dwysáu'r straen y maent yn ei deimlo a chreu pryder mawr iddynt. Mae fy Nhîm Gwaith Achos yn cynnig gwybodaeth, cyngor ac arweiniad er mwyn helpu pobl hŷn a'u teuluoedd i fynd i'r afael â'r prosesau cymhleth hyn, gan ymyrryd ar eu rhan pan fo angen (os ydynt yn cydsynio â hynny).

Yn 2016-17, darparodd fy Nhîm Gwaith Achos gymorth a chefnogaeth uniongyrchol i 372 o bobl hŷn a'u teuluoedd ledled Cymru (333 o achosion newydd; 39 o achosion hŷn, sy'n parhau). Bu llawer o'r achosion hyn yn gymhleth iawn, yn arbennig y rhai y nodwyd eu bod yn ymwneud â materion diogelu ac amddiffyn.

Y pum pwnc mwyaf cyffredin y cysylltwyd â'm tîm amdanynt oedd gofal preswyl, gofal, tai, gofal cartref, a chamdriniaeth. O fewn y pynciau hyn, daeth nifer o themâu i'r amlwg, sy'n awgrymu bod nifer o faterion sydd i'w cael mewn sawl maes yn effeithio ar fywydau pobl hŷn yng Nghymru:

- Lefelau staff annigonol yn effeithio ar barhad gofal.
- Diffyg cyfathrebu'n glir ac yn dryloyw â phobl hŷn a'u teuluoedd, ar draws amryw o wasanaethau cyhoeddus.
- Diffyg ymgynghoriadau o sylwedd â phobl hŷn pan ystyrir gwneud newidiadau i'r gwasanaethau y maent yn eu defnyddio.

Mae'r materion a nodir uchod yn awgrymu'n glir fod gostyngiadau mewn gwariant cyhoeddus yn cael effaith ar y gwasanaethau cyhoeddus y mae pobl hŷn yn dibynnu arnynt i ategu eu hiechyd, eu llesiant, a'u hannibyniaeth, a bod angen i wasanaethau cyhoeddus wella'u dealltwriaeth o'r heriau y mae pobl hŷn yn eu hwynebu.

Sbarduno newid i bobl hŷn

Profiadau pobl hŷn o gael gafael ar wasanaethau meddygon teulu ac o ddefnyddio'r gwasanaethau

Rhannodd llawer o'r bobl hŷn y bu fy nhîm a minnau'n cwrdd ac yn siarad â nhw ledled Cymru yn 2015-16 eu pryderon am wasanaethau meddygon teulu yn eu hardal, gan dynnu sylw at amryw o faterion sy'n gallu cael effaith negyddol ar eu profiadau.

O ganlyniad, cychwynnais raglen waith yn 2016-17 i ystyried profiadau pobl hŷn o gael gafael ar wasanaethau meddygon teulu yng Nghymru ac o'u defnyddio, a hynny er mwyn canfod arferion da y gallai ein meddygfeydd meddygon teulu eu mabwysiadu'n ehangach, ynghyd â meysydd lle yr oedd angen gwelliannau.

Drwy sesiynau trafod i grwpiau a gynhaliwyd ledled Cymru a holiadur a ddosbarthwyd yn eang, casglais safbwyntiau mwy na 1,600 o bobl hŷn ynglŷn ag amryw o faterion sy'n ymwneud â gwasanaethau meddygon teulu, yn ogystal â safbwyntiau 47 o sefydliadau rhanddeiliaid sy'n gweithio gyda phobl hŷn ac i bobl hŷn, gan gynnwys Byrddau Iechyd, cyrff proffesiynol a sefydliadau'r trydydd sector.

Roedd y dystiolaeth a gasglwyd yn sail i adroddiad manwl – 'Gwasanaethau Meddygon Teulu yng Nghymru: Safbwynt Pobl Hŷn' – a ddangosodd yn glir yr amrywiadau sylweddol ac annerbyniol y mae pobl hŷn yn eu hwynebu o ran cael gafael ar wasanaethau meddygon teulu.

Er i nifer o'r rhai a ymatebodd wneud sylwadau cadarnhaol am eu profiadau, rhannodd llawer o rai eraill bryderon, gan sôn am faterion penodol ynglŷn â phrosesau trefnu apwyntiadau, hygyrchedd meddygfeydd meddygon teulu ac amgylchedd y feddygfa, yr amser sydd ar gael ar gyfer apwyntiadau, a chyfathrebu a phreifatrwydd. Gall y materion hyn greu heriau a rhwystrau diangen a all atal pobl hŷn rhag cael gafael ar wasanaethau meddygon teulu, neu eu cymell i ddefnyddio gwasanaethau gofal heb ei drefnu sy'n llai priodol, sy'n cael effaith negyddol ar eu hiechyd a'u lles.

Ynghyd â'm hadroddiad, defnyddiais fy mhwerau o dan Ddeddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru) i gyflwyno canllawiau ffurfiol i Fyrddau Iechyd er mwyn rhoi cymorth iddynt ar gyfer mynd i'r afael â'r materion a'r pryderon a rennir gan bobl hŷn. Mae'r canllawiau, y mae'n rhaid i Fyrddau Iechyd roi sylw iddynt wrth gyflawni eu swyddogaethau, yn cynnwys enghreifftiau o arferion da, ac maent wedi'u cynllunio i fod yn offeryn datblygu i gynorthwyo Byrddau Iechyd,

cyfarwyddwyr gwasanaethau, neu reolwyr practisau wrth iddynt wneud newidiadau i ddyluniad gwasanaethau ac i'r dull o'u darparu.

Cafodd yr adroddiad a'r canllawiau eu croesawu gan nifer o sefydliadau allweddol sy'n gweithio i wella gwasanaethau iechyd yng Nghymru, gan gynnwys Cynghorau Iechyd Cymuned, y Coleg Nyrsio Brenhinol, Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol, y Gymdeithas Fferyllol Frenhinol, a'r Gymdeithas Siartredig Ffisiotherapi.

Wrth groesawu'r adroddiad a'r canllawiau, cadarnhaodd Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru hefyd y byddai'n defnyddio'i rhaglen arolygu meddygon teulu i ganfod pa mor dda y mae Byrddau Iechyd wedi deall eu cyfrifoldebau, fel y'u nodir yn y canllawiau, ac yn gweithredu ar y cyfrifoldebau hynny.

Yn yr un modd, cadarnhaodd Ysgrifennydd y Cabinet dros Iechyd, Llesiant a Chwaraeon ei fod yn croesawu'r adroddiad, y byddai'n ysgrifennu at y Byrddau Iechyd i'w hannog i ddefnyddio'r canfyddiadau, ac y byddai'r Bwrdd Gofal Sylfaenol, sydd newydd gael ei sefydlu, yn ystyried yr adroddiad wrth edrych ar feysydd lle y bydd dull gweithredu Cymru gyfan yn ddefnyddiol. Cadarnhaodd hefyd y byddai'r adroddiad yn cael ei ddefnyddio i lywio datblygiad polisi Llywodraeth Cymru ynglŷn â gofal sylfaenol.

Gwaith dilynol ar yr adolygiad o gartrefi gofal

Canfu fy adolygiad o gartrefi gofal, a gynhaliwyd yn 2014, fod gormod o'r bobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal yng Nghymru ag ansawdd bywyd annerbyniol, nad ydynt bellach yn gallu gwneud y pethau sydd o bwys iddynt, yn colli'r gallu i ddewis pethau ac i reoli eu bywyd mewn modd ystyrlon, yn dioddef esgeulustod o'u hanghenion emosiynol, ac, yn aml, nad yw eu hawliau sylfaenol yn cael eu cynnal.

Fel rhan o fy adroddiad ar yr adolygiad, sef "Lle i'w Alw'n Gartref?", cyhoeddais gyfres o ofynion i gyrff cyhoeddus a darparwyr cartrefi gofal weithredu arnynt, gan nodi'r camau yr oedd angen eu cymryd i sicrhau bod pobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal yn gallu cael yr ansawdd bywyd gorau posibl.

Roedd yn ofynnol i bob un o'r cyrff cyhoeddus a fu'n destun fy adolygiad – sef Llywodraeth Cymru, AGGCC, Byrddau Iechyd ac Awdurdodau Lleol – gyflwyno cynlluniau manwl i roi sicrwydd imi y byddent yn cyflawni'r gwelliannau sydd eu hangen mewn cartrefi gofal a'r system cartrefi gofal ehangach yng Nghymru.

Pan gyhoeddais fy adroddiad ar yr adolygiad, nodais yn glir, yn ychwanegol at y gwaith parhaus o graffu ar y cyrff a fu'n destun fy adolygiad, a'u gwaith o

fonitro cynnydd yn ôl y cynlluniau cyflawni, y byddwn yn ymgymryd â rhaglen benodol o waith dilynol i sicrhau eu bod wedi cyflawni eu hymrwymiadau. Nodais y byddwn yn canolbwyntio'n arbennig ar unrhyw feysydd lle yr oeddwn wedi canfod bod angen gwneud gwaith pellach i gyflawni'r canlyniadau i bobl hŷn a gafodd eu cynnwys yn fy adroddiad ar yr adolygiad.

Gan hynny, ym mis Ionawr 2017 ysgrifennais at yr holl gyrff a fu'n destun yr adolygiad i ofyn am wybodaeth am y cynnydd yr oeddent wedi'i wneud yn ôl 14 o'm gofynion gweithredu, mewn meysydd fel gofal ymataliaeth, mynediad at wasanaethau arbenigol, atal cwympiadau, hyfforddiant ar ddementia, adolygiadau o feddyginiaethau a defnyddio cyffuriau gwrthseicotig, a defnyddio lleisiau preswylwyr i sbarduno gwelliannau.

Bydd fy nhîm a minnau'n dadansoddi'r ymatebion hyn cyn i adroddiad gael ei gyhoeddi ym mis Tachwedd 2017 a fydd yn nodi'r newid sydd wedi'i gyflawni a'r arferion da sy'n mynd rhagddynt erbyn hyn o ganlyniad i'm hadolygiad. Bydd yr adroddiad hefyd yn tynnu sylw at unrhyw feysydd lle y mae angen gwneud gwaith ychwanegol i gyflawni'r newid y mae pobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal ledled Cymru am eu gweld, ac y mae angen iddynt eu gweld.

Seminarau i Ddarparwyr Cartrefi Gofal

Er mwyn cynyddu gwybodaeth a dealltwriaeth ynglŷn â'r ffyrdd y gellid gwella ansawdd bywyd pobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal, ac i hyrwyddo'r arferion da a nodwyd fel rhan o'm hadolygiad o gartrefi gofal, cynhaliais gyfres o seminarau i ddarparwyr cartrefi gofal yn 2016-17. Cynhaliwyd y seminarau yng Nghaerdydd, Llandrindod, a Wrecsam, a chawsant eu darparu mewn partneriaeth â Credu (Powys Carers gynt), Dementia Adventure a Taith Cyf.

Ymchwiliodd y seminarau yng Nghaerdydd a Wrecsam i themâu sy'n ymwneud ag asesu risg a rheolaeth, gan ganolbwyntio'n arbennig ar alluogi pobl sydd â dementia i dreulio amser yn yr awyr agored, y dangoswyd ei fod yn creu amryw o fanteision. Roedd y seminar yn Llandrindod wedi'i seilio ar yr 'eiliadau hudol' y gallai darparwyr cartrefi gofal eu creu – sef gweithredoedd syml sy'n gallu gwneud gwahaniaeth mawr i fywyd unigolyn hŷn sy'n byw mewn cartref gofal.

Roedd yr adborth a gafwyd am y digwyddiadau yn gadarnhaol, a chwblhaodd y cynrychiolwyr gardiau addunedau yn ystod y seminarau i nodi'r ffyrdd y byddent yn defnyddio'r hyn yr oeddent wedi'i ddysgu i wella bywydau'r bobl hŷn y maent yn gofalu amdanynt ac yn eu cynorthwyo.

Canllawiau ar gyfer Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus

Drwy Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru), cafodd Byrddau Gwasanaethau Lleol eu disodli gan Fyrddau Gwasanaethau Cyhoeddus statudol, sydd â rhan hollbwysig i'w chwarae o ran cynnal iechyd, llesiant ac annibyniaeth pobl hŷn ledled Cymru a sicrhau bod eu bywydau â gwerth, ystyr, a phwrpas.

Mewn hinsawdd ariannol gynyddol heriol lle y mae sefydliadau partner Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus o dan bwysau gwirioneddol i gyflawni mwy â llai o adnoddau, mae mwy o angen nag erioed am gydweithio a chydweithredu mewn modd deallus, costeffeithiol ac arloesol i sicrhau bod eu gwaith yn cael yr effaith fwyaf bosibl. Ar ben hynny, gan fod disgwyl i nifer y bobl sy'n 75 oed ac yn hŷn gynyddu bron 80% yn yr ugain mlynedd nesaf, bydd goblygiadau eang i'w cael i faes gwasanaethau cyhoeddus.

O dan y Ddeddf, mae'n ofynnol i bob Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus gyhoeddi Cynllun Llesiant Lleol, sy'n nodi sut y mae'n bwriadu gwella llesiant economaidd, amgylcheddol a diwylliannol ei ardal a sut y bydd yn cyflawni'r nodau llesiant cenedlaethol a fydd yn cael eu monitro gan Gomisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru.

Er mwyn dylanwadu ar y cynlluniau llesiant i sicrhau y byddant yn cyflawni ar gyfer pobl hŷn ac yn adlewyrchu anghenion, dyheadau, ac amgylchiadau pobl hŷn, cyfarfûm â phob un o'r 19 o Fyrddau Gwasanaethau Cyhoeddus ledled Cymru rhwng mis Rhagfyr 2014 a mis Gorffennaf 2016 cyn cyflwyno canllawiau ffurfiol iddynt – 'Paratoi Cynlluniau Llesiant Lleol: Canllawiau i Fyrddau Gwasanaethau Cyhoeddus' – gan ddefnyddio fy mhwerau o dan Ddeddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru).

Rhaid i Fyrddau Gwasanaethau Cyhoeddus roi sylw i'r canllawiau hyn, sydd wedi'u cynllunio i hwyluso newid mewn diwylliant o ran y modd y caiff gwasanaethau eu creu a'u darparu, er mwyn iddynt adlewyrchu anghenion unigolyn yn lle bod unigolyn yn gorfod cyd-fynd â'r system. Mae'r canllawiau'n ei gwneud yn glir hefyd pa mor bwysig yw gosod canlyniadau wrth galon y broses o ddarparu gwasanaethau, yn ogystal â darparu cyngor defnyddiol ac ymarferol i ddarparwyr gwasanaethau ynglŷn â pharatoi eu cynlluniau llesiant.

Cafwyd adborth cadarnhaol iawn gan y Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus am y canllawiau, ac mae nifer o'r Byrddau wedi trafod eisoes sut y byddant yn eu defnyddio wrth iddynt asesu llesiant lleol a datblygu eu Cynlluniau Llesiant Lleol.

Dementia: mwy na dim ond colli'r cof

Ym mis Mawrth 2016, cyhoeddais fy adroddiad 'Dementia: mwy na dim ond colli'r cof', a roddodd lais i'r bobl sy'n byw gyda dementia, ac i'w gofalwyr, ac a dynnodd sylw at yr heriau y maent yn eu hwynebu mewn llawer o agweddau ar eu bywydau beunyddiol.

Canfu'r adroddiad fod diffyg gwybodaeth a dealltwriaeth o hyd ynghylch dementia, fod diffyg hyblygrwydd yn aml mewn gwasanaethau dementia o ran diwallu anghenion pobl yn effeithiol, a bod diffyg cydweithredu rhwng gwasanaethau'n creu anawsterau a rhwystrau diangen.

Er mwyn mynd i'r afael â'r amrywiadau mawr a geir ledled Cymru yn ansawdd y gwasanaethau sydd ar gael i bobl sy'n byw gyda dementia ac i'w gofalwyr, roedd yr adroddiad yn cynnwys nifer o gamau yr oedd angen i'r rhai sy'n darparu gwasanaethau cyhoeddus eu cymryd i ddatrys y materion a nodwyd.

Roedd y camau hyn yn cynnwys gwaith i sicrhau bod gwasanaethau gofal sylfaenol yn cefnogi maes dementia i raddau mwy a bod eu harferion gwaith yn adlewyrchu anghenion pobl sydd â dementia a'u gofalwyr; hyfforddiant i staff i sicrhau bod eu gwybodaeth a'u dealltwriaeth yn ddigonol fel bod eu hymateb i anghenion unigolyn sy'n byw gyda dementia yn briodol, yn sensitif, yn diogelu ei urddas a pharch, ac yn lleihau gofid i'r eithaf; a mwy o gymorth ar ôl diagnosis, gan gynnwys un pwynt cyswllt i ddarparu gwybodaeth a chyngor ynglŷn â'r gwasanaethau a'r cymorth sydd ar gael, y gellir cael gafael arno pa bryd bynnag y bydd angen.

Ar ôl i'r adroddiad gael ei gyhoeddi, ysgrifennais at arweinwyr gwasanaethau cyhoeddus ledled Cymru i geisio sicrwydd y byddai'r newid sydd ei angen ar bobl sy'n byw gyda dementia, a'u gofalwyr, yn cael ei gyflawni. Yn sgil hynny, darparodd Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol ymatebion ysgrifenedig imi i nodi'r camau y byddent yn eu cymryd i gyflawni'r newid hwn.

Dangosodd yr ymatebion, er bod yr argymhellion yn yr adroddiad yn cael eu cymryd o ddifrif a'u bod yn dylanwadu ar ddatblygiad ymarfer ledled Cymru, fod nifer o feysydd o hyd yr oedd angen gwneud rhagor o waith ynddynt, yn arbennig yng nghyswllt trefniadau ar gyfer gofal seibiant, hyfforddiant i staff iechyd a gofal cymdeithasol, ac ymgysylltu'n effeithiol â phobl sy'n byw gyda dementia, a'u gofalwyr, i sbarduno gwelliannau.

O ganlyniad, rhoddwyd adborth manwl i'r Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol, a hynny'n ysgrifenedig ac mewn cyfarfodydd wyneb yn wyneb dilynol, i sicrhau bod dealltwriaeth glir o'r bylchau yr oedd angen mynd i'r afael â nhw. Datblygais hefyd restr wirio i gynorthwyo cyrff cyhoeddus i fod yn fwy cefnogol

i faes dementia, ynghyd â chyfres o gwestiynau y gellid eu defnyddio i graffu ar waith aelodau'r bwrdd mewn Byrddau Iechyd ac Awdurdodau Lleol.

Ar ben hynny, ar sail fy nghanfyddiadau a'r ymatebion gan y Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol, rhennais hefyd nifer o sylwadau lefel uchel â Llywodraeth Cymru, gan gyfleu'n glir fy nisgwyliad y byddai'r rhain yn cael eu defnyddio wrth lunio'r Strategaeth Genedlaethol ar Ddementia.

Seminarau Cydraddoldeb a Hawliau Dynol

Ym mis Chwefror 2016, cyflwynais ganllawiau ffurfiol i Awdurdodau Lleol ynglŷn â sut i gynnal asesiadau cadarn o gydraddoldeb a hawliau dynol pan fo newidiadau i wasanaethau cymunedol yn cael eu cynnig; mae asesiadau o'r fath yn hanfodol er mwyn sicrhau bod dulliau gweithredu eraill yn cael eu hystyried ac nad yw penderfyniadau'n cael effaith anghymesur ar bobl hŷn.

Ar ôl i'r canllawiau hyn gael eu cyhoeddi, cynhaliais gyfres o seminarau ledled Cymru yn 2016-17 i gynorthwyo aelodau a swyddogion Awdurdodau Lleol i ddefnyddio'r canllawiau'n effeithiol, a bu mwy na 100 o gynrychiolwyr yn bresennol yn y seminarau.

Ymchwiliodd y seminarau i'r ffyrdd y mae stereoteipiau ynglŷn â mynd yn hŷn a thuedd anymwybodol yn gallu arwain at bolisïau ac arferion sy'n gwahaniaethu, a gwnaethant dynnu sylw at yr offerynnau sydd ar gael sy'n gallu ategu'r broses o wneud penderfyniadau, fel Deddf Cydraddoldeb 2010, y Ddeddf Hawliau Dynol, ac Egwyddorion y Cenhedloedd Unedig ar gyfer Pobl Hŷn. Pwysleisiodd y seminarau bwysigrwydd cynnal asesiadau effaith o sylwedd i lywio penderfyniadau, a hynny o safbwynt cydraddoldeb a hawliau dynol fel ei gilydd, yn ogystal â phwysigrwydd ystyried cynigion eraill neu gamau lliniaru i fynd i'r afael ag unrhyw broblemau posibl a ganfuwyd yn y broses asesu.

Roedd yr adborth ynglŷn â'r seminarau'n gadarnhaol; nododd y cynrychiolwyr fod y seminarau wedi creu llawer o syniadau newydd, a gwnaethant ymrwymo i fabwysiadu dulliau gweithredu newydd yn eu gwaith wrth benderfynu ar wasanaethau cymunedol.

Llywio'ch Ffordd trwy Wasanaethau Cymdeithasol – Taflen Wybodaeth a Thaflenni Ffeithiau

Drwy'r Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru), a ddaeth i rym ym mis Ebrill 2016, crëwyd ystod eang o ddyletswyddau newydd i wasanaethau cyhoeddus a hawliau newydd i unigolion, sydd wedi'u cynllunio i wneud gofal a chymorth gyd-fynd ag anghenion personol pobl i raddau mwy.

Fodd bynnag, drwy fy ngwaith o ymgysylltu â phobl hŷn cyn i'r ddeddfwriaeth ddod i rym, daeth yn glir fod llawer o bobl nad oeddent yn gwybod am yr hyn y gallent ei ddisgwyl o dan y Ddeddf a'r dull gweithredu newydd yr oedd yn ofynnol i'r rhai sy'n darparu gwasanaethau cymdeithasol ei fabwysiadu i ddiwallu eu hanghenion.

I ddatrys hynny, lluniais daflen wybodaeth a chyfres o daflenni ffeithiau ynglŷn â'r Ddeddf i bobl hŷn.

Darparodd y daflen gyflwyniad byr i'r Ddeddf a'r egwyddorion sy'n sail iddi, yn ogystal â nodi hawliau pobl o dan y ddeddfwriaeth newydd a'r hyn y gallant ei wneud os na allant gael gafael ar y cymorth sydd ei angen arnynt.

Roedd y taflenni ffeithiau'n ymhelaethu ar y daflen wybodaeth, gan ddarparu rhagor o fanylion am adrannau penodol o'r Ddeddf, gan gwmpasu meysydd fel eiriolaeth, gwybodaeth a chyngor, asesiadau o anghenion, talu am ofal, a diogelu.

Hyd yma, mae mwy na 5,000 o gopïau o'r daflen wedi'u dosbarthu i bobl hŷn ledled Cymru drwy amrywiaeth eang o randdeiliaid, gan gynnwys Age Connects, Age Cymru, Cymdeithas Alzheimer's, Gofal a Thrwsio, cydgysylltwyr Strategaethau Awdurdodau Lleol ar Bobl Hŷn, Cymdeithasau Tai, a'r Groes Goch.

Canolfan ar gyfer Adnoddau sy'n Pontio'r Cenedlaethau

Dros y blynyddoedd diwethaf, mae naratif rhwygol wedi dod i'r amlwg sydd wedi gosod ein cenedlaethau hŷn ac iau yn erbyn ei gilydd, gan greu drwgdybiaeth a chamddealltwriaeth. Fodd bynnag, mewn gwirionedd, mae gan bobl hŷn ac iau lawer iawn i'w gynnig i'w gilydd drwy rannu eu gwybodaeth a'u profiadau, drwy ddysgu gan ei gilydd, a thrwy ddarparu cymorth i'w gilydd.

O ganlyniad, bûm yn gweithio mewn partneriaeth â Chomisiynydd Plant Cymru i ddod â chyfres o adnoddau at ei gilydd i gynorthwyo cymunedau

ledled Cymru i greu grwpiau sy'n pontio'r cenedlaethau gan ddod â phobl iau a hŷn at ei gilydd.

Ymysg yr adnoddau hyn oedd cyfres o fideos sy'n cynnwys pobl hŷn ac iau yn tynnu sylw at fanteision bod yn rhan o grŵp sy'n pontio'r cenedlaethau, ar sail eu profiadau eu hunain; cynllun gwers i helpu plant ysgol i feddwl am sut y gallent ddatblygu grŵp sy'n pontio'r cenedlaethau yn eu hysgol nhw; a chanolfan adnoddau ar-lein sy'n darparu ystod eang o wybodaeth y mae'n hawdd cael gafael arni ynglŷn â sut i greu grŵp sy'n pontio'r cenedlaethau.

Lansiwyd yr adnoddau yn Ysgol Gyfun Gymraeg Plasmawr yng Nghaerdydd, mewn sesiwn i bontio'r cenedlaethau y bu disgyblion a phobl hŷn o gyfadeilad cartrefi gwarchodol lleol yn bresennol ynddi. Yn ystod y sesiwn, bu'r Comisiynydd Plant a minnau'n arwain trafodaeth fywiog am y stereoteipiau sy'n gysylltiedig ag oedrannau a manteision prosiectau sy'n pontio'r cenedlaethau, cyn i'r cyfranogwyr gael eu rhannu'n grwpiau i ymchwilio i'r gweithgareddau y gallent eu gwneud gyda'i gilydd yn y dyfodol.

Ers i'r ganolfan adnoddau gael ei lansio ym mis Chwefror 2017, mae'r fideos a'r wybodaeth wedi'u defnyddio filoedd o weithiau. Bydd hynny'n helpu i sicrhau bod grwpiau cymunedol ac ysgolion ledled Cymru yn deall manteision gweithgareddau sy'n pontio'r cenedlaethau, a bod ganddynt y wybodaeth sydd ei hangen arnynt i sefydlu a rhedeg prosiectau sy'n pontio'r cenedlaethau er mwyn chwalu'r rhwystrau rhwng ein cenhedloedd hŷn ac iau.

Heneiddio'n Dda yng Nghymru

Yn 2016-17, cyflwynwyd ail gyfnod Heneiddio'n Dda yng Nghymru – sef y rhaglen bartneriaeth genedlaethol i wella iechyd a llesiant pobl sy'n 50 oed neu'n hŷn yng Nghymru – gan adeiladu ar sail ystod eang o lwyddiannau a gyflawnwyd ar lefel leol a strategol yng nghyfnod cychwynnol y rhaglen.

Fel rhan o'r ail gyfnod, mae mwy na 60 o bartneriaid strategol Heneiddio'n Dda yng Nghymru, gan gynnwys Llywodraeth Cymru, Byrddau Iechyd, Awdurdodau Lleol a sefydliadau allweddol eraill o'r sector cyhoeddus, y sector preifat, a'r trydydd sector, wedi gwneud nifer o ymrwymiadau i gymryd camau ar draws pum thema Heneiddio'n Dda – sef Cymunedau sy'n Gyfeillgar i Oed, Cymunedau Cefnogi Pobl â Dementia, Atal Cwympiadau, Dysgu a Chyflogaeth, ac Unigrwydd ac Arwahanrwydd. Mae'r ymrwymiadau hyn wedi'u nodi yng Nghynllun Gweithredu Cyfnod Dau Heneiddio'n Dda yng Nghymru, a gyhoeddwyd ym mis Hydref 2016 ac a fydd yn sail i'r gwaith o gyflawni newidiadau a gwelliannau ym mywydau pobl hŷn ledled Cymru dros y 18 mis nesaf. Ymysg yr ymrwymiadau yn y cynllun gweithredu mae gwneud gorsafoedd a gwasanaethau bysiau a threnau'n fwy cyfeillgar i oed, parhau i godi ymwybyddiaeth ynglŷn â sut y gall cymunedau roi cymorth gwell i bobl sy'n byw gyda dementia, cynyddu nifer y bobl hŷn sydd â sgiliau digidol, a datblygu strategaeth genedlaethol i fynd i'r afael ag unigrwydd ac arwahanrwydd.

Yn y Cynllun Gweithredu drwyddo draw, mae ffocws cryf ar waith cydgysylltiedig ac mewn partneriaeth, sef dull gweithredu a fydd yn hollbwysig er mwyn cyflawni'r newid sydd ei angen ar draws pum thema Heneiddio'n Dda.

Parhaodd y gwaith ar lefel gymunedol hefyd yn 2016-17, a hynny nid yn unig i gynyddu nifer aelodau rhwydweithiau lleol, sef mwy na 1,300 ar hyn o bryd, ond i rannu arferion da ac adnoddau defnyddiol, a chynyddu gwybodaeth a dealltwriaeth ar draws pum thema Heneiddio'n Dda.

Roedd y gwaith ymgysylltu hwn yn cynnwys dau ddigwyddiad cynadledda mawr a gynhaliwyd ym Mangor a Chaerdydd ym mis Tachwedd a mis Rhagfyr 2016, y bu tua 300 o gynrychiolwyr ynddynt. Yn ogystal â chyflwyniadau gan ystod eang o siaradwyr sy'n gweithio i gyflawni newidiadau drwy Heneiddio'n Dda ar lefel strategol a lleol, roedd y cynadleddau'n cynnwys nifer o weithdai ymarferol a marchnad ryngweithiol a alluogodd partneriaid Heneiddio'n Dda i arddangos y gwaith arloesol a'r arferion da y maent yn eu cyflawni er mwyn gwella bywydau pobl hŷn.

Llyfrynnau Gwybodaeth Heneiddio'n Dda yng Nghymru

Er mwyn helpu i sicrhau bod unigolion a sefydliadau mewn cymunedau ledled Cymru wedi'u grymuso i weithredu i wella bywydau pobl hŷn, bûm yn gweithio gyda sefydliadau partner Heneiddio'n Dda i gyhoeddi nifer o lyfrynnau gwybodaeth cryno yn ystod 2016-17.

Mae'r canllawiau, sydd wedi'u dosbarthu'n eang ledled Cymru drwy randdeiliaid a phartneriaid Heneiddio'n Dda, yn cyflwyno gwybodaeth mewn ffordd glir a hygyrch ac yn darparu cyngor ymarferol ar nifer o wahanol bynciau:

- Canllaw cryno ar gyfer cefnogi pobl â dementia (a luniwyd mewn partneriaeth â Sefydliad Joseph Rowntree a Chymdeithas Alzheimer's)
- Gwneud Gwahaniaeth: Canllaw cryno i'ch helpu i ymdrin ag unigrwydd (a luniwyd mewn partneriaeth â'r Ganolfan Ymchwil Heneiddio a Dementia, y Groes Goch Brydeinig, a'r Gwasanaeth Gwirfoddol Brenhinol)
- Gwneud Cymru yn genedl o gymunedau sy'n ystyriol o oedran (a luniwyd mewn partneriaeth â Chynghrair Pobl Hŷn Cymru)
- Canllaw ynghylch bod yn fusnes oed gyfeillgar (a luniwyd mewn partneriaeth â Chynghrair Pobl Hŷn Cymru)
- Canllaw i sefydlu clwb dysgu cymunedol (a luniwyd mewn partneriaeth â'r Gwasanaeth Gwirfoddol Brenhinol, y Sefydliad Dysgu a Gwaith, Men's Sheds Cymru, Prifysgol y Drydedd Oes (U3A), a Chynghrair Pobl Hŷn Cymru)

Yn ogystal â chyhoeddi'r canllawiau hyn, cyhoeddais gerdyn gwybodaeth y gall pobl hŷn ei rannu â busnesau yn eu cymunedau i'w hannog i ddod yn fwy ystyriol o oedran. Mae'r cerdyn gwybodaeth yn nodi'n gryno y manteision a geir o fod yn fusnes sy'n ystyriol o oedran, gan gyfeirio perchnogion at wefan Heneiddio'n Dda yng Nghymru lle y gallant ddod o hyd i ragor o wybodaeth a lawrlwytho'r canllaw ar fod yn fusnes sy'n ystyriol o oedran.

Diogelu ac Amddiffyn Pobl Hŷn

Drwy gydol 2016-17, rwyf wedi bwrw ymlaen ag ystod eang o waith i godi ymwybyddiaeth am natur y gamdriniaeth a wynebir gan fwy na 40,000 o bobl hŷn bob blwyddyn, a'r amgylchiadau sy'n gallu gwneud i bobl hŷn fod yn arbennig o agored i niwed.

Fel rhan o'r gwaith hwn, bu'n fraint ac yn agoriad llygad imi gwrdd â nifer o oroeswyr camdriniaeth ddomestig, a rannodd hanesion torcalonnus â fi am y gamdriniaeth yr oeddent wedi'i dioddef am lawer o flynyddoedd cyn ceisio cymorth yn y pen draw gan eu grŵp Cymorth i Fenywod lleol.

Mynegodd pob goroeswr bryder fod angen gwneud mwy o waith i godi ymwybyddiaeth am y gamdriniaeth ddomestig a ddioddefir gan bobl hŷn, gan nad oeddent yn gwybod bod gwasanaethau camdriniaeth ddomestig arbenigol ar gael iddynt hwy, ac nid i bobl iau yn unig.

O ganlyniad, rwyf wedi parhau i weithio i sicrhau bod dull systematig o ganfod pobl hŷn sydd mewn perygl o niwed, a bod y rhai sy'n cael eu cam-drin yn cael eu cynorthwyo'n llwyr i gael gafael ar y cymorth a'r gefnogaeth sydd eu hangen arnynt i adennill eu diogelwch a'u llesiant.

Gwaith gyda'r Bwrdd Diogelu Cenedlaethol

Cyfarfûm ag aelodau'r Bwrdd Diogelu Cenedlaethol, a sefydlwyd yn ddiweddar, i gyflwyno nodweddion hanfodol system ddiogelu effeithiol.

Nodais yn glir fod rhaid cael tystiolaeth o ddysgu mewn amser real sy'n arwain at newidiadau prydlon ac effeithiol mewn arferion ar lefel leol a chenedlaethol.

Nodais yn glir hefyd fod rhaid sefydlu llinell sylfaen glir a gwahaniaethol ynglŷn â nifer yr achosion o wahanol fathau o gamdriniaeth (camdriniaeth ddomestig, camdriniaeth oedolion, ac yn y blaen), a'u mynychder, bod rhaid i'r llinell sylfaen hon fod yn sail i gynlluniau lleol, a bod rhaid creu targedau clir ac uchelgeisiol sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau, a chyflwyno adroddiadau arnynt.

Soniais am bwysigrwydd creu dulliau o gomisiynu gwaith ymchwil ar ddiogelu rhanbarthol effeithiol a mesur effaith y gwaith ymchwil hwn ar wybodaeth ac arferion. Ar ben hynny, pwysleisiais bwysigrwydd tystiolaeth i ddangos nid yn unig fod mesurau'n cael eu gweithredu i fynd i'r afael â materion hanesyddol a pharhaus ynglŷn â rhannu gwybodaeth yn effeithiol rhwng asiantaethau, ond bod gan weithwyr proffesiynol wybodaeth briodol am ddiogelu.

Yn olaf, nodais yn glir fod rhaid i safbwyntiau a lleisiau unigolion a'r gymuned ehangach gael eu defnyddio'n barhaus i roi arferion ar brawf ac i'w gwella, a hynny ochr yn ochr â thystiolaeth glir o'r gallu i gael gafael ar wasanaethau eiriolaeth er mwyn sicrhau bod hawliau pobl sy'n agored i niwed yn cael eu cynnal a bod eu lleisiau'n cael eu clywed.

Er mwyn helpu i sicrhau bod dull safonol yn cael ei fabwysiadu ledled Cymru, cafodd y wybodaeth hon ei rhannu hefyd â phob Bwrdd Rhanbarthol Diogelu Oedolion i gynorthwyo'r broses o ddatblygu eu cynlluniau strategol.

Seminarau a Chyflwyniadau i Godi Ymwybyddiaeth

Gan adeiladu ar sail llwyddiant digwyddiadau tebyg a gynhaliwyd yn 2014-15 a 2015-16, cynhaliais chwe seminar ddiogelu er mwyn parhau i godi ymwybyddiaeth o'r gamdriniaeth a wynebir gan bobl hŷn. Roedd y seminarau, a gynhaliwyd yng Nghaerfyrddin, Wrecsam, Llanrwst, Baglan, Aberhonddu, a Chaerdydd, yn ymdrin â graddau camdriniaeth a'i heffaith, hawliau dynol, camdriniaeth yn y cymunedau Pobl Dduon a Lleiafrifoedd Ethnig a phobl Lesbiaidd, Hoyw, Ddeurywiol, Drawsrywiol a Queer, rôl hanfodol eiriolaeth, a'r cymorth sydd ar gael i ddioddefwyr camdriniaeth.

Am y tro cyntaf, roedd y seminarau'n cynnwys fideo o unigolyn hŷn a oedd wedi goroesi camdriniaeth ddomestig, a ychwanegodd ddimensiwn newydd a phwerus a ddangosodd realiti'r gamdriniaeth a brofir gan bobl hŷn.

Cafodd cynnwys y seminarau ei werthuso gan Agored Cymru a'i ardystio â'i 'Nod Ansawdd', a alluogodd y cyfranogwyr i ennill oriau Datblygu Proffesiynol Parhaus.

Bu cyfanswm o 412 o gynrychiolwyr o ystod eang o sefydliadau sy'n gweithio gyda phobl hŷn, ac i bobl hŷn, yn bresennol yn y seminarau. Roedd yr adborth am y seminarau'n hynod gadarnhaol, gan gynnwys clod arbennig i safbwynt amlasiantaethol y siaradwyr a thrylwyredd y wybodaeth a ddarparwyd.

Cyflwyniadau a Digwyddiadau Eraill i Godi Ymwybyddiaeth

Yn ogystal â'r seminarau a ddisgrifiwyd uchod, darparwyd cyflwyniadau codi ymwybyddiaeth i dynnu sylw at y ffaith bod y gamdriniaeth a ddioddefir gan bobl hŷn yn fater allweddol, ac i nodi'r hyn y mae angen ei roi ar waith er mwyn gwella bywydau'r rhai y mae camdriniaeth yn effeithio arnynt, i'r rhanddeiliaid a ganlyn yn ystod 2016-17:

- Heddlu Gwent (i fwy na 700 o swyddogion rheng flaen yr heddlu)
- Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda (mwy na 80 o staff rheng flaen; bydd rhagor o gyflwyniadau'n cael eu darparu yn ystod 2017-18)
- Cynhadledd Iechyd Cyhoeddus Cymru
- Cynhadledd Capita ar Ddiogelu
- Cynhadledd Cyngor ar Bopeth ynghylch Camdriniaeth Ariannol
- Townswomen's Guild, Caerdydd

Ar ben hynny, bu fy Arweinydd Diogelu hefyd yn cymryd rhan yn y digwyddiadau ymgysylltu a ganlyn i godi ymwybyddiaeth ynglŷn â graddau ac effaith y gamdriniaeth a wynebir gan bobl hŷn:

- Cyfarfodydd diogelu 'o amgylch y bwrdd', â'r Gwarcheidwad Cyhoeddus
- Digwyddiad Question Time Age Cymru
- Digwyddiad gweminar SafeLives, ledled y DU, ynglŷn â'r gamdriniaeth ddomestig a ddioddefir gan bobl hŷn
- Cyfarfodydd Grŵp Llywio Gofyn a Gweithredu Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg
- Cyfarfodydd fforwm Rhanddeiliaid IPCC
- Cyfarfodydd Grŵp Llywio Byw Heb Ofn (llinell gymorth ynghylch camdriniaeth ddomestig)
- Adolygiad Panel Craffu Cynhadledd Amlasiantaeth Asesu Risg y Swyddfa Gartref o achosion sy'n ymwneud â phobl hŷn
- Grŵp Trefniadau Diogelu rhag Colli Rhyddid y Ddeddf Galluedd Meddyliol
- Heddlu Gogledd Cymru – datblygiad amlasiantaethol o fodiwl hyfforddi arloesol (Hydra) ynghylch camdriniaeth ddomestig a ddioddefir gan bobl hŷn
- Digwyddiad ymgynghori ynglŷn â thrais yn erbyn menywod a chamdriniaeth ddomestig (TEMChDd) mewn cysylltiad â dogfen y strategaeth TEMChDd ddiwygiedig

Ffrindiau yn erbyn Sgamiau (Friends Against Scams)

Gan adeiladu ar sail fy ngwaith yn 2015-16 i sefydlu Partneriaeth Cymru yn erbyn Sgamiau, ym mis Hydref 2016 bûm yn gweithio mewn partneriaeth â Safonau Masnach Cenedlaethol i lansio menter Friends Against Scams yng Nghymru.

Mae menter Friends Against Scams wedi'i chynllunio i dynnu sylw at raddau ac effaith sgamiau, herio canfyddiadau ynglŷn â pham y mae pobl yn cael eu twyllo gan sgamiau, ac ysbrydoli camau i ddiogelu pobl rhag y rhai sy'n cyflawni sgamiau, sef troseddwyr sydd yn aml yn targedu aelodau mwyaf bregus ein cymdeithas.

Bu ystod eang o randdeiliaid o'r sector cyhoeddus, y sector ariannol, a'r trydydd sector yn y digwyddiad lansio, a gwnaethant addunedau ynghylch yr hyn y byddent yn ei wneud i fynd i'r afael â sgamiau yn eu cymunedau a sut y byddent yn codi ymwybyddiaeth o fenter Friends Against Scams.

Yn dilyn y lansiad, ysgrifennais hefyd at gyrff cyhoeddus ledled Cymru i roi gwybodaeth iddynt am Friends Against Scams ac i'w hannog i ymrwymo i'r fenter a chymryd rhan ynddi.

Erbyn hyn, mae sesiynau Friends Against Scams yn cael eu darparu ledled Cymru, gan alluogi sefydliadau ac unigolion i ddysgu am y gwahanol fathau o sgamiau a ddefnyddir i dwyllo pobl a dwyn oddi arnynt, a sut i sylwi ar ddioddefwr a rhoi cymorth iddo. Mae adnoddau dysgu ar-lein ar gael hefyd i gynyddu gwybodaeth a dealltwriaeth ymysg y rhai nad ydynt yn gallu dod i sesiwn ymwybyddiaeth.

Dylanwadu ar bolisïau, deddfwriaeth, ac ymarfer

Etholiad Cynulliad Cenedlaethol Cymru 2016: Galwadau am Newid

Cyn etholiad Cynulliad Cenedlaethol Cymru ym mis Mai 2016, cyhoeddais ddogfen yn amlinellu nifer o flaenoriaethau allweddol i Lywodraeth nesaf Cymru. Cafodd y ddogfen ei dosbarthu i bob un o'r prif bleidiau gwleidyddol yng Nghymru, a disgwyliwyd y byddai fy ngalwadau'n cael eu cynnwys yn eu maniffestos ar gyfer yr etholiad.

Cafodd mwyafrif llethol fy ngalwadau eu mabwysiadu yn o leiaf un o faniffestos y pleidiau gwleidyddol, ac roedd cefnogaeth drawsbleidiol sylweddol i lawer ohonynt. Mae'r rhain yn cynnwys cadw'r pàs bysiau teithio rhatach, cynyddu'r cyllid ar gyfer gwasanaethau cyfeillio, creu cymunedau cyfeillgar i ddementia ledled Cymru, ac addewid cyn yr etholiad i gyflwyno deddfwriaeth i amddiffyn a hyrwyddo hawliau pobl hŷn.

Roeddwn yn arbennig o falch bod Llywodraeth Cymru wedi ymateb i'm galwad i gyflwyno rhaglen brentisiaethau i bob oedran a'i bod wedi ymrwymo i gyflwyno strategaeth genedlaethol i fynd i'r afael ag unigrwydd ac arwahanrwydd, sef problem gynyddol a sylweddol ym maes iechyd y cyhoedd.

Llefarwyr Pobl Hŷn

Er mwyn sicrhau bod y materion sydd o'r pwys mwyaf i bobl hŷn yn cael eu hystyried, eu trafod, a'u datrys yn ystod y pumed Cynulliad, galwais ar arweinwyr y gwrthbleidiau yng Nghynulliad Cenedlaethol Cymru i benodi llefarydd a allai sicrhau bod lleisiau pobl hŷn yn cael eu clywed yn y Siambr ac i gynrychioli eu safbwyntiau.

O ganlyniad, roeddwn yn falch o gyhoeddi, ar ddiwrnod Rhyngwladol Pobl Hŷn (Hydref 1), fod arweinydd pob plaid wedi ymateb i'm galwad ac y byddai Siân Gwenllian (Plaid Cymru), Janet Finch-Saunders (y Ceidwadwyr Cymreig) a David Rowlands (UKIP) yn llefarwyr i'w pleidiau. Byddaf yn gweithio gyda'r llefarwyr hyn, yn ogystal â Gweinidog Iechyd y Cyhoedd a Gwasanaethau Cymdeithasol, y mae ei phortffolio'n cwmpasu gwaith fy swyddfa, i sicrhau bod neges gref yn cael ei hanfon at bobl hŷn ledled Cymru fod eu lleisiau a'u profiadau'n bwysig ac y byddant yn cael eu defnyddio i lunio polisïau, penderfyniadau a'n gwasanaethau cyhoeddus.

Deddfwriaeth Hawliau

Ar Ddiwrnod Hawliau Dynol y Byd ym mis Rhagfyr 2015, galwais ar Lywodraeth Cymru i gyflwyno deddfwriaeth i amddiffyn a hyrwyddo hawliau pobl hŷn er mwyn iddynt allu byw yn rhydd o gamdriniaeth, esgeulustod, oedraniaeth a gwahaniaethu, chwarae rhan lawn yn eu cymunedau, a ffynnu wrth fynd yn hŷn.

Dros y flwyddyn ddiwethaf, bûm yn gweithio gyda grŵp o arbenigwyr o bob rhan o'r sector cyfreithiol, y sector cyhoeddus, a'r trydydd sector, yn ogystal â chyda phobl hŷn, i ystyried yr hyn y gellid ei gynnwys yn y ddeddfwriaeth arfaethedig a sut y byddai'n gweithio'n ymarferol, ac rwyf wedi rhannu'r cynigion hyn â Llywodraeth Cymru.

Yn sgil hynny, cyfarfûm â'r Prif Weinidog a Gweinidog Iechyd y Cyhoedd a Gwasanaethau Cymdeithasol, ac rwyf yn falch eu bod wedi ymateb yn gadarnhaol i'm galwad am ddeddfwriaeth a'u bod wedi gwneud ymrwymiadau clir i weithio gyda'u swyddogion i edrych ar sut y gellid datblygu hyn.

Rwyf yn falch hefyd fod cefnogaeth drawsbleidiol i'm cynigion, sy'n dangos bod pob plaid yn y Cynulliad â dyhead gwirioneddol i sicrhau bod Cymru'n parhau i arwain y ffordd o ran gwella bywydau pobl hŷn, gan adeiladu ar sail ei hanes clodwiw o sbarduno'r agenda cyfiawnder cymdeithasol a sicrhau bod hawliau ei holl ddinasyddion yn cael eu cynnal.

Mae'r gefnogaeth i'm cynnig yn gam cadarnhaol a sylweddol ymlaen a byddaf yn parhau i weithio gyda Llywodraeth Cymru ac Aelodau'r Cynulliad fel y gellir cyflwyno deddfwriaeth i amddiffyn a hyrwyddo hawliau pobl hŷn ledled Cymru.

Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016

Mae'n hanfodol sicrhau bod y systemau ar gyfer rheoleiddio ac arolygu ein system gofal cymdeithasol yn gadarn ac yn effeithiol, a hynny nid yn unig er mwyn amddiffyn pobl hŷn sy'n defnyddio gwasanaethau gofal cymdeithasol ac i'w cadw'n ddiogel, ond i sicrhau eu bod yn cael y safonau uchaf o ofal a chymorth.

Yn dilyn fy ngwaith yn 2015-16 i ddylanwadu ar gynnwys y Ddeddf, rwyf wedi cadw golwg manwl ar ddatblygiad y rheoliadau a fydd yn nodi'r manylion sy'n sail i ran helaeth o'r hyn y mae'r Ddeddf yn anelu at ei gyflawni. Er bod y gwaith hwn yn parhau ac nad yw rhai rheoliadau wedi'u cyhoeddi eto, rwyf wedi mynegi fy nisgwyliadau'n glir drwy ymgysylltu â'r rhai sy'n gyfrifol am lunio'r is-ddeddfwriaeth hon a thrwy ymatebion mwy ffurfiol i ymgynghoriadau.

Mae fy ngwaith yn y maes hwn wedi canolbwyntio ar yr hyn a ganlyn yn ystod 2016-17:

Sicrhau bod ansawdd bywyd wrth galon y safonau gofal newydd – Fel y nodwyd gan fy Adolygiad o Gartrefi Gofal, mae gormod o'r bobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal ag ansawdd bywyd annerbyniol. Bydd Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016 yn cyflwyno safonau newydd ar gyfer cartrefi gofal, a fydd yn cymryd lle'r Safonau Gofynnol Cenedlaethol presennol o fis Ebrill 2018. Rhaid i ansawdd bywyd, yn ogystal ag urddas a pharch, fod wrth galon y safonau newydd er mwyn cyflawni'r newid y mae pobl hŷn am ei weld, ac y mae angen iddynt ei weld.

Sicrhau bod y ddarpariaeth yn diwallu anghenion pobl hŷn – Mae'n hollbwysig cael trosolwg strategol cadarn ar lefel genedlaethol a lleol i sicrhau bod darpariaeth ddigonol a phriodol o gartrefi gofal i bobl hŷn yng Nghymru. Mae'r Ddeddf yn ceisio sefydlu system effeithiol o drosolwg ar y farchnad gofal cymdeithasol yng Nghymru drwy ei gwneud yn ofynnol i'r rheoleiddiwr gwasanaethau ac Awdurdodau Lleol lunio adroddiadau asesu'r farchnad. O ganlyniad, mae'n hollbwysig i asesiadau o'r boblogaeth fod yn gadarn o ran eu hasesiad o anghenion gofal a chymorth ardal ar hyn o bryd ac yn y dyfodol, a hynny er mwyn cyfrannu'n gywir at y trosolwg ar y farchnad ac unrhyw gamau dilynol sy'n ofynnol.

Darparu gwybodaeth well i'r cyhoedd – Mae'n hollbwysig bod pobl hŷn, eu teuluoedd, a'r rhai sy'n eu cynorthwyo yn gallu barnu ynghylch yr ansawdd bywyd, y gofal, a'r diogelwch a ddarperir gan y gwasanaethau y maent yn dibynnu arnynt. Mae'r Ddeddf yn ei gwneud yn ofynnol i bob darparwr lunio datganiad blynyddol, a rhaid i hwn fod yn hygyrch o ran ei gynnwys a'i argaeledd er mwyn helpu pobl hŷn i wneud penderfyniadau gwybodus am eu gofal.

Ymatebion i Ymgynghoriadau

Drwy gydol 2016-17, bûm yn ymateb i ystod eang o ymgynghoriadau gan Lywodraeth Cymru a'r Cynulliad Cenedlaethol gan ddefnyddio lleisiau pobl hŷn a'u profiadau, a gafodd eu clywed a'u casglu drwy waith ymgysylltu a thrwy fy nhîm gwaith achos, i sicrhau bod polisïau ac arferion arfaethedig yn adlewyrchu eu hanghenion ac y byddant yn cyflawni canlyniadau cadarnhaol:

- Llywodraeth Cymru – Law yn Llaw at Iechyd Meddwl: Cynllun Cyflawni (2016-19), Ebrill 2016
- Llywodraeth Cymru - "Gwella'r gwaith o recriwtio a chadw gweithwyr Gofal Cartref yng Nghymru", Ebrill 2016
- Llywodraeth y DU – ymgynghoriad gan Drysorlys EM: 'Public Financial Guidance Review', Mehefin 2016
- Blaenoriaethau gwella arfaethedig ar gyfer Gofal Cymdeithasol Cymru, Mehefin 2016
- Llywodraeth Cymru – Rheoliadau a'r Canllawiau Statudol ynghylch cynlluniau ardal yn dilyn yr asesiad poblogaeth, Medi 2016
- Llywodraeth Cymru - Gweithredu Cam 1 Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016, Medi 2016
- Comisiynydd Heddlu a Throseddu Gwent – Cynllun Heddlu a Throsedd Gwent 2017-2021, Hydref 2016
- Comisiynydd Heddlu a Throseddu Gogledd Cymru - Cynllun Heddlu a Throsedd Gogledd Cymru, Tachwedd 2016
- Llywodraeth Cymru – Trafod Cymunedau: adeiladu cymunedau cydnerth ledled Cymru, Tachwedd 2016
- Comisiynydd Heddlu a Throseddu De Cymru – Ymgynghoriad ar Gynllun Heddlu a Throsedd 2016-21, Tachwedd 2016
- Llywodraeth y DU – yr Adran Busnes, Ynni a Strategaeth Ddiwydiannol, Ymgynghoriad ar y Rhwydwaith Swyddfeydd Post, Rhagfyr 2016
- Strategaeth ddrafft Archwilydd Cyffredinol Cymru a Swyddfa Archwilio Cymru ar gyfer 2017-2020, Ionawr 2017
- Llywodraeth Cymru – Codi tâl am ofal cymdeithasol, Ionawr 2017

- Cynghorau Iechyd Cymuned – Adolygiad Cynllunio Blynyddol, Ionawr 2017
- Y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol – Ymgynghoriad ar un fframwaith mesur ar gyfer cydraddoldeb a hawliau dynol, Chwefror 2017

Gweithio gyda Phwyllgorau'r Cynulliad Cenedlaethol

Rwyf wedi gweithio'n arbennig o agos gyda Chadeirydd y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon i drafod meysydd ymchwilio posibl, ac roeddwn yn arbennig o falch bod fy ngalwadau am Ymchwiliadau i unigrwydd ac arwahanrwydd, a'r defnydd o feddyginiaethau gwrthseicotig mewn cartrefi gofal, wedi peri i'r Pwyllgor fwrw ymlaen â'r gwaith pwysig hwn.

Drwy gydol 2016-17, bu fy nhîm a minnau hefyd yn rhoi tystiolaeth i nifer o Ymchwiliadau a gynhaliwyd gan Gynulliad Cenedlaethol Cymru:

- Y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon – Ymchwiliad i gynaliadwyedd y gweithlu iechyd a gofal cymdeithasol, Awst 2016
- Blaenoriaethau ar gyfer y Pwyllgor Cydraddoldeb, Llywodraeth Leol a Chymunedau, Medi 2016
- Blaenoriaethau ar gyfer Pwyllgor yr Economi, Seilwaith a Sgiliau, Medi 2016
- Blaenoriaethau ar gyfer y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon, Medi 2016
- Blaenoriaethau ar gyfer Pwyllgor Diwylliant, y Gymraeg a Chyfathrebu, Medi 2016
- Blaenoriaethau ar gyfer y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Medi 2016
- Y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon – Gwaith Craffu Cyfnod 1 ar Egwyddorion Cyffredinol Bil Iechyd y Cyhoedd (Cymru), Rhagfyr 2016
- Y Pwyllgor Cydraddoldeb, Llywodraeth Leol a Chymunedau – Ymchwiliad i Hawliau Dynol yng Nghymru, Chwefror 2017
- Y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon – Ymchwiliad i Unigrwydd ac Unigedd, Mawrth 2017

Gwaith ychwanegol i ddylanwadu ar bolisïau, deddfwriaeth ac ymarfer

Er mwyn sicrhau bod rhanddeiliaid allweddol yn deall anghenion pobl hŷn a bod yr anghenion hynny'n cael eu hadlewyrchu yn eu gwaith, rwyf hefyd wedi parhau i ddylanwadu ar bolisïau ac ymarfer drwy fod yn aelod o ystod eang o grwpiau arbenigol a byrddau / paneli cynghori, a gweithio mewn partneriaeth â nhw; mae'r rhain yn cynnwys:

- Bwrdd Rhaglen Cynhwysiant Digidol Llywodraeth Cymru
- Panel Cynghorol Defnyddwyr Trafnidiaeth Gyhoeddus Llywodraeth Cymru
- Panel Trafnidiaeth Hygyrch Llywodraeth Cymru
- Grŵp Llywio Cynhwysiant Ariannol Llywodraeth Cymru
- Bwrdd Partneriaeth 'Ffrind i Mi' Bwrdd Iechyd Aneurin Bevan
- Fforwm Darparwyr Cyngor Annibynnol Cyngor ar Bopeth Cymru
- Bwrdd Partneriaeth Strategol yr Adran Gwaith a Phensiynau
- Fforwm Rhanddeiliaid Cymru yr Adran Gwaith a Phensiynau ynghylch Taliadau Annibyniaeth Personol
- Fforwm Cymru y Gwasanaeth Cynghori Ariannol
- Grŵp Trawsbleidiol Cynulliad Cenedlaethol Cymru ar Bobl Hŷn a Heneiddio
- Partneriaeth Cymru yn erbyn Sgamiau
- Ffrwd Waith y Gweithlu (y Grŵp Llywio Cartrefi Gofal)
- Grŵp Rhanddeiliaid AGGCC ar y Ddeddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol
- Bwrdd Cynghori Cenedlaethol AGGCC
- Grwpiau Technegol Llywodraeth Cymru ar y Ddeddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (grwpiau cyfnod penodol)

Edrych i'r Dyfodol

Er gwaethaf y ffaith bod potensial y materion y gallwn i fel Comisiynydd ganolbwyntio arnynt yn eang, mae'n rhaid i mi sicrhau bod fy ngwaith yn dal i roi sylw i'r blaenoriaethau mae pobl hŷn wedi dweud wrthyf sy'n bwysig iddyn nhw. Mae'r rhain wedi'u nodi yn fy Fframwaith Gweithredu.

Tra mae llawer o'm gwaith yn parhau i weithredu ar flaenoriaethau penodol yn fy Fframwaith, bydd rhai meysydd yn cael lle mwy amlwg yn fy rhaglen waith, yn dibynnu ar faint o frys sydd arnynt a/neu brofiadau pobl hŷn.

Yn ystod y flwyddyn sydd i ddod, bydd fy ngwaith yn canolbwyntio ar y canlynol:

- Gwaith dilynol sy'n gysylltiedig â'm hadolygiad o ansawdd bywyd a gofal pobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal yng Nghymru.
- Diogelu pobl hŷn mewn ysbytai
- Mynediad a phrofiadau pobl hŷn o ddefnyddio gwasanaeth eiriolaeth proffesiynol annibynnol
- Rhagor o waith fel rhan o gam dau'r Rhaglen Heneiddio'n Dda yng Nghymru
- Dadansoddi Datganiadau Ansawdd Blynyddol Byrddau Iechyd
- Darparu gofal seibiant ledled Cymru
- Dysgu yn sgil fy ngwaith achos

Byddaf yn parhau i weithio gydag ystod eang o gyrff i wella gwybodaeth, ffyrdd o feddwl a dealltwriaeth o'r materion sy'n wynebu pobl hŷn, er mwyn annog newid arferion ledled Cymru. Fodd bynnag, byddaf hefyd yn parhau i ddefnyddio fy mhwerau cyfreithiol pan mai hyn fydd y dewis mwyaf priodol i sicrhau bod ein cyrff cyhoeddus yn darparu'r newid mae pobl hŷn am ei weld ac angen ei weld.