



Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Older People's Commissioner for Wales

Effaith a Chyrhaeddiad

2018-19



**Llais ac eiriolwr annibynnol
ar gyfer pobl hŷn**

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Mae Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru'n gwarchod ac yn hybu hawliau pobl hŷn ledled Cymru, gan graffu a dylanwadu ar amrywiaeth eang o bolisïau ac arferion i wella eu bywydau. Mae'n darparu help a chefnogaeth yn uniongyrchol i bobl hŷn drwy ei thîm gwaith achosion ac mae'n gweithio i rymuso pobl hŷn i sicrhau bod eu llais yn cael ei glywed ac y gweithredir yn ei gylch. Mae rôl y Comisiynydd yn seiliedig ar gyfres o bwerau cyfreithiol unigryw i'w chefnogi gydag adolygu gwaith cyrff cyhoeddus a'u dal yn atebol pan fo angen.

Mae'r Comisiynydd yn gweithredu i roi terfyn ar wahaniaethu a rhagfarn ar sail oedran, i atal cam-drin pobl hŷn ac i alluogi i bawb heneiddio'n dda.

Mae'r Comisiynydd eisiau i Gymru fod y lle gorau yn y byd i bobl heneiddio ynddo.

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
Ymgysylltu â phobl hŷn ledled Cymru	06
Gwaith achos: rhoi cymorth i bobl hŷn	09
Sbarduno newid i bobl hŷn	13
Diogelu ac amddiffyn pobl hŷn	20
Heneiddio'n Dda yng Nghymru	23
Dylanwadu ar Bolisiau ac Arferion	27
Edrych i'r Dyfodol	30

Rhagair

Cefais y pleser o ddod yn Gomisiynydd ym mis Awst 2018 ac mae'n fraint cael gweithio i wella bywydau pobl hŷn ledled Cymru.

Roedd 2018 yn nodi deng mlynedd ers i rôl y Comisiynydd – y gyntaf o'i math yn y byd – gael ei sefydlu, ac mae pobl hŷn wedi cael budd sylweddol drwy ddylanwadu ar bolisïau ac arferion, drwy graffu ar y Llywodraeth a chyrrff cyhoeddus gan eu dwyn i gyfrif, drwy adolygiadau a chanllawiau ffurfiol, a drwy roi cymorth gwaith achos uniongyrchol i bobl hŷn.

Hoffwn ddiolch i fy rhagflaenwyr, Ruth Marks a Sarah Rochira, am bopeth y maent wedi'i gyflawni i bobl hŷn yng Nghymru dros y degawd diwethaf, ac am osod seiliau mor gadarn ar gyfer fy ngwaith fel Comisiynydd. Hefyd, hoffwn ddiolch i fy nhîm am eu gwaith caled a'u cefnogaeth yn ystod cyfnod o bontio sylweddol. Mae'r adroddiad hwn yn trafod y gwaith a gafodd ei wneud ar ddiwedd cyfnod Sarah fel Comisiynydd, a fy ngwaith i fy hun o rymuso ac ysgogi newid ar gyfer pobl hŷn ers mis Awst 2018.

Ers dechrau'r swydd, rwyf wedi teithio ar hyd a lled Cymru yn cwrdd ac yn siarad â phobl hŷn o ystod amrywiol o gefndiroedd, yn ogystal â sefydliadau sy'n gweithio gyda phobl hŷn ac ar eu rhan, i glywed yn uniongyrchol ganddynt am eu profiadau o dyfu'n hŷn yng Nghymru, a'u meddyliau a'u syniadau am y newid sydd ei angen a'r ffyrdd y gellid creu gwelliannau.

Mae'r ymgynghoriad hwn, a oedd yn cynnwys rhaglen helaeth o ymgynghori â phobl hŷn a rhanddeiliaid, wedi helpu i ddatblygu fy strategaeth – Gwneud Cymru y lle gorau yn y byd i heneiddio – sy'n nodi'r camau y byddaf yn eu cymryd dros y tair blynedd nesaf i wella bywydau pobl hŷn.

Bydd fy ngwaith yn canolbwyntio ar dair prif flaenoriaeth – rhoi diwedd ar wahaniaethu ar sail oedran, atal cam-drin pobl hŷn a galluogi pawb i heneiddio'n dda.

Mae gen i rôl unigryw i'w chwarae wrth fynd i'r afael â'r blaenoriaethau hyn a byddaf yn gwneud ystod eang o waith yn unol â phob un ohonynt. Fodd bynnag, rhan arall o fy rôl i yw annog pobl eraill i fynd i'r afael â'r materion hyn a gweithio gyda'i gilydd i sicrhau newid. Dyma rywbeth a fydd ond yn cael ei gyflawni drwy ymdrech gyson ar y cyd ym mhob rhan o'r gymdeithas. Byddaf yn dal i weithio er mwyn grymuso pobl hŷn a sicrhau bod ganddynt lais cryf y mae pobl yn gwranddo arno ac yn gweithredu arno. Yn ogystal, byddaf yn tynnu sylw at y cyfraniad sylweddol y maent yn ei wneud i'r gymdeithas, ochr yn ochr â diogelu a hyrwyddo hawliau pobl hŷn a herio gwasanaethau a chyrrff cyhoeddus pan na fydd yr hawliau hyn yn cael eu cynnal.

Fel Comisiynydd, byddaf yn datgan yn glir pan fydd angen gwelliannau ac yn tynnu sylw at faterion a methiannau mewn polisiâu ac arferion a effeithir yn negyddol ar ansawdd bywyd pobl hŷn. Ond, byddaf hefyd yn rhoi sylw i arferion da, gan gydnabod yr hyn y mae llawer o unigolion a sefydliadau ledled Cymru eisoes yn ei wneud i sicrhau mai Cymru yw'r lle gorau yn y byd i heneiddio. Byddaf yn annog ac yn hyrwyddo dulliau gweithredu arloesol ac effeithiol sy'n gwneud gwahaniaeth cadarnhaol i fywydau pobl hŷn er mwyn darparu'r dulliau hynny'n ehangach ledled Cymru.

Er bod heneiddio yn brofiad cadarnhaol i lawer o bobl, nid yw hyn yn wir i bawb, yn enwedig i'r rheini sydd fwyaf agored i niwed. Mae angen gwneud llawer mwy i sicrhau bod pob person hŷn yn gallu cael yr ansawdd bywyd gorau, yn gallu cadw'n heini a chymryd rhan, yn gallu cael gafael ar y gwasanaethau a'r cymorth sydd eu hangen arnynt, ac yn gallu gwneud y pethau sy'n bwysig iddynt.

Dyna pam mae hi mor bwysig i ni fod yn uchelgeisiol o ran yr hyn rydym am ei gyflawni ar gyfer pobl hŷn a pham, fel Comisiynydd, y byddaf yn gweithio i sicrhau mai Cymru yw'r lle gorau yn y byd i heneiddio.



Heléna Herklots CBE
Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

“Cefais y pleser o ddod yn Gomisiynydd ym mis Awst 2018 ac mae'n ffrind cael gweithio i wella bywydau pobl hŷn ledled Cymru.”

Ymgysylltu â phobl hŷn ledled Cymru

Roedd ymgysylltu â phobl hŷn ledled Cymru yn dal i fod yn rhan o waith y Comisiynydd yn ystod 2018-19 ac, yn ystod y flwyddyn honno, bu'r Comisiynydd a'i thîm yn ymweld â 188 o grwpiau, gan siarad â mwy na 5,300 o bobl hŷn.

Cafwyd ymweliadau ym mhob awdurdod lleol yng Nghymru ac roedd y grwpiau yr ymwelwyd â nhw yn amrywio o fentrau cymunedol anffurfiol i grwpiau mwy o faint a mwy ffurfiol fel fforymau i bobl hŷn.

Wrth benderfynu ar ba grwpiau y dylid ymgysylltu â nhw, roedd ffocws penodol ar gyrraedd ystod mor amrywiol â phosibl o grwpiau gan ymgysylltu â phobl hŷn â nodweddion gwarchoddedig, pobl nad yw eu lleisiau'n cael eu clywed yn aml.

Roedd yr ymgysylltiad hwn yn cynnig ystod eang o gyfleoedd i glywed yn uniongyrchol gan bobl hŷn am eu profiadau a'r newidiadau yr hoffent eu gweld a fyddai'n gwella eu bywydau.

Roedd y digwyddiadau a'r sesiynau ymgysylltu hefyd yn caniatáu i'r Comisiynydd a'i thîm ddsbarthu gwybodaeth ddefnyddiol i bobl hŷn, yn ogystal â thynnu sylw at rôl a gwaith y Comisiynydd, a'r ffyrdd y mae hi'n darparu cymorth uniongyrchol i bobl hŷn drwy ei thîm gwaith achos.

Cafodd y pryderon a amlygwyd a'r wybodaeth a rannwyd gan bobl hŷn mewn digwyddiadau ymgysylltu eu trin gan dîm gwaith achos y Comisiynydd mewn achosion lle roedd angen cymorth a chefnogaeth ar berson hŷn. Neu, cawsant eu defnyddio i arwain a llywio gwaith a blaenoriaethau'r Comisiynydd, yn ogystal â nodi'r meysydd lle mae angen gwneud newidiadau a gwelliannau.

Ymgysylltu ac Ymgynghori: Datblygu Blaenoriaethau a Rhaglen Waith y Comisiynydd

Pan ddechreuodd y Comisiynydd ei swydd ym mis Awst 2018, defnyddiwyd cyfleoedd ymgysylltu i wrando ar safbwyntiau a syniadau pobl hŷn am yr hyn fyddai'n sicrhau mai Cymru yw'r lle gorau yn y byd i heneiddio a sut y gellid creu'r newidiadau sydd eu hangen.

Fe wnaeth y gwaith hanfodol hwn helpu i lywio blaenoriaethau'r Comisiynydd a'r camau y bydd hi'n eu cymryd dros y tair blynedd nesaf, fel y nodir yn ei strategaeth 2019-22, a gyhoeddwyd ym mis Ebrill 2019.

Yn ystod y flwyddyn fe wnaeth y Comisiynydd a'i thîm ymweld â 188 o grwpiau i siarad a chwrdd â mwy na 5,300 o bobl hŷn

Hefyd, fe wnaeth y Comisiynydd ymgynghori â phobl hŷn er mwyn helpu i bennu'r gwaith y byddai hi'n ei wneud o 2019-20 ymlaen. Cafodd yr ymgynghoriad ei gynnal rhwng mis Ionawr a mis Mawrth a rhannodd mwy na 250 o bobl hŷn a rhanddeiliaid ledled Cymru eu safbwyntiau a'u syniadau. Yn dilyn yr ymgynghoriad, cyhoeddodd y Comisiynydd adroddiad sy'n rhoi crynodeb o'r ymatebion a gafwyd gan bobl hŷn a rhanddeiliaid, yn ogystal â'r safbwyntiau a'r syniadau a rannwyd ynghylch sut mae gwneud Cymru y lle gorau yn y byd i heneiddio.

I benderfynu ar y blaenoriaethau y bydd hi'n canolbwyntio arnynt, defnyddiodd y Comisiynydd y meini prawf a ganlyn:

- Mae'r mater o fewn cylch gwaith y Comisiynydd, fel y nodir yn Neddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru) 2006.
- Mae swyddfa'r Comisiynydd mewn sefyllfa arbennig o dda i fwrw ymlaen â'r mater oherwydd natur rôl a phroffil y Comisiynydd, neu oherwydd natur y mater.
- Mae angen i'r Comisiynydd fynd i'r afael â'r mater, oherwydd drwy beidio â gwneud hynny, mae yna berygl i leisiau pobl hŷn beidio â chael eu clywed.
- Nid yw swyddfa'r Comisiynydd yn dyblygu gwaith – hy, nid oes rhaglen waith fawr ar y mater yn cael ei harwain gan unigolyn neu sefydliad arall neu, os oes, mae'n amlwg sut y bydd gwaith y Comisiynydd yn ychwanegu gwerth.
- Byddai cyflawni'r nod, neu wneud cynnydd pendant tuag ato, yn ymarferol o fewn cyfnod o 3-4 blynedd.

Yn ogystal â defnyddio'r meini prawf uchod i bennu pob blaenoriaeth unigol, ystyriodd y Comisiynydd y meini prawf canlynol – bod rhaid i'w blaenoriaethau, gyda'i gilydd, fodloni'r canlynol:

- Ceisio gwella ansawdd bywyd y bobl hŷn sydd fwyaf agored i niwed, y rhai sy'n cael eu clywed leiaf, a'r rhai sydd mewn perygl.
- Gallu creu canlyniadau cadarnhaol ar gyfer pob person hŷn.
- Cynorthwyo pobl hŷn i heneiddio'n dda, gan gydnabod y cyfraniad y mae pobl hŷn yn gallu ei wneud, ac yn ei wneud, i'r gymdeithas.
- Ymateb i'r problemau rydym yn clywed amdanynt gan bobl hŷn a/neu sy'n cael eu canfod wrth wneud ymchwil.
- Cydnabod ac ymateb i'r amrywiaeth yn y boblogaeth hŷn, a'r anghydraddoldebau sy'n bodoli yn y boblogaeth honno.

Cafodd yr ymgynghoriad ar raglen waith y Comisiynydd ei gynnal rhwng mis Ionawr a mis Mawrth - rhannodd mwy na 250 o bobl hŷn a rhanddeiliaid ledled Cymru eu safbwyntiau a'u syniadau

Ymgysylltu â Sefydliadau sy'n Rhanddeiliaid

Yn ogystal ag ymgysylltu'n helaeth â phobl hŷn ledled Cymru, ymgysylltodd y Comisiynydd a'i thîm ag ystod eang o sefydliadau ar draws y sector cyhoeddus a'r trydydd sector. Fe wnaethant gwrdd ag unigolion allweddol ac annerch amryw o gynadleddau a digwyddiadau – ar gyfer sefydliadau gan gynnwys y Gymdeithas Alzheimer's, Gofal a Thrwsio Cymru, Confensiwn Cenedlaethol y Pensiynwyr a llawer o Fforymau 50+ – gan ymweld â gwasanaethau'r rheng flaen a rhedeg stondinau gwybodaeth mewn digwyddiadau rhanddeiliaid allweddol ledled Cymru.

Roedd yr ymgysylltiad hwn yn gyfle i rannu gwybodaeth a dealltwriaeth, i amlygu a hyrwyddo arferion da, i nodi cyfleoedd ar gyfer gweithio mewn partneriaeth, ac i drafod pryderon pan fo angen. Yn ogystal, fe wnaeth hyn helpu'r Comisiynydd i ddatblygu ei strategaeth dair blynedd, gan lywio ei blaenoriaethau drwy nodi'r meysydd lle mae angen rhagor o waith i wella bywydau pobl hŷn a materion y mae'r Comisiynydd mewn sefyllfa unigryw i allu bwrw ymlaen â nhw drwy ei gwaith.

Bydd y Comisiynydd yn parhau i ymgysylltu ag ystod eang o gyrff cyhoeddus a rhanddeiliaid ledled Cymru, ac mae cynlluniau yn eu lle i gwrdd â phob bwrdd iechyd ac awdurdod lleol i drafod y gwaith, y prosiectau a'r mentrau y maent yn eu cyflawni ar gyfer pobl hŷn, yn ogystal â thynnu sylw at unrhyw feysydd a allai achosi pryder.

Gweithio gyda'r Cyfryngau

Cynhaliodd y Comisiynydd bresenoldeb cryf yn y cyfryngau drwy gydol 2018-19 er mwyn amlygu ei gwaith a rhoi sylw ar ystod eang o faterion sy'n effeithio ar fywydau pobl hŷn.

Cafodd gwaith y Comisiynydd sylw ar y teledu, ar y radio ac mewn papurau newydd, yn ogystal â mewn sawl cyhoeddiad mwy arbenigol fel Cylchgrawn y Sefydliad Materion Cymreig a Chylchgrawn Fforwm Gofal Cymru.

Yn ystod 2018-19, cafodd y Comisiynydd a'i gwaith eu crybwyll 127 o weithiau ar draws ystod eang o erthyglau ar-lein a rhai wedi'u hargraffu. Roedd y sylw hwn yn golygu bod 1.5biliwn o straeon neu erthyglau 'Cyfleoedd i Weld' yn gysylltiedig â'r Comisiynydd. Cafodd y rhain Werth Hysbysebu a oedd yn cyfateb i dros £11,880,342.

Mae gweithio gyda'r cyfryngau wedi bod yn werthfawr iawn i godi ymwybyddiaeth o'r Comisiynydd a'i rôl, fel y dangosir yn nata'r polau a ddangosodd bod 42% o bobl hŷn wedi clywed am y Comisiynydd, i fyny o 37% yn 2017.

Drwy ymgysylltu â sefydliadau rhanddeiliaid, cafwyd cyfle i rannu gwybodaeth a dealltwriaeth, i amlygu a hyrwyddo arferion da, i nodi cyfleoedd ar gyfer gweithio mewn partneriaeth, ac i drafod pryderon pan fo angen

Gwaith achos: rhoi cymorth i bobl hŷn

Mae pwerau'r Comisiynydd o dan Ddeddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru) 2006 yn caniatáu iddi ddarparu cymorth a chefnogaeth yn uniongyrchol i bobl hŷn, a ddarperir drwy ei thîm gwaith achos pwrpasol.

“Rhagorol! Mor falch eich bod chi yno! Doeddwn i ddim yn meddwl y down i o hyd i unrhyw un a allai fy helpu!”

- Adborth gwaith achos gan berson hŷn

Mae pwerau'r Comisiynydd o dan Ddeddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru) 2006 yn caniatáu iddi ddarparu cymorth a chefnogaeth yn uniongyrchol i bobl hŷn, a ddarperir drwy ei thîm gwaith achos pwrpasol.

Mae'r tîm gwaith achos yn darparu gwybodaeth, cymorth ac arweiniad i rymuso pobl hŷn a'u teuluoedd a'u helpu i ddeall eu hawliau a'u hawlio. Mae'r tîm yn darparu cymorth fel bod modd i bobl hŷn a'u teuluoedd herio penderfyniadau ac arferion gwasanaethau a chyrrff cyhoeddus, yn ogystal â gweithio eu ffordd drwy systemau, polisïau a phrosesau, sy'n aml yn rhai cymhleth, a hynny yn yr amgylchiadau mwyaf anodd a gofidus yn aml. Mewn rhai achosion, mae'r tîm gwaith achos yn ymyrryd ar ran person hŷn (yn amodol ar ei ganiatâd).

Yn ystod 2018-19, fe wnaeth tîm gwaith achos y Comisiynydd ddarparu cymorth a chefnogaeth i 397 o bobl hŷn (neu aelodau o'r teulu sy'n gweithredu ar ran person hŷn). Roedd hwn yn gynnydd bach o gymharu â 2017-18, lle rhoddwyd cymorth i 366 o bobl hŷn (neu aelodau o'r teulu). Roedd llawer o'r achosion roedd y tîm yn gweithio arnynt yn gysylltiedig â materion cymhleth a oedd wedi rhygnu ymlaen am gyfnodau sylweddol.

Mae sefyllfa pob un sy'n cysylltu â'r Comisiynydd yn unigryw, felly mae'r cymorth a'r gefnogaeth a ddarperir gan y tîm gwaith achos yn cael eu teilwra i adlewyrchu anghenion unigol pobl.

“Mae fy ngweithiwr achos wedi cynnig geiriau doeth yn ystod misoedd hynod o anodd. Mae hi'n dda iawn am wrando ac wedi bod yn help mawr i mi ar adeg pan oeddwn wedi cyrraedd pen fy nhennyn. Mae wedi fy helpu i gael y nerth i barhau i ymladd yn erbyn system sy'n methu.”

- Adborth gwaith achos gan berson hŷn

Roedd tîm gwaith achos y Comisiynydd wedi rhoi cymorth a chefnogaeth i 397 o bobl hŷn yn ystod 2018-19

Astudiaeth Achos: Oedi annerbyniol ar gyfer Addasu Cartref

Roedd Mrs E wedi cysylltu â'r Comisiynydd ar ôl gwneud sawl cais, drwy'r tîm Therapi Galwedigaethol yn ei hawdurdod lleol, i gael lifft grisiau yn ei chartref er mwyn iddi allu parhau i fyw yn annibynnol.

Dywedwyd wrth Mrs E ei bod hi ar y rhestr aros ar gyfer yr addasiadau, ond y gallai gymryd hyd at flwyddyn i'r lifft grisiau gael ei osod. Dywedwyd wrthi y dylai hi symud ei gwely i lawr y grisiau ac ymolchi â chadach gan na fyddai modd iddi ddefnyddio ei hystafell ymolchi.

Roedd Mrs E yn teimlo'n rhwystredig ac yn ddigalon iawn wrth glywed hyn, ac yn poeni am orfod dibynnu ar ei theulu i gael cymorth gan ei bod hi 'eisoës yn teimlo fel baich'.

Fis yn ddiweddarach, cysylltodd teulu Mrs E â'r awdurdod lleol i gael yr wybodaeth ddiweddaraf a dywedwyd wrthynt nad oedd hi ar y rhestr aros. Ar ben hynny, nid oedd cofnodion o sgysiau blaenorol â'r Therapydd Galwedigaethol.

Cytunodd y Rheolwr Gwasanaethau Cymdeithasol i ymchwilio i'r hyn a oedd wedi achosi'r gwall sylweddol hwn, ynghyd ag edrych a fyddai modd gwneud yr addasiadau'n gynt na'r amserlen a roddwyd i Mrs E. Fodd bynnag, ni chafodd Mrs E a'i theulu unrhyw ddiweddariad na gwybodaeth gan yr awdurdod lleol ac roeddent unwaith eto yn teimlo'n rhwystredig oherwydd y diffyg cyfathrebu a'r ffaith ei bod yn debygol y byddai'r gwaith o osod y lifft grisiau yn cael ei ohirio ymhellach.

Gyda chydysyniad Mrs E, ymyrodd Tîm Gwaith Achos y Comisiynydd, gan gysylltu â'r adran gwasanaethau cymdeithasol i sicrhau bod ymchwiliad trylwyr yn cael ei gynnal i bennu'r hyn a oedd wedi mynd o chwith, yn unol â'r addewid blaenorol, ac i sicrhau bod yr addasiadau hanfodol yn cael eu gwneud cyn gynted â phosibl.

Ar ôl i'r Tîm Gwaith Achos ymyrryd, cafodd achos Mrs E ei flaenoriaethu a chynhaliwyd asesiad llawn o'i hanghenion gofal o fewn ychydig wythnosau. Chwe wythnos yn ddiweddarach, cafodd y lifft grisiau ei osod yng nghartref Mrs E, ynghyd â gwasanaethau cymorth ychwanegol, gan gynnwys botwm ffonio mewn argyfwng.

Erbyn hyn mae Mrs E yn gallu byw yn annibynnol yn ei chartref a dywedodd ei bod yn 'ofnadwy o falch' o'r canlyniad ar ôl i'r Comisiynydd ymyrryd.

Er bod pobl hŷn a'u teuluoedd yn cysylltu â'r Comisiynydd ynghylch ystod eang o faterion, mae'r materion mwyaf cyffredin yn ymwneud â gwasanaethau iechyd, tai, gofal a diogelu, a cham-drin. Isod, nodir rhagor o wybodaeth am y mathau o ymholiadau y mae'r tîm gwaith achos yn delio â nhw:

Gwasanaethau iechyd

Roedd y materion yn ymwneud ag iechyd yn amrywio, ond roedd llawer ohonynt yn ymwneud â chael gafael ar wasanaethau meddygon teulu a gwasanaethau iechyd meddwl. Roedd llawer o'r achosion yn ymwneud â chwynion am y gofal a/neu'r driniaeth a roddwyd i berson hŷn, neu wasanaethau a oedd wedi cael eu tynnu'n ôl. Roedd y tîm gwaith achos hefyd yn rhoi cymorth i unigolion a oedd yn ansicr ynghylch y broses ymgeisio am Gyllid Gofal Iechyd Parhaus.

Tai

Roedd llawer o'r ymholiadau tai a gafodd y tîm gwaith achos yn ymwneud â thai cymdeithasol, yn enwedig materion yn ymwneud â chynnal a chadw ac atgyweirio, costau rheoli a lesddaliadau, ac ymddygiad anghymdeithasol tenantiaid eraill. Hefyd, fe wnaeth y tîm roi cyngor i bobl hŷn a'u teuluoedd am y broses ar gyfer trefnu addasiadau i'r cartref a gwneud ceisiadau am dai cymdeithasol, yn enwedig y meini prawf cymhwyso.

Gofal

Roedd nifer fawr o'r ymholiadau gofal yn ymwneud â chartrefi gofal, yn enwedig dewis cartref gofal, y diffyg cartrefi gofal sydd ar gael mewn ardaloedd penodol, cynnydd mewn ffioedd cartrefi gofal a ffioedd ychwanegol. Tynnwyd sylw at nifer o faterion yn ymwneud â safonau'r gofal hefyd, gan gynnwys hylendid a gofal personol, a phryderon am gamleoli eiddo preswylwyr.

Diogelu a Cham-drin

Fe wnaeth y tîm gwaith achos roi cymorth i bobl hŷn a'u teuluoedd mewn llawer o achosion yn ymwneud â cham-drin ariannol, yn aml lle roedd aelod o'r teulu yn cael ei gyhuddo o droseddu. Hefyd, cafodd cymorth ei roi mewn achosion cymhleth o gam-drin domestig o ganlyniad i newidiadau mewn ymddygiad a oedd yn gysylltiedig â dementia a rhoddwyd gorchmynion atal ar waith. Er bod y gorchmynion atal hyn wedi cael eu cyflwyno, roedd y partïon a oedd wedi cael eu cam-drin yn dal am gael cyswllt â'u partneriaid felly fe wnaeth y tîm gwaith achos weithio gydag Eiriolwyr Annibynnol Trais Domestig a'u cynghori er mwyn sicrhau datrysiad diogel ac effeithiol.

Er bod pobl hŷn a'u teuluoedd yn cysylltu â'r Comisiynydd ynghylch ystod eang o faterion, mae'r materion mwyaf cyffredin yn ymwneud â gwasanaethau iechyd, tai, gofal a diogelu, a cham-drin

Astudiaeth Achos: Sicrhau Mynediad at Gyfiawnder

Cysylltodd Mr J â swyddfa'r Comisiynydd ar ran ei fam (Mrs J) a oedd wedi dioddef o ladrad. Roedd Mrs J wedi rhoi Awdurdod Trydydd Parti dros ei chyfrif banc i gyfaill agos fel y gellid tynnu arian ar gyfer siopa a thalu biliau, ond fe wnaeth y cyfaill dynnu symiau mawr o arian ar sawl achlysur, heb allu egluro hynny.

Roedd Mr J wedi cysylltu â'r heddlu, ond roedd yn poeni nad oeddent yn ymchwilio i'r achos yn briodol a bod cyfleoedd hollbwysig i gael tystiolaeth i erlyn y troseddwr yn cael eu colli.

Cysylltodd Tîm Gwaith Achos y Comisiynydd ag Uned Diogelu'r Cyhoedd yr heddlu i dynnu sylw at rwystredigaeth y teulu a'u pryderon ynghylch yr ymchwiliad. Mewn ymateb, ymddiheurodd uwch swyddog am y diffyg cynnydd, gan nodi bod safon yr ymchwiliad yn is na'r hyn y dylid ei ddisgwyl. Dywedodd y byddai'r achos yn cael ei ail-aseinio i aelod o'r CID, er mwyn cyflymu'r ymchwiliad.

Fe wnaeth y Tîm Gwaith Achos gynnal y cyswllt â theulu Mrs J er mwyn rhoi'r wybodaeth ddiweddaraf iddynt am gynnydd yr achos. Fisoedd yn ddiweddarach, fe wnaethant fynegi rhagor o bryderon nad oedd yr achos wedi datblygu, gan ddweud ei bod yn ymddangos nad oedd gan y swyddog ymchwilio 'ddigon o ddiddordeb'.

Yn dilyn rhagor o ymyriadau gan y Tîm Gwaith Achos, a wnaeth uwchgyfeirio'r mater i'r Dirprwy Brif Arolygydd Cynorthwyol, dechreuodd yr achos symud yn ei flaen ac ar ôl hynny cafodd y troseddwr ei gyhuddo, ei roi ar brawf a'i gael yn euog o 12 achos o dwyll, a arweiniodd at ddedfryd o garchar.

Dywedodd y teulu eu bod yn teimlo na fyddai'r troseddwr wedi cael ei euogfarnu heb ymyriad y Comisiynydd, a'u bod yn 'ofnadwy o ddiolchgar' am yr holl gefnogaeth a gawsant drwy gydol y broses.

“Roeddech chi'n help mawr a rhoddoch ateb clir a phendant i'm cwestiwn. Rydych wedi gallu rhoi cyngor ynglŷn â'r hyn y gallwn ei wneud i ddatrys problemau sydd wedi para am amser.”

- Adborth gwaith achos gan berson hŷn

Mae profiadau'r bobl hŷn a'r teuluoedd sy'n cysylltu â thîm gwaith achos y Comisiynydd, ynghyd â'r wybodaeth y maent yn ei rhannu, yn dystiolaeth i'r Comisiynydd o'r ffyrdd y mae polisïau'n cael eu trosi'n arferion ar lawr gwlad, gan ei helpu i nodi materion posibl o ran darparu gwasanaethau ac enghreifftiau lle nad yw hawliau pobl hŷn yn cael eu cynnal. Mae hyn yn caniatáu iddi fynegi pryderon gerbron cyrff a gwasanaethau cyhoeddus, yn ogystal â helpu i arwain a llywio gwaith y Comisiynydd.

Yn ogystal, mae gwaith achos y Comisiynydd yn ei helpu i adnabod cyfleoedd i rymuso pobl hŷn drwy ddatblygu canllawiau gwybodaeth ar faterion allweddol a'u dosbarthu ledled Cymru.

Sbarduno newid i bobl hŷn

Gwireddu Hawliau Pobl Hŷn

Roedd diogelu a hyrwyddo hawliau pobl hŷn yn dal i fod yn rhan allweddol o waith y Comisiynydd yn ystod 2018-19. Er bod y galw am fil hawliau pobl hŷn wedi methu – yn lle hynny mae Llywodraeth Cymru wedi ymrwmo i edrych yn ehangach ar ffyrdd o wella hawliau holl ddinasyddion Cymru – mae'r Comisiynydd yn nodi nifer o feysydd lle roedd angen cymryd camau i ddiogelu hawliau pobl hŷn ac mae hi wedi sicrhau bod Llywodraeth Cymru yn ymrwmo i fwrw ymlaen â'r rhain:

- Cyd-lunio canllawiau ymarferol ar gyfer awdurdodau lleol ynglŷn â rhoi Egwyddorion y Cenhedloedd Unedig ar gyfer Pobl Hŷn ar waith yn unol â'u dyletswydd i dalu sylw dyledus wrth gyflawni swyddogaethau gwasanaethau cymdeithasol. Fe wnaeth Llywodraeth Cymru gadarnhau y byddai'r canllawiau hyn yn canolbwyntio ar gomisiynu, diogelu ac eirioli i ddechrau.
- Datblygu fframwaith cenedlaethol ar gyfer comisiynu eiriolaeth annibynnol i oedolion ac edrych ar y posibilrwydd o estyn "Cynnig Gweithredol" ar gyfer eiriolaeth i bobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal neu'n cael eu rhyddhau o'r ysbyty.
- Adolygu canllawiau ar gyfer uwchgyfeirio pryderon er mwyn sicrhau na chaiff pobl hŷn eu rhoi mewn perygl oherwydd bod y lle maen nhw'n ei alw'n gartref yn cau a bod eu hawliau'n cael eu cynnal pan fo angen cau cartref gofal.
- Gwireddu Egwyddorion y Cenhedloedd Unedig ar gyfer pobl hŷn sy'n defnyddio gwasanaethau'r GIG, gan gynnwys cyfeirio at sut mae Byrddau Iechyd yn rhoi sylw i'r Egwyddorion yn eu Datganiadau Ansawdd Blynyddol.
- Ymgorffori Egwyddorion y Cenhedloedd Unedig yn asesiadau effaith Llywodraeth Cymru.

Mae Llywodraeth Cymru wedi dechrau gweithredu ar alwadau'r Comisiynydd, a bydd hi'n parhau i fonitro a chraffu ar waith y Llywodraeth yn y maes hwn i sicrhau bod y Llywodraeth yn cyflawni yn unol â'r ymrwymadau y mae hi wedi'u gwneud.

Gwybod Eich Hawliau: Canllaw Syml

Roedd ffigurau'r polau yn dangos nad yw tua thraean y bobl hŷn yng Nghymru – dros chwarter miliwn o bobl – yn deall eu hawliau. Mewn ymateb i hyn, cyhoeddodd y Comisiynydd ganllaw gwybodaeth i rymuso pobl hŷn gan sicrhau bod ganddynt yr

Mae Llywodraeth Cymru wedi dechrau gweithredu ar alwadau'r Comisiynydd, a bydd hi'n parhau i fonitro a chraffu ar waith y Llywodraeth yn y maes hwn i sicrhau bod y Llywodraeth yn cyflawni yn unol â'r ymrwymadau y mae hi wedi'u gwneud

wybodaeth sydd ei hangen arnynt i gael gafael ar eu hawliau o dan ystod o ddeddfwriaethau ac i herio cyrff cyhoeddus a darparwyr gwasanaethau os ydynt yn teimlo bod eu hawliau wedi cael eu torri.

Mae'r canllaw yn nodi'r hawliau sydd gan bobl hŷn mewn ystod o feysydd allweddol, fel cyflogaeth, gofal iechyd a thai, yn ogystal ag egluro'r hawliau sydd gan bobl hŷn i gael eu trin ag urddas a pharch, i fod yn rhan o benderfyniadau sy'n effeithio ar eu bywyd ac i gael eu diogelu a'u gwarchod.

Mae'r canllaw hefyd yn cynnwys manylion sefydliadau a all roi cymorth, cefnogaeth a chynghor i bobl hŷn yng nghyswllt eu hawliau.

Hyd yma, mae dros 4,000 copi o'r canllaw wedi cael eu dosbarthu i bobl hŷn mewn digwyddiadau ledled Cymru a drwy sefydliadau sy'n gweithio gyda phobl hŷn ac ar eu rhan.

Ailystyried seibiant ar gyfer pobl y mae dementia yn effeithio arnynt

Un o'r prif faterion a amlygwyd yn adroddiad y Comisiynydd 'Dementia: Mwy na Dim ond Colli'r Cof', a gyhoeddwyd yn 2016, oedd pwysigrwydd gwasanaeth seibiant hyblyg o ansawdd uchel sy'n cynnig profiad cadarnhaol i bobl hŷn sy'n byw gyda dementia a'u gofawyr.

O ystyried pwysigrwydd seibiant a'i gysylltiadau â materion allweddol eraill fel diogelu ac iechyd a lles, dechreuodd y Comisiynydd raglen waith ar ôl hynny er mwyn edrych ar faterion sy'n ymwneud â seibiant yn fanylach, gan gyhoeddi ei chanfyddiadau yn ei hadroddiad 'Ailystyried Seibiant ar gyfer Pobl y mae Dementia yn Effeithio arnynt' ym mis Ebrill 2018.

Yn ogystal ag adolygu gwaith ymchwil ac arferion da sy'n gysylltiedig â seibiant, mae'r adroddiad hefyd yn cynnwys tystiolaeth gan bobl sy'n byw gyda dementia, a'u gofawyr, mewn cyfres o sesiynau trafod a gynhaliwyd ledled Cymru.

Cafodd ystod eang o bynciau eu trafod yn y sesiynau hyn – a gynhaliwyd yn Llansawel, Caerdydd, Cas-gwent, Llandrindod, Pontypridd, Porthmadog a Sanclêr – gan gynnwys ansawdd a hyblygrwydd gwasanaethau seibiant a'r dewis ohonynt; cael gafael ar wybodaeth, cynghor ac eiriolaeth; y gweithgareddau sydd ar gael mewn gwasanaethau seibiant; a materion eraill fel diogelu, cymryd risgiau cadarnhaol, meithrin a chynnal perthynas, amrywiaeth a thrafnidiaeth.

Roedd yr adroddiad yn egluro bod pobl y mae dementia yn effeithio arnynt yn aml yn ei chael yn anodd cael gafael ar wybodaeth am yr opsiynau seibiant sydd ar gael iddynt. Hefyd, mae'n egluro

Roedd adroddiad Ail-ystyried Seibiant y Comisiynydd yn egluro bod pobl y mae dementia yn effeithio arnynt yn aml yn ei chael yn anodd cael gafael ar wybodaeth am yr opsiynau seibiant sydd ar gael iddynt. Hefyd, mae'n egluro nad yw'r gwasanaethau seibiant traddodiadol yn aml yn ddigon hyblyg i ddiwallu eu hanghenion ac, weithiau, nid ydynt yn cael canlyniadau cadarnhaol

nad yw'r gwasanaethau seibiant traddodiadol yn aml yn ddigon hyblyg i ddiwallu eu hanghenion ac, weithiau, nid ydynt yn cael canlyniadau cadarnhaol. Yn ogystal, yn yr achosion gwaethaf, bydd gwasanaethau seibiant nad ydynt yn diwallu anghenion pobl yn cael effaith negyddol ar eu hiechyd a'u lles, a gallant ddwyn eu hannibyniaeth oddi arnynt.

Fodd bynnag, roedd yr adroddiad yn dangos hefyd bod seibiant hyblyg sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn yn cynnig amrywiaeth o fanteision i ofalwyr a phobl sy'n byw gyda dementia, a bod dulliau arloesol yn aml yn arwain at ganlyniadau gwell a hefyd yn cynnig gwerth gwell am arian.

Drwy gyhoeddi'r adroddiad, sy'n nodi ystod o gamau yr oedd angen eu cymryd i wella seibiant, galwodd y Comisiynydd am newid sylfaenol yn y ffordd y mae gwasanaethau seibiant yng Nghymru yn cael eu hystyried a'u darparu, gan weithio gyda sefydliadau allweddol – gan gynnwys Gofal Cymdeithasol Cymru, y Rhwydwaith Dysgu a Gwella Gofalwyr a'r Ymddiriedolaeth i Ofalwyr – i edrych ar ffyrdd o fynd i'r afael â'r materion a nodwyd.

Fe wnaeth y Comisiynydd rannu ei chanfyddiadau â Llywodraeth Cymru hefyd, a ymrwymodd i ddefnyddio'r dystiolaeth yn yr adroddiad fel sail i ddatblygu'r camau a fydd yn cael eu cymryd o dan Gynllun Gweithredu Cymru ar gyfer Dementia 2018-22.

Canllawiau ar gymorth seibiant i bobl y mae Dementia yn effeithio arnynt

Fel y disgrifir uchod, roedd adroddiad 'Ail-ystyried Seibiant' y Comisiynydd yn datgelu bod pobl y mae dementia yn effeithio arnynt yn aml yn cael trafferth dod o hyd i wybodaeth am gael gafael ar wasanaethau seibiant ac am yr opsiynau a allai fod ar gael iddynt.

I sicrhau y gallai pobl sy'n byw gyda dementia a'u gofalwyr gael gafael ar y wybodaeth hon yn rhwydd, cyhoeddodd y Comisiynydd 'Canllawiau ar Gymorth Seibiant i Bobl y mae Dementia yn Effeithio Arnynt', ym mis Tachwedd 2018, sy'n trafod ystod eang o bynciau gan gynnwys y gwahanol fathau o seibiant sydd ar gael a sut gellir cael gafael arnynt, cymorth ariannol posibl a'r hawliau sydd gan bobl o dan ddeddfwriaeth gofal cymdeithasol. Er bod y canllawiau'n canolbwyntio ar bobl y mae dementia yn effeithio arnynt, mae llawer o'r wybodaeth ynddynt yn ddefnyddiol ar gyfer yr holl bobl hŷn, a'u gofalwyr, y mae angen seibiant arnynt.

Datblygwyd y canllawiau gyda chymorth gan bobl â dementia a'u gofalwyr o bob cwr o Gymru, a wnaeth helpu i lywio cynnwys y canllawiau drwy rannu eu syniadau am y mathau o wybodaeth y dylid eu cynnwys a'r hyn fyddai fwyaf defnyddiol ar sail eu profiadau.

Cafodd canllawiau'r Comisiynydd ar gymorth seibiant eu datblygu gyda chymorth pobl sydd â dementia a'u gofalwyr o bob rhan o Gymru

Mae'r canllawiau wedi cael eu dosbarthu'n helaeth i bobl hŷn a gofalwyr ledled Cymru drwy ddiwyddiadau ymgysylltu a thrwy ystod eang o sefydliadau trydydd sector gan gynnwys y Gymdeithas Alzheimer's, Age Connects Wales ac Age Cymru. Hefyd, fe wnaeth y Comisiynydd ddarparu gweithdy yng Nghynhadledd Gofal Cymdeithasol Genedlaethol yr Cymdeithas Cyfarwyddwyr Gwasanaethau Cymdeithasol, i ddysgu rhagor am gymorth seibiant a'i fanteision ymysg gweithwyr proffesiynol ym maes gofal cymdeithasol, yn ogystal â thynnu sylw at ddulliau arloesol o seibiant sy'n gwneud gwahaniaeth cadarnhaol i fywydau pobl y mae dementia yn effeithio arnynt.

Sicrhau Llais i Bobl Hŷn: mynediad pobl hŷn at eiriolaeth annibynnol

Mae eiriolaeth yn rhan hanfodol o'r gwaith o helpu pobl hŷn i gael eu clywed ac mae'n rhan ystyrlon o wneud penderfyniadau, yn enwedig i'r rheini sydd fwyaf agored i niwed.

Fodd bynnag, mae gwaith y Comisiynydd ar draws nifer o feysydd, ynghyd â gwybodaeth a gasglwyd drwy ymgysylltu â phobl hŷn a rhanddeiliaid, wedi adnabod nifer o faterion posibl sy'n ymwneud â mynediad pobl hŷn at eiriolaeth a'r ffyrdd roedd eiriolaeth yn cael ei darparu a'i hyrwyddo.

I benderfynu ar ba faterion oedd yn atal pobl hŷn rhag cael gafael ar eiriolaeth, sut roedd Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 wedi effeithio ar ddarpariaeth gwasanaethau eirioli, a'r ffyrdd y gellid gwella gwasanaethau, fe wnaeth y Comisiynydd gasglu tystiolaeth helaeth gan bobl hŷn a oedd wedi cael cymorth gan eiriolwyr, darparwyr eiriolaeth, y rheini sy'n comisiynu gwasanaethau ac ystod o sefydliadau sy'n gweithio gyda phobl hŷn.

Canfu'r Comisiynydd fod pobl hŷn ledled Cymru, yn aml, yn methu cael gafael ar wasanaethau eiriolaeth ac nad oedd gweithwyr proffesiynol ym maes iechyd a gofal cymdeithasol bob amser yn deall hawliau cyfreithiol pobl i eiriolaeth mewn sefyllfaoedd penodol.

Hefyd, fe wnaeth y Comisiynydd nodi nifer o ddiffygion yn y ddeddfwriaeth bresennol a'r ffyrdd y mae hi'n cael ei chymhwyso, a wnaeth atal pobl rhag cymryd rhan lawn wrth i benderfyniadau gael eu gwneud am eu bywyd.

Ynghyd â'i chanfyddiadau, roedd adroddiad y Comisiynydd – 'Sicrhau Llais i Bobl Hŷn: Mynediad at Eiriolaeth Annibynnol' – yn cynnwys cyfres o argymhellion ar gyfer Llywodraeth Cymru, awdurdodau lleol a byrddau iechyd, gan alw am ystod o gamau gweithredu i sicrhau bod hawliau pobl yn cael eu cynnal, bod cynlluniau hirdymor yn fwy effeithiol a bod hyfforddiant ar gyfer y

Canfu'r Comisiynydd fod pobl hŷn ledled Cymru yn aml yn methu cael gafael ar wasanaethau eiriolaeth ac nad oedd gweithwyr proffesiynol ym maes iechyd a gofal cymdeithasol bob amser yn deall hawliau cyfreithiol pobl i eiriolaeth mewn sefyllfaoedd penodol

gweithlu yn cael ei wella, a bod 'cynnig gweithredol' o eiriolaeth yn cael ei wneud i bobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal neu i'r rheini sy'n barod i adael yr ysbyty.

Fe wnaeth Llywodraeth Cymru, byrddau iechyd ac awdurdodau lleol ymateb yn gadarnhaol i'r adroddiad a'i ganfyddiadau, gan sicrhau y byddant yn cymryd ystod eang o gamau i gyflawni'r gwelliannau sydd eu hangen. Felly, mae'r Comisiynydd wedi monitro'r newidiadau sy'n cael eu darparu ers cyhoeddi ei hadroddiad a bydd yn cyhoeddi diweddariad ar y broses yn ystod 2019.

Codi Ymwybyddiaeth o Eiriolaeth - Fideo a Chanolfan Adnoddau

Un o brif ganfyddiadau adroddiad y Comisiynydd 'Sicrhau Llais i Bobl Hŷn' oedd bod diffyg ymwybyddiaeth o wasanaethau eirioli, y cymorth y gallant ei ddarparu a'r gwahaniaeth cadarnhaol y gallant ei wneud i fywyd pobl.

Er mwyn codi ymwybyddiaeth o eiriolaeth ymysg pobl hŷn a gweithwyr proffesiynol, fe wnaeth y Comisiynydd weithio mewn partneriaeth ag Age Cymru i greu fideo sy'n tynnu sylw at y ffyrdd y gall helpu pobl hŷn.

Cafodd y fideo ei rannu'n helaeth ar draws y cyfryngau cymdeithasol a gydag aelodau'r Rhwydwaith Heneiddio'n Dda y Comisiynydd, a bydd yn cael ei ddangos mewn digwyddiadau a seminarau ar gyfer gweithwyr proffesiynol a gwirfoddolwyr sy'n gweithio gyda phobl hŷn ac ar eu rhan. Hefyd, mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro a Bwrdd Iechyd Aneurin Bevan wedi llwytho'r fideo i fyny i adran hyfforddi eu tudalennau mewnwyd fel ei bod hi'n hawdd i staff y bwrdd iechyd ei wyllo.

Ochr yn ochr â'r fideo, fe wnaeth y Comisiynydd lansio canolfan adnoddau, sy'n darparu ystod o wybodaeth ac adnoddau defnyddiol ar gyfer pobl hŷn a gweithwyr proffesiynol, gan gynnwys taflenni gwybodaeth, taflenni ffeithiau ac adnoddau hyfforddi.

Cartrefi Gofal yng Nghymru: Ateb Eich Cwestiynau

Ers cyhoeddi canfyddiadau ei hadolygiad o ansawdd bywyd a gofal pobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal yng Nghymru yn 2015, mae'r Comisiynydd wedi parhau i fonitro, craffu a darparu adborth parhaus i fyrdau iechyd ac awdurdodau lleol i sicrhau eu bod yn cymryd y camau y nodwyd y byddent yn eu cymryd mewn ymateb i'w hargymhellion, ynghyd ag ymgysylltu'n barhaus â darparwyr gofal ledled Cymru.

Cyhoeddodd y Comisiynydd ganllaw sy'n rhoi atebion i gwestiynau cyffredin am gartrefi gofal er mwyn helpu a grymuso pobl hŷn a'u teuluoedd

Yn ogystal â'r gwaith hwn, roedd y Comisiynydd hefyd yn awyddus i helpu a grymuso pobl hŷn a'u teuluoedd drwy ddarparu ystod eang o wybodaeth a fyddai'n ddefnyddiol iddynt wrth symud i gartref gofal neu wrth fyw mewn cartref o'r fath.

Cyhoeddodd y Comisiynydd ganllaw sy'n rhoi atebion i gwestiynau cyffredin ac mae'n helpu i sicrhau bod pobl hŷn yng Nghymru a'u teuluoedd yn deall hawliau pobl yn well pan fyddant yn byw mewn cartref gofal. Mae'n cynnwys gwybodaeth am ddod o hyd i gartref gofal addas, talu am ofal, cael cyfle i ddweud eu dweud mewn penderfyniadau, gweithgareddau a chymdeithasu, a beth y gall rhywun ei wneud os nad yw'n hapus â'r gofal a'r cymorth mae'n eu cael.

Er mwyn datblygu'r canllaw, roedd tîm y Comisiynydd wedi cwrdd â phobl hŷn a siarad â nhw mewn cyfres o ddigwyddiadau ymgysylltu ledled Cymru, i glywed yn uniongyrchol beth yw'r cwestiynau sydd ganddynt am symud i gartref gofal neu am fyw mewn cartref o'r fath. Mae'r Comisiynydd hefyd wedi bod yn gweithio gyda darparwyr gofal a rhanddeiliaid eraill i sicrhau y byddai'r wybodaeth yn y canllaw yn ateb cwestiynau cyffredin sydd gan breswylwyr.

Hyd yma, dosbarthwyd mwy na 7,000 o gopiâu o'r canllaw i awdurdodau lleol, byrddau iechyd a sefydliadau yn y trydydd sector – yn cynnwys Age Cymru, Alzheimer's Society ac RNIB Cymru – fel bod pobl hŷn a'u teuluoedd yn gallu cael gafael arnynt yn rhwydd.

Pwysau'r Gaeaf ar GIG Cymru

Ym mis Rhagfyr 2018, gofynnodd y Comisiynydd am wybodaeth fanwl gan Lywodraeth Cymru a Byrddau Iechyd am y cynlluniau oedd ganddynt yn eu lle i ymdopi ag unrhyw alw ychwanegol a phwysau posibl yn ystod y gaeaf. Gofynnodd hefyd am wybodaeth am unrhyw gamau penodol a oedd yn cael eu cymryd i wella profiadau cleifion hŷn yr oedd llwyth gwaith gaeaf 2017-18 wedi cael effaith sylweddol arnynt.

Mae'r wybodaeth yn eu hymatebion a'r cynlluniau parodrwydd ar gyfer y gaeaf a gyhoeddwyd wedi cael eu cyhoeddi yn unol â'r fframwaith craffu mewnol i ganiatáu i'r Comisiynydd ystyried, o safbwynt Cymru gyfan, pa welliannau pellach y gellid eu gwneud i wella profiadau pobl hŷn.

Bydd y Comisiynydd yn cyhoeddi ei chanfyddiadau yn 2019-20 a bydd hi'n tynnu sylw at enghreifftiau o arferion da y mae byrddau iechyd wedi'u rhannu â hi i ategu eu gwaith o baratoi a datblygu eu cynlluniau ar gyfer y gaeaf nesaf.

Mae pobl hŷn yn aml yn dweud wrth y Comisiynydd eu bod yn teimlo nad oes digon o gyfleoedd i ddylanwadu'n ystyrlon ar benderfyniadau sy'n effeithio ar eu bywydau a chymunedau

Gwella ymgysylltiad ac ymgynghoriad â phobl hŷn

Mae pobl hŷn yn aml yn dweud wrth y Comisiynydd eu bod yn teimlo nad oes digon o gyfleoedd iddynt ddylanwadu'n ystyrlon ar benderfyniadau sy'n effeithio ar eu bywydau neu eu cymunedau ac y gellid gwella'r gwaith o ymgysylltu ac ymgynghori â nhw yn sylweddol.

Yn dilyn nifer o ymholiadau gan bobl hŷn am y newidiadau arfaethedig i wasanaethau lle mynegwyd pryderon am y ffordd maent yn ymgysylltu ac yn ymgynghori, ysgrifennodd y Comisiynydd at bob awdurdod lleol yng Nghymru i'w hatgoffa o'u dyletswyddau o ran ymgysylltu ac ymgynghori a'r gofyniad iddynt ystyried y canllawiau ffurfiol a gyhoeddwyd gan ddefnyddio pwerau cyfreithiol y Comisiynydd o dan Adran 12 o Ddeddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru) 2006.

Yn dilyn hynny, fe wnaeth y Comisiynydd gwrdd â sawl awdurdod lleol i drafod sut y gallant ymgysylltu ac ymgynghori â phobl hŷn, yn ogystal â materion eraill.

Diogelu ac amddiffyn pobl hŷn

Panel troseddau casineb yn ymwneud ag oedran Gwasanaeth Erlyn y Goron

Yn ystod 2018-19, fe wnaeth y Comisiynydd barhau i fynegi pryderon yn ymwneud â mynediad pobl hŷn at gyfiawnder, yn enwedig y rhwystrau yn y system gyfiawnder sy'n arwain at gyfraddau erlyn ac euogfarnau anghymesur o isel pan fydd pobl yn troseddu yn erbyn pobl hŷn.

Rhannodd y Comisiynydd ei phryderon â'r heddlu a Gwasanaeth Erlyn y Goron, gan dynnu sylw at fylchau yn y gyfraith, a materion yn ymwneud ag ymchwiliadau, casglu tystiolaeth a'r bar tystiolaeth.

Mewn ymateb i'r pryderon a fynegwyd gan y Comisiynydd, fe wnaeth Gwasanaeth Erlyn y Goron gydnabod bod troseddau yn erbyn pobl hŷn yn cael effaith sylweddol a bod nifer o faterion posibl y mae angen edrych arnynt. Sefydlwyd y panel craffu cyntaf erioed i ganolbwyntio'n benodol ar droseddau yn erbyn pobl hŷn.

Roedd y panel yn gyfle unigryw i sefydliadau sy'n gweithio gyda phobl hŷn ac ar eu rhan gael gwell syniad o'r troseddau yn erbyn pobl hŷn, yn ogystal â rhywfaint o'r materion y mae'n rhaid i'r heddlu a Gwasanaeth Erlyn y Goron eu hystyried wrth wneud penderfyniadau ynghylch erlyn neu beidio.

Yn ogystal, yn bwysicach o bosibl, fe wnaeth y panel roi cyfle i'r heddlu a Gwasanaeth Erlyn y Goron ystyried safbwyntiau a chynghor cyfranogwyr ynghylch sut y gellid gwella ymchwiliadau i gynyddu'r cyfle i erlyn yn llwyddiannus.

Cynadleddau Codi Ymwybyddiaeth

Bu'r Comisiynydd yn gweithio mewn partneriaeth â Gofal Cymdeithasol Cymru a Phrosiect Dewis Choice i gynnal dwy gynhadledd i ddarparu ystod eang o wybodaeth ymarferol i'r cynadleddwyr er mwyn gwella eu gwybodaeth a'u dealltwriaeth o sut mae diogelu pobl hŷn rhag cael eu cam-drin. Roedd y cynadleddau'n canolbwyntio'n benodol ar ffyrdd y gallent weithio'n fwy effeithiol i gefnogi hawliau a dewisiadau pobl hŷn sy'n cael eu cam-drin.

Cynhaliwyd y cynadleddau, a oedd yn cynnwys cymysgedd o gyflwyniadau a sesiynau gweithdy arbennig, yn Llanrwst a Chasnewydd ym mis Chwefror 2019. Roeddent yn cynnwys mwy na 100 o gynadleddwyr sy'n gweithio ar draws y gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol.

Yn ystod 2018-19, fe wnaeth y Comisiynydd barhau i fynegi pryderon yn ymwneud â mynediad pobl hŷn at gyfiawnder, yn enwedig y rhwystrau yn y system gyfiawnder sy'n arwain at gyfraddau erlyn ac euogfarnau anghymesur o isel pan fydd pobl yn troseddu yn erbyn pobl hŷn

Roedd yr adborth o'r cynadleddau yn gadarnhaol iawn, gyda llawer o gynadleddwyr yn nodi eu bod wedi dysgu mwy am gam-drin a bod ganddynt well dealltwriaeth o'r ffyrdd y gallent gefnogi pobl hŷn sydd wedi cael eu cam-drin.

Cyflwyniadau a Digwyddiadau Codi Ymwybyddiaeth

Gan adeiladu ar y gwaith a ddechreuodd yn 2014, mae Arweinydd Diogelu y Comisiynydd wedi parhau i ddarparu cyflwyniadau codi ymwybyddiaeth i weithwyr proffesiynol sy'n gweithio ar draws gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol, gan dynnu sylw at raddfa ac effaith yr achosion o gam-drin, sut mae sylwi ar arwyddion o gam-drin a'r cymorth a'r gefnogaeth sydd ar gael i bobl hŷn.

Darparwyd sesiynau codi ymwybyddiaeth i dros 1,100 o weithwyr proffesiynol sy'n gweithio ar draws ystod eang o sefydliadau, gan gynnwys byrddau iechyd, timau diogelu a gwasanaethau cymdeithasol awdurdodau lleol, byrddau diogelu rhanbarthol, Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol a Gwasanaeth Erlyn y Goron.

Yn ogystal â darparu'r sesiynau hyn, fe wnaeth Arweinydd Diogelu y Comisiynydd gymryd rhan mewn nifer o ddigwyddiadau ymgysylltu i godi ymwybyddiaeth o gam-drin ymysg rhanddeiliaid allweddol, gan gynnwys digwyddiad diogelu o gwmpas y bwrdd gyda'r Gwarcheidwad Cyhoeddus, Cyfarfodydd Rhwydwaith Diogelu GIG Cymru, a chyfarfodydd troseddau ac atebolrwydd Heddlu De Cymru.

Ymchwil i broses gwneud penderfyniadau yr heddlu a Gwasanaeth Erlyn y Goron mewn achosion diogelu

Fel yr amlygir uchod, mae'r data sy'n ymwneud â throseddau a'r system cyfiawnder troseddol yn dangos bod y cyfraddau erlyn ac euogfarnau am droseddu yn erbyn pobl hŷn yn anghymesur o isel o gymharu â'r boblogaeth gyfan, yn enwedig mewn achosion sy'n ymwneud â diogelu, cam-drin ac esgeuluso mewn cartrefi gofal ac ysbytai.

Felly, fe wnaeth y Comisiynydd gomisiynu gwaith ymchwil i edrych ar y ffordd y gall penderfyniadau'r heddlu a Gwasanaeth Erlyn y Goron effeithio ar ymchwiliadau sy'n ymwneud â diogelu a mynediad pobl hŷn at gyfiawnder ar ôl hynny.

Gan weithio gyda'r heddlu a Gwasanaeth Erlyn y Goron, bydd y tîm ymchwilio yn adolygu data a chanlyniadau sy'n ymwneud a mwy na 400 o achosion diogelu ar draws pedwar heddlu Cymru.

Rhoddwyd sesiynau codi ymwybyddiaeth i fwy na 1,100 o bobl broffesiynol sy'n gweithio ar draws ystod eang o sefydliadu

Nod yr ymchwil yw nodi'r heriau a'r rhwystrau a all esbonio'r lefelau isel o achosion sy'n cael eu herlyn a ffyrdd posibl y gellid gwella ymchwiliadau diogelu. Bydd yr ymchwil hefyd yn ystyried a oes cysondeb yn y penderfyniadau a wneir ledled Cymru, gan nodi'r gofynion hyfforddi posibl a'r cyfyngiadau yn y ddeddfwriaeth bresennol.

Bydd canfyddiadau'r ymchwil, yn ogystal ag unrhyw argymhellion ar gyfer yr heddlu a Gwasanaeth Erlyn y Goron, yn cael eu cyhoeddi yn 2020-21.

Galluedd Meddyliol: Arweiniad Syml

Er y defnyddir y term 'galluedd meddyliol' yn aml mewn gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol, mae pobl hŷn a'u teuluoedd wedi dweud wrth y Comisiynydd bod ansicrwydd yn aml ynghylch yr hyn mae'n ei olygu a'r effaith y gall ei gael ar fywydau pobl hŷn.

Er mwyn helpu pobl hŷn a'u teuluoedd i gael gwell dealltwriaeth o alluedd meddyliol, cyhoeddodd y Comisiynydd 'Galluedd Meddyliol: Arweiniad Syml' ym mis Mehefin 2018.

Mae'r arweiniad yn trafod ystod eang o bynciau, gan gynnwys yr hyn a all achosi i berson gael diffyg galluedd, Deddf Galluedd Meddyliol 2005, sut y caiff galluedd ei brofi, penderfyniadau budd gorau, penderfyniadau o flaen llaw ac Atwrneiaeth Arhosol.

Hyd yma, mae mwy na 4,000 o gopïau o'r canllawiau wedi cael eu dosbarthu i bobl hŷn ledled Cymru.

Mae pobl hŷn a'u teuluoedd wedi dweud wrth y Comisiynydd eu bod yn aml yn ansicr beth mae'r term 'galluedd meddyliol' yn ei olygu a'r ffyrdd y gall effeithio ar fywydau pobl

Heneiddio'n Dda yng Nghymru

Yn 2014, sefydlodd y Comisiynydd Heneiddio'n Dda yng Nghymru i ysbrydoli pobl i weithredu a sbarduno newid, ar lefel strategol ac mewn cymunedau ledled Cymru, ar draws pum maes allweddol: cymunedau sy'n ystyriol o oedran, cymunedau sy'n cefnogi dementia, atal cwympiadau, cyfleoedd dysgu a chyflogaeth, ac unigrwydd ac unigedd. Ers iddo gael ei lansio, mae'r rhwydwaith Heneiddio'n Dda yng Nghymru wedi tyfu i gynnwys 1,700 o aelodau, gan gynrychioli mwy na 500 o sefydliadau. Mae aelodau'r rhwydwaith yn arwain ar ystod eang o weithgareddau er mwyn gwneud y llefydd maen nhw'n byw yn llefydd gwell i heneiddio ac maent yn helpu i greu cymunedau sy'n ystyriol o oedran a dementia mewn pentrefi, trefi a dinasoedd ledled Cymru.

Drwy gydol 2018-19, mae Heneiddio'n Dda yng Nghymru wedi parhau i gefnogi aelodau'r rhwydwaith i gyflawni newidiadau cadarnhaol yn eu cymunedau, gan ganolbwyntio ar y pum thema allweddol.

Mae gwefan Heneiddio'n Dda yng Nghymru yn darparu ystod eang o adnoddau a chyhoeddiadau ac mae hi wedi parhau i fod yn ffordd boblogaidd ac ymarferol i bobl gael rhagor o wybodaeth am y pum maes blaenoriaeth, yn ogystal â helpu aelodau'r rhwydwaith â'u prosiectau eu hunain.

Yn ogystal, cynhaliodd Heneiddio'n Dda yng Nghymru ystod o ddigwyddiadau ledled Cymru i ddarparu cyfleoedd dysgu, i rannu arferion da ac i gysylltu aelodau'r rhwydwaith â'i gilydd. Roedd y digwyddiadau hyn yn cynnwys mwy na 600 o gynadleddwyr ac fe wnaethant helpu'r partneriaid i gynnal ystod o ddigwyddiadau poblogaidd ar egwyddorion heneiddio'n dda.

Ar lefel strategol, mae'r partneriaid Heneiddio'n Dda o'r sector cyhoeddus, y sector preifat a'r trydydd sector wedi parhau â'r gwaith o gyflawni'r ymrwymadau a nodir yng Nghynllun Gweithredu Heneiddio'n Dda yng Nghymru.

Ar lefel awdurdod lleol, mae cynlluniau Heneiddio'n Dda yn cael eu cyflawni ac mae camau gweithredu'n cael eu cymryd i wella bywyd a lles llawer o bobl hŷn. Mewn rhai ardaloedd, mae camau wrthi'n cael eu cymryd i ymgorffori'r gwaith hwn ym mlaenoriaethau Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus a Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol, rhywbeth a ddylai sicrhau bod anghenion a dyheadau pobl hŷn yn cael eu hystyried o fewn y nod strategol ehangach o wella bywyd a lles pobl o bob oed.

Isod, nodir rhywfaint o'r prif ddatblygiadau a'r llwyddiannau a gyflawnwyd o dan bob un o'r themâu Heneiddio'n Dda yng Nghymru.

Ers iddo gael ei lansio, mae'r rhwydwaith Heneiddio'n Dda yng Nghymru wedi tyfu i gynnwys 1,700 o aelodau, gan gynrychioli mwy na 500 o sefydliadau

Cymunedau sy'n Ystyriol o Oedran

- Gweithiodd y Comisiynydd gyda phobl hŷn ac aelodau'r rhwydwaith i ddatblygu Cerdyn Heneiddio'n Dda, a lanswyd ym mis Awst 2018. Mae'r cerdyn yn cynnwys negeseuon syml y gall pobl hŷn eu defnyddio i roi gwybod i bobl bod angen ychydig o help a chefnogaeth arnynt. Gellir eu defnyddio mewn amrywiaeth o lefydd, fel siopau, caffis, bwytai, banciau, fferyllfeydd ac ar drafndiaeth gyhoeddus. Dosbarthwyd y cerdyn i bobl hŷn ledled Cymru a bu'r tîm Heneiddio'n Dda yn gweithio gyda busnesau a sefydliadau drwy gydol 2018-19 i hyrwyddo'r cerdyn a gwella'r gydnabyddiaeth ohono.
- Cyhoeddodd y Comisiynydd fersiwn diweddaedig o 'Gwneud Cymru yn genedl o gymunedau sy'n ystyriol o oedran', sy'n darparu cymorth ymarferol i grwpiau sy'n ceisio gwneud eu cymunedau yn fwy ystyriol o oedran. Mae'r fersiwn diwygiedig o'r canllaw yn cynnwys adborth a gafwyd ar ôl gweithio gyda chymunedau a phobl hŷn ledled Cymru.
- Ym mis Mawrth 2019, cynhaliodd y Comisiynydd ddau ddigwyddiad Dathlu Cymunedau mawr, a oedd yn cynnwys mwy na 200 o gynadleddwyr. Cafodd y digwyddiad cyntaf, a gynhaliwyd yng Nghaernarfon, ei ddarparu mewn partneriaeth ag Age Cymru Gwynedd a Môn a Chyngor Gwynedd. Roedd yn gyfle i gynadleddwyr ystyried y ffyrdd y gallent wneud cymunedau yn fwy ystyriol o oedran, yn enwedig ar gyfer siaradwyr Cymraeg. Roedd yr ail ddigwyddiad, a gynhaliwyd yng Nghasnewydd ac a ddarparwyd mewn partneriaeth â Rhaglen Ymgysylltu DALIE Cymru gyfan, BAME Elders Cymru, Diverse Cymru a Chyngor Dinas Casnewydd, yn canolbwyntio ar dynnu sylw at yr arferion da a ddefnyddir i helpu pobl o gymunedau amrywiol i heneiddio'n dda, gan ysbrydoli'r cynadleddwyr i ddatblygu eu cynlluniau eu hunain.
- Ochr yn ochr â phartneriaid o Age Cymru, Amgueddfa Cymru a Chyngor Celfyddydau Cymru, fe wnaeth Heneiddio'n Dda yng Nghymru gefnogi gwaith y Rhwydwaith Diwylliant sy'n Ystyriol o Oedran. Yn 2018-19, cynhaliodd y rhwydwaith gyfres o ddigwyddiadau llwyddiannus ledled Cymru, gan annog sefydliadau i wneud gwell defnydd o gyfoeth ein diwylliant a'n hetifeddiaeth er mwyn gwella bywyd a lles pobl hŷn.
- Mae nifer gynyddol o gynghorau tref, cynghorau cymuned a chynghorau sir yn cefnogi'r gwaith o ddatblygu mentrau sy'n ystyriol o oedran ledled Cymru, yn unol â Datganiad Dulyn, y mae holl awdurdodau lleol Cymru wedi ymrwymo iddo.

Mae llawer o aelodau'r Rhwydwaith Heneiddio'n Dda nawr yn cyfrannu at brosiectau sy'n pontio'r cenedlaethau yn eu cymunedau

- Yn 2018-19, cafwyd twf cyflym yn y diddordeb mewn mentrau sy'n dod â grwpiau oedran gwahanol at ei gilydd, sef un o gonglfeini cymunedau sy'n ystyriol o oedran. Mae llawer o aelodau'r rhwydwaith Heneiddio'n Dda bellach yn rhan o brosiectau sy'n pontio'r cenedlaethau yn eu cymunedau.

Cymunedau Cefnogi Pobl â Dementia

- Bu Heneiddio'n Dda yng Nghymru yn gweithio mewn partneriaeth â Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan i ddatblygu canllawiau ar gyfer Cynllunio Gofal Ymlaen Llaw i bobl hŷn. Mae'r canllaw yn tynnu sylw at ffyrdd y gall Cynllunio Gofal Ymlaen Llaw helpu unigolion i gadw rheolaeth a pharhau i fod yn rhan o'r penderfyniadau a wneir ynghylch eu gofal pe bai eu hanghenion yn newid. Hefyd, mae'n cynnwys ystod eang o wybodaeth, gan gynnwys gwybodaeth am greu datganiad ymlaen llaw, atwrneiaeth arhosol, ysgrifennu ewyllys a rhoi organau.
- Ym mis Chwefror, cynhaliodd Heneiddio'n Dda ddigwyddiad yn Aberhonddu, mewn partneriaeth â Chymdeithas Mudiadau Gwirfoddol Powys (PAVO) a Dementia Matters ym Mhowys. Roedd yn canolbwyntio ar bwysigrwydd darparu tai cefnogi dementia a'r rôl y gall hyn ei chwarae wrth helpu pobl sy'n byw gyda dementia i gynnal eu hannibyniaeth.
- Fe wnaeth Heneiddio'n Dda yng Nghymru barhau i weithio'n agos gydag Alzheimer's Society Cymru yn ystod 2018-19, gan gefnogi rhaglen Cymunedau sy'n Ystyriol o Dementia y gymdeithas honno. Mae mwy na 60 o gymunedau yng Nghymru bellach yn cael eu cydnabod fel rhai sy'n gweithio tuag at fod yn gymunedau sy'n ystyriol o ddementia. Yn ogystal â phentrefi, trefi a dinasoedd yng Nghymru, mae nifer gynyddol o sefydliadau bellach yn cael eu cydnabod fel rhai sy'n ystyriol o ddementia mewn cymunedau ledled Cymru.

Atal Cwmpïadau

- Fe wnaeth Heneiddio'n Dda yng Nghymru barhau i chwarae rhan weithredol yn y Tasglu Atal Cwmpïadau Gofal Iechyd Darbodus Cenedlaethol, a gynhaliwyd gan 1,000 o Fywydau – Gwasanaeth Gwella. Datblygwyd cwrs hyfforddiant ymyriadau byr rhag cwmpïadau sy'n cael ei gyflwyno i staff mewn amrywiaeth o sefydliadau sy'n gweithio gyda phobl hŷn. Mae'r cwrs yn helpu gweithwyr proffesiynol i adnabod risgiau cwmpïadau, cael sgysiau am gwmpïadau a chyfeirio pobl at lle mae modd cael help i leihau eu risg o gwmpo. Mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda, mewn cydweithrediad â phartneriaid o'r sector tai a'r trydydd sector,

Fe wnaeth Heneiddio'n Dda yng Nghymru barhau i weithio'n agos gydag Alzheimer's Society Cymru yn ystod 2018-19, gan gefnogi rhaglen Cymunedau sy'n Ystyriol o Dementia y gymdeithas honno. Mae mwy na 60 o gymunedau yng Nghymru bellach yn cael eu cydnabod fel rhai sy'n gweithio tuag at fod yn gymunedau sy'n ystyriol o ddementia

hefyd yn defnyddio'r cwrs fel rhan o fenter beilot gymunedol i atal cwmpadau.

- Yn ogystal, fe wnaeth partneriaid Heneiddio'n Dda yng Nghymru, Age Connects Wales, Age Cymru a Gofal a Thrwsio Cymru, gydweithio ar ail wythnos flynyddol ymwybyddiaeth o gwmpadau yng Nghymru, gan annog gweithwyr proffesiynol ym maes iechyd a'r trydydd sector i siarad â phobl hŷn am gwmpadau.

Unigrwydd ac unigedd

- Fe wnaeth gwaith llawer o bartneriaid Heneiddio'n Dda, fel yr Ymgyrch i roi Terfyn ar Unigrwydd, sicrhau bod ymwybyddiaeth a phryder y cyhoedd o ran effaith a pha mor gyffredin yw unigrwydd ac unigedd dieisiau yn parhau i dyfu drwy gydol 2018-19.
- Bu Heneiddio'n Dda hefyd yn gweithio gydag aelodau'r rhwydwaith i'w hannog i ymateb i ymgynghoriad Llywodraeth Cymru ar y strategaeth genedlaethol y mae ar fin ei chyhoeddi ar fynd i'r afael ag unigrwydd ac unigedd, a fydd yn cael ei lansio yn 2019.
- Ar lefel leol, mae nifer gynyddol o gynlluniau cysylltwyr cymunedol a chydlynwyr ardal leol, llawer o ohonynt yn aelodau o Heneiddio'n Dda, yn darparu cymorth uniongyrchol i bobl hŷn sydd mewn perygl o deimlo'n ynysig yn gymdeithasol, gan eu helpu i wneud cysylltiadau ystyrlon yn eu cymunedau.

Drwy gydol 2018-19, fe wnaeth Heneiddio'n Dda yng Nghymru a'i bartneriaid ddal ati i godi ymwybyddiaeth o gyfraniad hollbwysig gweithwyr hŷn i economi Cymru

Cyfleoedd dysgu a chyflogaeth

- Drwy gydol 2018-19, fe wnaeth Heneiddio'n Dda yng Nghymru a'i bartneriaid barhau i godi ymwybyddiaeth o'r cyfraniad hanfodol y mae gweithwyr hŷn yn ei wneud i economi Cymru, yn ogystal â chefnogi ymgyrch Llywodraeth Cymru Nid oes gan Unrhyw Un Ddyddiad 'Ar Ei Orau Cyn'. Y bwriad yw annog mwy o gyflogwyr i gydnabod pwysigrwydd cadw, ailhyfforddi a recriwtio gweithwyr hŷn.
- Bu Heneiddio'n Dda yng Nghymru hefyd yn gweithio gyda Chyngres Undebau Llafur Cymru er mwyn helpu i ddatblygu pecyn cymorth i weithwyr hŷn, a fydd yn cael ei gyhoeddi yn 2019.
- Fe wnaeth Heneiddio'n Dda hefyd gefnogi'r Ganolfan ar gyfer Ymchwil Dementia a Heneiddio mewn cyfres o ddigwyddiadau cyhoeddus ledled Cymru yn ystod 2018-19 i grynhoi profiadau gweithwyr hŷn a phobl sy'n chwilio am waith. Mae'r Ganolfan yn bwriadu parhau â'r gwaith

hwn drwy gynnal cynhadledd yn 2019 a fydd yn rhoi sylw i brofiadau gweithwyr hŷn yng Nghymru, Gogledd Iwerddon a'r Alban.

Dylanwadu ar Bolisiau ac Arferion

Drwy gydol 2018-19, fe wnaeth y Comisiynydd barhau i gwrdd â gweithwyr a Gweinidogion Llywodraeth Cymru ac ymgysylltu â nhw yn rheolaidd. Rhoddodd hyn gyfle iddi ddylanwadu ar bolisiau ac arferion, tynnu sylw at unrhyw bryderon ac egluro lle roedd angen newidiadau.

Fe wnaeth y Comisiynydd ddal ati i weithio gyda Chynulliad Cenedlaethol Cymru hefyd, gan roi nodiadau briffio i aelodau cyn trafodaethau ynghylch materion sy'n effeithio ar bobl hŷn.

Yn ogystal, fe wnaeth y Comisiynydd barhau i weithio'n agos gyda Phwyllgorau'r Cynulliad Cenedlaethol, yn enwedig y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon, gan rannu gwybodaeth a thystiolaeth, yn ogystal â thynnu sylw at feysydd y gellid craffu arnynt ac ymchwilio iddynt. Yn ystod 2018-19, rhoddodd y Comisiynydd dystiolaeth i'r ymchwiliadau pwyllgorau a ganlyn:

- Cost Gofalu am Boblogaeth sy'n Heneiddio – Pwyllgor Cyllid, Ebrill 2018
- Cynigion Cyllideb Ddrafft Cymru 2019-20 – Pwyllgor Cyllid, Medi 2018
- Effaith Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 mewn perthynas â gyrfaoedd – Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon, Medi 2018
- Datblygu Trafnidiaeth Cymru i'r Dyfodol – Pwyllgor yr Economi, Seilwaith a Sgiliau, Ionawr 2019
- Gwasanaethau Nyrsys Ardal a Nyrsys Cymunedol – Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon, Mawrth 2019

Diweddarau Strategaeth Llywodraeth Cymru ar gyfer Pobl Hŷn

Yn dilyn pryderon a godwyd gan y Comisiynydd yn 2017 yn nodi nad oedd trydedd Strategaeth ar gyfer Pobl Hŷn Llywodraeth Cymru yn cyflawni popeth y dylai hi ei gyflawni ar gyfer pobl hŷn, cytunodd Llywodraeth Cymru i adolygu a chyhoeddi strategaeth wedi'i diweddarau i sicrhau y byddai dulliau mwy effeithiol o ddiwallu anghenion pobl yn cael eu defnyddio ar draws ystod o feysydd polisi a phortffolios llywodraeth.

Drwy gydol 2018-19, bu'r Comisiynydd yn gweithio gyda'r Fforwm Cynghori'r Gweinidog ar Heneiddio, a gafodd y dasg o gynghori

Yn dilyn pryderon a godwyd gan y Comisiynydd, cytunodd Llywodraeth Cymru i adolygu ei Strategaeth ar gyfer Pobl Hŷn a chyhoeddi fersiwn wedi'i ddiweddarau i sicrhau dulliau mwy effeithiol o ddiwallu anghenion pobl hŷn

Llywodraeth Cymru ar yr hyn ddylid ei gynnwys yn y strategaeth, gan gymryd rhan mewn ystod o weithgorau a oedd yn trafod materion gan gynnwys byw yn y gymuned, cyfranogi, paratoi ar gyfer y dyfodol, trafndiaeth a gwireddu hawliau. Mae'r Comisiynydd wedi egluro bod yn rhaid i'r Strategaeth newydd fod yn fentrus yn ei huchelgais a chydabod effaith heneiddio ar bob rhan o'r gymdeithas. Dylai Llywodraeth Cymru arwain y ffordd drwy fanteisio ar gyfleoedd ac ymateb i'r heriau a gyflwynir gan boblogaeth sy'n heneiddio, yn ogystal â gweithio gydag eraill i sicrhau canlyniadau cadarnhaol ar gyfer pobl hŷn nawr ac yn y dyfodol.

Gwaith ychwanegol i ddylanwadu ar bolisi, deddfwriaeth ac arferion

Gwaith ychwanegol i ddylanwadu ar bolisi, deddfwriaeth ac arferion

I sicrhau bod anghenion pobl hŷn yn cael eu deall a'u hadlewyrchu yng ngwaith gwasanaethau a chyrff cyhoeddus, fe wnaeth y Comisiynydd a'i thîm barhau i ddylanwadu ar bolisi, deddfwriaeth ac arferion drwy ymaelodi a gweithio gydag ystod eang o grwpiau arbenigol, byrddau ymgynghorol a phaneli (cyfanswm o 29 ohonynt), gan gynnwys: Strategaeth Llywodraeth Cymru ar gyfer gweithgorau Cymdeithas sy'n Heneiddio.

- Bwrdd Datblygu Strategaeth Unigrwydd ac Unigedd Llywodraeth Cymru
- Grŵp Trawsbleidiol Cynulliad Cenedlaethol Cymru ar Heneiddio
- Rhwydwaith Diogelu GIG Cymru
- Grŵp Bwrdd Crwn Diogelu y Gwarcheidwad Cyhoeddus
- Grŵp ar Oruchwylio Gweithrediad ym maes Dementia (Llywodraeth Cymru)
- Grŵp Cynghori'r Gweinidogion ar Ofalwyr (Llywodraeth Cymru)
- Gofal Cymdeithasol Cymru – Grŵp Gweithredu Gofal a Chymorth yn y Cartref
- Grŵp Technegol Llywodraeth Cymru ar Eiriolaeth
- Arolygiaeth Gofal Cymru – Y Bwrdd Cynghori Cenedlaethol
- Gweithgor Gwireddu Hawliau Llywodraeth Cymru

Ymatebion i'r Ymgynghoriad

Fe wnaeth y Comisiynydd ymateb i ymgynghoriadau a gynhaliwyd gan Lywodraeth Cymru a chyrff cyhoeddus a rhanddeiliaid eraill hefyd yn ystod 2018-19, gan drafod ystod eang o bynciau a materion. Defnyddiodd y Comisiynydd brofiadau pobl hŷn, a gasglwyd mewn digwyddiadau ymgysylltu gan ei thîm gwaith achos, ynghyd ag arbenigedd ei thîm a thystiolaeth a gasglwyd drwy ei gwaith parhaus, i lywio ei hymatebion, a nodwyd sut y dylai polisiau ac arferion gael eu llywio er mwyn adlewyrchu anghenion

Fe wnaeth y Comisiynydd a'i thîm ddylanwadu ar bolisi, deddfwriaeth ac arferion drwy ymaelodi a gweithio gydag ystod eang o grwpiau arbenigol, byrddau ymgynghorol a phaneli

pobl a chyflawni canlyniadau cadarnhaol iddynt.

Yn ystod 2018-19, ymatebodd y Comisiynydd i'r ymgynghoriadau a ganlyn:

Ymgynghoriadau Llywodraeth Cymru:

- Strategaeth Toiledau Lleol: Canllawiau Statudol ar gyfer Awdurdodau Lleol, Ebrill 2018
- Cryfhau Llywodraeth Leol: Cyflawni dros ein Pobl, Mehefin 2018
- Y Fframwaith Datblygu Cenedlaethol, Gorffennaf 2018
- Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016: Cam 3 gweithredu – Gwasanaethau Eirioli Rheoledig, Awst 2018
- Dysgu Oedolion yng Nghymru: Ymgynghoriad ar strwythur cyllido a darparu dysgu oedolion yng Nghymru, Medi 2018
- Adolygiad Annibynnol o Dai Fforddiadwy, Medi 2018
- Diwygiadau i Reoliadau Partneriaeth o dan Adran 9 o Ddeddf (GCLI) 2014, Hydref 2018
- Safonau Gwasanaeth ar gyfer Addasiadau i Dai, Rhagfyr 2018
- Ymgysylltu'n Effeithiol â Chymunedau o Bobl Dduon ac Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig (BAME), Rhagfyr 2018
- Cymru Unedig sydd wedi'i Chysylltu: Mynd i'r afael ag Unigrwydd ac Unigedd, Ionawr 2019
- Dangosyddion cenedlaethol o Drais yn Erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol, Chwefror 2019
- Gwella Trafnidiaeth Gyhoeddus, Mawrth 2019

Yn ystod 2018-19, ymatebodd y Comisiynydd i ystod eang o ymgynghoriadau, gan roi sylw i amrywiaeth o bynciau a materion

Ymgynghoriadau Llywodraeth y DU

- Gweddnewid yr ymateb i gam-drin domestig, Mai 2018
- Gwella gwasanaethau Teithio â Chymorth, y Swyddfa Ffyrdd a Rheilffyrdd, Rhagfyr 2018
- Ymchwiliadau Pwyllgorau Tŷ'r Cyffredin
- Poblogaeth Carchardai 2022: ymchwiliad cynllunio ar gyfer y dyfodol - y Pwyllgor Cyfiawnder, Mawrth 2018
- Ymchwiliad i ddiwygio'r Trefniadau Diogelu rhag Colli Rhyddid - Cydbwyllgor ar Hawliau Dynol, Mawrth 2018

Ymatebion i Ymgynghoriadau Eraill:

- Cwricwlwm newydd a diweddaredig RCGP, Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol, Mehefin 2018
- Ymgynghoriad Cyhoeddus ar y Canllawiau Polisi Troseddau yn Erbyn Pobl Hŷn, Gwasanaeth Erlyn y Goron, Hydref 2018
- Symud tuag at weledigaeth i'r dyfodol ar gyfer Meddygon Teulu, Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol, Hydref 2018
- Ymgynghoriad ar y Consesiwn ar y Drwydded Deledu, BBC, Chwefror 201

Edrych i'r Dyfodol

Mae llawer o'r materion y mae pobl hŷn yn eu hwynebu wedi gwreiddio ac yn bodoli ers nifer o flynyddoedd. Felly, mae'n hanfodol ein bod ni nid yn unig yn canolbwyntio ar wella pethau a delio â'r anawsterau y gall pobl hŷn eu profi, ond ein bod hefyd yn canolbwyntio ar newid y profiad o heneiddio i bob un ohonom, drwy ddelio ag achosion sylfaenol y problemau y gallem ddod ar eu traws wrth i ni heneiddio, a gweithio ar draws cymdeithas i gyflawni newid.

Mae'r Comisiynydd mewn sefyllfa unigryw i sbarduno newid ar draws nifer o feysydd allweddol ac ym mis Ebrill 2019, cyhoeddodd ei strategaeth – Gwneud Cymru y Lle Gorau yn y Byd i Heneiddio – sy'n nodi ei blaenoriaethau a'r camau y bydd hi'n eu cymryd i wella bywyd pobl hŷn yn ystod y tair blynedd nesaf. Bydd y Comisiynydd yn cymryd camau i gyflawni'r canlynol:

- Rhoi diwedd ar oedraniaeth a gwahaniaethu ar sail oedran
- Atal cam-drin pobl hŷn
- Galluogi pawb i heneiddio'n dda

Bydd y camau a gymerir yn unol â'r blaenoriaethau hyn yn canolbwyntio'n bennaf ar sicrhau'r canlyniadau gorau posibl ar gyfer pobl hŷn a sicrhau newid parhaol ac ystyrlon.

Dyma rywfaint o'r gwaith sydd wedi'i gynllunio ar gyfer 2019-20:

- Cyflawni ymgyrch i amlygu a herio'r achosion 'bob dydd' o wahaniaethu ar sail oedran y mae pobl hŷn yn eu hwynebu.
- Cyhoeddi adnoddau newydd fydd yn grymuso pobl hŷn i herio gwahaniaethu ar sail oedran.
- Gwneud gwaith ymchwil i edrych ar sut y caiff pobl hŷn eu portreadu yn y cyfryngau.
- Gweithio gydag awdurdodau lleol i adolygu'r gwasanaethau Gwybodaeth, Cyngor a Chymorth y maent yn eu darparu i nodi arferion da a'u hyrwyddo.
- Gweithio gyda rhanddeiliaid i nodi'r hyn sy'n cymell unigolion i gam-drin ac esgeuluso pobl hŷn.
- Adnabod, mapio ac amlygu gwasanaethau sy'n darparu cymorth i bobl hŷn sy'n cael eu cam-drin.
- Darparu hyfforddiant diogelu i staff sy'n gweithio mewn gwasanaeth cyhoeddus i godi ymwybyddiaeth o faint, natur ac effaith cam-drin, yn ogystal â darparu gwybodaeth am y cymorth a'r gefnogaeth sydd ar gael i bobl hŷn sy'n cael eu cam-drin.

- Cyhoeddi adnoddau newydd i rymuso pobl hŷn i greu newid yn eu cymunedau.
- Gweithio gyda chymunedau, awdurdodau lleol a busnesau ledled Cymru i'w gwneud yn fwy ystyriol o oedran.
- Adolygu a yw'r dewisiadau trafndiaeth presennol yn rhwystro pobl rhag cael gafael ar wasanaethau iechyd.
- Gweithio gyda phobl hŷn a darparwyr trafndiaeth i wneud gwasanaethau trafndiaeth yn fwy ystyriol o oedran.

Ynghyd â'r gwaith a amlinellir uchod, bydd y Comisiynydd yn parhau i weithio i hyrwyddo pwysigrwydd hawliau pobl hŷn a sicrhau bod eu hawliau'n cael eu cynnal; gweithio gydag amrywiaeth o bartneriaid er mwyn adnabod, dathlu a hyrwyddo arferion da; monitro a chraffu ar waith cyrff cyhoeddus a'u dwyn i gyfrif pan fo angen; dylanwadu ar bolisïau ac arferion cenedlaethol a lleol; ymgysylltu â phobl hŷn o bob cefndir; a darparu cymorth a chefnogaeth i bobl hŷn drwy ei gwasanaeth gwaith achos.

Ym mis Hydref 2019, bydd y Comisiynydd hefyd yn cyhoeddi ei hadroddiad cyntaf ar 'Gyflwr y Genedl', a fydd yn rhoi trosolwg o'r profiad o fynd yn hŷn yng Nghymru, a'r cynnydd sy'n cael ei wneud yn unol â'i blaenoriaethau ac mewn meysydd allweddol eraill sy'n effeithio ar fywydau pobl hŷn.

