



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

**Y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon - Gwahoddiad i roi
tystiolaeth lafar – 4 Tachwedd 2020**

Y Gweinidog Iechyd Meddwl, Llesiant a'r Gymraeg

Blaenoriaethau allweddol ar gyfer gweddill y Senedd

- A – Iechyd Meddwl
- B – Camddefnyddio Sylweddau
- C – Dementia a COVID
- D – Awtistiaeth a COVID
- E – Plant a gordewdra
- F – Iechyd a'r Gymraeg

A - Iechyd Meddwl

1. *Law yn Llaw at Iechyd Meddwl* yw strategaeth drawslywodraethol 10 mlynedd Llywodraeth Cymru ar gyfer gwella iechyd meddwl a llesiant pobl o bob oedran. Mae'n nodi nifer o ganlyniadau lefel uchel wedi'u hanelu at gyflawni gwelliannau sylweddol o ran ansawdd a hygyrchedd gwasanaethau iechyd meddwl i bob oedran. Mae'r strategaeth yn cydnabod bod achosion ac effeithiau iechyd meddwl yn gymhleth, yn heriol ac yn amlhaenog a bod angen dull gweithredu integredig a thrawslywodraethol. Mae'r strategaeth wedi'u hategu gan gyfres o gynlluniau cyflawni, y cyhoeddwyd y diweddaraf o'u plith ym mis Ionawr 2020.
2. Er bod rhai o'r camau gweithredu a nodir yn y cynllun cyflawni diweddaraf ar gyfer 2019-22 yn cynrychioli parhad a buddsoddiad angenrheidiol mewn gwasanaethau iechyd meddwl, mewn meysydd eraill mae'r cynllun yn anelu at ysgogi newid sylweddol yn y trefniadau ar gyfer darparu gwasanaethau a/neu weithgareddau ychwanegol wedi'u harwain gan y Llywodraeth i atal iechyd meddwl gwael. Mae'r meysydd blaenoriaeth hefyd yn adlewyrchu safbwyntiau yn deillio o waith ymgysylltu helaeth â rhanddeiliaid a'r themâu a nodwyd o fwy na 100 o argymhellion mewn adroddiadau cysylltiedig gan Bwyllgorau'r Cynulliad.
3. Mae fy meysydd blaenoriaeth ar gyfer iechyd meddwl dros y tair blynedd nesaf fel a ganlyn:

- **Gwella iechyd meddwl a llesiant a lleihau anghydraddoldebau** – drwy ganolbwyntio ar gryfhau ffactorau amddiffynnol, gan gynnwys ysgogi a gwella cymorth haen 0, ystyried rôl rhagnodi cymdeithasol o fewn hynny a sicrhau y caiff cerrig milltir Law yn Llaw at Iechyd Meddwl sy'n ymwneud â ffactorau fel dyled eu cyrraedd.
 - **Gwella mynediad at gymorth ar gyfer llesiant iechyd emosiynol a meddyliol plant a phobl ifanc** – gwella trefniadau cyfathrebu a mynediad a sicrhau gwelliannau cynaliadwy i amseroldeb ymyriadau, yn ogystal â chefnogi'r cwricwlwm newydd a'r dull ysgol gyfan, ehangu cyrhaeddiad gwasanaethau'r GIG i mewn i ysgolion a llenwi'r bylchau mewn gwasanaethau ym maes gofal sylfaenol a gofal eilaidd drwy Wasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS). Cydgadeirio'r grŵp gorchwyl a gorffen ar gyfer y dull ysgol gyfan a phwysleisio yn yr agenda yr angen i sicrhau llwybrau clir i gleifion drwy'r dull gweithredu dim drws anghywir, gan sicrhau y gellir trosglwyddo'n ddidrafferth.
 - Gwelliannau pellach i **ddarpariaeth argyfwng a thu allan i oriau ar gyfer plant, oedolion oedran gweithio ac oedolion hŷn** – gan symud i ddarpariaeth amlasiantaeth gyffredin ledled Cymru gan gynnwys sicrhau cymorth a threfniadau trawsgludo priodol ar gyfer gofal mewn argyfwng
 - **Gwella mynediad at therapiau seicolegol i blant, oedolion oed gweithio ac oedolion hŷn, a gwella'r ansawdd a'r ystod, gan gynnwys ystyried yr opsiwn o wasanaeth cwnsela un sesiwn** a hyrwyddo ein hadnodd CBT ar-lein Silvercloud er mwyn cyflawni gostyngiad sylweddol mewn amseroedd aros erbyn diwedd oes y Llywodraeth hon, cynyddu'r amrywiaeth o therapïau a gynigir a chefnogi'r gweithlu - gan wella profiad defnyddwyr gwasanaethau yn y pen draw, yn arbennig y rheini ag anghenion cymhleth wedi'u llywio drwy'r RSBau.
 - **Gwella ansawdd gwasanaethau iechyd meddwl amenedigol a'r mynediad atynt** – datblygu gwasanaethau iechyd meddwl amenedigol ymhellach yn unol â safonau ansawdd a llwybrau gofal a darparu gofal i gleifion mewnol.
 - Gwella **ansawdd a thrawsnewid gwasanaethau** – gan gynnwys canolbwyntio ar wella meysydd fel cymorth ar gyfer anhwylderau bwyta, pobl sy'n dod i gysylltiad â'r system cyfiawnder troseddol a phroblemau iechyd meddwl a chamddefnyddio sylweddau sy'n cyd-ddigwydd.
4. Byddaf hefyd yn canolbwyntio ar y meysydd ategol canlynol sy'n hanfodol er mwyn cyflawni gwell canlyniadau i'r rheini sy'n defnyddio gwasanaethau iechyd meddwl ledled Cymru:
- **Data** – Rhoi'r set data craidd ar gyfer iechyd meddwl ar waith er mwyn gwella cysondeb, cadernid a'r ffocws ar ganlyniadau o fewn gwasanaethau iechyd meddwl i bob oedran.

- **Gweithlu** – Datblygu'r gweithlu iechyd meddwl drwy'r cynllun gweithlu 10 mlynedd o dan arweiniad AaGIC.
 - **Cryfhau Ymgysylltu** – Cryfhau'r trefniadau ar gyfer ymgysylltu â defnyddwyr gwasanaethau a'r trydydd sector mewn perthynas â gwelliannau polisi a gwelliannau i wasanaethau.
 - **Deddfwriaeth** – rhoi'r rhaglen is-ddeddfwriaeth sydd ei hangen i weithredu diwygiadau cyfreithiol i Ddeddf Galluedd Meddyliol 1983 yng Nghymru ar waith. Mae hyn yn adlewyrchu gwaith ar draws meysydd polisi datganoledig a meysydd a gedwir yn ôl.
5. Rwy'n datblygu camau gweithredu i wella gofal a chymorth dementia fel rhan o **Gynllun Gweithredu Cymru ar gyfer Dementia**, sef cynllun 3 blynedd a gyhoeddwyd yn 2018. Yn yr un modd, byddaf yn datblygu camau gweithredu i atal achosion o hunanladdiad a hunan-niwed fel rhan o **strategaeth Siarad â Fi 2** Llywodraeth Cymru.

Effaith COVID-19

6. Ar 9 Hydref 2020, cyhoeddais [Ddatganiad Ysgrifenedig](#) manwl yn amlinellu'r camau gweithredu y mae Llywodraeth Cymru wedi'u cymryd i ymateb i effeithiau uniongyrchol y coronafeirws ar iechyd meddwl a sut y byddwn yn helpu pobl a chymunedau yn ystod misoedd yr hydref a'r gaeaf.
7. Mae ymateb Llywodraeth Cymru i effaith y pandemig ar iechyd meddwl wedi canolbwyntio ar dri maes allweddol:
- i. Cynnal gwasanaethau iechyd meddwl ac ymateb i anghenion iechyd meddwl uniongyrchol;
 - ii. Cryfhau ffactorau amddiffynnol a lleihau effeithiau economaidd-gymdeithasol y pandemig ar iechyd meddwl a llesiant;
 - iii. Cefnogi'r GIG i ddiwallu'r anghenion iechyd meddwl sy'n newid yn eu hardaloedd, gan gynllunio ar gyfer ail don a sicrhau y gall gwasanaethau iechyd meddwl sefydlogi ac adfer ar gyfer y tymor hir.
8. Mae tystiolaeth yn dangos bod llawer o'r meysydd y mae angen i ni bellach eu cryfhau mewn ymateb i COVID yn gysylltiedig â meysydd nad ydynt yn ymwneud ag iechyd – er enghraifft, cymorth cyflogaeth, atal digartrefedd a chymorth mewn perthynas â dyledion. Dim ond drwy ddull gweithredu trawslywodraeth ac amlasiantaeth effeithiol y gellir cyflawni hyn ac felly rwy'n bwriadu gweithio ar draws portffolios Gweinidogol er mwyn cryfhau'r camau gweithredu i ymateb i'r niwed economaidd-gymdeithasol ehangach a mathau eraill o niwed cymdeithasol.
9. Nodir y camau gweithredu newydd hyn mewn fersiwn ddiwygiedig o *Gynllun Cyflawni Law yn Llaw at Iechyd Meddwl 2019-22*, a gyhoeddwyd ar 9 Hydref 2020. Mae'r cynllun yn cadarnhau er bod y meysydd blaenoriaeth allweddol a nodwyd yn y cynllun gwreiddiol yn parhau'n berthnasol, ein bod wedi cyflymu nifer o gamau gweithredu er mwyn ymateb i'r anghenion iechyd meddwl uniongyrchol sy'n deillio o'r pandemig. Mae'r rhain yn cynnwys ehangu cymorth Haen 0, cyflwyno Menter Gwella Ansawdd Straen Trawmatig Cymru

yn gyflymach a chyflwyno'r gwasanaeth iechyd i Weithwyr Iechyd Proffesiynol er mwyn helpu staff y GIG.

10. Mae'r cynllun diwygiedig hefyd yn nodi camau gweithredu newydd sylweddol yn y meysydd hynny sy'n ffactorau amddiffynnol pwysig er mwyn cefnogi iechyd meddwl a llesiant. Mae cymorth a gwydnwch yn y meysydd hyn yn rhan hollbwysig o ymateb system gyfan i leihau effaith economaidd-gymdeithasol y pandemig ar lesiant ac y bwriedir iddo leihau'r angen am wasanaethau iechyd meddwl mwy arbenigol. Mae hyn yn cynnwys addysg, cyflogaeth, cynhwysiant ariannol a chymorth digartrefedd.
11. Mae'r cynllun hefyd yn cynnwys camau gweithredu cryfach sy'n cydnabod yr effaith anghymesur y mae'r pandemig wedi'i chael ar grwpiau penodol mewn cymdeithas, yn enwedig y rheini sydd o bosibl yn agored i niwed yn ariannol, ar incwm isel, o gymunedau BAME a phlant a phobl ifanc.
12. Mae cefnogi iechyd meddwl plant a phobl ifanc yn un o'm prif flaenoriaethau. Byddaf i a Gweinidogion eraill yn parhau i gydweithio ar draws iechyd a gwasanaethau cymdeithasol ac addysg ar ein **Dull Ysgol Gyfan** mewn perthynas â llesiant emosiynol. Cyhoeddwyd cyllid ychwanegol sylweddol i gefnogi'r maes hwn ac rydym hefyd wedi datblygu'r Pecyn Cymorth Iechyd Meddwl Pobl Ifanc, a lansiwyd ym mis Mehefin ac sydd ar gael ar HwB. Ar 9 Hydref, cyhoeddodd y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg ei ddiweddariad dwy flynedd ar argymhellion '**Cadernid Meddwl**', y bydd Llywodraeth Cymru yn ymateb iddo maes o law, gan roi'r wybodaeth ddiweddaraf am gynnydd yn erbyn yr adroddiad gwreiddiol.
13. Mae'n anodd rhagweld yn union sut y bydd y pandemig yn effeithio ar iechyd meddwl. Ond mae'n amlwg bod angen dull cydweithredol a phartneriaethol er mwyn ymateb i anghenion iechyd meddwl a llesiant y genedl – ac mae gan bob un ohonom ran i'w chwarae yn hyn o beth. Rydym hefyd yn ymwybodol bod ymyrryd yn gynnar yn allweddol er mwyn sicrhau gwell canlyniadau a bod yn rhaid i ni weithredu er mwyn atal achosion o hunanladdiad.

B – Camddefnyddio Sylweddau

14. Lansiodd Llywodraeth Cymru ei Chynllun Cyflawni ar gyfer Camddefnyddio Sylweddau 2019-22 ar 23 Hydref 2019 ac mae'n seiliedig ar ddull lleihau niwed sy'n cydnabod bod caethiwed yn broblem iechyd a gofal, yn hytrach na phroblem sy'n ymwneud â chyfiawnder troseddol yn unig. Mae'r cynllun cyflawni yn nodi nifer o feysydd blaenoriaeth, gan gynnwys: ymateb i broblemau iechyd meddwl sy'n cyd-ddigwydd; gwaith cryfach gyda gwasanaethau tai a digartrefedd a chynnig mwy o gymorth i deuluoedd a gofalywyr pobl sy'n camddefnyddio sylweddau. Mae gwasanaethau camddefnyddio sylweddau wedi addasu'n gyflym i COVID-19 ac mae'r cynllun cyflawni wrthi'n cael ei ddiwygio er mwyn adlewyrchu'r effaith. Yn arbennig, gwnaed ymdrech sylweddol i helpu'r rheini sy'n ddigartref, y mae gan lawer ohonynt broblemau camddefnyddio sylweddau a/neu broblemau iechyd meddwl. Bydd rhai o'r meysydd newydd allweddol yn y cynllun cyflawni diwygiedig yn cynnwys parhau i ddarparu gwasanaethau hanfodol sy'n bodoli

eisoes; gwerthuso effaith bwpreorffin (Buvidal) y gellir ei chwistrellu; a llunio cynllun adfer ar gyfer gwasanaethau camddefnyddio sylweddau. Dangosodd data a ryddhawyd ar 14 Hydref fod marwolaethau o ganlyniad i gamddefnyddio cyffuriau wedi lleihau eleni o 208 i 165 (gostyngiad o 21% a'r nifer isaf o farwolaethau o ganlyniad i gamddefnyddio cyffuriau a gofnodwyd ers 2014), ond – yn sgil COVID – mae Llywodraeth Cymru yn glir bod angen i ni gymryd y camau gweithredu angenrheidiol i leihau'r marwolaethau diangen hyn ymhellach, a hynny drwy waith ein Bwrdd Gweithredu Cenedlaethol ar gyfer Atal Gwenwyno gan Gyffuriau.

C – Dementia a COVID

15. Ym mis Chwefror 2018, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru Gynllun Gweithredu ar gyfer Dementia 2018-2022. Un o feysydd ffocws allweddol y cynllun yw helpu pobl sy'n byw gyda dementia i fyw mor annibynnol ag y bo modd yn eu cymunedau, gan helpu i osgoi derbyniadau diangen i'r ysbyty neu ofal preswyl ac oedi pan fydd unigolyn yn barod i gael ei ryddhau o ofal – mae hyn yn seiliedig ar 'ddull tîm o amgylch yr unigolyn'. Mae camau gweithredu yn canolbwyntio ar nifer o themâu, gan gynnwys gwella ymwybyddiaeth a dealltwriaeth o ddementia yn y gymuned (er enghraifft, mentrau **Ffrindiau Dementia**) a gwella'r broses o nodi achosion o ddementia a gwneud diagnosis.
16. Er mwyn cyflawni'r camau gweithredu yn y cynllun hwn, darparwyd £10m ychwanegol y flwyddyn o 2018-19 ar sail barhaus. Caiff yr arian ei ddarparu'n bennaf drwy'r Gronfa Gofal Integredig a reolir gan Fyrddau Partneriaeth Rhanbarthol. Mae'r cynllun yn nodi camau gweithredu sy'n berthnasol i bob rhan o'r llywodraeth, gan gefnogi'r weledigaeth i sicrhau bod Cymru yn wlad sy'n 'Deall Dementia', gan gynnwys addysg, tai a thrafnidiaeth.
17. Mae pandemig COVID-19 wedi cael effaith ar y rheini sy'n byw gyda dementia, gan gynnwys gostyngiad yn nifer yr unigolion a gaiff ddiagnosis o ddementia yn ystod y cyfnod hwn, gan mai dim ond asesiadau brys a gynhaliwyd, a gostyngiad yn nifer y bobl sy'n ymgymryd â gweithgareddau ac yn defnyddio gwasanaethau cymorth. Mae rhaglen waith ein Grŵp Goruchwylio Gweithrediad ac Effaith ym maes Dementia yn canolbwyntio ar hyn o bryd ar y meysydd hynny lle y gwyddom fod y pandemig wedi cael effaith.

D – Awtistiaeth a COVID

18. Mae'r cyfyngiadau a osodwyd yn sgil pandemig COVID-19 wedi cael effaith sylweddol ar bobl awtistig, eu teuluoedd a'u gofalwyr ac mae'r angen am gyngor clir a chymorth yn bwysicach nag erioed. Mae hyn i'w weld yn yr adroddiad 'Left Stranded' a gyhoeddwyd yn ddiweddar gan y Gymdeithas Genedlaethol Awtistiaeth (NAS) sy'n tynnu sylw at brofiadau pobl awtistig a'u teuluoedd yn ystod y pandemig yn y DU.
19. Drwy'r Cynllun Grant i'r Trydydd Sector ar gyfer Gwasanaethau Gymdeithasol, rwy'n cefnogi prosiect Grwpiau Sbectrwm NAS Cymru sy'n sefydlu grwpiau

rhanddeiliaid i oedolion er mwyn gwella trefniadau ymgysylltu a lleihau nifer yr unigolion sy'n teimlo'n ynysig (cyllid hyd at £56,223 y flwyddyn). Maes o law, bydd y prosiect yn cynnal arolwg pellach i nodi anghenion ymgysylltu a chymorth yng Nghymru, yn enwedig mewn perthynas ag effaith y pandemig.

20. Darperir cyllid i gefnogi'r Tîm Awtistiaeth Cenedlaethol drwy'r Strategaeth Awtistiaeth. Yn ystod y pandemig, bu fy swyddogion yn gweithio gyda phartneriaid fel y Gymdeithas Genedlaethol Awtistiaeth i ddatblygu cyngor ar reolau'r cyfyngiadau symud, fel canllawiau ar fasgiau wyneb a theithio ar drafnidiaeth gyhoeddus. Mae'r adnoddau hyn ar gael ar wefan [Awtistiaeth Cymru](#); bydd y gwaith hwn yn parhau wrth i ni helpu pobl awtistig i ymgysylltu â'r byd ar ôl COVID-19.

Cod Ymarfer Statudol

21. Cyhoeddwyd y Cod Ymarfer Statudol ar Gyflenwi Gwasanaethau Awtistiaeth er mwyn cynnal ymgynghoriad cyhoeddus arno ar 21 Medi a daw'r ymgynghoriad i ben ar 14 Rhagfyr eleni. Oherwydd y pandemig, caiff digwyddiadau ymgynghori cyhoeddus eu cynnal ar-lein yn ystod mis Tachwedd er mwyn sicrhau y caiff pobl awtistig, eu teuluoedd a'u gofalwyr gyfle i gyfrannu. Byddaf yn cyhoeddi adroddiad cryno ar yr ymgynghoriad ar ddechrau 2021 a fydd yn cynnwys fy nghynigion er mwyn ymateb i'r adborth a gafwyd.
22. Bydd y broses o roi'r Cod ar waith yn dechrau ym mis Medi 2021. Mae fy swyddogion eisoes yn datblygu cynllun gweithredu gyda phartneriaid, a fydd yn diweddarau'r cynllun cyflenwi presennol ar gyfer y strategaeth awtistiaeth. Rwyf hefyd yn sefydlu Grŵp Cynghori newydd ar Awtistiaeth er mwyn rhoi cyngor ar roi'r cod ar waith; bydd yr aelodau yn cynnwys pobl awtistig a sefydliadau cynrychioliadol.

Gwasanaethau Niwroddatblygiadol i Blant

23. O ran gwasanaethau niwroddatblygiadol, yn ôl y byrddau iechyd, ni chafodd asesiadau eu hatal yn llwyr, ond cynhaliwyd llai o asesiadau ym mhob maes. Mae'r timau yn wynebu heriau o hyd, wrth gynnal asesiad niwroddatblygiadol sy'n canolbwyntio i raddau helaeth ar asesu gweithrediad unigolion mewn lleoliadau cymdeithasol, mewn cyd-destun lle nad yw cymdeithas mewn sawl ffordd yn gweithredu'n gymdeithasol. Yn ystod y cyfnod hwn, cafodd atgyfeiriadau i dimau niwroddatblygiadol eu cofnodi o hyd ac ychwanegwyd pobl ifanc at restrau aros.
24. Parhaodd y rhan fwyaf o'r timau i gasglu gwybodaeth i ryw raddau am achosion newydd a atgyfeiriwyd iddynt, gan mai gweithgaredd desg yw'r gweithgaredd hwn. Yn yr un modd, llwyddodd llawer i gynnal asesiadau lle roedd sail wybodaeth dda yn bodoli eisoes a chysylltiadau blaenorol.
25. Mewn rhai meysydd, mae'n dal yn anodd cynnal y sesiynau arsylwi sydd eu hangen fel rhan o'r broses asesu niwroddatblygiadol gan fod apwyntiadau wyneb-yn-wyneb wedi'u cyfyngu i anghenion clinigol/achosion brys. Er

enghraifft, mae cyfyngiadau ar waith o hyd mewn rhai ysgolion o ran pwy all fynd i'r safle i arsylwi.

E – Plant a Gordewdra

Pwysau Iach

26. Cymru Iach yw ein strategaeth hirdymor ar gyfer atal a lleihau achosion o ordewdra yng Nghymru. Rydym yn gweithredu ar sail hirdymor i alluogi a chefnogi newidiadau mewn ymddygiad, gan gydnabod y dull aml-elfen sydd ei angen er mwyn gwneud gwahaniaeth. Er bod effaith pandemig COVID yn anochel wedi arafu cynnydd mewn perthynas â'r camau gweithredu yng nghynllun cyflawni 2020-22, rwy'n ymrwymedig i barhau i weithredu. Rwyf wedi nodi pum blaenoriaeth newydd ar gyfer gweddill 2020-21 a fydd yn gweithio ar draws partneriaid er mwyn sicrhau bod nifer o feysydd cyflawni yn parhau ar y trywydd cywir ac i ystyried effeithiau'r epidemig. Byddaf hefyd yn cadeirio cyfarfod ein Bwrdd Pwysau Iach nesaf ym mis Tachwedd, a fydd yn anelu at nodi ffocws ein blaenoriaethau ar gyfer cyfnod 2021-22 a byddaf yn cyhoeddi cynllun ac amserlen ddiwygiedig erbyn dechrau 2021. Caiff hyn ei ategu gan fuddsoddiad pellach o £5.5m er mwyn canolbwyntio ar y blaenoriaethau a nodir gennyf a'u cyflawni.

COVID-19

27. Mae COVID-19 wedi effeithio ar iechyd corfforol ac iechyd meddwl plant a theuluoedd ledled Cymru ac rwy'n ymrwymedig i ddatblygu dulliau gweithredu sy'n canolbwyntio ar anghydraddoldebau iechyd. Rwyf am weld gostyngiad mewn lefelau gordewdra ymhlith plant gan sicrhau bod ein plant yn dechrau'r ysgol ar bwysau iach. Dyna pam bod y ffocws ar y blynyddoedd cynnar hollbwysig yn hanfodol, yn enwedig gan ein bod yn ymwybodol y gall mathau cadarnhaol o ymddygiad yn ystod y cam hwn barhau fel ymddygiad gydol oes. Yn arbennig, gwn fod llawer o deuluoedd yn ei chael hi'n anodd gwneud dewisiadau iach ac y gall hynny fod oherwydd nifer o rwystrau. Drwy gamau gweithredu'r cynllun cyflawni, yn 2021-2022 byddaf yn ystyried sut y gallwn gefnogi a galluogi dewisiadau cadarnhaol a lleihau rhwystrau, gan gynnwys drwy Raglen Plant a Theuluoedd wedi'i thargedu mewn tair ardal beilot ledled Cymru. Bydd y rhaglen hon yn gweithio gyda theuluoedd ac amrywiaeth o bartneriaid yn lleol er mwyn galluogi a datblygu newidiadau bach, ond arwyddocaol, i deulu i'w helpu i wneud dewisiadau iachach. Ochr yn ochr â'r gwaith hwn, rwy'n ymrwymedig i ymgynghori ar opsiynau deddfwriaethol drwy ein hamgylchedd bwyd iach mewn meysydd fel hyrwyddiadau pris, labelu calorïau a chynllunio er mwyn ystyried sut y gallwn sicrhau mai'r dewis ***iachach*** yw'r dewis ***haws***.

28. Rwyf hefyd am wella a chyfoethogi'r gwasanaethau a ddarperir. Rydym wedi buddsoddi £2.9m ar gyfer 2020-21 a 2021-22 drwy fyrddau iechyd lleol a phartneriaid er mwyn rhoi Llwybrau Gordewdra ar waith. Mae hyn yn cynnwys gwasanaethau a ddatblygir yn lleol yn ystod y cam atal ac ymyrryd yn gynnar, sy'n seiliedig ar dystiolaeth. Fel rhan o'r ymyriad hwn, bydd rhai byrddau iechyd yn cyflwyno ymyriadau gordewdra cenedlaethol ym maes mamolaeth.

Bydd fy swyddogion hefyd yn gweithio gyda byrddau iechyd lleol i ddatblygu gwasanaethau lefel tri arbenigol a chynhwysfawr i blant a theuluoedd a fydd yn sicrhau y caiff yr amrywiaeth o weithwyr proffesiynol, fel dietegwyr, seicolegwyr, clinigwyr ac ymarferwyr iechyd, eu defnyddio mewn amgylchedd amlddisgyblaeth drwy wasanaethau arbenigol wedi'u targedu.

F - Iechyd a'r Gymraeg

29. Mae iechyd ac iaith yn mynd law yn llaw. Mae derbyn gwasanaethau drwy gyfrwng y Gymraeg yn rhan allweddol o ofal, yn enwedig wrth drafod pryderon sensitif ac emosiynol. Nid dim ond mater o ddewis yw'r gallu i ddefnyddio'r Gymraeg ym maes iechyd a gofal cymdeithasol, gall hefyd fod yn fater o angen. Mae'n bwysig iawn i lawer o bobl agored i niwed a'u teuluoedd y mae angen iddynt gael gafael ar wasanaethau yn eu mamiaith, fel pobl hŷn gyda dementia neu sydd wedi cael strôc a all golli eu hail iaith. Wrth drafod iechyd meddwl, un o'r pethau pwysicaf yw'r gallu i gyfathrebu'n effeithiol er mwyn mynegi teimladau, meddyliau ac emosiynau. Mae hyn yn cynnwys yr iaith a ddefnyddir.

Mwy na Geiriau

30. Mwy na Geiriau yw fframwaith strategol Llywodraeth Cymru i gryfhau'r ddarpariaeth Gymraeg ym maes iechyd a gofal cymdeithasol.

31. Mae adroddiadau ar gynnydd mewn perthynas â'r camau gweithredu yn Mwy na Geiriau wedi dangos datblygiadau a chamau gweithredu mewn nifer o feysydd. Mae'n amlwg bod y cwestiynau wedi newid o gwestiynau'n gofyn 'pam' i gwestiynau'n gofyn 'sut'. Mae'r cwestiynau sy'n gofyn 'sut' yn darparu heriau parhaus o ran cyflawni rhai o'r disgwyliadau, yn enwedig o ran gwneud hynny'n gyson ar draws gwasanaethau ac ardaloedd daearyddol, ac maent yn cynnwys y canlynol:

- **Recriwtio staff** sy'n meddu ar sgiliau Cymraeg
- Sicrhau bod staff **yn manteisio ar yr hyfforddiant iaith** sydd ar gael;
- **Hyder staff** sydd â sgiliau Cymraeg i ddefnyddio'r sgiliau hynny;
- Gwendidau wrth ddefnyddio a dadansoddi gwybodaeth, gan gynnwys proffiliau o'r boblogaeth er mwyn llywio gwaith **cynllunio a chomisiynu**;
- Sicrhau y caiff ystyriaethau Cymraeg eu prif-ffrydio i **systemau TG/digidol**;
- Cofnodi a **systemau i gefnogi dewis iaith cleifion/defnyddwyr** yn enwedig ar draws gwasanaethau.

Gwerthuso Mwy na Geiriau

32. Comisiynwyd gwerthusiad o Mwy na Geiriau er mwyn asesu cynnydd ac effeithiolrwydd y cynnig rhagweithiol a'r trefniadau ar gyfer darparu gwasanaethau Cymraeg ym maes iechyd a gofal. Cafodd y gwaith gwerthuso ei atal rhwng mis Ebrill a mis Gorffennaf yn sgil y pandemig, ond mae'r gwaith bellach wedi aildechrau a disgwylir i'r adroddiad gwerthuso terfynol gael ei gyhoeddi ar ddechrau 2021. Bydd yr adroddiad terfynol yn ystyried effaith

COVID ar wasanaethau Cymraeg a'r blaenoriaethau ar gyfer y ddarpariaeth Gymraeg ar ôl COVID.

Effaith COVID-19 ar wasanaethau Cymraeg ym maes iechyd a gofal cymdeithasol

33. Yn ôl Swyddogion Cymraeg yn y GIG, mae COVID-19 wedi cael effaith ar allu eu sefydliadau i ddarparu gwasanaethau Cymraeg. Adleolwyd staff o dimau Cymraeg rhai cyrff iechyd i gefnogi'r ymateb, gan arwain, o bosibl at golli momentwm o ran bwrw ati â datblygiadau Cymraeg.
34. Nododd rhai byrddau iechyd / ymddiriedolaethau fod y gofynion o ran gwaith cyfieithu wedi cynyddu yn ystod y pandemig, ac er bod hyn wedi ei flaenoriaethu, bod hynny wedi effeithio ar ddatblygiadau mewn meysydd eraill – gan gynnwys cynyddu gwasanaethau iechyd a gofal mwy personol yn Gymraeg. Gallai hyn effeithio ar waith datblygu o dan Safonau'r Gymraeg, gan gynnwys gwaith i ddatblygu camau gweithredu i gynyddu lefel yr ymgynghoriadau/gwasanaethau sydd ar gael yn Gymraeg.
35. Roedd rhai o'r pryderon a godwyd gan randdeiliaid mewn perthynas â gwasanaethau Cymraeg ym maes iechyd a gofal yn ystod y pandemig yn ymwneud â'r effaith ar unigolion mwy agored i niwed, er enghraifft, cleifion gyda dementia sy'n fwy dibynnol ar gymorth gan deuluoedd wrth ddarparu cymorth Cymraeg.
36. Fodd bynnag, cafwyd profiadau mwy cadarnhaol hefyd, a nododd y rhan fwyaf o'r byrddau iechyd gynnydd yn nifer yr unigolion a gymerodd ran mewn hyfforddiant Cymraeg ar-lein. Mae bwrdd iechyd Betsi Cadwaladr yn ystyried datblygu mwy o gyfleoedd hyfforddiant ar-lein ac mae'r tiwtor Cymraeg yn edrych ar wahanol ffyrdd o ailgysylltu â staff.
37. Mae'r pandemig wedi arwain at gynnydd yn y defnydd o dechnoleg wrth ddarparu gofal iechyd, ac er bod sicrhau y caiff y Gymraeg ei hystyried fel rhan o'r datblygiadau hyn o'r cychwyn cyntaf yn her, mae hefyd yn cynnig cyfle.

Iechyd Meddwl

38. Mae'r strategaeth Law yn Llaw at Iechyd Meddwl yn cael ei hadolygu er mwyn sicrhau bod y camau gweithredu yn ymateb i unrhyw heriau newydd yn deillio o COVID-19. Rwyf wedi gofyn i fyrddau iechyd ac awdurdodau lleol ystyried effaith COVID-19 ar ddarpariaeth Gymraeg, gan gynnwys cyflwyno'r 'Cynnig Rhagweithiol'. Bydd hyn yn cynnwys effaith perthnasau / ffrindiau yn methu ag ymweld / mynychu apwyntiadau er mwyn rhoi cymorth Cymraeg.

Asesiadau clinigol cyfrwng Cymraeg

39. Mae Cynllun Gweithredu ar gyfer Dementia 2018-2022 Llywodraeth Cymru yn cynnwys cam gweithredu i ymgymryd â gwaith ar asesiadau clinigol cyfrwng Cymraeg. Mae'r Comisiynydd hefyd wedi codi pryderon ynghylch argaeledd

asesiadau ac adnoddau safonedig yn Gymraeg yn fwy cyffredinol, gan gynnwys y canfyddiadau a nodwyd yn yr adroddiad Gofal Dementia Siaradwyr Cymraeg.

40. Cynhaliwyd trafodaethau yn gynharach eleni â chydweithwyr o Hywel Dda a Phrifysgol Bangor ar ddarparu adnoddau safonedig ar gyfer asesiadau gwybyddol i bobl o bob oedran ac â gwahanol namau a oedd yn nodi Cymraeg fel eu dewis iaith. Rwyf bellach yn ystyried yr opsiynau ar gyfer datblygu'r gwaith hwn, gan gynnwys comisiynu astudiaeth gwmpasu ar gyfer asesiadau dementia clinigol.
41. Cyfarfu fy swyddogion yn ddiweddar ag aelodau Grŵp Iechyd Cymdeithas yr Iaith er mwyn trafod eu pryderon am asesiadau clinigol yn Gymraeg, ac i roi'r wybodaeth ddiweddaraf iddynt am ein cynigion. Gwnaethant groesawu fy mwriad i gomisiynu'r astudiaeth gwmpasu, a gwnaethant rai argymhellion ac awgrymiadau defnyddiol i gryfhau'r astudiaeth hon.