



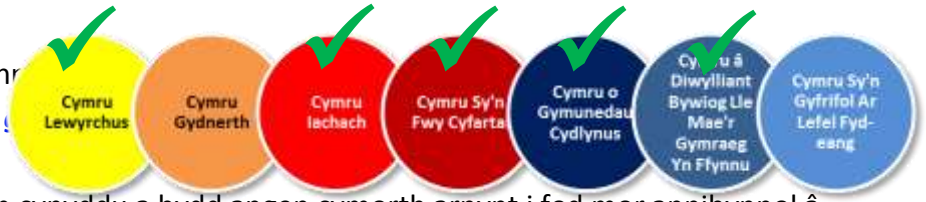
## Amcan Llesiant 10

Heneiddio'n Dda - Cefnogi'r nifer cynyddol o bobl hŷn er mwyn iddynt gadw'u hurddas a'u hannibyniaeth wrth iddynt heneiddio

Mwy o Wybodaeth - Gallwch weld ein **cynllun gweithredu** ar gyfer cyflawni'r amcan

### Pam y mae hyn mor bwysig?

- Gan fod ymgynghoriadau wedi dangos mai'r hyn sy'n bwysig i unigolion yw gallu bod mor annibynnol fel **'Cael fy mharchu fel rhywun hŷn, heb gael gwasanaethau'**



### Pam y dylem boeni am hyn?

- Gan fod y boblogaeth sy'n fregus yn cynyddu a bydd angen cymorth arnynt i fod mor annibynnol â phosibl.
- Gan ei bod yn hanfodol inni osod seiliau cadarn i ddiogelu at y dyfodol argaeledd gwasanaethau sy'n hybu ac yn cefnogi llesiant parhaus ac annibyniaeth ein poblogaeth hŷn sy'n fregus.
- Gan fod tueddiadau'r dyfodol yn dangos bod disgwyl i boblogaeth Sir Gaerfyrddin, rhwng 2014 a 2039, gynyddu tua 4,004 (2.2%). Mae hyn yn ostyngiad yn yr holl grwpiau oedran ac eithrio pobl 60 oed a hŷn (y mae disgwyl y bydd eu niferoedd yn cynyddu 16,800).

### Beth sydd angen i ni ei wneud?

- Mae angen i ni barhau i integreiddio iechyd a gofal cymdeithasol i fynd i'r afael â'r anghenion cymhleth sy'n gysylltiedig â chyd-forbidrwydd a bregusrwydd yn sgil oedran.
- Mae Cynllun Heneiddio'n Dda Cymru yn amlinellu'r angen i unigolion a chymunedau, gyda'r sectorau cyhoeddus, preifat, a gwirfoddol, ddatblygu a hyrwyddo ffyrdd arloesol ac ymarferol o wneud Cymru'n lle da i dyfu'n hŷn i bawb (gweler Amcan 11 ar *Heneiddio'n Dda*).

### Sut fyddwn ni'n gwneud hyn?

- Byddwn yn parhau i wella ein 'seilwaith' iechyd Cymunedol a Gofal Cymdeithasol integredig er mwyn sicrhau ein bod yn gallu hyrwyddo llesiant ac annibyniaeth ein poblogaeth hŷn yn effeithiol ac yn effeithlon, gan gynnal ar yr un pryd anghenion gofal tymor hir a diogelu y rhai mwyaf bregus ac agored i niwed.
- Byddwn yn darparu ystod eang o wasanaethau ac ymyriadau ar draws y tri maes 'cynnig' a amlinellir yn nogfen Cyngor Sir Gaerfyrddin, 'Darparu Gwasanaethau Cynaliadwy i Bobl Hŷn yn Sir Gaerfyrddin'.
  - Haen Un:** Mae Gwasanaethau ac Ymyriadau sy'n hyrwyddo annibyniaeth, llesiant, ymgysylltu cymunedol a chynhwysiant cymdeithasol megis gwybodaeth, cyngor a chymorth, cyfeirio pobl at wasanaethau cymunedol.
  - Haen Dau:** Mae'r gwasanaethau hyn yn darparu ymyriadau wedi eu targedu er mwyn i unigolion adennill annibyniaeth a llesiant o'r un lefel ag o'r blaen yn dilyn cyfnod aciwt neu anaf, a hefyd gall helpu i osgoi derbyniad i'r ysbyty. Mae'r gwasanaethau hyn yn gweithio'n agos gyda gwasanaethau Haen 1 i sicrhau cymorth parhaus o ran iechyd a llesiant gan eu cymuned eu hunain.
  - Haen Tri:** Mae darparu gwasanaeth ar y lefel hon yn canolbwyntio ar gefnogi unigolion sydd ag anghenion gofal arbenigol a thymor hir. Bydd gwasanaethau yn yr haen hon yn cydlynu â gwasanaethau yn haen 2 er mwyn sicrhau bod pobl, adeg anafiadau neu gyfnodau aciwt o salwch, yn adennill annibyniaeth ar yr un lefel ag o'r blaen.
- Byddwn yn clustnodi sut y bydd cymunedau lleol yn gallu cyfrannu at gefnogi llesiant ac annibyniaeth (gweler Amcan 9 ar *Gefnogi Cysylltiadau Da*).
- Byddwn yn comisiynu'n effeithiol ymyriadau ac asesiad tymor byr i fwyhau annibyniaeth.
- Byddwn yn cymryd camau o fewn y *cynllun Bwrdd Gweithredu Dementia* ar draws meysydd iechyd a chymdeithasol.
- Rydym yn gwneud gwaith addasu cost isel mewn preswylfeydd preifat mor gyflym â phosibl.



Mwy o Wybodaeth - Gallwch weld ein **cynllun gweithredu** ar gyfer cyflawni'r amcan hwn yma



## Amcan Llesiant 11

### Heneiddio'n Dda - Ymagwedd ledled y Cyngor tuag at gefnogi Heneiddio'n Dda yn Sir Gaerfyrddin

#### Pam y mae hyn mor bwysig?

- Gan fod gwasanaethau ehangach yn gallu gwneud cyfraniad pwysig i gefnogi a chynnal annibyniaeth pobl hŷn a lleihau'r galw ar Wasanaethau Cymdeithasol a Gofal Iechyd;



Swyddfa Archwilio Cymru – Helpu Pobl Hŷn i Fyw'n Annibynnol: A yw Cyngorau'n Gwneud Digon? Hydref 2015.

- Gan fod angen inni, wrth gynllunio gwasanaethau ar gyfer pobl hŷn, wrando ar yr hyn mae pobl hŷn wedi ei ddweud wrthym ynghylch y gwasanaethau maent am eu cael.
- Gan fod angen i ni ofyn i'n hunain, wrth benderfynu ar beth i'w wneud, a fyddai'r gwasanaeth hwn yn iawn i mi neu fy mherthnasau? Os na fyddai, sut y gallwn ni wella?
- Gan fod gwasanaethau cyhoeddus sy'n diwallu anghenion pobl hŷn yn aml yn diwallu anghenion grwpiau eraill yn y gymdeithas hefyd.

#### Pam y dylem boeni am hyn?

- Gan fod pobl hŷn yn ased sylweddol i Gymru, ac yn werth mwy nag £1 biliwn i economi Cymru yn flynyddol. Mae'n rhaid i ni fabwysiadu ymagwedd sy'n seiliedig ar asedau sydd, yn hytrach na chanolbwyntio ar gostau darparu gwasanaethau i bobl hŷn, yn ystyried cost peidio â buddsoddi mewn pobl hŷn. Mae pobl hŷn yn gwneud gwerth oddeutu £469 miliwn o waith gwirfoddoli bob blwyddyn, yn cynnwys gofal plant - y mae gwerth hwnnw'n £750 miliwn y flwyddyn.
- Gan fod pobl 50 oed a hŷn bellach yn cyfrif am gyfran fwy o'r boblogaeth. Mae gan Gymru ganran uwch o bobl 50 a hŷn sef 38.6% o gymharu â 34.8% ar gyfer y DU. Yn wir, mae gan Sir Gaerfyrddin ganran uwch na chyfartaledd Cymru sef 42.5%.
- Gan fod pobl hŷn sy'n cael cefnogaeth drwy wasanaethau wedi'u teilwra ac sy'n byw mewn cymunedau cynhwysol, yn gallu cyfrannu mwy at yr economi a'r gymdeithas leol.
- Gan fod pobl hŷn, pan ofynnwyd iddynt, wedi dweud wrthym eu bod am gymaint o gefnogaeth â phosibl i'w helpu i wneud y pethau maent yn eu mwynhau ac i ymdopi o ddydd i ddydd.

#### Beth sydd angen i ni ei wneud?

- Mae angen i ni 'uno' ein his-adrannau ac adrannau amrywiol er mwyn cefnogi byw'n annibynnol a helpu pobl hŷn i fyw yn eu cymunedau. Sicrhau bod ystyriaeth ofalus yn cael ei rhoi i effaith yr holl newidiadau i wasanaethau ar bobl hŷn.
- Mae angen i ni ymgynghori mewn ffordd ystyrlon â phobl hŷn sydd yn aml yn 'arbenigwyr trwy brofiad' ac sy'n gwybod pa wasanaethau sydd eu hangen arnynt i gadw eu hannibyniaeth ac i fod yn rhan o'u cymunedau.
- Mae angen i ni ganolbwyntio ar ymagwedd seiliedig ar ganlyniadau i grynhoi'r newidiadau a'r gwelliannau a welir ym mywyd unigolyn - mae angen i ni greu gwasanaethau gan roi pwyslais ar y canlyniadau y mae ar bobl hŷn eu heisiau.
- Mae angen i ni edrych sut y byddwn yn gweithio gyda'r Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus i gyrraedd targedau Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru i'w cynnwys yng Nghynllun Llesiant y Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus.

#### Sut fyddwn ni'n gwneud hyn?

- Byddwn yn datblygu *Pum Nod Blaenoriaeth* Cynllun Heneiddio'n Dda y Cyngor:
  - Cymunedau sy'n cynorthwyo'r oedrannus;
  - Cymunedau sy'n cefnogi pobl â dementia;
  - Atal codymau;
  - Cyfleoedd i gael gwaith a sgiliau newydd;
  - Unigrwydd a theimlo'n ynysig.



Mwy o Wybodaeth - Gallwch weld ein [cynllun gweithredu](#) ar gyfer cyflawni'r amcan hwn yma