



# Cynllun Heneiddio'n Dda Gwynedd **2017-18**

Helpu pobl hŷn Gwynedd i fyw  
bywydau llawn ac annibynnol

[www.gwynedd.llyw.cymru](http://www.gwynedd.llyw.cymru)



## Cyflwyniad

Mae Cynllun Heneiddio'n Dda Gwynedd yn adlewyrchu egwyddorion holl bwysig Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014, yn y flwyddyn gyntaf ers cychwyn ei gweithredu sef:

- Llais a rheolaeth i'r rhai sy'n derbyn gwasanaeth
- Pwyslais ar waith ataliol ac ymyrraeth gynnar
- Gweithio'n amlasiantaethol
- Cyd gynhyrchu rhwng pobl hŷn ac asiantaethau gofal
- Canolbwyntio ar y cysyniad o lesiant.

Gweledigaeth y Ddeddf yw uchafu annibyniaeth pobl, cysylltu pobl efo'u cymunedau a lleihau neu oedi dibyniaeth pobl ar ymyrraeth gan ofal cymdeithasol ac iechyd. Bydd y Cynllun yma yn cychwyn gyda llais pobl hŷn y trafodwyd â hwy trwy Fforymau Age Cymru.

Yn dilyn o'r canfyddiadau yma, byddwn yn amlygu sut mae Cyngor Gwynedd yn ymateb i her Llywodraeth Cymru o greu adnoddau cymdeithasol, amgylcheddol ac ariannol addas ar gyfer pobl hŷn, trwy waith gwahanol adrannau. Hefyd, sut mae datblygu ar y gwaith yma i'r dyfodol gyda gwahanol bartneriaid, gan gynnwys pobl hŷn eu hunain.



Mae Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru wedi rhoi her i bob ardal wneud cynnydd ar y meysydd canlynol yn ogystal:

- Creu cymunedau sy'n gyfeillgar i oedran,
- Cymunedau sy'n cefnogi pobl â dementia
- Atal codymau
- Atal unigrwydd
- Cyfleoedd ar gyfer dysgu a chyflogaeth.

Byddwn yn edrych ar y gwaith da sy'n digwydd yn barod ac yn cynnal trafodaeth gyda chi, a gwahanol bartneriaid, ar sut i ddatblygu mwy o wasanaethau yn ein cymunedau, er mwyn sicrhau'r cyfleoedd gorau i bobl Gwynedd wrth iddynt dyfu yn hŷn.

Gobeithiwn mai man cychwyn yw'r Cynllun hwn ac y gellir ei ddatblygu yn flynyddol i adlewyrchu sut mae cymunedau Gwynedd yn datblygu mentrau newydd i Heneiddio'n Dda. Os oes gennych unrhyw syniadau/sylwadau am y Cynllun hwn, cysylltwch gyda:

**Ann Pari Williams,  
Rheolydd Llesiant,  
Tai a Llesiant,  
Penrallt,  
Caernarfon,  
Gwynedd,  
LL551BN.**

**AnnPariWilliams@gwynedd.llyw.cymru**

**Rhif Ffon: 01286 682815**

**www.gwynedd.llyw.cymru/heneiddiondda**



*Ann Pari Williams, Rheolydd Llesiant (canol) gyda'i chydweithwyr Eryl Evans, Swyddog Galluogi, (ar y chwith) a Cheryl Evans, Gweithwraig Gymdeithasol, yn trafod y Cynllun Heneiddio'n Dda*



## Cynnwys

1 Llais Pobl Hŷn, sy'n rhoi dadansoddiad o'r hyn y mae pobl hŷn wedi'i ddangos fel y pethau sy'n bwysig iddynt

2 Adnoddau ar gyfer pobl hŷn, lle trafodir y gwahanol fathau o adnoddau sy'n angenrheidiol ar gyfer bywyd llawn:

- i. Adnoddau Cymdeithasol, sy'n cynnwys cynlluniau atal unigrwydd, llyfrgelloedd, a chanolfannau heneddio'n dda.
- ii. Adnoddau Amgylcheddol, sy'n cynnwys materion yn ymwneud â tai, cymunedau a thrafnidiaeth.
- iii. Adnoddau Ariannol, sy'n ymwneud â materion fel treth cyngor, budd-daliadau, pensiynau ac atal sgamiau.

3 Heneiddio'n iach. Yn ogystal ag atal codymau a chreu cymunedau sy'n cefnogi pobl â dementia, rhoddir pwyslais hefyd ar bwysigrwydd gweithgareddau hamdden fel ffordd o gadw pobl yn iach.

4 Cynllunio tua'r dyfodol





## Y cyd destun yng Ngwynedd

Y newyddion da yw bod poblogaeth Gwynedd yn byw yn hirach ac yn manteisio ar iechyd gwell na'u cyndeidiau wrth edrych ymlaen at gyfnod ymddeol.

Mae 41% o boblogaeth y Sir dros 50 oed, o gymharu â 39% yng Nghymru ar gyfartaledd. Mae disgwyl y bydd niferoedd yn codi i 52,632 erbyn 2030 - cynnydd o dros 2,000. Yn yr un modd, mae canran uchel o aelwydydd lle nad oes ond un person, a'r person hwnnw dros 50 oed. Mae'r ganran eisoes yn uwch na'r hyn yw yng ngweddill Cymru - 28% o gymharu â 24% - ac mae disgwyl iddo godi i 32% erbyn 2030.

Ar yr un pryd, mae dyheadau pobl hŷn - a dyheadau cymdeithas yn gyffredinol - yn newid. Mae pob arolwg yn dangos bod pobl hŷn yn dymuno aros yn eu cartrefi eu hunain, bod mor annibynnol ag sy'n bosibl a chael hynny ag sy'n bosibl o ddewis. Yn hyn o beth mae Gwynedd yn ffodus fod canrannau uwch o'r bobl hŷn yn mwynhau iechyd da a heb fod yn dioddef cyfyngiadau ar eu bywydau, o'i gymharu â gweddill Cymru.

Mae 60% o bobl Gwynedd sydd dros 50 oed yn siaradwyr Cymraeg a mae hyn yn ffactor holl bwysig wrth ddatblygu gwasanaethau sy'n cyd fynd ac angen iaith trigolion ein cymunedau. Bydd oblygiadau o ran yr angen i ddiwallu anghenion gofal cyfran gynyddol o'r boblogaeth a hynny ar adeg pan fo cyllidebau awdurdodau lleol o dan wasgfa barhaus.

Mae paratoi ar gyfer heneiddio'n dda am fod yn her i bawb ohonom, ac mae gan bawb ohonom ran i'w chwarae wrth geisio'r atebion gorau i'n trigolion hŷn.





## 1

## Llais Pobl Hŷn

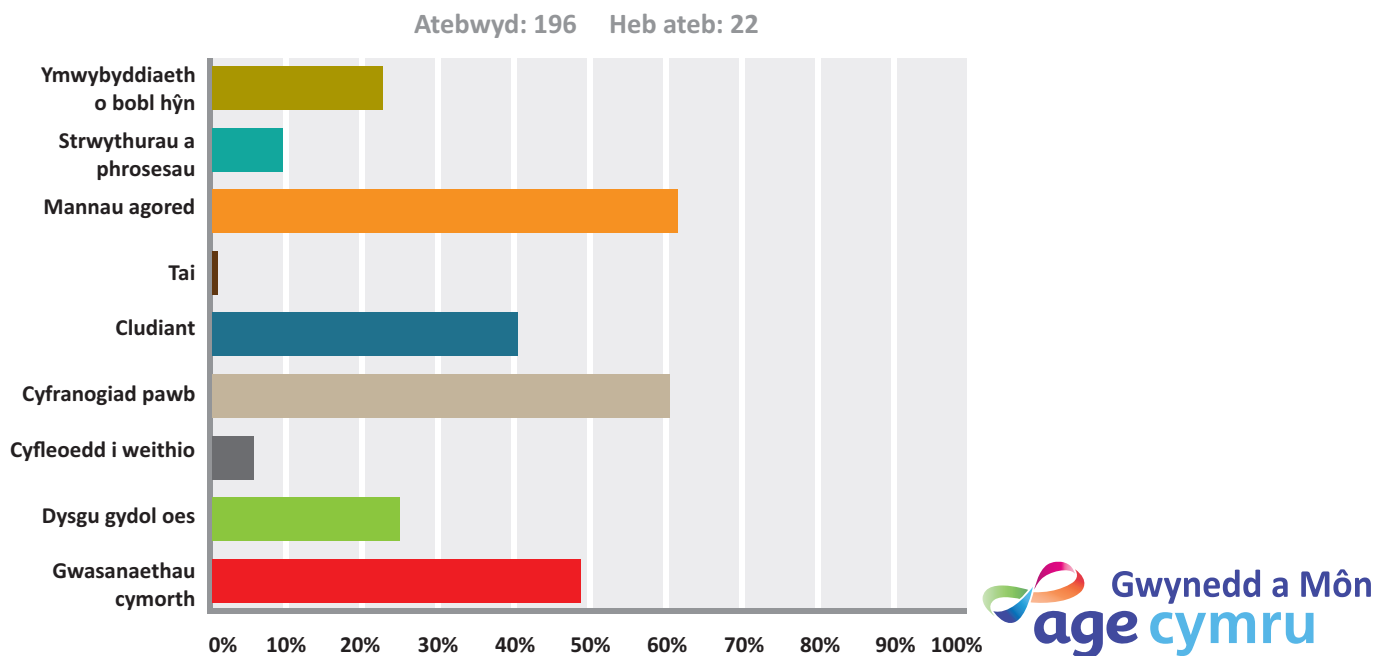
Fel y nodwyd eisoes, mae pobl hŷn yn dymuno aros yn eu cartrefi eu hunain, bod mor annibynnol ag sy'n bosibl, a chael cymaint o ddewis ag sy'n bosibl.

Daeth hyn i'r amlwg mewn sawl arolwg dros y blynyddoedd, a chafodd ei gadarnhau pan aeth Age Cymru ati i holi gwahanol grwpiau o bobl dros 50 oed mewn clybiau cinio, fforymau pobl hŷn, a chanolfannau Byw'n Dda.

Ymhlith y cwestiynau penodol a ofynnwyd, roedd un yn ymwneud â'r hyn sydd ei angen mewn cymunedau er mwyn eu gwneud yn addas i bobl o bob oed allu byw bywyd llawn ynddynt. Y nodweddion pwysicaf yng ngolwg y bobl a holwyd oedd:

- cyfleoedd i gymryd rhan yn y gymdeithas,
- manau agored a hawdd mynd iddynt,
- dewis o wasanaethau cymorth a gwasanaethau trafndiaeth.

## Pa agweddau sydd yn bwysig i chi o ran Cymuned Oed Gyfeillgar?



Gobeithiwn y bydd y penodau a ganlyn yn cynnig atebion i rai o'r blaenoriaethau hyn.

## Beth sy'n digwydd yn barod?

Mae Cyngor Pobl Hŷn Gwynedd wedi ei sefydlu ers dros ddegawd i roi llais i bobl hŷn o bob cwr o Wynedd. Atgyfnerthir y Cyngor Pobl Hŷn gan fforymau ardal a drefnir gan Age Cymru Gwynedd a Môn. Mae'r Cyngor Pobl Hŷn yn croesawu amrediad eang o asiantaethau ato i gynnal trafodaeth ac mae Cyngor Gwynedd, Llywodraeth Cymru a'r Comisiynydd Pobl Hŷn yn defnyddio y fforwm yma i ymgysylltu ynglŷn â datblygiadau pwysig ym maes heneiddio'n dda.

## Camau i'w cymryd

1. Cynllunio rhaglen waith y Cyngor Pobl Hŷn fydd yn cynnwys pwyntiau gweithredu y Rhaglen Heneiddio'n Dda a osodir allan yn y Cynllun hwn. Sicrhau bod eu llais yn cael ei glywed wrth adolygu a datblygu ar Gynllun Heneiddio'n Dda Gwynedd.

## i. Adnoddau Cymdeithasol

Mae sicrhau'r adnoddau cymdeithasol angenrheidiol yn gwbl hanfodol er mwyn ceisio mynd i'r afael â'r perygl o unigrwydd ymysg trigolion hŷn. Mae gwasanaethau'r Cyngor yn chwarae rhan bwysig wrth geisio gwella adnoddau cymdeithasol y boblogaeth. Mae llyfrgelloedd a chanolfannau hamdden y Sir eisoes yn gwneud gwaith pwysig. Yn yr un modd, mae Canolfannau Heneiddio'n Dda Age Cymru Gwynedd a Môn wedi profi i fod yn llwyddiant mawr.

### (a) Llyfrgelloedd

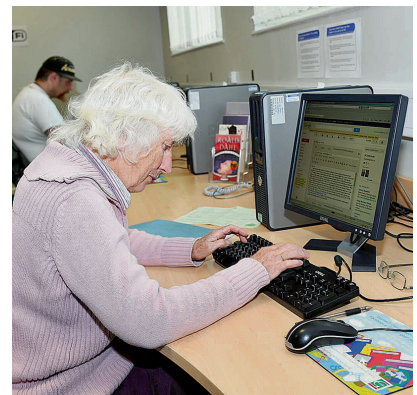
Mae llyfrgelloedd y Sir yn gwneud cyfraniad pwysig wrth gynnig gwasanaeth gwybodaeth cynhwysfawr ar bob math o bynciau. Mae hyn yn cynnwys helpu gydag ymgyrchoedd gwybodaeth y llywodraeth sydd wedi eu targedu at bobl hŷn, fel lwfansau gwresogi neu newid i bensiynau. Maen nhw'n ymateb hefyd i lawer iawn o ymholiadau ynghylch cyflrau meddygol, gyda staff yn cyfeirio'r bobl at adnoddau addas.

Mae llyfrgell i'r Cartref (gwasanaeth i'r caeth i'w Tai) yn wasanaeth hanfodol i rai unigolion sy'n cael llyfrau wedi eu anfon atynt. Mae'r rhan fwyaf yn cael problemau cysylltiedig ag oedran hŷn ac yn aml ddim yn gallu gadael eu cartrefi oherwydd eu cyflrau meddygol.

Mae'r llyfrgelloedd hefyd yn cynnig cyfleoedd heb eu hail i bobl hŷn sy'n dymuno dychwelyd at ddysgu ar ôl ymddeol, ac ymysg y meysydd y mae'r galw mwyaf amdanynt mae hyfforddiant mewn Technoleg Gwybodaeth a Chyfathrebu. Mae'r Gwasanaeth Llyfrgell yn cefnogi gwaith yr elusen Citizens Online sydd wedi ymrwymo i wella sgiliau digidol yn y gymdeithas a chynyddu'r niferoedd sy'n gallu manteisio ar wasanaethau cyhoeddus digidol. Mae Hyfforddwr Digidol yr elusen yn gweithio ar draws y Sir, gan gynnal sesiynau hyfforddi sylfaenol mewn llyfrgelloedd ymysg amryw o safleoedd cymunedol eraill.

Ymhlith llwyddiannau'r cynllun, cawn hanes gwraig weddw a oedd wedi cael gliniadur newydd ond heb wybod beth i'w wneud ag ef. O fewn pedair wythnos roedd wedi datblygu o fod yn ansicr sut i'w droi ymlaen i anfon negeseuon e-bost, prynu ar-lein a sefydlu cyfrif Skype i allu cysylltu â pherthynas iddi a oedd yn byw ar gwch.

Yn ogystal â'r cyfle i ddysgu, mae llawer o bobl hŷn hefyd yn gwerthfawrogi llyfrgelloedd fel lleoedd i fynd i gymdeithasu. Dywed person hŷn o ardal Bethesda ei bod yn edrych ymlaen at ei hymweliad wythnosol gan ei fod yn ddiwyddiad cymdeithasol i rywun sy'n byw ar ei phen ei hun, a'i bod wrth ei bodd yn defnyddio cyfleusterau'r llyfrgell i ymchwilio ei hachau yn ogystal ag i fenthg llyfrau.



#### Meddai:

*"Mae gwneud pethau fel hyn yn cadw fy meddwl yn weithgar, gweithgaredd sydd wedi cael ei brofi i helpu i atal dementia, sy'n fuddiol gan y gallaf fyw yn annibynnol am fwy o amser gobeithio."*

## Camau i'w cymryd

- 2 Y gwasanaeth llyfrgelloedd i gydweithio gyda Gwasanaeth Tân, Heddlu Gogledd Cymru a'r Bwrdd Iechyd Lleol ar ymgyrchoedd gwybodaeth sy'n berthnasol i bobl hŷn;
- 3 Hyrwyddo Dewis Cymru fel cyfeirlyfr ar gyfer gwasanaethau llesiant ar gyfer trigolion Gwynedd a staff rheng flaen. Cael pwynt cyswllt Dewis ymhob Adran i hyrwyddo mewnfwydo gwybodaeth am weithgareddau mae'r Cyngor yn eu noddi, ar Dewis.





## (b) Atal Unigrwydd

Ymysg yr hyn sydd eisoes yn digwydd, mae gwaith Canolfannau Heneiddio'n Dda Age Cymru Gwynedd a Môn, sy'n cynnal gweithgareddau ar draws y cenedlaethau i helpu creu cymunedau sy'n fwy cyfeillgar i bobl hŷn, a chynllun arloesol i atal unigrwydd drwy'r celfyddydau. Mae Cynllun Ffrindiau Mantell Gwynedd yn engraifft o leihau unigrwydd trwy gyflwyno gwirfoddolwyr i fywydau trigolion sydd yn ei chael hi'n anodd i fynd allan i gymdeithasu.



### Canolfannau Heneiddio'n Dda Age Cymru Gwynedd a Môn

Nôd y canolfannau hyn yw hyrwyddo lles a chreu cyfleoedd cyfarfod cymdeithasol ar gyfer y rhai dros 50 mlwydd oed. Mae dros fil o bobl hŷn eisoes yn cael gwneud defnydd o'r canolfannau sydd wedi eu sefydlu ym Mlaenau Ffestiniog, Llanrug, Nefyn, Y Bala, Cricieth, Penrhyndeudraeth a Dolgellau gydag ymdrechion ar waith hefyd ar gyfer sefydlu darpariaeth reolaidd yn Abersoch, Caernarfon, Bangor a Phenygroes. Mae'r canolfannau yma yn hwb cymdeithasu ac yn cynnig sesiynau amrywiol megis ymarfer corff ac addysg, darparu clybiau cinio a cynnig cyfleoedd gwirfoddoli.

Mae ymdrechion ar waith hefyd gan Age Cymru Gwynedd a Môn, i sefydlu "Men's Shed" yn ardal Caernarfon. Grŵp Cymdeithasol yw'r "Men's Shed" ar gyfer cynnwys dynion o bob math o gefndiroedd sydd yn dymuno dysgu a rhannu sgiliau crefft gyda'i gilydd. Mae'n fan ble y gall dynion ddod at ei gilydd i rannu profiadau bywyd mewn awyrgylch cyfeillgar, hwyliog, croesawgar a diogel. Gallant gael paned a rhoi'r byd yn ei le!

### Cymunedau sy'n fwy cyfeillgar i bobl hŷn

Mae enghraifft dda o weithgareddau rhwng y cenedlaethau i'w weld yn Nhudweiliog, lle mae plant yr ysgol gynradd yn helpu paratoi pryd o fwyd i drigolion hŷn yr ardal. Mae'n ddigwyddiad cymdeithasol difyr i'r bobl hŷn, gan ei fod yn rhoi cyfle iddyn nhw ddod i adnabod y plant a dilyn eu datblygiad. Yn yr un modd, mae'r plant yn cael cyfle i ddysgu llawer am hanes eu hardal.

### Rhaglen deledu "Hen Blant Bach"

Cafodd Canolfan Ddydd Maesincla gyfle arbennig i fod yn rhan o beilot Prosiect "Care Share". Mae'r syniad wedi hannu o'r Unol Daleithiau lle mae cartrefi pobl hŷn wedi eu cyd leoli gyda creche plant bach fel eu bod yn cael cyfle i gael gofal a gwneud gweithgareddau ar y cyd. Daeth plant o Feithrinfa Plant Parciau i'r Ganolfan Ddydd a dywedodd Idwen Roberts, y Rheolwraig, bod yr arbrawf wythnos wedi bod yn llwyddiant mawr ac adlewyrchir hyn yn y rhaglen deledu a ddarlledwyd ar y 28ain o Ragfyr 2016. Cawsant wneud cacenau a chrefftau, cyd ganu a chwarae, a gan bod un o selogion y Ganolfan Ddydd yn gyn aelod, daeth Band Pres Llanrug atynt i rannu yn yr hwyl. Yng nghanol yr asbri, gwnaeth Idwen y pwynt pwysig bod gan gynllun fel hwn botensial anferth i atal unigrwydd sef un o brif amcanion y Canolfannau Dydd.



#### Dywedodd:

*"Doedd gan un ddynes ddim plant, a doedd ganddi ddim hyder efo unrhyw beth i'w wneud â phlant. Roedd hi'n sefyll nôl - doedd hi ddim yn gwybod sut i ymdopi na beth i'w ddweud wrth y plant.*

*"Ond erbyn diwedd yr wythnos roedd hi'n gwneud hetiau hefo nhw, roedden nhw'n eistedd ar ei glin. Roedd o'n grêt. Fe wnaeth hi agor fyny a dod ati hi ei hun. Roedd o'n wych - dw i ddim eisiau hyn i stopio."*

## Camau i'w cymryd

- 4 Ymchwilio i faint o ysgolion sy'n cynnal gweithgareddau ar y cyd gyda trigolion hŷn eu cymuned ag edrych ar gyfleon i wneud mwy o hyn.
- 5 Gwerthuso Cynllun Atal Unigrwydd Canolfan Gerdd William Mathias er mwyn dysgu gwersi/ rhannu arfer da.
- 6 Adeiladu ar y peilot "Care Share" yng Nghanolfan Ddydd Maesincla

### Atal unigrwydd drwy'r celfyddydau

Mae'r Uned Gelfyddydau Cymunedol yn cynnig amrywiaeth o weithgareddau celfyddydol ar hyd a lled Gwynedd, gyda rhai ohonynt wedi eu targedu'n benodol ar gyfer pobl hŷn. Ymhlith y prosiectau sydd ar y gweill ar hyn o bryd mae 'Cyfrinachau'r Môr', lle mae henoed ardal Caernarfon yn cael cyfle i greu gwaith creadigol wedi ei ysbrydoli gan eu hatgofion a'u profiadau o'r môr, a 'Cyfeiriadau Newydd', gan Grŵp Therapi Celf Cymunedol Dwyfor, sy'n defnyddio therapi celf fel ffurf o seicotherapi ac sy'n cael ei ddarparu mewn partneriaeth â Bwrdd Iechyd Betsi Cadwaladr.

Mae'r Uned hefyd wedi comisiynu Canolfan Gerdd William Mathias ar gyfer cynllun celfyddydol newydd i weithio gyda phobl hŷn mewn ardaloedd gwledig sy'n teimlo'n unig ac wedi eu hynysu. Fe fydd y prosiect 'Atgofion ar Gân - Cysylltu Cenedlaethau' yn gweithio o fewn dwy gymuned ym

Meirionnydd, sef Gellilydan a'r Bala. Er bod y ddwy gymuned yn wahanol iawn, a bod y Bala yn dref wledig brysur, gall trigolion gwledig sy'n symud i drefi yn eu henaint deimlo llawer o unigrwydd.

Rhoddir pwyslais ar bontio'r cenedlaethau gan fod llawer o bobl hŷn yn gweld colli cwmni plant a phobl ifanc. O dan y cynllun yn y ddwy ardal, cynhelir sesiynau cerdd wythnosol i bobl hŷn ddod at ei gilydd i ganu caneuon a fydd yn gyfarwydd iddynt. Ar yr un pryd, bydd plant Ysgol Gynradd Gellilydan ac Ysgol Bro Tryweryn yn dysgu'r un caneuon ac ar ôl y Nadolig fel fydd y plant a'r bobl hŷn yn dod at ei gilydd i ganu.



## ii. Adnoddau Amgylcheddol

Er mwyn i bobl hŷn allu byw mor annibynnol ag sy'n bosibl ac yn eu cartrefi eu hunain, yn ogystal â'r llety maent yn byw ynddo, mae'n rhaid i'r amgylchedd a'r cymunedau y maent yn byw ynddynt fod yn addas ar eu cyfer. Dyna pam fod yn rhaid edrych ar anghenion pobl hŷn wrth gynllunio ar gyfer tai ac adeiladau eraill, llwybrau addas a thrafnidiaeth.

### (a) Llety addas

#### Beth sy'n digwydd yn barod?

Mae ystyriaeth i anghenion pobl hŷn yn cael sylw yn Strategaeth Lletya Pobl Hŷn Gwynedd sy'n nodi bod pobl hŷn eisiau:

- Cartref sydd yn hawdd i edrych ar ei ôl
- Teimlo'n ddiogel
- Mynediad hawdd at gyfleusterau a chludiant
- Cymdogaeth dda
- Cartrefi sy'n ddeniadol ac yn addas i'r pwrpas
- Aros yn eu cartrefi heb orfod mynd i ofal preswyl.





Mae nifer uchel o breswylwyr Gwynedd yn manteisio ar y gwasanaeth Gofal a Thrwsio sy'n gwneud addasiadau i dai i alluogi pobl hŷn aros yn eu cartrefi yn ddiogel. Mae'r gwasanaeth Teleofal hefyd yn helpu unigolion i aros yn eu cartrefi gyda technoleg yn datblygu yn gyson i wrthsefyll rhwystrau i fyw'n annibynnol. I helpu i gyrraedd at y nôd o leihau yr angen i fynd i ofal preswyl, mae Tai Gofal Ychwanegol wedi eu datblygu ym Mala, Bangor ac un arall i agor ym Mhorthmadog yn 2017.

Mae amrediad o Dai Gwarchod o fewn y Sir gyda'u defnydd yn datblygu fel mae anghenion y preswylwyr yn newid. Ceir engraifft o hyn yn Nhau Gwarchod Hafan Elan Llanrug ble y sefydlodd y cyn warden Glwb Cinio a gynhelir yn eu Ystafell Gymunedol. Mae'n cael ei redeg gan wirfoddolwyr ac mae croeso i bobl o'r gymuned yn ehangach i ymuno â'r tenantiaid i gymdeithasu yn rheolaidd. Mae Age Cymru yn defnyddio'r Ystafell Gymunedol i gynnal gweithgareddau heneiddio'n dda megis clwb arlunio a cadw'n heini. Yn Nhŷ Gwarchod Morfa Cadfan, Tywyn, fe wnaeth y tenantiaid ennill grant o £10,000 gan Gartrefi Cymunedol Gwynedd i sefydlu Clwb Garddio i ymestyn mynediad i'w gardd ar ei newydd wedd, i gadeiriau olwyn. Dyma engreifftiau o sut y gellir hyrwyddo llesiant pobl hŷn trwy gyd weithio da rhwng partneriaid.

Mewn ymarferiad ymgysylltu gyda pobl hŷn fe ddaeth yn amlwg nad oeddent yn ymwybodol o'u opsiynau lletya er mwyn gallu cynllunio ar gyfer eu dyfodol.

## Camau i'w cymryd

- 7 Sicrhau bod gwybodaeth ynglŷn ag opsiynau lletya ee Tai Gwarchod a Tai Gofal Ychwanegol, ar gael i bobl hŷn Gwynedd trwy adolygu a diweddarau'r daflen wybodaeth.
- 8 Cwblhau cofrestr o eiddo sydd wedi ei addasu, er mwyn sicrhau gwell defnydd i gwrdd ag anghenion pobl hŷn.

### (b) Amgylchedd Addas

Fe nodir mewn nifer o ddogfennau polisi ac ymchwil bod y gydberthynas rhwng cartrefi a'r amgylchedd y mae unigolyn yn byw ynddo, yn allweddol i safon bywyd yr unigolyn. Mae polisi Cynllunio addas yn greiddiol i hyn ac mae angen ystyried anghenion pobl hŷn i gael mynediad at gyfleusterau megis siopau, rhwydwaith bysiau, llwybrau cerdded a chyfleoedd hamdden, wrth asesu addarwydd ceisiadau cynllunio. Mae'n bwysig bod y gymysgedd o dai sy'n cael eu cymeradwyo yn cynnwys darpariaeth amrywiol ar gyfer pobl o bob oed.

Gellir ychwanegu at amgylchedd addas trwy ystyried elfennau megis sut mae'r Cyngor yn ymdrin â gwastraff. Cydnabyddir bod Pobl Hŷn ymysg y garfan gyntaf o'r boblogaeth i sylweddoli pwysigrwydd ail gylchu a hwy sydd yn defnyddio canolfanau ail gylchu y Cyngor yn fwyaf rheolaidd.



### Beth sydd yn digwydd yn barod?

**Mae Awdurdod Cynllunio Gwynedd yn paratoi Canllaw Cynllunio Amodol Math a Chymysgedd Tai i roi arweiniad ar y math o amrywiaeth o dai y bydd eu hangen i ddiwallu anghenion pobl hŷn Gwynedd.**

Wrth ystyried yr amgylchedd yn ehangach, mae gan Adran Priffyrdd y Cyngor gysylltiad holl bwysig gyda'n Cynghorau Cymuned a Thref sy'n chwarae rhan mor allweddol wrth gynnal a chadw llwybrau a mwynderau lleol gan gynnwys troedffyrdd. Yn aml iawn, ein trigolion hŷn sydd fwyaf brwdfrydig wrth arwain ar gadw ein cymunedau i edrych ar ei gorau e.e.mae'r Swyddog Trefi Taclus yn adrodd bod canran uchel o wirfoddolwyr sy'n cynorthwyo i gadw llefydd yn daclus, yn drigolion hŷn.

O safbwynt casglu sbwriel, mae'n anodd i lawer o bobl bregus neu hŷn gludo biniau neu flychau ailgylchu i'r manau casglu arferol ar waelod gerddi neu ben draw strydoedd. Mewn achosion fel hyn, ceir casgliadau drws cefn, lle mae gweithwyr y Cyngor yn gallu dod at y tŷ lle bo angen.

## (c) Trafnidiaeth

Mae llawer o weithgareddau'r Cyngor ym maes trafndiaeth o fudd uniongyrchol i drigolion hŷn. Mae'r Adran Rheleiddio yn trefnu trafndiaeth ar gyfer gwasanaethau cysylltiedig ag iechyd i ardaloedd sy'n bell oddi wrth ysbytai, fel Penrhyn Llŷn a De Meirionnydd. Maent yn tendro cludiant tacsï ar gyfer gofal dydd a chanolfannau dydd ar ran yr Adran Oedolion, Iechyd a Llesiant, ac mae hybu cyfleoedd pobl hŷn a bregus i weithio ac i gymdeithasu yn un o'r meini prawf y maent yn ei ddefnyddio wrth benderfynu pa wasanaethau bws i'w cefnogi. Mae eu Cynllun Gyrwyr Hŷn, a gefnogir gan Lywodraeth Cymru, yn hyrwyddo'r hyfforddiant sydd ar gael yn rhad ac am ddim i yrwyr dros 65 oed, sydd o fudd i'r gyrwyr hŷn a hefyd yn fodd o wella diogelwch cyffredinol ar ein ffyrdd.



## Camau i'w cymryd



- 9 Cynllunio. Wrth lunio Canllaw Amodol Math a Chymysgedd Tai, mae angen i'r gwasanaeth cynllunio gydweithio â'r Gwasanaeth Tai, y Gwasanaeth Gofal Cymdeithasol ac eraill i gael tystiolaeth rymus ar gyfer anghenion Llety pobl hŷn, er mwyn ei ddefnyddio i ddangos y galw i adeiladwyr tai.
- 10 Gwella llwybrau - Er mwyn gwella'r ddarpariaeth ar gyfer pob defnyddiwr, mae angen cynyddu y nifer o giatau yn lle camfeydd.
- 11 Casglu gwastaff - Tynhau'r ffordd o drefnu bod staff casglu gwastraff y Cyngor yn cael gwybod yn uniongyrchol am drigolion a fyddai'n gwerthfawrogi casgliad drws cefn.
- 12 Cludiant - Trafod datblygu cynllun trafndiaeth ar y cyd rhwng Uned Cludiant Ysbyty Gwynedd a Chyngor Gwynedd ar gyfer cleifion heb fod yn rhai brys, gan ddefnyddio adnoddau'r Cyngor (bysiau mini segur) ac adnoddau grwpiau cludiant cymunedol.



### iii. Adnoddau Ariannol



Mae pryderon ariannol yn gyffredin ymysg llawer o bobl hŷn. Mae'r mwyafrif yn gorfod byw ar incwm llawer is ar ôl rhoi'r gorau i weithio, ac mae'r help sydd ar gael mewn budd-daliadau yn aml yn gymhleth i'w ddeall. Mae gan y Cyngor ran bwysig i'w chwarae wrth helpu pobl hŷn i wybod pa help ariannol sydd ar gael iddynt. Hyd yn oed ymhlith y pensiynwyr hynny sy'n weddol dda eu byd yn ariannol, gall y cyfrifoldeb o sicrhau bod popeth yn cael ei dalu mewn pryd roi pwysau arnynt, ac mae angen sicrhau bod pawb ar eu gwylidwriaeth rhag y twyllwyr sy'n manteisio ar bobl hŷn gyda'u sgamiau.

#### (a) Uned Trethiant y Cyngor

Yn ogystal â'r cyfrifoldeb am gasglu'r dreth cyngor dyladwy gan drigolion y sir, mae Uned Trethiant y Cyngor yn cyflawni amryw o swyddogaethau sy'n berthnasol i bobl hŷn a phobl fregus.

- Mae wedi bod yn flaengar wrth geisio rhoi'r cymorth a'r gefnogaeth gywir i'r rheini sy'n cael trafferth i dalu eu biliau, ac mae'n gyfrifol am weinyddu'r Cymorth Treth Cyngor i bawb sy'n cymhwyso.
- Mae'n gyfrifol hefyd am weinyddu budd-daliadau tai, ac er y bydd y budd-dal hwn yn trosglwyddo i fod yn rhan o'r Credyd Cynhwysol, nid oes cynlluniau pendant ar hyn o bryd i dynnu'r gwaith gweinyddol oddi wrth gynghorau.

Wrth i'r rhaglen ddiwygio budd-daliadau lles barhau i ddatblygu, bydd y Gwasanaeth Budd-daliadau'n dal i gynnig cyngor i bobl hŷn ar y budd-daliadau a'r cyngor sydd ar gael iddynt.

Fel rhan o Strategaeth Gwrth dlodi y Cyngor, mae'r Adran Economi wedi datblygu Cynllun Capasiti Ariannol ar y cyd gyda Cyngor ar Bopeth. Mae'n cefnogi unigolion gyda ymholiadau megis lleihau dyled, rheoli dyled a mynediad at fudd-daliadau.

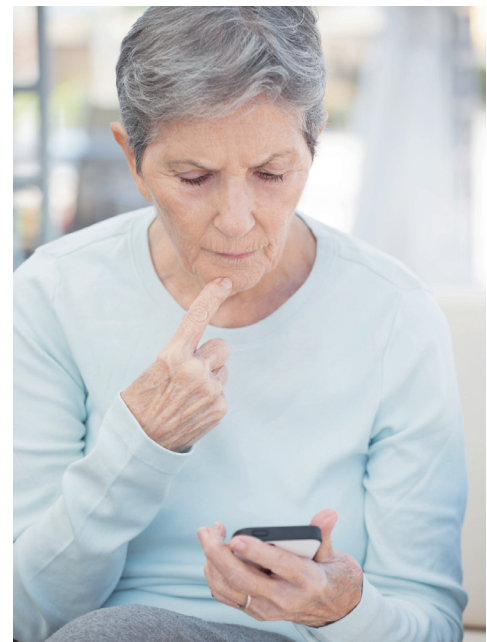
#### (b) Atal sgamiau

Er bod deddfwriaeth helaeth yn erbyn twyllwyr, mae pobl fel masnachwyr digroeso sy'n gwerthu o ddrws i ddrws a benthycwyr arian anghyfreithlon yn peri llawer o broblemau a phryder i bobl hŷn a bregus.

#### Beth sy'n digwydd yn barod?

Mae'r Cyngor eisoes yn gweithio mewn partneriaeth â'r Heddlu a Diogelwch Cymunedol ac Asiantaethau eraill fel Age Cymru, Carers' Outreach a Dementia Friendly i roi gwybodaeth ar sut i adnabod masnachwyr anghyfreithlon sy'n targedu defnyddwyr bregus. Maent wedi darparu pecynnau i drigolion, sy'n cynnwys sticeri 'dim galwyr digroeso' i'w dangos ar ddrwsau neu ffenestri. Mae'r Uned Safonau Masnach yn ymateb i unrhyw gwynion ac yn ymchwilio iddynt.

Yn ogystal â'r twyllwyr o ddrws i ddrws, mae angen i bobl hŷn fod ar eu gwylidwriaeth hefyd rhag sgamiau ffôn, drwy'r post ac ar-lein. Mae'r Uned Safonau Masnach yn aelod o Dîm Sgamiau Safonau Masnach Cenedlaethol ac yn derbyn cymorth a gwybodaeth am sgamiau ac yn eu hanfon ymlaen i drigolion. Maent yn cysylltu â dioddefwyr er mwyn ceisio sicrhau na fydd yr un peth yn digwydd eto. Maent hefyd yn helpu pobl atal 'galwadau niwsans' rhag tarfu arnynt.



## Camau i'w cymryd

- 13 Yr Uned Safonau Masnach i ledaenu'r rhybuddion am sgamiau a chynnig gwybodaeth am eu hatal i staff gofal y Cyngor.

**(c) Cyfleoedd ar gyfer dysgu a gwaith cyflogedig**

Mae'n bwysig sicrhau bod pobl hŷn yn cael cyfleoedd i ddysgu ac i weithio, boed hynny yn gyflogedig neu'n wirfoddol. Mae'r cyfleoedd dysgu yn werthfawr ynddynt eu hunain gan eu bod yn cadw'r meddwl yn effro ac yn helpu osgoi unigrwydd. Gall dysgu sgiliau newydd agor drysau i bobl hŷn gymryd rhan mewn gweithgareddau a themlo eu bod yn cyfrannu i'w cymuned ac yn cael eu gwerthfawrogi. Mae'r gymdeithas ehangach hefyd ar ei hennill trwy elwa ar brofiad pobl hŷn.

**Beth sy'n digwydd yn barod?**

Mae'r Cyngor yn ceisio hyrwyddo'r ddarpariaeth sydd ar gael yn y sir, ac yn ceisio adnabod cyfleoedd gwirfoddoli sydd ar gael gyda chynghorau cymuned a thref, busnesau a'r trydydd sector. Mae manau megis Neuadd Dwyfor ym Mhwllheli a Storiell ym Mangor yn manteisio yn fawr ar hyn.

Yn ogystal â gwaith gwirfoddol, mae angen sicrhau hefyd fod pobl hŷn yn cael cyfleoedd i gynyddu eu incwm trwy waith cyflogedig.

Mae'r Cynllun OPUS yn cychwyn yng Ngwynedd yn Ionawr 2017. Bydd yn cefnogi pobl hŷn i gael mynediad at gyfleoedd gwirfoddoli ac yn cynnig nifer o weithgareddau hyfforddiant i ddatblygu sgiliau gwaith. Gellir cael mynediad at gymhwyster yn ogystal, fuasai'n galluogi'r unigolyn i ymgeisio am waith cyflogedig. Un o egwyddorion craidd y Cynllun Opus yw eu nod i deilwrio gweithgareddau ar gyfer anghenion yr unigolyn.

Gall hyrwyddo gweithio hyblyg fod yn gymorth i weithwyr hŷn, fel sydd eisoes yn digwydd gyda gweithlu gofal y Cyngor. Mae gweithiwr cyflogedig hynaf y Cyngor, Emrys Williams, sy'n 81 oed, yn gwneud cyfraniad pwysig yn ei waith yn Amgueddfa Lloyd George yn Llanystumdwy.

**Camau i'w cymryd**

- 14 **Marchnata y Cynllun Opus yn eang drwy'r Cyngor, ac yn ehangach, fel bod pobl hŷn yn manteisio cymaint a phob grŵp oedran arall o'r Cynllun.**



### 3 Heneiddio'n Iach

Mae cynnal a gwella iechyd trigolion hŷn Gwynedd am fod yn gwbl hanfodol i lwyddiant unrhyw gynlluniau i'w cadw mor annibynnol ag sy'n bosibl yn eu cartrefi eu hunain. Mae'n sicr mai cyflwr iechyd yw'r un elfen sy'n dylanwadu fwyaf ar ansawdd bywyd pobl hŷn ac ar eu rhyddid i fyw eu bywydau fel y mynnont. Mae unrhyw fuddsoddi cyhoeddus a fydd yn arwain at well canlyniadau iechyd hefyd yn sicr o dalu ar ei ganfed mewn arbedion sylweddol mewn gofal cymdeithasol a chostau eraill cysylltiedig.

#### (a) Cadw'r corff a'r meddwl yn iach

Mae llawer o ddatblygiadau arloesol eisoes ar waith yn hyn o beth, yn ein canolfannau hamdden, gyda'r cynllun DementiaGO ac wrth greu cymunedau dementia-gyfeillgar.

##### Canolfannau Hamdden

Mae'r canolfannau hamdden yn darparu sesiynau ar draws y Sir i bobl hŷn Gwynedd, gan gynnwys nofio am ddim i'r rheiny dros 60 a dosbarthiadau penodol i'r rheiny dros 50. Mae nifer o staff y canolfannau wedi eu cymhwysu i weithio gyda unigolion hŷn, ac i addasu gweithgareddau er mwyn cyfarfod a anghenion ein cwsmeriaid hŷn.

Mae nifer o bobl hŷn Gwynedd yn cael eu cyfeirio gan feddygon/staff iechyd proffesiynol, i'r Cynllun Cyfeirio i Ymarfer, sy'n cael ei ariannu gan Lywodraeth Cymru, ond yn cael ei redeg yn lleol gan staff Cymunedau Iach. Mae'r staff wedi eu cymhwysu i lefel uchel, er mwyn gallu darparu dosbarthiadau penodol i bobl hŷn, fel atal codymau.





### Cynllun Dementia GO

Mae'r Gwasanaeth Hamdden yn gyfrifol hefyd am redeg cynllun arloesol DementiaGo, sef cynllun sy'n anelu i wneud gwahaniaeth corfforol a meddyliol i'r rheiny sy'n byw gyda Dementia (cyfnodau cynnar yr afiechyd), a'r rheiny sy'n gofalu amdanynt. Ar hyn o bryd, mae'r cynllun yn rhedeg mewn pump o ganolfannau gyda'r gobaith o ehangu yn y dyfodol. Mae wedi ei ddatblygu fel bod cyfranogwyr yn cymryd rhan mewn gweithgaredd egniol am awr, mewn canolfan hamdden, ac wedyn yn cymdeithasu dros banded.

Caiff unigolion eu hannog i ddod ynghyd i rannu eu profiadau ac i gymryd rhan mewn sesiynau ymarfer corff mewn amgylchedd cymdeithasol. Mae 380 o unigolion sy'n byw gyda dementia wedi elwa o'r sesiynau dros gyfnod o chwe mis, gyda 90% yn adrodd eu bod wedi gwneud lles i'w hiechyd a chryfder corfforol. Dywed 90 o aelodau staff canolfannau byw'n iach hefyd fod ganddynt well dealltwriaeth o'r cyflwr ar ôl derbyn hyfforddiant.

Dechreuodd Barbara fynd i ddsbarth DementiaGO Tywyn gyda'i diweddar ŵr Doug, a oedd yn dioddef o dementia, yn 2014. Er i Doug farw ym mis Mawrth eleni, mae Barbara yn dal i fynd i'r dosbarth yn rheolaidd yn defnyddio'i phrofiad fel gofalwraig i helpu cefnogi a symblu eraill yn y dosbarth.

Mae Barbara yn heini iawn ac yn cerdded yn rheolaidd yn ogystal â gofalu am ei gardd fawr. Ers cychwyn ar y sesiynau ymarfer dair blynedd yn ôl mae hi'n teimlo'n llawer cryfach, yn gallu cerdded yn gyflymach ac yn teimlo gwaith garddio'n dod yn haws iddi.

Mae Colin a Gwen Hilton o Trefor yn mynd i'r dosbarth DementiaGo yng Nghanolfan Hamdden Dwyfor ym Mhwlheli ers mis Mawrth eleni. Mae Colin yn dioddef o dementia a chlefyd Parkinson, a Gwen yw ei ofalwr. Dywed y ddau fod y sesiynau ymarfer yn gwneud lles iddynt ac yn codi eu hysbryd. Mae'r asesiadau o Colin yn dangos gwelliant yn ei symudiadau, a fydd yn help gyda'i fywyd o dydd i ddydd ac yn lleihau'r risg o godymau.





## Cymunedau dementia-gyfeillgar

Mae'r Cyngor yn gweithio gyda'r Gymdeithas Alzheimer i roi hyfforddiant i gymaint o bobl, busnesau a grwpiau ag sy'n bosibl i helpu pobl â dementia. O dan y cynllun hwn, gall pobl dderbyn sesiwn gwybodaeth codi ymwybyddiaeth 'Ffrind Dementia' a gall tref neu bentref ennill statws 'Dementia Gyfeillgar' drwy gyrraedd cerrig milltir penodol.



Porthmadog yw'r ardal gyntaf yng Ngwynedd i ennill statws gweithio tuag at 'Gymuned Dementia Gyfeillgar' ac mae cymunedau eraill, megis Bontnewydd, yn gweithio'n galed i ddilyn esiampl y dref yn Eifionydd.

Mae Emma Quaek, sy'n gweithio i gynllun Gwynedd Iach y Cyngor, wedi chwarae rhan allweddol wrth yrru'r ymgyrch ym Mhorthmadog, trwy ymweld â llawer o fusnesau, banciau a darparwyr gwasanaethau i ddysgu staff sut y gallan nhw helpu pobl sydd â dementia.

"Trwy siarad efo busnesau a sefydliadau eraill rydan ni'n mynd i'r afael â'r teimladau o gywilydd sy'n gysylltiedig â'r cyflwr a'u helpu nhw i ddarparu'r math iawn o wasanaeth, fel y gall pobl gadw eu hannibyniaeth a'u hurddas," meddai Emma.

Un o'r bobl sydd wedi ymuno â'r cynllun Dementia Gyfeillgar yw'r postmon lleol, Bledwyn Williams. Mae'r achos yn agos iawn at ei galon oherwydd i'w fam ddiodeff o'r cyflwr

### Meddai:

*"Dw i'n meddwl ei fod yn syniad da i ni'r postmyn ymuno â'r cynllun, gan ein bod ni'n gweld pobl bob dydd fel y gallwn ni gadw llygad ar y rheini a all fod angen help ychwanegol."*

*"Dw i bellach yn Eiriolwr Dementia fel rhan o'r cynllun, ac wedi bod yn hyfforddi rhai o fy ffrindiau i ddod yn Gyfeillion Dementia, fel eu bod nhw'n gwybod beth mae'r cyflwr yn ei olygu a sut y gallan nhw helpu."*

Daeth dwsinau o bobl lleol at ei gilydd yn ddiweddar yng Nghanolfan Hamdden Glaslyn i gymryd rhan mewn cystadleuaeth Boccia. Nod y sesiwn oedd codi ymwybyddiaeth o dementia a hefyd o bwysigrwydd cymryd rhan mewn gweithgareddau cymdeithasol a chadw'n iach a heini.

Rydym yn ffodus bod gennym Ganolfan Datblygu Gwasanaethau Dementia ar ein stepan drws ym Mhrifysgol Bangor. Mae'r Ganolfan yn adnabyddus yn rhyngwladol am ei ymchwil o ansawdd uchel i ddatblygu a gwerthuso ymyriadau seicogymdeithasol creadigol ar gyfer pobl â dementia a'u gofalywyr ac ar gyfer astudiaethau ar les a gwydnwch yn ddiweddarach mewn bywyd. Maent yn arwain y ffordd drwy ddod a pobl sy'n byw gyda dementia, eu gofalywyr, pobl broffesiynol ac ymchwilwyr at ei gilydd yn lleol gyda'r nod o rannu gwybodaeth ac ysbrydoliaeth i greu cymunedau mwy gwybodus a chynhwysol a gwella gofal a chefnogaeth dementia yng Ngogledd Cymru.



## Camau i'w cymryd

- 15 Ystyried cyfleoedd i gyllido mwy o Ddosbarthiadau DementiaGo yn y Sir
- 16 Cynnig hyfforddiant Cyfeillion Dementia i staff ar draws Adrannau Cyngor Gwynedd.

**(b) Atal codymau**

**Mae'r Cyngor, Bwrdd Iechyd Betsi Cadwaladr a phartneriaid o'r trydydd sector gan gynnwys cymdeithasau tai yn cydweithio i helpu pobl hŷn i leihau eu risg o gael codwm. Y nod yw integreiddio atal codymau i raglenni iechyd a gofal cymdeithasol eraill ar gyfer pobl hŷn fel rhan o waith ehangach heneiddio'n dda.**

Defnyddir dull safonol o asesu risg o gwmpo ac mae pecyn gwybodaeth ar sut i atal codymau yn y cartref yn cael ei ddsbarthu'n helaeth. Mae adnabod y risg yn ddigon cynnar yn holl bwysig er mwyn trefnu ymyriadau ataliol.

Rhan bwysig o'r gwaith yw dosbarthiadau ymarfer corff ysgafn sy'n helpu pobl i gryfhau'n gorfforol ac felly mae eu symudiadau'n fwy heini ac yn fwy tebygol o allu osgoi cwmpo. Caiff gweithwyr proffesiynol hefyd eu hannog i gyfeirio unigolion i ymarfer.

Mae Gwasanaeth Atal Codymau Arfon wedi bod ar waith ers mis Ebrill 2015 ac mae'n dal i esblygu. Mae pobl dros 65 oed sydd wedi syrthio neu sydd mewn perygl o syrthio yn cael eu cyfeirio at y gwasanaeth gan Wasanaeth Ambiwlans Cymru, meddygon, ysbytai a'r gwasanaethau cymdeithasol neu gall pobl hunan-gyfeirio ato. Gan ddibynnu ar eu cyflwr, mae'r cleifion yn derbyn rhaglen ymarferion 12 wythnos yn y cartref, am 12 wythnos yn Ysbyty Eryri, neu raglen 32 wythnos yng nghanolfannau hamdden Porthmadog, Caernarfon a Bangor. Bydd y gwasanaeth yn cael ei gynnig yn Abermaw yn fuan yn 2017.

Ymhlith y cleifion sydd wedi cael eu helpu gan y gwasanaeth mae dyn 88 oed sydd wedi cwblhau'r rhaglen ymarfer 12 wythnos yn Ysbyty Eryri. Cyn cychwyn ar y rhaglen roedd yn syrthio tua unwaith y mis, ac roedd ganddo ofn parhaus o syrthio ac yn symud ar bulpud yn y tŷ yn unig. Mae ganddo bellach yr hyder i gerdded gyda ffon y tu allan a heb unrhyw help yn y tŷ, ac nid yw wedi syrthio o gwbl yn y tri mis diwethaf.

**Camau i'w cymryd**

- 17** Ymestyn y dosbarthiadau Atal Codymau i Feirionnydd gan gychwyn gyda Abermaw yn Chwefror 2017 ac wedyn Dolgellau.
- 18** Hyfforddiant uwch i staff Canolfannau Hamdden mewn addasu ymarferiadau i uchafu annibyniaeth corfforol pobl hŷn fel eu bod yn cael yr hyder i ymarfer yn gyson.



## 4 Edrych tua'r dyfodol

**Wrth drafod y ffordd y mae'r Cyngor yn mynd ati i ddiwallu anghenion pobl hŷn, rydym wedi tynnu sylw at enghreifftiau o arferion da sydd eisoes ar waith, yn ogystal â chynlluniau ar gyfer y dyfodol.**

Rhaid pwysleisio, fodd bynnag, mai dim ond megis dechrau y mae'r gwaith o ymateb i'r her anferthol sydd o'n blaenau. Daw'n fwyfwy amlwg na all unrhyw adran o'r Cyngor gyflawni'r gwaith ar ei phen ei hun. Mae'n dasg i'r Cyngor cyfan, gan fod cynnal a datblygu'r gefnogaeth angenrheidiol i bobl hŷn am ddibynnu ar gynnal gwead cymdeithas ac ar gynnal y diwylliant hwnnw o ofalu am ei gilydd sydd wedi bod yn rhan mor annatod o'n cymunedau ar hyd y blynyddoedd. Mae'r gwaith yn ymwneud â chynllunio, datblygu'r economi ac addysg yn ogystal â gwasanaethau cymdeithasol a gofal.

Yn yr un modd, ni all y Cyngor chwaith ddatblygu'r cyfundrefnau gofal angenrheidiol ar ei ben ei hun. Mae'n amlwg y bydd rôl allweddol, ac efallai rôl gynyddol, gan amrywiol fudiadau yn y trydydd sector, a lawn cyn bwysiced, gan y cyhoedd yn ehangach hefyd.

Rhoddir pwyslais cynyddol y dyddiau hyn ar gyd-gynhyrchu, lle mae defnyddwyr gwasanaethau'n chwarae rhan lawnach yn y gwaith o'u trefnu a'u datblygu. Mae datblygu gwahanol ffyrdd o gydgyhyrchu yn sicr o fod yn flaenoriaeth allweddol yn y dyfodol. Bydd hyn yn golygu rhan gynyddol i'r Cyngor ei chwarae fel symbylydd a chydgylltydd a fydd yn gallu annog cydweithredu effeithiol rhwng gwahanol fudiadau a sectorau er mwyn cyflawni'r nod.

Wrth inni barhau i ddatblygu Cynllun Heneiddio'n Dda Gwynedd dylid cadw mewn cof hefyd y bydd yn rhaid iddo gael ei addasu'n barhaus. Yn union fel mae anghenion trigolion hŷn yn wahanol heddiw i'r hyn oeddent flynnyddoedd yn ôl, bydd angen bod yr un mor hyblyg a pharod i addasu wrth baratoi ar gyfer anghenion y dyfodol.

Mae'r cynnydd mewn disgwyliad oes yn mynd law yn llaw â chynnydd cyfatebol mewn disgwyliadau pobl yn eu blynyddoedd hŷn. Yr her i bawb ohonom fydd gweithio gyda'n gilydd i geisio'r gorau i bobl Gwynedd, heddiw ac yn y dyfodol.



## Cynllun Gweithredu



	Nôd	Gweithred	Swyddog/grŵp cyfrifol	Amserlen
1	Cynllunio Rhaglen Waith y Cyngor Pobl Hŷn er mwyn ymgysylltu ar y Cynllun Gweithredu yma	Hwyluso grŵp tasg rhwng aelodau Cyngor Pobl Hŷn ac Age Cymru	Rheolydd Llesiant	Erbyn 31 Mawrth 2017
2	Hyrwyddo ymgyrchoedd penodol sydd wedi eu anelu i roi cymorth i bobl hŷn	Cyd weithio rhwng y Gwasanaeth Tân, Heddlu Gogledd Cymru, y Bwrdd Iechyd a Llyfrgelloedd Gwynedd	Prif Lyfrgellydd Gwynedd	Parhaus
3	Gwella gwybodaeth trigolion Gwynedd am wasanaethau Llesiant sydd ar gael yn lleol trwy Dewis Cymru	Adnabod Pencampwr Dewis ym mhob Adran o'r Cyngor	Rheolydd Llesiant ac aelodau grŵp gweithredu Dewis	Erbyn 31 Mawrth 2017
4	Codi y nifer o ysgolion sy'n cael cyswllt gyda trigolion hŷn eu cymunedau	Cynnal gwaith ymchwil i beth sy'n digwydd yn barod a beth fuasai'n bosibl i'w ddatblygu	Rheolydd Llesiant a Penaethiaid ysgolion	Erbyn Mawrth 2018
5	Hybu cynlluniau atal unigrwydd	Gwerthuso Cynllun Canolfan Gerdd William Mathias ym Meirionnydd	Rheolwr Amgueddfeydd a'r Celfyddydau a'r Rheolydd Llesiant	Ebrill 2017
6	Adeladu ar y peilot "Hen blant bach" yng Nghanolfan Ddydd Maesincla	Cynnal cyfarfod agored i bartion sydd a diddordeb i ehangu ar y Cynllun	Rheolydd Llesiant	Erbyn Mawrth 2017
7	Sicrhau bod gwybodaeth ynglŷn ag opsiynau Llety ar gael i bobl hŷn	Diweddarau y pamffled gwybodaeth	Partneriaeth Tai	Medi 2017
8	Gwell defnydd o dai wedi eu addasu ar gyfer pobl hŷn	Cwblhau cofrestr o eiddo sydd wedi eu addasu er mwyn matsio yn well.	Tîm Opsiynau Tai	Parhaus
9	Cynyddu y nifer o dai newydd sy'n addas i bobl hŷn	Llunio Canllaw Amodol sydd a sail tystiolaeth gadarn am y galw ar gyfer llety i bobl hŷn	Adran Cynllunio ar y cyd gyda Adran Oedolion a Thai	Medi 2017
10	Gwneud llwybrau cyhoeddus yn fwy hylaw i bobl hŷn	Cynyddu y nifer o giataiu yn lle camfeydd	Gwasanaeth Cynllunio ac Amgylchedd	Parhaus
11	Helpu pobl hŷn bregus i gael gwared o'u gwastraff	Galluogi gofawlyr i drefnu casgliadau drws cefn yn rhwyddach	Uwch Reolwr Gwastraff a Rheolydd Llesiant	Erbyn Mawrth 2017
12	Cynyddu opsiynau ar gyfer cludo achosion sydd ddim yn frys i Ysbyty Gwynedd	Datblygu Cynllun Trafnidiaeth gan ddefnyddio adnoddau sydd ar gael	Uned Cludiant Cyngor Gwynedd ac Ysbyty Gwynedd	Medi 2017
13	Lledaenu'r neges am y perygl o sgamiau	Rhannu gwybodaeth rhwng staff Safonau Masnach a staff Gofal Cymdeithasol	Rheolwr Gwarchod y Cyhoedd a Rheolydd Llesiant	Erbyn Medi 2017
14	Gwella cyfleoedd i bobl hŷn wirfoddoli, derbyn hyfforddiant a chael cyflogaeth	Sicrhau bod pobl hŷn yn manteisio yn llawn ar y Cynllun Opus trwy ei farchnata yn eang	Rheolwr Strategol Opus	Ionawr 2017 ymlaen
15	Cynyddu y nifer o Gynlluniau Dementia Go ar draws y sir	Ymchwilio i bosibiliadau ariannu hyn	Uwch Reolwr Cymunedau Iach	Medi 2017
16	Codi ymwybyddiaeth staff Cyngor Gwynedd o Dementia	Datblygu ar y rhaglen hyfforddiant corfforaethol yn y maes yma	Swyddog Datblygu Gweithredol (CG) a'r Rheolydd Llesiant	Ebrill 2017 - Mawrth 2018
17	Arfogi mwy o bobl hŷn rhag cael codymau	Ymestyn y nifer o ddosbarthiadau i Feirionnydd	Cydgysylltydd Cynllun Cyfeirio i Ymarfer	Yn ystod 2017
18	Staff Canolfan Hamdden yn rhagweithiol wrth helpu pobl hŷn i aros yn heini	Trefnu Hyfforddiant i staff canolfanau Hamdden mewn addasu ymarferiadau i uchafu annibyniaeth corfforol pobl hŷn	Cydgysylltydd y Cynllun Cyfeirio i Ymarfer	2017-18