Llefaru dros ein Hoed

Y Negesydd

Rhifyn 33 Mawrth 2010

HELP THE AGED WE WILL

Help the Aged yng Nghymru
Help the Aged in Wales

Croeso

Mae'r cylchlythyr hwn gan raglen Llefaru dros ein Hoed yng Nghymru yn llawn newyddion am fforymau pobl hŷn ledled Cymru a gwybodaeth ar eu cyfer.

Os hoffech wybod rhagor am rai o'r eitemau yn y rhifyn hwn, cofiwch gysylltu â ni.

Kathy Lye
Swyddog Cefnogi Ymgysylltu

Yn y rhifyn hwn

Newyddion o fforymau yn:
- Caerdydd
- Castell-nedd Port Talbot

Newyddion Llefaru dros ein Hoed

Newyddion Age Concern Cymru a Help the Aged yng Nghymru

Newyddion ymgyrchu

Newyddion o'r Cynulliad

Newyddion arall
- Dyddiadau i'w cofio

Newyddion o'r fforymau

Caerdydd

Bu **Fforwm Pobl Hŷn Caerdydd** yn gweithio'n galed yn 2008 a 2009 i roi llais i bobl hŷn yn y ddinas ac i gwrdd â'u anghenion.

Yn un o brosiectau'r fforwm, roedd aelodau'r pwyllgor gwaith yn ymweld â chartrefi gofal yng Nghaerdydd, gan gymharu'r safonau a gwneud argymhellion i'r cyngor. Erbyn hyn, cafodd y prosiect ei ehangu i gynnwys Casnewydd a'r Barri. Yn ogystal, mae'r fforwm wedi datblygu'r prosiect i gynnwys ymweld â llety i'r digartref yng Nghaerdydd.

Bu'r fforwm yn helpu i gynrychioli pobl hŷn y ddinas yn well trwy gyfarfod ag aelodau Cyngor Henoed Lleiafrifoedd Ethnig Caerdydd.

Gyda help y Cydgysylltydd Strategaeth, John Gorwill, mae Fforwm Pobl Hŷn Caerdydd wedi'i gofrestru'n elusen. Gobeithio y bydd hyn yn golygu y gall y fforwm ddod yn fwy annibynnol, gan geisio ei gyllid ei hunan a phennu ei agenda ei hunan.

Rydym yn cadw mewn cysylltiad â llawer o fforymau pobl hŷn ledled Cymru. Os nad oes sôn am eich fforwm chi yn y rhifyn hwn ac yr hoffech i ni roi sylw i chi rywbryd eto, mae croeso i chi gysylltu â ni:

Ffôn: 029 2043 1570
Ebost: SUFOAWales@helptheagedwales.org.uk
Age Concern Cymru a Help the Aged yng Nghymru, Tŷ John Pathy, 13/14 Cwrt Neptune, Ffordd Blaen y Gad, Caerdydd CF24 5PJ

Mae Age Concern Cymru a Help the Aged yng Nghymru wedi uno i ffurfio un elusen newydd (rhif cofrestredig 1128436) sy'n ymroi i wella bywydau pobl hŷn

AGE Concern Cymru

HELP THE AGED WE WILL

Help the Aged yng Nghymru
Help the Aged in Wales

Cyflwynwyd trefn newydd ar gyfer cyfnod holi y fforwm, gan sicrhau bod yr holl aelodau'n cael cyfle i fynegi eu barn.

Yn ogystal â gwaith y fforwm yn gyffredinol, mae rhai o'r aelodau wedi bod yn gweithio ar brosiectau eraill yn y gymuned. Ar ben y cinio Nadolig blynyddol i bobl hŷn, bu rhai'n codi arian i brynu a dosbarthu sachau cysgu i bobl ddigartref ac yn trefnu bore coffi ar y cyd â Chyngor Caerdydd ac RNIB Cymru.

Anfonwyd yr adroddiad gan Toni Verderame, Cadeirydd, Fforwm Pobl Hŷn Caerdydd.

Castell-nedd Port Talbot

Cyfarfu **Fforwm Pobl Hŷn Mynachlog Nedd a'r Cylch** ar ddydd Gwener 12 Chwefror yn Hen Neuadd y Dref, Castell-nedd i drafod Papur Gwyrdd Llywodraeth Cynulliad Cymru ar Dalu am Ofal yng Nghymru.

Yno, soniodd Gwenda Thomas AC, y Dirprwy Weinidog dros Wasanaethau Cymdeithasol, yn fras am y bwriad i ddiwygio'r system gofal cymdeithasol.

Anfonwyd yr adroddiad gan Sheila Manning, Fforwm Pobl Hŷn Mynachlog Nedd a'r Cylch.

Newyddion Llefaru dros ein Hoed

Newyddion staff

Mae gwaith ad-drefnu Age Concern Cymru a Help the Aged yng Nghymru yn parhau ac fe grewyd Tîm Ymgysylltu newydd i barhau â gwaith y rhaglen Llefaru Dros Ein Hoed a Chyngor Cymru ar Heneiddio. Yn ddiweddar, penodwyd nifer o bobl i'r tîm.

Penodwyd Deborah Boyce yn Rheolwr Ymgysylltu; bydd Christine Thomas yn cychwyn fel Swyddog Datblygu Ymgysylltiad ym mis Ebrill ac mae Kathy Lye wedi'i phenodi'n Gynorthwyydd Cefnogi Ymgysylltiad.

Mae Liz Stephenson, Cynorthwyydd Rhan-amser Cefnogi Ymgysylltiad, wedi penderfynu na fydd yn dod yn ôl ar ôl ei habsenoldeb mamolaeth – dymuniadau gorau i Liz a'r teulu.

Grŵp cyfeirio

Cynhaliwyd cyfarfod diweddaraf Grŵp Cyfeirio Llefaru dros ein Hoed yng Nghaerdydd ar ddydd Mawrth 9 Mawrth. Ymhlith yr eitemau a drafodwyd roedd y cynlluniau i gael Fforwm Ymgynghori ar gyfer yr elusen newydd a ffyrdd ychwanegol o gynnwys pobl hŷn yng ngwaith yr elusen.

Cynhelir y cyfarfod nesaf ym mis Mehefin 2010.

Y Negesydd

Fel y gŵyr rhai ohonoch, mae Age Concern Cymru a Help the Aged yng Nghymru yn paratoi cylchlythyr o'r enw *Llais Ni* (Our Voice). Caiff ei ddosbarthu bob chwarter ac mae'n cynnwys llythyron, erthyglau a storïau gan bobl hŷn ledled Cymru.

Er mwyn peidio â dyblygu gwybodaeth, awgrymwyd y dylid uno *Y Negesydd* a *Llais Ni* fel y bydd ein holl gysylltiadau ledled Cymru yn cael un cylchlythyr. Hoffem wybod beth yw eich barn chi am hyn.

Os oes gennych ryw sylwadau neu awgrymiadau am ddyfodol y cylchlythyron, gallwch ffonio Kathy Lye ar 029 2043 1570 neu e-bostio kathy.lye@helptheagedwales.org.uk

Newyddion am y gynhadledd

Fel y soniwyd yn rhifyn Rhagfyr o *Y Negesydd*, roedd cais wedi'i wneud am gyllid allanol er mwyn cynnal cynhadledd Llefaru dros ein Hoed eleni. Gwaetha'r modd, ni fu'r cais yn llwyddiannus.

Rydym yn dal i chwilio am gyllid i gynnal cynhadledd yn nes ymlaen yn y flwyddyn ac fe roddwn y newyddion diweddaraf yn rhifynau nesaf *Y Negesydd.*

Newyddion Age Concern Cymru a Help the Aged yng Nghymru

Brand yr elusen newydd

Efallai eich bod yn gwybod mai enw newydd yr elusen, ar ôl yr uno, fydd Age Cymru.

Ar ddydd Llun 19 Ebrill, bydd Age Cymru'n dechrau defnyddio'r enw, y logo a'r brand newydd. Fel rhan o'r broses ailfrandio, ac er mwyn defnyddio'r taflenni sydd gennym, efallai y gwelwch enwau Age Concern Cymru a Help the Aged yng Nghymru ar daflenni am dipyn eto.

Ar Ebrill 19 hefyd, mae Age Cymru'n cynnal achlysur lle caiff cynulleidfa wadd o bobl hŷn holi gwleidyddion. Adrian Masters o BBC Cymru fydd yn cadeirio'r achlysur fydd ar ffurf 'Hawl i Holi' a bydd panel o Aelodau Cynulliad blaenllaw, Gwenda Thomas; Ieuan Wyn Jones; Kirsty Williams; a Mark Isherwood, yn wynebu cwestiynau gan hyd at gant o bobl hŷn.

Yr Agenda Oedran a'r Etholiad Cyffredinol

Mae Age Concern Cymru a Help the Aged yng Nghymru wedi paratoi maniffesto o'r enw 'Degawd newydd i bobl hŷn yng Nghymru: Yr agenda oedran ar gyfer Etholiad Cyffredinol 2010'. Mae'n cynnwys nifer o alwadau ar ASau a phleidiau gwleidyddol, wedi'u seilio ar ymgynghori eang gyda phobl hŷn a gyda sefydliadau Age Concern yng Nghymru a gynhaliwyd ddiwedd y llynedd. Diolch i'r rhai ohonoch a gyfrannodd at ddatblygu'r maniffesto.

Mae penderfyniadau a gymerir yn San Steffan yn dal i effeithio'n fawr ar bobl hŷn yng Nghymru. Mae ein galwadau yn y maniffesto'n cynnwys:

- **Mynd i'r afael â thlodi** ymhlith pobl hŷn trwy wella pensiwn y wladwriaeth, talu budd-daliadau'n awtomatig a chymryd camau ym maes tlodi tanwydd a phrisiau tanwydd
- **Parch cyfartal i bawb** trwy wahardd gwahaniaethu ar sail oedran, sy'n gorfodi pobl i ymddeol, yn arwain at gynnydd ym mhrisiau yswiriant pobl hŷn ac yn golygu na chânt fanteisio ar rai gwasanaethau iechyd
- **Cefnogi annibyniaeth pobl hŷn** trwy ddiwygio'r system ofal, diogelu budd-daliadau anabledd a sicrhau bod gwasanaethau iechyd yn trin pobl hŷn ag urddas

Mae'r Etholiad Cyffredinol yn gyfle da i dynnu sylw'r ymgeiswyr at anghenion a dyheadau pobl hŷn, ac i'w hatgoffa y bydd gan bobl hŷn ddylanwad mawr ar ganlyniadau'r etholiad ym mhob rhan o'r wlad.

Os hoffech gael copïau o'r maniffesto, gallwch ffonio Amy Clifton ar 029 2043 1458 neu e-bostio amy.clifton@accymru.org.uk

Fforwm Ymgynghori

Cynhaliwyd cyfarfod Dweud Eich Dweud arall ym Mae Colwyn ym mis Ionawr. Roedd hwn yn cynnwys trafodaethau ynglŷn â datblygu Fforwm Ymgynghori ar gyfer yr elusen newydd.

Os nad oeddech yn gallu dod i'r cyfarfod hwn nac i'r rhai a gynhaliwyd ym mis Hydref, mae copïau o holiadur am y bwriad i sefydlu Fforwm Ymgynghori a'r ffordd y mae'r elusen yn rhoi gwybodaeth i bobl hŷn ar gael trwy ffonio Kathy Lye ar 029 2043 5170 neu e-bostio kathy.lye@helptheagedwales.org.uk

Mae nodiadau o'r cyfarfodydd i gyd yn cael eu crynhoi. Byddwn yn sôn am unrhyw ddatblygiadau yn *Y Negesydd.*

Ymgynghori ar dalu am ofal

Cynhaliodd Age Concern Cymru a Help the Aged yng Nghymru gyfarfodydd ym Mae Colwyn, Caerdydd a Chaerfyrddin yn Ionawr a Chwefror i roi cyfle i bobl hŷn roi eu barn am Bapur Gwyrdd Llywodraeth Cynulliad Cymru ar Dalu am Ofal yng Nghymru.

Ar ôl cyflwyniad byr, cynhaliwyd gweithdai i drafod y cynigion a nodir yn nogfen ymgynghori'r Papur Gwyrdd.

Daeth bron 90 o bobl hŷn o bob rhan o Gymru i'r cyfarfodydd. Defnyddir eu sylwadau wrth lunio ymateb yr elusen i'r Papur Gwyrdd a bydd copïau ohono ar gael cyn hir.

Gŵyl y Gwanwyn

Cynhelir Gŵyl y Gwanwyn bob blwyddyn i ddathlu'r cyfleoedd sydd i bobl hŷn ddatblygu a bod yn greadigol. Y nod yw cynnig cyfle iddynt gymryd rhan yn y celfyddydau.

Cafwyd ceisiadau am gyllid a bydd digwyddiadau'n cael eu cynnal ledled Cymru ym mis Mai. Bydd gwybodaeth yn y papur lleol ym mis Ebrill yn rhestru'r digwyddiadau yn eich ardal chi.

Os hoffech wybod rhagor, cysylltwch â thîm gŵyl y Gwanwyn ar 029 2043 1555 neu gwanwyn@accymru.org.uk
Mae rhagor o wybodaeth ar y wefan hefyd, www.gwanwyn.org.uk

Newyddion Ymgyrchu

Amddiffyn y Wladwriaeth Les a Gwasanaethau Cyhoeddus

Mae Confensiwn Cenedlaethol y Pensiynwyr (NPC) wedi trefnu gorymdaith a rali i'w cynnal yn Llundain ar ddydd Sadwrn 10 Ebrill. Teitl y rali yw 'Defending the Welfare State and Public Services' ac mae'r prif undebau i gyd yn ei chefnogi.

Mae'r NPC yn galw ar fforymau a grwpiau pobl hŷn i gefnogi'r rali ond mae'n pwysleisio ei fod yn achlysur ar gyfer pawb o bob oed, gan fod y mater yn effeithio ar bawb ym Mhrydain.

Cewch ragor o wybodaeth yn www.npcuk.org
Os hoffech fynd i'r rali, cysylltwch â Shirley Whitman, Ysgrifennydd NPC Cymru ar 029 2049 1063 neu trwy e-bostio shirley1934@hotmail.co.uk

Cyfrifiannell Gymunedol

Ydych chi wedi llenwi Cyfrifiannell Gymunedol a'i hanfon yn ôl atom?

Mae'r Gyfrifiannell Gymunedol yn gyfle i chi asesu'ch cymuned yn unol â 10 egwyddor Tuag at Dir Cyffredin:

- mynediad at fwynderau lleol
- cludiant cyhoeddus
- seddau cyhoeddus a llefydd i orffwys
- toiledau cyhoeddus
- palmentydd
- diogelwch y gymdogaeth
- mannau cyfarfod
- gwybodaeth a chyngor
- eich cartref
- eich llais

Byddwch yn rhoi sgôr allan o 10 i bob egwyddor, sef cyfansm posibl o 100. Po uchaf yw cyfanswm y sgôr a roddwch i'ch cymuned, mwyaf oed-gyfeillgar ydyw.

Nod yr ymgyrch yw cydweithio â'r awdurdod lleol i wneud cymunedau yn yr ardal yn llefydd mwy dymunol i bobl hŷn fyw ynddynt a chynnwys y 10 egwyddor hyn yn eu polisïau cynllunio ac adfywio.

Byddai'n help fawr i'r ymgyrch pe baech chi'n llenwi Cyfrifiannell Gymunedol. Gallech wneud hyn fel rhan o weithgareddau eich fforwm, eich grŵp neu'ch rhwydwaith. Bydd

angen Cyfrifiannell Gymunedol yr un ar bawb.

Helpwch ni i ddosbarthu'r Gyfrifiannell Gymunedol i bobl hŷn a grwpiau cymunedol yn eich ardal chi, yn enwedig yng Nghaerffili, Sir Benfro, Rhondda Cynon Taf, Wrecsam, Ynys Môn a Thorfaen.

I gael Cyfrifianellau Cymunedol am ddim, ffoniwch Mared Williams ar 029 2043 1571 neu e-bostio mared.williams@helptheagedwales.org.uk

Newyddion o'r Cynulliad

Fframwaith Gwasanaethau Pobl Hŷn

Mae Llywodraeth Cynulliad Cymru'n dymuno paratoi gwybodaeth am wasanaethau sy'n helpu pobl hŷn i barhau'n annibynnol.

Mae llawer o enghreifftiau yng Nghymru o wasanaethau da sy'n helpu pobl hŷn i barhau'n annibynnol ond, mewn rhai ardaloedd, dydi'r gwasanaethau ddim mor effeithiol ag y dylent fod.

Mae'r wybodaeth yn cael ei chasglu er mwyn i awdurdodau lleol, y GIG a'u partneriaid gael enghreifftiau o arferion da mewn gwasanaethau lleol effeithiol sy'n ymateb i anghenion a phryderon pobl hŷn a'u gofalwyr. Yna, defnyddir y wybodaeth i ddatblygu Fframwaith Cymru Gyfan y gellir ei ddefnyddio i gynllunio a darparu gwasanaethau ar lefel leol gan sicrhau cysondeb ac arferion da ledled Cymru hefyd.

Dyma gyfle i bobl hŷn yn ardal pob awdurdod lleol yng Nghymru gyfrannu at gynllunio'u gwasanaethau lleol a hybu'r gwasanaethau effeithiol a gynigir eisoes.

Os ydych chi, eich teulu neu gydnabod yn gwerthfawrogi rhyw wasanaeth yn eich ardal chi ac yr hoffech gyfrannu, cysylltwch â:
Sarah Austin
Swyddfa Cyfarwyddwr Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru
Colofn H02, 4ydd Llawr
Llywodraeth Cynulliad Cymru
Parc Cathays
Caerdydd
CF10 3NQ

Sarah.Austin@wales.gsi.gov.uk

Cynllun sgrapio boeleri

O ddydd Iau 1 Ebrill ymlaen, bydd pobl dros 60 oed yng Nghymru yn cael elwa ar gynllun i sicrhau bod ganddynt foeler mwy effeithiol, ac i arbed arian ar filiau tanwydd.

Mae'r cynllun sgrapio boeleri yn agored i bobl sydd â boeler aneffeithiol, gradd G. Bydd yr ymgeiswyr cymwys yn cael taleb gwerth £500 tuag at brynu boeler newydd, gradd A, yn ei le. Gall cartref cyffredin arbed hyd at £235 ar eu biliau trydan ac mae'r boeleri newydd yn allyrru cryn dipyn yn llai o nwyon tŷ gwydr.

Dydi manylion y broses ymgeisio a'r system weithredu ddim yn derfynol eto; fe gyhoeddwn ni'r manylion yma pan gânt eu cyhoeddi.

Newyddion Arall

Adolygiad y Comisiynydd Pobl Hŷn

Mae gan y Comisiynydd Pobl Hŷn bŵer cyfreithiol i adolygu cyrff cyhoeddus a chynnig ffyrdd o wella'u gwasanaethau.

Mae Ruth Marks wedi cyhoeddi y bydd ei hadolygiad cyntaf yn canolbwyntio ar bobl hŷn mewn sefydliadau gofal iechyd neu ofal cymdeithasol, ac a ydynt yn cael eu trin â pharc ac urddas ai peidio. Dewiswyd y maes hwn oherwydd, ers ei sefydlu yn 2008, mae'r Comisiwn wedi cael llawer iawn o ohebiaeth ar y mater oddi wrth bobl hŷn, eu teuluoedd a'u gofalwyr.

Os bydd gennych ryw gwestiwn neu sylw, gallwch gysylltu â'r Comisiwn Pobl Hŷn ar 08442 640670 neu e-bostio ask@olderpeoplewales.com

Cystadleuaeth Ffotograffiaeth Heneiddio Heb Boeni

Mae NIACE, Dysgu Cymru a Chanolfan Mileniwm Cymru yn cydweithio i gyflwyno arddangosfa ffotograffau o'r enw 'Heneiddio heb Boeni'. Mae'r arddangosfa'n rhan o Wyl y Gwanwyn sy'n dathlu creadigrwydd pobl hŷn.

Bydd Heneiddio Heb Boeni'n cynnwys detholiad o ffotograffau digidol a gyflwynwyd gan bobl o bob rhan o Gymru. Mae'r panel beirniaid yn chwilio am ffotograffau o bobl hŷn yn dysgu neu'n cymryd rhan mewn gweithgareddau annisgwyl. Bydd y lluniau a ddewisir yn cael eu harddangos trwy fis Mai yng Nghanolfan Mileniwm Cymru.

Gall pobl o bob oed anfon ffotograffau ond mae'n rhaid bod rhywun hŷn yn y llun. Os ydych chi, neu os oes rhywun rydych yn ei nabod, yn berson hŷn sydd â diddordeb anghyffredin, annisgwyl neu anturus, neu'n dymuno cymryd rhan mewn gweithgaredd felly, dyma'r gystadleuaeth i chi.

Y dyddiad cau ar gyfer ymgeisio yw dydd Iau 1 Ebrill. Ceir manylion llawn y gystadleuaeth ac enghreifftiau o ffotograffau o gystadleuaeth 2009 yn www.flickr.com/groups/ffotosgrowingold

Gwefan Fix My Street

Gellir defnyddio gwefan Fix My Street i riportio a thrafod problemau lleol fel tyllau yn yr heol, slabiau palmant wedi torri, graffiti neu oleuadau stryd.

Mae'r wefan ddefnyddiol hon i'w gweld yn www.fixmystreet.com

Dyddiadau i'w Cofio

Rali Amddiffyn y Wladwriaeth Les a Gwasanaethau Cyhoeddus
Dydd Sadwrn 10 Ebrill 2010, Llundain