Gwynedd a Môn
age Cymru

Adroddiad Blynyddol

Ebrill 2017 - Mawrth 2018

£1,487,958.64
Budd-daliadau wedi hawlio

8,064
Prydau bwyd

2,609
Oriau siopa a ddarparwyd

1,714
Dosbarthiadau Celf

www.acgm.co.uk
www.agecymru.org.uk/gwyneddamon
01286 677711

Gair gan y Cadeirydd

CYFLWYNIAD

Wrth i fwy a mwy ohonom fyw i oedran teg, a hynny diolch i'r byd meddygol a'r gwella mewn ansawdd bywyd yn gyffredinol, mae'n rhaid i ni fel cymdeithas roi mwy o sylw i ofalu am ein henoed. Yn wir, efallai mai dyma sialens fwya ein hoes – sut y medrwn ni sicrhau nad yw heneiddio yn golygu bod yn unig, bod heb ffrindiau, a byw heb neb i ofalu amdanom.

Ar yr un pryd, rydym yn gweld yr arian sydd ar gael i awdurdodau lleol a gwasanaethau cymdeithasol yn cael ei dorri, fel ei bod yn amlwg bellach mai trwy weithio gyda'n gilydd yn unig y gallwn ddarparu'r cymorth sydd ei angen ar ein henoed (ac rwy'n cynnwys fi fy hun!). Hynny yw rhaid i'r sector gyhoeddus (Cynghorau, Bwrdd Iechyd ac ati), y sector breifat, a'r sector wirfoddol /gymunedol yr ydym ni yn Age Cymru Gwynedd a Môn yn rhan ohoni, ganfod ffyrdd newydd o gydweithio a hynny er lles ein pobol.

Bu'r flwyddyn ddiwethaf yn flwyddyn gyffrous iawn i ni yn Age Cymru Gwynedd a Môn, gan i ni adnewyddu hen Gartref Bontnewydd yn ganolfan newydd. Mae croeso i chi alw heibio am sgwrs neu am bryd o ginio ganol dydd. Mae hefyd nifer o weithgareddau y medrwch ymuno â nhw. Cewch fwy o fanylion yn yr adroddiad yma.

Rydym yn gwneud ein gorau i gadw mewn cysylltiad â phob rhan o'r ddwy sir, ond mae'n gwbl amhosib i ni wneud hynny ar ein pennau ein hunain. Rydym yn dibynnu ar aelodau'r staff, a nifer o wirfoddolwyr ardderchog, ond rhaid hefyd i ni ddal i weithio ar ffyrdd o gydweithio gyda phartneriaid eraill. Ar hyn o bryd rydym yn datblygu Cynllun Busnes newydd sy'n edrych ar hyn, fel y gallwn ddefnyddio'r adnoddau sydd ar gael i ni yn y modd mwyaf effeithiol posibl. Y nod bob amser yw gwella ansawdd bywyd i drigolion hŷn Gwynedd a Môn, a cheisio sicrhau ein bod yn cyrraedd unrhyw un sy'n teimlo'n unig, neu'n teimlo fod cymdeithas wedi eu hanghofio. Edrychwn ymlaen hefyd i fod yn rhan o Ardal Dementia Gyfeillgar Gwyrfai, a hynny er mwyn gallu helpu unrhyw un sy'n gorfod byw gyda'r aflwydd yma.

I orffen, carwn ddiolch i Eleri a'i thîm o staff ardderchog, ac i'r Ymddiriedolwyr sy'n rhoi eu hamser a'u profiad i lywio gwaith ein mudiad.

Yn gywir,
Dafydd Iwan
Gorffennaf 2018.

Nôd ac amcanion yr elusen

Amcan yr elusen yw:- Creu Cymru Oed Gyfeillgar

· Hyrwyddo lles pobl hŷn i gadw eu hannibyniaeth i fyw bywyd llawn a bodlon yn eu cartrefi eu hunain.

Nôd yr elusen yw i :-

· Geisio creu cyfleoedd i alluogi pobl hŷn i gadw eu hannibyniaeth i fyw bywyd llawn a bodlon yn eu cartrefi eu hunain pe dymunir.

· Gwella cyflwr bywyd pob dydd pobl hŷn a'u gofalwyr.

· Ceisio hyrwyddo datblygiad gwasanaethau yn arbennig i'r rhai sydd yn hŷn ac yn ddryslyd eu meddwl a/ neu sydd yn fregus.

· Cefnogi a hyrwyddo gwasanaethau sydd yn gydgysylltiedig, integredig ac sydd yn defnyddio adnoddau yn effeithiol.

· Hyrwyddo agwedd bositif tuag at bobl wrth iddynt heneiddio ac i gefnogi
agwedd bositif tuag at henaint.

· Hyrwyddo gwasanaethau addas i unigolion sy'n cyrraedd gofynion yr unigolyn yn ei gyfanrwydd.

Amcanion i'r dyfodol :-

· Datblygu gwasanaethau sydd yn gynaliadwy ar gyfer datblygiad yr elusen yn y dyfodol.

· Darparu gwasanaeth o safon sydd yn addas at ddiben pobl hŷn yn gymesur â'u hanghenion a'u dyheadau.

· Mwy o gydweithio gyda phartneriaid ar draws pob sector.

· Llwyddo drwy'r holl fentrau i sicrhau sylfaen ariannol cadarn gan geisio cael cydbwysedd rhwng annog mentrau newydd a chynnal dadansoddiad cost cadarn.

Arian wrth gefn

Mae Bwrdd Ymddiriedolwyr Age Cymru Gwynedd a Môn wedi trafod y polisi arian wrth gefn ac wedi penderfynu y dylai cronfeydd anghyfyngedig, nad ydynt wedi'u dynodi ar gyfer defnydd penodol, gael eu cynnal ar lefel sy'n cyfateb i wariant rhwng tri a chwe mis.

Defnyddiwyd cronfeydd wrth gefn yr elusen yn y blynyddoedd diwethaf i fuddsoddi yn yr adeiladau sydd i ddefnydd yr elusen, a fydd yn y tymor hir yn darparu incwm a sefydlogrwydd i'r elusen.

Mae'r ymddiriedolwyr o'r farn y bydd y cronfeydd wrth gefn yn sicrhau y byddant yn gallu parhau â'r nodau ac amcanion elusennol tra bydd ystyriaeth yn cael ei roi i ffyrdd y gellir codi arian ychwanegol.

Nodau'r dyfodol fydd cynyddu argaeledd cronfeydd wrth gefn yn y banc er mwyn caniatáu unrhyw amrywiadau mewn cyllid.

Mae'r ymddiriedolwyr wedi asesu'r prif risgiau y mae'r cwmni elusennol yn agored iddynt, ac yn fodlon bod systemau yn eu lle i liniaru'r risgiau mawr.

Diolchiadau

Diolch unwaith eto eleni i'r holl staff a'r gwirfoddolwyr, ein partneriaid, ein noddwyr a chyfranwyr, oll sydd wedi cyfrannu tuag at waith Age Cymru Gwynedd a Môn.

Mae uwchraddio 'Y Cartref' Bontnewydd wedi bod yn gynllun sylweddol ac rydym nawr fel staff a gwirfoddolwyr yn edrych ymlaen at gydweithio yn y gymuned er mwyn cefnogi pobl leol yn yr ardal.

Rydym wedi cael blwyddyn brysur unwaith yn rhagor eleni. Rydym wedi gweld cynnydd sylweddol yn y nifer o bobl sydd wedi dod atom am gefnogaeth. Daw yn gynyddol anoddach yn yr hinsawdd ohoni i allu cynnal rhai gwasanaethau. Fel elusen annibynnol, yn gweithio fel mudiad di-elw, ein nod yw darparu gwasanaethau sydd yn rhoi gwerth am arian. Mae ein gwaith elusennol yn ddibynnol iawn ar yr incwm heb ei gyfyngu rydym yn creu drwy ymdrechion ein siopau a'r yswiriant, a'r gefnogaeth gan grwpiau lleol. Diolch i bawb sydd wedi ein cefnogi drwy'r flwyddyn.

Yn olaf, rhaid i mi ddiolch i'r Bwrdd Rheoli, sydd bob amser yn gefnogol i'r gwaith. Heb eu cyfraniad a'u cydweithrediad ni fyddwn wedi cyflawni cymaint yn ystod y flwyddyn.

Eleri Lloyd Jones, Prif Swyddog

Ein gweledigaeth

Mae Age Cymru Gwynedd a Môn yn rhoi grym i bobl hŷn a'u teuluoedd, yng Ngwynedd a Môn trwy ddarparu amrywiaeth o wasanaethau cefnogol sy'n:

- Mynd i'r afael gyda lleddfu unigrwydd
- Cynyddu llesiant emosiynol, corfforol a chyffredinol
- Gwella ansawdd bywyd

Eleni rydym wedi edrych ar ein Cynllun Busnes, a chreu strategaeth i'r elusen gyfarch yr angen am wasanaethau ataliol, arloesol a chynaliadwy am y tair mlynedd nesaf. Gwnaethpwyd hyn gan gydnabod y cynnydd sylweddol yn y niferoedd y bobl hŷn yn ein hardal yn y blynyddoedd i ddod, ac edrych ar ein gallu i gwrdd â'r her hon.

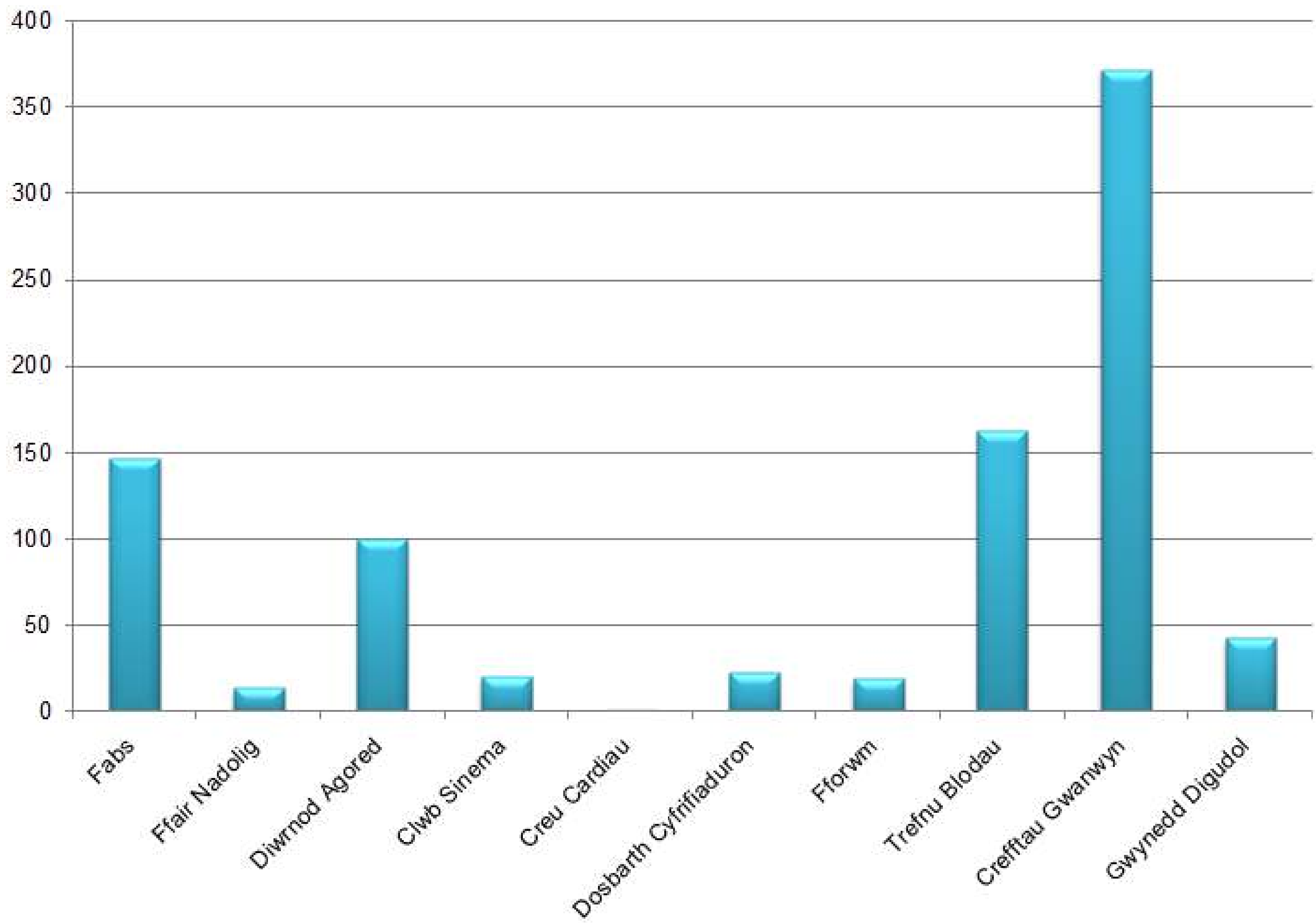
Mae adroddiadau fel 'Asesiad Anghenion Poblogaeth Gogledd Cymru 2017' ac adroddiad Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru, 'Sicrhau Lleisiau i Bobl Hŷn', sydd wedi cael eu cyhoeddi eleni, wedi llywio ein strategaeth i'r dyfodol. Wrth gwrs rydym hefyd yn gweithredu i gyfarch y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014, y rhaglen "Heneiddio'n Dda yn Nghymru", a Strategaeth Llywodraeth Cymru i Bobl Hŷn yng Nghymru 2013-2023.

Ymateb i'r her am y 3 blynedd nesaf

Datblygwyd ein strategaeth am y 3 mlynedd nesaf drwy gynnwys aelodau staff ac ymddiriedolwyr mewn nifer o weithdai i benderfynu ar ein nodau ac amcanion i'r dyfodol, ac edrych yn bennaf ar ein gwasanaethau a'n dyheadau i gyfarch anghenion pobl yn ein cymunedau, er mwyn cyrraedd y nod. Edrychwyd hefyd ar bartneriaethau effeithiol i gyflawni ein gweledigaeth i ymateb i'r her.

Mae agor ein prif swyddfa newydd ym mhentref Bontnewydd wedi bod yn gatalydd effeithiol i'n gweithgareddau, ac wedi denu nifer o bobl i gymryd rhan mewn ystod o weithgareddau ac i gymdeithadau gydag eraill. Mae'r adeilad nawr yn hwb i'n gwasanaethau, ac yn ffynhonell rhwydd a pharod o wybodaeth i'r boblogaeth hŷn. Mae hefyd yn ganolbwynt allweddol ar gyfer pobl yn eu cartrefi ac mewn ardaloedd cyfagos.

Dyma drawsdoriad o'r gweithgareddau am y flwyddyn ddiwethaf



Yn adroddiad eleni rydym wedi cynnwys astudiaethau achos er mwyn cyfleu sut mae derbyn gwasanaeth gan Age Cymru Gwynedd a Môn wedi bod yn gynmorth i drawsnewid bywydau pobl yn lleol.

Yn naturiol rydym yn wynebu heriau yn ddyddiol ond drwy waith ein staff profiadol a gwarchodol rydym gan amlaf yn cael canlyniadau da ac adborth cadarnhaol gan ddefnyddwyr ein gwasanaethau. Adlewyrchir hyn yn yr ymateb i holiaduron a geirda rydym yn eu derbyn.

Y cyd-destun gweithredol

Cyhoeddwyd adroddiad Asesiad Poblogaeth Gogledd Cymru [1] ym mis Ebrill 2017. Mae'r adroddiad yn sail i'n hymchwil i dystiolaeth o angen ar gyfer ein gwasanaethau i bobl hŷn. Mae'r adroddiad llawn ar gael ar-lein. Yn yr adroddiad yma gwelwn ragolygon newidiadau poblogaeth ar gyfer Cymru:

Poblogaeth Cymru ↑ **6.1%** yn 3.28 miliwn erbyn 2039

Pobl oed 16-64 ↓ **5%** erbyn 2039

Pobl oed 65+ ↑ **44%** erbyn 2039

Mae'r adroddiad yma yn cadarnhau'r angen am ddatblygu'r gwaith a wnaed gan ACGM oherwydd y cynnydd a ragwelir yn y boblogaeth hŷn. Mae hefyd yn cefnogi'r blaenoriaethau a ddiffinnir gan staff ACGM a'r Bwrdd yn y gweithdai, yn enwedig yn y meysydd o leihau unigrwydd ac unigedd a chefnogaeth i bobl hŷn i fyw gartref. Mae'r adroddiad yn nodi:

Trosolwg o'r boblogaeth

Rhagwelir y bydd cyfran y bobl hŷn yn parhau i gynyddu. Ar yr un pryd disgwylir i gyfran y bobl 16-64 oed, y gweithlu sydd ar gael, barhau i ostwng. Mae'r newid hwn i strwythur poblogaeth yn darparu cyfleoedd a heriau ar gyfer darparu gwasanaethau gofal a chymorth.

Mae'r newid yn y strwythur poblogaeth yn dangos patrwm tebyg ym mhob sir yng Ngogledd Cymru, er y disgwylir i'r siroedd gyda'r gyfran uchaf o bobl 65 oed a throsodd fod yng Nghonwy, Ynys Môn a Sir Ddinbych.

Cydraddoldeb, hawliau a chyfranogiad

Mae hawliau a chyfranogi yn bwysig i bawb o bob oed. Mae gan bobl hŷn hawl i barch a chyfleoedd cyfartal yn ogystal â mynediad i wasanaethau. Dylai pobl sy'n dymuno gweithio gael yr hawl i wneud hynny, ac yn ddiweddarach gall gwirfoddoli bontio gwagle pan mae'n amser i ymddeol ac yn gyfle i drosglwyddo profiad eang i faes arall.

Cyfeiriadau

Treth Cyngor 13%

Bathodyn Glas 100%

A wyddoch chi?

Eleni hawliwyd

£1,487,958.64

o incwm i gynorthwyo pobl hŷn i dalu am eu gwasanaethau i fyw adref yn gyfforddus

Nifer o gyfeiriadau

Wyneb yn wyneb **252**

Allan yn y gymuned **40**

Ymweliadau cartref **704**

Dros y ffôn **1,083**

E-bost **25**

Arall **1,995**

Cyfanswm 4,099

Cyfanswm pobl sydd wedi derbyn gwybodaeth neu fudd-daliadau

Dyma adborth gan rhai o ddefnyddwyr y gwasanaeth.

"Mae wedi lleihau gofid gan wybod fy mod nawr yn gallu cwrdd â'm biliau gwresogi."

"Sicrhau y gallwn aros yn ein cartref yn gyfforddus."

"Wedi cychwyn byw eto! Gallu mynd allan unwaith eto."

"Wedi tynnu pwysau ariannol ac wedi gwella ansawdd ein bywyd."

	Chwarter 1		Chwarter 2		Chwarter 3		Chwarter 4	
Ffigwr Budd-daliadau (£)	£594,397.80		£300,524.75		£253,306.22		£339,729.87	
Math o gyswllt	Chwarter 1		Chwarter 2		Chwarter 3		Chwarter 4	
	Actual	%	Actual	%	Actual	%	Actual	%
Swyddfa wyneb yn wyneb	60	*7%*	45	*6%*	28	*3%*	34	*3%*
Ymestyn allan ywneb yn wyneb	8	*1%*	22	*3%*	29	*9%*	4	*0%*
Ymweliad cartref wyneb yn wyneb	183	*22%*	147	*21%*	172	*17%*	128	*10%*
Ffon	320	*38%*	258	*36%*	234	*24%*	257	*21%*
E-bost	5	*1%*	4	*1%*	2	*0%*	15	*1%*
Arall	258	*31%*	239	*33%*	459	*47%*	801	*65%*
Cyfanswm	384		715		987		1,239	

Pobl yn cael eu hysbysu a'u cynnwys

Mae ansawdd bywyd yn dibynnu llawer ar wybodaeth gyfredol er mwyn dewis a gwneud penderfyniadau anodd ar adegau a allai newid bywyd unigolyn. Heb fynediad i wybodaeth gywir, derbyn cyngor ac eiriolaeth o ansawdd uchel gall pobl hŷn fod o dan risg o golli hawliau dynol, hawliau ariannol a risg o'u hynysu a'u gwahaniaethu.

Eiriolaeth

Pwrpas eiriolaeth yw cynrychioli rhywun neu eu cynorthwyo i gyflwyno eu barn eu hunain, fel arfer er mwyn amddiffyn eu hawliau neu hybu eu lles.

Yn ystod 2017-18 drwy arian Lloyds Bank Foundation rydym wedi gallu cynnig cefnogaeth di farn a llais annibynnol i unigolion yng Ngwynedd a Môn.

Dadansoddiad	
Gwynedd	64
Môn	70
Lloegr	02
Alban	01

Cyfeiriadau

137 cynnydd o 30% yn 2017/18

Iaith	
Cymraeg	76
Saesneg	61

Dadansoddiad y cyfeiriadau

Cwynion/Problemau Gofal cartref
Cwynion meddygol.
Cleient dall oedd angen help
Materion Diogelu
Cyfarfodydd MDT mewn cartref henoed, cartref oedolion neu ysbyty.
Cleient gydag anaf i'r ymennydd angen cymorth
Client gyda anabledd corfforol difrifol angen cymorth tymor hir.
Cyfarfodydd gyda bwrdd GIG – apel dros glaf oedd yn cael dim cymorth
Taliadau cartref gofal annerbyniol - ni wnaed unrhyw asesiadau
Rhyddhau i gartref – Iechyd Meddwl
Rhyddhau anniogel o Ysbyty
Twyll Ariannol i unigolyn

Cydweithio / Cynadleddau a Sioeau

Cyfarfodydd Bevan Commission
Cyfarfodydd Rhwydwaith Eiriolaeth Cenedlaethol
Cyfarfodydd Rhwydwaith Eiriolaeth Gogledd Cymru
Hyfforddi Cartref Henoed ar ymwybyddiaeth o Ddementia
Cyfarfodydd gyda Gwasanaethau Cymdeithasol Ynys Môn - ynghylch nifer y cleientiaid hefo materion difrifol.
Fforwm pobl hyn Ynys Môn
Sioe Amaethyddol Ynys Môn
Eisteddfod Genedlaethol Cymru – Bodedern
Ymgynghoriad gyda Chyngor Ynys Môn – ymgynghoriad yn parhau
Cyfarfodydd Cydraddoldeb Anabledd – Heddlu Gogledd Cymru
Cyfarfod hefo Swyddfa Comisiynydd Pobl Hŷn - / Sicrhau Lleisiau i Bobl Hŷn: Mynediad Pobl Hŷn at Eiriolaeth Annibynnol yng Nghymru
Sefydliad Banc Lloyds – Caerdydd.
Ymgynghoriad cau Cartref Plas Penlan – Ymgynghoriad gydag unigolion a Gwasanaethau cymdeithasol

Cleient A

Derbyniwyd galwad yn y swyddfa. Roedd Mrs A yn crio ac yn dweud bod ei mherch yn ei cham-drin. Aeth y Swyddog Eiriolaeth a Gweithiwr Cymdeithasol allan i ymweld â hi. Cadarnhaodd Mrs A bod ei merch yn ei tharo, ond yn daer nad oedd eisiau gwneud dim am y sefyllfa, dywedodd y byddai ei mab yn datrys y broblem iddi hi.

Pan ofynnwyd iddi am ei sefyllfa ariannol, cadarnhaodd ei bod hi yn derbyn ei phensiwn ond nad oedd yn derbyn unrhyw lwfans presenoldeb nac unrhyw incwm arall.

Dywedodd nad oedd hi'n gweld ei harian ac nad oedd yn cael mynediad iddo.

Cododd hyn bryderon pellach ynghylch thwyll ariannol posibl – mae'r achos yn parhau.

Cleient B

Roedd Mr B wedi ffonio ac yn bryderus gan nad oedd ganddo unrhyw gefnogaeth na gwybodaeth ynglŷn a'i fab anabl a oedd wedi ei symud i gartref gofal heb fod unrhyw ymgynghoriad wedi digwydd gyda Mr B. Roedd Mr B yn bryderus hefyd y byddai budd-daliadau ei fab, a oedd yn talu am y gofal a dderbyniwyd, yn dod i ben gan olygu na fyddent yn gallu talu eu biliau.

Fe ddarganfuwyd nad oedd Mr B (a oedd ei hun yn ddifrifol anabl) wedi derbyn unrhyw fudd-daliadau ac nad oedd unrhyw asiantaeth wedi bod mewn cyswllt i ofyn sut oedd yn ymdopi. Felly gwnaethpwyd asesiad ariannol a gwnaethpwyd cais am ei hawliau lles. Llwyddodd y cais ac fe sicrhawyd derbyn ôl-daliad sylweddol.

Byddai ei fudd-daliadau yn cwrdd costau ei anghenion gofal. Roedd Mr B yn hynod ddiolchgar am y gefnogaeth a dderbyniodd gan Age Cymru Gwynedd a Môn.

Cleient C:

Derbyniwyd cyfeiriad gan asiantaeth yn pryderu am Mr C oherwydd ei fod yn eithaf dryslyd. Fe'i welwyd yn y swyddfa a chytunodd i ACGM ei helpu (roedd wedi gwrthod cael ei gyfeirio i'r gwasanaethau cymdeithasol).

Ymddengys bod Mr C yn byw mewn llanast, roedd yn ofni ateb y drws oherwydd beilïaid, ac yn ofni i'r DVLA gymryd ei gerbyd. Nid oedd yn derbyn unrhyw fudd-daliadau. Roedd arwyddion cynnar o ddementia arno (problemau cof difrifol).

Mae Mr C nawr mewn cartref gofal er mwyn ei asesu. Mae wedi cytuno i ymyrraeth gan y gwasanaethau cymdeithasol ac mae cais am lwfans gweini wedi ei wneud iddo. Trefnwyd i'r tŷ gael ei glirio ac mae'n ymddangos y bydd yn dychwelyd adref yn y dyfodol agos. Bydd yn derbyn pecyn gofal a chymorth gan y cartref gofal (mae ef wrth ei fodd ar hyn o bryd ond nid yw'n dymuno bod yno'n barhaol).

Ymgynghori

Mae Age Cymru Gwynedd a Môn wedi llwyddo i barhau gyda'r gwaith da a gychwynwyd drwy'r prosiect Lleisiau Cymunedol a gynhaliwyd ar Ynys Môn.

Rydym wedi gwneud hyn trwy gynnal Fforymau chwarterol sy'n darparu cyfle i roi adborth ar y gwasanaethau a ddarperir.

Mae Cyngor Pobl Hŷn Ynys Môn wedi bod yn rhan o nifer o wahanol weithgareddau, yn bennaf yn ymwneud ag Iechyd a Lles Pobl Hŷn. Mae'r Cadeirydd wedi bod yn gweithio gydag adrannau'r Cyngor lleol i sicrhau bod y gwasanaethau gofal a gynigir i bobl hŷn yn addas i'r pwrpas ac yn cael eu monitro'n dda. Mae dau aelod hefyd wedi bod yn gysylltiedig â phroses craffu'r cyngor lleol.

Drwy hwyluso Fforymau Pobl Hŷn Môn a Chyngor Pobl Hŷn Ynys Môn rydym wedi creu perthnynas dda gyda nifer o wasanaethau a sefydliadau ac hefyd sicrhau bod mwy o bobl yn teimlo eu bod yn gallu dylanwadu ar benderfyniadau a wneir ar wasanaethau a ddarperir yn lleol.

Yn ystod 2018 cymerodd dros 200 o bobl o bob rhan o Ynys Môn ran yn y Fforymau gan ganolbwyntio ar faterion dylunio a darparu gwasanaethau i bobl hŷn yn Ynys Môn.

Cynhwysiad cymdeithasol

Mae ymwybyddiaeth gynyddol ymysg ein staff ac ymddiriedolwyr, mai unigrwydd yw un o'r bygythiadau mwyaf i bobl hŷn. Mae bod yn gymdeithasol ynysig yn cael llawer o effeithiau niweidiol ar bobl hŷn. Gall rhai pobl fynd am ddyddiau neu wythnosau heb gyfarfod na siarad gyda phobl eraill. Mae'n hanfodol fod gan bobl hŷn gyfleoedd i ryngweithio gydag eraill a chael mynediad at weithgareddau cymdeithasol a chyfleoedd i wirfoddoli a dysgu sgiliau.

- ✓ ***6,090 o pobl wedi ymweld ein gwefan***
- ✓ ***268 yn hoffi ein tudalen facebook***
- ✓ ***276 o storiau wedi eu rhannu ar facebook***
- ✓ ***20.9k o "impressions" ar twitter***

Caban Dynion *(Men's Shed)*

Nod y prosiect yw creu awyrgylch gyfforddus a diogel i ddynion gael cyfle i gymdeithasu gyda dynion eraill, dysgu a rhannu sgiliau ac osgoi bod yn unig.

Agorwyd Caban Dynion Caernarfon ym Mis Chwefror 2017. Ers hynny mae'r prosiect wedi datblygu i fod yn llwyddiannus iawn gyda nifer yr aelodau yn parhau i gynyddu o wythnos i wythnos.

Dywed un o aelodau'r Caban ***"Mae yn le i gwrdd â phobl, rhannu'r hyn sydd gennym yn gyffredin ac i wneud cysylltiadau."***

Dywedodd aelod arall ***"Pan fydda i yn dioddef o bryder, mae bod yn y caban gyda'r hogiau yn gwneud i mi deimlo'n gyffyrddus a rhan o deulu."***

Un o'r prosiectau cyntaf aeth y dynion i'r afael oedd adnewyddu Mainc Coffa ym mhentref Bontnewydd sydd yn coffau 50 mlynedd ers diwedd yr ail Ryfel Byd. Roedd gwir angen ei hadnewyddu ar ôl iddi gael ei dinistrio gan fandaliaid. Derbyniodd y Caban y sialens a mynd ati i weithio ar ddod a'r fainc yn ôl i'w stad wreiddiol.

Mae'r fainc bellach yn ôl yn ei lleoliad cywir gyda'r plac arian yn disgleirio arni, o flaen y siop. Yn ogystal mae bocsys blodau wedi eu lleoli pob ochr i'r fainc - bocsys sydd wedi cael eu hadeiladu yn arbennig gan hogia'r Caban.

Prosiect arall oedd adnewyddu' r tŷ bach twt i blant bach Noddfa. Mae'r tŷ werth ei weld erbyn hyn ac yn gartref bendigedig i ddoliau ac i'r plant gael chwarae ynddo.

Bu'r dynion hefyd yn brysur yn torri gwair ein prif swyddfa, glanhau'r seler a'r prosiect nesa yw codi'r tŷ gwydr a dderbyniwyd fel rhodd, fel gallwn tyfu llysiau yn barod i'w coginio yn y gegin erbyn hâf nesaf.

Mae'r prosiectau yma yn creu gwerth ychwanegol i bobl sy'n byw yn ein cymuned, yn ogystal â gwneud gwerth gwirioneddol i fywyd y dynion sy'n mynychu.

Os oes rhywun am gyfrannu at y prosiect cysylltwch â Nicola yn Age Cymru Gwynedd a Môn. Byddwn yn ddiolchgar am unrhyw roddion, boed yn hen ddodrefn i'w hadnewyddu neu rodd ariannol i gynnal y gweithgareddau ac at gostau rhedeg y Caban gwerthfawr yma.

Rhif ffôn y Caban yw 01286 671711 / Rhif ffôn Nicola yw 01286 808732

Gweithgareddau Gwanwyn

Eleni derbyniwyd grant gan ein partner Age Cymru a Chyngor Celfyddydau Cymru i ddechrau prosiect Gwanwyn yn y Cartref. Roedd derbyn y grant yn ddelfrydol gan fod y Cartref yn agor ym mis Gorffennaf, ac fe alluogodd hyn i ni wahodd artistiaid lleol i mewn i ddangos eu sgiliau a mentora.

Wedi cyfnod o 6 wythnos gyda gwahanol artistiaid, penderfynodd y grŵp mai arlunio â ffelt oedd y prif weithgareddau oedden nhw am ei dreialu gyda'r prosiect. Wedi wythnosau prysur yn ystod y gaeaf crëwyd portffolio o waith y mynychwyr. Mae'r cynnyrch bellach yn cael ei arddangos yn y Cartref i bawb eu gweld, yn ddi os mae'r grŵp wedi dysgu sgiliau newydd ac wedi creu ffrindiau newydd yma erbyn hyn.

Mae croeso i unrhyw un ymuno a'r grwp unrhyw dro, cysylltwch a Nicola neu edrychwch ar ein taflen amser i weld pryd mae'r gweithgareddau ymlaen yn y Cartref.

****

Mae rhai yn hoffi creu cardiau unigryw hefyd yn y Cartref, gyda chymorth Olwen, sydd yn hen lawr arni ac sydd yn gwirfoddoli ei hamser i helpu'r grŵp greu eu cerdyn eu hunain. Rydym hefyd gwerthu cardiau yn y Cartref ac yn creu rhai arbennig i unrhyw un sydd yn gofyn.

Cardiau

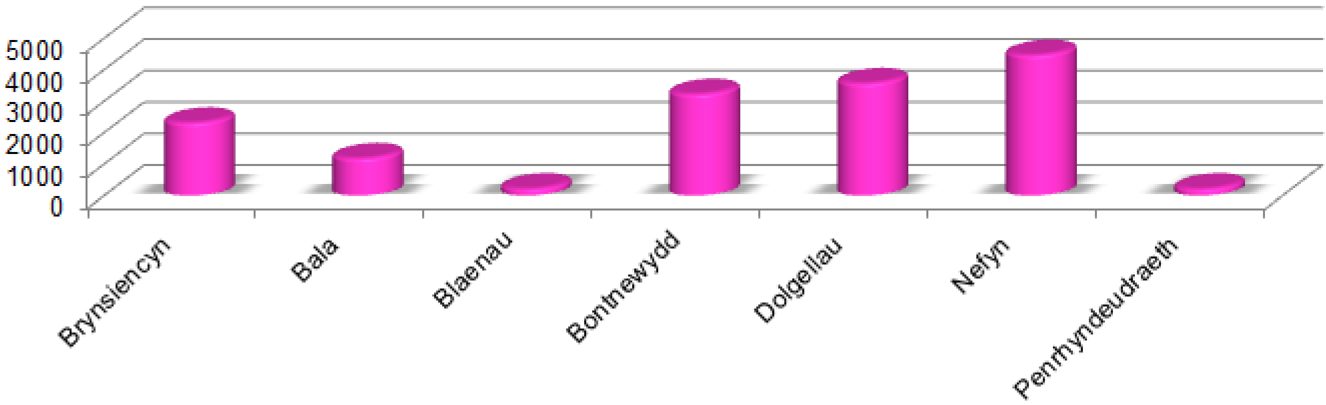
Canolfannau Heneiddio'n Dda

Mae gweithgareddau a chwmni ar gael mewn trefi a phentrefi ar draws Gwynedd a Môn erbyn hyn o ganlyniad i ni sefydlu amryw ganolfan Heneiddio'n Dda ar draws y ddwy sir.

Mae manylion y canolfannau ar gael ar ein gwefan ar:-

www.acgm.co.uk

Nifer o fynychwyr



Canolfannau Heneiddio'n Dda

Y Ganolfan Brynsiencyn - Bob Dydd Llun, Mercher a Gwener	Y Ganolfan Y Bala - Bob Dydd Iau
Encil y Coed Cricieth - Bob Dydd Mawrth	Y Ganolfan Nefyn - Bob Dydd Llun, Mercher a Gwener
Abersoch - Dydd Gwener cyntaf o bob mis	Neuadd Goffa Penrhyndeudraeth—Dydd Gwener
Hafan Elan Llanrug - Bob Dydd Mawrth, Mercher a Gwener	Clwb Rygbi Dolgellau - Bob Dydd Llun, Mercher a Gwener
Y Ganolfan Blaenau Ffestiniog - Bob Dydd Mercher	Y Cartref, Bontnewydd - Dydd Llun i Ddydd Gwener

62%

38%

Rhyw

Cynhaliwyd **1,714** o wahanol sesiynau gweithgaredd yng Ngwynedd ac Ynys Môn

Roedd **85%** o'n cwsmeriaid yn graddio Gwasanaeth Gwybodaeth a Chyngor yn Ardderchog

75-84

Oedran cyfartalog y bobl yr ydym wedi'u cynorthwyo

"Mae'r (y gwasanaeth) wedi gwella ansawdd fy mywyd tu hwnt i fesur. Rwy'n credu ei fod yn wasanaeth dosbarth cyntaf ac byddaf yn ei argymell i bawb."

Ddarparwyd 2,609 o oriau gwasanaeth siopa am ddim

Mae 2,591 o brydau bwyd wedi'u gwasanaethu yn ein clwb cinio a'n canolfannau dydd ac tua 5,472 o brydau wedi'u gwerthu yn ein Hafan a Cartref Cafes.

Mae 53 o deithiau wedi'u trefnu

Rydym wedi cael cysylltiad gyda **4,117** unigolyn

Rydym wedi rhoi cymorth i 446 o bobl gan sicrhau **£1.5 miliwn** y flwyddyn mewn budd-daliadau yn lleol.

31% o gysylltiadau yn ymweliadau cartref

515 dosbarthiadau gwahanol cadw'n heini wedi cael eu cynnal

266 sesiynau gwahanol grefftau wedi eu cynnal

Clybiau Cinio

Bontnewydd

Ers agor ym mis Gorffennaf 2017, mae "Y Cartref" yn Bontnewydd wedi darparu prydau bwyd cinio maethlon. Rydym yn darparu prydau ar gyfer aelodau'r Ganolfan Gofal Dydd ar ddydd Llun, Mercher a dydd Gwener, ond mae hefyd ar agor i'r cyhoedd bob dydd yr wythnos. Yn ystod y flwyddyn, rydym wedi darparu **1572** o brydau yn Caffi Cartref.

Penygroes

Mae Clwb Cinio Penygroes yn agored i bawb ym mhentref Penygroes ar ddydd Mercher a Gwener.

Gofal cymdeithasol o ansawdd da

Mae'n bwysig fod pobl yn derbyn y gefnogaeth sydd ei angen er mwyn cadw'n annibynnol, gall mesuriadau ataliol i ymdrin ag anghenion personol fod o fudd i fwy o bobl am gyfnod hwy ac am gost lai yn y pen draw. Trwy dderbyn ystod eang o wasanaethau sydd wedi eu teilwrio i'r unigolyn bydd ansawdd bywyd yr unigolyn yn gwella yn yr un modd.

Mae Age Cymru Gwynedd a Môn yn cyfarch yr anghenion yma gydag ystod o wasanaethau ataliol sy'n ymateb i anghenion lleol, ac yn cefnogi pobl yn eu cymunedau i dderbyn eu gofal adref yn eu cartref.

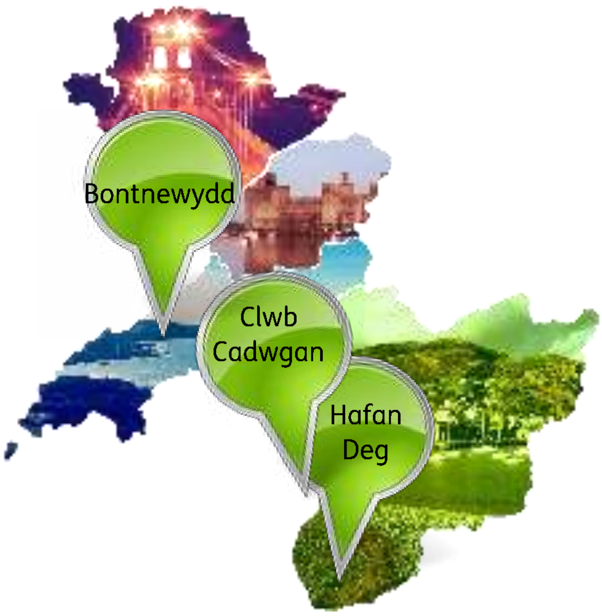
Gofal yn y Cartref

Mae Age Cymru Gwynedd a Môn wedi cofrestru gyda CIW ers rhai blynyddoedd bellach; mae hyn yn golygu ein bod yn gallu rhoi gwasanaeth personol os bydd angen. Mae pobl yn dymuno aros gartref am eu gofal dyddiol erbyn hyn, a pharhau i fod yn rhan o'r gymdeithas maent yn byw ynddi. Mae cael pecyn glanhau yn galluogi pobl aros adref pan mae'r gwaith glanhau yn mynd yn fwrn, ac yn gyfle i bobl i dderbyn cefnogaeth gychwynnol ac aros yn annibynnol. Mae'r gofalwyr yn galluogi pobl dderbyn gwybodaeth gyfredol o'r cyfleusterau yn eu cymuned, boed yn ganolfan heneiddio'n dda neu glwb cinio yn ogystal â rhoi cefnogaeth ychwanegol fel siopa, neu ymweliad i'r ysbyty neu ddoctor pan bo angen.

Mae'r gweithwyr yn adnabod eu defnyddwyr ac yn parchu eu dymuniadau bob amser; mae cael dilyniant a chefnogaeth yr un gofalwr sy'n adnabyddus i'w cleient yn rhan annatod o'r gwaith.

Gofal Dydd yn y gymuned

Mae Gofal Dydd yn parhau i fod yn rhan bwysig o waith Age Cymru Gwynedd a Môn yn y gymuned. Rydym yn cydnabod yr effaith mae cymdeithasu gydag eraill yn ei gael ar unigolion, sydd yn y pendraw yn lleihau iselder ac unigrwydd. Mae gwasanaeth gofal dydd ar gael yn Nyffryn Ardudwy, Bermo, a Bontnewydd ar hyn o bryd.



Mae nifer o weithgareddau wedi cymryd lle yn Bontnewydd yn ystod y flwyddyn, yn benodol gyda'r criw gofal dydd. Bu Dafydd Iwan yn canu, plant Ysgol Bontnewydd wedi dod heibio i ganu carolau ac aelodau Ysgol Pendalar wedi cynnal gweithgareddau amrywiol.

Eleni rydym wedi dechrau paratoi trafnidiaeth yn nalgylch Bontnewydd i'r rhai sy'n defnyddio'r gwasanaeth gofal dydd, yn bennaf gan fod diffyg trafnidiaeth gyhoeddus yn yr ardal, a oedd yn rhwystro rhai pobl fynychu.

Lleoliad	Diwrnodau'r wythnos
Clwb y Traeth Hafan Deg, Barmouth, Gwynedd	Dydd Mawrth
Clwb Cadwgan, Pentre Uchaf, Dyffryn Ardudwy, Gwynedd	Dydd Iau
Y Cartref Bontnewydd, Caernarfon, Gwynedd	Dydd Llun, Dydd Mercher a Dydd Gwener

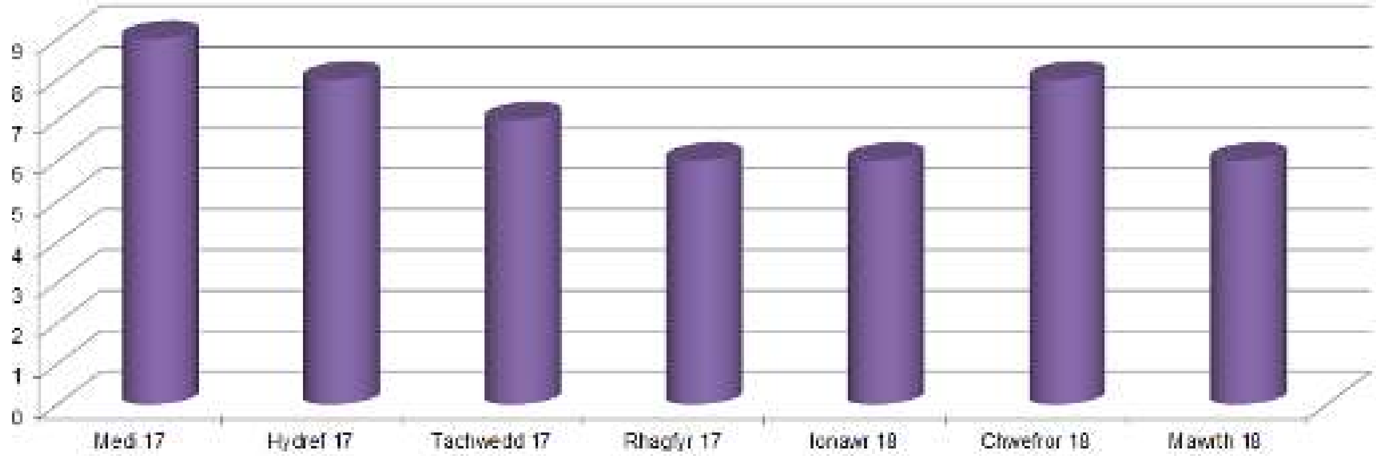
Gofal Traed

Mae rhai o'r gweithwyr yn y gymuned yn gymwysedig i ddarparu gofal traed, ac wedi derbyn hyfforddiant gan staff Bwrdd Iechyd i wneud hynny. Mae trin traed a thorri ewinedd yn gallu bod yn anodd wrth i ni fynd yn hŷn, ond mae cael triniaeth yn galluogi pobl i fyw bywyd llawn wrth atal codymau yn ogystal â chadw golwg ar gyflwr iechyd cyffredinol yr unigolyn.

Gwasanaeth Siopa

Mae'r Cynllun Siopa, sydd wedi cael ei ariannu drwy gronfa Cefnogi Pobl Cyngor Gwynedd yn boblogaidd iawn gyda'n defnyddwyr, gan sicrhau eu bod yn cael mynd i siopa a gwneud eu dewisiadau eu hunain. Mae 'r gwasanaeth yn gyfle i rai pobl fynd allan yn ystod yr wythnos, cael cymorth gan ofalwr gyda'u siopa o'u dewis a derbyn cymorth i gadw'r siopa os dymunent.

First Utility - archwiliadau cartref cynnes ac iach



Gweithio yn y gymuned

Cysylltwr Cymunedol De Meirionnydd

Adroddiad Angharad o ddiwrnod arferol yn y gwaith yn y gymuned.

"Rwyf bellach wedi bod yn fy swydd ers dechrau Mis Medi 2017. Age Cymru Gwynedd a Môn sydd yn fy nghyflogi a rwyf wedi fy lleoli yn Nhîm Oedolion Gwasnaethau Cymdeithasol yn De Meirionnydd. Mae fy ngwaith yn amrywio o ddydd i ddydd a dyma flas ar un diwrnod yn y swydd:

Cyrraedd y swyddfa i agor ebyst a dilyn i fyny unrhyw waith cofnodi o ymweliadau y diwrnod blaenorol. Ffonio i atgoffa unigolion o ymweliad bwriedig a chasglu gwybodaeth berthnasol ar gyfer ein cyfarfod.

Apwyntiad 1: Mrs J yn Y Bala. Cyfeiriad wedi ei dderbyn gan y Gweithiwr Cymdeithasol sydd wedi bod yn gweithio gyda hi ers iddi gael codwm a dod adref o'r ysbyty. Pecyn gofal mewn lle ond mae Mrs J yn dod at ddiwedd y cyfnod galluogi rwan ac yn teimlo yn ddigon cryf i fod yn ymdopi ar ben ei hunan. Mae Mrs J angen gwybod beth sydd yn mynd ymlaen yn yr ardal ac yn dymuno cael rhywun i alw am sgwrs gan ei bod yn poeni y bydd yn unig iawn wedi i'r gofalwyr roi'r gorau iddi. Trafod gyda Mrs J beth mae yn ei wneud a beth yw ei diddordebau. Sôn am y Ganolfan Heneiddio'n Dda, Clwb Boccia misol, Sesiynnau cadw'n heini a cryfhau, gwirfoddolwr RVS "Cymdogion Da" a chynllun "Camau Cadarn" y Groes Goch. Mrs J gyda diddordeb cael gwirfoddolwr yn ymweld a felly yn ei chyfeirio am wirfoddolwr RVS. Gadael manylion am sesiynau eraill i Mrs J benderfynu os y byddai yn dymuno ymuno gyda rhain yn y dyfodol.

Apwyntiad 2: Galw heibio y sesiwn Boccia yn y Llew Gwyn yn Y Bala i gyflwyno fy hun a chael sgwrs gyda mynychwyr. Mae'r grŵp yn bobl sydd yn dod at eu gilydd unwaith y mis gyda Chymdeithas Parkinsons, MS, Headway (Strôc) a Epilepsy. Cael panad a sgwrs cyn dechrau ar y gêm sydd yn wych ac yn llawer o hwyl ond yn fwy na hynny yn gyfle i bawb i gymdeithasu a rhannu profiadau neu gofyn am gymorth. Mae y grŵp yn tyfu yn ara deg gyda mwy yn dod i wybod amdano bellach.

Apwyntiad 3: Gweld Mr W yn Nolgellau. Mae Mr W yn byw gyda Dementia, mae ei wraig yn gofalu amdano yn llawn amser. Mae Mr W wedi bod yn grefftwr ar hyd ei fywyd ac yn dilyn sgwrs gyda nhw rwyf yn cynnig mynd a Mr W i weld y "Craft Shed" sydd yn cael ei chynnal bob yn ail wythnos yn y Llyfrgell Rydd yn Dolgellau. Canolfan Tan y Maen, Blaenau Ffestiniog sydd yn cynnal y sesiynau a mae nhw'n denu nifer o bobl yno i wneud amrywiol bethau megis drychau wedi eu addurno etc sydd yn cael eu gwerthu mewn caffi cyfagos. Trefnu i fynd a Mr W i'r sesiwn nesaf er mwyn gweld sut y bydd yn ymdopi gyda parhau i'w gefnogi gyda gwirfoddolwr o'r ganolfan os y bydd yn mwynhau. Mrs W yn ddiolchgar dros ben gan y bydd hyn yn rhoi amser iddi hi gael mynd i wneud ei gwallt.

Dychwelyd i'r swyddfa i gofnodi y galwadau a gwneud y gwaith cyfeirio. Ffonio Swyddog derbyn cyfeiriadau RVS er mwyn trafod achos Mrs J a rhoi gwybodaeth bellach gan ymholi faint o wirfoddolwyr sydd ar gael yn yr ardal honno. Angen creu sesiwn denu gwirfoddolwyr yn yr ardal a felly yn cysylltu gyda Mantell Gwynedd er mwyn trefnu dyddiad cynnal sesiwn yn y Llyfrgell leol. Derbyn dau gyfeiriad arall a thrafod ymweld ar y cŷd gyda Gweithiwr Cymdeithasol ar ddau ymweliad. Trafod opsiynau ar gyfer unigolyn arall i Therapydd Galwedigaethol fynd a gwybodaeth am ddigwyddiadau yn Tywyn.

Diweddaru y Calendar yr wyf wedi ei gynllunio ar gyfer y staff yn y swyddfa fel eu bod yn ymwybodol o beth sydd yn mynd ymlaen ym mhob ardal (Bala, Dolgellau, Tywyn a Bermo) Pasio gwybodaeth ymlaen i Gymdeithas Strôc sydd angen cysylltiad gyda Cyngor Cymuned yn ardal Tywyn a diweddaru fy nghalendar gyda ymweliadau newydd cyn ei throi am adref am y dydd!!"

Gofal iechyd o ansawdd

Mae poblogaeth hŷn yng Nghymru yn byw yn hirach, a dylai hyn fod yn achos i ddathlu yn ein cymdeithas. Mae hyn fodd bynnag yn dod a her ac dylai gwasanaethau iechyd gael eu cynllunio ar y cyd gyda gwasanaethau cymdeithasol er lles ac annibyniaeth pobl hyn, gan ganolbwyntio ar anghenion yr unigolyn yn hytrach na thriniaeth cyflyrrau penodol.

Yn asesiad poblogaeth Gogledd Cymru yn ddiweddar, edrychwyd ar anghenion tebygol y boblogaeth a fydd, yn ôl rhagolygon yn cynyddu o 690,000 hyd at 720,000 erbyn 2039; ac edrych ar beth sydd yn arwain i bobl fynychu gwasanaethau yn y lle cyntaf.

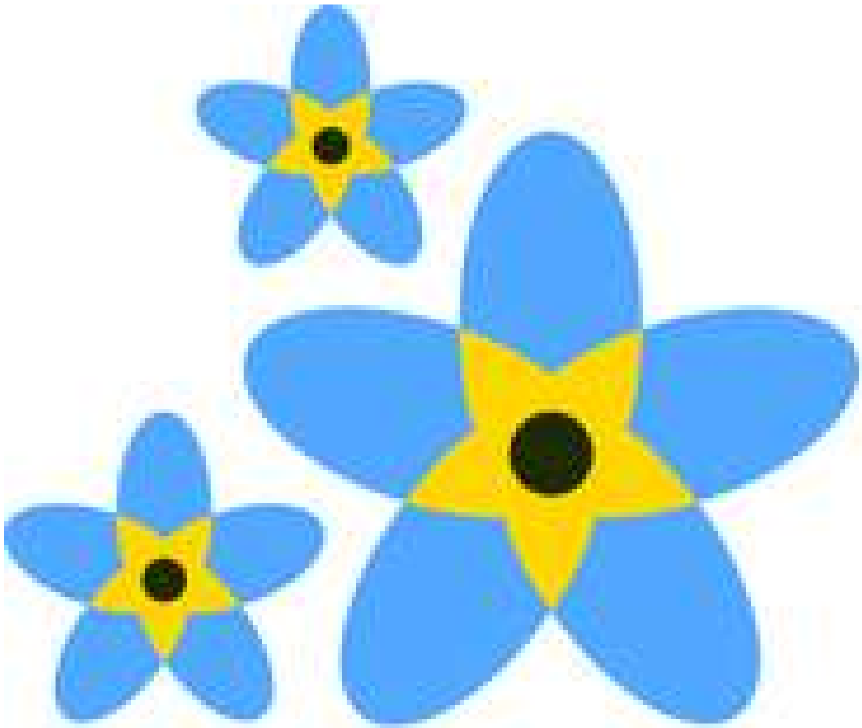
Bydd yr adroddiad yn rhoi arweiniad drwy gomisiynu gwasanaethau ataliol newydd, ac yn hybu asiantaethau i gyd- weithio, ac i greu gwasanaethau integredig er lles y gymuned.

Un o brif heriau a wynebir yw lleihau unigrwydd ac ynysu. Byddai lleihau unigrwydd yn gwella ansawdd iechyd a lles pobl ac felly yn lleihau'r angen am wasanaethau statudol.

Mae cael mwy o gymorth adref hefyd yn un o flaenoriaethu pwysig sydd wedi cael eu hadnabod yn yr adroddiad. Bydd cynnydd tebygol yn y gofynion am arbenigedd i roi cymorth adref i bobl gyda chyflyrau mwy cymhleth yn fwy tebyg o ddwysau. Fodd bynnag nid yw'n hawdd penodi digon o ofalwyr cymwysedig i wneud y gwaith yn ein cymuned ar hyn o bryd.

Mae oddeutu 11,000 o bobl yn byw gyda dementia yng Ngogledd Cymru heddiw. Mae hyn yn debygol o gynyddu yn y blynyddoedd i ddod, er efallai dim cymaint â rhagolygon blaenorol, hyn gan fwyaf gan fod gwasanaethau iechyd wedi gwella. Mae dementia yn cael effaith mawr ar yr unigolyn, a'u teuluoedd, ac ar wasanaethau cyhoeddus, ond trwy gydweithio gallwn deilwrio gwasanaethau cefnogol er budd ein cleientiaid a'u teuluoedd i'r dyfodol.

Ardal dementia gyfeillgar



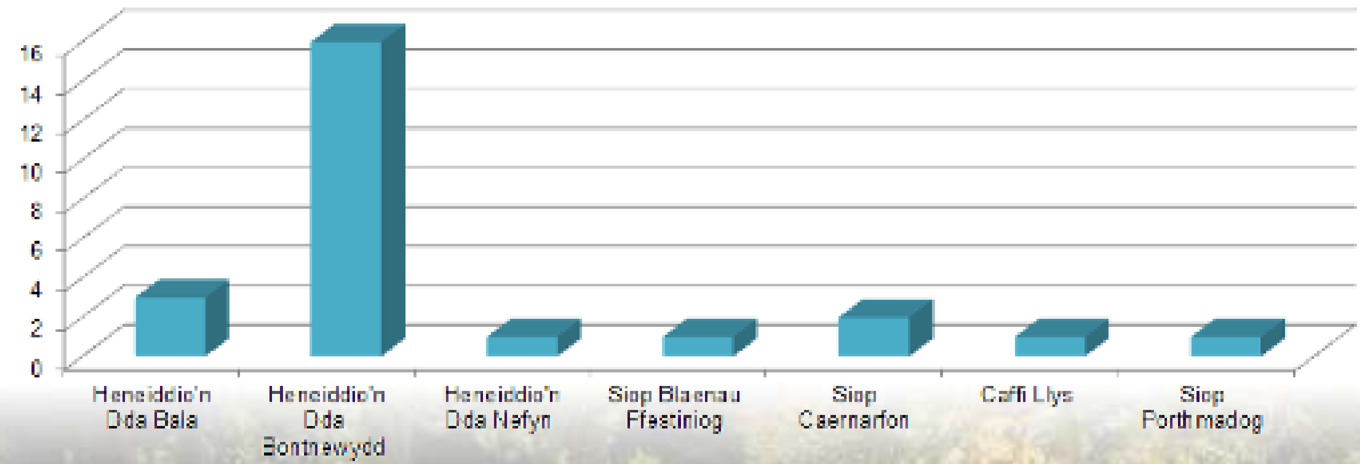
Rydym yn bartneriaid yn y grwp sydd wedi sefydlu “Ardal Dementia Gyfeillgar Gwyrfai” yn ystod y flwyddyn ddiwethaf. Mae ardal sy’n gyfeillgar i ddementia yn un gyda dealltwriaeth o‘r cyflwr ac ble mae’r gymuned gyfan yn cefnogi a rhoi cymorth i deuluoedd sy’n byw gyda dementia yn eu cymuned leol.

Mae aelodau staff Age Cymru Gwynedd a Môn wedi eu hyfforddi i fod yn Bencampwyr Dementia, ac ein nod yw cael cymaint o bobl a sydd posib yn cynnwys staff ACGM i ddod yn Ffrindiau Dementia.

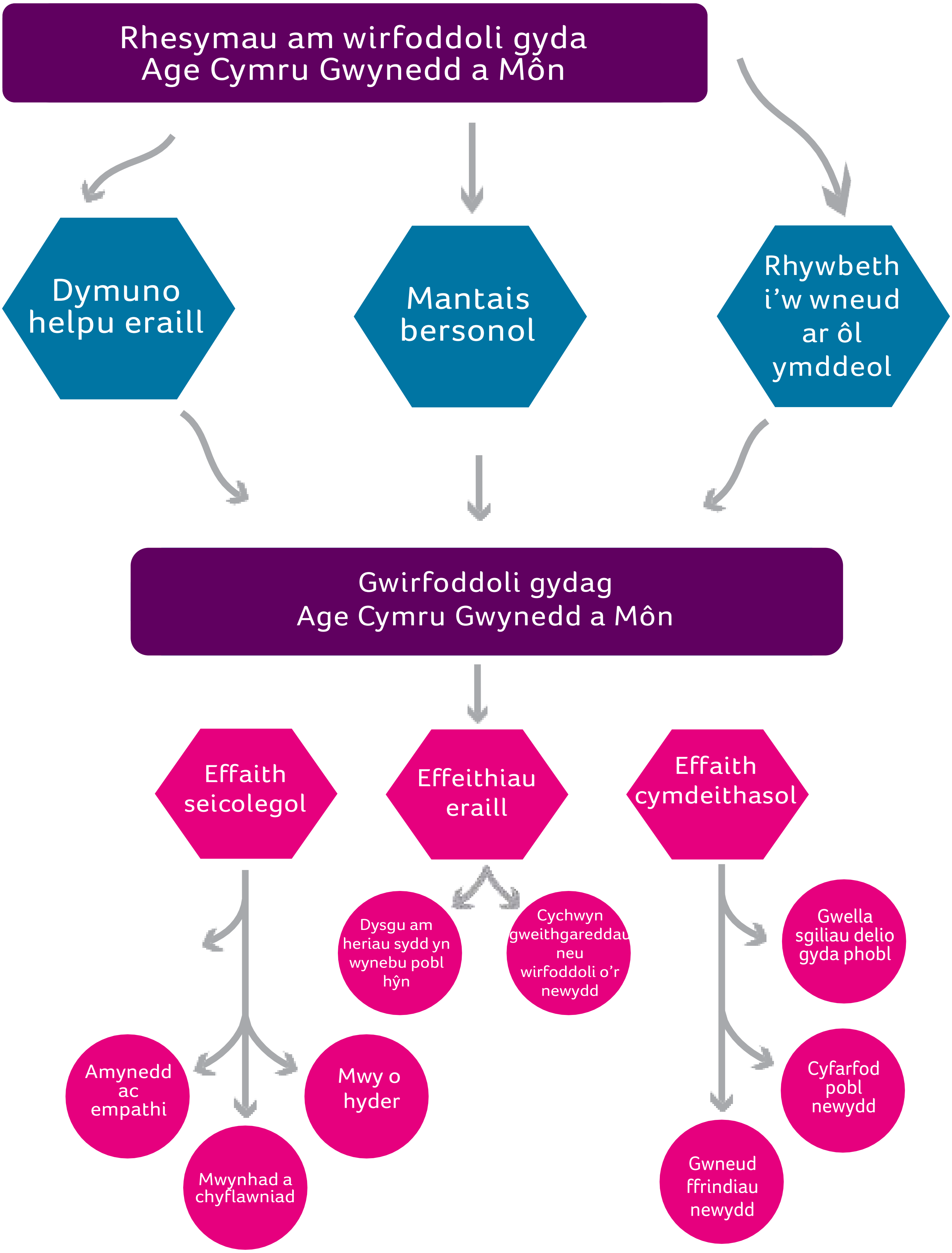
Gwirfoddoli

Yn ddi os, heb gefnogaeth ein gwirfoddolwyr ni allwn gynnal ein gwasanaethau. Mae oddeutu 100 o bobl yn gwirfoddoli i Age Cymru Gwynedd a Môn erbyn hyn ac yn cefnogi gwasanaethau amrywiol o weithio yn ein siopau, mewn caffi neu yn y swyddfa yn ddyddiol. Mae eu cefnogaeth yn golygu, pe byddwn yn talu ar gyfartaledd isafswm cyflog am pob awr o'u gwaith, eu bod yn cyfrannu **£157,978.08**

Nifer sydd yn gwirfoddoli o'r newydd



Gwirfoddoli



Cynhwysiad Ariannol

Troi achos tribiwnlys a derbyn £10,000 o ôl daliad

Mae Miss C yn ei chwedegau ac yn byw yng Ngwynedd. Mae hi wedi gwirfoddoli i Age Cymru Gwynedd a Môn dros nifer o flynyddoedd yn y siop yn ogystal ac yn y caffi.

Does ganddi ddim aelodau teulu sydd yn byw yn yr ardal, ond mae ganddi ddigon o ffrindiau.

Mae gan Miss C broblemau côf difrifol ac wedi cael nifer o asesiadau; nid yw 'n hoffi bod yn drafferth i neb, ac nid yw'n sylweddoli difrifoldeb ei sefyllfa mewn gwirionedd.

Cysylltodd Miss C gydag Age Cymru Gwynedd a Môn pan oedd ei gwrandawiad tribiwnlys yn agosau. Nid oedd yn poeni am y gwrandawiad o gwbwl, i'r gwrthwyneb roedd yn edrych ymlaen i weld y panel i gael sgwrs ac i esbonio fod yr asesiad PIP diweddar yn anghywir.

Pan aeth yr ymgynghorydd (o ACGM) a Miss C i mewn i ystafell y llys, roedd ei chyflwr bregus yn amlwg i bawb. Gofynnodd y panel tribiwnlys nifer o gwestiynau iddi, ond oherwydd ei chyflwr iechyd nid oedd yn gallu eu hateb, oherwydd y nam cof ac ati. Roedd Miss C wedi derbyn cefnogaeth gan yr ymgynghorydd (yn ACGM) dros ddwy flynedd bellach, ac wedi derbyn cymorth i gwblhau ffurflenni ac asesiadau. Nodwyd hyn yn y tribiwnlys. Dywedodd Miss C wrth y panel nad oedd hi am dderbyn unrhyw arian PIP, a diolchodd iddyn nhw am ei gweld ar y diwrnod. Gofynnodd y panel i Miss C a'r ymgynghorydd sefyll y tu allan, ac yna gofynnwyd i'r ymgynghorydd yn unig ddychwelyd i ystafell y llys.

Nid oedd y panel yn dymuno rhoi Miss C mewn sefyllfa câs trwy ofyn cwestiynau na fyddai'n gallu ateb. Ni allai gofio digwyddiadau dyddiau ynghynt, ac felly doedd dim modd iddi gofio digwyddiadau bymtheg mis yn ôl, ond er mwyn gallu gwneud penderfyniad roedd rhaid i'r panel wybod beth oedd ei sefyllfa bryd hynny.

Gofynnodd y panel i'r ymgynghorydd pam fod y cais wedi bod yn ddiffygiol mewn tystiolaeth feddygol.

Eglurodd yr ymgynghorydd, er gwaethaf nifer o ymdrechion i dderbyn cefnogaeth ac asesiadau gan weithwyr proffesiynol, nad oedd neb wedi cysylltu â Miss C na'r ymgynghorydd am apwyntiadau dilynol. Gohiriwyd y gwrandawiad ar y diwrnod hwnnw hyd nes y gallai'r panel weld ffeil iechyd Miss C ac ystyried ei chais.

Gofynnodd yr ymgynghorydd i'r panel nodi diffyg cefnogaeth gan bawb oedd wedi bod yn ymwneud â'r darpariaeth iechyd yn yr achos yma. Diolchodd y panel i'r ymgynghorydd am ei gwaith, ac i Age Cymru Gwynedd a Môn am y gefnogaeth barhaus.

Diweddglo

Ers gwrandawiad y tribiwnlys, cafodd Miss C apwyntiadau o'r adran anafiadau pen yn yr ysbyty. Cafodd hefyd gefnogaeth gan weithwyr proffesiynol, megis tîm ffisiotherapi yn yr ysbyty lleol ac fe'i haseswyd gan yr adran gwasanaethau cymdeithasol lleol.

Mae Miss C yn cadw cyswllt gyda'r ymgynghorydd (yn ACGM) sy'n adrodd yn ôl ar ei chyflwr presennol o hyd. Dywedodd Miss C, oni bai fod Age Cymru Gwynedd a Môn wedi bod yno i'w chefnogi, nad yw'n credu y gallai fod wedi ymdopi â'i sefyllfa. Yn yr ail wrandawiad, caniatawyd apêl Miss C a derbyniodd dros £10,000 o ôl-daliad budd-daliadau anabledd.

Cartrefi a chymunedau

Yn ystod y 25 mlynedd nesaf, bydd y boblogaeth hŷn yn ysgogi newid sylweddol yn y galw am dai. Bydd cyfran y cartrefi lle mae'r person hynaf yn 85 oed neu'n hŷn, yn tyfu'n gyflymach nag ar gyfer unrhyw grŵp oedran arall. Mae unigedd ac unigrwydd yn fater pwysig a nodwyd bod Gwynedd ymysg un o'r ardaloedd sydd â'r risg uchaf yng Nghymru. (Symposiwm Tai Gwynedd 2017). Mae un o'r prif ddarparwyr tai cymdeithasol yng Ngwynedd, Cartrefi Cymunedol Gwynedd, wedi ymrwymo i ganolbwyntio ar anghenion trigolion oedrannus, e.e. trwy drefnu gweithgareddau mewn unedau gwarchod, gan ddarparu addasiadau megis rampiau a rheiliau ac ymweld â thenantiaid oedrannus iddynt allu nodi eu hanghenion.

Efallai y bydd byw aml -genhedlaeth yn dod yn fwy cyffredin wrth i'r boblogaeth oedrannus gynyddu. Mewn rhai gwledydd Ewropeaidd mae bron i hanner y bobl dros 55 oed yn byw gyda phlant sy'n oedolion, tra bod llai na 15% yn gwneud hynny yn y DU. Gallai byw aml-genhedlaeth ddod â manteision i bob oedran, gan fynd i'r afael ag unigrwydd ac unigrwydd cymdeithasol ymhlith pobl hŷn, gan hwyluso gofal i berthnasau hŷn ac iau, a lleihau costau tai.

Mae'r Ganolfan Ryngwladol yn nodi tystiolaeth bod gweithgaredd corfforol ymhlith pobl hŷn wedi'i gysylltu â pherfformiad gwybyddol gwell, gostyngiad mewn marwolaethau ac yn cynyddu lles yr unigolyn, mae'n awgrymu hefyd y gallai pobl hŷn fanteisio wrth symud a theithio o gwmpas.

Cegin a Chaffi Y Cartref Bontnewydd

Un datblygiad sylweddol yn 2017-18, fel rhan o sefydlu Y Cartref ym Montnewydd oedd agor Caffi Y Cartref yn Hydref 2017. Roeddem fel elusen yn ffodus iawn i sicrhau nawdd ariannol drwy Gronfa Tyfu Busnesau Cymdeithasol Cymru er mwyn sefydlu'r fenter yma.

Caffi cymunedol ydyw sydd yn agored i bawb o bob oedran. Ceir awyrgylch gyfeillgar ac hamddenol yn y Caffi. Mae'r Caffi yn hygyrch iawn gydag arhosfan bws y tu allan a maes parcio ar y safle y gobeithiwn ymestyn i'r dyfodol.

Rydym yn cynnig amrywiaeth o fwyd poeth ac oer am brisiau rhesymol a hynny yn ddyddiol (Llun i Gwener 9.30am – 4pm) ac hefyd mae gennym de prynhawn ar gael bob dydd Mawrth a dydd Iau.

Os ydych yn aelod o grŵp neu gymdeithas leol sydd yn dymuno defnyddio'r cyfleusterau cysylltwch â ni ar 01286 808732 i drafod ymhellach os gwelwch yn dda.

O ran ein cynllun i ddatblygu a chynnal gwasanaethau Caffi'r Cartref, rydym yn edrych fewn i'r posibilrwydd o gychwyn gwasanaeth pryd yn y cartref ar gyfer pentrefi Bontnewydd, Dinas a Llanwnda. Ond yn gyntaf rhaid i ni ganfod os oes galw am wasanaeth fel hyn.

Os ydych gyda diddordeb manteisio a gwneud defnydd o wasanaeth o'r fath, neu yn adnabod rhywun sydd a diddordeb, yna plis cysylltwch a ni yma yn Age Cymru Gwynedd a Môn i drafod ymhellach! (drwy e-bostio **Nicola@acgm.co.uk** neu ffonio **01286 808 732**.

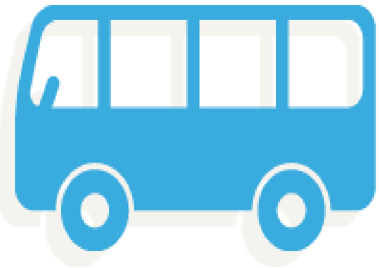
Cartrefi a chymunedau

Mawr ddiolch i Ferched y Wawr!

Hoffai Age Cymru Gwynedd a Môn ddiolch o waelod calon i "Bwyllgor er budd yr Anabl" Merched y Wawr Rhanbarth Arfon am y rhodd caredig o £2,000 tuag at ddarparu offer yn 'Y Cartref'. Mae'r elusen wedi buddsoddi mewn peiriant coffi gyda'r rhodd yma.

Mae canghennau lleol o Ferched y Wawr wedi bod yn gefnogol iawn ers i ni agor Y Cartref yn 2017 gan fynychu sawl gweithgaredd a gwneud defnydd o'n hadnoddau. Yn ogystal cynhaliwyd noson wybodaeth ar wasanaethau i'r boblogaeth 50 oed a throsodd yn Y Cartref Bontnewydd i dros 40 o Ferched y Wawr Caernarfon yn Hydref 2017.

Trafnidiaeth



Mae trafnidiaeth gyhoeddus a chymunedol yn hanfodol bwysig wrth helpu pobl gadw eu hannibyniaeth a'u lles wrth iddynt heneiddio. Gall rhwydweithiau trafnidiaeth sicrhau bod cymunedau wedi'u cysylltu'n dda a bod gwasanaethau a cyfleusterau priodol i bobl hŷn. Heb hyn, mae mwy mewn risg o brofi unigrwydd.

Mae rhwydweithiau trafnidiaeth lleol dibynadwy a hygyrch yn mynd yn gynyddol arwyddocaol wrth i bobl heneiddio. Mae dwy ran o dair o bensiynwyr sengl yng Nghymru heb gar ac mae llawer o bobl hýn yn dibynnu ar wasanaethau bws i fynd a nhw allan.

Mae'n hanfodol fod pobl hŷn yn gallu prynu bwyd, cael sylw meddygol, rheoli eu harian a chael cysylltiad cymdeithasol. Mae rhain yn nodweddion hanfodol a phwysig i bobl wrth fynd yn hŷn a dylent fod yn flaenoriaeth uchel mewn polisiau trafnidiaeth.

Cysylltwch â

Ardal Caernarfon - 01286 677711 Ardal Bala - 01678 520937

Cost y bws yw 75c y filltir

Caffi Canolfan Llysoedd Caernarfon a Chaffi Hafan Bangor

Mae Age Cymru Gwynedd a Môn yn cynnal gwasanaeth Caffi yn Nghanolfan Llysoedd Caernarfon ac mewn partneriaeth â Cyngor Dinas Bangor yng Nghaffi Hafan wrth ymyl prif arosfan bws Bangor.

Mae Caffi Hafan wedi sefydlu ei hun ym Mangor ers rhai blynyddoedd bellach fel man cymdeithasu gwerth chweil i'r boblogaeth 50 oed a throsodd yn lleol. Eto diolchwn i'r cwsmeriaid ffyddlon hynny sydd yn dod draw yn rheolaidd i Caffi Hafan. Mae'r caffi ar agor o 10 y bore tan 3 y prynhawn o Ddydd Llun i Ddydd Gwener.

Siopau

Mae'r incwm sydd yn deillio o weithgaredd ein 4 siop yng Nghaernarfon, Llangefni, Porthmadog a Blaenau Ffestiniog yn ein galluogi i godi arian yn annibynnol er mwyn cynnal ein gwasanaethau. Mae pob ceiniog yn cael ei wario'n lleol i bobl leol.

Diolch i bawb am ein cefnogi yn ystod y flwyddyn.

Mae amryw o wirfoddolwyr yn ein cefnogi yn y siopau – gan ymgymryd â sawl dyletswydd. Mae'r profiad yma yn werthfawr i ni fel cwmni AC hefyd i'r gwirfoddolwyr eu hunain sydd oll yn gwirfoddoli am resymau personol gwahanol.

Rydym yn achlysurol yn gwerthu eitemau o ddodrefn safonol iawn, boed yn y siopau neu drwy gyfrwng y We (ein tudalen facebook).

Felly os gyda diddordeb yna edrychwch allan am gyfle gwych i gael soffa neu fwrdd a chadeiriau newydd i'r ty!

Yswiriant Age Co

Age Co yw'r enw newydd ar gyfer cynnyrch a gwasanaethau Age UK.

Wrth i'n cwsmeriaid heneiddio, maent yn gwynebu heriau newydd, ac o bosib salwch, unigrwydd neu dlodi.

Nod **Age Co** yw helpu pobl hŷn i fwynhau diogelwch ariannol ac annibyniaeth parhaus. Bydd y cynnyrch a'r gwasanaethau a gynigir o dan enw **Age Co** yn cynnwys cynlluniau angladd, cyngor rhyddhau ecwiti a gwasanaethau cyfreithiol. Mae pob un wedi'i gynllunio i roi rhyddid a hyder i bobl hŷn fyw fel y dymunant.

Er bod yr enw yn newid, mae popeth arall yn aros yr un fath. Y tu ôl i **Age Co**, byddwch yn dod o hyd i bartneriaid dibynadwy sy'n gweithio i ddiwallu anghenion pobl yn y dyfodol. Bydd popeth a werthir o dan enw **Age Co** yn helpu i godi incwm ar gyfer gwaith elusennol Age Cymru Gwynedd a Môn.

Cafodd Age Cymru Gogledd Masnachol flwyddyn lwyddiannus arall wrth fasnachu ond mae cost o fyw yn codi ac mae hyn yn dod ag amseroedd heriol i'n cwsmeriaid. Rydym wedi cyfuno ein harbenigedd gydag Yswiriant Ageas dros y 10 mlynedd diwethaf i ddarparu cynnyrch a gwasanaeth o safon. Fodd bynnag, mae toriadau i gyfraddau comisiynu yn ddiweddar wedi golygu bod rhaid i'n tîm yng Nghaernarfon werthu mwy o gynnyrch i gyflawni'r un canlyniadau a rheini mewn blynyddoedd blaenorol.

Fe wnaethom gyflwyno Cynllun Angladd **Age Co** yn ôl yn 1988 oherwydd dywedodd pobl wrthym mai hynny oeddent ei angen gan fod costau codi angladd yn achos pryder. Bob blwyddyn mae costau angladd yn parhau i gynyddu ac mae'n duedd y rhagwelir iddo barhau. Mae Cynllun Angladdau **Age Co** yn helpu'r cwsmer i amddiffyn rhag cynnyddmewn costau angladd drwy warantu i dalu costau'r gwasanaethau ym mhrisiau heddiw.

Trwy gymryd y cynllun, mae'r cwsmer yn osgoi'r angen i ddefnyddio eu cynilion eu hunain a buddsoddiadau i dalu am y gost. Mae cost gyffredin angladd heddiw oddeutu **£4,000** ac mae llawer o'n cwsmeriaid yn anymwybodol o'r gost lawn. Mae cwsmeriaid yn aml yn cymryd fod y gost llawer llai ac yn gadael eu teuluoedd yn fyr ar adeg talu. Credwn mai'r Cynllun Angladd yw'r ffordd orau o roi arian o'r neilltu i dalu am gostau angladd. Gyda chyfraddau llog ar lefel mor isel, mae arbedion, buddsoddiadau neu gynlluniau yswiriant bywyd 50+ yn anhebygol o gadw fyny gyda'r cynnydd mewn costau angladd.

Gyda Yswyriant **Age Co**, mae ein cwsmeriaid yn gwybod y byddant yn cael gwerth ardderchog a gwasanaeth lleol o'r radd flaenaf, ynghyd â chynnyrch y gallant ddibynnu arno drwyddi draw. Gorau oll, nid yw ein cynnyrch yn dod â ffioedd na thaliadau cudd, hynny yw, dim ffioedd am dalu'n fisol, dim ffioedd canslo a dim cost i'w wneud os yn gwneud newidiadau i bolisïau.

Mae ein cwsmeriaid yn cael anhawster wrth ddod o hyd i gwmnïau lleol i gymryd taliadau arian parod am premiymau yswiriant cartref a char ac mae llawer yn ei chael yn anodd iawn delio â chanolfannau galw dros y ffôn. Mae cwsmeriaid wedi crybwyll sawl tro nad ydynt yn mwynhau botymau pwyso ar gyfer gwahanol opsiynau ac nad oes ganddynt yr hyder i siarad yn Saesneg ar y ffôn. Mae nhw'n falch o ddarganfod y gallant gael gwasanaeth wyneb yn wyneb yn eu dewis iaith wrth ddelio ag Age Cymru Gogledd Masnachol.

Rydym yn cynnig amrywiaeth o wasanaethau a allai fod o ddiddordeb i'n cwsmeriaid. Beth am gysylltu â ni am ddyfynbris? Cofiwch, caiff yr holl gomisiwn a enillir ei ailgyfeirio yn ôl i Age Cymru Gwynedd a Môn, sydd yn ei dro yn ein helpu i ddarparu gwasanaethau gwerthfawr eraill yn y cymunedau.

Cysylltwch â Nerys neu Gwilym ar 01286 685918 neu ffoniwch y swyddfa yn Stryd Llyn, Caernarfon, am ddyfynbris heb ymrwymiad.

‘Y Cartref’

Bontnewydd

Gweithgareddau

Men’s Shed

Celf a Chrefft

Creu Cardiau

Cyfrifiaduron

Sinema

Clwb Gweu

Cadw’n Heini

A mwy i ddod!!

Caffi’r Cartref

Mae llawer o bethau yn mynd ymlaen yng Nghartref Bontnewydd, mae yna rywbeth i blesio pawb.

Dewch draw am bryd o fwyd blasus a chewch gyfle i ddarganfod yr holl weithgareddau rydym yn ei gynnig.

Mae eich mewnbwn chi yn hynod o bwysig i ni. Cofiwch adael i ni wybod beth yr hoffech chi weld yma yn eich canolfan chi.

Rydym hefyd yn llogi ystafelloedd yma am bris rhesymol.

100% adborth positif o’n ffurflenni gwerthuso Clwb Gwanwyn (Clwb Celf Creadigol)

“Mae yn fy helpu i fagu hunan hyder”

“Mae celf wedi agor sgiliau newydd na wn ei ei fod yno”

Staff

Prif Swyddog
Eleri Lloyd Jones

Rheolwr Busnes a Datblygu
Aled Evans

Swyddog Eiriolaeth
Sylvia Targett

Rheolwr Masnachu
Nerys Williams

Swyddog Masnachu
Gwilym Jones

Rheolwr Gofal Cartref
Beverley Rowlands
Melissa Rowlands

Rheolwr Cyngor a Gwybodaeth
Ann Parry

Swyddogion Cyllid Iach
Bethan Edwards Newport
Nia Jones

Rheolwr Swyddfa
Elaine Williams

Swyddog Ariannol
Enfys Williams

Swyddog Personel
Elen Jones

Swyddog Gweithredol Y Cartref
Nicola Jennings

Cydlynydd Caban Dynion
Brian Cook

Swyddog Datblygu
Maldwyn Roberts

Swyddog Cymunedol Ynys Môn
Sandra Roberts

Swyddog Croeso/ Gweinyddol
Ruth Jones

Rheolwyr Siopau Elusen

Caernarfon
Gillian Naylor
Llangefni
Margaret Thomas
Blaenau Ffestiniog
Arwel Jones
Porthmadog
Dorothy Murchie

Swyddog Dosbarthu
John Taylor

Rheolwyr Caffis / Cogyddion

Sheila Lambrecht
Elaine Jones
Collette Donaldson
Meryl Williams

Cadeirydd
Dafydd Iwan

Is-gadeirydd
Wynne Williams

Trysorydd
Alwyn Jones

Ymddiriedolwyr
Gwilym Ellis Evans
Meinir Owen
Anwen Hughes
John Pritchard
Neville Evans
Cledwyn Williams

Bancwyr
HSBC - 24 y Maes, Caernarfon

Brocwr
Hargreave Hale Ltd
Bangor

Cyfrifwyr
A Hughes-Jones
Dyson & Co
Chartered Accountants
Capel Moreia
South Penrallt
Caernarfon

Ein Gwasanaethau

- Cyngor a Gwybodaeth
- Gwasanaeth Glanhau
- Gwasanaeth Budd-daliadau
- Gwasanaeth Eiriolaeth
- Gofal Dydd
- Heneiddio'n Dda
- Cynllun Siopa Gwynedd
- Clybiau Cinio
- Gwasanaeth Eistedd
- Hyfforddiant Technoleg a Gwybodaeth
- Fforymau
- Yswiriant
- Cymorthfeydd Cyfreithiol
- Caffi a Chanolfan galw mewn Hafan Bangor
- Siopau Elusen
- Gwasanaeth Caffi
- Torri Ewinedd Traed
- Gofal Personol
- Cyllid Iach
- Gwirfoddoli
- Caban Dynion

Cyfreithwyr
Parry Davies Clwyd-Jones and Lloyd
Castle Chambers
2A Bridge Street
Caernarfon

Gwynedd a Môn
age Cymru