



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Rhif: WG44988

Llywodraeth Cymru
Dogfen Ymgynghori

Fframwaith cenedlaethol ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol

Datblygu fframwaith cenedlaethol ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol fel y gellir darparu presgripsiynau cymdeithasol o safon uchel sy'n gyson ac yn effeithiol ar draws y 'system gyfan' yng Nghymru.

Dyddiad cyhoeddi: 28 Gorffennaf 2022

Camau gofynnol: Ymatebion erbyn 20 Hydref 2022

Crynodeb

Diben yr ymgynghoriad hwn yw cytuno â rhanddeiliaid ar fodel o bresgripsiynu cymdeithasol i Gymru, meithrin dealltwriaeth gyffredin o'r iaith a ddefnyddir i ddisgrifio presgripsiynu cymdeithasol a nodi camau gweithredu sy'n ymgorffori'r model drwy fframwaith cenedlaethol.

Hoffem gael eich barn ar ba gamau y gellir eu cymryd ar sail 'unwaith i Gymru' a lle mae angen canllawiau neu safonau i sicrhau bod presgripsiynu cymdeithasol yn cael yr effaith a ddymunir.

Yn dilyn y broses ymgynghori, byddwn yn cyhoeddi model cytûn o bresgripsiynu cymdeithasol i Gymru, rhestr termau a chynllun gweithredu ar sut y byddwn yn datblygu fframwaith cenedlaethol a fydd yn cynnwys cyfres o safonau, canllawiau a chamau gweithredu a ddatblygir ar lefel genedlaethol i sicrhau darpariaeth gyson ar lawr gwlad.

Sut i ymateb

Dylech gyflwyno eich sylwadau erbyn 20 Hydref 2022, drwy unrhyw un o'r ffyrdd canlynol:

- Cwblhau ffurflen ar-lein
- Lawrlwytho a llenwi ein ffurflen ymateb ac e-bostio fframwaithcenedlaetholpresgripsiynucymdeithasol@llyw.cymru
- Lawrlwytho a llenwi ein ffurflen ymateb a'i hanfon i:

Ymgynghoriad y Fframwaith Cenedlaethol ar gyfer Presgripsiynu Cymdeithasol

Anghydraddoldebau Iechyd a Chymunedau Iach

Llywodraeth Cymru

Parc Cathays

Caerdydd

CF10 3NQ

Rhagor o wybodaeth a dogfennau cysylltiedig

Mae fersiynau print bras, Braille ac ieithoedd eraill o'r ddogfen hon ar gael ar gais.

Mae'r ddogfen hon ar gael yn Saesneg hefyd: <https://gov.wales/developing-national-framework-social-prescribing>

Rheoliad Cyffredinol y DU ar Ddiogelu Data

Llywodraeth Cymru fydd y rheolydd data ar gyfer unrhyw ddata personol a ddarperir gennych wrth ichi ymateb i'r ymgynghoriad. Mae gan Weinidogion Cymru bwerau statudol y byddant yn dibynnu arnynt i brosesu'r data personol hyn a fydd yn eu galluogi i wneud penderfyniadau cytbwys ynghylch sut y maent yn cyflawni eu swyddogaethau cyhoeddus. Bydd unrhyw ymateb a anfonwch atom yn cael ei weld yn llawn gan staff Llywodraeth Cymru sy'n gweithio ar y materion y mae'r ymgynghoriad hwn yn ymwneud â nhw neu sy'n cynllunio ymgynghoriadau ar gyfer y dyfodol. Pan fo Llywodraeth Cymru yn cynnal dadansoddiad pellach o'r ymatebion i ymgynghoriad, gall trydydd parti achrededig (e.e. sefydliad ymchwil neu gwmni ymgynghori) gael ei gomisiynu i wneud y gwaith hwn. Dim ond o dan gcontract yr ymgymerir â gwaith o'r fath. Mae telerau ac amodau safonol Llywodraeth Cymru ar gyfer contractau o'r fath yn nodi gofynion caeth ar gyfer prosesu a chadw data personol yn ddiogel.

Er mwyn dangos bod yr ymgynghoriad wedi'i gynnal yn briodol, mae Llywodraeth Cymru yn bwriadu cyhoeddi crynodeb o'r ymatebion i'r ddogfen hon. Mae'n bosib hefyd y byddwn yn cyhoeddi'r ymatebion yn llawn. Fel arfer, bydd enw a chyfeiriad (neu ran o gyfeiriad) yr unigolyn neu'r sefydliad a anfonodd yr ymateb yn cael eu cyhoeddi gyda'r ymateb. Os nad ydych yn dymuno i'ch enw a'ch cyfeiriad gael eu cyhoeddi, rhwch wybod inni yn ysgrifenedig wrth anfon eich ymateb. Byddwn wedyn yn cuddio'ch manylion cyn cyhoeddi'ch ymateb.

Dylech fod yn ymwybodol hefyd o'n cyfrifoldebau o dan ddeddfwriaeth Rhyddid Gwybodaeth.

Os caiff eich manylion chi eu cyhoeddi fel rhan o'r ymateb i'r ymgynghoriad, caiff yr adroddiadau hyn eu cadw am gyfnod amhenodol. Ni fydd gweddill eich data a gedwir fel arall gan Lywodraeth Cymru yn cael eu cadw am fwy na thair blynedd.

Eich hawliau

O dan ddeddfwriaeth diogelu data, mae gennych yr hawl:

- i wybod am y data personol a gedwir amdano chi a'u gweld
- i'w gwneud yn ofynnol inni gywiro gwallau yn y data hynny
- (o dan amgylchiadau penodol) i wrthwynebu prosesu neu gyfyngu ar brosesu
- (o dan rai amgylchiadau) i'ch data gael eu 'dileu'
- (o dan rai amgylchiadau) i gludadwyedd data
- gwneud cwyn i Swyddfa'r Comisiynydd Gwybodaeth, sef ein rheoleiddiwr annibynnol ar gyfer diogelu data.

I gael rhagor o fanylion am y wybodaeth mae Llywodraeth Cymru yn ei chadw a'i defnyddio, neu os ydych chi am arfer eich hawliau o dan Rheoliad Cyffredinol ar Ddiogelu Data y DU, gweler y manylion cyswllt isod:

Y Swyddog Diogelu Data:
Llywodraeth Cymru
Parc Cathays
CAERDYDD
CF10 3NQ

e-bost:
Data.ProtectionOfficer@llyw.cymru

Dyma fanylion cyswllt Swyddfa'r
Comisiynydd Gwybodaeth:

Wycliffe House
Water Lane
Wilmslow
Swydd Gaer SK9 5AF

Ffôn: 01625 545 745 neu
0303 123 1113
Gwefan: <https://ico.org.uk/>

Cynnwys

Rhagair gan y Dirprwy Weinidog Iechyd Meddwl a Llesiant	5
Trosolwg	6
Cyflwyniad	6
- Beth yw presgripsiynu cymdeithasol?	6
- Pam mae presgripsiynu cymdeithasol yn bwysig	7
- Presgripsiynu cymdeithasol yng Nghymru ar hyn o bryd	9
Beth rydyn ni am ei wybod?	10
- Dealltwriaeth gyffredin o bresgripsiynu cymdeithasol	11
- Llwybrau atgyfeirio	19
- Arwain a llywodraethu	21
- Hygyrchedd	22
- Cynaliadwyedd	24
- Dangos gwerth presgripsiynu cymdeithasol	25
- Y Gweithlu	27
- Technoleg	28
Geirfa	30
Gwybodaeth am ymatebwyr	33

Rhagair gan y Dirprwy Weinidog Iechyd Meddwl a Llesiant

Gwyddom nad yw ein hiechyd a'n llesiant yn cael eu pennu gan fynediad at wasanaethau gofal iechyd yn unig, ond gan lu o ystyriaethau cymdeithasol, economaidd ac amgylcheddol.

Gwyddom hefyd bod pandemig COVID-19 wedi cael effaith ddofn ar ein hiechyd a'n lles.



Boed yn effeithiau uniongyrchol ar iechyd; canlyniadau mesurau cadw pellter cymdeithasol; gorbryder yn ymwneud â llesiant personol neu lesiant teulu a ffrindiau; effeithiau ar addysg neu waith; neu drafferthion gydag unigrwydd a theimlo'n ynysig yn gymdeithasol: mae enghreifftiau di-ri o effaith negyddol y pandemig.

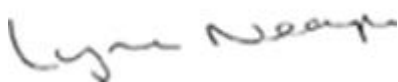
Bu'r ychydig flynyddoedd diwethaf yn anodd i bawb ac mae llawer ohonom wedi dod i werthfawrogi'r hyn sydd gennym yn ein cymuned leol. Gall fod mor syml ag ymuno ag eraill i fynd â'r ci am dro yn y parc neu wirfoddoli i grŵp cymunedol lleol. Gall ymwneud ag eraill neu fyd natur wneud byd o les inni. Yn anffodus, mae rhai'n ei chael hi'n anodd cysylltu ag eraill yn eu milltir sgwâr. Efallai bod ganddyn nhw anabledd neu gyfrifoldeb gofalu sy'n cyfyngu ar eu bywydau, neu efallai mai ychydig o gyswllt sydd ganddyn nhw â theulu a ffrindiau a'u bod wedi colli'r hyder i estyn allan at eraill.

Mae presgripsiynu cymdeithasol yn ffordd o gysylltu pobl â chymorth anghlinigol yn y gymuned. Gall helpu i rymuso unigolion i adnabod eu hanghenion, eu cryfderau, eu hasedau personol eu hunain a chysylltu â'u cymunedau eu hunain i gael cymorth gyda'u hiechyd a'u llesiant eu hunain.

Fel Llywodraeth, rydym wedi cydnabod y cyfleoedd a ddaw yn sgil presgripsiynu cymdeithasol, ac mae'n nodwedd o sawl polisi a strategaeth. Fel Gweinidog, rwy'n hynod falch o fod yn gyfrifol am ein hymrwymiad yn y 'Rhaglen Lywodraethu' i ddarparu fframwaith cenedlaethol ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol, ac i gadeirio grŵp gorchwyl a gorffen a sefydlwyd i lywio sut y gallai presgripsiynu cymdeithasol helpu Cymru wella yn sgil COVID-19. Hoffwn fanteisio ar y cyfle hwn i ddiolch iddynt am eu dealltwriaeth a'u harweiniad gwerthfawr.

Fy nod, gyda rhanddeiliaid allweddol, yw meithrin dealltwriaeth gyffredin o bresgripsiynu cymdeithasol a chyd-greu fframwaith cenedlaethol sy'n galluogi darparu presgripsiynau cymdeithasol yng Nghymru sydd o safon gyson ac effeithiol o'r radd flaenaf ar draws y 'system gyfan', ond nad yw'n pennu sut y caiff ei ddarparu mewn cymunedau gwahanol.

Edrychaf ymlaen at glywed eich barn ar sut i lywio'r darn pwysig hwn o waith ymhellach.



Lynne Neagle AS, Y Dirprwy Weinidog Iechyd Meddwl a Llesiant

1. Cefndir

Nid yw presgripsiynu cymdeithasol yn beth newydd yng Nghymru. Mae ymyriadau presgripsiynu cymdeithasol wedi'u datblygu a'u sefydlu mewn dull o'r bôn i'r brig ledled Cymru, gyda darparwyr unigol dan gontract, clystyrau sy'n ymwneud ag iechyd a gofal, y trydydd sector a sefydliadau statudol yn datblygu modelau cyflenwi gwahanol. Roedd adroddiad [Social Prescribing in Wales \(2018\)](#) a gyhoeddwyd yn 2018 gan yr Hyb Gofal Sylfaenol yn lechyd Cyhoeddus Cymru yn mapio'r cynnydd sy'n cael ei wneud o ran datblygu gwasanaethau presgripsiynu cymdeithasol ar draws ardaloedd byrddau iechyd.

Mae egwyddorion presgripsiynu cymdeithasol megis mabwysiadu dull ataliol cynnar o wella llesiant pobl, mynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd a chryfhau cydlyniant cymunedol yn cyd-fynd â [Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant \(Cymru\) 2014](#), [Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol \(Cymru\) 2015](#), a'n cynllun hirdymor ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol '[Cymru Iachach](#)'.

Felly, mae camau gweithredu sy'n gysylltiedig â phresgripsiynu cymdeithasol eisoes wedi'u cynnwys yng nghynllun cyflawni [Law yn Llaw at Iechyd Meddwl \(2019-2022\)](#), [Cynllun Cyflawni ar gyfer Camddefnyddio Sylweddau 2019 - 2022](#), y [Llawlyfr Polisi Chwe nod ar gyfer gofal brys a gofal mewn argyfwng](#) a [Cysylltu Cymunedau: strategaeth ar gyfer mynd i'r afael ag unigrwydd ac ynysigrwydd cymdeithasol a chreu cysylltiadau cymunedol cryfach](#)<https://gov.wales/together-mental-health-delivery-plan-2019-2022> <https://gov.wales/loneliness-and-social-isolation-connected-communities> i ymwreiddio presgripsiynu cymdeithasol ledled Cymru.

Mae'n cyd-fynd â [Chynllun cyflenwi strategol ar gyfer datgarboneiddio GIG Cymru](#): ymateb i Argyfwng Hinsawdd Cymru a chyfraniad y GIG at leihau allyriadau carbon a chynnal mannau gwyrdd ac annog bioamrywiaeth, fel rhan o uchelgais y Sector Cyhoeddus i fod yn Sero Net erbyn 2030. Mae'n gysylltiedig â datblygu Strategaeth Bwyd Cymunedol i Gymru hefyd.

Yn fwy diweddar, mae [Rhaglen Lywodraethu 2021-26](#) yn ymrwymo i gyflwyno fframwaith Cymru gyfan i gyflwyno presgripsiynu cymdeithasol i fynd i'r afael â'r profiad o deimlo'n ynysig, er y gallai fod llawer mwy o fanteision i bresgripsiynu cymdeithasol na dim ond mynd i'r afael â'r profiad o deimlo'n ynysig. Sefydlwyd Grŵp Gorchwyl a Gorffen, dan gadeiryddiaeth y Dirprwy Weinidog Iechyd Meddwl a Llesiant, i ddatblygu'r fframwaith cenedlaethol hwn.

2. Cyflwyniad

2.1 Beth yw presgripsiynu cymdeithasol?

Er mai'r model gofal sylfaenol o bresgripsiynu cymdeithasol, lle caiff unigolion eu hatgyfeirio o bractis cyffredinol, yw'r model mwyaf cyffredin mewn rhai systemau, mae modelau mwy cymunedol wedi ymddangos yma yng Nghymru ac yn dod yn fwyfwy cyffredin.

Mae model presgripsiynu cymdeithasol Cymru yn symud oddi wrth ddull meddygol, ac yn hytrach yn cynnig presgripsiynu cymdeithasol lle mae'r ffynonellau atgyfeirio yn draws-sectoraidd a ddim yn gyfyngedig i ofal iechyd/gofal sylfaenol.

Mae ymchwilwyr yng Nghymru wedi diffinio presgripsiynu cymdeithasol fel a ganlyn:

'connecting citizens to community support to better manage their health and well-being'¹.

'The concept and delivery of social prescribing is growing in Wales. We expect it to have a positive impact on individual well-being, increase community engagement, potentially improve sustainability of GP workload, reduce health inequalities, tackle current challenges such as loneliness, social isolation, and COVID-19 recovery. All through offering alternative, non-clinical support 'brokered' by a social prescribing service'².

Gall Presgripsiynu Cymdeithasol ei gwneud yn ofynnol i sawl sefydliad gydweithio i sicrhau model presgripsiynu cymdeithasol cydlynol a di-dor sy'n diwallu anghenion y boblogaeth leol a chenedlaethol. Mae'r model amlycaf yng Nghymru yn gyfannol ac yn canolbwyntio ar yr unigolyn. Mae'n ddull sy'n seiliedig ar berthynas, er mwyn grymuso unigolion, ac mae'n cynnwys ychydig rhai cyfnodau allweddol megis atgyfeirio, meithrin perthynas a gwneud y mwyaf o asiantaeth y defnyddiwr llwybr drwy eu hailgysylltu â'r cymuned eu hunain a gwella'u llesiant³.

2.2 Pam mae presgripsiynu cymdeithasol yn bwysig

Nod presgripsiynu cymdeithasol yw grymuso unigolion i adnabod eu hanghenion, eu cryfderau, eu hasedau personol eu hunain a chysylltu â'u cymunedau eu hunain i gael gafael ar gymorth a fydd yn helpu i wella eu hiechyd a'u lles. Er enghraifft, gwyddom fod pobl sy'n unig a/neu wedi'u hynysu'n gymdeithasol mewn mwy o

¹ Rees S, Thomas S, Elliott M, Wallace C, (2019). 'Creating community assets/social capital within the context of social prescribing'. Canfyddiadau'r gweithdy a gynhaliwyd ar 17/7/2019. Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru, Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg, Prifysgol De Cymru.

² Elliott, M., Davies, D., Davies, J., Wallace, C., (2022) Exploring how and why social prescribing evaluations work: a realist review. *BMJ Open* 2022; 12:e057009. doi:10.1136/bmjopen-2021-057009

³ Wallace, C., Davies, M., Elliott, M., Llewellyn, M., Randall, H., Owens, J., Phillips, J., Teichner, L., Sullivan, S., Hannah, V., Jenkins, B., Jesurasa, A., (2021) Deall Rhagnodi Cymdeithasol yng Nghymru: Astudiaeth Dulliau Cymysg. Ysgol Ymchwil Rhagnodi Cymdeithasol Cymru (WSSPR), Prifysgol De Cymru, PRIME Centre Wales, Data Cymru, Iechyd Cyhoeddus Cymru

beryll o farw'n gynamserol, o fod yn anweithgar, clefyd y galon, strôc a phwysedd gwaed uchel. Hefyd, maen nhw'n fwy tebygol o brofi iselder, hunan-barch isel, problemau cysgu ac ymateb cynyddol i straen.

Drwy ei ddull ataliol cynnar, gallai presgripsiynu cymdeithasol helpu i ysgafnhau'r baich ar wasanaethau arbenigol mwy rheng flaen. Mae tystiolaeth amrywiol yn awgrymu bod presgripsiynu cymdeithasol yn lleihau nifer yr ymweliadau â meddygfeydd meddygon teulu 15%, i 28%⁴. Nododd un adolygiad ostyngiad o 28% ar gyfartaledd yn y galw am wasanaethau meddygon teulu ar ôl cael eu hatgyfeirio⁵. Roedd y canlyniadau'n amrywio o ostyngiad o 2%⁶ i 70%⁷ mewn ymweliadau diangen gan feddygon teulu. Gwelodd astudiaeth o ddulliau cymysg fod cleifion yn defnyddio llai ar wasanaethau gofal sylfaenol, gyda gostyngiad o 25% mewn apwyntiadau⁸. Roedd canlyniadau gwerthusiad o gynllun peilot presgripsiynu cymdeithasol Rotherham yn dangos tuedd gyffredinol o lai o ddefnydd o adnoddau ysbytai cyn ac ar ôl presgripsiynu cymdeithasol. Roedd y rhain yn cynnwys: cymaint ag 21% yn llai o dderbyniadau cleifion mewnol a gostyngiad o gymaint ag 20% yn nifer y cleifion damweiniau ac achosion brys⁹.

Mae'r dystiolaeth yn amrywio cymaint oherwydd bod effaith presgripsiynu cymdeithasol yn dibynnu ar y math o fodel a ddefnyddir, y gweithwyr cyswllt a'u cefndiroedd, yr ardal, a'r asedau sydd ar gael yn y gymuned¹⁰. O gofio bod amcangyfrifon yn dangos bod tua 20% o gleifion yn ymgynghori â'u meddyg teulu am yr hyn sy'n broblem gymdeithasol yn bennaf¹¹, mae'r potensial i bresgripsiynu cymdeithasol leihau'r effaith ar wasanaethau rheng flaen yn amlwg os yw llwybrau amgen ar gael yn haws ac yn ehangach.

Mae canllawiau'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal ar reoli cleifion â dau neu fwy o gyflyrau cronig, yn pwysleisio pwysigrwydd triniaethau nad ydyn nhw'n rhai ffarmacolegol a chymryd rhan mewn gweithgareddau cymdeithasol¹². Canfu adolygiad systematig o 40 astudiaeth o bresgripsiynu cymdeithasol a gynhaliwyd yn y DU amrywiaeth o fuddion a gofnodwyd gan

⁴ [Social Prescribing: an alternative approach to reduce the reliance on the NHS and social care services in Wales | University of South Wales](#)

⁵ Polley, M.,¹ Bertotti, M.,² Kimberlee, R.,³ Pilkington, K.,⁴ a Refsum, C. 2017 'A review of the evidence assessing impact of social prescribing on healthcare demand and cost implications'. University of Westminster

⁶ Kimberlee, R., Ward, R., Jones, M, a Powel, R. (2014) Measuring the economic impact of Wellspring Healthy Living Centre's Social Prescribing Wellbeing Programme for low level mental health issues encountered by GP services Bristol: University of the West of England

https://networks.sustainablehealthcare.org.uk/sites/default/files/resources/2014_kimberlee_0.pdf

⁷ Longwill, A, (2014) Independent Evaluation of Hackney Well Family Service, Family Action.

⁸ Kellezi, B., Wakefield, J.R.H., Stevenson, C., McNamara, N., Mair, E., , Bowe, M., , Wilson, I. a Halder, M.M. (2019) The social cure of social prescribing: a mixed-methods study on the benefits of social connectedness on quality and effectiveness of care provision. BMJ Open 2019;9:e033137. doi:10.1136/ bmjopen-2019-033137

⁹ Dayson, C. a Bashir, N. (2014) The Social and Economic Impact of the Rotherham Social Prescribing Pilot: Main evaluation report Sheffield Hallam University Centre for Regional Economic and Social Research.

¹⁰ [Social Prescribing: an alternative approach to reduce the reliance on the NHS and social care services in Wales | University of South Wales](#)

¹¹ Torjesen, I (2016) Social prescribing could help alleviate pressure on GPs, British Medical Journal 352; 1436.

¹² Farmer, C., Fenu, E., O'Flynn, N., Guthrie, B. (2016) Clinical assessment and management of multimorbidity: summary of NICE guidance BMJ 2016;4843(September):i4843.

gyfranogwyr ac atgyfeirwyr. Maen nhw'n cynnwys: cynnydd mewn hunan-barch a hyder, ymdeimlad o hunanreolaeth a grymuso; gwelliannau lles seicolegol neu feddyliol; llai o orbryder a/neu iselder¹³. Nododd adolygiad o 24 o astudiaethau fod rhanddeiliaid fel meddygon teulu a chleifion o'r farn bod presgripsiynu cymdeithasol yn gwella lles meddyliol cleifion ac yn lleihau eu defnydd o'r gwasanaeth iechyd, er mai prin yw'r dystiolaeth feintiol i gefnogi hyn¹⁴. Dangosodd astudiaeth o 342 o gyfranogwyr ar gynllun presgripsiynu cymdeithasol yng ngogledd Lloegr fod lleisiant wedi gwella a lefelau gwell o iechyd a chyswllt cymdeithasol¹⁵. Hefyd, gwelwyd lefelau is o unigrwydd mewn gwerthusiad o wasanaeth presgripsiynu cymdeithasol a ddarperir gan y Groes Goch Brydeinig yn y DU, gyda 72% o'r cyfranogwyr yn dweud eu bod yn teimlo'n llai unig ar ôl derbyn cymorth¹⁶.

Yng nghynlluniau Cymdeithas Feddygol Prydain i feddygfeydd fod yn [garbon niwtral](#) o fewn 10 mlynedd, maen nhw'n dweud bod gan bresgripsiynu cymdeithasol y potensial i wella iechyd a lleisiant cleifion yn ogystal â lleihau ymweliadau â meddygfeydd a lleihau'r defnydd o'r GIG yn ehangach. Bydd lleihau carbon gyda llai o deithiau i feddygfeydd, llai o dderbyniadau cleifion allanol a phresenoldeb mewn adrannau damweiniau ac achosion brys, yn cyfrannu at wella ansawdd aer ac iechyd unigolion, ac yn cael effaith gadarnhaol ar y gwasanaeth iechyd.

Efallai y bydd manteision i'r gymuned ehangach hefyd gan y gallai'r model helpu i gryfhau cysylltiadau a chydlyniant cymunedol, sy'n ffactor allweddol yn ein gweledigaeth [Cymru Garedig](#) i fod "yn genedl ystyriol a gofalgwr sy'n dod ynghyd i ddatblygu dulliau tosturiol i gefnogi iechyd a lles pobl".

Gallai roi cysylltiad mwy ystyrlon i bobl â natur hefyd a gwerthfawrogiad o rôl diwylliant wrth gefnogi eu lles, gan wneud iddyn nhw werthfawrogi'r asedau cymunedol a'r gweithgareddau lleisiant pwysig hyn yn fwy fyth.

Hefyd, gall presgripsiynu cymdeithasol gyflwyno llwybr sefydledig i unigolion sydd fel arall yn wynebu stigma o ran ailymuno â'r gymuned, er enghraifft rhai â hanes o ddigartrefedd neu gamddefnyddio sylweddau. Mae ailgyflwyno pobl o grwpiau ar yr ymylon yn draddodiadol yn codi ymwybyddiaeth o adferiad hefyd, a gallai'r leihau rhagdybiaethau negyddol am bobl â phroblemau camddefnyddio sylweddau neu iechyd meddwl.

2.3 Presgripsiynu cymdeithasol yng Nghymru ar hyn o bryd

Er mwyn deall y sefyllfa bresennol o ran presgripsiynu cymdeithasol yng Nghymru, cynhaliwyd [astudiaeth sylfaenol](#) gan Iechyd Cyhoeddus Cymru, Prifysgol De Cymru,

¹³ Chatterjee, H.J., Carnie, P.H., Latyer, D. a Thomas, L.J. (2018) Non-clinical community interventions: A systematic review of social prescribing schemes Arts and Health 10(2):97-123.

¹⁴ Kilgariff-Foster, A. ac O'Cathain, A. (2015) Exploring the components and impact of social prescribing Journal of Public Mental Health 14(3):127-134.

¹⁵ Woodall, J., Trigwell, J., Burgon, A-M, Raine, G., Eaton, V., Davis, J., Hancock, L., Cunningham, M. a Wilkinson, S. (2018) Understanding the effectiveness and mechanisms of a social prescribing service: A mixed methods analysis BMC Health Services Research 18:604.

¹⁶ Foster, A., Thompson, J., Holding, E., Ariss, S., Mukuria, C., Jacques, R., Akparido, R. a Haywood, A. (2020) Impact of social prescribing to address loneliness: A mixed methods evaluation of a national social prescribing programme Health and Social Care in the Community 29(5):1439-1449.

Data Cymru ac Ysgol Ymchwil Presgripsiynu Cymdeithasol Cymru (WSSPR). Nod y gwaith oedd amlinellu'r llinell sylfaenol ar gyfer datblygu fframwaith cenedlaethol, gan gynnwys dealltwriaeth o'r rhyngweithio rhwng defnyddwyr gwasanaethau a phrosiectau presgripsiynu cymdeithasol, y gweithlu presgripsiynu cymdeithasol yng Nghymru, ac effaith pandemig COVID-19 hefyd.

Er bod cyfyngiadau bob amser wrth ddefnyddio arolwg ar-lein i gasglu data, mae'r astudiaeth hon yn rhoi cipolwg ar yr hyn rydyn ni'n ei ddeall am bresgripsiynu cymdeithasol yng Nghymru ar hyn o bryd.

Roedd yr astudiaeth yn dangos bod cynnydd clir o flwyddyn i flwyddyn yn nifer yr atgyfeiriadau a'r defnydd o bresgripsiynu cymdeithasol dros y tair blynedd diwethaf. Gyda nifer y sefydliadau ym mhob awdurdod lleol sy'n darparu gwasanaethau presgripsiynu cymdeithasol yn amrywio ledled y wlad, Wrecsam a nododd y nifer uchaf gyda 19 a Chastell-nedd Port Talbot yr isaf gyda 9 sefydliad.

Merthyr Tudful oedd â'r nifer uchaf o sefydliadau sy'n darparu gwasanaethau presgripsiynu cymdeithasol fesul 100,000 o'r boblogaeth, a Chaerdydd oedd yr isaf.

Daeth y rhan fwyaf o'r ymatebion o'r trydydd sector/sector gwirfoddol, yr awdurdod lleol, gyda dim ond ychydig o sefydliadau'n nodi eu bod yn ddarparwyr gofal iechyd, roedd eraill yn cynnwys tai, prifysgolion a chanolfan/hybiau llesiant.

3. Beth rydyn ni am ei wybod?

Mae canfyddiadau'r adroddiad sylfaenol (y cyfeirir ato yn 2.3) ac ymchwil arall i bresgripsiynu cymdeithasol; ochr yn ochr ag arbenigedd aelodau'r grŵp gorchwyl a gorffen; y defnydd o'r model rhesymeg i fapio'r nodau hirdymor a thymor byr ar lefel unigolyn, cymuned a system y fframwaith cenedlaethol; ac ymgysylltu â bron i 1,000 o randdeiliaid, wedi helpu i ddatblygu model sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol yng Nghymru, ac wedi tynnu sylw at nifer o themâu allweddol rydyn ni am eu harchwilio ymhellach fel rhan o'r broses ymgynghori hon.

Felly, diben yr ymgynghoriad hwn yw cytuno â rhanddeiliaid ar fodel o bresgripsiynu cymdeithasol i Gymru (gweler ffigur 1 isod), datblygu dealltwriaeth gyffredin o'r iaith a ddefnyddir i ddisgrifio presgripsiynu cymdeithasol a nodi camau gweithredu sy'n ymgorffori'r model drwy fframwaith cenedlaethol. Bydd y fframwaith cenedlaethol yn cynnwys cyfres o safonau, canllawiau a chamau gweithredu a ddatblygir ar lefel genedlaethol i sicrhau cysondeb o ran cyflawni ar lefel leol. Bydd yn helpu i lywio unrhyw atebion technolegol sydd angen eu datblygu a helpu i ymwreiddio gwasanaethau presgripsiynu cymdeithasol mewn ardaloedd naill ai lle nad ydynt yn bodoli neu lle mae angen eu datblygu ymhellach.

Hoffem gael eich barn ar ba gamau y gellir eu cymryd ar sail unwaith i Gymru a lle mae angen canllawiau neu safonau i sicrhau bod presgripsiynu cymdeithasol yn cael yr effaith a ddymunir.

Rydym am ddeall yn fanylach yr hyn sy'n digwydd eisoes ledled Cymru, beth sy'n gweithio'n dda a beth sydd ddim, a beth arall allwn ni ei wneud i fwrw'r gwaith yn ei flaen.

Er mai ar gyfer gweithwyr proffesiynol mae'r ddogfen hon yn bennaf, mae'n allweddol ein bod yn clywed hefyd gan bobl a allai ddefnyddio gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol. Gweler y dudalen ymgynghori ar wefan Llywodraeth Cymru i gael rhagor o wybodaeth am sut y gall aelodau'r cyhoedd gyfrannu at y broses ymgynghori.

3.1 Dealltwriaeth gyffredin o bresgripsiynu cymdeithasol

Nod cyntaf y ddogfen ymgynghori hon yw datblygu **dealltwriaeth gyffredin o bresgripsiynu cymdeithasol**. Mae'n amlwg ei bod yn ymddangos bod presgripsiynu cymdeithasol yn cael ei ddefnyddio a'i ddiffinio mewn ffyrdd amrywiol gan weithwyr proffesiynol ledled Cymru. Hefyd, ymddengys bod dryswch sylweddol a diffyg ymwybyddiaeth ymhlith y cyhoedd, gyda phobl yn ansicr ynghylch beth yn union y gall presgripsiynu cymdeithasol ei gynnig iddyn nhw a therminoleg sy'n ddryslyd i randdeiliaid.

Mae'r model 'person-ganolog' arfaethedig **o bresgripsiynu cymdeithasol i Gymru** i'w weld yn **Ffigur 1**, ac mae disgrifiad pellach o bob elfen o'r model ar gael isod.

Nod y model yw disgrifio'r 'system gyfan' yn hytrach nag o safbwynt un sefydliad.

Ffigur 1

All Wales Model for Social Prescribing



Canolbwyntio ar yr unigolyn



Unigolyn sy'n defnyddio'r gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol sydd wrth wraidd y model. Oedolion 18 oed a throsodd ydyn nhw fel arfer. Fodd bynnag, yn y model hwn cydnabyddir bod cyfleoedd i gefnogi plant, pobl ifanc a theuluoedd i wella eu llesiant cymdeithasol, meddyliol neu gorfforol a'u hailgysylltu â chymorth cymunedol lleol.

Efallai y bydd angen cymorth anghlinigol/cymunedol ar unigolion ar gyfer amrywiaeth eang o bryderon iechyd a llesiant fel (ond nid yn gyfyngedig i), orbryder, unigrwydd, ynysu cymdeithasol, cyflyrau iechyd cronig, profedigaeth, dewisiadau ffordd o fyw afiach neu drafferthion ariannol.

Gwelodd adolygiad systematig diweddar fod oedolion sy'n manteisio ar bresgripsiynu cymdeithasol yn nodi cynnydd mewn hyder, diolch yn bennaf i leihau unigedd. Roedd yr ymyriad yn cymell cyfranogwyr i ymuno â grwpiau cymdeithasol ac adeiladu rhwydwaith cymdeithasol o gymorth. Roedd y dystiolaeth yn awgrymu bod defnyddio dull cyd-

	gynhyrchiol o bresgripsiynu cymdeithasol yn rhoi ymdeimlad o reolaeth i unigolion¹⁷. Yn aml, mae'r problemau mae pobl angen cymorth ar eu cyfer yn amlweddol. Efallai na fydd mor syml ag unigolyn ag angen am gymorth gydag un pryder yn unig. Enghraifft o hyn fyddai rhywun a allai fod wedi cael profedigaeth ac sy'n cael trafferth gyda materion ariannol, ymarferol ac emosiynol, ac angen cymorth gyda chynghor ar fudd-daliadau a chymorth profedigaeth; neu rywun sydd wedi cael diagnosis diweddar o ganser a allai fod angen cymorth cymdeithasol ychwanegol ochr yn ochr ag ymyrraeth feddygol.
Llwybrau atgyfeirio	
Llwybrau atgyfeirio yw'r prosesau, y polisïau a'r gweithdrefnau a roddir ar waith i helpu pobl i gael gafael ar y gwasanaethau sydd eu hangen arnyn nhw. Gall groesi sawl sefydliad, ac mae wedi'i gytuno rhwng gweithwyr proffesiynol, sefydliadau (e.e. statudol a'r trydydd sector) a grwpiau cymunedol. Ceir rhagor o wybodaeth am y <u>pum</u> llwybr atgyfeirio posibl i wasanaeth presgripsiynu cymdeithasol isod:	
	Mae'r llwybr hunangyfeirio i wasanaeth presgripsiynu cymdeithasol yn dechrau pan fydd yr unigolyn yn cydnabod ei fod angen cymorth ar gyfer pryder llesiant penodol, er enghraifft unigrwydd a/neu deimladau o fod yn ynysig yn gymdeithasol, hwyliau isel, neu angen cymorth ymarferol megis casglu presgripsiynau a siopa bwyd. Er eglurder, bwriedir i'r llwybr atgyfeirio hwn fod yn hunangyfeiriad at wasanaeth presgripsiynu cymdeithasol yn unig, nid hunangyfeirio'n uniongyrchol i gymorth yn y gymuned. Bydd angen iddyn nhw fod yn ymwybodol o'r gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol lleol, a gallu cael gafael arno. Yn achos plant a phobl ifanc, efallai eu bod wedi cydnabod yr angen ac wedi defnyddio'r gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol gyda chymorth 'oedolyn dibynadwy'. Mae mabwysiadu model cymunedol ochr yn ochr â phresenoldeb digidol yn galluogi'r gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol i gyrraedd amrywiaeth eang o bobl. Gall presenoldeb mewn amrywiaeth o leoliadau cymunedol hwyluso mynediad i unigolion ac mae'n helpu i ddileu rhwystrau. Gall hyn gynnwys darparu a hysbysebu'r

¹⁷ Thomas, G.; Lynch, M.; Spencer, L. A Systematic Review to Examine the Evidence in Developing Social Prescribing Interventions That Apply a Co-Productive, Co-Designed Approach to Improve Well-Being Outcomes in a Community Setting. International Journal of Environmental Research and Public Health 2021, 18, 3896.

	gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol drwy ganolfannau cymunedol, canolfannau celf, llyfrgelloedd, digwyddiadau galw heibio, clybiau chwaraeon a chanolfannau hamdden, marchnadoedd lleol a digwyddiadau cymunedol.
	Mae'r llwybr atgyfeirio gofal iechyd yn dechrau pan fydd gweithiwr iechyd proffesiynol, er enghraifft meddyg teulu, fferyllydd, therapydd galwedigaethol, nyrs, ffisiotherapydd neu barafeddyg, yn nodi y gallai claf naill ai elwa ar <i>gymorth ychwanegol</i> neu <i>gymorth amgen</i> drwy wasanaeth presgripsiynu cymdeithasol. Mae <i>cymorth ychwanegol</i> yn golygu y gall yr unigolyn dderbyn gofal iechyd hefyd ar yr un pryd ar gyfer yr un broblem, neu broblem gysylltiedig. Er enghraifft, gall unigolyn sy'n cael ymyriad clinigol gan feddyg teulu am orbryder gael ei atgyfeirio at y gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol ar gyfer cymorth cymunedol/anghlinigol amrywiol hefyd. Mae <i>cymorth amgen</i> yn golygu atgyfeiriad gan y gweithiwr iechyd proffesiynol i'r gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol oherwydd bod y gweithiwr iechyd proffesiynol wedi penderfynu, yn dilyn asesiad, y byddai'r unigolyn yn elwa ar gymorth cymunedol/anghlinigol yn unig. Er enghraifft, os yw'n teimlo'n ynysig yn gymdeithasol. Gellir sbarduno'r llwybr atgyfeirio gofal iechyd mewn amrywiaeth o leoliadau gan gynnwys gofal sylfaenol, gofal eilaidd a gofal yn y gymuned. Gall gweithiwr proffesiynol o'r gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol fynychu amrywiaeth o gyfarfodydd tîm amlddisgyblaethol mewn lleoliadau iechyd. Er enghraifft, timau amlddisgyblaethol mewn ysbytai i drafod trosglwyddo cleifion i'w cartref drwy'r broses cynllunio ar gyfer rhyddhau cleifion, a rhith-drafodaethau ward o fewn Gofal Sylfaenol er mwyn osgoi cael eu derbyn i'r ysbyty.
	Mae llwybr atgyfeirio'r sector statudol yn dechrau pan fydd rhywun o'r sector statudol (e.e. Heddlu, Tân, Tai, Gwasanaethau Cymdeithasol) yn nodi y gallai unigolyn elwa ar gymorth yn y gymuned drwy wasanaeth presgripsiynu cymdeithasol. Gallai hyn ddigwydd, er enghraifft, drwy asesiad brysbennu wrth ffonio unrhyw un o'r gwasanaethau statudol hynny; Neu efallai y daw'r angen am gymorth yn y gymuned i'r amlwg yn ystod cyswllt rheolaidd rhywun â gweithiwr cymdeithasol er enghraifft.
	Mae llwybr atgyfeirio trydydd sector i wasanaeth presgripsiynu cymdeithasol yn dechrau pan fydd y gweithiwr proffesiynol yn nodi'r angen am gymorth yn y gymuned, nad yw'n rhan o glych gwaith eu

	gwasanaeth presennol o reidrwydd. Er enghraifft, gall gwasanaeth iechyd meddwl trydydd sector atgyfeirio rhywun at wasanaeth presgripsiynu cymdeithasol er mwyn cael cyngor ariannol. Hefyd, gellir prosesu atgyfeiriadau trydydd sector drwy gyfarfodydd amlasiantaethol lle bydd gweithwyr proffesiynol y trydydd sector yn trafod y cymorth gorau a rhoi cyngor priodol i'r unigolyn.
	Llwybr atgyfeirio wedi'i dargedu yw lle mae gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol yn mynd ati'n rhagweithiol i gynnig cymorth presgripsiynu cymdeithasol cynnar i unigolion neu boblogaethau sydd ag angen a nodwyd yn benodol. Gellid nodi'r angen am y llwybr wedi'i dargedu drwy dystiolaeth leol megis dadansoddiad o anghenion y boblogaeth neu gan weithwyr iechyd proffesiynol sy'n mabwysiadu dull pennu lefel risg o ymdrin â'u grŵp cleifion. Gall enghreifftiau o'r dull hwn gynnwys unigolion a arferai gysgodi rhag COVID-19, neu unigolion â chyflyrau iechyd cronig, neu gleifion mewn gwasanaeth arbenigol fel 'uned losgiadau'. Mae modd datblygu dull rhagweithiol mewn lleoliadau penodol hefyd, er enghraifft o fewn poblogaeth prifysgol o fyfyrwyr lle byddai cymorth yn y gymuned yn gwella eu llesiant ac yn atal problemau mwy difrifol rhag codi. Gall enghreifftiau eraill gynnwys sefydliadau addysg gynradd ac uwchradd, a gall y sector preifat ystyried llwybr atgyfeirio wedi'i dargedu at wasanaeth presgripsiynu cymdeithasol hefyd fel ffordd o gefnogi eu gweithlu.
Gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol	
	Mae'r gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol yn treulio amser yn meithrin perthynas â'r atgyfeirwyr, y bobl sy'n defnyddio'r gwasanaeth a'r gymuned leol i sicrhau bod y llwybr yn rhedeg yn esmwyth a bod asedau cymunedol neu weithgareddau llesiant wedi'u nodi i ddiwallu anghenion defnyddwyr y llwybr (Wallace et al, 2021; Roberts et al 2021). Bydd yr amser a dreulir gyda'r bobl sy'n cael eu hatgyfeirio at y gwasanaeth yn amrywio, yn dibynnu ar drefniadau lleol ac anghenion yr unigolyn. Mae <u>pum</u> rhan allweddol i'r gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol. 1. Meithrin perthynas, mae hon yn un o swyddogaethau allweddol y gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol gan ei fod yn arwain at wneud y gorau o les y sawl sy'n defnyddio'r gwasanaeth yn y pen draw. Cyflawnir hyn drwy waith achos yn aml ac mae'n cynnwys sgwrs am 'yr hyn sy'n bwysig' gyda'r

	sawl sy'n defnyddio'r gwasanaeth er mwyn datblygu cynllun cymorth/gweithredu ar y cyd sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn. Mae'n cynnwys monitro canlyniadau llesiant yr unigolyn yn barhaus hefyd. 2. Cyfeirio, lle mae'r gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol yn cyfarwyddo a/neu'n cysylltu'r unigolyn â chymorth yn y gymuned. Fel arfer mae hyn ar gyfer pobl nad oes angen lefel uchel o gymorth uniongyrchol arnynt i ailgysylltu â'u cymuned leol, ond efallai nad ydynt yn ymwybodol o'r cymorth amrywiol sydd ar gael neu eu bod angen help i gael gafael ar weithgareddau llesiant, yn enwedig opsiynau cost isel neu heb gost. 3. Ailgysylltu pobl â'u cymuned eu hunain. I bobl ag anghenion arbennig o gymhleth, gall y gwasanaeth gynnig cymorth uniongyrchol mwy dwys i helpu i gysylltu'r unigolyn â chymorth yn y gymuned. Gellir darparu mentora cyfoedion hefyd mewn amrywiaeth o amgylchiadau, er enghraifft pobl sy'n gwella o gamddefnyddio sylweddau a/neu broblemau iechyd meddwl. 4. Dylai datblygu cymunedol, y gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol hefyd weithio'n agos gyda sefydliadau perthnasol eraill er mwyn datblygu a chryfhau'r asedau yn y gymuned leol. 5. Rhoi adborth i'r atgyfeiriwr gwreiddiol, mae sawl rheswm dros weithredu mecanwaith adborth megis: • hysbysu'r atgyfeiriwr pa mor dda mae'r cymorth cymunedol/anghlinigol wedi gweithio i'r unigolyn • unrhyw bryderon diogelu • a oedd yr atgyfeiriad yn amhriodol i'r unigolyn yn y lle cyntaf.
Cymorth yn y gymuned	
	Mae modd darparu cymorth yn y gymuned naill ai wyneb yn wyneb neu ar-lein. Maen nhw'n ffurfiol ac yn anffurfiol eu natur ac yn amrywiol o ran math a lle. Mae enghreifftiau'n cynnwys cyfeillio, cyngor ariannol, grwpiau ffordd iach o fyw, clybiau ieuenctid/grwpiau pensiynwyr, clybiau llyfrau, cymdeithasau drama amatur, corau lleol, grwpiau rhedeg neu chwaraeon cymunedol, prosiectau bwyd cymunedol fel gerddi cymunedol, clybiau garddio a gweithgareddau creadigol a chorfforol i gefnogi lles meddyliol. Gallai gynnwys gweithgareddau llesiant sydd wedi'u datblygu i ddiwallu anghenion penodol hefyd, megis gweithgareddau celf, crefft a

	dawns a ddatblygwyd i gefnogi gwell iechyd meddwl, canu ar gyfer dosbarthiadau iechyd yr ysgyfaint a 'Dance to Health' (rhaglen atal cwympiadau ar gyfer pobl hŷn sydd mewn perygl). Mae sawl enghraifft o sut gall cymryd rhan mewn gweithgareddau creadigol fod o gymorth i les meddyliol ar wefan Cyngor y Celfyddydau. Mae enghreifftiau eraill yn cynnwys y Cynllun Atgyfeirio Cleifion i wneud Ymarfer Corff (NERS) neu gael gafael ar lyfrau fel teitlau 'Darllen yn Well' sy'n helpu pobl i ddeall a rheoli eu hiechyd a'u lles. Gallai'r gweithgareddau gynnwys elfen o gefnogaeth gan gymheiriaid, a helpu pobl i weld nad nhw yw'r unig rai sy'n wynebu problemau emosiynol anodd, fel galar neu unigrwydd. Gellid eu darparu dan do drwy amrywiaeth eang o asedau cymunedol e.e. llyfrgelloedd, canolfannau cymunedol, canolfannau iechyd a gofal, clybiau chwaraeon a chanolfannau hamdden, lleoliadau celf a diwylliannol neu'r tu allan e.e. parciau, coedwigoedd, mynyddoedd, llynnoedd neu leoliadau arfordirol. Gellir galw'r gweithgareddau yn yr awyr agored yn 'bresgripsiynu cymdeithasol gwyrdd' ac mae'n rhan annatod o'r model hwn. Mae ymchwil wedi dangos bod y defnydd o lyfrgelloedd yn gysylltiedig â llesiant goddrychol. Gan reoli ffactorau drysu eraill, mae defnydd rheolaidd o lyfrgelloedd yn gysylltiedig â chynnydd o 1.4 y cant mewn iechyd cyffredinol. Yn seiliedig ar ostyngiad yn nifer yr ymweliadau gan feddygon teulu oherwydd y gwelliannau iechyd hyn, rhagwelir y bydd ymgysylltu â lyfrgelloedd yn golygu arbedion costau meddygol o £1.32 y pen y flwyddyn¹⁸. Mae corff cynyddol o dystiolaeth yn dangos bod cyflawni gweithgareddau seiliedig ar natur yn cynnig manteision niferus i iechyd a llesiant hefyd¹⁹. Roedd adolygiad systematig o 143 o astudiaethau yn dangos bod 'dod i gysylltiad â mannau gwyrdd' yn gysylltiedig ag amrywiaeth eang o fanteision iechyd. Maen nhw'n cynnwys: gostyngiadau ystadegol arwyddocaol mewn pwysedd gwaed diastolig, cortisol y poer a chyfradd y galon a gostyngiadau ystadegol arwyddocaol yn nifer yr achosion o ddiabetes, marwolaethau o bob achos a rhai cardiofasgwlaidd²⁰. Mae sylfaen dystiolaeth sy'n dod i'r amlwg yn dangos y gall cysylltu ag eraill ym myd natur gynyddu
--	--

¹⁸ Fujiwara, D., Lawton, R. a Mourato, S. (2015) The Health and Wellbeing Benefits of Public Libraries Arts Council England: Manceinion.

¹⁹ Bragg, R., Wood, C., Barton, J. a Pretty, J. (2015) Wellbeing Benefits from Natural Environments Rich in Wildlife University of Essex: Colchester.

²⁰ Twotig-Bennett, C. a Jones, A. (2018) The health benefits of the great outdoors: A systematic review and meta-analysis of greenspace exposure and health outcomes Environmental Research 166:628-637.

	teimladau o gysylltedd ag eraill a gostwng lefelau straen cyfranogwyr²¹. Er na wyddom yr union lwybrau lle gallai cyswllt â natur arwain at welliannau iechyd, gall llwybrau posibl gynnwys: ansawdd aer, gweithgarwch corfforol, cydlyniant cymdeithasol a lleihau straen²². Gall asedau cymunedol/gweithgareddau llesiant dyfu ac edwino yn dibynnu ar gyllid a galw. Mae gallu'r gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol i nodi bylchau ac anghenion nas diwallwyd ac i fwydo'r wybodaeth hon i gynlluniau comisiynu a chynllunio gwasanaethau yn y dyfodol, yn sicrhau dull cydlynus o ddarparu asedau/llesiant cymunedol. Mae ystod lawn o asedau cymunedol cynaliadwy a gweithgareddau llesiant yn hanfodol i weithredu'r model hwn.
--	---

Cwestiwn 1a - Ydych chi'n meddwl bod y model yn dangos gweledigaeth briodol o bresgripsiynu cymdeithasol yng Nghymru?

Ydw ☐ Nac ydw ☐

Cwestiwn 1b - Os nac ydych chi, pam? A oes rhywbeth ar goll / ddim yn briodol?

Rydyn ni wedi defnyddio'r term 'presgripsiynu cymdeithasol' fel y'i defnyddir yn genedlaethol, ac mae'n cyd-fynd â'r ymchwil, y polisi a'r canllawiau yn y maes hwn. Fodd bynnag, rydyn ni'n ymwybodol bod gan y term 'presgripsiynu' wreiddiau meddygol, tra bod gan fodel arfaethedig Cymru lawer mwy o lwybrau atgyfeirio.

Wrth gydnabod bod y term hwn yn cael ei ddefnyddio'n gyffredin gan lawer o grwpiau proffesiynol, mae'r derminoleg gywir yn hanfodol i sicrhau dealltwriaeth person lleig o'r hyn rydyn ni'n ei olygu wrth 'bresgripsiynu cymdeithasol' yn y gymuned ehangach - efallai na fydd yn taro tant gyda'r cyhoedd a gallai fod yn rhwystr i fynediad. Ar y llaw arall, gallai olygu fod unigolion yn fwy tebygol o gymryd rhan yn eu gweithgaredd 'presgripsiwn'.

²¹ Leavell, M.A., Leiferman, J.A., Gascon, M., Braddick, F., Gonzalez, J.C. a Litt, J.S. (2019) Nature-based social prescribing in urban settings to improve social connectedness and mental well-being: A review Current Environmental Health Reports 6;297-308.

²² Hartig, T., Mitchell, R., De Vries, S. a Frumkin, H. (2015) Nature and health Annual Review of Public Health 35:207-228.

Cwestiwn 2a – Beth yw eich barn am yr iaith / terminoleg a ddefnyddir yn y model a'r naratif ategol? Gall hyn gynnwys yr iaith a'r termau a ddefnyddir yn Gymraeg ac yn Saesneg.

Cwestiwn 2b - Oes gennych chi unrhyw awgrymiadau am iaith / terminoleg wahanol? Gall hyn gynnwys yr iaith a'r termau a ddefnyddir yn Gymraeg ac yn Saesneg.

Law yn llaw â'r ymgynghoriad hwn, mae WSSPR yn cynnal astudiaeth ymchwil i'r iaith a'r derminoleg sy'n ymwneud â phresgripsiynu cymdeithasol. Nod yr ymchwil yw casglu gwybodaeth gan weithwyr proffesiynol sy'n gysylltiedig â phresgripsiynu cymdeithasol er mwyn helpu i ddatblygu rhestr termau sy'n seiliedig ar dystiolaeth, ynghyd â'r ymatebion i'r ymarfer ymgynghori hwn. Bydd y gwaith hwn yn helpu i lywio'r iaith a'r derminoleg a ddefnyddir yn y fframwaith cenedlaethol terfynol. Yna, bydd modd defnyddio'r rhestr eirfa derfynol fel adnodd cyfeirio hefyd i'r rhai sy'n ysgrifennu polisïau, disgrifiadau swydd, hysbysebion, deunyddiau a'r cwricwlwm, ac i'w defnyddio wrth rannu ymchwil â chyfoedion a'r cyhoedd.

Cwestiwn 3 – Sut mae datblygu dealltwriaeth gyffredin, ar lefel genedlaethol, o'r iaith/terminoleg a ddefnyddir i ddisgrifio presgripsiynu cymdeithasol ar gyfer gweithwyr proffesiynol ac aelodau o'r cyhoedd fel ei gilydd? Gall hyn gynnwys yr iaith a'r termau a ddefnyddir yn Gymraeg ac yn Saesneg.

3.2 Llwybrau atgyfeirio

Mae'r model a ddisgrifir yn **3.1** yn cynrychioli barn 'system gyfan' ar bresgripsiynu cymdeithasol ac nid rôl 'presgripsiynydd cymdeithasol' unigol yn unig. Er enghraifft, gallai mwy nag un sefydliad ddarparu agweddau ar 'wasanaeth presgripsiynu cymdeithasol' mewn ardal. Hefyd, bydd llawer o sefydliadau'n atgyfeirio at y gwasanaeth a sawl sefydliad yn cynnig cymorth yn y gymuned / cymorth anghlinigol. Efallai y bydd achosion lle bydd angen bodloni meini prawf penodol i gael gafael ar gymorth mwy arbenigol yn y gymuned e.e. rhaglen NERS.

Er y gall model 'system gyfan' ddarparu dealltwriaeth gliriach ar lefel strategol, yn ymarferol, gallai fod yn hynod gymhleth deall sut mae'r sefydliadau gwahanol yn ymwneud â'i gilydd ar lawr gwlad.

Er nad bwriad y fframwaith cenedlaethol yw pennu sut y caiff gwasanaethau eu darparu'n lleol, mae **llwybrau atgyfeirio clir** yn hollbwysig er mwyn sicrhau bod presgripsiynu cymdeithasol yn cael ei ymwreiddio ledled Cymru.

Mae llwybrau atgyfeirio mewn gofal sylfaenol ac eilaidd yn cael eu datblygu yn unol â'r [Cynllun adfer gofal a gynlluniwyd](#), drwy weithredu rhyngwyneb llwybr digidol a fydd yn caniatáu i wasanaethau gofal sylfaenol ac eilaidd gael mynediad ar unwaith i nifer o lwybrau y cytunwyd arnynt. Bydd y rhain yn cynnwys llwybrau amgen sy'n

cynnwys presgripsiynu cymdeithasol lle y bo'n briodol. Bydd tîm cenedlaethol sy'n cael ei arwain yn glinigol yn llywio'r gwaith o ddatblygu cynnwys pob llwybr.

Fodd bynnag, er mwyn i bobl atgyfeirio i wasanaethau presgripsiynu cymdeithasol, rhaid iddyn nhw wybod am y gwasanaeth, cydnabod ei werth a bod yn hyderus am ansawdd y gwasanaeth sy'n cael ei gynnig.

Cwestiwn 4a – Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i helpu gweithwyr proffesiynol (o sefydliadau gofal iechyd, statudol a'r trydydd sector) i wybod am bresgripsiynu cymdeithasol, cydnabod ei werth, a bod yn hyderus wrth atgyfeirio pobl ato?

Cwestiwn 4b – Yn achos hunanatgyfeiriadau, pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i helpu'r cyhoedd i wybod am wasanaeth presgripsiynu cymdeithasol, cydnabod ei werth, a bod yn ddigon hyderus i gysylltu ag ef?

Cwestiwn 4c – Yn achos atgyfeiriadau wedi'u targedu, pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i helpu sefydliadau i nodi poblogaethau/grwpiau penodol o bobl a allai elwa ar gysylltu â gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol?

Ar y llaw arall mae'n bwysig i sefydliadau/grwpiau a allai gynnig cymorth yn y gymuned wybod sut i gysylltu â gwasanaethau presgripsiynu cymdeithasol fel bod y gwasanaethau presgripsiynu cymdeithasol yn ymwybodol o gasgliad o weithgareddau llesiant sy'n addas i'w gymunedau, ac yn gallu helpu i'w datblygu.

Cwestiwn 5 - Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i gefnogi sefydliadau/grwpiau sy'n cynnig cymorth yn y gymuned i ymwneud â gwasanaethau presgripsiynu cymdeithasol?

Efallai y bydd achosion lle nad oedd hi'n addas i rywun gael cymorth yn y gymuned a bod angen gofal mwy arbenigol arnyn nhw. Er enghraifft, bydd rhywun sydd â salwch meddwl cymedrol i ddifrifol angen dull meddygol gyda therapïau siarad a/neu feddyginiaeth sy'n parhau i fod yn driniaeth graidd. Yn yr un modd, efallai y bydd angen therapi celf ar rywun - math o seicotherapi sy'n defnyddio celf fel ei brif ddull o fynegi a chyfathrebu yn hytrach na'r cyfleoedd creadigol dan arweiniad artist a gynigir drwy gymorth yn y gymuned. Gall presgripsiynu cymdeithasol fod yn ategiad effeithiol i ddulliau meddygol sydd wedi hen ennill eu plwyf - ond ni ddylid eu

hystyried yn lle dulliau meddygol i'r rhai sydd ag anghenion gofal cymdeithasol cymhleth.

Cwestiwn 6a – Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i leihau atgyfeiriadau amhriodol at wasanaeth presgripsiynu cymdeithasol?

Cwestiwn 6b – Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i leihau atgyfeiriadau amhriodol gan wasanaeth presgripsiynu cymdeithasol at gymorth yn y gymuned?

3.3 Arwain a llywodraethu

Mae angen arweinyddiaeth ar lefel wleidyddol, glinigol a chymunedol i ymwreiddio'r model ledled Cymru, a gall llywodraethu cadarn roi hyder i bobl fod safonau ansawdd craidd ac arferion diogelu cadarn ar waith.

Mae sawl agwedd ar lywodraethu da gan gynnwys yr angen am set safonol o egwyddorion a gwerthoedd sy'n llywio'r ddarpariaeth; eglurder ar rolau a chyfrifoldebau gwahanol, cytundebau rhannu gwybodaeth; ac mae angen gweithdrefnau a phrosesau safonol er mwyn sicrhau dull gweithredu cyson.

Mae gan Fyrddau Partneriaeth Rhanbarthol rôl i'w chwarae wrth arwain ar ddatblygu a gweithredu'r model. Bydd disgwyl iddyn nhw weithio gyda'r Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus, gan gysylltu â'u cynlluniau llesiant lleol, ynghyd â chlystyrau sy'n ymwneud ag iechyd a gofal yn lleol er mwyn sicrhau cyfeiriad clir a dull gweithredu cydgysylltiedig. At hynny, mae angen ystyried blaenoriaeth y Rhaglen Lywodraethu (2021-2026) i ddatblygu 50 a mwy o ganolfannau cymunedol i gydleoli gwasanaethau iechyd, gofal cymdeithasol a gwasanaethau rheng flaen eraill a sut mae'r canolfannau hynny'n galluogi, yn cefnogi ac yn hyrwyddo'r gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol.

Mae angen arweinyddiaeth a llywodraethu cryf i sicrhau integreiddio â gwasanaethau eraill fel egluro sut mae'r model [Rhyddhau i Adfer yna Asesu \(Cymru\)](#) yn rhyngweithio â phresgripsiynu cymdeithasol, a sut gall presgripsiynu cymdeithasol ategu'r chwe nod ar gyfer [Gofal brys a gofal mewn argyfwng](#). Yn Nod Un y cynllun gweithredu Chwe Nod cenedlaethol, rydyn ni wedi egluro ein disgwyliad y bydd byrddau iechyd yn datblygu timau cymunedol i gefnogi unigolion sy'n unig, wedi'u hynysu neu eu hallgáu'n gymdeithasol drwy gynlluniau presgripsiynu cymdeithasol, ymwybyddiaeth ohonynt ac anogaeth a chefnogaeth i'w defnyddio.

Bydd angen i ddulliau llywodraethu ar draws partneriaethau gwahanol osgoi dyblygu, nodi bylchau yn y ddarpariaeth a darparu llwybrau atgyfeirio clir.

Cwestiwn 7 – Pa gamau y gellid eu cymryd ar lefel genedlaethol i gefnogi arweinyddiaeth gref a threfniadau llywodraethu effeithiol?

Bydd angen i'r broses o gyflwyno'r model yn llwyddiannus yn lleol gael ei hategu gan broses ddeallus o gomisiynu gwasanaethau yn seiliedig ar asesiadau cadarn o anghenion y boblogaeth, gyda'r bobl sy'n defnyddio gwasanaethau presgripsiynu cymdeithasol a chymorth yn y gymuned gydol y cylch comisiynu.

Cwestiwn 8 – Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i gefnogi'r broses gomisiynu a helpu i gynnwys y cyhoedd yn y gwaith o ddatblygu model lleol sy'n diwallu anghenion eu cymuned?

3.4 Hygyrchedd

Er mwyn i wasanaethau presgripsiynu cymdeithasol gysylltu pobl â chymorth yn y gymuned, mae angen codi ymwybyddiaeth well o'r hyn sydd ar gael a pha mor hygyrch ydyw. Mae gwybodaeth ar-lein yn un ateb sydd wedi datblygu.

Infoengine yw'r cyfeiriadur o wasanaethau trydydd sector yng Nghymru a ddarperir gan [Cefnogi Trydydd Sector Cymru, partneriaeth o Gyngorau Gwirfoddol Sirol a Chyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru](#). Mae Infoengine yn tynnu sylw at amrywiaeth eang o wasanaethau gwirfoddol a chymunedol rhagorol sy'n gallu darparu gwybodaeth a chymorth er mwyn i chi allu gwneud dewis gwybodus.

Mae cyfeiriadur llesiant cenedlaethol DEWIS Cymru wedi'i ddatblygu gan lywodraeth leol yng Nghymru, sy'n berchen arno ac sy'n darparu'r adnoddau ar ei gyfer. Mae'n rhoi cyngor neu wybodaeth am les pobl, megis sut i deimlo'n ddiogel gartref neu wrth fynd mas, a chyngor ar sut i helpu rhywun arall gyda'u hanghenion lles.

Mae Infoengine a DEWIS Cymru yn gallu rhannu gwybodaeth i ddarparu cyfeiriadur a rennir o wasanaethau lleol a chenedlaethol. Mae mwy o gysylltedd a rhannu â ffynonellau gwybodaeth y GIG yn digwydd, a bydd yn gwella'r wybodaeth y gall pobl ei chael a'i defnyddio'n hyderus. Gall y cyfeiriaduron hyn a rennir helpu'r cyhoedd a staff rheng flaen i nodi a chysylltu â'r gofal, y cymorth neu'r cyfle cywir, gan y gwasanaeth, y sefydliad neu'r person cywir, ar yr adeg gywir. Hefyd, mae DEWIS Cymru wedi datblygu ap lechyd a Llesiant Cymru sy'n cynnig mynediad all-lein i holl adnoddau'r cyfeiriadur, gan sicrhau mynediad at wybodaeth gywir a chyfredol waeth beth fo'r cysylltedd symudol.

Fodd bynnag, mae cronfeydd data cenedlaethol yn gallu achosi rhai heriau gweithredol gan fod risgiau nad yw gwybodaeth yn cael ei diweddarau, ailadrodd cofnodion, bod yn anodd i'w llenwi ac felly ddim yn elwa'n llawn ar yr holl gymorth cymunedol sydd ar gael yn lleol.

Lle mae'r cyfeiriaduron a'r gwasanaethau digidol hyn yn bodoli, mae'n bwysig deall sut maen nhw'n cael eu defnyddio ar hyn o bryd gan bobl a gweithwyr proffesiynol

ledled Cymru, a sut y gellir cynyddu eu defnydd a'u gwella fel rhan o'r model presgrifsiynu cymdeithasol ehangach.

Cwestiwn 9a – A yw'r cyfeiriaduron a'r ffynonellau gwybodaeth ar-lein presennol yn rhoi'r holl wybodaeth sydd ei hangen arnoch (mewn fformat hygrych) i wneud penderfyniadau am addasrwydd ac argaeledd cymorth yn y gymuned?

Cwestiwn 9b – Ydych chi'n defnyddio unrhyw gyfeiriaduron / ffynonellau gwybodaeth ar-lein eraill?

Cwestiwn 9c – Yn eich barn chi, beth yw'r elfennau allweddol y dylai cyfeiriaduron ar-lein eu darparu er mwyn helpu pobl i gael gafael ar gymorth yn y gymuned?

Mae hygrychedd yn golygu mwy na dim ond gwybod am gymorth yn y gymuned a chyrraedd ato'n ffisegol, ond hefyd bod yn hygrych i'r rhai sydd â gofynion ychwanegol, fel unigolion byddar / trwm eu clyw, dall / rhannol ddall, neu rai nad ydyn nhw'n siarad Cymraeg neu Saesneg fel iaith gyntaf.

Mae angen ystyried hygrychedd yn ei ystyr ehangaf yn ofalus. I bobl agored i niwed a'r rhai ag anghenion cymhleth, efallai y bydd angen cymorth ychwanegol, arbenigedd a mwy o fesurau diogelu ar gyfer cymorth yn y gymuned na'r hyn a fyddai'n digwydd fel arfer.

Cwestiwn 10a – Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i helpu i fynd i'r afael â rhwystrau i fynediad?

Cwestiwn 10b – Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i helpu i fynd i'r afael â'r rhwystrau i fynediad sy'n wynebu grwpiau mwy agored i niwed ac sydd dan anfantais?

Cwestiwn 11a – A ddylai'r fframwaith cenedlaethol gynnwys set o safonau cenedlaethol ar gyfer cymorth yn y gymuned i helpu i liniaru pryderon diogelu?

Dylai

☐

Na ddylai

☐

Ddim yn siŵr

☐

Cwestiwn 11b – Os ydych wedi ateb ‘dylai’, beth yw'r pethau allweddol y dylai'r safonau cenedlaethol ar gyfer cymorth yn y gymuned eu cynnwys?

Cwestiwn 11c – Os ydych wedi ateb ‘na ddylai’ neu ‘ddim yn siŵr’, beth yw eich prif bryderon am gyflwyno safonau cenedlaethol ar gyfer cymorth yn y gymuned, a sut gellid mynd i'r afael â nhw?

Mae COVID-19 hefyd wedi cyflymu'r gwaith o ddatblygu mwy o ddarpariaeth ddigidol/rithwir, sydd, er yn gwneud gweithgareddau'n fwy hygyrch i rai, yn gallu creu pryderon eraill ynghylch cynhwysiant digidol.

Mae'n bwysig deall nad canlyniad neu ryngweithio digidol sy'n ymwneud â darparu'r model presgripsiynu cymdeithasol fydd yr opsiwn mwyaf addas i rai pobl neu weithwyr proffesiynol. Mae Llywodraeth Cymru wedi ymrwymo i ddarparu cymorth ar gyfer canlyniadau digidol a gynorthwyr fel rhan o'i strategaeth ddigidol, felly bydd deall anghenion defnyddwyr a fydd wedi'u hallgáu'n ddigidol neu'n brin o hyder yn allweddol i lwyddiant y model presgripsiynu.

Cwestiwn 12 – Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i helpu i oresgyn yr hyn sy'n rhwystro defnyddio technoleg ddigidol ar gyfer cymorth yn y gymuned?

3.5 Cynaliadwyedd

Mae cynaliadwyedd y gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol, asedau cymunedol a gweithgareddau llesiant a ddefnyddir i ddarparu'r cymorth yn y gymuned wedi bod yn thema sy'n codi dro ar ôl tro wrth ymgysylltu hyd yma.

Mae cyllid cynaliadwy'n helpu i gynnal asedau cymunedol, a gweithgareddau llesiant yn helpu i gadw staff ac yn rhoi sicrwydd i atgyfeirwyr. Mae hyn yn ei dro yn lleihau pwysau ac yn helpu i alluogi darpariaeth gyson a dibynadwy o wasanaethau. Hefyd, mae angen cynnal perthynas gynhyrchiol â phobl sy'n elwa ar bresgripsiynu cymdeithasol.

Yn wir, mae cyllid tymor hwy yn allweddol i alluogi trydydd sector cynaliadwy ac mae is-bwyllgor Cyllid a Chydymffurfiaeth Cyngor Partneriaeth y Trydydd Sector wedi bod yn gweithio gyda Llywodraeth Cymru ar hynny. O fis Ebrill 2022 ymlaen, gallwn gynnig cyllid grant tair blynedd, lle bo hynny'n berthnasol, gyda'r posibilrwydd o'i ymestyn am dair blynedd arall. Byddem yn annog cyllidwyr eraill i fabwysiadu safbwynt tebyg.

Defnyddiwyd amrywiaeth o lwybrau i ddarparu adnoddau ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol hyd yma, er enghraifft, o fis Ebrill 2022 ymlaen bydd ein [‘Cronfa Integreiddio Iechyd a Gofal Cymdeithasol’](#) newydd gwerth £144.6 miliwn yn parhau i

gefnogi'r modelau presgripsiynu cymdeithasol sy'n rhan bwysig o'r modelau gofal cymunedol rydyn ni'n ceisio eu hymwreiddio.

Rydyn ni'n cydnabod pwysigrwydd asedau cymunedol a gweithgareddau llesiant hefyd gan eu bod yn darparu'r seilwaith ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol yn y gymuned yn aml. Dyna pam rydym yn parhau i ddarparu cymorth drwy ein rhaglen Cyfleusterau Cymunedol a'n cronfa Benthyciadau Asedau Cymunedol a lansiwyd yn ddiweddar, gyda'r olaf yn cael ei rheoli gan Gyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru. Mae enghreifftiau eraill yn cynnwys y cynllun Hamdden Egnïol 60+, y Cynllun Nofio am Ddim 60+, y Gronfa Unigrwydd ac Ynysigrwydd gwerth £1.5 miliwn a'r Gronfa Iach ac Egnïol gwerth £5.9 miliwn sy'n darparu llawer o brosiectau ledled Cymru i gynyddu gweithgarwch corfforol a chefnogi lles meddyliol.

Mae gan bob bwrdd GIG yng Nghymru gydlynnydd penodol ar gyfer iechyd a'r celfyddydau hefyd i helpu i ymgorffori'r celfyddydau yn y GIG fel rhan o gyfres o ddulliau anghlinigol i wella iechyd meddwl a llesiant pobl.

Fodd bynnag, nid yw'r rhain i gyd yn ffynonellau cyllid i gefnogi cynaliadwyedd presgripsiynu cymdeithasol yn y tymor hir a bydd trefniadau cyllideb ar y cyd yn allweddol ar gyfer cyflawni hyn.

Cwestiwn 13 – Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i gefnogi gwaith partneriaeth effeithiol i sicrhau trefniadau ariannu hirdymor?

Nid mater o sicrhau cyllid hirdymor yn unig yw cynaliadwyedd; mae angen i ni ystyried effaith ein gweithredoedd ar heriau ehangach fel yr argyfwng hinsawdd hefyd. Wrth i'r galw am gymorth yn y gymuned barhau i gynyddu yng Nghymru, mae perygl y bydd yn cynyddu'r pwysau ar asedau cymunedol a gweithgareddau llesiant presennol, yn enwedig rhai yn ein hamgylchedd naturiol.

Cwestiwn 14 – Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i liniaru effaith y galw cynyddol ar asedau cymunedol lleol a gweithgareddau llesiant?

3.6 Dangos gwerth presgripsiynu cymdeithasol

Yn anochel, rhaid i werth ac effeithiolrwydd presgripsiynu cymdeithasol fod yn glir er mwyn sicrhau cyllid yn y tymor hir.

Mae'r strategaeth Cysylltu Cymunedau eisoes yn cynnwys ymrwymiad i ddatblygu sail dystiolaeth a fframwaith canlyniadau ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol. Mae'r gwaith hwn yn adeiladu ar ymchwil a wnaed yng Nghymru ers 2018, dan arweiniad Rhwydwaith Ymchwil Cymru i Bresgripsiynu Cymdeithasol (WSPRN) ac Ysgol Ymchwil Rhagnodi Cymdeithasol Cymru (WSSPR).

Er bod y dystiolaeth sy'n datblygu'n awgrymu y gall presgripsiynu cymdeithasol wella iechyd a llesiant pobl, lleihau llwyth gwaith gweithwyr gofal iechyd proffesiynol a lleihau'r galw am wasanaethau gofal eilaidd o bosib, mae angen ymchwil bellach i nodi pa grwpiau sydd fwyaf tebygol o elwa ar bresgripsiynu cymdeithasol a pha mor gost-effeithiol yw ymyriadau²³. Mae hyn yn bwysig oherwydd bod canlyniadau ymyriadau presgripsiynu cymdeithasol yn debygol o amrywio ar gyfer poblogaethau gwahanol²⁴. O ystyried y model mwy cyfannol sy'n cael ei ddatblygu yng Nghymru, mae angen ystyried budd neu ddiffyg budd presgripsiynu cymdeithasol ar rannau eraill o'r system ehangach hefyd (e.e. effaith ar wasanaethau rheng flaen eraill fel yr heddlu, gwasanaethau cymdeithasol, tai) ochr yn ochr â'r sector iechyd ac effeithiau ehangach ar yr amgylchedd.

Mae cyfyngiadau dylunio ymchwil cyffredin yn y sylfaen dystiolaeth gyfredol yn cynnwys: diffyg grwpiau rheoli cymharol, cyfnod dilynol byr gyda rhai sy'n cymryd rhan mewn presgripsiynu cymdeithasol a diffyg defnydd o offer mesur safonol a dilysedig²⁵. Hefyd, mae angen pennu a yw unrhyw newidiadau a welwyd o ddefnyddio offer safonol yn glinigol arwyddocaol²⁶. Mae'r sylfaen dystiolaeth gyfredol wedi'i chyfyngu hefyd gan nifer uchel o gyfraddau gadael, lle defnyddir gwaith dilynol gyda chyfranogwyr. Mae hyn yn lleihau'r gallu i ddangos arwyddocâd ystadegol canlyniadau ac o bosib yn tueddu i ffafrio'r rhai sy'n rhoi adborth dilynol²⁷.

Mae potensial hefyd i adeiladu ar yr hyn a ddysgwyd o'r cynlluniau peilot presgripsiynu cymdeithasol a gynhaliwyd gan MIND a'r Groes Goch Brydeinig a dreialodd y defnydd o ddulliau hapdreial rheoli am gyfnod byr, cyn pandemig COVID-19. Yn benodol, gellid cryfhau'r sylfaen dystiolaeth ar bresgripsiynu cymdeithasol drwy ddefnyddio: grwpiau rheoli a chwblhau mesurau safonol wedi'u dilysu i'w cwblhau ar y llinell sylfaen a chyfnod dilynol ystyrlon ar ôl cwblhau presgripsiynu cymdeithasol. Byddai gwerthuso presgripsiynu cymdeithasol yn cael ei gryfhau hefyd drwy gasglu data ar fwy o gyfranogwyr, a fyddai'n caniatáu dadansoddiad mwy cadarn o ganlyniadau. Byddai hyn yn helpu i ddeall effeithiolrwydd presgripsiynu cymdeithasol ar grwpiau gwahanol ac effeithiolrwydd yr ymyriadau amrywiol a gynigir dan bresgripsiynu cymdeithasol. Hefyd, mae angen i ni ddeall y rhesymau pam nad yw rhai cyfranogwyr yn cwblhau ymyriadau presgripsiynu cymdeithasol, a beth yw canlyniadau hynny.

Cwestiwn 15 – Yn eich barn chi, beth yw'r pethau craidd mae angen i ni eu mesur i ddangos effaith presgripsiynu cymdeithasol?

²³ Drinkwater, C., Wildman, J. a Moffat, S. (2019) Social Prescribing BMJ 364.

²⁴ Husk, K., Elston, J., Gradinger, F., Callaghan, L. ac Asthana, S. (2019) Social prescribing: Where is the evidence? British Journal of General Practice 69 (678)6-7.

²⁵ Bickerdike, L., Booth, A., Wilson, P.M. Farley, K., Wright, K. (2017) Social prescribing: Less rhetoric and more reality. A systematic review of the evidence BMJ Open 7:e013384.

²⁶ Kilgarrieff-Foster, A. ac O'Cathain, A. (2015) Exploring the components and impact of social prescribing Journal of Public Mental Health 14(3):127-134.

²⁷ Polley, M., Bertotti, M., Kimberlee, R., Pilkington, K., a Refsum, C. 2017 'A review of the evidence assessing impact of social prescribing on healthcare demand and cost implications'. University of Westminster

Cwestiwn 16a - A oes gennych unrhyw dystiolaeth ymchwil neu werthuso yr hoffech ei rhannu â ni?

Cwestiwn 16b – A oes gennych unrhyw awgrymiadau ynghylch sut y gellir ac y dylid gwerthuso'r ffordd mae'r fframwaith cenedlaethol yng Nghymru yn gweithredu?

3.7 Y Gweithlu

Mae'r gweithlu presgripsiynu cymdeithasol yn tyfu, gyda gweithwyr o Fôn i Fynwy yn cyflawni agwedd ar bresgripsiynu cymdeithasol naill ai fel eu prif rôl neu ran o'u rôl.

Hefyd, mae 'Cysylltu Cymunedau' yn cynnwys cam gweithredu i ddatblygu fframwaith sgiliau a chymhwysedd cenedlaethol 'unwaith i Gymru' ar gyfer presgripsiynwyr cymdeithasol fel sail i'w hanghenion addysg a hyfforddiant.

Bydd y fframwaith sgiliau a chymhwysedd yn cael ei gynllunio i sicrhau ei fod yn cynnwys y wybodaeth a'r sgiliau allweddol sydd eu hangen i gyflawni'r rôl presgripsiynu cymdeithasol yn llwyddiannus ar y lefelau profiad gwahanol sy'n ofynnol yn y gwasanaeth. Bydd angen iddo ystyried amrywiaeth eang o leoliadau a gweithluoedd sy'n amrywio o wirfoddolwyr i weithwyr proffesiynol hyfedr. Hefyd, bydd angen iddo ystyried y ffaith y bydd gan rai grwpiau o bobl sydd â diddordeb mewn presgripsiynu cymdeithasol eu set eu hunain o gymwyseddau sefydledig eisoes ac y dylent uwchsgilio'r staff hynny sydd mewn sefyllfa i sicrhau bod 'pob cyswllt yn cyfri'.

Mae Cymuned Ymarfer 'Gofal yn y Gymuned' wedi'i sefydlu a fydd yn gweithredu fel pwynt allweddol i rannu arferion a syniadau yn ystod oes y Gronfa Integreiddio Rhanbarthol. Diben y Gymuned Ymarfer yw nodi a chynnig beth fydd elfennau craidd modelau Gofal yn y Gymuned cenedlaethol yng Nghymru.

Cwestiwn 17a – Beth yw'r wybodaeth a'r sgiliau allweddol y dylai'r fframwaith cymhwysedd arfaethedig eu cynnwys?

Cwestiwn 17b – Sut orau y gall y fframwaith cymhwysedd arfaethedig ategu'r safonau proffesiynol presennol?

Cwestiwn 18 – A oes manteision a/neu anfanteision o ran addysg a hyfforddiant i fod yn sail i'r fframwaith cymhwysedd, sydd wedi'u hachredu'n academaidd?

Cwestiwn 19 – Pa gamau eraill y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol er mwyn helpu i ddatblygu'r gweithlu?

3.8 Technoleg

Gall technoleg/atebion digidol chwarae rhan allweddol wrth godi ymwybyddiaeth o bresgripsiynu cymdeithasol ymhlith y cyhoedd a gweithwyr proffesiynol. Gall helpu i gryfhau'r sylfaen dystiolaeth drwy hwyluso'r broses atgyfeirio a choladu gwybodaeth reoli yn systematig, yn ogystal â helpu pobl i gael gafael ar wasanaethau a darparu gweithgareddau. Yn 3.4 uchod rydyn ni'n tynnu sylw at yr atebion digidol sy'n darparu gwybodaeth am adnoddau cymunedol i'r cyhoedd a gweithwyr proffesiynol. Mae technoleg sy'n gysylltiedig â Theleofal a Theleiechyd yn helpu pobl yn eu bywydau hefyd.

Mae ymrwymiad yn strategaeth Cysylltu Cymunedau i ddatblygu a lansio porth adnoddau ar-lein i gefnogi gweithgareddau presgripsiynu cymdeithasol yma yng Nghymru. Fodd bynnag, mae angen cytuno ymhellach ar y cwmpas, y berchnogaeth a'r adnoddau sydd eu hangen a sut mae'r rhain yn rhyngweithio â systemau eraill.

Ar hyn o bryd mae darlun cymysg ledled Cymru o ran defnyddio llwyfannau digidol a safbwyntiau cymysg ar briodoldeb adnodd unigol. Yn ogystal â'r amlinelliad o'r adnoddau cenedlaethol yn **3.4**, mae rhai sefydliadau wedi buddsoddi mewn atebion meddalwedd sydd wedi'u cynllunio'n benodol ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol, tra bod eraill wedi datblygu ateb mewnol. Mae byrddau iechyd lleol ac awdurdodau lleol wedi mabwysiadu atebion digidol hefyd i gofnodi a chadw cofnodion am bobl sy'n cael cymorth ganddyn nhw.

Wrth ddatblygu llwyfannau neu gronfeydd data ar-lein, mae'n bwysig cofio bod angen i atebion digidol presgripsiynu cymdeithasol fod yn hygyrch ac yn cynnwys pawb. Mae gweld sut mae technoleg – boed mewn systemau, neu drwy ffyrdd sy'n galluogi cysylltiadau o bell rhwng unigolion a sefydliadau – yn gweithio i bobl, yn ganolog i dwf presgripsiynu cymdeithasol. Hefyd, rhaid sicrhau bod unrhyw wasanaethau digidol sy'n cael eu datblygu yn cydymffurfio â safonau rhyngwladol ar hygyrchedd a defnyddioldeb digidol, gydag unrhyw wasanaethau a ddatblygir gyda'r defnyddiwr wrth wraidd y broses ddylunio ac yn cael eu profi'n unol â hynny – felly mae deall cymaint â phosibl am ddefnyddwyr y gwasanaethau hyn yn hanfodol i'w llwyddiant.

Bydd angen gwybod hyn ar gyfer unrhyw ddatblygiad digidol newydd neu gydlynw'r platfformau amrywiol, gan ddeall anghenion defnyddwyr sy'n eu defnyddio ar hyn o bryd, unrhyw fylchau neu 'bwyntiau poen' a bydd uchelgais ehangach gweithwyr proffesiynol a sefydliadau'n llywio'r ffordd rydyn ni'n datblygu cymorth digidol ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol wrth symud ymlaen.

Cwestiwn 20a – Beth yw eich profiadau cyfredol o ddefnyddio technoleg ddigidol yn y meysydd presgripsiynu cymdeithasol isod.

Y broses atgyfeirio
Y broses asesu
Cael gafael ar gymorth yn y gymuned
Darparu cymorth yn y gymuned
Rheoli gwybodaeth ac adrodd ar allbynnau / canlyniadau
Rhannu gwybodaeth / arferion da

Cwestiwn 20b – Sut gallai defnyddio technoleg ddigidol wella'r modd y darperir presgripsiynu cymdeithasol yn y meysydd canlynol?
Y broses atgyfeirio
Y broses asesu
Cael gafael ar gymorth yn y gymuned
Darparu cymorth yn y gymuned
Rheoli gwybodaeth ac adrodd ar allbynnau / canlyniadau
Rhannu gwybodaeth / arferion da

Geirfa

Asedau cymunedol	Yr adeiladau neu'r tir a ddefnyddir er lles neu er budd cymdeithasol y gymuned leol. Gallant gynnwys parciau a mannau agored ym myd natur, llyfrgelloedd, sinemâu, amgueddfeydd a mannau diwylliannol eraill, pyllau nofio a chyfleusterau hamdden eraill, canolfannau cymunedol, canolfannau ieuenctid ac ati.
Asesiad	Sgwrs am yr hyn sy'n bwysig rhwng gweithiwr proffesiynol ac unigolyn, er mwyn penderfynu ar ei anghenion
Asesiad brysbennu	Mae brysbennu'n golygu cynnal asesiad cyflym o'r claf; i nodi problem bresennol claf, casglu hanes sylfaenol y claf a deall cyflwr corfforol / seicolegol presennol y claf.
Asesiadau o anghenion y boblogaeth	Mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yn ei gwneud yn ofynnol i awdurdodau lleol a byrddau iechyd lleol gynnal asesiad o anghenion y boblogaeth ar y cyd am ofal a chymorth, ac anghenion cymorth gofawyr yn ardaloedd yr awdurdodau lleol.
Atgyfeirio	Y weithred o atgyfeirio rhywun at sefydliad, lle neu berson gwahanol am wybodaeth, help neu weithredu:
<u>Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus</u>	Mae Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus yn gwella cydweithio ar draws yr holl wasanaethau cyhoeddus ar gyfer pob ardal awdurdod lleol yng Nghymru. Rhaid i bob bwrdd gynnal asesiad llesiant a chyhoeddi cynllun llesiant lleol blynyddol. Mae'r cynllun yn nodi sut y byddant yn cyflawni eu cyfrifoldebau dan Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015.
<u>Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol</u>	Nododd Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant Cymru (2014) yr angen statudol i ranbarthau greu Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol i oruchwylio dulliau strategol integredig o ddarparu gwasanaethau iechyd a Gofal Cymdeithasol integredig.
Cefnogaeth gan gymheiriaid	Cymorth sy'n cael ei roi gan y naill unigolyn i'r llall ac sy'n perthyn i'r un grŵp neu'n rhannu'r un profiad.
Clystyrau	Mae clwstwr yn dwyn ynghyd yr holl wasanaethau lleol sy'n ymwneud ag iechyd a gofal ar draws ardal ddaearyddol, gan wasanaethu poblogaeth rhwng 25,000 a 100,000 fel arfer. Mae gweithio fel clwstwr yn sicrhau bod gofal yn cael ei gydlynw'n well i hyrwyddo llesiant unigolion a chymunedau.
Comisiynu	Y broses o gynllunio, prynu a monitro gwasanaethau iechyd a gofal.
Cyfeirio	Mae'n debyg i atgyfeiriad – gweithred o gyfeirio rhywun at sefydliad, lle neu berson gwahanol am wybodaeth, help neu gam gweithredu. Gyda chyfeirio, fodd bynnag, mae'n debygol nad yw'r sefydliad cyfeirio wedi gwneud unrhyw waith manwl gyda'r unigolyn, ond gydag atgyfeiriad mae'n debygol bod y sefydliad wedi dechrau gweithio gyda'r cleient ar ymholiad ond na all fynd ymhellach am ryw reswm.

Cyllidebau cyfun	Trefniant lle mae dau neu fwy o bartneriaid yn gwneud cyfraniadau ariannol i un gronfa er mwyn cyflawni nodau penodol y cytunwyd arnynt ar y cyd.
Cymhwysedd	Y gallu i gymhwyso gwybodaeth, sgiliau ac ymddygiad i gyflawni swyddogaethau gwaith yn llwyddiannus
Cymuned Ymarfer	Grŵp o bobl sy'n rhannu pryderon cyffredin, cyfres o broblemau, neu ddiddordeb mewn pwnc ac sy'n dod at ei gilydd i gyflawni nodau unigol a nodau grŵp.
Darllen yn Well	Mae Llywodraeth Cymru yn ariannu'r cynllun Darllen yn Well - Llyfrau ar Bresgripsiwn, lle mae meddygon teulu'n argymhell llyfrau o restr ddarllen sy'n canolbwyntio ar feysydd fel llesiant cyffredinol; rheoli teimladau, ymdopi â cholled, trawma, iechyd meddwl rhieni; cyflyrau penodol fel OCD, ADHD, ac Anhwylderau'r Sbectwm Awtistiaeth yn ogystal â byw gydag anableddau corfforol. Mae'r cynllun yn seiliedig ar dystiolaeth y gall darllen wella iechyd a lles ²⁸ .
Diogelu	Mae diogelu'n golygu cadw pobl yn ddiogel rhag niwed, camdriniaeth a/neu esgeulustod.
Dull sy'n canolbwyntio ar unigolion	Dull sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn yw pan fo'r unigolyn yn cael ei roi yng nghanol y gwasanaeth ac yn cael ei drin fel person yn gyntaf. Mae'r ffocws ar yr unigolyn a'r hyn y gall ei wneud, nid ei gyflwr na'i anabledd.
Fframwaith Cenedlaethol	Cyfres o safonau, canllawiau a chamau gweithredu wedi'u datblygu ar lefel genedlaethol i sicrhau darpariaeth gyson ar lefel leol.
Llesiant	Diffinnir llesiant fel ymdeimlad o iechyd a bywiogrwydd sy'n deillio o'ch meddyliau, emosiynau, gweithredoedd a phrofiadau. Pan fydd gennym lesiant, rydyn ni'n teimlo'n hapus, yn iach, wedi'n cysylltu'n gymdeithasol, ac yn bwrpasol y rhan fwyaf o'r amser. Mae Gweinidogion Cymru wedi cyhoeddi Datganiad Llesiant
Llwybr atgyfeirio	Y prosesau, y polisïau a'r gweithdrefnau sydd wedi'u rhoi ar waith i helpu pobl i gael gafael ar y gwasanaethau sydd eu hangen arnyn nhw. Gall groesi sawl sefydliad, a chytunwyd arno rhwng gweithwyr proffesiynol, sefydliadau (e.e., statudol a'r trydydd sector) a grwpiau cymunedol.
Mentora cymheiriaid	Mae mentora cymheiriaid yn fath o fentoriaeth sydd fel arfer yn digwydd rhwng unigolyn sydd wedi byw drwy brofiad penodol ac unigolyn sy'n newydd i'r profiad hwnnw.
Model rhesymeg	Cynrychiolaeth raffigol o raglen waith sy'n disgrifio'r adnoddau (mewnbynnau) a'r gweithgareddau a fydd yn

²⁸ Fanner, D. ac Urquhart, C. (2008) Bibliotherapy for mental health service users part 1: A systematic review Health Information and Libraries Journal 25(4):237-252.

	digwydd, i'r pethau i'w cyflawni (allbynnau) a nodau'r (canlyniadau) rhaglen.
Oedolyn dibynadwy	Mae rôl 'oedolyn dibynadwy' fel y'i disgrifir yn Fframwaith NEST . Mae'n golygu'r rôl hanfodol sydd gan oedolion agosaf o ran helpu babanod, plant a phobl ifanc gyda'u hiechyd meddwl a'u lles
Pennu lefel risg	Mae'n cyfeirio at y broses lle mae cleifion yn cael eu rhannu'n grwpiau sy'n seiliedig ar ffactorau fel eu hanes iechyd, pa mor ddifrifol yw eu problemau iechyd, a chymhlethdod y gofal.
Presgripsiwn gwyrdd	Mae presgripsiwn gwyrdd yn fath o bresgripsiynu cymdeithasol: ffordd o gysylltu'r bobl sy'n cael cymorth gydag amrywiaeth o ffynonellau cymorth anghlinigol yn y gymuned, gyda phwyslais penodol ar weithgarwch sy'n seiliedig ar natur
Presgripsiynydd Cymdeithasol	Weithiau'n cael ei alw'n weithiwr cyswllt neu'n gysylltydd cymunedol, dyma'r sawl sy'n grymuso pobl i reoli eu hiechyd a'u lles.
Proffesiynol	Mae'r term gweithiwr proffesiynol yn cyfeirio at unrhyw un sy'n ennill ei fywoliaeth drwy gyflawni gweithgaredd sy'n gofyn am lefel benodol o addysg, sgil neu hyfforddiant.
Sector statudol	Mae'r sector statudol yn cynnwys yr holl sefydliadau sy'n cael eu sefydlu a'u hariannu gan y llywodraeth, er enghraifft y GIG, awdurdodau lleol, yr Heddlu a'r Gwasanaethau Tân.
System gyfan	Mae dull 'system gyfan' yn golygu nodi elfennau amrywiol system ac asesu natur y cysylltiadau a'r berthynas rhwng pob un ohonynt.
Teleiechyd	Mae teleiechyd yn derm eang sy'n cwmpasu amrywiaeth o dechnolegau telathrebu a thactegau i ddarparu gwasanaethau iechyd o bell.
Teleofal	Defnyddio technolegau fel monitro o bell a larymau argyfwng i alluogi pobl sâl, anabl neu oedrannus i dderbyn gofal gartref fel y gallant fyw'n annibynnol.
Tîm Amlddisgyblaethol	Grŵp o staff iechyd a gofal sy'n aelodau o sefydliadau a phroffesiynau gwahanol (e.e. meddygon teulu, gweithwyr cymdeithasol, nyrsys), sy'n gweithio gyda'i gilydd i wneud penderfyniadau am drin cleifion unigol a defnyddwyr gwasanaethau.
Y trydydd sector	Mae'r 'Trydydd Sector' yn derm a ddefnyddir i ddisgrifio'r sefydliadau amrywiol nad ydynt yn y sector cyhoeddus na'r sector preifat. Mae'n cynnwys sefydliadau gwirfoddol a chymunedol (elusennau cofrestredig a sefydliadau eraill fel cymdeithasau, grwpiau hunangymorth a grwpiau cymunedol), mentrau cymdeithasol, cwmnïau cydfuddiannol a chwmnïau cydweithredol.

Eich enw:
Eich sefydliad (os yw'n berthnasol):
Cyfeiriad e-bost/rhif ffôn:
Eich cyfeiriad:

Fel pa un o'r canlynol ydych chi'n ymateb:

Aelod o'r cyhoedd	
Darparwr gweithgarwch cymorth cymunedol / lles	
Darparwr gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol	
Sefydliad atgyfeirio	
Sefydliad comisiynu/cyllidwr	

1a	Ydych chi'n meddwl bod y model yn dangos gweledigaeth briodol o bresgripsiynu cymdeithasol yng Nghymru?
	Ydw / Nac ydw
1b	Os nac ydych chi, pam? A oes rhywbeth ar goll/ddim yn briodol?
2a	Beth yw eich barn am yr iaith / terminoleg a ddefnyddir yn y model a'r naratif ategol? Gall hyn gynnwys yr iaith a'r termau a ddefnyddir yn Gymraeg ac yn Saesneg.

2b	Oes gennych chi unrhyw awgrymiadau am iaith / terminoleg wahanol? Gall hyn gynnwys yr iaith a'r termau a ddefnyddir yn Gymraeg ac yn Saesneg.
3	Sut mae datblygu dealltwriaeth gyffredin, ar lefel genedlaethol, o'r iaith / terminoleg a ddefnyddir i ddisgrifio presgripsiynu cymdeithasol ar gyfer gweithwyr proffesiynol ac aelodau o'r cyhoedd fel ei gilydd? Gall hyn gynnwys yr iaith a'r termau a ddefnyddir yn Gymraeg ac yn Saesneg.
4a	Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i helpu gweithwyr proffesiynol (o sefydliadau gofal iechyd, statudol a thrydydd sector) i wybod wasanaeth presgripsiynu cymdeithasol, cydnabod ei werth, a bod yn hyderus wrth gyfeirio pobl ato?
4b	Yn achos hunanatgyfeiriadau, pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i helpu'r cyhoedd i wybod am wasanaeth presgripsiynu cymdeithasol, cydnabod ei werth, a bod yn ddigon hyderus i gysylltu ag ef?
4c	Yn achos atgyfeiriadau wedi'u targedu, pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i helpu sefydliadau i nodi poblogaethau/grwpiau penodol o bobl a allai elwa ar gysylltu â gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol?

5	Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i gefnogi sefydliadau/grwpiau sy'n cynnig cymorth yn y gymuned i ymwneud â gwasanaethau presgripsiynu cymdeithasol?
6a	Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i leihau atgyfeiriadau amhriodol at wasanaeth presgripsiynu cymdeithasol?
6b	Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i leihau atgyfeiriadau amhriodol gan wasanaeth presgripsiynu cymdeithasol at gymorth yn y gymuned?
7	Pa gamau y gellid eu cymryd ar lefel genedlaethol i gefnogi arweinyddiaeth gref a threfniadau llywodraethu effeithiol?

8	Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i gefnogi'r broses gomisiynu a helpu i gynnwys y cyhoedd yn y gwaith o ddatblygu model lleol sy'n diwallu anghenion eu cymuned?
9a	A yw'r cyfeiriaduron a'r ffynonellau gwybodaeth ar-lein presennol yn rhoi'r holl wybodaeth sydd ei hangen arnoch (mewn fformat hygyrch) i wneud penderfyniadau am addasrwydd ac argaeledd cymorth yn y gymuned?
9b	Ydych chi'n defnyddio unrhyw gyfeiriaduron / ffynonellau gwybodaeth ar-lein eraill?
9c	Yn eich barn chi, beth yw'r elfennau allweddol y dylai cyfeiriaduron ar-lein eu darparu i helpu pobl i gael gafael ar gymorth yn y gymuned?

10a	Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i helpu i fynd i'r afael â'r rhwystrau i fynediad?
10b	Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i helpu i fynd i'r afael â'r rhwystrau i fynediad sy'n wynebu grwpiau mwy agored i niwed ac sydd dan anfantais?
11a	A ddylai'r fframwaith cenedlaethol gynnwys set o safonau cenedlaethol ar gyfer cymorth yn y gymuned i helpu i liniaru pryderon diogelu? Dylai / Na ddylai / Ddim yn siŵr
11b	Os ydych wedi ateb 'dylai', beth yw'r pethau allweddol y dylai'r safonau cenedlaethol ar gyfer cymorth cymunedol eu cynnwys?
11c	Os ydych wedi ateb 'na ddylai' neu 'ddim yn siŵr', beth yw eich prif bryderon am gyflwyno safonau cenedlaethol ar gyfer cymorth yn y gymuned, a sut gellid mynd i'r afael â nhw?

12	Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i helpu i oresgyn yr hyn sy'n rhwystro defnyddio technoleg ddigidol ar gyfer cymorth yn y gymuned?
13	Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i gefnogi gwaith partneriaeth effeithiol i sicrhau trefniadau ariannu hirdymor?
14	Pa gamau y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol i liniaru effaith y galw cynyddol ar asedau cymunedol lleol a gweithgareddau llesiant?
15	Yn eich barn chi, beth yw'r pethau craidd mae angen i ni eu mesur i ddangos effaith presgripsiynu cymdeithasol?

16a	A oes gennych unrhyw dystiolaeth ymchwil neu werthuso yr hoffech ei rhannu â ni?
16b	A oes gennych unrhyw awgrymiadau ynghylch sut y gellir ac y dylid gwerthuso'r ffordd mae'r fframwaith cenedlaethol yng Nghymru yn gweithredu?
17a	Beth yw'r wybodaeth a'r sgiliau allweddol y dylai'r fframwaith cymhwysedd arfaethedig eu cynnwys?
17b	Sut orau y gall y fframwaith cymhwysedd arfaethedig ategu'r safonau proffesiynol presennol?

18	A oes manteision a/neu anfanteision o ran addysg a hyfforddiant i fod yn sail i'r fframwaith cymhwysedd, sydd wedi'u hachredu'n academiaidd?
19	Pa gamau eraill y gallem eu cymryd ar lefel genedlaethol er mwyn helpu i ddatblygu'r gweithlu?
20a	Beth yw eich profiadau cyfredol o ddefnyddio technoleg ddigidol yn y meysydd presgripsiynu cymdeithasol isod? • Y broses atgyfeirio • Y broses asesu • Cael gafael ar gymorth yn y gymuned • Darparu cymorth yn y gymuned • Rheoli gwybodaeth ac adrodd ar allbynnau / canlyniadau • Rhannu gwybodaeth / arferion da

20b	Sut gallai defnyddio technoleg ddigidol wella'r modd y darperir presgripsiynu cymdeithasol yn y meysydd canlynol? • Y broses atgyfeirio • Y broses asesu • Cael gafael ar gymorth yn y gymuned • Darparu cymorth yn y gymuned • Rheoli gwybodaeth ac adrodd ar allbynnau / canlyniadau • Rhannu gwybodaeth / arferion da
21a	Hoffem wybod eich barn ar yr effeithiau y byddai cyflwyno fframwaith cenedlaethol ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol yn eu cael ar yr iaith Gymraeg, yn benodol ar gyfleoedd i bobl ddefnyddio'r Gymraeg, a pheidio â thrin y Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg. Beth fyddai'r effeithiau yn eich barn chi? Sut gellid cynyddu effeithiau cadarnhaol neu liniaru effeithiau negyddol?
21b	Eglurwch hefyd sut ydych chi'n credu y gallai'r fframwaith cenedlaethol arfaethedig ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol gael ei lunio neu ei newid er mwyn cael effeithiau cadarnhaol neu fwy o effeithiau cadarnhaol ar gyfleoedd i bobl ddefnyddio'r Gymraeg, a pheidio â thrin y Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg, ac nad yw'n cael effaith andwyol ar gyfleoedd i bobl ddefnyddio'r Gymraeg ac ar beidio â thrin y Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg.

22	Rydyn ni wedi gofyn nifer o gwestiynau penodol. Os hoffech wneud sylwadau ar unrhyw faterion cysylltiedig nad ydym wedi rhoi sylw penodol iddynt, defnyddiwch y blwch isod:

Mae ymatebion i ymgynghoriadau yn debygol o gael eu gwneud yn gyhoeddus, ar y rhyngrwyd neu mewn adroddiad. Os byddai'n well gennych i'ch ymateb aros yn ddiennw, ticiwch yma.

--