Hawdd ei Ddeall

Grŵp Cynghori Gweinidogol Anabledd Dysgu

Nodiadau o'n pedwerydd cyfarfod ar 4 Rhagfyr 2019

Pobl a ddaeth i'r cyfarfod

- **Sophie Hinksman** – Cydgadeirydd
- **Humie Webbe** – Cydgadeirydd
- **Louise Barry** – Penaethiaid Gwasanaethau i Oedolion Cymru Gyfan
- **Adrian Burke** – Cartrefi Cymunedol Cymru
- **Rebecca Cicero** - Gofal Cymdeithasol Cymru
- **Wayne Crocker** – Mencap Cymru
- **Lynne Evans** – Pobl yn Gyntaf Cymru Gyfan
- **Christine Griffiths** - Pwyllgor Cynghorol Therapïau Cymru
- **Julian Hallett** – Cymdeithas Syndrom Down
- **Edwin Jones** – Cymuned Ymarfer ym maes Ymddygiad Heriol
- **Rachel Jones** – Gwelliant Cymru
- **Emma Mulinder** – Penaethiaid Gwasanaethau i Oedolion Cymru Gyfan
- **Ruth Northway** – Prifysgol De Morgannwg
- **Jason O'Brien** – Penaethiaid Gwasanaethau Plant Cymru Gyfan

- **Hazel Powell** – Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe
- **Joe Powell** – Pobl yn Gyntaf Cymru Gyfan
- **Zoe Richards** – Anabledd Dysgu Cymru
- **Hayley Tarrant** – Pwyllgor Nyrsio a Bydwreigiaeth Cymru
- **Lance Watkins** – Coleg Brenhinol y Seiciatryddion
- **Michelle Williams** – Pobl yn Gyntaf Cymru Gyfan
- **Pauline Young** – Fforwm Rhieni a Gofalwyr Cymru Gyfan

Eraill:

- **Tracey Drew** – yn cefnogi Sophie
- **Delyth Lloyd-Williams** – yn cefnogi Michelle
- **Dawn Price** – yn cefnogi Lynne
- **Emma Curtis** – Swyddfa Comisiynydd Plant
- **Edward Oloidi** – daeth Edward gyda Ruth Northway
- **Sam Dredge** & **Sinead Brophy** – Canolfan Genedlaethol Gwyddor Data Iechyd y Boblogaeth. Fe ddaethon nhw i siarad am **Gyfradd marwolaethau a phobl ag anabledd dysgu**

Swyddogion:

- **Liz Davies** – Iechyd Meddwl ac Anabledd Dysgu
- **Andrew Stevenson** – Tîm Gwella Bywydau Pobl ag Anabledd Dysgu
- **Natalie Hughes-Owen** – Gwella Bywydau Pobl ag Anabledd Dysgu
- **Alyson Collins** – Gwasanaethau Cymdeithasol a Chyfuno

Pobl oedd ddim yn medru dod

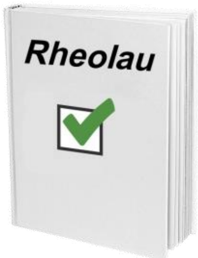
- Dermot McChrystal
- Michelle Martin
- Oliver Townsend
- Jane Rodgers
- Sharon Williams
- Sue Beacock
- Karen Eveleigh

1. Croeso a Chyflwyniad

Croesawodd Sophie bawb. Roedd llawer o bobl newydd yn y cyfarfod. Felly fe gyflwynon ni ein hunain eto.

Fe siaradon ni am bobl oedd ddim yn medru dod i'r cyfarfod. Nid oedd Karen yn medru dod am fod ei mam yn sâl. Daeth Andrew yn ei lle.

Cyfarfod olaf Chris Griffiths oedd hi. Bydd Jo Griffin yn cymryd ei lle. Diolchodd Sophie i Chris am ei holl waith.



Darllenodd Sophie y rheolau ar gyfer ein cyfarfodydd. A gofynnodd i bawb wrando ar ei gilydd a pharchu ei gilydd.

2. Ein cydgadeirydd newydd

Cyflwynodd Sophie ein cydgadeirydd newydd – Humie Webbe. Dywedodd Humie bethau amdani hi ei hun wrthyn ni.

Rydyn ni'n falch mai Humie yw ein cydgadeirydd newydd. Rydyn ni'n edrych ymlaen at weithio gyda hi.

3. Beth ddigwyddodd yn y cyfarfod diwethaf

Arferion cyfyngol

Mae Oliver wedi ysgrifennu papur ynglŷn â Chefnogi Ymddygiad Cadarnhaol a Phrofiadau Niweidiol Plentyndod.

Mae arnon ni angen gwneud ychydig mwy o waith ar hyn. Bydd Karen ac Andrew yn siarad ag Oliver.

Pethau i'w gwneud
Karen, **Edwin** ac **Oliver** i feddwl am bapur Oliver pan fydd wedi gorffen. **Natalie** yn siarad ag **Oliver** ac yn trefnu cyfarfod is-grŵp.

Storïau gofal cymdeithasol

Mae Rebecca ac Emma Mulinder wedi casglu storïau newyddion da. Anfonwch fwy atyn nhw os oes gennych chi rai.

Pethau i'w gwneud
Anfon storïau newyddion da at **Rebecca**.

Gweithio ar bethau ynglŷn â iechyd

Buasai Karen yn hoffi cael help gennym ni ar y gwaith sy’n ymwneud â iechyd. Yn enwedig y gwaith sy’n ymwneud â:

- gwasanaethau arbenigol
- addysg a hyfforddiant
- addasiadau rhesymol
- gwneud gofal sylfaenol yn gryfach
- cael mwy o bobl i gael Archwiliadau Iechyd Blynyddol

Byddwn yn gwneud y gwaith i gyd ar amser. A chael rhoi ein barn ar y pethau sy’n digwydd.

Bydd **Zoe** yn ysgrifennu llythyr ynglŷn â’r archwiliadau iechyd blynyddol i’w anfon at y Gweinidog. Bydd **Natalie** yn anfon hwn allan aton ni i gyd i ddechrau.

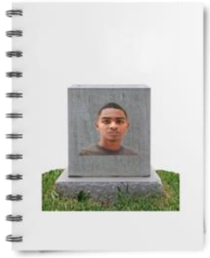
Cwm Taf a rhwystrau rhag gofal iechyd
Bydd Pobl yn Gyntaf RCT yn gadael i ni wybod pa bethau maen nhw'n dod o hyd iddyn nhw. Byddan nhw'n anfon eu hadroddiad allan.

Pethau i'w gwneud
Alyson i anfon yr adroddiad aton ni i gyd **(Anfon 12 Rhagfyr 2019)**.

Hunaneiriolaeth
Mae Pobl yn Gyntaf Cymru Gyfan wedi anfon ymgynghoriad allan at eu haelodau ynglŷn â hunaneiriolaeth. Pan fydd hyn wedi'i orffen byddan nhw'n cyfarfod â Llywodraeth Cymru i siarad amdano.

Pethau i'w gwneud
Bydd Joe yn siarad â ni am yr ymgynghoriad a'r cyfarfod â **Llywodraeth Cymru**.

4. Cyfwyniad ynghylch cyfraddau marwolaethau a phobl ag anabledd dysgu



Mae **cyfradd marwolaethau** yn meddwl y nifer o bobl ag anabledd dysgu sy'n marw.

Daeth Sam Dredge a Sinead Brophy i siarad â ni ynghylch hyn.

Dywedodd Sinead eu bod wedi edrych ar y gwahaniaeth y gall archwiliadau iechyd blynyddol ei wneud.

Fe welson nhw bod:

- Pobl sydd wedi cael archwiliad iechyd blynyddol yn byw tua chwe mlynedd yn hirach

- Mae archwiliadau iechyd yn gwneud y gwahaniaeth mwyaf i bobl ag awtistiaeth a phobl ag epilepsi.

- Mae archwiliadau iechyd yn gwneud y gwahaniaeth mwyaf pan fydd pobl yn dechrau cael archwiliadau pan fyddan nhw'n ifanc.

- Mae archwiliadau iechyd yn helpu i ddod o hyd i salwch. Gan gynnwys salwch difrifol.

Mae archwiliadau iechyd yn bwysig iawn. Dyna pam y dywedodd Sinead ei fod yn gwneud i rywun boeni mai dim ond tri allan o ddeg o bobl sy'n cael archwiliad iechyd. A dim ond un allan o ddeg o bobl sy'n eu cael bob blwyddyn.

Fe siaradon ni am bethau allai rwystro pobl rhag cael archwiliad iechyd, fel:

- Y geiriau mae meddygon teulu yn eu defnyddio
- Ddim yn gwybod bod rhywun ag anabledd dysgu
- Dim gwybodaeth hawdd ei deall ar gael ynglŷn ag archwiliadau iechyd
- Y gefnogaeth sydd ar gael ar gyfer archwiliadau iechyd
- Efallai bod pobl wedi cael profiadau gwael wrth gael archwiliadau iechyd blynyddol.

Learning Disability Wales
Anabledd Dysgu Cymru

Dywedodd Zoe wrthyn ni bod Anabledd Dysgu Cymru gyda Gwelliant Cymru yn ysgrifennu pecyn gwybodaeth ynghylch archwiliadau iechyd blynyddol. Bydd hwn yn cael ei anfon at bob meddyg teulu yng Nghymru.

Pethau i'w gwneud
Bydd **Sam** yn rhoi eu hadroddiad i ni ar gyfraddau marwolaethau a phobl ag anabledd dysgu. Bydd **Natalie** yn cysylltu â Sam i weld pryd bydd yr adroddiad yn barod.

Os oes gennych chi unrhyw gwestiynau ynglŷn â hyn anfonwch nhw at **Alyson**. Bydd Alyson yn eu pasio ymlaen at Sam a Sinead.

5.Lleihau arferion cyfyngol

Roedd Edwin wedi llunio cyflwyniad ar hyn. Ond aethon ni'n brin o amser. Felly dywedodd wrthyn ni am bedwar pennawd fframwaith lleihau arferion cyfyngol:

1. Hawliau dynol
2. Cefnogi Ymddygiad Cadarnhaol
3. Lleihau'r defnydd o arferion cyfyngol
4. Sut i ddefnyddio arferion cyfyngol yn iawn

Dywedodd Edwin bod y fframwaith yn rhagorol. A dywedodd ei bod hi'n bwysig i ni i gyd gymryd rhan yn yr ymgynghoriad. Mae'n rhaid i chi wneud hyn erbyn 7 Ionawr 2020.

Fe gytunon ni y dylen ni gefnogi'r fframwaith. Ac y dylen ni anfon ymateb fel grŵp i'w gefnogi.

Pethau i'w gwneud

Bydd **Edwin** yn ysgrifennu ymateb ar ein rhan. Bydd yn ei anfon at **Sophie** a **Humie** er mwyn iddyn nhw gael edrych drosto.
Anfonwch eich sylwadau at **Edwin** erbyn yr wythnos sy'n dechrau **30 Rhagfyr**.

6. Diweddariad ymchwilio a datblygu

Atgoffodd Ruth ni am y gwaith sy'n cael ei wneud i ddod o hyd i ymchwil ynglŷn ag anabledd dysgu.

Daethon nhw o hyd i 62 astudiaeth. Roedd y rhan fwyaf yn ymwneud â iechyd a gofal cymdeithasol. Gan Karen y mae'r adroddiad ar y gwaith hwn.

Pethau i'w gwneud
Bydd **Alyson** yn anfon yr adroddiad ar y gwaith hwn i ni gyda chofnodion o'n cyfarfod.

Bydd **Alyson** yn trefnu cyfarfod arall ar gyfer **is-grŵp ymchwilio a datblygu**.

7. Rhaglen Gwella Bywydau Pobl ag Anabledd Dysgu

Eglurodd Andrew pa waith oedd wedi cael ei wneud ar y 28 gweithred:

Gweithred 1. Ysgrifennodd Oliver bapur yn ymwneud â Chefnogi Ymddygiad Cadarnhaol a Phrofiadau Niweidiol Plentyndod

Gweithred 2. Bydd yr adroddiad sy'n cael ei alw'n: 'Ymchwil i'r nifer o blant rhieni ag anabledd dysgu yng Nghymru gafodd eu rhoi mewn gofal a'r rhesymau dros eu symud' yn barod ar 17 Rhagfyr.

I ddechrau roedd Wayne yn anhapus nad oedden ni'n rhan o hyn. Oherwydd roedd yn meddwl mai ni oedd wedi trefnu'r ymchwil hwn.

Ond a dweud y gwir cafodd yr ymchwil ei drefnu gan **Grŵp Cynghori Gweinidogol ar gyfer Plant sy'n Derbyn Gofal**.

Bydd y Prif Weinidog yn dechrau gwaith ar hyn trwy siarad â rhieni ag anabledd dysgu. Mae Karen wedi siarad ag **Anabledd Dysgu Cymru** a **Phobl yn Gyntaf Cymru Gyfan** am hyn. Bydd Karen yn ein diweddaru ar hyn ym mis Mawrth.

Pethau i'w gwneud
Bydd **Alyson** yn anfon copi o'r adroddiad sy'n cael ei alw'n: 'Ymchwil i'r nifer o blant rhieni ag anabledd dysgu yng Nghymru gafodd eu rhoi mewn gofal a'r rhesymau dros eu symud'. (Cafodd hyn ei wneud ar 17 Rhagfyr).

Gweithred 3b. Cynnig gofal plant. Mae'r cynnig gofal plant erbyn hyn ar gael dros Gymru gyfan. Ond yn y flwyddyn gyntaf ni chafodd ei ddefnyddio gan lawer o bobl. Er hynny, y flwyddyn hon mae mwy o bobl wedi bod yn ei ddefnyddio'n barod.

Gweithredoedd 5, 6,7 a 9. Y Gronfa Gofal Integredig a Chartrefu. Mae pobl sy'n gweithio ym maes cartrefu yn falch iawn gyda'r ffordd y mae hyn yn mynd.

Gweithred 8. Mae pobl sy'n gweithio ym maes cartrefu yn dweud bod gwneud ymchwil ar fod yn ddigartref yn anodd. Does dim llawer o wybodaeth. Bydd cyfarfod yn cael ei gynnal i siarad am beth i'w wneud nesaf. Gofynnodd Wayne pa fudiadau oedd yn gysylltiedig â bod yn ddigartref.

Pethau i'w gwneud
Bydd **Andrew** yn gofyn i staff sy'n gweithio yn y maes hwn, pa fudiadau sy'n gysylltiedig â bod yn ddigartref y maen nhw'n gweithio gyda nhw.

Gweithred 13. Mae **Gwelliant Cymru** yn edrych ar wahanol ffyrdd o wneud archwiliadau iechyd blynyddol. Mae Karen yn mynd i gyfarfod â Gwelliant Cymru i siarad am hyn.

Dywedodd Wayne y dylen ni fod yn gysylltiedig â hyn. Mae Gwelliant Cymru yn dweud y byddan nhw’n gwneud yn siŵr y byddan ni a grwpiau eraill yn cael bod yn rhan o bopeth.

Gweithred 14. Dywedodd Andrew bod yn **rhaid** i staff y GIG sy’n gweithio gyda phobl gael hyfforddiant am anabledd dysgu.

Gweithred 17. Mae statws gwyrdd wedi cael ei roi i’r weithred hon er bod (ADY) wedi cael ei ddal yn ôl am dros flwyddyn. Mae hyn oherwydd y bydd y gwaith sydd wedi ei wneud ar y weithred hon yn gorffen ar yr un pryd â gwaith ar Raglen Gwella Bywydau. Bydd Andrew yn cadw llygad ar hyn.

Gweithred 20. Gwaith a medrau. Gofynnodd Zoe pam nad oedd neb wedi sôn am brosiect ‘Engage to Change’. Mae Zoe yn hapus iawn i sôn am y prosiect yn un o’n cyfarfodydd. Bydd Andrew yn gofyn i staff Llywodraeth Cymru ynghylch hyn ar 10 Rhagfyr.

Pethau i'w gwneud
Bydd **Zoe** yn anfon gwybodaeth am '**Engage to Change'** at **Andrew**. Byddwn yn meddwl am roi hyn ar yr agenda mewn cyfarfod yn y dyfodol.

Gweithred 22. Dydyn ni ddim yn hapus nad oes gwaith wedi cael ei wneud ar y weithred hon hyd yma. Hon yw'r unig weithred gyda statws coch.

Mae Andrew wedi ysgrifennu at y brif bobl sy'n gysylltiedig â hyn a bydd gwaith yn dechrau'n fuan. Dywedodd Pauline y byddai **Pobl yn Gyntaf Cymru Gyfan** a **Fforwm Rhieni a Gofalwyr Cymru Gyfan** yn hapus i gymryd rhan eto.

Gweithred 24. Roedd gwaith yn araf ar y weithred hon i ddechrau. Ond erbyn hyn mae dipyn go lew wedi ei wneud.

Bydd ymgynghoriad a **Strategaeth Trafnidiaeth Cymru** newydd yn 2020. Mae pobl sy'n gweithio ym myd Trafnidiaeth wedi dweud y byddan nhw'n dod i ddweud wrthyn ni am y gwaith hwn.

Pethau i'w gwneud
Fe hoffen ni glywed am **Bolisi Trafnidiaeth Gyhoeddus** a phobl ag anabledd dysgu. Bydd **Alyson** yn trefnu hyn.

8. Pethau pwysig i wybod amdanyn nhw

Mae ymchwilio wedi bod i leoliadau i oedolion ag anabledd dysgu yng Nghymru a Lloegr.

Bydd adroddiad ar hyn yn cael ei orffen a'i anfon allan erbyn 10 Chwefror 2020.

Pethau i'w gwneud
Bydd **Alyson** yn anfon yr adroddiad allan aton ni pan fydd yn barod.

Mewn datganiad ysgrifenedig ar 6 Tachwedd 2019 dywedodd y **Dirprwy Brif Weinidog** bod yn **rhaid** i bob aelod o staff y GIG sy'n ymdrin â phobl gael hyfforddiant ym maes anabledd dysgu.

Bydd yr hyfforddiant yn cael ei ysgrifennu i mewn i'r **hyfforddiant cydraddoldeb ac amrywiaeth** o'r **Fframwaith Addysg a Hyfforddiant** newydd.

University of South Wales
Prifysgol De Cymru

Mae'r **Fframwaith Addysg a Hyfforddiant** yn cael ei ysgrifennu gan **Brifysgol De Cymru**.

Dylai'r **Fframwaith Addysg a Hyfforddiant** ddechrau cael ei ddefnyddio o **wanwyn 2020.** Mae llawer o waith i'w wneud arno a bydd hyn yn anodd. Ond mae Gweinidogion yn awyddus iawn i wneud yn siŵr ei fod yn digwydd.

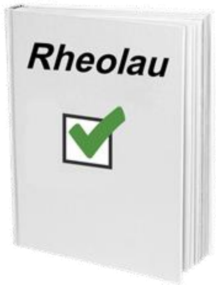
Roedden ni'n meddwl tybed sut beth fyddai'r hyfforddiant. A hefyd pwy fyddai'n ysgrifennu'r hyfforddiant.

Dywedodd Wayne y dylen ni fod yn gysylltiedig â phob rhan o hyn. Roedden ni i gyd yn cytuno.

Diweddariad: Bydd **Prifysgol De Cymru** yn gwneud yn siŵr y bydd grwpiau anabledd dysgu yn cael dweud eu barn. Efallai na fyddwn ni'n gallu cymryd rhan oherwydd amseru ond fe ddylen ni gael cyfle i gael dweud ein barn trwy ein mudiadau.

Rydyn ni'n gobeithio y byddwn ni neu ein his-grŵp yn medru gwneud sylwadau ar yr hyfforddiant cyn iddyn nhw orffen.

9. Rheolau ar gyfer ein cyfarfodydd



Mae ein grŵp wedi bod yn cyfarfod am flwyddyn bellach. Felly dywedodd Andrew bod hyn yn amser da i edrych dros ein rheolau.

Cylch gwaith

Cafodd syniadau eu hanfon atoch chi ar gyfer newidiadau i'n cylch gwaith cyn y cyfarfod. Roedd y newidiadau yn bennaf ynghylch teitlau swyddi pobl.

- Ar y cychwyn roedden ni'n poeni nad oedd pobl yn dod aton ni am gyngor ar bethau pwysig.

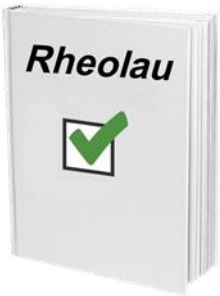
- Fe siaradon ni am rôl ein grŵp. A beth yn union mae **darparu arweiniad strategol** yn ei feddwl. Roedd rhai pobl yn meddwl bod hyn yn egluro beth rydyn ni'n wneud yn dda. Ond nid oedd pobl eraill yn cytuno.

- Roedden ni'n meddwl y dylai bod gennym ni is-grwpiau i'n helpu i weithio ar rai pethau.

- Dywedodd Humie bod arnon ni angen gwneud yn siŵr bod pobl yn sylwi mwy arnon ni.

- Gofynnodd Zoe sut roedd ein agendâu yn cael eu cynllunio. Dywedodd Andrew ein bod yn cytuno ar rai eitemau o agenda yn ein cyfarfodydd. Roedd eitemau o agendâu eraill yn cael eu trefnu gan Karen a'n cydgadeiryddion. Ond mae pob aelod yn cael awgrymu pethau ar gyfer yr agenda.

Rheolau a hygyrchedd



Dywedodd Andrew bod rheolau'n cael eu hysgrifennu i'n helpu i wneud yn siŵr bod ein holl gyfarfodydd a'n gwybodaeth yn hygyrch. Dim ond awgrymiadau ydy'r rhain. Rydyn ni'n dal i edrych i mewn i bethau y gallen ni wneud i wneud pethau'n haws. Gofynnodd pobl am ein syniadau ar gyfer hyn.

Dywedodd Joe ei fod wedi cael cyfarfod â **thîm Gwella Bywydau Pobl ag Anabledd Dysgu** i siarad am ffyrdd o wneud ein cyfarfodydd yn hygyrch. Fe awgrymon nhw y dylai:

- Pob gwybodaeth ysgrifenedig fod yn hawdd ei deall os yw'n bosibl. Gan gynnwys yr agenda, y llyfr logio gweithredoedd a'r cofnodion.

- Fe ddylen ni roi arweiniad i bobl sy'n dod i siarad yn ein cyfarfodyd ynghylch hygyrchedd.

- Dylen ni feddwl am y ffordd rydyn ni'n trefnu'r byrddau a'r cadeiriau i wneud yn siŵr eu bod yn hygyrch.

- Dylai gwybodaeth ysgrifenedig gael ei roi allan yn ôl y dyddiadau yn yr amserlen.

Fe gytunon ni ar y cylch gwaith a'r rheolau newydd. Byddwn yn edrych ar y rheolau o hyd i wneud yn siŵr eu bod yn gweithio. Byddwn yn edrych ar bopeth eto ym mis Rhagfyr 2020.

Pethau i'w gwneud
Byddwn yn ysgrifennu agendâu, llyfrau logio gweithredoedd a chofnodion hawdd eu deall. Hefyd dogfennau eraill fel ein cylch gwaith a'n rheolau.

Ysgrifennu canllawiau ar gyfer siaradwyr. I helpu gyda hyn cynigiodd **Zoe** rannu'r canllawiau y mae **Anabledd Dysgu Cymru** wedi'u hysgrifennu.

Newid y ffordd rydyn ni'n trefnu ein byrddau a'n cadeiriau i ddull cabare.

Os oes arnoch chi eisiau awgrymu eitem ar gyfer yr agenda dywedwch wrth **Karen** o leiaf mis cyn y cyfarfod.

Mae tudalen newydd Grŵp Cynghori Gweinidogol ar wefan Llywodraeth Cymru: https://gov.wales/learning-disability-ministerial-advisory-group. Mae angen mwy o waith arno. Mae arnon ni angen rhoi cofnodion ac agendâu ar y dudalen hon.

10. Gwirio ein haelodaeth

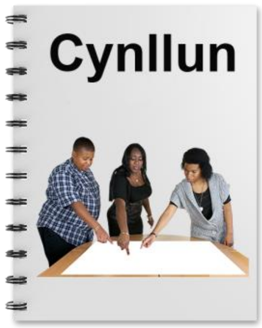
Byddwn yn gwirio aelodaeth y grŵp hwn bob deuddeng mis ym mis Rhagfyr.

Ar y cyfan mae aelodau yn hapus bod gennym ni'r bobl iawn yn y grŵp i weithio ar **Raglen Gwella Bywydau Pobl ag Anabledd Dysgu**. Gallwn ni hefyd ddod â phobl gwahanol i mewn pan fydd arnon ni angen hynny.

6. Unrhyw Fusnes arall

Dywedodd Edwin wrthyn ni am y canllaw sy'n cael ei alw'n **Cefnogaeth i Fyw**. Cafodd ei ysgrifennu gan y **Bwrdd Comisiynu Cenedlaethol** gyda help gan **Gymdeithas Llywodraeth Leol Cymru, Cymorth Cymru** ac **Anabledd Dysgu Cymru**.

Mae’r canllaw hwn yn helpu pobl sy’n gyfrifol am gefnogi pobl ag anabledd dysgu gael y gefnogaeth orau.



Ond dydy o ddim yn cael ei ddefnyddio llawer. Mae Oliver o **Gymorth Cymru** ac **Anabledd Dysgu Cymru** wedi ysgrifennu cynllun ynglŷn â ffordd y gallai’r cynllun gael ei hyrwyddo a’i ddefnyddio. Bydd arnyn nhw angen arian i wneud hyn. Roedden ni’n cefnogi’r syniad.

Pethau i’w gwneud

Bydd **Alyson** yn anfon y cynllun sydd wedi’i ysgrifennu gan Oliver aton ni.

Bydd **Andrew** yn siarad ag **Edwin**, **Oliver** a **Zoe** i weld pryd y byddan nhw’n barod i siarad am eu cynllun.

Bydd **Andrew** yn anfon cynllun Oliver at staff polisi yn Cartrefu a Gofal Cymdeithasol. Bydd yn siarad â nhw ynglŷn â’r ffordd o wneud i’r cynllun hwn ddigwydd.

7. Cyfarfodydd yn y dyfodol

Bydd y cyfarfod nesaf ar **Ddydd Mercher 25 Mawrth 2020.**

Bydd y Dirprwy Brif Weinidog yn dod i'r cyfarfod hwn.

Yn 2020 bydd y cyfarfodydd ar:

- ddydd Mawrth 9 Mehefin
- dydd Mawrth 8 Medi
- dydd Mawrth 8 Rhagfyr

Bydd pob cyfarfod yn 2020 yn swyddfeydd Llywodraeth Cymru, Parc Cathays, Caerdydd

Bydd y cyfarfod yn cychwyn am 11am hyd 3pm.

Geiriau anodd

Addasiadau rhesymol

Mae addasiadau rhesymol yn newidiadau y gall gwasanaethau a lleoedd eu gwneud i wneud yn siŵr bod pawb yn gallu eu defnyddio. Er enghraifft rhoi esgynfeydd mewn adeiladau ar gyfer defnyddwyr cadair olwyn. Neu roi gwybodaeth sy'n hawdd ei deall.

Arferion cyfyngol

Mae arferion cyfyngol yn digwydd pan fydd pobl yn ceisio rheoli eich ymddygiad trwy eich rhwystro rhag gwneud pethau. Gall fod yn bethau fel eich dal i lawr. Neu eich rhoi mewn ystafell ar eich pen eich hun.

Cefnogi Ymddygiad Cadarnhaol

Mae Cefnogi Ymddygiad Cadarnhaol yn ymwneud â deall pam y mae person yn ymddwyn mewn ffordd heriol. A cheisio datrys y broblem.

Cyfradd marwolaethau

Mae cyfradd marwolaethau yn meddwl y nifer o bobl ag anabledd dysgu sy'n marw.

Hunaneiriolaeth

Mae hunaneiriolaeth yn digwydd pan fyddwch chi'n cael eich cefnogi i siarad drosoch chi eich hun.

Hygyrchedd

Mae hygyrchedd yn meddwl gwneud yn siŵr bod rhywle neu rywbeth yn hawdd i bobl anabl ei ddefnyddio.

Profiadau Niweidiol Plentyndod

Mae Profiadau Niweidiol Plentyndod yn meddwl pethau drwg sy'n digwydd pan ydych chi'n ifanc. Er enghraifft, os yw eich rhieni yn cymryd cyffuriau neu os ydych chi'n cael eich cam-drin.