Taith ar y Cyd: Gwerthusiad o gyllid Llywodraeth Cymru i Awdurdodau Lleol ar gyfer creu Cymunedau Oed-gyfeillgar

Cynnwys

Cyflwyniad **2**

Methodoleg **2**

Cefndir **3**

Trosolwg o Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar 5

Canlyniadau Blaenoriaeth a Nodwyd **8**

Canlyniad 1: Dod yn aelod o Rwydwaith Dinasoedd a Chymunedau Oed-Gyfeillgar Sefydliad Iechyd y Byd 8

Crynodeb 9

Canlyniad 2: Sefydlu strwythurau oed-gyfeillgar a chryfhau partneriaethau 10

Canlyniad 3: Cryfhau Lleisiau Pobl Hŷn 11

Canlyniad 4: Cydgynhyrchu - cefnogi datblygiad prosiectau cymunedol 16

Canlyniad 5: Gwella cynhwysiant, hygyrchedd a llesiant 20

Canlyniad 6: Codi ymwybyddiaeth a rhannu gwybodaeth 24

EFFAITH **26**

Beth sydd wedi gweithio'n dda a sut mae'r cyllid wedi gwella llesiant pobl hŷn? 26

Sut mae eich gwaith wedi gwella llesiant? 27

Heriau **32**

Casgliad **34**

Y Camau Nesaf **35**

Cyflwyniad

Ers 2021, mae Llywodraeth Cymru wedi darparu cyllid penodol i awdurdodau lleol i gefnogi'r gwaith o ddatblygu cymunedau oed-gyfeillgar, yn unol â'r weledigaeth a nodir yn Cymru o blaid pobl hŷn: Ein Strategaeth ar gyfer Cymdeithas sy'n Heneiddio. Mae'r cyllid hwn wedi galluogi awdurdodau lleol i benodi swyddogion oed-gyfeillgar, cryfhau partneriaethau lleol a chynnwys pobl hŷn yn y gwaith o lunio gwasanaethau a chymunedau lleol.

Mae'r adroddiad hwn yn gwerthuso effaith y buddsoddiad hwn o £3.850,000 dros 4 blynedd, gan ddefnyddio adroddiadau diwedd blwyddyn o 2024 – 25, ymatebion i holiaduron gan awdurdodau lleol a gwybodaeth gan grwpiau ffocws gyda phobl hŷn a hwyluswyd gan Age Cymru. Nod yr adroddiad yw nodi arferion da a'r camau nesaf ar ein taith ar y cyd i ddod yn Gymru oed-gyfeillgar, drwy ddod â safbwyntiau strategol a chymunedol at ei gilydd.

Dyma'r nodau:

- Gwerthuso effeithiolrwydd y £50,000 sy'n cael ei ddyfarnu bob blwyddyn i bob awdurdod lleol i greu cymunedau oed-gyfeillgar.
- Cael adborth gan awdurdodau lleol am eu profiad o weinyddu'r cyllid.
- Clywed llais pobl hŷn sy'n cymryd rhan mewn gweithgareddau sy'n cael eu cynnal gyda'r cyllid hwn.
- Casglu gwybodaeth am daith pob awdurdod lleol tuag at fod yn aelod o Rwydwaith Byd-eang o Ddinasoedd a Chymunedau Oed-gyfeillgar Sefydliad Iechyd y Byd.

Methodoleg

Cynhaliwyd yr ymchwil gan ddefnyddio'r tri dull canlynol:

<u>Gwerthuso adroddiadau diwedd blwyddyn Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar</u>

Fel rhan o'r cytundeb cyllido, mae'n rhaid i bob awdurdod lleol gyflwyno adroddiadau canol a diwedd blwyddyn sy'n dangos sut mae'r grant yn cael ei ddefnyddio i gyflawni'r amcanion a nodir yn y meini prawf cyllido. Dadansoddwyd adroddiadau diwedd blwyddyn 2024 – 25 at ddibenion y gwerthusiad hwn.

<u>Holiadur i awdurdodau lleol</u>

Dosbarthwyd holiadur i bob Swyddog Cymunedau Oed-gyfeillgar er mwyn cael darlun mwy manwl o brofiad awdurdodau lleol o weinyddu'r cyllid hwn. Mae copi o'r holiadur ar gael yn Atodiad 1 ac fe'i dosbarthwyd ym mis Awst 2025 a gofynnwyd am ymatebion erbyn 12 Medi 2025.

<u>Grwpiau ffocws gyda phobl hŷn</u>

Er mwyn mesur effaith y cyllid ar bobl hŷn, gwnaethom gomisiynu Age Cymru i gynnal grwpiau ffocws gyda phobl hŷn ym mhob awdurdod lleol sy'n cymryd rhan mewn grwpiau neu fforymau sy'n cael eu hariannu drwy'r grant oed-gyfeillgar neu

sy'n cael eu cefnogi gan Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar. (Mae crynodeb o'r adroddiad ar gael Atodiad 2)

Mae'n bwysig nodi nad oedd sgyrsiau'n canolbwyntio ar effaith y cyllid, ond mae adroddiad gan Age Cymru yn rhoi cipolwg gwerthfawr ar sut mae pobl hŷn yn elwa o weithgareddau cymunedol, beth sy'n gweithio'n dda a'r rhwystrau sy'n atal ymgysylltu effeithiol â'r gymuned.

Mae'r adroddiad yn dwyn ynghyd adborth gan grwpiau o bobl hŷn o 20 o'r 22 awdurdod lleol yng Nghymru. Mae wedi'i strwythuro o amgylch chwe thema allweddol, sy'n cynrychioli'r pynciau a drafodwyd yn ystod y trafodaethau.

Cefndir

Cymru o Blaid Pobl Hŷn: Ein Strategaeth ar gyfer Cymdeithas sy'n Heneiddio

Mae'r rhagfynegiadau poblogaeth diweddaraf a gyhoeddwyd gan y Swyddfa Ystadegau Gwladol yn datgan y rhagwelir y bydd pobl 65 oed neu hŷn yn cyfrif am bron i chwarter (24%, neu 806,000 o bobl) o gyfanswm poblogaeth Cymru erbyn canol 2032. Rhagwelir y bydd nifer y bobl sy'n 75 oed neu'n hŷn yn cynyddu 22% dros yr un cyfnod, o tua 320,400 o bobl yng nghanol 2022 i tua 391,300 o bobl erbyn canol 2032.

Mae Cymru o blaid pobl hŷn: Ein Strategaeth ar gyfer Cymdeithas sy'n Heneiddio, a gyhoeddwyd yn 2021, yn nodi'r camau y byddwn ni'n eu cymryd i baratoi ar gyfer y dyfodol. Mae'n ystyried nifer o bethau sy'n dylanwadu ar sut rydym yn heneiddio, fel iechyd a gofal cymdeithasol, trafnidiaeth a hyd yn oed y ffordd rydym yn cymdeithasu, yn gweithio ac yn gofalu am eraill. Mae'r Strategaeth yn canolbwyntio ar y macro a'r micro - y newidiadau ar lefel system rydym yn eu gwneud, er enghraifft i'n gwasanaethau iechyd a thrafnidiaeth, ond hefyd y pethau llai y mae pobl hŷn yn dweud wrthym sy'n gwneud gwahaniaeth i'w bywydau bob dydd, fel mynediad amrywiol at apwyntiadau meddygon teulu, trafnidiaeth i ysbytai a'r amgylchedd adeiledig. Ei nod yw newid y ffordd rydym yn meddwl ac yn teimlo am heneiddio.

Cafodd y Strategaeth ar gyfer Cymdeithas sy'n Heneiddio ei chynhyrchu ar y cyd â phobl hŷn a'u cynrychiolwyr. Arweiniwyd y gwaith cychwynnol gan Fforwm Cynghori'r Gweinidog ar Heneiddio ac mae ei aelodau'n cynnwys pobl hŷn, academyddion a chynrychiolwyr o'r trydydd sector a'r sector cyhoeddus. Mae'r Comisiynydd Pobl Hŷn yn cael ei gynrychioli hefyd. Er mwyn adeiladu ar y gwaith a gychwynnwyd gan Fforwm Cynghori'r Gweinidog ar Heneiddio, gwnaethom gynnwys dros 1000 o bobl hŷn mewn trafodaeth am heneiddio a lansio ymgynghoriad cyhoeddus.

Cyfarfu pum gweithgor dair gwaith rhwng mis Mehefin a mis Rhagfyr 2018. Cynhyrchodd pob grŵp adroddiad yn nodi'r meysydd allweddol lle mae angen newid er mwyn gwella bywydau pobl hŷn heddiw ac yn y dyfodol. Roedd adroddiadau'r gweithgor yn sail i Strategaeth newydd ar gyfer Cymdeithas sy'n Heneiddio, a'r weledigaeth derfynol a gynhyrchwyd ar y cyd yw:

- Ein gweledigaeth yw Cymru o blaid pobl hŷn sy'n cefnogi pobl o bob oed i fyw a heneiddio'n dda.
- Mae arnom eisiau creu Cymru lle mae pawb yn edrych ymlaen at fynd yn hŷn.

- Cymru lle gall unigolion gymryd cyfrifoldeb dros eu hiechyd a'u llesiant eu hunain, gan deimlo'n hyderus y bydd cymorth ar gael ac yn hygyrch os bydd ei angen.
- Cymru lle nad yw oedraniaeth yn cyfyngu ar botensial nac yn effeithio ar ansawdd y gwasanaethau y mae pobl hŷn yn eu cael.
- Yn y pen draw, mae arnom eisiau bod yn wlad sy'n dathlu oedran ac, yn unol ag Egwyddorion y Cenhedloedd Unedig ar gyfer Pobl Hŷn, yn wlad sy'n cynnal annibyniaeth, cyfranogiad, gofal, hunangyflawniad ac urddas pobl hŷn bob amser.

Rhwydwaith Byd-eang o Ddinasoedd a Chymunedau Oed-gyfeillgar Sefydliad Iechyd y Byd

Mae'r ymateb byd-eang i boblogaeth sy'n heneiddio wedi bod yn gam tuag at ddinasoedd a chymunedau oed-gyfeillgar. Mae Sefydliad Iechyd y Byd yn datgan bod '*byd oed-gyfeillgar yn galluogi pobl o bob oed i gymryd rhan weithredol mewn gweithgareddau cymunedol ac yn trin pawb â pharch, waeth beth fo'u hoedran*.'

Mae adroddiad 2018 y sefydliad, The Global Network for Age-friendly Cities and Communities, yn ymhelaethu:

> *Drwy wneud dinasoedd a chymunedau'n oed-gyfeillgar, rydym yn sicrhau bod dinasoedd a chymunedau'n lleoedd cynhwysol a theg sy'n gadael neb ar ôl – yn enwedig y bobl hŷn fwyaf agored i niwed. Mae cymdeithasau teg, yn eu tro, yn cynnig manteision i bawb.*

Yn 2010, lansiodd Sefydliad Iechyd y Byd ei Rwydwaith Byd-eang o Ddinasoedd a Chymunedau Oed-gyfeillgar. I ddod yn aelod o'r Rhwydwaith, rhaid i arweinwyr lleol ymrwymo i'r pedwar cam a'u rhoi ar waith:

- Ymgysylltu â rhanddeiliaid a'u deall, gan gynnwys pobl hŷn;
- cynllunio'n strategol i alluogi'r holl randdeiliaid i ddatblygu gweledigaeth ar y cyd;
- rhoi cynllun gweithredu ar waith;
- mesur cynnydd y dull gweithredu oed-gyfeillgar yn ogystal â'i effaith ar fywydau pobl.

Drwy ariannu awdurdodau lleol i ymaelodi â'r Rhwydwaith hwn, ac wrth wneud hynny, i fodloni'r meini prawf uchod, mae Llywodraeth Cymru yn helpu i wreiddio Pum Ffordd o Weithio Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol a dull gweithredu sy'n seiliedig ar hawliau. Ar ben hynny, drwy gefnogi pobl hŷn i gael llais yn y gwaith o lunio cymunedau a gwasanaethau lleol, gall awdurdodau lleol feithrin cysylltiadau newydd â dinasyddion a sbarduno newid diwylliannol tuag at ffordd fwy cydgynhyrchiol o ddylunio a darparu gwasanaethau.

Cyllid i awdurdodau lleol

Ers ei lansio yn 2021, dyfarnwyd cyllid i awdurdodau lleol i gefnogi gwireddu gweledigaeth y Strategaeth ar gyfer Cymdeithas sy'n Heneiddio i greu Cymru oed-gyfeillgar. Dyrannwyd cyllid o £550,000 - £25,000 i bob awdurdod lleol - am y tro cyntaf ym mis Hydref 2021 fel rhan o Gronfa Adferiad Covid-19 Llywodraeth Cymru. Roedd y meini prawf cyllido yn canolbwyntio ar gefnogi pobl hŷn i ailgysylltu â'u cymunedau ac yn nodi y gellid cyflawni hyn drwy gymorth ariannol ar gyfer fforymau i

bobl 50 oed a hŷn neu grwpiau pobl hŷn neu drwy gynnal digwyddiadau allgymorth neu weithgarwch ymgysylltu. Ar ben hynny, roedd y meini prawf yn gofyn i awdurdodau lleol ymgysylltu â phobl hŷn a rhanddeiliaid eraill sy'n rhan o'r gwaith o greu Cymru oed-gyfeillgar a dechrau gweithio tuag at ddod yn aelod o Rwydwaith Byd-eang o Ddinasoedd a Chymunedau Oed-Gyfeillgar Sefydliad Iechyd y Byd.

Er mwyn galluogi awdurdodau lleol i adeiladu ar y gwaith hwn a chyflawni ymrwymiad newydd yn y Rhaglen Lywodraethu, dyrannwyd £1.1 miliwn arall - £50,000 i bob awdurdod yn 2022 – 23. Roedd y Rhaglen Lywodraethu yn ymrwymo Llywodraeth Cymru i '*Ariannu swydd ym mhob awdurdod lleol i hyrwyddo Cymru oed-gyfeillgar*' ac wedyn cafodd y meini prawf cyllido eu diwygio i:

- Sicrhau bod swydd benodol yn yr awdurdod lleol i hyrwyddo a gwreiddio'r gwaith o ddod yn gymuned oed-gyfeillgar.
- Parhau i weithio tuag at fod yn aelod o Rwydwaith Byd-eang o Ddinasoedd a Chymunedau Oed-Gyfeillgar Sefydliad Iechyd y Byd.

Parhawyd i ddarparu £1.1 miliwn i awdurdodau lleol yn 2023-24 a 2024-25 gyda'r meini prawf cyllido yn aros yr un fath. Fodd bynnag, yn dilyn cydnabyddiaeth nad oedd gweithgarwch mewn rhai meysydd yn cyd-fynd yn llawn â'r meini prawf, yn 2025 - 26 cafodd ei ddiwygio i:

- Swydd i weithio gyda phobl hŷn a rhanddeiliaid i greu cymunedau oed-gyfeillgar.
- Ymgysylltu ystyrlon â grŵp amrywiol o bobl hŷn.
- Galluogi pobl hŷn i chwarae rhan weithredol yn eu cymuned.
- Dod yn o Rwydwaith Byd-eang o Ddinasoedd a Chymunedau Oed-Gyfeillgar Sefydliad Iechyd y Byd.

Trosolwg o Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar

Er mwyn deall sut mae awdurdodau lleol yn rheoli swyddi Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar, roedd yr holiadur i awdurdodau lleol yn gofyn y tri chwestiwn canlynol:

1. Ym mha adran o'r awdurdod lleol y mae eich swydd? A yw hyn yn eich helpu i gyflawni eich dyletswyddau fel Swyddog Cymunedau Oed-gyfeillgar?
2. Oes gennych chi ddisgrifiad swydd? Ydy eich disgrifiad swydd yn sôn am weithio gyda thimau eraill sy'n cefnogi pobl hŷn?
3. Ers faint ydych chi wedi bod yn y swydd?

Mae'r ymatebion yn dangos bod Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar wedi'u lleoli mewn gwahanol adrannau mewn awdurdodau lleol, gyda dros 50% wedi'u lleoli ym maes gofal cymdeithasol i oedolion neu adrannau sy'n canolbwyntio ar atal a llesiant. Mae 27% yn perthyn i adrannau strategol neu gorfforaethol, ac mae eraill wedi cael eu rhoi mewn unedau diogelu gwasanaethau cyhoeddus neu swyddi canolog gyda chylchoedd gwaith trawsbynciol. Mae pedwar awdurdod lleol yn mabwysiadu dull cyfunol gyda chyfrifoldeb dros waith oed-gyfeillgar wedi'i wasgaru ar draws amrywiaeth o weithwyr awdurdodau lleol sy'n cael eu goruchwylio gan uwch swyddog cyngor. Mewn tair o'r ardaloedd hyn, rhennir y swydd gyda swyddog a gyflogir yn y trydydd sector.

Teimlai pob ymatebydd ond un fod eu lleoliad yn eu cefnogi i gyflawni eu rôl yn effeithiol. Er enghraifft, roedd Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar a oedd wedi'u lleoli mewn timau corfforaethol neu strategol yn teimlo eu bod yn gallu gwreiddio egwyddorion oed-gyfeillgar ar draws polisïau a fframweithiau cynllunio'r cyngor, ac roedd cael eu lleoli mewn timau datblygu neu atal cymunedol yn helpu i ymgysylltu â sefydliadau ar lawr gwlad a gwella mynediad at rwydweithiau lleol.

Tynnodd llawer o ymatebwyr sylw at waith ataliol (yn unol â Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014) fel rhan ganolog o'u swyddi. Mae bod yn rhan o dimau gofal cymdeithasol/atal yn golygu bod Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar yn rhan o'r agenda ataliol, ac felly'n gallu hyrwyddo annibyniaeth, iechyd a llesiant i leihau dibyniaeth ar wasanaethau acíwt. Mae cydweithio yn thema gyffredin y cyfeirir ati yn y rhan fwyaf o'r ymatebion, gyda deiliaid swyddi yn gweithio ar draws ffiniau sefydliadol, boed hynny'n fewnol (ar draws adrannau) neu'n allanol (gyda phartneriaid a chymunedau).

Mae llawer o awdurdodau lleol wedi defnyddio lleoliad eu Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar i sicrhau nad yw'r agenda oed-gyfeillgar yn "ychwanegiad" ond yn hytrach wedi'i gwreiddio mewn polisi, darpariaeth a datblygu cymunedol.

Mae heriau'n tueddu i godi pan fydd y swydd yn cael ei hynysu neu ei gorymestyn. Roedd un Swyddog yn ei chael hi'n anodd cyflawni tasgau nad oedd yn uniongyrchol gysylltiedig â'u cylch gwaith oed-gyfeillgar.

Dim ond 2 Swyddog Cymunedau Oed-gyfeillgar sydd heb ddisgrifiad swydd. O'r rhai a rannwyd â ni, mae pob un yn cyfeirio naill ai at weithio gydag adrannau mewnol, sefydliadau allanol a grwpiau cymunedol. Mae llawer o ddisgrifiadau swydd yn sôn yn benodol am gydgynhyrchu, ymgynghori ac ymgysylltu â phobl hŷn i siapio gwasanaethau a strategaethau. Mae swyddi'n aml yn gysylltiedig â fframweithiau strategol ehangach fel cynlluniau llesiant lleol, Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol a Meysydd Oed-gyfeillgar Sefydliad Iechyd y Byd.

Mae'r tasgau allweddol yn cynnwys:

- Paratoi adroddiadau a chylchlythyrau
- Rhoi cyflwyniadau a hyfforddiant
- Dylanwadu ar bolisi a darparu gwasanaethau
- Hyrwyddo arferion da ac arloesedd

Mae rhai swyddi'n cynnwys canolbwyntio ar gyfranogiad rhwng y cenedlaethau, datblygu cymunedol cynhwysol ac egwyddorion diogelu.

Mae'r rhan fwyaf o Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar wedi bod yn eu swyddi presennol ers rhwng blwyddyn a thair blynedd, gyda chlwstwr nodedig o benodiadau'n cael eu gwneud yn 2023 a 2024.

Er gwaethaf y mewnlifiad diweddar hwn, mae rhai unigolion yn dod â phrofiad hirdymor i'r swydd, gyda rhai wedi bod yn ymwneud â gwaith oed-gyfeillgar neu waith cysylltiedig ers 2014 neu hyd yn oed yn gynharach na hynny. Mae'r aelodau staff hyn yn aml yn cyfeirio at swyddi blaenorol neu ymgysylltiad parhaus yn y maes, gan ddarparu parhad a chof sefydliadol gwerthfawr, er bod y rhan fwyaf o'r gweithlu'n gymharol newydd.

Mae ymyriadau gyrfaol a chyfnodau pontio fel absenoldeb mamolaeth, salwch, adleoli a secondiadau yn gyffredin. Er bod rhai awdurdodau lleol yn rheoli'r tarfu hwn

drwy gymorth interim neu ailddosbarthu cyfrifoldebau mewn modd hyblyg, nid yw hyn bob amser yn bosibl.

Mae heriau sylweddol hefyd wedi bod o ran recriwtio a chadw staff. Mae rhai swyddi wedi gweld trosiant uchel neu wedi bod yn wag am gyfnodau estynedig, gan olygu o bryd i'w gilydd bod angen i staff eraill lenwi'r bwlch dros dro. Mewn rhai achosion, mae'r ansefydlogrwydd hwn wedi effeithio ar barhad a chynnydd mentrau oed-gyfeillgar.

Canlyniadau Blaenoriaeth a Nodwyd

Roedd yr holiadur yn gofyn pa ganlyniadau yr oedd awdurdodau lleol yn gobeithio eu cyflawni ar ddechrau'r ddarpariaeth gyllido yn 2022 (ac eithrio'r dyraniad yn ystod Covid-19) a'r hyn yr oeddent wedi'i gyflawni hyd yma. Ar draws awdurdodau lleol, nodwyd y nodau canlynol yn gyson ar ddechrau'r ddarpariaeth gyllido:

1. Dod yn aelod o Rwydwaith Byd-eang o Ddinasoedd a Chymunedau Oed-Gyfeillgar Sefydliad Iechyd y Byd.
2. Sefydlu strwythurau oed-gyfeillgar a chryfhau partneriaethau.
3. Rhoi mwy o lais i bobl hŷn.
4. Cydgynhyrchu - cefnogi datblygiad prosiectau cymunedol.
5. Gwella cynhwysiant, hygyrchedd a llesiant.
6. Codi ymwybyddiaeth a rhannu gwybodaeth.

Mae'r canlyniadau hyn yn cyd-fynd â'r meini prawf cyllido a amlinellir ar dudalen 4 ac mae'r adroddiad hwn yn asesu i ba raddau y mae'r cyllid wedi galluogi awdurdodau lleol i gyflawni'r canlyniadau hyn.

Canlyniad 1: Dod yn aelod o Rwydwaith Dinasoedd a Chymunedau Oed-Gyfeillgar Sefydliad Iechyd y Byd

Adeg ysgrifennu'r adroddiad hwn, mae 11 awdurdod lleol wedi llwyddo i ddod yn aelod o Rwydwaith Byd-eang o Ddinasoedd a Chymunedau Oed-Gyfeillgar Sefydliad Iechyd y Byd. Fodd bynnag, mae'r rhan fwyaf o awdurdodau eraill wedi cymryd camau breision i hyrwyddo cymunedau oed-gyfeillgar, gyda chefnogaeth proses ymgeisio Rhwydwaith Sefydliad Iechyd y Byd a'r Comisiynydd Pobl Hŷn. (Mae'r Comisiynydd Pobl Hŷn yn aelod cyswllt o Rwydwaith Sefydliad Iechyd y Byd ac mae'n darparu arweiniad a chymorth i awdurdodau lleol ar eu teithiau oed-gyfeillgar).

Mae profiadau aelodau presennol a'r rhai sy'n symud ymlaen drwy'r cais yn nodi amrywiaeth o fanteision diriaethol, effeithiau strategol a chyfleoedd ar gyfer gwelliant parhaus. Mae awdurdodau lleol sydd eisoes wedi dod yn aelodau o Rwydwaith Sefydliad Iechyd y Byd wedi nodi manteision sylweddol. Mae'r rhan fwyaf o'r ymatebion yn tynnu sylw at rwydweithio a chyfnewid gwybodaeth (42%), hygrededd a chydnabyddiaeth (32%), ac effaith polisi a strategol (26%) fel prif ganlyniadau aelodaeth Rhwydwaith Sefydliad Iechyd y Byd.

Mae'r manteision y cyfeirir atynt amlaf yn cynnwys:

- **Hygrededd a chydnabyddiaeth:** Mae aelodaeth yn darparu dilysiad allanol drwy godi proffil gwaith oed-gyfeillgar ac annog ymgysylltu ehangach â phartneriaid. Dywed tri awdurdod lleol fod aelodaeth wedi cryfhau eu henw da a'u dylanwad yn lleol ac yn genedlaethol.
- **Mynediad at arferion gorau byd-eang:** Mae aelodau'n elwa ar adnoddau, pecynnau cymorth ac astudiaethau achos Sefydliad Iechyd y Byd, yn ogystal â chyfleoedd i ddysgu gan gymheiriaid rhyngwladol. Mae rhai awdurdodau lleol wedi defnyddio'r adnoddau hyn i lywio eu strategaethau lleol a sbarduno arloesedd.

- **Rhwydweithio a chyfnewid gwybodaeth:** Mae gweminarau wythnosol a galwadau gan gymheiriaid, wedi'u hwyluso gan y Ganolfan Heneiddio'n Well[1], yn cynnig dysgu a chydweithio parhaus. Nodwyd gwerth y cysylltiadau hyn o ran meithrin gallu a rhannu mentrau llwyddiannus.
- **Effaith strategol:** Mae aelodaeth wedi helpu i wreiddio egwyddorion oed-gyfeillgar mewn fframweithiau polisi a phrosesau gwneud penderfyniadau, gan sicrhau bod ystyriaethau oed-gyfeillgar yn cael eu hintegreiddio ar draws sefydliadau.
- **Ymgysylltu â'r gymuned:** Mae bod yn rhan o'r rhwydwaith yn arwydd o ymrwymiad cryf i werthoedd oed-gyfeillgar, gan gymell grwpiau a dinasyddion lleol i gymryd rhan a chydgynhyrchu atebion.
- **Dathlu a gwelededd:** Mae digwyddiadau ac ymgyrchoedd aelodaeth wedi cynyddu proffil yr agenda oed-gyfeillgar, gan arddangos cyflawniadau lleol ac ysbrydoli gweithredu pellach.
- **Arloesi a rhannu:** Mae prosiectau lleol fel caffis cysylltu a grwpiau cerdded yn cael eu rhannu'n fyd-eang i ysbrydoli eraill.

I awdurdodau nad ydynt yn aelodau eto, mae'r broses ymgeisio wedi bod yn werthfawr iawn ac yn aml yn drawsnewidiol:

- **Fframwaith strwythuredig:** Mae'r broses yn rhoi eglurder ynghylch blaenoriaethau a bylchau ar draws wyth parth Sefydliad Iechyd y Byd, gan helpu awdurdodau lleol i asesu eu darpariaeth bresennol a nodi meysydd i'w gwella.
- **Catalydd ar gyfer cydweithio:** Mae gwaith ymgeisio wedi cryfhau partneriaethau a chydgynhyrchu gyda phobl hŷn, gan feithrin diwylliant o gydweithio a gweledigaeth ar y cyd.
- **Myfyrio beirniadol:** Mae rhai awdurdodau lleol wedi nodi bod y broses wedi ysgogi myfyrio beirniadol, mireinio blaenoriaethau ac egluro amcanion ar gyfer dod yn oed-gyfeillgar.
- **Cymorth ac arweiniad:** Mae Swyddfa'r Comisiynydd Pobl Hŷn ac adnoddau Sefydliad Iechyd y Byd wedi bod yn amhrisiadwy, gan gynnig arweiniad a chymorth drwy gydol y broses ymgeisio.
- **Effaith gynnar:** Hyd yn oed cyn aelodaeth ffurfiol, mae taith y cais wedi dylanwadu ar strategaethau polisi ac ymgysylltu, gan weithredu fel catalydd ar gyfer newid diwylliannol a chynllunio strategol.

<u>Crynodeb</u>

Mae'n amlwg bod ymgysylltu â Rhwydwaith Sefydliad Iechyd y Byd wedi bod yn gatalydd ar gyfer newid cadarnhaol ar draws awdurdodau lleol, boed hynny drwy aelodaeth lawn neu drwy'r broses ymgeisio. Mae aelodaeth yn dod â hygrededd, dysgu byd-eang ac effaith strategol, ac mae'r broses ymgeisio yn annog ymgeiswyr i fyfyrio, cydweithio a gwneud gwelliannau cynnar. Gyda'i gilydd, mae'r llwybrau hyn

[1] Mae'r Ganolfan Heneiddio'n Well yn rhedeg rhwydwaith cymorth gan gymheiriaid ar gyfer aelodau Rhwydwaith o Ddinasoedd a Chymunedau Oed-gyfeillgar Sefydliad Iechyd y Byd

yn cefnogi'r gwaith o greu cymunedau cynhwysol sy'n ystyriol o oedran ac yn gwreiddio arferion gorau ledled Cymru.

Canlyniad 2: Sefydlu strwythurau oed-gyfeillgar a chryfhau partneriaethau

Mae'r ymatebion i'r holiadur a'r adroddiadau diwedd blwyddyn yn dangos sut mae'r cyllid oed-gyfeillgar wedi galluogi awdurdodau lleol i wella cydweithio mewnol ar draws adrannau a meithrin partneriaethau allanol cryfach. Mae hyn wedi arwain at gynllunio mwy integredig, ymgysylltu'n ehangach â'r gymuned a gwelliannau pendant i bobl hŷn, sydd wedi'u rhestru isod.

Dylanwadu ar bolisi awdurdodau lleol

Mae cyllid wedi galluogi awdurdodau lleol i wreiddio arferion oed-gyfeillgar ar draws eu sefydliad - mae llawer wedi sefydlu grwpiau llywio trawsadrannol neu rwydweithiau mewnol sy'n cynnwys cynrychiolwyr o amrywiaeth o adrannau:

> *Mae'r cyllid wedi bod yn amhrisiadwy o ran darparu adnodd ychwanegol i aelod penodol o staff arwain ar waith Oed-Gyfeillgar. Mae cael pwynt cyswllt canolog wedi cryfhau'r gwaith ymgysylltu â chydweithwyr yn y sefydliad, gan sicrhau bod egwyddorion Oed-Gyfeillgar yn cael eu gwreiddio ar draws adrannau a'u cysylltu â blaenoriaethau ehangach. (Bro Morgannwg)*

Ffurfiodd Casnewydd grŵp llywio mewnol gydag aelodau'n cwmpasu pob un o wyth parth oed-gyfeillgar Sefydliad Iechyd y Byd, i gefnogi pob maes gwasanaeth i ystyried pobl hŷn yn ei gynlluniau. Yng Ngwynedd, mae'r Swyddog Cymunedau Oed-gyfeillgar yn cwrdd â phenaethiaid adrannol yn rheolaidd ac yn cynnal gweithdai gyda'r holl reolwyr i drafod sut y gall pob gwasanaeth gyfrannu at gymuned oed-gyfeillgar. Y canlyniad yw bod egwyddorion oed-gyfeillgar wedi'u gwreiddio mewn dogfennau strategol a gweithrediadau bob dydd. Mae nifer o awdurdodau lleol yn nodi bod materion a oedd yn cael eu hanwybyddu o'r blaen sy'n effeithio ar bobl hŷn mewn gwahanol adrannau bellach yn cael sylw oherwydd bod y Swyddog Cymunedau Oed-gyfeillgar yn mynychu cyfarfodydd mewnol i godi anghenion pobl hŷn.

Gweithio mewn partneriaeth allanol

Yn allanol, mae'r cyllid wedi helpu i greu partneriaethau a rhwydweithiau ehangach. Mae llawer o awdurdodau lleol wedi creu neu ehangu rhwydweithiau neu fforymau oed-gyfeillgar presennol sy'n dod â phartneriaid yn y sector cyhoeddus, sefydliadau trydydd sector a grwpiau cymunedol at ei gilydd. Er enghraifft, sefydlodd Bro Morgannwg *Rwydwaith y Fro Oed-Gyfeillgar* a oedd yn cynnwys amrywiaeth eang o bartneriaid gan gynnwys y sector iechyd, grwpiau gwirfoddol a thrigolion hŷn sy'n dod at ei gilydd o dan weledigaeth gyffredin.

Mae awdurdodau lleol eraill wedi adeiladu ar bartneriaethau sy'n bodoli eisoes. Roedd Rhondda Cynon Taf wedi integreiddio amcanion oed-gyfeillgar i'w *Grŵp Llywio Cymorth Cymunedol*, sef corff aml-asiantaeth a oedd eisoes yn bodoli ac mae ei aelodaeth yn cynnwys cynrychiolwyr o'r heddlu, y bwrdd iechyd, cymdeithasau tai, Cyngor ar Bopeth a mwy. Drwy gysoni'r agenda oed-gyfeillgar â'r grŵp hwn, sicrhaodd Rhondda Cynon Taf fod dull partneriaeth yn cael ei fabwysiadu a'i

integreiddio i arferion yn lleol a oedd yn allweddol i sicrhau aelodaeth o Rwydwaith Sefydliad Iechyd y Byd.

Mae cydweithredu â'r sector gwirfoddol yn thema gref arall yn yr holl ymatebion. Mae llawer o awdurdodau lleol yn gweithio'n agos gyda'u Cyngor Gwirfoddol Sirol, rhai i ddosbarthu arian grant i brosiectau sy'n cael eu rhedeg gan y gymuned ac eraill i ariannu Age Connects i gydlynu fforymau pobl hŷn.

Gyda'r cyllid yn ei le, mae awdurdodau lleol a'u partneriaid hefyd wedi gallu cyd-gynnal digwyddiadau, ymgyrchoedd a phrosiectau sydd o fudd i bobl hŷn. Cynhaliodd sawl ardal ffeiriau gwybodaeth, digwyddiadau cymunedol neu heneiddio'n dda a ddaeth ag amrywiaeth o sefydliadau o wahanol sectorau at ei gilydd i ddarparu archwiliadau iechyd a chyngor yn uniongyrchol i breswylwyr, gan wella mynediad i'r rheini sydd o bosibl ddim yn teithio.

Nodwyd bod sesiynau rhwydweithio a hyfforddi ar gyfer rhanddeiliaid yn werthfawr:

> *Mae'r cyllid wedi hwyluso sesiynau rhwydweithio sydd wedi bod yn amhrisiadwy o ran codi ymwybyddiaeth o Gymunedau Oed-Gyfeillgar, gan helpu rhanddeiliaid i ddychmygu eu rhan nhw o'r daith. (Wrecsam)*

Gall sesiynau o'r fath wella dysgu a chydweithredu ar y cyd. Mae ymgyrchoedd a phrosiectau ar y cyd hefyd wedi cael eu lansio diolch i'r partneriaethau hyn. Er enghraifft, datblygodd Caerdydd fentrau unigryw ar y cyd ag Iechyd Cyhoeddus Cymru, fel gwefan Caerdydd Oed-Gyfeillgar, cynllun dosbarthu condomau i oedolion hŷn (hyrwyddo iechyd rhywiol) ac ymgyrch ymwybyddiaeth brechu wedi'i thargedu a oedd yn defnyddio animeiddiadau a hysbysebion mewn safleoedd bysiau i gyrraedd cymunedau lleiafrifol. Roedd y mentrau hyn yn bosibl drwy gysylltu ag awdurdodau iechyd a defnyddio cyllid ychwanegol drwy'r rhaglen oed-gyfeillgar.

Bu Ynys Môn yn cydweithio ag ysgolion lleol a grwpiau celfyddydol i ddod â rhaglenni dawns i gartrefi gofal, gan gyfoethogi bywydau preswylwyr cartrefi gofal a phlant fel ei gilydd.

<u>Crynodeb</u>

Mae'n amlwg bod y cyllid wedi bod yn gatalydd i awdurdodau lleol drawsnewid eu dull o gefnogi pobl hŷn. Y dull cyffredin ar gyfer llwyddiant fu buddsoddi mewn cydlynu (pobl a phartneriaethau) yn hytrach na phrosiectau ar wahân yn unig. Drwy wneud hynny, mae awdurdodau lleol wedi datgloi gallu eu staff eu hunain a rhanddeiliaid allanol i gydweithio mewn ffyrdd newydd. Y canlyniad sy'n codi dro ar ôl tro yw cynllunio a darparu gwasanaethau'n fwy cydlynol ar gyfer oedolion hŷn, cynnwys lleisiau pobl hŷn yn well, a nifer o fentrau cydweithredol – o welliannau ymarferol iawn i wasanaethau i raglenni cymunedol creadigol.

Canlyniad 3: Cryfhau Lleisiau Pobl Hŷn

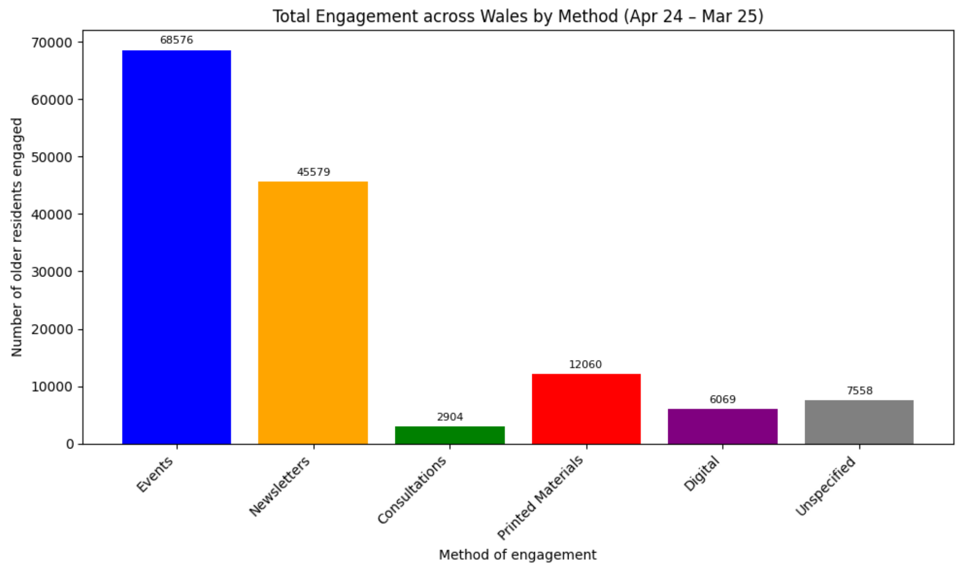
> *Mae cael swyddog yn gwneud y swydd hon yn cefnogi gweithio mewn partneriaeth ac yn cefnogi gwaith parhaus i fynd i'r afael â'r Agenda Atal... Heb y swyddog, byddai'n anoddach clywed llais cydlynol pobl hŷn. (Sir Benfro)*

Un o brif uchelgeisiau creu Cymru oed-gyfeillgar yw cynyddu'r cyfleoedd i bobl hŷn gael llais yn y gwaith o ddylunio a darparu gwasanaethau lleol. Er bod y graddau y mae pobl hŷn yn dymuno ymwneud â chydgynhyrchu a rhedeg gwasanaethau yn

gallu amrywio, mae'n hanfodol bod awdurdodau lleol yn ymdrechu i glywed barn cynifer o bobl hŷn â phosibl er mwyn sicrhau bod cymunedau'n wirioneddol ymatebol i anghenion poblogaeth Cymru sy'n heneiddio.

Gofynnom i awdurdodau lleol faint o drigolion hŷn lleol yr ymgysylltwyd â nhw drwy gyfarfodydd wyneb yn wyneb a thros y we, ymgynghoriadau, taflenni, cylchlythyrau ac ati o ganlyniad i'r cyllid. Gwnaethom ofyn am ffigurau ar wahân ar gyfer ymgysylltu wyneb yn wyneb ac ar-lein ar gyfer y cyfnod o ddeuddeg mis rhwng mis Ebrill 2024 a mis Mawrth 2025. Rhoddodd rhai awdurdodau ffigurau manwl gywir, darparodd eraill ddisgrifiadau naratif neu gyfansymiau cyfunol a disgrifiodd dau waith ymgysylltu helaeth heb ddata rhifol. Felly, nid yw'r ffigurau hyn yn ddarlun cywir o ymgysylltu ar draws pob un o'r 22 awdurdod lleol.

Mae'r ffigurau a ddarparwyd wedi'u nodi yn y siart isod.



Mae'r dulliau ymgysylltu yn y siart uchod yn cyfeirio at y canlynol:

- **Digwyddiadau** – fforymau, ffeiriau, boreau coffi a chyfarfodydd wyneb yn wyneb eraill.
- **Cylchlythyrau** – dosbarthu rhifynnau wedi'u hargraffu a'u hanfon dros e-bost i breswylwyr hŷn.
- **Ymgynghoriadau** – ymatebion i'r arolwg a sesiynau adborth.
- **Deunyddiau wedi'u Hargraffu** – taflenni, canllawiau a chyfeiriaduron nad ydynt yn cael eu hystyried yn gylchlythyron.
- **Allgymorth Digidol** – cyfarfodydd ar y we, grwpiau WhatsApp a rhyngweithio ar wefannau.

Gellir defnyddio'r ffigurau hyn fel canllaw i asesu'r cyrhaeddiad a'r mathau o ymgysylltu y mae awdurdodau lleol yn eu mabwysiadu. Fodd bynnag, roedd ymatebwyr yn awyddus i dynnu sylw at gyfyngiadau'r dull hwn. Er enghraifft, mae'n anodd casglu ffigurau cywir:

> *Nid yw'r (ffigur) hwn yn cynnwys ymgysylltiadau a chyrhaeddiad cyfryngau cymdeithasol, na nifer y gwrandawyr ar sianel radio'r Fforwm (nid yw ar gael ar hyn o bryd). Credwn fod y ffigur yn llawer uwch na nodwyd... ond rydym yn dechrau cofnodi ymgysylltiad yn fwy cywir wrth symud ymlaen.*

Mae'n anodd cofnodi rhifau cywir pan fydd ymgysylltu'n digwydd yn anffurfiol neu drwy sesiynau galw heibio – nid pawb sy'n cofrestru neu'n dymuno cael eu cyfrif.

Hefyd, gall meintioli ymgysylltu ystyrlon fod yn broblematig:

Gallwn amcangyfrif cyrhaeddiad, ond nid yw bob amser yn bosibl mesur ymgysylltiad ystyrlon – nid yw rhifau'n adrodd y stori'n llawn.

Nid yw hyd a lled 'cyfrif ddwywaith' wedi cael ei ystyried yn y ffigurau terfynol chwaith.

Mae rhai pobl hŷn yn cymryd rhan mewn nifer o ddigwyddiadau neu grwpiau, felly mae'n anodd osgoi cyfrif yr un bobl ddwywaith heb system gofrestru ffurfiol.

Mewn amgylchedd lle mae'r sector cyhoeddus yn aml yn cael ei feirniadu am ymgysylltu drwy ddulliau digidol yn unig, mae'n braf nodi bod ymgysylltu wyneb yn wyneb yn llawer uwch (48%) o'i gymharu ag ymgysylltu digidol (4%).

Gwnaethom hefyd ofyn i awdurdodau lleol sut maen nhw'n casglu adborth a sut mae camau'n cael eu cymryd i sicrhau bod ymgysylltu'n ystyrlon, fel y nodir yn y meini prawf cyllido. Mae'r ymatebion yn dangos bod awdurdodau lleol ledled Cymru yn defnyddio amrywiaeth eang o ddulliau i sicrhau bod lleisiau pobl hŷn yn cael eu clywed a'u hadlewyrchu mewn gwaith cynllunio lleol, wrth ddarparu gwasanaethau ac wrth ddatblygu polisïau.

Cesglir adborth drwy sianeli ffurfiol ac anffurfiol. Mae'r rhan fwyaf o awdurdodau'n defnyddio arolygon—digidol ac ar bapur—i gyrraedd cynulleidfa eang, a gefnogir yn aml gan ymgyrchoedd ar y cyfryngau cymdeithasol a deunyddiau wedi'u hargraffu mewn lleoliadau cymunedol. Fel y nodwyd uchod, mae ymgysylltu wyneb yn wyneb yn dal i fod yn hollbwysig, gyda swyddogion yn mynychu fforymau, grwpiau cymunedol a digwyddiadau i siarad yn uniongyrchol â phreswylwyr hŷn. Mae llawer o ardaloedd wedi sefydlu fforymau 50+ neu rwydweithiau oed-gyfeillgar, neu'n parhau i'w cefnogi.

Un canlyniad sy'n codi dro ar ôl tro yw bod barn pobl hŷn yn dylanwadu'n uniongyrchol ar bolisi a gwasanaethau. Ers dechrau'r rhaglen gyllido, mae llawer o awdurdodau lleol naill ai wedi sefydlu neu gryfhau fforymau a grwpiau cynghori pobl hŷn. Er enghraifft, mae *Grŵp Cynghori Pobl Hŷn* Rhondda Cynon Taf yn cyfrannu at ei waith oed-gyfeillgar ac mae'n gysylltiedig â phum fforwm 50+ lleol sydd wedi bodoli ers 2004 – mae'r rhain yn sicrhau bod trigolion hŷn yn cael dweud eu dweud wrth lunio'r agenda leol.

Mae Torfaen yn cefnogi tri fforwm annibynnol 50+ sy'n cyfarfod bob mis; mae'r Swyddog Cymunedau Oed-gyfeillgar yn mynychu ac yn dod â materion a godir (ee cyffordd beryglus ar y ffordd neu bryder ynghylch trafnidiaeth gyhoeddus) i'r adran berthnasol neu'n trefnu i swyddogion yr awdurdod lleol fynychu'r fforymau. Mae hyn wedi arwain at atebion cyflym a chadarn, er enghraifft, peintiodd Adran Briffyrdd Torfaen linellau melyn dwbl i wella diogelwch y tu allan i ganolfan gymunedol ar ôl i aelodau'r fforwm fynegi pryderon.

Yng Nghasnewydd, ymgysylltwyd â thrigolion hŷn drwy arolygon (gyda chymorth panel dinasyddion) a thrwy eu gwahodd i gymryd rhan mewn ymarferion cyllidebu cyfranogol, gan helpu i benderfynu ar flaenoriaethau cyllido lleol.

Mae pob awdurdod lleol yn ceisio mabwysiadu dulliau cynhwysol. Roedd Sir Fynwy, er enghraifft, wedi gwneud gwaith allgymorth helaeth drwy ymweld â dros 30 o grwpiau ar wahanol adegau o'r dydd i gwrdd â phobl hŷn lle maent eisoes yn ymgynnull:

> *Fel rhan o'r gwaith o gasglu tystiolaeth ar gyfer ein hasesiad sylfaenol ar gyfer ein cais i'w gyflwyno i Rwydwaith Byd-eang o Gymunedau a Dinasoedd Oed-Gyfeillgar Sefydliad Iechyd y Byd, cynhaliais arolwg 6 wythnos ar draws Sir Fynwy. Bues i mewn mwy na 30 o grwpiau wyneb yn wyneb, gan gwrdd â'r boblogaeth 50+ lle maen nhw eisoes yn cwrdd.... Roeddwn yn mynd i ganolfannau hamdden am 6 o'r gloch y bore, yn mynd i gyfarfodydd Sefydliad y Merched gyda'r nos, lle bynnag yr oedd pobl. Manteisiais ar y cyfle hwn i gwrdd â'r boblogaeth 50+. (Sir Fynwy).*

Mae Casnewydd wedi gwneud ymdrechion sylweddol i ymgysylltu â chymunedau lleiafrifoedd ethnig, gan ddefnyddio cyfieithwyr a gweithio gyda sefydliadau lleol dibynadwy i oresgyn rhwystrau o ran iaith. Mae Abertawe yn defnyddio grŵp WhatsApp gyda dros 750 o aelodau i rannu gwybodaeth a chasglu adborth drwy bolau piniwn, ac mae Caerffili ac eraill yn defnyddio cyfryngau cymdeithasol ac e-bost i gadw mewn cysylltiad rheolaidd.

Mae gweithredu ar adborth yn amrywiol ond yn aml wedi'i integreiddio'n dda i waith cynllunio strategol. Mewn sawl ardal, mae adborth yn llywio cynlluniau gweithredu, fframweithiau polisi a dyluniad gwasanaethau oed-gyfeillgar:

> *Drwy gyfarfodydd, gweithdai, digwyddiadau, arolygon ac allgymorth cymunedol rheolaidd, rydym yn casglu adborth yn uniongyrchol gan drigolion hŷn a phartneriaid. Mae'r wybodaeth hon wedi'i gwreiddio yn Strategaeth a Chynllun Gweithredu'r Fro Oed-Gyfeillgar i siapio blaenoriaethau yn y dyfodol a'i defnyddio i lywio blaengynllun gwaith, themâu digwyddiadau a ffrydiau gwaith y Fforwm. Fe'i rhennir hefyd gyda phartneriaid ac adrannau'r Cyngor i ddylanwadu ar wasanaethau a gwneud penderfyniadau. (Bro Morgannwg)*

Mae awdurdodau lleol wedi gwreiddio barn pobl hŷn mewn ymrwymiadau ar lefel cabinet a phrosesau comisiynu. Mae eraill wedi defnyddio adborth i sicrhau cyllid a datblygu gwasanaethau wedi'u targedu, fel cynlluniau trafnidiaeth gymunedol:

> *Gwnes i greu arolwg yn canolbwyntio ar ddarpariaeth trafnidiaeth. Ar sail yr ymatebion a'r trafodaethau, rwy'n dod o hyd i bartneriaid perthnasol i fynd i'r afael â'r materion a godwyd. Mae'r dull hwn yn sicrhau y gweithredir yn effeithiol ar yr adborth, gan arwain at welliannau pendant mewn gwasanaethau a chymorth i breswylwyr hŷn. (Castell-nedd Port Talbot)*

Mae sawl awdurdod wedi sefydlu trefniadau ffurfiol i fonitro ac adrodd ar gynnydd. Mae Bro Morgannwg yn cyhoeddi diweddariadau rheolaidd i'r Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus a'r Pwyllgorau Craffu, ac mae Powys yn cadw log problemau sy'n bwydo'n uniongyrchol i waith cynllunio partneriaethau rhanbarthol. Mae Casnewydd a Blaenau Gwent wedi rhoi blaenoriaeth i gau'r ddolen adborth drwy ailymweld â grwpiau i rannu canlyniadau a chynnal ymddiriedaeth.

Mae'r gwaith ymgysylltu hwn yn ganolog i'r dull cymunedau oed-gyfeillgar ac mae'n helpu i lunio gwasanaethau cyhoeddus mwy cynhwysol ac ymatebol, ond mae'r ymatebion hefyd yn nodi cyfleoedd i wella. Er enghraifft, er bod yr ymgysylltu'n gryf, nid yw pob ardal yn adrodd yn ôl yn gyson i bobl hŷn, yn enwedig pobl hŷn sydd

wedi'u hallgáu'n ddigidol. Mae rhai awdurdodau'n wynebu heriau oherwydd daearyddiaeth neu gyllid cyfyngedig, sy'n gallu cyfyngu ar raddfa'r gwaith ymgysylltu. Mae lle i gryfhau ymdrechion cynhwysiant digidol ar yr un pryd â chynnal opsiynau all-lein hygyrch a gwella cydlyniad ar draws adrannau a phartneriaid i sicrhau bod adborth yn arwain at weithredu cydgysylltiedig. Codwyd y pryderon hyn hefyd gan bobl hŷn a gymerodd ran yng ngrwpiau ffocws Age Cymru, ac fe'u nodir isod.

Mae'n amlwg bod pob awdurdod lleol yn dilyn yr egwyddor "ddim byd i bobl hŷn heb bobl hŷn." Maent yn defnyddio dulliau sy'n cynnwys arolygon, fforymau a sgyrsiau anffurfiol mewn boreau coffi i sicrhau bod oedolion hŷn yn arwain yr agenda. Mae trafnidiaeth ac ynysu gwledig yn bryderon cyffredinol sy'n cael sylw drwy ddod â gweithgareddau'n nes at bobl neu drwy ddefnyddio atebion creadigol. Mae llawer o brosiectau arloesol wedi blodeuo o wrando ar drigolion hŷn – gan ddangos diwylliant cryf o gydgynhyrchu a pharch at gyfraniadau pobl hŷn ledled Cymru. Mae'r enghreifftiau a rannwyd yn dangos sut mae pobl hŷn nid yn unig yn gyfranogwyr ond hefyd yn arweinwyr gweithredol ac yn gyd-grewyr mentrau oed-gyfeillgar. (Gweler canlyniad 4)

<u>Adborth gan grwpiau ffocws pobl hŷn – llais a dylanwad</u>

Canfu Age Cymru fod profiadau pobl hŷn o lais a dylanwad yng Nghymru yn gymysg. Er bod rhai'n elwa o fforymau strwythuredig, fel y Fforwm 50+ yn Rhondda Cynon Taf a Bro Morgannwg (y cyfeirir ato uchod) sy'n darparu cyfleoedd i rannu safbwyntiau a llunio blaenoriaethau lleol, mae eraill yn teimlo bod ymgysylltu'n symbolaidd neu'n anhygyrch. Mae ymgynghoriadau sy'n dibynnu'n drwm ar lwyfannau ar-lein yn eithrio'r rheini heb sgiliau digidol na mynediad i'r rhyngrwyd, gan greu rhwystrau i lawer o breswylwyr hŷn.

Thema a gododd dro ar ôl tro oedd y diffyg ymwybyddiaeth o gynrychiolaeth leol. Dywedodd llawer o'r cyfranogwyr nad ydynt yn gwybod pwy yw eu cynghorwyr na sut i gysylltu â nhw, gan atgyfnerthu ymdeimlad o bellter oddi wrth y broses gwneud penderfyniadau. Mae'r datgysylltiad hwn yn arbennig o amlwg mewn ardaloedd gwledig, lle mae teimlo'n ynysig a sianeli cyfathrebu cyfyngedig yn gwneud ymgysylltu hyd yn oed yn anoddach.

Mae awydd clir am gyfathrebu a chynrychiolaeth fwy uniongyrchol ac ystyrlon. Galwodd cyfranogwyr am ddulliau ymgynghori cynhwysol, presenoldeb amlwg cynghorwyr mewn cymunedau ac allgymorth rhagweithiol, drwy gylchlythyrau, cyfarfodydd lleol a sianeli all-lein, i sicrhau bod lleisiau pobl hŷn yn cael eu clywed.

<u>Crynodeb</u>

Ledled Cymru, mae awdurdodau lleol yn gweithio'n galed i sicrhau bod gan bobl hŷn lais yn y gwaith o lunio'r gwasanaethau a'r polisïau sy'n effeithio ar eu bywydau. Mae cynghorau'n defnyddio cymysgedd o ddulliau i gyrraedd pobl ac i wrando ar eu barn, gan gynnwys boreau coffi, fforymau cymunedol, arolygon a chyfryngau cymdeithasol. Mae ymgysylltu wyneb yn wyneb yn parhau i fod yn gryf ac mae llawer o ardaloedd wedi cyflwyno syniadau arloesol fel grwpiau WhatsApp, cyllidebu cyfranogol ac allgymorth wedi'i dargedu i gymunedau lleiafrifoedd ethnig. Mae'r ymdrechion hyn yn helpu i droi adborth yn gamau gweithredu, boed hynny'n gwella

cysylltiadau trafnidiaeth, dylanwadu ar strategaethau oed-gyfeillgar neu greu cyfleoedd newydd i bobl hŷn gymryd rhan.

Er bod gwaith i'w wneud o hyd—fel mynd i'r afael ag allgáu digidol a sicrhau bod adborth yn cyrraedd pawb—mae'r ymrwymiad i'r egwyddor "dim byd i bobl hŷn heb bobl hŷn" yn glir.

Er gwaethaf yr ymdrechion hyn, mae gan bobl hŷn sy'n cymryd rhan yng ngrwpiau ffocws Age Cymru brofiadau cymysg, gyda rhai'n elwa o fforymau strwythuredig fel y Fforymau 50+ yn Rhondda Cynon Taf a Bro Morgannwg, ac eraill yn teimlo bod ymgysylltu'n symbolaidd neu'n anhygyrch. Mae llawer yn anymwybodol pwy yw eu cynghorwyr lleol a sut i gysylltu â nhw, sy'n cynyddu teimladau o ddiffyg cysylltiad â gwneud penderfyniadau, yn enwedig mewn ardaloedd gwledig. Mynegodd y cyfranogwyr awydd clir am gyfathrebu mwy ystyrlon, gan gynnwys dulliau ymgynghori cynhwysol, presenoldeb amlwg cynghorwyr ac allgymorth rhagweithiol drwy sianeli all-lein a chymunedol.

Canlyniad 4: Cydgynhyrchu - cefnogi datblygiad prosiectau cymunedol

Dywedodd pob awdurdod lleol eu bod yn cynnwys pobl hŷn yn y gwaith o gynllunio gweithgareddau a grwpiau. Y prif ddull yw cydgynhyrchu; mae llawer o awdurdodau lleol yn nodi bod pobl hŷn yn aml yn dechrau ac yn arwain grwpiau eu hunain, a rôl yr awdurdod lleol yw cefnogi, hwyluso neu ddileu rhwystrau.

Cyfeiriodd bron pob awdurdod lleol at weithio mewn partneriaeth â grwpiau cymunedol, elusennau (Age Cymru, Age Connects neu gynghorau gwirfoddol lleol), gwasanaethau iechyd neu gysylltwyr cymunedol – i ymgysylltu â phobl hŷn. Mae nifer o awdurdodau lleol yn gweld eu rôl yn benodol fel galluogwyr yn hytrach na darparwyr uniongyrchol, gan gefnogi mentrau sy'n cael eu harwain gan y gymuned, helpu grwpiau i sicrhau cyllid neu adnoddau a chysylltu pobl hŷn â gwasanaethau perthnasol. Mae hyn yn aml yn golygu defnyddio cyfalaf cymdeithasol sydd eisoes yn bodoli, er enghraifft, helpu gwirfoddolwr lleol i sefydlu clwb newydd, neu gysylltu grŵp buddiant â darparwr gwasanaeth.

Dywedodd un Swyddog Cymunedau Oed-gyfeillgar:

> *Y cyfan sydd ei angen arnynt [aelodau hŷn o'r gymuned] yw'r gefnogaeth y mae'r cyllid yn ei ganiatáu, ac ar nodyn mwy personol, mae'n fy ngalluogi i roi anogaeth gwirioneddol ac yn bwysicaf oll, i roi cydnabyddiaeth iddynt am eu cyflawniadau <u>nhw</u> (sy'n aml yn cael ei anghofio). Maen nhw'n dweud wrthyf yn aml na fydden nhw'n gallu gwneud yr hyn maen nhw'n ei wneud hebof fi – ond y gyfrinach yw, rwy'n eu galluogi a'u grymuso nhw, maen nhw'n ei wneud ar eu pen eu hunain mewn gwirionedd, nhw yw'r arweinwyr, nid fi. (Sir y Fflint)*

Mae'r ymatebion yn cynnwys nifer o enghreifftiau o fentrau creadigol wedi'u siapio gan leisiau pobl hŷn sydd wedi'u cynnwys yn Atodiad 3

<u>Adborth o grwpiau ffocws Age Cymru – gwirfoddoli</u>
Mae gwirfoddoli'n chwarae rhan hollbwysig ym mywydau llawer o bobl hŷn ledled Cymru, gan gynnig cymorth ymarferol i gymunedau yn ogystal â manteision

personol sylweddol. Disgrifiodd y cyfranogwyr wirfoddoli fel profiad gwerth chweil sy’n rhoi pwrpas, cysylltiad cymdeithasol ac ymdeimlad o falchder. I rai, roedd yn hwyluso’r broses o ymddeol neu’n helpu i fynd i’r afael ag unigrwydd, ac roedd eraill yn gwerthfawrogi’r cyfle i “roi rhywbeth yn ôl” drwy bethau fel gweithio mewn siop elusen, prosiectau garddio, gwneud ffrindiau a gweithgareddau diwylliannol.

Fodd bynnag, mae heriau i wirfoddoli hefyd. Mae ymwybyddiaeth o gyfleoedd yn anghyson ac mae llawer o bobl hŷn yn teimlo bod rolau wedi’u hanelu at wirfoddolwyr iau. Mae cyfyngiadau corfforol, pryderon iechyd ac anawsterau trafnidiaeth yn aml yn cyfyngu ar gyfranogiad, gan arwain at rai yn camu’n ôl ar ôl blynyddoedd o wasanaeth. Dywedodd eraill eu bod yn ffafrio gwirfoddoli hyblyg, anffurfiol, fel helpu yn eu grwpiau neu gymdogaethau eu hunain, yn hytrach nag ymrwymo i rolau strwythuredig.

Lle mae gwirfoddoli’n ffynnu, mae cysylltiad agos rhyngddo â rhwydweithiau lleol cryf a chymorth gweladwy sy’n tynnu sylw at bwysigrwydd cyfathrebu rhagweithiol, gwybodaeth hygyrch a chyllid cynaliadwy. Ac eto, mae pryderon o hyd ynghylch recriwtio gwirfoddolwyr a chynllunio ar gyfer olyniaeth, gyda llawer o grwpiau’n dibynnu ar nifer fach o unigolion ymroddedig.

Yn gyffredinol, mae gwirfoddoli yn cael ei werthfawrogi’n fawr ond mae’n wynebu pwysau sy’n peryglu ei gynaliadwyedd yn y tymor hir. Bydd mynd i’r afael â rhwystrau drwy hyrwyddo’n well, cyfleoedd hyblyg a buddsoddi mewn mentrau sy’n cael eu harwain gan y gymuned yn hanfodol er mwyn sicrhau bod pobl hŷn yn gallu parhau i gyfrannu’n ystyrlon ac elwa o’r ymdeimlad o bwrpas a chysylltiad a ddaw yn sgil gwirfoddoli.

<u>Cymorth i grwpiau pobl hŷn i wneud cais am gyllid</u>

Mae llawer o Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar yn cefnogi grwpiau pobl hŷn i wneud cais am grantiau drwy gyd-ysgrifennu ceisiadau, adolygu ceisiadau neu ddarparu llythyrau cefnogi ffurfiol. Yn Ynys Môn, defnyddiodd y Swyddog Cymunedau Oed-gyfeillgar ei gefndir mewn codi arian i helpu grŵp *Nifty 60s* i baratoi cais llwyddiannus am grant o £50,000, a oedd yn galluogi’r grŵp i ehangu i gymunedau newydd. Yng Nghasnewydd, ysgrifennodd y Swyddog Cymunedau Oed-gyfeillgar lythyr o gefnogaeth a helpodd grŵp theatr gymunedol i bobl dros 50 oed gael cyllid gan y Cyngor Celfyddydau, gan eu galluogi i gynnal sesiynau drama mewn cyfadeilad tai i bobl hŷn.

Mae Abertawe yn cydnabod bod ei thîm Heneiddio’n Dda wedi grymuso fforwm henoed annibynnol i sicrhau ei gyllid ei hun i gynnal tripiau a dosbarthiadau.

Yn Nhorfaen, helpodd y Swyddog Cymunedau Oed-gyfeillgar glwb brecwast newydd i gyn-filwyr i ddatblygu’n hyb wythnosol ffyniannus drwy gael grant celfyddydau FUSION gan Lywodraeth Cymru a’r Loteri Genedlaethol i ddarparu sesiynau therapi cerdd a chelf i’r cyn-filwyr. Roedd y Swyddog Cymunedau Oed-gyfeillgar hefyd wedi helpu i sicrhau grant Canolfannau Clyd drwy’r cysylltwyr cymunedol lleol a oedd yn darparu rholiau brecwast a hamperi bwyd am ddim i bobl hŷn agored i niwed. Gyda chymorth y swyddog, mae’r grŵp cyn-filwyr bellach wedi dod yn fudiad sefydledig – sy’n golygu y gallant wneud cais am gyllid yn y dyfodol ar eu pen eu hunain, er bod y swyddog yn dal i’w cynghori a’u cysylltu â chyfleoedd newydd.

Mae nifer o Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar ar gael i helpu i lenwi ffurflenni neu i gynghori unigolion a chlybiau ar sut i fodloni gofynion cyllidwyr. Er enghraifft, dywedodd swyddog Sir y Fflint:

> *Rwyf wedi gallu cael mynediad at sawl ffrwd o gyllid ac wedi cefnogi unigolion a grwpiau gyda cheisiadau.*

Bu swyddog Pen-y-bont ar Ogwr yn gweithio'n agos gyda gwirfoddolwyr lleol i alluogi dros ddeg o fudiadau cymunedol newydd i sefydlu a chael grantiau'n llwyddiannus.

Mae'r math hwn o fentora uniongyrchol a chymorth ymarferol yn sicrhau nad yw prosiectau da yn cael eu dal yn ôl gan waith papur neu ddiffyg arbenigedd a bod cyllid ychwanegol yn cael ei ddefnyddio ar gyfer mentrau oed-gyfeillgar.

Codi ymwybyddiaeth o ffrydiau cyllido

Y strategaeth graidd yw sicrhau bod pob grŵp pobl hŷn yn gwybod pa gyllid sydd ar gael a sut i'w gael. Mae Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar yn gweithredu fel hybiau gwybodaeth, yn monitro cyhoeddiadau grant ac yn codi ymwybyddiaeth drwy gylchlythyrau, fforymau, bwletinau e-bost, cyfryngau cymdeithasol a rhwydweithiau lleol. Ym Mlaenau Gwent, cymerodd y Swyddog Cymunedau Oed-gyfeillgar agwedd ragweithiol iawn tuag at ddatblygu cyswllt uniongyrchol (wyneb yn wyneb) â grwpiau lleol a chodi ymwybyddiaeth yn bersonol o grantiau fel Mannau Cynnes a Diogel. Roedd hyn yn sicrhau bod grwpiau a allai fethu hysbysebion ar-lein fel arall yn clywed am y cyllid ac yn gwneud cais. O ganlyniad, cafodd nifer o glybiau cinio, grwpiau hobi a boreau coffi ym Mlaenau Gwent grantiau bach na fyddent wedi gwybod amdanynt fel arall.

Cynhaliodd sawl awdurdod lleol hefyd weithdai cyllido neu ddigwyddiadau rhwydweithio i gyflwyno grwpiau cymunedol i gyllidwyr. Drwy allgymorth a chyfeirio o'r fath, mae sefydliadau pobl hŷn yn cael yr wybodaeth ddiweddaraf ac yn cadw mewn cysylltiad – er enghraifft, mae tîm Abertawe yn rhannu newyddion cyllido ym mhob cyfarfod rhwydwaith Heneiddio'n Dda a thrwy hysbysfyrddau cymunedol, grwpiau WhatsApp a bwletin e-newyddion. Mae'r cymorth anuniongyrchol hwn yn helpu grwpiau i helpu eu hunain, drwy sicrhau nad ydynt yn colli cyfleoedd i gael arian.

Sefydlu cynlluniau grantiau bach

Mae ardaloedd eraill wedi sefydlu cynlluniau grant pwrpasol neu brosesau symlach i helpu prosiectau pobl hŷn i gael eu traed oddi tanynt. Lansiodd Ceredigion *Grant Ceredigion Oed-Gyfeillgar* a oedd yn cynnig grantiau o £500 y gallai grwpiau cymunedol wneud cais yn hawdd amdano – yn ei rownd gyntaf ddiwedd 2024, cafodd 19 o fudiadau, gan gynnwys pwyllgorau neuaddau lleol a chlybiau pobl hŷn, gyllid ar gyfer digwyddiadau neu welliannau hygyrchedd. Gwnaeth Cyngor Blaenau Gwent gais am *Grant Unigrwydd ac Ynysigrwydd Cymdeithasol Llywodraeth Cymru*, a'i reoli, ac yna rhoddodd yr arian hwnnw â grwpiau pobl hŷn. Roedd y micro-grantiau hyn, a gydlynwyd gan y Swyddog Cymunedau Oed-gyfeillgar, yn galluogi dwsinau o grwpiau dan arweiniad gwirfoddolwyr i gynnal gweithgareddau i fynd i'r afael ag unigrwydd. Yn nodedig, yn dilyn y cyfuniad hwn o gefnogaeth, gostyngodd canran yr oedolion lleol a oedd yn teimlo'n unig o 16% i 11% mewn blwyddyn.

Sianelu cyllid i brosiectau pobl hŷn

Mae nifer o awdurdodau lleol hefyd yn defnyddio prosesau cyllidebu cyfranogol neu raglenni grantiau cymunedol i sianelu cyllid i fentrau pobl hŷn – cynhaliodd Sir Fynwy a Chasnewydd ddigwyddiadau lle cyflwynodd trigolion hŷn a grwpiau syniadau ac ennill pleidleisiau cyllido ar gyfer eu prosiectau.

Chwalu rhwystrau

Lle nad yw awdurdodau lleol yn ariannu grwpiau'n uniongyrchol, maent yn canolbwyntio ar gael gwared ar rwystrau – fel y dywedodd un Swyddog Cymunedau Oed-gyfeillgar, nid oes angen cyllid ar lawer o grwpiau pobl hŷn, ac mae angen cymorth ymarferol arnynt i gael gwared ar fiwrocratiaeth.

Mewn geiriau eraill, mae Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar yn helpu i dorri drwy fiwrocratiaeth (fel sicrhau mannau cyfarfod am ddim, yswiriant, neu drafnidiaeth) er mwyn i grwpiau gwirfoddol allu gweithredu'n haws. Mae'r math hwn o gefnogaeth strwythurol – boed hynny'n symleiddio gweithdrefn trwydded neu'n darparu grant bach i fusnesau newydd – yn aml yn gwneud gwahaniaeth hollbwysig i sefydlu prosiect a sicrhau ei gynaliadwyedd.

Yn Sir Fynwy, drwy dorri drwy'r biwrocratiaeth, llwyddodd y Swyddog i sefydlu caffi dementia yn un o ganolfannau'r cyngor ac ailddyrannu cronfeydd diogelwch cymunedol i osod gwell goleuadau a meinciau i bobl hŷn yn y dref, heb gyllid newydd sylweddol.

Partneriaethau a rhwydweithiau cydweithredol

Mae pwyslais cryf ar weithio mewn partneriaeth yn sail i'r holl ymdrechion hyn. Mae partneriaethau'n cwmpasu rhaglenni cenedlaethol, gyda nifer o Swyddogion yn eistedd ar Fyrddau Partneriaeth Rhanbarthol i sicrhau bod blaenoriaethau pobl hŷn yn cael eu cynrychioli. Mae hyn wedi helpu i sicrhau cyllid er budd trigolion hŷn. Llwyddodd Sir Ddinbych i sicrhau cyllid ar gyfer swydd drafnidiaeth ranbarthol a oedd yn canolbwyntio ar anghenion trafnidiaeth pobl hŷn. Ffurfiodd Sir Benfro bartneriaeth â'r bwrdd iechyd lleol a'r trydydd sector i gynnal sioeau teithiol *Cadw'n Iach* a ariannwyd gan y Gronfa Integreiddio Rhanbarthol a bu'n gweithio gyda phrifysgol i ddenu arian grant ar gyfer hyfforddiant sy'n deall dementia.

Cyflwynodd nifer o awdurdodau lleol swyddi neu gynlluniau newydd. Er enghraifft, defnyddiodd Abertawe gyllid allanol i gyflogi Gweithiwr Cynnwys Heneiddio'n Dda i gefnogi mwy o grwpiau, a ffurfiodd Sir Benfro bartneriaeth ar grant i leoli Cysylltydd Cymunedau sy'n Deall Dementia yn y sector gwirfoddol.

Crynodeb

Mae'r canlyniadau a restrir uchod yn dangos sut gall Swyddog Cymunedau Oed-gyfeillgar weithredu fel catalydd i gefnogi cymunedau i gael gafael ar gyllid allanol, dechrau gwasanaethau newydd a hyd yn oed newid ffyrdd o weithio fel bod pobl hŷn yn cael mwy o gyfleoedd i sefydlu grwpiau a gweithgareddau sy'n bwysig iddyn nhw.

Mae'r ymatebion yn dangos bod awdurdodau lleol yn defnyddio pob partneriaeth – o elusennau bach lleol i raglenni Llywodraeth Cymru – i gyfeirio adnoddau at fentrau oedolion hŷn. Mae'r cysylltiadau aml-asiantaeth hyn hefyd yn golygu bod grwpiau'n cael cymorth ymarferol y tu hwnt i arian (cyngor, hyfforddiant, gwirfoddolwyr), gan roi hwb pellach i'w capasiti.

Er gwaethaf y mentrau cadarnhaol hyn, nodwyd heriau a rhwystrau cyffredin i ymgysylltu. Er enghraifft, gall pobl hŷn sy’n byw mewn ardal wledig ac sydd heb gar neu heb fynediad at drafnidiaeth gyhoeddus ei chael hi’n anodd cymryd rhan.

Mae cyfyngiadau cyllido hefyd yn cyfyngu ar allu awdurdodau lleol i gydgynhyrchu gwasanaethau – tynnodd nifer sylw at y ffaith nad oes gan eu rhaglenni oed-gyfeillgar neu 50+ gyllideb benodol ar gyfer gweithgareddau gan fod cyllid wedi’i gyfyngu i swydd y Swyddog Cymunedau Oed-gyfeillgar. Mae hyn yn golygu eu bod yn dibynnu ar ddefnydd creadigol o bartneriaethau a grantiau allanol.

Soniwyd am effaith pandemig COVID-19 – daeth rhai grwpiau pobl hŷn mewn ardaloedd gwledig i ben ac nid ydynt wedi ailddechrau, gan ei gwneud yn anoddach ymgysylltu o’r newydd â’r preswylwyr hynny. Gall cadw gweithgareddau i fynd yn y tymor hir mewn modelau sy’n cael eu harwain gan wirfoddolwyr fod yn anodd hefyd, ac mae tasg barhaus o annog cyfranogiad ac arweinyddiaeth newydd i gymryd lle’r grwpiau hynny a gollwyd.

Dywedodd pobl hŷn a gymerodd ran mewn grŵp ffocws Age Cymru fod gwirfoddoli yn rhoi llawer o foddhad iddynt, yn rhoi pwrpas iddynt, yn ogystal â chysylltiad cymdeithasol, hyder ac ymdeimlad cryf o falchder. Gwnaethant sôn llawer am sut roedd gwirfoddoli wedi cyfoethogi eu bywydau – gan hwyluso’r broses o ymddeol, helpu i fynd i’r afael ag unigrwydd a chynnig ffyrdd ystyrlon o gyfrannu drwy weithgareddau fel gweithio mewn siop elusen, prosiectau garddio, cyfeillio a rolau diwylliannol. Fodd bynnag, er gwaethaf y manteision hyn, gall rhwystrau fel ymwybyddiaeth gyfyngedig o gyfleoedd, rolau anaddas, pryderon iechyd ac anawsterau trafnidiaeth gyfyngu ar gyfranogiad neu wthio pobl tuag at wirfoddoli mwy hyblyg ac anffurfiol.

Canlyniad 5: Gwella cynhwysiant, hygyrchedd a llesiant

Mae awdurdodau lleol yn cydnabod bod pobl hŷn yn grŵp amrywiol sydd â chefndiroedd, profiadau ac anghenion amrywiol. Mae croestoriadedd yn flaenllaw mewn llawer o ddulliau gan fod awdurdodau lleol yn rhoi mwy a mwy o sylw i sut mae oedran yn croestorri â ffactorau eraill fel anabledd, ethnigrwydd, rhywedd, iaith a statws economaidd-gymdeithasol.

Mae dealltwriaeth eang bod profiad person hŷn yn cael ei siapio nid yn unig gan oedran ond gan yr hunaniaethau a’r amgylchiadau hyn sy’n gorgyffwrdd. Mae’r ddealltwriaeth hon yn dylanwadu ar sut mae gwasanaethau’n cael eu dylunio a’u darparu i hyrwyddo cynhwysiant a hygyrchedd. Mae hyfforddiant, datblygu polisi a chydweithio ar draws adrannau yn cefnogi ymdrechion i sicrhau bod amrywiaeth a chynhwysiant yn ganolog i ddarparu gwasanaethau.

Er mwyn gwella cynhwysiant a hygyrchedd, mae Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar yn sicrhau bod digwyddiadau a gwasanaethau ymgysylltu ar gael i’r rheini sydd ag amhariad ar eu gallu i symud neu ar eu synhwyrau; yn darparu gwybodaeth yn Gymraeg ac mewn sawl iaith, ac yn cydnabod cyd-destunau diwylliannol neu grefyddol. Un enghraifft gyffredin yw’r pwyslais ar gynhwysiant digidol: er bod technoleg ddigidol yn gallu cysylltu pobl, mae llawer o oedolion hŷn (yn enwedig pobl hen iawn neu bobl mewn ardaloedd gwledig a difreintiedig) wedi’u hallgáu’n ddigidol, felly mae Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar yn sicrhau bod dewisiadau all-lein ar gael bob amser. Mae hyn yn cynnwys sianeli cyfathrebu traddodiadol fel

hysbysfyrddau cymunedol, darllediadau radio lleol, cylchlythyrau wedi'u hargraffu, ac allgymorth wyneb yn wyneb. Mae mesurau o'r fath yn hanfodol er mwyn i bobl hŷn nad ydynt ar-lein allu cael gafael ar wybodaeth a chymryd rhan lawn o hyd.

Agwedd groestoriadol bwysig arall yw ymgysylltu â grwpiau lleiafrifoedd ethnig ymysg poblogaethau hŷn, fel pobl hŷn LHDTC+ neu'r rheini o gymunedau Du, Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig. Mae'r ymatebion yn sôn am allgymorth wedi'i dargedu – er enghraifft, sesiynau cymdeithasol neu gymorth pwrpasol ar gyfer preswylwyr hŷn LHDTC+ neu weithio gyda grwpiau cymunedol diwylliannol penodol – i sicrhau bod yr unigolion hyn yn teimlo eu bod yn cael eu cynnwys a bod ganddynt wasanaethau sy'n addas i'w hanghenion.

Mae ymdrech hefyd i fynd i'r afael ag anghenion iaith cymunedau lle nad yw aelodau hŷn o bosibl yn siarad Saesneg yn hyderus drwy ddefnyddio cyfieithwyr neu staff dwyieithog a chydnabod pwysigrwydd y Gymraeg i lawer o siaradwyr Cymraeg hŷn deimlo eu bod yn cael eu parchu a'u deall.

Mae rhai awdurdodau lleol yn tynnu sylw at y ffaith efallai na fydd yr hyn sy'n gweithio i bobl 70 oed egnïol yn addas i'r rheini yn eu 50au sy'n gweithio, neu'r rheini dros 80 oed sy'n fwy bregus, felly maent yn addasu gweithgareddau ac amseroedd ymgynghori yn unol â hynny. Mae Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar yn arbrofi gyda dulliau allgymorth newydd. Mae'r rhain yn cynnwys cyfarfodydd cymunedol anffurfiol (er enghraifft, gwahodd pobl i gael coffi a sgwrs mewn lleoliad lleol yn hytrach na chyfarfod ffurfiol) a chydweithio â chyflogwyr, llyfrgelloedd neu wasanaethau iechyd i gysylltu â'r rheini nad ydynt yn mynd i ddigwyddiadau cymunedol arferol.

Mae heriau cyffredin yn dod i'r amlwg yng ngwaith awdurdodau lleol i ehangu cynhwysiant a gwella hygyrchedd. Un anhawster y cyfeirir ato'n aml yw ymgysylltu ag unigolion hŷn "anodd eu cyrraedd" – yn aml y rheini nad ydynt eisoes yn ymwneud â grwpiau neu wasanaethau cymunedol. Efallai na fydd llawer o bobl hŷn sy'n byw ar eu pen eu hunain neu sydd heb rwydweithiau cymdeithasol yn gweld bod angen cymorth arnynt, neu efallai eu bod yn amharod i ymuno â gweithgareddau maen nhw'n eu hystyried yn rhai "ar gyfer hen bobl".

Mae mynd i'r afael ag ynysigrwydd cymdeithasol yn her gysylltiedig y mae llawer o ymatebion yn tynnu sylw ati. Mae awdurdodau lleol yn canfod bod pobl hŷn sy'n rhan o glybiau, fforymau neu rwydweithiau yn tueddu i aros yn fwy gwybodus, egnïol ac wedi'u cysylltu yn gymdeithasol, tra bo'r rhai y tu allan i rwydweithiau o'r fath mewn mwy o berygl o unigrwydd a ddim yn gwybod pa gymorth sydd ar gael. Er mwyn mynd i'r afael â hyn, mae nifer o awdurdodau lleol yn meithrin rhwydweithiau cymheiriaid a grwpiau Heneiddio'n Dda sy'n dod â phobl o wahanol gefndiroedd at ei gilydd – gofalwyr di-dâl, pobl â dementia, pobl anabl hŷn – i sicrhau bod sbectrwm eang o leisiau hŷn yn cael eu clywed.

Mae arferion arloesol yn dod i'r amlwg wrth i awdurdodau lleol ddysgu oddi wrth ei gilydd ac o adborth. Un arloesiad allweddol yw'r strategaeth gyfathrebu amlochrog a grybwyllwyd eisoes, sy'n cyfuno allgymorth digidol ac allgymorth nad yw'n ddigidol. Mae llawer o awdurdodau lleol yn darparu gwybodaeth am weithgareddau a gwasanaethau nid yn unig ar wefannau neu gyfryngau cymdeithasol, ond hefyd drwy sioeau radio cymunedol, papurau newydd lleol, taflenni mewn mannau cyhoeddus a hyd yn oed sgriniau arddangos digidol yng nghanol trefi ac wrth arosfannau bysiau –

pob un wedi'i anelu at gyrraedd pobl hŷn drwy ba gyfrwng bynnag y maent fwyaf cyfforddus ag ef.

Arloesedd arall yw creu rhaglenni neu sesiynau arbenigol i groesawu grwpiau sy'n cael eu tangynrychioli: er enghraifft, mae rhai ardaloedd yn cynnal cyfarfodydd rheolaidd yn benodol ar gyfer pobl hŷn o gymunedau lleiafrifol neu grwpiau sy'n seiliedig ar ddiddordebau fel Men's Sheds i ddynion a grwpiau menywod, i annog cyfranogiad ar draws rhyweddau. Ceir enghreifftiau hefyd o brosiectau sy'n pontio'r cenedlaethau a chyfleoedd gwirfoddoli sy'n agored i bobl o bob oed, sy'n helpu pobl hŷn i ymgysylltu â'u cymuned ochr yn ochr â phobl iau, gan atgyfnerthu'r neges bod pobl hŷn yn rhan annatod o gymdeithas amrywiol, nid yn ynysig nac ar wahân.

Roedd y rhan fwyaf o gynghorau'n cydnabod anghenion gwahanol mewn ardaloedd gwledig ac ardaloedd trefol. Er enghraifft, mae cymunedau gwledig yn wynebu heriau fel cysylltiadau trafnidiaeth gwael a mwy o risg o ynysu, felly mae awdurdodau lleol yn ymateb gyda gwasanaethau allgymorth, lleoliadau lleol a gwasanaethau symudol neu wasanaethau mewn pentrefi. I'r gwrthwyneb, mae gan ardaloedd trefol fel arfer well mynediad at gyfleusterau a rhwydweithiau mwy, sy'n ei gwneud yn haws cynnal digwyddiadau canolog ac amrywiaeth ehangach o weithgareddau – er, hyd yn oed mewn trefi, mae'n well gan rai pobl hŷn weithgareddau cyfagos "ar garreg y drws". Y nod yw sicrhau mynediad teg: dod â gwasanaethau i bentrefi gwledig pan fo angen, gan ddefnyddio seilwaith mewn canolfannau trefol ar yr un pryd.

Adborth o grwpiau ffocws Age Cymru

Gofynnodd Age Cymru i'r cyfranogwyr a oedd ganddynt ddewis o weithgareddau i gymryd rhan ynddynt ac ynghylch pa mor hawdd oedd cymryd rhan ynddynt.

Ledled Cymru, mae gallu pobl hŷn i gymryd rhan mewn gweithgareddau cymunedol yn cael ei siapio gan gydadwaith cymhleth o drafnidiaeth, hygyrchedd, cost a chyfathrebu. Er bod llawer o ardaloedd yn cynnig dewis rhesymol o weithgareddau, fel dosbarthiadau ymarfer corff a sesiynau celfyddydol i grwpiau cymdeithasol anffurfiol, mae realiti manteisio ar y cyfleoedd hyn yn aml yn dibynnu ar ddaearyddiaeth, symudedd a'r cymorth sydd ar gael.

Trafnidiaeth yw'r rhwystr mwyaf sylweddol o hyd, yn enwedig mewn siroedd gwledig lle mae gwasanaethau cyhoeddus yn gyfyngedig ac yn annibynadwy. Mae llai o fysiau, amseroedd teithio hir a chostau tacsi uchel yn golygu bod llawer o bobl hŷn yn dibynnu ar gael lifftiau gan aelodau'r teulu neu ar gynlluniau gwirfoddol. Mae mentrau trafnidiaeth gymunedol yn bodoli ond maent yn wynebu heriau parhaus: prinder gyrwyr gwirfoddol, systemau archebu cyfyngol a darpariaeth gyfyngedig. I'r rheini heb gerbydau preifat, gall y bylchau hyn olygu eu bod yn cael eu heithrio'n llwyr o fywyd cymdeithasol.

Mae hygyrchedd ffisegol yn dwysáu'r anawsterau hyn. Mae amodau palmentydd gwael, cyrbiau isel wedi'u cam-alinio a diffyg toiledau cyhoeddus yn tanseilio hyder ac annibyniaeth, yn enwedig i'r rheini sy'n defnyddio cymhorthion symud. Hyd yn oed lle mae lleoliadau'n hygyrch, yn aml, nid yw'r daith i'w cyrraedd yn hygyrch.

Mae costau a phwysau ariannol hefyd yn dylanwadu ar gyfranogiad. Er bod llawer o sesiynau lleol am ddim neu'n rhad, gall teithiau a gweithgareddau arbenigol fod yn afresymol o ddrud, yn enwedig lle nad oes cyllid grant a lle mae'r costau'n

disgyn ar gyfranogwyr. Mae hyn yn creu anghydraddoldeb rhwng y rheini sy'n gallu fforddio teithio neu dalu am ddosbarthiadau a'r rheini sydd ar incwm sefydlog.

Mae allgáu digidol a bylchau cyfathrebu yn dal yn faterion hollbwysig. Mae dibynnu mwy ar lwyfannau ar-lein ar gyfer gweithgareddau hysbysebu a gwybodaeth am drafnidiaeth yn rhoi defnyddwyr nad ydynt yn defnyddio technoleg ddigidol dan anfantais. Mae cyfathrebu all-lein, drwy daflenni, posteri a hysbysfyrddau, yn anghyson ac er bod cyfathrebu ar lafar yn ddefnyddiol, nid yw'n gallu cyrraedd unigolion ynysig. Roedd galwadau am well allgymorth a gwybodaeth weladwy mewn mannau cymunedol yn gyffredin ar draws siroedd.

Er gwaethaf y rhwystrau hyn, mynegodd pobl hŷn awydd cryf am fwy o ddewis a chynhwysiant. Er bod ardaloedd trefol yn aml yn darparu cyfleoedd amrywiol, mae cymunedau gwledig yn dibynnu'n helaeth ar grwpiau sy'n trefnu eu hunain a rhwydweithiau anffurfiol. Canmolwyd hybiau cymunedol am leihau unigrwydd a meithrin hyder, ond mae eu dyfodol yn dibynnu ar gyllid parhaus ac ymrwymiad lleol.

Yn olaf, roedd anghydraddoldebau daearyddol yn amlwg. Roedd cyfranogwyr o'r farn bod buddsoddiad yn ffafrio rhanbarthau trefol a deheuol, tra bod ardaloedd gwledig a gogleddol yn cael trafferth gyda thrafnidiaeth, mynediad digidol a chynaliadwyedd o ran lleoliadau. Codwyd pryderon bod cyfleusterau ar raddfa fawr yn aml yn cael blaenoriaeth dros fannau lleol llai, gan arwain at berygl o ynysu pellach i'r rheini mewn cymunedau anghysbell.

<u>Crynodeb</u>

Mae awdurdodau lleol ledled Cymru yn gweithio i wneud cymunedau'n fwy cynhwysol a hygyrch i bob person hŷn. Maent yn cydnabod bod oedran yn cyd-fynd â ffactorau fel anabledd, ethnigrwydd, iaith a statws economaidd-gymdeithasol, ac maent yn addasu gwasanaethau yn unol â hynny. Mae'r ymdrechion yn cynnwys darparu gwybodaeth mewn sawl iaith, sicrhau bod lleoliadau'n hygyrch a chynnig opsiynau digidol ac all-lein fel nad oes neb yn cael ei eithrio. Mae awdurdodau lleol hefyd yn estyn allan at grwpiau sy'n cael eu tangynrychioli, yn mynd i'r afael ag ynysigrwydd cymdeithasol ac yn teilwra gweithgareddau i gyd-fynd â gwahanol anghenion a ffyrdd o fyw. Mae dulliau arloesol fel cyfarfodydd cymunedol, prosiectau pontio'r cenedlaethau a strategaethau cyfathrebu cyfunol yn helpu i greu mannau croesawgar lle gall pobl hŷn gysylltu, cyfrannu a ffynnu. Mae'r camau hyn yn adlewyrchu ymrwymiad ar y cyd i degwch a llesiant, gan sicrhau bod pob person hŷn yn cael cyfle i gymryd rhan lawn ym mywyd y gymuned.

Mae'r darlun yn un o wydnwch a dyfeisgarwch, ond hefyd heriau strwythurol parhaus. Mae mynd i'r afael â bylchau mewn trafnidiaeth, gwella hygyrchedd ffisegol a digidol, cefnogi gwirfoddolwyr a sicrhau gweithgareddau fforddiadwy ac amrywiol yn gamau hanfodol tuag at greu cymunedau cynhwysol sy'n oed-gyfeillgar lle gall pobl hŷn barhau i fod yn egnïol, yn gysylltiedig a chael eu gwerthfawrogi.

Roedd pobl hŷn a gymerodd ran mewn grŵp ffocws Age Cymru yn adlewyrchu'r sylwadau gan awdurdodau lleol ynghylch rhwystrau i gyfranogiad. Er bod llawer o ardaloedd yn cynnig dewis rhesymol o weithgareddau cymdeithasol, creadigol a chorfforol, roeddent yn dweud bod eu gallu i gymryd rhan yn cael ei siapio'n helaeth gan rwystrau trafnidiaeth, hygyrchedd, cost a chyfathrebu. Mae anawsterau trafnidiaeth – yn enwedig mewn ardaloedd gwledig lle mae gwasanaethau

cyhoeddus yn gyfyngedig, amseroedd teithio hir a dewisiadau costus eraill – yn aml yn golygu bod y rheini heb gerbydau preifat yn cael eu heithrio o fywyd cymunedol a rhwystrau ffisegol fel palmentydd anniogel a llwybrau anhygyrch yn tanseilio annibyniaeth ymhellach. Mae pwysau ariannol, cyfathrebu all-lein anghyson ac allgáu digidol eang hefyd yn cyfyngu ar gyfranogiad, er bod hybiau cymunedol a grwpiau a drefnir yn lleol yn cael eu canmol am leihau unigrwydd a chynnig mannau cynhwysol lle mae pobl yn teimlo eu bod yn cael eu cysylltu a'u cefnogi.

Canlyniad 6: Codi ymwybyddiaeth a rhannu gwybodaeth

> *Mae'r cyllid wedi galluogi datblygu rhwydwaith ledled y ddinas o ddarparu gwybodaeth i bobl hŷn... gan ymestyn pwyntiau cyswllt dinasyddion i sicrhau eu bod yn cael eu cynnwys. (Caerdydd)*

Mae'r holl ganlyniadau a restrir uchod yn cynnwys elfennau o awdurdodau lleol yn codi ymwybyddiaeth ac yn rhannu gwybodaeth â phobl hŷn am sut i gael gafael ar gymorth i fyw a heneiddio'n dda.

Mae awdurdodau lleol ledled Cymru wedi gweithio'n galed i godi ymwybyddiaeth a rhannu gwybodaeth â phobl hŷn am sut i gael gafael ar gymorth a byw'n dda. O dan y Grant Cymunedau Oed-gyfeillgar, mae cynghorau wedi mabwysiadu amrywiaeth eang o ddulliau cyfathrebu i gyrraedd cynifer o bobl â phosibl, gan gydnabod nad oes un dull sy'n gweithio i bawb.

Ymgysylltu wyneb yn wyneb yw'r dull mwyaf poblogaidd a gwerthfawr o hyd. Mae digwyddiadau, fforymau a chynulliadau anffurfiol lleol yn rhoi cyfle i bobl hŷn glywed y newyddion diweddaraf, gofyn cwestiynau a rhannu pryderon yn uniongyrchol â swyddogion. Mae'r cysylltiadau personol hyn yn helpu i feithrin ymddiriedaeth a sicrhau bod gwybodaeth yn cael ei chyflwyno mewn ffordd sy'n teimlo'n hygyrch ac yn gyfeillgar. Mae awdurdodau lleol yn aml yn cyflawni cyrhaeddiad eang drwy ddigwyddiadau lleol poblogaidd, sydd hefyd yn darparu cyfleoedd ar gyfer cysylltiad cymdeithasol.

Ochr yn ochr â hyn, mae llawer o awdurdodau'n cynhyrchu cylchlythyrau – wedi'u hargraffu a'u hanfon dros e-bost – sy'n llawn newyddion, gweithgareddau sydd ar y gweill ac adnoddau defnyddiol. Mae taflenni, canllawiau a chyfeiriaduron hefyd yn cael eu dosbarthu'n eang mewn lleoliadau cymunedol fel llyfrgelloedd, meddygfeydd a swyddfeydd cyngor, gan sicrhau ei bod yn hawdd dod o hyd i wybodaeth i'r rheini y mae'n well ganddynt fformatau traddodiadol. Mae'r deunyddiau hyn sydd wedi'u hargraffu yn dal yn hanfodol i bobl hŷn nad ydynt yn defnyddio'r we neu'r rheini sy'n gwerthfawrogi cael copi papur i edrych arno.

Mae sianeli digidol yn chwarae rhan gynyddol bwysig, yn enwedig i'r rheini sydd â chysylltiad digidol. Mae awdurdodau lleol yn rhannu diweddariadau drwy wefannau, cyfryngau cymdeithasol ac e-bost, ac mae rhai wedi cyflwyno cyfarfodydd ar y we neu grwpiau WhatsApp i gadw sgyrsiau i fynd. Mae'r adnoddau hyn yn caniatáu i wybodaeth gael ei rhannu'n gyflym ac yn helpu i gynnal ymgysylltiad pan nad yw cyfarfodydd wyneb yn wyneb yn bosibl. Mae rhai ardaloedd hyd yn oed wedi edrych ar opsiynau creadigol fel radio cymunedol neu ymweliadau o ddrws i ddrws, gan sicrhau bod gwybodaeth yn cyrraedd pobl a allai golli allan fel arall.

Mae'r dull cyfunol hwn – sy'n cyfuno dulliau traddodiadol a modern – yn adlewyrchu ymrwymiad clir i gynhwysiant a hygyrchedd. Drwy deilwra dulliau cyfathrebu i wahanol ddewisiadau ac amgylchiadau, mae awdurdodau lleol yn sicrhau bod pobl

hŷn ledled Cymru yn cael yr wybodaeth sydd ei hangen arnynt i gadw mewn cysylltiad, i gael yr wybodaeth ddiweddaraf ac i gael cymorth. Mae'r ymdrechion hyn yn fwy na dim ond rhannu'r wybodaeth ddiweddaraf – maen nhw'n ymwneud â meithrin ymddiriedaeth, lleihau unigrwydd a grymuso pobl hŷn i chwarae rhan weithredol yn eu cymunedau.

<u>Adborth o grwpiau ffocws Age Cymru – mynediad at wybodaeth</u>

Rhannu gwybodaeth ar lafar a llyfrgelloedd yw'r ffynonellau mwyaf dibynadwy o hyd, gan gynnig sicrwydd a chyswllt personol. Er bod llwyfannau fel Facebook a WhatsApp yn helpu rhai i gadw mewn cysylltiad, mae llawer o bobl hŷn sydd ddim ar-lein neu nid ydynt yn hyderus yn defnyddio offer digidol, sy'n golygu eu bod yn cael eu heithrio pan fydd gwybodaeth yn cael ei rhannu'n bennaf drwy'r sianeli hyn.

Roedd cyfranogwyr yn galw'n gyson am gylchlythyrau wedi'u hargraffu, hysbysfyrddau ffisegol ac allgymorth rhagweithiol i sicrhau cynhwysiant. Roeddent hefyd yn tynnu sylw at yr angen am gyfeirio cliriach nid yn unig at weithgareddau ond hefyd at wasanaethau, hawliau a chyfleoedd, er mwyn i bobl hŷn allu llywio drwy'r hyn sydd ar gael heb ddibynnu ar ddigwydd dod ar draws pethau neu chwiliadau cymhleth ar-lein.

Er bod rhai awdurdodau lleol yn dangos arferion da drwy fforymau, hybiau a hyrwyddwyr oed-gyfeillgar, mae llawer o bobl hŷn yn teimlo bod gwybodaeth yn rhy gudd, yn rhy ddigidol ac yn rhy ddibynnol ar rwydweithiau personol. Mae ymwybyddiaeth o hawliau a chynrychiolwyr etholedig yn anghyson, ac mae allgáu digidol yn gadael llawer heb gysylltiad â gwasanaethau hanfodol. Mae gwella cyfathrebu drwy ddulliau cyson, hygyrch ac aml-sianel yn hanfodol i sicrhau bod pobl hŷn yn parhau i gael eu hysbysu, eu cynnwys a'u grymuso yn eu cymunedau.

<u>Crynodeb</u>

Mae awdurdodau lleol ledled Cymru yn defnyddio cymysgedd o ddulliau traddodiadol a digidol i godi ymwybyddiaeth a rhannu gwybodaeth â phobl hŷn o dan y Grant Cymunedau Oed-gyfeillgar. Digwyddiadau wyneb yn wyneb yw'r dull mwyaf gwerthfawr o hyd, wedi'i ategu gan gylchlythyrau, taflenni a chanllawiau wedi'u hargraffu i gyrraedd y rheini nad ydynt ar-lein. Mae sianeli digidol fel gwefannau, cyfryngau cymdeithasol, cyfarfodydd ar y we a grwpiau WhatsApp yn helpu i ymestyn cyrhaeddiad, ac mae rhai awdurdodau lleol yn defnyddio opsiynau creadigol fel radio cymunedol ac ymweliadau o ddrws i ddrws. Mae'r dull cyfunol hwn yn adlewyrchu ymrwymiad cryf i gynhwysiant a hygyrchedd, gan sicrhau bod pobl hŷn yn cael yr wybodaeth ddiweddaraf, yn cael eu cysylltu a'u cefnogi.

Fodd bynnag, mae adborth o grwpiau ffocws Age Cymru yn tynnu sylw at heriau parhaus. Mae llawer o bobl hŷn yn dal i ddibynnu ar rannu gwybodaeth ar lafar a llyfrgelloedd ac mae allgáu digidol yn golygu bod rhai pobl wedi'u datgysylltu oddi wrth wasanaethau hanfodol. Galwodd cyfranogwyr am arwyddion cliriach, deunyddiau wedi'u hargraffu ac allgymorth rhagweithiol i'w gwneud yn haws dod o hyd i wybodaeth. Er bod arferion da ar waith, roedd pobl hŷn yn teimlo bod cyfathrebu'n aml yn anghyson ac yn dibynnu gormod ar lwyfannau ar-lein neu

rwydweithiau personol. Mae gwella cyfathrebu aml-sianel yn hanfodol i sicrhau bod pobl hŷn yn parhau i ymgysylltu a chael eu grymuso yn eu cymunedau.

EFFAITH

Beth sydd wedi gweithio'n dda a sut mae'r cyllid wedi gwella llesiant pobl hŷn?

Gofynnom i Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar dynnu sylw at yr hyn sydd wedi gweithio'n dda a sut mae eu swyddi wedi gwella llesiant pobl hŷn. Nododd Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar nifer o ddulliau gweithredu sydd wedi gweithio'n dda, gan gynnwys:

Dulliau hyblyg sydd wedi'u teilwra'n lleol

Er mwyn gwella llesiant pobl hŷn, pwysleisiodd Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar yr angen am ddulliau hyblyg wedi'u teilwra'n lleol sy'n ymateb i anghenion unigryw pob cymuned. Mae'r gallu hwn i addasu wedi eu galluogi i gyrraedd amrywiaeth eang o bobl hŷn, gan gynnwys y rheini sy'n aml yn cael eu tangynrychioli neu'n anoddach ymgysylltu â nhw.

Ymgysylltu wyneb yn wyneb

Mae ymgysylltu wyneb yn wyneb wedi bod yn allweddol i feithrin ymddiriedaeth a deall anghenion lleol, ac roedd yr ymatebion yn tynnu sylw at y ffaith bod trigolion hŷn yn teimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi, eu clywed a'u cynnwys yn fwy wrth gymryd rhan weithredol yn y gwaith o siapio eu cymunedau.

Creu cyfleoedd i bobl hŷn gymdeithasu

Un ffocws craidd fu creu cyfleoedd i bobl hŷn gymdeithasu, cadw'n heini a chefnogi ei gilydd. Mae'r cynlluniau hyn wedi helpu miloedd o bobl hŷn i feithrin cyfeillgarwch newydd a theimlo'n llai unig. Mae llawer o'r gweithgareddau hyn yn cael eu cefnogi gan wirfoddolwyr hŷn eu hunain, ac mae Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar yn dweud eu bod yn chwarae rhan hollbwysig yn y gwaith o gynnal cysylltiadau cymunedol a meithrin ymdeimlad o bwrpas a chyfraniad.

Gweithio mewn partneriaeth

Mae partneriaethau cryf gydag iechyd, y trydydd sector a sefydliadau cymunedol wedi galluogi cymorth mwy cydgysylltiedig a mynediad at gyllid. Mae egwyddorion oed-gyfeillgar bellach wedi'u gwreiddio mewn llawer o strategaethau lleol, gan helpu i herio oedraniaeth a hyrwyddo gwasanaethau cynhwysol.

Creu amgylcheddau a gwasanaethau mwy hygyrch

Mae gwelliannau i fannau cyhoeddus, hybiau cymunedol a mynediad digidol wedi gwneud amgylcheddau'n fwy croesawgar a hygyrch. Mae cyfathrebu gwell—drwy gylchlythyrau, digwyddiadau allgymorth a llwyfannau digidol—wedi grymuso pobl hŷn i gael gafael ar wasanaethau a chyfleoedd.

Arweinyddiaeth

Mae Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar hefyd yn nodi bod arweinyddiaeth weladwy—o fewn cynghorau ac ar draws partneriaethau—wedi bod yn hanfodol i sbarduno momentwm, sicrhau ymrwymiad, a gwreiddio meddwl oed-gyfeillgar ar draws gwasanaethau.

Sut mae eich gwaith wedi gwella llesiant?

Yn yr ymatebion i'r holiadur, roedd Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar wedi dangos gwelliannau o ran llesiant pobl hŷn drwy straeon personol am sut roedd cynlluniau wedi newid eu bywydau, gan gynnwys pobl hŷn a oedd wedi teimlo'n unig yn gwneud ffrindiau ac yn magu hyder; gofalwyr hŷn di-dâl yn cael cymorth y mae mawr ei angen ac aelodau o'r gymuned yn teimlo'n falch o gyfrannu. Mae adborth o'r fath, ynghyd â chyfraddau cyfranogi gwell a mwy o gyfranogiad gan wirfoddolwyr, yn tanlinellu'r gwahaniaeth gwirioneddol y mae'r swyddi hyn wedi'i wneud. (Gweler Atodiad 3).

Mae'r Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar yn nodi bod trigolion hŷn yn fwy cysylltiedig yn gymdeithasol, yn cael mwy o gefnogaeth emosiynol ac yn dod yn fwy gweithgar ac wedi'u grymuso yn eu cymunedau. Er bod dull gweithredu pob ardal wedi'i deilwra i anghenion lleol – o raglenni ledled y ddinas i foreau coffi mewn pentrefi – mae themâu cyffredin wedi dod i'r amlwg o ran sut mae bywydau pobl hŷn wedi gwella:

Cysylltiadau Cymdeithasol Cryfach a Llai o Unigrwydd (Cysylltu ag eraill)

Mae llawer o bobl hŷn wedi gwneud ffrindiau newydd a chreu rhwydweithiau cymorth drwy weithgareddau cymunedol sy'n rhoi rheswm rheolaidd i gyfranogwyr fynd allan o'r tŷ a rhywun i siarad â nhw. Mewn canolfannau trefol a phentrefi gwledig, mae trigolion hŷn a oedd yn teimlo'n unig bellach yn dweud eu bod yn teimlo'n rhan o gymuned. Ledled Cymru, mae cysylltiadau cymdeithasol o'r fath yn cyfrannu at fywyd cymunedol cynhesach a mwy cynhwysol i bobl hŷn.

Gwell Llesiant Emosiynol a Hyder (Cael eu clywed a'u parchu)

Dywed Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar fod teimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi a'u clywed wedi cael effaith bwerus ar iechyd meddwl ac emosiynol pobl hŷn. Oherwydd bod Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar wedi gwneud pwynt i gynnwys oedolion hŷn yn y broses o wneud penderfyniadau – drwy fforymau,

byrddau cynghori ac arolygon – mae pobl hŷn yn teimlo bod eu barn yn bwysig. Mae'r cynhwysiant hwn wedi rhoi hwb i hunan-barch a sicrwydd. Mae llawer o Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar yn dweud eu bod yn gweld unigolion hŷn yn dod yn fwy hyderus i godi eu llais, gwirfoddoli neu roi cynnig ar weithgareddau newydd.

Gwell Iechyd Corfforol a Ffyrdd Egnïol o Fyw (Iachach a mwy egnïol)

Nododd Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar fod mwy o bobl hŷn yn cymryd rhan mewn gweithgareddau ymarfer corff ysgafn a gweithgareddau llesiant, gan arwain at fanteision iechyd corfforol. O ganlyniad, mae llawer o oedolion hŷn yn cadw'n heini ac yn cymryd camau ataliol ar gyfer eu hiechyd. Mae pobl hŷn yn nodi gwell symudedd, cydbwysedd a lefelau egni o gymryd rhan mewn sesiynau ymarfer corff rheolaidd, ynghyd â'r mwynhad o wneud y gweithgareddau hyn mewn lleoliad cymdeithasol. Yn ogystal ag ymarfer corff, mae mentrau fel clinigau profion clyw mewn canolfannau cymunedol neu weithdai atal cwympiadau yn golygu bod pobl hŷn yn cael archwiliadau iechyd a chyngor mewn lleoliadau cyfleus. Er bod metrigau iechyd hirdymor (fel llai o dderbyniadau i'r ysbyty) yn anoddach eu mesur ar hyn o bryd, mae Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar yn credu bod yr ymdrechion hyn yn helpu unigolion hŷn i gynnal eu hiechyd corfforol a'u hannibyniaeth yn hirach.

Cymorth i gael gafael ar wasanaethau

Yn bwysig iawn, mae gwybodaeth am wasanaethau a budd-daliadau bellach yn cyrraedd mwy o bobl. Drwy gylchlythyrau, sesiynau cyngor galw heibio, a chydweithio ag asiantaethau cymorth, mae pobl hŷn (gan gynnwys y rheini nad ydynt ar-lein) yn dysgu am opsiynau trafnidiaeth, clybiau cymdeithasol, hawliau ariannol a'r cymorth sydd ar gael yn eu hardal. Mae hyn wedi arwain at ganlyniadau pendant, fel gofalwyr hŷn di-dâl yn cael gafael ar grantiau; pobl hŷn yn cael help gydag addasiadau i'w cartrefi a dod o hyd i wasanaethau cyfeillio neu drafnidiaeth lleol nad oeddent yn gwybod amdanynt o'r blaen. Mae Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar yn nodi pan fydd pobl hŷn yn cael y cymorth sydd ei angen arnynt – boed hynny'n fân waith atgyweirio yn y tŷ neu wybod at bwy i droi am gyngor – mae'n lleihau pryder yn sylweddol ac yn eu helpu i deimlo'n fwy diogel a bod ganddynt fwy o reolaeth dros eu bywydau.

Grymuso a Chynnwys y Gymuned (Gallu cymryd rhan ystyrlon)

Canlyniad trawiadol a grybwyllwyd ar draws gwahanol awdurdodau lleol yw bod pobl hŷn yn teimlo eu bod wedi'u grymuso'n well a bod ganddynt lais cryfach yn eu cymunedau. Mae'r dull oed-gyfeillgar yn trin preswylwyr hŷn fel partneriaid ac arweinwyr, nid defnyddwyr gwasanaeth yn unig. O ganlyniad, mae llawer wedi ymgymryd â rolau newydd – fel eistedd ar grwpiau strategaeth oed-gyfeillgar, gwirfoddoli mewn digwyddiadau ac arwain gweithgareddau cymorth gan gymheiriaid. Mae'r math hwn o gyfranogiad wedi rhoi ymdeimlad o bwrpas a chyflawniad i unigolion hŷn. Mae Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar yn sylwi, pan fydd pobl hŷn yn gweld eu syniadau'n cael eu rhoi ar waith, eu bod yn teimlo bod ganddynt fwy o berchnogaeth dros ddatblygiadau lleol. Mae'r grymuso hwn yn cyfrannu at lesiant meddyliol, gan fod pobl yn teimlo bod eu blynyddoedd diweddarach yn ystyrlon a bod eu cyfraniadau'n cael eu cydnabod.

Gwell mynediad at fannau cymunedol (teimlo'n fwy diogel)

Ledled Cymru, mae amgylcheddau ffisegol a chymdeithasol wedi cael eu gwneud yn fwy cynhwysol i bobl hŷn. Mae Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar wedi

gweithio i wella seilwaith cymunedol – gan gynnwys gosod mwy o feinciau, toiledau cyhoeddus a dolenni clyw mewn lleoliadau cyhoeddus, a chefnogi hybiau "croeso cynnes" yn y gaeaf a gerddi cymunedol hygyrch. Maent yn aml yn cydweithio â thimau cynllunio a thrafnidiaeth i fynd i'r afael â rhwystrau fel palmentydd gwael neu ddiffyg llochesi bysiau. Ar yr un pryd, maent yn annog dealltwriaeth rhwng y cenedlaethau drwy ddigwyddiadau (fel rhaglenni darllen ar y cyd a phrosiectau partneriaeth ysgolion) sy'n dod â phobl iau a phobl hŷn at ei gilydd. Mae'r ymdrechion hyn yn helpu oedolion hŷn i deimlo'n fwy diogel a chyfforddus wrth gymryd rhan mewn bywyd cymunedol ac maent yn hyrwyddo parch a chydweithrediad rhwng cenedlaethau.

<u>Adborth o grwpiau ffocws Age Cymru – effaith, manteision a mwynhad</u>

Gofynnodd Age Cymru i'r cyfranogwyr esbonio beth maen nhw'n ei hoffi am eu gweithgareddau a pha wahaniaeth maen nhw wedi'i wneud iddyn nhw. Ar draws pob ardal, roedd cyfranogwyr yn gyson yn disgrifio'r gweithgareddau hyn fel achubiaeth sy'n darparu cysylltiad cymdeithasol, pwrpas a llesiant gwell.

Dywedodd llawer y byddent, heb y cyfleoedd hyn, yn "gwylio'r teledu," yn "eistedd gartref yn gwneud dim byd", neu'n "teimlo ar goll". Yn hytrach, mae'r grwpiau hyn yn cynnig ymdeimlad o berthyn a chyfeillgarwch, gyda phobl yn aml yn cwrdd y tu allan i sesiynau wedi'u trefnu ac yn cefnogi ei gilydd mewn ffyrdd ymarferol, fel helpu gyda bancio neu gysylltu â'r rheini sy'n ymddangos yn sâl.

Daeth rhyngweithio cymdeithasol i'r amlwg fel y budd mwyaf gwerthfawr. Siaradodd pobl am y llawenydd o "gael sgwrs", "cwrdd â phobl o bob cefndir" a "chwerthin" gyda'i gilydd. I'r rheini sy'n byw ar eu pen eu hunain neu'n gofalu am bartner â dementia, mae'r sesiynau hyn yn torri'r cylch unigrwydd ac yn darparu cefnogaeth emosiynol gan eraill sy'n deall eu profiadau. Disgrifiodd nifer o'r cyfranogwyr y grwpiau fel "teulu", gan ddweud eu bod nhw wedi gwneud ffrindiau nad oedden nhw erioed wedi disgwyl eu gwneud.

Roedd gwelliant mewn iechyd meddwl yn thema a oedd yn codi dro ar ôl tro. Dywedodd unigolion eu bod yn teimlo'n hapusach, yn llai pryderus ac yn fwy brwdfrydig. Dywedodd un unigolyn, "Rydw i fel arfer yn ddigalon ac yn crio, ond pan fydda i'n dod yma, mae gen i wên fawr ar fy wyneb." Tynnodd eraill sylw at sut mae gweithgareddau yn "tynnu ein meddyliau oddi ar ein problemau", gan gynnwys pryderon ariannol ac yn helpu i gynnal iechyd gwybyddol: "Mae'n cadw'r ymennydd yn weithgar" ac yn "helpu'r cof".

Nodwyd manteision iechyd corfforol hefyd. Mae gweithgareddau fel *Tai Chi* a dosbarthiadau ymarfer corff ysgafn yn gwella cydbwysedd, cydsymudiad a symudedd, yn lleihau poen ac yn gwella hyder. Roedd cyfranogwyr yn cysylltu'r manteision hyn â chanlyniadau iechyd ataliol, gan bwysleisio bod aros yn egnïol ac yn gymdeithasol yn lleihau'r risg o ddirywiad ac ymyriadau iechyd costus.

Mae pwrpas a strwythur yn bwysig. Dywedodd llawer fod y sesiynau hyn yn rhoi "rhywbeth i edrych ymlaen ato" a "rheswm i godi o'r gwely," gan greu trefn ac ystyr yn eu hwythnos. I rai, mae gwirfoddoli yn ychwanegu haen ychwanegol o foddhad, gan gyfuno ymgysylltiad cymdeithasol â helpu eraill.

Tynnwyd sylw at gynhwysiant a hygyrchedd fel pethau hanfodol. Roedd pobl yn gwerthfawrogi amgylcheddau croesawgar lle nad yw oedran a gallu yn bwysig, a

lle gall gofalwyr di-dâl barhau i fynychu hyd yn oed ar ôl i'w rôl gofalu ddod i ben. Fodd bynnag, mae pryderon o hyd ynghylch cost, trafnidiaeth a rhwystrau digidol, sy'n gallu cyfyngu ar fynediad i rai.

Yn gryno, mae'r gweithgareddau hyn yn llawer mwy na hamdden; maent yn hanfodol i lesiant, annibyniaeth a chydlyniant cymunedol. Maen nhw'n mynd i'r afael ag unigrwydd, yn cefnogi iechyd meddwl a chorfforol ac yn meithrin gwydnwch ymysg pobl hŷn. Fel y crynhodd un cyfranogwr:

"Dyma fy mywyd i nawr. Pe bawn i'n ennill y loteri, byddwn i'n rhoi miliynau oherwydd dydw i ddim eisiau i hyn ddod i ben, byth."

<u>Adborth gan bobl hŷn ar effaith Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar</u>

Er na ofynnwyd i'r cyfranogwyr yn uniongyrchol am y swyddi hyn, cyfeiriodd llawer ohonynt atynt yn ddigymell, gan dynnu sylw at eu pwysigrwydd o ran cysylltu unigolion â gweithgareddau, gwybodaeth a chymorth.

Mewn ardaloedd lle'r oedd cydlynwyr yn weladwy ac yn weithgar, roeddent yn cael eu gwerthfawrogi'n fawr. Roedd y cyfranogwyr wedi disgrifio'r Swyddog fel "y person pwysicaf sy'n dod yma" ac, "Byddem ar goll hebddi" ac "Mae hi'n werth pob ceiniog". Roedd pobl hŷn yn adnabod y cydlynwyr hyn wrth eu henwau. Maen nhw'n mynychu grwpiau lleol yn rheolaidd, yn rhannu diweddariadau ac yn eiriol dros anghenion pobl hŷn. Roedd eu presenoldeb yn meithrin ymddiriedaeth ac yn annog cyfranogiad, gydag un person yn nodi, "Rydyn ni i gyd yn cael gwybod am bethau drwy [y cydlynydd]. Mae hi'n gweithio'n galed iawn."

Fodd bynnag, roedd ymwybyddiaeth ac ymgysylltiad yn amrywio'n sylweddol. Mewn sawl ardal, nid oedd gan y cyfranogwyr fawr ddim gwybodaeth am gydlynydd, os o gwbl, neu roeddent wedi drysu rhwng y swydd honno a staff cymorth eraill. Roedd rhai yn dibynnu yn lle hynny ar wirfoddolwyr neu grwpiau wedi'u trefnu eu hunain, gydag un cyfranogwr yn dweud, "Dydw i ddim yn gweld unrhyw beth gan y cyngor – rydw i'n clywed pethau gan [y cydlynydd] ac rydyn ni'n siarad am bethau yma. Fyddwn i ddim yn gwybod ble arall i fynd i gael gwybod dim byd mewn gwirionedd."

Lle'r oedd cydlynwyr yn darparu cefnogaeth weinyddol, gwerthfawrogwyd ei gyfraniad yn fawr. Rhannodd un aelod o'r fforwm, "Mae pethau'n haws i ni nawr bod gennym Swyddog Oed-Gyfeillgar i helpu gyda'r gwaith gweinyddol ac ati," a dywedodd un arall, "Mae hi wedi llwyddo i ailgysylltu'r holl randdeiliaid...ac mae hi wedi gwneud cysylltiadau newydd hefyd."

Mae'r canfyddiadau'n awgrymu y gall cydgysylltwyr rhagweithiol, a gefnogir yn dda, gael effaith drawsnewidiol. Er mwyn cryfhau eu swydd, mae'r adroddiad yn argymell gwella amlygrwydd ac eglurder swyddi cydgysylltwyr, gwella allgymorth drwy bresenoldeb cymunedol rheolaidd a chyfathrebu hygyrch, darparu cymorth gweinyddol i grwpiau sy'n cael eu harwain gan wirfoddolwyr a sicrhau ymgysylltiad cyson ar draws pob rhanbarth.

Crynodeb

I grynhoi, mae mentrau oed-gyfeillgar ledled Cymru wedi meithrin cynnydd sylweddol yn llesiant cyffredinol pobl hŷn – yn gymdeithasol, yn emosiynol ac yn gorfforol. Mae grwpiau ffocws Age Cymru yn dangos bod y gweithgareddau'n fwy na hamdden ac maen nhw'n achubiaeth sy'n mynd i'r afael ag unigrwydd, yn rhoi hwb i iechyd meddwl a chorfforol ac yn rhoi pwrpas a chysylltiad i bobl hŷn. Mae'r grwpiau hyn yn helpu pobl i deimlo'n hapusach, yn llai ynysig ac yn fwy gwydn – drwy gyfeillgarwch, cefnogaeth emosiynol, gwella symudedd a magu hyder. Maen nhw'n creu trefn yn eu bywydau, yn cynnig cyfleoedd gwirfoddoli ac yn meithrin mannau cynhwysol lle mae pawb yn teimlo bod croeso iddyn nhw. Er gwaethaf rhwystrau fel costau a thrafnidiaeth, dywed cyfranogwyr fod y gweithgareddau hyn yn hanfodol i fyw a heneiddio'n dda: "Dyma fy mywyd i erbyn hyn—Dydw i ddim eisiau iddo gau, byth."

Mae cydlynwyr yn chwarae rhan hollbwysig yn y gwaith o gysylltu pobl hŷn â gweithgareddau, gwybodaeth a chymorth. Lle maent yn weladwy ac yn weithredol, disgrifiodd y cyfranogwyr hwy fel ffigurau angenrheidiol y gellir ymddiried ynddynt sy'n mynychu grwpiau lleol, yn rhannu diweddariadau ac yn eiriol dros anghenion pobl hŷn. Mae eu presenoldeb yn meithrin ymgysylltiad ac yn gwneud gweinyddiaeth yn haws i fforymau sy'n cael eu harwain gan wirfoddolwyr. Fodd bynnag, mae ymwybyddiaeth o'r swyddi hyn yn amrywio, gyda diffyg amlygrwydd neu eglurder mewn rhai ardaloedd, a oedd yn golygu bod pobl hŷn yn dibynnu ar wirfoddolwyr neu rwydweithiau anffurfiol. (Dylid nodi yma, er nad yw Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar yn weladwy mewn rhai ardaloedd, efallai eu bod yn dal i gefnogi gwirfoddoli a rhwydweithiau anffurfiol i ffynnu neu weithio'n strategol i wella gwasanaethau ac amgylcheddau lleol).

Effaith Cyllid wedi'i Glustnodi ar gyfer Cymunedau Oed-gyfeillgar

Mae Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar yn datgan bod cyllid wedi'i glustnodi ar gyfer cymunedau oed-gyfeillgar wedi bod yn allweddol o ran galluogi awdurdodau lleol ledled Cymru i wreiddio egwyddorion oed-gyfeillgar mewn polisi ac ymarfer. Mae wedi help gyda chreu swyddi penodol i weithredu fel hyrwyddwyr ar ran pobl hŷn, gan sicrhau bod eu lleisiau'n cael eu clywed a bod eu hanghenion yn cael eu hadlewyrchu wrth wneud penderfyniadau lleol. Mae'r swyddi hyn yn darparu arweinyddiaeth strategol, yn cydlynu partneriaethau traws-sector, ac yn bwrw ymlaen â gwaith ataliol sy'n helpu pobl hŷn i gadw mewn cysylltiad, yn annibynnol ac yn iach.

Mae'r cyllid hefyd wedi galluogi ymgysylltu ystyrlon â'r gymuned drwy fforymau, arolygon a digwyddiadau fel Wythnos Pobl Hŷn a Diwrnod Heneiddio Heb Gyfyngiadau. Mae wedi cefnogi'r gwaith o gynhyrchu gwybodaeth hygyrch, gan gynnwys cylchlythyrau wedi'u hargraffu ac adnoddau nad ydynt yn ddigidol, gan sicrhau bod pobl hŷn yn cael yr wybodaeth ddiweddaraf ac yn cael eu cynnwys.

Yn hollbwysig, awgrymir bod neilltuo'r cyllid hwn wedi diogelu ei bwrpas a'i effaith. Hebddo, mae'r ymatebwyr yn awgrymu y gallai gwaith oed-gyfeillgar gael ei wanhau, ei ddadflaenoriaethu, neu ei ymgorffori mewn cyllidebau ehangach – gan danseilio blynyddoedd o gynnydd a pheryglu colli ymddiriedaeth ymysg cymunedau hŷn.

Dywedodd un ymatebydd o awdurdod lleol:

Heb gydlynydd, mae'n annhebygol iawn y byddai'r holl fforymau pobl hŷn yn gallu parhau... Byddai'n dorcalonnus gweld yr holl gynnydd yn dod i stop.

Rhybuddiodd un arall:

Mae pobl hŷn yn dechrau teimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi a'u cefnogi, yna mae popeth yn stopio ac maen nhw'n diflannu i'r cefndir.

Ac mae'r risg strategol yn cael ei mynegi fel a ganlyn:

Heb y cyllid hwn, byddai'n anodd iawn parhau â'r gwaith ar y polisi heneiddio'n dda a chyflawni / cynnal y statws oed-gyfeillgar.

Mae ymatebwyr o'r farn nad mecanwaith ariannol yn unig yw cyllid wedi'i neilltuo – mae'n ymrwymiad i hawliau, llesiant a chynhwysiant pobl hŷn. Hebddo, maent yn poeni y byddai'r seilwaith, y momentwm a'r ymddiriedaeth sy'n sail i Gymunedau oed-gyfeillgar mewn perygl. (Dylid nodi yma y gallai barn ynghylch a ddylai'r cyllid oed-gyfeillgar barhau i gael ei glustnodi neu fod yn rhan o'r Grant Cynnal Refeniw[2] fod yn wahanol o fewn awdurdodau lleol. Daw'r sylwadau uchod gan ddeiliaid swyddi a rheolwyr oed-gyfeillgar yn unig).

Heriau

Mae awdurdodau lleol ledled Cymru wedi nodi amrywiaeth o heriau wrth gyflawni a chynnal mentrau cymunedol oed-gyfeillgar. Mae'r heriau hyn yn adlewyrchu rhwystrau gweithredol, strwythurol a chyd-destunol sy'n effeithio ar weithredu a chynllunio hirdymor.

Cyllid tymor byr ac ansicr

Mae llawer o awdurdodau lleol wedi dweud bod cylchoedd cyllido tymor byr yn cyfyngu ar eu gallu i gynllunio'n strategol. Mae cyllid yn aml yn cael ei gadarnhau yn hwyr yn y flwyddyn ariannol, sy'n gohirio'r gwaith o recriwtio, a datblygu a chyflawni rhaglenni. Mae'r ansicrwydd hwn hefyd wedi effeithio ar y gallu i sicrhau partneriaethau hirdymor a chynnal parhad o ran ymgysylltu â'r gymuned.

Cyfyngiadau capasiti

Yn y rhan fwyaf o feysydd, mae un swyddog yn gyfrifol am gydlynu gwaith oed-gyfeillgar, yn aml ochr yn ochr â dyletswyddau eraill. Mae hyn wedi cyfyngu ar gwmpas a graddfa'r ddarpariaeth. Soniodd Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar am anawsterau o ran rheoli nifer o flaenoriaethau, cynnal cysylltiadau â rhanddeiliaid a gwerthuso effaith. Dywed un ymateb:

Mae arian grant sy'n talu cyflog swyddog heb unrhyw gyllid ychwanegol ar gyfer gweithgareddau a digwyddiadau yn creu ansicrwydd ynghylch y ffocws.

Mewn rhai achosion, mae Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar wedi gorfod dibynnu ar wirfoddolwyr neu bartneriaid allanol i ddarparu gweithgareddau, sy'n gallu bod yn anghyson neu'n anghynaliadwy.

---

[2] Mae'r Grant Cynnal Refeniw yn gyllid gan Lywodraeth Cymru i awdurdodau lleol i ddarparu gwasanaethau hanfodol.

Allgáu digidol

Mae allgáu digidol yn parhau i fod yn rhwystr sylweddol i ymgysylltu. Mae pobl hŷn sydd heb fynediad at ddyfeisiau, cysylltedd rhyngrwyd, neu sgiliau digidol mewn perygl o gael eu heithrio o wasanaethau a gwybodaeth. Dywedodd un Swyddog Cymunedau Oed-gyfeillgar:

> *Mae llawer o breswylwyr hŷn...wedi dweud nad ydyn nhw eisiau bod ar-lein, eu bod yn ofni'r rhyngrwyd a'r posibilrwydd o gael eu sgamio, nad oes ganddyn nhw fynediad at ddyfeisiau oherwydd y gost neu nad oes ganddyn nhw'r hyder na'r sgiliau i ddefnyddio llwyfannau digidol.*

Mae rhai awdurdodau lleol wedi cyflwyno hyfforddiant a chymorth digidol, ond mae nifer y bobl sy'n manteisio ar y cyfle yn amrywio ac mae dewisiadau wyneb yn wyneb eraill yn dal yn hanfodol.

Heriau daearyddol a thrafnidiaeth

Mae natur wledig a seilwaith trafnidiaeth gwael wedi ei gwneud yn anodd cyrraedd pobl hŷn mewn ardaloedd anghysbell neu arfordirol. Mae'r heriau hyn yn effeithio ar ddarparu gwasanaethau ac mae ymgysylltu â phobl hŷn 'anoddach eu cyrraedd' yn heriol. Efallai fod pobl hŷn wedi'u hynysu mewn pentrefi gwledig ac arfordirol, bod ganddynt gysylltedd Wi-Fi gwael neu nad oes ganddynt y sgiliau digidol na'r diddordeb i gysylltu neu ymgysylltu ar-lein.

Mae rhai awdurdodau lleol wedi ceisio mynd i'r afael â hyn drwy allgymorth symudol neu ddigwyddiadau lleol, ond mae angen adnoddau ychwanegol ar gyfer y dulliau hyn.

Dyblygu a diffyg cydlyniad

Mewn rhai ardaloedd, mae mentrau tebyg (ee rhaglenni oed-gyfeillgar ac sy'n deall dementia) yn cael eu darparu ar wahân, gan arwain at ddyblygu ymdrechion. Gall hyn arwain at ddarpariaeth dameidiog a llai o effaith. Mae swyddogion wedi awgrymu y gallai dull mwy cydlynol ar draws adrannau a sefydliadau partner wella effeithlonrwydd ac eglurder.

Camddealltwriaeth o aelodaeth oed-gyfeillgar

Mae dod yn aelod o Rwydwaith Byd-eang o Ddinasoedd a Chymunedau Oed-gyfeillgar Sefydliad Iechyd y Byd wedi cael ei chamddeall yn lleol weithiau. Mewn rhai achosion, mae'r ffocws wedi symud tuag at gyflawni neu gynnal y statws yn hytrach na gweithredu'r egwyddorion cysylltiedig. Mae hyn wedi arwain at ddryswch ynghylch pwrpas a disgwyliadau gwaith oed-gyfeillgar ac efallai mai prin yw'r ymgysylltu ystyrlon â chymunedau.

Cydnabyddiaeth a brandio anghyson

Nid yw gwaith oed-gyfeillgar bob amser yn cael ei nodi na'i gyfleu'n glir. Efallai na fydd digwyddiadau a mentrau'n cael eu labelu'n benodol fel rhan o'r agenda oed-gyfeillgar, sy'n effeithio ar weledodd a dealltwriaeth y cyhoedd. Mae Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar wedi dweud y gall hyn arwain at golli cyfleoedd i gydnabod a chefnogi, yn fewnol ac yn allanol.

Heriau o ran cyrraedd grwpiau sy'n cael eu tangynrychioli

Mae awdurdodau lleol wedi nodi anawsterau wrth ymgysylltu â rhai grwpiau, gan gynnwys dynion hŷn, unigolion sy'n byw ar eu pen eu hunain a'r rheini nad ydynt yn mynd ati i chwilio am gymorth. Gall y grwpiau hyn fod yn llai tebygol o gymryd rhan mewn gweithgareddau cymunedol neu ymateb i ymgynghoriadau. Mae agweddau diwylliannol, stigma ynghylch heneiddio ac ymwybyddiaeth gyfyngedig o'r gwasanaethau sydd ar gael hefyd wedi cael eu nodi fel rhwystrau.

Diffyg arweiniad clir ac eglurder swyddi

Mae Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar wedi dweud bod angen canllawiau cliriach ar gwmpas a disgwyliadau rolau oed-gyfeillgar. Mae amrywiaeth o ran sut mae swyddi'n cael eu diffinio a'u gweithredu ar draws awdurdodau lleol, sy'n gallu arwain at anghysondebau o ran cyflawni. Mae fframweithiau safonol, adnoddau a rennir ac enghreifftiau o arferion gorau wedi cael eu nodi fel camau gweithredu posibl i wella cysondeb a hyder wrth gyflawni.

Casgliad

Dros y tair blynedd diwethaf, mae awdurdodau lleol ledled Cymru wedi gwneud gwahaniaeth sylweddol a phendant i lesiant pobl hŷn drwy gyfuniad o ymgysylltu uniongyrchol, gweithio mewn partneriaeth a dylanwad strategol.

Mae'r cyllid oed-gyfeillgar wedi cefnogi cyflogi Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar sy'n gweithredu fel cysylltwyr ac eiriolwyr dibynadwy ar ran pobl hŷn. Mae'r swyddogion hyn yn arwain y gwaith ymgysylltu, yn dylanwadu ar y gwaith o ddatblygu a chyflawni polisïau awdurdodau lleol, yn trefnu digwyddiadau cymunedol ac yn sicrhau bod lleisiau pobl hŷn yn siapio gwasanaethau a pholisïau lleol. Heb y swyddi hyn, dywed awdurdodau lleol wrthym y byddai'r rhwydweithiau a'r partneriaethau a adeiladwyd dros flynyddoedd yn chwalu ac y byddai'r momentwm y tu ôl i waith oed-gyfeillgar yn cael ei golli.

Mae'n amlwg bod ymgysylltu â Rhwydwaith Byd-eang o Ddinasoedd a Chymunedau Oed-gyfeillgar Sefydliad Iechyd y Byd wedi bod yn gatalydd ar gyfer newid cadarnhaol ar draws awdurdodau lleol, boed hynny drwy aelodaeth lawn neu drwy'r broses ymgeisio. Mae aelodaeth yn dod â hygrededd, dysgu byd-eang ac effaith strategol, ac mae'r broses ymgeisio yn annog ymgeiswyr i fyfyrio, cydweithio a gwneud gwelliannau cynnar. Gyda'i gilydd, mae'r llwybrau hyn yn cefnogi'r gwaith o greu cymunedau cynhwysol sy'n ystyriol o oedran ac yn gwreiddio arferion gorau ledled Cymru.

Mae'r cyllid hefyd yn sail i fentrau ymarferol fel cylchlythyrau wedi'u hargraffu, digwyddiadau allgymorth a fforymau lleol – sy'n hanfodol ar gyfer cyrraedd y rheini sydd wedi'u hallgáu'n ddigidol neu sy'n byw mewn ardaloedd gwledig. Mae'n galluogi awdurdodau lleol i ddathlu cyfraniadau pobl hŷn, gwella hygyrchedd a chyflawni gwaith ataliol sy'n lleihau unigrwydd a phwysau ar wasanaethau statudol.

Mae ymatebion i'r holiadur yn dweud bod parhau i glustnodi'r cyllid hwn yn hanfodol gan ei fod yn sicrhau parhad, yn diogelu adnoddau rhag blaenoriaethau sy'n cystadlu â'i gilydd ac yn caniatáu cynllunio tymor hir yn hytrach nag atebion tymor byr. Mae ymatebwyr o'r farn bod cyllid penodol yn arwydd o ymrwymiad gwirioneddol

i bobl hŷn, yn meithrin ymddiriedaeth ac yn sicrhau bod gwaith oed-gyfeillgar yn parhau i fod yn flaenoriaeth yn hytrach na chael ei wanhau neu ei gynnwys mewn cyllidebau ehangach. Hebddo, mae llawer o ymatebwyr yn rhybuddio y byddai'r cynnydd yn dod i ben, gan adael pobl hŷn yn fwy ynysig ac yn llai abl i ddylanwadu ar benderfyniadau sy'n effeithio ar eu bywydau.

Mae Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar ledled Cymru wedi bod yn gatalyddion ar gyfer newid, gan weithio ar lawr gwlad ac mewn meysydd strategol i wella bywydau pobl hŷn. Mae'r cynnydd hwn ar y cyd dros y tair blynedd diwethaf yn dangos gwerth mentrau penodol sy'n ystyriol o oedran, gan dynnu sylw at gyflawniadau cyffredin (lleisiau wedi'u grymuso, cymunedau cryfach, gwasanaethau ymatebol) yn ogystal â chaniatáu i bob ardal leol fynd i'r afael â'i heriau a'i chyfleoedd unigryw o ran cefnogi poblogaeth sy'n heneiddio.

Er bod y cyfeiriad cyffredinol yn gadarnhaol, nododd y grwpiau ffocws pobl hŷn heriau pwysig sy'n llesteirio'r cynnydd hwn. Cyfeiriwyd at rwystrau fel trafnidiaeth, ynysu gwledig, allgáu digidol ac ymwybyddiaeth gyfyngedig o'r gwasanaethau sydd ar gael. Yn nodedig, cydnabuwyd yr un materion hyn hefyd gan awdurdodau lleol yn eu hadroddiadau a'u holiaduron, gan ddangos cyd-ddealltwriaeth o'r rhwystrau strwythurol ac ymarferol a all gyfyngu ar gyfranogiad. Er enghraifft, tynnodd awdurdodau lleol a phobl hŷn sylw at yr angen am well opsiynau trafnidiaeth, gwybodaeth fwy hygyrch (yn enwedig i'r rheini nad ydynt yn defnyddio'r we) a chymorth parhaus i grwpiau sy'n cael eu harwain gan wirfoddolwyr.

Nid anghytuno ynghylch y materion sy'n bwysig yw'r gwahaniaeth, ond y profiad o'u heffaith. Er bod awdurdodau lleol yn gweithio i fynd i'r afael â'r rhwystrau hyn drwy gynllunio strategol a phartneriaeth, mae profiadau pobl hŷn o ddydd i ddydd yn awgrymu bod angen gwneud mwy i sicrhau bod yr ymdrechion hyn yn cyrraedd pawb, yn enwedig y rheini sydd fwyaf ynysig neu sydd wedi'u hallgáu'n ddigidol.

Mae hefyd yn amlwg bod rhai awdurdodau lleol yn defnyddio'r cyllid i gyflawni ei ganlyniadau penodol yn well nag eraill. Gellir dangos hyn drwy nifer yr awdurdodau lleol sydd wedi llwyddo i ymaelodi â Rhwydwaith Sefydliad Iechyd y Byd, ond hefyd drwy ein dadansoddiad o adroddiadau diwedd blwyddyn sy'n dangos bod blaenoriaethau sy'n cystadlu â'i gilydd, materion staffio neu gymorth ar lefel strategol yn llesteirio rhai awdurdodau lleol.

Er gwaethaf yr heriau hyn, mae'r ymrwymiad i waith oed-gyfeillgar yn dal yn gryf. Ledled Cymru, mae timau'n gwrando ar bobl hŷn, yn hyrwyddo dealltwriaeth rhwng y cenedlaethau, yn dathlu amrywiaeth, yn eiriol dros gyllid cynaliadwy ac yn dod ag amrywiaeth o bartneriaid at ei gilydd i weithio tuag at weledigaeth ar y cyd o Gymru oed-gyfeillgar.

Y Camau Nesaf

- Mae'r Gweinidog Plant a Gofal Cymdeithasol wedi cytuno ar gyllid ar gyfer swyddi Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar yn y flwyddyn ariannol nesaf (2026-27). Cyhoeddwyd hysbysiad cynnar o gyllid drwy ddatganiad ysgrifenedig i ddathlu Diwrnod Rhyngwladol Pobl Hŷn.
- Bydd penderfyniadau cyllido mewn perthynas â 2027-28 ymlaen yn cael eu hystyried gan weinyddiaeth 2026-30

- Bydd Llywodraeth Cymru yn parhau i rannu ac annog arferion gorau drwy'r Rhwydwaith Oed-Gyfeillgar a'r cylchlythyr chwarterol.
- Mewn partneriaeth â'r Comisiynydd Pobl Hŷn, bydd Llywodraeth Cymru yn annog awdurdodau lleol nad ydynt eto'n aelodau o Rwydwaith Sefydliad Iechyd y Byd i gyflwyno cais.
- Bydd Llywodraeth Cymru yn rhannu'r gwerthusiad hwn â Rhwydwaith Oed-gyfeillgar yr Awdurdodau Lleol, Fforwm Cynghori'r Gweinidog ar Heneiddio, y Comisiynydd Pobl Hŷn a swyddogion perthnasol o bob rhan o Lywodraeth Cymru i ystyried materion trawsbynciol a godwyd sy'n ymwneud ag allgáu digidol, trafnidiaeth, gwirfoddoli a hygyrchedd gwasanaethau a mannau cyhoeddus. Bydd y gweithgor hwn hefyd yn ystyried sut i ehangu ymwybyddiaeth o gymunedau oed-gyfeillgar i gyrff mwy strategol ledled Cymru.
- Gan ddysgu o ganfyddiadau'r gwerthusiad hwn, byddwn yn sefydlu gweithgor o bobl hŷn, aelodau Fforwm Cynghori'r Gweinidog ar Heneiddio, awdurdodau lleol a phartïon eraill sydd â diddordeb i ganolbwyntio ar ymgysylltu a sut i gyrraedd grwpiau sy'n cael eu tangynrychioli.
- Byddwn yn gweithio gyda'r partneriaid a restrir uchod i ystyried gwerth y canlynol:
    - Meini prawf cyllido cliriach ar gyfer awdurdodau lleol yn 2026-27.
    - Gwell amlygrwydd a brandio ar gyfer menter oed-gyfeillgar i gynyddu ymwybyddiaeth.
    - Fframwaith safonol ar gyfer rolau Swyddogion Cymunedau Oed-gyfeillgar, gan gynnwys cylch gwaith a chanlyniadau clir.
- Byddwn yn ariannu Age Cymru i weithio gydag Un Llais Cymru i annog mwy o Gynghorau Tref a Chymuned i fod yn rhan o greu Cymru oed-gyfeillgar.
- Bydd Llywodraeth Cymru yn cynnwys awdurdodau lleol mewn rhaglen waith sy'n gysylltiedig â herio oedraniaeth.