Adolygiad o Wasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd

Mae'r adroddiad wedi cael ei greu ar gyfer Cyngor Sir Fynwy

Pwy sydd wedi ysgrifennu'r adroddiad? Ainsley Bladon, Becky Holmes a Mark John-Williams

Practice Solutions Ltd
Mawrth 2023

Cynnwys

1. Cyflwyniad ... 3
2. Hanes y Gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd yng Ngogledd Sir Fynwy a Chanol Sir Fynwy ... 6
3. Beth mae pobl wedi ei ddweud wrthon ni: pobl sy’n defnyddio Fy Niwrnod, Fy Mywyd ... 9
4. Beth mae pobl wedi ei ddweud wrthon ni: aelodau o’r teulu ... 14
5. Beth mae pobl wedi ei ddweud wrthon ni: pobl sy’n gweithio i’r gwasanaeth ... 16
6. Beth mae pobl wedi ei ddweud wrthon ni: pobl eraill sy’n gweithio i’r cyngor a mudiadau cymunedol ... 20
7. Casgliadau ... 23
8. Argymhellion a’r camau nesaf ... 24

Atodiad A: Llythyr i Bobl sy’n Defnyddio’r Gwasanaeth (Gweithdai) ... 27
Atodiad B: Dyddiadau Ymgysylltu ... 28
Atodiad C: Rhannu Beth Rydyn Ni wedi ei Ddarganfod ... 29

1. Cyflwyniad

Fe ofynnodd Cyngor Sir Fynwy i Practice Solutions Ltd. i wneud adolygiad annibynnol o’r gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd. Mae’r gwasanaeth hwn yn rhoi cymorth yn ystod y dydd i bobl yng Ngogledd Sir Fynwy a Chanol Sir Fynwy yn ardaloedd Y Fenni a Threfynwy.

Y prif bethau ar gyfer yr adroddiad hwn yw llais a rheolaeth, atal ac ymyrryd yn gynnar, lles a chyd-gynhyrchu. Mae’r pethau hyn i gyd yn Neddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014.

Mae'r adroddiad hwn yn dweud beth rydyn ni wedi ei wneud a beth mae pobl wedi ei ddweud wrthon ni. Mae hefyd yn dweud beth rydyn ni’n meddwl dylai’r cyngor ei wneud yn y dyfodol gyda gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd a sut ddylai'r gwasanaeth gael ei redeg.

Beth sydd yn yr adroddiad hwn?

- Hanes y gwasanaeth
- Beth mae pobl wedi ei ddweud wrthon ni
- Beth ddylai'r cyngor ei wneud nesaf

Beth wnaethon ni?

Fe wnaethon ni ddarllen adroddiadau a dogfennau a oedd yn dweud wrthon ni am hanes y gwasanaeth.

Fe wnaethon ni gwrdd â'r cyngor er mwyn deall mwy am y gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd. Roedd y cyngor wedi rhoi rhestr i ni o’r holl bobl a allai fod eisiau siarad â ni am eu barn a’u profiadau.

Roedden ni wedi cytuno i gysylltu â phobl o grwpiau gwahanol.

- Pobl sy'n defnyddio'r gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd nawr a theuluoedd y bobl hyn
- Pobl oedd yn defnyddio’r canolfannau gweithgaredd cyn Covid
- Pobl a allai ddefnyddio'r gwasanaeth yn y dyfodol
- Pobl sy'n gweithio i'r gwasanaeth nawr
- Pobl eraill sy'n gweithio yn y cyngor ac yn gwybod am y gwasanaeth
- Pobl sydd â swyddi mewn asiantaethau cymunedol eraill sy'n gweithio gyda'r gwasanaeth.

Rhwng Rhagfyr 2022 a Chwefror 2023 fe wnaethon ni siarad â phobl mewn ffyrdd gwahanol. Roedd hyn yn sicrhau nad oedd unrhyw beth i’w rhwystro rhag cymryd rhan yn yr adolygiad yn llawn.

- Cwrdd wyneb yn wyneb â phobl sy'n defnyddio’r gwasanaeth a theuluoedd y bobl hyn, i siarad am y ffordd maen nhw'n teimlo am y gwasanaeth a beth maen nhw'n meddwl am y gwasanaeth. Fe aethon ni i dref Y Fenni a Threfynwy ar chwe diwrnod gwahanol
- Fe wnaethon ni redeg dau weithdy creadigol er mwyn deall mwy am y bobl oedd yn cymryd rhan. Roedden ni eisiau deall beth maen nhw'n hoffi ei wneud a beth sy'n bwysig iddyn nhw
- Cwrdd â staff wyneb yn wyneb ac ar y cyfrifiadur gan ddefnyddio fideo-gynadledda, er mwyn deall beth maen nhw'n ei feddwl a beth yw eu barn
- Gofyn i bobl oedd yn arfer galw i mewn i'r gwasanaeth i lenwi holiadur a rhannu eu profiadau
- Clywed gan deuluoedd am bobl ifanc a allai ddefnyddio'r gwasanaeth yn y dyfodol fel ein bod ni’n gwybod mwy am eu diddordebau a’u gobeithion ar gyfer y dyfodol.

Fe ddefnyddion ni sawl ffordd wahanol o gyfathrebu.

- Anfon gwahoddiadau Hawdd eu Deall a gwahoddiadau gyda symbolau a lluniau Photosymbol arnyn nhw. Roedden ni wedi dweud wrth bobl a oedd yn cymryd rhan i ddod â rhywun sy'n agos atyn nhw os oedden nhw eisiau.
- Defnyddio pethau gweledol i helpu a sawl ffordd greadigol o fynegi teimladau.
- Gofyn i bobl a oedd yn cymryd rhan i ddod â ffotograffau ac eitemau sy'n dangos beth sy'n bwysig iddyn nhw. Fe ddefnyddion ni bapur siart, pennau ffelt a nodiadau gludiog.
- Siarad â'n gilydd am beth sy'n bwysig ym mywydau pobl a phwy sy'n bwysig iddyn nhw. Defnyddion ni offerynnau mapio cymunedol syml ac offerynnau sy'n canolbwyntio ar unigolion i'n helpu i siarad â'n gilydd.

Roedd y cyngor wedi gofyn i ni ysgrifennu argymhellion. Yr argymhellion yw'r pethau rydyn ni'n credu y dylai'r cyngor eu gwneud. Wedi i ni edrych ar bopeth a meddwl beth fyddai fwyaf defnyddiol, anfonon ni ein rhestr o argymhellion at bob un o'r bobl roedden ni wedi siarad â nhw a'r bobl oedd ddim wedi siarad â ni. Roedden ni eisiau gwneud yn siŵr eu bod nhw'n cytuno â'r argymhellion yn yr adroddiad hwn.

Yna gorffennon ni ysgrifennu ein hadroddiad annibynnol. Nawr, byddwn ni'n rhoi'r adroddiad i'r cyngor ac efallai y bydd y cyngor yn gofyn i bobl eraill am eu barn nhw cyn penderfynu beth i'w wneud nesaf.

Pwy sydd wedi cymryd rhan – pobl sy'n defnyddio Fy Niwrnod, Fy Mywyd

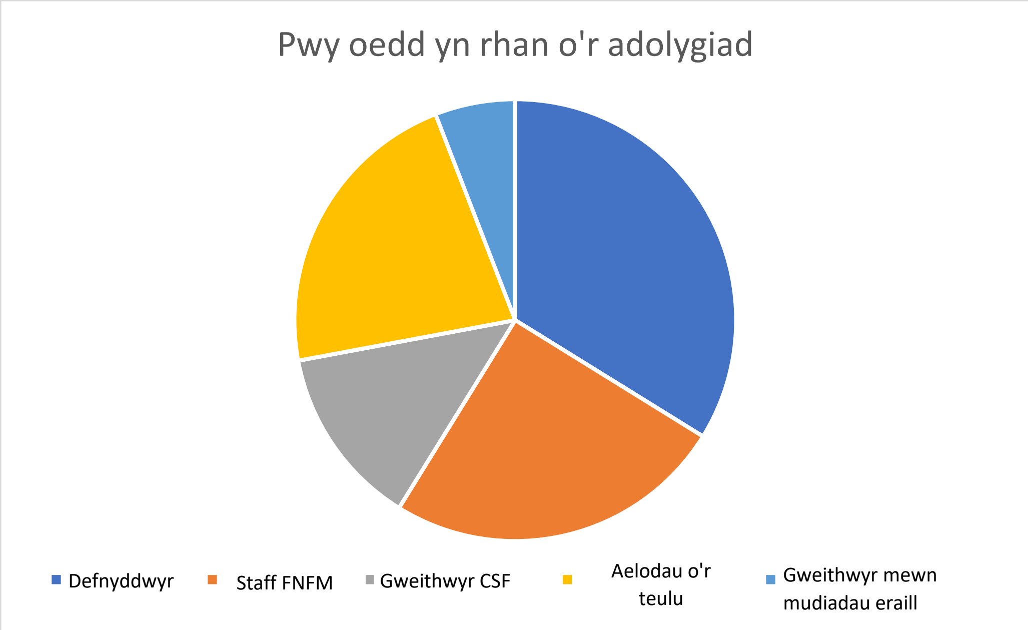
Fe fuon ni'n siarad â:

- 4 o'r 12 o bobl a oedd yn arfer galw i mewn i'r canolfannau. Roedden nhw wedi llenwi holiaduron
- daeth 2 berson a oedd yn arfer defnyddio Fy Niwrnod, Fy Mywyd i ddigwyddiadau wyneb yn wyneb gyda'u brodyr neu chwiorydd.
- daeth 6 o'r 11 o bobl sy'n defnyddio'r gwasanaeth yn Y Fenni i ddigwyddiadau wyneb yn wyneb
- roedd 9 o'r 11 o bobl sy'n defnyddio'r gwasanaeth yn Sir Fynwy ar hyn o bryd wedi cymryd rhan. Daeth 6 i ddigwyddiadau wyneb yn wyneb, roedd 2 yn cael eu cynrychioli gan aelodau o'r teulu ac roedd 1 wedi siarad â ni dros y ffôn
- roedd 2 o'r 6 o bobl sydd wedi cyrraedd yr oed pan fyddan nhw'n symud at wasanaethau oedolion yn cael eu cynrychioli gan aelodau o'r teulu

Fe wnaethon ni gysylltu â chyfanswm o 41 o bobl ac roedd 23 wedi dewis cymryd rhan yn yr adolygiad (56%)

Y bobl sy'n defnyddio'r gwasanaeth ar hyn o bryd oedd y nifer uchaf, ac fe wnaeth 68% ohonyn nhw gymryd rhan

Fe wnaethon ni siarad ag aelodau o'r teulu, gweithwyr mewn mudiadau cymunedol, a staff eraill Cyngor Sir Fynwy hefyd, er enghraifft gweithwyr cymdeithasol a rheolwyr. Mae rhagor o fanylion yn y tabl isod.



Pobl sydd wedi cymryd rhan	Aelodau o'r teulu	Gweithwyr FNFM	Gweithwyr eraill Cyngor Sir Fynwy	Gweithwyr Mudiadau Cymunedol
Roedd 23 allan o 40 o bobl roedden ni wedi cysylltu â nhw wedi cymryd rhan yn yr adolygiad	15	17	9	4

Beth ddigwyddodd nesaf?

Roedd y cyngor wedi gofyn i ni ysgrifennu argymhellion. Yr argymhellion yw’r pethau rydyn ni’n credu y dylai’r cyngor eu gwneud. Wedi i ni edrych ar bopeth a meddwl beth fyddai fwyaf defnyddiol, anfonon ni ein rhestr o argymhellion at bob un o'r bobl roedden ni wedi siarad â nhw a’r bobl oedd ddim wedi siarad â ni. Roedden ni eisiau gwneud yn siŵr eu bod nhw’n cytuno â’r argymhellion yn yr adroddiad hwn.

Yna gorffennon ni ysgrifennu ein hadroddiad annibynnol. Nawr, byddwn ni’n rhoi'r adroddiad i’r cyngor ac efallai y bydd y cyngor yn gofyn i bobl eraill am eu barn nhw cyn penderfynu beth i’w wneud nesaf.

2. Hanes y Gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd yng Ngogledd Sir Fynwy a Chanol Sir Fynwy

Sut roedd y gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd wedi dechrau

Fe ddysgon ni lawer am y gwasanaeth.

Cyn 2014 roedd gan y cyngor ganolfan ddydd. Roedd pobl yn mynd i adeilad rhwng 10 y bore a 3 y prynhawn o ddydd Llun i ddydd Gwener. Yn yr adeilad roedden nhw'n gwneud gweithgareddau gwahanol gyda'i gilydd. Fel arfer roedd pobl yn gwneud yr un gweithgareddau.

Yn 2014, fe benderfynodd y cyngor wneud pethau'n wahanol. Roedd hyn yn golygu cynllunio sy'n canolbwyntio ar unigolion. Roedd yn golygu meddwl am gryfderau pobl a beth sy' bwysig iddyn nhw wrth benderfynu pa weithgareddau i'w gwneud a ble i'w gwneud. Mae'r bocs isod yn dangos beth oedd yn bwysig i'r gwasanaeth newydd.

Bydd pobl yn cael cyfle i gael bywyd cyflawn
trwy ymuno mewn gweithgareddau cymunedol. Bydd pobl yn arwain penderfyniadau.

Mae'n bwysig fod pobl yn cymryd rhan go iawn mewn gweithgareddau. Nid dim ond edrych neu gymryd rhan ar lefel isel er enghraifft siarad â rhywun. Mae'n golygu cymryd rhan go iawn mewn bywyd. Mae'n golygu cymryd rhan yn actif a gallu cyfrannu.

Ble'n bosibl, mae pobl yn cael eu cefnogi i gymryd rhan mewn cyfleoedd yn y gymuned sydd ar gael i bawb nid dim ond i bobl anabl.

Mae pobl yn gallu cael cymorth unigol sy'n arbennig iddyn nhw er mwyn iddyn nhw allu cymryd rhan mewn cyfleoedd.
Mae'n golygu gweithio gyda chryfderau pobl nid anghenion pobl.

Mae pobl yn cael eu hannog i ddatblygu yn y gweithgareddau ac yn dod yn fwy a mwy annibynnol.

Bydd ymgysylltu actif a pharhaus gyda'r bobl
sy'n caru'r unigolyn ac yn gofalu am yr unigolyn fwyaf.

Bydd ymdrech go iawn i sicrhau ymateb mawr gan y gymuned.

Bydd angen lle (Hwb) yn y gymuned ble mae pobl yn gallu mynd i gael cefnogaeth gan bobl o'r un oed â nhw. Bydd y lle hwn yn lle diogel iddyn nhw.

Roedd hon yn ffordd newydd o wneud pethau ac roedd pobl yn dal i wneud rhai o'r gweithgareddau mewn adeiladau, ond roedden nhw hefyd yn mynd allan fwy i'r gymuned.

Roedd y bobl a oedd yn cymryd rhan yn gallu dewis sut oedden nhw'n treulio eu diwrnod ac yn gwneud y pethau oedd fwyaf pwysig iddyn nhw ac yn golygu fwyaf iddyn nhw. Roedd gweithiwr cymorth yn eu helpu nhw i wneud y gweithgareddau hyn os oedd angen.

Roedd pobl yn gallu mwynhau gweithgareddau mewn llawer o fannau cymunedol gwahanol, er enghraifft Dance Blast, garddio a hyd yn oed rhedeg caffi cymunedol. Roedd yna hybiau Fy Niwrnod, Fy Mywyd, hefyd ac roedd ganddyn nhw bethau i'w gwneud ar y safle fel celf a chrochenwaith.

Roedd hwn yn newid mawr i bawb. Roedd staff wedi cael hyfforddiant i helpu gyda'r ffordd newydd o weithio. Roedd y Cyngor wedi cael cyngor gan arbenigwr ar gynllunio sy’n canolbwyntio ar unigolion, er mwyn sicrhau ei fod yn gwneud popeth yn iawn.

Roedd y gwasanaeth eisiau cyflwyno ffordd o weithio â chwe cham.

1) Gofyn am ganiatâd
2) Cwrdd â'r bobl sy'n bwysig
3) Holi cwestiynau gwahanol (fel 'beth sy'n bwysig i ti?' / 'beth fyddai dy fywyd gorau di?')
4) Edrych ar atebion sy'n gweithio gyda'i gilydd ac sy'n rhoi rhywbeth mwy i’r gwasanaeth (gwneud cysylltiadau a meithrin perthnasau)
5) Gwneud i bethau ddigwydd
6) Adolygu / edrych yn ôl.

Mae symud at ffordd hollol newydd o weithio wedi bod yn siwrnai hir i'r bobl oedd yn cymryd rhan a'u teuluoedd ac aelodau o staff. Fe ddechreuodd y gwasanaeth redeg mentrau cymdeithasol fel siop argraffu a chaffi. Roedd hyn yn rhoi sgiliau gwaith pwysig iawn i'r bobl oedd yn cymryd rhan. Roedd hefyd yn rhoi gweithgareddau cymdeithasol, iechyd a lles a mynegiannol iddyn nhw.

Pan gafodd y gwasanaeth ei adolygu yn 2019 roedden nhw wedi gweld bod ffordd o feddwl y gwasanaeth newydd wedi creu llawer o gyfleoedd newydd. Ond roedd llawer o heriau hefyd.

Erbyn mis Mawrth 2020, roedd pob un wedi symud i ffwrdd oddi wrth wasanaeth dydd traddodiadol. Roedd pobl yn dod yn fwy annibynnol ac yn defnyddio llawer o weithgareddau newydd gan gynnwys Touch Trust, yoga a dawnsfeydd te. Roedd hwb Y Fenni ar gau am ddau ddiwrnod yr wythnos. Roedd y ddau hwb yn Nhrefynwy wedi dod at ei gilydd wrth i fwy o bobl fynd i weithgareddau cymunedol oedd ar gael i bawb.

Yn ystod pandemig Covid-19 2020-2022

Dechreuodd cyfyngiadau Covid-19 ar draws y wlad o fis Mawrth 2020. Roedd angen cau pob adeilad cyhoeddus dros dro.

Yn ystod yr amser yma rhoddwyd cefnogaeth unigol i bobl. Roedd y rhai â'r mwyaf o flaenoriaeth yn cael cefnogaeth yn gyntaf. Roedd pobl a oedd yn byw mewn llety cymorth yn cael gwasanaeth gartref. Oherwydd y cyfyngiadau roedd pobl yn mynd allan am dro neu allan am goffi pan oedd y siopau ar agor, fel arfer. Ym mhob rhan o Gymru nid oedd pobl yn cael cwrdd â phobl eraill. Roedd rhai aelodau o staff a rhai o'r bobl oedd yn cymryd rhan yn gwarchod. Yn ystod y pandemig roedd llawer o'r aelodau mwy newydd o staff yn gorfod gweithio yn rhywle arall neu mewn swydd arall.

Oherwydd hyn roedd y gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd arferol yn wahanol iawn am amser hir.

Ar ôl pandemig Covid-19 2022-2023

Roedd y Cyngor wedi penderfynu y dylai pobl sy'n byw mewn tai cymorth gael cymorth gan staff yn eu cartref. Byddai'r staff hyn yn gallu mynd â nhw allan yn lle cael gweithiwr cymorth gwahanol trwy Fy Niwrnod, Fy Mywyd. Doedd yr adolygiad hwn ddim yn edrych ar yr unigolion hyn.

Nawr mae llawer llai o bobl yn defnyddio'r gwasanaeth. Mae dros 50% yn llai o bobl ynghlwm â’r gwasanaeth ym mis Mehefin 2022 nag oedd cyn y pandemig. Oherwydd hyn mae gormod o bobl yn gweithio i'r gwasanaeth. Mae’r rhan fwyaf ohonyn nhw yn gweithio ychydig o oriau bob wythnos. Mae rhai

aelodau o staff yn gweithio i’r Gwasanaeth Cymorth Unigol hefyd. Mae mwy o bobl yn cymryd rhan yn y gwasanaeth yna.

Ar ôl i’r cyfyngiadau ddod i ben, roedd yr adeiladau ar gau o hyd. Roedd hyn tan fod y cyngor yn penderfynu beth fyddai'r camau nesaf. Comisiynodd y cyngor yr adroddiad hwn.

Mae gweithgareddau cymunedol wedi dechrau eto ond nid yw pob un wedi ailagor ar ôl Covid-19.

Pethau eraill dylech chi eu gwybod

Mae yna wasanaethau eraill i bobl ag anableddau dysgu yng Ngogledd Sir Fynwy a Chanol Sir Fynwy. Mae'r rhain yn cynnwys:

- **Y Gwasanaeth Cymorth Unigol:** mae'r gwasanaeth yma yn debyg iawn i Fy Niwrnod, Fy Mywyd. Mae'n helpu pobl gyda nodau tymor byr, fel teithio’n fwy annibynnol ar y bws neu ddysgu coginio. Mae pobl yn cwrdd â gweithiwr cymorth ac maen nhw’n gweithio gyda’i gilydd i gyrraedd y nodau hyn. Y gwahaniaeth mwyaf yw bod Fy Niwrnod, Fy Mywyd yn wasanaeth mwy hirdymor. Mae llawer mwy o bobl yn cymryd rhan yn y Gwasanaeth Cymorth Unigol.
- **My Mates**: Y cyngor sy'n rhedeg My Mates ac mae'n grŵp cymdeithasol sy’n trefnu gweithgareddau. Mae pobl yn gallu mynd i’r gweithgareddau ar eu pen eu hun neu gyda’u gweithiwr cymorth. Y nod yw gwneud ffrindiau a pherthnasoedd personol agos. Mae'r grŵp wedi ennill gwobr Gofal Cymdeithasol Cymru am wneud pethau mewn ffordd newydd.
- **Mudiadau cymunedol:** Mae llawer o fudiadau ac elusennau ar gael i bobl sydd ag anableddau dysgu. Maen nhw’n cynnwys Pobl yn Gyntaf, Growing Space, Dance Blast, Canolfan Bridges ac asiantaethau gwaith. Mae'r cyngor yn noddi rhai ohonyn nhw ac mae rhai yn annibynnol.
- **Taliadau Uniongyrchol:** O dan y cynllun hwn, mae pobl yn cael arian wrth y gwasanaethau cymdeithasol er mwyn talu i gael cymorth yn breifat gan rywun o'u dewis.
- **Byw â Chymorth:** Tai i bobl ag anableddau dysgu sy'n ffocysu ar fod mor annibynnol â phosibl

3. Beth mae pobl wedi ei ddweud wrthon ni: pobl sy'n defnyddio Fy Niwrnod, Fy Mywyd

Fe wnaeth Practice Solutions ffonio 40 o bobl ac anfon llythyron allan am ddigwyddiadau. Roedd mwy na hanner y bobl sy'n defnyddio’r gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd ar hyn o bryd wedi dewis cwrdd â ni i siarad wyneb yn wyneb. Roedd rhieni yn cynrychioli pedwar o'r bobl oherwydd nid oeddent ar gael ar ddiwrnodau'r gweithgareddau.

Os nad oedd rhywun yn gallu dod, fel arfer roedden nhw'n sâl neu'n brysur iawn dros amser y Nadolig. Fe wnaethon ni drefnu mwy o ddyddiadau a gweithdai yn Ionawr a Chwefror. Roedden ni eisiau deall yn well beth roedd pobl eisiau o'r gwasanaeth.

Ar ôl y gweithgareddau ymgysylltu fe wnaethon ni anfon negeseuon e-bost neu lythyron Hawdd eu Deall at bob un oedd wedi cymryd rhan. Hyd yn oed y rhai oedd ddim y gallu dod i'r cyfarfodydd. Roedd y negeseuon neu'r llythyron yn dweud wrth bobl beth oedd ein hargymhellion drafft. Yr argymhellion drafft oedd beth roedden ni’n credu ddylai’r cyngor ei wneud. Roedden ni eisiau rhoi cyfle olaf i bobl ddweud a oedden nhw'n cytuno â'r argymhellion ai peidio.

Gweithdai Ymgysylltu 'Fy Niwrnod, Fy Mywyd'

Yn y gweithdai roedden ni eisiau creu cyfleoedd i siarad yn fwy anffurfiol a chadw i ffwrdd oddi wrth gyfweliadau. Fe wnaeth hyn ein galluogi i ddod i adnabod pobl mewn ffordd fwy hamddenol. Mae 'Fy Niwrnod, Fy Mywyd' eisiau bod yn wasanaeth sy'n canolbwyntio ar unigolion a'r gymuned. Felly roedden ni wedi penderfynu gwneud pethau fyddai'n canolbwyntio ar unigolion a'r gymuned yn y gweithdy.

Fe wnaethon ni ganolbwyntio ar 3 thema:

- Beth ydych chi'n ei hoffi'n fawr a beth yw eich diddordebau? Beth mae pobl yn ei hoffi a'i edmygu amdanoch chi? (Yn dilyn y 'Proffil Un Dudalen')
- Beth yw eich cymuned? Ble mae'r llefydd pwysig yn eich bywyd? Beth yw'r wynebau pwysig yn eich bywyd? Fe wnaethon ni ddefnyddio poster 'mapio cymunedol' i gofnodi ymatebion pobl.
- Sut mae bywyd da yn edrych i chi? Sut mae gwasanaeth da yn edrych i chi? Beth fyddech chi'n hoffi ei weld?

Fe wnaethon ni ddefnyddio'r dulliau hyn i gael sesiwn bositif a oedd yn meddwl rhywbeth i bawb. Roedden ni wedi cael pawb i gyfrannu. Roedden ni wedi dod i adnabod y bobl sy'n defnyddio'r gwasanaeth ac wedi dysgu beth sy'n eu hysgogi, beth sy'n gweithio iddyn nhw a beth sy'n bwysig iddyn nhw.

- Roedd 15 allan o 22 o bobl sy’n cymryd rhan yn y gwasanaeth ar hyn o bryd wedi cymryd rhan yn yr adolygiad (68%)
- Roedd 6 allan o'r 11 sy'n cymryd rhan yn Y Fenni (55%) ar hyn o bryd wedi cwrdd â ni wyneb yn wyneb
- Roedd 9 allan o'r 11 sy'n cymryd rhan yn Sir Fynwy (82%) ar hyn o bryd wedi siarad â ni wyneb yn wyneb ac un wedi siarad â ni dros y ffôn
- Fe wnaethon ni hefyd siarad â theulu 2 oedolyn ifanc sy’n agos at yr oedran pan fyddan nhw’n paratoi at symud at y gwasanaethau oedolion

- Roedden ni wedi ysgrifennu at 12 o bobl a oedd yn arfer galw i mewn i'r gwasanaeth. Roedd 4 ohonyn nhw wedi anfon yr holiadur yn ôl aton ni. Roedden ni hefyd wedi siarad â 2 berson a oedd yn arfer cymryd rhan yn y gwasanaeth a ddaeth gyda'u brawd neu chwaer.

Pobl sydd wedi cymryd rhan yn Fy Niwrnod, Fy Mywyd o'r blaen

Fe wnaethon ni holi rhai o'r bobl oedd yn arfer cymryd rhan yn Fy Niwrnod, Fy Mywyd a oedd yn arfer galw i mewn i'r canolfannau dydd. Roedd 4 allan o 12 wedi anfon yr holiaduron yn ôl aton ni. Dyma beth roedden nhw wedi ei ddweud:

Beth oedd eich hoff bethau chi am Fy Niwrnod, Fy Mywyd?

- Roedd yn lle saff i fod
- Y bobl eraill oedd yn mynd a'r gweithgareddau
- Roeddwn i'n hoffi gwneud gwaith celf a chymdeithasu gyda fy ffrindiau
- Amser da iawn yn yr hwb

Beth oedd eich hoff weithgareddau?

Defnyddio'r cyfrifiadur, Drymio, Peintio Gwydr, Celf, Gweithgareddau swyddfa, Radio, Darlunio, Cymdeithasu gyda ffrindiau, Caffi cymunedol

Roeddwn i'n teimlo fy mod yn llanw fy niwrnod gyda gweithgareddau gwerth chweil

Beth oeddech chi ddim yn ei hoffi am Fy Niwrnod, Fy Mywyd?

- Dywedodd 3 pherson nad oedd unrhyw beth doedden nhw ddim yn ei hoffi
- Roedden nhw wedi stopio rhai o fy hoff weithgareddau ond yn cwyno pan oeddwn i'n defnyddio'r cyfrifiaduron

Beth hoffech chi ei weld yn digwydd yn Fy Niwrnod, Fy Mywyd yn y dyfodol?

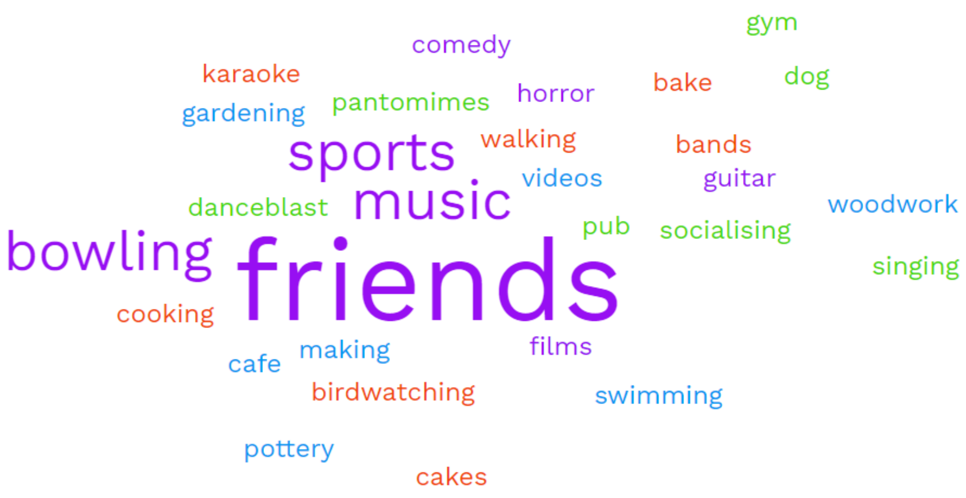
- Os byddai Fy Niwrnod, Fy Mywyd yn agor eto gallwn i weld fy ffrindiau a gwneud fy ngwaith celf eto
- Mynd yn ôl i fel oedd pethau o'r blaen
- Hoffwn i weld Fy Niwrnod, Fy Mywyd yn parhau, oherwydd roeddwn i'n gwerthfawrogi'r gefnogaeth yn fawr iawn
- Mwy o weithgareddau a diwrnodau allan

Roeddwn i'n hapus iawn gyda'r gwasanaeth

Pobl sy'n cymryd rhan yn Fy Niwrnod, Fy Mywyd ar hyn o bryd

Profiadau o'r gwasanaeth

Mae gan bobl sy'n cymryd rhan yn y gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd lawer o ddiddordebau gwahanol! Dyma rai o'r diddordebau roedden nhw wedi eu rhannu gyda ni:



Roedd y bobl sy'n cymryd rhan yn siarad am yr holl weithgareddau maen nhw wedi eu mwynhau ar y gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd. Maen nhw'n cynnwys sgiliau gwaith fel rhedeg siop argraffu a chaffi, gwneud crochenwaith, mynd i ddigwyddiadau a chymryd rhan mewn gweithgareddau cymdeithasol gyda'u ffrindiau, mynd i'r theatr, creu sioe ffasiwn, mynd i'r sinema neu i fowlio, a gwneud hobïau.

Roedd y bobl oedd yn cymryd rhan yn dweud eu bod yn siomedig â'r gweithgareddau sydd ar gael ar hyn y bryd. Roedden nhw'n dweud eu bod yn gweld eisiau y ffrindiau roedden nhw'n arfer garddio a gwneud gweithgareddau grŵp eraill gyda nhw. Roedden nhw hefyd yn siarad am golli gweithgareddau sgiliau gwaith sydd ddim ar gael nawr.

Effaith Covid-19

Mae'r cyfyngiadau yn ystod y pandemig a chau adeiladau wedi cael effaith fawr ar y bobl oedd yn cymryd rhan. Roedden nhw'n siarad am weld eisiau eu ffrindiau a theimlo'n unig yn ystod y pandemig. Nid oedd yn bosibl osgoi'r sefyllfa ond roedd llawer yn gobeithio cael pethau yn ôl fel oedden nhw wedi i'r cyfyngiadau ddod i ben. Maen nhw'n siomedig nad yw adeiladau wedi agor eto a bod llawer o weithgareddau ddim ar gael o hyd.

Dywedodd un o'r bobl oedd yn cymryd rhan eu bod wedi cael eu tynnu oddi ar restr y gwasanaethau oherwydd nid oedden nhw eisiau gwneud y gweithgareddau oedd ar gael. Ond roedd eu hadolygiad yn dweud bod y gweithgareddau roedden nhw'n eu hoffi ddim ar gael oherwydd y cyfyngiadau. Dywedodd rhywun arall nad oedd unrhyw un wedi galw a bod hyn yn eu gwneud yn drist.

Beth oedd pobl ddim yn ei hoffi gymaint am wasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd

Roedd rhai o’r bobl eisiau i bethau fod yn wahanol.

Fe siaradodd un person am deimlo'n drist pan oedden nhw wedi trïo gweld eu ffrind sy'n byw mewn llety cymorth ar ôl y pandemig. Nid oedd y ffrind yn cael dod allan oherwydd nid oedd gweithiwr cymorth yn y llety cymorth ar gael.

Roedd rhai o'r bobl yn poeni am y gost o gymryd rhan yn y model newydd. Mae pobl sy'n cymryd rhan y talu am y gweithgareddau maen nhw eisiau eu gwneud.

Dywedodd un o'r bobl oedd yn cymryd rhan “dydy rheolwyr ddim yn gwrando arnoch chi a ddim yn eich ffonio chi nôl”.

Gweledigaeth ar gyfer y Dyfodol

Yn ein gweithdai, roedd y bobl oedd yn cymryd rhan wedi creu murluniau i ddangos gweithgareddau yn eu tref ac i ddisgrifio sut mae da yn edrych.

Dylai pob un fynd i’r cyfarfodydd am Fy Niwrnod, Fy Mywyd oherwydd mae'r newidiadau yn effeithio arnon ni

Dyma rai o'r syniadau:

- Dylai ysgolion a cholegau wybod am y gwasanaeth.
- Dylai fod gwaith sy’n meddwl rhywbeth i unigolion, fel y stiwdio grefftau oedd gennym ni.
- Dylai fod gweithgareddau grŵp a gweithgareddau unigol.
- Dylai’r cyhoedd fod yn gallu dod i mewn, edrych ar y gwaith celf a chrefft a mynd i'r caffi.
- Dylai fod yng nghanol y dref.
- Dylai fod yn glir beth yw'r gwasanaeth.
- Dylai fod rhyw ffordd o deithio yno.
- Dylai fod lle ble mae pobl yn gallu rhyngweithio.
- Byddai gwasanaeth da yn cynnwys celf a chrefft.
- Dylai pob gwasanaeth gysylltu at ei gilydd yn well.
- Dylai’r cyfathrebu fod yn well.
- Dylai fod map o'r gwasanaethau sy'n dangos pa wasanaethau sydd ar gael, i bwy mae’r gwasanaethau a ble maen nhw
- Dylai’r bobl sy'n cymryd rhan weithio gyda'r cyngor i ddylunio gwasanaethau gyda'i gilydd

Roedd y bobl oedd yn cymryd rhan wedi gofyn am gael defnyddio adeilad neu adeiladau sy'n gallu cael eu defnyddio am lawer o bethau, gan gynnwys:

- lle i gyfarfod
- rhywle i ymarfer sgiliau
- gwybod bod rhywle i fynd sy'n ddiogel ac yn hawdd mynd i mewn iddo

Y peth mwyaf pwysig oedd cael dewis da o weithgareddau, tripiau a ddigwyddiadau sy'n meddwl rhywbeth ac sy'n ysgogi pobl ac yn eu galluogi i gymdeithas gyda phobl eraill.

Roedd y bobl oedd yn cymryd rhan yn teimlo bod amser allan mewn grwpiau neu yn unigol yn bwysig. Roedden nhw hefyd yn teimlo bod gweithgareddau tu mewn yn bwysig, Roedd yn bwysig bod rhai mewn lleoliadau cymunedol a rhai mewn adeiladau Fy Niwrnod, Fy Mywyd.

Pobl Ifanc a allai ddefnyddio gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd yn y dyfodol

Symud at y gwasanaeth

Mae cefnogaeth ar gael i bobl ifanc 16 i 18 oed sydd ag anabledd dysgu er mwyn eu helpu i symud o wasanaethau anableddau dysgu plant i wasanaethau oedolion. Mae hyn yn cynnwys cael gweithiwr cymdeithasol sy'n helpu'r person ifanc i benderfynu ar ei gamau nesaf. Gallai'r cam nesaf fod yn addysg bellach, yn swydd neu'n symud tuag at fyw'n annibynnol neu fyw â chymorth.

Efallai bydd rhai o'r bobl ifanc yn dewis y gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd neu'r Gwasanaeth Cymorth Unigol. Pan fuon ni'n siarad â theuluoedd roedd rhai ohonyn nhw ddim yn siŵr beth oedd gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd. Doedden nhw ddim wedi cael llawer o wybodaeth am y gwasanaeth gan y cyngor.

Gweledigaeth ar gyfer y dyfodol

Roedd gan bobl ifanc syniadau gwahanol am y gweithgareddau roedden nhw am eu gwneud. Roedd teuluoedd yn dweud wrthon ni nad oedden nhw eisiau model canolfan ddydd draddodiadol. Roedden nhw’n dweud fwy na thebyg y byddai'n well ganddyn nhw weithgareddau gyda'r hwyr neu ar benwythnosau gyda phobl o'r un oed. Byddai hyn yn fwy pwysig os oedden nhw'n dal i astudio neu'n gweithio.

Roedd teuluoedd yn teimlo y byddai'n ddefnyddiol treulio mwy o amser yn paratoi pobl sydd ar fin symud i'r gwasanaethau oedolion fel eu bod yn barod ar gyfer yr opsiynau gwahanol. Yna byddai ganddyn nhw ddigon o wybodaeth i allu dewis beth maen nhw eisiau gwneud nesaf. Roedden nhw'n dweud mai'r pethau pwysig oedd gweithgareddau sy'n datblygu sgiliau bywyd neu sgiliau gwaith. Pethau fel profiad gwaith ym maes arlwyo, gwaith gydag elusen, gweithio gydag anifeiliaid a dysgu mwy am sut i reoli arian, cadw'n iach a beth yw eu hawliau.

Roedd yna lawer o weithgareddau i bobl 18 i 25 oed yn y gymuned o’r blaen. Roedd y gweithgareddau hyn yn cynnwys gweithgareddau allan yn yr awyr agored a gweithgareddau bywyd gwyllt, gwersylla, dringo a chanŵio. Mae'r gweithgareddau hyn yn wahanol iawn i'r gweithgareddau sydd ar gael nawr yn y gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd. Dylai pobl feddwl am y gweithgareddau hyn wrth feddwl beth allai pobl ifanc sy'n cymryd rhan fod eisiau.

> *Dylai fod yn rhan o waith rhywun i ddweud beth sydd ar gael ac i gysylltu popeth at ei gilydd. Rydw i'n darganfod pethau trwy chwilio ar-lein a siarad â phobl ond dydw i ddim yn clywed gan y cyngor o gwbl*

Dywedodd teuluoedd pobl ifancach bod teithio yn gallu bod yn broblem, yn enwedig pan fydd rhieni yn gweithio yn ystod y dydd ac mae'r car gyda nhw.

Roedden nhw'n teimlo bod cyfathrebu yn bwysig. Nid oedd teuluoedd yn siŵr beth sydd ar gael.

Roedd pobl yn poeni am beth sy'n dod nesaf i’r bobl ifanc wrth iddyn nhw symud i wasanaethau oedolion. Roedd teuluoedd fuon ni'n siarad â nhw yn dweud nad oedden nhw'n siŵr beth fyddai’n digwydd. Dywedodd un aelod o'r teulu fod eu gofal seibiant wedi cael ei ganslo'n sydyn am fod eu plentyn wedi cyrraedd 18 oed. Doedden nhw ddim yn gwybod nes i'r cartref gofal seibiant eu ffonio a dweud wrthyn nhw y diwrnod cyn y sesiwn ddiwethaf. Roedd hyn yn sioc enfawr.

4. Beth mae pobl wedi ei ddweud wrthon ni: aelodau o'r teulu

Roedd 15 aelod o'r teulu wedi cymryd rhan yn yr adolygiad. Roedd sawl un wedi cwrdd â ni wyneb yn wyneb a rhai wedi dod i weithdai gyda phobl sy’n cymryd rhan yn Fy Niwrnod, Fy Mywyd.

Ar ôl i ni gytuno ar yr argymhellion, roedden ni wedi eu rhannu gydag aelodau o'r teulu a oedd wedi siarad â ni ar eu pen eu hun i wneud yn siŵr ein bod ni wedi deall yn iawn beth oedd eu barn.

Profiadau o'r gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd

Roedd teuluoedd yn hoffi’r syniad o nodau a chefnogaeth unigol yn fawr iawn. Roedden nhw hefyd yn hoffi’r syniad o ddod o hyd i weithgareddau sy'n meddwl rhywbeth.

Roedd rhai o'r teuluoedd yn teimlo bod ychydig o oriau bob wythnos ddim yn ddigon. Doedden nhw ddim yn teimlo bod digon o amser i’r teulu a'r bobl sy'n cymryd rhan i gael amser iach oddi wrth ei gilydd a thu allan i'r tŷ.

Ers y pandemig, doedd teuluoedd ddim yn teimlo bod y gwasanaeth wedi mynd yn ôl at fel yr oedd o'r blaen. Doedden nhw ddim yn teimlo bod y gwasanaeth mor dda ag o’r blaen.

Roedd rhai o'r teuluoedd yn poeni sut fydden nhw'n gallu fforio talu am y gweithgareddau oherwydd yr argyfwng costau byw.

Effaith Covid-19

Fe ddywedodd aelodau o'r teulu fod pethau wedi bod yn anodd iawn ers y pandemig ac oherwydd y newidiadau i'r gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd. Roedd diffyg cyfathrebu gan y cyngor am beth oedd yn digwydd. Roedden nhw hefyd yn dweud bod llai o oriau a llai o gymorth yn ystod y pandemig ac ar ôl y pandemig a bod yn rhaid gwneud newidiadau mawr.

Dywedodd un person fod eu teulu wedi cael 3 galwad ffôn dros 2 flynedd yn ystod y pandemig. Roedd un o'r bobl oedd yn cymryd rhan wedi cael cynnig cwrs dros Zoom a cherdded o amgylch y dref ond nid oedd eisiau hyn. Roedd y bobl oedd yn cymryd rhan yn teimlo'n flin ac yn rhwystredig. Roedden nhw'n gwybod bod y cyfyngiadau yn atal pethau rhag mynd ymlaen fel oedden nhw'n arfer.

Nid oedd llawer o gyfleoedd ar gael yn y gymuned. Roedd staff wedi newid i roi cymorth mwy brys fel siopa neu bethau pwysig iawn. Roedd rhai o'r teuluoedd yn teimlo bod pawb wedi eu gadael yn ystod yr amser yma.

Roedd llawer o rieni yn teimlo nad oedd y gweithgareddau yn meddwl cymaint ers diwedd y pandemig. Roedden nhw’n teimlo bod llai o weithgareddau gwahanol ar gael. Roedd yr oriau cymorth llawer yn fwy byr gyda’r model 1:1 ar ôl i fodel y canolfan ddydd ddod i ben.

Roedd rhai o'r teuluoedd yn teimlo nad oedd yn bosibl mwynhau gweithgareddau bydden nhw wedi eu mwynhau fel arfer oherwydd nid oedd y staff yn fodlon cymryd rhan. Dywedodd un rhiant 'mae'r staff yn gwrthod mynd â fy mhlentyn i unrhyw le oherwydd mae'n credu ei fod yn anodd’.

Ers y pandemig mae teuluoedd wedi bod yn teimlo'n siomedig am nad oes llawer o gyfleoedd iddyn nhw fynd i mewn i adeiladau. 'Dydy fy mab ddim yn hoffi cerdded o amgylch y parc bob wythnos. Weithiau dyna'r unig bryd mae'n mynd allan o'r tŷ ac mae'n gweld eisiau ei ffrindiau’.

Gweledigaeth ar gyfer y dyfodol

Roedd aelodau o'r teulu yn cytuno bod angen gweithgareddau 1:1 a mwy o weithgareddau grŵp a gweithgareddau cymdeithasol. Byddai hyn yn helpu'r bobl sy'n cymryd rhan i fod mor annibynnol â phosibl ac yn cefnogi twf a datblygiad personol.

Roedd teuluoedd yn teimlo bod angen adeilad. Ond roedden nhw hefyd yn teimlo y dylai'r bobl oedd yn cymryd rhan fynd allan a mwynhau bywyd cymunedol hefyd. Fe ddylai fod yn bosibl gofalu am anghenion yn yr adeiladau. Byddai hyn yn cynnwys blendio bwyd a mynd i'r tŷ bach oherwydd ar hyn o bryd mae'n atal pobl rhag gadael eu cartref.

Roedd teuluoedd yn teimlo ei bod yn bwysig bod yn rhan o'r gymuned. Mae'n bwysig bod pobl yn dysgu sut i siarad â phobl ag anableddau mewn ffordd normal. Nid yw pob un yn deall bod angen i chi siarad â'r person yn y gadair olwyn ac nid yr aelod o staff sydd gyda nhw. Mae'n bosibl newid hyn trwy gael digwyddiadau a gweithgareddau sy'n hwyl ac mae pawb yn lleol yn gallu eu gwneud gyda'i gilydd.

Adeiladau

Mae Fy Niwrnod, Fy Mywyd wedi defnyddio llawer o adeiladau gwahanol dros y blynyddoedd. Roedden ni wedi gofyn i'r bobl oedd yn cymryd rhan yn yr adolygiad pa adeiladau oedd orau ganddyn nhw. Roedd yna lawer o awgrymiadau!

Neuadd y Sir
Canolfan Bridges, Tŷ Dybridge
Stryd y Parc Y Fenni
Hwb / llyfrgell Trefynwy
Neuadd Eglwys Sant Tomos
Stryd Tudor
Neuaddau pentref lleol
Canolfan Gymunedol Rockfield
Parc Mardy
Over Monnow

Roedd pobl wedi dweud taw'r peth mwyaf pwysig mewn unrhyw adeilad mae'r cyngor yn dewis ei ddefnyddio yw:

- Lle i deimlo'n ddiogel a fel fy mod i'n perthyn
- Ein lle ni
- Toiledau addas a llefydd i newid
- Llefydd gwahanol ar gyfer gweithgareddau fel cegin a gardd
- Mewn lle ble mae'r bwrlwm i gyd. Yng nghanol y dref ac nid allan o'r ffordd
- Lle allan yn yr awyr agored ar gyfer barbeciws a gweithgareddau
- Man cyfarfod i'r bobl sy'n cymryd rhan ond hefyd lle i gwrdd â'r gymuned a'r cyhoedd
- Rhywle sydd ag ystafell synhwyraidd
- Digon o ardaloedd lle gall pawb fod gyda'i gilydd ond digon o fannau tawel hefyd

5. Beth mae pobl wedi ei ddweud wrthon ni: pobl sy'n gweithio i'r gwasanaeth

Fe wnaethon ni ysgrifennu at staff a chysylltu â nhw trwy e-bost neu lythyr er mwyn eu gwahodd i gymryd rhan.

Fe fuon ni'n siarad â staff mewn 6 diwrnod wyneb yn wyneb. Fe fuon ni'n siarad â nhw ar-lein hefyd ar sawl diwrnod.

Yna, fe wnaethon ni anfon negeseuon e-bost neu lythyron at bob aelod o staff i rannu ein hargymhellion drafft. Roedden ni eisiau rhoi cyfle i bawb ddweud beth oedden nhw'n meddwl.

- Roedd 6 aelod o staff Trefynwy wedi siarad â ni. Roedd 5 wedi cymryd rhan dros y ffôn neu alwad fideo ac 1 wyneb yn wyneb.
- Roedd 9 aelod o staff Y Fenni wedi siarad â ni. Roedd 8 wedi dewis cymryd rhan wyneb yn wyneb ac 1 dros y ffôn.

Profiadau o weithio i wasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd

Mae'r rhan fwyaf o staff sy'n gweithio i Fy Niwrnod, Fy Mywyd yn gweithio'n rhan-amser. Mae rhai wedi hanner-ymddeol neu'n gweithio ychydig o oriau bob wythnos. Ers diwedd y pandemig mae llai o bobl wedi bod yn cymryd rhan ac mae mwy o staff ar gael. Mae'r rhan fwyaf o staff y teimlo'n hapus gyda'r oriau maen nhw'n gweithio ar hyn o bryd a dydyn nhw ddim eisiau eu newid trwy weithio ar ôl oriau arferol neu ar benwythnosau. Roedd rhai yn teimlo y byddai oriau newydd yn iawn.

Roedden ni wedi siarad â staff am symud i ffwrdd o'r model gwasanaethau dydd traddodiadol a symud at gymorth 1:1 a ffordd newydd sbon o weithio. Roedd hwn wedi bod yn symudiad anodd i rai o'r staff. Roedden nhw wedi gweithio mewn canolfan ddydd ers blynyddoedd. Ond roedd gweithwyr yn siarad yn bositif am y newidiadau. Roedden nhw'n dweud bod pob un wedi cael adolygiad pan ddigwyddodd y newid hwn. Roedden nhw wedi dod o hyd i weithgareddau newydd, fel coginio a mynd i'r traeth. Roedden nhw'n mwynhau gweithgareddau roedd pawb yn arfer eu gwneud, fel aromatherapi a chelf a chrefft, ond nid oedd pawb yn y grŵp eisiau eu gwneud. Felly roedd staff yn teimlo bod model cymysg yn gam positif. Roedd bobl hŷn yn gweld y symudiad at waith cymorth yn fwy heriol na'r bobl ifancach. I raddau roedd hyn am eu bod yn gweld gweithgareddau yn fwy o ffordd o basio'r amser na rhywbeth oedd yn golygu mwy.

Holwyd sut brofiad oedd gweithio i'r gwasanaeth. Roedd gan staff lawer o bethau positif i'w dweud.

- Roedd staff yn siarad yn gynnes am eu perthynas gyda'r bobl oedd yn cymryd rhan. Roedd llawer ohonyn nhw wedi gweithio gyda'r cyngor ers blynyddoedd. Maen nhw'n trysori eu hamser gyda'r unigolion ac yn teimlo eu bod nhw'n gwneud gwahaniaeth positif i fywyd y person yna.
- Roedd staff yn teimlo'n bositif am y model newydd a gyflwynwyd. Roedden nhw'n teimlo ei bod yn amser symud ymlaen gyda'r dull Fy Niwrnod, Fy Mywyd.
- Roedd staff yn mwynhau rhedeg gweithgareddau

Roedd yna rai o'r pethau am y gwaith y bydden nhw'n eu newid:

- Ers y pandemig nid oes cyfarfodydd tîm rheolaidd ac nid oes pobl yn eu goruchwylio yn rheolaidd. Neu mae'n anodd mynd i'r rhain oherwydd nid yw rhai ohonyn nhw'n gweithio bob dydd
- Mae'n anodd cynllunio gweithgareddau newydd oherwydd weithiau mae staff yn cael gwybod pwy sydd gyda nhw ddiwrnod neu ddau ymlaen llaw.

- Mae gweithio ar eu pen eu hun a ddim yn rhan o dîm yn gallu gwneud i'r staff deimlo'n ynysig a heb ysgogiad.

Dywedodd staff eu bod yn poeni am y dyfodol. Mae llai o bobl yn cymryd rhan ac nid oes digon o oriau. Mae staff y poeni y gallen nhw golli eu swyddi.

Bydd lles y gweithwyr yn bwysig iawn wrth symud ymlaen. Bydd rhaid sicrhau bod yr arweinwyr yn arwain yn glir, yn bositif ac yn drugarog wrth wneud newidiadau. Mae'n bwysig fod arweinwyr yn creu diwylliant o weithio mewn tîm. Mae’n bwysig eu bod yn cynnig cyfleoedd hyfforddiant a datblygiad i aelodau unigol o staff a goruchwyliaeth a chefnogaeth addas.

Cynllunio sy’ n Canolbwyntio ar Unigolion

Mae **Cynllunio sy’n Canolbwyntio ar Unigolion** yn meddwl rhoi’r person yn y canol wrth gynllunio eu gwasanaethau. A gwneud yn siŵr bod beth maen nhw ei eisiau a’i angen a beth maen nhw’n ei werthfawrogi yn bwysig wrth wneud penderfyniadau.

Roedd staff yn croesawu'r syniad o gynllunio mewn ffordd sy’n canolbwyntio ar unigolion. Ond yn ymarferol roedd anodd iddyn nhw wneud hyn am sawl reswm, gan gynnwys:

- Dim proses glir mewn lle i gynllunio gofal. Mae hyn yn meddwl nad yw'r cynlluniau'n cael eu hysgrifennu i lawr. Nid oes gan lawer o'r staff gyfrifiadur neu gyfeiriad e-bost ac felly mae’n anodd cyfathrebu â'r tîm gwaith cymdeithasol
- Nid oes nodiadau yn cael eu cadw am weithgareddau. Felly mae’n anodd gweld cynnydd wrth gyrraedd nodau neu rannu gwybodaeth am y gweithgareddau mae pobl yn eu mwynhau. Felly nid oes unrhyw beth wedi cael ei ysgrifennu i lawr er mwyn i aelodau newydd o staff ddeall beth mae pobl yn ei hoffi a beth sydd ei angen arnyn nhw ac unrhyw bryderon
- Mae’r oriau'n rhan-amser ac oherwydd hyn roedd staff yn teimlo nad oedd digon o gyfleoedd i gynllunio
- Yn aml maen nhw'n gofyn i rywun ar y diwrnod beth maen nhw eisiau gwneud. Roedd rhai o'r staff yn dweud eu bod yn teimlo bod llawer o bobl sy'n cymryd rhan yn cytuno i beth bynnag sy'n cael ei awgrymu. Mae hyn am eu bod yn fregus. Maen nhw’n cytuno hyd yn oed os nad ydyn nhw'n ei fwynhau neu os nad ydyw'n meddwl unrhyw beth iddyn nhw.

Rydw i'n edrych ar y bobl rydw i'n gweithio gyda nhw ac yn gwybod ar unwaith sut maen nhw'n teimlo oherwydd rydyn ni wedi gweithio gyda'n gilydd ers amser hir

Asesu risg

Roedd aelodau o staff wedi dweud eu bod nhw ddim yn gwneud asesiadau risg. Roedd rhai o'r aelodau o staff wedi dweud bod dim angen asesiadau risg oherwydd mae'n bwysig i bobl allu cymryd risgiau positif. Roedd aelod arall o staff wedi dweud bod eisiau gwneud asesiad risg os oedd yna risg arbennig i rywun neu os oedden nhw wedi cael anaf.

Mae'n bwysig iawn fod asesiadau risg yn rhan o'r broses o gynllunio gofal i bob un sy’n cymryd rhan. Maen nhw’n helpu dod o hyd i unrhyw broblemau posibl ac yn sicrhau bod pob aelod o staff yn gwybod beth yw'r risgiau posibl sydd gan unigolyn wrth gynllunio gweithgareddau. Mae'n bwysig fod gwybodaeth ar gael yn hawdd. Mae hyn yn cynnwys gwybodaeth am gyflyrau iechyd corfforol. Dydy hyn ddim yn golygu osgoi unrhyw weithgareddau sydd â risg. Mae'n golygu cael digon o wybodaeth i wneud penderfyniad doeth ac os oes risg gwneud rhywbeth i leihau'r risg. Er enghraifft, wrth fynd allan i gael pryd o fwyd sut fyddai aelod o staff yn gwybod am alergedd bwyd sy'n berygl bywyd os nad yw'n gallu defnyddio'r cyfrifiadur? Mae'n bwysig rhoi sylw i hyn ar unwaith.

Mae gweithwyr cymdeithasol yn gwneud cynlluniau gofal i bob un. Ond roedd staff Fy Niwrnod, Fy Mywyd wedi dweud eu bod nhw ddim yn rhan o'r broses hon fel arfer. Mae’r gwasanaeth yn cael gwybod bod rhywun eisiau defnyddio’r gwasanaeth, ac yna mae'r staff yn cael eu cysylltu gyda phobl sy'n cymryd rhan.

Effaith Covid-19

Roedd y pandemig yn amser anodd i'r gweithwyr a'r bobl oedd yn cymryd rhan. Roedd rhai aelodau o staff yn gorfod gwarchod oherwydd cyflwr iechyd. Roedd rhai aelodau eraill yn gorfod cefnogi gweithgareddau pwysig a oedd yn gysylltiedig â'r pandemig. Roedd rhai aelodau o staff yn dweud bod peidio â chael strwythur a threfn yn anodd. Roedden nhw'n dweud ei bod yn anodd i bobl roedden nhw'n eu cefnogi oherwydd doedden nhw ddim yn gallu mwynhau'r gweithgareddau arferol. Roedd aelodau o staff yn gwybod bod pobl wedi methu â gweld ffrindiau a bod hyn wedi cael effaith ar bobl sy'n cymryd rhan yn Fy Niwrnod, Fy Mywyd.

Mae aelodau o staff yn dweud bod llai o weithgareddau ar gael ers Covid-19. Ond wrth edrych ar weithgareddau cymunedol yng Ngogledd Sir Fynwy a Chanol Sir Fynwy, fe welon ni fod dewis eang o weithgareddau posibl yn digwydd. Roedden ni'n gallu gweld hyn oherwydd bod gweithgareddau yn cael eu hysbysebu ar-lein, taflenni mewn hybiau cymunedol a mannau cyhoeddus, posteri yn hysbysebu digwyddiadau, a phartneriaid cymunedol yn dweud wrthon ni amdanyn nhw.

Mae aelodau o staff yn dweud bod y cynnydd mewn costau byw wedi atal llawer o bobl rhag cymryd rhan. Roedden nhw wedi nodi pethau a allai fod yn atal pobl rhag mynd i'r gweithgareddau:

- Tywydd gwael
- Problemau teithio. Dydy rhai o'r gweithwyr ddim yn gyrru ac nid oes car sy'n gallu cario cadair olwyn ar gael gan bob un sy'n cymryd rhan. Mae car ar gael i staff Y Fenni os oes eisiau, ond nid oes car i staff yn Nhrefynwy.
- Nid yw staff yn gyffyrddus yn gwneud pob gweithgaredd bob tro. Gallai hyn fod oherwydd iechyd gweithwyr neu eu bod yn methu â nofio, er enghraifft.
- Nid oes amserlen o weithgareddau. Nid oes man canolog i gael gwybod am beth sy'n digwydd yn lleol.

Roedd staff wedi drysu rhywfaint am y rheolau ar gyfer My Mates. Doedden nhw ddim yn siŵr a allai defnyddwyr y gwasanaeth fynd i weithgaredd heb weithiwr cymorth.

Yn yr adolygiad roedd yn glir nad oes ymdrech gyson i ddod o hyd i gyfleoedd newydd. Roedd yn glir nad yw staff y gwasanaeth yn gweithio’n rheolaidd gyda phartneriaid cymunedol er mwyn datblygu

gweithgareddau arbennig sy’n canolbwyntio ar unigolion ac yn meddwl am anghenion a dymuniadau unigolion.

Gweledigaeth ar gyfer y dyfodol

Nid oedd unrhyw aelodau o staff eisiau mynd yn ôl at y model canolfan ddydd draddodiadol. Roedd pob un yn dweud eu bod eisiau model cymysg gydag adeiladau ac allgymorth.

Roedd gweithwyr yn teimlo taw manteision cael adeiladau oedd:

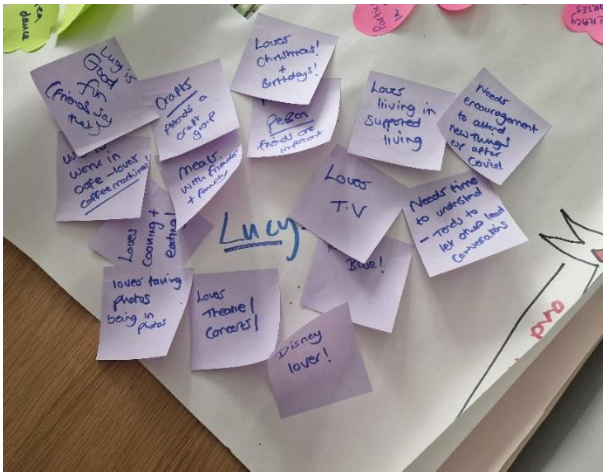
- cyfle i’r bobl a oedd yn cymryd rhan i weld ffrindiau a man cyfarfod
- rhywle i gynnal digwyddiadau arbennig a digwyddiadau gwyliau
- rhywle i storio pethau ar gyfer gweithgareddau
- toiledau a chyfleusterau gofal addas ar gael

Roedd gweithwyr eisiau mwy o help i wybod pa weithgareddau a chyfleoedd sydd ar gael yn lleol. Roedden nhw'n hoffi'r syniad o gael cydlynydd gweithgareddau i helpu. Byddai hyn yn helpu gydag anghenion unigol a gweithgareddau grŵp.

Roedd y rhan fwyaf o'r gweithwyr yn hoffi’r syniad o ymestyn yr oriau, i hyd at 7 diwrnod yr wythnos a gweithio gyda'r hwyr. Ond nid yw'r amodau a thelerau yng nghontractau gweithwyr yn adlewyrchu hyn ar hyn o bryd. Byddai angen edrych ar amgylchiadau unigol. Roedd llawer o’r gweithwyr ddim eisiau i'r oriau yn eu contract nhw i newid.

Dywedodd gweithwyr fod polisi trafnidiaeth da gan y cyngor yn barod. Mae'r polisi yn dweud bod teuluoedd yn gyfrifol am deithio i weithgareddau oherwydd mae hyn yn cyd-fynd â byw'n annibynnol. Ond roedden nhw’n teimlo y byddai'n ddefnyddiol petai cerbyd sy'n gallu cario cadeiriau olwyn ar gael wrth fynd gyda grŵp i lefydd eraill, yn enwedig pan fyddan nhw'n mynd ymhellach i ffwrdd.

Pan ddaeth pawb at ei gilydd ar gyfer ein pryd o fwyd Nadolig yn ddiweddar roedd yn emosiynol oherwydd roedd llawer heb weld ei gilydd ers amser hir



6. Beth mae pobl wedi ei ddweud wrthon ni: pobl eraill sy’n gweithio i’r cyngor a mudiadau cymunedol

Fe wnaethon ni siarad â llawer o weithwyr eraill y cyngor sy'n gysylltiedig â’r gwasanaeth. Roedd hyn yn cynnwys gweithwyr cymdeithasol ac arweinwyr rhaglenni. Fe fuon ni’n siarad â 4 o bobl sy'n gweithio i fudiad cymunedol hefyd er mwyn cael eu barn nhw.

Gweithwyr Eraill y Cyngor	Gweithwyr Cymdeithasol	Staff Mudiadau Cymunedol
5	4	4

Profiadau o'r gwasanaeth

Roedd gweithwyr y cyngor yn teimlo nad yw’r gwasanaeth ar y trywydd cywir ers y pandemig. Roedd llawer yn dweud bod pobl yn arfer mwynhau'r gweithgareddau sgiliau gwaith yn fawr iawn a bod mwy o ddiben i'r pethau roedd pobl yn arfer eu gwneud. Roedd pob un yn teimlo ei bod yn bosibl gwneud mwy er mwyn defnyddio'r gweithgareddau sydd ar gael.

Roedd rhai o'r bobl yn teimlo ei bod wedi bod yn anodd i rai o staff y gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd symud at ffordd o weithio sy’n canolbwyntio’n fwy ar unigolion.

Roedd gweithwyr y cyngor yn teimlo bod eisiau i wasanaethau siarad â’i gilydd yn well. Roedden nhw hefyd yn teimlo y byddai arweinyddiaeth bositif yn eu helpu i ddod â phobl at ei gilydd yn well ar draws gwasanaethau gwahanol.

Effaith Covid-19

Fe ddywedodd gweithwyr y cyngor eu bod yn gweld bod pobl oedd yn cymryd rhan yn cwrdd yn llai aml â phobl eraill ers y pandemig. Roedden nhw'n dweud bod y rhan fwyaf o'r gweithgareddau yn dal i ganolbwyntio ar ddefnyddio parciau neu gaffis lleol neu fynd am dro, yn lle'r gweithgareddau mwy newydd a diddorol oedd ar gael pan ddechreuodd y gwasanaeth. Mae rhai staff wedi dweud nad ydyn nhw'n hapus i fynd i weithgareddau newydd fel nofio neu drampolinio. Mae hyn yn golygu nad yw’r gwasanaeth yn gallu ateb anghenion pobl sydd eisiau gwneud y pethau hyn cystal. Dywedon nhw fod gan rai o'r staff yn y gwasanaeth syniadau da am weithgareddau newydd a diddorol fel hwylio wedi'i addasu, padl fyrddio yn y cronlyn neu fynd i sioeau tu allan i'r dref. Dywedon nhw y byddai'n hwyl gwneud y pethau hyn fel grŵp. Ond oherwydd slotiau amser 1:1 a'r staff sydd ar gael nid yw'r math hwn o weithgareddau yn digwydd

Fe ddywedodd rhai o weithwyr y cyngor eu bod yn poeni y byddai rhai o'r bobl oedd yn cymryd rhan yn dweud 'ie' i'r rhan fwyaf o awgrymiadau os nad oedden nhw'n cael eu gwahodd i ddatblygu eu syniadau eu hunain gan gynllunio’n addas mewn ffordd sy’n canolbwyntio ar unigolion.

Dydy gweithwyr cymdeithasol ddim yn atgyfeirio pobl at y gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd nawr oherwydd maen nhw'n teimlo bod y Gwasanaeth Cymorth Unigol yn cynnig mwy ar hyn o bryd. Maen nhw’n teimlo bod y ddau wasanaeth yn debyg iawn. Maen nhw'n teimlo bod gweithwyr y Gwasanaeth Cymorth Unigol yn fwy parod i wneud mwy o ddewis o weithgareddau.

Mae amser yn symud ymlaen ond nid yw pobl yn symud ymlaen gydag amser bob tro

Gweledigaeth ar gyfer y dyfodol

Roedd pob un yn hoffi'r syniad o gael adeiladau. Roedd pob un yn hoffi’r syniad o wneud gweithgareddau unigol a gweithgareddau grŵp allan yn y gymuned. Mae angen 'meddwl tu allan i'r bocs' a dod o hyd i syniadau creadigol newydd. Dylai'r model staffio gael oriau hyblyg a disgrifiadau swydd clir. Gallen nhw feddwl am rolau fel cydlynydd gweithgareddau, rheolwr canolfan ddydd a rheolwr allgymorth. Dylai pob gweithiwr fod yn gyfrifol am rai o'r pethau hyn.

Roedd gweithwyr yn y cyngor yn teimlo bod eisiau cynnig mwy o hyfforddiant a chefnogaeth i staff Fy Niwrnod, Fy Mywyd. Roedd gweithwyr cymdeithasol yn teimlo byddai deall sut i gefnogi ymddygiad mewn ffordd bositif yn helpu gweithwyr cymorth gyda'u gwaith ac yn eu helpu i deimlo'n fwy hyderus mewn sefyllfaoedd gwahanol.

Roedd llawer o weithwyr yn dweud eu bod yn poeni nad oedd llawer o gofnodi a chynllunio. Mae'n bwysig fod gweithwyr Fy Niwrnod, Fy Mywyd yn ysgrifennu am yr amser maen nhw'n ei dreulio gydag unigolion. Mae’n bwysig eu bod yn cofnodi cynnydd unigolion, beth sy'n eu poeni neu unrhyw broblemau.

Dylai timau gweithwyr cymdeithasol a Fy Niwrnod, Fy Mywyd weithio'n fwy agos gyda'i gilydd er mwyn cynllunio gofal a gwneud adolygiadau gydag unigolion a'u teuluoedd.

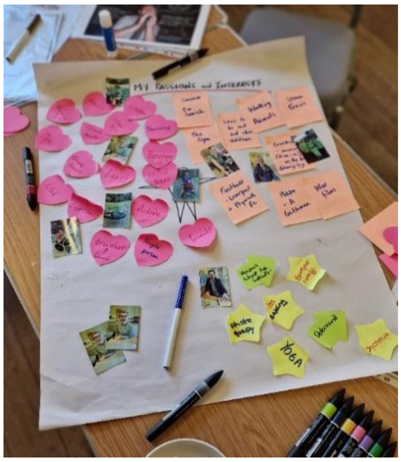
Dylai pawb ddod at ei gilydd i gynllunio’r gwasanaeth. Dylai gynnwys mwy o bobl sy’n gysylltiedig ag anableddau dysgu, er enghraifft mudiadau cymunedol ac elusennau. Dylai gynnwys y tîm iechyd, er enghraifft therapyddion galwedigaethol a therapyddion iaith a lleferydd. Roedd gweithwyr y cyngor yn teimlo hefyd y gallai mwy gael ei wneud i wella'r cymorth sydd ar gael i bobl eraill sydd â chyflyrau niwroddatblygiadol fel awtistiaeth a Syndrom Asperger. Nid oes cynllunio sy’n canolbwyntio ar unigolion ar gyfer y bobl hyn ar hyn bryd.

Mudiadau cymunedol

Roedd gweithwyr mewn mudiadau cymunedol yn teimlo bod Fy Niwrnod, Fy Mywyd wedi colli ei ffordd ers y pandemig. Mae pobl yn cymryd rhan mewn llai o weithgareddau nawr. Mae llawer o'r bobl oedd yn arfer dod yn cael cymorth lle maen nhw'n byw nawr. Dydyn nhw ddim yn dod i fannau cymunedol roedden nhw'n arfer dod iddyn nhw. Mae rhai'n poeni efallai nad yw'r bobl hyn yn mwynhau yr un cyfleoedd oherwydd pwysau ar staff.

Roedd staff mewn mudiadau cymunedol yn teimlo bod angen cymorth mewn adeiladau, cymorth grŵp ac 1:1. Maen nhw'n gobeithio parhau i weithio gyda phobl sy'n cymryd rhan yn Fy Niwrnod, Fy Mywyd yn y dyfodol ac eisiau gweithio gyda staff y gwasanaeth.

PASSIONS and INTERESTS
Cornwall
I'm Cornish
Walking Animals
Steam Trains
The Gym
Likes to be out and about outdoors
Football - Liverpool + Plymouth FC
War films



7. Casgliadau

Ar y dechrau, pan symudodd y cyngor i ffwrdd oddi wrth wasanaethau dydd traddodiadol, roedd yn heriol i'r staff, y bobl oedd yn cymryd rhan a'u teuluoedd. Ond, roedden nhw wedi llwyddo i ymateb yn dda i'r heriau. Roedd yr heriau'n cynnwys gweithio'n wahanol a chael trefn newydd. Roedden nhw wedi llwyddo i newid ac roedd y canlyniadau'n bositif. Roedd pawb yn siarad am yr amser pan roedd gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd yn cynnig dewis da o weithgareddau a chymorth unigol a gweithgareddau a chymorth grŵp.

Roedd y gwasanaeth wedi llwyddo i wneud llawer yn y blynyddoedd cyntaf. Roedd yn rhedeg gweithgareddau menter gymdeithasol ac roedd yn amlwg bod unigolion wedi dod yn fwy annibynnol.

Wrth i amser fynd ymlaen, a gydag effeithiau Covid-19, symudodd Fy Niwrnod, Fy Mywyd i ffwrdd oddi wrth yr egwyddorion oedd ganddo ar y dechrau ac roedd llai o bobl yn cymryd rhan.

Mae ein hadolygiad wedi darganfod bod llawer o'r bobl sydd wedi cymryd rhan, eu teuluoedd a'r gweithwyr yn poeni. Mae hefyd wedi darganfod llawer o ansicrwydd a diffyg cyfeiriad clir. Mae'r lleihad yn y nifer o bobl sy'n cymryd rhan wedi digwydd ochr yn ochr â llai o gyfleoedd a llai o uchelgais. Mae'r symudiad hwn wedi effeithio'n fawr ar y bobl sy'n cymryd rhan a'u teuluoedd. Mae cau adeiladau wedi cael effaith fawr hefyd. Mae'r staff yn chwilio am arweiniad ac ymroddiad o'r newydd gan y cyngor.

I raddau mae hyn oherwydd yr angen i ddod o hyd i ffyrdd o ymateb i newidiadau. Newidiadau ar raddfa nad ydyn ni wedi ei gweld o'r blaen. Newidiadau i bobl, cymunedau a gwasanaethau cyhoeddus fel awdurdodau lleol.

Mae'r problemau yn waeth am i nifer o heriau eraill godi hefyd. Mae'r heriau hyn yn cynnwys yr argyfwng costau byw, llai o adnoddau ac effaith y pandemig. Mae'r lleihad mewn adnoddau yn cael effaith ddifrifol ar fywyd bob dydd pobl a'r gwasanaethau cymorth sydd ar gael iddyn nhw. Mae'r bobl sy'n defnyddio'r gwasanaeth, eu teuluoedd a'r gweithwyr yn poeni'n fawr am y dyfodol.

Wrth ymateb i hyn bydd angen i'r cyngor gymryd camau ar unwaith i ddod yn ôl â'r pethau positif am y gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd a'i ddatblygu. Bydd angen i'r cyngor wneud cynlluniau a phenderfyniadau, arwain yn bositif a gwneud newidiadau i'r ffordd y mae pethau'n gweithio. Dylai'r rhaglen hon o newid gael ei datblygu mewn partneriaeth lawn gyda'r bobl sy'n defnyddio'r gwasanaeth, eu teuluoedd, staff a phobl sydd â diddordeb yn y gwasanaeth.

Rhaid i'r gwasanaeth newydd ffitio gyda phopeth arall sy'n cael ei gynnig i bobl ag anableddau dysgu yn Sir Fynwy. Dylai popeth ganolbwyntio ar gefnogi pobl i gymryd rhan mewn gweithgareddau cymunedol a helpu gwasanaethau i ganolbwyntio go iawn ar unigolion.

Mae ein hadolygiad yn dangos bod pobl eisiau ein gweld yn mynd yn ôl at yr egwyddorion oedd gan Fy Niwrnod, Fy Mywyd ar y dechrau. Dyma beth yr oedd y gwasanaeth yn ei wneud cyn pandemig Covid-19. Byddai cefnogaeth fawr i hyn a byddai'n cyfrannu'n fawr at wella'r cyfleoedd sydd ar gael i bobl ag anableddau dysgu. Byddai'n eu cefnogi i gymryd rhan mewn gweithgareddau sy'n meddwl rhywbeth iddyn nhw ac sy'n canolbwyntio ar nodau personol a datblygiad personol.

8. Argymhellion a'r camau nesaf

1. Mae angen i'r cyngor wneud rhywbeth ar frys i ddod yn ôl ag agweddau positif Fy Niwrnod, Fy Mywyd a'u datblygu

Bydd angen ymrwymo i wneud cynlluniau a phenderfyniadau ar yr amser iawn, gwneud newidiadau ymarferol ac arwain yn bositif. Dylai'r rhaglen hon o newid gael ei datblygu mewn partneriaeth lawn gyda'r bobl sy'n defnyddio'r gwasanaeth, eu teuluoedd, staff a phobl sydd â diddordeb yn y gwasanaeth. Rhaid i hyn ffitio gyda phopeth arall sy'n cael ei gynnig i bobl ag anableddau dysgu yn Sir Fynwy. Dylai popeth ganolbwyntio ar gefnogi pobl i gymryd rhan mewn gweithgareddau cymunedol a helpu gwasanaethau i ganolbwyntio go iawn ar unigolion.

2. Dylai Fy Niwrnod, Fy Mywyd fynd yn ôl at yr egwyddorion oedd gan y gwasanaeth ar y dechrau

Mae angen i'r cyngor weithio gyda phobl er mwyn cael proses glir i gynllunio mewn ffordd sy'n canolbwyntio ar unigolion ac er mwyn cadw'r broses hon. Mae'n bwysig fod staff Fy Niwrnod, Fy Mywyd, gweithwyr cymdeithasol a chydweithwyr mewn mudiadau eraill yn gweithio gyda'i gilydd yn fwy agos. Byddai rhaglen hyfforddiant ar y cyd yn helpu pawb i weithio'n fwy unedig

Dylai'r broses hon ddefnyddio offerynnau a fydd yn helpu pobl i ddweud beth maen nhw eisiau a beth maen nhw angen. Dylai gynnwys dogfennau Hawdd eu Deall, iaith arwyddion, gweithgareddau creadigol, defnyddio cyfrifiaduron a Photosymbols. Dylai teuluoedd fod yn rhan o'r sgyrsiau hyn am 'beth sy'n bwysig i fi' ond dylai'r ffocws fod ar yr unigolyn a'u nodau a'u cryfderau nhw.

3. Dylai'r cyngor feddwl am yr holl gyfleoedd a gweithgareddau fydd ar gael i bobl sy'n defnyddio'r gwasanaeth.

Dylai pob aelod o staff fod yn rhan o'r fenter hon. Ond efallai y bydd y cyngor eisiau meddwl am gael cydlynydd neu gydlynwyr gweithgareddau llawn-amser yn arbennig ar gyfer y gwasanaeth. Bydden nhw'n gyfrifol am helpu gweithio gyda chymunedau i chwilio am gyfleoedd newydd. Bydden nhw hefyd yn paratoi pethau rheolaidd i ddweud wrth bobl am y gweithgareddau a'r digwyddiadau sydd ar gael a'r newyddion diweddaraf. Bydd hyn yn cefnogi unigolion i wneud dewisiadau sy'n addas i'w diddordebau a'u nodau nhw. Bydd hefyd yn ein helpu i weld os oes unrhyw fylchau ble mae angen comisiynu gwasanaethau newydd.

Gallai'r gweithgareddau gynnwys:

- Dod o hyd i waith â chyflog
- Gwirfoddoli
- Digwyddiadau cymdeithasol a gweld ffrindiau
- Chwaraeon
- Byw'n iach
- Digwyddiadau cymunedol
- Adloniant
- Teithio allan o'r ardal i fynd i ddigwyddiadau os oes angen
- Bod mor annibynnol â phosibl trwy ddysgu sgiliau newydd

Bydd y cydlynydd gweithgareddau yn gallu cefnogi staff i ddatblygu perthnasoedd gyda phartneriaid cymunedol a chadw'r perthnasau hynny i fynd. Bydd hefyd yn gallu helpu gweithwyr i feddwl am syniadau

newydd. Bydd yn gallu gwneud hyn mewn ffordd greadigol gyda'r bobl mae’n eu cefnogi. Dylai staff gael cefnogaeth i wneud yn siŵr bod dewis da o weithgareddau ar gael.

4. Dylai oriau gwaith y gwasanaeth hwn fod yn fwy hyblyg

Dylai'r gwasanaeth gael ei gynnig gyda'r hwyr ac ar benwythnosau, yn lle'r model traddodiadol o 9 tan 5 yn ystod y dydd. Mae’n bwysig cynnwys staff ar y dechrau wrth feddwl am hyn oherwydd mae’n debygol y bydd angen newid amodau a thelerau'r gweithwyr.

5. Dylai'r gwasanaeth gael arweinwyr trugarog a dylent arwain mewn ffordd sy’n canolbwyntio ar unigolion

Er mwyn i'r gwasanaeth fod mor llwyddiannus â phosibl, dylai’r cyngor wneud yn siŵr bod gweithwyr yn teimlo eu bod yn cael eu cefnogi a’u bod yn gynhyrchiol trwy:

- Gyfathrebu effeithiol a chyfarfodydd tîm rheolaidd yn ardaloedd Trefynwy a'r Fenni
- Goruchwyliaeth reolaidd
- Cyfleoedd hyfforddiant a datblygu. Bydd hyn yn cynnwys hyfforddiant am gynllunio sy’n canolbwyntio ar unigolion
- Creu amgylchedd ble mae staff yn gallu deall, parchu a gwybod eu bod yn bwysig iawn, er mwyn iddyn nhw allu cyrraedd eu potensial llawn a gwneud eu gorau glas yn y gwaith.

Efallai y bydd angen newid disgrifiadau swydd ac amodau a thelerau er mwyn iddyn nhw adlewyrchu beth mae’r cyngor eisiau ei wneud ac er mwyn rhoi amser ar gyfer datblygiad a chymorth.

6. Bydd gan y gwasanaeth broses glir er mwyn dogfennu beth sy'n digwydd

Mae hyn yn golygu bod:

- Pob aelod o staff yn gallu cael mynediad at gyfrifiadur ac yn gwybod sut i ddefnyddio cyfrifiadur
- Cofnodion pob cyswllt yn cael eu cadw a bydd y cofnodion hyn ar gael
- Asesiadau risg yn cael eu gwneud am anghenion unigolion
- Gweithwyr yn cael gweld cynlluniau gofal ac yn gallu gweld gwybodaeth bwysig fel cyflyrau iechyd ac alergeddau, ar unwaith
- Adolygiadau rheolaidd gyda'r unigolyn, eu teulu, eu gweithiwr cymdeithasol, staff Fy Niwrnod, Fy Mywyd a phob un arall sy'n bwysig yng ngofal a chymorth yr unigolyn

7. Dylai'r gwasanaeth gael adeiladau diogel ac adeiladau sy'n hawdd mynd i mewn iddyn nhw

Roedd pawb yn dweud bod y bobl sy'n defnyddio'r gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd angen ymweld ag adeiladau diogel a dylai fod yn hawdd ymweld â’r adeiladau hyn. Mae yna sawl adeilad posibl a allai fod yn addas ond roedd barn pobl yn wahanol. Roedd rhai yn teimlo bod angen un adeilad a rhai yn teimlo bod angen defnyddio ystafelloedd mewn sawl adeilad yn ystod yr wythnos, er enghraifft Gweithdy coginio bob dydd Mawrth a chaffi ar benwythnosau.

Os bydd y gwasanaeth yn defnyddio llefydd penodol, roedd pobl yn poeni y gallai’r gwasanaeth fynd yn ôl at fodel 'canolfan ddydd' hen ffasiwn os na fyddai’n cael ei oruchwylio’n iawn. Felly mae'n rhaid i’r cyngor sicrhau bod unigolion sy’n defnyddio’r gwasanaeth a’u teuluoedd yn rhan o'r broses o sefydlu'r model gwasanaeth newydd a chynnal y model gwasanaeth newydd.

Dylai’r cyngor hefyd geisio cael mwy o adeiladau cyhoeddus ac ystafelloedd newid sy'n addas i unigolion sydd ag anghenion iechyd corfforol. Yna, bydd unrhyw un sydd ag anabledd corfforol yn teimlo eu bod yn gallu treulio mwy o amser allan yn y gymuned.

8. Mae'n bwysig cynnwys pobl a theuluoedd wrth wneud newidiadau. Dylen nhw gael eu cynnwys mewn ffordd sy'n meddwl rhywbeth iddyn nhw.

Rydyn ni'n gwybod mwy am y gwasanaeth nawr a sut mae'r gwasanaeth yn rhedeg. Nawr bydd angen i’r cyngor weithio’n agos iawn gyda phobl a theuluoedd er mwyn dylunio gwasanaeth newydd gyda'i gilydd. Dylai’r cyngor ddefnyddio’r broses Gyd-gynhyrchu. Mae hyn yn meddwl cynnwys pobl sydd ag anabledd dysgu o'r gymuned ehangach hefyd. Mae’n meddwl y dylai’r cyngor gynnwys pob un o'r cyhoedd a siarad â phob un o'r cyhoedd a allai fod â barn, er mwyn deall beth yw eu barn a rhannu syniadau ac awgrymiadau. Rhaid gwneud yn siŵr taw'r llais pwysicaf yw llais yr unigolion sydd ag anableddau dysgu a'u teuluoedd, oherwydd nhw yw'r rhai fydd yn cael y cymorth. Mae hyn hefyd yn cynnwys pobl ifanc a allai i fod yn defnyddio'r gwasanaeth yn y dyfodol. Mae hefyd yn meddwl gweithio gyda phobl yng ngweddill yr awdurdod lleol er mwyn deall eu barn a gwneud yn siŵr ein bod yn cynnig yr un gwasanaeth ar draws y sir.

9. Dylai Sir Fynwy feddwl am ei holl wasanaethau i bobl ag anableddau dysgu

Dylai'r cyngor feddwl sut y gall bob un o'i wasanaethau weithio gyda'i gilydd yn well. Mae hyn yn golygu meddwl am y pethau hyn:

- A oes angen dod â'r Gwasanaeth Cymorth Unigol a Fy Niwrnod, Fy Mywyd at ei gilydd? Maen nhw'n debyg iawn a does dim digon o bobl yn cymryd rhan yn y gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd
- Sut mae cymorth yn cael ei gynnig i bobl o oedrannau gwahanol
- Sut mae pobl yn gallu cael cymorth gwahanol heb i unrhyw beth eu stopio. Mae hyn yn cynnwys mynd i weithgaredd My Mates, ymuno â digwyddiad dathlu arbennig, neu fynd i weithgareddau o lety cymorth. Dydy rhai o'r pethau hyn ddim yn costio unrhyw beth, ond bydd yn meddwl bod mwy o ddewis o bethau y gall pobl eu gwneud

10. Dylai fod map o'r oll wasanaethau yn Sir Fynwy

Roedd y rhan fwyaf o'r bobl rydyn ni wedi siarad â nhw yn dweud nad oedden nhw'n gwybod am yr holl wasanaethau a chymorth mae'r cyngor yn eu cynnig. Byddai'n wych cael map o'r pethau hyn a chalendr o weithgareddau rheolaidd. Yna byddai pobl yn gwybod pa gyfleoedd sydd ar gael a sut maen nhw'n gallu cael y cyfleoedd hyn. Bydd hyn yn helpu'r cyhoedd i ddeall beth sy'n digwydd a bydd yn gwella cyfathrebu.

Y Camau Nesaf

Nawr, byddwn ni'n rhannu'r adroddiad hwn gyda Chyngor Sir Fynwy er mwyn i'r Cyngor edrych drosto a chymryd camau.

Diolch!

Mae tîm Practice Solutions eisiau diolch i bawb sydd wedi cymryd rhan yn yr adolygiad hwn. Roedden ni'n hapus iawn gyda'r ffordd y mae pawb wedi cyfrannu. Roedden ni’n hapus iawn gyda’r ffordd yr oedd pawb yn poeni’n fawr am sicrhau bod gwasanaethau Sir Fynwy i unigolion ag anableddau dysgu a'u teuluoedd yn y dyfodol mor wych ag y gallan nhw fod.

Atodiad A: Llythyr i Bobl Sy'n Defnyddio'r Gwasanaeth (Gweithdai)

Mark Ainsley Becky Sherona

YMUNWCH Â NI I DDWEUD BETH YW EICH BARN AM Y GWASANAETH FY NIWRNOD, FY MYWYD!

Rydyn ni'n siarad â phobl am y gwasanaeth *Fy Niwrnod, Fy Mywyd*.

Rydyn ni eisiau gwybod mwy am beth sy'n bwysig i chi!

Rydyn ni'n cynnal gweithdy. Bydd gweithgareddau creadigol a ffyrdd o rannu eich syniadau a chymryd rhan sy'n llawer o hwyl.

Bydd coffi a chacen hefyd.

Os hoffech chi ddod â rhywun gyda chi, yna dewch â nhw. Dewch ag eitemau bach neu ffotograffau sy'n dangos eich diddordebau hefyd, er mwyn i ni ddysgu mwy amdanoch chi!

PRYD: 12 a 13 Ionawr 2023

BLE:

- **12 Ionawr** 1.00pm tan 3.30pm yng Nghanolfan St Michael's, 10a Heol Pen-y-Pound, Y Fenni, NP7 5UD
- **13 Ionawr** 10.00am tan 12.30pm yn Bridges, Yr Ystafell Ddawnsio, Parc Drybridge, Trefynwy, NP25 5AS

SUT: Anfonwch neges e-bost at y tîm, at [email] i gadw'ch lle.

Mae Practice Solutions yn fudiad annibynnol sy'n gweithio mewn partneriaeth â Chyngor Sir Fynwy er mwyn adolygu'r *Gwasanaeth Fy Niwrnod, Fy Mywyd.* Bydd hyn yn gwneud yn siŵr bod y cyngor yn gallu datblygu'r gwasanaeth a gwneud yn siŵr eich bod yn cael y gorau o'r gwasanaeth. Rydyn ni'n ysgrifennu atoch chi am eich bod yn defnyddio'r gwasanaeth *Fy Niwrnod, Fy Mywyd* . Rydyn ni am ofyn i chi os hoffech chi rannu eich barn gyda'r tîm.

Rydyn ni'n cynnal y gweithdai uchod ond gallwch chi hefyd gwrdd ag aelod o'r tîm, un i un, i rannu eich syniadau. Gadewch i ni wybod os hoffech chi gyfarfod.

Atodiad B: Dyddiadau Ymgysylltu

Fe wnaethon ni gwrdd â phobl sy'n defnyddio’r gwasanaeth, eu teuluoedd a gweithwyr. Fe wnaethon ni gwrdd â nhw wyneb yn wyneb yn Neuadd y Dref Y Fenni (llyfrgell) ac yn hwb cymunedol Trefynwy ar y dyddiadau hyn ddiwedd 2022 ac yn gynnar yn 2023:

- 6 Rhagfyr 2022
- 15 Rhagfyr 2022
- 20 Rhagfyr 2022
- 12 Ionawr 2023
- 13 Ionawr 2023
- 6 Chwefror 2023

Fe wnaethon ni gwrdd â staff ar-lein hefyd ar sawl dyddiad rhwng Rhagfyr a Chwefror, gan ddibynnu pryd roedd pobl ar gael.

Atodiad C: Rhannu Beth Rydyn Ni wedi ei Ddarganfod

Fe wnaethon ni ysgrifennu at bawb unwaith eto er mwyn dweud wrthyn nhw beth oedden ni wedi ei ddarganfod ar ôl i'r cyfnod ymgysylltu ddod i ben. Roedd hyn yn cynnwys pobl oedd yn defnyddio'r gwasanaeth a'u teuluoedd, gweithwyr a phartneriaid cymunedol. Fe wnaethon ni rannu fersiwn o'r argymhellion sy'n Hawdd ei Deall a gofyn i bobl ddweud wrthon ni beth oedden nhw'n meddwl. Roedden ni wedi rhoi amlen i bob un a oedd wedi cymryd rhan ac roedd stamp a chyfeiriad ar yr amlen er mwyn iddyn nhw bostio'r amlen yn ôl aton ni. Roedd pob gweithiwr wedi cael neges e-bost hefyd.

Ar ôl i ni anfon yr adroddiad drafft allan ar fformat hawdd ei ddarllen, roedd 11 person wedi dweud mwy wrthon ni. Roedd hyn yn cynnwys 1 arall o'r bobl oedd yn cymryd rhan ac 1 gweithiwr cymdeithasol arall, 2 aelod o'r teulu a 4 gweithiwr o'r cyngor, a hefyd 4 aelod o staff Fy Niwrnod, Fy Mywyd. Mae'r rhain wedi eu cynnwys yn y rhifau uchod. Ar y cyfan roedd pawb yn hapus â'r awgrymiadau ac nid oedd angen gwneud unrhyw newidiadau mawr.

RHANNU FY SYNIADAU AM YR AWGRYMIADAU (postio ffurflen adborth allan)

Dyma beth oeddwn i'n meddwl am yr awgrymiadau

Dyma beth oeddwn i'n hoffi am yr awgrymiadau

Dyma beth fyddwn i'n newid am yr awgrymiadau

Syniadau eraill sydd gen i am Fy Niwrnod, Fy Mywyd