



Cymru Ifanc
Young Wales

Gwella iechyd emosiynol a meddyliol plant a phobl ifanc yng Nghymru



Gwneud yn siŵr eich bod chi'n cael yr help sydd ei angen, pan fydd ei angen

Newyddlen #1 i Blant a Phobl Ifanc
Mai 2016

Beth yw'r Rhaglen 'Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc'?

Rhaglen yw Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc (T4CYP) sydd wedi cael ei sefydlu i helpu i wella gwasanaethau iechyd emosiynol a meddyliol i blant a phobl ifanc yng Nghymru. Ystyr hynny yw ei bod yn gweithio i sicrhau bod plant a phobl ifanc sydd angen help gyda iechyd emosiynol a meddyliol yn cael yr help sydd ei angen, pan fydd ei angen.

Lansiwyd 'Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc' ym mis Chwefror 2015, a'i nod yw:

- Gwneud yn siŵr bod y rhai sydd angen cymorth arbenigol gan y Gwasanaethau Iechyd Meddwl i Blant a Phobl Ifanc (CAMHS) yn cael y cymorth hwnnw cyn gynted ag y bydd ei angen.
- Gwneud yn siŵr bod plant a phobl ifanc sydd angen help gyda'u hiechyd emosiynol a meddyliol, ond sydd ddim angen y cymorth arbenigol mae CAMHS yn ei ddarparu, yn cael yr help a'r cymorth sydd ei angen arnyn nhw, pan fydd ei angen.

Beth yw ystyr CAMHS?

CAMHS yw'r Gwasanaethau Iechyd Meddwl i Blant a Phobl Ifanc. Gwasanaethau yw'r rhain sydd yng ngofal y GIG, ac maen nhw'n cynnwys arbenigwyr iechyd meddwl, fel seiciatryddion, seicolegwyr a nyrsys. Eu gwaith yw helpu plant a phobl ifanc sydd â chyflyrau iechyd meddwl, a gwneud yn siŵr eu bod nhw'n cael yr help arbenigol sydd ei angen.

Pam mae angen y Rhaglen 'Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc'?

- Mae mwy a mwy o blant a phobl ifanc yn cael eu hatgyfeirio (eu hanfon gan eu Meddyg Teulu) at CAMHS. Yn wir, yn ystod y pedair blynedd diwethaf, bu cynnydd o 100% yn nifer y bobl sy'n cael eu hatgyfeirio, ac mae CAMHS yn methu ymdopi â'r galw ychwanegol yma.
- Mae hyn yn golygu bod y rhestrau aros wedi mynd yn llawer hirach, a bod y rhai sydd angen gofal arbenigol ar frys yn gorfod aros yn rhy hir i gael yr help angenrheidiol.
- Does dim angen yr help arbenigol yma ar bawb sy'n cael eu cyfeirio at CAMHS. Mae hynny'n golygu bod y rhai sydd ei angen yn gorfod aros yn hirach fyth i gael yr help a'r driniaeth angenrheidiol. Mae Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc eisiau newid hyn.
- Nod Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc yw gwneud yn siŵr bod cymorth yn cael ei ddarparu i bob plentyn a pherson ifanc sydd ei angen. Byddan nhw'n gwneud hynny trwy sicrhau bod y rhai sydd angen help arbenigol yn ei gael yn gyflym, a thrwy sicrhau bod opsiynau eraill ar gael ar gyfer y rhai sydd â chyflyrau llai difrifol, fel eu bod hwythau'n cael y gefnogaeth orau iddyn nhw.



Sut bydd y Rhaglen 'Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc' yn gwneud hyn?

Cyllid:

Mae Llywodraeth Cymru* wedi dweud y bydd yn gwario £7.65m ychwanegol ar wasanaethau iechyd emosiynol a meddyliol i blant, pobl ifanc a'u teuluoedd bob blwyddyn. Bydd yr arian yma'n cael ei ddefnyddio i helpu CAMHS a gwasanaethau eraill, fel cwnsela, i weithio'n well i blant a phobl ifanc.

Mae Llywodraeth Cymru wedi dweud ei bod am weld gwasanaethau'n cael eu gwella cyn gynted â phosib, a'r Rhaglen 'Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc' sy'n gyfrifol am sicrhau bod hynny'n digwydd.

**Llywodraeth Cymru sy'n gyfrifol am bennu polisiau yng Nghymru, a phenderfynu faint o arian ddylai gael ei wario ar bethau fel ysgolion, ysbytai a ffyrdd.*

Gweithgorau arbenigol:

Mae Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc wedi sefydlu gweithgorau arbenigol i weld beth yn union sydd ei angen i wneud gwahaniaeth i iechyd emosiynol a meddyliol plant a phobl ifanc yng Nghymru. Dyma'r gweithgorau:

• Y blynyddoedd cynnar, gwytnwch a llesiant:

Mae hyn yn golygu edrych ar sut mae plant a'u rhieni'n ymdopi pan fyddan nhw'n fach, a sut mae plant a phobl ifanc yn dysgu ymdopi â bywyd wrth dyfu i fyny. Mae'n cynnwys pethau fel edrych ar sut gall ysgolion helpu plant a phobl ifanc gyda'u hiechyd emosiynol a meddyliol, a hyfforddiant ar gyfer pobl broffesiynol sy'n gweithio gyda rhieni, plant a phobl ifanc.

• Ymyrraeth gynnar a chymorth lefel uwch:

Mae hyn yn golygu sicrhau bod systemau yn eu lle i adnabod plant a phobl ifanc sydd mewn perygl o ddatblygu salwch meddwl difrifol a sicrhau eu bod yn cael cymorth cyn gynted ag y bydd ei angen. Mae'r grŵp hwn hefyd yn edrych ar ffyrdd o sicrhau bod plant a phobl ifanc agored i niwed, er enghraifft plant sydd mewn gofal, yn cael cefnogaeth lawn.

• Materion Niwro-Ddatblygiadol ac Anableddau Iechyd Meddwl a Deallusol sy'n cyd-ddigwydd:

Mae hyn yn golygu sicrhau bod gwasanaethau iechyd meddwl da ar waith i gefnogi plant a phobl ifanc sydd ag anghenion ychwanegol, er enghraifft awtistiaeth,

ADHD neu anabledd deallusol (anabledd dysgu).

• Llwybr CAMHS arbenigol:

Mae hyn yn golygu sicrhau bod CAMHS yn gweithio yn y ffordd orau bosib i blant a phobl ifanc, bod plant a phobl ifanc sydd angen eu help arbenigol yn cael yr help hwnnw cyn gynted ag y bydd ei angen, bod CAMHS yn gweithio gyda sefydliadau eraill fel elusennau iechyd meddwl ac ysgolion, a bod y gofal y tu allan i oriau'n gweithio'n effeithiol.

Cysylltiadau â sefydliadau eraill a grwpiau cymunedol:

Mae llawer o sefydliadau gwahanol sy'n darparu help a chymorth gyda iechyd emosiynol a meddyliol, er enghraifft gwasanaethau cwnsela yn yr ysgol, clybiau ieuencid, elusennau iechyd meddwl, llinellau cymorth ac eraill. Bydd Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc yn gweithio i sicrhau bod yr holl bobl a gwasanaethau sy'n gallu helpu plant a phobl ifanc gyda'u hiechyd emosiynol a meddyliol yn rhan o'r rhaglen Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc. Mae hyn yn bwysig, fel bod y rhai sydd â chyflyrau llai difrifol yn gwybod ble i droi i gael cymorth yn eu cymuned eu hunain.

Cysylltiadau ag addysg:

Mae Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc yn gweithio gydag Adran Addysg Llywodraeth Cymru. Mae'r cwricwlwm ysgol yng Nghymru yn newid, a dywedodd adolygiad a gynhaliwyd yn 2015 ar ran Llywodraeth Cymru fod angen i lesiant emosiynol disgyblion fod yn ganolog i'r cwricwlwm newydd yma. Gall ysgolion helpu plant a phobl ifanc i ddatblygu sgiliau fydd yn eu helpu i ymdopi wrth dyfu i fyny, ac mae'n bwysig felly bod y Rhaglen Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc a'r bobl sy'n datblygu'r cwricwlwm newydd yng Nghymru yn cydweithio.



Pwy sy'n gweithio ar y Rhaglen Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc?

Y Gwasanaeth Iechyd Gwladol (GIG) yng Nghymru sy'n arwain Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc. Mae hynny'n golygu mai nhw sy'n gyfrifol am y gwaith ac yn gwneud yn siŵr bod pawb yn gwneud beth maen nhw wedi addo.

Cyfarwyddwr Rhaglen T4CYP yw Siân Richards o

GIG Cymru. Rheolwr Rhaglen T4CYP yw

Kathryn Davies o GIG Cymru



Mae Bwrdd Rhaglen (grŵp o bobl) wedi cael ei

sefydlu, a Chadeirydd y Bwrdd yma yw Carol

Shillabeer o GIG Cymru. Mae'r bobl eraill sy'n rhan o'r Bwrdd yn arbenigwyr o fyd iechyd, addysg, gwasanaethau cymdeithasol a'r trydydd sector.

Ydy plant a phobl ifanc yn chwarae rhan yn y Rhaglen?

Ydyn. Mae Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc yn gweithio'n agos gyda sefydliadau a fydd yn ein helpu i sicrhau bod cynifer o blant a phobl ifanc â phosibl yn cael cyfleoedd i roi eu barn ynghylch datblygu gwell gwasanaethau iechyd emosiynol a meddyliol. Dyma'r sefydliadau dan sylw:

- *Elusennau iechyd meddwl: Hafal, Bipolar UK, y Sefydliad Iechyd Meddwl a'r elusen Diverse Cymru.
- Comisiynydd Plant Cymru
- Plant yng Nghymru a Cymru Ifanc
- Arsyllfa Cymru ar Hawliau Dynol Plant a Phobl Ifanc

***Adroddiad ‘Gwneud Synnwyr’:**

Adroddiad gan bobl ifanc yw hwn, ac mae'n rhoi eu barn ar iechyd emosiynol a meddyliol. Cafodd ei ysgrifennu gan bobl ifanc gyda chefnogaeth yr elusennau iechyd meddwl uchod. Bu dros 500 o bobl o bob rhan o Gymru'n cymryd rhan mewn arolygon a thrafodaethau, ac mae eu safbwyntiau'n cael eu rhannu yn yr Adroddiad. Os hoffech chi weld copi o'r adroddiad, ewch i:

www.hafal.org neu cysylltwch â ni, ac fe wnawn ni anfon copi atoch chi.

Cynhadledd Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc

Bydd y gynhadledd hon yn cael ei chynnal yng Nghaerdydd ddydd Mawrth 21ain Mehefin. Bydd y gynhadledd yn dod â phobl ynghyd o amrywiaeth eang o sefydliadau partner ac yn tynnu sylw at waith sy'n ceisio ymgysylltu â phlant a phobl ifanc ledled Cymru. Bydd yn esbonio sut mae Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc yn gweithio i sicrhau bod y materion a nodir gan bobl ifanc yn derbyn sylw. Bydd diweddariad llawn ar beth ddigwyddodd yn y Gynhadledd yn y newyddlen nesaf.

Crynodeb

I grynhoi, dyma beth mae'r Rhaglen Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc am ei gyflawni:

- Bydd plant a phobl ifanc sydd angen gofal arbenigol trwy CAMHS yn gallu cael y gofal sydd ei angen arnyn nhw cyn gynted ag y bydd ei angen.
- Bydd plant a phobl ifanc sydd ddim angen gofal arbenigol, ond sydd angen peth help a chymorth, yn gwybod sut mae cael yr help sydd ei angen arnyn nhw, ac yn ei gael cyn gynted ag y bydd ei angen.





Rydyn ni eisiau clywed oddi wrthych chi!

Dywedwch wrthyn ni beth yw eich syniadau chi ar gyfer gwella gwasanaethau iechyd emosiynol a meddyliol i holl blant a phobl ifanc Cymru.

Dywedwch wrthyn ni beth yw eich barn am ein syniadau a'n cynlluniau ni i wella gwasanaethau iechyd emosiynol a meddyliol yng Nghymru.

Os ydych chi eisiau gwybod mwy am ein gwaith neu rannu rhai o'ch syniadau gyda ni, cysylltwch â ni trwy Andrea yn Cymru Ifanc:

 andrea.storer@childreninwales.org.uk

 029 2034 2434

 07468 563953

 @YoungWalesCIW

Mae gan bob plentyn a pherson ifanc hawliau, ac mae'r hawliau hynny'n cael eu rhestru yng Nghonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP). Eich hawliau yw'r pethau sydd eu hangen arnoch chi i fyw bywyd diogel, iach. Un o'r rhain yw cael cyfle i ddweud eich barn ar wahanol faterion sy'n bwysig i chi, a bod eich barn yn cael gwrandawriad:

Yn ôl Erthygl 12 o CCUHP:

“Mae gan blant yr hawl i ddweud beth maen nhw'n meddwl ddylai ddigwydd, pan fydd oedolion yn gwneud penderfyniadau sy'n effeithio arnyn nhw, bod eu barn yn cael ei hystyried.”



Cymru Ifanc
Young Wales