Rhif: WG38317

Llywodraeth Cynulliad Cymru

Dogfen Ymgynghori

Law yn Llaw at Iechyd Meddwl: Cynllun Cyflawni 2019-2022

Dyddiad cyhoeddi: 18 Gorffennaf 2019
Angen gweithredu: Ymatebion erbyn 30 Awst 2019

Trosolwg	Mae'r ymgynghoriad hwn yn gofyn am eich barn ar 'Law yn Llaw at Iechyd Meddwl: Cynllun Cyflawni 2019-2022'.
Sut i ymateb	Bydd yr ymgynghoriad hwn yn cau ar 30 Awsti 2019. Gellir ymateb ar-lein, drwy e-bost neu ar y ffôn. **Ar-lein** Llenwch y ffurflen sydd ar gael ar dudalennau ymgynghoriadau gwefan Llywodraeth Cymru. E-bost Llenwch y ffurflen ymateb i'r ymgynghoriad a'i dychwelyd i: mentalhealthandvulnerablegroups@llyw.cymru **Post** Llenwch y ffurflen a'i dychwelyd i: Yr Is-adran Iechyd Meddwl, Grwpiau Agored i Niwed a Throseddwyr Llywodraeth Cymru Parc Cathays Caerdydd CF10 3NQ
Rhagor o wybodaeth a dogfennau cysylltiedig	**Gellir gwneud cais am fersiynau o'r ddogfen hon mewn print bras, mewn Braille neu mewn ieithoedd eraill.**

Manylion Cysylltu	I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â:

Yr Is-adran Iechyd Meddwl, Grwpiau Agored i Niwed a Throseddwyr

Llywodraeth Cymru

Parc Cathays

Caerdydd

CF10 3NQ

e-bost: mentalhealthandvulnerablegroups@llyw.cymru

Rheoliadau Cyffredinol ar Ddiogelu Data

Llywodraeth Cymru fydd y rheolydd data ar gyfer unrhyw ddata personol a ddarperir gennych wrth ichi ymateb i'r ymgynghoriad. Mae gan Weinidogion Cymru bwerau statudol y byddant yn dibynnu arnynt i brosesu'r data personol hyn a fydd yn eu galluogi i wneud penderfyniadau cytbwys ynghylch sut y maent yn cyflawni eu swyddogaethau cyhoeddus.

Bydd unrhyw ymateb a anfonwch atom yn cael ei weld yn llawn gan staff Llywodraeth Cymru sy'n gweithio ar y materion y mae'r ymgynghoriad hwn yn ymwneud â nhw neu sy'n cynllunio ymgynghoriadau ar gyfer y dyfodol.
Pan fo Llywodraeth Cymru yn cynnal dadansoddiad pellach o'r ymatebion i ymgynghoriad, yna gall trydydd parti achrededig (e.e. sefydliad ymchwil neu gwmni ymgynghori) gael ei gomisiynu i wneud y gwaith hwn.

Ymgymerir â gwaith o'r fath dim ond o dan gontract. Mae telerau ac amodau safonol Llywodraeth Cymru ar gyfer contractau o'r fath yn nodi gofynion caeth ar gyfer prosesu a chadw data personol yn ddiogel.

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

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

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

Eich hawliau

O dan y ddeddfwriaeth diogelu data, mae gennych yr hawl:

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

.

I gael rhagor o fanylion am yr wybodaeth y mae Llywodraeth Cymru yn ei chadw ac am y defnydd a wneir ohoni, neu os ydych am arfer eich hawliau o dan y Rheoliad Diogelu Data Cyffredinol, gweler y manylion cyswllt isod:

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

e-bost:
Data.ProtectionOfficer@llyw.cymru

Dyma fanylion cyswllt Swyddfa'r
Comisiynydd
Gwybodaeth:
Wycliffe House
Water Lane
Wilmslow
Cheshire
SK9 5AF

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

Cyflwyniad

'Law yn Llaw at Iechyd Meddwl' yw strategaeth 10 mlynedd trawslywodraethol Llywodraeth Cymru i wella iechyd meddwl a llesiant i bob oedran. Cyhoeddwyd y strategaeth ym mis Hydref 2012, yn dilyn ymgysylltu sylweddol ac ymgynghori ffurfiol â rhanddeiliaid, ac mae wedi'i chefnogi gan gyfres o gynlluniau cyflawni manwl. Dyma'r trydydd cynllun, a'r un olaf.

Mae *Law yn Llaw at Iechyd Meddwl* yn nodi nifer o ganlyniadau lefel uchel gyda'r amcan o gyflawni gwelliant sylweddol i ansawdd a hygyrchedd gwasanaethau iechyd meddwl i bob oed. Mae'r strategaeth yn cydnabod bod achosion ac effeithiau iechyd meddwl gwael yn gymhleth, yn heriol ac yn amlochrog, ac o ganlyniad mae angen dull gweithredu integredig, trawslywodraethol a thraws-sector os ydym i gyflawni'r canlyniadau hyn.

Er bod y cynllun cyflawni yn amlinellu nifer o feysydd blaenoriaeth ar gyfer y tair blynedd i ddod, mae rhai o'r camau hyn yn cynrychioli parhad angenrheidiol a buddsoddiad mewn gwasanaethau, ac mewn meysydd eraill, mae'r cynllun cyflawni wedi'i fwriadu i yrru newid sylweddol mewn darpariaeth gwasanaeth a/neu weithgaredd ychwanegol dan arweiniad y llywodraeth i atal iechyd meddwl gwael, gan fod cydnabyddiaeth eang bellach nad mater i'r GIG yn unig yw iechyd meddwl - mae'n 'fusnes i bawb'.

Yn 2018, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru 'Cymru Iachach: Ein Cynllun Iechyd a Gofal Cymdeithasol'. Mae'r Cynllun yn gosod ein gweledigaeth hirdymor ar gyfer 'system gyfan iechyd a gofal cymdeithasol' yn y dyfodol, gan ganolbwyntio ar iechyd a llesiant ac atal salwch. Mae gwireddu uchelgeisiau 'Cymru Iachach' yn gofyn am welliant pellach o safbwynt integreiddio gwasanaethau, cyd-gynhyrchu ac agweddau cyfannol at drin afiechyd corfforol a meddyliol.

Mae'r blaenoriaethau a fydd yn cael eu gwireddu trwy'r cynllun cyflawni yn parhau i gefnogi egwyddorion gofal iechyd darbodus a'r weledigaeth a amlinellwyd yn 'Cymru Iachach' gyda'i ffocws ar ofal integredig sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn a ddarperir mewn ffordd sydd wedi'i llywio gan ddefnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr.

Mae'r cynllun cyflawni'n cynnwys nifer o bwyntiau gweithredu i Lywodraeth Cymru a phartneriaid allweddol. Rydym wedi ymgysylltu ag ystod eang o randdeiliaid mewnol ac allanol i gytuno ar y blaenoriaethau allweddol sydd wedi eu cynnwys yn y cynllun hwn. Rydym hefyd wedi ystyried adroddiadau perthnasol, argymhellion pwyllgorau'r Cynulliad Cenedlaethol ynghyd ag adborth gan bobl sydd wedi cael profiad o faterion iechyd meddwl.

Hefyd, cyhoeddir adroddiad blynyddol yn rhoi manylion ar gynnydd o'i gymharu â'r cynllun cyflawni ac adroddiad ystadegol a nifer yr achosion.

Ers cyhoeddi'r strategaeth trawslywodraethol '*Law yn Llaw at Iechyd Meddwl'*, mae proffil iechyd meddwl wedi tyfu'n sylweddol. Mae *Ffyniant i Bawb,* strategaeth genedlaethol Llywodraeth Cymru, yn herio holl adrannau Llywodraeth Cymru i ystyried effaith eu gwaith ar iechyd meddwl a llesiant poblogaeth Cymru. O ganlyniad, gan adeiladu ar adolygiad cyflym o nifer o feysydd lle y gwyddom y gallai ffocws ychwanegol ar draws adrannau'r llywodraeth gael effaith, mae'r cynllun cyflawni diweddaraf hwn yn rhoi mwy o bwyslais ar y ffactorau amddiffynnol ar gyfer iechyd meddwl da, gan nodi'r meysydd hynny o weithio trawslywodraethol, megis addysg, cyflogaeth a thai, a all wneud cyfraniad sylweddol at wella canlyniadau iechyd meddwl a llesiant mewn ffordd

sy’n gynaliadwy ar gyfer y dyfodol.

Cwestiynau’r ymgynghoriad

Byddem yn gwerthfawrogi eich adborth a’ch barn mewn perthynas â *‘Law yn Llaw at Iechyd Meddwl: Cynllun Cyflawni 2019-2022’*. Rydym wedi cynnwys rhai cwestiynau penodol a gofynnwn yn garedig i chi eu hateb. Mae’r cwestiynau ar gael ar-lein yn y ffurflen Ymateb i Ymgynghoriad.

CYNLLUN CYFLAWNI *'LAW YN LLAW AT IECHYD MEDDWL'* 2019-2022

Cyd-destun Strategol

Law yn Llaw at Iechyd Meddwl yw strategaeth 10 mlynedd trawslywodraethol Llywodraeth Cymru i wella iechyd meddwl a llesiant i bob oedran. Cyhoeddwyd y strategaeth ym mis Hydref 2012, yn dilyn ymgysylltu sylweddol ac ymgynghori ffurfiol â rhanddeiliaid, ac mae wedi'i chefnogi gan gyfres o gynlluniau cyflawni manwl. Dyma'r trydydd cynllun, a'r un olaf.

Mae *Law yn Llaw at Iechyd Meddwl* yn nodi nifer o ganlyniadau lefel uchel gyda'r amcan o gyflawni gwelliant sylweddol i ansawdd a hygyrchedd gwasanaethau iechyd meddwl i bob oed. Mae'r strategaeth yn cydnabod bod achosion ac effeithiau iechyd meddwl gwael yn gymhleth, yn heriol ac yn amlochrog, ac o ganlyniad bod angen dull gweithredu integredig, trawslywodraethol a thraws-sector os ydym i gyflawni'r canlyniadau hyn. Y chwe deilliant lefel uchel sy'n ategu'r strategaeth 10 mlynedd yw:

- Mae iechyd meddyliol a lles y boblogaeth gyfan yn gwella
- Mae effeithiau problemau iechyd meddwl a/neu salwch meddwl yn cael eu hadnabod yn well ac yn lleihau
- Mae anghydraddoldebau, stigma a gwahaniaethu yn lleihau
- Mae unigolion yn cael gwell profiad o ran y gefnogaeth a'r driniaeth a gânt ac yn teimlo bod ganddynt fwy o reolaeth dros benderfyniadau
- Gwell ansawdd a mynediad at fesurau ataliol ac ymyriadau cynnar i hybu gwellhad
- Gwerthoedd, agweddau a sgiliau gwell gan y rhai sy'n cefnogi unigolion o bob oed sydd â phroblemau iechyd meddwl

Er bod y cynllun cyflawni yn amlinellu nifer o feysydd blaenoriaeth ar gyfer y tair blynedd nesaf, mae'r rhain i gyd yn cyfrannu at gyflawni'r canlyniadau lefel uchel a nodwyd yn wreiddiol yn *Law yn Llaw at Iechyd Meddwl*. Mae rhai o'r camau hyn yn cynrychioli parhad angenrheidiol a buddsoddiad mewn gwasanaethau, ac mewn meysydd eraill, nod y cynllun cyflawni yw gyrru newid sylweddol mewn darpariaeth gwasanaethau a/neu weithgaredd ychwanegol dan arweiniad y llywodraeth i atal iechyd meddwl gwael, oherwydd cydnabyddir yn eang bellach nad mater i'r GIG yn unig yw iechyd meddwl - mae'n 'fusnes i bawb'. Mae ein hysgolion, ein gweithleoedd a'n cymunedau yn chwarae rôl bwysig i'n cadw'n iach. Adlewyrchir hyn yn *Ffyniant i Bawb, strategaeth genedlaethol Llywodraeth Cymru*, a oedd yn tynnu sylw at lesiant, atal a mynd i'r afael ag afiechyd meddwl fel un o chwe maes blaenoriaeth a ddaeth i'r amlwg fel rhai a oedd â'r cyfraniad mwyaf posibl i ffyniant a llesiant hirdymor. Gan gydnabod bod yn rhaid cael ymdrech ar draws y Llywodraeth i wella iechyd meddwl y genedl ac mai ymateb cydgysylltiedig llawn gan wasanaethau cyhoeddus yn unig all atal galw cynyddol a chanlyniadau gwaeth. Mae canlyniadau lefel uchel *Law yn Llaw at Iechyd Meddwl* hefyd yn adlewyrchu'r themâu sydd wedi codi yn sgil ymgysylltu â defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr, a amlinellir yn y diagram isod.

GWEITHLU

- Cymorth i staff a dulliau gofal tosturiol

ANSAWDD

- Dysgu trwy arfer da a chamgymeriadau
- Gwella therapïau seicolegol - hygyrchedd, ansawdd, ystod a dewis

PROFIAD

- Gwella'r cymorth ar bwyntiau pontio
- Gwell cymorth i'r rhai mewn trallod meddwl dros 24 awr

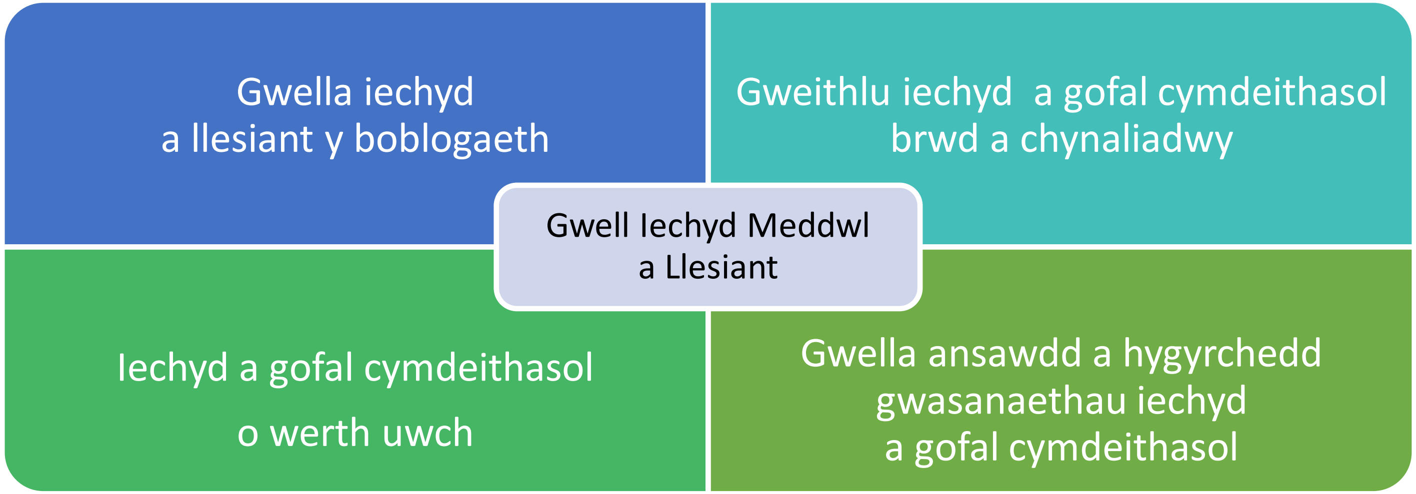
PERTHNASOEDD

- Gwella'r berthynas rhwng gweithwyr proffesiynol a'r sawl sy'n ceisio cymorth
- Gwella'r ffordd y gwneir penderfyniadau ar y cyd ar draws y sectorau

ATAL

- Symud oddi wrth iaith feddygol
- Canolbwyntio ar atal a chadw'n iach
- Cydnabod pwysigrwydd rôl cymorth anffurfiol

Yn 2018, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru *'Cymru Iachach: Ein Cynllun Iechyd a Gofal Cymdeithasol'.* Mae'r Cynllun yn gosod ein gweledigaeth hirdymor ar gyfer 'system gyfan iechyd a gofal cymdeithasol' yn y dyfodol, gan ganolbwyntio ar iechyd a llesiant ac atal salwch. Mae gwireddu uchelgeisiau *Cymru Iachach* yn gofyn am welliant pellach o safbwynt integreiddio gwasanaethau, cyd-gynhyrchu ac agweddau cyfannol at drin afiechyd corfforol a meddyliol. Er mwyn gwireddu'r weledigaeth hon, lluniwyd *Cymru Iachach* o gwmpas pedwar 'Nod Pedwarplyg', sy'n disgrifio pedair thema gysylltiedig sy'n helpu i ddatblygu cyd-ddealltwriaeth o sut rydym eisiau i ddull gweithredu'r system gyfan ddatblygu a sut byddwn yn blaenoriaethu newid. Mae'r diagram isod yn dangos y rhyngwyneb rhwng y Nod Pedwarplyg a gwell iechyd meddwl. Mae rhagor o wybodaeth ynghylch sut mae'r themâu unigol yn berthnasol i *Cymru Iachach* ar gael yn Atodiad 1.



Mae’r blaenoriaethau a fydd yn cael eu sicrhau trwy’r cynllun cyflawni yn parhau i gefnogi egwyddorion gofal iechyd darbodus gyda’i ffocws ar ofal integredig sy’n canolbwyntio ar yr unigolyn a ddarperir mewn ffordd sydd wedi’i llywio gan ddefnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr. Er enghraifft, trwy lywio rhai o’r adnoddau ariannu ychwanegol ar gyfer iechyd meddwl trwy Fyrddau Partneriaeth Rhanbarthol a thrwy osod disgwyliadau ynghylch cynnwys y trydydd sector, yn ogystal â phartneriaethau cryf gyda’r heddlu a llywodraeth leol, dylai’r cynllun sicrhau bod gofal yn cael ei ddarparu ar y lefel gywir ac ar yr adeg iawn. Mae’r dull hwn hefyd yn cefnogi gofal iechyd seiliedig ar werth o gofio pwyslais y cynllun cyflawni ar welliannau mewn meysydd fel mynediad at therapïau seicolegol a gwelliannau i wasanaethau gofal argyfwng y gwyddom sy’n bwysig i ddefnyddwyr gwasanaethau.

Maint yr Her a’r Cynnydd Hyd Yma

Ers cyhoeddi Law yn Llaw at Iechyd Meddwl rydym wedi cyhoeddi nifer o gynlluniau gweithredu ar lefel Cymru gyfan ac ar lefel bwrdd iechyd, ac wedi darparu cyllid ychwanegol i gefnogi gwelliannau. O ganlyniad i’r buddsoddiad hwn, rydym wedi gweld cynnydd mewn sawl maes, yn cynnwys:

- Llai o stigma ynghylch iechyd meddwl, yn gynnwys trwy gefnogi Ymgyrch Amser i Newid, gyda mwy o bobl yn cael cymorth;
- Mwy o gyfranogiad gan ddefnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr wrth ddatblygu a chynllunio gwasanaethau ar lefel ranbarthol a chenedlaethol;
- Lleihau’n sylweddol nifer y plant a’r bobl ifanc sy’n aros am fwy na 4 wythnos i gael triniaeth;
- Lleihau nifer y derbyniadau i ysbytai meddwl trwy bwyslais ar fwy o gymorth yn y gymuned;
- Lleihau nifer yr achosion o oedi wrth drosglwyddo cleifion â phroblemau iechyd meddwl;

- Lleihau nifer y cleifion (oedolion a phlant) sydd angen eu hanfon y tu allan i Gymru i gael triniaeth;
- Lleihau'n sylweddol nifer y bobl mewn argyfwng iechyd meddwl a gedwir mewn cell heddlu fel lle diogel;
- Gweithredu Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) 2010, yn cynnwys cyflwyno Gwasanaethau Cymorth Iechyd Meddwl Sylfaenol Lleol a ffocws ar gynllunio gofal a thriniaeth;
- Gweithredu gwasanaethau iechyd meddwl amenedigol cymunedol newydd sy'n darparu cymorth ar draws Cymru gyfan;
- Sefydlu cyswllt seiciatrig mewn ysbytai;
- Sefydlu timau ymyrraeth argyfwng cymunedol plant, glasoed ac oedolion;
- Datblygu gwasanaethau niwroddatblygiadol ac ymyriadau cynnar mewn gwasanaethau seicosis;
- Lansio'r Cytundeb Gofal Mewn Argyfwng Iechyd Meddwl gyda phartneriaid i wella'r ymateb amlasiantaethol i bobl mewn argyfwng iechyd meddwl;
- Gwreiddio iechyd meddwl mewn rhaglenni ataliol, er enghraifft Cymru Iach Ar Waith a Rhwydwaith Ysgolion Iach Cymru;
- Sefydlu cynlluniau peilot rhagnodi cymdeithasol iechyd meddwl i ddatblygu'r dystiolaeth i wella mynediad at gefnogaeth anghlinigol;
- Datblygu Cynllun Gweithredu Cymru ar gyfer Dementia ar wahân, wedi'i gefnogi gan fuddsoddiad ychwanegol gan y llywodraeth.

Mae'n bwysig nodi bod y gwelliannau hyn wedi'u gwneud yng nghyd-destun galw cynyddol am wasanaethau. Er enghraifft, ar draws Cymru, ar gyfartaledd mae Gwasanaethau Cymorth Iechyd Meddwl Sylfaenol Lleol yn derbyn 1,000 o atgyfeiriadau ychwanegol bob mis o'i gymharu â 2013-14, ac mae Gwasanaethau Cymorth Iechyd Meddwl Sylfaenol Lleol wedi gweld dros 200,000 o bobl ers eu cyflwyno, gyda 100,000 o bobl yn derbyn ymyriadau therapiwtig. Yn ogystal, derbyniodd Gwasanaethau Iechyd Meddwl Cymunedol, a sefydlwyd fel rhan o'n darpariaeth cefnogaeth ychwanegol yn y gymuned, tua 20,000 o atgyfeiriadau am asesiadau argyfwng dros gyfnod o ddeuddeng mis.

Ymagwedd Drawslywodraethol

Ers cyhoeddi strategaeth *Law yn Llaw at Iechyd Meddwl*, mae proffil iechyd meddwl wedi tyfu'n sylweddol, ac fel y nodwyd eisoes, mae cydnabyddiaeth gynyddol fod iechyd meddwl yn 'fusnes i bawb'. Mae *Ffyniant i Bawb* yn herio holl adrannau Llywodraeth Cymru i ystyried effaith eu gwaith ar iechyd meddwl a llesiant poblogaeth Cymru. O ganlyniad, gan adeiladu ar adolygiad cyflym o nifer o feysydd lle gwyddom y gallai ffocws ychwanegol ar draws adrannau'r llywodraeth gael effaith, mae'r cynllun cyflawni diweddaraf hwn yn rhoi mwy o bwyslais ar y ffactorau amddiffynnol ar gyfer iechyd meddwl da, gan nodi'r meysydd hynny o weithio trawslywodraethol, megis addysg, cyflogaeth a thai, a all wneud cyfraniad sylweddol at wella canlyniadau iechyd meddwl a llesiant mewn ffordd sy'n gynaliadwy ar gyfer y dyfodol.

Yn ystod cyfnod y cynllun cyflawni blaenorol, canolbwyntiwyd ar ymgorffori iechyd meddwl ar draws ystod o gynlluniau Llywodraeth Cymru. Yn benodol, mae gwaith gydag Addysg, Cyflogadwyedd, Trechu Tlodi a Throseddu a Chyfiawnder wedi sicrhau bod cynlluniau cyflawni yn y meysydd hyn yn cynnwys cysylltiadau pendant ag iechyd meddwl a chamau gweithredu cysylltiedig. Y bwriad yw peidio ag ailadrodd yr holl gamau gweithredu hyn yn y cynllun cyflawni hwn, ond gwneud cyfeiriadau lle bo hynny'n briodol, a chryfhau cysylltiadau mewn meysydd eraill.

Mae'r cynllun felly yn parhau i amlygu'r cyfraniad pwysig sydd ei angen ar draws y llywodraeth i ddiogelu a gwella iechyd meddwl trwy raglenni a pholisïau sy'n mynd i'r afael â phenderfynyddion ehangach iechyd meddwl da. Er bod gwasanaethau iechyd wedi'u cynllunio i ymateb i anghenion unigolion sydd angen ymateb clinigol ar gyfer problem iechyd meddwl, mae'r rhan fwyaf o'r ysgogiadau allweddol i wella iechyd meddwl a llesiant yn bodoli y tu allan i'r sector iechyd. O ganlyniad, mae cyflawni'r nodau yn y cynllun cyflawni yn cael ei ategu gan nodau strategol ehangach, fel:

- Dileu'r bwlch mewn cyfraddau anweithgarwch economaidd yng Nghymru trwy ganolbwyntio mwy ar gyflogaeth ar gyfer pobl anabl, yn cynnwys y rheini â chyflyrau iechyd meddwl, trwy'r ***Cynllun Cyflogadwyedd***
- Hyrwyddo twf cynhwysol ac ymrwymiad cyflogwyr i waith teg, datblygu iechyd a sgiliau gweithwyr trwy'r ***Contract Economaidd***
- Sicrhau bod pob person ifanc yn cael cyfle cyfartal i gyrraedd ei lawn botensial trwy ***Addysg Cymru: cenhadaeth ein cenedl***
- Darparu cymorth sy'n gysylltiedig â thai i helpu pobl sy'n agored i niwed i fyw mor annibynnol â phosibl trwy'r ***Rhaglen Cefnogi Pobl***
- Lleihau cysgu ar y stryd a rhoi terfyn ar yr angen i bobl gysgu allan trwy'r ***Cynllun Gweithredu Cysgu Allan.***

Mae yna hefyd lawer o fentrau ar waith – neu wedi'u cynllunio – ar draws Llywodraeth Cymru a fydd yn cefnogi'r agenda iechyd meddwl gyda buddsoddiad sylweddol yn cael ei wneud o ran adnoddau. Un o'r meysydd lle dangosir hyn yw'r buddsoddiad sy'n cael ei wneud i ddatblygu ***ymagwedd ysgol gyfan*** newydd o ymdrin ag iechyd meddwl a llesiant plant a phobl ifanc yng Nghymru. Fel rhan o'r *'ymagwedd ysgol gyfan'*, bydd pob ysgol yn cefnogi iechyd meddwl a llesiant ehangach dysgwyr, a fydd yn ei dro yn helpu i atal materion eraill rhag datblygu neu waethygu, yn cynnwys materion iechyd meddwl. Sefydlwyd Grŵp Gorchwyl a Gorffen y Gweinidogion i gyflymu'r gwaith ar y dull hwn a bydd yn ychwanegu at y gwaith sydd eisoes ar y gweill i ddatblygu cwricwlwm ysgolion newydd yng Nghymru.

Mae'r dull a fabwysiadwyd i ddatblygu'r cynllun cyflawni hwn hefyd wedi adlewyrchu gofynion *Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015*. Trwy bwysleisio pwysigrwydd gwasanaethau ataliol ac integredig tra'n cydnabod pwysigrwydd cymryd ymagwedd fwy hirdymor. Rydym hefyd wedi ceisio gwreiddio gofynion *Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014* yn y cynllun. Mae'r pwyslais yn y cynllun ar ymyriad cynnar er mwyn atal niwed mwy hirdymor cyn iddo ddigwydd yn cynnwys

atal dod i gysylltiad â Phrofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod. Mae hyn yn cydnabod swmp cynyddol o dystiolaeth ryngwladol am effeithiau hirdymor negyddol ar ganlyniadau iechyd a llesiant, yn enwedig canlyniadau iechyd meddwl, a all ddeillio o brofi trawma plentyndod cyn cyrraedd 18 oed.

Blaenoriaethau Allweddol ar gyfer 2019-2022

O fewn cyd-destun yr ymrwymiadau a wnaed eisoes a'r adnoddau ychwanegol i'w cefnogi, mae'r cynllun cyflawni hwn yn blaenoriaethu'r ymdrech i gyflawni gwelliannau ystyrlon ar gyfer unigolion a'u teuluoedd. Mae'r blaenoriaethau hefyd wedi'u llunio gan nifer o adroddiadau Pwyllgor y Cynulliad Cenedlaethol yn cynnwys Gwasanaethau Iechyd Meddwl Amenedigol, 'Cadernid Meddwl' (cymorth iechyd meddwl ac emosiynol i blant a phobl ifanc) a 'Busnes Pawb' (atal hunanladdiad). Mae ymchwiliadau'r Pwyllgor yn gofyn am well ffocws a gwelliant cyflymach mewn gwasanaethau iechyd meddwl, yn ogystal â mwy o ffocws ar atal. Rydym wedi derbyn y rhan fwyaf o argymhellion y Pwyllgor a chredwn y bydd cyflawni'r blaenoriaethau allweddol a osodwyd gennym ar gyfer ein hunain yn y cynllun cyflawni hwn yn sicrhau'r gwelliannau yr ydym i gyd am eu gweld, o ran atal ac mewn gwasanaethau.

Dyma'r meysydd gweithredu arfaethedig a nodir yn y cynllun cyflawni hwn:

- **Atal iechyd meddwl gwael a chynnal lles meddyliol** – trwy waith wedi'i dargedu ar atal a gweithredu trawslywodraethol ar benderfynyddion ehangach iechyd meddwl a llesiant;
- **Gwella mynediad at gymorth ar gyfer llesiant iechyd emosiynol a meddyliol plant a phobl ifanc** – gwella mynediad a sicrhau gwelliannau cynaliadwy i amseroldeb ymyriadau, yn ogystal â chefnogi'r cwricwlwm newydd ac ymagwedd ysgol gyfan, gan ymestyn cyrhaeddiad gwasanaethau'r GIG i ysgolion a llenwi bylchau mewn gwasanaethau o fewn gofal sylfaenol ac eilaidd trwy Wasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS);
- Gwelliannau pellach i **ddarpariaeth Argyfwng a Thu Allan i Oriau i blant ac oedolion** - newid i gynnig cyffredin, amlasiantaethol ledled Cymru;
- **Gwella mynediad, ansawdd ac ystod therapïau seicolegol i bob oedran** – er mwyn sicrhau gostyngiad sylweddol mewn amseroedd aros erbyn diwedd tymor y Llywodraeth hon, cynyddu'r ystod o therapïau a gynigir a chynorthwyo'r gweithlu i ddarparu'r ymyriadau hyn i wella profiad defnyddwyr gwasanaethau;
- **Gwella ansawdd a mynediad at wasanaethau iechyd meddwl amenedigol** – datblygu gwasanaethau iechyd meddwl amenedigol ymhellach, yn cynnwys mewn perthynas â safonau ansawdd a llwybrau gofal a darpariaethau cleifion mewnol;
- **Gwella ansawdd a mynediad at wasanaethau tra'n datblygu gwasanaethau sy'n canolbwyntio ar adferiad** – yn cynnwys ymateb i adolygiadau thematig Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru/Arolygiaeth Gofal Cymru, adolygiadau gan Uned Gyflawni'r GIG a chael sicrwydd bod argymhellion wedi'u cyflawni;
- Cefnogi **grwpiau agored i niwed** – gyda ffocws ar welliannau i wasanaethau ar gyfer anhwylderau bwyta, troseddwyr a

phroblemau iechyd meddwl a chamddefnyddio sylweddau sy'n digwydd ar y cyd.

Mae'r meysydd blaenoriaeth hyn a'r gwelliannau yr ydym am eu gweld yn dibynnu ar nifer o ffrydiau gwaith trosfwaol y bydd angen eu blaenoriaethu hefyd, ond byddant yn parhau y tu hwnt i oes y cynllun hwn. Mae'r rhain yn cynnwys:

- Gweithredu'r **set ddata graidd** i wella cysondeb, cadernid a'r ffocws ar ganlyniadau ar draws gwasanaethau iechyd meddwl pob oed;
- Datblygu **cynllun gweithlu** mewn partneriaeth â Rhwydwaith Iechyd Meddwl y GIG ac Addysg a Gwella Iechyd Cymru i gefnogi gwelliannau gwasanaethau yn y tymor canolig a'r hirdymor ac i sicrhau gweithlu iechyd meddwl sefydlog a chynaliadwy;
- Cryfhau **ymgysylltiad defnyddwyr gwasanaethau a'r trydydd sector** ar draws gwelliannau polisi a gwasanaeth;
- Gwella mynediad at wasanaethau iechyd meddwl **trwy gyfrwng y Gymraeg**.

Mae camau i wella dementia yn cael eu datblygu ar wahân o dan y **Cynllun Gweithredu Cymru ar gyfer Dementia**, a gyhoeddwyd yn 2018. Yn yr un modd, er y cyfeirir atynt yn y cynllun hwn, mae camau i atal hunanladdiad a hunan-niwed hefyd yn cael eu gweithredu fel rhan o'n **strategaeth Siarad â Fi 2.**

Cyllido Iechyd Meddwl

Rydym yn parhau i wario mwy ar wasanaethau iechyd meddwl nag unrhyw ran arall o'r GIG ac rydym wedi cynyddu'r cyllid yn y gyllideb iechyd meddwl wedi'i diogelu i £679 miliwn yn 2019-20.

Bydd cyllid ychwanegol fel rhan o'n cynllun *Cymru Iachach* yn 2019/20 yn cael ei dargedu tuag at y meysydd blaenoriaeth y cytunwyd arnynt, yn cynnwys galluogi ymyriad cynharach, gwell mynediad at wasanaethau a gwell canlyniadau i ddefnyddwyr gwasanaethau, eu gofalwyr a'u teuluoedd. Mae'r cyllid ychwanegol hwn wedi llywio'r blaenoriaethau arfaethedig yn y cynllun cyflawni hwn. Bydd y gwariant ychwanegol yn cael ei dargedu at feysydd y gwyddom fod angen datblygu'r gwasanaethau ymhellach neu lle mae tystiolaeth o alw.

Deddfwriaeth Iechyd Meddwl

Mae'r dirwedd gyfredol o ddeddfwriaeth iechyd meddwl a galluedd meddyliol sydd ar waith yng Nghymru yn adlewyrchu rhai o'r newidiadau cymdeithasol a pholisi sydd wedi digwydd yn y blynyddoedd diwethaf. Mae gan y tri phrif fframwaith cyfreithiol, Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) 2010, Deddf Iechyd Meddwl 1983 a Deddf Galluedd Meddyliol 2005, yn cynnwys y trefniadau Diogelu rhag Colli Rhyddid, bwyntiau cyswllt â'i gilydd (sydd weithiau'n gymhleth) a phwyntiau sy'n ymgysylltu â hawliau dynol pobl. Mae'r tair Deddf hefyd yn adlewyrchu continwwm o feysydd polisi datganoledig a meysydd polisi a gedwir yn ôl, ond maent yn rhannu

nodwedd gyffredin trwy fod pobl yn dod i gysylltiad â'r ddeddfwriaeth yn bennaf trwy ddarpariaeth iechyd a gofal cymdeithasol. Yng Nghymru, mae deddfwriaeth iechyd meddwl a galluedd meddyliol hefyd yn gweithredu'n agos gyda Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014, Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016, Deddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) 2018 a deddfwriaeth cydraddoldeb.

Mae'r cynllun cyflawni yn nodi sut bydd yn cefnogi'r newidiadau sydd eu hangen i weithredu diwygiad cyfreithiol hysbys i'r Ddeddf Galluedd Meddyliol ac yn adlewyrchu'r angen i ddatblygu safbwynt strategol yn ystod 2019-20 ynghylch pa newidiadau sydd eu hangen i Fesur Iechyd Meddwl (Cymru) a'r Ddeddf Iechyd Meddwl er mwyn cyflawni a hybu ein bwriadau a'n canlyniadau polisi ni a rhai'r cynllun.

Mecanwaith Cefnogi Cyflawni Cenedlaethol GIG

Mae Prif Weithredwyr GIG wedi cefnogi datblygiad rhwydwaith iechyd meddwl i bob oedran a bwrdd cysylltiedig i gynorthwyo gyda'r gwaith o gyflawni ymrwymiadau a wnaed yn *Law yn Llaw at Iechyd Meddwl* a *Cymru Iachach*. Mae blaengynlluniau gwaith yn cael eu datblygu a fydd angen ystyried y camau gweithredu a nodir yn y Cynllun Cyflawni newydd hwn. Caiff y Bwrdd ei gadeirio gan y Prif Weithredwr Arweiniol dros Iechyd Meddwl a fydd yn cael ei gynorthwyo gan Gyfarwyddwr Rhaglen Iechyd Meddwl Cenedlaethol pan gaiff ei benodi. Bydd y rhwydwaith a'r Bwrdd yn cydlynu gweithgareddau o fewn y Weithrediaeth GIG newydd er mwyn rhannu dysgu a datblygu dulliau integredig. Mae gan y trydydd sector ac awdurdodau lleol, yr heddlu, y gwasanaethau ambiwlans a llawer o bartneriaid eraill rôl gyfartal i'w chwarae, a bydd y byrddau partneriaeth iechyd meddwl lleol a'r Bwrdd Partneriaeth Iechyd Meddwl Cenedlaethol yn parhau ar waith er mwyn cryfhau'r ffordd yr ydym i gyd yn cydweithio.

Datblygu'r Cynllun Cyflawni Drafft

Rydym wedi ymgysylltu ag ystod eang o randdeiliaid mewnol ac allanol i gytuno ar y blaenoriaethau allweddol sydd wedi'u cynnwys yn y cynllun hwn, yn ogystal ag ystyried adroddiadau perthnasol, argymhellion Pwyllgor y Cynulliad Cenedlaethol ac adborth gan y rheini sydd â phrofiad byw o faterion iechyd meddwl. Mae'r cynllun ei hun wedi cael ei ddatblygu mewn tri cham:

1. Gweithgarwch atgyfnerthu i adolygu cynnydd yn erbyn y ddau gynllun cyflawni blaenorol a'r cynnydd yn erbyn y Strategaeth 10 mlynedd *Law yn Llaw at Iechyd Meddwl*, gan nodi meysydd sydd angen ffocws ychwanegol.
2. Adolygiad cyflym i nodi meysydd allweddol i wneud y gorau o effaith gweithio trawslywodraethol.
3. Cyfres o weithdai ac ymarferion ymgysylltu i nodi meysydd blaenoriaeth a gafodd eu llywio gan dystiolaeth a phrofiadau personol. Roedd y gweithdai hyn yn hollbwysig fel ffordd o glywed beth oedd bwysicaf wrth i ni gytuno ar ein meysydd blaenoriaeth a'r hyn yr oedd ei angen i ni ganolbwyntio arno yn y cam cyflawni nesaf. Ystyriwyd y themâu hyn wrth i ni ddatblygu'r camau gweithredu sy'n sail i'n meysydd blaenoriaeth.

Bydd datblygiadau i'r cynllun drafft hwn yn destun ymgynghoriad cyhoeddus am gyfnod o chwe wythnos o fis Mehefin 2019 gyda'r nod o gyhoeddi'r cynllun terfynol cyn gynted â phosibl wedi hynny.

Monitro a Gwerthuso

Mae cyflawni'r strategaeth gyffredinol a'i chynlluniau cyflawni cyfansoddol yn cael eu monitro a'u sicrhau trwy'r Bwrdd Partneriaeth Iechyd Meddwl Cenedlaethol a byrddau partneriaeth lleol. I gynorthwyo, ym mhob adran isod rydym wedi tynnu sylw at rai dangosyddion canlyniadau a mesurau perfformiad allweddol er mwyn monitro cynnydd, a byddwn yn parhau i weithio gyda'n Gwasanaethau Gwybodaeth a Dadansoddi i gryfhau hyn lle mae'r data ar gael. Trwy gydol oes y cynllun cyflawni hwn, byddwn hefyd yn comisiynu gwerthusiad o *Law yn Llaw at Iechyd Meddwl,* sy'n dod i ben yn 2022, i lywio'r strategaeth iechyd meddwl nesaf.

Blaenoriaeth 1: Atal iechyd meddwl gwael a chynnal lles meddyliol

Bydd y camau hyn yn sicrhau bod gennyf fynediad at wybodaeth i ddeall sut gallaf wella fy iechyd meddwl a'm llesiant fy hun a chreu amgylchedd sy'n amddiffyn fy iechyd meddwl trwy ystyried fy anghenion ym mhob agwedd ar fywyd, er enghraifft, fy addysg, tai a chyflogaeth. Byddant hefyd yn helpu gwasanaethau i ddeall fy anghenion trwy ddulliau sydd wedi'u llywio gan drawma.

Thema allweddol	Beth sydd angen ei wneud	Cerrig milltir allweddol	Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? *[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]*
Gwella iechyd meddwl a chydnerthedd	(1.1i) Iechyd Cyhoeddus Cymru i gynyddu amlygrwydd a blaenoriaeth gwaith i hyrwyddo lles meddyliol trwy fuddsoddi a rhaglenni traws-sefydliadol cydgysylltiedig. (1.1ii) Iechyd Cyhoeddus Cymru i ddatblygu a lledaenu canllawiau arfer gorau ac offer ar ymagweddau ysgol gyfan tuag at lesiant a chydnerthedd meddyliol, yn cynnwys Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (PNP). (1.1iii) Iechyd Cyhoeddus Cymru a Llywodraeth Cymru i weithio gyda'r GIG, heddlu, awdurdodau lleol a phartneriaid eraill i ddatblygu gwasanaethau wedi'u llywio gan drawma/PNP. (1.1iv) Llywodraeth Cymru (y	**Blwyddyn 1** • Cytuno gyda phartneriaid ar themâu a nodau allweddol sgwrs genedlaethol am lesiant a chydnerthedd meddyliol (1.1i) • Treialu cyd-destun lles meddyliol, meini prawf, canllawiau a ffynhonnell gyfeirio annibynnol ar gyfer ysgolion fel rhan o'r Cynllun Ysgolion Iach Rhwydwaith Cymru (1.1ii) • Treialu dichonoldeb un porth integredig i wasanaethau sy'n cefnogi unigolion agored i newid o fewn oriau arferol a'r tu allan i oriau (1.1iii) • Monitro cyfranogiad cynllun Darllen yn Well, yn Saesneg ac yn Gymraeg. **Blwyddyn 2** • Datblygu a dechrau cyflawni cynllun tymor hwy i wella llesiant	*Cynnydd yn y sgôr lles meddyliol cymedrig yn seiliedig ar Raddfa Lles Meddyliol Warwick–Caeredin. Ffynhonnell: Arolwg Cenedlaethol Cymru.* *Cynnydd yn lles meddyliol Plant a Phobl Ifanc. Ffynhonnell: Understanding Society.* *Gwerthusiad Annibynnol Ffurfiol o'r Cynllun Darllen yn Well.*

	Pwyllgor Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol – PIGC) i barhau i gefnogi cyflawni Darllen yn Well (‘presgripsiwn llyfrau’ ar gyfer dementia, cyflyrau iechyd meddwl cyffredin (oedolion) a chynllun plant. (1.1v) Llywodraeth Cymru i weithio gyda’r Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus i annog a chefnogi pobl i gymryd rhan mewn gweithgarwch diwylliannol a chwaraeon yn lleol.	a chydnerthedd meddyliol (1.1ii) • Gweithredu cynllun gweithgaredd cynorthwyo cyflogwyr i wella iechyd meddwl a llesiant. • Datblygu hyfforddiant pwrpasol i bartneriaid cyfiawnder troseddol mewn perthynas â gwasanaethau wedi’u llywio gan drawma/PNP, a dechrau ei roi ar waith (1.1iii) • Gwerthusiad ffurfiol o gynllun Darllen yn Well ar waith. • Trafod rôl diwylliant a chwaraeon o ran hyrwyddo iechyd meddwl a llesiant gyda phob un o’r Byrddau Gwasanaethau Lleol. • Gweithio drwy’r rhaglen Cyfuno: Creu Cyfleoedd drwy Ddiwylliant i gynyddu mynediad at weithgarwch diwylliannol.	
Atal hunanladdiad a hunan-niwed	(1.2i) Grŵp Cynghori Cenedlaethol (GCC) *Siarad â Fi 2* yn gweithio gyda Llywodraeth Cymru i gefnogi datblygiad gwefan genedlaethol atal hunanladdiad a fframwaith hyfforddi ar gyfer Cymru. (1.2ii) GCC i sefydlu llwybr ôl-ymyriad yng Nghymru, yn cynnwys cymorth i rai sy’n galaru oherwydd hunanladdiad. (1.2iii) GCC a Llywodraeth Cymru (y Pwyllgor Iechyd a	**Blwyddyn 1** • Gwefan wedi’i sefydlu ac yn cael ei diweddaru’n rheolaidd gyda gwybodaeth a chymorth yn seiliedig ar dystiolaeth (1.2i a 1.2iii) • Cydlynwyr wedi’u recriwtio, cytundeb ar strwythurau adrodd (1.2i a 1.2iv) • Sefydlu Grŵp Partneriaeth Elusennau ym maes ffermio at y diben penodol o rannu gwybodaeth ac arbenigedd a nodi ffyrdd o gydweithio (1.2iii)	*Bydd pobl yn gallu cael gafael ar ystod o wybodaeth a chymorth trwy un wefan ganolog.* *Bydd sefydliadau yn gallu adolygu a dewis cyfleoedd hyfforddi gan ystod o ddarparwyr i gyd-fynd â’u hanghenion.* *Bydd unigolion a theuluoedd yn cael cymorth addas yn dilyn marwolaeth trwy hunanladdiad.* *Mae cyfradd hunanladdiad yn*

	Gwasanaethau Cymdeithasol) i wella mynediad at wybodaeth a chymorth, yn cynnwys lleoliadau addysgol, grwpiau galwedigaethol sy'n wynebu risg, ardaloedd gwledig a gofal sylfaenol. Byddwn hefyd yn amlygu meysydd o arfer da. (1.2iv) Llywodraeth Cymru (PIGC), yn gweithio gyda'r GCC i hybu gweithredu Strategaeth Hunanladdiad a Hunan-niwed Siarad â Fi 2 (wedi'i hymestyn hyd 2022) trwy fforymau/cynlluniau rhanbarthol a swyddi cydlynwyr cenedlaethol.	**Blwyddyn 2** • Fframwaith hyfforddi wedi'i ddatblygu Llwybr ôl-ymyriad yn ei le (1.2ii)	*gostwng ar gyfartaledd dros y cyfnod 10 mlynedd (2005-2015). Ffynhonnell: Y Swyddfa Ystadegau Gwladol (ONS)* *Cyfradd derbyniadau ysbyty gyda chyfeiriad at hunan-niwed yn ymwneud â phlant a phobl ifanc (10-24 oed) i bob 1,000 o boblogaeth. Ffynhonnell: Cronfa Ddata Cyfnodau Gofal Cleifion Cymru (PEDW).*
Cryfhau ffactorau amddiffynnol	(1.3i) Llywodraeth Cymru (PIGC) i roi cymorth i bobl â phroblemau iechyd meddwl i aros yn eu swyddi/dychwelyd i'w gwaith trwy gynlluniau Cymorth yn y Gwaith, Cymorth Tu Allan i Waith a'r Cynllun Peilot Lleoliad Unigol, wedi'u harwain gan iechyd a'u hariannu gan Gronfa Gymdeithasol Ewrop. (1.3ii) Llywodraeth Cymru (PIGC a Phwyllgor yr Economi, Sgiliau ac Adnoddau Naturiol) ac Iechyd Cyhoeddus Cymru i gefnogi ac annog cyflogwyr i hyrwyddo	**Blwyddyn 1 a 2:** • Gweithio gyda chyflogwyr i gynyddu niferoedd â rhaglenni penodol i amddiffyn a gwella iechyd meddwl a llesiant sy'n derbyn cyllid (1.3i a 1.3ii) **Blwyddyn 1:** • Cyhoeddi strategaeth Unigrwydd ac Arwahanrwydd, a fydd yn cynnwys meysydd blaenoriaeth y cytunwyd arnynt (1.3iii). • Argymhellion Grŵp Cynghori'r Gweinidog ar ddigartrefedd / ymgysylltu â meysydd cynllun Tai yn Gyntaf i sicrhau egwyddorion cymorth cofleidiol (1.3iv)	*Nifer cynyddol o unigolion â phroblemau iechyd meddwl yn mynd i allu cadw'u swyddi.* *Mwy o bobl â phroblemau iechyd meddwl yn gallu manteisio ar gyfleoedd cyflogaeth.* *Mwy o gyflogwyr yn darparu gweithleoedd sy'n amddiffyn a hyrwyddo iechyd a llesiant staff.* *Pobl sydd mewn perygl o fod yn ddigartref yn manteisio ar wasanaethau iechyd ac yn cadw eu*

	iechyd meddwl a llesiant yn y gweithle trwy Cymru Iach ar Waith a'r Contract Economaidd. (1.3iii)) Llywodraeth Cymru (PIGC) i fynd i'r afael ag unigrwydd ac arwahanrwydd trwy weithredu strategaeth trawslywodraethol, yn cynnwys cyfleoedd am weithgareddau 'diwrnod ystyrlon' yn y gymuned. (1.3iv) Llywodraeth Cymru (Polisi Tai a PIGC) i gefnogi cyflawni a gwerthuso cynlluniau peilot Tai yn Gyntaf i alluogi cymorth iechyd meddwl a chamddefnydd sylweddau wedi'i deilwra er mwyn i unigolion reoli tenantiaethau yn annibynnol. (1.3 v) Llywodraeth Cymru (Polisi Tai a PIGC) i ddatblygu protocolau gweithio ar y cyd enghreifftiol ar gyfer ymgysylltu gwasanaethau iechyd meddwl a chamddefnyddio sylweddau gyda phobl sy'n cysgu allan. (1.3 vi) Llywodraeth Cymru (Dyfodol Ffyniannus), trwy ei gwasanaethau cynhwysiant a chynghori ariannol a gweithio gyda rhanddeiliaid allweddol (er	• Bwrw ymlaen ag argymhellion a chanfyddiadau Cam 1 y prosiect Meithrin Cydnerthedd mewn Cymunedau Ffermio Gwledig (1.3vii) **Blwyddyn 2** • Protocolau gweithio ar y cyd i gael eu datblygu ar gyfer ymgysylltu gwasanaethau iechyd meddwl a chamddefnydd sylweddau gyda'r rhai sy'n cysgu allan (1.3v) • Un Gronfa Gynghori benodol i gychwyn yn 2020, gyda chysylltiadau â gwasanaethau iechyd.	*hannibyniaeth.* *Gostyngiad yn nifer/yng nghanran y bobl sy'n teimlo'n unig. Ffynhonnell: Arolwg Cenedlaethol Cymru.* *Cyfrif Cenedlaethol o Gysgu Allan. Ffynhonnell: Llywodraeth Cymru.* *Mwy o bobl â phroblemau iechyd meddwl yn cael gafael ar gyngor ariannol a chyngor ar ddyled/llai o bobl yn dioddef salwch meddwl oherwydd problemau ariannol. Ffynhonnell:*

	enghraifft y Gwasanaeth Arian a Phensiynau) i helpu pobl i gael gafael ar gyngor ar ddyled ac arian i gefnogi gwell iechyd meddwl. (1.3vii) Llywodraeth Cymru i ystyried effaith Brexit ar iechyd meddwl a sicrhau bod cymorth ar gael, yn enwedig i gymunedau sy'n wynebu risg.		
Mynd i'r afael â stigma	(1.4i) Llywodraeth Cymru (PIGC ac Economi a Thrafnidiaeth) i barhau i weithio gyda phartneriaid cyflawni trydydd sector ar Gam 3 ymgyrch Amser i Newid Cymru, gyda ffocws ar gefnogi cyflogwyr a dynion canol oed. (1.4ii) Gweithgor Stigma a Gwahaniaethu'r Bwrdd Partneriaeth Iechyd Meddwl Cenedlaethol, gyda chefnogaeth y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol, i gynghori'r Bwrdd Partneriaeth Cenedlaethol ynghylch y rhaglen waith arfaethedig a Llywodraeth Cymru a'r Bwrdd Partneriaeth Cenedlaethol i ystyried camau gweithredu addas.	**Blwyddyn 1 a 2** • Monitro nifer y cyflogwyr sydd wedi llofnodi addewid Amser i Newid Cymru a chyflwyno newidiadau perthnasol i bolisi ac arfer Adnoddau Dynol (1.4i) • Monitro nifer yr hyrwyddwyr (oedolion) sydd wedi'u recriwtio ac yn hyfforddi, gyda ffocws ar ddynion, ar rai mewn ardaloedd gwledig ac yn siarad Cymraeg (1.4ii) **Blwyddyn 1** • Adroddiad wedi'i gyflwyno i'r Bwrdd Partneriaeth Cenedlaethol ynghylch yr argymhellion arfaethedig (1.4ii) **Blwyddyn 2** • Llywodraeth Cymru a'r Bwrdd Partneriaeth Cenedlaethol i ymateb i argymhellion y gweithgor a chytuno ar gamau gweithredu (1.4ii)	*Canran y gostyngiad mewn pobl â phrofiad byw yn adrodd am stigma a gwahaniaethu yn eu perthnasoedd, eu gweithleoedd a'u cymunedau.* *Canran y cyflogwyr sy'n cyflwyno newidiadau i bolisi ac ymarfer Adnoddau Dynol.* *Cynnydd yn niferoedd yr hyrwyddwyr (oedolion), y mae 50% ohonynt yn ddynion, 20% yn siarad Cymraeg yn rhugl ac 30% yn byw mewn ardaloedd gwledig.* *Ffynhonnell: Amser i Newid Cymru*

Blaenoriaeth 2: Gwella mynediad at gymorth ar gyfer llesiant iechyd emosiynol a meddyliol plant a phobl ifanc

Bydd y camau hyn yn fy helpu i ddatblygu fy ngallu i ymdopi'n well â heriau bob dydd. Byddant hefyd yn helpu athrawon ac eraill i adnabod pan fydd angen mwy o gymorth arnaf a sut i gael gafael arno. Os oes angen i mi gael gwasanaethau arbenigol, bydd y camau hyn yn sicrhau y gallaf gael yr help sydd ei angen arnaf, pan fydd ei angen arnaf.

Thema allweddol	**Beth sydd angen ei wneud**	**Cerrig milltir allweddol**	**Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? *[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]***
Gwella mynediad at gymorth iechyd meddwl mewn ysgolion fel rhan o welliannau system gyfan	(2.1i) Llywodraeth Cymru (Addysg a PICW) i ddatblygu a gweithredu ymagwedd ysgol gyfan amlasiantaethol tuag at iechyd meddwl a lles emosiynol. (2.1ii) Llywodraeth Cymru (Addysg) ac Iechyd Cyhoeddus Cymru i ddarparu cyfarwyddyd a chymorth i ysgolion i sefydlu ymagwedd ysgol gyfan tuag at iechyd meddwl a lles emosiynol. (2.1iii) Llywodraeth Cymru (Addysg) i gyflwyno dysgu proffesiynol ar gyfer pob lefel o staff ysgolion ynghylch iechyd meddwl a lles emosiynol. (2.1iv) Llywodraeth Cymru i weithio gyda'r GIG ac Iechyd Cyhoeddus Cymru i weithredu dysgu allweddol o raglenni	**Blwyddyn 1:** • Datblygu llwybrau safonol ar gyfer gweithio ar y cyd ar draws asiantaethau gyda rolau a chyfrifoldebau clir (2.1i) • Cyhoeddi cyfarwyddyd ar atal hunanladdiad a hunan-niwed, gydag ystod o adnoddau cysylltiedig (2.1i) • Gweithio gyda rhanddeiliaid i benderfynu ar arfer da cyfredol a meysydd lle gellir gwella (2.1ii) • Datblygu ac ymgynghori ynghylch cyfarwyddyd sy'n alinio gyda fframwaith hunanwerthuso Estyn (2.1ii) • Cynnal ymarferiad cwmpasu i sefydlu beth sy'n cael ei ddysgu ar hyn o bryd a pha fylchau sydd angen eu llenwi (2.1iii) • Gweithio gyda Sefydliadau Addysg Uwch i ddatblygu pecynnau hyfforddi pwrpasol yn	*Mae ysgolion yn deall y ffactorau sy'n cyfrannu at les emosiynol cadarnhaol ymhlith myfyrwyr a staff, yn gallu nodi a lliniaru'r rhwystrau, gan roi strategaethau effeithiol ar waith* *Bydd gan athrawon hyder i ddarparu cymorth cynnar ac i nodi plant sydd angen cymorth mwy arbenigol yn gynt.* *Mae gan rieni a phlant eglurder ynglŷn â'r llwybrau cymorth.* *Lles meddyliol gwell ymysg Plant a Phobl Ifanc. Ffynhonnell: Understanding Society.* *Bwlch mewn lles meddyliol rhwng y plant a phobl ifanc mwyaf a lleiaf amddifadus. Ffynhonnell: Arolwg*

Thema allweddol	Beth sydd angen ei wneud	Cerrig milltir allweddol	Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? *[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]*
	peilot Mewngymorth Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed.	targedu gwahanol rolau staff ysgol (2.1iii) • Dechrau gwerthuso cychwynnol a dysgu cynnar o gynlluniau peilot mewngymorth (2.1iv) **Blwyddyn 2:** • Gweithredu llwybrau safonol ar draws Cymru (2.1i) • Cefnogi Iechyd Cyhoeddus Cymru i adnewyddu Cynllun Ysgolion Iach Rhwydwaith Cymru a gweithredu newidiadau (2.1i) • Cyhoeddi cyfarwyddyd ar sefydlu ymagwedd ysgol gyfan (2.1ii) • Gweithio gydag ysgolion i weithredu cyfarwyddyd a dechrau proses hunanwerthuso (2.1ii) • Parhau i ddatblygu pecynnau hyfforddi a'u rhoi ar waith i staff ysgol (2.1iii) • Gweithio gyda'r Academi Genedlaethol ar gyfer Arweinyddiaeth Addysgol i dderbyn achrediad ar gyfer hyfforddiant arweinwyr (2.1iii) • Cyflwyno hyfforddiant iechyd meddwl a llesiant i Hyfforddiant Cychwynnol Athrawon (2.1iii)	*Cenedlaethol Cymru* *Niferoedd y bobl ifanc sy'n defnyddio gwasanaethau cwnsela yn yr ysgol. Ffynhonnell: Llywodraeth Cymru.* *Gostyngiad yng nghanran y plant mewn angen gyda phroblemau iechyd meddwl. Ffynhonnell: y Cyfrifiad.*

Thema allweddol	Beth sydd angen ei wneud	Cerrig milltir allweddol	Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? *[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]*
		• Derbyn gwerthusiad ffurfiol o fewngymorth (2.1iv) • Uwchraddio'r cynlluniau peilot mewngymorth/gweithredu elfennau allweddol yn genedlaethol (2.1iv)	
Gwella mynediad at gymorth yn y gymuned i blant a phobl ifanc fel rhan o welliannau system gyfan	(2.2i) Llywodraeth Cymru i ddarparu cyllid i Fyrddau Partneriaeth Rhanbarthol i gefnogi datblygiad dulliau gweithredu lleol er mwyn gwella mynediad at wasanaethau cymunedol. (2.2ii) Llywodraeth Cymru (Addysg) yn gweithio gydag awdurdodau lleol i wreiddio iechyd meddwl a llesiant yn y Grant Cymorth Ieuenctid er mwyn gwella cymorth. (2.2iii) Byrddau iechyd i weithio gydag awdurdodau lleol i wneud Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed yn fwy hygyrch ar gyfer y plant a'r bobl ifanc hynny sydd ar gyrion gofal, wedi'u hasesu i fod ag angen ond na fyddai fel arfer yn ceisio	**Blwyddyn 1:** • Rhoi cyllid i Fyrddau Partneriaeth Rhanbarthol i wella mynediad at wasanaethau cymunedol (2.2i). • Cefnogi derbynwyr y Grant Cymorth Ieuenctid er mwyn cyflawni cymorth haen is (2.2ii) • Hyrwyddo arfer gorau a datblygu gwasanaethau i ddarparu cymorth ac ymyriadau wedi'u targedu at y rhai sy'n y perygl mwyaf o ddatblygu problemau emosiynol ac iechyd meddwl neu ddangos arwyddion cynnar o anhwylderau meddyliol (2.2iii) • Ystyried canfyddiadau'r cynllun peilot i ddatblygu cynllun gweithredu ar gyfer darparu cymorth ar-lein i blant a phobl ifanc (2.2iv) **Blwyddyn 2:** • Monitro ac adolygu cyllid i	*Mwy o blant a phobl ifanc yn gallu cael gafael ar gymorth anghlinigol yn gynharach* *Mwy o blant a phobl ifanc ar gyrion gofal yn gallu cael gafael ar gymorth addas.* *Plant a phobl ifanc nad ydynt yn gymwys ar gyfer Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed yn gallu cael gafael ar gymorth therapiwtig neu "lefel is" gan leihau'r niferoedd yn y 'canol coll'.* *Canran atgyfeirio Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed ar gyfer apwyntiad cyntaf (targed 80%). Ffynhonnell: Llywodraeth Cymru* *Gwelliant yn lles meddyliol Plant a*

Thema allweddol	Beth sydd angen ei wneud	Cerrig milltir allweddol	Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? ***[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]***
	gofal eilaidd trwy'r llwybrau arferol. Bydd hyn yn cael ei lywio gan ffrwd Ymyriad Cynnar a Gwaith Cydnerthedd y Rhaglen Wella Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc, sydd wedi canolbwyntio ar blant a phobl ifanc ar gyrion gofal. (2.2iv) Llywodraeth Cymru (PICW) i archwilio datblygiad cynlluniau peilot o safbwynt cymorth ar-lein ar gyfer plant a phobl ifanc.	Fyrddau Partneriaeth Rhanbarthol ar gyfer cynlluniau peilot i wella mynediad at wasanaethau haen is, anghlinigol cymunedol (2.1i) • Gweithio gyda gweinyddwyr y Grant Cymorth Ieuenctid i ddatblygu syniadau a rhannu arfer da gyda derbynwyr y grant i fod o gymorth pellach i blant a phobl ifanc (2.2ii)	*Phobl Ifanc. Ffynhonnell: Undertanding Society.* *Bwlch mewn lles meddyliol rhwng y plant a phobl ifanc mwyaf a lleiaf amddifadus. Ffynhonnell: Arolwg Cenedlaethol Cymru* *Niferoedd y bobl ifanc sy'n defnyddio gwasanaethau cwnsela yn yr ysgol.* *Ffynhonnell: Llywodraeth Cymru.* *Gostyngiad yng nghanran y plant mewn angen gyda phroblemau iechyd meddwl. Ffynhonnell: y Cyfrifiad.*
Gwella gwasanaethau iechyd meddwl plant a phobl ifanc fel rhan o ddull gweithredu system gyfan	(2.3i) Llywodraeth Cymru (PICW) i fuddsoddi i gefnogi cynlluniau gwella gan fyrddau iechyd i weithredu argymhellion o adolygiad diweddar Uned Gyflawni'r GIG o'r Gwasanaeth Cymorth Iechyd Meddwl Sylfaenol Lleol. (2.3ii) Cydweithrediaeth y GIG i adolygu fframwaith Comisiynu'r GIG a modelu galw a chapasiti i	**Blwyddyn 1:** • Monitro gweithredu cynlluniau gwella byrddau iechyd yn dilyn yr adolygiad o Wasanaeth Cymorth Iechyd Meddwl Sylfaenol Lleol (2.3i) • Adolygu fframwaith Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed ar gyfer gwasanaethau cleifion preswyl (2.3ii)	*Canran yr asesiadau iechyd meddwl a gynhaliwyd gan Wasanaeth Cymorth Iechyd Meddwl Sylfaenol Lleol o fewn (hyd at, ac yn cynnwys) 28 diwrnod o ddyddiad derbyn yr atgyfeiriad (targed 80%). Ffynhonnell: Llywodraeth Cymru.* *Canran yr ymyriadau therapiwtig a gychwynnwyd o fewn (hyd at, ac yn*

Thema allweddol	**Beth sydd angen ei wneud**	**Cerrig milltir allweddol**	**Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? *[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]***
	sicrhau bod gwasanaethau cleifion preswyl arbenigol yn ateb anghenion plant a phobl ifanc.	**Blwyddyn 2:** • Hybu a mesur gwelliannau a ddaeth yn sgil adolygiad Uned Gyflawni'r GIG o'r Gwasanaeth Cymorth Iechyd Meddwl Sylfaenol Lleol (2.3i) • Gweithredu canfyddiadau adolygiad fframwaith Comisiynu'r GIG	*cynnwys) 28 diwrnod yn dilyn asesiad gan Wasanaeth Cymorth Iechyd Meddwl Sylfaenol Lleol (targed 80%).* *Ffynhonnell: Llywodraeth Cymru.* *Plant yn cael cymorth addas yn gynt.* *Llai o blant yn cael eu lleoli y tu allan i Gymru*.

Blaenoriaeth 3: Gwelliannau pellach i ddarpariaeth argyfwng a thu allan i oriau i blant ac oedolion

Bydd y camau hyn yn fy helpu i gael gafael ar gymorth pan fyddaf mewn trallod. Bydd staff rheng flaen y gallaf ddod i gysylltiad â nhw yn gwybod sut i fy nghefnogi a bydd ganddynt fynediad at wasanaethau, ar unrhyw adeg.

Thema allweddol	Beth sydd angen ei wneud	Cerrig milltir allweddol	Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? *[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]*
Cryfhau gweithio mewn partneriaeth	(3.1i) Y Concordat Gofal Mewn Argyfwng Iechyd Meddwl a Grwpiau Iechyd Meddwl a Chyfiawnder Troseddol Rhanbarthol i weithredu Cynllun Cyflawni'r Concordat Argyfwng Cenedlaethol ar draws Fyrddau Iechyd Lleol, Heddluoedd, Awdurdodau Lleol, Ymddiriedolaeth Gwasanaethau Ambiwlans Cymry a'r trydydd sector. (3.1ii) Llywodraeth Cymru i gomisiynu'r Uned Genedlaethol ar Gomisiynu Cydweithredol i gwblhau adolygiad mynediad a throsglwyddiad brys a chyflwyno argymhellion ar gyfer gwelliannau.	**Blwyddyn 1** • Yr holl bartneriaid wedi arwyddo a chytuno ar gynlluniau gweithredu lleol gydag adroddiadau ffurfiol i'r grŵp Concordat (3.1i) • Comisiynu a chwblhau adolygiad mynediad brys (3.1ii) **Blwyddyn 2** • Gweithredu argymhellion o'r adolygiad mynediad brys (3.1ii)	*Mwy o bobl wedi eu cyfeirio o gael eu cadw dan adran 135/136 i gymorth cymunedol.* *Llai o bobl wedi'u cadw dan amodau 135/136 yn cael eu rhyddhau o ysbyty gyda dim anhwylderau meddwl. Ffynhonnell: Llywodraeth Cymru* *Byddwn yn deall sut mae pobl yn cael gafael ar gymorth argyfwng/y tu allan i oriau; sut maent yn cael eu trosglwyddo rhwng gwasanaethau; a pham maent yn ceisio gwasanaethau Iechyd Meddwl (e.e. meddw; problemau cymdeithasol/trallod/iechyd meddwl.*
Gwella gwasanaethau	(3.2i) Buddsoddiad gan Lywodraeth Cymru (PICW) i gynorthwyo byrddau iechyd i estyn a safoni cyflenwi	**Blwyddyn 1** • Darparu cyllid ychwanegol i fyrddau iechyd a chytuno ar gynlluniau gwella ar gyfer	*Mae mynediad at ofal iechyd meddwl mewn argyfwng yn gyson ledled Cymru ac ar gael 24/7.*

Thema allweddol	Beth sydd angen ei wneud	Cerrig milltir allweddol	Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? ***[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]***
	gwasanaethau argyfwng a'r tu allan i oriau er mwyn cynnig mynediad 24/7, i bob oedran, yn cynnwys cyflawni meysydd blaenoriaeth Cynllun Cyflawni'r Concordat Argyfwng Cenedlaethol. (3.2ii) Llywodraeth Cymru (PICW) i gefnogi amrywiaeth o gynlluniau peilot, yn cynnwys brysbennu stryd, modelau hyb ac ati, i lywio arfer yn seiliedig ar dystiolaeth, a'r Concordat Gofal Mewn Argyfwng Iechyd Meddwl i nodi'r arfer da a'r modelau ar gyfer eu cyflwyno'n genedlaethol. (3.2iii) Llywodraeth Cymru (PICW), byrddau iechyd, awdurdodau lleol, a'r heddlu i wella casglu data yn set ddata adrannau 135/136 a gwella tryloywder y data hwn.	gwasanaethau argyfwng a'r tu allan i oriau (3.2i) • Cytuno ar, a chefnogi, prosiectau peilot (3.2ii) • Dechrau cyhoeddi set ddata adran 135/136 newydd (3.2iii) **Blwyddyn 2** • Cytuno ar gamau cenedlaethol i wella'r system argyfwng yn seiliedig ar adolygu mynediad a gwerthuso prosiectau peilot (3.2ii) • Darparu'r adroddiad blynyddol cyntaf ar y set ddata newydd ac adroddiadau sicrwydd gan Fyrddau Partneriaeth Rhanbarthol (3.2iii)	*Byddwn yn deall beth sy'n gweithio er mwyn gwella'r canlyniadau i unigolion sy'n ceisio cymorth y gwasanaethau mewn argyfwng.* *Mwy o bobl wedi eu cyfeirio o gael eu cadw dan adran 135/136 i gymorth cymunedol.* *Llai o bobl wedi'u cadw dan adran 135/136 yn cael eu rhyddhau o ysbyty gyda dim anhwylderau meddwl. Ffynhonnell: StatsCymru*

Blaenoriaeth 4: Gwella mynediad, ansawdd ac ystod therapïau seicolegol i bob oedran

Bydd y camau gweithredu hyn yn sicrhau y gallaf gael gafael ar y therapïau seicolegol mwyaf priodol a seiliedig ar dystiolaeth i'm cefnogi, a hynny mewn modd amserol. Byddaf hefyd yn rhan o'r broses o wneud penderfyniadau ynghylch fy ngofal

Thema allweddol	Beth sydd angen ei wneud	Cerrig milltir allweddol	Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? *[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]*
Gwella gwasanaethau	(4.1i) Buddsoddiad gan Lywodraeth Cymru (PICW) i gynorthwyo byrddau iechyd i wella mynediad trwy fodloni targedau therapïau seicolegol arbenigol cyfredol yn gyson, a chynyddu'r ystod o therapïau seicolegol sydd ar gael. (4.1ii) Llywodraeth Cymru (PICW) i gomisiynu adolygiad o Matrics Cymru i Oedolion a datblygu fersiwn Plant a Phobl Ifanc o Matrics Cymru. (4.1iii) Llywodraeth Cymru (PICW) i weithio gyda Technoleg Iechyd Cymru i gynyddu'r defnydd o ymyriadau ar-lein lle bo hynny'n addas, ar gyfer oedolion a phlant a phobl ifanc.	**Blwyddyn 1** • Safon amser aros am therapïau seicolegol arbenigol 26 wythnos i'w gyhoeddi ar StatsCymru a'i fonitro (4.1i) • Ymyriadau ar-lein i fod ar gael yn ehangach (4.1iii) • Byrddau Iechyd i ddechrau gweithredu Menter Straen Trawmatig (4.1iv) **Blwyddyn 2** • Monitro cynnydd yn barhaus yn erbyn safon amser aros 26 wythnos, gyda'r bwriad o'i gyfyngu ymhellach (4.1i) • Matrics Plant a Phobl Ifanc i'w gyhoeddi a'i roi ar waith (4.1ii)	*Canran y cleifion sy'n aros llai na 26 wythnos i gychwyn therapi seicolegol Iechyd Meddwl Arbenigol Oedolion. Ffynhonnell: Llywodraeth Cymru* *Cynlluniau peilot arfer yn seiliedig ar ganlyniadau i wella'r defnydd o wybodaeth profiadau mewn byrddau iechyd. Bydd hyfforddiant a chefnogaeth i staff yn gwella*

Thema allweddol	**Beth sydd angen ei wneud**	**Cerrig milltir allweddol**	**Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni’n gwybod?** ***[mae’r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi’r ddogfen derfynol]***
	4.1(iv) Llywodraeth Cymru (PICW) i gomisiynu datblygiad Menter Gwella Ansawdd Straen Trawmatig Cymru Gyfan, yn seiliedig ar dystiolaeth ar gyfer oedolion, gan ystyried grwpiau poblogaeth penodol eraill, yn cynnwys: iechyd meddwl amenedigol; ffoaduriaid, ceiswyr lloches a grwpiau agored i niwed eraill; dioddefwyr ymosodiadau rhywiol a phobl sy’n trosglwyddo o wasanaethau iechyd meddwl plant a’r glasoed.		

Blaenoriaeth 5: Gwella ansawdd a mynediad at wasanaethau iechyd meddwl amenedigol

Bydd y camau hyn yn sicrhau, os byddaf yn cael trafferth gyda fy iechyd meddwl yn ystod fy meichiogrwydd neu ar ôl hynny, y byddaf yn gallu cael gafael ar gymorth priodol. Os oes angen cymorth mwy arbenigol arnaf, byddaf yn gallu cael mynediad at hyn yn nes at fy nghartref a gyda fy mabi.

Thema allweddol	**Beth sydd angen ei wneud**	**Cerrig milltir allweddol**	**Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? *[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]***
Gwella ansawdd a mynediad at wasanaethau	(5.1i) Pwyllgor Gwasanaethau Iechyd Arbenigol Cymru a'r bwrdd iechyd arweiniol i sefydlu uned amenedigol breswyl arbenigol yng Nghymru ar gyfer mamau a babanod preswyl (5.1ii) Cydweithrediaeth y GIG i sefydlu rhwydwaith iechyd meddwl amenedigol i gynorthwyo byrddau iechyd i geisio gwelliannau pellach i wasanaethau, yn cynnwys casglu data rheoli perfformiad craidd	**Blwyddyn 1** • Cychwyn prosiect adeiladu i sefydlu uned mamau a babanod (5.1i) • Sefydlu Rhwydwaith Iechyd Meddwl Amenedigol (5.1ii) • Cyflawni safonau Grwpiau Llywio Iechyd Meddwl Amenedigol Cymru Gyfan, yn cynnwys casglu data perthnasol (5.1ii) **Blwyddyn 2/3** • Sefydlu uned mamau a babanod (5.1i) • Cyrraedd safonau ansawdd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion (5.1ii)	*Gwella ansawdd ac argaeledd gwasanaethau iechyd meddwl amenedigol cymunedol, a chefnogi gwell canlyniadau ar gyfer mamau a'u teuluoedd.* *Darparu uned amenedigol breswyl ar gyfer mamau a babanod yng Nghymru, gan leihau nifer y lleoliadau tu allan i Gymru.* *Byrddau iechyd i adrodd ar gyflawniad safonau Grwpiau Llywio Iechyd Meddwl Amenedigol Cymru Gyfan*. *Byrddau iechyd i adrodd ar gyflawniad safonau ansawdd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion.*

Blaenoriaeth 6: Gwella ansawdd a datblygu gwasanaethau sy'n canolbwyntio ar adferiad

Bydd y camau hyn yn fy sicrhau bod y gwasanaethau sydd angen i mi eu defnyddio yn gwella'n barhaus ac yn ymateb i'm hanghenion unigol.

Thema allweddol	**Beth sydd angen ei wneud**	**Cerrig milltir allweddol**	**Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? *[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]***
Gwella ansawdd gofal a chynllunio triniaeth	(6.1i) Byrddau Iechyd i gynnal archwiliad blynyddol o Gynlluniau Gofal a Thriniaeth, yn canolbwyntio ar bwysigrwydd ymgorffori dull adferiad i ddatblygiad gwasanaethau, a sicrhau bod argymhellion Uned Gyflawni'r GIG ar gynllunio gofal a thriniaeth yn cael eu gweithredu	**Blwyddyn I** • Bwrdd iechyd i gynnal archwiliad dilynol yn manylu ar gynnydd, yn cynnwys sicrhau mewnbwn priodol gan ddefnyddwyr gwasanaethau, ac adrodd ar ganfyddiadau/meysydd ble mae angen gwella **Blwyddyn 2** • Byrddau iechyd i ddangos gwelliannau parhaus	*Cynlluniau gofal a thriniaeth sy'n canolbwyntio ar leihau effaith problemau iechyd meddwl, ac ar yr un pryd yn cynyddu annibyniaeth, integreiddio cymunedol ac iechyd meddyliol a chorfforol i'r eithaf.* *Mesur adborth canlyniadau gan ddefnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr.*
Gwella ansawdd gofal i gleifion preswyl	(6.2i) Byrddau iechyd i gynnal archwiliad o'r ddarpariaeth ddiogel bresennol ar gyfer cleifion preswyl a datblygu strategaeth cleifion preswyl diogel ar gyfer iechyd meddwl.	**Blwyddyn 1** • Archwiliad o'r ddarpariaeth ddiogel bresennol ar gyfer cleifion preswyl **Blwyddyn 2** • Datblygu strategaeth cleifion preswyl diogel	*Bydd llwybr gofal clir a diogel ar lefel genedlaethol a lleol yn cael ei ddatblygu.*
Gwreiddio gwelliannau ansawdd	(6.3i) Cynllun 1000 o Fywydau Iechyd Cyhoeddus Cymru i gynnal ymarferiad gwella	**Blwyddyn 1** • Gweithio gyda thimau peilot i wreiddio model canlyniadau a	*Bydd timau'n defnyddio mesurau yn rheolaidd i gofnodi llesiant, nodau*

Thema allweddol	Beth sydd angen ei wneud	Cerrig milltir allweddol	Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? *[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]*
	ansawdd trwy gynlluniau peilot gyda 7 tîm ar draws gwasanaethau ym mhob rhanbarth i wreiddio model sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau ledled Cymru	chynnwys defnyddwyr gwasanaethau wrth ddatblygu egwyddorion i'w cyflwyno **Blwyddyn 2/3** • Cyflwyno model canlyniadau ledled Cymru gyda chefnogaeth cynllun 1000 o Fywydau Iechyd Cyhoeddus Cymru	*unigol a mesur profiad o wasanaeth* *Cofnodi'n rheolaidd brofiadau pobl â phrofiad byw a thystiolaeth o ddefnydd gwell o ganlyniadau mesur yn ymarferol*
Datblygiad pellach Timau Iechyd Meddwl Cymunedol	(6.4i) Byrddau iechyd i weithredu cynlluniau gwella ar sail adolygiad ar y cyd gan Arolygiaeth Iechyd Cymru/Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru o Dimau Iechyd Meddwl Cymunedol, ac adrodd ar gynnydd mewn perthynas â'r cynlluniau hyn (6.4ii) Llywodraeth Cymru (PICW) i weithio gyda phartneriaid i fynegi sut y carem i wasanaethau edrych, trwy osod set gyffredin o werthoedd, adolygu modelau a pharatoi canllawiau i Gymru	**Blwyddyn 1** • Bwrdd iechyd i gynnal archwiliad dilynol yn manylu ar gynnydd ac adrodd ar ganfyddiadau/meysydd ble mae angen gwella (6.4i) • Adolygu/mapio cyfluniadau gwasanaeth ac ymchwilio i fodelau gofal, gweithdai i ddiffinio swyddogaethau craidd mewn gofal sylfaenol/eilaidd (6.4ii) **Blwyddyn 2/3** • Creu canllawiau cyflenwi gwasanaethau iechyd meddwl, gan ddefnyddio dull systemau/taith (6.4ii)	*Bydd swyddogaethau ar gyfer gwasanaethau iechyd meddwl yn cael eu diffinio yng Nghymru, gan alluogi partneriaid i strwythuro gwasanaethau i ddarparu mwy o gymorth yn seiliedig ar anghenion.* *Bydd canllawiau clir ar lwybrau a phrosesau sy'n gwella mynediad at gymorth priodol ar gyfer pobl ag anghenion yn amrywio o hunangymorth ac aros yn iach hyd at salwch meddwl difrifol.*

Blaenoriaeth 7: Cefnogi grwpiau agored i niwed

Bydd y camau hyn yn cefnogi gwasanaethau i ymateb i'm hanghenion yn gynharach, gyda gwell integreiddio fel na fydd angen i mi

ailadrodd fy stori bob tro.

Thema allweddol	**Beth sydd angen ei wneud**	**Cerrig milltir allweddol**	**Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? *[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]***
Gwella cymorth ar gyfer Anhwylderau Bwyta	(7.1i) Llywodraeth Cymru (PICW) i weithio gyda defnyddwyr gwasanaethau, gofalwyr a byrddau iechyd i ddatblygu model gwasanaeth newydd mewn ymateb i'r adolygiad annibynnol diweddar.	**Blwyddyn 1/2** Datblygu a dechrau gweithredu cynlluniau gwella lleol	*Cynlluniau clir i gyflenwi cymorth ymyriad cynnar ledled Cymru.* *Wrth i'r rhaglen waith ddatblygu, bydd mesurau canlyniadau cleifion yn cael eu cynnwys fel rhan o'r strwythur.*
Gwella cymorth ar gyfer pobl â phroblemau iechyd meddwl a chamddefnydd sylweddau ar y cyd	(7.2i) Llywodraeth Cymru (PICW) i barhau i fonitro cyflenwi'r Fframwaith Gwasanaeth i Ddiwallu Anghenion Pobl sydd â Phroblemau Iechyd Meddwl a Phroblemau oherwydd Camddefnyddio Sylweddau sy'n Cyd-ddigwydd. (7.2ii) Cynnal dadansoddiad manwl gyda mewnbwn clinigwyr rheng flaen i edrych ar y rhwystrau sy'n weddill ac arfer da yn y meysydd hyn er mwyn hybu newid yn y modd y cyflenwir y gwasanaethau.	**Blwyddyn 1** • Dechrau dadansoddi llwybrau cyfredol ar gyfer unigolion gyda phroblemau sy'n cyd-ddigwydd, yn cynnwys edrych ar y rhwystrau sy'n atal rhywun rhag cael mynediad at wasanaethau ac ar arfer da mewn gwaith yn y maes hwn. (7.2i) • Cynnull gweithdy yn cynnwys clinigwyr, a chynrychiolwyr Bwrdd Cynllunio Ardal a Gweithwyr Iechyd Meddwl Proffesiynol Trwyddedig (LMHPs) (7.2ii) **Blwyddyn 1/2** • Gweithredu canfyddiadau'r	*Gwell cydweithio rhwng gwasanaethau camddefnyddio sylweddau a gwasanaethau iechyd meddwl a gwell cymorth i unigolion gyda phroblemau sy'n cyd-ddigwydd.* *Nifer y derbyniadau ysbyty yn sgil cyffuriau anghyfreithlon penodol a enwyd. Ffynhonnell: Gwasanaeth Gwybodeg GIG Cymru (PEDW).* *Nifer y derbyniadau ysbyty yn sgil afiechydon penodol yn ymwneud ag alcohol, nau ble cafodd alcohol ei grybwyll. Ffynhonnell:*

Thema allweddol	Beth sydd angen ei wneud	Cerrig milltir allweddol	Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? ***[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]***
		adolygiad yn ystod blwyddyn 1 (7.2ii)	*Gwasanaeth Gwybodeg GIG Cymru (PEDW).* *Nifer y derbyniadau ysbyty gyda chyflyrau yn cael eu priodoli i alcohol (diffiniad cyfyng ac eang). Ffynhonnell: Gwasanaeth Gwybodeg GIG Cymru (PEDW).*
Gwella cymorth i droseddwyr	(7.3i) Llywodraeth Cymru (PICW) i weithio gyda byrddau iechyd a Gwasanaeth Carchardai a Phrawf Ei Mawrhydi i ddatblygu gwasanaethau iechyd meddwl, lles meddyliol ac anabledd dysgu cyson i bob carchar sydd wedi'u teilwra i angen trwy gytuno ar safonau a dangosyddion ar gyfer gwasanaethau iechyd meddwl mewn carchardai. (7.3ii) Llywodraeth Cymru (PICW) i weithio gyda byrddau iechyd a Gwasanaeth Carchardai a Phrawf Ei Mawrhydi i ddatblygu dulliau i wella cymorth iechyd meddwl i	**Blwyddyn 1** • Cydsefydlu Bwrdd Iechyd Carchardai (7.3i) • Sefydlu ffrydiau gwaith i ategu'r pedair blaenoriaeth yn y cytundeb partneriaeth iechyd carchardai. Cyllido cynlluniau gwella iechyd carchardai. (7.3i a 7.3ii) **Blwyddyn 2** • Cwblhau a dechrau gweithredu safonau a dangosyddion iechyd meddwl (7.3i) • Adolygu cynnydd cynlluniau gwella (7.3ii)	*Gwell gwasanaethau iechyd meddwl, lles meddyliol ac anabledd dysgu mewn carchardai.*

Thema allweddol	Beth sydd angen ei wneud	Cerrig milltir allweddol	Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni’n gwybod? *[mae’r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi’r ddogfen derfynol]*
	droseddwyr ifanc a menywod sy’n troseddu.		

Camau trosfwaol: Meysydd allweddol sy'n ategu cyflawni dyheadau a chanlyniadau'r cynllun cyflawni, ond sy'n fwy hirdymor, ac yn parhau tu hwnt i oes y cynllun

Thema allweddol	**Beth sydd angen ei wneud**	**Cerrig milltir allweddol**	**Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? *[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]***
Mae'r camau hyn yn nodi sut byddwn yn gwella gallu a chysondeb casglu data a chanlyniadau yng Nghymru. Mae systemau TG cyffredin, gwell rhannu gwybodaeth rhwng iechyd, gofal cymdeithasol a'r trydydd sector, a gweithlu sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau i gyd yn nodau allweddol yn set ddata graidd iechyd meddwl ac anabledd dysgu. Rydym hefyd yn ymrwymo i wella tryloywder ac adrodd gwybodaeth i'r cyhoedd.			
Data a chanlyniadau:	(8.1i) Llywodraeth Cymru (PICW) a Gwasanaeth Gwybodeg GIG Cymru i weithredu set ddata graidd iechyd meddwl ac anabledd dysgu genedlaethol safonol i gwmpasu gwasanaethau iechyd meddwl i bobl o bob oedran ac i gynnwys data o Wasanaeth Gwybodeg Gofal Cymunedol Cymru unwaith y mae ar waith. (8.1ii) Llywodraeth Cymru (PICW) a Gwasanaeth Gwybodeg GIG Cymru i weithio gyda byrddau iechyd ac awdurdodau lleol i weithredu system o ffurflenni iechyd meddwl cyffredin ar draws meysydd iechyd a gwasanaethau cymdeithasol.	**Blwyddyn 1:** • Sicrhau'r set ddata trwy broses Bwrdd Safonau Gwybodaeth Cymru (8.1i) • Cychwyn cyhoeddi set ddata adrannau 135/136 newydd a tharged 26 wythnos i therapïau seicolegol (8.1i) • Ymgymryd â gwaith gwella ansawdd i gefnogi arfer yn seiliedig ar ganlyniadau gyda thimau peilot (8.1iii) **Blwyddyn 2:** • Cychwyn casglu data ar y set ddata graidd (8.1ii) • Cychwyn cyflwyno model yn seiliedig ar ganlyniadau ledled	*Bydd data iechyd meddwl yn gyson, yn gadarn ac wedi'i ganolbwyntio ar ganlyniadau* *Gwell rhannu data oddi mewn i fyrddau iechyd, a rhwng byrddau iechyd ac awdurdodau lleol* *Bydd lleisiau'r rhai sy'n ceisio cymorth yn cael eu defnyddio fel mater o drefn i lywio'r berthynas therapiwtig ac i gynllunio/gwerthuso gofal* *Model yn canolbwyntio ar ganlyniadau ar waith ar draws gwasanaethau iechyd meddwl* *Adrodd rheolaidd ynghylch data ar gyfer unigolion, ymarferwyr, rheolwyr, llywodraeth Cymru a'r cyhoedd* *Gwasanaeth Gwybodeg Gofal Cymunedol Cymru yn ei le ar draws pob sector erbyn*

Thema allweddol	Beth sydd angen ei wneud	Cerrig milltir allweddol	Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? *[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]*
	(8.1iii) Llywodraeth Cymru (PICW) a chynllun 1000 o Fywydau Iechyd Cyhoeddus Cymru i weithio gyda byrddau iechyd ac awdurdodau lleol i gefnogi arfer yn seiliedig ar ganlyniadau trwy waith gwella ansawdd gyda thimau a gweithio tuag at fodel mwy cyson i Gymru sy'n ymgorffori egwyddorion gofal tosturiol ochr yn ochr â monitro rheolaidd. (8.1iv) Bydd Llywodraeth Cymru yn cefnogi'r Uned Genedlaethol ar Gomisiynu Cydweithredol i gynnal prosiect meincnodi y DU a Rhyngwladol blynyddol y GIG, i sicrhau ein bod yn dysgu gan y goreuon yn y DU a thramor ac yn deall ffurf y gwasanaethau cyfredol.	Cymru (8.1iii) **Blwyddyn 3:** • Gwreiddio casglu set ddata graidd trwy Wasanaeth Gwybodeg Gofal Cymunedol Cymru a chyflenwi arfer yn seiliedig ar ganlyniadau ledled Cymru (8.1i-iii) **Blwyddyn 1 – 3** • Digwyddiad meincnodi GIG	*2022* *Gwell rhannu data ar draws y DU ac yn rhyngwladol.*
Yng nghyd-destun y galw cynyddol am wasanaethau a chynyddu buddsoddiad, mae'r camau gweithredu a nodir yn dangos sut byddwn yn sicrhau gweithlu cynaliadwy.			
Gweithlu	(8.2i) Llywodraeth Cymru (PICW) i weithio gydag Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru i sicrhau bod y gweithlu iechyd	**Blwyddyn 1:** • Datblygu strategaeth weithlu Addysg a Gwella Iechyd Cymru/Gofal	*Bydd anghenion y gweithlu iechyd meddwl yn glir a chynlluniau yn eu lle ar gyfer sicrhau gweithlu cynaliadwy.*

Thema allweddol	Beth sydd angen ei wneud	Cerrig milltir allweddol	Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? *[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]*
	meddwl yn cael eu blaenoriaethu yn y strategaeth weithlu 10 mlynedd. (8.2ii) Llywodraeth Cymru (PICW) i osod gofyniad ar fyrddau iechyd i ystyried cynllunio gweithlu mwy hirdymor mewn cynlluniau gwella er mwyn cael cyllid iechyd meddwl ychwanegol.	Cymdeithasol Cymru (8.2i) • Cymeradwyo cynlluniau gwella byrddau iechyd (8.2ii) **Blwyddyn 2:** • Cynlluniau gweithredu yn eu lle a gweithgareddau ar waith i gefnogi recriwtio gweithlu, cadw gweithwyr, cynllunio ar gyfer olyniaeth a llesiant (8.2i-ii)	*Rhagweld Strategaeth Weithlu Iechyd a Gofal Cymdeithasol a chynlluniau gweithredu erbyn 2020.*
Mae'r camau hyn yn nodi sut bydd yn cefnogi'r newidiadau sydd eu hangen i weithredu diwygiad cyfreithiol hysbys i'r Ddeddf Galluedd Meddyliol ac yn adlewyrchu'r angen i ddatblygu safbwynt strategol yn ystod 2019-20 o ba newidiadau i Fesur Iechyd Meddwl (Cymru) a'r Ddeddf Iechyd Meddwl sydd eu hangen i ni gyflawni a hybu ein bwriadau a'n canlyniadau, a rhai'r cynllun.			
Deddfwriaeth	(8.3i) Llywodraeth Cymru (PICW) i adolygu'r argymhellion Dyletswydd i Adolygu sy'n codi o werthuso cyflenwi Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) 2010. (8.3ii) Llywodraeth Cymru (PICW) i ystyried adolygiad annibynnol Llywodraeth y DU o Ddeddf Iechyd Meddwl 1983, ac i ymateb wedi hynny, cyn	**Blwyddyn 1/2:** • Newid rheoliadau yn unol ag argymhellion Adroddiad Terfynol Dyletswydd i Adolygu Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) 2010 gyda chanllawiau ategol ar weithredu polisi a hyfforddiant gweithlu (8.3i a 8.3iv)	*Bydd y mesurau diogelu cyfreithiol priodol ar waith ar gyfer pob person sydd â diffyg galluedd meddyliol ac y mae eu trefniadau gofal a thriniaeth yn gyfystyr â'u hamddifadu o'u rhyddid.*

Thema allweddol	Beth sydd angen ei wneud	Cerrig milltir allweddol	Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? ***[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]***
	penderfynu pa gamau sydd eu hangen yng Nghymru. (8.3iii) Llywodraeth Cymru (PICW) i baratoi a chefnogi gweithredu Deddf Galluedd Meddyliol (Diwygiad) 2019. (8.3iv) Llywodraeth Cymru i ystyried diwygio rheoliadau Rhan 1 y Mesur er mwyn hwyluso dull yn seiliedig ar gymhwysedd wrth sefydlu'r gweithlu i ymgymryd ag asesu Rhan 1.	• Gweithredu Mesur Galluedd Meddyliol (Diwygiad)/Trefniadau Diogelu rhag Colli Rhyddid gyda'r canllawiau a'r hyfforddiant angenrheidiol (8.3iii) • Sefydlu trefniadau monitro a chasglu data (8.3 i-iv) **Blwyddyn 1** • Sefydlu safbwynt strategol ar oblygiadau unrhyw newid i'r Ddeddf Iechyd Meddwl i Gymru (8.3ii) • Cod Ymarfer ar y Ddeddf Galluedd Meddyliol a'r Trefniadau Diogelu rhag Colli Rhyddid i adlewyrchu safbwynt Cymru yn fanwl gywir (8.3iii) • Paratoi deddfwriaeth eilaidd, canllawiau a chynllunio gweithlu i weithredu Deddf Galluedd Meddyliol	

Thema allweddol	Beth sydd angen ei wneud	Cerrig milltir allweddol	Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? ***[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]***
		(Diwygiad) 2019 (8.3iii)	
Mae'r camau gweithredu hyn yn nodi sut byddwn yn cysylltu â'r rhai sydd â phrofiad byw a'r sector gwirfoddol, trwy gysylltiadau gwell â rhwydweithiau lleol, rhanbarthol a chenedlaethol.			
Cryfhau ymgysylltu	(8.4i) Llywodraeth Cymru (PICW), trwy drefniadau contract gyda Practice Solutions, i gefnogi'r Fforwm Iechyd Meddwl a datblygiad canllawiau cenedlaethol i gynyddu ymgysylltu a chynhyrchu. (8.4ii) Llywodraeth Cymru (PICW) i adolygu trefniadau cyfredol ar gyfer ymgysylltiad y trydydd sector er mwyn sicrhau cynnydd yn nifer ac ehangder sefydliadau iechyd meddwl y trydydd sector.	**Blwyddyn 1** • Ymgyrch recriwtio fforwm ac astudio gwaith cyfarwyddo cenedlaethol, yn cynnwys cynllun cyfathrebu (8.4i) **Blwyddyn 2** • Cynhyrchu canllawiau ar gyfranogi (8.4ii)	*Bydd amrywiaeth ac aelodaeth y fforwm wedi cynyddu, gydag allgymorth ehangach.* *Bydd llais pobl â phrofiad byw yn gryfach yng Nghymru.* *Bydd llais y sector gwirfoddol yn gryfach yng Nghymru.* *Bydd mwy o gysondeb o safbwynt ymgysylltu a chynhyrchu ledled Cymru.*
Mae ymdrechion parhaus i gynyddu'r ddarpariaeth Gymraeg yn hanfodol er mwyn cyflawni'r weledigaeth a fynegir yn Mwy Na Geiriau. Mae'r gweithredoedd hyn yn cefnogi gwelliannau parhaus ond dylai pob cam gweithredu gael ei ystyried yng nghyd-destun yr iaith Gymraeg.			
Yr Iaith Gymraeg	(8.5i) Llywodraeth Cymru (PICW) i weithio gyda byrddau iechyd i ddatblygu eu cynhwysedd a'u galluedd i wella'r ddarpariaeth iaith Gymraeg yn eu gwasanaethau iechyd meddwl.	**Blwyddyn 1/2** Byrddau iechyd i adrodd ar sut maent yn datblygu cynhwysedd a galluedd i wella'r ddarpariaeth iaith Gymraeg yn eu gwasanaethau iechyd meddwl, yn cynnwys cyflawni'r 'Cynnig Gweithredol'	*Mwy o bobl yn gallu cael mynediad at wasanaethau iechyd meddwl a chefnogaeth trwy gyfrwng y Gymraeg.*

Thema allweddol	Beth sydd angen ei wneud	Cerrig milltir allweddol	Beth fydd yn wahanol/Sut byddwn ni'n gwybod? *[mae'r adran hon yn dal i gael ei datblygu a chaiff ei hadolygu cyn cyhoeddi'r ddogfen derfynol]*
	(8.5ii) Byrddau iechyd i gyflawni'r Cynnig Gweithredol – un o egwyddorion allweddol Mwy Na Geiriau[1].		

Atodiad 1

Maes Blaenoriaeth	Dolen i nodau pedwarplyg 'Cymru Iachach'
Blaenoriaeth 1: Atal iechyd meddwl gwael a chynnal lles meddyliol	Nod Pedwarplyg 1: Gwella iechyd a llesiant y boblogaeth Nod Pedwarplyg 2: Gwella ansawdd a hygyrchedd gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol Nod Pedwarplyg 3: Iechyd a gofal cymdeithasol o werth uwch
Blaenoriaeth 2: Gwella mynediad at gymorth ar gyfer llesiant iechyd emosiynol a meddyliol plant a phobl ifanc	Nod Pedwarplyg 1: Gwella iechyd a llesiant y boblogaeth Nod Pedwarplyg 2: Gwella ansawdd a hygyrchedd gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol
Blaenoriaeth 3: Gwelliannau pellach i ddarpariaeth argyfwng a thu allan i oriau plant ac oedolion	Nod Pedwarplyg 2: Gwella ansawdd a hygyrchedd gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol Nod Pedwarplyg 3: Iechyd a gofal cymdeithasol o werth uwch
Blaenoriaeth 4: Gwella mynediad, ansawdd ac ystod therapïau seicolegol i bob oedran	Nod Pedwarplyg 2: Gwella ansawdd a hygyrchedd gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol Nod Pedwarplyg 3: Iechyd a gofal cymdeithasol o werth uwch Nod Pedwarplyg 4: Gweithlu iechyd a gofal cymdeithasol brwd a chynaliadwy

[1] Mwy Na Geiriau yw fframwaith strategol Llywodraeth Cymru i gryfhau gwasanaethau iaith Gymraeg ym maes iechyd a gofal cymdeithasol. Gall pobl deimlo'n agored i niwed wrth geisio gofal iechyd a gofal cymdeithasol ac heb fod â hyder i ofyn am wasanaethau yn Gymraeg. Mae'r cynnig gweithredol felly'n golygu cynnig dewis iaith Gymraeg heb i gleifion orfod holi amdano

Blaenoriaeth 5: Gwella ansawdd a mynediad at wasanaethau iechyd meddwl amenedigol	Nod Pedwarplyg 2: Gwella ansawdd a hygyrchedd gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol Nod Pedwarplyg 3: Iechyd a gofal cymdeithasol o werth uwch
Blaenoriaeth 6: Gwella ansawdd a datblygu gwasanaethau sy'n canolbwyntio ar adferiad	Nod Pedwarplyg 1: Gwella iechyd a llesiant y boblogaeth Nod Pedwarplyg 3: Iechyd a gofal cymdeithasol o werth uwch
Blaenoriaeth 7: Cefnogi grwpiau agored i niwed	Nod Pedwarplyg 2: Gwella ansawdd a hygyrchedd gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol Nod Pedwarplyg 3: Iechyd a gofal cymdeithasol o werth uwch
Camau trosfwaol: Meysydd allweddol sy'n ategu cyflawni dyheadau a chanlyniadau'r cynllun cyflawni, ond sy'n fwy hirdymor, yn parhau tu hwnt i oes y cynllun	Nod Pedwarplyg 1: Gwella iechyd a llesiant y boblogaeth Nod Pedwarplyg 2: Gwella ansawdd a hygyrchedd gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol Nod Pedwarplyg 3: Iechyd a gofal cymdeithasol o werth uwch Nod Pedwarplyg 4: Gweithlu iechyd a gofal cymdeithasol brwd a chynaliadwy.