Adroddiad Blynyddol Grŵp Trawsbleidiol
2022 – 2023 (Cyfarfod Cyffredinol Blynyddol Hydref 2022)

Grŵp Trawsbleidiol ar Iechyd Meddwl

1. Aelodaeth y grŵp a deiliaid swyddi

Ken Skates AS
Jack Sargeant AS
Laura Anne Jones AS
Llyr Gruffydd AS
Jane Dodds AS

Ysgrifennydd:

Simon Jones (Pennaeth Polisi ac Ymgyrchoedd, Mind Cymru)
Nia Sinclair (Cynorthwyydd Gweithredol i'r Cyfarwyddwr, Mind Cymru)

2. Cyfarfodydd blaenorol y grŵp

Cyfarfod 1 – Costau Byw

Dyddiad: (22 Hydref 2022 – Cyfarfod Cyffredinol Blynyddol)

Yn bresennol: (Cyfanswm o 26)

Ken Skates AS	Cadeirydd ac AS De Clwyd
Tom Giffard AS	AS Gorllewin De Cymru
Conor D'Arcy	Sefydliad Polisi Arian ac Iechyd Meddwl
Simon Jones	Mind Cymru (ysgrifennydd)
Sue O'Leary	Mind Cymru
George Watkins	Mind Cymru
Richard Jones	Mental Health Matters
James Radcliffe	Platfform
Sarah Hatherley	Tîm Ymchwil y Senedd
Chris Dunn	Diverse Cymru
Liz Williams	RNIB
Karan Chhabra	Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain (BACP)
Madelaine Phillips	Conffederasiwn GIG Cymru
Ross Walmsley	NSPCC Cymru
Naomi Stocks	Clerc y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg
Ellie Harwood	Grŵp Gweithredu ar Dlodi Plant (CPAG)

Valerie Billingham	Swyddfa'r Comisiynydd Pobl Hŷn
Linsey Imms	TUC Cymru
Rachel Lewis	Iechyd Cyhoeddus Cymru
Angie Darlington	Gweithredu dros Iechyd Meddwl Gorllewin Cymru
Laura Morgan	Adferiad
Euan Hails	Adferiad
Rhys Hughes	Swyddfa Rhun ap Iorwerth AS
Kate Liddell	Cyngor Meddygol Cyffredinol (GMC)
Jess Williams	Chwaraeon Cymru
Nia Evans	Mind Cymru

Crynodeb o'r materion a drafodwyd:

Cyfarfod Cyffredinol Blynyddol – Etholwyd Ken Skates AS yn Gadeirydd y grŵp yn dilyn enwebiad gan Simon Jones (Mind Cymru), ac eiliwyd yr enwebiad gan Tom Giffard AS. Enwebwyd Mind Cymru gan Ken Skates AS i weithredu yn rôl ysgrifenyddiaeth y Grŵp. Eiliwyd hyn gan Tom Giffard. Penodwyd Mind Cymru i ymgymryd â'r rôl ysgrifenyddiaeth.

Fe wnaeth **Conor Darcy, Pennaeth Ymchwil a Pholisi, Sefydliad Polisi Arian ac Iechyd Meddwl** roi cyflwyniad yn amlygu sut y mae iechyd meddwl gwael a chaledi ariannol yn gylch dieflig. Nododd fod gan Gymru fwlch o 40% mewn cyflogaeth rhwng y rhai sy'n nodi bod ganddynt broblem iechyd meddwl a'r rhai sydd heb broblem. Hefyd, mae gan 28% o bobl economaidd anweithgar yng Nghymru broblem iechyd meddwl. Mae hyn yn gwneud y risg i Gymru yn arbennig o amlwg yn sgil newidiadau economaidd sy'n effeithio'n aruthrol ar bobl sydd ag iechyd meddwl gwael.

Roedd y prif sylwadau yn cynnwys:

- Gofynnodd KS a yw'r ystadegau o ran gweithgarwch economaidd yn debyg i ranbarthau eraill yn y DU. Dywedodd CD y gwelir patrwm eang o ganlyniadau iechyd meddwl gwaeth mewn ardaloedd lle mae lefelau cyflogaeth is.
- Soniwyd bod yr undebau yn fannau cychwyn da i ddarganfod sut y mae sefydliadau sy'n cefnogi pobl ag iechyd meddwl gwael yn gweithio i wella'r ffordd y mae pobl yn cael eu cefnogi yn y gweithle.
- Cyfeiriwyd at gynllun peilot sydd yn ei gyfnod cynnar iawn yn Llundain sy'n edrych ar ymwreiddio cyngor ariannol mewn gwasanaethau iechyd meddwl (yn gysylltiedig ag IAPT), sy'n edrych ar ddarparu mwy o atgyfeiriadau at gymorth i gydnabod y gall pobl ei chael hi'n anodd gwneud y mwyaf o wasanaethau cyngor ariannol. Esiampl dda i Gymru ei dilyn. Mae tystiolaeth gynnar yn awgrymu bod pobl yn gwella'n gynt os oes cyllid ar gael. Cytunwyd y dylai rhagor o wybodaeth fod ar gael

mewn practisau meddygon teulu am sut y gall problemau ariannol effeithio ar eich iechyd meddwl.

- Cydnabuwyd y rhwystrau i bobl hŷn rhag cael cymorth drwy wefannau ar-lein. Cydnabuwyd y broblem yn sgil sgamiau, ac y gall y sawl sy'n dioddef o iechyd meddwl gwael fod yn fwy agored i ddioddef yn sgil y sgamiau hyn.
- Tynnwyd sylw at y gwasanaeth Iechyd Meddwl ac Arian a ddarperir gan Adferiad. Mae'n cynnig pecyn o hyfforddiant i weithwyr proffesiynol.
- Hyd yn hyn mae gwaith sydd wedi ei wneud ar effaith straen ariannol wedi canolbwyntio'n bennaf ar brofiadau oedolion, ond soniodd plant a phobl ifanc fod aelodau'r teulu'n blaenoriaethu eu plant. Mae mwy o angen am lythrennedd ariannol wedi'i dargedu at blant a phobl ifanc. Mae cyswllt â Bil Sioned Williams AS ar sicrhau bod budd-daliadau'n cael eu defnyddio yng Nghymru yn rhoi cyfle i wella'r sefyllfa a defnyddio ein gwybodaeth am yr hyn sy'n helpu pobl i wneud y mwyaf o gymorth sydd ar gael.
- Cydnabuwyd bod pobl yn byw mewn ofn – dan straen a achosir gan gasglwyr dyledion ac effaith pobl yn ofni agor llythyrau i'r graddau nad ydynt yn eu hagor o gwbl. Gallai hyn yn drasig arwain at rywun yn cymryd ei fywyd ei hun.

Roedd cytundeb bod cydgysylltu gwasanaethau cyngor ariannol ac iechyd meddwl yn bwysig iawn a bod cyfleoedd i wneud mwy o fewn gwasanaethau cyflogaeth a chysylltu hyn â Llywodraeth Cymru.

<u>Cyfarfod 2 – Cynghrair Iechyd Meddwl Cymru – Gweledigaeth ar gyfer y Strategaeth Nesaf</u>

Dyddiad: 24 Mai 2023

Yn bresennol: (Cyfanswm o 23)

Ken Skates (Cadeirydd)	AS De Clwyd
Simon Jones	Mind Cymru
George Watkins	Mind Cymru
Bethan Phillips	Mind Cymru
Chris Dunn	Diverse Cymru
Gwyneth Sweatman	Ffederasiwn Busnesau Bach
Dr Jen Daffin,	Platfform
Oliver Townsend	Platfform
Kathryn Morgan	Shared Lives Plus
Peter Martin	Adferiad
Annabelle Llanes Sierra	CIPD
Dr Jenny Burns	Sefydliad Iechyd Meddwl yng Nghymru
Lowri Wyn Jones	Amser i Newid Cymru
Nesta Lloyd-Jones	Conffederasiwn GIG Cymru

Elinor Puzey	NSPCC Cymru
Valerie Billingham	Swyddfa'r Comisiynydd Pobl Hŷn
Naila Noori	Coleg Brenhinol Therapi Iaith a Lleferydd
Richard Jones	Mental Health Matters
Jonathan Davies	
Sarah Thomas	
Ceri Reed	
Martin Bell	
Euan Hails	Adferiad

Crynodeb o'r materion a drafodwyd:

Croesawodd Simon Jones aelodau Cynghrair Iechyd Meddwl Cymru i roi cyflwyniad ar y weledigaeth ar gyfer y strategaeth nesaf gan ystyried y newid yn y dirwedd allanol ers y strategaeth 10 mlynedd flaenorol, sef Law yn Llaw at Iechyd Meddwl.

Agorodd Dr Jen Daffin (Platfform) y drafodaeth yn cyfeirio at fodel Afon Kawa (o faes iechyd galwedigaethol) lle mae ein bywydau yn cael eu darlunio fel taith afon gyda rhwystrau gwahanol ar hyd y ffordd.

- Rydym eisiau newid yr amgylchedd ehangach y mae pobl yn byw ynddo (penderfynyddion cymdeithasol, hiliaeth ac ati).
- Rydym eisiau cael gwared ar greigiau (problemau) sydd gan bobl a'i gwneud yn haws trawsnewid eu sefyllfa.
- Rydym am greu dulliau i helpu i gael gwared ar broblemau (logiau). Rydyn ni eisiau gofod rhwng y sefyllfaoedd hyn.

Dywedodd Cynghrair Iechyd Meddwl Cymru y dylid trafod y materion a ganlyn;

- Strategaeth drawslywodraethol newydd
- Canolbwyntio ar fesurau atal ac ymyrraeth gynnar
- Cydnabod stigma a sut y mae hyn yn chwarae rhan wrth effeithio ar fynediad pobl at help
- Dyma ddylai fod yn flaenoriaethau strategol cyffredinol:
    1. Llywodraethu, mesur a thryloywder
    2. Anghydraddoldebau iechyd meddwl a risg hunanladdiad
    3. Plant a phobl ifanc
    4. Arweinyddiaeth sy'n ystyried profiadau personol
    5. Gweithlu

Mewn trafodaeth, nodwyd bod CIPD wedi gweithio yn darparu'r adnoddau sydd eu hangen ar gyflogwyr ar gyfer ymyrraeth gynnar, fel y gall rheolwyr sylwi pan fo gweithwyr yn cael trafferth gyda'u hiechyd meddwl.

Roedd peth pryder ynghylch pwysigrwydd mesurau atal, yn enwedig gyda'r galw mor uchel ar draws holl gyrff y GIG a'r argyfwng costau byw (a gyflwynwyd gan Nesta o Gonffederasiwn y GIG).

Cyfeiriodd Simon Jones at y newid diwylliannol a chysyniadol, gan symud o salwch i les. Mae'r ffocws yn tueddu i fod ar bethau ymarferol wrth siarad am benderfynyddion cymdeithasol. Mae angen gwella iechyd perthynol.

Daeth Ken â'r cyfarfod i ben a chynigiodd gyfraniadau pellach gan yr aelodau o ran testunau cyfarfodydd y dyfodol..

3. Lobïwyr proffesiynol, sefydliadau gwirfoddol ac elusennau y mae'r Grŵp wedi cyfarfod â hwy yn ystod y flwyddyn flaenorol.

Darparodd Mind Cymru gefnogaeth ysgrifenyddol i'r grŵp trwy gydol y flwyddyn. Rhoddodd y Sefydliad Polisi Arian ac Iechyd Meddwl gyflwyniad yn y cyfarfod ym mis Hydref 2022 a rhoddodd Mind Cymru a Platfform gyflwyniadau ar ran Cynghrair Iechyd Meddwl Cymru yng nghyfarfod mis Mai.

Mynychwyd y cyfarfodydd gan amrywiaeth o sefydliadau allanol, sydd wedi eu nodi ar y rhestrau presenoldeb uchod, a gymerodd ran yn y trafodaethau yn ystod y cyfarfod.

4. Datganiad Ariannol

Cynhaliwyd pob cyfarfod ar-lein drwy Teams, felly ni wnaed unrhyw daliad am ystafelloedd nac arlwyo.

Darparodd pob cyflwynydd eu hamser am ddim, felly dim tâl am ffioedd siaradwyr.

Mae hyn yn golygu nad oedd unrhyw drafodion ariannol ar gyfer y Grŵp Trawsbleidiol yn ystod 2021/22.