

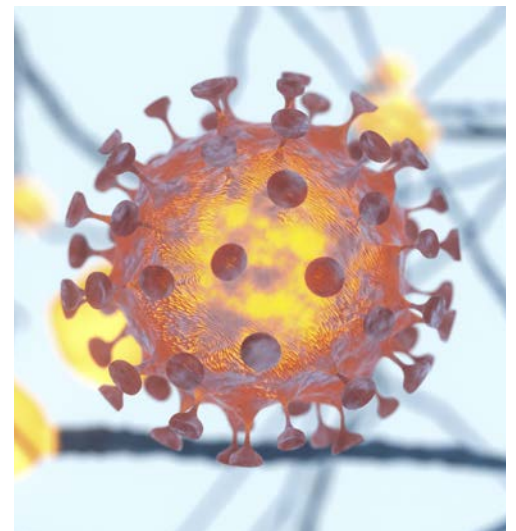


DIOGELU CYMRU
KEEP WALES SAFE



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Cynllun Diogelu ar gyfer y Gaeaf 2020-2021



CYNNWYS

Tudalen

Rhagair	2
Diben	4
Paratoi ar gyfer y gaeaf	4
Ymchwil, arloesi a dysgu	5
Diogelu pobl Cymru	6
Atal ac ymateb	6
Rhaglenni brechu	9
Gwarchod	9
Anghydraddoldebau iechyd	11
Cyfarpar diogelu personol	11
Cartrefi gofal	12
Gofal cymdeithasol	13
GIG parod am y gaeaf	14
Gofal sylfaenol a gofal cymunedol	17
Iechyd meddwl	19
Plant a phobl ifanc	20
Adsefydlu	21
Rhoi'r wybodaeth ddiweddaraf i bawb	22
Y gweithlu	23
Technoleg ac arloesi digidol	23
Cyllid	24
Cydweithio ar hyd a lled Cymru	25

Rhagair

Nid ydym wedi gweld blwyddyn debyg i 2020 wrth inni fynd i'r afael â her unigryw COVID-19. Mae'r pandemig wedi ein herio ni i gyd mewn nifer o ffyrdd gwahanol a bydd yn parhau i wneud hynny dros y gaeaf, a disgwylir mai dyma fydd y cyfnod anoddaf inni eto.

Mae diwallu anghenion cleifion, defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr ar yr adeg hon o'r flwyddyn bob amser yn cyflwyno amrywiaeth o heriau i wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol. Mae ansicrwydd a chymhlethdodau COVID-19 wedi ychwanegu dimensiwn arall a dim ond os byddwn yn cydweithio y gallwn fynd i'r afael â hyn yn effeithiol.

Yn anffodus, mae nifer o bobl wedi colli anwyliaid o ganlyniad i COVID-19. Mae atal rhagor o deuluoedd rhag wynebu'r fath drychineb yn hollbwysig i'n gwaith cynllunio ac i'n penderfyniadau. Prin yw'r cyfleoedd i nifer o bobl ymweld â'u hanwyliaid o hyd, boed hynny mewn ysbytai, cartrefi gofal neu yn eu cartrefi eu hunain, ac rydym yn gwybod bod hyn yn achosi trallod. Mae arnom eisiau osgoi cyfyngiadau lleol os yw hynny'n bosibl, ond mae'r rhain yn chwarae rhan angenrheidiol yn y gwaith o ddiogelu cymunedau.

Nid yw'r coronafeirws wedi diflannu ac ar hyn o bryd rydym yn gweld cynnydd sylweddol yn nifer yr achosion. Byddwn yn dal i fyw gyda'r feirws mewn sawl agwedd ar ein bywydau bob dydd am gryn amser. Rhaid inni barhau i fod yn wylidwrus, a rhaid i wasanaethau allu ymateb yn gyflym ac yn hyblyg i amgylchiadau sy'n newid. Rhaid i bob un ohonom chwarae ein rhan yn y gwaith o Ddiogelu Cymru drwy fesurau fel cadw pellter cymdeithasol a hylendid dwylo. Mae hyn yn golygu cadw ein hunain yn ddiogel, yn ogystal â'n ffrindiau a'n teulu. Drwy weithio gyda chydweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol, y sector cyhoeddus ehangach, y trydydd sector a'r sector annibynnol, yn ogystal â defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr, ein cymunedau a'r cyhoedd, rydym yn gweithio'n galed i atal, rheoli a thrin y clefyd hwn.

Rwyf yn hynod ddiolchgar am ymdrechion a chadernid ein staff iechyd a gofal cymdeithasol, yr holl weithwyr allweddol eraill a'r gofalwyr di-dâl. Maent wedi bod yn gweithio'n ddifflino ac yn llawn tosturi dros y misoedd diwethaf i drin ac i ofalu am y rheini a gafodd COVID-19 a'r rheini a oedd ag anghenion iechyd a gofal cymdeithasol brys eraill, ac i ddiogelu'r rheini sydd fwyaf agored i niwed yn ein cymunedau.

Diolch iddyn nhw ac o ganlyniad i'r camau pendant a diymdroi a gymerwyd yn gynnar, roedd y GIG a sefydliadau gofal cymdeithasol wedi gallu ymateb yn gyflym ac yn hyblyg i'r galw digynsail, ac maent yn dal yn gadarn er gwaethaf y pwysau parhaus ar draws y system. Er ein bod nawr yn deall yn well sut mae atal a thrin COVID-19, nid yw hyn yn golygu ein bod yn gallu dychwelyd at gynning gwasanaethau fel roeddem yn arfer ei wneud. Bydd yr holl wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol yn cael eu darparu mewn cyd-destun COVID-19 am beth amser i ddod.

Mae cyfraniad pobl o Fôn i Fynwy wedi bod yn enfawr drwy gefnogi'r cyfyngiadau symud, cadw pellter cymdeithasol a chynghor hylendid sydd wedi ein helpu i reoli'r

feirws a rheoli'r cyfraddau trosglwyddo. Fodd bynnag, mae'r cyfraddau wedi bod yn codi dros yr wythnosau diwethaf ac ni allwn fforddio bod yn ddi-hid. Mae'r cynnydd newydd pryderus hwn yn nifer yr achosion o COVID-19 ledled Cymru, sydd wedi arwain yn ddiweddar at yr angen i gyflwyno trefniadau cyfyngiadau symud lleol yn ardal awdurdod lleol Caerffili, sef y penderfyniad ffurfiol cyntaf i wneud hynny'n unol â'r cynlluniau atal ac ymateb i'r coronafeirws a gyhoeddwyd, yn dangos bod angen inni i gyd wneud mwy i gadw ein disgyblaeth a'n hymrwymiad i ddiogelu ein gilydd.

Bydd hi'n bwysig rheoli a chyfyngu ar drosglwyddo cymunedol mewn unrhyw gyfyngiadau symud lleol, gan fonitro'n ofalus yr effaith a ddisgwylir ar y nifer a dderbynnir i'r ysbyty, cleifion gofal critigol a marwolaethau sy'n deillio o gynnydd o'r fath. Mae hyn yn ein hatgoffa'n amserol o'r realiti bod COVID-19 yn dal yma ac y bydd yn dal i effeithio ar ein cymdeithas ac ar iechyd ein poblogaeth.

Mae'r Cynllun Diogelu ar gyfer y Gaeaf yn adeiladu ar ein profiadau a'r hyn rydym wedi'i ddysgu. Mae'n nodi'r hyn sydd ei angen nesaf i ddarparu gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol diogel ac effeithiol ac i gefnogi cleifion a'n gweithlu dros y misoedd nesaf. Er enghraifft, byddwn yn datblygu rhagor o waith ar brofion, drwy Strategaeth Profi, Olrhain a Diogelu Cymru, yn ogystal â darparu ymgyrch brechu rhag y fflw ginhwysfawr ac estynedig dros yr hydref. Mae hyn hefyd yn golygu bod yn glir am ein cyfrifoldebau fel unigolion – cadw pellter cymdeithasol, hylendid dwylo a chydymffurfio'n gaeth â gofynion hunanynysu os byddwn yn datblygu symptomau neu os bydd y timau olrhain yn cysylltu â ni. Bydd hyn wir yn helpu i'n cadw ni i gyd yn ddiogel.

Mae gweithwyr allweddol wedi ysgwyddo baich trwm dros y 6 mis diwethaf. Mae staff y GIG, gofal cymdeithasol a chartrefi gofal yn ymdrechu'n arwrol i ofalu amdanom ni a'n hanwyliaid. Wrth galon yr hyn a wnawn dros y misoedd nesaf bydd parhau i'w cefnogi drwy ddarparu'r cyfarpar diogelu iawn, darparu profion os bydd eu hangen a chydabod yr effaith ar eu llesiant, a gweithredu i'w cefnogi.

Mae cartrefi gofal yn gofalu ac yn cysuro rhai o'n pobl fwyaf agored i niwed ac yn ystod y cyfyngiadau symud roeddent yn darparu'r cyswllt dynol a'r sicrwydd i breswylwyr pan nad oedd eu teulu a'u ffrindiau'n gallu gwneud hynny. Byddwn yn parhau i gefnogi a diogelu staff a phreswylwyr er mwyn inni allu osgoi, os yw hynny'n bosibl o gwbl, gorfod cymryd y mesurau eithafol yr oedd eu hangen ym mis Mawrth. Mae angen i bob un ohonom chwarae ein rhan yn hyn, er mwyn creu'r rheolaeth a'r ddisgyblaeth sydd wedi gwneud Cymru yn fwy diogel, drwy lynu wrth y rheolau a chefnogi mesurau lleol os bydd eu hangen.

Bydd hi'n cymryd amser i'n sector iechyd a gofal cymdeithasol adfer ar ôl y pandemig hwn – does dim 'ffordd gyflym yn ôl'. Ond er mwyn adeiladu ar y datblygiadau cadarnhaol a wnaed yn ystod y pandemig, bydd y Cynllun Diogelu ar gyfer y Gaeaf yn ceisio sbarduno rhagor o arloesi ar draws maes iechyd a gofal cymdeithasol, drwy ddefnyddio technoleg i helpu gwasanaethau i fod yn fwy effeithlon a hygyrch, yn ogystal â chefnogi cadernid unigolion a chymunedau, i sicrhau ein bod yn Diogelu Cymru gyda'n gilydd.



Vaughan Gething

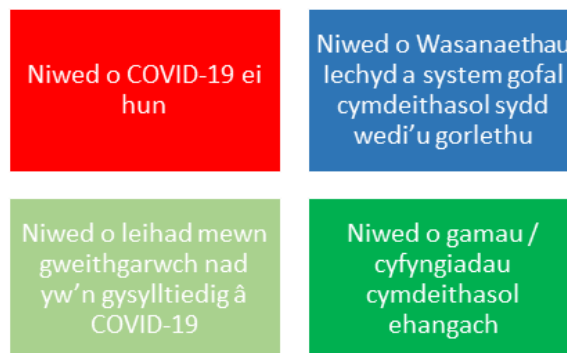
Vaughan Gething, Y Gweinidog Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol

DIBEN

Y Cynllun Diogelu ar gyfer y Gaeaf yw cynllun trosfwaol Llywodraeth Cymru sy'n disgrifio'r cyd-destun cyffredinol a'r blaenoriaethau ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol tan fis Mawrth 2021. Mae'n rhoi gwybod i randdeiliaid pa gamau gweithredu a chynlluniau wrth gefn mae disgwyl iddynt eu gweithredu ar draws y system iechyd a gofal, a gyda'r partneriaid ehangach, rheoli'r argyfwng iechyd y cyhoedd a darparu gwasanaethau dros gyfnod heriol y gaeaf. Mae'n rhoi sicrwydd i'r cyhoedd ein bod yn cydweithio ar draws y wlad i ddiogelu Cymru.

PARATOI AR GYFER Y GAEAF

Ers brig cyntaf COVID-19 yn gynharach eleni, mae'r GIG yng Nghymru wedi bod yn datblygu ac yn gweithredu cynlluniau sy'n canolbwyntio ar atal **pedwar niwed**:



Mae camau wedi cael eu cymryd i leihau effaith y pedwar niwed, sy'n cynnwys:

- parhau i fod yn barod i ddarparu'r ystod lawn o wasanaethau sydd eu hangen er mwyn atal, diagnosio, ynysu a thrin cleifion COVID-19
- sicrhau ein bod yn gallu parhau i ddarparu gwasanaethau hanfodol bob amser. Mae hyn yn cynnwys gwasanaethau brys sy'n cael effaith ar fywyd, yn ogystal â gwasanaethau a allai arwain at niwed heb ymyriad amserol, fel cynnal rhaglenni brechu
- adfer gwasanaethau rheolaidd pan fydd hi'n ddiogel ac yn weithredol bosibl gwneud hynny, gan llynu'n gaeth wrth weithdrefnau hylendid ac atal heintiau a defnyddio rhagor o ymgynghoriadau o bell
- clinigwyr yn gweithio'n ddiflino i adolygu atgyfeiriadau sy'n aros a sicrhau bod pobl wedi cael blaenoriaeth yn ôl eu hangen clinigol

Mae'r Cynllun Diogelu ar gyfer y Gaeaf yn mabwysiadu dull gweithredu gofalus a hyblyg, gan adeiladu ar ffyrdd newydd o weithio a chadw'r ystwythder a'r hyblygrwydd a ddefnyddiwyd i ymateb i her COVID-19.

Mae pandemig COVID-19 wedi effeithio'n sylweddol ar sut caiff gwasanaethau'r GIG a gofal cymdeithasol eu darparu, mae hefyd wedi newid y ffordd mae'r cyhoedd yn cael gafael ar ofal iechyd, ond er hynny mae gweledigaeth *Cymru lachach* ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol di-dor yn dal yn gadarn. Rydym yn dal wedi ymrwymo i gyflawni'r gwaith trawsnewid sydd ei angen yn gyflym ac ar raddfa fawr. Bydd hyn yn hanfodol i gefnogi pobl a'u gofalmwyr drwy bwysau heriol y gaeaf yn ogystal â mynd i'r afael ag effaith COVID-19. Byddwn yn parhau i weithio gyda'n gilydd i gefnogi pobl agored i niwed yn eu cartrefi eu hunain, mewn ysbytai, mewn cartrefi gofal, mewn llety â chymorth neu mewn lleoliadau eraill.

Mae hyn yn golygu:

- dull gweithredu system gyfan pan fydd cefnogaeth, gofal neu driniaethau di-dor yn cael eu darparu mor agos â phosibl i'r cartref
- bydd gwasanaethau'n cael eu llunio mewn perthynas â'r unigolyn a grwpiau o bobl, ar sail eu hanghenion unigryw a'r hyn sy'n bwysig iddynt, yn ogystal â chanlyniadau ansawdd a diogelwch
- bydd pobl ond yn mynd i ysbyty cyffredinol pan fo hynny'n hanfodol, gyda gwasanaethau ysbytai yn cael eu llunio i leihau'r amser sy'n cael ei dreulio yn yr ysbyty
- bydd symud y pwyslais at adnoddau yn y gymuned yn golygu bod modd cyrraedd at ofal mewn ysbyty yn gynt pan fo angen hynny
- defnyddio technoleg i gefnogi gwasanaethau o ansawdd uchel

YMCHWIL, ARLOESI A DYSGU

Mae sefydliadau a sectorau eisoes yn dysgu ac yn rhannu'n rheolaidd er mwyn cyfrannu at sut rydym yn rheoli COVID-19. Mae Llywodraeth Cymru hefyd yn gweithio gyda phartneriaid ar draws iechyd a gofal cymdeithasol i lunio adroddiad ar ganfyddiadau'r astudiaethau niferus sydd ar waith i ganfod arloesedd a ffyrdd newydd o weithio yn ystod yr ymateb i COVID-19. Caiff yr adroddiad hwn ei gyhoeddi erbyn diwedd y flwyddyn er mwyn cyfrannu at waith cynllunio yn y dyfodol.

Mae nifer o ddarganfyddiadau arloesol wedi arwain at ffyrdd newydd ac arloesol o atal a thrin salwch sydd wedi gwella iechyd a llesiant yn sylweddol er budd cleifion a'r cyhoedd. Mae pandemig y coronafeirws wedi dangos mai dim ond drwy ymchwil y ceir triniaethau effeithiol ar gyfer clefydau.

Ers mis Mawrth, mae Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru a GIG Cymru wedi chwarae rhan hollbwysig yn y gwaith o sefydlu ymchwil sy'n canolbwyntio ar sut rydym yn diagnosio ac yn profi am COVID-19; sut rydym yn trin cleifion i'w galluogi i wella; a sut gallwn atal pobl rhag dal COVID-19. Mewn cyfnod byr mae dros 7,000 o gleifion yng Nghymru wedi cymryd rhan mewn astudiaethau ymchwil. Mae'r hyn sydd wedi cael ei ddysgu o'r ymchwil hwn eisoes wedi cyfrannu at ymarfer clinigol ar draws y

byd a bydd y gwaith hwn yn parhau gyda Chymru'n cymryd rhan yn ymdrech ymchwil y DU, sy'n cynnwys datblygu brechlyn effeithiol.

DIOGELU POBL CYMRU

Rydym yn gwrando ac yn dysgu drwy'r amser ac mae'r safbwyntiau a'r cwestiynau sydd wedi cael eu codi gyda Llywodraeth Cymru, gan gynnwys drwy sesiynau ar y cyfryngau cymdeithasol, hefyd yn helpu i gynyddu ein dealltwriaeth o'r hyn sy'n bwysig i bobl yng Nghymru. Er mwyn sicrhau eu bod mor effeithiol â phosibl a sicrhau nad ydynt yn gwneud anghydraddoldebau'n waeth, rhaid i'r paratodau ar gyfer y gaeaf gael eu harwain gan dystiolaeth a ddaw o ymgysylltu â chleifion, gofalu, y gweithwyr iechedd y cyhoedd a gofalu cymdeithasol proffesiynol a sefydliadau proffesiynol.

Yng Nghymru, rydym wedi dweud y byddwn yn cael ein harwain gan y wyddoniaeth a'n Cell Cyngor Technegol. Mae hyn yn dal yn wir a bydd yn ein helpu i wneud y penderfyniadau cywir i Gymru o ran sut y byddwn yn cefnogi pobl dros y gaeaf.

Un o amcanion allweddol ein harbenigwyr yn y Gell Cyngor Technegol yw dehongli allbynnau gweithgorau cenedlaethol yng nghyd-destun Cymru. Ar ben hyn, maent yn rhoi cyngor ar feysydd technegol penodol fel profi, ysgolion a phlant.

Maent wedi nodi'r gofynion tebygol ar gyfer cyngor gwyddonol a thechnegol sy'n ymwneud â COVID-19 yng Nghymru er mwyn ein helpu i baratoi ar gyfer gaeaf heriol. Mae hyn yn cynnwys nodi 'dangosyddion sbarduno cyfyngiadau' a fydd yn helpu i ddeall y pwysau ar y GIG ac mewn mannau eraill er mwyn inni allu cynyddu ein hymateb mewn ffordd sydd wedi'i chynllunio petai nifer yr achosion o COVID-19 yn cynyddu. Bydd hyn yn golygu ein bod yn barod ar gyfer unrhyw gynnydd sylweddol. Rydym hefyd yn datblygu arwyddion rhybuddio cynnar sy'n gallu bod yn sail i unrhyw gamau dwysáu a dad-ddwysáu angenrheidiol – yn lleol ac yn genedlaethol.

ATAL AC YMATEB

Mae ein Strategaeth Profi, Olrhain, Diogelu yn ein galluogi i ddod o hyd i unigolion a'u cysylltiadau, a'u diogelu, yn lle gorfod gosod cyfyngiadau symud yn genedlaethol. Mae'n darparu cyfoeth o wybodaeth am ledaeniad y clefyd a natur y trosglwyddo. Mae hefyd yn ein galluogi i ganfod clystyrau o achosion, achosion lluosog, a brigiadau o achosion, ac i gymryd camau cyflym a phriodol. Er mwyn rheoli clystyrau o achosion, achosion lluosog, a brigiadau o achosion, mae gennym Gynllun Atal a Rheoli COVID-19 Cenedlaethol sy'n rhoi crynodeb o'r dull gweithredu cyffredinol i atal a rheoli lledaeniad y coronafeirws ar draws Cymru.

Mae atal bob amser yn well na gwella felly dylid rhoi'r brif flaenoriaeth i atal y coronafeirws rhag lledaenu. Byddwn yn bod yn rhagofalus wrth bwysu a mesur a ddylid gosod cyfyngiadau newydd ac os oes ansicrwydd, pwyll pia hi.

Fodd bynnag, mae'n rhaid i'n gweithredoedd hefyd fod yn gymesur i'r hyn maent yn ceisio'i gyflawni – ni ddylai ymyriadau Llywodraeth Cymru gyfyngu dim mwy na'r hyn sydd ei angen i reoli'r feirws. Rhaid inni ofalu nad ydym yn cymryd camau sy'n niweidio pobl Cymru mewn ffyrdd eraill.

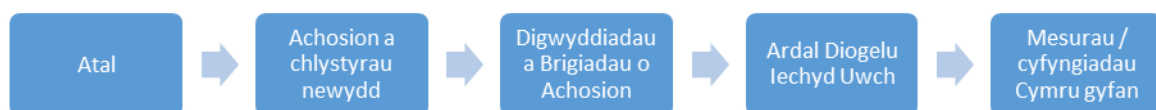
Nid ydym eisiau dychwelyd at gyfyngiadau ar draws Cymru gyfan. Mae hi'n bwysig felly bod pawb yn chwarae ei ran i helpu i atal a rheoli lledaeniad y feirws. Mae arnom eisiau delio â phethau ar lefel leol, er mwyn i'r penderfyniadau gael eu gwneud ar y lefel fwyaf priodol, drwy ddefnyddio gwybodaeth ac arbenigedd lleol i helpu Arweinwyr etholedig lleol i wneud penderfyniadau ac i helpu gweithredu lleol.

Yng Nghymru, mae gennym ffordd sydd wedi hen ennill ei phlwyf o ddod â'r holl asiantaethau lleol perthnasol ynghyd drwy Dimau Rheoli Achosion Lluosog a Thimau Rheoli Brigiadau. Mae ein cynllun hefyd yn rhag-weld yr angen i greu Ardaloedd Mesurau Cryfach ar gyfer Diogelu Iechyd lleol neu (os oes angen) rhanbarthol. Er bod hyn yn golygu gosod cyfyngiadau unwaith eto, dylai'r ymyriad fod yn fwy penodol ac yn fyrrach. Byddant hefyd yn cael eu teilwra i'r sefyllfa ym mhob ardal neu ranbarth.

Fel rydym wedi'i weld yn ddiweddar mewn ardaloedd fel Wrecsam a Chaerffili, rydym wedi gweithredu'n ddiymdroi os oedd cyfraddau'r feirws ar gynnydd.

Mae'r saith bwrdd iechyd lleol yn gweithio'n agos gydag awdurdodau lleol perthnasol a phartneriaid eraill i roi cynlluniau atal ac ymateb COVID-19 lleol ar waith ar gyfer eu hardaloedd. Mae'r cynlluniau lleol hyn yn disgrifio sut bydd byrddau iechyd, awdurdodau lleol a phartneriaid eraill, fel timau rhanbarthol Profi, Orlhain, Diogelu, busnesau a sefydliadau eraill yn yr ardal yn cydweithio. Mae'r cynlluniau'n nodi'r camau a gymerir yn lleol i atal y feirws rhag lledaenu, gan ddefnyddio tystiolaeth o ardaloedd sydd â risg uchel o drosglwyddo. Maent yn disgrifio sut bydd unrhyw gynnydd mewn achosion a chlystyrau lleol yn cael ei nodi a beth fydd yr ymateb lleol.

Dyma sut byddwn yn dwysáu ein hymateb:



Profi, Orlhain, Diogelu

Cyhoeddodd y Gweinidog Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol ein strategaeth Profi, Orlhain, Diogelu ym mis Mai. Cafodd ei datblygu drwy ymgynghori â phartneriaid allweddol gan gynnwys Iechyd Cyhoeddus Cymru, byrddau iechyd ac awdurdodau lleol.

Mae'r strategaeth Profi, Olrhain, Diogelu wedi cael ei chyhoeddi yma:

<https://llyw.cymru/profi-olrhain-diogelu>

Nod ein strategaeth Profi, Olrhain, Diogelu, sy'n seiliedig ar dystiolaeth wyddonol ac sy'n defnyddio profiad rhyngwladol, yw gwella'r wyladwriaeth iechyd yn y gymuned drwy gynnal profion torfol ar unigolion sydd â symptomau, olrhain cysylltiadau yn effeithiol ac yn helaeth, a helpu pobl i hunanynysu pan fo'n ofynnol iddynt wneud hynny.

Mae Profi, Olrhain, Diogelu yn ymwneud â lleihau'r niwed sy'n cael ei achosi gan y coronafeirws a helpu'r cyhoedd a gweithwyr proffesiynol i ddychwelyd i'w bywydau bob dydd arferol. Mae'n nodi'r hyn y mae angen inni ei wneud i atal trosglwyddo'r haint ac olrhain y feirws wrth i gyfyngiadau ddechrau cael eu llacio ac wrth inni symud i gam nesaf yr ymateb i bandemig COVID-19.

Pobl Cymru yw ein partneriaid pwysicaf. Dim ond drwy eu parodrwydd nhw i wneud y peth iawn – dilyn y cyngor ar hylendid dwylo, cadw pellter cymdeithasol, rhoi gwybod am eu symptomau, adnabod eu cysylltiadau a gwrando ar y cyngor os oes angen iddyn nhw hunanynysu – y gallwn dorri'r gadwyn drosglwyddo.

Mae'n bosibl y bydd Profi, Olrhain, Diogelu gyda ni am gryn amser, nes bydd brechlyn wedi cael ei ddatblygu ac o bosibl ar ôl hynny. I ddechrau roedd ein strategaeth profi yn canolbwyntio ar bobl mewn ysbytai, cartrefi gofal a gweithwyr allweddol symptomatig. Nawr, mae Profi, Olrhain, Diogelu hefyd yn golygu gofyn i bobl roi gwybod os oes ganddynt symptomau, profi unrhyw un yn y gymuned sydd â symptomau COVID-19, ac olrhain y rheini sydd wedi cael cyswllt agos â nhw. Bydd yn rhaid i'r cysylltiadau hynny hunanynysu er mwyn atal lledaenu pellach ymysg teulu, ffrindiau a'r gymuned. Mae hyn yn hollbwysig.

Mae olrhain cysylltiadau yn ddull iechyd y cyhoedd sydd wedi bod ar waith ers tro er mwyn rheoli lledaeniad nifer o heintiau ac mae wedi gallu rheoli'r coronafeirws yn effeithiol mewn gwledydd eraill. Byddwn yn defnyddio ac yn adeiladu ar yr arbenigedd olrhain cysylltiadau sydd gennym yn barod yn ein byrddau iechyd lleol ac yn enwedig yn ein hawdurdodau lleol er mwyn cyflawni'r strategaeth hon ar lawr gwlad.

Mae dwy ran i sicrhau ei fod yn gallu llwyddo i leihau trosglwyddo'r feirws. Yn gyntaf, cyflymder pob rhan o'r broses (o gael prawf ac amser dychwelyd canlyniad y prawf i ddod o hyd i gysylltiadau agos yn gyflym) ac, yn ail, cefnogaeth barhaus pobl Cymru, drwy wrando ar y mesurau a'r negeseuon hanfodol ehangach o ran ymddygiad ac iechyd y cyhoedd.

Mae rhwydwaith helaeth o gyfleusterau profi ar gael ledled Cymru, o unedau profi cymunedol i unedau profi symudol a chanolfannau profi torfol drwy ffenestr y car. Bydd nifer y profion y bydd eu hangen arnom yng Nghymru yn dibynnu ar ledaeniad y clefyd, pa mor gyffredin yw'r symptomau a'r dystiolaeth sy'n dod i'r amlwg ynghylch y ffordd orau o ddefnyddio profion i atal haint. Mae ein polisi profi'n cael ei adolygu'n barhaus.

Y camau nesaf:

- lansio 'Ap' COVID-19 GIG. Bydd y rhaglen ddiogel a dienw ar gyfer ffonau clyfar yn hysbysu'r defnyddiwr os yw wedi dod i gysylltiad agos â rhywun sydd wedi cael prawf positif. Yn ogystal, bydd yn cynnwys gwirio symptomau ac archebu prawf, gan gynnig dull hawdd o hwyluso ein dull profi, olrhain, diogelu
- cynyddu'r capasiti profi yn labordai Cymru
- helpu pobl i ddeall sut a phryd i gael prawf

RHAGLENNI BRECHU

Bydd angen inni fod yn barod yn fwy nag erioed o'r blaen i ddarparu rhaglenni brechu ar gyfer fflw tymhorol, ac o bosibl ar gyfer unrhyw frechlyn COVID-19, os bydd un ar gael. Mae byrddau iechyd a meddygon teulu'n gweithio'n agos gyda'i gilydd i sicrhau bod y bobl fwyaf agored i niwed yn gallu cael y brechiadau ac yna ehangu mynediad i'r brechiadau os oes modd. Meddygfeydd meddygon teulu fydd y pwynt cyswllt cyntaf a bydd hynny'n cael ei gefnogi gan fferyllwyr a darparwyr eraill.

Mae'r **rhaglen brechu rhag y fflw** yn cael ei chynnal bob blwyddyn, fel rheol drwy feddygon teulu mewn gofal sylfaenol a gan fyrddau iechyd.

Y prif ffocws yw cynyddu cyfradd y bobl mewn risg sy'n cael eu brechu, fel y rheini sydd â chyflyrau clinigol a gweithwyr iechyd a chymdeithasol. Mae arnom eisiau i 75% o'r bobl hyn gael eu brechu. Yn ddelfrydol, ac os bydd y stociau'n caniatáu, mae arnom eisiau estyn hyn i frechu grwpiau eraill fel cysylltiadau aelwyd pobl a oedd yn gwarchod a'r rheini sy'n 50 oed a hŷn. Byddwn yn canolbwyntio hefyd ar roi brechiad rhag y fflw i blant.

Yn ogystal â'r rhaglen brechu rhag y fflw, mae'n bosibl y gellid dechrau cyflwyno **rhaglen brechu COVID-19** ym mis Tachwedd 2020 os bydd brechlyn ar gael.

Mae nifer o heriau i hyn oherwydd bydd angen diogelu'r staff a'r cleifion dan sylw a bydd yn her logistaidd enfawr. Rydym yn gweithio drwy'r holl faterion i sicrhau bod Cymru'n barod os bydd brechlyn ar gael.

Y camau nesaf:

- cadarnhau lefel y brechlyn sydd ar gael
- cytuno ar y trefniadau i ddosbarthu cyflenwadau a chyflawni'r rhaglen frechu
- un rhan hanfodol o'r cynllun fydd rhoi gwybod i'r cyhoedd pryd, ble a sut bydd modd iddyn nhw gael eu brechu, yn ogystal â'u hannog i gymryd rhan
- cyd-drefnu rhaglenni brechu ehangach â'r astudiaethau ymchwilio i frechlyn sydd ar y gweill

GWARCHOD

Rydym yn cydnabod ei bod wedi bod yn gyfnod arbennig o anodd i bobl sydd wedi bod yn gwarchod ers mis Mawrth.

Roedd y Prif Swyddog Meddygol wedi cyngori pobl i 'warchod' er mwyn diogelu'r rheini a oedd yn eithriadol o agored i niwed yn glinigol oherwydd effeithiau COVID-19 a'u bod yn debygol o gael canlyniad gwael os byddent yn dal y feirws. Yn ogystal â'r cyngor i aros yn ddiogel gartref, rhoddwyd pecyn cymorth ar waith, a oedd yn cynnwys mynediad at slotiau blaenoriaeth gydag archfarchnadoedd. Roedd hyn wedi galluogi pobl i aros gartref yn gyfan gwbl. Rydym yn ddiolchgar i'r miloedd o wirfoddolwyr sydd wedi bod yn gwneud bywyd yn well i'w cymunedau ac yn cefnogi pobl agored i niwed, er enghraifft, drwy ddanfôn bwyd a meddyginiaeth, yn enwedig i'r rhai sy'n gwarchod eu hunain.

Gan fod hyn yn gallu niweidio llesiant corfforol ac emosiynol, dim ond mesur tymor byr oedd gwarchod er mwyn diogelu pobl pan roedd nifer yr achosion ar ei anterth. Mae'r rheini sydd wedi bod yn gwarchod nawr yn cael gwneud beth bynnag mae pobl eraill yng Nghymru'n cael ei wneud, ond mae dal angen iddynt fod yn ofalus iawn o ran lleihau cysylltiadau, cadw pellter o 2 fetr oddi wrth bobl nad ydynt yn byw gyda nhw, a bod yn ofalus am hylendid dwylo ac arwynebau.

Wrth inni gynllunio ar gyfer y gaeaf a derbyn ei bod hi'n debygol y bydd brigiadau eraill o achosion, byddwn yn sicrhau bod y rheini sy'n eithriadol o agored i niwed yn glinigol yn cael eu hystyried yn ein hymateb. Bydd pobl yn cael yr wybodaeth ddiweddaraf, er enghraifft drwy drafodaethau rhwng cleifion a'u meddygon a drwy ddefnyddio cyhoeddiadau lleol neu genedlaethol i roi gwybod os bydd angen iddynt gymryd unrhyw gamau penodol neu os bydd y cyngor ar warchod yn newid.

Y camau nesaf:

- **Penderfyniadau i ailgyflwyno mesurau gwarchod**

O ystyried y niwed sy'n gysylltiedig â chyfnodau hir o ynysu gartref, mae hi'n bwysig na ddylid byth cyngori pobl i warchod heb ystyried hynny'n ofalus. O'r herwydd bydd Gweinidogion yn cytuno ar y penderfyniad i ailgyflwyno mesurau gwarchod, hyd yn oed os bydd hynny'n cael ei wneud ar sail leol, yn dilyn argymhelliad gan y Prif Swyddog Meddygol.

- **Cynnal y Rhestr Gwarchod Cleifion**

Er mwyn gwneud yn siŵr ein bod yn dal yn barod i weithredu'r cyngor i warchod unrhyw bryd ar sail leol neu genedlaethol, bydd y Rhestr Gwarchod Cleifion yn cael ei chynnal tra bydd y cyngor i warchod wedi dod i ben dros dro. Bydd meddygon teulu a chlinigwyr gofal eilaidd yn dal i ddiweddarau'r rhestr fel sy'n briodol.

- **Cefnogaeth i bobl sy'n gwarchod**

Bydd awdurdodau lleol yn parhau i gael diweddariad misol ar y Rhestr Gwarchod Cleifion sy'n gwarchod ar gyfer eu hardal leol, er mwyn eu galluogi i nodi a chefnogi'r grŵp hwn yn ôl yr angen. Bydd archfarchnadoedd yn parhau i gynnig slotiau blaenoriaeth i'r grŵp hwn pan fo gwarchod wedi'i atal.

- **Datblygu teclyn risg**

Mae pedair gwlad y DU yn cydweithio i ddatblygu teclyn asesu risg a fydd yn galluogi trafodaeth fwy unigol o risg bersonol rhwng clinigwyr a chleifion.

ANGHYDRADDOLDEBAU IECHYD

Fel Llywodraeth rydym wedi ymrwymo i leihau anghydraddoldebau iechyd ac i sicrhau Cymru decach ym mhob agwedd ar gymdeithas. Rydym wedi ategu hyn drwy ddeddfwriaeth bwysig fel Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru).

Mae COVID-19 wedi arwain at nifer o faterion y mae angen inni fynd i'r afael â nhw, a rhaid inni sicrhau bod cymunedau, cleifion, staff a sefydliadau'n dal i ganolbwyntio ar degwch a mynediad teg at y gwasanaethau sydd eu hangen arnynt. Mae dilyn canllawiau Sefydliad Iechyd y Byd ar wasanaethau hanfodol yn rhan o'r ymgyrch honno i sicrhau bod pobl yn parhau i gael y gofal a'r triniaethau brys sydd eu hangen arnynt. Mae ystyriaethau moesegol yn rhan o'n penderfyniadau, er mwyn sicrhau tegwch a chyfiawnder.

Mae'n hysbys bod y coronafeirws yn effeithio'n anghymesur ar bobl o gefndiroedd Du, Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig (BAME), grwpiau agored i niwed a chymunedau tlotach. Rhaid inni roi sylw penodol i alwedigaethau risg uwch, gan gynnwys y rheini sy'n gweithio ar drafnidiaeth gyhoeddus; gweithwyr gofal cymdeithasol a gofal iechyd; pobl sy'n gweithio mewn rhai lleoliadau manwerthu, arlwyo, diogelwch a gweithgynhyrchu. Mae bod â mwy nag un salwch neu gyflwr hefyd yn gysylltiedig â chanlyniadau gwaeth oherwydd COVID-19 ac mae'n bosibl y bydd angen cefnogaeth ychwanegol ar grwpiau (ee pobl sy'n gwarchod) sydd â mynediad anghyfartal at amrywiaeth o adnoddau, gan gynnwys cymorth iechyd a chymdeithasol.

Rhaid inni wneud yn siŵr nad yw ein cynlluniau'n peri mwy o anfantais i'r bobl fwyaf agored i niwed yn y gymdeithas, nac i'r cleifion neu gymunedau sy'n wynebu'r risg uchaf.

Y camau nesaf:

- hyrwyddo defnyddio Adnodd Asesu Risg COVID-19 Cymru Gyfan ar gyfer y Gweithlu. Mae'r Adnodd hwn yn addas i'w ddefnyddio gyda'r holl staff iechyd a gofal cymdeithasol y credir eu bod yn agored i niwed neu mewn risg, dim ots beth yw eu hethnigrwydd
- mae'r adnodd yn rhoi sylw i ffactorau risg unigol ac mae modd ei ddefnyddio mewn ystod ehangach o weithleoedd er mwyn i staff asesu eu risgiau penodol ac er mwyn cefnogi trafodaeth gyda chyflogwyr am ddiogelwch priodol

CYFARPAR DIOGELU PERSONOL

Ar ddechrau pandemig COVID-19, roeddem wedi sicrhau bod Partneriaeth Cydwasanaethau GIG Cymru wedi mynd ati'n gyflym i ehangu ei phroses cyflenwi a dosbarthu bresennol ar gyfer y GIG yn unig ar gyfer byrddau iechyd i un a oedd yn cyflenwi ar draws nifer o leoliadau. Roedd Partneriaeth Cydwasanaethau GIG Cymru hefyd wedi dechrau cyflenwi cyfarpar diogelu personol (PPE) i awdurdodau lleol er mwyn iddynt ei ddosbarthu i'r sector gofal cymdeithasol, yn ogystal ag i staff gofal sylfaenol, gan gynnwys meddygon teulu annibynnol, fferyllwyr, a deintyddion ac optometryddion.

Er bod pryderon cychwynnol ynghylch prinder, cafodd lefel y cyflenwad ei chynnal drwy gydol y cyfnod mwyaf heriol. Ers mis Mawrth, mae dros 293 miliwn o eitemau o PPE wedi'i sicrhau a'i ddsbarthu i'r sectorau iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru.

Y camau nesaf:

- Mae hi'n bwysig ein bod yn parhau i gynllunio'n rhagweithiol ar gyfer y gaeaf a sicrhau bod gennym ddigon o PPE, gan feddwl am risgiau posibilrwydd Brexit heb gytundeb a thonnau newydd o'r feirws o amgylch y byd. Rydym yn ystyried posibilrwydd tonnau pellach o COVID-19 ynghyd â phwysau arferol y gaeaf.
- Gan weithio mewn partneriaeth â Llywodraeth Cymru, mae Partneriaeth Cydwasanaethau GIG Cymru yn datblygu cynllun ar gyfer caffael PPE hyd at fis Mawrth 2021. Rydym yn ymgysylltu â rhanddeiliaid allweddol a disgwylir cyhoeddi'r cynllun hwn ym mis Medi 2020.
- Mae trefniadau'n cael eu rhoi ar waith i barhau i ddanfôn PPE i storfeydd cyfarpar awdurdodau lleol er mwyn eu dosbarthu wedyn i'r holl leoliadau gofal cymdeithasol ledled Cymru, gan gynnwys darparwyr cartrefi gofal.
- Hefyd bydd PPE yn parhau i gael ei gyflenwi i gontractwyr gofal sylfaenol, gan gynnwys meddygon teulu, optometryddion, deintyddion a fferyllfeydd.
- Bydd cyflenwad o gynnyrch hanfodol yn cael ei gadw i sicrhau cadernid a bod gennym ddigon o gyflenwad ar gyfer y sectorau iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru dros y gaeaf a hyd at fis Mawrth 2021. Wrth i'r gaeaf ddynesu, mae gennym 160 miliwn o eitemau mewn stoc, ac mae archebion wedi'u gwneud am dros 300 miliwn o eitemau pellach.

CARTREFI GOFAL

Mae darparwyr cartrefi gofal a'u staff wedi wynebu heriau digynsail yn ystod COVID-19, ac wedi ymateb gydag ymrwymiad a phenderfyniad i gefnogi ac i gynnal llesiant eu preswylwyr. Ers dechrau'r pandemig rydym wedi ceisio gwneud penderfyniadau sy'n cynnal hawliau pobl sy'n byw mewn cartrefi gofal ac sy'n cydymffurfio â'n rhwymedigaethau cyfreithiol i ddiogelu ac i gynnal hawliau pawb yng Nghymru.

Mae cartrefi gofal yn darparu gofal a chymorth i rai o'n pobl fwyaf agored i niwed. Rydym yn gwybod bod pobl sy'n byw mewn cartrefi gofal yn arbennig o agored i niwed o ganlyniad i COVID-19, a gall eu prognosis fod yn waeth os ydynt yn mynd yn sâl oherwydd y feirws. Mae hyn wedi bod yn gyfnod anodd iawn i bobl sy'n byw ac yn gweithio mewn cartrefi gofal a'u teuluoedd, fel y mae o hyd.

O ystyried yr effeithiau ar iechyd meddwl a llesiant yn gyffredinol, nid ar chwarae bach y gwnaed y penderfyniad i gyfyngu ar ymweliadau rheolaidd ym mis Mawrth. Ystyriwyd bod hyn yn angenrheidiol er mwyn diogelu cartrefi gofal a'r rheini sy'n byw ac yn gweithio ynddynt rhag y risg o haint COVID-19. Ond fel y gwnaethom yn glir yn ystod y cyfyngiadau symud a thu hwnt, roeddem yn disgwyl y dylai ymweliadau mewn amgylchiadau eithriadol, fel diwedd oes, barhau a chael eu trin yn sensitif.

Rydym wedi parhau i adolygu'r canllawiau ar ymwelwyr â chartrefi gofal, ac wedi llacio'r cyfyngiadau ar ymweld wrth i'r cyfyngiadau eraill lacio. Gwyddom pa mor galed y mae'r gwahanu corfforol wedi bod, ac rydym yn diolch i bawb am y ffordd maent wedi ymateb.

Yn anffodus, fel yr ydym wedi'i weld yn ddiweddar, bydd cyfyngiadau symud lleol yn effeithio ar ymweliadau â chartrefi gofal ac yn achosi mwy o wahanu rhwng pobl a'u hanwyliaid. Rhaid inni wneud popeth gallwn ni i annog a bod yn greadigol o ran sut rydym yn defnyddio mathau eraill o gyfathrebu, er mwyn i deuluoedd allu cadw mewn cysylltiad.

Rydym yn cydnabod y rôl amhrisiadwy mae'r sector annibynnol yn ei chwarae o ran gofalu am rai o'r bobl fwyaf agored i niwed yn ein cymdeithas a'r pwysau sylweddol ychwanegol sydd wedi bod arnynt o ganlyniad i COVID-19. Byddwn yn parhau i weithio gyda phartneriaid mewn awdurdodau lleol a byrddau iechyd i ddod o hyd i ffyrdd o gefnogi sefydlogrwydd a chynaliadwyedd cyffredinol y sector gofal sy'n cael ei reoleiddio, gan gynnwys cartrefi gofal.

Y camau nesaf:

Bydd y Cynllun Gweithredu Cartrefi Gofal Cenedlaethol, a gyhoeddir ddiwedd mis Medi, yn cynnwys diweddariadau a chamau gweithredu dan chwe maes allweddol:

- atal a rheoli'r haint
- cyfarpar diogelu personol
- cymorth cyffredinol a chlinigol i gartrefi gofal
- llesiant trigolion
- llesiant gweithwyr gofal cymdeithasol
- cynaliadwyedd ariannol

GOFAL CYMDEITHASOL

Drwy gydol y gaeaf, bydd ffocws parhaus ar gynnal cadernid y sector gofal cymdeithasol er mwyn cefnogi llesiant pobl, yn unol â'r egwyddorion integreiddio, atal, cydweithredu a chydgyhyrchu. Yn ogystal â chartrefi gofal, mae rhai o'r prif feysydd ffocws yn cynnwys:

- diogelu hawliau pobl y mae angen gofal a chymorth arnynt, a gofalwyr y mae angen cymorth arnynt, gan gynnwys drwy ddatblygu Cynllun Cenedlaethol i Ofalwyr
- cefnogi'r gweithlu
- sefydlogi ac ail-greu'r sector
- parhau i ganolbwyntio ar integreiddio iechyd a gofal cymdeithasol, gyda byrddau partneriaeth rhanbarthol yn cefnogi'r gwaith o gyflawni cynlluniau'r gaeaf mewn modd integredig

GIG PAROD AM Y GAEAF

Mae'r system wedi cael ei gweddnewid yn rhyfeddol ar draws pob lleoliad yn y cyfnod heriol hwn a'r amserlenni eithriadol hyn.

Mae'n bwysig cydnabod y cynnydd a'r cadernid sydd wedi cael eu cyflawni er mwyn osgoi llethu'r GIG a gofal cymdeithasol, rheoli'r adeg pan oedd nifer yr achosion ar ei anterth, ac ymdopi â'r pwysau parhaus sy'n dal i'n hwynebu ni.

Cafodd cynlluniau eu rhoi ar waith yn gyflym iawn a oedd yn caniatáu ar gyfer hyd at 10,000 o welyau ysbyty aciwt ychwanegol a 450 o welyau gofal critigol, ar safleoedd ysbytai a drwy adeiladu ysbytai maes yn gyflym. Er na welsom y 100,000 o bobl roeddem wedi disgwyl eu gweld yn cael eu derbyn i'r ysbyty, na hyd at 28,000 o farwolaethau posibl yng Nghymru, roedd hi'n hollbwysig ein bod ni'n barod i fynd i'r afael â'r pwysau amlwg iawn a sicrhau nad oedd systemau'n cael eu llethu.

Pan oedd y pandemig ar ei anterth ganol mis Ebrill, roedd dros 2400 o gleifion yng ngwelyau ysbytai GIG ag achos o COVID-19 wedi'i gadarnhau neu'n gysylltiedig â COVID-19. Yr un pryd, roedd dros 300 o gleifion mewn gwelyau gofal critigol ag achos o COVID-19 wedi'i gadarnhau neu'n gysylltiedig â COVID-19. Mae'r niferoedd hyn wedi gostwng yn sylweddol ond rhaid inni gofio y bydd y gaeaf hwn yn arbennig o heriol ac rydym am gadw'r niferoedd hyn mor isel â phosibl.

Ar adeg cyhoeddi, mae'n drist adrodd bod bron i 1600 o farwolaethau COVID-19 wedi bod yng Nghymru. Ni adroddwyd marwolaethau am wyth diwrnod yn olynol ddechrau mis Medi, ond mae cyfradd y feirws yn codi eto ac mae angen inni barhau â'n hymdrechion ar y cyd i gadw nifer y marwolaethau mor isel â phosibl. Cafodd dros 12000 o bobl eu rhyddhau o'r ysbyty ac roedd modd iddynt adfer gartref. Serch hynny, ni allwn fforddio bod yn ddi-hid.

Ers mis Mawrth mae'r GIG yng Nghymru wedi bod yn cynllunio bob chwarter i ymateb i argyfwng iechyd y cyhoedd COVID-19 ac yn fwy diweddar i ailgyflwyno ystod ehangach o wasanaethau'n ddiogel.

Wrth i ragor o wasanaethau fod ar gael, mae ysbytai wedi sicrhau bod yr holl fesurau amgylcheddol priodol wedi cael eu cymryd i gadw cleifion yn ddiogel. Mae hyn yn cynnwys trin pobl sydd â COVID-19 neu sydd dan amheuaeth o fod â COVID-19 mewn ardaloedd ar wahân i'r rheini heb y clefyd er mwyn atal y risg o'i ledaenu. Fel rheol mae'r rhain yn cael eu galw yn barthau gwyrdd a choch.

Gwasanaethau hanfodol a rheolaidd

Roedd Sefydliad Iechyd y Byd wedi nodi rhestr o wasanaethau hanfodol a ddylai fod ar gael yn ystod y pandemig ac rydym wedi dilyn y cyngor hwnnw yng Nghymru. Mae'r rhestr lawn o wasanaethau hanfodol yn helaeth, ond dyma enghreifftiau:

- mae Coleg Brenhinol y Llawfeddygon wedi llunio canllawiau ar adfer gwasanaethau llawfeddygol
- mae Prif Weithredwr GIG Cymru wedi ysgrifennu at Brif Weithredwyr pob Bwrdd ac Ymddiriedolaeth Iechyd yn nodi bod rhaid i ddiagnosis, triniaeth a

gofal brys ar gyfer canser barhau cystal â phosibl yn y cyfnod hwn i osgoi marwolaethau a chlefydau y mae modd eu hatal

- mae angen cynnal gwasanaethau ar gyfer cleifion sydd angen ymyrraeth cardiolog hanfodol neu lawdriniaeth ar y galon

Mae canllawiau wedi'u llunio mewn ystod eang o feysydd arbenigol i helpu'r broses benderfynu o ran gofal unigol. Gwneir y penderfyniadau hyn gan glinigwyr gan eu trafod â chleifion a'u teuluoedd ac er lles pob unigolyn.

Mae'r GIG yn gweithio'n galed i ailgyflwyno gwasanaethau rheolaidd eraill a chynyddu nifer y cleifion y gall eu gweld. Pan fyddant yn cyflwyno eu cynlluniau i reoli'r chwe mis nesaf, ym mis Hydref, bydd sefydliadau'r GIG yn rhoi'r wybodaeth ddiweddaraf am sut maent yn disgwyl darparu gwasanaethau yn eu hardaloedd dros y gaeaf. Bydd hyn yn cynnwys pa gamau byddant yn eu cymryd gyda'u partneriaid mewn gofal cymdeithasol, cartrefi gofal a'r sector gwirfoddol i uno a darparu'r gwasanaethau sydd eu hangen ar bobl.

Mae'n anodd rheoli pwysau arferol y gaeaf yn y GIG, fel salwch anadlol, ffliw a thrawiadau ar y galon, ochr yn ochr â chynnydd posibl yn nifer y cleifion COVID-19 y bydd angen iddynt ddod i ysbytai. Bydd yn anodd sicrhau bod y GIG yn gallu taro'r cydbwysedd iawn rhwng darparu gwasanaethau hanfodol, gan gynnwys gwasanaethau brys ac mewn argyfwng, cynnal trefniadau llym i atal a rheoli heintiau yn ogystal â darparu ar gyfer y cynnydd arferol yn y galw yn y gaeaf a sicrhau bod y lefelau iawn o welyau ar gael ar gyfer COVID-19. Bydd hi'n hanfodol cynllunio'n ofalus ar gyfer senarios posibl dros y gaeaf.

Gofal brys ac argyfwng

Drwy gydol y pandemig hwn, mae'r GIG wedi bod ar gael i gleifion sydd angen gofal brys ac argyfwng a bydd yn parhau i fod ar gael i gleifion dros y gaeaf. Serch hynny, mae'r ffordd rydym yn cael gafael ar ofal pan fydd angen cyngor, asesiad neu driniaeth arnom ar frys wedi newid yn sylweddol dros y misoedd diwethaf.

Roedd y cyfyngiadau symud a gyflwynwyd i reoli lledaeniad COVID-19 wedi arwain at ostyngiad sydyn yn nifer y digwyddiadau ambiwlans 999 a faint o gleifion a ddaeth i Adrannau Achosion Brys, a chynnydd mawr yn nifer y galwadau i GIG 111 Cymru a'r nifer a oedd yn defnyddio GIG 111 Cymru ar-lein. Mae galwadau 999 a lefelau presenoldeb mewn Adrannau Achosion Brys wedi dychwelyd i'r lefelau a welwyd cyn COVID-19, sy'n peri her sylweddol i GIG. Mae hyn yn anoddach fyth oherwydd bod angen cadw pellter corfforol mewn ysbytai sy'n golygu bod llai o le i gleifion.

Dros gyfnod byr mae'r ffordd caiff gwasanaethau gofal brys ac argyfwng eu darparu i gleifion wedi datblygu'n gyflym. Mae hyn wedi digwydd i sicrhau bod cleifion sydd wedi cael canlyniad positif am COVID-19 neu mae amheuaeth eu bod wedi cael COVID-19 yn cael y driniaeth sydd ei hangen arnynt, ar yr un pryd â diogelu'r rheini sy'n wynebu'r risg fwyaf.

Rydym eisiau cynnal y newidiadau hyn, a'r ffyrdd newydd roedd y cyhoedd yn cael gafael ar wasanaethau dros y gwanwyn a dechrau'r haf, ar ôl y pandemig presennol er mwyn lleihau'r risg o niwed i staff ac i gleifion ac er mwyn gwella canlyniadau a phrofiadau.

Byddwn yn buddsoddi £30 miliwn yn y gwaith o drawsnewid y system iechyd a gofal brys ac argyfwng dros weddill y flwyddyn i gefnogi'r nod hwn. Yn benodol, mae arnom eisiau cyflawni chwe nod:

- cydlynu'r gwaith cynllunio a'r cymorth yn well i helpu pobl mewn risg uchel neu agored i niwed a'u gofawyr i aros yn annibynnol gartref, fel nad oes angen gofal brys
- cyfeiriadau, gwybodaeth a chymorth i bawb sydd eisiau neu sydd angen gofal brys, gan sicrhau eu bod yn cael y cymorth iawn, yn y lle iawn, y tro cyntaf
- dewisiadau eraill yn y gymuned, yn hytrach na mynd i Adran Achosion Brys a/neu ysbyty aciwt, ar gyfer pobl sydd angen gofal brys ond a fyddai'n cael mwy o fudd o aros gartref neu mor agos â phosibl at gartref
- yr ymateb cyflymaf a gorau mewn argyfwng i bobl sydd mewn perygl dybryd o golli bywyd; sy'n ddifrifol wael neu wedi'u hanafu'n ddifrifol; neu sy'n wynebu argyfwng iechyd meddwl
- y gofal gorau yn yr ysbyty ar gyfer pobl sydd angen asesiad/triniaeth tymor byr neu barhaus, cyhyd ag y bydd hynny'n rhoi budd
- dull gweithredu sy'n golygu bod cleifion yn mynd adref o'r ysbyty pan fyddant yn barod, gyda chefnogaeth ragweithiol i leihau'r siawns o ddychwelyd i'r ysbyty

Rydym yn disgwyl gweld byrddau iechyd, Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwlans Cymru a'u partneriaid ar draws y sector cyhoeddus yn datblygu cynlluniau cadarn i helpu i gyflawni'r chwe nod hyn ar gyfer y cyhoedd dros weddill y flwyddyn a thu hwnt.

Un o'r prif newidiadau yn lleol fydd y ffordd mae cleifion y mae angen neu eisiau cyngor neu gymorth brys arnynt yn cael mynediad at wasanaethau. Mae byrddau iechyd yn gweithio gyda'u partneriaid i ddatblygu dulliau newydd i sicrhau bod pobl sy'n meddwl bod angen iddynt gael mynediad at yr Adran Achosion Brys yn gallu cael gafael ar y cyngor, y cymorth neu'r wybodaeth sydd ei hangen arnynt yn y lle cywir, tro cyntaf, drwy ddull 'cysylltu'n gyntaf'.

Bydd hyn yn helpu pobl i gael gafael ar gyngor proffesiynol ar ba wasanaeth sydd fwyaf addas i'w hanghenion drwy ddeialu rhif ar gyfer asesiad o bell gan feddyg neu nyrsgymwys, neu drwy ddefnyddio holiadur symptomau ar-lein. Yn dibynnu ar ba mor ddifrifol yw'r cyflwr, mae'n bosibl y byddant yn cael:

- eu hannog i ofalu amdanynt eu hunain
- eu cyfeirio at wasanaeth mwy priodol yn eu cymuned leol
- apwyntiad uniongyrchol mewn Adran Achosion Brys

Mae'r dull hwn yn cael ei brofi yn ardal Caerdydd a'r Fro ac mae cynlluniau i fyrrddau iechyd eraill dreialu dull 'cysylltu'n gyntaf' cyn i gyfnod y gaeaf ddechrau.

Ysbytai Maes

Cafodd nifer o ysbytai maes eu sefydlu ar draws Cymru dros ychydig wythnosau yn y gwanwyn i ddarparu miloedd o welyau ychwanegol ar gyfer y cynnydd disgwylidig yn y niferoedd a fyddai'n cael eu derbyn i'r ysbyty oherwydd COVID-19. Diolch byth nid oedd angen y gwelyau ychwanegol hyn ar y pryd, yn bennaf oherwydd bod y cyhoedd wedi cydymffurfio â'r cyfyngiadau symud a'u bod wedi cadw pellter cymdeithasol a dilyn mesurau hylendid, ac oherwydd ein bod wedi newid sut roeddem yn cael gafael ar ofal brys ac mewn argyfwng.

Yn ôl a ddysgwyd o'r don gyntaf, mae 5000 o welyau ar gael i sicrhau y gall byrddau iechyd reoli tonau o COVID-19 yn y dyfodol ac unrhyw gynnydd posibl yn y niferoedd a dderbynnir mewn argyfwng. Cyflawnwyd hyn drwy gadw rhai ysbytai maes, creu cyfleusterau ysbyty newydd a chynyddu nifer y gwelyau mewn ysbytai sydd eisoes yn bodoli.

Yn hollbwysig, mae'r capasiti ychwanegol wedi cael ei ddylunio er mwyn i fyrddau iechyd allu parhau i gynnal gweithdrefnau llawfeddygol a rheoli'r galw am ofal brys a gofal mewn argyfwng yn ystod y gaeaf sy'n gyfnod heriol yn draddodiadol; yn ogystal â rheoli unrhyw gynnydd posibl yn nifer y cleifion a fydd yn cael eu derbyn i wely ysbyty oherwydd COVID-19. Bydd ysbytai maes, a chapasiti gwelyau ychwanegol yn gyffredinol, ar gael cyhyd ag y bydd eu hangen i ddarparu capasiti ychwanegol i'r GIG.

Y camau nesaf:

I helpu'r GIG i baratoi at y gaeaf, bydd sefydliadau:

- yn datblygu ac yn cyflwyno ym mis Hydref eu cynlluniau gweithredol ar gyfer y chwe mis nesaf
- yn cydweithio ag awdurdodau lleol a phartneriaid allweddol i ddatblygu ymateb integredig

GOFAL SYLFAENOL A GOFAL CYMUNEDOL

Mae gwasanaethau gofal sylfaenol yn cynnwys y gwasanaethau hynny sy'n cael eu darparu gan bractisau meddygon teulu lleol, fferyllwyr, deintyddion ac optometryddion. Maent hefyd yn cynnwys y tîm cymunedol ehangach fel nyrsys ardal, ymwelwyr iechyd a ffisiotherapyddion sy'n rhoi cymorth i gleifion yn lleol.

Ar gyfer gwasanaethau gofal sylfaenol ac yn enwedig nyrsio cymunedol, eich drws ffrynt chi yw eu rheng flaen, ac maen nhw, ynghyd â chlinigwyr eraill y GIG wedi bod yno i gefnogi cleifion yn ystod y cyfyngiadau symud a byddan nhw'n dal yno drwy'r gaeaf. Mae gwasanaethau meddygon teulu, gweithwyr iechyd proffesiynol eraill a nyrsys cymunedol wedi parhau i ddarparu gofal pwysig i gleifion, gan gynnwys preswylwyr cartrefi gofal, drwy gyfnodau anoddaf y pandemig. Hefyd, gwnaeth gwasanaethau gofal sylfaenol mewn argyfwng, gwasanaethau 111 dros y ffôn a rhai y tu allan i oriau, gan gynnwys ar gyfer fferylliaeth, barhau i roi cyngor i gleifion, gofalu amdanynt a'u trin.

Mae hi'n bwysig iawn bod cleifion yn parhau i ddefnyddio'r gwasanaethau hyn os ydyn nhw'n teimlo'n sâl. Roedd nifer y bobl a oedd yn cysylltu â rhai gwasanaethau gofal sylfaenol wedi disgyn, felly'r neges yw gofynnwch am help os ydych chi'n teimlo'n sâl. Mae'r cyngor hwn yn arbennig o berthnasol i blant. Dylai rhieni fod yn hyderus y gallant gysylltu â'u meddygfa i gael cyngor a gofal gan eu meddyg teulu, gan gynnwys cael brechiadau i'w plentyn. Mae'n bosibl y bydd y ffordd y cysylltir â chleifion yn newid, ac efallai byddwch chi'n siarad â meddyg neu glinigydd arall dros y ffôn neu o bosibl drwy ymgynghoriad dros fideo, ond maent yn dal ar agor ac ar gael i gleifion.

Roedd pandemig COVID-19 wedi cyflymu nifer o newidiadau mewn gofal iechyd lleol. Mae meddygon teulu a'u timau'n parhau i weithio'n galed i sicrhau bod cleifion yn gallu cael gafael ar ofal amserol boed hynny drwy ymgynghoriad dros y ffôn, dros fideo neu wyneb yn wyneb pan fydd angen. Gofynnwyd i rai cleifion fynd i feddygfa neu ganolfan feddygol wahanol er mwyn i feddygon teulu allu gweld cleifion rheolaidd yn ddiogel ac ar wahân i gleifion yr oedd amheuaeth bod ganddynt COVID-19. Mae canolfannau lleol ar gyfer gofal brys ac mewn ac argyfwng a chyflwyno ymgynghoriadau dros fideo'n gyflym wedi helpu i gynnal mynediad at wasanaethau meddygon teulu a bydd cleifion yn gallu parhau i gael mynediad at eu meddyg teulu, eu fferylllydd a'u nyrs ardal dros y gaeaf.

Mae fferyllfeydd cymunedol wedi bod ar agor drwy gydol y pandemig i sicrhau bod cleifion yn parhau i gael eu meddyginiaethau a chynghor ar amrywiaeth o anhwylderau cyffredin. Ers dechrau cyfnod COVID-19, rydym wedi gweld adferiad cyson o ran y gwasanaethau fferyllol critigol sydd ar gael, fel y Gwasanaeth Anhwylderau Cyffredin. Ym mis Mehefin, cyrhaeddodd nifer yr ymgynghoriadau â'r Gwasanaeth Anhwylderau Cyffredin eu lefel uchaf erioed, dros 8000 o ymgynghoriadau ar draws dros 600 o fferyllfeydd (85% o'r holl fferyllfeydd).

Cafodd trefniadau ychwanegol eu rhoi ar waith i fferyllfeydd er mwyn cefnogi eu gwaith o ddanfôn presgripsiynau drwy'r Cynllun Cenedlaethol Cyflenwi Presgripsiynau gan Wirfoddolwyr a drwy'r Post Brenhinol, sydd wedi bod yn ateb unrhyw alw ychwanegol yn ystod y pandemig. Bydd y cymorth hwn i gleifion sy'n gwarchod yn parhau tan 30 Medi a bydd modd ei ailgychwyn os bydd angen.

Mae systemau newydd, fel Consultant Connect, yn cysylltu meddygon teulu a staff gofal iechyd eraill yn y gymuned ag ymgynghorwyr ac arbenigwyr mewn ysbytai, er mwyn cael cyngor ar reoli cleifion yn y gymuned. Mae hyn yn helpu i gadw pobl yn ddiogel gartref heb orfod teithio i'r ysbyty. Mae adnoddau ymgynghori fideo i gefnogi gweithio o bell yn cael eu darparu i hyd at 3000 o fferyllwyr cymunedol a thechnegwyr fferyllol, i'w helpu i weithio'n wahanol yn ystod y pandemig ac yn y dyfodol.

Rydym yn cydnabod y cyfyngiadau y mae COVID-19 wedi'u gosod ar wasanaethau deintyddol a'r trefniadau amgen a roddwyd ar waith i alluogi pobl i gael mynediad at gyngor a thriniaeth. Mae triniaethau sy'n cynhyrchu aerosolau yn benodol yn peri risg uchel iawn i gleifion ac i staff deintyddol, a bydd hyn yn cael ei adolygu'n barhaus.

Mae optometryddion ledled Cymru wedi gweithio yn ystod y pandemig i sicrhau bod pobl yn parhau i gael gofal iechyd llygaid. Mae practisau optometreg 'agored' yn dal ar gael yn llawn ledled Cymru i sicrhau bod gan gleifion fynediad at ofal amserol, boed hynny drwy ymgynghoriad dros y ffôn, ymgynghoriad fideo, neu wyneb yn wyneb.

Bydd trefniadau gweithio 'mewn clystyrau' ym maes optometreg yn ystod y cyfyngiadau symud yn parhau i ddatblygu, wedi'u hategu gan allu ymarferwyr optometreg cymwys i ddarparu presgripsiynau i gleifion os bydd angen. Mae hyn yn galluogi optometryddion i reoli mwy o achosion yn lleol, ac yn lleihau'r angen i bobl fynd i ysbyty am ofal llygaid.

Y camau nesaf:

Byddwn yn adeiladu ar y profiad hwn i sicrhau cadernid parhaus ac i gefnogi'r holl feysydd gofal sylfaenol i ddarparu ymateb dros fisoedd y gaeaf, gan gynnwys:

- cynnal gwasanaethau drwy gydol y gaeaf
- parhau i ddarparu'r Pwynt Cyswllt Cyntaf a Gwasanaeth y Tu Allan i Oriau
- rheoli cleifion sydd ag anghenion gofal rheolaidd mewn amgylchedd diogel
- cefnogi cleifion sydd â COVID-19 i reoli eu symptomau'n ddiogel gartref

IECHYD MEDDWL

Mae'r pandemig wedi cael effaith fawr ar iechyd meddwl a llesiant emosiynol pobl, y rheini a oedd â chyflyrau'n barod a phobl eraill a gafodd hi'n arbennig o anodd ymdopi â'r cyfyngiadau symud, a'r newidiadau i'w bywyd bob dydd a'u hamodau gweithio.

Mae gwasanaethau iechyd meddwl a gwasanaethau camddefnyddio sylweddau yn cael eu cydnabod fel gwasanaethau hanfodol y mae'n rhaid eu cynnal yn ystod y pandemig. Er bod hyn wedi effeithio ar wasanaethau a bod modelau gwasanaeth wedi gorfod addasu, er enghraifft, drwy ddefnyddio technoleg yn hytrach nag ymgynghoriadau wyneb yn wyneb, rydym yn dal i ddisgwyl ymateb diogel a chynaliadwy i bobl sydd angen cymorth iechyd meddwl yn ystod y cyfnod hwn.

Er bod rhai gwasanaethau, yn enwedig atgyfeiriadau gofal sylfaenol, wedi gweld gostyngiad yn y galw yn ystod y rhan gyntaf o'r pandemig, mae'r atgyfeiriadau'n cynyddu erbyn hyn. Rydym yn cydnabod y bydd heriau penodol yn ystod yr hydref a'r gaeaf i ymateb i anghenion iechyd meddwl, yn enwedig yng nghyd-destun cynnydd disgwylidig yn y galw. Fodd bynnag, ac ystyried y dystiolaeth sy'n dod i'r amlwg am effaith y pandemig ar iechyd meddwl a llesiant ein cymunedau, gan gynnwys y rheini yn ein cymunedau BAME, y rheini sydd mewn sefyllfa fregus yn ariannol a'r rheini sydd â chyflwr iechyd meddwl yn barod, mae'n hanfodol ein bod yn annog pobl i gael gfael ar wasanaethau iechyd meddwl pan fydd eu hangen arnynt, nawr ac yn y dyfodol.

Mae teimlo'n unig ac yn ynysig yn broblem fawr i nifer o bobl ac mae'r pandemig wedi gwneud hyn yn waeth. Byddwn yn parhau i fonitro effaith y pandemig a gweithio gyda phartneriaid, gan gynnwys cymunedau, i ystyried y ffordd orau o fynd i'r afael â theimlo'n unig ac yn ynysig a darparu'r cymorth sydd ei angen ar bobl pan a lle mae ei angen arnynt.

Y camau nesaf:

- cyn bo hir byddwn yn cyhoeddi Cynllun Cyflawni 2019-22 ar gyfer Iechyd Meddwl a fydd yn adlewyrchu camau gweithredu a buddsoddiadau cryfach ar draws y Llywodraeth er mwyn ymateb i effaith y pandemig ar iechyd meddwl. Bydd hwn yn canolbwyntio'n benodol ar gamau diogelu ac atal mewn meysydd fel cymorth cyflogaeth, cymorth gyda dyledion, atal digartrefedd ac addysg.
- mae Llywodraeth Cymru yn gweithio gyda phartneriaid, gan gynnwys y GIG a'r trydydd sector, i ddarparu cymorth mewn ymateb i effaith uniongyrchol y pandemig ar iechyd meddwl. Mae'r gwaith hwn wedi canolbwyntio ar wella mynediad at wasanaethau cymorth ataliol ar lefel is, gan fuddsoddi £1.3m ychwanegol yn y flwyddyn ariannol hon. Mae'r gwelliannau presennol yn cynnwys cryfhau Llinell Gymorth Iechyd Meddwl CALL, argaeledd adnodd therapi gwybyddol ymddygiadol Cymru gyfan (Silvercloud) a lansio'r pecyn cymorth Iechyd Meddwl Pobl Ifanc. Mae cyllid ychwanegol yn cael ei ddarparu i'r trydydd sector i helpu i lenwi bylchau yn y math hwn o ddarpariaeth.
- bydd Llywodraeth Cymru yn parhau i weithio'n agos gyda'r GIG i gefnogi'r cynlluniau adfer presennol ar gyfer gwasanaethau iechyd meddwl sy'n cael eu darparu gan y GIG. Mae hyn yn cynnwys asesu'r galw am wasanaethau yn y dyfodol a chynnig digidol gwell, yn ogystal â sicrhau bod gwasanaethau cleifion mewnol a gwasanaethau iechyd meddwl eraill yn dal ar gael a'u bod yn gallu diwallu'r angen.

PLANT A PHOBL IFANC

Er y cydnabyddir ei bod hi'n ymddangos bod plant a phobl ifanc yn llai agored i'r feirws o'u cymharu ag oedolion, does dim amheuaeth bod effeithiau ehangach COVID-19 wedi cael effaith sylweddol ar eu bywyd. Gwyddom fod y rheolau a'r cyngor ar gadw'n ddiogel wedi bod yn heriol i blant a phobl ifanc, wedi effeithio ar eu bywyd cymdeithasol a'u haddysg, ac wedi amharu ar eu cynlluniau ar gyfer y dyfodol. Ni allwn anwybyddu'r effaith y bydd y cyfyngiadau hyn yn cael ar eu llesiant corfforol, emosiynol a meddyliol. O ran y plant a phobl ifanc sy'n byw mewn amgylchiadau teuluol anodd, neu blant a phobl ifanc mewn gofal, mae'r canlyniadau'n debygol o fod yn fwy dwys.

Mae pobl ifanc wedi gorfod addasu'n gyflym i'n hamgylcheddau newydd. Maent wedi colli addysg ac mae'r rhai mewn grwpiau blwyddyn arholiadau wedi gorfod dygymod â newidiadau sylweddol i'r system canlyniadau arholiadau a goblygiadau hynny.

Bydd gweithio ochr yn ochr â phlant a phobl ifanc, a sicrhau bod eu buddiannau a'u hawliau wrth galon ein polisïau a'n cynlluniau, yn helpu i ddiogelu pawb. Mae angen inni barhau i fuddsoddi amser yn esbonio ac yn cyfathrebu rheolau a chanllawiau'r

Llywodraeth yn effeithiol i blant a phobl ifanc. Drwy annog ein pobl ifanc i gadw at y rheolau, bydd gennym bartneriaid pwerus a dylanwadol i helpu i atal COVID-19 rhag lledaenu.

Mae'r dystiolaeth sy'n dod i'r amlwg mewn perthynas â COVID-19 yn parhau i awgrymu bod y cyflwr yn cael effaith lai o lawer ar blant nag ar oedolion, ac nad yw cyfran sylweddol o blant sydd â COVID-19 yn datblygu unrhyw symptomau.

Mae nifer isel yr achosion ymysg plant yn awgrymu mai cyfyngedig iawn yw eu rôl yn trosglwyddo'r cyflwr. Mae'n ymddangos bod babanod a phlant yn adfer yn dda ar ôl COVID-19, a'u bod yn gwneud adferiad llawn ar y cyfan.

Cyngor parhaus Llywodraeth Cymru i rieni yw, os ydynt yn poeni am iechyd eu plant, y dylent gysylltu â gweithiwr iechyd proffesiynol cyn gynted â phosibl.

Y camau nesaf:

Byddwn yn parhau i wneud y canlynol:

- gweithio gyda chyd-weithwyr yn y gwasanaethau cymdeithasol er mwyn sicrhau bod plant a phobl ifanc mewn gofal yn cael y cymorth priodol, a bod hawliau a buddiannau pennaf plant wrth galon y gwaith a wnawn
- gweithio mewn partneriaeth â gwasanaethau cymdeithasol awdurdodau lleol i blant er mwyn sicrhau bod lles y staff, y plant a'r pobl ifanc yn eu gofal yn bwysicach na dim
- cyfathrebu negeseuon y Llywodraeth yn effeithiol i blant a phobl ifanc, a gweithio gyda phartneriaid i sicrhau eu bod yn cael eu hesbonio a'u deall
- helpu byrddau iechyd i ailagor y gwasanaethau i blant a gafodd eu hatal fel rhan o'r ymateb i COVID-19 cyn gynted â phosibl, er mwyn lleihau unrhyw effeithiau tymor hwy y diffyg mynediad at y gwasanaethau hyn

ADSEFYDLU

Mae adsefydlu yn rhan greiddiol ac annatod o ofal ac mae wedi dod yn faes sydd wedi cael cryn sylw yn ystod y pandemig wrth inni ddechrau deall yr heriau adfer mae cleifion yn eu hwynebu, a rhai o'r problemau tymor hwy gan gynnwys ar gyfer cleifion sydd wedi bod mewn gofal critigol. Rydym hefyd yn cydnabod bod mwy o angen am gymorth adsefydlu o ganlyniad i effaith y cyfyngiadau symud.

Roedd Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi fframwaith adsefydlu cenedlaethol a chanllawiau ym mis Mai i helpu cynllunwyr lleol a chlinigwyr i ystyried y galw am adsefydlu, ailalluogi ac adfer ar draws gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol.

Roeddem wedi cyflwyno'r canllawiau COVID-19 penodol ar gyfer rhyddhau cleifion o'r ysbyty ym mis Ebrill 2020. Mae hyn yn atgyfnerthu'r ethos "Gartref yn Gyntaf", gyda ffocws cryfach ar adsefydlu ac ailalluogi er mwyn galluogi pobl i fyw'n annibynnol eto, a lleihau'r angen am leoliadau tymor hwy a pheynnau gofal. Mae cynnydd da wedi cael ei wneud i weithredu'r llwybrau sy'n caniatáu i gleifion fynd adref yn gynharach gyda chymorth. Mae angen gwneud rhagor o waith i sicrhau mai

dyma'r broses ddiodyn i fynd â phobl adref neu i'r lleoliad cymunedol priodol cyn gynted â phosibl.

Y camau nesaf:

Bydd byrddau iechyd, awdurdodau lleol a'r trydydd sector yn parhau i gydweithio ar lefel genedlaethol a lleol er mwyn:

- nodi a rhoi cymorth i'r bobl hynny y mae angen eu hadsefydlu, a hynny oherwydd eu bod yn gwella ar ôl COVID-19 neu oherwydd effaith y cyfyngiadau symud
- gwella'r mynediad at wasanaethau adsefydlu yng nghartrefi pobl neu'n agos iddynt pan fydd eu hangen, gan atal gofal brys a mynediad amhriodol i'r ysbyty
- cynnig gofal i bobl fel mater o drefn yn unol â'r llwybrau, gan fabwysiadu dull gweithredu sy'n golygu bod cleifion yn mynd adref o'r ysbyty pan fyddant yn barod, gyda threfniadau adsefydlu rhagweithiol

RHOI'R WYBODAETH DDIWEDDARAF I BAWB

Mae rhoi'r wybodaeth ddiweddaraf i bawb, drwy ddulliau gwahanol (gan gynnwys cynadleddau i'r wasg, defnyddio teledu, radio, papurau newydd a chyfryngau cymdeithasol) wedi bod yn agwedd bwysig ar reoli'r pandemig ac mae wedi helpu pawb i chwarae eu rhan i fynd i'r afael ag ef. Bydd hi'n bwysig iawn parhau i rannu gwybodaeth yn glir ac yn gyson am y risgiau, effaith ymddygiad unigolion ac ar y cyd, a'r hyn y gall pobl ei wneud dros y gaeaf i ofalu amdanynt eu hunain, eu teuluoedd a'u cymunedau.

Drwy ymgyrch Diogelu Cymru aml-gyfrwng, byddwn yn parhau i atgoffa pobl o'r angen parhaus i ddiogelu eu hunain ac eraill drwy gydol y gaeaf. Bydd hysbysebion yn canolbwyntio ar hyrwyddo ymddygiad a fydd yn atal COVID-19 rhag lledaenu, ac ar yr angen i gymryd rhan yn y rhaglen Profi, Orlhain, Diogelu.

Dan yr ymgyrch Diogelu Cymru, byddwn hefyd yn gofyn i bobl "Ddiogelu'r GIG" y gaeaf hwn. Bydd hyn yn cynnwys annog pobl i ddefnyddio gwasanaethau GIG Cymru yn briodol, gan gyfeirio at GIG 111 i gael cymorth.

Rydym yn gwybod bod angen bod yn hyblyg er mwyn gallu newid ein negeseuon yn gyflym i ymateb i faterion wrth iddyn nhw ddatblygu drwy'r gaeaf, felly bydd ein negeseuon yn addasu i fynd i'r afael â meysydd sy'n peri pryder. Er enghraifft, yn ystod mis Medi rydym yn canolbwyntio ar ddychwelyd myfyrwyr i ysgolion ac i brifysgolion, a'r risg o haint a ddaw yn sgil hynny.

Yn ogystal â'r negeseuon ar gyfer y cyhoedd yn gyffredinol, byddwn yn rhannu negeseuon wedi'u targedu pan fydd angen amlwg i wneud hynny, gan gynnwys cymunedau BAME a phobl ifanc. Bydd hyn yn adeiladu ar y gwaith sylweddol sydd eisoes wedi cael ei wneud i ymgysylltu â phobl ifanc gydag ymgyrch wedi'i thargedu at bobl ifanc 16-24 oed dros fisoedd yr haf.

Mae ein perthynas gyda phartneriaid, gan gynnwys byrddau iechyd ac awdurdodau lleol, yn caniatáu inni rannu ein negeseuon yn gyflym, ac mae gennym rwydwaith cyfathrebu sydd wedi hen ennill ei blwyf yn y sector cyhoeddus sy'n golygu ein bod yn gallu cydweithio i gyrraedd cynifer o bobl yng Nghymru ag sy'n bosibl er mwyn Diogelu Cymru.

Y GWEITHLU

Mae COVID-19 wedi tynnu sylw at yr angen am weithredu cyflym i gefnogi'r gwaith o drawsnewid y gweithlu iechyd a gofal cymdeithasol er mwyn cael rhagor o gadernid dros y gaeaf. Mae staff y rheng flaen a gweithwyr allweddol wedi ymateb yn wych drwy gydol y pandemig ac maent yn dal yn hanfodol er mwyn inni lwyddo dros y gaeaf. Rhaid rhoi blaenoriaeth i sicrhau eu llesiant, gan gynnwys eu hiechyd meddwl. Dyma ein prif feysydd ffocws:

- parhau i ddiogelu ac i gefnogi'r staff sydd wedi bod yn gofalu am gleifion yn y GIG ac mewn lleoliadau gofal cymdeithasol, yn ogystal â gweddill ein gweithlu
- rhoi camau gweithredu ar waith i lenwi'r bylchau yn y gweithlu a chofleidio'r cyfle sydd wedi codi yn sgil y pandemig i annog rhagor o bobl i weithio ym maes iechyd a gofal cymdeithasol
- datblygu gweithlu iechyd a gofal cymdeithasol er mwyn darparu gwasanaethau yn nes adref. Mae effaith y cyfyngiadau symud ar wasanaethau wedi newid y ffordd rydym yn gweithio'n ddramatig
- sicrhau bod gennym weithlu sydd wedi'i hyfforddi ac yn gallu defnyddio technoleg ddigidol yn gyfforddus
- parhau i fuddsoddi yn addysg a hyfforddiant proffesiynau ar draws y system iechyd a gofal cymdeithasol
- dylanwadu ar newid diwylliannol ar draws sefydliadau a sectorau drwy feithrin capasiti arwain tosturiol ac ar y cyd ar bob lefel
- sicrhau bod gan ein gwasanaethau'r gweithlu sydd ei angen i gynnal gofal yn ystod y gaeaf

Bydd gweithredu'r cynllun sydd wedi cael ei ddatblygu gan Addysg a Gwella Iechyd Cymru, ynghyd â rhai sefydliadau cenedlaethol a lleol allweddol eraill, yn gwneud y gweithlu'n fwy cadarn drwy ddarparu dull gweithredu cydlynol a chydgyssylltiedig i gefnogi'r gweithlu iechyd a gofal.

TECHNOLEG AC ARLOESI DIGIDOL

Mae arloesi digidol wedi bod yn rhan allweddol o'r ymateb i COVID-19 drwy roi prosiectau a gwasanaethau a oedd wedi'u cynllunio ar waith. Dros y misoedd diwethaf, mae defnyddio technoleg wedi cael ei gyflymu yng Nghymru, gan gefnogi cyflawni'r Rhaglen Profi, Olrhain, Diogelu a chaniatáu i bobl barhau i gael gafael ar gyngor a gwasanaethau gofal iechyd o'u cartrefi. Mae hyn wedi cynnwys cyflwyno ymgynghoriadau fideo yn genedlaethol ar gyfer gofal sylfaenol, eilaidd a chymunedol. Mae'r systemau newydd wedi cefnogi gwasanaethau allweddol gan gynnwys

Meddygon Teulu, Nyrsys Cymunedol, Timau Iechyd Meddwl Cymunedol, Ymwelwyr Iechyd, Bydwraedd Cymunedol, clinigau Cleifion Allanol a Diabetes i gynnal dolen weledol â'u cleifion.

Cyflwynwyd dulliau digidol arloesol yn gyflym iawn i helpu i leihau'r angen am ymgynghoriadau wyneb yn wyneb ac i helpu pobl i gadw mewn cysylltiad. Mewn cyfnod byr, mae rhith-apwyntiadau wedi dod yn boblogaidd iawn. Dros y 5 mis diwethaf, cafodd tua 40% o apwyntiadau cleifion allanol eu cynnal o bell, a rhoddodd 84% o gleifion a chlinigwyr adborth cadarnhaol.

Mae gweithio o bell wedi cael ei gefnogi ar draws y GIG drwy gyflwyno dyfeisiau digidol. Mae Llywodraeth Cymru hefyd wedi cefnogi Cymunedau Digidol Cymru i ehangu eu cynllun rhoi benthyg dyfeisiau digidol drwy roi benthyg dros fil o ddyfeisiau. Mae'r rhain wedi cael eu rhoi i gartrefi gofal a hosbisau er mwyn i breswylwyr allu parhau i gael gfael ar wasanaethau iechyd a llesiant yn ogystal â chadw mewn cysylltiad â pherthnasau.

Mae cyflymu cyflwyno'r rhaglen gofal llygaid digidol wedi arwain at ddiagnosteg o bell ac atgyfeirio electronig. Mae hyn wedi golygu bod llai wedi gorfod dod i'r ysbyty, yn enwedig unigolion a oedd yn gwarchod ac unigolion agored i niwed.

Y camau nesaf:

- cynnal ffyrdd newydd o weithio a gwasanaethau ymgynghori o bell i gefnogi gweithrediadau a darparu gwasanaethau
- parhau i ddatblygu'r llwyfan olrhain cysylltiadau digidol a'i integreiddio gydag agweddau eraill ar y rhaglen Profi, Olrhain, Diogelu
- datblygu llwyfannau digidol i gefnogi rhaglenni brechu ar raddfa fawr a rhestru gwarchod cleifion
- posibilrwydd datblygu llwyfannau profi COVID-19 digidol ymhellach (os bydd angen gwasanaethau yng Nghymru yn unig)

CYLLID

Mae Llywodraeth Cymru wedi darparu dros £1.3bn i gefnogi ymateb y GIG i COVID-19. Mae'r cyllid hwn wedi cefnogi'r camau a gymerwyd yn ystod y rhan gyntaf o'r pandemig, a bydd yn parhau i helpu sefydliadau'r GIG ledled Cymru i baratoi am yr heriau a ragwelir dros y gaeaf. Bydd hyn yn cynnwys ymateb i ail don bosibl o'r feirws, ynghyd â phwysau arferol y gaeaf, ac ehangu'r mynediad at wasanaethau hanfodol.

Bydd pecyn sefydlogi'r GIG a gyhoeddwyd ym mis Awst, gwerth £800 miliwn, yn helpu'r GIG i gynllunio'r trefniadau cymhleth hyn ac i sicrhau'r adnoddau i ymdopi dros y misoedd nesaf.

Bydd hefyd yn ariannu'r broses o gaffael cyfarpar diogelu personol (PPE) i'r sectorau iechyd a gofal cymdeithasol, er mwyn sicrhau bod modd sefydlu cyflenwadau 'wrth gefn' priodol i ymateb i unrhyw ail don. Bydd hefyd yn sicrhau bod cyflenwad

dibynadwy ar gael i ddarparwyr gofal sylfaenol – gan gynnwys meddygon teulu, deintyddion ac optometryddion.

Mae awdurdodau lleol wedi bod yn rhan annatod o'r ymateb i'r pandemig gan ddarparu gwasanaethau a chymorth hanfodol yn eu cymunedau mewn amgylchiadau anodd. Mae Llywodraeth Cymru wedi darparu £62.7 miliwn rhwng mis Ebrill a mis Medi i gefnogi darparwyr gofal cymdeithasol i oedolion.

Rydym yn cydnabod y bydd nifer o ddarparwyr gofal cymdeithasol yn parhau i wynebu pwysau ariannol am gryn amser, ac mae'n bosibl y bydd hyn yn waeth dros y gaeaf. O ganlyniad, roedd y Gweinidog Tai a Llywodraeth Leol wedi cyhoeddi £264 miliwn ychwanegol yn ddiweddar ar gyfer awdurdodau lleol ar gyfer gweddill 2020-2021 ar gyfer costau sy'n gysylltiedig â COVID-19.

CYDWEITHIO AR HYD A LLED CYMRU

Mae Cynllun Diogelu'r Gaeaf yn dangos yr ymrwymiad rydym wedi'i wneud i bobl Cymru drwy gydol yr argyfwng iechyd cyhoeddus eithriadol hwn – byddwn bob amser yn gwneud penderfyniadau sydd er budd Cymru, i wneud y peth iawn dros Gymru, ac yn gwneud penderfyniadau sy'n diogelu Cymru.

Rydym wedi bod yn defnyddio tystiolaeth wyddonol i ddylanwadu ar y penderfyniadau hynny ac rydym yn cydnabod ei bod wedi bod yn anodd ac yn heriol iawn, i ni fel unigolion ac i gymunedau. Mae cydweithio fel cenedl wedi gwneud gwahaniaeth enfawr. Mae pobl a sefydliadau ar hyd a lled Cymru wedi chwarae eu rhan i helpu i leihau effaith y feirws. Serch hynny, nid yw'r feirws wedi diflannu a bydd y penderfyniadau rydym wedi'u gwneud yn ddiweddar, ac y bydd gofyn inni eu gwneud dros y misoedd nesaf, yn hollbwysig. Nid ar chwarae bach mae Llywodraeth Cymru wedi cyfyngu ar symudiadau pobl ac ar eu bywyd o ddydd i ddydd. Ond byddwn yn gwneud y penderfyniadau anodd hynny i helpu i achub bywydau a lleihau'r risgiau i'r bobl fwyaf agored i niwed.

Y camau rydym yn eu cymryd ar y cyd, fel cadw pellter cymdeithasol, cadw hylendid dwylo da, osgoi cyffwrdd ein hwyneb a gwisgo masg pan fo angen, er enghraifft ar drafnidiaeth gyhoeddus, yw'r camau mwyaf effeithiol y gellir eu cymryd i osgoi trosglwyddo'r feirws a'i atal rhag lledaenu ledled Cymru. Bydd popeth arall y mae'n rhaid inni ei wneud a'i benderfynu yn dibynnu ar ba mor llwyddiannus ydym ni yn cadw at y rheolau hyn. Rhaid inni gadw'r ddisgyblaeth honno er mwyn osgoi cyfyngiadau pellach.

Aeth ein staff y GIG a'n gweithwyr allweddol yr ail filltir i ofalu am bobl a'u trin yn ystod y don gyntaf, a byddant yno inni eto dros y gaeaf. Rhaid inni barhau i wneud popeth gallwn ni i osgoi llethu gwasanaethau'r GIG a gwasanaethau gofal. Rydym wedi gweld pa mor fregus yw'r cydbwysedd rhwng llacio'r cyfyngiadau symud a'r cynnydd cyflym mewn achosion dros yr wythnosau diwethaf. Mae'r gaeaf yn gyfnod heriol bob blwyddyn wrth i salwch tymhorol effeithio ar y GIG a gofal cymdeithasol, ac mae'r sefyllfa'n fwy ansicr byth eleni wrth inni reoli hynny ochr yn ochr â COVID-19. Dyma'r amser i gymryd y gofal a'r wylidwriaeth ychwanegol, ac i ystyried ein cyfrifoldebau personol a'r cyfraniad rydym yn ei wneud fel unigolion, fel y byddwn

ni'n osgoi rhoi pwysau diangen ar weithwyr allweddol dros y gaeaf ac yn atal ail don fawr, os yw hynny'n bosibl.

Un rhan bwysig a chyfarwydd arall o'r gaeaf yw'r ymgyrch ffliw tymhorol. Mae'n bwysicach nag erioed bod y rheini sy'n cael cynnig brechiad yn manteisio ar y cynnig hwnnw. Bydd hyn yn eu diogelu nhw a phobl eraill, ac yn lleihau nifer y bobl y mae'n rhaid eu derbyn i'r ysbyty ac sydd o bosibl yn marw o ganlyniad i'r ffliw. Eto, dyma gyfle inni wneud cyfraniad personol i ddiogelwch a llesiant ein teuluoedd, ein ffrindiau a'n cymunedau.

Mae popeth sydd wedi'i nodi yn y cynllun hwn yn digwydd ac, ar y cyd, yn gwneud gwahaniaeth i fywydau pobl ar hyd a lled Cymru. Rydym yn parhau i ddysgu ac addasu wrth inni ddeall y feirws newydd a chymhleth hwn. Mae defnyddio arloesedd, ffyrdd newydd o atal haint, diogelu a thrin cleifion, a chynnal gwasanaethau iechyd a gofal wrth galon y cynllun hwn a'r gwaith o ddiogelu Cymru.