cyngor

Hydref
2009

Newyddion gan weithwyr ar draws y gwasanaeth Cyngor ar Bopeth

Codi arian o'r entrychion

Neidio i godi arian i ganolfannau

Rhifyn arbennig ar iechyd

Canolfannau mewn lleoliadau gofal iechyd

Newyddion o'r gynhadledd

Cynnwys

Newyddion a Digwyddiadau 3

Dathliadau 70 mlynedd 4-5

Rhifyn arbennig ar iechyd 6-7

Polisi / Ymgyrchoedd 8

Codi arian 9

Ar draws y gwasanaeth 10-11

Rhifyn arbennig ar iechyd 12-13

Dathliadau 70 mlynedd 14-15

Wyddoch chi? 16

Golygyddol

Cylchlythyr chwarterol yw *Cyngor* i ddod â'r holl newyddion gan weithwyr ar draws y gwasanaeth Cyngor ar Bopeth atoch.

Cynhyrchwyd gan
Citizens Advice
Myddelton House
115–123 Pentonville Road
Llundain N1 9LZ
Rhif ffôn: 020 7833 2181
adviceguide.org.uk
citizensadvice.org.uk

Rhagair

Croeso i'r ail rifyn estynedig hwn o *Cyngor* a fy rhifyn cyntaf i yn dilyn fy ethol fel Cadeirydd newydd Bwrdd yr Ymddiriedolwyr.

Yn ogystal â dathlu 70 mlynedd o gyngor sy'n gallu newid bywydau, yr ydym yn dathlu 70 mlynedd o angerdd ac ymroddiad tuag at werth pob dinesydd, y frwydr yn erbyn gwahaniaethu a'r gwaith i sicrhau cyflawnder i rai sydd mewn perygl o gael eu hallgau.

Mae'r rhifyn hwn yn canolbwyntio ar beth o'r gwaith rhagorol sy'n cael ei wneud gan y canolfannau, mewn partneriaeth â'u Hymddiriedolaethau Gofal Iechyd Sylfaenol lleol i helpu a chefnogi pobl â phroblemau iechyd ac iechyd meddwl.

Yn ogystal â newyddion o'n cynhadledd flynyddol, cewch ddarllen am rai o'r cynlluniau codi arian cyffrous y mae'r canolfannau wedi bod yn cymryd rhan ynddynt, gan gynnwys y 115 parasiwtiwr dewr sydd wedi bod yn neidio o uchder o 15,000 troedfedd i godi arian at eu canolfannau lleol.

Hefyd, cofiwch archebu'ch tocynnau ar gyfer ein cinio mawreddog fis Ionawr (gweler tudalen 9). Dylai fod yn ddigwyddiad cofiadwy a bydd yr arian a godir yn ein helpu i gynnal gwasanaeth llinell gymorth genedlaethol, sy'n wasanaeth mor bwysig.

Gobeithio y cewch flas ar y rhifyn dathlu arbennig hwn.

John Gladwin
Cadeirydd, Cyngor ar Bopeth

I dderbyn e-fersiwn o'r cylchlythyr hwn, anfonwch eich manylion cyswllt at **thecitizen@citizensadvice.org.uk**

A oes gennych stori Cyngor ar Bopeth yr hoffech ei rhannu?
Anfonwch eich straeon newyddion at Sally Littlecott yn thecitizen@citizensadvice.org.uk

Arloesi yn Swydd Gaergrawnt

Mae canolfannau yn Swydd Gaergrawnt wedi lansio prosiect arloesol newydd – 'Advicehub' – a hynny mewn cyfarfod dros frecwast i edrych ar effeithiau'r dirwasgiad.

Yng nghwmni uwch gynrychiolwyr o lywodraeth leol, ranbarthol a chenedlaethol, y GIG, elusennau a busnesau lleol a rhanbarthol, bu'r cyfarfod brecwast, o dan ofal yr Arglwydd Wilson o Dinton yng Ngholeg Emmanuel yn y ddinas, yn trafod y galw cynyddol am wasanaethau cynghori ers i'r dirwasgiad daro.

Yn Swydd Gaergrawnt, gwelwyd cynnydd syfrdanol o 184 y cant o'i gymharu â ffigurau'r llynedd yn y nifer sy'n hawlio lwfans ceisio gwaith ar ôl colli eu gwaith, ac mae hyn yn cymharu â chyfradd o 99 y cant yn genedlaethol.

Mae'r prosiect Advicehub yn cael ei ariannu gan y Gronfa Loteri Fawr i ddatblygu partneriaeth o ddarparwyr gwasanaeth cynghori yn Swydd Gaergrawnt. Gan ddefnyddio technoleg arloesol a thrwy ddatblygu mân ganolfannau ledled y sir, bydd Advicehub o fewn cyrraedd miloedd yn rhagor o bobl, gan gynnwys rhai sy'n byw mewn ardaloedd gwledig.

Y prif bartneriaid yw'r pedair canolfan yn Swydd Gaergrawnt – Ely, Fenland, Huntingdonshire a Chaergrawnt – ac mae'r prosiect yn chwilio ar hyn o bryd am ragor o bartneriaid i ymuno â'r rhwydwaith.

Am ragor o wybodaeth a manylion sut y gallwch gymryd rhan, ewch i **advicehub.org**

Gorllewin Canolbarth Lloegr yn cipio'r aur

CAB Wolverhampton yw cyd-enillwyr y fedal aur enwog yng ngwobrau Siambr Fasnach y Black Country yng Ngorllewin Canolbarth Lloegr.

Yn y digwyddiad i elusennau, 'Let's celebrate success', rhannodd CAB Wolverhampton y brif wobr am y busnes gorau yn y rhanbarth.

"Yr ydym yn hapus dros ben o fod wedi ennill y wobr hon. Yr ydym yn awr yn darparu llawer o wasanaethau cyhoeddus, gan gynnwys cymorth cyfreithiol, y gwasanaeth Link a'n gwaith ar wahaniaethu, ac mae ennill gwobr a roddir gan y sector masnachol fel gwireddu breuddwyd i ni."

Jeremy Vanes, Prif Swyddog Gweithredol, CAB Wolverhampton

Codi arian o'r entrychion

Yr oedd cyfanswm o 115 o bobl wedi cofrestru i neidio o awyren o uchder o 13,000 troedfedd i godi arian ar gyfer eu canolfan leol.

Cafodd y 30 cyntaf i archebu eu lle yn y ganolfan yn Langer yn Nottingham gyfle gwych i neidio wedi'u clymu'n sownd i aelod profiadol o dîm y Red Devils.

Yr oedd y digwyddiad wedi'i gynllunio'n wreiddiol i gyd-fynd â'r dathliadau pen blwydd yn 70 ar 4 Medi, ond oherwydd gwyntoedd cryfion bu'n rhaid gohirio'r naid.

Ar 2 Hydref, diolch i awyr las yng nghanolfan lanio Netheravon yn Salisbury llwyddodd 35 i neidio ond yn Langer daeth y glaw â'r hwyl i ben gyda dim ond 10 yn llwyddo i drechu'r elfennau.

Wrth i ni fynd i'r wasg, yr oedd tua hanner y cyfranogwyr wedi neidio, gan godi'r swm gwych o £45,000. Disgwylir i'r ffigur hwn godi i fwy na £75,000 ar ôl i bawb neidio.

Yn ogystal â llongyfarch pawb sydd wedi neidio, hoffem ddiolch i'r Red Devils, y tîm hyfforddi, Click and Jump am eu gwaith mewn tywydd mor anodd, diolch hefyd i Skyline Langer am y llun ar gyfer y clawr ac yn olaf, i bawb sydd wedi noddi'n neidwyr dewr.

Awyren? Aderyn?

Bydd yr arian a godwyd yn galluogi canolfannau i gyflwyno newidiadau a fydd yn gwneud gwahaniaeth gwirioneddol i fywydau pobl ac i'r cymunedau lle maent yn byw.

Chris Evans, yn y llun uchod a'r dde uchaf, yw Prif Weithredwr CAB Barking a Dagenham, lle mae wedi bod yn gweithio ers 11 mlynedd.

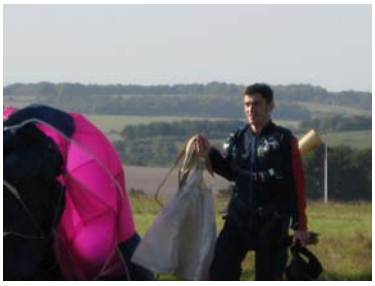
Mae Chris wedi codi dros £1,000 i'w ganolfan, a bydd yr arian yn cael ei wario ar adnewyddu'r ganolfan er budd staff a chleientiaid:

"Yr oedd yn brofiad bythgofiadwy ac yr oedd yn braf hefyd cael cwrdd â staff o bob rhan o'r rhwydwaith. Yr oedd yn gyfle gwych i glywed sut y mae canolfannau eraill yn mynd ati i ateb y galw cynyddol am eu gwasanaethau. Yr oedd yn ddiwrnod ardderchog."

Chris yn neidio

"Mae'n bleser llongyfarch pawb sy'n gysylltiedig â Chyngor ar Bopeth ar achlysur dathlu 70 mlynedd ers sefydlu'r gwasanaeth. Mae'r angen am gyngor i'w deimlo fwyaf yn ystod cyfnodau anodd."

Y Prif Weinidog, Gordon Brown



Carl yn dal ar ei draed

Mae'n bwrw dynion a pharasiwtau

Y diafoliaid dewr

Mae arian nawdd yn gwneud gwahaniaeth

Mae'n llun ar y clawr yn dangos Trish Carpenter, Rheolwr Canolfan CAB Southend, lle mae wedi bod yn gweithio am saith mlynedd a hanner. Gan neidio gydag Ian (neu Milko i'w ffrindiau), mae naid Trish wedi codi £1,300 i'r ganolfan hyd yma:

"Mae'r arian a godwyd yn golygu y gallwn fynd ymlaen â'n cynllun i gael system wybodaeth sgrin gyffwrdd ar gyfer cleientiaid.

Bydd hyn yn ein helpu i ateb y galw cynyddol am gyngor a bydd hefyd yn golygu y bydd cleientiaid yn gallu cael y cyngor sydd ei angen arnynt yn gyflymach.

Yr oedd y naid yn brofiad gwych, a hoffwn ddiolch o galon i bawb sydd wedi fy noddi."

Mae Carl Wheeler, mab aelod o staff CAB Salisbury a'r Cylch, wedi codi dros £1,000 i'r ganolfan:

"Yr oeddwn wrth fy modd yn cael y cyfle i neidio ac yr oedd hefyd yn braf cael cyfle i godi arian i sefydliad mor bwysig a gwerthfawr."

Meddai'r Prif Weithredwr, Kate Godfrey:

"Yr wyf yn ddiolchgar i Carl am gynnig neidio ar ein rhan ac i bawb sydd wedi'i noddi. Yr ydym am ddefnyddio'r arian i recriwtio a hyfforddi mwy o wirfoddolwyr, er mwyn ein helpu i ymdopi â'r galw mawr am ein gwasanaethau."

Materion iechyd

"Yr ydym wedi canfod bod gan un o bob pedwar person sy'n defnyddio CAB mewn gofal sylfaenol hawl i dderbyn budd-daliadau lles ychwanegol. Ar ôl dadansoddi'r budd-daliadau hyn, gwelwyd bod 53 y cant ohonynt yn seiliedig ar brawf maeth, felly yn hynny o beth gwyddom ein bod yn gwneud cyfraniad uniongyrchol i leddfu tlodi."

Julie Hirst, Arbenigwr Iechyd y Cyhoedd, Ymddiriedolaeth Iechyd Sylfaenol Sirol Swydd Derby

Mae'r cysylltiad rhwng afiechyd a thlodi'n ddigon hysbys ac mae Cyngor ar Bopeth yn gweithio â nifer o bartneriaid gwahanol i roi sylw i'r anghydraddoldeb a'r anghenion cynghori sy'n wynebu rhai o aelodau mwyaf agored i niwed ein cymdeithas.

Yn ogystal â'n gwaith â Gofal Canser Macmillan (gweler rhifyn yr haf), o'r 2,030 o brosiectau allgymorth rheolaidd y canolfannau, mae 37 y cant yn cael eu cynnal mewn canolfannau gofal iechyd.

Dechreuodd Ymddiriedolaeth Iechyd Sylfaenol Sirol Swydd Derby leoli cynghorwyr CAB mewn meddygfeydd meddygon teulu ar ddechrau'r 1990au. Erbyn mis Mawrth 2009, yr oedd 52 allan o 98 practis Ymddiriedolaeth y Sir yn cynnal sesiynau CAB a oedd yn cael eu rhedeg gan y chwe chanolfan yn y sir.

Yn ystod 2008/09 bu'r prosiect yn helpu 2,049 o gleientiaid, gan ddelio ag 8,573 o ymholiadau – gyda'r nifer fwyaf ohonynt yn ymwneud â budd-daliadau (48 y cant), ac yna dyledion (25 y cant). Sicrhaodd cynghorwyr CAB bron i £2.4 miliwn mewn budd-daliadau ychwanegol a bu'n helpu cleientiaid i reoli dyledion gwerth cyfanswm o £2.7 miliwn.

Mae Ymddiriedolaeth Swydd Derby wedi amcangyfrif bod pob £1 sy'n cael ei buddsoddi yn y prosiect yn arwain at sicrhau £6.50 mewn incwm ychwanegol i gleientiaid ac mae'n eu helpu i reoli £7.40 o'u dyledion.

Bydd cyllid ychwanegol yn 2009/10 yn golygu y bydd 89 practis yn gallu darparu gwasanaeth wythnosol, gyda'r gweddill ar gael bob pythefnos. Disgwylir y bydd hyn yn golygu y bydd 6,000 o gleientiaid yn derbyn cymorth ac y bydd £5 miliwn yn cael ei sicrhau i gleientiaid.

Mae'r gwasanaeth yn boblogaidd iawn ymhlith cleifion a phob practis sy'n cymryd rhan, gyda 32 allan o 46 o feddygon teulu'n dweud ei fod yn 'werthfawr dros ben'.

"Yr wyf yn teimlo bod presenoldeb CAB yn ddatblygiad gwerthfawr dros ben mewn meddygfeydd meddygon teulu ac yn fwy na dim fel gwasanaeth I adnodd ar gyfer cleifion."

Meddyg Teulu

Mae'r prosiect wedi denu cryn sylw ar lefel leol, ranbarthol a chenedlaethol gyda'r Ymddiriedolaeth yn Swydd Derby yn cynghori rhai cyfagos ar sut i fynd ati i gomisiynu'r gwasanaeth yn eu hardaloedd.

Mae Ymddiriedolaeth Iechyd Sylfaenol Sirol Swydd Derby wedi comisiynu ymchwil i weld sut y mae'r gwasanaeth yn gwella iechyd ac a yw'n cynnig gwerth am arian.

Gwella bywyd yn y gynhadledd

Cyngor gwell, iechyd gwell

Mae'r prosiect 'Cyngor gwell, iechyd gwell', partneriaeth rhwng Cyngor ar Bopeth Cymru a Llywodraeth Cynulliad Cymru, yn darparu cyngor cyffredinol a chyngor ar fudd-daliadau mewn canolfannau gofal iechyd ledled Cymru.

Ers 2001, mae'r prosiect wedi helpu dros 60,000 o gleientiaid ac mae wedi codi bron i £34 miliwn.

Ar draws y gwasanaeth Cyngor ar Bopeth mae 753 o brosiectau allgyrraedd yn weithredol mewn canolfannau gofal iechyd.

Gwella bywyd

Mae prosiect CAB Reading 'Making life better' yn wasanaeth unigryw sy'n cynnig hyfforddiant mewn sgiliau byw i bobl a hoffai wneud newidiadau cynaliadwy a phositif i'w ffordd o fyw.

Mae'r prosiect peilot tair blynedd yn cael ei ariannu gan yr Adran Iechyd, gyda CAB Reading yn gweithio mewn partneriaeth ag Ymddiriedolaeth Gofal Sylfaenol Berkshire a Chyngor Bwrdeistref Reading i roi sylw i anghydraddoldebau iechyd yn lleol.

Gall hyfforddwyr gwirfoddol helpu cleientiaid i wella'u ffitrwydd a'u diet, lleihau straen, eu pwysau a'u lefelau yfed ac ysmygu, gan roi hwb i'w hyder a chyflawni cydbwysedd yn eu dull o fyw.

Mantais canolfannau sy'n gallu cynnig y gwasanaeth hwn yw eu bod yn gallu cynnig cymorth i gleientiaid sydd â phroblemau eraill hefyd, fel dyledion neu broblemau cyflogaeth a all fod yn cyfrannu at eu hiselder a'r straen maent yn ei deimlo.

> ASTUDIAETH ACHOS

Cafodd Jessica, mam i bum plentyn, help i golli dros ddwy stôn gan Heather, hyfforddwr sgiliau byw:

"Yr oeddwn wedi cyrraedd cyfnod yn fy mywyd lle nad oeddwn yn gwybod beth i'w wneud. Yr oeddwn yn ennill pwysau, yn ei golli ac yn ei roi'n ôl eto, yr oedd yn gylch diddiwedd. Ond gyda chymorth Heather, collais y pwysau ac yr wyf yn awr yn teimlo'n llawer mwy hyderus. "

Meddai Heather:

"Yn aml bydd pobl yn profi diffyg hyder am eu bod yn teimlo'n isel oherwydd problemau ariannol a gallai hynny achosi iddynt droi at fwyd am gysur a fyddai'n gwneud iddynt ennill pwysau – sy'n golygu eu bod yn colli mwy fyth o hyder. Gallwn eu helpu i fynd i'r afael â'r holl broblemau hyn ac i ddysgu ffyrdd newydd o ymdopi â hwy."

Lles Teg

Ymgyrch am system les cyfiawn ac effeithlon yn y DU

Ym mis Medi, lansiodd Cyngor ar Bopeth ei ymgyrch Lles Teg (Fair Welfare) i geisio sicrhau system les, budd-daliadau a chredydau treth gyfiawn ac effeithlon.

Ar y dechrau, bydd yr ymgyrch yn canolbwyntio ar ddwy brif agwedd: gwella cymorth dychwelyd i waith i bobl ar fudd-daliadau a dileu hen ddyledion sy'n deillio o ordaliadau credyd treth.

Arweiniodd problemau gweinyddol yn ystod blynyddoedd cyntaf y system credydau treth at ordaliadau i filiynau o bobl. Mae ymdrechion i adennill y gordaliadau hynny'n parhau i achosi caledi a straen i lawer o bobl. Bydd Cyngor ar Bopeth yn casglu tystiolaeth gan ganolfannau ar brofiadau cleientiaid a bydd wedyn yn defnyddio'r dystiolaeth hon i roi gwybod i'r Llywodraeth am yr hyn sydd angen ei wella.

Gwella
> cymorth dychwelyd i waith

"Mae ein client wedi'i chofrestru'n ddall ac mae ganddi ffibriliad atriol a diabetes. Cafodd ei dychryn gan y ffordd y cafodd ei thrin yn ei chyfweliad gwaith. Yr oedd yn teimlo eu bod wedi gofyn cwestiynau diangen ac roedd o'r farn bod y cyfweliad wedi'i gynnal mewn ffordd ddifriol a'u bod yn dangos diffyg cydymdeimlad."

Cynghorydd CAB

Mae'r Llywodraeth wedi gwneud cyfweliadau sy'n canolbwyntio ar waith yn orfodol i lawer sy'n hawlio budd-daliadau. Mae tystiolaeth anecdotaidd yn awgrymu bod ein cleientiaid wedi cael profiadau gwael yn y cyfweliadau hyn. Yr ydym yn awr yn casglu tystiolaeth i'w chyflwyno i'r Llywodraeth i sicrhau bod y cymorth mwy personol mae wedi'i addo i gynorthwyo pobl i oresgyn rhwystrau rhag cael gwaith yn cael ei ddarparu..

Dileu dyledion
> dyledion gordaliadau credyd treth

"Mae Cyllid a Thollau Ei Mawrhydi yn gofyn i'r client ad-dalu £17,000 o ordaliad credyd treth rhwng 2003 a 2005. Nid oedd y client yn gwybod dim am y gordaliad tan 2005 pan ddywedwyd wrthi fod yr wybodaeth yr oedd wedi'i chyflwyno wedi cael ei bwydo'n anghywir i'r system, a bod hynny wedi arwain at dalu gormod iddi. Mae'r ddyled yn achosi caledi ariannol sylweddol iddi."

Cynghorydd CAB

Yr ydym yn gofyn i'r Llywodraeth ddileu gordaliadau credyd treth nad ydynt yn ganlyniad twyll a dalwyd rhwng 2003/04 a 2004/05 yn achos hawlwyr y mae eu hachosion yn rhai cymhleth yn weinyddol, neu sy'n profi caledi. Yr ydym yn amcangyfrif y byddai hyd at 1.5 miliwn o deuluoedd yn elwa pe gwneid hyn.

Am ragor o wybodaeth,
ewch i **citizensadvice.org.uk (lles teg)**

Rhifyn arbennig o raglen deledu boblogaidd

Martin Lewis, Chris Tarrant ac Angela Rippon

Ar 15 Medi, ymunodd Martin Lewis â chyn-ddarllenydd newyddion y BBC, Angela Rippon i gymryd rhan mewn fersiwn arbennig o'r rhaglen boblogaidd *Who Wants to be a Millionaire*.

Yn ogystal â chodi ymwybyddiaeth o statws elusennol Cyngor ar Bopeth, rhoddodd Martin hanner ei enillion – £75,000 – i Gyngor ar Bopeth.

Gan ddal adeiladu ar y gwaith gwych hwn, byddwn yn codi arian i helpu i greu ac ehangu Adviceline, a fydd yn dod â chanolfannau at ei gilydd i ddarparu gwasanaeth llinell gymorth werthfawr ar gyfer Cymru a Lloegr. Gwn fod modd i ni ateb mwy o alwadau a datrys mwy o broblemau i'r miliynau o bobl sydd angen ein help, ond rhaid i ni gael mwy o arian i'n galluogi i gyflawni'r gwaith.

Ein prif ddigwyddiad yw cinio codi arian a seremoni wobrwyo fawreddog ar 19 Ionawr 2010 yng Ngwesty'r Dorchester, a fydd yng ngofal yr actor a'r comedïwr Sanjeev Bhaskar.

Byddem wrth ein bodd pe baech yn ymuno â ni ac yn dangos eich cefnogaeth i'n gwaith. Mae byrddau i ddeg o bobl yn costio £2,500, ac mae tocynnau unigol ar gael am £265.

Fel y dywedodd Martin Lewis, "Mae'n wasanaeth mor werthfawr, rhaid i ni wneud yn siŵr nad yw'n diflannu. Mae yno i ni pan mae ei angen arnom, felly ein gobaith yw y bydd pobl am dalu'n ôl drwy wneud cyfraniad."

Am ragor o wybodaeth, neu i archebu'ch lle ar-lein, ewch i **citizensadvice.org.uk (cinio)**

Newyddion o'r gynhadledd

"Drwy roi'r client yn gyntaf mae Cyngor ar Bopeth yn gallu ennyn hyder y cyhoedd. Yr ydych yn addasu'n barhaus i ddiwallu anghenion cleientiaid a byddai byd heb Gyngor ar Bopeth yn lle llawer tlotach – ym mhob ystyr o'r gair."

David Cameron AS, Arweinydd y Blaid Geidwadol

Rhwng 8 a 10 Medi, daeth 1,054 o gynrychiolwyr at ei gilydd ym Mhrifysgol Efrog ar gyfer cynhadledd flynyddol a chyfarfod cyffredinol blynyddol y gwasanaeth Cyngor ar Bopeth.

Agorwyd y gynhadledd gyda'r ddegfed seremoni i wobrwyo Gwirfoddolwyr y Flwyddyn sy'n dathlu cyfraniad yr 21,000 o wirfoddolwyr sy'n rhoi mor hael o'u hamser i sicrhau bod Cyngor ar Bopeth yn wasanaeth mor llwyddiannus.

Yn y cyfarfod cyffredinol blynyddol a ddilynodd, etholwyd John Gladwin fel Cadeirydd Cyngor ar Bopeth ynghyd â dau ymddiriedolwr newydd – cynrychiolwyr y canolfannau cynghori Sheila Hendrickson-Brown a Paul Nicholls.

Gyda'r gwaith ffurfiol drosodd, yr oedd yn awr yn gyfle am ychydig o rwydweithio mewn derbyniad i gynrychiolwyr a dilynwyd hynny gan giniawau a oedd yn cynrychioli ardaloedd rhanbarthol Cymru, Canolbarth, De a Gogledd Lloegr.

Cafodd y cynrychiolwyr gyfle i drafod materion mor amrywiol â hawliau dynol a'r dirwasgiad gyda gweinidogion oedd yn cynnwys Angela Smith, y Gweinidog dros y Trydydd Sector a Theresa May, Llefarydd yr Wrthblaid ar Waith a Phensiynau, arweinwyr undebau llafur, academyddion blaenllaw a phrif swyddogion gweithredol rhai o'r corfforaethau mawr.

Yn y brif sesiwn ar y dirwasgiad, yr oedd y panel yn obeithiol y byddai cymdeithas newydd, wahanol a gwell yn dod i'r amlwg pe baem yn wynebu'r heriau presennol ac yn dysgu o brofiadau dirwasgiadau'r

Y campws ym Mhrifysgol Efrog

gorffennol, ac y byddai gan Gyngor ar Bopeth ran bwysig i'w chwarae yn y gymdeithas newydd honno.

Er bod cynnydd wedi'i wneud ym maes hawliau dynol, cytunwyd bod llawer o waith i'w wneud eto. Y farn gyffredinol oedd y dylai mudiadau oedd yn meddu ar brofiad a thystiolaeth ar lefel gymunedol weithio i hybu'r agenda hawliau dynol. Gyda'i sail dystiolaeth, mae Cyngor ar Bopeth mewn sefyllfa unigryw i wneud hyn.

Yn ogystal â'r cyfarfodydd thematig ar y dirwasgiad, hawliau dynol a safle'r gwasanaeth yn y dyfodol, yr oedd digonedd o ddewis o gyfarfodydd ymylol ar gael i'r cynrychiolwyr a oedd yn trafod popeth o gynnal plant i ben blwydd cymorth cyfreithiol yn 60 oed.

Rhwng cyfarfodydd, yr oedd y cynrychiolwyr yn cael cyfle i chwilota a dethol gwybodaeth ddefnyddiol o amrywiaeth o ffynonellau; yn y ganolfan arddangos yr oedd stondinau gan 52 o sefydliadau, gan

Theresa May, AC

Enillwyr gwobrau Gwirfoddolwr y Flwyddyn gyda David Harker (ar chwith) a Hilary Watkins (ar y dde)

Angela Smith AC

Amy Slater, Fforwm Ieuenctid

gynnwys y prif randdeiliaid a phartneriaid.

Wrth i'r dyddiau prysur barhau'n hwyr i'r nos yr oedd raglen brysur o weithgareddau cymdeithasol wedi'i threfnu i gadw'r cynrychiolwyr yn ddiddan. Yr uchafbwynt yng ngolwg llawer oedd *This is Your Life*, a oedd yng ngofal Tîm Polisi Cymdeithasol Cyngor ar Bopeth, ac yr oeddent yn actio sgets a ysbrydolwyd gan *Stori dylanwad* – 70 mlynedd o gyngor sydd wedi newid bywydau ac uchafbwyntiau polisi cymdeithasol.

Wrth i'r gynhadledd ddirwyn i ben, dangoswyd ffilm newydd - *Changing lives*, lle rhoddwyd cyfle i gleientiaid adrodd eu hanes yn eu geiriau eu hunain, ac a oedd yn ein hatgoffa mewn ffordd emosiynol ac amserol bod Cyngor ar Bopeth mor hanfodol heddiw ag yr oedd 70 mlynedd yn ôl.

Os hoffech weld *Changing lives*, ewch i citizensadvice.org.uk (amdanom ni)

Am ragor o wybodaeth am wirfoddoli a'r gwobrau Gwirfoddolwyr y Flwyddyn, citizensadvice.org.uk (gwirfoddolwyr)

"Mae'r gynhadledd yn ein helpu i rannu'r gwaith yr ydym yn ei wneud â chanolfannau eraill ac i glywed am syniadau newydd am yr hyn maent yn ei wneud ac wedyn gallwn gyflwyno rhai ohonynt yn ein canolfan ein hunain "

Yvonne Davies, Prif Swyddog Gweithredol, CAB Birmingham

"Yr oedd cynhadledd eleni'n wych. Mae'n gyfle da i gwrdd â chanolfannau a phartneriaid ac i rannu rhai o'r dulliau arloesol a fabwysiadwyd gan ein gwasanaeth i ymateb i'r dirwasgiad."

Jack Scott, aelod o Fwrdd yr Ymddiriedolwyr

"Mae'r gynhadledd yn gyfle gwirioneddol bwysig i gael cipolwg ar y gwaith pwysig sy'n cael ei wneud gan Gyngor ar Bopeth ledled y DU."

Sean Griffin, Cyllid a Thollau Ei Mawrhydi

Iechyd meddwl

Yn ôl Canolfan Gwybodaeth Iechyd a Gofal Iechyd y GIG, 'ar unrhyw un adeg mae cymaint ag un o bob pedwar oedolyn yn Lloegr yn dioddef problem iechyd meddwl' ac mae gan 'un o bob dau berson sydd â dyledion broblem iechyd meddwl' (NHSIC, 2009).

Mewn geiriau eraill, mae dyled yn broblem sydd tua dwywaith yn fwy cyffredin ymhlith pobl â phroblemau iechyd meddwl ag y mae ymhlith y boblogaeth yn gyffredinol. Mae hyn yn dangos y cysylltiad pendant rhwng tlodi ac afiechyd - maent yn achos ac yn ganlyniad y naill a'r llall.

Gall tlodi fod yn rhywbeth llawer anos i'w reoli ymhlith y grŵp client hwn. Gall cymhlethdod bywydau cleientiaid ac achosion o afiechyd difrifol olygu oedi yn y broses holl bwysig o gasglu gwybodaeth. Mae angen gwirioneddol am wasanaethau cymorth arbenigol, ac mae Canolfannau Cyngor ar Bopeth mewn sefyllfa ddelfrydol i'w darparu.

Mae eu harbenigedd ym meysydd dyled, budd-daliadau lles, tai a chyflogaeth yn golygu y gallant fynd i'r afael â'r problemau sy'n cael effaith negyddol ar les meddyliol cleientiaid. Mae ganddynt hefyd ymrwymiad diwyro i hyrwyddo cydraddoldeb ac i herio gwahaniaethu.

Mae bron i chwarter y canolfannau yng Nghymru a Lloegr (101) bellach yn darparu cyngor arbenigol a/neu wasanaethau eiriolaeth. Mae CAB Poole, er enghraifft, wedi bod yn darparu gwasanaeth cyngor budd-daliadau lles yn ysbyty seiciatrig St Ann yn Dorset ers 1999. Mae'r gwasanaeth wedi derbyn canmoliaeth uchel gan staff meddygol a gwaith cymdeithasol sydd o'r farn ei fod yn help i baratoi pobl i gael eu rhyddhau o'r ysbyty'n gynt a'i fod yn rhoi hwb i'w gwellhad.

Gan fod gan gynghorwyr y canolfannau'r gallu i gynnig cyngor ar unrhyw broblem, maent yn gallu cymryd ymagwedd gyfannol tuag at sefyllfa'r client, gan roi sylw i achos eu problemau yn hytrach na cheisio gwella'u canlyniadau.

Mae'r faith bod gweithwyr achos pwrpasol ar gael yn golygu bod modd cynorthwyo cleientiaid ag anghenion cymhleth. Mae lefel uchel y cymorth sydd ei angen ar y grŵp client hwn yn cael ei adlewyrchu yn nifer y cysylltiadau gyda phob client; yn CAB Gwasanaethau Iechyd Meddwl Salford yr oedd angen 14,720 o gysylltiadau ar 1,582 o gleientiaid (cyfartaledd o 9.3 o gysylltiadau y client).

Ond efallai mai partneriaethau sydd wedi sicrhau lle'r canolfannau fel elfen anhepgor o ddarpariaeth gwasanaethau iechyd meddwl, boed y partneriaethau hynny'n wedi'u cynllunio i wella lleoliad y gwasanaeth, amrywiaeth a gwasanaethau a gynigir neu'r agenda ehangach o ddylanwadu ar y gwaith a wneir.

"Yn ystod y chwe mis ers pan mae'r gwasanaeth wedi bod ar gael, mae dros 1,200 o bobl wedi manteisio arno, ar ôl cael eu cyfeirio ato gan eu meddyg teulu. Mae arolwg holiadur diweddar wedi dangos lefel uchel o fodlonrwydd gyda'r gwasanaeth, gyda phobl yn dweud bod eu hiechyd meddwl a'u lles wedi gwella."

Tina Long, Cyfarwyddwr Partneriaethau Strategol gydag Ymddiriedolaeth Gofal Sylfaenol Cilgwri

Mae rhai canolfannau wedi'u lleoli mewn ysbytai neu maent yn gysylltiedig â thimau iechyd meddwl cymunedol sy'n golygu bod cleientiaid yn gallu teimlo'n gyfforddus ar adegau pan na fyddent yn teimlo'n ddigon hyderus i fanteisio ar wasanaethau cynghori ar y stryd fawr. Mae eraill yn dod at ei gilydd, un ai i ddarparu gwasanaethau cynghori neu eiriolaeth ar y cyd – fel y mae CAB Cilgwri wedi ymuno â GIG ac Eiriolaeth Cilgwri – neu i chwarae rôl fwy strategol yn narpariaeth gwasanaethau iechyd meddwl lleol.

Mae CAB Northumberland, er enghraifft, wedi sefydlu'r tîm Incwm Isel Iechyd Da (LIGHT) gyda defnyddwyr y gwasanaeth iechyd meddwl a staff gofal iechyd. Gyda'i gilydd maent yn codi ymwybyddiaeth o broblemau iechyd meddwl gyda darparwyr gwasanaethau fel Canolfan Byd Gwaith, a phroblemau budd-daliadau a dyledion gyda staff y gwasanaeth iechyd meddwl.

Wrth i'r galw am wasanaethau cynghori prif ffrwd gynyddu yn sgil y dirwasgiad, mae'r un peth yn wir am y gwasanaethau arbenigol hyn. Mae CAB Gwasanaethau Iechyd Meddwl Salford wedi gweld ei ffigurau cynghori'n dyblu yn ystod y flwyddyn ddiwethaf a'i ffigurau eiriolaeth yn treblu.

Yn y cyd-destun hwn, mae'r heriau sy'n wynebu'r canolfannau'n rhai mwy difrifol nag erioed. Mae natur unedol rhai awdurdodau a ffiniau sy'n gorgyffwrdd yn golygu y bydd gan un prosiect nifer o gyllidwyr yn aml, sy'n gallu gwneud dalgylch y prosiect a chyllido tymor hir yn anodd eu rheoli. Er hynny, nid yw gwasanaethau arbenigol yn gysyniad newydd, ac yn ddi-os bydd canolfannau'n siŵr o ddod o hyd i ffordd o addasu.

Mae CAB Iechyd Meddwl Sheffield wedi llwyddo i ddarparu gwasanaethau o'r fath ers 33 o flynyddoedd bellach. Y rheswm pam mae'r gwasanaethau hyn wedi goroesi yw eu bod yn gweithio. Mewn arolwg diweddar o gleientiaid canolfannau partner CAB Chase a CAB Dwyrain Swydd Stafford:

- dywedodd 75 y cant fod eu hiechyd wedi gwella
- dywedodd 50 y cant eu bod wedi'u hosgoi rhag cael eu derbyn i'r ysbyty eto.

> ASTUDIAETH ACHOS

Cafodd mam ifanc ei derbyn i'r uned mamau a babanod am ei bod yn dioddef iselder difrifol ar ôl geni. Yr oedd yn byw ar lwfans byw i'r anabl (DLA) o £300 y mis, yr oedd ganddi broblemau dyled ac yr oedd mewn perygl o gael ei throi allan o'i thŷ cyngor.

Llwyddodd y cynghorydd CAB i hawlio cymhorthdal incwm, DLA, budd-dal plant a chredyd treth plant ar ei chyfer – gan godi ei hincwm i £1,000 y mis.

> ASTUDIAETH ACHOS

Canfuwyd fod anhwylder diffyg canolbwyntio ar y client ac ni allai fynd allan ar ei ben ei hun. Trefnodd ei weithiwr cefnogi ei fod yn derbyn ymweliad cartref.

Llwyddodd y cynghorydd CAB i hawlio DLA iddo a oedd yn golygu y gallai hawlio cymhorthdal incwm ychwanegol. Arweiniodd yr ymyriad hwn at sicrhau £123.20 yr wythnos (£6,406.40 y flwyddyn) yn ychwanegol iddo.

Amser i ddathlu

Y Ddawns Platinwm

Sefydlwyd y gwasanaeth Cyngor ar Bopeth ar 4 Medi 1939 fel gwasanaeth argyfwng yn ystod y rhyfel. Gan ddefnyddio pob math o gyfryngau o sinemâu i arddangosfeydd blodau sy'n dangos logo CAB, mae canolfannau ar hyd a lled Cymru a Lloegr wedi dod o hyd i ffyrdd dyfeisgar a chreadigol o hyrwyddo'r gwasanaeth ac i godi arian yn ystod blwyddyn dathlu ein pen blwydd yn 70 oed. Dyma ychydig o enghreifftiau :

Cynhaliodd CAB Cilgwri ddawns platinwm yn y Thornton Hall Hotel and Spa enwog. Llwyddwyd i godi dros £6,750 – gyda £4,600 o'r cyfanswm yn cael ei godi drwy raffl ac arwerthiant.

Llwyddwyd i werthu pob un o'r 150 o docynnau i ffigurau lleol amlwg a chynrychiolwyr cyrff cyhoeddus, mudiadau trydydd sector a sefydliadau ariannol.

Llwyddodd y ganolfan i ariannu'r digwyddiad, gan gynnwys ffilm ar hanes CAB Cilgwri a oedd wedi'i chomisiynu'n arbennig, drwy nawdd gan unigolion a busnesau lleol a chenedlaethol.

Meddai Jill Cox, y Rheolwr Datblygu Busnes gyda CAB Cilgwri, a oedd yn gyfrifol am drefnu'r digwyddiad:

"Yr oeddem am ddathlu'n pen blwydd yn 70 oed mewn tipyn o steil ac ar yr un pryd yr oeddem yn awyddus i godi proffil CAB Cilgwri yn y gymuned. Yr oedd yn ddigwyddiad arbennig iawn ac yn sicr cafodd ein gwesteion noson i'w chofio – felly yr oedd yr holl waith caled yn ystod y chwe mis diwethaf yn werth chweil."

Aeth CAB East End ati i godi arian drwy docynnau a werthwyd yn eu sinema leol – rhoddwyd hanner yr arian i'r ganolfan.

Sicrhaodd CAB Blackpool nawdd ar gyfer pedair arddangosfa flodau ym Mharc Stanley a oedd yn cynnwys logo CAB.

Mae CAB Sandwell wedi trawsffurfio'u swyddfeydd drwy greu 'llinell amser fyw', sy'n dangos hanes y gwasanaeth drwy'r blynyddoedd.

Trefnodd CAB Sleaford arddwest gyda staff wedi'u gwisgo yn nillad y cyfnod a blwch ceffylau wedi'i addasu ac a oedd yn agored i dderbyn busnes.

Cododd CAB Reading stondin arddangos yng nghanolfan siopa Oracle gan roi cyfle i bobl gofrestru am ddim ar gyfer eu gwasanaeth hyfforddiant mewn dulliau byw.

Cynhaliodd CAB Birmingham gyfres o ddigwyddiadau thematig yn swyddfeydd y ganolfan a oedd yn edrych ar hanes cynghori, gwaith polisi cymdeithasol a gwirfoddoli ynghyd â gwybodaeth ar fudd-daliadau a strategaethau i reoli dyledion.

Mae CAB Caterham a Warlingham a CAB Oxted yn cynnal dadl ar y cyd gyda phanel ar 29 Hydref i ddathlu'r gwasanaeth.

Trefnodd CAB Abertawe de prynhawn ar gyfer ei wirfoddolwyr, a oedd yng ngofal yr Arglwydd Faer. Wrth ymchwilio i'w hanes dros y 70 mlynedd, daeth y ganolfan o hyd i 'lyfr du', a oedd yn dangos y system wybodaeth a ddefnyddid ar y pryd, a oedd yn dyddio'n ôl i'r 1940au.

"Mae gwaith y gwasanaeth Cyngor ar Bopeth yn gwbl hanfodol i les a lles cymdeithasol pobl a chymunedau ar hyd a lled y wlad ac mae'n enghraifft ragorol o'r hyn y gall unigolion ei gyflawni yn eu cymunedau."

Nick Clegg AS, Arweinydd y Democratiaid Rhyddfrydol

Y gacen

70 mlynedd o gyngor sy'n newid bywyd

cyngor ar bopeth

O'r dde i'r chwith: Fran Targett, Cyfarwyddwr Cyngor ar Bopeth Cymru; Eleanor Burnham, AC; Ruth Marks

Rhodri Morgan yn cofre-stru

Blwyddyn i'w chofio yn yr Eisteddfod

Mae'r Eisteddfod Genedlaethol yn denu tua 160,000 o ymwelwyr bob blwyddyn, o bob cwr o'r byd.

Yr oeddem yn teimlo mai Eisteddfod eleni, yn y Bala oedd yr orau eto i ni, gyda dros 1,000 o ymwelwyr yn galw heibio stondin Cyngor ar Bopeth Cymru.

Boed law neu hindda, mae'r Eisteddfod yn rhan anhepgor o galendr blynyddol llawer o bobl, gyda llawer o sefydliadau dylanwadol ac arweinwyr Cymru'n bresennol.

Eleni yr oeddem yn canolbwyntio ar dynnu sylw at agweddau pwysig ar waith CAB drwy gyfrwng cyfres o 'Ddyddiau thema.'

Ar y dydd Llun lansiwyd ein cynllun iaith Gymraeg diwygiedig. Ar y dydd Mawrth roedd y Diwrnod gwasgfa gredyd yn tynnu sylw at ein gwaith rhagweithiol i ddatblygu galluedd ariannol.

Ar y dydd Mercher ni allai Rhodri Morgan, Prif Weinidog Cymru, wrthsefyll temtasiwn ein gwahoddiad i ymuno â dathliadau'n pen blwydd yn 70 oed, ynghyd ag Alun Michael AC a Chomisiynydd Pobl Hŷn Cymru, Ruth Marks.

Cydraddoldeb ac amrywiaeth mewn recriwtio oedd y thema ar y dydd Iau a llwyddwyd i ddenu nifer o ymwelwyr â'n stondin i wirfoddoli gyda'u canolfan leol.

Yr oedd gwella mynediad at gyngor drwy'r rhaglen Mynediad yn thema ganolog drwy gydol wythnos yr Eisteddfod. Dyna oedd ein neges hefyd i randdeiliaid allweddol, llunwyr polisi a'r cyhoedd, sef bod gan CAB y gallu, yr arbenigedd ac ymddiriedaeth pobl ym mhob rhan o Gymru a Lloegr a bod hyn yn golygu y dylai mynd ati i ddatblygu'r gwasanaeth ymhellach fod yn flaenoriaeth ar gyfer buddsoddiad.

Wyddoch chi?

Ystadegau chwarterol
(Ebrill - Mehefin 2009)

Cynnydd canrannol o'i gymharu â'r un cyfnod y llynedd:

Cynnydd o 27% mewn ymholiadau ynghylch dyledion

Cynnydd o **53%** mewn ymholiadau ynghylch dyledion tanwydd

Cynnydd o **44%** mewn ymholiadau ynghylch ôl-ddyledion morgais a benthyciadau diogel

Cynnydd o **33%** mewn ymholiadau ynghylch dyledion ffôn

Cynnydd o **78%** mewn ymholiadau ynghylch yswiriant diogelu taliadau

Cynnydd o 22% mewn ymholiadau budd-daliadau / credydau treth

Cynnydd o **99%** mewn ymholiadau lwfans ceisio gwaith

Cynnydd o 14% mewn ymholiadau cyflogaeth

Cynnydd o **74%** mewn ymholiadau ynghylch diswyddiadau

Hefyd:

16,000 - o gleientiaid yn derbyn cyngor ynghylch methdaliad

9,000 - o gleientiaid yn derbyn cyngor ynghylch gorchmynion rhyddhad dyledion

Archwiliad enw da ymhlith rhanddeiliaid

Mae'r trydydd arolwg o enw da ymhlith rhanddeiliaid a gynhelir bob dwy flynedd wedi dangos bod y mudiad yn parhau'n uchel ei barch ymhlith rhanddeiliaid gwleidyddol, yn y llywodraeth, y cyfryngau, ymddiriedolaethau elusennol a mudiadau gwirfoddol eraill.

Ymhlith ei gymheiriaid Cyngor ar Bopeth a dderbyniodd y marciau uchaf o ran ymddiriedaeth, eiriolaeth ac effeithiolrwydd.

Y rhinweddau a nodwyd gan y 154 o randdeiliaid a gymerodd ran mewn cyfweliadau manwl oedd:

- y gweithlu gwirfoddol
- ehangder cylch gwaith y sefydliad
- ei fod yn gwbl annibynnol ar lywodraeth a'i fod yn llais credadwy y gellid ymddiried ynddo
- y defnydd craff a wneir o'n sail dystiolaeth mewn gwaith ymgyrchu a pholisi.

Hefyd:

- roedd 66% o gyrff y llywodraeth a gyfwelwyd yn teimlo y dylai cyllid ar gyfer y sefydliad o leiaf barhau ar y lefel gyfredol
- roedd 84% o'r farn bod Cyngor ar Bopeth yn gwneud defnydd effeithiol o arian y llywodraeth
- roedd 74% o'r farn bod y sefydliad yn cael effaith wirioneddol ar bolisi'r llywodraeth – o'i gymharu â 47% yn 2005.

Cynhaliwyd yr ymchwil annibynnol gan Opinion Leader Research.

Yn y rhifyn nesaf:

> Gweithio gyda'n gilydd er mwyn Cynghori

> Gwella mynediad at gyngor

> Tlodi tanwydd

Cyngor ar Bopeth yw enw gweithredol y Gymdeithas Genedlaethol Cyngor ar Bopeth.
Rhif elusen gofrestredig 279057