

BLAENORIAETHAU'R BOBL:

ETHOLIAD SENEDD 2026

LLAIS



Eich llais mewn iechyd | Your voice in health
a gofal cymdeithasol | and social care



Fformatau hygyrch

Mae'r ddogfen hon hefyd ar gael yn y Saesneg.

Os hoffech gael y cyhoeddiad hwn mewn fformat a/neu iaith arall, cysylltwch â ni yn ymholiadau@llaiscymru.org

Gallwch ei lawrlwytho o'n gwefan neu ofyn am gopi drwy gysylltu â'n swyddfa.

Mae'r maniffesto hwn yn nodi

4 blaenoriaeth a

12 galwad ymarferol

am newid, wedi'u gwreiddio yn yr hyn y mae pobl wedi'i ddweud wrthym.

Yr Athro Medwin Hughes, Cadeirydd Llais:

"Mae'n gyfle i Lywodraeth newydd Cymru wneud yr hyn y mae pobl a chymunedau ledled Cymru eisiau iddi ei wneud – GWRANDO a GWEITHREDU – yn gyflym ac yn bendant fel bod ein gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol yn darparu ar gyfer pobl yn yr ardaloedd sydd bwysicaf iddynt, oherwydd eu bod yn gwneud y gwahaniaeth mwyaf i'w bywydau."

Ecwiti a mynediad

Targedu buddsoddiad mewn cymunedau sydd â'r canlyniadau iechyd gwaethaf.

Datrysiadau trafnidiaeth well.

Ymestyn eiriolaeth cwynion Llais i bob plentyn a pherson ifanc mewn gofal cymdeithasol.

Gofal person-ganolog

Gwneud sgysiau 'Beth sy'n bwysig i chi' yn safonol ym mhob cynllun gofal a thriniaeth y GIG.

Rhoi'r gorau i 'dim newyddion yw newyddion da': cyfleu canlyniadau profion yn weithredol o fewn pythefnos.

Cryfhau'r ddarpariaeth iaith Gymraeg mewn iechyd a gofal cymdeithasol.

Atal ac ymyrraeth gynnar

Cynyddu capasiti gofal sylfaenol.

Creu hawl statudol i ofal seibiant i 310,000 o ofalwyr di-dâl Cymru.

Diogelu ac ehangu gwasanaethau atal cymunedol.

Integreiddio a chydlynu gwasanaethau

Dileu rhwystrau i integreiddio.

Creu un broses gwyno sy'n berson-ganolog ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol.

Trwsio ymyl y clogwyn i bobl ifanc sy'n symud rhwng gwasanaethau plant ac oedolion.





Ynglŷn â'r **manifesto** hwn

Mae Llais yn bodoli i hyrwyddo lleisiau pobl sy'n defnyddio gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol.

Dyna pam, ledled Cymru, mewn pentrefi, trefi a dinasoedd, rydym wedi gwrandao ar ddegau o filoedd o bobl. Mewn neuaddau cymunedol, strydoedd mawr, ysgolion, meddygon teulu lleol, cartrefi gofal, ac ar-lein, mae pobl wedi rhannu eu profiadau, eu rhwystredigaethau, a'u gobeithion ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol.

Mae'r manifesto hwn wedi'i adeiladu ar y lleisiau hynny: blaenoriaethau'r bobl, yr hyn sydd bwysicaf, yr hyn fyddai'n gwneud y gwahaniaeth mwyaf i'w bywydau, a'r hyn sydd angen newid.

Mae pobl yn gwybod bod cyllidebau'n heriol, ac maen nhw'n cydnabod ymroddiad staff sy'n gweithio ar y rheng flaen mewn amgylchiadau anodd. Mae angen buddsoddiad parhaus mewn staff ac adnoddau ar y GIG a gwasanaethau gofal cymdeithasol, a bydd eraill yn briodol yn dadlau hynny. Mae'r manifesto hwn yn ategu'r gwaith hanfodol hwnnw drwy ganolbwyntio ar yr hyn y mae pobl yn ei brofi mewn gwirionedd pan fyddant yn defnyddio gwasanaethau, a'r newidiadau ymarferol a fyddai'n gwneud i iechyd a gofal weithio'n well iddynt.

Y galwad am **newid**

Mae'r neges yn glir: mae pobl ledled Cymru wedi dweud wrthym fod angen mwy na dim ond addewidion, polisïau a chynlluniau arnyn nhw; mae angen gweithredu arnyn nhw y gallant ei weld a'i deimlo yn eu bywydau bob dydd.

Mae cymunedau eisiau i wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol ddilyn yr hyn maen nhw'n dweud y byddan nhw'n ei wneud, ac maen nhw eisiau atebolrwydd ystyrlon pan fydd pethau'n mynd o chwith.

Pam: Oherwydd bod pobl yn credu pan fydd gwasanaethau'n cael eu dwyn i gyfrif, bod cynnydd go iawn yn digwydd. Nid yw'n ymwneud â beio; mae'n ymwneud â sicrhau bod ymrwymïadau'n arwain at newid sy'n para.

Mae pobl eisiau gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol sydd yno pan fydd eu hangen arnynt, sy'n eu trin ag urddas, yn gwrandao ar yr hyn sy'n bwysig, ac yn gweithio gyda'i gilydd i gadw pobl yn iach.

Ac mewn rhai lleoedd, dyna sy'n digwydd. Mae pobl wedi rhannu straeon am staff yn mynd y filltir ychwanegol, ac am ofal sy'n teimlo'n bersonol a charedig.

Ond yn rhy aml, nid dyna'r realiti ym mhobman.





Mae pobl ledled Cymru wedi blino ar aros wythnosau am apwyntiad gyda meddyg teulu neu fisoedd, hyd yn oed flynyddoedd, am lawdriniaeth. Mae rhieni'n poeni am ansawdd a diogelwch gofal mamolaeth a newyddenedigol, neu'n wynebu oedi hir ar gyfer diagnosis a chymorth ar gyfer cyflyrau fel ADHD neu awtistiaeth.

Mae rhai gofalwyr yn teimlo dan bwysau a heb gefnogaeth, gan gyrraedd pwynt torri cyn i gymorth cyrraedd.

Mae cymorth iechyd meddwl yn anghyson ac yn araf, gydag arosiadau hir am asesiad a thriniaeth, ac mae teuluoedd yn dweud ei bod hi'n arbennig o anodd cael cymorth i blant a phobl ifanc.

Disgrifir adrannau brys fel "parthau rhyfel", gydag oriau neu hyd yn oed ddyddiau'n cael eu treulio mewn coridorau.

Mae llawer yn ei chael hi'n anodd dod o hyd i ddeintydd y GIG, neu'n teimlo bod yn rhaid iddyn nhw fod mewn argyfwng cyn y bydd unrhyw un yn helpu. Yn rhy aml, mae pobl yn teimlo nad ydyn nhw'n cael eu gwranddo, bod penderfyniadau'n cael eu gwneud hebddyn nhw, ac nad oes digon o staff i ddarparu gofal diogel a thosturiol.

Mae oedi wrth ryddhau o'r ysbyty yn bryder cynyddol, mae pobl sy'n feddygol iach i adael yn aros yn rhy hir am y pecyn gofal cywir, neu'n cael eu rhyddhau'n amhriodol, weithiau'n hwyr yn y nos neu heb gefnogaeth briodol.

Yn aml, mae teuluoedd yn ddryslyd ynghylch ble i fynd i gael cymorth i drefnu gofal, ac mae llawer o ofalwyr di-dâl yn colli allan ar asesiadau a chefnogaeth.

Mae cymunedau'n sylwi pan fydd pethau'n gweithio'n dda mewn mannau eraill ac yn meddwl pam nad yw eu gwasanaethau eu hunain wedi rhoi cynnig arni.

Gall y symudiad tuag at wasanaethau mwy arbenigol ymhellach i ffwrdd mewn canolfannau rhanbarthol adael pobl yn teimlo eu bod wedi'u gadael ar ôl, gan wynebu teithiau hir, cyfathrebu gwael, ac ansicrwydd ynghylch sut y cânt eu cadw'n ddiogel os yw gofal achub bywyd ymhell o gartref.

Nid straeon ynysig yw'r rhain; maent yn batrymau a glywn ym mhob rhanbarth, ar draws pob cymuned ac iaith.

Mae pobl yn gwerthfawrogi staff tosturiol, parhad gofal, a chefnogaeth yn y gymuned. Ond maen nhw'n teimlo'n rhwystredig oherwydd arosiadau hir, cyfathrebu gwael, pecynnau gofal ansefydlog, a gwasanaethau nad ydyn nhw'n siarad â'i gilydd.



Ecwiti a mynediad

Mae pobl eisiau mynediad teg at iechyd a gofal, ni waeth ble maen nhw'n byw, eu cefndir, na'u hamgylchiadau.

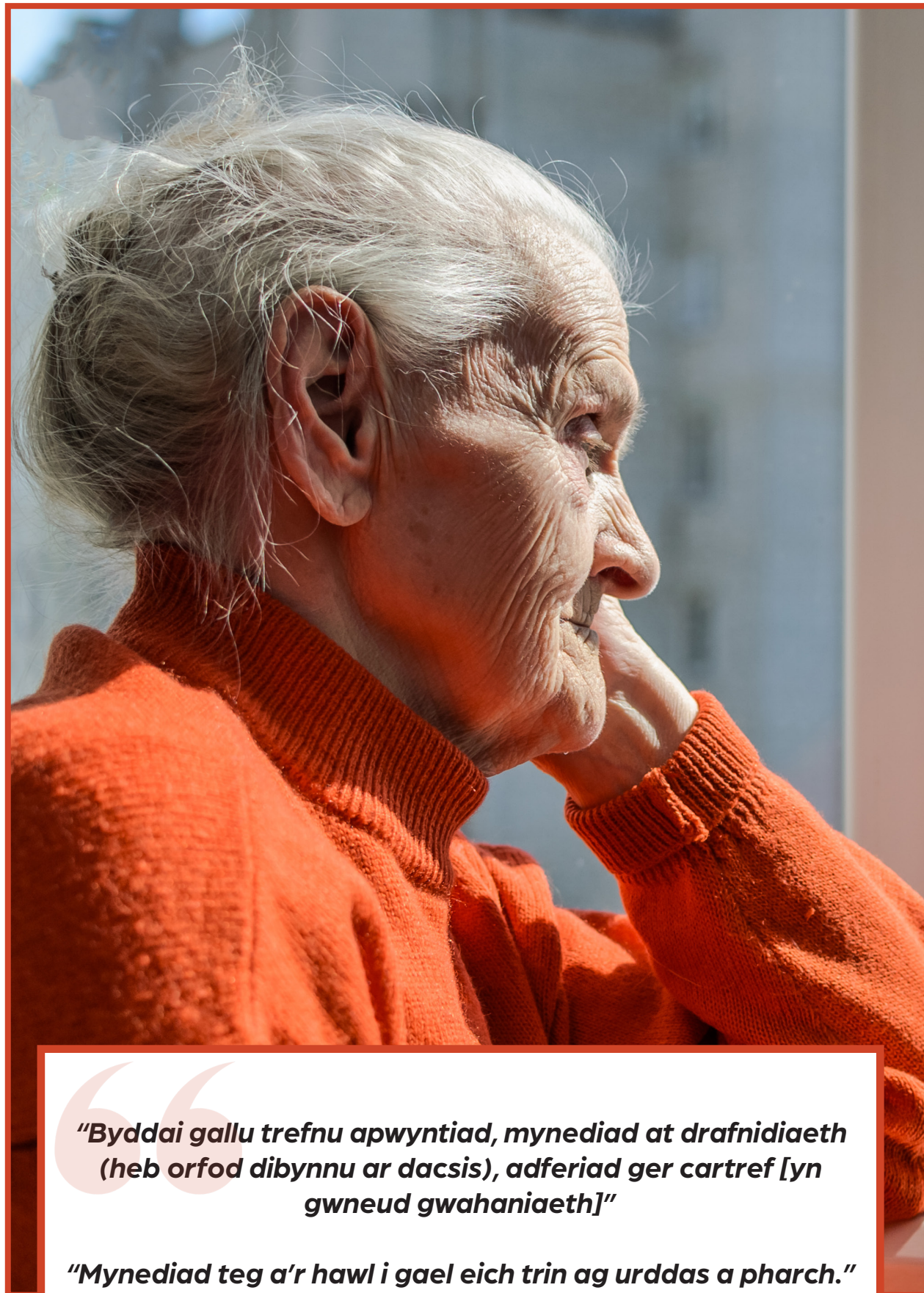
Ledled Cymru, mae pobl yn dweud wrthym eu bod yn cael trafferth cael apwyntiadau, yn brin o drafnidiaeth ddibynadwy, ac yn teimlo nad yw gwasanaethau bob amser yn diwallu eu hanghenion. Mewn rhai cymunedau, mae'r problemau hyn yn taro'n llawer anoddach.

Ni ddylai iechyd a gofal cymdeithasol ddibynnu ar eich cod post, ond mae'r rhai sy'n byw yn yr ardaloedd tlotaf yn treulio tua 20 mlynedd yn llai mewn iechyd da na'r rhai yn yr ardaloedd mwyaf cyfoethog. Ac eto mae gan feddygfeydd teulu sy'n gwasanaethu'r cymunedau mwyaf difreintiedig lai o feddygon teulu a nyrsys fesul claf fel arfer.

Mewn ardaloedd gwledig ac anghysbell, gall pobl fod milltiroedd o'r gwasanaeth agosaf, a heb drafnidiaeth ddibynadwy, mae cyrraedd apwyntiad yn dod yn ddewis rhwng iechyd a chost cyrraedd yno.

Mae pobl yn sylwi pan fydd pethau'n gweithio'n dda mewn mannau eraill ac yn meddwl, "Pam na allwn ni gael hynny yma?"

Nid yw'r anghydraddoldebau hyn yn anochel; maent yn ganlyniad i benderfyniadau, a gall Cymru ddewis yn wahanol.



"Byddai gallu trefnu apwyntiad, mynediad at drafnidiaeth (heb orfod dibynnu ar dacsis), adferiad ger cartref [yn gwneud gwahaniaeth]"

"Mynediad teg a'r hawl i gael eich trin ag urddas a pharch."

Ein galwadau

Targedu buddsoddiad mewn cymunedau sydd â'r canlyniadau iechyd gwaethaf.

Symud adnoddau i gefnogi cymunedau â'r canlyniadau iechyd gwaethaf, fel bod gan bawb gyfle teg i gael bywyd hir ac iach. Seilio penderfyniadau ar yr hyn sydd ei angen mewn gwirionedd ar gymunedau, nid dim ond yr hyn sydd wedi'i wneud o'r blaen, a dal gwasanaethau'n gyfrifol am y dewisiadau hyn.

 **Datrysiadau trafnidiaeth well.**
Gwella opsiynau parcio, llwybrau bysiau, cynlluniau ceir cymunedol, cludiant cleifion difrys, a chefnogaeth gyda chostau teithio, fel nad oes neb yn colli gofal oherwydd na allant gyrraedd yno. Gofyn i awdurdodau lleol a byrddau iechyd gydweithio, gyda chynlluniau ar y cyd ac adroddiadau blynyddol ar gynnydd, i sicrhau bod trafnidiaeth yn galluogi mynediad at wasanaethau iechyd a chymdeithasol, nid yn ei rwystro.

Ymestyn eiriolaeth cwynion Llais i bob plentyn a pherson ifanc mewn gofal cymdeithasol.

Newid rheoliadau fel bod pob plentyn a pherson ifanc mewn gofal cymdeithasol yn gallu cael mynediad at gymorth Llais wrth godi pryderon. Dylai Llais allu cefnogi pawb gyda'u cwynion, yn enwedig y rhai mwyaf agored i niwed yn ein cymdeithas.

Atal ac ymyrraeth gynnar

Mae angen i ni fuddsoddi yn y pethau sy'n cadw pobl yn iach ac allan o'r ysbyty. Ar hyn o bryd, ledled Cymru, mae pobl yn dweud:

— Mae cefnogaeth yn aml yn dod yn rhy hwyr

— Mae gofalwyr yn cael eu hymestyn i'r pwynt o dorri cyn i gymorth cyrraedd.

— Mae gwasanaethau cymunedol sy'n cadw pobl yn iach ac wedi'u cysylltu wedi diflannu mewn sawl ardal.

— Mae cymorth cynnar ar gyfer iechyd meddwl neu gyflyrau hirdymor yn anodd ei gael

— Mae teuluoedd yn cael eu gadael yn aros am ofal brys, seibiant, neu gymorth ymarferol.

Rydyn ni'n aros nes bod pobl mewn argyfwng yn lle eu helpu i aros yn iach. Mae'n rhaid i hyn newid.



“Roedden ni angen help yn gynharach, nid nawr pan mae popeth yn mynd o chwith.”

“Weithiau mae angen gofal brys arnaf i er mwyn i fy ngŵr fynd i seibiant. Gall gymryd wythnosau i'w drefnu ac nid oes gennyf wythnosau pan fydd perthynas oedrannus yn marw ac mae angen i mi helpu gweddill fy nheulu”

Ein galwadau

 **Cynyddu capasiti gofal sylfaenol.**
Ehangu niferoedd staff yn y mannau cywir. Gwella systemau apwyntiadau. Gwneud hi'n haws cael cymorth cyn i broblemau droi'n argyfyngau.

 **Creu hawl statudol i ofal seibiant i 310,000 o ofalwyr di-dâl Cymru.**

Gwarantu seibiannau a chymorth brys i ofalwyr di-dâl pan fydd trefniadau rheolaidd yn methu, cefnogi'r hawl hon gyda chyllid, rheolau cymhwysedd clir, ac adrodd blynyddol ar y nifer sy'n manteisio arni. Cyflwyno deddfwriaeth i ymgorffori'r hawl hon yn y gyfraith, gan sicrhau bod gan ofalwyr di-dâl gefnogaeth warrantedig a bod hyn yn cael ei ddiogelu gwaeth beth fo newidiadau polisi yn y dyfodol.

 **Diogelu ac ehangu gwasanaethau atal cymunedol.**
Sicrhau cyllid ar gyfer canolfannau dydd, cyfeillio, a phresgripsiynu cymdeithasol, yn ogystal â gwasanaethau cymunedol eraill sy'n cadw pobl yn iach, wedi'u cysylltu, ac yn eu hatal rhag mynd i'r ysbyty. Cefnogi gwneud penderfyniadau lleol a gweithio mewn partneriaeth, fel y gall cymunedau ddylunio a darparu'r gwasanaethau sy'n gweithio orau iddyn nhw.

Gofal person-ganolog

Pam mae hyn yn bwysig:

Mae pobl eisiau cael eu trin fel unigolion, cael eu gwrando arnynt, a'u cynnwys mewn penderfyniadau am eu gofal. Yn rhy aml, mae pobl yn teimlo fel rhif yn unig, yn chwilio am y wybodaeth ddiweddaraf, neu heb gael gwrandawriad am yr hyn sy'n bwysig iddyn nhw.

Nid yw siaradwyr Cymraeg bob amser yn gallu cael mynediad at wasanaethau yn eu hiaith gyntaf.

Dydy hyn ddim yn ddigon da. Mae pawb yn haeddu urddas, gonestrwydd, caredigrwydd a chyfathrebu clir, beth bynnag fo'u hoedran, eu cefndir neu eu hiaith.

"Dim ond urddas, gonestrwydd, caredigrwydd, cael fy ngalw wrth fy enw [ydw i eisiau]."

"Rwyf am gael fy ngwrando a pheidio â chael fy marnu, a chael gweithdrefn gwyno glir"



Ein galwadau

 **Gwneud sgysiau 'Beth sy'n bwysig i chi' yn safonol ym mhob cynllun gofal a thriniaeth y GIG.**

Cyflwyno dyletswydd gyfreithiol ar bob cynllun gofal i ddechrau gyda sgwrs 'Beth sy'n bwysig i chi', a chysylltu hyn â chanlyniadau a adroddir gan gleifion. Diwygio'r canllawiau statudol i fynnu cydymffurfiaeth a chyhoeddi canlyniadau.

 **Rhoi'r gorau i 'dim newyddion yw newyddion da': cyfleu canlyniadau profion yn weithredol o fewn pythefnos.**

Gwneud yn siŵr bod pob person yn derbyn eu canlyniadau'n rhagweithiol, heb orfod mynd ar eu hôl. Tracio ac adrodd ar amseroedd troi ar gyfer canlyniadau profion.

 **Cryfhau'r ddarpariaeth iaith Gymraeg mewn iechyd a gofal cymdeithasol.**

Gwarantu mynediad at wasanaethau yn y Gymraeg, gyda thargedau clir ac adrodd cyhoeddus ar gynnydd. Sicrhau y gall siaradwyr Cymraeg gael mynediad at wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol a'u defnyddio yn eu hiaith gyntaf ym mhob cam o'u gofal.

Integreiddio a chydlynu gwasanaethau

Mae pobl eisiau gwasanaethau sy'n gweithio gyda'i gilydd. Mae pobl wedi blino ar ôl ailadrodd eu stori i wasanaeth ar ôl gwasanaeth oherwydd nad yw gwahanol rannau o'r system yn siarad â'i gilydd. Yn rhy aml, mae meddygon teulu ac ysbytai yn methu â rhannu gwybodaeth hanfodol, yn enwedig os yw pobl yn derbyn triniaeth o rannau eraill o Gymru neu yn Lloegr. Mae hyn yn gadael pobl yn mynd ar ôl diweddariadau ac yn teimlo ar goll mewn drysfa o wasanaethau datgysylltiedig.

Pan fydd pethau'n mynd o chwith, dydy pobl ddim yn gwybod pa system i gwyno iddi.

Mae pobl ifanc yn wynebu ymyl clogwyn yn 18 oed wrth symud rhwng gwasanaethau plant ac oedolion, gyda chefnogaeth yn diflannu dros nos.

Mae pobl eisiau system lle mae pob rhan yn gweithio gyda'i gilydd – lle mae gwybodaeth yn llifo, mae trawsnewidiadau'n ddiogel, a does neb yn cael ei methu.

Rhaid i'r llywodraeth wneud gwasanaethau'n atebol am integreiddio, fel bod pobl yn profi gofal cydgysylltiedig, nid darnio.



“Allant nhw ddim cysylltu mwy â meddygon teulu fel nad oes rhaid i chi ailadrodd pethau o hyd”

“Mae fy mab yn troi'n 18 y mis hwn. Roedd seibiant wedi cael ei ddarparu ddwywaith y mis ond nawr ei fod yn mynd i wasanaethau i oedolion mae'n llanast. Does dim darpariaeth seibiant am fisoedd a misoedd”

Ein galwadau



Dileu rhwystrau i integreiddio.

Buddsoddi mewn systemau digidol a rennir a thrwsio llywodraethu data fel y gellir rhannu gwybodaeth yn ddiogel ac yn briodol ar gyfer gofal uniongyrchol. Symleiddio prosesau a thorri biwrocratiaeth ddiangen i sicrhau bod gwasanaethau'n gweithio'n effeithlon ac yn darparu gwerth am arian. Gofyn i fyrddau iechyd ac awdurdodau lleol gydweithio, gydag amserlenni clir a monitro cenedlaethol.



Creu un broses gwyno sy'n berson-ganolog ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol.

Gwneud hi'n syml i bobl godi pryderon pan fydd gofal yn croesi gwasanaethau. Lleihau dyblygu a baich gweinyddol drwy gyflwyno system gwynion unedig sy'n hawdd ei defnyddio ac sy'n cyflawni canlyniadau amserol i bobl.



Trwsio ymyl y clogwyn i bobl ifanc sy'n symud rhwng gwasanaethau plant ac oedolion.

Gwarantu parhad gofal yn ystod cyfnodau pontio, gyda safonau clir ac atebolrwydd am eu darpariaeth. Ni ddylai unrhyw berson ifanc golli cefnogaeth na wynebu arosiadau gormodol wrth droi'n 18 oed, fel symud rhwng gwasanaethau iechyd meddwl plant ac oedolion, gwasanaethau niwroddatblygiadol, gofal cymdeithasol, neu driniaethau parhaus.

Cysylltwch â ni

Os hoffech roi adborth i ni ar y cyhoeddiad hwn neu os hoffech dderbyn y wybodaeth hon mewn fformat neu iaith arall, cysylltwch â ni gan ddefnyddio'r manylion isod.

Rydym yn croesawu galwadau ffôn yn y Gymraeg. Os ysgrifennwch atom yn y Gymraeg, byddwn yn ateb yn y Gymraeg.

Ni fydd hyn yn arwain at oedi wrth ymateb i'ch gohebiaeth.

Llais
Adeiladau'r Goron,
Parc Cathays,
Rhodfa'r Brenin Edward VII,
Caerdydd.
CF10 3NQ

02920 235 558
ymholiadau@llaiscymru.org
www.llaiscymru.org