

ADRODDIAD YMGYSYLLTU RHANBARTH CASTELL-NEDD PORT TALBOT AC ABERTAWE LLAIS

**Llais Lleol:
Cymunedol Llansamlet
Mawrth 2026**

Beth yw Llais Lleol?

Llais Lleol yw ein ffordd ni o wrando'n uniongyrchol ar bobl yn eu cymunedau eu hunain am wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol. Rydym yn cwrdd â phobl lle maen nhw ac yn treulio amser yn y lleoedd hynny am gyfnod penodol. Mae hyn yn ein helpu i gyrraedd mwy o bobl mewn ffordd sy'n gyfeillgar, yn agored, ac yn hawdd i bawb ymuno â hi.

Beth oedd nod Llais Lleol Llansamlet?

Roedd rhai nodau clir gan Llais Lleol Llansamlet. Roedd y rhain yn cynnwys:

- **Creu mannau diogel i siarad** – sicrhau bod pobl yn teimlo'n gartrefol ac yn gyfforddus yn rhannu eu meddyliau am iechyd a gofal.
- **Gwrando a chofnodi adborth** – gwrando'n ofalus ac ysgrifennu'r hyn a ddywedodd pobl, fel bod eu lleisiau'n cael eu clywed.
- **Siarad ar ran pobl pan fo angen** – defnyddio'r hyn a ddywedodd pobl wrthym i godi pryderon gyda gwasanaethau iechyd neu ofal cymdeithasol. Rydym yn galw'r rhain yn gynrychioliadau pryderon, sy'n helpu gwneuthurwyr penderfyniadau i ddeall beth sy'n bwysig i bobl.
- **Rhannu beth sy'n digwydd nesaf** – dweud wrth bobl beth ddysgon ni, pa gamau a gymerwyd, a beth fyddai'n digwydd nesaf.



Sut Gwnaethom Ymgysylltu â'r Gymuned

Er mwyn cyrraedd cymaint o bobl â phosibl, ymwelsom ag ystod eang o leoliadau cymunedol yn Llansamlet. Fe wnaeth bod yn bresennol mewn lleoedd cyfarwydd ein helpu i ddechrau sgysiau hamddenol, anffurfiol am brofiadau pobl o iechyd a gofal cymdeithasol.

Gan bwy y clywsom ni?

Fe wnaethon ni siarad â 47 o bobl yn ystod ein hymgysylltiad yn Llansamlet, a barhaodd drwy aeaf 2025 ac i mewn i wanwyn 2026.

Roedd hyn yn cynnwys:

- trigolion lleol
- pobl y gwnaethom eu cyfarfod mewn digwyddiadau cymunedol a grwpiau lleol
- staff o fusnesau cyfagos a'n cefnogodd drwy arddangos posteri a chyfeirio pobl at Llais

Cawsom y llwyddiant mwyaf drwy ymuno â grwpiau a digwyddiadau presennol, tra hefyd yn cynnal ein gweithgareddau pop-up ein hunain.

Mae'r holl adborth a straeon a gasglwyd gennym wedi'u grwpio yn ôl themâu yn yr adroddiad hwn. Bydd y themâu hyn yn tywys sut rydym yn cynrychioli lleisiau pobl leol mewn iechyd a gofal cymdeithasol.



Lle Ymwelsom

Lleoliadau gofal iechyd:

Meddygfa Llansamlet, Fferyllfa Hanford

Grwpiau cymunedol a chymorth:

Grŵp Cymorth Gofalwyr Dementia, Gwasanaethau Sgiliau Bywyd Shine Cymru, Cymuned Deithiol, Hwb Cymorth Cynnar Dyffryn Uchaf

Busnesau a chanolfannau lleol:

Sied Goffi, Banc Lloyds, Siop Goffi Northey Lights, Parc Gwyliau Glan yr Afon, Clinig Cathod Abertawe (gwasanaeth milfeddygol), Ystafell Gymunedol Tesco

Themâu Allweddol

Daeth pum prif thema allan o'r hyn a ddywedodd pobl wrthym.

Anhawster cael Cymorth Meddyg Teulu a Gofal Iechyd (Gofal Sylfaenol)

Roedd rhai pobl yn ei chael hi'n anodd cael gofal pan oeddent ei angen. Dywedon nhw wrthym am:

- arosiadau hir am apwyntiadau meddyg teulu arferol
- anhawster cael gofal ar yr un diwrnod
- oedi mewn profion neu sganiau
- dibyniaeth cryf ar ymgynghoriadau dros y ffôn neu ar-lein, nad pawb yn gallu eu defnyddio'n hawdd - neu eu defnyddio o gwbl



Mae Sut Mae Staff yn Siarad â Phobl yn Bwysig

Roedd profiadau pobl yn aml yn dibynnu ar sut roedd staff yn siarad â nhw a sut roedden nhw'n cael eu gwneud i deimlo. Clywsom:

- ganmoliaeth i staff caredig, tawelu meddwl
- profiadau negyddol, yn enwedig ym maes iechyd menywod a mamolaeth

Stori Mamolaeth: Teimlo'n cael eich Beirniadu yn ystod Gofal Mamolaeth



Dywedodd un fenyw wrthym fod bydwragedd wedi gwneud sylwadau ar ei BMI a'i chynghori i "goginio prydau bwyd Slimming World." Dywedodd fod hyn yn gwneud iddi deimlo ei bod wedi cael ei beirniadu a'i stereoteipio, yn enwedig gan ei bod eisoes yn paratoi prydau iach. Teimlai wedi ei diystyru ac ni chafodd y gefnogaeth yr oedd yn ei disgwyl.

Gofalwyr sy'n ei chael hi'n anodd cael y cymorth sydd ei angen arnynt

Dywedodd gofalwyr di-dâl wrthym eu bod dan lawer o straen a achosir gan system gofal cymdeithasol sy'n teimlo'n anhrefnus ac yn anodd ei deall. Dywedon nhw wrthym am:



- newidiadau mynych mewn gweithwyr cymdeithasol
- cyfathrebu gwael ynghylch pecynnau gofal
- prosesau dryslyd ar gyfer cymryd seibiant o ofalu (gorffwys)
- teimlo bod yn rhaid iddyn nhw “ymladd” am gefnogaeth

Stori Gofalwr: Pan fydd Costau'n Dod yn Anrheoli



Esboniodd gofalwr ei bod wedi cael gwybod i dalu £300 y mis am leoliad ei gŵr y tu allan i'r ardal. Heb rybudd, cynyddodd y gost hon £700 ychwanegol y mis. Ni roddwyd rheswm clir iddi dros y newid. Gan nad oedd hi'n gallu fforddio'r swm newydd, teimlai nad oedd ganddi ddewis

ond dod ag ef adref. Mae hi bellach yn darparu gofal amser llawn ar ei phen ei hun.

Problemau wrth adael yr ysbyty - Gwasanaethau Ddim yn Cydweithio

Dywedodd pobl nad oedd timau iechyd, tai a gofal cymdeithasol bob amser yn cydweithio'n dda pan oedd rhywun yn gadael yr ysbyty. Oherwydd hyn, cafodd rhai eu rhyddhau i leoedd anniogel neu anaddas i fyw, gan gynnwys carafanau.



Pobl sy'n ei chael hi'n anodd cael mynediad at wasanaethau

Dywedodd rhai pobl wrthym eu bod yn teimlo eu bod wedi'u cau allan o wasanaethau, gan gynnwys:

- pobl o'r gymuned deithiol
- pobl sydd angen help gyda budd-daliadau, fel Taliadau Annibyniaeth Personol (PIP)

Dywedodd llawer eu bod yn dibynnu ar elusennau neu grwpiau gwirfoddol oherwydd bod gwasanaethau cyhoeddus yn teimlo'n anodd eu cyrraedd neu'n anghyson.

Yr Hyn a Glywsom - Beth sy'n Gweithio'n Dda

Rhannodd pobl brofiadau cadarnhaol am sawl meddygfa leol:

- Meddygfa Strawberry Place: Canmolodd pobl sut mae'r feddygfa yn asesu pa gymorth sydd ei angen ar gleifion a dywedasant fod y gwasanaeth wedi gwella.
- Canolfan Feddygol SA1; Meddygfa Sgeti a Killay – siaradodd pobl am ofal o ansawdd da a dywedasant fod y staff wedi eu helpu i gael y gefnogaeth gywir.
- Meddygfa Cwmfelin - adborth cadarnhaol iawn am ofal iechyd menywod, yn enwedig profion ceg y groth.



Gwasanaethau Ysbyty ac Arbenigol

Canmolodd pobl nifer o wasanaethau ysbyty ac arbenigol:

- Rhiwmatoleg (Ysbyty Castell-nedd Port Talbot) – apwyntiadau cyflym ac esboniadau clir gan nyrsys.
- Clywedeg (Ysbyty Singleton) – arosiadau byr iawn ar gyfer apwyntiadau
- Sganio CT – sganiau wedi’u trefnu’n gyflym a chanlyniadau’n ôl mewn da bryd.

Llesiant a Chymorth Cymunedol

Dywedodd pobl wrthym hefyd am gefnogaeth gymunedol a wnaeth wahaniaeth:

- Hwb Iechyd Meddwl a Llesiant (Strawberry Place) – wedi'i ddisgrifio fel un hawdd ei ddefnyddio a chefnogol iawn.
- Age Cymru – yn ddefnyddiol ar gyfer gwybodaeth a chynghor
- Fit Jacks (Sefydliad Dinas Abertawe) – yn helpu pobl i aros yn egniol ac yn gysylltiedig.



Beth sydd angen ei wella

Mynediad at Feddyg Teulu a Chymorth Gofal

Iechyd

Dywedodd trigolion wrthym am sawl her, gan gynnwys:

- Aros hir iawn am apwyntiadau meddyg teulu — arhosodd un person dros flwyddyn ym Meddygfa Cwmtawe.
- Anhawster cael apwyntiadau ar yr un diwrnod
- profiadau cymysg gyda staff y dderbynfa.
- Gormod o ddibyniaeth ar ymgynghoriadau dros y ffôn neu ar-lein, nad ydynt yn gweithio i bawb.
- Oedi hir wrth gael profion neu sganiau — dywedodd un person ei fod wedi aros mwy na dwy flynedd am sgan CT.
- Amseroedd aros hir am ofal iechyd menywod, gyda rhai'n teimlo eu bod wedi cael eu diystyru:

“ Rwy’n adnabod fy nghorff fy hun — ni fydd meddygon yn gwrando pan fydd rhywbeth wedi newid ”



Problemau Wrth Adael yr Ysbyty

Cododd pobl bryderon ynghylch:

- Cael eich rhyddhau i leoedd anniogel neu anaddas i fyw ynddynt.
- Nid yw timau iechyd, tai a gofal cymdeithasol yn cydweithio'n dda.
- Cyfathrebu gwael rhwng gwasanaethau

Rhwystrau i'r Gymuned Deithiol

Dywedodd pobl o'r gymuned deithiol wrthym eu bod yn profi:

- Teimlo'n ddigroeso neu wedi'ch eithrio o feddygfeydd teulu.
- Cred "nad oes neb ar ein hochr ni" wrth geisio cael cymorth iechyd neu ofal cymdeithasol.
- Ychydig neu ddim ymgysylltiad ystyrlon gan wasanaethau.

Cymorth i Bobl Sydd Angen Cymorth Gyda Budd-daliadau

Dywedodd pobl wrthym fod angen:

- Mwy o gymorth un-i-un wrth wneud cais am fudd-daliadau, fel Taliadau Annibyniaeth Personol (PIP).
- Gwybodaeth gliriach am y cymorth y mae ganddyn nhw hawl iddo
- Llai o ddibyniaeth ar elusennau i lenwi'r bylchau.



Cymorth Gofal Cymdeithasol Anghyson

Mae gofalwyr yn dweud eu bod yn profi:

- Newidiadau dro ar ôl tro mewn gweithwyr cymdeithasol
- Cyfathrebu gwael ynghylch pecynnau gofal ac asesiadau
- Teimlo'n cael eich anwybyddu neu eich tanbrizio

“ Dydych chi ddim yn gofalu am eich partner yn unig — rydych chi'n ymladd yn erbyn yr awdurdod lleol ar yr un pryd. ”

Problemau Gyda Chymryd Seibiant O Ofalu (Seibiant) a Gofal Preswyl

Adroddodd pobl:

- Brosesau dryslyd ar gyfer trefnu seibiant o ofalu.
- Gwybodaeth wahanol yn cael ei rhoi am y gefnogaeth sydd ar gael.
- Gwybodaeth gwrthgyferbyniol am y gefnogaeth sydd ar gael
- Galwadau am oruchwyliaeth gliriach — awgrymodd rhai y dylai cartrefi gofal gael eu rheoli gan y GIG.



Camau nesaf

Bydd Llais yn edrych ar yr holl adborth a gasglwyd gennym yn ystod ein gweithgareddau ymgysylltu.

Os oes angen, efallai y byddwn yn codi pryderon ffurfiol (a elwir yn gynrychioliadau) gyda gwasanaethau'r GIG neu gynghorau lleol. Mae hyn yn rhan o'n rôl gyfreithiol o dan Ddeddf Iechyd a Gofal Cymdeithasol (Ansawdd ac Ymgysylltu) (Cymru) 2020.

Mae cynrychiolaeth yn golygu ein bod ni'n rhannu'r hyn y mae pobl wedi'i ddweud wrthym ni gyda'r rhai sy'n gwneud penderfyniadau. Mae hyn yn helpu gwasanaethau i wella a diwallu anghenion pobl yn well.

Os byddwn yn gwneud cynrychioliadau, rhaid i'r gwasanaeth ymateb. Byddant naill ai yn:

- egluro beth fyddan nhw'n ei wneud, neu
- rhoi rheswm os na allant wneud newidiadau.

Byddwn yn rhannu unrhyw ddiweddariadau neu atebion gyda'r bobl y siaradom â nhw - ac yn cadw'r sgwrs i fynd.

Gallwch ddarllen mwy am sut mae Llais yn cynrychioli eich barn ar ein gwefan: <https://www.llaiscymru.org/cynrychiolaeth>

Pan fydd gennym ddiweddariadau ac ymatebion i'n cynrychiolaeth o'r pryderon hyn, byddwn yn dychwelyd at y digwyddiadau, y grwpiau a'r mannau cymunedol yr ymwelsom â nhw i gadw'r sgwrs i fynd!



Edrych Ymlaen: Cadw mewn Cysylltiad â Llais

Rydym yn cynllunio ein gweithgareddau Llais Lleol y dyfodol fel rhan o'n rhaglen waith 2026–2027. Byddwn yn rhannu diweddariadau wrth iddynt ddod ar gael.

Gallwch gysylltu â ni unrhyw bryd os hoffech gael gwybod mwy neu rannu eich profiadau o ofal iechyd neu gymdeithasol. Byddem wrth ein bodd yn clywed gennych chi.

Diolch yn fawr!

Diolch i bawb a siaradodd â ni yn ystod y prosiect hwn. Rydym hefyd yn ddiolchgar i'r lleoliadau, grwpiau cymunedol, a digwyddiadau a'n croesawodd i'w mannau.

Edrychwn ymlaen at ddychwelyd at y grwpiau a'r cymunedau a rannodd eu profiadau gyda ni, i rannu ein hadroddiad ac egluro sut mae eu hadborth bellach yn cael ei ddefnyddio gan wasanaethau i helpu i wella profiadau pobl o iechyd a gofal cymdeithasol.



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 Gymraeg. Os byddwch yn ysgrifennu atom yn Gymraeg, byddwn yn ateb yn Gymraeg.

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

Rhanbarth Castell-nedd Port Talbot ac Abertawe Llais,
Canolfan Arloesi Baglan,
Baglan, SA12 7AX

01639 683490

NPTandSwansea.enquiries@llaiscymru.org

www.llaiscymru.org/yn-eich-ardal/castell-nedd-port-talbot-ac-abertawe

Cadwch mewn Cysylltiad

Dilynwch ni am y newyddion a'r cyfleoedd diweddaraf i gymryd rhan:

[@LlaisCNPTAbertawe](#)

