



Ein cyf/Our ref LN/00067/24
Jack Sargeant AS
Cadeirydd y Pwyllgor Deisebau
Senedd Cymru
Bae Caerdydd
Caerdydd
CF99 1SN

19 Mawrth 2024

Annwyl Jack

Diolch ichi am eich llythyr dyddiedig 9 Chwefror ynghylch Deiseb P-06-1405 *Rydym eisiau ac angen uned Iechyd Meddwl â gwelyau ar gyfer dynion yng Ngogledd Cymru.*

Nod Llywodraeth Cymru yw darparu gofal iechyd diogel a phriodol i bawb yng Nghymru, ond hefyd rydym yn cydnabod bod rhai grwpiau penodol mewn cymdeithas sy'n llai tebygol o ofyn am gymorth, a bod hyn yn cynnwys dynion. Rydym yn parhau i godi ymwybyddiaeth o'r gefnogaeth sydd ar gael yn rhwydd. Mae hyn yn cynnwys ein llinell gymorth CALL sy'n gallu cynnig cefnogaeth emosiynol gyfrinachol a chyfeirio pobl at gymorth lleol, a GIG 111 pwysu 2 am gymorth iechyd meddwl brys. Mae 41% o'r bobl sy'n galw 111 pwysu 2 yn wrywaidd, sy'n dangos bod y gwasanaeth yn llwyddo i ddarparu model o gefnogaeth y mae dynion yn fodlon ei ddefnyddio.

Mae dynion yn parhau i fod yn grŵp blaenoriaeth yn ein Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio a gyhoeddwyd at ddibenion ymgynghori, ochr yn ochr â'r Strategaeth Iechyd Meddwl a Llesiant Meddyliol newydd, ar 20 Chwefror. Mae'r Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio ddrafft yn tynnu sylw at y ffaith bod dynion dair gwaith yn fwy tebygol o farw drwy hunanladdiad na menywod, gyda'r grŵp dynion canol oed (40-49) â'r cyfraddau uchaf o hunanladdiad o'i gymharu ag unrhyw grŵp ers 2008.¹

Bydd yr ymgynghoriad ar y strategaethau drafft yn para tan 11 Mehefin, a nod y strategaethau hyn yw newid sut yr ydym yn edrych ar iechyd meddwl, gan rymuso pobl i wella eu hiechyd meddwl a chael gwared ar y rhwystrau a'r stigma sy'n gysylltiedig â chael cymorth. Gan fod hanner y cyflyrau iechyd meddwl yn effeithio ar bobl erbyn iddynt gyrraedd 14 oed, a 75% erbyn iddynt gyrraedd 23 oed, mae'n bwysig cynnal ffocws cryf ar atal drwy sicrhau bod pawb yn gallu cael mynediad cyfartal at y pethau sydd eu hangen i

¹ [Suicides in England and Wales Statistical bulletins - Office for National Statistics](#)

fwynhau iechyd meddwl da, megis ymarfer corff, yr amgylchedd naturiol, a bod yn rhan o'r gymuned.

Hefyd mae ffocws penodol ar y ffactorau ehangach sy'n effeithio ar iechyd meddwl ac atal hunanladdiad a hunan-niwed – gan gynnwys tai, cyflogaeth a chyllid – gyda'r ddwy strategaeth yn cydnabod bod angen gwneud gwaith ar draws y Llywodraeth gyfan ac ar draws sectorau i wella iechyd meddwl a llesiant a lleihau nifer yr achosion o hunanladdiad a hunan-niwed yng Nghymru. Mae rhai grwpiau mewn mwy o berygl o ddioddef iechyd meddwl gwael nag eraill, a gall anghydraddoldebau fod yn rhan o'r hyn sy'n achosi iechyd meddwl gwael. Dyma'r rheswm pam y bydd y strategaethau yn hyrwyddo tegwch o ran mynediad, profiad a chanlyniadau i bawb.

Nod ein Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio yw sicrhau bod pobl yng Nghymru yn byw mewn cymunedau sy'n rhydd o'r ofn a'r stigma sy'n gysylltiedig â hunanladdiad a hunan-niwed, a'u bod yn cael eu grymuso a'u cefnogi i ofyn am gymorth neu i gynnig cymorth fel y bo angen.

Pan fydd angen cymorth ar bobl, mae'r strategaethau'n cydnabod bod anghenion pobl yn amrywio ac nad pawb fydd ag angen gwasanaethau iechyd meddwl clinigol neu arbenigol. Y bwriad yw adeiladu ar lwyddiant cymorth sy'n hawdd cael mynediad ato fel y gwasanaeth 111 pwysu 2 a therapi gwybyddol ymddygiadol ar-lein, ochr yn ochr â dulliau gweithredu ehangach sy'n parhau i wella'r cymorth a gynigir mewn ysgolion a gweithleoedd. Mae llawer o fentrau rhagorol eisoes ar waith ledled Cymru i gefnogi iechyd meddwl ymysg dynion. Trefnodd ein Tîm Atal Hunanladdiad a Hunan-niwed Cenedlaethol ddiogwyddiadau undydd am ddim yn y Gogledd a'r De i ddynion sy'n aelodau o grwpiau neu'n arweinwyr grwpiau, neu ddynion sydd â diddordeb mewn sefydlu grwpiau. Roedd y rhain yn ddiogwyddiadau a gynhaliwyd ar lawr gwlad ac a ddatblygwyd gan ddynion ar gyfer dynion i archwilio anghenion dynion, nodi'r rhwystrau, gwella cydweithredu a rhannu'r arferion gorau, ac, yn y pen draw, i lywio'r gwaith cynllunio yn y dyfodol ac elwa ar ganlyniadau ymdrechion ar y cyd.

Ein gweledigaeth ni yw sicrhau bod system gymorth gydgysylltiedig yn cael ei darparu ar draws y sector iechyd, y sector gofal cymdeithasol, y trydydd sector, ac yn ehangach, i alluogi pobl i gael gafael ar y gwasanaeth cywir, ar yr adeg gywir, yn y lle cywir. Rhaid sicrhau hefyd bod y gofal a chymorth a ddarperir yn dosturiol, ac yn canolbwyntio ar yr unigolyn ac ar adferiad, gyda phwyslais ar wella ansawdd, diogelwch, a mynediad. Mae'n hanfodol bod pob gofal a chymorth yn cael eu darparu gan weithlu sy'n teimlo ei fod yn cael y gefnogaeth briodol ac sydd â'r capasiti, y gallu, a'r hyder i ddiwallu anghenion pobl.

Hefyd, mae'r strategaethau'n cydnabod y pwysau ariannol digynsail yr ydym yn eu hwynebu, a'u nod yw darparu cyfeiriad i wasanaethau a phartneriaid er mwyn sicrhau bod adnoddau'n cael eu targedu ar sail gwerth, yn hytrach na chreu rhestr o ymrwymadau cyllido newydd.

Byddai angen i unrhyw ystyriaeth mewn perthynas â sefydlu uned iechyd meddwl i ddynion yn y Gogledd gyd-fynd â'r gwaith presennol sydd eisoes ar y gweill i adolygu'r gwasanaethau a ddarperir ar hyn o bryd. Mae'r Strategaeth Iechyd Meddwl a Llesiant Meddyliol ddrafft wedi ei llywio gan y gwaith y mae Pwyllgor Gwasanaethau Iechyd Arbenigol Cymru wedi ei wneud i ddatblygu capasiti iechyd meddwl arbenigol yn y dyfodol. Yn ystod y 18-24 mis diwethaf, rydym hefyd wedi edrych ar ystod o wybodaeth o Gymru a'r DU ac yn ehangach wrth lunio'r strategaethau hyn. Mae'r holl foddelu yn awgrymu y bydd cynnydd mewn anghenion iechyd meddwl os nad ydym yn parhau i fuddsoddi mewn dulliau atal, ymyrraeth gynharach a gweithio'n seiliedig ar y system gyfan.

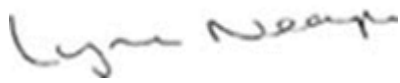
Bydd yr ymgynghoriadau presennol yn helpu i lywio ein blaenoriaethau yn y dyfodol, ac rydym yn annog pobl i ymateb er mwyn iddynt gael llais yn y gwaith o lunio'r blaenoriaethau hyn. Rydym wedi cynnwys y dolenni at yr ymgynghoriadau isod er mwyn ichi allu cyfeirio atynt yn rhwydd:

[Strategaeth ddrafft atal hunanladdiad a hunan-niweidio | LLYW.CYMRU](#)

[Strategaeth ddrafft iechyd meddwl a llesiant meddyliol | LLYW.CYMRU](#)

Rwy'n gobeithio bod yr wybodaeth hon o gymorth.

Yn gywir



Lynne Neagle AS/MS

Y Dirprwy Weinidog Iechyd Meddwl a Llesiant
Deputy Minister for Mental Health and Wellbeing