

Maniffesto Hafal

Etholiadau'r Cynulliad Cenedlaethol, 3 Mai 2007



Hafal yw prif elusen Cymru ar gyfer pobl gydag afiechyd meddwl difrifol a'u gofalwyr, ac mae'n elusen a gaiff ei redeg gan y bobl y mae'n eu cefnogi. Yma, mewn maniffesto ar gyfer Etholiad y Cynulliad 2007, rydym yn cyflwyno pryderon pobl yng Nghymru sy'n byw gydag afiechyd meddwl difrifol.

Rydym yn credu bod iechyd meddwl yn rhan allweddol o iechyd pawb, ond ni roddir yr un pwysigrwydd iddo ag iechyd corfforol. Ac eto, bydd 1 ym mhob 4 o bobl yn cael problemau iechyd meddwl yn ystod eu bywyd, a bydd 1 ym mhob 30 ohonom yn profi afiechyd meddwl difrifol. Mae'n bryd i iechyd meddwl gael ei roi ar yr agenda – a'i wneud yn flaenoriaeth.

Tri mater allweddol ar gyfer 2007

Mae Hafal yn galw ar bleidiau ac ymgeiswyr yng Nghymru i roi blaenoriaeth i iechyd meddwl ac i roi ystyriaeth lawn i'r materion canlynol:

1. Mae Cymru angen gwasanaethau iechyd meddwl o safon.
2. Mae Cymru angen Cynulliad sy'n hyrwyddo iechyd meddwl.
3. Mae Cymru angen system symlach ar gyfer comisiynu gwasanaethau iechyd a chymdeithasol.

Gadewch i ni edrych ar y pwyntiau hyn yn fanylach.

1. Gwasanaethau o safon, adnoddau o safon

Mae angen i ni gael gwasanaethau o'r radd flaenaf, gyda'r adnoddau gorau ar gyfer pobl gydag afiechyd meddwl difrifol, ac mae angen iddynt fod ar gael yn gyfartal ar draws 22 ardal awdurdod lleol/Bwrdd Iechyd Lleol Cymru.

Yn Hafal, rydym yn deall mai po fwyaf o reolaeth a gaiff pobl dros eu triniaeth eu hunain, y mwyaf tebygol yw hi y bydd y driniaeth yn effeithiol ac yn arwain at adferiad. Dyna pam ein bod yn credu ei bod mor bwysig bod defnyddwyr gwasanaeth a'u gofalwyr yn cael eu cynnwys wrth gynllunio gofal a gwerthuso'r gwasanaethau.

Rydym hefyd yn deall bod triniaeth yn fwy na meddyginiaeth yn unig. Gall hyn fod yn bwysig iawn, wrth gwrs, ond rydym eisiau gweld gwell mynediad i “therapiau siarad”, gan gynnwys seicotherapi, therapi ymddygiad gwybyddol, therapi grŵp a therapi teulu. Dylai cwnsela, neu seicotherapi manwl fod ar gael i bob unigolyn gydag afiechyd meddwl difrifol sy’n gofyn amdano.

Ac mae’n rhaid i bob claf gael rheolaeth ar eu hadferiad eu hunain, gydag amrywiaeth lawn o ddewisiadau ar gyfer bywyd. Caiff iechyd meddwl ei adeiladu ar sylfeini llawer ehangach na thriniaethau sy’n delio’n uniongyrchol â symptomau. Ar gyfer unrhyw unigolyn, y cam mwyaf tuag at adferiad fydd dod o hyd i le i fyw, cael swydd, neu efallai sefydlu perthynas dda gyda’u teulu... fel arfer, mae cyfres o wahanol bethau sy’n bwysig i adferiad yr unigolyn.

Rhaid i wasanaethau iechyd meddwl o safon fod yn seiliedig ar agwedd gyfannol a delio’n uniongyrchol â’r wyth maes canlynol:

- Iechyd Corfforol
- Meddyginiaeth ar gyfer Afiechyd Meddwl
- Triniaethau a Therapiau Eraill ar gyfer Afiechyd Meddwl
- Cyflogaeth
- Hyfforddiant ac Addysg
- Arian
- Llety
- Bywyd Cymdeithasol

2. Cynulliad sy’n hyrwyddwr da ar gyfer iechyd meddwl

Mae arnom angen Cynulliad sy’n barod i drafod â San Steffan ar faterion iechyd meddwl.

Deddfwriaeth iechyd meddwl, darpariaeth budd-daliadau i bobl gydag afiechyd meddwl a’u gofalwyr, a thriniaeth troseddwr gydag anhwylder meddyliol – mae angen llais clir a chryf i’r holl faterion hyn gan Senedd y Cynulliad. Mae Cymru angen i’w Cynulliad fod yn hyrwyddwr da ar gyfer iechyd meddwl, i chwilio o ddifrif am fargen deg gan Lywodraeth y DU ar gyfer pobl gydag afiechyd meddwl a’u gofalwyr.

Mae arnom angen Cynulliad fydd yn:

- Codi ei lais i sicrhau bod deddfwriaeth iechyd meddwl yn cyd-fynd â’r cydsyniad yng Nghymru ar gyfer rhoi grym i ddefnyddwyr y gwasanaethau, boed hynny’n cael ei gyflawni drwy ddeddfwriaeth San Steffan neu drwy bwerau fframwaith gan y Cynulliad.
- Siarad ar ran pobl gydag afiechyd meddwl sy’n cael eu lleoli’n amhriodol yn y system cyfiawnder troseddol neu sydd â mynediad cyfyngedig i wasanaethau iechyd meddwl mewn carchardai.
- Sicrhau bod bargen deg yn cael ei chynnig i bobl gydag afiechyd meddwl difrifol o ran budd-daliadau, a bod cefnogaeth addas ar gyfer helpu pobl i ddychwelyd i weithio, yn ogystal â dealltwriaeth briodol o afiechyd meddwl a sensitifrwydd i’r rhai sy’n methu â gweithio am gyfnodau hir neu’n ysbeidiol.

3. Comisiynu symlach ar gyfer Cymru

Rydym yn galw am bolisi synnwyr cyffredin ar gyfer comisiynu gwasanaethau iechyd meddwl, sy’n torri drwy’r fiwrocratiaeth, yr anghysondeb a’r gwariant diangen.

Ar hyn o bryd yng Nghymru, caiff gwasanaethau iechyd eu comisiynu gan 22 Bwrdd Iechyd Lleol, a chomisiynir gofal cymdeithasol gan 22 Awdurdod Lleol. Golyga hyn bod comisiynu’r gwasanaethau sy’n

hanfodol i bobl gydag afiechyd meddwl difrifol a'u gofalwyr yn dibynnu ar 44 corff lleol gwahanol – ac mae hyn yn achosi rhwystrau i ddefnyddwyr o ddydd i ddydd. Mae hyn yn ffordd ddrud, yn hytrach nag effeithiol, o gomisiynu gwasanaeth ar gyfer poblogaeth o ddim ond 2.9 miliwn (hanner poblogaeth Sir Efrog, er enghraifft).

Mae ein cleientiaid yn dweud wrthym fod diffyg cydlynu rhwng y gwasanaethau iechyd a chymdeithasol, sy'n cymhlethu'r system ac yn achosi dryswch, gan arwain at becyn gofal llawer llai trefnus.

Felly, beth yw'r ffordd ymlaen?

Rydym yn credu y dylai Cymru ddysgu o enghraifft Gweriniaeth Iwerddon, sydd wedi symud i symleiddio a rhesymoli ei waith comisiynu iechyd a gofal cymdeithasol – symudiadau sydd wedi'u hanelu at roi diwedd ar y loteri cod post oedd yn digwydd. Mae Hafal yn galw ar y Cynulliad i ystyried un corff comisiynu gwasanaethau iechyd a chymdeithasol ar gyfer Cymru gyfan, system sy'n gwneud Aelodau'r Cynulliad yn atebol am wasanaethau ar draws y wlad, ac yn arwain at gyfres o safonau gwasanaethau led led Cymru.

Hoffem hefyd weld mwy o gleifion, gofalwyr a staff yn cael eu cynnwys wrth reoli a chyflwyno gwasanaethau ar lefel leol. Credwn y dylai defnyddwyr a staff y llinell flaen gael eu galluogi i gynnig cefnogaeth uniongyrchol ac i helpu rhedeg eu hysbyty neu wasanaethau eraill lleol heb y rhwystrau biwrocraidd sy'n bodoli ar hyn o bryd.

Os bydd gwasanaethau'n cael eu rheoli gan y rhai sy'n eu defnyddio ac yn eu cyflwyno, byddant yn gwella.

Sut allaf I gymryd rhan?

Os ydych chi'n teimlo'n gryf am unrhyw un o'r materion hyn, gallech ymuno â phlaid wleidyddol o'ch dewis.

Gallwch hefyd gymryd rhan yn annibynnol – er enghraifft, gallwch gymryd rhan mewn ymgyrchu gwleidyddol amhleidiol drwy grwpiau fel Hafal neu sefydliadau gwirfoddol cenedlaethol a grwpiau lleol eraill.

Gallwch hefyd ofyn i'ch ymgeisydd am unrhyw faterion sy'n eich pryderu, er enghraifft:

- Beth yw eu polisiau ar gyfer iechyd meddwl?
- Beth am y meysydd pryder yn y manifesto hwn?
- Beth yw eu blaenoriaethau ar gyfer gwasanaethau iechyd?
- Beth yw eu blaenoriaethau ar gyfer gofal cymdeithasol?

**Cofiwch – mae gennych hawl i fynegi eich barn.
Felly defnyddiwch eich pleidlais!**

Ynglŷn â hafal



Hafal yw prif elusen Cymru ar gyfer pobl gydag afiechyd meddwl difrifol a'u gofalwyr.

Bob dydd, ym mhob sir, byddwn yn gweithio gyda chleientiaid sy'n byw ac yn delio ag afiechydon meddwl difrifol fel sgitsoffrenia neu anhwylder deubegwn.

Mae Hafal yn seiliedig ar y gred mai pobl sydd â phrofiad uniongyrchol o afiechyd meddwl sy'n gwybod orau sut i gyflwyno gwasanaethau.

Rydym wedi ymrwmo i roi grym i bobl gydag afiechyd meddwl difrifol i:

- gyflawni gwell ansawdd i fywyd
- cyflawni eu huchelgais ar gyfer adferiad
- ymladd yn erbyn gwahaniaethu
- mwynhau mynediad cyfartal i iechyd a gofal cymdeithasol, tai, incwm, addysg a chyflogaeth.

Ble allaf i gael rhagor o wybodaeth am faterion iechyd meddwl? Am y newyddion a'r wybodaeth ddiweddaraf am faterion iechyd meddwl yng Nghymru, ewch i: www.iechydmeddwl.cymru.net



Am y newyddion ddiweddaraf am Hafal, ewch i: www.hafal.org

Hafal Ystafell C2, Tŷ William Knox, Ffordd Britannic, Llandarsi, Castell-nedd SA10 6EL
 Ffôn: 01792 816 600 E-bost: hafal@hafal.org Gwefan: www.hafal.org
 Mae Hafal yn gwmni cyfyngedig drwy warant, a gofrestrwyd yng Nghymru a Lloegr.
 Rhif Cofrestru: 4504443 Rhif Elusen: 1093747