**Nasiba Chowdhury and Anne Caple**

**Cefnogi pobl sy’n profi digartrefedd – Dull digidol aml-sector**

**Cyflwyniadau**

Fy enw i yw Nasiba Chowdhury, a fi yw'r arweinydd Therapi Galwedigaethol Iechyd Digartref ym mhrosiect 360 CNPT Abertawe. Anne Caple ydw i a fi yw rheolwr gwasanaeth 360 CNPT Abertawe. Dwi'n gweithio i The Wallich sef sefydliad arweiniol y prosiect.

**Pam roedd angen y gwasanaeth**

Datblygwyd y gwasanaeth yn sgil gwaith Janet Keauffling, sy'n uwch nyrs digartrefedd gyda Phartneriaeth Feddygol Abertawe. Mae hi wedi gwneud llawer o ymchwil i iechyd pobl ddigartref. Hi holodd pam nad oedd modd i ni gael therapi galwedigaethol. Yn anffodus, ni allai ei phractis hi ariannu hynny. Felly, daeth 22 o sefydliadau ynghyd i ddechrau trafod sut i lunio prosiect a allai ymgorffori gwasanaethau therapi galwedigaethol. Cysylltwyd â

Chronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol ac fe wnaethon nhw roi £50,000 cychwynnol i ni edrych i mewn i ddatblygu'r gwasanaeth. Gwthiwyd y cwch i'r dŵr gyda phroses ymgynghori. Penderfynwyd mai The Wallich fyddai'n arwain y gwaith fel sefydliad arweiniol. Ar ôl yr holl ymgynghori, trefnwyd pwy fyddai'r partneriaid cyflawni. The Wallich, Bwrdd y GIG, Cyngor Ffoaduriaid Cymru, Crisis a Include Hub. Cydnabuwyd bod digartrefedd neu bobl sy'n profi digartrefedd yn fater eithaf cymhleth. Dwi'n credu bod dealltwriaeth nad mater tai yn unig oedd digartrefedd. Roedd llawer mwy o achosion sylfaenol gyda digartrefedd yn symptom o rywbeth mwy yn digwydd o dan yr wyneb. Roedd angen mewnbwn a safbwynt proffesiynol. Angen i edrych ar yr achosion sylfaenol hynny a chynnig asesiadau arbenigol i geisio mynd i'r afael â nhw, Roedd angen helpu pobl nid yn unig i gael tai ond i gael tai priodol a'u cefnogi i gynnal y tai. Ac roedd angen mynd gam ymhellach fel bod pobl nid yn unig yn cynnal eu llety ond yn byw bywyd ystyrlon ac yn ffynnu yn y llety hwnnw. Agwedd unigryw ar y prosiect hwn yw'r agwedd amlasiantaethol.

Y tu hwnt i gydnabod yr angen am therapi galwedigaethol o fewn digartrefedd, cydnabuwyd hefyd fod angen mwy o gydweithio a chydweithredu rhwng gwasanaethau iechyd, trydydd sector a statudol. Gogoniant y prosiect hwn yw bod cymaint o wahanol sefydliadau yn rhan o'r gwaith o'i gyflawni.

**Disgrifiad o’r gwasanaeth**

Mae gwahanol bartneriaid cyflawni o'r trydydd sector y sector statudol a gwasanaethau iechyd. O ran y gwaith datblygu, roedd angen ysgrifennu'r cais a chynllunio'r prosiect a'r cynnig. Ar ôl iddo gael ei gymeradwyo, daeth pawb at ei gilydd. Y cam cyntaf oedd ceisio dod i adnabod ein gilydd a sefydliadau ein gilydd yn y prosiect. Wedi hynny, daeth cyfnod o gwmpasu a rhwydweithio â gwasanaethau digartrefedd eraill Yn amlwg.

mae gan y prosiect nodau Roedd pedwar nod ar un adeg. Ond o fynd drwyddyn nhw bu'n rhaid cydnabod na fyddai'r prosiect yn eu cyflawni nhw i gyd. Un ohonyn nhw oedd arfogi landlordiaid yn well ond dydyn ni ddim yn gweithio gyda landlordiaid oherwydd ein bod ni'n cefnogi pobl sydd naill ai'n ddigartref eisoes neu mewn perygl o fod yn ddigartref. Felly fe wnaethon ni addasu'r nodau er mwyn gwella'r deilliannau. Pan oedden ni'n ceisio sefydlu llwybrau atgyfeirio a meini prawf atgyfeirio roedden ni'n ceisio sicrhau ein bod ni'n wasanaeth hygyrch. Er bod gennym ffurflen atgyfeirio a chanllawiau atgyfeirio, rydyn ni'n ystyried gwybodaeth am yr hyn a allai fod yn atgyfeiriad priodol fel arweiniad i gefnogi pobl sy'n troi at ein gwasanaeth. I raddau helaeth, mae’r ffurflen atgyfeirio yn adnodd casglu gwybodaeth, yn hytrach nag ymarfer ticio blychau a bodloni meini prawf. Mae ein cylch gwaith yn cwmpasu unrhyw un gydag anghenion lluosog sy'n ddigartref neu mewn perygl o fod.

**Deilliannau a defnyddio technoleg**

Rydyn ni'n ceisio cadw popeth mor agored â phosib i sicrhau bod ein gwasanaeth Dwi’n credu ein bod wedi cael deilliannau cadarnhaol iawn. Yn gyffredinol, mae meysydd digartrefedd, iechyd a gwasanaethau statudol wedi rhoi croeso digon da i'r prosiect. Mae hynny'n cael ei adlewyrchu yn nifer yr atgyfeiriadau. Mae'r ymateb wedi bod yn dda iawn o ran eisiau ymweld â'r prosiect, eisiau dod i adnabod y prosiect ychydig yn well. Roeddwn i eisiau sôn am rywbeth arall cadarnhaol. Rydyn ni'n gweithio ar system rheoli cofnodi achosion ein hunain o'r enw My Journey. Mae hynny ar y cyd â Phrifysgol Abertawe. Yn y bôn, mae’n adnodd i ni ac i'r unigolyn sy'n derbyn cefnogaeth. Mae'n golygu ei fod yn gallu cael proffil un dudalen hefyd. Mae'n gallu cynnwys ei holl wybodaeth yno heb yr angen i droi ato eilwaith. Mae'n osgoi dioddef unrhyw drawma eilwaith, fel mae Nasiba wedi cyfeirio ato eisoes. Dwi eisiau esbonio ychydig am yr adnoddau sydd ar waith yno.

Ap My Journey Newydd Mae'n ddull eithaf newydd, unigryw ac arloesol sydd wedi'i fabwysiadu gan y prosiect. Mae ganddo ddiben deublyg. Mae'n blatfform i weithwyr proffesiynol gofnodi nodiadau achos a'n cyfranogiad gyda defnyddwyr y gwasanaeth. Bydd hefyd yn caniatáu i wahanol asiantaethau gael gafael ar y nodiadau ac mae hynny'n beth gwych oherwydd mae sawl rhwystr wedi dod i'r amlwg gyda'r systemau cofnodi presennol. Yr ail ddiben yw hwylustod i ddefnyddwyr y gwasanaeth, yr unigolion sy’n cael ein cefnogaeth. Mae'r gallu ganddyn nhw i gyrchu'r platfform a gweld rhai elfennau o'r nodiadau. Mae'n bosib iddyn nhw gwblhau eu hasesiadau llesiant eu hunain. Mae'n cynnig gwell perchnogaeth ac ymreolaeth iddyn nhw o ran eu gofal. Mae'r ap wedi’i gynllunio mewn ffordd fwy urddasol dwi'n meddwl. Mae hynny'n agwedd eithaf unigryw am y prosiect. Rhywbeth arall unigryw yw bod yr unigolyn yn gallu penderfynu pwy sy'n gweld yr hyn mae'n ei roi ar y system. Mae'n rhoi rheolaeth i'r unigolyn dros bwy sy'n gweld beth. Dwi'n credu ei fod yn grymuso'r unigolyn hefyd. Mae'n rhoi perchnogaeth ar ei hanes ei hun.

**Manteision i’r unigolyn a’r system ehangach**

O ran yr effaith ar unigolion, mae'r agwedd amlasiantaethol, y gwaith amlasiantaethol yn caniatáu i'r unigolyn ddweud ei stori'n llawn unwaith a pheidio â dioddef trawma eilwaith. Drwy ddarparu mewnbwn am therapi galwedigaethol a defnyddio sylweddau rydyn ni wedi gweld canlyniadau cadarnhaol iawn o ran gwella lles unigolion. Rydyn ni wedi cefnogi unigolion wrth iddyn nhw symud o ddigartrefedd, drwy lety dros dro i lety parhaol. Fe wnaethon ni lwyddo i sefydlu grŵp o'r enw Recovering Through Activity, oedd yn rhoi cyfle i unigolion ddod i gysylltiad ag ystod o wahanol alwedigaethau. Cyfle na fyddai wedi bod ar gael fel arall o bosib. Mae'n bwysig ein bod ni'n meddwl fod blaenoriaethau pobl sy’n dioddef digartrefedd yn wahanol i’n blaenoriaethau ni. Efallai eu bod nhw'n canolbwyntio mwy ar eu diogelwch, lle maen nhw'n mynd i gysgu o ddydd i ddydd, o nos i nos. Dyna yw'r modd goroesi.

Yn aml iawn, rydyn ni'n gweld unigolion sydd yn y modd goroesi. Roedd y grŵp Recovery Through Activity yn caniatáu i unigolion a allai fod wedi profi'r teimladau hynny gael cyfle i gysylltu â galwedigaethau dros ystod o wahanol feysydd. Galwedigaethau hunanofal, hamdden, galwedigaethau cynhyrchiol mewn lleoliad grŵp. Datblygu sgiliau cymdeithasol yn yr ystyr o berthyn. Meithrin cysylltiad â galwedigaethau yr oedd angen cyllid neu drafnidiaeth i'w gwneud. Aeth y grŵp i'r afael â'r holl rwystrau hyn i'r math hwn o ymgysylltu ystyrlon. Roedd yn braf gweld effaith hynny ar unigolion o fewn ein gwasanaeth.

Mae'n debyg fod rhan arall y cwestiwn yn ymwneud ag effaith ar systemau. Dwi'n credu bod Anne wedi cyfeirio at hynny yn gynharach. Drwy ein mewnbwn ni i'r prosiect hwn, dwi'n gallu meddwl am un neu ddau o achosion lle gallai opsiynau tai fod wedi cyflawni eu dyletswydd tuag at unigolion oherwydd eu bod wedi amlygu eu hunain gydag ymddygiad heriol. Ffordd arall o ddisgrifio hynny fyddai ymddygiad gwrthgymdeithasol, neu fethiant i ymdopi yn esgor ar ymddygiadau a oedd yn peryglu eu hunain, neu'n peryglu preswylwyr mewn llety penodol, neu'n peryglu’r amgylchedd ffisegol ei hun. Yn hytrach na chyflawni dyletswydd yn unig aeth ein tîm i asesu pam mae unigolion yn ymddwyn yn y ffordd maen nhw'n ymddwyn. A oes rhywbeth mwy sylfaenol yn digwydd sydd angen i ni fynd i'r afael ag e? A oes angen i ni edrych ar rywbeth o ran strategaethau ymdopi sy'n esgor ar yr ymddygiadau heriol hyn? A oes angen heb ei ddiwallu yno? Dwi'n cofio dau achlysur a dau unigolyn. Roedd opsiynau tai eisoes wedi cyflawni dyletswydd yn achos un, ac roedden nhw ar fin cyflawni dyletswydd yn achos y llall, dwi'n credu Yn syml oherwydd ein hasesiadau a sgwrs o'n pen ni roedd opsiynau tai yn barod iawn i gael y sgwrs honno gyda ni. Fe wnaethon ni lwyddo i ddeall pam oedd yr unigolyn yn ymgyflwyno yn y ffordd yr oedd a chyflawnwyd y ddyletswydd yn y pen draw. Gydag un o'r unigolion, fe wnaethon ni ei gefnogi i lety dros dro ac mae hynny'n mynd yn eitha' da, chwarae teg O ran yr unigolyn arall, dydy hi ddim mewn llety dros dro eto, ond mae'r ddyletswydd yn dal yno. O leiaf mae'r ddyletswydd tai yno i'w cefnogi ar eu taith sydd wedi bod yn effaith gadarnhaol iawn.

Mae'n siŵr bod effeithiau eraill o ran systemau ehangach. Weithiau, rydyn ni mewn sefyllfa o gefnogi unigolion i fod yn rhan o'r gymuned yn well neu i wella eu hannibyniaeth a'u hymwneud â'r gymuned. Fe allai hynny arwain at wneud cais am bethau fel pàs bws. Mae gan yr unigolion rydyn ni'n gweithio gyda nhw wahanol strategaethau ymdopi, a gallai rhywfaint o hynny drosi i ddefnyddio sylweddau. Ar ddau achlysur, dwi'n meddwl gwelwyd ceisiadau'n cael eu gwrthod. Gwrthodwyd y cais am bàs bws oherwydd y defnydd o sylweddau a sut y gallai unigolyn ymddwyn eto pan fyddai o dan eu dylanwad. Unwaith eto, roedd yn fater o gynnal sgwrs. Esbonio sut fyddai pàs bws yn eu galluogi i fod yn rhan o'r gymuned, a gwella eu hannibyniaeth Ond hefyd i allu mynychu apwyntiadau i fynd i'r afael â'r anghenion defnyddio sylweddau. Drwy sgyrsiau gyda'r cwmni trafnidiaeth, gwyrdrowyd y penderfyniadau hynny. Derbyniodd yr unigolion bàs bws, a chafodd hynny effaith gadarnhaol ar eu hymgysylltiad â'r gymuned. Ydyn, rydyn ni wedi bod ar daith.

**Camau nesaf**

Ydyn, rydyn ni’n bendant dan bwysau o hyd. Rydyn ni wedi bod ar siwrnai o dyfu. Siwrnai o dyfu, yn sicr. Mae angen i bethau fel cytundebau rhannu data, GDPR, fod wedi'u trefnu'n drwyadl o'r dechrau. Mae wedi achosi llawer o drafferth o ran rhoi'r platfform My Journey ar waith. Cafwyd llawer o sgyrsiau am hynny, ac roedd yn rhwystredig iawn. I ni, mae edrych ar y data yn ein cyfyngu ni. O'r data rydyn ni wedi'i gasglu, mae gennym wybodaeth mewn cymaint o wahanol leoedd. Mae angen rhoi systemau ar waith. Dyna'r peth mwyaf y byddwn i’n ei ddweud. Yn bendant. Yn sicr. Mae gweithio amlasiantaethol yn anhygoel pan mae’n gweithio. Ac er mwyn iddo weithio mae angen i'r systemau fod ar waith. Dyna rydyn ni wedi'i ddysgu neu yn ei ddysgu. Sut i ddatblygu'r systemau hynny ac yna eu rhoi ar waith ar yr adeg iawn hefyd. Oherwydd rydyn ni'n gweld ein bod ni'n gorfod mynd yn ôl dros lawer o hen dir nawr. Mae llawer o waith da wedi digwydd ac yn digwydd. Gyda phrosiectau fel hyn sy'n cael eu hariannu gan gorff allanol, mae angen i ni gasglu'r data hwnnw er mwyn gallu dal ati. Ac er mwyn gallu dal ati i helpu'r bobl hyn. Dwi'n credu bod honno wedi bod yn wers bwysig.

Mae'n fater o esblygu ac addasu. Rydyn ni'n newid yn barhaus ac yn ceisio adolygu ein dull o weithio. Mater o geisio sicrhau dull mwy hygyrch, a mynd i'r hyn rydyn ni'n ei alw'n barthau poeth a cheisio bod yn bresennol yn y llefydd lle mae pobl ein hangen ni. Dwi'n credu i ni fod ar daith o werthfawrogi a chydnabod bod yr unigolion rydyn ni'n eu cefnogi yn mynd i gael anawsterau wrth ymgysylltu. Ond dydy'r anawsterau hynny gydag ymgysylltu ddim yn golygu nad ydyn nhw angen ein gwasanaeth ni neu nad ydyn nhw eisiau ein gwasanaeth ni. Weithiau mae’n fater o archwilio pam mae'r anawsterau hynny yno a beth allwn ni ei wneud i fynd i’r afael â'r anawsterau hynny. Dwi'n credu ein bod ni'n cyrraedd yna. Mae angen i ni werthfawrogi'n well ein bod ni'n gallu gwneud mwy i helpu pobl i ymgysylltu â’n gwasanaeth. Mae angen i ni ddod yn fwy hygyrch. Mae angen cydnabod bod llawer mwy o waith i'w wneud, o ran systemau a gwasanaethau er mwyn i'n gwasanaethau fod yn hygyrch. Dwi'n credu ein bod ni ar y trywydd iawn.

Mae hwn yn brosiect newydd iawn. Rydyn ni wedi bod yn darparu’r gwasanaeth ers ychydig dros flwyddyn bellach, gan wasanaethu Abertawe a CNPT. Ond o ran prif ffrydio ar draws ardaloedd eraill, dydyn ni ddim yno eto. Rydyn ni'n ei sefydlu yn ein hardaloedd ni, ei sefydlu a’i gyflawni a mesur ei effaith yn yr ardal hon gyntaf. Yn y pen draw, os yw’n llwyddiannus, y nod yw ceisio cyflwyno hyn ar draws rhanbarthau eraill a sicrhau cyllid. Dwi’n gwybod bod Caerdydd yn gwneud rhywbeth tebyg. Ond mae gwasanaethau iechyd gwahanol dan sylw yno. Ond yn ddelfrydol ar ôl hynny, achos mae Cronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol wedi'n hariannu ni am bum mlynedd. Pan mae'r pum mlynedd ar ben gallwn edrych ar gyllid ychwanegol i barhau â'n gwasanaeth. Mae angen amlwg amdano, hyd yn oed yn ystod y camau cynnar hyn. Mae eisoes wedi cael croeso, ac mae wedi cael effaith gadarnhaol iawn. Ceisio dal ati yw'r nod - parhau i ddatblygu'r effaith yn ogystal â rhannu'r effaith a rhannu ein canfyddiadau.

Pe bai'n rhaid i fi roi cyflwyniad, fe fyddwn i'n dweud ei fod yn unigryw. Yn ei hanfod, mae'n ymwneud â chefnogi a cheisio deall unigolion gydag anghenion heb eu diwallu sy'n profi digartrefedd neu sydd mewn perygl o fod yn ddigartref. Rydyn ni'n wasanaeth sy'n gwerthfawrogi cydweithio â gwahanol asiantaethau. Rydyn ni'n wasanaeth sy'n hyrwyddo manteision gweithio mewn dull amlasiantaethol i'r bobl rydyn ni'n eu gwasanaethu. Wrth ei wraidd, mae'n fater o gymryd dull sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn lle rydyn ni’n ceisio deall beth sy'n bwysig i'r unigolion rydyn ni'n eu helpu. Yn ceisio deall beth yw stori eu bywyd. Ac yn ceisio deall beth maen nhw eisiau ei gyflawni. Rydyn ni'n ceisio cydnabod yr anawsterau maen nhw o bosib yn eu profi sy'n arwain at ddigartrefedd, ond ar yr un pryd mae angen i ni werthfawrogi'r sgiliau sydd ganddyn nhw. Y cryfderau cadarnhaol sydd ganddyn nhw. A sut mae modd i ni eu galluogi i ddefnyddio'r cryfderau i oresgyn yr anawsterau. Mae angen gwerthfawrogi hynny gymaint â'r diffyg eiddo. Mae digartrefedd yn fwy na materion tai yn unig. Mae cymaint o achosion sylfaenol sydd angen eu gwerthfawrogi a'u datrys. Mae'n fater o ddefnyddio dull cyfannol. Mae angen cydnabod bod y rhwystrau i dai priodol, i gynnal tai priodol a byw bywyd ystyrlon mewn tai priodol yn fwy na dim ond rhwystrau ynghlwm wrth unigolion a'u cyflyrau yn unig. Mae'n ymwneud â'r systemau o gwmpas hynny. Ac mae'n rhaid i ni werthfawrogi hynny. Mae angen i ni addasu ein dulliau ac addasu ein systemau i alluogi pobl i fyw bywyd da mewn cartrefi da. Dyna beth mae'r prosiect hwn yn ei gynnig. Y gallu i archwilio hynny, y gallu i ddatblygu a darparu gwasanaeth i fynd i'r afael â hynny A, gobeithio, dangos effeithiau cadarnhaol hynny a'u dangos. Mae hefyd yn ymwneud â herio sefydliadau o ran eu systemau a'u prosesau a'u cael nhw i ddeall o le mae pobl yn dod. Dwi'n credu bod ein gwasanaeth yno i rymuso'r unigolyn hefyd.