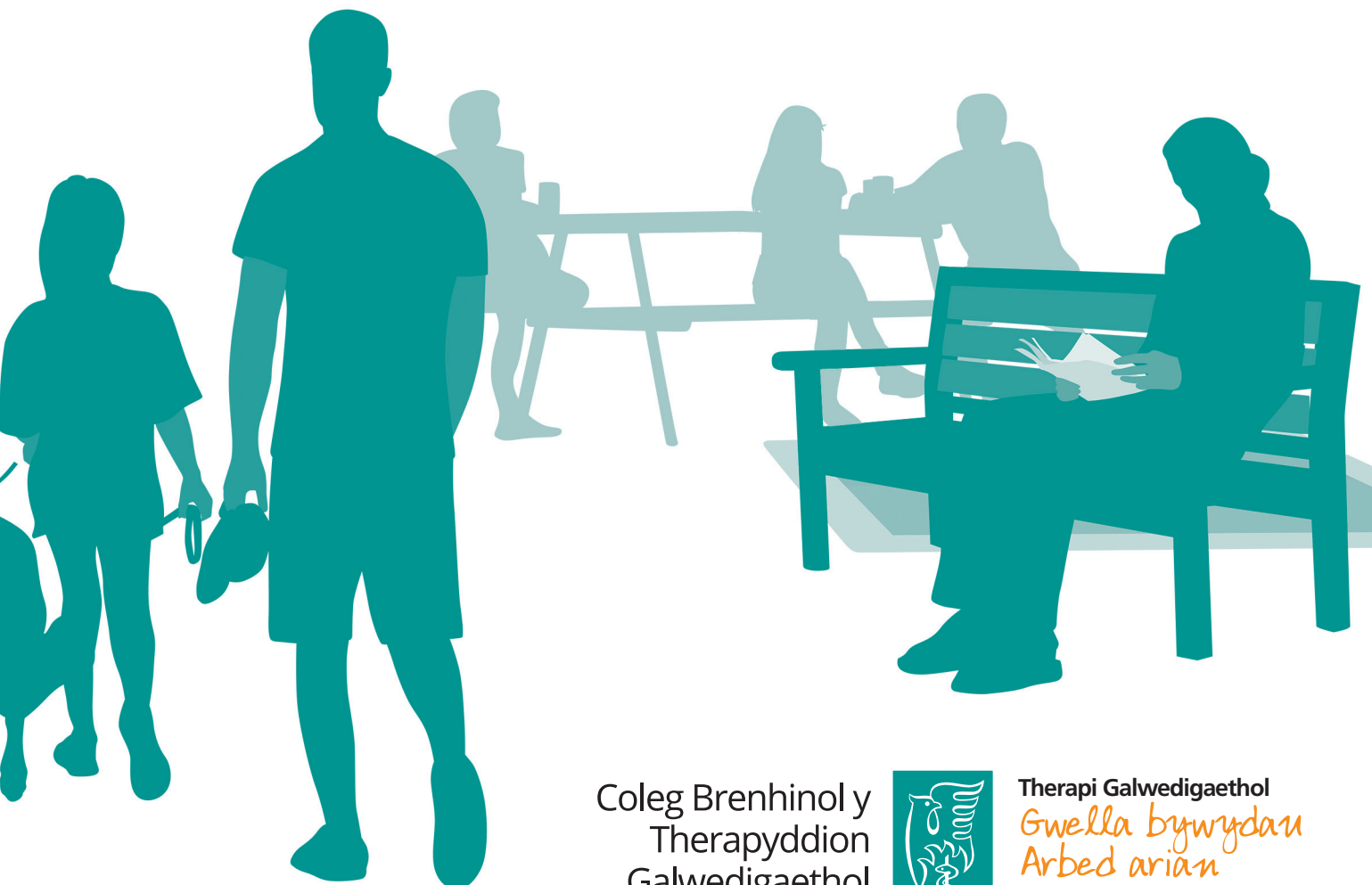




# Byw bywydau cyflawn

Therapi galwedigaethol  
yn cefnogi pobl  
ag anableddau dysgu



Coleg Brenhinol y  
Therapyddion  
Galwedigaethol



Therapi Galwedigaethol  
*Gwella bywydau  
Arbed arian*  
#GwerthThG

# Byw bywydau cyflawn

Therapi galwedigaethol yn cefnogi pobl ag anableddau dysgu

Mae hawl pawb, beth bynnag eu gallu, i gael cyfleoedd i gymryd rhan mewn ystod lawn o weithgareddau bob dydd (galwedigaethau) yn eu cymuned yn cael ei gydnabod gan y Cenhedloedd Unedig.<sup>i</sup> Mae'r hawl yn sylfaenol i'r holl gysyniad o athroniaeth ac arferion therapi galwedigaethol.

Mae pobl ag anableddau dysgu yn wynebu heriau penodol wrth gyflawni'r disgwyliad hwn, boed yn ddatblygu perthynas gymdeithasol<sup>ii</sup>, cael gwaith cyflogedig<sup>iii</sup> neu gymryd rhan yn eu cymunedau. Er mwyn eu helpu i reoli amrywiaeth o sefyllfaoedd, mae therapyddion galwedigaethol yn teilwrio ac addasu eu dull i gefnogi pobl ag anableddau dysgu i:

- **Fyw bywydau cyflawn** trwy ddatblygu sgiliau ar gyfer byw o ddydd i ddydd, cael mynediad at addysg, gweithio a chymryd rhan mewn bywyd teuluol a diwylliannol, hamdden a chwaraeon.
- **Pontio trwy gyfnodau allweddol ar hyd eu hoes** – er enghraifft, o fod yn blentyn i fod yn oedolyn, symud o ofal preswyl i gefnogaeth yn y gymuned, heneiddio a diwedd oes.

**Er mwyn i bobl ag anableddau dysgu gael ansawdd bywyd da** ac i wasanaethau fodloni'r galw, rhaid cael mwy o bwyslais ar ymyrraeth gynnar, atal a rheoli, ar lefel cyffredinol, wedi ei dargedu ac arbenigol o iechyd a gofal cymdeithasol.

Erbyn 2030, rhagwelir y bydd disgwyliad oes pobl ag anabledd dysgu yn cynyddu o 164% i 80 mlwydd oed<sup>iv</sup>. Arweiniodd datblygiadau a chamau meddygol i daclo gwahaniaethu at weld disgwyliad oes yn cyrraedd lefel y boblogaeth yn gyffredinol, ond mae'r cynnydd hwn yn golygu bod rhagor o bobl yn byw gyda nifer o afiechydon.<sup>v</sup>

Mae Coleg Brenhinol y Therapyddion Galwedigaethol (RCOT) yn dadlau, i sicrhau bod pobl yn gallu byw yn dda gydag afiechydon cymhleth, bod rhaid i'r gwasanaeth a ddarperir gael ei ail ffurfio i wneud y gorau o weithio amlddisgyblaethol. Mae mwy o frys i weithredu ar hyn gyda'r gostyngiad o 40% a gofnodwyd ers 2010 mewn nyrsys anableddau dysgu arbenigol<sup>vi</sup> a llai o fyfyrwyr nyrsio cyn cofrestru<sup>vii</sup>. Mae hyn yn golygu comisiynu gwasanaethau i:

- Ganolbwyntio ar gefnogi pobl i ddefnyddio a chymryd rhan mewn addysg, gwaith ac adnoddau cymunedol prif-ffrwd.
- Pwyntiau mynediad clir i wasanaethau prif-ffrwd fedru defnyddio arbenigedd a chyfarwyddyd arbenigol.
- Creu partneriaethau gwaith cryf ar draws sectorau i sicrhau bod pobl ag anableddau dysgu yn gallu cynnal eu hiechyd a'u llesiant trwy alwedigaethau iach.

## Manteisio ar y gweithlu therapi galwedigaethol

Mae therapyddion galwedigaethol yn gweithio gyda phobl i ddatblygu dealltwriaeth gyflawn o'u sgiliau a'u gallu i gyflawni gweithgareddau dyddiol (galwedigaethau) yn y cartref, yn yr ysgol, yn y gwaith neu yn y gymuned.

Mae galwedigaethau yn gofyn am ddefnyddio a chymysgu sgiliau a gallu synhwyraidd, symudol, gwybyddol, canfyddiadol, emosiynol a chymdeithasol. Trwy asesu'r sgiliau hyn ac archwilio ble bydd yr unigolyn yn weithredol (er enghraifft, yn ei gartref, ysgol neu weithle), gall therapyddion galwedigaethol helpu pobl i ddatblygu sgiliau, addasu'r gweithgaredd neu'r amgylchedd i greu'r sefyllfa orau o ran yr unigolyn/yr amgylchedd/yr alwedigaeth. Yn syml, y canlyniad gorau i'r unigolyn.

Mae'r adroddiad hwn yn gwneud argymhellion ar gyfer defnyddio'r gweithlu therapi galwedigaethol i wella cyfleoedd pobl ag anableddau dysgu mewn bywyd.

### Argymhellion – Dylai gwasanaethau ddefnyddio arbenigedd therapi galwedigaethol i:

1. Sicrhau bod cyfranogiad mewn cymunedau yn weithgaredd canolog wrth gomisiynu a chyflawni gwasanaethau.
2. Cefnogi pobl ag anableddau dysgu i fyw bywydau hollol integredig mewn cymunedau.
3. Creu pecynnau o ofal a chefnogaeth i alluogi pobl i gael y gofal cywir yn y lle cywir.

### Enghraifft o wasanaeth cyffredinol: Sport for Confidence

Mae Sport for Confidence yn cefnogi pobl ag anableddau dysgu i gael cyfleoedd i gymryd rhan mewn rhaglen chwaraeon a gweithgaredd corfforol gynhwysol. Mae'r model yn cynnwys therapydd galwedigaethol a hyfforddwr chwaraeon arbenigol yn gweithio mewn canolfan hamdden. Mae'r therapydd galwedigaethol yn cynghori ar addasu a graddio'r gweithgareddau a'r rhaglen i oedolion ag anableddau dysgu ac yn gweithio'n agos gyda staff y ganolfan hamdden, hyfforddwyr a thimau anableddau dysgu cymunedol.

**Effaith:** 50 grŵp yr wythnos dros wyth lleoliad. Mae dros 300 o bobl yr wythnos yn cael cynnig dewis o 15 o wahanol chwaraeon a gweithgareddau. Gall pobl ag anawsterau dysgu gael mynediad at wahanol raglenni yn amrywio o grwpiau gyda chefnogaeth lawn, ar sail therapi i weithgareddau prif-ffrwd.

# 1 Gall pawb sydd ag anableddau dysgu gymryd rhan lawn mewn galwedigaethau iach

**SUT** Sicrhau bod cyfranogiad mewn cymunedau yn weithgaredd canolog wrth gomisiynu a chyflawni gwasanaethau.

Mae deddfwriaeth ddiweddar, fel y Ddeddf Gofal yn Lloegr<sup>viii</sup> a Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru)<sup>ix</sup>, wedi rhoi cyfarwyddyd i wasanaethau gofal a chefnogi wrando a deall anghenion pobl ag anableddau dysgu a gweithio gyda nhw i gyflawni eu canlyniadau llesiant eu hunain. Bydd cynlluniau pellach fel yr ymgrych 'atal rhoi gormod o feddyginiaethau seicotropig i bobl ag anabledd dysgu, awtistiaeth neu'r ddau' (STOMP) yn cefnogi symud oddi wrth fodel gofal ar sail meddyginiaethau<sup>x</sup>. Fodd bynnag, mae'n cael ei gydnabod yn eang bod angen gwaith parhaus, yn arbennig wrth gefnogi mynediad at waith a dysgu gydol oes, gwella mynediad at wasanaethau iechyd ac integreiddio i gymunedau lleol.

Un o egwyddorion sylfaenol therapi galwedigaethol yw galluogi cymryd rhan mewn cymdeithas. Y galwedigaethau allweddol ar gyfer cyfranogiad yw, ymhlith eraill, addysg, gwaith, chwaraeon a hamdden.

## Y gwahaniaeth y mae therapi galwedigaethol yn ei wneud:

Yn ogystal â gweithio gydag unigolion, gall therapyddion galwedigaethol gefnogi integreiddio cymunedol trwy gynghori a hyfforddi teuluoedd, darparwyr gofal, cymunedau a darparwyr addysg a chyflogwyr.

Mae therapyddion galwedigaethol yn deall y newid yn y rhyngweithio rhwng yr unigolyn a'i amgylchedd, a thrwy ddefnyddio eu sgiliau byddant yn helpu i sicrhau bod cymunedau yn fwy cynhwysol a sensitif i anghenion pawb.

## Elfennau allweddol ar gyfer cyflawni'r argymhelliaid

**Gosod therapyddion galwedigaethol mewn sefyllfa i:**

- Ddatblygu partneriaethau ehangach i greu mynediad at gyfleoedd mewn addysg, gwaith a hamdden.
- Rhoi cyngor a hyfforddiant i deuluoedd a darparwyr gwasanaeth.
- Creu pwyntiau cyswllt clir i bartneriaid a darparwyr gwasanaeth i ddefnyddio cyngor a chyfarwyddyd gan therapyddion galwedigaethol.

## Stori Fatima a Jamila

Symudodd y chworydd Fatima a Jamila gyda'u teulu i'r Deyrnas Unedig yn 12 oed ac nid oedd y gwasanaethau yn gwybod amdanynt. Cyfeiriwyd hwy i gael therapi galwedigaethol gan eu meddyg teulu gan nad oeddynt yn mynd i'r coleg ac yn ymbellhau oddi wrth fywyd teuluol. Roedd y chworydd am gael eu gweld gan y therapydd galwedigaethol gyda'i gilydd. Arweiniodd yr asesiad at:

**Cysylltu â'r gymuned.** I gael cyfle i gymysgu â phobl eraill, penderfynodd y chworydd y byddent yn hoffi mynd i ddosbarth celf a'r gampfa. Cefnogodd y therapydd galwedigaethol hwy i fynd am wiriad iechyd blynyddol yn eu meddygfa leol a'u cefnogi i gael Campfa ar bresgripsiwn gan nad oedd y meddyg teulu wedi dynodi ffitrwydd corfforol fel blaenoriaeth. Gwnaed cais am fudd-daliadau i ariannu'r gweithgareddau yma, yn ogystal â phas bws.

**Diogelu.** Dynododd y therapydd galwedigaethol bryderon am radicaleiddio posibl trwy'r defnydd o'r rhyngwyd a gwnaeth atgyfeiriadau i Diogelu a rhaglen Prevent yr Asiantaeth Ddiogelu a Throseddau Genedlaethol. Trwy weithio ochr yn ochr â Thîm Prevent yr Heddlu Lleol fe ddynodwyd risgiau.

Codwyd pryderon am ymddygiad y chworydd yn y Coleg a arweiniodd at eu gwahardd. Roedd y therapydd galwedigaethol yn gweithio ochr yn ochr â thîm Prevent yr heddlu lleol a'u tiwtoriaid coleg i gefnogi eu cael i ail-gysylltu yn y coleg.

Datgelodd Fatima a Jamila wybodaeth oedd yn awgrymu cam-fanteisio rhywiol ar-lein, gosod deunydd pornograffig a stelcian. Cefnogodd y therapydd galwedigaethol hwy i roi adroddiad am hyn i'r Heddlu a thrwy hynny i'r Llinell Gymorth Pornograffi.

**Cyngor a chyfarwyddyd.** Rhoddodd y therapydd galwedigaethol gyngor a gwybodaeth i'r heddlu ar sut i wneud eu hyfforddiant yn hygyrch i bobl ag anableddau dysgu fel bod yr efeilliaid yn gallu cael eu dysgu sut i gadw'n ddiogel ar-lein.

## EFFAITH

Gyda chefnogaeth yn ei lle mae Fatima a Jamila yn dilyn cwrs coleg, yn mynd i'r gampfa a sesiynau nofio yn wythnosol, ac mae eu gweithgaredd ar y cyfryngau cymdeithasol wedi lleihau. Maent yn gweld seicolegydd i helpu i reoli eu dicter ac nid yw'r tîm Prevent bellach yn ymwneud â nhw.

## 2 Pobl ag anableddau dysgu yn cael eu cefnogi i reoli newidiadau ar hyd eu hoes

### SUT Cefnogi pobl ag anableddau dysgu i fyw bywydau hollol integredig mewn cymunedau.

Dylai bod yn rhan o gymuned a chymryd rhan ynddi ddigwydd trwy gydol oes unigolyn. Bydd eu rôl, a'r hyn y byddant yn ei wneud yn y gymuned, yn amrywio gan ddibynnu ar y cyfnod ym mywyd yr unigolyn a'i ddiddordebau. Er enghraifft, gall integreiddio plentyn neu berson ifanc i'r gymuned ganolbwyntio ar y cartref, yr ysgol, a hamdden, tra bydd integreiddio oedolyn i'r gymuned yn gallu canolbwyntio ar reoli'r cartref, gwaith, hamdden, a gweithgareddau cymdeithasol neu grefyddol.

Mae cyfnodau allweddol ym mywyd rhywun ag anabledd dysgu lle gall bod angen addasiadau sylweddol, a gall hyn gynnwys help proffesiynol. Gall y cyfnodau hyn gynnwys pontio rhwng plentynod a dod yn oedolyn, marwolaeth neu salwch gofawr, a heneiddio.

### Y gwahaniaeth y mae therapi galwedigaethol yn ei wneud:

Mae therapyddion galwedigaethol yn adolygu dyheadau pobl, eu gallu a'u hanghenion ar gyfnodau allweddol trwy gydol eu hoes. Mae dull o gam i gam yn rhoi:

- cyngor a chyfarwyddyd unwaith ac am byth;
- hyfforddiant wedi ei dargedu i staff gofal a theuluoedd;
- dull un i un wedi ei deilwrio i bobl ag anghenion mwy cymhleth neu sefyllfa fwy cymhleth.

Rhaid i arbenigedd therapi galwedigaethol fod ar gael ac yn hygyrch ar draws sectorau a'i ddarparu yn yr amgylchedd perthnasol. Er enghraifft: mewn ysgolion neu sefydliadau addysg uwch, trwy wasanaethau cefnogi galwedigaethol, mewn canolfannau chwaraeon a hamdden neu gartrefi gofal ychwanegol neu ofal i bobl hŷn.

Mae **stori Alistair** yn dangos effeithiolrwydd therapi galwedigaethol wrth helpu unigolyn ag anableddau dysgu i gyflawni'r nodau a ddewisodd a chyrraedd ei botensial yn llawn.



Gwylwch y ffilm yma <https://bit.ly/2WVmmF5>

### Stori Tracey

Mae Tracey yn 62 oed ac mae ganddi anabledd dysgu cyffredinol. Roedd Tracey yn byw gyda'i mam, nid oedd yn mynd i'r ysgol ac roedd yn cael ei thrin fel plentyn. Pan fu mam Tracey farw symudodd i fyw gyda'i modryb. Roedd yn parhau i fyw bywyd dibynnol iawn ac yn cael ei gwarchod yn ofalus. Pan fu ei modryb farw etifeddodd ei mab y cyfrifoldeb am Tracey.

**Rheoli risg.** Cyfeiriwyd yr achos at Wasanaeth Anableddau Dysgu i helpu i reoli sefyllfa fregus iawn a allai fod yn un diogelu. Teimlai'r teulu y dylai Tracey fod mewn gofal neu gael cefnogaeth 24 awr y dydd yn ei chartref ei hun. Cyfrifwyd y byddai pecyn gofal 24 awr yn costio **£1,354** yr wythnos, sy'n cyfateb i gost flynyddol i'r Awdurdod Lleol o **£70,408**.

**Defnyddio dull ar sail asedau.** Cwblhawyd asesiad therapi galwedigaethol ac argymhellodd y therapydd galwedigaethol ddau ddiwrnod yng nghanolfan yr awdurdod lleol gyda chynllun gofal wedi'i bersonoli i hybu annibyniaeth a 21 awr yr wythnos o gefnogaeth gyda darllen llythyrau, talu biliau a siopa. Symudodd Tracey i fyngalo gyda warden a chyflwynwyd cynllun triniaeth wedi ei raddio gan y therapydd galwedigaethol.

### EFFAITH

Dysgodd Tracey'r sgiliau i edrych ar ôl ei hun a'i chartref yn annibynnol. Cefnogodd diogelwch ar y ffordd/hyfforddiant teithio a'r ganolfan ddysgu leol Tracey i gael gwaith cyflogedig mewn cegin am bum awr yr wythnos a theithio yno yn annibynnol.

### Arbed arian i'r pwrs cyhoeddus

Cost y cyfraniad therapi galwedigaethol oedd **£516** (12 awr am £43 yr awr). Mae llety a'r cynllun gofal yn costio **£33,436** y flwyddyn gan arbed **£36,972** y flwyddyn i'r Awdurdod Lleol.

### Yr elfennau allweddol ar gyfer cyflawni'r argymhelliad yw:

- Defnyddio dull ar sail asedau.
- Cael cydbwysedd rhwng risg a dewis – ystyried ystyr a gwerth yr alwedigaeth i'r unigolyn wrth asesu risg.
- Cadw pobl ag anableddau dysgu yn gysylltiedig â'u cymunedau, teulu a ffrindiau.



### 3 Pobl ag anghenion ac ymddygiad cymhleth yn cael eu cefnogi yn agos adre

#### SUT Creu pecynnau o ofal a chefnogaeth i alluogi pobl i gael y gofal cywir yn y lle cywir.

Dengys gwaith ymchwil bod pobl sy'n byw mewn sefydliadau preswyl yn cael eu hamddifadu o alwedigaethau (diffyg galwedigaethau ystyrlon a phatrwm).<sup>xi</sup> Mae'n bwysig deall effaith yr amddifadedd hwn wrth ystyried ymddygiad pobl, yn arbennig os yw'r rhain yn heriol.

Mae tua 1,827 o bobl yn y Deyrnas Unedig yn gleifion mewn unedau anabledd dysgu.<sup>xii, xiii, xiv, xv</sup> Mae gan bob gwlad dargedau i leihau'r nifer o gleifion a rhoi mwy o gefnogaeth mewn cymunedau lleol.

#### Y gwahaniaeth y mae therapyddion galwedigaethol yn ei wneud:

Mae therapyddion galwedigaethol yn asesu anghenion unigolyn ac yn rhoi cyngor am y gweithgareddau y gall eu gwneud a fydd yn gwella a chefnogi ei lesiant. Maent yn dynodi ystod o weithgareddau i'r unigolyn gymryd rhan ynddynt, ac yn eu hannog. Mae hwn yn ddull wedi ei deilwrio a'i bersonoli<sup>xvi</sup> a all arwain pobl, yn ogystal â'u teuluoedd a'u staff gofal, i ddysgu sgiliau newydd a dod o hyd i'r hyn sy'n iawn iddyn nhw.

Yn ychwanegol, mae therapyddion galwedigaethol yn argymhell pa fath o gefnogaeth sy'n angenrheidiol, beth yw'r ffordd orau i weithio gyda'r unigolyn, sut i hybu ac annog, neu sut i drefnu'r amgylchedd o'u cwrpas.

I bobl ag ymddygiad cymhleth, gall therapyddion galwedigaethol gynghori ar ddefnydd therapiwtig o weithgareddau i helpu i reoli emosiynau. Gall mabwysiadu gweithgareddau therapiwtig fel rhan o becyn cyffredinol o strategaethau leihau'r angen am feddyginiaeth seicotropig.

#### Elfennau allweddol ar gyfer cyflawni'r argymhelliad:

##### Defnyddio therapyddion galwedigaethol:

- fel dewis gwahanol neu fel rhan o ddull cefnogi ymddygiad cadarnhaol i ddarparu ar gyfer anghenion pobl.
- i hyfforddi a chynghori gofalwyr ffurfiol i ddefnyddio dull unigolyddol o roi gofal.
- i ddynodi llety a chymorth addas.

#### Stori Ian

Roedd Ian wedi bod yn y carchar am gyfnod ac yn byw mewn uned adsefydlu fforensig arbenigol **y tu allan i'r sir yr oedd yn hanu ohoni**. Fe'i cyfeiriwyd at y Tîm Anabledd Dysgu i'w ryddhau yn ôl i'r gymuned.

Nid oedd Ian yn gwneud dim am y rhan fwyaf o'r dydd ac nid oedd yn ymwneud â'r rhaglen o weithgareddau yn yr uned. Roedd yn cymryd meddyginiaeth at ei **orbryder eithafol** ac yn cael ei atal yn gorfforol yn aml. Yn dilyn asesiad gan y therapydd galwedigaethol, cefnogwyd Ian gan hyfforddwyr technegol y tîm i ddechrau **gwneud y gweithgareddau** yr oedd ganddo ddiddordeb ynddynt.

#### Dylunio cefnogaeth o gwmpas anghenion Ian.

Roedd staff MENCAP wedi cael eu comisiynu i roi cefnogaeth gymunedol. Rhoddodd y therapydd galwedigaethol gyngor am raglen integreiddio gymunedol raddol ar sail nodau Ian. Ar ôl dynodi'r gweithgareddau oedd yn helpu Ian o ran ei bryder, gofynnodd y therapydd galwedigaethol i'w feddyginiaeth gael ei hadolygu a'i lleihau. Gwnaeth y therapydd galwedigaethol asesiad hefyd am **lety addas**.

#### Hyfforddiant i ymwreiddio gofal wedi'i

**bersonoli**. Parhaodd y therapydd galwedigaethol a'r staff hyfforddi technegol i gymryd rhan trwy gydol y broses a rhoi gwaith sesiynol cyson yng nghartref a chymuned Ian, gan gynghori staff MENCAP ar adnoddau a gweithgareddau cyffredinol.

Mae Ian wedi cael ei ryddhau i eiddo ar rent **yn agos at gartref nyrsio ei fam**. Mae'n cael ei gefnogi gan MENCAP gyda gofal 24 awr sy'n cynnwys rhywun yn cysgu i mewn am 8 awr a chefnogaeth un i un ar ben hynny.

#### EFFAITH

Mae Ian yn cymryd **llai o feddyginiaeth** ac mae ei **allu i symud wedi gwella**. Mae ganddo fwy o reolaeth dros ei bryder, gan arwain at **lai o ddefnydd o atal corfforol**.

Bydd Ian yn mynd i'r eglwys a'r cyfarfodydd gweddi, yn ymweld â'i fam ac yn mynd i siopa. Mae Ian yn coginio ei brydau ei hun gydag **ychydig iawn o gymorth** ac mae'n cael cymorth i olchi dillad, glanhau a garddio. Mae'n parhau i **ehangu ei brofiadau** ac yn ddiweddar aeth ar wyliau gyda'r eglwys.

# Byw bywydau cyflawn

Therapi galwedigaethol yn cefnogi pobl ag anableddau dysgu

Er mwyn cyflawni'r tri argymhelliad sydd yn yr adroddiad hwn, dylai gwasanaethau ddefnyddio arbenigedd therapi galwedigaethol fel bod...

## CANLYNIAD

3

Pobl sydd ag anghenion ac ymddygiad cymhleth yn cael eu cefnogi yn agos adre

2

Pobl ag anableddau dysgu yn cael eu cefnogi i wynebu newidiadau ar hyd eu hoes

1

Pawb ag anableddau dysgu yn gallu cymryd rhan lawn mewn galwedigaethau iach

### ARBENIGOL

Sicrhau bod pobl ag anghenion ac ymddygiad cymhleth yn cael eu cefnogi yn agos adre

### WEDI EI DARGEDU

Cefnogi pobl ag anableddau dysgu i reoli newidiadau ar hyd eu hoes

### CYFFREDINOL

Sicrhau bod pobl ag anableddau dysgu yn gallu cymryd rhan mewn galwedigaethau iach

## SUT

3. Creu pecynnau o ofal a chefnogaeth i alluogi pobl i gael y gofal cywir yn y lle cywir.

2. Cefnogi pobl ag anableddau dysgu i fyw bywydau hollol integredig mewn cymunedau.

1. Sicrhau bod cyfranogiad mewn cymunedau yn weithgaredd canolog wrth gomisiynu a chyflawni gwasanaethau.

Mae'r rhestr lawn o gyfeiriadau ar gyfer yr adroddiad hwn ar gael yn [www.rcot.co.uk/improvinglives/reports](http://www.rcot.co.uk/improvinglives/reports).

### Argymhellion trosfwaol ymgyrch Gwella Bywydau, Arbed Arian y Coleg Brenhinol Therapi Galwedigaethol yw:

Grymuso pobl i reoli eu hiechyd a'u llesiant dylid defnyddio therapyddion galwedigaethol ar draws y system iechyd a gofal i:

- > **Ymyrryd** yn gynnar mewn gofal sylfaenol
- > **Ymwreiddio** gofal wedi'i bersonoli trwy hyfforddi a goruchwyllo eraill
- > **Datblygu** partneriaethau ehangach i hybu blaengaredd
- > **Ehangu** gwasanaethau dan arweiniad therapi

Mwy o wybodaeth: [www.rcotimprovinglives.com](http://www.rcotimprovinglives.com)

- <sup>i</sup> Y Cenhedloedd Unedig, Adran Materion Economaidd a Chymdeithasol (2006) *Confensiwn ar hawliau pobl ag anableddau*. Ar gael yn: <https://www.un.org/development/desa/disabilities/convention-on-the-rights-of-persons-with-disabilities.html>
- <sup>ii</sup> Verdonshot MML, de Witte LP, Reichrath E, Buntinx WHE, Curfs LMG (2009) Community participation of people with an intellectual disability: a review of empirical findings. *Journal of Intellectual Disability Research*, 53, 303-318. doi:10.1111/j.1365-2788.2008.01144.x
- <sup>iii</sup> Yr Adran Iechyd (2017) *Local support for people with a learning disability*. Llundain: Y Swyddfa Archwilio Genedlaethol.
- <sup>iv</sup> Emerson E, Hatton C (2011) *Estimating future need for social care among adults with learning disabilities in England: an update*. Durham: Improving Health and Lives Learning Disability Observatory.
- <sup>v</sup> NHS Scotland (2017) *People with learning disabilities in Scotland: 2017 health needs assessment update report*. Caeredin: Yr Alban.
- <sup>vi</sup> Y Coleg Nyrsio Brenhinol (2018) Learning disability care facing crisis. Llundain: RCN. Ar gael yn: <https://www.rcn.org.uk/news-and-events/news/learning-disability-care-facing-crisis>
- <sup>vii</sup> Nursing Times (2018) Exclusive: half of learning disabilities nursing courses 'considering closure'. Llundain: Nursing Times. Ar gael yn: <https://www.nursingtimes.net/news/education/exclusive-half-of-learning-disability-nursing-courses-considering-closure/7024425.article>
- <sup>viii</sup> Prydain Fawr. Senedd (2014) *Deddf Gofal 2014*. Llundain: Y Llyfrfa.
- <sup>ix</sup> Llywodraeth Cymru (2014) *Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) (2014)*. Caerdydd: Llywodraeth Cymru.
- <sup>x</sup> VODG (2017) STOMP Campaign. Ar gael yn: <https://www.vodg.org.uk/campaigns/stompcampaign/>
- <sup>xi</sup> Galvin D, Wilding C, Whiteford G (2011) Utopian visions/dystopian realities: exploring practice and taking action to enable human rights and occupational justice in a hospital context. *Australian Occupational Therapy Journal*, 58(5), 378-385.
- Perkes D, Whiteford G, Charlesworth G, Weekes G, Jones K, Brindle S, Hoare L, Todd E, Mililani R (2015) Occupation-focused practice in justice health and forensic mental health: using a practice-based enquiry approach. *World Federation of Occupational Therapists Bulletin*, 71, 101-107, doi:10.1080/14473828.2015.1103464
- Smith HC (2005) 'Feel the fear and do it anyway': meeting the occupational needs of refugees and people seeking asylum. *British Journal of Occupational Therapy*, cyf. 68(10), 474-476.
- Uemura J-I, Hoshino A, Igarashi G, Nishio S (2018) Changes in activity: experience of new admissions to a long-term care facility. *Physical & Occupational Therapy in Geriatrics*, 36(2/3), 221-233.
- Whalley Hammell K, Iwama M (2012) Well-being and occupational rights: an imperative for critical occupational therapy. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 19(5), 385-394.
- Whiteford, G (2000) Occupational deprivation: global challenge in the new millennium. *British Journal of Occupational Therapy*, 63(5), 200-204.
- Whiteford GE (2005) Understanding the occupational deprivation of refugees: a case study from Kosovo. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 72(2), 78-88.
- <sup>xii</sup> NHS Digital (2016) *Mental health and learning disabilities statistics*. Llundain: NHS England.
- <sup>xiii</sup> Llywodraeth Cymru (2018) *Cleifion mewn ysbytai ac unedau iechyd meddwl*. Caerdydd: Llywodraeth Cymru.
- <sup>xiv</sup> Adran Iechyd Gogledd Iwerddon (2018) *Mental health and learning disability inpatients 2017/18*. Belfast: Yr Adran Iechyd.
- <sup>xv</sup> Llywodraeth yr Alban (2017) *Inpatient census, 2017*. Caeredin: Llywodraeth yr Alban.
- <sup>xvi</sup> Coleg Brenhinol y Therapyddion Galwedigaethol (2019) Making personalised care a reality: the role of occupational therapy. Llundain: RCOT. Ar gael yn: <http://cotimprovinglives.com/making-personalised-care-a-reality-the-role-of-occupational-therapy/>