



Llywodraeth Cymru  
Welsh Government

[www.llyw.cymru](http://www.llyw.cymru)

# Siarad â fi 2

Cynllun Gweithredu Atal Hunanladdiad a  
Hunan-niwed Cymru 2015-2020

## CYNNWYS

<b>AMCAN 1</b>	<b>3</b>
<b>AMCAN 2</b>	<b>9</b>
<b>AMCAN 3</b>	<b>11</b>
<b>AMCAN 4</b>	<b>12</b>
<b>AMCAN 5</b>	<b>13</b>
<b>AMCAN 6</b>	<b>15</b>

## SIARAD Â FI 2

### Camau Blaenoriaeth

Mae'r Cynllun Gweithredu hwn yn nodi'r gweithgarwch i atal hunanladdiad a fydd yn flaenoriaeth genedlaethol yng Nghymru dros y pum mlynedd nesaf. Nid yw hyn yn atal unrhyw weithgarwch priodol arall rhag cael ei gyflawni ar lefel ranbarthol neu leol. Mae'r Cynllun Gweithredu'n cynnwys 16 o gamau blaenoriaeth, sydd wedi'u gosod mewn trefn yn ôl chwe phrif amcan.

Sylwer bod asiantaethau arweiniol (y rhai sy'n gyfrifol am gyflawni cam gweithredu arbennig) mewn inc trwm. Bydd sefydliadau eraill a enwir yn cyflawni rôl gefnogol neu byddir yn ymgynghori â hwy wrth ddatblygu a chyflawni camau gweithredu.

Mae'r camau blaenoriaeth yn cynnwys rhaglen dreigl o waith y bydd y Grŵp Cynghori Cenedlaethol ar Atal Hunanladdiad a Hunan-niwed yn ei hadolygu ac yn adrodd arni'n flynyddol. Mae amserlenni wedi cael eu haseinio i rai gweithgareddau penodol.

**Amcan 1: Gwella ymhellach ymwybyddiaeth, gwybodaeth a dealltwriaeth am hunanladdiad a hunan-niwed ymhlith y cyhoedd, unigolion sy'n dod i gysylltiad yn aml â phobl sydd mewn perygl o gyflawni hunanladdiad a hunan-niwed a gweithwyr proffesiynol yng Nghymru**

<b>Cam blaenoriaeth</b>	<b>Sut fyddwn ni'n ei wneud?</b>	<b>Pwy fydd yn ei wneud?</b>	<b>Erbyn pryd?</b>
<p>1. Datblygu a chyflawni fframwaith i Gymru ar gyfer hyfforddi gweithwyr proffesiynol, unigolion sy'n dod i gysylltiad yn aml â phobl sydd mewn perygl o gyflawni hunanladdiad a hunan-niwed a'r cyhoedd.</p> <p><i>Rhaglen dreigl o waith i rychwantu oes y strategaeth. Bydd yn cael ei hadolygu'n flynyddol gan y Grŵp Cynghori Cenedlaethol.</i></p>	<p>Bydd y fframwaith – sy'n cael ei ddatblygu gan y Grŵp Cynghori Cenedlaethol ac a fydd yn cael ei gymeradwyo gan Lywodraeth Cymru - yn rhoi arweiniad i unigolion a sefydliadau i'w helpu i adnabod y rhaglenni mwyaf priodol i ddiwallu eu hanghenion. Bydd yn nodi'r mathau o hyfforddiant sydd ar gael i gyflawni tri amcan allweddol, sef <i>codi ymwybyddiaeth, ymyriadau</i> (sydd wedi'u hanelu at y rhai mewn angen) a <i>thriniaeth</i>:</p> <p><u>Codi ymwybyddiaeth</u>: wedi'i dargedu at y boblogaeth gyffredinol i herio stigma, gwella dealltwriaeth a chynyddu gwybodaeth ynghylch ble i fynd i gael cymorth;</p> <p><u>Ymyriadau</u>: wedi'u targedu at unigolion sy'n dod i gysylltiad yn aml â phobl sydd mewn perygl o gyflawni</p>	<p><b>Y Grŵp Cynghori Cenedlaethol</b></p> <p><b>Llywodraeth Cymru: Polisi Iechyd Meddwl a Grwpiau Agored i Niwed / Iechyd y Cyhoedd</b></p> <p>Byrddau Iechyd</p> <p>Awdurdodau Lleol (gan gynnwys adrannau addysg a gwasanaethau cymdeithasol)</p> <p>Sefydliadau'r Trydydd Sector</p>	<p>Bydd hon yn rhaglen dreigl o waith a fydd yn rychwantu oes y strategaeth ac yn cael ei hadolygu'n flynyddol gan y Grŵp Cynghori Cenedlaethol.</p> <p>Bydd yr adolygiad a'r adroddiad cyntaf ym mis Ebrill 2016.</p>

	<p>hunanladdiad a hunan-niwed, darparwyr gofal sy'n flaenoriaeth a'r cyhoedd (nid yw ymyriadau yn y cyddestun hwn yn therapiwtig ond maent yn ymwneud â rhoi ymateb di-oed, priodol a chymesur i unigolion sydd mewn trallod / yn datgelu meddyliau am hunanladdiad neu hunan-niwed). <u>Triniaeth:</u> wedi'i thargedu at weithwyr arbenigol â pherthynas fwy hirdymor, therapiwtig â'r person sydd mewn perygl.</p> <p><i>Bydd y gwaith o ddylunio'r fframwaith yn cynnwys adolygu tystiolaeth i ganfod effeithiolrwydd opsiynau hyfforddi a darparu sydd ar gael gan gynnwys ASIST, STORM, WARRN, Choose Life gan GIG yr Alban, rhaglen fodiwlaid Connecting with People i ganfod cyfres o opsiynau sy'n adlewyrchu'r anghenion o ran adnoddau ar gyfer sefydliadau unigol / darparwyr gofal unigol sy'n flaenoriaeth.</i></p> <hr/> <p>Bydd y gwaith hwn yn cynnwys datblygu modiwl dysgu gyda phwyntiau DPP (Datblygiad Proffesiynol Parhaus) cyfatebol ar gyfer meddygon teulu, tîm ehangach y practis a gweithwyr proffesiynol eraill sy'n gweithio mewn lleoliadau gofal sylfaenol.</p>		
<p>2. Hybu ymwybyddiaeth staff a gwella gwybodaeth staff ynghylch ble i fynd i gael cymorth a chefnogaeth trwy weithleoedd.</p>	<p>Bydd gwybodaeth yn cael ei lledaenu trwy e-fwletinâu a digwyddiadau <i>Cymru Iach ar Waith</i> i wella ymwybyddiaeth staff a chyflogwyr.</p> <p>Bydd canllawiau sy'n gysylltiedig â gweithleoedd i gynorthwyo staff a rheolwyr</p>	<p><b>Llywodraeth Cymru: Polisi Iechyd Meddwl a Grwpiau Agored i Niwed / Iechyd y Cyhoedd</b></p> <p><b>Y Grŵp</b></p>	<p>Bydd hon yn rhaglen dreigl o waith a fydd yn rhychwantu oes y strategaeth ac yn cael ei hadolygu'n</p>

<p><i>Rhaglen dreigl o waith i rychwantu oes y strategaeth. Bydd yn cael ei hadolygu'n flynyddol gan y Grŵp Cyngori Cenedlaethol.</i></p>	<p>yn cael eu datblygu gan y Grŵp Cyngori Cenedlaethol a phartion eraill. Bwriedir rhoi anogaeth bellach i sefydliadau a chyflogwyr lofnodi'r adduned sefydliadol <i>Amser i Newid</i> fel modd i gyfleu negeseuon allweddol ynghylch iechyd a lles.</p>	<p><b>Cyngori Cenedlaethol</b></p> <p>Sefydliadau'r trydydd sector</p> <p>Cyrff cynrychiadol megis Conffederasiwn Diwydiant Prydain, Federasiwn Busnesau Bach, Acas ac undebau llafur</p>	<p>flynyddol gan y Grŵp Cyngori Cenedlaethol.</p> <p>Bydd yr adolygiad a'r adroddiad cyntaf ym mis Ebrill 2016.</p>
<p>3. Hyrwyddo hyfforddiant codi ymwybyddiaeth i staff a disgyblion a datblygu cymorth a chanllawiau ar reoli canlyniadau hunanladdiad a hunan-niwed mewn ysgolion.</p> <p><i>Rhaglen dreigl o waith i rychwantu oes y strategaeth. Bydd yn cael ei hadolygu'n flynyddol gan y Grŵp Cyngori Cenedlaethol.</i></p>	<p>Bydd y Grŵp Cyngori Cenedlaethol ac Iechyd Cyhoeddus Cymru yn datblygu canllawiau i gael eu hystyried gan adrannau perthnasol yn Llywodraeth Cymru. Bydd ymarferwyr ysgolion iach lleol yn hyrwyddo ac yn dangos y ffordd at hyfforddiant ymwybyddiaeth ar gyfer staff mewn ysgolion uwchradd.</p> <hr/> <p>Parhau i weithredu'r Gwasanaeth Cwnsela Annibynnol (mae'n ofynnol yn gyfreithiol bod awdurdodau lleol yn trefnu darpariaeth resymol o ran gwasanaethau cwnsela ar gyfer disgyblion ym Mlwyddyn 6 a'r holl ddisgyblion 11 i 18 oed; caiff yr arian ei ddarparu gan Lywodraeth Cymru trwy'r Grant Cynnal Refeniw) a adwaenid yn flaenorol fel y Gwasanaeth Cwnsela mewn Ysgolion.</p> <hr/> <p>Parhau i weithredu Grŵp Arwsin ar Wrth-fwlio Cymru Gyfan (a sefydlwyd yn 2014) a chyflwyno'r canllawiau gwrthfwlio <i>Parchu Eraill</i> ymhellach.</p>	<p><b>Y Grŵp Cyngori Cenedlaethol</b></p> <p><b>Iechyd Cyhoeddus Cymru</b></p> <p>Llywodraeth Cymru: Polisi Iechyd Meddwl a Grwpiau Agored i Niwed / Iechyd y Cyhoedd / Cymorth i Ddysgwyr</p>	<p>Ebrill 2016.</p> <hr/> <p>Yn barhaus.</p> <hr/> <p>Yn barhaus.</p> <hr/> <p>Yn barhaus.</p>

	<p>Cwblhau astudiaeth dichonoldeb i bennu'r dull mwyaf effeithiol o gefnogi iechyd a lles emosiynol plant mewn ysgolion cynradd.</p> <p>Archwilio'r cyfleoedd i ddatblygu rôl y gwasanaeth nyrsio ysgolion ymhellach yn y maes yma.</p>	<p><b>Llywodraeth Cymru: Polisi Cymorth i Ddysgwyr</b></p> <p><b>Llywodraeth Cymru: Polisi Cymorth i Ddysgwyr</b></p> <p>Llywodraeth Cymru: Polisi Cymorth i Ddysgwyr</p>	<p>Yn barhaus.</p> <p>Yn barhaus.</p>
<p>4. Datblygu Gwefan Genedlaethol ddwyieithog i Gymru ar Atal Hunanladdiad a Hunan-niwed.</p> <p><i>Rhaglen dreigl o waith i rychwantu oes y strategaeth. Bydd yn cael ei hadolygu'n flynyddol gan y Grŵp Cynghori Cenedlaethol.</i></p>	<p>Yn debyg i wefan Choose Life GIG yr Alban, bydd y gwaith o'i datblygu a'r cynnwys yn ddwyieithog, bydd yn cael ei llywio gan y Grŵp Cynghori Cenedlaethol ac yn cynnwys adnoddau i weithwyr proffesiynol a'r cyhoedd. Ei bwriad fydd hybu ymwybyddiaeth a dealltwriaeth, a bydd y wefan yn cynnwys adrannau penodol ar gyfer ysgolion, rhieni / gofalmwyr, pobl ifanc a myfyrwyr AB / AU, gweithleoedd, ymwybyddiaeth ar gyfer y cyhoedd a.y.b.</p> <p>Bydd y wefan yn cyflawni rôl bwysig o ran sicrhau mynediad rhwydd at wybodaeth ddibynadwy ynghylch atal hunanladdiad.</p>	<p><b>Y Grŵp Cynghori Cenedlaethol</b></p> <p>Polisi Iechyd Meddwl a Phobl Agored i Niwed Llywodraeth Cymru</p> <p>Prifysgol Abertawe</p> <p>Iechyd Cyhoeddus Cymru</p> <p>Sefydliadau'r Trydydd Sector a gwasanaethau cynghori (gan gynnwys y Samariaid, NSPCC,</p>	<p>Ebrill 2016.</p>

	<p><i>Bydd ystyriaeth yn cael ei rhoi i ddulliau eraill o ledaenu gwybodaeth i grwpiau sydd dan anfantais yn ddigidol megis pobl hŷn a'r rhai sy'n byw mewn cymunedau gwledig.</i></p> <p><i>Sesiwn gweithdy gan Brifysgol Abertawe / Y Samariaid wedi'i threfnu ar gyfer hydref 2015.</i></p>	<p>Papyrus, Meic, C.A.L.L.)</p> <p>Cynnwys defnyddwyr gwasanaethau â 'phrofiad uniongyrchol'</p>	
<p>5. Sefydlu Fforwm Atal Hunanladdiad Cenedlaethol blynyddol.</p> <p><i>Rhaglen dreigl o waith i rychwantu oes y strategaeth. Bydd yn cael ei hadolygu'n flynyddol gan y Grŵp Cynghori Cenedlaethol.</i></p>	<p>Bydd fforymau cenedlaethol blynyddol yn hybu'r broses o rannu arfer da, yn amlygu materion cyfredol ac yn cefnogi gwaith cydweithredol ar draws y pedair gwlad (gwaith sy'n hanfodol i sicrhau dull cydgysylltiedig ledled y DU o atal hunanladdiad, lle y bo angen).</p>	<p><b>Y Grŵp Cynghori Cenedlaethol</b></p> <p><b>Llywodraeth Cymru: Polisi Iechyd Meddwl a Grwpiau Agored i Niwed / Iechyd y Cyhoedd</b></p> <p><b>Iechyd Cyhoeddus Cymru</b></p> <p><b>Fforymau Atal Hunanladdiad Amlasiantaeth Rhanbarthol (RMASPF)</b></p> <p>Byrddau Iechyd</p> <p>Awdurdodau Lleol (gan gynnwys adrannau addysg a gwasanaethau cymdeithasol)</p> <p>Sefydliadau'r Trydydd Sector a chymunedol</p> <p>Partion eraill gan gynnwys NOMS, yr Asiantaeth</p>	<p>Y Fforwm cyntaf i gyd-daro â lansiad <i>Siarad â Fi 2</i> ym mis Gorffennaf 2015; yn flynyddol wedi hynny.</p>

		<p>Gwella Gwasanaethau Cymdeithasol, Cyngor Gofal Cymru, Fforwm Gofal Cymru.</p> <p>Cynnwys defnyddwyr gwasanaethau â 'phrofiad uniongyrchol'</p>	
<p>6. Sicrhau ymgysylltiad gan BILlau ac awdurdodau lleol mewn Fforymau Atal Hunanladdiad Amlasiantaeth Rhanbarthol.</p> <p><i>Rhaglen dreigl o waith i rychwantu oes y strategaeth. Bydd yn cael ei hadolygu'n flynyddol gan y Grŵp Cyngori Cenedlaethol.</i></p>	<p>Cwblhau canllawiau ar ddatblygu cynlluniau gweithredu lleol yn seiliedig ar waith ar y cyd gan lechyd Cyhoeddus Cymru a Public Health England.</p> <hr/> <p>Bydd cynlluniau gweithredu lleol yn cael eu datblygu gan Fforymau Atal Hunanladdiad Amlasiantaeth Rhanbarthol.</p>	<p><b>Y Grŵp Cyngori Cenedlaethol / lechyd Cyhoeddus Cymru</b></p> <hr/> <p><b>Fforymau Atal Hunanladdiad Amlasiantaeth Rhanbarthol / Byrddau lechyd / Awdurdodau Lleol</b></p> <p>Sefydliadau'r Trydydd Sector a chymunedol</p> <p>Gwasanaethau ymatebwyr cyntaf</p> <p>Cynnwys defnyddwyr gwasanaethau â 'phrofiad uniongyrchol'</p>	<p>Rhagfyr 2015.</p> <hr/> <p>Gorffennaf 2016.</p>
<p>7. Defnyddio'r cyfryngau cymdeithasol fel erfyn i godi ymwybyddiaeth y cyhoedd ac i'w cyfeirio at ffynonellau gwybodaeth a</p>	<p>Byddai hyn yn cael ei lywio / ei letya gan y wefan genedlaethol a'i wneud trwy gydweithio'n agos gyda sefydliadau'r Trydydd Sector a chymunedol</p> <p>.</p>	<p><b>NAG</b></p> <p>Sefydliadau'r Trydydd Sector</p> <p>Cynnwys defnyddwyr gwasanaethau â 'phrofiad</p>	<p>Ebrill 2016.</p> <p>Adolygiadau blynyddol dilynol gan y Grŵp Cyngori Cenedlaethol.</p>



chyngor.  <i>Rhaglen dreigl o waith i rychwantu oes y strategaeth. Bydd yn cael ei hadolygu'n flynyddol gan y Grŵp Cyngori Cenedlaethol.</i>		uniongyrchol'	
--	--	---------------	--

**Amcan 2: Darparu ymatebion priodol i argyfyngau personol, ymyriadau cynnar a rheolaeth ar hunanladdiad a hunan-niwed**

<b>Cam blaenoriaeth</b>	<b>Sut fyddwn ni'n ei wneud?</b>	<b>Pwy fydd yn ei wneud?</b>	<b>Erbyn pryd?</b>
8. Gwella'r ymateb gofal iechyd i hunan-niwed.  <i>Rhaglen dreigl o waith i rychwantu oes y strategaeth. Bydd yn cael ei hadolygu'n flynyddol gan y Grŵp Cyngori Cenedlaethol.</i>	Byrddau Iechyd Lleol i sicrhau bod canllawiau NICE ar reoli hunan-niwed yn cael eu gweithredu yng Nghymru <sup>1,2</sup>  Cydweithio rhwng y Grŵp Cyngori Cenedlaethol, y Coleg Meddygaeth Frys ac Iechyd Cyhoeddus Cymru (o ran rhaglenni gwella ansawdd clinigol a diogelwch cleifion, megis y Rhaglen 1000 o Fywydau) i wella'r modd y caiff hunan-niwed ei reoli a'i gofnodi mewn adrannau achosion brys. Bydd yr hyn yr adroddir arno'n cynnwys:  - % y bobl sydd wedi hunan-niweidio sy'n cael asesiad cychwynnol o iechyd corfforol, cyflwr meddyliol, pryderon ynghylch diogelu, amgylchiadau cymdeithasol a risgiau y byddant yn hunan-niweidio eto neu'n cyflawni hunanladdiad.  - % y bobl sydd wedi	<b>Llywodraeth Cymru: Polisi Iechyd Meddwl a Grwpiau Agored i Niwed</b>  Byrddau Iechyd  <b>Y Grŵp Cyngori Cenedlaethol / Iechyd Cyhoeddus Cymru</b>  Y Coleg Meddygaeth Frys  Cynnwys defnyddwyr gwasanaethau â 'phrofiad uniongyrchol'	Rhagfyr 2015.  Rhagfyr 2015.  Rhagfyr 2015.

	<p>hunan-niweidio sy'n cael asesiad seicogymdeithasol cynhwysfawr.</p>		
	<p>—</p> <p>Cydweithio rhwng Byrddau Iechyd, Y Cynghrair Iechyd Meddwl mewn Gofal Sylfaenol yng Nghymru (WaMHinPC) a Choleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol (RCGP) i wella'r modd y caiff hunan-niwed ei reoli a'i gofnodi mewn lleoliadau gofal sylfaenol.</p>	<p>—</p> <p><b>Iechyd Cyhoeddus Cymru</b></p> <p>Y Grŵp Cynghori Cenedlaethol</p> <p>Byrddau Iechyd</p> <p>WaMHinPC</p> <p>RCGP</p> <p>Cynnwys defnyddwyr gwasanaethau â 'phrofiad uniongyrchol'</p>	<p>—</p> <p>Yn barhaus.</p>
	<p>—</p> <p>Dylai pobl sydd wedi hunan-niweidio gael gofal gyda thosturi a'r un parch ac urddas ag unrhyw ddefnyddiwr gwasanaethau.</p>	<p>—</p> <p><b>Byrddau Iechyd</b></p>	
	<p>—</p> <p>Cwblhau Concordat Iechyd Meddwl Argyfwng mewn Gofal i nodi ymhellach sut y gall byrddau Iechyd, yr heddlu a phartneriaid eraill ymateb orau i'r rhai sydd mewn argyfwng.</p>	<p>—</p> <p><b>Llywodraeth Cymru: Polisi Iechyd Meddwl a Grwpiau Agored i Niwed</b></p>	<p>—</p> <p>Haf 2015</p>

**Amcan 3: Gwybodaeth a chymorth i'r rhai sydd wedi cael profedigaeth neu yr effeithiwyd arnynt o ganlyniad i hunanladdiad a hunan-niwed**

<b>Cam blaenoriaeth</b>	<b>Sut fyddwn ni'n ei wneud?</b>	<b>Pwy fydd yn ei wneud?</b>	<b>Erbyn pryd?</b>
<p>9. Lledaenu <i>Cymorth wrth Law Cymru</i> ymhellach.</p> <p><i>Rhaglen dreigl o waith i rychwantu oes y strategaeth. Bydd yn cael ei hadolygu'n flynyddol gan y Grŵp Cyngori Cenedlaethol.</i></p>	<p>Bydd <i>Cymorth wrth Law Cymru</i><sup>3</sup> (a ddatblygwyd gan lechyd Cyhoeddus Cymru, y Grŵp Cyngori Cenedlaethol a Phrifysgol Abertawe), adnodd i bobl sydd wedi cael profedigaeth o ganlyniad i hunanladdiad, yn cael ei ledaenu ymhellach i gynnal ymwybyddiaeth o'r adnodd.</p> <hr/> <p>–</p> <p>Cyhoeddi ar-lein ar wefan Atal Hunanladdiad a Hunan-niwed Cymru.</p> <hr/> <p>–</p> <p>Ystyried y cyfleoedd i gynnwys <i>Cymorth wrth Law Cymru</i> yng nghynllun Presgripsiwn Llyfrau Cymru</p>	<p><b>Y Grŵp Cyngori Cenedlaethol / lechyd Cyhoeddus Cymru</b></p> <p>Cymdeithas Crwneriaid Cymru a Lloegr</p> <p>Sefydliadau'r Trydydd Sector a chymunedol</p> <hr/> <p>–</p> <p><b>Y Grŵp Cyngori Cenedlaethol</b></p> <hr/> <p>–</p> <p><b>Llywodraeth Cymru: Polisi lechyd Meddwl a Grwpiau Agored i Niwed</b></p>	<p>Mai 2015.</p> <hr/> <p>Ebrill 2016.</p> <hr/> <p>Hydref 2016.</p>

**Amcan 4: Rhoi cymorth i'r cyfryngau fod yn gyfrifol wrth bortreadu ac adrodd ar hunanladdiad ac ymddygiad hunanladdol**

<b>Cam blaenoriaeth</b>	<b>Sut fyddwn ni'n ei wneud?</b>	<b>Pwy fydd yn ei wneud?</b>	<b>Erbyn pryd?</b>
<p>10. Cydweithio mewn ffordd weithredol gyda'r cyfryngau i roi cymorth iddynt adrodd mewn modd sensitif ar hunanladdiad a hunan-niwed trwy fabwysiadu canllawiau priodol.</p> <p><i>Rhaglen dreigl o waith i rychwantu oes y strategaeth. Bydd yn cael ei hadolygu'n flynyddol gan y Grŵp Cynghori Cenedlaethol.</i></p>	<p>Hyrwyddo hyfforddiant penodol mewn adrodd yn gyfrifol ar hunanladdiad a hunan-niwed i newyddiadurwyr a hyfforddir yng Nghymru (megis yr hyfforddiant a ddatblygwyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru a'r Samariaid, yn seiliedig ar Ganllawiau'r Samariaid i'r Cyfryngau a fabwysiadwyd yng Nghymru).</p>	<p><b>Y Grŵp Cynghori Cenedlaethol / Y Samariaid</b></p> <p>Iechyd Cyhoeddus Cymru</p>	Hydref 2015.
<p>11. Y Grŵp Cynghori Cenedlaethol i dynnu sylw golygyddion at adroddiadau amhriodol ar hunanladdiad a hunan-niweidio yn y cyfryngau yng Nghymru.</p> <p><i>Rhaglen dreigl o waith i rychwantu oes y strategaeth. Bydd yn cael ei hadolygu'n flynyddol gan y Grŵp Cynghori Cenedlaethol.</i></p>	<p>Ar y cyd â'r Samariaid a phartneriaid eraill, bydd Cadeirydd y Grŵp Cynghori Cenedlaethol yn anfon llythyr at olygyddion y cyfryngau yng Nghymru mewn ymateb i ddigwyddiadau lle ceir adroddiadau amhriodol ar hunanladdiad ac ymddygiadau hunan-niweidiol (bydd y llythyrau'n cyfeirio golygyddion at ganllawiau adrodd y Samariaid ar gyfer y cyfryngau).</p>	<p><b>Y Grŵp Cynghori Cenedlaethol</b></p>	Mai 2015.

**Amcan 5: Lleihau mynediad at bethau y gellir eu defnyddio i gyflawni hunanladdiad**

Cam blaenoriaeth	Sut fyddwn ni'n ei wneud?	Pwy fydd yn ei wneud?	Erbyn pryd?
<p>12. Adolygu'r dystiolaeth ar gyfer effeithiolrwydd lleihau mynediad at bethau y gellir eu defnyddio i gyflawni hunanladdiad.</p>	<p>Mae Is-ganolfan Hunanladdiad a Hunan-niwed Canolfan Iselder, Pryder a Niwrosis Cochrane yng Ngholeg Meddygaeth Prifysgol Abertawe ynghyd â Gwasanaeth Tystiolaeth lechyd Cyhoeddus Cymru wrthi ar hyn o bryd yn adolygu'r dystiolaeth ar gyfer effeithiolrwydd ymyriadau sy'n lleihau mynediad at bethau y gellir eu defnyddio i gyflawni hunanladdiad.</p>	<p><b>Prifysgol Abertawe / lechyd Cyhoeddus Cymru</b></p>	<p>Mai 2016.</p>
<p>13. Datblygu mecanwaith i gefnogi gwaith lleol a chenedlaethol i leihau mynediad at bethau y gellir eu defnyddio i gyflawni hunanladdiad lle mae'r dystiolaeth yn bodoli (gan gynnwys cydweithio rhwng rhanddeiliaid).</p>	<p>Bydd Byrddau lechyd yn parhau i fod yn rhan o'r Cydweithrediad Digwyddiadau Anffafriol Difrifol / y Rhaglen Gydweithredol Arweinwyr lechyd Meddwl a'u gwaith ar <i>Twelve points to a Safer Service</i> <sup>4</sup>.</p> <p>Mae'n rhaid wrth gydweithio traws-sector ar lefel genedlaethol a lleol i ystyried rhwystrau, rhwydi, rhifau ffôn mewn argyfwng neu ffonau mewn safleoedd neu strwythurau sy'n addas ar gyfer ymgeisiau i gyflawni hunanladdiad. Dylai adrannau cynllunio awdurdodau lleol a datblygwyr ystyried sut i atal hunanladdiad yng nghan dylunio adeiladau, yn enwedig mewn perthynas ag ysgolion, ysbytai a chartrefi gofal preswyl.</p> <p><i>Mae'n ofynnol i garchardai – gan gynnwys y carchar newydd yn Wrecsam – ymlynu wrth ofynion dylunio eglur a phenodol mewn perthynas â manau clymu a phethau eraill y gellir eu</i></p>	<p><b>Byrddau lechyd / Llywodraeth Cymru</b></p> <p>Cydweithrediad Digwyddiadau Anffafriol Difrifol</p> <p>Rhaglen Gydweithredol Arweinwyr lechyd Meddwl</p> <p>Awdurdodau Lleol</p> <p>Y Samariaid</p> <p>Grŵp Atal Hunanladdiad yng Nghymru Network Rail</p> <p>NOMS</p>	<p>Rhagfyr 2015.</p>

	<i>defnyddio i gyflawni hunanladdiad, fel a nodir yn Rheolau Sefydlog y Gwasanaeth Carchardai.</i>		
<p>14. Ymgysylltu â phartneriaid yn niwydiant y Rhynggrwyd i wneud y canlynol:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lleihau mynediad at wybodaeth ar-lein sy'n hybu neu'n rhoi anogaeth i ddefnyddio dulliau o gyflawni hunanladdiad a hunan-niwed</li> <li>- Gwella mynediad at wasanaethau atal hunanladdiad</li> </ul> <p><i>Rhaglen dreigl o waith i rychwantu oes y strategaeth. Bydd yn cael ei hadolygu'n flynyddol gan y Grŵp Cynghori Cenedlaethol.</i></p>	<p>Bydd Llywodraeth Cymru a'r Grŵp Cynghori Cenedlaethol yn ymgysylltu â phartneriaid i leihau mynediad at wybodaeth ar-lein sy'n hybu, yn rhoi anogaeth i ddefnyddio neu'n hysbysu ynghylch hunanladdiad a dulliau o'i gyflawni.</p> <p>Er mwyn cyflawni'r gweithgarwch hwn bydd angen gweithio'n barhaus gyda diwydiant y Rhynggrwyd a darparwyr cynnwys trwy Gyngor y DU ar Ddiogelwch Plant ar y Rhynggrwyd i greu amgylchedd ar-lein mwy diogel i blant a phobl ifanc (trwy hunanreoleiddio gan y diwydiant, gwella addysg am e-ddiogelwch a chodi ymwybyddiaeth y cyhoedd ymhellach).</p> <p>Mae'r Samariaid wedi gweithio gyda chwilotwyr a gwefannau'r cyfryngau cymdeithasol i sicrhau y darperir mynediad parod at wasanaethau atal hunanladdiad a chymorth dibynadwy.</p>	<p><b>Llywodraeth Cymru: Polisi Iechyd Meddwl a Grwpiau Agored i Niwed</b></p> <p><b>Y Grŵp Cynghori Cenedlaethol</b></p>	Ebrill 2016.

**Amcan 6: Parhau i hybu a chefnogi dysgu, systemau gwybodaeth a monitro ac ymchwil i wella ein dealltwriaeth am hunanladdiad a hunan-niwed yng Nghymru ac arwain camau gweithredu**

<b>Cam blaenoriaeth</b>	<b>Sut fyddwn ni'n ei wneud?</b>	<b>Pwy fydd yn ei wneud?</b>	<b>Erbyn pryd?</b>
<p>15. Parhau i adolygu marwolaethau trwy hunanladdiad yn y rhai sy'n hysbys i wasanaethau iechyd meddwl.</p> <p><i>Rhaglen dreigl o waith i rychwantu oes y strategaeth. Bydd yn cael ei hadolygu'n flynyddol gan y Grŵp Cynghori Cenedlaethol.</i></p>	<p>Bydd Byrddau Iechyd yn parhau i fod yn rhan o'r Cydweithrediad Digwyddiadau Anffafriol Difrifol, y Rhaglen Gydwethredol Arweinwyr Iechyd Meddwl a'r Ymchwiliad Cyfrinachol Cenedlaethol i Hunanladdiad a Dynladdiad.</p> <p>Bydd adolygiadau o farwolaethau sy'n <u>hysbys i'r gwasanaeth</u> yn cael eu hwyluso a'u cydgysylltu trwy'r prosesau hyn a byddant yn elfen barhaus o archwilio clinigol</p>	<p><b>Byrddau Iechyd</b></p> <p>Partneriaeth Gwella Ansawdd Gofal Iechyd <i>Ymchwiliad Cyfrinachol Cenedlaethol i Hunanladdiad a Dynladdiad (NCISH)</i></p> <p>Prifysgol Abertawe (mewn cydweithrediad â NCISH)</p>	Ebrill 2016.
<p>16. Datblygu gwaith i adolygu marwolaethau trwy hunanladdiad yn y rhai nad ydynt yn hysbys i wasanaethau iechyd meddwl.</p> <p><i>Rhaglen dreigl o waith i rychwantu oes y strategaeth. Bydd yn cael ei hadolygu'n flynyddol gan y Grŵp Cynghori Cenedlaethol.</i></p>	<p>Bydd gwaith peilot yn cael ei wneud i ddatblygu proses genedlaethol ar gyfer adolygu marwolaethau trwy hunanladdiad yn y rhai nad ydynt yn hysbys i wasanaethau iechyd meddwl (gan gynnwys yr heddlu, crwneriaid, byrddau iechyd a gwasanaethau cymdeithasol awdurdodau lleol) i adnabod a lledaenu canfyddiadau ynghylch y canlynol:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gwersi a ddysgwyd</li> <li>- Tueddiadau</li> <li>- Dulliau newydd</li> <li>- Grwpiau sydd mewn perygl yn arbennig</li> </ul> <p>Bydd yn cynnwys cydgysylltu prosesau presennol, gan gynnwys:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cronfa Ddata Gwybodaeth am Hunanladdiad Cymru (a</li> </ul>	<p><b>Iechyd Cyhoeddus Cymru / Y Grŵp Cynghori Cenedlaethol</b></p> <p>Prifysgol Abertawe</p> <p>Llywodraeth Cymru: Polisi Iechyd Meddwl a Grwpiau Agored i Niwed</p> <p>Byrddau Iechyd</p> <p>Awdurdodau Lleol (adrannau gwasanaethau cymdeithasol)</p>	Ebrill 2016.

	<p>ddelir gan fanc data Cyswllt Diogel Gwybodaeth Ddienw Prifysgol Abertawe)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Y Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant yng Nghymru</li> <li>- Adolygiadau o Wenwyno Angheuol â Chyffuriau</li> <li>- Adolygiadau Ymarfer Byrddau Diogelu Plant ac Oedolion</li> </ul> <p>Bydd ystyriaeth yn cael ei rhoi i'r canlynol:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Parhau â gwaith cydweithredol gyda Chrwneriaid i wella cyswllt a threfniadau rhannu gwybodaeth</li> <li>- Goruchwyllo hunanladdiad mewn amser real gan barhau i gydweithio â Chymdeithas y Prif Swyddogion Heddlu</li> <li>- Goruchwyllo hunan- niwed trwy greu cofrestr hunan-niwed sy'n debyg i'r hyn a weithredir yn Lloegr neu drwy ddefnyddio data sydd ar gael yn rheolaidd</li> </ul> <p>Gwaith parhaus gan lechyd Cyhoeddus Cymru mewn perthynas â mater rheithfarnau naratif.</p>		
--	--	--	--