



<b>Dyddiad y cyfarfod :</b>	15 Mehefin 2023
<b>Pwnc</b>	Cefnogaeth i Gynghorwyr a Diogelwch Cynghorwyr
<b>Argymhelliad</b>	Gofynnir i'r Pwyllgor Gwasanaethau Democratiaeth dderbyn yr adroddiad er gwybodaeth.
<b>Swyddog Cyswllt:</b>	Vera Jones, Rheolwr Democratiaeth ac Iaith Catrin Love, Pennaeth Cynorthwyol Cefnogaeth Gorfforaethol Cara Williams, Swyddog Datblygu Aelodau
<b>Beth yw'r cefndir ac ystyriaethau perthnasol?</b>	
<ol style="list-style-type: none"><li>Adroddwyd ar faterion Cefnogaeth i Gynghorwyr a diogelwch Cynghorwyr i gyfarfod y Pwyllgor yma ar 16 Mawrth 2023. Cafwyd cryn drafodaethau am y pryderon sydd gan Gynghorwyr yn ystod y cyfarfod.</li><li>Bu i'r Pennaeth Gwasanaethau Democratiaeth adrodd yn ei adroddiad blynyddol fod diogelwch Cynghorwyr yn un o'i brif flaenoriaethau ar gyfer 2023-24. Mae dau brif thema wedi dod i'r amlwg.<ul style="list-style-type: none"><li>Mae pwysau cynyddol ar Gynghorwyr ac felly'r angen i sicrhau <b>cefnogaeth a chynhaliadaeth iechyd a lles</b> ar eich cyfer.</li><li>Yn ogystal, mae materion <b>diogelwch Cynghorwyr</b> wedi dod i'r amlwg yn sgil digwyddiadau cenedlaethol a digwyddiadau o fewn y Cyngor ac i Gynghorwyr unigol.</li></ul></li><li>Bwriad yr adroddiad yw eich diweddarau o'r gwaith sydd wedi digwydd dros yr ychydig fisoedd diwethaf yn y maes.</li></ol> <p><b>Cyfathrebu</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>Yn ystod cyfarfod diwethaf y pwyllgor, a thrwy sgysiau gyda rhai Cynghorwyr, mae wedi dod i'r amlwg nad yw pob Cynghorydd yn ymwybodol o'r gefnogaeth sydd eisoes ar gael i'ch cynorthwyo chi i edrych ar ôl eich iechyd a'ch lles. Mae hyn yn cynnwys eich iechyd corfforol a'ch iechyd meddyliol.</li><li><u>Mewnrwyd Aelodau</u>. Mae tudalen ar y Mewnrwyd Aelodau 'Edrych ar ôl dy hun' yn cyfeirio at y gefnogaeth sydd ar gael.</li><li>Mae gwybodaeth ddefnyddiol iawn ar gael ar y Mewnrwyd Aelodau. Rydym hefyd yn ymwybodol nad yw pob Cynghorydd yn ymwybodol o'r ddarpariaeth sydd ar gael yma. Cynhelir sesiwn cyflwyno gwybodaeth byr ar ol y pwyllgor heddiw i holl aelodau'r pwyllgor. Gofynnir i chi rannu'r genadwri ymhlith eich cyd-aelodau o'r ddarpariaeth sydd ar gael.</li></ol>	

- 7. Bwletin Aelodau.** Yn sgil y sylwadau ynghylch diffyg ymwybyddiaeth, penderfynwyd fod angen tynnu sylw cyson at y gefnogaeth sydd ar gael yn y maes. Mae darn penodol yn fisol yn y Bwletin Aelodau sy'n cael ei rannu gyda phob Cyngorydd yn tynnu sylw at wahanol elfen o'r gefnogaeth sydd ar gael fesul mis. Mae'n debyg eich bod eisoes wedi sylwi ar yr isod yn y bwletin Aelodau.

## Eich Llesiant



8. Mae bwletin pob mis yn canolbwyntio ar faes penodol o ran eich llesiant meddyliol neu eich diogelwch.

Mawrth	Roedd y bwletin cyntaf yn tynnu eich sylw at Gynhadledd a gynhaliwyd i Reolwyr y Cyngor ar y thema "Llesiant meddyliol – symud y sgwrs ymlaen' gan rannu recordiad o'r digwyddiad gyda chi a thynnu sylw at yr hyfforddiant Arwain yn Ddiogel sydd ar gael.
Ebrill	Hyfforddiant oedd dan sylw ym mis Ebrill hefyd, gan hyrwyddo'r cwrs cymorth cyntaf iechyd meddwl.
Mai	Gwasanaeth Cwnsela Medra oedd dan sylw yn y bwletin ym mis Mai. Mae gwybodaeth lawn ar gael ar y Mewnrwyd Aelodau, ond atgoffir yr holl Gynghorwyr ei fod yn wasanaeth cwbl gyfrinachol y gallwch gysylltu yn uniongyrchol â Medra, ac nid oes angen i chi gysylltu â swyddog o'r Cyngor i gael mynediad. Roedd y bwletin hefyd yn tynnu sylw at Hyfforddiant Ymwybyddiaeth Iechyd Meddwl a Hunan laddiad sydd i'w gynnal ar 21/06/2023.

## Hyfforddiant

9. Mae nifer o seisynau hyfforddiant wedi eu cynnig dros y misoedd diwethaf yn benodol yn sgil eich ceisiadau chi fel Cynghorwyr i gael cefnogaeth ym maes iechyd meddwl a diogelwch.

10. Iechyd Meddwl. Mae nifer o sesiynau hyfforddiant wedi eu cynnig yn y maes.

- a. Ddechrau mis Ionawr cynhaliwyd sesiwn dau ddiwrnod 'Cymorth Cyntaf Iechyd Meddwl' a derbyniwyd adborth cadarnhaol iawn.
- b. Roedd cwrs arall wedi ei drefnu ar gyfer mis Mehefin, ond yn anffodus ni ddaeth digon o enwau i law i gyfiawnhau rhedeg y cwrs. Byddwn yn ail ymweld a'r gofyn ar gyfer cynnal y cwrs eto yn nhymor yr Hydref.
- c. Yn ogystal, yn sgil cais gan Gynghorwyr bydd Hyfforddiant Ymwybyddiaeth Iechyd Meddwl a Hunanladdiad yn cael ei gynnisig ar 21 Mehefin. Bydd y cwrs hanner diwrnod yn fuddiol i'ch cynorthwyo i adnabod arwyddion ymhlith y cyhoedd yn eich wardiau, gwybod sut i ymateb a gwybod ble i'w cyfeirio am gymorth pellach.

11. Diogelwch. Fel y nodwyd, mae'r trais ac aflonyddu y mae rhai Aelodau wedi ei ddioddef yn cynyddu'r straen arnynt, ac mae'r cwrs "Arwain yn Ddiogel" wedi ei addasu er mwyn mynd i'r afael â hyn. Mae'n cynnwys trafodaeth a chamau ymarferol ynghylch diogelwch personol i'ch cynorthwyo i gadw'n ddiogel a lleihau'r straen arnoch chi. Ar gyfer yr aelodau hynny sydd wedi mynychu y cwrs beth amser yn ôl, ond heb dderbyn yr elfen newydd ar ddiogelwch personol, mae sesiwn byr ar gael ar gyfer yr elfen diogelwch yn unig.

12. Fe welwch isod grynodedb o'r digwyddiadau sydd wedi eu cynnal a'r niferoedd a fu ar yr hyfforddiant.

Cyfyngau Cymdeithasol – Rheoli eich enw da ar-lein 15/12/22

5 Aelod wedi mynychu. Roedd hwn yn gwrw oedd wedi'i gomisiynu'n ar gais Aelodau.

Cyfyngau Cymdeithasol – sut i greu cynnwys da (18/01/23)

5 Aelod wedi mynychu. Eto, trefnwyd y cwrs ar gais Aelodau.

Arwain yn ddiogel a diogelwch personol 27/4/23

6 allan o 30 wedi mynychu – 4 wedi gadael cyn diwedd y sesiwn, felly 2 yn unig wedi derbyn yr elfen newydd ar ddiogelwch personol

Eich Diogelwch Personol chi 27/4/23 (cwrs penodol ar gyfer Cynghorwyr oedd eisoes wedi dilyn y Cwrs Arwain yn ddiogel)

10 allan o 23 wedi mynychu

Helpu pobl trwy'r argyfwng costau byw – 26/4/23 a 10/5/23

16 wedi mynychu – roedd y sesiwn yn agored i bawb oedd â diddordeb. Bydd sesiwn arall i ddilyn yn fuan.

13. Mae'r niferoedd sydd wedi bod yn cofrestru ar gyfer y digwyddiadau wedi bod yn eithaf isel, ond mae'r adborth rydym wedi ei dderbyn o'r sesiynau yn gadarnhaol. Mae neges pellach wedi ei yrru at bob aelod sydd heb gael cyfle hyd yma i fynychu'r cwrs 'Arwain yn ddiogel' yn eu hannog yn gryf i fynychu. Gofynnir i chi fel aelodau'r pwyllgor i annog eich cyd-Gynghorwyr i gymryd mantais o'r ddarpariaeth hynod bwysig yma sydd ar gael i chi.

14. Nodwyd bod yr adborth o'r sesiynau wedi bod yn gadarnhaol, ac mae materion ymarferol ynghylch diogelwch personol wedi eu awgrymu gan Gynghorwyr yn ystod y sesiwn "Eich Diogelwch Personol Chi" a gynhaliwyd ddiwedd Ebrill. Roedd pump prif elfen yn codi, yn cynnwys

- a. Bygythiad o droseddau cyfundrefnol (organised threat)
- b. Anghydfod rhwng cymdogion
- c. Hyfforddiant ymdrin â phobl/sefyllfa anodd neu peryglus (de-escalation)
- ch. Fforymau trafod
- d. Llyfryn cefnogaeth

15. Mae gwaith yn digwydd ar geisio symud ymlaen i ymateb i rai o'r materion a godwyd. Mae arweiniad cyffredinol ynghylch 'bygythiad o droseddau cyfundrefnol' ac 'anghydfod rhwng cymdogion' yn cael eu datblygu. Mae'n rhaid bod yn ofalus wrth greu arweiniad, nid yw'n fater hawdd gan fod pob achos unigol am fod yn wahanol.

16. Rydym eisoes wrthi'n ceisio cysylltu gyda darparwyr posib er mwyn trefnu'r hyfforddiant ar gyfer ymdrin â phobl a sefyllfaoedd anodd neu peryglus. Mae hyfforddiant 'Pendantrwydd' wedi ei drefnu ar gyfer yr 20fed o Fedi fydd o fudd gyda hyn – cofrestrwch gyda'r Swyddog Datblygu Aelodau (Cara Williams).


17. Penderfynwyd peidio creu llyfryn gwybodaeth benodol ar gyfer materion diogelwch gan fod y wybodaeth ar gael ar y Mewnrwyd Aelodau. Byddai risg wrth brintio copiau papur i unrhyw wybodaeth fod wedi dyddio, a methu ar y wybodaeth diweddaraf. Cafwyd cais hefyd i sefydlu fforymau trafod anffurfiol a byddwn yn ystyried y cais yng nghyd-destun unrhyw drefniadau ffurfiol ar gyfer adrodd ar fwlio ayyb.

### **Materion ymarferol**

18. Adroddwyd eisoes fod camau ymarferol eisoes ar waith i sicrhau diogelwch Cynghorwyr, diogelwch mynychwyr y Siambr a diogelwch staff yn ystod cyfarfodydd aml leoliad. Adroddwyd ar y camau sydd wedi eu cyflawni eisoes, gan gynnwys asesiadau risg ayyb yn y cyfarfod diwethaf.

19. Ers y cyfarfod diwethaf mae camau pellach wedi eu cymryd ar fesurau diogelwch ffisegol yn y Siambr. Mae trefniadau cryfach yn gwahanu'r oriel gyhoeddus o lawr y Siambr, gan ganiatau mynediad pan fo'r gofyn i unigolion pan fo angen mynychu'r Siambr megis yn y Pwyllgor Cynllunio neu i ofyn cwestiwn i'r Cyngor Llawn.

20. Rydym hefyd yn ymwybodol eich bod fel Cynghorwyr allan yn y gymdeithas trwy'r amser. Mae camau penodol y gellir eu hystyried ar gyfer gwarchod eich diogelwch chi a'ch teulu, megis peidio cyhoeddi eich cyfeiriad cartref ar y safle we. Mae canllawiau defnyddiol ynghylch ystyriaethau diogelwch cyn cynnal syrjeris yn y gymuned hefyd wedi eu cynnwys ar y Mewnrwyd



Aelodau, ac yn cael eu trin a'u trafod yn ystod y sesiynau hyfforddiant Arwain yn ddiogel fydd o gymorth i chi.

**Iechyd Meddyliol.**

21. Un o'r gwasanaethau allweddol sydd ar gael i chi yw Gwasanaeth Cwnsela Medra. Mae'r Gwasanaeth yn gyfrinachol, ac mae modd i chi gyfeirio eich hun at y gwasanaeth – mae manylion sut i wneud hynny ar y safle mewnwyd aelodau.

**Rhannu gwybodaeth ymehllach.**

22. Fel cynrychiolwyr yr holl Aelodau ar y pwyllgor, gofynnir i chi rannu'r wybodaeth hyn gyda'ch cyd-aelodau i sicrhau ein bod i gyd yn cymryd cyfrifoldeb o edrych ar ôl ein hunain a'n gilydd.

**Argymhelliad**

23. Gofynnir i'r Pwyllgor Gwasanaethau Democratiaeth dderbyn yr adroddiad er gwybodaeth.