

Senedd Cymru
Ymchwil y Senedd

Presgripsiynu Cymdeithasol Papur briffio

Awst 2021



ymchwil.senedd.cymru/

Senedd Cymru yw'r corff sy'n cael ei ethol yn ddemocrataidd i gynrychioli buddiannau Cymru a'i phobl. Mae'r Senedd, fel y'i gelwir, yn deddfu ar gyfer Cymru, yn cytuno ar drethi yng Nghymru, ac yn dwyn Llywodraeth Cymru i gyfrif.

Gallwch weld copi electronig o'r ddogfen hon ar wefan y Senedd:
ymchwil.senedd.cymru/

Gellir cael rhagor o gopïau o'r ddogfen hon mewn ffurfiau hygyrch, yn cynnwys Braille, print bras, fersiwn sain a chopïau caled gan:

Senedd Cymru
Tŷ Hywel
Bae Caerdydd
CF99 1SN

Ffôn: **0300 200 6322**
E-bost: **Amy.Clifton@senedd.wales**
Twitter: **[@SeneddYmchwil](https://twitter.com/SeneddYmchwil)**
Ymchwil y Senedd: **ymchwil.senedd.cymru**

© Hawlfraint Comisiwn y Senedd Cymru 2021

Ceir atgynhychu testun y ddogfen hon am ddim mewn unrhyw fformat neu gyfrwng cyn belled ag y caiff ei atgynhychu'n gywir ac na chaiff ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol na difriol. Rhaid cydnabod mai Comisiwn y Senedd Cymru sy'n berchen ar hawlfraint y deunydd a rhaid nodi teitl y ddogfen.

Presgripsiynu Cymdeithasol

Papur briffio

Awst 2021

Awduron:
Božo Lugonja



Cynnwys

1. Cyflwyniad.....	1
2. Beth yw presgripsiynu cymdeithasol?.....	2
3. Pwysigrwydd gweithwyr cyswllt.....	4
Beth yw gweithiwr cyswllt?.....	4
Cyswllt hanfodol, ond mae heriau i'w hwynebu.....	4
4. Presgripsiynu cymdeithasol mewn niferoedd.....	6
Mater cyrhaeddiad anhysbys yng Nghymru.....	6
Tueddiadau presgripsiynu cymdeithasol yn Lloegr.....	6
5. Presgripsiynu cymdeithasol yng Nghymru.....	8
Alinio â pholisi Llywodraeth Cymru.....	8
Iechyd Cyhoeddus Cymru.....	8
Cynllun Peilot Mind Cymru.....	9
Y Rhaglen Lywodraethu.....	9
Cysylltu Cymunedau.....	10

6. Edrych ymlaen ar draws y DU.....12

Lloegr.....12

Gogledd Iwerddon13

Yr Alban 14

7. A yw presgripsiynu cymdeithasol yn gweithio?.....15

Llwyddiannau hanesyddol.....15

Ansawdd y dystiolaeth.....15

Y rhwystrau a wynebir.....15

8. Ffynonellau allweddol.....17

1. Cyflwyniad

Yn ystod y degawd diwethaf, mae nifer cynyddol o glinigwyr wedi bod yn rhagnodi newidiadau mwy cyfannol i gleifion o ran eu ffyrdd o fyw, a hynny fel rhan o'u triniaeth gofal iechyd. Mae'r cysyniad hwn, a elwir yn bresgripsiynu cymdeithasol, yn cynnwys atgyfeiriadau at raglenni cymunedol fel garddio, sesiynau dawns neu grwpiau ymarfer corff.

Mae presgripsiynu cymdeithasol wedi cael llawer o gyhoeddusrwydd yn y newyddion yng **Nghymru** a **Lloegr** fel triniaeth bosibl ar gyfer unigrwydd – problem sydd wedi gwaethygu yn sgil pandemig COVID-19. Mae Llywodraeth Cymru hefyd wedi ymrwmo i wneud presgripsiynu cymdeithasol yn flaenoriaeth yn ei **Rhaglen Lywodraethu**.

Mae'r papur briffio hwn yn trafod beth yw presgripsiynu cymdeithasol, sut mae'n cael ei ddefnyddio, a'r rôl y gallai ei chwarae o ran gwella canlyniadau iechyd. Mae hefyd yn edrych ar dystiolaeth ynghylch effeithiolrwydd presgripsiynu cymdeithasol a chynlluniau i'w gyflwyno'n fwy eang yng Nghymru a ledled y DU.

2. Beth yw presgripsiynu cymdeithasol?

Er bod y term presgripsiynu cymdeithasol yn gymharol newydd, yn gyffredinol gellir ei ddisgrifio fel y broses o wneud atgyfeiriadau cymunedol neu gysylltu rhywun â gwasanaethau llesiant cymunedol.

Egwyddor ganolog presgripsiynu cymdeithasol yw galluogi gweithwyr proffesiynol gofal sylfaenol i atgyfeirio cleifion sydd ag anghenion cymdeithasol, emosiynol neu ymarferol at ystod o wasanaethau anghlinigol lleol. Yn aml, darperir y gwasanaethau hyn gan grwpiau gwirfoddol, a hynny ar gyfer pobl sy'n byw gyda chyflyrau iechyd corfforol hirdymor, diagnosisu o gyflyrau iechyd meddwl neu ynysigrwydd cymdeithasol.

Mae'r gwasanaethau a'r gweithgareddau yn eang a gallant gynnwys y canlynol (ond heb fod yn gyfyngedig iddynt): gweithgareddau celfyddydol, garddio, clybiau chwaraeon a grwpiau llyfrau. Mae'r pwyslais ar drin claf yn gyfannol, nid dim ond trin y cyflwr neu'r clefyd.

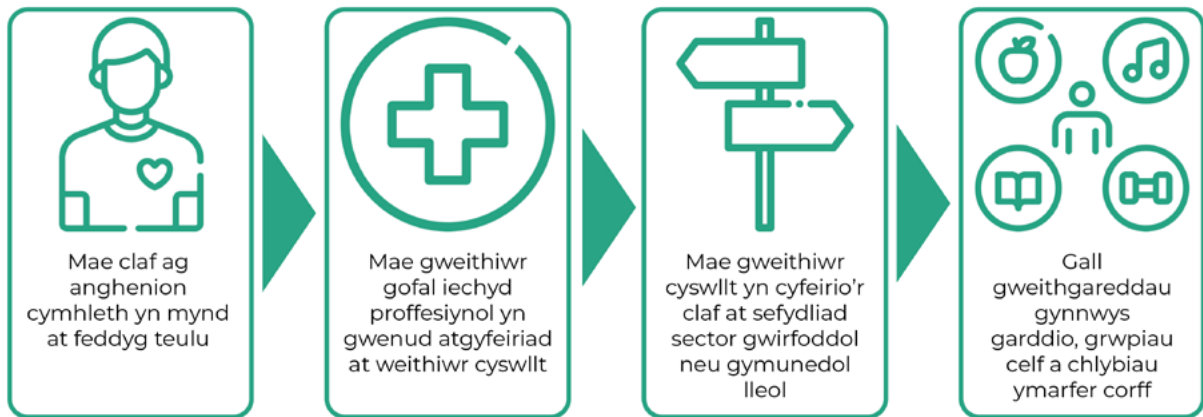
Soniwyd am bresgripsiynu cymdeithasol modern cyn gynhared â'r 19fed ganrif, pan drafododd Senedd y DU y cam o benodi **Pwyllgor Dethol** er mwyn "ystyried y ffordd orau o sicrhau mannau agored yng nghymdogaeth trefi mawr, ar gyfer ymarfer corff iachusol y boblogaeth".

Nod modelau presgripsiynu cymdeithasol yw annog newidiadau mewn ymddygiad cyn, yn ystod ac ar ôl triniaeth. Yn wahanol i fodelau traddodiadol, sy'n dibynnu ar wasanaethau gofal sylfaenol, gall presgripsiynu cymdeithasol helpu i leddfu'r baich ar wasanaethau meddygon teulu, ac amcangyfrifir bod **20 y cant o gleifion yn mynd at** eu meddyg teulu gyda phroblem a all fod yn un cymdeithasol, yn hytrach na meddygol.

Er mwyn cael mynediad at gynllun presgripsiynu cymdeithasol, caiff unigolyn ei gyfeirio fel arfer at brosiect drwy weithiwr cyswllt yn dilyn atgyfeiriad cychwynnol gan feddyg teulu. Yng Nghymru, y trydydd sector sy'n darparu presgripsiynu cymdeithasol yn bennaf, o'i gymharu â'r GIG yn Lloegr.

Mae llwybr presgripsiynu cymdeithasol yn cynnwys tair agwedd allweddol, sef:

- Gweithiwr gofal iechyd proffesiynol sy'n gwneud atgyfeiriad cychwynnol
- 'Gweithiwr cyswllt'
- Amrywiaeth o grwpiau gwirfoddol a chymunedol, a mentrau cymdeithasol



Astudiaeth achos: Mind Ystradgynlais

Roedd gŵr yn dioddef o gyflwr iechyd meddwl gwael yn 2016, i'r graddau ei fod yn ystyried lladd ei hun. Siaradodd â meddyg teulu fis yn ddiweddarach, pan gafodd ddiagnosis o orbryder ac iselder, ac yn dilyn hynny, cafodd ei gynghori i gael sesiynau cwnsela. Cafodd ei gyfeirio gan yr Uned Iechyd Meddwl at weithiwr cyswllt yn sefydliad **Mind Ystradgynlais**. Cynigiodd gweithiwr cyswllt nifer o wahanol gyrsiau a grwpiau y cymerodd ran ynddynt, gan gynnwys grŵp i ddynion, gwersi gwaith coed a grŵp crefftio. Drwy'r prosiect, gwnaeth y gŵr ffrindiau newydd, cymerodd ran mewn gweithgareddau, ac enillodd sgiliau newydd, gan ganiatáu iddo ehangu ei orwelion. Erbyn hyn mae'n teimlo'n fwy hyderus, yn llai ynysig ac mae ganddo ymdeimlad mawr o hunan-barch.

Ffynhonnell: Mind Ystradgynlais

3. Pwysigrwydd gweithwyr cyswllt

Beth yw gweithiwr cyswllt?

Gelwir gweithwyr cyswllt hefyd yn bresgripsiynwyr cymdeithasol neu'n gysylltwyr cymunedol, ac weithiau rhoddir teitl mwy arbenigol iddynt, fel cyngorwyr iechyd.

Nod y rôl hon yw deall yr hyn sydd bwysicaf i berson a'i gysylltu â'r gwasanaeth cymorth priodol. Yn dibynnu ar sut mae'r cynllun presgripsiynu cymdeithasol wedi'i sefydlu, gellir lleoli'r gweithiwr cyswllt mewn meddygfa teulu neu yn y gymuned leol.

Dangosodd **astudiaeth** (15 Ebrill 2021) ynghylch rôl gweithwyr cyswllt yng Nghymru fod y disgrifiad swydd penodol yn hyblyg ac yn hynod amrywiol. Nododd yr astudiaeth amrywiaeth o arbenigeddau a rolau. Mae rhai gweithwyr cyswllt yn darparu gweithgareddau'n uniongyrchol mewn cynllun presgripsiynu cymdeithasol tra bod eraill yn archwilio sefydliadau ymlaen llaw cyn gwneud atgyfeiriadau.

Canfu'r astudiaeth fod cyfranogwyr yn arddangos amrediad eang o sgiliau, gan gynnwys gwybodaeth arbenigol iawn megis therapi gwybyddol ymddygiadol neu seicotherapi, a rhinweddau proffesiynol mwy cyffredinol megis dangos empathi neu'r gallu i gydgyssylltu gofal.

Daeth awduron yr astudiaeth i'r casgliad bod sgiliau rhyngbersonol da yn bwysicach na gwybodaeth am dechnegau arbenigol o ran cyflawni eu rôl. Serch hynny, y nodwedd sylfaenol yr oedd ei hangen oedd gwybodaeth am sefydliadau cymunedol lleol.

Cyswllt hanfodol, ond mae heriau i'w hwynebu

Nodwyd bod gan weithwyr cyswllt **rôl hollbwysig o ran sicrhau bod dulliau presgripsiynu cymdeithasol yn gweithio**. Fodd bynnag, gall fod yn anodd dod o hyd i weithwyr cyswllt medrus sydd â rhwydwaith da o gysylltiadau.

Mewn astudiaeth yn 2019, tynnodd **Cymdeithas Genedlaethol y Gweithwyr Cyswllt (NALW)** sylw at y brif her a wynebir gan weithwyr cyswllt. Mae hyn yn cynnwys cyllido gwael sy'n cael ei waethygu gan gontractau tymor byr, a diffyg eglurder ynghylch ble mae'r rôl yn sefyll mewn perthynas â gwasanaethau eraill.

Asesodd **prosiect ymchwil** a gynhaliwyd gan **Brifysgol Plymouth** (2 Chwefror 2021) y rhwystrau a'r ffactorau hwyluso y mae gweithwyr cyswllt yn dod ar eu traws mewn rhaglenni presgripsiynu cymdeithasol newydd. Gwnaeth yr astudiaeth bedwar argymhelliad:

- 1.** Dylid cynnig hyfforddiant â ffocws i weithwyr cyswllt i adlewyrchu'r anghenion mwy cymhleth a gyfeirir atynt.
- 2.** Dylai pob practis meddyg teulu hwyluso sesiynau gwybodaeth a hyfforddiant i bob cyflogai ynghylch rôl, cylch gorchwyl a phrosesau'r gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol.
- 3.** Dylid darparu cymorth gweithlu i weithwyr cyswllt ym mhob gwasanaeth. Dylai'r cymorth hwn roi cyfle i weithwyr cyswllt gael trafodaeth gyfrinachol am unrhyw bryderon neu ymholiadau a allai fod ganddynt am unigolion y maent yn gweithio gyda hwy, neu am agweddau eraill ar eu rôl. Gallai hyn fod yn rhan o oruchwyliaeth glinigol un-i-un neu fel cynnig ar wahân gan sefydliadau'r gweithwyr cyswllt os nad oes goruchwyliaeth glinigol ar gael iddynt.
- 4.** Dylai rheolwyr rhaglenni presgripsiynu cymdeithasol fod yn ymwybodol o amrywiadau daearyddol o ran cael mynediad i weithgareddau, a dylent gymryd camau gweithredol i wella mynediad i unigolion sy'n cael eu hatgyfeirio (e.e. drwy roi cymhorthdal ar gyfer costau teithio) neu deilwra atebion newydd a lleol.

4. Presgripsiynu cymdeithasol: yr ystadegau

Lefel y cyrhaeddiad yn anhysbys yng Nghymru

Efallai fod presgripsiynu cymdeithasol yn fwyfwy gweladwy yn y cyfryngau, ond mae'r ystadegau o ran atgyfeirio a'r defnydd a wneir o bresgripsiynu cymdeithasol yng Nghymru yn parhau i fod yn gymharol anhysbys.

Ar adeg ysgrifennu'r papur briffio hwn, nid oedd unrhyw wybodaeth ar gael am nifer yr atgyfeiriadau a wnaed gan feddygon teulu i brosiectau neu wasanaethau presgripsiynu cymdeithasol.

Tynnodd Lynne Neagle, y Dirprwy Weinidog Iechyd Meddwl a Llesiant, sylw at waith y prosiect **Cysylltu Cymunedau** ym Mhen-y-bont ar Ogwr, sy'n rhan o Fwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg, yn ystod y **Cyfarfod Llawn (9 Mehefin 2021)**. Roedd oddeutu 4,444 o bobl wedi elwa ar y prosiect erbyn diwedd mis Mawrth 2021. Tynnodd y Dirprwy Weinidog sylw hefyd at ganolfannau datblygu cymunedol ar draws Rhondda Cynon Taf, gyda chydlynwyr cymunedol yn ymateb i tua 4,000 o geisiadau am gymorth.

Mae **Ysgol Ymchwil Rhagnodi Cymdeithasol Cymru (WSSPR)** wedi gorffen casglu data yn ddiweddar ar gyfer astudiaeth fapio a gynhaliwyd gyda **Iechyd Cyhoeddus Cymru** a **Data Cymru** er mwyn deall lefelau gweithgarwch presgripsiynu cymdeithasol yn well ledled Cymru. Mae'r astudiaeth yn cael ei dadansoddi ar hyn o bryd, a'r gobaith yw y bydd yn helpu i lenwi'r bylchau data.

Tueddiadau presgripsiynu cymdeithasol yn Lloegr

Yn wahanol i Gymru, cyhoeddir data ar bresgripsiynu cymdeithasol yn Lloegr.

Ar gyfer y flwyddyn 2017-2018, yn ôl y data diweddaraf sydd ar gael, **adroddodd** GIG Lloegr am 68,977 o atgyfeiriadau gan 331 o weithwyr cyswllt ar draws 55 o grwpiau comisiynu clinigol.

Edrychodd **adroddiad (Rhagfyr 2020)** a gyhoeddwyd ar y cyd gan **Brifysgol Rhydychen** a **Chanolfan Ymchwil ac Arolygaeth Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol** ar dueddiadau presgripsiynu cymdeithasol rhwng 2011 a 2019 yn Lloegr.

Canfu'r adroddiad fod 29,000 o atgyfeiriadau wedi'u cofnodi mewn practisau meddygon teulu a ddosbarthwyd yn benodol fel presgripsiynu cymdeithasol.

Y rhesymeg a roddwyd dros y nifer isel o atgyfeiriadau oedd y ffaith nad oedd **canllawiau cenedlaethol ar sut i gofnodi presgripsiynu cymdeithasol yn bodoli tan 2019**. Fodd bynnag, canfu'r adroddiad fod dros 5 miliwn o ymyriadau anfeddygol, a oedd yn berthnasol i bresgripsiynu cymdeithasol, wedi'u cofnodi, a bod y categorïau a gofnodwyd amlaf yn ymwneud â chyngor dietegol, ymarfer corff a chamddefnyddio sylweddau.

Mae nifer yr atgyfeiriadau a wnaed yn Lloegr ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol yn ystod pandemig COVID-19 wedi cynyddu'n sydyn o'i gymharu â'r naw mlynedd flaenorol. Rhwng mis Ionawr a mis Medi 2020, amcangyfrifwyd bod **250,000 o atgyfeiriadau wedi'u cofnodi ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol**.

Roedd nifer yr atgyfeiriadau yn ystod y pandemig ar ei uchaf ymhlith pobl dros 65 oed, ond ni chanfuwyd unrhyw wahaniaethau mewn cyfraddau atgyfeirio wrth gymharu rhyw, ethnigrwydd ac amddifadedd cymdogaeth. Gall effeithiau'r pandemig **gynnwys y ffaith bod gofyn i weithwyr cyswllt gynnal gwiriadau llesiant** ar bobl a oedd yn gwarchod eu hunain, a gallai hyn esbonio demograffeg oedran y bobl sy'n cael eu hatgyfeirio at wasanaethau presgripsiynu cymdeithasol.

5. Presgripsiynu cymdeithasol yng Nghymru

Dull sydd wedi'i alinio â pholisi Llywodraeth Cymru

Mae presgripsiynu cymdeithasol yn ddull sydd wedi'i alinio â **Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015** a **Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014**. Mae'r ddwy Ddeddf dan sylw wedi'u seilio ar fodelau sy'n cydnabod effaith agweddau cymdeithasol ar iechyd a llesiant.

Mae ymchwil i wahanol fodelau o bresgripsiynu cymdeithasol, y dystiolaeth yn eu cylch a'u heffeithiau hefyd yn cynyddu yng Nghymru. Cafodd **Ysgol Ymchwil Rhagnodi Cymdeithasol Cymru (WSSPR)** ei sefydlu ym mis Rhagfyr 2017 gan ddefnyddio grant o £10,000 gan Ysgol Ymchwil Gofal Cymdeithasol Cymru.

Y nod cychwynnol oedd sefydlu Rhwydwaith Ymchwil Presgripsiynu Cymdeithasol i Gymru ac adeiladu sylfaen dystiolaeth ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol yng Nghymru. Mae WSSPR yn cael ei oruchwyllo gan grŵp llywio sy'n cynnwys academyddion, y trydydd sector, y GIG a gofal cymdeithasol; mae'r corff bellach yn cynnwys 296 aelod ledled Cymru yn ei rhwydwaith ymchwil ac mae wedi sicrhau dros £1 miliwn mewn cyllid ymchwil.

Iechyd Cyhoeddus Cymru

Sefydlwyd yr **Hwb Gofal Sylfaenol** yn 2016 gan **Iechyd Cyhoeddus Cymru**, gyda'r nod o gefnogi'r diddordeb cynyddol mewn presgripsiynu cymdeithasol yng Nghymru. Bwriad yr hwb oedd archwilio'r sylfaen dystiolaeth o ran presgripsiynu cymdeithasol, nodi prosiectau gofal sylfaenol cyfredol yng Nghymru a rhannu dysgu. Sefydlwyd pwyllgor amlasiantaethol, a oedd yn cynnwys clystyrau gofal sylfaenol, timau iechyd cyhoeddus lleol ac unigolion â chysylltiadau â'r trydydd sector, ymhlith eraill, i oruchwyllo a chynghori ar y gwaith.

Er mwyn cyflawni hyn, cytunodd yr Hwb Gofal Sylfaenol i gydlynu tri ymrwymiad presgripsiynu cymdeithasol:

1. Mapio tystiolaeth – cyhoeddwyd adroddiad mapio gan **Arsyllfa Iechyd Cyhoeddus Cymru** ym mis Mehefin 2017.
2. Datblygu proses systematig ar gyfer casglu a rhannu gweithgarwch o ran presgripsiynu cymdeithasol – gellir gweld prosiectau presgripsiynu cymdeithasol yn ôl ardal bwrdd iechyd ar y wefan **Gofal Sylfaenol Un**
3. Trefnu digwyddiadau rhanbarthol a chenedlaethol i ddatblygu a rhannu dysgu.

Cynllun Peilot Mind Cymru

Ym mis Hydref 2018, cyhoeddodd **Llywodraeth Cymru** gyllid gwerth £1.3 miliwn i gefnogi dau brosiect i ymchwilio i bresgripsiynu cymdeithasol ac i ddarparu cynlluniau peilot yn y maes hwn. Dywedodd Vaughan Gething, Ysgrifennydd y Cabinet dros Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol ar y pryd:

Bydd y cynlluniau peilot yn adeiladu ar waith sy'n bodoli eisoes ledled Cymru i hyrwyddo presgripsiynu cymdeithasol, er mwyn sicrhau bod gan bobl fynediad at ofal a chymorth sy'n eu cydnabod yn wirioneddol fel unigolyn, ac yn ystyried yr ystod lawn o ffactorau a allai fod yn effeithio ar eu hiechyd meddwl a'u llesiant.

Prosiect Mind Cymru oedd un o'r cynlluniau peilot hyn, ac roedd y cynllun hwn yn gwerthuso gwasanaeth presgripsiynu cymdeithasol newydd ar gyfer pobl â phroblemau iechyd meddwl. O dan y cynllun, roedd gweithwyr gofal iechyd rheng flaen yn cyfeirio cleifion at weithiwr cyswllt i gael cymorth gyda gwasanaethau cymunedol. Roedd y cynllun peilot hefyd yn cynnwys llywyr a oedd yn gyfoedion â phrofiad byw o broblemau iechyd meddwl, a oedd ar gael i gynnig cymorth ychwanegol.

Cynhaliodd Prifysgol De Cymru werthusiad a gyhoeddwyd ym mis Rhagfyr 2020. Canfuwyd bod **Model Mind Cymru** yn cynnig ymyrraeth amserol i bobl â chyflyrau iechyd meddwl o ystyried yr amseroedd aros hir y gallai cleifion orfod eu hwynebu wrth geisio cael gafael ar wasanaethau iechyd meddwl mewn gofal sylfaenol. Tynnodd y prosiect sylw hefyd at rôl bwysig gweithwyr cyswllt, a gwnaeth **11 o argymhellion** ynghylch sut i wneud y defnydd gorau o bresgripsiynu cymdeithasol yn y dyfodol.

Y Rhaglen Lywodraethu

Cadarnhaodd Llywodraeth Cymru ei hymrwymiad i bresgripsiynu cymdeithasol yn y **Rhaglen Lywodraethu** (15 Mehefin 2021). Mae'r rhaglen yn cynnwys cynlluniau i:

- Ddiwygio gofal sylfaenol, gan ddod â gwasanaethau meddygon teulu, fferylliaeth, therapi, tai, gofal cymdeithasol, iechyd meddwl, y gymuned a'r trydydd sector at ei gilydd.
- Cyflwyno fframwaith Cymru gyfan i gyflwyno presgripsiynu cymdeithasol i helpu pobl sy'n teimlo'n ynysig.

Ar 9 Mehefin 2021, gwnaeth Lynne Neagle, y Dirprwy Weinidog Iechyd Meddwl a Llesiant, ddisgrifio presgripsiynu cymdeithasol bresgripsiynu cymdeithasol fel model sy'n gyson â pholisi ehangach Llywodraeth Cymru, megis y model gofal

sylfaenol i Gymru, a '**Cymru Iachach**'.

Hefyd, tynnodd y Dirprwy Weinidog **sylw** at y ffaith bod Llywodraeth Cymru wedi sefydlu **grŵp gorchwyl a gorffen** ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol ym mis Mawrth 2021, gyda'r nod o ddeall sut y gallai presgripsiynu cymdeithasol fod o gymorth i Gymru wrth i'r wlad adfer yn sgil pandemig COVID-19. Mae'r grŵp yn bartneriaeth rhwng Llywodraeth Cymru, y sector gofal sylfaenol, byrddau iechyd lleol, y trydydd sector a chyrrff perthnasol eraill. Ei nod yw archwilio a datblygu:

- Manteision cyflwyno cynnig i Gymru gyfan o ran cefnogi'r gwaith o ddatblygu presgripsiynu cymdeithasol.
- Dealltwriaeth o'r rhwystrau i ddatblygu presgripsiynu cymdeithasol yng Nghymru.
- Arfarniad o opsiynau wedi'u costio ar gyfer cyflwyno dull Cymru gyfan o ddarparu presgripsiynu cymdeithasol sy'n gyson ac sydd o ansawdd uchel.

Cysylltu Cymunedau

Nodwyd presgripsiynu cymdeithasol fel thema ganolog yn strategaeth Llywodraeth Cymru ar gyfer mynd i'r afael ag unigrwydd ac ynysigrwydd cymdeithasol, sef **Cysylltu Cymunedau** (17 Chwefror 2020). Mae'r strategaeth yn ymrwymo i gefnogi'r gwaith o ddatblygu cynlluniau presgripsiynu cymdeithasol ledled Cymru.

Drwy'r Rhaglen Strategol ar gyfer Gofal Sylfaenol, mae Llywodraeth Cymru yn bwriadu:

- Gweithio gyda Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol i nodi nifer a swyddogaethau swyddi presgripsiynu cymdeithasol ledled Cymru.
- Datblygu fframwaith sgiliau a chymhwysedd cenedlaethol ar gyfer y gweithlu presgripsiynu cymdeithasol yng Nghymru.
- Datblygu a lansio porth adnoddau ar-lein ar gyfer swyddogaethau cysylltiedig â phresgripsiynu cymdeithasol yng Nghymru.
- Parhau i weithio mewn partneriaeth i ddatblygu'r sail dystiolaeth a fframwaith canlyniadau ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol.

Yn ogystal, ymrwymodd Llywodraeth Cymru swm o dros £220,000 am dair blynedd o 1 Ebrill 2020 er mwyn datblygu'r sylfaen dystiolaeth ar gyfer elfen presgripsiynu cymdeithasol y strategaeth **Cysylltu Cymunedau**.

Nododd y strategaeth Cysylltu Cymunedau fod Llywodraeth Cymru yn disgwyl y byddai angen i fyrddau iechyd lleol ac ymddiriedolaethau'r GIG ddatblygu modelau atgyfeirio cymdeithasol, gan alluogi pobl i gael eu cyfeirio at amrywiaeth o wasanaethau a grwpiau anghlinigol i fynd i'r afael ag unigrwydd. Bydd llwyddiant yn cael ei fesur yn erbyn cynnydd o ran atgyfeiriadau cymdeithasol at wasanaethau cymorth cymunedol.

6. Edrych i'r dyfodol ledled y DU

Lloegr

Fel rhan o **Gynllun Hirdymor y GIG (2019)**, mae GIG Lloegr wedi ymrwymo i adeiladu seilwaith presgripsiynu cymdeithasol ar gyfer gofal sylfaenol, gyda'r nod o recriwtio 1,000 o weithwyr cyswllt newydd ym maes presgripsiynu cymdeithasol erbyn 2020/21. Nod y cynllun hefyd yw cyfeirio o leiaf 900,000 o bobl at wasanaethau presgripsiynu cymdeithasol erbyn 2023/24.

Mae presgripsiynu cymdeithasol yn un o chwe chydran y **Model Cynhwysfawr ar gyfer Gofal Personol** a gyhoeddwyd gan GIG Lloegr ym mis Ionawr 2019.

Cyhoeddodd Llywodraeth y DU (**16 Awst 2020**) £5 miliwn ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol er mwyn mynd i'r afael ag unigrwydd, gwella llesiant a helpu'r adferiad o COVID-19. Dyfarnwyd y cyllid i'r **Academi Genedlaethol ar gyfer Presgripsiynu Cymdeithasol (NASP)** er mwyn cefnogi partneriaethau cymunedol lleol, annog arloesi a gwella'r sylfaen dystiolaeth ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol.

Mae'r prosiectau a fydd yn elwa o'r cyllid yn cynnwys:

- Pêl-droed i gefnogi iechyd meddwl
- Celf ar gyfer dementia
- Gwella manau gwyrdd a chanu i leddfu effeithiau COVID-19.

Dywedodd **Jo Churchill**, Gweinidog dros Iechyd Llywodraeth y DU:

This new funding is hugely important, as it will allow us to build on the merits of social prescribing and encourage innovation in local projects, as well as supporting people to remain connected with their local community, reduce loneliness and improve their wellbeing [..] As we begin to support the move out of lockdown, social prescribing will be key to tackling health inequalities and helping people recover and rebuild their lives.

Ym mis Hydref 2020, lansiwyd **cynllun presgripsiynu cymdeithasol gwyrdd** a ariannwyd gan Lywodraeth y DU er mwyn helpu llesiant meddyliol cymunedau sydd wedi dioddef fwyaf oherwydd COVID-19. Nod y prosiect yw archwilio sut i ehangu gwasanaethau presgripsiynu cymdeithasol gwyrdd yn Lloegr i wella canlyniadau iechyd meddwl, lleihau anghydraddoldebau iechyd a lleddfu'r galw ar y system iechyd a gofal cymdeithasol.

Cafodd y gronfa gychwynnol o £4.7 miliwn ei chynyddu i £5.77 miliwn gyda'r cyhoeddiad y byddai **saith safe cynllun peilot** (19 Rhagfyr 2020) yn elwa ar y cynllun ac yn cael eu cynnal am gyfnod o ddwy flynedd.

Dywedodd James Sanderson, Cyfarwyddwr Gofal Personol GIG Lloegr a Phrif Weithredwr NASP:

Social prescribing link workers are already helping NHS patients across the country and this latest initiative will support even more people in some parts of the country hit hard by Covid-19.

Astudiaeth achos: Canolfan Bromley-by-Bow

Mae **Canolfan Bromley-by-Bow** yn Llundain yn cael ei hystyried yn un o'r enghreifftiau cyntaf o ganolfannau presgripsiynu cymdeithasol a arweinir gan y gymuned yn y DU. Fe'i sefydlwyd yn wreiddiol ym 1984 i ddarparu cefnogaeth o ran cyflogaeth, addysg a materion fel ynysigrwydd cymdeithasol. Datblygodd gwaith y ganolfan, gan arwain at agor ei chanolfan iechyd ei hun i hwyluso'r broses atgyfeirio; mae tair canolfan iechyd bellach yn cael eu cynnal ar draws Llundain. Yn ystod 2020, **cyfeiriodd y ganolfan** 1,321 o gleientiaid at weithwyr cyswllt ym maes presgripsiynu cymdeithasol, gyda 11,236 o bobl yn defnyddio'r gwasanaethau a'r cymorth a ddarperir yn y ganolfannau gan 150 o staff a gwirfoddolwyr. Mae'r Ganolfan bellach yn cynnig tystysgrif mewn presgripsiynu cymdeithasol ac mae'n un o'r darparwyr presgripsiynu cymdeithasol mwyaf adnabyddus yn y DU.

Gogledd Iwerddon

Lansiwyd **prosiect presgripsiynu cymdeithasol** gwerth £3 miliwn a ariannwyd drwy'r Loteri Genedlaethol yng Ngogledd Iwerddon yn 2019. Mae **prosiect SPRING** yn rhedeg am dair blynedd, gyda'r nod o gefnogi 8,000 o gleifion.

Dywedodd Richard Pengell, Ysgrifennydd Parhaol yr Adran Iechyd:

Whilst the health and social care system has a key role to play in tackling the root causes of poor health and health inequalities, it cannot do it on its own. Social prescribing recognises the role that our voluntary and community sector partners [...] clients and services users have to play in improving health and well-being outcomes..

Mae nodau'r prosiect yn cyd-fynd â chynllun **lechyd a Llesiant 2026 – Cyflawni Gyda'n Gilydd**, sef prosiect 10 mlynedd a lansiwyd gan Weithrediaeth Gogledd Iwerddon yn 2016 i drawsnewid iechyd a gofal cymdeithasol yng Ngogledd Iwerddon.

Yr Alban

Cyhoeddodd Pwyllgor Iechyd a Chwaraeon Senedd yr Alban **ganfyddiadau ei ymchwiliad i bresgripsiynu cymdeithasol ym mis Rhagfyr 2019**. Daeth adroddiad yr ymchwiliad i'r casgliad y gall dulliau presgripsiynu cymdeithasol helpu i atal cyflyrau hirdymor a dibyniaeth ar feddyginiaethau. Daeth y pwyllgor i'r casgliad hefyd, er y gall cynlluniau presgripsiynu cymdeithasol wella amseroedd aros yn uniongyrchol a lleddfu'r pwysau ar adrannau damweiniau ac achosion brys, nid yw'r cynlluniau yn ddewisiadau amgen sy'n ddi-gost, ac mae angen buddsoddi ynddynt.

Gofynnodd y Pwyllgor pam nad oedd cynlluniau presgripsiynu cymdeithasol yn cael eu darparu'n helaeth ar draws holl fyrddau'r GIG a'r Awdurdodau Integreiddio. **Croesawodd** Llywodraeth yr Alban argymhellion yr ymchwiliad, gan gytuno bod potensial i gynyddu cyflymder a graddfa cynlluniau presgripsiynu cymdeithasol ledled yr Alban, ac y gellir gwneud mwy i adeiladu ar fomentwm presgripsiynu cymdeithasol fel cysyniad.

Trafododd **adroddiad a gyhoeddwyd ar y cyd** (Ebrill 2021) gan The Post Covid-19 Future Commission a Support in Mind Scotland (SiMS) rôl a datblygiad posibl presgripsiynu cymdeithasol yn yr Alban. Gwnaeth yr adroddiad bedwar argymhelliad:

- Gwella ymwybyddiaeth ynghylch presgripsiynu cymdeithasol
- Cydnabod amrywiaeth presgripsiynu cymdeithasol
- Darparu adnoddau ar gyfer gwasanaethau statudol a gwirfoddol er mwyn sicrhau system gynaliadwy o bresgripsiynu cymdeithasol
- Gwella hygyrchedd a chynhwysiant

Mae prosiect **SPRING** hefyd yn cael ei gynnal yn yr Alban yn ogystal â Gogledd Iwerddon. Mae'r prosiect yn weithredol mewn 30 o gymunedau yn yr Alban a Gogledd Iwerddon, gan gwmpasu ardal sy'n cynnwys 1.5 miliwn o gleifion. Mae'r prosiect yn ddull hybrid sy'n cyfuno cynlluniau presgripsiynu cymdeithasol a arweinir gan feddygon teulu a'r gymuned, a hynny mewn ardaloedd gwledig a threfol.

7. A yw presgripsiynu cymdeithasol yn gweithio?

Llwyddiannau hanesyddol

Yr her allweddol i gynlluniau presgripsiynu cymdeithasol yw dangos tystiolaeth o'r budd hirdymor, nid yn unig i'r rhai sy'n defnyddio'r gwasanaethau, ond hefyd i lunwyr polisi sy'n pryderu am gost-ffeithiolrwydd.

Canfu **gwerthusiad o gynllun peilot presgripsiynu cymdeithasol yn Rotherham, a gynhaliwyd rhwng mis Ebrill 2012 a mis Mawrth 2014**, fod derbyniadau cleifion mewnol ac apwyntiadau cleifion allanol wedi gostwng cymaint â 21 y cant o'u cymharu â dechrau'r astudiaeth. Canfu dadansoddiad pellach fod 83 y cant o gleifion a gyfeiriwyd at y cynllun peilot presgripsiynu cymdeithasol wedi profi newid cadarnhaol ar ôl 3-4 mis.

Yn ôl **astudiaeth a gynhaliwyd yn 2019 yn Swydd Amwythig**, bu cynnydd ystadegol arwyddocaol mewn canlyniadau llesiant ac iechyd cleifion, megis gostyngiad yn eu pwysau, eu ffigurau BMI a'u lefelau cholesterol.

Ansawdd y dystiolaeth

Er gwaethaf y dystiolaeth bod cymryd rhan mewn cynlluniau presgripsiynu cymdeithasol yn **gwella ansawdd bywyd**, mae ansawdd y dystiolaeth o ran effeithiolrwydd presgripsiynu cymdeithasol yn dal i **fod ar ei hôl hi o ran defnydd ymarferol**.

Mae'r dystiolaeth bod presgripsiynu cymdeithasol yn lleihau'r baich ar ofal sylfaenol ac eilaidd yn **gadarnhaol ar y cyfan**, gan gynnwys adroddiadau am ostyngiadau mewn derbyniadau brys i ysbytai a gostyngiadau mewn atgyfeiriadau gofal eilaidd.

Fodd bynnag, nid yw ansawdd y dystiolaeth honno'n gadarn, a hyd yn hyn, nid yw'r dystiolaeth bod presgripsiynu cymdeithasol yn sicrhau arbedion cost o'u cymharu â'r costau gweithredu **wedi'i phrofi'n llawn**.

Y rhwystrau a wynebir

Mae astudiaethau wedi tynnu sylw at y ffaith bod rhwystrau o ran gweithredu cynlluniau presgripsiynu cymdeithasol yn fwy eang mewn cymunedau lleol, megis

cyfathrebu gwael rhwng cynlluniau presgripsiynu cymdeithasol a gwasanaethau meddygon teulu. Tynnwyd sylw hefyd at ddiffyg cyllid ar gyfer cynlluniau, a all arwain at drosiant staff uchel (yn enwedig ar gyfer gweithwyr cyswllt). Rhwyrstr allweddol arall yw'r lefel isel o ymgysylltu rhwng staff practisau cyffredinol â chynlluniau presgripsiynu cymdeithasol. Gall y rhesymau dros hyn gynnwys diffyg amser a chapasiti i archwilio opsiynau presgripsiynu cymdeithasol (fel y canfu **Prosiect Mind Cymru**), a diffyg hyder o ran eu heffeithiolrwydd.

Cynhaliodd **Pwyllgor Newid Hinsawdd, Amgylchedd a Materion Gwledig** y Bumed Senedd ymchwiliad i **randiroedd (24 Ionawr 2019)**. Trafododd y Pwyllgor bresgripsiynu cymdeithasol a'r manteision a welwyd o ganlyniad i ffermydd cymunedol a phrosiectau tyfu o ran sut maent yn helpu pobl ag anabledau neu broblemau iechyd meddwl. Fodd bynnag, nodwyd hefyd nad yw meddygon teulu o bosibl yn ymwybodol o bresgripsiynu cymdeithasol na'i fanteision.

Codwyd y mater hwn hefyd gan Lynne Neagle, y Dirprwy Weinidog Iechyd Meddwl a Llesiant, yn ystod y **Cyfarfod Llawn**. Tynnodd y Dirprwy Weinidog sylw at DEWIS Cymru, sef cyfeiriadur cenedlaethol o wasanaethau a gweithgareddau llesiant a fydd yn cael ei ymgorffori ymhlith darparwyr gwasanaethau a chymunedau fel rhan o'r strategaeth Cysylltu Cymunedau.

Mae presgripsiynu cymdeithasol yn cynyddu o ran ei ddefnydd a'i gwmpas ledled Cymru. Gall prosiectau a chynlluniau sy'n dod o dan ymbarél presgripsiynu cymdeithasol fynd i'r afael â rhai o'r heriau iechyd a chymdeithasol mwyaf parhaus a wynebwr gan bobl yng Nghymru, gan gynnwys problemau iechyd meddwl, teimlo'n ynysig a gordewdra. Fodd bynnag, mae gwaith yn parhau i fynd rhagddo ar y sylfaen dystiolaeth i gefnogi hyn, ac mae rhwystrau o hyd o ran cyflwyno'r dull hwn yn llawn ledled Cymru.

8. Ffynonellau allweddol

- Hazeldine E, Gowan G, Wigglesworth R, Pollard J, Asthana S, Husk K, **Link worker perspectives of early implementation of social prescribing: A ‘Researcher-in-Residence’ study**, Health and Social Care in the Community, 2021
- National Association of Link Workers, **Getting to know the link worker workforce: Understanding link workers, knowledge, skills, experiences and support needs**, 2019
- Pescheny JV, Pappas Y, Randhawa G, **Facilitators and barriers of implementing and delivering social services: a systematic review**, BMC Health Services Research, 2018
- Polley, MJ, Fleming J, Anfilogoff T, Carpenter A; **Making Sense of Social Prescribing**, University of Westminster, 2017
- Hwb Gofal Sylfaenol Iechyd Cyhoeddus Cymru, **Social Prescribing in Wales**, 2018
- Roberts T, Lloydwin C, Pontin D, Williams M, Wallace C, **The role of social prescribers in wales: a consensus methods study**, 2021
- Support in Mind Scotland, **A Desk Review of Social Prescribing: From Origins to Opportunities**, 2021
- Welsh Institute for Health and Social Care, University of South Wales, **Evaluation of the Pilot Mental Health Social Prescribing Programme**, 2020
- Llywodraeth Cymru, **Cysylltu Cymunedau: Strategaeth ar gyfer mynd i'r afael ag unigrwydd ac ynysigrwydd cymdeithasol a chreu cysylltiadau cymdeithasol cryfach**, 2020
- Llywodraeth Cymru, **Rhaglen Lywodraethu**, 2021