Hawdd ei Ddeall

Awtistiaeth Cymru
Adroddiad Blynyddol 2019-2020

Mae'r ddogfen yma wedi cael ei hysgrifennu gan y **Tîm Awtistiaeth Cenedlaethol**. Mae'n fersiwn hawdd ei ddeall o **Adroddiad Blynyddol Atodol 2019/20**.

Ebrill 2020

CLILC • WLGA

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

Llywodraeth Cymru Welsh Government

AwtistiaethCymru.org AutismWales.org

Sut i ddefnyddio'r ddogfen yma

Dyma ddogfen hawdd ei deall. Ond efallai eich bod angen help i'w darllen. Gofynnwch i rhywun rydych chi'n ei adnabod i'ch helpu chi.

Efallai bod y geiriau mewn **ysgrifen glas trwm** yn anodd eu deall. Mae beth maen nhw'n feddwl i'w weld ar **dudalen 38**.

Lle mae'r ddogfen yn dweud ni, mae hyn yn meddwl Tîm Awtistiaeth Cenedlaethol. Am ragor o wybodaeth cysylltwch gyda:

Gwefan: www.awtistiaethcymru.org

E-bost: AwtistiaethCymru@WLGA.gov.uk

Ffôn: 029 2046 8675

Mae'r ddogfen yma wedi cael ei gwneud yn hawdd ei deall gan **Hawdd ei Ddeall Cymru** gan ddefnyddio **Photosymbols**. I ddweud wrthyn ni beth rydych chi'n feddwl am y fersiwn hawdd ei ddeall yma, cliciwch yma.

Cynnwys

Sut i ddefnyddio’r ddogfen yma	2
Eluned Morgan, MS	5
Cyflwyniad	6
Tîm Awtistiaeth Cenedlaethol	8
Gwasanaethau awtistiaeth integredig	19
Hyfforddiant	22
Dysgu gydag awtistiaeth	24
Dysgu seiliedig ar waith ac addysg bellach	26
Ffilm Y Parti Penblwydd	27

Sut i ddefnyddio'r ddogfen yma

Canllaw tai 29

Cynhadledd Genedlaethol Awtistiaeth Cymru 31

Wythnos Ymwybyddiaeth Awtistiaeth y Byd 2020 32

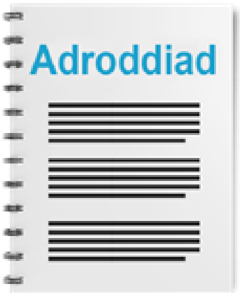
Astudiaethau Achos 34

Geiriau Anodd 38

Eluned Morgan, AS ydy'r Gweinidog dros iechyd, llesiant a'r iaith Gymraeg yn Llywodraeth Cymru.

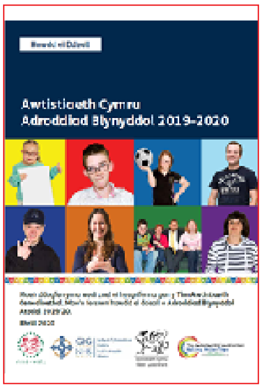
Mae **Eluned** yn dweud ein bod wedi gwneud gwaith da iawn ar gefnogi pobl awtistig. Yn enwedig yn ystod coronafeirws.

Mae **Eluned** yn meddwl ei bod yn ddefnyddiol bod gennym ni gymaint o wybodaeth ar-lein. Ac mae hi'n hapus bod rhagor o bobl yn defnyddio ein gwefan nawr.



Mae **Eluned** eisiau i bobl sydd yn darllen yr adroddiad yma wybod ei bod yn cefnogi'r gwaith rydyn ni'n ei wneud.

Cyflwyniad



Mae'r adroddiad yma wedi cael ei ysgrifennu gan y Tîm Awtistiaeth Cenedlaethol. Neu TAC yn fyr.

Ein gwaith ni ydy helpu i wneud bywydau pobl awtistig yn well.

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Mae'r adroddiad yma wedi cael ei ysgrifennu ar gyfer pawb rydyn ni'n gweithio gyda nhw, fel:

CLlLC • WLGA

- **Llywodraeth Cymru**

GIG Cymru NHS Wales | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

- **Cymdeithas Llywodraeth Leol Cymru**

• **Iechyd Cyhoeddus Cymru.**

Mae'r adroddiad yma wedi cael ei ysgrifennu hefyd i bobl awtistig a'u teuluoedd. Ac i'r gweithwyr proffesiynol sydd yn eu cefnogi nhw.

Mae'r adroddiad yma yn dweud wrthych chi am y gwaith rydyn ni wedi ei wneud i helpu pobl awtistig.

Rydych chi'n gallu gwrando ar dapiau sain o rhywfaint o'r gwaith yma yn Adroddiad Blynyddol 2019/20 llawn, sydd ar gael ar ein gwefan yma. autismwales.org/cy/news/adroddiad-blynyddol-atodol-y-tim-awtistiaeth-cenedlaethol-ar-gyfer-2019-20/

Ein gwefan

Mae ein gwefan yn
awtistiaethcymru.org

Mae llawer o wybodaeth a chyngor i bobl awtistig ar ein gwefan.

Mae ein gwefan hefyd yn helpu pobl sydd yn cefnogi pobl awtistig. Er enghraifft, rhieni, gofalwyr ac athrawon.

Fe wnaeth llawer mwy o bobl fynd ar ein gwefan yn 2019. Fe wnaeth bron i 11 mil o bobl ymweld bob mis. Mae hynny'n llawer mwy o bobl nag yn 2018.

Fe wnaethon ni ofyn i lawer o bobl beth roedden nhw'n ei feddwl am ein gwefan. Fe wnaethon ni wrando a gwneud newidiadau.

Fe fyddwn ni yn gwneud gwefan newydd ar ddiwedd 2020. Fe fydd yr holl newidiadau newydd ar y wefan.

Ein ffilm

Fe wnaethon ni wneud ffilm o'r enw **Beth ydy awtistiaeth?**

Mae'r ffilm yn helpu pobl i ddeall awtistiaeth yn well.

Fe wnaethon ni weithio gyda phobl awtistig i wneud y ffilm. Fe wnaethon nhw roi syniadau inni am beth ddylai fod yn y ffilm.

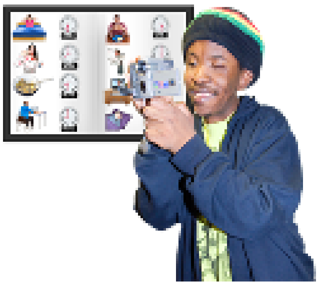
Tîm Awtistiaeth Cenedlaethol

Mae'r ffilm am 3 o bobl awtistig o'r enw:

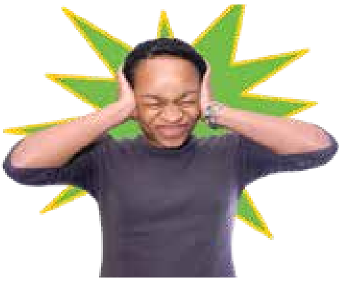
- **Amara Tamblyn**
- **Rhiannon Lloyd-Williams**
- **Osian Harries.**

Mae Amara, Rhiannon ac Osian yn siarad am:

- Bod yn gymdeithasol a siarad gyda phobl.



- Eu bywyd o ddydd i ddydd.



- Eu synhwyrau. Fel sut maen nhw'n teimlo am sŵn neu wahanol liwiau.

- Sut i wneud pethau'n well i bobl awtistig.

Mae llais **Dr Elin Walker Jones** ar y ffilm hefyd.

Mae llawer o bobl wedi gwylio'r ffilm yn barod. Mae wedi cael ei rhannu ar y cyfryngau cymdeithasol hefyd.

Rydyn ni eisiau dangos y ffilm mewn llawer o leoedd. Fel ar ein gwefan newydd.

Rydych chi'n gallu gwylio'r ffim yn Gymraeg neu yn Saesneg.

Mae'r ffilm wedi cael ei chynnwys yn ein cynllun **ardystiad ymwybodol o awtistiaeth**. Cwrs hyfforddi ydy hwn sydd yn helpu pobl i ddeall rhagor am awtistiaeth.

Mae mwy na 43 mil o bobl wedi gwneud y cwrs hyfforddi yma.

Rheolau ar gyfer gwasanaethau awtistiaeth

Mae **Llywodraeth Cymru** wedi gwneud rheolau am sut y dylai pobl awtistig gael eu cefnogi.

Maen nhw'n galw'r rheolau yma yn **cod ymarfer**.

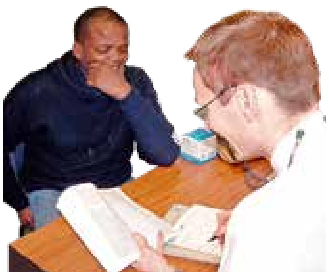
Fe wnaethon ni helpu Llywodraeth Cymru i ysgrifennu'r **cod ymarfer**.

Fe wnaethon ni siarad gyda llawer o bobl, yn cynnwys pobl awtistig, eu teuluoedd a gweithwyr proffesiynol.

Fe wnaethon ni yn siŵr bod pawb yn cael dweud beth roedden nhw'n feddwl ddylai fod yn y cod ymarfer.

Y prif bynciau yn y cod ymarfer ydy:

diagnosis o awtistiaeth



Mae **diagnosis** yn meddwl edrych ar iechyd ac ymddygiad person i weld os oes ganddyn nhw gyflwr arbennig. Mae hyn yn cael ei wneud fel arfer gan feddyg neu dîm o weithwyr iechyd a gofal cymdeithasol proffesiynol.

- help i bobl awtistig

- dysgu mwy am awtistiaeth

- gwneud yn siŵr bod gwasanaethau yn gwneud gwaith da.

Help rydyn ni yn ei roi i oedolion awtistig

Fe wnaethon ni ysgrifennu canllaw i helpu oedolion awtistig. Enw hwn ydy canllaw i oedolion ar ôl cael diagnosis. Rydych chi'n gallu darllen y canllaw yma.

Yn 2019 roedden ni eisiau gwneud y canllaw yma yn well. Roedden ni eisiau gwneud yn siŵr ei fod yn ddefnyddiol ac yn ddiweddar.

Roedden ni eisiau siarad gyda llawer o bobl i helpu i wneud y canllaw yma yn well. Yn cynnwys oedolion awtistig.

Oherwydd coronafeirws, doedden ni ddim yn gallu siarad gyda phobl wyneb yn wyneb. Ond fe wnaethon ni siarad gyda phobl ar-lein.

Fe wnaeth pobl ddweud wrthyn ni sut rydyn ni'n gallu gwneud y canllaw yn well.

Fe wnaethon ni newid y ffordd roedden ni'n dweud pethau yn y canllaw. A newid sut roedd y canllaw yn edrych.

Help rydyn ni yn ei roi i rieni a gofalwyr

Fe wnaethon ni ysgrifennu canllaw i helpu rhieni a gofalwyr. Enw hwn ydy **canllaw i rieni a gofalwyr ar ôl cael diagnosis**. Rydych chi'n gallu darllen y canllaw yma.

Yn 2019 fe wnaethon ni siarad gyda rhieni a gofalwyr am y canllaw yma.

Fe wnaethon ni ofyn iddyn nhw sut mae'n gallu bod yn well. Ac fe wnaethon ni wrando ar beth roedden nhw'n ei ddweud.

Mae'r canllaw yn edrych yn wahanol nawr. Ac mae'n rhoi cyngor gwell i rieni a gofalwyr.

Mae rhieni a gofalwyr hefyd yn gallu gwylio ffilm rydyn ni wedi ei gwneud i'w helpu nhw. Mae'r canllaw a'r ffilm yn mynd gyda'i gilydd.

Ein gwaith yn ystod coronafeirws

Oherwydd coronafeirws, roedd rhaid inni ddechrau gwneud llawer o’n gwaith ar-lein.

Ond roedden ni eisiau gwneud yn siŵr ein bod yn helpu pobl yn iawn.

Fe wnaethon ni ddechrau tîm o’r enw **Rhith-dîm Awtistiaeth Cymru**. Fe wnaeth **Rhith-dîm Awtistiaeth Cymru**:

- siarad gyda phobl awtistig, eu rhieni a gofalwyr a gweithwyr proffesiynol. Fe wnaethon nhw ddarganfod pa help roedd pobl ei angen fwyaf yn ystod coronafeirws.

- cyfarfod ar-lein bob 2 wythnos. Fe wnaethon nhw siarad am yr wybodaeth roedd pobl ei angen.

- gwneud yn siŵr bod yr holl wybodaeth roedd pobl ei angen ar ein gwefan. A rhannu mwy o wybodaeth ar y cyfryngau cymdeithasol hefyd.

Gwasanaethau awtistiaeth integredig

Mae 7 **gwasanaeth awtistiaeth integredig yng Nghymru**. Rydyn ni'n eu galw nhw yn GAI yn fyr.

Mae **GAI**:

- yn gwneud yn siŵr bod pobl awtistig yn cael yr holl help maen nhw ei angen. Fel cyngor, cefnogaeth ac arweiniad

- yn helpu rhieni, gofalwyr a theuluoedd pobl awtistig.

- cael llawer o gyfarfodydd i wneud yn siŵr eu bod yn gwneud gwaith da. Maen nhw'n rhannu syniadau da gyda'i gilydd.

- yn siarad gyda phobl awtistig i glywed eu straeon. Ac i weld pa help maen nhw ei angen.

Gwasanaethau awtistiaeth integredig

Er enghraifft, fe wnaethon nhw wrando ar straeon rhieni awtistig. A dysgu sut brofiad ydy hi i fenyw awtistig gael babi.

Casglu gwybodaeth am y GAI

Fe wnaethon ni gasglu llawer o wybodaeth am y GAI yn 2019 i 2020.

Dyma rai o'r pethau wnaethon ni eu darganfod. Yn 2019 i 2020:

- Fe wnaeth y **GAI** gefnogi mwy na 5000 o oedolion awtistig.

- Fe wnaeth y **GAI** gefnogi mwy na 2000 o rieni a gofalwyr pobl awtistig.

- Cefnogi 800 o oedolion drwy'r broses diagnosis awtistiaeth.

- Fe wnaeth dros 600 o oedolion gael diagnosis o awtistiaeth.

Mae gwybodaeth fel hyn yn ein helpu i weld os ydy'r **GAI** yn gwneud gwaith da.

Hyfforddiant

Rydyn ni eisiau i ragor o bobl ddeall awtistiaeth.

Mae gennym ni gyrsiau hyfforddi **ymwybodol o awtistiaeth** i ddysgu pobl am awtistiaeth yn y gwaith.

Rydyn ni hefyd yn gweithio gyda chymunedau a grwpiau i ddysgu rhagor o bobl am awtistiaeth.

Rydyn ni'n gwneud gwaith nawr gyda:

- Gwasanaethau Tân ac Achub De Cymru

- CAFCASS Cymru
- Adran gwaith a phensiynau

- Ardal fusnes Castell Nedd

- Staff blynyddoedd cynnar

- Athrawon a phenaethiaid

- Colegau

- Gwasanaethau iechyd meddwl plant a'r glasoed.

Yn y dyfodol rydyn ni'n bwriadu gweithio gyda:

- Heddlu Gogledd Cymru

- Gwasanaeth ambiwlans Cymru

- Heddlu Gwent

Dysgu gydag awtistiaeth

Cwrs hyfforddi rydyn ni wedi ei wneud ydy **dysgu gydag awtistiaeth**.

Mae **dysgu gydag awtistiaeth** ar gyfer staff sydd yn gweithio gyda phlant awtistig mewn lleoliadau blynyddoedd cynnar. Ac mewn ysgolion cynradd ac uwchradd.

Mae hyfforddiant **dysgu gydag awtistiaeth** wedi cael ei wneud gan:

- 71 o leoliadau blynyddoedd cynnar
- 185 o ysgolion cynradd

- 16 o ysgolion uwchradd. Mae'r hyfforddiant mewn ysgolion uwchradd i staff a myfyrwyr.

Roedd pawb oedd wedi gwneud yr hyfforddiant yn dweud ei fod yn ddefnyddiol iawn. A’i fod wedi gwneud bywyd yn well i blant awtistig.

Mae’r holl wybodaeth am **ddygsu gydag awtistiaeth ar Hwb – platfform digidol Llywodraeth Cymru**.

Mae ysgolion yn gallu defnyddio Hwb a chael unrhyw wybodaeth maen nhw ei angen am **dysgu gydag awtistiaeth.**

Mae hwn yn ddefnyddiol iawn i ysgolion sydd eisiau rhagor o wybodaeth am awtistiaeth.

Mae’r holl wybodaeth yn Gymraeg a Saesneg.

Dysgu seiliedig ar waith ac addysg bellach

Dysgu yn seiliedig ar waith ydy pan mae myfyriwr yn cael **cymhwyster** ac yn gweithio ar yr un pryd.

Mae **cymhwyster** yn dangos i gyflogwyr eich bod yn gwybod sut i wneud rhywbeth. Fe fydd cael **cymhwyster** yn eich helpu chi i gael swydd.

Addysg bellach ydy pan mae myfyrwyr yn mynd i goleg.

Rydyn ni eisiau i staff **dysgu yn seiliedig** ar waith ac addysg bellach **ddysgu rhagor am awtistiaeth**.

Rydyn ni eisiau helpu myfyrwyr awtistig fel eu bod yn gallu bod yn llwyddiannus yn eu hastudiaethau.

Mae gennym ni lawer o wybodaeth i'w rannu a fydd yn helpu staff a myfyrwyr:

- Ffilmiau am awtistiaeth
- Dalenni gwybodaeth a chyngor
- Straeon am bobl awtistig

Ffilm Y parti penblwydd

Fe wnaethon ni weithio gyda gweithwyr proffesiynol eraill i wneud ffilm o’r enw **Y parti penblwydd**.

Mae’r ffilm yma i bobl sydd yn gweithio gyda phlant.

Mae’r ffilm yn dysgu pobl beth ydy arwyddion awtistiaeth mewn plant.

Mae llawer o bobl yn meddwl bod y ffilm yn dda iawn. A’i bod yn helpu gweithwyr proffesiynol i ddeall awtistiaeth yn well.

Fe wnaeth y ffilm ennill gwobr ym Mhrifysgol Caerdydd.

Ffilm Y parti penblwydd

Mae llawer o bobl o wledydd eraill wedi gofyn os ydyn nhw'n gallu defnyddio'r ffilm hefyd.

Mae rhai pobl awtistig yn ei chael yn anodd i gael gwasanaethau tai.

Dyma rai o'r rhesymau pam:

- Dydy rhai pobl awtistig ddim yn hoffi mynd i swyddfeydd gwasanaethau tai prysur.

- Dydy staff gwasanaethau tai ddim yn gwybod sut i gefnogi pobl awtistig.

Fe wnaethon ni weithio gyda llawer o bobl i wneud **canllaw** i staff gwasanaethau tai.

Roedd y bobl roedden ni yn gweithio gyda nhw yn cynnwys pobl awtistig, eu rhieni, gofalwyr a gweithwyr proffesiynol.

Canllaw tai

Mae'r canllaw yn dweud wrth staff sut i gefnogi pobl awtistig yn well.

Mae'r canllaw ar gael yma.:
https://autismwales.org/cy/gwasanaethau-cymunedol/rwyn-gweithio-ym-maes-tai/cynllun-hyfforddi-ardystiedig-tai/

Roedd **Cynhadledd Genedlaethol Awtistiaeth Cymru** wedi cael ei chynnal yn 2019.

Cyfarfod mawr oedd hwn i siarad am y ffyrdd gorau o helpu pobl awtistig.

Roedd y rhan fwyaf o'r bobl yn y cyfarfod yn dweud ei fod wedi eu helpu nhw i ddeall awtistiaeth yn well. A gwybod pa help oedd ar gael i bobl awtistig.

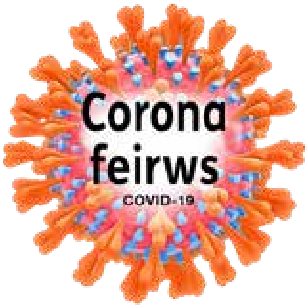
Fe wnaeth y cyfarfod yma ein helpu ni i gyd i fod yn well am gefnogi pobl awtistig.

Rydych chi'n gallu gweld mwy am y cyfarfod yma.

https://autismwales.org/cy/amdanom-ni/hyrwyddo-lles-awtistig-cynhadledd-awtistiaeth-genedlaethol-cymru-2019/

Wythnos Ymwybyddiaeth Awtistiaeth y Byd 2020

Mae **Wythnos Ymwybodol o Awtistiaeth** y Byd yn wythnos arbennig i ddathlu a rhannu gwybodaeth am awtistiaeth. Mae'n digwydd bob blwyddyn.



Ond yn 2020, roedd coronafeirws yn meddwl bod rhaid inni wneud pethau yn wahanol.

Roedd angen inni rannu gwybodaeth oedd yn ddefnyddiol. Fel sut i gadw'n ddiogel yn ystod coronafeirws.

Roedd rhaid inni wneud gwybodaeth yn hawdd i'w gael yn ystod y cyfnod clo. Er enghraifft drwy ei gael ar-lein, mewn ffilmiau neu ar y cyfryngau cymdeithasol.

Wythnos Ymwybyddiaeth Awtistiaeth y Byd 2020

Roedden ni'n rhannu gwybodaeth gyda phobl roedden ni'n ymddiried ynddyn nhw yn unig, fel:

- **Iechyd Cyhoeddus Cymru**
- **Anabledd Dysgu Cymru**
- **Autism Wellbeing Cymru**
- **Rhith-dîm Awtistiaeth Cymru**

Roedden ni yn gallu dathlu yn ystod yr wythnos yma. Ond roedd popeth roedden ni yn ei wneud ar-lein.

Astudiaethau achos

Astudiaethau achos ydy straeon am bobl.

Fe wnaethon ni gasglu llawer o **astudiaethau achos** yn 2019 i 2020.

Mae rhai **astudiaethau achos** gan bobl awtistig. A sut mae eu bywydau wedi cael ei wneud yn well.

Mae rhai **astudiaethau achos** yn straeon gan weithwyr proffesiynol. A'r gwaith maen nhw'n ei wneud i helpu pobl awtistig

Bob tro rydyn ni'n casglu astudiaeth achos newydd, rydyn ni'n eu rhoi ar ein gwefan. Maen nhw ar gael yma.

Gallwch ddarganfod yma
https://autismwales.org/cy/adnoddau/astudiaethau-achos/

Gerraint Jones Griffiths

Fe wnaethon ni **astudiaeth achos** ar Gerraint Jones-Grifths.

Gerraint ydy'r **Llysgennad Arweiniol ar gyfer y prosiect Engage to Change**. Mae hyn yn meddwl ei fod yn gweithio i gefnogi pobl awtistig.

Mae Gerraint yn berson awtistig. Mae wedi cael cefnogaeth dda iawn i helpu i wneud ei fywyd yn well.

Astudiaethau achos

Dyma fideo o'i astudiaeth achos.

https://autismwales.org/cy/adnoddau/dod-i-adnabod-gerraint/

Cafodd y fideo yma ei dangos am y tro cyntaf yn ystod **wythnos ymwybyddiaeth awtistiaeth y byd 2020**.

Dyma fersiwn hawdd ei ddeall o'i stori:

Fy enw ydy Gerraint Jones-Grifths. Rydw i yn 24 oed. Rydw i'n awtistig.

Yn 2019, fe wnes i siarad yng **Nghynhadledd Genedlaethol Awtistiaeth Cymru**. Cyfarfod mawr oedd hwn am awtistiaeth.

Yna fe wnes i ychydig o waith gyda **TAC**. Fe wnes i weithio ar eu cyfryngau cymdeithasol. A siarad mewn rhai cyrsiau hyfforddi.

Roedd gweithio yn **TAC** yn dda iawn imi. Ac i'r bobl roeddwn i'n gweithio gyda nhw.

Rydw i'n gobeithio bydd fy stori a fy ngwaith yn helpu pobl awtistig eraill. Rydw i'n gobeithio bydd fy stori yn helpu pawb i ddeall awtistiaeth yn well.

Rwy'n gobeithio y bydd fy stori yn helpu pawb i ddeall awtistiaeth yn well.

Geiriau Anodd

Cymhwyster

Mae cymhwyster yn dangos i gyflogwyr eich bod yn gwybod sut i wneud rhywbeth. Fe fydd cael cymhwyster yn eich helpu chi i gael swydd

Diagnosio a Diagnosis

Mae diagnosis yn meddwl edrych ar iechyd ac ymddygiad person i weld os oes ganddyn nhw gyflwr arbennig. Mae hyn yn cael ei wneud fel arfer gan feddyg neu weithiwr iechyd a gofal cymdeithasol proffesiynol.