



Rhwydwaith y DU o
Leisiau Dementia

Cynnwys pobl â dementia wrth greu cymunedau sy'n dementia-gyfeillgar

Negeseuon allweddol

- Gall cymunedau sy'n Dementia gyfeillgar ddim ond gweithio os bydd pobl â dementia a'u gofalwyr yn cael eu cynnwys
- Mae nifer o wahanol ffyrdd y gall pobl â dementia gymeryd rhan mewn mentrau i wneud eu cymuned yn fwy dementia gyfeillgar
- Mae llawer o grwpiau yn y rhwydwaith DEEP yn weithgar yn eu cymunedau

Mae'r nodyn canllaw hwn wedi'i seilio ar drafodaethau ymhlith 15 o bobl â dementia ac 8 gofalwr mewn digwyddiad rhwydweithio DEEP yn 2015. Rhwydwaith cenedlaethol o grwpiau dylanwadu/cynnwys pobl â dementia ledled y Deyrnas Unedig yw DEEP. Mae 60 grŵp yn rhan o'r rhwydwaith ar hyn o bryd.

Cynhaliwyd y digwyddiad gan y grŵp Face it Together (FIT), a gefnogir gan Gymdeithas Alzheimer yn Bradford. Ymunwyd â hwy gan aelodau Shindig (o Sheffield) a Minds and Voices (o Efrog). Cynhaliwyd trafodaethau ar wahân i ofalwyr rannu eu profiadau a'u safbwyntiau.



In partnership with



and



Beth yw cymuned sy'n dementia-gyfeillgar?

Mae 'cymuned sy'n dementia-gyfeillgar' wedi cael ei disgrifio fel:

Dinas, tref neu bentref lle mae pobl â dementia yn cael eu deall, eu parchu a'u cefnogi, a lle maent yn hyderus y gallant gyfrannu at fywyd cymunedol. Mewn cymuned sy'n dementia-gyfeillgar, bydd pobl yn ymwybodol o ddementia ac yn ei ddeall, a bydd pobl â dementia yn teimlo eu bod yn cael eu cynnwys, ac yn cael dewis o ran eu bywydau dydd i ddydd (Cymdeithas Alzheimer 2013).

Mae cymunedau hefyd yn bodoli y tu hwnt i gymunedau daearyddol e.e. grwpiau ar-lein a grwpiau ffydd.

Mae pobl â dementia wedi disgrifio cymuned sy'n dementia-gyfeillgar fel un sy'n eu galluogi i gael hyd i'w ffordd a bod yn ddiogel, defnyddio cyfleusterau lleol a chynnal rhwydweithiau cymdeithasol (y Gymdeithas Llywodraeth Leol, 2015).

Pam mae'n bwysig cynnwys pobl â dementia wrth greu cymunedau sy'n dementia-gyfeillgar?

“ Sut gallwch chi wybod sut beth yw cymuned sy'n 'dementia-gyfeillgar' heb gynnwys pobl â dementia (a gofalwyr)? Ni yw'r rhai sy'n ei brofi. Pobl ydym ni gyda meddyliau a lleisiau. ”

Dywedodd pobl â dementia ei bod yn bwysig eu cynnwys yn barhaus oherwydd:

“ Mae'n dda gwybod bod pobl eraill yn yr un sefyllfa â chi ac nad ydych chi ar eich pen eich hun. **”**

“ Mae'n helpu i fod yn rhan o grŵp lle mae dementia'n cael ei ddeall a'i drafod. **”**

“ Mae cymunedau lle rydych chi'n cael eich deall a'ch derbyn yn gwneud i chi deimlo'n awyddus i barhau â'r pethau rydych chi'n eu mwynhau mewn bywyd. **”**

“ Mae gwybod bod mwy o ddealltwriaeth yn bodoli yn helpu i gadw bywyd yr un fath. **”**

- “ Trwy gymryd rhan, gallwn ddangos i bobl fod gennym ni fywyd o hyd. Nid y diwedd yw dementia. ”
- “ Mae'n herio stigma ac agweddau pobl eraill. ”
- “ Mae'n rhoi mwy o hyder i mi pan fydd pobl yn deall. ”
- “ Cymryd rhan yw'r peth iawn i'w wneud. ”
- “ Mae'n fy atgoffa fy mod i'n oedolyn. ”
- “ Mae'n fy helpu i ganfod fy llais. ”
- “ Mae'n fy helpu i deimlo'n ddiogel pan fyddaf yn gadael y tŷ. ”
- “ Mae'n gwneud i mi deimlo'n werthfawr. ”
- “ Mae'n gwella'r ffordd yr ydw i'n teimlo amdanaf fy hun ac am fywyd. ”

Dywedodd gofalwyr ei bod yn bwysig cynnwys pobl â dementia a gofalwyr oherwydd:

- “ Nid oes modd i chi wybod beth sydd ei angen ar bobl oni bai eich bod chi'n gallu deall eu safbwyntiau a'u hanawsterau. ”
- “ Dylid gwrando ar ofalwyr oherwydd eu bod nhw'n arbed arian. ”
- “ Mae'n helpu gofalwyr i fod yn fwy agored, a siarad â phobl yn y gymuned am ba gymorth neu ddealltwriaeth y mae arnynt eu hangen. ”
- “ Gofalwyr yw'r rheng flaen – maen nhw'n aml yn meddwl am syniadau a datrysiadau y gellir eu defnyddio. ”

Pa fathau o bethau y mae grwpiau DEEP yn eu gwneud i greu cymunedau sy'n dementia-gyfeillgar?

Mae llawer o grwpiau DEEP wedi bod yn gweithio yn eu cymunedau lleol i greu cymunedau sy'n dementia-gyfeillgar:

Redditch and Bromsgrove Friends Together

Mae'r grŵp yn cyfarfod i gynorthwyo ei gilydd, dod o hyd i ffyrdd o wella gwasanaethau ac agweddau, a gwneud cymuned well i bobl â dementia. Maenhw'n cynyddu ymwybyddiaeth am fyw gyda dementia ymhlith:

- awdurdodau lleol
- yr heddlu
- lleoliadau addysg
- trafnidiaeth
- Aelodau Seneddol lleol
- busnesau

Mae aelodau'r grŵp yn mynd i gyfarfodydd lleol Chynghreiriau Gweithredu ar Dementia.

EDUCATE Stockport

Mae aelodau EDUCATE wedi sefydlu canolfannau galw heibio lleol. Gall pobl â dementia fynd i'r manau hyn i ganfod gwybodaeth am ddementia. Maen nhw hefyd yn gallu cyfarfod â phobl eraill â dementia i gael cymorth a chysylltiad cymdeithasol. Mae pobl â dementia, neu bobl sy'n pryderu am ddementia, wedi dechrau defnyddio'r canolfannau hyn fel man 'diogel' i siarad am ddementia, a chyfarfod â gweithwyr proffesiynol. Mae pobl nad ydynt eto wedi mynd at wasanaethau dementia mwy traddodiadol yn cael eu cynorthwyo.

Face it Together (FIT) Bradford

O'r cychwyn, cytunodd yr aelodau eu bod nhw eisiau:

- Cynorthwyo ei gilydd a phobl eraill i wynebu eu dementia gyda'i gilydd
- Cynyddu ymwybyddiaeth o ddementia a'r hyn y gall pobl â dementia ei gyfrannu at y gymuned ehangach
- Cymryd rhan mewn ymgynghoriadau ar faterion sy'n effeithio ar eu bywydau
- Cael cymorth i ymgymryd ag ymgyrchoedd sydd o ddiddordeb i'r grŵp
- Bod yn rhan o waith Bradford Dementia Friendly a chyfrannu at y gwaith hwnnw trwy eu harbenigedd a gafwyd drwy gydol eu hoes a thrwy fod yn arbenigwyr yn sgil eu profiad o fyw gyda dementia.

Mae'r grŵp yn cyfarfod unwaith y mis ac yn ystyried pynciau gan gynnwys gweithgareddau hamdden, arwyddion, cynyddu ymwybyddiaeth a phŵer a rheolaeth.

Mae sawl aelod o'r grŵp wedi cymryd rhan mewn ymgynghoriadau neu grwpiau cynllunio, gan gynnwys tîm ymyrryd mewn argyfwng ar gyfer dementia, adnewyddu ysbyty lleol, ac ymgynghoriad ar sut mae'r cyngor yn blaenoriaethu gwariant cyllideb sydd wedi'i chwtoji.

Mae'r grŵp yn aelod o'r holl baneli cyfweld ar gyfer swyddi newydd yn y Gymdeithas Alzheimer lleol, ac mae aelodau hefyd wedi cynorthwyo â phaneli cyfweld ar gyfer uwch staff y GIG.

Mae aelodau'n siarad mewn cyfarfodydd ac yn rhan o'r grwpiau cynghori DAA (Dementia Action Alliance) a chyfarfodydd cymunedau Dementia Gyfeillgar yn Bradford.

Beth sy'n ei gwneud hi'n anodd cymryd rhan?

Yn aml, roedd pobl wedi profi anawsterau o ran cyfrannu at fywyd cymunedol neu helpu i greu cymunedau sy'n dementia-gyfeillgar:

“ Mae'n gallu bod yn anodd cymryd rhan os nad oes gennych chi gymorth. ”

“ Dydw i ddim eisiau trafferthu cymryd rhan bob amser. Mae'n llawer o waith. ”

“ Nid yw arwyddion o ddementia'n amlwg bob amser. Mae hyn yn golygu nad yw pobl bob amser yn gwybod y gallai fod angen cymorth arnoch. ”

“ Mae'r byd yn eithaf cymhleth, yn rhy gyflym, yn rhy wyllt. Mae llawer o dechnoleg yn cael ei defnyddio. Mae'n anodd cadw i fyny. ”

“ Mae sŵn yn tynnu'r sylw. ”

“ Mae agweddau negyddol pobl eraill yn gallu effeithio ar eich awydd i barhau i gyfrannu. Rydw i wedi clywed pobl yn tuchan oherwydd fy mod i wedi bod yn rhy araf. Mae tuchan yn fy ngwneud i'n fwy pryderus ac yn effeithio ar fy lleferyddac yn mynd o ddrwg i waeth. ”

“ Mae'n gallu bod yn anodd os nad ydych yn adnabod pobl eraill â dementia. ”

“ Teimlo cywilydd am fod â dementia. ”

“ Rwy'n casáu'r gair 'dementia'. ”

“ Mae'n gallu bod yn anodd cynnal momentwm – mae cymryd rhan yn flinedig. ”

- “ Diffyg trafnidiaeth. ”
- “ Lleoliadau nad ydynt yn hygyrch. ”
- “ Cyflymder y sgwrs. ”
- “ Os nad yw pethau'n dilyn y cynllun, mae'n effeithio ar eich awydd i gymryd rhan y tro nesaf. ”

Pa ymagweddau sy'n helpu pobl â dementia i gymryd rhan wrth greu cymunedau sy'n dementia-gyfeillgar?

Dyma rai ffyrdd wedi'u trefnu sydd wedi helpu pobl â dementia i gymryd rhan mewn gwaith lleol i greu cymunedau sy'n dementia-gyfeillgar.

Cymryd rhan mewn cyfarfodydd DEEP rheolaidd

Mae grwpiau DEEP fel arfer yn cyfarfod yn rheolaidd. Gallai hyn fod yn wythnosol neu'n fisol. Mae cyfarfodydd rheolaidd yn helpu pobl i gael gwybod y datblygiadau diweddaraf o sefydlu gymunedau dementia gyfeillgar. Mae'r sicrwydd o gymorth yn ein hysbrydoli i barhau i gymryd rhan. Mae grwpiau DEEP yn cael eu cynorthwyo'n dda, ac yn gweithio'n galed i sicrhau bod holl aelodau'r grŵp yn cael eu cefnogi i gymryd rhan. Mae grwpiau DEEP yn adnodd defnyddiol i bobl a sefydliadau lleol sydd eisiau bod yn fwy ystyriol o ddementia. Gweler www.dementiavoices.org.uk am restr o'r holl grwpiau DEEP.

Gall grwpiau DEEP hefyd ofyn i siopau a busnesau lleol weithio gyda nhw i'w helpu i fod yn fwy dementia-gyfeillgar.

Paneli cynghori a grwpiau cyfranogiad cleifion

Cyfarfodydd lleol yw'r rhain, yn aml ar ddarnau gwahanol o waith i ddatblygu cymunedau sy'n dementia-gyfeillgar. Mae cynnwys pobl â dementia yn sicrhau bod y grwpiau hyn yn cadw pobl wrth wraidd eu gwaith. Mae'n cyfleu neges gref am rôl bwysig pobl â dementia. Gyda'r cymorth priodol, fe all fod yn ffordd dda i bobl â dementia gael llais cryf mewn cymunedau sy'n dementia-gyfeillgar. Gweler y canllaw DEEP Cynnwys pobl â dementia mewn grwpiau a phaneli cynghori.

Dilyn y llwybr/ archwiliadau dementia

Dyma ffordd o gael gwybod sut mae pobl yn profi eu hamgylchedd. Er enghraifft, efallai y bydd pobl yn cerdded i adeilad neu barc ar hyd llwybr penodol. Fe allen nhw geisio cynllunio a threfnu taith o orsaf drenau.

Drwy gydol yr amser y mae'r unigolyn yn cynnal ei dasg, mae'n esbonio beth sy'n mynd trwy ei feddwl. Gall cwestiynau annog helpu e.e.

- Ar beth rydych chi'n edrych?
- Sut dewisoch chi rhwng y ffordd hon a'r llall?
- Allwch chi weld yr arwydd hwnnw? Beth ydych chi'n credu ei fod ynei olygu?
- A yw'n hawdd dod o hyd i'r fynedfa i'r adeilad?

Argymhellir na ddylai ymarfer 'dilyn y llwybr' gymryd mwy na 45 munud. Mae rhai pobl wedi gwneud ymarfer 'dilyn y llwybr' gan ddefnyddio camera fideo i ddangos yr anawsterau sydd ganddynt.

Siarad mewn cyfarfodydd ar Ddementia.

Yn aml, mae pobl â dementia'n siaradwyr ysbrydoledig, a gallant gael llawer o hyder o ddatblygu eu sgiliau siarad cyhoeddus. Gall trafod yr hyn fyddant yn ddweud mewn grŵp DEEP helpu'r unigolyn i deimlo ei fod yn siarad ar ran pobl â dementia yn ogystal ag o'i brofiad personol. Er mwyn helpu'r siaradwr sydd â dementia, gall cyflwyniad tebyg i gyfweiliad fod yn ddefnyddiol, lle gofynnir cwestiynau y cytunwyd arnynt o flaen llaw. Mae hyn yn helpu'r unigolyn i ganolbwyntio ac yn golygu nad oes angen ddo wynebu cynulleidfa ar ei ben ei hun, sy'n gallu bod yn frawychus. Mae cyfranogwyr

mewn cyfarfodydd ynglŷn â chreu cymunedau a sefydliadau sy'n dementia-gyfeillgar yn dweud wrthym fod clywed straeon a safbwyntiau pobl â dementia yn ysbrydoledig ac yn eu helpu i weld pa mor ddybryd yw'r angen i wneud newidiadau i fod yn dementia-gyfeillgar a pha mor werthfawr yw hynny.

Gweithio gydag ysgolion a grwpiau ieuenctid eraill

Mae pobl â dementia yn dweud pa mor bwysig ydyw i addysgu plant am ddementia. Mae nhw'n debygol o adnabod aelodau o'r teulu neu gymdogion sydd â dementia. Mae pobl ifanc hefyd yn dda am ystyried ffyrdd eraill o feddwl am bethau, gan gynnwys dementia. Mae gwaith mewn cymunedau rhwng pobl ifanc a phobl â dementia wedi arwain at ganlyniadau cadarnhaol iawn, o rannu gemau a cherddoriaeth gyda'i gilydd i bobl â dementia yn cynnal sesiynau ymwybyddiaeth fel y rhaglen cyfeillion dementia. Pobl ifanc yw'r genhedlaeth nesaf o feddygon, gyrwyr bws a chynorthwyr siop.

Siopa cudd

Mae hyn yn debyg i 'ddilyn y llwybr'. Bydd siopwyr cudd yn ceisio prynu rhywbeth, archebu rhywbeth, neu ymddwyn mewn ffordd benodol mewn siop neu adeilad cyhoeddus. Yna, byddant yn rhoi adborth ar eu profiadau. Gall hyn fod yn ddefnyddiol iawn i siopau wybod y ffordd orau iddynt ddarparu gwasanaeth cefnogol i bobl â dementia.

Yn Bradford, mae aelodau o'r grŵp FIT a'u gofalwyr wedi bod i fanciau a busnesau eraill. Rhoddwyd tasg iddynt i'w chyflawni, er enghraifft holi am gyfrif cynilo. Gofynnwyd iddynt roi eu hargraff gyffredinol o'r safle a'r gwasanaeth a ddarparwyd. Gofynnwyd iddynt hefyd sut oedd staff yn rhyngweithio â'r ddau, ac i ba raddau oeddent yn cynorthwyo'r unigolyn â dementia i gymryd rhan weithredol mewn trafodaethau.

Gwahanol fathau o ymgynghori

Mae pobl â dementia yn dweud mai'r peth gorau yw cynnig gwahanol ffyrdd iddynt roi eu safbwyntiau. Gallai hyn fod mewn grŵp bach neu ar sail un i un. Gall trafodaethau grŵp helpu pobl i deimlo'n fwy hyderus, wrth iddynt gael syniadau gan bobl eraill yn y grŵp. Yn ôl un unigolyn: "*Mwyaf y nifer, mwyaf diogel.*"

Gallai pobl eraill deimlo ei bod hi'n haws rhannu eu safbwyntiau mewn sgwrs gydag un unigolyn arall.

Gall yr eitemau canlynol helpu pobl i gymryd rhan a mynegi eu safbwyntiau:

- Nodiadau gludiog ac ysgrifbinnau.
- Siart troi.
- Bathodynau enw (mewn ffont mawr, eglur).
- Rheolau sylfaenol cytunedig (er enghraifft, rhoi amser i bob unigolyn siarad, crynhoi'r drafodaeth bob amser cyn symud ymlaen i'r mater nesaf).
- Lluniau neu wrthrychau yn ymwneud â'r materion rydych chi'n eu trafod.
- Cymorth un i un ar gyfer rhai pobl er mwyn eu helpu i gynnal cysylltiad â'r drafodaeth a chyfleu eu safbwynt.
- Ystafell dawel heb unrhyw beth i dynnu'r sylw – acwsteg a goleuo da, system dolen glyw os yw'n bosibl a dim arwynebau adlewyrchol nac arwynebau â phatrymau cryf arnynt.
- Recordydd sain i recordio a hwyluso'r drafodaeth.
- Ffotograffau o'r drafodaeth y gallech eu cynnwys mewn unrhyw gofnodion ysgrifenedig.
- Arwyddion eglur (dros dro os oes angen) i ddod o hyd i dai bach, allanfeydd, lifftiau, ac ati.

O "Cynnwys pobl â dementia ac ymgysylltu â nhw" (RiPFA, 2015)

Gwneud ffilmiau

Mae ffilmiau gan bobl â dementia yn ffordd dda o gynyddu ymwybyddiaeth. Gall pobl adrodd eu straeon yn eu geiriau eu hunain. Gall ffilmiau gael eu gweld gan lawer o bobl, na fyddent yn cael y cyfle i glywed yn uniongyrchol gan bobl â dementia.

Gweler <http://www.innovationsindementia.org.uk/Telling%20our%20stories.pdf> ac www.dementiawithoutwalls.org.uk

Mae blogiau a chyfryngau cymdeithasol yn gallu bod yn ffordd dda i bobl â dementia adrodd eu straeon hefyd. Gweler: <http://dementiavoices.org.uk/resources/>

Pa ffyrdd o gymryd rhan sy'n gweithio orau i bobl â dementia?

- Dweud wrth bobl eraill fod gennych ddementia. Sut gallant helpu os nad ydynt yn gwybod? Mae cerdyn adnabod yn helpu rhai poblrhywbeth sy'n dweud 'Mae gen i ddementia.'
- Nodi pethau'n ysgrifenedig. Mae'n gallu procio'r cof ac yn gymorth i drosglwyddo'r wybodaeth i eraill.
- Mae'n gallu bod yn anodd i un unigolyn 'leisio'i farn'. Mae'n gallu bod yn ddefnyddiol penodi llefarydd i wneud hyn ar ran grŵp.
- Bod â dewis o bethau i gymryd rhan ynddynt. Dylai pobl â dementia bennu eu blaenoriaethau eu hunain o ran yr hyn maen nhw'n credu sy'n bwysig.
- Mae lletygarwch da yn ddefnyddiol – man cyfarfod hygyrch, arwyddion da, agendâu a nodiadau cyfarfod hygyrch, lluniaeth, a gwybodaeth ddilynol briodol (am yr hyn a ddigwyddodd ar ôl y cyfarfod).
- Cadw pethau'n syml
- Bod yn glir ynghylch pam rydych chi'n cymryd rhan. Deall eich rôl a'r cyfraniadau y gallwch eu gwneud.
- Cyfleoedd i gynllunio gwasanaethau – nid dim ond gwneud sylwadau arnynt.
- Peidio â llethu pobl â gormod o wybodaeth. Pan fydd pobl â dementia yn dechrau cymryd rhan, gallant deimlo bod pobl yn 'gor-ymgynghori' â nhw yn aml. Y rheswm am hyn yw bod pobl eraill yn awyddus i gael gwybod barn pobl â dementia. Ond fe allai fod yn well iddynt weithio trwy grŵp DEEP, yn hytrach na phobl unigol â dementia.
- Gwneud y mwyaf o sgiliau a phroffesiynau pobl. Mae gan bobl â dementia lawer mwy i'w gyfrannu at drafodaethau ynghylch bod yn ystyriol o ddementia na'u diagnosis yn unig.
- Fe all fod yn ddefnyddiol i bobl â dementia a gofalwyr gael lle ar wahân i drafod. Mae'n bosibl y bydd eu safbwyntiau'n wahanol.

- Mae hyfforddiant yn helpu pobl â dementia i ddod yn fwy hyderus e.e. wrth siarad yn gyhoeddus.

Cymunedau sy'n dementia-gyfeillgar – “Byddwch yn uchelgeisiol!”

Mae pobl â dementia yn dweud yn bendant eu bod nhw eisiau rôl ganolog mewn datblygu cymunedau sy'n ystyriol o ddementia. Maen nhw'n cynghori y dylai grwpiau DEEP 'i fod yn uchelgeisiol' am bwy mae nhw eisiau dylanwadu arnynt a sut.

“Siarad â chomisiynwyr. Siarad ag Aelodau Seneddol. Ysgrifennu at reolwyr-gyfarwyddwyr cwmnïau mawr – gofyn iddynt newid eu polisiau a'u systemau.”

Mae pobl yn cydnabod bod achos economaidd dros gymunedau sy'n ystyriol o ddementia. Mae pobl â dementia yn fwy tebygol o ddefnyddio a gwario mewn busnesau a siopau sy'n dementia-gyfeillgar.

Mae pobl â dementia ledled y Deyrnas Unedig yn ymwneud â llawer o waith i greu cymunedau sy'n dementia-gyfeillgar. Mae'n bwysig bod y cyfraniad dydd i ddydd hwn yn cael ei gyfleu mewn rhyw ffordd.

Cysylltu â phobl eraill â dementia i greu cymunedau sy'n dementia-gyfeillgar

Yn ôl pobl â dementia, *“Mewn undeb mae nerth”*. Bydd cynnwys pobl â dementia yn annog eraill i fynegi eu barn a'u safbwyntiau. Mae hefyd yn golygu bod pobl â dementia yn teimlo'n fwy hyderus ynglŷn â dweud wrth pobl eraill beth yw'r ffordd orau o'u cynnwys. Dylai fod telerau eglur ar gyfer cymryd rhan.

Mae cynnwys pobl â dementia mewn grwpiau DEEP yn helpu pobl i gymryd rhan. Mae lledaenu straeon yn y cyfryngau lleol hefyd o gymorth.

Ysgrifennwyd y nodiadau canllaw hyn mewn partneriaeth â DEEP a swyddfa leol y Gymdeithas Alzheimer yn Bradford. Roeddent wedi'u seilio ar drafodaethau mewn digwyddiad rhwydweithio DEEP yn 2015. Cynhaliwyd y digwyddiad hwnnw gan grŵp 'Face It Together' Bradford sy'n cyflawni swyddogaeth allweddol wrth gryfhau lleisiau pobl â dementia yn rhan o Fenter Cymuned sy'n Ystyriol o Ddementia Bradford.

Crëwyd y canllaw hwn
trwy weithio gyda'r holl
grwpiau DEEP

Nod canllawiau **DEEP** yw cynorthwyo pobl â dementia i gymryd rhan. Mae rhai wedi'u bwriadu ar gyfer grwpiau **DEEP**, tra bod eraill wedi'u bwriadu ar gyfer sefydliadau sydd eisiau gweithio'n dda gyda phobl â dementia. Maen nhw i gyd wedi cael eu cydgyhychu gyda phobl â dementia a byddan nhw'n cael eu diweddarau'n rheolaidd drwy gydol y prosiect. Croesawir awgrymiadau ar gyfer canllawiau newydd – **cysylltwch â Rachael Litherland yn Innovations in Dementia: e-bost rachael@myid.org.uk neu ffôn 01392 420076**