

**PWYLLGOR CRAFFU TESTUN 2 - DYDD MERCHER, 7 MAWRTH 2018**

**COFNODION CYFARFOD Y PWYLLGOR CRAFFU TESTUN 2 A GYNHALIWYD YN SIAMBR Y CYNGOR - SWYDDFEYDD DINESIG, STRYD YR ANGEL, PEN-Y-BONT AR OGWR CF31 4WB DYDD MERCHER, 7 MAWRTH 2018, AM 09:30**

**Presennol**

Y Cynghorydd CA Green – Cadeirydd

TH Beedle	SK Dendy	J Gebbie	M Jones
MJ Kearns	JE Lewis	JR McCarthy	AA Pucella
G Thomas	SR Vidal	KJ Watts	

**Ymddiheuriadau am Absenoldeb**

MC Clarke, KL Rowlands, SG Smith a/ac DBF White

**Swyddogion:**

Julie Ellams	Swyddog Gwasanaethau Democrataidd - Pwyllgorau
Rachel Keepins	Swyddog Gwasanaethau Democrataidd - Craffu

**Gwahoddedigion:**

Susan Cooper	Cyfarwyddwr Corfforaethol - Gwasanaethau Cymdeithasol a Lles
Jackie Davies	Pennaeth Gofal Cymdeithasol Oedolion
Cynghorydd Dhanisha Patel	Aelod Cabinet - Lles a Chenedlaethau Dyfodol
Andrew Thomas	Rheolwr Grŵp - Chwaraeon a Gweithgarwch Corfforol

**32. DIWEDDARIAD AR Y BLAENRAGLEN WAITH**

Cyflwynodd y Swyddog Craffu adroddiad yn nodi'r eitemau a flaenoriaethwyd gan y Pwyllgor Trosolwg a Chraffu Corfforaethol gan gynnwys yr eitem nesaf i'w dirprwyo i'r Pwyllgor hwn. Hefyd cyflwynodd restr o eitemau posibl i'r Pwyllgor ar gyfer sylwadau a blaenoriaethu a gofyn i'r Pwyllgor nodi unrhyw eitemau pellach i'w hystyried gan ddefnyddio'r ffurflen meini prawf. Gofynnwyd i aelodau hefyd gymeradwyo'r adborth o'r cyfarfodydd blaenorol a'r rhestr o ymatebion gan gynnwys unrhyw rai sy'n weddill.

Esboniodd y Swyddog Craffu y byddai Gofal Demensia yn cael ei ystyried yn y cyfarfod nesaf ar 17 Ebrill 2018 a bod Diwygio ADY wedi'i ddirprwyo i SOSC 2.

**CASGLIADAU:**

Gwnaeth y Pwyllgor gymeradwyo a nodi'r adborth a dderbyniwyd gan gynnwys y pwyntiau sy'n dal yn weddill.

**Gofal Demensia**

Gofynnodd y Pwyllgor i gael gwahodd cynrychiolydd iechyd meddwl i fod yn bresennol yn ei gyfarfod nesaf ynghylch Gofal Demensia.

**Tai Brys**

Gofynnodd aelodau i gael gwahodd cynrychiolydd iechyd meddwl yn ogystal â chynrychiolydd o Elusen/Sefydliad Digartrefedd i fod yn bresennol yn y cyfarfod ynghylch Tai Brys.

Effaith Gyllidebol Carchar Parc

## PWYLLGOR CRAFFU TESTUN 2 - DYDD MERCHER, 7 MAWRTH 2018

Gofynnodd y Pwyllgor i gael gwahodd cynrychiolydd addysgol i fod yn bresennol yn y cyfarfod mewn cysylltiad â Charchar Parc a phwy allai gyflwyno tystiolaeth am yr effaith addysg yng Ngharchar Parc.

### Gwastraff

Dymunodd aelodau ychwanegu'r cwestiynau canlynol at yr eitem am Wastraff:

- Sut y casglwyd pwyntiau sy'n arwain at ddirwyon?
- Faint o sesiynau hyfforddiant a gynhaliwyd ers i'r Pwyllgor Craffu dderbyn yr eitem ddiwethaf?
- Pa mor effeithiol oedd y cynllun bag ychwanegol?

### Priffyrdd

Mewn perthynas â'r eitem a gynigiwyd i'r Gwasanaethau Priffyrdd, gofynnodd y Pwyllgor i gael ychwanegu'r pwyntiau canlynol at y cais am adroddiad:

- Sut cydweithiodd yr ALI â'r Heddlu i nodi gwelliannau i'r ffordd?
- Sut y blaenoriaethwyd gwaith?
- Sut cydweithiodd yr ALI ag ysgolion o ran diogelwch ar y ffyrdd?

Nododd y Pwyllgor eitem ychwanegol, sef Trawsnewid Digidol ar gyfer y Flaenraglen Waith. Cytunodd y Swyddog Craffu i anfon ffurflen meini prawf fel y gellid ymhelaethu ar yr eitem ar gyfer ystyriaeth a chytuno yn y dyfodol ar y Flaenraglen Waith.

## 33. ATAL A LLESIANT A CHYDLYNU CYMUNEDOL LLEOL

Cyflwynodd y Cyfarwyddwr Corfforaethol dros Wasanaethau Cymdeithasol a Llesiant adroddiad ar ystod y gwasanaethau atal a llesiant a'r cyfleoedd yn y gymuned ar gyfer cefnogaeth a oedd yn cael eu datblygu a'u harwyddocâd strategol. Croesawyd Z Wallace, Pennaeth Gofal Sylfaenol, Uned Gyflenwi Gwasanaethau Sylfaenol a Chymunedol, G Cheetham, Fforwm Pobl Hŷn Cymru/Fforwm Pobl Hŷn Pen-y-bont ar Ogwr a K Harries, Rheolwr Partneriaethau a Phrosiectau, BAVO.

Amlinellodd y Rheolwr Grŵp Atal a Llesiant yr heriau gan gynnwys y fframwaith deddfwriaethol, materion iechyd a llesiant, y ffactorau risg, heneiddio'n dda yng Nghymru, toriadau a thrawsnewid a sut y byddai adeiladu cymunedol yn gweithio. Rhoddodd enghreifftiau o brosiectau lleol gan gynnwys y Caffi Cruse/Comfort yn Ogwr, a'r Ardd Pili Pala yn Garw. Amlinellodd ystyriaeth am wella llesiant a sut y gellid mesur y "cyfoeth lles" a grëwyd. Roedd y cyflwyniadau'n cynnwys darnau o'r rhaglen Olympage ac Ymddiriedolaeth y Fonesig Kelly Homes a hyrwyddo agwedd aml-genhedlaeth rhai prosiectau.

Amlinellodd y Pennaeth Gofal Cymdeithasol i Oedolion y pwyntiau a godwyd yn yr adroddiad gan gynnwys y ddeddfwriaeth, arweinyddiaeth atal a llesiant, cydlynu cymunedol lleol, datblygu cymunedol sy'n ystyriol o oedran, gweithio gyda mentrau cymdeithasol, mentrau cydweithredol a chydfuddiannol, adeiladu cymunedau gwydn, gwybodaeth a chyngor a rhaglenni Pen-y-bont ar Ogwr gweithredol. Dangosodd atodiad at yr adroddiad y grwpiau amrywiol i bobl sy'n rhan o'r prosiectau a sut y daethant yn fwy gwydn drwy gydweithio. Nodwyd arian i gynorthwyo tair ardal yn y cymoedd â'r gofynion trafndiaeth a sefydlwyd grŵp llywio i fwrw ymlaen â'r prosiect. Cyfeiriodd at fentrau Halo ac Anwen a'r cynllun atgyfeirio ymarfer corff ac at adeiladu gwydnwch o fewn y cymunedau.

Gofynnodd aelod am gywirdeb y datganiad bod 75% o fenywod a thraean o ddynion dros 65 oed yn byw ar eu pennau eu hunain. Cytunodd y Pennaeth Gofal Cymdeithasol Oedolion i wirio ffynhonnell y wybodaeth.

Mynegodd aelod bryderon am y gostyngiad mewn cyllid ar gyfer gwasanaeth dan arweiniad y gymuned a'r disgwyliad y byddent yn parhau i gael capasiti yn y dyfodol. Esboniodd y Rheolwr Corfforaethol dros Wasanaethau Cymdeithasol a Llesiant ei bod hi'n her wirioneddol i sicrhau y gellid cynnal y dull hwn. Derbyniwyd cyllid grant hyd yn hyn a byddai bidiau'n parhau i gael eu cyflwyno. Roedd angen gwaith cynllunio gweithlu a recriwtio i sicrhau y cymysgedd sgiliau priodol. Roedd gwaith yn cael ei wneud mewn cysylltiad â'r trydydd sector, sut oedd gwaith yn cael ei gomisiynu a sut oedd yr awdurdod yn ymgysylltu ag eraill. Ychwanegodd y Rheolwr Grŵp Atal a Llesiant ei bod hi'n her nodi buddsoddiad, a'r etifeddiaeth y byddai'n ei adael. Roedd angen cynaliadwyedd hirdymor ac ni fyddai hyn o reidrwydd yn rhad nac yn sydyn. Cytunodd y Rheolwr Partneriaethau a Phrosiectau ar gyfer BAVO fod pryderon ynghylch cyllid a chroesawodd waith partneriaeth. Ychwanegodd y Pennaeth Gofal Cymdeithasol i Oedolion fod angen amrywiaeth o fentrau, rhai mawr a bach a drwy roi cefnogaeth i gychwyn byddent yn gallu mynd ymlaen yn dilyn hynny i ddatblygu eu hunain.

Cyfeiriodd aelod at y gwaith demensia-gyfeillgar a wnaethpwyd a gofynnodd beth fyddai'n digwydd os bydd cyllid yn cael ei leihau a pha effaith y byddai hyn yn ei chael er gydymffurfiaeth. Cytunodd y Cyfarwyddwr Corfforaethol dros Wasanaethau Cymdeithasol a Llesiant ei bod hi'n her gwneud gwasanaethau'n gynaliadwy yn y tymor hwy gyda chyllidebau'n lleihau. Roedd rhaid iddynt greu cyfleoedd newydd a datblygu partneriaethau trydydd sector. Roedd y rhaglen demensia-gyfeillgar yn enghraifft dda a ddaeth drwy grant o gronfa ar y cyd. Lledaenodd y rhaglen drwy BAVO ac yna symudodd i ardaloedd eraill. Ychwanegodd y Rheolwr Partneriaethau a Phrosiectau ar gyfer BAVO y bu nifer o ganlyniadau cadarnhaol gan swm bach o gyllid.

Cyfeiriodd yr Aelod Cabinet dros Wasanaethau Cymdeithasol a Chymorth Cynnar at fentrau megis Tai Chi yn y Parc ac Olympage a'r manteision a gafwyd drwy wariant eithaf bach.

Llongyfarchwyd swyddogion gan aelod ar gynnwys yr adroddiad a sut y pwysleisiodd bwysigrwydd cynhwysiant cymdeithasol a chydlyniant cymunedol ar draws y fwrdeistref. Awgrymodd y byddai dadansoddiad manwl o fudd i Aelodau wrth ystyried y toriadau arfaethedig a rhai'r dyfodol i'r gwasanaeth. Nododd yr Aelod hefyd, er bod llawer o Swyddogion wedi cyfeirio at y dull 'Un Cyngor', ymddengys nad oedd llawer o dystiolaeth o hyn yn digwydd yn ymarferol. Defnyddiodd Aelodau enghraifft yr eitem benodol hon ar Atal a Llesiant, gan nodi nad oedd yr adroddiad yn dangos llawer am sut yr oedd Cyfarwyddiaethau eraill yn rhan o'r gwaith hwn. Gofynnodd y Pwyllgor am eglurder ynghylch hyn, o ran tystiolaeth am y pwnc penodol hwn ac o fewn y cyd-destun ehangach, sef pa mor gorfforaethol yr oedd y thema 'Un Cyngor' yn cael ei lledaenu ar draws yr Awdurdod i sicrhau bod pob Cyfarwyddiaeth yn cydweithio i gyflawni Blaenoriaethau Corfforaethol ar y cyd.

Esboniodd y Cyfarwyddwr Corfforaethol dros Wasanaethau Cymdeithasol a Llesiant mewn cysylltiad â'r agenda newid, fod ystadegau ar gael ac y byddai arolwg yn cael ei gynnal yn rhan o'r Ddeddf. Nodwyd trafndiaeth yn broblem a sefydlwyd grŵp llywio corfforaethol i sicrhau'r defnydd gorau o'r bysiau mini a brynwyd.

Esboniodd yr Aelod Cabinet dros Lesiant a Chenedlaethau'r Dyfodol, o ran trafndiaeth, roedd yna broblem er y gallai bysiau mini helpu i fynd i'r afael â hyn. Cododd Aelod broblem â materion trafndiaeth a pharcio gan ddweud mai dim ond bysiau llai allai symud heibio'r ceir wedi'u parcio yn ei hardal hi. Roedd hi'n ymwybodol o breswlydd 82 oed a oedd yn gwirfoddoli ac na fyddai'n gallu parhau i wneud hynny heb

fws. Byddai'n ddefnyddiol pe gallai'r bysiau mini weithredu mewn ardaloedd lle nad oedd bysiau yn gallu gweithredu.

Esboniodd yr Aelod Cabinet dros Lesiant a Chenedlaethau'r Dyfodol y byddai'r gwasanaeth newydd yn ceisio gweithredu drwy ymateb i ofynion preswylwyr. Byddai llwybr yn cael ei gynllunio ac ar gael am ddim i bobl 60 oed a hŷn, a byddai tâl yn cael ei gyfrifo ar gyfer y rhai hynny o dan 60 oed.

Nododd y Cyfarwyddwr Corfforaethol dros Wasanaethau Cymdeithasol a Llesiant fod angen cysylltu'r agenda atal a llesiant a gwasanaethau bws, ond roedd sail y ddarpariaeth bysiau mini yn gyfle i arian cyfalaf helpu pobl. Byddai angen i waith y grŵp llywio gysylltu â'r ymgynghoriad cyhoeddus ond na fyddai'n gallu rhoi'r atebion i gyd ac ni fyddai swyddogion yn gallu rhoi sylwadau ar wasanaethau bws. Ychwanegodd y Pennaeth Gofal Cymdeithasol i Oedolion nad oedd y bysiau wedi'u darparu eto, ond roedd cyfarfodydd ar y gweill i drafod logisteg rheoli'r gwasanaeth. Esboniodd y Rheolwr Grŵp Atal a Llesiant fod ei dîm yn annog pobl i weithio â grwpiau gwahanol er mwyn creu ansawdd bywyd gwell i bobl.

Mynegodd aelod bryderon am ddiffyg cyfranogiad yr heddlu ac na ddylid colli cyfle i gynnwys yr heddlu. Cytunodd y Rheolwr Grŵp Atal a Llesiant â'r pwynt hwn ac ychwanegodd fod gweithgor yn datblygu ac na ddylid eithrio unrhyw grŵp. Esboniodd y Pennaeth Gofal Cymdeithasol i Oedolion fod dau heddwys yn galw heibio'r caffii demensia-gyfeillgar a bod yna gysylltiadau er nad adroddwyd hyn. Nododd y Pennaeth Gofal Sylfaenol, Uned Gyflenwi Gwasanaethau Sylfaenol a Chymunedol, y dylid cynnwys y gwasanaeth tân hefyd. Roedd gwirfoddolwyr wedi'u hyfforddi hefyd yn gysylltiedig â'r agenda hon ac mai Swyddogion Cymorth Cymunedol yr Heddlu oedd y presenoldeb ar y stryd ac yn gallu nodi pobl agored i niwed.

Gofynnodd aelod sut y gellid nodi pobl a ddisgynnodd drwy'r rhwyd megis pobl hŷn heb fynediad at y rhyngwyd. Esboniodd y Cyfarwyddwr Corfforaethol dros Wasanaethau Cymdeithasol a Llesiant ei bod hi'n anodd gwasanaethu pawb a'i fod yn ymwneud yn fwy â rhannu gyda chymunedau ac annog proses ddwy ffordd. Roedd Meddygon Teulu yn rhan o'r prosiect a oedd dal i gael ei gyflwyno. Roedd cyngor a chymorth ar gael ac anogwyd preswylwyr i fod yn hunan-ddibynnol. Darparwyd doler ar y wefan i Dewis, man i gael gwybodaeth am lesiant yng Nghymru.

Ychwanegodd y Pennaeth Gofal Sylfaenol, Uned Gyflenwi Gwasanaethau Sylfaenol a Chymunedol, y gallai derbynnydd practis ddarparu cyswllt uniongyrchol a gallai nyrsys practis roi gwybodaeth a diweddarau hysbysfyrdau a gwefannau.

Esboniodd y cynrychiolydd o Fforwm Pobl Hŷn Cymru/ Fforwm Pobl Hŷn Pen-y-bont ar Ogwr, ei fod wedi ymweld â grwpiau i dynnu sylw at ddigwyddiadau a oedd yn cael eu cynnal. Roedd yn ceisio cynnwys y grwpiau hynny na ellid eu cyrraedd. Roedd ganddo fwy na 33 o bobl yn mynychu bob wythnos ar gyfer dosbarth Tai Chi wedi'i ddilyn gan baned o de a bisged.

Gofynnodd aelod am ragor o wybodaeth am Ddatganiad Dulyn ac os oedd mynediad at y Cynllun Cenedlaethol i Atgyfeirio Cleifion i Wneud Ymarfer Corff wedi bod yn destun prawf modd. Esboniodd y Rheolwr Grŵp Atal a Llesiant fod Datganiad Dulyn yn ymrwymiad i greu dinasoedd demensia-gyfeillgar ac nad oedd mynediad at y Cynllun Cenedlaethol i Atgyfeirio Cleifion i Wneud Ymarfer Corff wedi bod yn destun prawf modd. Ariannwyd y cynllun gan Lywodraeth Cymru ac roedd 4.5 aelod o staff hyfforddedig iawn yn gweithio i Halo yn cyflwyno'r rhaglen. Ychwanegodd y Cyfarwyddwr Corfforaethol dros Wasanaethau Cymdeithasol a Llesiant fod y cynllun cenedlaethol i atgyfeirio cleifion i wneud ymarfer corff ym Mhen-y-bont ar Ogwr wedi'i glodfori fel enghraifft dda yn genedlaethol.

Diolchodd y Cadeirydd i'r pwyllgor a'r panel am eu cyfraniad ac i'r swyddogion am yr adroddiad.

### **CASGLIADAU**

#### **Atal a Llesiant a Chydlynu Cymunedol Lleol**

Gwnaeth y Pwyllgor ganmol y gwaith helaeth a oedd yn cael ei wneud a'r gwasanaethau da a oedd yn cael eu darparu i'r rhan fwyaf o bobl agored i niwed yn y Fwrdeistref Sirol.

Cytunodd y Pwyllgor i gyflwyno 'Partneriaethau a Chydweithio mewn cysylltiad ag Atal a Llesiant', megis o ran yr Heddlu a'r Gwasanaeth Tân, yn rhan o eitem y Pwyllgor Trosolwg a Chraffu Corfforaethol, sef Cydweithio yn rhan o'i Flaenraglen Waith.

#### **Gwybodaeth Ychwanegol**

Gofynnodd y Pwyllgor am eglurhad o'r ystadegyn bod 75% o fenywod dros 65 oed yn byw ar eu pennau eu hunain.

Mynegodd y Pwyllgor bryder ynghylch unrhyw doriadau cyllidebol arfaethedig yn y dyfodol i'r trydydd sector. Er nad yw'r gyllideb dan sylw yn un fawr, mae llawer o'r gwasanaethau a ddarperir o dan y faner Atal a Llesiant yn dibynnu llawer ar gyfranogiad y trydydd sector, a byddai effaith ganlyniadol cael gwared ar wasanaethau o'r fath yn andwyol iawn i gymunedau lleol. Gofynnodd y Pwyllgor am eglurhad am sut y mae'r Awdurdod yn disgwyl i'r trydydd sector roi mwy o gymorth a sicrhau mwy o ddarpariaeth gyda llai o gyllid.

Nododd yr Pwyllgor, er bod llawer o Swyddogion wedi cyfeirio at y dull 'Un Cyngor', ymddengys nad oes llawer o dystiolaeth o hyn yn digwydd yn ymarferol. Defnyddiodd Aelodau enghraifft yr eitem benodol hon ar Atal a Llesiant, gan nodi nad yw'r adroddiad yn dangos llawer am sut y mae Cyfarwyddiaethau eraill yn rhan o'r gwaith hwn. Gofynnodd y Pwyllgor am eglurder ynghylch hyn, o ran tystiolaeth am y pwnc penodol hwn ac o fewn y cyd-destun ehangach, sef pa mor gorfforaethol yr oedd y thema 'Un Cyngor' yn cael ei lledaenu ar draws yr Awdurdod i sicrhau bod pob Cyfarwyddiaeth yn cydweithio i gyflawni Blaenoriaethau Corfforaethol ar y cyd.

#### **Pwyntiau Ychwanegol**

Clywodd y Pwyllgor dystiolaeth y byddai'r Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus yn datblygu dangosyddion a fydd yn dangos sut y mae partneriaid yn cyfrannu at y Cynllun Heneiddio'n Dda a sut yr effeithir ar ansawdd bywyd pobl hŷn. Cynigiodd Aelodau i Banel Trosolwg a Chraffu y Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus ganolbwyntio ar hyn

#### **34. DIWEDDARIAD AR RAGLEN WAITH**

Diweddariad ar y Blaenraglen Waith

Cyflwynodd y Swyddog Craffu adroddiad yn nodi'r eitemau a flaenoriaethwyd gan y Pwyllgor Trosolwg a Chraffu Corfforaethol gan gynnwys yr eitem nesaf i'w dirprwyo i'r Pwyllgor hwn. Hefyd cyflwynodd restr o eitemau posibl i'r Pwyllgor ar gyfer sylwadau a blaenoriaethu a gofyn i'r Pwyllgor nodi unrhyw eitemau pellach i'w hystyried gan ddefnyddio'r ffurflen meini prawf. Gofynnwyd i aelodau hefyd gymeradwyo'r adborth o'r cyfarfodydd blaenorol a'r rhestr o ymatebion gan gynnwys unrhyw rai sy'n weddill.

Esboniodd y Swyddog Craffu y byddai Gofal Demensia yn cael ei ystyried yn y cyfarfod nesaf ar 17 Ebrill 2018 a bod Diwygio ADY wedi'i ddirprwyo i SOSC 2.

CASGLIADAU:

Gwnaeth y Pwyllgor gymeradwyo a nodi'r adborth a dderbyniwyd gan gynnwys y pwyntiau sy'n dal yn weddill.

Gofal Demensia

Gofynnodd y Pwyllgor i gael gwahodd cynrychiolydd iechyd meddwl i fod yn bresennol yn ei gyfarfod nesaf ynghylch Gofal Demensia.

Tai Brys

Gofynnodd aelodau i gael gwahodd cynrychiolydd iechyd meddwl yn ogystal â chynrychiolydd o Elusen/Sefydliad Digartrefedd i fod yn bresennol yn y cyfarfod ynghylch Tai Brys.

Effaith Gyllidebol Carchar Parc

Gofynnodd y Pwyllgor i gael gwahodd cynrychiolydd addysgol i fod yn bresennol yn y cyfarfod mewn cysylltiad â Charchar Parc a phwy allai gyflwyno tystiolaeth am yr effaith addysg yng Ngharchar Parc.

Gwastraff

Dymunodd aelodau ychwanegu'r cwestiynau canlynol at yr eitem am Wastraff:

- Sut y casglwyd pwyntiau sy'n arwain at ddirwyon?
- Faint o sesiynau hyfforddiant a gynhaliwyd ers i'r Pwyllgor Craffu dderbyn yr eitem ddiwethaf?
- Pa mor effeithiol oedd y cynllun bag ychwanegol?

Priffyrdd

Mewn perthynas â'r eitem a gynigiwyd i'r Gwasanaethau Priffyrdd, gofynnodd y Pwyllgor i gael ychwanegu'r pwyntiau canlynol at y cais am adroddiad:

- Sut cydweithiodd yr ALI â'r Heddlu i nodi gwelliannau i'r ffordd?
- Sut y blaenoriaethwyd gwaith?
- Sut cydweithiodd yr ALI ag ysgolion o ran diogelwch ar y ffyrdd?

Nododd y Pwyllgor eitem ychwanegol, sef Trawsnewid Digidol ar gyfer y Flaenraglen Waith. Cytunodd y Swyddog Craffu i anfon ffurflen meini prawf fel y gellid ymhelaethu ar yr eitem ar gyfer ystyriaeth a chytuno yn y dyfodol ar y Flaenraglen Waith.

35. **MATERION BRYS**

Dim

Daeth y cyfarfod i ben am 12:00