



CYDWEITHREDFA GWELLA GWASANAETHAU
GOFAL A LLESIANT **GOGLEDD CYMRU**

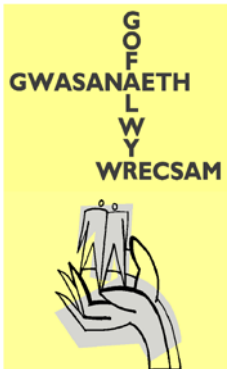
NORTH WALES SOCIAL CARE AND WELL-BEING
SERVICES IMPROVEMENT COLLABORATIVE



Strategaeth Gofalwyr Gogledd Cymru

- Strategaeth i ofalwyr o bob oed

Mehefin 2018



Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Gogledd Cymru

Arweinwyr prosiect: Morwena Edwards

Bethan Jones Edwards

Ffion Johnstone



CYDWEITHREDFA GWELLA GWASANAETHAU
GOFAL A LLESIANT **GOGLEDD CYMRU**

NORTH WALES SOCIAL CARE AND WELL-BEING
SERVICES IMPROVEMENT COLLABORATIVE

Strategaeth Gofalwyr Gogledd Cymru

- strategaeth i ofalwyr o bob oed

Mehefin 2018

Cyflwyniad

Mae Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Gogledd Cymru yn cydnabod y rôl allweddol mae gofalwyr o bob oed yn ei chwarae yn yr amgylchedd iechyd a gofal cymdeithasol, a bod angen iddynt gael eu gwerthfawrogi am y cymorth maen nhw'n ei ddarparu. Mae'r bartneriaeth hefyd yn cydnabod bod angen eu cefnogi yn y rôl hanfodol hon. Mae'r strategaeth hon yn cydnabod pwysigrwydd gweithio mewn partneriaeth gyda gofalwyr drwy eu cyswllt gyda gwasanaethau ac mae'n seiliedig ar egwyddorion y model Triongl Gofal a ddatblygwyd yn wreiddiol fel canllaw i arfer gorau mewn gofal iechyd meddwl yn Lloegr.

Mae hyn hefyd yn unol â Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 sy'n deddfu ar gyfer rhagor o hawliau i ofalwyr o bob oed ac sy'n symleiddio a chyfuno'r gyfraith, gan roi hawliau cyfartal iddynt am y tro cyntaf â'r unigolyn maen nhw'n gofalu amdano. Mae'r ddeddf hefyd yn rhoi hawl absoliwt i ofalwyr i ddewis p'un a ydynt yn ofalwyr neu'n parhau i fod yn ofalwyr, ac i ba raddau. Mae gan ofalwyr hawl i ddweud na o ran cymryd rôl gofalwr yn ogystal â hawl i beidio parhau â'u rôl fel gofalwr, a chael eu cefnogi yn hyn o beth.

Wrth gyfeirio at ofalwyr, rydym yn golygu gofalwyr di-dâl o bob oedran (gan gynnwys gofalwyr ifanc a gofalwyr ifanc sy'n oedolion) a chefnidir sy'n gofalu am berthynas neu gyfaill sy'n sâl, yn wan neu sydd ag anabledd, sy'n methu ag ymdopi yn eu cartref heb gefnogaeth ymarferol neu emosiynol gan y gofalwr di-dâl. Wrth gydnabod y bydd gan ofalwyr wahanol gyfrifoldebau, fel gofalwyr pobl â chyflyrau hirdymor, gofalwyr pobl â dementia, gofalwyr unigolion â phroblemau iechyd meddwl neu ofalwyr pobl sy'n camddefnyddio sylweddau, cydnabyddir bod anghenion gofalwyr yn unigryw i'r unigolyn a gallant fod yn wahanol iawn i anghenion yr unigolyn sy'n cael gofal.

Mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yn diffinio gofalwr fel person sy'n darparu neu'n bwriadu darparu gofal i oedolyn neu blentyn. Mae'r diffiniad hwn yn cynnwys gofalwyr o bob oed.

Diffinnir gofalwyr ifanc fel gofalwyr sydd dan 18 oed, a gofalwyr ifanc sy'n oedolion fel gofalwyr rhwng 16 a 25 oed.

Yn aml, nid yw gofalwyr yn eu hystyried eu hunain fel gofalwyr. Byddant yn disgrifio eu hunain fel rhiant, gŵr, gwraig, partner, mab, merch, brawd, chwaer, ffrind neu gymydog, ond nid gofalwr.

Rhiant ofalwr yw rhiant neu warcheidwad sydd â dyletswyddau a chyfrifoldebau ychwanegol tuag at eu plentyn oherwydd bod gan eu plentyn salwch neu anabledd. Yn aml bydd rhiant ofalwr yn ystyried eu hunain yn rhieni yn hytrach na gofalwyr, ond mae'n bosibl y bydd angen gwasanaethau ychwanegol arnynt er mwyn diwallu neu barhau i ddiwallu anghenion eu plentyn.

Ar hyn o bryd, mae gofalwyr o bob oed yng Ngogledd Cymru yn manteisio ar amrywiaeth o wasanaethau gan gynnwys gwybodaeth, cyngor a chymorth. Mae'r gwasanaethau hyn yn cynnwys cefnogaeth un i un, grwpiau cefnogaeth, fforymau, caffis, cefnogaeth emosiynol, cwrsela, hyfforddiant, therapïau, cyngor am fudd-daliadau, seibiannau gyrfa, cefnogaeth gan gymheiriaid, gweithgareddau, eiriolaeth, cefnogaeth i ofalwyr pobl â chyflyrau hirdymor yn ogystal â thaliadau uniongyrchol, cyllidebau cefnogaeth a grantiau untro. Caiff gofalwyr eu cefnogi gan sefydliadau trydydd sector hefyd i gael mynediad i ddysgu gydol oes, cyfleoedd cyflogaeth a gwirfoddolwyr. Mae gwasanaethau gofalwyr hefyd yn darparu hyfforddiant ymwybyddiaeth o ofalwyr i weithwyr proffesiynol, e.e. myfyrwyr nyrsio, staff gwaith cymdeithasol a meddygon teulu a gallant ddenu ffynonellau cyllid allanol i gefnogi'r gwaith maen nhw'n ei wneud.

Er bod data meintiol ar gael ar wasanaethau sydd ar gael i ofalwyr, mae'r adroddiad hwn yn canolbwyntio ar edrych drwy lygaid gofalwyr i ddeall beth sy'n bwysig iddyn nhw a beth fydd yn cyfrannu at les a gwella eu hamgylchiadau. Mae partneriaid wedi siarad â gofalwyr o bob oed am beth sy'n eu helpu i fod yn ofalwr, i barhau i fod yn ofalwr ac i fyw eu bywyd y ffordd maent am ei fyw.

Mae cwmpas y gwaith hwn wedi cynnwys:

1. Deall ein sefyllfa bresennol a beth yw llwyddiant.
2. Deall beth yw ein blaenoriaeth o ran cyrraedd y nod.
3. Bod yn glir o ran cyllid a chynaliadwyedd gwasanaethau ar gyfer y dyfodol.
4. Deall gwerth ychwanegol gweithio gyda'n gilydd yn rhanbarthol yn ogystal ag yn gydweithredol.

Nid yw wedi cynnwys dadansoddiad o wasanaethau presennol, ac nid yw wedi cynnal dadansoddiad cost a budd nac asesiad elw ar fuddsoddiad o'r gwasanaethau hynny a gaiff eu darparu ar hyn o bryd.

Mae gofalwyr o bob oed wedi dweud wrthym fod cefnogaeth ddibynadwy o ansawdd da i'r unigolyn sy'n cael gofal o bwysigrwydd mawr ac mae'n cyfrannu at eu lles fel gofalwyr. Maent hefyd wedi dweud eu bod yn gwerthfawrogi'r ystod o gefnogaeth a ddarperir gan sefydliadau trydydd sector. Yn bwysig hefyd, maent wedi dweud eu bod yn gwerthfawrogi bod rhywun yn gwrando arnynt, cael eu cydnabod, eu parchu a'u clywed gan bobl sy'n gyfrifol am ddylunio a darparu gwasanaethau iddynt a'r unigolyn maen nhw'n gofalu amdano.

Mae hyn wedi ein galluogi i gydweithio fel partneriaid i gynhyrchu ein gweledigaeth ar gyfer gwasanaethau gofalwyr yng Ngogledd Cymru, sef:

- Meddwl am ofalwyr
- Cynnwys gofalwyr o bob grŵp a chymuned mewn prosesau gwneud penderfyniadau a chynllunio
- Gweithio mewn partneriaeth i ddylunio a chyd-gynhyrchu gwasanaethau o amgylch y gofalwr

Mae gweledigaeth partneriaid ar gyfer gwasanaethau gofalwyr yng Ngogledd Cymru wedi arwain at ddatblygu a chyd-gynhyrchu'r cynnig i ofalwyr yng Ngogledd Cymru sy'n cynnwys safonau gwasanaeth mae partneriaid yn ymrwymedig i'w cyflawni.

Strategaeth Gofalwyr Gogledd Cymru - Crynodeb

Y cynnig i ofalwyr yng Ngogledd Cymru

Mae gweledigaeth partneriaid ar gyfer gwasanaethau gofalwyr yng Ngogledd Cymru wedi arwain at ddatblygu a chyd-gynhyrchu'r cynnig i ofalwyr yng Ngogledd Cymru gan y grwpiau a ganlyn:

- Grŵp Strategol Gofalwyr Gogledd Cymru
- Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru
- Grŵp Gweithredol Gofalwyr Ifanc Gogledd Cymru
- Grŵp Cyfeirio Gofalwyr

Canlyniadau lles personol i ofalwyr

Mae partneriaid am gyflawni'r canlyniadau lles personol a ganlyn i bob gofalwr yng Ngogledd Cymru, gydag anghenion y gofalwr yn dibynnu ar anghenion yr unigolyn sy'n cael gofal:

- Bod anghenion gofalwyr unigol, yn cynnwys anghenion iaith, yn cael eu diwallu yn y ffordd orau
- Bod gofalwyr yn cael eu hystyried ar yr un adeg â'r rhai sy'n derbyn gofal

Wrth wneud hyn, rydym hefyd am sicrhau:

- Ein bod yn darparu gwasanaethau sy'n gyson
- Bod gwerth ychwanegol o gydweithio
- Bod gwasanaethau a chyllid heb eu dyblygu
- Ein bod yn cydymffurfio ag arfer gorau

Er mwyn cyflawni hyn, bydd partneriaid yn ymrwymo i:

- **Hyrwyddo ymwybyddiaeth gyffredinol** o ofalwyr a gofalu i'r boblogaeth ehangach ac i'r holl staff perthnasol yn y sector iechyd a gofal
- **Meddwl am ofalwyr** wrth gomisiynu ac asesu anghenion, gyda sylw i natur wledig a'r rhai sydd bellaf oddi wrth gwasanaethau am resymau eraill
- **Cynnwys gofalwyr** o bob grŵp a chymuned mewn prosesau gwneud penderfyniadau a chynllunio
- **Adnabod gofalwyr yn gynnar** ar bwynt cyswllt cyntaf gyda gwasanaethau

Hefyd, fel cyflogwyr, bydd partneriaid yn:

- Adnabod gofalwyr yn y sefydliad
- Mabwysiadu seilwaith cyfeillgar
- Ymrwymo i ddarpariaeth deg i ofalwyr
- Darparu cyfleoedd i glywed llais gofalwyr yn y gweithle
- Caniatáu arferion gweithio'n hyblyg, lle bo'n rhesymol ac ymarferol

Safonau gwasanaeth

Cafodd y safonau a ganlyn eu mabwysiadu o'r Triongl Gofal ac maen nhw'n arbennig o berthnasol i awdurdodau lleol a BIPBC. Cytunodd partneriaid bod y safonau hyn yn darparu sylfaen gref i ddatblygu gwasanaethau, gyda ac ar gyfer gofalwyr, ar draws y rhanbarth.

- Gofynnir am farn a gwybodaeth gofalwyr, a chânt eu rhannu, eu defnyddio a'u diweddarau'n rheolaidd wrth i gynlluniau a strategaethau gofal cyffredinol gael eu cyd-gynhyrchu
 - Mae staff yn ymwybodol o ofalwyr ac wedi'u hyfforddi mewn strategaethau ymgysylltu â gofalwyr o'r dechrau
 - Mae angen i staff fod yn ymwybodol o'r cyfraniad gwerthfawr gall gofalwyr ei wneud, a'i groesawu, a chadw anghenion gofalwyr eu hunain mewn cof
- Mae angen gwybodaeth, hyfforddiant a chefnogaeth ar staff i fod yn ymwybodol o ofalwyr
 - Mae cyflwyniad i'r gwasanaeth a staff ar gael sy'n canolbwyntio ar ofalwyr, gydag amrywiaeth berthnasol o wybodaeth ar draws y llwybr gofal
- Caiff gofalwyr a'r rôl hanfodol maen nhw'n ei chwarae ei nodi ar bwynt cyswllt cyntaf neu cyn gynted ag sy'n bosibl wedyn
- Mae protocolau polisi ac arfer ar gyfrinachedd a rhannu gwybodaeth ar waith
- Mae swydd(i) sy'n gyfrifol am ofalwyr ar waith (arweinwyr gofalwyr)
- Mae amrywiaeth o wasanaethau cefnogi gofalwyr ar waith

Bydd gan y safonau hyn oblygiadau i'r holl bartneriaid pan gaiff gwasanaethau i ofalwyr eu comisiynu a'u darparu:

- Comisiynu lleol, isranbarthol a rhanbarthol:
 - mae asiantaethau wedi'u dylunio i roi llais i ofalwyr mewn prosesau gwneud penderfyniadau lleol a sicrhau bod yr holl wasanaethau yn yr ardal yn fwy ymwybodol o ofalwyr a chyfeillgar i ofalwyr
 - mae gwasanaethau gydag arbenigedd gofalwyr yn gallu codi ymwybyddiaeth o ofalwyr ymhlith holl asiantaethau'r ardal
 - mae gwasanaethau wedi'u dylunio i ganfod gofalwyr a'u helpu i nodi eu hanghenion a'u hawliau
 - mae gwasanaethau cefnogi i ofalwyr gydag anghenion cefnogi penodol a/neu hawliau
- Mynediad rhwydd at wasanaethau gwybodaeth a chynghor (a lle bo'n briodol, eiriolaeth ffurfiol) wedi'u teilwra i anghenion gofalwyr ar wahanol gamau bywyd (e.e. gofalwyr ifanc, rhiant ofalwyr, gofalwyr oedolion), amgylchiadau a chyflyrau, a chamau'r daith ofalu
- Mynediad i hyfforddiant ar y sgiliau newydd gall fod eu hangen ar ofalwyr wrth iddynt ddechrau neu addasu i'w rôl ofalu newydd ac i gefnogaeth gan gymheiriaid pan fo'n briodol
- Yr hawl i asesiad (sgwrs beth sy'n bwysig) fel gofalwr yn eich rhinwedd eich hun:
 - datblygu cynllun gofal a chymorth cyffredinol
 - cyfeirio at wasanaethau priodol; a

- phenderfynu ar gymhwysedd am gefnogaeth iddynt i ofalu
- I ofalwyr cymwys:
 - Cynllun cefnogi sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau lles personol maen nhw wedi'u nodi eu hunain.
 - Bydd hefyd yn nodi'r cymorth i'w helpu i gyflawni'r canlyniadau lles personol a nodwyd.
 - Bydd yr awdurdodau lleol yn cynnal adolygiadau rheolaidd ar gynlluniau cefnogi, ac yn ail-asesu anghenion os yw eu hamgylchiadau'n newid.

Yn unol â'r safonau a gytunwyd, mae'r prif gynllun a ganlyn yn amlinellu'r camau gweithredu a'r cyfrifoldeb arweiniol dros weithredu.

Rhif	Safonau	Cam Gweithredu	Cyfrifoldeb rhanbarthol dros weithredu	Cyfrifoldeb lleol
1.	Ymgysylltu â gofalwyr a llais gofalwyr	Gofynnir am farn a gwybodaeth gofalwyr, a chânt eu rhannu, eu defnyddio a'u diweddarau'n rheolaidd wrth i gynlluniau a strategaethau gofal cyffredinol gael eu llunio.	NWCSG	Pob partner
		Mae asiantaethau wedi'u dylunio i roi llais i ofalwyr mewn prosesau gwneud penderfyniadau lleol a sicrhau bod yr holl wasanaethau yn yr ardal yn fwy ymwybodol o ofalwyr a chyfeillgar i ofalwyr	NWCSG	Pob partner
2.	Sesiwn gyflwyno a hyfforddiant i ofalwyr a staff	Mae cyflwyniad i'r gwasanaeth a staff ar gael sy'n canolbwyntio ar ofalwyr, gydag amrywiaeth berthnasol o wybodaeth ar draws y llwybr gofal	NWCOG, ar y cyd â NWYCOG	Pob partner
		Mae staff wedi'u hyfforddi mewn strategaethau ymwybyddiaeth ac ymgysylltu â gofalwyr	NWCOG, ar y cyd â NWYCOG	Pob partner
		Mae angen mynediad i hyfforddiant ar ofalwyr ar y sgiliau newydd gall fod eu hangen wrth iddynt ddechrau neu addasu i'w rôl ofalu newydd ac i gefnogaeth gan gymheiriaid pan fo'n briodol	NWCOG/NWYCOG	Pob partner
3.	Asesiad a chymorth i bob gofalwr	Gofalwyr i fod yn rhan o sgwrs asesiad (beth sy'n bwysig) yn eu rhinwedd eu hun	NWCOG/NWYCOG	Awdurdodau lleol
		Cynllun cefnogaeth sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau lles personol maen nhw wedi'u nodi eu hunain i gyflawni'r canlyniadau lles personol a nodwyd, a bod yn destun	NWCOG/NWYCOG	Awdurdodau lleol yn gweithio gyda phartneriaid

Rhif	Safonau	Cam Gweithredu	Cyfrifoldeb rhanbarthol dros weithredu	Cyfrifoldeb lleol
		adolygiadau rheolaidd ac ailasesu anghenion os bydd amgylchiadau'n newid		
		Mynediad rhwydd at wasanaethau gwybodaeth, cyngor a chefnogaeth gan gymheiriaid (a lle bo'n briodol, eiriolaeth ffurfiol) wedi'u teiwra i anghenion gofalwyr ar wahanol gamau bywyd, amgylchiadau a chyflyrau, a chamau'r daith ofalu	NWCOG, ar y cyd â NWYCOG	Pob partner
		Mae amrywiaeth o seibiannau gofalwyr hyblyg ar gael	NWCSG	Awdurdodau lleol yn gweithio gyda phartneriaid
		Eiriolaeth arbenigol, gan gynnwys ar gyfer Gofal Iechyd Parhaus ac ar gyfer gofalwyr ifanc	NWCSG	Awdurdodau lleol, BIPBC yn gweithio gyda phartneriaid
4.	Protocolau polisi ac arfer	Mae protocolau polisi ac arfer ar gyfrinachedd a rhannu gwybodaeth ar waith	NWCSG	Pob partner
5.	Mabwysiadu safonau cyflogwyr	<ul style="list-style-type: none"> Nodi gofalwyr yn y sefydliad Mabwysiadu seilwaith sy'n gyfeillgar i ofalwyr Ymrwmo i ddarpariaeth deg i ofalwyr Darparu cyfleoedd i glywed llais gofalwyr yn y gweithle Caniatáu arferion gweithio'n hyblyg, lle bo'n rhesymol a lle bo'n ymarferol 	NWCOG	Pob partner
6.	Arweinwyr gofal	Mae swyddi wedi'u diffinio sy'n gyfrifol am ofalwyr ar waith	Awdurdodau lleol, BIPBC	
7.	Datblygu mesurau llwyddiant a threfniadau casglu data	Mesuryddion perfformiad wedi'u cytuno	NWCSG	Pob partner
		Trefniadau casglu data wedi'u cytuno ac ar	NWCOG/NWYCOG	Pob partner

Rhif	Safonau	Cam Gweithredu	Cyfrifoldeb rhanbarthol dros weithredu	Cyfrifoldeb lleol
		waith		

Isod, mae'r prif fesurau llwyddiant arfaethedig fel a gytunwyd gan bartneriaid. Caiff rhain eu casglu gan NWCOG a chaiff cynnydd ei fonitro gan NWCSG i wella gwasanaethau a llywio cynllunio yn y dyfodol. Mae dau o'r mesurau yr un fath â'r rhai yn Fframwaith Mesurau Canlyniadau Llywodraeth Cymru, a chredir bod y lleill yn bwysig i fesur cynnydd ein strategaeth yng Ngogledd Cymru. Mae'r mesurau llwyddiant hyn yn rhoi canolbwynt cryf ar wella amgylchiadau bywyd gofalwyr, gwranddo ar eu barn a'u cynnwys wrth ddylunio gwasanaethau.

- Mae gofalwyr o bob oed yn adrodd boddhad gyda'r asesiadau a'r gefnogaeth bersonol maen nhw'n eu cael, mynediad i'r gwasanaethau maen nhw eu hangen a bod â dealltwriaeth o'u hawliau dan Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru).
- Gall gweithwyr cymdeithasol ac ymarferwyr gofal eraill ddangos eu bod yn defnyddio'r egwyddor lles ym mhob un o'u penderfyniadau gofal cymdeithasol i oedolion.
- Mae nifer yr asesiadau yn 2018 wedi cynyddu yn unol ag amcangyfrif y Bartneriaeth Ranbarthol ei hun.
- Mae gofalwyr yn adrodd eu bod yn teimlo'n rhan o'r broses o ddylunio'r cynllun gofal a chymorth i'r unigolyn maen nhw'n gofalu amdano (Llywodraeth Cymru, 2015)
- Mae gofalwyr yn adrodd eu bod yn teimlo eu bod yn cael cefnogaeth i barhau yn eu rôl ofalu
- Os bydd gofalwr yn wynebu argyfwng, maen nhw'n gwybod sut i gael mynediad at wasanaeth ymateb cyflym i asesu ac i ymateb i'w hangen.

Gyda'i gilydd, bydd gweledigaeth, safonau a darpariaeth gwasanaethau o ansawdd da gan bartneriaid i ofalwyr o bob oed yng Ngogledd Cymru yn cyfrannu at wella eu hamgylchiadau a'u lles.



CYDWEITHREDFA GWELLA GWASANAETHAU
GOFAL A LLESIANT **GOGLEDD CYMRU**

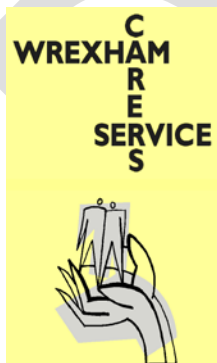
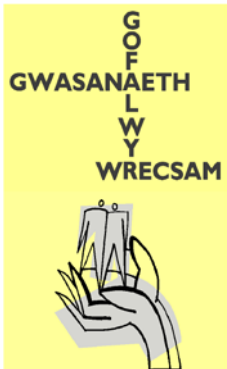
NORTH WALES SOCIAL CARE AND WELL-BEING
SERVICES IMPROVEMENT COLLABORATIVE



Strategaeth Gofalwyr Gogledd Cymru

- Strategaeth i ofalwyr o bob oed

Mehfin 2018



*dros adferiad
o afiechyd
meddal ddirifol*

hafal

*for recovery
from serious
mental illness*



HOW | ACTION FOR CHILDREN | WORKS
SUT MAE | GWEITHREDU DROS BLANT | YN GWEITHIO

Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Gogledd Cymru

Arweinwyr prosiect: Morwena Edwards

Bethan Jones Edwards

Ffion Johnstone



CYDWEITHREDFA GWELLA GWASANAETHAU
GOFAL A LLESIANT **GOGLEDD CYMRU**

NORTH WALES SOCIAL CARE AND WELL-BEING
SERVICES IMPROVEMENT COLLABORATIVE

Strategaeth Gofalwyr Gogledd Cymru

Mehefin 2018

1.0 Y cyd-destun a'r cefndir

Mae rhan allweddol i'w chwarae gan ofalwyr o bob oed yn yr amgylchedd iechyd a gofal cymdeithasol. Mae Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Gogledd Cymru yn gweld gwerth mawr yn hynny ac yn cydnabod hefyd fod angen iddo weithredu i sicrhau bod gofalwyr yn cael cymorth da ym mhob math o amgylchiadau. Mae'r strategaeth hon yn cydnabod ei bod yn bwysig gweithio mewn partneriaeth â gofalwyr drwy gydol eu hymwneud â gwasanaethau ac mae wedi'i seilio ar egwyddorion y model Triongl Gofal a ddatblygwyd yn wreiddiol fel canllaw arfer da mewn gofal iechyd meddwl yn Lloegr.

Wrth gyfeirio at ofalwyr, rydym yn golygu gofalwyr di-dâl o bob oed (yn cynnwys gofalwyr ifanc a gofalwyr sy'n oedolion ifanc) a phob cefndir sy'n gofalu am berthynas neu ffrind sy'n sâl, yn eiddil neu'n berson anabl, nad yw'n gallu byw gartref heb gael cymorth ymarferol neu emosiynol di-dâl gan y gofalwr. Rydym yn derbyn y bydd gan ofalwyr wahanol fathau o gyfrifoldebau, fel y rhai sydd gan ofalwyr am bobl â chyflyrau hirdymor, pobl â dementia, unigolion â phroblemau iechyd meddwl neu rai sy'n camddefnyddio sylweddau, ac rydym yn cydnabod bod anghenion pob gofalwr yn unigryw ac y gallant fod yn wahanol iawn i anghenion y person y mae'n gofalu amdano.

2.0 Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014

Mae'r pwysigrwydd o gynorthwyo gofalwyr yn gyson hefyd â Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 (DGCLI) sy'n darparu hawliau ychwanegol i ofalwyr o bob oed ac yn symleiddio ac yn cydgrynhoi'r gyfraith gan roi hawliau sy'n cyfateb i hawliau'r person y maent yn gofalu amdano am y tro cyntaf. Mae'r Ddeddf hefyd yn rhoi hawl ddiamod i ofalwyr i ddewis a fyddant yn parhau'n ofalwyr ac i ba raddau. Mae'r Ddeddf yn ailddiffinio cyfrifoldeb unigolion a theuluoedd am gynnal eu hiechyd a llesiant eu hunain, a hefyd yn galw am newid mewn diwylliant i roi mwy o sylw i hybu cydnherthedd, annibyniaeth, hunanofal a chymorth cymunedol. Mae'r Ddeddf yn cydnabod bod rhan allweddol i'w chwarae gan ofalwyr yn y dull gwasanaeth ataliol ac felly dylai awdurdodau lleol helpu i sicrhau bod gofalwyr yn gallu byw eu bywydau eu hunain mor annibynnol â phosibl. Mae hawl gan ofalwyr i wrthod derbyn rôl y gofalwr yn ogystal â hawl i beidio â pharhau â'u rôl fel gofalwr ac i gael eu cefnogi yn hyn o beth. Mae'r gofynion hyn wedi'u datgan yn Rhan 9 o'r Ddeddf a hefyd yn holl rannau eraill y Ddeddf.

Y diffiniad o 'ofalwr' yn y Ddeddf yw person sy'n darparu neu'n bwriadu darparu gofal i oedolyn neu blentyn. Mae'r diffiniad hwn yn cynnwys gofalwyr o bob oed.

Y diffiniad o 'ofalwr ifanc' yw gofalwr sydd dan 18 oed, a 'gofalwr sy'n oedolyn ifanc' yw un sy'n 16-25 oed.

Yn aml ni fydd gofalwyr yn eu hystyried eu hunain yn ofalwyr. Byddant yn eu galw eu hunain yn rhiant, gŵr, gwraig, partner, mab, merch, brawd, chwaer, ffrind neu gymydog, ond nid yn ofalwr.

Mae *rhiant ofalwr* yn rhiant neu warcheidwad sydd â dyletswyddau a chyfrifoldebau ychwanegol tuag at ei blentyn am fod salwch neu anabledd gan ei blentyn. Yn aml bydd rhieni ofalwyr yn eu hystyried eu hunain yn rhieni yn hytrach na gofalwyr, ond gallent fod ag angen gwasanaethau ychwanegol er mwyn diwallu neu barhau i ddiwallu anghenion eu plentyn.

Mae'r Ddeddf:

- yn sicrhau bod gofalwyr yn gallu cael dewis ehangach o wasanaethau priodol mewn ffordd fwy hyblyg, yn cynnwys y gallu i gael gwybodaeth gynhwysfawr am bob math o gymorth a gwasanaethau y gellir eu cael heb gael asesiad ffurfiol;
- yn creu dyletswydd i awdurdodau lleol gynnal asesiadau o anghenion gofalwyr lle mae'n ymddangos bod anghenion am gymorth gan y gofalwr. Mae'r asesiad o angen yr unigolyn drwy ei hawl ei hun yn ganolog i hyn yn ogystal â'i alluedd i barhau i ofalu;
- yn ei gwneud yn ofynnol i asesiadau fod yn gymesur er mwyn sicrhau bod mwy o waith yn cael ei wneud ar ddarparu cymorth yn y gymuned, a chymorth gan sefydliadau'r trydydd sector;
- yn ei gwneud yn ofynnol i awdurdodau lleol ddarparu cymorth eirioli i unigolion, yn cynnwys gofalwyr. Bydd y ddarpariaeth hon yn cynnwys eiriolaeth broffesiynol annibynnol yn ogystal ag eiriolaeth anffurfiol.

Mae'r Ddeddf hefyd yn gosod fframwaith cymhwystra cenedlaethol i benderfynu a fydd gofalwyr a aseswyd sydd â mwy o angen am gymorth yn bodloni'r meini prawf ar gyfer gwasanaethau sydd wedi'u pennu yn y fframwaith newydd. Bydd gofalwyr sydd ag anghenion cymwys yn cael cynllun cymorth sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau llesiant personol y maen nhw wedi'u nodi eu hunain. Bydd hefyd yn disgrifio'r cymorth i'w helpu i gyflawni'r canlyniadau llesiant personol a nodwyd. Bydd cynlluniau cymorth yn cael eu hadolygu'n rheolaidd gan awdurdodau lleol, a'r anghenion yn cael eu hailasesu os bydd eu hamgylchiadau'n newid.

3.0 Blaenoriaethau cenedlaethol

Ar 24 Tachwedd 2017, Diwrnod y Gofalwyr, cyhoeddodd y Gweinidog Gofal Cymdeithasol a Phlant fod £1 miliwn i'w ddyrannu yn 2018-19 i fyrddau ac ymddiriedolaethau iechyd gydweithio â'u holl bartneriaid i wella bywydau gofalwyr yn unol â blaenoriaethau cenedlaethol, sef:

- Helpu i fyw yn ogystal â gofalu – rhaid i bob gofalwr gael seibiannau rhesymol oddi wrth ofalu er mwyn iddynt allu parhau i wneud hynny, ac i gael bywyd eu hunain y tu hwnt i ofalu
- Adnabod a chydabod gofalwyr – os ydym am lwyddo i sicrhau canlyniadau gwell i ofalwyr, mae'n hanfodol gwella adnabyddiaeth gofalwyr o'u rôl a sicrhau bod y cymorth angenrheidiol ar gael iddynt
- Darparu gwybodaeth, cyngor a chymorth i ofalwyr – mae'n bwysig bod gofalwyr yn cael y wybodaeth a'r cyngor cywir priodol ble bynnag a phryd bynnag y mae angen hynny arnynt

4.0 Am ofalwyr yng Ngogledd Cymru

Mae'r Asesiad o Anghenion y Boblogaeth a gyhoeddwyd ar 1 Ebrill 2017 yn datgan bod gofalwyr yn cyflawni rôl hanfodol drwy ddarparu gofal a chymorth a'i bod wedi'i amcangyfrif eu bod yn darparu rhwng 75% a 95% o ofal, gan arbed £7.72 biliwn bob blwyddyn yng Nghymru (Yeandle a Buckner, 2015; Llywodraeth Cymru 2016).

Prif ganfyddiadau'r asesiad o anghenion oedd:

- bod nifer y gofalwyr yng Ngogledd Cymru yn cynyddu, yn enwedig yn y gogledd-orllewin
- mai pobl rhwng 50 a 64 oed sy'n fwyaf tebygol o ddarparu gofal di-dâl
- bod hanner y gofalwyr yng Ngogledd Cymru mewn cyflogaeth: yn achos gofalwyr sydd mewn cyflogaeth, mae'n hanfodol eu bod yn cael cefnogaeth gan eu cyflogwr a'u cydweithwyr i'w helpu i barhau â'u rôl gofalu
- ei bod yn debygol y bydd yr angen am ofal cymdeithasol a nodwyd mewn penodau eraill o adroddiad yr asesiad poblogaeth yn arwain at ddarparu gofal di-dâl gan nifer mwy o bobl ac am gyfnodau hirach
- bod mwy na 1,000 o ofalwyr ifanc wedi'u hadnabod ledled Gogledd Cymru, nifer sydd wedi cynyddu dros y blynyddoedd diwethaf

5.0 Blaenoriaethau i ofalwyr yng Ngogledd Cymru

Mae tystiolaeth o'r Asesiad o Anghenion y Boblogaeth, yr hyn y mae gofalwyr wedi'i ddweud wrthym a'r mapio adnoddau a ystyriwyd gan bartneriaid wedi ein harwain i nodi'r blaenoriaethau canlynol. Os bydd gofalwyr yn cael cymorth priodol gan gymdeithas, yna gellir cymryd camau i osgoi'r rhan fwyaf o'r canlyniadau negyddol. Bydd gwaith pellach ar y rhain wedi'i adlewyrchu yn rhaglenni gwaith grwpiau gofalwyr y bartneriaeth yng Ngogledd Cymru:

5.1 Ymgysylltu â gofalwyr a llais y gofalwyr

Drwy wrando ar ofalwyr a chlywed eu llais, ceir dealltwriaeth werthfawr o'u bywydau ac amgylchiadau, ac mae hyn yn dangos pa mor bwysig yw ymgysylltu â nhw. Yn yr adran hon, rydym yn tynnu sylw at rai o'r materion y mae gofalwyr wedi'u codi i ddangos yr angen i'w hystyried wrth gynllunio a darparu gwasanaethau.

Roedd y prif ganfyddiadau o ddiwyddiadau ymgysylltu a gynhaliwyd ar gyfer yr asesiad o anghenion y boblogaeth ac o ymgynghoriadau blaenorol a gynhaliwyd gan bob cyngor a bwrdd iechyd lleol yn dangos bod modd cwrdd ag anghenion y gofalwr drwy ddiwallu anghenion y person sy'n derbyn gofal yn well:

- Mae cyfarpar ac addasiadau a thechnoleg gynorthwyol yn gallu darparu gwasanaethau gwerthfawr, er bod anawsterau'n gallu codi o ran diwallu anghenion hyfforddi a rhestrau aros
- Seibiant i ofalwyr, yn cynnwys seibiant byr i ofalwyr
- Cynnwys seibiant tymor byr i ofalwyr mewn asesiadau Gofal Iechyd Parhaus
- Mwy o weithgareddau i bobl sy'n derbyn gofal, yn enwedig unigolion â dementia
- Cymorth dibynadwy o ansawdd da i'r person sy'n derbyn gofal
- Cymorth pan fydd y gofalwr yn sâl, pan fydd yn cael triniaeth frys neu driniaeth a gynlluniwyd
- Cludiant dibynadwy i'r ysbyty sy'n cynnwys cludiant i'r gofalwr. Mae angen i ofalwyr gael yr un hawl i gael cludiant hyd yn oed pan nad yw'r person sy'n derbyn gofal gyda nhw, fel y gallant gasglu presgripsiynau, er enghraifft
- Gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol – cael gweithwyr sy'n gallu helpu â meddyginiaeth yn ogystal â gofal personol

Agweddau eraill ar gymorth penodol i ofalwyr sy'n cael eu gweld yn werthfawr yw:

- Gwybodaeth a chyngor sydd ar gael yn rhwydd (mewn un lle os oes modd)
- Cymorthfeydd gwybodaeth lleol, canolfannau gwybodaeth, pwynt mynediad sengl, pwyntiau siarad a gwasanaethau galw heibio
- Eiriolaeth i'r gofalwr
- Cymorth un-i-un i'r gofalwr, fel clust i wrando a chymorth dros y ffôn 24 awr y diwrnod
- Grwpiau cymdeithasu a grwpiau gofalwyr yn y gymuned leol
- Gallu cymryd rhan mewn gweithgareddau hamdden
- Cyfleoedd i wirfoddoli
- Addysg, sgiliau a chyflogaeth
- Cydnabyddiaeth a pharch, ymgynghori â nhw fel partneriaid mewn gofal, yn cynnwys pan fydd rhywun yn dechrau derbyn gofal tymor hir
- Gwell cyfathrebu rhwng yr holl bartïon sy'n cyfrannu at ddarparu cymorth i'r gofalwr a'r person sy'n derbyn gofal
- Cymorth gan y trydydd sector – mae gofalwyr yn gweld gwerth mawr yn yr amrywiaeth o gymorth a ddarperir gan sefydliadau'r trydydd sector
- Cymorth i'r gofalwr pan fydd ei rôl gofalu yn dod i ben, yn cynnwys materion sy'n ymwneud â chyflogaeth, budd-daliadau a thai

Mae mapiau teithiau gofalwyr wedi dangos i ni fod pwynt mynediad sengl at wasanaethau yn gallu gweithio'n dda i ofalwyr drwy alluogi rhai gofalwyr i'w hatgyfeirio eu hunain i wasanaethau, cynnal y sgwrs gyntaf ar beth sy'n bwysig, dweud wrth ofalwyr ble mae gwybodaeth a gwasanaethau cymorth i ofalwyr ar gael, a deall amgylchiadau a sefyllfa unigryw'r gofalwr.

Mae storïau gofalwyr yn dangos bod rhoi gofal yn rôl emosiynol yn ogystal â swyddogaeth ymarferol, a bod gofalwyr yn rhoi gwybod am deimladau o euogrwydd, unigrwydd, gorbryder, gofid, arwahanrwydd, ofn, rhwystredigaeth, anhawster wrth ddelio â newid a phontio. Bydd y rhain yn digwydd ar wahanol

adegau yn ystod profiad y gofalwr, a bydd angen cymorth pwrpasol ar bob gofalwr.

Gellir crynhoi'r prif themâu sy'n codi o storïau ac astudiaethau achos gofalwyr fel a ganlyn:

- Arwahanrwydd y rôl gofalu
- Straen a brofir gan ofalwyr o bob oed
- Y gwerth y mae gofalwyr o bob oed yn ei weld mewn cymorth a ddarperir gan sefydliadau'r trydydd sector ac awdurdodau lleol
- Yr effaith o lesiant y person sy'n derbyn gofal ar lesiant y gofalwr
- Angen gofalwyr am seibiant
- Angen gofalwyr am wybodaeth
- Yr angen am gyflogaeth neu am ddychwelyd i gyflogaeth
- Materion gwledig

Yr un pethau sy'n bwysig yn aml i **ofalwyr ifanc** ag sy'n bwysig i bobl ifanc yn gyffredinol. Er hynny, mae eu sefyllfa fel gofalwr ifanc yn gallu effeithio weithiau ar eu ffordd o fyw, a gall fod yn anodd i ofalwyr ifanc fanteisio ar gyfleoedd sy'n cael eu cymryd yn ganiataol gan bobl ifanc sydd heb gyfrifoldebau gofalu. Y canfyddiadau o'r ymgynghori ac ymgysylltu â gofalwyr ifanc ar gyfer yr Asesiad o Anghenion Poblogaeth Gogledd Cymru oedd mai'r meysydd lle'r oedd gofalwyr ifanc yn wynebu her oedd: canolbwyntio, cyfathrebu, bod yn hyderus a gwneud ffrindiau.

Yn ogystal â hyn, mae gofalwyr ifanc wedi dweud wrthym fod iechyd a llesiant y person y maent yn gofalu amdano yn bwysig iddynt, e.e. dymuno na fydd ei riant yn dechrau yfed eto. Mae hefyd yn bwysig i ofalwyr ifanc eu bod yn cael eu derbyn gan eu grŵp cyfoedion a chan athrawon. Er bod barn pobl amdanynt yn gallu bod yn bwysig i nifer mawr o bobl ifanc, mae'r effaith bosibl o'u cyfrifoldebau gofalu ar eu bywydau yn golygu bod hyn yn cael ei deimlo'n ddwysach weithiau gan ofalwyr ifanc, e.e. agweddau pobl atynt am nad ydynt yn gallu cymryd rhan mewn gweithgareddau cymdeithasol, neu am nad ydynt yn gallu gwneud gwaith cartref. Dywedodd un gofalwr ifanc ei fod yn ceisio gwneud ei holl waith yn yr ysgol, tra oedd pobl ifanc eraill yn gwastraffu amser yn y dosbarth, gan na fyddai'n gallu gwneud ei waith yn y cartref.

"Pe byddai fy mam yn gwella. Pe bawn i'n gallu cofio'n well. Pe bawn i'n gallu gwneud fy ngwaith yn gyflymach. Pe bawn i'n gallu gweld fy ffrindiau y tu allan i'r ysgol yn amlach." Gofalwr ifanc, Ynys Môn.

Mae gallu'r gofalwr ifanc i ganolbwyntio yng nghanol ei gyfrifoldebau a'i ofalon eraill yn ystyriaeth bwysig, e.e. tra bydd y person y mae'n gofalu amdano yn sâl. Ystyriaeth bwysig hefyd yw'r angen i siarad â phobl eraill am ei broblemau a'i deimladau, e.e. aelodau o'i deulu, ffrindiau, cymdogion, gofalwyr ifanc eraill yn ogystal â gweithwyr proffesiynol yn y sector cyhoeddus a'r trydydd sector.

Mae gofalwyr ifanc hefyd wedi dweud bod chwarae a chyfleusterau hamdden yn bwysig. Yn yr un modd â phobl ifanc sydd heb gyfrifoldebau gofalu, mae gofalwyr ifanc yn mwynhau cyfrannu at ddatblygu gwasanaethau, ac yn disgwyl gweld ymagwedd gadarnhaol a pharodrwydd i ystyried syniadau newydd gan arweinwyr cymunedol i'w helpu i wneud hyn.

Mae **rhieni ofalwyr** yn dweud eu bod yn aml yn gorfod brwydro i sicrhau bod cyflwr eu plentyn yn cael ei gydnabod, a hefyd i gael sylw wedyn e.e. gan ysgolion. Gall hyn arwain at ymdeimlad o rwystredigaeth a chanfyddiad nad yw'r system yn bodoli er mwyn hwyluso materion iddynt. Gall hyn effeithio hefyd ar frodyr a chwirydd sy'n ofalwyr.

“Y pwysau sydd arnaf fel gofalwr i wneud penderfyniadau na fyddaf bob amser yn teimlo'n esmwyth yn eu cylch a'r teimlad, os byddaf yn gwrthwynebu, fy mod yn cael fy marnu.” Rhiant ofalwr, Gwynedd.

Bydd nifer mawr o ofalwyr yn dweud nad oes arnynt angen cymorth ac, os bydd anghenion y person sy'n derbyn gofal yn cael eu diwallu y byddan nhw hefyd yn teimlo eu bod yn cael cymorth fel gofalwyr. Mae hyn yn dangos pa mor bwysig yw gofyn am farn y gofalwr wrth gynnal asesiad o anghenion y person sy'n derbyn gofal.

5.2 Sefydlu a hyfforddi staff

Os gwrandewir ar brofiadau a storïau'r gofalwyr, bydd hyn yn gosod sylfaen gadarn ar gyfer darparu gwasanaethau a chymorth i ofalwyr o ddydd i ddydd. Un elfen bwysig i ategu hyn yw sefydlu a hyfforddi staff. Bydd cyflwyniad da i anghenion gofalwyr sy'n hybu ymwybyddiaeth o ofalwyr a'u rôl yn cyfrannu'n fawr at ddylanwadu ar y ffordd y mae gofalwyr yn cael eu trin yng nghyd-destun diwylliant y sefydliadau sy'n gyfrifol am ddarparu gwasanaethau i ofalwyr o bob oed. Bydd cymorth da gan gymheiriaid a mentora gan aelodau staff mwy profiadol ac arweinyddiaeth gryf yn hanfodol hefyd i hybu diwylliant sy'n ymwybodol o ofalwyr.

Bydd angen cynorthwyo'r gofalwyr eu hunain drwy eu hyfforddi yn y sgiliau newydd y gallai fod arnynt eu hangen wrth ddechrau yn eu rôl gofalu newydd neu addasu i'w chyflawni neu wrth i'r rôl honno ddatblygu. Gall hyn gynnwys hyfforddiant ar ofalu am anhwylderau penodol, e.e. rhoi meddyginiaeth (gofalwyr), dementia, symud a chodi a chario, sgiliau rhyngpersonol, materion ariannol, darparu gofal personol, yn ogystal â sgiliau eraill i gynnal llesiant y person sy'n derbyn gofal. Mae sefydliadau'r trydydd sector eisoes yn darparu hyfforddiant o'r fath sy'n cael ei seilio ar yr anghenion sydd wedi'u nodi gan ofalwyr ac mae'n cael ei werthfawrogi'n fawr ganddynt.

5.3 Asesu a chymorth i'r holl ofalwyr

Mae dyletswydd newydd ar gynghorau lleol i gynnig asesiad i unrhyw ofalwr lle mae'n ymddangos i'r awdurdod lleol y gallai'r gofalwr fod ag angen cymorth. Os bydd y cyngor lleol yn penderfynu bod anghenion y gofalwr yn bodloni'r meini prawf cymhwysra, yna rhaid iddo ystyried beth ellir ei wneud i gwrdd â'r

anghenion hynny. O'r blaen, cyfrifoldeb y gofalwr oedd gofyn am asesiad.

Bydd anghenion y gofalwr yn bodloni'r meini prawf cymhwysra am gymorth:

- a) Os yw'r angen yn codi o ganlyniad i ddarparu gofal i oedolyn neu i blentyn
- b) Os nad yw'r gofalwr yn gallu cwrdd â'r angen un ai
 - Ar ei ben ei hun, neu
 - Gyda chymorth pobl eraill sy'n barod i ddarparu'r cymorth hwnnw, neu
 - Gyda chymorth gwasanaethau yn y gymuned y mae'r gofalwr yn gallu eu cael, ac
- c) Os yw'r gofalwr yn annhebygol o gyflawni un neu ragor o'i ganlyniadau llesiant personol sy'n ymwneud â'r canlyniadau a bennwyd yn rhan 3 o'r Ddeddf

Nawr gall y cyngor lleol gynnal asesiad ar y cyd, lle mae asesiad o'r person sy'n derbyn gofal ac o'r gofalwr yn cael ei gynnal yr un pryd os yw'r ddau barti'n fodlon ac os byddai'n fuddiol gwneud hynny. Mae hwn yn arfer da er bod pryderon y gallai'r asesiad o'r gofalwr gael ei danseilio drwy ganolbwyntio ar yr hyn y gall ac na all y gofalwr ei wneud dros y person sy'n derbyn gofal yn hytrach nag edrych ar ei ganlyniadau llesiant personol arfaethedig ar eu pen eu hunain.

Yn yr elfen o'r asesiad sy'n ymwneud â'r gofalwr, mae angen canolbwyntio ar 'beth sy'n bwysig' i'r gofalwr ac ar anghenion y gofalwr drwy ei hawl ei hun, er enghraifft, ei anghenion o ran cyflogaeth, addysg a hyfforddiant.

Rhaid i'r cyngor lleol gynnwys y gofalwr yn yr asesiad a rhoi sylw i:

- Y graddau y mae'r gofalwr yn barod i ddarparu'r gofal ac i barhau i ddarparu'r gofal
- Y canlyniadau llesiant personol y mae'r gofalwr yn dymuno eu cyflawni

Wrth asesu'r gofalwr, rhaid ystyried hefyd a yw'r gofalwr yn dymuno gweithio ac a yw'n cymryd rhan neu'n dymuno cymryd rhan mewn gweithgareddau addysg, hyfforddiant neu hamdden.

Bydd angen i ofalwyr fod yn glir iawn ynghylch beth allant a beth na allant ei wneud ac unrhyw wahaniaethau rhwng eu disgwyliadau nhw a disgwyliadau'r person sy'n derbyn gofal. Bydd angen i'r bobl sy'n cynnal yr asesiadau fod yn fedrus o ran canfod y wybodaeth hon. Mae'r Ddeddf yn dweud bod angen gofyn i ofalwyr beth allant ei wneud, felly bydd angen monitro hyn i sicrhau ei fod yn digwydd ac yn cael ei gynnwys yn yr asesiad. Mae'n bwysig bod yr unigolyn yn teimlo ei fod yn bartner cyfartal yn ei berthynas â gweithwyr proffesiynol.

Gyda golwg ar **ofalwyr ifanc**, mae'r Cod Ymarfer ar gyfer y Ddeddf yn cynnwys nifer o enghreifftiau sy'n ymwneud â gofalwyr ifanc yn cynnwys:

- Nid yw'r plentyn yn debygol o gyflawni nodau datblygiadol
- Nid yw/ni fydd yr unigolyn yn gallu manteisio ar a chymryd rhan mewn gwaith, hyfforddiant, gweithgareddau gwirfoddoli neu hamdden

Wrth asesu, rhaid i'r cyngor roi sylw i'r pwysigrwydd o hyrwyddo magwraeth y plentyn gan deulu'r plentyn, i'r graddau y mae hynny'n gyson â hyrwyddo llesiant y plentyn.

Lle mae'r gofalwr yn blentyn, rhaid i'r cyngor roi sylw i'w anghenion datblygiadol ac i'r graddau y mae'n briodol i'r plentyn ddarparu'r gofal. Dylai hyn arwain y cyngor i ystyried a yw plentyn sy'n ofalwr yn blentyn sydd ag anghenion gofal a chymorth drwy ei hawl ei hun.

Mae darparwyr gwasanaethau cymorth i ofalwyr ifanc wedi nodi bod ariannu tymor byr, diffyg adnoddau ar gyfer cludiant a diffyg arian ar gyfer tripliau yn cyfyngu ar y cymorth a seibiant y gallant eu cynnig i ofalwyr ifanc. Mae sicrhau bod gofalwyr ifanc yn cael cymorth yn ôl eu hanghenion cysylltiedig ag oed yn her hefyd.

Mae'r Ddeddf yn gosod 'fframwaith cymhwysra' cenedlaethol newydd i bennu a fydd gofalwr a aseswyd ac sydd ag anghenion cymorth yn bodloni'r meini prawf ar gyfer derbyn gwasanaeth. Darperir cynllun cymorth i ofalwyr sydd ag anghenion cymwys a fydd yn canolbwyntio ar ganlyniadau llesiant personol y maent wedi'u nodi eu hunain. Bydd hefyd yn disgrifio'r cymorth i'w helpu i gyflawni'r nodau llesiant personol a nodwyd. Bydd cynlluniau cymorth yn cael eu hadolygu'n rheolaidd gan gynghorau lleol, a bydd anghenion y gofalwr yn cael eu hailasesu os bydd ei amgylchiadau'n newid.

5.4 Gwybodaeth, cyngor a chymorth

Roedd yr ymgysylltu ar gyfer yr Asesiad o Anghenion y Boblogaeth yn dangos ei bod yn bwysig gan ofalwyr fod gwybodaeth a chyngor ar gael yn rhwydd (mewn un lle os oes modd) a bod cymorthfeydd gwybodaeth lleol, canolfannau gwybodaeth, pwyntiau siarad a gwasanaethau galw heibio ar gael.

Mae tystiolaeth o storïau gofalwyr a sgysiau 'beth sy'n bwysig' yn awgrymu bod nifer mawr o ofalwyr nad ydynt yn ymwybodol o'u hawliau ac nad ydynt yn gwybod chwaith am y gwasanaethau gwybodaeth a chymorth sydd ar gael iddynt.

"Doedd y teulu erioed wedi cael gwasanaethau statudol a doedd hi erioed wedi bod yn ymwybodol o unrhyw wasanaethau i gynorthwyo Gofalwyr. Ei phrif gyswllt bob amser oedd y Meddyg Teulu ond nid oedd erioed wedi rhoi gwybod iddi am unrhyw wasanaethau sydd ar gael iddi, nac am ei hawl i gael Asesiad Gofalwr." Astudiaeth Achos, Sir Ddinbych.

Mae diffyg gwybodaeth am faterion ariannol hefyd yn gallu arwain at orbryder ymysg gofalwyr:

"Nid oedd Mr A yn derbyn unrhyw fudd-daliadau ac nid oedd yn gwybod y gallai hawlio Lwfans Gofalwr. Nid oedd yn gwybod am y cymorth sydd ar gael i Ofalwyr yn Sir Ddinbych." Astudiaeth Achos, Sir Ddinbych.

Cawsom wybod gan riant i blentyn â Syndrom Down nad oedd wedi cael digon o wybodaeth:

"Wrth edrych yn ôl ar y dyddiau cynnar, doeddwn i ddim wedi cael gwybodaeth am sefydliadau fel Cymdeithas Syndrom Down neu'r Gwasanaeth Cynnal Gofalwyr a fyddai wedi gallu bod o gymorth i mi fel rhiant." Stori Rhiant Ofalwr, Gwynedd.

Mae angen gwybodaeth hefyd ar ofalwyr ifanc, a rhaid iddynt ei chael weithiau gan bobl y maent yn eu hadnabod:

“Byddwn wedi hoffi cael gwybod rhagor am gyflwr fy mrawd.”

“Byddwn yn hoffi cael cymorth gan elusen awtistiaeth – rwyf am ddeall y cyflwr yn well.” Gofalwr Ifanc, Ynys Môn

Yr enw traddodiadol ar **seibiant i ofalwyr** yw ‘respite’, ac mae’n werth nodi ar y dechrau nad oes diffiniad cenedlaethol penodol o ‘respite’. Mae’r term wedi’i gysylltu hefyd â seibiant oddi wrth rywbeth sy’n faich. At ddibenion y strategaeth hon, defnyddir y term ‘seibiant i ofalwyr’.

Mae awdurdodau lleol a BIPBC yn buddsoddi’n sylweddol mewn gwasanaethau i ofalwyr sy’n darparu seibiant tymor byr ar ffurf gwasanaethau gwarchod a/neu ofal amgen. Er bod gwasanaethau’n cael eu darparu i’r person sy’n derbyn gofal, maent yn cael eu hystyried weithiau’n wasanaethau i ofalwyr. Mae rhai o sefydliadau’r trydydd sector hefyd yn derbyn cyllid allanol i ddarparu gwasanaethau o’r math hwn.

Roedd yr asesiad o anghenion y boblogaeth wedi nodi bod dewis, argaeledd a hyblygrwydd y gwasanaethau seibiant neu seibiant byr i ofalwyr yn annigonol.

Mae hyn wedi’i gadarnhau drwy’r gwaith mapio adnoddau sy’n dangos bod gwasanaethau seibiant i ofalwyr yn cael eu darparu ym meysydd pobl hŷn, anabledau dysgu ac iechyd meddwl. Mewn gwasanaethau pobl hŷn ac anabledau dysgu, darperir seibiant i ofalwyr ar ffurf gwasanaeth gwarchod neu ofal amgen. Mewn gwasanaethau iechyd meddwl, mae’r gwasanaeth yn cynnig seibiant, cymorth a help i ddatblygu sgiliau’r gofalwr. Fodd bynnag, yn dilyn trafodaethau gan bartneriaid yn y gweithdy, credir nad yw’r buddsoddiad o £1.25 miliwn a ddangoswyd yn y gwaith mapio adnoddau yn adlewyrchiad cywir o’r gwasanaeth seibiant i ofalwyr. Wynebwyd yr heriau canlynol wrth fapio adnoddau:

- Nid oedd modd nodi’r holl seibiannau i ofalwyr, gan nad oedd modd gwahanu’r arian a dalwyd i ddarparwyr gofal cartref annibynnol
- Nid oedd yn hawdd gwahaniaethu rhwng seibiant i’r gofalwr a seibiant i’r person sy’n derbyn gofal
- A yw’r seibiant i ofalwr yn darparu seibiant llwyr i’r gofalwr neu beidio, e.e. a yw’n defnyddio’r amser i ddal i fyny â gwaith tŷ
- Mae’n bosibl nad yw’r seibiant i ofalwyr ym mhob maes gwasanaeth wedi’i adlewyrchu’n gywir

Y brif neges a gawsom gan ofalwyr yw bod yr angen am seibiant sydd ganddynt yn ymateb i’w hanghenion, eu sefyllfa ac amgylchedd y cartref. Maent am i’w llais gael ei glywed, a bydd anghenion pob gofalwr yn wahanol. Nid ydynt yn gwerthfawrogi cael eu hysbysu am ba wasanaeth y gellir ei ddarparu iddynt; nid oes arnynt angen gwasanaeth seibiant rheolaidd i ofalwyr o reidrwydd, ac mae

hyn yn arwain weithiau at bresgripsiynu gormod o wasanaethau, sy'n achosi gwastraff.

Mewn sefyllfa lle darperir seibiant yn y cartref, mae gofalywr wedi dweud wrthym ei bod yn bwysig bod y person sy'n derbyn gofal yn gyfarwydd â'r unigolyn sy'n darparu'r gofal, neu mae'n bosibl na fydd yn fuddiol. Mewn sefyllfa lle mae'r unigolyn sy'n darparu'r gwasanaeth gwarchod ar ei wyliau, gall y person sy'n derbyn gofal neu'r gofalywr benderfynu gohirio'r trefniant nes bydd yr unigolyn sydd fel arfer yn darparu'r seibiant i'r gofalywr yn gallu bod ar gael. Felly mae cysondeb a dilyniant y gwasanaeth yn hollbwysig i'r gofalywr ac i'r person sy'n derbyn gofal.

Mae Gofal Iechyd Parhaus (GIP) yn faes sensitif o ran darparu seibiant i ofalwyr. Mae gofalywr wedi dweud wrthym mai'r hyn a all ddigwydd pan fydd unigolyn yn dod yn gymwys i gael cyllid GIP yw y bydd newidiadau yn y cymorth y bydd y gofalywr a'r person sy'n derbyn gofal yn gallu ei ddisgwyl. Er enghraifft, bydd BIPBC yn contractio â darparwyr sy'n wahanol i'r rheini sy'n darparu gofal drwy drefniadau comisiynu'r awdurdod lleol, fel y bydd y rhoddwr gofal yn newid.

Os yw'r person sy'n derbyn gofal yn derbyn cyllid GIP, mae'r gwasanaeth iechyd yn cydnabod bod angen seibiant ar ofalwyr ac yn gweld gwerth yn y cymorth y mae'r gofalywr yn ei gynnig i ddiwallu anghenion y person sy'n derbyn gofal. Mae'r gwasanaeth iechyd yn cydnabod ei ddyletswydd i gwrdd â holl anghenion y person sy'n derbyn gofal, yn enwedig os nad yw'r gofalywr ar gael i ofalu amdano. Gallai hyn olygu y bydd y cydlynnydd gofal yn gwneud cais am 'gyllid ychwanegol'.

Mae hefyd yn bwysig bod modd darparu seibiant i ofalwyr ar sail hyblyg a byr rybudd er mwyn i'r gofalywr barhau i fyw ei fywyd fel y mae'n dymuno, e.e. mynd i gyfarfodydd cymdeithasol ar fyr rybudd, a pheidio â gorfod gwneud trefniadau'n rhy gynnar ymlaen llaw.

Mae cynlluniau talebau ar waith mewn rhai ardaloedd yng Ngogledd Cymru i hwyluso hyblygrwydd i ofalwyr. Ar ôl cwblhau asesiad o anghenion y gofalywr, rhoddir taleb i ofalwyr cymwys sy'n ddilys am gyfnod penodol er mwyn cael seibiannau tymor byr hyblyg. Er bod datblygu cynlluniau hyblyg arloesol o'r fath yn rhywbeth cadarnhaol, mae hefyd yn bwysig bod gwerthusiadau rheolaidd yn cael eu cynnal i sicrhau bod gwersi'n cael eu dysgu.

Byddai gofalywr ifanc yn hoffi treulio amser oddi wrth y person y maent yn gofalu amdano i gymryd rhan yn y gweithgareddau y maent yn eu mwynhau gyda'u cyfoedion, e.e. gweithgareddau mewn canolfannau hamdden, defnyddio amwynderau lleol fel parciau, llwybrau beicio, a chymryd rhan mewn chwaraeon.

Mae gofalywr sy'n byw mewn ardaloedd gwledig yn dymuno cael yr un lefel o wasanaeth â gofalywr sy'n byw mewn trefi.

Mae gofalywr wedi dweud bod byw mewn ardaloedd gwledig yn creu problemau iddynt o ran:

- Cael gafael ar gymorth neu seibiant i ofalwyr
- Tynnu amser teithio o'r amser sydd wedi'i ddyrannu ar gyfer gwasanaeth uniongyrchol
- Arwahanrwydd

“Nid oes cyfleusterau anabledd dysgu, gweithgareddau grŵp cymorth i'w mynychu gan fy merch yn Llangollen er ei bod yn ymddangos bod llawer mwy yn Ninbych a rhai yn Rhuthun, ond nid yw'n gallu cael cludiant i'r manau hynny.” Gofalwr, Sir Ddinbych

Mae rhai gofalwyr yn dymuno derbyn **gwasanaethau yn Gymraeg**, yn eu dewis iaith. Roedd yr ymgynghori ac ymgysylltu ar gyfer yr Asesiad o Anghenion y Boblogaeth wedi dangos mor bwysig oedd hi bod gwasanaethau gofal a chymorth ar gael yn Gymraeg. Dylai gwasanaethau sicrhau bod gwasanaethau Cymraeg wedi'u cynnwys wrth gynllunio a darparu gwasanaethau a bod gwasanaethau'n cael eu cynnig yn Gymraeg i siaradwyr Cymraeg heb iddynt orfod gofyn amdanynt. Er bod gwybodaeth o'r gwaith mapio gwasanaethau yn awgrymu bod gwasanaethau ar gael yn Gymraeg a Saesneg i ofalwyr, nid yw'n glir a yw gwasanaethau'n cyrraedd safonau 'Mwy na geiriau', a ydynt ar gael yn syth neu ba drefniadau sydd angen eu gwneud ymlaen llaw i gael y gwasanaethau.

5.5 Polisi ac ymarfer

Mae angen i bartneriaid sicrhau bod protocolau polisi ac ymarfer safonol ar waith mewn perthynas â chyfrinachedd a rhannu gwybodaeth. Drwy dreialu'r model Triongl Gofal mewn gwasanaethau adsefydlu iechyd meddwl yn BIPBC, roedd modd cynnal trafodaethau am gydsyniad a chyfrinachedd wrth weithio gyda gofalwyr.

Mae staff yn cydnabod ei bod yn bwysig cynnwys gofalwyr ond yn cyfaddef eu bod yn ei chael yn anodd gwneud hynny lle nad yw'r un sy'n derbyn gofal wedi cydsynio i hynny neu lle mae cydsyniad yn amrywio yn ôl y sefyllfa neu'r hwyliau ar y pryd. Yr egwyddorion sylfaenol sydd wedi'u cymeradwyo gan y Swyddog Arweiniol Triongl Gofal i Loegr, yn ogystal â Swyddog Arweiniol Gofalwyr BIPBC yw y bydd staff:

1. Yn siarad am yr hyn y maent yn ymwybodol ohono.
2. Yn darparu gwybodaeth nad yw'n sensitif i ofalwyr ar ffurf sy'n helpu'r gofalwr i ddeall. Er enghraifft: gwybodaeth am gyflwr penodol, neu wybodaeth ynghylch rheoli meddyginiaethau.
3. Rhoi gwybod i ofalwyr am ffynonellau gwybodaeth a chymorth.
4. Yn gallu derbyn gwybodaeth drydydd parti gan ofalwyr.
5. Yn gallu rhoi gwybodaeth i ofalwyr.
6. Mae gan ofalwyr hawl i gyfrinachedd iddyn nhw eu hunain.

Mae staff wedi croesawu'r egwyddorion sylfaenol hyn ac maent hefyd yn croesawu hyfforddiant pwrpasol ar ofalwyr a chyfrinachedd.

5.6 Safonau cyflogwyr

Bydd yr holl bartneriaid sy'n ymwneud â chynllunio a darparu gwasanaethau i ofalwyr yng Ngogledd Cymru yn dymuno sicrhau bod eu sefydliadau'n ymrwymo i'r canlynol:

- Adnabod gofalwyr yn y sefydliad
- Mabwysiadu seilwaith sy'n ystyriol o ofalwyr
- Darpariaeth deg i ofalwyr
- Darparu cyfleoedd i glywed llais gofalwyr yn y gweithle
- Caniatáu arferion gweithio hyblyg, lle bo'n rhesymol ac ymarferol

5.7 Swyddogion Arweiniol Gofalwyr

Mae'r swyddi arweiniol ar gyfer gofalwyr yn y chwe awdurdod lleol yng Ngogledd Cymru ac yn BIPBC yn bwysig iawn, yn enwedig o ran datblygu a hyrwyddo gwasanaethau i ofalwyr yn lleol, gweithio gyda thimau cymunedol i ymgysylltu â gofalwyr a deall beth sy'n bwysig yn lleol, casglu a dadansoddi data, deall anghenion am wasanaethau a nodi bylchau mewn gwasanaethau. Bydd y swyddogion hyn hefyd yn gallu hwyluso timau i ddatblygu a threialu modelau gweithio newydd gyda gofalwyr, yn ogystal â darparu hyfforddiant. Byddant hefyd yn helpu arweinwyr corfforaethol i sicrhau bod safonau'r cyflogwr wedi'u bodloni. Bydd swyddogion arweiniol i ofalwyr hefyd yn gweithio gyda'u partneriaeth gofalwyr leol i weithredu'r cynnig i ofalwyr yn ogystal â gweithio ar sail ranbarthol i gynllunio gwasanaethau a chyfrannu at waith dysgu a gwella ar lefel genedlaethol.

Lle nad yw'r swyddog arweiniol i ofalwyr hefyd yn swyddog arweiniol i ofalwyr ifanc, bydd angen i'r sefydliad fod yn glir ynghylch y ffordd i ddatblygu a hyrwyddo gwasanaethau i ofalwyr ifanc mewn gwasanaethau plant.

Mae'r swyddi hyn yn gallu effeithio a dylanwadu ar y canfyddiad o ofalwyr mewn sefydliadau a hwyluso gwaith i fod yn ystyriol o ofalwyr a hybu ymwybyddiaeth ohonynt.

6.0 Y dull presennol o ariannu gwasanaethau i ofalwyr

Nid yw ariannu ar gyfer gwasanaethau i ofalwyr wedi cael ei strwythuro, ac mae dyraniadau ar gyfer seibiant i ofalwyr, er enghraifft, wedi'u cyfrifyddu mewn cyllidebau craidd. Mae'r Grant Trosiannol Gofalwyr a gaiff BIPBC gan Lywodraeth Cymru i reoli'r pontio rhwng Mesur Strategaethau ar gyfer Gofalwyr (Cymru) 2010 (y Mesur Gofalwyr) a DGCLI wedi cael ei ddyrannu ar sail flynyddol fyrdymor.

Ar 24 Tachwedd 2017, Diwrnod y Gofalwyr, cyhoeddodd y Gweinidog Gofal Cymdeithasol a Phlant fod £1 miliwn i'w ddyrannu yn 2018-19 i fyrddau ac ymddiriedolaethau iechyd gydweithio â'u holl bartneriaid i wella bywydau gofalwyr yn unol â blaenoriaethau cenedlaethol. Cafwyd penderfyniad gan y Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol ar wario'r grant ar ôl ystyried y ffrwd waith ar ofalwyr a'r cynnig i ofalwyr yng Ngogledd Cymru.

Mae awdurdodau lleol wedi cael dyraniad ar gyfer darparu seibiant i ofalwyr o bob oed yn ystod 2018-19 drwy eu Grant Cynnal Refeniw, ac mae canllawiau ar y Gronfa Gofal Integredig yn cyfeirio at y blaenoriaethau cenedlaethol ar gyfer gofalwyr.

Mae'r gwaith mapio adnoddau yn dangos bod cyllid yn dod o nifer o ffynonellau gwahanol:

- Awdurdodau lleol
- Y trydydd sector
- Llywodraeth Cymru
- Y bwrdd iechyd
- Gwasanaethau y gellir codi tâl amdanynt

Mae'r gwaith mapio adnoddau hefyd yn dangos natur anghynaliadwy'r ariannu gan nad yw darparwyr yn gwybod a fydd ffrydiau ariannu ar gael o'r naill flwyddyn i'r llall, ac mae hynny'n creu ansicrwydd ymysg y gweithlu a throsiant staff, sydd yn ei dro'n effeithio ar y dilyniant mewn gwasanaethau i ofalwyr. Mae'r gwaith mapio adnoddau hefyd yn dangos bod darparwyr y trydydd sector wedi llwyddo i sicrhau cyllid o ffynonellau allanol yn ogystal â nawdd.

Mae darparwyr wedi nodi mai aneffeithlon yw paratoi mwy nag un adroddiad perfformiad i'r un comisiynydd, yn ogystal â gorfod adrodd ar ddata rheoli, yn hytrach na chanolbwyntio ar y canlyniadau llesiant personol go iawn i ofalwyr.

Roedd darparwyr hefyd wedi sôn am yr angen i sicrhau diogelwch y gweithlu medrus ac arbenigol yn y maes. Byddai hyn yn cyfrannu wedyn at gyflawni'r rhan o'r cynnig i ofalwyr a gytunwyd sy'n ymwneud â bod yn ymwybodol o ofalwyr. Mae darparwyr yn nodi bod contractau 3+2=5 mlynedd yn cael eu gweld yn werthfawr a'u bod yn rhoi sefydlogrwydd i'r gwasanaeth yn ogystal â chyfle i gynllunio a datblygu gwasanaethau ar gyfer y dyfodol.

Er bod Taliadau Uniongyrchol yn cynnig dull personol o gael gwasanaethau i unigolion, rydym yn deall mai ychydig o ddefnydd a wneir ohonynt gan ofalwyr. Mae darparu gwasanaethau Taliadau Uniongyrchol yn effeithiol yn hanfodol i weithredu Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014.

Mae'r memorandwm esboniadol i'r rheoliadau sydd gyda'r Ddeddf¹ yn pwysleisio hyn:

Mae Taliadau Uniongyrchol yn hanfodol i gyflawni nod Llywodraeth Cymru o wella llesiant pobl sydd ag angen gofal a chymorth i gyflawni eu canlyniadau llesiant a gofalwyr sydd ag angen gofal a chymorth i gyflawni eu canlyniadau llesiant. Maent yn fecanwaith ar gyfer cynyddu annibyniaeth, dewis a rheolaeth, ac maent yn galluogi cydgynhyrchu wrth gynllunio gofal sy'n rhoi rhyddid i

¹ Memorandwm Esboniadol i Reoliadau Gofal a Chymorth (Taliadau Uniongyrchol) (Cymru) 2015, Llywodraeth Cymru 2015

unigolion gynllunio ffyrdd hyblyg ac arloesol i wireddu eu canlyniadau llesiant i'r graddau mwyaf posibl.

Mae'r prif ysgogiad i gynyddu'r defnydd ohonynt yn gyffredinol yn debygol o ddod drwy'r gwaith a wneir gydag unigolion wrth eu hasesu gyntaf ar gyfer gwasanaethau ac wrth iddynt ddechrau trafod cynlluniau gofal a chymorth â'r staff sy'n gwneud yr asesiadau hynny, felly byddai angen gweithio ar sail ranbarthol a lleol i edrych ar y posibilrwydd o gynyddu'r defnydd o Daliadau Uniongyrchol.

Mae enghreifftiau cadarnhaol o ofalwyr sy'n oedolion yn derbyn Taliadau Uniongyrchol er mwyn cael hyblygrwydd yn eu rôl gofalu yng Ngogledd Cymru. Mae angen cynnal rhagor o drafodaethau ar y posibilrwydd o ddefnyddio Taliadau Uniongyrchol i hwyluso hyblygrwydd mewn gwasanaethau i ofalwyr.

7.0 Y cynnig i ofalwyr yng Ngogledd Cymru

Mae'r cynnig gan y partneriaid i ofalwyr yng Ngogledd Cymru wedi'i ddatblygu a'i gydgyhyrchu gan y grwpiau canlynol:

- Grŵp Strategol Gofalwyr Gogledd Cymru
- Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru
- Grŵp Gweithredol Gofalwyr Ifanc Gogledd Cymru
- Grŵp Cyfeirio'r Gofalwyr

Mae partneriaid am sicrhau'r canlyniadau llesiant personol canlynol i'r holl ofalwyr yng Ngogledd Cymru:

- Bod anghenion gofalwyr unigol, yn cynnwys anghenion o ran iaith, yn cael eu diwallu yn y ffordd orau
- Bod gofalwyr yn cael eu hystyried yr un pryd â'r person sy'n derbyn gofal
- Bod gwasanaethau'n gyson

Wrth wneud hyn, rydym hefyd am sicrhau:

- Bod gwerth ychwanegol yn cael ei greu drwy gydweithio
- Nad yw gwasanaethau a chyllid yn cael eu dyblygu
- Ein bod yn glynu wrth yr arferion gorau

Bydd partneriaid yn ymrwymo i:

- **Hybu ymwybyddiaeth gyffredinol** o ofalwyr a gofalu ymysg y boblogaeth ehangach ac ymysg yr holl staff perthnasol yn y sector iechyd a gofal
- **Bod yn ystyriol o ofalwyr** wrth gomisiynu ac asesu anghenion, gan roi sylw i ystyriaethau gwledig a'r rheini sydd bellaf o wasanaethau am resymau eraill
- **Cynnwys gofalwyr** o'r holl grwpiau a chymunedau mewn prosesau penderfynu a chynllunio
- **Adnabod gofalwyr yn gynnar** pan fyddant yn dod i gysylltiad â gwasanaethau gyntaf

Beth fydd partneriaid yn ei wneud fel cyflogwyr

- Adnabod gofalwyr yn y sefydliad
- Mabwysiadu seilwaith ystyriol o ofalwyr
- Ymrwymo i sicrhau darpariaeth deg i ofalwyr

- Darparu cyfleoedd i glywed llais gofalwyr yn y gweithle
- Caniatáu arferion gweithio hyblyg, lle bo'n rhesymol ac ymarferol

8.0 Safonau gwasanaeth

Mabwysiadwyd y safonau canlynol o'r model Triongl Gofal ac maent yn berthnasol iawn i awdurdodau lleol a BIPBC. Cytunodd partneriaid fod y safonau hyn yn gosod sylfaen gadarn ar gyfer datblygu gwasanaethau, gyda'r gofalwr ac ar ei gyfer, ledled y rhanbarth.

- Mae barn a gwybodaeth gofalwyr yn cael eu ceisio, eu rhannu, eu defnyddio a'u diweddarau'n rheolaidd wrth gydgyhyrchu cynlluniau gofal a strategaethau cyffredinol
 - Mae staff yn ymwybodol o ofalwyr ac yn cael eu hyfforddi i ddefnyddio strategaethau ymgysylltu â gofalwyr o'r dechrau
 - Mae angen i staff fod yn ymwybodol o'r cyfraniad gwerthfawr y gall gofalwyr ei roi a bod yn ystyriol o anghenion y gofalwyr eu hunain
- Mae angen i staff gael gwybodaeth, hyfforddiant a chymorth i ddod yn ymwybodol o ofalwyr
 - Mae cyflwyniad ar gael i'r gwasanaeth a'r staff sy'n canolbwyntio ar ofalwyr, ac mae gwybodaeth berthnasol ar gael ar draws y llwybr gofalwyr
- Mae gofalwyr a'u rôl hanfodol yn cael eu nodi wrth ddod i gysylltiad am y tro cyntaf neu cyn gynted â phosibl ar ôl hynny ac mae help ar gael iddynt yn y ffordd symlaf a chyflymaf bosibl
- Mae protocolau polisi ac ymarfer ar waith ar gyfrinachedd a rhannu gwybodaeth
- Mae swydd(i) wedi'u diffinio sy'n gyfrifol am ofalwyr (swyddogion arweiniol gofalwyr)
- Mae amrywiaeth o wasanaethau cymorth ar gael i ofalwyr

Bydd goblygiadau yn y safonau hyn i'r holl bartneriaid wrth gomisiynu a darparu gwasanaethau i ofalwyr:

- Ar gyfer comisiynu lleol, is-ranbarthol a rhanbarthol:
 - cynllunio asiantaethau fel eu bod yn rhoi llais i ofalwyr mewn penderfyniadau lleol a sicrhau bod yr holl wasanaethau yn yr ardal yn dod yn fwy ymwybodol ac ystyriol o ofalwyr
 - gwasanaethau ag arbenigedd gofalwyr sy'n gallu hybu ymwybyddiaeth o ofalwyr yn yr holl asiantaethau yn yr ardal
 - gwasanaethau sy'n ceisio dod o hyd i ofalwyr a'u helpu i wybod am eu hanghenion a'u hawliau
 - gwasanaethau cymorth i ofalwyr sydd ag anghenion cymorth a/neu hawliau penodol
 - cynnig Taliadau Uniongyrchol i'r rheini sydd am eu cael
- Gwasanaethau gwybodaeth a chyngor (ac eiriolaeth ffurfiol neu annibynnol os yw'n briodol) sydd ar gael yn rhwydd, wedi'u teilwra yn ôl anghenion gofalwyr mewn gwahanol gyfnodau yn eu bywyd (e.e. gofalwyr ifanc, rhieni ofalwyr, gofalwyr i oedolion), amgylchiadau a chyflyrau, a chamau ar y daith gofalu
- Y gallu i gael hyfforddiant ar y sgiliau newydd y gallai fod eu hangen ar ofalwyr wrth ddechrau neu addasu i'w rôl gofalu newydd, ac i gael cymorth gan gymheiriaid lle bo'n briodol

- Yr hawl i gael asesiad (sgwrs beth sy'n bwysig) fel gofalwr drwy'ch hawl eich hun:
 - i ddatblygu cynllun gofal a chymorth cyffredinol
 - i dynnu'ch sylw at wasanaethau priodol;
 - i bennu cymhwystra am gymorth i'ch helpu i ofalu
- Ar gyfer gofalwyr cymwys:
 - Cynllun cymorth sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau llesiant personol y maen nhw eu hunain wedi'u nodi.
 - Bydd yn disgrifio'r cymorth i'w helpu i gyflawni'r canlyniadau llesiant personol a nodwyd.
 - Bydd cynlluniau cymorth yn cael eu hadolygu'n rheolaidd gan awdurdodau lleol, a bydd anghenion yn cael eu hailasesu os bydd eu hamgylchiadau'n newid

Draft

Yn unol â'r safonau a gytunwyd, mae'r prif gynllun isod yn amlinellu'r camau gweithredu a'r cyfrifoldeb arweiniol.

Rhif	Safonau	Camau gweithredu	Cyfrifoldeb rhanbarthol am weithredu	Cyfrifoldeb lleol
1.	Ymgysylltu â gofalwyr a llais y gofalwyr	Ceisio barn a gwybodaeth gofalwyr, eu rhannu, eu defnyddio a'u diweddarau'n rheolaidd wrth lunio cynlluniau gofal a strategaethau cyffredinol.	GSGGC	Yr holl bartneriaid
		Cynllunio asiantaethau fel eu bod yn rhoi llais i ofalwyr mewn penderfyniadau lleol a sicrhau bod yr holl wasanaethau yn yr ardal yn dod yn fwy ymwybodol ac ystyriol o ofalwyr	GSGGC	Yr holl bartneriaid
2.	Sefydlu a hyfforddi gofalwyr a staff	Mae cyflwyniad ar gael i'r gwasanaeth a'r staff sy'n canolbwyntio ar ofalwyr, ac mae gwybodaeth berthnasol ar gael ar draws y llwybr gofalwyr	GSGGC, drwy gydweithio â GGGIGC	Yr holl bartneriaid
		Hyfforddi staff mewn ymwybyddiaeth o ofalwyr a strategaethau ymgysylltu.	GSGGC, drwy gydweithio â GGGIGC	Yr holl bartneriaid
		Y gallu i gael hyfforddiant ar y sgiliau newydd y gallai fod eu hangen ar ofalwyr wrth ddechrau neu addasu i'w rôl gofalu newydd, ac i gael cymorth gan gymheiriaid lle bo'n briodol	GSGGC/GGGIGC	Yr holl bartneriaid
3.	Asesu a chymorth i'r holl ofalwyr	Bydd gofalwyr yn rhan o sgwrs yr asesiad (beth sy'n bwysig) drwy eu hawl eu hunain	GSGGC/GGGIGC	Awdurdodau lleol
		Cynllun cymorth sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau llesiant personol y maen nhw eu hunain wedi'u nodi er mwyn cyflawni'r canlyniadau llesiant personol a nodwyd ac sy'n cael eu hadolygu'n rheolaidd, a'r anghenion yn cael eu hailasesu os bydd eu	GSGGC/GGGIGC	Awdurdodau lleol yn gweithio gyda phartneriaid

Rhif	Safonau	Camau gweithredu	Cyfrifoldeb rhanbarthol am weithredu	Cyfrifoldeb lleol
		hamgylchiadau'n newid		
		Gwasanaethau gwybodaeth, cyngor a chymorth gan gymheiriaid (ac eiriolaeth ffurfiol neu annibynnol os yw'n briodol) sydd ar gael yn rhwydd, wedi'u teilwra yn ôl anghenion gofalwyr mewn gwahanol gyfnodau yn eu bywyd, amgylchiadau a chyflyrau, a chmau ar y daith gofalu	GSGGC, drwy gydweithio â GGGIGC	Yr holl bartneriaid
		Mae dewis o seibiant hyblyg ar gael i ofalwyr	GSGGC	Awdurdodau lleol yn gweithio gyda phartneriaid
		Eiriolaeth arbenigol, yn cynnwys hynny ar gyfer Gofal Iechyd Parhaus a gofalwyr ifanc	GSGGC	Awdurdodau lleol, BIPBC yn gweithio gyda phartneriaid
4.	Protocolau polisi ac ymarfer	Mae protocolau polisi ac ymarfer ar waith ar gyfrinachedd a rhannu gwybodaeth.	GSGGC	Yr holl bartneriaid
5.	Mabwysiadu safonau cyflogwr	<ul style="list-style-type: none"> • Adnabod gofalwyr yn y sefydliad • Mabwysiadu seilwaith sy'n ystyriol o ofalwyr • Ymrwmo i ddarpariaeth deg i ofalwyr • Darparu cyfleoedd i glywed llais gofalwyr yn y gweithle • Caniatáu arferion gweithio hyblyg, lle bo'n rhesymol ac ymarferol 	GSGGC	Yr holl bartneriaid
6.	Swyddogion arweiniol gofalwyr	Swyddi wedi'u diffinio sy'n gyfrifol am ofalwyr	Awdurdodau lleol, BIPBC	
7.	Datblygu mesurau llwyddiant a threfniadau casglu data	Cytuno ar fesurau perfformiad	GSGGC	Yr holl bartneriaid
		Cytuno ar drefniadau casglu data a'u rhoi ar waith	GSGGC/GGGIGC	Yr holl bartneriaid

9.0 Mesurau llwyddiant

Rydym yn nodi isod y prif fesurau llwyddiant arfaethedig y mae partneriaid wedi cytuno arnynt. Cesglir y rhain gan GGGGC a GGGIGC a bydd GSGGC yn monitro cynnydd er mwyn cyfrannu at gynllunio ar gyfer y dyfodol. Mae dau o'r mesurau yr un fath â'r rheini yn Fframwaith Mesur Canlyniadau Llywodraeth Cymru, a chredir bod y lleill yn bwysig i fesur y cynnydd ar ein strategaeth yng Ngogledd Cymru. Mae'r mesurau llwyddiant hyn yn rhoi pwys mawr ar wella amgylchiadau bywyd gofalwyr, gan wrando ar eu barn a'u cynnwys wrth gynllunio gwasanaethau.

- Mae gofalwyr o bob oed yn dweud eu bod yn fodlon ar yr asesiadau a chymorth wedi'i bersonoli y maent yn eu cael, maent yn gallu cael gafael ar y gwasanaethau sydd eu hangen arnynt ac maent yn deall eu hawliau o dan Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru).
- Mae gweithwyr cymdeithasol ac ymarferwyr gofal eraill yn gallu dangos eu bod yn cymhwyso egwyddor llesiant yn eu holl benderfyniadau ar ofal cymdeithasol oedolion.
- Mae nifer yr asesiadau yn 2018 wedi cynyddu'n unol ag amcangyfrif y Bartneriaeth Ranbarthol.
- Mae gofalwyr yn dweud eu bod yn teimlo eu bod wedi'u cynnwys wrth gynllunio'r cynllun gofal a chymorth ar gyfer y person y maent yn gofalu amdano (Llywodraeth Cymru)
- Mae gofalwyr yn dweud eu bod yn teimlo eu bod yn cael cymorth i barhau â'u rôl gofalu (Llywodraeth Cymru)
- Os yw gofalwr yn wynebu argyfwng, mae'n gwybod sut i gael gafael ar wasanaeth ymateb cyflym i asesu ac ymateb i'w angen

10.0 Diweddsglo

Mae gwranddo ar ofalwyr o bob oed yn sôn am eu profiadau wedi dangos bod darpariaeth o ansawdd da ar gael i ofalwyr yng Ngogledd Cymru a bod hyn yn cael ei werthfawrogi'n fawr pan fydd pethau'n mynd yn iawn. Mae gofalwyr wedi dweud wrthym hefyd fod gwasanaethau a ddarperir gan staff gwybodus yn gallu gwneud gwahaniaeth mawr i'w llesiant a'u hamgylchiadau.

Er bod nifer mawr o enghreifftiau o arfer da mewn perthynas â chymorth i ofalwyr yng Ngogledd Cymru, bydd y rheini sy'n gyfrifol am weithredu'r strategaeth hon a'r cynlluniau gweithredu ar ei chyfer yn ymdrechu i sicrhau y bydd y gwasanaethau hynny'n fwy cyson ar draws y rhanbarth ac y bydd y ddarpariaeth leol ym mhob ardal yn adlewyrchu'r safonau rhanbarthol a gytunwyd.

Mae'n bwysig bod y rheini sy'n dod i gysylltiad â gofalwyr gyntaf, ym maes gofal iechyd sylfaenol efallai, neu mewn ysgolion neu awdurdodau lleol, yn gwranddo ar ofalwyr, yn meddwl am ofalwyr ac yn eu hannog i fod yn ymwybodol o'u rôl ac i ddeall y gallant elwa o'r wybodaeth a chymorth sydd ar gael iddynt.

Atodiadau:

Atodiad 1: Beth sy'n bwysig i ofalwyr

Atodiad 2: Llwybrau gofalwyr

Atodiad 3: Mapio adnoddau

Atodiad 4: Cynllun Gweithredu Grŵp Strategol Gofalwyr Gogledd Cymru (GSGGC)

Atodiad 5: Cynllun Gweithredu Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru (GGGGC)

Atodiad 6: Cynllun Gweithredu Grŵp Gweithredol Gofalwyr Ifanc Gogledd Cymru (GGGIGC)

Atodiad 7: Cynllun Gweithredu Grŵp Cyfeirio'r Gofalwyr (GCG)

Draft



CYDWEITHREDFA GWELLA GWASANAETHAU
GOFAL A LLESIANT **GOGLEDD CYMRU**

NORTH WALES SOCIAL CARE AND WELL-BEING
SERVICES IMPROVEMENT COLLABORATIVE

Strategaeth y gofalwyr: Adroddiad o'r hyn sy'n bwysig i ofalwyr

Mehafin 2018

Rhagarweiniad

Mae straeon a phrofiadau gofalwyr yn cynnig ciplun defnyddiol o'r hyn sy'n bwysig iddynt, beth sy'n eu helpu i barhau yn eu rôl ofalgar a pha agweddau sy'n eu herio. Gellir crynhoi'r prif themâu sy'n codi o straeon ac astudiaethau achos gofalwyr fel a ganlyn:

- Unigedd y rôl ofalgar
- Y straen a brofir gan ofalwyr
- Y gwerth y mae gofalwyr yn ei roi i gefnogaeth sefydliadau'r trydydd sector ac awdurdodau lleol
- Effaith lles yr unigolyn sy'n derbyn gofal ar les y gofalwr
- Angen y gofalwyr am seibiant
- Angen y gofalwyr am wybodaeth
- Yr angen i fod yn gyflogedig, neu i ddychwelyd i waith
- Materion gwledig

Mae'r straeon a'r astudiaethau achos isod yn cynnig rhai enghreifftiau'n unig o'r rhai a gynigiwyd gan sefydliadau'r trydydd sector, BIPBC ac awdurdodau lleol.

Unigedd y rôl ofalgar a'r straen a brofwyd gan ofalwyr

"Teimlo'n unig ar adegau a byddai'n llai o straen pe bai gennym fwy o amser cymdeithasol i mi fy hun" Gofalwr, Ynys Môn

"Mae Mrs B yn methu dychwelyd i'r gwaith ers llawdriniaeth ei gŵr, ac weithiau mae'n ei chael hi'n anodd ymdopi â bywyd. Mae ganddynt fyngalo yng Nghymru wledig, 9 milltir i ffwrdd o'r archfarchnad agosaf. Teimla Mrs B yn unig, ac mae'n colli ei hen fywyd lle gallai gymdeithasu a threulio amser gyda ffrindiau a theulu. Dywedodd Mrs B wrthyf ei bod hi'n teimlo mai "bodoli nid byw" mae hi ac, ar adegau, yn teimlo mor isel nad yw bywyd i weld yn werth ei fyw." Astudiaeth Achos, Conwy

"Yn ystod sgwrs gyda rhiant-gofalwr oedolyn gydag anableddau dysgu, torrodd y gofalwr i lawr gan esbonio ei bod hi dan bwysau aruthrol. Roedd ei merch wedi methu mynd i ofal dydd ers dros fis oherwydd roedd hi wedi bod yn sâl. Nid oedd y

gofalwr yn cael unrhyw gwsg o'r herwydd ac roedd gan ei phartner ei faterion iechyd ei hun ac roedd hi ei hun yn aros i gael llawdriniaeth ar ei phen-glin.

Ar ddiwedd yr alwad ffôn, dywedodd y gofalwr fod gallu siarad â rhywun am ei gofidiau gyda rhywun y gallai ymddiried ynddo wedi codi pwysau'r byd oddi ar ei hysgwyddau. Esboniodd y gofalwr nad yw hi'n cael cyfle i drafod ei gofidiau gan nad yw hi'n teimlo'n gysurus yn siarad â phobl eraill. Penderfynwyd y byddwn yn ei ffonio'n rheolaidd yn ystod yr adeg anodd hon. Teimla'r gofalwr yn llawer gwell o wybod y gall hi rannu ei holl ofidiau gyda mi. Mae'r gefnogaeth emosiynol yn parhau gyda'r gofalwr." Astudiaeth achos, Cynnal Gofalwyr.

Yn aml iawn, y pethau sydd o bwys i ofalwyr ifanc yw'r un pethau sy'n bwysig i unrhyw unigolyn ifanc. Fodd bynnag, gall eu sefyllfa fel gofalwr ifanc gael effaith ar adegau ar y ffordd y maen nhw'n byw eu bywydau, a gall y cyfleoedd y mae pobl ifanc heb gyfrifoldebau gofalgar yn eu cymryd yn ganiataol fod yn anodd i ofalwyr ifanc fynd atynt. Canfu canfyddiadau o'r ymgynghoriad a'r ymgysylltiad â gofalwyr ifanc fel rhan o'r Asesiad o Anghenion Poblogaeth Gogledd Cymru mai'r meysydd yr oedd gofalwyr ifanc yn eu cael yn heriol oedd: canolbwyntio, cyfathrebu, bod yn hyderus a gwneud ffrindiau.

Mae gofalwyr ifanc a gofalwyr sy'n oedolion ifanc yn sôn am y pwysau maen nhw oddi tano weithiau:

"Cofio popeth (e.e. tasgau, cael gorchmynion i wneud pethau fel rhoi'r sbwriel allan). Gweithio'n gyflym.

"Mae Mr A yn oedolyn ifanc sy'n gofalu am ei dad gyda chyflyrau iechyd niferus a phroblemau symudedd sylweddol. Roedd Mr A yn cael problemau gyda symud a thrafod. Roedd ei dad yn ddefnyddiwr cadair olwyn. Aeth yn unig iawn oherwydd ei rôl ofalgar. Nid aeth ar drywydd unrhyw addysg bellach ers gadael yr ysgol ac nid yw erioed wedi bod mewn gwaith.

Roedd gan Mr A ei broblemau iechyd ei hun hefyd ac roedd yn cael pyliau o orbryder aciwt. Roedd wedi esgeuluso ei iechyd ei hun a heb ymweld â'i feddyg teulu ers cryn amser" Astudiaeth achos, Sir Ddinbych

Mae gallu gofalwyr ifanc i ganolbwyntio ymhlith cyfrifoldebau a phryderon eraill yn broblem, e.e. tra bydd yr unigolyn maen nhw'n gofalu amdano'n sâl. Yn ogystal, yr angen i siarad gyda phobl eraill am eu problemau a'u teimladau, e.e. teulu, ffrindiau, cymdogion, gofalwyr ifanc eraill yn ogystal â gweithwyr proffesiynol yn y sector cyhoeddus a'r trydydd sector.

Y gwerth y mae gofalwyr yn ei roi ar gefnogaeth sefydliadau trydydd sector ac awdurdodau lleol

Mae gofalwyr yn dweud wrthym eu bod yn gwerthfawrogi'r gwasanaethau cymorth a dderbyniant, nad ydynt yn gwerthfawrogi gwasanaethau sy'n gweithio'n dda iddynt yn cael eu cymryd oddi wrthynt, yn enwedig ar fyr rybudd. Os na gyflëwyd iddynt

pam y mae'r gwasanaeth yn dod i ben, teimlant yn rhwystredig ac nid ydynt yn deall pam y mae wedi digwydd.

“Gwelais lyfryn NEWCIS yn y feddygfa a phenderfynais gysylltu â nhw. Daeth un o'r aelodau staff allan i gyfarfod â ni'n dau. Rydym wedi cael llawer o gefnogaeth dros y blynyddoedd a dydw i ddim yn credu y gallwn i fod wedi cario ymlaen hebddynt. Maen nhw wedi ein helpu ni i fynd at CAB am gymorth ariannol ac wedi ein cefnogi ni i gael cymhorthion. Rydw i bellach yn cyfarfod â gofalwyr eraill yng ngrŵp gofalwyr NEWCIS ac mae'n fy nghael i allan o'r tŷ ac rwy'n cyfarfod â phobl mewn sefyllfaoedd tebyg.” Astudiaeth achos, NEWCIS

“Rydw i wedi dysgu popeth yn ddamweiniol ar wahân i'r hyn a ddysgais gan Cynnal Gofalwyr a phan oedd angen i mi fynd i gael asesiad gofalwr, euthum i Dinerth Road, roedd y weithwraig gymdeithasol yno'n dda iawn a threfnodd wasanaeth eistedd croesffyrdd i mi, a oedd yn dda iawn. Dyma oedd y gwasanaeth gorau erioed, gwych, alla i ddim â'u canmol digon.” Stori'r gofalwr, Conwy

“Mae'r gofalwr yn gofalu am ei wraig gyda dementia; mae hi wedi gwaethygu'n gyflym yn ystod y 6 mis diwethaf. Mae'n teimlo bod y sefyllfa'n straen enfawr ac mae'n cael trafferth ymdopi gyda'i chwestiynau ac ati. Cysylltodd â'r swyddfa i ofyn am help gyda strategaethau ymdopi i reoli straen.

Rydw i wedi bod yn cefnogi'r gofalwr dros y ddeufis diwethaf ac mae'n werthfawrogol iawn o gael rhywun sy'n deall i siarad ag ef. Rydw i wedi ymweld ag ef yn ei gartref lle trafododd wahanol ffyrdd o ymdopi ac ymateb i'r sefyllfa i leihau'r effeithiau arno ef ei hun. Dywedodd fod hyn o help mawr a rhoddodd syniadau iddo am wahanol bethau y gallai roi cynnig arnynt i ddelio â'r sefyllfa heb fynd i deimlo ar bigau'r drain neu'n gythryblus. Yn ogystal, rhoddais allwedd boced Coch Dementia iddo er mwyn ei ddangos yn dawel bach pan oedd allan gyda'i wraig, fel nad oes rhaid iddo esbonio dim byd ar lafar na theimlo cywilydd neu'n ymddiheuro am ei hymddygiad. Yn dilyn hynny, fe'i cyfeiriais at Gymdeithas Alzheimer i ofyn am weithiwr cymorth dementia i'w helpu a'i gynghori. Dilynais hyn gydag ambell i alwad ffôn i'w annog, cynnig cymorth, ac i weld beth arall allwn i wneud i'w helpu. Mae cynnydd mewn oriau seibiant yn cael eu rhoi ar waith trwy'r Gwasanaethau Cymdeithasol, ac mae seicolegydd clinigol gwadd yn cynnig ei helpu gyda'i bryder. Yn ddiweddar, anfonais wybodaeth ato mewn perthynas â'r trip i Drên Bach yr Wyddfa a drefnir gan Awyr Las i bobl sydd wedi cael diagnosis o Dementia, a'u gofalwyr, a'r diwrnod cymorth dementia yn ysbyty Alltwen. Mae'n hynod ddiolchgar am yr holl gefnogaeth a gwybodaeth ac rydw i wedi cynnig cadw mewn cysylltiad ag ef hyd nes y gellir rhagweld.” Stori gofalwr, Cynnal Gofalwyr.

“Cafwyd atgyfeiriad gan Nyrs Arbenigol yn yr ysbyty. Angen cymorth ar ofalwr claf gan mai hi yw'r unig ofalwr am ei gŵr sydd â dementia. Mae angen gofal rownd y cloc arno ac mae'r gofalwr wedi bod yn cysgu lawr llofft nesaf at ei gŵr ers sawl mis gan nad oes gwres i fyny'r llofft ac mae ei gŵr yn methu dringo'r grisiau oherwydd ei symudedd gwael.

Dywedwyd wrthi fod angen triniaeth arni ac mae'n poeni sut bydd hyn yn bosibl oherwydd ni all adael ei gŵr ar ei ben ei hun ac ni fydd hi'n gallu gofalu am ei gŵr yn gorfforol ar ôl y llawdriniaeth a'r driniaeth cemotherapi.

Cymorth Emosiynol – trafodwyd pryderon y Gofalwr

Cysylltwyd â'r Nyrs Seiciatrig Gymunedol a chwblhawyd y sgwrs Yr Hyn Sy'n Bwysig i adolygu'r anghenion gofal a'r gwasanaethau seibiant sydd ar gael – am gefnogaeth anghenion Gofalwr ar gyfer ei gŵr tra bydd hi'n cael triniaeth.

Cwblhawyd archwiliad budd-daliadau – Nid oes Lwfans Gweini'n cael ei dalu i'r sawl sy'n derbyn gofal ac mae'n gwbl ddibynnol ar y Gofalwr. Atgyfeiriad DWP am AA1, Credyd Pensiwn (CP) (cwblheir y cyfrifiadau gyda'r gofalwr) a bydd Eithriad i'r Dreth Gyngor yn berthnasol ar ôl dyfarnu CP. Pan ddyfernir hwn, ceir atgyfeiriad trwy gynllun Gwres Nest.

Cyllid – Esbonio cyllid lechyd a Chymdeithasol mewn perthynas â'r sawl sy'n derbyn gofal os caiff ei dderbyn i Gartref Gofal.

Cwblhawyd cais am Fathodyn Glas

Mewn adolygiad 4 wythnos yn dilyn cyfarfod gyda gofalwr yn YG

-“Fyddwn i ddim wedi gwybod am unrhyw un o'r uchod heb help y Swyddog Cymorth i Ofalwyr, Ysbyty Gwynedd” Astudiaeth Achos, Cynnal Gofalwyr.

“Mae Mrs D yn gofalu am ei mam a bellach am ei gŵr, sy'n golygu ei bod hi'n ynysig iawn heb unrhyw amser am unrhyw beth arall – “bod yn ofalwraig yw'r cyfan sydd yn fy mywyd rŵan.

Ymweld â'r Ganolfan gyda'm gŵr yw'r tro cyntaf imi deimlo bod fy rôl fel gofalwraig yn cael ei chydabod. Mae'r staff yn llawn gofal ac yn gyfrifol, os ydyn nhw'n gwybod eich bod chi'n cael unrhyw drafferthion, maen nhw'n awyddus i helpu, oherwydd maen nhw'n cydnabod bod iechyd a lles y gofalwr cyn bwysiced.” Stori Gofalwr, Sir Ddinbych

Mae rhai gofalwyr am gael gwasanaeth yn y Gymraeg, yn eu dewis iaith. Amlygodd y gwaith ymgynghori ac ymgysylltu fel rhan o'r Asesiad o Anghenion y Boblogaeth bwysigrwydd cael gwasanaethau gofal a chymorth ar gael yn y Gymraeg. Dylai'r gwasanaethau sicrhau bod gwasanaethau Cymraeg eu hiaith yn cael eu hymgorffori wrth gynllunio a chyflwyno gwasanaethau a bod gwasanaethau'n cael eu cynnig yn Gymraeg i siaradwyr Cymraeg heb iddynt orfod gofyn amdanynt. Er bod y wybodaeth o'r ymarfer mapio gwasanaethau'n awgrymu bod gwasanaethau ar gael yn y Gymraeg a'r Saesneg i ofalwyr, nid yw'n glir ydy gwasanaethau'n cyrraedd y safonau “Mwy na geiriau”, ydyn nhw ar gael yn syth neu a oes angen gwneud trefniadau ymlaen llaw i drefnu'r gwasanaethau.

Angen y gofalwyr am wybodaeth

Mae'r dystiolaeth o straeon y gofalwyr a'r sgrysiâu Yr Hyn Sy'n Bwysig yn awgrymu bod gofalwyr yn anymwybodol o'u hawliau ar adegau a hefyd yn anymwybodol o'r gwasanaethau gwybodaeth a chymorth sydd ar gael iddynt.

“Gwnaeth y teulu byth droi at unrhyw wasanaethau statudol ac nid oedd hi byth yn ymwybodol o unrhyw wasanaethau i gefnogi Gofalwyr. Roedd ei phrif gyswllt gyda'r meddyg teulu bob tro ond ni roddodd fyth wybod iddi am unrhyw wasanaethau oedd ar gael iddi, nac am ei hawl i Asesiad Gofalwr”. Astudiaeth Achos, Sir Ddinbych.

Mae'n bwysig hefyd i ofalwyr gael gwybodaeth berthnasol ar yr adeg fwyaf priodol,

“Rwy'n credu mai'r clinig cof fyddai'r lle i roi pecyn neu wybodaeth i mi a dweud, ewch adref a phan gewch chi funud ac ar ôl i chi wneud hyn fydd popeth yn llawer gwell i chi.” Gofalwr, Conwy

Gall diffyg gwybodaeth am faterion ariannol arwain at bryder gofalwr hefyd:

“Nid oedd Mr A yn derbyn unrhyw fudd-daliadau ac nid oedd yn ymwybodol y gallai hawlio Lwfans Gofalwyr. Nid oedd yn gwybod am y gefnogaeth oedd ar gael i Ofalwyr yn Sir Ddinbych.” Astudiaeth Achos, Sir Ddinbych.

Dywedodd rhiant plentyn gyda Syndrom Down wrthym nad oedd hi wedi cael digon o wybodaeth trwy'r gwasanaeth iechyd:

“O edrych yn ôl ar y cyfnod cynnar, ni dderbyniais wybodaeth am sefydliadau fel “Cymdeithas Syndrom Down” neu'r Gwasanaeth Cynnal Gofalwyr a allai fod wedi bod o gymorth i mi fel rhiant.” Stori Rhiant Gofalwr, Gwynedd.

Effaith lles yr unigolyn sy'n derbyn gofal ar les y gofalwr

Yn aml, bydd gofalwyr yn dweud nad oes angen cymorth arnynt, ac os bydd anghenion yr unigolyn sy'n derbyn gofal yn cael eu bodloni, eu bod nhw'n teimlo hefyd eu bod yn cael eu cefnogi fel gofalwyr.

“Aeth fy mab yn sâl ac roeddwn yn gofalu amdano ar fy mhen fy hun. Cafodd wasanaethau gan Dîm Iechyd Meddwl y Gymuned. Mae gormod o siarad a dim

digon o weithredu. Mae'r gweithiwr cymorth yn mynd ag ef am brofion gwaed rheolaidd. Ar ddydd Mawrth, mae'n mynd i 'gerdded a sgwrsio', dim ond am ryw awr, ond mae'n rhoi lle i mi anadlu. Rydw i wedi bod yn gofyn am hynny ers blynyddoedd, ond mae gormod o siarad. Mae cymorth i'r rhai sy'n derbyn gofal yn gymorth anuniongyrchol i ofalwyr hefyd...

...Bu rhaid i mi ganslo gwyliau a gynigiwyd gan fy mab arall. Rydych chi'n gofidio pan fyddwch oddi cartref, a byddai'n rhaid i'r sawl sy'n derbyn gofal fynd i rywle arall...

...Y gweithiwr cymorth yw'r un mwyaf cynhyrchiol ac mae'n lleddfu'r straen ar y gofalwr" Stori Gofalwr, Gwynedd

Mae gofalwyr ifanc wedi dweud wrthym fod iechyd a lles yr unigolyn maen nhw'n gofalu amdano'n bwysig iddynt, e.e. ddim eisiau i'w rhiant ddechrau yfed eto, a bod eu teulu'n bwysig, "*oherwydd gallaf siarad â nhw drwy'r amser*". Yr hyn sy'n bwysig i ofalwyr ifanc hefyd yw bod eu grŵp cyfoedion a'u hathrawon yn eu derbyn. Er y gall yr hyn y mae pobl yn ei feddwl ohonynt fod yn bwysig i lawer o bobl ifanc, mae'r effaith y gall eu cyfrifoldebau gofalgar eu cael ar eu bywydau yn golygu bod y broblem hon yn cael ei gwaethygu i ofalwyr ifanc weithiau, e.e. agweddau y gallai fod gan bobl tuag atyn nhw oherwydd ni allant ymuno mewn gweithgareddau cymdeithasol, neu'n methu cwblhau gwaith cartref. Dywedodd un gofalwr tra'r oedd pobl ifanc eraill yn chwarae o gwmpas yn y dosbarth, roedd o'n ymdrechu i gael ei holl waith wedi'i wneud yn yr ysgol oherwydd ni fyddai'n gallu gwneud hynny adref.

"Petai mam yn gwella. Petai gennyf well cof. Pe byddwn yn gwneud fy ngwaith yn gynt. Pe allwn weld fy ffrindiau y tu allan i'r ysgol yn amlach." Gofalwr ifanc, Ynys Môn.

Angen y gofalwyr am egwyl

Y brif neges gan y gofalwyr yw bod yr egwyl y mae arnynt ei angen o ofalu mewn ymateb i'w hanghenion, eu sefyllfa a'u hamgylchedd adref. Maen nhw eisiau i bobl wrando arnynt, a bydd gan bob gofalwr wahanol anghenion. Nid ydynt yn gwerthfawrogi pobl yn dweud wrthynt ba wasanaeth allai gael ei ddarparu iddynt, nid oes angen gwasanaeth egwyl i ofalwyr rheolaidd arnynt o reidrwydd ac weithiau mae gwasanaethau'n cael eu gordanysgrifio, gan arwain at wastraff.

Mewn sefyllfa lle mae gofal amgen yn y cartref neu wasanaeth eistedd yn cael ei ddarparu, dywedodd y gofalwyr wrthym ei bod hi'n bwysig bod yr unigolyn sy'n derbyn gofal yn gyfarwydd â'r unigolyn sy'n darparu'r gofal, neu efallai na fydd yn werth chweil. Mewn sefyllfaoedd lle mae'r unigolyn sy'n darparu'r gwasanaeth ar

wyliau, gallai'r unigolyn sy'n derbyn gofal neu'r gofalwr benderfynu gohirio'r trefniant hyd nes bod yr unigolyn sy'n darparu'r gwasanaeth fel rheol ar gael.

Mae'n bwysig hefyd i egwyliau gofalwyr allu cael eu darparu'n hyblyg ac ar fyr rybudd er mwyn i'r gofalwr barhau i fyw eu bywydau yn y ffordd yr hoffen nhw, e.e. ymuno mewn achlysuron cymdeithasol ar fyr rybudd, a pheidio â gorfod gwneud trefniadau'n rhy hir ymlaen llaw. Mater arall hefyd yw'r angen am ddigon o hyblygrwydd yn y gofal sydd ar gael i alluogi ar gyfer gofal mewn sefyllfaoedd o argyfwng a sefyllfaoedd y tu allan i oriau.

“Nid oes unman y gallwch ffonio a chael gofal mewn argyfwng neu wedi'i gynllunio ymlaen llaw am gwpl o oriau i rywun ifanc gyda dementia lle gwyddoch y byddech yn eu gadael nhw gyda rhywun maen nhw'n ei adnabod ac yn ymddiried ynddynt os nad oes gennych deulu neu ffrindiau a all helpu.” Gofalwr, Ynys Môn

Mae'n drueni oherwydd yn aml iawn mae dewis ac mae pethau ymlaen ar yr un pryd yn ystod yr wythnos ond dim byd ar y penwythnos ac rwy'n deall mai'r penwythnos yw hi, ond mae hynny'n beth mawr i lawer o bobl.” Gofalwr, Conwy.

Yn ogystal, mae angen teilwra egwyliau gofalwyr i anghenion yr unigolyn,

“O gwblhau'r asesiad, mae Gofalwr A wedi cael sgwrs gyda'i theulu dros gyfnod y Nadolig ynglŷn ag eisiau seibiant o'i rôl ofalgar. Gwrthodwyd hyn gan ei gŵr a dywedodd ei fod yn hapus i'w wraig fynd i'w grwpiau gyda'r nos oherwydd teimla y gall rheoli ei feddyginiaeth ei hun. Mae Gofalwr A bellach yn mynd i grwpiau gyda'r nos ac yn defnyddio heb fel ei seibiant hi. Yn ogystal, mae Gofalwr A wedi defnyddio'r amser hwn i fynd i'r eglwys a cheisio cael cefnogaeth drwy ei ffydd.” Gofalwr, Conwy.

Ar adegau, bydd y gofalwr am gael yr egwyl y tu allan i amgylchedd y cartref. Ar adegau eraill, byddan nhw eisiau rhywun i ddarparu gofal amgen. Dewis arall fyddai cael egwyl ar gyfer y gofalwr a'r un sy'n derbyn gofal gyda'i gilydd.

“Mae Miss C yn ofalwraig i'w mam sydd hefyd yn cael cefnogaeth aelod arall o'r teulu. Gofynnodd mam Miss C am ofal dydd er mwyn adennill ei chysylltiadau â'r gymuned a chynyddu gweithgarwch a chymhelliad.

Mynychodd y ddau ofalwr y ganolfan ddydd i gefnogi cyfnod o gartrefu ond roedd modd i staff y ganolfan ganolbwyntio ar y gofalwyr a Miss C i alluogi tri unigolyn i gael rhywfaint o seibiant a mynychu a chymryd rhan mewn gweithgareddau ystyrlon...

..Mae'r ganolfan yn rhoi amser i ffwrdd wrth mam i'r ddau ofalwr, gan wybod yn sicr bod unrhyw ofal personol yn eu habsenoldeb yn cael ei roi gan staff wedi'u hyfforddi'n dda.” Stori'r gofalwr, Sir Ddinbych.

“Alla i ddim credu bod NEWCIS wedi rhoi'r cyfle i ni gael egwyl i ffwrdd gyda gofalwyr eraill a staff cefnogol NEWCIS. Mae bod i ffwrdd gyda gofalwyr eraill a'u hanwyliaid sydd mewn sefyllfa debyg i ni wedi ein galluogi ni i fwynhau awyrgylch cysurus, gyda chwmni da a chan deimlo'n llai ynysig. Gallwn ymlacio oherwydd gwyddwn fod rhywun yno i fi ac i'm gwraig, i'n cefnogi ni os oedd angen help arnom”.

“Nid ydym wedi cael egwyl oddi cartref ac nid ydw i wedi cael egwyl o'm rôl ofalgar ers nifer fawr o flynyddoedd. Mae hyn oherwydd ein sefyllfa ariannol ac oherwydd byddai gennyf ofn fynd â'm gwraig i ffwrdd heb gefnogaeth”.

“Mae'r egwyl hon wedi fy nghaniatáu i orffwys, clirio fy mhen, peidio â meddwl am goginio neu lanhau ac wedi rhoi i ni amser gyda'n gilydd i greu atgofion. Rwy'n ei charu hi gymaint ac rydym wedi mwynhau treulio amser o safon gyda'n gilydd. Diolch yn fawr”. Stori'r Gofalwr, NEWCIS.

Mae gan riant-ofalwyr anghenion penodol am egwyl hefyd:

“Beth sy'n fy nghadw i fynd? ...Teulu a ffrindiau ond yr hyn sy'n bwysig i ni hefyd yw'r amser i ffwrdd o ofalu. Rwy'n rhwyfo weithiau ond mae'r cyfleoedd am “amser euraidd” fel rwy'n ei alw yn brin iawn, neb i warchod l er enghraifft. Hoffwn dreulio “amser euraidd” gyda T (brawd bach l) hefyd ac fel rhiant rwy'n poeni a ydyw'n cael chwarae teg gan fod diwrnodau allan fel teulu'n tueddu i fod o gwmpas anghenion l. Stori Rhiant-ofalwr, Gwynedd.

Yr angen i fod yn gyflogedig, neu i ddychwelyd i waith

Mae straeon gofalwyr am geisio dychwelyd i'r gwaith neu gydbwyso gwaith gyda chyfrifoldebau gofalu'n cael eu cynnwys yn aml. Mae angen i ofalwyr fagu eu hyder er mwyn gwneud hyn ac maen nhw'n elwa ar y gefnogaeth a roddwyd iddynt gyflawni'r hyn sy'n bwysig iddynt ym myd gwaith.

“Un o'r pryderon sydd gan y gofalwyr ynghylch symud ei mam i gartref preswyl yw a fydd ganddi ei hunaniaeth ei hun ai peidio ar ôl iddi gollu ei rôl ofalgar. Yn ystod ymweliad â'r cartref, trafodon ni mynd yn ôl i gyflogaeth gyda thâl. Rhannodd y gofalwr ei phryderon am beidio â chael yr hyder na'r sgiliau i neidio'n ôl i'r gweithle.

Rydym wedi penderfynu cael trafodaeth, gan ganolbwyntio ar ba sgiliau a ddysgodd o'i rôl ofalgar. Yr amynedd, yr ymrwymiad, yr aberthau. Gellir cynnwys pob priodwedd bersonol dda yn ei CV a'i ffurflenni cais. Cytunodd y gofalwr a chydnyddodd y gallai ei sgiliau fod yr un mor werthfawr, neu hyd yn oed yn fwy gwerthfawr na'r rhai sydd wedi'u hastudio a'u dysgu o lyfrau.” Stori'r gofalwr, Conwy.

“Ar ôl yr alwad ffôn gyntaf, trefnwyd ymweliad â'r cartref a chynhaliwyd Asesiad o Anghenion Gofalwyr (AAG). Byddai'r AAG yn dynodi sefyllfa lawn y gofalwyr. Dynododd yr AAG fod angen cefnogaeth ar y Gofalwr o ran ei hawliau yn y gweithle a gwybod beth oedd ei dewisiadau. Trosglwyddwyd llyfryn Carers Rights gan Carers UK i'r Gofalwr a thrafodwyd dewisiadau gyda hi ynghylch sut gall cyflogwyr helpu – gweithio hyblyg, rhannu swyddi, amser i ffwrdd am argyfyngau ac ati. Cyfeiriwyd y Gofalwr i edrych ar bolisi Gofalwyr ei chyflogwr ac os oedd hi eisiau, gallai drafod ei sefyllfa gyda'i chyflogwr. Roedd ei chyflogwr eisoes yn gwybod ei bod hi'n ofalwraig.

Trafodwyd Taliadau Uniongyrchol ac Ymddiriedolaeth Penderels ac roedd y Gofalwr am gael rhagor o wybodaeth mewn perthynas â hyn. Trafodwyd bod angen Gweithiwr Cymdeithasol er mwyn iddi droi at Daliadau Uniongyrchol.

Cytunodd y Gwasanaethau Cymdeithasol daliadau uniongyrchol yn y panel ac mae'r Gofalwr bellach yn chwilio am weithiwr gofal trwy Penderels i roi'r hawl iddi gael egwyliau cyson o'i rôl ofalgar." Astudiaeth achos, Sefydliad trydydd sector.

"Gall bywyd rhywun newid mewn eiliadau...o fod yn unigolyn diwyd sydd wedi teithio'r byd i fod yn fam gyda phlentyn gydag anghenion ychwanegol – ni allaf weithio'n amser llawn bellach gan fod gennyf gynifer o apwyntiadau meddygol – Awdioleg, Cardioleg, Therapi Iaith, Pediatreg ac ati. Rydw i wedi mynychu cynifer o apwyntiadau ysbyty gydag I fy mod i wedi colli cyfrif, yn ei dro mae hyn yn cael effaith ariannol arnaf...gall weithio'n rhan-amser fod yn anodd...yn enwedig os bydd i yn anhwylyd (diffyg cwsig)...ond fel rhiant mae'r "Lwfans Gofalwr" ymhell o fod yn ddigon a theimlaf nad oes opsiwn arall ond gweithio. Gall fod yn anodd hefyd dod o hyd i waith gan fy mod i'n dibynnu ar fy nghyflogwr i ddeall fy sefyllfa fel gofalwr." *Stori Rhiant-Ofalwr, Gwynedd.*

Materion gwledig

Mae gofalwyr sy'n byw mewn ardaloedd gwledig yn dymuno cael yr un lefel gwasanaeth â gofalwyr sy'n byw mewn trefi.

Mae gofalwyr yn adrodd bod byw mewn ardaloedd gwledig yn creu problemau iddynt o ran:

- Cael cymorth neu egwyl i ofalwyr
- Amser teithio'n cael ei dynnu allan o'r amser a glustnodir am wasanaeth uniongyrchol
- Unigedd

"Nid oes cyfleusterau anabledau dysgu, gweithgareddau grŵp cymorth i'm merch eu mynychu yn Llangollen ond ymddengys bod llawer mwy yn Ninbych a rhai yn Rhuthun, ond mae'n methu cael cludiant i'r lleoedd hyn." Gofalwr, Sir Ddinbych

Mae gofalwyr wedi nodi nad yw amser teithio pan drefnir gofal amgen yn cael ei gyfrif. Gallai gofal amgen gael ei drefnu am dair awr, ond mewn ardaloedd gwledig, gallai gymryd cyfran fawr o amser i'r gofalwr deithio i'r siopau/gweithgareddau agosaf ac ati ac wedyn byddant ond yn cael swm bach o amser i wneud yr hyn maen nhw eisiau. Mae'r problemau'n waeth mewn ardaloedd gwledig; gall gorchwylion syml fel codi presgripsiwn, apwyntiadau, teithio fod yn anodd iawn i'r gofalwr. Trafododd y gofalwyr sy'n cyfrannu at y gwaith hwn yng Ngogledd Cymru'r posibilrwydd o gael cydran asesu gofalwyr gwledig a bod premiwm yn cael ei adlewyrchu am ofal amgen gwledig. Gall cynllunio wrth gefn mewn ardaloedd gwledig fod yn hynod anodd.

Casgliad

Yn ogystal â bod yn swyddogaeth ymarferol, mae'r gofalwyr wedi nodi bod rhoi gofal yn rôl emosiynol hefyd, gyda'r gofalwyr yn adrodd teimladau o euogrwydd, unigrwydd, gorbryder, gofid, trallod, unigedd, ofn, rhwystredigaeth, anhawster wrth ddelio â newid a thrawsnewid. Gallai rhai gofalwyr fod yn gwadu cyflwr eu hunigolyn sy'n derbyn gofal hefyd. Bydd y teimladau hyn yn digwydd ar wahanol adegau yn llinell amser profiad y gofalwr, a bydd pob gofalwr yn gofyn am gefnogaeth wedi'i theilwra.

Mae gwranddo ar straeon a phrofiadau gofalwyr yn cynnig mewnwelediad i'w bywydau, yn dangos pwysigrwydd cefnogaeth ac yn pwysleisio'r materion sydd ynghlwm â'r rôl ofalgar. Mae'r gwaith hwn wedi helpu partneriaid i sicrhau y caiff gwasanaethau eu dylunio gyda'r gofalwr wrth eu gwraidd.

Mae angen i'r gwaith i wrando ar ofalwyr a chasglu eu straeon barhau. Bydd hyn yn ein helpu ni i fesur pa gynnydd rydym yn ei wneud a deall yr hyn sy'n gweithio'n dda, yr hyn sy'n cael ei werthfawrogi a'r hyn y mae angen i ni ei wneud i newid neu wella gwasanaethau.

Caiff cyfraniad straeon gofalwyr ac astudiaethau achos eu gwerthfawrogi'n fawr ac estynnir diolch yn fawr iawn i bob gofalwr a gweithiwr proffesiynol sydd wedi bod ynghlwm.



CYDWEITHREDFA GWELLA GWASANAETHAU
GOFAL A LLESIANT **GOGLEDD CYMRU**

NORTH WALES SOCIAL CARE AND WELL-BEING
SERVICES IMPROVEMENT COLLABORATIVE

Strategaeth Gofalwyr: adroddiad ar fapio teithiau gofalwyr

Mehefin 2018

Cyflwyniad

Fel rhan o'r trafodaethau am Ffrwd Waith Gofalwyr Partneriaeth Ranbarthol Gogledd Cymru, daeth yn amlwg y byddai'n fuddiol mapio teithiau gofalwyr er mwyn cael gwell dealltwriaeth o'u profiadau o'r gwasanaethau presennol.

Diben mapio teithiau'r gofalwyr oedd:

- Canfod i ba raddau y mae profiadau'r gofalwyr yn wahanol i'r broses
- Adnabod pwy ar hyd y broses all roi cymorth i ofalwyr
- Deall beth sydd angen ei newid a'i wella

Dull

Er mwyn cwblhau'r gwaith hwn, bu i ni gydweithio â'n hawdurdod lleol a'n partneriaid iechyd i edrych ar achosion gofalwyr. Roedd y gwaith hwn yn canolbwyntio ar deithiau gofalwyr trwy'r gwasanaethau statudol, gan gynnwys pa mor dda yr oedd y gwasanaethau'n gweithio gyda'r trydydd sector i ddarparu'r hyn sy'n bwysig i ofalwyr.

Roedd yr amser oedd ar gael yn golygu mai dim ond nifer fechan o achosion yr oedd posib eu hastudio.

Conwy: 3 achos – gofalwyr pobl hŷn

Sir Ddinbych: 1 achos – gofalwr unigolyn ag anabledd dysgu

Wrecsam: 1 achos – gofalwr person hŷn

BIPBC – 1 achos – claf adsefydlu iechyd meddwl, Llanfairfechan

Yng Ngwynedd, bu i ni edrych ar y gwasanaeth cymorth ar gyfer defnyddiwr gwasanaethau iechyd meddwl mewn un rhan o'r sir, a dod i ddeall ei effaith ar nifer fechan o achosion.

Roedd dwy agwedd i'r dasg fapio:

- 1) Mapio'r broses
- 2) Mapio sut y mae'r unigolyn yn mynd drwy'r broses (taith y gofalwr)

Trwy gydweithio â gweithwyr proffesiynol perthnasol mewn awdurdodau lleol ac iechyd, daethom i ddeall o'u profiadau ac o ffeiliau achos a nodiadau, sut sefyllfa y mae gofalwyr yn ei hwynebu. Wrth i drafodaethau fynd rhagddynt, cofnodwyd y broses a rhan y gofalwr ar bapur, gan arwain at drafodaeth ar sut y gellid gwella pethau. Mae esiampl i'w weld isod.

CAREER PATHWAY WORK.

CARREG FAWR. MIH REHABILITATION UNIT.

REBECCA JONES, STAFF NURSE

AIMEE DANZI, CARERS LEAD OFFICER.

OFFICIAL
PROCESS

CARER

AREA TO
IMPROVE

① REFERRAL PROCESS.

EXAMINER WHO VISIT BY FAWR. TRY GET BY TO VISIT TEAM.
* ASSESS SERVICES
* EXAMINE CRIMINAL RECORDS
* CHECK FOR ANY EXISTING PLACEMENTS
* COMMUNITY

UNDERSTAND AS NO INVOLVEMENT FROM FAWR STAFF

TREAT INDIVIDUAL AS PEOPLE WHO EXPECT INTO FAWR SERVICES TO IDENTIFY CAREER AT SEVERAL STAGES

② DESKTOP REVIEW ASSESSMENT. (IDENTIFIED / REQUESTED BY MANAG.)

REQUIREMENTS RELATING TO THE INDIVIDUAL'S CURRENT POSITION OR A USE FOR FAWR - CHECK WITH HR ABOUT EMPLOYMENT

CAREER ASSESSMENT WHILE IN FAWR. UNDERSTAND TEAM. BUT NOT OFFICIAL QUESTION ABOUT IDENTIFYING CAREER. COULD BE MANAGED

EXPLICIT QUESTION - IDENTIFY CAREER WITHIN DESKTOP ASSESSMENT

③ ADMISSION.

RECEIVE FAWR USE FAWR WITH DOG 2019

RECEIVE A REFERENCE FROM FAWR WHO VISITS TO IDENTIFY CAREER
* SIGNATURE FROM FAWR
* IDENTIFY CAREER WITHIN FAWR
* IDENTIFY CAREER WITHIN FAWR AND SIGNATURE FROM FAWR, INCLUDING CAREER
* IF CAREER REQUESTS SIGNING FROM FAWR
* IDENTIFY CAREER WITHIN FAWR AND SIGNATURE FROM FAWR, INCLUDING CAREER
* IDENTIFY CAREER WITHIN FAWR AND SIGNATURE FROM FAWR, INCLUDING CAREER

* IDENTIFY CAREER WITHIN FAWR AND SIGNATURE FROM FAWR, INCLUDING CAREER

* IDENTIFY CAREER WITHIN FAWR AND SIGNATURE FROM FAWR, INCLUDING CAREER
* IDENTIFY CAREER WITHIN FAWR AND SIGNATURE FROM FAWR, INCLUDING CAREER
* IDENTIFY CAREER WITHIN FAWR AND SIGNATURE FROM FAWR, INCLUDING CAREER

* IDENTIFY CAREER WITHIN FAWR AND SIGNATURE FROM FAWR, INCLUDING CAREER

* IDENTIFY CAREER WITHIN FAWR AND SIGNATURE FROM FAWR, INCLUDING CAREER
* IDENTIFY CAREER WITHIN FAWR AND SIGNATURE FROM FAWR, INCLUDING CAREER

④ TIME WITHIN PLACEMENT.

* CAREER ASSESSMENT WHILE IN FAWR. UNDERSTAND TEAM. BUT NOT OFFICIAL QUESTION ABOUT IDENTIFYING CAREER. COULD BE MANAGED

* CAREER ASSESSMENT WHILE IN FAWR. UNDERSTAND TEAM. BUT NOT OFFICIAL QUESTION ABOUT IDENTIFYING CAREER. COULD BE MANAGED

* CAREER ASSESSMENT WHILE IN FAWR. UNDERSTAND TEAM. BUT NOT OFFICIAL QUESTION ABOUT IDENTIFYING CAREER. COULD BE MANAGED

⑤ DISCHARGE.

* CAREER ASSESSMENT WHILE IN FAWR. UNDERSTAND TEAM. BUT NOT OFFICIAL QUESTION ABOUT IDENTIFYING CAREER. COULD BE MANAGED

* CAREER ASSESSMENT WHILE IN FAWR. UNDERSTAND TEAM. BUT NOT OFFICIAL QUESTION ABOUT IDENTIFYING CAREER. COULD BE MANAGED

* CAREER ASSESSMENT WHILE IN FAWR. UNDERSTAND TEAM. BUT NOT OFFICIAL QUESTION ABOUT IDENTIFYING CAREER. COULD BE MANAGED

* CAREER ASSESSMENT WHILE IN FAWR. UNDERSTAND TEAM. BUT NOT OFFICIAL QUESTION ABOUT IDENTIFYING CAREER. COULD BE MANAGED

* CAREER ASSESSMENT WHILE IN FAWR. UNDERSTAND TEAM. BUT NOT OFFICIAL QUESTION ABOUT IDENTIFYING CAREER. COULD BE MANAGED

* CAREER ASSESSMENT WHILE IN FAWR. UNDERSTAND TEAM. BUT NOT OFFICIAL QUESTION ABOUT IDENTIFYING CAREER. COULD BE MANAGED

Mae'n bwysig pwysleisio nad oedd yr enghreifftiau achos a gymerwyd yn cynrychioli poblogaeth gyfan y gofawyr ar draws y rhanbarth. Fodd bynnag, cawsant eu tynnu o wahanol feysydd gwasanaeth ledled Gogledd Cymru, gan roi cyfle i ni ddysgu o brofiadau unigolion.

Beth mae mapio'r daith yn ei ddweud wrthym?

Mae'r gwaith yn dangos teithiau gofalwyr unigol ac mae wedi bod o fudd o ran ychwanegu at y dystiolaeth ansoddol y mae'r partneriaid eisoes wedi'i chasglu ynghyd yn straeon ac astudiaethau achos y gofalwyr.

O'r gwaith hwn rydym wedi gallu deall yn well sut brofiad y mae'r gofalwyr yn ei gael, a dysgu beth sy'n gweithio'n dda, beth allai weithio'n well a beth sydd angen ei newid. Mae hyn oll wedi cael ei ystyried ochr yn ochr â phethau eraill rydym wedi'u dysgu gan y gofalwyr.

Er mai dim ond nifer fechan o achosion gofalwyr a astudiwyd ar gyfer y gwaith o fapio'r daith, roedd yn adlewyrchu'r canlynol:

Gwybodaeth am y gofalwr:

- Mae nifer o ofalwyr yn gwrthod asesiad gofalwr. Efallai mai'r rheswm am hyn yn rhannol yw bod gofalwyr yn eu hystyried eu hunain yn riant, gŵr, gwraig, partner, mab, merch, brawd, chwaer, ffrind neu gymydog, yn hytrach nag yn ofalwr.
- Mae gofalwyr yn tueddu i aros nes y byddant yn wynebu argyfwng cyn cysylltu â'r gwasanaethau cymdeithasol.
- Mae gofalwyr yn ddiolchgar am y cymorth y maent yn ei gael ac yn tueddu i beidio â gofyn am fwy.
- Mae gofalwyr yn barod i roi eu hadborth a'u barn ar ba mor ddigonol yw'r gwasanaeth y maent yn ei gael pan wahoddir nhw i wneud hynny.
- Mae adolygiadau sy'n canolbwyntio ar y person ac sy'n trafod yr hyn sy'n gweithio'n dda a'r hyn nad yw'n gweithio cystal, yn fuddiol i'r gofalwr.
- Mae yna enghreifftiau o ofalwyr yn hunangyfeirio i'r Gwasanaeth Un Pwynt Mynediad (UPM).
- Mae cynnwys y gofalwr weithiau'n arwain at orlethu'r gofalwr.
- Mae ar ofalwyr angen cymorth emosiynol.

Gwybodaeth am wasanaethau'r awdurdod lleol ac iechyd:

- Ceir enghreifftiau o wasanaethau'r UPM a meddygon teulu yn gweithio'n dda wrth adnabod gofalwyr a chynnal sgysiau 'beth sy'n bwysig' gyda nhw.
- Mae yna arferion da o ran ymgysylltu â gofalwyr o fewn BIPBC, e.e. trin y gofalwr fel partner cyfartal, croesawu'r gofalwr, cynnig gwybodaeth, cofnodi amgylchiadau'r teulu, gwahodd y gofalwr am sgwrs, cynnwys y gofalwr wrth gynllunio i ryddhau'r unigolyn y mae'n gofalu amdano, gwahodd y gofalwr i weld llety'r unigolyn y mae'n gofalu amdano, cynnwys y gofalwr wrth gynllunio triniaeth yr unigolyn y mae'n gofalu amdano.

- Mewn rhai achosion, mae'n bwysig cyfarfod y gofalwr y tu allan i'r cartref a gofyn iddyn nhw ym mha ffordd y byddai orau ganddyn nhw gyfathrebu.
- Mae Taliadau Uniongyrchol yn gweithio'n dda gan eu bod yn cynnig hyblygrwydd ac yn osgoi trefnu gormod o seibiannau i'r gofalwr (h.y. darparu nifer penodol o oriau gan ddarparwr ar gontract).
- Gall cael y cymorth priodol i'r unigolyn gydag anabledau dysgu fod yn hanfodol i les y gofalwr. Mewn un achos, roedd yr unigolyn oedd yn derbyn gofal yn gymwys i gael cynllun gofal a chymorth integredig. Pan sefydlwyd hwnnw, roedd posib bodloni anghenion lles y gofalwr gyda chymorth gan y trydydd sector a thrwy ei gyfeirio at gefnogaeth arall yn y gymuned leol.
- Mae eiriolaeth yn bwysig i wneud yn siŵr bod dymuniadau ac anghenion y gofalwr a'r unigolyn sy'n derbyn gofal yn cael eu hystyried yn llawn.
- Mae yna enghreifftiau o wasanaethau 'gwarchod' sy'n darparu gwasanaethau ychwanegol i'r unigolyn sy'n derbyn gofal, e.e. mynd â nhw am dro, gwneud y mwyaf o'r amser gyda'r unigolyn sy'n derbyn gofal.
- Mae yna fwlch yn y gwasanaethau 'gwarchod' i'r gofalwr gael seibiant ar gyfer defnyddwyr gwasanaethau iechyd meddwl.
- Efallai bod y term 'gwasanaeth gwarchod' yn gamarweiniol; er nad yw gwasanaeth gwarchod yr un fath â gofal amgen, mae'n cyfeirio at wasanaeth sy'n rheolaidd yn cynnig mwy nag eistedd gyda'r unigolyn sy'n derbyn gofal.
- Ni all cymorth grŵp yn y gwasanaethau iechyd meddwl weithio mewn ardaloedd lle mae'r boblogaeth yn fwy gwasgaredig, ac mae'n dibynnu ar wasanaethau cymorth un i un.
- Mae gofalwyr yn cael eu cyfeirio at sefydliadau'r trydydd sector i gael gwybodaeth a chymorth arbenigol

Gwybodaeth am ein gweithlu:

- Darperir gwasanaethau o ansawdd dda gan weithwyr proffesiynol sy'n ymwybodol o ofalwyr, sydd wedi ymrwymo i'w gwaith ac i feddwl yn greadigol er mwyn addasu'r gwasanaeth ar gyfer yr unigolyn sy'n derbyn gofal a'r gofalwr.
- Gall gweithwyr proffesiynol ymroddedig ychwanegu gwerth i wasanaethau, a meddwl y tu allan i 'lwybrau'r broses' er mwyn creu llwybr sy'n addas i'r gofalwr unigol a'r unigolyn y mae'n gofalu amdano.
- Mae yna sawl pwynt ar hyd taith yr unigolyn sy'n derbyn gofal lle mae angen i ymarferwyr ystyried y gofalwr, cynnig asesiad gofalwr ac edrych ar sut y mae'r gofalwr yn ymdopi neu weld a oes unrhyw beth wedi newid. Gwelsom enghreifftiau da o hyn.

- Gall llwybrau gofalwyr ffurfiol archwiliadwy, a gefnogir gan yr egwyddor arweiniol o roi'r gofalwr wrth wraidd y gwasanaeth, hwyluso newid mewn diwylliant.
- Er y gall gweithwyr proffesiynol weithio i sicrhau bod llwybr y gofalwr yn un esmwyth o fewn eu gwasanaeth, efallai nad yw'r gofalwr wedi cael profiad cadarnhaol cyn dod i gysylltiad â'r gwasanaeth hwnnw, neu ar ôl dod i gysylltiad â'r gwasanaeth hwnnw.
- Mae'n hanfodol sicrhau cyfathrebu da rhwng y gweithiwr proffesiynol sy'n cefnogi'r gofalwr a'r gweithwyr proffesiynol sy'n cefnogi'r unigolyn sy'n derbyn gofal.
- Mae'n bwysig helpu'r gofalwr i fagu hyder, hybu eu hannibyniaeth, cynnal eu hunaniaeth a datblygu gwytnwch.
- Mae'r gwasanaethau cymdeithasol yn cysylltu â gwasanaethau cymorth y trydydd sector a gwasanaethau eraill (e.e. OPUS) lle nodwyd y byddai hynny'n fuddiol, ond mae angen atgoffa a rhoi'r wybodaeth ddiweddaraf i'r gweithwyr proffesiynol am y cymorth sydd ar gael gan y trydydd sector.

I ba raddau y mae profiadau gofalwyr yn wahanol i'r broses?

Er bod prosesau amlwg o fewn iechyd a'r gwasanaethau cymdeithasol i ganfod beth sy'n bwysig i ofalwyr ac i'w cefnogi, mae'r gwaith a wnaed yn awgrymu mai'r agwedd bwysicaf yw bod yn ymwybodol o'r gofalwr, cael ein harwain gan anghenion y gofalwr a chydweithio â'r gofalwr a'r unigolyn sy'n derbyn gofal, gan eu rhoi nhw wrth wraidd y gwasanaeth.

Pwy yn y broses all roi cymorth i ofalwyr?

Gallai gwahanol feysydd gwasanaeth fod yn darparu gwasanaethau o ansawdd dda i ofalwyr, ond mae'n bwysig bod profiad y gofalwr yn gyson ar hyd eu taith. Gallai hyn olygu edrych ar gysondeb profiad y gofalwr o fewn un sefydliad yn ogystal ag ar hyd taith lle bydd y gofalwr yn dod ar draws gwahanol sefydliadau.

Beth y mae angen i ni ei wneud i newid a gwella?

- Mae angen gwneud gwaith pellach ar ddeall y rhesymau pam fod unigolion gyda chyfrifoldebau gofalu yn gwrthod asesiadau gofalwr.
- Edrych ar bosibiliadau Taliadau Uniongyrchol i alluogi hyblygrwydd yn y gwasanaethau seibiant i ofalwyr.
- Gweithio mewn partneriaeth i sicrhau bod taith y gofalwr yn un esmwyth a didrafferth o'u cyswllt cyntaf â'r gwasanaethau allai eu helpu.
- Sicrhau bod gofalwr yn cael cymorth wrth ymwneud â gwasanaethau, e.e. trwy sesiynau briffio ac ôl-drafodaethau, ac atgoffa staff lle bo'n briodol.
- Ystyried a fyddai eiriolwyr gofalwyr o fewn sefydliadau yn fuddiol.

- Ystyried y posibilrwydd o ymestyn egwyddorion y Triangl Gofal (sydd wedi'u rhoi ar brawf yng ngwasanaethau iechyd meddwl BIPBC) i feysydd gwasanaeth eraill.
- Sicrhau bod gweithwyr proffesiynol yn ymwybodol o'r trydydd sector a'r gwasanaethau cymorth eraill sydd ar gael i ofalwyr.
- Ystyried sut bydd y broses yn gweithio pan fydd pobl yn symud o un awdurdod lleol i un arall.



CYDWEITHREDFA GWELLA GWASANAETHAU
GOFAL A LLESIANT **GOGLEDD CYMRU**

NORTH WALES SOCIAL CARE AND WELL-BEING
SERVICES IMPROVEMENT COLLABORATIVE

Y Strategaeth Gofalwyr: mapio adnoddau

Mai 2018

Rhagarweiniad

Aethpwyd ati i fapio adnoddau fel rhan o ffrwd waith y Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol ar ofalwyr. Y nod oedd canfod y gwasanaethau sydd ar gael i ofalwyr yng ngogledd Cymru, y prif gyllidwyr ac amcangyfrif o swm y buddsoddiad.

Pennwyd cwmplas y prosiect i gynnwys gwasanaethau a ddarperir i ofalwyr yn benodol, er y gwyddom fod llawer o'r gwasanaethau a ddarperir i bobl sy'n derbyn gofal hefyd yn gwneud lles i'w gofalwyr yn bersonol. Drwy fapio'r gwasanaethau cawn gipolwg ar yr adnoddau oedd ar gael ar adeg casglu'r data.

Yr hyn y gallwn ei ddysgu drwy fapio

- Gall roi braslun o'r gwasanaethau sydd ar gael i ofalwyr yng ngogledd Cymru ac amcan o'r buddsoddiad a wneir yn y gwasanaethau hynny.
- Gall hybu dealltwriaeth o'r modd y mae'r buddsoddiadau cyfredol yn cyfrannu at yr hyn sy'n bwysig i ofalwyr yn ôl yr hyn a ddywedant wrthym.
- Gellir ei ddefnyddio ochr yn ochr â'r 'cynnig i ofalwyr yng ngogledd Cymru' er mwyn amlygu bylchau lle gallai fod angen darpariaeth i sicrhau gwasanaethau cyson i ofalwyr yng ngogledd Cymru.
- Gallu helpu i adnabod cyfleoedd i gydlynu gwasanaethau'n well gyda chymorth gwahanol sefydliadau.
- Gall amlygu meysydd y mae angen inni ymchwilio iddynt ymhellach.

Yr hyn na allwn ei ddysgu drwy fapio

- Ni fyddwn yn gallu gweld a yw'r ddarpariaeth neu'r buddsoddiad yn ddigonol ymhob ardal er mwyn ymateb i'r hyn sy'n bwysig i ofalwyr yn ôl yr hyn a ddywedant wrthym.
- Ni allwn weld a oes unrhyw ddyblygu gwaith rhwng y gwasanaethau. Gall amlygu meysydd y dylid ymchwilio iddynt ymhellach, ond gallai gwasanaethau o'r un fath yn yr un lleoliad fod yn cyrraedd gwahanol grwpiau o bobl, neu bobl â gwahanol hoffterau neu anghenion ychydig yn wahanol.

- Nid yw'n rhoi darlun cyfoes inni o'r gwasanaethau i ofalwyr. Gan fod gwasanaethau'n newid drwy'r amser, yr hyn sydd gennym yw ciplun a gymerwyd ar adeg benodol.
- Ni all roi'r darlun llawn inni o ran buddsoddiad mewn gwasanaethau i ofalwyr. Ariennir rhai gwasanaethau yn y fath fodd fel ei bod yn anodd gweld yn union pa gyllid oedd yn cefnogi gofalwyr yn uniongyrchol, ac felly bydd yno rywffaint o dangyfrif.
- Ni all ddangos inni'r hyn a ddylai newid o ganlyniad. Nid yw'r data dan sylw ond yn rhan o'r darlun mawr, ac mae angen ystyried yr wybodaeth ochr yn ochr â'r hyn y mae gofalwyr yn sôn amdano, ymatebion o'r gweithdai, comisiynwyr, casgliadau'r asesiad poblogaeth ac yn y blaen. Wrth ddadansoddi'r data mae angen cynnwys yr holl bartneriaid a'u bod yn llunio unrhyw argymhellion ar y cyd.

Dulliau

Dosbarthwyd ffurflen i'r partneriaid yng ngogledd Cymru yn 2017, yn gofyn pa wasanaethau oedd ar gael yn yr ardal (gweler [Appendix \(i\)](#)). Yna fe grynhowyd yr wybodaeth mewn taenlen a'i ddosbarthu i gomisiynwyr a darparwyr gwasanaethau ym maes awdurdodau lleol ac iechyd, gan gynnwys sefydliadau yn y trydydd sector, er mwyn ei wirio. Trafodwyd fersiwn drafft yn y gweithdy gofalwyr ar 19 Mawrth, lle cafwyd cyfraniadau gan aelodau o'r Grŵp Strategol Gofalwyr, y Grŵp Gweithredol Gofalwyr, Gofalwyr Ifanc a'r is-grŵp oedolion ifanc sy'n ofalwyr, ynghyd â'r Grŵp Cyfeirio Gofalwyr. Ar ôl y digwyddiad roedd cyfle i gynnig diwygiadau pellach hyd 30 Mawrth 2018.

Casgliadau

Yn [Appendix \(ii\)](#) ceir braslun o'r gwasanaethau yng ngogledd Cymru. Yma gwelir yr amrywiaeth helaeth o wybodaeth, cyngor a chymorth sydd ar gael ledled gogledd Cymru i helpu gofalwyr. Mae hefyd yn amlygu bylchau yn y ddarpariaeth, gan gynnwys diffyg swyddog cyswllt yn Ysbyty Glan Clwyd, a'r ffaith fod prosiectau cymorth gwaith i ofalwyr ar gael ymhobman ledled gogledd Cymru heblaw am Wrecsam. Er bod yno wasanaethau generig ar gael i ofalwyr pobl ag anawsterau â chamddefnyddio sylweddau, ni wnaeth mapio'r adnoddau ddangos fod unrhyw wasanaethau penodol ar gael ar gyfer y gofalwyr hynny. Roedd yno hefyd nifer o wahanol brosiectau'n cynnig gwybodaeth a chyngor i ofalwyr pobl â dementia ledled gogledd Cymru, a gallai hynny olygu dyblygu gwaith.

Wrth ddadansoddi'r buddsoddiad mewn gwasanaethau canfuwyd y buddsoddiad mwy na £5 miliwn mewn gwasanaethau i ofalwyr yng ngogledd Cymru, fel y gwelir yn nhabl 1. Daw'r cyllid o gyrff statudol a sefydliadau yn y trydydd sector (gweler tabl 3). Mae hyn yn amcangyfrif rhy isel o gyfanswm y cyllid sydd ar gael, gan ei bod yn anodd gweld yn union pa gyllid sy'n mynd yn uniongyrchol at gefnogi gofalwyr gyda rhai contractau.

Tabl 1: Buddsoddiadau mewn gwasanaethau i ofalwyr yn ôl y math o wasanaeth

Math o wasanaeth	Cost y Gwasanaeth (£ y flwyddyn)
Cymorth a chefnogaeth	2,100,000
Seibiannau i ofalwyr	1,400,000
Gofalwyr ifanc	1,000,000
Gwybodaeth a chyingor i ofalwyr	660,000
Cyfanswm	5,200,000

Talgrynnwyd y data felly efallai na fydd yn symio.

Dengys Tabl 2 fod oddeutu hanner y cyllid a nodwyd ar gael i gefnogi'r gofalwyr i gyd. Mae ychydig dros £1 miliwn ar gael i gefnogi gofalwyr ifanc, a £600,000 i gefnogi gofalwyr sy'n rhieni. Aiff y rhan helaeth o'r buddsoddiad mewn gwasanaethau ar gyfer cyflyrau penodol at ofalwyr pobl â dementia, a'r gyfran fwyaf wedi hynny at iechyd meddwl.

Tabl 2: Buddsoddiad mewn gwasanaethau i ofalwyr yn ôl pob grŵp (ar sail anghenion y sawl sy'n derbyn gofal)

Grŵp gofalwyr	Cost y Gwasanaeth (£ y flwyddyn)
Yr holl ofalwyr	2,600,000
Gofalwyr ifanc	1,000,000
Gofalwyr pobl â chyflyrau penodol	930,000
Dementia	550,000
Iechyd meddwl	370,000
Cyflyrau niwrolegol	12,000
Gofalwyr sy'n rhieni	600,000
Cyfanswm	5,200,000

Talgrynnwyd y data felly efallai na fydd yn symio.

Daw'r rhan helaeth o'r cyllid o awdurdodau lleol fel y gwelir yn Nhabl 3, ac mae partneriaid yn y trydydd sector yn codi cryn dipyn drwy grantiau a ffyrdd eraill o godi arian. Mae'r cyllid a ddaw gan Lywodraeth Cymru'n cynnwys arian a ddosrennir drwy awdurdodau lleol a'r bwrdd iechyd megis Arian Pontio i Ofalwyr, Teuluoedd yn Gyntaf a'r Gronfa Gofal Integredig.

Tabl 3: Buddsoddiadau mewn gwasanaethau i ofalwyr yn ôl y math o gyllidwr

Math o gyllidwr	Cyfanswm
Awdurdod Lleol	3,000,000
Y trydydd sector drwy grantiau a chodi arian	800,000
Llywodraeth Cymru	580,000
Bwrdd Iechyd	520,000
Ffioedd gwasanaethau	65,000
Cyfanswm	5,200,000

Talgrynnwyd y data felly efallai na fydd yn symio.

Roedd y data a gasglwyd yn cynnwys dyddiadau terfyn contractau lle'r oedd y rheiny'n hysbys, sy'n dangos mor ansicr yw'r rhan helaeth o'r cyllid. Darparwyd y daenlen gyflawn i gomisiynwyr awdurdodau lleol ac iechyd er mwyn hybu comisiynu'n lleol.

Atodiad i: Holiadur adnoddau i ofalwyr

Gwasanaeth/ Service	
Darparwr/ Provider	
Disgrifiad byr o'r gwasanaeth/ Brief description of the service	
Canllawiau mynediad i'r gwasanaeth/ Eligibility criteria	
Sut i gyfeirio at y gwasanaeth/ How to refer to the service	
Oriau gwasanaeth/ Hours of service	
Lleoliad y gwasanaeth/ Location of service	
Iaith/ Language	
Lefelau Staffio/ Staffing Levels	
Cyfyngiadau/ Constraints	
Cost Gwasanaeth/ Service Cost	
Dyddiad diwedd y cytundeb/ Expiry date of contract	
Incwm a ffynhonnell / Income and source	
Unrhyw fater arall/ Any other issues	
Darparwyd yr wybodaeth gan/ Information provided by	

Atodiad ii: Gorolwg o wasanaethau i ofalwyr yng ngogledd Cymru

Math o gymorth	Gwasanaethau sydd ar gael	Crynodeb/bylchau	Ynys Môn	Gwynedd	Conwy	Sir Ddinbych	Sir y Fflint	Wrecsam
Gwybodaeth	Awdurdod lleol: gwefannau, taflenni	Gwybodaeth wedi'i ddarparu ar wefanau awdurdodau lleol a thafenni i ofalwyr	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
	Mudiadau gofalwyr: taflenni, pecynnau, gwybodaeth arbenigol	Gwybodaeth gyffredinol a gwybodaeth am gyflyrau penodol wedi'i ddarparu gan sefydliadau yn y trydydd sector	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
	Dewis Cymru	Gwybodaeth ynglŷn â llesiant a gwasanaethau lleol.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
	Sefydliadau arbenigol: gwybodaeth ynglŷn â chyflyrau penodol	Gwybodaeth ynglŷn â chyflyrau penodol wedi'i ddarparu gan sefydliadau arbenigol, gyda gwybodaeth gyffredinol ar gael ar wefanau a rhai prosiectau lleol yn darparu cymorth ychwanegol.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
	Gwybodaeth i ofalwyr pobl â dementia	Gwybodaeth genedlaethol a lleol yn ogystal â strategaethau ymdopi sy'n rhoi gwell dealltwriaeth o ddementia i deuluoedd, ffrindiau a gofalwyr.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
	Swyddogion cyswllt mewn ysbytai	Ceir swyddogion cyswllt yn Ysbyty Gwynedd ac Ysbyty Maelor Wrecsam. Nid oes y fath swyddog yn Ysbyty Glan Clwyd. Mae mynediad at y gwasanaeth yn dibynnu ar ba ysbyty y mae rhywun yn mynd iddo, yn hytrach na ble mae'n byw, er enghraifft, gallai rhywun o Gonwy ddal i gael y gwasanaeth wrth fynd i Ysbyty Gwynedd.	Ar gael	Ar gael			Ar gael	Ar gael
	Cyswllt meddygon teulu a rhyddhau o'r ysbyty: presgripsiynau cymdeithasol; cydlynu ardaloedd lleol	Gwasanaeth wedi'i ddarparu i hwyluso adnabod gofalwyr yn gynnar, cymorth i ofalwyr ar adeg rhyddhau o'r ysbyty. Hefyd, gwasanaethau a ddarperir yn y gymuned fel y gall gofalwyr gael mynediad i wasanaethau cymorth a llesiant yn lleol. Gallai fod gwahanol enwau ar y gwasanaethau hyn ymhob ardal, a gallai'r math o ddarpariaeth amrywio hefyd.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael

Cyngor	Pwyntiau Mynediad Sengl at iechyd a gofal cymdeithasol	Wedi'i ddarparu gan awdurdodau lleol/iechyd ledled gogledd Cymru ynghyd â sefydliadau yn y trydydd sector.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
	Prosiectau cyngor a gwybodaeth i ofalwyr	Wedi'u darparu gan sefydliadau yn y trydydd sector yn ogystal â thimau mewnol.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
	Cyngor am arian a budd-daliadau	Cyngor ar fudd-daliadau lles i ofalwyr wedi'i ddarparu naill ai gan awdurdodau lleol a sefydliadau gofalwyr yn y trydydd sector, neu drwy gyfeirio pobl at sefydliadau eraill sy'n darparu gwasanaethau hawliau lles.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
Cymorth a chefnogaeth	Eiriolaeth	Eiriolaeth wedi'i ddarparu drwy wasanaethau arbenigol ar gyfer gofalwyr. Mae sefydliadau yn y trydydd sector hefyd yn darparu eiriolaeth anffurfiol i ofalwyr. Mae amrywiaeth o wasanaethau eiriolaeth ar gael o rai ffurfiol i anffurfiol, a gwasanaeth penodol ar gyfer gofalwyr ifanc.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
	Asesu anghenion gofalwyr	Awdurdodau lleol, gydag un awdurdod lleol yn comisiynu gwasanaethau gan sefydliad yn y trydydd sector. Er y gallai sefydliadau yn y trydydd sector fod yn asesu anghenion gofalwyr yn anffurfiol, gan leihau'r galw am asesiadau ffurfiol gan awdurdodau lleol, nid yw'r rhain wedi'u cynnwys yn y data asesu anghenion.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
	Taliadau uniongyrchol, cyllidebau cefnogaeth	Mae awdurdodau lleol yn cynnig y rhain. Cânt eu hyrwyddo a'i defnyddio mewn amrywiaeth o ffyrdd mewn gwahanol siroedd.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
	Cymorth brys i ofalwyr	Gall y math o gymorth brys a ddarperir amrywio o un sir i'r llall. Ni wyddys i ba raddau y mae trefniadau wrth gefn wedi'u paratoi mewn rhai ardaloedd pan fydd gofalwyr yn mynd yn sâl neu'n methu â gofalu mwyach.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
	Grantiau i ofalwyr	Wedi'u darparu gan sefydliadau yn y trydydd sector ledled y rhanbarth. Gall sefydliadau yn y trydydd sector hefyd roi mynediad at grantiau o ffynonellau eraill.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael

Seibiannau i ofalwyr	Wedi'u darparu gan sefydliadau yn y trydydd sector a/neu ddarparwyr gofal cartref ledled gogledd Cymru.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
Cefnogaeth gan gymheiriaid a rhwydweithio i ofalwyr	Wedi'u darparu gan sefydliadau gofalwyr yn y trydydd sector a sefydliadau sy'n canolbwyntio ar gyflyrau penodol, gan gynnig elfen o seibiant hefyd.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
Hyfforddiant	Wedi'i ddarparu gan sefydliadau gofalwyr yn y trydydd sector a sefydliadau sy'n canolbwyntio ar gyflyrau penodol.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
Cefnogaeth emosiynol a chwmsela	Mae sefydliadau gofalwyr yn y trydydd sector a sefydliadau sy'n canolbwyntio ar gyflyrau penodol yn cynnig cefnogaeth emosiynol ledled gogledd Cymru. Darperir chwmsela drwy sefydliadau gofalwyr mewn rhai ardaloedd. Mae chwmsela ar gael i ofalwyr ifanc hefyd.	Ar gael i raddau	Ar gael i raddau	Ar gael i raddau	Ar gael	Ar gael	Ar gael
Newidiadau a phontio	Awdurdodau lleol, sefydliadau gofalwyr yn y trydydd sector a sefydliadau sy'n canolbwyntio ar gyflyrau penodol. Gall y math o gefnogaeth amrywio o un sir i'r llall, a gallai gynnwys cefnogaeth emosiynol a chwmsela. Bydd cefnogaeth gan gymheiriaid a rhwydweithio hefyd yn medru cynorthwyo gofalwyr pan mae pethau'n newid.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
Cefnogaeth i gael gwaith	Wedi'i ddarparu mewn rhai ardaloedd gan brosiectau a ariennir drwy Ewrop, yn ogystal ag un sefydliad yn y trydydd sector. Nid oes cefnogaeth i gael gwaith ar gael yn Wrecsam.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	
Cefnogaeth ar gyfer gweithgareddau hamdden/cymdeithasol	Gallai hyn gynnwys gostwng prisiau aelodaeth hamdden, cynorthwyo gyda chostau a rhoi gwybodaeth am weithgareddau hamdden/cymdeithasol anffurfiol. Wedi'i ddarparu gan awdurdodau lleol, sefydliadau gofalwyr yn y trydydd sector a sefydliadau sy'n canolbwyntio ar gyflyrau penodol. Gall y math o gymorth a	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael

		ddarperir amrywio o un sir i'r llall ac mae'n seiliedig ar y sgwrs 'beth sy'n bwysig'.						
	Iechyd a lles	Er bod lles gofalwyr wastad yn rhan annatod o'r asesiad o'u hanghenion, bydd y gwasanaethau hynny y cydnabyddir eu bod yn hybu lles yn amrywio. Mae un awdurdod lleol yn cyflogi swyddog sy'n helpu i gyflawni dyletswydd yr awdurdod lleol i ganolbwyntio ar les gofalwyr. Ceir prosiect yn y gogledd-ddwyrain a ariennir gan y Loteri sy'n rhoi pwyslais ar hybu lles gofalwyr.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
	Cefnogaeth i'r teulu cyfan	Awdurdodau lleol, sefydliadau gofalwyr yn y trydydd sector a sefydliadau sy'n canolbwyntio ar gyflyrau penodol. Gall y math o gymorth a ddarperir amrywio o un sir i'r llall ac mae'n seiliedig ar y sgwrs 'beth sy'n bwysig'.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
	Cymorth tai	Ni wyddys os darperir cymorth tai yn uniongyrchol ond bydd sefydliadau gofalwyr yn cyfeirio pobl at sefydliadau eraill.						
	Cymorth i fynd i'r ysgol / cynnal presenoldeb (gofalwyr ifanc)	Wedi'i ddarparu gan sefydliadau yn y trydydd sector sy'n gweithio â gofalwyr ifanc. Mae cynllun peilot eisoes wedi dechrau mewn rhai ysgolion yng ngogledd Cymru.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
	Cefnogaeth i ofalwyr ifanc	Wedi'i ddarparu gan sefydliadau yn y trydydd sector ledled gogledd Cymru.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael
Gofalwyr yn dylanwadu ar bolisiau a gwasanaethau	Cyfleoedd i fod yn rhan o lunio polisiau a gwasanaethau.	Grŵp cyfeirio rhanbarthol ar gyfer gofalwyr. Cyfleoedd yn lleol drwy bartneriaethau lleol, awdurdodau lleol, sefydliadau iechyd a sefydliadau yn y trydydd sector. Mae'r mathau o gyfleoedd sydd ar gael yn amrywio o un sir i'r llall.	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael	Ar gael



CYDWEITHREDFA GWELLA GWASANAETHAU
GOFAL A LLESIANT **GOGLEDD CYMRU**

NORTH WALES SOCIAL CARE AND WELL-BEING
SERVICES IMPROVEMENT COLLABORATIVE

Cynllun Gweithredu Grŵp Strategol Gofalwyr Gogledd Cymru – I

Mae gofalwyr yn cyflawni swyddogaeth allweddol ym maes iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru ac mae angen eu cydnabod a'u gwerthfawrogi am y cymorth y maent yn ei ddarparu. Wrth gyflawni'r swyddogaeth allweddol hon mae arnynt hwythau angen cymorth, ac felly dylai awdurdodau lleol helpu i sicrhau bod gofalwyr yn gallu byw eu bywydau eu hunain mor annibynnol ag y bo modd. Yn hyn o beth mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yn rhoi hawliau cryfach i ofalwyr ac yn symleiddio a chydgrynhoi'r gyfraith, gan roi i ofalwyr am y tro cyntaf yr un hawliau â'r bobl sy'n derbyn gofal ganddynt.

Mae'r cynllun gweithredu'n seiliedig ar:

Y cynnig i ofalwyr yng ngogledd Cymru fel y'i cymeradwywyd yn y Gweithdy ar 19 Mawrth 2018 – Safonau rhanbarthol, comisiynu lleol.

- i) Blaenoriaethau cenedlaethol Llywodraeth Cymru ar gyfer gofalwyr:
 - Helpu i fyw yn ogystal â gofalu. Rhaid i bob gofalwr gael seibiannau rhesymol oddi wrth ofalu er mwyn iddynt allu parhau i wneud hynny, ac i gael bywyd eu hunain y tu hwnt i ofalu
 - Adnabod a chydnabod gofalwyr. Os ydym am lwyddo i sicrhau canlyniadau gwell i ofalwyr, mae'n hanfodol gwella adnabyddiaeth gofalwyr o'u rôl a sicrhau bod y cymorth angenrheidiol ar gael iddynt
 - Darparu gwybodaeth, cyngor a chymorth i ofalwyr. Mae'n bwysig bod gofalwyr yn cael yr wybodaeth a'r cyngor cywir priodol ble bynnag a phryd bynnag y mae angen hynny arnynt.
- ii) Cynllun Rhanbarthol Asesiad Poblogaeth Gogledd Cymru 2018-2023.

Mae'r cynllun gweithredu'n adlewyrchu'r dull 'safonau rhanbarthol, comisiynu lleol' y mae'r cynnig i ofalwyr yn seiliedig arno. Cymeradwywyd y cynnig i ofalwyr yn rhanbarthol, a bydd y rhan helaeth o'r ddarpariaeth yn digwydd yn lleol, dan arweiniad sefydliadau lleol. Ymhlith swyddogaethau'r grŵp hwn fydd cadw golwg ar gynnydd, darparu cymorth a hwyluso cydweithio lle bo hynny'n briodol, a bydd Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru yn mynd ati ar y cyd i ddarparu gwasanaethau sy'n gydnaws â'r cynnig i ofalwyr, a dod o hyd i gyfleoedd i gydwethio'n well.

	DANGOSYDD/RISG	ANGEN	CORFF ARWEINIOL/PARTNER ALLWEDDOL	LLE RYDYM NI ARNI YN AWR?	CAMAU GWEITHREDU	CYNNYDD C/M/G
	Y cynnig i ofalwyr					
1.	Ceisir barn gofalwyr a gofynnir iddynt ddarparu gwybodaeth wrth gydgyhyrchu cynlluniau a strategaethau	Bod gofalwyr yn cael eu cynnwys wrth ddylunio gwasanaethau	Pob partner	Arolwg Llywodraeth Cymru wedi'i wneud gan yr awdurdodau lleol Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr wedi cynnal arolwg o foddhad cleifion Astudiaethau achos wedi'u casglu fel rhan o'r gwasanaethau monitro	Adolygu'r wybodaeth yn yr astudiaethau achos a'i ddefnyddio'n sail ar gyfer y strategaeth gofalwyr yng ngogledd Cymru.	
2.	Cynnwys gofalwyr mewn penderfyniadau lleol	Asiantaethau â threfn sy'n rhoi llais i ofalwyr mewn penderfyniadau lleol, a sicrhau bod yr holl wasanaethau'n fwy ymwybodol	Pob partner	Mae angen tystiolaeth er mwyn asesu'r sefyllfa sydd ohoni	Gwneud cysylltiadau â'r Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus a'u Cynlluniau Llesiant hwy.	

		o ofalwyr ac yn gyfeillgar i ofalwyr.				
3.	Polisiau a Phrotocolau Ymarfer	Gweithredir polisiau a phrotocolau ymarfer ynghylch cyfrinachedd a rhannu gwybodaeth.	Pob partner	Mae angen cadarnhau'r sefyllfa sydd ohoni a'r trefniadau o ran rhannu gwybodaeth		
4.	Mesur llwyddiant	Bod yno ddulliau o fesur llwyddiant yn sail ar gyfer monitro cynnydd y strategaeth gofalwyr	Pob partner		Mabwysiadu dulliau mesur y strategaeth gofalwyr	
Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (2014).						
5.	Bod gwasanaeth eiriolaeth arbenigol ar gael	Bod pob gofalwr yng ngogledd Cymru'n medru derbyn gwasanaeth eiriolaeth arbenigol, gan gynnwys materion Gofal	Awdurdodau lleol, BIPBC	Mae gwasanaethau eiriolaeth anffurfiol ar gael, ac mae angen sicrhau y darperir gwasanaeth ffurfiol ledled y rhanbarth.	Mae angen gwell dealltwriaeth o'r rhesymau pam mae angen eiriolaeth ar ofalwyr, gyda'r nod o wella'r modd y darperir gwasanaethau, gan y gallai	

		lechyd Parhaus a gofalwyr ifanc.			hynny leihau'r galw am wasanaethau eiriolaeth. Ystyried yr hyn sy'n bosibl o ran darparu cymorth ar gyfer hunan-eiriolaeth.	
Asesu Anghenion y Boblogaeth						
6.	Darparu seibiannau hyblyg i ofalwyr	Mae angen i ofalwyr fedru cael seibiannau ar adegau hyblyg ac yn unol â'u hanghenion o ran yr hyn sy'n bwysig iddynt.	Awdurdodau Lleol lechyd Y Trydydd Sector	Cafwyd trafodaeth â Phenathiaid Gwasanaethau Oedolion Gogledd Cymru ynglŷn â'r posibilrwydd o ddefnyddio Taliadau Uniongyrchol mewn ffyrdd mwy blaengar er mwyn hwyluso seibiannau i ofalwyr. Rhaglen waith Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru'n mynd rhagddi: Cyfrannu at ffrwd waith Rhwydwaith Cenedlaethol	Mae angen trafodaethau lleol er mwyn llunio achosion busnes lleol ar gyfer defnyddio Taliadau Uniongyrchol i hwyluso seibiannau hyblyg i ofalwyr.	

				<p>Swyddogion Gofalwyr ar gyfer Dysgu a Gwella ynglŷn â seibiannau gwahanol i ofalwyr.</p> <p>Prosiectau yn y trydydd sector ynghylch seibiannau blaengar i ofalwyr.</p> <p>Cynlluniau lleol sy'n rhan o brosiectau dan arweiniad y trydydd sector.</p> <p>Presgripsiynu lleol/cyfeirwyr cymunedol</p>		
--	--	--	--	--	--	--

Atodiad 5 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru

CYDWEITHREDFA GWELLA GWASANAETHAU
GOFAL A LLESIANT **GOGLEDD CYMRU**

NORTH WALES SOCIAL CARE AND WELL-BEING
SERVICES IMPROVEMENT COLLABORATIVE

Cynllun Gweithredu Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru – Ebrill 2018

Mae gan ofalwyr rôl allweddol ym myd iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru ac mae angen iddynt gael eu cydnabod a'u gwerthfawrogi am y gefnogaeth a ddarperir ganddynt. Mae arnynt hwythau angen cefnogaeth yn y rôl hanfodol hon, a dylai awdurdodau lleol felly helpu i sicrhau y gall gofalwyr fyw eu bywydau mewn ffordd mor annibynnol â phosib. Mae hyn hefyd yn unol â Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 sydd yn gosod y ddeddf ar gyfer gwell hawliau i ofalwyr ac yn symleiddio ac atgyfnerthu'r gyfraith, gan roi iddynt am y tro cyntaf hawliau cyfartal â'r unigolyn y maent yn gofalu amdanynt.

Mae'r cynllun gweithredu yn seiliedig ar:

Y cynnig i ofalwyr yng Ngogledd Cymru fel a gytunwyd yn y Gweithdy ar 19 Mawrth 2018 - Safonau rhanbarthol, comisiynu lleol

- i) Blaenoriaethau cenedlaethol Llywodraeth Cymru ar gyfer gofalwyr:
 - Cefnogi bywyd ochr yn ochr â gofalu – mae'n rhaid i bob gofalwr gael seibiannau rhesymol oddi wrth eu rôl er mwyn galluogi iddynt gynnal eu gallu i ofalu, a bod â bywyd y tu hwnt i ofalu.
 - Adnabod a chydabod gofalwyr – Mae'r angen i wella'r gydnabyddiaeth a roddir i rôl gofalwyr a sicrhau eu bod â mynediad i'r gefnogaeth angenrheidiol yn sylfaenol i lwyddiant darparu gwellhad yn llesiant personol gofalwyr.
 - Darparu gwybodaeth, cyngor a chymorth – mae'n bwysig fod gofalwyr yn derbyn yr wybodaeth briodol a chynghor lle a phryd y bydd arnynt ei angen.
- ii) Cynllun Rhanbarthol Asesiad o Boblogaeth Gogledd Cymru 2018-2023

Mae'r cynllun gweithredu yn adlewyrchu'r dull safonau rhanbarthol / comisiynu lleol sy'n rhan o'r cynnig i ofalwyr. Mae'r cynnig ar gyfer gofalwyr wedi ei gytuno arno fel rhanbarth, gyda llawer o'r ddarpariaeth yn digwydd ar lefel lleol wedi ei arwain gan sefydliadau lleol. Bydd gan Grŵp Strategol Gogledd Cymru rôl yn y broses fonitro, gan ddarparu cefnogaeth a hwyluso gwaith ar y cyd lle bo hynny'n briodol, gyda Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru yn cydweithio i gyflenwi gwasanaethau sy'n cwrdd â'r cynnig i ofalwyr, ac adnabod cyfleoedd i weithio'n well ar y cyd.

Atodiad 5 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru

	DANGOSYDD/RISG	ANGEN	PRIF BARTNER	LLE'R YDYM NI ARNI AR HYN O BRYD?	CAMAU GWEITHREDU AR GYFER Y DYFODOL	CYNNYDD Coch/Ambr/Gwyrdd
	Y cynnig i ofalwyr					
1	Caiff gofalwyr a'u rôl hanfodol eu hadnabod gyda'r cyswilt cyntaf neu chyn gynted â phosib wedi hynny.	Angen adnabod, cefnogi a chyfeirio gofalwyr o'r dechrau	Awdurdodau Lleol Iechyd	<p>Mae'n aneglur a yw'r holl ofalwyr wedi eu hadnabod.</p> <p>Mae rhai gofalwyr nad ydynt yn dymuno cael eu hadnabod.</p> <p>Mapio llwybrau gofalwyr</p> <p>Mae hyn yn gynwysedig yn canllaw Triongl Gofal ac fe'i weithredir o fewn gwasanaethau iechyd meddwl (Bwrdd Iechyd</p>	<p>Ymestyn gwaith y Triongl Gofal i gynnwys Gwasanaethau Acíwt, Gwasanaethau Iechyd Meddwl Cymunedol, a Gwasanaethau Dementia.</p>	

Atodiad 5 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru

	DANGOSYDD/RISG	ANGEN	PRIF BARTNER	LLE'R YDYM NI ARNI AR HYN O BRYD?	CMAU GWEITHREDU AR GYFER Y DYFODOL	CYNNYDD Coch/Aubr/Gwyrdd
				<p>Prifysgol Betsi Cadwaladr)</p> <p>Mae cefnogaeth wedi rhyddhad o ysbytai aciwt wedi ei gryfhau gyda chefnogaeth ar gael ym mhob un o'r 3 safle ysbyty.</p> <p>Gwaith hwylusydd meddyg teulu o dan adolygiad</p>	<p>Angen am strategaeth ymadael</p> <p>Mae angen data ar y model meddyg teulu/ysbyty cymunedol sydd yn cael ei redeg fel cynllun peilot yn GOGDDC.</p> <p>Synergedd rhwng canlyniadau ac allbynnau</p>	

Atodiad 5 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru

	DANGOSYDD/RISG	ANGEN	PRIF BARTNER	LLE'R YDYM NI ARNI AR HYN O BRYD?	CAMAU GWEITHREDU AR GYFER Y DYFODOL	CYNNYDD Coch/Aubr/Gwyrdd
					<p>Adnoddau Coleg Brenhinol y Meddygon Teulu i'w hystyried yn ogystal â'r posibilrwydd o ddylunio posteri i'w harddangos mewn meddygfeydd teulu. Angen gweithio tuag at safonau ar gyfer meddygon teulu.</p> <p>Llythyr i'w ddrafftio gan y bwrdd partneriaeth rhanbarthol i feddygon teulu yn nodi yr hyn y dylai'r cynnig i ofalwyr gan y prif ofalwr fod, a'r manteision iddyn</p>	

Atodiad 5 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru

	DANGOSYDD/RISG	ANGEN	PRIF BARTNER	LLE'R YDYM NI ARNI AR HYN O BRYD?	CAMAU GWEITHREDU AR GYFER Y DYFODOL	CYNNYDD Coch/Ambr/Gwyrdd
					<p>nhw. Copïo i staff.</p> <p>Datganiad i'w wneud i ofalwyr yn nodi yr hyn a allant ei ddisgwyl.</p>	
2	<p>Caiff gwybodaeth a barn gofalwyr ei geisio, ei rannu, ei ddefnyddio a'i ddiweddarau'n gyson wrth i gynlluniau a strategaethau gofal cyffredinol ymfurfio.</p>	<p>Mae angen cynnwys gofalwyr yn y gwaith o gynllunio gwasanaethau, ac hefyd fel rhan o werthuso prosiectau a redir yn lleol.</p>	<p>Awdurdodau Lleol</p> <p>lechyd</p> <p>Sefydliadau yn y Trydydd Sector.</p>	<p>Mae partneriaethau lleol, ymrwymadau lleol a gwaith datblygu strategaeth yn cynnwys gofalwyr.</p> <p>Mae'r Grŵp Cyfeirio Gofalwyr y Bartneriaeth yn cyfarfod yn rheolaidd.</p>		

Atodiad 5 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru

	DANGOSYDD/RISG	ANGEN	PRIF BARTNER	LLE'R YDYM NI ARNI AR HYN O BRYD?	CAMAU GWEITHREDU AR GYFER Y DYFODOL	CYNNYDD Coch/Ambr/Gwyrdd
				<p>Caiff astudiaethau achos ei casglu a'u coladu</p> <p>Arolygon – Awdurdodau lleol a phartneriaeth ar gyfer ystadegau Llywodraeth Cymru</p>		
3i)	Mae staff yn 'ofalwyr-ymwybodol' ac wedi eu hyfforddi mewn strategaethau i ymgysylltu â gofalwyr.	Dylai staff fod yn ymwybodol o, a chroesawu'r cyfraniad gwerthfawr y gall gofalwyr ei wneud, a chadw anghenion y gofalwr eu hunain mewn cof. Mae staff angen	Awdurdodau Lleol Iechyd	<p>Mae hyfforddiant ar gael, ond nid yw'n eglur a yw hyn yn gyson ar draws gwasanaethau.</p> <p>Mae'r Triongl Gofal yn cynnwys</p>	T	

Atodiad 5 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru

	DANGOSYDD/RISG	ANGEN	PRIF BARTNER	LLE'R YDYM NI ARNI AR HYN O BRYD?	CAMAU GWEITHREDU AR GYFER Y DYFODOL	CYNNYDD Coch/Ambr/Gwyrdd
		gwybodaeth, hyfforddiant a chefnogaeth i ddod yn 'ofalwyr-ymwybodol'.		<p>anghenion hyfforddi</p> <p>Mae Gofal Cymdeithasol Cymru wedi comisiynu Gofalwyr Cymru i gynhyrchu (ar y cyd) adnodd hyfforddi ar-lein cenedlaethol ar ymwybyddiaeth o ofalwyr, a fydd yn addas ar gyfer gweithwyr ym meysydd iechyd, awdurdodau lleol a'r Trydydd Sector.</p>		
3i i)	Mae anghenion hyfforddi gofalwyr yn cael sylw	Anghenion hyfforddi gofalwyr i gael eu bwydo i fewn i'r Cynllun Datblygu'r Gweithlu Gofal	Awdurdodau Lleol	Darperir hyfforddiant i ofalwyr gan sefydliadau Trydydd Sector.	Dylai anghenion hyfforddi gofalwyr gael eu ymgorffori yn SCWDP, gydag ystyriaeth i'r hyfforddiant a ddarperir eisoes	

Atodiad 5 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru

	DANGOSYDD/RISG	ANGEN	PRIF BARTNER	LLE'R YDYM NI ARNI AR HYN O BRYD?	CAMAU GWEITHREDU AR GYFER Y DYFODOL	CYNNYDD Coch/Aubr/Gwyrdd
		Cymdeithasol (SCWDP).		Mae gan ofalwyr fynediad at hyfforddiant SCWDP.	gan y Trydydd Sector.	
4	Mae protocolau polisi ac ymarfer ar gyfrinachedd a rhannu gwybodaeth wedi eu sefydlu.	Mae angen i staff fod yn hyderus wrth rannu gwybodaeth â'r gofalwr.	Awdurdodau Lleol Iechyd	Mae'r Triongl Gofal yn ymgorffori dealltwriaeth o gyfrinachedd a rhannu gwybodaeth.		
5	Mae swyddi diffiniedig wedi eu sefydlu i fod yn gyfrifol am ofalwyr (Arweinwyr Gofalwyr)	Mae'n rhaid i rôl y Swyddog Arweiniol Gofalwyr allu dylanwadu ar drafodaethau ar gyfeiriad strategol o fewn sefydliadau.	Awdurdodau Lleol Iechyd	Mae gan bob awdurdod lleol swydd Swyddog Arweiniol Gofalwyr. Mae cyfrifoldebau yn amrywio o ardal i ardal.	Mae angen ariannu swydd Swyddog Arweiniol Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr o gyllideb craidd.	
6	Mae cyflwyniad gofalwr-ganolog i'r gwasanaeth a'i staff ar gael, gydag amrediad perthnasol o wybodaeth ar draws y llwybr gofal.	Mae angen meddwl am ofalwyr ar sail gyfartal i'r	Awdurdodau Lleol Iechyd	Pamffledi gofalwyr ar gael gan awdurdodau lleol.	Angen am dealltwriaeth o fylchau yn y ddarpariaeth.	

Atodiad 5 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru

	DANGOSYDD/RISG	ANGEN	PRIF BARTNER	LLE'R YDYM NI ARNI AR HYN O BRYD?	CAMAU GWEITHREDU AR GYFER Y DYFODOL	CYNNYDD Coch/Ambr/Gwyrdd
		unigolyn y gofalir amdanynt.		Mae'r Triongl Gofal yn ymgorffori safon ar gyfer deunydd cyflwyniadol.	Angen cynnal archwiliad fel rhan o waith y Triongl Gofal, lle bo hynny'n bosib.	
7	Mae amrediad o wasanaethau cefnogaeth i ofalwyr ar gael.	Y gallu i ddarparu gwasanaethau pwrpasol i ofalwyr yn ôl beth sydd o bwys iddynt.	Awdurdodau Lleol Iechyd Trydydd Sector	Mae amrediad ar gael ar draws Gogledd Cymru, gydag amrywiaethau o ardal i ardal yn nhermau'r modd y darperir y gwasanaeth.	Partneriaethau lleol i gydweithio er mwyn sicrhau fod gwasanaethau cefnogaeth yn cael eu comisiynu mewn ymateb i beth sydd o bwys i ofalwyr.	
Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant 2014						
8	Asesiadau o anghenion y gofalwyr	Cynnal asesiadau anghenion lle mae'n ymddangos fod gan ofalwr anghenion cefnogaeth, a chynnal	Awdurdodau Lleol	Cynhelir asesiadau anghenion, ond bod diffyg eglurder a chysondeb yn y data.	Cysylltu ag arolygon gofalwyr. Beth mae gofalwyr yn ei ddweud wrthym am	

Atodiad 5 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru

	DANGOSYDD/RISG	ANGEN	PRIF BARTNER	LLE'R YDYM NI ARNI AR HYN O BRYD?	CAMAU GWEITHREDU AR GYFER Y DYFODOL	CYNNYDD Coch/Aubr/Gwyrdd
		adolygiadau rheolaidd.		Mae un awdurdod yn comisiynu darparwr trydydd sector i gynnal asesiadau ar eu rhan.	gynaliadwyedd eu rôl fel gofalwyr?	
9	Eiriolaeth	Eiriolaeth annibynnol, broffesiynol yn ogystal ag eiriolaeth anffurfiol.	Awdurdodau Lleol	Mae amrediad o wasanaethau eiriolaeth ar gael.		
Asesiad o Anghenion y Boblogaeth						
10	Darpariaeth hyblyg o seibiannau ar gyfer gofalwyr	Yr angen i ofalwyr allu cael mynediad at seibiannau pwrpasol a hyblyg oddi wrth y gwaith o ofalu yn unol â'r hyn sydd o bwys iddynt.	Awdurdodau Lleol Iechyd Trydydd Sector	Cyfrannu at ffrwd gwaith y Rhwydwaith Dysgu a Gwella Swyddogion Gofalwyr Cenedlaethol ar seibiannau amgen i ofalwyr.		

Atodiad 5 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru

	DANGOSYDD/RISG	ANGEN	PRIF BARTNER	LLE'R YDYM NI ARNI AR HYN O BRYD?	CAMAU GWEITHREDU AR GYFER Y DYFODOL	CYNNYDD Coch/Ambr/Gwyrdd
				<p>Prosiectau seibiant gofalwyr arloesol yn y trydydd sector.</p> <p>Mentrau lleol fel rhan o brosiectau a arweinir o'r trydydd sectori.</p> <p>Presgripsiynu cymdeithasol / llyw-wyr cymunedol</p>		
1 1	Cefnogi gofalwyr sydd mewn cyflogaeth.	Cyflogwyr i ddatblygu	Awdurdodau Lleol Iechyd Trydydd Sector Gofalwyr Cymru	<p>Cynllun Cyflogwyr i Ofalwyr Gofalwyr Cymru wedi cychwyn.</p> <p>Polisi Bwrdd Iechyd Prifysgol</p>		

Atodiad 5 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru

	DANGOSYDD/RISG	ANGEN	PRIF BARTNER	LLE'R YDYM NI ARNI AR HYN O BRYD?	CAMAU GWEITHREDU AR GYFER Y DYFODOL	CYNNYDD Coch/Aubr/Gwyrdd
				<p>Betsi Cadwaladr ar absenoldebau gofalwyr wedi ei fabwysiadu ond heb ei roi ar waith.</p> <p>Safonau Cydnabyddiaeth Cyflogaeth gofalwyr-gyfeillgar Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr Gogledd Ddwyrain Cymru ar gael.</p>		
1 2	Cefnogaeth i oedolion ifanc sy'n ofalwyr.	Angen cefnogaeth bwrpasol ar gyfer oedolion ifanc sy'n ofalwyr.	Trydydd Sector Awdurdodau Lleol Iechyd	Bylchau mewn gwasanaethau wedi eu hadnabod, sef cefnogaeth dwysach wedi ei deilwra i gynnwys cyflogaeth, hyfforddiant,	Ystyried y posibilrwydd am gais rhanbarthol wedi'i arwain o'r Trydydd Sector am arian o gronfa loteri Pawb a'i Leger mwyn gwella gwasanaethau ar	

Atodiad 5 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu Grŵp Gweithredol Gofalwyr Gogledd Cymru

	DANGOSYDD/RISG	ANGEN	PRIF BARTNER	LLE'R YDYM NI ARNI AR HYN O BRYD?	CAMAU GWEITHREDU AR GYFER Y DYFODOL	CYNNYDD Coch/Ambr/Gwy rdd
				adeiladu hyder a thai.	gyfer oedolion ifanc sy'n ofalwyr.	

DRAFT



Mae Llywodraeth Cymru yn diffinio gofalwyr ifanc fel gofalwyr o dan 18 oed. Mae Cod Ymarfer Rhan 3 o Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Lles (Cymru) 2014 yn diffinio gofalwyr sy'n oedolion ifanc rhwng 16 a 25 oed. Mae'r cynllun gweithredu hwn yn cynn wŷs anghenion holl ofalwyr ifanc ac sy'n oedolion ifanc hyd at 25 oed.

Mae'r anghenion a dangosyddion wedi eu tynnu o Atodiad 1 Cod Ymarfer ar ymarfer swyddogaethau gwasanaethau cymdeithasol mewn perthynas ag Adran 3 Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Lles (Cymru) 2014 (COP) <http://gov.wales/docs/dhss/publications/151218part3en.pdf> ac o Bennod Asesiad o Anghenion Gofalwyr Poblogaeth Gogledd Cymru <https://www.northwalescollaborative.wales/wp-content/uploads/2017/04/7-Carers-chapter.pdf> pages 223-230 (PNA).

Egwyddorion Arweiniol Cynllun Gweithredu Gofalwyr Ifanc Gogledd Cymru

- Bod y cynllun gweithredu yn seiliedig ar yr hyn sydd o bwys i ofalwyr ifanc/oedolion ifanc sy'n ofalwyr
- Ein bod yn cynnwys gofalwyr ifanc/oedolion ifanc sy'n ofalwyr wrth ddylunio gwasanaeth
- Ein bod yn datblygu gwasanaethau cadarn, cynaliadwy a hyblyg mewn partneriaeth i gefnogi oedolion ifanc sy'n ofalwyr

	DANGOSYDD/RISG	ANGEN	ARWEINYDD/PARTNER ALLWEDDOL	LLE RYDYM NI ARNI YN AWR?	Camau gweithredu ar gyfer y dyfodol	CYNNYDD C/A/G
1	Mae/bydd yr unigolyn yn gallu cael mynediad i gefnogaeth i gynnal neu ddatblygu'r teulu	Angen cefnogaeth cyfoedion, cwnsela a gwasanaethau seibiant gyrfa	Awdurdod lleol Iechyd Gwasanaethau cefnogi gofalwyr	Cyllid seibiant gofalwr ychwanegol i ALLau. Gwasanaethau cwnsela mewn ysgolion i fodoli.	Cryfhau cyswllt gyda CAMHS ac arweinwyr ACE. Cyswllt gyda llwybrau MH	

Atodiad 6 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu GGGIGC

	neu berthynas personol sylweddol arall (COP)			<p>Gwasanaethau GI ac ysgolion cyf: cefnogaeth gan gyfoedion.</p> <p>Gwasanaethau cefnogi gofalwyr yn darparu'r mwyafrif o gefnogaeth.</p>	<p>Gofal Sylfaenol a Lles</p> <p>Mapio sut mae cwnsela ffurfiol ar gael.</p> <p>Ymholi: Cynrychiolydd Iechyd o Wasanaethau Plant.</p>	
2	Yr unigolyn yn profi colli rheolaeth, neu'n debygol o brofi colli rheolaeth, dros eu hamgylchedd uniongyrchol ac/neu fywyd bob dydd gan gynnwys sefydlogrwydd ariannol	Gall gofalwyr ifanc deimlo'n ansefydlog am eu tai gan nad ydynt yn gallu derbyn budd-daliadau neu dderbyn cyfrifoldeb i dalu treth y cyngor eu hunain (PNA)	<p>Awdurdod Lleol</p> <p>Gwasanaethau cefnogi gofalwyr</p>	<p>Ddim yn gwybod ar hyn o bryd, rydym angen archwilio: Cysylltiadau gyda thai, cynllunio wrth gefn gwasanaethau GI, mynediad i gyngor budd-daliadau, hawliau lles ac ati?</p>	<p>Gweithio gyda'r A/LI i ymchwilio'r angen a'r nifer sy'n derbyn cefnogaeth sy'n ymwneud â thenantiaeth/tai i ofalwyr ifanc.</p> <p>Mapio pa wasanaethau sydd ar gael ac a oes yna angen?</p>	
3	Yr unigolyn yn methu cynnal, neu'n debyg o fethu cynnal rolau a chyfrifoldebau teulu a chymdeithasol sy'n eu galluogi i ddiwallu	Angen am seibiant i ofalwr a chyfleoedd i gymdeithasu (rhoi cyfle iddynt fod yn blentyn) (PNA)	<p>Awdurdod Lleol</p> <p>Gwasanaethau cefnogi gofalwyr</p>	<p>Gwasanaethau GI ac ALI yn darparu'r darpariaethau hyn.</p> <p>Faint sy'n derbyn Aseiad Gofalwyr ar hyn o bryd? Dylai aseuadau gofalwyr</p>	<p>Gwasanaethau Gofalwyr Ifanc i fabwysiadu protocol Aseiad Gofalwr Ifanc sy'n cael ei ddatblygu ar hyn o bryd (Vicky Allen)</p>	

Atodiad 6 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu GGGIGC

	canlyniadau i'w hunain neu eraill (COP)			nodi ac arwyddbostio i gyflawni'r canlyniadau lles personol hyn.		
4	Mae neu gall systemau cefnogaeth gymdeithasol yr unigolyn fod mewn perygl (COP)	Mesurau ataliol i atal y systemau cefnogaeth gymdeithasol rhag bod mewn perygl (PNA)	Awdurdod Lleol Gwasanaethau cefnogi gofalwyr	Tîm o Amgylch y Teulu(TAT)/Tîm o Amgylch Plant (TAP); cyfarfodydd Grŵp Teulu a gwasanaethau Gofalwyr Ifanc yn mynd i'r afael â'r materion hyn.	Mwy o waith i gael ei wneud o amgylch cefnogaeth gymunedol a chynhwysiant	
5	Nid yw'r unigolyn yn gallu cael neu brofi iechyd meddwl a/neu gorfforol da (COP)	Angen cefnogaeth i wella gwydnwch, lles emosiynol a hunan-barch. Angen rhwydweithiau cefnogaeth gan gyfoedion gyda gofalwyr eraill sy'n deall. Gwasanaethau a chymorth cwnsela gyda'u hanghenion iechyd eu hunain (PNA)	Iechyd Awdurdod Lleol Gwasanaethau cymorth.	Gwasanaethau Gofalwyr Ifanc a chwnsela mewn ysgolion. Rhai canolfannau hamdden yn cynnig gostyngiad.	Mwy o waith i gael ei wneud gyda CAMHS, gwasanaethau iechyd meddwl sylfaenol a MTon Mapio wedi'i ddiweddarau o gyfleoedd hamdden presennol ar gyfer Gofalwyr Ifanc. Cyfleoedd hyfforddiant ar-lein cyf: Gwybodaeth a	

Atodiad 6 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu GGGIGC

					gwydnwch iechyd meddwl. Beth arall sydd ar gael?	
6	Nid yw/ni fydd yr unigolyn yn gallu cael mynediad a chyfrannu at waith, hyfforddiant addysg, gwirfoddoli neu weithgareddau hamdden (COP)	Angen cefnogaeth gydag addysg a dysgu Mae oedolion ifanc sy'n ofalwyr yn colli neu'n methu 48 diwrnod o'r ysgol ar gyfartaledd bob blwyddyn (bron 5 wythnos) Gall hyn ymhlith ffactorau eraill gael effaith negyddol ar gyflawniad a chyrhaeddiad yn y dyfodol (PNA).	Awdurdod Lleol Gwasanaethau addysg Gwasanaethau cefnogi gofalwyr	Rhaglen YCiS YCiS peilot mewn ysgolion cynradd o Gronfeydd Trosiannol	Potensial i weithio gyda Gwasanaeth Atgyfeirio Disgyblion a gwasanaeth Gofalwyr i ddal gofalwyr ifanc sy'n pontio Gwneud cysylltiadau gydag Ymgynghorwyr Her. Angen sefydlu cysylltiadau gyda Chyfarwyddwyr Addysg ac Arweinwyr Clwstwr i gyfrannu at y gwaith hwn.	
7	Diffyg ymwybyddiaeth a pharch gan rai gweithwyr proffesiynol, yn	Angen eiriolaeth, yn arbennig wrth ddelio gyda gweithwyr proffesiynol er	Awdurdod Lleol Iechyd	Gwasanaethau Gofalwyr Ifanc Cerdyn adnabod cenedlaethol yn cael	Eiriolaeth i Ofalwyr Ifanc fel gydag oedolion? Potensial i fapio	

Atodiad 6 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu GGGIGC

	enwedig mewn iechyd (PNA).	mwyn i'w llais gael ei glywed (PNA).		<p>ei gynnig gan Lywodraeth Cymru.</p> <p>Gwasanaeth Eiriolaeth Plant (aneglur os yw hyn yn agored i Ofalwyr Ifanc)</p> <p>Hyfforddiant a dyrchafiad mewn ac i weithwyr proffesiynol iechyd gofal sylfaenol yn parhau.</p> <p>Rheoli meddyginiaethau</p> <p>Triongl Gofal</p>	<p>Dull triongl gofal ar gyfer Gofalwyr Ifanc o fewn Iechyd Meddwl</p> <p>Canolfan Addysg Fferyllol Cymru i Raddedigion</p>	
8	Gwybodaeth hygyrch hawdd i'w defnyddio, naill ai ar-lein neu un-i-un heb ddefnyddio jargon. (PNA)	Mynediad i wybodaeth, cyngor a chymorth priodol (PNA)	Pob partner	<p>Gwasanaethau Gofalwyr Ifanc</p> <p>Systemau IAA Awdurdod Lleol</p> <p>Cefnogaeth iechyd ac IAA mewnol pellach.</p>	<p>Swyddogaethau Cyffredinol 350 Deddf</p> <p>Gwasanaethau Cymdeithasol a Lles. Yn ogystal, alinio i'r safonau o fewn Safonau ac Ansawdd Cenedlaethol. Fframwaith Sicrwydd Gwasanaethau</p>	

Atodiad 6 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu GGGIGC

					<p>Gwybodaeth i Bobl Ifanc yn cael ei argymhell. http://www.promo-cymru.org/resources-2/national-standards-quality-assuranceframework</p> <p>Hybu gwybodaeth i Ofalwyr ifanc yn y gymuned ehangach.</p>	
9	<p>Problemau yn gwneud apwyntiadau MT a materion ehangach o fewn gwasanaethau gofal sylfaenol</p>	<p>Gwella adnabyddiaeth a dealltwriaeth o fewn gofal sylfaenol (PNA).</p>	<p>Iechyd</p> <p>Gwasanaethau cefnogi gofalwyr</p>	<p>Ymyraethau a dargedwyd a gwaith hwyluswyr MT yn parhau.</p> <p>Model newydd o hwyluswyr gofal sylfaenol yn cael ei asesu i weld os yw hyn yn cael effaith gwell.</p>	<p>Llywodraethu o amgylch gofal iechyd hygyrch a sut gallwn hyrwyddo o'r ongl hon.</p> <p>Ymgysylltu parhaus gydag arferion a reolir i ddangos y budd o ymgysylltu â Gofalwyr Ifanc.</p> <p>Ymgyrchoedd wedi eu targedu ar gyfer MTon,</p>	

Atodiad 6 Gofalwyr: Cynllun Gweithredu GGGIGC

					rhestr wirio pam ei bod yn fuddiol bod yn gynhwysol.	
10	Mae gofalwyr ifanc iawn, rhai o dan wyth oed, mewn risg arbennig a hefyd wedi eu heithrio o rai asesiadau gofalwyr ifanc a gwasanaethau yn y gorffennol ar sail na ddylai plentyn o dan wyth oed gael unrhyw gyfrifoldebau gofalu (PNA).	Mae comisiynwyr angen sicrhau bod yna gefnogaeth i'r bobl ifanc hynny boed drwy wasanaethau gofalwyr ifanc neu wasanaethau eraill i blant diamddiffyn (PNA).	Pob partner	Gweithio gydag ysgolion cynradd drwy raglen YCiS a gwasanaethau Gofalwyr Ifanc. Gwasanaethau Gofalwyr Ifanc rhai yn gweithio o 5 oed. Cymhwyster ar gyfer gofal a chefnogaeth Rhan 3.	Sefydlu cysylltiadau gwell ac wedi eu targedu gydag ymwelwyr ieched, nyrs ysgol a MTON. Mapio'r gwahaniaethau o fewn gwasanaethau Gofalwyr Ifanc. Cysylltu â meithrinfeydd preifat sydd heb gysylltu i ffrwd gwaith ehangach o bosibl. Plentyn mewn angen/plentyn mewn perygl; ydy rolau gofalu yn cael eu dal os oes yna eisoes angen sylfaenol?	



Grŵp Cyfeirio Gofalwyr Gogledd Cymru (GCG). Cynllun Gweithredu Ionawr 2018 – Ionawr 2019

<i>Eitem</i>	<i>Cam Gweithredu</i>	<i>Cyfrifoldeb</i>	<i>Dyddiau Cau</i>	<i>Cynnydd</i>
Catodi a sefydliadu'r gwasanaethau cynnal a gynigir i ofalwyr Hoffai gofalwyr gael cynnig pecyn pwrpasol o ofal cofleidiol wedi ei bersonoli.	<ul style="list-style-type: none"> Hysbysu'r Bwrdd Arweinyddiaeth Rhanbarthol o astudiaethau achos ac esiamplau yn amlygu'r achos hwn. Parhau i herio hen ymddygiad o fewn Awdurdodau Lleol a Byrddau Iechyd. Aelodau GCG i ddwyn materion i sylw'r GCG fel y gellir herio problemau er mwyn newid diwylliant a phrosesau. 	PAWB PAWB	Yn parhau	<ul style="list-style-type: none"> Hysbyswyd y Grŵp Arweinyddiaeth Rhanbarthol o'r mater hwn yng Ngweithdy'r GCG ar 16 Tachwedd 2017. Mae hyn hefyd wedi ei wneud gan weithwyr proffesiynol wrth iddynt ymwneud â'r Grŵp Arweinyddiaeth Rhanbarthol. Cafodd hyn ei ddal gan y Rheolwr Busnes Rhanbarthol ac wedi ei gyflwyno yn ei hadroddiad mapio. Cafodd hyn ei ddal o fewn ein casgliad o straeon gan ofalwyr er mwyn hysbysu'r Grŵp Arweinyddiaeth Rhanbarthol. Mae addysg ynglŷn â hyn yn mynd rhagddo o fewn y Bwrdd Iechyd a'r Awdurdod Lleol. Gall aelodau GCG ddod â materion penodol i'r grŵp ac mae'r rhai y gellir mynd i'r afael â nhw yn cael eu cyflwyno i'r unigolyn priodol er mwyn iddynt ddelio â hwy.
Annog adnabod problemau ac ymyrraeth gynnar ar gyfer y gofalwr a'r person y gofalir	<ul style="list-style-type: none"> Addysgu staff Iechyd Addysgu staff Awdurdodau Lleol. Datblygu pecyn o hyfforddiant ar gyfer holl staff Iechyd a gofal 	Bwrdd Iechyd Awdurdodau Lleol PAWB	Yn parhau Yn parhau Mawrth 2018	<ul style="list-style-type: none"> Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr yn cynnal hyfforddiant a chodi ymwybyddiaeth yn barhaol. Hefyd yn edrych ar archwiliadau a chyfleoedd ar gyfer newid gweithdrefnol er mwyn gwella'r broses o adnabod gofalwyr a'r

Eitem	Cam Gweithredu	Cyfrifoldeb	Dyddiau Cau	Cynnydd
<p>amdanynt, er mwyn tynnu'r pwysau oddi ar y gofalwr. Addysg a hyfforddiant o safon dda i weithwyr proffesiynol gofal iechyd ynglŷn â materion gofalwyr.</p>	<p>cymdeithasol er mwyn sicrhau cysondeb mewn ymwybyddiaeth a darpariaeth.</p>			<p>hyn mae staff yn ei wneud gyda'r wybodaeth hon unwaith y byddant wedi ei dal.</p> <ul style="list-style-type: none"> Hyfforddiant gorfodol i staff ALL ar Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Lles (Cymru) 2014 a hyfforddiant parhaol yn cael ei ddarparu ar draws y rhanbarth. Anghysondebau yn parhau ym mhob ALL. Mae Gofal Cymdeithasol Cymru yn datblygu pecyn hyfforddi Cenedlaethol at ddefnydd byrddau iechyd, Awdurdodau Lleol a gweithwyr gofal cymdeithasol. Cydweithiwyd â'r holl bartneriaid ac mae fersiwn ddrafft i fod i gael ei gylchredeg yn gynnar y flwyddyn nesaf.
<p>Dileu rhwystrau daearyddol a rhwystrau rhannu gwybodaeth rhwng gwasanaethau. Er mwyn meithrin diwylliant o bartneriaeth ac integreiddiad</p>	<ul style="list-style-type: none"> Hysbysu'r Grŵp Arweinyddiaeth Rhanbarthol o'r mater hwn. Hyrwyddo cysondeb gyda gwasanaethau ar draws ardaloedd daearyddol. Caniatáu Awdurdodau Lleol a sefydliadau'r trydydd sector i weithio'n agosach â'i gilydd. 	<p>PAWB</p> <p>PAWB</p>	<p>Yn parhau</p>	<ul style="list-style-type: none"> Hysbyswyd y Grŵp Arweinyddiaeth Rhanbarthol o'r mater hwn yng Ngweithdy GCG ar 16 Tachwedd 2017. Mae hyn hefyd wedi ei wneud gan weithwyr proffesiynol wrth iddynt ymwneud â'r Grŵp Arweinyddiaeth Rhanbarthol. Cafodd hyn ei ddal gan y Rheolwr Busnes Rhanbarthol ac wedi ei gyflwyno yn ei hadroddiad mapio. Argymhellodd y Grŵp Arweinyddiaeth Rhanbarthol bod cyllidebau gwasanaethau

Eitem	Cam Gweithredu	Cyfrifoldeb	Dyddiau Cau	Cynnydd
				gofalwyr yn cael eu cronni. Bydd hyn yn rhannu'r cronfeydd sydd gennym ymhellach, ond bydd hefyd yn hyrwyddo gweithio traws ffiniol.
Gwella'r profiad i ofalwyr o fewn y broses Gofal Iechyd Parhaol (GIP)	<ul style="list-style-type: none"> • AD a DC i gwrdd Will Williams. • AD i weithio'n agos gyda hyfforddwraig staff GIP Sian Kelbrick. • AD/DC/WW i ymchwilio i ddal profiadau gofalwyr yn y broses Gofal Iechyd Parhaol a sut i wneud hyn. • AD i gwrdd gydag ASNEW ynglŷn ag eiriolaeth yn y broses Gofal Iechyd Parhaol. 	AD/DC Awdurdodau Lleol. GIP	Yn parhau	<ul style="list-style-type: none"> • AC a DC wedi cwrdd WW ar 17 Hydref 2017 ac ymrwymwyd i weithio'n agosach â'i gilydd. Pwysig iawn sicrhau bod gofalwyr yn cael eu cefnogi a'u hysbysu drwy'r broses. • Mae hyfforddiant staff yn dda iawn ac yn nodi yn amlwg beth mae gan ofalwyr hawl iddo a beth y dylid ei ddarparu iddynt. Cyfeillgar i ofalwyr, dydy hyn ddim bob amser yn digwydd yn ymarferol. Bydd AD yn cynorthwyo'r hyfforddwraig SK ac yn archwilio problemau gofalwyr mewn mwy o ddyfnder. • DC a WW yn edrych ar sut i ddefnyddio arolwg gofalwyr er mwyn targedu arferion gwael ac amlygu arferion da yn y broses GIP. • Cyfarfu AD â chynghorydd GIP arbenigol ar 12 Hydref o ASNEW, da iawn fodd bynnag dim ond ar gael mewn rhai ardaloedd ALL ac mae rhestrau aros hir. Eiriolaeth i'w hyrwyddo yn y broses GIP. • AD wedi cwrdd â Sian Kelbrick Pennaeth Dros Dro Perfformiad a Chydymffurfedd GIP ar 9

Eitem	Cam Gweithredu	Cyfrifoldeb	Dyddiau Cau	Cynnydd
				<p>Mawrth 2018, rwyf wedi cynghori ar eu strategaeth ac wedi awgrymu ffyrdd o wella cynhwysiant ac ymgysylltiad o ran gofalwyr. Rhoddodd AD gynllun gweithredu'r GCG i Sian gan adrodd y sylwadau a dderbyniwyd am y GIP yn ôl iddi. Mae Sian wedi cytuno i fabwysiadu arolwg gofalwyr allan er mwyn gyrru gwelliant ar gyfer gofalwyr a bydd hefyd yn dosbarthu Taflenni Gofalwyr BIPBC i bob unigolyn newydd sy'n derbyn gofal, a'u teuluoedd. Maent hefyd yn mynd i fabwysiadu eu llythyr gwahodd i fod yn fwy cynhwysol o ran gofalwyr ac i gynghori gofalwyr o'u hawliau a'u hawl i gael eiriolwr. Rhoddodd AD fap o wasanaethau gofalwyr a gwasanaethau eiriolaeth i GIP.</p> <ul style="list-style-type: none"> •
<p>Hoffai gofalwyr allu cael mynediad at gyngor arbenigol a chymorth pan fydd materion yn codi o ran gofalwyr iechyd meddwl a chamddefnyddio sylweddau.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Adrodd yn ôl i'r Grŵp Profiad Cleifion Iechyd Meddwl. • Argymhell gwasanaeth cymorth / gwasanaeth brysbennu ar gyfer teuluoedd a gofalwyr. • Annog egwyddorion Triongl Gofal drwy adran Iechyd Meddwl a fydd yn hyrwyddo cynnig cymorth a chynghori i ofalwyr ar y cyfle cyntaf 	<p>AD BIPBC</p>	<p>Mawrth 2018</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mae archwiliadau Triongl Gofal wedi eu cyflawni ym mhob uned ail sefydlu a sawl TIMC. Mae'r archwiliadau wedi eu dadansoddi ac yn y broses o adrodd yn ôl i bob uned gyda'r argymhellion a'r prosesau cymorth. • Bydd AD yn cychwyn crynhoi adroddiad o ganfyddiadau terfynol, datblygiadau hyd yma ac argymhellion trosfwaol ym mis Ionawr 2018.

<i>Eitem</i>	<i>Cam Gweithredu</i>	<i>Cyfrifoldeb</i>	<i>Dyddiau Cau</i>	<i>Cynnydd</i>
	<p>posib gan atal yr angen am gyngor mewn argyfwng.</p> <ul style="list-style-type: none"> AD i ysgrifennu a chyflwyno adroddiad i M/HPEG ar ganfyddiadau'r Triongl Gofal a chanfyddiadau GCG. 			<ul style="list-style-type: none"> Gweithio'n agos gyda phartneriaid y trydydd sector a gofalwyr er mwyn gwella'r gwasanaethau ar gyfer gofalwyr lechyd Meddwl. (Mawrth 2018) Mae'r Unedau Ail Sefydlu bellach wedi mabwysiadu'r holl newidiadau a amlygwyd gan y Triongl Gofal ac mae llwybr gofalwyr wedi ei greu.
<i>Eitem</i>	<i>Cam Gweithredu</i>	<i>Cyfrifoldeb</i>	<i>Dyddiau Cau</i>	<i>Cynnydd</i>
<p>Cynlluniau Wythnos Gofalwyr</p> <p>Dydd Llun 11 Mehefin hyd at ddydd Sadwrn 17 Mehefin 2018</p>	<ul style="list-style-type: none"> Y grŵp i gynllunio gweithgareddau codi ymwybyddiaeth ar gyfer Wythnos Gofalwyr 2018 	Aelodau GCG	Mai 2018	<ul style="list-style-type: none">