Adroddiad Cynulliad Gofalwyr Cymru 2024

Cyflwyniad

Cenhadaeth Gofalwyr Cymru yw gwneud bywyd yn well i ofalwyr di-dâl yng Nghymru. Rydyn yn darparu gwybodaeth a chyngor ar ofalu, helpu gofalwyr i gysylltu â'i gilydd, ymgyrchu â gofalwyr i gael newid parhaol, a defnyddio dulliau arloesol i wella gwasanaethau.

Cynhaliwyd Cynulliad Blynyddol Gofalwyr Cymru, dan ofal Gofalwyr Cymru, ac a ariannwyd gan Lywodraeth Cymru, ddydd Llun 19 Chwefror 2024. Roedd hwn yn ddigwyddiad hybrid, gyda chynrychiolwyr wyneb yn wyneb yn dychwelyd i Siambr Hywel yn y Senedd am y tro cyntaf ers y pandemig. Roedd y Cynulliad yn gyfrwng i ofalwyr di-dâl gael cysylltu â chynrychiolwyr gwleidyddol a llunwyr polisi etholedig, gan sicrhau bod lleisiau gofalwyr di-dâl yn cael eu clywed ar y lefelau uchaf, wrth drafod y materion sydd bwysicaf iddynt.

Ymunodd 80 o ofalwyr di-dâl â'r digwyddiad wyneb yn wyneb ac o bell drwy Zoom. Agorwyd y Cynulliad gan y noddwr, Joel James AS a'r Dirprwy Weinidog Gwasanaethau Cymdeithasol, Julie Morgan AS. Yna gofynnodd y cynrychiolwyr gwestiynau i dri phanel thematig o arbenigwyr a oedd yn canolbwyntio ar berthynas gofalwyr di-dâl â'r system gofal iechyd, gwasanaethau cymdeithasol a chyflogaeth. Yn olaf, arweiniodd y gofalwyr sesiwn drafod ar ddiwedd y diwrnod, gan godi materion a oedd yn flaenoriaeth iddynt, a chanfod datrysiadau polisi posibl

Mae'r adroddiad hwn yn crynhoi'r digwyddiad, gan gynnwys y cyfraniadau gan siaradwyr a rhai o'r cyfraniadau pwerus ac emosiynol gan y gofalwyr di-dâl a roddodd o'u hamser i'r Cynulliad. Bydd yr adroddiad hwn yn cael ei ddefnyddio i sicrhau lle gofalwyr di-dâl ar y map, gan roi llais cryfach i'r cannoedd o filoedd o ofalwyr di-dâl ledled Cymru i drafod y materion holl bwysig sy'n effeithio fwyaf arnynt.

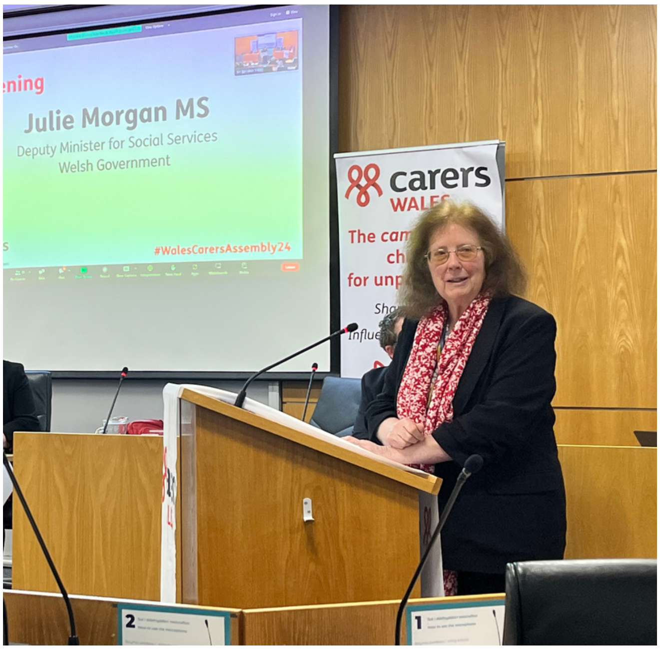
Agoriad Cynulliad Gofalwyr Cymru 2024

Claire Morgan, Cyfarwyddwr Gofalwyr Cymru

Agorwyd y Cynulliad gan Claire, a ddiolchodd i'r gofalwyr di-dâl o bob cwr o Gymru am eu presenoldeb ac amlinellodd y trefniadau am y diwrnod. Atgoffwyd pawb oedd yn bresennol y byddai'r Cynulliad yn gyfle unigryw i brofiad bywyd gofalwyr di-dâl gael ei weld a'i glywed gan gymysgedd mor amrywiol o lunwyr polisïau.
Heriwyd y sawl oedd yn bresennol i wneud y gorau o'r diwrnod ac i fyfyrio ar arwyddocâd y ffaith eu bod yn eistedd yn y fan lle dechreuodd democratiaeth ddatganoledig yng Nghymru, wrth iddynt wneud eu cyfraniadau.

Joel James AS, yr Aelod o'r Senedd a Noddodd y Digwyddiad

Diolchodd Joel am gael y fraint o noddi'r digwyddiad a siaradodd am bwysigrwydd gofalwyr di-dâl a'r rôl mae gofalwyr yn ei chwarae yn ein cymunedau. Soniodd Joel hefyd am y pwysau sydd ar ofalwyr di-dâl ac am yr angen i wneud mwy i helpu gofalwyr yng Nghymru, i'w galluogi i gael seibiant, i barhau yn eu rôl fel gofalwyr ac i edrych ar ôl eu hiechyd a'u llesiant eu hunain.



Julie Morgan AS, Y Dirprwy Weinidog Gwasanaethau Cymdeithasol

Diolchodd y Gweinidog i'r mynychwyr am roi o'u hamser i gyfranogi a chyfrannu at y Cynulliad, a diolchodd i Gofalwyr Cymru am drefnu'r digwyddiad. Myfyriodd y Gweinidog hefyd ar arwyddocâd bod yn Siambr Hywel a sut mae democratiaeth ddatganoledig yng Nghymru wedi dod â phobl a gwleidyddion yn nes at ei gilydd.

Bu Julie yn siarad am ei phrofiad uniongyrchol ei hun o fod yn ofalwr di-dâl, a sut y mae hynny wedi bod yn sbardun i'w gwaith fel Dirprwy Weinidog Gwasanaethau Cymdeithasol. Rhestrodd y Gweinidog rai o fentrau Llywodraeth Cymru i helpu gofalwyr di-dâl, fel cyllid ar gyfer seibiannau, y Gronfa Gymorth i Ofalwyr a'r Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant.

Dywedodd ei bod yn edrych ymlaen at gael adroddiad adborth gan y Cynulliad.

Cyflwyno'r Cefndir, Gofalwyr Cymru

Mae gofalwr di-dâl yn unigolyn o unrhyw oedran sy'n helpu i ofalu a chynorthwyo aelod o'r teulu, ffrind neu gymydog sy'n anabl, sydd â salwch neu gyflwr tymor hir neu sydd angen help ychwanegol wrth iddynt heneiddio.

Dangosodd Cyfrifiad 2021 fod tua 310,000 o ofalwyr di-dâl yng Nghymru. Mae Gofalwyr Cymru'n amcangyfrif fod y ffigur hwn mewn gwirionedd yn nes at 450,000 o bobl, sef 1 o bob 6 o bobl ledled y genedl. Mae dros 144,000 o ofalwyr di-dâl yng Nghymru sy'n gorfod cyfuno eu cyfrifoldebau gofal â gwaith cyflogedig. Mae ymchwil gan Carers UK a Phrifysgol Sheffield yn dangos bod gofalwyr di-dâl yn cyfrannu £10.6bn at economi Cymru mewn cyfnod o 12 mis, a bod gwerth gofal di-dâl wedi cynyddu 17% ers 2011.

Yn ein hadroddiadau diweddaraf ar Gyflwr Gofal yng Nghymru, mae'n amlwg bod gofalwyr di-dâl ym mhob rhan o Gymru'n wynebu heriau ac anawsterau sydd y tu hwnt i ddirnadaeth llawer o bobl.

- Dywedodd dros hanner y gofalwyr di-dâl eu bod yn teimlo'n isel.
- Dywedodd bron 1 o bob 4 gofalwyr di-dâl wrthym eu bod yn gorfod cwtogi ar hanfodion fel bwyd neu gyfleustodau, o ganlyniad i bryderon ariannol.
- Dywed dros 3 o bob 4 gofalwyr di-dâl eu bod yn poeni rhag ofn na fyddant yn gallu parhau i ofalu yn y dyfodol.

Fel rhan o Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014, mae dyletswydd ar gyrff cyhoeddus i sicrhau bod gofalwyr di-dâl yn rhan o gyd-gynhyrchu'r gwasanaethau sy'n eu helpu. Mae'n hanfodol bod Llywodraeth y DU, Llywodraeth Cymru ac Awdurdodau Lleol ledled Cymru'n gweithio mewn partneriaeth â gofalwyr di-dâl a'r sefydliadau sy'n eu cynrychioli, i sicrhau nad yw'r argyfwng sy'n bodoli ymhlith gofalwyr yng Nghymru'n gwaethygu.

Yr hyn sy'n gwbl amlwg yw bod hon yn sefyllfa na all barhau fel y mae, a heb weithredu ar unwaith i sicrhau bod gofalwyr di-dâl yn cael y cymorth sydd ei angen arnynt, bydd y gost i bobl ac i'r coffrau cyhoeddus yn un ddifrifol.

Sesiwn Banel –
Gofalwyr di-dâl a Gofal Iechyd

Panelwyr:

- Gareth Davies AS, Llefarydd yr Wrthblaid ar Wasanaethau Cymdeithasol
- Dr Lucy Cornish, Dirprwy Gyfarwyddwr Therapïau a Gwyddor Iechyd, Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Powys
- ·Nicky Hughes, Cyfarwyddwr Cynorthwyol Nyrsio, Coleg Nyrsio Brenhinol Cymru

Cwestiwn – Er bod gofalwyr di-dâl yn gymorth hanfodol i weithwyr iechyd a gofal cymdeithasol proffesiynol, mae llawer o ofalwyr yn gorfod brwydro i gael eu cydnabod fel gofalwr i rywun, sut allwn ni wella cydnabyddiaeth ond hefyd y parch a'r edmygedd a ddangosir gan weithwyr gofal iechyd proffesiynol tuag at ofalwyr di-dâl?

Soniodd panelwyr am bwysigrwydd hyfforddiant i weithwyr gofal iechyd proffesiynol, i ddeall yn well ac i gydnabod gofalwyr di-dâl ac i weithio â hwy wrth ofalu am bobl. Awgrymwyd y dylai hyfforddiant i weithwyr iechyd a gofal cymdeithasol proffesiynol fod yn orfodol. Rhannwyd enghreifftiau o arferion da presennol yng Nghymru, lle'r oedd byrddau iechyd a sefydliadau'n cyflwyno hyfforddiant ymwybyddiaeth o ofalwyr yn eu diwylliant yn gynnar. Awgrymwyd y dylai'r arfer da hwn wrth weithio â gofalwyr gael ei ymgorffori mewn arferion gweithio dyddiol ym mhob bwrdd iechyd.

Cwestiwn – Mae llawer o ofalwyr wedi sôn am eu pryderon am yr holl faterion yn y gyllideb sy'n ymwneud â'r GIG. A yw'r panelwyr yn poeni am yr effaith y gall hyn ei gael ar ddefnyddwyr gwasanaeth a gofalwyr di-dâl, a beth ellid ei wneud i leihau'r effaith?

Roedd aelodau'r panel yn cydnabod y pwysau eithafol sydd ar y GIG yng Nghymru ar hyn o bryd, ac effaith hyn ar ofalwyr di-dâl. Bu'r drafodaeth ar sut i leddfu'r effaith yn edrych ar amrywiaeth eang o syniadau. Soniodd Gareth Davies AS am bwysigrwydd neilltuo cyllid a roddir i'r GIG i sicrhau ei fod yn cyrraedd y bobl a'r lleoedd sydd fwyaf ei angen.

Roedd Nicky Hughes yn cydnabod y pwysau sydd ar ysbytai'n benodol a'r angen i ddileu gofal coridorau ond os am fynd i'r afael ar y pwysau ar y GIG dywedodd fod angen inni edrych yn ymhellach, i wella help i ofal sylfaenol (fel meddygon a deintyddion) a buddsoddi mewn cymunedau i gadw pobl yn eu cartrefi eu hunain pan yn bosibl.

Roedd Claire Morgan yn cefnogi'r farn hon ac adleisiodd gyfraniad diweddar yn un o Bwyllgorau'r Senedd, lle'r awgrymodd Cydffederasiwn y GIG yng Nghymru fod gormod o bobl ar hyn o bryd yn cael gofal yn y rhan "fwyaf costus" o'r system iechyd a gofal cymdeithasol.

Awgrymwyd y dylai systemau a gweithgareddau gael eu gwerthuso'n well, i sicrhau bod cyllid yn cael ei fuddsoddi'n fwy effeithiol a'i fod yn cael mwy o effaith.

Cwestiwn gan fynychwr - Yr un sylw yr hoffwn ei wneud, fel un sydd wedi gweithio'n rhannol yn y gwasanaeth iechyd, ac yn rhannol yn y gyfraith, ac yn awr yn rhannol i elusen iechyd meddwl, a hefyd fel un sydd wedi gofalu'n ddi-dâl am fy nhad a fy mam ar un adeg. Rwy'n credu mai'r un peth y gallai'r GIG a llywodraeth leol a gwasanaethau cymdeithasol ei wneud ar lawr gwlad yw dysgu sgiliau gwrando gweithredol. Pan fydd cyllidebau'n dynn, yr unig beth a glywn yw sut y gallaf osgoi rhoi gwasanaeth sy'n cael ei ddogni i'r unigolyn hwn? A gadewch inni fod yn onest er bod hynny'n gallu bod yn boenus iawn. Felly, os gallwch droi hynny i "Sut allaf helpu'r unigolyn hwn, sut allaf wrando arnynt?"

Soniodd y panelwyr am bwysigrwydd hyfforddiant i helpu gweithwyr proffesiynol i ymgysylltu ac i wrando'n well ar ofalwyr di-dâl, a gwella'r edmygedd at ofalwyr di-dâl o fewn y GIG. Arweiniodd hyn at drafodaeth ehangach ar sut i ganfod gofalwyr ifanc yn well o fewn y system ysgolion, yn ogystal â'r cyfle i ganfod pob gofalwr drwy'r cofnodion meddygol electronig newydd a'r systemau sy'n cael eu cyflwyno ar draws y GIG yng Nghymru.

Cwestiwn – A yw'r panelwyr yn cytuno â rhai o'n mynychwyr fod y broses o gael diagnosis ar gyfer gofal i bobl yn gallu bod yn feichus ac yn cymryd llawer gormod o amser? Os felly, sut allwn ni ddatrys y broblem hon?

Cytunodd y panel fod cael diagnosis i unigolyn sy'n cael gofal yn gallu bod yn broses feichus sy'n effeithio ar ofalwyr di-dâl. Rhannodd Gareth Davies AS hanesyn o'i waith achos lle'r oedd etholwyr yn gorfod teithio'n bell iawn ar draws y DU i gael diagnosis o awtistiaeth ar gyfer rhywun maent yn gofalu amdanynt.

Awgrymodd Dr Lucy Cornish rai ffyrdd o wella'r system, fel y cofnod cleifion electronig i osgoi dyblygu sgyrsiau â gweithwyr gofal iechyd proffesiynol niferus, a'r heriau o roi'r system hon ar waith yn ogystal ag achos lle'r oedd arbenigwyr yn gorfod gwneud diagnosis drwy ffeiliau papur.

Cwestiwn – Sut allwn ni sicrhau bod barn a phrofiadau gofalwyr wedi ymwreiddio o fewn systemau gofal iechyd a pha gamau allwn ni eu cymryd i hybu'r dull hwn?

Cyfeiriodd Dr Lucy Cornish at Grŵp Llywio Gofalwyr Powys, sy'n pennu blaenoriaethau, cyllid ac adnoddau'r Bwrdd Partneriaeth Lleol, a dywedodd fod ei waith yn addawol iawn hyd yma. Nododd Lucy sut y gallai mwy o hyfforddiant a chymorth helpu mwy o ofalwyr di-dâl i fod yn gysylltiedig â'r gwaith hwn, a hynny wrth gydbwyso'r cyfyngiadau amser a brofid.

Nodwyd y dylai taliadau cydnabyddiaeth fod ar gael i ofalwyr i ymgymryd â rolau cynrychioliadol, i gydnabod eu hamser a chostau rhywun i ofalu yn eu lle.

Cyfeiriodd y panel at bwysigrwydd safonau uchel mewn cyd-gynhyrchu, ac na ddylai fod yn ymarferiad ticio blychau, neu rywbeth sy'n dod i'r meddwl ar y diwedd.

Awgrymwyd y dylai mwy o arferion gorau cyd-gynhyrchu gael eu rhannu, i ddangos sut yr oedd yn cael ei gyflawni, a beth oedd ei effaith.

Trafodaeth Panel – Gofalwyr di-dâl a Gofal Cymdeithasol

Panelwyr:

- Sioned Williams MS, Llefarydd Plaid Cymru ar Gyfiawnder Cymdeithasol a Gwasanaethau Cymdeithasol
- Y Cyng. Andrew Morgan OBE, Arweinydd, Cymdeithas Llywodraeth Leol Cymru
- Sue Evans, Prif Weithredwr, Gofal Cymdeithasol Cymru
- Alwyn Jones, Llywydd, Cymdeithas Cyfarwyddwyr Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru

Cwestiwn – Mae llawer o ofalwyr wedi gofyn inni pam mae cymaint o wasanaethau heb ailagor ers y pandemig? A sut mae Llywodraeth Cymru ac awdurdodau lleol yn bwriadu rhoi sylw i hyn?

Awgrymodd y Cyng. Andrew Morgan fod gan y mater hwn lai i'w wneud â gwasanaethau heb ailagor - gan nodi fod llawer ohonynt wedi bod yn agored drwy gydol y pandemig - ond fod a wnelo hyn yn hytrach â'r pwysau mae gwasanaethau seibiant yn eu hwynebu ac nad oes digon ohonynt ar gael i Gymru gyfan.

Roedd Sioned Williams AC yn cydnabod y pwysau mae awdurdodau lleol yn eu hwynebu ond soniodd am yr angen am gysondeb a disgwyliadau o ran gwasanaethau. Nododd Sioned hefyd bwysigrwydd sicrhau bod hawliau pobl yn cael eu diogelu a gwneud yn siŵr bod gofalwyr yn cael eu helpu i osgoi costau dynol ac economaidd uwch.

Yn ôl Alwyn Jones mae gwasanaethau seibiant wedi ailagor yn Wrecsam, ond bod y pwysau oherwydd y galw am wasanaethau seibiant a brys yn effeithio ar gapasiti. I helpu i liniaru hyn, mae Wrecsam yn gweithio ar fathau eraill o seibiant ac yn ystyried sut y gallant newid natur eu gwasanaethau.

Cyfeiriodd Sue Evans at y gwaith mae Gofal Cymdeithasol Cymru'n ei wneud i sicrhau bod gweithwyr gofal cymdeithasol proffesiynol cyflogedig yn gwybod sut i helpu gofalwyr di-dâl, o gofio pa mor hanfodol yw gofal di-dâl i'r system iechyd a gofal cymdeithasol ehangach. Mae'n cael ei gydnabod bod prinder gweithwyr gofal i ddarparu cymorth, a'r hyn sy'n cael ei wneud i liniaru hyn.

Awgrymwyd nad oes digon o gyfathrebu ynglŷn â pha gymorth sydd ar gael i ofalwyr ac nad yw llawer o ofalwyr yn gwybod i ble i droi am help.

Cwestiwn – Mae llawer o ofalwyr di-dâl, boed hwy'n cael lwfans gofalwyr neu beidio, yn profi anawsterau ariannol. Pa gamau ymarferol allwn ni eu cymryd i leddfu effaith yr argyfwng costau byw presennol a rhoi sicrwydd ariannol i ofalwyr di-dâl?

Bu'r panel yn trafod sut mae'r pwysau ariannol ar awdurdodau lleol yn dwysau'r problemau a'r heriau a wynebir. Tynnwyd sylw at sawl enghraifft o'r hyn sy'n digwydd yng Nghymru, fel talebau bwyd, tanwydd a theithio. Symudodd y drafodaeth ymlaen wedyn i edrych sut mae'r cymorth hwn yn gallu amrywio'n ôl ardaloedd awdurdodau lleol, ac y byddai darlun mwy cytbwys i fynd i'r afael â'r loteri codau post sy'n wynebu gofalwyr di-dâl yn rhywbeth i'w groesawu.

Bu'r panelwyr yn trafod effaith anghymesur yr argyfwng costau byw ar ofalwyr di-dâl, ac awydd i symud ymlaen o'r ymyriadau dros dro i ddull mwy ataliol o helpu gofalwyr yn ariannol.

Cyfeiriodd Sioned Williams AS at yr angen i ofalwyr di-dâl fod yn flaenoriaeth wrth ddylunio ymyriadau atal tlodi, pwysigrwydd dull sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn ac y dylai hyn hefyd fod yn brif ystyriaeth wrth fynd i'r afael â'r loteri cod post yn achos y cymorth sydd ar gael i ofalwyr.

Cwestiwn gan fynychwr – Hoffem godi mater y cardiau adnabod i ofalwyr ifanc gan fod llawer o ofalwyr ifanc ledled Cymru'n teimlo nad ydynt yn effeithiol a bod nifer o resymau am hyn, fel y rheolau gwahanol a geir ym mhob sir o ran y costau, fel Sir Benfro, sydd wedi cyflenwi fy ngherdyn i. Rwyf wedi bod yn meddwl am gerdyn cenedlaethol, ac nid cerdyn sirol yn unig, oherwydd wedyn os gallwn gael pob un o'r awdurdodau lleol hyn i weithio â'i gilydd i gael un cerdyn ar gyfer y wlad gyfan, mi fyddai pethau'n haws i bawb.]

Roedd y Cyng Andrew Morgan yn cytuno ac addawodd weithio ag arweinyddion cynghorau eraill yng Nghymru i asesu'r opsiynau yn y maes.

Trafodaeth Panel – Gofalwyr di-dâl a Chyflogaeth

Panelwyr:

- Jayne Bryant AS, Gorllewin Casnewydd
- Joshua Miles, Cyfarwyddwr Cymru, Y Sefydliad Dysgu a Gwaith

Cwestiwn gan fynychwr ar-lein – Mae rhieni sy'n ofalwyr yn wynebu oes o ofalu yn hytrach na gofalu am gyfnod cyfyngedig. Beth all Llywodraeth Cymru ei wneud neu ei annog i helpu rhieni sy'n ofalwyr sy'n gweithio, fel nad ydynt yn gorwneud?

Soniodd Jayne Bryant AS am yr angen i gydnabod pan fydd cyfrifoldebau gofal yn fwy dwys i rieni sy'n ofalwyr ac i gynorthwyo rhieni sy'n ofalwyr drwy'r broses honno. Gan nodi nad yw nifer sylweddol o ofalwyr di-dâl yn gallu gweithio, dywedodd Jayne y dylai pobl a hoffai ddychwelyd i weithio gael help i wneud hynny, o ystyried budd hynny iddynt.

Awgrymodd Joshua Miles y dylai Llywodraeth Cymru fod yn gwneud mwy i hyrwyddo ffyrdd o helpu gofalwyr di-dâl yn ystod ei ymarferiad ymgysylltu cyfredol â busnesau a chyflogwyr ledled Cymru.

Cyfeiriodd y panel at yr angen i newid diwylliant ymhlith cyflogwyr, gan rymuso rheolwyr a chyflogwyr i ddeall gofalwyr di-dâl yn well, ond hefyd i hyrwyddo'r achos busnes dros well cymorth i ofalwyr – gan ddangos bod budd i fusnesau yn ogystal â budd dynol i ofalwyr.

Awgrymwyd y dylid cael mwy o gymorth iechyd meddwl i ofalwyr.

Cwestiwn gan fynychwr – Hoffwn adleisio'r hyn roeddech yn ei ddweud ynglŷn ag ymgysylltu â chyflogwyr, oherwydd rwy'n credu ei fod yn bwysig iawn cael deddfwriaeth sy'n cefnogi hawliau gofalwyr a hawliau pawb arall. Ond rwy'n credu bod y ffon heb y foronen a hefyd bod ffon nad yw'n seiliedig ar brofiadau cyflogwyr yn y sector preifat yn gamgymeriad ac rwy'n credu bod denu cyflogwyr o'r sector preifat yn helpu pawb, fel eu bod yn deall beth yw buddiannau cyflogi pobl na all fod yno drwy gydol yr amser yr hoffent fod yn wirioneddol bwysig.

Cyfeiriodd Joshua Miles at yr angen i helpu busnesau llai, sy'n aml heb y capasiti na'r arbenigedd i helpu gofalwyr di-dâl ac i ymdopi â newidiadau fel y Ddeddf Absenoldeb Gofalwyr arfaethedig.

Bu'r panelwyr yn trafod ym mha ffordd mae'r Ddeddf Absenoldeb Gofalwyr yn gam i'r cyfeiriad cywir i helpu mwy o ofalwyr di-dâl i barhau mewn, neu i ddychwelyd i gyflogaeth. Ond mai absenoldeb â thâl i ofalwyr fyddai'n cael yr effaith fwyaf ar helpu gofalwyr yn hyn o beth.
Nodwyd y gallai hunangyflogaeth gynnig opsiwn gweithio mwy hyblyg i ofalwyr ac mae Gofalwyr Cymru wedi ymrwymo i drefnu sesiwn ar hyn ar gyfer gofalwyr.

Y Gair Olaf

Yn y Cynulliad Gofalwyr roedd y gair olaf yn mynd i'r gofalwyr a oedd wedi mynychu ar-lein ac wyneb yn wyneb. Roedd sesiwn 'Y Gair Olaf' yn annog mynychwyr i drafod yr hyn roeddent wedi'i glywed drwy gydol y diwrnod ac i gynnig sylwadau ar y materion pwysig sy'n effeithio ar ofalwyr. Bu'r gofalwyr yn trafod nifer o faterion mewn 3 grŵp, ond mae'r pynciau a godwyd amlaf wedi'u crynhoi isod.

Profiadau â staff iechyd a gofal cymdeithasol

Bu nifer o ofalwyr yn trafod eu profiadau anfoddhaol â staff iechyd a gofal cymdeithasol. Mynegodd un gofalwr bryderon nad yw'n ymddangos bod gweithwyr proffesiynol sy'n cynnal Asesiadau o Anghenion Gofalwyd yn ddigon gwybodus am gyflwr y sawl mae'r gofalwr yn gofalu amdanynt, gyda gofalwr arall yn dweud bod gweithwyr proffesiynol ar adegau'n gwneud tybiaethau am yr hyn sy'n bosibl i ofalwr, gyda'r gofalwr yn pwysleisio bod rhai gofalwyr yn dal i allu gweithio'n llawn amser ochr yn ochr â gofalu. Awgrymwyd fod angen help ar staff i ddynodi pobl â chyfrifoldebau gofal fel gofalwyr, bod angen hyfforddiant gwell ar weithwyr cymdeithasol a bod angen gwell hyfforddiant ar staff i helpu i adnabod anableddau anweladwy mewn plant ac oedolion. Mae Gofalwyr Cymru wedi bod yn galw ers amser ar fyrddau iechyd ac awdurdodau lleol i sicrhau bod eu holl staff sy'n ymwneud â gofalwyr yn cael hyfforddiant digonol i ddeall ac i ymateb i anghenion gofalwyr. Cafodd yr angen i staff gael hyfforddiant digonol i helpu gofalwyr ei grybwyll droeon gan y gofalwyr a oedd yn bresennol yn y Cynulliad Blynyddol yn 2023. Drwy'r prosiect Ymwybyddiaeth o Ofalwyr, mae Gofalwyr Cymru wedi cyflwyno hyfforddiant Ymwybyddiaeth o Ofalwyr i dros 500 o weithwyr cymdeithasol ledled Cymru a bydd yn parhau i hyfforddi mwy fyth o weithwyr cymdeithasol yn y dyfodol.

Pan fydd gofalu'n newid neu'n dod i ben

Awgrymwyd fod diffyg cymorth i bobl sy'n symud allan o ofal, gan gynnwys cymorth ariannol. Mae gofalu'n dal i effeithio ar iechyd meddwl hyd yn oed ar ôl iddo ddod i ben, gydag un gofalwr yn dweud bod llawer yn profi trawma o ganlyniad i'r hyn maent wedi'i bod drwyddo. Dywedodd gofalwr arall fod y cyfnod o addasu wedi bod yn anodd iddi wrth iddi adael ei rôl fel gofalwr. Gydag angen am "newid mewn diwylliant", dechreuodd gynnig cymorth i ofalwyr o fewn y GIG ac roedd hynny wedi bod yn brofiad positif. Y farn oedd bod angen gwneud mwy i gydnabod effeithiau gofalu ac nad oes digon o gymorth i ofalwyr sy'n galaru yn dilyn profedigaeth. Mae Gofalwyr Cymru wedi cynhyrchu, ar y cyd â gofalwyr ar 'Pan fydd gofalu'n newid neu'n dod i ben', sy'n cynnig cyngor a gwybodaeth i ofalwyr yn y sefyllfa hon.

Cydnabyddiaeth

Mynegodd sawl gofalwr bryderon ynglŷn â chanfod gofalwyr. Eglurodd gofalwr nad oedd gofalwyr, yn ei phrofiad hi, yn cael eu hadnabod o fewn adrannau Damweiniau ac Achosion Brys. Eglurodd rhiant sy'n ofalwr nad oedd anabledd ei phlentyn wedi cael ei gydnabod yn y system addysg ac nad oedd hi'n cael ei chydnabod fel gofalwr. Awgrymwyd hefyd y dylai gwybodaeth gael ei thargedu at ofalwyr mewn lleoliadau iechyd, gan egluro pa help sydd ar gael, i helpu pobl i weld eu hunain fel gofalwyr. Canfu arolwg Cyflwr Gofalu 2022 Gofalwyr Cymru fod 52% o ofalwyr yng Nghymru'n cymryd dros flwyddyn i weld eu hunain fel gofalwyr, gyda thraean y gofalwyr yn cymryd dros 3 blynedd i gael eu cydnabod fel gofalwr.

Asesiadau o Anghenion Gofalwyr

Gan droi at Asesiadau o Anghenion Gofalwyr, y farn oedd y dylid cynnig help mewn ffordd fwy rhagweithiol drwy gydol y siwrnai ofal gan nad yw llawr o ofalwyr yn cael Asesiadau o Anghenion Gofalwyr nes eu bod mewn argyfwng. Pe bai anghenion wedi cael eu hasesu'n gynharach a bod cymorth wedi'i gynnig yn gynharach, mae'n bosibl na fyddai'r sefyllfa wedi dirywio yn y ffordd y gwnaeth. Dywedodd gofalwyr eraill fod ar ofalwyr angen mwy o wybodaeth am y meini prawf cymhwysedd ar gyfer gwasanaethau a chymorth cyn yr Asesiadau am eu bod yn teimlo nad ydynt yn cael llawer o gyhoeddusrwydd. Byddai eglurder ar y pwyntiau hyn yn helpu gofalwyr i fynd i Asesiad o Anghenion gyda gwell dealltwriaeth o beth i'w ddisgwyl. Awgrymwyd hefyd y dylai awdurdodau lleol ddarparu proses sydd wedi'i gwneud ar gyfer gofalwyr, sy'n disgrifio fesul cam pwy fydd yn cysylltu â gofalwr newydd ar y dechrau a beth fydd y camau nesaf, gan gynnwys Asesiad o Anghenion Gofalwyr.

Canfu ymchwil Gofalwyr Cymru dros gyfnod o sawl blwyddyn nad yw llawer o ofalwyr yn cael Asesiadau o Anghenion Gofalwyr a hyd yn oed os ydynt yn eu cael nid ydynt yn cael eu gwneud yn unol â gofynion y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant. Mae rhan o'r hyfforddiant Ymwybyddiaeth o Ofalwyr sy'n cael ei darparu gan Gofalwyr Cymru i weithwyr cymdeithasol yn ymdrin â gwneud Asesiadau'n gywir, ac mae'n pwysleisio'r angen i fod yn agored a gonest â gofalwyr ynglŷn â meini prawf cymhwysedd a pham mae penderfyniadau'n cael eu gwneud.

Gwasanaethau

Soniodd llawer o ofalwyr am eu hawydd i rannu eu profiadau i wella gwasanaethau. Y farn oedd bod dulliau fel Zoom wedi ei gwneud yn haws i ofalwyr ymgysylltu ond rhaid ystyried anghenion gofalwyr a'r rhwystrau maent yn eu profi, gydag un gofalwr yn dweud eu bod wedi bod wedi gorfod defnyddio amser seibiant i fynychu hyfforddiant i ofalwyr gyda'u hawdurdod lleol. Roedd gofalwyr yn teimlo bod angen i wasanaethau fod yn barod i newid er mwyn diwallu anghenion gofalwyr yn well, a rhaid i ofalwyr deimlo eu bod yn cael eu cynnwys a'u parchu, a'u talu am eu hamser. Awgrymwyd y dylai gofalwyr gael gwell syniad o beth i'w ddisgwyl gan wasanaethau, ac roedd llawer o ofalwyr yn dweud bod ymgysylltu â gwasanaethau'n aml yn teimlo fel brwydr. Awgrymwyd hefyd fod angen gwneud mwy i rannu arferion da ar draws y system fel y gellir cyflwyno gwelliannau a datblygiadau arloesol yn fwy eang.

Mewn arolygon a digwyddiadau ymgysylltu blaenorol â gofalwyr, mae Gofalwyr Cymru wedi clywed droeon nad yw llawer o ofalwyr yn teimlo bod eu hanghenion a'u hoffterau'n cael eu hystyried yn ddigonol gan wasanaethau iechyd a gofal. Ym mis Tachwedd 2023, cyhoeddodd Gofalwyr Cymru ymchwil i gyd-gynhyrchu â gofalwyr ledled Cymru, a gwelwyd er bod enghreifftiau da o weithredu ar lais y gofalwr a bod strwythurau cyd-gynhyrchu positif, bod angen gwneud mwy i sicrhau bod gwasanaethau'n ymateb mewn ffordd ystyrlon i syniadau a hoffterau gofalwyr.

Cyflogaeth

Cyfeiriodd gofalwyr at y bwlch rhwng damcaniaeth helpu gofalwyr di-dâl mewn lleoliadau cyflogaeth a'r realiti, fel yr angen i fod yn hyblyg a/neu amser i ffwrdd mewn argyfwng. Cafwyd trafodaeth lle bu pobl yn rhannu eu profiadau eu hunain o frwydro yn erbyn diffyg dealltwriaeth am ofal di-dâl mewn gweithleoedd a bod canfyddiadau o ofal di-dâl a gofalwyr yn tanseilio ac yn cyfyngu pobl.

Nodwyd newid mewn diwylliant o fewn grwpiau fel bod yn allweddol i gywiro hyn. Roedd hyfforddiant ac adnoddau i reolwyr llinell sy'n cynorthwyo cyflogeion â chyfrifoldebau gofal yn elfen allweddol o'r adborth, yn benodol meysydd fel pa fath o iaith sy'n dderbyniol neu ddim o ran gofal di-dâl a pha fath o gwestiynau sydd neu ddim yn briodol.

Diolch a Chydnabod

Hoffai Gofalwyr Cymru dalu teyrnged a chydnabod cyfraniadau pawb a fu'n gysylltiedig â Chynulliad Gofalwyr Cymru 2024. Rydym yn credu bod digwyddiadau fel hyn yn hanfodol i sicrhau bod gwleidyddion etholedig a'r sawl sy'n gwneud penderfyniadau'n cael eu hatgoffa o'r heriau mae gofalwyr di-dâl yng Nghymru'n eu hwynebu bob dydd. Diolch hefyd i'r partneriaid allweddol isod am eu cefnogaeth i sicrhau bod y Cynulliad yn cael ei gynnal:

- Llywodraeth Cymru
- Senedd Cymru
- Carers UK
- Plant yng Nghymru
- Y Bwrdd Cynghori Gofalwyr Ifanc
- ·Julie Morgan AS, Dirprwy Weinidog Gwasanaethau Cymdeithasol
- Joel James AS
- Gareth Davies AS
- Sioned Williams AS
- Jayne Bryant AS
- Y Cyng Andrew Morgan OBE, Cymdeithas Llywodraeth Leol Cymru
- Nicky Hughes, Coleg Nyrsio Brenhinol Cymru
- Dr Lucy Cornish, Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Cymru
- Alwyn Jones, Cymdeithas Cyfarwyddwyr Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru
- Sue Evans, Gofal Cymdeithasol Cymru
- Joshua Miles, Y Sefydliad Dysgu a Gwaith

Yn olaf, hoffem ddiolch o galon i'r gofalwyr di-dâl a ymunodd â ni ar gyfer y Cynulliad, naill ai wyneb yn wyneb yn Nhŷ Hywel neu ar-lein. Rydym yn gwerthfawrogi'n fawr eich brwdfrydedd a'ch penderfyniad, er gwaethaf yr heriau niferus sy'n eich wynebu. Byddwn yn dal ati i weithio i wneud bywyd yn well i ofalwyr di-dâl ym mhob rhan o Gymru ac edrychwn ymlaen at weithio â chi i wneud y newidiadau hyn.

carerswales.org

Mae Carers UK yn elusen sydd wedi'i chofrestru yng Nghymru a Lloegr (246329 ac yn yr Alban (SC039307 ac yn gwmni cyfyngedig trwy warant a gofrestrwyd yng Nghymru a Lloegr (864097).) Swyddfa gofrestredig 20 Great Dover Street, Llundain SE1 4LX

© Gofalwyr Cymru, Ebril 2024