gofalwyr CYMRU

carerswales.org

Uwchgynhadledd Gofalwyr Cymru

Adroddiad 2022

© Carers Wales 2022

Cyflwyniad

Gyda chymdeithas yn dal i ymlafu o effeithiau'r pandemig, nod Uwchgynhadledd Gofalwyr Cymru oedd dod o hyd i atebion cadarnhaol a newidiadau mewn polisi y gallai awdurdodau statudol, sefydliadau cymorth i ofalwyr a chymunedau eu gwneud i wneud bywyd yn well i ofalwyr di-dâl.

Cynhaliwyd yr Uwchgynhadledd ar-lein, a chafodd ei threfnu gan Gofalwyr Cymru a'i hariannu gan Lywodraeth Cymru, yn ystod yr wythnos yn dechrau 7 Chwefror 2022. Drwy gydol yr wythnos, cynhaliwyd sesiynau grwpiau ffocws ar amrywiaeth o bynciau, wedi'u trefnu ar y cyd gydag amrywiaeth o sefydliadau. Yn ystod y sesiynau, rhannodd gofalwyr eu profiadau, casglwyd tystiolaeth, a mynegodd gofalwyr sut y dylai ac y gallai gwasanaethau ymateb i'w hanghenion nawr ac yn y dyfodol. Cyflwynwyd pwyntiau allweddol a godwyd yn ystod yr wythnos ar ffurf cwestiynau i banel o arbenigwyr iechyd a gofal cymdeithasol yn y cyfarfod llawn ar ddydd Gwener.

Mae'r adroddiad hwn yn crynhoi sesiynau'r grwpiau ffocws, y Cyfarfod Llawn a'r tystlythyrau pwerus a'r adborth a rannodd gofalwyr gyda ni drwy gydol yr wythnos.

Bydd yr adroddiad yn cael ei rannu gyda gwneuthurwyr polisi a gwasanaethau ar draws Cymru, ac yn cael ei ddefnyddio fel sail ar gyfer gwaith polisi ac ymgyrchu Gofalwyr Cymru. Bydd Gofalwyr Cymru yn cynnal sesiwn ddilynol i'r Uwchgynhadledd yn ystod Wythnos Gofalwyr 2022, lle bydd diweddariad yn cael ei roi ar y cynnydd sydd wedi cael ei wneud hyd yn hyn.

Mae ffilm fer wedi cael ei chreu hefyd sy'n crynhoi'r cyfarfod llawn, a gellir gweld y ffilm ar sianel YouTube Gofalwyr Cymru.

Hoffem ddiolch yn ddiffuant i'r holl sefydliadau a drefnodd y grwpiau ffocws ar y cyd, ac i'r panel arbenigol a ymunodd â ni yn y Cyfarfod Llawn. Yn anad dim, rydym eisiau diolch yn fawr iawn i'r gofalwyr a gymerodd ran i rannu eu harbenigedd, eu profiadau personol iawn, a'u dealltwriaeth o'r pethau sydd angen eu newid, a pham.

Y sefyllfa

Pan oedd y pandemig Covid-19 yn ei anterth, cynyddodd nifer y gofalwyr di-dâl ar draws Cymru o 487,000 i gymaint â 683,000[1]. Doedd dim llawer o wasanaethau ar gael i ofalwyr cyn y pandemig, ond roedd llawer o'r rhain ar gau yn ystod y pandemig, ac nid ydynt wedi ailagor neu maen nhw wedi lleihau'n sylweddol.

Ers dechrau'r pandemig, mae miloedd o ofalwyr ar draws Cymru wedi bod dan straen aruthrol. Maen nhw'n parhau i ysgwyddo beichiau system iechyd a gofal cymdeithasol sydd wedi'i gorymestyn ac sydd heb ddigon o adnoddau, ac sy'n cael trafferth delio â chanlyniadau'r pandemig. Roedd eu cyfraniad yn arbed tua £33 miliwn i wasanaethau cyhoeddus bob dydd yn ystod y pandemig. Er gwaethaf y cyfraniad enfawr hwn, yn aml ar draul eu hiechyd a'u lles eu hunain, mae gofalwyr yn teimlo eu bod wedi cael eu hanwybyddu gan wleidyddion a'r rheini sy'n gwneud penderfyniadau ar lefelau lleol, rhanbarthol a chenedlaethol.

Mae gan ofalwyr hawliau sydd wedi'u corffori yn neddfwriaeth Cymru, ond nid yw'r hawliau hynny'n realiti i lawer gormod o ofalwyr ar draws Cymru. Canfu ein papur briffio Cyflwr Gofalu yng Nghymru 2021, nad oedd 37% o ofalwyr yn gwybod beth oedd Asesiad o Anghenion Gofalwyr. Mae hyn er bod Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant Cymru wedi dod i rym yn 2016. Roedd y ddeddfwriaeth hon yn rhoi hawl i bob gofalwr gael asesiad o'i anghenion. Fe wnaeth llawer ddweud, yn yr arolwg Cyflwr Gofalu, eu bod wedi cael trafferth dod o hyd i'r cymorth oedd ei angen arnynt. Dywedodd 76% bod eu gallu i gael seibiant o ofalu wedi gostwng, dywedodd 60% bod eu hiechyd corfforol wedi dirywio, a dywedodd 71% bod eu hiechyd meddwl wedi gwaethygu.

Yn rhan olaf 2021, cyhoeddodd chwech o'r saith Bwrdd Iechyd Lleol, ar y cyd â'u cymheiriaid mewn awdurdodau lleol, ddatganiadau yn gofyn i ofalwyr di-dâl gamu fyny ymhellach fyth i ddarparu gofal a chymorth i'w hanwyliaid. Roedd hyn oherwydd y pwysau cynyddol ar ysbytai i ryddhau cleifion, a'r diffyg gweithwyr gofal cymdeithasol i ddarparu cymorth mewn cynlluniau gofal.

Os disgwylir i ofalwyr ddarparu'r cymorth ychwanegol hwn fel trydydd piler y system iechyd a gofal cymdeithasol, yna rhaid eu cefnogi'n briodol, ac ni ddylent deimlo fel eu bod yn cael eu gorfodi neu eu rhoi dan bwysau i gymryd dyletswyddau gofalu ymlaen nad ydynt efallai'n barod i'w gwneud, ac yn gallu eu gwneud. Gyda chyn lleied o ofalwyr yn cael asesiadau o anghenion gofalwyr, maen nhw'n cymryd cyfrifoldebau gofalu ymlaen heb y cymorth angenrheidiol i'w galluogi i ofalu'n ddiogel a gofalu am eu hiechyd a'u lles eu hunain.

Wrth i ni ddod allan o gyfyngiadau Covid-19, rhaid i Awdurdodau Lleol a Byrddau Iechyd Lleol ailsefydlu ac adfer gwasanaethau gofalwyr yn llawn, er mwyn diwallu'r ôl-groniad o anghenion gofalwyr. Mae gofalwyr wedi blino'n lan o orfod darparu'r rhan fwyaf o'r gofal yn ystod y pandemig, a rhaid ystyried eu hanghenion yn briodol yn y broses gynllunio tymor byr i adfer gwasanaethau, ac yn y tymor hwy o ran adnoddau a chynllunio'r system iechyd a gofal cymdeithasol. Dylai hyn ddigwydd ochr yn ochr â chyfathrebu ystyrlon â gofalwyr di-dâl, a'u cynnwys wrth ddarparu gwasanaethau dydd i ddydd.

Nid yw'n gynaliadwy o gwbl i awdurdodau statudol ddibynnu cymaint ar ofalwyr di-dâl heb gymorth, a bydd y canlyniadau yn sgil gwneud hynny yn bellgyrhaeddol i wasanaethau iechyd a chymdeithasol, i ofalwyr eu hunain, ac i'r bobl fwyaf agored i niwed yn ein cymdeithas.

[1] Carers UK 2020 – Caring behind closed doors forgotten families in the Coronavirus outbreak t17-18

Sesiynau Grŵp – Canolbwyntio ar Ofalwyr

Cynhaliwyd y sesiynau yn y bore, y prynhawn a gyda'r nos o ddydd Llun i ddydd Mercher yn ystod wythnos yr Uwchgynhadledd. Roeddent yn trafod amrywiaeth o bynciau fel yr amlinellir isod.

Mynegodd gofalwyr rwystredigaeth, dicter a gofid ar draws y sesiynau ynghylch y ffordd maen nhw wedi cael eu trin ers blynyddoedd lawer. Fe wnaethant rannu profiadau personol ac anobeithiol iawn gyda ni. Yn gyffredinol, dywedodd gofalwyr fod y pandemig wedi gwaethygu sefyllfa sydd eisoes yn ansicr, a bod y ddwy flynedd ddiwethaf wedi bod yn heriol ar sawl lefel.

Roedd y prif themâu o'r trafodaethau yn trafod yr angen am:

- welliannau o ran rhoi mynediad i ofalwyr i'w hawliau o fewn y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant, ac elwa arnynt
- welliannau o ran cydnabod a deall rôl gofalwyr di-dâl
- fwy o barch at yr wybodaeth a'r profiad sydd gan ofalwyr di-dâl
- welliannau o ran cyfathrebu ystyrlon â gofalwyr di-dâl, a'u cynnwys ar draws y gwasanaethau statudol
- welliannau yn y gwasanaethau a ddarperir i helpu gofalwyr i ofalu'n ddiogel ac yn hyderus.

Diwrnod Un
Gwasanaeth Gofal Cenedlaethol

Canolbwyntiodd y grŵp ffocws hwn ar y Gwasanaeth Gofal Cenedlaethol arfaethedig sy'n rhan o'r Cytundeb Cydweithredu rhwng Llywodraeth Cymru a Phlaid Cymru, a chafodd ei hwyluso ar y cyd gan Rhys Ab Owen, AS Canol De Cymru.

Oherwydd bod hyn yn y camau datblygu cynnar, rhannwyd cynigion ar gyfer Gwasanaeth Gofal Cenedlaethol yn yr Alban, sydd ar gam mwy datblygedig, a gofynnwyd i ofalwyr rannu eu barn am wasanaeth arfaethedig i Gymru. Gofynnwyd i ofalwyr beth ddylai Gwasanaeth Gofal Cenedlaethol ei wneud i ofalwyr di-dâl, sut maen nhw'n credu y dylid rhoi blaenoriaeth i ofalwyr wrth gynllunio'r gwasanaeth, a p'un a oedd ganddynt unrhyw bryderon.

Y prif bwyntiau a gafodd eu gwneud gan ofalwyr oedd:

- Cafwyd sawl sylwad yn dweud bod angen newid diwylliannol yn y ffordd mae gofalwyr yn cael eu gwerthfawrogi, eu cydnabod a'u trin ar gyfer unrhyw wasanaeth newydd er mwyn sicrhau newid ystyrlon i ofalwyr.
- Mae angen sicrhau bod mwy o adnoddau ar gael ar gyfer gwasanaethau gofalwyr, gydag integreiddio clir ar draws gwasanaethau ac asiantaethau.
- Dylai gofalwyr di-dâl fod yn asgwrn cefn unrhyw Wasanaeth Gofal Cenedlaethol, a dylid cydnabod eu rôl ganolog yn briodol, gan wrando ar ofalwyr drwy gydol y broses gynllunio. Mae angen i ofalwyr gael eu gwerthfawrogi, eu cynrychioli'n briodol a chael llais ar fyrddau llywodraethu.
- Un farn gyffredin oedd y dylai Gwasanaeth Gofal Cenedlaethol i Gymru sicrhau fframweithiau cenedlaethol, meini prawf cymhwysedd a safonau gwasanaeth i ofalwyr, er mwyn sicrhau tegwch o ran gwasanaethau ar draws Cymru.
- Teimlwyd y dylid datblygu'r Gwasanaeth Gofal Cenedlaethol ar sail arfer da cyfredol.
- Roedd pryderon y byddai Gwasanaeth Gofal Cenedlaethol yn arwain at fwy o fiwrocratiaeth, ac y byddai gofalwyr yn elwa ar fentrau anuniongyrchol yn unig.

- Mynegwyd pryderon ynghylch sut y byddai Gwasanaeth Gofal Cenedlaethol yn cael ei lywodraethu, ei fonitro a'i reoli. Awgrymodd gofalwyr bod angen mwy o atebolrwydd cenedlaethol am ddarparu gwasanaethau i ofalwyr, er enghraifft drwy Gomisiynydd Gofalwyr.

> ***"Fframwaith safonedig ar gyfer gofalwyr, sy'n cael ei redeg a'i gynnal gan Ganolfan Ofal leol, bwrpasol, a chylch gwaith penodol hwn fydd cefnogi gofalwyr di-dâl."***

> ***"Cynnwys y trydydd sector a gofalwyr di-dâl yn glir ac yn ystyrlon wrth gynllunio."***

> ***"Yn cefnogi'n llwyr yr egwyddor o gyllid craidd ar gyfer gwasanaethau gofalwyr. Dylai hyn fod yn rhan annatod o'r Gwasanaeth Gofal Cenedlaethol."***

> ***"Datgysylltwch ef oddi wrth yr awdurdod lleol – gormod o wahaniaeth rhwng awdurdodau lleol o ran yr adnoddau sydd ar gael i ofalwyr di-dâl (e.e. seibiant)."***

> ***"Dylem gael gofalwyr di-dâl o bob rhanbarth ar fyrddau cenedlaethol – ein cynrychiolaeth ddylai fod y mwyafrif, nid y lleiafrif."***

> ***"Mae gwastraff enfawr o dalent yn bodoli eisoes ymhlith gofalwyr. Mae mor anodd stopio gweithwyr proffesiynol rhag ein galw ni'n 'Mam a Dad'."***

Taliadau Uniongyrchol

Canolbwyntiodd y grŵp ffocws hwn ar Daliadau Uniongyrchol, a chafodd ei hwyluso ar y cyd gan Archwilio Cymru, oherwydd ei ymchwiliad i Daliadau Uniongyrchol. Fe wnaethom ofyn i ofalwyr beth oedden nhw'n ei hoffi am Daliadau Uniongyrchol, beth y gellid ei wella, a beth fyddai'n annog mwy o bobl i fanteisio ar Daliadau Uniongyrchol.

Roedd consensws nad oedd gofalwyr yn gwybod ar gyfer beth y gellid eu defnyddio na sut i gael gafael arnynt, a bod datgysylltiad rhwng polisi a diffyg dealltwriaeth ynghylch ar beth y gallwch ddefnyddio taliadau uniongyrchol.

Y prif bwyntiau a gafodd eu gwneud gan ofalwyr oedd:

- Mae angen canllawiau i ofalwyr a gweithwyr cymdeithasol ynghylch beth yw Taliadau Uniongyrchol ac ar beth y gellir eu defnyddio.
- Mae angen hyfforddiant Taliadau Uniongyrchol ar weithwyr cymdeithasol.
- Soniodd gofalwyr am anghydraddoldeb yn y system wrth i awdurdodau lleol reoli taliadau uniongyrchol mewn ffyrdd gwahanol, gyda rhai yn well nag eraill. Mae angen gweld cyfraddau unffurf a chysondeb mewn polisi ar draws Cymru.
- Soniwyd bod y farchnad ofal yn cael ei rheoli gan sefydliadau allanol, a bod angen i ofalwyr allu cynnig cyflog deniadol i alluogi recriwtio a chadw Pas. Mae hyn yn arbennig o wir am yr anawsterau wrth recriwtio a chadw gweithwyr gofal cyflogedig. Nodwyd bod asiantaethau'n codi llawer mwy, a bod Taliadau Uniongyrchol yn is o lawr na'u cyfradd fesul awr, a bod disgwyl i ofalwyr dalu'r diffyg. Pan fod gofalwyr yn byw ar fudd-daliadau, nid yw hyn yn bosibl.
- Yn gyffredinol, roedd gofalwyr sy'n derbyn Taliadau Uniongyrchol yn teimlo eu bod yn dda pan fyddant yn gweithio'n dda, ac yn rhoi hyblygrwydd a chymorth sy'n canolbwyntio mwy ar yr unigolyn.
- Roedd rhai o'r rhwystrau a nodwyd o ran derbyn Taliadau Uniongyrchol yn bryderon ynghylch bod yn gyflogwr, gan gynnwys yr holl dasgau gweinyddol heb gymorth digonol, pryderon ynghylch ar beth gellir gwario'r arian, a gorfod gofyn am ganiatâd ymlaen llaw a allai gymryd amser hir, yr amser a dreulir yn rheoli tasgau gweinyddol, peidio â chael gwybod am Daliadau Uniongyrchol yn y lle cyntaf, anhawster recriwtio a chadw staff.
- Gofynnwyd cwestiwn hefyd ynghylch faint o ofalwyr sy'n derbyn Taliadau Uniongyrchol yn eu rhinwedd eu hunain ar ffurf cymorth iddyn nhw yn hytrach nag i'r person maen nhw'n gofalu amdano.
- Dylai asesiadau fod yn 'ddall i ofalwyr'. Ni ddylai gweithwyr cymdeithasol fod yn cymryd yn ganiataol y bydd y gofalwr yn ymdopi; os oes gan y gofalwr anghenion cymwys, yna mae'n rhaid mynd i'r afael â nhw.

"Mae'n teimlo fel pe bai Gweithwyr Cymdeithasol yn geidwaid weithiau..."

"Does dim cyfradd unffurf o ran faint mae ALlau yn ei gael am ofal cymdeithasol, felly nid pawb sy'n cael chwarae teg o'r cychwyn cyntaf."

"Hoffwn weld ymagwedd fwy ymddiriedus at sut mae gofalwr yn defnyddio taliadau uniongyrchol. Rydym yn cael ein trystio i arbed degau o filoedd o bunnoedd bob blwyddyn i'r Cyngor, ond nid oes modd ymddiried ynddynt i ddyrannu £10 ar gyfer taith i'r sinema."

"Gwneud yr holl broses o wneud cais am Daliadau Uniongyrchol yn haws."

"Dwi wedi bod yn gofalu am fy ngŵr am 9 mlynedd - dim ond yn ystod y 6 mis diwethaf y clywais am Daliadau Uniongyrchol."

"Cawsant eu dyfarnu i ni am anghenion seibiant, ond yn anffodus, nid oeddem yn gallu dod o hyd i neb."

Gweithio i wella - Cwynion

Canolbwyntiodd y grŵp ffocws hwn ar godi pryder, a chafodd ei hwyluso ar y cyd gan swyddfa'r Comisiynwyr Pobl Hŷn. Archwiliodd brofiadau gofalwyr o gyflwyno pryder neu gŵyn, y broses, p'un a oedd gofalwyr yn teimlo bod digon o gymorth a gwybodaeth, a beth fyddai'n eu helpu i unioni pethau petasent yn teimlo'u bod wedi cael triniaeth annheg.

Yr adborth oedd bod eu profiad o godi pryder neu wneud cwyn wedi bod yn gwbl anfoddhaol. Yn gyffredinol, roedd gofalwyr yn y grŵp ffocws eisiau i bryderon gael sylw a dysgu gwersi, yn hytrach na gwneud cwyn ffurfiol. O brofiadau'r rheini yn y grŵp ffocws, roeddent yn teimlo, pan oeddent yn codi pryderon, nad oeddent yn cael eu cymryd o ddifrif, oedd yn arwain atynt yn gorfod gwneud cwyn ffurfiol.

Y prif bwyntiau a gafodd eu gwneud gan ofalwyr oedd:

- Nid yw amserlenni cwynion yn cael eu hanrhydeddu – nodwyd yr amser hir mae'n ei gymryd i wasanaethau statudol ymateb i bryderon neu gwynion.
- Mae diffyg eiriolaeth neu gymorth i wneud cwyn.
- Mae diffyg atebolrwydd a chyfrifoldeb. Teimlwyd bod y system gwyno yn bodoli i amddiffyn gweithwyr proffesiynol ac oherwydd nad oes unrhyw ganlyniadau, bod cwynion yn cael eu gwrthod.
- Roedd pryder y byddai gofalwyr, drwy fynegi pryder neu wneud cwyn, yn cael eu cosbi mewn rhyw ffordd gan 'y system', y gall y berthynas agos rhwng cyrff cyhoeddus wneud ymddiried yn y broses gwyno yn her, ac mai cyfrif gwasanaethau statudol o'r hyn a ddigwyddodd yw'r gwir.
- Roedd gofalwyr yn teimlo bod gwneud cwyn i wasanaeth statudol yn dasg Dafydd a Goliath.
- Nododd llawer o ofalwyr bod y broses o fwrw ymlaen â chwyn yn creu straen, yn drawmatig ac yn cael effaith ar eu hiechyd a'u lles.

Fe wnaethom ofyn beth fyddai'n helpu gofalwyr i unioni'r sefyllfa. **Fe wnaethant gynnig nifer o awgrymiadau gan gynnwys:**

- Gwybodaeth glir am y gwahaniaeth rhwng sut i fynegi pryder a sut i wneud cwyn.
- Cymorth gan eiriolwr annibynnol.
- Roedd rhai gofalwyr yn teimlo y gallai corff cymod annibynnol i roi cyngor, gwybodaeth a chymorth i fwrw ymlaen â phryderon helpu i sicrhau canlyniadau mwy adeiladol.
- Mae angen canolbwyntio ar ei gael yn 'iawn y tro cyntaf'.

"Ni ddylai'r Ombwdsmon gael ei ystyried fel tomen ddadlwytho, gan nad yw Byrddau Iechyd yn gallu hel eu meddyliau."

"Fe wnaethom gysylltu â phob mathau o sefydliadau: Arolygiaeth Gofal Cymru, ein Haelod o'r Senedd, ni wnaeth neb ymateb o gwbl."

"Fe wnaethom ddechrau ceisio codi pryderon am gamdriniaeth, a doedd neb eisiau gwybod."

"Mynediad at gymorth cyfreithiol oherwydd bod ganddynt gyfreithwyr, ac nid oes gennym ninnau. Ni allwn ddilyn llwybrau cyfreithiol oherwydd bydd yn costio arian i ni – a does gennyn ni ddim yr arian hwnnw."

"Gyda gwasanaethau cymdeithasol, mae'n rhaid i chi gwyno i'r un bobl rydych chi'n cwyno amdanynt, ac ar y cyfan, maen nhw'n glynu gyda'i gilydd."

"Nid ydym yn mynd i aros dwy flynedd am ateb."

Diwrnod Dau
Addasiadau i'r cartref a chymhorthion

Canolbwyntiodd y grŵp ffocws hwn ar addasiadau a chymhorthion yn y cartref, a chafodd ei hwyluso ar y cyd gan Gofal a Thrwsio Cymru. O ystyried y pwysau presennol ar y system iechyd a gofal cymdeithasol, fe wnaethom archwilio sut y gallai cymhorthion ac addasiadau gefnogi unigolion i reoli'n fwy annibynnol yn eu cartrefi eu hunain, pa offer ac addasiadau a fyddai o fudd i gefnogi gofalwyr yn eu rolau gofalu, ac i osgoi anafiadau a'u galluogi i ofalu am eu hiechyd a'u lles.

Y prif bwyntiau a gafodd eu gwneud gan ofalwyr oedd:

- Cyn eu rhyddhau o'r ysbyty (lle bydd disgwyl i ofalwyr gwblhau amrywiaeth o dasgau), dylent gael offer a chymorth ymlaen llaw. Dylai'r cymorth gynnwys sut i ddefnyddio offer codi, hyfforddiant codi a chario, hyfforddiant rheoli meddyginiaeth ac ati.
- Mae angen adnabod gofalwyr, ac ymgynghori'n briodol â nhw ynghylch beth yw'r anghenion. Cyfeiriodd un gofalwr at bum achos ar wahân o ryddhau rhywun yn anniogel o'r ysbyty oherwydd diffyg ymgynghori digonol.
- Mae diffyg cysylltiad yn bodoli rhwng ysbytai ac asiantaethau eraill a ddylai fod yn rhoi gwasanaethau, gan gynnwys addasiadau/cymhorthion yn eu lle cyn rhyddhau rhywun o'r ysbyty.
- Gall y gost fod yn afresymol, yn enwedig yn achos offer ac addasiadau mwy sylweddol sydd eu hangen.
- Rhannodd llawer o ofalwyr eu profiad o beidio â bodloni'r meini prawf cymhwysedd ar gyfer darparu offer ac er eu bod ar fudd-daliadau ac yn methu â fforddio pethau, roedd disgwyl iddynt ariannu offer costus eu hunain er anfantais i'w hiechyd a'u lles eu hunain.
- Mae angen darparu unrhyw addasiadau/ cymhorthion mewn modd amserol hefyd, fel nad yw gofalwyr yn cael trafferthion ac yn methu ymdopi.

- Gall y mathau o gymhorthion/addasiadau sydd ar gael fod yn loteri cod post, yn dibynnu ar ble rydych chi'n byw. Mae angen cysondeb yn y ddarpariaeth.
- Dylai asesiad o anghenion gofalwyr ystyried pa offer sydd ei angen i ofalu, a dylai'r gweithiwr cymdeithasol fod yn ddigon profiadol i arwain gofalwyr drwy sut i gael gafael ar offer.

> ***"Mae gan ofalwyr ddigon i'w wneud yn gofalu, heb orfod YMLADD am bopeth y mae'r sawl maen nhw'n gofalu amdano ei angen. Rhoddais y gorau iddi yn y diwedd ac ariannu'r hyn yr oedd ar fy mam ei angen fy hun, a wnaeth i mi fynd i ddyled, ond roedd yn hanfodol fel y gallwn barhau i ofalu am fy mam."***

> ***"Fe wnaethom brynu cadair olwyn drydan, cadair codi a disgyn, stôl clwydo, cerddwr ac ati ein hunain."***

> ***"Mae'n rhaid i weithiwr gofal cyflogedig ddilyn canllawiau'r HSE ar ddefnyddio offer... nid yw gofalwyr di-dâl yn cael eu hystyried. Er enghraifft, mae angen dau aelod o staff arnoch ar gyfer defnyddio teclyn codi llawn. Bob tro rydyn ni'n defnyddio teclyn codi, mae'n bryder diogelu..."***

> ***"Mae gan ein cyngor lleol yr adnodd "Ask Sarah". Mae'n dangos cymhorthion ac addasiadau y gellir eu prynu."***

Sgiliau i Ofalwyr

Canolbwyntiodd y grŵp ffocws hwn ar sgiliau i ofalwyr, ac roedd Gofal Cymdeithasol Cymru wedi helpu i baratoi ar gyfer y sesiwn. Mae gofalwyr wedi dweud wrthym eu bod eisiau dysgu a datblygu sgiliau a allai eu helpu gyda'u rôl ofalu, yn ogystal â'u galluogi i ofalu'n ddiogel. Mae gofalwyr wedi dweud wrthym y byddent yn elwa o hyfforddiant penodol gan gynnwys, ond heb fod yn gyfyngedig i, godi a chario, trin clwyfau, rheoli meddyginiaethau, maeth, hydradu, rheoli heintiau, a chymorth emosiynol ac iechyd meddwl.

Mae'r pandemig wedi golygu bod gofalwyr yn darparu lefelau uwch o ofal a fyddai fel arfer, yn cael eu gwneud gan weithwyr iechyd a gofal cymdeithasol proffesiynol. Mae gofalwyr wedi holi am hyfforddiant mwy ffurfiol i'w cefnogi. Gofynnwyd i ofalwyr pa fathau o sgiliau yr oeddent yn meddwl oedd eu hangen arnynt, a sut oedd y ffordd orau y byddent yn cael eu cefnogi i'w cael.

Y prif bwyntiau a gafodd eu gwneud gan ofalwyr oedd:

- Mynegwyd diddordeb mewn atebion a chymorth technolegol, yn ogystal ag atebion ymarferol fel hyfforddiant codi a chario.
- Holodd gofalwyr pam nad oeddent yn cael yr hyfforddiant y mae gweithwyr gofal cyflogedig yn ei gael, ac fe wnaethant awgrymu y dylid cynnig yr hyfforddiant hwnnw i ofalwyr hefyd.
- Gellid darparu dysgu mewn ffyrdd amrywiol gan gynnwys mewn person, drwy alwadau fideo a thaflenni ffeithiau. Gallai pyrth hyfforddi ar-lein fod ar agor i ofalwyr, a gellid rhannu adnoddau eraill hefyd.
- Teimlwyd y byddai gweithwyr proffesiynol cyflogedig a gofalwyr di-dâl yn elwa o fod yn yr un sesiynau hyfforddi i godi ymwybyddiaeth.
- Dylid cynnig hyfforddiant hefyd ar adeg diagnosis penodol, a datblygu llwybr hyfforddi wrth i'r cyflwr waethygu.

Fe wnaethom ofyn sut y gellid cefnogi gofalwyr i ymuno â'r gweithlu gofal cyflogedig pe dymunent. Cafodd sylwadau eu gwneud yn dweud y dylid cydnabod sgiliau a gafaelwyd drwy gyfnodau o ofalu mewn ffurflenni cais i esbonio bylchau mewn cyflogaeth. Teimlwyd y byddai'r sgiliau ymarferol a ddatblygwyd fel gofalwr di-dâl yn berthnasol iawn i waith gofal cyflogedig, ond hefyd, sgiliau fel empathi a dealltwriaeth.

> *“Ni all gofalwyr di-dâl hyfforddi oni bai bod gwasanaeth eistedd yn cael ei drefnu i hwyluso'r cyfle.”*
>
> *“Yn sgil diagnosis, efallai gellid darparu hyfforddiant ar gyfer gofalwyr newydd.”*
>
> *“Yn aml ddim yn gwybod ble i fynd am help gan nad ydyn ni'n gwybod beth sydd allan yna. Dylid gwneud hyn ar ôl cael diagnosis, fel y gellir cynnig yr holl sgiliau sydd eu hangen mewn modd amserol.”*

Gofalwyr sy'n Gweithio

Canolbwyntiodd y grŵp ffocws hwn ar ofalwyr sy'n gweithio, a chafodd ei hwyluso ar y cyd gan Ganolfan Cyflogwyr Cymru ar gyfer Gofalwyr a Chyngor Caerdydd. Mae gweithwyr ym mhob diwydiant yn cydbwyso'u swyddi â chyfrifoldebau gofalu di-dâl. Archwiliodd y grŵp ffocws hwn pa arferion da oedd yn bodoli o ran gofalwyr sy'n gweithio, a beth arall y gallai cyflogwyr ei wneud er budd gofalwyr yn eu gweithlu.

Roedd consensws nad oedd llawer o reolwyr yn ddigon ymwybodol o ystyr 'gofalwr', hyd yn oed pan fydd polisïau sefydliadol ar waith. A hefyd, nid yw llawer o ofalwyr sydd mewn cyflogaeth yn cydnabod eu rôl ofalu, ac i'r rheini sy'n gwneud hynny, mae llawer yn teimlo bod stigma ynghlwm sy'n eu hatal rhag addef hyn. Siaradodd gofalwyr hefyd, am yr ymdrechion i gael sefydliadau i gytuno i weithio'n hyblyg, a dywedodd fod hyn yn wir cyn y pandemig yn ogystal ag ar ôl y pandemig. Eglurodd gofalwyr hefyd ynghylch yr heriau o weithio, gofalu a chydbwyso cyfrifoldebau eraill heb fawr ddim cymorth gan wasanaethau statudol a chyflogwyr. Yna, archwiliodd y grŵp ffocws p'un a oedd unrhyw drefniadau ychwanegol wedi cael eu gwneud gan gyflogwyr i gefnogi gofalwyr wrth i ni ddod allan o'r pandemig.

Y prif bwyntiau a gafodd eu gwneud gan ofalwyr oedd:

- Dywedodd gofalwyr fod cyflogwyr o dan yr argraff bod angen iddynt wario symiau mawr o arian i gefnogi gofalwyr neu i wneud newidiadau ychwanegol mewn polisïau, ond y gallai pethau bach fel gwybodaeth ar fewnrwyd y staff ac ati ddarparu cymorth gwerthfawr.
- Mae angen i strwythurau newid er mwyn darparu ar gyfer gofalwyr y gall eu sefyllfa newid dros nos, a dylid cymryd ceisiadau i gael gweithio'n hyblyg o ddifrif.
- Dylai cyflogwyr fod yn codi mwy o ymwybyddiaeth o ofalwyr yn y gweithle; dylid cael cynrychiolwyr gofalwyr yn y gweithle, ac mae angen newid diwylliannol yn y ffordd y mae gofalwyr yn cael eu gweld gan gydweithwyr, cyfoedion a rheolwyr llinell. Dylai cyflogwyr godi ymwybyddiaeth mewn cylchlythyrau ac mewn ffyrdd eraill o gyfathrebu â staff, gyda thrafodaethau mewn cyfarfodydd adolygu ar ba gymorth sydd ei angen ar ofalwyr.
- Mae angen cymorth, hyfforddiant ac ymwybyddiaeth ar reolwyr llinell o sut y gallai fod angen cefnogi gofalwyr a deall y manteision economaidd o gadw neu gyflogi gofalwyr.

"Ymhell cyn i'r pandemig ddechrau, roedd fy nghyflogwyr yn dda iawn. Roeddent yn barod i adael imi weithio oriau hyblyg a phan oedd yn bosibl, gadael imi wneud yn iawn am yr oriau a gollais. Roeddwn i dan straen, ond roedden nhw'n gwrando ac yn cwrdd â mi hanner ffordd pryd bynnag y bo modd."

"Rwy'n teimlo bod y cyfan yn ymwneud ag ymwybyddiaeth... stondinau gwybodaeth yn y gweithle a hyfforddiant o wasanaethau gofalwyr i aelod o'r gweithlu neu staff i fod yn gynrychiolydd ar gyfer gofalwyr."

"Bydd rhai gofalwyr yn edrych ymlaen at y cyfle i fynd yn ôl i'r gwaith, gan y bydd yn gyfle iddynt 'ddianc' o'u rôl ofalu am gyfnod. Rwy'n adnabod gofalwyr sydd wedi dweud wrthyf fod eu gwaith yn rhoi seibiant iddynt – weithiau, hwn yw'r unig saib a gânt."

"Mae'r frwydr i gael y pecyn gofalwr mae fy mam yn ei haeddu, yn fwy anodd na gofalu a gweithio'n llawn amser gyda'i gilydd. Mae'n flinedig yn feddyliol."

Diwrnod Tri
Rhyddhau o'r Ysbyty

Canolbwyntiodd y grŵp ffocws hwn ar ryddhau cleifion o'r ysbyty, a chafodd ei hwyluso ar y cyd gan Gydffederasiwn GIG Cymru a Pennaeth Therapi a Therapi Galwedigaethol ym Mwrdd Iechyd Addysgu Powys.

Rydym yn gwybod bod gofalwyr wedi bod yn wynebu heriau a phwysau na welwyd eu tebyg o'r blaen i helpu'r GIG i ryddhau anwyliaid o'r ysbyty, yn erbyn cefndir o bwysau enfawr ar y sector gofal cymdeithasol, gan nad ydy'r galw ar hyn o bryd yn gallu ateb y problemau cyflenwi o ran recriwtio a chadw gweithwyr gofal cyflogedig.

Mae'r pwysau ar y system iechyd a gofal cymdeithasol wedi golygu bod llawer o ofalwyr wedi gorfod camu mewn i helpu i lenwi'r diffyg mewn gwasanaethau. O ymchwil Gofalwyr Cymru, roeddem yn ymwybodol bod llawer o ofalwyr wedi bod yn darparu'r gofal mwyaf, os nad pob gofal yn ystod y pandemig, a heb gymorth digonol, na fyddant yn gallu parhau i gyflawni cyfrifoldebau ychwanegol heb i hyn gael effaith andwyol ar eu hiechyd a'u lles eu hunain.

Buom yn archwilio gyda gofalwyr beth ddylai ddigwydd cyn iddynt gael eu rhyddhau, beth sydd angen digwydd i sicrhau bod gofalwyr yn cael eu hystyried yn briodol yn y broses, beth sydd angen ei ystyried o safbwynt iechyd a gofal cymdeithasol cyn eu rhyddhau, a beth fyddai'n helpu ac yn cefnogi gofalwyr i reoli eu cyfrifoldebau gofalu yn ddiogel gartref.

Y prif bwyntiau a gafodd eu gwneud gan ofalwyr oedd:

- Mae angen i ofalwyr gael eu dynodi gan yr ysbyty cyn gynted â phosibl ar ôl dechrau'r llwybr derbyn. Cydnabuwyd efallai na fydd hyn yn digwydd ar unwaith, ond y dylai ddigwydd cyn gynted â phosibl.
- Dywedodd gofalwyr y dylai gofalwyr gael eu dynodi fel 'nid y perthynas agosaf yn unig' gan weithwyr gofal iechyd proffesiynol, a bod angen diwygio'r gwaith papur i annog gweithwyr proffesiynol i ystyried p'un a oes gan y person gyfrifoldeb gofalu yn barod, neu a fydd yn debygol o fod â chyfrifoldeb gofalu pan gaiff y person ei ryddhau.
- Dylai'r broses o drosglwyddo gan barafeddygon gynnwys gwaith papur hefyd, sy'n cynnwys y gair 'gofalwr', ac nid 'perthynas agosaf' yn unig.
- Mae angen i ofalwyr gael gwybodaeth a chyngor cyn gynted â phosibl, a gwybod i ble y gallant fynd ac at bwy y gallant droi atynt am gymorth.
- Dylai nyrsys ward, nyrsys rhyddhau a nyrsys cydlynu gofal gael eu hyfforddi i fod yn ymwybodol o ofalwyr, o leiaf.
- Mae angen cael person/arbenigwr cyswllt penodol mewn ysbytai i siarad gyda gofalwyr cyn iddynt gael eu rhyddhau, er mwyn sicrhau bod popeth wedi'i ystyried a'i fod ar waith. Lle nad oes pethau ar waith ac mae'r person yn feddygol barod i'w ryddhau, mae angen darpariaeth ddigonol ar gyfer cyfleusterau cam-i-lawr, nid yn unig i leddfu'r pwysau ar y GIG ond hefyd, i leddfu'r pwysau sydd yn cael ei roi ar ofalwyr.
- Roedd gofalwyr yn teimlo y dylid cael adran benodol mewn ysbytai i ddelio ag unrhyw faterion yn ymwneud â rhyddhau pobl o'r ysbyty.

> ***"Mae angen pecyn adnoddau – cydlynydd rhyddhau sydd â'r unig swydd hon – ac felly, atebolrwydd."***
>
> ***"Mae angen Hyrwyddwr Rhyddhau o'r Ysbyty ar lefel Llywodraeth Cymru, sy'n cael ei yrru gan ofal iechyd o ansawdd ac ar sail gwerthoedd."***
>
> ***"Gofynnais am asesiad gofalwr cyn i fy mam gael ei rhyddhau, ond dywedwyd wrthyf na fyddai'n digwydd nes ei bod adref, oherwydd ni fuaswn yn gwybod beth oedd fy anghenion tan hynny!"***
>
> ***"Dywedwyd wrthym ar adegau fod fy nhad yn ffit yn feddygol i adael yr ysbyty, ond nid oes unrhyw feddwl na chwestiwn ynghylch sut y byddwn yn ymdopi gartref gydag ef na pha gymhorthion sydd yn eu lle."***
>
> ***"Daeth fy ngŵr ag ymddygiad heriol adref ata i... daeth y tîm argyfwng mewn dau, oherwydd bod angen iddynt sicrhau diogelwch."***
>
> ***"Rhoi gwybodaeth ar wefannau Byrddau Iechyd Lleol, tudalen benodol yn esbonio'r llwybr rhyddhau, gan gynnwys sut mae gofalwr yn ffitio mewn i'r llwybr rhyddhau."***
>
> ***"Peidio â defnyddio jargon fel D2A. Dydy'r cyhoedd ddim yn gwybod beth yw ystyr hyn."***

Llywodraeth leol ar ôl y pandemig: Mai 2022 a thu hwnt

Cynhaliwyd y grŵp ffocws hwn mewn partneriaeth â Chymdeithas Llywodraeth Leol Cymru (CLlLC).

Bydd etholiadau Cynghorau Lleol yn cael eu cynnal ym mis Mai 2022, ac fe wnaethom archwilio gyda gofalwyr yr hyn sydd angen i weinyddiaethau cynghorau newydd ei wneud i ateb anghenion gofalwyr yn well. Yn benodol, sut i sicrhau bod yr ethos atal a gwasanaethau sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn, yn ogystal â'r dyletswyddau statudol allweddol yn Neddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) yn cael eu cynllunio'n briodol ar gyfer gofalwyr a'u darparu ar eu cyfer.

Y prif bwyntiau a gafodd eu gwneud gan ofalwyr oedd:

- Roedd gofalwyr yn teimlo y dylai awdurdodau lleol ddyrannu cyllid i ofalwyr a bod yn atebol ac yn dryloyw ynghylch lle mae'r arian yn cael ei wario. Roedd gofalwyr yn teimlo fod biwrocratiaeth yn costio arian, y gellid ei ddargyfeirio i wasanaethau rheng flaen.
- Roedd consensws bod angen mwy o integreiddio ag iechyd, a phrosesau llai biwrocrataidd.
- Roedd yr hyn a weithiodd yn dda i rai gofalwyr yn ystod y pandemig yn alwadau byr, mynych gyda'r gweithiwr cymdeithasol, na ddigwyddodd o'r blaen. Mae'n ymddangos bod hyn yn fwy cost-effeithlon ac effeithlon o ran amser, ac roedd gofalwyr yn teimlo eu bod yn cael eu cefnogi'n well.
- Teimlwyd bod y Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol yn canolbwyntio ar gyllid, sy'n rhwystro'r agenda drawsnewid. Mae angen cysylltiadau gwirioneddol rhwng llywodraeth leol a chenedlaethol, i sbarduno'r newid ystyrlon sydd ei angen ar ofalwyr.
- Dylid cael prosesau monitro allanol annibynnol.
- Mae angen darparu hyfforddiant i staff a chynghorwyr lleol.
- Roedd gofalwyr yn teimlo y dylai cynllunio at argyfwng fod yn rhan allweddol o'r broses asesu, gyda gofalwyr yn cael rhif cyswllt y tu allan i oriau.
- Roedd gofalwyr yn teimlo y dylid cyflogi swyddogion gofalwyr arbenigol ar draws pob awdurdod lleol yng Nghymru. Mae rhai swyddogion, ond mae angen i ofalwyr wybod pwy ydynt, sut i gysylltu â nhw, a beth yw eu cylch gwaith.
- Rhoddodd ofalwyr sylwadau ar y loteri cod post o ran gwasanaethau, ac roeddent eisiau gweld gwasanaethau seibiant cyffredinol ar draws Cymru, gyda safonau gwasanaeth a chymhwysedd, prosesau asesu anghenion gwell, a darpariaeth frys i ofalwyr.

> *"Byddai problemau gofal cymdeithasol ac iechyd yn cael eu gwella, petasai'r ddwy gyllideb yn cael eu huno, ac os gallai'r gwasanaethau weithredu fel un!!"*

> *"Cyn gynted ag y byddwch yn cael eich adnabod fel gofalwr, sesiwn wybodaeth unigol neu becyn gofalwyr fel man cychwyn."*

> *"Mae angen i ni gynllunio ar gyfer y genhedlaeth nesaf. Does dim tystiolaeth bod hyn yn digwydd, gan mai'r un bobl sy'n gweithio mewn system sydd ddim yn addas i'r diben, heb newid y system."*

Cyd-gynhyrchu – “Nothing about us without us”

Cynhaliwyd y grŵp ffocws hwn mewn partneriaeth â Rhwydwaith Cydgynhyrchu Cymru. Mae cyd-gynhyrchu'n un o'r prif egwyddorion sydd wedi'u hymgorffori yn Neddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru).

Nod y Ddeddf yw rhoi llais i bobl yn y gwaith o ddatblygu gwasanaethau, a thrawsnewid y ffordd y caiff gofal cymdeithasol ei ddarparu ar draws Cymru i hyrwyddo annibyniaeth pobl, a rhoi llais, dewis a rheolaeth iddynt. Mae cyd-gynhyrchu'n golygu bod perthynas yn datblygu i alluogi gweithwyr proffesiynol ac, at ddibenion y grŵp ffocws hwn, gofalwyr, i gydweithio i gynllunio a darparu gwasanaethau, drwy gydnabod bod gofalwyr yn asedau i'w defnyddio ac ymgynghori â nhw. Nid yw llawer o ofalwyr yn cymryd rhan yn y broses gynllunio, ac archwiliodd y grŵp beth yw'r rhwystrau, a beth sydd ei angen i ymgysylltu â gofalwyr.

Y prif bwyntiau a gafodd eu gwneud gan ofalwyr oedd:

- Roedd angen hyfforddiant ar weithwyr proffesiynol ar y lefelau uchaf, i ddeall beth mae cyd-gynhyrchu yn ei olygu'n ymarferol.
- Mae cyd-gynhyrchu'n cael ei ddiffinio'n wahanol gan wahanol sefydliadau, ac mae angen diffiniad o beth yw partneriaethau cyfartal.
- Nid yw un cynrychiolydd yn ddigon i gynrychioli cymuned gyfan, nid yw unrhyw beth llai na 30% o gynrychiolaeth mewn cyfarfod yn ddigon.
- Mae cydbwysedd pŵer mewn cyfarfodydd yn anghyfartal, ac roedd gofalwyr yn aml yn teimlo eu bod yn cael eu dychryn a'u tanbrisio gan weithwyr proffesiynol cyflogedig. Dywedodd y rheini oedd yn bresennol, pan fyddant yn mynychu cyfarfodydd, ei fod yn teimlo'n wrthwynebol, a bod gofalwyr yn teimlo mai ymarfer ticio bocsys yn unig oedd cydgynhyrchu.
- Mae cael eu talu am eu hamser yn ystyriaeth allweddol, fel bod gofalwyr yn teimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi'n briodol.
- Mae angen i wasanaethau statudol gydnabod sgiliau gofalwyr, gwrando'n briodol, a sylweddoli nad ydynt bob amser yn gwybod orau, ac nad yw un ffit yn addas i bawb.

- Dylid cael prosesau i werthuso, monitro a mesur effaith cyd-gynhyrchu.
- Cael swyddogion penodol i gefnogi gofalwyr i gymryd rhan mewn cyd-gynhyrchu mewn cyrff cyhoeddus.
- Gellid cyfleu cyfleoedd yn well yn defnyddio sawl sianel.
- Dylid darparu adborth a chynnydd ar gyd-gynhyrchu mewn modd amserol.
- Dileu rhwystrau hygyrchedd i alluogi gofalwyr i gymryd mwy o ran - fel lleoliadau hygyrch, cyfarfodydd hybrid ac ati, a sicrhau bod gofal newydd yn cael ei ddarparu.
- Sicrhau bod papurau cyfarfodydd yn cyrraedd ymhell ymlaen llaw, a bod digon o gymorth ar gael.

> ***Bydd gweithio gyda ni yn cynhyrchu cynllun gofal a chymorth gwell, ac mae'n debyg y bydd yn arbed arian iddynt.***
>
> ***O ran cynnal cyd-gynhyrchu, os yw'n gwneud gwahaniaeth a bod pobl yn teimlo bod rhywun yn gwrando arnynt, byddant yn parhau i gymryd rhan.***
>
> ***Dangoswch i ni ein bod yn gwneud gwahaniaeth, fel ein bod yn parhau i drio.***
>
> ***Cadwch mewn cysylltiad, ac nid dim ond cysylltu pan fydd angen mewnbwn gofalwr arnoch.***
>
> ***Ceisiwch gydnabod bod gan ofalwyr rywbeth i'w gynnig.”***

Diwrnod Pedwar

Ar ddiwrnod pedwar, cynhaliodd Gofalwyr Cymru sesiwn i ofalwyr sydd â diddordeb mewn bod yn rhan o waith polisi, dylanwadu ac ymgyrchu Gofalwyr Cymru.

Os hoffech wybod mwy am ddod yn Wirfoddolwr Barn, ewch i wefan Gofalwyr Cymru.

Yn ystod diwrnod pedwar, cafodd adborth, mewnbwn a sylwadau a wnaed drwy gydol yr wythnos eu coladu a'u crynhoi mewn cyfres o gwestiynau allweddol ar gyfer y cyfarfod llawn ar ddydd Gwener.

Diwrnod Pump: Sesiwn Lawn

Cynhaliwyd y Cyfarfod Llawn ar-lein, a chafodd ei darlledu'n fyw dros Facebook. Roedd y rheini oedd yn bresennol yn gallu ymateb drwy'r cyfleuster 'sgwrsio' ar-lein.

Croeso

Julie Morgan, y Gweinidog dros Iechyd a Gofal Cymdeithasol

Dywedodd y Gweinidog ei bod yn parhau'n gwbl ymrwymedig i roi llais gofalwyr wrth wraidd polisi iechyd a gofal cymdeithasol. Roedd yn cydnabod bod gofalwyr yn wynebu pwysau sylweddol, a bod cyfraniadau gofalwyr wedi bod yn amhrisiadwy cyn y pandemig, ac mai dyma'r achos ar hyn o bryd hefyd.

Gan weithio mewn partneriaeth â Grŵp Cynghori'r Gweinidog ar gyfer gofalwyr, arweiniodd grwpiau ymgysylltu â gofalwyr a gofalwyr eu hunain at gyhoeddi'r Strategaeth ar gyfer Gofalwyr Di-dâl ym mis Mawrth 2021. Lansiwyd y cynllun cyflawni ar gyfer y Strategaeth ym mis Tachwedd 2021, ac mae hyn yn cynrychioli ymrwymiad newydd ac yn nodi'r blaenoriaethau i wella cydnabyddiaeth a chefnogaeth i ofalwyr. Tynnodd sylw at yr arian ychwanegol yr oedd Llywodraeth Cymru wedi'i roi i awdurdodau lleol, a'r cyllid oedd wedi cael ei ymestyn ar gyfer pedwar prosiect gofalwyr allweddol o fewn Gofalwyr Cymru, Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru, Fforwm Cymru Gyfan o Rieni Sy'n Ofalwyr ac Age Cymru, i ddarparu ystod o gymorth i ofalwyr, ac i weithio gyda'r sector iechyd a gofal cymdeithasol i wella ymwybyddiaeth o faterion sy'n effeithio ar ofalwyr, a sut y gellir cefnogi gofalwyr yn well.

> *"Dyw gofalwyr ddim eisiau, nac angen, ystrydebau ynglŷn â pha mor bwysig ydyn nhw. Mae angen cymorth ymarferol ar ofalwyr i ofalu bob dydd, mae angen seibiant ar ofalwyr, ac mae angen arian ar ofalwyr."*

Trosolwg o'r Uwchgynhadledd

Claire Morgan, Cyfarwyddwr, Gofalwyr Cymru

Roedd Claire yn cymharu'r system iechyd a gofal cymdeithasol i stôl tair coes, gyda phob coes yn ofalwyr iechyd, gofal cymdeithasol a di-dâl. Mae pob coes y stôl yn hanfodol er mwyn i'r llall aros ar ei thraed ac yn sefydlog, ac mae angen i bob elfen gydweithio fel partneriaid cyfartal, i gynnal a chael y cymorth sydd ei angen ar bob un.

Adlewyrchodd Claire nad yw ethos a nodau Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) wedi cyflawni ei dyheadau am well cymorth i ofalwyr. Mae'r ddarpariaeth wedi cael ei rhwystro gan gyni ariannol a'r pandemig byd-eang ond hefyd, gan agweddau cynhenid sy'n diystyru gofalwyr di-dâl mewn cyrff statudol. Dywedodd fod y Ddeddf ei hun yn parhau i fod yn gadarn ac yn hanfodol i les gofalwyr a'r system iechyd a gofal cymdeithasol gyfan yng Nghymru, a bod angen cyflawni'n effeithiol, atebolrwydd cadarn am beidio â darparu, craffu a gwella lle mae perfformiad gwael.

Fe wnaeth Claire atgoffa pawb fod gofalwyr wedi arbed £33 miliwn y dydd i Gymru yn ystod y pandemig, a bod llawer o ofalwyr wedi newid eu bywydau'n llwyr i ofalu am deulu a ffrindiau bregus. Rhoddodd llawer o'r gofalwyr hynny'r gorau i weithio, ac mae nifer o ofalwyr o hyd yn gofalu mwy nag yr oeddent ar ddechrau'r pandemig, pan gaeodd gwasanaethau, neu pan nad oedd llawer ar gael. Nid yw llawer o ofalwyr wedi cael unrhyw seibiant o hyd, ac mae iechyd gofalwyr wedi dioddef. Mae'r newid diwylliannol sydd ei angen o'r brig i'r gwaelod, gydag arweinyddiaeth hyderus gref gan y rheini sy'n gallu gwneud gwahaniaeth, yn y Senedd, mewn llywodraeth, mewn awdurdodau lleol ac ar draws byrddau iechyd. Mae'r materion a godwyd gan ofalwyr bellach y tu hwnt i rai brys, ac ni ellir eu cicio i lawr y llwybr mwyach.

Panel arbenigol

Cyflwynwyd aelodau'r panel arbenigol fel a ganlyn,

Albert Heaney	-	Prif Swyddog Gofal Cymdeithasol Cymru
Y Cynghorydd Susan Elsmore	-	Dirprwy Lefarydd, Iechyd a Gofal Cymdeithasol i Gymdeithas Llywodraeth Leol Cymru ac Aelod Cabinet dros Ofal Cymdeithasol, Iechyd a Lles yng Nghyngor Caerdydd
Darren Hughes	-	Cyfarwyddwr, NHS Confederation Wales
Sue Evans	-	Prif Weithredwr, Gofal Cymdeithasol Cymru
Rhiannon Ivens	-	Dirprwy Gyfarwyddwr gyda chyfrifoldeb ar gyfer gofalwyr, Llywodraeth Cymru
Helen Walker	-	Prif Weithredwr, Carers UK
Rhian Thomas	-	Cyn ofalwr a Chadeirydd, Pwyllgor Cynghori Gofalwyr Cymru

Dywedodd Claire fod y cwestiynau oedd yn cael eu cyflwyno i aelodau'r panel yn seiliedig ar y materion a godwyd gan ofalwyr drwy gydol yr wythnos.

Cwestiwn 1 – i Albert Heaney

"Fel y soniwyd yn y cyflwyniad, mae angen cydnabod gofalwyr di-dâl fel trydydd piler allweddol y system iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru. Pa sicrwydd y gallwch ei roi i ofalwyr y bydd eu hanghenion yn cael eu bodloni a'u blaenoriaethu yn eich cynllun gwaith fel Prif Swyddog Gofal Cymdeithasol Cymru?"

Ymatebodd Albert drwy ddweud ei fod wedi cynnal ymarfer gwrando gyda gofalwyr ers dechrau yn ei swydd. Roedd wedi clywed eu datganiadau grymus am eu profiadau yn uniongyrchol, ac yn cydnabod bod angen i bethau newid. Yn ei bum prif flaenoriaeth, cadarnhaodd y byddai'n edrych ar y materion mae gofalwyr yn eu hwynebu ac yn benodol, y byddai'n mynd i'r afael â materion yn ymwneud ag asesiadau gofalwyr a thaliadau uniongyrchol. Mae'n clywed y rhwystredigaeth, ac yn ymrwymo i weithio gyda gofalwyr a chyda Gweinidogion i geisio gwelliannau i ofal a chymorth.

Cwestiwn 2 – i Darren Hughes a'r Cynghorydd Susan Elsmore

"Fe wnaethom glywed gan lawer o ofalwyr y byddai integreiddio mwy effeithiol ac ystyrlon rhwng iechyd a gofal cymdeithasol yn helpu. Sut mae hyn yn cael sylw drwy eich gwaith?"

Ymatebodd Darren drwy gydnabod y byddai'r GIG yn chwalu heb ofalwyr, a thalodd deyrnged i'r cyfraniad enfawr mae gofalwyr yn ei wneud. Roedd yn cydnabod bod angen i'r system iechyd a gofal cymdeithasol gydweithio i wneud mwy i sicrhau bod anghenion gofalwyr yn cael eu hystyried wrth gynllunio, gan sicrhau dull mwy cydgysylltiedig o gefnogi pobl. Dywedodd y Cynghorydd Elsmore y gallai weld y dicter a'r rhwystredigaeth yn y sgwrs, ei bod yn cydnabod hynny ac fel Aelod Cabinet dros Gyngor Dinas Caerdydd, y gallai eu targedau eu hunain fod yn well. Ymrwymodd ar ran CLlLC i godi materion mewn cyfarfodydd, a phenderfynu ar dri cham gweithredu allweddol i'w datblygu. Dywedodd hefyd, bod angen integreiddio'r system iechyd a gofal cymdeithasol yn well, ac y dylid trin gofalwyr fel gweithwyr proffesiynol, fel eu bod yn cael yr wybodaeth ddiweddaraf a bod gwybodaeth yn cael ei rhannu.

Cwestiwn 3 – i Sue Evans a Rhiannon Ivens

"Mae gofalwyr wedi dweud wrthym eu bod yn aml yn cael eu hanwybyddu neu eu hystyried yn ddibwys gan weithwyr iechyd a gofal cymdeithasol proffesiynol, er gwaethaf darparu'r rhan fwyaf o ofal yng Nghymru, a bod ganddynt hawliau o dan Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru). Sut ydych chi'n meddwl y gallwn gyflawni'r newid diwylliannol sydd ei angen i sicrhau bod rôl gofalwyr di-dâl yn cael ei deall yn well, fel y gall gofalwyr gael gafael ar eu hawliau a chael y cymorth sydd ei angen arnynt i ofalu'n ddiogel ac yn hyderus?"

Talodd Sue deyrnged i ofalwyr, ac esboniodd mai rôl Gofal Cymdeithasol Cymru yw ystyried anghenion dysgu a datblygu'r gweithlu. Maen nhw wedi ailysgrifennu cymwysterau galwedigaethol yn mabwysiadu ymagwedd sy'n seiliedig ar hawliau ac sy'n canolbwyntio ar ofalwyr a'r rheini sydd angen cymorth. Roedd yn cydnabod bod gweithredu'r Ddeddf yn heriol, a dywedodd fod rhaglen waith hefyd ar y gweill ar ddulliau sy'n seiliedig ar gryfderau a chynllunio sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn, er mwyn ceisio cynnwys dyheadau'r Ddeddf. Mae'r Strategaeth Gofalwyr wedi darparu'r offer a'r gweithredu sydd eu hangen yn awr. Mae angen arweiniad gan Lywodraeth Cymru, awdurdodau lleol a byrddau iechyd lleol yn ogystal â Gofal Cymdeithasol Cymru. Dywedodd Sue ei bod wedi bod yn ofalwr di-dâl ei hun, ac wedi ymrwymo i fod yn llysgennad i ofalwyr a chael sgwrs am hyfforddi'r gweithlu.

Yna, gofynnodd Claire i Rhiannon am ei barn ar sut y gall y rheini sy'n gwneud penderfyniadau a gweithwyr polisi proffesiynol gyflawni newid diwylliannol.

Mae Rhiannon yn ofalwr di-dâl ei hun, ac ymunodd â Llywodraeth Cymru ym mis Ebrill 2021. Dywedodd fod Llywodraeth Cymru yn darparu cyllid i Gofalwyr Cymru a sefydliadau gofalwyr eraill drwy ei grantiau, ond dywedodd hefyd fod angen gwneud llawer mwy, a'i bod wedi ymrwymo'n llwyr i gefnogi gofalwyr. Mae'r Strategaeth Gofalwyr yn cynnwys pedair blaenoriaeth genedlaethol, sy'n cynnwys adnabod a gwerthfawrogi gofalwyr.

Cwestiwn 4 – i Darren Hughes

"Ers diddymu'r Mesur Gofalwyr yng Nghymru, nid yw gofalwyr yn cael eu hadnabod fel mater o drefn pan fyddant yn cael eu rhyddhau o'r ysbyty. O ganlyniad, nid yw llawer ohonynt yn cael gwybod am eu hawliau na'r cymorth sydd ar gael. Mae hyn yn creu goblygiadau iddynt o ran eu gallu i ofalu ac yn y pen draw, i wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol. Pa sicrwydd y gallwch ei roi i ofalwyr y bydd gwelliannau'n cael eu gwneud wrth ryddhau pobl o'r ysbyty?"

Nododd Darren fod pobl yn teimlo'n gryf am y materion hyn, ac roedd yn deg dweud nad yw'r cyfathrebu'n dda. Ymrwymodd i esbonio rhwystredigaethau gofalwyr di-dâl i aelodau ei sefydliad, a thynnu sylw at y meysydd i'w gwella. Fe wnaeth gydnabod bod cyfathrebu ac ymgysylltu â gofalwyr ar draws pob sector yn allweddol, i sicrhau bod cymorth a chyngor hanfodol ar gael i ofalwyr. Ymrwymodd hefyd, i sicrhau bod llawer mwy o waith yn cael ei wneud gyda gofalwyr ynghylch rhyddhau cleifion o'r ysbyty, ac y byddai'n cael trafodaeth ddilynol gyda Gofalwyr Cymru.

Cwestiwn 5 – i'r Cynghorydd Susan Elsmore

"Mae loteri cod post ar waith o hyd ar gyfer gofalwyr ar draws Cymru o ran pa gymorth a gwasanaethau y gallant eu defnyddio. Rydym yn gwybod bod cyfraddau gwahanol o daliadau uniongyrchol, er enghraifft, mae rhai awdurdodau lleol yn cynnig pecynnau seibiant gwell nag eraill ac yn aml, nid oes fawr o ddealltwriaeth na thryloywder ynglŷn â'r meini prawf cymhwysedd ar gyfer cael gafael ar gymorth. Mae Cymdeithas Llywodraeth Leol Cymru mewn sefyllfa unigryw o ddod ag awdurdodau lleol o bob rhan o Gymru at ei gilydd. Beth arall, yn eich barn chi, y gellir ei wneud i oresgyn y loteri cod post hon?"

Atebodd Susan drwy ddweud bod y term loteri cod post yn ddiddorol, ond dylem gofio bod pob awdurdod lleol yn sefydliad statudol sy'n gallu gwneud ei benderfyniadau ei hun. Roedd yn cydnabod dicter gofalwyr, a dywedodd fod yn rhaid i bob awdurdod lleol sicrhau bod y cynnig seibiant yn ddifrifol. Dywedodd y bydd yn mynd yn ôl ac yn dweud wrth gydweithwyr awdurdodau lleol bod gofalwyr wedi bod yn cysylltu â nhw, a'u bod yn cael gwybod nad oeddent yn gwybod dim am y cyllid seibiant.

Cwestiwn 6 – i Albert Heaney

"Mae llawer o'r cymorth a roddir i ofalwyr yn dod drwy system ofal dameidiog a digyswllt sydd yn cael ei darparu gan lu o ddarparwyr. Beth yw eich barn am sut y gellir gwella hyn?"

Atebodd Albert drwy ddweud ei fod yn yr Uwchgynhadledd am ei fod yn bwysig, a bod y panel yn poeni'n angerddol am wneud pethau'n iawn. Unwaith eto, fe wnaeth gydnabod hefyd cryfder y teimlad a ymgododd o'r sgwrs, a bod angen taith i newid pethau. Dywedodd fod y Ddeddf ei hun yn gadarn ar y cyfan, ond bod angen ailedrych ar y gweithredu. Ymrwymodd i fod yn rhan o gyfle i wneud pethau'n wahanol wrth symud ymlaen, a gweithio gyda'r cyrff statudol sy'n gyfrifol am gyflawni'r Ddeddf.

Yna, gofynnwyd cwestiwn atodol i Rhiannon Ivens ynglŷn â rheoli perfformiad yn fwy cadarn pan nad yw pethau'n gweithio, ac am gyfleoedd i rannu arfer da a gwael.

Atebodd Rhiannon drwy ddweud y gallai weld pa mor angerddol yr oedd gofalwyr yn teimlo ac fel gofalwr, roedd hi ei hun yn teimlo'n angerddol am ei rôl. Dywedodd fod prosesau cwyno wedi'u sefydlu, ac y dylai gofalwyr godi cwynion am eu hanfodlonrwydd â gwasanaethau. Soniodd hefyd am rôl yr Ombwdsmon i ymchwilio i gwynion. Atebodd Claire drwy ddweud ein bod ninnau wedi clywed yn y grŵp ffocws yr wythnos hon, cymaint o dir peryglus yw'r broses gwyno, ac am nifer o enghreifftiau lle roedd gofalwyr heb gael ymateb prydlon neu effeithiol i gwynion – a dyma'r ffordd gwrtais o ddisgrifio'r sefyllfa. Dywedodd Claire y gallai Gofalwyr Cymru geisio herio sefyllfaoedd penodol yn gyfreithiol lle mae gofalwyr wedi cael cwynion cyson oedd heb gael eu cefnogi, a hyd yn oed wrth fynd â chwyn i'r Ombwdsmon, heb gael unrhyw ddatrysiad. Ymrwymodd Rhiannon i drafod yr enghreifftiau yr oedd gofalwyr wedi'u cyflwyno yn y grŵp ffocws, gyda'r bwriad o wneud newidiadau unffurf yn y ffordd mae awdurdodau lleol yn delio â chwynion yng Nghymru.

Ymrwymodd y Cynghorydd Susan Elsmore i weithio gyda Gofalwyr Cymru hefyd, a chael y prif gamau i sicrhau y gellir dal awdurdodau lleol yn atebol.

Cwestiwn 7 – i Helen Walker, Prif Weithredwr Carers UK

"Yn eich barn chi, beth yw'r camau allweddol y dylai Llywodraeth Cymru eu cymryd i gefnogi gofalwyr mewn gwaith?"

Dywedodd Helen fod angen i'r system gofal cymdeithasol ddarparu gwasanaethau i alluogi gofalwyr i ddychwelyd i'r gwaith. Mae angen i gyflogwyr fod yn fwy hyblyg, a chytuno i weithio'n

hyblyg o'r diwrnod cyntaf. Gall llywodraethau a chyflogwyr gefnogi gofalwyr sy'n gweithio drwy'r fenter Cyflogwyr i Ofalwyr ac adnoddau eraill sydd gan Carers UK. Mae anghydbwysedd rhwng y rhywiau hefyd, sy'n broblem enfawr, a dylai Llywodraeth Cymru weithio gyda Gofalwyr Cymru i sicrhau y gellir cefnogi eu gweithwyr yn briodol.

Gofynnodd Claire wrth Rhian Thomas am ei barn.

Dywedodd Rhian Thomas fod llawer o drafod wedi bod yn ystod yr wythnos am beidio â chwblhau asesiadau gofalwyr yn iawn, a bod gwasanaethau'n cael eu harwain gan adnoddau yn hytrach nag anghenion. Dywedodd fod y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol yn iawn, ond nad yw'n cael ei gweithredu'n briodol, a bod hyn yn arwain at siom a rhwystredigaeth barhaus i ofalwyr. Dywedodd hefyd, fod y loteri cod post yn fater hirdymor, sydd ddim yn ymddangos fel ei fod yn gwella.

Gofynnodd Claire i'r panel arbenigol nodi eu hymrwymiadau allweddol o Uwchgynhadledd Gofalwyr Cymru. Mae'r rhain yn cael eu crynhoi isod.

Albert Heaney

Yn ei rôl fel Prif Swyddog Gofal Cymdeithasol Cymru, nododd Albert ei ymrwymiad i ofalwyr di-dâl fel un o'i brif flaenoriaethau. Ymrwymodd i gydweithio â'r Llywodraeth, sefydliadau a gofalwyr i sicrhau gwelliannau. Ei nod fydd dechrau drwy wneud gwelliannau i Daliadau Uniongyrchol ac Asesiadau Gofalwyr, ac ymgymerodd i fod yn llysgennad/hyrwyddwr, i wrando, ymateb a cheisio'r gwelliannau y mae pawb eisiau eu gweld. Fe wnaeth gydnabod y pwysau ar ofalwyr a'u rhwystredigaethau. Bydd yn ceisio hyrwyddo'r gwaith gyda phartneriaid.

Y Cynghorydd Susan Elsmore

Ymrwymodd y Cynghorydd Elsmore i weithio gyda'r Prif Swyddog Gofal Cymdeithasol, Llywodraeth Cymru a sefydliadau eraill i ddyfeisio ffordd sydd ddim yn fiwrocrataidd o adnabod gofalwyr, a sicrhau eu bod yn cael eu gwerthfawrogi a'u parchu'n ddigonol gan weithwyr gofal cymdeithasol proffesiynol. Dywedodd y dylid sefydlu mesurau perfformiad cadarn, ac ymrwymo i adrodd yn ôl i sefydliad Llywodraeth Leol Cymru i adolygu methiannau'r broses gwyno.

Darren Hughes

Fe wnaeth Darren gydnabod fod gofalwyr yn rhan annatod o'r system, a bod gofalwyr eisiau cael newid ac nid ystrydebau. Dywedodd y dylid darparu gofal yn y lle iawn, ar yr amser cywir, a chyda'r cymorth cywir, a bod angen cydlynu'r gwaith yn well rhwng y GIG, awdurdodau lleol a'r sector gwirfoddol. Fe wnaeth gydnabod fod angen gwneud mwy i adnabod gofalwyr, yn enwedig o ran y broses o ryddhau cleifion o'r ysbyty. Cadarnhaodd ei fod yn fwy na pharod i gael sgwrs ddilynol gyda Gofalwyr Cymru i ystyried atebion.

Sue Evans

Ymrwymodd Sue i wirio polisïau ac arferion cyflogaeth Gofal Cymdeithasol Cymru ei hun i gefnogi gofalwyr yn y gweithle. Ymrwymodd i ail-werthuso p'un a oedd eu hymagwedd seiliedig ar hawliau mewn perthynas â gofalwyr yn ddigon cryf ac a oedd angen eu cryfhau. Dywedodd y byddai Gofal Cymdeithasol Cymru yn parhau i wrando ar lais gofalwyr di-dâl, ac yn parhau i ddefnyddio tystiolaeth a gasglwyd gan Ofalwyr Cymru i lywio gwelliannau. Ymrwymodd i eiriol dros ofalwyr di-dâl a thrwy'r Strategaeth Gofalwyr, dal ei gilydd i gyfrif.

Rhiannon Ivens

Ymrwymodd Rhiannon i ymchwilio i'r system gwynion, yn enwedig yr amser a gymerir i ddatrys cwynion. Bydd yn parhau i weithio gyda Gofalwyr Cymru, a thrwy Grŵp Cynghori'r Gweinidog ar Ofalwyr, i fynd i'r afael â materion drwy'r Strategaeth Gofalwyr a'r Cynllun Cyflawni.

Helen Walker

Roedd Helen yn falch o glywed ymrwymiad gwirioneddol i wneud gwahaniaeth i ofalwyr di-dâl, ac apeliodd am i ni ddysgu gan ein gilydd ar draws y cenhedloedd, gan gynnwys arfer da a drwg. Dywedodd fod angen i ni rannu'r hyn a ddysgwyd o'r pandemig, a sut rydym yn cefnogi gofalwyr yn fwy effeithiol ar draws y DU.

Rhian Thomas

Dywedodd Rhian y byddai'n gweithio gyda thîm Gofalwyr Cymru a'r Pwyllgor Cynghori i fwrw ymlaen â'r ymrwymiadau o heddiw ymlaen. Dywedodd mai'r peth pwysicaf oedd bod gofalwyr di-dâl eisiau teimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi am eu cyfoeth o wybodaeth a sgiliau.

Caeodd Claire Uwchgynhadledd Gofalwyr Cymru drwy ddiolch i bawb am gymryd rhan yn ystod yr wythnos. Ymrwymodd i fynd ar drywydd aelodau arbenigol o'r panel, llunwyr penderfyniadau / polisi allweddol ar draws Cymru ac yn bwysicach na hynny, gyda gofalwyr di-dâl i sicrhau bod newid cadarnhaol yn digwydd.

Our mission is to make life better for carers

We give expert advice, information and support

We connect carers so no-one has to care alone

We campaign together for lasting change

We innovate to find new ways to reach and support carers

gofalwyr CYMRU

Gofalwyr Cymru
Uned 5, Ynysbridge Court
Gwaelod y Garth, Caerdydd
CF15 9SS

Ff 029 2081 1370

E: info@carerswales.org

carerswales.org

@carerswales /carerswales

Mae Gofalwyr Cymru yn rhan o Carers UK, elusen sydd wedi'i chofrestru yng Nghymru a Lloegr (246329) ac yn yr Alban (SC)39307), ac yn gwmni cyfyngedig drwy warant sydd wedi'i gofrestru yng Nghymru a Lloegr (864097). Swyddfa gofrestredig 20 Great Dover Street, Llundain SE1 4LX

© Carers UK (Wales) 2022