

Cyngor Sir CEREDIGION County Council

ADRODDIAD I'R: Pwyllgor Llywodraethu ac Archwilio

DYDDIAD: 9 Medi 2021

LLEOLIAD: Drwy gyfrwng fideo-gynadledda

TEITL: Gwirio Sicrwydd 2021 - Arolygiaeth Gofal Cymru

PWRPAS YR ADRODDIAD: Er gwybodaeth

**RHESWM PAM BOD Y
PWYLLGOR WEDI GOFYN
AM Y WYBODAETH:**

CEFNDIR:

Derbyniodd y Swyddog Arweiniol Corfforaethol – Porth Cynnal/ Cyfarwyddwr Statudol y Gwasanaethau Cymdeithasol llythyr oddi wrth Arolygiaeth Gofal Cymru ar yr ail o Orffennaf, 2021.

Y SEFYLLFA BRESENNOL:

Mae'r llythyr oddi wrth Arolygiaeth Gofal Cymru, dyddiedig yr ail o Orffennaf, wedi'i atodi (**Atodiad 1**).

LLESANT CENEDLAETHAU'R DYFODOL:	A gwblhawyd Asesiad Effaith Naddo Integredig? Os naddo, esboniwch pam Crynodeb: Hirdymor: Cydweithio: Cynnwys: Atal: Integreiddio:
--	---

ARGYMHELLIAD:

Nodi cynnwys y llythyr oddi wrth Arolygiaeth Gofal Cymru (**Atodiad 1**).

RHESWM DROS YR ARGYMHELLIAD:

Enw Cyswllt: Siân Howys

Swydd: Cyfarwyddwr Statudol y Gwasanaethau Cymdeithasol,

Swyddog Arweiniol Corfforaethol – Porth Cynnal

Dyddiad yr Adroddiad: 11.8.2021

Acronymau: Ddim yn berthnasol

Sian Howys
Cyfarwyddwr Statudol Gwasanaethau Cymdeithasol
Cyngor Sir Ceredigion
Penmorfa
Aberaeron
Ceredigion
SA46 OPA

Dyddiad/Date: 2 Gorffennaf 2021

Annwyl Gyfarwyddwr,

Archwiliad Sicrwydd Arolygiaeth Gofal Cymru (AGC) 2021: Cyngor Sir Ceredigion

Mae'r llythyr hwn yn crynhoi canfyddiadau ein harchwiliad sicrwydd a gynhaliwyd rhwng 10 Mai a 14 Mai 2021. Diben yr archwiliad sicrwydd hwn oedd gweld pa mor dda y mae gwasanaethau cymdeithasol yr awdurdod lleol yn parhau i helpu a chefnogi oedolion a phlant, gan ganolbwyntio ar ddiogelwch a llesiant.

Roedd ein prif lwybrau ymholi yn seiliedig ar bedair egwyddor Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014, ac rydym wedi cofnodi ein barn a'n canfyddiadau yn unol â'r rhain, sef Pobl – Llais a Rheolaeth, Atal, Llesiant, Partneriaethau ac Integreiddio.

Trosolwg

Ym mis Mawrth 2020, gohiriodd AGC ei rhaglen arferol mewn ymateb i bandemig COVID-19 er mwyn galluogi darparwyr ac awdurdodau lleol i ganolbwyntio'n llawn ar ymateb i'r amgylchiadau heriol. Ailddechreuodd rhaglen ddiwygiedig gydag awdurdodau lleol ym mis Medi er mwyn rhoi sicrwydd ynghylch sut mae pobl yn cael eu diogelu a sut mae eu llesiant yn cael ei hyrwyddo yn ystod y pandemig. Gwnaethom ystyried diogelwch a llesiant y bobl sy'n defnyddio gwasanaethau, neu y gall fod angen iddynt eu defnyddio, diogelwch y gwasanaethau y maent yn eu defnyddio a diogelwch a llesiant y bobl sy'n gweithio yn y gwasanaethau hynny. Roedd ein prif lwybrau ymholi yn seiliedig ar bedair egwyddor Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014, ac rydym wedi cofnodi ein barn a'n canfyddiadau yn unol â'r rhain, sef: Pobl – Llais a Rheolaeth, Atal, Partneriaethau ac Integreiddio, Llesiant.

Arolygiaeth Gofal Cymru (AGC)
Swyddfa Llywodraeth Cymru
Sarn Mynach
Cyffordd Llandudno
LL31 9RZ
www.arolygiaethgofal.cymru

☎ 0300 790 0126
✉ CIW@gov.wales

Care Inspectorate Wales (CIW)
Welsh Government Office
Sarn Mynach
Llandudno Junction
LL31 9RZ
www.careinspectorate.wales

Rydym yn croesawu derbyn gohebiaeth yn Gymraeg. Byddwn yn ateb gohebiaeth a dderbynnir yn Gymraeg yn Gymraeg ac ni fydd gohebu yn Gymraeg yn arwain at oedi.

We welcome receiving correspondence in Welsh. Any correspondence received in Welsh will be answered in Welsh and corresponding in Welsh will not lead to a delay in responding.

Gwnaethom ganolbwyntio ar y canlynol:

1. Pa mor dda y mae'r awdurdod lleol yn cyflawni ei swyddogaethau statudol o ran cadw pobl y mae angen gofal a chymorth arnynt a gofalwyr y mae angen cymorth arnynt yn ddiogel, a hyrwyddo eu llesiant, yn ystod y pandemig?
2. Beth mae'r awdurdod lleol yn ei wneud fel nad oes angen i blant dderbyn gofal; ac a yw plant yn dychwelyd adref i'w teuluoedd yn ddigon cyflym, lle mae'n ddiogel iddynt wneud hynny?

Crynodeb o'r canfyddiadau a blaenoriaethau ar gyfer gwella:

Pobl – llais a rheolaeth – Gwnaethom ofyn: Pa mor dda y mae'r awdurdod lleol yn sicrhau bod lleisiau pobl, gofalwyr ac ymarferwyr yn cael eu clywed, eu bod yn gwneud dewisiadau ar sail gwybodaeth ac yn cynnal rheolaeth dros eu bywydau, gan gydbwysu hefyd yr argymhellion a'r gofynion a wnaed gan lechyd Cyhoeddus Cymru a Llywodraeth Cymru er mwyn cyfyngu ar ledaeniad COVID-19?

Ar y cyfan, gwelsom fod lleisiau pobl yn cael eu clywed, bod eu dewisiadau'n cael eu parchu a bod pobl yn cyflawni canlyniadau a nodwyd ganddynt yn bersonol yn rheolaidd. Dywedwyd wrthym fod pobl yn gallu cyfathrebu yn eu dewis iaith. Roedd tystiolaeth yn y rhan fwyaf o gofnodion achos fod y "cynnig rhagweithiol" yn cael ei ddarparu.

Mae'r awdurdod lleol yn ystyried hawliau plant i gael cynnig eiriolaeth ffurfiol. O'r wybodaeth a ddarparwyd, gwelsom fod tystiolaeth bod mynediad at y gwasanaethau eirioli yn cael ei gynnig i blant a gwelsom enghraifft o eiriolaeth mewn perthynas ag un o'r achosion plant sy'n derbyn gofal y gwnaethom edrych arno. Nododd y person ifanc arwyddocâd yr eiriolwr gan fod hon wedi bod yn gydberthynas gyson o gymharu â'r newidiadau i'w weithiwr cymdeithasol. Yn yr achosion a oedd yn ymwneud ag oedolion, gwelsom dystiolaeth o bobl yn cael eu cefnogi gan eiriolwyr anffurfiol i gymryd rhan mewn penderfyniadau sy'n effeithio arnynt.

Roedd y bobl, gan gynnwys y gofalwyr, yn cael y cyfle i deilwra a rheoli eu gofal eu hunain drwy ddefnyddio taliadau uniongyrchol. Gwelsom dystiolaeth i ddangos bod taliadau uniongyrchol yn gweithio'n dda i unigolion a gofalwyr, a'u bod wedi cael eu defnyddio'n greadigol yn ystod y pandemig fel ffordd o roi gofal seibiant amgen.

Dyweddodd gofalwyr wrthym eu bod yn gwerthfawrogi'r wybodaeth a'r cymorth a ddarperir gan Uned Gofalwyr Ceredigion. Gwelsom enghreifftiau o anghenion gofalwyr yn cael eu hystyried, a chydabyddiaeth o'r pwysau ychwanegol a wynebwyd gan ofalwyr yn ystod y pandemig.

Roedd y rhan fwyaf o'r ymarferwyr a ymatebodd i'n harolwg yn teimlo eu bod yn cael eu cefnogi gan eu cydweithwyr a'u rheolwyr ac roeddent o'r farn eu bod yn gallu ymdopi â'u llwyth gwaith. Yn ystod yr archwiliad sicrwydd, gwelsom fod morâl staff yn dda ac roedd y rhan fwyaf o'r ymarferwyr yn gadarnhaol o ran eu profiad o weithio i'r awdurdod lleol. Gwnaeth rhai ymarferwyr grybwyll lefelau salwch cyfredol a'r ffaith bod oedi wrth recriwtio ynghyd ag anallu'r awdurdod lleol i recriwtio yn arwain at bwysau yn y timau. Er bod y rhan fwyaf o'r ymarferwyr a'r rheolwyr rheng flaen yn croesawu uchelgeisiau'r awdurdod o ran trawsnewid, roedd yn glir bod yr agenda hon, wedi'i chyfuno â'r sefyllfa o ran COVID-19 yn

arbennig, wedi creu ansicrwydd ymhlith y gweithlu o ran trefniadau gweithio yn y dyfodol. Mae angen i'r awdurdod lleol barhau â'i ymdrechion i helpu'r staff i ddeall manteision y trawsnewidiadau arfaethedig a sicrhau eu bod yn teimlo eu bod yn cael eu cynnwys yn y trafodaethau a'r amserlen ar gyfer newid.

Mae Cyngor Sir Ceredigion yn parhau i gefnogi datblygiad proffesiynol ymarferwyr a rheolwyr a defnyddir sawl llwyfan digidol i alluogi'r gweithlu i ymgymryd â hyfforddiant ar-lein. Dywedodd staff newydd gymhwys wrthym eu bod yn cael eu cefnogi yn ystod blynyddoedd cyntaf eu hymarfer drwy drefniadau goruchwylio a mentora rheolaidd. A dywedodd y Rheolwyr Corfforaethol wrthym am y rhaglen hyfforddiant cynhwysfawr a gomisiynwyd gan yr awdurdod lleol i'w helpu i ymgymryd â'u rolau a'u cyfrifoldebau newydd a'r ffaith bod hyn yn darparu sylfaen dda ar gyfer cydweithio.

Atal – Gwnaethom ofyn: I ba raddau y mae'r awdurdod lleol yn llwyddo i hybu prosesau atal a lleihau'r angen am fwy o gymorth neu gymorth ffurfiol gan asiantaethau statudol?

Mae'r uwch-arweinwyr yn dangos dealltwriaeth dda o fanteision mabwysiadu dull ataliol a gallant gyfleu'r rhesymeg dros eu cyfeiriad a'u huchelgais strategol ar lafar a thrwy ddogfennaeth strategol. Maent wedi gweithio'n galed i ailgynllunio'r gwasanaeth gan ddatblygu model gweithredu ar gyfer llesiant i bobl o bob oed sy'n canolbwyntio ar sicrhau bod pobl yn cael y cymorth cywir, ar yr adeg gywir ac yn y lle cywir. Mae atal neu oedi datblygiad gofal a chymorth yn cyd-fynd yn agos â chyfrifoldebau eraill yr awdurdod lleol yng Ngheredigion, gan gynnwys tai, hamdden ac addysg.

Mae'r ymdrech i drawsnewid a sicrhau y gall gwasanaethau fod yn gynaliadwy yn unol â deddfwriaeth ac anghenion y gymuned wedi parhau drwy gyfnod eithriadol o ymateb i'r pandemig. Er nad yw rhai o'r gwasanaethau hyn wedi bod ar gael yn ystod y pandemig, clywsom am gymunedau yn dod at ei gilydd ac yn datblygu cymorth cymunedol. Er enghraifft, aeth clybiau ffermwyr ifanc lleol ati i gynnig cymorth i bobl siopa.

Mae gan yr uwch-reolwyr a'r swyddogion ddealltwriaeth a gwybodaeth dda mewn perthynas â phroffil y plant sy'n derbyn gofal ac maent yn hyderus eu bod yn gwneud cynnydd o ran dod â gorchmynion nad oes eu hangen mwyach i ben, neu eu haddasu, ac mai dim ond pan fydd angen hynny y bydd plant yn derbyn gofal.

Roedd yr ymarferwyr yn ymwybodol bod methu â chysylltu â theuluoedd wyneb yn wyneb wedi cael effaith andwyol ar y gwasanaethau ataliol a'r gwasanaethau cymorth a gofal er gwaethaf eu hymdrechion gorau, ond roeddent yn falch o ymateb Ceredigion. Clywsom am grwpiau magu plant ar-lein a chlybiau ieuencid rhithiwr a'r ffaith bod trefniadau rhithwir o'r fath yn gweithio'n well i rai rhieni o ystyried natur wledig yr awdurdod lleol.

Mae pwysigrwydd rhyddhau cleifion o'r ysbyty mewn modd amserol yn parhau i fod yn flaenoriaeth i'r awdurdod lleol. Cawsom wybod bod y model rhyddhau i asesu wedi cael ei roi ar waith a'i fod yn helpu pobl yn effeithiol i adfer eu hannibyniaeth, ac yn galluogi pobl i ddychwelyd adref yn unol â'u dymuniadau.

Mae trefniadau cydgysylltu cadarnhaol a phrosesau cyfathrebu da rhwng ymarferwyr mewn timau gwahanol o fudd wrth ddarparu cymhorthion ac addasiadau. Clywsom fod cyfarpar diogelu personol [PPE] yn cael ei ddarparu'n amserol a bod y trefniadau yn cael eu

cydgysylltu'n dda o fan canolog ac yn cyfrannu'n gadarnhaol at sicrhau bod ymarferwyr yn teimlo eu bod yn cael eu cefnogi a'u diogelu.

Mae sicrhau bod digon o wasanaethau gofal cartref ar gael i oedolion yn parhau i fod yn her. Clywsom am enghreifftiau lle nad oedd pobl yn cael y gofal a'r cymorth sydd eu hangen arnynt yn ogystal â phobl yn symud i gartrefi gofal am nad oedd y gofal a'r cymorth ar gael yn y gymuned, a gwelsom enghreifftiau o'r fath hefyd. Mae'n rhaid i'r uwch-reolwyr sicrhau nad ydynt yn colli golwg ar eu gallu i barhau i ddiwallu anghenion yr holl bobl y mae angen gofal a chymorth arnynt, a rhaid sicrhau bod trefniadau comisiynu'r awdurdod yn cefnogi'r gwaith o ddatblygu gwasanaethau o ansawdd da i bawb.

Partneriaethau ac Integreiddio – Gwnaethom ofyn: I ba raddau y gall yr awdurdod lleol fodloni ei hun yr achubir ar gyfleoedd i weithio mewn partneriaeth mewn ffordd gadarnhaol er mwyn gwneud y mwyaf o gynlluniau sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn a sicrhau y darperir gwasanaethau integredig mewn modd cynaliadwy?

Yn y rhan fwyaf o'r achosion a welsom, gwelwyd tystiolaeth o ymarferwyr yn meithrin cydberthynas waith proffesiynol â phobl yn seiliedig ar gydweithrediad a dealltwriaeth a rennir o'r hyn sy'n bwysig. Caiff pobl eu cefnogi i nodi'r hyn sy'n bwysig iddynt a sut y gallent gyflawni eu canlyniadau llesiant personol.

Dyweddod rhai partneriaid a phobl a ymatebodd i'n harolygon wrthym am bryderon cynnar mewn perthynas â thrawsnewid gwasanaethau a chyflwyno'r Porth Cynnal a'r Porth Gofal sydd wedi arwain at lefel o ddadbersonoli a phwyslais ar ffurflenni, yn hytrach na chyfathrebu personol rhwng pobl a/neu asiantaethau a chysylltiadau a enwir yn yr awdurdod lleol. Er y cydnabyddir mai megis dechrau y mae'r broses drawsnewid, rhaid i'r awdurdod lleol ddatblygu ei fframwaith sicrhau ansawdd er mwyn ei alluogi, drwy brosesau rheoli perfformiad a monitro, i feithrin dealltwriaeth gywir a chyfredol o'i effeithiolrwydd a'r gallu i nodi meysydd cyflawniad yn ogystal â meysydd i'w gwella.

Gwelsom a chlywsom am enghreifftiau cadarnhaol o ddull amlasiantaethol o reoli risgiau, yn ogystal ag ymarferwyr a rheolwyr yn cydweithio yn ystod y pandemig i rannu gwybodaeth/cudd-wybodaeth er mwyn sicrhau eu bod yn diwallu anghenion ac yn rheoli risgiau'r bobl sydd â'r anghenion mwyaf cymhleth.

Mae darparwyr gwasanaethau gofal a chymorth annibynnol yng Ngheredigion yn cael budd o gyfarpar diogelu personol a ddarperir yn amserol a chydberthnasau gwaith cadarnhaol ar y cyfan â'r awdurdod lleol. Disgrifiodd y rheolwyr a'r ymarferwyr gydberthnasau gweithredol sefydledig ag adrannau iechyd ac addysg, yr heddlu a darparwyr a gwelsom ymrwymiad clir i gydweithio ar draws yr awdurdod lleol.

Dyweddod y gofalwyr maeth y gwnaethom siarad â nhw fod y cymorth roeddent yn ei gael gan yr awdurdod lleol yn ardderchog a'u bod yn gwerthfawrogi'r dull tîm rhyngddyn nhw, gweithwyr cymdeithasol y plant a'u gweithiwr cymdeithasol cyswllt. Mae paru plant â gofalwyr maeth yn faes lle maent wedi gweld gwelliant ac mae hyn, ynghyd â'r strategaeth recriwtio gofalwyr maeth, yn sail i ymrwymiad yr awdurdod lleol i recriwtio a chefnogi gofalwyr maeth a gwella'r dewis o leoliadau i blant a phobl ifanc.

Llesiant – Gwnaethom ofyn: I ba raddau y mae'r awdurdod lleol yn hybu llesiant, gan sicrhau bod pobl yn aros yn ddiogel ac yn cyflawni canlyniadau cadarnhaol sydd o bwys iddynt?

Roedd ansawdd yr asesiadau, y cynlluniau gofal a chymorth a'r cofnodion a welsom yn amrywio. Nid oedd rhywfaint o'r ddogfennaeth a welsom bob amser yn adlewyrchu'r gwaith cadarnhaol a oedd yn cael ei wneud. Gwelsom rai enghreifftiau lle byddai pwyslais mwy penodol ar gryfderau wedi bod yn fuddiol wrth gynnig darlun cyfannol o'r unigolyn a'i amgylchiadau unigol.

Roedd amseroldeb ac ansawdd yr adolygiadau statudol a welsom ar gyfer plant sy'n derbyn gofal yn dda. Roedd y cofnodion yn cael eu hysgrifennu'n uniongyrchol i'r plentyn, gan roi'r ymdeimlad o lythyr wedi'i bersonoli. Roedd y cofnodion hyn yn cydnabod dymuniadau'r plentyn ac yn esbonio canlyniadau a phenderfyniadau ei adolygiad mewn iaith syml. Dywedodd y swyddogion adolygu annibynnol wrthym eu bod yn cysylltu â'r plant cyn yr adolygiad. Caiff achosion eu huwchgyfeirio yn ôl yr angen ac mae'r cydberthnasau rhwng gweithwyr proffesiynol yn cefnogi atebion adeiladol.

Nododd y rheolwyr a'r ymarferwyr y gwnaethom siarad â nhw eu bod yn hyderus bod y plant yn yr awdurdod yn ddiogel ac, ar y cyfan, gwelwyd tystiolaeth o hyn yn y ffeiliau. Yn y rhan fwyaf o'r achosion a adolygwyd gennym, gwelsom y ceir ymateb amserol ac effeithiol os bydd plant yn wynebu risg o niwed sylweddol. Roedd yr ymholiadau a welwyd mewn perthynas ag adran 47 yn dangos bod prosesau casglu gwybodaeth da ar waith ac roedd tystiolaeth bod plant yn cael eu gweld/eu gweld ar eu pen eu hunain fel y bo'n briodol yn ystod yr ymholiad. Mewn un achos, gwelsom fod oedi cyn darparu gofal a chymorth parhaus ar ôl tynnu enw'r plentyn oddi ar y gofrestr amddiffyn plant. I sicrhau bod cymorth yn cael ei ddarparu'n gyson er mwyn helpu i gynnal yr amodau a arweiniodd at ddadgofrestru'r plentyn, rhaid i'r awdurdod lleol sicrhau bod ganddo drefniadau cadarn i fonitro llwythi gwaith ymarferwyr pan fyddant yn absennol o'r gwaith.

Drwy adolygu cofnodion achos a thrafod ag ymarferwyr, cawsom sicrwydd yr ymateb mewn ffordd amserol a chymesur i adroddiadau diogelu oedolion. Roedd lleisiau a dymuniadau oedolion sy'n wynebu risg yn cael eu cynnwys yn y ddogfennaeth ddiogelu ac, yn y rhan fwyaf o achosion, gwelsom dystiolaeth bod arferion casglu gwybodaeth a chysylltu â gweithwyr proffesiynol eraill yn dda, a bod y dadansoddiad a'r penderfyniad yn cael eu cofnodi'n glir.

Dyweddodd y bobl y gwnaethom siarad â nhw wrthym fod yr awdurdod lleol wedi cadw mewn cysylltiad â nhw, a hynny mewn ffordd ddiogel, drwy gydol y pandemig. Lle y bo angen, mae cyswllt wyneb yn wyneb diogel uniongyrchol wedi parhau, yn amodol ar asesiad risg COVID-19 a Chanllawiau Iechyd y Cyhoedd. Gwelsom enghreifftiau o ymarferwyr a darparwyr yn gweithio'n greadigol i gyflawni eu cyfrifoldebau proffesiynol. Fodd bynnag, clywsom fod diffyg cysylltiad uniongyrchol â'u rhieni/aelodau o'u teulu wedi cael effaith sylweddol ar rai o'r plant sy'n derbyn gofal ac nad yw rhai wedi gallu ymdopi â chyswllt rhithwir ac felly nad ydynt wedi bod mewn cysylltiad ers misoedd.

Gwerthfawrogwyd eglurder cynnar yr ymateb a'r trefniadau a ddarparwyd gan yr uwch-reolwyr corfforaethol ac roedd y staff o'r farn bod yr awdurdod wedi gweithio'n galed i hybu eu llesiant. Roedd yr ymarferwyr yn gadarnhaol ynghylch yr ymdrechion a wnaed i gynnal prosesau cyfathrebu da, ond roeddent nawr o'r farn y dylid defnyddio eu profiad i lywio'r

caniatadau mewn perthynas ag arferion gweithio ystwyth diogel yn y dyfodol. Byddai rhai o'r ymarferwyr yn arbennig o falch pe byddai rhai swyddfeydd yn cael eu hagor er mwyn lliniaru'r pwysau sy'n deillio o weithio gartref.

Dull:

- gwnaethom fwrw golwg dros y ddogfennaeth a ddarparwyd cyn ein hymweliad
- gwnaethom siarad â gofalwyr a phobl a oedd yn derbyn, neu wedi derbyn, gofal a chymorth
- gwnaethom edrych ar 26 o ffeiliau achos
- gwnaethom gynnal trafodaethau olrhain achosion ar 10 o ffeiliau achos pellach
- gwnaethom gynnal saith arolwg
- gwnaethom gynnal chwe grŵp ffocws

Y Camau Nesaf:

Rydym wedi nodi cryfderau a meysydd i'w gwella fel blaenoriaeth, a byddwn yn adolygu cynnydd y meysydd hyn drwy ein cyfarfodydd adolygu gwerthuso perfformiad â'r penaethiaid gwasanaeth a'r cyfarwyddwr. Rydym yn disgwyl y bydd y meysydd i'w gwella a nodwyd gennym yn cael eu cynnwys yng nghynlluniau gwella'r awdurdod lleol. Hoffem ddiolch i bawb a wnaeth ein helpu i gynnal y archwiliad sicrwydd hwn ac i'r bobl a'r staff hynny a siaradodd â ni.

Gweler ein Hysbysiad Preifatrwydd yn <https://arolygiaethgofal.cymru/sut-rydym-yn-defnyddioch-gwybodaeth-bersonol>

Yn gywir,



Lou Bushell-Bauers
Pennaeth Arolygu Awdurdodau Lleol
Arolygiaeth Gofal Cymru