

Cyngor Sir CEREDIGION County Council

ADRODDIAD I'R:	Pwyllgor Trosolwg a Chraffu Cymunedau Iachach
DYDDIAD:	²⁰ Hydref 2021
LLEOLIAD:	MS Teams
TEITL:	Adroddiad Blynyddol Grŵp Datblygu Gofalwyr Rhanbarthol Partneriaeth Gofal Gorllewin Cymru
PWRPAS YR ADRODDIAD:	Cynhyrchwyd yr adroddiad gan Grŵp Datblygu Gofalwyr Gorllewin Cymru ar gyfer Llywodraeth Cymru i amlinellu'r cynnydd a gyflawnwyd i fodloni blaenoriaethau Gofalwyr Llywodraeth Cymru gan Grŵp Datblygu Gofalwyr Rhanbarthol Partneriaeth Gofal Gorllewin Cymru
Y RHESWM PAM FOD Y PWYLLGOR CRAFFU WEDI GOFYN AM Y WYBODAETH:	Er gwybodaeth yn unig

CEFNDIR:

Ym mis Ebrill 2017, cytunodd Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Gorllewin Cymru i gynnwys Gofalwyr fel ffrwd waith allweddol, gan adlewyrchu pwysigrwydd y grŵp poblogaeth hwn o fewn cyfrifoldebau Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014.

Mae'r adroddiad hwn yn crynhoi gweithgarwch Grŵp Datblygu Gofalwyr Gorllewin Cymru yn ystod y cyfnod 1af Ebrill 2020– 31ain Mawrth 2021. Mae Grŵp Datblygu Gofalwyr Gorllewin Cymru yn is-grŵp ffurfiol Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Gorllewin Cymru sy'n cynnwys cynrychiolwyr Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda (Bwrdd Iechyd), tri Awdurdod Lleol Sir Gaerfyrddin, Ceredigion a Sir Benfro, yn ogystal â sefydliadau'r Trydydd sector a'r sector Gwirfoddol, a chynrychiolwyr Gofalwyr yng Ngorllewin Cymru.

Adroddiad Blynyddol Gofalwyr 2019/20

Mae 2019/20 yn adlewyrchu cyfnod pontio Llywodraeth Cymru rhwng Mesur Strategaethau Gwybodaeth ac Ymgynghori Gofalwyr (Cymru) 2010 a Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014. Yn eu llythyr cyllideb yn dwyn dyddiad 14eg Mawrth 2018 nododd Llywodraeth Cymru eu disgwyliad y bydd iechyd, awdurdodau lleol a'r trydydd sector yn gweithio mewn partneriaeth i gefnogi gofalwyr o dan y Ddeddf trwy:

- Gefnogi bywyd ochr yn ochr â gofalu - darparu cyfleoedd i ofalwyr gael seibiannau rhesymol o'u rôl ofalu i'w galluogi i gynnal eu gallu i ofalu, a chael bywyd y tu hwnt i ofalu.
- Nodi a chydabod gofalwyr - gwella cydnabyddiaeth Gofalwyr o'u rôl a sicrhau eu bod

yn gallu gafael ar y gefnogaeth gywir.

- Rhoi gwybodaeth, cyngor a chymorth - rhoi cyngor priodol lle a phryd y mae ei angen ar Ofalwyr.

DEDDF GWASANAETHAU CYMDEITHASOL A LLESIANT (CYMRU) 2014

Mae Partneriaeth Gofal Gorllewin Cymru wedi derbyn yr adroddiad ac yn unol â chyfarwydddeb adrodd Llywodraeth Cymru, cyflwynwyd y ddogfen a gyflwynwyd i Lywodraeth Cymru ac fe'i derbyniwyd.

SEFYLLFA AR HYN O BRYD: Fel uchod

Oes Aseiad Effaith Integredig wedi ei gwblhau? Os nad oes, dywedwch pam

Crynodeb:

Hirdymor:	Cydbwysu angen tymor byr ag angen hirdymor a chynllunio ar gyfer y dyfodol
Integreiddio:	Effeithio'n gadarnhaol ar bobl, yr economi, yr amgylchedd a diwylliant a cheisio bod o fudd i'r tri
Cydweithio:	Cydweithio â phartneriaid eraill i gyflawni
Cynnwys:	Cynnwys y rheini sydd â diddordeb a gofyn am eu barn
Atal:	Rhoi adnoddau i atal problemau rhag digwydd neu waethygu

ARGYMHELLIAD/ARGYMHELLION:

I rannu gwybodaeth ac i dderbyn sylwadau o'r Pwyllgor Trosolwg a Chraffu Cymunedau Iachach / Cabinet.

RHESWM DROS YR ARGYMHELLIAD/ARGYMHELLION:

Enw Cyswllt:	Sara Humphreys
Swydd:	Swyddog Arweiniol Dros Dro Gofalwyr, Uned Gofalwyr Ceredigion
Dyddiad yr Adroddiad:	15/09/2021

Acronymau:

GORLLEWIN CYMRU IACHACH:

Grŵp Datblygu Gofalwyr Gorllewin Cymru

Adroddiad Blynyddol

2020-21



Rhagarweiniad

Mae'r adroddiad hwn yn crynhoi gweithgarwch Grŵp Datblygu Gofalwyr Gorllewin Cymru (GDGGC) yn ystod y cyfnod 1 Ebrill 2020 hyd 31 Mawrth 2021. Mae GDGGC yn un o is-grwpiau ffurfiol Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol (BPRh) Gorllewin Cymru sy'n cynnwys cynrychiolwyr Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda (y Bwrdd Iechyd), y tri awdurdod lleol, sef Sir Gaerfyrddin, Ceredigion a Sir Benfro, yn ogystal â mudiadau'r trydydd sector a'r sector gwirfoddol, a chynrychiolwyr defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr yng ngorllewin Cymru.

Mae'r adroddiad hwn yn cynnig trosolwg o'r gwaith a wnaed gan ddefnyddio'r cyllid gofalwyr a roddwyd gan Lywodraeth Cymru i fyrddau iechyd, y Gronfa Gofal Integredig a chyllid craidd gan sefydliadau partner i sicrhau bod blaenoriaethau gofalwyr wedi'u hymwreiddio mewn gwasanaethau ar draws y rhanbarth, yn unol â gofynion Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014. Amlinellodd Llywodraeth Cymru ei disgwyliad y bydd awdurdodau iechyd, awdurdodau lleol a'r trydydd sector yn gweithio mewn partneriaeth i gefnogi gofalwyr o dan y Ddeddf, drwy wneud y canlynol:

- Cefnogi bywyd ochr yn ochr â gofalu – cynnig cyfleoedd i ofalwyr gael seibiannau rhesymol o'u rôl ofalu i'w galluogi i gynnal eu gallu i ofalu a chael bywyd y tu hwnt i ofalu.
- Nodi a chydabod gofalwyr – gwella cydnabyddiaeth gan ofalwyr o'u rôl a sicrhau eu bod yn gallu cael gafael ar y cymorth iawn.
- Darparu gwybodaeth, cyngor a chymorth – darparu cyngor priodol pan mae ar ofalwyr ei angen a lle mae arnynt ei angen.

Mae ymateb i'r gofynion uchod yn ffurfio sail Adroddiad Blynyddol Gofalwyr 2020/21, sy'n rhoi tystiolaeth o gynnydd mewn perthynas â phob un o'r meysydd hyn a'r budd a gafwyd gan ofalwyr.

Anghenion Gofalwyr yng Ngorllewin Cymru

Cyhoeddodd BPRh Gorllewin Cymru ei asesiad poblogaeth cyntaf ar gyfer gorllewin Cymru ym mis Ebrill 2017, ac wedi hyn datblygodd Gynllun Ardal Gorllewin Cymru 2018-2023. Casglwyd cryn dipyn o wybodaeth am anghenion y boblogaeth drwy ymgysylltu'n uniongyrchol â dinasyddion. Ychwanegwyd at hyn gan y data a'r adborth gan ddinasyddion a gasglwyd yn ystod ein gwaith diweddar i ddatblygu strategaeth gofalwyr ranbarthol ar gyfer gorllewin Cymru.

Dangosodd Cyfrifiad 2011 fod mwy na 370,000 o ofalwyr di-dâl o bob oedran yng Nghymru ac mae arbenigwyr wedi cyfrifo bod gofalwyr yng Nghymru wedi cyfrannu'r hyn sy'n cyfateb i ryw £8.1 biliwn at economi Cymru bob blwyddyn. Mae'r ffigurau hyn yn cynnwys unrhyw un sy'n gofalu am gyn lleied ag awr yr wythnos. Ni fydd angen unrhyw gymorth ychwanegol ar y rhan fwyaf o bobl sy'n treulio ychydig iawn o

amser yn gofalu. Fodd bynnag, mae gan Gymru hefyd y gyfran uchaf o ofalwyr hŷn a gofalwyr sy'n darparu mwy na 50 awr o ofal yr wythnos.

Ym mhoblogaeth gorllewin Cymru o 348,000, dangosodd Cyfrifiad 2011 fod oddeutu 47,000 o ofalwyr ond rydym yn gwybod bod hyn yn debygol o fod yn uwch o lawer o ystyried nad yw pobl bob amser yn cydnabod eu bod yn ofalwyr. Yn flaenorol, roedd oddeutu 9,000 o ofalwyr sy'n oedolion a dros 400 o ofalwyr ifanc wedi'u nodi drwy feddygfeydd, gwasanaethau cymdeithasol a lleoliadau addysg yng ngorllewin Cymru. Yn sgil y pandemig Covid-19, gwelwyd cynnydd yn nifer y gofalwyr di-dâl sy'n nodi eu bod yn ofalwyr a dangosodd adroddiad Arolwg Cenedlaethol Cymru ym mis Mehefin 2020 gynnydd o 35% yn nifer yr unigolion a ddywedodd eu bod yn gofalu am aelodau o'r teulu, ffrindiau a chymdogion, neu'n rhoi cymorth a chefnogaeth iddynt.

Mae'r Bwrdd Iechyd wedi bod yn rhagweithiol wrth gefnogi gofalwyr di-dâl gyda mynediad at brofion Covid ac, yn fwy diweddar, cefnogi'r broses o nodi gofalwyr di-dâl fel rhan o'u cymhwysedd i gael brechiad Covid. Mae hyn wedi arwain at dros 2,600 o ofalwyr di-dâl yn rhoi gwybod i'r Bwrdd Iechyd eu bod yn ofalwyr ond nad oeddent wedi cofrestru fel gofalwyr gyda'u meddygfa yn flaenorol. Fel rhan o weithredu'r Bwrdd Iechyd i wneud i bob cyswllt gyfrif, rhoddodd Tîm Gofalwyr y Bwrdd Iechyd wybodaeth ddilynol i bob gofalwr sydd newydd ei nodi, gan gynnwys gwybodaeth am wasanaethau cymorth i ofalwyr gan y trydydd sector a'r cyrsiau Cyflwyniad i Ofalu Amdanaf i a ddarperir gan y Rhaglen Addysg i Gleifion.

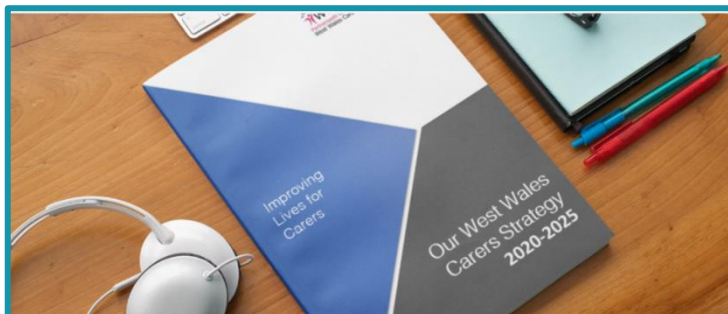
Mae'r Gwasanaeth Gwybodaeth a Chymorth i Ofalwyr ar draws gorllewin Cymru wedi gweld cynnydd yn nifer y ceisiadau am gymorth. Yn Sir Gaerfyrddin, adroddodd yr Ymddiriedolaeth Gofalwyr - Croesffyrdd Canolbarth a Gorllewin Cymru, yn ystod 2020/21, fod nifer y gofalwyr wedi cynyddu 31%, o 4,613 i 6,071. Gwelodd Hafal Croesffyrdd, sy'n darparu gwybodaeth a chymorth yn Sir Benfro, nifer y gofalwyr a gofrestrwyd yn cynyddu o 2,570 i 2,918 a gwelodd Uned Gofalwyr Ceredigion gynnydd o 267 o ofalwyr, gan gynyddu o 825 i 1,092 o ofalwyr.

Yng ngorllewin Cymru, mae'r awdurdodau lleol a mudiadau'r trydydd sector wedi ymateb yn dda iawn i'r pandemig Covid-19, gan addasu eu gwasanaethau yn gyflym ac, mewn rhai achosion, symud eu gweithgareddau ar-lein. Er enghraifft, symudodd grŵp gofalwyr Trefdraeth yn Sir Benfro o gyfarfod wyneb yn wyneb i gyfarfod ar Zoom gyda chefnogaeth gan Gysylltydd Cymunedol. O ganlyniad, roedd y grŵp gofalwyr yn fwy hygyrch i ofalwyr ledled y sir, gan ddenu gofalwyr newydd a oedd yn chwilio am gefnogaeth gan gymheiriaid ar-lein. Enghraifft arall yw Uned Gofalwyr Ceredigion a ddarparodd raglen lawn o weithdai, hyfforddiant a thrafodaethau ynghylch hawliau gofalwyr yn ystod chwe mis olaf 2020-21. Roedd hyn yn dilyn yr hyfforddiant a'r gweithgareddau ar-lein llwyddiannus a ddarparwyd ar gyfer Wythnos Gofalwyr, pan gymerodd 147 o ofalwyr ran mewn 20 o gyrsiau hyfforddiant.

Mae'r holl wasanaethau i ofalwyr ifanc wedi parhau i weithredu ac addasu eu ffyrdd o weithio, gan ddefnyddio Zoom, WhatsApp a Microsoft Teams. Cynhaliwyd cyswllt rheolaidd â gofalwyr ifanc a'u teuluoedd i fynd i'r afael â materion. Er bod y rhan fwyaf o gysylltiadau wedi bod yn rhithwir, cynhaliwyd teithiau cerdded gan gadw pellter cymdeithasol ac ymweliadau cartref lle'r oedd y canllawiau cenedlaethol yn caniatáu hynny. Cynhaliwyd sesiynau grŵp ar-lein ond nid oes llawer o bobl wedi manteisio arnynt, ac mae'r bobl ifanc wedi dweud y byddai'n well ganddynt gyfarfod

wyneb yn wyneb. Mae'r holl wasanaethau wedi sylwi ar ddirywiad yn iechyd meddwl pobl ifanc a rhieni dros y flwyddyn ac mae'r gwasanaethau wedi ymateb drwy gynnig cymorth priodol.

Datblygiadau Allweddol a Chynnydd – 2020/21




Ein Strategaeth Gofalwyr Gorllewin Cymru 2020-2025: Gwella Bywydau Gofalwyr

Yn ystod 2020/21, cafwyd cryn dipyn o ymgysylltu â gofalwyr, i ddechrau drwy drafodaethau gweithdy rhanbarthol ac mewn awdurdodau lleol, ac yna

symudwyd i ddatblygu arolwg ar-lein mewn ymateb i'r pandemig. Ymatebodd 558 o ofalwyr i'n harolwg ar-lein, gan gynnwys 18% a oedd yn ofalwyr ifanc o dan 18 oed.

Cyhoeddodd Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Gorllewin Cymru Ein Strategaeth Gofalwyr Gorllewin Cymru 2020-2025: Gwella Bywydau Gofalwyr ym mis Tachwedd 2020. Mae'r strategaeth wedi sefydlu pedwar maes blaenoriaeth allweddol sy'n edrych ar y tymor hwy ac yn nodi'r weledigaeth ar gyfer y pedair blynedd nesaf. Drwy gydol ein strategaeth gofalwyr, rydym wedi defnyddio aelodau'r 'Teulu Jones' i'n helpu i feddwl am sut y gallai ein blaenoriaethau wneud gwahaniaeth i ofalwyr yn ein cymunedau. Nid teulu go iawn yw'r 'Teulu Jones' ond crëwyd y teulu i fod yn nodweddiadol o rai o'r bobl sy'n byw yn ardal Hywel Dda a'r mathau o rolau gofalu mewn teuluoedd.

OUR FOUR PRIORITY AREAS:



1.


Improve the early identification and self-identification of Carers, including Young Carers and Young Adult Carers.

2.

Ensure a range of services is available to support the well-being of Carers of all ages, in their life alongside caring.


3.

Support Carers to access and maintain education, training and employment opportunities.



4.

Support Carers to become digitally included.



Mae'r rhannau canlynol o'r adroddiad hwn yn amlinellu'r ffyrdd rydym wedi bod yn cyflawni'r blaenoriaethau hyn a'r gwahaniaeth y maent wedi'i wneud i'r rheiny sydd â chyfrifoldebau gofalu.

Dan sylw - Cynllun Buddsoddwyr mewn Gofalwyr (BmG)

Ar ran Grŵp Datblygu Gofalwyr Gorllewin Cymru, mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda wedi parhau i gyflwyno'r cynllun Buddsoddwyr mewn Gofalwyr rhanbarthol. Yn ogystal â chyllido Swyddog Arweiniol Buddsoddwyr mewn Gofalwyr, mae'r Bwrdd Iechyd yn comisiynu cymorth rhanbarthol i'r cynllun BmG sy'n cael ei ddarparu drwy'r Ymddiriedolaeth Gofalwyr – Croesffyrdd Gorllewin Cymru. Mae BmG yn darparu'r sail ar gyfer gwaith gyda gweithwyr iechyd proffesiynol mewn lleoliadau sylfaenol, cymunedol ac ysbytai aciwt i godi ymwybyddiaeth o anghenion gofalwyr. Fodd bynnag, yn wahanol i rai meysydd eraill, mae BmG wedi'i gynllunio i gael ei ddefnyddio gan ystod eang o leoliadau, gan gynnwys ysgolion, llyfrgelloedd, timau awdurdodau lleol, y Ganolfan Byd Gwaith a mudiadau'r trydydd sector.

Mae'r cynllun BmG bellach yn galluogi lleoliadau i symud drwy dair lefel, sef Efydd, Arian ac Aur, ac yn ystod y flwyddyn, gwnaed cynnydd o ran sefydlu proses gyflwyno ar-lein ar gyfer tystiolaeth BmG. Un o elfennau craidd y cynllun BmG yw darparu system syml sy'n galluogi gofalwyr di-dâl i gofrestru fel gofalwr gyda'u meddyg teulu, sydd yn ei dro yn achosi atgyfeiriad at eu gwasanaeth gwybodaeth i ofalwyr lleol sy'n gallu darparu gwybodaeth a chymorth ychwanegol.

Yr hyn a gyflawnwyd yn ystod 2020/21

- Enillodd **12** o leoliadau wobwr Buddsoddwyr mewn Gofalwyr newydd (enillodd **9** wobwr lefel Efydd, enillodd **2** wobwr lefel Arian ac enillodd **1** wobwr lefel Aur). Hefyd, cafodd **4** o leoliadau ailddilysiad Efydd.
- Mae **44** o leoliadau eraill wrthi'n gweithio tuag at eu lefel Efydd, mae **6** o leoliadau yn gweithio tuag at eu lefel Arian ac mae **2** leoliad yn gweithio tuag at eu lefel Aur. Ers mis Mawrth 2013, mae cyfanswm o 95 o leoliadau wedi ennill eu gwobrau BmG Efydd, mae 8 wedi ennill eu gwobrau Arian ac mae 3 wedi ennill eu gwobrau Aur.
- Bu'n rhaid i rai lleoliadau ailflaenoriaethu oherwydd y pandemig, fodd bynnag, rhoddir cymorth i **87** o leoliadau mewn ffyrdd gwahanol i barhau i weithio tuag at achrediad neu i gynnal eu lefel bresennol.
- Mae **2,309** o ofalwyr wedi cofrestru gyda meddygfeydd ar draws ardal y Bwrdd Iechyd (sy'n dod â chyfanswm nifer y gofalwyr sydd wedi'u cofrestru gyda meddygfeydd i **10,792**).
- Atgyfeiriwyd **1,087** o ofalwyr at y gwasanaeth gwybodaeth i ofalwyr drwy'r broses cofrestru ac atgyfeirio drwy feddygfa (sy'n dod â chyfanswm nifer yr atgyfeiriadau gan feddygfeydd i **5,582**).
- Bu cynnydd yn nifer y gofalwyr sydd wedi'u cofrestru gyda meddyg teulu yn ystod mis Mawrth 2021 o ganlyniad i ymgyrch gan y Bwrdd Iechyd i nodi gofalwyr di-dâl i gael brechiad. Yn ogystal, nodwyd dros **2,600** o ofalwyr di-dâl yn ystod y cyfnod Ebrill - Mai 2021 nad ydynt yn cael eu hadlewyrchu yn y ffigurau uchod.



Croesffyrdd Sir Gâr yn derbyn ei dystysgrif a'i blac lefel Aur mewn cyflwyniad gan gadw pellter cymdeithasol.



Coleg Sir Benfro oedd y cyntaf i gyflwyno ei dystiolaeth lefel Efydd yn electronig.

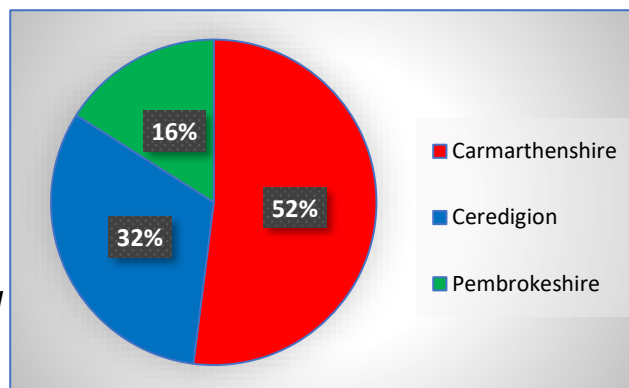
Digwyddiadau Arweinwyr Gofalwyr

Mae gan yr holl sefydliadau, timau ac adrannau sy'n cymryd rhan yn y cynllun BmG Arweinydd Gofalwyr a nodwyd. Mae digwyddiadau rheolaidd i Arweinwyr Gofalwyr wedi'u darparu drwy gydol y flwyddyn er mwyn dod â gwahanol leoliadau at ei gilydd, gan gynnig cyfle ar gyfer cefnogaeth gan gymheiriaid, dysgu ar y cyd a diweddariadau ynghylch mentrau lleol newydd. Ym mis Tachwedd 2020, er mwyn cefnogi diwrnod hawliau gofalwyr, darparwyd tair sesiwn drwy MS Teams i 32 o Arweinwyr Gofalwyr.

Ers mis Ionawr 2021, cynhaliwyd saith digwyddiad arall ac roedd cyfanswm o 84 o bobl o'r tair sir yn bresennol.

Roedd yr adborth gan y cyfranogwyr yn cynnwys: *'Roeddwn i wedi ei fwynhau'n fawr ac rwy'n edrych ymlaen at gael ein gwobr Efydd ac yna symud ymlaen i'n gwobr Arian.'*

"Mae cael sgysiau ar-lein y prynhawn yma wedi gwneud imi feddwl am ba dystiolaeth sydd ei hangen arnaf ar gyfer fy ffolder, beth mae angen imi ei wneud ar gyfer ein gofalwyr, beth mae angen imi ei wneud ar gyfer ein staff, ac mae'n codi hynny eto yn y rhestr o flaenoriaethau."



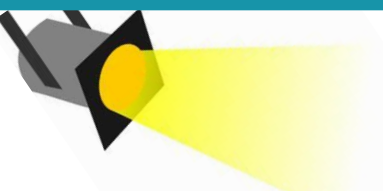
Gwneud gwahaniaeth i ofalwyr

1. Improve the early identification and self-identification of Carers, including Young Carers and Young Adult Carers.

2. Ensure a range of services is available to support the well-being of Carers of all ages, in their life alongside caring.



"A dweud y gwir, dydw i erioed wedi meddwl amdanaf fy hun fel gofalwr. Wedi'r cyfan, fy rhieni ydyn nhw a gofalu amdanynt wrth iddynt heneiddio yw'r hyn rwy'n ei wneud. Dechreuais siarad ag aelod o staff yn fy llyfrgell leol am fy mam ac roeddent wedi gwneud imi sylweddoli fy mod i mewn gwirionedd yn ofalwr. Cefais lawer o wybodaeth ganddynt am y cymorth a'r gefnogaeth sydd ar gael."



Dan sylw – cysylltiadau â gwasanaethau statudol a gwasanaethau a gomisiynwyd

Yng Ngheredigion, mae Uned Gofalwyr y cyngor sir yn darparu'r Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr ac mae'n cydweithio'n agos ag adrannau eraill yn y cyngor, yn benodol gofal cymdeithasol. Yn ystod y cyfyngiadau symud, roedd rhai gofalwyr yn cael anhawster siopa am eitemau hanfodol. Mewn ymateb i hyn, datblygodd Uned Gofalwyr Ceredigion Gerdyn Gofalwyr i Oedolion a oedd yn cael ei gydnabod gan yr holl archfarchnadoedd mawr wrth gynnig blaenoriaeth o ran slotiau siopa a danfon. Bellach, mae gwaith yn mynd rhagddo i roi hyn ar waith yn rhanbarthol.

Er yr anawsterau a gafwyd yn sgil gweithio gartref yn ystod y pandemig, mae'r cysylltiadau â darparwyr gwasanaethau a gomisiynwyd wedi'u cryfhau drwy fynychu cyfarfodydd ein gilydd, drwy ddulliau ar-lein. Ar ddechrau'r pandemig, bu'r awdurdod lleol a gwasanaethau a gomisiynwyd yn cydweithio i sicrhau y cynigiwyd galwadau llesiant i'r holl ofalwyr yr oedd yr awdurdod lleol yn gwybod amdanynt. Hefyd, dosbarthwyd dros 800 o fagiâu llesiant i ofalwyr yn ystod Wythnos Gofalwyr fel rhan o bartneriaeth rhwng gyrwyr fan lyfrgell yr awdurdod lleol, staff hamdden a gwasanaethau a gomisiynwyd.

Yn Sir Gaerfyrddin, mae'r grŵp llywio Gofalwyr Ifanc a Gofalwyr sy'n Oedolion Ifanc wedi parhau i gyfarfod yn rheolaidd i rannu gwybodaeth a mynd i'r afael ag unrhyw anghenion heb eu diwallu. Llwyddwyd i sefydlu rhaglen grantiau gofalwyr ifanc a chafodd 68 o ofalwyr ifanc gymorth drwy'r cynllun hwn. Gwnaed ceisiadau am grantiau at amrywiaeth o ddibenion, gan gynnwys: talebau bwyd; gliniaduron; tabledi; beiciau; setiau teledu; gwe-gamerâu; celfi ystafell wely; offer synhwyraidd, ac ati. Cafodd gofalwyr yn Sir Gaerfyrddin gymorth i gael cyllid i alluogi dulliau amgen o gael seibiant o'u rôl ofalu. Roedd yr hyblygrwydd hwn yn rhoi dewis i bobl a chyfle i fod yn greadigol i ymateb i'w hamgylchiadau unigol.

Gwneud gwahaniaeth i ofalwyr

1. Improve the early identification and self-identification of Carers, including Young Carers and Young Adult Carers.

2. Ensure a range of services is available to support the well-being of Carers of all ages, in their life alongside caring.

3. Support Carers to access and maintain education, training and employment opportunities.

Mae un gofalwr ifanc 12-18 oed yn treulio 21-35 awr yr wythnos yn gofalu am riant sydd â nifer o anableddau a salwch meddwl. Cymeradwywyd grant o £225.97 i brynu bwrdd ymbincio ac argraffydd.



“Mae'r argraffydd wedi helpu fy merch mewn nifer o ffyrdd. Gall wneud gwaith ysgol ac argraffu celf. Gall ymchwilio i dechnegau coluro newydd a thechnegau lluniau a ffilmiau. Mae hi'n dwlu ar y bwrdd ymbincio newydd ac mae'n ei ddefnyddio i ymarfer coluro gan ei bod hi am fod yn artist colur. Mae'r eitemau hyn yn bendant wedi codi ei hysbryd ac maent o gymorth mawr. Diolch.”

Dan sylw – cynllunio ar gyfer rhyddhau o'r ysbyty

Mae'r Bwrdd Iechyd a'r awdurdodau lleol sy'n bartneriaid iddo wedi mabwysiadu dull system gyfan o ran cefnogi a chynnwys gofalwyr wrth gynllunio ar gyfer rhyddhau cleifion a sicrhau darpariaeth weithredol gwybodaeth, cyngor a chymorth. Mae Swyddogion Gofalwyr (sy'n weithwyr y trydydd sector) wedi'u lleoli ym mhob ysbyty ers mis Ionawr 2020 i gefnogi gofalwyr a staff. Mae gan y Swyddogion Gofalwyr rôl benodol o ran cefnogi staff i nodi gofalwyr yn gynnar, galluogi mwy o gyfraniad at y broses cynllunio ar gyfer rhyddhau a sicrhau darpariaeth weithredol gwybodaeth a chymorth. Maent hefyd yn cydweithio'n agos â'r Swyddogion Cyswllt â Theuluoedd ym mhob ysbyty sy'n atgyfeirio cleifion a'u teuluoedd at y Swyddogion Gofalwyr. Pan oedd mynediad i'r ysbytai wedi'i gyfyngu yn ystod y pandemig, rhoddwyd hyfforddiant a chymorth o bell, gan fanteisio i'r eithaf ar dechnoleg ddi-digidol. Roedd hyn yn cynnwys hyrwyddo'r hyfforddiant e-ddysgu Ymwybodol o Ofalwyr.

Lansiwyd yr hyfforddiant e-ddysgu Ymwybodol o Ofalwyr ym mis Tachwedd 2018 gan Gofal Cymdeithasol Cymru ac mae wedi'i raeadru i staff sy'n gweithio mewn gwasanaethau statudol ac anstatudol mewn nifer o wahanol ffyrdd. Yn ystod 2020/21, roedd 164 o staff yn Hywel Dda wedi cwblhau'r e-ddysgu, ynghyd ag 80 o gydweithwyr yng Nghyngor Sir Ceredigion.

Yr hyn a gyflawnwyd yn ystod 2020/21

Roedd y Swyddogion Gofalwyr wedi gwneud y canlynol:

- Cefnogi **303** o ofalwyr fel rhan o'r broses cynllunio ar gyfer rhyddhau eu haelod o'r teulu
- Ymateb i **199** o ymholiadau gan staff mewn wardiau a chynnal **270** o ymweliadau â wardiau
- Dosbarthu **481** o becynnau gwybodaeth i ysbytai a **118** o becynnau gwybodaeth i ofalwyr
- Darparu **105** o sesiynau ymwybyddiaeth Gwerthfawrogi Gofalwyr i **587** o staff

Gwneud gwahaniaeth i ofalwyr

1. Improve the early identification and self-identification of Carers, including Young Carers and Young Adult Carers.

2. Ensure a range of services is available to support the well-being of Carers of all ages, in their life alongside caring.

Roedd y cymorth a roddwyd gan y Swyddog Gofalwyr pan oedd fy mam yn yr ysbyty wedi helpu fy llesiant meddyliol ac emosiynol ar adeg ansicr a phrysur iawn."



Dan sylw – cefnogi gofaluwr ifanc

Cydnabod Gofaluwr Ifanc

Mae Cyngor Sir Ceredigion wedi gweithio gydag Ymddiriedolaeth Gofaluwr Cymru i lansio'r Cerdyn Gofaluwr Ifanc a ariennir gan Lywodraeth Cymru. Mae gwaith yn mynd rhagddo gyda phartneriaid ledled gorllewin Cymru i rannu dysgu a chynnig cymorth i alluogi siroedd cyfagos i ddatblygu cerdyn a fydd yn cyd-fynd ag ef ac yn creu rhywfaint o gysondeb i ofaluwr ifanc. Mae cerdyn adnabod rhanbarthol yn cael ei ystyried hefyd.

Fel rhan o ddiwrnod gweithredu gofaluwr ifanc, lansiodd Ceredigion ei llythyr newyddion cyntaf i oedolion ifanc a ddisbarthwyd i'r gofaluwr ifanc hynny sydd wedi'u cofrestru gyda'r gwasanaeth gwybodaeth, yn ogystal â'r rheiny sy'n cael cymorth gan Gweithredu dros Blant, sef y gwasanaeth a gomisiynwyd i ofaluwr ifanc yng Ngheredigion.

Ni allai'r pecyn cymorth llesiant fod wedi dod ar adeg well i fy mab, Ben. Roedd yn dwlu arno. Diolch.”



Cefnogi Gofaluwr Ifanc a Gofaluwr sy'n Oedolion Ifanc

Roedd y Bwrdd Iechyd wedi ariannu Croesffyrdd Sir Gâr i ddarparu mwy o gymorth i ofaluwr ifanc a gofaluwr sy'n oedolion ifanc. Dyma'r tro cyntaf roedd sesiynau wedi'u darparu i ystod oedran eang, sef o 5 i 25 oed. Roedd cyfanswm o 123 o fynychwyr wedi cymryd rhan. Roedd y sesiynau yn boblogaidd dros ben ac roeddent wedi cynnwys gofaluwr nad oeddent yn mynychu sesiynau Zoom o'r blaen.

Mae Gweithredu dros Blant, gyda chymorth gan y Bwrdd Iechyd, wedi datblygu pecyn cymorth llesiant ar gyfer yr holl ofaluwr ifanc a gofaluwr sy'n oedolion ifanc yng Ngheredigion a Sir Benfro. Mae'r pecyn cymorth hwn wedi'i gynllunio i'w helpu i ddod o hyd i ffyrdd newydd o gefnogi eu llesiant eu hunain. Mae'r blwch yn cynnwys pecyn o gardiau sy'n dangos gwahanol weithgareddau llonyddol i'w gwneud, yn ogystal â gwefannau defnyddiol a manylion cyswllt ar gyfer cymorth ychwanegol.

Yn Sir Benfro, bu Gweithredu dros Blant yn gweithio gyda Chyngor Sir Penfro i ddarparu talebau Nadolig, hamperi Nadolig i deuluoedd a theganau i 148 o ofaluwr ifanc.

Gwneud gwahaniaeth i ofaluwr

1. Improve the early identification and self-identification of Carers, including Young Carers and Young Adult Carers.

2. Ensure a range of services is available to support the well-being of Carers of all ages, in their life alongside caring.

Dan sylw – Gwydnwch Gofalwyr

Mae'r Bwrdd Iechyd wedi bod yn cydweithio'n agos â thîm y Rhaglen Addysg i Gleifion i hyrwyddo'r cyrsiau Cyflwyniad i Ofalu Amdanaf i ymhlith gofalwyr ar draws y rhanbarth. Nod y rhaglen hon yw rhoi cyfle i ofalwyr ddysgu sgiliau i'w galluogi i ofalu am eu hiechyd eu hunain wrth ofalu am rywun arall, neu gefnogi gofalwyr i wneud cynlluniau ar gyfer y dyfodol.

Mae Cyngor Sir Ceredigion wedi bod yn arwain prosiect rhanbarthol i gyflwyno'r rhaglen Gwydnwch a Llesiant Gofalwyr. Yn flaenorol, cafodd ei darparu mewn lleoliad wyneb yn wyneb traddodiadol ond, yn ystod y flwyddyn, cafodd ei hailysgrifennu er mwyn ei darparu'n rhyngweithiol ar-lein hefyd. Mae amryw o fodiwlau wedi'u datblygu, gan gynnwys: Gofalwyr Ifanc 8-13, Gofalwyr Ifanc 14-17, Gofalwyr sy'n Oedolion yn y gymuned, Hyfforddi'r Hwylusydd a sesiynau rhagflas ar Wydnwch a Llesiant.

Sefydlwyd y Prosiect Gwydnwch Gofalwyr mewn partneriaeth â rheolwyr gofal a phartneriaid yn y trydydd sector i fynd i'r afael â'r anghenion a'r pwysau ychwanegol y mae gofalwyr yn Sir Gaerfyrddin yn eu profi o ganlyniad i'r pandemig Covid-19, a'u cefnogi i barhau â'u rôl ofalu. Mae mentrau cymorth a ddarperir drwy'r prosiect yn cael eu nodi drwy sgwrs 'Beth sy'n bwysig' gyda gweithiwr allweddol ac mae canlyniadau'r ymwneud yn cael eu mesur gan ddefnyddio'r Seren Canlyniadau Gofalwyr. Mae'r ymateb yn rhoi ystyriaeth i'r ystod eang o wasanaethau, o ymyriadau ataliol (e.e. gofal wedi'i alluogi gan dechnoleg a Cherdyn Argyfwng Gofalwyr) sy'n hybu gwydnwch hirdymor i fewnbwn tymor byr dwys. Mae'r prosiect hefyd yn darparu llwybr sydd wedi'i gydgyssylltu'n ddiogel at ofal mewn llefy a chymorth ar gyfer anghenion cymhleth (seibiant).

Yr hyn a gyflawnwyd yn ystod 2020/21

- Darparwyd **4** cwrs Gofalu Amdanaf i rhithwir a chwblhaodd **17** o ofalwyr y cwrs Cyflwyniad i Ofalu Amdanaf i. Dywedodd **85%** o'r gofalwyr a oedd yn bresennol fod yr ystod o weithgareddau a ddarparwyd yn dda i ardderchog.
- Mynychodd **24** o weithwyr proffesiynol o bob rhan o'r rhanbarth sydd â chyfrifoldeb am weithio gyda gofalwyr sesiwn ragflas ar y rhaglen Gwydnwch a Llesiant Gofalwyr a mynychodd cyfanswm o **16** o weithwyr proffesiynol y cwrs hyfforddi'r hwylusydd, ac mae **17** o weithwyr proffesiynol eraill ar restr aros ar gyfer y cwrs nesaf.



“Roedd y cwrs ‘Gofalu Amdanaf i’ yn dda iawn a bydd yr ymarfer ymlacio dan arweiniad ar y diwedd yn fuddiol iawn. Tiwtor ardderchog ac roedd popeth wedi'i esbonio'n dda.”

Gwneud gwahaniaeth i ofalwyr

1. Improve the early identification and self-identification of Carers, including Young Carers and Young Adult Carers.

2. Ensure a range of services is available to support the well-being of Carers of all ages, in their life alongside caring.

Dan sylw – Cynllun Arloesi Rhanbarthol i Ofalwyr

Sefydlwyd y Gronfa Arloesi Cymorth i Ofalwyr ranbarthol yn 2020-21 gyda chyllid o'r Gronfa Gofal Integredig i gynnig cyfleoedd i fudiadau'r trydydd sector ymgeisio am gyllid tymor byr i ddarparu prosiectau a fyddai'n cefnogi gofalwyr ar draws Sir Gaerfyrddin, Ceredigion a Sir Benfro. Gweinyddwyd y gronfa hon gan Gymdeithas Gwasanaethau Gwirfoddol Sir Benfro (PAVS), mewn cydweithrediad â Chymdeithas Gwasanaethau Gwirfoddol Sir Gaerfyrddin (CAVS) a Chymdeithas Mudiadau Gwirfoddol Ceredigion (CAVO). Gwahoddwyd ceisiadau i roi sylw i'r prif themâu sy'n cyd-fynd â'r strategaeth gofalwyr ranbarthol. Darparodd y gronfa hyd at 100% o gostau refeniw a dyfarnwyd hyd at £5,000 ar gyfer prosiectau mewn un ardal sirol a hyd at £15,000 ar gyfer prosiectau rhanbarthol. Roedd yn rhaid i'r ceisiadau ddangos buddion amlwg ac uniongyrchol i ofalwyr di-dâl a dangos gwerth am arian, ac anogwyd arian cyfatebol. Roedd diogelwch gofalwyr yn flaenoriaeth a gofynnwyd i'r holl brosiectau roi ystyriaeth i'r cyfyngiadau COVID presennol.

Canlyniadau'r cynllun

Ariannwyd cyfanswm o **7** prosiect sirol a **2** brosiect rhanbarthol.

- Sesiynau cefnogi ffitrwydd corfforol gofalwyr (Hafal, Sir Gaerfyrddin)
- Adrodd straeon gwahanol grwpiau gofalwyr (Radio Aber Ltd)
- Sesiynau atgofion chwaraeon (Clwb Pêl-droed Hwlfordd)
- Seibiant y talwyd amdano i ofalwyr (Fforwm Trefdraeth)
- Sesiynau seibiant ychwanegol (Tŷ Shalom)
- Gwyliwch fi'n coginio a bwyteuoch gyda fi (Clwb Camri)
- Sesiynau ymarfer corff, crefftau a sesiynau cymdeithasol ar-lein (Oriol VC)
- Diwrnodau encil ar gyfer seibiant i ofalwyr (Holistic Yoga Care Wales – cwmni buddiannau cymunedol)
- Cymorth wedi'i dargedu i ofalwyr hŷn (Age Cymru Dyfed)

Online Carers Sessions

EVERY THURSDAY 10.30- 2.30
10.30 -11.15 Catch Up
12.00 -12.45 Speaker
1.15 -2pm Art with Ann Mills
4th March Daffodil painting



Gwneud gwahaniaeth i ofalwyr



2. Ensure a range of services is available to support the well-being of Carers of all ages, in their life alongside caring.

Dan sylw – cydweithio i gefnogi gofalwyr

- Yn Sir Benfro, sefydlwyd Fforwm Darparwyr i Ofalwyr yn 2020 yn ystod y pandemig Covid-19. Caiff ei hwyluso gan PAVS, ac mae'r aelodau'n cynnwys sefydliadau sy'n darparu, neu sy'n dymuno darparu, gwasanaethau i ofalwyr di-dâl o bob oedran. Nod y fforwm yw galluogi rhwydweithio a chydweithredu effeithiol a gwneud cyfraniad effeithiol at gynllunio a darparu gwasanaethau.
- Crëwyd fforwm Byw gyda Dementia gan PAVS i alluogi pobl sy'n byw gyda dementia a'u gofalwyr i ddefnyddio eu profiad a'u gwybodaeth werthfawr i ddylanwadu ar y gwaith o ddatblygu strategaethau, polisïau, gweithdrefnau a phenderfyniadau ynghylch gwasanaethau dementia. Roedd y grŵp wedi nodi bod dementia cynnar yn faes i ganolbwyntio arno a chynhaliwyd digwyddiad i dynnu sylw at brofiadau pobl sy'n cael diagnosis o dementia cynnar a'u gofalwyr. Yn sgil y gwaith hwn, gobeithir y bydd gwasanaeth dydd yn benodol ar gyfer dementia cynnar yn cael ei ddatblygu yng ngorllewin Cymru.
- Mae'r Cysylltwyr Cymunedol yn cefnogi grŵp gofalwyr yn Nhrefdraeth a oedd wedi parhau i gyfarfod ar-lein gan ddefnyddio Zoom a, phan gafodd y cyfyngiadau eu llacio, bu'r grŵp yn cwrdd ar gyfer teithiau cerdded llesiant rheolaidd yn yr ardal.
- Mae Cymunedau Cefnogi Pobl â Dementia Sir Benfro, mewn partneriaeth â'r prosiect Cerdded ar gyfer Llesiant Gorllewin Cymru gyda'r Parc Cenedlaethol, wedi lansio nifer o grwpiau cerdded a siarad sy'n cefnogi dementia ledled y sir. Mae'r grŵp yn cynnig cyfle i bobl sy'n byw gyda dementia a'u gofalwyr i gymdeithasu a gwella eu llesiant corfforol a meddyliol.
- Mewn partneriaeth ag Academi Cryfder Cymru, cynhaliwyd sesiynau ymarfer corff hefyd i gynnig cyfle i bobl sy'n byw gyda dementia a'u gofalwyr roi cynnig ar ddsbarth ymarfer corff.
- Mae Cynghrair Gofalwyr Ceredigion wedi parhau i fynd o nerth i nerth wrth gydweithio i sicrhau y cynigir llawer o weithgareddau cymorth i ofalwyr ac y parheir i rannu gwybodaeth ymhlith ei holl bartneriaid, sy'n cynnwys cynrychiolwyr mudiadau'r trydydd sector, awdurdodau iechyd ac awdurdodau lleol. Roedd y gynghrair yn un o'r prif gyfranwyr at ymateb y siroedd a'r ymateb rhanbarthol i ymgynghoriad Llywodraeth Cymru ar y cynllun cenedlaethol i ofalwyr.

Gwneud gwahaniaeth i ofalwyr



"Ar ôl treulio cymaint o amser yn teimlo'n ynysig eleni, roedd yn wych i'n llesiant cael cwrdd â'r grŵp a mynd am dro yn rheolaidd."

2. Ensure a range of services is available to support the well-being of Carers of all ages, in their life alongside caring.



Dan sylw – Cyflogwyr i Ofalwyr

Mae Grŵp Datblygu Gofalwyr Gorllewin Cymru yn cymryd rhan yng nghynllun Cyflogwyr i Ofalwyr Gyrfa Cymru drwy aelodaeth ymbarél. Mae pob sefydliad partner unigol wedi cyflawni camau gweithredu penodol, yn ogystal â'u cydweithrediad fel rhan o grŵp llywio rhanbarthol.

Datblygodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda grŵp gorchwyl a gorffen i symud ymlaen â nifer o fentrau mewnol, gan gynnwys y canlynol:

- Cyflawni Lefel 1 Hyderus ynghylch Cyflogwyr i Ofalwyr
- Cymeradwyo polisi gofalwyr y Bwrdd Iechyd i'r staff
- Annog staff sydd â chyfrifoldebau gofalu i rannu eu barn a'u profiadau drwy arolwg staff a gafodd ymatebion gan 88 o aelodau o staff
- Cyflwyno sesiynau Grŵp Cefnogaeth gan Gymheiriaid i Ofalwyr ar gyfer staff. Mae staff sydd wedi elwa o'n sesiynau Grŵp Cefnogaeth gan Gymheiriaid i Ofalwyr yn sôn am eu profiad yn y fideo hwn: <https://www.youtube.com/watch?v=rAzzbtUAfLQ>

Mae Cyngor Sir Ceredigion yn datblygu polisi gofalwyr a fydd yn cynnwys cyflwyno'r Pasbort Gofalwyr a darpariaeth ychwanegol, sef 5 diwrnod o absenoldeb gofalwr â thâl. Mae canllawiau i reolwyr a gofalwyr wedi'u hysgrifennu ar gyfer y polisi hwn a byddant yn mynd gerbron y pwyllgor craffu a'r cabinet ym mis Mai 2021, a bwriedir lansio'r polisi yn ystod Wythnos Gofalwyr ym mis Mehefin 2021. Yn y cyfamser, mae'r Uned Gofalwyr, ar y cyd ag Adnoddau Dynol, wedi cyflwyno sesiynau galw heibio ar-lein misol ar gyfer gweithwyr sy'n ofalwyr.

“Rydw i'n ofalwr ac ymunais â'r grŵp cefnogaeth gan gymheiriaid ac roedd o gymorth mawr. Roeddwn ychydig yn swil ar y dechrau ac nid oeddwn yn sicr a fyddwn yn gallu siarad, ac roeddwn ychydig yn emosiynol wrth glywed eraill yn sôn am eu profiadau, ond roedd yn wych sylweddoli nad wyf ar fy mhen fy hun ac fy mod i'n gallu cysylltu ag eraill sy'n deall. Felly, siaradais ac roeddwn yn teimlo'n well am wneud hynny.”

Gwneud gwahaniaeth i ofalwyr

3. Support Carers to access and maintain education, training and employment opportunities.



Dan sylw – Cynhwysiant Digidol

Mae'r pandemig wedi arwain at fwy o ddefnydd o ddulliau cyfathrebu digidol gyda gofalywyr ac mae llawer o wasanaethau cymorth wedi bod yn gweithredu'n rhithwir. Dangosir enghreifftiau o hyn isod.

Ffurfiwyd partneriaeth Cysylltiadau Digidol Sir Benfro yn ystod y pandemig i gefnogi pobl, gan gynnwys gofalywyr di-dâl, i gael gafael ar offer a thechnoleg ddigidol. Mae'r bartneriaeth hon yn cynnwys yr awdurdod lleol, y Bwrdd Iechyd, PAVS, Llesiant Delta a Cymunedau Digidol Cymru. Dosbarthwyd Chromebooks i ofalwyr ifanc 16 – 20 oed mewn cydweithrediad â gwasanaethau cymorth i ofalwyr ifanc.

Pembrokeshire Digital Connections
Want to get online to keep in contact with friends and family?
Would getting online help you connect with social activities and accessing your community?
Unsure about where to start?
The Community Hub can help you find:
♦ One to one support to build your skills and confidence
♦ Information about what online activities are available locally
♦ Support to access digital equipment and connectivity
Give us a call on 01437 776301 or email communitycovid19@pembrokeshire.gov.uk

Cysylltiadau Digidol Sir Benfro
Eisiau mynd ar-lein i gadw mewn cysylltiad â ffrindiau a theulu?
A fyddai cael cymorth ar-lein yn eich helpu i gysylltu â gweithgareddau cymdeithasol a chael mynediad i'ch cymuned?
Yn ansicr ynghylch ble i ddechrau?
Gall y Ganolfan Gymunedol eich helpu i ddod o hyd i:
♦ Cymorth un i un i felhryn eich sgiliau a'ch hyder
♦ Gwybodaeth am ba weithgareddau ar-lein sydd ar gael yn lleol
♦ Cymorth i gael mynediad at offer digidol a chysylltedd
Rhowch alwad i ni ar 01437 776301 neu e-bostiwch communitycovid19@pembrokeshire.gov.uk

Roedd rhifyn yr haf o Gylchgrawn Gofalwyr Ceredigion yn canolbwyntio ar fuddion technoleg ddigidol i ofalwyr, gan gynnwys cyngor a chanllawiau i ofalwyr o bob oedran. Roedd yr erthyglau yn cynnwys y canlynol:

- Astudiaeth achos gan Delta Connect o un o'u defnyddwyr gwasanaeth a oedd yn elwa o'u galwadau llesiant a sut y mae'n defnyddio llinell gymorth y botwm coch
- Apiau'r GIG a dolenni i'r we i alluogi gofalywyr i geisio cymorth i gefnogi iechyd a llesiant
- Esboniad o wasanaethau galwad fideo a chanllaw 'sut i wneud'
- Yr awgrymiadau gorau gan Age UK i gefnogi ffrindiau a theulu sy'n dechrau defnyddio dyfeisiau a thechnoleg
- Manylion am sefydliadau diduedd sy'n gallu helpu pobl i fynd ar-lein
- Syniadau cadarnhaol er mwyn i ofalwyr ifanc gadw mewn cysylltiad yn ystod y cyfyngiadau symud

Roedd gwasanaeth Cysylltwyr Cymunedol Sir Benfro yn llwyddiannus wrth ymgeisio am gyllid clwstwr meddygon teulu i ddatblygu cynllun benthycia tabled digidol - Connect IT. Benthycwyd 100 o dabledi i bobl a oedd wedi'u cofrestru gyda meddyg teulu yn Sir Benfro, gan gynnwys gofalywyr di-dâl.

communityconnectors@pavs.org.uk | 01437 769422 | 07595 192932

CONNECT IT
Cynllun Benthyciad Tabled
Cynnig benthyciad tabled am ddau fis AMDDIM i gleifion sydd wedi'u cofrestru â meddyg/eydd yn Sir Benfro.

Attend anywhere! e consult

North Cluster
GIG NIS
South Cluster

PAVS
Cysylltu Cymunedol
CYSYLLTU
CONNECT

communityconnectors@pavs.org.uk | 01437 769422 | 07595 192932

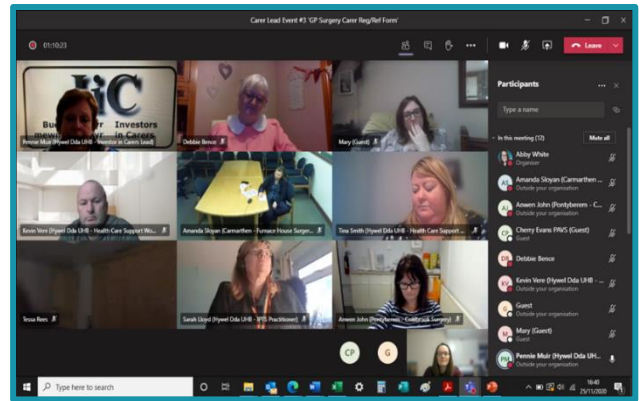
CONNECT IT
Tablet Loan Scheme
FREE two month tablet loan offer for patients registered with surgeries within Pembrokeshire.

Attend anywhere! e consult

North Cluster
GIG NIS
South Cluster

PAVS
Cysylltu Cymunedol
CYSYLLTU
CONNECT

Mae'r tîm BmG wedi darparu nifer o sesiynau hyfforddiant Ymwybyddiaeth o Ofalwyr ar-lein sy'n cyfannu rhaglen e-ddysgu Gofal Cymdeithasol Cymru drwy ychwanegu at y cynnwys hwn a chynnig cyddestun a gwybodaeth leol. Mae'r pandemig wedi galluogi'r tîm i groesawu technoleg drwy ddefnyddio sesiynau fideo MS Teams sydd wedi cynyddu ymgysylltiad ar draws y rhanbarth. Darparwyd cyfanswm o 54 o sesiynau ac roedd 329 o bobl yn bresennol. Mae'r adborth wedi awgrymu y cafwyd cynnydd o 100% yng ngwybodaeth y cyfranogwyr am y meysydd a gwmpaswyd yn y sesiwn: pwy yw gofalwyr, materion y maent yn eu hwynebu, cynllun BmG a'r ffurflen a'r broses gofrestru/atgyfeirio i ofalwyr gan feddygfeydd.



“Addysgiadol iawn a chipolwg gwych i sefydliad sy'n gweithio tuag at y wobr Efydd. Byddwn yn sicr yn edrych ar y wobr Arian maes o law.”

Gwnaeth Coleg Ceredigion addasu ei Gynllun Partneriaeth â Gofalwyr wrth ymateb i'r pandemig Covid-19 a chefnogodd myfyrwyr Coleg Ceredigion Wythnos Gofalwyr mewn amrywiaeth o ffyrdd, gan gynnwys y canlynol:

- Datblygu fideo agoriadol o gefnogaeth i ofalwyr gan fyfyrwyr Coleg Ceredigion i sicrhau bod gofalwyr yn fwy gweladwy ar-lein a chodi ymwybyddiaeth o Wythnos Gofalwyr.
- Creu cwis gwybodaeth gyffredinol Coleg Ceredigion.
- Cynnal “Codi dishgled” (ymgyrch ar y cyfryngau cymdeithasol) i gydnabod y gwaith gwych y mae gofalwyr yn ei wneud.

Mae'r holl bartneriaid wedi defnyddio dulliau digidol a'r cyfryngau cymdeithasol i ddangos nifer o straeon fideo gofalwyr yn ystod Wythnos Gofalwyr 2020.

Darparodd Cyngor Sir Penfro sesiwn holi ac ateb ar Facebook Live ynghylch hawliau cyflogaeth a mynd yn ôl i'r gwaith. Yn Sir Gaerfyrddin, mae partneriaid yn y trydydd sector wedi dod o hyd i ffyrdd newydd a gwahanol o ddarparu eu gwasanaethau i ofalwyr fel ymateb i Covid-19. Mae Age Cymru wedi darparu prosiect cynhwysiant digidol, gan sicrhau bod cymorth priodol a dibynadwy er mwyn i bobl gael gwybodaeth a chyfleoedd ar-lein.

Hefyd, roedd recordiad ar-lein o *'An informative overview of 'Carers Rights and the Law' by Professor Luke Clements'* ar gael i bawb ar draws y rhanbarth. Cynigiodd Uned Gofalwyr Ceredigion dair sesiwn fyw ar-lein gyda Luke Clements: Hawliau Gofalwyr, Hawliau Gofalwyr i Ofalwyr sy'n Rhieni a Hawliau Gofalwyr i Weithwyr Proffesiynol sy'n Gweithio gyda Gofalwyr.

Gwneud gwahaniaeth i ofalwyr



Blaenoriaethau ar gyfer 2021/2022

Mae gofalywyr a'r agenda gofalywyr yn flaenoriaeth yng Nghynllun Ardal Gorllewin Cymru. Mae'r Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol wedi mabwysiadu gofalywyr yn flaenoriaeth hanfodol, gan gydnabod yn benodol yr effaith drawsbynciol a'r cysylltiadau ar draws ei holl raglenni gwaith allweddol.

Mae camau gweithredu allweddol ein strategaeth gofalywyr ranbarthol yn seiliedig ar farn ac adborth gan ofalwyr a rhanddeiliaid allweddol a byddwn yn parhau i weithio i weithredu'r egwyddorion a fydd yn sail i'r strategaeth ranbarthol:

- Mynd i'r afael â'r prif ofynion, bylchau a gwelliannau a nodwyd drwy Asesiad Poblogaeth Gorllewin Cymru a'r amcanion yn y Cynllun Ardal
- Ymateb i flaenoriaethau Gweinidogol ynghylch cefnogi gofalywyr
- Cyfannu ac integreiddio ystod o fentrau gofalywyr ar draws y rhanbarth i gynyddu gwelededd o ran anghenion gofalywyr di-dâl
- Sicrhau bod anghenion gofalywyr yn cael eu cynrychioli drwy'r Rhaglen Trawsnewid Gorllewin Cymru Iachach

Dyma rai o'n blaenoriaethau ar gyfer 2021/22:

1. Arwain adolygiad o'r asesiad o anghenion gofalywyr, gan ddefnyddio data a thystiolaeth bresennol a newydd i lywio'r gwaith o ddiweddarau'r Asesiad o Anghenion Poblogaeth Gorllewin Cymru.
2. Parhau i ddatblygu'r defnydd o gardiau gofalywyr a'r manteision y mae'r rhain yn eu cynnig er mwyn annog gofalywyr o bob oedran i nodi eu bod yn ofalwyr a chael cymorth ychwanegol sydd ar gael drwy wasanaethau gwybodaeth ac allgymorth i ofalwyr.
3. Adolygu'r cymorth a gynigir i ofalwyr ifanc yng ngorllewin Cymru a chynnwys gofalywyr ifanc yn y broses i sicrhau bod gwasanaeth arloesol sy'n cynnwys yr arferion gorau yn cael ei ailgomisiynu ar gyfer 2022/23.
4. Cyflwyno'r hyfforddiant hwyluswyr Gwydnwch a Llesiant, er mwyn ehangu'r cymorth a gynigir i'r rheiny sydd mewn cyflogaeth ac sydd â rôl ofalu. Bydd hyn yn cyd-fynd â lansio polisi gofalywyr awdurdod lleol Ceredigion ym mis Mehefin 2021.
5. Bod yn weithredol wrth hyrwyddo aelodaeth ranbarthol Cyflogwyr i Ofalwyr, gan ganolbwyntio'n benodol ar gydweithio â gwasanaethau eraill yn y sector cyhoeddus, yn ogystal â mentrau bach a chanolig.
6. Parhau i annog ymwneud â'r cynllun achredu Buddsoddwyr mewn Gofalwyr a chefnogi dilyniant drwy lefelau'r gwobrau.
7. Cydweithio ag eraill, gan gynnwys gwasanaethau a gomisiynwyd, i wneud y defnydd mwyaf posibl o wasanaethau digidol.

Casgliad

Mae gofalwyr yn ffocws sylfaenol yng Nghynllun Ardal Gorllewin Cymru 2018-2023 sy'n amlinellu anghenion ein cymunedau ar draws gorllewin Cymru a sut y byddwn yn gweithio mewn partneriaeth i ymateb i'r rhain. Rydym yn wynebu newidiadau digynsail ym maes iechyd a Gofal Cymdeithasol ac mae gennym boblogaeth sy'n heneiddio. Hefyd, mae angen darparu gwasanaethau mewn ffordd wahanol mewn ymateb i'r pandemig Covid-19 ac mae nifer y gofalwyr di-dâl sydd wedi nodi eu bod yn ofalwyr wedi cynyddu'n sylweddol yn ystod y flwyddyn. Mae Grŵp Datblygu Gofalwyr Gorllewin Cymru wedi ymrwymo i gydweithio i ddarparu cymorth i ofalwyr yn ein cymunedau mewn ffyrdd newydd ac arloesol, ac i sicrhau bod anghenion gofalwyr yn cael eu hystyried ym mhob cam o'u taith ym maes iechyd a gofal cymdeithasol.

Mae'r adroddiad blynyddol hwn wedi cynnig trosolwg o'r ystod eang o weithgarwch sydd wedi bod yn mynd rhagddo yng ngorllewin Cymru i wella canlyniadau i ofalwyr. Er bod yr adroddiad wedi canolbwyntio ar y gwaith a arweiniwyd drwy Grŵp Datblygu Gofalwyr Gorllewin Cymru a sut y defnyddiwyd cyllid Llywodraeth Cymru, y Gronfa Gofal Integredig a chyllid craidd gan sefydliadau partner i gefnogi'r gwaith hwn, cydnabyddir bod nifer o sefydliadau a grwpiau eraill yng ngorllewin Cymru sydd hefyd yn darparu cymorth a gwasanaethau gwerthfawr i ofalwyr.