CYNGOR SIR CEREDIGION COUNTY COUNCIL

Adroddiad i'r: **Cabinet**

Dyddiad y Cyfarfod: **19/03/24**

Teitl: **Adroddiad Blynyddol Uned Gofalwyr Ceredigion 2022-2023**

Pwrpas yr adroddiad: **Adrodd ar gyflawniadau'r Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol Ceredigion a'r cynnydd yn erbyn eu targedau a'u hamcanion y cytunwyd arnynt yn ystod y flwyddyn 2022-2023**

Er: **Gwybodaeth**

Portffolio Cabinet ac Aelod Cabinet:
Y Cynghorydd Alun Williams, Dirprwy Arweinydd y Cyngor ac Aelod Cabinet ar gyfer Gydol Oes a Llesiant

Cyflwyniad

Mae'r Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol yn dod â'n Swyddogion Datblygu Gofalwyr, Cysylltwyr Cymunedol a Swyddog Heneiddio'n Dda at ei gilydd i weithio mewn un tîm sy'n canolbwyntio ar roi gwybodaeth, cyngor a chymorth i ofalwyr di-dâl a chefnogi aelodau'r gymuned yng Ngheredigion.

Diffinnir gofalwr fel 'Unrhyw un sy'n gofalu, yn ddi-dâl, am ffrind neu aelod o'r teulu sydd, oherwydd salwch, anabledd, problem iechyd meddwl neu gaethiwed, yn methu ymdopi heb eu cymorth'.

Mae gan ofalwyr hawl i fywyd y tu hwnt i'w rôl ofalu ac i wneud hynny, mae angen gwasanaethau effeithiol arnynt i gefnogi'r bobl y maent yn gofalu amdanynt ac ar eu cyfer nhw fel Gofalwyr yn eu rhinwedd eu hunain.

Mae Llywodraeth Cymru yn cyfeirio at "Gymru sy'n Gyfeillgar i Ofalwyr", gan nodi bod Gofalwyr di-dâl o bob oed yn rhan werthfawr o gymdeithas. Dangosodd cyfrifiad 2021 fod tua 310,000 o ofalwyr di-dâl yng Nghymru sy'n cyfateb i 10.5% o boblogaeth dros 5 oed y wlad. Dangosodd y cyfrifiad hefyd fod 7,246 o bobl yng Ngheredigion yn rhoi gofal di-dâl. O'r nifer hwn roedd 3,664 yn rhoi mwy nag 20 awr o ofal di-dâl yr wythnos. Mae adroddiad a ysgrifennwyd ar y cyd gan Carers UK a Phrifysgol Sheffield yn dangos bod gofalwyr di-dâl yng Nghymru a Lloegr yn cyfrannu £162 biliwn y flwyddyn i'r economi. Ar ben hynny, mae gofalwyr yn gwneud gwahaniaeth cadarnhaol trwy ddal teuluoedd ynghyd, gan alluogi anwyliaid i gael y gorau o fywyd wrth wneud cyfraniad enfawr i gymdeithas.

Mae Llywodraeth Cymru wedi nodi eu disgwyliad o dan Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru 2014) y bydd iechyd, awdurdodau lleol a'r trydydd sector yn gweithio mewn partneriaeth i gefnogi Gofalwyr o dan y Ddeddf. Yn 2021, pennodd Llywodraeth Cymru o dan ei Strategaeth ar gyfer Gofalwyr Di-dâl, bedair blaenoriaeth:

- Adnabod a gwerthfawrogi gofalwyr
- Rhoi gwybodaeth, cyngor a chymorth
- Cefnogi bywyd ochr yn ochr â gofalu
- Cefnogi Gofalwyr Di-dâl mewn Addysg ac yn y Gweithle.

Mae rhoi gwybodaeth drwy lwyfannau'r Gwasanaeth Gwybodaeth i Deuluoedd a DEWIS yn parhau i fod yn flaenoriaeth i'r Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol.

Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol:
Oes Asesiad Effaith Integredig wedi ei gwblhau? Os na, esboniwch pam

Nid oes ei angen, gan nad yw hyn yn newid polisi

Crynodeb o'r Asesiad Effaith Integredig:

Hirdymor:	Amherthnasol
Cydweithio:	Amherthnasol
Cynnwys:	Amherthnasol
Atal:	Amherthnasol
Integreiddio:	Amherthnasol

Argymhelliad / Argymhellion:
Nodi a derbyn Adroddiad Blynyddol 2022-2023 i gefnogi Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol Cyngor Sir Ceredigion.

Rheswm / Rhesymau dros y penderfyniad:
Mae Adroddiad Blynyddol Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol Cyngor Sir Ceredigion 2022-2023 yn cael ei ddwyn gerbron y Cabinet er gwybodaeth.

Trosolwg a Chraffu:
Pwyllgor Trosolwg a Chraffu Cymunedau Iachach - 11.03.2024

Fframwaith Polisi:
Strategaeth Gorfforaethol 22-27: Creu Cymunedau Gofalgar ac Iach
Strategaeth Gydol Oed a Llesiant Ceredigion 2021-2027

Amcanion Llesiant Corfforaethol:
Creu Cymunedau Gofalgar ac Iach

Goblygiadau Cyllid a Chaffael:
Dim

Goblygiadau cyfreithiol:
Dim

Goblygiadau staffio:
Dim

Goblygiadau eiddo / asedau:
Dim

Risg(iau):
Dim

Pwerau Statudol:
Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014

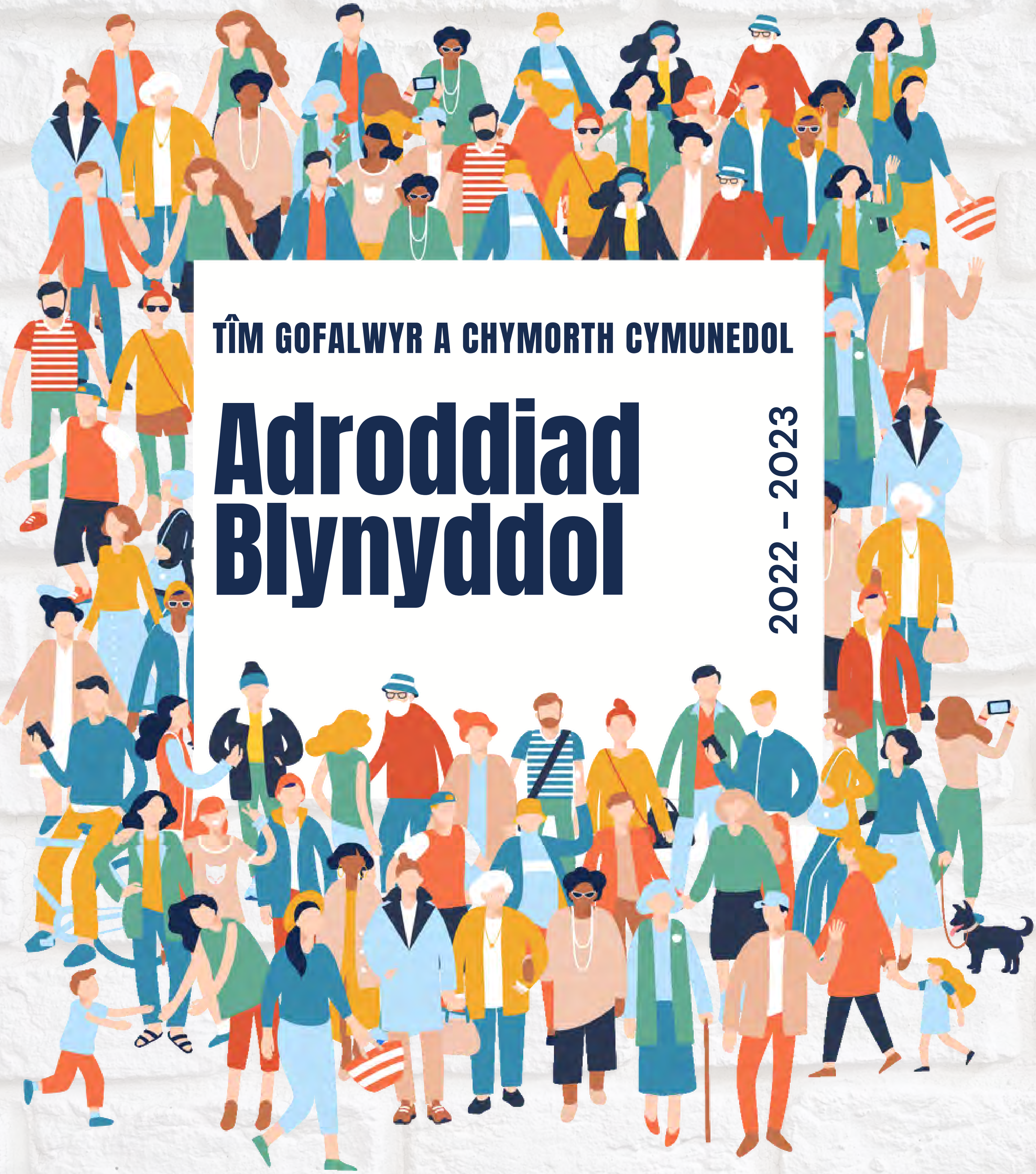
Papurau Cefndir:
Dim

Atodiadau:
Atodiad 1 - Adroddiad Blynyddol Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol 2022-2023

Swyddog Arweiniol Corfforaethol:
Greg Jones, Swyddog Arweiniol Corfforaethol: Porth Cymorth Cynnar

Swyddog Adrodd:
Iwan Davies, Rheolwr Corfforaethol: Ymyrraeth Gynnar

Dyddiad:
30/01/24



TÎM GOFALWYR A CHYMORTH CYMUNEDOL

Adroddiad Blynyddol

2022 - 2023

Cyngor Sir CEREDIGION County Council

Cysylltu Ceredigion
Gofalwyr a Chymorth Cymunedol
Connecting Ceredigion
Carers and Community Support

TABL O GYNNWYS

Meet the team	2
Cyflwyniad	3
Amcanion Busnes	4
Ymgorffori Strategaeth Weithredol Llesiant Gydol Oes a gweithio hybrid i fewn i'r tîm	4
Darparu cymorth, gwybodaeth a chyngor	5
Datblygu gwaith gyda grwpiau, busnesau a'r trydydd sector i adeiladu gwytnwch cymunedol	10
Datblygu seibiannau cynaliadwy ar gyfer gofalwyr	12
Uchafbwyntiau'r Tîm	13
Beth sydd angen i ni ei wneud nesaf?	19
Amcanion Busnes 2023 - 2024	19

CWRDD Â'R TÎM

RHEOLWR TÎM - Sara Humphreys

CYDLYNYDD DATBLYGU GOFALWYR A'R GYMUNED (Gogledd Ceredigion) - Mel Walters

CYDLYNYDD DATBLYGU GOFALWYR A'R GYMUNED (De Ceredigion) - Bethan James

SWYDDOG DATBLYGU GOFALWYR - Susan Kidd

CYSYLLTYDD CYMUNEDOL - Enfys James

SWYDDOG DATBLYGU HENEIDDIO'N DDA - Paul Lewis

CYSYLLTYDD CYMUNEDOL - Carys Owens

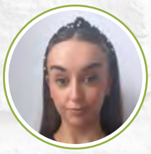
CYSYLLTYDD CYMUNEDOL - Sarah Kendall

CYSYLLTYDD CYMUNEDOL - Sian Salcombe

CYSYLLTYDD CYMUNEDOL- Sam Henly

CYSYLLTYDD DIGIDOL - Lucy Steere

CYSYLLTYDD CYMUNEDOL - Diane Williams



PRENTIS GWEINYDDU BUSNES - Sophie Richards

CYSYLLTYDD DIGIDOL - Fraya Grattan

CYFLWYNIAD

NEGES WRTH RHEOLWR CORFFORAETHOL - YMYRRAETH GYNNAR, IWAN DAVIES

Rwy'n falch iawn o gyflwyno adroddiad blynyddol Gofalwyr a Chymorth Cymunedol. Mae'r adroddiad yn adlewyrchu ehangder y gwaith a wneir gan y Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol a'i bartner comisiwn Gofalwyr Ceredigion ynghyd â'r effaith gadarnhaol ar y rhai sy'n derbyn gwasanaethau.

Wrth wraidd gwaith y tîm mae darparu gwybodaeth o ansawdd uchel i ddefnyddwyr y gwasanaeth ac mae'n galonogol gweld bod nifer y gofalwyr di-dâl sydd wedi'u cofrestru ar y Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr a'r Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr Ifanc wedi cynyddu, sy'n golygu bod mwy o ofalwyr di-dâl y sir yn cael mynediad at wybodaeth fel y Cylchgrawn Gofalwyr.

Mae'r tîm hefyd wedi bod yn rhagweithiol wrth ymgysylltu â chymunedau Ceredigion yn trefnu digwyddiadau, galw heibio gyda'n Cysylltwyr Cymunedol ac wedi cefnogi'r mentrau Mannau Cynnes, unwaith eto yn darparu'r wybodaeth ddiweddaraf i'r rhai sy'n mynychu.

Felly, hoffwn ddiolch yn fawr i'r tîm a’r sefydliadau partner am eu gwaith caled a'u hymrwymiad parhaus dros y flwyddyn ddiwethaf ac edrychwn ymlaen yn fawr at ddatblygu a chyflwyno meysydd gwaith newydd yn 2023-2024.

Iwan Davies

AMCANION BUSNES

YMGORFFORI STRATEGAETH WEITHREDOL LLESIANT GYDOL OES A GWEITHIO HYBRID I FEWN I'R TÎM

Beth wnaethon ni?

Ail-frandio'r tîm

Creu logo tîm newydd, manylion cyswllt a diweddaru ein taflenni.

Gwaith tîm

As a team we have got back into the swing of being out and about engaging with a range of groups and individuals.

Cymunedau Oed-gyfeillgar

- Penodwyd Swyddog Heneiddio'n Dda.
- Ymgysylltu mewn archfarchnadoedd lleol i gyd-fynd â Diwrnod Rhyngwladol Pobl Hyn.
- Dechreuwyd gwaith ar gysylltu ac ymweld â grwpiau i gasglu adborth ar yr **8 parth gwahanol**:

1. Mannau ac adeiladau allanol
2. Cludiant
3. Tai
4. Cyfranogiad Cymdeithasol
5. Parch a chynhwysiant cymdeithasol
6. Cyfranogiad a chyflogaeth ddinesig
7. Cyfathrebu a gwybodaeth
8. Cefnogaeth gymunedol a gwasanaethau iechyd

Bydd yr adborth yn sail i'r hunanasesiad Cymunedau Heneiddio'n Dda, y bydd y cyngor yn ei gyflwyno i Sefydliad Iechyd y Byd yn gynnar yn 2024. Y nod yw i Geredigion ddod yn Gymuned Oed-gyfeillgar.

DARPARU GWYBODAETH, CYNGOR A CHYMORTH

Beth wnaethon ni wneud?

Cynnydd o

14%

yn Aelodaeth Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr.

Cynyddu aelodaeth y Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr Ifanc

144%

Printiwyd a rhannwyd

4250

cylchgrawn ar draws Ceredigion.

Dosbarthwyd Siarter Llywodraeth Cymru ar gyfer gofalwyr di-dâl i

100%

o'r Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr.

Dosbarthwyd

3000

Llyfryn Gwybodaeth i Ofalwyr Ifanc i ysgolion ar draws y sir.

Gweithio gyda Gofalwyr Ceredigion i gefnogi

158

o ofalwyr ifanc i gael bywyd y tu hwnt i'w rôl fel gofalwr.

Derbyniwyd
607
o atgyfeiriadau gan Gysylltwyr Cymunedol

Cysylltodd
78
o ofalwyr di-dâl â'r Cysylltwyr Cymunedol am gefnogaeth

Cafodd
13
gofalwr di-dâl eu cyfeirio at y Porth Gofal ar gyfer asesiad anghenion gofalwr

Y tri phrif reswm y cysylltodd pobl â'r Cysylltwyr Cymunedol oedd:

- Unigrwydd ac unigedd
- Ceisiadau Bathodyn Glas
- £ Materion sy'n ymwneud â chostau byw

O'r **137** o gleientiaid a ofynnodd am gymorth oherwydd unigrwydd ac unigedd, nid oedd gan **117** unrhyw aelodau o'r teulu na ffrindiau y gallent ddibynnu arnynt am gefnogaeth.

Gogledd Ceredigion - 177 atgyfeiriad

Unigrwydd ac unigedd	Bathodyn Glas	£
47	21	17

Canol Ceredigion - 220 atgyfeiriad

Unigrwydd ac unigedd	Bathodyn Glas	£
64	35	19

De Ceredigion - 210 atgyfeiriad

Bathodyn Glas	Unigrwydd ac unigedd	£
49	37	30

Gofalwyr Ceredigion Carers

Cefnogi Gofalwyr Ceredigion i ddarparu cyngor gwybodaeth ac arweiniad i

805
o oedolion sy'n ofalwyr a darparu

2016
awr o ofal newydd i roi cyfle i ofalwyr gael saib o'u rôl.

39
aelod o staff, gan gynnwys rheolwyr, wedi'u cefnogi drwy hyfforddiant a digwyddiadau gwybodaeth i ofalwyr.

Ymgysylltu â'r cyhoedd ar draws y sir

2022-23 yw'r flwyddyn gyntaf ers pandemig Cofid-19 i'r tîm fedru cynnal a mynychu digwyddiadau cyhoeddus. Rydym wedi cynnal a mynychu **96** o ddigwyddiadau ar draws Ceredigion.

243 o bobl wnaeth fynychu digwyddiadau galw heibio cymunedol

49 digwyddiad galw heibio cymunedol

24 o ddigwyddiadau partneriaethau wedi'u mynychu

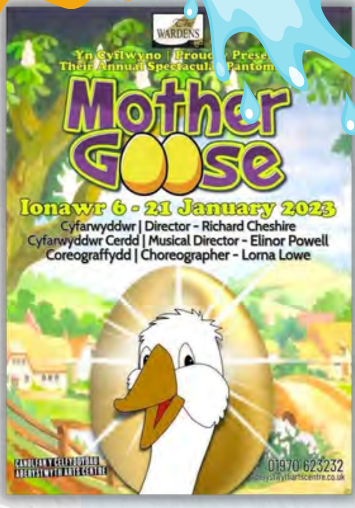
16 o ddigwyddiadau thema wedi'u trefnu gan y tîm

Cymryd rhan mewn **7** grŵp mynd i'r afael â chaledi

Gwasanaeth Cymorth i Ofalwyr Ifanc Ceredigion- ail-gomisiynu a'i gyflwyno.

Ym mis Ebrill 2022 roeddem yn falch o gyhoeddi bod Gofalwyr Ceredigion Carers (GCC) wedi llwyddo i ennill y tendr i ddarparu'r Gwasanaeth Cymorth i Ofalwyr Ifanc yng Ngheredigion. Trwy gydol y flwyddyn, mae **357** o ofalwyr wedi ymgysylltu â'r gwasanaeth ers iddo ddechrau. Mae GCC wedi cefnogi gofalwyr ifanc a'u teuluoedd drwy ddarparu cefnogaeth 1:1 ac amrywiaeth o weithgareddau.

Gofalwyr ifanc yn cael eu swyno gan fyd y panto



Ddiwedd mis Ionawr, estynnodd Gofalwyr Ceredigion wahoddiad i ofalwyr ifanc o bob rhan o Geredigion wylio'r pantomeim, Mother Goose, yng Nghanolfan y Celfyddydau Aberystwyth.

Cafodd y gofalwyr ifanc o bob oed eu swyno gan y sioe, a hynny yng nghwmni cynulleidfa a oedd yn llenwi pob sedd yn Theatr y Werin. Roedd y perfformiad digrif yn llawn hwyl yr ŵyl, gyda chaneuon cofiadwy, comedi slapstic, a digonedd o fŵan a hisian!!

Ar un adeg, rhedodd y cast oddi ar y llwyfan, i fyny'r grisiau ac ar hyd y rhesi, gan wlychu'r gynulleidfa â gynau dŵr. Roedd yn gyfle perffaith i'r gofalwyr ifanc ymlacio a mwynhau eu hunain. A does dim dwywaith iddyn nhw wneud hynny, gyda'u bonllefau nhw'n uwch na neb arall!!

Trefnwyd yr ymweliad gan Jamie, Gweithiwr Allgymorth Gofalwyr Ifanc a Theuluoedd Gofalwyr Ceredigion. Dros y deuddeg mis diwethaf, mae Jamie wedi trefnu llawer o ymweliadau a gweithgareddau hwyliog i ofalwyr ifanc, gan gynnwys laser tag a phadlfyrddio.

Dyfyniad o'r Cylchgrawn y Gofalwyr (Mawrth 2023)

"Ro'n i'n poeni mai fi byddai'r hynaf yma a do'n i ddim yn siŵr iawn os oeddwn am ddod. A dweud y gwir, dwi wedi cael amser da. Do'n i ddim yn siŵr beth i'w ddisgwyl ond dwi'n sicr am ddod nôl y flwyddyn nesaf."

"Roedd hwnna'n wych! Fy hoff ran oedd pan wnaethon nhw redeg at y seddi gyda drylliau dŵr. Ges i wlychad a hanner ac ro'dd e mor cŵl."

Hyfforddiant cydnerthedd a lles i ofalwyr

Datblygodd y tîm adnodd ar-lein ar gyfer gofalwyr di-dâl sy'n ceisio cefnogi gofalwyr di-dâl i:

- leihau lefelau straen
- gydbwyso lles
- fagu gwytnwch emosiynol

Gellir cael mynediad at y pecyn cymorth ar-lein, am ddim, gan unrhyw un ar wefan Cyngor Sir Ceredigion.

Dewis Cymru

Mae'r holl Gysylltwyr Cymunedol wedi'u hyfforddi yn olygyddion Dewis. Gallant nawr gefnogi busnesau a grwpiau i gyhoeddi eu gwybodaeth ar Dewis. Gall staff gweinyddol hefyd ddarparu cymorth wrth adnewyddu a chynnwys

Sefydlu'r Gwasanaeth

Gwnaethom gyflwyno cyflwyniadau sefydlu gwasanaethau i **91** aelod o staff y cyngor, staff y trydydd sector a gweithwyr iechyd proffesiynol. Mae hyn yn cynnwys:

- Gweithwyr Cymdeithasol a Chynorthwywyr Gwaith Cymdeithasol
- Gweithwyr Cymdeithasol Asiantaethau
- Therapyddion Galwedigaethol Ysbyty Bronglais
- Tîm Allgymorth Cymunedol Hywel Dda
- Rhagnodwyr Cymdeithasol Hywel Dda
- DDAS
- CAMHS
- CMHT
- Fforwm Gofal Pobl Hŷn

DATBLYGU GWAITH GYDA GRWPIAU, BUSNESAU A'R TRYDYDD SECTOR I ADEILADU GWYTNWCH CYMUNEDOL

Beth wnaethon ni wneud?

Cyflogwyr dros Ofalwyr

Mae Cyngor Sir Ceredigion yn parhau i anrhydeddu a chymryd rhan fel aelod rhanbarthol o gynllun 'Cyflogwyr dros Ofalwyr' Gofalwyr Cymru. Fel rhan o ymrwymiad y cyngor i gefnogi gofalwyr di-dâl o fewn ein gweithlu ein hunain, mae'r Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol wedi darparu dwy haen o gyngor a chymorth drwy raglen o sesiynau ar gyfer rheolwyr a staff.

Rhannwyd **12** cylchlythyr i staff sy'n ofalwyr trwy'r Newyddion staff misol.

Cafwyd **11** sesiwn galw heibio i ofalwyr

Cyflwynwyd **4** sesiwn 'Gwybod eich hawliau gofalwyr'

Cynhaliwyd **4** sesiwn gwybodaeth 'Rheolwyr-cefnogi'r sgwrs dros ofal'

Lleihau niwed

- Daeth yr holl staff a hyfforddwyd fel Cyfeillion Dementia'r Gymdeithas Alzheimer's a dau aelod o'r tîm yn Llysgenhadon Dementia. Gall Llysgenhadon Dementia ddarparu hyfforddiant y cyfeillion.
- Hyfforddiant alcohol a phobl hŷn
- Menywod a gamblo
- Hyfforddiant budd-daliadau

Ffrindiau Dementia
Menter Cymdeithas Alzheimer

Adran Gwaith a Phensiynau

ALCOHOL CHANGE UK

GamCare
Gambling Support Starts Here

Nodi bylchau – cyfeillio a thrafnidiaeth

Fel y gwelwyd mewn blynyddoedd cynt, **y ddau fwlch mwyaf yr ydym yn ei weld o fewn y gwasanaeth yw'r ddarpariaeth o drafnidiaeth a chyfeillio gwasanaethau**. Mae'r astudiaeth achos canlynol yn esiampl o sut yr ydym yn adnabod bylchau fel hyn a sut ydym yn mynd ati i fynd i'r afael â hwy.

Sylwodd y Cysylltydd Cymunedol, Sarah Kendall, ar yr angen cynyddol am wasanaethau cyfeillio a chymorth trafnidiaeth i hwyluso gweithgareddau cymdeithasol a thasgau dyddiol yn Aberystwyth. Ar ôl ymchwilio i'r gwasanaethau sydd ar gael, darganfu gynllun Canolfan Ddydd Hafan Y Waun i ddechrau clwb cymdeithasol newydd sy'n agored i'r gymuned, gan gynnig gweithgareddau amrywiol. Cefnogodd Sarah ofalwr a'i phriod sydd â dementia i fynychu'r clwb, a oedd yn bleserus ac yn foddhaus iddynt. Roedd Sarah wedi'i phlesio gyda'r effaith gadarnhaol gafodd y clwb, ac felly fe wnaeth Sarah argymell y clwb i eraill ond nododd bod heriau o ran trafnidiaeth. Ar ôl trafod hyn gyda Rheolwr y Ganolfan Ddydd, dysgodd Sarah eu bod wedi derbyn grant ar gyfer bws mini trydan, gan eu galluogi i gynnig cludiant i'r mynychwyr. Ehangodd y Ganolfan Ddydd ei gwasanaethau drwy gychwyn gwasanaeth siopa bob pythefnos. Parhaodd Sarah i gyfathrebu'n agos â'r Ganolfan Ddydd, gan eu cynorthwyo i gael mynediad at Grantiau Hwb Cynnes, gan arwain at y clwb yn dod yn Hwb Cynnes yn ystod y gaeaf a chyflwyno clwb cinio poblogaidd mewn gwahanol leoliadau yn Aberystwyth.

Canlyniadau:

- Bellach mae gan gleientiaid a gyfeirir rhwydwaith gymdeithasol ac maent yn mynychu gweithgareddau yn rheolaidd
- Gwnaeth Hafan Y Waun gais llwyddiannus am gyllid i ddod yn Hwb Cynnes ac mae bellach yn lle diogel i bobl yn y gymuned
- Nodi gwasanaeth siopa a chludiant ar gyfer cleientiaid sy'n ynysig yn gymdeithasol i fynychu gweithgareddau

Mae wedi bod yn bleser mawr i mi weld fy nghleient yn mwynhau mynd i'r Clwb Ddydd Mawrth a gweld fy nghleient yn gwneud ffrindiau newydd.

Rwyf hefyd wedi mwynhau gweithio'n agos gyda'r Rheolwr a rhoi gwybod iddi am unrhyw grantiau posibl a allai gefnogi'r prosiectau ymhellach.

Rwyf bellach yn hysbysu cleientiaid yn rheolaidd am y Clwb Dydd Mawrth, y Clwb Cinio a'r tripiau siopa bob pythefnos.

Sarah Kendall - Cysylltydd Cymunedol

Mynd i'r afael â'r argyfwng costau byw

Er mwyn mynd i'r afael â'r argyfwng costau byw, cydweithiodd y tîm ag amrywiol bartneriaid a thimau o fewn yr awdurdod lleol i gyflwyno digwyddiadau a lledaenu taflenni gwybodaeth. Roedd yr ymdrechion hyn yn canolbwyntio ar ddarparu gwybodaeth a chymorth hanfodol, gyda'r nod o addysgu a chynorthwyo'r gymuned i reoli heriau ariannol yr argyfwng. Fe wnaeth ein dull cydweithredol wella cyrhaeddiad ac effaith y mentrau hyn yn sylweddol.

CYLCHLYTHYR GOFALWYR CEREDIGION

RHIFYN COSTAU BYW

IONAWR, 2023

Croeso i Gylchlythyr arbennig Costau Byw gan y Tim Gofalwyr a Chymorth Cymunedol.

Rydym yn gwybod bod y cynnydd mewn costau byw yn gwneud pethau'n anodd i lawer o bobl, felly roeddem eisiau rhannu cyngor a gwybodaeth ar y gefnogaeth sydd ar gael i chi.

Roeddem hefyd eisiau rhannu peth o'r wybodaeth o'r digwyddiadau Diwrnod Hawliau Gofalwyr a gafodd ei gynnal ym mis Tachwedd. Rydym yn gwybod nad oedd rhai ohonoch yn gallu mynychu ac nid oeddem eisiau i chi golli allan.

Roedd Cyngor ar Bopeth, Nyth a Gofalwyr Ceredigion Carers ymhlith rhai o'r sefydliadau a ymunodd â ni yn ein digwyddiadau, darllenwch ymlaen i ddarganfod mwy...

CYNGOR AR BOPETH (CAB)

Mae CAB yn cynnig cyngor cyfrinachol am ddim ar lawer o bynciau yn cynnwys:

- Dyled ac arian
- Budd-daliadau yn cynnwys Lwfans Gofalwr
- Ynni
- Materion tai
- Gwaith
- Cyfraith a hawliau

Swyddfa Ceredigion: **01239 621974**
Advicelink Cymru: **0800 702 2020**

citizensadvice.org.uk/cymraeg

cyngor ar bopeth / citizens advice

SGANIWCH FI

NYTH

Mae cynllun Nyth Cartrefi Clyd Llywodraeth Cymru yn cefnogi pobl ar incwm is sy'n derbyn budd-dal prawf modd neu bobl â chyflwr anadlol, cylchrediad y gwaed neu iechyd meddwl.

Mae Nyth yn cynnig cyngor diduedd am ddim, ac os ydych yn gymwys, pecyn o welliannau effeithlonrwydd ynni i'r cartref am ddim fel boeler newydd, gwres canolog neu inswleiddio.

0808 808 2244

nyth.llyw.cymru

Nyth Nest

SGANIWCH FI

Cyngor Sir CEREDIGION County Council

Paratowyd gan: Dim Gofalwyr a Chymorth Cymunedol Ceredigion

cysylltu@ceredigion.gov.uk

01545 574200

Cylchlythyr arbennig i ofalwyr – Cyhoeddiad 'Costau Byw' Ionawr 2023

DATBLYGU SEIBIANNAU CYNALIADWY AR GYFER GOFALWYR

Beth wnaethon ni wneud?

Cerdyn Gofalwyr Ceredigion

Cyhoeddi **189** o gardiau gofalwr newydd i oedolion, cynnydd o **136%** ers y flwyddyn flaenorol.

Mae cyfanswm o **394** o ofalwyr di-dâl yng Ngheredigion yn defnyddio Cerdyn Gofalwr Ceredigion i gael mynediad at gyfleusterau hamdden am ddim yn y sir.

Cyhoeddi **55** o gardiau gofalwr ifanc newydd, cynnydd o **500%**

UCHAFBWYNTIAU'R TÎM

TALIAD CYMORTH O £500 I OFALWYR DI-DÂL

Gweithiodd y tîm gyda'r adran Cyllid a Chaffael i brosesu a thalu cais ar gyfer taliad cymorth Llywodraeth Cymru o £500 ar gyfer gofalwyr di-dâl a oedd ar gael i wneud cais rhwng mis Mai a mis Medi 2022. Roedd y tîm yn allweddol wrth gynghori gofalwyr di-dâl o'u hawliau. Gwnaed hyn trwy'r cyfryngau cymdeithasol a thrwy'r post. Trwy ein hymdrechion, llwyddodd Ceredigion i gyflawni un o'r cyfrannau uchaf o hawliadau yng Nghymru, a dderbyniwyd gan ofalwyr a oedd yn gymwys i gael y taliad.

Derbyniodd

703

o ymgeiswyr cymwys £500

Cyfanswm o

£351,000

wedi'i dalu

"Hoffwn ddiolch i chi am eich cefnogaeth a'ch gwaith caled ar y cynllun hwn. Ar hyn o bryd, 77.5% yn manteisio ar hyn, sy'n ganlyniad rhagorol a gwn fod Dirprwy Weinidog Gwasanaethau Cymdeithasol yn falch iawn o'r ffigwr hwn ac y byddai hithau hefyd yn dymuno ymuno â mi trwy ddiolch i bawb a gymerodd ran. Hyd yma, mae bron i 44,000 o ofalwyr di-dâl wedi elwa o'r taliad hwn."

Neges o ddiolch oddi wrth Duncan Hall,
Swyddog Arweiniol Corfforaethol, Cyllid a Chaffael

CRONFA GOFALWYR CEREDIGION

Gwnaeth gofalwyr gais am hyd at £150 i wella eu hiechyd a'u lles.

BETH OEDD GOFALWYR YN GWARIO'R ARIAN ARNO?

Y 5 prif gais

- Gwyliau byr (179)
- Therapïau a Thriniaethau (84)
- Chwaraeon, ffitrwydd a gweithgareddau awyr agored (67)
- Dillad (56)
- Technoleg (52)

DYWEDODD GOFALWYR...

"Diolch yn fawr iawn, mae hyn wedi gwneud gwahaniaeth mawr i'm cyflwr meddyliol. Mae'n achos arbennig"

"Ro'n i ond am ddiolch yn fawr iawn am hwn. Dwi mor gyffrous i fwcio gwyliau yn fuan iawn. Rwy'n ddiolchgar iawn i chi i gyd."

"Diolch o waelod calon. Roeddwn i mor falch, nes i ddechrau llefain... Bydd hyn yn gwneud cymaint o wahaniaeth i mi."

"Rwyf bellach wedi defnyddio'r gronfa yn effeithiol iawn ac wedi prynu'r bysellfwrdd cerddoriaeth ro'n i wedi'i lygadu ers tro byd - diolch i chi does dim rhaid i mi freuddwydio am ei feddu rhagor."

"Diolch yn fawr am hyn, mae fy merch yn gyffrous iawn, mae hi wedi bod eisiau gêm Harry Potter newydd... Diolch unwaith eto-mae hi ar ben ei digon."

Cafodd
£116,197
ei ddyfarnu

Cafodd
591
cais unigol a theuluol eu prosesu

Elwodd
776
o ofalwyr

MANNAU CROESO CYNNES

Trwy gydol gaeaf 2022/23, bu tîm Cysylltwyr Cymunedol Ceredigion yn cydweithio â CAVO a grwpiau cymunedol ledled y sir i sefydlu Mannau Croeso Cynnes.

Mae Mannau Croeso Cynnes yn lleoliadau cynnes a diogel sy'n rhad ac am ddim ac yn groesawgar i bob oedran, mae rhai ohonynt hefyd yn darparu diodydd poeth, byrbrydau a gweithgareddau.

Agorodd caffis, eglwysi, canolfannau cymunedol, neuaddau pentref, llyfrgelloedd a siopau llyfrau ar draws y sir eu drysau a chroesawu pobl o bob oed.

Roedd y Mannau Croeso Cynnes yn fan cyfarfod cymdeithasol i bobl ddod at ei gilydd ac adeiladu cyfeillgarwch.

Astudiaeth achos Cysylltydd Cymunedol:

Yn ystod cyfarfod tîm, buom yn trafod y prosiect Mannau Croeso Cynnes a chytunwyd y byddai cynnwys Cysylltwyr Cymunedol yn allweddol wrth ledaenu gwybodaeth am y cyllid sydd ar gael ledled Ceredigion. Penderfynwyd yn unfrydol i estyn allan yn rhagweithiol i bob cymuned yn y rhanbarth.

Yn fy rôl i, cefais fewnbwn gwerthfawr gan fy Rheolwr Tîm, a rannodd fanylion yn syth ar sut i wneud cais am y cyllid. Heb betruso, es ati i ddosbarthu'r wybodaeth i wahanol hybiau cymunedol, gan gynnwys Hwb Cymunedol y Borth, Eglwysi Lleol, Caffi Cymunedol Cletwr, Hafan y Waun a Neuaddau Cymunedol.

Ar ben hynny, gwnes i ymweliad personol â'r Bore Coffi a sefydlwyd yn ddiweddar yn Neuadd Rhydypennau i ddweud wrthynt am y cyfle cyllido newydd. Roedd ymateb Pwyllgor Neuadd Rhydypennau yn hynod gadarnhaol, ac fe wnaethant gais yn brydlon am y grant ar yr un diwrnod. Roeddwn wrth fy modd eu bod wedi llwyddo i gael y grant, a gefnogodd eu menter Bore Coffi Croeso Cynnes.

Oherwydd ein hymdrechion rhagweithiol i estyn allan, roeddwn yr un mor falch bod sawl man cymunedol arall wedi gwneud cais am gyllid mannau Croeso Cynnes ar gyfer eu gweithgareddau. Roedd hyn yn cynnwys, Hwb Cymunedol y Borth, Caffi Cletwr, Hafan y Waun, Eglwys Llanbadarn Fawr, Yr Iron Room yn Eglwysfach, Neuadd Talybont a Neuadd Rhydypennau yn Bow Street.

Mae'r ymateb gan y grwpiau cymunedol hyn wedi bod yn gadarnhaol iawn, a mynegwyd eu diolch am ddarparu gwybodaeth yn brydlon ac effeithiol ynghylch y cyllid sydd ar gael ar gyfer y prosiect Mannau Croeso Cynnes.

Oherwydd y berthynas gref, gadarnhaol y mae'r tîm wedi gallu meithrin gyda sefydliadau wrth ddatblygu'r Mannau Croeso Cynnes, byddwn yn parhau i adeiladu ar y gwaith hwn yn 2022-23.

CROESO CYNNES • CROESO CYNNES •

Roedd

42

o Fannau Croeso Cynnes ar draws Ceredigion

Gwnaeth y Cysylltwyr Cymunedol ddosbarthu:

150 o adlewyrchwyr rheiddiadur

300 o nwyddau atal drafft

50 o flancedi

60 Bwlb golau arbed ynni

GWEITHIO GYDAG IECHYD - PRESGRIPSIYNAU CYMDEITHASOL

Tîm Amlasiantaeth Borth (MAT)*

Mae'r Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol wedi sefydlu cysylltiadau da ac wedi creu perthynas waith gref ymhlith aelodau MAT sydd wedi bod yn hynod hawdd i weithio â hwy pan fo angen cymorth pellach. Rydym wedi dod i adnabod tîm y feddygfa yn dda iawn ac o ran yr hyn rydym wedi'i ddysgu, rydym wedi dod i ddeall mwy am y rolau proffesiynol o fewn y feddygfa megis nyrsus Admiral, nyrs ardal, a Gweithwyr Proffesiynol Perthynol i Iechyd eraill. Mae gennym hefyd syniad mwy clir o'u cyfranogiad yng ngofal unigolyn, lle mae'r person hwnnw ar ei daith yn gorfforol ac yn feddyliol ac mae'n ein hysbysu yn ein gwaith i sicrhau'r canlyniadau cadarnhaol gorau. Mae unrhyw rwystrau oedd yn bodoli rhwng ein tîm a'n cydweithwyr iechyd bellach wedi cael eu dileu trwy gymryd rhan yn y prosiect hwn.

Gwyliwch y fideo i weld gwybodaeth am MAT y Borth
(Saesneg yn unig)

bit.ly/BorthMAT

150
o gleifion wedi eu gweld gan MAT Borth a Thregaron

Cyfeiriwyd
19
claf yn uniongyrchol at y Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol

Ehangu presgripsiynau cymdeithasol yng Ngheredigion

Ym mis Ionawr 2023, yn dilyn cydnabyddiaeth eang o gyflawniadau MAT Borth, gwahoddwyd y feddygfayn Nhregaron i ymuno. Mae gennym agwedd gadarnhaol ynglŷn â'r manteision posibl y bydd yn eu cynnig i gleifion a chymuned Tregaron drwy gydol 2023 - 2024.

**Noder: roedd MAT (Tîm Amlasiantaethol) yn cael ei adnabod ynghynt fel MDT (Y Tîm Amlddisgyblaethol) tan mis Chwefror 2023*

Canlyniadau cleifion:

- **11** wedi'u cefnogi i ymuno â grwpiau cymdeithasol yn eu hardaloedd lleol
- Cyfeiriwyd **4** at wasanaeth cefnogi gofalwyr a gomisiynwyd ar gyfer cefnogaeth ddwys
- Cafodd **3** gymorth i gael mynediad at wasanaethau iechyd meddwl
- Cefnogwyd **2** i gael mynediad at gymorth ymarferol yn y cartref wrth y Groes Goch ac Age Cymru
- Cefnogwyd **2** i gael mynediad at feddygfeydd Canolfan Cyngor ar Bopeth
- Cefnogwyd **1** i gael mynediad at Country Cars i gael cymorth gyda thrafnidiaeth

BLWYDDYN LLAWN GWEITHGAREDDAU

"Doeddwn i ddim yn siŵr os oeddwn am ddod gan fy mod i mor brysur. Gwnaeth fy ngŵr fy annog i ddod heddiw ac rwy'n falch iawn fy mod i wedi dod gan fy mod wedi mwynhau'n fawr."

"Roedd hi'n grêt dod wyneb yn wyneb gyda'r bobl ro'n i wedi siarad â nhw dros y ffôn. Roedd pawb yn gyfeillgar ac yn addysgiadol. Rwy'n edrych ymlaen at y digwyddiad nesaf!"

"Roedd yn llawer o gymorth, roedd pawb mor gyfeillgar, mae gennym ddigon i'w ddarllen. Diwrnod allan cynhyrchiol iawn, diolch."

"Fe wnes i fwynhau'r cyfle i siarad â gofalwyr eraill."

"Roedd hwn yn gyfle gwych i estyn allan at gwsmeriaid bregus oedd yn gwynebu argyfwng ynni. Ond roedd yr un mor ddefnyddiol ar gyfer cyrraedd partneriaid a dosbarthu marchnata i weithwyr rheng flaen. Diolch yn fawr."

"Cefais gyngor am y gwahanol grwpiau i'w mynychu, ond mae cyrraedd yno yn anodd oherwydd diffyg trafnidiaeth."

BETH SYDD ANGEN I NI EI WNEUD NESAF?

AMCANION BUSNES 2023/24

1 Darparu cyngor a chymorth gwybodaeth o safon i amrywiaeth o grwpiau ledled Ceredigion yn rhagweithiol

2 Datblygu gwaith i adeiladu gwytnwch cymunedol ar draws Ceredigion

3 Datblygu ystod o seibiannau byr cynaliadwy i ofalwyr

Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol
Porth Cymorth Cynnar
Ceredigion County Council

01545 574200

cysylltu@ceredigion.gov.uk

Cysylltu Ceredigion
Gofalwyr a Chymorth Cymunedol
Connecting Ceredigion
Carers and Community Support

CYNGOR SIR CEREDIGION COUNTY COUNCIL

Adroddiad i'r:	**Cabinet**
Dyddiad y Cyfarfod:	**19.03.2024**
Teitl:	**Adroddiad Blynyddol Uned Gofalwyr Ceredigion 2022-2023**
Pwrpas yr adroddiad:	**Rhoi adborth yn dilyn cyfarfod y Pwyllgor Trosolwg a Chraffu Cymunedau Iachach ar 11 Mawrth 2024**

Cefndir:
Mae'r Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol yn dod â'n Swyddogion Datblygu Gofalwyr, Cysylltwyr Cymunedol a Swyddog Heneiddio'n Dda at ei gilydd i weithio mewn un tîm sy'n canolbwyntio ar roi gwybodaeth, cyngor a chymorth i ofalwyr di-dâl a chefnogi aelodau'r gymuned yng Ngheredigion.

Argymhelliad:
Yn dilyn trafodaeth, cytunodd Aelodau'r Pwyllgor i argymell y dylai'r Cabinet:

1. dderbyn Adroddiad Blynyddol y Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol.

Ymddiheurodd y Cynghorydd Alun Williams, yr Aelod Cabinet, fod yr adroddiad yn hwyr a chadarnhaodd fod pob swydd yn y tîm bellach wedi'u llenwi. Estynnodd y Cadeirydd longyfarchiadau i'r Tîm am eu gwaith caled a'u hymrwymiad.

Y Cynghorydd Caryl Roberts
Cadeirydd y Pwyllgor Trosolwg a Chraffu Cymunedau Iachach