

Strategaeth ar gyfer gofalwyr di-dâl

Cynllun i werthfawrogi a chefnogi pob gofalwr di-dâl



Llywodraeth Cymru
Welsh Government



Crynodeb pobl ifanc

Helo

370,000

Yng Nghymru, mae yna 370,000 o bobl sy'n gofalu am rywun heb gael eu talu am wneud hyn.

Dan 25 oed **£8 biliwn**

Mae tua 30,000 ohonyn nhw dan 25 oed.

Pe baen nhw'n cael eu talu, byddai'n costio mwy nag £8 biliwn.

Gofalwyr Cymru

Mae gofalwyr di-dâl yn gofalu am aelod o'u teulu, perthynas neu ffrind sydd:



ag anabledd



â phroblemau iechyd meddwl



yn sâl



â phroblem camddefnyddio sylweddau



yn hen



â phroblemau eraill

Mae gofalwyr di-dâl yn cefnogi pobl mewn gwahanol am ffyrdd:

- coginio a glanhau
- gofal personol
- siopa
- casglu meddyginiaeth
- eu helpu i godi allan.

Mae'r pethau y maen nhw'n eu gwneud yn bwysig iawn. Mae Llywodraeth Cymru eisiau gwneud yn siŵr bod y gofalwyr di-dâl yma'n cael eu gwerthfawrogi a'u cefnogi.

Dyma ein cynllun i werthfawrogi a chefnogi gofalwyr di-dâl.



Ysgrifennu'r cynllun

- cynnwys pobl



Buon ni'n siarad â gofalwyr di-dâl ledled Cymru, gan gynnwys:

- gofalwyr ifanc
- gofalwyr sy'n oedolion ifanc
- gofalwyr di-dâl o gefndiroedd pobl dduon, Asiaidd neu leiafrifoedd ethnig eraill
- gofalwyr LGBTQ+
- gwahanol fforymau a grwpiau
- Grŵp Cynghori'r Gweinidog ar Ofalwyr Di-dâl.



Bu 91 o ofalwyr di-dâl, grwpiau a gweithwyr proffesiynol yn cymryd rhan yn ein hymgyngoriad cyhoeddus.

Buon nhw'n ein helpu i lunio'r cynllun yma a phenderfynu ar ein 4 blaenoriaeth.



Covid-19

Gwnaethon nhw ddweud wrthon ni hefyd bod y pandemig wedi gwneud bywyd yn fwy anodd. Roedd:

- wedi effeithio ar eu llesiant corfforol a'u llesiant meddwl
- wedi ychwanegu pryderon ynglŷn ag arian
- wedi ychwanegu mwy o oriau at eu rôl ofalu
- wedi ei gwneud hi'n fwy anodd siopa a chael meddyginiaeth
- wedi gwneud iddyn nhw boeni ynglŷn â dal Covid-19 a'i basio ymlaen.

Blaenoriaeth 1:

Nodi pwy sy'n ofalwyr di-dâl, eu cefnogi a'u gwerthfawrogi

Rydyn ni eisiau gwneud yn siŵr bod gofalwyr di-dâl yn cael eu gwerthfawrogi ac yn cael y gefnogaeth sydd ei hangen arny'n nhw mor gyflym â phosibl.

Felly, mae angen i wasanaethau wybod pwy ydyn nhw a gwerthfawrogi'r gwaith y maen nhw'n ei wneud.



Byddwn ni:

- yn gwneud yn siŵr bod pobl yn gwybod beth ydy 'gofalwyr di-dâl' a beth y maen nhw'n ei wneud
- yn gwneud yn siŵr bod pobl yn gwybod am ofalwyr ifanc a gofalwyr sy'n oedolion ifanc
- yn gwneud yn siŵr bod pobl yn deall beth y mae gofalwyr di-dâl yn ei ychwanegu at y gymdeithas
- yn gwneud yn siŵr bod gofalwyr di-dâl yn cael eu nodi'n gynnar ac yn cael cefnogaeth yn gyflym
- yn cefnogi digwyddiadau sy'n dathlu hawliau gofalwyr
- yn hybu'r rôl y mae gofalwyr di-dâl yn ei gwneud trwy ddefnyddio'r radio a chyfryngau eraill
- yn parhau â'r Ymgyrch Ymwybyddiaeth o Hawliau Gofalwyr
- yn gweithio gyda'r Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru a Gofalwyr Cymru
- yn gweithio gydag awdurdodau lleol
- yn lleihau'r stigma y mae rhai gofalwyr di-dâl yn ei wynebu – yn enwedig gofalwyr ifanc sy'n gofalu am riant â phroblemau ag alcohol
- yn cefnogi gofalwyr di-dâl o gymunedau lleiafrifoedd ethnig, gofalwyr hŷn ac eraill sy'n wynebu problemau ychwanegol
- yn gwneud yn siŵr bod gwasanaethau a chefnogaeth ar gael yn y Gymraeg
- yn datblygu hyfforddiant ar gyfer y gweithlu gofal cymdeithasol
- yn gwneud yn siŵr bod rhywun yn gwrando ar ofalwyr di-dâl a'u bod nhw'n cael dweud eu dweud ynglŷn â phenderfyniadau.



Covid-19:

Mae gofalwyr di-dâl wedi gwneud cryn dipyn i gefnogi pobl trwy'r pandemig. Maen nhw wedi helpu i leihau'r pwysau ar wasanaethau eraill. **Byddwn ni'n gwneud yn siŵr eu bod nhw'n cael eu gwerthfawrogi.**

Blaenoriaeth 2:

Rhoi gwybodaeth, help a chynghor i ofalwyr di-dâl

Mae'n bwysig bod gofalwyr di-dâl yn cael y wybodaeth iawn, ar yr adeg iawn.

Mae angen iddyn nhw wybod beth sydd ar gael yn eu hardal nhw.



Byddwn ni:

- yn gwneud yn siŵr bod gofalwyr di-dâl yn gwybod lle i gael gwybodaeth, help a chynghor
- yn ariannu prosiectau sy'n gwella'r ffordd y mae gofalwyr di-dâl yn cael gwybodaeth, help a chynghor
- yn edrych ar ffyrdd i wella gwybodaeth, help a chynghor yn y Gymraeg
- yn edrych ar ffyrdd i ariannu a gwella'r **holl wasanaethau eiriolaeth** ar gyfer pob gofalwr di-dâl
- yn defnyddio'r Strategaeth Ddigidol i Gymru i helpu gofalwyr di-dâl i fynd ar-lein a chael cefnogaeth i ddefnyddio'r rhyngrwyd.

Gwasanaethau eiriolaeth – rhoi cynghor i bobl a'u cefnogi nhw i ddweud eu dweud ynglŷn â phenderfyniadau sy'n effeithio ar eu bywydau nhw.



Covid-19:

Yn ystod y pandemig, dechreuodd llawer o wasanaethau ddefnyddio ffyrdd newydd i gael gwybodaeth a chynghor i ofalwyr di-dâl. Roedd hyn yn cynnwys llinellau cymorth dros y ffôn, platfformau ar-lein, e-bost a'r cyfryngau cymdeithasol. Fe weithiodd hyn yn dda. **Byddwn ni'n edrych ar sut y bydd gwasanaethau'n gallu gwneud hyn yn y dyfodol.**

Blaenoriaeth 3:

Cefnogi iechyd a llesiant gofalwyr di-dâl

Rhaid i ofalwyr di-dâl gael amser i ffwrdd o ofalu i ymlacio a mwynhau pethau fel chwaraeon, gweithgareddau hamdden neu, yn syml, cyfarfod â ffrindiau.

Mae hyn yn gallu gwneud gwahaniaeth go iawn. Pan maen nhw'n cael seibiant, mae'n rhaid iddyn nhw allu ymlacio a theimlo'n ffyddiog bod y person y maen nhw'n gofalu amdano'n ddiogel.



Byddwn ni:

- yn gwneud yn siŵr bod gofalwyr di-dâl yn gallu cael seibiant byr neu orffwys
- yn gwneud yn siŵr bod pob gofalwr di-dâl yn cael yr un cyfleoedd
- yn gwneud yn siŵr mai nid dim ond pan mae yna broblem neu argyfwng yn codi y mae seibiannau'n digwydd
- yn gweithio gydag eraill i ddod o hyd i ffyrdd newydd i ddiwallu anghenion
- yn dod o hyd i ffyrdd i roi mwy o opsiynau i ofalwyr di-dâl allu cael seibiannau ac amser i ffwrdd o ofalu
- yn gwneud yn siŵr bod gofalwyr di-dâl yn cael amser i gael help gydag anghenion iechyd meddwl
- yn ariannu gwasanaethau profedigaeth fel bod gofalwyr di-dâl yn cael cefnogaeth os ydy'r person y maen nhw'n gofalu amdano'n marw.



Covid-19:

Mae'r pandemig wedi ychwanegu mwy o straen at fywydau gofalwyr di-dâl. **Byddwn ni'n gwneud yn siŵr bod yna ddigon o wasanaethau i'w helpu nhw i gael seibiant neu orffwys cyn gynted â phosibl.**

Blaenoriaeth 4:

Cefnogi addysg, hyfforddiant a gwaith ar gyfer gofalwyr di-dâl

Dylai gofalwyr di-dâl gael gwybodaeth, cyngor a chefnogaeth ar gyfer eu haddysg, hyfforddiant a gwaith.

Mae llawer o ofalwyr ifanc yn yr ysgol neu'r coleg. Maen nhw'n gorfod cydbwyso dysgu a gofalu. Maen nhw'n wynebu llawer o heriau, felly mae angen i ni wneud yn siŵr eu bod nhw'n cael cefnogaeth.



Byddwn ni:

- yn gwneud yn siŵr bod awdurdodau lleol yn nodi gofalwyr ifanc ac yn eu cefnogi
- yn canolbwyntio ar lesiant gofalwyr ifanc trwy'r Cwricwlwm newydd i Gymru
- yn meithrin cysylltiadau rhwng ysgolion a gwasanaethau gofalwyr ifanc lleol
- yn ystyried cael arweinydd ar gyfer gofalwyr ifanc ym mhob ysgol
- yn gweithio gyda chyflogwyr i wneud gweithleoedd yn fwy cyfeillgar i ofalwyr di-dâl
- yn hybu'r Hyb Cyflogwyr ar gyfer Gofalwyr Cymru
- yn edrych ar ffyrdd i helpu menywod sy'n gofalu ac yn gweithio
- yn edrych ar ffyrdd i gefnogi gofalwyr di-dâl sydd wedi gorfod rhoi'r gorau i weithio oherwydd eu rôl ofalu.



Covid-19:

Mae llawer o ofalwyr di-dâl wedi colli eu swydd neu wedi wynebu heriau gwaith oherwydd y pandemig.

Byddwn ni'n eu cefnogi nhw â gwybodaeth, cyngor a hyfforddiant i symud ymlaen.

Mae yna rai penderfyniadau does gennon ni ddim rheolaeth drostyn nhw gan mai Llywodraeth y DU sy'n eu gwneud. **Byddwn ni'n parhau i ofyn iddyn nhw:**

- gynyddu cyfradd tâl lwfans gofalwr
- rhoi wythnos ychwanegol o wyliau ar di-dâl i ofalwyr di-dâl.

Siarter ar gyfer Gofalwyr Di-dâl

Mae yna 22 awdurdod lleol yng Nghymru a 7 bwrdd iechyd. Mae llawer ohonyn nhw'n cydweithio'n dda i gefnogi gofalwyr di-dâl, ond dydy pob gofalwr ddim yn cael yr un gefnogaeth.

Felly, rydyn ni'n gweithio gyda gofalwyr i ysgrifennu Siarter ar gyfer Gofalwyr Di-dâl. Bydd yn manylu ar rolau a chyfrifoldebau:

- Llywodraeth Cymru
- awdurdodau lleol
- byrddau iechyd lleol
- sefydliadau'r trydydd sector
- gofalwyr di-dâl.



Diolch am ddarllen hwn

Byddwn ni'n gweithio gyda gofalwyr di-dâl a Grŵp Cyngori'r Gweinidog ar Ofalwyr Di-dâl i weld a ydy'r cynllun yma'n gwneud gwahaniaeth ym mywydau pobl.

Yna, byddwn ni'n ysgrifennu ein hadroddiad cyntaf ar ddiwedd 2021.

Rydyn ni'n gwybod bod gofalwyr di-dâl yn wynebu llawer o heriau ac os bydd angen i ni newid y cynllun yma i gefnogi eu hanghenion yn well – byddwn ni'n gwneud hynny.

Gallwch chi gael gwybod mwy yma:

llyw.cymru/strategaeth-ar-gyfer-gofalwyr-di-dal