Llais Rhanbarth Gwent

Arolwg Gofalwyr – Adroddiad Cryno

Medi 2023

Fformatau hygyrch

Mae'r cyhoeddiad hwn hefyd ar gael yn Saesneg.

Os hoffech gael y cyhoeddiad hwn mewn fformat a/neu iaith wahanol, cysylltwch â ni. Gallwch ofyn am gopi drwy gysylltu â'n swyddfa:

01633 838516

gwentenquiries@llaiscymru.org

Llais Rhanbarth Gwent,

Tŷ Rhaglan,

William Brown Close

Cwmbrân

NP44 3AB

www.llaiscymru.org

www.llaiswales.org

CYNNWYS

Cyflwyniad a chefndir	4
Crynodeb	5
Sylwadau	8
Uchafbwyntiau	17
Atodiad 2 Canlyniadau'r Arolwg o Gydraddoldeb ac Amrywiaeth	18
Atodiad 3 Asesiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb	22

CYFLWYNIAD

Corff statudol, annibynnol yw Llais, a gafodd ei sefydlu gan Lywodraeth Cymru i roi mwy o lais i bobl Cymru wrth gynllunio a darparu eu gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol – yn lleol, yn rhanbarthol ac yn genedlaethol.

Byddwn yn clywed gan bobl mewn ffyrdd gwahanol, gan gynnwys arolygon ar-lein, digwyddiadau ymgysylltu lleol, cyswllt uniongyrchol â'n swyddfeydd, ein gwasanaethau eiriolaeth ar gyfer cwynion ac ymholiadau a thrwy ymweliadau wyneb yn wyneb â safleoedd iechyd a gofal cymdeithasol.

Fel rhan o'n cynllun blynyddol, roedd Llais Rhanbarth Gwent am glywed gan Ofalwyr yn ardal Gwent a'u profiad o gael gafael ar wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol a'u defnyddio i ddiwallu eu hanghenion eu hunain.

Er mwyn gwneud hyn, gwnaethom greu arolwg ar-lein i bobl roi eu hadborth. Gwnaethom anfon ein harolwg at randdeiliaid allanol a chwmnïau gofalu, gwnaethom ei gyhoeddi ar ein cyfrifon cyfryngau cymdeithasol a rhannu copïau ohono mewn digwyddiadau ymgysylltu.

Aeth yr arolwg yn fyw ym mis Mehefin 2023 a daeth i ben ym mis Awst. Cawsom gyfanswm o 29 o ymatebion.

CRYNODEB

Cawsom gyfanswm o 29 o ymatebion i'n harolwg, a chlywsom gan bobl a oedd yn byw yng Nghaerffili neu yng Nghasnewydd yn bennaf.

Clywsom gan wahanol fathau o ofalwyr a gan ofalwyr di-dâl yn bennaf. Mae bod yn ofalwr di-dâl yn golygu y gallai'r person rydych yn gofalu amdano fod yn bartner, yn aelod o'r teulu, yn ffrind neu'n gymydog. Gall y gofal a ddarperir gan y gofalwyr hyn fod dros dro neu'n barhaol.

Clywsom gan nifer bach o bobl a oedd yn ofalwyr ifanc, yn ofalwyr gwirfoddol neu'n ficro-ofalwyr hefyd. Gweithiwr gofal hunangyflogedig yw micro-ofalwr, sy'n darparu cymorth a gofal hyblyg ac wedi'u personoli i ddinasyddion sy'n byw yn eu hardal leol.

Dywedodd gofalwyr di-dâl wrthym eu bod yn amcangyfrif eu bod yn treulio rhwng 10 a 50 awr yr wythnos yn gofalu am rywun.

Dywedodd gofalwyr ifanc wrthym eu bod yn treulio rhwng 10 a 30 awr yr wythnos yn gofalu am rywun. Mae'r oriau hyn hefyd yn debyg i rai micro-ofalwyr. Dywedodd un person sy'n ofalwr gwirfoddol wrthym ei fod yn treulio dros 50 awr yr wythnos yn gofalu am rywun.

Rydym yn deall bod gweithio fel gofalwr yn gofyn llawer gan berson ond yn rhoi boddhad hefyd, ac mae'r gofal y mae pobl yn ei roi i eraill yn bwysig. Fodd bynnag, gall hyn beri straen i'r rheini sy'n darparu gofal weithiau. Dywedodd pobl wrthym y gall bod yn ofalwr effeithio ar eu gallu i gael gafael ar wasanaethau'r GIG a, phan wnaethom ofyn am ragor o wybodaeth, gwelwyd bod pobl yn rhoi anghenion y person y maent yn gofalu amdano yn gyntaf.

Pan fydd gofalwyr am gael gafael ar wasanaethau'r GIG, gwnaethant ddweud wrthym eu bod yn ei chael hi'n anodd gwneud hyn gan fod angen cyd-fynd ag amser pan na fyddant yn gofalu am rywun.

Dywedodd y rhai a oedd yn aros am driniaeth neu apwyntiad gyda'r GIG fod hyn yn effeithio ar y gofal roeddent yn ei ddarparu. Roedd y rhan fwyaf o'r bobl a roddodd yr adborth hwn naill ai'n ofalwyr di-dâl neu'n ofalwyr gwirfoddol.

Dywedodd 19 o bobl wrthym nad oeddent wedi cwblhau asesiad gofalwr eto, ac nid oedd pump ohonynt yn gwybod y gallent gael un. O blith y rhai a ddywedodd wrthym eu bod wedi cwblhau asesiad gofalwr, nid oedd y rhan fwyaf ohonynt wedi cael unrhyw gymorth pellach ers hynny.

O blith y 29 o ymatebwyr, roedd 12 ohonynt yn gwybod pa wasanaethau cymorth y gallent gael gafael arnynt yn eu hardal, fel:

- Canolfan Ddydd Diversity
- Headway
- Taliadau Uniongyrchol
- Shared Lives
- Grwpiau ADY
- Rhestr bostio a grŵp Facebook i ofalwyr
- Pecyn gofalu
- Gwasanaeth Barnardo's i Ofalwyr Ifanc
- Opsiynau Tai
- Gwasanaethau Iechyd Meddwl Oedolion
- Alzheimer's Connect

Roedd rhai eraill yn ansicr pa wasanaethau cymorth oedd ar gael iddynt yn eu hardal.

Nodwyd thema gan bobl yng Nghaerffili a roddodd adborth am ganolfannau dydd a gafodd eu cau yn ystod y pandemig ac na chawsant eu hailagor. Mae hyn yn effeithio ar eu mynediad at wasanaethau seibiant.

Yn gadarnhaol, roedd y rhan fwyaf o bobl yn gwybod â phwy y gallent gysylltu pe bai angen iddynt gael gafael ar wasanaethau cymorth gofal cymdeithasol.

Dywedodd y rhan fwyaf o bobl bod cael mynediad at wasanaethau cymorth gofal cymdeithasol yn *“anodd iawn (8)”,* yn *“anodd (11)”,* neu'n *“boddhaol (7)”.*

Dywedodd y mwyafrif o bobl a oedd yn defnyddio gwasanaethau gofal seibiant wrthym fod angen iddynt roi cyfnod o rybudd ymlaen llaw. Dywedodd un person o Gaerffili wrthym fod angen iddo roi *“cymaint [o rybudd] â phosibl, oherwydd nifer y lleoedd sydd ar gael.”*

Cafwyd ymateb cymysg gan bobl pan ofynnwyd *"A yw'r gwasanaethau cymorth rydych yn eu defnyddio yn addas i chi?”*

Ydyn: 6

Nac ydyn: 9

Yn rhannol: 8

Mae'n bwysig bod gofalwyr yn cael cymorth i ofalu am eu llesiant eu hunain, yn enwedig gan fod y rhan fwyaf o'r bobl a gwblhaodd ein harolwg yn gofalu am rywun am rhwng 10 a 50 awr yr wythnos. Yn anffodus, dywedodd dros hanner y bobl a roddodd adborth yn ein harolwg eu bod yn teimlo nad oedd eu hanghenion llesiant yn cael eu cefnogi.

Dim ond nifer bach o bobl ddywedodd wrthym eu bod wedi cael cymorth i ofalwyr a oedd yn diwallu eu hanghenion. Dywedodd rhai eraill wrthym eu bod wedi cael “rhywfaint” o gymorth, ond nad oedd yn diwallu eu hanghenion neu nad oeddent yn gallu cael gafael ar y cymorth.

Dylai pobl allu cael gafael ar wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol pan fydd eu hangen arnynt. Fodd bynnag, dywedodd 15 o bobl wrthym fod angen gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol arnynt ond nad oeddent ar gael iddynt. Er enghraifft:

- Canolfannau Dydd
- Trafnidiaeth
- Gofalwyr yn mynd i gartrefi.

Roedd y rhan fwyaf o'r gofalwyr yn teimlo bod pandemig COVID-19 wedi cael effaith barhaus ar eu gallu i gael gafael ar wasanaethau cymorth iechyd a gofal cymdeithasol. Eto, cafodd canolfannau dydd eu crybwyll yn aml yn ymatebion pobl i'r cwestiwn hwn. Mae enghreifftiau eraill o sylwadau pobl yn cynnwys:

- Anoddach cael gael gafael ar wasanaethau am fod ôl-groniad.
- Mae llai o gymorth wyneb yn wyneb.
- Mae gwasanaethau dydd wedi cael eu lleihau “yn sylweddol”.

SYLWADAU

Dyma'r sylwadau a gafwyd gan ofalwyr:

Cwestiwn: "Ydy bod yn ofalwr yn effeithio ar eich gallu i gael mynediad i Wasanaethau'r GIG? Os dewisoch chi "ydy" neu "weithiau", esboniwch pa wasanaethau rydych chi'n cael trafferth cael mynediad iddynt a pham:"

"Cael apwyntiad ar adeg gyfleus pan nad yw fy ngŵr gyda mi." (Torfaen)

"Dydw i ddim yn teimlo fy mod i'n gallu trefnu na holi am apwyntiadau i fi fy hun pan fydda i'n blaenoriaethu'r bobl rwy'n gofalu amdanynt yn fy nheulu." (Caerffili)

"Wrth weld anghenion meddygol fy nhad, weithiau mi fydda i'n anghofio am fy mhroblemau meddygol fy hun." (Caerffili)

"Rydw i ar fy mhen fy hun heb gymorth teulu ac mae fy ngŵr yn gweithio i ffwrdd." (Caerffili)

"Alla i ddim cael llawdriniaeth gan mai ychydig o wasanaeth cyflenwi gofal sydd ar gael, os o gwbl." (Sir Fynwy)

"Rydw i wedi gorfod canslo apwyntiadau neu gynlluniau i fynd i'r adran damweiniau ac achosion brys fel y gallaf fynd â fy mam i fy apwyntiad." (Blaenau Gwent)

"Fy meddygfa, alla i ddim aros iddynt ateb bob amser pan fydda i'n ffonio am apwyntiad. Weithiau, byddaf wedi aros am hyd at 40 munud i'r alwad gael ei hateb!" (Torfaen)

"Mae'n rhaid i mi flaenoriaethu fy ngwaith gofal dros iechyd ac apwyntiadau." (Casnewydd)

Cwestiwn: "Unrhyw sylwadau am asesiadau gofalwr?"

"Prin y mae'r gweithiwr cymorth i ofalwyr yn cysylltu â mi." (Caerffili)

"Mae'r cyfleusterau ar gyfer gofal yn Sir Fynwy yn druenus." (Sir Fynwy)

“Mae'n iawn o ddydd i ddydd, ond ar ôl symud o Gasnewydd i Dorfaen, mae ein gwasanaeth seibiant wedi lleihau o 42 o nosweithiau i 28. Mae'n anodd iawn!” (Torfaen)

“Ar ôl cael llawdriniaeth ar fy mhen-glin, fydda i ddim yn gallu gofalu am fy chwaer am 6 wythnos wrth i fy mhen-glin wella. Mae ei mab yn chwilio am ofal seibiant mewn canolfan ddydd iddi ar gyfer y 6 wythnos gan y bydd hi'n mynd yn sâl eto os bydd hi ar ei phen ei hun yn ei thŷ a ddim yn bwyta nac yfed”. (Blaenau Gwent)

“Rwy'n teimlo bod Gwasanaethau Cymdeithasol Blaenau Gwent yn fy esgeuluso.”

Cwestiwn: “Os bydd angen i chi gael mynediad at wasanaethau gofal seibiant, a oes angen i chi roi cyfnod o rybudd ymlaen llaw? Os mai “Oes” oedd yr ateb i'r cwestiwn uchod, dywedwch wrthym pa ddarparwr gofal seibiant rydych yn ei ddefnyddio, a faint o rybudd mae'n rhaid i chi ei roi:”

“Rydym ni'n defnyddio Shared Lives ac mae'n rhaid i mi gadarnhau gyda'r bobl mae fy ngŵr yn aros gyda nhw fel arfer. Maent yn gofalu am bobl eraill hefyd, felly does dim lle iddo bob amser.” (Torfaen)

“Rydym yn defnyddio taliadau uniongyrchol erbyn hyn a hyd yn oed cyn hynny mewn canolfan seibiant, roedd angen rhoi dyddiadau sawl mis ymlaen llaw.” (Caerffili)

“Bwrdeistref Caerffili, Mont Claire, Coed-duon Gwneud cais bob chwarter.” (Caerffili)

“Cymaint â phosibl, oherwydd nifer y lleoedd sydd ar gael.” (Caerffili)

“Cyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili. Ddim yn siŵr o ran cyfnod o rybudd, ond pan roeddwn i'n gwybod bod angen gwasanaeth arna i, roeddwn i'n rhoi rhybudd cyn gynted â phosibl.” (Caerffili)

“Caiff ei redeg gan y cyngor. Wythnos fel arfer.” (Caerffili)

“Mae gofalwyr yn ymweld â'r cartref ddwywaith y dydd, roeddent yn arfer galw deirgwaith y dydd ond mae fy chwaer yn dod i fy nhŷ i rhwng 9.30am a 4pm bob diwrnod fel y gallaf ofalu amdani, felly nid yw gartref ar gyfer ymweliad am 12.30pm”. (Blaenau Gwent)

“Dydw i ddim yn cael gofal seibiant; Rwy'n gofalu am fy ngwraig gartref ac i gael dwy noson o seibiant i ffwrdd, mae gofalwr yn dod i aros sy'n costio tua £800”. (Sir Fynwy)

“Cefais gyfarwyddyd i holi aelodau o'r teulu am help am nad yw gofal seibiant ar gael os nad yw pethau'n ddifrifol.” (Casnewydd)

Cwestiwn: “A yw'r gwasanaethau cymorth rydych yn eu defnyddio yn addas i chi? Sylwadau: Rhowch fwy o fanylion boed yn dda neu ddim cystal”

“Mae gofal seibiant gyda thaliadau uniongyrchol yn iawn, ond nid oes unrhyw wasanaethau dydd sy'n addas i anghenion a dymuniadau fy merch.” (Caerffili)

“Mae fy mhartner yn 58 oed ac yn dioddef MS, heb weld fawr neb yn yr un sefyllfa”. (Caerffili)

“Mae amseroedd galw i gael gofal yn broblemus, ac mae angen 3 galwad y dydd arnom ni ond dim ond ar gyfer un mae gennym alwad asiantaeth ar hyn o bryd tra ein bod ni yno ar yr adegau eraill. Rydym hefyd yn gofalu am berthynas arall heb unrhyw becyn gofal.” (Caerffili)

“Methu cyflogi Cynorthwyydd Personol yn ystod y gwyliau oherwydd cyfyngiadau'r cyngor.” (Caerffili)

“Argaeledd gwael” – Caerffili

“Roedd y gwasanaeth seibiant cyntaf aeth fy mam iddo cyn y bu farw yn lleol ac yn dda. Nid oedd yr un nesaf yn dda.” (Caerffili)

“Yn addas i fy anghenion.” (Casnewydd)

“Gwybod ble i fynd a diffyg adnoddau weithiau.” (Casnewydd)

“Cafodd canolfannau dydd eu cau yn ystod COVID ac nid ydynt wedi ailagor. Mae hyn wedi cael effaith negyddol enfawr.” (Caerffili)

“Mae angen cymorth arnaf gyda'i holl apwyntiadau ysbyty, archwiliadau meddyg teulu a chasglu ei meddyginiaeth. Dydw i ddim yn cael egwyl ar y penwythnos, mae gofalu amdani yn swydd 7 diwrnod yr wythnos”. (Blaenau Gwent)

“Annigonol, ddim yn dda o gwbl a'r gwasanaethau cymdeithasol a chynghorwyr sir lleol wedi dweud ‘mae'n ddrwg gennym ni, does dim byd y gallwn ni wneud am y peth!’ Felly sut ydw i fod i ofalu am fy ngwraig ar fy mhen fy hun? Rydyn ni'n 78 oed. Roeddwn i'n aelod o'r Cyngor Iechyd Cymuned.” (Sir Fynwy)

“Dydy'r oriau ddim yn ddigon hir a ddim yn gweld ei ffrindiau.” (Caerffili)

“Dydw i ddim yn gallu cael gafael ar wasanaethau cymorth.” (Blaenau Gwent)

“Cafodd ein sefyllfa ei hanwybyddu gan y gwasanaethau cymdeithasol am ymhell dros 12 mis. Dim ond pan aethom i weld un o Gynghorwyr Bwrdeistref Torfaen am gyflwr gwael difrifol ffordd leol y dechreuodd y sgwrs am y ffaith nad oedd fy mam yng nghyfraith yn gallu mynd am dro oherwydd y ffordd. Unwaith y daeth y cynghorydd i wybod am ein sefyllfa, cawsom alwad gan y gwasanaethau cymdeithasol a chawsom ein rhoi ar restr aros am weithiwr cymdeithasol! Bu'n rhaid i ni aros am sawl mis i rywun gysylltu â ni.” (Torfaen)

Cwestiwn: “Ydych chi'n teimlo eich bod yn cael cefnogaeth gyda'ch anghenion llesiant?”

“O ddydd i ddydd, mae fy anghenion yn cael eu diwallu, ond mae colli 1/3 o'n gofal seibiant am ein bod wedi symud yn cael effaith niweidiol ar fy iechyd meddwl”. (Torfaen)

“Yn ein hardal ni, rydym yn cael ein gorfodi i ofalu am lawer mwy o oriau am nad yw canolfannau dydd yn hygyrch i lawer mwyach ac nid yw'r cymorth yn y gymuned yn addas i lawer, felly nid yw rhai yn defnyddio unrhyw wasanaethau. I'r rhai sydd yn eu defnyddio, dim ond am ychydig oriau’r dydd neu'r wythnos y gallant wneud hynny bellach yn hytrach na'r diwrnodau llawn roeddem yn arfer eu cael cyn COVID.” (Caerffili)

“Does neb yn poeni rhyw lawer am y gofalwr... y person sy'n sâl yw'r flaenoriaeth ac mae'n rhaid i mi holi am apwyntiadau gyda'r GIG a'u haildrefnu dro ar ôl tro.” (Caerffili)

“Gwael iawn.” (Caerffili)

“Mae gen i weithiwr cymorth iechyd meddwl ac rwy'n ceisio mynd i grwpiau pan fydd y plentyn yn yr ysgol.” (Caerffili)

“Gweithiwr cymdeithasol da a mynediad at wybodaeth i ofalwyr.” (Caerffili)

“Does neb erioed wedi gofyn am fy anghenion llesiant.” (Caerffili)

“Mae effaith cau canolfannau dydd yn golygu mai ychydig iawn o amser sydd gen i i ofalu am fy llesiant fy hun am fy mod i'n gwbl ymrwymedig i ofalu.” (Caerffili)

“Cael cymorth drwy Barnardo’s.” (Casnewydd)

“Rwy'n cefnogi fy hun.” (Casnewydd)

“Ddim o gwbl. Mewn adroddiadau gan y Meddyg Teulu, Nyrsys Ardal, Gwasanaethau Cymdeithasol, Iechyd Galwedigaethol ac ati, does dim sôn amdana i, dim sôn am ofalwr di-dâl.” (Sir Fynwy)

“Nid yw anghenion fy mab a fy anghenion i fel gofalwr yn cael eu diwallu o gwbl hyd yn hyn.” (Casnewydd)

“Rwy'n dibynnu ar fy nghymdogion i siopa i mi.” (Blaenau Gwent)

“Rwy'n cael cymorth da gan fy ngwaith a fy nheulu; ond nid oes digon o gymorth na gwybodaeth am gymorth ar gael i mi yn ein hardal yn fy marn i.” (Torfaen)

“Cafodd fy mam yng nghyfraith ddiagnosis o ddementia tua 3 blynedd yn ôl. Rydw i wedi gofyn am wybodaeth am y clefyd hwn ac wedi cael fy nghyfeirio at wefannau neu wedi cael taflenni ond, i fod yn onest, dyw'r un o'r rhain yn cynnig y wybodaeth fanwl sydd ei hangen arnom. Er enghraifft, ofn cael dŵr ar ei hwyneb, neu'r ffaith ei bod yn byw ar fwydydd melys ond rhywsut wedi colli 2 stôn mewn pwysau mewn llai na 12 mis”. (Torfaen)

“Ni wnaiff y gwasanaethau cymdeithasol fy helpu i gyrraedd y gymuned, felly alla i ddim gadael fy myngalo ar fy mhen fy hun.” (Blaenau Gwent)

Cwestiwn: Beth yw eich profiad cyffredinol o gael cymorth i ofalwyr?

“Rwy'n rhiant sy'n ofalwr, dydw i ddim yn gwybod pa gymorth sydd ar gael i mi ac, a dweud y gwir, dydy'r egni emosiynol ddim gen i i chwilio amdano fy hun. Rwy'n amau bod llawer o ofalwyr sy'n aelodau o'r teulu yn "bwrw ati" a ddim yn ystyried eu bod yn "ofalwyr" mae'n debyg ac

felly ddim yn gwybod am gymorth sydd ar gael nac yn ystyried gofyn." (Caerffili)

"Nawr fy mod wedi dod o hyd i leoliad addas ar gyfer sgiliau byw annibynnol i fy merch, does dim help gyda thrafnidiaeth am nad yw hi dan 19 oed mwyach. Mae gen i anableddau fy hun ac mae'n anodd ei chludo yno ac yn ôl. Byddai hyn yn gwneud gwahaniaeth enfawr i fy iechyd." (Caerffili)

"Dim asesiadau gofalwr wedi'u cwblhau." (Caerffili)

"Nid yw pob un o'r opsiynau uchod yn ffitio i mewn i'r categori sydd ei angen arnaf." (Caerffili)

"Mae ein hawdurdod lleol yn honni ei fod yn agored ac yn dryloyw ond, yn fy marn i, mae'n dwyllodrus ac yn amharod i ateb. Mae'n ymddangos ei fod wedi pennu camau i gyflawni ei nodau, gan honni ei fod yn cynnwys gofalwyr ond, mewn gwirionedd, mae ein lleisiau yn cael eu mygu." (Caerffili)

"Dydw i ddim yn gyrru a does dim mynediad gen i – mae angen car arna i." (Casnewydd)

"Mae'r system gofal cymdeithasol yn Sir Fynwy naill ai'n anghytbwys neu mae angen ei hailwampio'n llwyr gan gynnwys adeiladu'r cartref gofal 'newydd' yn y Grug (a gynlluniwyd yn 2017) ac archwiliadau manylach o bob cartref gofal yn Sir Fynwy, gan gynnwys cartref gofal Cyngor Sir Fynwy ei hun yng Nghas-gwent". (Sir Fynwy)

"Rydw i wedi cysylltu â llawer o wasanaethau a gwasanaethau cymdeithasol, ond dim cymorth hyd yn hyn." (Casnewydd)

"Dal i chwilio am ofal i fy chwaer pan fyddaf yn cael llawdriniaeth ar fy mhen-glin, ac ar ôl hynny am 6 wythnos o ofal dydd". (Blaenau Gwent)

"Ar yr olwg gyntaf, mae'n ymddangos bod llawer o gymorth i ofalwyr, ond pan fyddwch yn edrych yn agosach, ychydig iawn o help ymarferol sydd ar gael. Dydw i ddim awydd cael gwneud fy ewinedd na chael paned a "sgwrs"! Rydw i eisiau help ymarferol fel rhoi cawod i fy mam yng nghyfraith, cael help gyda'i gardd, gwneud yn siŵr bod y biniau cywir yn cael eu rhoi allan ar gyfer casgliadau sbwriel, help i'w hannog i fwyta prydau addas. Yn bwysicach fyth, help i geisio deall a wnaeth yr hyn mae hi'n ei ddweud wrthyf ddigwydd go iawn, felly mwy o help i ddeall sut mae'r clefyd yn datblygu." (Torfaen)

Cwestiwn: A oes unrhyw wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol y teimlwch sydd eu hangen arnoch, nad ydynt ar gael i chi nawr?

“Gwelliant enfawr i wasanaethau AAC plant (cyfathrebu amgen a chynyddol).” (Caerffili)

“Help gyda thrafnidiaeth pan fyddwn yn dod o hyd i weithgareddau gwasanaethau dydd amgen gan nad oes canolfannau dydd ar gael bellach a pheidio â chael ein gorfodi i ddefnyddio cymorth yn y gymuned neu beidio â chael unrhyw wasanaethau.” (Caerffili)

“Cynlluniau gwyliau â chymorth i'n plant anabl. Mae hyn yn galluogi'r plentyn i fynd hebof fi, aros mewn rhyw fath o drefn ddyddiol ac rwy'n cael rhywfaint o seibiant.” (Caerffili)

“Dim gwasanaethau canolfan ddydd.” (Caerffili)

“Does neb erioed wedi dweud wrthyf beth sydd ar gael ac a oes eu hangen arnaf ar gyfer fy nhad. I egluro, fi oedd prif ofalwr fy mam nes y bu farw 3 blynedd yn ôl a, nawr, rwy'n gofalu am fy nhad ers iddo gael problemau iechyd”. (Caerffili)

“Canolfannau dydd.” (Caerffili)

“Yn fy iaith i, rwy'n siarad Pwnjabeg – dydw i ddim yn siarad llawer o Saesneg.” (Casnewydd)

“Gofal seibiant a gofal plant.” (Casnewydd)

“Canolfan ddydd.” (Caerffili)

“Edrychwch ar fy atebion blaenorol, mae'r system yn Sir Fynwy ar chwâl, nid fy ngeiriau i, ond barn gweithwyr cymdeithasol, meddygon, cynghorwyr sir ac ati.” (Sir Fynwy)

“Beth bynnag sydd ar gael. Cymorth iechyd meddwl, cwnsela, seibiant, gweithwyr cymorth ac ati." (Casnewydd)

“Egwyl i ofalwyr oherwydd dydw i ddim yn cael unrhyw seibiant i ofalu amdanaf fi fy hun.” (Blaenau Gwent)

“Gofalwyr i ddod i gartref fy mam i wneud yn siŵr ei bod yn codi, yn ymolchi ac yn cael brecwast. Mae fy mam yng nghyfraith yn gwrthod mynd allan i unrhyw le. Rydym yn cael trafferth mynd â hi i apwyntiadau

meddygol felly nid yw mynd i glybiau cinio neu glybiau cymdeithasol yn bosibl. Unrhyw bryd rydym wedi ceisio gwneud hynny mae hi'n esgus ei bod yn sâl, fel poen yn ei bol." (Torfaen)

Cwestiwn: A yw Covid-19 wedi effeithio ar eich mynediad at wasanaethau cymorth iechyd a gofal cymdeithasol?

"Mae canolfan ddydd Headway wedi cwtogi ei horiau agor. Roedd yn arfer bod yn 10:00 - 16:00 ond nawr mae'n cau am 15:00 sy'n anghyfleus i'r rhan fwyaf o gwmnïau tacsi. Felly mae'n rhaid i fy ngŵr adael am 14:00". (Torfaen)

"Mae rhywfaint o oedi wedi bod gyda gwasanaethau offthalmoleg a gwasanaethau iechyd meddwl, ond mae darparu rhai apwyntiadau ar-lein ar gyfer CAMHS wedi bod o fudd i ni, mae'r rhain wedi bod yn fanteisiol i'r plentyn." (Caerffili)

"Mae gwasanaethau dydd wedi cael eu lleihau yn sylweddol! Mae pobl yn gorfod rhoi'r gorau i weithio neu roi eu hanwyliaid mewn gwasanaeth gofal preswyl oherwydd yr oriau ychwanegol o ofal sydd wedi'u gorfodi arnom o ganlyniad i gwtogi gwasanaethau dydd." (Caerffili)

"Dim gwasanaethau canolfan ddydd." (Caerffili)

"Mae llai o grwpiau cymorth wyneb yn wyneb ac nid ydynt yn hygyrch." (Casnewydd)

"Pob gwasanaeth. Canolfannau dydd yn bennaf." (Caerffili)

"Mae'n anoddach cael gael gafael ar wasanaethau am fod ôl-groniad." (Casnewydd)

"Ddim yn gwybod at bwy i droi." (Casnewydd)

Sylwadau eraill am eich profiadau o gael mynediad at gymorth gwasanaethau iechyd a gwasanaethau cymdeithasol:

"Mae'r gwasanaethau cymdeithasol wedi gwneud toriadau eithafol i wasanaethau dydd ond nid ydynt yn ddefnyddiol. Yn ein hachos penodol ni, cafodd fy merch ei gadael ar ei phen ei hun yn y gymuned pan oedd

allan am ychydig oriau gyda gweithiwr cymorth. Allwch chi ddim ei gadael ar ei phen ei hun! Dydw i ddim yn ymddiried yn y gwasanaeth mwyach ac ni fyddaf byth yn ei ddefnyddio eto yn amlwg. Ni fydd y gwasanaethau cymdeithasol yn cynnig unrhyw beth arall, dim ond ailadrodd y gall fy merch gael yr un gwasanaeth eto pan fyddaf yn fodlon ei hanfon. Rydw i wedi cofrestru fy merch ar gwrs sgiliau byw annibynnol diogel iawn mewn coleg ond mae angen help gyda thrafnidiaeth a hebryngwr ond i gael gwybod na fyddant yn helpu am ei bod hi dros 19 oed. Roedd angen yr help hwnnw arni i gyrraedd yr ysgol ac nid yw ei anghenion wedi newid. Mae'n anghywir nad yw polisïau newydd wedi cael eu llunio i helpu'r rheini sydd angen i gymorth dydd amgen fod yn fwy hygyrch. Roeddwn i'n meddwl mai'r nod oedd sicrhau bod gwasanaethau dydd yn canolbwyntio mwy ar yr unigolyn. Nid yw fy merch yn defnyddio arian o'r gronfa gwasanaethau dydd, felly pam na ellir rhoi'r arian hwnnw tuag at ei thrafnidiaeth a fydd, yn ei dro, yn helpu gyda fy anableddau a'm hiechyd fy hun?" (Caerffili)

"Er fy mod yn gweithio fel gweithiwr cymdeithasol fy hun, mae wedi bod yn eithaf anodd ymdrin â'r system gofal cymdeithasol. Wnes i wir ddim ystyried yr effaith y mae bod yn ofalwr yn ei chael ar fywyd y teulu a gwaith. Rydw i wedi gorfod cymryd amser i ffwrdd o'r gwaith er mwyn diwallu anghenion perthynas." (Caerffili)

"Mae'r diffyg gwasanaethau canolfan ddydd yn cael effaith andwyol iawn ar y gofalwr a'r unigolyn sy'n derbyn gofal." (Caerffili)

"Mae'n anoddach cael gafael ar bopeth ac mae hyn yn gwneud i mi amau bod llawer o wasanaethau yn cael eu newid a bod hyn wedi cael ei wneud yn ddirgel dan gysgod Covid." (Caerffili)

"Ddim yn gwybod ble i fynd a phwy all helpu. Nid yw'r awdurdod lleol yn gwneud digon i gyfeirio ac mae diffyg ymddiriedaeth yn yr awdurdod lleol, agweddau negyddol a'r system yn esgeuluso'r gweithwyr cymdeithasol sydd ei angen arno er mwyn darparu cymorth – defnyddio pŵer a chamfanteisio ar y plant mwyaf agored i niwed y dylent fod yn sicrhau eu budd pennaf. Mae'r system yn esgeuluso plant." (Casnewydd)

"Mae gofal cymdeithasol yn Sir Fynwy yn warthus. Fel gofalwr di-dâl ers dros 5 mlynedd, pe bawn i'n cael fy nhalu £11 yr awr am ofal 24 awr, sef beth rwy'n ei wneud, rydw i wedi arbed dros £443,000 i'r awdurdodau lleol". (Sir Fynwy)

“Aeth y gweithiwr cymdeithasol yn groes i adroddiad gofal yr ysbyty gan ddweud y gellir ei gadael ar ei phen ei hun er i'w meddyg teulu a staff nyrsio ddweud nad yw'n ddiogel ei gadael ar ei phen ei hun.” (Casnewydd)

“Fel y nodwyd yn flaenorol, ni wnaeth unrhyw un gymryd sylw o'n problemau nes i Gynghorydd ddod i wybod am ein sefyllfa. Mae'r ffaith bod gennym ddau berthynas arall rydym hefyd yn gorfod gofalu amdanynt – mae gan un ddementia fasgwlaidd, ond mae'r gwasanaethau cymdeithasol wedi penderfynu bod yr unigolyn hwnnw'n gymwys, ac mae gan y llall anawsterau dysgu – yn gwneud i mi deimlo nad oes gan y gwasanaethau cymdeithasol unrhyw syniad sut i drefnu cymorth i'r bobl hyn. Rwy'n gwerthfawrogi bod arian yn broblem, ond mae Torfaen yn gwastraffu cymaint o arian a allai gael ei wario ar ofal cymdeithasol. Hefyd, mae problemau o ran arweinyddiaeth. Mae angen newid diwylliant yn y gwasanaethau cymdeithasol er mwyn sicrhau bod yr adran yn cael ei rhedeg mewn ffordd fwy effeithlon ac effeithiol. O ran gwasanaethau iechyd, heblaw am broblemau wrth geisio cael apwyntiad gyda meddyg teulu, a'r oedi gyda llawdriniaethau cataract, i'r graddau y gallai fy mam yng nghyfraith golli ei golwg yn ei llygad yn barhaol, mae'r meddyg yn rhoi diagnosis o ddementia i gleifion ond yna nid oes apwyntiadau dilynol i fonitro datblygiad y clefyd. Gallwn fynd ymlaen. Eto, mae pob un ohonom yn gwybod nad yw'r GIG wedi cael ei ariannu'n ddigonol am flynyddoedd, ond lle mae'r arweinyddiaeth sy'n annog pobl i feddwl am ffyrdd creadigol o fynd i'r afael â'r problemau hyn fel bod y system yn gweithio'n fwy effeithlon ac effeithiol i gleifion?" (Torfaen)

“Rwy'n deall y pwysau am fy mod yn arfer gweithio yn y sector, ond rwy'n teimlo fy mod wedi cael fy esgeuluso gan y gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol.” (Blaenau Gwent)

UCHAFBWYNTIAU

Yn gyffredinol, mae adborth pobl yn ein harolwg yn awgrymu yr hoffent gael mwy o gymorth yn eu cymuned, boed hynny'n ganolfannau dydd neu'n wasanaethau seibiant. Drwy gydol yr adroddiad hwn, nodwyd themâu yr hoffem dynnu sylw atynt:

a) Cafwyd sylwadau cyffredin am ganolfannau dydd yn y gymuned ac effaith y pandemig arnynt, yn enwedig yng Nghaerffili.

b) Nid oedd 19 o bobl wedi cwblhau asesiad gofalwr, ac nid oedd pump ohonynt yn gwybod y gallent gael un.

c) Pobl ddim yn teimlo eu bod yn cael eu cefnogi gyda'u hanghenion llesiant.

d) Sylwadau pobl gyda'u profiadau unigol o fod yn ofalwr a sut mae cael gafael ar wasanaethau yn effeithio arnynt.

Atodiad 2 – Canlyniadau'r Arolwg o Gydraddoldeb ac Amrywiaeth

Nifer y bobl a lenwodd y cwestiynau Cydraddoldeb ac Amrywiaeth: 16

Beth yw eich iaith o ddewis?	
Saesneg	Arall
15	1

Gyda pha ryw ydych chi'n uniaethu?				
Dyn/bachgen	Menyw/merch	Di-ddeuaidd	Arall	Mae'n well gen i beidio â dweud
2	11	1	1	1

Ydych chi'n ystyried eich hun yn berson traws?		
Ydw	Nac ydw	Mae'n well gen i beidio â dweud
	15	1

Beth yw eich cyfeiriadedd rhywiol?			
Anrhywiol	Deurywiol	Hoyw	Lesbiaidd
	1		1
Heterorywiol/Syth	Panrywiol	Arall	Mae'n well gen i beidio â dweud
11	1	1	

Mis a Blwyddyn Geni					
Ionawr 1960 – 90	Chwefror 1940-50	Mawrth 1950-80	Ebrill	Mai	Mehefin
3	1	2			
Gorffennaf 1950-2010	Awst 1970-90	Medi 2000-10	Hydref	Tachwedd 1970-80	Rhagfyr 1970-85
2	2	1		1	2
Amrywiol 1980-90					
1					

Beth yw eich ethnigrwydd?				
Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig				
Bangladeshaidd	Tsieineaidd	Indiaidd	Pacistanaidd	Arall
		1	1	

Du neu Ddu Prydeinig		
Affricanaidd	Caribïaidd	Arall

Cymysg			
Asiaidd a Gwyn	Du Affricanaidd a Gwyn	Du Caribïaidd a Gwyn	Arall

		1	

Gwyn			
Cymreig/Seisnig/Albanaidd/Gwyddelig Gogledd Iwerddon/Prydeinig	Sipsi neu Deithiwr Gwyddelig	Gwyddelig	Arall
12			

Grŵp ethnig arall		
Arabaidd Unrhyw grŵp arall	Mae'n well gen i beidio â dweud	Arall
	1	

Beth yw eich crefydd neu gred?				
Bwdhaeth	Cristnogaeth	Hindŵaeth	Islam	Iddewiaeth
	2		1	
Siciaeth	Anffyddiaeth	Dim crefydd	Mae'n well gen i beidio â dweud	Arall
		6	1	3

Ydych chi'n ystyried eich hun ag anabledd?		
Ydw	Nac ydw	Mae'n well gen i beidio â dweud
9	7	

Ydych chi'n gofalu am, neu'n rhoi unrhyw help neu gefnogaeth i aelod o'r teulu, ffrind neu gymydog oherwydd anabledd corfforol tymor hir, anhawster dysgu, afiechyd meddwl neu broblemau sy'n gysylltiedig ag oedran?		
Ydw	Nac ydw	Mae'n well gen i beidio â dweud
14	1	

Ydych chi'n feichiog ar hyn o bryd neu a ydych chi wedi bod yn feichiog yn ystod y flwyddyn ddiwethaf?		
Ydw	Nac ydw	Mae'n well gen i beidio â dweud
	16	

Pa un o'r canlynol sy'n disgrifio eich statws ariannol orau?	
Mae gen i fwy na digon ar gyfer angenrheidiau, a swm mawr o incwm gwario, y gallaf arbed neu wario ar unrhyw beth ychwanegol neu hamdden	1
Mae gen i fwy na digon ar gyfer angenrheidiau sylfaenol, a swm bach o incwm gwario, y gallaf ei arbed neu ei wario ar unrhyw beth ychwanegol neu hamdden	4
Mae gen i ddigon ar gyfer angenrheidiau sylfaenol a fawr ddim arall	7
Does gen i ddim digon ar gyfer angenrheidiau sylfaenol ac weithiau rhedeg allan o arian	3
Dwi ddim yn gwybod/ well gen i beidio â dweud	1

Atodiad 3

Asesiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb

Cwblhewch y tabl canlynol er mwyn nodi a fydd polisi/gweithgarwch/adroddiad Llais yn cael effaith andwyol, gadarnhaol neu wahaniaethol ar y grwpiau canlynol, neu na fydd yn cael unrhyw effaith o gwbl.

Effaith	**Dim**	**Negyddol**	**Cadarnhaol**	**Sylwadau**
Nodweddion gwarchodedig				
Oedran	X			
Anabledd	X			
Rhyw	X			
Hil	X			
Crefydd/Credoau	X			
Cyfeiriadedd Rhywiol	X			
Ailbennu Rhywedd	X			
Priodas a Phartneriaeth sifil	X			
Beichiogrwydd a Mamolaeth	X			
Nodweddion eraill i'w hystyried				
Y Gymraeg			X	Mae adroddiadau ac arolygon ar gael ac yn cael eu cyhoeddi'n ddwyieithog
Ieithoedd eraill		X		Gellir cyhoeddi adroddiadau ac arolygon yn yr iaith ofynnol ar gais
Hawliau Dynol	X			
Lefel tlodi	X			
Unigolion â dibynyddion	X			
Poblogaeth wledig	X			
Cymunedau Sipsiwn, Roma a Theithwyr	X			

Unigolion sy'n ei chael hi'n anodd defnyddio technoleg ddigidol	X			

Asesiad risg

A oes unrhyw risgiau'n codi wrth roi'r polisi hwn ar waith? Dd/G
Pa fesurau sydd ar waith i reoli neu ddileu'r risgiau hyn? Dd/G
Y Gymraeg Mae'r ddogfen hon/polisi/adroddiad hwn wedi'i hasesu/asesu yn unol â'n gofynion o ran y Gymraeg ar gyfer safonau: 37,38 69,70,71 Wrth benderfynu ar yr effaith, gallwn ddangos y canlynol: Mae pob dogfen gyhoeddus gan Llais ar gael yn Gymraeg ac yn Saesneg. Mae Llais yn cynnal Asesiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb ar gyfer pob dogfen gyhoeddus ac yn eu nodi fel eitem gadarnhaol i'w chyfieithu i'r Gymraeg. **Canlyniad** Effaith gadarnhaol – Safonau 37, 38 – Caiff pob dogfen gyhoeddus ei llunio a'i chyhoeddi'n ddwyieithog yn Gymraeg ac yn Saesneg. Safonau 69-71 – Rydym yn cynnal Asesiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb ar gyfer pob dogfen gyhoeddus ac yn eu nodi fel eitemau cadarnhaol i'w cyfieithu i'r Gymraeg. Effaith Negyddol – Dim