Ymateb Llais i'r Strategaeth Genedlaethol Ddrafft ar gyfer Gofalwyr Di-dâl 2026

Am Llais

Llais yw'r corff annibynnol sy'n adlewyrchu barn ac yn cynrychioli buddiannau pobl sy'n byw yng Nghymru yn eu gwasanaethau Gwasanaeth Iechyd Gwladol (GIG) a gofal cymdeithasol.

Rydym yn gweithredu'n lleol, yn rhanbarthol ac yn genedlaethol. Rydym yn gweithio gyda phobl a chymunedau ym mhob rhan o Gymru fel y gellir clywed llais pawb, a'i ddefnyddio, i yrru cynllunio, dylunio, datblygu a darparu gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol i bawb. Rydym, yn:

- estyn allan i glywed gan bobl yn ein cymunedau lleol drwy raglen barhaus o weithgareddau ymgysylltu. Rydym yn gwneud hyn fel bod pobl yn gwybod ac yn deall am yr hyn a wnawn, ac i gasglu eu barn a'u profiadau o wasanaethau'r GIG a gofal cymdeithasol. Rydym yn gwneud hyn mewn sawl ffordd, wyneb yn wyneb ac yn ddigidol, gan gynnwys ymweld â lleoedd lle mae pobl yn derbyn gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol.

- defnyddio'r hyn a glywn i helpu gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol i ddeall yn well sut mae'r rhai ohonom a allai fod angen gwasanaethau, ac sy'n eu defnyddio, yn meddwl bod gwasanaethau'n diwallu eu hanghenion, yn y ffordd sydd bwysicaf iddyn nhw. Rydym yn helpu i sicrhau bod y GIG a gwasanaethau gofal cymdeithasol yn cymryd camau i wella pethau lle mae angen hyn.

  Mae hyn yn cynnwys gweithio gydag arweinwyr gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol pan fyddant yn ystyried gwneud newidiadau i'r ffordd y darperir gwasanaethau, fel bod pobl a chymunedau yn cael dweud eu dweud o'r cychwyn cyntaf.

- darparu gwasanaeth eiriolaeth cwynion sy'n rhad ac am ddim, yn annibynnol ac yn gyfrinachol i helpu pobl i godi eu pryderon am wasanaethau iechyd a chymdeithasol.

Rydym wedi bod yn gweithredu yng Nghymru ers 1 Ebrill 2023. Mae ein hymateb yn adlewyrchu'r hyn a glywsom yn uniongyrchol a thrwy eraill, yn enwedig gan bobl:

- sydd wedi ymgysylltu â ni mewn digwyddiadau rhanbarthol a chenedlaethol
- sydd wedi defnyddio ein gwasanaeth eiriolaeth cwynion i godi pryder am eu profiad.

Mae ein dealltwriaeth hefyd yn cael ei harwain gan Egwyddorion y Bobl, a ddatblygwyd gan Llais yn dilyn sgwrs genedlaethol a oedd yn cynnwys miloedd o bobl yng Nghymru.

Cwestiwn 1: A ydych chi'n cytuno mai'r wyth blaenoriaeth a amlinellir yn y strategaeth ddrafft ar dudalen 1 yw'r blaenoriaethau cywir?

Ydyn.

O fis Gorffennaf i fis Tachwedd 2025, bu Llais yn cymryd rhan mewn sgwrs Cymru gyfan gyda miloedd o bobl drwy ddigwyddiadau cenedlaethol a chymunedol, sgyrsiau un i un a thrwy rwydweithiau a chymdeithasau iechyd a gofal cymdeithasol.

Roedd hwn yn gyfle i bobl ledled Cymru rannu eu barn a'u profiadau o iechyd a gofal cymdeithasol fel rhan o'r prosiect Yr Iechyd a Gofal Cymdeithasol a Garem.

Fe wnaethon ni siarad â phobl sy'n jyglo arosiadau amhosibl, gofalwyr sy'n cael eu hymestyn i'r pwynt o dorri, a phobl a ddywedodd wrthym

beth sy'n eu cadw i fynd, beth sy'n eu rhwystro, a beth maen nhw eisiau bod yn wahanol.

Neges graidd a redodd drwy bopeth a rannodd pobl gyda ni oedd; mae pobl eisiau system iechyd a gofal cymdeithasol sy'n eu trin fel bodau dynol, nid rhifau.

Mae ein hadroddiad A Garem yn seiliedig ar yr hyn a ddywedodd pobl Cymru wrthym am yr hyn sydd bwysicaf i ddyfodol iechyd a gofal cymdeithasol. Daeth 8 Egwyddor y Bobl yn uniongyrchol o'u profiadau.

Mae'r wyth blaenoriaeth yn cyd-fynd â'r hyn y mae gofalwyr di-dâl ledled Cymru yn ei ddweud wrthym bob dydd. Maen nhw'n ymdrin â'r materion mwyaf: cael eu cydnabod, gallu cael mynediad at gymorth pan fo angen, cael seibiant, llywio pwysau ariannol, cydbwyso gofalu â gwaith neu ysgol, a chael eu cynnwys yn briodol mewn cynllunio a gwneud penderfyniadau.

Mae'r blaenoriaethau hefyd yn cysylltu'n gryf ag Egwyddorion y Bobl. Mae hyn yn bwysig oherwydd ei fod yn golygu bod y Strategaeth wedi'i gwreiddio yn yr hyn y mae pobl yn dweud eu bod ei angen gan wasanaethau: cymorth hygyrch, triniaeth barchus, diweddariadau gonest, llwybrau cydlynol, cymorth amserol (gan gynnwys wrth aros), cydnabyddiaeth o'r person cyfan, cymorth i fyw'n annibynnol, a mynediad teg i bawb.

Byddem yn annog y Strategaeth derfynol i wneud yr aliniad hwn yn glir, fel bod Egwyddorion y Bobl yn dod yn safon gyson ar gyfer gweithredu ac atebolrwydd ledled Cymru.

Cwestiwn 2: Oes unrhyw beth hoffech chi ei rannu am unrhyw un o'r blaenoriaethau a restrir uchod?

1. Cydnabyddiaeth ac ymwybyddiaeth

Mae angen pwyslais cryf ar hyfforddiant ac e-ddysgu. Yn aml, mae gofalwyr yn dweud wrthym eu bod yn teimlo'n anweledig mewn lleoliadau iechyd a gofal, felly mae adnabod cyson ar draws y GIG, gofal cymdeithasol a gwasanaethau cyhoeddus ehangach yn hanfodol. Mae'r ymrwymiad i gofnodi gofalwyr mewn systemau ysbytai yn arbennig o bwysig, gan fod hyn yn helpu i sicrhau bod pobl yn cael eu cydnabod yn gynnar ac nad ydynt yn cael eu hanwybyddu.

O safbwynt Egwyddorion y Bobl, nid gwaith papur yn unig yw cydnabyddiaeth. Mae'n ymwneud ag **urddas a pharch** a **gofal sy'n cydnabod y person cyfan**. Mae gofalwyr eisiau cael eu gwrando arnynt, eu credu, a'u trin fel partneriaid mewn gofal, gyda'u hanghenion a'u cyfyngiadau eu hunain yn cael eu cydnabod.

Pan fydd gwasanaethau'n nodi gofalwyr yn gynnar ac yn gyson, mae'n llawer haws eu cynnwys, cyfathrebu â nhw'n onest, a'u cefnogi i gynnal gofalu'n ddiogel.

Rhaid i gydnabyddiaeth fod yn gymwys yn ddiwylliannol hefyd. Mae gofalwyr o gymunedau lleiafrifoedd ethnig, mudwyr a Sipsiwn/Teithwyr yn aml yn dweud eu bod yn teimlo eu bod yn cael eu camddeall, ac mae llawer yn brin o fynediad at gyfieithwyr. Byddai mwy o ymrwymiad i gymhwysedd diwylliannol a mynediad clir at gyfieithwyr, gan gynnwys laith Arwyddion Prydain, yn gwneud adnabod yn decach.

2. Mynediad at wasanaethau

Mae gofalwyr yn dal i wynebu arosiadau hir am asesiadau a dilyniant anghyson. Rydym yn cytuno â'r ffocws ar wybodaeth gyson yn genedlaethol a gwell sicrwydd ansawdd. Bydd hyn yn helpu i gau'r bwlch rhwng yr hyn y mae gofalwyr yn gymwys i'w gael a'r hyn maen nhw'n ei brofi.

Mae Egwyddorion y Bobl yn glir bod **yn rhaid i fynediad weithio i bawb** . Gall aros hir, rhwystrau digidol a chyfathrebu gwael wthio gofalwyr i argyfwng yn gyflym a thanseilio eu gallu i ymdopi.

Mae allgau digidol yn broblem wirioneddol. Ni all llawer o ofalwyr ddefnyddio systemau ar-lein yn hawdd. Rhaid i wasanaethau bob amser gynnig llwybrau nad ydynt yn ddigidol, fel cymorth dros y ffôn a chymorth wyneb yn wyneb. Dylid dylunio offer digidol gyda gofalwyr, gan gynnwys y rhai sydd â nam ar y synhwyrau neu hyder cyfyngedig ar-lein.

Nid yw mynediad yn ymwneud â chymhwysedd yn unig. Mae'n ymwneud â pha mor hawdd yw cael cefnogaeth sy'n diwallu angen mewn gwirionedd. Mae gwybodaeth deg, hygyrch a llwybrau symlach yn cyd-fynd â'r hyn y dywedodd pobl wrthym y dylai system ddynol edrych fel.

Mae'r flaenoriaeth hon hefyd yn cysylltu'n gryf â **chyfathrebu clir a gonest.** Mae angen gwybodaeth mewn iaith glir ar ofalwyr am yr hyn y gallant ei ddisgwyl, pa mor hir y bydd yn ei gymryd, a pha gefnogaeth sydd ar gael tra byddant yn aros.

Mae llawer o ofalwyr hefyd yn dweud wrthym fod trafnidiaeth yn rhwystr mawr, yn enwedig mewn ardaloedd gwledig neu led-wledig. Os na all gofalwyr deithio'n hawdd i apwyntiadau, asesiadau, grwpiau cymorth neu seibiant, cânt eu heithrio'n effeithiol o'r cymorth y dylent ei dderbyn. Gall problemau trafnidiaeth hefyd gynyddu unigedd a'i gwneud hi'n anoddach i ofalwyr ofalu am eu hiechyd a'u lles eu hunain.

3. Gofalwyr ifanc

Mae'r ffocws ar gynnwys gofalwyr ifanc mewn gwneud penderfyniadau a gwella cydnabyddiaeth ar draws ysgolion a cholegau yn cyd-fynd yn dda â'r hyn y mae gofalwyr ifanc yn dweud wrthym sydd ei angen arnynt.

Gall gofalu gael effaith enfawr ar addysg a chyfleoedd bywyd person ifanc. Mae llawer yn colli allan ar weithgareddau ar ôl ysgol, digwyddiadau cymdeithasol ac amser gyda ffrindiau oherwydd eu bod yn cefnogi rhiant, brawd neu chwaer neu daid a nain gartref.

Yn aml, mae pobl ifanc yn disgrifio'r teimlad bod eu dewisiadau yn y dyfodol eisoes yn gyfyngedig ymhell cyn iddynt gyrraedd oedolaeth. Gall y cyfleoedd a gollwyd hyn effeithio ar hyder, iechyd meddwl a rhagolygon hirdymor.

Bydd adnabod yn gynnar o fewn ysgolion a cholegau a sicrhau y gall gofalwyr ifanc gael mynediad at gymorth wedi'i deilwra ar adegau pontio allweddol yn hanfodol os ydynt am gael yr un cyfleoedd â'u cyfoedion.

Mae hyn yn cysylltu'n uniongyrchol ag Egwyddorion y Bobl ynghylch **urddas a pharch**, **cyfathrebu clir,** ac **ymateb i'r person cyfan**. Mae gofalwyr ifanc yn aml yn dweud wrthym eu bod eisiau cael eu gwrando arnynt, eu credu, a'u trin â dealltwriaeth.

Rydym hefyd yn clywed gan ofalwyr ifanc am lefelau uchel o bryder, unigrwydd a straen emosiynol sy'n gysylltiedig â'r cyfrifoldebau sydd ganddynt. Mae mynediad at gymorth iechyd meddwl drwy fframwaith NEST yn bwysig, ond rhaid iddo fod ar gael yn gyson ledled Cymru.

Mae hon yn broblem amlwg **o ran gofal a chymorth amserol wrth aros**. Pan fydd oediadau'n digwydd, mae angen cefnogaeth wirioneddol a chyfathrebu rheolaidd ar ofalwyr ifanc, nid dim ond cyfeirio.

4. Anhawster ariannol

Mae'r camau gweithredu'n adlewyrchu'r hyn y mae gofalwyr yn ei ddweud wrthym am incwm isel, costau ychwanegol ac anawsterau wrth lywio budd-daliadau. Mae llawer o ofalwyr yn dal ddim yn gwybod pa gefnogaeth y gallant ei chael, felly mae cyfathrebu cliriach a mwy rhagweithiol yn hanfodol.

Mae llawer o ofalwyr yn disgrifio torri'n ôl ar hanfodion fel bwyd, gwresogi a chludiant er mwyn parhau i ofalu. Mae rhai yn colli prydau

bwyd neu'n dibynnu ar ddyled. Mae costau byw cynyddol yn gwthio llawer i'r pwynt o dorri. Mae hyn yn dangos yr angen am gefnogaeth ariannol gryfach, hirdymor, nid ymgyrchoedd ymwybyddiaeth yn unig.

Yn aml, mae gofalwyr sy'n profi caledi ariannol yn teimlo eu bod yn cael eu hanghofio neu eu barnu. Mae Egwyddorion y Bobl ar **wasanaethau cynhwysol, hygyrch a theg** ac **urddas a pharch** yn berthnasol iawn. Dylai cefnogaeth fod yn dosturiol, yn rhagweithiol, ac yn hawdd i'w defnyddio. Mae cyfathrebu clir ynghylch hawliau yn hanfodol ar gyfer urddas ac annibyniaeth.

5. Cyflogaeth â thâl

Mae llawer o ofalwyr yn dweud eu bod wedi colli cyfleoedd gyrfa neu wedi gorfod lleihau oriau oherwydd eu rôl ofalu. Mae rhai yn teimlo eu bod wedi'u dal mewn gwaith â chyflog is neu waith nad yw'n rhoi boddhad. Mae eraill yn gadael gwaith oherwydd nad ydyn nhw'n teimlo eu bod nhw'n cael eu cefnogi.

Mae hyn yn cael effeithiau hirdymor, gan gynnwys cyfraniadau pensiwn is a phryder ynghylch diogelwch ariannol yn ddiweddarach mewn bywyd.

Rydym yn cytuno â gwella ymwybyddiaeth cyflogwyr a sicrhau bod cynlluniau gofal yn ystyried dymuniad gofalwr i weithio. Rhaid cefnogi hyn gan ofal amnewid dibynadwy.

Mae hyn yn cysylltu ag Egwyddorion y Bobl ynglŷn â **chefnogaeth sy'n galluogi annibyniaeth** a **chyfathrebu clir a gonest**.

Yn aml, mae gofalwyr yn teimlo eu bod wedi’u gorfodi allan o waith, sy’n tanseilio’r ddau. Rhaid iddyn nhw gael y gefnogaeth sydd ei hangen arnyn nhw - gofal amgen, llwybrau cyflogaeth hyblyg a chyfathrebu gonest am hawliau - fel bod gweithio'n parhau i fod yn opsiwn go iawn.

Rhaid i wasanaethau drin gwaith fel rhan bwysig o fywyd gofalwr, yn enwedig lle mae cyflogaeth yn cefnogi lles a sefydlogrwydd ariannol.

6. Gofal amnewid (seibiant) a seibiannau o ofalu

Rydym yn cefnogi'n gryf yr ymrwymiad parhaus i'r Cynllun Seibiannau Byr. Mae gofalwyr yn dweud wrthym nad yw gofal amgen ar gael yn aml pan fydd ei angen arnynt, neu nad yw'n diwallu eu hanghenion. Mae adolygu'r ddarpariaeth yn bwysig, ond rhaid iddo arwain at opsiynau mwy hyblyg, addas a dibynadwy.

Heb seibiannau priodol, ychydig iawn o gyfle sydd gan ofalwyr i orffwys, ailwefru neu gynnal eu lles eu hunain. Mae gallu camu i ffwrdd yn ddiogel am gyfnod byr yn hanfodol os yw gofalwyr am barhau yn eu rôl ofalu heb gyrraedd pwynt argyfwng.

Mae hwn yn fater Egwyddorion y Bobl ynglŷn â **chymorth amserol** a **chymorth wrth aros**. Pan nad oes gofal amgen ar gael, ni all gofalwyr barhau i ofalu'n ddiogel heb seibiannau. Maen nhw'n aml yn teimlo eu bod nhw'n cael eu gadael i ymdopi ar eu pennau eu hunain.

7. **Iechyd meddwl a lles**

Mae gofalwyr yn aml yn dweud wrthym eu bod yn teimlo'n flinedig ac yn ynysig.

Mae'r gost emosiynol a chorfforol o ofalu yn parhau i dyfu, gyda llawer o ofalwyr yn profi iechyd meddwl gwael. Mae gan lawer straen cronig, cwsg gwael ac amser cyfyngedig ar gyfer perthnasoedd neu hobïau oherwydd bod gofal amgen yn annibynadwy.

Mae ffocws y Strategaeth ar wneud gwasanaethau'n fwy ymwybodol o ofalwyr yn gywir, ond mae angen mynediad haws i gymorth wedi'i deilwra ar ofalwyr hefyd. Mae ystyried risg hunanladdiad yn gynhwysiad pwysig.

Mae rhai gofalwyr yn gofalu am rywun sy'n profi argyfwng iechyd meddwl neu gamddefnyddio sylweddau. Mae'r gofalwyr hyn yn aml yn teimlo eu bod yn cario'r sefyllfa ar eu pennau eu hunain. Maen nhw'n dweud wrthym y gall fod yn anodd cael mynediad at wasanaethau nes bod y sefyllfa'n mynd yn ddifrifol. Nid yw'r Strategaeth yn mynd i'r afael

â'r sefyllfaoedd hyn yn glir, er y gallant fod ymhlith y rolau gofalu mwyaf heriol.

Mae hyn yn cysylltu ag Egwyddorion y Bobl ar **ofal a chymorth amserol wrth aros**, **cydnabod y person cyfan**, ac **urddas a pharch**. Rhaid i gefnogaeth fod yn fwy na chyfeirio at bethau, yn enwedig pan fo risg yn cynyddu.

8. Gofalwyr a chynllunio gofal

Mae camau gweithredu ynghylch rhyddhau o'r ysbyty a chynllunio gofal yn adlewyrchu'n uniongyrchol yr hyn y mae gofalwyr yn ei ddweud wrthym: maent yn aml yn teimlo eu bod wedi'u gadael allan, heb wybodaeth neu heb baratoi. Rydym yn cytuno â'r gofyniad i gyrff y GIG gynnwys gofalwyr a'u cofnodi'n briodol. Bydd cysondeb ledled Cymru yn allweddol.

Mae gofalwyr yn dweud wrthym am heriau ym mhob cam o'r llwybr gofal: derbyn, gofal cleifion mewnol, rhyddhau, gofal cymunedol, newidiadau mewn anghenion a phwyntiau argyfwng. I lawer o ofalwyr, mae diffyg cynllunio ar y cyd wedi'i gydlynu yn brofiad parhaus.

Mae angen i ofalwyr gymryd rhan ystyrlon drwy gydol taith gofal eu person. Dylai hyn gynnwys diweddariadau rheolaidd yn ystod arosiadau cleifion mewnol, cymryd rhan mewn trafodaethau amlddisgyblaethol, gwybodaeth glir am unrhyw newidiadau mewn angen a chefnogaeth i baratoi ar gyfer trefniadau gofal tymor hwy.

Mae hyn yn cysylltu ag Egwyddorion y Bobl ar ofal cydgysylltiedig, **cyfathrebu clir a gonest**, ac **urddas a pharch**. Mae gofalwyr yn dweud bod rhyddhau cleifion yn un o'r pwyntiau mwyaf tameidiog yn y system. Mae cymhwyso'r Egwyddorion yn golygu bod gofalwyr yn cael eu hadnabod yn gynnar, eu cynnwys drwyddi draw, eu bod yn cael gwybodaeth glir a'u cefnogi pan nad oes modd osgoi aros.

Mae aros yn bwynt pwysau mawr i ofalwyr. Yn aml, mae'n rhaid iddyn nhw aros am becynnau gofal, offer ac addasiadau, apwyntiadau dilynol, cymorth iechyd meddwl ac weithiau cludiant.

Gall oedi mewn gofal cymunedol adael gofalwyr heb gefnogaeth. Mae hyn yn eu rhoi nhw a'r person maen nhw'n gofalu amdano mewn perygl. Mae hefyd yn ei gwneud hi'n anodd i ofalwyr gynllunio eu bywydau eu hunain.

Mae cynllunio gofal sy'n cynnwys gofalwyr yn y camau cynharaf yn eu cefnogi ac yn cydnabod eu hanghenion eu hunain. Mae hyn yn hanfodol ar gyfer darparu gofal cydgysylltiedig, diogel a chynaliadwy. Byddai cryfhau disgwyliadau'r Strategaeth o gyrff y GIG yn y maes hwn yn gwneud gwahaniaeth cadarnhaol gwirioneddol i brofiadau dyddiol gofalwyr.

Cwestiwn 3: Oes gennych chi unrhyw sylwadau pellach, neu a oes unrhyw flaenoriaethau eraill y credwch y dylid eu cynnwys yn y strategaeth?

Credwn y dylai rhyddhau cleifion o'r ysbyty fod yn gryfach. Er ei fod wedi'i gynnwys o dan Flaenoriaeth 8, mae graddfa ac amlder y problemau y mae gofalwyr yn eu disgrifio yn awgrymu bod angen mwy o ffocws arno. Yn aml, mae gofalwyr yn profi cyfathrebu gwael, ychydig o gyfranogiad a diffyg paratoi neu gefnogaeth. Mae hyn yn tanseilio **gofal cydgysylltiedig**, **cyfathrebu clir** a **chefnogaeth wrth aros**.

Rydym yn clywed gan ofalwyr am effaith gorfforol gofalu, gan gynnwys poen cefn, anafiadau o godi, blinder a symudedd llai. Dywed llawer o ofalwyr eu bod yn gohirio eu hapwyntiadau iechyd eu hunain oherwydd eu rôl ofalu. Mae'r Strategaeth yn sôn am iechyd meddwl, ond mae angen rhoi sylw i iechyd corfforol gofalwyr hefyd.

Mae angen i'r Strategaeth hefyd ddweud mwy am gapasiti gofal cymdeithasol. Mae gwella asesiadau yn bwysig, ond ni all asesiadau ar eu pen eu hunain ddiwallu anghenion gofalwyr os nad oes gwasanaethau ar gael. Pan na ellir darparu cymorth, mae'n effeithio ar **gymorth amserol** a **mynediad teg**, ac mae'n un o brif achosion straen, llosgi allan ac angen heb ei ddiwallu.

Mae'r Strategaeth yn dibynnu'n fawr ar ddata gwell i fesur cynnydd, ond mae argaeledd data ar ofalwyr ar hyn o bryd yn gyfyngedig ac yn anghyson. Byddai ymrwymiadau cryfach i gasglu a chyhoeddi gwybodaeth dryloyw a chymaradwy yn cefnogi **cyfathrebu clir a gonest** ar lefel system. Byddai hyn yn ei gwneud hi'n haws i bawb weld beth sy'n gwella a lle mae bylchau'n parhau.

Cwestiwn 4: Mae camau gweithredu o dan bob maes blaenoriaeth. Rhestrir y rhain yn T7-23 o'r ddogfen strategaeth ddrafft. Oes unrhyw beth hoffech chi ei ddweud am unrhyw un o'r camau gweithredu hyn?

Ar draws yr holl flaenoriaethau, credwn y dylai'r Strategaeth ymrwymo'n glir i arfer sy'n gymwys yn ddiwylliannol, mynediad rheolaidd at gyfieithwyr a chefnogaeth well i ofalwyr sy'n wynebu rhwystrau iaith, stigma neu ddiffyg ymddiriedaeth mewn gwasanaethau. Byddai'r newidiadau hyn yn cefnogi gwasanaethau cynhwysol a theg.

Cydnabyddiaeth ac ymwybyddiaeth: Mae'r ffocws ar e-ddysgu a chofnodi gofalwyr mewn systemau ysbytai yn gadarnhaol. Bydd angen amser a chefnogaeth ar staff ym maes iechyd, gofal cymdeithasol a gwasanaethau cyhoeddus i gwblhau'r hyfforddiant hwn.

Dylai cydnabyddiaeth arwain at gamau nesaf ymarferol i ofalwyr, nid cofnodi yn unig.

Rhaid i gydnabyddiaeth fod yn ystyrlon. Unwaith y bydd rhywun wedi'i adnabod fel gofalwr, dylid rhoi gwybodaeth glir iddynt am yr hyn sy'n digwydd nesaf, ble i gael cefnogaeth, a sut i ofyn am help.

Mynediad at wasanaethau: Mae'r camau gweithredu'n glir ac yn synhwyrol, ond mae eu heffaith yn dibynnu ar gapasiti gofal cymdeithasol. Bydd hyfforddiant gwell a deunyddiau cenedlaethol

cliriach yn helpu i sicrhau bod gofalwyr yn deall y broses asesu a'r hyn y dylent ei ddisgwyl.

Dylai deunyddiau fod mewn iaith glir ac mewn sawl fformat, a rhaid i lwybrau mynediad weithio i bobl sydd wedi'u hallgau'n ddigidol neu sydd angen Cymraeg/cyfieithu.

Rhaid i lwybrau mynediad weithio mewn gwahanol ffyrdd: ar-lein, dros y ffôn ac mewn person. Dylai'r Strategaeth hefyd osod disgwyliadau cliriach ynghylch amseroedd aros a pha gefnogaeth y gall gofalwyr ei disgwyl wrth aros.

Gofalwyr ifanc: Rydym yn croesawu'r ffocws ar gynnwys gofalwyr ifanc yn uniongyrchol wrth lunio gwasanaethau.

Bydd angen cefnogaeth ar ysgolion a cholegau i gymhwyso'r camau gweithredu hyn yn gyson ac yn sensitif.

Cryfhau cefnogaeth ar bwyntiau trosglwyddo (ysgol i addysg bellach/hyfforddiant/cyflogaeth) a sicrhau y gall gofalwyr ifanc gael mynediad at gymorth mewn ffyrdd sy'n gyfeillgar i bobl ifanc, gan gynnwys y tu allan i oriau ysgol.

Anhawster ariannol: Mae'r camau gweithredu'n ddefnyddiol, ond mae angen mwy o ffocws ar grwpiau sy'n wynebu rhwystrau ychwanegol, fel gofalwyr hŷn neu ofalwyr o gymunedau lleiafrifoedd ethnig i adlewyrchu Egwyddor y Bobl o wasanaethau **cynhwysol a theg**.

Gwneud cyngor a chefnogaeth ariannol ragweithiol yn rhan arferol o lwybrau gofalwyr (heb fod yn ddibynnol ar ofalwyr yn gwybod beth i ofyn amdano), a gwneud yn siŵr bod gwybodaeth ar gael mewn sawl fformat ac iaith.

Cyflogaeth â thâl: Dylai fod cysylltiadau cliriach rhwng cymorth cyflogaeth a gofal amgen dibynadwy. Byddai hyn yn cefnogi annibyniaeth a dewis gofalwyr.

Gwneud y cysylltiad rhwng cyflogaeth a gofal amgen yn glir mewn cynlluniau cyflawni, fel nad yw cefnogi gofalwyr i gael gwaith ar wahân i'r gefnogaeth ymarferol sy'n ei gwneud yn bosibl.

Gofal amnewid (seibiant) a seibiannau o ofalu: Mae adolygiad yn cael ei groesawu, ond mae angen hyder ar ofalwyr y bydd gwasanaethau newydd yn cael eu darparu. Mae llawer yn dweud bod diffyg argaeledd yn bryder mawr.

Adeiladu disgwyliadau cliriach ynghylch argaeledd, hyblygrwydd (gan gynnwys opsiynau brys), ac addasrwydd, fel bod seibiannau'n diwallu anghenion gofalwyr a'r bobl maen nhw'n eu cefnogi.

Mae gofalwyr sy'n cefnogi rhywun sy'n byw gyda dementia yn aml yn wynebu heriau ychwanegol. Nid yw rhai mathau o seibiant yn diwallu anghenion pobl sy'n byw gyda dementia, ac mae gofalwyr yn dweud bod hyn yn ei gwneud hi'n anoddach cymryd seibiant. Nid yw'r Strategaeth yn mynd i'r afael yn glir â'r gefnogaeth benodol sydd ei hangen ar gyfer gofal amnewid â gallu dementia.

Mae angen gwell cefnogaeth brys mewn argyfwng ar ofalwyr hefyd. Mae llawer yn poeni am yr hyn a fyddai'n digwydd pe byddent yn mynd yn sâl neu'n methu â darparu gofal ar fyr rybudd. Ar hyn o bryd nid oes system glir ar gyfer gofal brys na chynllunio argyfwng, ac mae hyn yn creu straen parhaus i ofalwyr.

Iechyd meddwl a lles: Rydym yn cefnogi'r ffocws ar wella mynediad ac adeiladu gwasanaethau sy'n cael eu hysbysu gan ofalwyr. Mae gofalwyr wedi dweud wrthym fod angen cymorth amserol a phriodol arnyn nhw, nid dim ond cyfeirio. Mae hyn yn arbennig o wir le mae risg yn cynyddu.

Gwneud yn siŵr bod gan ofalwyr lwybrau clir at gymorth amserol, a bod gwasanaethau’n cyfathrebu’n glir ynghylch pa gymorth sydd ar gael a phryd.

Gofalwyr a chynllunio gofal: Mae'r camau gweithredu hyn yn adlewyrchu'n gryf yr hyn y mae gofalwyr yn ei ddweud wrthym. Mae angen i'r ddarpariaeth fod yn gyson, a dylid cynnwys gofalwyr o ddechrau'r cynllunio rhyddhau a chyfathrebu â nhw'n glir drwyddi draw.

Pwysleisio cyfranogiad o'r adeg y derbynnir y claf i'r ysbyty (nid dim ond wrth ei ryddhau), gyda chynllun clir a rennir mewn fformatau hygyrch sy'n nodi rolau, cefnogaeth, a llwybrau uwchgyfeirio.

Cwestiwn 5: Oes gennych chi unrhyw sylwadau pellach, neu a oes unrhyw gamau gweithredu eraill y credwch y dylid eu cynnwys yn y strategaeth?

Credwn y byddai'r Strategaeth yn gryfach pe bai'n cynnwys nifer fach o gamau gweithredu ychwanegol sy'n cyd-fynd â'r hyn y mae gofalwyr yn ei ddweud wrthym yn gyson, ac mae pob un ohonynt yn cysylltu'n glir ag Egwyddorion y Bobl.

Gofal a chefnogaeth amserol wrth aros

Yn aml, mae gofalwyr yn aros amser hir am Asesiad Anghenion Gofalwyr. Mae'r oedi hyn yn cael effaith wirioneddol ar eu lles a'u gallu i ymdopi. Byddai gosod safonau cenedlaethol clir ar gyfer amseroedd aros yn helpu i sicrhau bod gofalwyr yn derbyn cymorth amserol lle bynnag y maent yn byw.

Gofal cydgysylltiedig sy'n teimlo'n ddi-dor, gydag urddas a pharch, bob tro

Mae'r Strategaeth yn pwysleisio'n briodol gynnwys gofalwyr ar adeg rhyddhau, ac mae angen cydnabod gofalwyr yn gynharach yn ystod y daith ysbyty hefyd. Byddai gofyn i gyrff y GIG nodi gofalwyr wrth dderbyn cleifion, nid dim ond wrth ryddhau cleifion, yn helpu i leihau cyfleoedd a gollwyd i gael cymorth cynnar.

Gwasanaethau cynhwysol, hygyrch a theg i bawb

Mae gofalwyr hefyd yn dweud wrthym fod mynediad at ofal amgen yn amrywio'n fawr ledled Cymru. Byddai cynllun clir i fynd i'r afael â'r gwahaniaethau rhanbarthol hyn yn helpu i sicrhau y gall pob gofalwr gael seibiant pan fydd ei angen arnynt.

Cyfathrebu Clir a Gonest

Byddai cyhoeddi data cyson ar asesiadau, rhestrau aros, mynediad at seibiant a chanlyniadau yn helpu i olrhain cynnydd ac yn tynnu sylw at ble mae angen gwelliannau o hyd.

Dylai gofal gydnabod ac ymateb i'r person cyfan

Yn aml, mae angen cefnogaeth ar ofalwyr yn ystod newidiadau mawr mewn bywyd, gan gynnwys pan ddaw gofalu i ben. Byddai mwy o ffocws ar gefnogaeth yn ystod ac ar ôl y newidiadau hyn (megis bywyd ar ôl gofalu) yn helpu gofalwyr i deimlo'n llai unig yn ystod y cyfnodau anodd hyn.

Yn aml, mae gofalwyr hŷn yn wynebu pwysau penodol, gan gynnwys iechyd corfforol sy'n dirywio, eu cyflyrau hirdymor eu hunain ac allgau digidol. Mae llawer o ofalwyr hŷn yn dweud wrthym eu bod yn teimlo eu bod wedi bod yn cario'r rôl ofalu ers amser maith ac maent bellach yn cael trafferth ond yn ansicr ble i droi. Nid yw'r Strategaeth yn canolbwyntio ar y grŵp hwn, er eu bod yn ffurfio cyfran fawr o ofalwyr yng Nghymru.

Dylai gofal gydnabod ac ymateb i'r person cyfan, Gofal a chefnogaeth amserol wrth aros, Gofal cydgysylltiedig sy'n teimlo'n ddi-dor

Mae gofalwyr ifanc (16-25) yn wynebu cyfnod arbennig o heriol wrth iddynt symud o'r ysgol i addysg bellach, hyfforddiant neu gyflogaeth. Mae llawer yn teimlo eu bod yn syrthio rhwng gwasanaethau plant ac

oedolion, gan golli cefnogaeth ar yr union adeg y mae eu bywydau'n newid cyflymaf.

Gall eu rôl ofalu eu hatal rhag manteisio ar gyfleoedd fel prentisiaethau, lleoliadau gwaith neu astudio, sy'n effeithio ar eu rhagolygon gyrfa a'u harian hirdymor. Byddai ffocws cliriach ar y grŵp hwn yn helpu i sicrhau nad ydyn nhw'n syrthio trwy'r bylchau a'u bod nhw'n gallu symud ymlaen i fod yn oedolion yn llwyddiannus wrth dal i reoli eu rôl ofalu.

Cwestiwn 6: Oes gennych chi unrhyw sylw ar sut y gallwn ni sicrhau bod y strategaeth yn parhau i adlewyrchu profiad a blaenoriaethau gofalwyr di-dâl?

Rhaid i ymgysylltiad fod yn barhaus, nid rhywbeth a wneir ar adegau penodol yn unig.

Mae sefyllfaoedd gofalwyr yn newid yn gyflym, ac mae'r gefnogaeth sydd ei hangen arnynt yn newid gydag ef, felly mae sgyrsiau rheolaidd yn hanfodol.

Mae mewnwelediadau a gesglir drwy waith rhanbarthol Llais yn ffordd ddibynadwy o ddeall yr hyn y mae gofalwyr yn ei wynebu bob dydd. Dylid defnyddio'r mewnwelediadau hyn i helpu i lunio diweddariadau i'r Strategaeth yn y dyfodol.

Mae'n bwysig clywed gan ofalwyr o gefndiroedd gwahanol, gan gynnwys y rhai nad ydynt efallai'n uniaethu fel gofalwyr neu sy'n wynebu rhwystrau ychwanegol, fel iaith, stigma neu ddisgwyliadau diwylliannol. Bydd hyn yn helpu i sicrhau bod **gwasanaethau cynhwysol a theg** yn cael eu darparu.

Ochr yn ochr â hyn, bydd **cyfathrebu clir a gonest** drwy gyhoeddi data a diweddariadau cynnydd yn rheolaidd yn cefnogi tryloywder ac yn helpu pawb i weld a yw pethau'n gwella.

Dylid adolygu ac adnewyddu'r Strategaeth drwy gyd-gynhyrchu gwirioneddol gyda gofalwyr di-dâl fel bod eu profiad bywyd yn parhau i lywio'r penderfyniadau sy'n effeithio arnynt.

Cwestiwn 7: Ydych chi'n credu y gellid gwneud mwy i wella gweithio mewn partneriaeth ar draws sefydliadau sy'n ymwneud â chefnogi gofalwyr di-dâl?

Ydyn.

Mae'r Strategaeth yn tynnu sylw at y rolau cywir ar gyfer cyrff y GIG, awdurdodau lleol a phartneriaid yn y trydydd sector, ond mae gweithio mewn partneriaeth yn dal yn anghyson. Byddai disgwyliadau cliriach, cyllid tymor hwy sefydlog ac adolygiadau rheolaidd o sut mae sefydliadau'n cydweithio yn helpu i sicrhau bod gofalwyr yn cael y gefnogaeth gywir ar yr amser iawn. Er mwyn cryfhau atebolrwydd, credwn y dylai'r Strategaeth gynnwys mesurau perfformiad cenedlaethol clir sy'n ymwneud â gweithio mewn partneriaeth. Dylid monitro ac adrodd ar y rhain yn rheolaidd fel y gellir nodi bylchau mewn cydweithio yn gynnar a mynd i'r afael â nhw.

Byddai hyn yn helpu i sicrhau bod gofalwyr yn profi **gofal gwirioneddol gydgysylltiedig sy'n teimlo'n ddi-dor**, ni waeth ble maen nhw'n byw.

Adran 2

Asesiad Effaith ar Gydraddoldeb

Cwestiwn 8: Ar ôl darllen y Strategaeth Genedlaethol ddrafft ar gyfer Gofalwyr Di-dâl, beth yw eich barn chi allai fod yr effeithiau cadarnhaol ar ofalwyr di-dâl â nodweddion gwarchodedig fel y'u cwmpesir gan Ddeddf Cydraddoldeb 2010.

Gallai'r Strategaeth arwain at fwy o ofalwyr yn cael eu cydnabod a'u cynnwys, yn enwedig y rhai o grwpiau ethnig lleiafrifol neu gymunedau sy'n cael eu hadnabod yn llai aml. Gall cael cydnabyddiaeth helpu mwy o ofalwyr i gael eu gweld, eu clywed a'u cefnogi.

Mae'r Strategaeth hefyd yn pwysleisio mwy o wybodaeth mewn fformatau hygyrch fel Hawdd ei Ddarllen, Iaith Arwyddion Prydain a

Chymraeg. Mae hyn yn adlewyrchu'r hyn a ddywedodd pobl wrthym yn ystod y prosiect Yr Iechyd a Gofal Cymdeithasol a Garem. Nid oedd llawer yn gwybod eu hawliau na pha gefnogaeth yr oeddent yn gymwys i'w chael. Dylai gwybodaeth gliriach am hawliau helpu i leihau rhwystrau a gwahaniaethu.

Mae pobl wedi dweud wrthym eu bod yn wynebu llawer o rwystrau wrth geisio cael mynediad at gymorth iechyd meddwl, yn enwedig pobl LHDT+. Rydym hefyd yn gwybod y gall triniaeth iechyd meddwl fod yn anghymesur yn erbyn y rhai o gymunedau sydd wedi'u hymylu'n hiliol. Rydym yn croesawu'r gwelliannau arfaethedig i wasanaethau iechyd meddwl, a fydd yn cael eu hadolygu a'u llunio gan anghenion gofalwyr, ac yn gobeithio y bydd hyn yn arwain at fwy o gymhwysedd diwylliannol a chynhwysiant.

Mae'r strategaeth yn addo trin gofalwyr fel partneriaid cyfartal wrth gynllunio. Mae hyn yn hanfodol wrth lunio gwasanaethau. Byddem yn gobeithio y bydd rhoi llais cryfach i ofalwyr, yn enwedig wrth gynllunio gofal y person maen nhw'n ei gefnogi, yn helpu i sicrhau triniaeth deg i ofalwyr o bob cefndir.

Er mwyn gweithio i bawb, rhaid i'r Strategaeth edrych ar sut mae gwahanol nodweddion gwarchodedig yn cyfuno ym mywydau pobl. Mae croestoriadoldeb yn bwysig oherwydd gall gofalwyr wynebu mwy nag un anfantais ar yr un pryd, sy'n effeithio ar eu gallu i ddylanwadu ar benderfyniadau.

Cwestiwn 9: Pa heriau neu risgiau i ofalwyr di-dâl â nodweddion gwarchodedig ydych chi'n credu y dylem ni eu hystyried yn fanylach wrth gynhyrchu fersiwn derfynol y Strategaeth Genedlaethol ar gyfer Gofalwyr Di-dâl?

Er bod y strategaeth yn tynnu sylw at yr angen am allgymorth wedi'i dargedu at grwpiau ethnig lleiafrifol a chymunedau ymylol eraill, mae hwn yn fwlch hysbys.

Drwy ein gwaith ar Brosiect “Yr Iechyd a Gofal Cymdeithasol a Garem”, gwelsom y gall stigma diwylliannol a rhwystrau iaith achosi heriau i gael mynediad at wasanaethau, gan gynnwys mewn ymgysylltu ac ymgynghori fel hyn.

Mae angen cymryd gofal i sicrhau bod y maes hwn wedi'i ddatblygu'n llawn gan y gallai'r grwpiau hyn fod mewn perygl o gael eu methu gan wasanaethau o hyd.

Yn yr un modd, er bod y cynnydd mewn deunyddiau hygyrch yn ddymunol, nid yw'r strategaeth yn mynd i'r afael yn llawn â phroblemau hygyrchedd cyson ar draws gwasanaethau e.e., pyrth ar-lein, asesiadau, cyfathrebiadau awdurdodau lleol.

Mae potensial na fydd gofalwyr anabl yn gallu llywio’r systemau hynny a chael mynediad at y gefnogaeth sydd ei hangen arnynt. Mae croestoriad posibl hefyd o amgylch darparu gwasanaethau yma, a allai arwain at anghyfartalwch/anghydraddoldeb mynediad at wasanaethau oherwydd ble mae rhywun yn byw.

Mae'r strategaeth, yn briodol, yn annog cyflogwyr i gefnogi gofalwyr di-dâl drwy gynyddu ymwybyddiaeth o hawliau a gweithio hyblyg. Nid yw'n mynd i'r afael yn llawn â'r gwahaniaethu strwythurol y gall gofalwyr â nodweddion gwarchodedig ei wynebu e.e. gofalwyr anabl, gofalwyr lleiafrifoedd ethnig, gofalwyr benywaidd, gofalwyr hŷn. Mae gwahaniaethu croestoriadol (er enghraifft, rhyw a hil gyda'i gilydd) yn fater pwysig a dylid ei ystyried yn fanylach.

Asesiad Effaith ar Hawliau Plant

Cwestiwn 10: Ar ôl darllen y Strategaeth ddrafft ar gyfer Gofalwyr Di-dâl, beth yn eich barn chi allai fod yr effeithiau cadarnhaol ar ofalwyr ifanc a'u hawliau o dan Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn.

Nod y Strategaeth yw gwella cefnogaeth iechyd meddwl i ofalwyr ifanc a helpu gweithwyr proffesiynol i ddeall eu hanghenion yn well. Mae hyn yn

cysylltu'n uniongyrchol â'r CCUHP, a gobeithiwn y bydd yn lleihau'r pryder, y straen a'r unigedd y mae llawer o ofalwyr ifanc yn eu profi oherwydd eu cyfrifoldebau gofalu.

Mae'r Strategaeth hefyd yn ceisio sicrhau bod gan ofalwyr ifanc lais go iawn mewn penderfyniadau sy'n effeithio arnynt, yn unol ag erthygl 12 o'r CCUHP, yr hawl i gael eu gwrando arnynt. Os caiff hyn ei gyflwyno'n dda, dylai helpu gofalwyr ifanc i fod yn rhan fwy o lunio'r gwasanaethau maen nhw'n eu defnyddio.

Mae hyn hefyd yn cefnogi Egwyddorion y Bobl o ran **urddas a pharch**, **cyfathrebu clir**, a **chefnogaeth i'r person cyfan**.

Fel corff llais y dinasyddion dros iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru, rydym yn cefnogi'r dull hwn yn gryf.

Cwestiwn 11: Pa heriau neu risgiau i ofalwyr ifanc a'u hawliau o dan Gonfensiwn Cenedlaethol y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn ydych chi'n credu y dylem ni eu hystyried yn fanylach wrth gynhyrchu'r fersiwn derfynol o'r Strategaeth Genedlaethol ar gyfer Gofalwyr Di-dâl?

Rydym yn croesawu llwybrau iechyd meddwl gwell i bawb, ond gallai'r Strategaeth esbonio'n gliriach sut y bydd gwelliannau'n diwallu anghenion gofalwyr ifanc o gefndiroedd gwahanol. Mae hyn yn cynnwys pobl ifanc LHDT+, gofalwyr ifanc ag anableddau a gofalwyr ifanc o gymunedau sydd wedi'u hymylu o ran hil.

Mae gofalwyr ifanc yn dweud wrthym eu bod eisoes yn teimlo bod eu hopsiynau addysg, hyfforddiant a chyflogaeth yn y dyfodol yn gyfyngedig oherwydd eu rôl ofalu. Mae rhai yn poeni am golli sesiynau adolygu neu waith ysgol. Mae eraill yn teimlo na allant gymryd rhan mewn cyrsiau coleg, prentisiaethau na gwaith rhan-amser oherwydd na allant gael cefnogaeth ddibynadwy i'r person maen nhw'n gofalu amdano.

Mae hwn yn risg amlwg i hawliau pobl ifanc i addysg, datblygiad a chyrraedd eu potensial llawn.

Mae rhai gofalwyr ifanc yn cefnogi mwy nag un person yn eu cartref, fel rhiant a brodyr a chwiorydd, neu'n byw mewn teuluoedd rhiant sengl lle maen nhw'n cymryd y rhan fwyaf o'r rôl ofalu. Yn aml, y gofalwyr ifanc hyn sy'n wynebu'r lefelau uchaf o bwysau ac mae angen cymorth wedi'i deilwra arnynt. Nid yw'r Strategaeth yn mynd i'r afael yn glir â'r sefyllfaoedd gwahanol hyn.

Mae angen dull system gyfan fel bod gwasanaethau addysg, iechyd, gofal cymdeithasol a chyflogaeth yn cydweithio. Ni ellir diwallu anghenion gofalwyr ifanc gan un gwasanaeth yn unig.

Mae hyn yn cysylltu ag Egwyddor y Bobl y **dylai gofal gydnabod ac ymateb i'r person cyfan.**

Mae'r Strategaeth yn sôn am gyd-gynhyrchu, ond nid oes digon o fanylion ynghylch sut y bydd gofalwyr ifanc yn rhan o gynllunio a gwneud penderfyniadau ar lefel genedlaethol a lleol. Heb gynlluniau clir, mae risg y gallai lleisiau gofalwyr sy'n oedolion gorbwyso lleisiau plant a phobl ifanc.

Asesiad Effaith ar yr Iaith Gymraeg

Cwestiwn 12: Ar ôl darllen y Strategaeth ddrafft ar gyfer Gofalwyr Di-dâl, beth yw eich barn chi allai fod yr effeithiau cadarnhaol ar yr iaith Gymraeg?

Drwy’r prosiect Yr Iechyd a Gofal Cymdeithasol a Garem a’n gwaith gyda Mwy na geiriau, rydyn ni’n gwybod bod mynediad at wasanaethau yn y Gymraeg yn hanfodol i lawer o bobl. Pan nad yw gwasanaethau cyfrwng Cymraeg ar gael, mae pobl yn teimlo'n ynysig a heb gefnogaeth.

Mae potensial gwirioneddol i'r Strategaeth gryfhau gwybodaeth cyfrwng Cymraeg i ofalwyr. Byddai adnoddau Cymraeg clir, cyfoes sy’n hawdd eu canfod yn helpu i atgyfnerthu diwylliant dwyieithog Cymru a sicrhau bod pobl yn derbyn gwybodaeth yn eu dewis iaith.

Mae hyn yn cysylltu â'r gwelliannau arfaethedig i wasanaethau cyfrwng Cymraeg. Rydym wedi clywed yn aml fod gallu cyfathrebu yn y Gymraeg yn hanfodol, yn enwedig i ofalwyr sy'n perthyn i nifer o nodweddion gwarchodedig lle gallent ei chael hi'n haws cyfathrebu yn y Gymraeg e.e., gofalwyr anabl.

Nid yn unig y mae hyn yn cysylltu â gwasanaethau sy'n ddarostyngedig i Safonau'r Iaith Gymraeg ond mae'n atgyfnerthu dyletswyddau cyffredinol o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010. Byddem yn gobeithio y byddai'r cynnydd mewn mynediad at wasanaethau cyfrwng Cymraeg yn gwella ymdeimlad gofalwyr o deimlo eu bod yn cael eu parchu, eu cynnwys a'u bod yn rhan o lunio gwasanaethau a'u derbyn.

Cwestiwn 13: Pa heriau neu risgiau i'r Iaith Gymraeg ydych chi'n credu y dylem ni eu hystyried yn fanylach wrth gynhyrchu fersiwn derfynol y Strategaeth Genedlaethol ar gyfer Gofalwyr Di-dâl?

Rydym yn gwybod bod darpariaeth gwasanaethau Cymraeg anghyson ar draws iechyd a gofal cymdeithasol. Gallai hyn arwain at fynediad annheg at asesiadau, cymorth iechyd meddwl a gofal amgen, yn dibynnu ar ble mae gofalwyr yn byw.

Mae'r Strategaeth yn ymrwymo i gynyddu gwasanaethau cyfrwng Cymraeg, ond nid yw'n egluro sut y bydd y Gymraeg yn cael ei chryfhau ar draws y gweithlu. Mae angen y sgiliau a'r hyder cywir ar staff i ddarparu gofal yn y Gymraeg. Dylid ystyried hyn hefyd wrth wella gwybodaeth ddigidol.

Nid yw hyn yn ymwneud â chyfieithu yn unig. Mae angen meddwl am y Gymraeg yn gyntaf ar wasanaethau, felly mae'r Cynnig Gweithredol yn real yn ymarferol. Dylai gofalwyr allu derbyn gwybodaeth a chymorth yn yr iaith o'u dewis fel rhan safonol o ofal, nid rhywbeth y mae'n rhaid iddynt ofyn amdano.

Nid oes sôn clir chwaith am siaradwyr Cymraeg fel grŵp targed oni bai eu bod wedi'u cynnwys o fewn “grwpiau ymylol”. Dylai dylunio gwasanaethau gynnwys siaradwyr Cymraeg o'r cychwyn cyntaf, gan

gynnwys eu hanghenion iaith, eu hanghenion diwylliannol a'u profiadau bywyd.

Cwestiwn 14: Wrth ystyried yr ymgynghoriad hwn yn gyffredinol, a oes unrhyw faterion nad ydynt wedi cael sylw yr ydych chi'n credu sy'n berthnasol?

Byddai'r Strategaeth yn elwa o ddweud mwy am rai o'r materion system ehangach sy'n llunio profiadau gofalwyr bob dydd.

Un o'r problemau mwyaf yw capasiti gofal cymdeithasol. Mae'r Strategaeth yn canolbwyntio ar wella asesiadau, ond ni all asesiadau ar eu pen eu hunain ddiwallu anghenion gofalwyr os nad yw'r gwasanaethau a nodwyd ar gael. Yn aml, mae gofalwyr yn dweud wrthym, hyd yn oed ar ôl derbyn asesiad, na ellir darparu'r gefnogaeth sydd ei hangen arnynt oherwydd bod gwasanaethau lleol dan bwysau mawr.

Heb gynllun clir i fynd i'r afael â phwysau staffio, rhestrau aros hir a bylchau yn y ddarpariaeth, bydd gofalwyr yn parhau i gario'r cyfrifoldeb pan na all y system ymateb.

Adlewyrchir y realiti hwn mewn tystiolaeth ddiweddar gan Gofalwyr Cymru ac Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru sy'n tynnu sylw at brinder ar draws y gweithlu gofal cymdeithasol a'r effaith y mae hyn yn ei chael ar ofalwyr ac ar ryddhau cleifion o'r ysbyty.

Er bod Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) yn nodi hawliau clir i ofalwyr, rydym yn clywed yn rheolaidd nad yw'r hawliau hyn yn aml yn bosibl eu cyflawni'n ymarferol oherwydd prinder gweithlu, darpariaeth anghyson ac arosiadau hir.

Byddai cydnabod y bwlch hwn a nodi sut y bydd camau gweithredu cenedlaethol yn sicrhau y gellir cyflawni hawliau statudol gofalwyr mewn gwirionedd yn cryfhau'r Strategaeth yn sylweddol.

Bwlch arall yw mynediad at eiriolaeth annibynnol. Mae gofalwyr yn dweud wrthym fod angen cefnogaeth arnyn nhw i ddeall eu hawliau ac i

herio penderfyniadau. Gall Llais ddarparu eiriolaeth ar gyfer cwynion am wasanaethau'r GIG neu ofal cymdeithasol, ond mae angen eiriolaeth ehangach ar ofalwyr sy'n eu helpu i ddod o hyd i'w ffordd o amgylch y system gyfan, nid yn unig y broses gwyno. Nid yw'r gefnogaeth hon ar gael yn gyson, a hebddi mae llawer o ofalwyr yn teimlo'n analluog i leisio barn na chymryd rhan mewn cynllunio a gwneud penderfyniadau.

Mae tai ac addasiadau yn fater allweddol arall. Mae llawer o ofalwyr yn ei chael hi'n anodd oherwydd nad yw amgylchedd y cartref yn addas ar gyfer y person maen nhw'n gofalu amdano. Gall oedi mewn addasiadau hanfodol atal rhyddhau cleifion o'r ysbyty yn ddiogel. Mae rhai gofalwyr yn aros misoedd neu flynyddoedd hyd yn oed am newidiadau sylfaenol. Gall hyn eu gadael yn methu ymdopi a gall arwain at ailderbynion i'r ysbyty y gellir eu hosgoi neu arosiadau hirach yn yr ysbyty.

Mae oedi sy'n gysylltiedig â thai yn rhwystr cyffredin i ryddhau cleifion yn amserol, ac mae gan lawer o awdurdodau lleol restrau aros hir ar gyfer Grantiau Cyfleusterau i'r Anabl. Mae gan y materion hyn effaith uniongyrchol ac arwyddocaol ar ofalwyr di-dâl a dylid eu cydnabod yn gliriach yn y Strategaeth.

Mae angen ymrwymiad cryfach i dryloywder a data ar y Strategaeth hefyd. Ar hyn o bryd, ychydig iawn o wybodaeth sydd wedi'i chyhoeddi am ba mor hir y mae gofalwyr yn aros am asesiadau, pa gynlluniau cymorth sy'n cael eu darparu neu faint o ofalwyr sy'n derbyn gofal amnewid. Heb y wybodaeth hon, mae'n anodd deall a yw pethau'n gwella neu ble mae'r bylchau mwyaf.

Hoffem weld set o ganlyniadau cenedlaethol gyda dangosyddion cyhoeddedig. Byddai hyn yn helpu i olrhain gwelliant ledled Cymru ac yn cynnig sail fwy cyson ar gyfer atebolrwydd ac arwain gwneud penderfyniadau.

Byddai data gwell, wedi'i gasglu'n rheolaidd a'i gyhoeddi, yn rhoi darlun cliriach o brofiadau gofalwyr ac yn helpu i sicrhau bod ymrwymiadau yn y Strategaeth yn arwain at newid gwirioneddol ac ystyrlon.

13 Mawrth 2026