

## 7 Gofalwyr

### Cynnwys

|     |  |    |
|-----|--|----|
| 7   | Gofalwyr.....  | 1  |
| 7.1 | Ynglŷn â'r bennod hon .....                                | 2  |
| 7.2 | Beth yr ydym yn ei wybod am y boblogaeth? .....            | 5  |
| 7.3 | Beth y mae pobl yn ei ddweud wrthym? .....                 | 11 |
| 7.4 | Adolygiad o'r gwasanaethau a ddarperir ar hyn o bryd ..... | 14 |
| 7.5 | Gofalwyr ifanc.....  | 15 |
| 7.6 | Casgliad ac Argymhellion.....                              | 21 |
|     | Atodiad 7a: Deddfwriaeth hanesyddol ar gyfer gofalwyr..... | 24 |
|     | Atodiad 7b: Ymgynghori ac ymgysylltu.....                  | 29 |
|     | Cyfeiriadau .....  | 30 |

## 7.1 Ynglŷn â'r bennod hon

Mae'r bennod hon yn cynnwys anghenion poblogaeth pob gofalwr yn cynnwys gofalwyr ifanc a gofalwyr sy'n oedolion ifanc. Mae gwybodaeth am wahanol anghenion gofal a chymorth pobl y gofelir amdanynt i'w gweld yn y penodau canlynol:

- Plant a phobl ifanc
- Pobl hŷn
- Iechyd, anabledau corfforol a nam ar y synhwyr
- Anabledau dysgu ac awtistiaeth
- Iechyd meddwl
- Trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol
- Sefydliadau diogel
- Cyn-filwyr
- Digartrefedd

### Diffiniadau:

Mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yn diffinio gofalwr fel "unigolyn sy'n darparu neu'n bwriadu darparu gofal i oedolyn neu blentyn".

Mae'r ddeddf yn mynd ymlaen i ddweud "yn gyffredinol, ni ddylai gofalwyr proffesiynol sy'n cael tâl gael eu hystyried yn ofalwyr at ddiben y ddeddf, ac ni ddylai pobl sy'n darparu gofal fel gwaith gwirfoddol gael eu hystyried felly chwaith. Fodd bynnag, gall awdurdod lleol drin rhywun fel gofalwr hyd yn oed os na fyddai'n cael ei ystyried fel arall yn ofalwr, os yw'n credu y byddai'n briodol i wneud hynny yng nghyd-destun y berthynas ofalgar. Gall awdurdod lleol drin rhywun fel gofalwr mewn achosion lle nad yw'r berthynas ofalgar yn bennaf yn un fasnachol."

Mae'r diffiniad hwn yn cynnwys gofalwyr o bob oedran.

Yn aml, nid yw gofalwyr yn eu hystyried eu hunain yn ofalwyr. Byddant yn disgrifio eu hunain fel rhiant, gŵr, gwraig, partner, mab, merch, brawd, chwaer, ffrind neu gymydog, ond nid fel gofalwr.

Bydd rhai gofalwyr yn eu disgrifio eu hunain fel gofalwyr, ond nid fel pobl sydd â rolau eraill mewn bywyd – cyflogai, cyflogwr, aelod o glwb neu gymdeithas, myfyriwr, trefnydd yr aelwyd, ac yn y blaen.

Mae *rhiant ofalwr* yn rhiant neu'n warcheidwad sydd â dyletswyddau a chyfrifoldebau ychwanegol tuag at ei blentyn/phlentyn oherwydd bod gan ei blentyn/ phlentyn salwch neu anabledd. Bydd rhiant ofalwyr yn aml yn eu hystyried eu hunain yn rhieni yn hytrach nag yn ofalwyr, ond efallai y bydd angen gwasanaethau ychwanegol arnynt er mwyn diwallu anghenion eu plentyn, neu er mwyn parhau i wneud hynny.

## **Sut y bydd Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yn newid pethau?**

Mae'r ddeddf yn cynnwys diffiniad ehangach o ofalwr (gweler uchod) ac yn dileu'r gofyniad bod rhaid i ofalwyr ddarparu 'swm sylweddol o ofal yn rheolaidd'.

Bellach, mae gan ofalwyr yr un hawliau â'r rheiny y maent yn gofalu amdanynt. Mae dyletswydd newydd ar awdurdodau lleol i gynnig asesiad i unrhyw ofalwr os yw'n ymddangos i'r awdurdod lleol y gallai fod gan ofalwr angen am gymorth. Os bydd y cyngor lleol yn penderfynu bod anghenion gofalwr yn bodloni'r meini prawf cymhwysra, yna mae'n rhaid iddo ystyried beth y gellid ei wneud i ddiwallu'r anghenion hynny. Yn flaenorol, roedd y cyfrifoldeb ar y gofalwr i ofyn am asesiad.

Mae anghenion gofalwr yn bodloni'r meini prawf cymhwysra ar gyfer cymorth os yw'r canlynol yn wir:

- a) mae'r angen yn codi o ganlyniad i ddarparu gofal ar gyfer naill ai oedolyn neu blentyn
- b) ni all y gofalwr ddiwallu'r angen, boed
  - ar ei ben ei hun
  - gyda chymorth pobl eraill sy'n barod i ddarparu'r cymorth hwnnw, neu
  - gyda chymorth gwasanaethau yn y gymuned y mae gan y gofalwr fynediad atynt, ac
- c) mae'r gofalwr yn annhebygol o gyflawni un neu fwy o'i ganlyniadau personol sy'n ymwneud â'r canlyniadau a nodir yn rhan 3 y ddeddf.

Efallai y bydd y cyngor lleol 'nawr yn cynnal asesiad ar y cyd, lle mae asesiad o'r person y gofelir amdano ac o'r gofalwr yn cael ei wneud ar yr un pryd, os yw'r ddau barti yn fodlon, ac os byddai'n fuddiol gwneud hynny. Mae hyn yn arfer da, ond mae yna bryderon y gallai'r asesiad o'r gofalwr gael ei beryglu trwy ganolbwyntio ar yr hyn y gall y gofalwr ei wneud, neu'r hyn na all ei wneud, ar gyfer y person y gofelir amdano, yn hytrach nag edrych ar ei ganlyniadau yn ei rinwedd ei hun.

Mae angen i elfen y gofalwr o'r asesiad ganolbwyntio ar 'yr hyn sy'n bwysig' i'r gofalwr ac ar anghenion y gofalwr yn ei rinwedd ei hun, er enghraifft, ei anghenion o ran cyflogaeth, addysg a hyfforddiant.

Mae'n rhaid i'r cyngor lleol gynnwys y gofalwr yn yr asesiad, a chynnwys:

- Y graddau y mae'r gofalwr yn gallu darparu'r gofal a pharhau i ddarparu'r gofal, ac y mae'n barod i wneud hynny
- Y canlyniadau y mae'r gofalwr yn dymuno eu cyflawni

Rhaid i asesiad o'r gofalwr hefyd ystyried a yw'r gofalwr yn dymuno gweithio, ac a yw'n cymryd rhan mewn addysg, hyfforddiant neu weithgareddau hamdden, neu a yw'n dymuno gwneud hynny.

Bydd angen i ofalwyr fod yn glir iawn ynghylch yr hyn y gallant ei wneud a'r hyn na allant ei wneud, yn ogystal ag unrhyw wahaniaethau rhwng eu disgwyliadau hwy a disgwyliadau'r unigolyn y gofelir amdano. Bydd rhaid i'r bobl sy'n cynnal yr asesiadau fod yn fedrus wrth dynnu'r wybodaeth hon. Mae'r ddeddf yn dweud bod angen gofyn i ofalwyr beth y gallant ei wneud, felly bydd angen monitro hyn i sicrhau ei fod yn digwydd yn ymarferol, a'i fod yn cael ei gynnwys yn yr asesiad. Mae'n bwysig bod yr unigolyn yn teimlo ei fod yn bartner cyfartal yn ei berthynas â gweithwyr proffesiynol.

Mae'r ddeddf yn cydnabod bod gan ofalwyr rôl allweddol yn y dull gwasanaeth ataliol o fewn ardal awdurdod lleol, a bod y gofalwyr eu hunain yn darparu math o wasanaeth ataliol.

Mae'r pwyslais ar y defnydd cynyddol o daliadau uniongyrchol yn newid sylweddol i ofalwyr. Erbyn hyn, mae'n rhaid i gynghorau lleol gynnig taliadau uniongyrchol, er mai dewis yr unigolyn o hyd yw manteisio arnynt ai peidio. Mae taliadau uniongyrchol yn galluogi unigolion i brynu cymorth neu wasanaethau y byddai cynghorau lleol fel arall yn eu darparu. Mae hyn yn rhoi rheolaeth i unigolion trwy ddarparu dewis amgen i wasanaethau gofal cymdeithasol a ddarperir gan gyngor lleol. Mae hyn yn helpu i gynyddu cyfleoedd am annibyniaeth, cynhwysiant cymdeithasol a mwy o hunan-barch.

Mae'r ddeddf yn nodi 'fframwaith cymhwysra' cenedlaethol newydd i benderfynu a fydd gofalwr sydd wedi cael ei asesu ac y mae ganddo anghenion cymorth yn bodloni'r meini prawf ar gyfer gwasanaethau ai peidio. Bydd gan ofalwyr ag anghenion cymwys gynllun cymorth sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau y mae hwy eu hunain wedi'u nodi. Bydd hefyd yn nodi'r cymorth i'w helpu i gyflawni'r canlyniadau a nodwyd. Bydd cynlluniau cymorth yn destun adolygiadau rheolaidd gan gynghorau lleol, yn ogystal ag ailasesiad o anghenion os yw eu hamgylchiadau yn newid (Cyngor Gofal Cymru, 2016).

Bu i'r Mesur Gofalwyr gynorthwyo wrth ddechrau newid diwylliant adnabod gofalwyr yn gynnar a'u cefnogi, yn enwedig ar gyfer y bwrdd iechyd. Mae yna bryderon bod y dyletswyddau a'r rhwymedigaethau yn cael eu gwanhau yn y ddeddf newydd. Mae mwy i'w wneud o hyd i sicrhau bod staff iechyd yn adnabod gofalwyr, yn enwedig meddygon teulu a staff gofal iechyd sylfaenol eraill (Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr, 2015).

Gweler gwefan Cyngor Gofal Cymru, 'Dod i ddeall y Ddeddf' am ragor o wybodaeth am ofalwyr a'r ddeddf <http://www.cgymru.org.uk/adnoddau-dysgu-1/y-ddeddf/gofalwyr-ar-ddeddf/?force=2>

Gweler atodiad 7a am ragor o fanylion am y ddeddfwriaeth, strategaethau a pholisïau hanesyddol yn ymwneud â gofalwyr.

## Diogelu

Gall y straen o ofalu arwain at faterion diogelu i'r gofalwr a'r person y gofelir amdano ill dau. Mae yna adegau pan fydd gofalwyr yn cael eu cam-drin gan y person y maent yn cynnig gofal a chymorth iddo, neu gan y gymuned leol lle maent yn byw. Efallai bydd perygl o niwed i'r unigolyn sy'n derbyn cymorth hefyd oherwydd straen, blinder, neu ddiffyg gwybodaeth, sgiliau neu gymorth o ran y gofalwr. Mae angen i ddarparwyr gwasanaethau asesu'n ofalus y gallu i ofalu er mwyn atal risgiau rhag codi a sicrhau bod y gofalwr yn cael ei gefnogi i gynnal ei lesiant, gan leihau ffactorau straen emosiynol neu gorfforol.

Mae'r ddeddf newydd yn cynnwys diffiniad newydd o 'blentyn mewn perygl' ac 'oedolyn mewn perygl', dyletswydd newydd ar bartneriaid perthnasol i roi gwybod am blant ac oedolion mewn perygl, a dyletswyddau ar gynghorau lleol i wneud ymholiadau (Cyngor Gofal Cymru, 2015).

## 7.2 Beth yr ydym yn ei wybod am y boblogaeth?

Mae tua 73,000 o bobl yn darparu gofal di-dâl yng Ngogledd Cymru yn ôl cyfrifiad 2011, sef tua 11% o'r boblogaeth. Mae hyn ychydig yn is na'r ffigur ar gyfer Cymru gyfan, sef 12%, ac ychydig yn uwch na ffigur Cymru a Lloegr, sef 10%.

### **Mae nifer y gofalwyr yng Ngogledd Cymru yn cynyddu, yn enwedig yng ngogledd-orllewin Cymru**

Roedd 6,000 yn fwy o ofalwyr yng Ngogledd Cymru yn 2011 nag yng nghyfrifiad 2001, sydd yn gynydd o 8%. Ar y cyfan, mae mwy o fenywod yn darparu gofal di-dâl na dynion: mae 57% o'r gofalwyr yng Ngogledd Cymru yn fenywod, a 42% yn ddynion, sy'n debyg i'r gyfran ledled Cymru ac yn ardal pob cyngor lleol. Mae'r gwahaniaeth hwn wedi lleihau ychydig ers cyfrifiad 2001 o un pwynt canran oherwydd bod mwy o gynnydd yn y niferoedd o ddynion sy'n darparu gofal di-dâl.

Mae Tabl 7.1 yn dangos bod gan Sir y Fflint y nifer uchaf o ofalwyr yng Ngogledd Cymru ac Ynys Môn yr isaf, sy'n adlewyrchu niferoedd cyffredinol y boblogaeth.

**Tabl 7.1** Nifer y gofalwyr yng Ngogledd Cymru fesul awdurdod lleol, 2001 a 2011

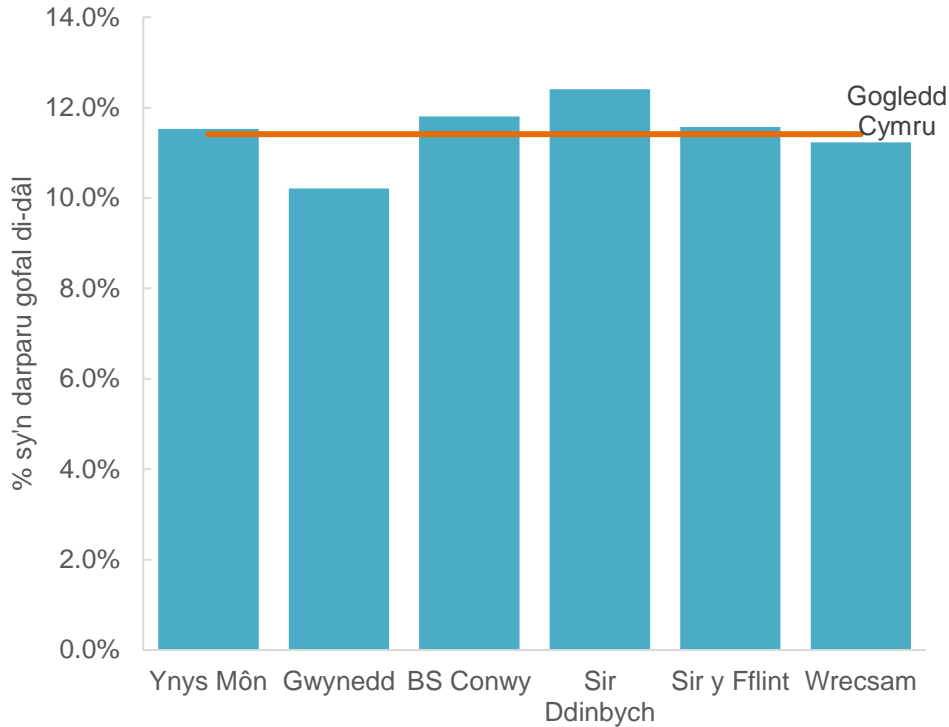
|                      | <b>Ebrill 2001</b> | <b>Ebrill 2011</b> | <b>% y cynnydd:</b> |
|----------------------|--------------------|--------------------|---------------------|
| Ynys Môn             | 7,200              | 8,000              | 11                  |
| Gwynedd              | 11,000             | 12,000             | 11                  |
| BS Conwy             | 12,000             | 14,000             | 11                  |
| Sir Ddinbych         | 11,000             | 12,000             | 9                   |
| Sir y Fflint         | 16,000             | 18,000             | 7                   |
| Wrecsam              | 15,000             | 15,000             | 2                   |
| <b>Gogledd Cymru</b> | <b>73,000</b>      | <b>79,000</b>      | <b>8</b>            |

*Mae'r niferoedd wedi'u talgrynnu felly efallai na fyddant yn cyfansymio*  
Ffynhonnell: Cyfrifiad

Mae'r cynnydd yn yr angen am ofal cymdeithasol, a nodwyd ym mhenodau eraill yr adroddiad asesiad poblogaeth hwn, yn debygol o arwain at fwy o bobl sy'n darparu gofal di-dâl ac sy'n darparu gofal am gyfnod hwy. Gall newidiadau mewn patrymau gwaith, ynghyd ag oedran ymddeol sy'n cynyddu, leihau gallu pobl i ddarparu gofal di-dâl. Efallai y bydd pobl sy'n symud i'r ardal i ymddeol hefyd wedi symud i ffwrdd oddi wrth deulu a rhwydweithiau cymdeithasol a allai fod wedi rhoi cymorth.

Mae Ffigur 5.1 yn dangos nifer y gofalwyr fel cyfran o gyfanswm y boblogaeth yn y sir: yn Sir Ddinbych y mae'r gyfran uchaf sy'n darparu gofal di-dâl tra bo'r gyfradd isaf yng Ngwynedd. Er bod gan Sir y Fflint y nifer mwyaf o ofalwyr yn gyffredinol, nid yw hyn lawer yn uwch na'r cyfartaledd yng Ngogledd Cymru fel cyfran o'r boblogaeth.

**Ffigur 5.1** Canran o gyfanswm y boblogaeth sy'n darparu gofal di-dâl, 2011



Ffynhonnell: Y Cyfrifiad

**Pobl 50 i 64 oed yw'r rhai mwyaf tebygol o ddarparu gofal di-dâl**

Yng Ngogledd Cymru, mae tua 20% o bobl 50 i 64 oed yn darparu gofal di-dâl o gymharu ag 11% o'r boblogaeth gyfan. Yn gyffredinol mae cyfran y bobl sy'n darparu gofal di-dâl yn cynyddu gydag oedran hyd at y grŵp oedran 65 a hŷn. Yn y grŵp oedran 65 a hŷn mae 14% o bobl yn darparu gofal di-dâl, sef yr un gyfran ag yn y grŵp 35-49 oed. Mae'r cyfrannau hyn yn dilyn patrwm tebyg ym mhob awdurdod lleol.

**Tabl 7.2** Nifer y gofalwyr yng Ngogledd Cymru yn ôl oedran ac awdurdod lleol, 2011

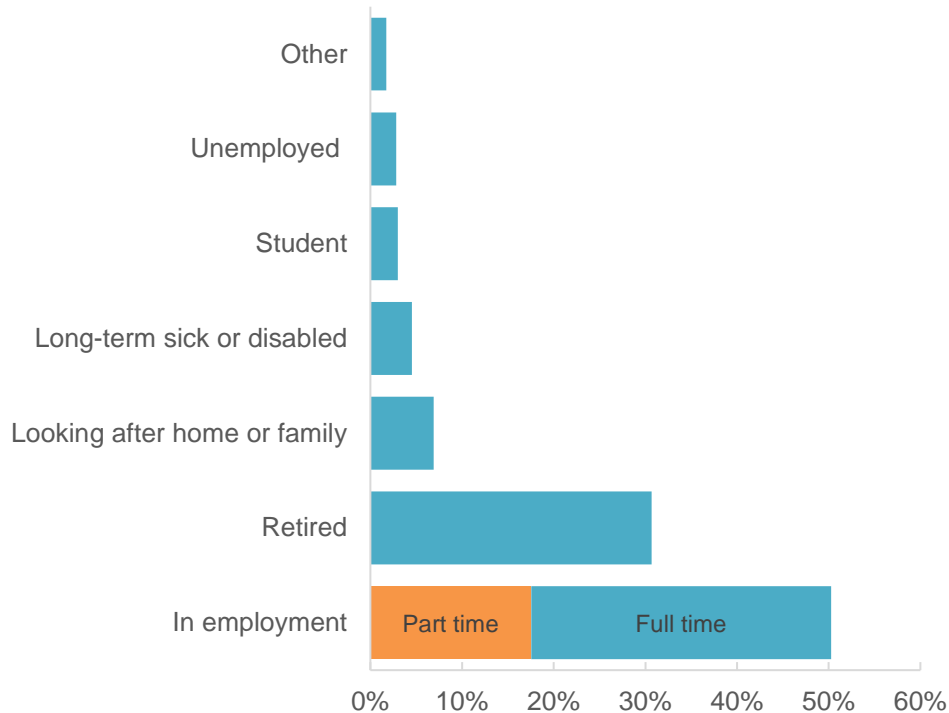
|                      | Oedran       |              |              |               |               |               |
|----------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
|                      | 0 i 15       | 16 i 24      | 25 i 34      | 35 i 49       | 50 i 64       | 65 a hŷn      |
| Ynys Môn             | 140          | 360          | 520          | 1,800         | 3,000         | 2,200         |
| Gwynedd              | 250          | 620          | 780          | 3,000         | 4,500         | 3,300         |
| BS Conwy             | 260          | 550          | 750          | 3,200         | 4,800         | 4,100         |
| Sir Ddinbych         | 260          | 640          | 740          | 2,800         | 4,100         | 3,100         |
| Sir y Fflint         | 340          | 920          | 1,200        | 4,500         | 6,600         | 4,100         |
| Wrecsam              | 290          | 860          | 1,300        | 4,000         | 5,400         | 3,200         |
| <b>Gogledd Cymru</b> | <b>1,500</b> | <b>4,000</b> | <b>5,300</b> | <b>19,000</b> | <b>28,000</b> | <b>20,000</b> |

Mae'r niferoedd wedi'u talgrynnu felly efallai na fyddant yn cyfansymio  
 Ffynhonnell: Y Cyfrifiad

## Mae hanner yr holl ofalwyr yng Ngogledd Cymru mewn cyflogaeth

Mae'r rhan fwyaf o'r 50% o ofalwyr sydd mewn cyflogaeth yn gweithio'n llawn-amser, fel y dangosir yn Ffigur 5.2 isod. Mae tua 30% o ofalwyr wedi ymddeol.

**Ffigur 5.2** Canran y gofalwyr yng Ngogledd Cymru sy'n 16 oed a hŷn yn ôl gweithgaredd economaidd, 2011



Ffynhonnell: Y Cyfrifiad

O'r 39,000 o ofalwyr sydd mewn cyflogaeth ledled Gogledd Cymru, mae 5,800 yn darparu mwy na 50 awr o ofal bob wythnos, ac mae 1,600 yn gweithio'n llawn-amser ac yn darparu 50 awr neu ragor o ofal yr wythnos. Mae yna 3,500 o ofalwyr yng ngogledd Cymru sy'n eu disgrifio eu hunain yn bobl a chanddynt salwch neu anabledd hirdymor, ac mae 1,500 o'r rheiny yn darparu 50 awr neu ragor o ofal yr wythnos. Ar gyfer gofalwyr mewn cyflogaeth, mae cymorth eu cyflogwr a chydweithwyr yn hanfodol i'w helpu i barhau â'u rôl ofalu. Mae'n bwysig ystyried hyn wrth gynllunio gwasanaethau, yn enwedig gyda'r ffocws yn y ddeddf newydd ar gefnogi gofalwyr i barhau mewn cyflogaeth os ydynt yn dymuno gwneud hynny.

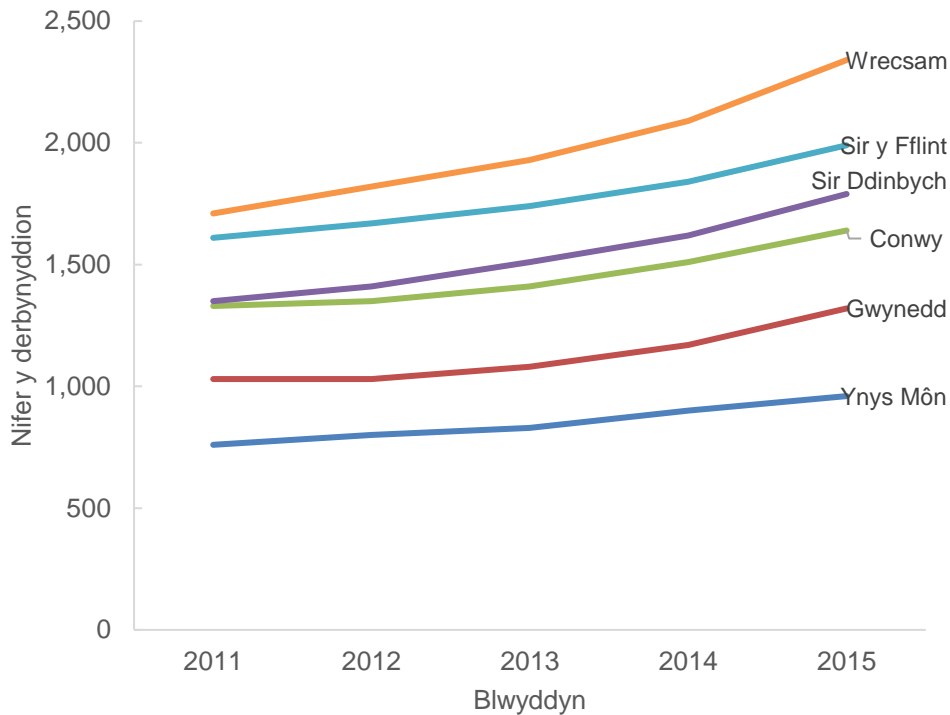
## Lwfans Gofalwyr

Yn 2015, roedd 10,000 o bobl yng Ngogledd Cymru yn hawlio lwfans gofalwyr. Mae'r nifer hwn lawer yn is na'r 73,000 a amcangyfrifir sy'n darparu gofal di-dâl. Fodd bynnag, mae'r lwfans hwn ar gael i'r rhai o dan oedran pensiwn yn unig, ond mae yna elfen credyd pensiwn ar gyfer gofalwyr. Ni fydd chwaith ar gael i'r rhan fwyaf o bobl mewn cyflogaeth, sef tua 50% o ofalwyr. Mae'r cynnydd yn y nifer sy'n hawlio, yn ôl pob tebyg, yn ganlyniad i gyfuniad o gynnydd yng nghyfanswm nifer y gofalwyr a gwell ymwybyddiaeth o'r lwfans. Mae'r niferoedd hyn yn dal i awgrymu bod yna broblem o ran gofalwyr nad ydynt yn hawlio'r



budd-daliadau y mae ganddynt yr hawl i'w cael, ac yn tynnu sylw at bwysigrwydd gwasanaethau hawliau lles i ofalwyr.

**Ffigur 5.3** Nifer y bobl sy'n cael lwfans gofalwyr yng Ngogledd Cymru, 2011-2015



## Tai a digartrefedd

Mae tai yn rhan bwysig o lesiant gofalwyr, ac mae gwasanaethau tai yn bartner allweddol wrth gefnogi gofalwyr. Gall gofalwyr wynebu materion tai megis tloidi tanwydd o ganlyniad i incwm isel, er enghraifft, os ydynt wedi gorfod rhoi'r gorau i weithio. Gall tai nad ydynt yn addas, neu addasiadau ar gyfer anghenion, wneud y gwaith o ofalu yn fwy anodd, a gall fod yn fwy anodd i bobl sy'n byw mewn eiddo ar rent wneud addasiadau.

Gall gofalwyr bryderu y byddant yn dod yn ddigartref os yw'r unigolyn y maent yn ofalu amdano yn marw neu'n mynd i lety preswyl.

## Mesuriadau perfformiad ac asesiadau gofalwyr

Mae data ar gael am nifer yr asesiadau gofalwyr a gynhaliwyd ledled Gogledd Cymru. Nid ydym wedi eu cynnwys yma oherwydd eu bod yn rhoi darlun camarweiniol, gan y cafodd y niferoedd eu cyfrif yn wahanol ym mhob sir. Roedd y data hefyd yn seiliedig ar asesiad o'r unigolyn y 'gofelir amdano', felly nid oeddent yn cynnwys asesiadau o ofalwyr a oedd wedi hunangyfeirio. Mae angen dull cyson o asesu a chofnodi data.

Bydd gwybodaeth newydd am ofalwyr yn dechrau cael ei chasglu gan gynghorau lleol yn ystod 2016-17, a dylai fod ar gael ar gyfer yr asesiad

poblogaeth nesaf neu adolygiad interim. Mae hyn yn cynnwys arolwg blynyddol o ofalwyr, i'w gynnal gan awdurdodau lleol, a fydd yn canfod y canlynol:

- Nifer y gofalwyr sy'n adrodd eu bod, yn eu barn hwy, yn cael cymorth i barhau yn eu rôl ofalu
- Nifer y gofalwyr sy'n adrodd eu bod, yn eu barn hwy, yn cael cyfrannu at ddylunio'r cynllun gofal a chymorth ar gyfer yr unigolyn y maent yn gofalu amdano (Llywodraeth Cymru, 2015)

Mae data eraill a fydd yn cael eu casglu yn cynnwys:

- Nifer yr asesiadau o angen am gymorth i ofalwyr a wnaed yn ystod y flwyddyn ac, o'r rheiny, sawl un a arweiniodd at gynllun cymorth
- Nifer yr asesiadau gofalwyr a wrthodwyd gan ofalwyr yn ystod y flwyddyn
- Nifer y ceisiadau i adolygu cynlluniau gofal a chymorth a chynlluniau cymorth ar gyfer gofalwyr cyn yr amserlenni a gytunwyd a wnaed gan oedolyn yn ystod y flwyddyn ac, o'r rheiny, sawl un a wnaed
- Nifer yr oedolion a dalodd y ffi wythnosol uchaf tuag at gost gofal a chymorth neu gymorth i ofalwyr yn ystod y flwyddyn
- Nifer yr oedolion a dalodd ffi cyfradd unffurf ar gyfer gofal a chymorth neu gymorth i ofalwyr yn ystod y flwyddyn

## 7.3 Beth y mae pobl yn ei ddweud wrthym?

Mae'r prif ganfyddiadau o weithgareddau ymgysylltu a gynhaliwyd ar gyfer yr asesiad poblogaeth, ac o ymgynghoriadau blaenorol a gynhaliwyd gan bob cyngor lleol ac iechyd, yn cael eu rhestru isod. Am ragor o wybodaeth gweler atodiad 7b.

### **Sut i gefnogi gofalwr trwy ddiwallu anghenion yr unigolyn y gofelir amdano yn well**

- Gall offer ac addasiadau a thechnoleg gynorthwyol ddarparu gwasanaethau gwerthfawr iawn. Gall problemau gynnwys anghenion hyfforddi a rhestrau aros.
- Gofal ysbaid, gan gynnwys ysbaid tymor byr
- Asesiadau Gofal Iechyd Parhaus i gynnwys ysbaid tymor byr i ofalwyr
- Rhagor o weithgareddau ar gyfer pobl y gofelir amdanynt, yn enwedig unigolion â dementia
- Cymorth dibynadwy o ansawdd da ar gyfer y rheiny y gofelir amdanynt
- Cymorth pan fydd gofalwr yn sâl, o ran triniaeth frys a'r hyn sydd wedi'i gynllunio
- Cludiant dibynadwy i'r ysbyty, sy'n cynnwys cludiant ar gyfer gofalwyr. Mae angen i ofalwyr gael mynediad cyfartal at gludiant, hyd yn oed pan na fydd yr unigolyn y gofelir amdano gyda hwy, i'w galluogi i gasglu presgripsiynau, er enghraifft.
- Gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol – cael gweithwyr a all helpu gyda meddyginiaeth yn ogystal â gofal personol

### **Cymorth penodol ar gyfer gofalwyr**

- Gwybodaeth a chyngor hygyrch (yn ddelfrydol mewn un lle)
- Cymorthfeydd gwybodaeth, hybiau, pwyntiau trafod a gwasanaethau galw i mewn yn lleol
- Eiriolaeth ar gyfer y gofalwr
- Cymorth un i un ar gyfer y gofalwr, er enghraifft clust i wrando a chymorth dros y ffôn 24 awr y dydd
- Grwpiau cymdeithasu a grwpiau gofalwyr yn y gymuned leol
- Mynediad at weithgareddau hamdden
- Cyfleoedd i wirfoddoli
- Addysg, sgiliau a chyflogaeth

- Cydnabyddiaeth a pharch, ymgynghori fel partneriaid mewn gofal, gan gynnwys pan fydd unigolyn yn mynd i mewn i ofal hirdymor
- Gwell cyfathrebu rhwng yr holl bartïon sy'n rhan o'r gwaith o roi cymorth i ofalwyr a'r rheiny y gofelir amdanynt
- Cymorth y trydydd sector – mae gofalwyr yn gwerthfawrogi'n fawr yr ystod o gymorth a ddarperir gan sefydliadau'r trydydd sector
- Cymorth i'r gofalwr pan ddaw ei rôl ofalu i ben, gan gynnwys materion cyflogaeth, budd-daliadau a thai

Nododd yr ymgynghoriad hefyd y bylchau canlynol mewn gwasanaethau:

- Diffyg cludiant mewn ardaloedd gwledig
- Diffyg gwasanaethau mewn ardaloedd gwledig, gan gynnwys gofalwyr yn y cartref sy'n derbyn tâl
- Anallu mewn rhai ardaloedd i wneud apwyntiadau gyda meddyg hysbys/a enwir, y mae ei angen er cysondeb, yn enwedig ar gyfer pobl ag anghenion iechyd meddwl neu ddementia
- Diffyg ymwybyddiaeth ymhlith staff gofal sylfaenol o ofalwyr, eu pwysigrwydd a'u hanghenion
- Gwasanaethau cwnsela annigonol ar gyfer gofalwyr yr effeithir ar eu hiechyd meddwl gan eu rôl ofalu; mae hyn yn arbennig o bwysig oherwydd effaith a straen rôl ofalu
- Amrywiaeth, argaeledd a hyblygrwydd annigonol o ran gofal seibiant a seibiannau byr i ofalwyr
- Bwlch mewn cymorth i'r rheiny sy'n gofalu am bobl â phroblemau camddefnyddio sylweddau
- Cyllid cynaliadwy, hirdymor ar gyfer prosiectau cefnogi gofalwyr

Roedd adborth arall yn cynnwys effaith negyddol gofalu ar iechyd; mae gofalu yn haws pan ceir cymorth da gan deulu a ffrindiau (er yr ymddengys bod rhai gofalwyr yn meddwl na allai/na ddylai teulu roi cymorth oherwydd bod ganddynt eu bywydau eu hunain i'w byw); amrywiaeth fawr rhwng gofalwyr sy'n teimlo eu bod yn cael cymorth da a gofalwyr sy'n dweud nad ydynt yn cael unrhyw gymorth. Roedd llawer o ofalwyr, oni bai eu bod yn cael eu hannog, yn methu gweld sut y mae eu cymuned leol yn helpu, neu sut y gallai helpu.

## **Yr angen am wasanaethau trwy gyfrwng y Gymraeg**

Amlygodd y broses ymgynghori ac ymgysylltu bwysigrwydd sicrhau bod gwasanaethau gofal a chymorth ar gael yn y Gymraeg. Dylai gwasanaethau sicrhau bod gwasanaethau Cymraeg yn rhan o'r gwaith o gynllunio a chyflenwi gwasanaethau, a bod gwasanaethau yn cael eu cynnig trwy gyfrwng y Gymraeg i siaradwyr Cymraeg, a hynny heb iddynt orfod gofyn amdanynt fel sy'n ofynnol

gan y 'cynnig gweithredol'. Mae'r penodau eraill o'r asesiad poblogaeth yn nodi lle nad yw'r anghenion hyn yn cael eu diwallu ar gyfer pobl sy'n cael gofal a chymorth, ac mae proffil iaith Gymraeg o'r boblogaeth wedi'i gynnwys yn y cyflwyniad.

Mae angen ymgynghori ac ymgysylltu i amlygu meysydd angen penodol o ran darpariaeth Gymraeg ar gyfer gofalwyr; er enghraifft, amlygodd ein hymgyngoriad yr angen am grŵp cefnogi gofalwyr iaith Gymraeg ym Meirionnydd. Mae hyn yn cael sylw, a bydd yn cael ei ddarparu gan y trydydd sector.

## 7.4 Adolygiad o'r gwasanaethau a ddarperir ar hyn o bryd

Yn hanesyddol, gall llawer o'r cymorth y mae ei angen ar ofalwyr gael ei ddarparu trwy asesiad statudol o'r unigolyn y gofelir amdano. Gyda chyflwyno'r ddeddf newydd, rhaid ystyried darparu gwybodaeth, cyngor a chymorth neu wasanaethau ataliol ac adsefydlu ar gyfer yr unigolyn y gofelir amdano. Bydd yr asesiad hwn, ynghyd â'r cynllun gofal a chymorth, yn canolbwyntio ar ganlyniadau i'w cyflawni a ffyrdd arloesol o'u cyflawni, er enghraifft mynd i grwpiau lleol sy'n darparu cyfleoedd yn ystod y dydd. Fodd bynnag, os nad oes unrhyw ffordd arall, yna bydd gwasanaethau, er enghraifft gofal yn y cartref, yn cael eu darparu gan y gwasanaethau cymdeithasol. Yn ogystal, gall gwasanaethau gofal ysbaid, ar ffurf gofal byrdymor mewn lleoliad preswyl a gwasanaethau gwarchod, gael eu rhoi i'r unigolyn y gofelir amdano er mwyn rhoi seibiant i'r gofalwyr o'r rôl ofalu. **Gall pob un o'r gwasanaethau hyn ddarparu cymorth i ofalwyr a seibiant i ffwrdd o'r rôl ofalu.**

**Yn ogystal**, fodd bynnag, mae ystod eang o gymorth i ofalwyr yng Ngogledd Cymru yn cael ei ariannu gan grantiau neu'n cael ei gomisiynu i fudiadau trydydd sector sydd â hanes hir a gwerthfawr o gefnogi gofalwyr. Mae'r rhain yn cynnwys gwasanaethau ataliol a all gefnogi gofalwyr drwy gydol eu taith ofalu, a gwasanaethau a gomisiynir sy'n bodloni rhwymedigaethau statudol, er enghraifft asesiadau o anghenion gofalwyr.

Gall grantiau cynghorau a byrddau iechyd lleol ariannu gwasanaethau gofalwyr yn rhannol neu'n gyfan gwbl ac, mewn rhai achosion, mae'r cyllid yn cyfrannu at gostau craidd. Mae rhai gwasanaethau trydydd sector yn cael cyllid gan gynghorau lleol a Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr (BIPBC), er nid o reidwydd o dan un contract. Mae gwasanaeth Gofalwyr Ifanc WCD (sy'n gwasanaethu Wreccsam, Conwy, Sir Ddinbych) yn enghraifft dda o gydweithio yn arwain at ddull comisiynu rhanbarthol ynghyd â BIPBC i gefnogi gofalwyr.

Rhaid cydnabod hefyd y gall y trydydd sector ddenu cyllid allanol yn effeithiol er mwyn datblygu gwasanaethau gofalwyr i ddarparu gwerth ychwanegol i wasanaethau a ddarperir.

Mae'r canlynol yn enghreifftiau o'r math o wasanaethau sy'n cael eu darparu i ofalwyr ar hyd a lled Gogledd Cymru, sy'n amrywio ledled y rhanbarth. Er bod rhai o'r gwasanaethau hyn yn generig, rhaid nodi bod eraill yn wasanaethau arbenigol, er enghraifft darparu cymorth i'r rheiny sy'n gofalu am unigolion â dementia neu gyflyrau iechyd meddwl. Mae'r rhestr hefyd yn cynnwys gwasanaethau sy'n codi ymwybyddiaeth o faterion gofalwyr:

- Gwybodaeth, cyngor a chymorth
- Aseswyr anghenion gofalwyr dynodedig (yn fewnol ac wedi'u comisiynu allan)
- Cefnogaeth un i un

- Clust i wrando/cymorth emosiynol
- Cwnsela
- Swyddogion cymorth gofalwyr – ysbytai aciwt
- Grwpiau/fforymau/caffis cymorth
- Swyddogion gofal sylfaenol – codi ymwybyddiaeth gyda meddygfeydd teulu
- Hyfforddiant i ofalwyr, er enghraifft, dementia, cymorth cyntaf, symud a lleoli, ymlacio, pennu nodau
- Hyfforddiant i staff – i godi ymwybyddiaeth o faterion gofalwyr a'r cymorth sydd ar gael
- Taliadau uniongyrchol/cyllidebau cymorth/grantiau untro
- Cymorth i gael mynediad at ddysgu gydol oes, cyflogaeth a chyfleoedd gwirfoddoli
- Cymorth a gweithgareddau i ofalwyr ifanc a gofalwyr sy'n oedolion ifanc

Ysbaid tymor byr: mae cynghorau lleol a BIPBC hefyd yn buddsoddi'n sylweddol mewn gwasanaethau gofalwyr sy'n darparu ysbaid byr ar ffurf gwasanaeth gwarchod neu ofal amnewid. Er bod y rhain yn wasanaethau a ddarperir i'r unigolyn y gofelir amdano, maent yn cael eu hystyried yn wasanaethau gofalwyr. Mae'r trefniadau cytundebol a'r meini prawf ar gyfer y gwasanaethau hyn yn amrywio ledled y rhanbarth ond, ar hyn o bryd, maent yn wasanaethau nas codir tâl ar ofalwyr amdanynt. Mae rhai sefydliadau trydydd sector hefyd yn denu cyllid allanol ar gyfer y mathau hyn o wasanaethau.

Mae Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Gogledd Cymru wedi cytuno i benodi swydd ranbarthol i fapio'r ystod lawn o wasanaethau sydd ar gael i ofalwyr yng Ngogledd Cymru.

Mae Porth Dinasyddion Cymru Gyfan, DEWIS, yn darparu gwybodaeth gofal cymdeithasol a llesiant, yn cynnwys gwasanaethau a chymorth i ofalwyr <https://www.dewis.cymru/> .

## 7.5 Gofalwyr ifanc

Mae Llywodraeth Cymru yn diffinio gofalwyr ifanc fel gofalwyr dan 18 oed. Mae Côd Ymarfer Rhan 3 yn diffinio gofalwyr sy'n oedolion ifanc fel rhai rhwng 16 a 25 oed.

Mae gofyn bod cynghorau lleol yn cynnig asesiad gofalwr i unrhyw ofalwyr y gwelir y mae arno ei angen. Mae Atodiad A i'r Côd Ymarfer yn nodi amrywiaeth o enghreifftiau sy'n ymwneud â gofalwyr ifanc, yn cynnwys:

- Mae'r plentyn yn annhebygol o gyrraedd ei nodau datblygu
- Nid yw/ni fydd yr unigolyn yn gallu cyrchu gwaith, hyfforddiant, addysg, gwaith gwirfoddol neu weithgareddau hamdden, na chymryd rhan ynddynt.

Wrth gynnal yr asesiad, rhaid i'r cyngor roi sylw i bwysigrwydd hwyluso magu'r plentyn gan ei deulu, i'r graddau y bydd hynny'n cyd-fynd â hybu llesiant y plentyn.

Pan fydd plentyn yn ofalwr, rhaid i'r cyngor ystyried ei anghenion datblygiadol a'r graddau y mae'n briodol i'r plentyn ddarparu'r gofal. Dylai hynny arwain y cyngor i ystyried a yw'r gofalwr, mewn gwirionedd, yn blentyn â'i anghenion gofal a chymorth ei hun.

## Beth yr ydym yn ei wybod am y boblogaeth?

Mae nifer y gofalwyr ifanc a nodwyd yng Ngogledd Cymru wedi cynyddu yn yr ychydig flynyddoedd diwethaf, a hynny yn sgil y cynnydd mewn atgyfeiriadau o ganlyniad i waith codi ymwybyddiaeth llwyddiannus a chysylltiadau cadarnhaol â sefydliadau partner.

Ar adeg ysgrifennu'r adroddiad hwn, mae 1,096 o ofalwyr ifanc yn cael eu cefnogi ledled Gogledd Cymru (Tachwedd 2016) fel y gwelir yn Tabl 7.3. Yn ôl cyfrifiad 2011, roedd 1,500 o ofalwyr ifanc 0 i 15 oed, a 4,000 o ofalwyr ifanc 16 i 24 oed yng Ngogledd Cymru.

**Tabl 7.3** Gofalwyr ifanc – achosion agored, Gogledd Cymru, Tachwedd 2016

|                      | Nifer y gofalwyr ifanc |
|----------------------|------------------------|
| Ynys Môn             | 80                     |
| Gwynedd              | 157                    |
| Conwy                | 223                    |
| Sir Ddinbych         | 174                    |
| Sir y Fflint         | 265                    |
| Wrecsam              | 197                    |
| <b>Gogledd Cymru</b> | <b>1,096</b>           |

Ffynhonnell: Darparwyr gwasanaethau i ofalwyr ifanc (Gweithredu Dros Blant, Gofalwyr Ifanc WCD, Barnardos)

Mae Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru yn tynnu sylw at y materion canlynol sy'n wynebu gofalwyr ifanc.

- Amcangyfrifir bod 29,000 o ofalwyr dan 25 oed yng Nghymru, 17,500 ohonynt dros 18 oed, ond mae ymchwil yn awgrymu y gall y nifer hwn fod yn sylweddol uwch. O holl ardaloedd y DU, Cymru sydd â'r gyfran uchaf o ofalwyr sy'n oedolion ifainc.
- Gwelwyd yn glir mewn ymchwil ledled y DU (Prifysgol Nottingham a'r Carers Trust) fod gofalwyr sy'n oedolion ifanc yn grŵp o bobl nad ydynt yn cael eu hadnabod na'u cefnogi'n llawn.



- Ar gyfartaledd, mae cyflawniad gofalwyr ifanc 9 gradd yn is mewn arholiadau TGAU.
- Ar gyfartaledd, mae gofalwyr sy'n oedolion ifanc yn colli 48 o ddiwrnodau ysgol cyfan neu rannol bob blwyddyn (bron 5 wythnos).
- Mae gofalwyr sy'n oedolion ifanc bedair gwaith yn fwy tebygol o roi'r gorau i addysg uwch.
- Roedd un o bob pedwar gofalwr ifanc yn dweud iddynt gael eu bwlio oherwydd eu rôl ofalu.

## **Adolygiad o'r gwasanaethau a ddarperir**

Comisiynwyd cefnogaeth benodol o'r trydydd sector ar gyfer gofalwyr ifanc a gofalwyr sy'n oedolion ifanc ar draws Gogledd Cymru. Comisiynwyd Gofalwyr Ifanc WCD/Credu i ddarparu'r gwasanaethau hyn yn Wrecsam, Sir Ddinbych a Chonwy. Barnardos sy'n darparu'r gwasanaeth yn Sir y Fflint, a Gweithredu Dros Blant sy'n darparu'r gwasanaeth yng Ngwynedd ac Ynys Môn. Mae gwasanaethau Oedolion Ifanc yn cael eu rhoi gan NEWCIS (Sir y Fflint); Gwasanaeth Gofalwyr Wrecsam (Wrecsam) ac Ymddiriedolaeth Gofalwyr Gogledd Cymru - Gwasanaethau Gofal Croesffyrdd (Ynys Môn).

Mae'r mudiadau hyn i gyd yn darparu'r un lefel o gefnogaeth, sy'n cynnwys gwybodaeth a chynghor, gweithgareddau a digwyddiadau cymdeithasol, cefnogaeth â gwytnwch a llesiant personol, cludiant, cwnsela, eiriolaeth a chyswllt ag ysgolion, colegau, y gwasanaethau cymdeithasol neu weithwyr iechyd proffesiynol. Nid yw'r gwasanaethau hyn yn ymyrryd yn uniongyrchol i ateb anghenion yr unigolyn y gofelir amdano gan y person ifanc. Maent yno i liniaru effaith y rôl ofalu ar y person ifanc.

Yr anghenion mwyaf cyffredin ymhlith gofalwyr ifanc a nodwyd gan y darparwyr gwasanaethau hyn yw: yr angen am ysbaid a chyfle i gymdeithasu (rhoi'r amser iddynt fod yn blentyn); meithrin gwytnwch, llesiant emosiynol a hunan-barch; yr angen am rwydweithiau cefnogaeth gan gyfoedion â gofalwyr ifanc eraill sy'n deall; cefnogaeth ag addysg a dysgu; a chefnogaeth eiriolaeth er mwyn i'w lleisiau gael eu clywed.

Y gwasanaethau cymdeithasol, gwasanaethau plant arbenigol, Teuluoedd yn Gyntaf a swyddogion lles addysg ar ran ysgolion sy'n gwneud y mwyafrif o'r atgyfeiriadau. Yng Ngogledd-orllewin Cymru, gwelwyd cynnydd yn nifer yr atgyfeiriadau gan y gwasanaeth iechyd, yn bennaf gan nyrsys ysgol, ymwelwyr iechyd ac ymgynghorwyr, yn y ddwy flynedd diwethaf, a hynny yn dilyn cynllun arbrofol oedd â'r nod o wella iechyd a llesiant emosiynol gofalwyr ifanc.

## **Tueddiadau sy'n dod i'r golwg**

Mae pob darparwr yn adrodd am gynnydd sylweddol yn nifer y gofalwyr ifanc y mae arnynt angen cefnogaeth un i un, a dywedant fod hynny'n cael effaith

sylweddol ar yr adnoddau sydd ar gael. Nodwyd nifer o resymau am yr angen dwysach, gan gynnwys: o ran hunan-niweidio; a'r cynnydd yn nifer y plant a phobl ifanc â diagnosis o ADHD neu Awtistiaeth a phroblemau ymddygiad sylweddol eraill sy'n cysylltu â'r gwasanaeth.

### **Tai a digartrefedd**

Gall gofalwyr ifanc deimlo'n ansicr ynghylch eu tai gan nad ydynt yn gallu cael budd-dal nac ysgwyddo cyfrifoldeb am dalu'r dreth gyngor eu hunain.

### **Diogelu**

Gall gofalwyr ifanc wynebu nifer o ffactorau o safbwynt diogelu. Mae'n anodd adnabod gofalwyr ifanc yn aml, a gall hynny olygu na fydd eu hanghenion yn dod i'r golwg nes bod argyfwng yn codi. Gall graddau rolau gofalu plant, ynghyd ag effaith hynny ar eu datblygiad, fod yn bryderon diogelu ynddynt eu hunain ac, oherwydd hynny, mae'n hanfodol bwysig fod gwasanaethau'n adnabod ac yn asesu eu hanghenion yn llawn er mwyn sicrhau eu bod yn cael y gefnogaeth iawn ar yr adeg iawn.

Gall gofalu gael effaith ar ddatblygiad emosiynol a chorfforol, addysg, a rhwydweithiau cymdeithasol a chyfeillgarwch gofalwyr ifanc (Becker *et al.*, 2000). Mae gofalwyr ifanc iawn, dan wyth oed, yn wynebu risg benodol, ac ni chawsant eu cynnwys mewn rhai asesiadau gofalwyr ifanc yn y gorffennol ar y sail na ddylai'r un plentyn dan wyth oed fod â chyfrifoldebau gofalu. Mae angen i gomisiynwyr sicrhau bod cefnogaeth ar gael i'r bobl ifanc hyn trwy wasanaethau gofalwyr ifanc neu drwy wasanaethau eraill ar gyfer plant diamddiffyn.

Gall plant a rhieni fod â syniadau gwahanol hefyd ynghylch lefelau gofal priodol ac, weithiau, gall rhieni fod yn amharod i ymgysylltu â gwasanaethau oherwydd canfyddiadau negyddol neu ofnau ynghylch y camau y gall y gwasanaethau cymdeithasol eu cymryd.

Yn yr un modd, mae gofalwyr sy'n oedolion ifanc yn wynebu'r un materion diogelu â gofalwyr ifanc. Gall bod yn ofalwr roi straen aruthrol ar bobl ifanc, gan effeithio ar eu cyrhaeddiad addysgol, mynediad at hyfforddiant a chyflogaeth, a'u hiechyd a'u llesiant cyffredinol.

Nid yw bod yn ofalwr ifanc yn golygu, o reidrwydd, fod angen amddiffyn plentyn neu berson ifanc. Fodd bynnag, mae'n arwydd bod yn rhaid i wasanaethau roi prosesau ataliol ar waith i sicrhau na fydd teuluoedd yn wynebu argyfwng ac yn sbarduno gweithdrefnau amddiffyn plant yn sgil hynny.

### **Beth y mae gofalwyr ifanc wedi ei ddweud wrthym?**

Canfyddiadau'r ymgynghoriad a'r broses ymgysylltu â gofalwyr ifanc.

Y meysydd a oedd yn heriol i ofalwyr ifanc oedd: canolbwyntio, cyfathrebu, bod yn hyderus a gwneud ffrindiau (oherwydd eu rôl ofalu, o bosibl). Roedd eu hanghenion fel a ganlyn:

- Cael eu gwerthfawrogi a'u cefnogi gan athrawon i lwyddo'n academiaidd.
- Eiriolaeth wrth ddelio â gweithwyr proffesiynol, na fyddant o bosibl yn gwrando ar ofalwyr ifanc, yn enwedig y rhai ieuengaf.
- Gwasanaethau cwnsela a cefnogaeth â'u hanghenion iechyd eu hunain.
- Problemau cael apwyntiad â'r meddyg teulu.
- Diffyg ymwybyddiaeth a pharch gan rai gweithwyr proffesiynol, yn enwedig gweithwyr iechyd.
- Gwybodaeth hwylus, hawdd ei defnyddio naill ai ar-lein neu drwy ddarpariaeth un i un, nad yw'n defnyddio jargon.
- Cael cydnabyddiaeth, cefnogaeth a gwrandawriad gan ffrindiau, teulu a gweithwyr proffesiynol ym mhob maes.
- Lleoedd i fynd i wneud ffrindiau a chael hwyl.

Nododd canfyddiadau'r broses ymgynghori ac ymgysylltu â gofalwyr sy'n oedolion ifanc fod ganddynt anghenion penodol o ran gofal ysbaid a chefnogaeth ymarferol, gwybodaeth a chefnogaeth un i un. Bydd rhai gofalwyr yn defnyddio cefnogaeth ysbaid i'w galluogi i fynd allan fel teulu, heb fod un ohonynt yn gorfod aros ar ôl i ofalu am yr unigolyn y gofelir amdano. Bydd yn well gan eraill gael cefnogaeth ymarferol â thasgau'r tŷ fel bod gan y gofalwyr sy'n oedolion ifanc lai i'w wneud ar ôl cyrraedd adref o'r coleg, gan ryddhau amser astudio. Gall arwahanrwydd fod yn broblem hefyd i ofalwyr sy'n oedolion ifanc, weithiau oherwydd problemau cludiant.

## **Adolygiad o'r gwasanaethau a ddarperir**

Ar y cyfan, comisiynir gwasanaethau ar gyfer gofalwyr ifanc i gefnogi plant dros 8 mlwydd oed, oherwydd credir bod cyflawni rôl ofalu gan blentyn iau na hynny yn arwydd o angen uwch, ac y dylai teuluoedd yn yr achosion hynny gael cefnogaeth ac ymyrraeth gan y gwasanaethau cymdeithasol. Fodd bynnag, mae Gofalwyr Ifanc WCD/Credu wedi cael arian ychwanegol gan Blant Mewn Angen y BBC i ddarparu cefnogaeth wedi'i deilwra ar gyfer gofalwyr ifanc dan 8 oed.

Mae angen rhagor o eglurder i ddatblygu ein dealltwriaeth o'r rychwant o gefnogaeth a ddarperir gan ofalwyr ifanc yng Ngogledd Cymru. Tra bydd y mwyafrif o atgyfeiriadau'n ymwneud â pherson ifanc sy'n cefnogi perthynas sy'n dioddef anabledd neu salwch hirdymor, gwelir bod nifer gynyddol o'r rhai a atgyfeirir yn gofalu am riant neu rieni â phroblem camddefnyddio sylweddau.

Mae angen gwneud rhagor o waith i ymchwilio i'r ystod o anghenion ymysg poblogaeth gofalwyr ifanc Gogledd Cymru. Mae pob gwasanaeth yn darparu cefnogaeth yn ôl haen, yn seiliedig ar asesiad, er nad oes dull gweithredu safonedig ar draws y tri darparwr, ac nid yw'n glir faint o blant sy'n cael cefnogaeth ym mhob haen. Mae angen archwilio'r tueddiadau sy'n dod i'r amlwg er mwyn rhoi gwedd gliriach ar fynycher pob mater a llywio datblygiad gwasanaethau a'r cynlluniau comisiynu yn y dyfodol.

Awgrymai'r adborth gan ddefnyddwyr y gwasanaeth fod bwch yn y ddarpariaeth ar gyfer gofalwyr sy'n oedolion ifanc a gofalwyr ifanc dan 8 oed. Mae anghenion a phrofiadau'r gofalwyr yn y grwpiau hyn yn wahanol iawn i anghenion a phrofiadau gofalwyr ifanc (8-16 oed), ac mae gofyn cynnig lefel wahanol o gefnogaeth iddynt.

## 7.6 Casgliad ac Argymhellion

Mae gofalwyr yn chwarae rôl hanfodol wrth ddarparu gofal a chymorth, ac yn darparu gwasanaeth ataliol eu hunain. Amcangyfrifir bod gofalwyr yn darparu rhwng 70% a 95% o ofal, gan arbed £7.72 biliwn bob blwyddyn yng Nghymru (Yeandle a Buckner, 2015; Llywodraeth Cymru, 2016). Mae pob sefyllfa ofalu yn unigryw.

### Y prif ganfyddiadau

- Mae nifer y gofalwyr yng Ngogledd Cymru yn cynyddu, yn enwedig yng ngogledd-orllewin Cymru.
- Pobl 50 i 64 oed sy'n fwyaf tebygol o fod yn darparu gofal di-dâl.
- Mae hanner yr holl ofalwyr yng Ngogledd Cymru mewn cyflogaeth: ar gyfer gofalwyr mewn cyflogaeth, mae cymorth eu cyflogwr a chydweithwyr yn hanfodol i'w helpu i barhau yn eu rôl ofalu.
- Mae'r cynnydd yn yr angen am ofal cymdeithasol, a nodwyd ym mhenodau eraill yr adroddiad asesu poblogaeth, yn debygol o arwain at fwy o bobl yn darparu gofal di-dâl ac yn darparu gofal am gyfnod hwy.
- Nodwyd bod mwy na 1,000 o ofalwyr ifanc yng Ngogledd Cymru, a bod y nifer hwn wedi cynyddu yn y blynyddoedd diweddar.

### Bylchau yn y gefnogaeth ac argymhellion

Mae yna her i wasanaethau yn yr hinsawdd economaidd sydd ohoni, gyda gwasanaethau yn cael eu torri ar gyfer gofalwyr ac ar gyfer y bobl y maent yn gofalu amdanynt. Mae llawer o'r cymorth i ofalwyr, yn enwedig gan y trydydd sector, yn dibynnu ar gyllid byrdymor, ac mae yna risgiau o ran cynaliadwyedd y cymorth hwn.

Ceir adborth bod darpariaeth gofal ysbaid/ysbaid byr yn lleihau, yn ogystal â materion sy'n ymwneud â pha mor bell ymlaen llaw y mae angen iddo gael ei gynllunio, sy'n golygu ei bod yn anodd i ofalwyr wneud cynlluniau munud olaf. Mae'n rhaid i ni ailfeddwl sut yr ydym yn darparu gwasanaethau i gyflawni'r canlyniadau gorau ar gyfer gofalwyr a'r unigolyn y gofelir amdano yn yr hinsawdd hon.

Mae cymorth mewn ysbytai aciwt yn anghyson – mae swyddog cymorth gofalwyr ar gael yn rhanbarthau'r Gorllewin a'r Dwyrain yng Ngogledd Cymru a gynhelir gan y trydydd sector, ond nid oes unrhyw ddarpariaeth yn yr ardal ganolog. Yn yr ardal hon, ac mewn ardaloedd eraill, mae angen ystyried sut i ddarparu mwy o gysondeb ledled y rhanbarth.

Mae yna angen cynyddol am gefnogaeth un i un ar gyfer gofalwyr ifanc, ynghyd â chefnogaeth i ofalwyr ifanc dan 8 oed.

Yn ogystal â'r enghreifftiau uchod, amlygodd yr ymgynghoriad yr angen am well cymorth i ofalwyr trwy ddiwallu anghenion yr unigolyn y gofelir amdano yn well, yn ogystal â darparu cymorth penodol ar gyfer gofalwyr. Amlygodd fylchau o ran cludiant, gwasanaethau mewn ardaloedd gwledig, ymwybyddiaeth staff gofal sylfaenol, gwasanaethau cwnsela ar gyfer gofalwyr, a chymorth i'r rheiny sy'n gofalu am unigolion sy'n camddefnyddio sylweddau. Amlygodd yr adolygiad o wasanaethau fod darpariaeth ar gael yng Ngogledd Cymru i ddiwallu llawer o'r anghenion hyn, er nad yw'r ddarpariaeth hon yn gyson ledled y rhanbarth.

Mae Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Gogledd Cymru wedi cytuno i benodi swydd ranbarthol i fapio'r ystod lawn o wasanaethau sydd ar gael i ofalwyr yng Ngogledd Cymru. Mae'r ymarfer cwmpasu yn debygol o nodi bylchau ac anghysonderau eraill ar draws Gogledd Cymru, ac o amlygu blaenoriaethau ar gyfer gweithio ar y cyd. Mae grŵp gweithredol gofalwyr rhanbarthol yn bodoli, a fydd yn edrych ar gyfleoedd i weithio'n rhanbarthol, sy'n deillio o'r asesiad poblogaeth hwn.

## **Materion cydraddoldeb a hawliau dynol**

Mae'r bennod hon yn cydnabod y gall gofalwyr gael eu heffeithio'n anghymesur o ganlyniad i'w rôl fel gofalwyr, er na nodir yn ffurfiol bod gan ofalwyr a gofalwyr ifanc nodweddion a ddiogelir, ac mewn llawer o achosion maent yn wynebu anfanteision economaidd a chymdeithasol sylweddol. Ar gyfer gofalwyr ifanc a gofalwyr sy'n oedolion ifanc, gall hyn effeithio ar eu datblygiad eu hunain ac ar eu cyfleoedd mewn bywyd.

Mae'r bennod hon yn amlinellu'r ffaith y gall gofalwyr feddu ar nodweddion a ddiogelir, ac mae'n nodi data sy'n dangos effeithiau anghymesur o ran oedran a rhyw. Mae'r bennod hon hefyd yn cynnwys adran benodol sy'n edrych ar anghenion gofalwyr ifanc a gofalwyr sy'n oedolion ifanc.

Mae yna grwpiau eraill â nodweddion a ddiogelir y gellid effeithio arnynt oherwydd natur eu rôl ofalu. Mae'r asesiad o effaith ar gydraddoldeb yn yr asesiad poblogaeth hwn yn myfyrio ar ystyriaethau ac effeithiau pellach. Efallai na fydd materion sy'n effeithio ar bobl â'r nodweddion a ddiogelir yn cael eu nodi yn yr asesiad hwn, ond gellid mynd i'r afael â hwy wrth adolygu'r asesiad poblogaeth yn y dyfodol, wrth ddatblygu'r cynllun ardal, neu yn y gwasanaethau sy'n cael eu datblygu neu eu newid mewn ymateb i'r cynllun.

Rhaid i wasanaethau ar gyfer gofalwyr fabwysiadu dull sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn ac sy'n cymryd i ystyriaeth anghenion gwahanol y bobl â nodweddion a ddiogelir. Bydd hyn yn ddull parhaus yn ystod y gwaith o ddatblygu cynlluniau gweithredu yn y dyfodol, a bydd yn chwarae rôl allweddol o ran datblygu gwasanaethau.

Byddem yn croesawu unrhyw dystiolaeth benodol bellach a allai helpu i lywio'r asesiad.

## **Y camau nesaf ar gyfer yr asesiad poblogaeth a'r cynllun ardal**

- Cael gwybodaeth am effeithiolrwydd y gwasanaethau a ddarperir i ofalwyr, gwella'r gwaith o werthuso prosiectau, ac edrych ar yr hyn y gellir ei ailadrodd ledled y rhanbarth i ddarparu cymorth mwy cyson, hyd yn oed o ystyried amrywiadau lleol.
- Ystyried sut yr ydym yn nodi canlyniadau a systemau i nodi angen heb ei ddiwallu, er enghraifft, mae Cyngor Gwynedd a Chyngor Sir Ddinbych yn treialu defnyddio sgysiaau 'yr hyn sy'n bwysig' gyda gofalwyr.
- Mapio gwasanaethau gofalwyr ledled Gogledd Cymru, gan gynnwys argaeledd y ddarpariaeth trwy gyfrwng y Gymraeg.
- Rhannu'r canfyddiadau o'r asesiad poblogaeth a'r cynllun ardal â Llywodraeth Cymru i lywio datblygiad Strategaeth Cymru Gyfan ar gyfer Gofalwyr.

## **Atodiad 7a: Deddfwriaeth hanesyddol ar gyfer gofalwyr**

Mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yn diddymu y rhan fwyaf o'r ddeddfwriaeth gofal cymunedol bresennol gan gynnwys:

- Deddf Gofalwyr (Cydnabyddiaeth a Gwasanaethau) 1995
- Deddf Gofalwyr a Phlant Anabl 2000
- Deddf Gofalwyr (Cyfle Cyfartal) 2004
- Mesur Strategaethau ar gyfer Gofalwyr (Cymru) 2010

### **A1.1 Mesur Strategaethau ar gyfer Gofalwyr (Cymru) 2010**

"Diben y Mesur hwn yw galluogi'r Cynulliad Cenedlaethol i ddeddfu i gyflwyno gofyniad newydd ar y GIG ac Awdurdodau Lleol yng Nghymru ("yr awdurdodau perthnasol") i weithio mewn partneriaeth i baratoi, cyhoeddi a gweithredu strategaeth ar y cyd mewn perthynas â gofalwyr.

<http://gov.wales/docs/dhss/publications/120206careresstrategiesmeasure2010guidancececy.pdf>

<http://www.legislation.gov.uk/wsi>

### **A1.2 Deddf Gofalwyr (Cydnabyddiaeth a Gwasanaethau) 1995**

Hwn oedd y darn cyntaf o ddeddfwriaeth a roddodd hawliau i ofalwyr o bob oed sydd yn darparu gofal rheolaidd a sylweddol. Mae'r Ddeddf yn cynnwys y cyfrifoldebau statudol craidd, ac mae'n ei gwneud yn ofynnol i awdurdodau lleol gynnal asesiad o allu gofalwr i ddarparu gofal, ac i barhau i ddarparu gofal, os yw'r gofalwr yn gofyn am hynny, ar adeg asesiad yr unigolyn y maent yn gofalu amdano.

<http://www.legislation.gov.uk/ukpga/1995/12/contents>

### **A1.3 Deddf Gofalwyr a Phlant Anabl 2000**

Rhoddodd y Ddeddf hon yr hawl i Ofalwyr ofyn am asesiad, hyd yn oed pan oedd yr unigolyn yr oeddent yn gofalu amdano yn gwrthod asesiad. Roedd hefyd yn rhoi pŵer i Awdurdodau Lleol ddarparu gwasanaethau yn uniongyrchol i Ofalwyr, yn ogystal â darparu Taliadau Uniongyrchol i Ofalwyr.

<http://www.legislation.gov.uk/ukpga/2000/16/contents>

### **A1.4 Deddf Gofal Cymunedol (Rhyddhau Gohiriedig) 2000**

Mae'r Ddeddf hon yn datgan, pan fydd gofalwr yn gofyn am asesiad, fod yn rhaid i'r Gwasanaethau Cymdeithasol, mewn ymgynghoriad â'u partneriaid yn y GIG, benderfynu pa wasanaeth y bydd yn ei ddarparu ar gyfer y Gofalwr pan fydd yr unigolyn y gofelir amdano yn barod i gael ei ryddhau.

<http://www.legislation.gov.uk/ukpga/2003/5/contents>



### **A1.5 Deddf Gofalwyr (Cyfle Cyfartal) 2004**

Roedd y Ddeddf hon yn gosod dyletswydd ar Awdurdodau Lleol i roi gwybod i Ofalwyr am eu hawl i gael asesiad Gofalwyr. Roedd hefyd yn sicrhau bod cyfleoedd y Gofalwyr o ran hamdden, dysgu gydol oes a chyflogaeth yn cael eu cymryd i ystyriaeth wrth gynnal asesiad. Roedd yn rhoi pŵer i Awdurdodau Lleol ofyn am gymorth Tai, Addysg ac Iechyd o ran darparu cymorth i Ofalwyr.

<http://www.legislation.gov.uk/ukpga/2004/15/contents>

### **A1.6 Deddf Plant 1989**

Gall Gofalwr Ifanc gael ei nodi fel 'plentyn mewn angen'.

<http://www.legislation.gov.uk/ukpga/1989/41/contents>

### **A1.7 Deddf Plant a Phobl Ifanc 2008**

Mae hyn yn ei gwneud yn ofynnol i awdurdodau lleol wneud trefniadau digonol i ddarparu egwyl fer ar gyfer Plant Anabl.

<http://www.legislation.gov.uk/ukpga/2008/23/contents>

### **A1.8 Deddf Personau Anabl (Gwasanaethau, Ymgynghori a Chynrychioli) 1986**

Mae'r Ddeddf hon yn ei gwneud yn ofynnol i awdurdodau lleol roi sylw i allu'r gofalwr i ddarparu gofal, neu i barhau i ddarparu gofal, wrth benderfynu pa wasanaethau i'w darparu i'r unigolyn anabl.

<http://www.legislation.gov.uk/ukpga/2006/32/contents>

### **A1.9 Deddf Addysg 2002, Adran 175**

Mae Adran 175 yn ymwneud â dyletswyddau Awdurdodau Addysg Lleol a chyrrff llywodraethu mewn perthynas â llesiant plant

<http://www.legislation.gov.uk/ukpga/2002/32/contents>

**A1.10** Ar gyfer pob un o adrannau dan orchymyn **Deddf Iechyd Meddwl 1983** gosodir dyletswyddau ar Reolwyr Ysbytai (ac weithiau ar eraill) i ddarparu gwybodaeth ysgrifenedig a gwybodaeth ar lafar i gleifion (ac, mewn rhai achosion, i'w perthynas agosaf, ac efallai nad y gofalwr fydd hwn, gyda llaw). Er mwyn cefnogi Rheolwyr Ysbytai i gyflawni eu dyletswyddau, mae Llywodraeth Cymru wedi datblygu cyfres o daflenni. Mae'r cyfan ar gael (yn Saesneg ac yn Gymraeg) yn:

<http://www.wales.nhs.uk/sites3/page.cfm?orgid=816&pid=33957>

### **A1.11 Mesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) 2011**

Diben y Mesur hwn yw gosod dyletswydd ar Weinidogion Cymru a'r Prif Weinidog i roi sylw dyledus i'r hawliau a'r rhwymedigaethau yng Nghonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP) a'i Brotocolau Dewisol, wrth wneud penderfyniadau strategol am sut i arfer swyddogaethau sy'n arferadwy ganddynt.

<http://www.assemblywales.org/bus-home/bus-legislation/bus-legmeasures/businesslegislationmeasures-rightsofchildren.htm>

### **A1.12 Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) 2010**

Mae Rhan 2 o Fesur Iechyd Meddwl (Cymru) yn rhoi dyletswyddau statudol i ddarparwyr gwasanaethau iechyd meddwl yng Nghymru (Byrddau Iechyd Lleol ac awdurdodau lleol) er mwyn sicrhau bod yr holl gleifion mewn gwasanaethau iechyd meddwl eilaidd yn cael cynllun gofal a thriniaeth o fath rhagnodedig, sy'n cael ei ddatblygu a'i adolygu, mewn partneriaeth â'r claf, gan gydlynnydd gofal. Mae rheoliadau a wneir o dan y Rhan hon o'r Mesur yn ei gwneud yn ofynnol i gydgyssylltwyr gofal ymgynghori ag unigolion penodol eraill (gan gynnwys gofalwr/gofalwyr y claf) wrth ddatblygu ac adolygu cynlluniau gofal a thriniaeth. Mae hefyd yn ei gwneud yn ofynnol i unigolion penodol (unwaith eto, gan gynnwys gofalwr/gofalwyr y claf) gael copi o'r cynllun, neu rannau perthnasol ohono. Mae gan y cydgysylltydd gofal rywfaint o ddisgresiwn o ran a ddylid ymgynghori â gofalwyr ai peidio, ac a ddylent gael copïau yn erbyn dymuniadau'r claf, lle nad yw'r claf wedi rhoi ei ganiatâd.

Yn ogystal, mae'r ddeddfwriaeth hon yn galluogi gofalwr/gofalwyr) i ofyn am adolygiad o gynllun gofal a thriniaeth y claf os yw'n credu bod hyn yn angenrheidiol (er bod gan y cydgysylltydd gofal rywfaint o ddisgresiwn o ran a fydd adolygiad yn cael ei gynnal yn dilyn cais o'r fath).

Mae Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) hefyd yn gosod dyletswyddau statudol ar ddarparwyr gwasanaethau iechyd meddwl i sicrhau bod gwybodaeth benodol ar gael i gleifion, yn ysgrifenedig, pan gânt eu rhyddhau o wasanaethau iechyd meddwl eilaidd (gan gynnwys y rheswm dros eu rhyddhau, a'r camau i'w cymryd pe byddai iechyd meddwl yr unigolyn yn dirywio ar ryw adeg yn y dyfodol). Mae Pennod 7 o'r Cod Ymarfer Drafft, sydd wedi ei gyhoeddi gan Lywodraeth Cymru i gefnogi'r Rhan hon o Ddeddf Iechyd Meddwl (Cymru), yn datgan y dylai darparwyr gwasanaethau ystyried rhoi'r wybodaeth hon i ofalwr yr unigolyn os credir y byddai hynny yn briodol, ac os yw'r unigolyn yn cytuno i hynny.

Am ragor o wybodaeth am ofynion y ddeddfwriaeth hon, gweler tudalennau gwe Iechyd Meddwl Llywodraeth Cymru:

<http://wales.gov.uk/topics/health/nhswales/healthservice/mentalhealthservices/?lang=en>

### **A1.13 Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP)**

Yr Erthyglau sy'n arbennig o berthnasol i Blant fel Gofalwyr Ifanc yw:

**Erthygl 3** Ym mhob gweithred sy'n ymwneud â phlant, p'un a'u hymgymerir gan sefydliadau lles cymdeithasol cyhoeddus neu breifat, llysoedd barn, awdurdodau gweinyddol neu gyrff deddfwriaethol, rhaid i les pennaf y plentyn fod yn brif ystyriaeth.

**Erthygl 12** Rhaid i Wladwriaethau sy'n Barti sicrhau i'r plentyn sy'n gallu ffurfio ei farn ei hun yr hawl i fynegi'r farn honno'n ddirwystr ym mhob mater sy'n effeithio ar y plentyn, gyda barn y plentyn yn cael ei bwys dyledus yn unol ag oedran ac aeddfedrwydd y plentyn.

**Erthygl 13** Bydd gan y plentyn hawl i ryddid mynegiant; bydd yr hawl hon yn cynnwys rhyddid i geisio, cael a chyfrannu gwybodaeth a syniadau o bob math, heb ystyried ffiniau, naill ai ar lafar, yn ysgrifenedig neu mewn print, ar ffurf celf, neu drwy unrhyw gyfrwng arall o ddewis y plentyn.

**Erthygl 15** Mae Gwladwriaethau sy'n Barti yn cydnabod hawliau'r plentyn i gael rhyddid i ymgysylltu a rhyddid i ymgynnull yn heddychlon.

**Erthygl 19** Rhaid i Wladwriaethau sy'n Barti gymryd pob cam deddfwriaethol, gweinyddol, cymdeithasol ac addysgol sy'n briodol i amddiffyn y plentyn rhag pob math o drais corfforol neu feddyliol, anaf neu gamdriniaeth, esgeulustod neu driniaeth esgeulus, camarfer neu gamfanteisio, gan gynnwys camdriniaeth rywiol, tra bo'r plentyn yng ngofal rhiant/rhieni, gwarcheidwad/gwarcheidwaid neu unrhyw unigolyn arall sydd â gofal drosto.

**Erthygl 28** Mae Gwladwriaethau sy'n Barti yn cydnabod hawl y plentyn i gael addysg, a chyda golwg ar sicrhau'r hawl hon yn raddol ac ar sail cyfle cyfartal

**Erthygl 31** Mae Gwladwriaethau sy'n Barti yn cydnabod hawl y plentyn i orffwys a hamdden, i gymryd rhan mewn gweithgareddau chwarae a hamdden sy'n briodol i oedran y plentyn, ac i gymryd rhan ddirwystr mewn bywyd diwylliannol a'r celfyddydau.

**Erthygl 36** Rhaid i Wladwriaethau sy'n Barti amddiffyn y plentyn rhag unrhyw ffurf arall ar gamfanteisio sy'n niweidiol i unrhyw agwedd ar les y plentyn.

<http://wales.gov.uk/topics/childrenyoungpeople/publications/uncrcarticles/?lang=en>

### **A1.14 Deddf Gwaith a Theuluoedd 2006**

Daeth y Ddeddf hon i rym yng Nghymru ym mis Ebrill 2007. Mae'n ei gwneud yn ofynnol i gyflogwyr ystyried ceisiadau gan bobl sydd â chyfrifoldebau gofalu am gael gweithio'n hyblyg.

<http://www.legislation.gov.uk/ukpga/2006/18/contents>

## **Atodiad 7b: Ymgynghori ac ymgysylltu**

Roedd y gweithgareddau ymgynghori ac ymgysylltu a gafodd eu cynnwys yn y crynodeb fel a ganlyn:

- Adborth o arolwg sefydliad a gynhaliwyd ar gyfer yr asesiad poblogaeth (gweler atodiad 1)
- Digwyddiad ymgynghori grŵp cyfeirio gofalwyr (29 Mehefin 2016)
- Adroddiad ar ddigwyddiad y gofalwyr ifanc (30 Ionawr 2016)
- Ymgynghoriad gofalwyr ifanc (cynhaliwyd i lywio'r contract ar y cyd rhwng Conwy, Sir Ddinbych a Wrecsam)
- Digwyddiad Gofalwyr Cyngor Sir y Fflint (19 Hydref 2015)
- Bwrdd Partneriaeth Gofalwyr – ymgynghoriad â gofalwyr yn Ynys Môn

## Cyfeiriadau

Becker, S., Dearden, C. ac Aldridge, J. (2000) 'Young carers in the UK: research, policy and practice', *Research, Policy and Planning*, 8(2), tt. 13-22.

Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr (2015) 'Adroddiad Blynyddol 2014/15: Gweithredu'r Mesur Strategaethau ar gyfer Gofalwyr (Cymru) yn BIPBC'.

Cyngor Gofal Cymru (2015) 'Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) Crynodeb: Diogelu'. Ar gael yn: <http://www.cgymru.org.uk/adnoddau-dysgu-1/y-ddeddf/diogelu/>.

Cyngor Gofal Cymru (2016) 'Cefnogi gofalwyr a chyflwyno dyletswyddau newydd yn Neddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014' Gofalwyr Cymru ac Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru. Ar gael yn: <http://www.cgymru.org.uk/adnoddau-dysgu-1/y-ddeddf/gofalwyr-ar-ddeddf/?force>

Llywodraeth Cymru (2015) 'Fframwaith rheoli perfformiad ar gyfer awdurdodau lleol'. Ar gael yn: <http://gov.wales/topics/health/socialcare/well-being/performance/?skip=1&lang=cy> (Cyrchwyd: 13 Medi 2016)

Datganiad i'r wasg gan Lywodraeth Cymru (2016): *£2m i gefnogi gofalwyr yng Nghymru*. Ar gael yn: <http://gov.wales/newsroom/health-and-social-services/2016/carers/?skip=1&lang=cy>.

Yeandle, S. a Buckner, L. (2015) 'Valuing Carers'. Carers UK. Ar gael yn: <http://www.carersuk.org/for-professionals/policy/policy-library/valuing-carers-2015> .