



# Canolbwyntio ar ofalwyr ifanc

Pecyn cymorth is-grŵp plant y bwrdd  
partneriaeth rhanbarthol

14/10/2022

Crynodeb o asesiad o anghenion y boblogaeth

"Mae gofalwyr ifanc yn blant a phobl ifanc sy'n gofalu am, neu'n helpu gofalu am aelod o'r teulu neu ffrind sydd â salwch, anabledd neu wedi'i effeithio gan gyflwr iechyd meddwl neu broblemau dibyniaeth."

- Ymddiriedolaeth y Gofalwyr

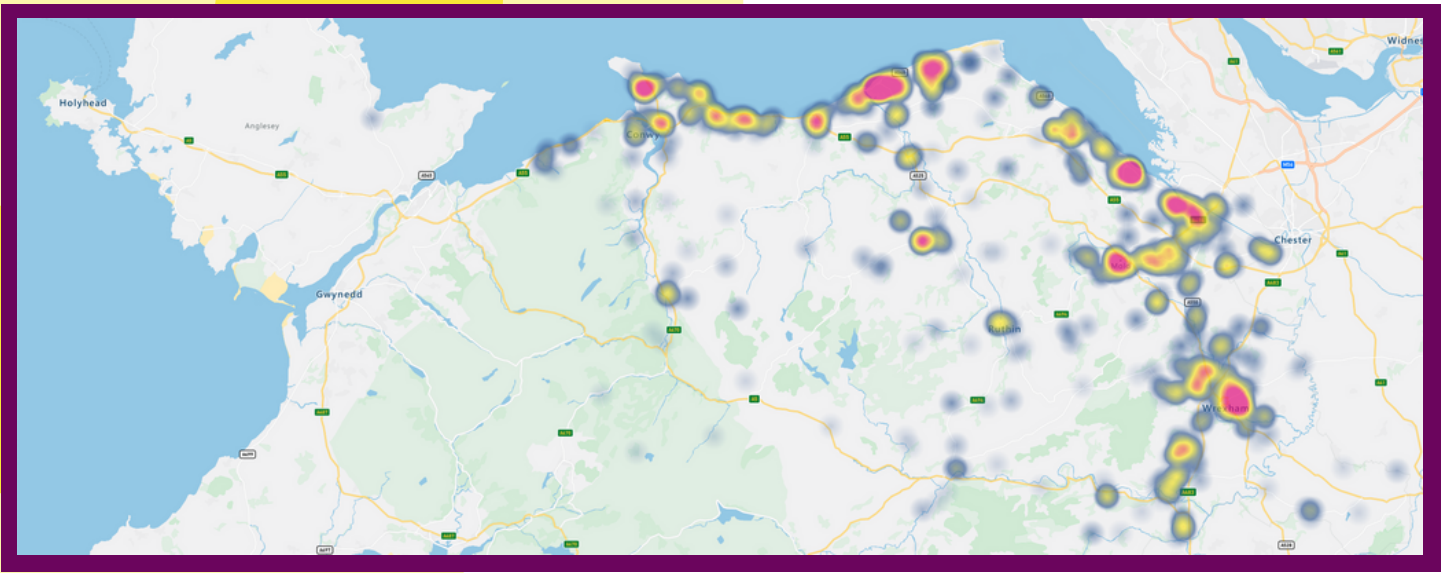
Gwybodaeth allweddol o asesiad o anghenion y boblogaeth:

- Ym mis Tachwedd 2021, amcangyfrifwyd bod yna 1,570 o Ofalwyr Ifanc yng Ngogledd Cymru, ac mae'r niferoedd hynny'n parhau i dyfu.
- Mae yna fwy o berygl i ofalwyr ifanc ddioddef problemau iechyd meddwl a lles. Dywedodd 40% o ofalwyr ifanc a 59% o ofalwyr sy'n oedolion ifanc bod eu hiechyd meddwl yn waeth ers y pandemig (Ymddiriedolaeth y Gofalwyr, 2020).
- Mae yna nifer o ffactorau all olygu bod materion diogelu'n codi mewn perthynas â gofalwyr ifanc. Mae gofalwyr ifanc yn aml yn anodd eu hadnabod ac mae hyn yn golygu mai dim ond os bydd yna argyfwng y daw eu hanghenion i'r amlwg. Gall faint o gyfrifoldebau gofal sydd gan y plentyn a'r effaith y mae hyn yn ei gael ar eu datblygiad fod yn bryder diogelu ynddo'i hun. Dyma pam ei bod yn hanfodol bod y gwasanaethau'n canfod eu hanghenion yn gyflym ac yn cynnal asesiad llawn ohonynt, er mwyn sicrhau bod y cymorth cywir yn ei le ar yr adeg gywir.
- Mae angen mwy o gymorth eirioli ar ofalwyr ifanc er mwyn i'w lleisiau gael eu clywed.
- Ym mis Mawrth 2021, daeth pob un o'r 6 cyngor, BIPBC a'r darparwyr a gomisiynwyd ar gyfer gofalwyr ifanc at ei gilydd i lansio Cerdyn Adnabod Gofalwyr Ifanc Gogledd Cymru fel cynllun ar y cyd, i sicrhau bod gofalwyr ifanc yn derbyn yr un cymorth gan weithwyr proffesiynol ledled Gogledd Cymru. Fodd bynnag, mae angen codi mwy o ymwybyddiaeth a mynd ati i adnabod mwy o ofalwyr ifanc o hyd.
- Mae angen mwy o ofal seibiant ar ofalwyr ifanc.

Adlewyrchir ac ategir y pwyntiau hyn gan y chwiliad llynyddiaeth a ddarperir isod.

Fi gael rhagor o wybodaeth, darllenwch yr adran ar Ofalwyr Di-dâl yn yr [Asesiad o Anghenion y Boblogaeth](#).





# Demograffeg

Mae'r ddelwedd uchod yn cynrychioli'r Gofalwyr Ifanc sydd wedi cofrestru gyda Credu/Gofalwyr Ifanc WCD a NEWCIS yng Ngogledd Cymru yn Mis Medi 2022.

- Yn ôl Cyfrifiad 2011 roedd tua 5,475 o ofalwyr ifanc yng Ngogledd Cymru (1,525 o dan 16 oed a 3,950 rhwng 16 a 24 oed). Roedd hyn yn cynrychioli cymhareb o 12 ymhob 1,000 o bobl ifanc rhwng 0 a 15 oed a 52 ymhob 1,000 o bobl ifanc rhwng 16 a 24 oed.
- Gan ddefnyddio rhafynegiad syml o'r un cymarebau ar gyfer yr amcangyfrifon poblogaeth ddiweddaraf, erbyn 2020 byddem wedi disgwyl y byddai'r nifer hwn fod wedi gostwng ychydig i tua 5,100 o ofalwyr ifanc ar draws y rhanbarth (1,525 o dan 16 oed a 3,575 rhwng 16-24 oed).
- Ym mis Awst 2022, dengys cofnodion gan sefydliadau sy'n cefnogi gofalwyr ifanc dros Ogledd Cymru bod 40% o'r amcangyfrif o nifer y gofalwyr ifanc yn yr ardal yn cael eu cefnogi gan y trydydd sector dan gytundebau gwasanaeth gydag awdurdodau lleol (2,104).
- Mae cyfran ychydig yn uwch o ofalwyr ifanc sy'n manteisio ar gymorth yn ferched, 55% o'r rhai sy'n cael eu cefnogi (1,175), 42% (908) yn fechgyn.
- O'r gofalwyr ifanc sy'n derbyn cymorth, mae 41% rhwng 12 a 15 oed (868), mae 33% (691) yn blant o dan 11 oed, gyda 26% yn 16-25 oed. O'i gymharu â'r data o Gyfrifiad 2011 mae hyn yn awgrymu bod oedolion ifanc yn cael eu tangynrychioli o fewn y bobl rydym yn eu cefnogi, ond efallai fod hyn oherwydd y ffordd y mae gwasanaethau a chefnogaeth yn cael eu targedu.
- Sir y Fflint (615) Sir Ddinbych (545) a Chonwy (497) sy'n cefnogi'r nifer fwyaf o ofalwyr ifanc, ac mae Wrecsam (267), Ynys Môn (87) a Gwynedd (93) yn darparu cymorth i lai o unigolion. Mae'r gwahaniaeth rhwng ardaloedd yn rhannol oherwydd y ffordd y mae'r darparwyr yn diffinio ac yn cyfrif cymorth, a'r ffordd y mae eu gwasanaeth wedi'i ffocysu.
- Mae cefnogaeth fwy dwys yn cael ei gynnig i ofalwyr ifanc yng Ngwynedd. Mae Action for Children yn blaenoriaethu gweithgareddau 1-1 dwys (Haen 3) a gweithgareddau grŵp (Haen 2) oherwydd cymhlethdod anghenion gofalwyr ifanc yn y sir. Mae un neu ddau o ofalwyr ifanc yn cael aelodaeth a gwybodaeth (Haen 1) yng Ngwynedd ac Ynys Môn o gymharu â bron i draean yr holl bobl ifanc sy'n cael eu cefnogi ar draws Conwy, Sir Ddinbych a Wrecsam.
- Mae Wrecsam, Conwy a Sir Ddinbych yn cynnwys pobl ifanc sydd wedi cael eu gwahodd i fynd i grwpiau ac ar dripiâu yn eu ffigyrau.

## Gwynedd a Môn

- Mae Action for Children yn darparu gwasanaeth cymorth i ofalwyr ifanc, a chaiff y ddarpariaeth ei theilwra i adlewyrchu anghenion plant a phobl ifanc yn ardal pob awdurdod lleol.
- Yng Ngwynedd mae'r gefnogaeth wedi'i thargedu'n benodol at y gofalwyr ifanc mwyaf bregus sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod (ACE) 8-18 oed.
- Mae The Blues Programme yn cael ei chynnig yn uniongyrchol i ofalwyr ifanc. Mae'n gynllun ymyrryd chwe wythnos o hyd wedi'i lunio ar gyfer pobl ifanc rhwng 13 ac 19 oed er mwyn gwella gwytnwch emosiynol, a lleihau hwyliau isel a meddyliau pryderus.
- Mae prosiect i ganfod gofalwyr ifanc cudd yn cael ei ariannu gan y Gronfa Integreiddio Ranbarthol. Cyflogwyd gweithiwr prosiect i weithio'n agos gyda hwyluswyr sy'n anfon cleifion o'r ysbyty er mwyn canfod gofalwyr ifanc cudd. Cafodd y prosiect ei ailddylunio yn ystod y pandemig i ganolbwyntio ar wasanaethau gofal iechyd cymunedol yn cynnwys CAMHS, Dieteteg a fferyllfeydd.

## Conwy, Sir Ddinbych a Wrecsam

- Darperir cymorth gan Ofalwyr Ifanc WCD/Credu i wella lles emosiynol/meddyliol, gwytnwch a pherthnasoedd gwell yn y teulu.
- Mae 337 o ofalwyr ifanc wedi cofrestru i gael Cerdyn Adnabod Gofalwyr Ifanc ar draws ardal y tri awdurdod lleol. Mae 30% wedi ymuno yng Nghonwy, o gymharu â chyfartaledd o 20% ar draws y rhanbarth.

## Sir y Fflint

Mae Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr Gogledd Ddwyrain Cymru yn cael eu comisiynu i gefnogi gofalwyr ifanc i gyflawni eu canlyniadau lles:

- Gall partneriaid nodi gofalwyr ifanc, deall beth mae hynny'n ei olygu i'r plentyn/unigolyn ifanc ac maent yn gallu darparu gwybodaeth, cyngor a chyfeirio gofalwyr ifanc at wasanaethau cefnogi priodol.
- Mae gofalwyr ifanc yn ymwybodol o'u hawliau a pha gefnogaeth sydd ar gael iddynt
- Mae gan ofalwyr ifanc fynediad at ystod o gyfleoedd sy'n cefnogi eu hiechyd, eu lles a'u dilyniant.
- Mae gofalwyr ifanc yn cael cyfle i wneud y pethau y maent yn eu mwynhau, gan roi seibiant iddynt o'u cyfrifoldebau gofalu.
- Mae gan ofalwyr ifanc y sgiliau cywir a'r hyder i gyflawni eu cyfrifoldebau gofalu.
- Mae gofalwyr ifanc yn deall eu hanghenion iechyd a lles eu hunain a sut i'w cynnal.

## Cefnogaeth arall i ofalwyr ifanc:

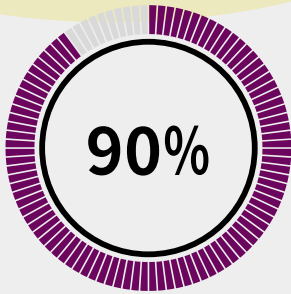
- Mae Ymddiriedolaeth Gofalwyr Gogledd Cymru yn cynnig seibiannau 1-1 i ofalwyr ifanc (wedi'u hariannu gan y chwe awdurdod lleol).
- Mae Gwasanaeth Gofal Croesffyrdd Gogledd Cymru i Oedolion Ifanc gan Ymddiriedolaeth Gofalwyr yn cefnogi pobl ifanc rhwng 17 a 25 oed yng Ngwynedd a Môn (a chaiff ei ariannu gan y Lloyds Foundation tan fis Hydref 2022).
- Mae'r Gwasanaeth Cynnal Gofalwyr hefyd yn cefnogi gofalwyr ifanc yn Sir y Fflint (a gaiff ei ariannu gan BIPBC drwy Grant Blynnyddol Llywodraeth Cymru i Ofalwyr).
- Mae Gofalwyr Ifanc Gogledd Cymru yn cefnogi gofalwyr ifanc drwy ysgolion (a gaiff ei ariannu'n breifat).

# Canlyniadau'r arolwg

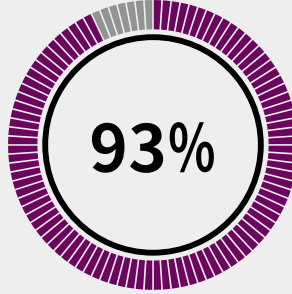
Fe wnaethom greu arolwg i'w ddosbarthu i ofalwyr ifanc ar draws Gogledd Cymru. Dyma grynodedb o'r 37 o ymatebion a gawsom:

Fe wnaethom ofyn i ofalwyr ifanc a oeddent yn cytuno â'r datganiadau canlynol yn seiliedig ar arolwg a gynhaliwyd y llynedd. Isod mae'r canrannau a gytunodd.

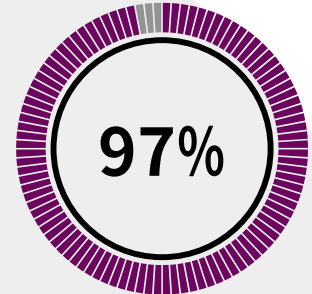
Mwy o seibiant



Mwy o ymwybyddiaeth



Mwy o wasanaethau iechyd meddwl a lles



Roedd sylwadau eraill yn gofyn am ymwybyddiaeth gyffredin. Dyma sylw un gofalwr ifanc: *'mae staff yn y siop yn aml yn holi pam ein bod ar ein pennau ein hunain heb oedolion neu pam ein bod ni'n siopa mewn grwpiau bychan, ac yn bygwth ein taflu ni allan o'r siop'*. Dywedodd Gofalwr Ifanc arall y bydden nhw'n hoffi cael *'rhywun i wrando arna' i'*.

## Adegau 'Hapus' gofalwyr ifanc:

Roedd llawer o'r atebion yn sôn am y gwahanol weithgareddau a thripiâu y mae sefydliadau Gofalwyr Ifanc yn eu trefnu, cymaint o sbort ydyn nhw a sut maen nhw'n gwneud iddyn nhw deimlo'n hapus. Cafwyd sylwadau hefyd am y cymorth a'r gefnogaeth y mae'r sefydliadau'n eu rhoi.

Ysgrifennodd un gofalwr ifanc, *'cael cydnabyddiaeth fel gofalwr ifanc yn yr ysgol'*.

## Adegau 'Trist' gofalwyr ifanc:

Ysgrifennodd nifer o ofalwyr ifanc am gael profiadau gwael gydag ysgolion ac ysbytai a pheidio cael eu cydnabod fel gofalwr ifanc. Er enghraifft, ysgrifennodd un gofalwr ifanc *'dydw i ddim yn cael fy ymddiried na barchu gan staff meddygol sy'n gofalu am fy mam'*. Ysgrifennodd un arall; *'rwy'n cael fy anwybyddu neu anfon i ffwrdd mewn senarios neu lefydd fel ysgolion/ysbytai oherwydd dywedodd yn syml "Rwy'n blentyn" ac nid yw pobl yn credu fy mod yn gwybod am beth rwy'n siarad.'*

## Rhai o'u syniadau i wneud gwasanaethau/ysgolion/ysbytai yn well ar gyfer gofalwyr ifanc:

Roedd ymwybyddiaeth yn awgrym cryf, yn benodol mewn ysgolion:

- *'Gosod arwyddion yn dangos y cortyn gwddf ac yn egluro ei ystyr a pham ein bod yn ei wisgo'*.
- *'Mwy o ymwybyddiaeth yn yr ysgol[ion]'*.
- *'Grwpiau gofalwyr ifanc yn yr ysgol[ion] o bosib'*.
- *'Codi ymwybyddiaeth ymhlith gweithwyr proffesiynol.'*

Bu iddyn nhw awgrymu mwy o weithgareddau:

- *'Cynnal gweithgareddau hwyliog.'*
- *'Gwnewch fwy o weithgareddau wedi'u hanelu at ofalwyr ifanc.'*

I gael canlyniadau llawn yr arolwg, gofynnwch am gael gweld y PDF llawn.



# Tirlun Polisi

Mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) [1] yn diffinio gofalwr fel 'person sy'n darparu gofal di-dâl i oedolyn neu blentyn anabl'. 'Mae gofalwyr ifanc yn blant neu'n bobl ifanc sy'n brif ofalwr ar gyfer aelod o'r teulu' ac 'mae pobl ifanc 18-25 oed yn aml yn cael eu galw'n Oedolion Ifanc sy'n Ofalwyr' [2].

Mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) [1] yn darparu'r fframwaith cyfreithiol ar gyfer gwella lles gofalwyr gan gynnwys; hawl i asesiad a chymorth, os yn gymwys derbyn 'Cynllun Cymorth i Ofalwyr' a rhaid i awdurdodau lleol sicrhau fod unrhyw anghenion yn cael eu bodloni.

Mae Strategaeth Llywodraeth Cymru ar gyfer gofalwyr di-dâl [3] yn blaenoriaethu; canfod a gwerthfawrogi gofalwyr, gwybodaeth/cymorth, seibiant a chymorth mewn addysg/gwaith. Mae seibiant yn y datganiad cynllun seibiant byr [4] ac mae Ymddiriedolaeth Gofalwyr [5] wedi nodi gweledigaeth ar gyfer gofal seibiant ar gyfer gofalwyr a gofalwyr ifanc.

Fe wnaeth Strategaeth Gofalwyr Gogledd Cymru [6] ymgysylltu â gofalwyr i ganfod eu hanghenion ac unrhyw fylchau i weithredu'r Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) [1], i ddatblygu cyfres o safonau ar gyfer partneriaid ar draws Gogledd Cymru i weithio tuag atynt er mwyn gwella gwasanaethau a chysondeb.

Roedd ymchwiliad i effaith Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) [7] wedi amlygu meysydd i'w gwella ar gyfer gofalwyr ifanc gan gynnwys, cydnabyddiaeth, asesiad/cefnogaeth a seibiant. Roedd yr adroddiad Cadernid Meddwl [8] yn edrych ar y newidiadau angenrheidiol i gymorth iechyd meddwl plant a phobl ifanc, ac roedd gofalwyr ifanc wedi eu hamlygu fel unigolion sy'n arbennig o ddiamddiffyn. Mae adroddiad gan Estyn [9] yn nodi argymhellion ar gyfer lleoliadau addysg o ran cefnogi gofalwyr ifanc.

Roedd enghreifftiau pellach o gymorth gan Lywodraeth Cymru ar gyfer gofalwyr ifanc yn cynnwys; cyllid ar gyfer cyflwyno'r cynllun cerdyn adnabod cenedlaethol ymhellach [10] a chyllid gan wyl gofalwyr ifanc [11].

# Crynodeb chwilio

Gofynnwch i weld fersiwn wedi'i chyfeirnoddi'n llawn..

## Beth yw effaith gofalu ar blant / pobl ifanc?

- Diffyg hunan-barch / hyder.
- Diffyg ffactorau amddiffynnol.
- Teimlo dan bwysau / yn methu ag ymdopi.
- Addysg (absenoldeb, hwyr, cael anhawster â gwaith ysgol, bwlio, ymddygiad, diffyg cyrhaeddiad, rhoi'r gorau iddi, rhwystrau i wneud gwaith astudio pellach, blinedig, gorbryder).
- Iechyd a lles meddyliol (gorbryder, straen, dicter, rhwystredigaeth, teimlo'n ynysig).
- Blinedig yn aml, dim digon o orffwys.
- Arian (ennill llai o arian, incwm is, tloidi).
- Effeithiau cadarnhaol: gofalgar, balch, hyderus, aeddfed, cryf, penderfynol, boddhad, hunan-barch, empathi, sgiliau gofal ymarferol, teulu agos, hunan-gymhelliant, gallu cyflawni aml-dasg.
- Cyfeillgarwch / cymdeithasu (anodd gwneud / cadw ffrindiau, teimlo'n wahanol, amser hamdden, stigma).
- Iechyd corfforol (anabledd / salwch hirdymor / anghenion addysgol arbennig).
- Poeni am y sawl y maent yn gofalu amdano tra maent i ffwrdd.
- Embaras neu euogrwydd.
- Mae hunaniaeth bositif a chefnogaeth i ofalwyr yn lliniaru effeithiau negyddol gofalu.
- Gwaith (cydbwysu gwaith a gofal, cydbwysu gwaith a bywyd, cyfleoedd bywyd).
- Anghydraddoldeb croestoriadol; hil, dosbarth, rhyw, anabledd, dosbarth a rhywioldeb.

## Beth sydd ei angen ar ofalwyr ifanc?

- Eu hadnabod yn gynnar a darpariaeth i ofalwyr dan 8 a dan 5 a thros 18.
- Cyfle i gyfarfod / lle diogel gyda Gofalwyr Ifanc eraill.
- Seibiant / amser rhydd / amser gyda ffrindiau (gweithgareddau hwyliog).
- Cymorth meddyliol / emosiynol (cwnsela, rhywun i siarad â nhw, dim beirniadaeth).
- Cael help i'r teulu cyfan, atal gofal amhriodol (dull gweithredu teulu cyfan).
- Cefnogaeth yn yr ysgol / coleg / gwaith (rhywun i siarad â nhw, cydbwysu gwaith) mae ysgolion yn anymwybodol mewn 39% o achosion.
- Nyrs ysgol (gwybodaeth / sgiliau i gefnogi, cyswllt, gweithio mewn partneriaeth rhwng ysgolion / iechyd).
- Cydnabod effaith gofalu ar iechyd a lles (meddyliol, corfforol, cymdeithasol, addysg).
- Gallu cysylltu â'r rhiant.
- Cymorth â help anymwthiol wedi'i addasu ar gyfer gofalu / cefnogi / cyfeirio.
- Cael eich cydnabod, eich gwerthfawrogi a'ch deall.



## Crynodeb chwilio parhad...

- Cael eich trin fel plant / pobl ifanc eraill ond cofio bod gennych anghenion ychwanegol.
- Cydweithio / gwaith amlddisgyblaeth er mwyn cael cymorth cydgysylltiedig
- Anghenion eraill: AAAA, ecploetiaeth, camdriniaeth, camddefnyddio sylweddau (plentyn), bwlio, profedigaeth.
- Pethau eraill sy'n helpu: gwrando ar gerddoriaeth.
- Pontio wrth droi'n oedolyn (tai, addysg, gwaith, arian, perthnasoedd, cynlluniau ar gyfer y dyfodol).
- Eu lleisiau yn cael eu clywed, eu cynnwys mewn gwaith cynllunio / datblygu gwasanaethau.

## Beth sydd ei angen ar rieni / teuluoedd gofalwyr ifanc?

- Help gyda'u hiechyd meddwl sy'n effeithio ar y plentyn.
- Help gyda phatrymau dyddiol yn y cartref.
- Amser gwerthfawr gyda'r teulu.
- Datrys gwrthdaro.

## Pam mae'n anodd adnabod gofalwyr ifanc?

- Cyndyn o hunan-ddatgan (ofni canlyniadau, credu na fydd unrhyw beth yn newid).
- Y term 'gofalwr ifanc', ddim bob amser yn adnabod eu hunain fel gofalwyr.
- Ddim eisiau cael eu hadnabod (stigma, cywilydd, ofn, embaras, diffyg dealltwriaeth).
- Mae gwasanaethau oedolion yn dal i ganolbwyntio ar yr oedolyn sydd ag anghenion ac nid y plentyn.
- Mae Gofalwyr Ifanc a'r gymuned ehangach yn anymwybodol o wasanaethau neu ddim yn gweld y fantais / angen.
- Lleisiau anghyfarwydd (ardaloedd gwledig, BAME, LHDT, ymfudwyr, problemau iechyd eu hunain, salwch meddwl, camddefnyddio sylweddau, HIV/AIDS, Roma / Sipsiwn / Teithwyr, allan o addysg, plant yn eu harddegau / oedolion ifanc.
- Mae angen hyfforddiant ar weithwyr proffesiynol ar sut i adnabod gofalwyr ifanc.
- Gallu i hunan-atgyfeirio.
- Profiad blaenorol gwael.
- Methu â derbyn cyflwr iechyd.

## Beth allwn ni ei wneud? Enghreifftiau o arfer da / argymhellion:

- Kidstime - (gwasanaeth cymorth ffurfiol i blant rhieni â salwch meddwl) sy'n helpu rhieni a phlant i gyfathrebu a chanfod dealltwriaeth ar y cyd o salwch meddwl. Defnyddio drama, ymwybyddiaeth mewn ysgolion, grwpiau ar wahân i rieni a phlant, grwpiau ar y cyd, yn fisol gyda 10 i 20 o deuluoedd.
- Gŵyl Gofalwyr Ifanc - cyfle i ofalwyr ifanc gael hwyl, yn ymlacio, cymdeithasu, a lleisio eu barn am faterion sy'n effeithio arnyn nhw.
- "Action with Young Carers" Barnardo's - i bobl ifanc hyd at 25 oed, darperir asesiadau, cymorth arbenigol un-i-un, gweithgareddau y tu allan i'r ysgol a'r cartref, cwnsela a gwaith grŵp. Pwyslais ar waith anuniongyrchol gydag asiantaethau lleol gan gynnwys; cynllun strategaeth, datblygiad, hyfforddiant, hyrwyddo.

# Crynodeb chwilio parhad...

- Rhaglen Cefnogwyr Iechyd Gofalwyr Ifanc NHS England - gwella llythrennedd iechyd, hybu iechyd / lles, gofalwyr ifanc yn cymryd rhan yn y gwaith o gynllunio / datblygu gwasanaethau sy'n gyfeillgar i ofalwyr ifanc, newid gwasanaethau drwy wrando ar leisiau gofalwyr ifanc.
- Fforwm Prosiect Gofalwyr Ifanc Caeredin - ymgynghori â phobl ifanc a'u cynnwys yn y prosiect. Annog y Gofalwyr Ifanc i feithrin sgiliau arweinyddiaeth a hunaneiriolaeth.
  - **Argymhellion:** cymorth mewn addysg wedi'i integreiddio, blaenoriaeth wrth gael mynediad at gymorth iechyd meddwl, hamdden / cludiant am ddim neu bris gostyngedig, cymorth ariannol i ofalwyr sy'n oedolion ifanc, ariannu gofal cymdeithasol yn gynaliadwy.
- Next Steps Southampton - gwasanaeth cymorth arbenigol i ofalwyr sy'n oedolion ifanc, rhan o sefydliad ehangach sy'n cefnogi pobl ifanc ag anghenion cymhleth. Asesu ac addasu i anghenion a monitro cynnydd.
- Gyda bwrdd pobl ifanc, datblygodd Tîm Pontio 'Minding the Gap' Camden brotocol pontio a rhaglen hyfforddiant i weithwyr CAMHS, datblygu rolau 'cefnogwyr pontio' mewn gwasanaethau oedolion, panel amlasiantaeth bob pythefnos i wella pontio wrth droi'n oedolyn.
- Swydd Lincoln - Asesiad pontio i ddatblygu cynllun cymorth. Gwasanaethau yn cydweithio a gorgyffwrdd rhwng oedrannau gofalwyr ifanc ac oedolion sy'n gofalu er mwyn helpu â phontio. Hefyd, prosiect 'Employers for Carers', Carers First Swydd Lincoln yn gofyn i gyflogwyr lofnodi siarter i fod yn 'ymwybodol o ofalwyr'. Mae'r gwasanaeth yn rhoi pwyslais ar y priodoleddau sydd gan ofalwyr i'w cynnig i gyflogwyr. Cefnogi cyswllt gweithwyr â chyflogwyr a chefnogwyr gofalwyr mewn busnesau lleol i ddarparu gwybodaeth i ofalwyr.
- "Move on Up" (Llundain) wedi cefnogi cynllun rhannu tai.

**Gwasanaethau statudol adnabod gofalwyr ifanc** - rhaglen iechyd i blant sy'n defnyddio pecynnau ymgysylltu i helpu gofalwyr ifanc i hunan-adnabod; llythyr 'symud i mewn' y sir, ac iechyd sgwrsio a phasbort iechyd.

**Gwasanaethau iechyd yn adnabod gofalwyr ifanc** - cyswllt rhwng meddygfeydd a gwasanaethau gofalwyr ifanc, codi ymwybyddiaeth, gwybodaeth i adnabod / atgyfeirio.

**Ysgolion yn adnabod gofalwyr ifanc** - creu rhwydwaith ysgolion: codi ymwybyddiaeth / atgyfeirio, rhannu arferion da.

**Sector Gwirfoddol yn Adnabod Gofalwyr Ifanc** - pecyn cymorth cynnar - dull amlasiantaeth gyda llwybr clir i adnabod / cefnogi gofalwyr ifanc.

**Rhwystrau cyffredin:** rolau aneglur, cynhwysedd, systemau aneffeithiol, bylchau gwybodaeth / sgiliau, dyletswyddau annelwig / nad ydynt yn bodoli, cyfyngiadau ariannol.

**Galluogwyr cyffredin:** uwch arweinwyr strategol, gwasanaethau / systemau wedi'u trawsnewid, uwchsgilio staff.

## Crynodeb chwilio parhad...

- Prosiect 'Brighter Futures' Dyfnaint - rhaglen bontio bwrpasol dan arweiniad mentor i gefnogi gofalwyr ifanc; gwella gwytnwch, ennyn diddordeb mewn dysgu, rhoi llais a lleihau canlyniadau negyddol i ofalwyr.
  - **Argymhellion:** cyllid, hyrwyddo lleisiau gofalwyr ifanc, atgyfnerthu rolau gweithwyr pontio, mentora, gwaith gyda theuluoedd, grŵp llywio, ymwybyddiaeth mewn colegau / prifysgolion.
- Cynghrai Gofalwyr Ifanc Hampshire (Hampshire YCs Alliance) - model cymorth 'fforch dri phig' (seibiant, cymorth i deuluoedd, cymorth mewn ysgolion). Y gefnogaeth a gynigir; seibiant, teithiau undydd, teithiau preswyl, clybiau pwrpasol i ofalwyr ifanc, cymorth emosiynol unigol / mewn grŵp, cymorth mewn ysgolion. Defnyddio 'dull gweithredu teulu cyfan' ac atgyfeirio i asiantaethau eraill.

### Argymhellion:

- Gwasanaethau / gweithlu: gwaith atal, gwybodaeth / cymorth arbenigol, sgiliau staff, gweithlu sefydlog, hyfforddiant / datblygiad, gweithio ar y cyd mewn ysgolion, ymwybyddiaeth / dealltwriaeth o wasanaethau gofalwyr ifanc mewn ysgolion.
- Cefnogi Gofalwyr Ifanc: ymgynghori / gwranddo ar ofalwyr ifanc yn rheolaidd, ymateb i'w anghenion, gweithgareddau / cyfleoedd amrywiol, cyfuno gweithgareddau strwythuredig a lleoedd i ymlacio gyda chyfoedion 'i fod yn blant', cyfleoedd rheolaidd / amrywiol i sgwrsio (oedolion, cyfoedion), cyfleoedd rheolaidd / amrywiol i ofalwyr ifanc gefnogi ei gilydd.
- Darparu cymorth ledled y sir i ofalwyr ifanc; cymhareb uchel o ran staff/gwirfoddolwyr i ofalwyr ifanc, gweithgareddau addas i oedran a hwyliog, gwella dealltwriaeth o'u sefyllfa (grwpiau gwybodaeth neu drafod), datblygu / gwella ymgysylltiad â gofalwyr ifanc ag anabledau, cefnogi gofalwyr dan 8 oed, ymweliadau â'r cartref.
- Cefnogi teuluoedd: cynnal / datblygu cymorth i deuluoedd, datblygu dulliau adrodd / mesur cymorth ac effaith, cryfhau perthnasoedd, cynnal / datblygu cyfleoedd i rieni gyfarfod am gefnogaeth gan ei gilydd, gweithgareddau sy'n galluogi teuluoedd i gael hwyl gyda'i gilydd.
- Clybiau a gweithgareddau gofalwyr ifanc: Gweithgareddau i ofalwyr ifanc/teuluoedd edrych ymlaen atynt, creu canllawiau clir / cyson, clybiau / gwaith grŵp, ymddygiad, staff yn rhyngweithio gyda gofalwyr ifanc mewn clybiau / gweithgareddau, clybiau / gweithgareddau rheolaidd, cynnal / datblygu clybiau / gweithgareddau rheolaidd, negeseuon cyson / â ffocws am wasanaethau yn seiliedig ar beth sy'n bwysig / o fudd i ofalwyr ifanc, hyrwyddo, sicrhau bod ymwybyddiaeth glir o'r gwasanaethau sydd ar gael
- Gwasanaeth Gofalwyr Ifanc Lerpwl - gwasanaethau yn cynnwys; asesiad pontio yn 16 oed, gallu aros hyd at 25 oed, cynllun cymorth, mae nifer o wasanaethau yn cydweithio i ddarparu cymorth, os yw'r gofalwyr ifanc yn mynd i brifysgol y tu allan i'r ardal mae'n gallu parhau i atgyfeirio yn ôl, mae gofalwyr ifanc yn gysylltiedig â llunio / datblygu gwasanaethau.
- See, Hear, Respond – Cymorth a ddarperir: cymorth iechyd / lles meddyliol, canllawiau COVID, patrymau dyddiol, gweithgareddau, cyfeirio / cyswllt at gymorth pellach, cyswllt â'r ysgol, cymorth ymarferol / ariannol.

## Crynodeb chwilio parhad..

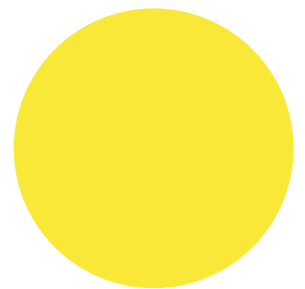
- Prosiect Teuluoedd Gofalwyr Ifanc Sheffield - Cymorth grŵp ac un-i-un, gwyliau / gweithgareddau teuluol, rhwydweithiau rhieni. Lleihau gofal amhriodol, cynyddu cyfleoedd addysgol, gwella iechyd meddwl, cynyddu cyfleoedd cymdeithasol, gwell tai, cymorth ariannol, gwella perthnasoedd.
- Argymhellion: ariannu mwy o sesiynau un-i-un, rhwystrau i bresenoldeb, targedu dynion / bechgyn
- EPYC - darparu adnoddau gwybodaeth a phhecyn gwaith (rhestr wirio, holiadur, canllawiau ymarfer da ac ati) i helpu gweithwyr proffesiynol i adnabod a chefnogi gofalwyr ifanc.
- Rhaglen Gofalwyr Ifanc mewn Ysgolion - arwain y gwaith o weithredu dull ysgol gyfan i adnabod / cefnogi gofalwyr ifanc. Gwobrau safon efydd, arian ac aur i wasanaethau gofalwyr ifanc a gynigir gan ysgolion.
- Rhaglen Bydis 5 - 15 yn Denmarc - crëwyd gofod am ddim i blant chwarae heb unrhyw beth i darfu arnynt a heb unrhyw bryderon / euogrwydd am gyfnod dros dro. Trwy gynnig cyfeillgarwch, mae'r Bydis yn darparu cyfleoedd i ofalwyr ifanc deimlo'n arbennig, eu bod yn cael eu gweld a'u cydnabod a'u cymryd o ddifri fel plentyn gydag anghenion / diddordebau penodol dilys.
- 'Trailblazer Step Change' – argymhellion: dull cydweithredol ar gyfer y teulu cyfan, adnabod gofalwyr, gwasanaethau asesu / cefnogi, pontio, mesurau i asesu effaith, cydweithio ag ysgolion, cydweithio ag iechyd (mynd i fwy o fanylder ar gyfer pob un o'r argymhellion hyn).

### Argymhellion pellach gan Step Change:

- Cydlynu ymwybyddiaeth a materion y mae gofalwyr ifanc yn eu hwynebu mewn cymunedau, lleoliadau cyn ysgol, canolfannau hamdden, clybiau ieuenctid, lleoedd crefyddol, pob ysgol.
- Cyllid nid yn unig er mwyn adnabod ac asesu ond hefyd cymorth cynaliadwy gwerth chweil.
- Cymorth arbenigol i BAME; gwasanaethau hygyrch, gweladwy, goresgyn rhwystrau ieithyddol / diwylliannol.
- Llwybrau clir wedi'u sefydlu a gweithio mewn partneriaeth rhwng gwasanaethau plant ac oedolion.
- Swyddog dynodedig (pwynt cyswllt) gofal cymdeithasol i oedolion sy'n gyfrifol am ofalwyr ifanc a phontio.
- Dull gweithredu dilynol sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau yn hytrach nag atgyfeirio gofalwyr ifanc ymlaen a chau'r achos.
- Mae cefnogaeth ar-lein yn ddull a ffefrir gan nifer o bobl ifanc.
- Mwy o Gynghorau Gofalwyr Ifanc i ddod â gofalwyr ifanc at ei gilydd a'u grymuso.
- Mae gofal cymdeithasol i oedolion yn blaenoriaethu cymorth ychwanegol i deuluoedd â gofalwyr ifanc.
- Effaith y mae cyflwr / sefyllfa'r oedolyn yn ei gael o ran hyfforddiant a gofyn y cwestiynau cywir i adnabod gofalwyr ifanc.
- Ymgynghori â gofalwyr ifanc a'u cynnwys mewn penderfyniadau sy'n effeithio arny'n nhw (cynlluniau gofal).
- Wrth ryddhau o'r ysbyty, cwestiynu pwy fydd yn eu cefnogi yn y cartref, cofnodi / rhannu gydag asiantaethau eraill.

## Crynodeb chwilio parhad...

- Meddygon teulu, gwasanaethau cyffuriau / alcohol a gwasanaeth iechyd meddwl i oedolion i gael hyfforddiant i ganfod yr arwyddion, gofyn y cwestiynau cywir.
- Mae angen blwch ticio ar gyfer gofalwyr ifanc ar ffurflenni cais addysg gynradd, uwchradd a cholegau. Pontio mewn lle.
- Aelodau pwrpasol o staff ar gyfer gofalwyr ifanc mewn ysgolion a'u henwau wedi'u nodi ar y wefan.
- Adolygu polisi gofalwyr ifanc mewn ysgolion yn rheolaidd.
- Partneriaethau rhwng ysgolion a gwasanaethau gofalwyr ifanc i sicrhau bod cyfathrebu / cefnogaeth yn gwella.
- Dylai ysgolion gofrestru â'r Rhaglen Gofalwyr Ifanc mewn Ysgolion.
- Cefnogaeth / dealltwriaeth mewn ysgolion (amser ychwanegol i wneud gwaith cartref, arholiadau yn y cartref, ffonau symudol, deall os ydynt yn hwyr / methu dod i'r ysgol, cerdyn adnabod).
- Gwaith allgymorth mewn ysgolion, dod i adnabod teuluoedd a'u problemau er mwyn cefnogi'r gofalwyr ifanc yn gyfan gwbl.
- Cymorth cyfoedion mewn ysgolion i roi cyfle i ofalwyr ifanc gyfarfod â'i gilydd.
- Cynghorwyr gyrfaedd yn cael eu hyfforddi am yr heriau sy'n wynebu gofalwyr ifanc ac yn gallu cynnig cyngor / cymorth perthnasol.
- Dynodi amser i gwmselwyr mewn ysgolion ar gyfer gofalwyr ifanc yn enwedig yn ystod cyfnodau o straen (arholiadau).



## Crynodeb chwilio parhad...

- Thermomedr Rhybudd i Ofalwyr Ifanc (CAT-YC) - Profi tystiolaeth i adnabod a monitro anghenion, disgwylir iddo fod yn ddefnyddiol ar gyfer gofalwyr ifanc, amryw o weithwyr proffesiynol a sefydliadau sy'n cefnogi gofalwyr ifanc.
- Pecyn gwaith Gofalwyr Ifanc - nodau: staff deallus, adnabod gofalwyr ifanc yn effeithiol, ethos cyfeillgar i ofalwyr, cynllun personol ar gyfer anghenion unigol a phartneriaethau amlasiantaeth effeithiol.
- Gwasanaethau Oedolion a Phlant Luton – gweithwyr cymdeithasol oedolion yn chwarae rôl weithredol yn y gwaith o adnabod ac asesu gofalwyr ifanc ochr yn ochr â gwasanaethau plant.
- Canolfan Gaddum Salford - Gweithio i gulhau'r anghydraddoldebau trwy weithio gyda busnesau lleol, ysgolion a'r sector gwirfoddol i gynorthwyo gofalwyr ifanc i aros mewn addysg / cyflogaeth a chyflawni eu potensial.
- Ap Gofalwyr Ifanc Nottingham - am gyngor a chefnogaeth ac i ganfod gwybodaeth am weithgareddau.
- Gwaith Gofalwyr Ifanc Sandwell gyda meddygon teulu - staff o dros 60 o feddygfeydd lleol wedi derbyn hyfforddiant, gwybodaeth a chyngor ynglŷn â sut i adnabod / cefnogi gofalwyr ifanc. Bu mor llwyddiannus nes iddo gael ei ymestyn i fferyllfeydd a hosbisau.
- Cardiau adnabod Stockton - fe'u defnyddir gan ofalwyr ifanc mewn ysgolion, siopau, meddygfeydd fel dull adnabod fel nad oes angen iddyn nhw esbonio.
- Hyfforddiant Gweithlu Ehangach Surrey - mae'r tîm yn hyfforddi'r gweithlu ehangach i ddeall sut y gallant helpu gofalwyr ifanc. Mae dros 4000 o staff o ysgolion, y GIG a'r cyngor wedi cael hyfforddiant. Mae'n cynnwys prosiectau sydd wedi'u llunio ar y cyd rhwng asiantaethau (Because Carers Count, Think Carer Think Family, hyfforddiant wedi'i addasu'n arbennig a hyfforddiant i staff ysgolion).
- Helpu Teuluoedd Milwrol Wiltshire - yn fwy tebygol o fod yn ofalwyr, darparu cefnogaeth bwrpasol.
- Cysylltiadau i restr o enghreifftiau o ymarfer da o egwylliau i ofalwyr ifanc.

# Cyfeiriadau o tirlun polisi

1. Gov.uk (2014) 'Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014'. Ar gael ar: <https://www.legislation.gov.uk/cy/anaw/2014/4/enacted/welsh> Defnyddiwyd: 12/9/22
2. Llywodraeth Cymru (2021) 'Ymgynghoriad Pobl Ifanc ynghylch Cynllun Cenedlaethol ar gyfer Gofalwyr yng Nghymru'. Ar gael ar: [https://llyw.cymru/cynllun-cenedlaethol-i-ofalwyr?\\_ga=2.236232897.1920821483.1664449513-228693078.1661163612](https://llyw.cymru/cynllun-cenedlaethol-i-ofalwyr?_ga=2.236232897.1920821483.1664449513-228693078.1661163612) Defnyddiwyd: 13/9/22
3. Llywodraeth Cymru (2021) 'Strategaeth ar gyfer gofalwyr di-dâl'. Ar gael ar: <https://llyw.cymru/strategaeth-ar-gyfer-gofalwyr-di-dal> Defnyddiwyd: 12/9/22
4. Llywodraeth Cymru (2022) 'Datganiad Ysgrifenedig: Cynllun Seibiant Byr ar gyfer Gofalwyr Di-dâl'. Ar gael ar: <https://llyw.cymru/datganiad-ysgrifenedig-cynllun-seibiant-byr-ar-gyfer-gofalwyr-di-dal> Defnyddiwyd: 12/9/22
5. Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru (2021) 'What the difference a break makes'. Ar gael ar:
6. Bwrdd Prosiect Rhanbarthol Gogledd Cymru (2018) 'Strategaeth Gofalwyr Gogledd Cymru'. Ar gael ar: <https://www.cydweithredfagogleddcymru.cymru/gofalwyr/> Defnyddiwyd: 12/9/22
7. Cynulliad Cenedlaethol Cymru (2019) 'Gofalu am ein dyfodol: Ymchwiliad i effaith Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 mewn perthynas â gofalwyr'. Ar gael ar: <https://busnes.senedd.cymru/mglIssueHistoryHome.aspx?lId=022518> Defnyddiwyd: 13/9/22
8. Cynulliad Cenedlaethol Cymru (2018) 'Cadernid Meddwl'. Ar gael ar: <https://hwb.gov.wales/repository/resource/34c5caaa-0e12-4955-bab7-7635ae6e350d> Defnyddiwyd: 13/9/22
9. Estyn (2019) 'Darpariaeth ar gyfer gofalwyr ifanc mewn ysgolion uwchradd, colegau addysg bellach ac unedau cyfeirio disgyblion ledled Cymru'. Ar gael ar: [https://www.estyn.llyw.cymru/adroddiadau-thematig/darpariaeth-ar-gyfer-gofalwyr-ifanc-mewn-ysgolion-uwchradd-colegau-addysg?\\_ga=2.202810449.1920821483.1664449513-228693078.1661163612](https://www.estyn.llyw.cymru/adroddiadau-thematig/darpariaeth-ar-gyfer-gofalwyr-ifanc-mewn-ysgolion-uwchradd-colegau-addysg?_ga=2.202810449.1920821483.1664449513-228693078.1661163612) Defnyddiwyd: 13/9/22
10. Llywodraeth Cymru (2021) 'Lansio cerdyn adnabod i ofalwyr ifanc ar ddiwrnod o weithredu' Ar gael ar: <https://llyw.cymru/lansio-cerdyn-adnabod-i-ofalwyr-ifanc-ar-ddiwrnod-o-weithredu> Defnyddiwyd: 13/9/22
11. Llywodraeth Cymru (2022) 'Yr ŵyl gyntaf i ofalwyr ifanc yng Nghymru' Ar gael ar: <https://llyw.cymru/yr-wyl-gyntaf-i-ofalwyr-ifanc-yng-nghymru> Defnyddiwyd: 13/9/22