



Buddsoddi mewn Gofalwyr, Buddsoddi i Arbed

**Egwyddorion Allweddol ar gyfer
Comisiynwyr Iechyd a Gofal
Cymdeithasol**

Buddsoddi mewn Gofalwyr, Buddsoddi i Arbed

**Egwyddorion Allweddol ar gyfer
Comisiynwyr Iechyd a Gofal
Cymdeithasol**



Cydnabyddiaeth

Rydym am ddiolch i Bartneriaid Rhwydwaith Ymddiriedolaeth y Gofalwyr a gyfrannodd eu hamser i lunio'r astudiaethau achos sydd wedi'u cynnwys yn y cyhoeddiad hwn.

Cyhoeddwyd gan
Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru
3ydd Llawr, 33–35 Heol y Gadeirlan, Caerdydd CF11 9HB.

Ffôn: 02920 090087
Ffacs: 0844 800 4362
E-bost: wales@carers.org

Carers.org/wales
babble.carers.org
matter.carers.org
<http://professionals.carers.org>



www.facebook.com/CarersTrustWales



www.twitter.com/CarersTrustWal



www.instagram.com/CarersTrustWales



www.youtube.com/user/CarersTrust

Mae Ymddiriedolaeth y Gofalwyr yn elusen gofrestredig yn Lloegr a Chymru (1145181) ac yn yr Alban (SC042870). Cofrestrwyd fel cwmni cyfyngedig drwy warant yn Lloegr a Chymru rhif 7697170. Swyddfa gofrestredig: 32–36 Stryd Loman, Llundain SE1 0EH.

© Ymddiriedolaeth y Gofalwyr 2016

Cynnwys

	Tudalen
Rhagarweiniad.....	2
Yr achos dros gomisiynu ar gyfer gofalwyr.....	4
Iechyd: Comisiynu ar gyfer Gofalwyr.....	7
Awdurdodau Lleol Comisiynu ar gyfer Gofalwyr	14
Gwybodaeth bellach ar gyfer comisiynwyr.....	20
Cyfeirnodau	22

Rhagarweiniad

Mae byrddau iechyd lleol ac awdurdodau lleol ledled Cymru dan bwysedd ariannol aruthrol ar hyn o bryd. Mae adroddiad diweddar 'Degawd o Gyni yng Nghymru?' (Roberts, A, Charlesworth, A, 2014) yn awgrymu bod disgwyl i'r pwysedd yma ar y GIG yng Nghymru gynyddu wrth i'r boblogaeth heneiddio ac wrth i fwy o bobl ag afiechydon cronig gael eu trin mewn ysbytai, hynny mewn cyfnod pryd mae cost darparu gofal iechyd yn codi. Mae Adolygiad Cenedlaethol o Gomisiynu ar gyfer Gwasanaethau Cymdeithasol yng Nghymru 2014 yn adlewyrchu sefyllfa gyffelyb, gyda chynnydd yn y galw am wasanaethau gofal cymdeithasol ar gyfer oedolion a chyfyngu ar gyllidebau (Arolygiaeth Gofal a Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru, 2014)

Mae gofalwyr yn rhan o'r dirwedd iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru. Mae o leiaf 370,000 o bobl yng Nghymru sy'n gofalu, heb dâl, am ffrind neu aelod o'r teulu sydd, oherwydd salwch, anabledd, problem iechyd meddwl neu ddibyniaeth, yn methu ymdopi heb eu cymorth. Mae'r gofalwyr hyn yn cyfrannu gwerth £8.1bn o ofal bob blwyddyn (Buckner, L, Yeandle, S, 2015). Ond mae angen cymorth ar ofalwyr, a gall methu cydnabod, cefnogi a chynnwys gofalwyr yn ddigonol fod yn drychinebus i lesiant y gofalwr a'r person maent yn gofalu amdano.

Mae comisiynu cymorth a gwasanaethau ar gyfer gofalwyr - buddsoddi mewn gofalwyr - yn ffordd allweddol y gall byrddau iechyd lleol a chomisiynwyr awdurdodau lleol ddarparu yn erbyn y deilliannau a ddefnyddir i'w gwerthuso, a thrwy wneud hynny sicrhau arbedion sylweddol ar draws iechyd a gofal cymdeithasol. Mae'r arweiniad hwn yn amlinellu sut gall gwasanaethau ar gyfer gofalwyr gyflawni'r amcanion hyn, yn ogystal â darparu enghreifftiau o wasanaethau llwyddiannus a gomisiynwyd ar gyfer gofalwyr gan fyrddau iechyd lleol ac awdurdodau lleol.

Dyfodol llwm sydd i wasanaethau ar gyfer gofalwyr, gyda chwtogi ar gyllido a marchnad elyniaethus. Mae'r gefnogaeth sydd ei hangen ar ofalwyr yn amrywio o egwyl a rhywun i ofalu yn eu lle, i gefnogaeth bersonol ac emosiynol. Mae tystiolaeth yn dangos bod comisiynu da ar gyfer gofalwyr yn gallu:

- Lleihau'r nifer sy'n mynd i mewn i ysbytai a'r nifer sydd angen gofal preswyl.
- Lleihau costau oedi mewn trosglwyddo gofal.
- Gwella llesiant gofalwyr a'r bobl maent yn gofalu amdanynt.
- Lleihau angen y gofalwyr am ofal primaidd o ganlyniad i'w rôl gofalu.
- Lleihau'r gwariant cyffredinol ar ofal a gwasanaethau iechyd.

Gofalwyr yw'r darparwyr mwyaf o ofal a chefnogaeth yn y DU. Cymru sydd â'r ganran uchaf o ofalwyr yn y DU; maent yn gofalu am fwy o oriau'r wythnos nag yn unrhyw le arall yn y DU. Mae'r dadleuon moesol ac ariannol dros gynnig cymorth i ofalwyr yn eglur - heb gymorth, gall ymgymryd â rôl ofalu olygu wynebu bywyd o dlodi, unigedd, iechyd gwael ac iselder. I'r person maent yn gofalu amdano, gall olygu cyfnod drud mewn ysbyty neu gartref gofal pe bai'r berthynas ofalu yn torri i lawr.

Mae'r arweiniad hwn nid yn unig yn creu'r achos ariannol dros gynnig cymorth i ofalwyr, ond mae hefyd yn darparu enghreifftiau pendant ac ymarferol y gall awdurdodau lleol a byrddau iechyd lleol eu gweithredu i hyrwyddo, amddiffyn a chydabod pob gofalwyr.

Os ydych chi am ganfod mwy ynglŷn ag unrhyw rai o'r astudiaethau achos sydd wedi'u cynnwys yn yr arweiniad hwn, e-bostiwch wales@carers.org neu ffoniwch 02920 090087.

Ynglŷn ag Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru

Mae Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru'n rhan o Ymddiriedolaeth y Gofalwyr, sef elusen fawr newydd ar gyfer, gydag ac am bobl sy'n gofalu. Rydym yn gweithio i wella cymorth, gwasanaethau a chydabyddiaeth i unrhyw un sy'n byw â'r heriau o ofalu, yn ddi-dâl, am aelod o'r teulu neu ffrind sydd yn sâl, egwan, anabl neu sydd â phroblemau iechyd meddwl neu'n gaeth i sylweddau.

Gyda Phartneriaid Rhwydwaith Lleol, gallwn gynnig cymorth i ofalwyr yn eu cartrefi drwy ddarparu rhywun i ofalu yn eu lle. Hefyd cefnogaeth yn y gymuned ar ffurf gwybodaeth, cyngor, cefnogaeth emosiynol, help ymarferol a chyfleoedd i gael ambell seibiant maent yn ei haeddu. Rydym yn cynnig gwasanaethau arbenigol i'r rheiny sy'n gofalu am bobl o bob oedran a chyflwr, ynghyd ag ystod o weithgareddau grŵp a chefnogaeth wedi ei theilwra'n benodol i gwrdd ag anghenion unigol.

Ein gweledigaeth yw un o fyd lle caiff rôl a chyfraniad gofalwyr di-dâl eu cydnabod, lle mae ganddynt fynediad i'r cymorth a'r gwasanaethau o safon sydd eu hangen arnynt i fyw eu bywyd eu hunain.



Yr achos dros gomisiynu ar gyfer gofalwyr

Gall gofalwyr helpu comisiynwyr i gwrdd â thargedau ariannol: mae comisiynu ar gyfer gofalwyr yn helpu i sicrhau rheolaeth ariannol dda a gwelliannau mewn gwerth am arian drwy leihau nifer y bobl sy'n gorfod mynd i ysbytai a chartrefi gofal, yn ogystal â chynorthwyo ail-alluogi. Yn ôl adroddiad yn 2011, gallai comisiynu ar gyfer gofalwyr arbed cymaint â £4 am bob £1 a fuddsoddir (Conochie, G, 2011)

Oedi mewn trosglwyddo gofal

Mae ffigyrau Llywodraeth Cymru'n dangos, rhwng Gorffennaf a Medi 2015, gwelodd 611 o gleifion dwys a 905 o gleifion eraill oedi o ran trosglwyddo gofal; oedi o 25 diwrnod ar gyfartaledd (Llywodraeth Cymru, 2015a). O gofio bod gwely dwys mewn ysbyty'n costio £290.88 y dydd, a gwely cyffredin £279.47 y dydd, cost uniongyrchol oedi mewn trosglwyddo yn ystod y cyfnod hwn oedd £10.8m. Dros gyfnod o flwyddyn, byddai'r swm yn £43.1m.¹

Gall cynnig cefnogaeth i ofalwyr helpu i gyflymu trosglwyddo gofal:

- Canfu astudiaeth oedd yn edrych ar effaith cefnogaeth i deuluoedd dioddefwyr strôc bod cynnig cymorth i ofalwyr wedi arwain at gyfnodau byrrach yn yr ysbyty i'r cleifion hynny (Dennis, M et al, 1997).
- Gall darparu gofalwyr ag ambell egwyl, cymorth emosiynol a mynediad i hyfforddiant, ohirio'r angen i'r person y gofalir amdano fynd i gartref preswyl. (Mittelman, MS et al, 1996)
- Mae'r oedi mewn trosglwyddo gofal yn ddangosydd da o ba mor effeithiol yw'r rhyngberthynas rhwng gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol. Gall cynnig cefnogaeth i ofalwyr leihau'r oedi, ac arwain at fwy o integreiddio rhwng iechyd a gofal cymdeithasol.

Cost gofal di-dâl

Mae 104,000 o ofalwyr yng Nghymru'n treulio dros 50 awr yr wythnos yn gofalu am eraill. Mae hyn yn cyfateb i weithlu llawn amser sy'n fwy na'r GIG yn ei gyfanrwydd. Amcangyfrifir bod gofalwyr yr arbed £8.1bn y flwyddyn i economi Cymru, mwy na chyfanswm cyllideb y GIG a chyfystyr â £21,892 y flwyddyn ar gyfer pob gofalwr yng Nghymru (Buckner, L, Yeandle, S 2015).

Mynediadau y gellir eu hosgoi

Gall mynediad neu ail-fynediad i ysbyty gan berson sydd â chyflwr iechyd hir dymor fod yn arwydd nad yw'r gofalwr bellach yn gallu ymdopi, yn aml oherwydd bod y straen o ofalu'n peri iechyd corfforol neu feddyliol gwael (Conochie, G, 2011), neu fod cynllunio

1 Mae'r ffigurau hyn yn seiliedig ar gostau yng Nghymru a nodwyd gan Swyddfa Archwilio Cymru ar gyfer 2006/07. Mae'r costau ar gyfer 2010/11 yn seiliedig ar gynnydd blynyddol o 2.44% o ffigurau 2006/07 gan mai dyma oedd y cynnydd o 2005/06.

ar gyfer gollwng cleifion yn annigonol ac nad yw'r gofalwr yn cael ei gynnwys fel partner arbenigol mewn gofalu.

- Canfu un astudiaeth fod problemau sy'n perthyn i'r gofalwr yn cyfrannu at ail-fynediad i'r ysbyty mewn 62% o achosion (Williams, E, Fitton, F, 1991).
- Mae gofalwyr sydd ddim yn teimlo eu bod wedi'u paratoi nac yn derbyn cefnogaeth ddigonol yn un achos o oedi mewn trosglwyddo gofal (Conochie, G, 2011).
- Mae rhesymau dros fynediad i gartref nyrsio neu ofal preswyl sy'n ymwneud â gofalwyr yn gyffredin, gyda thyndra ymysg gofalwyr yn rheswm dros fynediad mewn 38% o achosion (Bebbington, A, Darton, A, Netten, A, 2001).

Gall cynnig cymorth i ofalwyr helpu i osgoi ail-fynediad i ysbytai ac oedi mewn anfon cleifion i gartrefi nyrsio neu at ofal preswyl.

Cefnogaeth i'r rheiny sy'n gofalu am bobl sydd â dementia

Mae'r rheiny sy'n gofalu am bobl sydd â dementia'n wynebu anawsterau arbennig, gan eu bod nhw'n aml yn bobl hŷn eu hunain, ac mae gan lawer ohonynt broblemau iechyd hir dymor neu anabledau. Yn aml, y gofalwyr sy'n cynnig cymorth i rywun sydd ag anawsterau iechyd meddwl sy'n gwybod orau ynglŷn â sut mae'r cyflwr yn effeithio ar y person hwnnw, ond yn gwybod y lleiaf am y diagnosis a'r rhagolygon oherwydd materion sy'n ymwneud â chyfrinachedd.

- Ar hyn o bryd, mae 44,000 o bobl yn byw â dementia yng Nghymru (Llywodraeth Cymru, 2015b)
- Mae dwy ran o dair o'r bobl sydd â dementia yn byw gartref, a chaiff y mwyafrif ohonynt gymorth i fyw gan ofalwyr di-dâl (Knapp, M, Prince, M, 2007).
- Mae'r rheiny sy'n gofalu am bobl sydd â dementia yn arbed £622m y flwyddyn i Gymru (Cymdeithas Alzheimer, 2015)

Ond rydym yn gwybod bod y rheiny sy'n gofalu am bobl â dementia yng Nghymru'n wynebu llawer o heriau. Yn ôl ymchwil a gynhaliwyd gan Ymddiriedolaeth y Gofalwyr (Ymddiriedolaeth y Gofalwyr 2013):

- Dwedodd 56% o ofalwyr nad oeddent wedi derbyn gwybodaeth ynglŷn â rheoli meddyginiaeth y rheiny roeddent yn gofalu amdanynt.
- Nid oedd 55% o ofalwyr wedi derbyn gwybodaeth ar faterion cyfreithiol a rheoli arian.

Mae deilliannau cynnig cefnogaeth i'r rheiny sy'n gofalu am rywun sydd â dementia'n eglur:

- Canfu astudiaeth hydredol o 100 o bobl â dementia bod cael ail ofalwr preswyl yn ei gwneud hi 20 gwaith yn llai tebygol fod dioddefwr y cyflwr yn gorfod mynd i gartref preswyl. (Banerjee, S et al, 2003).
- Mae astudiaethau pellach wedi cadarnhau lle nad oes yna ofalwr, mae'r person y gofalir amdano'n fwy tebygol o fynd i gartref preswyl (Davies, B, Fernández, J, 2000).

Cynorthwyo iechyd a llesiant y gofalwyr eu hunain

Mae gofalwyr yn fwy tebygol o fod ag iechyd gwael o gymharu â'r rheiny sydd heb gyfrifoldebau gofalu. Gall problemau iechyd megis tyndra, pryder ac iselder, yn ogystal ag iechyd corfforol gwael, effeithio ar ofalwyr yn sgil eu cyfrifoldebau. Gall eu hiechyd hefyd ddioddef gan eu bod yn ystyried bod eu hanghenion iechyd eu hunain yn ddibwys o gymharu ag anghenion y person maent yn gofalu amdano, a gall eu rôl gofalu olygu ei bod yn anodd iddynt fynychu apwyntiadau clinigol.

- Mae traean o ofalwyr hŷn yn nodi iddynt orfod canslo apwyntiad neu lawdriniaeth angenrheidiol oherwydd eu cyfrifoldebau gofalu (Ymddiriedolaeth y Dywysoges Frenhinol er Gofalwyr, 2011).
- Mae gofalwyr sy'n darparu mwy na 50 awr o ofal yr wythnos ddwywaith yn fwy tebygol o ddioddef iechyd gwael na'r rheiny sydd ddim yn darparu gofal (Cyfrifiad, 2001). Cymru sydd â'r ganran uchaf o ofalwyr sy'n darparu dros 50 awr yr wythnos yn y DU.
- Mae dros draean o ofalwyr hŷn yn mynd heb seibiant o'u cyfrifoldebau gofalu, ac mae traean arall yn cael seibiant bob 2-3 mis neu'n llai aml na hynny (Ymddiriedolaeth y Dywysoges Frenhinol er Gofalwyr, 2011).

Deilliannau cynnig cymorth i ofalwyr

- Mae ymchwil wedi canfod bod llai o ofalwyr yn dioddef problemau iechyd meddwl os ydynt wedi cymryd seibiant ers dechrau eu rôl gofalu (Singleton, N et al, 2002).
- Mae 35% o ofalwyr sydd heb gymorth cymdeithasol da, yn dioddef iechyd gwael, o gymharu â 15% o'r rheiny sydd â chefnogaeth dda (Singleton, N et al, 2002).
- Gall comisiynu seibiannau a chefnogaeth emosiynol ar gyfer gofalwyr leihau cyfanswm y gwariant ar ofal, yn ogystal â'u hangen i ddefnyddio gwasanaethau iechyd meddwl. Mae'n gwella iechyd a llesiant y sawl sy'n gofalu (Conochie, G, 2011).

Iechyd: Comisiynu ar gyfer gofalwyr

Mae Fframwaith Deilliannau a Darpariaeth y GIG ar gyfer Cymru'n cynnwys saith parth (Llywodraeth Cymru, 2014)

Aros yn iach – Mae pobl yng Nghymru wedi'u hysbysu'n dda ynglŷn ag aros yn iach, a chânt y gefnogaeth angenrheidiol i'w helpu yn hynny o beth.

Gofal diogel – Caiff pobl yng Nghymru eu hamddiffyn rhag niwed, ac maent yn amddiffyn eu hunain rhag pethau sy'n mynd i beri niwed iddynt.

Gofal effeithiol – Mae pobl yng Nghymru'n derbyn y gofal a'r gefnogaeth gywir mor lleol â phosib, a chânt eu galluogi i gyfrannu at wneud y gofal hwnnw'n llwyddiant.

Gofal ag urddas – Caiff pobl yng Nghymru eu trin ag urddas a pharch, ac maent yn trin eraill yr un fath.

Gofal amserol – Mae gan bobl yng Nghymru fynediad amserol i wasanaethau ar sail eu hangen clinigol, ac maent yn cyfranogi mewn penderfyniadau ynglŷn â'u gofal.

Gofal unigol – Caiff pobl yng Nghymru eu trin fel unigolion, â'u hanghenion a'u cyfrifoldebau eu hunain.

Ein staff a'n hadnoddau - Gall pobl yng Nghymru ddod o hyd i wybodaeth ynglŷn â sut mae eu GIG yn cael ei gyllido, a gwneud defnydd gofalus ohono.

Cefnogi mesurau'r parthau

Mae'r parthau hyn yn cynnwys nifer o fesurau y gellir eu cefnogi drwy gomisiynu ar gyfer gofalwyr, gan gynnwys:

- Nifer y mynediadau brys i'r ysbyty o fewn blwyddyn ar gyfer wyth cyflwr difrifol.
- Y raddfa ar gyfer oedi mewn trosglwyddo gofal fesul pob 10,000 o boblogaeth awdurdod lleol. Iechyd meddwl (pob oedran) a phob cyflwr arall (pobl dros 75).
- Nifer y bobl sy'n marw yn y man gofalu o'u dewis.
- Oedolion yn nodi bod eu hiechyd cyffredinol naill ai'n ardderchog, yn dda iawn neu'n dda.
- Y bwlch mewn disgwyliad einioes rhwng y mwyaf a'r lleiaf breintiedig.
- Canran y bobl sy'n dweud eu bod nhw neu eu gofalwyr wedi derbyn pob gwybodaeth iechyd angenrheidiol.
- Canran y bobl â chyflwr iechyd hirdymor sy'n nodi eu bod wedi derbyn gwybodaeth a chefnogaeth dda gydol eu cynllun gofal.

Bydd y bennod hon yn esbonio sut bydd byrddau iechyd lleol sy'n comisiynu ar gyfer gofalwyr yn gallu creu effaith uniongyrchol a chadarnhaol parthed y mesurau hyn, yn ogystal â gwella perfformiad a deilliannau cyffredinol ar gyfer cleifion a gofalwyr.

Gwasanaethau gofal lliniarol

Partner/Darparydd Rhwydwaith Ymddiriedolaeth y Gofalwyr

Ymddiriedolaeth Gofalwyr Bae Abertawe

Ble mae'n cael ei gynnal

Abertawe a Chastell-nedd Port Talbot.

Cyllidwr

Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg.

Pam y comisiynwyd y gwasanaeth

- Cydnabuwyd yr angen am greu gwasanaeth ar gyfer pobl oedd yn dod i ddiwedd eu bywyd, oedd yn caniatáu i'r rheiny oedd yn dymuno hynny, i farw gartref.
- •Caiff y gofal ar ddiwedd bywyd ac ansawdd marwolaeth yr unigolyn effaith arwyddocaol hirdymor ar ofalwyr ac aelodau eraill o'r teulu.
- Mae rhywun sy'n marw yn yr ysbyty, yn hytrach na'r lleoliad gofal o'u dewis yn gost sylweddol i'r GIG na ellir ei gyfiawnhau yn nhermau ymyriad meddygol.

Natur y gwasanaeth

- Caiff Ymddiriedolaeth Gofalwyr Bae Abertawe ei chomisiynu'n flynyddol i ddarparu nifer penodol o oriau gofal lliniarol brys i bobl yn eu cartrefi eu hunain.
- Pan ganfyddir person sydd angen y gwasanaeth, rhywun sydd naill ai yn yr ysbyty neu ar fin mynd i'r ysbyty, mae Tîm Gofal Lliniarol Abertawe (SPICE) yn cysylltu ag Ymddiriedolaeth Gofalwyr Bae Abertawe'n uniongyrchol â gwybodaeth ynglŷn â'r cleient. Mae Ymddiriedolaeth Gofalwyr Bae Abertawe'n trefnu'r cymorth sydd ei angen ar y person hwnnw ac yn ymgymryd ag asesiad pellach o'i anghenion.
- Oherwydd bod angen y gwasanaeth ar frys, caiff gweithdrefnau arferol a fyddai'n arafu'r broses eu disodli â chyswllt uniongyrchol a chydweithrediad rhwng Rheolwr Ymddiriedolaeth Gofalwyr Bae Abertawe a thîm SPICE.
- Y targed yw gosod y gwasanaeth yng nghartref yr unigolyn o fewn 48 awr; fel arfer, mae'r gwasanaeth yn gweithredu o fewn 24 awr.
- Oherwydd natur y gwasanaeth a'r cyfnod cymharol fyr mae pobl yn derbyn y gefnogaeth hon, mae'r gwasanaeth yn gallu cyrraedd a chynorthwyo nifer uchel o ofalwyr a theuluoedd.

Deilliannau

- Ar hyn o bryd, caiff 10–12 pecyn gofal eu gosod mewn lle bob mis.
- Gwella profiad y claf, sy'n gallu marw yn y man gofal o'u dewis yn ogystal â'r rheiny sy'n gofalu amdanynt a'u perthnasau.

- Ad-daliad sylweddol ar fuddsoddiad i'r bwrdd iechyd lleol, gan ei fod yn negyddu'r angen am ofal preswyl neu fynediad i'r ysbyty.
- Galluogi i'r claf gael ei ryddhau o'r ysbyty ynghynt.

Adnoddau ar gyfer y ddarpariaeth

- Gallu'r darparydd: Mae angen i Ymddiriedolaeth Gofalwyr Bae Abertawe sicrhau bod ganddynt staff profiadol wedi'u hyfforddi ar gael i asesu ac i ddarparu'r gofal sydd ei angen, a hynny ar fyr rybudd.
- Bod â phroses mewn lle ar gyfer canfod cleientiaid a throsglwyddo'r wybodaeth i'r darparydd.
- Perthynas gydweithredol gref wedi'i sefydlu rhwng y bwrdd iechyd lleol a'r darparydd.

Cyllido: Costau ac arbedion

- Y lefel bresennol o gyllido yw £49,000 y flwyddyn.
- Yn ogystal â gwella profiadau cleifion a gofalwyr, mae'r prosiect yn creu arbedion mewn costau. Mae bron i hanner costau ysbytai'n deillio o dderbyn cleifion brys, ac mae dros £2,000 o gost marwolaeth mewn ysbyty'n digwydd yn ystod mis olaf bywyd y claf (Georghiou T, Bardsley M, 2014). Gyda thros 130 o becynnau gofal yn cael eu darparu, mae'r gwasanaeth yn creu arbedion o tua £211,000 y flwyddyn.

Mae gan Bartneriaid Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru sicrwydd ansawdd ac yswiriant i ymgymryd ag ystod o dasgau gofal personol a chynorthwyol arbenigol, gan gynnwys er enghraifft:

- Gweini meddyginiaeth, gan gynnwys technegau arbenigol megis percutaneous endoscopic gastrostomy (PEG).
- Bwydo artiffisial megis drwy PEG neu diwb drwy'r trwyn.
- Newid rhwymiad di-haint syml.
- Monitro lefel glwcos yn y gwaed.
- Profion wrin.
- Gweini inswlin drwy chwistrellydd awtomatig neu jet.
- Gweini apomorffin drwy chwistrellydd awtomatig i bobl sydd â chlefyd Parkinson.
- Sugno oro-pharyngeal a thrwynol
- Cymorth â therapi ocsigen.
- Gofal tracheostomy rheolaidd.

Gwasanaeth Ymateb Brys yn y Cartref Powys (PURSH)

Partner/Darparydd Rhwydwaith Ymddiriedolaeth y Gofalwyr

Croesffyrdd Canolbarth a Gorllewin Cymru

Ble mae'n cael ei gynnal

Powys

Cyllidwr

Bwrdd Iechyd Addysgu Powys

Pam y comisiynwyd y gwasanaeth

- Nid oes gan Bowys unrhyw ysbytai cyffredinol, ac roedd rhai cleifion yn cael eu derbyn, ac yna'n wynebu oedi o ran eu trosglwyddo. Roedd y gost ariannol i'r bwrdd iechyd yn sgil hyn yn uchel iawn. Roedd y pellteroedd roedd rhaid i berthnasau deithio rhwng ardaloedd o Bowys ac ysbytai y tu allan i'r sir hefyd yn arwain at gostau sylweddol ac yn cymryd cryn amser. Roedd y mwyafrif helaeth o'r galwadau i bobl hyn, naill ai byw ar eu pen eu hunain, neu â gofalwr oedranus, pobl na allent aros yn eu cartrefi heb ryw fath o ofal iechyd a chymdeithasol.
- Cydnabuwyd mai'r unig ddewis oedd gan feddygon teulu oedd anfon y claf i ysbyty. Roedd hyn yn aneconomaidd, ac nid oedd er lles y claf. Roedd angen gwasanaeth amgen. Sefydlwyd y gwasanaeth fel y gellid galw staff Croesffyrdd Canolbarth a Gorllewin Cymru mewn achos brys, ac y gallent aros gyda'r claf am hyd at 24 awr, neu am bedwar diwrnod yn ystod penwythnos gwyliau. Wedyn gallai gwasanaethau Nyrsio Cymunedol / Gwasanaethau Cymdeithasol / Ail-alluogi, ddarparu unrhyw ofal parhaus oedd ei angen.

Natur y gwasanaeth

- Pan gaiff meddygon teulu eu galw allan, mae ganddynt nawr yr opsiwn o alw staff gofal PURSH wedi'u darparu gan Groesffyrdd Canolbarth a Gorllewin Cymru, yn hytrach nag argymhell anfon y claf i ysbyty.
- Mae meddygon sydd angen ymyriad gan PURSH yn cysylltu â Chanolfan Gydlynu Gofal Shropdoc yn yr Amwythig. Mae'r Ganolfan Gydlynu Gofal yn gyfrifol am benderfynu os yw'r claf yn ateb y meini prawf.
- Mae gan Groesffyrdd Canolbarth a Gorllewin Cymru aelod staff ar alw 24/7, 365 diwrnod y flwyddyn ym mhob un o ranbarthau Powys. Pan fo amgylchiadau'r claf yn cwrdd â'r meini prawf, fe gysylltir â'r aelod staff ar alw, a bydd yn ymweld â chartref y claf ymhen pedair awr.

Deilliannau

- Arbedion ariannol yn sgil osgoi anfon cleifion i'r ysbyty ac osgoi oedi mewn trosglwyddo gofal.
- Gall cleifion wella yn eu cartrefi eu hunain.
- Mae cymorth brys ar gael i feddygon sy'n gweithio y tu hwnt i oriau arferol.
- Creu model o weithio mewn partneriaeth â'r sectorau statudol a gwirfoddol.

Adnoddau ar gyfer y ddarpariaeth

- Y bwrdd iechyd sy'n gyfrifol am sicrhau bod y gwasanaeth ar gael i feddygfeydd mewn ardaloedd gwledig.
- Mae angen i ofynion staffio fod yn gyson, gyda thri aelod staff ar alwad am 24 awr ar unrhyw amser.
- Mae angen hyfforddiant ar feddygon teulu parthed y meini prawf, a'r llwybrau i mewn i'r gwasanaeth ac allan ohono.

Cyllido: Costau ac arbedion

- Y gyllideb bresennol yw £100,000.
- Caiff staff gofalu eu talu i fod ar alw, ac maent yn derbyn y raddfa gyflog briodol yn ôl yr amser o'r dydd, o'r amser y byddant yn gadael eu cartref hyd nes byddant yn dychwelyd, ynghyd â chostau teithio fesul milltir.
- Gyda 10–11 o alwadau ar gyfartaledd bob mis, mae hyn yn gyfystyr â thua 120–130 o ymyriadau'r flwyddyn. O gofio bod pob claf a anfonir i'r ysbyty'n costio hyd at £4,500 i'r bwrdd iechyd, gall yr arbedion blyneddol fod cymaint â £400,000–£500,000 ar ôl cyfrif cost y cytundeb.

Seibiant byr-dymor ar gyfer gofalwyr

Partner/Darparydd Rhwydwaith Ymddiriedolaeth y Gofalwyr

Gwasanaethau Gofal Croesffyrdd Ymddiriedolaeth Gofalwyr Gogledd Cymru

Ble mae'n cael ei gynnal

Ynys Môn, Gwynedd, Conwy, Sir Ddinbych, Sir Fflint, Wrecsam

Cyllidwr

Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr

Pam y comisiynwyd y gwasanaeth

- Cydnabuwyd bod llawer o ofalwyr ag anghenion iechyd yn methu â pharhau i ddarparu gofal i'w ffrind neu aelod o'r teulu. Roedd hyn yn arwain at ymyriad gan wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol a fyddai fel arall yn ddiangen.
- Mae lleihau faint o darfu sydd ar fywydau gofalwyr, hefyd yn lleihau faint o arian cyhoeddus sy'n rhaid ei wario.
- Roedd yno awydd i wella profiad cleifion a gofalwyr, yn ogystal â sicrhau bod y defnydd gorau'n cael ei wneud o adnoddau i gwrdd ag anghenion cleifion a gofalwyr.
- Gwasanaeth peilot oedd hwn ar y dechrau, wedi'i sefydlu am 12 mis. Ar sail y dystiolaeth a ddarparwyd gan y peilot o ran yr angen, fe'i hymestynnwyd ac mae wedi bod yn rhedeg ers dwy flynedd.

Natur y gwasanaeth

- Os oes gan ofalwr gyflwr iechyd byr dymor, mae nawr yn haws iddynt gael seibiant, drwy gael rhywun i'w cynorthwyo â'u cyfrifoldebau gofalu yn y cartref.
- Gall anghenion iechyd amrywio; gallant gynnwys:
 - Annwyd/ffliw.
 - Ffrysau.
 - Cyflyrau hir-dymor.
 - Tyndra/pryder.
 - Cymorth i ofalwyr ar ôl iddynt gael llawdriniaeth.
 - Cymorth i alluogi gofalwyr i fynychu apwyntiad mewn ysbyty.
 - Cymorth i alluogi gofalwyr i fynd am driniaethau clinigol.

Mae'r gwasanaeth ar gael i ofalwyr o bob oedran, gan gynnwys rhieni sy'n ofalwyr a gofalwyr ifanc.

Deilliannau

- Cymorth i sicrhau dilyniant mewn gofal.
- Llesiant y gofalwr a'r person maent yn gofalu amdano'n gwella.
- Caiff gwell llwybrau cydweithredu eu datblygu rhwng proffesiynwyr iechyd a gofal cymdeithasol.
- Darperir lefelau priodol o ofal, gan ddileu'r angen am wasanaethau gofal iechyd drud i gyflenwi unrhyw fylchau yn y ddarpariaeth.
- Anogir gofalwyr i gyfranogi mewn cynllunio a darparu'r gwasanaethau sydd eu hangen arnynt.

Adnoddau ar gyfer y ddarpariaeth

- Staff wedi'u hyfforddi'n llawn.
- Llinellau cyfathrebu da â'r rheiny sy'n atgyfeirio cleifion.
- Llinellau eglur ac effeithiol ar gyfer adrodd yn ôl a dylanwadu er mwyn sicrhau bod y defnydd gorau'n cael ei wneud o wybodaeth.

Costau ac arbedion

- Amcangyfrifir bod y gost tua £50,000 y flwyddyn, ond caiff ei fonitro'n fisol. Os yw'r galw'n uwch na'r hyn a ragwelwyd, yna mae Betsi Cadwaladr yn rhyddhau mwy o gyllid, gan fod y bwrdd iechyd yn cydnabod yr arbedion a wneir drwy'r prosiect hwn, ac nid yw am weld Ymddiriedolaeth Gofalwyr Gogledd Cymru'n troi eu cefn ar unrhyw un yn sgil diffyg cyllid.
- Ar gyfartaledd, cost gwely i'r claf er mwyn i ofalwr gael seibiant yw £500 yr wythnos. Hyd yma, mae 200 o ofalwyr wedi derbyn gwasanaeth gan Ymddiriedolaeth Gofalwyr Gogledd Cymru: mae'r gwasanaeth wedi darparu arbedion net o dros 400% yn ogystal â chynorthwyo gofalwyr i gael mynediad i wasanaethau eraill sydd o gymorth pellach i'w llesiant.

Hwylusydd Gofal Iechyd Parhaus NEWCIS

Partner/Darparydd Rhwydwaith Ymddiriedolaeth y Gofalwyr

NEWCIS

Ble mae'n cael ei gynnal

Sir y Fflint

Cyllidwr

Cyngor Sir y Fflint

Er caiff cyllid ei ddyrannu drwy'r awdurdod lleol, model sy'n seiliedig ar iechyd yw'r prosiect hwn.

Pam y comisiynwyd y gwasanaeth

- Pennwyd cyllid i ddatblygu a moderneiddio'r gwasanaethau presennol, ynghyd â gweithredu modelau gwasanaeth newydd ar gyfer defnyddwyr gwasanaethau hirdymor a'r rheiny sy'n gofalu amdanynt.
- Ar y dechrau, y bwrdd iechyd oedd yn rheoli'r cyllid, ond roedd y prosiectau'n cael eu rhedeg ar y cyd gan yr awdurdod lleol a'r sector gwirfoddol.
- Yn Sir y Fflint, canfuwyd nifer o feysydd lle'r oedd yno fylchau mewn gwasanaethau ar gyfer gofalwyr oedd yn gofalu am berson â chyflwr hirdymor, gan gynnwys yr angen am wasanaeth di-dor ac ymagwedd sy'n canolbwyntio ar y person a'i amgylchiadau.

Natur y gwasanaeth

Darparu pwynt cyswllt unigol i gynorthwyo o ran cydlynu gwasanaethau ar gyfer gofalwyr am bobl â chyflwr hirdymor gan gynnwys dementia.

Deilliannau

Yn ystod chwe mis cyntaf y prosiect:

- Galluogwyd 163 o ofalwyr i barhau â'u rôl gofalu.
- Llwyddwyd i osgoi anfon 40 o bobl i gartref preswyl neu i ysbyty.
- Atgyfeiriwyd 577 o ofalwyr at asiantaethau a gwasanaethau.
- Gosodir gwerth uchel ar y gwasanaeth, ac mae rhwydweithiau cydlynol wedi cael eu sefydlu.

Cyllido: Costau ac arbedion

Dros gyfnod o chwe mis, mae'r prosiect hwn wedi gweithio gyda 177 o ofalwyr; helpwyd o leiaf 40 o'r rhain drwy sefyllfaoedd o argyfwng, gan atal y gofalwyr rhag methu â pharhau a'u cyfrifoldebau gofalu ac osgoi anfon y claf i gartref preswyl neu ysbyty.

- Ataliwyd 40 o fynediadau i gartrefi gofal neu ysbytai mewn chwe mis. Byddai cost wythnosol hynny tua £1,511.
- Byddai pob un o'r mynediadau hynny wedi arwain at arhosiad o 25 diwrnod ar gyfartaledd, felly cost arhosiad mewn ysbyty i'r holl bobl hynny fyddai tua £215,770.
- Cost yr hwylusydd, gan gynnwys grantiau, am chwe mis – £24,000.
- Yr uchafswm grant a dderbyniodd unrhyw unigolyn oedd £500 dros gyfnod o chwe mis.
- Yr arbedion posib y gellir eu gwneud am gost un swydd llesiant gofalwyr yw £191,770 mewn chwe mis, sef, £383,540 mewn 12 mis.

Awdurdodau Lleol: Comisiynu ar gyfer gofalwyr

Mae'r enghreifftiau canlynol yn dangos sut gall awdurdodau lleol gomisiynu ar gyfer gofalwyr i gwrdd â'u mesurau perfformiad dan Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 a diwallu gofynion y Fframwaith Deilliannau Cenedlaethol ar gyfer Gofal a Chefnogaeth.

Yn ôl Cod Ymarferiad Llywodraeth Cymru Parthed Mesur Perfformiad Gwasanaethau Cymdeithasol (Llywodraeth Cymru, 2015c), gall comisiynu ar gyfer gofalwyr helpu i ateb y deilliannau canlynol:

- Y raddfa ar gyfer trosglwyddo gofal am resymau gofal cymdeithasol fesul pob 1,000 o bobl dros 75 oed.
- Gofalwyr yn dweud eu bod yn teimlo bod cefnogaeth ar eu cyfer i barhau yn eu rôl gofalu.
- Pobl yn dweud iddynt dderbyn yr wybodaeth neu gyngor cywir pan oeddent eu hangen.*
- Pobl yn sôn iddynt gael eu trin ag urddas a pharch.
- Pobl yn dweud eu bod yn teimlo'n ddiogel.
- Pobl yn sôn y gallant wneud yr hyn sy'n bwysig iddyn nhw.*
- Oedolion ifanc yn dweud iddynt dderbyn cyngor, cymorth a chefnogaeth i'w paratoi ar gyfer bod yn oedolion.

(*Hefyd yn y Fframwaith Deilliannau Cenedlaethol ar gyfer Pobl Sydd Angen Gofal a Chymorth (Llywodraeth Cymru, 2015d)

Nod y Fframwaith Deilliannau Cenedlaethol yw hwyluso a monitro cynnydd tuag at drawsnewid gwasanaethau gofal a chefnogaeth. Mae nifer o'r deilliannau yn y fframwaith yn gorgyffwrdd â'r mesurau perfformiad uchod, ond gall comisiynu ar gyfer gofalwyr helpu i sicrhau'r deilliannau isod sy'n unigryw i'r Fframwaith Deilliannau Cenedlaethol.

Mesurau perfformiad ar gyfer y Fframwaith Deilliannau Cenedlaethol

- Canran y bobl sy'n dweud eu bod yn rheoli cymaint o'u bywyd o ddydd-i-ddydd ag y gallant.
- Nifer o bobl sy'n marw yn y man gofalu o'u dewis.
- Canran yr oedolion sydd â sgôr uchel o ran boddhad bywyd.
- Canran yr oedolion rhwng 16 a 64 oed sydd ag o leiaf un cymhwyster.
- Canran y bobl rhwng 19 a 24 oed nad ydynt mewn addysg, cyflogaeth na hyfforddiant.

Canolfan Gofal Dydd Hafan Glyd

Partner/Darparwydd Rhwydwaith Ymddiriedolaeth y Gofalwyr

Ymddiriedolaeth Gofalwyr Sir Gâr

Ble mae'n cael ei gynnal

Sir Gâr

Cyllidwr

Cyngor Sir Gâr a Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda

Pam y comisiynwyd y gwasanaeth

Roedd cynllun ar y gweill i newid defnydd ysbyty dydd ar gyfer dioddefwyr dementia – byddai hyn yn gadael bwlch yn y gwasanaeth ar gyfer trigolion Caerfyrddin. Ar y pryd, roedd Ymddiriedolaeth Gofalwyr Sir Gâr eisoes yn darparu gwasanaeth gofal dydd ar gyfer dioddefwyr dementia, ond dim ond ar ddydd Sadwrn. Roedd y comisiynwyr yn gyfarwydd â nhw, ac am y rheswm hwnnw, gofynnwyd iddynt ymgymryd â'r gwaith hwn.

Natur y gwasanaeth

Mae Hafan Glyd yn wasanaeth dydd arbenigol sy'n cynnig gwasanaeth i bobl â dementia cymhedrol neu ddwys, yn ogystal â phobl hŷn â salwch meddwl ymarferol, yn ardal tref Caerfyrddin.

Mae Hafan Glyd yn cynnig seibiant gwerthfawr i ofalwyr. Mae yno awyrgylch anffurfiol a hamddenol, lle gall y sawl y gofalir amdanynt deimlo'n gartrefol a mwynhau gweithgareddau a fwriadwyd i'w hysgogi. Mae'r gwasanaeth yn fenter ar y cyd rhwng Cyngor Sir Gâr, Bwrdd Iechyd Hywel Dda ac Ymddiriedolaeth Gofalwyr Sir Gâr, ac mae wedi bod yn gweithredu ers dros saith mlynedd.

Cyfraniad Hywel Dda yw darparu cynorthwydd gofal iechyd ddwywaith yr wythnos o'r tîm iechyd meddwl cymunedol lleol.

Deilliannau

- Yn 2014/15, roedd 1,335 o leoedd ar gael, a defnyddiwyd 1,006 o'r rhain. Darparwyd cyfanswm o 5,223 o oriau gofal yn ystod y flwyddyn.

“Heb Hafan Glyd, ni fyddwn i'n gallu ymdopi, ac mae unrhyw sefyllfa arall yn rhy anodd i feddwl amdano. Mae Croesffyrdd wedi cynnig achubiaeth i mi, gan fy helpu i gadw fy mhwyll.”

- Pan agorodd y gwasanaeth yma'n gyntaf, roedd ar gael bedwar diwrnod yr wythnos. Oherwydd y galw, mae bellach yn wasanaeth chwe diwrnod yr wythnos.
- Arian elusennol gan Ymddiriedolaeth Gofalwyr Sir Gâr sy'n cyllido'r chweched diwrnod.

Cyllido: Costau ac arbedion

Pan agorodd y gwasanaeth hwn yn gyntaf, roedd yn cael ei ariannu drwy grant arbennig ar gyfer gofalwyr gan yr awdurdod lleol – hyd at fis Tachwedd 2015 roedd yn derbyn £43,000 y flwyddyn i ddarparu'r gwasanaeth hwn. Mae hyn bellach wedi cael ei newid i brynu gwasanaethau yn ôl y galw.

Gwasanaeth Budd-dal Lles Abertawe

Partner/Darparydd

Canolfan Gofalwyr Abertawe

Ble mae'n cael ei gynnal

Dinas a Sir Abertawe

Cyllidwr

Dinas a Sir Abertawe

Pam y comisiynwyd y gwasanaeth

Comisiynwyd y gwasanaeth hwn gan Ddinas a Sir Abertawe. Yn wreiddiol fe'i cyllidwyd dan grant gofalwyr i awdurdodau lleol. Pan ddaeth y cyllid hwn i ben, roedd Dinas a Sir Abertawe yn cydnabod bod cynnig cefnogaeth i ofalwyr yn weithred ataliol bwysig - yn ei sgil, roedd y rheiny ag anghenion gofal yn llai tebygol o gyrchu gwasanaethau haen uwch, ac o'r herwydd drutach.

Natur y gwasanaeth

Mae'n darparu'r gwasanaethau budd-dâl lles canlynol i ofalwyr:

- Gwirio budd-daliadau i ganfod pa rai sy'n briodol a sicrhau'r incwm uchaf posib.
- Llenwi ffurflenni a chynnig cymorth i wneud cais am fudd-daliadau megis taliadau annibyniaeth personol.
- Cefnogaeth ar gyfer cyflwyno apêl os yw'n teimlo bod yr Adran Waith a Phensiynau'n anghywir.
- Mynediad i grantiau i gynorthwyo gofalwyr yn eu rôl ofalu.

Deilliannau

Yn y flwyddyn ariannol 2014/15 cyrchwyd £3.8m mewn budd-daliadau wedi'u hôl-ddyddio ar gyfer gofalwyr yn Abertawe. Mae'r arian hwn yn mynd yn uniongyrchol i ofalwyr neu'r bobl maent yn gofalu amdanynt, gan wella'n sylweddol eu hansawdd bywyd a gwneud cyfraniad gwerth sôn amdano i'r economi leol.

Roedd 94% o'r rheiny sy'n cyrchu gwasanaeth budd-dâl lles yn cytuno â'r gosodiad 'rwyf yn teimlo fy mod i'n gallu ymdopi'n well â fy rôl fel gofalwr'.

Gall yr holl ofalwyr sy'n defnyddio'r gwasanaeth hwn hefyd gael mynediad i ystod o wasanaethau eraill a gynigir gan Ganolfan Gofalwyr Abertawe. Mae'r rhain yn cynnwys:

- Gwasanaeth cwnsela, hefyd wedi'i gyllido gan yr awdurdod lleol.
- Eiriolaeth wedi'i chyllido gan y Gronfa Loteri Fawr; Addysg a Hyfforddiant.
- Therapiau Cyfannol.
- Gwirfoddoli:
- Grwpiau cefnogaeth.
- Seibiant rhag cyfrifoldebau gofalu.

Adnoddau ar gyfer y ddarpariaeth

- Dau weithiwr budd-dâl lles.
- Un cydlynnydd gwybodaeth a chynghori.
- Cyfran o swydd reolaeth a chyllid.
- Swyddfa.

Cyllido: Costau ac arbedion

Mae'r gwasanaeth yn cael £126,700 y flwyddyn o gyllid gan yr awdurdod lleol. Yn 2014/15, drwy'r gwasanaeth hwn, cyrchodd gofalwyr £3.8m mewn budd-daliadau wedi'u hôl-ddyddio.

Cynllun Seibiant Pontio'r Bwlch

Partner/Darpariwr

NEWCIS Sir y Fflint

Ble mae'n cael ei gynnal

Sir y Fflint

Cyllidwr

Cyngor Sir y Fflint

Pam y comisiynwyd y gwasanaeth

Lansiwyd Cynllun Seibiant Pontio'r Bwlch yn Ebrill 2013 fel cynllun peilot chwe mis ar ran Cyngor Sir y Fflint, ac mae bellach yn ei drydedd flwyddyn.

Fe'i sefydlwyd i roi dewis ac opsiynau i ofalwyr yngŷn â phwy allai ddarparu cymorth iddynt, ar yr amser a'r diwrnod roeddent ei angen. Roedd y cynllun hefyd yn darparu ar gyfer adegau brys/argyfwng ac yn caniatáu ar gyfer ymagweddiad cyflym a hyblyg tuag ddarparu gwasanaeth pan oedd gofalwyr ei angen fwyaf.

Roedd trefniadau seibiant traddodiadol yn golygu gwasanaethau ar ddyddiau ac oriau gosod yn unig. Amcan y gwasanaeth hwn oedd rhoi cyfle i ofalwyr gael cymorth hyblyg, fesul awr, am ddiwrnod neu dros nos. Byddai hyn yn cynnig trefniadau gofal fyddai'n ymateb i anghenion unigol, gan leihau'r posibilrwydd o ofalwyr yn methu parhau â'u cyfrifoldebau gofalu. Roedd y cynllun hefyd yn galluogi mwy o ofalwyr i gael seibiant nag oedd comisiynu blaenorol yn ei ganiatáu, a hynny'n llawer rhatach.

Natur y gwasanaeth

- Darpariaeth o wasanaeth gofalu hyblyg ar gyfer seibiannau byr sy'n cynnig cefnogaeth i'r rheiny sy'n gofalu am oedolion a phlant ag anableddau yn Sir y Fflint.
- Unwaith y byddant wedi cwblhau asesiad o anghenion gofalwyr, darperir gofalwyr cymwys â chod mynediad sy'n ddilys am chwe mis, ar gyfer seibiannau byr, hyblyg.
- Mewn achos brys, pennir cod ar y diwrnod.
- Wedyn rhoddir llyfryn i ofalwyr sy'n rhestru'r ystod o wasanaethau sydd ar gael iddynt.
- Mae gofalwyr wedyn yn cysylltu â'r darpariwr o'u dewis, gan ddyfynnu eu cod taleb ac yn trefnu'r seibiant sydd ei angen arnynt.

Deilliannau

2014/15:

- Defnyddiodd 378 o ofalwyr y cynllun (cynnydd o 55% ar y flwyddyn flaenorol).
- O'r rheiny, mae 62 o ofalwyr nawr yn derbyn eu hail god mynediad, a 53 ohonynt drydydd cod; dau ofalwr ddefnyddiodd y cod argyfwng.
- Roedd angen 183 o asesiadau o anghenion gofalwyr er mwyn cael mynediad i'r cynllun; cwblhawyd 127 o'r rhain gan NEWCIS.
- Dywedodd 75% o'r gofalwyr a holwyd fod y cynllun wedi rhoi mwy o ddewis a hyblygrwydd iddynt pan oedd angen seibiant arnynt o'u cyfrifoldebau gofalu.

Cyllido: Costau ac arbedion

Darparodd y gwasanaeth a gomisiynwyd o'r blaen gymorth i 64 o ofalwyr y flwyddyn, ac roedd gan fudiadau restrau aros nad oeddent yn gostwng o un flwyddyn i'r llall. Nid oed modd i ofalwyr newydd gael mynediad i wasanaethau. Roedd y comisiynu hwn yn costio £75,000, sef £1,172 y flwyddyn ar gyfer pob gofalwr.

Rhwng Mawrth 2015 ac Ionawr 2016, mae'r cynllun hwn wedi darparu gwasanaeth i 367 o ofalwyr, ar gost ddamcaniaethol o £166,800. Serch hynny, y gost wirioneddol hyd yma yw

£99,181). Mae hyn oherwydd ei bod yn bosib i ofalwyr gael eu cyflwyno â chod pellach yn y chwe mis nesaf, ac mae'n atal unigolion rhag dal eu gafael mewn talebau, gan wneud y defnydd gorau o'r arian sydd ar gael. Mae hyn yn gyfystyr â £272 ar gyfer pob gofalwr, sef arbediad o £902 y flwyddyn, ac mae 303 o ofalwyr ychwanegol wedi derbyn y gwasanaeth mewn cyfnod o lai na blwyddyn.

Nid yw'r ofnau ar y dechrau y byddai'r gwasanaeth yn cael ei fodd mewn ceisiadau wedi dod yn wir. Mae'r hyblygrwydd a llwyddiant gallu cynnal gofalwyr yn eu cartrefi eu hunain am gyfnod hwy wedi galluogi comisiynwyr i barhau â'r cynllun a chynnwys y gwasanaeth yng nghyllido'r brif ffrwd drwy Strategaeth Gofalwyr Sir y Fflint, sy'n cael ei ysgrifennu ar hyn o bryd.

Prosiect Iechyd Meddwl Pen-y-bont ar Ogwr

Partner/Darparydd

Canolfan Gofalwyr Pen-y-bont

Ble mae'n cael ei gynnal

Pen-y-bont ar Ogwr

Cyllidwr

Cyngor Sir Pen-y-bont ar Ogwr

Pam y comisiynwyd y gwasanaeth

Cydnabuwyd bod gofalwyr yn aml yn wynebu risg o gael eu hynysu, unigrwydd ac iechyd meddwl gwael. Comisiynwyd y gwasanaeth i ddarparu ystod o gymorth i ofalwyr, gan gynnwys sesiynau unigol a sesiynau grŵp, yn ogystal â chyngor a chefnogaeth dros y ffôn i wella iechyd meddwl a llesiant gofalwyr.

Natur y gwasanaeth

Mae'r gwasanaeth yn darparu cymorth yn uniongyrchol i ofalwyr er mwyn gwella iechyd meddwl a llesiant gofalwyr, drwy'r canlynol:

- Cefnogaeth unigol a gwaith grŵp.
- Datblygu cyfloedd i ofalwyr gydnabod eu rôl a chynnal eu llesiant emosiynol.
- Cymorth i ofalwyr ddod o hyd i waith cyflogedig, addysg neu gyfloedd gwirfoddoli.
- Codi ymwybyddiaeth ymysg proffesiynwyr ynglŷys'n wynebu gofalwyr, yn ogystal â gweithio mewn partneriaeth ag ystod o'n â'r materion a'r anawsterau grwpiau er budd.
- Iechyd emosiynol gofalwyr.
- Datblygu, mewn partneriaeth â gofalwyr, argaeledd seibiannau byr a chyfloedd i leihau'r teimlad o gael eu hynysu.

Deilliannau

Yn y flwyddyn ariannol 2014/15 llwyddodd y prosiect i wneud y canlynol:

- Canfod 84 o ofalwyr newydd.
- Cynnig cymorth i 135 o ofalwyr dros y ffôn.
- Cynnal 40 o ymweliadau â chartrefi a 44 sgwrs uniongyrchol.
- Cyflwyno 117 o sesiynau cefnogaeth emosiynol.
- Cynorthwyo 25 o ofalwyr i gyrchu grantiau.
- Cynorthwyo 14 o ofalwyr i gyrchu'r budd-daliadau oedd yn deilwng iddynt.

Cyllido: Costau ac arbedion

Mae'r prosiect hwn yn cael tua £16,000 drwy gytundeb lefel gwasanaeth. Mae'r cyllid hwn yn talu cyflog gweithiwr cymorth rhan amser, ac am weithgareddau, digwyddiadau a defnyddiau.



Gwybodaeth bellach ar gyfer comisiynwyr

Adnoddau ar-lein Ymddiriedolaeth y Gofalwyr

Partneriaid Rhwydwaith Ymddiriedolaeth y Gofalwyr

I gael hyd i'ch Partner Rhwydwaith Ymddiriedolaeth y Gofalwyr agosaf, ffoniwch 0844 800 4361 neu ewch i www.carers.org.

Safle Proffesiynwyr Ymddiriedolaeth y Gofalwyr

<http://professionals.carers.org>

Mae'r safle hwn ar gyfer pawb sy'n gweithio ym meysydd iechyd, gofal cymdeithasol neu addysg sy'n dod i gysylltiad â gofalwyr. Gan ddefnyddio gwybodaeth ac arbenigedd Partneriaid Rhwydwaith Ymddiriedolaeth y Gofalwyr, ei nod yw darparu'r wybodaeth a'r adnoddau mae proffesiynolwyr eu hangen i weithredu a darparu cymorth o safon dda i ofalwyr.

Gwasanaethau ar-lein ar gyfer gofalwyr

Mae Carers.org, babble.carers.org a matter.carers.org yn wasanaethau cymorth a chefnogaeth sydd ar gael ledled y DU, a ddarperir yn uniongyrchol i ofalwyr bob diwrnod o'r flwyddyn gan ddefnyddio'r dechnoleg diweddaraf. Mae'r tîm staff yn cynnwys gweithwyr cymdeithasol, ieuencid a chymunedol cymwysedig, sy'n darparu gofalwyr o bob oed â chefnogaeth gyfrinachol, gyflym a phriodol o ran oedran. Caiff hyn ei ddarparu drwy linellau-cymorth e-bost a gaiff eu monitro'n ddyddiol (gan gynnwys ar ddydd Sul ac yn ystod gwyliau cyhoeddus), a chânt eu hateb o fewn 24 awr, yn ogystal â byrddau negeseuon a gaiff eu harolygu a'u cymedroli, sydd ar gael 24 awr y dydd, sy'n rhoi cyfle i ofalwyr drafod, gwneud sylwadau, sgwrsio ymysg ei gilydd a chynnig cymorth y naill i'r llall. Hefyd ceir ystafelloedd sgwrsio byw lle gall gofalwyr ryngweithio â staff, gofalwyr eraill ac ystod o arbenigwyr gwadd ar bynciau sydd o bwys iddynt.

Arfau Comisiynu

Ymddiriedolaeth y Gofalwyr (2015), *Caring About Older Carers: Providing Support for People Caring Later in Life* (Ymddiriedolaeth y Gofalwyr). <https://professionals.carers.org/older-carers-toolkit> Mae'r set arfau hon wedi'i thargedu at y rheiny sy'n comisiynu ym maes iechyd a gofal cymdeithasol, a'u hamcan yw tynnu sylw at anghenion gofalwyr sydd dros 60 oed a dangos dulliau sydd wedi'u profi i weithio o ran sut y gellir cynnig cymorth iddynt. Mae'n amlygu materion penodol sydd fwyaf tebygol o effeithio ar ofalwyr hŷn. Gall hyn ffurfio sail i'r broses gomisiynu fel y gellir cynnig y gefnogaeth briodol iddynt yn y ffordd fwyaf cost-effeithiol. Er bod y derminoleg a'r ddeddfwriaeth y cyfeirir atynt yn y canllawiau hyn yn berthnasol i Loegr, mae'r safonau a'r rhesymeg yn berthnasol i'r DU gyfan.

Phelps, D (2012), *Commissioning Services for Young Carers and their Families* (Ymddiriedolaeth y Gofalwyr). <https://professionals.carers.org/commissioning-services-young-carers-and-their-families>

Y nod yw cynorthwyo comisiynwyr drwy eu hysbysu ynglŷn ag anghenion gofalwyr ifanc ac oedolion ifanc sy'n gofalu, ynghyd â'u teuluoedd, gan gasglu ynghyd yr hyn

sydd wedi cael ei ddysgu ynglŷn â chynnig cymorth a chefnogaeth effeithiol i'r grŵp bregus hwn. Er bod rhywfaint o'r derminoleg yn perthyn i Loegr, mae llawer o'r canllawiau'n berthnasol i'r DU gyfan.

Ymddiriedolaeth y Gofalwyr (2015), *A Road Less Rocky – Making the Road Less Rocky for Carers: A Guide on how to Support Carers of People with Dementia* (Ymddiriedolaeth y Gofalwyr). <https://professionals.carers.org/supporting-carers-people-dementia> Mae'r set arfau yma'n adeiladu ar ymchwil A Road Less Rocky – Supporting Carers of People with Dementia (Newbrunner, L et al, 2013). Mae'n seiliedig ar ddeg o faterion allweddol sy'n wynebu gofalwyr ar y daith ofalu. Mae'n ddefnyddiol i unrhyw un sy'n gweithio gyda, neu'n trin, cleifion sydd â dementia ac sy'n dod i gysylltiad â gofalwyr. Er bod y derminoleg a'r ddeddfwriaeth y cyfeirir atynt yn y canllawiau hyn yn berthnasol i Loegr, mae'r safonau a'r rhesymeg yn berthnasol i'r DU gyfan.

Ymddiriedolaeth y Gofalwyr (2013), *The Triangle of Care: Ymhlith y Gofalwyr: A Guide to Best Practice in Acute Mental Health Care Second Edition* (Ymddiriedolaeth y Gofalwyr). <https://professionals.carers.org/sites/default/files/media/the-triangle-of-care-carers-included-final-6748.pdf>

Datblygwyd yr ymagwedd o Driongl Gofal yn gyntaf gan ofalwyr oedd yn ceisio gwella cyfranogiad gofalwyr mewn gwasanaethau dwys ar gyfer cleifion preswyl. Mae wedi bod yn llwyddiannus mewn creu newid cadarnhaol i ofalwyr drwy annog gweithio cydlynol rhwng gofalwyr, defnyddwyr y gwasanaeth a phroffesiynwyr.

Ymddiriedolaeth y Gofalwyr (2015) *The Triangle of Care Toolkit – A Resource for Mental Health Service Providers* (Ymddiriedolaeth Gofalwyr). https://professionals.carers.org/sites/default/files/toc_toolkit_for_providers_final.pdf

Nod y set arfau yma yw cynnig cymorth i ymddiriedolaethau sydd ar ddechrau eu taith Triongl Gofal, y rheiny sydd eto i gychwyn, a'r rheiny sydd wedi gwneud rhywfaint o gynnydd ond sydd am ddysgu gan eu cyfoedion a sicrhau eu bod yn gadael newid diwylliannol ar eu hôl.

Canllawiau arfer da

Enghreifftiau o arferion: Gofalwyr ifanc yn ffurfio polisi a gwasanaethau.

<https://professionals.carers.org/practice-examples-young-carers-shaping-policy-and-services>

Casgliad o enghreifftiau sy'n dangos sut mae annog gofalwyr ifanc a'u teuluoedd i chwarae rhan mewn cynllunio a chomisiynu gwasanaethau yn gallu arwain at well deilliannau.

Ymddiriedolaeth y Gofalwyr (2014), *An Evaluation of the Improving Health Outcomes Programme* (Ymddiriedolaeth y Gofalwyr). <https://professionals.carers.org/improving-health-outcomes-older-and-young-adult-carers>

Adroddiad trosfwaol sy'n gwerthuso effaith cyllido Ymddiriedolaeth Iechyd y Bobl ar draws 31 o brosiectau Partner Rhwydwaith sy'n targedu oedolion ifanc a phobl hŷn sy'n gofalu.

Ymddiriedolaeth y Gofalwyr a'r Coleg Nyrsio Brenhinol (2013), *The Triangle of Care: Carers Included: A Guide to Best Practice for Dementia Care* (Ymddiriedolaeth y Gofalwyr). <http://static.carers.org/files/the-triangle-of-care-carers-included-best-practice-in-dementia-care-final-6870.pdf>

Mae'n disgrifio sut mae cyfranogiad a chynhwysiad ystyrion gofalwyr yn gallu arwain at well gofal ar gyfer pobl sydd â dementia.

Cyfeirnodau

Cymdeithas Alzheimer (2015), *The Hidden Cost of Dementia in Wales* (Cymdeithas Alzheimer).

Banerjee, S, Murray, J, Foley, B, Atkins, L, Schneider, J, Mann, A (2003) 'Predictors of Institutionalisation in People with Dementia', *Journal of Neurology, Neurosurgery & Psychiatry* 2003, 74,1315–1316.

Bebbington, A, Darton, A, Netten, A (2001), *Care Homes for Older People: Cyfrol 2. Admissions, Needs and Outcomes* (Prifysgol, Caint: Uned Ymchwil Gwasanaethau Cymdeithasol Personol).

Buckner, L, Yeandle, S (2015), *Valuing Carers 2015* (Carers UK).

Arolygiaeth Gofal a Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru (2014), *National Review of Commissioning for Social Services in Wales 2014* (Gofal a Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru).

Cyfrifiad (2001), *Y Swyddfa Ystadegau Genedlaethol wedi ei thrwyeddu dan Drwydded Llywodraeth Agored v.1.0.*

Conochie, G (2011), *Supporting Carers: The Case for Change* (Ymddiriedolaeth Gofalwyr y Dywysoges Frenhinol a Gofal Croesffyrdd).

Davies, B, Fernández, J (2000), *Equity and Efficiency Policy in Community Care* (Ashgate).

Dennis, M, O'Rourke, S, Slattery, J, Staniforth, T, Warlow, C (1997) 'Evaluation of a Stroke Family Care Worker: Results of a Randomised Controlled Trial', *BMJ*, 314, 1071–1076.

Georghiou T, Bardsley, M (2014), *Exploring the Cost of Care at the End of Life* (Ymddiriedolaeth Nuffield).

Knapp, M, Prince, M (2007), *Dementia UK* (Cymdeithas Alzheimer).

Mittelman, MS, Ferris, SH, Shulman, E, Steinberg, G, Levin, B (1996) 'A family Intervention to Delay Nursing Home Placement of Patients with Alzheimer Disease: A Randomized Controlled Trial', *Journal of the American Medical Association*, Rhag 4;276(21), 1725–31.

Newbronner, L, Chamberlain, R, Borthwick, R, Baxter, M, a Glendinning, C (2013), *A Road Less Rocky – Supporting Carers of People with Dementia* (Ymddiriedolaeth y Gofalwyr).

Roberts, A, Charlesworth, A (2014), *A Decade of Austerity in Wales?* (Ymddiriedolaeth Nuffield).

Singleton, N, Maung, NA, Cowie, A, Sparks, J, Bumpstead, R, Meltzer, H (2002) *Mental Health of Carers* (Y Swyddfa Ystadegau Genedlaethol, Y Llyfrfa).

Ymddiriedolaeth y Dywysoges Frenhinol er Gofalwyr (2011), *Always on Call, Always Concerned: a Survey of the Experiences of Older Carers* (Ymddiriedolaeth y Dywysoges Frenhinol er Gofalwyr).

Llywodraeth Cymru (2014), *NHS Wales Planning Framework 2015/16* (Llywodraeth Cymru).

Llywodraeth Cymru (2015a), *Delayed Transfers of Care in Wales: July to September 2015* (Llywodraeth Cymru).

Llywodraeth Cymru (2015b), *New Dementia Targets and Staff Unveiled by the Welsh Government* (Llywodraeth Cymru).

Llywodraeth Cymru (2015c), *Code of Practice in Relation to Measuring Social Services Performance* (Llywodraeth Cymru).

Llywodraeth Cymru (2015d), *The National Outcomes Framework for People Who Need Care and Support and Carers Who Need Support* (Llywodraeth Cymru).

Williams, E, Fitton, F (1991) 'Survey of Carers of Elderly Patients Discharged from Hospital', *British Journal of General Practice*, 41, 105–108.



Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru

3ydd Llawr, 33–35 Heol y Gadeirlan,
Caerdydd CF11 9HB.

Tel: 02920 090087

Fax: 0844 800 4362

Email: wales@carers.org

Carers.org/wales

babble.carers.org

matter.carers.org

<http://professionals.carers.org>



www.facebook.com/CarersTrustWales



www.twitter.com/CarersTrustWal



www.instagram.com/CarersTrustWales



www.youtube.com/user/CarersTrust

Mae Ymddiriedolaeth Gofalwyr yn elusen gofrestrdig yn Lloegr a Chymru (1145181) ac yn yr Alban (SC042870). Cofrestrwyd fel cwmni cyfyngedig drwy warant yn Lloegr a Chymru rhif 7697170. Swyddfa gofrestrdig: 32–36 Stryd Loman, Llundain SE1 0EH.