

Blaenoriaethau fel y nodwyd gan grŵp o ofalwyr yng Nghyfarfod Cyffredinol Blynyddol Hafal ar 5 Tachwedd 2015

Thema'r Gweithdy	2 Prif Flaenoriaeth		Blaenoriaethau Eraill		
<p>Cynnwys gofalwyr a theuluoedd, gwrandao arnynt a materion yn ymwneud â chyfrinachedd</p>	<p>Rhaid cael trafodaeth rhwng gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol proffesiynol pan fydd yna arwyddion cynnar bod cyflwr unigolyn sy'n derbyn gofal yn gwaethygu. Rhaid cymryd barn a phryderon gofalwyr o ddifri' – yn enwedig panfydd arwyddion argyfwng i'w gweld.</p>	<p>Mae angen sefydlu triogl o ofal rhwng y sawl sy'n derbyn y gofal, y gofalwr, gweithwyr iechyd /gofal cymdeithasol sydd at ddechrau'r driniaeth er mwyn sefydlu sut y dylid trin, cynorthwyo a gofalu am y person, y rolau a chyfrifoldebau, ffiniau, ayyb. Mae angen i ofalwyr chwarae mwy o ran yn y broses o gynllunio a gofalu am eu hanwyliaid.</p>	<p>Mae angen mwy o hyblygrwydd o ran trefnu cyfarfod ac apwyntiadau a darparu mwy o gymorth i helpu gofalwyr i fynychu cyfarfodydd ac apwyntiadau.</p>	<p>Dylid sicrhau caniatâd i rannu gwybodaeth drwy drydydd parti y mae modd ymddiried ynddynt a dylid cytuno hyn ar ddechrau'r driniaeth.</p>	<p>Dylai'r geiriad mewn Codau Ymarfer, canllawiau a deddfwriaeth eraill fynd ati i ddefnyddio'r derminoleg y dylai gweithwyr proffesiynol '<b>orfod</b>' gweithio gyda gofalwyr, yn hytrach na defnyddio'r term '<b>lle bo'n bosib</b>'</p>
<p>Angen rhoi <b>cyngor a hyfforddiant ar faterion</b> sydd yn effeithio ar anghenion gofalwyr i weithwyr iechyd proffesiynol ynghyd â gofalwyr</p>	<p>Mae gweithwyr iechyd proffesiynol angen hyfforddiant gorfodol a pharhaus sy'n ymwneud ag anghenion teuluoedd/gofalwyr a sut i ymgysylltu, eu cynnwys, ayyb</p>	<p>Dylai hyfforddiant i weithwyr iechyd bwysleisio'r pwysigrwydd o gydlynwyr gofal yn ymgysylltu gyda theuluoedd/gofalwyr i wrando ar eu hanghenion ac ymweld â theuluoedd yn eu cartrefi</p>	<p>Mae staff y Timau Iechyd Meddwl Cymunedol a gweithwyr proffesiynol eraill angen dealltwriaeth well o sgil-effaith rôl gofalwyr a dealltwriaeth dda o'r gwasanaethau cymorth eraill sydd ar gael gan gynnwys y rhai o'r trydydd sector</p>	<p>Mae gofalwyr angen derbyn hyfforddiant am y system iechyd meddwl, eu hawliau, cynlluniau i adael yr ysbyty, ayyb, a dylent chwarae rôl yn datblygu a darparu'r hyfforddiant hwn</p>	<p>Mae gweithwyr iechyd angen mwy o hyfforddiant am faterion gofalwyr, a dylai rhan o hyn gynnwys siarad gyda gofalwyr am eu profiadau</p>

**Taflen 3**

<p>Help a <b>chymorth</b> i ofalwyr</p>	<p>Mae angen mwy o eiriolwyr a hyrwyddwyr iechyd meddwl arbenigol er mwyn bod yn ddolen gyswllt rhwng y gofalwyr, gwasanaethau cymorth a mudiadau</p>	<p>Angen ymwybyddiaeth well o faterion iechyd meddwl o fewn gwasanaethau gofal cynradd, yn enwedig yng nghymorthfeydd Meddygon Teulu</p>	<p>Angen mwy o wasanaethau ymyrraeth ar gyfer y teulu cyfan a chynnwys teuluoedd wrth drafod anghenion gofalwyr</p>	<p>Rhaid i ofalwyr chwarae mwy o ran mewn adolygiadau ffurfiol sydd yn nodi cynnydd a phrognosis eu hanwyliaid</p>	<p>Angen ymgyrch gwrth-stigma (cyhoeddus) a hyfforddiant (mudiadau)</p>
<p><b>Hawliau gofalwyr</b></p>	<p>Rhaid i ofalwyr i gael mwy o wybodaeth am eu hawliau. 'Nid ydym yn gwybod beth yw ein hawliau!'</p>	<p>Nid yw gweithwyr proffesiynol yn gwrandao ar ofalwyr bob tro ac weithiau maent yn teimlo eu bod wedi tanseilio. Angen i ofalwyr fod yn ymwybodol o'u hawliau.</p>	<p>Angen eiriolwyr penodol i ofalwyr</p>	<p>Angen gwyntyllu ffyrdd o gynnal asesiadau pwrpasol i ofalwyr</p>	<p>Angen gwyntyllu'r posibilrwydd o apwyntiadau cyfun gyda gofalwyr a'r sawl sy'n derbyn y gofal pan yn cwrdd â gweithwyr proffesiynol</p>
<p><b>Materion eraill</b></p>	<p>Mae rhai gofalwyr angen therapïau siarad yn ogystal â clinics galw heibio i ofalwyr er mwyn derbyn cymorth, gwybodaeth a chyngor a chyfeirio at wasanaethau eraill.</p>	<p>Ystyriwch sefydlu llinell gymorth ar gyfer gofalwyr. Mae angen clir am gymorth a chyngor gwell, yn enwedig pwy i gysylltu â hwy adeg argyfwng.</p>	<p>Angen apwyntio hyrwyddwyr i ofalwyr</p>	<p>Canfod ffyrdd o gysylltu gyda gofalwyr yn well pan fydd cleifion yn cael eu rhyddhau o'r ysbyty – asesiad ar gyfer tai addas</p>	<p>Angen gwasanaethau cynradd ac eilaidd gwell i ofalwyr, gan gynnwys therapïau siarad a chyswllt gwell rhwng Meddygon Teulu a gwasanaethau cymdeithasol.</p>