

Briff: Gofalwyr Ifanc a Covid-19 6 Ebrill 2020

Mae'r Ymddiriedolaeth Gofalwyr yn cefnogi'r llywodraethau ledled y DU yn eu hymdrechion i ymateb i'r pandemig Coronafeirws. Gyda'n rhwydwaith o wasanaethau gofalwyr lleol, rydyn ni'n gweithio'n galed i gefnogi gofalwyr di-dâl, mewn partneriaeth â'n cydweithwyr ar draws y sectorau gwirfoddol a statudol.

Fodd bynnag, rydyn ni'n pryderu am yr hyn y mae'r Ddeddf Coronafeirws yn ei olygu i ofalwyr, ac i'r gwasanaethau lleol sy'n eu helpu. O ran dyletswyddau statudol awdurdodau lleol i asesu a chefnogi gofalwyr, yn ogystal â'r bobl y maen nhw'n gofalu amdany'n nhw, mae'r Ddeddf yn tynnu'r dyletswyddau hyn yn ôl dros dro. Os y bydd awdurdodau lleol yn dewis gwneud hyn, bydd llawer o ofalwyr yn colli'r gefnogaeth y mae taer angen amdani ar adeg pan y mae ei hangen arny'n nhw fwyaf. Bydd hyn yn rhoi gofalwyr di-dâl a'u teuluoedd dan bwysau ariannol, ymarferol ac emosiynol mwy fyth. Heb ddigon o gefnogaeth i reoli'r pwysau ychwanegol hyn, bydd mwy o ofalwyr yn cael eu hunain mewn argyfwng, gan gynyddu'r galw heb ei gynllunio ar ein gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol.

Mae'n bwysig bod awdurdodau lleol yn cydnabod anghenion penodol gofalwyr ifanc yn eu gwaith â'r sector gwirfoddol lleol, ysgolion a cholegau. Mae llawer o ofalwyr ifanc yn dibynnu ar y gefnogaeth uniongyrchol y maen nhw'n ei derbyn yn yr ysgol ac oddi wrth wasanaethau gofalwyr ifanc i ymdopi â'u rôl ofalu. Heb y seibiant o ofalu y mae mynychu'r ysgol a grwpiau cefnogi'n ei ddarparu, mae gofalwyr ifanc yn fwy tebygol o fod yn unig, wedi'u hynysu a theimlo'u bod wedi'u gorlethu. Mae'n bwysig buddsoddi mewn ffyrdd amgen ac arloesol i gefnogi gofalwyr ifanc.

Mae'r briff hwn yn manylu ar y meysydd pryder cychwynnol ynglŷn â llesiant gofalwyr ifanc, fel y mae gofalwyr ifanc eu hunain a'r gweithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda nhw'n eu disgrifio. Caiff y briff hwn ei ddiweddarw wrth i'r sefyllfa ddatblygu.

Argymhellion allweddol

- **Gallu cael gafael mewn cyflenwadau bwyd**
Rhaid i awdurdodau lleol sicrhau bod parseli Banciau Bwyd ar gael i ofalwyr ifanc a'u teuluoedd, yn ogystal â'r Prydau Ysgol am Ddim y mae ganddyn nhw hawl iddyn nhw
- **Gallu cael gafael mewn meddyginiaethau**
Dylai fferyllfeydd flaenoriaethu cyflenwi i aelwydydd lle y mae gofalwyr ifanc yn casglu meddyginiaethau ar gyfer aelodau'r teulu
- **Mynediad teg i ddysgu**
Dylai Llywodraeth Cymru ystyried sut orau i sicrhau bod anghenion dysgu gofalwyr ifanc yn cael sylw yn y cynllun dilyniant dysgu cenedlaethol
- **Digon o gyllid ar gyfer gwasanaethau gofalwyr**
Dylai Llywodraeth Cymru weithio gydag awdurdodau lleol i sicrhau bod gan wasanaethau gofalwyr ddigon o adnoddau i ateb y galw sydyn disgwylidig oherwydd angen ymhlith gofalwyr sydd wedi'u nodi o'r newydd, ac i gefnogi llesiant ymhlith y gofalwyr sydd eisoes yn hysbys.

Gwybodaeth ategol

Diogelwch

Rhaid i awdurdodau lleol sicrhau bod Gwasanaethau Plant neu gyrff perthnasol yn sicrhau bod gofaluwr ifanc sy'n anniogel gartref yn cael eu diogelu. Mae rhai pobl ifanc yn gofalu am aelodau'r teulu sydd o bosibl yn hawdd i'w gwylltio neu sy'n heriol eu hymddygiad. Rydyn ni o'r farn bod y pwysau y mae ynysu'n eu creu o bosibl yn cynyddu'r risg i rai gofaluwr ifanc. Rydyn ni wedi dod yn ymwybodol o aelwydydd lle y mae gofaluwr ifanc wedi gorfod ffonio'r heddlu i fynd â'r person y maen nhw'n gofalu amdano/amdani ymaith. Dylai gofaluwr ifanc allu cael seibiannau ystyrlon o rolau gofalu a chael gwasanaethau cefnogi priodol i ddiogelu eu llesiant a'u hiechyd meddwl.

Pwysau ar wasanaethau

Mae gweithwyr cymorth gofaluwr ifanc o ledled Cymru wedi dweud ei bod hi'n anodd iddyn nhw gefnogi gofaluwr ifanc mor effeithiol ag y bydden nhw fel rheol, er bod cymunedau'n cyd-dynnu.

Ers y brigiad yn yr achosion o Covid-19, mae gwasanaethau gofaluwr wedi derbyn ceisiadau am gefnogaeth oddi wrth unigolion mewn argyfwng a oedd, cyn hyn, yn anhysbys i wasanaethau. Bydd angen cefnogaeth a gwasanaethau ar y gofaluwr hyn sydd wedi'u nodi o'r newydd, y mae eu niferoedd yn debygol o gynyddu ochr yn ochr â phwysau cynyddol ar deuluoedd, yn y tymor byr, canolig a hir.

Mae gwasanaethau gofaluwr yn gweithio'n ddwys i gefnogi eu teuluoedd mwy agored i niwed, gyda gwasanaethau ledled Cymru eisoes yn disgrifio twf yn nifer y gofaluwr sy'n dod yn agos at gyrraedd pen eu tennyn. Er enghraifft, mae Canolfan Gofaluwr Pen-y-bont ar Ogwr yn dweud bod llawer o deuluoedd yn y categori 'coch' – mewn argyfwng ac angen cefnogaeth a chyswllt ar y lefel uchaf. Mae cefnogi teuluoedd o bell ac yn unigol yn her logistaidd ac yn her o ran capasiti i wasanaethau sydd eisoes â gormod o alw arnyn nhw.

Cyllid a chael gafael mewn bwyd

Mae gofaluwr ifanc yn chwarae rôl bwysig wrth gasglu eitemau ar gyfer eu teulu. Mae staff gwasanaeth gofaluwr yn Ne Cymru wedi dweud wrthon ni bod gofaluwr ifanc wedi cael eu gwrthod rhag mynd i mewn i siopau, oherwydd eu bod nhw dan 18 oed. Byddai hyfforddiant o fudd i staff, gan gynnwys staff diogelwch, i sicrhau eu bod nhw'n deall bod angen i rai pobl ifanc fynd i siopau heb oedolyn. Byddai hefyd yn ddefnyddiol pe bai siopau sy'n agor yn gynnar ar gyfer gweithwyr ieuchyd a gofal cymdeithasol hefyd yn estyn eu gwahoddiad i ofaluwr ifanc.

Mae gwasanaethau gofaluwr yn chwarae rhan allweddol mewn helpu i sicrhau bod banciau bwyd ar gael i ofaluwr ifanc ac yn gweithio'n gyflym â phartneriaid lleol. Mae'n bwysig bod awdurdodau lleol yn sicrhau bod parseli bwyd ar gael i ofaluwr ifanc, yn ogystal â phrydau ysgol am ddim y mae ganddyn nhw hawl iddyn nhw, ac yn sicrhau nad ydy teuluoedd ar eu colled os na allan nhw gasglu bwydydd. Wrth i dalebau bwyd gael eu cyflwyno, mae'n rhaid iddyn nhw gyrraedd gofaluwr ifanc sydd â hawl i'w derbyn; rhywbeth nad yw bob amser yn digwydd ar hyn o bryd. Fodd bynnag, rydyn

ni'n croesawu ymrwymiad Llywodraeth Cymru i ddarparu pryddau ysgol am ddim dros egwyl y Pasg; bydd hyn yn lleddfu'r pwysau ar lawer o ofalwyr ifanc a'u teuluoedd.

Cael gafael mewn meddyginiaethau

Dylai fferyllfeydd flaenoriaethu cyflenwi'n rhad ac am ddim ar gyfer aelwydydd lle nad yw gofalwyr ifanc sydd fel rheol yn casglu meddyginiaethau nawr yn gallu gwneud hynny oherwydd y cyfyngiadau ar symud.

Mae newidiadau i wasanaethau casglu a chyflenwi, yn ogystal â newidiadau mewn staff, yn golygu bod rhai gofalwyr ifanc nawr yn ei chael hi'n anodd cael gafael mewn meddyginiaethau.

Mae yna enghreifftiau positif o fferyllfeydd lleol yn sefydlu gwasanaethau cyflenwi ar gyfer teuluoedd â gofalwyr ifanc, ond mae rhai gofalwyr ifanc dal yn ei chael hi'n anodd cael gafael mewn meddyginiaethau. Mae enghreifftiau wedi'u crybwyll o deuluoedd sydd dal yn methu â chasglu bwyd a meddyginiaeth oherwydd eu bod nhw'n methu â gyrru neu sefyll mewn ciwiau am gyfnodau hir.

Dylai staff fferyllfeydd atgoffa'u hunain am y canllawiau ar '**Blant yn casglu meddyginiaethau o fferyllfa**' a chydabod mai, i rai teuluoedd, gofalwyr ifanc ydy'r unig ofalwyr ar yr aelwyd.

Iechyd corfforol ac iechyd meddwl

Mae gofalu'n gallu effeithio ar iechyd corfforol ac iechyd meddwl person ifanc. Mae gofalwyr ifanc yn arbennig o bryderus y gallai aelodau o'r teulu sydd â phroblemau iechyd isorweddol ddal y coronafeirws. Byddai gwybodaeth sy'n hawdd i bobl ifanc ei deall yn tawelu meddwl gofalwyr ifanc a phobl ifanc eraill sy'n agored i niwed.

Mae'n rhaid rhoi digon o gyllid i wasanaethau gofalwyr, sydd eisoes â gormod o alw arnyn nhw, i'w galluogi nhw i ddarparu cefnogaeth hanfodol i ofalwyr ifanc. Gallai hyn gynnwys datblygu dulliau newydd, arloesol o fynd ati i gysylltu â gofalwyr ifanc o bell. Mae cefnogi llesiant mwy fyth yn cymryd amser ac mae'n gallu cynyddu'r pwysau emosiynol ar staff yn ogystal ag effeithio'n fwy eang ar gapasiti.

Mae cyfnodau hir o ynysu cymdeithasol yn cael effaith sylweddol ar ofalwyr ifanc. Fel llawer o rai eraill, mae Canolfan Gofalwyr Abertawe'n defnyddio llwyfannau digidol a gwasanaeth ffôn i roi cyngor a chymorth i ofalwyr, ond mae hyn yn gallu galw am gryn amser ac adnoddau. Mae mynd i'r afael â chamwybodaeth am y coronafeirws a helpu gofalwyr ifanc i reoli eu pryderon wedi bod yn allweddol. Mae gofalwyr sy'n orbryderus ac sydd â salwch meddwl arall yn ei chael hi'n arbennig o anodd, heb unrhyw seibiannau rheolaidd o ofalu i helpu i gynnal eu hiechyd a'u llesiant eu hunain.

Gall ysgolion ac oedolion sy'n pryderu gysylltu â gwasanaethau gofalwyr lleol am help a chynghor. Mae rhai yn cynnig gwasanaeth cwnsela, cefnogaeth wedi'i theilwra a chyfeirio pellach. Dylai awdurdodau lleol hybu'r hybiau gwybodaeth pwysig hyn.

Hefyd, dylid hybu'r **hwb gwybodaeth am y coronafeirws** y mae swyddfa Comisiynydd Plant Cymru wedi'i greu, yn arbennig ar gyfer pobl ifanc.

Dysgu

Mae'n bwysig bod anghenion dysgu gofalwyr ifanc yn cael sylw yn y cynllun dilyniant dysgu cenedlaethol fel eu bod nhw, hefyd, yn gallu parhau i ddysgu'n effeithiol. Fel grŵp agored i niwed sydd â heriau penodol, mae'n rhaid ystyried eu hanghenion dysgu. Ar hyn o bryd, mae awdurdodau lleol yn darparu cyfleoedd i ddisgyblion ddysgu o bell, ond mae dulliau sy'n amrywio o ysgol i ysgol yn golygu nad ydy'r ddarpariaeth yn gyfartal. Rydyn ni'n croesawu ymrwymiad Llywodraeth Cymru i ddarparu ar gyfer plant agored i niwed mewn ysgolion a lleoliadau yn ystod egwyl y Pasg; bydd hyn yn cynorthwyo nifer fawr o ofalwyr ifanc a'u teuluoedd.

Mae jyglo cyfrifoldebau yn ogystal â straen a blinder cyson yn gallu effeithio ar allu rhai gofalwyr ifanc i ddysgu a chanolbwyntio. Mae bod yn absennol eu meddwl a phryderu ynglŷn ag aelodau'r teulu'n golygu bod pwysau ychwanegol gwaith ysgol yn llethol. Mae'n bwysig bod athrawon yn cydbwyso cydnabod amgylchiadau gofalwyr ifanc trwy roi amseroedd cau rhesymol, er enghraifft, gyda chefnogaeth briodol i sicrhau bod y gofalwyr ifanc yn dysgu cymaint â phosibl.

Nodiadau

1. Mae **Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru** yn bodoli i wella cefnogaeth, gwasanaethau a chydabyddiaeth ar gyfer gofalwyr yng Nghymru. Gyda'n Partneriaid Rhwydwaith – gwasanaethau lleol sy'n darparu cefnogaeth i ofalwyr – rydyn ni'n gweithio i sicrhau bod gwybodaeth, cyngor a chefnogaeth ymarferol ar gael i ofalwyr ledled y wlad.
2. Gwnaeth ymchwilyr o Brifysgol Caerdydd ddarganfod bod gan 16% o ddisgyblion ysgol uwchradd yng Nghymru gyfrifoldebau gofalu. Yn arwyddocaol ddigon, mae'r gyfran yn codi i 21% yn achos myfyrwyr o gefndiroedd llai cefnog. Mae rhagor o fanylion ar gael o www.shrn.org.uk.
3. Mae gwasanaethau gofalwyr ifanc yn adrodd mwy a mwy ar dwf yn yr angen i gefnogi gofalwyr ifanc iawn (y rheini rhwng pump ac wyth oed).
4. Yn ôl diffiniad yr Ymddiriedolaeth Gofalwyr, rhywun dan 18 oed sy'n helpu i ofalu am rywun yn eu teulu, neu ffrind, sy'n sâl, yn anabl neu'n camddefnyddio cyffuriau neu alcohol ydy gofalwr ifanc.

I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â

Kate Cubbage, Pennaeth Materion Allanol, Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru

Ffôn symudol: 07842581935

E-bost: kcubbage@carers.org