

Gofynion amhriodol a gormodol ar ofalwyr

Rhoi'r gorau i wthio'r gofalwyr i'r eithaf. Ni ddylai unrhyw ofalwr gael ei wthio i argyfwng na phrofi effeithiau negyddol ar ei iechyd, ei les na'i gyfleoedd bywyd ei hun oherwydd gofynion gofalu. Rhaid iddynt gael cymorth sy'n benodol i'w hanghenion.

Rhaid i Lywodraeth newydd y DU wneud y canlynol

- Cyflwyno Strategaeth Llywodraeth y DU ar gyfer Gofalwyr o bob oed, a gynhyrchir mewn partneriaeth â gofalwyr, a ariennir i gyflawni ei hamcanion ac sy'n cyd-fynd â chynlluniau datganoledig ledled y DU.
- Buddsoddi mewn gwasanaethau gofalwr lleol a chlustnodi'r gwariant ar gyfer hynny fel rhan o system gofal cymdeithasol gynaliadwy i sicrhau bod gofalwyr yn cael y cymorth sydd ei angen arnynt.
- Gwnewch yn siŵr bod gofalwyr yn gallu manteisio ar eu hawl gyfreithiol i gael seibiant o'u rolau gofalu.
- Bodloni hawliau presennol gofalwyr.

Ystadegau allweddol

- Mae dros 1.5 miliwn o bobl yn darparu 50 awr neu fwy o ofal yr wythnos (Y Swyddfa Ystadegau Gwladol, Cymru a Lloegr)
- Dim ond 55% o ofalwyr sy'n dweud eu bod yn cael y cymorth sydd ei angen arnynt (Ymddiriedolaeth Gofalwyr, 2023, y DU)
- Dywedodd 41% o ofalwyr wrth yr Ymddiriedolaeth Gofalwyr bod yr amser maent yn ei dreulio'n gofalu wedi cynyddu dros y 12 mis diwethaf (y DU). Dywedodd 56% o ofalwyr ifanc a gofalwyr sy'n oedolion ifanc eu bod yn gofalu am fwy o amser.
- Dim ond 32% o ofalwyr ddywedodd eu bod yn gallu cael seibiant o'u rôl gofalu pan fo angen (DU)
- Dim ond 19% o ofalwyr o gymunedau du, Asiaidd a lleiafrifoedd ethnig sy'n dweud eu bod yn teimlo bod Llywodraeth y DU yn gwrando arnynt (Ymddiriedolaeth Gofalwyr, 2023)
- Mae hanner y gofalwyr yn nodi o leiaf un effaith niweidiol ar eu hiechyd yn sgil darparu gofal di-dâl (ONS 2024, Lloegr a Chymru)
- Ers 2020, nid oes gan Lywodraeth y DU gynllun ar gyfer gofalwyr, a daeth y Strategaeth Gofalwyr trawslywodraethol ddiwethaf i ben chwe blynedd yn ôl

Beth mae gofalwyr yn ei ddweud

'Nid yw gofalwyr di-dâl yn arwyr tawel. Rydyn ni wedi'n ein hanghofio, ein hesgeuluso ac wedi blino'n lân'

"Rydyn ni am gael cydnabyddiaeth a chefnogaeth am yr hyn rydyn ni'n ei wneud. Rydyn ni'n arbed arian i'r GIG

a'r Llywodraeth, ac mae'n bryd i ni weld hynny'n cael ei fuddsoddi yn ôl mewn gwasanaethau lleol teilwng y gallwn gael gafael arnynt yn gyflym ac yn hawdd."

"Rydw i wedi blino'n lân ac o dan straen. Mae'n frwydr barhaus i gael unrhyw gyngor, cefnogaeth, seibiant neu gymorth o'r tu allan."

Naratif

Mae iechyd a gofal cymdeithasol ledled y DU yn dibynnu fwyfwy ar ymrwymiad gofalwyr. Wrth i straen gael ei roi ar gyllidebau ar gyfer gwasanaethau ffurfiol, y miliynau o ofalwyr sy'n talu'r pris, gan ddarparu gwerth biliynau o bunnoedd o gymorth bob blwyddyn. Credwn y dylai Llywodraeth y DU fod yn rhoi mwy yn ôl.

Mae gofalwyr yn aml yn dweud wrthym am yr effaith y mae gofynion o'r fath yn eu cael ar eu hiechyd, eu bywoliaeth a'u cyfleoedd eu hunain. Ategir hyn gan gorff cynyddol o dystiolaeth sy'n dangos nad yw peidio â chefnogi gofalwyr yn talu ffordd. Yn rhy aml o lawer, mae gofynion gormodol ar ofalwyr yn gwneud iddynt flino'n lân, gyda sgil effeithiau ar eu gallu i ofalu.

Mae hwn yn gyfle perffaith i Lywodraeth newydd y DU nodi cynllun clir ar gyfer gofalwyr o bob oed, gan ymateb i angen ledled y wlad, a gyflwynir drwy Strategaeth Gofalwyr newydd Llywodraeth y DU. Rhaid i hyn helpu i ganfod mwy o ofalwyr, cefnogi eu lles a chaniatáu iddynt fyw bywyd boddhaus ochr yn ochr â'u rôl gofalu.

Ni ddylai gofalwyr orfod brwydro am help. Rhaid cefnogi gwasanaethau gofalwyr lleol, sy'n benodol ar gyfer anghenion gofalwyr, i gyrraedd cynifer o bobl â phosibl. Ar hyn o bryd, mae'r gwasanaethau hyn yn aml ar drugaredd cyllid gofal cymdeithasol cyfyngedig, gyda chontractau'n methu â chadw i fyny â chwyddiant ac yn wynebu'r perygl o doriadau rheolaidd. Un o bryderon mwyaf Rhwydwaith yr Ymddiriedolaeth Gofalwyr yw dod o hyd i'r gallu fel mudiadau lleol i helpu cynifer o ofalwyr yn eu cymunedau ag yr hoffent, gyda thri o bob pedwar yn dweud bod methiant eu darpariaeth i ateb y galw'n her allweddol. Rhaid i gyllid hyblyg a hirdymor wedi'i glustnodi i ddiogelu'r gwasanaethau hanfodol hyn a'u galluogi i dyfu i ddiwallu anghenion lleol fod yn flaenoriaeth mewn cynlluniau y mae mawr eu hangen ar gyfer system gofal cymdeithasol gynaliadwy.

Gall gofalu fod yn ddwys iawn, ni waeth faint o oriau y mae'n rhaid darparu gofal. Mae gofalwyr yn dweud wrthym yn gyson y gall cymryd seibiant wneud byd o wahaniaeth. Ac eto, mae'r gost, y gallu i ddod o hyd i ofal yn ei le, a'r diffyg amser i'w drefnu, yn golygu nad yw cannoedd o filoedd yn cael unrhyw seibiant am flynyddoedd. Rhaid i Lywodraeth y DU ddeddfu i gyflwyno Hawl i Seibiant, er mwyn sicrhau bod modd i bobl gael seibiant pan fydd ei angen arnynt.

Astudiaeth Achos

Mae Claire yn gofalu am ei mab ieuengaf, Danny, sy'n cyfathrebu'n ddi-eiriau ac yn awtistig, ac felly mae hi'n gorfod canfod ei ffordd drwy fydd llawn heriau unigryw.

Mae'n anodd disgrifio cymaint o amynedd sydd ei angen i fynd drwy bob diwrnod. Mae pyliau o dymer ddrwg synhwyraidd a nosweithiau di-gwsg yn rhan o drefn y cartref, sy'n golygu fod Claire wedi ymlâdd yn feddyliol ac yn gorfforol. Mae'r blinder hwn yn barhaus wrth i Claire gwblhau tasgau dyddiol diddiwedd. Mae'r effaith emosiynol o geisio bod yn bopeth i bawb yn enfawr. Rydw i bob amser yn teimlo bod y cyfan ar fin mynd yn ormod i mi. Mae pryder cyson ynghylch pa mor hir y gall Claire barhau i wneud hyn ar ei phen ei hun.

"Mae'n gysur gwybod bod sefydliad ar gael sy'n ymroddedig i helpu teuluoedd fel fy un i, gan gydnabod yr hyn rydyn ni'n mynd drwyddo, a gweithio'n ddiwyd i ysgafnhau'r baich arnom."