Gofal Cymdeithasol

Cyngor Bwrdeistref Sirol Wrecsam

Adroddiad Arolwg Gofalwyr Di-dâl

2023

Cyflwyniad

Roedd yr arolwg i bobl sy'n darparu gofal di-dâl i ffrind, aelod o'r teulu neu gymydog, na allai ymdopi heb y cymorth hwnnw. Roedd yn gyfle i ofalwyr di-dâl ddweud beth sy'n gweithio'n dda a beth allai fod yn well. Pwrpas yr arolwg yw i ddeall y profiadau a'r heriau sy'n wynebu gofalwyr di-dâl yn Wrecsam wrth geisio cael mynediad at wasanaethau.

Dyluniwyd yr arolwg i gasglu gwybodaeth gan ofalwyr sy'n oedolion a gofalwyr ifanc am eu profiadau mewn perthynas ag ystod eang o feysydd gwasanaeth i helpu i wella a datblygu gwasanaeth.

Cynhaliwyd yr arolwg diwethaf yn 2021 a bu i 126 o ofalwyr di-dâl gwblhau'r arolwg hwnnw.

Y newid mwyaf i'r gwasanaeth i ofalwyr di-dâl ers 2021 yw bod Cyngor Wrecsam yn awr yn cyflogi swyddog datblygu gofalwyr di-dâl yn y tîm comisiynu a chontractau.

Methodoleg

Cyhoeddusrwydd

Anfonwyd dolenni i'r arolwg i'r holl ofalwyr di-dâl a oedd wedi cofrestru gyda'r GOGDdC (ychydig dros 3000).

Dosbarthwyd 80 copi caled o'r arolwg yn ystod diwrnod lles y GOGDdC ym mis Mehefin a rhoddwyd mwy o gopïau caled i ofalwyr di-dâl yn ystod 15 dyddiad y sioe deithiol.

Cyhoeddwyd y ddolen i'r arolwg ar 'Eich Llais' ac ar sianeli cyfryngau cymdeithasol yr awdurdod lleol.

Cyhoeddwyd dolenni i'r arolwg ar flog Newyddion Cyngor Wrecsam.

Roedd hefyd wedi'i gynnwys mewn erthygl Wrexham.com.

Bu i GOGDdC hefyd gynnwys blog am yr arolwg ar eu gwefan.

Adrannau

Cyflwynwyd yr arolwg mewn 5 adran:

- Amdanoch Chi
- GOGDdC (y cymorth a gafwyd/cyllid grant/grwpiau)

- Sgyrsiau Beth sy'n Bwysig a gofal seibiant / gwyliau byr
- Gwybodaeth arall
- Gofalwyr Ifanc

Canfyddiadau Allweddol

Eleni, bu i 302 o ofalwyr di-dâl rannu eu profiadau a'u barn gyda ni. Mae hyn yn gynnydd amlwg ers yr arolwg diwethaf yn 2021 pan gafwyd 126 o ymatebwyr.

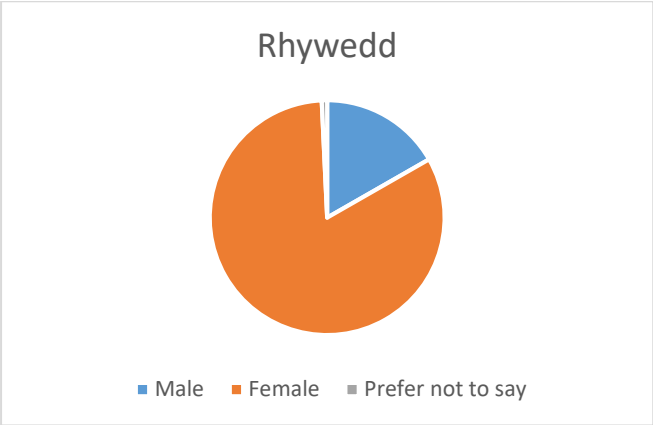
Mae'r ystadegau canlynol wedi cael eu casglu o'r ymatebion a gafwyd:

Oedran gofalwyr di-dâl

Ymateb	Nifer yr Ymatebwyr	Canran yr Ymatebwyr
Dan 18	1	0.43%
19-24 oed	1	0.43%
25-34 oed	11	4.76%
35-44 oed	24	10.39%
45-54 oed	59	25.54%
55-64 oed	65	28.14%
65-74 oed	34	14.72%
75 oed neu'n hŷn	32	13.85%
Mae'n well gen i beidio â dweud	4	1.73%

Mae'r tabl uchod hefyd yn dangos bod y nifer uchaf o ymatebion wedi dod gan yr unigolion hynny yn y categorïau 45-54 a 55-64, sydd ychydig yn iau na'r cyfartaledd yn y blynyddoedd blaenorol.

Rhywedd



Mae'r tabl uchod yn dangos mai merched a ddarparodd y gyfradd ymateb uchaf i'r arolwg. Mae hyn yn cyd-fynd â'r data a gafwyd mewn blynyddoedd blaenorol.

Ers faint ydych chi wedi bod yn gofalu?

Ymateb	Nifer yr Ymatebwyr	Canran yr Ymatebwyr
Dan 12 mis	16	6.64%
1-3 blynedd	60	24.90%
4-5 mlynedd	52	21.58%
5-10 mlynedd	30	12.45%
Dros 10 mlynedd	83	34.44%

Mae'r ganran uchaf o ymatebwyr wedi bod yn gofalu am **dros 10 mlynedd.**

Disgrifio cyflwr yr unigolyn sy'n cael gofal

Yn wahanol i flynyddoedd blaenorol, gadawyd y cwestiwn hwn yn benagored gyda blwch testun. Roedd hyn yn caniatáu i'r gofalwr di-dâl ddisgrifio sawl diagnosis a chyflwr yn ogystal â nodi cyflyrau mwy prin neu gyflyrau nad oedd wedi cael diagnosis ffurfiol eto.

Nodwch, fe allai ymatebwyr enwi mwy nag un cyflwr.

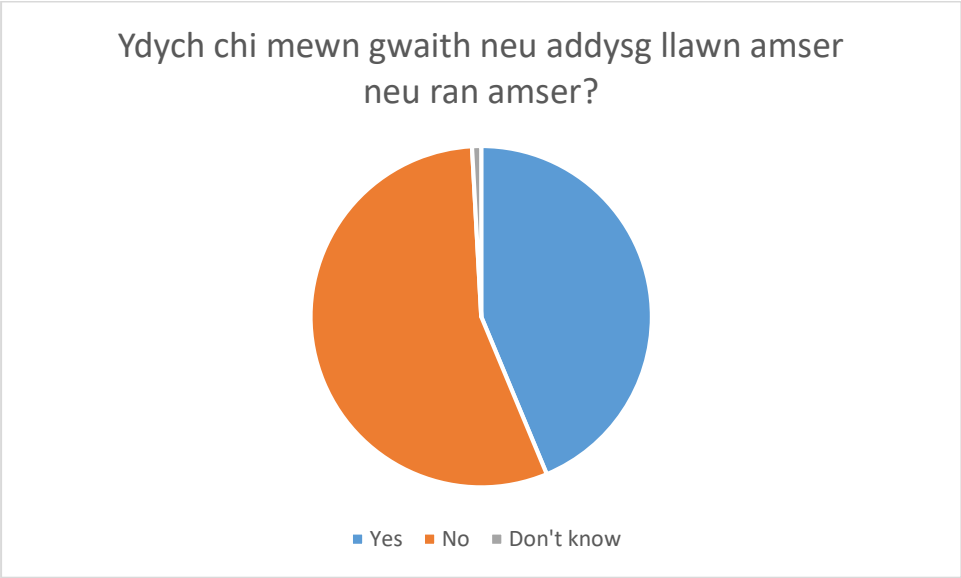
Roedd y canlyniadau'n dangos:

Cyflwr	Nifer yr Ymatebwyr	Canran
Dementia	47	19%

Cyflwr	Nifer yr Ymatebwyr	Canran
Syndrom Down	4	2%
Canser	13	5%
Strôc	11	4%
Anaf i'r Ymennydd	3	1%
ADHD	11	4%
Awtistiaeth	24	10%
Anableddau Dysgu	11	4%
Henaint	16	7%
Iechyd Meddwl	21	9%
Anabledd Corfforol	19	8%
Arall (yn cynnwys: pwysedd gwaed uchel, arthritis, COPD, syndrom Angelman, clefyd Parkinson, diabetes, methiant y galon)	66	27%

Mae'n amlwg o edrych ar y data bod yr anghenion cymorth sydd eu hangen yn benodol iawn i bob unigolyn ac mae gofalwyr di-dâl yn aml yn rheoli amryw o anghenion cymorth ar gyfer yr unigolyn maent yn gofalu amdano. Gweler yr holl ymatebion yn Atodiad 1.

Ydych chi mewn gwaith neu addysg llawn amser neu ran amser?



(Ydw 44%, Nac Ydw 55%, Ddim yn Gwybod 1%)

Roedd bron i hanner yr holl ymatebwyr mewn gwaith neu addysg llawn amser neu ran amser yn ogystal ag ymgymryd â'u cyfrifoldebau gofalu. Mae hyn yn dangos bod angen i wasanaethau a chefnogaeth fod ar gael y tu allan i oriau gwaith arferol.

A oes unrhyw aelodau eraill o'ch aelwyd yn ofalwyr di-dâl?

Ymateb	Nifer yr Ymatebwyr	Canran yr Ymatebwyr
Oes	75	31.12%
Nac oes	163	67.63%
Ddim yn gwybod	3	1.24%

Roedd gan 31% o ymatebwyr aelodau eraill o'u haelwyd a oedd hefyd yn ofalwyr di-dâl. Roedd yr ymatebion yn cynnwys: partneriaid, gŵr, gwraig a phlant.

Fyddech chi'n hoffi sôn am unrhyw brofiadau penodol wrth gael gafael ar wasanaethau ar gyfer gofalwyr di-dâl?

"Cefais gyswllt dilynol ardderchog gan y tîm iechyd meddwl cymunedol ar ôl i fy ngwraig brofi digwyddiad ymddygiadol heriol iawn."

"Mae cyswllt gyda GOGDdC wedi bod yn amhrisiadwy wrth i mi ymgymryd â fy rôl fel gofalwr, a chael cyngor a chefnogaeth emosiynol gan fy swyddog lles."

"Anhawster o ran dod o hyd i ofalwyr cyflogedig addas. Anhawster o ran cael gweithiwr cymdeithasol i ymateb yn brydlon pan fo angen. Teimlo'n ofnadwy o ynysig ac anobeithiol ar adegau. Mae'r pwysau o ofalu am ddau riant oedrannus gyda dementia a phroblemau iechyd cysylltiedig eraill yn effeithio ar fy nghyflwr iechyd - pwysedd gwaed uchel yn achosi clefyd cronig yn yr arennau."

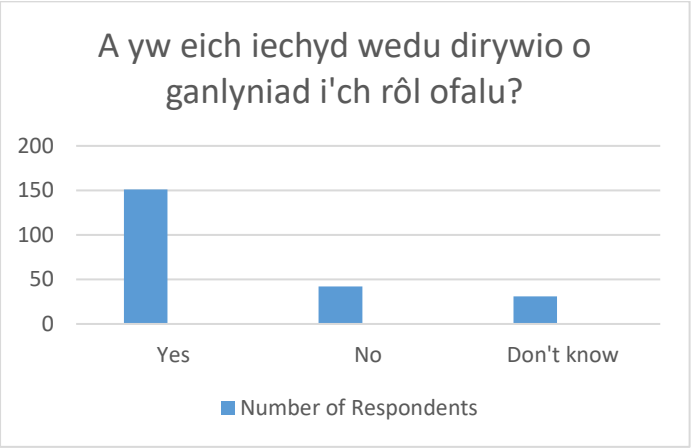
"Mae'n teimlo fel brwydr i gael unrhyw help. "Mae gennym ni gynllun gofal ar waith, ond mae gwneud unrhyw newidiadau sydd eu hangen yn frwydr."

"Rydw i'n gofalu am fy nau o blant sydd ag anableddau dysgu. Dydw i ddim yn teimlo fod y Gwasanaethau Cymdeithasol yn gwrando arnaf nac yn fy nghefnogi. Mae gan fy meibion Weithiwr Cymdeithasol ond nid ydynt wedi cael seibiant ffurfiol ers cyn Covid. Cyn y cyfnod clo, roedd fy meibion yn mynychu Dynamics unwaith yr wythnos ond nawr eu bod yn mynd yn hŷn, mae'n ymddangos bod bwlch yn y gefnogaeth - maent yn mynd yn rhy hen i glybiau fel Dy Le Di a Dynamics."

"Dydw i ddim wedi defnyddio gwasanaethau i ofalwyr di-dâl. Doeddwn i ddim yn gwybod bod rhai ar gael. Rydw i'n teimlo ar ben fy hun yn llwyr ac yn cefnogi fy merch yn emosiynol, yn ariannol ac yn gorfforol ar ben fy hun."

"Nid yw'n beth da pan rydych yn gweithio, rydych yn colli pob synnwyr ohonoch chi eich hun fel person."

A yw eich iechyd wedi dirywio o ganlyniad i'ch rôl ofalu?

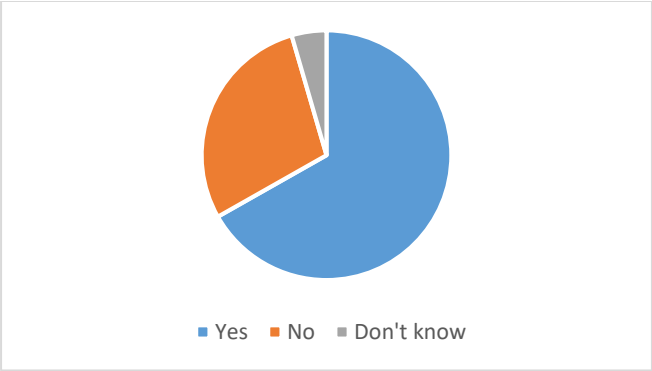


(Do - 67%, Naddo – 19%, Ddim yn gwybod – 14%)

Mae angen i ni ddatblygu ffyrdd i gefnogi lles corfforol a meddyliol gofalwyr di-dâl a'u hannog i feddwl am eu gofal eu hunain yn ogystal â'r rhai maent yn gofalu amdanynt.

Cefnogi gofalwyr di-dâl - GOGDdC

Ydych chi wedi cael cymorth, cefnogaeth a chyngor neu unrhyw gyswllt â GOGDdC?



Mae 67% o'r gofalwyr di-dâl a ymatebodd i'r arolwg wedi derbyn cymorth, cefnogaeth a chyngor neu gyswllt â GOGDdC. Mae gwaith i neud o hyd i sicrhau bod yr holl ofalwyr di-dâl yn cael cyngor a chefnogaeth pan fo angen.

Ydych chi'n cytuno â'r datganiad canlynol?

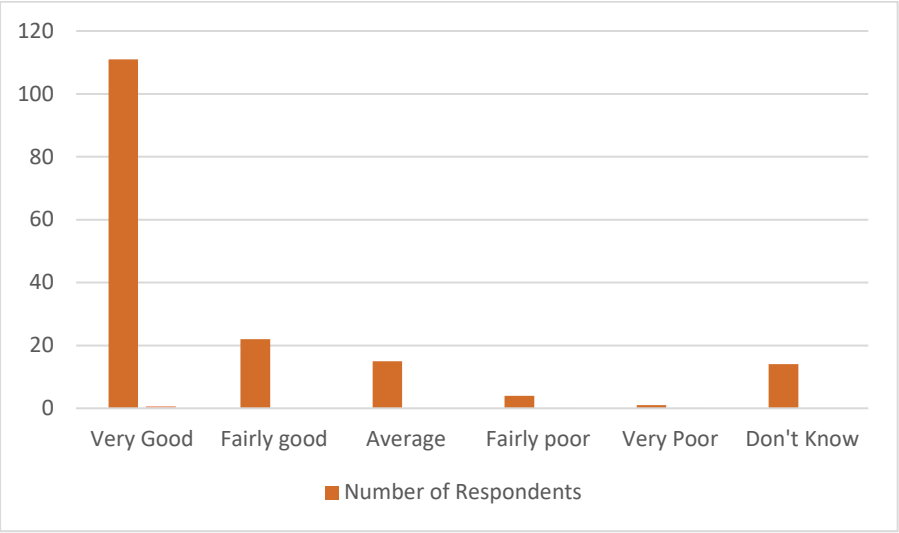
Mae **59%** o ymatebwyr yn tueddu i gytuno neu'n cytuno'n gryf gyda'r datganiad canlynol:

"Mae fy sylwadau wedi cael sylw wrth ystyried fy rôl ofalu"

Mae **79%** o ymatebwyr yn tueddu i gytuno neu'n cytuno'n gryf bod y gefnogaeth maent wedi ei chael gan GOGDdC wedi rhoi gwybodaeth werthfawr iddynt a phwynt cyswllt i'r dyfodol.

Mae **65%** o ymatebwyr yn credu bod y gefnogaeth maent wedi'i chael gan GOGDdC wedi eu helpu i gynnal eu rôl fel gofalwr.

Rhowch eich barn am y gefnogaeth rydych wedi ei chael gan GOGDdC:



Mae **80%** o ymatebwyr wedi nodi bod y gefnogaeth maent wedi ei chael gan GOGDdC yn eithaf da neu'n dda iawn.

Yn y 12 mis nesaf, meddyliwch am y pethau y bydd arnoch angen cefnogaeth â nhw i barhau yn eich rôl ofalu

Roedd y cwestiwn hwn yn cynnwys blwch testun agored ar gyfer ymatebion. Mae rhai o'r ymatebion hynny wedi'u nodi isod:

Gofal ychwanegol i gadw fy mam yn ddiogel gartref ac i gefnogi / rhoi seibiant i fy nhad. Cyngor ynglŷn â'r camau nesaf (gwasanaethau cymdeithasol) a chyngor ariannol.

Cyngor ar fudd-daliadau.

Gallu siarad gyda rhywun pan rwyf yn teimlo'n anobeithiol. Gallu cael mynediad at gefnogaeth ariannol oherwydd i mi roi'r gorau i fy swydd i ofalu am fy rhieni ac rydw i rŵan yn cael credyd cynhwysol a lwfans gofalwyr, ffracsiwn o fy nghyflog.

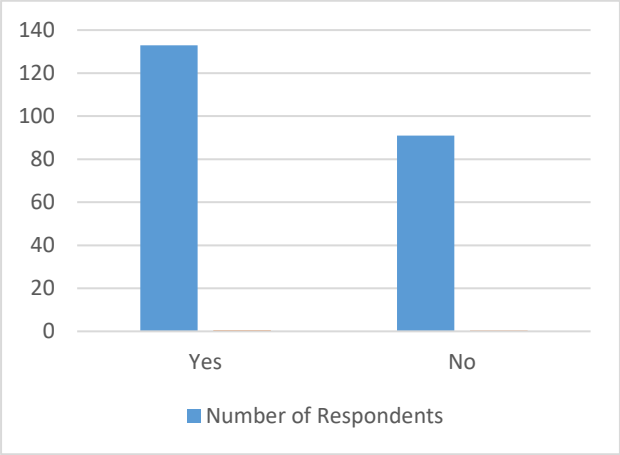
Rheoli ymddygiadau, fy hawliau o ran fy ngwaith / cyflogaeth ac fy iechyd meddwl fy hun.

Seibiant

Bu i lawer o ymatebwyr grybwyll seibiant a 'mwy o seibiant' yn eu hymatebion i'r cwestiwn hwn. Hefyd, roedd llawer o'r ymatebion yn canolbwyntio ar bryderon ariannol ac eisiau mwy o wybodaeth am fudd-daliadau a grantiau a allai fod ar gael i'w helpu.

Asesiadau o Anghenion Gofalwyr

Ydych chi wedi cael sgwrs â swyddog o GOGDdC am yr hyn sy'n bwysig i chi? Os nad, ydych chi wedi cael cynnig sgwrs beth sy'n bwysig ac wedi ei gwrthod, pam hynny?



Do: 60% / Naddo: 40%

Nododd yr ymatebwyr y rhesymau canlynol dros beidio â chael sgwrs beth sy'n bwysig:

Heb gael cynnig sgwrs.

Erioed wedi clywed am GOGDdC.

Rydw i'n mynd i siarad gyda rhywun ar ddiwedd mis Medi.

Rydw i'n ei chael hi'n anodd mynd i gyfarfodydd o'r fath oherwydd diffyg gofal ar gyfer fy rhieni.

Mae gen i apwyntiad wedi'i drefnu ar gyfer cael sgwrs.

Ar y pryd, roeddwn yn gallu ymdopi, ond mae fy ngwraig yn newid wrth amser fynd yn ei flaen ac mae pethau'n fwy heriol erbyn hyn.

Nid yw gwasanaeth gofalwyr ar gael ar ôl oriau gwaith .

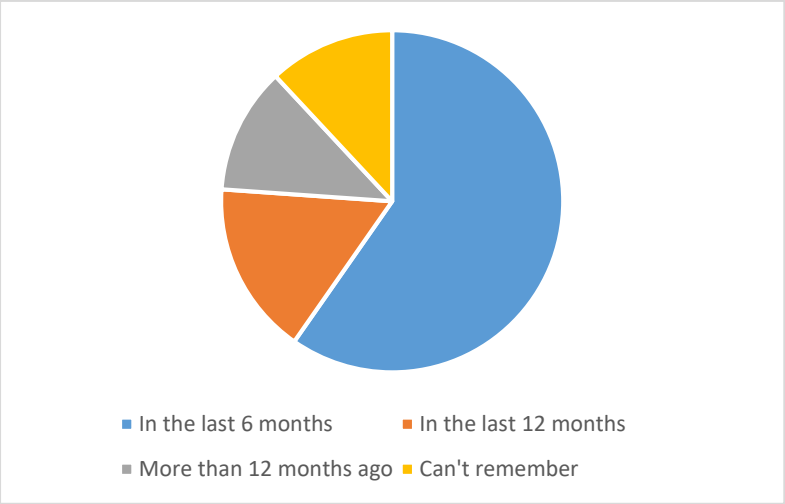
Roedd y rhesymau dros beidio â chael asesiad o anghenion gofalwr yn cynnwys nad oeddent ei angen ar y pryd, roedd sgwrs wedi'i threfnu ond nid oedd wedi cael ei chynnal eto, roeddent wedi cael cynnig un neu nid oeddent wedi clywed am GOGDdC a'r gefnogaeth ar gael.

Dylai bob gofalwr sy'n cysylltu â GOGDdC gael cynnig asesiad o anghenion gofalwr.

Roedd yn amlwg o'r ymatebion bod angen i ofalwyr di-dâl fod yn ymwybodol eu bod yn gallu gwneud cais am asesiad o anghenion gofalwr y tu allan i oriau swyddfa, drwy sgwrs dros y ffôn neu gyfarfod wyneb yn wyneb.

Mae angen gwneud mwy o ymdrech i gyfathrebu'r gwasanaethau hyn i'r cyhoedd yn ogystal â chyhoeddi a chodi ymwybyddiaeth am yr hawl i gael asesiad o anghenion gofalwr a'r manteision y gallai ddod yn sgil hwnnw.

Pryd cawsoch chi eich sgwrs beth sy'n bwysig?



Yn y 6 mis diwethaf: 60%, Yn y 12 mis diwethaf: 16%, Mwy na 12 mis yn ôl: 12%, Ddim yn cofio: 12%

Seibiant

Beth ydych chi'n teimlo yw'r prif rwystrau rhag cael seibiant byr o'ch rôl gofalu?

Arian a neb arall i ofalu.

Nid yw unigolyn ag Alzheimer's yn teimlo'n gyfforddus mewn amgylchiadau gwahanol felly nid yw wythnos o wyliau mewn canolfan seibiant am wneud gwahaniaeth bob amser yn dibynnu ar ba mor ddrwg yw cyflwr yr unigolyn. Mae'n braf ei fod ar gael i unigolion eraill gyda sefyllfaoedd gofalu gwahanol.

Trefnu gofal a dod o hyd i rywun sy'n gallu gwneud y gwaith.

Argaeledd gofal. Ansawdd gofal.

Symudedd y ddau ohonom.

Teimlo'n ddigon cyfforddus i adael fy nhad, nid yw'n hoff iawn o bobl ddiarth.

Ymrwymiadau ariannol a gofal.

Dydw i ddim yn teimlo fel fy mod eisiau seibiant, dydw i ddim eisiau gadael fy ngŵr ac ni fyddai'n bosib iddo ddod gyda mi oherwydd bod ei iechyd yn ansefydlog. Mae gen i gi hefyd. Nid oes gennym unrhyw deulu. Dim ond ni ein dau.

Dydw i ddim eisiau mynd ar wyliau heb fy ngŵr ac nid yw'n ddigon da i deithio ar hyn o bryd.

Mae angen i ni gydnabod nad yw rhai pobl eisiau gwyliau byr.

Mae angen i ni gydnabod nad yw rhai pobl yn dymuno cael gwyliau byr / seibiant. Ar gyfer y bobl hynny, mae'n hanfodol ein bod yn edrych ar eu lles a ffyrdd eraill o gynnig cefnogaeth.

Barn gyffredinol am gefnogaeth

Mae ychydig dros hanner yr ymatebwyr yn teimlo fel eu bod yn cael eu cefnogi fel gofalwr di-dâl yn Wrecsam.

Beth ydych chi'n feddwl y gallwn ni ei wneud yn well i'ch cefnogi yn eich rôl ofalu?
Themâu allweddol:

- Cyswllt personol / gweithiwr cymdeithasol neu swyddog lles i gysylltu â nhw.
- Mwy o gefnogaeth gan wasanaethau cymdeithasol a gweithwyr cymdeithasol - mae angen cyswllt rheolaidd
- Mwy o gysylltiad wyneb yn wyneb
- Mae rhestrau aros yn rhy hir ar gyfer gofal iechyd.
- Dryswch ynglŷn â phwy i gysylltu gyda nhw a sefydliadau / adrannau ddim yn cydweithio / ble i fynd am wybodaeth / ei gwneud yn haws i gael gwybod pa gymorth sydd ar gael.
- Mae angen i weithwyr proffesiynol wrando / mae angen rhywun i wrando go iawn.
- Seibiant ar gyfer plant anabl i roi seibiant i'w rhieni.
- Nid oes modd cyrraedd swyddfa GOGDdC yn hawdd ar fws.

- Mae angen mwy o fannau seibiant mewn cartrefi gofal.
- Mwy o ddealltwriaeth a chefnogaeth ar gyfer gofalwyr sy'n gweithio.
- Mwy o fynediad i gyfleoedd o gartref - ar-lein ac ati.
- Cefnogaeth ardderchog gan GOGDdC / Cefnogaeth a chyngor gwych gan GOGDdC / Mae GOGDdC wedi gwneud mwy na neb i fy nghefnogi / Mae'r gefnogaeth gan GOGDdC wedi fy synnu / Mae staff GOGDdC yn arbennig.
- Yn ôl pob golwg, mae popeth yng nghanol y dref ac nid oes llawer o gefnogaeth leol.
- Cefnogaeth wych gan staff taliadau uniongyrchol.

Adborth o weithgareddau ymgysylltu eraill

Yn ystod yr haf, bu i ni hefyd gynnal 16 digwyddiad gwybodaeth ar draws Bwrdeistref Sirol Wrecsam. Bu i ni ymgysylltu gyda dinasyddion yn y digwyddiadau hyn a chasglu adborth. Roedd yr adborth a gafwyd yn adleisio'r adborth a gafwyd drwy'r arolwg. Roedd y prif feysydd adborth yn cynnwys:

- Mae'n anodd dod o hyd i leoliadau seibiant tymor byr.
- Dyma'r tro cyntaf yr oedd rhai pobl wedi clywed am GOGDdC - mae angen gwneud mwy o waith i hyrwyddo'r gwasanaethau sydd ar gael.
- Mae angen gwella argaeledd gwasanaethau ar gyfer gofalwyr di-dâl sydd mewn gwaith.

Hefyd, yn ystod yr haf, bu i rai aelodau o'r tîm comisiynu fynychu grŵp Taith Ni (gofalwyr di-dâl ar gyfer pobl sy'n byw gyda dementia) a chasglu adborth yn uniongyrchol gan ofalwyr di-dâl. Roedd y prif bwyntiau o'r ymgysylltiad yn cynnwys:

- Bod angen i'r seibiant fod yn ystyrlon i'r rhai sy'n derbyn gofal.
- Fe allai'r seibiant fod am ychydig o oriau yn unig er mwyn i'r gofalwr di-dâl allu cael y seibiant gwerthfawr hwnnw a chael coffi.

Casgliadau ac Argymhellion

- Bydd yr adroddiad yn cael ei rannu gyda'r Aelod Arweiniol Gofal Cymdeithasol i Oedolion.
- Bydd yr adroddiad yn cael ei gyhoeddi ar wefan y cyngor a'r ganolfan ymgynghori, "Eich Llais"

- Argymhellir bod yr ymatebion yn cael eu rhannu GOGDdC er mwyn gallu diweddaru'r cynllun gweithredu i adlewyrchu anghenion gofalwyr di-dâll a'r heriau a godwyd.
- Mae angen diweddaru strategaeth gyfathrebu gofalwyr di-dâl yn sgil yr ymatebion i'r arolwg. Mae angen archwilio ffyrdd newydd i gyfathrebu'r cyngor a'r gefnogaeth sydd ar gael i ofalwyr di-dâl yn Wrecsam.
- Mae angen gwella'r gefnogaeth i ofalwyr di-dâl a gofalwyr di-dâl mewn addysg.
- Mae angen symleiddio'r gefnogaeth a'r seibiant i ofalwyr sy'n rhieni a'u gwneud yn haws i gael mynediad atynt.