

Cefnogaeth i Ofalwyr



Ein nod mewn cefnogi gofalwyr

Mae gan ofalwyr rôl hanfodol yn eu cymuned drwy ofalu am rai sydd ag iechyd gwael, sy'n anabl, agored i niwed neu lesg ac i gydnabod hyn anelwn ddarparu'r wybodaeth, gwasanaethau a chefnogaeth y mae gofalwyr eu hangen ar gyfer eu rôl fel gofalwyr.

Pwy sy'n ofalwr?

Gellir diffinio gofalwr fel rhywun sydd, heb dâl, yn rhoi help a chefnogaeth i bartner, plant, perthynas, cyfaill neu gymydog, na allai ymdopi heb eu help. Gallai hyn fod oherwydd oedran, salwch corfforol neu feddyliol, caethiwed e.e. i gyffuriau neu alcohol, neu anabled.

Ni ddylid drysu'r term gofalwr gyda gweithiwr gofal, neu gymhorthydd gofal, sy'n derbyn tâl am ofalu am rywun.



Fel arfer daw gofalwyr i un o'r tri chategori dilynol:

- **Gofalwr Oedolyn:** oedolyn yn gofalu am oedolyn arall megis gŵr, gwraig, partner, mab, merch, cyfaill neu berthynas.
- **Rhiant sy'n Gofalu am Blentyn gydag Anabledau:** oedolyn sy'n gofalu am blentyn gyda salwch hirdymor neu anabled.
- **Gofalwr Ifanc:** person ifanc dan 18 oed yr effeithir arnynt mewn rhyw ffordd gan yr angen i gymryd lefel o gyfrifoldeb corfforol, ymarferol a/neu emosiynol am ofal person arall, fel arfer yn cymryd lefel o gyfrifoldeb sy'n amhriodol ar gyfer eu hoedran neu ddatblygiad.

Cydnabyddir fod y tri math yma o ofalwr yn grwpiau eang a bod pob gofalwr yn unigolyn ac felly ag anghenion gwahanol ac amrywiol.

Gwasanaethau Cymdeithasol

Ffocws ar gyfer ein gwaith gyda gofalwyr

Bydd Blaenau Gwent a'i sefydliadau partner yn cydweithio i gyflawni'r canlyniadau dilynol:

1. Caiff gofalwyr eu parchu fel partneriaid gofal a bydd ganddynt fynediad i'r gwasanaethau y maent eu hangen i'w cefnogi yn eu rôl gofalu.
2. Bydd gofalwyr yn gallu cael bywyd eu hunain wrth ochr eu rôl gofalu.
3. Caiff gofalwyr eu cefnogi fel nad ydynt yn cael ei gorfodi i galedi ariannol oherwydd eu rôl gofalu.
4. Caiff iechyd a lles gofalwyr eu hyrwyddo i'w cynorthwyo i aros yn feddylol a chorfforol wael a chael eu hurddas wedi'i barchu.
5. Caiff plant a phobl ifanc eu diogelu rhag gofalu amhriodol a chael y gefnogaeth maent ei hangen i ddysgu, datblygu a ffynnu, i fwynhau plentyndod cadarnhaol a defnyddio eu galluoedd i'r eithaf.

Ein Hegwyddorion Allweddol

Yr egwyddorion allweddol sy'n cefnogi Blaenau Gwent a'i sefydliadau partner yw y caiff gofalwyr eu trin gydag urddas a pharch ac y byddwn yn mabwysiadu'r egwyddorion dilynol i gyflawni hyn:



Cydnabod - byddwn yn cefnogi gofalwyr i gydnabod eu rôl gofalu a'u hannog i dderbyn y gefnogaeth maent ei hangen. Bydd angen i ni hefyd hyrwyddo'r angen i sicrhau fod y sgiliau a'r galluoedd ganddynt i adnabod gofalwyr pan ddeuant i gysylltiad â nhw.

Grymuso - byddwn yn sicrhau fod gofalwyr yn cael gwybodaeth ystyrlon, cyfoes a hygyrch sy'n ymateb i'w hanghenion unigol ac sydd ar gael yn lleol o fewn eu cymuned i'w galluogi i wneud dewisiadau gwybodus.

Cefnogi - byddwn yn cefnogi gofalwyr i ddewis ystod o wasanaethau hyblyg, o ansawdd da, a deilwriwyd i ddiwallu eu hanghenion unigol a fydd yn rhoi'r gefnogaeth maent ei hangen i gadw eu rôl gofalu cyhyd ag y dymunant.

Hyrwyddo - byddwn yn hyrwyddo gofalwyr fel pobl yn gyntaf, gyda'r un hawliau ag unrhyw un arall i gael dewis a rheolaeth, ansawdd bywyd a'u huchelgais eu hunain, ac ar wahân i rai'r bobl y maent yn gofalu amdanynt.

Ymgysylltu - byddwn yn sicrhau fod gan ofalwyr llais ac yr ymgynghorir ac y cysylltir â hwy yng nghyswllt y cynllunio a chynllunio'r gwasanaethau sy'n effeithio arnynt a'r rhai y maent yn gofalu amdanynt.

Ystyried barn gofalwyr - byddwn yn sicrhau fod gofalwyr yn cael eu cynnwys yn y prosesau asesu a chynllunio gofal fydd yn ystyried eu sylwadau, cydnabod eu cyfraniad, gwybodaeth a'u hawliau.

Gwranddo - byddwn yn hyrwyddo argaeledd a hawliau gofalwyr i asesiad o'u hanghenion eu hunain fydd yn canolbwyntio ar wrando ar y gofalwr, gwerthfawrogi eu profiadau a gweithredu proses yn canoli ar ofalwyr gyda chanlyniadau realistig.

Sut gallaf i fel gofalwr gael mynediad i help gan y Gwasanaethau Cymdeithasol?

Mae gan unrhyw ofalwr sy'n rhoi gofal rheolaidd i aelod o'u teulu neu gyfaill hawl yn ôl y gyfraith i gael asesiad o'u hanghenion. Gelwir yr asesiad yma yn 'Asesiad Gofalwr' ac os credwch y byddai'r asesiad yma o help i chi fel gofalwr teulu, yna cysylltwch â'r Adran Gwasanaethau Cymdeithasol ar **01495 315700** neu anfon e-bost at **info@blaenau-gwent.gov.uk**



Mae'r 'Asesiad Gofalwyr' yn gyfweiliad neu gyfres o gyfweiliadau gyda gofalwr, i benderfynu pa help personol y gall y gofalwr fod ei angen i fedru parhau i ofalu am y person y maent yn 'gofalu' amdano/amdani. Mae'r asesiad yn gyfle i'r gofalwr feddwl amdanynt eu hunain a pha gefnogaeth sydd ei angen.

Beth yw diben asesiad?

Mae'r asesiad yn galluogi gweithwyr cymdeithasol i ymchwilio gyda'r gofalwr:

- lefel y gofal y gall y gofalwr ei roi
- pa mor gynaliadwy yw'r sefyllfa ofalu
- iechyd y gofalwr
- eu hamgylchiadau personol a galluoedd ac anghenion unigol

Cysylltwch â'r Swyddog Gwybodaeth ar (01495) 354630 os gwelwch yn dda os hoffech dderbyn y ffurflen hon yn electronig.

Taflen AS008-4 Ebrill 2014

www.blaenau-gwent.gov.uk www.bgcarersforum.co.uk

