Ceredigion yn cynorthwyo Gofalwyr Di-dâl

Pecyn gwybodaeth i fentrau bach a chanolig* yng Ngheredigion

Cyngor Sir CEREDIGION County Council

Cysylltu Gofalwyr Connecting Carers CEREDIGION

wwcp Partneriaeth Gofal Gorllewin Cymru West Wales Care Partnership

efc cymru cyflogwyr i ofalwyr

*Sefydliadau sy'n cynnwys llai na 250 o gyflogeion yw mentrau bach a chanolig

Pwy sy'n ofalwr di-dâl?

Mae Gofalwr neu Ofalwr di-dâl yn rhywun sy'n gofalu am ffrind neu aelod o'r teulu nad ydynt yn gallu ymdopi ar eu pen eu hunain oherwydd bod ganddynt salwch, afiechyd, anabledd, problemau iechyd meddwl neu gaethiwed.

Cost gofalu

Mae 9 o bob 10 gofalwr sy'n gweithio dros 30 oed, ac mae'r mwyafrif dros 45 oed.[1] Yn aml iawn, nhw yw'r staff mwyaf medrus a phrofiadol mewn sefydliad – y bobl y nad yw busnesau yn dymuno eu colli fwyaf.

Amcangyfrifir mai'r gost uniongyrchol i gyflogwr o golli gofalwr sy'n gweithio yw rhwng 100% a 150% o'u cyflog blynyddol.[2]

Bob dydd, rhaid i 600 o ofalwyr roi'r gorau i weithio er mwyn gofalu.[3]

Mae 1.2 miliwn o ofalwyr di-dâl yn byw mewn sefyllfa o dlodi yn y DU.[4]

Mae gofalwyr di-dâl yn werth £33 miliwn y dydd i economi Cymru, sy'n cyfateb ag £8.1 biliwn y flwyddyn.[5]

Nid yw 60% o ofalwyr yng Nghymru wedi cael unrhyw seibiant yn ystod pandemig COVID-19.[6]

Nodau hirdymor Cyngor Sir Ceredigion a Phartneriaeth Gofal Gorllewin Cymru

- Ei gwneud hi'n haws trafod gofalu a helpu ein ffrindiau, ein cydweithwyr a'n cwsmeriaid i adnabod eu bod yn ofalwr di-dâl
- Creu rhwydwaith eang o fusnesau lleol ar draws Gorllewin Cymru (rhanbarth Hywel Dda) sy'n ymwybodol o ofalwyr ac sy'n rhannu'r cyfrifoldeb cymdeithasol dros wella bywydau gofalwyr di-dâl.

1 Cyfrifiad 2011
2 Arolwg Cyflwr Gofalu Carers UK (2018)
3 Ffigwr ar draws y DU - Carers UK (2019) Ymdopi gyda gwaith a gofal di-dâl
4 Sefydliad Polisi Newydd (2016) Informal Carers & poverty in the UL
5 Gofalu y tu ôl i ddrysau caeedig – chwe mis yn ddiweddarach (2020)
6 Gofalu y tu ôl i ddrysau caeedig – chwe mis yn ddiweddarach (2020)

Cynnwys

Mae'r pecyn hwn yn cynnwys:

- Gwybodaeth am y ffordd y gall busnesau bychain gael budd o gynorthwyo staff a chwsmeriaid, y maent yn ofalwyr di-dâl
- Gwybodaeth am gerdyn gofalwyr Ceredigion a sut i gynorthwyo'r cynllun
- Taflen ffeithiau Hawliau gofalwyr yn y gwaith
- Ffurflen aelodaeth canolfan ddigidol Partneriaeth Gofal Gorllewin Cymru
- Taflen Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr Ceredigion
- Gwybodaeth am y rhaglen Cydnerthedd a Llesiant Gofalwyr

Mae Cyngor Sir Ceredigion a Phartneriaeth Gofal Gorllewin Cymru yn cynnig mynediad i chi a'ch cyflogeion i'r canlynol:

- Hyfforddiant E-ddysgu Ymwybyddiaeth o Ofalwyr AM DDIM
- Mynediad AM DDIM* i Ganolfan Ddigidol Cyflogwyr ar gyfer Gofalwyr, gan gynnwys adnoddau a phecynnau cymorth ar-lein
- Cyngor a chymorth AM DDIM

* mae gofyn cael rhif aelodaeth a mewngofnodi – dylid llenwi a dychwelyd ffurflen aelodaeth y ganolfan ddigidol er mwyn sicrhau hyn.

Amcangyfrifir bod tua 683,000 o ofalwyr di-dâl yng Nghymru, sef 22% o boblogaeth Cymru, a bron i chwarter eich staff a'ch cwsmeriaid.

Sut all busnesau bychain gael budd o gynorthwyo gofalwyr di-dâl?

Cynorthwyo staff – yr achos busnes

Mae gofalu yn fater sy'n effeithio ar bob un ohonom, ac yn aml, ni fydd modd cynllunio'r cyfrifoldebau hyn. Gall gofalu ddigwydd dros gyfnod o amser, ond gall ddigwydd dros nos hefyd.

Mae 90% o ofalwyr sy'n gweithio dros 30 oed yn barod – cyflogeion yn eu blynyddoedd cyflogaeth gorau. Yr oedran brig er mwyn gofalu yw 45-64, pan fydd nifer o gyflogeion wedi sicrhau sgiliau a phrofiad gwerthfawr. Wrth i lai o bobl ifanc ymuno â'r farchnad swyddi ac yn yr hinsawdd economaidd sydd ohoni, ni fu amser pwysicach i ganolbwyntio ar fanteision cadw gweithwyr medrus yn hytrach na wynebu'r costau o recriwtio ac ail-hyfforddi staff newydd.

Mae ymchwil yn dangos bod amgylcheddau gwaith cefnogol a hyblyg ar gyfer gofalwyr yn sicrhau canlyniadau busnes cadarnhaol, mae'n:

- denu ac yn cadw staff
- lleihau straen
- lleihau costau recriwtio a hyfforddi
- cynyddu cydnerthedd a chynhyrchiant
- lleihau lefelau absenoldeb salwch
- gwella'r gwasanaeth a ddarparir
- sicrhau arbedion
- gwella gweithgarwch rheoli pobl
- gwella morâl staff

Mae'r pecyn hwn yn cynnwys cyngor a gwybodaeth ynghylch sut y gallwch chi gadw gafael ar wasanaethau cyflogeion a werthfawrogir, a sut y gall gweithredu arferion gwaith syml alluogi gofalwyr i sicrhau cydbwysedd rhwng eu gwaith cyflogedig a'u cyfrifoldebau gofalu.

Cliciwch i ddychwelyd i dudalen y cynnwys

Mae 63% o ofalwyr yn pryderu ynghylch parhau i ofalu heb gael seibiant*

*Breaks or breakdown: adroddiad Wythnos Gofalwyr 2021

Sut all fy musnes i helpu i gynorthwyo gofalwyr di-dâl yn y gymuned?

Gall seibiant byr o'r patrwm dyddiol i ofalwr di-dâl fod ar sawl ffurf; gallai olygu cael te prynhawn gyda ffrindiau, mynd am driniaethau therapi, torri eich gwallt, cael y cyfle i ymgymryd â hen hobi unwaith eto neu aros rywle oddi cartref dros nos.

Mae'r cyfle i gael seibiant byr, beth bynnag fo hwnnw, yn rhoi'r cyfle i ofalwyr di-dâl ymatgyfnerthu ac mae'n rhoi hwb haeddiannol i'w lles meddyliol a chorfforol.

Gall busnesau a sefydliadau ar draws Ceredigion gynorthwyo gofalwyr di-dâl mewn nifer o wahanol ffyrdd, megis:

- cynnig mynediad i gyfleusterau yn ystod cyfnodau tawelwch neu yn ystod y tymor tawel
- cydnabod cerdyn gofalwr Ceredigion a cherdyn adnabod gofalwr ifanc Ceredigion
- cynigion arbennig
- penodi aelod o staff i fod yn 'hyrwyddwr gofalwyr'
- rhannu gwybodaeth am wasanaethau cymorth lleol
- darparu datganiad hygyrchedd

Beth yw'r manteision ar gyfer fy musnes i?

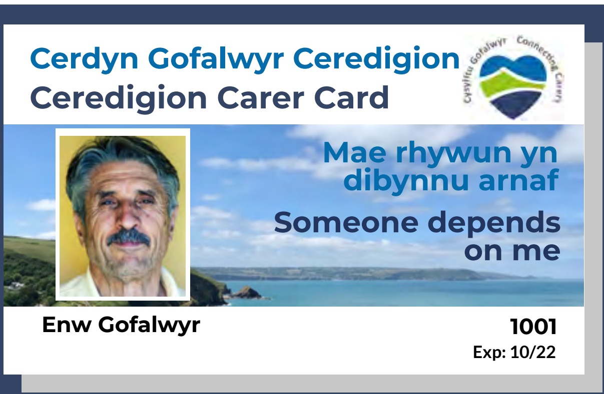
Mae dangos eich cefnogaeth ar gyfer gofalwyr di-dâl yn ffordd wych i'ch busnes gysylltu â'r gymuned leol ac mae'n dda ar gyfer morâl y staff hefyd pan fyddant yn gweld y gwahaniaeth y mae'r cymorth yn ei wneud i ofalwyr di-dâl a'u teuluoedd.

Gallai eich cymorth chi arwain at fwy o deyrngarwch ymhlith cwsmeriaid hefyd, ac mae ymchwil yn dangos bod cwsmeriaid yn fodlon talu mwy am gynhyrchion neu wasanaethau gan sefydliadau sydd wedi ymrwymo i gael effaith gymdeithasol gadarnhaol.

Cliciwch i ddychwelyd i dudalen y cynnwys

Cyngor Sir CEREDIGION County Council

Cerdyn gofalwr a cherdyn adnabod gofalwr ifanc



Yn ystod pandemig COVID-19, ar gais gofalwyr, lansiodd Cyngor Sir Ceredigion gerdyn gofalwr i ofalwyr ifanc a gofalwyr sy'n oedolion ac sy'n gofalu am aelodau teuluol neu ffrindiau na allant ymdopi ar eu pen eu hunain oherwydd bod ganddynt salwch, anabledd, problem iechyd meddwl neu gaethiwed.

Mae'r cerdyn gofalwr yn gerdyn adnabod sy'n cynnwys llun ac sy'n profi bod yr unigolyn sy'n ymddangos ar y cerdyn yn ofalwr di-dâl sydd â chyfrifoldebau gofalu. Mae'r cerdyn gofalwr yn cynnig mynediad i ddeiliad y cerdyn i amrediad o fuddion a gostyngiadau gan fanwerthwyr a darparwyr gwasanaeth lleol.

Pam cefnogi'r cerdyn?

Mae gofalwyr di-dâl yn cyflawni rôl hanfodol yn ein cymdeithas a'n cymuned leol. Mae gofalu yn rhywbeth sy'n effeithio ar bob un ohonom mewn rhyw ffordd neu'i gilydd, a bydd 3 o bob 5 ohonom yn ofalwr di-dâl rywbryd yn ystod ein bywyd. Mae'r cerdyn gofalwr yn cynnig y cyfle i ddarparwyr gwasanaeth a manwerthwyr lleol i gefnogi Gofalwyr di-dâl, hyrwyddo eu hunain a denu cwsmeriaid newydd.

Sut mae modd i mi gymryd rhan?

Estynnir gwahoddiad i bob darparwr gwasanaeth a manwerthwr lleol gymryd rhan yn y cynllun trwy gynnig rhyw fath o fudd neu ostyngiad i ddeiliaid y cerdyn. Cyhoeddir manylion yr holl fusnesau sy'n cynnig budd neu ostyngiad i ddeiliaid y cerdyn ac ar wefan Cyngor Sir Ceredigion.

Sylwer: Rydym yn gwerthfawrogi'r ffaith bod y sector manwerthu a gwasanaeth wedi cael ei effeithio'n fawr gan Covid-19 a byddwn yn deall os ydych chi'n teimlo na allwch chi gynnig budd neu ostyngiad ar yr adeg hon.

Os hoffech gynnig budd neu ostyngiad i ofalwyr di-dâl sy'n meddu ar gerdyn gofalwr, cysylltwch â'r Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol ar **01970 633564** neu anfonwch e-bost at unedgofalwyr@ceredigion.gov.uk.

Cysylltwch os bydd gennych chi unrhyw gwestiynau.

Cliciwch i ddychwelyd i dudalen y cynnwys

Taflen ffeithiau

Hawliau gofalwyr yn y gwaith

Mae ymdopi gyda gwaith a gofalu yn gallu bod yn rhywbeth heriol iawn i gyflogeion. Mae'r daflen ffeithiau hon yn cynnig crynodeb syml o hawliau statudol pob gofalwr.

Mae'n berthnasol i bobl sy'n byw yng Nghymru, Lloegr, yr Alban a Gogledd Iwerddon.

Yr hawl i ofyn am drefniadau gweithio hyblyg

Mae gan bob cyflogai yr hawl i ofyn am drefniadau gweithio hyblyg ar ôl iddynt weithio 26 wythnos (chwe mis) i'r un cyflogwr, ar yr amod nad ydynt eisoes wedi gwneud cais am drefniadau gweithio hyblyg yn ystod y 12 mis diwethaf.

Dylid gwneud ceisiadau am drefniadau gweithio hyblyg yn ysgrifenedig a dylent gynnwys manylion y patrwm gwaith diwygiedig y maent yn ei geisio, sut y gallai hyn effeithio ar y busnes yn eu barn nhw a sut y maent yn credu y byddai modd delio gyda hyn. Dim ond un cais a ganiateir mewn blwyddyn.

Rhaid bod gan gyflogwyr reswm busnes cadarn dros wrthod unrhyw gais.

Enghreifftiau o drefniadau gweithio hyblyg:

- gweithio gartref
- gwneud gwaith rhan-amser
- gweithio oriau cywasgedig
- gweithio oriau cyfnodol
- gweithio oriau blynyddol
- gweithio yn ystod y tymor ysgol
- oriau gweithio hyblyg
- gweithio sifftiau
- trefniant rhannu swydd

Yr hawl i gael amser i ffwrdd mewn argyfwng

Mae gan bob cyflogai yr hawl i gael amser 'rhesymol' i ffwrdd o'r gwaith i ddelio ag argyfwng neu fater annisgwyl sy'n ymwneud â dibynnydd. Gallai'r rhain fod yn bartner, yn blentyn neu'n rhiant, neu'n rhywun sy'n byw gyda'r cyflogai fel rhan o'u teulu – gallai eraill sy'n dibynnu ar ofalwr am help mewn argyfwng fod yn gymwys hefyd. Bydd yr amser i ffwrdd yn amser di-dâl oni bai bod y cyflogwr yn fodlon rhoi amser i ffwrdd gyda thâl fel hawl gytundebol.

Enghreifftiau o argyfyngau

- trefniadau gofal yn dioddef amhariad neu'n methu
- os bydd dibynnydd yn mynd yn sâl neu'n cael damwain
- digwyddiad sy'n cynnwys plentyn yn ystod oriau ysgol
- marwolaeth dibynnydd
- er mwyn gwneud trefniadau dros y tymor hwy ar gyfer dibynnydd sy'n sâl neu wedi cael eu hanfu (ond nid er mwyn i'r cyflogai ddarparu gofal hirdymor eu hunain)

Diogelwch rhag gwahaniaethu

Yng Nghymru, yr Alban a Lloegr, os bydd rhywun yn gofalu am rywun sy'n oedrannus neu'n anabl, mae'r gyfraith yn nodi – dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010 – eu bod yn cael eu diogelu rhag aflonyddu neu wahaniaethu uniongyrchol oherwydd eu cyfrifoldebau gofalu.

Yng Ngogledd Iwerddon, caiff gofalwyr eu diogelu dan y Ddeddf Hawliau Dynol ac Adran 75 Deddf Gogledd Iwerddon, sy'n mynnu bod cyrff cyhoeddus yn hyrwyddo cyfle cyfartal i ofalwyr. Mewn rhai achosion, efallai y bydd gan ofalwyr hawliau dan ddeddfwriaeth gwahaniaethu ar sail rhyw ac anabledd.

Yr hawl i gael absenoldeb rhiant

Os bydd cyflogai wedi gweithio i'r un cyflogwr ers 12 mis ac maent yn gyfrifol am blentyn dan 18 oed, mae ganddynt yr hawl i gael 18 wythnos o absenoldeb fesul plentyn, y mae'n rhaid ei gymryd erbyn pen-blwydd y plentyn yn 18 oed. Mae'r amser i ffwrdd hwn yn amser di-dâl oni bai bod y cyflogwr yn fodlon rhoi amser i ffwrdd gyda thâl fel hawl cytundebol.

Am ragor o wybodaeth am hawliau gofalwyr yn y gwaith, trowch at carersuk.org/work.

Tynnwyd y wybodaeth hon o **Daflen ffeithiau UK1031** Carer UK, sef ***Your rights in work***

Cael mynediad i'r Gronfa Ddigidol

A fyddech gystal â llenwi'r ffurflen hon er mwyn ceisio mynediad i Gronfa Ddigidol EfC, dan aelodaeth ar y cyd partneriaeth Gofal Gorllewin Cymru.

Enw'r sefydliad

Cyfeiriad

Rhif ffôn

Enw'r prif unigolyn cyswllt

Swydd

Cyfeiriad e-bost

Nifer y staff cyflogedig

A yw'n hysbys bod gofalwyr yn cael eu cyflogi? ☐ Ydy ☐ Nac ydy

Ar ran y sefydliad a enwir uchod, rydym yn gofyn am fynediad i'r adnoddau yn offeryn Canolfan Ddigidol EfC er mwyn ymestyn y cymorth a ddarparir ar gyfer cyflogeion sy'n cyflawni rolau gofalu. Deallwn bod y mynediad yn cael ei gynnig yn rhad ac am ddim dan aelodaeth Grŵp Datblygu Gofalwyr Gorllewin Cymru.

Rydym yn cytuno ymrwymo i gymryd rhan mewn digwyddiadau dysgu EfC rhanbarthol achlysurol er mwyn rhannu profiadau ac arfer da.

Byddwn yn darparu adborth am yr adnoddau a ddefnyddiwyd er mwyn cyfrannu at werthusiad o fanteision parhau gydag aelodaeth EfC yn ystod blynyddoedd ariannol yn y dyfodol.

Enw:

Llofnod: **Dyddiad:**

A fyddech gystal â dychwelyd y ffurflen hon i unedgofalwyr@ceredigion.gov.uk

Cyngor Sir CEREDIGION County Council

wwcp Partneriaeth Gofal Gorllewin Cymru West Wales Care Partnership

Cysylltu Gofalwyr Connecting Carers CEREDIGION

Cliciwch i ddychwelyd i dudalen y cynnwys

Gofalwr yw rhywun sy'n edrych ar ôl ffrind neu aelod o'r teulu nad yw'n gallu ymdopi ar ei ben ei hun oherwydd salwch, afiechyd, anabledd, problem iechyd meddwl neu'n gaeth i gyffur.

Cysylltwch â'r Uned Gofalwyr i ymuno â'r Gwasanaeth Gwybodaeth i OFALWYR:

01970 633564

unedgofalwyr@ceredigion.gov.uk

www.ceredigion.gov.uk/gofalwyr

Uned Gofalwyr
Cyngor Sir Ceredigion
Canolfan Rheidol
Rhodfa Padarn
Llanbadarn Fawr
Aberystwyth
SY23 3UE

Mawrth 2021

Y GWASANAETH GWYBODAETH I OFALWYR

Ymunwch â'r gwasanaeth **AM DDIM** nawr a byddwch y cyntaf i gael:

- Cylchgrawn y Gofalwyr deirgwaith y flwyddyn, wedi'i anfon yn syth atoch chi
- Gwybodaeth am gymorth, gwasanaethau, digwyddiadau, hyfforddiant a Fforwm y Gofalwyr
- Mynediad i Gronfa Gofalwyr Ceredigion
- Cerdyn Gofalwr Ceredigion neu Gerdyn Adnabod Gofalwr Ifanc (angen llun)
- Y cyfle i ddweud eich dweud ar faterion Gofalwyr lleol a chenedlaethol

Gall Oedolion sy'n Ofalwyr a Gofalwyr Ifanc ymuno â'r gwasanaeth

Cysylltu Gofalwyr Connecting Carers CEREDIGION

Y Gwasanaeth Gwybodaeth i OFALWYR

Ydych chi'n edrych ar ôl rhywun na fyddai'n gallu ymdopi heb eich help?

Mae GOFALWYR yn fusnes i bawb

01970 633564

Cyngor Sir CEREDIGION County Council

Hyfforddiant cydnerthedd a lles gofalwyr

Cwrs AM DDIM i ofalwyr di-dâl

Gofalwch amdanoch chi'ch hun gystal ag yr ydych yn gofalu am eraill.

- **Lleihau lefelau straen**
- **Sicrhau cydbwysedd ar gyfer lles**
- **Meithrin cydnerthedd emosiynol**

Am ragor o wybodaeth neu i archebu hyfforddiant, cysylltwch â'r Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol

01970 633564

unedgofalwyr@ceredigion.gov.uk

Cyngor Sir CEREDIGION County Council

wwcp Partneriaeth Gofal Gorllewin Cymru West Wales Care Partnership

Cysylltu Gofalwyr Connecting Carers CEREDIGION

Cliciwch i ddychwelyd i dudalen y cynnwys

Mae gofalwyr yn fusnes i bawb

Os hoffech gael unrhyw wybodaeth bellach am unrhyw beth yn y pecyn hwn, neu os hoffech drafod sut yr hoffech chi gymryd rhan wrth gynorthwyo gofalwyr di-dâl lleol, cysylltwch â'r:

Tîm Cymunedol a Chymorth Gofalwyr

unedgofalwyr@ceredigion.gov.uk

01970 633564

Canolfan Rheidol
Rhodfa Padarn
Llanbadarn Fawr
Aberystwyth
SY23 3UE

Cyngor Sir Ceredigion County Council

wwcp Partneriaeth Gofal Gorllewin Cymru West Wales Care Partnership

Mae Partneriaeth Gofal Gorllewin Cymru yn dwyn ynghyd y tri awdurdod lleol yng Ngorllewin Cymru (Cyngor Sir Caerfyrddin, Cyngor Ceredigion a Chyngor Sir Penfro), Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda a chynrychiolwyr o'r trydydd sector a'r sector annibynnol.