

# Gwirfoddolwyr – rhan o'r weledigaeth ar gyfer iechyd a gofal ym Mhowys

helplu  
helpforce

**Mae Bwrdd Iechyd Addysgu Powys ac adran Gwasanaethau Cymdeithasol Powys wedi cydnabod y gwahaniaeth y gall gwirfoddolwyr ei wneud o fewn iechyd a gofal cymdeithasol ers tro byd. Trwy weithio gyda'i gilydd, a chyda cefnogaeth PAVO (Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol Powys), maen nhw wedi gweld gwirfoddoli yn tyfu ar raddfa fawr, a hynny'n gyflym, yn y blynyddoedd diwethaf.**

Mae gwirfoddolwyr wedi bod yn weithredol ar bob adeg drwy'r lliaws o fudiadau gwirfoddol lleol ym Mhowys. Mae rhai'n cefnogi'r GIG drwy Gynghrair y Cyfeillion. Bu nifer bychan yn ymhél â phobl yn uniongyrchol o fewn y Bwrdd Iechyd, drwy ei gynllun gwirfoddoli Barcud Coch ac amrywiaeth o rolau cyfeillio yn y gymuned.

Bu pandemig Covid 19 yn gatalydd ar gyfer twf sylweddol mewn gwirfoddoli. Ni allai'r sector fynd i'r afael â'r pandemig ar ei ben ei hun. Felly, drwy weithio gyda'r cyngor gwirfoddol sirol lleol (PAVO), gwnaeth Bwrdd Iechyd Addysgu Powys recriwtio mwy na 500 o wirfoddolwyr, yn gyflym, i gefnogi'r canolfannau brechu torfol.

Ers hynny, mae gwirfoddolwyr wedi'u hailgyflwyno i mewn i wardiau ysbyty cymunedol ledled y sir ac mae rôl gwirfoddolwyr mewn cartrefi gofal ledled y sir yn cael sylw hefyd.

Mae'n hanfodol ein bod yn pennu rôl bendant gwirfoddolwr a bod gennym ni ddealltwriaeth glir o'r ffiniau cytunedig rhwng rolau staff a gwirfoddolwyr. Mae angen llawer o waith paratoadol i gael y systemau angenrheidiol yn eu lle, gan gynnwys rhoi hyfforddiant a chymorth i wirfoddolwyr.

I wirfoddolwyr, gall y cyfle i gyfrannu o fewn amgylchedd defnyddwyr gwasanaethau wella eu profiad yn fawr. Gall gwirfoddoli fod yn llwyddiant dwbl, felly, yn cyflwyno buddion i wirfoddolwyr yn ogystal â chleifion a defnyddwyr gwasanaethau.

Mae'r holl waith hwn, a llawer mwy, yn rhan o'r weledigaeth i greu Ysgol Gwirfoddolwyr a Gofalwyr o fewn [Academi Iechyd a Gofal Powys](#), yr academi sydd newydd ei sefydlu. Sefydlwyd hi gan Fwrdd Partneriaeth Ranbarthol Powys, sy'n cynnwys amrywiaeth o gyrff cyhoeddus a chynrychiolwyr eraill (gan gynnwys Cyngor Sir Powys, Bwrdd Iechyd Addysgu Powys a PAVO), sy'n gweithio gyda'i gilydd i wella iechyd a lles trigolion y sir.

Trwy'r Academi, mae'r rhanbarth yn gweithio gyda [Choleg Castell-nedd Port Talbot](#) i gynorthwyo myfyrwyr iechyd a gofal i wirfoddoli. Wrth wirfoddoli, gall myfyrwyr ennill cymwyseddau penodol o fewn yr amgylchedd gofal. Mae amrywiaeth cynyddol o gyfleoedd ar gael o hyd i wirfoddoli ochr yn ochr â galwedigaethau a chlinigwyr ar draws y gwasanaethau iechyd a gofal.

Mae gwaith wedi'i wneud (dan arweiniad [PAVO](#), gyda chyllid o grant Strategol Gwirfoddoli Cymru) i ddatblygu matrices sgiliau, a fydd yn helpu gwirfoddolwyr i lywio cyfleoedd, ynghyd â chynorthwyo mudiadau i asesu pa sgiliau sydd ar gael ac sydd eu hangen ar gyfer rôl wirfoddoli.

PAVO (Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol Powys) hefyd yw arweinwyr y prosiect Amser i Ni / Time for Us, sy'n sefydlu cynlluniau [bancio amser](#) ledled y sir ac sy'n gwerthuso sut gallant wella dinasyddiaeth a chyflwyno mwy o gyfleoedd i bobl wirfoddoli mewn cymunedau.

Mae'r prosiect '[Ymestyn yn Ehangach](#)' yn helpu gofalwyr maeth a'r rheini sy'n gadael gofal i gael mynediad at achrediad Lefel 4, a bydd y gwaith hwn yn llywio rhaglen ddysgu ledled y sir ar gyfer gofalwyr maeth a phobl sy'n gadael gofal.

Mae buddsoddiad mawr mewn gofalwyr wedi galluogi'r Academi i dreialu a phrofi [rhaglen Cydbwysedd Powys](#) a ddyluniwyd yn benodol. Mae'r rhaglen hon yn galluogi gwirfoddolwyr a gofalwyr di-dâl i 'gydbwyso eu hanghenion gofal eu hunain gydag anghenion pobl eraill', drwy amrediad o fentrau sy'n cynnwys cwrs wyth wythnos ar fywyd sy'n seiliedig ar ymwybyddiaeth ofalgar; diwrnodau encilio a hyfforddiant bywyd 1:1. Mae'r rheini sydd wedi cymryd rhan yn y rhaglen wedi cael canlyniadau cadarnhaol, a'r bwriad yw buddsoddi ymhellach er mwyn parhau â'r gwaith hwn.

Mae gwirfoddolwyr yn parhau i wneud gwahaniaeth ym Mhowys, ac mae'r stori'n parhau i ddatblygu.

**Astudiaeth achos gan Helpu Cymru. Mae Helpu yn gweithio gyda Cefnogi Trydydd Sector Cymru (CGGC a'r 19 o Gynghorau Gwirfoddol Sirol (CVCs)), Llywodraeth Cymru a phartneriaid eraill i ddatblygu potensial gwirfoddoli i gefnogi gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru.**

**Mae [tudalen Helpu](#) ar ein gwefan yn cynnwys dolenni i erthyglau diweddar, blogiau a storïau achos.**