**Gwasanaeth Llwybrau Cwmtawe**

**CARA LOUGHER**

**Cyflwyniad**

Mae Cara Lougher yn Gydlynwr a Gweithredydd Lles ar gyfer Gwasanaeth Llwybr Cwmtawe ac mae hi wedi bod yn gweithio yn y clwstwr am bum mlynedd.

**Cefndy**

Datblygwyd Gwasanaeth Llwybr Cwmtawe fel cydweithrediad rhwng Cyngor Abertawe ar gyfer Gwasanaethau Gwirfoddol (SCVS) a Chluster Cwmtawe yn 2021 (a stopiwyd oherwydd Covid) ar ôl prosiect rhagnodi cymdeithasol oedd yn gweithio eisoes yn y clwstwr. Gwnaeth y gwasanaeth Rhagnodi Cymdeithasol ddarganfod eu bod yn gweithio gyda chyplau sydd â anghenion cymhleth ac yn fwy na’r hyn y gallent ei gynnig.

Yn ystod Covid roedd llawer o unigolion yn defnyddio sylweddau a chafwyd cynnydd mewn trais domestig yn y clwstwr. Ar ôl ymgynghoriad gyda rhanddeiliaid, buddsoddodd y clwstwr mewn gwasanaeth i weithio gyda phobl yn gyfan heol yn hytrach na gweithio ar faterion unigol yn unig.

**Gwasanaeth Llwybrau Cwmtawe**

Mae Gwasanaeth Llwybr Cwmtawe yn cefnogi oedolion sydd ag anghenion cymhleth a chyfunol. Efallai eu bod wedi profi camdriniaeth gartref neu drais rhywiol neu fod yn defnyddio sylweddau i gymryd rheolaeth. Gallai hyn fod yn alcohol neu gyffuriau. Mae'r gwasanaeth yn cydnabod y gall eu iechyd meddwl a'u hiechyd corfforol gael ei effeithio gan hynny felly mae'r Gweithiwr Anghenion Cymhleth a'r Gweithiwr Cefnogi yn gweithio gyda phobl lle mae dau neu ragor o'r pethau hyn yn digwydd neu'n cyd-fynd â'i gilydd. Yn aml, mae nifer o bethau eraill, yn digwydd yn y cefndiroedd, yn cael eu nodi a bydd y gwasanaeth yn cynnig cefnogaeth ar gyfer y rhain hefyd.

Mae'r gwasanaeth yn darparu gofal canolog i'r unigolion i gefnogi anghenion unigol yn wirioneddol a chynnig pecyn gofal wedi'i deilwra. Gall gynnwys apwyntiadau hyblyg, boed drwy'r ffôn, yn bersonol neu ar-lein. Gall fod yn y llefydd, yn y gymuned, neu yn ymweliad â chartref.

Gall y gwasanaeth weithio gyda phobl am gyfnod byr neu am gyfnod hwy. Mae rhai pobl wedi bod gyda'r gwasanaeth am hyd at flwyddyn ac wedi cael cymorth drwy eu taith trwy helpu i gydlynu eu gofal yn ogystal â darparu elfen ohono.

**Astudiaeth Achos**

Cafodd un gŵr ei gyflwyno i'r drosglwyddydd cymdeithasol trwy'r ganolfan iechyd meddwl a lles. Mae drosglwyddo cymdeithasol yn wasanaeth cymorth isel sy'n chwilio am gefnogaeth mewn grwpiau lleol i'r claf fynychu. Drwy weithio gyda'r ymarferydd, darganfuwyd bod ganddo anghenion llawer mwy cymhleth a chyfochrog. Dwedodd y drosglwyddydd cymdeithasol y gŵr hwnnw i'r ganolfan iechyd meddwl ward rhithwir ac aeth i drafod a fyddai'n briodol cael ychydig mwy o gefnogaeth un-i-un iddo iddo gyfrif gwahanol anghenion gofal a oedd ganddo. Roedd gan y gŵr hwn hanes camdriniaeth gartrefol ac roedd mater o dorri priodas y gwnaethon nhw ei wynebu sy'n achosi iddo deimlo a phrawf mawr o straen. Roedd ganddo incwm isel iawn ac ni fynnodd elwa ar bob budd a oedd yn ddyledus iddo. Roedd ganddo hefyd gyflwr iechyd cronig, ac ni oedd ei gartref a'i denantiaeth yn addas ar ei anghenion.

Roedd y gweithiwr Anghenion Cymhleth yn gallu ei gynorthwyo a gweithio gydag ef i greu diogelwch a sefydlogrwydd yn ei fywyd. Drwy hynny, datblygodd well goddefgarwch. Roedd yn gallu cymryd rhan gyda phobl eraill yn fwy ac roedd yn llawer mwy agored i gysylltu â'i feddyg teulu, a oedd y Gweithiwr Anghenion Cymhleth yn gallu pleidleisio dros ef gyda'i feddyg teulu i'w gefnogi gyda chynhyrchu negeseuon am feddyginiaethau ar gyfer ei gyflwr cronig.

Helpodd nhw hefyd ef i lywio cymorth tenantiaeth, oedd yn gallu edrych ar lety amgen a fyddai ar y llawr gwaelod a llawer gwell iddo ef. Drwy'r ward fwrw a'r canolfan iechyd meddwl, roedd y therapydd galwedigaethol yn gallu gwneud ymweliad ar y cyd a gwerthuso ei anghenion corfforol a rhoi datganiad cymorth ar gyfer tai, a oedd yn gymorth gwirioneddol i'r broses o drosglwyddo pethau ymlaen.

Wrth weithio ar sail wythnosol ac wythnosol fel y bo angen, roedd y gŵr yn barod i ddychwelyd i'r ward rhithwir nawr ei fod wedi dychwelyd ac wedi'i ddiogelu. Roedd pob straen wedi'i reoli ac roedd popeth yn y swyddfa. Roedd yn awr mewn lle llawer gwell i gymryd rhan yn y cynghoriad a oedd yn mynd i'w gael. Helpodd y ward rhithwir i gael gafael ar y person iawn amserol ac mae'n dystiolaeth o ba mor helaeth yw gwaith holistaidd ar gyfer pobl a'r buddwyr rydym yn eu cefnogi trwy'r gwasanaeth.

**Gwerthusiad**

Mae gwerthusiad o ddychweliad economaidd gydag Y Brifysgol Abertawe wedi edrych ar y costau upstream a arbedwyd trwy weithio mewn dull canolog yn y person dros gyfnod hwy ac yn canolbwyntio ar anghenion y claf. Roeddent yn gallu dangos nad oedd dim ond arbedion cost i iechyd, ond hefyd arbedion i randdeiliaid allweddol eraill.

Eg. Gwasanaethau iechyd meddwl. Gan mai hyn oedd mesur atal, roedd unigolion yn llai tebygol o:

• gael eu gweld gan seiciatrydd.

• angen apwyntiad mewnol.

• atal gwely mewn ysbyty.

O'r sawl arbedion ar draws y rhanddeiliaid allweddol hynny, roedd hefyd tystiolaeth i ddangos llai o drosedd.

**Gwobrau'r GIG**

Enwogodd y gwasanaeth Angen Cymhleth y wobr yn y gategorïa o ddarparu Gofal Canolbwyntiedig ar y Person gyda GIG Cymru yn 2023. Roedd hynny'n deyrnged hyfryd i'r gwaith a wnaed yn y clwstwr fel menter glwstwr, ac yn ddull system llwyr yn gweithio gyda phobl mewn dull canolbwyntiedig ar y person.

Y adborth a dderbyniwyd o ennill yr anrhydedd oedd nad oes gwasanaeth arall fel hyn unrhyw le arall yng Nghymru. Roedd y panelwyr yn rhyfeddu gyda'r hyblygrwydd yn y dull. Gofyn i gleifion sut y byddent am gysylltu, pryd y byddent am gael eu gweld, sut y byddent am gwrdd, pa mor aml y byddent am gwrdd, beth roedden nhw eisiau ei drafod, beth oedd eu hanghenion, a beth oedd yn bwysig iddynt.

Ni yw am agenda fel ymarferydd, mae'n wirioneddol yn pennu'r materion eraill, nad oedd yn ddefnydd sylwedd, materion cam-drin domestig nac iechyd meddwl, ac yn gallu canolbwyntio arnynt.

**Y Dyfodol**

Mae Gwasanaeth Llwybr Cwmtawe wedi sicrhau arian am ddwy flynedd yn ychwanegol; yn symud i flwyddyn pump a chwe. Mae'r tîm wedi ehangu'n ddiweddar gydag ychwanegu gweithiwr cymorth, gan ddarparu cymorth gwerthfawr wrth reoli cleifion a thasgau gweinyddol. Mae optimistiaeth y bydd enill rhyw wobr GIG—ar gyfer y prosiect ei hun a'i rôl yn y dulliau systemau ehangach—yn arwain at fabwysiadu ehangach.

Mae llwyddiant canolfan clwstwr Cwmtawe a'r ward ffrwydro yn cael ei ystyried yn fodel enghraifft, yn enwedig wrth i glustrau eraill heb sefydliadau tebyg wynebu'r heriau hyn. Mae gobeithion y bydd data a chanlyniadau a rhannwyd yn helpu i integreiddio'r dull hwn ar draws clustrau eraill.