Ariennir gan Lywodraeth Cymru
Funded by Welsh Government

Gwasanaeth Cymorth yn y Gwaith De Ddwyrain Cymru

Adroddiad Effaith

Sefydlwyd Hydref 2020 – Mawrth 2022

Cyflwynwyd gan RCS Wales

2022

RCS | LLES AR GYFER GWEITHIO
WELLBEING FOR WORK

Cefndir a Throsolwg o'r Prosiect

Lansiodd Llywodraeth Cymru Cymorth yn y Gwaith De Ddwyrain Cymru trwy'r Gronfa Ymateb i Covid-19 ym mis Hydref 2020, yn dilyn cynnydd yn y galw am gymorth iechyd meddwl yn gysylltiedig â'r pandemig Covid-19.

Bu'r gwasanaeth yn cefnogi cyfranogwyr hyd at 31 Mawrth 2022

Adeiladodd y gwasanaeth ar Wasanaeth Cymorth yn y Gwaith Llywodraeth Cymru a oedd yn bodoli eisoes, sy'n gweithredu mewn rhannau o Ogledd Cymru a Bae Abertawe ac sy'n cael ei ariannu'n rhannol gan y Gronfa Gymdeithasol Ewropeaidd. Mae Cymorth yn y Gwaith yn darparu cymorth sy'n canolbwyntio ar waith a therapïau i bobl gyflogedig/hunangyflogedig â chyflyrau iechyd ysgafn i gymedrol sy'n effeithio arnynt yn y gwaith, gan eu rhoi mewn perygl o absenoldeb salwch tymor hir. Nod y gwasanaeth yw cefnogi dychwelyd i'r gwaith yn fuan, gwella llesiant a chefnogi adferiad iechyd.

Sefydlwyd Cymorth yn y Gwaith De Ddwyrain Cymru i gefnogi pobl gyflogedig a hunangyflogedig sy'n byw neu'n gweithio yng Nghaerdydd, Bro Morgannwg, Casnewydd a Sir Fynwy yr oedd eu hiechyd meddwl neu eu hiechyd corfforol wedi'i effeithio gan y pandemig coronafeirws. Fe'i darparwyd gan RCS, cwmni nid er elw sydd wedi bod yn darparu Cymorth yn y Gwaith yng Ngogledd Cymru ers 2015.

Roedd Cymorth yn y Gwaith De Ddwyrain Cymru wedi'i anelu yn bennaf at gefnogi cyflogeion mentrau micro, bach neu ganolig, na fyddent wedi gallu cyrchu Rhaglen Cymorth i Gyflogeion neu gymorth iechyd galwedigaethol fel arall. .

Darparwyd y gwasanaeth trwy dîm penodol o gydlynwyr achos wedi'u seilio yng Ngogledd Cymru. Roedd y tîm yn darparu cymorth ar y ffôn i gleientiaid ac yn datblygu pecynnau cymorth wedi'u teilwra, yn cynnwys cydgysylltu â chyflogwyr ac atgyfeirio at therapïau pan fo angen. Yn sgîl y cyfyngiadau Covid a oedd yn bodoli ar y pryd, cafodd yr holl gymorth a therapïau eu cyflenwi ar y ffôn neu blatfformau ar-lein. Roedd cymorth ar gael yn y Gymraeg a'r Saesneg.

Ymyriadau Therapiwtig

Os hoffech chi gael rhagor o wybodaeth neu gysylltu â RCS Wales, cysylltwch â ni ar

01745 336442 rcs-wales.co.uk hello@rcs-wales.co.uk

Darparwyd yr holl gymorth therapiwtig trwy fframwaith o ddarparwyr y gellid ymddiried ynddynt. Roedd amrywiaeth eang o wasanaethau ar gael, yn cynnwys cwnsela, therapi ymddygiad gwybyddol, therapi derbyn ac ymrwymiad ac anogaeth/hyfforddiant. Defnyddiwyd therapyddion lleol fel y gellid cynnig cymorth wyneb yn wyneb os dyna'r dewis, er na wnaeth llawer fanteisio ar hynny.

Ein Cyflenwyr Fframwaith

Agile Therapy
CAIS
MIND Caerdydd
Claire McCluskey
Ffysiotherapi Stryd Grosvenor
Health & Sports Physio Ltd
Medra
MP Counselling
Performance Physio Ltd
Step Forward Physio

Materion a gyflwynwyd

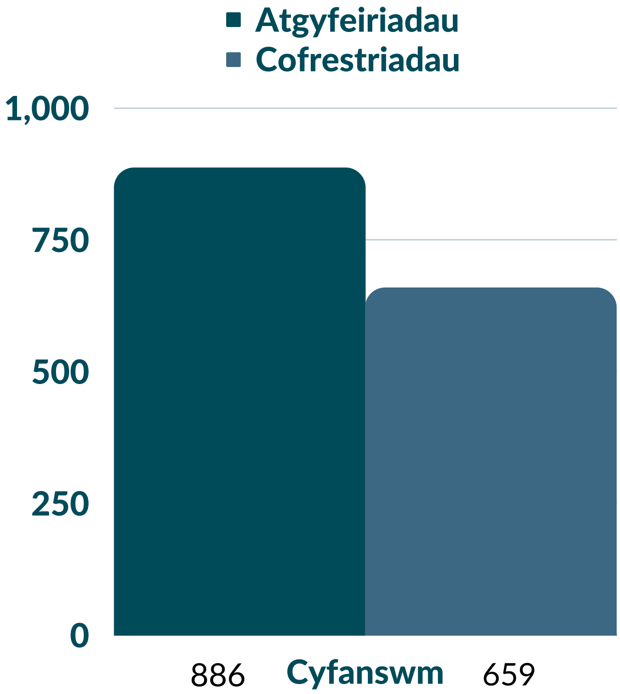
Roedd cleientiaid y gwasanaeth yn cyflwyno ag ystod o faterion a achoswyd neu a waethygwyd gan y pandemig, yn cynnwys

- Gorbryder ynghylch cael haint Covid-19 / gweld pobl eraill / dychwelyd i'r gweithle
- Gorbryder cymdeithasol
- Anawsterau wrth addasu i'r 'normal newydd'
- Straen ceisio cadw busnesau – yn enwedig busnesau newydd – i fynd
- Pwysau ariannol
- Straen yn gysylltiedig â gweithio o bell
- Newidiadau gorfodol i'w swydd
- Pwysau gwaith a straen gweithio o bell, ofni cael Covid – athrawon a darlithwyr
- Trawma, pwysau gwaith ac amodau gwaith heriol – y Gwasanaeth Iechyd Gwladol
- Profedigaeth
- Bwlio
- Anawsterau corfforol a niwrolegol yn gysylltiedig â Covid hir
- Arferion rheoli gwael yn achosi straen, yn cynnwys micro reoli a gweithredu camau disgyblu

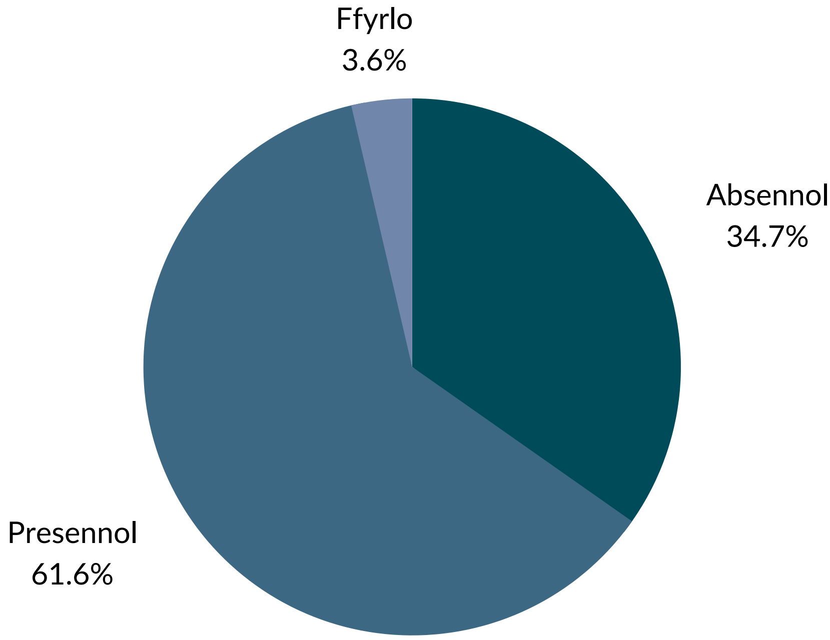
LLES AR GYFER GWEITHIO
WELLBEING FOR WORK

Ystadegau

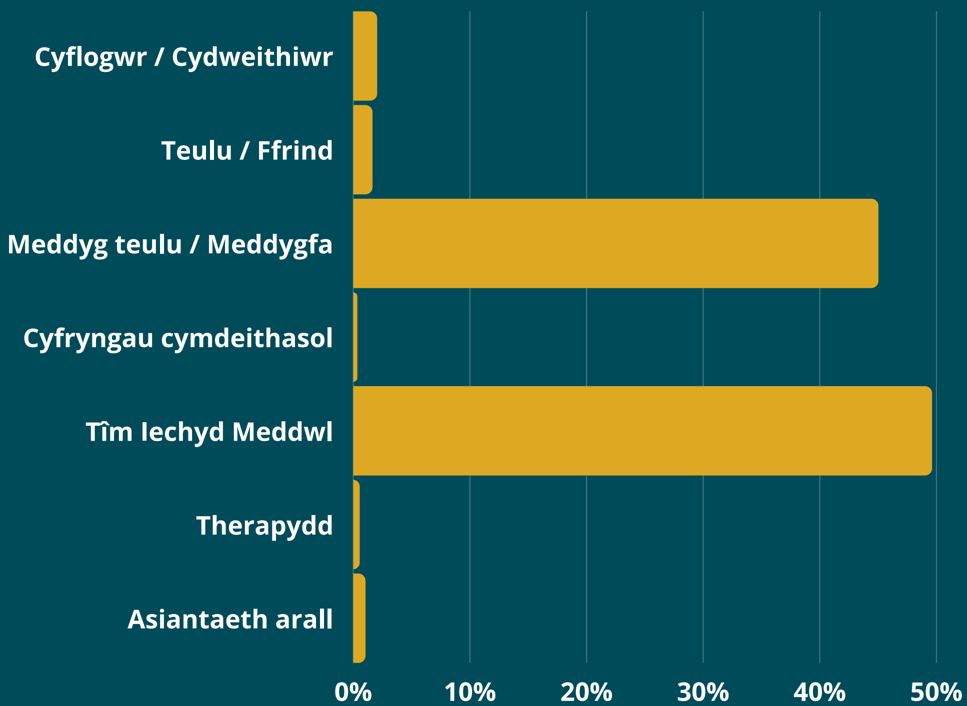
Rhywedd



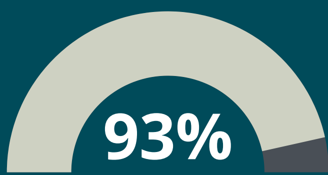
Statws y cyfranogwr

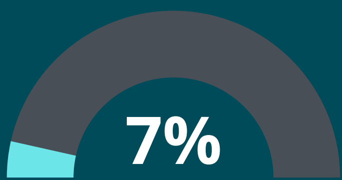


Sut roedd ein cleientiaid wedi clywed amdanom ni



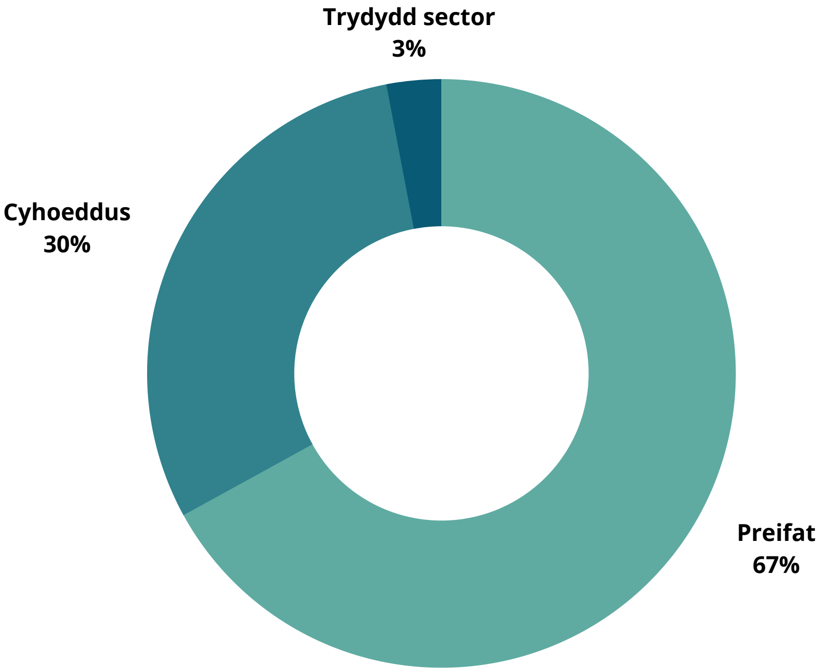
Y cymorth a Ddarparwyd



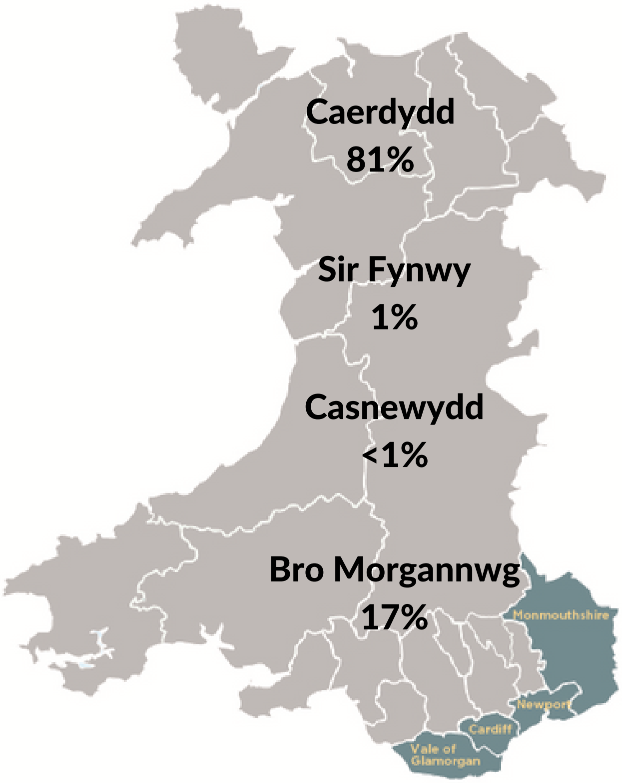


Ystadegau

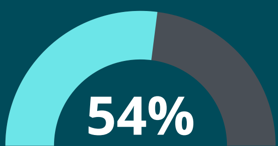
Sector cyflogaeth



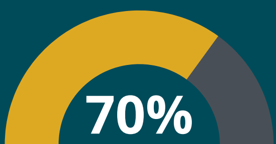
Siroedd cleientiaid



Deilliannau

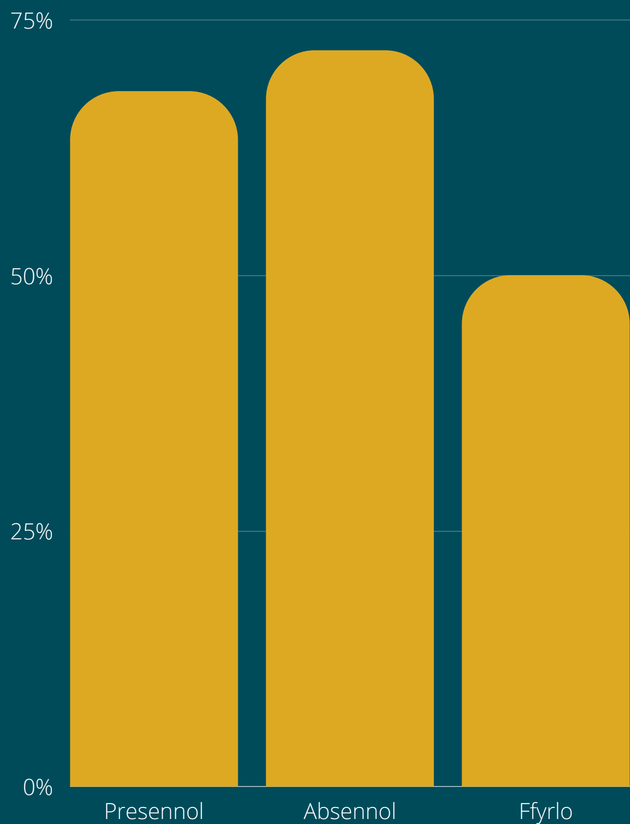


Gweithwyr absennol wedi dychwelyd i'r gwaith mewn pedair wythnos neu lai ar ôl cwblhau'r gwasanaeth



o'r cleientiaid cofrestredig wedi cofnodi bod eu cyflwr iechyd wedi gwella

Y cyflwr iechyd wedi gwella



LLES AR GYFER GWEITHIO
WELLBEING FOR WORK

*Cofnodwyd cyflyrau iechyd gan ddefnyddio holiadur hunan asesu iechyd EQ5D5L

LLES AR GYFER GWEITHIO
WELLBEING FOR WORK

Ymgysylltu â Rhanddeiliaid

RCS Wales Gwnaeth RCS Wales gynnal amrywiaeth o weithgareddau ymgysylltu â rhanddeiliaid i hyrwyddo'r gwasanaeth yn yr ardal ddaearyddol newydd hon. Roedd hyn yn cynnwys:

- Cyfathrebu â meddygon teulu a rhanddeiliaid allweddol trwy gynhyrchu bwletin electronig penodol i hyrwyddo llwyddiannau'r gwasanaeth
- Cynyddu hyrwyddo'r gwasanaeth trwy'r cyfryngau cymdeithasol yn cynnwys penodi cwmni Cysylltiadau Cyhoeddus i gynorthwyo â datblygu cynnwys allweddol ar gyfer y wasg a gorsafoedd radio lleol yn yr ardal
- Mynd i gyfarfodydd a digwyddiadau rhwydweithio allweddol yn rhithiol yn ardaloedd De Ddwyrain Cymru
- Gweithio â nifer o 'lysgenhadon' anffurfiol a oedd yn awyddus i hyrwyddo'r gwasanaeth ar draws eu rhwydweithiau eu hunain. Rhannu deunyddiau hyrwyddo i gefnogi marchnata ac ymgysylltu, yn cynnwys cardiau busnes a thaflenni electronig
- Mynd i gyfarfodydd chwarterol Nyrsio Seiciatryddol Cymunedol Remploy Cymru
- Mynd i gyfarfodydd amlasiantaeth De Ddwyrain Cymru dan arweiniad yr Adran Gwaith a Phensiynau gyda rhanddeiliaid allweddol De Ddwyrain Cymru yn bresennol
- Mynd i gyfarfod y Ffederasiwn Busnesau Bach i hyrwyddo'r gwasanaeth a gynigiwyd
- Hyrwyddo'r gwasanaeth i sefydliadau rhanddeiliaid allweddol, anfon bwletinau electronig rheolaidd a mynd i ddigwyddiad penodol i'r sector gydag Iechyd Cyhoeddus Cymru, Busnes Cymru, Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru, y Ffederasiwn Busnesau Bach, Remploy, Gyrfa Cymru,
- Canolfan Cydweithredol Cymru, Cwmnïau Cymdeithasol Cymru, cynghorau tref, MIND, Gweithredu dros Iechyd Meddwl Caerdydd a'r Fro a banc NatWest
- Wedi gweithio â thîm Iechyd Meddwl Cymunedol Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro, a gyfeiriodd lefel uchel o atgyfeiriadau yn ardal Caerdydd
- Wedi ymgysylltu â'r Arweinydd Partneriaethau yn People Plus yng nghyswllt y cynllun Ailgychwyn
- Wedi chwilio am gysylltiadau newydd yn ardal Casnewydd yn ogystal â hyrwyddo'r gwasanaeth i dîm Adnoddau Dynol Casnewydd Fyw a Chyngor Dinas Casnewydd
- Wedi hyrwyddo'r gwasanaeth i'r rhai sy'n gyfrifol am Bresgripsiynau Cymdeithasol yn lleol
- Wedi cyflwyno yng nghynhadledd ddigidol y Senedd – 'Gwella cyflogadwyedd a lleihau'r nifer heb waith yng Nghymru' – ym mis Rhagfyr 2021

Adborth gan Gleientiaid

Gwnaeth 74% o gleientiaid a roddodd adborth roi sgôr 5 allan o 5 i'r gwasanaeth

"Roeddwn i'n teimlo'n isel iawn ac wedi cael digon pan wnes i ddechrau'r sesiynau. Doeddwn i ddim yn obeithiol y byddai cwnsela ar y ffôn yn gwneud unrhyw wahaniaeth go iawn. Nawr, am y tro cyntaf ers hydoedd, rydw i'n ymddiried yn fy marn fwy ac rwy'n teimlo fy mod i'n gallu ymdopi'n well â rhai o'r pethau sy'n cael eu taflu ata' i yn hytrach na 'pharatoi ar gyfer y trawiad' yn unig"

"Fe wnaeth y gwasanaeth a gefais argraff fawr arna' i. Fe wnaeth wahaniaeth mawr i mi ac rydw i'n hynod ddiolchgar amdano."

"Mae RCS yn newid bywydau. Doedd gen i ddim syniad ei fod yn bodoli cyn i nyrs iechyd meddwl ei argymell. Roedd y staff yn wych, ac roedd y cwnsela'n wych. Fe wnaeth fy helpu i ganfod fy nhraed! Diolch RCS"

"Gwnaeth RCS weithredu'n gyflym iawn pan wnes i ffonio ac fe wnes i ddechrau'r cwnsela'r wythnos wedyn. Roeddwn i wedi codi ac yn symud o gwmpas o fewn wythnos trwy gymorth a chefnogaeth Shane (y cwnselydd). Roedd Shane efo fi bob cam o'r daith yn ystod y tair wythnos i gael fy hun yn ôl i'r gwaith. Roeddwn i'n barod i ddychwelyd i weithio ar 8 Ebrill, a chefais ddychwelyd yn raddol. Fyddwn i ddim wedi gallu gwneud hynny heb y sesiynau. Er bod y sesiynau wedi gorffen rydw i'n parhau i wneud cynnydd ac yn mynd i fwy o siopau"

"Dwi'n ddiolchgar iawn, iawn am y gwasanaeth hwn. Roedd y bobl yn broffesiynol ac yn dosturiol ac maen nhw'n darparu gwasanaeth hanfodol. Cefais fy nhrin ag urddas ac rwy'n falch iawn o Lywodraeth Cymru am gyllido'r gwasanaeth hwn a bod yno yn ystod cyfnod anodd. Daliwch ati efo'r gwaith da, a diolch o galon"

"Mae Andrew a'r cwnselydd oedd yn rhoi cymorth i mi, Sue, wedi newid fy mywyd yn gyfan gwbl. Roedd y ddau yn hollol anhygoel ac ni allaf eu canmol ddigon."