



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

www.llyw.cymru

Teithio i lechyd Gwell

Canllawiau ar Weithredu'r Polisi
i Ymarferwyr Gofal Iechyd
ar weithio'n effeithiol gyda
Sipsiwn a Theithwyr

Gorffennaf 2015

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

Cynnwys

Tudalen

Cyflwyniad	2
Pam fod angen y canllawiau hyn arnom?	2
Gwerth Cydweithio - I bwy y mae'r canllawiau hyn?	4
Beth mae'r canllawiau hyn yn ei wneud?	4
Canlyniadau defnyddio'r canllawiau	4
Arfer Effeithiol o ran Dylunio a Chyflenwi Gwasanaethau	5
Goresgyn rhwystrau i fynediad a chyfranogiad	5
<i>Gwasanaethau Meddygon Teulu a Gwasanaethau Gofal Sylfaenol eraill</i>	5
<i>Gwella Iechyd</i>	7
<i>Gofal Iechyd Darbodus</i>	8
<i>Gwersylloedd Diawdurdod</i>	8
<i>Hyfforddiant mewn Cymhwysedd Diwylliannol</i>	8
<i>Ymwybyddiaeth Ddiwylliannol</i>	9
Arfer a allai roi anogaeth i gyfranogi mewn gwasanaethau iechyd	11
<i>Gwerth Cymorth gan Gymheiriaid - Hyfforddiant i Sipsiwn a Theithwyr</i>	15
<i>Monitro Ethnigrwydd</i>	15
Asesiad o Anghenion Iechyd a Chwestiynau wrth Ddatblygu Gwasanaethau	16
Enghreifftiau o Arfer Effeithiol	17
Y Sylfaen Dystiolaeth	21
Pwy ydym yn ei olygu wrth y term Sipsiwn a Theithwyr?	21
Faint o Sipsiwn a Theithwyr sydd yng Nghymru?	21
Ble mae Sipsiwn a Theithwyr yn byw yng Nghymru?	21
<i>Llety Carafán</i>	21
<i>Llety (Tai) 'Brics a Morter'</i>	22
Beth ydym yn ei wybod am rhwystrau i fynediad at iechyd a gofal iechyd?	22
Beth ydym yn ei wybod am statws iechyd Sipsiwn a Theithwyr?	23
Diwylliant Sipsiwn a Theithwyr	23
<i>Llety ac Iechyd</i>	24
<i>Agweddau a Daliadau Sipsiwn a Theithwyr ynglŷn ag Iechyd</i>	25

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

Cyflwyniad

1. Safbwynt polisi Llywodraeth Cymru yw bod gan holl bobl Cymru hawl i'r un safonau uchel o ran gofal iechyd ac na ddylai unrhyw unigolyn sydd ag unrhyw un o'r nodweddion gwarchoddedig gael gwasanaeth o safon is. Rydym ni i gyd yn dymuno cael ein trin ag urddas a pharch ac mae gan Sipsiwn a Theithwyr yr un disgwyliadau.
2. Mae Deddf Cydraddoldeb 2010 yn gosod dyletswydd ar awdurdodau cyhoeddus, gan gynnwys Byrddau Iechyd Lleol, i roi sylw dyledus i hybu cydraddoldeb ar gyfer pobl â nodweddion gwarchoddedig. Mae rhoi sylw dyledus i hybu cydraddoldeb yn golygu:
 - Dileu neu leihau i'r eithaf anfanteision a ddiweddefir gan bobl oherwydd eu nodweddion gwarchoddedig;
 - Cymryd camau i ddiwallu anghenion pobl o grwpiau gwarchoddedig lle mae'r rhain yn wahanol i anghenion pobl eraill.
3. Bydd angen cymryd y camau gweithredu uchod i sicrhau mynediad teg at iechyd a gofal iechyd ar gyfer Sipsiwn a Theithwyr
4. Mae'r canllawiau hyn wedi'u bwriadu i gynorthwyo ymarferwyr gofal iechyd i weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr ac, wrth wneud hynny, cynorthwyo Byrddau Iechyd Lleol i gyflawni eu dyletswydd statudol bresennol i hybu cydraddoldeb ar eu cyfer. Mae 'ymarferwyr gofal iechyd' yn cyfeirio at staff proffesiynol sy'n cael eu cyflogi gan Fyrddau Iechyd ac Ymddiriedolaethau'r GIG. Maent hefyd yn Feddygon Teulu. Byddant, er enghraifft, yn feddygon, nyrsys, fferyllwyr, optometryddion, deintyddion, therapyddion galwedigaethol a dietegwyr. Bydd nifer o broffesiynau eraill hefyd yn dod o dan y disgrifiad hwn. Mae'r canllawiau hefyd yn ymateb i'r pedwar Amcan Iechyd sydd wedi'u cynnwys yn Fframwaith Gweithredu Llywodraeth Cymru ar gyfer Sipsiwn a Theithwyr *Teithio i Ddyfodol Gwell*¹.
5. Mae'r canllawiau hefyd yn tynnu ar egwyddorion datblygol Llywodraeth Cymru o ran *Gofal Iechyd Darbodus*². Un datblygiad sy'n arbennig o berthnasol i'r canllawiau hyn yw'r newid i gyd-gynhyrchu ym maes gofal iechyd, sy'n golygu y bydd dinasyddion a defnyddwyr gwasanaethau'n chwarae rhan fwy yn y broses o benderfynu beth sydd orau iddynt o ran eu hiechyd.

Pam fod angen y canllawiau hyn arnom?

6. Mae Sipsiwn Romani a Theithwyr Gwyddelig yn grwpiau ethnig cydnabyddedig a warchodir gan Ddeddf Cydraddoldeb 2010. Nid ydynt yn grŵp unffurf ond maent yn rhannu profiad a chryn dystiolaeth iddo o fynediad gwael at ofal iechyd a chanlyniadau iechyd gwael (gweler y Llyfryddiaeth). Mae angen y canllawiau a geir yma am yr union resymau hyn: **ceir gwahaniaeth mawr rhwng profiad Sipsiwn a Theithwyr a gweddill y boblogaeth yng Nghymru mewn perthynas ag iechyd ac mae'r sefyllfa hon wedi bodoli'n gyson dros y tymor hir.**

1

<http://wales.gov.uk/topics/people-and-communities/communitycohesion/publications/travellingtoabetterfuture/?skip=1&lang=cy>

² http://emailimages.co.uk/phw_prudent_healthcare/index.html

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

7. Mae nifer o ddarnau o ymchwil gynradd ac eilaidd wedi cael eu cyflawni, ar lefel y DU gyfan ac yng Nghymru. Mae'r rhain yn datgelu cryn dipyn am y canlyniadau iechyd gwael a brofir gan Sipsiwn a Theithwyr. Ar y cyfan, mae'r ymchwil³ yn dweud y canlynol wrthym am Sipsiwn a Theithwyr o'u cymharu â'r boblogaeth gyffredinol:
- eu bod yn byw bywydau byrrach;
 - eu bod yn dioddef afiechyd cronig megis clefyd cardiofasgwlaidd, canser, diabetes, asthma a chyflyrau anadlol eraill. Mae ganddynt gyfraddau strôc uwch hefyd;
 - bod ganddynt iechyd meddwl gwaeth, o gyflyrau ysgafn a chymedrol i gyflyrau difrifol a pharhaus;
 - bod ganddynt iechyd deintyddol gwaeth;
 - bod ganddynt gyfraddau uwch o ran marw-enedigaethau, marwolaeth amenedigol ac iselder ôl-enedigol;
 - bod ganddynt gyfraddau uwch o ran cyflyrau etifeddol o ganlyniad i briodasau rhwng pobl o'r un gwaed;
 - bod ganddynt lefelau is o ran brechlynnau/imiwneiddiadau plentyndod;
 - eu bod yn ysmegu ac yn yfed mwy;
 - bod ganddynt ddiet gwaeth;
 - bod ganddynt gyfraddau damweiniau uwch;
 - bod ganddynt gyfraddau uwch o ran trais domestig

Mae tystiolaeth yn dod i'r amlwg hefyd o lefelau uwch o ran camddefnyddio sylweddau. Mae paragraffau 62 i 68 yn sôn mwy am statws iechyd Sipsiwn a Theithwyr.

8. O safbwynt hawliau dynol gall Sipsiwn a Theithwyr brofi anghydraddoldeb ym maes gofal iechyd mewn ystod o ffyrdd. I'r rhai sy'n teithio, mae'r diffyg cyfeiriad parhaol y mae rhai staff gofal sylfaenol⁴ yn ei ystyried yn angenrheidiol i gael mynediad at ofal iechyd, yn atgyfnerthu mynediad gwahaniaethol at iechyd a gofal iechyd. Mae'n bosibl nad oes cyfeiriad gan y rheini nad ydynt yn teithio hyd yn oed, er enghraifft os yw teulu'n byw ar safle diawdurdod efallai na fydd ganddynt gyfeiriad i'w ddefnyddio. Hefyd, mae peth ymchwil⁵ wedi datgelu achosion lle na chaniateir i Sipsiwn a Theithwyr gofrestru am eu bod yn Sipsiwn a Theithwyr. Ar y cyfan, gellir dadlau bod amodau gwahaniaethol mewn perthynas â gofal iechyd yn tanseilio'r hawl i fywyd ei hun.
9. Er bod gan Fyrddau Iechyd Lleol gyfrifoldeb i sicrhau mynediad at ofal sylfaenol ar gyfer eu poblogaeth gyfan, mae'n hanfodol sicrhau bod Sipsiwn a Theithwyr yn deall ac yn gallu defnyddio'r hawl honno.

³ Ymchwil enghreifftiol-

http://live.ehrc.precedenthost.co.uk/uploaded_files/research/12inequalities_experienced_by_gypsy_and_traveller_communities_a_review.pdf ; <http://www.bristolmind.org.uk/files/docs/research/gypsy-traveller-research-summary.pdf> ; <https://www.shf.ac.uk/scharr/research/publications/travellers> ; www.disability-equality.org.uk/.../cfa5ecd2a7e54517ab0e32233559eca5.pdf

⁴ Ymchwil Enghreifftiol -

<http://www.better-health.org.uk/resources/research/fair-access-all-gypsies-and-travellers-sussex-gp-surgeries-and-barriers-primary-h>

⁵ <http://kar.kent.ac.uk/24443/>

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

10. Prif fwiad y canllawiau hyn yw bod o fudd i Sipsiwn a Theithwyr sydd yn cael eu gwarchod gan Ddeddf Cydraddoldeb 2010, o ganlyniad i'w statws ethnig.

Gwerth Cydweithio - I bwy y mae'r canllawiau hyn?

11. Mae'r canllawiau hyn i staff sy'n gweithio yn y sector gofal iechyd statudol: y rhai sy'n dylunio, yn comisiynu ac yn darparu gwasanaethau. Dylent fod yn adnodd defnyddiol hefyd i staff sy'n gweithio mewn sectorau eraill, fel ym maes Gwasanaethau Cymdeithasol a gofal cymdeithasol, gwasanaethau cyhoeddus eraill a'r trydydd sector. Yn aml mae angen cydweithio i ddarparu gwybodaeth, cyngor a gwasanaethau effeithiol i gymunedau Sipsiwn a Theithwyr (a chymunedau eraill). Mae ymchwil a gwaith maes wedi dangos bod canlyniadau mwy effeithiol a sefydlog wedi'u cyflawni ar gyfer pobl pan fo gwasanaethau wedi cydweithio'n lleol a phan fo perthynas wedi datblygu. Yn aml mae gan Sipsiwn a Theithwyr, ynghyd â gweddill y boblogaeth, amrywiaeth o anghenion sydd angen eu diwallu. Er enghraifft, mewn perthynas â gofal iechyd, weithiau mae angen diwallu anghenion gofal cymdeithasol, tai ac anghenion eraill. Felly mae'r canllawiau hyn yn cynnwys materion all gael eu trosglwyddo'n gyfartal y tu hwnt i leoliadau iechyd, yn arbennig yr adrannau craidd ynghylch *Ymwybyddiaeth Ddiwylliannol* ac *Arfer a allai roi anogaeth i gyfranogi mewn gwasanaethau iechyd*.

Beth mae'r canllawiau hyn yn ei wneud?

12. Mae'r canllawiau'n rhoi cyngor i ymarferwyr gofal iechyd o ran sut i weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr ac yn rhoi enghreifftiau o arfer yr ymddengys ei fod yn gweithio gyda hwy.
13. Mae'r canllawiau hyn yn nodi'r sylfaen dystiolaeth ac yn darparu'r rhesymeg dros eu cyhoeddi. Mae *Rhaglen Lywodraethu*⁶ Llywodraeth Cymru'n nodi'n glir yr angen i wella mynediad a phrofiad cleifion, atal afiechyd a lleihau anghydraddoldebau iechyd ar gyfer holl boblogaeth Cymru, gan gynnwys Sipsiwn a Theithwyr. Mae *Teithio i Ddyfodol Gwell* yn mynd ymhellach trwy ddatgan pwysigrwydd cynnwys Sipsiwn a Theithwyr wrth ddatblygu polisiau ac arferion a fydd yn effeithio arnynt a'r angen i sefydlu a chasglu gwybodaeth sylfaenol am statws iechyd y cymunedau hyn.
14. Hefyd darperir llyfryddiaeth helaeth sy'n cynnwys ymchwil a thystiolaeth sy'n ymwneud â gofal iechyd a diwylliant Sipsiwn a Theithwyr, ynghyd â dolenni i adnoddau a chysylltiadau defnyddiol.
15. Yn ogystal â hynny darperir atodiadau sy'n dangos Amcanion Iechyd *Teithio i Ddyfodol Gwell*, disgrifiad o'r broses weithio a gyflawnwyd wrth baratoi'r canllawiau hyn, yr adran o'r contract Gwasanaethau Meddygol Cyffredinol sy'n nodi'r gofynion ar gyfer cofrestru cleifion, adran enghreifftiol ar iechyd i'w chynnwys mewn protocol ar y cyd ar gyfer rheoli gwerysloedd diawdurdod, ffurflen enghreifftiol ar gyfer Asesiad o Anghenion Iechyd, cyfres o faterion a chwestiynau yn ymwneud â datblygu gwasanaethau a chyfres o ddeg o Fesurau Canlyniadau ar gyfer Byrddau Iechyd Lleol a Llywodraeth Cymru.

⁶ <http://wales.gov.uk/about/programmeforgov/healthcare/?skip=1&lang=cy>

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

Canlyniadau defnyddio'r canllawiau hyn

16. Mae rhai o'r canlyniadau a ddisgwylir pan fydd y canllawiau hyn yn cael eu defnyddio'n cynnwys:
 - Mwy o wybodaeth gan ymarferwyr am ddiwylliant a thraddodiadau Sipsiwn a Theithwyr;
 - Mwy o wybodaeth gan ymarferwyr am statws iechyd ac anghenion iechyd Sipsiwn a Theithwyr;
 - Mwy o hyder gan ymarferwyr i weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr;
17. Yn gysylltiedig â mwy o wybodaeth a hyder gan ymarferwyr, mae disgwyliad y bydd mwy o hyder ymhlith Sipsiwn a Theithwyr i ddeall a chyfathrebu eu hanghenion iechyd eu hunain ac i ddefnyddio gwasanaethau iechyd. Mae paragraff 27 yn nodi safbwynt Llywodraeth Cymru o ran gofal iechyd darbodus ac mae gofal iechyd a gyd-gynhyrchir yn greiddiol i hyn. Bydd mwy o wybodaeth a hyder gan ymarferwyr yn helpu Sipsiwn a Theithwyr i wella eu hiechyd eu hunain ac iechyd eu teuluoedd a'u cymunedau.
18. Hefyd yn gysylltiedig â gwell gwybodaeth a hyder gan ymarferwyr, dros amser disgwylir y bydd cydraddoldeb wedi cael ei hybu gan y bydd y statws iechyd cyffredinol gwael a'r canlyniadau iechyd gwael y mae Sipsiwn a Theithwyr yn eu profi ar hyn o bryd wedi cael eu gwella. Canfu dogfen gwmpasu a baratowyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru nad oes unrhyw enghreifftiau o ddangosyddion iechyd rheolaidd ar gyfer Sipsiwn a Theithwyr yng Nghymru ar hyn o bryd. Mae'r ffordd y caiff y gwelliant ei nodi a'i fesur yn fater allweddol felly rydym wedi cynnwys ffurflen enghreifftiol ar gyfer cynnal Asesiad o Anghenion Iechyd (Atodiad 5) fel modd i gasglu data sylfaenol ynghylch iechyd.
19. Bydd y gwaith hwn hefyd yn cyfrannu at ddatblygu'r adran sy'n ymwneud â Sipsiwn a Theithwyr yn y *Cynlluniau Gweithredu ar Iechyd Grwpiau Digartref ac Agored i Niwed*⁷ lleol sy'n ofynnol i bob Bwrdd Iechyd Lleol eu cynhyrchu: sef gweithredu yn unol ag adran 14 o Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014, sy'n rhoi dyletswydd ar Fyrddau Iechyd Lleol ac awdurdodau lleol ar y cyd i ymgymryd ag asesiadau o anghenion poblogaethau; ac i Fyrddau Iechyd Lleol ddatblygu Cynlluniau Tymor Canolig Integredig.
20. Mae'r angen i sefydlu'r gwaelodlin ar gyfer anghenion iechyd Sipsiwn a Theithwyr ac i'r data hwnnw gael ei gasglu o hyn ymlaen hefyd wedi'i gynnwys fel Mesurau Canlyniad ar gyfer Byrddau Iechyd Lleol a gyhoeddir ar y cyd â'r canllawiau hyn. Y bwriad hefyd yw y bydd y data am anghenion iechyd a gesglir yn cael eu rhannu â Llywodraeth Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru er mwyn dadansoddi unrhyw welliannau o ran iechyd, neu fel arall, ymhlith Sipsiwn a Theithwyr.

Arfer Effeithiol o ran Dylunio a Chyflenwi Gwasanaethau

21. Mae'r adran hon yn rhoi cyngor ynghylch gweithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr.

⁷ <http://wales.gov.uk/topics/health/nhswales/healthservice/homeless/?skip=1&lang=cy>

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

Goresgyn rhwystrau i fynediad a chyfranogiad

Gwasanaethau Meddygon Teulu a Gwasanaethau Gofal Sylfaenol eraill

22. Mae tystiolaeth o achosion lle'r oedd Sipsiwn a Theithwyr wedi cael eu hatal rhag cofrestru mewn meddygfeydd teulu, er enghraifft am nad oedd modd darparu cyfeiriad parhaol. Roedd yr ymweliadau â safleoedd a gynhaliwyd i baratoi'r canllawiau hyn yn awgrymu bod hon yn broblem anfyfych yng Nghymru, yn enwedig i'r rhai sy'n byw ar safleoedd awdurdodedig. Mae'r mater hwn felly'n ymwneud yn bennaf â'r rhai sy'n teithio neu'n byw mewn lle y maent yn debygol o gael eu troi allan ohono. Pa un a yw Sipsiwn a Theithwyr yn byw bywyd nomadaidd ai peidio, ni ddylent gael eu hatal rhag cael mynediad at wasanaethau meddyg teulu: y gofyniad cyfreithiol i alluogi rhywun i gofrestru gyda meddyg teulu yw ei fod yn breswlydd yn y DU. Felly, fel gyda'r boblogaeth gyffredinol, mae hawl gan Sipsiwn a Theithwyr i gael triniaeth gan feddyg teulu fel preswlydd parhaol neu dros dro (Gweler Atodiad 3). Os yw Sipsi neu Deithiwr yn teimlo'i fod wedi cael ei atal rhag cofrestru am ei fod yn Sipsi neu Deithiwr, mae Deddf Cydraddoldeb 2010 yn darparu cyfle i herio hyn. Gellir gwneud hyn trwy holiadur Deddf Cydraddoldeb 2010⁸.
23. Mae meddygon teulu'n gyfrifol am hyfforddi staff y dderbynfa a staff gweinyddol arall yn eu practis. Pa un a yw'n hysbys ai peidio bod poblogaeth Sipsiwn a Theithwyr yn byw yn ardal y practis a ni waeth beth fo'u statws o ran llety, byddai o fudd i'r practis sicrhau bod holl staff y practis yn ymwybodol o'u rhwymedigaethau i gofrestru pobl. Os oes gan y Sipsi neu Deithiwr sgiliau llythrennedd gwael, dylai staff fod yn sensitif i hyn a chynnig ei gynorthwyo i gwblhau unrhyw ffurflenni gofynnol. Os nad yw'r Sipsi neu Deithiwr yn gallu dangos unrhyw dystiolaeth i brofi pwy ydyw yna mae angen dangos lefel o hyblygrwydd. Er enghraifft mae'r gofrestr etholiadol yn ei gwneud yn ofynnol i Sipsiwn a Theithwyr ddatgan bod ganddynt gysylltiad lleol. Mae gan etholwyr sydd wedi'u cofrestru trwy ddatganiad o gysylltiad lleol ddarpariaethau arbennig sy'n rhoi'r hawl iddynt gofrestru er nad ydynt yn ateb y gofyniad o ran bod yn breswlydd. Mae rhywun sy'n gwneud cais i gofrestru ar gyfer pleidleisio gan ddefnyddio datganiad o gysylltiad lleol yn llofnodi i ddweud ei fod yn aml yn treulio cryn dipyn o amser mewn ardal. Nid yw'r term 'cryn dipyn' wedi'i ddiffinio mewn cyfraith etholiadol ac felly nid oes meini prawf o ran yr hyn a fyddai'n gyfystyr â chyfnod o amser o'r fath.
24. O ran apwyntiadau, mae'r lefelau llythrennedd is ymhlith rhai Sipsiwn a Theithwyr yn golygu nad yw cyfathrebiadau ysgrifenedig wastad yn briodol. Dylai practisiau meddygon teulu a gwasanaethau gofal sylfaenol eraill sefydlu ffyrdd o hysbysu ac atgoffa Sipsiwn a Theithwyr ynghylch apwyntiadau trwy neges destun a thros y ffôn. Mae gadael neges ar beiriant ateb neu neges llais neu recordio neges atgoffa ar lafar ar recordydd llais ffôn symudol aelod o'r gymuned hefyd wedi profi'n ddefnyddiol. Fodd bynnag, cyfathrebu wyneb yn wyneb fydd yn ennyn yr ymatebion mwyaf cadarnhaol ar y cyfan. Mae'n werth datblygu perthynas gyda phrosiectau cymorth lleol ar gyfer Sipsiwn a Theithwyr (megis y Prosiect Undod yn Sir Benfro, Sir Gaerfyrddin a Cheredigion a Phrosiect Sipsiwn a Theithwyr Caerdydd a'r Fro – gweler y Cysylltiadau Defnyddiol) a chyda rheolwyr safleoedd awdurdodedig. Gall y ddau gynorthwyo Sipsiwn a Theithwyr gyda chyfathrebu ym maes iechyd a mathau

⁸ <https://www.gov.uk/government/publications/process-for-complaints-under-the-equality-act-2010>

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

eraill o gyfathrebu ffurfiol ac maent eisoes yn gwneud hynny. Hefyd, datgelodd gwaith a wnaed wrth baratoi'r canllawiau hyn bod rhai Cynghorau Cydraddoldeb Hiliol lleol yn darparu cyfeiriad post ar gyfer Sipsiwn a Theithwyr nad oes un ganddynt. Caiff y rhain eu defnyddio ar gyfer llythyrau ynghylch apwyntiadau iechyd a gohebiaeth arall a darperir cymorth tebyg i'r hyn a nodir uchod hefyd.

25. Byddwch yn hyblyg ynglŷn â hyd apwyntiadau a'r potensial ar gyfer apwyntiadau hwy neu sawl apwyntiad os bydd mwy nag un claf o'r un teulu yn gofyn am gael ei weld. Hefyd byddwch yn hyblyg ynghylch aelodau eraill o'r teulu yn dod yn lle'r sawl a wnaeth yr apwyntiad yn wreiddiol ac yn gofyn i gael eu gweld mewn perthynas â'u hanghenion eu hunain. Mae hefyd yn bwysig nodi, hyd y gellir, pa un a fydd aelodau o'r gymuned yn gweld meddyg teulu gwrywaidd ynteu benywaidd cyn eu hapwyntiad. Mae model practis meddygon teulu Market Harborough ar gyfer gwasanaeth ychwanegol yn nodi ffyrdd y mae mynediad ar gyfer Sipsiwn a Theithwyr wedi cael ei wella a cheir mwy o wybodaeth yn y Llyfryddiaeth.

Gwella Iechyd

26. Mae dileu rhwystrau i ofal iechyd yn ymwneud nid dim ond â chynyddu cofrestrïadau gyda meddygon teulu a darparwyr gwasanaethau gofal sylfaenol eraill. Mae'n ymwneud hefyd ag ysgogi ffyrdd iachach o fyw trwy wneud gwasanaethau o'r math yma'n fwy hygyrch. Mae ymchwil⁹ yn dangos, mewn rhai cymunedau Sipsiwn a Theithwyr er enghraifft, bod plant mwy yn cael eu hystyried yn iach a bod archwaeth gwael yn cael ei ystyried yn achos gofid. Gall faint o fwyd y mae plant yn ei fwyta gael ei ystyried yn bwysicach nag ansawdd maethol y bwyd hwnnw. Mae a wnelo hyn â'r ffordd o feddwl a nodir ym mharagraff 71 ynglŷn â byw o ddydd i ddydd. I'r gwrthwyneb, mae ymchwil arall yn dangos bod gochelgarwch cyffredinol ynghylch bwydydd 'annaturiol' ac ychwanegion er bod rhai gwahaniaethau gan ddibynnu ar oedran. Mae ymweliadau a gynhaliwyd wrth ddatblygu'r canllawiau hyn wedi dangos bod llawer o Sipsiwn a Theithwyr yn gwybod eu bod dros eu pwysau (er enghraifft, ceir cyfraddau diabetes uchel yn enwedig ymhlith dynion a'r rheiny wedi datblygu am eu bod dros eu pwysau). Maent hefyd yn gwybod bod ymarfer corff yn llesol, bod ysmegu'n achosi clefydau a marwolaeth a bod yfed gormod hefyd yn niweidiol. Fodd bynnag, nid yw mesurau i frwydro'n erbyn y rhain yn bodoli'n rheolaidd mewn ffordd sy'n cyfleu'r niwed a achosir gan y rhain yn effeithiol i Sipsiwn a Theithwyr ac nid oedd y Sipsiwn a Theithwyr y siaradwyd gyda hwy yn ystod y gwaith maes wedi cael unrhyw gyngor priodol ar wella iechyd. Mae paragraff 23 a gwybodaeth mewn mannau eraill yn cyfeirio at y lefelau llythrennedd isel ymhlith Sipsiwn a Theithwyr a bydd angen i'r mater yma gael ei gymryd i ystyriaeth wrth ddatblygu cyfathrebiadau ynghylch gwella iechyd. Mae enghreifftiau o adnoddau sydd wedi'u bwriadu i gynorthwyo pobl sy'n gweithio gyda Sipsiwn a Theithwyr mewn perthynas â diabetes a rhoi'r gorau i ysmegu i'w cael yn y Llyfryddiaeth.
27. Dengys ymchwil fod nifer y Sipsiwn a Theithwyr sy'n defnyddio rhaglenni sgrinio'n is na'r boblogaeth gyffredinol. Mae'r ffurflen enghreifftiol ar gyfer Asesiad o Anghenion Iechyd yn Atodiad 5 yn rhoi sylw i lawer o'r materion iechyd y mae rhaglenni sgrinio'n bodoli ar eu cyfer. Mae hefyd yn cynnwys brechlynnau/imiwneiddiadau plentyndod, sy'n faes arall y mae'r gyfradd derbyn ymhlith Sipsiwn a Theithwyr yn isel ynddo yn ôl gwaith ymchwil. Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn gwneud gwaith ar hyn o bryd i

⁹ <https://www.shef.ac.uk/scharr/research/publications/travellers>

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

gynyddu nifer y Sipsiwn a Theithwyr sy'n defnyddio rhaglenni sgrinio iechyd cyhoeddus.

28. Gan fod gan Sipsiwn a Theithwyr ddisgwyliad oes is na'r boblogaeth gyffredinol, cynghorir sefydliadau iechyd sy'n darparu rhaglenni sgrinio a gynigir ar oedran penodol i gynnig y gwasanaethau hyn i aelodau o'r gymuned ar oedran cynharach. Wrth wneud hyn, bydd yn bwysig sicrhau aelodau o'r gymuned ynghylch gwerth sgrinio at ddibenion ataliol i oresgyn y mathau o ofnau sy'n arwain at osgoi sgrinio¹⁰.

Gofal Iechyd Darbodus

29. Safbwynt polisi Llywodraeth Cymru mewn perthynas â gofal iechyd yn newid, gan ganolbwyntio'n llai ar wella ac yn fwy ar atal. Er bod ymchwil a gwaith maes wedi dangos bod Sipsiwn a Theithwyr yn profi anawsterau wrth geisio mynediad at ofal iechyd ac felly nad ydynt yn eu defnyddio'n effeithiol, mae egwyddorion gofal iechyd darbodus yn berthnasol i'r grwpiau hyn fel y maent i'r boblogaeth gyfan yng Nghymru. Byddai buddsoddi mewn mesurau megis deunyddiau neu ddulliau cyfathrebu sy'n hygyrch i Sipsiwn a Theithwyr ac sy'n hybu iechyd gwell ac a ddatblygwyd mewn partneriaeth gyda hwy a'r sefydliadau sy'n gweithio gyda hwy yn ffordd effeithiol o ddangos egwyddorion gofal iechyd darbodus.

Gwersylloedd Diawdurdod

30. Mae Llywodraeth Cymru'n datgan y dylai awdurdodau cyhoeddus sicrhau bod Aseiad Lles o feddianwyr gwerylloedd yn cael ei gynnal cyn y cymerir unrhyw gamau troi allan. Mae'n ofynnol i awdurdodau cyhoeddus weithredu'n rhesymol ac yn gymesur wrth gyflawni eu swyddogaethau, ac mae cynnal Aseiad Lles effeithiol yn rhan allweddol o ddangos hyn. Mewn rhai ardaloedd, mae Ymwelwyr Iechyd neu staff nyrsio Gofal Sylfaenol yn cynnal Aseidiadau Lles o Sipsiwn a Theithwyr ar ran awdurdodau lleol. Os bydd aseidiadau o'r fath yn datgelu angen o ran iechyd y mae'n ofynnol rhoi sylw iddo ar unwaith, mae'n annhebygol y bydd unrhyw gamau troi allan arfaethedig yn cael eu caniatáu gan y Llys. Ceir canllawiau pellach ar gynnal Aseidiadau Lles yn nogfen Llywodraeth Cymru *Canllawiau ar Reoli Gwersylla Diawdurdod*¹¹

Hyfforddiant mewn Cymhwysedd Diwylliannol

31. Mae Deddf Cydraddoldeb 2010 yn gosod rhwymedigaeth ar awdurdodau cyhoeddus i hybu cydraddoldeb mewn modd cadarnhaol ac nid dim ond osgoi gwahaniaethu. Mae'r ddyletswydd cydraddoldeb gyffredinol yn datgan bod rhaid i sefydliadau gofal iechyd a'u staff roi sylw dyladwy i'r angen i:
- Ddileu gwahaniaethu anghyfreithlon, aflonyddu ac erledigaeth ac ymddygiad arall a waherddir gan y Ddeddf;
 - Hybu cyfle cyfartal rhwng pobl sy'n rhannu nodwedd warchoddedig a'r rhai nad ydynt;

¹⁰ <https://www.sheffield.ac.uk/scharr/research/publications/travellers>

¹¹ <http://wales.gov.uk/topics/localgovernment/publications/guidecamping/?skip=1&lang=cy>

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

- Meithrin perthnasoedd da rhwng pobl sy'n rhannu nodwedd warchoddedig a'r rhai nad ydynt.
32. Yng nghyd-destun darparu gofal iechyd, mae rhoi sylw dyladwy i hybu cydraddoldeb yn golygu:
- Dileu neu leihau i'r eithaf anfanteision a ddiweddefir gan bobl oherwydd eu nodweddion gwarchoddedig;
 - Cymryd camau i ddiwallu anghenion pobl o grwpiau gwarchoddedig lle mae'r rhain yn wahanol i anghenion pobl eraill.
33. Un ffordd bwysig o ddangos sylw dyladwy yw hyfforddi staff gofal iechyd mewn cymhwysedd diwylliannol.
34. Dylai hyfforddiant cydraddoldeb fod yn cael ei ddarparu'n rheolaidd yn barod er mwyn sicrhau'r gydymffurfiaeth ofynnol â Deddf Cydraddoldeb 2010 gan yr holl gyrrff cyhoeddus a dylai BILlau sicrhau bod gan staff gyfleoedd pellach i ddatblygu gwybodaeth ac arbenigedd mewn materion diwylliannol.
35. Sipsiwn a Theithwyr yw'r bobl y mae'r boblogaeth gyffredinol yn lleiaf tebygol o gael cyswllt â hwy. Effaith hyn yw bod diwylliant Sipsiwn a Theithwyr a'u ffordd o fyw yn parhau i fod yn anhysbys a bod adroddiadau yn y cyfryngau, sydd fel arfer yn afffariol, yn dal i fod yr unig ffynhonnell wybodaeth i'r boblogaeth gyffredinol.
36. Mae cymhwysedd diwylliannol yn broses sy'n golygu mynd ati'n barhaus i ddatblygu a mireinio eich gallu i ddarparu gofal iechyd effeithiol, gan ystyried daliadau, ymddygiad ac anghenion diwylliannol pobl. Bydd datblygu dealltwriaeth dda am ddiwylliant Sipsiwn a Theithwyr yn gwella cyfathrebu trwy hwyluso'r hyblygrwydd a'r natur agored sy'n angenrheidiol ar gyfer rhyngweithio rhwng pobl o gefndiroedd gwahanol.
37. Er mwyn datblygu dealltwriaeth am ddiwylliant Sipsiwn a Theithwyr, bydd yn bwysig canfod pa lefelau o wybodaeth ac agweddau sydd gan ymarferwyr gofal iechyd ar hyn o bryd. Caiff enghreifftiau o ffyrdd y gellid gwneud hyn eu disgrifio mewn ymchwil¹² ¹³ a byddai angen i unrhyw hyfforddiant pellach sy'n ofynnol gael ei ddatblygu gyda'r Sipsiwn a Theithwyr eu hunain.

Ymwybyddiaeth Ddiwylliannol

38. Mae Sipsiwn a Theithwyr yn awyddus i rannu eu diwylliant a'u daliadau ac os ydych yn ansicr ynghylch unrhyw beth, mae cwestiynau wastad yn cael eu croesawu. Mae gwneud hyn yn dangos parch ac yn lleihau'r risg y bydd rhywbeth yn cael ei wneud gan gredu'n anghywir ei fod yn gywir yn ddiwylliannol.
39. Wrth ymweld â safleoedd, mae hefyd yn bwysig bod ymarferwyr gofal iechyd yn glir ynghylch eu rhesymau dros ymweld. Mae preifatrwydd yn bwysig iawn i Sipsiwn a

¹² Francis, 2013. *Developing the Cultural Competence of Health Professionals Working with Gypsy Travellers*

¹³ Nursing Times, Hydref 2011. *Attitudes towards Gypsy Travellers*

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

Theithwyr a gallai unrhyw ymyrraeth yn yr hyn y maent hwy'n eu hystyried yn bryderon preifat iddynt arwain at golli ymddiriedaeth yn gyflym gyda'r ymarferydd dan sylw.

40. Isod ceir cyngor a fyddai'n dangos lefel sylfaenol o ymwybyddiaeth ddiwylliannol am Sipsiwn a Theithwyr:

Wrth fynd i mewn i garafán neu lety 'bricks a mortar' rhywun, gofynnwch a oes angen i chi dynnu eich esgidiau. Mae hyn yn gysylltiedig â thraddodiad diwylliannol craidd sy'n ymwneud â glendid y cartref.

Mae Sipsiwn a Theithwyr yn defnyddio sincipiau ar wahân i olchi eitemau gwahanol. Os ydych yn darparu gofal iechyd yng nghartref rhywun, dylech ganfod pa gyfleusterau y gellir eu defnyddio ar gyfer pa weithgaredd.

Cyfeirir at rai Sipsiwn a Theithwyr fel Modryb neu Ewythr fel arwydd o barch gan aelodau o'r teulu agosaf ac estynedig. Mae'n werth canfod a fyddai croeso i chi wneud hyn cyn unrhyw gyfathrebu ar lafar.

Ceisiwch beidio â gwrthod cynnig o letygarwch, megis te neu goffi. Gofynnwch am ddŵr yn lle hynny os nad ydych yn hoff o ddiodydd poeth. Gallai rhai Sipsiwn a Theithwyr deimlo bod gwrthod lletygarwch yn awgrymu eich bod am dreulio cyn lleied o amser â phosibl yn y garafán neu'r tŷ a gallant feddwl ei fod yn arwydd o ddiffyg parch.

Ni ddylid rhoi cwpanau na phlatiau ar y llawr am unrhyw gyfnod o amser gan fod hyn yn cael ei ystyried yn fudr. Yn yr un modd, ni ddylid rhoi bagiau ar fyrddau nac yn unrhyw le y gallai bwyd gael ei fwyta neu ddiod gael ei hyfed, gan eu bod yn debygol o fod wedi treulio peth amser ar y llawr.

Mae gan Sipsiwn a Theithwyr reolau hylendid clir iawn ac efallai na fyddant yn dymuno rhannu toiledau gydag eraill. Cadwch hyn mewn cof a cheisiwch ddefnyddio unrhyw doiledau cymunol neu doiledau yn swyddfa'r safle os ydynt yn bodoli.

Efallai y bydd rhai ymarferwyr benywaidd ar eu pen eu hunain yn gyndyn o ymgysylltu ag aelodau o'r gymuned yn eu carafanau os mai dynion ydynt. Mae'n ddoeth trefnu bod timau sy'n gymysg o ran rhyw yn ymweld â safleoedd neu drefnu digwyddiadau cymunol ar y safle, lle bynnag y bo'n bosibl.

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

Efallai na wiw sôn am rai pynciau o flaen pobl o'r rhyw arall. Dylai ymarferwyr sicrhau bod materion megis iechyd rhyw neu hylendid menywod yn cael eu trafod yn gyfrinachol ac nid o flaen Sipsiwn a Theithwyr gwrywaidd.

Gall rhai gymryd atynt os bydd ymwelwyr â safle'n anwesu ci ac yna'n cynnig yr un llaw i ysgwyd llaw aelod o'r gymuned. Gall hyn gael ei ystyried yn arwydd o ddiffyg parch gan fod rhai'n meddwl bod cŵn yn fudr.

Os oes angen i chi gyfeirio at ethnigrwydd Sipsiwn a Theithwyr ar gyfer monitro neu adroddiadau mae'n well gofyn yn gwrtais beth fyddai orau ganddynt gael eu galw yn hytrach na chymryd yn ganiataol. Dylech fod yn glir ynghylch y rhesymau dros holi am eu hunaniaeth ethnig.

Ceisiwch gadw nifer yr ymwelwyr â safleoedd mor isel â phosibl oni bai fod preswylwyr wedi datgan yn flaenorol eu bod yn hapus i dderbyn grwpiau mawr. Nid yw llawer o bobl nad ydynt yn Sipsiwn neu Deithwyr erioed wedi ymweld â safle a gallant fod yn awyddus i ymweld.

Mae menywod a merched mewn cymunedau Sipsiwn a Theithwyr yn debygol o fod â llawer o brofiad o ofalu am blant felly gofawch nad ydych yn eu trin yn nawddoglyd. Gofynnwch iddynt am eu profiad a pharchwch hyn. Efallai nad ydynt yn barod i fwydo ar y fron oherwydd tabŵs ynghylch dinoethi eu bronau mewn manau cyhoeddus. Os crybwyllir beichiogrwydd yng ngŵydd dynion gellir ystyried bod hyn yn 'codi cywilydd'. Ni ellid hyd yn oed ystyried bod cydnabod neu longyfarch yng ngŵydd dynion yn briodol. Oni bai eich bod yn adnabod y teulu'n dda, byddai arfer gorau'n golygu peidio â chrybwyll beichiogrwydd yng ngŵydd y dynion a'r bechgyn pan nad ydych yn adnabod y teulu.

Arfer a allai roi anogaeth i gyfranogi mewn gwasanaethau iechyd

41. Y ffactorau pwysicaf wrth hybu mynediad at ofal iechyd ar gyfer Sipsiwn a Theithwyr yw **cyfathrebu, ymddiriedaeth, hyblygrwydd ac amser**. Mae'r holl ffactorau hyn yn perthyn i'w gilydd ac os nad yw rhai neu bob un o'r ffactorau hyn yn cael ystyriaeth briodol yna mae'r tebygolrwydd o beidio â chydymffurfio trwy gadw apwyntiadau, cymryd meddyginiaeth neu dderbyn cyngor ac ati, yn cael ei leihau. Mae gweithiwr iechyd y gellir ymddiried ynddo'n cael ei werthfawrogi'n fawr gan Sipsiwn a Theithwyr a gwneir ymdrechion i gynnal parhad gyda'r person hwnnw. Ystyrir mai trin y person â pharch ac empathi yw'r ffactorau pwysicaf ar gyfer cydadweithio llwyddiannus mewn gwasanaeth iechyd. Os yw Sipsiwn a Theithwyr yn rhagweld y bydd gwahaniaethu'n digwydd, gall hynny beri iddynt ymddwyn yn elyniaethus ac yn

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

anodd, ac fe all hynny gael effaith sy'n golygu nad oes unrhyw ymgynghori'n digwydd ac nad oes unrhyw wasanaeth iechyd yn cael ei ddarparu. Mae anawsterau cyfathrebu gyda staff iechyd yn gyffredin. Mae hyn yn rhannol oherwydd diffyg dealltwriaeth ddiwylliannol ac, yn aml, amser ar ran yr ymarferwyr. Mae hefyd yn rhannol oherwydd anllythrennedd a diffyg hyder i egluro eu symptomau ar ran Sipsiwn a Theithwyr. Gall hyn fod yn rhannol hefyd oherwydd diffyg dealltwriaeth ar ran Sipsiwn a Theithwyr am y ffordd y mae'r GIG yn gweithio.

42. Isod ceir cyngor a allai fod o gymorth i gynyddu nifer y Sipsiwn a Theithwyr sy'n defnyddio gwasanaethau iechyd. **Yr allwedd i sicrhau llwyddiant yr holl gyngor yma yw sicrhau ymwneud gan Sipsiwn a Theithwyr eu hunain ac unrhyw asiantaethau lleol sy'n gweithio gyda hwy, er enghraifft y Prosiect Undod sy'n gwasanaethau Sir Gâr, Sir Benfro a Cheredigion.**

Cyfathrebu

Gan gydnabod y lefelau llythrennedd isel, dylid datblygu ffyrdd y gall gwybodaeth ym maes iechyd gael ei darparu ar gyfer Sipsiwn a Theithwyr mewn fformatau anysgrifenedig, megis recordiadau sain a DVD. Ni ellir tanamcangyfrif gwerth cyfathrebu wyneb yn wyneb a rhoi cyngor dros y ffôn ychwaith. Fel y nodir ym mharagraff mae cyfleu gwybodaeth a chyngron yn y ffyrdd hyn a thrwy negeseuon testun, negeseuon ar beiriant ateb/negeseuon llais neu recordio ar recordydd llais ar ffôn symudol neu ffôn clyfar yn ddulliau y gwyddys eu bod yn gweithio.

Er bod gan lawer o Sipsiwn a Theithwyr fynediad at eu cludiant eu hunain mae'n werth nodi bod llawer o safleoedd awdurdodedig wedi'u lleoli i ffwrdd oddi wrth ardaloedd preswyl ac i ffwrdd oddi wrth lwybrau cludiant cyhoeddus. Mae hefyd yn wir na fydd rhai cwmnïau tacsis yn fodlon mynd i'r safleoedd. Dylech ystyried datblygu sesiynau gofal iechyd galw heibio mewn lleoliadau y mae Sipsiwn a Theithwyr yn byw ynddynt naill ai gan ddefnyddio swyddfeydd neu gyfleusterau'r safleoedd neu, gyda chytundeb, gartref un o'r preswylwyr. I Sipsiwn a Theithwyr sy'n byw mewn tai 'bricks a mortar' gall defnyddio cyfleusterau cymunedol lleol ac eto, gyda chytundeb, ddefnyddio cartref un o'r preswylwyr, fod yn hwylus iawn.

Gwnewch ymdrech arbennig i wirio eu bod yn deall yr hyn a ddywedwyd yn ystod ymgynghoriad. Defnyddiwch iaith syml a defnyddiwch gyn lleied â phosibl o jargon.

Datblygwch ddeunyddiau hygyrch sy'n egluro sut y mae'r GIG yn gweithio gan gynnwys mewn perthynas â gwneud a chadw apwyntiadau a sut y caiff gwybodaeth ei chyfleu'n gyffredinol.

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

Datblygwch ddeunyddiau a rhaglenni hygyrch sy'n egluro manteision bwyta'n iach ac ymarfer corff.

Datblygwch ddeunyddiau a rhaglenni hygyrch sy'n egluro manteision rhoi'r gorau i ysmegu.

Datblygwch ddeunyddiau hygyrch sy'n egluro manteision lefelau yfed diogel.

Datblygwch ddeunyddiau hygyrch sy'n egluro manteision rhaglenni sgrinio iechyd.

Ymddiriedaeth

Nes y datblygir ymddiriedaeth, ewch â rhywun y mae preswylwyr yn ei (h)adnabod ac yn ymddiried ynddo/yddi gyda chi pan fyddwch yn ymweld â safleoedd. Gallai hyn gael effaith ddeublyg o ran annog aelodau o'r gymuned i ddefnyddio gwasanaethau a lleihau i'r eithaf unrhyw bryder sydd gan weithwyr gofal iechyd proffesiynol ynghylch gweithio gyda'r cymunedau. Dylid cyfyngu i'r eithaf ar y newidiadau i'r staff lle bynnag y bo'n bosibl a dylech roi rhybudd ymlaen llaw ynghylch unrhyw newidiadau i'r staff.

Sipsiwn a Theithwyr benywaidd sy'n cymryd cyfrifoldeb am faterion gofal iechyd yn y teulu a'r gymuned fel arfer. Mae'n bwysig, hyd y gellir, bod ymarferwyr gofal iechyd yn bobl o'r un rhyw â'r rhai y maent yn eu gwasanaethu. Mae hyn o gymorth i feithrin ymddiriedaeth ac mae'n debygol y bydd yn hwyluso cyfathrebu mwy onest gan y cleifion.

Mae Sipsiwn a Theithwyr benywaidd yn annhebygol o ddweud wrth eu perthnasau gwrywaidd beth yn union sy'n bod arnynt, yn enwedig os mai rhywbeth gynaeolegol ydyw. Felly efallai y bydd arnynt angen cymorth ymarferydd gofal iechyd neu ddarparwr gwasanaeth arall i greu a chynnal stori ffug, yn enwedig os oes angen triniaeth fynych neu arosiadau yn yr ysbyty. Er enghraifft, anhwylder sy'n effeithio ar yr ystumog yn hytrach nag anhwylder gynaeolegol.

Dylid cynnwys y teulu mewn unrhyw ac ym mhob agwedd ar ofal yr unigolyn pan fo'n briodol. Mae teulu'n eithriadol o bwysig i Sipsiwn a Theithwyr ac mae'n debygol y byddant yn dymuno cynorthwyo gyda'r driniaeth a phenderfyniadau. Mae o gymorth cyfleu'r ffaith bod eich gwasanaethau wedi'u bwriadu i ategu gofal y teulu ac nid ei ddisodli. Gall gwisgo dillad

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

anffurfiol wrth ymweld â phobl yn eu cartref fod o gymorth i'w gwneud yn gysurus.

Gwnewch ymdrech arbennig i ddarganfod beth yw arferion glendid a hylendid y person ac i ymlynu wrthynt.

Mae preifatrwydd yn bwysig iawn i Sipsiwn a Theithwyr. Ni fyddai'n briodol tynnu gorchuddion gwelyau os oes aelodau o'r teulu neu eraill yn bresennol, naill ai gartref neu mewn lleoliad iechyd. Dylech ystyried caniatáu i Sipsiwn a Theithwyr ddarparu eu dillad gwely eu hunain os yn bosib.

Peidiwch â gwneud unrhyw addewidion na allwch mo'u cadw. Mae llawer o Sipsiwn a Theithwyr wedi cael eu gadael i lawr sawl gwaith a gallant fod yn amheus iawn o bobl, hyd yn oed y rhai â'r bwriadau gorau. Brawddeg a ddefnyddir yn aml gan Weithiwr Iechyd a Lles sy'n gweithio gyda'r cymunedau hyn yw 'Alla i ddim addo unrhyw beth'.

Os ydych wedi ymrwymo i fod mewn cysylltiad ag aelod o'r gymuned ar ddiwrnod arbennig, mae'n bwysig eich bod yn gwneud hynny. Hyd yn oed os nad oes gennych unrhyw beth newydd i'w rannu, bydd y ffaith eich bod wedi bod mewn cysylltiad ac wedi cyflawni ymrwymiad yn helpu i atgyfnerthu'r ymddiriedaeth yn eich perthynas.

Bydd yn bwysig i Sipsiwn a Theithwyr wybod cyn apwyntiad gyda meddyg teulu pa un a fyddant yn gweld meddyg teulu gwrywaidd ynteu benywaidd. Ar y cyfan dim ond meddyg teulu benywaidd neu ymarferydd arall benywaidd y bydd aelodau benywaidd o'r gymuned yn ei gweld.

Hyblygrwydd ac Amser

Pan fyddwch yn gwneud apwyntiadau i ymweld â Sipsi neu Deithiwr gartref neu mewn meddygfa, yn hwyr yn y bore yw'r amser mwyaf cyfleus fel arfer gan y bydd gorchwylion y bore yn y cartref wedi cael eu cwblhau erbyn hynny.

Dylech ystyried darparu cofnodion llaw cryno ar gyfer unigolion a rhieni plant fel y gallant gael eu cyflwyno mewn unrhyw feddygfa deulu. Byddai hyn yn arbennig o bwysig i deuluoedd sy'n teithio.

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

Mewn apwyntiad gyda meddyg teulu neu mewn lleoliad gofal sylfaenol arall, byddwch yn barod i weld mwy nag un aelod o deulu. Mae'n bosibl y bydd perthynas yn ymweld yn lle neu gyda'r sawl sydd wedi cael apwyntiad i drafod eu hanghenion eu hunain. Ceisiwch ganiatáu hyn.

Pan fo angen gofal fel claf mewnol ar Sipsi neu Deithiwr, neilltuwch wely yn agos at fynedfa/allanfa neu ystafell sengl fel bod lle i'r nifer fawr o ymwelwyr teuluol a fydd o bosibl yn ymweld, y bydd rhai ohonynt o bosibl wedi teithio dros bellter hir. Dylech ddewis perthynas agos i siarad gydag ef ynglŷn â threfniadau ymweld a rheoli niferoedd.

Gwerth Cymorth gan Gymheiriaid - Hyfforddiant i Sipsiwn a Theithwyr

43. Mae ymchwil¹⁴ yn dangos bod hyfforddi menywod mewn cymunedau Sipsiwn a Theithwyr i ddarparu rhai mathau o ofal iechyd, cyngor ac eiriolaeth o fudd i'r gymuned mewn nifer o ffyrdd. Mae ymddiriedaeth yn bodoli'n barod fel ag y mae dealltwriaeth ddiwylliannol. Mae hyfforddiant hefyd yn cael effaith o ran grymuso'r sawl sy'n ei gael a chynyddu ei ymdeimlad o hunanwerth yn ogystal â'i incwm os yw'r swydd yn un am dâl. Mae aelodau o'r teulu a'r gymuned yn teimlo'u bod yn cael eu cynnwys mewn rhywbeth sy'n perthyn iddynt gan felly gynyddu cyfranogiad yn y gwasanaeth, beth bynnag ydyw. Mae budd eang i'w gael felly o'r sgiliau sy'n cael eu caffael, yn anad dim y broses o rannu gwybodaeth yn gynyddol ledled y gymuned a chynyddu'r tebygolrwydd y bydd eraill yn dod ymlaen i geisio help a thrafod eu hanghenion.
44. Fodd bynnag, ceir barn groes sy'n ymwneud â mater preifatrwydd sydd eisoes wedi cael ei drafod. Yn y cyd-destun hwn, mae hyn yn cynnwys cadw materion personol yn breifat oddi wrth Sipsiwn a Theithwyr eraill. Fe all fod angen cadw materion yn gyfrinachol o fewn y teulu agosaf hefyd felly mae angen cymryd gofal wrth drafod materion o fewn cartref y teulu. Felly peidiwch â chymryd yn ganiataol y bydd croeso bob amser i eiriolwr iechyd Sipsiwn a Theithwyr sydd wedi'i hyfforddi i roi cyngor ynghylch materion iechyd.
45. Dylid nodi fodd bynnag bod peth ymchwil¹⁵ yn rhybuddio yn erbyn dibyniaeth ar ddarparu gofal iechyd allgymorth gan y gall waethygu'r ymdeimlad o allgáu cymdeithasol a brofir gan Sipsiwn a Theithwyr. Dyma pam ei bod yn bwysig sicrhau bod yr holl staff gofal iechyd yn cael hyfforddiant priodol yn niwylliant Sipsiwn a Theithwyr.
46. Ar y cyfan, fodd bynnag, mae'r ymchwil yn tueddu i gefnogi darpariaeth allgymorth gan mai dyma'r dull y mae Sipsiwn a Theithwyr yn ei ffafrio, a phan fo rhywfaint ohono'n cael ei gyflenwi gan aelodau o'r gymuned eu hunain. Yng ngoleuni hyn, efallai y byddai BILlau ar y cyd ag asiantaethau perthnasol eraill yn elwa o ystyried

¹⁴ <http://www.raceequalityfoundation.org.uk/publications/downloads/health-gypsies-and-travellers-uk> ; <http://www.gypsy-traveller.org/your-family/health/practitioners-health-documents-and-reports/>

¹⁵ https://www.gov.uk/government/uploads/.../Inclusive_Practice.pdf

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

datblygu swyddi cynorthwywyr iechyd a gofal cymdeithasol dan hyfforddiant a rhaglenni hyfforddiant iechyd a gofal cymdeithasol i Sipsiwn a Theithwyr.

Monitro Ethnigrwydd

47. Ni ddylid tanamcangyfrif pwysigrwydd casglu data am ethnigrwydd. Heb y gallu i adnabod anghydraddoldebau, nid oes sylfaen gref i strategaethau a chamau gweithredu i frwydro yn erbyn anghydraddoldeb. Mae cyfoeth o waith ymchwil a thystiolaeth sy'n amlygu'r anghydraddoldebau iechyd a brofir gan Sipsiwn a Theithwyr ond ychydig o ddata meintiol sydd ar gael. Yr hyn sy'n hysbys yw eu bod yn cael eu hepgor o ystod o ddata monitro sy'n ychwanegu at eu natur anweledig o ran defnyddio a darparu gwasanaethau priif-ffrwd a gwasanaethau eraill. Datgelodd gwaith a wnaed wrth baratoi'r canllawiau hyn fod amrywiad eang o fewn a rhwng BILlau o ran sut y caiff data am ethnigrwydd ei gasglu. Roedd hefyd yn aneglur i ba raddau yr oedd y data'n cael ei ddefnyddio i oleuo'r broses datblygu gwasanaethau, os o gwbl.
48. Mae Llywodraeth Cymru'n cydnabod bod angen gwneud gwaith i ddiweddarau'r rhestr o gategoriâu ethnig yn unol â'r rhai a ddefnyddiwyd yng Nghyfrifiad 2011. Bydd gwneud hyn yn rhoi anogaeth i wella a safoni trefniadau monitro ethnigrwydd presennol a ddefnyddir yn lleol. Yn y cyfamser a chan gydnabod yr amrywiadau eang mewn trefniadau sy'n bodoli ar draws ac o fewn BILlau ar gyfer casglu data am ethnigrwydd, mae Erthygl Ystadegol gan Lywodraeth Cymru *Casglu data am gydraddoldebau - Safonau sydd wedi'u cysoni ac arferion gorau*¹⁶ wedi cael ei chyhoeddi ac mae'n darparu cyngor ynghylch casglu data am y nodweddion gwarchoddedig. Mae'r Erthygl yn rhestru'r cwestiynau i'w gofyn ynghylch hunaniaeth genedlaethol ac ethnigrwydd ac mae'n defnyddio categorïau Cyfrifiad 2011. Mae defnyddio cwestiynau sydd wedi'u safoni'n ei gwneud yn bosibl cymharu data ar draws sefydliadau. Defnyddir trefn gysoni i sefydlu sylfaen wybodaeth gyffredin o ddiffiniadau a dulliau safonol.

Asesiad o Anghenion Iechyd a Chwestiynau wrth Ddatblygu Gwasanaethau

49. Mae Atodiad 5 yn cynnwys ffurflen enghreifftiol ar gyfer Asesiad o Anghenion Iechyd ar gyfer ymarferydd gofal iechyd i'w defnyddio gyda Sipsiwn a Theithwyr. Mae'n cynnwys ystod o gwestiynau sy'n amrywio o sgiliau llythrennedd i sgrinio iechyd. Bydd y canlyniadau sy'n deillio o gwblhau'r ffurflen hon yn ganolog i ddatblygu gwasanaethau.
50. Mae'n bwysig nodi mai sampl yw'r ffurflen hon a chan hynny ei bod yn fwriadol fanwl mewn ymgais i gynnwys cymaint o anghenion gofal iechyd ac anghenion eraill sy'n berthnasol i Sipsiwn a Theithwyr â phosibl. Fodd bynnag, bydd barn broffesiynol yr ymarferydd gofal iechyd neu unrhyw ddarparwr gwasanaeth sy'n gweithio gyda'r cymunedau yn allweddol i benderfynu ar y cwestiynau perthnasol i'w gofyn. Er enghraifft, mae Atodiad 4 yn darparu Enghraifft o Adran Iechyd mewn Protocol ar Rheoli Gwersylloedd Diawdurdod sy'n ei gwneud yn ofynnol paratoi adroddiad ar statws iechyd cyffredinol o fewn tri diwrnod i sefydlu gweryll diawdurdod. Dan yr amgylchiadau hyn, felly, efallai na fyddai'n realistig gofyn pob cwestiwn.
51. Mae'r canllawiau MUE yn datgan: 'When undertaking the Welfare Assessment, it is recommended that the Single Point of Contact (SPOC) is capable, or accompanied

¹⁶ <http://wales.gov.uk/statistics-and-research/collecting-equality-data/?skip=1&lang=cy>

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

by another colleague who is capable, of assessing the needs of the encampment occupiers. Local authorities should be aware that for cultural reasons some female occupiers will not participate in this process if they are approached by male visitors. It would be good practice for a mixed gender team to undertake the Welfare Assessment, where possible'

52. Dyma'r mathau o gwestiynau y byddai disgwyl i'r adroddiad ar y statws iechyd cyffredinol eu cynnwys:

- Faint o'r meddianwyr sy'n blant;
- Faint o'r meddianwyr sy'n oedrannus;
- Pa un a yw unrhyw un o'r meddianwyr yn anabl;
- Pa un a oes unrhyw faterion iechyd/cyflyrau meddygol sy'n effeithio ar y meddianwyr e.e. perthnasoedd yn yr ysbyty, menywod beichiog, mamau ôl-enedigol a babanod, y rhai sy'n gwella ar ôl salwch neu anaf difrifol a.y.b.

53. Yn ddiweddar mae Cynulliad Cenedlaethol Cymru wedi pasio Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015. Mae'r Ddeddf yn deddfu ar gyfer Cynlluniau Llesiant Lleol a bydd yn symleiddio trefniadau cyfredol trwy ddiddymu dyletswyddau i baratoi ystod o gynlluniau ar gyfer ystod o grwpiau, gan gynnwys y ddyletswydd yn Neddf y GIG (2006) i baratoi Cynlluniau Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles. Bydd canllawiau dan y Bil hwn yn nodi sut y dylid paratoi'r Cynlluniau hyn.

54. Mae Atodiad 6 yn nodi ystod o gwestiynau cychwynnol i BILlâu eu hystyried wrth ddylunio gwasanaethau iechyd ar gyfer Sipsiwn a Theithwyr a gellir eu defnyddio ochr yn ochr â'r ffurflen ar gyfer Aseiad o Anghenion Iechyd i oleuo'r broses o ddatblygu gwasanaethau.

Enghreiffiau o Arfer Effeithiol

55. Isod bydd enghreiffiau o arfer effeithiol o ystod o feysydd gofal iechyd.

Meddygon Teulu

Mae Meddygfa St Thomas yn Hwlfordd yn gwasanaethau cymuned fawr o Sipsiwn a Theithwyr yn ardal Sir Benfro. Mae'n cynnig apwyntiadau hirach ac yn caniatáu i aelodau o deuluoedd ddefnyddio apwyntiad os nad yw rhywun arall o'r un teulu yn gallu gwneud hynny. Mae'r feddygfa hefyd yn arfer ymyriadau oportiwnistaidd eraill hefyd, er enghraifft os yw mam yn mynd am apwyntiad gyda meddyg teulu neu nyrs practis ac yn dod â'i phlentyn neu blant gyda hi, yna bydd yr ymarferydd yn gofyn i'r fam 'tra'ch bod chi yma, beth am inni...' ac yn cynnig unrhyw imiwneiddiadau/brechlynnau neu unrhyw ofal iechyd arall i'r plentyn. Bydd y fam hefyd yn cael cynnig gweithred sgrinio neu unrhyw weithred arall.

Mae Meddygfa St Thomas ar Rifleman Lane, St Thomas Green, Hwlfordd, SA61 1QX a Jane Stuart-Daters yw Rheolwr y Practis.

Mae Friends, Families and Travellers wedi datblygu Cerdyn Cymorth Iechyd gyda Sipsiwn a Theithwyr sy'n byw yn ardal Brighton. Mae'r opsiynau ar y cardiau'n mynd i'r

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

afael â rhwystrau penodol i fynediad at ofal sylfaenol y gwyddys eu bod yn effeithio ar Sipsiwn a Theithwyr ledled y DU. Gellir ei weld yma: <http://www.gypsy-traveller.org/your-family/health/health-help-card/>

Deintyddiaeth

Roedd gwasanaeth deintyddol symudol allgymorth ar gyfer plant a phobl ifanc Sipsiwn a Theithwyr yn ardal Pont-y-pŵl yn weithredol o 2001-2009. Roedd y gwasanaeth yn cael ei ddarparu mewn fân am un diwrnod yr wythnos. Pan nad oedd modd defnyddio'r fân oherwydd achos clwy'r traed a'r genau, fe gynhaliwyd ymweliadau â chartrefi er mwyn peidio ag amharu ar barhad y gwasanaeth.

Nodau'r Prosiect

- Cynyddu mynediad at amrywiaeth lawn o ofal deintyddol sylfaenol a gofal pedodontig ar gyfer plant a phobl ifanc o gymunedau sy'n ddifreintiedig ac wedi'u hallgáu.
- Cynyddu ymwybyddiaeth o bwysigrwydd iechyd y geg i blant a phobl ifanc.

Amcanion

- Rhoi anogaeth i gofrestru â deintydd trwy gynyddu mynediad at wasanaethau deintyddol trwy uned ddeintyddol symudol.
- Darparu deintyddiaeth glinigol mewn lleoliad derbyniol am un diwrnod yr wythnos.
- Rhoi cymorth a chynghor parhaus gyda phob agwedd ar ofal iechyd y geg.
- Trefnu bod brwshis dannedd a phast dannedd fflworid ar gael i'r holl blant sy'n gysylltiedig â'r prosiect.
- Gweithredu fel pwynt cyswllt ar gyfer gwybodaeth a chynghor i'r teulu cyfan, trwy'r ganolfan mynediad deintyddol (a oedd yn cael ei datblygu ar y pryd.)
- Gweithredu fel pwynt cyfeirio at wasanaethau eilaidd e.e. orthodonteg

Gwerthusiad

- Cysylltiadau gwell â'r Tîm Gofal Sylfaenol Lleol, h.y. y gwasanaeth ymwelwyr iechyd a'r gwasanaeth nyrsys ysgolion.
- Mwy o ddealltwriaeth ac ymwybyddiaeth am faterion deintyddol gan y trigolion lleol.
- Perthnasoedd gwell â'r preswylwyr lleol.

Ers 2009 mae'r tîm Cynllun Gwên wedi bod yn gweithio gyda'r Ymwelydd Iechyd â chyfrifoldeb am Sipsiwn a Theithwyr i ddarparu gwasanaeth farnais fflworid ar gyfer y plant.

Mae bws deintydd yn gweithredu yn ardaloedd y Sblot a Thremorfa yng Nghaerdydd sy'n hygyrch i'r Sipsiwn a Theithwyr niferus sy'n byw yn yr ardaloedd hynny. Mae'n wasanaeth a ddefnyddir yn helaeth ac y mae pobl yn ymddiried yn fawr ynddo.

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

Iechyd Meddwl

Mae gwasanaethau iechyd meddwl sylfaenol lleol (y darperir ar eu cyfer dan Ran 1 o Fesur Iechyd Meddwl (Cymru) 2010) ar gael i bobl hyd yn oed os nad ydynt wedi cofrestru gyda meddyg teulu.

Iechyd Menywod

Mae Friends, Families and Travellers wedi cynhyrchu taflen ar iechyd menywod sy'n cynnwys gwybodaeth sy'n ystyriol o ddiwylliant am sgrinio ar gyfer canser ceg y groth. Caiff y daflen ei defnyddio gan weithwyr allgymorth ac ymarferwyr gofal iechyd i gynorthwyo menywod i drefnu a mynychu apwyntiad sgrinio.

Iechyd Plant (gan gynnwys imiwneiddiadau/brechlynnau)

Gan weithio mewn partneriaeth gydag asiantaethau eraill, mae bydwaig gymunedol yn ardal Gwent yn darparu dosbarthiadau addysg iechyd dros gyfnod o chwe wythnos ar gyfer plant a phobl ifanc Sipsiwn a Theithwyr sy'n cael eu haddysg y tu allan i'r gyfundrefn addysg ffurfiol. Mae'r dosbarthiadau, sydd wedi'u lleoli mewn caban symudol ar y safle Sipsiwn a Theithwyr, yn cael eu darparu ar wahân ar gyfer bechgyn a merched, yn unol â diwylliant Sipsiwn a Theithwyr. Mae'r testunau sy'n cael sylw'n cynnwys cynllunio teulu, iechyd rhyw, ysmegu, alcohol a bwyd a maethiad. Mae gwasanaethau eraill yn cynnwys gweithgareddau Dechrau'n Deg, cylchoedd chwarae a chlybiau ar ôl ysgol. Darperir gwasanaethau gofal iechyd hefyd megis rhoi farnais fflworid, imiwneiddiadau/brechlynnau plentyndod a chlinig babanod.

Mae'r arfer lle mae Nyrsys ac Ymwelwyr Iechyd yn rhoi imiwneiddiadau/brechlynnau plentyndod yn y cartref yn un sydd eisoes yn cael ei gyflawni ac yn cael ei annog ymhellach.

Cyflyrau Cronig (gan gynnwys clefyd cardiofasgwlaidd, canserau, diabetes, asthma a chyflyrau anadlol eraill a strôc)

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

Roedd prosiect *Clefyd Coronaidd y Galon mewn Sipsiwn a Theithwyr – Unioni'r Cydbwysedd*, a oedd yn cael ei reoli gan Fforwm Teithwyr Amlasiantaeth Wrecsam, yn amcanu at ostwng nifer yr achosion o glefyd y galon ymhlith Sipsiwn a Theithwyr.

Arweiniodd y prosiect at wella mynediad at wasanaethau gofal iechyd, trwy benodi gweithiwr prosiect llawn-amser a phrynu 'Bws Iechyd' ag offer arbennig a alluogodd 200 o Sipsiwn a Theithwyr i gael cynnig rhaglenni sgrinio, cyngor a chymorth iechyd ar ffurf sy'n hygyrch ac yn dderbyniol.

Dechreuodd y prosiect ym mis Medi 2002 a rhwng hynny a 2006 bu 2442 cyswllt unigol â Gweithiwr Iechyd y Prosiect, gyda chyfartaledd o 59.56 y mis. Mae mwy na 95% o'r gymuned bellach wedi'u cofrestru gyda meddyg teulu hefyd.

Ariannwyd y prosiect gan *Gronfa Anghydraddoldebau Iechyd Llywodraeth Cymru*.

Hybu iechyd (gan gynnwys mesurau i frwydro yn erbyn ysmegu, camddefnyddio alcohol a chyffuriau, diet gwael a.y.b.)

Mae gan Friends, Families and Travellers hyfforddwr iechyd o'r gymuned Sipsiwn a Theithwyr sy'n rhoi cyngor ynghylch rhoi'r gorau i ysmegu, cyngor ynghylch bwyta'n iach ac yn rhedeg dosbarth Zumba rheolaidd i deithwyr yn Sussex.

Gofal Dwys

Fe wnaeth Rheolwr Nyrsio mewn uned gofal dwys gau gwely drws nesaf i aelod o'r gymuned i sicrhau bod digon o le ar gael i ymwelwyr.

Gofal diwedd oes

Fe neilltuodd y staff Ystadau yn Ysbyty Llwyn Helyg, Hwlfordd ardal parcio sylweddol ar dir yr ysbyty i alluogi nifer fawr o drelars i barcio fel bod teulu estynedig yn gallu ymweld â pherthynas a oedd yn marw.

Arall

Yn ddiweddar, mae Friends, Families and Travellers wedi cefnogi 10 o Deithwyr trwy dystysgrif Lefel 1 Cymdeithas Frenhinol Iechyd y Cyhoedd mewn Ymwybyddiaeth o Iechyd. Mae a wnelo'r cymhwyster hwn â gwella llythrennedd iechyd a hwn yn aml yw'r cymhwyster cyntaf y mae unrhyw un o'r cymunedau wedi'i ennill.

Teithio at lechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal lechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

Y Sylfaen Dystiolaeth

Pwy ydym yn ei olygu wrth y term Sipsiwn a Theithwyr?

56. Mae Sipsiwn a Theithwyr y DU wedi bod yn byw, yn gweithio ac yn teithio ledled y wlad am dros 500 mlynedd. Maent ymhlith y poblogaethau ethnig lleiafrifol mwyaf hirsefydlog yn y DU.
57. Gellir rhannu Sipsiwn a Theithwyr yn nifer o gategoriâu o grwpiau ethnig:
- Sipsiwn Romani (a oedd yn hanu o Ogledd India yn wreiddiol ac a elwir hefyd yn Sipsiwn Seisnig, Cymreig ac Albanaidd, Kale a Romanichal)
 - Teithwyr Cymreig
 - Teithwyr Albanaidd
 - Teithwyr Gwyddelig
 - Roma/Sinti
 - Badwyr neu Gychwyr/Sipsiwn Dŵr
 - Pobl Ffair neu Bobl Sioe
 - Teithwyr Newydd
58. Mae Sipsiwn Romani a Theithwyr Gwyddelig yn grwpiau hil a gydnabyddir dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010.

Faint o Sipsiwn a Theithwyr sydd yng Nghymru?

59. Roedd Cyfrifiad 2011 yn cynnwys categori ethnigrwydd ar gyfer 'Gwyn – Sipsi neu Deithiwr Gwyddelig' am y tro cyntaf. Mae'r data'n awgrymu bod cyfanswm poblogaeth o 2,785 o Sipsiwn a Theithwyr yn byw yng Nghymru. Mae hyn yn cyfateb i 0.1% o'r boblogaeth ac maent yn byw mewn ychydig dros 1,000 o aelwydydd. Mae'r categori'n cynnwys Sipsiwn Romani, Teithwyr Gwyddelig, Teithwyr Sipsi Cymreig, Seisnig ac Albanaidd a Theithwyr 'Newydd' neu Deithwyr. Nid yw'r ffigwr hwn yn cynnwys Roma a all fod wedi eu gosod eu hunain yn y categori 'Arall' ac nad oes data mwy manwl ar gael amdanynt. Efallai hefyd nad yw'r cyfanswm yn cynnwys aelodau eraill o'r cymunedau hyn a wrthododd hunan-briodoli eu hethnigrwydd am eu bod yn ofni y byddai pobl yn gwahaniaethu yn eu herbyn, am eu bod yn uniaethu'n fwy â chategoriâu ethnig eraill (e.e. Gwyn Gwyddelig) neu am resymau eraill er bod y Swyddfa Ystadegau Gwladol wedi ceisio mynd i'r afael â'r materion hyn. Mae'r data wedi cael ei ddadgyfuno i lefel awdurdodau lleol gan y Swyddfa Ystadegau Gwladol.

Ble mae Sipsiwn a Theithwyr yn byw yng Nghymru?

Llety Carafán

60. Mae'r dystiolaeth o'r Cyfrifiad a nodir uchod yn rhan o'r data ystadegol cyfyngedig sydd ar gael am Sipsiwn a Theithwyr yng Nghymru. Mae data arall o'r Cyfrifiad yn dweud wrthym am ystod o nodweddion economaidd-gymdeithasol eraill megis statws iechyd. Y data arall a gesglir yw'r Cyfrif Carafanau bob dwy flynedd a gynhelir gan awdurdodau lleol ar ran Llywodraeth Cymru. Mae'r cyfrif carafanau diweddaraf¹⁷ yn datgan bod 1,020 o garafanau Sipsiwn a Theithwyr ledled Cymru dros 100 safle. Mae 845 o garafanau wedi'u lleoli ar safleoedd awdurdodedig, y mae 628 ohonynt yn

¹⁷ <http://gov.wales/statistics-and-research/gypsy-traveller-caravan-count/?lang=cy>

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

safleoedd awdurdodau lleol a 217 ar safleoedd preifat. Mae nifer y safleoedd awdurdodedig wedi cynyddu o 53 ym mis Ionawr 2014 i 57 ym mis Ionawr 2015 (ar gyfer yr 20 awdurdod lleol a ymatebodd yn y ddau achos). O ran safleoedd diawdurdod, mae 71 o garafanau ar dir sy'n eiddo i Sipsiwn a Theithwyr a 104 o garafanau ar dir nad yw'n eiddo i Sipsiwn a Theithwyr. Lle mae'r tir yn eiddo i Sipsiwn a Theithwyr ond y safle'n cael ei gyfrif yn un diawdurdod gan yr awdurdod lleol, y rheswm dros hyn yw nad oes caniatâd cynllunio wedi cael ei roi eto. Lle nad yw'r tir yn eiddo i Sipsiwn a Theithwyr, byddai'r rhain naill ai'n ddatblygiadau diawdurdod 'a oddefir' neu'n ddatblygiadau diawdurdod y mae camau gorfodi'n cael eu cymryd yn eu herbyn.

61. Mae'r Cyfrif Carafanau'n darparu ciplun ar ddau ddiwrnod y flwyddyn o ran ble y mae Sipsiwn a Theithwyr yn byw yng Nghymru. Mae data o'r cyfrifiad yn dynodi bod prinder safleoedd awdurdodedig addas ledled Cymru i ymgartrefu ynddynt ac ar gyfer arosiadau byrdymor. Hefyd, nid yw'r Cyfrif Carafanau wedi'i fwriadu i ddarparu amcangyfrif o'r boblogaeth Sipsiwn a Theithwyr. Ei brif ddefnydd yw asesu anghenion tai a lefel y ddarpariaeth o ran lleiniau ar gyfer cartrefi symudol ledled Cymru.

Llety (Tai) 'Brics a Morter'

62. Yn ôl Cyfrifiad 2011, roedd 2,785 o bobl a ddywedodd eu bod yn Sipsiwn a Theithwyr yn byw yng Nghymru. O'r rheini, mae 1,004 o aelwydydd yn byw mewn llety (tai) 'Brics a Morter'. Ceir gwasgariad cymharol gyfartal o ran faint ohonynt sy'n perthyn i bob categori deiliadaeth er eu bod yn byw yn bennaf mewn tai rhent cymdeithasol neu breifat¹⁸.

Beth ydym yn ei wybod am rwystrau i fynediad at iechyd a gofal iechyd?

63. Mae sawl darn o ymchwil gynradd ac eilaidd wedi cael eu cyflawni, ar lefel y DU gyfan ac yng Nghymru. Mae'r rhain yn datgelu cryn dipyn am y mynediad gwael at ofal iechyd a brofir gan Sipsiwn a Theithwyr. Mae ymchwil ac ymweliadau a gynhaliwyd wrth baratoi'r canllawiau hyn yn dangos bod achosion lle mae Sipsiwn a Theithwyr yn cael eu hatal rhag cofrestru gyda meddyg teulu. Ar y naill law, mae rhwystrau i fynediad yn bodoli o ganlyniad i'r canlynol:

- y traddodiad diwylliannol o deithio neu o gael eu troi allan o safleoedd na allant gael eu defnyddio'n gyfreithlon gan Sipsiwn a Theithwyr.
- mae drwgdybiaeth Sipsiwn a Theithwyr a'u hofn neu brofiad o wahaniaethu, ymyleiddio a disgwyliadau isel wedi arwain at agweddau negyddol tuag at wasanaethau¹⁹. Mae cysylltiadau yma hefyd â thystiolaeth sy'n dangos y modd y mae Sipsiwn a Theithwyr yn ymfalchïo mewn hunandibyniaeth: gofalu amdanynt eu hunain, eu teuluoedd a'u cymunedau a chredu nad oes unrhyw fudd i'w gael o gymorth o'r tu allan²⁰.
- ymwybyddiaeth gyfyngedig ar ran Sipsiwn a Theithwyr o bwysigrwydd systemau

¹⁸ Y Swyddfa Ystadegau Gwladol, cyrchwyd ar 20 Mai 2014, tabl NOMIS *Deiliadaeth yn ôl Grŵp Ethnig*

¹⁹ <http://www.raceequalityfoundation.org.uk/publications/downloads/health-gypsies-and-travellers-uk>

²⁰

<http://www.better-health.org.uk/resources/research/fair-access-all-gypsies-and-travellers-sussex-gp-surgeries-and-barriers-primary-h>

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

apwyntiadau ac, yn ehangach na hyn, o'r modd y mae'r GIG yn gweithio.

- y diffyg cludiant cyhoeddus hygyrch yn agos at leoliadau safleoedd awdurdodedig.

64. Ar y llaw arall, mae ymchwil²¹ yn dangos bod rhai ymarferwyr gofal iechyd yn ystyried bod Sipsiwn a Theithwyr yn ymwrthod â gwasanaethau ac yn wael am gadw apwyntiadau. Gall ymarferwyr ystyried presenoldeb gwael mewn apwyntiadau fel diffyg cydymffurfio bwriadol²². Gall hyn fod yn wir mewn rhai achosion ac mae cysylltiad rhwng hyn a'r agweddau a ddisgrifir ym mwledi 2 a 3 uchod.

65. Ar y cyfan, y rhai sy'n teithio a'r rhai sy'n byw ar rai mathau o safleoedd diawdurdod sy'n profi'r mynediad gwaethaf tra bo'r rhai sy'n byw ar safleoedd awdurdodedig ac mewn tai 'bricks a mortar' yn profi gwell mynediad. Er bod mynediad at ofal iechyd yn well ar gyfer y rhai sy'n byw mewn tai awdurdodedig a 'bricks a mortar', mae problemau iechyd sylweddol yn dal i fodoli. Caiff y rhain eu crynhoi nesaf.

Beth ydym yn ei wybod am statws iechyd Sipsiwn a Theithwyr?

66. Mae datganiad ar Gyfrifiad 2011 sy'n cwmpasu Cymru a Lloegr yn cadarnhau'r hyn sy'n hysbys o ymchwil gynradd ac eilaidd: mai Sipsiwn Gwyn neu Deithwyr Gwyddelig oedd â'r gyfran isaf o blith unrhyw grwpiau ethnig a oedd yn dweud bod eu hiechyd cyffredinol yn 'dda' neu'n 'dda iawn', sef 70% o'i gymharu ag 81% o'r boblogaeth gyfan yng Nghymru a Lloegr.

67. Hefyd, roedd y grŵp ethnig Gwyn – Sipsi neu Deithwyr Gwyddelig ymhlith y rhai oedd â'r gyfran uchaf yn darparu gofal di-dâl yng Nghymru a Lloegr, sef 11% (10% yw'r ganran ar gyfer Cymru a Lloegr ar y cyfan) a hwy oedd â'r gyfran uchaf o bobl yn darparu 50 awr neu fwy o ofal di-dâl yr wythnos, sef 4% (o'i gymharu â 2% ar gyfer Cymru a Lloegr ar y cyfan).

68. Hefyd, roedd gan ychydig yn llai na hanner yr aelwydydd Gwyn – Sipsi neu Deithwyr Gwyddelig blant dibynnol (45%), sy'n sylweddol uwch na'r cyfartaledd ar gyfer Cymru a Lloegr ar y cyfan, sef 29%.

69. Mae ymchwil yn dangos hefyd bod amodau a chyfleusterau gwael ar y safleoedd lle mae Sipsiwn a Theithwyr yn byw yn cael effaith ar lawer o'r mathau uchod o afiechyd, er enghraifft iechyd anadlol gwael ac iechyd meddwl gwael.

Diwylliant Sipsiwn a Theithwyr

70. Mae Sipsiwn a Theithwyr yn eu hystyried eu hunain yn bennaf fel grwpiau ethnig ar wahân, y tu hwnt i'w hunaniaeth genedlaethol fel a bennir gan eu gwlad enedigol. Caiff yr agwedd hon ar eu hunaniaeth ei hystyried yn un a etifeddwyd ac nid yn un a ddewiswyd. Mae ymchwil²³ yn dangos bod ofn mawr arnynt y byddant yn colli eu

²¹

http://live.ehrc.precedenthost.co.uk/uploaded_files/research/12inequalities_experienced_by_gypsy_and_traveller_communities_a_review.pdf

²²

http://live.ehrc.precedenthost.co.uk/uploaded_files/research/12inequalities_experienced_by_gypsy_and_traveller_communities_a_review.pdf

²³ www.leicestershiretogether.org/gypsy_travellers_the_truth.pdf

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

diwylliant trwy gael eu gorfodi i newid eu ffordd o fyw. Mae rheolau diwylliannol yn bodoli ac mae eu torri'n dwyn risg o gael eu hesgymuno. Ystyrir bod byw ar wahân i bobl nad ydynt yn Sipsiwn a Theithwyr (a adwaenir fel 'Gorgers' neu werinwyr) yn agwedd bwysig ar gynnal hunaniaeth ddiwylliannol gref a'i throsglwyddo i'r plant. Fodd bynnag, ceir gwrthdaro rhwng ymfalchïo mewn hunaniaeth ddiwylliannol ar y naill law a'r angen i gelu'r hunaniaeth honno i osgoi gwahaniaethu ar y llaw arall.

71. Mae diwylliant Sipsiwn a Theithwyr yn wahanol i'r diwylliannau Gorllewinol mwyaf blaenllaw mewn llawer o ffyrdd. Nid yw bod yn nomadaidd yn cyd-fynd â sawl ffordd Orllewinol draddodiadol o fyw na llawer o'r ffyrdd derbynol o wneud pethau. Mae ymchwil²⁴ yn dangos y gall Sipsiwn a Theithwyr fod yn ffatalaidd ynghylch eu bywydau a bod ganddynt ddisgwyliadau isel am eu hiechyd gan fod eu bywydau mor wahanol i lawer o boblogaethau sefydlog. Ystyrir bod afiechyd yn normal, a'i fod yn un o ganlyniadau anochel byw mewn cymdeithas nad yw'n eu derbyn. Gellir dadlau bod y cysyniad diwylliannol sy'n ymwneud â boddhad gohiriedig, h.y. y 'caiff amynedd ei gwobr' neu y bydd gwneud pethau dros amser yn talu ar ei ganfed, yn wahanol iawn i'w hangen hwy am foddhad ar unwaith o ganlyniad i'r ffordd y maent yn byw eu bywydau. Mae bywydau sydd wedi'u gwreiddio mewn teithio a byw o ddydd i ddydd yn ymwneud yn gyfan gwbl â byw i oroesi. Mae'r ffordd hon o feddwl yn aml yn parhau hyd yn oed pan fo Sipsiwn a Theithwyr yn symud i mewn i dai 'bricks a mortar'.

Llety ac Iechyd

72. Mae peth ymchwil²⁵ wedi dadlau bod symud i mewn i dai 'bricks a mortar' yn ddewis bwriadol ar ran Sipsiwn a Theithwyr, sydd wedi'i fwriadu i fod o fudd i deuluoedd trwy 'gydymffurfio' â gweddill cymdeithas a gwella'u mynediad at wasanaethau. Mae ymchwil arall wedi dadlau bod Sipsiwn a Theithwyr yn symud i mewn i dai 'bricks a mortar' am nad oes ganddynt lawer o ddewis neu unrhyw ddewis o gwbl ond gwneud hynny. Mae'r prinder safleoedd addas, yn rhai parhaol a thros dro, yr amodau a'r cyfleusterau gwael ar lawer o safleoedd, gan gynnwys hygyrchedd trelars os bydd iechyd a symudedd yn dirywio a'r diffyg mynediad at wasanaethau gofal iechyd a gwasanaethau eraill, wedi peri i Sipsiwn a Theithwyr deimlo gorfodaeth i symud i mewn i lety 'bricks a mortar'.
73. Mae ymchwil²⁶ yn dangos bod Sipsiwn a Theithwyr yn profi colled a phrofedigaeth yn helaeth mewn ystod o ffyrdd, gan gynnwys eu teimladau tuag at y ffordd deithiol o fyw nad ydynt yn ei dilyn mwyach a phan fo trefniant lle maent yn byw mewn cymuned a chyda theulu estynedig yn methu. Mae nomadaeth yn gysylltiedig â rhyddid, a dangosir bod yr ymdeimlad o golli rhyddid yn cael effaith ddefn ar ysbryd Sipsiwn a Theithwyr. Mae'n hysbys bod y ffactorau hyn yn cyfrannu at iechyd meddwl gwaeth o ganlyniad i arwahanrwydd a gwahaniaethu gan y rhai o fewn y cymunedau sefydlog sydd wedi hen ennill eu plwyf, boed yn wahaniaethu

²⁴ <http://www.raceequalityfoundation.org.uk/publications/downloads/health-gypsies-and-travellers-uk> ;
Dion, X. *Gypsies and Travellers: Cultural Influences on Health*, 2008

²⁵ http://england.shelter.org.uk/data/assets/pdf_file/0010/57772/Working_with_housed_Gypsies_and_Travellers.pdf

²⁶ <http://www.better-health.org.uk/resources/toolkits/insight-health-gypsies-and-travellers-booklet-health-professionals-cambridgeshire>

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

gwirioneddol neu ganfyddedig. Hyd yn oed mewn tai 'bricks a mortar', gall y diffyg mynediad at ofal iechyd a'r canlyniadau iechyd gwaeth barhau: mae drwgdybiaeth ac ofn neu brofiad o wahaniaethu, ymyleiddio a disgwyladau isel oll yn chwarae rhan.

74. Yn y ddwy ffordd felly, mae'r ymchwil yn dangos y gall symud i mewn i dai 'bricks a mortar' gael effaith negyddol ar iechyd ac fel y soniwyd eisoes, gall ansawdd gwael rhai safleoedd gael effaith debyg.

Agweddau a Daliadau Sipsiwn a Theithwyr ynglŷn ag Iechyd

75. Mae effaith gwahaniaethu a gormes diwylliannol a strwythurol hirdymor a sut y mae hyn yn atal Sipsiwn a Theithwyr rhag ymgysylltu â gwasanaethau'n set gyffredinol o faterion y bydd yn rhaid i ymarferwyr gofal iechyd fod yn ymwybodol ohonynt. Mae ymchwil yn dangos bod Sipsiwn a Theithwyr yn tueddu i feddwl am ffactorau cymdeithasol ac amgylcheddol fel penderfynyddion allweddol ar gyfer eu hiechyd hwy, iechyd eu teuluoedd ac iechyd eu cymunedau yn hytrach na modelau meddygol sy'n seiliedig ar gysyniadau sy'n ymwneud â chlefydau a meddyginiaeth. Ystyrir bod hunanddibyniaeth a dibynnu ar eich teulu a'ch cymuned yn greiddiol i gynnal iechyd. Yn wir, fel y soniwyd yn gynharach, nid yw rhai'n credu y gall gweithwyr iechyd proffesiynol wella iechyd, gan eu bod yn ystyried bod rhannu newydd drwg megis diagnosis o afiechyd a allai fod yn anghyfeul yn cyfrannu at leihau gwydnwch. Mae cancer yn cael ei ofni'n fawr, er enghraifft, a chyfeirir yn aml at hyn nid wrth ei enw ond wrth y term 'yr aflwydd hwnnw', 'yr hen gyflwr hwnnw' neu 'yr hen beth budr hwnnw'. Mae angen i weithwyr iechyd proffesiynol ym maes gofal sylfaenol a gofal lliniarol fod yn ymwybodol o ganfyddiadau o'r fath i reoli unigolion a helpu eu teuluoedd yn effeithiol.

76. Mae rhaniad mawr rhwng y rhywiau yn niwylliant Sipsiwn a Theithwyr. Mae menywod ymhlith Sipsiwn a Theithwyr yn gyfrifol am gynnal bywyd teuluol, gofalu am eu plant, rhannu cyfrifoldebau gofal plant gyda menywod eraill yn y gymuned a gofalu am berthnasau hŷn ac anabl: 'y dyn yw pen y teulu. Y fenyw yw calon y teulu.' Mae'n ddiwylliant cylchol sy'n golygu rhoi anghenion pobl eraill o flaen eu hanghenion eu hunain ac mae eu hiechyd yn dioddef o ganlyniad. Er enghraifft, mae menywod ddwywaith yn fwy tebygol na dynion o brofi iechyd meddwl gwaeth.

77. Nid yw menywod yn siarad am faterion gofal iechyd o flaen dynion fel rheol ac ar y cyfan ni fyddant yn gweld ymarferwyr gofal iechyd gwrywaidd. Nid yw dynion ar y cyfan yn ymwneud â'u mesurau iechyd ataliol neu wasanaethau gofal iechyd eu hunain o gwbl. Mae preifatrwydd yn bwysig iawn i Sipsiwn a Theithwyr ac yn gysylltiedig â hyn mae eu hoffter cryf i gynnal parhad o ran y gofal gan ymarferydd sy'n gymwys yn ddiwylliannol ac sy'n gwybod beth yw hanes yr unigolyn a'r teulu.

78. Ceir rheolau diwylliannol cryf sy'n ymwneud â glendid a hylendid. Mae cyfleusterau toiled ac ymolchi'n aml yn cael eu tynnu allan o garafanau ar ôl eu prynu gan yr ystyrir ei bod yn anhylan i'r cyfleusterau hyn fod y tu mewn. Ar safleoedd awdurdodedig, caiff blociau ymolchi ar wahân eu codi ochr yn ochr â'r llety.

79. Mae ymchwil yn dangos bod gan Sipsiwn a Theithwyr dueddiad i ystyried bod angen rhoi sylw ar unwaith i'r rhan fwyaf o broblemau iechyd, hyd yn oed mân-gyflyrau. Os na ellir rhoi sylw i'r broblem ar unwaith, gall yr unigolyn ddod i'r casgliad nad oes diddordeb gan y gweithiwr gofal iechyd proffesiynol ynddo ac nad yw'n dymuno

Teithio at Iechyd Gwell

Canllawiau i Ymarferwyr Gofal Iechyd ar weithio'n effeithiol gyda Sipsiwn a Theithwyr

helpu. Mae perthynas rhwng hyn ac ymchwil arall sy'n dangos bod Sipsiwn a Theithwyr yn tueddu i ddefnyddio gwasanaethau Damweiniau ac Achosion Brys yn hytrach na gwasanaethau meddygon teulu, nid dim ond am nad oes problemau gyda chofrestru a phrofi pwy ydynt, ond am eu bod yn gwybod y byddant yn cael eu gweld y diwrnod hwnnw hyd yn oed os oes rhaid aros am oriau i weld rhywun. Mae hyn hefyd yn wir pan fo Sipsi neu Deithiwr wedi anwybyddu problem iechyd ond yn methu â gwneud hynny mwyach gan ei bod wedi dod yn broblem aciwt. Yn ogystal â hyn, mae ymchwil arall²⁷ yn dangos, pan fo Sipsi neu Deithiwr wedi cofrestru gyda meddyg teulu a bod perthynas ymddiriedus wedi datblygu, ei fod yn barod i deithio cannoedd o filltiroedd i weld y meddyg teulu hwnnw.

²⁷ <http://www.scottish.parliament.uk/parliamentarybusiness/CurrentCommittees/54885.aspx> ;
https://www.gov.uk/government/...data/.../Promising_Practice.pdf