

Rwy'n credu efallai fod angen cymorth arnaf i ofalu am fy hun

Ffeithlen 22

(Ebrill 2025)

Mae Cyngor Sir Caerfyrddin yn darparu cymorth a chefnogaeth i alluogi pobl i fyw mor annibynnol â phosibl.

Os ydych yn credu efallai fod angen rhywfaint o gymorth arnoch, gallwch gysylltu â Chyngor Sir Caerfyrddin a fydd yn asesu eich anghenion a sut y gellir eu diwallu. Fel rhan o'r asesiad hwnnw byddwn yn gweithio gyda chi i ystyried eich amgylchiadau personol ac i nodi beth sy'n bwysig i chi a beth yr hoffech ei weld yn digwydd. Byddwn yn edrych ar yr holl bethau rydych yn gallu eu gwneud ac yn nodi'r pethau y mae angen cymorth arnoch i'w gwneud o bosibl.

Gan ein bod am ichi fyw bywyd mor annibynnol â phosibl, byddwn bob amser yn ceisio rhoi cyngor a chymorth i chi gyntaf, a fydd yn eich galluogi i gymryd eich camau eich hun i ddod o hyd i ateb. Yn ogystal, byddwn hefyd yn gweld pa gymorth sydd ar gael yn eich rhwydwaith eich hun o berthnasau, cyfeillion, cymdogion ac ati a'r gymuned ehangach, megis sefydliadau gwirfoddol, sydd yn barod i'ch helpu ac yn medru gwneud hynny.

Ar ôl ystyried yr holl opsiynau hyn, os bydd hi'n amlwg nad ydynt yn addas byddwn wrth gwrs yn edrych ar yr hyn allai fod ar gael ichi gan yr awdurdod lleol, neu os yw'n well gennych daliad uniongyrchol, lle gallwch brynu'r gwasanaethau perthnasol i ddiwallu eich anghenion. Mae'n bwysig nodi fodd bynnag, nad yw cael asesiad gan yr awdurdod lleol yn golygu bod gennych hawl awtomatig i gael gwasanaethau.

Sut wyf yn cael asesiad gan yr awdurdod lleol?

Gallwch wneud cais am asesiad drwy gysylltu Llesiant Delta Wellbeing drwy ffonio 0300 333 2222, drwy Minicom ar 01554 756741 drwy anfon neges destun at 0789 2345678, neu drwy wneud atgyfeiriad drwy ein gwefan www.sirgar.llyw.cymru/gofalcymdeithasol



Pwy fydd yn bresennol yn ystod yr asesiad?

Byddwn yn siarad â chi i ddeall pwy yr hoffech iddynt fod yn rhan o'r asesiad. Gallwch gael rhywun gyda chi i'ch cefnogi drwy gydol yr asesiad, megis perthnasau neu gyfeillion priodol sydd ar gael i gynnig cymorth i chi. Os nad oes neb gennych, bydd yr awdurdod lleol yn eich helpu i ddod o hyd i rywun i'ch cynorthwyo os nad ydych am fod ar eich pen eich hun. Gelwir y person hwn yn eiriolwr a bydd yn eich helpu i wneud yn siŵr bod eich barn yn cael ei chlywed.

A allaf gael asesiad o hyd os oes gofalwr gennyf?

Gallwch gael asesiad hyd yn oed os yw eich Gofalwr yn diwallu eich anghenion i gyd ar hyn o bryd. Os nad yw eich Gofalwr yn cael ei dalu, h.y. os yw'n berthynas neu'n gyfaill, a bod angen cymorth neu gefnogaeth arno ef/hi ei hun, byddwn yn cynnig asesiad iddo/iddi hefyd. Weithiau, gyda'ch cydsyniad chi a'ch Gofalwr, efallai y byddwn yn cynnal asesiad cyfunol ar gyfer y ddau ohonoch.

A oes rhaid imi gael asesiad?

Os byddwch yn cysylltu â'r awdurdod lleol, neu os bydd rhywun yn cysylltu ar eich rhan, a'i bod yn edrych yn debyg bod angen cymorth arnoch, mae'n rhaid i ni gynnig asesiad i chi. Fodd bynnag, ni allwn eich gorfodi i gael asesiad, mae gennych yr hawl i ddweud nad ydych am gael un. Fodd bynnag os byddwch yn dewis peidio â chael asesiad bydd yn anodd darparu'r cymorth sydd ei angen arnoch o bosibl. Os ydym yn credu bod posibilrwydd eich bod mewn perygl o gael eich cam-drin neu eich esgeuluso, efallai y bydd yn ofynnol i ni, mewn rhai amgylchiadau penodol, asesu eich anghenion hyd yn oed os nad ydych yn cytuno i hynny.

Mae hefyd yn bwysig cofio nad yw'r ffaith eich bod yn cytuno i gael asesiad yn golygu bod rheidrwydd arnoch i dderbyn unrhyw wasanaethau rydym yn eu cynnig i chi.

Beth sy'n digwydd os wyf wedi dweud o'r blaen nad oeddwn am asesiad ond fy mod erbyn hyn wedi newid fy meddwl?

Gallwch newid eich meddwl ar unrhyw adeg, a chyn belled â'i bod yn edrych yn debyg bod angen cymorth arnoch o hyd, byddwn yn fwy na pharod i'ch asesu.

Os hoffech gael y daflen hon mewn print bras, Braille neu ar dâp sain, ffoniwch ☎ 01267 228703



I gael gwybodaeth am Wasanaethau Gofal Cymdeithasol ewch i:
www.sirgar.llyw.cymru/gofalcymdeithasol