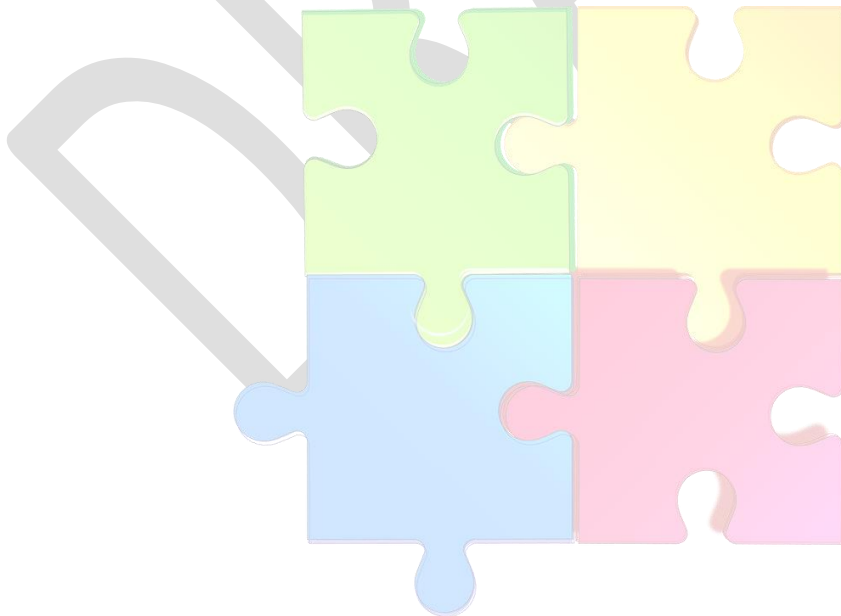




Pecyn Cymorth Cynllunio ar gyfer Argyfyngau i Gynhalwyr

Gofalu, paratoi a rhannu...



Cyflwyniad

Gofalu, paratoi a rhannu...

Beth yw argyfwng?

Argyfwng yw salwch, creisis personol neu ddigwyddiad annisgwyl neu fyr rybudd sydd naill ai'n arwain at y cynhaliwr yn cael ei wahanu oddi wrth y person sy'n derbyn gofal ar sail tymor byr neu dymor hir, neu anghenion gofal yr unigolyn yn tyfu. Gallai hyn gynnwys angladd teuluol, oedi o ran trafnidiaeth, salwch yn y teulu, cyfnod yn yr ysbyty, apwyntiad munud olaf gyda'r doctor neu ddeintydd, neu ddigwyddiad personol sy'n effeithio ar y cynhaliwr.

Beth yw buddion cynllunio ar gyfer argyfyngau?

Mae cynhalwyr sydd wedi cynllunio ar gyfer argyfyngau ymlaen llaw yn teimlo sicrwydd gan eu bod nhw'n gwybod y bydd yr unigolyn dan sylw yn parhau i dderbyn gofal os oes argyfwng yn digwydd. Rydyn ni'n argymhell cynllunio cyn gynted â phosibl gan nad oes modd rhagweld argyfyngau.

Pecyn Cymorth Cynllunio ar gyfer Argyfyngau i Gynhalwyr

Mae'r Pecyn Cymorth yma wedi'i gynllunio i'ch cefnogi chi i lunio eich Cynllun ar gyfer Argyfyngau i Gynhalwyr eich hun. Bydd y pecyn yn eich annog chi i ystyried pob ffactor wrth gynllunio ar gyfer argyfyngau.

Mae modd cwblhau'r Pecyn Cymorth yn eich amser eich hun ac mae'n eich annog chi i gynnwys eich teulu, ffrindiau, gweithwyr proffesiynol a rhwydweithiau cymorth yn eich cynllun. Mae canllaw wedi'i gynnwys er eglurder ac er mwyn eich annog chi i ystyried eich rôl ofalu.

Pam cynllunio ymlaen llaw? Trwy gynllunio ymlaen llaw, mae modd cofnodi eich dealltwriaeth, arbenigedd, anghenion a dymuniadau er mwyn sicrhau bod gan bwy bynnag sy'n darparu gofal yn eich lle chi'r holl adnoddau sydd eu hangen. Dylai hyn sicrhau bod y person rydych chi'n gofalu amdano'n derbyn gofal cyn gynted â phosibl, a'ch bod chi'n teimlo sicrwydd bod yr unigolyn yn derbyn yr holl gymorth sydd ei angen.

Cafodd y Pecyn Cymorth ei gynllunio fel bod modd ei rannu â phobl sy'n rhan o gynllun gofal yr unigolyn dan sylw, a'r rheiny y bydd galw arnyn nhw i gamu i'r adwy mewn argyfwng.

Rydyn ni'n eich annog chi i gadw'r ddogfen yma gydag unrhyw wybodaeth a dogfennau pwysig eraill a'i diweddarau yn sgil unrhyw newidiadau.

Cofiwch mai eich dogfen chi yw hon ac rydyn ni'n eich annog i'w llenwi mor agored a gonest ag sy'n bosibl.

Dyddiad cwblhau:

ADRAN 1: Cyflwyniad	
Ychydig bach amdanoch chi:	
Enw:	
Cyfeiriad:	
Rhif ffôn:	
Dyddiad geni:	
Eich perthynas â'r person rydych chi'n gofalu amdano:	
Ai chi yw ei berthynas agosaf?	le Nage
Os nad chi yw ei berthynas agosaf, nodwch fanylion y person hwnnw:	Enw: Cyfeiriad: Rhif Cyswllt: Perthynas i'r unigolyn sy'n derbyn gofal:
Ynglŷn â'r person rydych chi'n gofalu amdano:	
Enw:	
Cyfeiriad:	
Rhif Cyswllt:	
Dyddiad geni:	

ADRAN 2: Cartref	
Canllaw: Mae modd cynnwys unrhyw wybodaeth rydych chi'n o'r farn sy'n berthnasol er mwyn cael mynediad i'ch cartref. Er enghraifft, gallai hyn gynnwys rhifau agor coffor, codau mynediad, gwybodaeth am anifeiliaid anwes, amgylchedd y cartref, unrhyw beryglon neu bethau eraill i'w hystyried.	
Os oes angen mynediad arnoch chi i gartref y person rwy'n gofalu amdano, mae allwedd wedi'i gadael gyda:	
Enw:	
Cyfeiriad:	
Rhif Cyswllt:	
Perthynas â'r sawl sy'n derbyn gofal:	
Rhif y coffr allweddi:	
Anifeiliaid Anwes:	
Ystyriaethau eraill:	

ADRAN 3: Cysylltiadau Iechyd	
Enw Practis y Meddyg Teulu:	
Cyfeiriad:	
Rhif ffôn:	
Enw'r meddyg teulu:	
Enw'r fferyllfa:	
Cyfeiriad y fferyllfa:	
Rhif ffôn:	

ADRAN 4: Manylion meddygol	
Canllaw: Diben yr adran yma yw cwmpasu prif wybodaeth y sawl sy'n derbyn gofal a'i hanes meddygol. Mae modd cynnwys unrhyw wybodaeth am ei anghenion meddygol. <i>Atebwch bob cwestiwn.</i>	
Unrhyw alergedd:	Oes Nac oes
Os oes, rhowch fanylion:	
Unrhyw driniaethau meddygol parhaus?	Oes Nac oes
Os oes, rhowch fanylion:	
Ydy'r unigolyn yn cymryd meddyginiaeth yn rheolaidd?	Ydy Nac ydy
Os ydy, cwblhewch y tabl isod:	
Pwy sy'n paratoi'r feddyginiaeth?	Fi Fferyllfa Blwch dosette Pecyn tabledi Arall
Ble mae'r feddyginiaeth yn cael ei chadw?	
Unrhyw wybodaeth arall:	

GWYBODAETH AM FEDDYGINIAETH				
MATH O FEDDYGINIAETH	ENW'R FEDDYGINIAETH	BLE MAE'R FEDDYGINIAETH YN CAEL EI CHADW	AMSER(OEDD) CYMRYD Y FEDDYGINIAETH	SUT MAE CYMRYD Y FEDDYGINIAETH

ADRAN 5: Manylion Cyswllt mewn Argyfwng	
<p>Canllaw: Yn yr adran yma, nodwch fanylion y person(au) y byddech chi'n hoffi eu bod nhw'n cael gwybod bod argyfwng wedi dod i law. Mae'n bosibl y byddai'n fuddiol sgwrsio â'r unigolion yma ymlaen llaw ac ystyried rhannu'r cynllun yma gyda nhw fel eu bod nhw'n gyfarwydd â'r cynllun gofal sy'n rhan ohono. Gall eich manylion cyswllt mewn argyfwng gynnwys aelodau teulu, ffrindiau, cymdogion, neu unrhyw ddarparwyr, sefydliadau neu weithwyr proffesiynol sy'n ymwneud â darparu gofal a chymorth.</p>	
Cyswllt mewn argyfwng 1:	
Enw:	
Cyfeiriad:	
Rhif Cyswllt:	
Perthynas â'r sawl sy'n derbyn gofal:	
Cyswllt mewn argyfwng 2:	
Enw:	
Cyfeiriad:	
Rhif Cyswllt:	
Perthynas â'r sawl sy'n derbyn gofal:	
Cyswllt mewn argyfwng 3:	
Enw:	
Cyfeiriad:	
Rhif Cyswllt:	
Perthynas â'r sawl sy'n derbyn gofal:	
<p>Os yw'r person rydych chi'n gofalu amdano'n derbyn cymorth gan Asiantaeth Gofal, Cynorthwy-ydd Personol, neu unrhyw ddarparwr gofal arall, nodwch ei fanylion isod:</p>	
Enw'r sefydliad:	
Enw'r unigolyn:	
Cyfeiriad:	
Rhif ffôn:	
E-bost:	

ADRAN 6: Ynglŷn â'r person rydych chi'n gofalu amdano	
<p>Canllaw: Defnyddiwch yr adran yma i rannu gwybodaeth am y person rydych chi'n darparu gofal ar ei gyfer.</p> <p>Ystyriwch y cymorth sydd ei angen ar y person a'r cymorth rydych chi'n ei ddarparu. Ystyriwch ddiwrnod arferol. Oes angen gofal dros nos? Sut mae'r person yn cysgu? Ystyriwch ei hoff bethau a chas bethau. Hoff fwyd? Oes rhaid paratoi prydau bwyd mewn ffordd arbennig? Oes unrhyw arferion penodol i'w dilyn? Hobïau? Diddordebau? Sut mae'r person yn cyfathrebu? Oes gan y person anghenion cyfathrebu penodol? Nodwch gymaint o wybodaeth ag sy'n bosibl yn yr adran yma fel bod modd i berson arall ddeall anghenion y person sy'n derbyn gofal.</p>	
Pa gymorth ydych chi'n ei ddarparu i'r unigolyn?	
Beth yw ei drefn ddyddiol?	
Oes ganddo unrhyw ofynion dietegol?	Oes Nac oes
Os oes, beth ydyn nhw?	
Sut mae'r person yn cyfathrebu?	
Defnyddiwch y gofod isod i nodi unrhyw wybodaeth ychwanegol a fyddai'n fuddiol i'w rhannu:	
<div style="text-align: center; font-size: 48px; opacity: 0.2; transform: rotate(-30deg); pointer-events: none;">DRAFFT</div>	

Fy Manylion Cyswllt Defnyddiol

Beth yw'r Cam Nesaf?

Cofiwch, bydd cynllun ar gyfer argyfyngau dim ond yn effeithiol os yw pobl eraill yn effro iddo. Rydyn ni'n eich annog chi i rannu'r cynllun â phobl sydd wedi cytuno i fod yn gyswllt mewn argyfwng. Efallai y byddwch chi'n dymuno ei rannu ag unrhyw sefydliadau neu weithwyr proffesiynol eraill sy'n ymwneud â darparu cymorth i chi a'r person rydych chi'n gofalu amdano.

Fodd bynnag, mae'n bosibl na fyddwch chi'n dymuno rhannu copi o'r cynllun â phawb gan ei fod yn cynnwys gwybodaeth bersonol. Ystyriwch ble dylech chi gadw'r cynllun a sicrhau bod y bobl berthnasol yn effro i'r lleoliad.

Manylion Cyswllt Defnyddiol

Rhondda Cynon Taf - <https://www.rctcbc.gov.uk/cynhalwyr>

Carers Wales – www.carersuk.org/wales/help-and-advice/practical-support/getting-help-in-an-emergency/

Carers Trust – www.carers.org

Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg – <https://bipctm.gig.cymru/gwasanaethau/gwasanaethau-cefnogi-gofalwyr/>