

Mae'r Gwasanaeth Byw'n Annibynnol

yn gweithio gyda chi er mwyn cefnogi'ch annibyniaeth

Rydyn ni'n darparu cymorth i unigolion ac i grwpiau mewn amrywiaeth o leoliadau yn y gymuned. Mae hyn yn eich galluogi chi i fyw mewn modd mwy annibynnol. Byddwn ni'n eich cefnogi chi i

nodi cyfleoedd a chymryd rhan ynddyn nhw er mwyn cyflawni'ch amcanion personol. Er enghraifft, mae'n bosib byddwch chi eisiau cymryd rhan mewn gweithgareddau yn eich cymuned lleol er mwyn gwella'ch ansawdd o fyw, yn ogystal â'ch iechyd a'ch llesiant cyffredinol.

Mae'r gwasanaeth rydyn ni'n ei ddarparu yn ystyried eich barn chi yn ogystal â barn eraill sy'n rhan o'ch gofal, megis cynhalwyr, pan fo angen.

Sut rydyn ni'n eich cefnogi chi:

Pan rydych chi'n dechrau defnyddio ein gwasanaeth, byddwch chi'n cwrdd â'ch **gweithiwr allweddol** a fydd trafod ac yn cytuno ar gynllun cymorth ar eich cyfer, un sy'n diwallu'ch anghenion wedi'u hasesu orau. Dyma yw eich 'Cynllun Unigol'. Bydd y cynllun yn nodi pa fath o gymorth sydd ei angen arnoch chi a sut y bydd yn cael ei ddarparu, yn unol â'ch Cynllun Gofal a Chymorth a'ch Cynllun Gofal a Thriniaeth. Mae modd i chi drafod newidiadau i'r cynllun gyda'ch gweithiwr allweddol ar unrhyw adeg.

Er enghraifft, mae modd i ni eich cynorthwyo chi er mwyn:

- dod o hyd i weithgareddau sy'n cynnig cyfleoedd i gwrdd â phobl eraill mewn amgylchedd addas
- cyflwyno cyfleusterau'r gymuned i chi er mwyn eich helpu i ddatblygu eich sgiliau a gwneud ffrindiau newydd
- rheoli tasgau bob dydd, e.e. siopa, neilltuo arian a chynnal a chadw eich cartref
- eich helpu i ddefnyddio cyfleusterau eich cymuned yn fwy hyderus, e.e. canolfannau cymunedol, canolfannau hamdden a llyfrgelloedd
- cydnabod cyfleoedd er mwyn datblygu a gwella'ch sgiliau
- magu eich hyder ynghylch defnyddio trafndiaeth gyhoeddus er mwyn dod yn fwy annibynnol
- cynnal eich iechyd a lles mewn sawl ffordd, er enghraifft, drwy fynd i'r ganolfan hamdden
- mynd i apwyntiadau perthnasol a rheoli gweithgareddau wythnosol
- canfod ffyrdd eraill o ddod o hyd i gymorth, cyfleoedd dysgu a datblygu a gwella eich sgiliau presennol
- ennill sgiliau cyflogadwyedd drwy lleoliadau gwaith gwirfoddol
- amddiffyn eich hawliau a'ch cyfrifoldebau unigol



Oriau Gwasanaeth

Oriau arferol y gwasanaeth yw rhwng 8.30am a 5pm, o ddydd Llun i ddydd Iau, a rhwng 8.30am a 4.30pm ar ddydd Gwener. Rydyn ni hefyd yn gallu cynnig cymorth y tu allan i'r oriau yma, ar benwythnosau a gyda'r nos, os yw gweithgaredd arbennig wedi cael ei gydnabod fel gweithgaredd sy'n cwrdd â'ch anghenion. Mae modd ymgymryd â gweithgareddau fel hyn ar adegau penodol.

Trafnidiaeth

Ar ôl i chi gael eich atgyfeirio i'r Gwasanaeth Byw'n Annibynnol, bydd eich Cydlynnydd Gofal yn asesu'ch anghenion mewn perthynas â thrafnidiaeth. Rydyn ni'n cynnig amrywiaeth o raglenni cymorth er mwyn hyrwyddo teithio'n annibynnol, a byddwch chi'n derbyn cymorth ac yn cael eich annog i gymryd rhan mewn cyfleoedd o'r fath.

Rhannu Gwybodaeth

Wrth dderbyn Gwasanaethau Byw'n Annibynnol, mae'n bosib y bydd eich gweithiwr allweddol yn trafod materion gyda phobl sy'n rhoi cymorth i chi. Mae'n bosib y bydd hyn yn cynnwys gweithwyr cymdeithasol, nyrsys seiciatrig cymunedol a staff feddygol arall sydd angen gwybod am y gwasanaethau rydych chi'n eu derbyn, neu am unrhyw newidiadau sydd eu hangen. Byddwn ni'n cadw unrhyw wybodaeth am y gwasanaeth rydych chi'n ei dderbyn yn gyfrinachol ac ond yn rhannu'r wybodaeth gyda'r rheiny sydd angen gwybod a gyda chaniatâd gennych chi. Oni bai ein bod ni o'r farn eich bod chi'n agored i niwed.

Cyfraniad Unigolion a Chynhalwyr.

Byddwch chi a'ch cynhalwyr yn derbyn cyfleoedd i gymryd rhan mewn gweithgareddau a fydd yn gwella'r gwasanaethau sydd ar gael i chi. Er enghraifft, bydd modd i chi recriwtio a hyfforddi staff newydd neu bod yn rhan o grwpiau cynllunio gwasanaethau.

Mae eich barn chi'n bwysig

Rydyn ni angen gwybod eich barn chi ynglŷn â'r gwasanaethau rydych chi'n eu derbyn; boed hynny'n gadarnhaol neu'n negyddol. Mae'n bwysig eich bod chi'n teimlo'n digon gyfforddus i allu rhoi eich barn chi. Mae modd gwneud hyn mewn sawl ffordd, er enghraifft, trwy siarad â rhywun, ffonio, ysgrifennu. Pa bynnag ffordd sy'n well gyda chi. Y peth pwysicaf yw eich bod chi'n rhoi gwybod i ni.

Cysylltu â ni

Os ydych chi angen cysylltu â'r **Gwasanaeth Byw'n Annibynnol** ynglŷn ag unrhyw faterion, defnyddiwch y rhif ffôn perthnasol isod. Os nad yw'ch gweithiwr allweddol chi ar gael, gadewch neges a bydd yn cysylltu â chi cyn gynted ag y bo modd.

Gwasanaeth Byw'n Annibynnol Cwm Rhondda

Swyddfeydd y Cyngor Pentre, Stryd Llewellyn, Pentre CF41 7BT
Rhif Ffôn: 01443 424350

Gwasanaeth Byw'n Annibynnol Cwm CynonSwyddfeydd y Cyngor

Cwm Cynon, Stryd Llewellyn, Trecynon, Aberdâr, CF44 8HU
Rhif Ffôn: 01685 887883

Gwasanaeth Byw'n Annibynnol Cwm Taf

Tŷ Draw The Avenue, The Common, Pontypridd, CF37 4DF
Rhif Ffôn: 01443 486856

Gwasanaethau Cymdeithasol Carfan Gwella Gwasanaethau Ymgysylltu a Chwynion

Tŷ Elai, Dwyrain Dinas Isaf, Trewiliam, CF40 1NY
Rhif Ffôn: 01443 425003

Ewch i'n gwefan i weld yr wybodaeth a'r newyddion diweddaraf ynglŷn â'r gwasanaeth:

<https://www.rctcbc.gov.uk/CY/Resident/AdultsandOlderPeople/AdultsandOlderPeople.aspx>

Mae'r wybodaeth yma ar gael mewn sawl iaith a diwyg (Cymraeg, Saesneg, ieithoedd eraill, print bras, Braille, a disg).

Hoffech chi frwr sylwadau am y ffeithlen hon, neu unrhyw wybodaeth arall rydych chi wedi'i chael oddi wrth y gwasanaethau cymdeithasol? Pe hoffech chi, cysylltwch â

gwasaethaucymdeithasol@rctcbc.gov.uk
neu'r Garfan Ymateb ar Unwaith ar 01443 425003