

Ffurflen Atgyfeirio Gofalwyr Di-dâl

Darllenwch y nodiadau canllaw cyn cwblhau'r ffurflen hon.

Enw'r tîm/gwasanaeth sy'n cyfeirio:

Ynglŷn â'r gofalwr di-dâl:

Teitl:	Cyfeiriad:
Enw Llawn:	
Dyddiad Geni:	Cod Post:
Rhif Ffôn:	E-bost:
Dewis iaith ysgrifenedig:	Dewis iaith lafar:

Ynglŷn â'r person neu'r bobl rydych chi'n gofalu amdanynt (i'n helpu ni i ddeall eich rôl ofalu):

Ym mha sir maen nhw'n byw?
Eich perthynas â'r person rydych chi'n gofalu amdano (e.e. gwraig, mab, mam, ffrind, ac ati):
Pa salwch, anabledd neu gyflwr sydd gan y person rydych chi'n gofalu amdano?
A oes unrhyw un arall yn darparu gofal ychwanegol i'r person hwn: ☐ Oes ☐ Nac Oes
Eu ystod oed: ☐ 0 i 18 ☐ 18 i 25 ☐ Dros 25

Sut fydddech chi'n dweud eich bod chi'n ymdopi â'ch rôl ofalu ar hyn o bryd?

☐ 1 Ddim yn ymdopi	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5 Ymdopi'n dda
--	----------------------------	----------------------------	----------------------------	--

Ticiwch am gymorth a chefnogaeth (gweler y nodiadau canllaw am ragor o wybodaeth)

1.	Cofrestru gyda'r Gwasanaeth Gwybodaeth a Chymorth i Ofalwyr i dderbyn gwybodaeth ddi-dâl sy'n ymwneud â gofalwyr, pecyn a/neu gylchlythyr i ofalwyr?	☐
2.	Cael sgwrs gyda gweithiwr cymorth gofalwyr di-dâl i drafod eich rôl ofalu.	☐
3.	Siaradwch â rhywun am gael Asesiad Anghenion Gofalwyr?	☐

Ble i anfon y ffurflen wedi'i chwblhau:

Ar ôl ei chwblhau, gwnewch yn siŵr bod y ffurflen hon yn cael ei hanfon (trwy'r post neu e-bost) at Wasanaeth Gwybodaeth Gofalwyr y sir lle mae'r gofalwr di-dâl yn byw. Ticiwch yn ôl y galw:

☐ **Sir Gaerfyrddin:** Gwasanaeth Gwybodaeth a Chymorth i Ofalwyr, 16 Heol y Frenhines, Caerfyrddin, Sir Gaerfyrddin SA31 1JT neu carersincarms@adferiad.org

☐ **Ceredigion:** Neuadd Cyngor Ceredigion, Penmorfa, Aberaeron, Ceredigion, SA46 0PA neu contactsocservs@ceredigion.gov.uk

☐ **Sir Benfro:** Cymorth i Ofalwyr Sir Benfro, Croesffyrdd Ymddiriedolaeth y Gofalwyr Gorllewin Cymru, Y Palmwydd, Uned 3, 96 Heol y Frenhines Fictoria, Llanelli, SA15 2TH (pencadlys) neu carerssupportpemb@ctcww.org.uk

Llofnod a Dyddiad:

Drwy lofnodi'r ffurflen hon, rydych yn cytuno i'ch manylion gael eu trosglwyddo i'r sefydliad(au) a enwir ar dudalen 2, a all gysylltu â chi dros y ffôn. Byddant yn storio ac yn defnyddio eich gwybodaeth bersonol i'ch helpu a'ch cefnogi yn eich rôl ofalu.

Llofnod Gofalwr Di-dâl	Dyddiad:
------------------------	----------

Canllawiau

1. Cofrestrwch gyda'r Gwasanaeth Gwybodaeth a Chymorth i Ofalwyr

Os ydych chi'n byw yn Sir Gaerfyrddin

Drwy dicio'r opsiwn hwn, byddwch yn cofrestru gyda Gwasanaeth Gwybodaeth a Chymorth Gofalwyr Sir Gaerfyrddin (CCISS). Bydd CCISS yn anfon gwybodaeth ymarferol a'r cymorth sydd ar gael i ofalwyr di-dâl yn Sir Gaerfyrddin gyda chyfle i dderbyn cymorth ychwanegol wedi'i deilwra i'ch anghenion unigol. Am ragor o wybodaeth ewch i (<https://adferiad.org/services/carmarthenshire-carers-information-support-service/>), e-bost carersincarms@adferiad.org neu ffoniwch 0333 1211 332.

Os ydych chi'n byw yng Ngheredigion

Mae gan Geredigion ddau wasanaeth sy'n ymroddedig i ofalwyr di-dâl, a thrwy dicio'r opsiwn hwn byddwch yn cofrestru gyda'r Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr a Gofalwyr Ceredigion Carers.

- Mae **Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr** yn cael ei redeg gan Dîm Cymorth Cymunedol a Gofalwyr Cyngor Sir Ceredigion. Drwy gofrestru byddwch yn derbyn Cylchgrawn Gofalwyr a gyhoeddir dair gwaith y flwyddyn, yn ogystal â gwybodaeth ategol arall. Am ragor o wybodaeth ewch i (<https://www.ceredigion.gov.uk/resident/wellbeing-and-care/support-for-carers/carers-information-service/>), e-bost connecting@ceredigion.gov.uk neu ffoniwch 01970 633 564.
- Mae **Gofalwyr Ceredigion Carers (GCC)** yn darparu mwy o gefnogaeth ymarferol. Darparu gwybodaeth, cyngor a chefnogaeth emosiynol ar sail unigol. Maent yn trefnu gweithgareddau grŵp, hyfforddiant ac amser i siarad â gofalwyr di-dâl eraill. Maent hefyd yn helpu gofalwyr di-dâl i gael mynediad at gefnogaeth i gael seibiant o ofalu. Am ragor o wybodaeth ewch i (<https://www.gofalwyrkeredigioncarers.cymru/>), e-bost ceredigion@credu.cymru neu ffoniwch 03330 143 377.

Os ydych yn byw yn Sir Benfro

Bydd ticio'r opsiwn hwn yn eich cofrestru gyda Chymorth i Ofalwyr Sir Benfro – Croesffyrdd Ymddiriedolaeth Gofalwyr Gorllewin Cymru. Byddwch yn derbyn cylchlythyrau rheolaidd yn ogystal â phhecyn gwybodaeth. Am ragor o wybodaeth ewch i (<https://ctcww.org.uk/services/carers-support-pembrokeshire/>), e-bost carerssupportpems@ctcww.org.uk neu ffoniwch 0300 0200 002.

2. Cael sgwrs gyda gweithiwr cymorth gofalwyr di-dâl

Bydd gweithiwr cymorth yn cysylltu â chi i gynnig clust i wrando a rhoi cyfle i chi gael sgwrs 'beth sy'n bwysig i mi'. Gallant eich helpu i flaenoriaethu eich anghenion eich hun ac archwilio ffyrdd o reoli effaith eich rôl ofalu yn well. Gellir darparu'r gefnogaeth hon dros y ffôn neu wyneb yn wyneb.

3. Siarad â rhywun am Asesiad Anghenion Gofalwyr

Os ydych chi'n gofalu am rywun, mae gennych chi hawl gyfreithiol i gael eich anghenion, fel gofalwr di-dâl, wedi'u hasesu. Nid yw'r asesiad hwn yn canolbwyntio ar ansawdd y gofal rydych chi'n ei ddarparu ond ar sut y gallwch chi gael eich cefnogi i barhau i ddarparu'r gofal hwn.

Byddwch chi'n derbyn galwad ffôn a fydd yn rhoi'r cyfle i chi siarad am eich rôl ofalu ac edrych ar ba gymorth a chefnogaeth y gallech chi fod eu hangen.

Cynhelir yr Asesiad Anghenion Cymdeithasol gan, neu ar ran, y gwasanaethau cymdeithasol, a chyfrifoldeb yr awdurdod lleol lle mae'r person sy'n cael gofal amdano fel arfer yn byw yw hwn. Felly, gwnewch yn siŵr eich bod chi'n cwblhau'r adran 'am y person neu'r bobl rydych chi'n gofalu amdanynt'.