





Gwneud penderfyniadau a galluedd meddyliol

3 Hydref 2018

Cefnogi pobl i wneud penderfyniadau

	<p>Rhaid i ni wneud penderfyniadau drwy'r amser yn ein bywydau beunyddiol.</p> <p>Caiff y gallu i wneud penderfyniadau ei alw'n 'alluedd meddyliol'</p>
	<p><i>Y Ddeddf Galluedd Meddyliol</i></p> <p>Gall ffactorau megis anabledd, dementia a chyflyrau iechyd meddwl effeithio ar y gallu i wneud penderfyniadau.</p> <p>Gallant ei gwneud hi'n anodd i bobl ddeall neu gofio gwybodaeth. Gallant hefyd ei gwneud hi'n anodd defnyddio gwybodaeth neu gyfleu eu penderfyniadau.</p>
	<p>Mae deddf a elwir yn Ddeddf Galluedd Meddyliol yn diogelu pobl na allant wneud penderfyniadau o bosibl. Mae'r ddeddf yn nodi y dylai staff sy'n gweithio gyda phobl wneud y canlynol:</p> <ul style="list-style-type: none">• tybio y gall pobl wneud penderfyniadau eu hunain bob amser oni ddangosir na allant wneud hynny• helpu pobl i wneud penderfyniadau eu hunain lle y bo'n bosibl

	<ul style="list-style-type: none"> • parchu penderfyniadau pobl hyd yn oed os nad ydynt yn cytuno â nhw • sicrhau bod y penderfyniad a wneir dros rywun yn addas ar ei gyfer.
	<p>Gallwch ddarllen mwy am y Deddf Galluedd Meddyliol ar wefan y GIG neu'r Comisiwn Ansawdd Gofal.</p> <p>Gallwch hefyd weld canllaw EasyRead ar y Ddeddf.</p>
	<p><i>Beth yw diben y canllaw hwn?</i></p> <p>Rydym wedi ysgrifennu'r canllaw hwn er mwyn helpu staff i ddefnyddio'r Ddeddf Galluedd Meddyliol. Rhestrir rhai o'r ffyrdd y mae'r canllaw yn nodi y gellir cyflawni hyn isod.</p>
	<p>Cymorth a chefnogaeth i bobl</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dewch i adnabod pobl yn dda - mae hyn yn helpu staff i ddeall pa gymorth fydd ei angen ar rywun i wneud penderfyniad • Rhowch wybodaeth i bobl y gallant ei deall • Rhowch gymorth iddynt ddweud eu barn
	<p>Trafod eiriolaeth</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trafodwch eiriolwyr annibynnol â phobl – maent yn gwrandao ar farn, dymuniadau a theimladau pobl • Eglurwch pryd y gall eiriolwr fod o help, er enghraifft pan fydd angen i rywun wneud penderfyniad pwysig



Cynllunio gofal ymlaen llaw

- Dywedwch wrth bobl y gallant wneud penderfyniadau nawr ynglŷn â'r dyfodol ac eglurwch beth y mae hyn yn ei olygu iddynt
- Rhowch gymorth iddynt drwy gydol y broses hon - mae hyn yn golygu llunio cynllun ysgrifenedig ar y cyd a chadarnhau eu bod yn fodlon arno'n rheolaidd.



Yn y newyddion

Darllenwch newyddion NICE i ddysgu sut y bydd y canllaw hwn o gymorth.

Dilynwch ni ar [Twitter](#) a [Facebook](#).



Ble y gallaf gael rhagor o wybodaeth?

Gall y bobl hyn roi mwy o gyngor a chymorth i chi.

Nid yw eu gwybodaeth wedi'i hysgrifennu gan NICE.

- [Cymdeithas Alzheimer](#), 0300 222 11 22
- [Carers UK](#), 0808 808 7777
- [Headway – cymdeithas anafiadau i'r pen](#), 0808 800 2244
- [Mencap](#), 0808 808 1111
- [Mind](#), 0300 123 3393
- [POhWER](#), 0300 456 2370
- [Rethink Mental Illness](#), 0300 5000 927

I rannu profiad o ofal rydych wedi'i gael, cysylltwch â'ch grŵp [Gwarchod Iechyd](#) lleol.



Pwy ysgrifennodd y canllaw hwn?

Lluniwyd y canllaw hwn ar y cyd â phobl y bu angen cymorth arnynt i wneud penderfyniadau, eu teuluoedd a'u gofalwyr, a'r staff sy'n eu cefnogi. Mae'r canllawiau yn seiliedig ar yr ymchwil orau sydd ar gael.

ISBN: xxxx