

Profiadau pobl mewn gwasanaethau gofal cymdeithasol i oedolion

Defnyddio gwasanaethau gofal cymdeithasol i oedolion: y gofal y dylech ei ddisgwyl

Mae llawer o bobl yn dibynnu ar wasanaethau gofal cymdeithasol ar gyfer cymorth ychwanegol i fyw eu bywydau, p'un a ydynt yn byw'n annibynnol gartref, neu mewn llety byw â chymorth neu ofal preswyl. Fodd bynnag, canfu arolwg gofal cymdeithasol yn 2016 mai dim ond 1 o bob 3 pherson sy'n defnyddio gwasanaethau gofal cymdeithasol oedd yn teimlo bod ganddynt y rheolaeth yr hoffent ei chael dros eu bywydau bob dydd. Rydym am sicrhau y bydd y canllaw hwn yn gwneud gwahaniaeth i bobl a'u teuluoedd a'u gofalmwyr drwy wneud y canlynol:

- sicrhau y gall pawb sy'n defnyddio gwasanaethau gofal cymdeithasol fyw eu bywydau ag urddas yn annibynnol
- sicrhau y caiff gofal ei gynllunio'n fwy hyblyg gan ystyried yr hyn y mae pobl am ei gael a'r hyn sydd ei angen arnynt, oherwydd nid yw anghenion gofal pawb yr un peth
- sicrhau bod pobl yn glir ynghylch y mathau o ofal sydd ar gael a'r gofal sylfaenol y gallant ei ddisgwyl
- sicrhau bod gan bobl fwy o reolaeth dros y ffordd y darperir eu gofal a'r ffordd y telir amdano
- sicrhau bod staff sy'n rhoi gofal yn meithrin cydberthnasau da â'r bobl y maent yn eu helpu
- sicrhau bod darparwyr gofal cymdeithasol yn gofyn i bobl a'u teuluoedd am eu barn, a defnyddio'r rhain i hyfforddi staff a gwella gwasanaethau.

Gwneud penderfyniadau gyda'ch gilydd

Caiff y penderfyniadau gorau eu gwneud ar y cyd. Dylai gweithwyr proffesiynol roi gwybodaeth glir i chi, trafod eich opsiynau â chi a gwranddo'n ofalus ar eich barn a'ch pryderon. Dylent hefyd wneud y canlynol:

- canfod beth sy'n bwysig i chi a pha gymorth sydd ei angen arnoch i fyw'r bywyd rydych yn ei ddewis
- rhoi gwybodaeth i chi fel y gallwch wneud eich penderfyniadau eich hunain, heb dybio nad ydych yn gallu gwneud penderfyniadau eich hun
- cynnwys eich teulu a'ch gofalwyr hefyd, os ydych yn cytuno
- eich helpu i fynegi eich barn, er enghraifft drwy ddefnyddio cymhorthion cyfathrebu neu drwy ddarparu eiriolwr.

Os na allwch ddeall y wybodaeth a roddir i chi, dywedwch hynny wrth eich gweithiwr proffesiynol.

Darllenwch ragor am [wneud penderfyniadau am eich gofal](#).

Ble y gallaf gael rhagor o wybodaeth?

Dewch o hyd i'ch grŵp [Gwarchod Iechyd](#) lleol agosaf.

Gall y sefydliadau isod roi rhagor o gyngor a chefnogaeth i chi.

- [Carers UK](#), 0808 808 7777, advice@carersuk.org
- [Disabled Living](#), 0161 607 8200
- [Disability Rights UK](#), 0330 995 0400
- [National Survivor User Network](#), 020 7820 8982

Nid yw NICE yn gyfrifol am gynnwys y gwefannau hyn.

Gwnaethom ysgrifennu'r canllaw hwn gyda phobl sy'n defnyddio gwasanaethau gofal cymdeithasol a'r staff sy'n eu cefnogi. Mae'r holl benderfyniadau yn seiliedig ar yr ymchwil orau sydd ar gael.

ISBN: 978-1-4731-2817-0