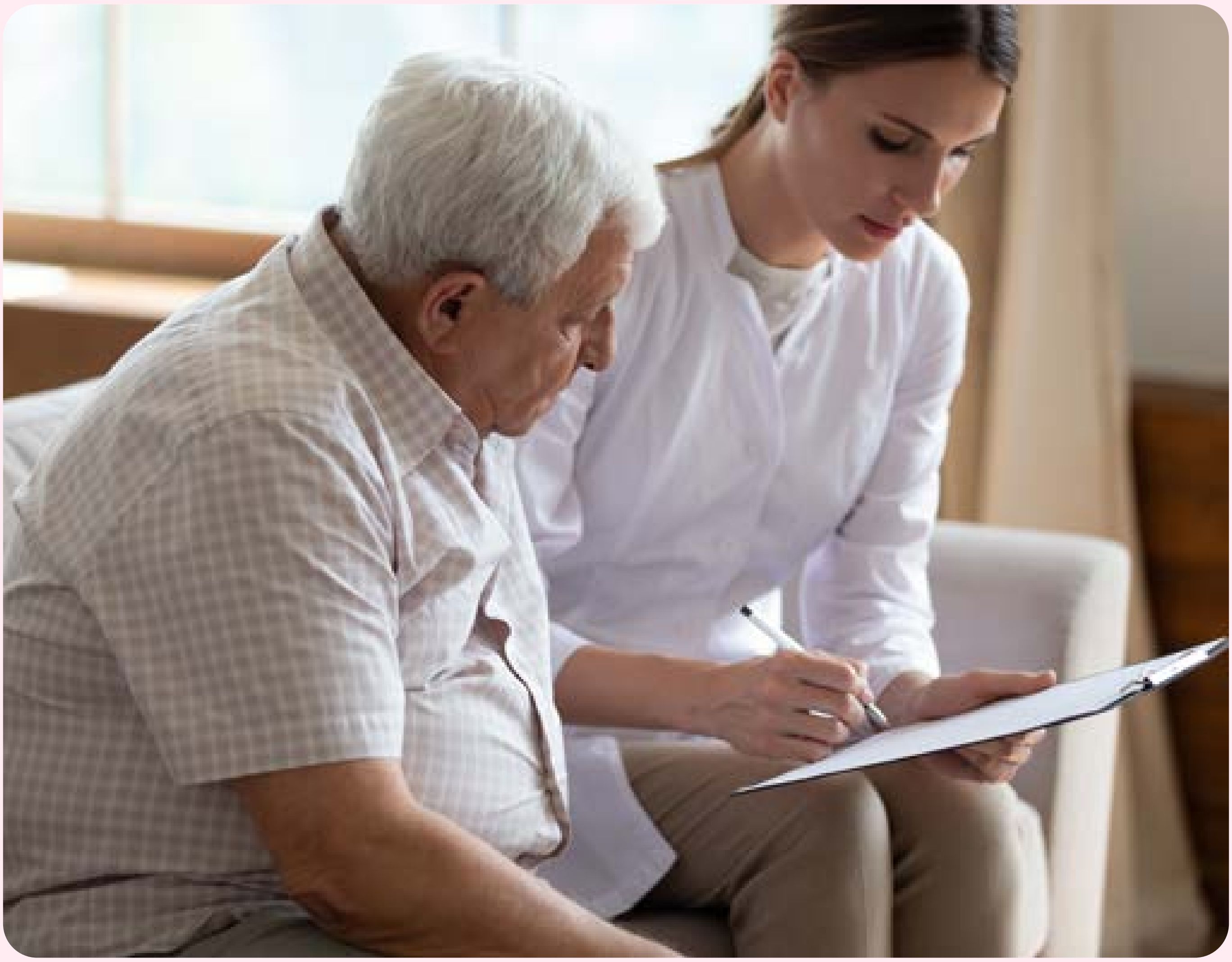
Senedd Cymru
Ymchwil y Senedd

Cael mynediad at wasanaethau gofal a chymorth (gofal cymdeithasol i oedolion)

Canllaw i etholwyr

Gorffennaf 2026



Cael gwybod mwy:
ymchwil.senedd.cymru

Senedd Cymru yw'r corff sy'n cael ei ethol yn ddemocrataidd i gynrychioli buddiannau Cymru a'i phobl.

Mae'r Senedd, fel y'i gelwir, yn deddfu ar gyfer Cymru, yn cytuno ar drethi yng Nghymru, ac yn dwyn Llywodraeth Cymru i gyfrif.

Gallwch weld copi electronig o'r ddogfen hon ar wefan y Senedd:
ymchwil.senedd.cymru

Gellir cael rhagor o gopïau o'r ddogfen hon mewn ffurfiau hygyrch, yn cynnwys Braille, print bras, fersiwn sain a chopïau caled gan:

Senedd Cymru
Tŷ Hywel
Bae Caerdydd
CF99 1SN

X: **@SeneddYmchwil**
Ymchwil y Senedd: **ymchwil.senedd.cymru**
Tanysgrifiwch: **Cylchlythyr**

© Hawlfraint Comisiwn y Senedd 2026
Ceir atgynhyrchu testun y ddogfen hon am ddim mewn unrhyw fformat neu gyfrwng cyn belled ag y caiff ei atgynhyrchu'n gywir ac na chaiff ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol na difrïol. Rhaid cydnabod mai Comisiwn y Senedd sy'n berchen ar hawlfraint y deunydd a rhaid nodi teitl y ddogfen.

Senedd Cymru
Ymchwil y Senedd

Cael mynediad at wasanaethau gofal a chymorth (gofal cymdeithasol i oedolion)

Canllaw i etholwyr

Gorffennaf 2026

Mae Ymchwil y Senedd yn darparu cymorth ymchwil diduedd i Aelodau o'r Senedd. Ni allwn ohebu yn uniongyrchol ag unigolion neu sefydliadau eraill, na rhoi cyngor na sylwadau ar achosion unigol.

Mae'r wybodaeth a ddarperir yn y canllaw hwn at ddibenion gwybodaeth gyffredinol yn unig i gefnogi gwaith Aelodau o'r Senedd wrth iddynt gynorthwyo eu hetholwyr. Ni fwriedir iddi gymryd lle deddfwriaeth, canllawiau, polisi na chyngor proffesiynol.

Cael gwybod mwy:
ymchwil.senedd.cymru

Cael mynediad at wasanaethau gofal a chymorth

Mae ceisio cymorth gan y gwasanaethau cymdeithasol yn gallu teimlo fel tasg hynod anodd. Os ydych yn cael anhawster wrth geisio ymdopi â thasgau byw gartref o ddydd i ddydd, nid yw bob amser yn hawdd gwybod ble i droi, na beth yw eich hawliau.

Bydd y canllaw hwn yn eich tywys drwy'r broses gychwynnol, a bydd hefyd yn amlinellu eich hawliau chi a chyfrifoldebau awdurdodau lleol. Mae hefyd yn cyfeirio at ffynonellau eraill o gymorth a chefnogaeth a allai fod yn ddefnyddiol.

Mae'r wybodaeth a ganlyn yn seiliedig ar y ddeddfwriaeth berthnasol (**Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014**) a'r **Codau Ymarfer statudol**.

Cynnwys

1. Asesiad 9
2. Mynediad at wasanaethau 13
3. Y meini prawf cymhwystra 15
4. Adolygu cynlluniau gofal a chymorth 19
5. Ffynonellau eraill o wybodaeth a chymorth 21

1. Asesiad

Os ydych o'r farn bod angen help neu gymorth arnoch chi (neu ar rywun yr ydych yn ei adnabod) gan y gwasanaethau cymdeithasol, y cam cyntaf yw gofyn i'r awdurdod lleol am asesiad o anghenion.

Gellir gwneud cais am asesiad yn uniongyrchol drwy gysylltu ag adran gwasanaethau cymdeithasol yr awdurdod lleol (bydd manylion ynghylch sut i wneud hynny ar wefan yr awdurdod lleol). Fel arall, gall y meddyg teulu wneud atgyfeiriad i'r perwyl hwnnw.

Yr hawl i wybodaeth, cyngor a chymorth

Mae'n ddyletswydd ar yr awdurdod lleol i ddarparu gwybodaeth, cyngor a chymorth am wasanaethau gofal a chymorth, a rhaid sicrhau ei bod yn hawdd dod o hyd i'r wybodaeth honno a chael mynediad ati.

Yr hawl i asesiad

Mae gennych hawl i asesiad os yw'n ymddangos i'r awdurdod lleol fod gennych anghenion gofal a chymorth.

Mae gan yr awdurdod lleol ddyletswydd gyfreithiol i gynnal asesiad ar unrhyw berson sy'n byw yn ei ardal y gall fod angen gwasanaethau arno, unwaith y daw'r awdurdod yn ymwybodol o'r angen hwnnw.

Rhaid i'r asesiad gael ei gynnal mewn modd amserol (gan weithiwr proffesiynol cymwys), a chan ymateb i natur frys eich anghenion. Rhaid i'r awdurdod lleol sicrhau bod rhywun sydd â'r sgiliau, gwybodaeth neu arbenigedd priodol yn cael ei gynnwys yn y broses asesu lle bo angen.

Rhaid i'r broses asesu fod yn gymesur â lefel anghenion y person ac yn ystyried eu hanghenion gofal a chymorth yn llawn, waeth pa gymorth y maent yn ei gael gan ofalwr di-dâl.

Nid yw eich sefyllfa ariannol nac unrhyw amgylchiadau eraill yn effeithio ar eich hawl i gael asesiad. Fodd bynnag, mae'n debygol y bydd tâl yn cael ei godi am wasanaethau a ddarperir o ganlyniad i'r asesiad. Bydd y swm yr ydych yn ei dalu yn cael ei bennu drwy brawf modd. I gael rhagor o wybodaeth **gweler y canllaw talu am wasanaethau gofal a chymorth gan Ymchwil y Senedd**.

Dylai'r asesiad ganolbwyntio ar eich anghenion a'r pethau sy'n bwysig i chi – y canlyniadau personol yr ydych yn dymuno eu sicrhau yn eich bywyd bob dydd, a'r dulliau mwyaf priodol o ddiwallu'r anghenion hynny a sicrhau'r canlyniadau hynny.

Mewn rhai achosion, efallai mai'r GIG fydd yn gyfrifol am ddiwallu eich anghenion gofal a chymorth, yn hytrach na'r awdurdod lleol. Yr enw ar hyn yw Gofal Iechyd Parhaus y GIG (GIP). Os yw'n ymddangos y gallech fod yn gymwys i gael GIP, dylai'r awdurdod lleol hysbysu'r bwrdd iechyd lleol. Bydd y bwrdd iechyd lleol yn cynnal asesiad GIP i benderfynu a oes unrhyw anghenion iechyd sylfaenol. Mae rhagor o wybodaeth ar gael yn y **llyfryn gwybodaeth i'r cyhoedd** am GIP gan Lywodraeth Cymru.

Yr hawl i fod yn rhan o'r broses fel partner cyfartal

Rhaid i'r awdurdod lleol eich cynnwys chi ym mhob penderfyniad a wneir am eich gofal a'ch cymorth, a rhaid iddo eich galluogi i deimlo fel partner cyfartal o ran eich perthynas â gweithwyr proffesiynol.

Yn ôl y **Cod Ymarfer statudol**, mae'n hanfodol bod pobl yn gallu penderfynu ar eu canlyniadau personol eu hunain, a sut gallant sicrhau'r canlyniadau hynny.

Yr hawl i sicrhau bod eich llais yn cael ei glywed

Gallwch ddewis cael ffrind neu aelod o'r teulu yn bresennol gyda chi i helpu gyda'r asesiad. Rhaid i'r awdurdod lleol drefnu bod eiriolwr annibynnol yn bresennol os ydych yn teimlo bod angen help arnoch i fynegi eich barn, eich dymuniadau a'ch teimladau (ac nad oes unrhyw berson priodol ar gael i wneud hynny).

Mae eiriolwr yn rhywun sy'n gallu darparu help a chymorth i chi (ac sy'n gallu eich cynrychioli neu siarad ar eich rhan os oes angen), a hynny er mwyn sicrhau bod eich llais yn cael ei glywed pan mae penderfyniadau'n cael eu gwneud am eich gofal a'ch cymorth.

Mae gwybodaeth am eiriolaeth ar gael yn **Cod Ymarfer Rhan 10 (Eiriolaeth)** mewn perthynas â Rhan 10 o Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014.

Mae teclyn chwilio i ddod o hyd i gyrff cynghori ac eirioli ledled Cymru ar gael ar wefan Ombwdsmon Gwasanaethau Cyhoeddus Cymru: **https://www.ombwdsmon.cymru/cyrff-cynghori-ac-eirioli.**

Beth os ydych chi'n gofalu am rywun?

Mae gan ofalwyr di-dâl yr un hawliau cyfreithiol â'r bobl y maent yn gofalu amdanynt.

Fel gofalwr, mae gennych hawl i asesiad os yw'n ymddangos y gallai fod gennych anghenion cymorth, a gallwch wneud cais uniongyrchol am asesiad drwy eich awdurdod lleol neu drwy eich meddyg teulu.

Yn y Ddeddf, diffinnir gofalwr fel "person sy'n darparu neu'n bwriadu darparu gofal i oedolyn neu blentyn anabl".

Rhaid i'r asesiad ystyried:

- eich anghenion;
- i ba raddau yr ydych yn **gallu darparu gofal, ac yn barod i wneud hynny**;
- y canlyniadau personol yr ydych yn dymuno eu sicrhau;
- y dulliau mwyaf priodol o ddiwallu'r anghenion hynny a sicrhau'r canlyniadau hynny; a
- p'un a ydych yn gweithio a/neu'n cymryd rhan mewn gweithgareddau addysg, hyfforddiant neu unrhyw weithgaredd hamdden, neu'n dymuno gwneud hynny.

Adolygu asesiadau

Rhaid i'r awdurdod lleol adolygu asesiadau, a rhaid iddo dderbyn ceisiadau am adolygiadau:

- os yw’r canlyniadau personol a gafodd eu nodi wedi newid;
- os yw eich anghenion neu eich amgylchiadau chi (neu anghenion neu amgylchiadau eich teulu) wedi newid yn sylweddol, neu;
- os nad oedd yr asesiad blaenorol wedi mynd i'r afael â'ch anghenion gofal a chymorth yn llawn.

Mae gennych hawl i wneud cais bod eich anghenion yn cael eu hailasesu ar unrhyw adeg.

Fel gofalwr, os nad ydych chi'n gallu parhau i ddiwallu angen gofal, neu’n amharod i wneud hynny, neu os ydych chi'n hysbysu'r awdurdod lleol bod hyn ar fin digwydd, mae hyn yn golygu newid sylweddol yn amgylchiadau'r person sy'n derbyn gofal. O ganlyniad, mae'n **rhaid** i’r awdurdod lleol gynnal ailasesiad o anghenion gofal a chymorth y person.

I gael rhagor o wybodaeth am asesiadau, darllenwch **Cod Ymarfer Rhan 3** (asesu anghenion unigolion) mewn perthynas â Rhan 3 o Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014.

2. Mynediad at wasanaethau

Bydd yr awdurdod lleol yn penderfynu a yw eich anghenion yn bodloni'r meini prawf cymhwystra ar gyfer darparu cynllun gofal a chymorth ffurfiol a darparu gwasanaethau gofal cymdeithasol.

Ni waeth beth yw'r sefyllfa o ran cymhwystra, rhaid i awdurdod lleol ddiwallu anghenion oedolyn os yw'n barnu bod angen gwneud hynny er mwyn amddiffyn yr oedolyn rhag cael ei gam-drin neu ei esgeuluso (neu rhag risg o gael ei gam-drin neu ei esgeuluso).

Mae'r Ddeddf yn rhestru enghreifftiau o'r hyn y gellir ei ddarparu at ddibenion diwallu anghenion gofal a chymorth:

- llety mewn cartref gofal;
- gofal a chymorth gartref neu yn y gymuned;
- gwasanaethau, nwyddau a chyfleusterau;
- cyngor a gwybodaeth;
- cwnsela ac eiriolaeth;
- gwaith cymdeithasol;
- taliadau (gan gynnwys taliadau uniongyrchol);
- cymhorthion ac addasiadau yn y cartref; a/neu
- therapi galwedigaethol.

Yr opsiwn taliadau uniongyrchol

Taliadau uniongyrchol yw taliadau ariannol gan awdurdodau lleol (a byrddau iechyd lleol mewn rhai achosion) i bobl ag anghenion cymwys, sy'n eu galluogi i drefnu eu gofal a'u cymorth eu hunain yn lle bod gwasanaethau'n cael eu trefnu ar eu rhan. Gall hyn roi llawer mwy o hyblygrwydd i chi a mwy o reolaeth

dros eich pecyn cymorth. Er enghraifft, byddai modd i chi gyflogi cynorthwyydd personol o'ch dewis.

Rhaid i awdurdod lleol ddarparu gwybodaeth a chymorth sy’n briodol ac yn hygyrch er mwyn galluogi pobl i benderfynu a ydynt yn dymuno cael taliadau uniongyrchol. Rhaid i'r wybodaeth a'r cymorth a ddarperir fod yn addas ar gyfer eich anghenion cyfathrebu, a rhaid i’r wybodaeth a’r cymorth eich galluogi chi, neu eich cynrychiolydd, i wneud penderfyniad gwybodus.

Os ydych yn dewis cael taliadau uniongyrchol, rhaid i’r taliadau hyn fod ar gael ym mhob achos lle maent yn galluogi person i sicrhau canlyniadau personol.

Dim ond mewn achosion lle mae'n amlwg, yn dilyn archwiliad helaeth, na fyddai taliadau uniongyrchol yn sicrhau’r canlyniadau a ddymunir y dylid gwrthod darparu taliadau o’r fath.

Nid oes gan awdurdod lleol yr hawl i wrthod taliad uniongyrchol i chi ar sail y ffaith na fyddwch yn gallu rheoli'r taliad, nac ar sail y ffaith eich bod yn pryderu am reoli’r taliad. Rhaid i'r awdurdod lleol weithio gyda chi i archwilio'r holl opsiynau ar gyfer darparu cymorth i chi, a rhaid iddo sicrhau bod y lefel gywir o gymorth ar gael i oresgyn rhwystrau.

Ers mis Ebrill 2026, mae modd i rai pobl sy'n gymwys i GIP hefyd gael yr opsiwn o gael eu cyllid fel taliad uniongyrchol. I weld rhagor o wybodaeth, ewch i: **https://www.llyw.cymru/taliadau-uniongyrchol-ar-gyfer-gofal-iechyd-parhaus-y-gig**.

3. Y meini prawf cymhwystra

Mae angen oedolyn am ofal a chymorth yn bodloni'r meini prawf cymhwystra:

1. Os yw'r angen yn codi o:
   - afiechyd corfforol neu feddyliol;
   - oedran;
   - anabledd;
   - dibyniaeth ar alcohol neu gyffuriau; neu
   - amgylchiadau tebyg eraill.
2. Os yw'r angen yn ymwneud ag un neu fwy o'r canlynol:
   - y gallu i gyfathrebu;
   - amddiffyn rhag camdriniaeth neu esgeulustod;
   - ymglymiad mewn gwaith, addysg, dysgu neu weithgareddau hamdden;
   - cynnal neu ddatblygu perthnasoedd teuluol neu rai personol eraill o bwys; a/neu
   - datblygu a chynnal perthnasoedd cymdeithasol ac ymglymiad yn y gymuned.
3. Os yw'r angen yn un nad yw'r oedolyn yn gallu ei ddiwallu, naill ai:
   - ar ei ben ei hun;
   - gyda gofal a chymorth eraill sy'n gallu neu sy'n fodlon darparu'r gofal a'r cymorth hwnnw; neu

- gyda chymorth gwasanaethau yn y gymuned.

DS: Mae oedolyn sy'n gallu diwallu'r angen, ar ei ben ei hun neu gyda chymorth eraill, i'w ystyried yn un nad yw'n gallu diwallu'r angen os byddai gwneud hynny:

- yn achosi poen, gorbryder neu drallod sylweddol i'r person hwnnw;
- yn peryglu neu'n debyg o beryglu iechyd neu ddiogelwch y person hwnnw neu berson arall; neu
- yn cymryd amser sylweddol hwy i'r person hwnnw na'r hyn y byddid yn ei ddisgwyl fel rheol.

4. Os yw'r oedolyn yn annhebygol o sicrhau un neu fwy o'i ganlyniadau personol oni bai bod yr awdurdod lleol yn darparu neu yn trefnu gofal a chymorth i ddiwallu'r angen, neu fod yr awdurdod lleol yn galluogi'r angen i gael ei ddiwallu drwy wneud taliadau uniongyrchol (mae rhagor o wybodaeth yn adran 2 am daliadau uniongyrchol).

Mae angen gofalwr yn bodloni'r meini prawf cymhwystra:

1. Os yw'r angen yn codi o ganlyniad i ddarparu gofal naill ai i oedolyn neu i blentyn anabl.
2. Os yw'r angen yn ymwneud ag un neu fwy o'r canlynol:
   - y gallu i gyflawni arferion hunanofal neu arferion domestig;
   - y gallu i gyfathrebu;
   - amddiffyn rhag camdriniaeth neu esgeulustod;
   - ymglymiad mewn gwaith, addysg, dysgu neu mewn gweithgareddau hamdden;
   - cynnal neu ddatblygu perthnasoedd teuluol neu rai personol eraill o bwys; a/neu
   - datblygu a chynnal perthnasoedd cymdeithasol ac ymglymiad yn y gymuned.
3. Os nad yw'r gofalwr yn gallu diwallu'r angen p'un ai:

- ar ei ben ei hun;
- gyda chymorth eraill sy'n barod i ddarparu'r cymorth hwnnw; neu
- gyda chymorth gwasanaethau yn y gymuned.

DS: Mae gofalwr sy'n gallu diwallu'r angen, ar ei ben ei hun neu gyda chymorth eraill, i'w ystyried yn un nad yw'n gallu diwallu'r angen os byddai gwneud hynny:

- yn achosi poen, gorbryder neu drallod sylweddol i'r person hwnnw;
- yn peryglu neu'n debyg o beryglu iechyd neu ddiogelwch y person hwnnw neu berson arall; neu
- yn cymryd amser sylweddol hwy i'r person hwnnw na'r hyn y byddid yn ei ddisgwyl fel rheol.

4. Os yw'r gofalwr yn annhebyg o sicrhau un neu fwy o'i ganlyniadau personol oni bai:

- bod yr awdurdod lleol yn darparu neu yn trefnu cymorth i'r gofalwr i ddiwallu angen y gofalwr;
- bod yr awdurdod lleol yn darparu neu yn trefnu gofal a chymorth i'r person y mae'r gofalwr yn darparu gofal iddo, er mwyn diwallu angen y gofalwr; neu
- bod yr awdurdod lleol yn galluogi'r angen i gael ei ddiwallu drwy wneud taliadau uniongyrchol.

Os yw'r holl amodau cymhwystra hyn yn cael eu bodloni, rhaid i'r awdurdod lleol ddarparu cynllun gofal a chymorth (a pharhau i adolygu'r cynllun hwnnw). Rhaid iddo hefyd ddarparu neu drefnu gwasanaethau priodol.

Yn yr un modd, rhaid i'r awdurdod lleol ddarparu cynlluniau cymorth (a pharhau i adolygu'r cynlluniau hynny) yn achos gofalwyr lle mae eu hanghenion yn bodloni'r meini prawf cymhwysedd.

Wrth wneud penderfyniad ynghylch eich cymhwystra, rhaid i'r awdurdod lleol sicrhau eich bod yn bartner cyfartal yn y broses o asesu'r llwybr priodol ar gyfer y dyfodol.

Ni ddylid gorddibynnu ar unrhyw drefniadau gofal gwirfoddol. Rhaid i awdurdodau lleol sicrhau bod gallu'r gofalwr i ddarparu gofal yn gynaliadwy, a'i fod yn cydymffurfio â'r ddyletswydd gyffredinol i hyrwyddo llesiant y gofalwr a'r person y mae'n gofalu amdano.

Ni ddylid defnyddio'r meini prawf cymhwystra fel offeryn i'w gwneud yn ofynnol i unigolion ddangos eu bod wedi disbyddu pob llwybr cymorth posibl arall cyn iddynt ddod yn gymwys i gael cymorth gan awdurdod lleol.

Rhaid i'r awdurdod lleol nodi a chofnodi sut y bydd eich canlyniadau personol yn cael eu sicrhau. Rhaid i'r cofnod hwnnw gynnwys datganiad ynghylch sut y bydd y camau gweithredu a nodir yn cyfrannu at sicrhau'r canlyniad personol dan sylw, neu fel arall yn diwallu'r anghenion a nodir yn yr asesiad.

Ni waeth beth yw'r sefyllfa o ran cymhwystra, mae dyletswydd gyffredinol o hyd ar awdurdodau lleol i gynorthwyo pobl yn y dasg o gael mynediad at unrhyw wasanaethau cymunedol priodol, a hynny drwy ddarparu gwybodaeth, cyngor neu gymorth.

Os ydych yn bodloni'r meini prawf cymhwystra, rhaid sicrhau eich bod yn gallu cymryd rhan lawn yn y broses o baratoi eich cynllun gofal a chymorth. Rhaid darparu eiriolwr annibynnol os ystyrir bod angen gwneud hynny.

Yna, bydd yr awdurdod lleol yn cynnal asesiad ariannol er mwyn penderfynu faint y dylech ei dalu am y gwasanaethau yr ydych yn eu cael, yn seiliedig ar eich amgylchiadau unigol.

4. Adolygu cynlluniau gofal a chymorth

Rhaid i awdurdod lleol adolygu eich cynllun gofal a chymorth er mwyn deall a yw eich anghenion yn cael eu diwallu'n briodol gan y camau rhagnodedig yn eich cynllun, ac er mwyn ystyried a yw eich anghenion neu eich amgylchiadau wedi newid ac a oes angen ailasesu eich sefyllfa. Rhaid sicrhau bod y dyddiad y cytunwyd arno ar gyfer adolygu'r cynllun wedi cael ei nodi yn y cynllun.

Os yw'n ymddangos i'r awdurdod lleol nad yw'r cynllun gofal a chymorth yn diwallu eich anghenion, rhaid i'r awdurdod lleol gynnal adolygiad waeth beth yw'r dyddiad y cytunwyd arno ar gyfer yr adolygiad. Gall hyn fod ar eich cais chi neu ar gais unrhyw berson sydd wedi'i awdurdodi i weithredu ar eich rhan.

Beth fydd yn digwydd os na fyddwch yn bodloni’r meini prawf cymhwystra?

Os daw'r awdurdod lleol i'r casgliad nad yw eich anghenion yn bodloni’r meini prawf cymhwystra:

- Rhaid i chi gael eich cyfeirio mewn modd clir at y gwasanaeth gwybodaeth, cyngor a chymorth a/neu at wasanaethau ataliol a chymunedol eraill sy’n briodol, fel y rhai a ddarperir gan fentrau cymdeithasol, cwmnïau cydweithredol, a'r trydydd sector.
- Rhaid i'r awdurdod lleol gofnodi sut y bydd eich anghenion yn cael eu diwallu a sut y bydd eich canlyniadau yn cael eu sicrhau heb gynllun gofal a chymorth ffurfiol.

Mae'n ddyletswydd ar awdurdodau lleol a byrddau iechyd lleol i ddarparu ystod o wasanaethau ataliol yn eu hardal, neu drefnu bod y gwasanaethau hyn yn cael eu darparu. Mae'r **cod ymarfer perthnasol** yn nodi y dylai awdurdod lleol bob amser geisio darparu gwasanaethau ataliol ar bob cam o lwybr yr unigolyn.

Gallwch chwilio am wasanaethau ataliol lleol yn eich ardal drwy ddefnyddio gwefan Dewis Cymru: **www.dewis.cymru** neu wefan Infoengine: **infoengine.cymru**.

Beth os ydych yn anghytuno â'r penderfyniad ynghylch cymhwystra?

Os yw'r awdurdod lleol yn dod i'r casgliad nad yw eich anghenion yn bodloni'r meini prawf cymhwystra, ac os ydych chi neu eich teulu yn anghytuno â'r penderfyniad hwnnw, mae'r **Cod Ymarfer perthnasol (Rhan 4: Diwallu anghenion)** yn nodi y cewch eich hysbysu ynghylch eich hawl i gael mynediad at y broses gwyno ac i gael eich cefnogi drwy'r broses honno. Os ydych chi'n anfodlon o hyd, efallai y gallwch chi hefyd gyfeirio'r mater at **Ombwdsmon Gwasanaethau Cyhoeddus Cymru**.

Yr hawl i wneud cais am ailasesiad os bydd pethau'n newid

Lle mae anghenion ac amgylchiadau yn newid, mae gennych yr hawl i wneud cais am ailasesiad o'ch anghenion gofal a chymorth.

I gael rhagor o wybodaeth, dylech ddarllen **Cod Ymarfer Rhan 4 (diwallu anghenion)** a **Rheoliadau Gofal a Chymorth (Cymhwystra) (Cymru) 2015**.

5. Ffynonellau eraill o wybodaeth a chymorth

- Canllaw i etholwyr gan **Ymchwil y Senedd**: **Talu am wasanaethau gofal a chymorth (gofal cymdeithasol i oedolion)**

- Canllaw i etholwyr gan **Ymchwil y Senedd**: **Gwneud cwyn am wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru**

- Canllawiau **Ymchwil y Senedd** i etholwyr: **Cymhorthion cartref ac addasiadau yn y cartref**

- **Cynllun Seibiannau Byr Cymru** - Cynllun a ariennir gan Lywodraeth Cymru sy'n cynnig opsiynau seibiannau byr a ariennir i ofalwyr di-dâl ledled Cymru. Gallwch chwilio am gyfleoedd yn eich ardal a gwneud cais yn uniongyrchol i'r cynlluniau lleol. Gwefan: **www.shortbreaksscheme.wales/cymraeg/hafan**

- **Llais** - corff statudol annibynnol sy'n darparu **gwasanaethau eiriolaeth** rhad ac am ddim, annibynnol a chyfrinachol i'r rhai sy'n gwneud cwyn am wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol. Ffôn: 02920 235 558 E-bost: **ymholiadau@llaiscymru.org**. Gwefan: **www.llaiscymru.org.**

- **Age Cymru** – yr elusen genedlaethol ar gyfer pobl hŷn. Llinell gyngor: 0300 303 44 98 E-bost: **advice@agecymru.org.uk** Mae canllawiau gwybodaeth a thaflenni ffeithiau manwl ar gael ar y wefan: **https://www.agecymru.cymru/gwybodaeth-a-chyngor/canllawiau-gwybodaeth-a-taflenni-ffeithiau/**

- **Sefydliadau lleol Age Cymru** – mae pum sefydliad rhanbarthol ledled Cymru sy'n darparu cyngor a chymorth ar ystod o faterion, yn ogystal â gwasanaethau uniongyrchol. Am ragor o wybodaeth ewch i: **https://www.agecymru.cymru/ein-gwaith/yn-eich-ardal-chi/**

- **Sefydliadau lleol Age Connects** – mae gan Age Connects chwe sefydliad lleol annibynnol ledled Cymru. Mae sefydliadau lleol Age Connects yn darparu ystod o wasanaethau, gan gynnwys gwybodaeth a chyngor. I gael rhagor o wybodaeth, ewch i: **https://www.ageconnectswales.org.uk/information-and-advice**

- **Mencap Cymru** – "llais anabledd dysgu yng Nghymru", sy'n darparu canllawiau gwybodaeth a chyngor ar ei wefan: **https://wales.mencap.org.uk/cy/gwybodaeth-chefnogaeth**. Mae gwasanaethau hefyd ar gael drwy ffonio llinell gymorth anabledd dysgu Cymru: 0808 8000 300.

- **Cyngor ar Bopeth** – mae rhwydwaith cenedlaethol o ganolfannau cyngor lleol ledled Cymru sy'n cynnig cyngor cyfrinachol, annibynnol yn rhad ac am ddim. Gwefan: **https://www.citizensadvice.org.uk/cymraeg/**

- **Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru** – hyrwyddwr annibynnol ar gyfer pobl hŷn ledled Cymru. Ffôn: 03442 640670. E-bost: **gofyn@comisiynyddph.cymru**. Gwefan: **https://comisiynyddph.cymru/**.

- **Ombwdsmon Gwasanaethau Cyhoeddus Cymru** – mae gan yr Ombwdsmon annibynnol bwerau cyfreithiol i ymchwilio i gwynion am wasanaethau cyhoeddus a darparwyr gofal annibynnol yng Nghymru. Ffôn: 0300 790 0203 E-bost: **holwch@ombwdsmon.cymru** Gwefan: **www.ombwdsmon.cymru**

- **Sefydliadau lleol Gofal a Thrwsio** – mae rhwydwaith o sefydliadau Gofal a Thrwsio yn darparu gwasanaethau i bobl hŷn yn eu cartrefi ledled Cymru. Ffoniwch 0300 111 3333 i gysylltu â'ch sefydliad Gofal a Thrwsio lleol, neu ewch i: **https://www.careandrepair.org.uk/cy/yn-eich-ardal/**.

- **Pobl yn Gyntaf Cymru Gyfan** – Pobl yn Gyntaf Cymru Gyfan yw llais unedig grwpiau hunan-eiriolaeth a phobl gydag anableddau dysgu yng Nghymru. Gallwch ddod o hyd i'ch grŵp lleol ar wefan y sefydliad: **https://allwalespeople1st.co.uk/darganfod-eich-grwp-lleol/?lang=cy**.

- **Cymdeithas Alzheimer Cymru** – elusen dementia sy'n darparu gwybodaeth a chyngor ar ei gwefan**:** **www.alzheimers.org.uk/about-us/Wales,** a'r llinell gymorth genedlaethol, sef Dementia Connect: 0333 150 3456.

- **Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru** – elusen gofalwyr sy'n gweithio gyda rhwydwaith o sefydliadau lleol ledled Cymru sy'n darparu cymorth i ofalwyr. Drwy ei rhwydwaith, mae Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru hefyd yn dosbarthu cyfres o grantiau cymunedol ac unigol i

ofalwyr. Gall y grantiau hyn helpu gydag atgyweiriadau i'r cartref, gofal amnewid, seibiannau a chostau eraill sydd ynghlwm wrth rolau gofalu. Gallwch gael rhagor o wybodaeth am y sefydliadau lleol ar wefan y sefydliad: **https://carers.org/around-the-uk-our-work-in-wales/y-rhwydwaith-yng-nghymru**.

- **Gofalwyr Cymru** (rhan o Carers UK) – elusen gofalwyr sy'n darparu gwybodaeth a chyngor i ofalwyr. Llinell gymorth: 0808 808 7777 Gwefan: **www.carersuk.org/wales**. Gallwch chwilio am gefnogaeth yn eich ardal chi ar y dudalen we a ganlyn: **www.carersuk.org/help-and-advice/get-support/local-support**.