

Caerdydd a'r Fro

Siarter Gofalwyr Di-dâl

Mae tua 1 o bob 10 ohonom sy'n byw yng Nghaerdydd a Bro Morgannwg yn darparu gofal di-dâl i aelod o'r teulu neu ffrind.

Mae'r Siarter hon yn addo ymrwymiad partneriaid ar draws y rhanbarth gan gynnwys; y GIG, awdurdodau lleol, mudiadau gwirfoddol a sefydliadau'r trydydd sector ac yn amlinellu sut y byddwn yn eich cefnogi os ydych yn gofalu am rywun.



Ydych chi'n ofalwr di-dâl?

Nid yw llawer o bobl yn ystyried eu hunain yn ofalwyr di-dâl. Yng Nghymru, rydym yn diffinio gofalwr di-dâl fel rhywun sy'n darparu gofal di-dâl i oedolyn neu blentyn anabl.

Gall y person sy'n derbyn gofal fod yn aelod o'r teulu neu'n ffrind, na all ymdopi heb ei gefnogaeth oherwydd salwch, anabledd, problem iechyd meddwl neu ddibyniaeth. Mae enghreifftiau o'r cymorth y gallech ei roi i rywun os ydych yn ofalwr di-dâl yn cynnwys:

- Helpu rhywun i olchi a gwisgo ei hun a chyda gofal personol arall
- Gwaith tŷ, siopa bwyd a chasglu a rhoi meddyginiaeth
- Mynd â rhywun i'r ysbyty ac i apwyntiadau meddyg teulu
- Darparu cwmni a chefnogaeth emosiynol



Sganiwch y cod QR i ddarganfod mwy

Ein hymrwymiad



Ein hymrwymia dau i chi:

- Byddwn yn sicrhau bod gofawyr di-dâl yn cael eu nodi a'u cydnabod yn eu cymunedau fel y gellir darparu'r wybodaeth, y cyngor a'r cymorth sydd eu hangen arnynt cyn gynted â phosibl
- Byddwn yn sicrhau bod y wybodaeth a'r cyngor iawn yn cael eu rhoi i ofalwyr di-dâl ar yr adeg iawn i rymuso dewis a dealltwriaeth
- Byddwn yn gweithio i wella ansawdd y cymorth a ddarperir i ofalwyr di-dâl
- Byddwn yn datblygu a gwella sgiliau eu gweithlu i helpu gofawyr di-dâl gyflawni'r hyn sy'n bwysig iddy
- Byddwn yn gwneud y defnydd gorau o'r adnoddau sydd ar gael i gyfrannu at ofalu am bobl yn ein cymunedau a gwneud yn siŵr bod gofawyr di-dâl yn cael amser i wneud y pethau maen nhw'n eu mwynhau
- Byddwn yn gweithio gyda'n gilydd i sicrhau bod gofawyr di-dâl yn cael eucefnogi mewn addysg ac mewn gwaith

Rydym am i ofalwyr di-dâl ein helpu i wella gwasanaethau, felly byddwn yn sicrhau'r canlynol:

- Byddwn yn gofyn i chi ddweud wrthym beth yw eich barn
- Byddwn yn gwrandao ar lais gofawyr di-dâl i lywio'r gwaith o ddatblygu gwasanaethau a chymorth

Rydym ni fel partneriaid ar draws y GIG, awdurdodau lleol, mudiadau gwirfoddol a thrydydd sector yn cydnabod ein cyfrifoldeb i gefnogi gofawyr di-dâl yn ein cymuned.

Felly, rydym am nodi a chydabod gofawyr di-dâl am y cyfraniad hanfodol y maent yn ei wneud i'r gymuned a'r bobl y maent yn gofalu amdanynt, ac wrth wneud hynny galluogi gofawyr i gael bywyd ochr yn ochr â gofalu.



Gofawyr sy'n oedolion sy'n gofalu am rywun 18+ oed yng Nghaerdydd:

Gwasanaethau Byw'n Annibynnol Pwynt Cyswllt Cyntaf

E: CyswlltILS@caerdydd.gov.uk

F: 02920 234 234 - Opsiwn 2

Gofawyr sy'n oedolion sy'n gofalu am rywun o dan 18 oed yng Nghaerdydd:

Cyngor a Chymorth i Deuluoedd Caerdydd

E: CyswlltFAS@caerdydd.gov.uk

F: 03000 133 133

Oedolion sy'n gofalu am rywun ym Mro Morgannwg:

Hwb Gofawyr Di-dâl y Fro

E: valecarershub@tuvida.org

F: 02921 921024

Oedolion sy'n gofalu am rywun o dan 18 oed ym Mro Morgannwg:

Llinell Gyngor Teuluoedd yn Gyntaf

familiesfirstadvice@valeofglamorgan.gov.uk

F: 08000 327 322