



Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Older People's Commissioner for Wales

Llywio'ch Ffordd trwy Wasanaethau Cymdeithasol

**Daflen Ffeithiau 3: Gwybodaeth, Cyngor a
chymorth**

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Mae Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru yn llais ac yn eiriolwr annibynnol ar gyfer pobl hŷn ledled Cymru. Mae'r Comisiynydd a'i thîm yn gweithio i sicrhau bod gan bobl hŷn lais sy'n cael ei glywed, eu bod yn cael dewis a bod ganddynt reolaeth, nad ydynt yn teimlo'n unig nac yn dioddef gwahaniaethu a'u bod yn derbyn y cymorth a'r gwasanaethau sydd eu hangen arnynt.

Mae'r Comisiynydd a'i thîm yn gweithio i sicrhau bod Cymru'n lle da i heneiddio ynddo, nid i rai pobl yn unig ond i bawb.

Sut i gysylltu â'r Comisiynydd:

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Adeiladau Cambrian
Sgwâr Mount Stuart
Caerdydd
CF10 5FL

Ffôn: 029 2044 5030
E-bost: gofyn@olderpeoplewales.com
Gwefan: www.olderpeoplewales.com
Trydar: [@comisiwnphcymru](https://twitter.com/comisiwnphcymru)

Gwybodaeth, Cyngor a chymorth

O dan y [Ddeddf](#), rhaid i Awdurdod Lleol ddarparu gwybodaeth, cyngor a chymorth i bawb am wasanaethau gofal a chymorth.

Rhaid i'r wybodaeth hon gael ei rhoi mewn ffordd y gall pawb ei deall. Rhaid i'r Awdurdod Lleol wneud pob ymdrech i sicrhau bod hynny'n digwydd.

Rhaid i'r gwasanaeth gwybodaeth, cyngor a chymorth o leiaf gynnwys gwybodaeth a chyngor ar:

- Sut y mae'r system gofal cymdeithasol yn gweithio
- Pa ofal a chymorth sydd ar gael iddynt
- Sut i fynegi pryderon am ofal a chymorth, neu yn achos gofalwyr, y cymorth maent yn ei gael.

Mae hyn yn cynnwys gwybodaeth, cyngor a chymorth ar gyfer gofalwyr.

Gall y gwasanaethau IAA ym mhob Awdurdod Lleol fod yn unigryw i bob ardal. Gall rhai Awdurdodau Lleol ddarparu'r gwasanaeth hwn eu hunain a gall eraill gcontractio asiantaeth arall i'w ddarparu ar ei ran. I wybod sut i gael gafael ar y gwasanaeth IAA yn eich ardal chi, cysylltwch â'ch Awdurdod Lleol. Gallwch gysylltu â'ch gwasanaeth IAA dros y ffôn, ar-lein neu trwy ymweld yn bersonol â'r gwasanaeth.

Am ragor o wybodaeth am Wybodaeth, Cyngor a Chymorth, gweler [Adran 17 o'r Ddeddf](#) a [Rhan 2 o'r Cod Ymarfer \(Swyddogaethau Cyffredinol\)](#), Tudalen 62.

Gwasanaethau Ataliol

Rhaid i Awdurdod Lleol wneud yn siŵr bod ystod o wasanaethau ar gael i helpu i atal ansawdd bywyd unigolyn rhag dirywio. Bydd y gwasanaethau 'ataliol' hyn yn gwneud un neu ragor o'r canlynol:

- Oedi cyn y bydd angen gofal a chymorth ar unigolyn
- Lleihau anghenion gofal a chymorth unigolyn
- Hybu magwraeth plant gan eu teuluoedd
- Helpu i leihau effaith anabledd unigolion
- Atal unigolyn rhag dioddef camdriniaeth ac esgeulustod
- Helpu unigolyn i fyw'n annibynnol

Bydd y gwasanaeth Gwybodaeth, Cyngor a Chymorth yn gallu eich cyfeirio at wasanaeth yn eich ardal a allai hybu eich llesiant. I rai pobl, efallai mai dyma fydd yr unig help fydd ei angen arnynt. I eraill, gall gwasanaeth ataliol fod yn rhan o (neu holl) Gynllun Gofal a Chymorth (neu Gynllun Cymorth ar gyfer gofalwyr). Efallai y bydd cost ynghlwm wrth wasanaeth ataliol (gweler yr Adran ar Dalu am Ofal am ragor o fanylion).

Am ragor o wybodaeth am wasanaethau ataliol, gweler [Adran 15 o'r Ddeddf](#) a [Rhan 2 o'r Cod Ymarfer \(Swyddogaethau Cyffredinol\)](#), Tudalen 37.

