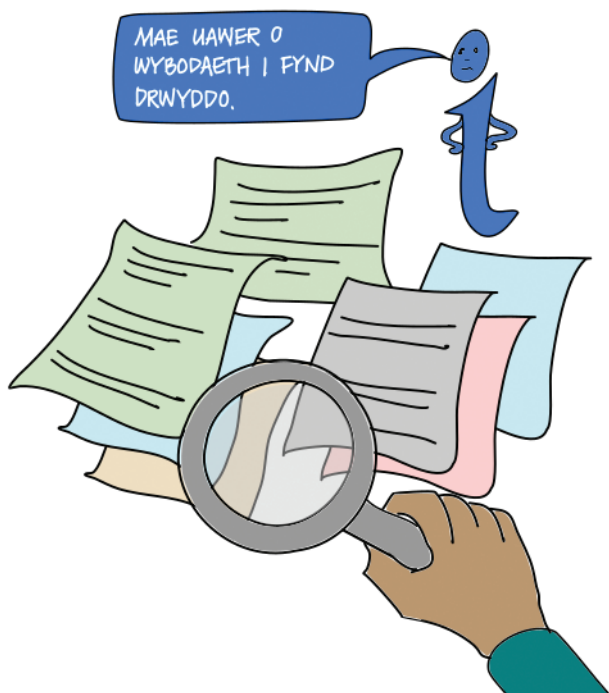




Pam nad yw byth yn rhy gynnar i rieni sy'n ofalwyr feddwl ymlaen.

Cymorth dan arweiniad i rieni sy'n ofalwyr a theuluoedd, pan fydd eu plentyn yn troi'n 16 oed.

**Nid yw byth yn rhy hwyr nac yn rhy
gynnar i ddechrau sgysiau gyda'ch
teulu a gyda gweithwyr proffesiynol**



Cynnwys

Cyflwyniad

- Beth yw'r canllaw hwn a pham yr angen amdano?

Adran 1

Cydnabod effaith bosibl newidiadau mewn cyllid, budd-daliadau a buddion cysylltiedig arnoch chi a'ch cartref, pan fydd eich plentyn yn troi'n 18 oed.

- Gwneud penderfyniadau ariannol fel rhiant ofalwr.
- Newidiadau mewn budd-daliadau ac unrhyw newidiadau cysylltiedig eraill.
- Meddwl am y tŷ rydych chi a'ch teulu yn byw ynddo ac unrhyw fudd-daliadau cysylltiedig sy'n cael eu hawlio.
- Cerbydau symudedd a'r effaith arnoch pan fydd eich plentyn yn troi'n 16 oed.
- Talu am ofal – yr effaith arnoch pan fydd eich plentyn yn troi'n 18 oed.

Adran 2

Bod yn barod ar gyfer sut mae penderfyniadau'n cael eu gwneud ar ran eich plentyn.

- Y penderfyniadau gofal iechyd y gallwch eu gwneud, ar ran eich plentyn, pan fydd yn troi'n 16 oed.
- Deall Trefniadau Diogelu rhag Colli Rhyddid

- Deall eich rôl pan fydd dewisiadau addysgol a chyflogaeth yn cael eu gwneud gan neu ar gyfer eich plentyn.

Adran 3

Pam mae'n bwysig meddwl amdanoch chi'ch hun a sut y gallwch baratoi ar gyfer y newidiadau sydd o'ch blaen.

- Eich hawliau fel gofalwr.
- Adnabod eich emosiynau pan fydd eich plentyn yn newid i fod yn oedolyn.
- Pam mae'n well peidio osgoi'r sgysiau anodd.

Cyflwyniad

Beth yw'r canllaw hwn a pham yr angen amdano?

Bwriad y canllaw hwn yw darparu gwybodaeth a chyingor ynghylch yr effeithiau posibl ar rieni sy'n ofalwyr a'u teuluoedd pan fydd eu plentyn yn troi'n 16 oed.

- Bydd rhieni sy'n ofalwyr a'u teuluoedd yn wynebu amrywiaeth newydd o ddeddfwriaeth a hawliau a fydd yn berthnasol i blentyn sydd ag anabledd.
- Rhwng 16-18 oed, bydd rhieni sy'n ofalwyr, eu plentyn/plant/eu teulu a'u teuluoedd yn gwneud penderfyniadau a fydd yn effeithio ar bawb.
- Yn 18 oed bydd plentyn yn dod yn oedolyn, ac ar yr adeg honno efallai y bydd yn gallu gwneud ei benderfyniadau ei hun.



**Lleoli Rhieni sy'n
Ofalwyr a'u teulu yn y
canol**

Efallai y bydd yn teimlo'n frawychus ac yn ddryslyd i rai rhieni sy'n ofalwyr a'u teuluoedd, i ddeall pa benderfyniadau y mae angen eu gwneud yn ystod y cyfnod hwn, a pham.

- Trwy amlinellu'r cerrig milltir allweddol, gall helpu rhieni sy'n ofalwyr a'u teuluoedd i fod yn ymwybodol ac felly'n barod, ar gyfer effaith y cerrig milltir hynny arnyn nhw eu hunain.



Sut i ddefnyddio'r canllaw hwn.

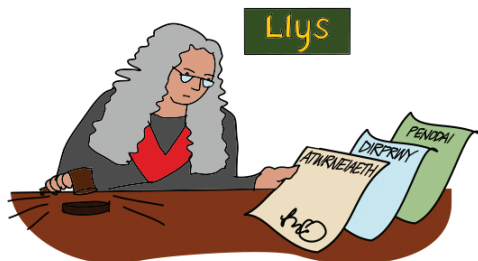
- Mae'r canllaw hwn ar eich cyfer chi i fod yn berchen arno.
- Mae'n cynnig:
 - amserlenni a awgrymir er mwyn i chi ddechrau cael sgysiau am y newidiadau sydd o'ch blaenau.
 - awgrymiadau megis gyda phwy y dylech fod yn cael y sgysiau hynny.
- Mae'n rhoi caniatâd i chi fyfyrio a gweithredu ar yr hyn y mae angen i chi ei wneud yn bersonol pan fydd eich plentyn yn oedolyn.
- Mae lle wedi'i adael i chi wneud nodiadau fel y gallwch gofnodi gwybodaeth sy'n bwysig ac yn berthnasol i chi.

"Mae llawer o
wybodaeth nad
oeddwn i wedi
meddwl amdani."
Rhiant sy'n Ofalwr

Adran 1 - Cyllid, budd-daliadau a budd-daliadau cysylltiedig.

Fel rhiant ofalwr, efallai eich bod wedi gorfod rheoli rhai o gyllid a budd-daliadau eich plentyn. Fodd bynnag, mae'r gyfraith yn rhagdybio, pan fydd eich plentyn yn 18 oed, fod ganddo'r galluedd i wneud ei benderfyniadau ariannol ei hun, oni bai nad yw'n gallu gwneud hynny. Os felly, bydd yn rhaid cymryd rhai llwybrau cyfreithiol i benodi rhywun arall i reoli eu harian.

Efallai eich bod hefyd wedi arfer ag integreiddio rhai budd-daliadau eraill i incwm neu ffordd o fyw eich cartref. Fodd bynnag, mae'n ddigon posibl y bydd hyn yn newid pan fydd eich plentyn yn troi'n 16 oed, felly bydd angen i chi sicrhau eich bod yn gwybod sut y bydd y newidiadau hynny'n effeithio arnoch chi a'ch cartref.



1.1 Gwneud penderfyniadau ariannol fel Rhiant sy'n Ofalwr

Mae'r rhan fwyaf o rieni sy'n ofalwyr yn cael eu penodi pan fo'r person y maent yn gofalu amdano yn dal i fod yn blentyn.

Beth yw penodai?

- Rhoddir penodai ar waith pan fydd rhywun yn canfod nad ydynt yn gallu rheoli ei hawliad budd-dal Adran Gwaith a Phensiynau ei hun.
- Rôl y penodai yw hawlio'r holl fudd-daliadau sy'n angenrheidiol ar gyfer y person hwnnw a sicrhau bod biliau'r person yn cael eu talu.
- Gallai budd-daliadau cysylltiedig fel y Taliad Annibyniaeth Personol gael eu hawlio gan y rhiant ofalwr ar ran eu plentyn.

Beth sy'n digwydd pan fydd rhywun yn troi'n 18 oed?

Rhaid gwneud cais i'r Llys Gwarchod er mwyn i ddirprwy gael ei gymeradwyo.

- dylid diddymu (sef canslo) y penodiad rhiant ofalwr drwy hysbysu'r Adran Gwaith a Phensiynau.
- Os nad oes gan y person hwnnw'r galluedd i reoli ei gyllid, gall rhiant ofalwr wneud cais am Ddirprwyaeth.

Dirprwyaeth

Rhaid gwneud cais i'r Llys Gwarchod er mwyn i ddirprwy gael ei gymeradwyo.

- Mae angen i benodiad fod eisoes ar waith cyn i'r cais hwn gael ei wneud.
- Mae rôl y dirprwy yn cael ei oruchwylio gan y Llys Gwarchod.
 - Mae'r broses ymgeisio yn un hir.
 - Mae'r llys yn penderfynu ac yn cymeradwyo'r dirprwy enwebedig.

**Nid yw'r broses hon
yn rhoi dirprwy reolaeth dros bob
agwedd ar fywyd unigolyn.**

Pŵer Atwrnai

Applied for by the person themselves, who at the time has capacity to make decisions.

- Bydd y person yn penderfynu pwy fydd eu hatwrnai a benodir gan y llys.
- Mae'r atwrnai a benodir gan y llys yn cymryd rheolaeth ar gyllid a/neu iechyd a lles ar yr adeg y bernir bod y person wedi colli galluedd, a allai fod yn barhaol neu dros dro.
- Nid yw atwrneiaeth yn broses berthnasol i rywun nad oes ganddo alluedd.

O ble alla i gael rhagor o wybodaeth?

Am fwy o wybodaeth ewch i wefan y Llywodraeth

www.gov.uk

Defnyddiwch y geiriau allweddol canlynol i chwilio

- Dod yn benodai i rywun sy'n hawlio budd-daliadau, dirprwyaeth.

Lleoedd defnyddiol eraill i chwilio am wybodaeth.

- www.peoplefirstinfo.org.uk
- <https://www.peoplefirstinfo.org.uk/media/5742/mca-easy-read.pdf>

1.2 Cadw eich cyllid ar wahân i gyllid eich plentyn.

Fel rhiant ofalwr i'ch plentyn, dylech sicrhau eich bod yn cadw eich arian eich hun ar wahân i gyllid eich plentyn. Unwaith y bydd person ifanc yn cyrraedd 16 oed, gall hawlio Taliad Annibyniaeth Personol yn ei rinwedd ei hun. Mater iddyn nhw yw penderfynu ar beth mae'r arian yn cael ei wario. Felly, drwy sefydlu cyfrif banc yn enw eich plentyn, gallwch sicrhau nad yw unrhyw fudd-daliadau neu gymorth ariannol y mae'ch plentyn yn ei dderbyn yn cael eu cynnwys yn incwm eich cartref.

1.2 Newidiadau mewn budd-daliadau ac unrhyw newidiadau cysylltiedig eraill.

Pan fydd eich plentyn yn troi'n 18 oed (ac mewn rhai achosion yn 16) gall budd-daliadau a budd-daliadau cysylltiedig rydych chi a'ch plentyn yn eu derbyn effeithio ar y budd-daliadau y gallwch eu hawlio, y cartref rydych chi'n byw ynddo a defnydd cerbyd symudedd.

Newidiadau o ran Budd-daliadau

Mae'r budd-daliadau canlynol yn enghreifftiau yn unig, ac nid rhestr gynhwysfawr o ble y gallai'r newidiadau budd-daliadau hynny effeithio arnoch chi.

- Pan fydd eich plentyn yn troi'n 16 oed, caiff Lwfans Byw i'r Anabl / Taliadau Annibyniaeth Personol - ar adeg adnewyddu'r Lwfans Byw i'r Anabl, yn cael ei ailasesu fel Taliadau Annibyniaeth Personol.
- Budd-dal Plant
- Credyd Cynhwysol
- Lwfans Gofalwyr
- Credyd Gofalwyr
- Gostyngiad treth y cyngor
- Budd-daliadau Tai

Beth alla i ei wneud?

- Cymerwch amser i ystyried unrhyw fudd-daliadau ariannol rydych chi neu'ch plentyn yn eu derbyn, fel y gallwch sicrhau eich bod yn gwybod pa ddarpariaethau y mae angen i chi gynllunio ar eu cyfer.
- Siaradwch ag arbenigwr budd-daliadau i drafod unrhyw newidiadau i fudd-daliadau, drwy gysylltu â'ch Canolfan Cyngor ar Bopeth leol.

**"Byddai'n dda i mi gael
fy mhen o gwmpas y
newidiadau nawr... yn
ariannol ac yn
emosiynol!" Rhiant
Ofalwr**

Pryd ddylwn i ddechrau cael y sgysiau hyn?

Cyn gynted â phosibl. Dylai eich plentyn fod yn ymwybodol o'u cyllid.

O ble alla i gael rhagor o wybodaeth?

Am fwy o wybodaeth ewch i wefan y Llywodraeth
www.gov.uk

Defnyddiwch y geiriau allweddol canlynol i chwilio

- Budd-dal Plant
- Credyd Cynhwysol
- Lwfans Gofalwyr
- Credyd Gofalwyr
- Budd-daliadau Tai
- Gostyngiad treth y cyngor

1.3 Meddyliwch am y tŷ rydych chi a'ch teulu yn byw ynddo ac unrhyw fudd-daliadau cysylltiedig sy'n cael eu hawlio.

Os yw'ch tŷ wedi'i ddarparu i chi a'ch teulu oherwydd ei fod yn diwallu anghenion gofal eich plentyn, pryd, neu os, bydd eich plentyn yn symud allan o'r tŷ yn barhaol, efallai y bydd eich darparwr tai am gynnig y tŷ i deulu arall sydd â gofynion gofalu. Felly, bydd angen i chi chwilio am lety arall. Bydd angen i chi hefyd ystyried yr effaith ar y budd-daliadau tai a'r gostyngiadau yn y dreth gyngor y gallwch eu hawlio pan fydd eich plentyn yn troi'n 18 oed a/neu'n symud i ffwrdd o'r cartref yn barhaol.



Beth alla i ei wneud?

- Cyn i'ch plentyn droi'n 18 oed, siaradwch â'r gweithwyr proffesiynol perthnasol am unrhyw newidiadau i Daliadau Treth y Cyngor a Hawliadau Budd-daliadau Tai a allai ddigwydd unwaith y bydd eich plentyn yn troi'n 18 oed a/neu'n symud allan o'r cartref yn barhaol.
- Siaradwch â'ch darparwr tai i gael gwybod beth yw eich opsiynau os/pan fydd eich plentyn yn symud allan o'r cartref yn barhaol.

Pryd ddylwn i ddechrau cael y sgysiau hyn?

Dylech fod yn cael sgysiau parhaus, yn enwedig os yw'ch plentyn wedi dweud ei fod eisiau annibyniaeth oddi cartref.

O ble alla i gael rhagor o wybodaeth?

Os ydych yn byw yn Sir Fynwy ac eisiau gwybod mwy am y Dreth Gyngor, ewch i

<https://www.monmouthshire.gov.uk/cy/>

Defnyddiwch y geiriau allweddol canlynol i chwilio

- Y Dreth Gyngor
- Help gyda'r Dreth Gyngor.

Cysylltwch â'ch darparwr tai lleol cyn gynted ag y credwch y bydd eich amgylchiadau'n newid.

Gallwch bob amser siarad â rhywun yn y Porth Cymorth Tai yn <https://www.monmouthshire.gov.uk/cy/>

Defnyddiwch y geiriau allweddol canlynol i chwilio

- Porth Cymorth Tai.
- Budd-daliadau Tai.

Am fwy o wybodaeth ewch i wefan y Llywodraeth www.gov.uk

Defnyddiwch y geiriau allweddol canlynol i chwilio

- Lwfans Tai Lleol.

Sefydliadau defnyddiol eraill www.workingfamilies.org.uk

Defnyddiwch y geiriau allweddol canlynol i chwilio:

- Cyngor i rieni a gofalwyr.
- Budd-daliadau
- Credydau Treth



1.4 Cerbydau symudedd a'r effaith arnoch pan fydd eich plentyn yn troi'n 16 oed.

Os oes gan eich plentyn gar drwy'r Cynllun Motability a'ch bod chi a/neu aelodau o'r teulu wedi bod yn brif yrrwr car eich plentyn, o 16 oed (os yw'n derbyn neu wedi gwneud cais am gyfradd uwch cydran symudedd Taliad Annibyniaeth Bersonol), efallai y bydd eich plentyn yn gallu gyrru ei gar drosto'i hun.

Cofiwch fod y car yno i ddarparu cludiant i'r person sydd â'r anabledd.

Beth alla i ei wneud?

- Ystyriwch opsiynau trafnidiaeth eich teulu.
- Siaradwch â'ch plentyn i weld a yw'n dymuno cael ei ychwanegu fel gyrrwr a ganiateir ar y polisi, a phwy y mae am gael eu hychwanegu ar y polisi. Trafodwch a ydyn nhw eisiau gweithwyr cymorth ar y polisi hefyd.

**"Gwiriwch fod rhywun o dan 25 oed yn gallu gyrru'r cerbyd."
Rhiant Ofalwr**

Pryd ddylwn i ddechrau cael y sgysiau hyn?

Dylech fod yn cael sgysiau ymhell cyn iddynt droi'n 16 oed, yn ddelfrydol cyn gynted ag y byddant yn dechrau cymryd gwersi gyrru.

O ble alla i gael rhagor o wybodaeth?

<https://www.motability.co.uk>

<https://www.gov.uk>

Defnyddiwch y geiriau allweddol canlynol i chwilio

- Motability.
- Cymhwysedd.
- Help os oes gennych blentyn anabl.

1.5 Talu am ofal – yr effaith arnoch pan fydd eich plentyn yn troi'n 18 oed

O dan Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant 2014 (Adran 5) ni all Awdurdodau Lleol godi tâl ar blant dan 18 am y gofal a ddarperir ar eu cyfer. Fodd bynnag, yn 18 oed bydd eich plentyn yn cael ei ystyried yn oedolyn ac efallai y codir tâl am unrhyw wasanaethau a ddarperir iddynt.

Pan ddarperir gofal drwy Daliadau Uniongyrchol

Gall Taliadau Uniongyrchol newid pan fydd eich plentyn yn troi'n 16 neu 17 oed. Yn 16 neu 17 oed, efallai y bydd gan eich plentyn yr hawl gyfreithiol i benderfynu sut y caiff ei becyn gofal ei reoli, os gallant hwy ei reoli (byddai hyn ar y cyd â'ch Awdurdod Lleol ac yn cael ei benderfynu ganddynt).

Os nad oes gan rywun y galluedd meddyliol i reoli ei daliad uniongyrchol

- Bydd 'person addas' penodedig yn rheoli'r taliadau uniongyrchol ar eu rhan.

Pryd ddylwn i ddechrau cael y sgysiau hyn, a beth alla i ei wneud?

Yn ystod y cyfnod sy'n arwain at ben-blwydd 16 oed eich plentyn.

- Siaradwch â gweithiwr cymdeithasol am sut y bydd y newidiadau hyn yn effeithio arnoch chi, fel gofalwr.
- Siaradwch â'ch plentyn am sut y bydd y newidiadau hyn yn effeithio ar y ddau ohonoch.



O ble alla i gael rhagor o wybodaeth?

<https://gofalcymdeithasol.cymru/>

<https://www.citizensadvice.org.uk/cymraeg/>

Use the following key words to search

- Taliadau Uniongyrchol
- Arweiniad i Daliadau Uniongyrchol
- Cymorth a Chefnogaeth Taliadau Uniongyrchol i Ofalwyr
- Codi tâl ac asesu ariannol.
- Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Lles 2014

This image shows a full page of a handwriting practice worksheet. It consists of multiple sets of three horizontal dashed lines, providing a guide for letter height and placement. The lines are evenly spaced across the entire page, leaving ample room for practicing various letters and words. There is no text or other markings on the page.

Adran 2

Bod yn barod ar gyfer sut mae penderfyniadau'n cael eu gwneud ar ran eich plentyn.

Gall fod yn rhan fawr o'ch bywyd a'ch bywyd teuluol, os bu'n rhaid i chi eirioli neu wneud penderfyniadau ar ran eich plentyn. Fodd bynnag, daw amser pan fydd angen i chi, eich plentyn a'ch gweithwyr proffesiynol ystyried pwy fydd orau i wneud

dewisiadau i'ch plentyn.

Bydd deddfwriaeth hefyd yn nodi pwy sydd â'r pŵer i wneud y penderfyniadau hynny, felly bydd bod yn ymwybodol o'r hyn y mae'r gyfraith yn ei ddweud yn eich helpu i baratoi a chynllunio.



2.1 Y penderfyniadau gofal iechyd y gallwch eu gwneud, ar ran eich plentyn, pan fydd yn troi'n 16 oed.

O dan y Ddeddf Galluedd Meddyliol, tybir bod gan oedolyn (16 oed neu drosodd) y galluedd cyfreithiol llawn i wneud penderfyniadau drostynt eu hunain oni bai y gellir dangos nad oes ganddynt y galluedd i wneud penderfyniad drostynt eu hunain ar yr adeg y mae angen gwneud y penderfyniad hynny. Mae'r Ddeddf yn sicrhau bod y penderfyniadau sy'n cael eu gwneud er lles pennaf y person hynny.

- Os bernir nad oes gan eich plentyn y galluedd i wneud ei benderfyniadau ei hun, yna dylai'r gweithwyr iechyd proffesiynol asesu a chofnodi hyn a dylai'r teulu fynd i'r Llys Gwarchod i gael dirprwyaeth dros eu plentyn, fel y gallant wneud penderfyniadau iechyd ar eu cyfer ar ôl 16. Efallai mai'r cyfreithiwr teulu fyddai'n well rhoi cyngor ar hyn.
- Dechreuwch gael sgysiau parhaus gyda'ch meddyg teulu a gweithwyr gofal iechyd proffesiynol pan fydd eich plentyn tua 16 oed, fel eich bod yn gwybod pryd ac i bwy mae cymorth gofal iechyd eich plentyn yn cael ei drosglwyddo iddynt fel rhan o ofal iechyd oedolion.
- Os nad oes gennych weithiwr cymdeithasol yn eich cefnogi, efallai y byddwch am ystyried cysylltu â'ch awdurdod lleol er mwyn i chi gael y cymorth priodol i'ch tywys drwy'r broses hon.

**"Fe wnaeth fy atgoffa
o hyd bod angen i mi
roi trefn ar bethau
iechyd." Rhiant
Ofalwr**

Beth alla i ei wneud?

- Rhowch ddigon o amser o'r neilltu i gynllunio, fel y gallwch gael y sgysiau cywir gyda'r gweithwyr gofal iechyd proffesiynol cywir a gyda'ch plentyn.

Pryd ddylwn i ddechrau cael y sgysiau hyn?

Yn ystod y cyfnod yn arwain at eu pen-blwydd yn 16 oed.

O ble alla i gael rhagor o wybodaeth?

www.gov.uk

www.mind.org.uk

Defnyddiwch y geiriau allweddol canlynol i chwilio

- Deddf Galluedd Meddyliol
- Deddf Galluedd Meddyliol - Penderfyniadau Iechyd a Lles

2.2 Deall Trefniadau Diogelu rhag Colli Rhyddid

Mae Diogelu rhag Colli Rhyddid yn broses gyfreithiol sy'n darparu amddiffyniad ar gyfer pobl 16 oed neu hŷn, nad oes ganddynt alluedd meddyliol i gydsynio i'w gofal a'u triniaeth, ac felly'n gallu cael eu hamddifadu o'u rhyddid. Nod Diogelu rhag Colli Rhyddid yw rhoi dymuniadau'r unigolyn dan sylw wrth wraidd pob penderfyniad. Bydd dyletswydd benodol i ymgynghori â'r rhai sy'n gofalu am yr unigolyn a gyda'r rhai sydd â diddordeb yn lles yr unigolyn.

Beth alla i ei wneud?

Cael sgwrs gyda gweithiwr cymdeithasol neu weithiwr proffesiynol perthnasol fel eich bod yn cael gwybod a yw Diogelu rhag Colli Rhyddid yn berthnasol i'ch amgylchiadau gofalu.

Pryd ddylwn i ddechrau cael y sgysiau hyn?

Pan fydd eich plentyn yn cyrraedd 16 oed

O ble alla i gael rhagor o wybodaeth?

Am fwy o wybodaeth ewch i wefan y Llywodraeth

www.gov.uk

Defnyddiwch y geiriau allweddol canlynol i chwilio:

- Diogelu rhag Colli Rhyddid

2.3 Deall eich rôl o ran dewisiadau addysg a chyflogaeth a wneir gan, neu ar gyfer, eich plentyn.

Fel rhiant, mae'n naturiol i chi eisiau bod yn rhan o'r dewisiadau y mae eich plentyn yn eu gwneud, yn enwedig am y camau nesaf y maent yn eu cymryd fel oedolyn. Pa bynnag ddewisiadau cyflogaeth neu addysgol maent yn eu gwneud, os oes gan eich plentyn y galluedd, eu penderfyniad nhw yw gwneud y dewisiadau hynny, oherwydd dyna sy'n bwysig iddyn nhw - nid i chi fel rhiant ofalwr.



Beth alla i ei wneud?

- Cynnal y sgysiau hyn cyn gynted â phosibl gyda'ch plentyn, yn ddelfrydol cyn iddynt droi'n 18 oed.
- Bydd angen i chi hefyd ystyried gyda'ch gilydd sut y byddant yn cyrraedd yr ysgol/gweithle a dychwelyd, a sut y telir am eu cludiant. Fel oedolyn, efallai na fydd ganddynt fynediad at gludiant wedi'i ariannu.
- Siaradwch â'r ysgol/coleg fel eich bod i gyd yn glir ynghylch ble mae/nad yw eich cyfranogiad yn berthnasol pan fydd eich plentyn yn troi'n 18 oed.

[illegible]

Adran 3

Pam mae'n bwysig meddwl amdanoch chi, a sut y gallwch baratoi ar gyfer y newidiadau sydd o'ch blaen.

Pan fyddwch wedi treulio llawer o'ch amser yn meddwl am, ac yn gwneud, dewisiadau ar ran eich plentyn rydych yn gofalu amdano, gall fod yn anodd meddwl amdanoch chi'ch hun. Gall hefyd fod yn anodd meddwl am, neu hyd yn oed gydnabod, y bydd newidiadau yn digwydd wrth i'ch plentyn ennill mwy o annibyniaeth. Gallai'r dewisiadau roeddech chi'n arfer eu gwneud ar ran eich plentyn newid ar ôl iddo gyrraedd 16 oed.



3.1 Eich hawliau fel gofalwr

Pan fydd eich plentyn yn troi'n 18 oed, neu hyd yn oed cyn hynny, gall fod o gymorth i drafod sut y bydd y newidiadau yn effeithio arnoch chi fel gofalwr a'ch rôl ofalu. Hyd yn oed os nad ydych yn ystyried eich hun yn ofalwr, mae deddfwriaeth yng Nghymru (sef Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014) yn cydnabod pan fydd rhywun yn gofalu am blentyn neu oedolyn anabl, eu bod yn cael eu hystyried yn ofalwr.

Beth alla i ei wneud?

- Gallech ofyn i'r gwasanaethau cymdeithasol am asesiad anghenion gofalwr, neu ailasesiad o anghenion eich gofalwyr.

- Peidiwch â digalonni gan y gair "asesiad", gan fod asesiad anghenion gofalwr yn rhoi cyfle i chi gael sgwrs gyda gweithiwr gofal cymdeithasol proffesiynol am yr hyn sy'n bwysig i chi.
- Efallai y byddwch hefyd am ystyried sut y bydd y rôl ofalu yn parhau yn y cartref, yn enwedig os yw'ch plentyn yn dewis ceisio gofal gan rywun arall.
- Defnyddiwch hwn fel cyfle i archwilio eich opsiynau.

O ble alla i gael rhagor o wybodaeth?

www.monmouthshire.gov.uk

<https://www.carersuk.org/cy/wales/>

Defnyddiwch y geiriau allweddol canlynol i chwilio:

- Asesiad Gofalwyr.
- Gofalu am rywun.

3.2 Adnabod emosiynau pan fydd eich plentyn yn pontio i fod yn oedolyn

O 16 oed ymlaen, pan fydd eich plentyn yn symud ymlaen i fod yn oedolyn yn 18 oed, gall fod yn anodd rhagweld sut y gall dymmeg perthynas eich rhiant/plentyn newid. Yn ystod y cyfnod pontio hwn, mae'n ddigon posibl y bydd llawer o deuluoedd, a neb mwy na rhieni sy'n ofalwyr, yn teimlo amrywiaeth o emosiynau. Gall gwybod bod hyn yn beth normal eich helpu chi.

Er bod plentyn yn troi'n oedolyn yn 18 oed yng ngolwg y gyfraith, maent yn dal i fod yn blentyn i chi. Mae hefyd yn bwysig cofio y gallai brodyr a chwiorydd fod yn teimlo emosiynau tebyg hefyd yn ystod y cyfnod hwn.

Ceisiwch gofio bod emosiynau a theimladau'n dod mewn mathau gwahanol, ac mae'r ffordd rydych chi'n teimlo yn bersonol i chi ac aelodau'r teulu.



Beth alla i ei wneud?

- Siaradwch â rhywun rydych chi'n teimlo'n gyfforddus a hwy am sut mae'r sefyllfa newidiol yn gwneud i chi deimlo.
- Cymerwch amser i archwilio pa opsiynau ar gyfer cymorth sydd ar gael i chi

Pryd ddylwn i ddechrau cael y sgysrsiau hyn?

Anytime that you feel is right for you. Unrhyw bryd rydych chi'n teimlo, sy'n iawn i chi.

O ble alla i gael rhagor o wybodaeth?

Gall gwahanol grwpiau rhieni sy'n ofalwyr newid dros amser, felly yn hytrach na chynnwys grwpiau penodol fan hyn, chwiliwch y rhyngwyd gan ddefnyddio'r geiriau allweddol canlynol fel arweiniad.

- Grwpiau rhieni sy'n ofalwyr
- Rhieni sy'n ofalwyr (teipiwch yr ardal leol rydych yn chwilio am gymorth amdani e.e. Sir Fynwy, Gwent ac ati)

Am gefnogaeth bwrbasol i ofalwyr sy'n frawd neu chwaer, ewch i

<https://www.sibs.org.uk/>

3.3 Pam mae'n well peidio osgoi'r sgysiaiu anodd

Efallai y bydd yn ymddangos mai'r opsiwn gorau yw osgoi sgysiaiu anodd neu lethwith oherwydd nad ydych chi am feddwl amdanynt. Fodd bynnag, mae cael sgysiaiu anodd cyn gynted â phosibl yn eich galluogi i roi cynlluniau ystyriol a meddwl ar waith.



Gwneud Ewyllys a Phŵer Atwrnai Parhaol

Yn absenoldeb ewyllys, gallai penderfyniadau pwysig sy'n gyfreithiol rwymol syrthio i aelodau'r teulu, ffrindiau neu weithwyr proffesiynol. Mae rhoi rhywbeth yn ysgrifenedig a'i wneud yn ddogfen gyfreithiol yn eich galluogi i wneud darpariaeth ar gyfer amrywiaeth yr anghenion o fewn eich teulu pan nad ydych bellach yn fyw.

Mae atwrneiaeth arhosol yn ddogfen gyfreithiol sy'n gadael i chi (y 'rhoddwr') benodi un neu fwy o bobl (a elwir yn 'atwrneiod') i'ch helpu i wneud penderfyniadau neu i wneud penderfyniadau ar eich rhan. Mae hyn yn rhoi mwy o reolaeth i chi dros yr hyn sy'n digwydd i chi os ydych yn cael damwain neu salwch, ac yn methu gwneud eich penderfyniadau eich hun h.y. 'diffyg galluedd meddyliol'.

**"Mae wedi fy atgoffa bod angen i mi ail-wneud fy ewyllys o hyd."
Rhiant Ofalwr**

Beth alla i ei wneud?

- Rhowch ddigon o amser o'r neilltu i feddwl am yr hyn sy'n bwysig i chi.
- Meddyliwch am ba ddarpariaethau y bydd angen iddynt fod ar waith pan nad ydych bellach o gwmpas i ddarparu gofal.
- Ceisiwch gyngor cyfreithiol gan rywun sy'n deall sut mae angen ystyriaeth arbennig ar y rôl ofalu wrth lunio ewyllys.
- Ymchwiliwch ac, os oes angen, ceisiwch gyngor cyfreithiol ynghylch llunio Atwrneiaeth Arhosol

**Mae Ewyllys ac Atwrneiaeth
Arhosol yn caniatáu i chi wneud
penderfyniadau o flaen llaw er
lles eich hun ac eraill.**

Pryd ddylwn i ddechrau cael y sgysiau hyn?

Cyn gynted â phosibl – ystyriwch wneud ewyllys cyn gynted â phosibl ym mywyd eich plentyn

O ble alla i gael rhagor o wybodaeth?

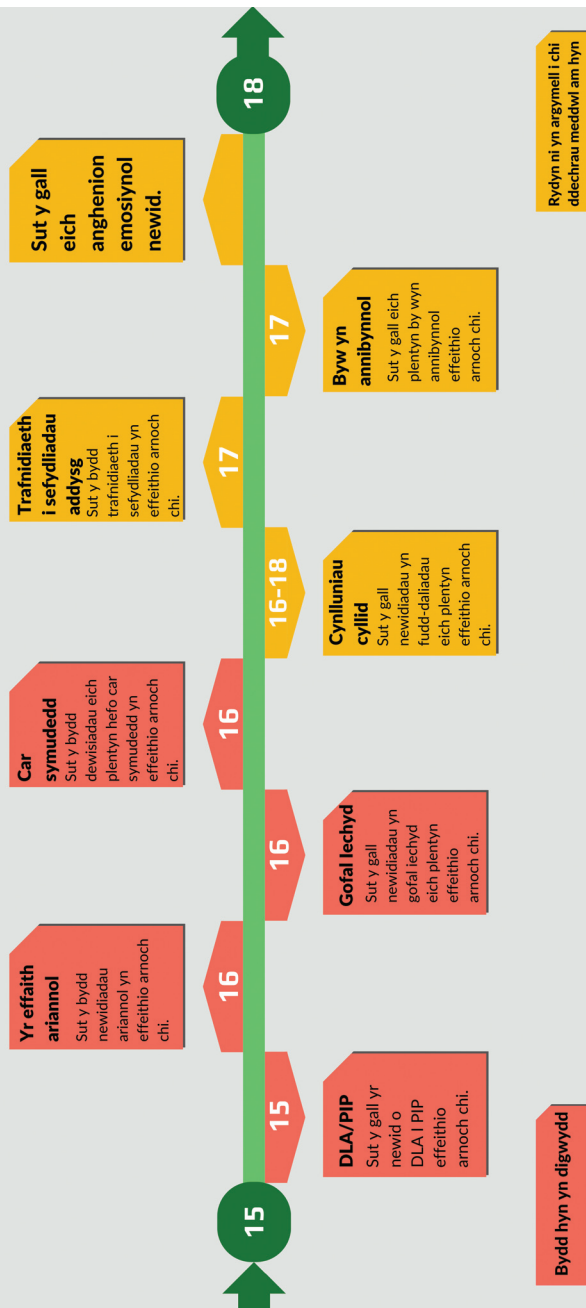
www.gov.uk

Defnyddiwch y geiriau allweddol canlynol i chwilio:

- Ysgrifennu eich ewyllys.
- Atwrneiaeth Arhosol

This image shows a full page of white paper with horizontal dashed lines, typical of primary-ruled notebook paper. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Yr newidiadau i ystyried fel rhieni a gofalwyr



Cynhyrchwyd: Gorffennaf 2024, mewn partneriaeth â Chyngor Sir Fynwy, Rhwydwaith Gofalwyr Sir Fynwy, Fforwm Cymru Gyfan a chynrychiolaeth rhieni sy'n ofalwyr.

Roedd pob gwefan yn gywir ar adeg mynd i'r wasg ac mae'n bosibl y gallent gael eu newid wedyn.

Y Tîm Gofalwyr
Cyngor Sir Fynwy
Neuadd y Sir
Y Rhadyr
Brynbuga
Sir Fynwy
NP15 1GA

