



Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Older People's Commissioner for Wales

Gwybod eich hawliau:

Byw mewn cartref gofal yng Nghymru

**Llais ac eiriolwr annibynnol
ar gyfer pobl hŷn**

Cysylltu â'r Comisiynydd

Os oes gennych chi unrhyw bryderon am eich hawliau, neu os hoffech chi gael rhagor o wybodaeth am y cymorth a'r gefnogaeth sydd ar gael, cysylltwch â Thîm Cyngor a Chymorth y Comisiynydd:

03442 640 670

gofyn@comisiynyddph.cymru

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

Gwybodaeth am y canllaw hwn

Mae'r wybodaeth yn y canllaw hwn yn gywir adeg argraffu (Hydref 2022), er y gallai rhywfaint o'r wybodaeth newid. Cysylltwch â thîm Cyngor a Chymorth y Comisiynydd os oes gennych chi unrhyw ymholiadau.

Gall bod yn ymwybodol o'ch hawliau wneud gwahaniaeth mawr

Mae gan bob un ohonom hawliau. Nid ydych yn colli'ch hawliau pan fyddwch chi'n symud i gartref gofal.

Mae eich hawliau'n bwysig, a gall eu deall nhw eich helpu i sicrhau eich bod chi'n cael eich trin yn deg ac yn cael eich amddiffyn os bydd pethau'n mynd o chwith.

Bydd bod yn ymwybodol o'ch hawliau yn eich helpu chi, ac unrhyw un sy'n rhoi cymorth i chi, gael y wybodaeth sydd ei hangen arnoch i wneud penderfyniadau call wrth ddewis a symud i'ch cartref gofal.

Gallant helpu i sicrhau eich bod chi'n derbyn y lefel gywir o ofal, a'ch bod chi'n cael cefnogaeth i fyw mor annibynnol ag sy'n bosibl. Gallant helpu i sicrhau eich bod chi'n gallu gwneud y pethau sy'n bwysig i chi, ac yn gallu gweld y bobl sydd bwysicaf i chi.

Os hoffech gwyno am rywbeth, gall bod yn ymwybodol o'ch hawliau helpu i sicrhau bod rhywun yn gwrando arnoch, a bod eich pryderon yn cael eu trin yn briodol. Os byddwch chi'n penderfynu gadael, neu os byddwch yn derbyn cais i adael eich cartref gofal, gall bod yn ymwybodol o'ch hawliau helpu i sicrhau bod hyn yn digwydd yn y ffordd fwyaf priodol.

Mae'r canllaw hwn yn derbyn crynodeb bras o'r hawliau sydd gennych pan fyddwch chi'n symud i mewn i gartref gofal, yn byw mewn cartref gofal neu'n symud allan o gartref gofal, a sut ddylai hyn edrych yn ymarferol.

Rydym hefyd wedi creu canllaw mwy cynhwysfawr sy'n cynnwys llawer o wybodaeth fanylach a all fod yn ddefnyddiol i chi - cysylltwch ar bob cyfrif os hoffech dderbyn copi.

Cael y gefnogaeth sydd ei hangen arnoch

Os ydych chi'n meddwl am y gefnogaeth gofal a chymorth sydd ei hangen arnoch, gan gynnwys a ddylid symud i gartref gofal ai peidio, gallwch gysylltu â'ch cyngor (awdurdod lleol) i gael cymorth.

Rhaid i'ch awdurdod lleol sicrhau bod gwybodaeth hygyrch ar gael, a chyngor a chymorth am y gwasanaethau gofal a chymorth sydd ar gael.

Mae gennych yr **hawl i gael mynediad i'r wybodaeth sydd ei hangen arnoch mewn ffordd sy'n addas i chi** (e.e. ar-lein, dros y ffôn, wyneb yn wyneb).

Os ydych chi'n credu y gallech fod angen gofal a chymorth - ac mae'r awdurdod lleol yn cytuno - mae gennych yr **hawl i gael asesiad o'ch anghenion gofal a chymorth** gan eich awdurdod lleol, a bod ynghlwm wrth hyn.

Mae gennych yr **hawl i ofyn i'ch awdurdod lleol drefnu lle mewn cartref gofal i chi**, a all helpu i amddiffyn eich hawliau ymhellach.

(Efallai y bydd angen iddynt gynnal asesiad cyn trefnu lle ar eich cyfer mewn cartref gofal, a gallai fod angen talu iddyn nhw wneud trefniadau ar eich rhan).

Symud i mewn i gartref gofal

Pan fyddwch chi'n symud i mewn i'r cartref gofal o'ch dewis, mae gennych yr hawl i dderbyn sawl dogfen a fydd yn darparu gwybodaeth bwysig ar y gwasanaeth y byddwch yn ei dderbyn, a'r ffordd y bydd eich anghenion yn cael eu bodloni.

Mae gennych yr **hawl i dderbyn copi wedi'i lofnodi o'r cytundeb gwasanaeth**, sy'n nodi manylion am y gofal a'r gwasanaethau eraill y byddwch yn eu derbyn, yn ogystal â gwybodaeth am gostau a thelerau ac amodau eraill.

Mae gennych yr **hawl i dderbyn canllaw ysgrifenedig am y cartref gofal** a'r gwasanaethau y mae'n eu darparu, sy'n cynnwys gwybodaeth am amrywiaeth o bethau, megis staff allweddol yn y cartref, derbyn gwasanaethau iechyd, gweithgareddau sydd ar gael y tu mewn a'r tu allan i'r cartref, a sut i gwyno.

Mae gennych yr **hawl i Gynllun Personol (ac i dderbyn copi ohono)**, sy'n darparu gwybodaeth am eich anghenion a'ch dewisiadau, y gofal a'r cymorth y byddwch yn eu derbyn a'r ffyrdd y byddant yn cael eu darparu. Gall hyn gynnwys elfennau megis eich dewisiadau diwylliannol neu grefyddol.

Mae gennych yr **hawl i fod ynghlwm wrth greu'r cynllun hwn** (gyda chefnogaeth gan eich teulu neu gynrychiolydd os hoffech gael hyn) ac mae'n rhaid ei adolygu a'i ddiweddarau lle bo angen (o leiaf pob tri mis) i adlewyrchu unrhyw newidiadau i'ch anghenion neu eich dewisiadau.

Y gofal y byddwch chi'n ei dderbyn

Pan rydych chi'n byw mewn cartref gofal, dylech gael eich galluogi i fyw eich bywyd mor annibynnol ag sy'n bosibl, a chael eich cefnogi i wneud y pethau sy'n bwysig i chi.

Golyga hyn fod gennych yr **hawl i fod ynghlwm wrth benderfyniadau bob dydd** am y gofal a'r cymorth rydych chi'n ei dderbyn, a'ch dewisiadau personol.

Mae gennych yr **hawl i gael eich trin ag urddas a pharch bob amser**, gan gynnwys parchu eich preifatrwydd a'ch cyfrinachedd, gan hyrwyddo eich annibyniaeth a chyfathrebu gyda chi mewn ffordd barchus.

Mae gennych yr hawl i gael **gofal personol mewn ffordd urddasol**, ac i gael cymorth i ymolchi a defnyddio'r tŷ bach mor annibynnol ag sy'n bosibl.

Mae gennych yr **hawl i gael mynediad i dechnoleg ac offer arbenigol** fel y gallwch ofyn am gymorth a rheoli eich anghenion eich hun lle bo'n bosibl, a'r hawl i ddefnyddio cymhorthion ac offer i'ch helpu i gyfathrebu.

Mae gennych yr **hawl i gael mynediad i driniaeth, cyngor a gwasanaethau eraill gan unrhyw weithiwr proffesiynol gofal iechyd** fel bo angen, a'r hawl i gael cefnogaeth i ddefnyddio gwasanaethau o'r fath.

Mae gennych yr **hawl i fod yn ddiogel a chael eich amddiffyn rhag camdriniaeth, esgeulustod a thriniaeth amhriodol a'r hawl i beidio â chael eich trin mewn ffordd annynol neu fychanol**. Mae hyn yn cynnwys yr **hawl i beidio â chael eich cyfyngu neu eich atal** (gan ddefnyddio dulliau corfforol, peirianyddol, cemegol neu seicolegol) oni bai fod angen er mwyn atal risg o niwed i chi neu bobl eraill.

Hefyd, mae gennych yr **hawl i beidio â chael eich amddifadu o ryddid** wrth dderbyn gofal, sy'n golygu nad oes modd eich atal, na chyfyngu are ich symudiadau, oni bai fod y prosesau cyfreithiol priodol wedi'u dilyn.

Os ydych chi'n byw â demensia neu nam synhwyrol, mae gennych yr **hawl i bobl eraill gyfathrebu â chi ac ymateb mewn ffordd briodol**, gan staff cymwys sydd wedi derbyn hyfforddiant ar namau gwybyddol neu synhwyrol. Mae gennych yr hawl i dderbyn gofal mewn ffordd bositif a gofalgar, a dylai staff dreulio amser yn dod i nabod chi.

Sicrhau bod eich llais yn cael ei glywed

Mae gennych yr **hawl i gyfrannu eich barn** i helpu gyda'r broses o redeg y cartref gofal os dewiswch wneud hynny.

Os oes angen cymorth arnoch i gael dweud eich dweud ar benderfyniadau am eich gofal, gall eiriolwr helpu i fynegi eich barn neu siarad are ich rhan ac mewn rhai achosion, **gallai fod gennych yr hawl i Eiriolwr Proffesiynol Annibynnol (IPA)**.

Os nad ydych yn fodlon ar unrhyw agwedd ar y gofal a dderbyniwch, mae gennych yr hawl i gwyno (gweler yr wybodaeth ar gwyno isod).

Ymwelwyr a mynd allan

Cartref gofal yw eich cartref chi, a dylid trin y cartref gofal felly. Dylech allu mynd a dod fel y mynnech, mynd i weld ffrindiau, mynd i siopa neu fynd i ddigwyddiadau/gweithgareddau cymdeithasol, cyn belled ag y bo'ch iechyd yn caniatáu a bod dim cyfyngiadau cyfreithiol ar waith.

Mae'n rhaid i'ch cartref gofal fod â digon o le i chi gwrdd ag ymwelwyr yn breifat, mewn lle sydd ar wahân i'ch ystafell eich hun (gallwch wrthod gweld ymwelwyr os hoffech wneud hynny).

Mae gennych yr **hawl i barch dros eich bywyd preifat a theuluol**, sy'n golygu fod gennych yr hawl i fwynhau perthnasoedd teuluol heb ymyrraeth awdurdodau cyhoeddus.

Mae hyn yn cynnwys yr **hawl i gael cyswllt rheolaidd â'ch teulu**.

Fodd bynnag, gellid cyfyngu ar yr hawl hon os yw er budd y cyhoedd neu er mwy amddiffyn iechyd neu hawliau a rhyddid pobl eraill. Rhaid i bob cyfyngiad fod yn gyfrannol i'r risg.

Mae gennych hefyd yr **hawl i ryddid**, sy'n golygu nad oes modd eich atal rhag symud yn rhydd, gan gynnwys gadael eich cartref gofal heb awdurdod cyfreithiol.

Talu am eich gofal

Rhaid i'ch cartref gofal ddarparu gwybodaeth allweddol gan gynnwys faint y byddwch chi'n talu i aros yn y cartref.

Er mwyn pennu eich anghenion, mae gennych yr **hawl i gael asesiad gofal a chymorth** gan eich awdurdod lleol.

Er mwyn penderfynu a oes angen i chi dalu am eich gofal, mae gennych yr **hawl i asesiad ariannol**, a fydd yn cael ei gynnal gan yr awdurdod lleol.

Mae gennych yr **hawl i dderbyn canllaw ysgrifenedig i'r cartref gofal** sy'n nodi faint y byddwch chi'n talu i aros yn y cartref gofal, ac unrhyw ffioedd neu gostau ychwanegol sy'n daladwy a'r cyfnod rhybudd ar gyfer unrhyw gynnydd o ran costau.

Os ydych chi neu eich cynrychiolydd yn talu am eich gofal yn llawn neu'n rhannol, mae'n **rhaid i chi gael contract ysgrifenedig**.

Hefyd, gall unigolion ddewis talu am wasanaethau ychwanegol a nwyddau nad ydynt yn cael eu hystyried yn rhan o becyn gofal cytunedig (e.e. blodau ffres, lliw gwallt, tylino'r cefn), ac mae gennych yr **hawl i benderfynu a ddylid prynu 'gwasanaethau ychwanegol' ai peidio**.

Mae gennych yr **hawl i beidio â themlo dan bwysau i brynu gwasanaethau ychwanegol** fel amod o symud i mewn i'r cartref gofal neu barhau i fyw yn y cartref gofal.

Os ydych wedi cydsynio i brynu 'gwasanaethau ychwanegol', mae gennych yr **hawl i dderbyn gwybodaeth am gost wirioneddol unrhyw wasanaethau ychwanegol**.

Codi pryderon a chwyno

Mae angen i'ch cartref gofal fod â threfniadau digonol ar waith i'ch galluogi chi i roi adborth ar bob agwedd ar y gwasanaeth. Mae'n rhaid iddo ystyried eich barn a barn eich cynrychiolydd. Rhaid cydnabod yr holl adborth, ei gofnodi ac ymateb iddo fel sy'n briodol.

Mae gennych yr **hawl i godi pryderon neu gwynion yn uniongyrchol gyda'ch cartref gofal.**

Wrth gwyno, mae gennych yr **hawl i gael ymateb priodol** ac i rywun gysylltu â chi mewn ffordd agored ac onest.

Mae gennych yr **hawl i gwyno i'r Awdurdod Lleol** os yw eich gofal wedi'i ariannu (un ai yn llawn neu'n rhannol) neu os yw'r Awdurdod Lleol wedi bod ynghlwm wrth drefnu eich gofal.

Efallai y byddwch hefyd yn awyddus i godi pryder yn uniongyrchol gydag Arolygiaeth Gofal Cymru (CIW) sy'n gyfrifol am archwilio gofal a diogelwch y cartrefi gofal yng Nghymru.

Os ydych wedi mynd ar drywydd prosesau cwynion y cartref gofal neu'r Awdurdod Lleol ac yn dal i fod yn anfodlon, mae gennych yr hawl i uchafu eich cwyn i Ombwdsmon Gwasanaethau Cyhoeddus Cymru.

Ni ddylai rhoi adborth, codi pryder neu gwyno effeithio ar y gofal rydych chi'n ei dderbyn yn y cartref gofal, na'r ffordd rydych chi'n cael eich trin gan eich awdurdod lleol. Mae gennych yr hawl i beidio â dioddef erledigaeth neu unrhyw anfantais arall, neu dynnu nôl neu leihau gwasanaeth gan eich bod wedi cwyno.

Dod â'ch preswylfa i ben

Rhaid i'r amgylchiadau ble gall cartref gofal ddirwyn i ben eich gwasanaeth gael eu hegluro'n glir yn eich contract. Mae'n rhaid iddynt fod yn gyfyngedig i resymau dilys, er enghraifft, os na all y cartref gofal fodloni eich anghenion mwyach, hyd yn oed ar ôl rhoi addasiadau rhesymol ar waith.

Mae gennych yr **hawl i beidio â derbyn cais i adael heb i rywun gysylltu â chi yn gyntaf** (gan gynnwys eich cynrychiolwyr lle bo'n briodol) a dylai cartref gofal sicrhau bod ei bolisiau a'i weithdrefnau ynghylch sut gellid dirwyn eich gwasanaeth i ben yn cael eu hegluro'n glir.

Mae gennych yr **hawl i gael o leiaf 28 diwrnod o rybudd ysgrifenedig cyn gadael** (oni bai eich bod chi'n aros ar gyfnod prawf).

Mae gennych hefyd yr **hawl i beidio â derbyn cais i adael neu gyfyngu ar eich ymwelwyr oherwydd eich bod wedi cwyno**.

Os ydych chi'n teimlo eich bod wedi derbyn cais i adael eich cartref gofal gan eich bod wedi codi pryderon neu wedi cwyno, gallwch gwyno ymhellach i'r cartref gofal a/neu eich awdurdod lleol neu eich bwrdd iechyd os ydyn nhw ynghlwm wrth ariannu eich gofal.

Efallai y byddwch hefyd yn awyddus i godi pryder yn uniongyrchol ag Arolygiaeth Gofal Cymru (AGC) sy'n gyfrifol am archwilio ansawdd a diogelwch pob cartref gofal yng Nghymru. Er nad yw AGC yn ymchwilio i gwynion unigol, bydd yr wybodaeth a roddwch yn helpu i lywio ei gwaith arolygu

Os ydych chi'n credu bod eich cartref gofal yn eich trin chi'n annheg drwy ofyn i chi adael, mae'n bosibl y bydd yn torri cyfraith gwsmeriaid. Eich Gwasanaeth Safonau Masnach Lleol fydd y sefydliad priodol i'ch helpu mewn perthynas â materion sy'n ymwneud â defnyddwyr.

Cysylltiadau Defnyddiol

Ombwdsmon Gwasanaethau Cyhoeddus Cymru

1 Old Field Rd,
Pencoed,
Pen-y-bont ar Ogwr
CF35 5LJ

Ffôn: 0300 790 0203

<https://www.ombudsman.wales/complaints/>

Arolygiaeth Gofal Cymru (AGC)

Swyddfa Llywodraeth Cymru
Parc Busnes Rhydycar
Merthyr Tudful
CF48 1UZ

Ffôn: 0300 7900 126

<https://www.arolygiaethgofal.cymru/cysylltwch-ni/codi-pryder>

Safonau Masnach

I adrodd i Safonau Masnach, mae angen i chi gysylltu â gwasanaeth defnyddwyr Cyngor ar Bopeth.

Cysylltwch â llinell gymorth defnyddwyr Cyngor ar Bopeth (yr hen Consumer Direct): 0808 223 1133

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

Age Cymru

Mariners House
Cwrt Trident
East Moors Road
Cardiff, CF24 5TD

Ffôn: 0300 303 44 98

<https://www.ageuk.org.uk/cymru/contact-us/>

Dod o hyd i'ch awdurdod lleol neu bwrdd iechyd

Gallwch ddod o hyd i'ch awdurdod lleol yma:

<https://www.gov.uk/find-local-council>

Gallwch ddod o hyd i'ch bwrdd iechyd yma:

<http://www.wales.nhs.uk/ourservices/directory>

(Cysylltwch â tîm cyngor a chymorth y Comisiynydd os ydych chi'n ei chael hi'n anodd dod o hyd i'ch awdurdod lleol / bwrdd iechyd)

