

ASESU EICH ANGHENION FEL GOFALWR

Mae angen i wasanaethau cymdeithasol gynnig asesu'r gofalwr ar wahân pan fydd y sawl y gofelir amdano'n cael ei asesu, yn unol â DEDDF GOFALWYR (CYDNABYDDIAETH A GWASANAETHAU) 1995.

Mae DEDDF GOFALWYR A PHLANT ANABL 2000 yn rhoi hawl newydd i asesiad gofalwr, ac mae'n caniatáu i awdurdodau lleol ddarparu gwasanaethau ar gyfer gofalwyr trwy eu hawl eu hunain, hyd yn oed os yw'r sawl y gofelir amdano wedi gwrthod cael ei asesu.

Cyflwynodd DEDDF GOFALWYR (CYFLE CYFARTAL) 2004 ymrwymiad statudol ar Wasanaethau Cymdeithasol i roi gwybod i ofalwyr am eu hawliau ac mae gofyn i asesiad Gofalwyr ystyried materion gwaith, addysg, cymdeithasol a hamdden.

ASSESSING YOUR NEEDS AS A CARER

THE CARERS (RECOGNITION AND SERVICES) ACT 1995, requires social services to offer a separate assessment of the carer at the same time as it assess the person for whom care is provided.

THE CARERS AND DISABLED CHILDREN ACT 2000 provides a new right to a carer's assessment and allows local authorities to provide services for carers in their own right, even if the person that they care for has refused an assessment.

THE CARERS (EQUAL OPPORTUNITIES) ACT 2004 introduced a statutory obligation on Social Services to inform carers of their rights and requires the Carers assessment to take into account work, education, social and leisure issues.

Mae gofalwyr yn bobl o bob oed sy'n edrych ar ôl aelodau'r teulu neu ffrindiau sydd angen gofal, help neu gefnogaeth oherwydd salwch, oed neu anabledd. Mae'r gofal hwn yn ddi-dâl.

Mae hyn yn cynnwys gofalwyr sy'n oedolion, plant a phobl ifanc dan 18 (gofalwyr ifanc) a rhieni a gofalwyr plant anabl. Mae asesu anghenion gofalwyr yn cynnwys gofalwyr sy'n berthnasau, ffrindiau, yn byw gyda'r defnyddiwr gwasanaeth neu'n byw yn rhywle arall. Nid yw'n cynnwys pobl a gyflogir fel gofalwyr a phobl sy'n derbyn tâl am y gofal y maent yn ei ddarparu, ac nid yw'n cynnwys gweithwyr gofal di-dâl o sefydliadau gwirfoddol.

Mae Cyngor Gwynedd yn cydnabod y gwasanaeth gwerthfawr y mae gofalwyr yn ei ddarparu yn y gymuned. Rydym hefyd yn cydnabod fod anghenion gofalwyr yn wahanol i anghenion y sawl y maent yn gofalu amdano, ond yr un mor bwysig. Gall gofalu roi boddhad ond mae'n aml yn waith caled a gall gael effaith ar fywydau'r gofalwyr eu hunain.

Carers are people of all ages who look after family members or friends who need care, help or support because of sickness, age or disability. The care they provide is unpaid.

This includes adult carers, children and young people under 18 (young carers) and parents and carers of disabled children. The assessment of a carer's needs covers carers who are relatives, friends, living with the service user or living elsewhere. It does not include people who are employed as carers and being paid for the care they provide, nor does it cover unpaid care workers from voluntary organisations.

Gwynedd Council recognises the valuable service that carers provide in the community. We also recognise that carers' needs are different from those of the person they care for, but are of equal importance. Caring can be very rewarding but it is often hard work and can affect carers' own lives.

SUT FEDRWN NI HELPU?

Trwy lenwi'r ffurflen hon, cawn wybod am eich sefyllfa. Byddwch yn derbyn gwybodaeth a chynghor a all eich helpu chi. Efallai eich bod yn gymwys am help ymarferol a chefnogaeth emosiynol. Mae'r help yr ydym yn ei roi yn gyfyngedig, ac mae'n rhaid i ni flaenoriaethu ein gwasanaethau i'r bobl sydd â'r anghenion mwyaf. Ni allwn warantu y byddwn yn medru ymateb i bob un o'ch ceisiadau. Fodd bynnag, rydym yn addo gwrando arnoch a'ch trin yn deg.

HOW CAN WE HELP?

Filling in this form will let us know about your situation. You will be given information and advice that could help you. You may be eligible for practical help and emotional support. The help we give is limited and we must prioritise services for people with greatest needs. We cannot guarantee that we will be able to respond to all your requests. We do promise however, to listen to you and to treat you fairly.

LLENWI'R FFURFLEN

Gobeithio y byddwch yn meddwl fod y ffurflen hon yn hawdd i'w dilyn, a bod y fformat a'r cwestiynau'n berthnasol.

- Efallai y byddwch yn ei chael o gymorth trafod sut yr ydych yn teimlo a beth yr hoffech ei ddweud gyda rhywun arall cyn i chi lenwi'r ffurflen.
- Teimlwch yn rhydd i siarad yn agored am sut y mae gofalu yn cael effaith arnoch chi a sut y mae'n gwneud i chi deimlo. Nid yw'n anghyffredin teimlo'n euog a dig. Peidiwch â theimlo eich bod yn bradychu'r sawl yr ydych yn gofalu amdano trwy gyfaddef y teimladau hyn.
- Dywedwch wrthym beth all eich helpu chi yn eich barn chi, a beth yr hoffech chi ddigwydd ar ôl yr asesiad.
- Efallai y byddai'n well gennych siarad â'r gweithiwr cymdeithasol ar eich pen eich hun, neu efallai y byddech yn fodlon siarad yng ngŵydd y sawl yr ydych yn gofalu amdano. Efallai y byddech yn dymuno cael ffrind neu eiriolwr gyda chi i'ch cefnogi.

Bydd eich aseswr yn ceisio cymhwyso eich dymuniadau, gan gynnal yr asesiad ar yr amser ac mewn lleoliad sydd fwyaf cyfleus i chi.

Cwblheir yr asesiad yn eich dewis iaith. Os oes arnoch angen cyfieithydd neu arwyddwr, cysylltwch â'r adran cyn y cyfarfod.

Mae'r cwestiynau wedi'u nodi fel arweiniad, efallai y byddech yn dymuno cynnwys gwybodaeth arall.

Mae'r wybodaeth y byddwch yn ei darparu yn gyfrinachol, ac ni fydd yn cael ei rhannu ag unrhyw un arall (gan gynnwys y sawl yr ydych yn gofalu amdano) heb eich caniatâd chi.

COMPLETING THE FORM

We hope you find this form 'user friendly' and that the format and questions are relevant.

- *You may find it helpful to discuss what you feel and want to say with someone else before it is completed.*
- *Please feel free to speak openly about how caring affects you and how it makes you feel. Feelings of guilt and resentment are not uncommon. Do not feel that you are being disloyal to the person you care for by admitting these feelings.*
- *Tell us what you think could help you, and the outcome that you would like to see following the assessment.*
- *You may prefer to talk to the social worker on your own or you may be happy to talk in the presence of the person you care for. You may wish to have a friend or advocate with you for support.*

Your assessor will try to accommodate your wishes, carrying out the assessment at the time and place that is most convenient for you.

The assessment will be completed in the language of your choice. If you need an interpreter or signer, please contact the department prior to the meeting.

The questions are there as a guide, you may want to include other information.

The information you provide is confidential and will not be shared with anyone (including the person you care for) without your consent.

Rhif Gwasanaethau Cymdeithasol <i>Social Services No</i>		Enw/Name	Dyddiad geni/DOB
Rhif GIG/NHS No.			
Rhif Claf Ysbyty <i>Hospital Patient No</i>			
Nodwch ble y byddai orau i gysylltu â chi/ <i>Please indicate where best to contact you</i>			
Manylion am y sawl yr ydych yn gofalu amdano/ <i>Details of the person you care for:</i>			
Enw/Name.....			
Cyfeiriad (os yw'n wahanol)/ <i>Address (if different)</i>			
CodPost/Post Code.....			
Dyddiad Geni / <i>Date of birth</i>			
Meddygfa / <i>G.P Surgery</i>			
<p>Esboniwch sut yr ydych yn gofalu ar hyn o bryd a pha fath o gefnogaeth y teimlwch sydd arnoch chi ei angen. Hefyd, disgrifiwch unrhyw ofal yr ydych yn bwriadu ei roi (er enghraifft ar ôl cael eich rhyddhau o ysbyty) ac esboniwch pa fath o gefnogaeth y teimlwch y bydd ei arnoch chi ei angen. <i>Please explain how you care at the moment and what sort of support you feel you need. Please also describe any care that you are intending to give (for example after discharge from hospital) and explain what kind of support you think you will need.</i></p>			

A oes gennych chi ymrwymadau gwaith / addysg neu ymrwymadau eraill?
Do you have work/education/other commitments?

Oes/Yes Nac oes/No

Os oes, a hoffech chi roi gwybod i ni beth yw'r rhain / lle mae'r rhain, er mwyn medru cysylltu â chi petai angen? / *If yes would you like to tell us what/where these are, in order that you could be contacted if necessary?*

A ydych chi'n gweithio am dâl?
Are you in paid employment?

Ydw Nac ydw
Yes No

A hoffech chi siarad am eich gwaith?

e.e. Yr effaith y mae'n ei gael ar eich rôl o ofalu, y straen y mae'n ei achosi. A yw eich cyflogwr yn deall eich sefyllfa? A ydych chi'n medru cael amser i ffwrdd ar gyfer apwyntiadau ysbyty, ac ati?

A ydych chi'n poeni am golli eich swydd / colli allan ar ddyrchafiad?
Would you like to talk about your work?

e.g. *The impact it has on your caring role, the stress it causes. Does your employer understand your situation? Can you take time out for hospital appointments etc?*

Do you worry about losing your job / missing out on promotion?.

A fu raid i chi roi'r gorau i weithio am eich bod yn gofalu? Do Naddo
Have you had to give up work because you are caring? Yes No

Pa effaith mae hyn wedi'i gael arnoch chi?

e.e. yn ariannol, yn gymdeithasol, yn emosiynol, rhyddid, unigedd, gofod/amser personol.

What affect has this had on you?

e.g. financially, socially, emotionally, freedom, isolation, personal space/time.

A hoffech chi dderbyn gwybodaeth am ofalwyr mewn cyflogaeth / yn dychwelyd i weithio / ail-hyfforddi? / *Would you like information about carers in employment/ returning to work/ re-training?*

A fedrwn chi feddwl am unrhyw beth allai helpu? / *Can you think of anything that could help?*

A ydych chi'n gofalu am unrhyw bobl eraill, gan gynnwys plant?

Ydw

Nac ydw

Do you care for any other people, including children?

Yes

No

Dywedwch wrthym amdanynt os hoffech chi? / *Tell us about them if you wish?*

A ydych chi'n helpu'r sawl yr ydych yn gofalu amdano gydag unrhyw rai o'r tasgau isod? Dywedwch wrthym ba mor aml y byddwch yn gwneud y rhain, er enghraifft bob dydd, sawl gwaith y dydd, bob wythnos, ac ati.

Are you helping the person you care for with any of the following tasks? Please tell us how often you do them, for example, daily, several times each day, weekly, etc.

	Pa mor aml <i>How often</i>		Pa mor aml <i>How often</i>
Mynd i mewn ac allan o'r gwely <i>Getting in and out of bed</i>		Cefnogaeth emosiynol <i>Emotional support</i>	
Defnyddio'r toiled <i>Using toilet</i>		Cadw llygad <i>Keeping an eye</i>	
Delio ag anymataliaeth <i>Dealing with incontinence</i>		Golchi dillad <i>Laundry</i>	
Gwagio comôd <i>Emptying commode</i>		Siopa <i>Shopping</i>	
Golchi <i>Washing</i>		Glanhau <i>Cleaning</i>	
Ymolchi <i>Bathing</i>		Cludiant <i>Transport</i>	
Gwisgo <i>Dressing</i>		Casglu pensiwn <i>Collecting</i>	

			<i>pension</i>	
	Rhoi meddyginiaeth <i>Giving medicine</i>		Talu biliau <i>Paying bills</i>	
	Gwneud diodydd <i>Making drinks</i>		Trefnu'r ochr ariannol/ <i>Organising finances</i>	
	Prydau <i>Meals</i>		Tripiau / teithiau byr. <i>Trips/outing s</i>	

A ydych chi'n helpu mewn ffyrdd eraill hefyd? Dywedwch wrthym sut.
Do you help in other ways too? Please tell us how?

Pa fath arall o help ydych chi, neu'r sawl yr ydych yn gofalu amdano, yn ei gael?

e.e. Gwasanaethau Cymdeithasol, Nyrs Ardal, asiantaethau eraill, ffrindiau a theulu, ac unrhyw wasanaethau preifat a brynir. / *What other help do you, or the person you care for, get? e.g. Social Services, District Nurse, other agencies, friends and family, any privately purchased services*

Pwy sy'n helpu, a pha mor aml? / *Who helps and how often?*

A ydych chi angen mwy o help gyda'r tasgau yr ydych yn eu gwneud ar hyn o bryd? / *Do you need help with any of the tasks that you are currently undertaking?*

Os ydych, nodwch gyda pha rai? / *If so, please tell us which?*

Beth sydd anoddaf i chi? e.e. Mae rhai gofalwyr yn teimlo'n chwithig wrth helpu gydag anghenion gofal personol, mae rhai gofalwyr yn teimlo mai'r newid corfforol neu feddyliol mewn person sy'n achosi'r boen fwyaf, ac mae newid yn aml yn y berthynas â'r sawl y gofelir amdano.

What do you find most difficult? e.g. Some carers find it embarrassing when attending to personal care needs, some carers find that the physical or mental changes in a person cause most distress, there is often a change in the relationship with the person cared for

Pa ran o'r diwrnod sydd anoddaf i chi? / *What part of the day do you find most difficult?*

Yn ystod y dydd
Daytime

gyda'r nos
Evening

nos
Night

trwy'r dydd a'r nos
Constant day and night.

Sut mae eich iechyd? / *What is your state of health?*

A oes gennych unrhyw anabledau sy'n ei gwneud yn anodd i chi ofalu?
Do you have disabilities that make it difficult for you to care?

A ydych chi'n teimlo eich bod dan bwysau emosiynol? Ydw Nac ydw
Do you feel that you are under emotional pressure? Yes No

e.e. A ydych chi'n teimlo'n rhwystredig, yn isel, yn flin?

A ydych chi'n teimlo fod eich bywyd yn gyfyngedig ac nad oes gennych chi amser i chi eich hun? A yw'r cyfrifoldeb o ofalu yn peri pryder neu straen?

Dywedwch wrthym am hyn.

e.g. Do you get frustrated, depressed, irritable?

*Do you feel your life is restricted and you have no time for yourself? Does the responsibility of caring cause you anxiety or stress?
Please tell us about this*

Dywedwch wrthym sut mae gofalu yn cael effaith arnoch chi / Tell us how caring affects you:

e.e. A oes gennyh chi boen cefn oherwydd gwaith codi? / e.g. Do you experience back pain because of lifting?

A ydych chi'n colli cwsg? / Do you miss out on sleep?

A yw eich iechyd yn dioddef oherwydd eich bod chi'n gofalu? /Is your health suffering as a result of caring?

A oes gennyh chi bryderon ariannol? / Do you have financial worries?

A ydych chi'n teimlo'n flin/yn ddig/yn euog? /Do you experience feelings of resentment/anger/guilt?

Sut mae hyn yn cael effaith ar eich bywyd? / How does it affect your life?

Sut mae hyn yn gwneud i chi deimlo? / How does it make you feel?

Disgrifiwch yr effaith y mae eich rôl fel gofalwr yn ei gael ar eich teulu.

e.e. diffyg amser ar gyfer gweithgareddau, pryderon ariannol, aflonyddu bywyd teuluol, gwrthdaro o fewn y teulu, agwedd eich partner tuag at gyfrifoldebau gofalu, pryderon. / Describe the impact that your role as a carer has on your family.e.g. lack of time for activities, money worries, disruption to family life, family conflict, partner's attitude to care responsibilities, anxieties.

Sut mae hyn yn gwneud i chi deimlo? / *How does this make you feel?*

A ydych chi'n medru cael seibiant i ddelio â chyfrifoldebau teuluol?
Ydw Nac ydw
e.e. cyfarfodydd ysgol, diwrnodau agored, apwyntiadau deintydd, doctor, ac ati.
Are you able to get a break to deal with family responsibilities?
Yes No
e.g. school meetings, open days, dentist, doctor's appointment etc.

A ydych chi'n medru cymdeithasu a chael amser i chi eich hun?
Er enghraifft, siopa, mynd i wneud eich gwallt, mynd i'r dafarn / canolfan chwaraeon, capel neu eglwys, mynd ar gyrsgiau, i gymdeithasau/digwyddiadau lleol, ymweld â ffrindiau/theulu, mynd ar wyliau / seibiant am benwythnos?
Are you able to socialise, take time out for yourself? For example, shopping, going to the hairdresser/pub/sports centre/ chapel of church, attending courses, local societies/events, visiting friends/family, going on holiday/weekend break?

Pa weithgareddau hoffech chi eu gwneud? *What activities would you like to undertake?*

Nodwch pa amseroedd a dyddiau sydd fwyaf cyfleus neu yr hoffech chi gael cymryd seibiant (gofal arall) a'r pwrpas (nodwch yr oriau)
Please indicate the desired/convenient times and days for respite (replacement care) and purpose (specify the hours)

Dydd/ Day	Bore/Morning	Prynhawn/ Afternoon	Gyda'r nos Evening	Nos/ Night
Llun/Monday				
Mawrth Tuesday				
Mercher Wednesday				
Iau/Thursday				

Gwener/ <i>Friday</i>				
Sadwrn <i>Saturday</i>				
Sul/ <i>Sunday</i>				

A fedrwch chi barhau i roi'r un lefel o gefnogaeth â'r hyn yr ydych chi'n ei roi ar hyn o bryd? *Can you go on providing the same level of support you currently provide?*

A ydych chi'n fodlon parhau i roi'r un lefel o gefnogaeth â'r hyn yr ydych chi'n ei roi ar hyn o bryd? *Are you willing to continue providing the same level of support you currently provide?*

A oes gennych chi gefnogaeth / cynllun wrth gefn mewn argyfwng?
Do you have contingency planning/emergency backup?

A fyddai gwybodaeth bellach am yr isod yn eich helpu chi neu'r sawl yr ydych yn gofalu amdano?

- Cyngor neu gefnogaeth (e.e. cefnogaeth ariannol, cyswllt gyda gofalwyr eraill, gwybodaeth am grwpiau gwirfoddol perthnasol, rhywun i wrando arnoch yn gyfrinachol).
- Help ymarferol (e.e. glanhau cludiant, gofal personol)
- Offer / addasiadau anabled
- Seibiant byr o ofalu. Os felly, pa fath o seibiant fyddai arnoch chi ei angen?
- Hyfforddiant ynghylch agweddau gofalu
- Taliadau Uniongyrchol

Would further information on the following help you or the person you are caring for?

- *Advice or support (e.g. financial support, contact with other carers, information about relevant voluntary groups, someone to listen in*

- *Practical help (e.g. transport cleaning, personal care).*
- *Disability Equipment, Adaptations.*
- *A short break from caring. If so, what kind of break(s) would you need?*
- *Training about aspects of caring*
- *Direct payments*

*A oes unrhyw wybodaeth berthnasol arall a fyddai o help i chi?
Is there any other relevant information which would be helpful to you?*

Nid wyf yn gwrthwynebu i chi rannu gwybodaeth gyda:

(Ticiwch os gwelwch yn

I do not object for you to share information with :-

(Please tick)

Asiantaethau perthnasol / Relevant Agencies

Defnyddiwr Gwasanaeth / Service User

Llofnod / Signed:..... Dyddiad/Date

Aseswr/Assessor..... Dyddiad/Date

Rhif Gwasanaethau Cymdeithasol <i>Social Services No.</i>		Enw / <i>Name</i>	Dyddiad geni <i>DOB.</i>
Rhif GIG/ <i>NHS No</i>			
Rhif Claf Ysbyty <i>Hospital Patient No</i>			
Enw'r aseswr / <i>Name of assessor:</i>			
Barn yr aseswr / <i>Assessor's opinion:</i>			
Dyddiad / <i>Date</i>			