

## CANLLAW GALWAD CYFWELIAD DROS Y F FON



- Trefnu galwad drwy anfon text cynnig 2 amser gwahanol pwysig deud bydd angen iddynt neilltuo tua 20 munud.
- Pwysig diolch iddynt am ymateb yn ystod amser anodd yma



- Esbonio fod y sgwrs ffon yma yn lle sgwrs gyda Rheolwr fel pan fyddant yn cychwyn gweithio maen nhw “good to go”



- Dewis cwestiynau , i’w trafod, sut maen nhw swnio ar y ffon? Brwdfrydig? Cyfeillgar?
- Gwranddo ar eu hatebion



- Cloi sgwrs efo cyfle iddynt ofyn cwestiwn am rywbeth sy’n eu poeni



- Deud byddwn ni yn ei neud nesa yn dilyn y sgwrs yma - anfon y ffurflen i’r Rheolwr a bydd y rheolwr yn cysylltu efo dyddiad cychwyn

<p><b>GOFAL YN GALW</b> <b>QUESTION OF CARE</b></p>	<p>Pwy ddau broffil wnaethoch ei ddewis?  Soniwch wrtha’i am swydd y person wnaeth o chi ddewis ? Wnaethoch i ddarllen eich proffil a be oedd a chi feddwl ? Cofiwch fedrwch chi e.bostio fo i chi eich hun</p>	<p>AHMED -meithrinfa plant JEAN – preswyl LLOYD - tai a chefnogaeth JACKIE – gofal cartref BEN – gweithiwr cefnogol</p>
<p><b>CYNNAL BYWYD SYLFAENOL</b></p>		
<p><b>DIOGELWCH BWYD LEFEL2</b></p>		
<p><b>RHEOLI HAINT</b></p>	<p>Pa bryd mae hi yn ofynnol i ni olchi ein dwylo When should we wash our hands.</p> <p>Beth mae gwastraff clinigol yn gynnwys; what does clinical waste include?</p>	<p>Cyn ac ar ôl tasgau gofal personol /Before and after undertaking personal care. Ar ôl cael cyswllt uniongyrchol (cyffwrdd) hefo unigolyn /After direct contact (touching) with an individual. Wrth symud o un person i berson arall /When moving from one person to another. Wrth gefnogi person i fynd i’r tŷ bach /When helping a person to use the bathroom. Ar ôl defnyddio'r tŷ bach /After using the toilet Cyn gweini bwyd /before serving food. Cyn ac ar ôl bwyta /Before and after eating. Cyn ac ar ôl seibiant. /Before and after taking a break</p> <p>Meinwe ddynol neu anifail./Human or animal tissue Gwaed neu hylifau corfforol (dylid ymdrin â gollyngiadau ar unwaith) /Blood or bodily fluids (spillages should be dealt with immediately) Papiau ymatalaeth / incontinence pads. Swabiau /Swabs Gorchuddion./Dressings Chwistrellau, nodwyddau neu wrthrychau miniog eraill / Syringes, needles or other sharp objects. Cyffuriau neu gynhyrchion fferyllol eraill / Drugs or other pharmaceutical products.</p>

<p><b>IECHYD A DIOGELWCH YN Y MAES GOFAL</b></p>	<p>Pa reoliad iechyd a diogelwch sy'n darparu gwybodaeth ar sut y mae'n rhaid trin, storio sylweddau peryglus</p> <p>Be ydi dy gyfrifoldeb di ynglŷn ag iechyd a diogelwch?</p> <p>Pa dasgau ni allwch ei wneud heb yr hyfforddiant pwrpasol</p>	<p>disgwyl i'r unigolyn son am COSHH</p> <p>mynychu hyfforddiant a bod yn ymwybodol o beryglon, dilyn asesiadau risg</p> <p>Cymorth cyntaf, symud ac ymdrin, dosbarthu meddyginiaethau</p>
<p><b>DIOGELU</b></p>	<p>Be da chi i fod i neud os da chi yn gweld neu yn amau fod rhywun yn cael ei gam-drin</p> <p>fedrwch chi feddwl arwyddion am ddau fath o gam-drin</p> <p>sut da chi meddwl medrwch chi leihau'r tebygolrwydd o gam-drin ddigwydd</p>	<p>Deud wrth reolwr - dim cadw fo i fy hun</p> <p>Corffol, rhywiol, ariannol neglect emosiynol</p> <p>Edrych ar ymarfer fi fy hun e.e. sut dwi siarad efo pobl</p> <p>Bod yn agored a gonest os ydi rhywbeth ddim yn iawn</p>
<p><b>HYRWYDDO GOFAL PERSON GANOLOG</b></p>	<p>Be mae gofal person canolog yn feddwl</p> <p>Sut Fydech chi gefnogi person i wneud penderfyniad gwybodus - informed choice</p> <p>Fedrwch chi feddwl am unrhyw "restrictive practice" ymarfer cyfyngol</p> <p>Be ydi'r peth sy'n ganolog i Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant social services and wellbeing act</p> <p>Fredwch chi roi dwy esiampl sut fase chi yn sicrhau gofal person canolog</p>	<p>Cefnogi pobl i fyw'r bywyd maen nhw isio</p> <p>Trin eraill fel sa' ni ein hunan yn licio cael ein trin</p> <p>Unigolyn yn ganolog i bod dim sydd yn digwydd.</p> <p>Trafod/dangos dewisiadau dim neud penderfyniad dros y person ond efo'r person</p> <p>Cyffuriau, cadair isel, bwrdd clymu efo sgarff</p> <p>Be sy'n bwysig i'r person ? Person yn ganol pob penderfyniad</p> <p>Cyfathrebu iawn efo'r person</p> <p>Dewis</p> <p>Gofal personol urddasol</p>
<p><b>CYFATHREBU</b></p>	<p>Sut ydan i yn cyfathrebu</p> <p>How do we communicate.</p>	<p>Gwrando /Listening</p> <p>Siarad / Talking</p> <p>Ysgrifennu / Writing.</p>

	<p>Pan yn y man gwaith; mi fydd angen cyfathrebu hefo/When at work who will you need to communicate with;-</p> <p>How would you find out about an individual's communication needs or preferences?</p> <p>Sut mae cadw cyfrinachedd / How do you maintain confidentiality?</p>	<p>Pwyntio ac ystumiau /Pointing and gestures / body language.</p> <p>Ffrindiau a theulu /Friends and family. Rheolwr /Manager. Cydweithiwr /Colleagues. Gweithiwr proffesiynol fel doctor, nyrs, neu weithiwr cymdeithasol Professionals:- GP, D/N, Social worker</p> <p>Gofyn i'r unigolyn / Ask the individual Cynllun gofal /Care notes. Gofyn i'r teulu /Ask their family. Gofyn i gydweithiwr /Ask your colleagues</p> <p>Gwneud yn siŵr does neb yn clywed chi. Make sure you cannot be overheard. Peidio gadael cofnodion/ffeiliau o gwmpas y lle. Do not leave records/files lying around. Peidio datgan gwybodath sensitive i deulu ffrindiau neu eraill heb ganiatâd yr unigolyn Do not reveal sensitive information to family, friends or others, without the individuals permission.</p>
<p><b>YMWYBYDDIAETH IECHYD MEDDWL, DEMENTIA AC ANABLEDDAU DYSGU</b></p>	<p>Sut fath o symptomau fydd unigolyn sydd yn byw gyda dementia ymddangos</p> <p>Beth yw anabledd dysgu?</p>	<p>dirywiad yn y cof o ddydd i ddydd</p> <p>Diffyg canolbwytio sy'n ei gwneud yn anodd gwneud penderfyniadau neu gyflawni tasgau mewn trefn, fel coginio pryd o fwyd Anhawster dilyn sgwrs neu ddod o hyd i'r gair iawn am rywbeth Colli golwg ar y dydd neu ddyddiad gan ddod yn ddryslyd am lle mae hi neu pwy sydd o'i chwmpas Anableddau sydd yn effeithio gallu unigolyn i ddysgu, cyfathrebu, a wyrech gyflawni tasgau pob dydd</p>

	A allwch chi roi enghreifftiau o wahanol gyfreithiau/ddeddfau sy'n llywodraethu'r ffordd y mae pobl â chyflyrau iechyd meddwl, dementia neu anabledau dysgu yn derbyn gofal a thriniaeth	Mental health Act, Mental Capacity Act, Deprivation of Liberty Safeguarding
<b>RÔL Y GWEITHIWR GOFAL</b>	<p>Fedrwch chi feddwl am rai hawliau sydd gan unigolion Disgwyl gweld un neu ddau o rhain cael eu henwi</p> <p>Ydy chi gwybod os oes yna god ymarfer i chi ei ddilyn?</p> <p>Be ydy chi feddwl mae'r term "Duty of care" yn ei feddwl</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Wneud dewisiadau bob dydd a chael eu trin fel unigolyn</li> <li>2.Gael eu cynnwys wrth wneud penderfyniadau pwysig am eu bywydau eu hunain</li> <li>3.Cymryd rhan mewn gweithgareddau bob dydd</li> <li>4.Gael eu trin gydag urddas a pharch</li> <li>5.Gael ffrindiau a pherthnasau a byw bywyd hapus</li> <li>6.Bod yn rhan o'u cymuned leol</li> <li>7.Cael cyfleoedd dysgu</li> <li>8.Byw eu bywyd yn rhydd o gam-drin</li> <li>9.Cadw'n iach</li> <li>10.Gael parchu eu preifatrwydd a chyfrinachedd</li> <li>11.Ystyriaeth gael ei gymryd ynglŷn â materion cydraddoldeb a chynhwysiant ym mhob agwedd o'u gofal.</li> </ol> <p>Cod ymarfer proffesiynol i weithwyr gofal cymdeithasol</p> <p>Atebol am eich ymarfer eich hun.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Datblygu a chynnal ymddiriedaeth a hyder y person</li> <li>•I hyrwyddo eu hannibyniaeth a'u diogelu rhag perygl neu niwed</li> <li>•Parchu eu hawliau a gwneud yn siŵr nad yw eu hymddygiad yn eu niweidio hwy eu hunain na phob</li> </ul>
<b>SLING CODI O'R LLAWR</b>	<p>Beth ydan ni angen cyn defnyddio unrhyw offer symud a thrin / what do we need before we can use any moving and handling equipment?</p> <p>Beth fyddech chi'n ei ystyried cyn symud person o'r llawr gan ddefnyddio'r sling codi o'r llawr / What would</p>	<p>Hyfforddiant cyn defnyddio unrhyw offer penodol / training for each specific equipment</p> <p>A yw'n ddiogel symud y person / Is it safe to move the person</p>

	<p>you take into account before moving a person from the floor using the sling?</p> <p>Mae yna ddau bwrpas i'r sling / the sling has two purpose</p>	<p>Sefyllfa'r person/ The position of the person.  Eu gallu i gynorthwyo / Their ability to assist  Unrhyw anafiadau y byddai angen cymorth meddygol arnynt / Any injuries which would need medical assistance.  A ellir eu rholio o ochr i ochr / Can they be rolled from side to side?  A oes gennych ddigon o le i'r dasg/ Have you enough space for the task.  Y llawr / The flooring.</p> <p>To slide a person from a tight or awkward position  I godi person yn saff ac yn gyfforddus oddi ar y llawr/ to lift a person safely and comfortably off the floor.</p>
<p><b>GOFAL PERSONOL</b></p>	<p>Sut y byddwch chi'n hyrwyddo urddas wrth gefnogi unigolion gyda'i gofal personol?</p> <p>Pam ei bod yn bwysig lleithio'r croen yn rheolaidd?</p> <p>Sut y gall cael cartref ac amgylchedd glân helpu pobl i deimlo'n ddiogel ac yn gyffyrddus?</p>	<p>Cau llenni, drysau, cefnogi'r unigolyn i wneud cyn gymaint a fedran nhw dros ei hunain i annog annibyniaeth. Gofyn a ydynt eisiau bath, cawod, ymolchi wrth y sink, cyfro rhan o'r corf wrth gefnogi gyda'r dasg ac yn y blaen</p> <p>Gall y croen fynd yn sych a bregus, felly mae'n bwysig ei lleithio i hydradu'r croen a'i gadw yn iach ac yn Ystwyth</p> <p>Mi fydd y person yn teimlo yn hapus, balchder am fod ganddynt gartref moethus a glan. Ei bod yn lleihau heintiau ac yn y blaen???</p>