

Fersiwn	2
Dyddiad Diwygio Diwethaf	Awst 2022

Y Garfan Amrywiaeth a Chynhwysiant  
Cyngor Rhondda Cynon Taf, gweithio gyda chi, gweithio gyda'n gilydd

**gweithio'nwell**  
**workwell**

Diversity and Inclusion Team  
Rhondda Cynon Taf Council, working with you, working together

## Canllawiau i Gynhalwyr sy'n Gweithio

Mae'r ddogfen yma ar gael yn Saesneg/This document is available in English

## CYNNWYS

Pwrpas y canllawiau.....	1
Cyflwyniad.....	1
Diffiniad o gynhaliwr sy'n gweithio.....	1
Hawliau cynhalwyr yn y gwaith.....	2
Trefniadau absenoldeb.....	2
Trefniadau absenoldeb sy'n bodoli eisoes .....	2
Trefniadau absenoldeb newydd .....	3
Crynodeb o drefniadau absenoldeb a allai fod yn berthnasol i gynhalwyr sy'n gweithio.....	4
Cyfathrebu.....	5
Camddefnyddio Darpariaethau .....	5
Cyfleoedd Cyfartal.....	5
Atodiad 1: Y Goeden Benderfyniadau .....	6
Atodiad 2 .....	7
Canllaw i opsiynau cymorth ar gyfer cynhalwyr di-dâl.....	7
Atodiad 3: Ffurflen ymuno – Rhestr Bostio Cynhalwyr sy'n Gweithio .....	10
Atodiad 4: Ffurflen Atgyfeirio Cynllun Cynnal y Cynhalwyr RhCT .....	11
Atodiad 5: Canllawiau a Thempled Cynllun Cymorth ar gyfer Cynhalwyr sy'n Gweithio i RCT .....	14

## **PWRPAS Y CANLLAWIAU**

Mae'r canllawiau yma wedi'u datblygu i fynd i'r afael ag anghenion cynhalwyr di-dâl sy'n gweithio i'r Cyngor. Bwriad y Cyngor yw y bydd y canllawiau hyn yn cefnogi gweithwyr sydd â chyfrifoldebau gofalu a'u galluogi i gydbwysu'r rhain yn effeithiol â chyfrifoldebau eu swydd. Mae hefyd yn sicrhau bod rheolwyr llinell yn defnyddio dull cyson a theg wrth roi cymorth i weithwyr sy'n gynhalwyr di-dâl.

Mae Cyngor Rhondda Cynon Taf:

- Yn gwerthfawrogi sgiliau a theyrngarwch ei gweithwyr.
- Eisiau i bob cynhaliwr sy'n gweithio fod yn effro i'r cymorth a'r buddion sydd ar gael iddyn nhw fel gweithwyr ac fel cynhalwyr di-dâl.
- Wedi ymrwymo i roi cymorth i weithwyr sydd â chyfrifoldebau gofalu i gynnal cydbwysedd bywyd a gwaith.

## **CYFLWYNIAD**

Defnyddir y termau 'cynhalwyr di-dâl' a 'chynhalwyr sy'n gweithio' drwy'r canllaw yma i ddisgrifio gweithwyr sydd â chyfrifoldebau gofalu di-dâl yn ychwanegol at rôl eu swydd. Dydy hyn ddim yr un peth â Gweithwyr Gofal, sy'n cael eu talu i wneud gwaith gofal. Mae'n bosibl y bydd gan Weithwyr Gofal gyfrifoldebau gofalu di-dâl ychwanegol, ar wahân i'w gwaith cyflogedig. Yn yr achos yma, bydden nhw hefyd yn cael eu hystyried yn gynhalwyr sy'n gweithio.

Cyfrifoldeb y gweithiwr yw rhoi gwybod i'w reolwr llinell am unrhyw gyfrifoldebau gofalu, fel bod modd trafod y cymorth priodol, a'i ddarparu. Bydd pob trafodaeth ynglŷn â'u rôl gofalu yn gyfrinachol.

Nod y canllaw hwn yw nodi:

- Y cymorth sydd ar gael i gynhalwyr di-dâl yn y gweithle.
- Sut mae modd i gynhalwyr sy'n gweithio ymuno â Rhestr Bostio Cynhalwyr sy'n Gweithio i Gyngor RhCT.
- Y trefniadau absenoldeb sydd ar gael i gynhalwyr di-dâl.
- Sut mae modd i reolwyr llinell a chynhalwyr sy'n gweithio gytuno ar Gynllun Cymorth Cynhalwyr sy'n Gweithio i Gyngor RhCT .

## **DIFFINIAD O GYNHALIWR SY'N GWEITHIO**

Mae cynhaliwr sy'n gweithio yn unigolyn sydd â chyfrifoldebau gofalu sy'n effeithio ar ei fywyd gwaith. Mae cynhalwyr sy'n gweithio yn gyfrifol am ofalu a rhoi cymorth i berthnasau neu ffrindiau sy'n hŷn, yn anabl, yn ddifrifol sâl (yn gorfforol neu'n feddyliol) ac yn methu â gofalu amdany'n nhw'u hunain (CIPD, Mehefin 2020).

Mae'r Cyngor yn gwerthfawrogi'r gofynion y gall cyfrifoldebau gofalu eu rhoi ar y gweithiwr. Rydyn ni'n cydnabod pwysigrwydd rhoi cymorth i weithwyr tra'u bod yn gofalu fel bod modd iddyn nhw reoli'r cydbwysedd rhwng bywyd cartref a chyfrifoldebau eu swydd yn llwyddiannus.

Gall cyfrifoldebau gofalu fod ar sawl ffurf; tymor hir, tymor byr neu mewn argyfwng. Gall cynhalwyr fod mewn sefyllfaoedd anodd a heriol iawn a dylid delio â'u ceisiadau yn gyflym ac yn briodol.

## **HAWLIAU CYNHALWYR YN Y GWAITH**

Mae gan weithwyr sy'n gynhalwyr yr hawliau canlynol, yn amodol ar rai amodau a chyfnodau cymhwys:

- Yr hawl i wneud cais i weithio'n hyblyg
- Yr hawl i fod yn absennol mewn argyfwng
- Yr hawl i gael absenoldeb di-dâl i rieni os oes plentyn

Yn atodiadau'r canllaw yma, fe welwch chi awgrymiadau ychwanegol ar gyfer rhoi cymorth i gynhalwyr yn y gwaith. Mae hyn yn cynnwys:

- Canllaw i gefnogi trefniadau y gallai rheolwyr llinell a charfanau eu rhoi ar waith ar gyfer cynhalwyr di-dâl. Er bod llawer yn ymddangos fel newidiadau bach, mae modd iddyn nhw wneud gwahaniaeth enfawr (Atodiad 2)
- Sefydliadau a phrosiectau a allai gynnig cymorth ychwanegol i gynhalwyr di-dâl (Atodiad 2)
- Ffurflen i'w chwblhau i ymuno â Rhestr Bostio Cynhalwyr sy'n Gweithio i RhCT i dderbyn gwybodaeth berthnasol a diweddariadau a allai eich helpu yn eich rôl ofalu (Atodiad 3)
- Ffurflen i'w chwblhau i gofrestru gyda Chynllun Cynnal y Cynhalwyr RhCT os ydych chi'n gynhaliwr di-dâl sy'n byw yn RhCT (Atodiad 4)
- Fformat awgrymedig i'w ddefnyddio ar gyfer trafodaethau rhwng gweithwyr a rheolwyr llinell am gyfrifoldebau gofalu (Atodiad 5), gan gynnwys templed ar gyfer Cynllun Cymorth i Gynhalwyr sy'n Gweithio mae modd ei roi ar waith i gefnogi'r gweithiwr i reoli ei gyfrifoldebau gofalu ochr yn ochr â'i swydd. Er y gallai'r trafodaethau hyn ddigwydd yn fwy anffurfiol hefyd, rydyn ni'n annog gweithwyr a rheolwyr llinell i archwilio sut mae modd rhoi cymorth i'r gweithiwr i gydbwysu ei rôl gofalu a'i waith cyflogedig ac i wneud cofnod o'r hyblygrwydd y cytunwyd arno.

## **TREFNIADAU ABSENOLDEB**

### Trefniadau absenoldeb sy'n bodoli eisoes

Mae gan Gyngor RhCT nifer o bolisiâu a gweithdrefnau presennol y dylid eu defnyddio i sicrhau cydbwysedd rhwng cyflogaeth a chyfrifoldebau gofalu di-dâl.

Mae'r opsiynau amrywiol sydd ar gael wedi'u nodi yn y canllaw isod. Nodwch: Mae polisiâu perthnasol ar gael ar RCT Source o dan 'A i Y Polisiâu' (does angen manylion mewngofnodi i edrych ar bolisiâu ar RCT Source, <https://rct.learningpool.com/>); neu gan eich rheolwr llinell, AD neu undeb llafur. Mae coeden benderfynu er mwyn helpu rheolwyr llinell a chynhalwyr di-dâl i benderfynu pa fath o gymorth sydd fwyaf addas ar gyfer eu hanghenion wedi'i chynnwys yn Atodiad 1.

#### Trefniadau absenoldeb newydd

Mae modd i weithwyr sydd â chyfrifoldebau gofalu di-dâl ofyn am hyd at 5 diwrnod (pro rata ar gyfer gweithwyr rhan amser) o absenoldeb â thâl y flwyddyn, i'w defnyddio i wneud darpariaeth ar gyfer gofal y person sy'n derbyn gofal y maen nhw'n gyfrifol amdano.

Ceir rhagor o fanylion yn y **Polisi Absenoldeb â Chaniatâd**.

## Crynodeb o drefniadau absenoldeb a allai fod yn berthnasol i gynhalwyr sy'n gweithio

### **Gweithio'n hyblyg**

- Mae Deddf Gwaith a Theuluoedd 2006 yn rhoi'r hawl i gynhalwyr di-dâl yn ogystal â rhieni ofyn i gael gweithio'n hyblyg.
- Gallai gweithio'n hyblyg gynnwys: oriau hyblyg, oriau cywasgedig, cyfnewid sifftiau, gwasgaru oriau, rhannu swydd, gweithio'n rhan-amser, neu weithio yn ystod tymor yr ysgol.
- Mae modd cael rhagor o wybodaeth am sut i wneud cais am weithio'n hyblyg, y meini prawf cymhwyster a'r effaith ar delerau ac amodau cyflogaeth yn y **Polisi Hawl i Wneud Cais i Weithio'n Hyblyg**.

### **Absenoldeb â thâl mewn argyfwng**

- Mae Cyngor RhCT yn cynnig cyfle i weithwyr sydd â chyfrifoldebau gofalu gymryd "absenoldeb rhesymol" i ddelio ag argyfyngau sy'n ymwneud â'r person sy'n dibynnu arnyn nhw.
- Mae modd i gynhalwyr wneud cais am hyd at 5 diwrnod dros gyfnod treigl o 12 mis, ond dim ond un diwrnod mae modd ei gymryd ar y tro.
- Mae manylion llawn ar gael yn y **Polisi Absenoldeb â Chaniatâd**.

### **Absenoldeb di-dâl mewn argyfwng**

- Mae modd i gynhalwyr di-dâl ofyn am absenoldeb di-dâl mewn argyfwng yn ysgrifenedig i'w rheolwr llinell. Dydy hyn ddim yn hawl statudol ond serch hynny caiff ei gynnig gan Gyngor RhCT i bobl â dibynyddion.
- Mae rhagor o wybodaeth yn y **Polisi Absenoldeb â Chaniatâd**.

### **Absenoldeb di-dâl i rieni**

- Mae hawl gan rieni yn ôl y gyfraith i fod yn absennol o'r gwaith i ofalu am blentyn neu i wneud trefniadau er lles y plentyn.
- Mae modd i rieni sydd wedi gweithio i'r Cyngor am o leiaf blwyddyn gymryd hyd at 18 wythnos o absenoldeb i rieni fesul plentyn, a rhaid ei gymryd mewn bloc o wythnos neu ragor, hyd at uchafswm o 4 wythnos mewn blwyddyn.
- Mae rhagor o wybodaeth ar gael yn y **Polisi Absenoldeb â Chaniatâd**.

### **Absenoldeb â thâl oherwydd profedigaeth**

- Mae Cyngor RhCT yn cynnig absenoldeb â thâl oherwydd profedigaeth, o'r dyddiad y bu farw rhai perthnasau agos, i'r diwrnod ar ôl yr angladd.
- Mewn rhai achosion, mae modd ei ddefnyddio hefyd ar gyfer perthnasau eraill, os yw'r gweithiwr yn gyfrifol am drefnu'r angladd.
- Mae manylion llawn ar gael yn y **Polisi Absenoldeb â Chaniatâd**.

### **Prynu gwyliau blynyddol**

- Mae modd hefyd brynu gwyliau blynyddol ychwanegol, hyd at uchafswm o 10 diwrnod y flwyddyn (pro rata ar gyfer gweithwyr rhan amser).
- Mae rhagor o wybodaeth ar gael yn y **Cynllun Prynu Gwyliau Ychwanegol**.

### **Absenoldeb â thâl i gynhalwyr**

- Mae modd i weithwyr sydd â chyfrifoldebau gofalu di-dâl gymryd hyd at 5 diwrnod o wyliau â thâl y flwyddyn (pro rata ar gyfer gweithwyr rhan amser) i'w ddefnyddio i ddarparu ar gyfer gofal y person y maen nhw'n gyfrifol amdano.
- Dydy hyn ddim yn hawl statudol ond serch hynny mae'n cael ei chynnig gan Gyngor RhCT i gefnogi gweithwyr sy'n gynhalwyr di-dâl.
- Mae rhagor o wybodaeth ar gael yn y **Polisi Absenoldeb â Chaniatâd**.

## **CYFATHREBU**

Bydd codi ymwybyddiaeth trwy gyfathrebu da yn helpu i sicrhau bod cynhalwyr sy'n gweithio yn y Cyngor yn effro i'r Canllawiau i Gynhalwyr sy'n Gweithio. Bydd hyn yn helpu i adeiladu diwylliant cefnogol, gan annog a galluogi deialog dwy ffordd rhwng rheolwyr llinell a chynhalwyr sy'n gweithio.

Byddwn ni'n rhannu datblygiadau newydd o ran cymorth i gynhalwyr, cyfeirio at ffynonellau o wybodaeth, a rhannu gwybodaeth am unrhyw fentrau newydd i staff drwy'r canlynol:

- Rhwydwaith Anabledd a Chynhalwyr
- Cyfarfodydd Gwybodaeth i Staff
- Mewnwyd a Rhyngwyd
- Cynllun Cynnal y Cynhalwyr
- Rhestr Bostio Cynhalwyr sy'n Gweithio (ffurflen ymuno yn Atodiad 3).

## **CAMDEFNYDDIO DARPARIAETHAU**

Bydd unrhyw achos o gamddefnyddio'r ddarpariaeth ar gyfer cynhalwyr sy'n gweithio yn cael ei drin yn unol â threfn ddisgyblu'r Cyngor.

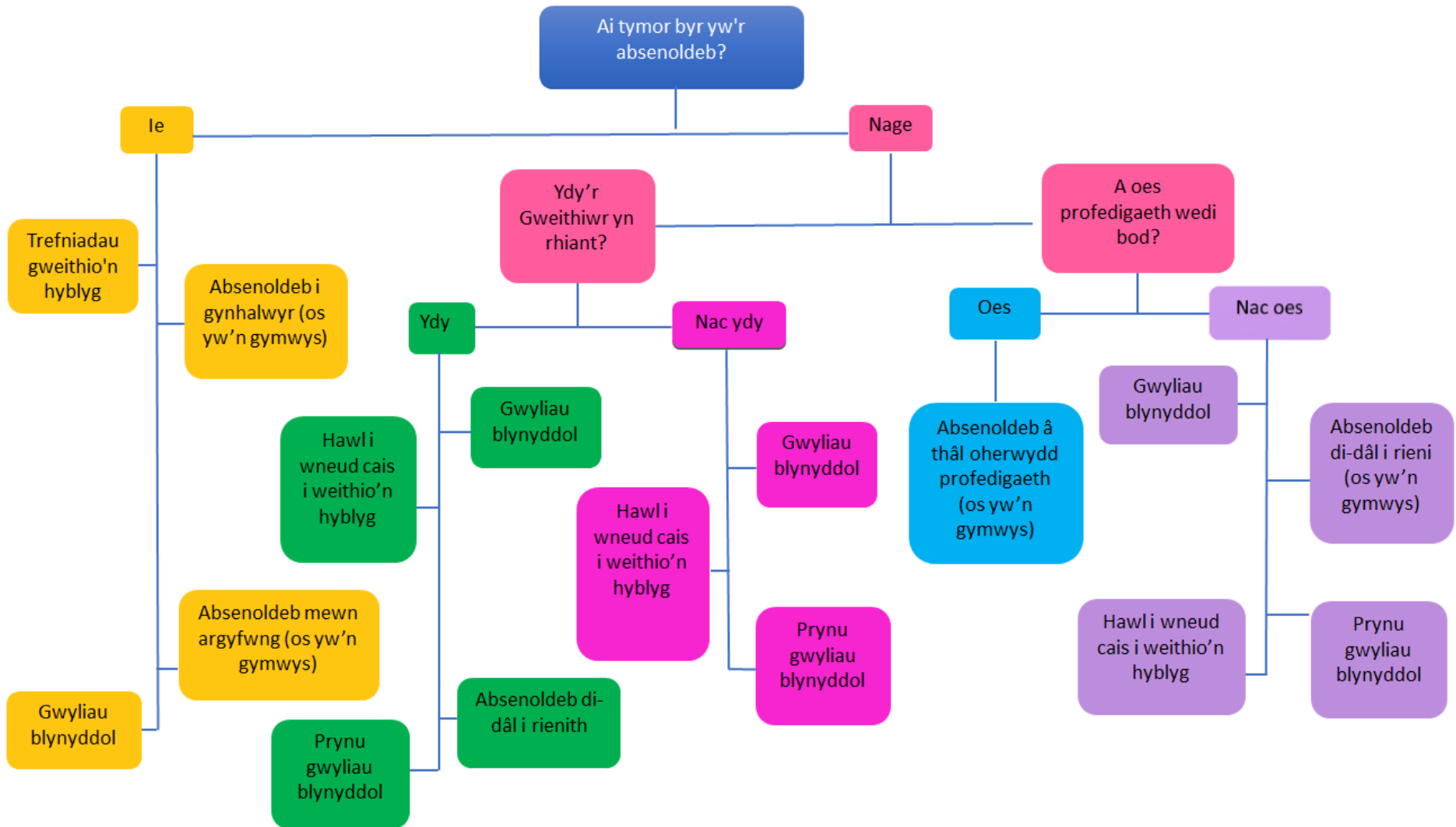
## **CYFLEOEDD CYFARTAL**

Dylai gweithwyr sydd â chyfrifoldebau gofalu gael yr un cyfleoedd i gamu ymlaen yn eu gyrfa ac i aros mewn gwaith o fewn y Cyngor, waeth beth fo'u cyfrifoldebau y tu allan i'r gwaith.

Am ragor o wybodaeth cysylltwch ag:

- Adnoddau Dynol, trwy eich swyddog cymorth AD priodol.
- Y Garfan Amrywiaeth a Chynhwysiant, [cydraddoldeb@rctcbc.gov.uk](mailto:cydraddoldeb@rctcbc.gov.uk), 01443 444531.
- Cynllun Cynnal y Cynhalwyr, [CynnalyCynhalwyr@rctcbc.gov.uk](mailto:CynnalyCynhalwyr@rctcbc.gov.uk), 01443 281 463 .

**ATODIAD 1: Y GOEDEN BENDERFYNIADAU**





## **ATODIAD 2**

### **CANLLAW I OPSIYNAU CYMORTH AR GYFER CYNHALWYR DI-DÂL**

#### **CANLLAWIAU I OPSIYNAU CYMORTH AR GYFER CYNHALWYR DI-DÂL**

Dydy cynhalwyr sy'n gweithio ddim bob amser yn effro i'r cymorth sydd ar gael iddyn nhw. Bydd llawer o gynhalwyr sy'n gweithio yn elwa'n aruthrol o newidiadau cymharol fach i'r amgylchedd gwaith. Mae meithrin diwylliant sy'n gyfeillgar i gynhalwyr yn amhrisiadwy er mwyn galluogi cynhalwyr sy'n gweithio i reoli eu cyfrifoldebau. Mae'r canllaw yma'n cynnwys gwybodaeth am ba gymorth mae modd i reolwyr llinell a charfanau ei gynnig i gynhalwyr di-dâl yn y gweithle, yn ogystal ag awgrymiadau ar gyfer lleoedd eraill y mae modd i cynhalwyr di-dâl gael cymorth.

#### **Defnydd o Ffôn/e-bost**

Yn amodol ar drafodaeth gyda'u rheolwr llinell, dylid caniatáu defnydd rhesymol o ffôn/e-bost personol i gynhalwyr i gadw mewn cysylltiad rheolaidd â'r person maen nhw'n gofalu amdano, heb ganiatâd eu rheolwr llinell ar bob achlysur. Gall hyblygrwydd pellach gynnwys caniatáu i'r gweithiwr ddefnyddio swyddfa breifat ar amser cyfleus a drefnwyd ymlaen llaw i wneud a/neu dderbyn galwadau ffôn preifat mewn perthynas â'i gyfrifoldebau gofalu. Fel arfer bydd disgwyl i'r gweithiwr wneud galwadau personol ar ei draul ei hun, ac eithrio mewn argyfwng gwirioneddol.

#### **Amser Seibiant/Ymdawelu**

Ar adegau o argyfwng, neu pan fo gweithwyr o dan gryn straen a phryder, mae'r cyfle i gael 'seibiant' i ffwrdd o'u desg neu weithfan yn werthfawr weithiau. Dylid cynnal trafodaethau rhwng y gweithiwr a'i reolwr llinell i sicrhau bod cymorth a darpariaethau ar gael ar gyfer hyn.

#### **Gweithio gartref a gweithio hyblyg**

Lle bo'n rhesymol, dylai fod gan weithwyr rywffaint o hyblygrwydd o ran ble, pryd, a sut maen nhw'n gweithio, yn unol â **Pholisi Gweithio Hybrid** y Cyngor. Anogir cynhalwyr sy'n gweithio i drafod eu sefyllfa bersonol gyda'u rheolwr llinell i ddod o hyd i ateb sy'n gweithio i'r ddau barti.

Os ydych chi am newid eich patrwm gwaith yn barhaol neu'r oriau yr ydych chi'n eu gweithio, cyfeiriwch at **Bolisi Hawl i Wneud Cais i Weithio'n Hyblyg** y Cyngor.

#### **Cynllun Cynnal y Cynhalwyr RhCT**

Mae modd i Gynllun Cynnal y Cynhalwyr, sydd wedi'i leoli yng Nghyngor RhCT, gynnig gwybodaeth, canllawiau a chymorth i gynhalwyr sy'n byw yn y Fwrdeistref. Dyma rai o'r gwasanaethau mae modd i'r cynllun eu darparu:

- Cylchlythyr rheolaidd sy'n rhoi'r newyddion diweddaraf am faterion, gwasanaethau a datblygiadau newydd a all effeithio ar gynhalwyr neu'r person sy'n derbyn gofal
- Canllaw A-Y i Gynhalwyr – canllaw o wasanaethau yng Nghwm Taf Morgannwg sy'n cael ei argraffu'n flynyddol
- Sesiynau hyfforddi a gwybodaeth sydd wedi'u cynllunio i helpu cynhalwyr yn eu rôl gofalu, yn amrywio o ddysgu sut i godi a chario'n ddiogel a thechnegau rheoli straen, i roi'r newyddion diweddaraf ar hawliau cynhalwyr
- Grwpiau a fforymau i gynhalwyr
- Gwasanaeth Cwnsela
- Cerdyn Argyfwng Cynhalwyr i wneud yn siŵr bod gwasanaethau'n effro i'r person sy'n dibynnu arno am ofal os bydd rhywbeth yn digwydd i'r cynhaliwr
- Mae Cerdyn a Mwy y Cyngor yn rhoi mynediad am bris gostyngol i chi at wasanaethau hamdden y Cyngor
- Cymorth, cyngor ac arweiniad

I gofrestru â'r Cynllun, cysylltwch â Chynllun Cynnal y Cynhalwyr ar 01443 281463 neu ebostiwch [CynnalyCynhalwyr@rctcbc.gov.uk](mailto:CynnalyCynhalwyr@rctcbc.gov.uk).

### **Uned Iechyd a Lles Galwedigaethol**

Mae'r Uned Iechyd a Lles Galwedigaethol yn wasanaeth cefnogol, a'i fwriad yw helpu i sicrhau bod y gweithwyr yn ffit i ymgymryd â'u swyddi ac i ddiogelu a hyrwyddo'u hiechyd.

Mae'r Uned Iechyd a Lles Galwedigaethol yn wasanaeth cyfrinachol sy'n asesu ffitrwydd i weithio, gan gynnig barn feddygol a chyngor ar sut i reoli cyflyrau meddygol yn y gweithle. Ase Rheolwyr sy'n gyfrifol am wneud penderfyniadau yn ymwneud â chyflogaeth o hyd. Mae'r uned yn darparu ystod o wasanaethau cymorth megis:

- Cadw golwg ar iechyd
- Ffisiotherapi, gan gynnwys aciwbigo, sganiau uwchsain a therapi pigiadau
- Asesiad a chymorth lles
- Gwasanaeth Cwnsela
- Rheoli problemau iechyd newydd a rhai sy'n bodoli eisoes
- Hybu iechyd, megis brechiadau fflw
- Sgrinio ffordd o fyw
- Atgyfeiriadau absenoldeb oherwydd salwch.
- Atgyfeiriadau'r gronfa bensiw.

Mae modd i'r uned Iechyd Galwedigaethol roi cymorth a chynghor i'r holl staff a rheolwyr llinell. Mae modd manteisio ar y gwasanaethau trwy'r llwybrau canlynol:

- Hunanatgyfeirio. Mae modd i'r holl staff ac Aelodau Etholedig hunanatgyfeirio ar gyfer ffisiotherapi a chymorth iechyd meddwl.
- Atgyfeiriadau gan reolwr. Ar gyfer atgyfeiriadau absenoldeb oherwydd salwch, cymorth yn y gwaith, canllawiau/cynghor ar reoli salwch, gan gynnwys addasiadau rhesymol a chadw golwg ar iechyd ac ati.
- Ymateb brys. Ar gyfer ymyriadau cynnar ar gyfer staff/rheolwyr sydd wedi bod yn rhan o ddigwyddiadau trawmatig.

Mae modd gwneud cais am atgyfeiriad i'r Uned Iechyd a Lles Galwedigaethol yn eich dewis iaith (Cymraeg neu Saesneg).

Y Llinell Gymorth yw'r porth i sawl gwasanaeth cymorth, gan gynnwys hunanatgyfeirio ar gyfer asesiad lles, ffisiotherapi, yn ogystal â rhywle i chi gael sgwrs gyda rhywun arall, os oes angen hynny arnoch chi. Mae modd i chi ffonio'r Llinell Gymorth ar 01443 424100, neu anfon e-bost i [LlinellGymorth@rctcbc.gov.uk](mailto:LlinellGymorth@rctcbc.gov.uk)

Mae cyfrinachedd yn rhan sylfaenol o'r berthynas rhwng y Gweithiwr Iechyd Proffesiynol a'r gweithiwr. Chaiff dim gwybodaeth feddygol ei rhannu ag unrhyw berson/sefydliad arall heb eich caniatâd ysgrifenedig, ac eithrio mewn amgylchiadau eithriadol.

### Manylion Cyswllt Defnyddiol:

Sefydliad	Rhif ffôn	E-bost/gwefan
Cynllun Cynnal y Cynhalwyr RhCT	01443 281 463	<a href="mailto:CynnalyCynhalwyr@rctcbc.gov.uk">CynnalyCynhalwyr@rctcbc.gov.uk</a>
Gwasanaethau Cymdeithasol i Oedolion - Cyngor RhCT	01443 425 003	<a href="mailto:gwasanaethaucymdeithasol@rctcbc.gov.uk">gwasanaethaucymdeithasol@rctcbc.gov.uk</a>
Gwasanaethau Cymdeithasol i Blant - Cyngor RhCT	01443 425 006	<a href="mailto:gwasanaethaucymdeithasol@rctcbc.gov.uk">gwasanaethaucymdeithasol@rctcbc.gov.uk</a>
Llinell Gymorth Lles i Staff	01443 424 100	<a href="mailto:LlinellGymorth@rctcbc.gov.uk">LlinellGymorth@rctcbc.gov.uk</a>
Gofalwyr Cymru (Carers Wales)	029 2081 1370	<a href="https://www.carersuk.org/">https://www.carersuk.org/</a>
Carers Trust	0300 772 9600	<a href="https://carers.org/">https://carers.org/</a>
Canolfan Cyngor ar Bopeth	0800 702 2020	<a href="https://www.citizensadvice.org.uk/cymraeg/">https://www.citizensadvice.org.uk/cymraeg/</a>

## **ATODIAD 3: FFURFLEN YMUNO – RHESTR BOSTIO CYNHALWYR SY'N GWEITHIO**

### **Datganiad Preifatrwydd**

Eich dewis chi yw rhoi gwybodaeth yn y ffurflen yma ai peidio. Os nad ydych chi eisiau cael eich cynnwys yn y Rhestr Bostio Cynhalwyr sy'n Gweithio mwyach cewch dynnu'n ôl ar unrhyw adeg, heb unrhyw ganlyniadau, drwy gysylltu â'r Rhestr Bostio Cynhalwyr sy'n Gweithio.

Bydd eich gwybodaeth yn cael ei phrosesu yn unol â'n tasg gyhoeddus a'i thrin yn gyfrinachol ond efallai bydd yn cael ei rhannu ag adrannau perthnasol y Cyngor, sefydliadau partner a phan fo angen yn unol â'r gyfraith. I gael rhagor o wybodaeth am sut rydyn ni'n defnyddio'ch gwybodaeth bersonol, ewch i'n hysbysiad preifatrwydd gwasanaeth yma [www.rctcbc.gov.uk/HysbysiadPreifatrwyddGwasanaeth](http://www.rctcbc.gov.uk/HysbysiadPreifatrwyddGwasanaeth) a'n tudalennau diogelu data yma [www.rctcbc.gov.uk/diogeludata](http://www.rctcbc.gov.uk/diogeludata)

Drwy ymuno â Rhestr Bostio Cynhalwyr sy'n Gweithio Cyngor i RhCT rwy'n cytuno i gael y wybodaeth ddiweddaraf am gynhalwyr a datblygiadau a allai fod o ddiddordeb i mi yn fy rôl gofalu a'm swydd. Rydw i'n deall fydd fy manylion ddim yn cael eu rhannu â sefydliadau trydydd parti a bod modd imi newid fy meddwl unrhyw bryd, drwy roi gwybod i'r Rhestr Bostio Cynhalwyr sy'n Gweithio.

Ydw  Llofnod: \_\_\_\_\_

Nac Ydw  Dyddiad: \_\_\_\_\_

### **YMUNO Â RHESTR BOSTIO CYNHALWYR SY'N GWEITHIO**

Enw: Adran:

Teitl eich swydd: Prif leoliad gwaith:

Cyfeiriad e-bost a ffefrir:

Eich dewis iaith ar gyfer cyfathrebu (Cymraeg neu Saesneg):

Cyfeiriad Cartref:

Nodwch yn gryno beth yw natur eich rôl ofalu (**peidiwch** â chynnwys unrhyw ddata y mae modd adnabod, megis enwau ac ati):

**Anfonwch eich ffurflen wedi'i chwblhau i'r Rhestr Bostio Cynhalwyr sy'n Gweithio, sy'n rhan o Gynllun Cynnal y Cynhalwyr - [CynhalwyrSynGweithio@rctcbc.gov.uk](mailto:CynhalwyrSynGweithio@rctcbc.gov.uk) neu [WorkingCarers@rctcbc.gov.uk](mailto:WorkingCarers@rctcbc.gov.uk)**

## **ATODIAD 4: FFURFLEN ATGYFEIRIO CYNLLUN CYNNAL Y CYNHALWYR RHCT**

### **Ffurflen Nodi a Chyfeirio Cynllun Cynnal y Cynhalwyr Rhondda Cynon Taf**

Bydd eich gwybodaeth yn cael ei phrosesu yn unol â'n tasg gyhoeddus a'i thrin yn gyfrinachol ond efallai bydd yn cael ei rhannu ag adrannau perthnasol y Cyngor, sefydliadau partner a phan fo angen yn unol â'r gyfraith. I gael rhagor o wybodaeth am sut rydyn ni'n defnyddio'ch gwybodaeth bersonol, ewch i'n hysbysiad preifatrwydd gwasanaeth yma [www.rctcbc.gov.uk/HysbysiadPreifatrwyddGwasanaeth](http://www.rctcbc.gov.uk/HysbysiadPreifatrwyddGwasanaeth) a'n tudalennau diogelu data yma [www.rctcbc.gov.uk/diogeludata](http://www.rctcbc.gov.uk/diogeludata)

Hunanatgyfeirio	<input type="checkbox"/>	Atgyfeirio Unigol/Sefydliadol	<input type="checkbox"/>
Dyddiad:			
Enw a manylion y sefydliad:			

### **Eich manylion, y Cynhaliwr:**

Teitl:	Enw cyntaf:	Cyfenw:	
Cyfeiriad:			
Cod Post:		Dyddiad geni:	
Rhif Ffôn:		Ffôn symudol:	
E-bost:			
Rhyw (Benyw/Gwryw)		Gwell gen i beidio â dweud	<input type="checkbox"/>
Hunaniaeth rhywedd (Anneuaidd/Traws, ayyb)		Gwell gen i beidio â dweud	<input type="checkbox"/>
Ethnigrwydd		Gwell gen i beidio â dweud	<input type="checkbox"/>
(At ddefnydd y swyddfa'n unig) Rhif System Wybodaeth Gofal Cymunedol Cymru (WCCIS):			

<b>Rydw i'n cadarnhau fod y person sydd o dan ofal yn ymwybodol ac yn deall y bydd eu manylion personol yn cael eu defnyddio ar gyfer yr atgyfeiriad Cynllun Cynnal y Cynhalwyr yma'n unig.</b>		Ydw: <input type="checkbox"/>	Nac ydw: <input type="checkbox"/>
Teitl:	Enw cyntaf:	Cyfenw:	
Perthynas:	<i>(e.e. eich gwraig, mab, ayyb)</i>		
Cyfeiriad:	<i>(Os yw'n wahanol i'r uchod)</i>		
Cod Post:		Dyddiad geni:	

Manylion bras am eich rôl fel cynhaliwr	
Rhyw (Benyw/Gwryw)	Gwell gen i beidio â dweud <input type="checkbox"/>
Hunaniaeth rhywedd (Anneuaidd/Traws, ayyb)	Gwell gen i beidio â dweud <input type="checkbox"/>
Ethnigrwydd	Gwell gen i beidio â dweud <input type="checkbox"/>
(At ddefnydd y swyddfa'n unig) Rhif System Wybodaeth Gofal Cymunedol Cymru (WCCIS):	

**Manylion y person rydych chi'n edrych ar ei ôl:**

**Datganiad Cynllun Cynnal y Cynhalwyr Rhondda Cynon Taf:**

Mae Cynllun Cynnal y Cynhalwyr yn darparu gwybodaeth a chymorth ar gyfer Cynhalwyr sy'n byw yn RhCT. Drwy gofrestru gyda'r Cynllun, byddwch chi'n derbyn cylchlythrau rheolaidd, cyfeiriadur A-Y i Gynhalwyr, mynediad i sesiynau hyfforddiant a gwybodaeth, mynediad i'r gwasanaeth Cwmsela i Gynhalwyr, mynediad gostyngol i wasanaethau hamdden, a chymorth, cyngor ac arweiniad gan y Cynllun.

**Hoffwn i gael gwybodaeth am Asesiad Cynhaliwr**

Mae asesiadau cynhalwyr yn ffordd o nodi'ch anghenion fel cynhaliwr, gan edrych ar eich rôl fel cynhaliwr, sut mae bod yn gynhaliwr yn effeithio arnoch chi ac unrhyw gymorth y gallai fod angen arnoch chi.

**Hoffwn i gael fy nghyfeirio at y Gwasanaeth Cwmsela i Gynhalwyr**

Mae Prosiect Gofalwyr RhCT yn darparu'r gwasanaeth cwmsela dros y ffôn neu wyneb yn wyneb rhad ac am ddim yma. Caiff ei ddarparu gan gwmselwyr cymwys ac mae ar gael i Gynhalwyr lleol yn RhCT.

**Hoffwn i dderbyn fy "Mhecyn Croeso":** Drwy'r post  Mewn e-bost   
(Nodwch os gwelwch yn dda)

Bydd eich "Pecyn Croeso" yn cynnwys ein cylchlythyr, canllaw A-Y, a gwybodaeth am ein gwasanaeth ni a'n gwasanaethau lleol.

**At ddefnydd y swyddfa yn unig:**

Ydy hwn yn gais Cynhalwyr sy'n Oedolion Ifainc (YAC)? Ydy <input type="checkbox"/> Nac ydy <input type="checkbox"/>	Ydy'r Gweithiwr Asesu Cynhalwyr sy'n Oedolion Ifainc yn ymwybodol? Ydy <input type="checkbox"/> Nac ydy <input type="checkbox"/>
--	---

Dyddiad prosesu'r atgyfeiriad:

Blaenlythrennau'r Swyddog Cynllun  
Cynnal y Cynhalwyr:

**Anfonwch y ffurflen yma at: [CynnalyCynhalwyr@rctcbc.gov.uk](mailto:CynnalyCynhalwyr@rctcbc.gov.uk) neu  
Rhadbost RTZL-AGUH-JHUU 10-12 Heol Gelliwastad, Pontypridd, CF37 2BW  
neu ffoniwch 01443 281463**

## **ATODIAD 5: CANLLAWIAU A THEMPLED CYNLLUN CYMORTH AR GYFER CYNHALWYR SY'N GWEITHIO I RCT**

Dyma fformat a awgrymir i'w ddefnyddio ar gyfer trafodaethau rhwng gweithwyr a rheolwyr llinell ynghylch cyfrifoldebau gofalu. Caiff templed Cynllun Cymorth ar gyfer Cynhalwyr sy'n Gweithio ei darparu ar y diwedd.

Er bod modd i'r trafodaethau hyn ddigwydd yn fwy anffurfiol hefyd, rydyn ni'n annog gweithwyr a rheolwyr llinell i archwilio sut mae modd rhoi cymorth i'r gweithiwr i gydbwyso ei rôl gofalu a'i waith cyflogedig. Mae'r ddogfen yma'n eiddo i'r gweithiwr, a chyda'i ganiatâd, dylai ei reolwr llinell gael copi.

Pwrpas y Cynllun Cymorth ar gyfer Cynhaliwr sy'n Gweithio yw:

- sicrhau bod gan y gweithiwr a'r cyflogwr gofnod cywir o'r hyn y cytunwyd arno;
- lleihau'r angen i ailtrafod hyblygrwydd yn y gweithle bob tro y bydd gweithiwr yn newid swydd, yn cael ei adleoli, neu'n cael rheolwr llinell newydd o fewn y sefydliad; a
- rhoi sylfaen i'r gweithiwr a'i reolwr llinell ar gyfer trafodaethau mewn cyfarfodydd yn y dyfodol ynghylch cymorth i reoli eu cyflogaeth ochr yn ochr â'u gofal di-dâl.

Mae modd adolygu a diwygio'r Cynllun Cymorth ar gyfer Cynhaliwr sy'n Gweithio yn ôl yr angen:

- mewn unrhyw gyfarfod un-i-un rheolaidd
- mewn gwerthusiadau bob chwe mis a/neu flynyddol
- cyn newid swydd neu ddyletswyddau, neu wrth gyflwyno technoleg neu ffyrdd o weithio newydd
- cyn, neu ar ôl, unrhyw newid mewn amgylchiadau ar gyfer y naill barti neu'r llall
- yn sgil ailgynllunio gwasanaeth

Mae hon yn ddogfen fyw a rhaid iddi hi gael ei hadolygu'n rheolaidd gan y gweithiwr a'r rheolwr llinell, a'i diwygio fel y bo'n briodol. Caiff rheolwyr llinell a gweithwyr eu hannog i ddod i gytundeb ar unrhyw newidiadau a chydbwyso anghenion y gweithiwr yn drylwyr ag anghenion y gwasanaeth.

Nodwch eich manylion personol ac yn adrannau 1-5 nodwch gymaint o fanylion ag y teimlwch sy'n briodol, ac yr hoffech i'ch rheolwr llinell wybod amdanyn nhw. Bydd hyn yn helpu i lywio'r drafodaeth a bydd yn sail i unrhyw gymorth y cytunir arno wrth symud ymlaen. Rhowch gopi i'ch rheolwr llinell a threfnu cwrdd i drafod y manylion.

Bydd y cyfarfod yn rhoi cyfle i chi a'ch rheolwr llinell drafod y materion rydych chi wedi'u nodi. Rydyn ni wedi awgrymu strwythur ar gyfer y drafodaeth ac wedi'i nodi isod.



- Beth yw eich cyfrifoldebau gofalu?
- Sut maen nhw'n effeithio ar eich gwaith?
- Pa effaith mae gwaith yn ei chael ar eich cyfrifoldebau gofalu?
- A yw'r gofal rydych chi'n ei ddarparu ar gyfer y person yma'n drefniant dros dro neu dymor hir?
- A yw'n briodol ystyried unrhyw newidiadau i batrymau gwaith, oriau gwaith neu weithle, naill ai yn y tymor byr neu'r tymor hwy?
- A ydych chi eisoes yn cael unrhyw gymorth yn y gwaith i helpu i gyfuno gofalu â gwaith?
- Pa gymorth pellach fyddai'n eich helpu chi?
- A oes angen i chi wneud cais am weithio hyblyg i barhau â'ch cyfrifoldebau gofalu?
- Beth fyddai'n helpu i sicrhau bod anghenion y garfan/gwasanaeth yn parhau i gael eu diwallu?
- A oes angen unrhyw gymorth arnoch chi gan y garfan lechyd Galwedigaethol, Cynllun Cynnal y Cynhalwyr, AD neu sefydliadau allanol?
- Sut rydych chi'n disgwyl i'ch cyfrifoldebau gofalu newid yn y dyfodol?

Er mai chi sydd i benderfynu faint o fanylion i'w rhannu, mae'n bwysig eich bod chi'n rhoi digon o wybodaeth i'ch rheolwr llinell fel bod modd iddo/iddi ddeall eich problemau a'ch heriau.

Dylai unrhyw gamau y cytunwyd arnyn nhw a dyddiad adolygu gael eu nodi ar y Cynllun Cymorth ar gyfer Cynhalwyr sy'n Gweithio a dylai copi gael ei roi i'ch rheolwr llinell. Cofiwch y bydd angen i chi ddilyn y polisiau perthnasol, er enghraifft, os ydych am wneud cais am weithio'n hyblyg.

Mae'n bwysig cofio bod y Cynllun Cymorth ar gyfer Cynhalwyr sy'n Gweithio yn perthyn i'r gweithiwr dan sylw ac yn **gyfrinachol**.

Pe bai'r rheolwr llinell neu'r gweithiwr yn symud i swydd arall, ddylai'r rheolwr llinell ddim trosglwyddo'r ffurflen i'r rheolwr nesaf heb ganiatâd y gweithiwr dan sylw. **Dim ond gyda chymeradwyaeth y gweithiwr y dylai copi gael ei gadw gan y rheolwr llinell.**

**Mae angen i reolwyr llinell barchu dewis iaith y gweithiwr yn ystod y broses yma.** Mae hyn yn cynnwys unrhyw ohebiaeth ysgrifenedig. Mae hefyd yn cynnwys unrhyw gyfarfodydd sy'n cael eu trefnu i drafod lles y gweithiwr. Mewn achosion o'r fath, rhaid i'r rheolwr llinell wneud cynnig rhagweithiol i'r gweithiwr i gael cynnal y cyfarfod yn Gymraeg, ac os dyna yw ei ddewis/dewis, rhaid i'r rheolwr llinell drefnu cyfieithu ar y pryd ar gyfer y cyfarfod, os oes angen. I drefnu cyfieithu ar y pryd, cysylltwch â charfan Cyfieithu'r Cyngor – [cyfieithu-translation@rctcbc.gov.uk](mailto:cyfieithu-translation@rctcbc.gov.uk).

**TEMPLED CYNLLUN CYMORTH AR GYFER CYNHALWYR SY'N GWEITHIO I RCT**

<b>Adran 1:</b>	
<b>Enw:</b>	<b>Teitl eich swydd:</b>
<b>Adran:</b>	<b>Rheolwr Llinell:</b>
<b>Manylion cyswllt (Gwaith):</b>	<b>Manylion Cyswllt:</b>
<b>Adran 2: Trosolwg o'ch cyfrifoldebau gofalu:</b>	
<p>Dylai'r adran yma hefyd gynnwys:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Crynodeb o'ch cyfrifoldebau gofalu</li><li>• Yr effaith a gaiff hyn ar eich bywyd gwaith</li><li>• Unrhyw wybodaeth bellach a allai helpu eich rheolwr llinell i ddeall yr effaith y mae eich cyfrifoldebau gofalu yn ei chael arnoch chi a'ch gwaith</li></ul>	
<b>Adran 3: Trosolwg o'ch swydd a'ch carfan:</b>	
<b>Adran 4: Hyblygrwydd a fyddai'n ddefnyddiol:</b>	
<p>Mae'r adran yma'n ymdrin â hyblygrwydd sy'n benodol i'ch swydd bresennol a fyddai'n eich helpu i gyfuno gofalu a gwaith. Bwriad y rhain yw llywio eich trafodaeth gyda'ch rheolwr llinell.</p>	

**Adran 5: Hyblygrwydd y cytunwyd arno rhyngoch chi a'ch rheolwr llinell:**

Mae'r adran yma'n ymdrin â hyblygrwydd sy'n benodol i'ch swydd bresennol a fyddai'n eich helpu i gyfuno'ch cyfrifoldebau gofalu ac ymrwymiadau gwaith. Nodwch y camau y cytunwyd arnyn nhw gyda dyddiadau gweithredu.

Camau y cytunwyd arnyn nhw	Dyddiad gweithredu	Dyddiad i Adolygu'r Cam Gweithredu

**Adran 6: Unrhyw gamau eraill y cytunwyd arnyn nhw yn y cyfarfod:**

Gallai'r adran yma gynnwys, er enghraifft, cysylltu ag lechyd Galwedigaethol, AD, Cynllun Cynnal y Cynhalwyr am wybodaeth am eu Gwasanaeth Cwnsela, y Garfan Un Pwynt Mynediad am Aseiad Cynhaliwr, neu ddangos y ffordd trwy wasanaethau eraill.

**Adran 7: Os nad oes modd gwneud unrhyw geisiadau am gymorth, nodwch pam:**

- Rydw i'n cymeradwyo i'm rheolwr llinell gadw copi o'r cynllun cymorth.
- Bydda i'n rhoi gwybod i chi os bydd newidiadau i fy amgylchiadau sy'n cael effaith ar fy ngwaith a/neu os nad yw'r hyblygrwydd sydd wedi'u cytuno yn gweithio. Byddwn ni wedyn yn cyfarfod mewn preifat i drafod unrhyw newidiadau eraill a ddylai gael eu gwneud.
- Os ydych chi'n sylwi ar newid yn fy nghyflawniad yn y gwaith neu o'r farn nad yw'r hyblygrwydd yma'n gweithio, byddwn i'n fodlon cwrdd â chi mewn preifat i drafod yr hyn sydd angen ei wneud.

Llofnod y gweithiwr:

Dyddiad:

Llofnod y Rheolwr Llinell:

Dyddiad:

Dyddiad y Cyfarfod Adolygu nesaf:

Mae'r templed uchod ar gael yn Saesneg, gweler: Working Carers Guidance