



## Croeso i Ty George

Os oes gennych unrhyw gwestiynau am y canllaw hwn, siaradwch â Rheolwr y Cartref neu aelod o'n tîm staff cyfeillgar. Byddan nhw'n hapus i helpu ac yn edrych ymlaen at eich cefnogi..



“Os ydych chi'n sganio'r côd QR isod gan ddefnyddio'ch camera, byddwch yn gallu gweld fersiwn ddigidol o'r canllaw hwn a'i lawrlwytho.



# Beth sydd yn y Canllaw Hwn

Mae'r canllaw hwn yn eich helpu i ddeall bywyd yn Ty George.

Mae'n dweud wrthyhch pwy sydd yma i'ch cefnogi a ble i ddod o hyd i gymorth pan fydd ei angen arnoch.

- Y Cartref a'r Pobl sy'n Gweithio Yma –
- Lleodedd Ger y Cartref –
- Y Tîm Staff –
- Eich Gweithiwr Allweddol –
- Hwn yw Eich Cartref –
- Cael Eich Llais a Chael Gwrandawriad –
- Eich Ystafell a'ch Gofod –
- Eich Dillad a'ch Eiddo –
- Dysgu, Addysg, a Gwaith –
- Cadw mewn Cysylltiad â Theulu a Ffrindiau –
- Aros yn Iach ac Yn Teimlo'n Dda –
- Pwy y gallech ddisgwyl ei weld –
- Iechyd a Diogelwch –
- Cymorth a Chefnogaeth Ychwanegol –
- Os ydych yn Poeni neu Eisiau Gwneud Cwyn
- (Mae'r canllaw hwn yn esbonio sut i ddweud wrth rywun a chael cymorth) –
- Eiddo i'ch Cynrychioli – Rhywun i Siarad dros Eich Plentyn –
- Siarad â'r Staff –
- Unigolyn Cyfrifol: Hayley –
- Ymwelwyr â'r Cartref –

## Y Cartref a'r Pobl sy'n Gweithio Yma

Mae Ty George yn gartref pedwar ystafell wely cynnes a chyfeillgar i oedolion, wedi'i leoli mewn ardal dawel a heddychlon ar ymyl Pen-y-bont ar Ogwr, De Cymru. Mae'n cynnig lle tawel i fyw tra'n dal i fod yn agos at bopeth y gallech ei angen.

Mae canol tref Pen-y-bont ar Ogwr yn agos iawn, gyda mynediad hawdd at siopau lleol, caffis, a gwasanaethau. Mae'r cartref yn gysylltiedig yn dda, gyda llwybrau bysiau a trên rheolaidd gerllaw, gan ei gwneud hi'n hawdd teithio i Abertawe a Caerdydd.

Mae Ty George hefyd wedi'i leoli'n berffaith ar gyfer mwynhau'r awyr agored. Mae gwasanaeth bysiau rheolaidd ar gael (rhif 74 Bridgend - Nantymoel), gyda'r gorsaf agosaf ar ben y ffordd. Mae'r arfordir hardd yn Porthcawl a'i traethau yn ddim ond 15 munud i ffwrdd mewn car, a bydd taith fer yn mynd â chi i Fynyddoedd Bannau Brycheiniog, lle gallwch fwynhau cerdded yn y wlad a'r awyr iach.

Mae'r cartref wedi'i leoli ar ddwy erw o dir ac mae ganddo ei ffordd breifat ei hun, gan gynnig digon o le a chyflwr diogel a llonydd. Mae cysylltiadau trafnidiaeth lleol da, gyda gwasanaethau bysiau cyson i ardaloedd cyfagos sy'n cynnig amrywiaeth eang o weithgareddau hamdden, cymdeithasol, a chwaraeon, y tu mewn ac y tu allan.

Mae'r cartref hefyd yn meddu ar gar ei hun, gan helpu preswylwyr i fynd i apwyntiadau a ymweliadau teuluol wedi'u cynllunio.

Mae gofal iechyd yn hawdd i'w gyrraedd, gyda llawfeydd meddygon teulu a fferyllfeydd lleol ar gael ar gyfer anghenion iechyd bob dydd a phresgripsiynau. Y gwestygl agosaf yw Ysbyty Tywysoges Cymru, gan roi tawelwch meddwl pe byddai gofal arbenigol byth ei angen.

Mae'r cartref yn darparu mynediad i'r rhynggrwyd a blwch diogel personol yn eich ystafell, ynghyd â gwely, tywelion, a chynhyrchion hanfodol ystafell ymolchi i'ch helpu i ddechrau. Mae pob ystafell wely wedi'i chyfarparu gyda theledu, ac mae teledu ychwanegol yn y lolfâ gyffredin. Mae'n bwysig i ni bod eich ystafell yn teimlo fel eich gofod personol chi, a byddwn yn gweithio gyda chi i benderfynu sut hoffech ei haddurno.

## **Y Tîm**

**Cyn i chi symud i mewn, byddwn yn cwrdd â chi a'ch teulu neu ofalwyr fel y gallwch ddod i adnabod ni a theimlo'n gyfforddus.**

**Byddwch yn cael eich cefnogi gan dîm sy'n cynnwys rheolwyr, gweithwyr cymorth uwch, a un neu ddau o weithiwr allweddol. Bydd eich gweithwyr allweddol yn dod i adnabod chi'n dda ac yn gweithio ochr yn ochr â chi, gan wrando ar beth sy'n bwysig i chi a'ch cefnogi i wneud eich dewis a'ch penderfyniadau eich hun.**

**Mae'ch llais bob amser yn bwysig, ac mae'r tîm cyfan yma i'ch cefnogi yn y ffordd sydd orau i chi, gan eich helpu i fyw'r bywyd yr ydych chi'n ei ddewis.**



**Simon**  
**Rheolwr y Cartref**



**Anmarie**  
**Gweithiwr Cymorth Uwch**

**Mae gennym staff cyfeillgar ar gael 24 awr y dydd i'ch cefnogi yn eich bywyd bob dydd, mewn ffyrdd sy'n gweithio orau i chi. Gall y cymorth gynnwys help gyda:**

- Sgiliau byw bob dydd
- Sgiliau bywyd ymarferol
- Arian a materion ariannol
- Hobïau a diddordeb
- Gweithgareddau hamdden a chymdeithasol
- Gweithgareddau crefyddol neu ysbrydol
- Nodau personol a chynlluniau ar gyfer y dyfodol
- Addysg a gwaith

#### **Bydd Eich Gweithwyr Allweddol Digidol Yn:**

- Treulio amser gyda chi mewn cyfarfodydd un-i-un rheolaidd, gan ganolbwyntio ar beth sy'n bwysig i chi.
- Eich helpu gyda'ch apwyntiadau iechyd drwy'ch cefnogi i gofrestru gyda meddygon a deintyddion lleol, ac i gael mynediad at wasanaethau iechyd eraill pan fo angen.
- Mynd trwy'ch cynlluniau gofal gyda chi, gan sicrhau bod eich dymuniadau, eich dewisiadau, a'ch nodau wedi'u cynnwys yn eich cynlluniau dyddiol, wythnosol, a misol.
- Ysgrifennu adroddiadau misol am sut mae pethau'n mynd, yn seiliedig ar eich profiadau a'ch cynnydd.
- Eich cefnogi i gadw mewn cysylltiad â'r bobl sy'n bwysig i chi.
- Eich helpu i gynllunio gweithgareddau a thymorau allan, ar gyfer yr wythnos nesaf ac ar gyfer y dyfodol, fel y gallwch fanteisio i'r eithaf ar eich amser.
- Sicrhau bod gennych llais mewn penderfyniadau am Ty George.

**Cofiwch, chi sy'n rheoli. Mae'r tîm cyfan yma i'ch cefnogi, ac nid oes unrhyw gwestiwn rhy fach. Os mae rhywbeth yn bwysig i chi, mae'n bwysig i ni hefyd.**

## **Teulu a Ffrindiau**

**Cytunir ar gynllun i'ch cefnogi i gynnal perthnasoedd a threulio amser gyda'r bobl bwysig yn eich bywyd. Byddwn hefyd yn eich cefnogi i fynychu ymweliadau, boed y rhain yn digwydd gartref neu yn y gymuned.**

**Rydym am eich cefnogi i deimlo boddhus ac yn hyderus yn eich perthnasoedd cymdeithasol, a pharhau i adeiladu a chynnal cyfeillgarwch tra byddwch gyda ni. Byddwn yn gweithio gyda chi i osod cynllun sy'n eich cefnogi i dreulio amser gyda ffrindiau a chymryd rhan mewn gweithgareddau cymunedol, cyn belled â'u bod yn ddiogel ac yn unol â'ch dymuniadau. Os oes angen, efallai y bydd staff yn eich cyd-fynd i sicrhau eich diogelwch a'ch lles.**

**Byddwn yn eich cefnogi i gynnal cyfathrebu parhaus â'ch cydlynnydd gofal. Os ar unrhyw adeg hoffech siarad â hwy'n uniongyrchol, rhowch wybod i ni a byddwn yn eich cefnogi.**



## **Aros yn Iach**

**Pan fyddwch yn cyrraedd, byddwn yn eich helpu i gofrestru gyda meddyg teulu lleol, deintydd, a llysgennad llygaid os oes angen, a'ch cefnogi i fynychu unrhyw apwyntiadau er mwyn sicrhau eich bod yn cael gofal iechyd priodol.**

**Os byddwch byth yn teimlo'n wael, rhowch wybod i aelod o'r staff. Byddwn yn eich helpu i gael cyngor meddygol, trefnu apwyntiadau os oes angen, a'ch cefnogi i gael mynediad at feddyginiaeth briodol.**

**Byddwn yn eich annog ac yn eich cefnogi i fyw ffordd o fyw iach, gan gynnwys dewis prydau bwyd cytbwys a sicrhau bod byrbrydau iach ar gael. Mae eich dymuniadau a'ch hoff bethau'n bwysig, felly byddwch yn rhan o gynllunio prydau bwyd a siopa.**

**Byddwn hefyd yn eich cefnogi i aros yn egniol mewn ffyrdd sy'n gweddu i chi, boed hynny drwy ymarfer corff, chwaraeon, neu fynd i'r gampfa. Mae'r staff bob amser ar gael os hoffech gyngor neu gymorth.**

## **Iechyd a Diogelwch**

**Bydd y staff yn gwneud gwiriadau iechyd a diogelwch bob dydd ac hefyd bob wythnos. Gall hyn gynnwys larmerau tân, ymarferion tân, a dianc. Os bydd tân, rhaid i bawb fynd i sefyll gyda'i gilydd y tu allan i'r giât flaen yn y lôn.**

**Bydd y staff yn dangos i chi beth i'w wneud ar eich diwrnod cyntaf yn Ty George, ac wrth i chi setlo i fywyd yma, byddwch yn dysgu mwy am sut rydym yn eich cadw chi a phawb arall yn ddiogel drwy'n gwiriadau, a sut y gallwch chi gymryd rhan ynddynt hefyd.**

**Rydym am i chi deimlo'n gyfforddus, yn hapus, ac yn bwysicaf oll, i gael eich llais wrth galon eich gofal. Rydym yn gwneud hyn mewn sawl ffordd, gan gynnwys:**

- **Cyfarfodydd cartref misol**
- **Sessio gyda'ch gweithiwr allweddol**
- **Adolygiadau**
- **Cyfathrebu rheolaidd gyda'r Rheolwr y Cartref, neu aelod o'r Tîm Arweinyddiaeth**

**Mae eich ystafell wely yn eich gofod chi'ch hun, lle gallwch fynd i gael rhywfaint o le neu amser ar eich pen eich hun, felly rydym am iddi fod mor bersonol â phosibl, gyda chi'n gweithio gyda ni i'w haddurno fel y dymunwch; lliwiau gwahanol, gwelyau, posterï – gwnewch hi'n un chi!**

**Byddwn yn eich cefnogi bob dydd i sierhau bod eich ystafell yn lân ac yn daclus, a byddwn hefyd yn gwirio drwy daro ar y drws neu rhoi rhybudd i weld a ydych yn hapus ac yn ddiogel, ond peidiwch poeni – byddwn bob amser yn gwirio cyn mynd i mewn. Bydd gennych eich allwedd eich hun i'ch ystafell.**



**Mae angen rhai gwerthoedd i bob cartref hapus, a'r un peth yn Ty George – maent i bawb. Maent yn helpu i wneud y cartref yn lle diogel a hapus i chi fyw ynddo:**

- **Mae gan Ty George bolisi dim ysmygu.**
- **Amserau pan mae'n rhaid i ymwelwyr adael.**
- **Bydd y staff yn gwirio eich ystafell wely bob dydd i sierhau ei bod yn lân ac yn daclus.**
- **Ardaloedd penodedig ar gyfer ysmygu a defnyddio e-sigaréts.**
- **Os oes gan y staff unrhyw bryderon am ddiogelwch chi neu eraill, gallant fynd i'ch ystafell heb ymgynghori gyda chi; fodd bynnag, rydym fel arfer yn gofyn cyn mynd i mewn.**
- **Mae gennym bolisi goddefgarwch sero ar gyffuriau a diod alcohol.**
- **Gofynnwn i chi fod yn bwyllog i bawb, gan gynnwys ymwelwyr, waeth sut rydych yn teimlo, er ein bod yn gwybod y gall hyn fod yn anodd ar adegau.**
- **Gofynnwn i chi beidio â thorri unrhyw beth, ond os gwelwch unrhyw ddifrod o amgylch y cartref, rhowch wybod i'r staff fel y gallwn ei drwsio.**
- **Efallai y bydd angen i ni eich atgoffa yn y boreau i sierhau eich bod yn barod ar gyfer unrhyw apwyntiadau sydd gennych ac i wirio eich bod yn iawn ac yn ddiogel.**

**Gwneud Cwyn – Os oes unrhyw beth sy'n peri pryder i chi, bydd canllaw am GWYNDAU ar gael ochr yn ochr â'r llyfryn hwn.**

**Eiddo i'ch Cynrychioli (Advocacy) – Os oes angen help neu gefnogaeth gyda materion mawr na allwn ni eich helpu gyda nhw, gall y cartref gysylltu â gwasanaethau eiddo i'ch cynrychioli, cwrdd â chi, a siarad ar eich rhan ar gyfer materion difrifol neu gyfreithiol.**

**Siarad â'r Staff – Os nad ydych yn hapus gyda'r ffordd y cânt eich cefnogi, efallai y byddwch am siarad am sut rydych yn teimlo. Bydd y staff yma i wrando a byddant yn nodi beth sy'n peri i chi fod yn anhapus, neu gallwch chi ei nodi eich hun.**



### **Unigolyn Cyfrifol**

**Mae unigolyn cyfrifol ar gyfer Ty George; ei henw yw Hayley Phillips, a bydd hi'n ymweld â'r cartref yn rheolaidd i sicrhau bod y cartref yn cael ei redeg yn dda ac i sicrhau bod pawb yn ddiogel ac yn hapus.**

*"Fy enw i yw Hayley Phillips, ac edrychaf ymlaen at gwrdd â chi a siarad gyda chi yn ystod fy ymweliadau. Os oes unrhyw beth nad ydych yn hapus ag ef neu hoffech ei drafod, rhowch wybod i mi a byddaf yn gwneud fy ngorau i'ch helpu. "*

*"Pan fyddaf yn ymweld, efallai y byddaf yn gofyn i weld eich ystafell i sicrhau bod gennych bopeth sydd ei angen arnoch ac i sicrhau eich bod yn gyfforddus. Pan fyddwch yn symud i mewn am y tro cyntaf, bydd eich gweithiwr allweddol yn cwrdd â chi ac yn esbonio gwybodaeth bwysig, gan gynnwys sut i godi pryder neu wneud cwyn. "*

*"Mae gan y staff fy manylion cyswllt os hoffech gysylltu â mi. Os ydych yn well gennych siarad â rhywun arall, gallwch hefyd gysylltu â'r Swyddfa Grefyddol ar 02920 029922.*

**Efallai bod rhywbeth gennych o'r enw Gorchymyn Tynnu Rhyddid. Os yw hyn yn berthnasol i chi, mae'n golygu y gall fod trefniadau cytûn wedi'u sefydlu fel rhan o'ch cynllun gofal a chefnogaeth i'ch helpu i aros yn ddiogel a chefnogol. Byddwn yn trafod hyn gyda chi pan gyrhaeddwch, yn esbonio beth mae'n ei olygu mewn ffordd glir, a sicrhau bod digon o amser i chi ofyn cwestiynau a rhannu sut rydych yn teimlo.**

## **Ymwelwyr â'r Cartref**

**Byddwn yn dweud wrthyhch pryd rydym yn disgwyl ymweliadau â'r cartref, ond weithiau efallai y byddant yn cyrraedd heb roi gwybod i ni! Byddwn yn eich cyflwyno iddynt os hoffech, a dweud wrthyhch pam maent yn ymweld. Gall rhesymau ar gyfer ymweliadau annisgwyl fod i drwsio rhywbeth neu i wirio eich bod yn hapus ac yn ddiogel gyda ni.**

**Gallwch hefyd ffonio eich cydlynnydd gofal neu Wasanaeth Cynrychioli (Advocacy). Gallwn eich helpu i'w ffonio os hoffech.**

**Gweithiwr Cymdeithasol –**

**Rhif Ffôn –**

**Gwasanaeth Cynrychioli (Advocacy):**

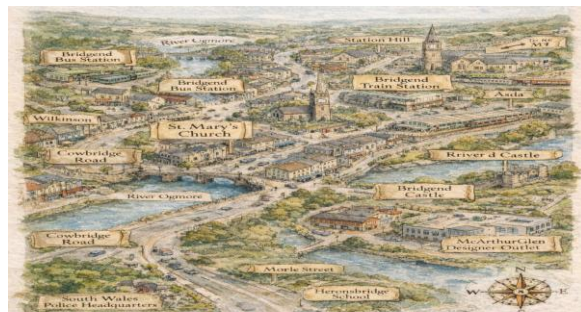
**Advocacy Cymru – 01267 225197**

**Ymddiriedolaeth Gwasanaethau Cyhoeddus Cymru  
(Public Services Ombudsman for Wales)**

**1 Ffordd yr Hen Gae, Pencoed**

**CF35 5LJ**

**0500 790 0205 – mae'r llinellau ffôn ar agor rhwng 10:00–12:30 a 13:30–16:00 o ddydd Llun i ddydd Gwener.**



## **RHYFIAU FFÔN PWYSIG**

**Cymorth i Dioddefwyr – 08453 030900**

**Llinell Gymorth Cenedlaethol Cyffuriau – 0800 776600**

**Llinell Gymorth Lesbïaid a Hoyw (Lesbian and Gay Switchboard) – 02078 577324**

**Iechyd Rhywiol Cymru – 08456 048484**

**Comisiwn Cydraddoldeb Racial (Commission for Racial Equality) – 02920 729200**

## **CIW**

**Swyddfa Llywodraeth Cymru**

**Parc Busnes Rhydycar**

**Merthyr Tudful**

**CF48 1UZ**

**Ffôn: 0300 7900 126**

**E-bost: [ciw@gov.wales](mailto:ciw@gov.wales)**

