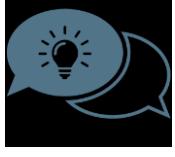


Gwneud penderfyniadau a galluedd meddyliol

3 Hydref 2018

Cefnogi pobl i wneud penderfyniadau

	<p>Rhaid i ni wneud penderfyniadau drwy'r amser yn ein bywydau beunyddiol.</p> <p>Caiff y gallu i wneud penderfyniadau ei alw'n 'alluedd meddyliol'</p>
	<p>Y Ddeddf Galluedd Meddyliol</p> <p>Gall ffactorau megis anabledd, dementia a chyflyrau iechyd meddwl effeithio ar y gallu i wneud penderfyniadau.</p> <p>Gallant ei gwneud hi'n anodd i bobl ddeall neu gofio gwybodaeth. Gallant hefyd ei gwneud hi'n anodd defnyddio gwybodaeth neu gyfleo eu penderfyniadau.</p>
	<p>Mae deddf a elwir yn Ddeddf Galluedd Meddyliol yn diogelu pobl na allant wneud penderfyniadau o bosibl. Mae'r deddf yn nodi y dylai staff sy'n gweithio gyda phobl wneud y canlynol:</p> <ul style="list-style-type: none">• tybio y gall pobl wneud penderfyniadau eu hunain bob amser oni ddangosir na allant wneud hynny• helpu pobl i wneud penderfyniadau eu hunain lle y bo'n bosibl

	<ul style="list-style-type: none"> • parchu penderfyniadau pobl hyd yn oed os nad ydynt yn cytuno â nhw • sicrhau bod y penderfyniad a wneir dros rywun yn addas ar ei gyfer.
	<p>Gallwch ddarllen mwy am y Deddf Galluedd Meddyliol ar wefan y GIG neu'r Comisiwn Ansawdd Gofal.</p> <p>Gallwch hefyd weld canllaw EasyRead ar y Ddeddf.</p>
	<p>Beth yw diben y canllaw hwn?</p> <p>Rydym wedi ysgrifennu'r canllaw hwn er mwyn helpu staff i ddefnyddio'r Ddeddf Galluedd Meddyliol. Rhestrir rhai o'r ffyrdd y mae'r canllaw yn nodi y gellir cyflawni hyn isod.</p>
	<p>Cymorth a chefnogaeth i bobl</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dewch i adnabod pobl yn dda - mae hyn yn helpu staff i ddeall pa gymorth fydd ei angen ar rywun i wneud penderfyniad • Rhowch wybodaeth i bobl y gallant ei deall • Rhowch gymorth iddynt ddweud eu barn
	<p>Trafod eiriolaeth</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trafodwch eiriolwyr annibynnol â phobl – maent yn gwrando ar farn, dymuniadau a theimladau pobl • Eglurwch pryd y gall eiriolwr fod o help, er enghraifft pan fydd angen i rywun wneud penderfyniad pwysig

	<p>Cynllunio gofal ymlaen llaw</p> <ul style="list-style-type: none"> Dyweddwch wrth bobl y gallant wneud penderfyniadau nawr ynglŷn â'r dyfodol ac eglurwch beth y mae hyn yn ei olygu iddynt Rhowch gymorth iddynt drwy gydol y broses hon - mae hyn yn golygu llunio cynllun ysgrifenedig ar y cyd a chadarnhau eu bod yn fodlon arno'n rheolaidd.
	<p>Yn y newyddion</p> <p>Darllenwch newyddion NICE i ddysgu sut y bydd y canllaw hwn o gymorth.</p> <p>Dilynwch ni ar Twitter a Facebook.</p>
	<p>Ble y gallaf gael rhagor o wybodaeth?</p> <p>Gall y bobl hyn roi mwy o gyngor a chymorth i chi.</p> <p>Nid yw eu gwybodaeth wedi'i hysgrifennu gan NICE.</p> <ul style="list-style-type: none"> Cymdeithas Alzheimer, 0300 222 11 22 Carers UK, 0808 808 7777 Headway – cymdeithas anafiadau i'r pen, 0808 800 2244 Mencap, 0808 808 1111 Mind, 0300 123 3393 POhWER, 0300 456 2370 Rethink Mental Illness, 0300 5000 927 <p>I rannu profiad o ofal rydych wedi'i gael, cysylltwch â'ch grŵp Gwarchod Iechyd lleol.</p>



Pwy ysgrifennodd y canllaw hwn?

Lluniwyd y canllaw hwn ar y cyd â phobl y bu angen cymorth arnynt i wneud penderfyniadau, eu teuluoedd a'u gofalwyr, a'r staff sy'n eu cefnogi. Mae'r canllawiau yn seiliedig ar yr ymchwil orau sydd ar gael.

ISBN: xxxx