



Gofal Cymdeithasol **Cymru**
Social Care **Wales**

**Dogfen ymgynghori. Daw'r
ymgynghoriad i ben ar 19 Ionawr 2018**

Y Gweithiwr Gofal Cartref

**Canllawiau ymarfer ar gyfer gweithwyr
gofal cartref sydd wedi'u cofrestru â Gofal
Cymdeithasol Cymru**



Noddir gan
Lywodraeth Cymru
Sponsored by
Welsh Government

Manylion cyswllt

Gofal Cymdeithasol Cymru

South Gate House
Wood Street
Caerdydd
CF10 1EW

E-bost: gwybodaeth@gofalcymdeithasol.cymru
Twitter: [@GofCymdeithasol](https://twitter.com/GofCymdeithasol)

gofalcymdeithasol.cymru

Rhif ffôn: 0300 3033 444
Minicom: 029 2078 0680

© 2017 Gofal
Cymdeithasol Cymru

Cedwir pob hawl. Ni cheir atgynhychu unrhyw ran o'r cyhoeddiad hwn, ei storio mewn system adalw na'i throsglwyddo ar unrhyw ffurf neu drwy unrhyw gyfrwng heb ganiatâd ysgrifenedig Gofal Cymdeithasol Cymru o flaen llaw. Dylai ymholiadau ynglŷn ag atgynhychu y tu allan i gwmpas yr hyn a ganiateir yn benodol gan y gyfraith gael eu hanfon at Brif Weithredwr Gofal Cymdeithasol Cymru yn y cyfeiriad a roddir uchod.

Fformatau eraill:

Mae'r ddogfen hon ar gael mewn print bras neu mewn fformatau eraill, os bydd angen.

Mae copïau Saesneg ar gael hefyd.

Sut i ymateb i'r ymgynghoriad hwn

Mae Gofal Cymdeithasol Cymru yn gwahodd sylwadau ar y canllawiau hyn erbyn 19 Ionawr 2018

Ymateb ar-lein – [www.gofalcymdeithasol.cymru/
ymgyngoriadau/canllawiau-ymarfer-drafft-
i-weithwyr-gofal-cartref](http://www.gofalcymdeithasol.cymru/ymgyngoriadau/canllawiau-ymarfer-drafft-i-weithwyr-gofal-cartref)

Ymateb drwy'r post – Gofal Cymdeithasol Cymru
South Gate House
Wood Street
Caerdydd
CF10 1EW

Ynglŷn â'r canllawiau ymarfer hyn	6
1. Sut mae'r canllawiau'n berthnasol i chi	7
2. Gweithwyr gofal cartref	7
3. Gofal a chymorth sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn	8
4. Y Côd Ymarfer Proffesiynol Gofal Cymdeithasol	9
5. Cyfathrebu da	10
6. Cyfrinachedd	10
7. Ymateb i anghenion iaith Gymraeg	11
8. Aelodau'r teulu a gofalwyr	11
9. Ffiniau proffesiynol	12
10. Hawliau ac amddiffyniadau	12
11. Ymarfer gofal cartref da	13
12. Cydnabod terfynau eich gallu	13
13. Cynlluniau personol	14
14. Darparu gofal a chymorth	14
15. Tasgau a ddirprwywyd gan weithiwr proffesiynol arall	15
16. Gweithio yng nghartrefi pobl	15
17. Gweithio ar wahân i'ch rheolwr	16
18. Gweithio mewn timau	16
19. Cofnodion ac adroddiadau	17
20. Sylwadau a chwynion am wasanaethau	17
21. Diogelu unigolion	17
22. Deall diogelu	18
23. Cynorthwyo unigolion i'w cadw eu hunain yn ddiogel	18
24. Anffurfio organau cenhedlu benywod	18
25. Atal pobl rhag cael eu denu i derfysgaeth	19

26. Iechyd a diogelwch	19
27. Bodloni gofynion iechyd, diogelwch a diogeledd	19
28. Meddyginiaeth	20
29. Diogelwch a llesiant	20
30. Cefnogi iechyd a diogelwch	20
31. Dysgu a datblygu	21
32. Cadw eich gwybodaeth a'ch sgiliau'n gyfredol	21
33. Goruchwyllo ac arfarnu	22
34. Cefnogi dysgu cydweithwyr	22
35. Cyfrannu at y gwasanaeth	22
36. Adnoddau	23
37. Codi pryderon	23
38. Ymddygiad da	23
39. Cofrestru proffesiynol	24
40. Anrhegion a rhoddion	24
41. Cyfryngau cymdeithasol	25

Ynglŷn â'r canllawiau ymarfer hyn

Mae'r canllawiau hyn ar gyfer gweithwyr gofal cartref (gweithwyr) sydd wedi'u cofrestru â Gofal Cymdeithasol Cymru.

Maen nhw'n ychwanegu at y Côd Ymarfer Proffesiynol Gofal Cymdeithasol (y Côt), a'u nod yw:

- Disgrifio'r hyn y gellir ei ddisgwyl gan weithwyr
- Cynorthwyo gweithwyr i ddarparu gwasanaeth da

Maen nhw wedi'u seilio ar y Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol perthnasol, a safbwyntiau pobl sy'n defnyddio gwasanaethau a rhanddeiliaid eraill.

Bydd y canllawiau'n cael eu diweddarau o bryd i'w gilydd. Nid ydynt yn ymdrin â phopeth, a disgwylir i weithwyr ddefnyddio eu barn broffesiynol, gan gymhwyso'r egwyddorion cyffredinol a derbyn cyngor gan reolwyr, pan fydd angen. Mae'n rhaid i weithwyr gydymffurfio â gofynion eu cyflogwyr.

Mae'n bosibl y bydd Arolygiaeth Gofal a Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru (AGGCC) yn ystyried y canllawiau hyn yn rhan o'u gwaith.

Yn y canllawiau hyn, mae'r term unigolyn yn cyfeirio at y sawl y mae'r gweithiwr yn ei gynorthwyo neu'n gofalu amdano yn rhan o'i waith. Gallai fod yn blentyn, yn berson ifanc neu'n oedolyn.

Noder: Mae'r canllawiau ymarfer yma yn rhan o fenter ehangach i godi statws y proffesiwn gofal cymdeithasol. Yn ddiweddar ymgynghorodd Gofal Cymdeithasol Cymru ar gynigion i agor y gofrestr gofal cymdeithasol i weithwyr gofal cartref o 2018 ac mae'n bosibilrwydd y gallai cofrestru fod yn orfodol iddynt o 2020.

Wrth gyhoeddi'r ddogfen hon, roedd Gofal Cymdeithasol Cymru a Llywodraeth Cymru yn ystyried adborth o'r ymgynghoriad a thystiolaeth arall, i benderfynu beth ddylai ddigwydd ynglŷn â chofrestru, a phryd.

Mae'r ddogfen hon wedi'i ddrafftio ar ffurf canllawiau rheoleiddiol, fel os y cytunir i gofrestru'r gweithlu, bydd gan weithwyr gofal cartref safonau eglur a chyson i weithio iddynt, ochr yn ochr â'r Côt Ymarfer Proffesiynol Gofal Cymdeithasol. Mae hyn yn cyd-fynd â'r canllawiau a ddarperir ar gyfer grwpiau eraill sydd eisoes wedi'u cofrestru gyda Gofal Cymdeithasol Cymru.

Os penderfynir na fydd gweithwyr gofal cartref yn ymuno â'r gofrestr, bydd y canllawiau yn parhau i gael eu cyhoeddi, ond bydd cyfeiriadau at weithwyr cofrestredig yn cael eu dileu.



Sut mae'r canllawiau'n berthnasol i chi

Mae'r canllawiau hyn ar gyfer gweithwyr gofal cartref yng Nghymru. Maen nhw'n berthnasol i gyflogwyr hefyd. Gellir eu defnyddio i roi gwybod i unigolion, teuluoedd a'r cyhoedd yr hyn y gallant ei ddisgwyl gennych fel gweithiwr.

Eich cyfrifoldeb chi yw dilyn y canllaw, gan geisio cyngor gan reolwyr neu gydweithwyr, os bydd angen.

Os ydych chi'n arwain, cydlynu neu gynorthwyo gweithwyr gofal cartref eraill, dylech hyrwyddo'r canllawiau hyn a mynd i'r afael ag unrhyw bryderon.

Y Côt yw'r brif ddogfen a ddefnyddir os oes pryderon ynglŷn ag addasrwydd gweithiwr i ymarfer. Gellir defnyddio'r canllawiau hyn i ddangos methiant i ddilyn y Côt.

- Mae'r ymadrodd 'mae'n rhaid i chi' yn golygu rhywbeth y disgwylir i chi ei wneud.
- Defnyddir 'dylech' mewn achosion lle y gallai fod pethau y tu hwnt i'ch rheolaeth sy'n effeithio ar eich gallu i ddilyn y canllawiau.



Gweithwyr gofal cartref

Mae gweithwyr gofal cartref yn darparu gofal a chymorth i unigolion yn eu cartrefi eu hunain. Mae gweithwyr yn darparu amrywiaeth eang o gymorth o wasanaethau ataliol, ailalluogi, cymorth i fyw'n annibynnol, cymorth gyda gweithgareddau cymdeithasol, addysg a chyflogaeth, cymorth ymarferol gyda gofal personol a thasgau domestig i ofal diweddd oes. Gallai gweithwyr weithio mewn gwasanaethau arbenigol neu gydag unigolion a chanddynt anghenion penodol.

Mae'n rhaid i weithwyr gofal cartref gofrestru gyda ni. Mae'n rhaid iddynt gofrestru erbyn 2020, ond gallant gofrestru o fis Ebrill 2018 ymlaen (i'w gadarnhau).



Gofal a chymorth sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn

Mae gofal a chymorth sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn yn golygu sicrhau bod pobl yn derbyn gofal a chymorth sy'n ymateb i'w hanghenion a'u dewisiadau unigol. Mae'n cynnwys ymrwymiad cryf i hawliau unigolyn a chynnwys unigolion yn llawn mewn penderfyniadau sy'n effeithio arnynt.

Mae gwerthoedd gofal cymdeithasol, sef parch, tosturi ac urddas, law yn llaw â sgiliau cyfathrebu rhagorol, yn hanfodol.

4

Y Côt Ymarfer Proffesiynol Gofal Cymdeithasol

Mae'r Côt yn disgrifio'r safonau a ddisgwylir gan weithwyr. Mae'r safonau hyn yn atgyfnerthu pwysigrwydd ymagwedd sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn.

Fel gweithiwr gofal cartref, mae'n rhaid i chi:

1. Barchu safbwyntiau a dymuniadau, a hyrwyddo hawliau a buddiannau, unigolion a gofalwyr.
2. Ceisio sefydlu a chynnal ymddiriedaeth a hyder unigolion a gofalwyr.
3. Hybu llesiant, dewis a rheolaeth unigolion a gofalwyr ar yr un pryd â'u cefnogi i aros yn ddiogel.
4. Parchu hawliau unigolion gan geisio sicrhau nad yw eu hymddygiad yn achosi niwed iddyn nhw eu hunain neu bobl eraill.
5. Gweithio'n ddidwyll a chynnal ymddiriedaeth a hyder y cyhoedd yn y proffesiwn gofal cymdeithasol.
6. Bod yn atebol am ansawdd eich gwaith a chymryd cyfrifoldeb am gynnal a datblygu gwybodaeth a sgiliau.
7. Yn ogystal â adrannau 1 – 6, os ydych yn gyfrifol am reoli neu arwain staff, mae'n rhaid i chi sicrhau bod y Côt yn rhan annatod o'u gwaith.

Mae'n rhaid i chi ddefnyddio'r Côt i fyfrio ar eich ymddygiad a'ch ymarfer ac amlygu meysydd y gallwch barhau i'w gwella.

5

Cyfathrebu da

Mae cyfathrebu â unigolion yn dda yn rhan hanfodol o'ch gwaith. Mae'n ymwneud â sgiliau cyfathrebu, y gallu i sefydlu ymddiriedaeth ac addasu dulliau cyfathrebu i weddu i'r unigolyn a'r sefyllfa. Mae gennych rôl bwysig i sicrhau bod unigolion yn cael gwybodaeth am eu gofal a'u cymorth.

Er mwyn cyfathrebu'n dda, dylech:

- a. ddod i adnabod unigolion a gwranddo arnynt, a gofyn am eu barn a pharchu'r farn honno
- b. ystyried yr iaith a'r dull cyfathrebu sy'n well gan yr unigolyn
- c. gwybod sut i ddefnyddio cymhorthion cyfathrebu perthnasol
- ch. gwybod sut i ymateb os yw unigolyn yn ddig, mewn trallod neu'n ofidus
- d. cynorthwyo unigolion i leisio'u barn a'u dymuniadau
- dd. ymateb i gwestiynau a phryderon

Mae cyfathrebu da yn hanfodol i weithio gyda gofalwyr, teuluoedd, cydweithwyr a rheolwyr hefyd.

Mae'n rhaid i chi beidio â defnyddio iaith sarhaus neu anweddu wrth eich gwaith.

6

Cyfrinachedd

Mae'n rhaid i chi drin gwybodaeth bersonol unigolyn gyda disgresiwn. Mae gwybodaeth bersonol yn cynnwys pob math – llafar, ysgrifenedig, ffotograffau, ac ati.

Mae'n rhaid i chi ddilyn polisiau eich sefydliad ar gyfrinachedd, diogelu data a rhannu gwybodaeth. Dylech wybod pryd y mae angen i chi rannu gwybodaeth a chyda phwy, er enghraifft, os oes pryderon diogelu. Os bydd angen, dylech gael cyngor gan reolwyr neu uwch gydweithwyr.



Ymateb i anghenion iaith Gymraeg

Gall rhai unigolion gyfleu eu hanghenion yn effeithiol trwy'r iaith Gymraeg yn unig. Dylech geisio defnyddio unrhyw sgiliau Cymraeg sydd gennych, ni waeth pa mor sylfaenol, os bydd hynny'n eich helpu i gyfathrebu ag unigolyn.

Mae'n bosibl y bydd gan eich cyflogwr rwymedigaeth gyfreithiol i drin y Gymraeg a'r Saesneg yn gydradd a chymryd camau rhagweithiol i gynnig gwasanaethau yn yr iaith Gymraeg.



Aelodau'r teulu a gofalwyr

Mae'n rhaid i chi barchu aelodau'r teulu a phobl eraill sy'n bwysig i'r unigolyn.

Dylech fod yn gyfarwydd â dewisiadau'r unigolyn ynglŷn â chynnwys perthnasau, gofalwyr ac eraill yn ei ofal a'i gymorth, a pharchu'r dewisiadau hynny.

Os byddwch yn cael unrhyw anawsterau wrth weithio gyda pherthnasau a gofalwyr, mynnwch gyngor gan reolwr neu uwch gydweithwyr.

9

Ffiniau proffesiynol

Mae ansawdd eich perthynas â'r unigolyn yn bwysig iawn. Mae'n hollbwysig creu amgylchedd cynnes, caredig a chyfeillgar. Weithiau, fodd bynnag, gall yr 'agosatrwydd' hwn gymylu ffiniau proffesiynol a chreu anawsterau. Mae enghreifftiau'n cynnwys pethau fel rhannu gormod o wybodaeth bersonol neu ymgymryd â thasgau y tu hwnt i gwmpas eich rôl.

Dylech weithio gyda'ch rheolwr i:

- a. sicrhau eich bod yn deall eich rôl broffesiynol a'ch ffiniau
- b. deall a chydymffurfio â pholisi eich sefydliad ar ffiniau proffesiynol
- c. mynd i'r afael ag unrhyw achos posibl o groesi ffiniau proffesiynol

Mae'n rhaid i chi sicrhau bod eich holl weithredoedd gydag unigolion a theuluoedd yn agored i'w trafod gyda'ch rheolwr.

Mae rhai pethau'n croesi ffiniau derbyniol yn amlwg. Er nad yw'r rhestr ganlynol yn cynnwys popeth, mae rhai pethau annerbyniol yn cynnwys:

- a. cael perthynas rywiol neu berthynas arall amhriodol ag unigolyn
- b. defnyddio'ch credoau personol, er enghraifft, credoau gwleidyddol, crefyddol neu foesol, mewn ffordd sy'n camfanteisio neu'n achosi gofid
- c. cael benthyg arian gan unigolyn neu fenthyca arian i unigolyn
- ch. gweithredu mewn unrhyw ffordd sy'n niweidio unigolyn.

Nid yw caniatâd yr unigolyn byth yn amddiffyniad ar gyfer y pethau hyn.

10

Hawliau ac amddiffyniadau

Bydd gan eich cyflogwr rwymedigaethau cyfreithiol i amddiffyn hawliau unigolion a sicrhau nad yw pobl yn dioddef gwahaniaethu. Mae'r ddeddfwriaeth berthnasol yn cynnwys Deddf Cydraddoldeb 2010, Deddf Hawliau Dynol 1998 a Chonfensiynau cysylltiedig y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn, Hawliau Pobl ag Anableddau ac Egwyddorion y Cenhedloedd Unedig ar gyfer Personau Hŷn.

Mae'n rhaid i chi wybod am bolisiau eich sefydliad ar hawliau ac amddiffyniadau. Peidiwch gwahaniaethu'n annheg yn erbyn unrhyw unigolyn sy'n defnyddio'r gwasanaeth.

11

Ymarfer gofal cartref da

Yr hyn sydd wrth wraidd gofal cartref da yw sicrhau bod yr unigolyn yn ganolog i'w ofal a'i gymorth. Yn ogystal â gwneud tasgau gofal a chymorth, mae ansawdd eich perthynas â'r unigolyn yn hollbwysig, gan gyfrannu at ansawdd bywyd a llesiant.

Mae'n bosibl y bydd eich perthynas broffesiynol ag unigolyn yn parhau dros amser. Efallai y byddwch yn ei gynorthwyo trwy seyllfaoedd anodd a chyfnodau o salwch. Byddwch yn gwybod manylion hynod o bersonol am ei amgylchiadau.

Mae unigolion yn disgwyl i chi fod yn:

- onest
- rhywun y gellir ymddiried ynddo
- cwrtais
- caredig
- gochelgar
- gofalgar
- deallgar
- cyfeillgar
- dibynadwy
- gweithgar.

Mae unigolion yn disgwyl i chi geisio deall eu byd o'u safbwynt nhw. Mae angen i chi gael dealltwriaeth dda o gefndir yr unigolyn a pha ddulliau a fydd yn gweithio. Mae hyn yn bwysig iawn pan fydd yr unigolyn yn byw gyda chyflwr fel dementia.

12

Cydnabod terfynau eich gallu

Mae'n rhaid i chi fod yn fodlon cydnabod a gweithio o fewn terfynau eich gallu, gan dderbyn cyngor gan reolwyr a chydweithwyr, fel y bo'n briodol. Mae'n rhaid mynnu cymorth os na allwch gyflawni agwedd benodol o'r gwaith, neu os yn ansicr am y cam nesaf. Dylech fod yn fodlon dysgu a chyflawni'r ystod lawn o dasgau sy'n rhan o'ch rôl.

Os byddwch yn gwneud camgymeriad, mae'n rhaid bod yn agored ac yn onest amdano, gan gynnwys rhoi esboniad llawn a phrydlon i'ch rheolwr am beth ddigwyddodd. Dylech fod yn fodlon dysgu o gamgymeriadau.

13

Cynlluniau personol

Mae'r rhan fwyaf o unigolion eisiau i'w gofal a'u cymorth eu helpu i fyw mor annibynnol â phosibl. Fel y bo'n briodol, dylech gyfrannu at ddatblygu cynllun personol sy'n:

- cynnwys yr unigolyn
- canolbwyntio ar ei gryfderau a'r
- canlyniadau y mae eisiau eu cyflawni.

Dylech:

- a. ddeall y cynllun a'ch rôl ynddo
- b. gwneud pob ymdrech i weithio'n dda gydag eraill sy'n rhan o'r cynllun (fel cydweithwyr, gweithwyr cymdeithasol, gweithwyr proffesiynol eraill)
- c. cyfrannu at adolygu'r cynllun, er enghraifft, amlygu cynnydd ac unrhyw anawsterau.

14

Darparu gofal a chymorth

Dylech gyflawni eich rôl yn y cynllun personol.

Gallai hyn gynnwys amrywiaeth o weithgareddau gofal a chymorth yn amrywio o helpu gyda gofal personol, paratoi bwyd, bwyta ac yfed, hylendid personol a golwg bersonol, byw gyda chyflwr cronig neu anabledd, a dysgu neu aildysgu sgiliau bywyd beunyddiol i gynorthwyo â gweithgareddau cymdeithasol, cyflogaeth a byw'n annibynnol.

Wrth ddarparu gofal a chymorth, mae'n rhaid i chi:

- a. weithio gyda'r unigolyn i ddeall faint a pha fath o gymorth y mae arno ei angen
- b. cynnal diogelwch, cysur, parch ac urddas
- c. cynorthwyo'r unigolyn i ddeall y rhesymau dros fesurau diogelwch a hylendid
- ch. gwybod sut i ddefnyddio cymhorthion perthnasol a thechnoleg gynorthwyol berthnasol
- d. dilyn asesiadau risg
- dd. ceisio adborth gan yr unigolyn ar ba mor dda y mae ei anghenion yn cael eu bodloni
- e. defnyddio ffyrdd cytunedig o fonitro, cofnodi ac adrodd ar gynnydd
- f. sylwi ar newidiadau neu anawsterau ac adrodd ar y rhain.

15

Tasgau a ddirprwywyd gan weithiwr proffesiynol arall

Yn dibynnu ar y gwasanaeth, mae'n bosibl y bydd rhai gweithwyr gofal cartref yn helpu gyda thasgau neu'n ymgymryd â thasgau a ddirprwywyd gan weithiwr proffesiynol arall fel nyrs neu therapydd galwedigaethol. Os cytunir i chi ymgymryd â thasg ar ran gweithiwr proffesiynol arall, mae'n rhaid i chi gwblhau'r hyfforddiant a chael eich goruchwylio'n barhaus. Os nad ydych yn teimlo y gallwch gyflawni'r dasg, mae'n rhaid i chi ddweud wrth eich rheolwr.

16

Gweithio yng nghartrefi pobl

Mae'n rhaid i chi barchu a gofalu am gartref ac eiddo'r unigolyn.

Mae hyn yn cynnwys:

- cadw at ffyrdd cytunedig o fynd i mewn i'r eiddo, ei adael a'i gloi
- gwybod beth i'w wneud os na allwch fynd i mewn i gartref unigolyn fel y cynlluniwyd
- rhoi gwybod am anawsterau a helpu i gytuno ar ffyrdd o wella'r trefniadau
- cario a dangos prawf adnabod ar gyfer eich rôl
- parchu preifatrwydd a gofod personol yr unigolyn.

17

Gweithio ar wahân i'ch rheolwr

Mae'n rhaid i chi ddefnyddio'r systemau priodol i gefnogi cael eich rheoli o bell. Mae'r rhain yn cynnwys:

- a. gwybod pwy sydd ar alwad pan fyddwch ar ddyletswydd
- b. gwybod pa weithdrefnau i'w dilyn mewn argyfwng
- c. gwybod pa weithdrefnau i'w dilyn os bydd gennych bryderon am unigolyn
- ch. cydymffurfio â pholisïau eich sefydliad ar weithio'n unigol a diogelwch personol
- d. dilyn asesiadau risg.

Os yn ansicr am unrhyw agwedd o'r gwaith, cysylltwch â'ch rheolwr neu uwch gydweithiwr arall.

18

Gweithio mewn timau

Mae gwaith tîm da yn dibynnu ar bob aelod o'r tîm, nid uwch aelodau staff yn unig. Wrth weithio mewn tîm, mae'n rhaid gwneud pob ymdrech i:

- a. ddeall rolau a chyfrifoldebau
- b. cyfathrebu'n dda
- c. parchu sgiliau a chyfraniadau cydweithwyr
- ch. paratoi ar gyfer cyfarfodydd a chyfrannu atynt yn gadarnhaol
- d. ymdrin ag anghytundebau mewn ffordd adeiladol

Dylech fod yn barod i godi pryderon ynglŷn ag ymarfer.

Dylech ddefnyddio dulliau cyfathrebu cytunedig, fel cyfarfodydd staff, e-bost a systemau cofnodi, i gefnogi gwasanaeth cydlynol a diogel.

Dylech ddilyn gweithdrefnau wrth drosglwyddo cyfrifoldeb i'ch cydweithwyr.

19

Cofnodion ac adroddiadau

Mae gan unigolion yr hawl i ddisgwyl bod gwybodaeth amdanynt yn cael ei chofnodi'n gywir a'i defnyddio'n briodol. Mae'n rhaid i chi gadw at weithdrefnau cytunedig ar gyfer cwblhau cofnodion ac adroddiadau. Dylech sicrhau bod cofnodion ac adroddiadau:

- a. yn ffeithiol, yn eglur, yn gyflawn ac yn gyfredol
- b. yn adlewyrchu safbwyntiau a dymuniadau'r unigolyn
- c. yn cael eu storio a'u rhannu mewn ffordd sy'n bodloni gofynion eich sefydliad, gan gynnwys gofynion diogelu data

Mae'n rhaid i chi beidio ag anwirio, ystumio nac ôl-ddyddio cofnodion neu adroddiadau.

20

Sylwadau a chwynion am wasanaethau

Mae'n bwysig bod unigolion yn gwybod sut i wneud sylwadau ar eu gwasanaeth neu gwyno amdano.

Os gwneir cwyn amdanoch, dylech weithredu'n broffesiynol a chydweithredu â'r ymchwiliad. Dylech fod yn barod i ddysgu o adborth.

Os ydych yn gyfrifol am ymchwilio i gwynion, mae'n rhaid i chi ddilyn gweithdrefnau eich sefydliad.

21

Diogelu unigolion

Mae diogelu'n ymwneud ag amddiffyn unigolion rhag camdriniaeth. Un o egwyddorion pwysicaf diogelu yw bod pawb yn gyfrifol amdano. Mae'n rhaid i bob gweithiwr proffesiynol a sefydliad wneud popeth y gallant i sicrhau bod unigolion yn cael eu hamddiffyn.

Mae gan weithwyr gofal cartref rôl bwysig i'w chyflawni ac mae angen iddynt wybod sut i ymateb i amrywiaeth o risgiau posibl: esgeulustod, camdriniaeth, trais domestig, camfanteisio ariannol, bwlio.

22

Deall diogelu

Dylech fod yn gyfarwydd â'r canlynol:

- a. y ffactorau a allai arwain at niwed neu gamdriniaeth
- b. arwyddion niwed posibl neu gamdriniaeth bosibl
- c. gweithdrefnau eich sefydliad
- ch. eich cyfrifoldeb proffesiynol

Mae'n rhaid i chi ddilyn polisiau a gweithdrefnau eich sefydliad ar ddiogelu. Mae'n rhaid i chi roi gwybod am unrhyw bryderon sydd gennych am ddiogelwch plentyn, person ifanc neu oedolyn.

23

Cynorthwyo unigolion i'w cadw eu hunain yn ddiogel

Dylech gyflawni eich swydd mewn ffordd sy'n helpu pobl i aros yn ddiogel. Mae hyn yn cynnwys:

- a. hyrwyddo gofal a chymorth sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn
- b. cadw at gynlluniau rheoli risg
- c. cynorthwyo unigolion i fynegi pryderon neu wneud cwynion
- ch. cynorthwyo unigolion i sylweddoli pan fydd ymddygiad tuag atynt yn amhriodol

24

Anffurfio Organau Cenhedlu Benywod

Mae Anffurfio Organau Cenhedlu Benywod (FGM) yn drosedd yng Nghymru a Lloegr o dan Ddeddf Anffurfio Organau Cenhedlu Benywod 2003. Mae gan bob Gweithiwr Gofal Cymdeithasol, gan gynnwys gweithwyr gofal cartref, ddyletswydd i roi gwybod i'r heddlu os byddant, wrth wneud eu gwaith, yn amau bod gweithred anffurfio organau cenhedlu benywod wedi cael ei chyflawni ar ferch iau na 18 oed.

25

Atal pobl rhag cael eu denu i derfysgaeth

Mae'n bosibl y bydd gan eich sefydliad ddyletswydd gyfreithiol i ystyried yr angen i atal pobl rhag cael eu denu i derfysgaeth. Mae Llywodraeth y Deyrnas Unedig wedi cyhoeddi canllawiau ynglŷn â hyn. Dylech gynorthwyo eich cyflogwr i weithredu'r canllawiau, er enghraifft, trwy ddilyn hyfforddiant.

26

Iechyd a diogelwch

Mae gan eich cyflogwr amrywiaeth o gyfrifoldebau i sicrhau iechyd, diogelwch a llesiant, a lleihau risgiau annerbyniol i chi a phobl eraill gymaint â phosibl. Mae gennych chi gyfrifoldeb i gydweithredu â'ch cyflogwr mewn perthynas ag iechyd a diogelwch.

27

Bodloni gofynion iechyd, diogelwch a diogeledd

Mae'n rhaid i chi fodloni gofynion iechyd, diogelwch a diogeledd statudol a sefydliadol gan gynnwys, ymhlith eraill, Deddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith 1974.

Mae'n rhaid i chi:

- a. gadw at bolisiâu a gweithdrefnau eich sefydliad ar reoli haint, glanhau a rheoli gwastraff, a symud a lleoli unigolion
- b. dilyn hyfforddiant gorfodol ar bynciau iechyd a diogelwch
- c. cadw at gynllun personol yr unigolyn, gan gynnwys unrhyw fesurau iechyd a diogelwch.

28

Meddyginiaeth

Mae'n rhaid i chi gadw at bolisiâu a gweithdrefnau eich sefydliad ar feddyginiaeth, gan gynnwys:

- a. rhoi'n ddiogel
- b. cofnodi
- c. trin
- ch. cadw'n ddiogel
- d. gwaredu

Mae hyn yn cynnwys meddyginiaeth ar bresgripsiwn a meddyginiaeth 'gyffredin' nad yw ar bresgripsiwn. Peidiwch byth â rhoi unrhyw feddyginiaeth sy'n eiddo i chi i unigolyn, hyd yn oed os nad yw ar bresgripsiwn.

29

Diogelwch a llesiant

Mae'n rhaid i chi gymryd camau i sicrhau diogelwch pan fydd perygl o niwed i chi eich hun neu bobl eraill. Mae hyn yn cynnwys gweithio gyda'ch cyflogwr wrth iddo gyflawni ei ddyletswydd gofal tuag atoch. Mae'n rhaid i chi gadw at bolisiau a gweithdrefnau perthnasol fel rhoi gwybod am ddigwyddiadau, cymorth cyntaf, gweithio'n unigol, rheoli ymddygiad a thrais yn erbyn staff.

Fe allai eich gwaith ofyn llawer ohonoch yn emosiynol ac achosi straen ar brydiau. Dylech ganfod ffyrdd o gefnogi eich llesiant eich hun, fel manteisio ar gymorth a gynigir gan eich rheolwr neu'ch cyflogwr.

30

Cefnogi iechyd a diogelwch

Dylech weithio gyda'ch cyflogwr i fonitro, adolygu a gwella arferion iechyd, diogelwch a diogeledd.

31

Dysgu a datblygu

Mae dysgu a datblygu gwybodaeth a sgiliau yn hanfodol i ddarparu gwasanaeth da i unigolion. Chi sy'n gyfrifol am gyflawni'r cymhwyster sy'n ofynnol ar gyfer eich rôl, dilyn hyfforddiant gorfodol ac ymgymryd â dysgu parhaus.

32

Cadw eich gwybodaeth a'ch sgiliau'n gyfredol

Dylech gadw'ch gwybodaeth a'ch sgiliau'n gyfredol, gan weithio gyda'ch cyflogwr i ganfod ffyrdd o fodloni eich anghenion dysgu a datblygu.

Dylech:

- a. ddiweddarau eich gwybodaeth am ymarfer gofal cartref yn barhaus
- b. gwrando ar bobl eraill a dysgu oddi wrthynt, gan gynnwys gweithwyr proffesiynol, unigolion a theuluoedd
- c. ceisio cymorth i fynd i'r afael â bylchau yn eich dysgu
- ch. cadw cofnod o'ch dysgu.

Dylech ddefnyddio amrywiaeth o ffyrdd o gadw eich gwybodaeth a'ch sgiliau'n gyfredol, fel darllen, dilyn hyfforddiant, cymryd rhan mewn cyfarfodydd tîm, grwpiau a fforymau.

33

Goruchwylio ac arfarnu

Dylech ddefnyddio'r swyddogaethau goruchwylio ac arfarnu sydd ar gael gan eich cyflogwr i:

- a. amlygu eich amcanion gwaith a datblygiad personol
- b. cael adborth a chynghor ar eich gwaith, a chymorth i'w gyflawni
- c. cytuno ar gamau gweithredu
- ch. myfyrio ar eich ymarfer a'i wella.

Dylech gymryd rhan mewn goruchwyliaeth ac arfarnu yn unol â pholisi eich sefydliad a chydag agwedd gadarnhaol.

Dylech godi unrhyw faterion brys gyda'ch rheolwr, yn hytrach nag aros am gyfarfod goruchwylio.

34

Cefnogi dysgu cydweithwyr

Mae cefnogi dysgu, hyfforddiant ac asesu cydweithwyr yn hollbwysig i'r gwasanaeth yn awr ac yn y dyfodol. Mae hyn yn cynnwys y rhai hynny sy'n ymgymryd â chyfnodau sefydlu a chymwysterau. Dylech fod yn fodlon cyfrannu at y gweithgareddau hyn ac, os yn cymryd rhan, dylech ddatblygu'r cymhwysedd angenrheidiol.

35

Cyfrannu at y gwasanaeth

Caiff gweithwyr gofal cartref gyfrannu at amrywiaeth o dasgau er mwyn sicrhau gwasanaeth da i unigolion. Gallai'r rhain gynnwys datblygu polisiau a chyfrannu at gynllunio, adolygu a gwerthuso gwasanaethau.

Os ydych chi'n ymwneud â hyn, gwnewch yn siwr fod eich cyfraniad yn canolbwyntio ar ansawdd a gwella. Dylech ddefnyddio adborth gan unigolion i lywio'r dasg.

36

Adnoddau

Dylech gyfrannu at amlygu'r adnoddau y mae eu hangen i ddarparu gwasanaeth da. Dylech leihau gwastraff gymaint â phosibl a chofio eich cyfrifoldeb i wneud defnydd da o adnoddau cyfyngedig.

37

Codi pryderon

Mae'n rhaid i chi roi gwybod i'r rheolwr neu'ch cyflogwr os oes gennych unrhyw bryderon ynglŷn â:

- a. pholisïau neu weithdrefnau aneffeithiol neu fylchau yn y rhain
- b. yr adnoddau sydd ar gael
- c. gormod o waith
- ch. bwlio neu aflonyddu
- d. offer
- dd. sgiliau tîm
- e. arfer gwael
- f. torri'r gyfraith
- ff. torri'r Côt Ymarfer Proffesiynol

Dylech fod yn gyfarwydd â'r polisiau a'r gweithdrefnau ar gyfer adrodd am bryderon, er enghraifft, Bwlio ac Aflonyddu a Chwythu'r Chwiban.

Os na fydd eich rheolwr neu'ch cyflogwr yn cymryd camau digonol, dylech geisio cyngor annibynnol gan sefydliad priodol fel AGGCC, Gofal Cymdeithasol Cymru neu Bryder Cyhoeddus yn y Gwaith. Cofnodwch eich pryderon a'r camau a gymerwyd i geisio eu datrys.

38

Ymddygiad da

Mae ymddygiad da yn cynnwys bod yn onest a dibynadwy a gweithredu gydag uniondeb. Mae'n mynnu eich bod chi'n ymddwyn mewn ffordd sy'n cyfiawnhau'r ymddiriedaeth y mae unigolion, teuluoedd a'r cyhoedd yn ei gosod ynoch, bob amser.

39

Cofrestru proffesiynol

Mae'n rhaid i chi gadw'ch cofrestriad proffesiynol gyda ni yn gyfredol.

Rhaid i chi roi gwybod i ni yn syth am unrhyw beth a allai effeithio eich addasrwydd i weithio ym maes gofal cartref. Mae hyn yn cynnwys:

- a. achos troseddol
- b. rhybuddiadau, cosbau penodedig neu euogfarnau
- c. achos disgyblu
- ch. unrhyw newid i'ch cyflwr meddyliol neu gorfforol a allai effeithio ar eich gallu i weithio ym maes gofal cymdeithasol

Sylwer: ni fydd rhoi gwybod i ni am y pethau hyn yn effeithio ar eich cofrestriad o reidrwydd.

Er mwyn cadw'ch cofrestriad, mae'n rhaid i ni allu cysylltu â chi. Rhaid i chi roi gwybod i ni am unrhyw newidiadau i'ch manylion cyswllt, gan gynnwys enw, teitl, cyfeiriad cartref, cyfeiriad gwaith, e-bost a chyflogaeth.

40

Anrhegion a rhoddion

Mae'n rhaid i chi gadw at bolisiau eich sefydliad yn ymwneud ag anrhegion, rhoddion a chymynroddion.

Mae'n rhaid i chi beidio ag annog unigolion neu eu teuluoedd i fenthycu na rhoi eiddo, arian neu anrhegion a fydd yn arwain at fudd personol i chi yn uniongyrchol neu'n anuniongyrchol.

Mae'n rhaid i chi beidio â rhoi pwysau ar unigolion neu deuluoedd i wneud rhoddion i bobl neu sefydliadau eraill.

41

Cyfryngau cymdeithasol

Cydnabyddir efallai y byddwch yn defnyddio safleoedd cyfryngau cymdeithasol (Facebook, Twitter, ac ati). Os ydych, mae'n rhaid i chi beidio â thrafod na phostio sylwadau ar-lein am unrhyw unigolion cysylltiedig â'ch gwaith. Mae hyn er mwyn diogelu cyfrinachedd ac uniondeb personol a phroffesiynol.

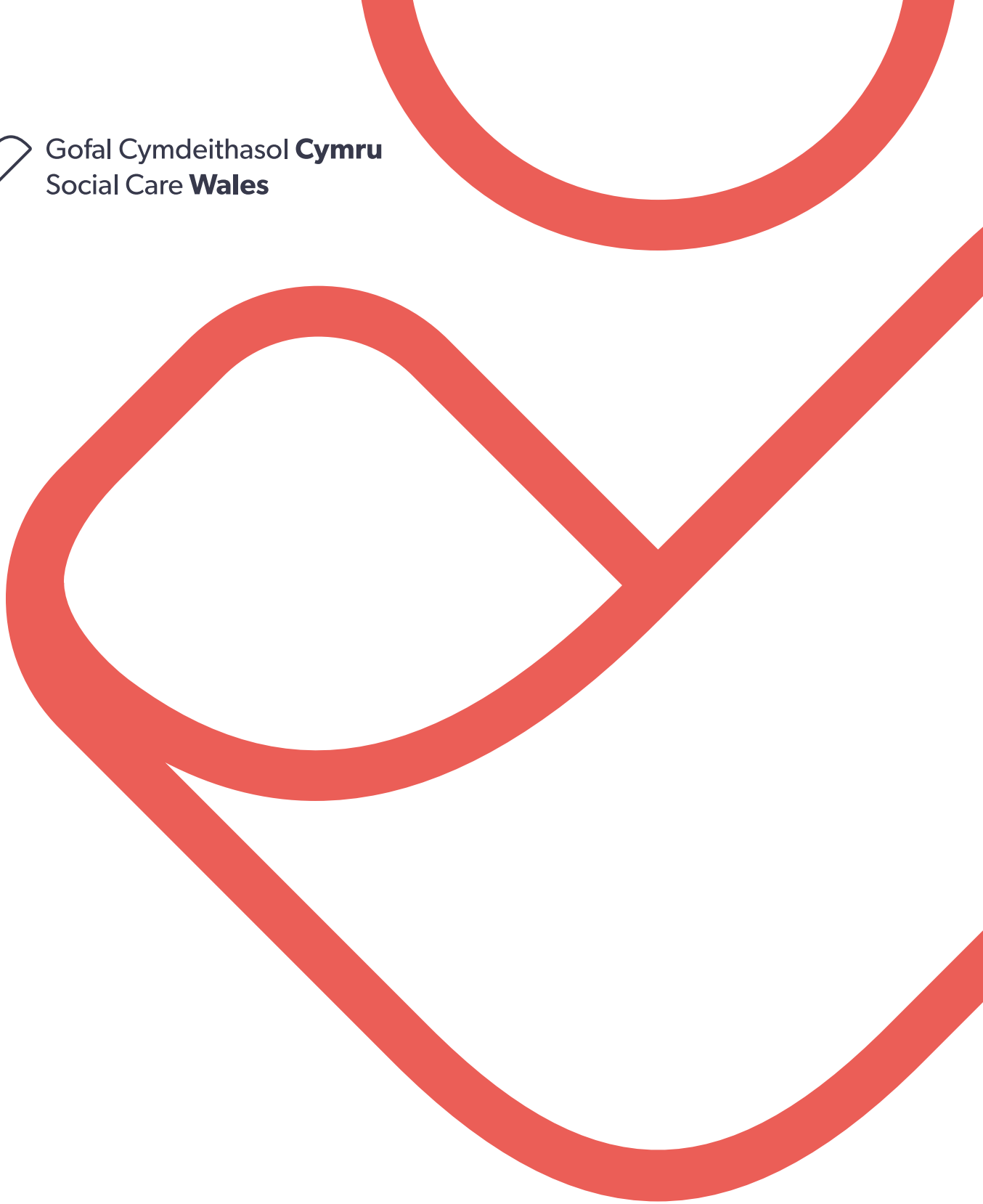
Mae'n rhaid i chi beidio â chyfathrebu ag unigolion gan ddefnyddio eich cyfrifon cyfryngau cymdeithasol personol.

Meddylwch yn ofalus am y ffordd rydych yn cyflwyno'ch hun ar gyfryngau cymdeithasol a sut y gallai eich presenoldeb ar-lein gael ei weld gan bobl eraill, gan gynnwys unigolion a'u teuluoedd, aelodau'r cyhoedd a gweithwyr proffesiynol eraill.

I gael rhagor o wybodaeth am y Canllawiau hyn, y Côt Ymarfer Proffesiynol Gofal Cymdeithasol a deunyddiau hyfforddi, ewch i gofalcymdeithasol/cymru



Gofal Cymdeithasol **Cymru**
Social Care **Wales**



Am fwy o wybodaeth, ewch i
gofalcymdeithasol.cymru

South Gate House, Wood Street, Caerdydd, CF10 1EW



Noddir gan
Lywodraeth Cymru
Sponsored by
Welsh Government