



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

Symud o ofal preswyl i blant i fynd i fyw'n annibynnol

Cyhoeddwyd gyntaf: 18 March 2019

Diweddariad olaf: 20 March 2024

Lawrlwythwyd y ddogfen hon o gofalcymdeithasol.cymru ac efallai nid hwn yw'r fersiwn diweddaraf.

Ewch i <https://gofalcymdeithasol.cymru/adnoddau-canllawiau/gwella-gofal-a-chymorth/plant-syn-derbyn-gofal/symud-o-ofal-preswyl-i-blant-i-fynd-i-fywn-annibynnol> am y fersiwn diweddaraf.

Dysgwch fwy am gefnogi'r person ifanc rydych chi'n gofalu amdano i adael gofal preswyl i blant a symud i fyw'n annibynnol

Cyflwyniad i adael gofal preswyl i blant

Mae llawer o bobl ifanc yn dweud bod eu profiad o fod mewn gofal wedi gwella eu bywyd ac mae pobl ifanc sydd â phrofiad o ofal wedi bod ar flaen y gad yn ceisio herio'r stigma sy'n cyd-fynd â bod 'mewn gofal' a hyrwyddo darlun mwy cytbwys.

Mae eich rôl chi'n hanfodol wrth helpu i roi sgiliau bywyd a gwytnwch meddyliol i'r bobl ifanc sy'n paratoi i adael gofal preswyl a symud i fyw'n annibynnol. Bydd hwn yn gam mawr i nifer o blant. Bydd ganddynt well cyfle o fywyd sefydlog, diogel ac annibynnol os byddwch chi wedi eu paratoi'n dda ar gyfer y daith.

Bydd rhai o'r plant anabl rydych chi'n rhoi cefnogaeth iddyn nhw yn pontio o ofal preswyl i blant i ofal preswyl i oedolion anabl yn hytrach na symud i fyw'n annibynnol.

Cynllunio llwybrau

Pan mae person ifanc ar fin troi'n 16, bydd yr awdurdod lleol yn paratoi cynllun llwybr i roi cefnogaeth iddynt wrth symud o ofal preswyl. Bydd y cynllun llwybr yn rhestru beth sydd angen ei wneud gan:

- yr awdurdod lleol
- gofalwr y person ifanc
- y person ifanc

- y rhiant/rhieni
- unrhyw un arwyddocaol arall.

Bydd y cynllun llwybr yn parhau ar ôl i'r person ifanc droi'n 18. Mae mwy o wybodaeth am gynllunio llwybrau ar gael ym Mhennod 5 Rhan 6 y Côd Ymarfer.

[Côd Ymarfer Proffesiynol ar gyfer Gweithwyr Gofal Cymdeithasol](#)

PDF 186KB

Profiad pobl ifanc o adael gofal

I bobl ifanc, mae'r profiad o adael gofal preswyl yn gallu bod yn frawychus. Gall wneud iddynt deimlo eu bod ar ddibyn gan fod y gefnogaeth maen nhw wedi arfer ag e'n dod i ben. Mae hyn yn amlwg o sylwadau'r rhai sy'n gadael gofal a gasglwyd gan Voices from Care:

- "Roedd yn mynd o gartref preswyl prysur i fod ar ben fy hun yn brofiad unig"
- "Mae'n rhy dawel"
- "Dw i wedi mynd o sefyllfa ble roedd gofalwyr o gwmpas drwy'r amser i sefyllfa ble dw i'n gweld un person o bryd i'w gilydd"
- "Roedd angen mwy o gefnogaeth arna' i. Roedd fy iechyd meddwl i'n dioddef ac fe fu'n rhaid i mi fynd i mewn i'r ysbyty cyn i unrhyw un gynnig helpu."

[Barn Pobl Ifanc ar Adael Gofal Preswyl, Voices from Care](#) (Saesneg yn unig)

Mae cynllunio da, gwaith paratoi a chefnogaeth gennyh chi'n allweddol yn y broses bontio hon.

Rhoi sgiliau bywyd i bobl ifanc

Mae gennych rôl allweddol yn sicrhau bod gan y bobl ifanc sy'n gadael gofal y sgiliau cywir i allu byw ar eu pennau eu hunain. Bydd rhai o'r sgiliau sydd eu hangen yn rhai ymarferol; er enghraifft, sicrhau eu bod yn ymwybodol o'r amserlenni bws lleol a'u bod yn gallu rheoli eu harian. Bydd sgiliau eraill yn rai mwy meddyliol, fel sut i wneud penderfyniadau da a sut i reoli eu hamser. Gall cynllun llwybr y person ifanc gynnwys rhaglen byw'n annibynnol er mwyn datblygu eu sgiliau bywyd.

Dyma restr mewn trefn amser o sgiliau bywyd y byddem yn disgwyl i blentyn allu eu gwneud ar wahanol adegau yn ei fywyd. [Mae'n bwysig cofio nad yw pob plentyn yn datblygu mor gyflym nac i'r un graddau â phlant eraill.](#)

Plant 4 a 5 oed: Enwau a rhifau pwysig

Dyma pryd y dylech chi ddysgu sgiliau diogelwch iddynt. Dylai plentyn wybod:

- Eu henw llawn, eu cyfeiriad a rhif ffôn i gysylltu â chi
- Sut i wneud galwad ffôn mewn argyfwng

Dylech eu dysgu hefyd sut i:

- Cwblhau tasgau glanhau syml fel tynnu llwch a chlirio'r bwrdd bwyd
- Didoli eu dillad glân a'u rhoi i gadw a rhoi dillad budr yn y fasedd
- Dewis eu dillad eu hunain a gwisgo
- Bwydo anifeiliaid anwes
- Adnabod arian a deall y broses o dalu am bethau
- Brwsio'u dannedd, cribo'u gwallt ac ymolchi eu hwyneb heb gymorth
- Sgiliau nofio sylfaenol

Plant 6 a 7 oed: coginio syml

Gall plant yr oedran hwn ddechrau helpu i goginio prydau bwyd a dysgu sut i:

- Cymysgu, troi a thorri gyda chyllell sy'n addas i blant
- Paratoi pryd o fwyd syml, fel brechdan
- Helpu i roi bwyd i gadw ar ôl bod yn siopa
- Golchi'r llestri

Dylech eu dysgu hefyd sut i:

- Defnyddio deunydd glanhau tŷ sylfaenol yn ddiogel
- Tacluso'r ystafell ymolchi ar ôl ei defnyddio
- Gwneud y gwely heb gymorth.

Plant 8 a 9 oed: balchder yn eu heiddo personol

Erbyn hyn, mae plant yn barod i ddysgu am ofalu am eiddo personol, yn cynnwys:

- Plygu dillad
- Gofalu am deganau sy'n cael eu defnyddio tu allan fel beic.

Dylech eu dysgu hefyd sut i:

- Bod yn gyfrifol am eu hylendid personol heb gael eu hatgoffa
- Defnyddio brws, mop a sugnydd llwch
- Dilyn rysâit a pharatoi pryd o fwyd syml
- Gosod larwm ar y cloc a chodi o'r gwely
- Helpu i lunio rhestr siopa
- Rhoi newid yn ôl o swm o arian
- Mynd â'r biniau allan
- Penderfynu ydyn nhw eisiau rhoi, cynilo neu wario arian.

Plant 10 i 13 oed: bod yn fwy annibynnol

Yn ddeng mlwydd oed, dylai plentyn allu gwneud nifer o bethau'n annibynnol. Dylent wybod sut i:

- Mynd i siop leol a phrynu pethau ar eu pen eu hunain
- Newid y dillad gwely
- Defnyddio'r peiriant golchi
- Cynllunio a pharatoi pryd o fwyd sy'n cynnwys ychydig o gynhwysion
- Defnyddio'r ffwrn
- Deall y cysyniad o reoli amser mewn perthynas â gwaith cartref, tasgau o gwmpas y tŷ ac amser hamdden.

Dylech eu dysgu hefyd sut i:

- Darllen labeli
- Smwddio dillad
- Defnyddio offer llaw sylfaenol.

Plant 13 i 15 oed: sgiliau pellach

Erbyn eu bod yn 14, dylai plant fod wedi meistrolï'r sgiliau a restrwyd uchod. Wrth ddatblygu'r rhain ymhellach, dylent hefyd allu:

- Cwblhau tasgau mwy anodd o gwmpas y tŷ, fel glanhau'r ffwrn
- Creu calendr a rhoi'r wybodaeth berthnasol i mewn yn ôl yr angen
- Cymharu prisiau mewn siopau
- Deall amserlenni bws a thrên lleol
- Deall arian mewn ffordd sylfaenol, er enghraifft y syniad o gyfrif cynilo
- Sut i gofio cyfrineiriau, er enghraifft ar gyfer cyfrifon e-bost a chyfryngau cymdeithasol. Bydd y sgil hon yn un bwysig ar gyfer bancio a thalu biliau.

Plant 15 i 18 oed: paratoi at fyw'n annibynnol

- Deall sut i reoli cyfrif banc, talu bil a sut mae credyd yn gweithio. Bydd angen cyfrif banc ar bobl ifanc mewn addysg ôl-16 er mwyn derbyn unrhyw arian sydd ar gael iddynt
- Deall cytundebau sylfaenol, fel rhai ar gyfer ffonau symudol neu ar gyfer rhentu llety
- Cyllidebu
- Gwneud cais am rif Yswiriant Gwladol (NI) mor agos â phosibl at eu penblwydd yn 16. Mae angen rhif NI arnynt er mwyn gallu cwblhau hyfforddiant ôl-16
- Darllen a deall labeli a gwybodaeth am ddos gywir ar feddyginiaeth
- Paratoi ystod o brydau bwyd
- Cwblhau cais am swydd ac ysgrifennu CV
- Gwneud cais am eu pasbort eu hunain. Mae hyn yn bwysig: os yw'r person ifanc angen gwneud cais am Gredyd Cynhwysol, mae'r Adran Gwaith a Phensiynau yn gwirio manylion yn erbyn eu manylion pasbort. Os nad oes gan unigolyn pasbort, gall hyn olygu oedi yn y taliadau am chwech i wyth wythnos.

Gweld trawsgrifiad

Fy enw fi yw Peter Hornik. Mae fy swydd yw gweithiwr gofal preswyl i blant. Angerdd yw efallai'r peth pwysicaf wrth weithio yn y sector yma achos dyna sy'n mynd â chi yn eich blaen. Achos dwi eisiau cael effaith. Dwi eisiau newid pethau. Dwi eisiau helpu. Mae gen i'r angerdd yn llosgi ynof fi.

Yn y cartref yma rydyn ni'n cefnogi plant iau. Mae'r plant hyn yn gorfod cael eu tynnu oddi ar eu rhieni yn anffodus er mwyn rhoi diogelwch a sefydlogrwydd iddynt. Rhaid i ni adeiladu perthynas gyda'r person ifanc o ddydd i ddydd.

Mae'n dibynnu ar y plant beth maen nhw'n hoffi ei wneud: weithiau gwnawn ni fach o hwyl wrth goginio, gwneud crempogau, cael hwyl yn y gegin ac dwi'n ceisio gadael iddyn nhw wneud cymaint ag y gallen nhw.

Mae'n bwysig iawn trosglwyddo sgiliau a gweithgareddau corfforol. Yn aml dyma ni'n codi'r helmed ac allan â ni ar gefn beic os yw'r tywydd yn braf.

Mae i gyd am sut i gyfathrebu, sut i sianneli'r egni i wneud newid ym mywydau'r bobl ifanc a dyma sy'n rhoi sbardun i fi: pryd dwi'n gweld llwyddiannau'r bobl ifanc mae'n codi fy nghalon.

Rhoi cefnogaeth i bobl ifanc sydd mewn addysg bellach ac uwch

Dylech fod yn ymwybodol o'r dewisiadau sydd ar gael i bobl ifanc i barhau â'u haddysg, yn cynnwys cymorth ariannol.

Mewn nifer o achosion, dyw'r bobl ifanc sy'n gadael gofal ddim yn cyrraedd lefel ddigonol o addysg na hyfforddiant i fyw'n sefydlog, diogel ac annibynnol. Mae'ch rôl chi'n allweddol wrth eu cyfeirio nhw at y wybodaeth a'r adnoddau cywir.

Mae [Pecyn Cymorth i'r Rhai sy'n Gadael Gofal](#) defnyddiol ar gael sy'n cynnig cyngor ac arweiniad cam wrth gam ynglŷn â chyrsgiau dysgu a hyfforddiant ôl-16.

Mae Prifysgol Caerdydd yn cynnal [Prosiect Dyfodol Hyderus](#). Mae'r prosiect wedi ei anelu at bobl ifanc dros 14 oed sydd â phrofiad o ofal neu sy'n gadael gofal. Caiff y bobl ifanc eu paru gyda mentoriaid sy'n fyfyrwyr prifysgol ar hyn o

bryd. Mae'n cynnig:

- Dyddiau blasu yn y brifysgol
- Gweithdai i gefnogi astudiaethau a cheisiadau coleg, prifysgol neu geisiadau am swydd
- Gweithdai adolygu
- Sesiynau cyngor i gyd-fynd â Chynlluniau Addysg Bersonol
- Digwyddiadau cymdeithasol.

Mae nifer o brifysgolion yn cynnal cynlluniau tebyg a gall y rhain fod yn ddefnyddiol iawn i gyflwyno pobl ifanc i'r cyfleoedd a'r cymorth sydd ar gael iddynt ar gyfer dysgu, datblygu a chynllunio ar gyfer y dyfodol.

Mae gan fwyafrif y prifysgolion berson cyswllt allweddol ar gyfer y rhai sy'n gadael gofal. Gall y person hwn eu helpu gyda:

- Gwneud cais am arian i fyfyrwyr ac unrhyw adnoddau ychwanegol
- Rheoli arian yn ystod eu cyfnod yn y brifysgol
- Cymorth gyda materion academaidd
- Dod o hyd i lety ac ymdrin â phroblemau gyda landlordiaid.

Cymorth ariannol er mwyn parhau i ddysgu

Os ydyn nhw'n astudio cwrs is na lefel gradd, gall pobl ifanc rhwng 18 a 21 oed sy'n gadael gofal wneud cais am Gymhorthdal Incwm a Budd-dal Tai. Yr unig amod yw eu bod wedi cofrestru ar y cwrs cyn eu pen-blwydd yn 19.

Gall pobl ifanc dros 19 hefyd wneud cais am Grant Dysgu Llywodraeth Cymru Addysg Bellach. Grant o hyd at £1,500 yw hwn ar gyfer astudio'n llawn amser ond mae'n ddibynnol ar lefel incwm cyffredinol y sawl sy'n gwneud cais.

[Grant Dysgu Llywodraeth Cymru Addysg Bellach](#)

Mae nifer o brifysgolion yn cynnig cynllun bwrsariaeth ar gyfer rhai sy'n gadael gofal. Mae'r rhain ar agor i rai sy'n gadael gofal neu i fyfyrwyr sydd ddim mewn cysylltiad â'u rhieni. Maent yn cynnig cymorth ariannol o hyd at £3,000. Mae awdurdodau lleol hefyd yn darparu arian trwy grantiau neu fwrsariaethau.

Mae'r Fwrsariaeth Addysg Uwch yn £2,000 ond mae symiau dewisol eraill fel arfer ar gael hefyd, gan gynnwys cymorth i dalu am lety y tu hwnt i ddyddiadau'r tymor. Mae mwy o wybodaeth am arian a chefnogaeth mewn addysg uwch ar gael ar y wefan benodol i'r rhai sy'n gadael gofal, Propel.

[Propel](#) (Saesneg yn unig)

Yng Nghymru, mae pobl ifanc sydd â phrofiad o ofal yn cael eu heithrio o dalu treth cyngor tan eu pen-blwydd yn 25.

Mae gan bobl ifanc rhwng 21 a 25 sydd wedi gadael addysg ond sydd wedyn yn penderfynu mynd i'r coleg hawl i gymorth ychwanegol i wneud hynny, ond bydd angen iddynt wneud cais trwy'r awdurdod lleol. Does dim trefniant awtomatig i sicrhau bod y cymorth hwn ar gael a does dim dyletswydd barhaus ar yr awdurdod lleol i gadw mewn cysylltiad â nhw.

Cadw cyswllt gyda phlant ar ôl iddynt adael y cartref

Fel sydd wedi ei drafod ar y dudalen [Ffiniau proffesiynol](#), ni ddylech gysylltu'n answyddogol â'r bobl ifanc rydych chi'n gofalu amdanynt. Mae'r un peth yn wir unwaith y mae'r bobl ifanc wedi gadael y cartref.

Efallai bod gan eich cartref dudalen Facebook neu hyb cyswllt ar gyfer y rhai sy'n gadael gofal i'w galluogi i aros mewn cysylltiad gyda'r staff neu gyda phlant o'r cartref. Dylai pob cyswllt ddigwydd trwy'r sianel swyddogol hon a dylech ddilyn polisïau eich gweithle bob amser.

Gall cyfnod pontio fod yn anodd i weithwyr hefyd

Mae'n bosibl y bydd cyfnodau pontio'n anodd i chi fel gweithiwr, yn ogystal ag i'r person ifanc. Efallai y byddwch yn teimlo hiraeth pan fydd y person ifanc yn gadael, yn ogystal ag emosiynau eraill fel pryder ynglŷn â sut bydd y person yn ymdopi â byw y tu allan i'r cartref. Mae dolenni i'ch helpu chi i ofalu am eich lles meddyliol chi ar gael ar y dudalen [Deall ymddygiad heriol mewn plant](#).

Adnoddau defnyddiol

[Ein gwaith i gefnogi plant sy'n derbyn gofal](#)

[Ymchwil ein bod ni wedi'u dewis neu 'guradu'](#)

[Mae gan Plant yng Nghymru ganllawiau ar gyfer pobl ifanc mewn gofal sydd ar gael i'w lawrlwytho](#). Maent yn cynnwys rhai ar arian a chyllidebu ac ar hawliau

[Voices from Care Cymru a Phlant yng Nghymru, Barn Pobl Ifanc ar Arael Gofal Preswyl](#) (Saesneg yn unig)

Eisiau eich adborth

Helpwch ni i wella'r Adnodd gweithwyr gofal preswyl i blant drwy gael dweud eich dweud amdano yn ein [harolwg pedair cwestiwn byr](#).