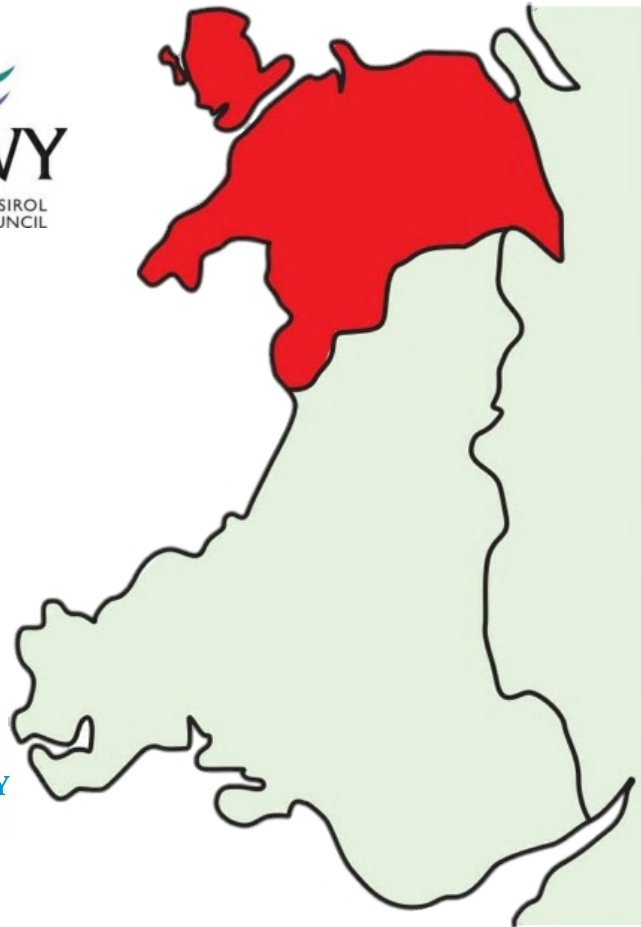




# Gwasanaethau gofal a chymorth i bobl yng Ngogledd Cymru



Fersiwn 'EasyRead' o:  
Adroddiad Cryno Asesiad Poblogaeth Gogledd Cymru  
1 Ebrill 2017





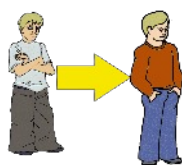
Am yr adroddiad

**1**



Beth buom yn edrych ar

**3**



1. Plant a phobl ifanc

**6**



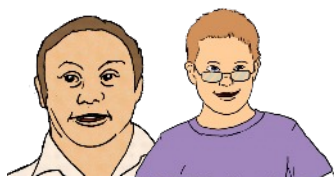
2. Pobl hŷn

**12**



3. Iechyd ac anabledd corfforol

**14**



4. Anabledd dysgu

**17**



5. Iechyd meddwl

**21**



6. Gofalwyr

**25**



7. Trais yn erbyn merched, 28  
cham-drin domestig a cham-drin rhywiol



8. Pobl yn y carchar 33



9. Pobl sydd wedi gwasanaethu 36  
yn y lluoedd



10. Pobl digartref 39



11. Pobl awtistig 41



- Beth sy'n digwydd nesaf 43



- Beth mae'r geiriau yn feddwl 45

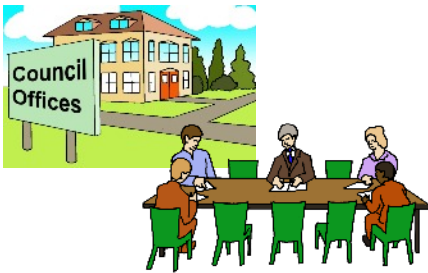
Mae rhai geiriau mewn **teip trwm**.

Rydym yn egluro beth mae nhw'n feddwl ar diwedd yr adroddiad yma.

# Am yr adroddiad



Mae'r adroddiad yma yn ymwneud ag **asesiad** i ddarganfod pa ofal a gwasanaethau cymorth sydd angen ar bobl yng Ngogledd Cymru.



Cafodd ei ysgrifennu gan y 6 **cyngor** yng Ngogledd Cymru a **Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr**.

2039						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



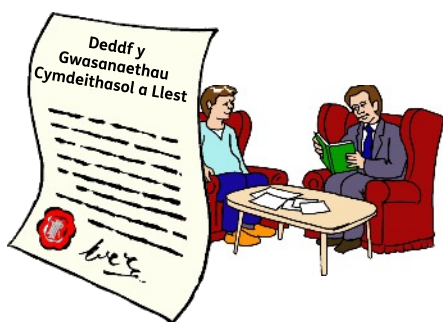
Rydym yn gwybod bydd mwy o bobl yng Ngogledd Cymru erbyn 2039.



Rydym hefyd yn gwybod bod rhai ardaloedd yng Ngogledd Cymru llawer fwy tlawd nag ardaloedd eraill yn y wlad.



Bydd yr adroddiad yn helpu i ni ddeall y bobl sydd yn byw yma a cynllunio gwasanathau cyhoeddus ar eu cyfer i gyd.



Mae cyfraith o'r enw 'Deddf y Gwasanaethau Cymdeithasol a Lles' yn dweud bod rhaid i ni ddarganfod pa gymorth mae pobl angen.

**EBRILL 2018**

M	T	W	T	F	S	S
30					1	
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29



Bydd yr adroddiad yma yn ein helpu i ysgrifennu cynllun ar gyfer gwasanaethau yng Ngogledd Cymru erbyn 1af Ebrill 2018.



# Beth buom yn edrych ar



Mae gan bob cyngor reolau am gynnwys pobl a darganfod beth mae nhw'n feddwl.



Gwnaethom yn siŵr bod pobl yn gwybod sut i gymryd rhan.



Roedd **grŵp llywio** yn gofalu ein bod yn gwneud pethau'n iawn.

Dyma be wnaethom:



- I edrych ar adroddiadau a cynlluniau gan bob Cyngor a'r **bwrdd iechyd**



- siarad gyda pobl sydd yn defnyddio gwasanaethau gofal a chymorth a pobl sydd ddim yn defnyddio gwasanaethau



- cafwyd digwyddiadau lle roedd pobl yn medru dod a dweud wrthym beth sydd angen arnynt



- rhedeg gweithdai i staff cyngor a cynghorwyr



- defnyddio gwybodaeth gan elusennau a mudiadau eraill sydd yn rhedeg gwasanaethau

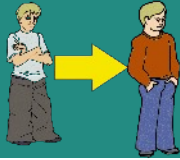




- cysylltu gyda phrosiectau eraill sydd yn edrych ar y gwasanaethau i gadw bobl yn ddiogel a iach. Roedd hyn yn cynnwys edrych ar cymorth **eiriolaeth**.



Mae'r darn nesaf o'r adroddiad yn dweud beth rydym wedi darganfod am beth mae grwpiau gwahanol o bobl angen.



# 1. Plant a phobl ifanc

## Beth rydym wedi darganfod

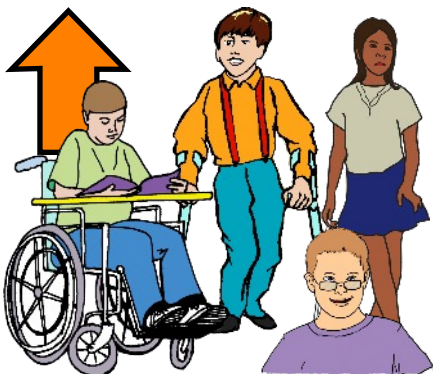
Mae tua 124,000 o blant a phobl ifanc yng Ngogledd Cymru.



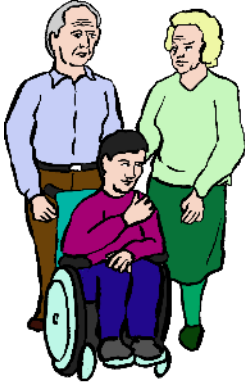
Nid yw y rhif yma wedi newid llawer yn y 5 mlynedd diwethaf.



Rydym yn disgwyl i'r rhif aros tua yr un fath.



Mae rhan fwyaf o blant a phobl ifanc yn hapus a iach, ond mae yna fwy o blant gyda anableddau na 5 mlynadd yn ol.



Rydym angen cefnogi teuluoedd er mwyn i bob plentyn gael y cyfleoedd gora mewn bywyd.



Mae hyn yn cynnwys meddwl am:

- cefnogi teuluoedd i helpu eu babanod i wneud yn dda



- plant sydd dros bwysau, yn ysmysgu neu yn yfed alcohol



- plant sydd yn cael gofal gan y gwasanaethau



- plant a phobl ifanc sydd yn torri y gyfraith



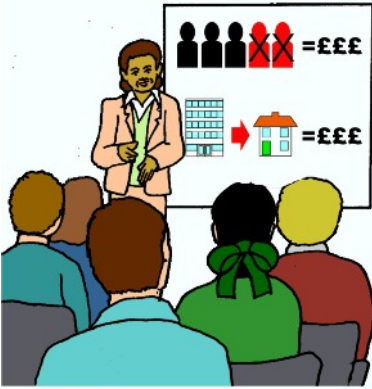
- plant a phobl ifanc sydd yn dioddef **trosedd**, gan gynnwys **troseddau ar-lein**



- gwasanaethau iechyd meddwl i blant a phobl ifanc



- cymorth i ofalwyr ifanc



- sut mae gwasanaethau iechyd, gofal cymdeithasol ac eraill yn medru gweithio gyda'i gilydd er mwyn rhoi cymorth i blant a'i teuluoedd



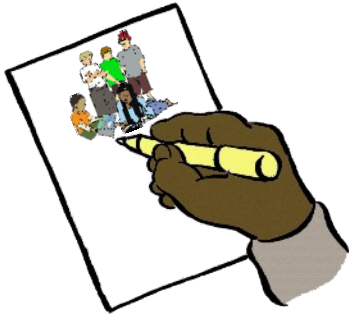
- sut i rhoi gwybodaeth i bobl cyn i bethau fynd yn o'i le.

## Beth rydym yn meddwl dylai ddigwydd

Rydym angen siarad gyda pobl i ddarganfod mwy am:



- sut mae gwasanaethau **eiriolaeth** yn medru helpu plant i fod yn rhan o benderfyniadau am eu dyfodol. Mae hyn yn bwysig iawn i **blant mewn peryg neu mewn gofal**.



- ffyrdd gwell i ysgrifennu a chadw gwybodaeth am y gwasanaethau mae plant angen



- **masnachu pobl ac ecsbloetiaeth rhywiol**



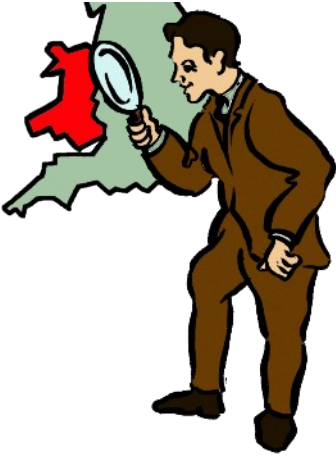
- cefnogaeth i blant gyda anableddau a llawer o anghenion gwahanol. Yn enwedig pan maent yn symud ymlaen i wasanaethau oedolion.



- gwasanaethau iechyd meddwl



- sut i weithio gyda teuluoedd a cynnwys teuluoedd.

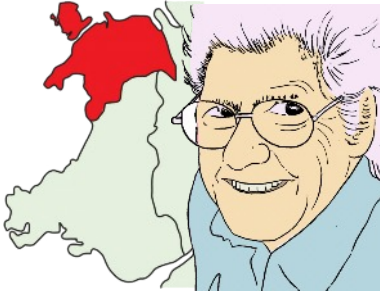


Bydd hyn yn cynnwys edrych ar sut mae gwasanaethau yn gweithio mewn ardaloedd eraill yng Nghymru.

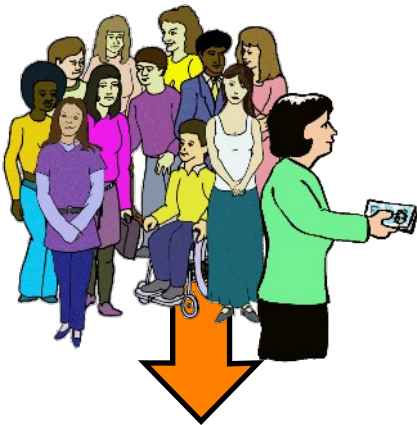


## 2. Pobl hŷn

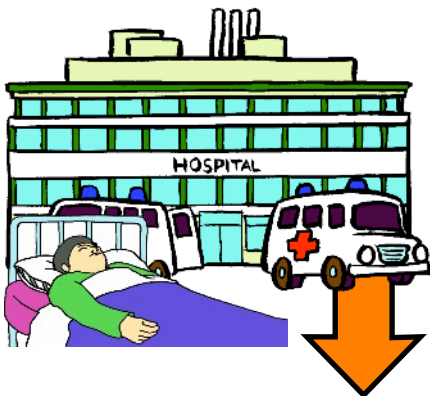
### Beth rydym wedi darganfod



Mae dros 150,000 o bobl yng Ngogledd Cymru dros 65 mlwydd oed. Rydym yn meddwl bydd yna 60,000 ychwanegol erbyn 2039.



Ond ni fydd gymaint o bobl yn gweithio a talu **treth** er mwyn talu am y gwasanaethau.



Y broblem fwyaf fydd cael digon o wasanaethau i gefnogi pobl sydd yn sâl am gyfnod hir.





Rydym angen edrych ar ffyrdd i:

- atal pobl hŷn rhag bod yn unig ac ar ben ei hunain



- cefnogi pobl i fyw yn eu cartref cyn bellad ag y bo modd



- cael cymorth gwell i bobl efo **dementia**



- cael digon o gartrefi gofal da a diogel ym mhob ardal, yn cynnwys llefydd i bobl gael ysbaid.

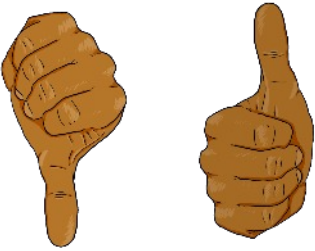


### 3. Iechyd ac anabledd corfforol



#### Beth rydym wedi darganfod

Mae mwy o bobl yn byw yn hirach gyda problem iechyd neu anabledd. Mae hyn yn cynnwys bod yn ddall neu byddar.



Mae gwasanaethau yn well mewn rhai llefydd nag eraill.



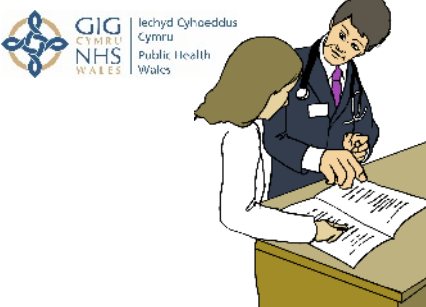
Mae grwpiau cymunedol a gwirfoddol yn medru helpu pobl cael y gwybodaeth a cymorth mae nhw angen.



Mae angen i ni gymryd rhan yn gynnar i helpu pobl i aros yn iach ac yn annibynnol.

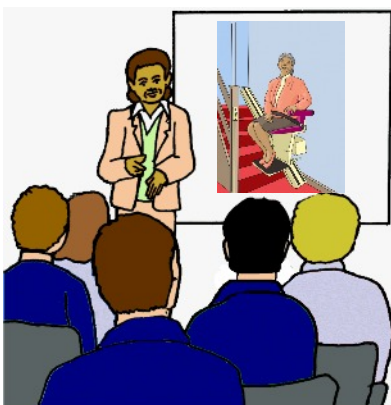


Rydym hefyd angen y gwasanaethau cywir er mwyn cefnogi pobl pan fyddent yn methu ymdopi bellach ar eu pen eu hunain.



## Beth rydym yn meddwl dylai ddigwydd

- dylem weithio gyda Iechyd Cyhoeddus Cymru i gynllunio gwasanaethau i helpu pobl aros yn iach



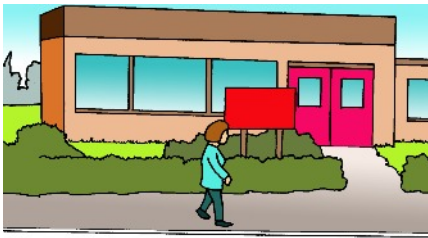
- dylai staff feddwl am sut i helpu pobl aros yn iach ac annibynnol bob tro mae nhw'n gweithio efo nhw



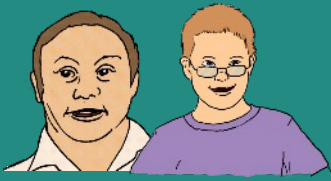
- dylai meddygon teulu gysylltu pobl efo grwpiau lleol a gweithgareddau gall helpu nhw aros yn iach



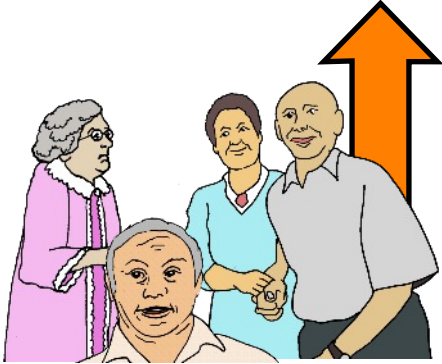
- dylem gefnogi pobl gyda anabledau i fod yn annibynnol ac yn rhan o'r gymuned



- byddem yn darganfod os yw pobl angen gwasanaethau arbenigol yn nes at adref.



## 4. Anabledd dysgu

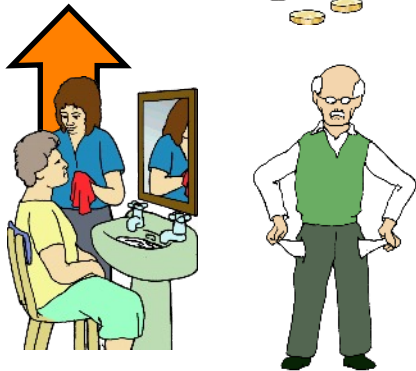


### Beth rydym wedi darganfod

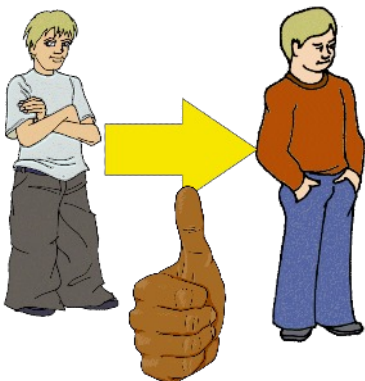
Mae yna fwy o bobl gyda anabledd dysgu, a mae nhw'n byw yn hirach. Mae hyn yn meddwl gall nifer hefyd fod gyda **dementia**.



Mae rhan fwyaf o bobl yn cael cymorth gan eu teuluoedd neu gofalwyr sy'n cael eu cyflogi.



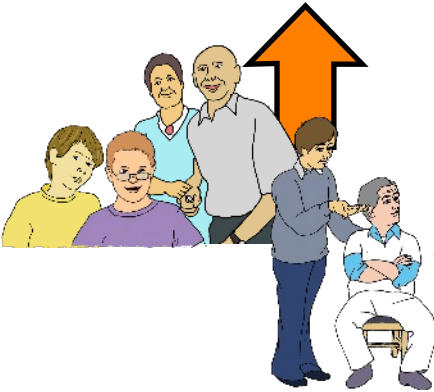
Ond rydym yn ceisio cefnogi mwy o bobl gyda llai o bres.



Mae pob plentyn gyda anabledd dysgu angen cefnogaeth da tra mae nhw'n symyd i wasanaethau oedolion.



Mae gwasanaethau oedolion angen cynllunio i bobl iau sydd gyda llawer o anghenion yn ogystal ag anabledd dysgu.



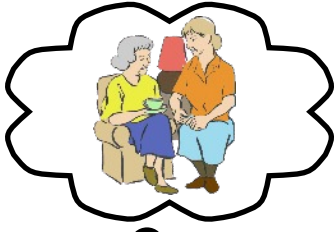
Mae nifer o bobl gyda anabledd dysgu yn cael fwy o broblemau iechyd na pobl eraill ac angen mwy o gymorth efo'i iechyd.



Mae pobl a'u gofalwyr yn disgwyl derbyn y cefnogaeth mae nhw angen er mwyn bod yn annibynnol ac yn rhan o'u cymuned.

## Beth rydym yn meddwl dylai ddigwydd

Dylem:



- cynllunio o flaen llaw i sicrhau fod gan gofalwyr hŷn y cymorth mae nhw angen er mwyn cario ymlaen i ofalu

- cydweithio er mwyn cyllunio gwasanaethau iechyd gwell ar gyfer pobl hŷn efo anabledd dysgu



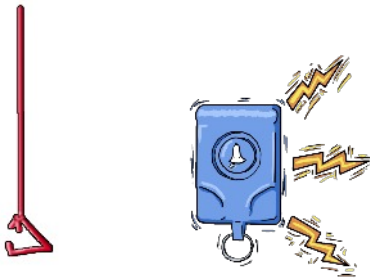
- rhoi cymorth i bobl gyda anabledd dysgu i gael gofal iechyd da drwy wybodaeth sydd ar gael nyrsys cyswllt a gwasanaethau iechyd sydd yn gwneud newidiadau er mwyn cefnogi nhw'n dda



- sicrhau bod gwasanaethau iechyd a gofal chymdeithasol yn gweithio gyda'i gilydd i gefnogi pobl gyda llawer o anghenion iechyd



- sicrhau bod gennym y staff cywir er mwyn helpu pobl i aros yn ddiogel ac yn annibynnol



- darganfod ffyrdd allu defnyddio technoleg fel larymau a switshis i helpu pobl i fod yn fwy annibynnol



- cael mwy o staff sydd yn siarad Cymraeg



- gweithio gyda mudiadau eraill i sicrhau bod gennym y math o dai mae pobl angen



- sicrhau bod yr holl siroedd yn gweithio yn yr un ffordd i hel gwybodaeth a cynllunio beth mae pobl angen.



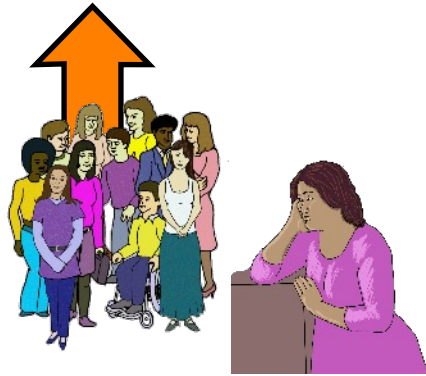


## 5. Iechyd meddwl



### Beth rydym wedi darganfod

Mae gan rhan fwyaf o bobl yng Ngogledd Cymru iechyd meddwl gwell na gweddill Cymru.



Rydym yn meddwl bydd mwy o bobl angen gwasanaethau iechyd meddwl.



Bydd rhaid i gynghorau allu cefnogi mwy o bobl gyda llai o bres.



Mae pobl gyda iechyd meddwl gwael fel arfer gyda iechyd corfforol gwael hefyd.



Mae gan mwy o bobl anghenion iechyd meddwl cymhleth ac angen triniaeth yn yr ysbyty.



Ond yn aml nid oes digon o welyau ac mae rhaid i bobl fynd i ysbyty y tu allan i Ogledd Cymru. Nid yw hyn yn iawn i bobl a'u teuluoedd.



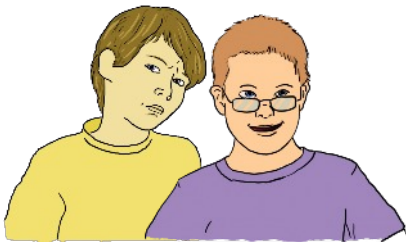
Mae pobl gyda iechyd meddyliol gwael yn aml yn unig neu yn poeni am bres, gwaith neu lle mae nhw'n byw.



Rydym angen cynllun clir am beth sy'n digwydd pan mae pobl yn symud yn ôl i'w cymuned o'r ysbyty.



Gall hyn gynnwys cefnogaeth gartref, mudiadau cymunedol, cyflogwyr a gwasanaethau tai.



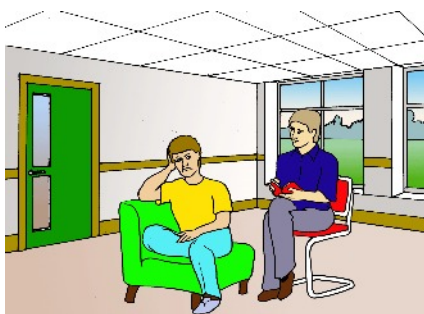
Rydym angen gwasanaethau iechyd meddwl gwell ar gyfer pobl awtistig a plant a phobl ifanc.

## **Beth rydym yn meddwl dylai ddigwydd**

Dylem:



- edrych ar yr adroddiad i weld os oes angen i ni wneud mwy o waith ar unrhyw beth



- gwella ar gefnogi pobl yn fuan a helpu nhw i ddeall iechyd meddwl



- edrych os rydym angen mwy o staff sydd yn siarad Cymraeg yn gweithio yn y gwasanaethau iechyd meddwl



- deall faint o bobl sydd angen gwasanaethau iechyd meddwl yn yr ysbyty.



## 6. Gofalwyr

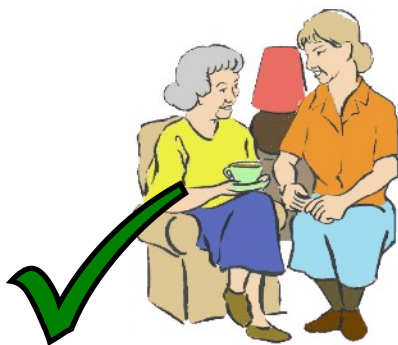


### Beth rydym wedi darganfod

Mae'r darn yma am ofalwyr sydd ddim yn cael eu talu. Pobl fel teulu a ffrindiau.



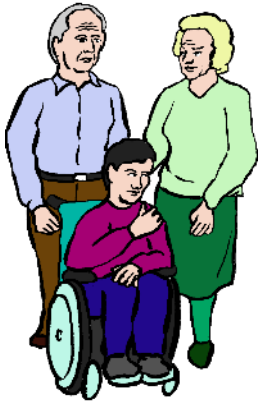
Mae gofalwyr yn gwneud gwaith andros o bwysig, ac yn arbed llawer o bres i ni drwy gefnogi pobl gartref.



Mae'n bwysig ofnadwy bod ganddynt y cefogaeth mae nhw angen.



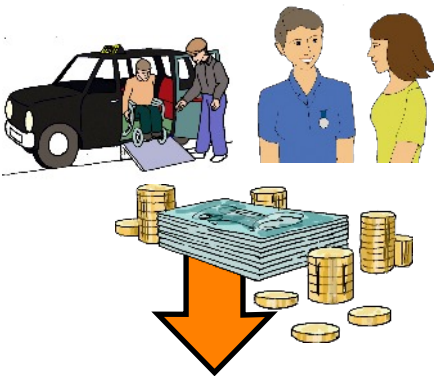
Mae hanner yr holl ofalwyr yn gweithio hefyd. Mae nhw angen llawer o gefnogaeth gan eu cyflogwyr a gweithwyr eraill.



Mae rhan fwyaf o ofalwyr rhwng 50 a 64 mlwydd oed. Ond mae yna 1,000 o ofalwyr ifanc.



Bydd nifer y gofalwyr yng Ngogledd Cymru yn dal i godi wrth i fwy o bobl fod angen gofal cymdeithasol.



Mae yna llai o bres ar gael. Mae gwasanaethau i ofalwyr a'r bobl mae nhw'n eu cefnogi yn mynd y llai. Mae hyn yn cynnwys trafnidiaeth, rhywun i siarad gyda, ysbaid byr a cefnogaeth yn yr ysbyty.

## Beth rydym yn meddwl dylai ddigwydd

Dylem:

- ddarganfod mwy am beth mae gofalwyr angen. Bydd gweithiwr newydd yn edrych ar hyn

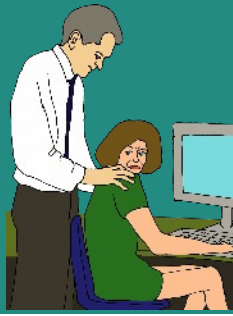




- ddarganfod pa wasanaethau sy'n rhoi y cefnogaeth orau i ofalwyr a defnyddio y syniadau yma mewn ardaloedd eraill



- dweud wrth Llywodraeth Cymru beth rydym wedi darganfod er mwyn eu helpu i ysgrifennu eu cynllun ar gyfer gofalwyr.



## 7. Trais yn erbyn merched, cam-drin domestig a cham-drin rhywiol



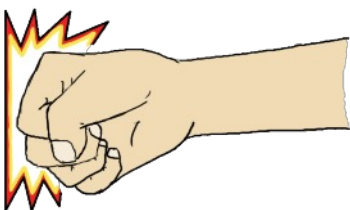
Mae trais yn erbyn merched a cham-drin rhywiol yn cynnwys **cam-drin domestig**, trais ac ymysodiad rhywiol.



**Cam-drin domestig** yw pan mae aelod o'ch teulu neu rhywun rydych yn byw efo yn trin chi yn wael drwy:



- pigo arnoch chi neu dweud pethau cas

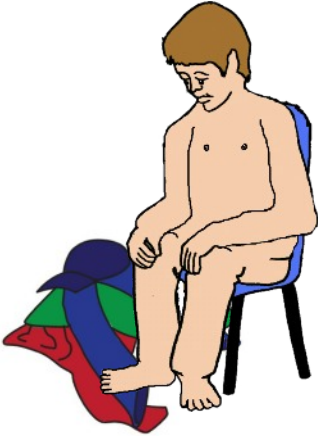


- brifo chi

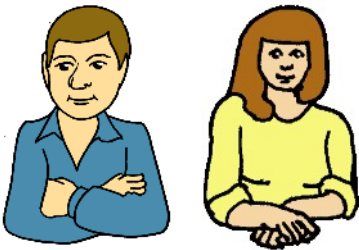




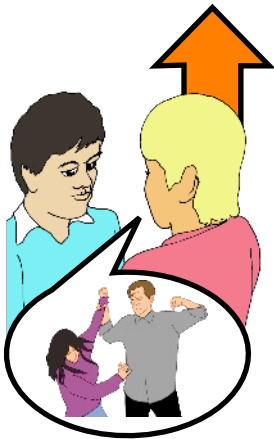
- gorfodi chi i wneud pethau rydych chi ddim eisiau



- gorfodi chi i wneud pethau rhywiol pan rydych chi ddim eisiau



Mae cam-drin domestig a rhywiol yn gallu digwydd i ddynion a merched.



Mae mwy o bobl yn dweud wrth rhywun am y troseddau yma. Ond mae nifer o bobl yn dal i aros yn ddistaw.



Mae cefnogi **dioddefwyr** y troseddau yma yn costio £66 miliwn y flwyddyn yng Ngogledd Cymru.



## Beth rydym wedi darganfod

Rydym angen mwy o wasanaethau i:

- fedru cysylltu efo gwasanaethau eraill sydd yn cadw oedolion yn ddiogel



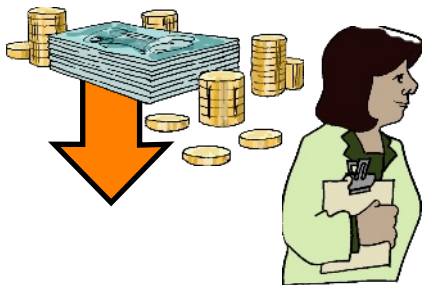
- cefnogi plant a phobl ifanc mewn teuluoedd lle mae yna cam-drin domestig neu rhywiol



- helpu **dioddefwyr** i fyw mewn rhywle diogel



- cael gwybod am bobl sydd angen cymorth arbennig. Er enghraifft, pobl o wahanol grwpiau **ethnig**.



## Beth rydym yn meddwl dylai ddigwydd

Mae gennym llai o bres i wario. Rydym angen gweld sut mae hyn yn effeithio y gwasanaethau yma.



Mae Llywodraeth Cymru wedi ysgrifennu cynllun ynglyn â trais yn erbyn merched, **cam-drin domestig** a cham-drin rhywiol.



Dylai hyn helpu i gwasanaethau cyhoeddus a mudiadau cymunedol i weithio yn well gyda'i gilydd a chynnwys **dioddefwyr** cam-driniaeth.



Rydym angen ysgrifennu cynllun lleol i ddweud sut rydym am wneud hyn.



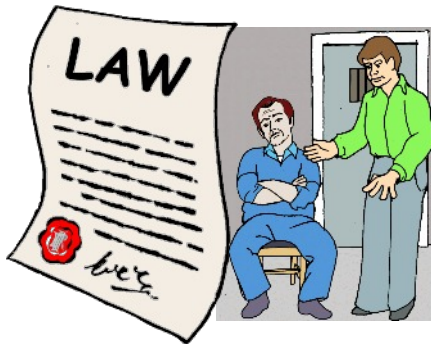
Byddem yn defnyddio gwybodaeth o'r adroddiad yma.



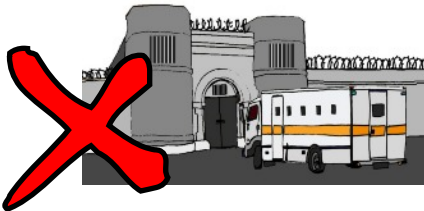
Os gwelwch yn dda, cysylltwch gyda ni os oes gennych unrhyw beth hoffech chi ddweud wrthym i helpu gyda'r cynllun. Mae ein manylion ar y cefn.



## 8. Pobl yn y carchar



Mae'r gyfraith rwan yn dweud fod rhaid i gynghorau gefnogi pobl yn y carchar pan mae nhw'n symud yn ol i'r gymuned.



Mae rhaid iddynt weithio gyda gwasanaethau eraill i gynllunio eu gofal a chymorth a cheisio atal nhw fynd yn ol i'r carchar eto.



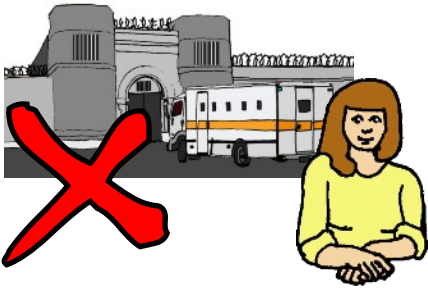
### Beth rydym wedi darganfod

Bydd Carchar Berwyn yn helpu dynion i baratoi i ddychwelyd i'r gymuned ac aros allan o drafferth.

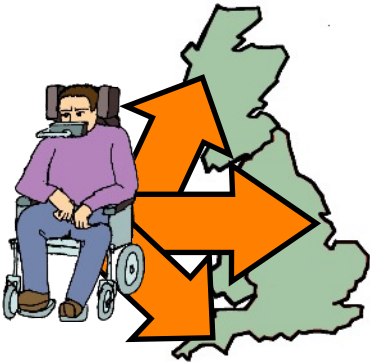


Dach chi'n siarad Cymraeg

Mae'n bwysig cael staff sy'n siarad Cymraeg.



Ond nid oes gennym garchar fel hon i ferched yng Ngogledd Cymru a mae rhaid iddynt fynd i ardaloedd eraill.



Hefyd, mae dynion sydd angen llawer o ofal iechyd neu cymorth yn gorfod mynd i carchardai tu allan i Ogledd Cymru.

## Beth rydym yn meddwl dylai ddigwydd



Rydym yn gwybod bod angen gwneud fwy o waith ar hyn, yn cynnwys:

- darganfod sut mae carchar Berwyn yn gweithio a sut i gefnogi pobl sydd methu mynd yno



- dysgu gan y carchardai yn de Cymru



- gweithio efo mudiadau eraill



- gwell cefnogaeth i ferched a phobl ifanc yn y carchar, a'i teuluoedd



- gwell gofal iechyd a chymdeithasol a tai i bobl pan mae nhw'n gadael y carchar.



## 9. Pobl sydd wedi gwasanaethu yn y lluoedd



Mae'r **lluoedd** yn golygu y fyddin, llynges neu'r llu awyr.



Mae pobl sydd wedi bod yn y lluoedd yn cael eu galw yn **cyn-filwyr**.



Mae hyn yn cynnwys gwirfoddolwyr.

2014						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



**Beth rydym wedi darganfod**

Roedd tua 51,000 o **cyn-filwyr** yng Ngogledd Cymru yn 2014.



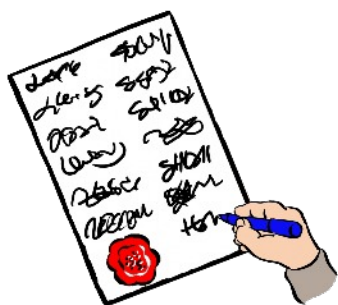


Rydym angen fwy o wybodaeth am faint o **cyn-filwyr** sydd yna a pa wasanaethau mae nhw angen. Yn enwedig rheini sydd yn siarad Cymraeg.



Nid yw llawer o **cyn-filwyr** yn gwbod am y gwasanaethau sydd ar gael i gefnogi nhw.

## Beth rydym yn meddwl dylai ddigwydd



Mae y gwasanaethau wedi gaddo rhoi yr help mae **cyn-filwyr** angen. Dylent:



- weithio efo'i gilydd i atal **cyn-filwyr** fod yn unig a rhoi cymorth iddynt fyw yn annibynnol



- bod gyda staff sydd yn deall sut i weithio efo **cyn-filwyr**



- dweud wrth **cyn-filwyr** lle mae nhw yn medru cael cymorth a gofal o ansawdd da



- dylai cynghorau a gwasanaethau iechyd rhoi y cymorth iawn i **cyn-filwyr**, yn enwedig ar gyfer eu iechyd meddwl



- cefnogi **cyn-filwyr** i wirfoddoli i helpu iddynt gael swyddi



- darganfod pa gefnogaeth mae **cyn-filwyr** sydd yn ofalwyr angen.

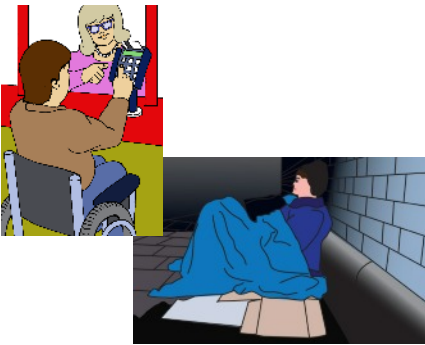


## 10. Pobl digartref



### Beth rydym wedi darganfod

Mae cyfraith o'r enw y Deddf Tai yn ein helpu i gefnogi pobl digartref yn well. Ond efallai bydd hyn yn anoddach pan mae'r pres am y gwaith yn dod i ben.

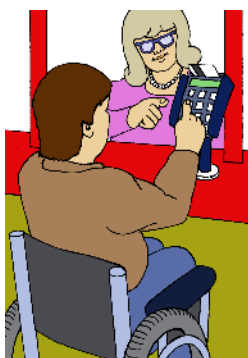


Mae newidiadau i wasanaethau eraill neu **budd-daliadau** hefyd yn medru effeithio pobl digartref ac yn golygu eu bod angen mwy o gymorth.



Mae'n bwysig gwneud gymaint a phosib i atal pobl fod yn ddigartref. Yn enwedig pobl ifanc.

## Beth rydym yn meddwl dylai ddigwydd



Dylem:

- edrych ar sut mae newidiadau i budd-daliadau yn effeithio pobl digartref



- helpu pobl i aros yn eu cymunedau lleol os bosib



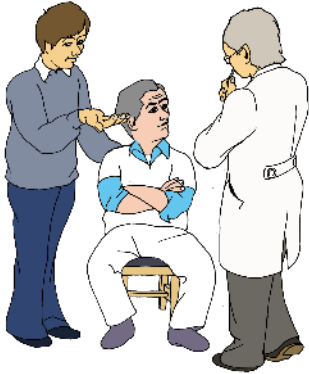
- gweithio efo cymdeithasau tai a mudiadau eraill i gefnogi pobl sydd mewn perygl o fod yn digartref



- edrych ar lle nad oes gennym y gwasathau mae pobl angen.



# 11. Pobl awtistig



## Beth rydym wedi darganfod

Weithiau mae gan oedolion a phlant awtistig anabledd dysgu neu angen cymorth gyda'i iechyd meddwl.



Mae Llywodraeth Cymru yn gweithio ar wasanaeth awtistig cenedlaethol.



Mae oedolion a phant awtistig yn dweud bod angen mwy o wasanaethau i'w cefnogi efo:

- helpu teimladau ac ymddygiad



- sgiliau bywyd



- cyfarfod pobl eraill a gwneud pethau yn y gymuned.



## Beth rydym yn meddwl dylai ddigwydd

Dylem:



- wneud yn siwr bod grwpiau cymunedol a gwirfoddol yn dweud wrth bobl awtistig sut fedrith nhw eu cefnogi nhw



- wneud yn siwr bod y cyhoedd, yr heddlu, cyflogwyr a gwasanaethau cyhoeddus yn deall mwy am awtistiaeth a'r mathau gwahanol o gefnogaeth gall pobl awtistig fod angen.



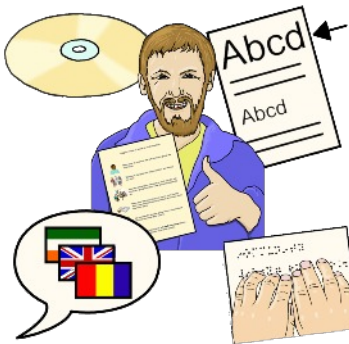
# Beth sy'n digwydd nesaf



Megis dechra yn unig yw yr adroddiad yma, ond rydym wedi dysgu llawer.



Byddem yn siarad am yr adroddiad yma ac yn gwneud newidiadau.



Byddem yn rhannu yr adroddiad mewn ffyrdd gwahanol.

2 YEARS						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



Pob 2 flynedd byddem yn ail edrych os yw pethau wedi newid.

EBRILL 2017						
M	T	W	T	F	S	S
30						<b>1</b>
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29



Bydd yr adroddiad yn mynd ar wefannau bob cyngor a'r **bwrdd iechyd** ar y 1af Ebrill 2017.



Bydd yn helpu i ni ddeall pa wasnaethau rydym angen cynllunio a prynu.



Mae o hefyd yn dangos ein bod angen darganfod mwy am rhai grwpiau i wneud yn siwr ei bod nhw yn derbyn y gwasanaethau mae nhw angen.





# Beth mae'r geiriau yn feddwl

## **Eiriolaeth**

Eiriolaeth yw pan mae rhywun annibynnol yn helpu i chi siarad ar eich rhan.

## **Asesiad**

Darganfod pa cymorth mae pobl angen.

## **Budd-Daliadau**

Pres gan y llywodraeth i dalu am bethau pob dydd.

## **Plant mewn peryg neu mewn gofal**

Plant yw rhain sydd efallai ddim yn ddiogel gartref ac efallai yn cael eu gofalu gan wasanaethau cymdeithasol.

## **Cynghorau**

Mae cynghorau lleol yn darparu gwasanaethau yn eu ardal nhw yn cynnwys gofal cymdeithasol.

## **Dementia**

Salwch sydd yn effeithio yr ymennydd a'r cof, rhan amlaf mewn pobl hŷn.

## **Ethnig**

Eich grŵp ethnig yw eich cefndir neu o ble da chi'n dwad.

## **Lluoedd**

Y fyddin, y llynges neu'r llu awyr.

## **Bwrdd iechyd**

Y mudiad sydd yn cynllunio a talu am y gwasanaethau iechyd.

## **Trosedd ar-lein**

Pan mae rhywun yn eich dychryn neu dwyn pres neu gwybodaeth personol drwy ddefnyddio y we.

## **Grŵp Llywio**

Grŵp o bobl sydd yn gwneud yn siwr fod prosiect neu darn o waith yn cael ei wneud yn iawn.

## **Treth**

Pan rydych yn gweithio, rydych yn talu peth o'r pres rydych yn ennill fel treth i'r llywodraeth. Mae nhw yn defnyddio y pres i dalu am wasanaethau cyhoeddus.

## **Masnachu pobl a ecsbloetiaeth rhywiol**

Mae masnachu pobl yn drosedd difrifol. Mae'n meddwl bod bobl eraill yn dwad a chi i wlad (neu symud chi i wlad arall) ac yn eich dychryn a gorfodi chi i wneud gwaith neu bethau eraill dydach chi ddim eisiau gwneud. Mae hyn yn medru cynnwys cael rhyw.

## **Cyn-filwr**

Rhywun sydd wedi bod yn y fyddin, y llynges neu'r llu awyr.

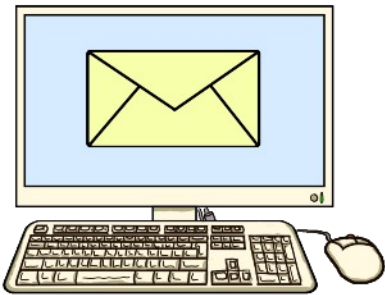
## **Dioddefwr**

Rhywun sydd wedi ei effeithio gan trosedd, bwlio neu cam-drin.

# Sut i gysylltu gyda ni



Galwch Sarah Bartlett ar:  
**01824 712432**



Neu ebostiwch:  
**[sarah.bartlett@denbighshire.gov.uk](mailto:sarah.bartlett@denbighshire.gov.uk)**

# Credydau



Mae'r papur yma wedi ei dynulio a'i gynhyrchu drwy y wasanaeth 'EasyRead' gan 'Inspired Service Publishing Ltd'.  
Cyf: ISL 175 16. Mawrth 2017.



Mae'n cwrdd â'r Safon 'EasyRead' Ewropeaidd.

Gyda diolch i grwpiau Hunan Eiriolaeth Gogledd Ddwyrain Cymru a Hunan Eiriolaeth Dinbych a Phrestatyn.



Mae'r gwaith celf yn cynnwys deunydd o'r 'Inspired EasyRead Collection' ac ni ellir ei ddefnyddio yn unrhyw le arall heb ganiatâd ysgrifenedig gan 'Inspired Services'.

[www.inspired.pics](http://www.inspired.pics)