LEFEL 2 IECHYD A GOFAL CYMDEITHASOL: EGWYDDORION A CHYD-DESTUNAU

CANLLAW GWYBODAETH I DDYSGWYR

CYNNWYS

Cyflwyniad a nodau T3
Trosolwg o'r fframwaith T3
Strwythur y Cymhwyster T4
Beth yw Amcanion Asesu (AA)? T5
Beth yw berf orchmynnol? T5
Beth yw ystyr ymgysylltu â'r sector? T7
Beth yw dyddiadur myfyriol a log ymgysylltu â'r sector? T7
Sut y gallaf baratoi ar gyfer yr arholiad ysgrifenedig? T8
Beth fydd yr Asesiad Di-arholiad yn ei gynnwys? T8
Rhestr termau T10
Pa swyddi sydd yn y sector iechyd a gofal cymdeithasol? T16
Ble y gallaf ddod o hyd i adnoddau i'm helpu i ddysgu? T18

CYFLWYNIAD A NODAU

Croeso i gymhwyster Lefel 2 Iechyd a Gofal Cymdeithasol: Egwyddorion a Chyd-destunau CBAC, a gafodd ei gymeradwyo gan Cymwysterau Cymru i'w addysgu i ddysgwyr ôl-16 yng Nghymru am y tro cyntaf o fis Medi 2019.

Mae mwy o wybodaeth ac adnoddau ar gael yma:

https://www.dysguiechydagofal.cymru/cymwysterau/

Nod y Canllaw i Ddysgwyr hwn yw rhoi arweiniad i chi ar y canlynol:

- gofynion y cymhwyster
- y sgiliau y gallwch eu datblygu
- gofynion a phrosesau asesu
- cynllunio gwaith adolygu
- ymgysylltu â'r sector.

TROSOLWG O'R FFRAMWAITH

Uchelgais Llywodraeth Cymru yw datblygu gweithlu iechyd a gofal cymdeithasol medrus, sy'n uchel ei fri fel proffesiwn a gyrfa ddelfrydol, ac sy'n cael ei gydnabod am y rôl hanfodol mae'r sector yn ei chwarae wrth ddarparu gofal a chymorth i bobl.

Rhwng 2015 a 2016 cynhaliodd Cymwysterau Cymru adolygiad o'r holl gymwysterau iechyd a gofal cymdeithasol, a gofal plant y gellid eu hariannu yng Nghymru. Yn dilyn yr adolygiad, daeth Cymwysterau Cymru i'r casgliad bod y nifer mawr o gymwysterau oedd ar gael yn rhy ddryslyd i ddysgwyr, rhieni/gofalwyr a chyflogwyr.

O ganlyniad i'r canfyddiadau hyn, comisiynodd Cymwysterau Cymru City & Guilds a CBAC (y Consortiwm) i ddatblygu 19 o gymwysterau newydd gyda'r bwriad o ddiwallu anghenion datblygol y sector iechyd a gofal cymdeithasol, a'r sector gofal plant. Rydym wedi gweithio'n agos gyda Cymwysterau Cymru, Gofal Cymdeithasol Cymru, Addysg a Gwella Iechyd Cymru, cyrff eraill yn y sector, tiwtoriaid, athrawon ac aseswyr yn y gweithle i sicrhau bod y cymwysterau newydd yn arloesol, yn addas at y diben ac o'r ansawdd gorau.

Mae City & Guilds a CBAC yn Gyrff Dyfarnu cydnabyddedig. Mae hyn yn golygu ein bod wedi cael ein cymeradwyo gan Cymwysterau Cymru, a chyrff eraill ledled y DU, i lunio, datblygu, cyflwyno a dyfarnu cymwysterau yn unol ag amodau a rheoliadau penodol.

Gallwch ddysgu mwy am adolygiad Cymwysterau Cymru yma:

https://qualificationswales.org/cymraeg/cyhoeddiadau/hsc-report/

P'un a ydych yn yr ysgol neu'r coleg, bydd y gyfres o gymwysterau iechyd a gofal cymdeithasol newydd yn diwallu eich anghenion. Mae'r cymwysterau hyn, sydd ar gael o Lefel 1 i Lefel 5, gan gynnwys TGAU a TAG UG a Safon Uwch, yn rhoi cyfleoedd i symud ymlaen, p'un a ydych yn ystyried camu i fyd gwaith, datblygu eich gyrfa neu'n gobeithio mynd i'r coleg neu'r brifysgol.

Gallwch ddysgu mwy am y fframwaith cymwysterau yma:

http://wjec-website.azurewebsites.net/media/1985/wjec-vs-city-guilds_qualifications-offer_jan20_welsh.pdf

STRWYTHUR Y CYMHWYSTER

Bydd cymhwyster Lefel 2 Iechyd a Gofal Cymdeithasol: Egwyddorion a Chyd-destunau yn eich galluogi i ddatblygu a dangos eich gwybodaeth, eich sgiliau a'ch dealltwriaeth yng nghyd-destun gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol.

Ar ôl cwblhau'r cymhwyster hwn, byddwch yn gallu dangos eich bod yn:	
1	Deall yr egwyddorion a'r gwerthoedd craidd sy'n sail i ymarfer iechyd a gofal cymdeithasol a'u cymhwyso at amrywiaeth o gyd-destunau iechyd a gofal cymdeithasol.
2	Deall sut y gellir nodi anghenion unigryw unigolion ac ymateb iddynt.
3	Gallu myfyrio ar sut y caiff dulliau gweithredu person-ganolog eu mabwysiadu mewn cyd-destunau iechyd a gofal cymdeithasol.
4	Deall rolau swyddi a swyddogaethau yn y sector iechyd a gofal cymdeithasol.
5	Deall sut mae gwahanol leoliadau, asiantaethau a gwasanaethau yn cydweithio er mwyn darparu gofal i unigolion.
6	Gallu defnyddio sgiliau llythrennedd, rhifedd a chymhwysedd digidol fel sy'n briodol yn eich astudiaethau.

Mae cymhwyster Lefel 2 Iechyd a Gofal Cymdeithasol: Egwyddorion a Chyd-destunau yn gymhwyster unedol sy'n golygu y gellir asesu mewn camau. Mae'n cynnwys dwy uned orfodol;

Uned 1: Hybu iechyd a llesiant drwy gydol camau bywyd			
Asesiad Allanol	90 munud	80 marc	40% o'r cymhwyster cyfan
Arholiad (a gaiff ei sefyll naill ai ar sgrîn neu fel papur ysgrifenedig) sy'n cynnwys amrywiaeth o fathau o gwestiynau er mwyn asesu holl gynnwys y fanyleb sy'n ymwneud ag iechyd a llesiant drwy gydol camau bywyd yn Uned 1. Mae pob cwestiwn yn orfodol.			

Uned 2: Iechyd a gofal cymdeithasol mewn perthynas â chefnogi darpariaeth sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau ar gyfer gofal person-ganolog			
Asesiadau di-arholiad mewnol	10 awr	120 marc	60% o'r cymhwyster cyfan
Mae'r uned hon yn cynnwys dau aseiniad. Mae Aseiniad 1 yn cynnwys dewis o ddwy astudiaeth achos a chwestiynau. Yn Aseiniad 2, rhaid i chi ddefnyddio'r wybodaeth a'r ddealltwriaeth rydych wedi'u datblygu drwy ymgysylltu â'r sector.			

Argymhellir yn gryf eich bod wedi cwblhau'r cymhwyster Lefel 2 Iechyd a Gofal Cymdeithasol: Craidd, neu eich bod yn gwneud hynny ar hyn o bryd.

Erbyn diwedd cymhwyster lefel 2, byddwch hefyd wedi meithrin y wybodaeth, y ddealltwriaeth a'r sgiliau sylfaenol y bydd eu hangen arnoch i'ch helpu i symud ymlaen i astudiaethau pellach neu swydd yn y sector iechyd a gofal cymdeithasol.

BETH YW AMCANION ASESU (AA)?

Mae amcanion asesu (AA) yn cyfeirio at y sgiliau y bydd angen i chi eu dangos wrth ateb cwestiynau mewn arholiad neu aseiniad. Mae cymhwyster Lefel 2 Iechyd a Gofal Cymdeithasol: Egwyddorion a Chyd-destunau yn cynnwys tri amcan asesu.

Bydd yr arholiad a'ch gwaith cwrs yn targedu'r amcanion asesu hyn yn unol â'r pwysoliadau canlynol:

Amcan	Gofynion
AA1	Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o egwyddorion a chyd-destunau iechyd a gofal cymdeithasol
AA2	Cymhwyso gwybodaeth a dealltwriaeth o egwyddorion a chyd-destunau iechyd a gofal cymdeithasol.
AA3	Dadansoddi a myfyrio ar agweddau ar egwyddorion a chyd-destunau iechyd a gofal cymdeithasol.

BETH YW BERF ORCHMYNNOL?

Geiriau gorchmynnol penodol a gaiff eu defnyddio i dargedu pob un o'r AA.

AA	Gorchymyn	Gofynion yr ymateb
AA1	Diffiniwch	Rhowch union ystyr
	Disgrifiwch	Nodwch nodweddion/prif nodweddion neu rhowch ddisgrifiad byr
	Rhowch	Rhowch/enwch/dewiswch/nodwch ffeithiau neu enghreifftiau byr (o ffynhonnell benodol neu drwy ddwyn i gof)
	Nodwch (identify)	Fel yn achos 'rhowch'
	Rhestrwch	Fel yn achos 'rhowch'
	Enwch	Fel yn achos 'rhowch'
	Amlinellwch	Nodwch y prif bwyntiau/rhowch ddisgrifiad byr neu nodwch y prif nodweddion
	Nodwch (state)	Fel yn achos 'rhowch'
	Awgrymwch	Cyflwynwch syniad, rheswm neu gam gweithredu posibl
	Crynhowch	Dewiswch a chyflwynwch y prif bwyntiau (heb fanylion)

Cwestiynau enghreifftiol AA1:

1. Diffiniwch ystyr y term gofal person-ganolog.
2. Disgrifiwch sut y gallai gwaith amlddisgyblaethol helpu Muriel i gyflawni'r ddau ganlyniad llesiant personol a nodwyd gennych.
3. Rhowch un enghraifft o ffactor economaidd a allai effeithio ar dwf a datblygiad.
4. Nodwch ddau o'r canlyniadau llesiant personol yr hoffai Muriel eu cyflawni.
5. Rhestrwch dri o fanteision ymarfer person-ganolog i'r unigolyn.
6. Amlinellwch sut mae anghenion sylfaenol Muriel wedi newid ar ôl ei strôc ddiweddar.
7. Nodwch dair ffordd y mae mynychu'r ysgol gynradd leol yn cyfrannu at dwf a datblygiad Ahmed.
8. Lluniwch grynodeb ar gyfer pob gweithiwr iechyd a gofal cymdeithasol.

AA	Gorchymyn	Gofynion yr ymateb
AA2	Cymhwyswch	Defnyddiwch eich gwybodaeth a'ch dealltwriaeth o ddamcaniaeth neu gysyniad a chysylltu hynny â chyd-destun penodol
	Cyfrifwch	Canfyddwch yr ateb o'r ffeithiau, ffigurau neu wybodaeth a roddwyd
	Disgrifiwch	Rhowch fanylion effaith, h.y. yr hyn sydd wedi newid/digwydd
	Esboniwch	Rhowch fanylion a rhesymau dros sut a pham mae rhywbeth fel y mae
	Eglurwch	Defnyddiwch ddiagram neu eiriau i ddangos yn glir sut mae cysyniad neu ddamcaniaeth yn gweithio mewn cyd-destun penodol
	Dehonglwch	Troswch y wybodaeth a roddwyd i ffurf arall
	Dangoswch	Fel yn achos 'eglurwch'
	Defnyddiwch	Cymhwyswch y wybodaeth a ddarparwyd at ddamcaniaeth neu gysyniad penodol

Cwestiynau enghreifftiol AA2:

1. Mae gan frawd iau Nadia barlys yr ymennydd. Disgrifiwch yr effeithiau y gallai hyn eu cael ar ddatblygiad Nadia.
2. Esboniwch unrhyw heriau posibl y bydd angen eu goresgyn er mwyn i Muriel gael mynediad at wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol yn y dyfodol.

AA	Gorchymyn	Gofynion yr ymateb
AA3	Aseswch	Lluniwch farn wybodus
	Dadansoddwch	Archwiliwch fater yn fanwl a sut mae'r rhannau'n berthnasol i'r cyfan, esboniwch a dehonglwch
	Cymharwch	Nodwch ac esboniwch elfennau tebyg a gwnewch sylwadau arnynt
	Ystyriwch	Darllenwch y wybodaeth a roddwyd ac ymatebwch iddi
	Cyferbynnwch	Nodwch ac esboniwch wahaniaethau a gwnewch sylwadau arnynt
	Trafodwch	Archwiliwch fater yn fanwl/mewn ffordd strwythuredig, gan ystyried syniadau gwahanol
	Gwahaniaethwch	Nodwch ac esboniwch y gwahaniaethau rhwng syniadau neu bynciau
	Gwerthuswch	Lluniwch farn drwy bwyso a mesur tystiolaeth er mwyn dod i gasgliad
	Archwiliwch	Ymchwiliwch yn agos ac yn fanwl
	Cyfiawnhewch	Ategwch achos gan ddefnyddio tystiolaeth/dadl
	Argymhellwch	Cyflwynwch gynnig yn seiliedig ar resymau/tystiolaeth
	Myfyriwch	Gwerthuswch a/neu ystyriwch

Cwestiynau enghreifftiol AA3:

1. Aseswch yr effaith y gallai bod yn ofalwr ifanc ei chael ar hunangysyniad Thomas.
2. Ystyriwch yr effaith y gallai dewisiadau ffordd o fyw Rhoslyn ei chael ar ei hiechyd a'i llesiant.
3. Trafodwch sut mae egwyddorion Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) (2014) yn ceisio cefnogi a hybu canlyniadau iechyd a llesiant personol Muriel.
4. Myfyriwch ar sut mae bod ar leoliad gwaith ac ymgysylltu â'r sector wedi gwella eich gwybodaeth a'ch dealltwriaeth.

BETH YW YSTYR YMGYSYLLTU Â'R SECTOR?

Mae'r wybodaeth a'r ddealltwriaeth y byddwch yn eu datblygu drwy'r cymhwyster hwn yn berthnasol i'r gweithle. Drwy gymhwyso'r hyn rydych wedi'i ddysgu, gallwch gael profiadau 'bywyd go iawn' penodol o fewn amgylchedd yr ysgol/coleg a'r tu allan i'r amgylchedd hwnnw. Gelwir hyn yn Ymgysylltu â'r Sector.

Gellir gwneud hyn drwy ymgymryd ag o leiaf 10 diwrnod (neu 60 awr) o ymgysylltiad gorfodol â'r sector, sy'n cynnwys:

1. **Lleoliad gwaith o 5 diwrnod x 6 awr (neu'r hyn sy'n cyfateb i 30 awr)**

Diben y lleoliad gwaith yw rhoi cyfle i chi wneud y canlynol:

- cael profiad ymarferol o amodau gwaith mewn lleoliadau iechyd neu ofal cymdeithasol gwahanol
- cael gwybodaeth am amrywiaeth o yrfaoedd ym maes iechyd a gofal cymdeithasol drwy gysgodi unigolion mewn rolau gwahanol
- dysgu, cymhwyso ac ymarfer rhai o'r sgiliau sylfaenol sydd eu hangen i weithio mewn lleoliad iechyd a/neu ofal cymdeithasol, fel sgiliau cyfathrebu ac ati
- deall rôl arferion gwaith amlddisgyblaethol
- deall y ddeddfwriaeth briodol ym maes iechyd a gofal cymdeithasol.

2. **Gallwch gyflawni'r 30 awr arall o waith ymgysylltu â'r sector mewn amrywiaeth o ffyrdd gwahanol, gan gynnwys:**

- darlithoedd gwadd yn ymwneud â chynnwys yr uned (ymwelwyr iechyd, gweithwyr cymdeithasol, nyrsys, therapydd galwedigaethol ac ati)
- ymweliadau cyflogwyr
- ymweliadau â lleoliadau iechyd a gofal cymdeithasol (lle y bo'n briodol)
- sesiynau hyfforddi a mentora, gwneud ffrindiau, cynlluniau cyfeillio
- gwaith gwirfoddol sy'n briodol i'ch oedran ac ati, a drefnir gan gyflogwyr iechyd a gofal cymdeithasol.

Rhaid i chi gwblhau'r cofnod ymgysylltu â'r sector a lleoliad gwaith sydd ar gael ar dudalen y cymhwyster ar wefan www.dysguiechydagofal.cymru er mwyn dangos yr hyn a wnaethoch yn ystod eich oriau ymgysylltu â'r sector.

Cewch eich annog i ymgymryd â mwy na 10 diwrnod o waith ymgysylltu â'r sector lle bo hynny'n bosibl a chael profiad o ddau leoliad o leiaf.

BETH YW DYDDIADUR MYFYRIOL A LOG YMGYSYLLTU Â'R SECTOR?

- Bydd angen i chi gadw dyddiadur myfyriol a log o'ch gweithgareddau ymgysylltu â'r sector a'ch lleoliadau gwaith, a fydd yn eich helpu i gwblhau aseiniad 2 yn uned 2. Mae templed enghreifftiol ar gyfer y log ar gael yn yr atodiad. Yn eich dyddiadur, gallwch fod yn greadigol a chyflwyno eich tystiolaeth fel cofnod ysgrifenedig mewn dyddiadur, fel dogfen a luniwyd ar brosesydd geiriau neu hyd yn oed fel blog. Gall eich athro/tiwtor roi mwy o arweiniad i chi ar hyn.
- Dylech gadw cofnod yn eich dyddiadur bob dydd yn ystod eich lleoliad gwaith.
- Gallwch hefyd gwblhau cofnodion yn eich dyddiadur gan ddefnyddio trafodaethau byr a rheolaidd yn ystod dosbarthiadau i'ch galluogi i fyfyrio ar eich profiadau a'r arferion gofal a welsoch yn eich lleoliad.
- Dylech hefyd gwblhau cofnod yn eich dyddiadur ar eich profiadau ehangach o ymgysylltu â'r sector, er enghraifft, ar ôl ymweliad gan siaradwr gwadd ac ati.
- Dylai eich dyddiadur hefyd gysylltu'r hyn rydych wedi'i ddysgu yn y dosbarth â lleoliadau iechyd neu ofal cymdeithasol go iawn.

SUT Y GALLAF BARATOI AR GYFER YR ARHOLIAD YSGRIFENEDIG?

- gallwch sefyll yr arholiad ar sgrîn neu fel papur ysgrifenedig ac mae'n cyfrif am 40% o'r cymhwyster, felly rhowch gynnig ar y ddwy ffordd cyn penderfynu
- mae pob cwestiwn yn orfodol a bydd cymysgedd o gwestiynau atebion byr a chwestiynau atebion hwy drwy gydol y papur - felly cofiwch ymarfer pob math o atebion
- edrychwch ar y papur enghreifftiol a'r cynllun marcio ar gyfer Uned 1 sydd ar gael ar wefan dysgu iechyd a gofal Cymru
- rhowch gynnig ar amrywiaeth eang o gwestiynau arholiad, yn yr ystafell ddosbarth ac fel gwaith cartref
- ymgyfarwyddwch â gosodiad y papur arholiad a gofynion y mathau gwahanol o gwestiynau, fel atebion byr, atebion strwythuredig ac atebion ysgrifenedig estynedig
- ewch ati i ymarfer ateb y cwestiynau sy'n gofyn am ymatebion ysgrifenedig estynedig, hwy
- deallwch y termau sy'n cael eu defnyddio'n aml mewn papurau arholiad
- rhowch gynnig ar amrywiaeth o dechnegau adolygu, e.e. gwneud cardiau fflach, gwneud siartiau a diagramau, gwneud nodiadau adolygu ac ymarfer hen bapurau.

Cyngor ar gyfer yr arholiad

- Cofiwch ddilyn y cyfarwyddiadau sy'n cael eu rhoi ar flaen y papur arholiad.
- Darllenwch bob cwestiwn yn ofalus ac amlygwch neu danlinellwch y geiriau allweddol.
- Ceisiwch osgoi defnyddio pwyntiau bwled gan fod hyn yn tueddu i gynhyrchu atebion cyfyngedig (tebyg i restr) – mae'n bwysig eich bod yn ehangu eich atebion ac yn rhoi ffaith, pwynt, esboniad neu reswm ac enghreifftiau da. Mae atebion un gair yn dderbyniol ond dim ond os yw'r cwestiwn yn gofyn am y math hwn o ateb.
- Edrychwch ar nifer y marciau sydd wedi'u dyrannu i bob cwestiwn a gwnewch yn siŵr bod eich atebion yn cynnwys digon o wybodaeth i ennill y marciau.
- Gwnewch yn siŵr bod eich atebion yn berthnasol i'r cwestiwn.
- Gwnewch yn siŵr bod eich ysgrifen yn ddarllenadwy a pheidiwch â defnyddio 'iaith negeseuon testun'.
- Cadwch lygad ar yr amser – dylech adael digon o amser ar y diwedd i ddarllen drwy'r papur yn ofalus er mwyn sicrhau eich bod wedi ateb pob cwestiwn yn llawn.

Beth fydd yr Asesiad Di-arholiad yn ei gynnwys?

- Mae'r uned hon yn cynnwys dau aseiniad a gaiff eu marcio'n allanol sy'n cyfrannu 60% at radd gyffredinol y cymhwyster. Fel rhan o'r asesiad hwn, rhaid i chi ddefnyddio'r wybodaeth a'r ddealltwriaeth rydych wedi'u datblygu drwy Uned 1 **ac** Uned 2.
- Bydd gennych bump awr (10 awr i gyd) i gwblhau pob tasg.
- Mae **Aseiniad 1** yn seiliedig ar astudiaeth achos. Byddwch yn dewis un o'r astudiaethau achos hyn ac yn ateb cwestiynau arni. Bydd yr astudiaethau achos yn adlewyrchu senarios bywyd go iawn y gellid dod ar eu traws wrth weithio neu fod ar leoliad gwaith mewn lleoliad iechyd neu ofal cymdeithasol.
- Mae **Aseiniad 2** yn seiliedig ar waith ymgysylltu â'r sector. Yn yr aseiniad hwn, rhaid i chi ddefnyddio'r wybodaeth a'r ddealltwriaeth rydych wedi'u datblygu drwy ymgysylltu â'r sector. Cewch weld eich log ymgysylltu â'r sector a'r nodiadau a wnaethoch yn ystod eich cyfnod ymgysylltu â'r sector wrth gwblhau'r dasg hon. Bydd darlithwyr/athrawon yn edrych ar y nodiadau hyn cyn yr asesiad er mwyn sicrhau mai eich

gwaith chi yw nhw.

- Dylech dreulio tua 6 awr ar aseiniad 1 a dylech gyflwyno'r dystiolaeth ar gyfer y dasg hon mewn tua 2,500 o eiriau.
- Dylech dreulio oddeutu 4 awr ar aseiniad 2; mae'r gwaith ymgysylltu â'r sector a'r lleoliad gwaith sy'n ofynnol ar gyfer aseiniad 2 yn ychwanegol at yr amser hwn. Dylech gyflwyno'r dystiolaeth ar gyfer y dasg hon mewn tua 2,500 o eiriau.
- Cewch eich cyflwyno i weithgareddau byr yn yr ystafell ddosbarth fel eich bod yn ymwybodol o'r mathau o ffyrdd o ysgrifennu canfyddiadau ac ati.

Cyngor ar gwblhau'r asesiad di-arholiad

- Dylid cwblhau pob tasg yn annibynnol – ni chaniateir gwaith grŵp.
- Mae angen i chi sicrhau eich bod yn deall y llwybr drwy'r dasg a bod gennych wybodaeth am bob un o'r adrannau cyn i chi ddechrau.
- Gellir ysgrifennu tasgau â llaw neu ar brosesydd geiriau.
- Nid oes yn rhaid i chi gael gwybodaeth gynradd gan unigolyn, grŵp penodol o bobl na gweithiwr proffesiynol. Os byddwch yn penderfynu gwneud hynny, yna mae'n rhaid i chi a'r ganolfan gadw'r wybodaeth yn gyfrinachol a chydymffurfio â'r Rheoliad Cyffredinol ar Ddiogelu Data (GDPR).
- Rhaid i chi sicrhau eich bod chi a'ch athro yn llofnodi'r daflen glawr ar ddiwedd y dasg.

RHESTR TERMAU

Isod, ceir rhestr o dermau a all fod yn ddefnyddiol i chi wrth i chi astudio’r cymhwyster hwn.

Camdriniaeth	Niwed a achosir gan unrhyw un sydd â phŵer dros berson arall. Gall hyn gynnwys aelodau o'r teulu, ffrindiau, gofalwyr di-dâl a gweithwyr iechyd neu ofal cymdeithasol. Mae sawl math gwahanol o gam-drin, gan gynnwys niwed corfforol neu esgeulustod, a cham-drin geiriol, emosiynol neu rywiol. Gall oedolion sydd mewn perygl hefyd gael eu cam-drin yn ariannol gan bobl y maent yn ymddiried ynddynt.
Atebolrwydd	Pan fydd person neu sefydliad yn gyfrifol am sicrhau bod pethau'n digwydd ac mae disgwyl iddynt hefyd egluro beth ddigwyddodd a pham.
Gofal acíwt	Gofal iechyd y mae person yn ei gael yn yr ysbyty ar ôl cael anaf, llawdriniaeth neu salwch sydyn.
Penderfyniad a wneir ymlaen llaw	Penderfyniad am driniaeth feddygol y byddai unigolyn am ei chael neu na fyddai am ei chael yn y dyfodol, pe bai'n methu â gwneud penderfyniadau oherwydd salwch neu am nad oes ganddo'r gallu i gydsynio.
Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod	Mae Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod yn brofiadau trawmatig sy’n digwydd cyn 18 oed ac sy’n cael eu cofio gan unigolion drwy gydol eu bywydau. Mae’r profiadau hyn yn amrywio o gael eu cam-drin yn eiriol, yn feddyliol, yn rhywiol neu’n gorfforol, i gael eu magu mewn cartref lle ceir trais domestig, camddefnyddio alcohol, rhieni’n gwahanu neu gamddefnyddio cyffuriau. Dengys tystiolaeth fod plant sy’n cael plentyndod gwael sy’n llawn straen yn fwy tebygol o ddatblygu ymddygiad sy’n niweidiol i iechyd ac ymddygiad gwrthgymdeithasol, yn fwy tebygol o wneud yn wael yn yr ysgol, yn fwy tebygol o ymwneud â throseddu ac, yn y pen draw, yn llai tebygol o fod yn aelod cynhyrchiol o gymdeithas.
Eiriolaeth	Mae eiriolaeth yn helpu ac yn galluogi pobl sy'n ei chael hi'n anodd cyfathrebu eu diddordebau i arfer eu hawliau, mynegi eu barn, ystyried a gwneud dewisiadau hyddysg.
Y broses heneiddio	Mae'n cynnwys colli gwallt, colli tôn y cyhyrau, symudedd, cryfder, sgiliau echddygol manwl, golwg a chlyw.
Gweithiwr Proffesiynol Perthynol i Iechyd	Pobl sy'n darparu gwahanol fathau o ofal iechyd ond nad ydynt yn feddygon, yn nyrsys nac yn fferyllwyr. Mae'r disgrifiad yn cynnwys amrywiaeth eang o rolau, gan gynnwys ffisiotherapyddion, therapyddion galwedigaethol, deietegwyr, podiatregwyr ac eraill.
Asesu	Y broses o ganfod pa anghenion sydd gan unigolyn. Bydd asesiad gofal yn edrych ar sut mae'n ymdopi â gweithgareddau bob dydd, fel gofalu am ei hun, tasgau yn y cartref a mynd allan.
Byw â Chymorth	Tai (dan berchenogaeth breifat fel arfer) i bobl hŷn neu anabl, lle gall **pobl** fyw yn **eu** fflat eu hunain o fewn datblygiad mwy, ac efallai y darperir cymorth - fel help gyda phrydau bwyd neu olchi dillad - er mwyn diwallu anghenion penodol.
Ymreolaeth	Gallu rheoli a gwneud dewisiadau ynghylch bywyd a'r rhyddid i benderfynu beth sy'n digwydd. Hyd yn oed pan fydd angen llawer o ofal a chymorth ar unigolyn, dylai allu gwneud ei ddewisiadau ei hun o hyd a chael ei drin ag urddas.

Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS)	Gwasanaethau arbenigol gan y GIG i blant a phobl ifanc hyd at 18 oed sy'n profi problemau emosiynol neu ymddygiadol, fel iselder, anawsterau bwyta, gorbryder, problemau cysgu, ymddygiad treisgar a dig, a phethau eraill.
Galluedd	Os oes gan rywun alluedd meddyliol, gall wneud ei benderfyniadau ei hun. Er mwyn gwneud hyn, mae angen i unigolion allu deall a chofio gwybodaeth a chyfleu'n glir – gan ddefnyddio dulliau geiriol neu ddulliau di-eiriau – yr hyn y maent wedi'i benderfynu. Efallai na fydd gan berson alluedd oherwydd problem iechyd meddwl, dementia neu anabledd dysgu.
Fforymau gofal	Sefydliadau gwirfoddol, dielw yw'r rhain, sy'n rhoi llais cyfunol i ddarparwyr iechyd, gofal cymdeithasol a llesiant yn y drafodaeth ar sut i sicrhau'r canlyniadau gorau i'r rhai sydd angen gofal a chymorth. Maent hefyd yn darparu hyfforddiant, yn rhannu arfer gorau ac adnoddau ac yn pwysleisio ei bod hi'n bwysig i weithwyr gofal fod yn ymwybodol o'r ddeddfwriaeth gyfredol.
Arolygiaeth Gofal Cymru (AGC)	Mae AGC yn cofrestru, yn arolygu ac yn cymryd camau gweithredu i wella ansawdd a diogelwch gwasanaethau er mwyn sicrhau llesiant pobl Cymru.
Llwybr Gofal	Cynllun i ofalu am rywun sydd â chyflwr iechyd penodol ac a fydd yn symud rhwng gwasanaethau. Mae'n nodi, mewn un ddogfen, beth fydd yn digwydd, pryd a phwy sy'n gyfrifol.
Cynlluniau Gofal	Cynllun ysgrifenedig ar ôl asesiad, sy'n nodi pa anghenion gofal a chymorth sydd gan berson, sut y cânt eu diwallu a pha wasanaethau y bydd unigolyn yn eu cael. Dylai unigolyn gael y cyfle i gyfrannu'n llawn at ei gynllun a dweud beth yw ei flaenoriaethau ei hun. Os bydd unigolyn yn byw mewn cartref gofal neu'n mynychu gwasanaeth dydd, gall ei gynllun gofal dyddiol gael ei alw'n gynllun gofal hefyd.
Cyflwr cronig	Salwch neu gyflwr iechyd hirdymor nad oes modd ei wella ond sy'n gallu cael ei reoli fel arfer â meddyginiaethau, triniaethau, gofal a chymorth.
Archwiliad clinigol	Ffordd o ganfod a yw'r gofal iechyd a ddarperir gan sefydliad penodol yn ddigon da, a beth sydd angen ei wella. Mae'n golygu edrych ar sut y dylai pethau gael eu gwneud, cymharu hyn â'r hyn sy'n digwydd go iawn, gwneud newidiadau os oes angen, ac yna edrych eto i weld a oes gwelliannau wedi cael eu gwneud.
Llwybrau Clinigol	Adnoddau yw llwybrau clinigol sy'n cael eu defnyddio i lywio gofal iechyd sy'n seiliedig ar dystiolaeth.
Codau Ymddygiad ac Ymarfer Proffesiynol	Y safonau proffesiynol y mae'n rhaid i nyrsys, bydwragedd, gweithwyr nyrsio cyswllt a gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol proffesiynol eraill eu cyrraedd er mwyn cofrestru i ymarfer yn y DU.
Gwasanaethau wedi'u Comisiynu	Yr hyn a ddarperir yn dilyn gwaith i gynllunio gwasanaethau er mwyn bodloni gofynion iechyd neu ofal cymdeithasol y boblogaeth, datblygu a rheoli contractau gyda darparwyr er mwyn sicrhau eu bod yn cyrraedd y safonau ar gyfer monitro ac adolygu ansawdd, diogelwch a pherfformiad y gwasanaeth.
Cynghorau Iechyd Cymuned (CICau)	Mae CICau yn darparu help a chyngor os oes gennych broblemau neu gwynion ynghylch un o wasanaethau'r GIG. Maent yn sicrhau bod eich barn a'ch anghenion yn dylanwadu ar y polisïau a'r cynlluniau sydd ar waith gan ddarparwyr yn eich ardal, maent yn monitro ansawdd gwsanaethau'r GIG o'ch safbwynt chi a gallant roi gwybodaeth i chi am fynediad i'r GIG.
Cyd-glefydedd	Byw gyda mwy nag un cyflwr iechyd ar yr un pryd.
Cyflyrau cynhenid	Diffygion ar y galon, taflod hollt, troed glwb, syndrom alcohol y ffoetws.

Cydsyniad	Rhoi caniatâd i rywun wneud rhywbeth.
Cydgynhyrchu	Pan gaiff unigolyn ei gynnwys fel partner cyfartal yn y broses o ddylunio'r cymorth a'r gwasanaethau a ddarperir iddo.Mae'r broses o gydgynhyrchu yn cydnabod bod gan y bobl sy'n defnyddio gwasanaethau gofal cymdeithasol (a'u teuluoedd) wybodaeth a phrofiad y gellir eu defnyddio er mwyn helpu i wella gwasanaethau, nid yn unig iddyn nhw ond i bobl eraill sydd angen gofal cymdeithasol.
Cyflwr dirywiol	Salwch sy'n gwaethygu dros amser.
Dementia	Term sy'n disgrifio grŵp o symptomau sy'n gysylltiedig â dirywiad yn y cof neu sgiliau meddwl eraill sy'n ddigon difrifol i amharu ar allu person i gyflawni gweithgareddau bob dydd. Mae clefyd Alzheimer yn cyfrif am 60-80% o achosion.
Urddas	Bod yn deilwng o barch fel person a chael eich trin fel eich bod yn cyfrif.
Galluogi	Ffordd o helpu rhywun i fod yn fwy annibynnol drwy ddatblygu'r gallu i symud a gwneud tasgau bob dydd ei hun.
Gofal Diwedd Oes	Cymorth i bobl yn ystod misoedd neu flynyddoedd olaf eu hoes.
Sgiliau echddygol manwl	Rheolaeth dros gyhyrau bach yn y bysedd a'r dwylo, megis gafael cledrol, gafael pinsiwrn, gafael trybedd, defnyddio cyllell a fforc a datblygu sgiliau tynnu llun.
Sgiliau echddygol bras	Meithrin rheolaeth dros gyhyrau mawr, megis rheoli'r pen, eistedd, cropian, cerdded, rhedeg, meithrin ymdeimlad o gydbwysedd, hercian, dringo, neidio, taflu a chicio pêl.
Byrddau Iechyd	Mae'r saith Bwrdd Iechyd Lleol (BILl) yng Nghymru yn cynllunio, yn sicrhau ac yn darparu gwasanaethau gofal iechyd yn eu hardaloedd.
Gofal cyfannol	Gofal a chymorth sy'n trin y person cyfan ac yn ystyried ei anghenion i gyd ar yr un pryd – corfforol, seicolegol, cymdeithasol ac ysbrydol.
Cyflwr hirdymor	Salwch neu gyflwr iechyd nad oes modd ei wella ond sy'n gallu cael ei reoli fel arfer â meddyginiaethau, neu driniaethau eraill. Mae enghreifftiau'n cynnwys asthma, diabetes, arthritis, epilepsi a phethau eraill.
Trafod â llaw *(Manual handling)*	Pan fyddwch yn symud neu'n codi rhywun neu rywbeth sy'n drwm ac a allai achosi straen corfforol.
Menopos	Newidiadau corfforol - mislif yn stopio neu'n afreolaidd, chwysu yn y nos, chwiwiau poeth, croen sych, gwain sych, cur a phoen yn y cyhyrau a'r cymalau.
Economi gofal gymysg	Gwasanaethau a ddarperir gan amrywiaeth o ffynonellau gan gynnwys y sector statudol, y sector preifat a'r trydydd sector. Mae gofal statudol yn cynnwys gwasanaethau y mae'r wladwriaeth yn talu amdanynt ac yn eu darparu, gan gynnwys Llywodraeth Cymru a llywodraeth leol - er enghraifft, gwasanaethau'r GIG, ysbytai, canolfannau iechyd, gwasanaethau awdurdodau lleol, gofal cymdeithasol a gwasanaethau wedi'u comisiynu. Mae gofal preifat yn cynnwys gwasanaethau sy'n cael eu rhedeg fel busnesau - er enghraifft, BUPA, deintyddion preifat, cartrefi preswyl/nyrsio. Mae'r trydydd sector yn cynnwys elusennau cofrestredig, sefydliadau, grwpiau hunangymorth a grwpiau cymunedol.
Model Gofal	Ffordd o ddarparu gofal sy'n seiliedig ar set o gredoau ac egwyddorion ynglŷn â'r hyn sy'n iawn a'r hyn sy'n gweithio orau. Mae amrywiaeth o ffyrdd gwahanol o ddarparu gofal, a bydd pob sefydliad yn penderfynu pa fodel i'w ddefnyddio.
Gweithio amlasiantaethol	Pan fydd sefydliadau gwahanol yn cydweithio i ddarparu amrywiaeth o gymorth i bobl sydd ag ystod eang o anghenion.

Timau Amlddisgyblaethol	Tîm o weithwyr proffesiynol gwahanol - fel meddygon, nyrsys, therapyddion, seicolegwyr, gweithwyr cymdeithasol, ac eraill - sy'n cydweithio i ddarparu gofal a chymorth sy'n diwallu anghenion gofal.
GIG	Gwasanaeth Iechyd Gwladol.
Y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (NICE)	Sefydliad sy'n darparu cyngor ac arweiniad er mwyn gwella gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru a Lloegr. Mae'n edrych ar yr holl dystiolaeth ar yr hyn sy'n gweithio a'r hyn nad yw'n gweithio a'r gost, ac mae'n rhoi cyngor ar ba driniaethau a gofal y dylid eu cynnig i bobl.
Canlyniadau	Ym maes gofal cymdeithasol, mae 'canlyniad' yn cyfeirio at nod neu amcan yr hoffai unigolyn ei gyflawni neu y mae angen iddo ei gyflawni – er enghraifft, parhau i fyw yn ei gartref ei hun, neu allu mynd allan. Dylai unigolion allu dweud pa ganlyniadau sydd bwysicaf iddynt a chael cymorth i gyflawni'r canlyniadau.
Gofal lliniarol	Gofal a ddarperir i rywun os oes ganddynt salwch cynyddol, datblygedig nad oes gwellhad iddo. Y nod yw rheoli poen a symptomau eraill a helpu pobl i gael yr ansawdd bywyd gorau posibl. Gall gofal lliniarol gael ei ddarparu gartref neu mewn ysbyty neu hosbis.
Gofal person-ganolog	Gofal sy'n canolbwyntio ar anghenion y person yn hytrach nag anghenion y gwasanaeth.
Ymarferwr	Person sy'n gweithio mewn swydd fedrus fel gwaith cymdeithasol, nyrsio neu feddygaeth, gan ddarparu gofal neu gymorth i bobl yn uniongyrchol.
Beichiogrwydd	Mae'r newidiadau corfforol yn cynnwys magu pwysau, bronnau tyner mwy o faint, troethi aml, llosg cylla, rhwymedd a chrampiau yn y coesau
Gofal Cychwynnol	Y pwynt cyswllt cyntaf yn y gwasanaeth iechyd, fel arfer y meddyg teulu, nyrs practis, fferyllydd lleol, deintydd neu ganolfan galw heibio'r GIG.
Corff proffesiynol	Sefydliad sy'n cynrychioli grŵp o bobl sydd i gyd yn rhan o'r un proffesiwn, fel meddygon neu weithwyr cymdeithasol. Mae corff proffesiynol yn cefnogi ei aelodau a gall hefyd sicrhau bod y gwaith y maent yn ei wneud o safon ddigonol.
Gofal Iechyd Darbodus	Gofal iechyd sy'n cyd-fynd ag anghenion ac amgylchiadau cleifion ac sy'n osgoi gofal gwastraffus.
Glasoed	Newidiadau corfforol gwahanol sy'n digwydd mewn merched/bechgyn, gan gynnwys tyfu'n sydyn a newidiadau hormonaidd.
Iechyd y Cyhoedd	Mae iechyd y cyhoedd yn golygu iechyd y boblogaeth fel grŵp, yn hytrach nag unigolion.
Ailalluogi	Ffordd o helpu unigolyn i gadw'n annibynnol drwy roi cyfle iddo ailddysgu neu adfer rhai o'r sgiliau byw bob dydd y gallai fod wedi eu colli o ganlyniad i salwch, damwain neu anabledd.
Adsefydlu	Pan gaiff unigolyn ei helpu i wella ar ôl anaf neu salwch ac adfer y gallu i wneud pethau drosto ei hun.
Gofal seibiant	Gwasanaeth sy'n rhoi seibiant i ofalwyr drwy ddarparu gofal byrdymor i'r person ag anghenion gofal yn ei gartref ei hun neu mewn lleoliad preswyl. Gall olygu ychydig o oriau yn ystod y dydd neu gyda'r nos, gwarchod dros nos, neu seibiant tymor hwy. Gall hefyd fod o fudd i'r person ag anghenion gofal drwy roi cyfle iddo roi cynnig ar weithgareddau newydd a chwrdd â phobl newydd.
Gwydnwch	Gallu unigolyn i addasu'n llwyddiannus i dasgau bywyd yn wyneb anfantais gymdeithasol neu amodau andwyol eraill, fel problemau o ran y teulu neu gydberthnasau, problemau iechyd, pryderon ynglŷn â'r gweithle a phryderon ariannol.

Ymarfer myfyriol	Ymarfer myfyriol yw ffordd o astudio eich profiadau eich hun er mwyn gwella'r ffordd y mae gweithwyr proffesiynol yn gweithio.
Cofnod Sgiliau Tyfu	Adnodd sgrinio safonedig sy'n seiliedig ar ymchwil i asesu cerrig milltir datblygiadol ymhlith plant a gall ddangos unrhyw oedi posibl yn natblygiad plant cyn oed ysgol. Cafodd ei gyflwyno gan Lywodraeth Cymru i'w ddefnyddio â phob plentyn Dechrau'n Deg pan fyddant yn 2 ac yn 3 oed. Mae'n mesur sgiliau manipiwleiddio, ymsymud, gweld, clywed, iaith a lleferydd, rhyngweithiol, hunanofal a chymdeithasol.
Gwasanaeth di-dor	Pan ddarperir gofal mewn ffordd ddidrafferth, gyda chydlynu da rhwng yr unigolion a'r sefydliadau dan sylw, heb unrhyw fylchau.
Gofal Eilaidd	Gofal a ddarperir yn yr ysbyty, i gleifion mewnol neu gleifion allanol. Gall hwn fod yn ofal wedi'i gynllunio neu'n ofal brys. Mae'n fwy arbenigol na gofal cychwynnol.
Grwpiau hunangymorth	Grwpiau o bobl yw'r rhain sy'n rhoi cymorth i'w gilydd mewn grŵp hunangymorth. Efallai fod gan yr aelodau broblemau, cyflyrau, caethiwed neu brofiadau sy'n gyffredin.
Hunanofal	Pethau y gall unigolion eu gwneud drostynt eu hunain er mwyn cadw mor iach â phosibl. Mae'n cynnwys popeth o fwyta'n iach, i ofalu am fân anhwylderau, i reoli cyflwr hirdymor fel diabetes. Nid yw'n golygu ymdopi ar eu pen eu hunain heb feddyg, nyrs neu weithiwr proffesiynol arall.
Defnyddiwr gwasanaeth	Person sy'n cael gwasanaethau gan ddarparwyr gofal a chymorth.
Gofal Cymdeithasol	Unrhyw help y gallai fod ei angen ar unigolyn, fel gofal personol neu gymorth ymarferol, i fyw bywyd mor gyfforddus ac annibynnol â phosibl, oherwydd oed, salwch neu anabledd.
Gofal Cymdeithasol Cymru	Sefydliad a ariennir gan Lywodraeth Cymru sy'n ceisio gwella ansawdd y gofal a'r cymorth y gall pobl ddisgwyl eu cael yng Nghymru.
Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014	Cyfraith sy'n ceisio teilwra gofal a chymorth i anghenion unigolyn, gan ei helpu i fyw bywyd fel y mae'n dymuno ac aros yn annibynnol am fwy o amser.
Camau Chwarae	Chwarae unigol, chwarae cyfochrog, chwarae drwy wylio, chwarae drwy ymuno a chwarae cydweithredol.

Rhanddeiliaid	Pobl neu grwpiau sydd â diddordeb yn yr hyn y mae sefydliad yn ei wneud, ac y mae penderfyniadau a gweithredoedd y sefydliad yn effeithio arnynt. Pan fydd sefydliad - fel cyngor lleol neu un o ymddiriedolaethau'r GIG - yn bwriadu gwneud newidiadau i'r ffordd mae'n gweithio neu'r gwasanaethau a gynigir ganddo, gall gynnal ymgynghoriad â rhanddeiliaid er mwyn canfod barn pobl a dysgu am eu profiadau.
Gofal Trydyddol	Gofal iechyd arbenigol iawn sy'n galw am arbenigedd a chyfarpar penodol sydd ond ar gael mewn ysbytai arbenigol. Mae enghreifftiau'n cynnwys triniaeth ar gyfer canser, llawdriniaeth ar y galon a phethau eraill.
Trydydd sector	Term a ddefnyddir i ddisgrifio'r amrywiaeth o sefydliadau nad ydynt yn y sector cyhoeddus na'r sector preifat. Mae'n cynnwys sefydliadau gwirfoddol a chymunedol (elusennau cofrestredig a sefydliadau eraill, fel cymdeithasau, grwpiau hunangymorth a grwpiau cymunedol), mentrau cymdeithasol a chydweithredol.

Gofalwyr di-dâl/anffurfiol	Mae gofalwr anffurfiol yn cynnwys unrhyw unigolyn, fel aelod o'r teulu, ffrind neu gymydog, sy'n rhoi cymorth rheolaidd, parhaus i unigolyn arall heb gael tâl am hynny. Yn aml, mae'r rhain yn gweithio ochr yn ochr â gweithwyr proffesiynol/ ymarferwyr.
Gofal Heb ei Drefnu	Gwasanaethau iechyd neu ofal cymdeithasol sydd heb eu cynllunio.
Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015	Pan fyddant yn gwneud penderfyniadau, mae angen i gyrff cyhoeddus sicrhau eu bod yn ystyried yr effaith y gallai'r penderfyniadau hynny ei chael ar fywydau pobl yng Nghymru yn y dyfodol.
Gofalwr ifanc	Person ifanc, 18 oed neu iau, sy'n gofalu am, neu'n helpu i ofalu am, aelod o'r teulu neu ffrind sydd â salwch, anabledd neu broblem ag alcohol neu gyffuriau. Gallant fod yn gyfrifol am goginio, glanhau, siopa, gofal personol neu gymorth emosiynol.

PA SWYDDI SYDD YN Y SECTOR IECHYD A GOFAL CYMDEITHASOL?

Rolau Gofal Cymdeithasol

- **Rolau ategol:** nid yw'r rolau hyn yn cynnwys gofal uniongyrchol ond maent yn hanfodol i weithrediad sefydliad; er enghraifft, cogydd neu gynorthwyydd cegin, gweithiwr cadw tŷ neu weithiwr domestig, gyrrwr neu reolwr trafnidiaeth, gweithiwr cynnal a chadw.
- **Rolau gofal uniongyrchol:** mae'r rolau hyn yn cynnwys gweithio'n uniongyrchol gyda phobl sydd angen gofal a chymorth; er enghraifft, gweithiwr gweithgareddau, gweithiwr gofal, cynorthwyydd personol, gweithiwr adsefydlu, gweithiwr eirioli.
- **Rolau rheoli:** mae'r rolau hyn yn cynnwys cyfrifoldebau rheoli; er enghraifft, arweinydd tîm neu oruchwylydd, rheolwr, cydlynydd arbenigol fel cydlynydd dementia neu ofal diwedd oes.
- **Rolau cymorth gofal cymdeithasol eraill:** er enghraifft, swyddog cymorth tai, cydlynydd gwirfoddolwyr, swyddog hawliau lles, hyfforddwr neu aseswr, cynghorydd cyflogaeth.
- **Rolau proffesiynol rheoleiddiedig:** mae'r rolau hyn yn golygu bod yn rhaid bod gweithiwr wedi'i gofrestru â chorff rheoleiddiedig er mwyn ymarfer. Mae'n rhaid cael cymwysterau perthnasol a allai gynnwys diploma neu radd israddedig; er enghraifft, gweithiwr cymdeithasol, cwnselydd.

Rolau gofal iechyd

- **Proffesiynau perthynol i iechyd:** deietegydd, ffisiotherapydd, podiatregydd, therapydd iaith a lleferydd, radiograffydd ac ati.
- **Tîm gwasanaethau ambiwlans:** parafeddyg, gweithiwr derbyn galwadau, cynorthwyydd gofal brys.
- **Tîm deintyddol:** deintydd, nyrs ddeintyddol, hylenydd deintyddol.
- **Meddygon:** meddygon teulu, llawfeddygaeth gyffredinol, meddyg paediatrig.
- **Gwybodeg iechyd:** gweinyddu cofnodion iechyd a chleifion, rheoli prosiectau a rhaglenni.
- **Gwyddor gofal iechyd:** gwyddorau gwaed, darparwr cymhorthion clyw, gwyddorau anadlol, ffisioleg a chysgu.
- **Rheoli:** rheolwr clerigol, rheolwr cyllid, rheolwr practis.
- **Proffesiynau cyswllt meddygol:** cydymaith meddygol, ymarferwr gofal llawfeddygol.
- **Bydwreigiaeth:** bydwraig.
- **Nyrsio:** nyrs oedolion, nyrs plant, nyrs ardal, nyrs anabledd dysgu, nyrs iechyd meddwl.
- **Fferylliaeth:** fferyllydd, cynorthwyydd fferyllol, technegydd fferyllol.
- **Therapïau seicolegol:** cwnselydd, seicotherapydd, seicolegydd.
- **Iechyd y cyhoedd:** ymwelydd iechyd, nyrs iechyd galwedigaethol, nyrs ysgol.
- **Tîm gofal iechyd ehangach:** staff diogelwch, glanhäwr ffenestri, porthor.

Gofal a chymorth yn y cartref: gwasanaeth yw hwn i unigolion sydd am fyw yn eu cartrefi eu hunain, gyda chymorth, yn ôl yr angen. Gellir cynnig y gwasanaeth hwn hefyd i unigolion ag anghenion iechyd, gofal a chymorth cymhleth. Caiff unigolion eu cynorthwyo â materion yn ymwneud â dewis a rheoli, cyfathrebu, bwyta a gofal maethol, rheoli poen, hylendid personol, cymorth ymarferol a phreifatrwydd. Am fod gweithwyr gofal yn cynorthwyo unigolion â'u hanghenion gofal a chymorth, gallant barhau i fyw yn eu cartrefi eu hunain.
Rolau swyddi: swyddog cymorth, gweithiwr cymorth, gweithiwr gofal.

Gofal i blant a phobl ifanc: mae gweithwyr proffesiynol allweddol yn cydweithio i ddarparu gofal a chymorth mewn perthynas ag addysg, cyflogaeth, iechyd, tai a llesiant. Caiff unigolion eu cynorthwyo gan weithwyr gofal i gyflawni eu canlyniadau.
Rolau swyddi: gweithiwr gofal preswyl, gofalwr maeth.

Plant mewn perygl/plant mewn angen: mae gweithwyr proffesiynol allweddol o'r awdurdod lleol, yr heddlu, yr ymddiriedolaeth iechyd a'r gwasanaeth prawf yn cydweithio. O ganlyniad i'r gwaith amlasiantaeth hwn, caiff cynllun gofal a chymorth ei roi ar waith i amddiffyn y plentyn.
Rolau swyddi: gweithiwr cymdeithasol, gweithiwr cymorth plant a phobl ifanc.

Ailalluogi: gwasanaeth byr, dwys, dros dro yw hwn a gaiff ei ddarparu yn y cartref fel arfer. Caiff ei gynnig i unigolion sy'n gwella ar ôl salwch neu anaf. Ar ôl cynnal asesiad o'r hyn y gall unigolyn ei wneud, caiff nodau byrdymor eu pennu er mwyn cyflawni canlyniadau. Gall y rhain gynnwys cymorth i wisgo, defnyddio'r grisiau, golchi a pharatoi prydau bwyd. Am fod gweithwyr gofal yn helpu unigolion i gyflawni eu canlyniadau, efallai y gallant adfer eu hannibyniaeth.
Rolau swyddi: gweithiwr gofal ailalluogi, therapydd galwedigaethol ailalluogi, gweithiwr cymorth ailalluogi.

Gofal a chymorth nyrsio a phreswyl: yn dibynnu ar anghenion yr unigolyn, darperir cymorth gyda gweithgareddau bob dydd - fel hylendid personol, gwisgo, bwyta a cherdded. Darperir gofal nyrsio i unigolion sydd angen gofal meddygol yn ogystal â help gyda gweithgareddau bob dydd. Caiff unigolion eu cynorthwyo gan weithwyr gofal i gyflawni eu canlyniadau.
Rolau swyddi: nyrs, cynorthwyydd gofal, rheolwr cartref gofal.

Nid yw'r rhestr yn gynhwysfawr.

Gallwch gael mwy o wybodaeth am rolau swyddi, llwybrau gyrfa a'r cymwysterau sydd eu hangen drwy'r dolenni isod:

- Gyrfa Cymru
  https://gyrfacymru.llyw.cymru/
- GIG Cymru
  http://www.weds.wales.nhs.uk/gyrfaoedd-gig-cymru
- Fframwaith Cymwysterau Gofal Cymdeithasol Cymru
  https://gofalcymdeithasol.cymru/fframwaith-cymwysterau

BLE Y GALLAF DDOD O HYD I ADNODDAU I'M HELPU I DDYSGU?

Gallai'r gwefannau, y llyfrau a'r cylchgronau isod fod yn ddefnyddiol i chi wrth i chi astudio'r cymhwyster hwn:

Gofal Cymdeithasol Cymru

https://gofalcymdeithasol.cymru/

Yn cynnig gwybodaeth ac adnoddau er mwyn cefnogi prosesau recriwtio, sefydlu, datblygiad proffesiynol parhaus a chymwysterau. Mae gwybodaeth hefyd am reoleiddio hyfforddiant ac arfer gorau.

Gofal Cymdeithasol Cymru: Defnyddio'r Gymraeg yn y Gweithle

https://gofalcymdeithasol.cymru/dysgu-a-datblygu/defnyddior-gymraeg-yn-y-gweithle

Dysgwch pam mae'n bwysig defnyddio'r Gymraeg yn y gweithle a'r hyn y mae Gofal Cymdeithasol Cymru yn ei wneud i hyrwyddo'r defnydd o'r Gymraeg yn y sector iechyd a gofal cymdeithasol a'r sectorau blynyddoedd cynnar a gofal plant yng Nghymru. Mae adnoddau ar gael i helpu cyflogwyr a gweithwyr i hyrwyddo'r fenter hon.

Gofal Cymdeithasol Cymru: Diogelu

https://gofalcymdeithasol.cymru/dysgu-a-datblygu/diogelu

Adnoddau diogelu.

Gofal Cymdeithasol Cymru: Hyb Gwybodaeth a Dysgu

https://gofalcymdeithasol.cymru/hyb/hafan

Siop un stop ar gyfer gwybodaeth ac adnoddau mewn perthynas â deddfwriaeth gofal cymdeithasol Cymru. Mae'r Hyb yn cynnwys llawer o wybodaeth a deunyddiau dysgu i'ch helpu i ddysgu am y Deddfau. Caiff adnoddau eu hychwanegu a'u diweddaru'n rheolaidd.

Arolygiaeth Gofal Cymru

https://arolygiaethgofal.cymru/

Rheoleiddiwr annibynnol ar gyfer cofrestru ac arolygu gofal cymdeithasol yng Nghymru.

Addysg a Gwella Iechyd Cymru

https://aagic.gig.cymru/

Mae AaGIC yn chwarae rôl arweiniol ym maes addysgu, hyfforddi, datblygu a llunio'r gweithlu gofal iechyd yng Nghymru. Ymhlith ei brif swyddogaethau mae addysg a hyfforddiant, datblygu a moderneiddio'r gweithlu, datblygu arweinwyr, cynllunio'r gweithlu yn strategol, gwybodaeth am y gweithlu, gyrfaoedd ac ehangu mynediad.

Gwasanaethau Gweithlu, Addysg a Datblygu GIG Cymru: Gyrfaoedd GIG Cymru

http://www.weds.wales.nhs.uk/gyrfaoedd-gig-cymru

Mae Gyrfaoedd GIG Cymru yn rhan o Addysg a Gwella Iechyd Cymru (AaGIC). Mae'r wefan hon yn helpu pobl ar bob cam o'u gyrfa i ddysgu mwy am rolau iechyd a'r cyfleoedd sydd ar gael.

Fforwm Gofal Cymru

https://www.careforumwales.co.uk/?page=

Mae Fforwm Gofal Cymru yn cynrychioli dros 450 o gartrefi gofal, cartrefi nyrsio a darparwyr iechyd a gofal cymdeithasol annibynnol eraill ledled Cymru.

Llywodraeth Cymru: Iechyd a Gofal Cymdeithasol

https://llyw.cymru/iechyd-a-gofal-cymdeithasol

Canllaw ar iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru.

Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014

https://gofalcymdeithasol.cymru/hyb/deddf-sswb

Ffeithluniau (*infographics*) hawdd eu deall sy'n egluro'r Ddeddf ac sydd ar gael i'w lawrlwytho.

Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2014

https://gofalcymdeithasol.cymru/hyb/rheoleiddio-ac-arolygu

Ffeithluniau hawdd eu deall sy'n egluro'r Ddeddf ac sydd ar gael i'w lawrlwytho.

Llywodraeth Cymru: Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015

https://llyw.cymru/deddf-llesiant-cenedlaethaur-dyfodol-cymru-2015-canllawiau

Ffeithluniau hawdd eu deall sy'n egluro'r Ddeddf ac sydd ar gael i'w lawrlwytho

Llywodraeth Cymru: Mwy na geiriau…

http://www.wales.nhs.uk/sites3/documents/415/WEB%20-%2016184_Narrative_w_WEB.pdf

Pecynnau gwybodaeth hawdd i'w deall sydd ar gael i'w lawrlwytho.

Iechyd Cyhoeddus Cymru

https://icc.gig.cymru/

Iechyd Cyhoeddus Cymru: Ymgyrchoedd a Chydweithio - Hybu Iechyd

http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/tudalen/44966

Iechyd Cyhoeddus Cymru: Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod

http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/tudalen/88518

Y Coleg Nyrsio Brenhinol: Beth yw gofal person-ganolog

https://rcni.com/hosted-content/rcn/first-steps/promoting-person-centred-care-and-patient-safety

Y Coleg Nyrsio Brenhinol: Egwyddorion ymarfer nyrsio

https://www.rcn.org.uk/professional-development/principles-of-nursing-practice

Cyngor Nyrsio a Bydwreigiaeth: Cod Ymddygiad Proffesiynol

https://www.nmc.org.uk/standards/code/

Cyngor proffesiynau iechyd a gofal: Safonau proffesiynol

https://www.hcpc-uk.org/cy-gb/safonau/

Llyfrau

Health and Social Care for GCSE, 2009, Mark Walsh, Collins, (Gwerslyfr a phecyn cymorth).

GCSE Health and Social Care, 2009, Angela Fisher, Stephen Seamons, Richard Cresswell,

Mike Anci, 2009, Folens. (Gwerslyfr a phecyn cymorth).

GCSE Health and Social Care, Liam Clarke, 2009, Nelson Thornes. (Gwerslyfr a phecyn cymorth).

GCSE Health and Social Care, Elisabeth Haworth, Andy Ashton, 2009, Pearson Education Cyf.

GCSE Health and Social Care, Hilary Thomson, Sylvia Aslangul, 2009, Hodder and Stoughton.

Child Care and Development 7fed Argraffiad, 2017, Pamela Minnett, Hodder Education.

Caring for Children A Foundation Course in Childcare and Education, 2009, Penny Tassoni, Heinneman.

Children's Care, Learning and Development (S/NVQ Level 2), 2008, Kate Beith, Penny Tassoni, Kate Bulman, Maria Robinson, Heinneman.

Cylchgronau

Nursing Times

The Carer.