

Cyflwyniad i ofal  
cymdeithasol

Introduction  
to social care



# Gofal cymdeithasol: Dolenni ac adnoddau defnyddiol



Gofalwn  
.cymru

WeCare  
.wales

Mae'r dudalen hon yn rhoi gwybodaeth i chi i'ch cefnogi chi neu'ch myfyrwyr i ddysgu am ofal cymdeithasol yng Nghymru.

Nid ydym yn gyfrifol am adnoddau a gynhyrchir gan sefydliadau eraill ond rydym wedi dewis rhai ffynonellau allanol o wybodaeth yn ofalus.

**I gael mynediad i'r dolenni i bob adran, cliciwch ddwywaith ar deitl y pwnc a bydd yn mynd â chi i wybodaeth bellach. Mae'r rhain i'w gweld ar ôl y dudalen gynnwys. Nid yw teitlau tudalennau cynnwys yn gysylltiadau. Er mwyn aros yn gyfredol, peidiwch â lawrlwytho neu argraffu.**

Os oes gennych unrhyw gwestiynau, cysylltwch â:  
[cyflwyniadiofalcymdeithasol@gofalcymdeithasol.cymru](mailto:cyflwyniadiofalcymdeithasol@gofalcymdeithasol.cymru)

**Gofalwn**  
**.cymru**

**WeCare**  
**.wales**

# Tabl o gynnwys

Beth yw gofal cymdeithasol?	1
Gyrfaoedd gofal cymdeithasol	1
Canllaw i fyfyrwyr ar ofal cymdeithasol yng Nghymru	1
'Dull seiliedig ar hawliau'	2
Rhinweddau a gwerthoedd	3
Dyletswydd gofal	3
Porth Data Gofal Cymdeithasol	3
Cenedlaethol Cymru	
Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014	4
Codau Ymarfer Proffesiynol	4
Cydraddoldeb, amrywiaeth a chynhwysiant	5
Rheoleiddwyr Gofal Cymdeithasol yng Nghymru	5
Cyfathrebiad	6
Dull seiliedig ar gryfderau (gan gynnwys gofal sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau)	6

# Tabl o gynnwys

Cymraeg	7
Diogelu	8
Hyrwyddo annibyniaeth (Cyfranogiad Gweithredol)	8
Dull amlasiantaethol	8
Cydnerthedd a lles personol	9
Cyfrinachedd	10
Cydsyniad	10
Gallu	10
Rheoli heintiau	
Gwirfoddoli	11
Dementia	11
DBS	12
Cymorth i mewn i waith	12
Gofal Cymdeithasol Cymru e-ddysgu	13
Mwy o e-ddysgu	16
Cofrestrwch gyda ni	18
Cysylltiadau	17/19



# Beth yw gofal cymdeithasol?

- [Gofalwn Cymru](#)
- [Gofal Cymdeithasol Cymru](#)
- [Beth yw gofal cymdeithasol a sut mae'n gweithio yng Nghymru?](#)
  
- [Llywodraeth Cymru: Fideo Cymru Iachach](#)
- [Llywodraeth Cymru: eich lles chi](#)

## Adnoddau gofal cymdeithasol myfyrwyr:

- [Gofalwn Cymru: Canllaw i fyfyrwyr ar ofal cymdeithasol yng Nghymru](#)
  
- [Cwestiwn o ofal](#)

## Gyrfa mewn Gofal

- [Gofalwn Cymru: cardiau gyrfa](#)
- [Gofalwn Cymru: rolau](#)
- [Gofal Cymdeithasol Cymru: fframwaith cymwysterau](#)
- [Llwybrau gyrfa blynyddoedd cynnar](#)



# Hawliau

- [Gofal Cymdeithasol Cymru: Hawliau](#)
- [Hawliau Dynol : Cyngor ar bopeth](#)  
(Saesneg yn unig)
- [UNICEF: Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn](#) (Saesneg yn unig)
- [Llywodraeth y DU: Hawliau plant](#)  
(Saesneg yn unig)
- Comisiynydd Plant Cymru:
- [adnoddau fideo yn egluro hawliau plant](#)
- [Ymagwedd hawliau plant at ofal cymdeithasol yng Nghymru](#)
- [adnoddau ar gyfer gweithwyr proffesiynol](#)
- [Arolygiaeth Gofal Cymru: Dull sy'n seiliedig ar hawliau o arolygu gofal cymdeithasol yng Nghymru](#)
- [NSPCC: Plant a'r gyfraith](#)
- [Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru; Hawliau](#)
- [Llywodraeth Cymru: Hawl Pobl Hŷn i Ofal a Chymorth](#)

# Rhinweddau a gwerthoedd

- Gofal Cymdeithasol Cymru: gwerthoedd sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn
- GIG: 6 C gofal (Saesneg yn unig)
- Gofal Cymdeithasol Cymru: gwerthoedd ac egwyddorion mewn gofal dementia

# Galluedd meddyliol

- Gofal Cymdeithasol Cymru: Galluedd meddyliol

# Data gofal cymdeithasol yng Nghymru

- Porthol Data Gofal Cymdeithasol Cenedlaethol Cymru

# Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014

- [Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant \(Cymru\) 2014: hawdd ei ddarllen](#)
- [Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant \(Cymru\) 2014: fideo](#)
- [Gofal Cymdeithasol Cymru: yr hyn sy'n bwysig](#)
- [AgeCymru: Cefnogi iechyd meddwl](#)
- [Alzheimers UK: dyma fi \(Saesneg yn unig\)](#)

## Cod Ymarfer Proffesiynol

- [Cod Ymarfer Proffesiynol: hawdd ei ddarllen](#)
- Gofal Cymdeithasol Cymru: [Canllawiau Cod Ymarfer Proffesiynol](#)
- [Cod Ymarfer Proffesiynol: fideo](#)



# Cydraddoldeb, amrywiaeth a chynhwysiant

- AGIC/AGC: Cydraddoldeb, amrywiaeth a chynhwysiant
- Gofal Cymdeithasol Cymru: Cynllun Cydraddoldeb
- Age UK: saff i fod yn fi (Saesneg yn unig)
- Deddf Cydraddoldeb: hawdd ei ddarllen
- Llywodraeth Cymru: Cynllun gweithredu gwrth-hiliaeth Cymru. Fersiwn pobl ifanc

## Rheoleiddwyr Gofal Cymdeithasol yng Nghymru

- **Rheoleiddio gofal cymdeithasol: canllaw i bobl ifanc**
- **Gofal Cymdeithasol Cymru**
- Gofal Cymdeithasol Cymru: Rheoleiddio ac arolygu
- Gofal Cymdeithasol Cymru : Cofrestru
- **Arolygiaeth Gofal Cymru**

# Cyfathrebu

- Dulliau cyfathrebu Gofal Cymdeithasol Cymru
- Awtistiaeth Cymru

## **Dull seiliedig ar gryfderau (gan gynnwys gofal sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau)**

- Gofal Cymdeithasol Cymru: ymagwedd seiliedig ar gryfderau
- Gofal Cymdeithasol Cymru: deall dull gweithredu canlyniadau
- Canllawiau NICE (Saesneg yn unig)

# Yr iaeth Gymraeg (Cynnig Gweithredol)

- Gofalwn Cymru: dysgu Cymraeg - Mwy na geiriau
- Asesu sgiliau Cymraeg mewn gofal cymdeithasol
- Comisiynydd y Gymraeg
- Cynnig Gweithredol
- Mwy na geiriau: Cynllun iaith Gymraeg mewn iechyd a gofal cymdeithasol
- Defnyddio'r Gymraeg yn y gwaith
- Cwrs Cymraeg i weithwyr gofal cymdeithasol
- Gofalwncymru Taflen ffeithiau Cymraeg i ysgolion
- Gofalwncymru: Cynnig gweithredol Cymraeg gan weithiwr gofal
- Gofal Cymdeithasol Cymru: Iaith, urddas a gofal
- Fideo Cymraeg cartref oddi cartref

## **Diogelu**

- [Gofal Cymdeithasol Cymru: adnoddau diogelu](#)
- [Bwrdd Diogelu Gogledd Cymru: fideo](#)
- [Ap Diogelu](#)

## **Cyfranogiad gweithredol/Hyrwyddo annibyniaeth**

- [Social Care Institute for Excellence: Hybu annibyniaeth](#) (Saesneg yn unig)
- [Gofal Cymdeithasol Cymru: gadael gofal preswyl i blant a byw'n annibynnol](#)
- [National Institute for Health and Care Excellence: hybu annibyniaeth drwy ofal canolraddol](#) (Saesneg yn unig)
- [Gofalwn Cymru: Stori Oliver](#)

## **Dull aml-asiantaeth**

- [Bro Morgannwg: fideo gwaith aml-asiantaeth](#)

# Cydnerthedd a lles personol

- [GIG: 5 Ffordd at les](#)
- [Gofal Cymdeithasol Cymru: eich iechyd a'ch llesiant](#)
- [Llywodraeth Cymru: eich llesiant](#)
- [Fideo Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol 2015](#)
- [Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol \(Cymru\) 2015: yr hanfodion](#)
- [Cyfoeth Naturiol Cymru : Beth yw Iechyd a Llesiant?](#)
- [Age Cymru: Iechyd meddwl da mewn cartrefi gofal](#)
- [Dewis Cymru](#)

# Cyfrinachedd

- SCIE: rhannu gwybodaeth (Saesneg yn unig)
- SCIE: fideo urddas mewn gofal (Saesneg yn unig)

# Cydsyniad

- Gofal Cymdeithasol Cymru: y gallu i gydsynio
- Gweithdrefnau Diogelu Cymru Gyfan: caniatâd oedolyn sy'n wynebu risg

# Gallu

- NSPCC: Cymhwysedd Gillick a chanllawiau Fraser (Saesneg yn unig)
- (Deddf Galluedd Meddyliol a Threfniadau Diogelu Rhag Colli Rhyddid (DoLS))

# Atal a rheoli heintiau

- Gofal Cymdeithasol Cymru: Atal a rheoli heintiau



## Gwirfoddoli

- [Gofalwn Cymru: Gwirfoddoli](#)
- [Gwirfoddoli yng Nghymru: fideo](#)
- [Gwirfoddoli mewn gofal cymdeithasol: Insight Collective](#)
- [Gwirfoddoli Cymru: dewch o hyd i gyfle gwirfoddoli](#) (Saesneg yn unig)
- [Y sector gwirfoddol yng Nghymru - WCVA](#)
- [Cymdeithas Alzheimer: gwirfoddoli](#) (Saesneg yn unig)
- [Gyrfa Cymru: Canfod Cymorth](#)

## Dementia

- [Gofal Cymdeithasol Cymru: Cartref oddi cartref dementia](#)
- [Gofal Cymdeithasol Cymru: Pobl â dementia](#)
- [Cymdeithas Alzheimer: mathau o ddementia](#) (Saesneg yn unig)
- [Sut mae person gyda dementia yn gweld y byd: Fideo](#)
- [Dementia friends: Cydweddiad Cwpwrdd Llyfrau – fideo](#) (Saesneg yn unig)
- [Cymdeithas Alzheimer: dyma fi](#) (Saesneg yn unig)
- [Therapi anifeiliaid: dementia](#) (Saesneg yn unig)

# DBS

- Canllawiau Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd (Saesneg yn unig)
- Unlock: cyngor a chymorth cofnodion troseddol (Saesneg yn unig)
- Nacro: Eich cofnod troseddol a datgeliad

## Cymorth i mewn i gwaith

- Busnes Cymru
- Cymru'n Gweithio: Gwarant i Bobl Ifanc
- Cymru'n Gweithio: Cymorth
- Re-act: Opsiynau ar ôl colli swydd
- Addasiadau rhesymol (Saesneg yn unig)
- Prosiect Cyngor Anabledd Cymru (Saesneg yn unig)
- Fframwaith sefydlu ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol
- Cofrestru Gofal Cymdeithasol Cymru
- Archwilio gyrfaoedd gofal cymdeithasol oedolion: Gwent (Saesneg yn unig)

# Modiwlau e-ddysgu Gofal Cymdeithasol Cymru

## Adnoddau Gofal Cymdeithasol Cymru ar gyfer y Blynyddoedd Cynnar, Gofal Plant a Gofal Cymdeithasol

- Grŵp A Diogelu
- Y Cod Ymarfer Proffesiynol ar gyfer Gofal  
Cymdeithasol (oedolion, a phlant a phobl  
ifanc)
- Egwyddorion y Ddeddf Gwasanaethau  
Cymdeithasol a Llesiant (oedolion a  
phlant/pobl ifanc)
- Cyflwyniad i atal a rheoli haint
- Ennill a defnyddio gwybodaeth sylfaenol  
am atal a rheoli heintiau (lefel 01)
- Gwybodaeth, dealltwriaeth a  
chymhwysiad cadarn o atal a rheoli  
heintiau (lefel 02)
- Dechrau gyda chryfderau: yr hyn sy'n  
bwysig wrth gynllunio gofal a chymorth
- Ymarfer sy'n seiliedig ar gryfderau:  
defnyddio cofnodi achosion i ddangos  
beth sydd wir o

- Edrych ar ôl eich hun wrth weithio mewn gofal cymdeithasol, blynyddoedd cynnar a gofal plant
- Llesiant yn y gweithle
- Cydbwysu hawliau a chyfrifoldebau
- Deddfwriaeth sy'n cefnogi dull sy'n seiliedig ar hawliau (Oedolion)
- Deddfwriaeth sy'n cefnogi dull wedi'i selio ar hawliau (plant a phobl ifanc)
- Pwysigrwydd y Gymraeg a diwylliant Cymru (oedolion)
- Pwysigrwydd yr iaith Gymraeg a diwylliant Cymru (plant a phobl ifanc)
- Egwyddorion a gwerthoedd blynyddoedd cynnar a gofal plant – Rhan 1
- Egwyddorion a gwerthoedd blynyddoedd cynnar a gofal plant – Rhan 2

# Hyfforddiant Gofalwn Cymru

Cliciwch yma am fwy o wybodaeth

- Cyflwyniad i ofal cymdeithasol (18 a mwy)
- Cyflwyniad i ofal cymdeithasol (16+ trwy ganolfannau addysg bellach)
- Cyflwyniad i ofal plant (16 a mwy)

# Mwy o e-ddysgu a gwybodaeth

## Gofal Cymdeithasol Y Grŵp Gwybodaeth

- Awtistiaeth Cymru: Dysgu Electronig
- Gweminarau
- Minded: hyfforddiant ar-lein hunan-gyfeiriedig iechyd meddwl/pobl ifanc  
(Saesneg yn unig)
- Y Brifysgol Agored: cyrsiau agored dysgu Cymru am ddim (Saesneg yn unig)
- Y Brifysgol Agored: cyrsiau dysgu agored am ddim (Saesneg yn unig)
- Archwilio gyrfa ym maes Gofal Cymdeithasol i Oedolion (Cymru)  
(Saesneg yn unig)
- Crynhoadau tystiolaeth - Gofal Cymdeithasol Cymru - Ymchwil, Data ac Arloesi



# Gweler isod am ragor o wybodaeth a chymorth rhanbarthol gan gynnwys Llysgenhadon a lleoliadau

Gogledd Cymru – Lynn McKinlay  
[lynn.mckinlay@denbighshire.gov.uk](mailto:lynn.mckinlay@denbighshire.gov.uk)

Powys – Emily Rippin  
[emily.rippin@powys.gov.uk](mailto:emily.rippin@powys.gov.uk)

Gorllewin Cymru – Leanne McFarland  
[lamcfarland@carmarthenshire.gov.uk](mailto:lamcfarland@carmarthenshire.gov.uk)

Gorllewin Glamorgan – Sarah Taylor  
[sarah.taylor@swansea.gov.uk](mailto:sarah.taylor@swansea.gov.uk)

Caerdydd a'r Fro – Joseph Brookes  
[jbrookes@valeofglamorgan.gov.uk](mailto:jbrookes@valeofglamorgan.gov.uk)

Gwent – Chris Hooper/ Hannah Ross  
[chris.hooper@torfaen.gov.uk](mailto:chris.hooper@torfaen.gov.uk)  
[Hanna.Ross@torfaen.gov.uk](mailto:Hanna.Ross@torfaen.gov.uk) (placements)

Cwm Taf Morgannwg – Gwawr Williams  
[gwawr.williams@rctcbc.gov.uk](mailto:gwawr.williams@rctcbc.gov.uk)

Rhannwch y cod QR hwn neu  
cysylltwch ag athrawon eraill a hoffai  
dderbyn diweddariadau ar adnoddau  
yn y dyfodol



neu cliciwch i [gofrestru yma](#)

Gobeithio bod y rhestr adnoddau hon wedi bod yn ddefnyddiol i chi.

Er mwyn sicrhau bod gennych y wybodaeth ddiweddaraf bob amser, peidiwch â lawrlwytho nac argraffu'r ddogfen hon.

Diolch

**[www.Gofalwn.Cymru](http://www.Gofalwn.Cymru)**

**[cyswllt@gofalwn.cymru](mailto:cyswllt@gofalwn.cymru)**

**Twitter: [@GofalwnCymru](https://twitter.com/GofalwnCymru)**

**Instagram: [@GofalwnCymruCares](https://www.instagram.com/GofalwnCymruCares)**

**Facebook: [@GofalwnCymru](https://www.facebook.com/GofalwnCymru)**