Pan fo gan eich plentyn anghenion ychwanegol

Rhagymadrodd

'Fe wnaethom gerdded allan o'r ysbyty yn teimlo'n syfrdan ac yn unig. Yr oedd yn rhaid inni aros am bythefnos i siarad â'r ymgynghorydd. Yr oedd y pythefnos hynny yn ymddangos fel tragwyddoldeb, ac felly fe aethom yn syth am y rhyngrwyd i chwilio am fwy o wybodaeth, a llwyr godi arswyd arnom ein hunain. Yr ydych wedyn yn gorfod ymdrin â phlentyn sydd ag anhwylder anghyffredin. 'Rwyf yn credu fy mod wedi mynd drwy gyfnod o alaru, yr ydych yn galaru am y plentyn yr oeddech yn credu oedd gennych, a'r un yr ydych yn dymuno'i gael.'
Sarah

'Yr oedd cyfeillion a pherthnasau yn ffurfio rhes i gynnig ysgwydd imi gael llefain arni ond yr hyn yr oeddwn yn ei wir eisiau oedd cyfarfod â rhywun fel y fi. Pan euthum at fy ymwelydd iechyd gyda'r deisyfiad hyn, fe atebodd hi, 'O, na, cariad! Nid oes yna neb arall fel y chi.'
Pat

Fe ddengys y profiadau a ddisgrifir uchod y gall darganfod fod ar eich plentyn anabledd fod yn anodd ac yn ddryslyd. Y mae ar bobl fel Pat a Sarah angen cefnogaeth, gwybodaeth a chyngor sydd wedi'u llunio'n benodol i ddiwallu'u hanghenion. Os ydych mewn sefyllfa gyffelyb, efallai nad ydych yn gwybod ble i droi am wybodaeth, cyngor a chefnogaeth emosiynol, yn enwedig pan gaiff eich plentyn ei ddiagnosio am y tro cyntaf fel rhywun ag arno anabledd. Fe allech fod yn ceisio ag ymdopi ag ystod gyfan o deimladau, yn ogystal â bod yn flinedig yn gyson o ganlyniad i alwadau corfforol magu plant. Fodd bynnag, y mae yna ystod o gefnogaeth ar gael ichi, nad ydych efallai yn gwybod amdani.

Nod y llyfryn hwn yw rhoi rhywfaint o awgrymiadau ichi ynglŷn â'r math o gymorth y gallwch ei gael a'r gweithwyr proffesiynol y byddwch yn dod i gysylltiad â hwynt. Fe ddylai'r gweithwyr proffesiynol hyn (gweithwyr cymdeithasol, eich Meddyg Teulu, nyrs practis, ymwelydd iechyd, athrawon a chynorthwywyr arbenigol yn ysgol eich plentyn, er enghraifft) allu rhoi rhagor o gymorth ichi neu wahanol fathau o gefnogaeth fel y mae'ch plentyn yn tyfu i fyny.

Ar ddiwedd y llyfryn, y mae yna restr o sefydliadau a all ddarparu rhagor o gymorth a chyngor wedi'i lunio ar gyfer anghenion eich teulu eich hun. Fe wnewch ganfod y gall gwasanaethau a deddfwriaeth amrywio yng Nghymru, Gogledd Iwerddon a'r Alban. Cysylltwch â swyddfa briodol Cyswllt Teulu os oes arnoch angen rhagor o wybodaeth.

Rhestr termau

Fe wna'r rhestr a ganlyn eich cynorthwyo chi i ddod i ddeall pwy yw pwy a'r hyn y gallant ei wneud i'ch cynorthwyo a'ch cefnogi chi.

Adran gwasanaethau cymdeithasol

Y mae hon yn adran o'ch awdurdod lleol yng Nghymru a Lloegr. Yn yr Alban, fe elwir hon yn Adran Gwaith Cymdeithasol, ac yng Ngogledd Iwerddon fe'i gelwir yn Ymddiriedolaeth Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol. Mewn rhai awdurdodau lleol, fe all fod yr adran wedi'i chysylltu ag adrannau eraill; er enghraifft, yr adran gwasanaethau cymdeithasol ac addysg, neu feddu ar deitl megis gwasanaethau cymuned.

Y mae gan yr adran gwasanaethau cymdeithasol rymoedd i ddarparu cymorth ymarferol a chefnogaeth i'ch plentyn ac i chi fel teulu. Y maent yn darparu seibiannau byrion, darpariaeth meithrinfa, cymhorthion a chyfarpar a chymorth cartref. Y mae gan lawer o awdurdodau lleol dimau penodol ar gyfer plant sydd ag anableddau.

Gwasanaeth iechyd

Y mae'n gofalu am iechyd eich plentyn ac yn darparu triniaeth pan fo angen. Meddyg Teulu eich plentyn neu arbenigwr ysbyty fydd 'ceidwad y porth' i wasanaethau iechyd eraill, megis ymwelydd

iechyd, therapydd lleferydd neu ffisiotherapydd. Fe all ddarparu cyfarpar symudedd; er enghraifft, i gynorthwyo gyda symudedd.

Gwasanaeth addysg neu awdurdod addysg lleol (AALl)

Ei nod yw darparu addysg briodol i'ch plentyn. Fe all hefyd ddarparu cymorth a chefnogaeth ychwanegol ar gyfer plant sydd wedi'u hasesu fel plant ag anghenion addysgol arbennig (AAA).

Mudiadau gwirfoddol a grwpiau cynnal

Fe allant gynnig gwybodaeth, cymorth ymarferol, cysylltiad â rhieni eraill, llinellau cymorth neu ganolfannau cynghori galw heibio.

Yr Adran Gwaith a Phensiynau

Y mae'n darparu budd-daliadau ariannol i chi a'ch plentyn os ydych yn bodloni'r meini prawf cymhwyso.

Asesiadau

Fe fydd yr holl wahanol wasanaethau hyn, ar adegau, yn cynnal asesiadau ar eich plentyn. Fe all fod yn ddryslyd iawn i chi fel rhiant pan fo yna weithiwr proffesiynol arall eto yn dweud wrthych ei fod am wneud asesiad ar eich plentyn ac nid ydych yn hollol sicr beth y mae'n dymuno'i archwilio na'r diben ohono. I geisio â gwneud hyn mor eglur â phosibl, y mae'r termau a ddefnyddir yn y llyfryn hwn yn cael eu disgrifio yma:

Asesiad diagnostig

Fe wneir hyn gan eich Meddyg Teulu, ymgynghorydd ysbyty neu gan weithiwr iechyd proffesiynol arall i ddiagnosio anabledd neu gyflwr eich plentyn.

Asesiadau meddygol parhaus

Fe wneir y rhain gan eich Meddyg Teulu, ymgynghorydd ysbyty a gan staff nyrsio ysgolion i gadw golwg ar iechyd a datblygiad eich plentyn dros y blynyddoedd.

Asesiad addysgol

Fe wneir hyn yn aml yn yr ysgol, mewn rhai mannau gan seicolegydd addysgol, i weld pa ddarpariaeth a chefnogaeth y mae ar eich plentyn ei angen.

Asesiad ariannol

Fe wneir hyn i edrych ar eich sefyllfa ariannol i weld a ydych yn gymwys am fudd-daliadau neu grantiau. Fe all y gwasanaethau cymdeithasol hefyd wneud asesiad ariannol os ydynt yn bwriadu codi tâl am gymorth ymarferol a ddarperir.

Asesiad gan y gwasanaethau cymdeithasol (neu asesiad â phwyslais ar anghenion)

Fe wneir hyn gan weithiwr cymdeithasol o dan y Ddeddf Plant berthnasol i asesu angen eich plentyn am gymorth oddi wrth y gwasanaethau cymdeithasol. Unwaith y bydd anghenion eich plentyn wedi'u hasesu, fe wna'r gweithiwr cymdeithasol gytuno gyda chi ar ba wasanaethau sydd i'w darparu, os rhai o gwbl. Hyd yn oed os yw'ch plentyn wedi'i asesu fel rhywun y mae arno angen gwasanaethau, fe all na chaiff y rhain eu darparu. Dim ond rhai gwasanaethau sy'n cael eu darparu fel hawl, y mae eraill yn ôl disgresiwn. Y mae'n rhaid i bob awdurdod lleol flaenoriaethu'r ffordd y mae'n darparu gwasanaethau. (Cysylltwch â llinell gymorth Cyswllt Teulu os oes arnoch angen mwy o wybodaeth.) Fe wna'r gweithiwr cymdeithasol wedyn lunio cynllun gofal, sy'n crynhoi'r gwasanaethau i'w darparu. Fe ddylid rhoi copi ichi o hwn ac fe ddylid ei adolygu bob blwyddyn.

Asesiad rhiant neu ofalwr

Drwy'r DU i gyd, y mae gennych hawl i ofyn am asesiad o'ch anghenion fel gofalwr sy'n rhiant. Fe rydd Deddf Gofalwyr (Cyfle Cyfartal) 2004, a ddaeth i rym ym mis Ebrill 2005, hawliau ychwanegol i ofalwyr yng Nghymru a Lloegr. Y mae'r Ddeddf hon yn mynnu bod awdurdodau lleol yn hysbysu

gofalwyr o'u hawliau i gael asesiad a hefyd eu bod yn sicrhau bod gwaith, dysgu gydol oes a hamdden yn cael eu hystyried pan fo gofalwr yn cael ei asesu. Cofiwch ofyn i'ch gweithiwr cymdeithasol am hyn.

Gwasanaethau Cymdeithasol

"Fel rhiant, y mae gennych yr hawl i ofyn am i anghenion eich plentyn gael eu hasesu gan yr Adran Gwasanaethau Cymdeithasol/yr Adran Gwaith Cymdeithasol/yr Ymddiriedolaeth Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol. Y mae gennych hefyd yr hawl i ofyn am asesiad i chi'ch hun."

O dan Ddeddf y GIG a Gofal yn y Gymuned 1990, Deddf Plant 1989 a Deddf Plant (yr Alban) 1995, y mae yna ddyletswydd ar adrannau gwasanaethau cymdeithasol/adrannau gwaith cymdeithasol yn Lloegr, Cymru a'r Alban i asesu anghenion plentyn sydd ag anabledd. Nod y deddfau hyn yw'ch cynnal chi fel rhiant ac i'ch cynorthwyo i ofalu am eich plentyn. Er nad yw'r Deddfau hyn yn gymwys yng Ngogledd Iwerddon, y mae Gorchymyn Plant (Gogledd Iwerddon) 1995 i bob diben yn rhoi'r un hawliau i blant sydd ag anableddau yng Ngogledd Iwerddon â phlant yng ngweddill y DU.

Fel rhiant, y mae gennych yr hawl i ofyn am i anghenion eich plentyn gael eu hasesu gan yr adran gwasanaethau cymdeithasol/yr adran gwaith cymdeithasol/yr ymddiriedolaeth iechyd a gwasanaethau cymdeithasol. Y mae gennych hefyd yr hawl i ofyn am asesiad i chi'ch hun.

Beth yw asesiad gan y gwasanaethau cymdeithasol?

Asesiadau yw'r cam cyntaf yn y gwaith o ganfod pa gymorth y mae arnoch angen oddi wrth y gwasanaethau cymdeithasol. Fe wna gweithiwr cymdeithasol, fwy na thebyg o'r tîm plant sydd ag anableddau (os oes gan eich adran gwasanaethau cymdeithasol leol/adran gwaith cymdeithasol/ymddiriedolaeth iechyd a gwasanaethau cymdeithasol un) gynnal yr asesiad hwn a threfnu unrhyw ofal a chefnogaeth y cytunir arnynt. Fe wna'r gweithiwr cymdeithasol fwy na thebyg ymweld â chi gartref i siarad am ba gefnogaeth a gwasanaethau y credwch y mae arnoch eu hangen. Ceisiwch â pharatoi am yr ymweliad. Canolbwyntiwch ar bethau a fyddai'n eich cynorthwyo chi a'ch plentyn. Fe all fod yn syniad da gwneud nodiadau ac ysgrifennu ar bapur unrhyw gwestiynau sydd gennych.

Yn ystod yr asesiad, y mae'n rhaid i'r gweithwyr cymdeithasol eich cynnwys chi, eich plentyn a phawb arall sy'n cynorthwyo i ofalu amdanynt. Y mae hyn oherwydd bod yn rhaid i'r gwasanaethau cymdeithasol gymryd i ystyriaeth anghenion neilltuol eich plentyn o ran ei iechyd, datblygiad, anabledd, addysg, crefydd, tarddiad hiliol, cefndir diwylliannol ac ieithyddol, ac i ba raddau y mae'r anghenion hyn yn cael eu diwallu ar hyn o bryd.

Y mae yna ddyletswydd ar awdurdodau lleol i ddarparu rhai gwasanaethau neilltuol i blant anabl. Fe gaiff y rhain eu darparu o dan Ddeddf y Cleifion a'r Anabl Cronig (1970) yng Nghymru a Lloegr, a gyflwynwyd i'r gyfraith yn yr Alban yn 1972 ac yng Ngogledd Iwerddon yn 1978. Y mae'r math o wasanaethau y gellir eu cynnig yn cynnwys:

- Cymorth ymarferol yn y cartref;
- Darpariaeth o, neu gymorth i gael, radio, teledu, cael at lyfrgell, neu gyfleusterau hamdden cyffelyb;
- Cyfleusterau hamdden y tu allan i'r cartref a chymorth i ddefnyddio cyfleusterau addysgol;
- Cymorth gyda theithio a mathau eraill o gymorth;
- Addasiadau a chyfleusterau i'r cartref;
- Gwyliau;
- Prydau bwyd;
- Cyfarpar ffôn a phethau ategol.

Fe ellir darparu gwasanaethau eraill gan yr awdurdod lleol o dan y Ddeddf Plant. Fe all y rhain gynnwys cyngor ac arweiniad, gwasanaethau golchi dillad a chymorth ariannol mewn amgylchiadau eithriadol.

Taliadau uniongyrchol

Fe all awdurdodau lleol roi taliadau uniongyrchol i ganiatáu i bobl anabl a'u gofalwyr brynu'r gwasanaethau y maent wedi'u hasesu fel bod arnynt eu hangen. Y mae gan rieni bellach yr hawl i dderbyn taliadau yn lle gwasanaethau i brynu'r cymorth y mae'ch plentyn wedi'i asesu fel bod arno'u hangen. O 16 mlwydd oed, fe all person ifanc anabl gael taliadau uniongyrchol yn ei rinwedd ei hun.

Talebau

Yng Nghymru a Lloegr, fe all awdurdodau lleol fabwysiadu cynllun talebau. I bob diben, y mae'r cynllun yn galluogi gofalwyr a phlant anabl i dderbyn talebau ar gyfer seibiannau byrion. Ar hyn o bryd, fodd bynnag, fe ymddengys mai ond ychydig o awdurdodau lleol sydd wedi datblygu'r cyfryw gynlluniau, er bod deddfwriaeth i wneud hynny yn bodoli.

Talu am wasanaethau

Y mae modd dadlau, o dan y rhan berthnasol o Ddeddf y Cleifion a'r Anabl Cronig, na ellir codi tâl am wasanaethau i blant anabl, er bod rhai awdurdodau lleol yn codi tâl. Os codir tâl arnoch am y gwasanaethau hyn, fe allech ddymuno cwyno. Fe ellir codi tâl am wasanaethau o dan y Ddeddf Plant berthnasol, ac eithrio ble y mae'r teulu yn derbyn credydau treth neu Gymhorthdal Incwm. Fe godir tâl ar y teulu tan fod y plentyn yn 16, ac wedyn y plentyn y dylid ei asesu ar gyfer unrhyw dâl.

Fe all awdurdodau lleol godi swm y maent yn ystyried yn 'rhesymol' ond y mae'n rhaid iddynt wneud asesiad ariannol yn gyntaf. Fe olyga hyn y byddant yn gofyn ichi am incwm a gwariant eich teulu fel y gallant gyfrifo faint y gallwch 'yn rhesymol' fforddio i dalu tuag at y costau.

Os byddwch chi neu'ch plentyn yn dod i fethu â thalu, fe ddylech hysbysu'r adran gwaith cymdeithasol/yr adran gwasanaethau cymdeithasol/yr ymddiriedolaeth iechyd a gwasanaethau cymdeithasol yn syth. Fe ddylai'r cyfraniad y cytunir arno gael ei addasu i adlewyrchu'r swm y gallwch ei fforddi.

Cofrestr o blant anabl yng Nghymru a Lloegr

Er mwyn canfod graddfa a lefel y gwasanaethau sydd eu hangen i gydymffurfio â'u dyletswydd gyffredinol tuag at blant sydd ag anableddau, y mae'n rhaid i awdurdodau lleol gadw cofrestr o blant anabl. Fe fydd eich gweithiwr cymdeithasol yn gallu dweud wrthych beth sy'n digwydd yn eich ardal. Nid oes yn rhaid ichi gofrestru'ch plentyn, ac os nad ydych yn cofrestru, nid yw'n golygu na chewch unrhyw wasanaethau. Fodd bynnag, fe all cofrestru gynorthwyo'r awdurdod lleol ac asiantaethau eraill i gynllunio'r lefel a'r gymysgedd gywir o wasanaethau yn eich ardal ac fe ellir ei ddefnyddio i ddarparu gwybodaeth ichi am gefnogaeth a gwasanaethau.

Os nad ydych yn fodlon

Os nad ydych yn fodlon gyda'r ffordd y mae'r asesiad wedi'i wneud, canlyniad asesiad neu'r swm a godir arnoch, fe allwch gwyno. Y mae'n rhaid i bob awdurdod lleol gael trefn gwyno. Cysylltwch â'r adran gwasanaethau cymdeithasol/yr adran gwaith cymdeithasol/yr ymddiriedolaeth iechyd a gwasanaethau cymdeithasol gan ofyn am gael siarad gyda'r person sy'n ymdrin â chwynion.

Os na chewch lwyddiant, ysgrifennwch at y cyfarwyddwr gwasanaethau plant, y cyfarwyddwr gwaith cymdeithasol yn yr Alban, neu cysylltwch â'ch cynghorydd lleol a'ch cynrychiolydd mewn Llywodraeth ar lefel genedlaethol a'r DU. Os ydych yn dal yn anfodlon, fe allwch gwyno wrth yr Ombwdsmon priodol:

Ombwdsmon Gwasanaethau Cyhoeddus Cymru
1, Ffordd yr Hen Gae, Pencoed, Pen-y-bont ar Ogwr CF35 5LJ
Ffôn: **01656 641150**
Ffacs: **01656 673279**
E-bost: **ask@ombudsman-wales.org**
Gwefan: **http://www.ombudsman-wales.org**

Ombwdsmon Llywodraeth Leol (Lloegr)
Y mae yna dri o wasanaethau Ombwdsmon llywodraeth leol yn Lloegr. Y mae pob un ohonynt yn ymdrin â chwynion o wahanol rannau o'r wlad. I gael manylion ynglŷn â'r un ar gyfer eich ardal, cysylltwch â:
Ffôn: **0845 602 1983**
Gwefan: **http://www.lgo.org.uk**

Ombwdsmon Gwasanaethau Cyhoeddus yr Alban
Rhadbost EH641, Caeredin EH3 0BR
Ffôn: **0800 377 7330**
E-bost: **ask@spso.org.uk**
Gwefan: **http://www.scottishombudsman.org.uk**

Ombwdsmon Gogledd Iwerddon

Rhadbost BEL 1478, Belfast BT1 6BR
Ffôn: **0800 34 34 24**
E-bost: **ombudsman@ni-ombudsman.org.uk**
Gwefan: **http://www.ni-ombudsman.org.uk**

Seibiannau byrdymor

"Nid yw cymryd seibiant oddi wrth ofalu am eich plentyn yn addefiad o fethiant nac yn ffordd o ddweud nad ydych yn malio."

Weithiau, y mae teuluoedd sydd â phlant ag anableddau a/neu gyflyrau iechyd yn elwa oddi wrth gael seibiant byr. Nid yw cymryd seibiant oddi wrth ofalu am eich plentyn yn addefiad o fethiant nac yn ffordd o ddweud nad ydych yn malio. Heb seibiant achlysurol, yr ydych yn debygol o ddod yn llwyr flinedig neu hyd yn oed yn wael. Y mae dal i fynd yn haws os ydych wedi cael rhywfaint o amser i wneud y pethau na allwch eu gwneud tra eich bod yn gofalu am eich plentyn. Fe all eich plentyn hefyd elwa oddi wrth newid yr olygfa, y seibiant oddi wrthych chi, cysylltiad â phobl eraill a phrofiadau newydd. Fe all hefyd wneud eich bywyd yn haws os bydd yn rhaid ichi fyth adael eich plentyn gyda rhywun, os ydynt wedi arfer â gweld hyn yn digwydd yn achlysurol.

Y mae llawer o bobl yn llwyddo i gymryd seibiannau oddi wrth ofalu drwy ofyn i aelodau eraill y teulu, cyfeillion neu gymdogion i ofalu o bryd i'w gilydd. Fodd bynnag, fe allwch ganfod bod arnoch angen trefniant mwy ffurfiol nad yw'n dibynnu ar bobl eraill fod ar gael ac yn fodlon eich cynorthwyo pan bod arnoch ei angen. Fe all Meddyg Teulu eich plentyn neu weithiwr cymdeithasol drefnu seibiant byrdymor, neu fe allwch chi drefnu a thalu amdano yn breifat. Y mae yna lawer o wahanol ffyrdd o gymryd seibiant. Fe fydd yr hyn yr ydych yn ei ddewis yn dibynnu ar anghenion eich plentyn a'r hyn sydd ar gael yn lleol.

Gofal gartref

Y mae hyn yn cynnwys gwasanaethau eistedd, sy'n darparu rhywun i eistedd gyda neu i 'warchod' eich plentyn, a chynlluniau gweinydd gofal, sy'n darparu cymorth o amryfal fathau gartref, gan gynnwys eistedd.

Gofal dydd ymaith o gartref

Y mae hyn yn cynnwys meithrinfeydd, cylchoedd chwarae, grwpiau cyfle, ysgolion meithrin a dosbarthiadau ar gyfer plant dan oed ysgol yn ogystal â chanolfannau plant a theulu. Fe all fod yna hefyd glybiau y tu allan i'r ysgol a thros benwythnos ac, yn ystod gwyliau'r ysgol, mynediad at gynlluniau chwarae (gweler tudalen 10).

Seibiannau preswyl

Y mae hyn yn cynnwys cartrefi preswyl, unedau arbennig mewn ysbytai a hosbisau.

Cynlluniau cyswllt teulu

Ble y mae'ch plentyn yn aros gyda theulu arall yn rheolaidd neu'n achlysurol.

Gwyliau

Y mae hyn yn cynnwys canolfannau i bobl sydd ag anableddau a/neu gyflyrau iechyd, a llety ble'r croesawir plant.

Iechyd

"Y mae gan eich plentyn yr un hawliau i wasanaethau iechyd â phawb arall. Fe all Meddyg Teulu neu arbenigwr ysbyty ddarparu nid yn unig driniaeth ond hefyd wybodaeth, cyngor a chefnogaeth."

Y mae gan eich plentyn yr un hawliau i wasanaethau iechyd â phawb arall. Fe all Meddyg Teulu neu arbenigwr ysbyty ddarparu nid yn unig driniaeth ond hefyd wybodaeth, cyngor a chefnogaeth. Fe allant hefyd gyfeirio'ch plentyn at ystod o wasanaethau meddygol, nyrsio a gwasanaethau eraill.

Fe all y gwasanaethau hyn gynnwys:

Nyrs bediatrig cymuned – i gynorthwyo gyda'r gorchwylion ymarferol sy'n gysylltiedig â nyrsio plentyn gartref, e.e. newid rhwymynnau anaf, rhoi pigiadau;

Ymwelydd iechyd - i awgrymu ffyrdd ymarferol o ymdopi â gofalu am eich plentyn ac i roi gwybodaeth a chyngor ichi ynglŷn â phroblemau beunyddiol;

Therapydd galwedigaethol - i'ch cymorth chi gyda chynorthwyo'ch plentyn i ymdopi â gorchwylion dyddiol, megis gwisgo amdanoch, ymolchi a mynd i'r toiled. Fe allant hefyd roi cyngor ynglŷn â - ac weithiau drefnu ichi gael eich cyflenwi gyda - chymhorthion, cyfarpar ac addasiadau i'ch cartref i wneud bywyd yn haws ac i hybu annibyniaeth a symudedd eich plentyn;

Ffisiotherapydd - i ddarparu triniaeth a chyngor i gynorthwyo i leddfu gwayw a chynyddu symudedd. Fe allant hefyd roi cyngor ichi; er enghraifft, ynglŷn â chodi'ch plentyn i fyny yn gywir;

Nyrs seiciatrig cymuned – i roi cyngor ichi os oes gan eich plentyn broblemau iechyd meddwl ac weithiau i roi meddyginiaeth i blentyn;

Deintydd cymuned neu nyrs ddeintyddol;

Therapydd lleferydd – i gynorthwyo plant y mae arnynt anhwylderau lleferydd, iaith neu anhwylder cyfathrebu;

Ymgynghorydd ymataliaeth – i roi cyngor a chymorth ymarferol ichi os yw'ch plentyn yn baeddu neu'n gwlychu;

Canolfan neu uned datblygiad plant – i asesu anghenion datblygiadol eich plentyn ac i drefnu therapi neu wasanaethau, os yn briodol;

Cewynnau neu gymhorthion anymataliaeth – os yw'ch plentyn yn baeddu neu'n gwlychu oherwydd anabledd.

Ceisiwch â bod yn amyneddgar ond yn ddyfalbarhaus os oes arnoch angen atgyfeiriad oddi wrth Feddyg Teulu eich plentyn neu arbenigwr ysbyty ar gyfer gwasanaethau iechyd eraill. Fe allai'r cymorth ychwanegol wneud yr holl wahaniaeth. Os ydych yn teimlo nad ydych yn cael llwyddiant, neu nad oes gan eich Meddyg Teulu gydymdeimlad â'ch anghenion, fe allech ddymuno ystyried newid Meddyg Teulu.

Os nad ydych yn fodlon

Os ydych yn dal yn anfodlon, fe ddylech naill ai siarad â rhywun am gŵynion neu wneud cŵyn ysgrifenedig ffurfiol i'r gwasanaeth yr ydych yn cael anawsterau gydag ef. Os yw'r mater yn dal heb ei ddatrys, fe ddylech siarad â chanolfan gynghori leol megis swyddfa cyngor ar bopeth a ddylai allu'ch arwain drwy'r camau nesaf. Y mae yna ragor o wybodaeth am gŵynion i'r gwasanaeth iechyd yn y gwefannau a ganlyn o eiddo'r GIG:

Lloegr: **http://www.nhsdirect.nhs.uk**

Gogledd Iwerddon: **http://www.n-i.nhs.uk**

Yr Alban: **http://www.show.scot.nhs.uk**

Cymru: **http://www.wales.nhs.uk**

Yn y pen draw, y mae yna Ombwdsmon Annibynnol a all adolygu'ch achos. Os ydych yn byw yng Nghymru, yr Alban neu Ogledd Iwerddon, cysylltwch â'r Ombwdsmon y mae'i fanylion ar dudalen 5. O ran Lloegr, y mae'r manylion cysylltu fel a ganlyn:

Ombwdsmon Seneddol a'r Gwasanaeth Iechyd (Lloegr)
Millbank Tower, Millbank, Llundain SW1P 4QP
Ffôn: **0845 015 4033**
E-bost: **phso.enquiries@ombudsman.org.uk**
Gwefan: **http://www.ombudsman.org.uk**

Cymorth Cynnar

Rôl y rhaglen Cymorth Cynnar, menter gan y llywodraeth yn Lloegr, yw gwella gwasanaethau i blant anabl 5 mlwydd oed ac ieuengach, a'u teuluoedd yn Lloegr.

Y mae Pecyn Teulu Cymorth Cynnar ar gyfer teuluoedd sydd â phlentyn o dan 5 sy'n cael eu cynnal yn rheolaidd oherwydd bod ar eu plentyn angen cymorth ychwanegol. Y mae'n debygol o fod yn fwyaf defnyddiol i deuluoedd sydd mewn cysylltiad ag ystod o weithwyr proffesiynol (fel iechyd, addysg a'r gwasanaethau cymdeithasol), ac y mae angen i'r cymorth gael ei gydgysylltu yn dda. Y maent yn cyhoeddi ystod o lyfrynnau ar gyfer rhieni sy'n ymdrin ag anableddau/cyflyrau penodol. Am fwy o wybodaeth, ewch i wefan Cymorth Cynnar yn www.earlysupport.org.uk neu cysylltwch â'n llinell gymorth am restr o'u deunyddiau.

Anhwylderau Anghyffredin

"Fe all rhieni y mae ar eu plant anhwylder anghyffredin beidio â derbyn gwybodaeth yn syth am y cyflwr, triniaethau neu brognosis. Fe all mai dyma'r tro cyntaf y mae meddyg eich plentyn wedi gweld y cyflwr neilltuol hwn."

Fe amcangyfrifir yr effeithir ar hyd at bedair miliwn o blant ac oedolion gan anhwylderau anghyffredin yn y DU. I lawer o rieni, fe all derbyn diagnosis o gyflwr anghyffredin fod yn brofiad sy'n ynysu ac yn peri gofid.

Fe all rhieni y mae ar eu plant anhwylder anghyffredin beidio â derbyn gwybodaeth yn syth am y cyflwr, triniaethau neu brognosis. Fe all mai dyma'r tro cyntaf y mae meddyg eich plentyn wedi gweld y cyflwr neilltuol hwn. Weithiau, fe ddywedir wrth deuluoedd mai hwy yw'r unig rai yr amharir arnynt gan yr anhwylder neilltuol. Y mae llawer o deuluoedd yn treulio llawer o amser yn chwilio am wybodaeth – fe allant chwilio drwy'r rhyngrwyd er mwyn canfod mwy o wybodaeth. Weithiau, fodd bynnag, fe all nad yw'r wybodaeth sydd ar y rhyngrwyd yn berthnasol, yn fuddiol neu'n gywir. Cofiwch fod yna gymorth wrth law os oes ar eich plentyn anhwylder anghyffredin. Fe all Cyswllt Teulu ddarparu gwybodaeth am gyflyrau ac y maent yn cynorthwyo i roi teuluoedd mewn cysylltiad ag eraill y mae'r un cyflwr ar eu plant. Fe all hyn fod yn werthfawr iawn o ran rhannu profiadau a gwybodaeth, fel ei gilydd, gyda rhieni eraill.

Fe all gofalu am blentyn y mae arno anhwylder anghyffredin ar adegau olygu rhwystrau ychwanegol nas wynebir gan y teuluoedd hynny yr effeithir arnynt gan gyflyrau mwy cyffredin. Y mae llawer o rieni yn adrodd nad yw'r gweithwyr proffesiynol y maent yn eu gweld wedi clywed am, neu nad ydynt yn deall, anhwylder eu plentyn. Y mae llawer o deuluoedd yn treulio cyfnod sylweddol o amser yn egluro wrth feddygon, deintyddion, therapyddion galwedigaethol a'r gweithwyr proffesiynol niferus eraill y maent yn dod i gysylltiad â hwynt, am yr anhwylder anghyffredin a sut y mae'n effeithio ar eu plentyn. Yn ychwanegol, fe all derbyn gwasanaethau a budd-daliadau gymryd llawer hwy, gan nad yw'r asiantaethau yn ymwybodol o'r cyflwr a sut y byddai'n effeithio ar blentyn. Fodd bynnag, y mae yna nifer fawr o grwpiau cynnal ar gyfer cyflyrau anghyffredin sydd ar gael i gynorthwyo rhieni, ac y maent yn gallu'ch cynghori chi ynglŷn â'r ffordd orau o ganfod cymorth i'ch plentyn. Ffoniwch linell gymorth am ddim Cyswllt Teulu am fwy o wybodaeth.

Y mae gan Cyswllt Teulu wasanaeth datblygu sy'n cynorthwyo rhieni i sefydlu grwpiau cynnal ar gyfer teuluoedd yr effeithiwyd arnynt gan anhwylderau anghyffredin unigol. Felly, os ydych yn credu nad oes yna grŵp cynnal sy'n ymwneud â chyflwr eich plentyn ac y byddai gennych ddiddordeb mewn dechrau un, cysylltwch â ni.

Cysylltu

Y mae llawer o rieni yn dweud wrthym yr hoffent siarad â theuluoedd eraill sydd â phlant gyda'r un anabledd neu gyflwr iechyd â'u plentyn. Os yw hyn yn rhywbeth y mae gennych ddiddordeb ynddo, fe all y grŵp cynnal ar gyfer cyflwr eich plentyn fedru'ch cysylltu chi. Os nad oes yna grŵp, cysylltwch â'n llinell gymorth - fe all y cynghorwyr rhieni fedru'ch cysylltu chi â rhieni eraill ar sail un i un.

Os ydych yn gallu cyrchu'r rhyngrwyd, fe allwch hefyd geisio â chysylltu drwy wefan gysylltu Cyswllt Teulu, Gwefan: **http://www.makingcontact.org** sy'n darparu ffordd ddiogel o gysylltu â theuluoedd yr effeithir arnynt gan gyflwr neilltuol, ble bynnag y maent yn byw. Fe allwch gofrestru am ddim a rhoi cymaint neu gyn lleied o wybodaeth amdanoch eich hun ag y dymunwch. Am fwy o wybodaeth, cysylltwch â'r llinell gymorth.

Gofal Plant

"Y mae gofal plant yn chwarae rhan bwysig mewn bywyd teuluol. Efallai y bydd arnoch ei angen fel eich bod yn gallu gweithio, astudio neu gael seibiant oddi wrth gyfrifoldebau gofalu."

Y mae gofal plant yn chwarae rhan bwysig mewn bywyd teuluol. Efallai y bydd arnoch ei angen fel eich bod yn gallu gweithio, astudio neu gael seibiant oddi wrth eich cyfrifoldebau yn gofalu. Y mae teuluoedd sydd â phlant anabl yn aml yn canfod bod gofal plant yn ddrud, anaddas ac y mae argaeledd yn gyfyngedig. Y mae rhai teuluoedd yn defnyddio gofal plant anffurfiol, megis aelodau eraill y teulu, cyfeillion neu gymdogion. Ar adegau, fe allwch ganfod bod arnoch angen gwneud trefniadau mwy ffurfiol ac fe all fod arnoch angen defnyddio mwy nag un gwasanaeth gofal plant. Y mae gan rai ardaloedd lleol wasanaethau penodol ar gyfer teuluoedd plant anabl. Fe all fod gan eraill brosiectau sy'n cymorth plant sydd ag anghenion ychwanegol i ddod o hyd i wasanaethau gofal plant prif ffrwd. Er mwyn sicrhau ansawdd, y mae darpariaeth gofal plant yn Lloegr wedi'i gofrestru gydag, ac yn cael ei reoleiddio gan, OFSTED; yn yr Alban, gan Gomisiwn Rheoleiddio Gofal yr Alban (y Comisiwn Gofal); yng Ngogledd Iwerddon, y mae'n gyfrifoldeb i'r Ymddiriedolaethau Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol lleol; ac yng Nghymru, gan yr Arolygiaeth Safonau Gofal.

Pan ddaw'r Mesur Gofal Plant newydd yn ddeddf, fe fydd awdurdodau lleol yng Nghymru a Lloegr yn gyfrifol am sicrhau bod gofal plant digonol ar gael i rieni sy'n gweithio ac sydd â phlant anabl.

Mathau o ofal plant:

Gwarchodwyr Plant

Y mae gwarchodwyr plant yn cynnig gofal llawn amser a rhan amser, cyfleoedd chwarae a dysgu i blant, fel arfer yng nghartref y gwarchodwr plant ei hun. Y mae gwarchodwyr plant yn hunan-gyflogedig ac fe allant fod yn hyblyg yn yr oriau y maent yn gweithio, gan gynnig gofal yn gynnar yn y boreau, gyda'r nosau a thros y penwythnos.

Meithrinfeydd Dydd

Y mae meithrinfeydd yn bennaf ar gyfer plant o dan 5 mlwydd oed i chwarae a dysgu mewn amgylchedd grŵp, gan gynnig lleoedd llawn amser a rhan amser. Y mae rhai meithrinfeydd hefyd yn darparu gofal ar gyfer plant hŷn cyn ac ar ôl ysgol ac yn ystod gwyliau ysgol.

Clybiau ar ôl ysgol a mathau eraill o ofal y tu allan i'r ysgol

Y mae clybiau y tu allan i'r ysgol (a elwir weithiau yn glybiau plant) yn darparu gofal plant a gweithgareddau eraill ar gyfer plant oed ysgol cyn ac ar ôl y diwrnod ysgol ac yn ystod gwyliau'r ysgol. Yn aml, y mae'r rhain wedi'u lleoli ar safleoedd ysgol, ond fe allant hefyd fod mewn canolfannau cymuned, eglwysi, meithrinfeydd neu'n gysylltiedig â chanolfan plant.

Cyn-ysgolion

Y mae cyn-ysgolion (a adwaenir weithiau fel cylchoedd chwarae) yn cynnig gofal ac addysg rhan amser i blant, fel arfer rhwng 2½ a 5 mlwydd oed. Y mae sesiynau yn gweithredu am oddeutu dwy awr ond y mae rhai ar gael am gyfnodau hwy.

Cynlluniau chwarae yn ystod gwyliau

Y mae cynlluniau chwarae yn ystod gwyliau yn gweithredu yn ystod gwyliau'r ysgol ar gyfer plant oed ysgol, i ddarparu amgylchedd diogel ac ysgogol i blant gael chwarae a chael hwyl. Y mae rhai yn cynnig gofal rhan amser neu lawn amser.

Gofal plant yn eich cartref eich hun

Mewn rhai achosion, fe all rhieni deimlo'i bod hi'n hanfodol y gofalir am eu plentyn yn eu cartref eu hunain. Y mae rhai rhieni yn recriwtio nani neu eneth ifanc 'au pair' drwy gyfrwng asiantaeth, tra bo eraill yn mynd ati i hysbysebu a recriwtio gofalwr plant eu hunain.

Canolfannau plant

Y mae canolfannau plant yn cael eu datblygu ledled y wlad, gyda'r nod o wasanaethu plant a'u teuluoedd tan y bydd y plentyn yn dechrau ysgol gynradd. Yng Nghymru, fe ddigwydd hyn mewn canolfannau plant integredig, tra bod gan rai ardaloedd yn yr Alban ganolfannau plant a theuluoedd sy'n cynnig ystod o wasanaethau gan gynnwys gofal plant. Fe wna pob canolfan gynnig gwasanaethau integredig (iechyd, addysg, cymorth i deuluoedd a gofal plant), allgymorth i rieni, canolfan i warchodwyr plant, a chysylltiadau â Chanolfan Byd Gwaith ac ysgolion.

Y mae yna wasanaethau eraill ar gyfer plant a theuluoedd – er enghraifft, grwpiau rhieni/gofalwyr & phlant bach, canolfannau teulu, llyfrgelloedd teganau a lleoedd chwarae antur.

Canfod gofal plant

Y mae dewis y gwasanaeth gofal plant iawn yn bwysig i chi ac i'ch plentyn. Y mae arnoch angen bod yn hyderus bod eich plentyn yn ddiogel a dedwydd. Am wybodaeth am ganfod gofal plant, cysylltwch â'ch gwasanaeth gwybodaeth am ofal plant lleol. Fe ellir cael manylion ynglŷn â hyn drwy wasanaeth rhadffôn Cyswllt Gofal Plant (*Childcare Link*) ar Rif Ffôn: **08000 96 02 96**

Gwefan: **http://www.childcarelink.gov.uk**

Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon, cysylltwch â'ch ymddiriedolaeth gymunedol dros iechyd a gwasanaethau cymdeithasol lleol am fwy o wybodaeth. Fe all fod eich ymwelydd iechyd a/neu weithiwr cymdeithasol lleol yn gwybod am wasanaethau addas eraill. Y mae hefyd yn werth gofyn i rieni eraill mewn grwpiau cynnal pa wasanaethau gofal plant y maent yn eu defnyddio.

Cysylltwch â'r llinell gymorth am gopi o'n taflen wybodaeth, **Canfod a Thalu am Ofal Plant**.

Gweithio a Gofalu

I lawer o rieni, y mae'n anodd iawn meddwl am waith cyflogedig, yn enwedig os oes ar eu plentyn angen llawer o ofal. Gyda chefnogaeth, y mae rhai rhieni yn llwyddo i ddychwelyd i weithio. Y mae'n taflen wybodaeth, **Gweithio a Gofalu am Blentyn Anabl**, wedi'i hanelu at rieni plant anabl, sy'n meddwl am ddychwelyd i weithio neu sy'n gweithio ar hyn o bryd. Y mae'n cynnwys gwybodaeth am y gefnogaeth sydd ar gael i wneud y trawsnewidiad hynny yn ôl i waith a'ch hawlio pan ydych yn gweithio.

Addysg

"Fel rhiant plentyn sydd ag anghenion ychwanegol, fe all mai addysg yw un o'ch prif bryderon."

Fel rhiant plentyn sydd ag anghenion ychwanegol, fe all mai addysg yw un o'ch prif bryderon. Yn naturiol, y mae gan rieni ofidiau a phryderon am addysg ysgol, gan gynnwys pa un ai ysgolion arbennig ynteu addysg brif ffrwd yw'r opsiynau gorau.

Y mae Deddf Anghenion Addysgol Arbennig (AAA) ac Anabledd 2001 yn amlinellu newidiadau i addysg ar gyfer plant sydd ag AAA yng Nghymru a Lloegr. Y mae hefyd yn dod â mynediad at addysg o fewn cylch gwaith y Ddeddf Gwahaniaethu ar sail Anabledd, gan ei gwneud hi'n anghyfreithlon i ddarparwyr addysg wahaniaethu yn erbyn disgyblion, myfyrwyr a dysgwyr sy'n oedolion sy'n anabl. Yng Ngogledd Iwerddon, y mae Gorchymyn Anghenion Addysgol Arbennig ac Anabledd (Gogledd Iwerddon) 2005 wedi cryfhau deddfwriaeth AAA sy'n ymdrin ag ysgolion a'r sectorau addysg bellach ac addysg uwch.

Y mae gan Gymru a Lloegr bob un eu Cod Ymarfer eu hunain ar gyfer Anghenion Addysgol Arbennig, fel sydd gan Ogledd Iwerddon, sydd hefyd yn cael ei reoli gan ddeddfwriaeth ar wahân.

Y mae Cyswllt Teulu yn cyhoeddi dwy daflen wybodaeth, '**Anghenion Addysgol Arbennig - Lloegr**' ac '**Anghenion Addysgol Arbennig - Cymru**', yn ogystal â '**Disability and Education Pack**' ar gyfer Lloegr.

Cymorth i blant sydd ag AAA yng Nghymru a Lloegr

Os oes ar eich plentyn anghenion addysgol arbennig (AAA), fe all fod arno ef/ arni hi angen cymorth a chefnogaeth ychwanegol i gael y gorau allan o'r gyfundrefn addysg. Y mae'r camau asesu a ganlyn wedi'u nodi yn y Cod Ymarfer Anghenion Addysgol Arbennig perthnasol sy'n rhoi manylion ynglŷn â'r egwyddorion allweddol ar gyfer adnabod ac asesu AAA.

Asesiadau addysgol ar gyfer plant o dan 2

Os oes ar eich plentyn gyflwr neilltuol neu broblem iechyd fawr sydd wedi peri pryder ers oedran cynnar, fe ellir ei atgyfeirio at yr AALl am asesiad. Nid oes angen i'r asesiad hwn ddilyn y gweithdrefnau statudol sy'n gymwys i blant dros 2.

Asesiadau addysgol ar gyfer plant o dan oedran ysgol gorfodol a thros 2

Gweithredu yn y Blynyddoedd Cynnar - y mae'r term hwn yn disgrifio pan fo gweithred arbennig, y cytunwyd arni gan y SENCO (cydlynydd anghenion addysgol arbennig) ac athro'ch plentyn mewn ymgynghoriad â chi, yn cael ei chymryd oherwydd y teimlir fod ar eich plentyn angen cymorth ychwanegol at yr hyn a ddarperir fel rhan o'r cwricwlwm arferol.

Gweithredu yn y Blynyddoedd Cynnar a Mwy – y mae hwn yn disgrifio pan ymofynnir gwasanaethau cynnal o'r tu allan neu gyngor mwy arbenigol i gynorthwyo datblygiad eich plentyn.

Ceisiadau am asesiad statudol – i rai plant, nid yw'r camau uchod yn ddigonol i ddiwallu'u hanghenion ychwanegol. Yn ystod y cam hwn y gellir gwneud cais am asesiad statudol. Fe ellir gwneud y cais hwn gennych chi fel rhiant neu fe ellir ei wneud gan un o'r gweithwyr proffesiynol sydd â chysylltiad â'ch plentyn.

Asesiadau addysgol ar gyfer plant sy'n mynychu ysgol

Fe ganfyddir anghenion addysgol arbennig rhai plant cyn iddynt fynychu ysgol, i eraill nid felly yw hi. Y mae'r camau yn gyffelyb i blentyn yn mynychu lleoliad blynyddoedd cynnar.

Gweithredu gan yr Ysgol – y mae hyn pan fo athro neu gydlynydd anghenion addysgol arbennig (SENCO) yn canfod bod ar eich plentyn AAA a bod arno angen cymorth ychwanegol neu wahanol i'r hyn a gynigir yn y cwricwlwm cyffredinol.

Gweithredu gan yr Ysgol a Mwy – y mae hyn pan wneir cais am gymorth oddi wrth wasanaethau allanol neu gymorth arbenigol i ddiwallu anghenion eich plentyn.

Cais am asesiad statudol – ble'r teimlir bod gan eich plentyn o hyd anghenion arwyddocaol na ellir eu diwallu gan weithredoedd y camau blaenorol, fe all yr ysgol ofyn am asesiad statudol o'ch plentyn. Eto, y mae gennych hefyd yr hawl i ofyn am asesiad statudol o'ch plentyn.

Datganiadau yng Nghymru a Lloegr

Y mae'n rhaid i'r awdurdod priodol ystyried cais am asesiad statudol oni bai'i fod yn credu ei fod yn ddiangen neu os yw'ch plentyn wedi cael asesiad yn y 6 mis diwethaf. Y mae'n rhaid i AALl eich hysbysu chi am y penderfyniad a ddylid asesu ai peidio. Y mae'r asesiad yn archwiliad aml-broffesiynol i nodi AAA eich plentyn. Y mae'n cynnwys mynd am gyngor addysgol, meddygol a seicolegol, a chyngor oddi wrth y gwasanaethau cymdeithasol ac asiantaethau eraill. Y mae'ch cyfraniad chwithau yn bwysig hefyd, ac fe ofynnir i rieni ymateb gyda gwybodaeth a'u barn fel rhan o'r asesiad.

Ar ôl yr asesiad, fe wna'r AALl benderfynu pa un ai i gyhoeddi datganiad ai peidio. Fe fydd y datganiad yn rhoi manylion ynglŷn ag anghenion addysgol arbennig eich plentyn a'r ddarpariaeth y dylid ei gwneud i ddiwallu'r anghenion hynny. Ni ddylai'r holl broses - o ystyried a yw asesiad yn angenrheidiol i gynhyrchu datganiad terfynol (neu 'nodyn yn lle datganiad') - gymryd hwy na 26 o wythnosau.

"Ar ôl yr asesiad, fe wna'r AALl benderfynu pa un ai i gyhoeddi datganiad ai peidio. Fe fydd y datganiad yn rhoi manylion ynglŷn ag anghenion addysgol arbennig eich plentyn a'r ddarpariaeth y dylid ei gwneud i ddiwallu'r anghenion hynny."

Cymorth i blant sydd ag AAA yng Ngogledd Iwerddon

Y mae'r camau asesu a ganlyn wedi'u hamlinellu yng Ngorchymyn Anghenion Addysgol Arbennig ac Anabledd (Gogledd Iwerddon) 2005.

Asesiadau addysgol ar gyfer plant o dan oed ysgol

Os oes gan eich plentyn gyflwr neilltuol neu broblem iechyd sylweddol sydd wedi peri pryder o oedran cynnar, fe ellir ei atgyfeirio at y Bwrdd Addysg a Llyfrgell (y Bwrdd) am asesiad. Os yw'ch plentyn dros ddwy flwydd oed, fe allwch ofyn i'r Bwrdd wneud asesiad statudol o anghenion addysgol arbennig. Ar ôl asesiad, fe wna'r Bwrdd benderfynu a yw'n angenrheidiol gwneud asesiad o anghenion addysgol arbennig eich plentyn.

Asesiadau addysgol ar gyfer plant yn yr ysgol

Fe fydd anghenion addysgol arbennig rhai plant yn cael eu canfod pan fo plentyn yn yr ysgol. Y mae'r camau a ganlyn wedi'u nodi yn y Cod Ymarfer.

Cam 1 – dyma pa bryd y bydd athro yn canfod bod gan eich plentyn anghenion addysgol arbennig. Y mae'r pryderon hyn yn cael eu trafod gyda chi a'u cofnodi.

Cam 2 – y mae'r athro sy'n gyfrifol am anghenion addysgol arbennig yn ymgynghori ag athrawon eraill a gyda chwithau i lunio cynllun addysg ar gyfer eich plentyn.

Cam 3 – dyma pa bryd y gwneir cais am gymorth oddi wrth wasanaethau allanol neu gymorth arbenigol i ddiwallu anghenion eich plentyn.

Cais am asesiad statudol

Ble'r teimlir fod gan eich plentyn o hyd anghenion sylweddol na ellir eu diwallu gan weithredoedd y camau blaenorol, fe all yr ysgol, gweithwyr proffesiynol eraill sy'n gysylltiedig â'ch plentyn neu chwithau ofyn am asesiad statudol o'ch plentyn.

Datganiadau yng Ngogledd Iwerddon

Y mae'r broses ddatgan yng Ngogledd Iwerddon yn gyffelyb iawn i honno yng Nghymru a Lloegr. Fodd bynnag, y mae'r raddfa amser yn wahanol. Ni ddylai'r broses o'r adeg pan fo'r asesiad yn dechrau tan y bydd y bwrdd yn cyhoeddi datganiad arfaethedig fel arfer gymryd hwy na 18 wythnos.

Apelio

Os yw'r AALl neu'r bwrdd yn gwrthod ag asesu'ch plentyn neu'n gwrthod â chyhoeddi datganiad neu os ydych chi'n anfodlon gyda datganiad eich plentyn ac yr ydych yn methu â datrys y materion hyn gyda'r AALl, yna efallai y dymunwch apelio. Y mae'r Tribiwnlys Anghenion Addysgol Arbennig ac Anabledd (SENDIST) yn cynhyrchu dwy daflen o dan y teitl: 'Anghenion Addysgol Arbennig – Sut i Apelio' a 'Gwahaniaethu ar sail Anabledd mewn Ysgolion – Sut i Hawlio', yn ogystal â fideo o'r enw: 'Hawl i gael eich Clywed'. Y mae Tribiwnlys Anghenion Addysgol Arbennig Cymru (TAAAC / SENTW) hefyd yn cynhyrchu fersiynau o'r ddwy daflen hon sy'n gymwys i'r ddarpariaeth yng Nghymru.

SENDIST, Procession House, 55 Ludgate Hill, Llundain EC4M 7SW
Ffôn: **0870 241 2555 SEN**
Rhif Llinell Gymorth: **0870 606 5750**
E-bost: **tribunalqueries@sendist.gsi.gov.uk**
Gwefan: **http://www.sendist.gov.uk**

SENTW, Uned 32, Parc Menter Heol Ddole, Llandrindod LD1 6PF
Ffôn: **01597 829800** Llinell Gymorth
E-bost: **tribunalenquiries@wales.gsi.gov.uk**
Gwefan: **http://www.sentw.gov.uk**

Y mae yna lawer o sefydliadau sydd wedi'u sefydlu i gynorthwyo rhieni gyda phroblemau gydag addysg eu plentyn. Y mae rhai o'r rhain wedi'u rhestru yn yr adran Cyfeiriadau Defnyddiol.

Y mae gan lawer o AALl yn Lloegr gynllun partneriaeth rhieni sy'n darparu cyngor, cefnogaeth a gwybodaeth i rieni a gofalwyr y mae gan eu plant anghenion addysgol arbennig. Cysylltwch â'ch AALl neu linell gymorth Cyswllt Teulu am fanylion. Yng Nghymru, y mae gan bob sir gynllun cyffelyb, a ddarperir gan fudiad gwirfoddol annibynnol. Cysylltwch â'r AALl neu â swyddfa Cyswllt Teulu yng Nghymru.

Gadael Ysgol

Yng Nghymru a Lloegr, yn ystod Blwyddyn 9 (neu pan fo'ch plentyn yn 14), fe fydd yn rhaid i'r adolygiad blynyddol o'r datganiad gynnwys llunio Cynllun Pontio i baratoi ar gyfer addysg ôl-16. Os ydych yn byw yn Lloegr, fe fydd yn rhaid i'r adolygiad hwn gynnwys y *Connexions Service* sy'n cynnig arweiniad i bobl ifanc yn y pontio i fywyd oedolyn. Os ydych yn byw yng Nghymru, Gyrfa Cymru fydd yn dod yn gysylltiedig. Yng Ngogledd Iwerddon, fe gaiff y Cynllun Pontio hefyd ei lunio pan fo'ch plentyn yn 14. Y mae gan Wasanaeth Gyrfaoedd Gogledd Iwerddon ragor o wybodaeth am y dewisiadau sydd ar gael i'ch plentyn ar ôl un ar bymtheg.

Yn ddealladwy, y mae llawer o rieni yn bryderus am ddyfodol eu plentyn ar ôl gadael addysg amser llawn. Fodd bynnag, fe ddylai pob coleg addysg bellach wneud darpariaeth i gynnwys myfyrwyr anabl ar eu cyrsiau prif ffrwd. Y mae yna hefyd gyrsiau arbennig sy'n anelu at esmwytho'r pontio o ysgol i addysg bellach neu gyflogaeth. Y mae rhai cyrsiau yn canolbwyntio ar gynorthwyo pobl ifanc tuag at fyw'n annibynnol, gan gynnwys hyfforddiant mewn rheolaeth cartref, perthnasau personol a'r defnydd o amser hamdden.

Fe ddylai'r Cynllun Pontio gynnwys adolygiad cynhwysfawr o anghenion person ifanc fel y mae'n agosáu at fod yn oedolyn. Fe ddylai fynd y tu hwnt i anghenion addysg a hyfforddiant. Fe ddylid cynnwys rhieni, pobl ifanc, eu heiriolwyr a thrawstoriad o staff proffesiynol yn y broses. Y mae'n rhaid adolygu'r Cynllun Pontio yn flynyddol. Y mae Cyswllt Teulu yn cynhyrchu taflen wybodaeth o'r enw **Pontio yng Nghymru a Lloegr**.

Addysg yn yr Alban

"Y mae'r Ddeddf newydd yn cyflwyno'r cysyniad ehangach o anghenion cymorth ychwanegol ac y mae'n disodli'r gyfundrefn anghenion addysgol arbennig flaenorol."

Fe wnaeth y fframwaith addysgol ar gyfer cymorth plant a phobl ifanc sydd ag anghenion ychwanegol yn yr Alban newid ym mis Tachwedd 2005 pan ddaeth Deddf Addysg (Cymorth Ychwanegol ar gyfer Dysgu) (Yr Alban) 2004 i rym. Y mae'r Ddeddf newydd yn cyflwyno'r cysyniad ehangach o anghenion cymorth ychwanegol ac y mae'n disodli'r gyfundrefn anghenion addysgol arbennig flaenorol. O dan y ddeddf newydd, fe ystyrir plentyn neu berson ifanc fel bod ag anghenion cymorth ychwanegol os byddant, am unrhyw reswm, yn elwa oddi wrth gymorth ychwanegol gyda'u dysgu. Fe allai hyn fod oherwydd unrhyw anabledd neu gyflwr meddygol hirdymor, neu os oes ganddynt broblemau cymdeithasol, emosiynol neu ymddygiadol, neu os ydynt yn neilltuol o ddawnus, yn siarad y Saesneg fel ail iaith, yn cael eu bwlio neu wedi cael profedigaeth.

Fe fydd yna gyfnod o bontio i'r drefn newydd ar gyfer plant a phobl ifanc a oedd yn meddu ar Gofnod Anghenion pan ddechreuodd y Ddeddf Cymorth Ychwanegol ar gyfer Dysgu. Yn ystod yr adeg hon, fe fydd yn rhaid cynnal eu lefel bresennol o ddarpariaeth.

Asesiad a darpariaeth

Y mae yna ddyletswydd ar awdurdodau addysg i ganfod a chymorth pob plentyn dros 3 mlwydd oed a fyddai'n elwa oddi wrth gymorth ychwanegol gyda'u dysgu. Y mae'n rhaid iddynt hefyd ddarparu cymorth i blant o dan 3 mlwydd oed os oes arnynt anghenion cymorth ychwanegol oherwydd anabledd ac y maent wedi'u hatgyfeirio gan Fwrdd y GIG.

Os ydych yn teimlo y gall fod ar eich plentyn angen cymorth gyda'i ddysgu, fe allwch drafod eich pryderon gydag unrhyw weithiwr proffesiynol sydd eisoes yn gysylltiedig â'ch plentyn; er enghraifft, ei athro dosbarth neu ymwelydd iechyd. Y mae gennych yr hawl i ofyn i'ch awdurdod addysg gynnal asesiad. Fe all gweithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda'ch plentyn hefyd ofyn am asesiad – fe ddylent drafod unrhyw bryderon gyda chi a'ch cynnwys chi drwy gydol yr amser. Fe all y broses asesu olygu arsylwadau anffurfiol o'ch plentyn gan staff ac athrawon meithrinfa neu asesiadau neu archwiliadau mwy ffurfiol.

Fe fydd y ffordd y mae cymorth ychwanegol eich plentyn yn cael ei gynllunio a'i fonitro yn dibynnu ar ei anghenion ef neu hi. Fe ddylid defnyddio cynllunio dysgu personol (PLP) gyda phob plentyn sydd ag anghenion cymorth ychwanegol ac y mae hyn yn golygu bod athrawon yn gweithio gyda rhieni a phlant i bennu amcanion ac i adolygu cynnydd. I rai plant, efallai y bydd angen rhaglen addysgol unigol (IEP). Fe ellid defnyddio hyn ble y mae yna addasiad arwyddocaol o'r cwricwlwm neu i gynorthwyo i gydlynu cyfraniad oddi wrth weithiwr cymdeithasol neu weithiwr iechyd proffesiynol.

Fe fydd gan ddisgyblion sydd ag anghenion hirdymor, cymhleth neu luosog ac y mae arnynt angen cymorth ychwanegol arwyddocaol oddi wrth asiantaethau eraill, megis iechyd neu waith cymdeithasol, hawl i gynllun cymorth cydgysylltiedig (CSP). Yn wahanol i gynllunio dysgu personol a'r rhaglen addysgol unigol, y mae hon yn ddogfen gyfreithiol sy'n rhoi manylion ynglŷn â'r cymorth y mae ar eich plentyn angen a sut y caiff ei drefnu. Y bwriad wrth ei gwraidd yw sicrhau gwell cydgysylltu gwasanaethau o faes addysg ac asiantaethau eraill.

Datrys anghydfodau

Fe ddylai rhieni gael eu cynnwys yn llawn gyda gwneud penderfyniadau ynglŷn ag anghenion cymorth ychwanegol eu plentyn, ac fe obeithir y bydd anghydfodau yn aml yn cael eu datrys yn anffurfiol. Fodd bynnag, os na ellir cael ateb, y mae yna amryw o opsiynau ar gael. Y mae gan

rieni hawl i ddefnyddio gwasanaethau cyfryngu annibynnol, rhad ac am ddim ar unrhyw adeg. Fe ellir defnyddio dyfarnu annibynnol pan nad yw anghydfod yn ymwneud â chynllun cymorth cydgysylltiedig. Fe ellir mynd â materion yn ymwneud â chynllun cymorth cydgysylltiedig at y Tribiwnlys Anghenion Cymorth Ychwanegol. Y mae gan rieni hefyd hawl i ddod â chefnogwr neu eiriolwr gyda hwynt i gyfarfodydd.

Gadael ysgol

Fe ddylai cynllunio ar gyfer gadael ysgol ddechrau o leiaf 12 mis cyn y disgwylir i blentyn neu berson ifanc adael ysgol. Y mae'n rhaid i'r awdurdod addysg gysylltu gydag asiantaethau sy'n debygol o fod yn gysylltiedig â'ch plentyn pan fydd yn gadael ysgol, megis *Careers Scotland* neu goleg addysg bellach, ac fe fydd yn rhaid iddynt eich cynnwys chi a'ch plentyn yn y broses gynllunio. Y mae'n rhaid i ysgol eich plentyn sicrhau bod ganddo ef neu ganddi hi wybodaeth am opsiynau ôl-ysgol, megis hyfforddiant neu leoliadau gwaith.

Rhagor o Wybodaeth

Y mae'n rhaid i bob awdurdod addysg gyhoeddi gwybodaeth am y ddarpariaeth o gymorth ychwanegol yn eu hardal, gan gynnwys manylion person a enwir y gall rhieni gysylltu ag ef am ragor o wybodaeth a chyngor.

Y mae Cyswllt Teulu yn cyhoeddi dwy daflen wybodaeth am ddim, '**Additional Support for Learning – Scotland'** a '**Post-16 Transition in Scotland'**. Fe allwch archebu copïau oddi wrth swyddfa Cyswllt Teulu yn yr Alban,
Ffôn: **0131 475 2608** neu llwythwch hwynt i lawr oddi ar wefan Cyswllt Teulu:

http://www.cafamily.org.uk/factsheets.html

Y mae rhagor o wybodaeth ar gael hefyd oddi wrth *Enquire*, Gwasanaeth Cynghori yr Alban ar gyfer Cymorth Ychwanegol ar gyfer Dysgu, Ffôn: **0845 123 23 03**
Gwefan: **http://www.enquire.org.uk**

Budd-daliadau

"Y mae'r gyfundrefn budd-daliadau yn eitha' cymhleth. Nid yw llawer o bobl yn sylweddoli bod ganddynt hawl i hawlio."

Y mae'r gyfundrefn budd-daliadau yn eitha' cymhleth. Nid yw llawer o bobl yn sylweddoli bod ganddynt hawl i hawlio. Fe ellir cael yr holl ffurflenni hawlio oddi wrth y Llinell Ymholiadau Budd-daliadau **0800 88 22 00**.

Os oes gennych ragor o gwestiynau, cysylltwch â:

Llinell Gymorth Cyswllt Teulu: **0808 808 3555**;
Canolfan Gynghori;
Prosiect lleol cynghori ynglŷn ag anabledd neu ganolfan gofalwyr.

Fe all y sefydliadau hyn gynghori ynglŷn â budd-daliadau i sicrhau nad ydych yn colli unrhyw beth, ac fe allant hefyd eich cynorthwyo i lenwi ffurflenni hawlio. Fe all fod gan eich adran gwasanaethau cymdeithasol, ymddiriedolaeth iechyd a gwasanaethau cymdeithasol neu adran gwaith cymdeithasol leol ymgynghorydd hawliau lles/ymgynghorydd budd-daliadau a all hefyd eich cynorthwyo.

Os nad ydych yn sicr a oes gennych hawl i fudd-dal, cwblhewch ffurflen hawlio pa un bynnag, gan ei bod yn anodd cael ôl-ddyddio'r rhan fwyaf o fudd-daliadau. Fodd bynnag, os ydych chi, neu'ch cymar, yn amodol ar reolaeth mewnfudo, fe all fod yna reolau arbennig ac fe ddylech ymofyn rhagor o gyngor cyn gwneud cais - y mae hyn oherwydd mewn rhai achosion, fe allech gael eich gwahardd rhag cael budd-dal ac fe all effeithio ar eich hawliau i aros yn y wlad. Fe all llinell gymorth Cyswllt Teulu roi cyngor elfennol ynglŷn â materion mewnfudo os yw hyn yn peri pryder ichi.

Lwfans Byw i'r Anabl

Y prif fudd-dal ar gyfer plant anabl yw Lwfans Byw i'r Anabl (LBA). Y mae hwn yn cynnwys dwy ran:

> Yr elfen gofal ar gyfer plant y mae arnynt angen sylw neu oruchwyliaeth ychwanegol. Fe delir hwn ar dair gwahanol gyfradd, yn dibynnu faint o gymorth y mae ar y plentyn angen;
>
> Yr elfen symudedd ar gyfer plant y mae arnynt angen cymorth i allu symud. Y mae hwn yn daladwy ar ddwy wahanol gyfradd, yn dibynnu ar natur y broblem symudedd.

Fe all eich plentyn fod yn gymwys am y naill neu'r llall neu'r ddwy o'r elfennau hyn. Os yw'ch plentyn yn cael yr elfen gofal ar y gyfradd ganolig neu'r gyfradd uwch, fe allai hefyd fod gennych hawl i Lwfans Gofalwr (LG) am ofalu am eich plentyn.

Y mae yna ffurflen ar gyfer hawlio LBA ar gyfer plant o'r enw *DLA1 Child*. Y mae'n haws i rieni ei defnyddio, felly sicrhewch y rhoddir y ffurflen gywir ichi lenwi. Wrth hawlio budd-dal drosoch eich hun neu'ch plentyn, y mae'n bwysig iawn eich bod yn cynnwys cymaint o wybodaeth ag y gallwch ar y ffurflen. Fe all unrhyw wybodaeth a ddarperir gan eich meddyg gynorthwyo'ch cais. Os nad ydych yn sicr o sut i lenwi'r ffurflen, gofynnwch i rywun o ganolfan gynghori, Llinell Gymorth Cyswllt Teulu neu brosiect lleol cynghori ynglŷn ag anabledd neu ganolfan gofalwyr.

Fe allwch hefyd wneud cais ar-lein yn:
http://www.dwp.gov.uk/eservice

Credydau Treth

Y mae Credyd Treth Plant ar gyfer teuluoedd sydd ag o leiaf un plentyn. Y mae'n cynnwys elfen deuluol sylfaenol (a delir ar gyfradd uwch os oes gennych o leiaf un plentyn o dan 1 flwydd oed), symiau ar gyfer pob plentyn, a symiau ychwanegol ar gyfer plant sy'n cael LBA.

Fe ellir talu Credyd Treth Gwaith (CTG) os oes gennych blentyn (o dan 16, neu o dan 20 ac yn dal mewn addysg nad yw'n addysg uwch amser llawn neu ar hyfforddiant digyflog yn y gwaith wedi'i gymeradwyo) ac yr ydych chwithau (neu'ch cymar os oes gennych un) yn gweithio o leiaf 16 o oriau'r wythnos. Y mae CTG hefyd ar gael ar gyfer rhai pobl ar gyflog isel heb blant, pobl sydd ag anabledd yn gweithio o leiaf 16 o oriau'r wythnos, pobl dros 50 sydd wedi dychwelyd yn ddiweddar i weithio ar ôl cyfnod o amser ar fudd-daliadau, a phobl dros 25 sy'n gweithio o leiaf 30 o oriau'r wythnos.

Am fwy o wybodaeth am gredydau treth, gweler ein **Canllaw Credydau Treth**, ffoniwch linell gymorth Cyswllt Teulu, neu cysylltwch â'ch swyddfa ymholiadau trethi leol.

Budd-daliadau eraill a ffynonellau cymorth ariannol

Fe allwch fedru cael y budd-daliadau ychwanegol a ganlyn:

> Y mae Cymhorthdal Incwm yn fudd-dal â phrawf modd i gynorthwyo unigolion neu deuluoedd sydd ar incwm isel a sydd â chynilion sy'n llai na £16,000;
>
> Y mae Budd-dal Tai (Ad-daliad Rhent yng Ngogledd Iwerddon) ar gyfer y sawl sy'n talu rhent ac sydd ar incwm isel;
>
> Y mae Budd-dal Treth Cyngor (Ad-daliad Rhent yng Ngogledd Iwerddon) ar gyfer y sawl sy'n rhwymedig i dalu Treth Cyngor ac ar incwm isel;
>
> Gostyngiad anabledd mewn Treth Cyngor os oes arnoch angen lle ychwanegol yn eich tŷ oherwydd anabledd eich plentyn.

Fe all fod gennych hefyd hawl i gymorth ariannol oddi wrth ffynonellau eraill, er enghraifft:

> **Grant Gofal yn y Gymuned** oddi wrth y Gronfa Gymdeithasol os ydych yn derbyn Cymhorthdal Incwm, Lwfans Ceisio Gwaith sy'n seiliedig ar incwm neu Gredyd Pensiwn ac y mae arnoch angen cymorth gyda thalu am rywbeth na allwch ei fforddio o'ch budd-dal wythnosol, megis dillad gwely, dillad, golchi dillad, eitemau diogelwch neu docyn teithio i ymweld â phlentyn mewn ysbyty;

Grant oddi wrth Gronfa'r Teulu. Fe ellir talu hwn ar gyfer eitemau penodol i gynorthwyo i leddfu'r straen sy'n deillio o'r gofal beunyddiol o blentyn o dan 16 sydd ag anabledd dybryd neu waeledd difrifol, e.e. offer golchi dillad, treuliau teithio (gan gynnwys cymorth gyda gwersi gyrru cerbyd i chi), dillad a gwyliau. Am fwy o wybodaeth, cysylltwch â Chronfa'r Teulu,

Ffôn: **0845 13045 42**

E-bost: **info@familyfund.org.uk**

Y mae yna lawer o fudd-daliadau a chonsesiynau eraill y gallwch fod yn gymwys amdanynt, ac felly'r peth gorau bob amser yw cael gwiriad budd-daliadau llawn yn rheolaidd. Ffoniwch Linell Gymorth Cyswllt Teulu os hoffech un i o'n cynghorwyr arbenigol wirio eich bod yn cael y cyfan y dylech ei gael. Hefyd, fe allech ganfod bod y taflenni gwybodaeth hyn yn fuddiol:

Budd-daliadau, Credydau Treth a mathau eraill o Gymorth Ariannol'
Rhestr Wirio o Gymorth ar gyfer Teuluoedd sydd â Phlant Anabl'
Canllaw Credydau Treth'
Gordaliadau Credydau Treth'
Ymdrin â Dyled'
Canfod a Thalu am Ofal Plant'

Fe all y llinell gymorth hefyd anfon atoch restr o elusennau sy'n rhoi grantiau i deuluoedd.

Chwarae, hamdden ac adloniant

"Y mae ar bob plentyn angen y cyfle i chwarae."

Y mae ar bob plentyn angen y cyfle i chwarae. Weithiau, y mae cyfleoedd chwarae sydd wedi'u lleoli yn y gymuned yn fwy cyfyngedig i blant anabl. Fodd bynnag, y mae'r sefyllfa'n gwella yn araf, ac y mae llawer o sefydliadau ac unigolion yn gweithio'n galed i sicrhau bod mwy o gyfleoedd yn dod ar gael. Y mae hyn yn bwysig oherwydd bod gan chwarae ran bwysig iawn yn natblygiad pob plentyn, beth bynnag yw'u galluoedd.

Os oes gennych blentyn sydd ag anabledd a/neu gyflwr iechyd, y mae arnoch angen meddwl am y math o gyfleoedd chwarae y gall fod gan eich plentyn ddiddordeb ynddynt. Fe all y rhain amrywio o ddymuno cael mynediad yn rheolaidd at gyfleuster megis cylch chwarae, lle chwarae antur neu gynllun chwarae yn ystod gwyliau, i'r defnydd achlysurol o glybiau penwythnos neu lyfrgelloedd teganau. Y ffactor arall i'w ystyried yw a yw'r gweithgaredd yr ydych yn dymuno cael mynediad ato yn cynnig y cyfle i frodyr a chwiorydd ymuno ag ef. Y mae nifer cynyddol o fudiadau yn awr yn cynnig cyfleoedd chwarae integredig fel y gall y teulu i gyd gymryd rhan.

Peidiwch ag arddel barn isel am barciau cyhoeddus lleol a'r cyfleusterau y gellir eu canfod yno ar gyfer pob plentyn. Y mae llawer o barciau yn dechrau elwa oddi wrth grantiau adfywio, ac o ganlyniad y maent yn datblygu mannau chwarae newydd, mwy hygyrch, yn ogystal â gweithgareddau chwarae a hamdden eraill, yn enwedig yn ystod cyfnodau gwyliau'r ysgol.

Y mae ysgolion yn aml yn cynnal cynlluniau chwarae yn ystod cyfnodau gwyliau ac y mae ganddynt hefyd y potensial i fod yn ffynonellau da o wybodaeth am brosiectau chwarae a hamdden eraill, megis clybiau nofio a gweithgareddau chwaraeon. Diolch i waith sefydliadau, megis cymdeithasau chwarae lleol a **4Children**, y mae mwy a mwy o ysgolion yn awr yn cynnig cyfleoedd chwarae ar ôl ysgol.

Fe ddylech fod yn ymwybodol, fodd bynnag, ei bod yn debygol y codir tâl ar gyfer rhai gweithgareddau.

Y mae mwy o wybodaeth am chwarae a hamdden ar gael yn nhaflen gwybodaeth Cyswllt Teulu, '**Gwyliau, Chwarae a Hamdden'**, sydd ar gael oddi wrth y llinell gymorth neu'ch swyddfa leol, a all hefyd ddarparu mwy o wybodaeth am grwpiau a gweithgareddau yn eich ardal. Fe all y wybodaeth hon fod hefyd ar gael oddi wrth:

Eich llyfrgell leol;

Eich gwasanaeth hamdden neu ieuenctid lleol;

Gweithiwr cymdeithasol eich plentyn neu'r tîm plant anabledd lleol;

Mudiad cenedlaethol a restrir yn yr adran **Chwarae a Hamdden** o gyfeiriadau defnyddiol.

Aelodau eraill y teulu

"Y mae cael plentyn sydd ag anabledd yn effeithio ar y teulu i gyd. Y mae hyn yn cynnwys brodyr, chwiorydd, modrybedd, ewythrod a theidiau a neiniau."

Y mae cael plentyn sydd ag anabledd yn effeithio ar y teulu i gyd. Y mae hyn yn cynnwys brodyr, chwiorydd, modrybedd, ewythrod a theidiau a neiniau. Y mae hyn yn aml yn arwain at lawer o aelodau teulu yn teimlo bod arnynt angen gwybodaeth a chefnogaeth, nid ond y rhieni.

Y mae brodyr a chwiorydd plant anabl yn aml yn teimlo mai oherwydd anghenion gofal ychwanegol eu brawd neu chwaer, y mae yna yn aml ddiffyg amser ar gyfer eu hanghenion hwynt. Fe all fod gweithgareddau teuluol beunyddiol yn gyfyngedig, fel y mae rhieni yn ceisio â jyglo anghenion yr holl blant yn y teulu ac fe all hyn arwain at bwysau ychwanegol gartref. Fe all fod yna ran bwysig i chwarae yma ar gyfer cyfeillion a pherthnasau eraill a all fedru cynnig rhywfaint o amser arbennig ar gyfer y brodyr neu'r chwiorydd, neu'u cynnwys hwynt mewn gweithgareddau y byddent fel arall yn eu colli. Y mae llawer o frodyr a chwiorydd wedi'i chanfod hi'n ddefnyddiol ymuno â grŵp brodyr a chwiorydd lleol. Y mae rhai o'r buddion i frodyr a chwiorydd yn cynnwys cyfarfod ag eraill mewn sefyllfa gyffelyb, rhannu syniadau am ymdopi â sefyllfaoedd anodd a chael amser da.

"Fe wnaeth fy nghynorthwyo i wybod nad wyf ar fy mhen fy hun gyda brawd neu chwaer anabl."

Y mae yna lawer o wybodaeth ddefnyddiol erbyn hyn yn cael ei hysgrifennu gyda phlant mewn golwg. Ar y wefan a ganlyn, fe all plant gysylltu gyda'r naill a'r llall:
http://www.thearc.org/siblingsupport

Fe allech hefyd ganfod y wefan a ganlyn yn ddefnyddiol: **http://sibs.org.uk**

Y mae Cyswllt Teulu wedi cynhyrchu taflen wybodaeth o'r enw '**Brodyr a Chwiorydd'**.

Fe all fod ar deidiau a neiniau angen cymorth hefyd ac yn aml y maent yn pryderu am eu plant eu hunain ac am eu hŵyr, yn ogystal. Y mae llawer yn teimlo'u bod wedi'u hepgor o'r rhwydweithiau gwybodaeth arferol ac y mae ganddynt bryderon am y ffordd orau i gynorthwyo. Y mae Cyswllt Teulu wedi cynhyrchu taflen wybodaeth, '**Teidiau a Neiniau',** sydd hefyd ar gael ar gais. Ni ddylai teidiau a neiniau a pherthnasau eraill ofidio ynglŷn â gofyn am wybodaeth. Fe all gynorthwyo gyda deall y sefyllfa a gyda dod yn wybodus am gyflwr y plentyn - fe fydd rhieni yn falch bod yna o leiaf rywun yn y teulu sy'n deall anabledd eu plentyn. Y mae Cyswllt Teulu yn fodlon iawn clywed oddi wrth unrhyw aelodau teulu a hoffai fwy o wybodaeth.

Mudiadau gwirfoddol a grwpiau cynnal

Fe all cynlluniau a grwpiau gwirfoddol a chymunedol fod yn ffynhonnell anferth o gymorth a chefnogaeth.

Fe allant eich darparu gyda:

Cysylltu â rhieni eraill sydd â phlant ag anableddau neu gyflyrau iechyd penodol;

Gwybodaeth a chyngor ynglŷn â gwaeledd neu gyflwr eich plentyn;

Cyngor ymarferol, e.e. ynglŷn â budd-daliadau neu gyfarpar, addysg a gwybodaeth leol;

Rhywun i siarad ag ef/hi am eich gofidiau neu broblemau;

Ymweliadau â chartref neu wasanaethau eistedd;

Gwasanaethau ychwanegol, e.e. cludiant, cymhorthion, cyfarpar neu fenthyciad i gael tegan;

Cyngor ar y ffôn;

Canolfannau galw heibio;

Cymorth ariannol;

Cyhoeddiadau a thaflenni newyddion;

Cynlluniau chwarae yn ystod gwyliau ysgol a chyfleoedd hamdden y tu allan i'r ysgol;

Mynediad at ddarpariaeth gynhwysol.

Y mae yna lawer o fathau o grwpiau cynnal. Fe all fod yna grŵp cynnal lleol ar gyfer rhieni plant sydd ag unrhyw anabledd neu gyflwr iechyd. Fe all fod yna hefyd grŵp cynnal lleol neu genedlaethol ar gyfer rhieni plant sydd â'r un anabledd neu gyflwr â'ch plentyn chi. Y mae llawer o bobl yn canfod ei bod yn fuddiol siarad am eu problemau a'u pryderon gyda rhieni eraill ac i rannu profiadau. Y mae rhai grwpiau lleol yn trefnu gweithgareddau teuluol a chynlluniau chwarae, yn cynhyrchu taflenni newyddion ac yn cynnig gwybodaeth a chefnogaeth.

I ganfod gwybodaeth am grwpiau rhieni, ffoniwch neu ysgrifennwch at Cyswllt Teulu.

Cefnogaeth ychwanegol oddi wrth Cyswllt Teulu

"Y mae Cyswllt Teulu yn gweithio ledled y DU i gefnogi teuluoedd sy'n gofalu am blant anabl."

Y mae Cyswllt Teulu yn gweithio ledled y DU i gefnogi teuluoedd sy'n gofalu am blant anabl. Y mae'r llinell gymorth yn wasanaeth rhadffôn cenedlaethol, sy'n cynnig gwybodaeth, cyngor a chefnogaeth i rieni a gofalwyr ynglŷn ag unrhyw agwedd o ofalu am blentyn anabl. Fe all y cynghorwyr rhieni hefyd roi teuluoedd mewn cysylltiad â grwpiau cefnogi cenedlaethol ar gyfer cyflyrau penodol a grwpiau cefnogi lleol ar gyfer teuluoedd plant sydd ag unrhyw anabledd neu gyflwr iechyd. Ble nad oes yna rwydwaith cynnal yn bodoli, yn enwedig o ran anhwylderau anghyffredin iawn, fe wna cynghorwyr rhieni geisio â chysylltu teuluoedd yn unigol. Y mae gan ein gwasanaeth llinell gymorth fynediad at wasanaeth cyfieithu o'r enw Llinell Iaith. Fe olyga hyn y gallwn drefnu ichi siarad gyda chynghorydd rhieni mewn unrhyw un o fwy na 100 o ieithoedd. Fe wna'n tîm llyfrgell a gwybodaeth ymdrin ag ymholiadau oddi wrth weithwyr proffesiynol ac fe ellir cysylltu â hwynt ar brif rif y switsfwrdd.

Ym mis Rhagfyr 2004, fe wnaeth Cyswllt Teulu a'r *Lady Hoare Trust* uno o dan ambarél Cyswllt Teulu. Fe ddaeth y *Lady Hoare Trust* â thîm o weithwyr teuluol profiadol i Cyswllt Teulu sy'n gweithio ledled y DU. Y mae'r tîm hwn wedi tyfu a datblygu ar ôl hynny i'r sefydliadau 'Gwasanaeth Cynnal Teuluoedd' sy'n gweithredu gwasanaeth cefnogaeth a gwybodaeth wyneb yn wyneb i deuluoedd mewn sawl rhan o'r DU. Y mae'r gweithwyr teulu hyn yn darparu cymorth byrdymor i deuluoedd plant sydd ag unrhyw anabledd 0-19 mlwydd oed.

Os ydych yn credu yr hoffech gael cymorth oddi wrth un o'n gweithwyr teulu, ac yr hoffech wybod a oes yna un yn eich ardal, cofiwch gysylltu â ni, os gwelwch yn dda, drwy ffonio llinell gymorth Cyswllt Teulu neu drwy gysylltu â'ch swyddfa ranbarthol neu genedlaethol o Cyswllt Teulu, y mae manylion ar y dudalen ôl.

Yr ydym yn cyhoeddi amryw o gyhoeddiadau defnyddiol, gan gynnwys "Cyfeirlyfr Cyswllt Teulu: Cyflyrau Penodol, Anhwylderau Anghyffredin a Grwpiau Cefnogi Teuluoedd y DU" a'r taflenni gwybodaeth a ganlyn:

Cyflwr Genetig yn y Teulu

Canllaw i Asesiadau a Gwasanaethau yng Nghymru a Lloegr

Canllaw i Asesiadau a Gwasanaethau yn yr Alban

Budd-daliadau, Credydau Treth a mathau eraill o Gymorth Ariannol

Y Canllaw Credydau Treth

Gordaliadau Credydau Treth – canllaw ar gyfer rhieni

Teuluoedd sydd â Phlant Anabl – Gwybodaeth i fyfyrwyr a gweithwyr proffesiynol

Tadau

Teidiau a Neiniau

Gwyliau, Chwarae a Hamdden

Byw heb Ddiagnosis

Gweithio a Gofalu am Blentyn Anabl

Brodyr a Chwiorydd

Cymorth Ychwanegol ar gyfer Dysgu – yr Alban

Anghenion Addysgol Arbennig - Lloegr

Anghenion Addysgol Arbennig – Cymru

Pontio yng Nghymru a Lloegr

Pontio ÔI-16 yn yr Alban

Cymhorthion, Cyfarpar ac Addasiadau

Ynglŷn â Theuluoedd sydd â Phlant Anabl

Perthnasau a Gofalu am Blentyn Anabl

Ymdrin â Dyled (Yr Alban, Lloegr & Chymru

Canfod a Thalu am Ofal Plant

Y mae gan Cyswllt Teulu ymrwymiad i ddiwallu anghenion teuluoedd nad y Saesneg yw eu hiaith gyntaf, ac yr ydym yn gyson yn adolygu ac yn arfarnu'n gwasanaethau i sicrhau ein bod ni'n gwneud hyn ac yn edrych ar ffyrdd y gallwn wella. Y mae gan ein tudalen we ynglŷn â chyfieithiadau fwy o wybodaeth am ba gyhoeddiadau sydd wedi'u cyfieithu hyd yn hyn: **http://www.cafamily.org.uk/translations.html**

Y mae'r canllaw hwn wedi'i gyfieithu i amrywiaeth o ieithoedd cymuned. Am fwy o wybodaeth, cysylltwch â'n llinell gymorth. Os byddai'n amgenach gennych beidio â darllen Saesneg, ond eich bod yn deall y gair llafar, y mae yna dâp sain am ddim o'r canllaw hwn ar gael yn y Saesneg oddi wrth ein llinell gymorth.

Yr ydym yn cynnig cyngor i rieni sy'n dymuno sefydlu grŵp cefnogi lleol neu sy'n dymuno sefydlu rhwydwaith cenedlaethol i deuluoedd y mae ar eu plant yr un cyflwr penodol. Yr ydym hefyd yn cynhyrchu **Pecyn Gweithredu Grŵp** Cyswllt Teulu, sy'n gyfres o ganllawiau cynhwysfawr ar gyfer pawb sy'n dymuno sefydlu neu ddatblygu grŵp.

Yn ogystal â'r swyddfa Brydeinig, y mae gan Cyswllt Teulu amryw o swyddfeydd o amgylch y DU. Y maent yn cynnig gweithdai lleol i rieni ynglŷn â gwahanol agweddau o ofalu am blentyn anabl, yn ogystal â thaflenni newyddion lleol a gwybodaeth am yr hyn sydd ar gael i deuluoedd yn eu hardaloedd.

Y mae gan Cyswllt Teulu hefyd dîm drwy'r DU i gyd o gynrychiolwyr ardaloedd lleol gwirfoddol, y maent oll yn rhieni plant anabl. Y maent yn cynnig cefnogaeth a gwybodaeth, ac y maent yn gallu dangos y ffordd ichi i'r ffynonellau gorau o gymorth lleol ar sail eu gwybodaeth a'u profiad eu hunain fel rhieni. I weld a oes yna gynrychiolydd yn eich ardal, cysylltwch â swyddfa Brydeinig Cyswllt Teulu ar **020 7608 8700**.

Cyfeiriadau Defnyddiol

Addysg

Advisory Centre for Education (ACE),
1c Aberdeen Studios, 22 Highbury Grove, Llundain N5 2DQ
Llinell Gymorth: **0808 800 5793** (Llun - Gwener, 2.00 y pnawn – 5.00 y pnawn)
Gwefan: **http://www.ace-ed.org.uk**
Y maent yn cynnig arweiniad a chyngor ynglŷn â phob agwedd o addysg y wladwriaeth.

Centre for Studies on Inclusive Education (CSIE)
New Redland, Frenchay Campus, Bryste BS16 1QU
Ffôn: **0117 328 4007**
Gwefan: **http://www.inclusion.uwe.ac.uk/cse**
Y maent yn cynnig gwybodaeth am addysg gynhwysol a materion cysylltiedig.

Enquire, Children in Scotland,
5 Shandwick Place, Caeredin EH2 4RG
Ffôn: **0845 123 2303** Llinell Gymorth
Ffôn Testun: **0131 222 2439**
E-bost: **info@enquire.org.uk**
Gwefan: **http://www.enquire.org.uk**
Y maent yn darparu gwasanaeth cynghori cenedlaethol ar gyfer cymorth ychwanegol ar gyfer dysgu yn yr Alban.

Independent Panel for Special Education Advice (IPSEA),
6 Carlow Mews, Woodbridge IP12 1EA
Ffôn: **0800 018 4016** Llinell Gynghori (Llun - Iau 10.00 y bore – 4.00 y pnawn & 7.00 -9.00 yr hwyr; Gwener 10.00 y bore – 1.00 y pnawn & 7.00 – 9.00 yr hwyr).
Gwefan: **http://www.ipsea.org.uk**
Y maent yn amddiffyn hawliau plant i gael darpariaeth addysgol arbennig ac y maent yn rhoi cyngor annibynnol i rieni sy'n ansicr ynglŷn â, neu'n anghytuno â, dehongliad yr AALl o anghenion addysgol arbennig eu plentyn.

Nisai Virtual Academy (NVA),
Milton Road, Harrow HA1 1XB
Ffôn: **020 8427 9003**
E-bost: **info@nisai.com**
Gwefan: **http://www.nisaivirtualacademy.com** Y mae NVA yn rhith-ysgol sy'n darparu addysg i blant (8-18) nad ydynt yn gallu mynychu ysgolion prif ffrwd.

National Association of Toy & Leisure Libraries (Playmatters),
68 Churchway, Llundain NW1 1LT
Ffôn: **020 7255 4600**
E-bost: **admin@playmatters.co.uk**
Gwefan: **http://www.playmatters.co.uk**
Y corff cenedlaethol ar gyfer llyfrgelloedd teganau a hamdden yn y DU. Fe all eich cynghori ynglŷn â'r llyfrgell teganau agosaf.

National Portage Association,
PO Box 3075, Yeovil BA21 3FB
Ffôn/Ffacs: **01935 471641** (Llun & Iau, 9.00 y bore – 1.00 y pnawn)
E-bost: **info@portage.org.uk**
Gwefan: **http://www.portage.org.uk**
Y maent yn darparu gwasanaeth addysgol ymweliad â chartref ar gyfer plant o dan oed ysgol sydd ag anghenion cymorth ychwanegol, a'u teuluoedd.

Network 81,
1-7 Woodfield Terrace, Stansted CM24 8AJ
Ffôn: **0870 770 3306** Llinell Gymorth (Llun - Gwener, 10.00 y bore – 2.00 y pnawn)
Ffôn Weinyddol: **0870 770 3262**
E-bost: **info@network81.org**
Gwefan: **http://network81.org**
Y maent yn rhoi gwybodaeth, arweiniad, cymorth a chyngor ynglŷn â phob mater sy'n ymwneud ag anghenion addysgol arbennig a'r gyfraith.

Parents for Inclusion,
Unit 1, Winchester House, Kennington Park Business Centre, Cranmer Street,
Llundain SW9 6EJ
Ffôn: **0800 652 3145** Llinell Gymorth (Llun, Mawrth & Iau, 10.00 y bore – 12.00 hanner dydd & 1.00 y pnawn – 3.00 y pnawn)
Ffôn: **020 7735 7735**
E-bost: **info@parentsforinclusion.org**
Gwefan: **http://www.parentsforinclusion.org**
Rhieni yn cynorthwyo rhieni fel y gall plant anabl ddysgu, ennill cyfeillion a chael llais mewn ysgol arferol a thrwy gydol bywyd.

Pre-School Learning Alliance,
Fitzpatrick Building, 188 York Way, Llundain N7 9AD
Ffôn: **020 7697 2500**
E-bost: **info@pre-school.org.uk**
Gwefan: **http://www.pre-school.org.uk**
Y maent yn cynrychioli ac yn cefnogi ysgolion cymunedol i blant dan oed ysgol yn Lloegr. Y mae ganddynt swyddfeydd rhanbarthol a changhennau lleol.

Rathbone Special Education Advice Line (SEAL)
Churchgate House, 56 Oxford Street, Manceinion M1 6EU
Ffôn: **0800 917 6790** Llinell Gymorth
Ffôn: **0800 085 4528** Gwasanaeth Iaith Asiaidd
E-bost: **advice@rathboneuk.org**
Gwefan: **http://www.rathboneuk.org**
Y maent yn darparu cefnogaeth a chyngor ynglŷn â phob agwedd o AAA i rieni a gweithwyr proffesiynol.

Snap Cymru (Anghenion Arbennig a Chymorth i Rieni)
10, Coopers Yard, Heol Curran, Caerdydd CF10 5NB
Ffôn: **029 2038 8776**
E-bost: **headoffice@snapcymru.org**
Gwefan: **http://www.snapcymru.org**
Y maent yn cynnig gwybodaeth a chefnogaeth i deuluoedd plant a phobl ifanc sydd ag anghenion addysgol arbennig yng Nghymru.

Special Educational Needs Advice Centre (SENAC),
Graham House, Knockbracken Health Care Park, Saintfield Road, Belfast BT8 8BH
Ffôn: **028 90705654**
E-bost: **senadvicecentre@hotmail.com**
Y maent yn rhoi cyngor annibynnol i rieni sy'n ansicr ynglŷn â, neu'n anghytuno gyda, dehongliad y Bwrdd Llyfrgell ac Addysg o anghenion addysgol arbennig eu plentyn.

Chwarae, hamdden ac adloniant

4Children,
City Reach, 5 Greenwich View Place, Llundain E14 9NN
Ffôn: **020 7512 2112**
E-bost: **info@4children.org.uk**
Gwefan: **http://www.4children.org.uk**
Y maent yn darparu gwybodaeth, cyngor, hyfforddiant a chymorth datblygu i rieni, ysgolion a chyflogwyr.

Kids,
6 Aztec Row, Berners Road, Llundain N1 0PW
Ffôn: **020 7359 3635**
E-bost: **enquiries@kids-online.org.uk**
Gwefan: **http://www.kids-online.org.uk**
Y maent yn rhoi gwybodaeth am addysg ar gyfer plant a phobl ifanc anabl a'u teulu.

Listening Books,
12 Lant Street, Llundain SE1 1QH
Ffôn: **020 7407 9417**
E-bost: **info@listening-books.org.uk**
Gwefan: **http://www.listening-books.org.uk**
Y maent yn darparu llyfrgell llyfrau llafar i bawb sy'n cael anhawster i ddarllen yn y ffordd arferol oherwydd anabledd neu waeledd.

Scottish Out of School Care Network,
Compass House, Riverside Drive, Dundee, DD1 4NY
Ffôn: **01382 207 100 neu**
Ffôn Cyfradd Genedlaethol: **0845 603 0890**
E-bost: **info@soscn.org**
Gwefan: **http://www.soscn.org**
Y maent yn darparu gwybodaeth a chyngor i bawb sy'n gysylltiedig â gofal y tu allan i'r ysgol.

Cyflyrau penodol ac anghyffredin

Y mae gan Cyswllt Teulu gronfa ddata o sefydliadau, grwpiau cynnal a rhwydweithiau sy'n gysylltiedig â chyflyrau penodol. Os hoffech gysylltu â'r grŵp perthnasol, a fyddech cystal â chysylltu â ni.

Iechyd

The Patients Association,
PO Box 935, Harrow HA1 3YJ
Ffôn: **0845 608 4455**
Gwefan: **http://www.patients-association.org.uk**
Y maent yn rhoi cyngor ynglŷn â phroblemau yn gysylltiedig ag iechyd a gofal iechyd.

Cwnsela a phrofedigaeth

British Association for Counselling and Psychotherapy,
BACP House, 35-37 Albert Street, Rugby CV21 2SG
Ffôn: **0870 443 5252**
E-bost: **bacp@bacp.co.uk**
Gwefan: **http://www.bacp.co.uk**
Y maent yn darparu rhestr o gwnselwyr lleol sy'n aelodau.

The Compassionate Friends,
53 North Street, Bryste BS3 1EN
Ffôn: **08451 23 23 04**
Llinell Gymorth (10.00 y bore – 4.00 y pnawn, 6.30 - 10.30 yr hwyr)
E-bost: **info@tcf.org.uk**
Gwefan: **http://www.tcf.org.uk**
Y maent yn cymorth teuluoedd mewn profedigaeth.

Cruse Bereavement Care,
Cruse House, 126 Sheen Road, Richmond TW9 1UR
Ffôn: **0870 167 1677**
Ffôn Personau Ifanc: **0808 808 1677**
E-bost: **helpline@crusebereavementcare.org.uk**
Gwefan: **http://www.crusebereavementcare.org.uk**
Y maent yn darparu gwasanaeth cwnsela am ddim i bobl mewn profedigaeth.

Winston's Wish,
The Clara Burgess Centre, Bayshill Road, Cheltenham GL50 3AW
Ffôn: **0845 2030 405** Llinell Gymorth
E-bost: **info@winstonswish.org.uk**
Gwefan: **http://www.winstonswish.org.uk**
Y maent yn cynorthwyo plant a phobl ifanc mewn profedigaeth i ailadeiladu'u bywydau ar ôl marwolaeth yn y teulu.

Gwyliau a phethau amheuthun

Family Holiday Association,
16 Mortimer Street, Llundain W1T 3JL
Ffôn: **020 7436 3304**
E-bost: **info@fhaonline.org.uk**
Gwefan: **http://www.fhaonline.org.uk**
Y maent yn darparu grantiau i deuluoedd tuag at gost eu gwyliau. Fe ellir ond derbyn ceisiadau oddi wrth ymwelydd iechyd, gweithiwr cymdeithasol neu asiantaeth gofalu.

Make a Wish Foundation UK,
329-331 London Road, Camberley GU15 3HQ
Ffôn: **01276 24127**
E-bost: **info@make-a-wish.org.uk**
Gwefan: **http://www.make-a-wish.org.uk**
Y maent yn creu dymuniadau i blant rhwng 3 a 17 mlwydd oed sy'n byw dan gysgod gwaeledd sy'n bygwth bywyd.

Starlight Children's Foundation,
Room PRW1, Po Box 4267, Goring, Reading,
RG8 0AP
Ffôn: **020 7262 2881**
E-bost: **prw1@starlight.org.uk**
Gwefan: **http://www.starlight.org.uk**
Y maent yn cynnig dymuniad arbennig i blant rhwng 4 a 18 mlwydd oed y mae arnynt waeledd sy'n bygwth bywyd.

Tourism for All UK,
The Hawkins Suite, Enham Place, Enham Alamein, Andover SP11 6JS
Ffôn: **0845 124 9971** Llinell Gymorth
E-bost: **info@tourismforall.org.uk**
Gwefan: **http://www.tourismforall.org.uk**
Y maent yn darparu gwybodaeth i bobl sydd ag anableddau ac i bobl hŷn yn gysylltiedig â lletyau hygyrch.

Cyfarpar ac addasiadau

Abilitynet,
PO Box 94, Warwick CV34 5WS
Ffôn: **0800 269 545** Llinell Gymorth
E-bost: **enquiries@abilitynet.org.uk**
Gwefan: **http://www.abilitynet.org.uk**
Y maent yn cynnig cyngor a gwybodaeth, a hyfforddiant, ac y maent yn cyflenwi cyfrifiaduron a meddalwedd i blant ac oedolion anabl.

Assist UK, (gynt Cyngor Canolfannau Byw i'r Anabl)
Redbank House, 4 St. Chad's Street, Cheetham, Manceinion M8 8QA
Ffôn: **0870 770 2866**
Ffôn Testun: **0870 770 5813**
E-bost: **general.info@assist-uk.org**
Gwefan: **http://www.assist-uk.org**
Y maent yn rhoi manylion canolfannau ledled y wlad ble'r gellir gweld a phrofi cymhorthion a chyfarpar.

Disabled Living Foundation,
380-384 Harrow Road, Llundain W9 2HU
Ffôn: **0845 130 9177** Llinell Gymorth (Llun - Gwener, 10.00 y bore – 4.00 y pnawn)
Ffôn Testun: **020 7289 6111**
E-bost: **info@dlf.org.uk**
Gwefan: **http://www.dlf.org.uk**
Y maent yn darparu gwybodaeth am gymhorthion a chyfarpar.

Whizz Kidz,
Elliot House, 10-12 Allington Street, Llundain SW1E 5EH
Ffôn: **020 7233 6600**
E-bost: **info@whizz-kidz.org.uk**
Gwefan: **http://www.whizz-kidz.org.uk**
Y maent yn darparu cymhorthion symudedd, sydd fel arfer yn gadeiriau olwyn ysgafn neu â phŵer, i blant sydd ag anableddau ymsymudiad.

Gofalu

Carers UK,
20/25 Glasshouse Yard, Llundain EC1A 4JT
Ffôn: **0808 808 7777** Llinell Gofalwyr (Mercher & Iau, 10.00 y bore -12.00 hanner dydd a 2-4 y pnawn)
E-bost: **info@carersuk.org**
Gwefan: **http://www.carersuk.org**
Y maent yn darparu gwasanaeth gwybodaeth a chynghori i bawb sydd â rôl yn gofalu.

Crossroads - Caring for Carers,
10 Regent Place, Rugby CV21 2PN
Llinell Gymorth: **0845 450 0350**
E-bost: **communications@crossroads.org.uk**
Gwefan: **http://www.crossroads.org.uk**
Y maent yn cynnal rhwydwaith o gynlluniau lleol i weinyddion gofal.

Crossroads Scotland,
24 George Square, Glasgow G2 lEG
Ffôn: **0141 353 6504**
E-bost: **enquiries@crossroads-scotland.co.uk**
Gwefan: **http://www.crossroads-scotland.co.uk**
Sefydliad ambarél ar gyfer cynlluniau Croesffyrdd drwy'r Alban i gyd sy'n darparu seibiannau yn eu cartref i bobl sy'n gofalu am deulu neu gyfeillion.

The Princess Royal Trust for Carers,
142 Minories, Llundain EC3N 1LB
Ffôn: **(020) 7480 7788**
Gwefan: **http://www.carers.org**
Y mae ganddynt rwydwaith o ganolfannau gofalwyr drwy'r DU i gyd.

Ariannol

Disability Alliance,
Universal House, 88-94 Wentworth Street, Llundain El 7SA
Ffôn: **020 7247 8776**
E-bost: **office.da@dial.pipex.com**
Gwefan: **http://www.disabilityalliance.org**
Y maent yn darparu gwybodaeth drwy gyhoeddiadau fel y *Disability Rights Handbook*, hyfforddiant a chyfarwyddiadau am ddim.

Family Fund,
Unit 4, Alpha Court, Monks Cross Drive, Huntington, Caerefrog YO32 9WN
Ffôn: **0845 13045 42**
E-bost: **info@familyfund.org.uk**
Gwefan: **http://www.familyfund.org.uk**
Y maent yn darparu grantiau a gwybodaeth i deuluoedd sy'n gofalu am blant o dan 16 sy'n ddybryd anabl neu'n ddifrifol wael.

Family Welfare Association,
501-505 Kingsland Road, Dalston, Llundain E8 4AU
Ffôn: **020 7254 6251**
E-bost: **fwa.headoffice@fwa.org.uk**
Gwefan: **http://www.fwa.org.uk**
Y maent yn darparu grantiau, yn ogystal â gwaith cymdeithasol, i deuluoedd ac unigolion er mwyn iddynt orchfygu effeithiau tlodi. Dim ond gweithwyr proffesiynol a gaiff atgyfeirio pobl.

Cyffredinol

Education and Resources for Improving Childhood Continence (ERIC),
34 Old School House, Britannia Road, Kingswood, Bryste BS15 8DB
Ffôn: **0845 370 8008** Llinell Gymorth
E-bost: **info@eric.org.uk**
Gwefan: **http://www.eric.org.uk**
Y maent yn darparu cyngor a gwybodaeth am wlychu gwely, rhwymedd, baeddu ac anymataliaeth.

Gingerbread,
307 Borough High Street, Llundain SE1 1JH
Ffôn: **0800 018 4318** Llinell Gymorth (Llun - Gwener, 10.00 y bore – 4.00 y pnawn)
E-bost: **office@gingerbread.org.uk**
Gwefan: **http://www.gingerbread.org.uk**
Y maent yn eich rhoi mewn cysylltiad â grwpiau cefnogi lleol ar gyfer rhieni unigol.

Rapid Effective Assistance for Children with Potentially Terminal Illness (REACT),
St. Lukes House, 270 Sandycombe Road, Richmond TW9 3NP
Ffôn: **(020) 8940 2575**
E-bost: **react@reactcharity.org**
Gwefan: **http://www.reactcharity.org**
Y maent yn cynorthwyo plant y mae arnynt waeledd sy'n bygwth bywyd a'u teuluoedd sy'n wynebu anghenion ariannol annisgwyl.

Working Families,
1-3 Berry Street, Llundain EC1V 0AA
Ffôn: **(020) 7253 7243**
Llinell Gymorth Materion Cyfreithiol: **0800 013 0313**
E-bost: **office@workingfamilies.org.uk**
Gwefan: **http://www.workingfamilies.org.uk**
Y maent yn cynnig gwybodaeth a chyngor i rieni sy'n gweithio ac y mae ganddynt rwydwaith sefydledig ar gyfer rhieni plant anabl.

Cyngor Cyfreithiol

Children's Law Centre,
3rd Floor, Philip House, 123-137 York Street, Belfast BT15 1AB
Ffôn: **0808 808 5678** (9.00 y bore – 5.00 y pnawn, Llun - Gwener) Llinell Gynghori ar gyfer plant a phobl ifanc.
Ffôn: **(028) 9024 5704**
E-bost: **info@childrenslawcentre.org**
Gwefan: **http://www.childrenslawcentre.org**
Y maent yn defnyddio'r gyfraith i hyrwyddo, amddiffyn a gwireddu hawliau plant.

Disability Law Service,
Ground Floor, 39-45 Cavell Street, Llundain E1 2BP
Ffôn: **020 7791 9800** (Llun - Gwener, 10.00 y bore – 1.00 y pnawn & 2.00 – 5.00 y pnawn)
E-bost: **advice@dls.org.uk**
Gwefan: **http://www.dls.org.uk**
Y maent yn darparu canolfan gyfraith a chynghori am ddim i bobl sydd ag anableddau, eu teuluoedd a gofalwyr.

Scottish Child Law Centre,
54 East Crosscauseway, Caeredin EH8 9HD
Ffôn: **0808 328 8970** Llinell Gymorth (i'r sawl sydd o dan 18)
Ffôn: **0131 667 6333** (Llun - Gwener, 9.30 y bore – 4.00 y pnawn)
E-bost: **enquiries@sclc.org.uk**
Gwefan: **http://www.sclc.org.uk**
Y maent yn cynorthwyo pobl ifanc, rhieni a gweithwyr proffesiynol i ddeall cyfreithiau sy'n effeithio ar bobl ifanc.