Cardiff and Vale University Health Board
Unpaid Carers Information Service

Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro
Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr Di-dâ

Cynnal ac Addasu Eich Cartref

Cymhorthion ac Addasiadau

Gall defnyddio offer arbennig ac addasu lle rydych yn byw ei gwneud yn haws i chi ofalu am rywun yn y cartref ac iddyn nhw barhau i fyw yno. Mae help ar gael drwy therapi galwedigaethol, gwasanaethau iechyd a sefydliadau gwirfoddol.

Mae'r cymhorthion y gellir eu darparu yn cynnwys cyllyll a ffyrc hawdd eu dal, ffyn cerdded, comodau, codwyr gwelyau, baglau, rheiliau gafael, teclynnau codi, esgidiau orthopedig, esgynyddion, cadeiriau, sgwteri, pulpudau cerdded, cadeiriau olwyn a gwelyau y gellir eu haddasu. Gall yr holl offer yma gynorthwyo â byw bob dydd.

Gallwch gael cymhorthion ac addasiadau drwy:

- Gwasanaethau Cymdeithasol – mae Gwasanaeth Therapi Galwedigaethol y cyngor yn gweithio gyda phobl o bob oed sydd ag anabledd sylweddol a pharhaol a byddant hefyd yn edrych ar eich anghenion chi fel gofalwr. Mae therapyddion yn mynd i'r afael â gweithgareddau beunyddiol yng nghartrefi pobl sydd yn anodd neu'n amhosibl yn sgil anabledd gan edrych am ffyrdd o ddatrys anawsterau.
- Gwasanaethau Iechyd – ar fenthyg am ddim. Fodd bynnag rhaid i chi gael eich atgyfeirio gan feddyg teulu neu nyrs yn yr Adran Ffisiotherapi Cymunedol.
- Siopau – mae nifer o siopau symudedd lle gellir prynu cymhorthion ac offer byw beunyddiol. Mae'r rhain wedi eu rhestru yn y llyfr ffôn.
- Hysbysebion am Ddim – gallwch ganfod offer ail-law ar werth yn y papurau lleol neu gylchgronau anabledd. Dylech sicrhau fod yr offer mewn cyflwr da ac yn addas i'ch dibenion.
- Y Groes Goch – maen nhw'n rhoi benthyg eitemau fel cadeiriau olwyn, cynalyddion cefnau, seddi baddon, padelli gwelyau, comodau, ffyn cerdded am ffi bychan - https://store.redcross.org.uk/
- Mae Gwasanaeth Byw yn Annibynnol y Lleng Brydeinig Frenhinol yn wasanaeth arbenigol o fewn y lleng sy'n cynnig cymorth i fuddiolwyr sy'n dymuno aros yn annibynnol yn eu cartrefi a'u cymunedau. Cyswllt: 0808 802 8080 neu ebostio ILAsupport@britishlegion.org.uk

Diweddaru 2023

Gallech chi neu'r person yr ydych yn gofalu amdanynt fod yn gallu cael grant i dalu am neu gyfrannu at gost atgyweirio, gwella neu addasu'ch cartref.

Mae rhai grantiau angen prawf modd neu mae amodau ynghlwm â hwy, felly sicrhewch eich bod yn eu deall cyn cytuno ar unrhyw waith. Mae rhai o'r grantiau tai sydd ar gael yn cynnwys:

- Grant Cyfleusterau i'r Anabl – i bobl anabl a'u gofalwyr i wneud eu cartrefi yn fwy addas i fyw ynddynt. Mae Grant Cyfleusterau i'r Anabl yn gofyn am asesiad gan Therapydd Galwedigaethol cymwys.
- Cynorthwy-ydd Tai / Grantiau Adnewyddu Tai – gan ddibynnu ar yr ardal y byddwch yn byw ynddi, gallai'r cymorth hwn gynnwys adnewyddu eiddo i lefel resymol ei safon. Mae'n cynnwys insiwleiddio, gwelliannau strwythurol, gwresogi, rhagofalon tân neu addasu'r eiddo.
- Grant Diogelwch y Cartref – mae'r rhain ar gael gan Adran Dai Cyngor Bro Morgannwg er mwyn cynorthwyo i wneud eich eiddo yn fwy diogel i atal syrthio a digwyddiadau tebyg.

NEST

Nest yw cynllun tlodi tanwydd Llywodraeth Cymru. Ei nod yw helpu i leihau nifer yr aelwydydd tlawd o ran tanwydd a gwneud cartrefi Cymru yn gynhesach ac yn llefydd mwy effeithiol o ran tanwydd i fyw ynddynt. Cyswllt 0808 2244.

Gofal a Thrwsio

Sefydliad gwirfoddol yw Gofal a Thrwsio sy'n gweithio gyda gofalwyr a pherchnogion tai hŷn neu anabl. Maent yn eu helpu i aros yn eu cartrefi drwy atgyweirio, gwella a gwneud addasiadau megis gosod rheiliau, adeiladu ystafell ymolchi wedi ei addasu neu drwsio tap sy'n gollwng. Gallant hefyd helpu gyda cheisiadau am grantiau a benthyciadau, llenwi ffurflenni, trefnu amcan brisoedd, monitro gwaith a chynnig cyngor a chefnogaeth. Am fyw o wybodaeth cysylltwch â'ch swyddfa Caerdydd a'r Fro agosaf ar 029 2074 3337 neu e-bostiwch careandrepair@crcv.org.uk.

Cardiff and Vale University Health Board
Unpaid Carers Information Service

Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro
Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr Di-dâ

Rydym yma i helpu

Suzie Becquer-Moreno
Arweinydd Gofalwyr

Sarah Davies
Rheolwr Canolfan Wybodaeth a Chymorth

Ffôn: 029 21845692

Ebost: pe.cav@wales.nhs.uk

GIG CYMRU NHS WALES
Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro
Cardiff and Vale University Health Board

Patient Experience
Profiad y Claf