Mae'r cyhoeddiad hwn wedi cael ei dynnu

Mae'r cyhoeddiad hwn wedi cael ei dynnu.

Nid yw'r cyhoeddiad hwn bellach yn gyfredol.

Adran Gwaith
a Phensiynau

Ffit i Weithio

Canllawiau i feddygon teulu

I gael manylion pryd y gellir atgyfeirio pobl i gael asesiad Ffit i Weithio yn eich ardal chi, ewch i: www.gov.uk/government/collections/fit-for-work-guidance

Ffit i Weithio – canllawiau cryno i feddygon teulu

Mae Ffit i Weithio yn rhoi cyngor cyffredinol ar iechyd sy'n gysylltiedig â gwaith drwy rif ffôn a gwefan i unrhyw un (gan gynnwys meddygon teulu) y mae angen cyngor arnynt ar faterion sy'n ymwneud ag iechyd a gwaith.

Cyngor: Gall Ffit i Weithio roi cyngor i chi a'ch claf ar bob mater iechyd sy'n gysylltiedig â gwaith drwy wefan a llinell ffôn.

Atgyfeiriad i gael asesiad iechyd galwedigaethol: Bydd Ffit i Weithio hefyd yn rhoi cyfle i chi atgyfeirio eich claf i gael cyngor wedi'i deilwra'n arbennig gan weithiwr iechyd galwedigaethol proffesiynol os yw'r claf yn absennol o'r gwaith oherwydd salwch ers pedair wythnos neu fwy neu'n debygol o fod yn absennol o'r gwaith oherwydd salwch am y cyfnod hwnnw. Unwaith y bydd y claf wedi'i atgyfeirio, bydd gweithiwr iechyd proffesiynol yn siarad â'ch am eu hiechyd, yn asesu eu hamgylchiadau ac yn creu cynllun gyda'u cytundeb a fydd yn rhoi argymhellion i'w helpu i ddychwelyd i'r gwaith (sef Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith).

I weld ble mae'r gwasanaeth yn fyw ar hyn o bryd a ble y bydd yn cael ei gyflwyno'n fuan, ewch i GOV.UK

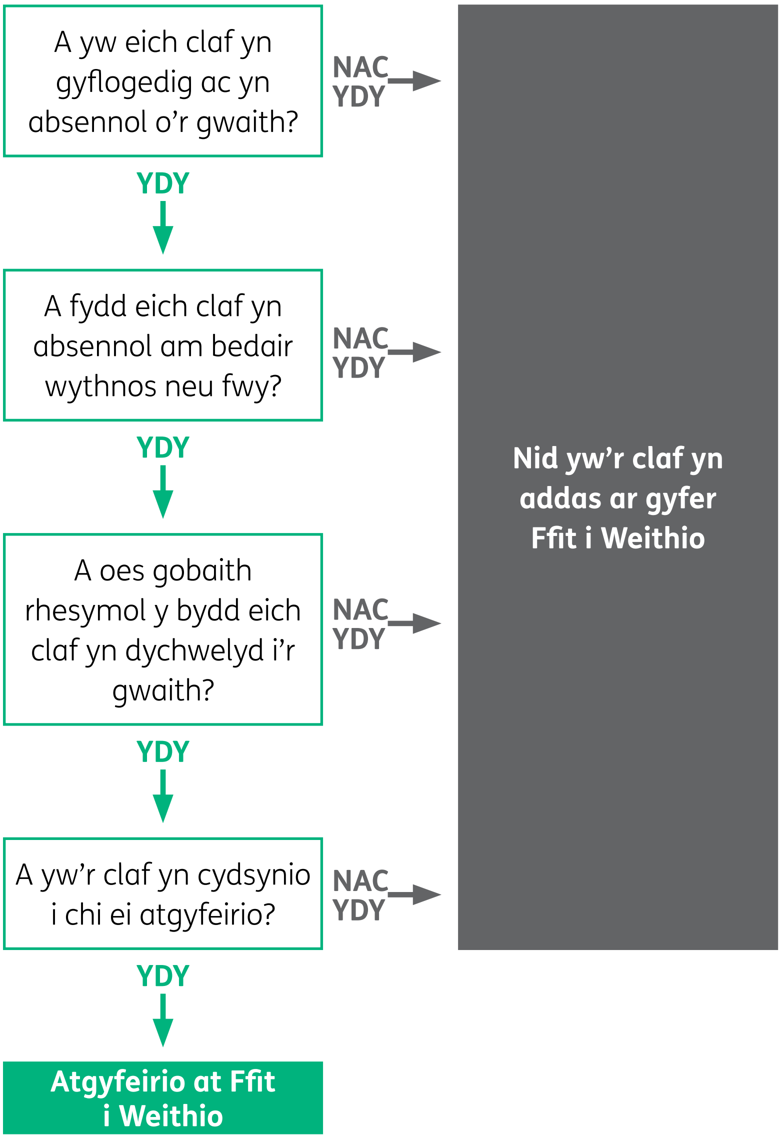
Mae Ffit i Weithio:

- **Am ddim** – nid oes angen i chi, eich cleifion na'u cyflogwyr dalu am ddefnyddio gwasanaethau Ffit i Weithio
- **Yn gyflym** – bydd gweithiwr iechyd galwedigaethol proffesiynol yn cysylltu â'ch cleifion o fewn dau ddiwrnod gwaith i atgyfeiriad i gael asesiad gan Ffit i Weithio
- **Yn gefnogol** – bydd eich cleifion yn cael help i ddychwelyd i'r gwaith a gwella eu canlyniadau iechyd. Bydd cyngor Ffit i Weithio yn ategu eich cyngor chi ac yn golygu y bydd angen llai o nodiadau ffitrwydd ar eich cleifion

Drwy atgyfeirio eich cleifion at Ffit i Weithio, gallwch eu helpu i ddychwelyd i'r gwaith yn gynt a lleihau'r siawns y byddant yn mynd yn ddi-waith.

Caiff canllawiau Ffit i Weithio i feddygon teulu eu diweddaru'n rheolaidd wrth i atgyfeiriadau i gael asesiadau Ffit i Weithio gael eu cyflwyno ledled Prydain Fawr

A ddylwn i atgyfeirio fy nghlaf i gael asesiad Ffit i Weithio?



Cymru a Lloegr:
www.fitforwork.org
0800 032 6235

Llinell Gymraeg:
www.fitforwork.org
0800 032 6233

Yr Alban:
www.fitforworkscotland.scot
0800 019 2211

Noder: Cleifion yn yr Alban - bydd manylion atgyfeirio SCI Gateway ar gael yn fuan.

Canllaw manwl ar Ffit i Weithio i feddygon teulu

Mae'r canllaw hwn, sydd wedi'i ddatblygu gyda help meddygon, cleifion a chyflogwyr, wedi'i gynllunio i'ch helpu i wneud y defnydd gorau o Ffit i Weithio a helpu eich cleifion i ddychwelyd i'r gwaith cyn gynted ag y bo'n briodol.

Y canllaw hwn

Mae'r canllaw hwn yn rhoi gwybodaeth i chi am Ffit i Weithio, gan gynnwys:

- Beth yw Ffit i Weithio?
- Pam bod Ffit i Weithio wedi'i gyflwyno?
- Pwy sy'n darparu Ffit i Weithio?
- Sut y gall Ffit i Weithio fod o fudd i mi a'm claf?
- Meini prawf cymhwysedd cleifion
- Sut y gallaf gysylltu â Ffit i Weithio?
- Beth fydd yn digwydd unwaith y byddaf yn atgyfeirio claf at Ffit i Weithio?
- Cwestiynau Cyffredin

Mae'r canllawiau hyn wedi'u datblygu ar y cyd â meddygon sy'n ymarfer, cyrff proffesiynol, a grwpiau sy'n cynrychioli cyflogwyr a chyflogeion. Mae'r canllawiau hefyd wedi'u datblygu ar y cyd ag ACAS.

Fit for Work guidance for GPs will be regularly updated as referrals to the Fit for Work assessment rolls-out across Great Britain.

Beth yw Ffit i Weithio?

Rhennir Ffit i Weithio yn ddwy elfen:

Cyngor: Gall Ffit i Weithio roi cyngor i chi, eich cleifion neu eu cyflogwyr am faterion iechyd sy'n gysylltiedig â gwaith e.e. pan fo cyflwr iechyd claf yn effeithio arno yn y gwaith neu pan fo claf i ffwrdd o'r gwaith yn sâl. Gallai hyn gynnwys helpu i nodi materion, gwybodaeth am y math o addasiadau a allai helpu cleifion i aros yn y gwaith neu ddychwelyd i'r gwaith, neu gyngor iechyd mwy cyffredinol sy'n gysylltiedig â gwaith. Bydd y cyngor hwn ar gael ar-lein a thros y ffôn. Mae'r gwasanaeth cynghori wedi'i dargedu at gyflogeion, cyflogwyr a meddygon teulu, ond gall unigolion eraill, fel cleifion hunangyflogedig, gysylltu â'r gwasanaeth hefyd.

Atgyfeiriad i gael asesiad iechyd galwedigaethol: Bydd Ffit i Weithio yn cynnig llwybr atgyfeirio i feddygon teulu ar gyfer asesiad iechyd galwedigaethol cefnogol i gleifion y credir y gallent fod yn absennol o'r gwaith am bedair wythnos neu fwy. Cysylltir â chleifion o fewn dau ddiwrnod gwaith i gael eu hatgyfeirio gan weithiwr iechyd galwedigaethol proffesiynol Ffit i Weithio. Byddant yn cael asesiad bioseicogymdeithasol cyfannol a fydd, fel arfer, yn digwydd dros y ffôn[1]. Bydd asesiadau wyneb yn wyneb ar gael ar gyfer y nifer cyfyngedig o gleifion y bydd angen yr asesiadau hynny arnynt.

Bydd gweithiwr iechyd galwedigaethol proffesiynol Ffit i Weithio[2] yn ceisio nodi'r holl rwystrau sy'n atal y claf rhag dychwelyd i'r gwaith ac yn cytuno ar gynllun ar y cyd â'r claf sydd wedi'i gynllunio i fynd i'r afael â phob rhwystr er mwyn ei alluogi i ddychwelyd i'r gwaith yn ddiogel ac yn barhaol.

Bydd y **Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith** hwn yn adlewyrchu'r asesiad ac yn rhoi cyngor ac argymhellion sy'n canolbwyntio ar waith a drafodwyd gyda'r claf i'w helpu i ddychwelyd i'r gwaith yn gynt. Caiff y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith ei anfon atoch chi, y claf a chyflogwr y claf dros yr e-bost neu drwy'r post (lle y bo'n briodol), yn amodol ar gydsyniad y claf. Pan fyddwch yn atgyfeirio unigolyn, gallwch gael gafael ar y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith drwy ddolen gwe, yn amodol ar gydsyniad y cyflogai. Bydd cyflogwyr hefyd yn gallu gwneud atgyfeiriad a chael gafael ar y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith yn yr un modd. Gall meddygon teulu yn yr Alban gael gafael ar Gynlluniau Dychwelyd i'r Gwaith drwy SCI Gateway.

Gall y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith eich helpu i drafod absenoldeb gyda chleifion a hefyd, os yw'n briodol, eich helpu i nodi ymyriadau a chymorth addas y gallech eu cynnig i'ch claf.

1 Burton, K., Kendall, N., McCluskey, S. a Dibben, P. (2013). Telephonic support to facilitate return to work: what works, how, and when?

2 Bydd gweithwyr iechyd galwedigaethol proffesiynol yn meddu ar gymwysterau meddygol a bydd ganddynt gymwysterau a/neu brofiad perthnasol ym maes iechyd galwedigaethol

Pam bod Ffit i Weithio wedi'i gyflwyno?

Mae bod yn absennol o'r gwaith yn cael effaith ar gleifion, eu cyflogwyr a chi, fel meddygon teulu.

Mae ymyriadau cynnar yn bwysig. Po hwyaf y mae rhywun i ffwrdd o'r gwaith, yr anoddaf ydyw iddo ddychwelyd i unrhyw fath o gyflogaeth. Mae tystiolaeth yn awgrymu, unwaith y bydd rhywun wedi bod i ffwrdd o'r gwaith am bedair wythnos, fod llawer llai o debygolrwydd y bydd yn dychwelyd. Gall bod i ffwrdd o'r gwaith am bedair wythnos neu fwy effeithio ar iechyd meddwl unigolyn yn ogystal â'i iechyd corfforol, hyd yn oed os mai salwch corfforol oedd yn gyfrifol am yr absenoldeb i ddechrau. Ceir tystiolaeth hefyd sy'n awgrymu, os yw rhywun wedi bod i ffwrdd am gyfnod hir, y gall hyn effeithio ar iechyd ei deulu hefyd.

Mae meddygon teulu yn ysgrifennu miliynau o nodiadau ffitrwydd bob blwyddyn. Mae'r rhan fwyaf o gleifion yn dychwelyd i'r gwaith yn eithaf cyflym ac nid oes angen mwy o gyngor arbenigol arnynt. Fodd bynnag, mae cyngor arbenigol ar sut i helpu rhywun i ddychwelyd i'r gwaith neu aros yn y gwaith yn rhywbeth y mae meddygon teulu wedi'i nodi sy'n bwysig iddynt. Gall Ffit i Weithio helpu i roi'r cyngor amserol hwn i feddygon teulu a, thra bod claf yn ymgymryd â Ffit i Weithio, gall olygu bod llai o angen i ail-ysgrifennu nodiadau ffitrwydd.

Bydd cyflogwyr hefyd yn cael budd o gyngor mwy amserol gan Ffit i Weithio. Mae cyflogwyr yn talu hyd at £8.9 biliwn y flwyddyn mewn costau tâl salwch a chostau cysylltiedig. Gallai cyngor arbenigol ar sut i roi cymorth mwy effeithiol i gyflogeion helpu cyflogwyr i arbed £100 miliwn y flwyddyn mewn costau tâl salwch. Nododd adolygiad y Fonesig Carol Black a David Frost CBE, 'Iechyd yn y gwaith - adolygiad annibynnol o absenoldeb oherwydd salwch', bwysigrwydd cyngor iechyd galwedigaethol o ansawdd da er mwyn lleihau nifer y diwrnodau a gollir i absenoldeb oherwydd salwch.[3] Mae Ffit i Weithio yn ymateb i Adroddiad Black/Frost.

Bydd Ffit i Weithio yn helpu meddygon i fanteisio ar gyngor arbenigol, cyflogwyr sydd angen cyngor i helpu eu cyflogeion i ddychwelyd i'r gwaith ac, yn bwysicach oll, bydd yn helpu cleifion i ddychwelyd i'r gwaith neu aros yn y gwaith a'u helpu i wella.

Pwy sy'n darparu Ffit i Weithio?

Yng Nghymru a Lloegr, caiff Ffit i Weithio ei ddarparu gan Health Management Limited. Yn yr Alban, caiff Fit for Work Scotland ei ddarparu gan Lywodraeth yr Alban drwy GIG yr Alban.

Fit for Work

Fit for Work Scotland

3 Black, C. a Frost, D. (2011) Iechyd yn y gwaith - adolygiad annibynnol o absenoldeb oherwydd salwch

Sut y gall Ffit i Weithio fy helpu i a'm cleifion?

Mae Ffit i Weithio yn darparu'r canlynol:

- cyngor annibynnol da ac asesiad iechyd galwedigaethol arbenigol
- gwasanaeth ymyrryd yn gynnar am ddim sy'n gyflym ac yn hawdd i'w ddefnyddio ac sy'n eich helpu chi, eich claf a chyflogwr eich claf drwy'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith
- dileu'r angen i ail-ysgrifennu nodiadau ffitrwydd pan fo Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith ar waith
- cymorth i wella canlyniadau iechyd cleifion drwy sicrhau eu bod yn dychwelyd i'r gwaith yn gynt
- cymorth i reoli dealltwriaeth eich claf ynghylch effaith ei gyflwr ar ei ffitrwydd i weithio
- cymorth i reoli ymgynghoriadau anodd ynglŷn â dychwelyd i'r gwaith
- cymorth sy'n gwella siawns eich claf o gadw ei swydd
- gwybodaeth i helpu eich claf a'i gyflogwr i drafod sut y gallent gael cymorth yn y gwaith a chymorth i ddychwelyd i'r gwaith

Atgyfeiriad i gael asesiad: Meini prawf cymhwysedd cleifion

Dylech ystyried atgyfeirio pob claf sy'n gymwys at Ffit i Weithio.

Nodir isod y meini prawf ar gyfer atgyfeirio cleifion at Ffit i Weithio:

- cleifion o unrhyw oedran sydd mewn cyflogaeth â thâl
- mae'r claf yn debygol o fod yn absennol o'r gwaith am bedair wythnos neu fwy
- mae gobaith rhesymol y bydd y claf yn dychwelyd i'r gwaith (os nad ydych yn siŵr, atgyfeiriwch y claf at Ffit i Waith neu cysylltwch â'r llinell gyngor)
- nid yw'r claf wedi'i atgyfeirio eisoes o fewn y 12 mis diwethaf ac nid yw wedi cael Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith
- mae'r claf yn cydsynio i chi ei atgyfeirio

Ni fydd eich cleifion yn gymwys i gael eu hatgyfeirio i gael asesiad Ffit i Weithio os yw'r canlynol yn berthnasol:

- maent yn byw y tu allan i Gymru, Lloegr a'r Alban
- nid ydynt yn absennol o'r gwaith
- maent yn ddi-waith neu'n hunangyflogedig
- maent wedi'u atgyfeirio o fewn y 12 mis diwethaf ac wedi cael Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith

Efallai yr hoffech ystyried a yw eich claf yn cael cymorth iechyd galwedigaethol gan ei gyflogwr sy'n ddigonol i'w alluogi i ddychwelyd i'r gwaith, cyn i chi ei atgyfeirio

Efallai na fydd y cleifion canlynol yn addas i gael eu hatgyfeirio i gael asesiad Ffit i Weithio:

- unigolion na fyddant, yn eich barn chi, yn gallu dychwelyd i'r gwaith (os nad ydynt yn siŵr, atgyfeiriwch y claf at Ffit i Weithio neu cysylltwch â'r llinell gyngor)
- cleifion â salwch terfynol oni bai, yn eich barn glinigol chi, y byddai atgyfeiriad a dychweliad i'r gwaith yn bosibl ac yn fuddiol i'r claf

Amgylchiadau eraill

Efallai y bydd amgylchiadau pan fydd hi'n fwy priodol, yn eich barn chi, i atgyfeirio claf i gael asesiad Ffit i Weithio yn ddiweddarach yn ei absenoldeb - efallai am fod ei iechyd wedi gwella a bod mwy o obaith iddo ddychwelyd i'r gwaith.

Gallwch hefyd atgyfeirio cleifion i gael asesiad Ffit i Weithio cyn iddynt fod i ffwrdd o'r gwaith oherwydd salwch am bedair wythnos os credwch y byddant yn sâl am o leiaf bedair wythnos ac y byddai'n fuddiol iddynt gael cymorth gan Ffit i Weithio yn gynt.

Ym mhob achos, dylid ystyried atgyfeirio fel y sefyllfa ddiofyn i gleifion sy'n debygol o fod yn absennol am bedair wythnos neu fwy: os nad ydych yn siŵr am rinweddau atgyfeirio, atgyfeiriwch y claf neu cysylltwch â Llinell Gyngor Ffit i Weithio.

Sut y gallaf gysylltu â Ffit i Weithio?

Gallwch gael cyngor gan Ffit i Weithio ac, os oes modd, atgyfeirio unigolyn i gael asesiad drwy ddefnyddio'r dolenni canlynol a'r rhifau ffôn isod:

I gael manylion pryd y gellir atgyfeirio pobl i gael asesiad Ffit i Weithio yn eich ardal chi, ewch i GOV.UK

Cymru a Lloegr

- www.fitforwork.org
- 0800 032 6235
- Oriau agor ar gyfer cyngor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm
- Oriau agor ar gyfer asesiadau: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm

Llinell Gymraeg

- www.fitforwork.org
- 0800 032 6233
- Oriau agor ar gyfer cyngor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm
- Oriau agor ar gyfer asesiadau: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm

Yr Alban

- www.fitforworkscotland.scot
- 0800 019 2211
- Oriau agor ar gyfer cyngor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 9.00am a 5.00pm
- Oriau agor ar gyfer asesiadau: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 9.00am ac 8.00pm

Beth fydd yn digwydd unwaith y byddaf yn atgyfeirio claf i gael asesiad Ffit i Weithio?

Bydd Ffit i Weithio yn cysylltu â'ch claf i gynnal asesiad dros y ffôn ar adeg sy'n gyfleus iddo (o fewn dau ddiwrnod gwaith i dderbyn atgyfeiriad neu bum diwrnod gwaith ar gyfer ymgynghoriad wyneb yn wyneb os tybir ei fod yn briodol).

Pan fydd angen cynnal asesiad wyneb yn wyneb (y disgwylir y bydd ei angen mewn nifer fach o achosion), bydd Ffit i Weithio yn talu costau teithio rhesymol ar gais eich claf. Bydd angen i'ch claf siarad â Ffit i Weithio i gael manylion pellach ar sut i wneud cais am y costau hyn.

Caiff yr asesiad bioseicogymdeithasol cyfannol ei gynnal gan weithiwr iechyd galwedigaethol proffesiynol a fydd hefyd yn rheolwr achos ac yn bwynt cyswllt ar gyfer eich claf. Bydd y rheolwr achos yn gofyn i'ch claf gadarnhau rhywfaint o wybodaeth sylfaenol er mwyn cadarnhau pwy ydyw a bydd yn gofyn i'r claf gydsynio i ddefnyddio'r gwasanaeth.

Yn ystod yr asesiad, bydd y gweithiwr iechyd galwedigaethol proffesiynol yn gofyn i'ch claf ddisgrifio ei gyflwr, ei swydd ac unrhyw ffactorau - gan gynnwys rhai'n ymwneud ag iechyd, gwaith, y cartref neu unrhyw faterion perthnasol eraill - sy'n ei atal rhag dychwelyd i'r gwaith.

Bydd y gweithiwr iechyd galwedigaethol proffesiynol yn datblygu Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith a fydd yn adlewyrchu'r asesiad ac yn cynnwys cyngor ac argymhellion ar gyfer ymyriadau sy'n briodol i'ch claf er mwyn ei helpu i ddychwelyd i'r gwaith. Nid yw'r argymhellion yn orfodol a bydd gennych gyfrifoldeb clinigol llawn dros eich claf o hyd.

Bydd eich claf yn trafod cynnwys y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith gyda'r gweithiwr iechyd galwedigaethol proffesiynol. Bydd y gweithiwr iechyd proffesiynol yn gofyn iddo a yw'n cydsynio i'r cynllun gael ei rannu gyda chi a / neu gyda'i gyflogwr.

Os bydd eich claf yn cydsynio i'w Gynllun Dychwelyd i'r Gwaith gael ei rannu, gallwch gael gafael arno drwy ddolen a anfonir atoch dros yr e-bost ac yn electronig drwy SCI Gateway os ydych yn feddyg teulu yn yr Alban. Bydd trefniadau tebyg yn gymwys er mwyn i'ch claf a'i gyflogwr gael gafael ar gopïau o'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith. Lle y bo'n bosibl, caiff Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith ei anfon at feddygon teulu, cyflogwyr a chleifion drwy'r post (e.e. os nad oes ganddynt gyfeiriad e-bost).

Pan fo'ch claf wedi cydsynio i'r cynllun gael ei rannu gyda'i gyflogwr, bydd y cyflogwr a'i gyflogai yn ystyried yr argymhellion ar y ffordd orau o helpu'r cyflogai i ddychwelyd i'r gwaith.

Gall y cyflogwr dderbyn y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith fel gwybodaeth ddigonol at ddibenion Tâl Salwch Statudol yn lle nodyn ffitrwydd.

Bydd y rheolwr achos yn cysylltu â'r claf ar adeg a drefnir i weld a yw'r cynllun ar y trywydd iawn a bydd hefyd yn cysylltu â'r claf yn fuan ar ôl y dyddiad y disgwylir iddo ddychwelyd i'r gwaith. Os bydd angen, bydd y rheolwr achos yn trefnu bod asesiad Ffit i Weithio arall yn cael ei gynnal, er enghraifft os nad yw'r claf wedi dychwelyd i'r gwaith yn ôl y disgwyl. Gall y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith gael ei ddiwygio hefyd er mwyn adlewyrchu unrhyw newidiadau sydd eu hangen.

Yn yr un modd â nodyn ffitrwydd, gall claf ddychwelyd i'r gwaith cyn unrhyw ddyddiad y bydd Ffit i Weithio yn disgwyl iddo ddychwelyd

Caiff cleifion eu rhyddhau'n awtomatig o Ffit i Weithio:

- bythefnos ar ôl iddynt ddychwelyd i'r gwaith (gan gynnwys dychwelyd i'r gwaith yn raddol)
- ar y dyddiad y bydd Ffit i Weithio yn penderfynu nad oes unrhyw gymorth pellach y gall ei gynnig i'r claf: naill ai pan fydd y claf wedi bod gyda'r gwasanaeth am dri mis neu ar yr adeg y bydd Ffit i Weithio yn penderfynu na fydd y claf yn gallu dychwelyd i'r gwaith am dri mis neu fwy.

Bydd cleifion, meddygon teulu a chyflogwyr yn gallu defnyddio'r llinell gyngor i gael cymorth ychwanegol o hyd.

Am ragor o wybodaeth, ewch i:

- Cwestiynau Cyffredin i Gyflogeion (tudalen 13)
- Cymru a Lloegr: www.fitforwork.org
- Yr Alban: www.fitforworkscotland.scot

Cwestiynau cyffredin i feddygon teulu

Rhennir yr adran hon yn gategorïau fel a ganlyn:

(a) Darparwyr
(b) Atgyfeiriadau a chymhwysedd
(c) Cydsyniad a diogelu data
(ch) Cyfranogiad cyflogwyr
(d) Cynlluniau dychwelyd i'r gwaith
(dd) Cyfranogiad meddygon teulu
(e) Rhagor o wybodaeth

Darparwyr

Pwy sy'n darparu Ffit i Weithio?

Yng Nghymru a Lloegr, caiff Ffit i Weithio ei ddarparu gan Health Management Limited. Yn yr Alban, caiff Fit for Work Scotland ei ddarparu gan Lywodraeth yr Alban drwy GIG yr Alban.

Pa gymwysterau fydd gan y cyflenwr?

Caiff Ffit i Weithio ei ddarparu gan weithwyr gofal iechyd galwedigaethol cofrestredig sy'n meddu ar gymwysterau iechyd galwedigaethol; sydd â phrofiad ym maes iechyd galwedigaethol; neu sy'n gallu dangos profiad a sgiliau sy'n briodol ar gyfer gweithio mewn cyd-destun iechyd galwedigaethol. Bydd arbenigedd y gweithwyr hyn yn sicrhau y bydd Ffit i Weithio yn nodi'r ystod lawn o faterion sy'n atal cyflogai rhag dychwelyd i'r gwaith ac yn rhoi cyngor priodol yn unol ag arfer gorau.

Caiff gweithwyr iechyd galwedigaethol proffesiynol sy'n darparu Ffit i Weithio eu goruchwylio'n briodol a bydd arbenigwr achredEDIG ym maes Meddygaeth Alwedigaethol yn gyfrifol am gyfarwyddo'r gwasanaeth.

Caiff hyfforddiant ei ddarparu i bob gweithiwr iechyd galwedigaethol proffesiynol sy'n darparu Ffit i Weithio.

Beth yw rheolwr achos?

Gweithiwr iechyd proffesiynol yw'r rheolwr achos sydd â chymhwyster iechyd galwedigaethol a/neu brofiad. Y rheolwr achos fydd yn bwynt cyswllt i'r claf drwy gydol Ffit i Weithio. Yr unigolyn hwn fydd yn cysylltu â chi hefyd i drafod argymhellion yn y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith.

A fydd y darparwr yn talu costau teithio ar gyfer asesiad wyneb yn wyneb?

Bydd angen i'ch claf siarad â'r rheolwr achos pan drefnir neu pan gynhelir asesiad i gael manylion pellach ar sut i wneud cais.

Atgyfeiriadau a chymhwysedd

Pam y dylwn i atgyfeirio cleifion at Ffit i Weithio?

Byddwch chi a'ch claf yn cael cyngor proffesiynol ac annibynnol am ddim ar lawer o faterion gan gynnwys:

- pa addasiadau y mae angen eu gwneud i helpu'ch claf
- sut i ddehongli'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith
- sut y gallwch chi a chyflogwr eich claf helpu'r unigolyn i ddychwelyd i'r gwaith
- yr hyn y gall yr unigolyn ei wneud i helpu ei hun i ddychwelyd i'r gwaith
- sut i atal cyfnod arall o absenoldeb oherwydd salwch

Mae defnyddio Ffit i Weithio yn eich galluogi i wneud y canlynol:

- rheoli disgwyliadau eich claf ynglŷn â'i allu i weithio yn effeithiol
- rhoi asesiad clinigol clir i'ch claf ynghylch effaith ei gyflwr ar ei ffitrwydd i weithio
- ei gwneud hi'n fwy tebygol y bydd eich claf yn cadw ei swydd, drwy ei helpu i drafod ffyrdd y gall ei gyflogwr ei helpu yn y gwaith
- ategu'r rôl hollbwysig y gall gwaith ei chwarae o ran cynnal iechyd eich claf
- cynnig gwasanaeth annibynnol cyflym a hawdd i'w ddefnyddio i'ch claf drwy gynnal asesiadau dros y ffôn

Pryd y gall fod angen atgyfeirio claf i gael asesiad?

Pan fo claf wedi bod yn absennol ers pedair wythnos neu'n debygol o fod yn absennol am bedair wythnos. Gall atgyfeirio cyflogai at Ffit i Weithio eich helpu chi, y claf ei hun a'i gyflogwr i'w gynorthwyo i ddychwelyd i'r gwaith.

A yw cyfnod o hunanardystio absenoldeb oherwydd salwch yn cyfrif tuag at y cyfnod o bedair wythnos o absenoldeb oherwydd salwch o dan Ffit i Weithio?

Ydy. Bydd y cyfnod hwn yn cyfrif tuag at y pedair wythnos o absenoldeb oherwydd salwch at ddibenion gofynion cymhwysedd Ffit i Weithio.

Pwy all ddefnyddio Ffit i Weithio?

Llinell Gyngor – gall unrhyw un ddefnyddio'r llinell gyngor p'un a yw'n gyflogai, yn gyflogwr, yn feddyg teulu neu'n unrhyw unigolyn arall, gan gynnwys unigolyn hunangyflogedig.

Atgyfeiriad i gael Asesiad – gall meddygon teulu atgyfeirio cleifion sy'n gyflogeion ac sydd wedi bod yn absennol oherwydd salwch ers pedair wythnos neu y tybir y byddant yn absennol oherwydd salwch am y cyfnod hwnnw. Pan nad yw meddyg teulu wedi atgyfeirio claf a'i fod wedi bod yn absennol oherwydd salwch ers pedair wythnos neu fwy, gall eu cyflogwr atgyfeirio'r claf (pan fyddant ar gael). Ewch i GOV.UK i gael fwy o wybodaeth ar ble mae'r gwasanaeth yn fyw ar hyn o bryd a ble y bydd yn cael ei gyflwyno, gan gynnwys argaeledd atgyfeiriadau gan gyflogwyr.

Beth yw'r gofynion cymhwysedd ar gyfer atgyfeirio?

Dylech ystyried atgyfeirio pob claf sydd wedi bod i ffwrdd o'r gwaith ers pedair wythnos neu y bernir ei fod yn debygol o fod i ffwrdd o'r gwaith am bedair wythnos neu fwy ac y mae gobaith rhesymol, gyda help pellach, y bydd yn dychwelyd i'r gwaith yn eich tŷb chi.

Y cleifion sy'n gymwys i gael eu hatgyfeirio at Ffit i Weithio yw'r rheini:

- sy'n byw yng Nghymru, Lloegr a'r Alban;
- sydd mewn cyflogaeth â thâl;
- sy'n cael eu hatgyfeirio gan eu meddyg teulu neu eu cyflogwr (pan fyddant ar gael);
- sy'n absennol o'r gwaith;
- y mae gobaith rhesymol y byddant yn dychwelyd i'r gwaith;
- nad ydynt wedi'u hatgyfeirio at Ffit i Weithio yn flaenorol o fewn cyfnod o 12 mis; a
- sydd wedi cydsynio iddynt gael eu atgyfeirio

Pryd na all fod angen atgyfeirio claf i gael asesiad?

Efallai na fydd y cleifion canlynol yn addas i gael eu hatgyfeirio at Ffit i Weithio ond dylech arfer eich barn glinigol i wneud penderfyniad:

- unigolion y credwch, wrth arfer eich barn glinigol, nad oes gobaith realistig iddynt ddychwelyd i'r gwaith
- cleifion â salwch terfynol oni bai, yn eich barn glinigol chi, y byddai atgyfeiriad a dychweliad i'r gwaith yn bosibl ac yn fuddiol i'r claf
- cleifion mewnol mewn ysbyty
- cleifion yn ystod cyfnod acíwt o'u cyflwr meddygol

A all rhywun gael ei atgyfeirio os nad yw wedi bod yn sâl ers pedair wythnos neu os yw wedi bod yn sâl ers mwy na phedair wythnos?

Gallwch atgyfeirio claf yn gynharach neu'n hwyrach na phedair wythnos yn yr amgylchiadau canlynol:

- rydych o'r farn y gallai eich claf fod yn absennol am bedair wythnos. Yn yr achos hwn, efallai y bydd atgyfeiriad cynharach yn ei helpu i ddychwelyd i'r gwaith yn gynt
- rydych o'r farn nad yw atgyfeiriad yn briodol ar ôl pedair wythnos, ond gallai fod yn briodol ar ôl chwe wythnos (e.e. cyfnod o wella yn dilyn llawdriniaeth i gael clun newydd)

Fodd bynnag, os ydych yn ansicr ynghylch atgyfeiriad, dylech gysylltu â Ffit i Weithio i gael cyngor.

Unwaith y bydd atgyfeiriadau gan gyflogwyr yn mynd yn fyw, dim ond ar ôl pedair wythnos o absenoldeb oherwydd salwch y gall cyflogwyr atgyfeirio cyflogai.

Beth os yw eich claf yn hunangyflogedig, yn ddi-waith, neu'n cael cyfnodau byr o absenoldeb oherwydd salwch?

Ni all y grwpiau hyn gael eu hatgyfeirio i gael asesiad ond gallwch chi a hwy ddefnyddio'r gwasanaeth cynghori.

Beth fydd yn digwydd os bydd sefyllfa eich claf yn newid yn ystod y broses atgyfeirio e.e. y claf yn datblygu cyflwr iechyd arall, yn cael ei wneud yn ddi-waith ac ati.

Y meddyg teulu fydd â chyfrifoldeb clinigol am y cyflogai o hyd. Os bydd newid mewn perthynas ag unrhyw ffactor, efallai y bydd Ffit i Weithio yn diwygio'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith er mwyn ystyried gwybodaeth newydd, a bydd yn ystyried a ddylid rhyddhau cyflogai o'r gwasanaeth os nad oes angen unrhyw gymorth arall.

A fydd Ffit i Weithio yn ystyried cyflyrau arbenigol?

Mae Ffit i Weithio yn defnyddio dull cyfannol bioseicogymdeithasol o asesu, sy'n ystyried yr ystod lawn o faterion yn ymwneud â gwaith, iechyd, y cartref ac unrhyw faterion eraill a allai fod yn atal claf rhag dychwelyd i'r gwaith. Mae hyn yn berthnasol i bob cyflwr iechyd. Bydd y gwasanaeth asesu hefyd yn defnyddio arbenigwyr ym meysydd cyflyrau cyhyrysgerbydol ac iechyd meddwl.

A all cyflogai gael ei atgyfeirio at Ffit i Weithio am dymor hir neu gyflwr anwadal e.e. canser?

Gall. Gellir eu cyfeirio am gyflwr anwadal tymor hir os ydynt yn bodloni'r meini prawf cymhwyster.

Beth fydd yn digwydd os na all fy nghlaf deithio i gael asesiad wyneb yn wyneb?

Bydd Ffit i Weithio yn ystyried sefyllfaoedd lle na all claf deithio i gael asesiad wyneb yn wyneb. Caiff trefniadau eraill eu hystyried.

A all Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith gael ei ddiweddaru gan y rheolwr achos yn ystod y cyfnod o dri mis?

Gall. Gall rheolwr achos drefnu bod asesiad pellach yn cael ei gynnal a gall ddarparu fersiwn ddiwygiedig o'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith os yw hyn yn briodol yn ei farn glinigol ef.

Pa mor aml y gellir atgyfeirio unigolyn i Ffit i Weithio?

Gellir defnyddio llinell gyngor Ffit i Weithio cynifer o weithiau ag sydd ei angen ar unigolyn.

Nid oes terfyn o ran nifer y cleifion cymwys y gellir eu hatgyfeirio, ond dim ond ar gyfer un asesiad y gellir atgyfeirio claf mewn unrhyw gyfnod o 12 mis.

A yw'n orfodol i feddygon teulu a/neu gyflogwyr atgyfeirio cleifion at Ffit i Weithio?

Dylid ystyried atgyfeirio pob claf sy'n bodloni'r meini prawf cymhwysedd. Fodd bynnag, nid yw Ffit i Weithio yn orfodol gan y bydd angen i'r claf gydsynio i'r atgyfeiriad.

A oes rhaid i gleifion ymgysylltu â Ffit i Weithio?

Ym mhob achos, ystyrir mai atgyfeirio yw'r sefyllfa ddiofyn os yw'r claf yn cydsynio. Fodd bynnag, nid yw Ffit i Weithio yn orfodol gan y bydd angen i'r claf gydsynio.

Ble y gallaf gael rhagor o wybodaeth am atgyfeirio claf i gael asesiad Ffit i Weithio?

Cymru a Lloegr: www.fitforwork.org
Yr Alban: www.fitforworkscotland.scot

Cydsyniad a diogelu data

Beth fydd yn digwydd os na fydd fy nghlaf yn cydsynio i gynnal asesiad neu i rannu canlyniad asesiad?

Ni ddylid ei atgyfeirio at Ffit i Weithio, ni chaiff asesiad ei gynnal ac ni chaiff Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith ei rannu gyda chi, eich claf a'i gyflogwr.

Rhaid i'r cydsyniad fod yn glir, yn wybodus, yn benodol ac wedi'i roi o wirfodd, a dylai gael ei roi ar adegau gwahanol o'r broses:

- cyn i chi neu gyflogwr eich claf ei atgyfeirio at Ffit i Weithio;
- cyn i asesiad gael ei gynnal, pan fydd Ffit i Weithio yn cysylltu â'ch claf am y tro cyntaf ar ôl iddo gael ei atgyfeirio;
- cyn i unrhyw fersiwn o'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith gael ei rhannu (e.e. gyda chi neu gyflogwr eich claf);
- cyn i Ffit i Weithio gysylltu â chi neu gyflogwr eich claf neu unrhyw drydydd parti os oes angen gwneud hynny fel rhan o'r asesiad neu'r camau dilynol

Credwn y bydd y buddiannau posibl yn golygu y bydd pob parti am fanteisio ar Ffit i Weithio, ac yn mynd ati i reoli achosion o absenoldeb oherwydd salwch gan ddilyn y cyngor yn y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith.

Sut rydych yn diogelu data?

Mae'r Adran Gwaith a Phensiynau a Health Management Ltd yn rheolyddion data ar y cyd mewn perthynas â gwybodaeth bersonol a gaiff ei phrosesu gan Ffit i Weithio yng Nghymru a Lloegr, at ddibenion Deddf Diogelu Data 1998. Yn ymarferol, Health Management Limited fydd yn bennaf cyfrifol am sicrhau bod Ffit i Weithio yn cydymffurfio â'r Ddeddf Diogelu Data wrth brosesu gwybodaeth bersonol o ddydd i ddydd yng Nghymru a Lloegr.

Mae'r Adran Gwaith a Phensiynau, Llywodraeth yr Alban a Darparwyr Ffit i Weithio yn rheolyddion Data ar y cyd mewn perthynas â data personol a gaiff eu prosesu gan Ffit i Weithio yn yr Alban, at ddibenion Deddf Diogelu Data 1998. Yn ymarferol, y Darparwyr fydd yn bennaf cyfrifol am sicrhau bod Ffit i Weithio yn cydymffurfio â'r Ddeddf Diogelu Data mewn perthynas â gwybodaeth bersonol a gaiff ei phrosesu gan Ffit i Weithio o ddydd i ddydd yn yr Alban.
Mae Health Management Limited a darparwyr yn yr Alban wedi rhoi mesurau a chamau diogelu ar waith sy'n briodol i natur y wybodaeth yn eu cadwyni cyflenwi a'r defnydd a wneir ohoni, a byddant yn cynnal y mesurau a'r camau diogelu hynny.

Cyfranogiad cyflogwyr

Pa ran mae cyflogwyr yn ei chwarae?

Mae cyflogwyr yn chwarae rhan fel a ganlyn:

- maent yn atgyfeirio cyflogeion at Ffit i Weithio unwaith y bydd atgyfeiriadau gan gyflogwyr yn mynd yn fyw
- bydd Ffit i Weithio yn cysylltu â hwy fel rhan o'r asesiad os yw'r cyflogai yn cydsynio iddynt wneud hynny a bod angen gwybodaeth i ddatblygu'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith
- maent yn ystyried yr argymhellion a nodir mewn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith

Beth os na fydd cyflogwr yn gweithredu'r argymhellion?

Chi, eich claf a chyflogwr y claf fydd yn penderfynu a ddylid gweithredu ymyriadau a argymhellir mewn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith yn dilyn asesiad. Nid yw'n orfodol i weithredu'r ymyriadau a argymhellir gan Ffit i Weithio, oni fydd angen gwneud hynny er mwyn cyflawni rhwymedigaethau'r cyflogwr o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010.

Bydd cyflogwyr yn parhau i fod yn gyfrifol am reoli achosion o absenoldeb felly nhw fydd yn penderfynu a yw'r ymyriadau/addasiadau yn rhesymol ac yn fforddiadwy.

Fodd bynnag, byddem yn annog y ddau barti i fynd ati i reoli achosion o absenoldeb oherwydd salwch ac i weithredu argymhellion Ffit i Weithio gan fod buddiannau posibl i gyflogwyr a chyflogeion yn sgil lleihau achosion o absenoldeb oherwydd salwch.

Rydym hefyd yn gobeithio y bydd esemptiad treth y Llywodraeth yn annog cyflogwyr i dalu am unrhyw ymyriadau meddygol a all gael eu hargymell mewn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith.

Hefyd, pan fo cyflogeion yn bodloni'r meini prawf ar gyfer **Mynediad i Waith**, gallant wneud cais am gymorth gan y rhaglen, fel cymhorthion a chyfarpar arbenigol neu weithwyr cymorth. Am ragor o wybodaeth, ewch i GOV.UK - Mynediad i Waith.

Sut mae Ffit i Weithio yn cyd-fynd â Gwasanaethau Iechyd Galwedigaethol a ddarperir gan y cyflogwr?

Y bwriad yw bod Ffit i Weithio yn ategu unrhyw ddarpariaeth iechyd galwedigaethol sy'n bodoli eisoes, yn hytrach na'i ddisodli. Er y bydd Ffit i Weithio yn darparu rhai agweddau ar wasanaeth iechyd galwedigaethol, ni fydd yn darparu gwasanaeth cwbl gynhwysfawr. Bydd Ffit i Weithio yn llenwi unrhyw fylchau mewn cymorth, yn enwedig ymhlith cyflogwyr llai o faint. Dim ond un o bob deg o'r cyflogwyr hyn sy'n darparu gwasanaethau iechyd galwedigaethol i gyflogeion (o gymharu ag un o bob wyth cyflogwr mawr).[4]

4 Young, V. and Bhaumik, C. (2011) Health and well-being at work: a survey of employers. Adroddiad Ymchwil DWP Rhif 750. (Ffigur 3.1)

Mae'r gwahaniaethau canlynol yn berthnasol:

	Iechyd Galwedigaethol y Cyflogwr	**Ffit i Weithio**
Llwybrau Atgyfeirio	Cyflogwr ac unigolyn	Meddyg teulu a chyflogwr
Gwasanaethau	Wedi'u hysgogi a'i gytuno gan y cyflogwr	Asesiad o absenoldeb oherwydd salwch
Pwynt Cyfranogi	Wedi'i ysgogi a'i gytuno gan y cyflogwr	Ar ôl pedair wythnos
Amlder y Cyswllt	Wedi'i ysgogi a'i gytuno gan y cyflogwr	Cyswllt yn ôl yr angen â'ch rheolwr achos
Gwybodaeth am y Gweithle	Da	Yn seiliedig ar wybodaeth y cyflogai a'r cyflogwr
Hyd y Cyfranogiad	Wedi'i ysgogi a'i gytuno gan y cyflogwr	Rhyddhau yn orfodol ar ôl tri mis
Ansawdd y Cyfranogiad	Wedi'i ysgogi a'i gytuno gan y cyflogwr	Un atgyfeiriad mewn cyfnod o 12 mis

Pan fydd y rheolwr achos yn tybio ei bod yn briodol a phan fydd y cyflogai yn cydsynio, ymgynghorir â gwasanaethau iechyd galwedigaethol y cyflogwr wrth lunio'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith ac wrth drafod yr argymhellion yn y cynllun terfynol.

Beth fydd yn digwydd os canfyddir na all eich claf ddychwelyd i'r gwaith, ni waeth beth fo'r ymyriad?

Chi fydd â'r cyfrifoldeb clinigol dros eich claf o hyd. Bydd y cyflogwr yn parhau i fod yn gyfrifol am reoli'r absenoldeb. Fel sy'n digwydd ar hyn o bryd, y cyflogwr fydd yn penderfynu pa gamau y dylid eu cymryd os na fydd cyflogai yn cymryd rhan yn Ffit i Weithio, neu os na fydd yn dychwelyd i'r gwaith ar yr adeg a nodir yn y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith.

Ni fydd Ffit i Weithio yn gwneud unrhyw argymhellion mewn perthynas â hyn nac unrhyw faterion cytundebol.

A ellir rhoi nodiadau ffitrwydd o hyd?

Pan fydd claf wedi dewis rhannu ei Gynllun Dychwelyd i'r Gwaith gyda'i gyflogwr, dylai'r Cynllun hwnnw, yn y rhan fwyaf o amgylchiadau, roi'r wybodaeth sydd ei hangen ar y cyflogwr i benderfynu ar ei ffitrwydd i weithio at ddibenion Tâl Salwch Statudol. Os felly, ni ddylai cyflogwyr ofyn am nodiadau ffitrwydd er mwyn osgoi ymgynghoriadau diangen â phractisau meddyg teulu.

Bydd angen i glaf gael nodyn ffitrwydd i gwmpasu'r cyfnod rhwng yr atgyfeiriad a chyflwyno Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith. Yn y rhan fwyaf o achosion, byddai nodyn ffitrwydd sy'n ddilys am bythefnos yn cwmpasu'r cyfnod hwn ond efallai y bydd achosion lle y bydd angen cael nodyn ffitrwydd am gyfnod hwy.

Unwaith y caiff Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith ei gyflwyno, gellir ei ddefnyddio yn lle nodyn ffitrwydd. Nid yw'n ofynnol i chi roi nodyn ffitrwydd yn yr amgylchiadau hynny.

Fodd bynnag, os na fydd claf yn cydsynio i'w Gynllun Dychwelyd i'r Gwaith gael ei rannu â'i gyflogwr, neu os na fydd ei gyflogwr yn derbyn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith fel tystiolaeth ddigonol o anallu unigolyn i weithio, efallai y bydd y claf yn gofyn i chi roi nodyn ffitrwydd iddo. Dylech arfer eich barn broffesiynol wrth benderfynu a oes angen nodyn ffitrwydd.

Sut mae Ffit i Weithio yn effeithio ar Dâl Salwch Statudol?

Mae deddfwriaeth yn caniatáu i Gynllun Dychwelyd i'r Gwaith gael ei dderbyn gan gyflogwyr fel tystiolaeth feddygol i ddangos a yw cyflogai yn ffit i weithio yn lle nodyn ffitrwydd at ddibenion Tâl Salwch Statudol. Ni ddylai fod angen nodyn ffitrwydd a Chynllun Dychwelyd i'r Gwaith ar gyflogai os yw wedi dewis rhannu ei Gynllun Dychwelyd i'r Gwaith gyda'i gyflogwr, er efallai na fydd hyn yn digwydd ym mhob achos.

Nid yw Ffit i Weithio yn orfodol ac efallai na chaiff Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith ei baratoi ym mhob achos. Felly, gall nodyn ffitrwydd gael ei roi o hyd os oes ei angen ym marn glinigol y meddyg teulu.

Cynlluniau Dychwelyd i'r Gwaith

Beth yw Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith?

Cynllun yw hwn a gaiff ei lunio gan weithiwr iechyd galwedigaethol proffesiynol ar y cyd â'ch claf yn dilyn asesiad Ffit i Weithio. Bydd y cynllun yn cynnwys camau y gallwch chi, eich claf neu ei gyflogwr eu cymryd i'w helpu i ddychwelyd i'r gwaith cyn gynted â phosibl.

Mae Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith hefyd yn dystiolaeth o ffitrwydd i weithio y gellir ei roi i gyflogwr y claf yn lle nodyn ffitrwydd.

A ellir defnyddio Cynlluniau Dychwelyd i'r Gwaith yn lle nodiadau ffitrwydd at ddibenion budd-daliadau?

Gall Cynlluniau Dychwelyd i'r Gwaith gael eu derbyn yn lle nodyn ffitrwydd at ddibenion budd-daliadau. Caiff y cyfnod a gwmpesir gan y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith ei nodi yn y Cynllun ei hun. Pan na fydd claf yn ffit i weithio o fewn y cyfnod amcangyfrifedig, bydd ei reolwr achos Ffit i Weithio yn ystyried a oes angen asesiad pellach. Bydd hefyd yn ystyried a oes angen diwygio'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith er mwyn cwmpasu cyfnod hwy o absenoldeb.

Pan gaiff claf ei ryddhau o Ffit i Weithio, gall ofyn am nodyn ffitrwydd. Yn yr achos hwn, dylai meddygon teulu ystyried a yw nodyn ffitrwydd yn briodol yn unol â'r canllawiau ar nodiadau ffitrwydd.

Beth fydd yn digwydd os na fydd y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith yn darparu tystiolaeth ar gyfer absenoldeb oherwydd salwch?

Bydd y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith yn nodi os nad yw eich claf yn ffit i weithio neu os gall fod yn ffit i weithio ar yr amod y gall y cyflogwr gyflawni argymhellion. Mewn rhai achosion, gall Ffit i Weithio nodi claf sy'n ffit i weithio ac nad oes angen iddo gymryd unrhyw gyfnod pellach o absenoldeb. Os na chaiff unrhyw gyfnodau pellach o absenoldeb eu nodi, mae'r gwasanaeth wedi dyfarnu bod eich claf yn ffit i weithio.

Yn absenoldeb nodyn ffitrwydd, gall cyflogwyr dderbyn tystiolaeth feddygol arall sy'n ymwneud â ffitrwydd i weithio ac sy'n ddigonol o ran amgylchiadau achosion penodol. Gellir gofyn am nodyn ffitrwydd neu ddarparu nodyn ffitrwydd o hyd.

Os bydd cyflogwyr yn derbyn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith fel tystiolaeth ddigonol, ni ddylent ofyn am nodiadau ffitrwydd er mwyn osgoi ymgynghoriadau diangen â meddygon teulu.

Beth os na fydd eich claf yn cytuno â'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith?

Gall eich claf dynnu ei gydsyniad yn ôl unrhyw bryd yn ystod y broses. Gall ofyn i rannau penodol o'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith gael eu dileu cyn iddo gael ei rannu gyda chi neu ei gyflogwr.

A yw'n orfodol dilyn yr argymhellion mewn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith?

Nid yw'n orfodol i gyflawni'r ymyriadau a argymhellir gan Ffit i Weithio. Y cyflogwr, y cyflogai a'r meddyg teulu fydd yn penderfynu a ddylid gweithredu ymyriadau, yn dibynnu ar natur yr argymhelliad. Fodd bynnag, byddem yn annog pob parti i weithredu argymhellion Ffit i Weithio.

A ddylai meddygon teulu a gweithwyr iechyd galwedigaethol proffesiynol ystyried y cymorth a roddir drwy wasanaethau iechyd galwedigaethol sy'n bodoli eisoes?

Os bydd amser yn caniatáu, efallai yr hoffech ofyn, fel rhan o'ch ymgynghoriad â'r claf, a yw'n cael gwasanaethau iechyd galwedigaethol a ddarperir gan ei gyflogwr sy'n ddigonol i'w helpu i ddychwelyd i'r gwaith.

Bydd asesiadau Ffit i Weithio yn ystyried unrhyw gymorth a geir drwy wasanaethau iechyd galwedigaethol y cyflogwr fel rhan o'r asesiad. Os bydd eich claf yn cydsynio (gweler y Cwestiynau Cyffredin ar Gydsyniad a Diogelu Data uchod), gall Ffit i Weithio gysylltu â chyflogwr eich claf a/neu wasanaethau iechyd galwedigaethol ei gyflogwr lle y bo'n briodol, i ategu'r asesiad a/neu'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith.

Cyfranogiad meddygon teulu

Beth fydd yn digwydd os bydd fy nghlaf yn gofyn am nodyn ffitrwydd o hyd?

Pan fydd claf wedi dewis rhannu ei Gynllun Dychwelyd i'r Gwaith gyda'i gyflogwr, dylai'r Cynllun hwnnw, yn y rhan fwyaf o amgylchiadau, roi'r wybodaeth sydd ei hangen ar y cyflogwr i benderfynu ar ei ffitrwydd i weithio at ddibenion Tâl Salwch Statudol. Os felly, ni ddylai cyflogwyr ofyn am nodiadau ffitrwydd er mwyn osgoi ymgynghoriadau diangen â phractisau meddyg teulu.

Bydd angen i glaf gael nodyn ffitrwydd i gwmpasu'r cyfnod rhwng yr atgyfeiriad a chyflwyno Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith. Yn y rhan fwyaf o achosion, byddai nodyn ffitrwydd sy'n ddilys am bythefnos yn cwmpasu'r cyfnod hwn ond efallai y bydd achosion lle y bydd angen cael nodyn ffitrwydd am gyfnod hwy.

Unwaith y caiff Cynllun Dychwelyd ei gyflwyno, gellir ei ddefnyddio yn lle nodyn ffitrwydd. Nid yw'n ofynnol i chi roi nodyn ffitrwydd yn yr amgylchiadau hynny.

Fodd bynnag, os na fydd claf yn cydsynio i'w Gynllun Dychwelyd i'r Gwaith gael ei rannu â'i gyflogwr, neu os na fydd ei gyflogwr yn derbyn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith fel tystiolaeth ddigonol o anallu unigolyn i weithio, efallai y bydd angen i chi roi nodyn ffitrwydd iddo. Dylech arfer eich barn broffesiynol wrth benderfynu a oes angen nodyn ffitrwydd.

A all meddygon teulu atgyfeirio cleifion hŷn a all fod yn nesáu at oedran Pensiwn y Wladwriaeth at y gwasanaeth asesu?

Gallant. Gall claf gael ei atgyfeirio beth bynnag fo'i oedran, ar yr amod ei fod yn bodloni meini prawf Ffit i Weithio.

A oes angen i chi gysylltu â chyflogwr eich claf pan fyddwch yn ei atgyfeirio?

Nac oes. Efallai y byddai'n ddefnyddiol gofyn i glaf, os ydych yn ystyried ei atgyfeirio, a yw'n cael cymorth iechyd galwedigaethol drwy ei gyflogwr neu a yw ei gyflogwr wedi'i atgyfeirio i gael asesiad Ffit i Weithio. Os bydd Ffit i Weithio yn derbyn atgyfeiriadau dyblyg, caiff yr achosion eu cyfuno.

A fyddaf yn gallu cysylltu â Ffit i Weithio a siarad â'r gweithiwr iechyd proffesiynol sy'n asesu fy nghlaf?

Byddwch, os yw eich claf wedi cydsynio (gweler y Cwestiynau Cyffredin ar Gydsyniad a Diogelu Data uchod). Darperir manylion cyswllt y rheolwr achos yn y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith. Fel arall, gallwch ddefnyddio'r rhifau ffôn yn y canllaw hwn.

Beth os nad yw fy nghlaf yn gymwys neu'n addas i gael asesiad Ffit i Weithio ond bod angen cyngor a chymorth arno mewn perthynas ag iechyd a gwaith?

Gall eich claf gael ei gyfeirio at wasanaeth cynghori Ffit i Weithio.

Rhagor o Wybodaeth

Sut y bydd Ffit i Weithio yn delio ag anghydfodau yn y gwaith?

Gall anghydfodau yn y gwaith gael eu hystyried yn achosion cymhleth. Ymdrinnir ag achosion o'r fath ar sail unigol gan ystyried yr holl amgylchiadau. Caiff cymorth ei roi i fynd i'r afael â'r anhawster ynghyd â chyfeiriadau priodol at asiantaethau priodol e.e. cyfryngu.

Sut mae Ffit i Weithio yn casglu adborth?

Cysylltir â chleifion, cyflogwyr a meddygon teulu i gael adborth am y gwasanaeth; bydd y gwaith dilynol hwn yn cael ei wneud ar ôl i glaf gael ei ryddhau o Ffit i Weithio. Caiff yr adborth ei gasglu ar ffurf holiadur dros yr e-bost neu'r ffôn. Bydd hyn yn helpu i sicrhau bod y gwasanaeth asesu yn cael ei werthuso a'i wella'n barhaus.

Sut y gallaf roi adborth neu wneud cwyn?

Gallwch wneud cwyn drwy ffonio:

Cymru a Lloegr:	0800 032 6235 Oriau agor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm
Llinell Gymraeg:	0800 032 6233 Oriau agor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm

Yr Alban: 0800 019 2211
Oriau agor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 9.00am a 5.00pm

Beth yw oriau agor Ffit i Weithio?

Cymru a Lloegr: Oriau agor ar gyfer cyngor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm
Oriau agor ar gyfer asesiadau: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm

Llinell Gymraeg: Oriau agor ar gyfer cyngor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm
Oriau agor ar gyfer asesiadau: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm

Yr Alban: Oriau agor ar gyfer cyngor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 9.00am a 5.00pm
Oriau agor ar gyfer asesiadau: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 9.00am a 8.00pm

Pa ffynonellau cymorth eraill sydd ar gael i gleifion â chyflyrau iechyd i'w helpu i ddychwelyd i'r gwaith neu chwilio am waith?

Cyngor Diduedd am Gyflogaeth
Acas: www.acas.org.uk
Neu 0300 123 1100

Cyngor ar Yrfaoedd
Lloegr: www.nationalcareersservice.direct.gov.uk/advice/Pages/default.aspx
Yr Alban: www.skillsdevelopmentscotland.co.uk
Cymru: www.careerswales.com

Mynediad i Waith
www.gov.uk/access-to-work/overview

Paru Swyddi Ar-lein
www.gov.uk/jobsearch

Ble y gallaf gael rhagor o wybodaeth am reoli achosion o absenoldeb oherwydd salwch?

Mae gwybodaeth am reoli achosion o absenoldeb oherwydd salwch ar gael o nifer o ffynonellau gan gynnwys y Gwasanaeth Cynghori, Cymodi a Chyflafareddu (ACAS), gwasanaethau iechyd galwedigaethol y telir amdanynt, 'Healthy Working Lives' yn yr Alban, 'Cymru Iach ar Waith' yng Nghymru ac, yn fwy cyffredinol, ar wefan y Llywodraeth, Gov.UK, sydd hefyd yn rhoi cyngor ar chwilio am swyddi drwy Paru Swyddi Ar-lein.

Gall meddygon teulu hefyd ddefnyddio llinell gyngor a gwefan Ffit i Weithio:

Cymru a Lloegr:
www.fitforwork.org
0800 032 6235

Llinell Gymraeg:
www.fitforwork.org
0800 032 6233

Llinell Gymraeg:
www.fitforworkscotland.scot
0800 019 2211

Adran Gwaith
a Phensiynau

Cyhoeddwyd gan
yr Adran Gwaith a Phensiynau
Dyddiad: Rhagfyr 2015
www.gov.uk/dwp