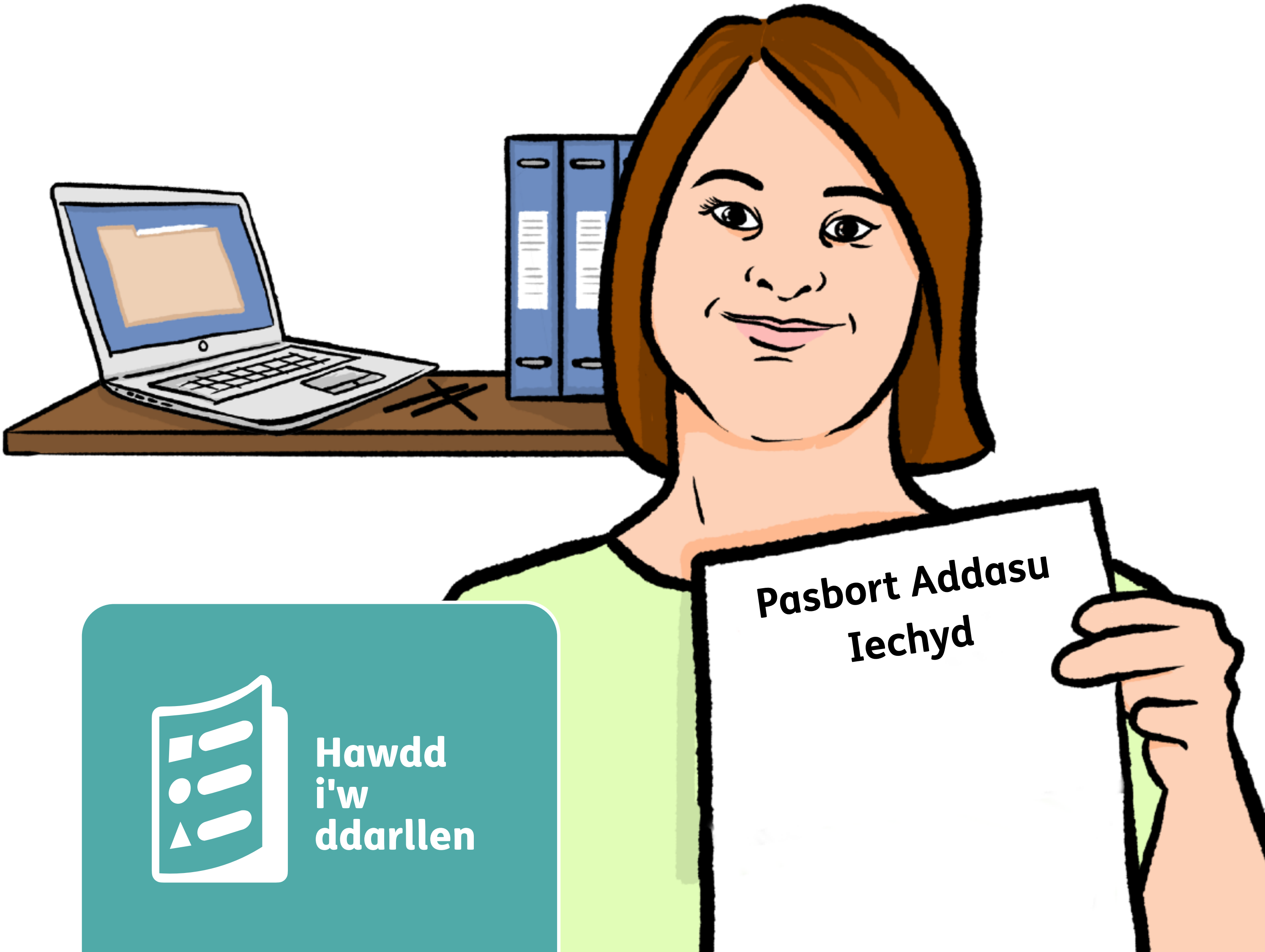
Department for Work & Pensions

Eich Pasbort Addasu Iechyd

Cymorth i weithio



Hawdd i'w ddarllen

Cynnwys

Rhagymadrodd 3

Pasbort Addasu Iechyd 4

Amdanoch chi 6

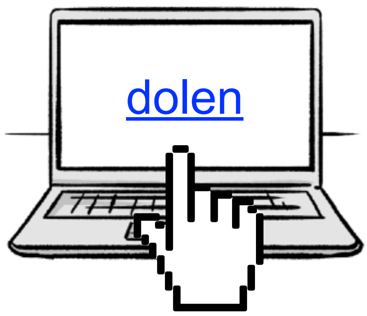
Am eich iechyd..8

Am waith...13

Cymorth tra'ch bod yn y gwaith 27

Ceisio am gymorth gan Fynediad at Waith...........................29

Yn y ddogfen Hawdd i'w Darllen hon, Mae geiriau anodd yn **ddu**. Rydym yn esbonio beth mae'r geiriau hyn yn golygu yn y frawddeg ar ôl i ni eu defnyddio.



Mae rhai geiriau yn las ac wedi'u tanlinellu.

Dolenni yw'r rhain fydd yn mynd i wefan arall sydd â rhagor o wybodaeth.

Rhagymadrodd

Mae'r wybodaeth hon o'r 'Adran Gwaith a Phensiynau'.

Mae ynglŷn â'r **Pasbort Addasu Iechyd**.

Mae **Pasbort Addasu Iechyd** yn ddogfen fydd yn eich helpu os oes gennych anabledd neu gyflwr iechyd sy'n gwneud gwaith yn anodd i chi.

Atebwch y cwestiynau i ddweud wrthym pa gymorth a chefnogaeth sydd eu hangen arnoch yn y gwaith.

Mae'r pasbort hwn yn eiddo i chi.

Nid yw'n gallu cael ei rannu ag unrhyw un arall oni bai eich bod yn dweud hynny.

Pasbort Addasu Iechyd

Gellir defnyddio'r Pasbort Addasu Iechyd i'ch:

- Helpu i feddwl am ba gymorth ac **addasiadau rhesymol** y gall fod eu hangen arnoch pan rydych yn y gwaith.

  Addasiadau rhesymol yw newidiadau a gwasanaethau mae lleoedd a gwasanaethau yn gallu eu gwneud fel y gall pobl anabl gymryd rhan fel pawb arall.

- Helpu i siarad â sefydliadau am addasiadau rhesymol a chymorth y gall fod eu hangen arnoch.

- Helpu i gael cymorth gan **Fynediad at Waith**.

  Mynediad at Waith yw cymorth llywodraeth i'ch helpu yn y gwaith. Mae'n gallu cynnwys:

  - Arian ar gyfer cyfarpar i'ch helpu i weithio.

  - Cymorth i fynd i ac o'r gwaith.

  - Cymorth pan rydych chi yn y gwaith.

Amdanoch chi

Cwestiwn 1: Beth yw'ch enw olaf?

Cwestiwn 2: Beth yw'ch enwau cyntaf a chanol?

Cwestiwn 3: Faint o oriau'r wythnos ydych chi'n meddwl y gallech weithio?

Cwestiwn 4: Ble ydych chi am weithio?

Cwestiwn 5: Pa fath o waith hoffech chi ei wneud?

Am eich iechyd

Cwestiwn 6a: Oes gennych chi anabledd neu gyflwr iechyd sy'n effeithio ar eich bywyd dyddiol?

Gallai effeithio ar:

- Sut rydych yn siarad â phobl eraill.
- Sut rydych yn cynllunio a threfnu'r hyn rydych yn mynd i'w wneud.
- Sut rydych yn delio â pheidio a gallu gweld neu glywed.
- Sut rydych yn mynd o gwmpas.
- Sut rydych yn delio â newid.
- Sut rydych yn cael cymorth.

☐ Oes

☐ Nac oes

Os ateboch chi 'Nac oes', ewch i gwestiwn 9.

Cwestiwn 6b: Dywedwch wrthym am eich anabledd neu gyflwr iechyd.

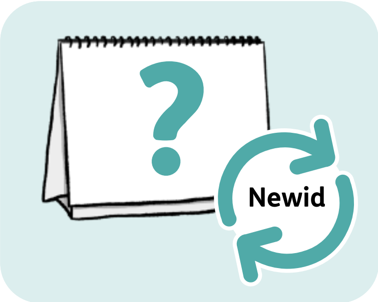
Cwestiwn 7a: Ydych anabledd neu gyflwr iechyd yn effeithio arnoch yn wahanol:

- Ar ddyddiau gwahanol.
- Ar adegau gwahanol o’r dydd.
- Yn dibynnu ar ble rydych chi.

☐ Ydy

☐ Nac ydy

Os ateboch chi 'Nac ydy', ewch i gwestiwn 8.



Cwestiwn 7b: Pa mor aml mae'ch anabledd neu gyflwr iechyd yn newid?

Cwestiwn 7c: Pa help fyddech chi angen pan fo bywyd yn fwyaf anodd?

Cwestiwn 8a: Gawsoch chi unrhyw gymorth ychwanegol pan oeddech chi yn eich swydd, ysgol, coleg neu brifysgol ddiwethaf?

Gallai hyn fod yn bethau fel amser ychwanegol mewn arholiadau, neu gael hyfforddwr swydd – dyma unigolyn sy'n eich helpu yn y gwaith.

☐ Do

☐ Naddo

Os ateboch chi 'Naddo', ewch i gwestiwn 9.

Cwestiwn 8b: Pa gymorth ychwanegol gawsoch chi?

Am waith

Cwestiwn 9a: Fyddai angen cymorth arnoch chi i gyrraedd y gwaith?

Gallai hyn gynnwys:

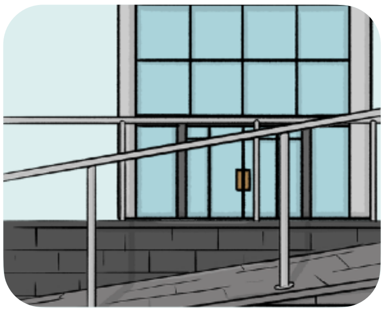
- Cymorth i ddefnyddio bysiau a threnau.
- Tacsi.
- Newidiadau i gar neu fan.
- Rhywun i deithio gyda chi.

☐ Byddai

☐ Na fyddai

Os ateboch chi 'Na fyddai', ewch i gwestiwn 10.

Cwestiwn 9b: Pa gymorth sydd ei angen arnoch chi i gyrraedd y gwaith?



Cwestiwn 10a: Fyddai angen unrhyw gymorth arnoch chi i fynd i mewn i adeilad eich gwaith?

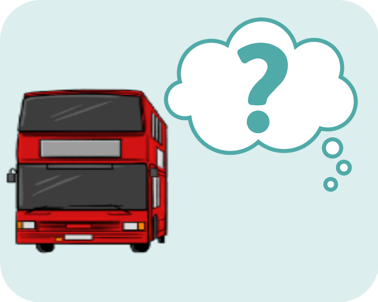
Gallai hyn gynnwys:

- Lifftiau.
- Rampiau ar gyfer cadair olwyn
- Drysau lletach.
- Mannau parcio arbennig.
- Arwyddion clir.

☐ Byddai

☐ Na fyddai

Os ateboch chi 'Na fyddai', ewch i gwestiwn 11.



Cwestiwn 10b: Pa gymorth fyddai ei angen arnoch chi i fynd i mewn i adeilad eich gwaith?

Cwestiwn 11a: Oes angen cymorth arnoch chi i siarad â phobl eraill yn y gwaith?

Gallai hyn gynnwys:

- Ffyrdd gwahanol o wneud cyfweliadau swyddi, fel rhoi rhagor o amser i chi feddwl am sut i ateb cwestiwn.

- Dehonglydd Iaith Arwyddion Brydeinig – dyma rywun fydd yn arwyddo'r hyn mae pobl yn eu dweud ar eich cyfer.

- Rhywun i gymryd nodiadau i chi.

☐ Oes

☐ Nac oes

Os ateboch chi 'Nac oes', ewch i gwestiwn 12.

Cwestiwn 11b: Pa gymorth sydd ei angen arnoch chi yn y gwaith?

Cwestiwn 12a: Ydych chi wedi defnyddio unrhyw raglenni cyfrifiadur arbennig yn yr ysgol, gartref neu yn y gwaith?

Gallai hyn gynnwys:

- Jaws.
- Dragon.
- ZoomText.
- Read and Write Gold.
- Cyfarpar darllen dogfennau.

☐ Do

☐ Naddo

Os ateboch chi 'Naddo', ewch i gwestiwn 13.

Cwestiwn 12b: Pa raglenni cyfrifiadur ydych chi wedi'u defnyddio?

Cwestiwn 13a: Fyddai angen unrhyw hyfforddfiant i ddefnyddio unrhyw gyfarpar arbennig neu raglenni cyfrifiadur arnoch chi?

☐ Byddai

☐ Na fyddai

Os ateboch chi 'Na fyddai', ewch ymlaen i gwestiwn 14.

Cwestiwn 13b: Dywedwch wrthym pa rai y byddai angen hyfforddiant arnoch chi i'w defnyddio.

Cwestiwn 14: Os nad ydych wedi defnyddio rhaglenni cyfrifiadur arbennig o'r blaen, fyddech chi'n hoffi dysgu rhagor am rai y gallech chi eu defnyddio?

- ☐ Byddwn
- ☐ Na fyddwn

Cwestiwn 15a: Ydych chi wedi defnyddio unrhyw gyfarpar yn y gwaith oedd yn ddefnyddiol i chi?

Gallai hyn gynnwys:

- Darllenydd braille – mae hwn yn helpu pobl sy'n ddall i ddarllen geiriau sydd ar gyfrifiadur.
- Chwyddwydr – mae hwn yn gwneud i ysgrifen fach edrych yn fwy.
- Cymhorthion clyw.
- Cadair olwyn.
- Clustffonau sy'n cau sŵn allan.

☐ Do

☐ Naddo

Os ateboch chi 'Naddo', ewch i gwestiwn 16.

Cwestiwn 15b: Dywedwch wrthym am gyfarpar rydych wedi'i gael yn ddefnyddiol.

Cwestiwn 16a: Oes angen unrhyw newidiadau i'r lle y byddech yn gweithio ynddo?

Gallai hyn gynnwys:

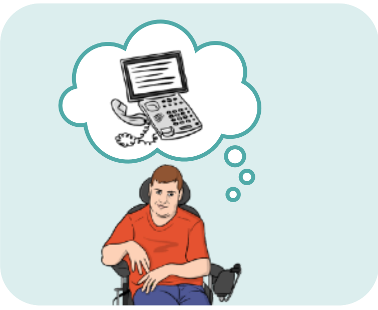
- Newidiadau i olau.
- Mannau tawel.

☐ Oes

☐ Nac oes

Os ateboch chi 'Nac oes', ewch i gwestiwn 17.

Cwestiwn 16b: Dywedwch wrthym am hyn.



Cwestiwn 17: Os nad ydych wedi defnyddio unrhyw gyfarpar arbennig o'r blaen, fyddech chi'n hoffi dysgu rhagor am rai y gallech eu defnyddio?

☐ Byddwn

☐ Na fyddwn

Cymorth tra'ch bod yn y gwaith

Cwestiwn 18a: Fyddai angen rhywun gyda chi yn y gwaith i'ch cynorthwyo chi?

Gallai hyn gynnwys gweithiwr cymorth neu hyfforddwr swydd i'ch helpu chi ag:

- Esbonio rheolau.
- Cael rhagor o amser i feddwl.
- Cael perthynas dda â'ch rheolwr.

☐ Byddai

☐ Na fyddai

Os ateboch chi 'Na fyddai', ewch i gwestiwn 19.

Cwestiwn 18b: Pa fath o gymorth sydd ei angen arnoch chi?

Ceisio am gymorth gan Fynediad at Waith

Gallwch geisio yn awr i Fynediad at Waith am gymorth:

- Ar-lein yn www.gov.uk/access-to-work

- Trwy ffôn: 0800 121 7479

- Trwy ffôn testun: 0800 121 7579

canolfanbydgwaith

Gall eich Canolfan Gwaith leol eich cefnogi gyda gwneud cais os oes angen help arnoch.

Cwestiwn 19: Ydych chi wedi gallu cael cyfweliad swydd?

☐ Do

☐ Naddo

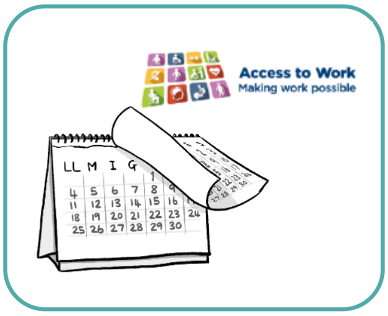
Os ateboch chi 'Naddo', ewch i gwestiwn 24.

Cwestiwn 20: Oes angen cymorth arnoch chi yn y cyfweliad?

☐ Oes

☐ Nac oes

Os ateboch chi 'Nac oes', ewch i gwestiwn 24.



Cwestiwn 21: Pryd wnaethoch chi geisio am gymorth gan Fynediad at Waith?

Cwestiwn 22: Wnaethoch chi gael cymorth gan Fynediad at Waith?

☐ Do

☐ Naddo

Cwestiwn 23: Oes swydd wedi cael ei chynnig i chi, neu oes angen cymorth arnoch chi i aros yn eich swydd?

Mae hyn yn gallu cynnwys:

- Gweithio i chi’ch hun.
- Arfer â gweithio mewn swydd.

☐ Oes

☐ Nac oes

Cwestiwn 23: Pryd wnaethoch chi geisio am gymorth gan Fynediad at Waith?

Cwestiwn 24: Wnaethoch chi gael cymorth gan Fynediad at Waith?

☐ Do

☐ Naddo