OPG601

Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus

Office of the Public Guardian

Gwneud penderfyniadau

....ynglyn â'ch iechyd, eich lles neu'ch arian. Pwy fydd yn penderfynu pan fyddwch chi'n methu?

Deddf Gallu Meddyliol

Gwneud penderfyniadau
...ynglŷn â'ch iechyd, eich lles neu'ch arian. Pwy fydd yn penderfynu pan fyddwch chi'n methu?

Helpu pobl sy'n methu â gwneud rhai penderfyniadau drostynt eu hunain

Mae'r llyfryn hwn yn rhoi gwybodaeth ragarweiniol am Ddeddf Gallu Meddyliol 2005 a sut y bydd yn effeithio arnoch chi. Nid Côd Ymarfer statudol a gyhoeddwyd dan Ddeddf Gallu Meddyliol 2005 mohono ac nid yw'n arweiniad i'r ffordd y bydd y gyfraith yn berthnasol i sefyllfaoedd penodol.

Cynhyrchwyd y ddogfen hon gan:

Gweinyddiaeth CYFIAWNDER
Ministry of JUSTICE

Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus
Office of the Public Guardian

DH Department of Health

Llywodraeth Cynulliad Cymru
Welsh Assembly Government

Ar y cyd â'r Gynghrair Gwneud Penderfyniadau, sy'n cynnwys:

Making Decisions Alliance

mind
For better mental health

scope

TURNING POINT
turning lives around

Diolchiadau

Y Rhaglen Weithredu Gallu Meddyliol (MCIP) gyhoeddodd y llyfryn hwn. Rhaglen ar y cyd gan y llywodraeth yw MCIP rhwng y Weinyddiaeth Gyfiawnder, yr Adran Iechyd, Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus a Llywodraeth Cynulliad Cymru a sefydlwyd i roi'r drefn, y prosesau a'r gweithdrefnau ar waith ar gyfer lansio'r Ddeddf Gallu Meddyliol.

Rydym yn ddiolchgar iawn i'r tîm o'r Gynghrair Gwneud Penderfyniadau a ysgrifennodd y llyfryn hwn. Hoffem ddiolch yn fwyaf arbennig i Ayesha Janjua, Uwch-Gynghorydd Polisi yn Turning Point, a ysgrifennodd y llyfryn hwn â chymorth Richard Kramer, Cyfarwyddwr Polisi yn Turning Point, Wendy Banks a Vicki Hornby o Scope a Keith Dawson o Mind. Hoffem ddiolch hefyd i ddefnyddwyr gwasanaeth o Scope ac o Mind am eu sylwadau ar y llyfryn hwn.

Rydym hefyd yn ddiolchgar iawn i'r Grwp Ymgynghorol a oedd yn cynnwys cynrychiolwyr o sefydliadau sy'n gweithio gyda phobl sy'n methu â gwneud rhai penderfyniadau drostynt eu hunain neu sy'n eu cynrychioli. Maent wedi gwneud cyfraniad pwysig drwy rannu eu safbwyntiau a'u barn am y llyfryn ac wedi'n cynorthwyo i edrych yn wrthrychol ar ein gwaith.

Cynnwys

1 Cyflwyniad 6

Am y llyfryn hwn 6
Crynodeb o'r prif bwyntiau 7

2 Beth yw'r Ddeddf Gallu Meddyliol a sut mae'n effeithio arnaf i 8

Beth mae 'gallu meddyliol' yn ei olygu? 8
Pam bod angen Deddf Gallu Meddyliol? 9
Egwyddorion y Ddeddf 10

3 Pryd fyddai rhywun yn asesu fy ngallu i wneud penderfyniad? 12

Pwy sy'n penderfynu a yw'r gallu gennyf ai peidio? 13
Sut mae rhywun yn penderfynu a yw'r gallu gennyf ai peidio? 14

4 Beth fydd yn digwydd os na fyddaf yn gallu gwneud penderfyniadau drosof fy hun? 15

Sut fyddai rhywun yn penderfynu beth fyddai er pennaf les i mi? 15
Darparu gofal neu driniaeth i chi os byddwch ag anallu 17
Defnyddio Ataliaeth 17
Amddiffyn pobl rhag cael eu trin yn wael neu eu hesgeuluso'n fwriadol 17

5 Beth os ydw i eisiau cynllunio ymlaen llaw rhag ofn y byddaf yn methu â gwneud penderfyniadau yn y dyfodol? 18

Atwrneiaeth Arhosol 18
Sut mae gwneud Atwrneiaeth Arhosol? 19
Beth os ydw i wedi gwneud Atwrneiaeth Barhaus yn barod? 20
Gwneud penderfyniad ymlaen llaw i wrthod triniaeth 21
Gwneud penderfyniadau ymlaen llaw ynglyn â thriniaeth cynnal bywyd 22
Beth os oes gennyf benderfyniad ymlaen llaw (neu 'ewyllys byw') yn barod? 23
Ydy hyn yn newid y gyfraith ar ewthanasia neu hunanladdiad a gynorthwyir? 24
Penderfyniadau ymlaen llaw a Deddf Iechyd Meddwl 1983 24
Cofnodi'ch dymuniadau a'ch teimladau ynglyn â thriniaeth a gofal 25

6 Pa gymorth arall sydd ar gael? 26
Cymorth gan deulu a ffrindiau 26
Cymorth gan eiriolydd 26
Cymorth os nad oes gennych deulu neu ffrindiau 26

7 Beth fydd yn digwydd os na fyddaf wedi cynllunio ar gyfer y dyfodol? 29

8 Herio penderfyniadau a mynegi pryder 30

9 Beth mae'r Ddeddf yn ei ddweud am ymchwil? 32

10 Sut mae Deddf Gallu Meddyliol yn cael ei chefnogi? 34
Côd Ymarfer 34
Llys Gwarchod 34
Dirprwyon 36
Beth os oes gennyf dderbynnydd yn barod? 36
Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus 37

11 Beth os ydw i am wybod mwy am y Ddeddf Gallu Meddyliol? 38

12 Rhai cysylltiadau defnyddiol 39

1. Cyflwyniad

Am y llyfryn hwn

Mae'r llyfryn hwn yn rhoi gwybodaeth i chi am Ddeddf Gallu Meddyliol 2005 (y 'Ddeddf'), sy'n effeithio ar unrhyw un na all wneud rhai neu ddim penderfyniadau drosto'i hun.

Gallai'r anallu i wneud penderfyniad fod oherwydd anabledd dysgu, problemau iechyd meddwl, anaf i'r ymennydd, dementia, camddefnyddio alcohol neu gyffuriau, sgîl effeithiau triniaeth feddygol neu unrhyw salwch neu anabledd arall.

Mae'r Ddeddf yn eich helpu a'ch cefnogi:

- os ydych yn ei chael yn anodd ar hyn o bryd i wneud penderfyniadau weithiau neu bob amser; a/neu
- os ydych eisiau cynllunio ymlaen llaw rhag ofn na fyddwch yn gallu gwneud penderfyniadau yn y dyfodol.

Mae'r llyfryn hwn yn egluro:

- sut y gallai'r Ddeddf effeithio arnoch chi;
- sut y gallwch gynllunio ymlaen llaw yn awr rhag ofn na fyddwch yn gallu gwneud penderfyniadau drosoch eich hun yn y dyfodol;
- sut yr ydych wedi'ch diogelu os na allwch wneud penderfyniad naill ai nawr neu unrhyw bryd yn y dyfodol;
- ar ba sail y gall pobl eraill weithredu ar eich rhan os byddwch chi'n methu â gwneud hynny; a
- lle i fynd er mwyn cael cymorth a chyngor.

Ffynhonnell allweddol arall ar gyfer gwybodaeth a chanllawiau manylach yw'r Côd Ymarfer sy'n gysylltiedig â'r Ddeddf. Gellir gweld y Côd ar y we yn www.publicguardian.gov.uk

Nid yw'r llyfryn hwn yn ymwneud â chadw rhywun mewn ysbyty neu roi triniaeth orfodol dan Ddeddf Iechyd Meddwl 1983. Mae Deddf 1983 yn ymwneud yn bennaf â phobl y canfyddir bod ganddynt broblem iechyd meddwl sy'n golygu bod angen eu cadw mewn ysbyty neu eu trin er mwyn eu hiechyd neu eu diogelwch hwy eu hunain, neu er mwyn amddiffyn pobl eraill.

Mae'r wybodaeth sydd yn y llyfryn hwn yn ymwneud â Chymru a Lloegr yn unig ac â phobl sydd dros 16 oed yn bennaf.

Crynodeb o'r prif bwyntiau sydd yn y llyfryn hwn

- Mae'r Ddeddf Gallu Meddyliol yn gwarchod eich hawl i wneud eich penderfyniadau eich hun ac i fod yn rhan o unrhyw benderfyniadau sy'n effeithio arnoch chi.
- Mae sawl ffordd o gynllunio ar gyfer y dyfodol a nodi ymlaen llaw beth fyddech chi'n hoffi ei weld yn digwydd pe baech yn methu â gwneud penderfyniad drosoch eich hun yn y dyfodol (gweler rhan 5 o'r llyfryn hwn).
- Os ydych yn methu â gwneud eich penderfyniad eich hun ynglyn â rhywbeth sy'n effeithio arnoch chi, ac os nad ydych wedi cynllunio ar gyfer y dyfodol, bydd pobl eraill yn gwneud penderfyniadau neu'n gweithredu ar eich rhan er eich pennaf les (gweler rhan 4).
- Yn achos y rhan fwyaf o'r gweithredoedd neu'r penderfyniadau dydd i ddydd, bydd eich teulu neu'ch gofalwr yn asesu'ch gallu i wneud penderfyniadiau penodol. Yn achos penderfyniadau cymhlethach, mae'n bosib y bydd angen gwneud asesiad mwy ffurfiol a chysylltu â gwahanol bobl, fel meddyg neu weithwyr proffesiynol eraill (gweler rhan 3).
- Pan fo penderfyniad yn cael ei wneud ar eich rhan, rhaid iddo fod er eich pennaf les chi a rhaid ymgynghori â'r bobl sy'n gofalu amdanoch neu eich ffrindiau a'ch teulu lle bo'n ymarferol ac yn briodol ac ystyried eu barn hwy (gweler rhan 4).
- Os nad ydych yn gallu gwneud penderfyniad penodol, ac os nad oes gennych unrhyw ffrindiau neu deulu, ar gyfer rhai penderfyniadau difrifol fel triniaeth feddygol ddifrifol neu symud i ofal tymor hir neu ysbyty, gallwch gael cymorth ychwanegol gan Eiriolydd Gallu Meddyliol Annibynnol (gweler rhan 6)
- Mae'r Ddeddf yn darparu fframwaith cyfreithiol clir ar gyfer delio â materion gallu meddyliol ac yn helpu i sicrhau na ddigwydd twyll a chamdriniaeth.

2. Beth yw'r Ddeddf Gallu Meddyliol a sut mae'n effeithio arnaf i?

Beth mae 'gallu meddyliol' yn ei olygu?

Os oes gennych allu meddyliol, gallwch wneud penderfyniadau drosoch eich hun. Mae'r diffiniad cyfreithiol yn dweud bod rhywun sydd ag anallu yn methu â gwneud un neu fwy o'r pedwar peth isod

- Deall gwybodaeth a roddir iddo.
- Cadw'r wybodaeth honno am ddigon o amser i allu gwneud penderfyniad.
- Pwyso a mesur yr wybodaeth sydd ar gael er mwyn gwneud penderfyniad.
- Cyfathrebu ei benderfyniad. Gallai hyn fod drwy unrhyw ffordd bosib, fel siarad, defnyddio iaith arwyddion neu hyd yn oed symudiadau cyhyrol syml fel cau llygad neu wasgu llaw.

Mae'r mathau o benderfyniadau y mae'r Ddeddf yn ymdrin â hwy yn amrywio o benderfyniadau dydd i ddydd ynglyn â phethau fel beth i'w wisgo neu beth i'w fwyta, i benderfyniadau difrifol fel lle rydych yn byw, a oes arnoch angen llawdriniaeth neu beth ddylech chi ei wneud â'ch arian a'ch eiddo.

Fodd bynnag, os oes gennych anallu ni ellir byth gwneud rhai mathau o benderfyniadau ar eich rhan (fel priodi neu bartneriaeth sifil, ysgaru, cael perthynas rywiol, mabwysiadu a phleidleisio), ac nid yw'r Ddeddf Gallu Meddyliol yn newid hyn. Y rheswm am hynny yw naill ai bod y penderfyniadau neu'r gweithgareddau hyn mor bersonol i'r unigolyn neu oherwydd bod cyfreithiau eraill yn eu llywodraethu.

Mae'r Ddeddf Gallu Meddyliol yn berthnasol i sefyllfaoedd lle mae'n bosib nad ydych yn gallu gwneud penderfyniad penodol ar adeg benodol, i'r graddau eich bod yn methu â gwneud un neu fwy o'r pwyntiau uchod. Er enghraifft, mae'n bosib y bydd rhywun sydd â dementia yn methu â chadw gwybodaeth am ddigon o amser er mwyn gwneud penderfyniadau. Neu mae'n bosib y bydd rhywun sydd â phroblem iechyd meddwl yn teimlo'n rhy isel ei ysbryd i wneud penderfyniad, er ei fod yn gallu gwneud y penderfyniad pan nad yw'n teimlo mor isel. Yn y ddau achos hyn mae'n

bosib nad yw'r person yn meddu ar y gallu i wneud penderfyniadau penodol ar adegau penodol.

Nid yw hyn yn golygu o reidrwydd nad yw person yn gallu gwneud unrhyw benderfyniadau o gwbl. Efallai bod person sydd ag anabledd dysgu'n methu â gwneud penderfyniadau cymhleth, ond nid yw hyn yn golygu o reidrwydd nad yw'n gallu penderfynu beth i'w fwyta, beth i'w wisgo a beth i'w wneud bob diwrnod.

Pam bod angen Deddf Gallu Meddyliol?

Mae'r Ddeddf Gallu Meddyliol yn darparu sail gyfreithiol gliriach ar gyfer gwneud penderfyniadau ac wrth wneud hynny'n hybu'r arferion gorau wrth gefnogi pobl a allai fod ag anallu meddyliol.

Mae'r Ddeddf Gallu Meddyliol yn nodi mewn cyfraith beth fydd yn digwydd pan fo pobl yn methu â gwneud penderfyniadau, er enghraifft pan fônt ag anallu i wneud penderfyniad penodol. Mae'r Ddeddf yn darparu amddiffyniad a chefnogaeth pe baech yn canfod eich hunan yn unrhyw un o'r sefyllfaoedd hyn.

Mae'r Ddeddf yn bodoli er mwyn:

- diogelu hawl pobl i wneud eu penderfyniadau eu hunain ac i gael eu cynorthwyo i wneud hynny;
- amddiffyn y rhai hynny sydd o bosib yn methu â gwneud penderfyniad penodol;
- nodi ym mha sefyllfaoedd y gall pobl eraill wneud penderfyniadau a gweithredu ar eich rhan os ydych chi'n methu â gwneud hynny;
- sicrhau eich bod yn cael eich cynnwys mewn penderfyniadau sy'n effeithio arnoch chi; a
- helpu i ddatrys anghydfodau.

Mae'r Côd Ymarfer sy'n gysylltiedig â'r Ddeddf yn cynnwys canllawiau manylach. Rhaid i bob gweithiwr proffesiynol, yn feddygon teulu, meddygon eraill, gweithwyr cymdeithasol a gofalwyr cyflogedig, ystyried y canllawiau sydd yn y Côd Ymarfer wrth gynorthwyo unrhyw un sydd ag anallu. Mae hyn yn berthnasol ym mhob sefyllfa iechyd a gofal cymdeithasol, gan gynnwys apwyntiadau gyda meddygon teulu ac ysbytai, asesiadau gofal cymdeithasol a chyfarfodydd adolygu gofal.

Egwyddorion y Ddeddf

Mae pum prif reol neu egwyddor y mae'n rhaid i unrhyw un sy'n cefnogi neu sy'n gweithio gyda pherson sydd ag anallu eu dilyn.

1 Mae gan bob oedolyn hawl i wneud penderfyniad drosto'i hun oni ddangosir na all wneud y penderfyniad hwnnw. Mae hyn yn golygu bod yn rhaid i bobl beidio â thybio na allwch chi benderfynu eich hun dim ond oherwydd bod gennych gyflwr meddygol neu anabledd penodol, neu oherwydd eich oed neu'ch ymddangosiad.

2 Dylid cefnogi pobl cymaint ag y bo modd i wneud eu penderfyniadau eu hunain cyn i unrhyw un ddod i'r casgliad na allant wneud eu penderfyniad eu hunain. Efallai bod hyn drwy ddefnyddio gwahanol ffyrdd o gyfathrebu fel geiriau, lluniau neu arwyddion a darparu gwybodaeth mewn fformatau gwahanol, fel sain neu *Easyread*. Efallai y gall eiriolwr annibynnol helpu mewn rhai achosion.

Enghraifft:

Merch 18 oed sydd ag anawsterau dysgu yw Isobel. Nid yw Isobel yn defnyddio iaith i gyfathrebu. Mae gweithiwr cefnogi Isobel yn defnyddio symbolau i gyfathrebu â hi. Mae wyneb sy'n gwenu yn dangos beth mae Isobel yn ei hoffi ac wyneb trist yn dangos beth nad yw Isobel yn ei hoffi. Mae Isobel wedi bod yn defnyddio'r system hon ers nifer o flynyddoedd yn ei hysgol breswyl. Mae Isobel ar fin symud o'r ysgol breswyl i gartref preswyl. Mae ei gweithiwr cefnogi eisiau gwneud yn siwr bod Isobel yn rhan o'r broses o benderfynu i ba gartref y bydd yn mynd. Mae'r gweithiwr cefnogi ac Isobel yn ymweld â gwahanol gartrefi ac mae'r gweithiwr gofal yn tynnu lluniau o bob un ohonynt.

Mae Isobel a'r gweithiwr cefnogi wedyn yn edrych ar bob un o'r lluniau. Mae Isobel yn rhoi lluniau dau o'r cartrefi wrth yr wyneb sy'n gwenu, i ddangos ei bod yn eu hoffi, a'r gweddill wrth wyneb trist. Mae Isobel a'r gweithiwr cefnogi'n gwneud hyn sawl gwaith ac mae'r gweithiwr gofal yn symud yr wyneb sy'n gwenu o'r naill ochr i'r bwrdd i'r llall.

Bob tro, mae Isobel yn rhoi'r un ddau lun wrth yr wyneb sy'n gwenu a'r gweddill wrth yr wyneb trist. Mae'r gweithiwr cefnogi'n defnyddio'r wybodaeth hon i ddod i'r casgliad bod Isobel yn gallu penderfynu i ba gartref i symud.

3 Caniateir i bobl wneud penderfyniad a all ymddangos i bobl eraill fel penderfyniad annoeth neu od, ac ni ddylai rhywun gael ei drin fel pe bai'n methu â gwneud penderfyniad oherwydd hyn.

Enghraifft:

Mae Lucy, sydd â phroblemau iechyd meddwl, yn ysmygu ac yn dal i wneud hynny er bod ganddi anhwylder difrifol ar ei brest. Mae'r meddygon wedi egluro wrth Lucy beth yw peryglon parhau i ysmygu ac wedi ei chynghori i roi'r gorau i'r arferiad. Mae'n dal i ysmygu, yn groes i gyngor gweithwyr proffesiynol ym maes iechyd.

Fodd bynnag, ni ddylid cymryd yn ganiataol bod Lucy'n methu â gwneud penderfyniad ynglyn â'i hysmygu dim ond oherwydd ei bod wedi penderfynu gwneud rhywbeth y mae pobl eraill yn meddwl ei fod yn beth annoeth i'w wneud neu oherwydd y gallent feddwl ei bod wedi gwneud y penderfyniad anghywir.

4 Os oes gan berson anallu rhaid i unrhyw benderfyniadau neu weithredoedd a gymerir ar ei ran gael eu gwneud er ei bennaf les (oni bai ei fod wedi gwneud penderfyniad perthnasol a dilys ymlaen llaw i wrthod triniaeth feddygol - gweler rhan 5). Mae'n dal yn bwysig bod y person yn cael ei gynnwys lle bynnag y bo modd wrth wneud y penderfyniad.

5 Egwyddor olaf y Ddeddf yw gwneud yn siwr nad yw pobl sydd ag anallu yn cael eu hatal heb fod angen. Felly mae'n rhaid i'r sawl sy'n penderfynu neu sy'n cyflawni'r weithred ystyried a yw hi'n bosib penderfynu neu weithredu mewn ffordd a fyddai'n amharu llai ar ryddid a hawliau'r unigolyn sydd ag anallu.

3. Pryd fyddai rhywun yn asesu fy ngallu i wneud penderfyniad?

Mae'r gyfraith yn disgwyl ichi gael eich cefnogi gymaint ag sy'n bosib i wneud eich penderfyniadau eich hun. Gallai hyn fod drwy ddarparu gwybodaeth mewn ffordd symlach, er enghraifft, drwy ddefnyddio geiriau haws neu luniau, trio ar wahanol adegau o'r diwrnod neu pan fyddwch mewn gwell iechyd, neu gael ffrind neu berson annibynnol i'ch helpu i fynegi eich dewis.

Ni ddylai rhywun wneud rhagdybiaeth ynglyn â'ch gallu oherwydd eich oedran neu'ch ymddangosiad, er enghraifft, lliw croen neu wisg grefyddol, neu oherwydd y ffordd rydych yn ymddwyn neu gyflwr penodol sydd gennych.

Gallai'ch gallu i wneud penderfyniadau newid. Er enghraifft, efallai y bydd rhywun sydd â dementia yn ei chael yn anos i wneud penderfyniadau gydag amser, fel nad yw mwyach yn gallu gwneud rhai penderfyniadau yr oedd yn arfer gallu eu gwneud drosto'i hun. Gall rhywun sydd ag anabledd dysgu ddysgu sgiliau newydd a chael dealltwriaeth newydd fel ei fod bellach yn gallu gwneud penderfyniadau na allai eu gwneud cynt.

Os oes gennych broblem iechyd meddwl, mae'n bosib y byddwch yn gallu gwneud penderfyniad penodol un diwrnod ond yn methu y diwrnod canlynol, ac mae'n bosib y bydd angen dal y penderfyniad yn ôl hyd nes y byddwch wedi adennill eich gallu i wneud y penderfyniad hwnnw.

Yn ychwanegol at hyn, mae'n bosib y bydd eich gallu'n dibynnu ar y math o benderfyniad sydd i'w wneud. Er enghraifft, efallai y byddwch yn gallu gwneud penderfyniadau am bethau dydd i ddydd, fel beth i'w gael i ginio a beth i'w wisgo, ond yn methu â gwneud penderfyniad ynglyn â materion ariannol, fel beth i'w wneud â'ch cynilion

Enghraifft:

Cafodd Jermaine anafiadau difrifol i'w ben mewn damwain wrth chwarae rygbi ddwy flynedd yn ôl. Erbyn hyn mae gan Jermaine broblemau cof difrifol ac mae'n cael anhawster i ddelio gydag arian. Mae Jermaine wedi derbyn swm sylweddol o arian yn dilyn y ddamwain i dalu am gostau gofal ac anghenion eraill yn y dyfodol.

Mae Jermaine yn byw gyda'i chwaer ac mae hi'n bryderus na fydd ei brawd yn gallu rheoli'r swm sylweddol o arian. Mae Jermaine wedi dweud y byddai'n hoffi gwario'r arian i gyd ar reoli tîm rygbi a phrynu car drud iawn. Byddai hyn yn golygu na fyddai gan Jermaine unrhyw arian ar ôl i dalu am ei ofal ei hun yn y dyfodol.

Cytunir nad yw Jermaine yn meddu ar y gallu i wneud penderfyniadau ariannol mawr, ond ei fod yn gallu rheoli ei arian o ddydd i ddydd. Gofynnir i'r Llys Gwarchod wneud gorchymyn addas. Y bwriad yw sicrhau y bydd Jermaine yn cael swm penodol y bydd yn ei reoli bob wythnos ac y bydd ei chwaer yn rheoli unrhyw fuddsoddiadau mawr ar gyfer y dyfodol.

Pwy sy'n penderfynu a yw'r gallu gennyf ai peidio?

Y man cychwyn ar gyfer pawb sy'n eich cynorthwyo o ddydd i ddydd yw y dylent gymryd yn ganiataol eich bod yn gallu gwneud y penderfyniad drosoch eich hun. Rhaid iddynt hefyd ddilyn egwyddorion y Ddeddf Gallu Meddyliol (gweler rhan 2).

Mae'n bosib y bydd angen i rywun – gweithiwr proffesiynol ym maes iechyd neu ofal, gweithiwr proffesiynol arall, perthynas neu ofalwr – benderfynu a oes gennych chi'r gallu i wneud penderfyniad neilltuol. Gan amlaf eich teulu neu'ch gofalwyr fydd yn gyfrifol am wneud y penderfyniad hwn.

Lle mae'r penderfyniad y mae angen ei wneud yn fwy cymhleth, bydd angen i'r asesiad o'ch gallu fod yn fwy ffurfiol a gallai hyn olygu bod angen cysylltu â meddygon neu weithwyr proffesiynol eraill.

Ar gyfer penderfyniadau meddygol lle mae angen caniatâd ar gyfer triniaeth neu archwiliad, bydd meddyg neu weithiwr proffesiynol yn y maes gofal iechyd yn penderfynu a oes gennych y gallu i roi caniatâd neu ddim.

Ar gyfer penderfyniadau cyfreithiol megis gwneud ewyllys, bydd y twrnai perthnasol yn penderfynu a oes gennych y gallu i wneud y penderfyniad neu ddim.

Dylid ymgynghori â'ch teulu a'ch ffrindiau ac unrhyw bobl berthnasol eraill hefyd yn ystod asesiad ond bydd hyn yn dibynnu ar y sefyllfa a'r penderfyniad y mae angen ei wneud.

Sut mae rhywun yn penderfynu a yw'r gallu gennyf ai peidio?

Yn ôl y Ddeddf, cyn i unrhyw un weithredu ar ran rhywun sydd ag anallu, rhaid iddo fod yn credu'n rhesymol nad yw'r person yn meddu ar y gallu i wneud y penderfyniad drosto'i hun. Os oes gennych anallu, mae modd i rywun arall weithredu neu wneud penderfyniadau ar eich rhan os yw'r gweithredoedd neu'r penderfyniadau hynny er eich pennaf les. Gweler rhan 4 o'r llyfryn hwn am eglurhad o ystyr pennaf les.

Mae'r gair 'rhesymol' yn bwysig. Mae gallu yn medru newid, ac mae'n bosib y bydd rhywun yn gallu gwneud un penderfyniad ond yn methu â gwneud un arall. Os oes gan rywun gyflwr parhaus neu ddirywiol, fodd bynnag, mae'n bosib na fydd angen i deulu neu ofalwyr cyflogedig wneud asesiad newydd, er enghraifft, bob bore cyn eich helpu i wisgo amdanoch. Fodd bynnag, dylech gael eich cynorthwyo i wneud cymaint ag sy'n bosib o benderfyniadau. Drwy hynny, mae'n bosib y byddwch yn dysgu sgiliau newydd, a gallai'ch gallu wella dros gyfnod o amser.

Yn y pen draw, bydd unrhyw asesiad o allu yn edrych ar y diffiniad cyfreithiol o allu meddyliol sy'n cael ei amlinellu yn rhan 2.

Os ydych yn poeni ynglyn â'ch gallu i wneud penderfyniadau neu os canfuwyd bod gennych gyflwr meddygol, fel clefyd Alzheimer a allai effeithio ar eich gallu i wneud penderfyniadau yn y dyfodol, dylai'ch meddyg teulu allu rhoi rhagor o gyngor ichi. Mae rhestr o sefydliadau defnyddiol a ffynonellau gwybodaeth eraill i'w gweld yng nghefn y llyfryn hwn.

4. Beth fydd yn digwydd os na fyddaf yn gallu gwneud penderfyniadau drosof fy hun?

Mae'r gyfraith yn dweud ei bod yn bwysig bod pob ymdrech resymol wedi ei gwneud i geisio'ch cynorthwyo i wneud eich penderfyniadau eich hun.

Os ydych yn methu â gwneud penderfyniad penodol a chithau heb wneud cynlluniau ynglyn â hyn ymlaen llaw (gweler rhan 5 o'r llyfryn hwn) yna bydd rhywun arall, fel gofalwr neu weithiwr proffesiynol, yn gorfod penderfynu beth ddylai ddigwydd. Yn yr amgylchiadau hyn dylech gael eich cynnwys gymaint ag sy'n bosib o hyd yn y broses o wneud y penderfyniad a rhaid i'r holl weithredoedd a'r penderfyniadau gael eu gwneud er eich pennaf les.

Sut mae rhywun yn penderfynu beth fyddai er pennaf les i mi?

Er nad oes un diffiniad unigol o'r hyn a fyddai er pennaf les rhywun, mae'r Ddeddf newydd yn cynnwys rhestr wirio o rai pethau y mae'n rhaid eu hystyried pan fo person arall yn gwneud penderfyniad ar eich rhan

- A oes modd gohirio'r penderfyniad rhag ofn y byddwch yn adennill y gallu i wneud y penderfyniad yn y dyfodol, er enghraifft, o ganlyniad i wella ar ôl digwyddiad neu salwch, dysgu sgiliau newydd, neu gael cymorth i gyfathrebu'ch dymuniadau.
- Yn ôl y gyfraith, pan fo rhywun yn ceisio penderfynu beth sydd er pennaf les i chi, ni all wneud penderfyniad ar sail eich ymddangosiad, eich oedran, cyflwr meddygol neu ymddygiad yn unig.
- Wrth benderfynu beth fyddai er pennaf les i chi mae angen ystyried yr holl wybodaeth berthnasol, ac mae'n bwysig eich bod yn cael eich cynnwys gymaint ag sy'n bosib mewn penderfyniadau sy'n effeithio arnoch chi.
- Eich dymuniadau, teimladau, gwerthoedd a chredoau. Mae hyn yn cynnwys unrhyw farn rydych wedi ei mynegi yn y gorffennol a fyddai'n helpu i ddeall beth allai'ch dymuniadau a'ch teimladau fod. Gallai'r rhain fod yn bethau rydych wedi eu dweud wrth bobl eraill, sut rydych wedi ymddwyn mewn amgylchiadau tebyg yn y gorffennol ac yn enwedig pethau rydych wedi eu hysgrifennu ar bapur. Mae hyn yn eich

gwneud yn ganolog i unrhyw benderfyniad sy'n cael ei wneud ar eich rhan.

- Barn aelodau o'ch teulu, rhieni, gofalwyr a phobl berthnasol eraill sy'n gofalu amdanoch neu sydd â diddordeb yn eich lles, os yw hyn yn ymarferol ac yn briodol. Os ydych wedi enwi rhywun penodol neu wedi rhoi hawl i rywun benderfynu ar eich rhan yna dylid ymgynghori ag ef neu hi.
- Os gwneir penderfyniadau ynglyn â thriniaeth sydd ei hangen i'ch cadw'n fyw, ni chaniateir i bobl gael eu hysgogi gan deimlad y byddai'n well ganddynt eich gweld yn marw, ac ni ddylent wneud unrhyw ragdybiaeth ynglyn ag ansawdd eich bywyd.

Ni fydd pob un o'r ffactorau sydd yn y rhestr wirio hon yn berthnasol, ond eto i gyd mae angen ystyried pob un ohonynt, hyd yn oed os canfyddir nad ydynt yn berthnasol i'r penderfyniad penodol. Rhaid ystyried unrhyw beth arall sy'n berthnasol hyd yn oed os nad yw wedi ei gynnwys yn y rhestr wirio.

Enghraifft:

Mae Emma wedi bod yn wael iawn â phoenau yn ei stumog ers dau fis. Mae ganddi anabledd dysgu ac mae ganddi ofn ysbytai.

Mae'r meddyg yn bryderus iawn ynglyn ag iechyd Emma ac mae eisiau gwneud prawf gan roi tiwb i lawr gwddf Emma. Mae'r meddyg wedi siarad â thad Emma, sydd wedi cadarnhau bod hanes o ganser y stumog yn y teulu. Man cychwyn y meddyg yw bod Emma'n meddu ar y gallu i wneud penderfyniadau drosti'i hun ac mae arno angen ei chydsyniad cyn y gall roi triniaeth iddi.

Ar ôl trafod y prawf gydag Emma, mae'r meddyg yn teimlo nad yw Emma'n deall holl fanteision ac anfanteision y prawf ac, o ganlyniad, nad yw'r gallu ganddi i roi na gwrthod caniatâd. Ar ôl ystyried trafodaethau eraill gyda theulu Emma a pha mor wael yw Emma, penderfyna'r meddyg mai cael y prawf yw'r hyn sydd er pennaf les Emma.

Darparu gofal neu driniaeth i chi os byddwch ag anallu

Mae'r Ddeddf yn caniatáu i bobl gyflawni gweithredoedd penodol sy'n ymwneud â gofalu amdanoch neu roi triniaeth i chi yn gyfreithlon ar yr amod eu bod wedi asesu bod gennych anallu a bod y gweithredoedd hyn er pennaf les i chi (egwyddor 4). Er enghraifft, mynd i gartref rhywun heb ei ganiatâd i'w lanhau iddo, neu roi meddyginiaeth i rywun ar gyfer ei gyflwr.

Fodd bynnag, pan fydd sawl dewis gwahanol ar gael i'r unigolyn sy'n eich trin neu sy'n gofalu amdanoch, dywed y Ddeddf y dylent ddefnyddio'r un lleiaf caeth.

Defnyddio Ataliaeth

Ambell waith mae angen atal rhywun yn gorfforol. Mae'r Ddeddf yn caniatáu ataliaeth gorfforol, ond dim ond os yw hynny'n angenrheidiol er mwyn cadw'r person rhag niwed. Er enghraifft, gallai gofalwr eich atal rhag camu i ganol ffordd brysur, os nad ydych yn gallu deall pa mor beryglus y gall traffig fod.

Fodd bynnag, rhaid i unrhyw ataliaeth fod yn rhesymol ac yn gymesur â'r niwed posib. Gallai gofalwr eich atal rhag mynd allan ar eich pen eich hun gan nad ydych yn gallu croesi ffyrdd yn ddiogel, ond byddai'n afresymol iddo'ch rhwystro rhag mynd allan yn gyfan gwbl er mwyn eich diogelu rhag traffig ffyrdd. Os bydd unigolyn yn defnyddio gormod o ataliaeth gallent fod yn atebol am nifer o gosbau sifil a throseddol.

Amddiffyn pobl rhag cael eu trin yn wael neu eu hesgeuluso'n fwriadol

Mae'r Ddeddf yn darparu amddiffyniad newydd ar gyfer pobl sydd ag anallu, i'w cadw'n ddiogel a'u rhwystro rhag cael eu niweidio. Mae hyn yn berthnasol i unrhyw un sy'n cefnogi neu'n gweithio gydag unigolyn nad yw'n gallu gwneud ei benderfyniadau'i hun, yn ogystal ag i Atwrneiod (gweler rhan 5) a Dirprwyon (gweler rhan 10).

Ceir trosedd newydd sef trin unigolyn sydd ag anallu yn wael neu ei esgeuluso'n fwriadol. Mae'n delio ag atal rhywun yn afresymol yn erbyn ei ewyllys yn ogystal â'r mathau eraill o gamdriniaeth y meddyliwn amdanynt fel arfer, fel camdriniaeth ariannol, rywiol, gorfforol a seicolegol. Gallai unrhyw un a geir yn euog o'r trosedd newydd hwn gael dedfryd o hyd at bum mlynedd o garchar a/neu ddirwy.

5. Beth os ydw i eisiau cynllunio ymlaen llaw rhag ofn y byddaf yn methu â gwneud penderfyniadau yn y dyfodol?

Mae llawer o bethau y gallwch eu gwneud er mwyn paratoi ar gyfer y dyfodol, naill ai drwy nodi rhai penderfyniadau ymlaen llaw neu drwy ddweud wrth bobl beth y byddech yn hoffi ei weld yn digwydd pe baech yn colli'r gallu i wneud penderfyniadau. Gallai hefyd fod o gymorth i'ch teulu, i bwy bynnag fydd yn gofalu amdanoch yn y dyfodol, ac i'r bobl rydych wedi eu dewis i wneud penderfyniadau ar eich rhan, os ydych wedi amlinellu'ch dymuniadau'n glir.

Mae'r Ddeddf Gallu Meddyliol yn gadael i chi benodi rhywun arall i wneud penderfyniadau ar eich rhan yn y dyfodol, pe baech heb y gallu i wneud hynny eich hun. Gynt, roedd y gyfraith yn gadael i chi benodi un neu fwy o Atwrneiod ymlaen llaw i wneud penderfyniadau am eich arian yn unig. Ers 1 Hydref 2007, yn ogystal ag ar gyfer materion ariannol, gallwch hefyd gynllunio ymlaen llaw a phenodi Atwrnai i wneud penderfyniadau am iechyd a lles personol ar gyfer amser pan na fydd y gallu gennych o bosibl i'w gwneud. Ystyrir hyn isod.

Atwrneiaeth Arhosol

Ffurflen gyfreithiol yw Atwrneiaeth Arhosol sydd yn caniatáu ichi ddewis rhywun arall i reoli'ch materion ar eich rhan. Gelwir y sawl y gallwch ei ddewis yn Atwrnai, a gall fod yn ffrind, perthynas neu weithiwr proffesiynol. Gallwch ddewis mwy nag un person i weithredu fel Atwrnai ar eich rhan.

Mae eich Atwrneiaeth Arhosol yn benodol i chi – chi sy'n penderfynu pwy fydd â'r hawl i reoli'ch materion a beth yn union fydd yr hawliau hyn. Er enghraifft, efallai y byddwch eisiau i Atwrnai wneud penderfyniadau lles yn ymwneud â'ch gofal ond i beidio â gwneud penderfyniadau meddygol ar eich rhan.

Mae dau fath o Atwrneiaeth Arhosol:

- Bydd Atwrneiaeth Arhosol Eiddo a Materion Ariannol yn rhoi'r hawl i'r atwrnai/atwrneiod o'ch dewis wneud penderfyniadau yn ymwneud â materion ariannol ac eiddo ar eich rhan, er enghraifft gwerthu'ch tŷ neu reoli'ch cyfrif banc.

- Bydd Atwrneiaeth Arhosol Lles Personol yn rhoi hawl i'r Atwrnai/ Atwrneiod a ddewiswyd gennych wneud penderfyniadau yn ymwneud â'ch iechyd a'ch lles personol, fel lle y dylech fyw, gofal o ddydd i ddydd neu driniaeth feddygol.

Y gwahaniaeth rhwng y ddau fath o AB yw bod AB Lles Personol yn dod i rym dim ond pan nad yw'r gallu gennych i wneud penderfyniadau.

Gydag AA Eiddo a Materion Ariannol gallwch nodi mai dim ond ar ôl i chi golli'ch gallu rywbryd yn y dyfodol y gall yr Atwrnai ddechrau gofalu am eich materion ariannol. Os na fyddwch yn nodi hyn, gall yr Atwrnai ddechrau defnyddio'r AB ar ôl ei chofrestru, ond tra rydych yn dal i allu gwneud penderfyniadau eich hun.

Rhaid i bob Atwrnai ystyried y Cod Ymarfer (gweler rhan 2) a gweithredu er eich budd gorau chi (gweler rhan 4).

Enghraifft:

Mae Jean yn dechrau datblygu clefyd Alzheimer. Mae'n penodi ei merch fel Atwrnai Lles Personol i wneud unrhyw benderfyniadau lles personol y mae'n colli'r gallu i'w gwneud. Mae'n trafod pethau sy'n bwysig iddi hi fel ei dymuniad i aros yn agos at ei ffrindiau a gallu mynd i gartref gofal sy'n caniatáu anifeiliaid anwes. Pan fo angen yr Atwrneiaeth Arhosol, mae'r ferch yn gwybod beth fyddai dymuniadau ei mam ac mae hyn yn ei helpu i weithredu er pennaf les ei mam.

Sut mae gwneud Atwrneiaeth Arhosol?

Er mwyn gwneud Atwrneiaeth Arhosol, bydd angen ichi lenwi ffurflen, y gallwch ei chael gan Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus. Amlinellir rôl a phwerau'r Swyddfa yn rhan 10.

Mae dwy ffurflen, un ar gyfer pob math o Atwrneiaeth Arhosol. Os ydych eisiau gwneud dwy Atwrneiaeth Arhosol, un ar gyfer eich eiddo a'ch materion ariannol ac un arall ar gyfer eich lles personol, yna bydd angen ichi lenwi dwy ffurflen ar wahân. Bydd pob ffurflen yn cynnwys canllawiau i'ch helpu i'w llenwi.

Gallwch wneud Atwrneiaeth Arhosol os ydych yn 18 oed neu drosodd a chyn belled eich bod yn gallu deall beth mae'n ei olygu. Er mwyn cadarnhau hyn ac atal twyll, bydd angen ichi ddarparu 'Tystysgrif', sy'n rhan o ffurflen yr Atwrneiaeth Arhosol. Rhaid i'r Dystysgrif gael ei harwyddo gan berson annibynnol sy'n nodi eich bod yn deall yn iawn beth y mae gwneud Atwrneiaeth Arhosol yn ei olygu, a beth fydd cael Atwrneiaeth Arhosol yn ei olygu, ac nad oes unrhyw dwyll na phwysau amhriodol yn cael ei roi arnoch i wneud yr Atwrneiaeth Arhosol.

Ar ôl llenwi'r ffurflen a'r Dystysgrif, rhaid i'r Atwrneiaeth Arhosol gael ei chofrestru gyda Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus cyn y gellir ei defnyddio. Rhaid talu ffi i gofrestru. Gallwch hefyd ddewis pwy ddylai gael gwybod pan gofrestrir yr Atwrneiaeth Arhosol. Nid oes yn rhaid i hwn neu hon fod yn aelod o'ch teulu, chi sydd i ddewis.

Gellir gofyn i Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus edrych beth mae Atwrnai'n ei wneud, os yw rhywun yn meddwl nad yw o bosib yn gweithredu er pennaf les person. Anfonir unrhyw broblemau difrifol i lys arbennig, sef y Llys Gwarchod, fel sy'n cael ei amlinellu yn rhan 10. Mae gan y Llys hawl i ddiswyddo'r Atwrnai os canfyddir nad yw wedi bod yn gweithredu er eich pennaf les.

Beth os ydw i wedi gwneud Atwrneiaeth Arhosol yn barod?

Mae'r system Atwrneiaeth Arhosol newydd yn disodli'r system Atwrneiaeth Arhosol, sydd ond yn caniatáu i bobl penodi Atwrnai i reoli eu heiddo a'u materion ariannol. Mae'r Atwrneiaethau Arhosol newydd yn rhoi mwy o warchodaeth a rhagor o opsiynau yn cynnwys gallu penodi Atwrnai i reoli materion yn ymwneud â'ch lles personol yn ogystal â'ch eiddo a'ch materion ariannol.

Os oes gennych Atwrneiaeth Barhaus ar hyn o bryd, pa un a yw wedi ei chofrestru ai peidio, gellir ei defnyddio o hyd. Os byddwch, ar ryw adeg, yn methu â gwneud penderfyniadau ariannol drosoch eich hun mwyach, yna bydd angen cofrestru'r Atwrneiaeth Barhaus cyn y gellir parhau i'w defnyddio.

Os ydych eisoes wedi gwneud Atwrneiaeth Barhaus a'ch bod yn dal i allu gwneud penderfyniadau drosoch eich hun, gallwch naill ai wneud Atwrneiaeth Arhosol Eiddo a Materion Ariannol newydd yn ei lle neu

gallwch gadw'ch Atwrneiaeth Barhaus bresennol. I gael rhagor o wybodaeth dylech gysylltu â Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus neu fynd i www.publicguardian.gov.uk

Yn olaf, hyd yn oed os oes gennych Atwrneiaeth Barhaus yn barod (sydd ddim ond yn berthnasol i eiddo a materion ariannol), byddwch hefyd yn gallu gwneud Atwrneiaeth Arhosol ychwanegol ar gyfer penderfyniadau lles personol dan y Ddeddf Gallu Meddyliol.

Os oes gennych Atwrneiaeth Barhaus neu Atwrneiaeth Arhosol, dan y Ddeddf bydd yn rhaid i'r atwrnai wneud yn siwr ei fod yn gwneud penderfyniadau er eich pennaf les.

Gwneud penderfyniad ymlaen llaw i wrthod triniaeth

Mae penderfyniad ymlaen llaw yn caniatáu ichi nodi mathau penodol o driniaethau nad ydych eu heisiau pe baech yn colli'r gallu i benderfynu hyn drosoch eich hun yn y dyfodol. Mae penderfyniad ymlaen llaw yn ymrwymiad cyfreithiol a rhaid i feddygon a gweithwyr proffesiynol eraill ym maes iechyd gydymffurfio ag ef, ar yr amod ei fod yn bodloni amodau penodol.

Mae modd i bobl wneud penderfyniadau ymlaen llaw. Gelwir y rhain hefyd yn 'ewyllysiau byw'. Mae'r Ddeddf, fodd bynnag, yn cyflwyno nifer o reolau y mae'n rhaid ichi eu dilyn wrth wneud penderfyniad ymlaen llaw er mwyn iddynt fod yn ddilys ac yn berthnasol. Os oes gennych benderfyniad ymlaen llaw yn barod dylech wneud ymholiadau er mwyn sicrhau ei fod yn cydymffurfio â'r rheolau hyn rhag ofn na fydd yn weithredol.

Ar yr adeg y byddwch yn gwneud penderfyniad ymlaen llaw, rhaid ichi fod yn 18 oed neu'n hŷn ac yn meddu ar y gallu meddyliol i wneud penderfyniad o'r fath. Dylai nodi'n glir pa driniaethau rydych yn eu gwrthod (er nad oes rhaid ichi ddefnyddio termau meddygol manwl) a dylech egluro at ba amgylchiadau y mae'r gwrthodiad yn cyfeirio. Bydd ar feddyg angen yr wybodaeth hon er mwyn penderfynu a yw penderfyniad ymlaen llaw yn ddilys ac yn berthnasol i driniaeth benodol.

Os ydych yn gwrthod triniaeth oherwydd barn grefyddol neu athronyddol benodol yna byddai o gymorth pe baech yn egluro hyn yn eich penderfyniad ymlaen llaw.

Ni allwch wneud penderfyniad ymlaen llaw i ofyn am driniaeth benodol – y cyfan y gallwch ei wneud yw dweud pa fathau o driniaethau y byddech yn eu gwrthod.

Nid oes angen i benderfyniad ymlaen llaw fod yn un ysgrifenedig ac eithrio ar gyfer penderfyniadau sy'n ymwneud â thriniaeth cynnal bywyd (gweler isod), ond mae'n fanteisiol os yw'n ysgrifenedig. Gallwch gael rhywun i'w ysgrifennu ichi os yw'n well gennych wneud hynny. Mae'n syniad da ichi siarad â meddyg, nyrs neu grwp cefnogi cleifion cyn gwneud penderfyniad ymlaen llaw, ond chi sydd i benderfynu hynny.

Os byddwch yn penderfynu gwneud penderfyniad ymlaen llaw, dylech ei gadw'n gyfredol oherwydd gallai'ch barn a'ch dymuniadau newid dros gyfnod o amser. Gallai gweithwyr proffesiynol ym maes iechyd benderfynu nad yw penderfyniad a wnaethpwyd ymlaen llaw yn ddilys mewn amgylchiadau lle rydych, ers ei wneud, wedi gwneud rhywbeth sy'n amlwg yn anghyson â'r penderfyniad ymlaen llaw, neu os ydych wedi gwneud Atwrneiaeth Arhosol ag awdurdod i gydsynio, neu i wrthod y driniaeth arfaethedig.

Gwneud penderfyniadau ymlaen llaw ynglyn â thriniaeth cynnal bywyd

Mae rhai pobl yn dewis gwneud penderfyniad ymlaen llaw gan wybod y gallai olygu y bydd yn byrhau eu hoes.

Mae 'triniaeth cynnal bywyd' yn golygu unrhyw driniaeth sydd ei hangen er mwyn eich cadw'n fyw ac y gallech farw pe na baech yn ei chael. Mae rhai rheolau penodol i'w dilyn os ydych eisiau gwneud penderfyniad ymlaen llaw i wrthod triniaeth cynnal bywyd.

Rhaid i'r math hwn o benderfyniad ymlaen llaw:

- fod yn ysgrifenedig; a
- chynnwys datganiad penodol sy'n nodi y bydd y penderfyniad rydych wedi ei wneud ymlaen llaw yn berthnasol hyd yn oed os yw'ch bywyd mewn perygl.

Rhaid i'r penderfyniad fod wedi:

- ei arwyddo gennych chi (neu gan rywun arall rydych yn ei benodi, yn eich gŵydd chi, os ydych yn methu arwyddo);

- ei arwyddo gerbron tyst; a hefyd
- ei arwyddo gan y tyst ger eich bron chi.

Os nad ydych yn dilyn y rheolau hyn yna mae'n bosib na fydd eich penderfyniad ymlaen llaw i wrthod triniaeth yn berthnasol i driniaeth cynnal bywyd.

Enghraifft:

Mae Anthony wedi clywed yn ddiweddar fod y Clefyd Niwronau Motor arno ac mae eisiau cynllunio ar gyfer y dyfodol. Mae ganddo farn gref iawn ynglyn â thriniaethau y byddai ac na fyddai am eu cael pan fydd yn ddifrifol wael a phan fydd ei ddyddiau'n dirwyn i ben. Mae wedi penderfynu nad yw'n dymuno cael ei fwydo neu dderbyn hylifau drwy diwb i'w gadw'n fyw pan fo ar fin marw. Yr hyn sy'n poeni Anthony yw os na fydd ef yn gallu gwneud penderfyniad yn y dyfodol, y bydd y meddygon yn gwneud y penderfyniad ar ei ran.

Mae Anthony'n ysgrifennu penderfyniad ymlaen llaw yn nodi yn y dyfodol pan fo ar fin marw nad yw'n dymuno derbyn maeth neu hylif artiffisial (bwyd a hylif drwy diwb). Mae'r penderfyniad ymlaen llaw'n cynnwys datganiad ysgrifenedig yn cadarnhau nad yw Anthony'n dymuno derbyn maeth neu hylif artiffisial hyd yn oed os yw ei fywyd mewn perygl. Mae Anthony'n arwyddo'r penderfyniad ymlaen llaw ac mae ffrind agos iddo'n tystio i'w lofnod. Mae'r ffrind wedyn yn arwyddo'r penderfyniad ymlaen llaw gerbron Anthony.

Rhaid cydymffurfio â'r penderfyniad ymlaen llaw hwn os a phan ddaw'n berthnasol.

Beth os oes gennyf benderfyniad ymlaen llaw (neu 'ewyllys byw') yn barod?

Os gwnaethoch benderfyniad ymlaen llaw (a elwir weithiau'n 'ewyllys byw') cyn i'r Ddeddf ddod i rym, efallai y bydd yn dal yn ddilys. Ond dylech sicrhau ei fod yn bodloni'r rheolau newydd, yn arbennig os yw'n delio â thriniaeth cynnal bywyd. Mae arweiniad mwy manwl ar hyn ar gael yn www.dh.gov.uk/consent.

Ydy hyn yn newid y gyfraith ar ewthanasia neu hunanladdiad a gynorthwyir?

Na fydd. Gallwch ddefnyddio penderfyniad ymlaen llaw i wrthod triniaeth cynnal bywyd. Fodd bynnag, ni allwch ddefnyddio'r penderfyniad ymlaen llaw i ofyn i rywun ddod â'ch bywyd i ben. Mae'r Ddeddf yn nodi'n glir na fydd yn newid y gyfraith sy'n ymwneud â hunanladdiad a gynorthwyir, ac nad yw'n newid y gyfraith sy'n ymwneud â llofruddiaeth neu ddynladdiad.

Penderfyniadau ymlaen llaw a Deddf Iechyd Meddwl 1983

Nid yw penderfyniadau ymlaen llaw yn caniatáu i bobl wrthod cael eu cadw mewn ysbyty neu eu trin heb ganiatâd dan y Ddeddf Iechyd Meddwl. Y rheswm am hyn yw na all pobl sydd â'r gallu i gydsynio wrthod cael eu cadw mewn ysbyty neu dderbyn triniaeth o'r fath.

Enghraifft:

Mae John yn 29 oed ac wedi bod yn cael problemau iechyd meddwl am y rhan fwyaf o'i fywyd fel oedolyn. Mae weithiau'n clywed lleisiau sy'n dweud wrtho am anafu ei hun ac ar dri achlysur bellach, mae wedi cael ei anfon i'r ysbyty dan adran 3 o Ddeddf Iechyd Meddwl 1983.

Mae John wedi cael ei drin â chwistrelliadau o feddyginiaeth gwrthseicotig pa bryd bynnag y mae wedi cael ei anfon i'r ysbyty. Nid yw John yn hoffi cael y chwistrelliadau hyn gan eu bod yn gwneud iddo deimlo'n sâl yn gorfforol ac mae wedi dod i'r casgliad bod y sgîl effeithiau'n gwneud mwy o ddrwg nag o les iddo.

Mae'n ysgrifennu penderfyniad ymlaen llaw yn nodi nad yw'n dymuno cael ei drin â'r chwistrelliadau hyn yn y dyfodol. Mae'n arwyddo hwn gerbron ffrind agos sydd wedyn yn ei arwyddo gerbron John. Mae wedyn yn trefnu bod copi o'r penderfyniad ymlaen llaw yn cael ei roi yn ei gofnodion iechyd sy'n cael eu cadw gan yr ysbyty a'r tîm iechyd meddwl cymunedol lleol.

Ychydig fisoedd yn ddiweddarach, mae John yn cael ei boeni'n enbyd gan y lleisiau yn ei ben ac yn cael ei dderbyn i'r ysbyty dan adran 3 o'r Ddeddf Iechyd Meddwl. Mae'r seiciatrydd sy'n trin John eisiau rhoi chwistrelliad ond mae John mewn cyflwr mor ddrwg fel nad yw'r gallu ganddo i gydsynio i dderbyn y chwistrelliad. Gwêl y seiciatrydd fod John

wedi gwneud penderfyniad ymlaen llaw ond, ar ôl ystyried y sefyllfa'n ofalus, mae'n penderfynu ei bod yn well i John gael y chwistrelliad yn hytrach na chlywed y lleisiau'n dweud wrtho am anafu ei hun. Mae'r seiciatrydd hefyd yn rhoi meddyginiaeth arall i John i'w helpu i ddygymod â sgîl effeithiau'r chwistrelliad.

Mae'r penderfyniad ymlaen llaw wedi ei wneud yn gywir ond gan fod John wedi ei dderbyn i'r ysbyty dan y Ddeddf Iechyd Meddwl gellir rhoi triniaeth iddo ar gyfer ei broblem iechyd meddwl heb iddo gydsynio.

Cofnodi'ch dymuniadau a'ch teimladau ynglyn â thriniaeth a gofal

Gallwch hefyd ysgrifennu neu ddweud wrth bobl beth yw'ch dymuniadau neu'r hyn y byddech yn ei ffafrio o ran y driniaeth neu'r gofal y gallech ei derbyn yn y dyfodol. Rhaid ystyried y rhain wrth benderfynu beth sydd er pennaf les ichi. Gall datganiadau o'r fath alw am fathau penodol o driniaethau, y mae'n ofynnol eu hystyried yn ofalus, yn enwedig os ydynt wedi eu hysgrifennu, ond ni fyddant bob amser yn pennu'r penderfyniad y bydd y person yn ei wneud ar eich rhan gan mai'r mater allweddol fydd eich pennaf les chi (gweler rhan 4 o'r llyfryn hwn).

Gall y datganiadau hyn fod ynglyn ag unrhyw beth, gan gynnwys dewisiadau personol y byddech yn eu ffafrio, fel cael cawod yn hytrach na bath, neu gysgu gyda golau. Fodd bynnag, ni allwch ddefnyddio datganiad o'r fath ynglyn â dymuniad i ofyn i rywun derfynu'ch bywyd.

Enghraifft:

Mae Khalid yn llysieuwr ac mae ganddo gyflwr dirywiol. Mae eisiau gwneud yn siwr os bydd yn colli gallu meddyliol ac os bydd arno angen pobl i'w helpu â thasgau bob dydd eu bod yn cydnabod ei gredoau personol. O ganlyniad, mae'n ysgrifennu datganiad yn egluro mai dim ond bwyd llysieuol y mae am ei gael. Mae Khalid yn trefnu bod y datganiad yn cael ei gadw gyda'i gofnodion iechyd er mwyn sicrhau, os bydd yn methu â gwneud a mynegi ei benderfyniadau ei hun yn y dyfodol, y bydd yn cael bwyd sy'n unol â'i ddymuniadau.

6. Pa gymorth arall sydd ar gael?

Cymorth gan deulu a ffrindiau

Efallai y byddai'n werth ichi siarad â gwahanol bobl cyn ichi fynd ati i wneud Atwrneiaeth Arhosol neu benderfyniad ymlaen llaw. Gallech siarad â meddyg teulu neu weithiwr proffesiynol arall ym maes iechyd, twrnai, teulu a ffrindiau. Mae nifer o sefydliadau'n cynnig cyngor a chefnogaeth mewn perthynas â'r Ddeddf Gallu Meddyliol (gweler rhan 12).

Cymorth gan eiriolydd

Mae eiriolaeth hefyd yn ffynhonnell ddefnyddiol ar gyfer cymorth os nad ydych yn meddu ar y gallu i wneud penderfyniad ar hyn o bryd neu os ydych yn poeni y gallech golli'r gallu yn y dyfodol. Mae eiriolydd yn berson annibynnol sy'n helpu i wneud yn siwr bod eich dymuniadau'n cael eu mynegi a bod eich llais yn cael ei glywed.

Mae gan eiriolwyr brofiad o weithio gyda phobl nad ydynt wedi cael eu cynnwys yn llawn ac yn briodol mewn penderfyniadau sy'n effeithio ar eu bywydau. Rhestrir rhai sefydliadau sy'n darparu eiriolaeth yn rhan 12.

Cymorth os nad oes gennych deulu neu ffrindiau

Fel arfer bydd pobl sydd ag anallu yn cael cymorth gan rwydwaith eang yn cynnwys aelodau o'r teulu neu ffrindiau sydd â diddordeb yn eu lles, neu Ddirprwy (gweler rhan 10) neu Atwrnai a benodwyd dan Atwrneiaeth Arhosol (gweler rhan 5).

Fodd bynnag, mae'n bosib y bydd rhai pobl sydd ag anallu heb unrhyw un (ar wahân i staff cyflogedig) i'w cynorthwyo â phenderfyniadau mawr a fydd yn newid eu bywydau. Mae'r Ddeddf Gallu Meddyliol yn creu gwasanaeth eiriolaeth newydd o'r enw gwasanaeth Eiriolaeth Gallu Meddyliol Annibynnol (EGMA). Mae EGMA yn fath penodol o eiriolwr a fydd yn cymryd rhan dim ond os nad oes gennych unrhyw un priodol y gellir ymgynghori ag ef neu hi.

Dim ond mewn sefyllfaoedd penodol y bydd EGMA yn cymryd rhan:

- lle bo'r penderfyniad yn ymwneud â thriniaeth feddygol ddifrifol a ddarperir gan y GIG;
- lle bwriedir symud rhywun i ofal tymor hir am fwy nag 28 diwrnod mewn ysbyty neu 8 wythnos mewn cartref gofal.;
- lle bwriedir symud rhywun am dymor hir (8 wythnos neu ragor) i leoliad gwahanol, fel ysbyty, cartref gofal neu gartref nyrsio

Yn Lloegr mae Awdurdodau Lleol a'r GIG, ac yng Nghymru yr Awdurdodau Lleol a'r Byrddau Iechyd Lleol, yn, ymestyn y gwasanaeth EGMA i sefyllfaoedd penodol os ydynt yn fodlon y byddai EGMA yn darparu budd penodol. Sef:

  - adolygiadau gofal am lety neu newid i lety; ac
  - achosion amddiffyn oedolion (hyd yn oed os oes gan yr unigolyn sydd ag anallu deulu a/neu ffrindiau)
- Yng Nghymru, yn ddiweddarach yn 2007 bydd Cynulliad Cenedlaethol Cymru yn cyhoeddi os bydd byrddau iechyd lleol ac awdurdodau lleol yn gallu ymestyn y gwasanaeth EGMA i'r mathau hyn o sefyllfaoedd.

Mae Gwasanaeth yr Eiriolydd Gallu Meddyliol Annibynnol yn helpu i gefnogi a gwarchod hawliau pobl hawdd iawn eu niweidio sydd ag anallu. Rôl Eiriolydd Gallu Meddyliol Annibynnol yw eich cefnogi a'ch cynrychioli drwy:

- gael gafael ar wybodaeth berthnasol a'i gwerthuso – gall Eiriolydd Gallu Meddyliol Annibynnol siarad gyda chi yn breifat, edrych ar gopïau o gofnodion iechyd a gofal cymdeithasol, fel cofnodion clinigol, cynlluniau gofal neu ddogfennau asesiadau gofal cymdeithasol, a gwneud copïau ohonynt;
- trafod y penderfyniad arfaethedig gyda gweithwyr proffesiynol a phobl eraill sy'n ymwneud â gofalu amdanoch a rhoi triniaeth ichi;
- darganfod, i'r graddau y mae hynny'n bosib, beth yw eich dymuniadau a'ch teimladau – gan ystyried eich credoau a'ch gwerthoedd;
- ystyried camau gweithredu gwahanol ac awgrymu'r rhain i'r sawl sy'n penderfynu;

- gofyn am farn feddygol arall lle bo angen, os yw'r penderfyniad neu'r camau sydd i'w cymryd yn ymwneud â thriniaeth feddygol; a
- darparu adroddiad gydag argymhellion ar gyfer y sawl sy'n penderfynu.

Os cyfyd sefyllfa lle bo angen Eiriolydd Gallu Meddyliol Annibynnol, bydd y person yn y GIG, Awdurdod Lleol neu Fwrdd Iechyd Lleol sy'n gwneud y penderfyniad (meddyg neu weithiwr cymdeithasol dyweder) yn gofyn am Eiriolydd Gallu Meddyliol Annibynnol i'r sawl sydd ag anallu.

Enghraifft:

Mae gan Nikita anhawster dysgu ac nid yw'n cyfathrebu'n llafar. Mae'n byw mewn cartref preswyl sydd ar fin cau ac nid oes ganddi unrhyw deulu neu ffrindiau sy'n ymweld â hi'n rheolaidd.

Mae gweithiwr cymdeithasol Nikita'n cysylltu â gwasanaeth yr Eiriolydd Gallu Meddyliol Annibynnol ac yn gofyn am Eiriolydd i gynrychioli Nikita a gwneud yn siwr bod ei theimladau'n cael eu hystyried pan fo'r penderfyniad ynglyn â chartref newydd yn cael ei wneud.

Mae'r Eiriolydd Gallu Meddyliol Annibynnol yn treulio amser gyda Nikita yn ei chartref ac yn y gwasanaeth dydd y mae'n ei fynychu. Mae'r Eiriolydd hefyd yn siarad gyda'r staff gofal ynglyn â'r hyn y mae'n ymddangos bod Nikita'n mwynhau ei wneud. Mae Nikita'n mwynhau marchogaeth ceffylau, ond nid yw'n hoffi bod gyda mwy na dau neu dri o bobl yr un pryd. Mae Nikita'n hoffi bwyta ar ei phen ei hun a gwylio ffilmiau gyda merch arall yn y cartref.

Mae'r Eiriolydd Gallu Meddyliol Annibynnol yn defnyddio'r wybodaeth hon i gyflwyno barn Nikita ynglyn â'r math o gartref y byddai'n hoffi symud iddo.

Gallwch gael rhagor o wybodaeth ynglyn â hyn yn y Côd Ymarfer sy'n ategu'r Ddeddf a gallwch edrych ar dudalennau gwe Eiriolydd Gallu Meddyliol Annibynnol yr Adran Iechyd drwy ymweld ag www.dh.gov.uk/imca

7. Beth fydd yn digwydd os na fyddaf wedi cynllunio ar gyfer y dyfodol?

Os na fyddwch wedi gwneud cynlluniau ymlaen llaw a bod angen gwneud penderfyniad ynglyn â'ch arian, eich iechyd neu'ch ffordd o fyw pan na fyddwch yn gallu gwneud y penderfyniad yna bydd rhaid i rywun arall benderfynu beth i'w wneud.

Gwneir penderfyniadau er eich pennaf les ac eglurir hyn yn rhan 4 o'r llyfryn hwn.

- Dywed y Ddeddf Gallu Meddyliol y gall rhywun arall gyflawni gweithredoedd sy'n ymwneud â'ch gofal a'ch triniaeth ar yr amod bod y gweithredoedd hyn yn cael eu cymryd er eich pennaf les chi a'u bod yn gydnaws ag egwyddorion y Ddeddf (gweler rhan 4). Mae hyn ymwneud ag ystod eang o bethau sy'n cael eu gwneud gan ofalwyr neu weithwyr proffesiynol fel cymorth gydag ymolchi, gwisgo, bwyta neu symud o gwmpas.
- Os bydd angen gwneud rhywbeth ynghylch eich eiddo a'ch materion ariannol megis hawlio polisi yswiriant neu werthu eich cartref, yna gall rhywun wneud cais i'r Llys Gwarchod (y 'Llys') i ddelio â'r sefyllfa er eich pennaf les chi. Mae gan y llys yr awdurdod i wneud gorchmynion am unrhyw faterion sy'n ymwneud â gofal iechyd neu faterion ariannol. Ceir esboniad manylach am swyddogaeth a chylch gwaith y Llys yn rhan 10.
- Ar gyfer penderfyniadau ariannol cymhleth neu reolaidd neu lle bo angen cyfres o gamau dros gyfnod o amser, gall y Llys benodi Dirprwy i wneud penderfyniadau ar eich rhan. Unwaith eto, rhaid i'r Dirprwy weithredu er eich pennaf les chi bob amser, fel sy'n cael ei egluro yn rhan 10.

8. Herio penderfyniadau a mynegi pryder

Efallai y byddwch yn anghytuno â'r ffordd yr ydych yn cael eich trin pan fyddwch ag anallu. Er enghraifft, efallai nad ydych yn cytuno â phenderfyniadau sy'n cael eu gwneud ar eich rhan, pethau sy'n cael eu gwneud mewn perthynas â'ch gofal a'ch triniaeth, neu eich bod yn anghytuno â'r asesiad a wnaethpwyd er mwyn penderfynu a ydych yn meddu ar y gallu i wneud penderfyniad ai peidio.

Mae sawl ffordd o gael cymorth i fynegi pryder, ac argymhellir eich bod yn ceisio defnyddio dulliau anffurfiol i ddechrau, cyn cymryd unrhyw gamau cyfreithiol neu ffurfiol. Gallai dulliau anffurfiol gynnwys defnyddio eiriolydd annibynnol (gweler rhan 6) neu gyfryngwyr.

Os oes gennych gŵyn ynglyn â mater sy'n ymwneud â gofal iechyd, mae'r Gwasanaeth Cyngor a Chyswllt i Gleifion (PALS) yn Lloegr yn cynnig ffordd anffurfiol o ddatrys anghydfodau'n gyflym. Corff cynghori sy'n cynnig cefnogaeth i gleifion a theuluoedd yw PALS. Nid yw'n ymchwilio i gwynion. Yr asiantaeth gyfatebol yng Nghymru yw'r Cyngor Iechyd Cymuned lleol.

Gallwch gysylltu â PALS drwy:

- ffonio'ch ysbyty, clinig, meddygfa neu ganolfan iechyd leol a gofyn am fanylion ynglyn â'r PALS;
- ffonio Galw Iechyd Cymru ar 0845 46 47; neu
- edrych drwy'r Cyfarwyddiadur Swyddfeydd ar wefan PALS: www.pals.nhs.uk

Os ydych yn dal i fethu â chael ateb i'r gŵyn, neu os yw'n anghydfod difrifol, gallwch ddefnyddio dulliau mwy ffurfiol o fynegi pryder. Ar gyfer materion sy'n ymwneud ag iechyd yn Lloegr, mae'r Gwasanaeth Eiriolaeth Cwynion Annibynnol (ICAS) yn helpu pobl i gyflwyno cwynion sy'n ymwneud â'r GIG mewn ffordd fwy ffurfiol. Gallwch gysylltu â'ch swyddfa ICAS leol yn uniongyrchol, neu drwy reolwyr y GIG mewn ysbytai a meddygfeydd, Galw Iechyd Cymru, neu drwy PALS.

Gallwch gyfeirio cwynion sy'n ymwneud â gofal cymdeithasol drwy drefn gwynion eich Awdurdod Lleol i ddechrau.

Gallwch hefyd fynegi pryder a chael gwybodaeth gyffredinol am anghydfodau dan y Ddeddf Gallu Meddyliol drwy gysylltu â Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus (gweler rhan 10).

Yn olaf, bydd y Llys Gwarchod (gweler rhan 10) yn meddu ar yr awdurdod i wneud penderfyniadau yn ymwneud â gallu ac i ddelio gydag anghydfodau dan y Ddeddf. Mae trefniadau wedi eu gwneud ar gyfer apelio yn erbyn penderfyniad a wnaethpwyd gan y Llys Gwarchod.

9. Beth mae'r Ddeddf yn ei ddweud am ymchwil?

Mae ymchwil yn bwysig er mwyn ein galluogi i ddeall gwaeledd ac anabledd a gwella'r gofal a'r gefnogaeth a roddir i bobl. Gallai hyn gynnwys profi pa mor effeithiol yw math penodol o ofal neu driniaeth wrth gefnogi pobl sydd ag anallu, neu ganfod beth sydd wedi achosi cyflwr fel clefyd Alzheimer.

Ambell waith ni fydd y gwaith ymchwil hwn yn fuddiol oni bai ei fod yn cael pobl sydd ag anallu meddyliol i gytuno i gymryd rhan, er enghraifft wrth ymchwilio i'r hyn sy'n achosi cyflyrau fel dementia.

Mae'r Ddeddf Gallu Meddyliol yn caniatáu i waith ymchwil o'r fath gael ei wneud ond yn gosod rheolau llym er mwyn amddiffyn pobl sydd ag anallu i gydsynio i gymryd rhan mewn ymchwil a gwneud yn siwr bod eu dymuniadau cyfredol neu flaenorol yn cael eu hystyried. Mae'r rhain yn cynnwys:

- Rhaid i Bwyllgor Moeseg Ymchwil annibynnol cydnabyddedig fod wedi cytuno bod y gwaith ymchwil yn angenrheidiol ac yn ddiogel, ac na ellir ei wneud mewn ffordd arall gan ddefnyddio pobl sydd â gallu meddyliol
- Rhaid i ymchwilwyr drafod gydag aelod o'r teulu, gofalwr neu berson perthnasol arall (fel Atwrnai neu Ddirprwy) a all yr unigolyn sydd ag anallu gymryd rhan yn yr ymchwil. Os yw'r person hwnnw neu honno'n dweud na fyddai'r sawl sydd ag anallu eisiau bod yn rhan o'r ymchwil, ni ellir ei gynnwys
- Ni ddylid parhau â'r gwaith ymchwil os yw'r person yn dangos arwyddion nad yw am fod yn rhan ohono
- Rhaid i fanteision posib cymryd rhan yn yr ymchwil fod yn fwy nag unrhyw risg neu niwed bosib i'r unigolyn, neu rhaid i'r gwaith ymchwil helpu pobl eraill a hynny heb beri niwed na gofid i'r unigolyn.

Enghraifft:

Gofynnir i George gymryd rhan mewn prosiect ymchwil er mwyn astudio pa effaith y mae rhaglen ymarfer corff yn ei gael ar fywydau pobl sydd â'r clefyd Alzheimer. Yr unig ffordd y gall yr ymchwilwyr brofi hyn yw drwy gynnwys pobl sydd â'r clefyd Alzheimer yn yr ymchwil.

Mae'r panel arbenigwyr eisoes wedi cytuno y gallai'r rhai sy'n cymryd rhan elwa o'r astudiaeth, ac y bydd yr astudiaeth yn darparu gwybodaeth a fydd yn ddefnyddiol i eraill sy'n gweithio gyda phobl sydd â'r clefyd Alzheimer. Maent hefyd yn cytuno nad yw'r astudiaeth yn golygu unrhyw risg i'r rhai sy'n cymryd rhan.

Nid yw George yn gallu deall manylion yr astudiaeth felly mae'r ymchwilydd yn cysylltu â gwraig George sy'n cytuno y byddai wedi bod â diddordeb mewn cymryd rhan mewn astudiaeth o'r fath. Mae George yn gallu gwneud penderfyniadau ynglyn â pha ymarferion y mae am gymryd rhan ynddynt bob diwrnod ac mae'r ymchwilydd yn parchu'r penderfyniadau hyn.

10. Sut mae Deddf Gallu Meddlyiol yn cael ei chefnogi

Côd Ymarfer

Cefnogir y Ddeddf gan y Côd Ymarfer ('y Côd'), sy'n darparu arweiniad ynghylch sut y bydd y Ddeddf yn gweithio mewn gwirionedd. Mae gan y Côd statws cyfreithiol a rhaid i rai pobl ei 'ystyried' wrth iddynt weithredu mewn perthynas ag unigolyn nad yw'n gallu penderfynu. Mae hyn yn golygu bod yn rhaid iddynt dalu sylw i'r Côd a gallu dangos eu bod yn gyfarwydd â'r canllawiau ynddo. Os nad ydynt yn dilyn y Côd dylent allu rhoi rhesymau teilwng dros beidio â gwneud hynny. Mae'r bobl hyn yn cynnwys Twrneiod, Dirprwyon, EGMA, gweithwyr proffesiynol (fel meddygon, gweithwyr cymdeithasol a chyfreithwyr) a phobl sy'n cael eu talu am eu gwaith (fel gofalwyr cyflogedig).

Ni fydd gan ofalwyr na chânt eu talu ac aelodau o'r teulu'r un ddyletswydd ond disgwylir iddynt ddilyn yr egwyddorion cyffredinol a bydd y canllawiau yn ddefnyddiol iddynt. Cynlluniwyd y Côd i'w helpu i ddefnyddio egwyddorion y Ddeddf wrth wneud penderfyniadau beunyddiol ar ran yr unigolyn sydd ag anallu.

Llys Gwarchod

Creodd y Ddeddf Gallu Meddyliol Lys Gwarchod arbenigol newydd. Mae'r Uwch Farnwr wedi'i leoli yn Llundain a chaiff gymorth gan Farnwyr sydd wedi'u hyfforddi'n arbennig ac yn gweithio o leoliadau allweddol yng Nghymru a Lloegr. Golyga hyn y gall unrhyw wrandawiadau fod yn nes at y bobl sy'n gysylltiedig. Rhaid i'r Llys wneud penderfyniadau sydd er pennaf les y bobl na allant wneud penderfyniadau'u hunain.

Y Llys sy'n gwneud y penderfyniadau terfynol ar allu os oes ansicrwydd ynghylch a yw person yn gallu gwneud y penderfyniad dan sylw. Mae'n delio gyda phenderfyniadau am arian ac eiddo person heb allu meddyliol a hefyd rhai penderfyniadau lles ac iechyd difrifol - fel arfer lle mae anghydfod ynghylch pennaf les. Fel arfer bydd Llys yn gwrando achosion lles personol dim ond lle nad yw'r partïon wedi gallu dod i gytundeb ynghylch beth sydd er pennaf les y person drwy ffyrdd eraill (gweler rhan 8).

Mae gan y Llys bwerau i wneud gorchmynion teilwredig os teimlir bod hyn er pennaf les person. Gall hyn gynnwys gadael i rywun lofnodi cytundeb tenantiaeth ar ran person ag anableddau dysgu. Mae hefyd yn penodi Dirprwyon (gweler isod) ag awdurdod parhaus i wneud penderfyniadau ar ran person heb y gallu i wneud hynny.

Er bod llawer o wrandawiadau Llys yn digwydd mewn lleoliadau rhanbarthol allweddol, dylid cyflwyno pob cais i ddechrau i Gofrestrfa Ganolog y Llys Gwarchod yn Archway, Gogledd Llundain. Mae'r Gofrestrfa Ganolog yn delio ag unrhyw gyfarwyddiadau interim brys gofynnol ac wedyn, os bydd raid, bydd yn cyfeirio'r mater i'w glywed mewn llys rhanbarthol os yw hynny'n fwy priodol.

Mae angen i rai pobl gael caniatâd y llys i wneud cais. Mae'r rheolau ynghylch hyn i'w gweld yn y ffurflenni cais a'r canllawiau sydd ar gael drwy ffonio 0845 330 2900 neu yn www.publicguardian.gov.uk.

I gael rhagor o wybodaeth am sut i gysylltu â'r Llys Gwarchod a phwy sy'n gorfod cael caniatâd er mwyn i'r Llys weithredu, gweler y manylion cysylltu yn rhan 11.

Mae trefn ar gael ar gyfer apelio yn erbyn penderfyniad a wneir gan y Llys Gwarchod.

Dirprwyon

Os oes angen rhoi awdurdod rheolaidd i rywun ddelio gyda chyfres o faterion tymor hir, gall y Llys Gwarchod benodi Dirprwy i wneud penderfyniadau ar ran rhywun. Rhaid i'r dirprwy fod yn 18 oed neu drosodd, a gall fod (ymhlith eraill) yn berthynas, ffrind, gweithiwr proffesiynol, fel cyfrifydd neu feddyg, neu gellir penodi Cyfarwyddwr y Gwasanaethau Cymdeithasol. Os nad oes neb yn gallu bod yn Ddirprwy, neu eisiau bod yn Ddirprwy, gall y Llys benodi Dirprwy o banel a gymeradwywyd.

Mae'r llys yn teilwra pwerau'r Dirprwy yn ôl amgylchiadau'r achos. Rhaid i'r Dirprwy weithredu er pennaf les y person bob amser (gweler rhan 4).

Mae Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus (tudalen 37) yn gwneud yn siŵr fod y Dirprwyon yn gwneud eu gwaith yn iawn ac mae'r Dirprwyon yn atebol i'r Llys Gwarchod am unrhyw benderfyniadau a wnânt ar ran person sydd heb allu.

Cewch fwy o wybodaeth am ddyletswyddau Dirprwy oddi wrth Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus (gweler rhan 11).

Beth os oes gennyf Dderbynnydd yn barod?

O 1 Hydref 2007, gelwir Derbynwyr yn Ddirprwyon ar gyfer eiddo a materion ariannol. Os oes angen penodi Dirprwy lles personol, bydd angen gwneud cais ar wahân. I gael rhagor o wybodaeth ewch i: www.publicguardian.gov.uk

Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus

Swyddog cyhoeddus yw'r Gwarcheidwad Cyhoeddus a gefnogir gan Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus (SGC). Rôl Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus yw:

- cofrestru Atwrneiaethau Arhosol a Pharhaus;
- goruchwylio Dirprwyon a benodwyd gan y Llys Gwarchod (gweler uchod);
- darparu gwybodaeth i'r Llys Gwarchod; a
- rhoi gwybodaeth a chanllawiau yn ymwneud â'r Ddeddf Gallu Meddyliol i'r cyhoedd.

Bydd Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus hefyd yn helpu Atwrneiod a Dirprwyon i wneud eu gwaith. Bydd yn gweithio mewn cysylltiad agos â sefydliadau eraill sy'n cefnogi oedolion sy'n ei chael yn anodd i wneud eu penderfyniadau eu hunain a bydd hefyd yn gweithio gyda'r heddlu a'r gwasanaethau cymdeithasol er mwyn ymateb i unrhyw bryderon a fynegir ynglyn â'r ffordd y mae Atwrnai neu Ddirprwy'n gweithio. Bydd Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus yn edrych ar broblemau neu gamdriniaeth bosib a bydd yn anfon pryderon difrifol i'r Llys Gwarchod.

Mae gan yr SGC rif ffôn (gweler Rhan 12), sef y pwynt cyswllt cyntaf ar gyfer unrhyw un y mae angen cyngor neu wybodaeth arnynt am y Ddeddf Gallu Meddyliol, dod yn Ddirprwy, neu wneud Atwrneiaeth Arhosol neu gofrestru Atwrneiaeth Arhosol neu Atwrneiaeth Barhaus.

Mae'r Gwarcheidwad Cyhoeddus yn cael ei fonitro gan Fwrdd y Gwarcheidwad Cyhoeddus ac mae'n llunio Adroddiad Blynyddol am y gwaith y bu'n ei wneud.

11. Beth os ydw i am wybod mwy am y Ddeddf Gallu Meddyliol?

Os hoffech wybod mwy am y Ddeddf Gallu Meddyliol cewch ffonio 0845 330 2900 neu e-bostio customerservices@publicguardian.gsi.gov.uk

Mae ffynonellau eraill o wybodaeth ac arweiniad defnyddiol yn cynnwys:

Teitl	Ar gael o
Llyfrynnau gwybodaeth eraill fel hwn	Gallwch weld y rhain yn electronig drwy ymweld ag: www.publicguardian.gov.uk
Deddf Gallu Meddyliol 2005	Gallwch weld y Ddeddf yn rhad ac am ddim drwy ymweld ag: www.publicguardian.gov.uk Neu gallwch archebu copi caled gan TSO drwy ffonio 0870 600 5522 neu anfon e-bost at customerservices@tso.co.uk
Y Côd Ymarfer ar gyfer y Ddeddf Gallu Meddyliol	Gallwch ei lwytho oddi ar y we am ddim drwy fynd at y Ddeddf www.publicguardian.gov.uk Gallwch archebu copi caled gan y Llyfrfa drwy ffonio 0870 600 5522 neu e-bostio customerservices@tso.co.uk.
Gwybodaeth am wasanaeth yr Eiriolydd Gallu Meddyliol Annibynnol, Cynlluniau Peilot Eiriolwyr Gallu Meddyliol Annibynnol a deunydd hyfforddiant ar gyfer Eiriolwyr Gallu Meddyliol Annibynnol	www.dh.gov.uk/imca

12. Rhai cysylltiadau defnyddiol

Mae adrannau canlynol y llywodraeth yn cydweithio i roi'r Ddeddf Gallu Meddyliol ar waith

Adran	Beth ydyw / Beth mae'n ei wneud	Cysylltu
Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus (SGC)	Mae Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus yn cefnogi ac yn hyrwyddo gwneud penderfyniadau gan y rhai heb allu i wneud hynny neu a fyddai'n hoffi cynllunio ar gyfer eu dyfodol, o fewn fframwaith Deddf Gallu Meddyliol 2005	Archway Tower, 2 Junction Road, Llundain, N19 5SZ www.publicguardian.gov.uk T 0845 330 2900 E customerservices@publicguardian.gsi.gov.uk
Yr Adran Iechyd	Mae cyfrifoldebau'n cynnwys pennu polisi iechyd a gofal cymdeithasol yn Lloegr. Mae gwaith yr Adran yn gosod safonau ac yn hybu moderneiddio ar draws pob maes o'r GIG, gofal cymdeithasol ac iechyd cyhoeddus.	Wellington House, 133-155 Waterloo Road Llundain, SE1 3UG www.dh.gov.uk T 020 7210 4850
Llywodraeth Cynulliad Cymru	Mae'r Cynulliad yn datblygu polisi ac yn cymeradwyo deddfwriaeth sy'n adlewyrchu anghenion pobl Cymru.	Parc Cathays, Caerdydd, CF19 3NQ www.wales.gov.uk T 029 2082 5111

Roedd y mudiadau canlynol wedi cyfrannu at ysgrifennu'r llyfryn hwn a chynghori arno

Sefydliad	Beth ydyw / Beth mae'n ei wneud	Cysylltu
Y Gynghrair Gwneud Penderfyniadau	Mae'n cynnwys: Action on Elder Abuse, Age Concern England, Alzheimers Concern Ealing, Cymdeithas Alzheimer, Sefydliad Beth Johnson, Carers UK, y Ganolfan Bolisi ar Heneiddio, Cloverleaf Advocacy, y Fforwm Defnyddwyr, Different Strokes, Cymdeithas Syndrom Down, y Sefydliad i Bobl sydd ag Anableddau Dysgu, Headway, Help the Aged, Clwb Gateway Horsham, y Gwasanaeth Eiriolaeth Annibynnol, Ymddiriedolaeth Awtistiaeth Caint, Leonard Cheshire, Mencap, Sefydliad Iechyd Meddwl, Mind, Cymdeithas Clefyd Niwronau Motor, y Gymdeithas Awtistiaeth Genedlaethol, Grwp Defnyddwyr Gogledd Swydd Stafford, Ymddiriedolaeth Oaklea, Patient Concern, Powerhouse, Cymdeithas Perthnasau a Phreswylwyr, Respond, Rethink, Cymdeithas Syndrom Rett, St Clements Patient Council, Scope, Sense, Skills for People, y Gymdeithas Strôc, Turning Point, United Response, WITNESS www.makingdecisions.org.uk	
Action for Advocacy	Asiantaeth adnoddau a chefnogaeth i'r sector eiriolaeth, gwybodaeth, hyfforddiant a chyngor	PO Box 31856, Lorrimore Square, Llundain, SE17 3XR www.actionforadvocacy.org
Age Concern	Mudiad mwyaf y DU sy'n gweithio i hyrwyddo lles pob unigolyn hŷn. Mae'n darparu gwasanaethau, gwybodaeth a chefnogaeth hanfodol i filoedd o bobl hŷn – o bob oed a chefndir	Astral House, 1268 London Road Llundain, SW16 4ER www.ageconcern.org.uk www.accymru.org.uk Llinell wybodaeth: 0800 00 99 66

Sefydliad	Beth ydyw / Beth mae'n ei wneud	Cysylltu
Cymdeithas Alzheimer	Prif elusen gofal ac ymchwil y DU ar gyfer pobl â dementia, eu teuluoedd a'u gofalwyr	Gordon House , 10 Greencoat Place Llundain, SW1P 1PH www.alzheimers.org.uk Llinell gymorth: 0845 300 0336
Cymdeithas Feddygol Prydain (BMA)	Mae'r BMA yn cynrychioli meddygon o bob cangen o feddygaeth ym mhob cwr o'r DU	MA House, Tavistock Square, Llundain WC1H 9JP www.bma.org.uk T 020 7387 4499 F 020 7383 6400
Carers UK	Yn gofalu am deuluoedd, partneriaid neu ffrindiau sydd angen cymorth oherwydd eu bod yn wael, yn fregus neu ag anabledd	20/25 Glasshouse Yard, Llundain, EC1A 4JT www.carersuk.org T 020 7566 7637 F 0207490 8824
Cymdeithas Syndrom Down	Mae'n darparu gwybodaeth a chefnogaeth ar gyfer pobl sydd â syndrom Down, eu teuluoedd a'u gofalwyr, yn ogystal â bod yn adnodd ar gyfer gweithwyr proffesiynol yn y maes	Langdon Down Centre, 2a Langdon Park Teddington, Middlesex, TW11 9PS www.dsa-uk.com T 0845 230 0372 F 0845 230 0373
Sefydliad i Bobl sydd ag Anableddau Dysgu	Mae'n gweithio gyda phobl ag anableddau dysgu, eu teuluoedd a'r rheini sy'n eu cefnogi i wella ansawdd eu bywyd a hyrwyddo hawliau, ansawdd bywyd a chyfleoedd pobl ag anableddau dysgu a'u teuluoedd	Sea Containers House, 20 Upper Ground Llundain, SE1 9QB www.learningdisabilities.org.uk T 020 7803 1100

Sefydliad	Beth ydyw / Beth mae'n ei wneud	Cysylltu
Headway – y gymdeithas anafiadau i'r ymennydd	Mae'n hybu dealltwriaeth o bob agwedd ar anafiadau i'r ymennydd; ac yn cynnig gwybodaeth, cefnogaeth a gwasanaethau i bobl sydd wedi dioddef anafiadau i'r ymennydd ac i'w teuluoedd a'u gofalwyr	4 King Edward Court Service , King Edward Street, Nottingham, NG1 1EW www.headway.org.uk T 0115 9240800 Llinell gymorth: 0808 800 2244
MENCAP	Elusen sy'n gweithio gyda phobl sydd ag anableddau dysgu, eu teuluoedd a'u gofalwyr	123 Golden Lane, Llundain, EC1Y ORT www.mencap.org.uk T 020 7454 0454
Y Sefydliad Iechyd Meddwl	Un o elusennau mwyaf blaenllaw'r DU sy'n darparu gwybodaeth, yn gwneud gwaith ymchwil, yn ymgyrchu ac yn gweithio er mwyn gwella gwasanaethau i unrhyw un y mae problemau iechyd meddwl yn effeithio arno, beth bynnag ei oed a lle bynnag y mae'n byw	Mental Health Foundation, Sea Containers House (yr un cyfeiriad â'r Sefydliad i Bobl sydd ag Anableddau Dysgu) www.mentalhealth.org.uk T 020 7803 1100
MIND	Y brif elusen iechyd meddwl, sy'n gweithio er mwyn cael bywyd gwell i bawb sydd â phrofiad o loes meddwl. Mae'n darparu gwybodaeth a chefnogaeth	15-19 Broadway, Stratford, Llundain E15 4BQ www.mind.org.uk Llinell wybodaeth: 0845 766 0163
Cymdeithas Genedlaethol Awtistiaeth	Cymdeithas sy'n hyrwyddo hawliau a buddiannau pawb sydd ag awtistiaeth ac yn sicrhau eu bod hwy a'u teuluoedd yn derbyn gwasanaethau o safon uchel sy'n briodol i'w hanghenion	393 City Road, Llundain, EC1V 1NG www.autism.org.uk T 0845 070 4004 (llinell gymorth awtistiaeth)

Sefydliad	Beth ydyw / Beth mae'n ei wneud	Cysylltu
Y Rhwydwaith Cenedlaethol ar gyfer Teuluoedd sy'n Gofalu	Rhwydwaith sy'n darparu ffocws ar gyfer materion sy'n effeithio ar deuluoedd sy'n cynnwys oedolyn sydd ag anabledd dysgu	Merchants House, Wapping Road Bryste, BS1 4RW www.familycarers.org.uk T 0117 930 2600
Gwasanaeth Cenedlaethol Cefnogi Gofalwyr Teulu	Rhwydwaith sy'n darparu cefnogaeth a gwybodaeth i ofalwyr teulu	Merchants House, Wapping Road Bryste, BS1 4RW http://www.hft.org.uk/page15a.html T 0117 930 2608
Patient Concern	Mudiad sydd wedi ymrwymo i hyrwyddo dewis ac ymrymuster ar gyfer pawb sy'n defnyddio'r gwasanaeth iechyd. Mae'n darparu gwybodaeth i ddefnyddwyr gwasanaeth	PO Box 23732, Llundain SW5 9FY patientconcern@hotmail.com www.patientconcern.org.uk
Cymdeithas Perthnasau a Phreswylwyr	Mudiad ar gyfer pobl hŷn y mae angen gofal preswyl arnynt neu sy'n byw mewn gofal preswyl a'r teuluoedd a'r ffrindiau a adewir ar ôl. Mae'n cynnig cefnogaeth a gwybodaeth drwy linell gymorth	24 The Ivories, 6-18 Northampton Street Llundain, N1 2HY www.relres.org Llinell Gymorth: 020 7359 8136
RESCARE	Y gymdeithas genedlaethol ar gyfer plant ac oedolion sydd ag anableddau dysgu a'u teuluoedd	Steven Jackson House, 31 Buxton Road Heaviley, Stockport SK2 6LS www.rescare.org.uk T 0161 474 7323

Sefydliad	Beth ydyw / Beth mae'n ei wneud	Cysylltu
RESPOND	Mae'n darparu amrywiaeth o wasanaethau ar gyfer y rheini sydd ag anableddau dysgu a'r rheini y mae trawma arall wedi effeithio arnynt ac sydd wedi cael eu cam-drin yn rhywiol neu sydd wedi cam-drin eraill yn rhywiol. Mae eu gwasanaethau'n ymestyn i gefnogaeth a hyfforddiant ar gyfer teuluoedd, gofalwyr a gweithwyr proffesiynol.	3rd Floor, 24-32 Stephenson Way Llundain, NW1 2HD T 020 7383 0700 F 020 7387 1222 www.respond.org.uk Llinell gymorth: 0808 808 0700
Scope	Sefydliad anabledd yng Nghymru a Lloegr, sy'n canolbwyntio ar bobl sydd â pharlys yr ymennydd	6 Market Road, Llundain, N7 9PW www.scope.org.uk T 020 7619 7100
Sense	Elusen sy'n darparu gwybodaeth, cyngor a gwasanaethau arbenigol i bobl ddall a byddar, eu teuluoedd, gofalwyr a'r gweithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda hwy. Mae'r elusen yn cael ei hariannu i ddatblygu deunydd hyfforddiant sy'n rhoi sylw i faterion eiriolaeth ar gyfer pobl ddall a byddar	11-13 Clifton Terrace, Finsbury Park Llundain N4 3SR www.sense.org.uk T 0845 127 0060 F 0845 127 0061 Testun 0845 127 0062

Sefydliad	Beth ydyw / Beth mae'n ei wneud	Cysylltu
Turning Point	Turning Point yw prif sefydliad gofal cymdeithasol y DU. Mae'n darparu gwasanaethau i bobl sydd ag anghenion cymhleth, gan gynnwys y rhai hynny sy'n cael eu heffeithio gan gamddefnyddio cyffuriau ac alcohol, a phroblemau iechyd meddwl a phobl sydd ag anabledd dysgu	New Loom House, 101 Backchurch Lane Llundain E1 1LU www.turning-point.co.uk T 020 7702 2300
United Response	Sefydliad cenedlaethol sy'n creu cyfleoedd a gwasanaethau gyda phobl sydd ag anawsterau dysgu a phobl sydd â phroblemau iechyd meddwl	113 – 123 Upper Richmond Road, Putney Llundain SW15 2TL www.unitedresponse.org.uk T 020 8246 5200 F 020 8780 9538 Minicom: 020 8785 1706

Mae'r llyfrynnau eraill sydd yn y gyfres hon yn cynnwys:

OPG602 Gwneud penderfyniadau. Arweiniad i deuluoedd, ffrindiau a gofalwyr di-dâl eraill

OPG603 Gwneud penderfyniadau. Arweiniad i bobl sy'n gweithio ym maes iechyd a gofal cymdeithasol

OPG604 Gwneud penderfyniadau. Arweiniad i weithwyr cynghori

OPG605 Gwneud penderfyniadau. Canllaw Hawdd i'w Ddarllen

OPG606 Gwneud penderfyniadau. Gwasanaeth Eiriolaeth Gallu Meddyliol Annibynnol (EGMA)

Mae'r llyfrynnau i'w cael oddi ar y we hefyd:
www.publicguardian.gov.uk

Mae'r llyfrynnau Gwneud Penderfyniadau ar gael yn Gymraeg, Saesneg a Braille. Mae llyfryn hawdd ei ddarllen ar gael hefyd a fersiwn sain. Cysylltwch â Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus i gael rhagor o wybodaeth.

Y Rhaglen Weithredu Gallu Meddyliol gyhoeddodd y llyfryn hwn. Fe'i ysgrifennwyd gan Turning Point, Scope a Mind sy'n aelodau o'r Gynghrair Gwneud Penderfyniadau.

OPG601 Gwneud penderfyniadau...ynglyn â'ch iechyd, eich lles neu'ch arian. Pwy fydd yn penderfynu pan fyddwch chi'n methu (10.07)

© Hawlfraint y Goron 2007 (3ydd argraffiad)