Cyngor Nyrsio a Bydwreigiaeth

Addasiadau rhesymol

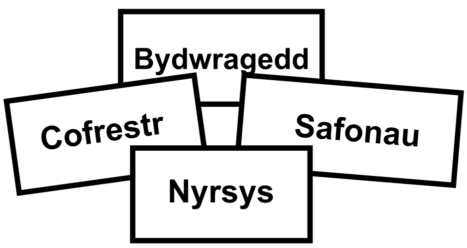
Cyngor Nyrsio a Bydwreigiaeth

Ni yw'r Cyngor Nyrsio a Bydwreigiaeth (NMC).

Byddwn yn sicrhau bod **nyrsys, bydwragedd** a **chymdeithion nyrsio** yn ddiogel a charedig, a bod ganddynt y sgiliau a'r wybodaeth sydd eu hangen i wneud eu gwaith yn dda.

Fel hyn bydd pobl yn fwy diogel, iachach ac yn ymddiried yn ein gwasanaethau.

Mae'r ddogfen hon yn trafod sut y byddwn yn helpu pobl anabl i ddefnyddio'n gwasanaethau.



Mae rhai geiriau mewn testun **trwm**. Mae rhestr o'u hystyron ar ddiwedd yr adroddiad hwn.

Beth yw addasiadau rhesymol?

Mae'r Cyngor Nyrsio a Bydwreigiaeth eisiau sicrhau bod gan bawb gyfle cyfartal i ddefnyddio'n gwasanaethau.

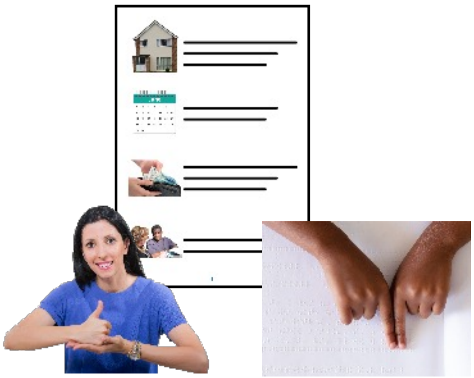
Rydym eisiau i bobl ei chael yn hawdd siarad gyda ni.

Weithiau gall ein gwasanaethau fod yn anodd i bobl eu defnyddio os ydynt:

- yn anabl

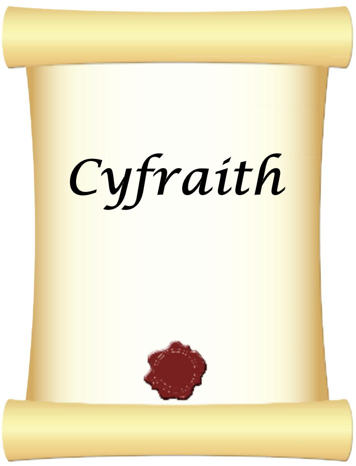
- gyda phroblem iechyd

- gyda chlefyd iechyd meddwl.



Felly fe wnawn **addasiadau rhesymol** os oes eu hangen arnoch.

Gwneud **addasiad rhesymol** yw newid y ffordd y byddwn yn gwneud pethau er mwyn sicrhau bod pawb yn medru defnyddio'n gwasanaethau.



Mae'r gyfraith yn dweud bod yn rhaid i sefydliadau ystyried newid y ffordd maent yn gwneud pethau ar gyfer pobl anabl fel bod yr un cyfleoedd ar gael iddynt.

Byddwn hefyd yn ystyried gwneud addasiadau rhesymol i bobl nad ydynt yn anabl ond sy'n wynebu **rhwystrau** wrth ddefnyddio'n gwasanaethau.

Beth yw anabledd?

Anabledd yw rhywbeth sy'n ei gwneud yn fwy anodd i rywun gyflawni gweithgareddau bob-dydd.

Weithiau medrwch weld anabledd, a weithiau fedrwch chi ddim.

Mae llawer o wahanol anableddau:

- mae rhai anableddau yn newid sut mae pobl yn dysgu

- mae rhai yn anableddau corfforol, sy'n golygu eu bod yn effeithio ar eich corff.

- mae rhai yn anableddau meddwl, sy’n golygu eu bod yn effeithio ar eich ymennydd.

Mae clefydau meddwl fel gorbryder, iselder ysbryd, anhwylder daubegwn a phyliau o banig yn effeithio ar sut mae rhywun yn teimlo a meddwl.

Sut y byddwn yn deall anabledd

Byddwn yn defnyddio’r model cymdeithasol o anabledd er mwyn deall pryd mae angen i ni wneud unrhyw newidiadau i’n gwasanaethau.

Dywed y model cymdeithasol fod pobl yn cael eu hanablu gan y ffordd y mae cymdeithas neu wasanaethau yn gweithio.

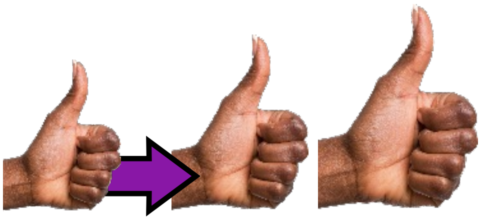
Byddwn yn ceisio gwneud yr addasiadau rhesymol cywir fel bod pobl yn ei chael hi’n haws i ddefnyddio’n gwasanaethau.

Ni wnawn farnu neb oherwydd ei anabledd na chyflwr ei iechyd.

Deallwn y gall addasiadau rhesymol newid wrth i anableddau rhywun newid.

Sut y medrwn ddarparu addasiadau rhesymol

Swyddogaeth ein sefydliad yw cadw pobl yn ddiogel pan ydynt yn defnyddio gwasanaethau nyrsio a bydwreigiaeth.



Byddwn wastad yn ceisio gwella'n gwasanaethau os nad ydynt yn hawdd i bobl eu defnyddio.

Ond nid oes rhaid i ni wneud ond newidiadau sy'n deg i ni eu gwneud.

Os gofynnwch i ni wneud rhywbeth nad ydym yn siwr amdano, mae angen i ni feddwl am:

- os fedrwn ei wneud

- os bydd yn helpu

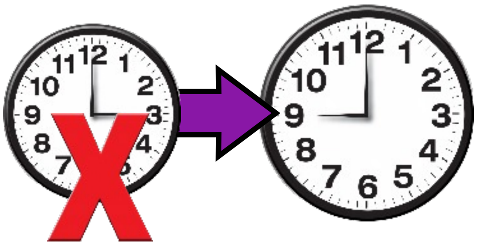
- pa mor hir y cymerith

- faint fydd yn ei gostio i ni

- os fydd gwneud y newid yn peryglu pobl eraill.

Dyma enghreiffiau o addasiadau rhesymol:

- gallwn roi cadair arbennig i rywun i'w helpu gyda phroblem clun neu gefn



- efallai y byddwn yn newid amser cyfarfod er mwyn helpu rhywun gyda gorbrydedd

- os yw'n hadeiladau'n anodd i bobl ddod i mewn iddynt, gallwn ychwanegu ramp.

Fe’i gwnawn yn hawdd i bobl i ofyn am addasiadau

Er mwyn ein helpu i wneud y newidiadau iawn, rydym eisiau i bobl ofyn i ni am gymorth.

Byddwn hefyd yn gofyn i bobl a oes angen addasiadau arnynt.

Fel rheol, fydd dim angen llythyr gan eich meddyg arnom.

Wnawn ni ddim dweud wrth eraill am eich anabledd os nad oes angen gwneud hynny arnom ni.

Byddwn yn dweud wrthych sut y byddwn yn defnyddio’r nodiadau a gymerwn.

Byddwn yn ceisio gwneud yr addasiad rhesymol cyn gynted ag y medrwn.

Cwestiynau

Os oes cwestiwn gennych neu os hoffech gymorth i ddefnyddio'n gwasanaethau, gallwch ein galw ar **020 7681 5830**.

Byddwn yn edrych dros y ddogfen hon ym mis Awst 2025, ond gallwch ei thrafod gyda ni unrhyw bryd.

Ebost: **equality@nmc-uk.org**

Ystyron y geiriau

Addasiad rhesymol
Gwneud **addasiad rhesymol** yw newid y ffordd y byddwn yn gwneud pethau er mwyn sicrhau bod pawb yn medru defnyddio'n gwasanaethau.

Anabledd
Anabledd yw rhywbeth sy'n ei gwneud yn fwy anodd i rywun gyflawni gweithgareddau bob-dydd.

Bydwragedd
Pobl wedi eu hyfforddi i roi cefnogaeth, gofal a chyngor i ferched yn ystod beichiogrwydd, esgor ac wedi geni'r baban.

Cymdeithion nyrsio
Swyddogaeth yn Lloegr yw hon. Mae cymdeithion nyrsio wedi eu hyfforddi i weithio gyda nyrsys er mwyn cefnogi a gofalu am gleifion.

Nyrsys
Pobl wedi eu hyfforddi i ddarparu gofal diogel a charedig er mwyn helpu pobl gyda phroblemau iechyd ac i helpu pobl i gadw'n iach.

Rhwystrau
Pethau a all rwystro pobl rhag gwneud petha

Cydnabyddiaeth

Cynlluniwyd a chynhyrchwyd y papur hwn gan wasanaeth EasyRead yn Inspired Services Publishing Ltd. Cyf ISL221 23. Rhagfyr 2023.

www.inspiredservices.org.uk

Speaking Up Together - Creu gwybodaeth EasyRead.

Y mae ffotograffau dewisedig yn dod o gasgliad Inspired.Pics EasyRead ac ni cheir eu defnyddio yn unman arall heb ganiatâd ysgrifenedig gan Inspired Services Publishing Ltd.

www.inspired.pics

nmc
Cyngor Nyrsio a Bydwreigiaeth

Rheolydd nyrsio a bydwreigiaeth ar gyfer Lloegr, Cymru, Yr Alban a Gogledd Iwerddon. Elusen gofrestredig yn Lloegr a Chymru (1091434) ac yn yr Alban (SC038362).

23 Portland Place, London W1B 1PZ
T 020 7637 7181
www.nmc.org.uk