

Y cymorth y gallwn ei gynnig What we can help with



Siopa a chasglu presripsiynau
Shopping and collecting prescriptions



Eich sefyllfa dai
Your housing situation



Talu biliau / cael mynediad at fudd-daliadau neu grantiau
Paying bills / accessing benefits or grants



Diddordebau hen neu newydd
New or old hobbies



Canfod rhywun i ofalu am anifail anwes neu fynd â'r ci am dro
Finding someone to pet sit or walk the dog



Llunio ewyllys
Making a will



Ystyried yr hyn i'w wneud am waith/ymddeoliad
Working out what to do about work / retirement



Cludiant i apwyntiadau ysbyty
Transport to your hospital appointments



Garddio
Gardening



Rheoli eich meddyginaeth
Managing your medication



Sut i ddweud wrth eich teulu am eich diagnosis o ganser
How to tell family about your cancer diagnosis



Glanhau
Cleaning



Teimlo'n unig ac eisiau rhywun i sgwrsio â hwy
Feeling alone and wanting someone to chat to



Derbyn ychydig o gefnogaeth emosiolynol
Getting some emotional support

GWELLA'CH TAITH CANSER YN POWYS

Cefnogaeth yn agosach at gartref i drigolion Powys yn dilyn diagnosis o ganser



IMPROVING YOUR CANCER JOURNEY IN POWYS

Support closer to home for Powys residents following a cancer diagnosis



Rhaglen Gwella'r Daith Cancer ym Mhowys ... Improving the Cancer Journey in Powys programme...



cy

en

Efallai fod eich oncolegydd, gweithiwr cyswllt neu Nyrs Glinigol Arbenigol (NGA) o fewn eich ymddiriedolaeth ysbyty eisoes wedi cynnig asesiad i chi – a elwir yn “asesiad anghenion holistig” – neu HNA yn fyr. Mae'n eich helpu chi i feddwl am eich prif bryderon a'u rhannu'n gyfrinachol gyda rhywun a all eich cyfeirio at y gefnogaeth gwir yn dilyn diagnosis o ganser.

I rai pobl, gall y cynnig hwn ddod ychydig yn rhyfuan. Os oeddech chi'n teimlo nad oedd yr amseriad yn holol iawn i chi, rydym ni yma pan fydd yr amser yn iawn.

Nod *rhaglen Gwella'r Daith Ganser ym Mhowys* yw cynnig cefnogaeth i drigolion yn agosach at gartref. Mae gennym weithwyr cyswllt gwybodus sydd wedi'u hyfforddi wrth law a fydd yn gwrando mewn cyfrinachedd llwyr ar y pethau rydych chi'n poeni fwyaf amdanyst. Fe fyddant yn gweithio gyda chi fel y gallwch gael y gefnogaeth yr ydych ei heisiau a'i hangen – ar lefel leol lle bynnag y bo hynny'n bosibl.

Rydym yn defnyddio fersiwn ar-lein o'r asesiad – yr eHNA – sy'n caniatáu i chi ddechrau'r broses asesu yng nghysur cartref eich hunan. Rydych chi'n dewis y pethau y gallwch fod yn poeni yn eu cylch – boed os mai talu biliau, cludiant i apwyntiadau ysbyty neu gyflwyno a chasglu presgripsiynau yw hynny.

Edrychwch ar ein tudalen gefn am rai o'r pethau y byddwn yn helpu pobl gyda hwy. Ffoniwch unrhyw un o'n partneriaid cyflwyno i ddechrau ar hyn.

Fe fyddwch hefyd yn cael atgyfeiriad awtomatig i Dîm Cyngor Ariannol Macmillan a leolir yng Nghyngor Sir Powys sy'n arbenigwyr ar gefnogi pobl i gael mynediad at unrhyw fudd-daliadau neu grantiau y gallant fod yn gymwys ar eu cyfer, gan gynnwys bathodynnau glas, gostyngiadau treth y cyngor a mwy. NEU fe allwch gysylltu â hwy yn uniongyrchol ar: <https://cy.powys.gov.uk/gyngorararian>

Sut allwn ni helpu? How can we help?



Ffoniwch ni ... Call us ...



Ymddiriedolaeth Bracken
The Bracken Trust
01597 823646



Cysylltwyr Cymunedol PAVO
PAVO Community Connectors
01597 828649



Credu (ar gyfer gofalwyr di-dâl)
Credu (for unpaid carers)
01597 823800



Your oncologist, link worker or CNS (Clinical Nurse Specialist) at your hospital trust may have already offered you an assessment - called a "holistic needs assessment" - or HNA for short. It helps you to think about and share your key concerns in confidence with someone who can signpost you to the right support following a cancer diagnosis.

For some people, this offer can come a bit too soon. If you felt the timing wasn't quite right for you, we are here when it is.

The *Improving the Cancer in Powys programme* aims to provide support for residents closer to home. We have trained and knowledgeable link workers on hand who will listen in complete confidence to the things you are most worried about. They will work with you so you get the support you want and need - wherever possible at a local level.

We are using an online version of the assessment - the eHNA - allowing you to start the assessment process in the comfort of your own home. You select the things you might be worried about - whether it's paying bills, transport to hospital appointments or picking up prescriptions and submit it. See our back page for some of things we help people with. Call any of our delivery partners to get started.

You will also get an automatic referral to the Macmillan Money Advice Team based in Powys County Council who are experts in supporting people to access any benefits or grants they may be eligible for plus blue badges, council tax discounts and more. OR you can contact them directly at: <https://en.powys.gov.uk/moneyadvice>