Fy nymuniadau a'm cynlluniau

Rhestr wirio ar gyfer diwedd oes

Mae angen i ni i gyd feddwl am sut olwg sydd ar farwolaeth dda i ni. Gall gwneud cynlluniau a rhannu dymuniadau wneud pethau'n haws i chi a'r bobl sy'n bwysig i chi. Gallwch wneud cymaint neu gyn lleied ag sy'n teimlo'n iawn i chi, a newid eich meddwl ar unrhyw adeg – dim ond eich bod yn gwneud yn siŵr eich bod chi'n diweddaru unrhyw ddogfennau perthnasol.

Materion cyfreithiol ac ariannol

- [ ] Gwneud Ewyllys
- [ ] Dewis rhywun i wneud penderfyniadau am arian neu ofal iechyd, os nad ydw i'n gallu gwneud hynny (Pŵer Atwrnai)*

*Yng Ngogledd Iwerddon, nid oes Pŵer Atwrnai gofal iechyd. Siaradwch â'r Swyddfa Gofal a Diogelwch.

- [ ] Gwneud rhestr o gyfrifon banc a chyllid arall (cynilion, buddsoddiadau, bondiau premiwm)
- [ ] Rhoi dogfennau pwysig mewn lle diogel a dweud wrth rywun rwy'n ymddiried ynddo ble maen nhw

Pobl, anifeiliaid anwes a phethau sy'n bwysig i mi

- [ ] Meddwl am bwy fydd yn gofalu am unrhyw ddibynyddion (fel plant)
- [ ] Trefnu beth fydd yn digwydd i unrhyw anifeiliaid anwes
- [ ] Penderfynu beth fydd yn digwydd i'm cyfryngau cymdeithasol neu gyfrifon ar-lein

Cynllun gofal ymlaen llaw

Mae **cynllunio gofal ymlaen llaw** yn golygu gwneud penderfyniadau am y gofal yr hoffech ei dderbyn yn y dyfodol. Fe'i gelwir hefyd yn **gynllunio gofal yn y dyfodol** neu **gynllunio gofal rhagflaenol**. Os oes gennych dîm gofal iechyd, siaradwch â nhw amdano. Neu gallwch ddechrau meddwl am y pethau hyn eich hun.

- [ ] Dweud wrth fy nhîm gofal iechyd pwy sy'n bwysig i mi
- [ ] Penderfynu sut a ble byddai'n well gen i gael gofal
- [ ] Trafod unrhyw driniaethau yr hoffwn eu cael neu beidio â'u cael gyda thîm gofal iechyd

Fy angladd, gwylnos neu ddathliad bywyd

- [ ] Penderfynu beth hoffwn i ddigwydd ar ôl i mi farw, gan gynnwys sut i dalu amdano

Creu a gadael atgofion ar ôl

- [ ] Gwneud rhestr o bethau yr hoffwn eu gwneud cyn i mi farw
- [ ] Gadael negeseuon neu atgofion trwy lythyrau, fideos, neu recordiadau llais

mariecurie.org.uk/planning-ahead | **0800 090 2309*** | **support@mariecurie.org.uk**

*Mae'n bosib y bydd eich galwad yn cael ei recordio at ddibenion monitro a hyfforddi.
Nid yw'r wybodaeth hon wedi'i fwriadu i ddisodli cyngor gan weithwyr proffesiynol gofal iechyd, cyfreithiol neu ariannol. Nid ydym yn derbyn unrhyw atebolrwydd sy'n deillio o'i ddefnydd. Ystyriwch bob amser ofyn am gyngor proffesiynol am eich amgylchiadau unigol.

© Marie Curie. Hydref 2025. Rhifyn 3. Adolygiad arfaethedig nesaf 2030.
Elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr (207994) a'r Alban (SC038731). Cedwir pob hawl. M1054b