**Byw gyda Theleofal**

Mae technoleg gynorthwyol ar hyn o bryd yn cynorthwyo pobl hŷn ym Mlaenau Gwent i parhau i fyw'n annibynnol yn hyderus. Yn dilyn strôc, treuliodd Mr Jones\*, 78 oed, dri mis yn yr ysbyty, ar ôl hynny nid oedd yn gallu dychwelyd adref am na allai symud mwyach rhydd, golchi ei hun neu baratoi prydau bwyd. Cynllun Cysylltu Bywydau De Ddwyrain Cymru

Ar ôl iddo gael ei ryddhau o'r ysbyty, cafodd ei drosglwyddo i ofal canolraddol fflat yn y Prosiect Assist yn Nhredegar, lle gellid ei fonitro gan ddefnyddio'r System Technoleg Gynorthwyol (MIDAS2) ac ymweliadau rheolaidd gan yr Ailalluogi Gweithwyr tîm a gofal cartref.

Trwy adsefydlu a chyflwyno technoleg gynorthwyol i'w cartref, roedd Mr Jones yn gallu symud yn ôl i'w dŷ ei hun.

Dros y pum wythnos nesaf, parhaodd Mr Jones i wella ei gryfder a'i y gallu i symud ei hun o'i wely i gadair olwyn. Cafodd hyn ei fonitro drwy ddata a gofnodwyd o'r dechnoleg gynorthwyol yn ei gartref, sy'n dangos ei allu i symud o gwmpas y tŷ.

Roedd pecyn rhyddhau Mr Jones o ofal yn cynnwys gofal cartref dyddiol traddodiadol

ymweliadau a nifer o synwyryddion ar gyfer ei gartref, y gellid eu hychwanegu at ei

system larwm cymunedol bresennol. Mae'r gŵr bonheddig hwn bellach yn byw'n annibynnol

eto'n hyderus.

Mae technoleg gynorthwyol sydd ar gael yn cynnwys synwyryddion cwymp, sy'n dangos larwm i ganolfan gyswllt y Cyngor. Mae canllawiau toiledau yn ystod y nos hefyd ar gael. Hwn yn cynnwys matres synhwyrydd pwysau, sy'n canfod a yw'r gwely'n cael ei feddiannu. Os mae'r defnyddiwr wedi setlo yn y gwely ond yn penderfynu codi, bydd y system yn darparu arweiniad drwy bylu'r lamp ystafell wely. Unwaith y bydd y defnyddiwr yn ôl yn y gwely mae'r golau ystafell wely yn pylu'n ôl i ffwrdd.

\*Nid ei enw go iawn