cyswllt teulu cymru

i deuluoedd gyda phlant anabl

mewn cyswllt

Cylchlythyr Cyswllt Teulu Cymru

www.cafamily.org.uk/wales

Cyswllt Teulu Cymru, 33-35 Heol y Gadeirlan, Caerdydd, CF11 9HB
Ffôn 029 2039 6624 Ffacs 029 2039 6625 ebost wales.office@cafamily.org.uk
Llinell Cymorth Di-Dal y DU 0808 808 3555

Llywodraeth Cynulliad Cymru
Welsh Assembly Government

Gwanwyn 2008

Gyda Phwy i Gysylltu

Keith Bowen, Rheolwr Cymru

- unrhyw faterion yn ymwneud ag ymgyrchu a pholisi cenedlaethol
- Cysylltu gyda sefydliadau gwirfoddol eraill
- Hyfforddiant ar gyfer gweithwyr proffesiynol

e-bost keith.bowen@cafamily.org.uk ffôn. 01792 390203

Katie Barrett-Goode, Swyddog Datblygu Grŵp ac Ymholiadau

- ymholiadau cyffredinol neu unigol yn ymwneud â phlentyn anabl
- datblygu grwpiau lleol
- taflenni gwybodaeth a chyhoeddiadau
- unrhyw beth i wneud â thaflen newyddion neu restr bostio Cyswllt Teulu Cymru

e-bost: katie.barrett-goode@cafamily.org.uk ffôn: 029 2039 6624

Jill Bartlett, Swyddog Datblygu a Gweithiwr Cefnogi Teuluoedd

- gweithdai ar gyfer rhieni
- dyddiau i'r teulu
- digwyddiadau a gweithgareddau
- Cefnogaeth unigol i deuluoedd yng Ngogledd Cymru

e-bost: jill.bartlett@cafamily.org.uk ffôn: 01248 670965

Hwyl Fawr Martin (am y tro!) Meddai Martin:

Gan gychwyn ar Chwefror 1af 2008, byddaf ar secondiad llawn i Lywodraeth Cynulliad Cymru. Rydym yn rhagweld y bydd y secondiad hwn yn para hyd at ddiwedd Mawrth 2009. Er y byddaf yn gweld eisiau y swydd hon a'r bobl rwy'n gweithio hefo nhw yn Cyswllt Cymru, mae hwn yn gyfle cyffrous i weithio ar nifer o brosiectau cenedlaethol ar wasanaethau ar gyfer plant anabl. Byddaf yn cadw mewn cysylltiad gyda Cyswllt Teulu, ac a chymryd y bydd arian ar gael, rwy'n gobeithio dychwelyd flwyddyn nesaf."

Yn y cyfamser, a wnewch chi gyfeirio unrhyw ymholiadau ynghylch sgyrsiau gyda phobl broffesiynol, cyfranogiad rhieni ayb at Keith neu Katie yn swyddfa Cymru.

Cynrychiolwyr Gwirfoddol Mewn Ardaloedd Lleol

Mae ein gwirfoddolwyr oll yn rieni i blant anabl ac ar gael i gynnig cefnogaeth a gwybodaeth yn eu hardaloedd lleol

Diane Earl *Conwy* 01492 549013
Toni Bewley *Sir Ddinbych c/o* 029 2039 6624
Jane Dodgeon *Ceredigion* 01239 811066
Tracy Price *Merthyr Tydful* 01685 350 095

Y Cyfranwyr unigool sy'n gyfrifol am unrhyw syniadau ac awgrymiadau a welir yn y cylchlythyr hwn ac nid yw Cyswllt Teulu yn eu cefnogi o reidrwydd. Ni all Cyswllt Teulu dderbyn cyfrifoldeb am unrhyw nwyddau neu wasanaethau a gaiff eu crybwyll neu eu cynnwys gyda'r cylchlythyr hwn.

Newyddion Cyswllt Teulu Cymru

Arian gan Sefydliad Morgan ar gyfer gwaith yng Ngogledd Cymru

Yn dilyn ein cais ariannol llwyddiannus i Sefydliad Morgan, mae ein gwaith cefnogi teuluoedd yng ngogledd Cymru yn ddiogel am y dair blynedd nesaf.

Bydd Cyswllt Teulu Cymru yn derbyn £15,000 yn flynyddol am dair blynedd tuag at waith cefnogi teuluoedd yng Nghonwy, Ynys Môn a Gwynedd.

Bydd grant gan Sefydliad Morgan yn ariannu Gweithiwr Teulu Cefnogol i weithio gyda theuluoedd am hyd at 6 mis ar ystod o faterion megis hawlio budd-dâl, cael hyd i ofal plant ac addysg addas i'r plentyn a chyfnodau hoe ar gyfer y teulu. Gall gweithiwr cefnogol hefyd gyfeirio teuluoedd at grwpiau cefnogi rhieni neu unigolion sydd â phrofiadau gwahanol, er mwyn manteisio ar y gefnogaeth a'r ddealltwriaeth all ddeillio o hynny.

Mae'r Sefydliad Morgan yn darparu grantiau i elusennau bychain a chanolig yng Ngogledd Cymru, Glannau Mersi, Gorllewin Sir Gaer a Shropshire sydd yn ymgymryd â phrosiectau penodol er mwyn gwneud gwahaniaeth go iawn ar gyfer plant a theuluoedd.

Gallwch gael mwy o wybodaeth am waith Sefydliad Morgan drwy fynd at:
www.morganfoundation.co.uk

Cylchlythyr drwy e-bost

Os hoffech dderbyn y cylchlythyr hwn a deunydd eraill gan Cyswllt Teulu yn electroneg drwy e-bost, a wnewch chi anfon ebost o'ch cyfeiriad dewisedig gyda'r geiriau "CYLCHLYTHYR E-BOST" at
katie.barrett-goode@cafamily.org.uk
Byddai hefyd yn ddefnyddiol pe baech yn nodi'r cyfeiriad post cyfredol ar gyfer y cylchlythyr fel bo modd inni roi eich cyfeiriad e-bost yn ei le.

PLANT ANABL YN CYFRI CYMRU

Diolch i bawb ohonoch am eich cefnogaeth i'r ymgyrch.

Cafwyd cryn dipyn o weithgaredd gyda'r ymgyrch ers mis Tachwedd; trafodaethau yn y Cynulliad, tystiolaeth i bwyllgorau,a chwestiynau lu gan Aelodau Cynulliad. Llwyddom i gyflawni'r Datganiad Barn mwyaf poblogaidd erioed yn hanes y Cynulliad, ble bo aelodau mainc gefn yn arwyddo er mwyn dangos eu cefnogaeth i syniad, ac fe gafwyd sawl llwyddiant yn sgîl hynny.

Mae Helen Mary Jones AC, Cadeirydd y Pwyllgor Plant a Phobl Ifanc wedi datgan y bydd plant a phobl ifanc yn flaenoriaeth o ran scriwtineiddio yn 2008

Mae Jane Hutt AM, Gweinidog Plant, Addysg, Dysgu a Sgiliau Gydol Oes hithau'n arwain y blaen o ran plant ac anabl ac wedi cyhoeddi ymrwymiad i ddarparu adnoddau ychwanegol sylweddol dros y dair blynedd nesaf, gyda Grŵp Tasg i adrodd ar flaenoriaethau ariannu ar gyfer plant anabl a'u teuluoedd. Cyhoeddodd hefyd y byddai £1miliwn yn cael ei glustnodi ar gyfer chwarae cynhwysol yn 08-09, £1 miliwn ar gyfer adnoddau cefnogol i'r Blynyddoedd Cynnar a £225,000 ar gyfer dau ystafell newid symudol i'w defnyddio mewn digwyddiadau mawr, ac addasiadau o 5 prif leoliad ar draws Cymru.

Fodd bynnag, mae'n ymddangos bod Llywodraeth y Cynulliad yn llaesu dwylo o ran yr adnoddau ychwanegol sylweddol addawyd, ac felly bydd angen i'r ymgyrch fagu stêm eto yn y Gwanwyn/Haf.

Y Cyhoeddiad Newydd

Cafodd **"Arweiniad y Gaeaf : cymorth gyda biliau tanwydd a chadw'n gynnes"** ei gynhyrchu cyn y Nadolig.Mae'r arweiniad hwn yn cynnig gwybodaeth o ran cadw biliau'n isel ac yn cyflwyno rhai awgrymiadau ymarferol ynghylch cadw'n gynnes yn y gaeaf..
Os hoffech archebu copi o'r daflen ffeithiau hon ar gyfer gaeaf nesaf, gallwch ffonio ein llinell gymorth ar **0808 808 3555.Gallwch hefyd lawrlwytho copi fan hyn:**
http://www.cafamily.org.uk/factsheets.html

Gweithdai Cyswllt Teulu

Gweithdai ym Mynwy

Mulberry House, Y Fenni

Prifio a Rhywioldeb

Dydd Mercher Mai 7ed 2008

Mae'r gweithdy hwn yn cynnwys yr hyn y mae pobl ifanc anabl angen ei wybod yn ystod cyfnodau gwahanol o brifio. Dynodir materion ar gyfer rhieni a gofalwyr ac ystyrir unrhyw bryderon neu ansicrwydd. Bydd y gweithdy hefyd yn bwrw golwg ar ymddygiad rhywiol heriol ac yn cynnig syniadau ymarferol a ellid eu defnyddio gan rieni rŵan ac i'r dyfodol.

Gweithdy Epilepsi

Dydd Iau, Mai 8ed 2008

Bydd y gweithdy hwn yn edrych ar faterion yn ymwneud â chymorth cyntaf ac yn trafod sut y mae epilepsi yn effeithio ar blant.Cynigir gwybodaeth ynghylch grantiau, cymorth a chefnogaeth sydd ar gael i rieni.

Hyfforddiant Makaton ar gyfer rhieni

(gweithdy 2 ddiwrnod i rieni)

Dydd Llun Ebrill 14 a Dydd Mawrth Ebrill 15 , 9.30am - 2.30pm

Adeilad yr Interchange Building, Ffordd Abergele, Hen Golwyn

Oes gan eich plentyn anawsterau cyfathrebu? Ydi Makaton wedi cael ei argymell ? Os felly, dyma'r gweithdy ar eich cyfer chi.

Rhaglen iaith yw Makaton a ellid ei defnyddio fel cyrchddull systemataidd ar gyfer dysgu sgiliau cyfathrebu , iaith a llythrennedd. Gellid ei ddefnyddio gan blant ac oedolion gydag ystod helaeth o anghenion cyfathrebu, eu rhieni, gofalwyr, pobl broffesiynol a ffrindiau. Defnyddir system arwyddion a symbolau ar y cyd gydag iaith lafar ac fe'i defnyddir i ddatblygu dealltwriaeth ynghyd â sgiliau iaith.

Dweud Stori Digidol , Galeri, Caernarfon.

Dydd Mercher Mawrth 26ain, 6-8pm & Dydd Mercher Ebrill 2il, 10am-4pm,

NEU, Ddydd Iau Mawrth 27ain, 6-8pm & Dydd Iau, Ebrill 3ydd, 10am-4pm

NEU, Ddydd Gwener Mawrth 28ain, 6-8pm & Dydd Gwener Ebrill 4ydd, 10am-4pm.

Dyma gyfle ichi adrodd eich stori bersonol drwy lais a delwedd a'i rannu gydag eraill ar y we a drwy DVD

Gweithdy Rheoli Cwsg

Dydd Mercher Mawrth 12
Adeilad yr Interchange Building, Hen Golwyn

Dydd Mercher Ebrill 23ain
Canolfan Blant Rhyl, Sir Ddinbych

***Dydd Mawrth Mai 13eg**
Eglwys St. John's Church, Kensington Place, Casnewydd

Bydd Heather McLeod (cwnselydd cwsg Cerebra) yn siarad am faterion rheoli cwsg , cynnig atebion ymarferol ac ateb cwestiynau unigol

** Noder Bydd hwylusydd gwahanol yn y gweithdy yng Nghasnewydd*

Dangos Ffilm Deuluol - Abertawe

Dewch i fwynhau prynhawn yn Nghanolfan Gelfyddydau Taliesin gan wylio ffilm a chael paned a sgwrs wedyn .

Prynhawn lle all teuluoedd sy fel arfer yn ffeindio fe'n galed i fynychu'r sinema gyda'i gilydd, gallu mwynhau gwibdaith teuluol. Dim ond ni fydd yn y theatr felly does dim angen poeni am ymyrriadau annisgwyl!

Am ragor o wybodaeth neu i archebu lle ar un o'r digwyddiadau uchod, cysylltwch â

Jill Bartlett, 4 Tai'r Felin, Y Felinheli, Gwynedd, LL56 4JF
01248 670965 neu e-bostio
jill.bartlett@cafamily.org.uk

NODWCH

BYDD ANGEN TALU BLAENDÂL BYCHAN AR GYFER ARCHEBU LLE AR BOB UN O'R GWEITHDAI/DIGWYDDIADAU OND CAIFF HWN EI AD-DALU

Hysbysfwrdd

Allwch chi helpu?

Mae Cerebra, ar y cyd â Sefydliad Addysg Uwch Abertawe yn edrych am wirfoddolwyr ymhlith rhieni/gofalwyr i gymryd rhan mewn cyfweliad anfurfiol a chyfrinachol i rannu eu profiadau boed dda neu ddrwg ble bo eu plentyn anabl wedi cael ei arestio neu ei gadw mewn gan yr heddlu.

Mae'r astudiaeth yn cynnwys ymchwilio i effaith arestio plant(o dan 18) gyda gwahanol anableddau a chyflyrau niwrolegol ar y rhiant/gofalwr. Mae'r astudiaeth yn cynnwys plant sydd â chyflyrau megis ADHD, awtistiaeth, Syndrom Tourette, anaf ymenyddol trawmatig, epilepsi, anhwylderau ymddygiad ac anableddau dysgu. Ymchwilir i faterion arestio, cadw unigolion i mewn, ac hyfforddiant a gwybodaeth yr Heddlu. Yn gyffredinol, amcanion yr astudiaeth yw:

- Dadansoddi canfyddiadau rheini/gofalwyr pan fo eu plentyn anabl wedi cael eu cadw mewn gan yr heddlu.
- Dynodi'r prif problemau a wynebir gan y plentyn a'r rhiant/gofalwr

Penderfynu ar arfer dda ar gyfer yr heddlu wrth ddelio gyda phlant anabl

- Argymell dulliau ar gyfer lleihau'r problemau hyn.

Bydd y cyfweliad yn un wyneb yn wyneb ac fe gewch chi ddewis pryd a lle y byddwn yn cyfarfod. Bydd y cyfweliad yn para tua awr.

Mae cymryd rhan yn yr astudiaeth hon yn hollol wirfoddol ac fe fydd yr holl atebion yn gwbl gyfrinachol. Bydd yr holl wirfoddolwyr yn aros yn ddienw. Bydd pawb sy'n cymryd rhan yn y cyfweliadau yn derbyn crynodeb o'r darganfyddiadau pan fo'r astudiaeth yn cael ei gwblhau ar ddiwedd y flwyddyn.

Os oes gennych ddiddordeb, yn gwybod am rywun sydd â diddordeb, neu jest eisiau rhagor o fanylion cysylltwch â Catherine Davies, catherine.davies@sihe.ac.uk neu 01792 482084 neu, David Williams, Cyfarwyddwr Ymchwil Cerebra on 01267 244206.

A ydych yn riant i blentyn anabl?

Hoffech chi ddefnyddio eich profiad i helpu rhieni eraill- gan gynnwys y rhai hynny sydd newydd glywed bod gan eu plentyn anabledd?

Felly pam na ddowch chi yn gyfaill Wyneb i Wyneb gwirfoddol?

Mae Wyneb i Wyneb yn cynnig cefnogaeth emosiynol i rieni plant sydd newydd dderbyn diganosis o angen arbennig neu anabledd.

Fel rhiant i blentyn anabl, mae gennych rywbeth unigryw i'w gynnig. Gallwch rannu ac uniaethu gyda rhieni newydd ohewrydd eu profiadau eich hun a'u helpu nhw i addasu'n gadarnhaol i'r newydd am anabledd eu plentyn.

Mae llawer o rieni yn credu ei fod yn andros o help i allu siarad efo rhiant arall sy'n gallu deall a gwrando..

os hoffech fwy o wybodaeth neu os oes gennych ddidordeb mewn bod yn gyfaill gwirfoddol, cysylltwch â

Maizie Elfin : 01656 741316 or 0781 2082031

Fel cyfaill gwirfoddol, byddwch yn derbyn yr holl hyfforddiant a chefnogaeth sydd angen arnoch er mwyn bod yn gyffyrddus yn eich rôl.

Beth am ddod yn gyfaill gwirfoddol a chael y boddhad o gynnig y gefnogaeth sydd ei angen ar rieni plant anabl.

Ewch at ein gwefan: www.face2facenetwork.org.uk

Penwythnosau Hoe

Dyma'r unig benwythnos hoe gweithgareddau yn y DU sydd wedi eu dylunio ar gyfer pobl ifanc rhwng 6-18 gyda phroblemau bowel a'u pledren, ynghyd â'u teuluoedd.

Mae penwythnosau a digwyddiadau fel hyn yn cynnig cyfle unigryw i deuluoedd gyfarfod â'i gilydd mewn sefyllfaoedd tebyg, i sgwrsio, rhannu profiadau a chymryd rhan mewn gweithgareddau antur i godi hyder.

Cafodd y penwythnos olaf ei gynnal ym mis Awst 2007 yng Ngogledd Cymru ac mae llefydd ar gael rwan ar gyfer Penwythnosau Hoe 2008.

Bydd y penwythnos yn digwydd yng Nghoedwigoedd Cenedlaethol yr YHA, Dwyrain Canolbarth Lloegr o Fai 2il i 5ed.

Mae'r penwythnosau yn cynnig cyfle i deuluoedd a phobl ifanc i gyfarfod, a rhannu profiadau mewn awyrgylch cyfeillgar ac ymlacedig gyda'r nod o gael HWYL!!

Am fwy o wybodaeth ar y penwythnosau ewch at:
www.breakaway-visit.co.uk

Gwent Actionnaires

Cafodd clwb chwaraeon ar gyfer plant a phobl ifanc dall a rhannol ddall ei lawnsio ym mis Ionawr. Mae'r clwb wedi ei sefydlu gan elusen cenedlaethol **Gweithredu dros Pobl Ddall** fel rhan o rwydwaith o 28 o glybiau ar draws y DU, a'r clwb cyntaf y mae'r elusen wdi ei lawnsio yng Nghymru. Bydd clwb Gweithredwyr Gwent yn cyfarfod yn wythnosol ac yn rhad ac am ddim i holl blant dall a rhannol ddall, ynghyd â'u brodyr a chwiorydd â'u ffrinidau.

Bydd Gwent Actionnaires yn cynnig ystod eang o gyfleon i blant lleol a chanddynt problemau gyda'u golwg. O jiwdo i beldroed, athletau i bêl-foli, bydd y clwb yn ymdrechu i ddatblygu sgiliau corfforol a ffitrwydd plant, ynghyd â'u hyder â'u sgiliau cymdeithasol.

Mae Gweithredwyr Gwent yn cyfarfod pob dydd Sadwrn yn Stadiwm Cwmbran , Ffordd Oakfield, Cwmbran, NP44 3YS o 1 – 3.30 pm. Dylai rhieni neu bobl ifanc â chanddynt broblemau golwg sydd yn dangos diddordeb yn **Gwent Actionnaires** gysylltu â **07894 598860 neu ebostio** nicky.malson@actionforblindpeople.org.uk

Rhaglen Gymorth! Dau Ddiwrnod

Mae'r rhaglen hon dros ddwy sesiwn ar gyfer rhieni/gofalwyr plant rhwng 5 ac 11 sydd wedi derbyn diagnosis o anhwylder sbectrwm awtistiaeth (ASD) o fewn y 18 mis diwethaf.

Mae'r sesiynau rhaglen yn cynnwys:

- Beth yw anhwylderau sbectrwm awtistiaeth—arolwg byr
- Cynghorion gorau ar gyfer rhyngweithio cyfathrebu
- Deddfwriaeth addysg ynghyd â strategaethau ymarferol
- Cael mynediad i wasanaethau addysg, gwybodaeth am eich hawliau a'ch budd-daliadau

Dyddiadau Mawrth 10 9.30am-2.45pm
Mawrth 17 9.30am-2.45pm

Lleoliad Canolfan Busnes Wledig
Nant y Ci
Caerfyrddin
SA33 5DR

Am mwy o wybodaeth cysylltwch â
David Protheroe 01792 325298

Materion Iechyd mewn Plant Syndrom Downs

Dydd Llun Ebrill 28 2008
Gwesty Bro Morgannwg, M4 Cyffordd 34, Caerdydd

Mae'r gynhadledd hon wedi ei hanelu at bobl proffesiynol ym maes gofal sylfaenol sy'n gweithio mewn amrywiaeth o leoliadau iechyd.
Y bwriad yw gwella dealltwriaeth o'r materion iechyd sy'n cael eu cysylltu'n aml â syndrom Downs, gan gynnwys ansefydlogrwydd asgwrn cefn serfigol, problemau cardiac ac anadlol, imiwneiddio, CTG a materion clyw, problemau gweledol, afiechyd coelic a haematoleg. Bydd y gynhadledd hefyd gynnig cyngor am lwybrau gofal a gwyliadwraeth sylfaenol ar gyfer plant ac oedolion gyda syndrom Downs.
Cost: £40 ar gyfer pobl proffesiynol cynradd a £30 ar gyfer myfyrwyr.

Am fwy o wybodaeth neu archebu lle, ewch at:
www.downs-syndrome.org.uk

Neu cysylltwch â Lesley on 0845 230 0372 neu e-bostio lesley.alabaf@downs-syndrome.org.uk.

Grwpiau ym Merthyr Tudful

“Parent Carers United”

Grŵp cefnogi anabl ar gyfer teuluoedd yw hwn. Amcanion y grŵp yw darparu cefnogaeth i blant a rhieni/gofalwyr ar gyfer teuluoedd fel ei gilydd. Yn cyfarfod yn fisol, maent yn cynnig cefnogaeth, cyngor a gwybodaeth.

Maen nhw'n cynnal diwrnodau gweithgaredd a phartïon ar gyfer plant ynghyd â thripiau amrwyiol yn ystod y flwyddyn ac mae ganddyn nhw ddiddordeb hefyd mewn dwyn dylanwad ar wasanaethau ym Merthyr..

Ar gyfer mwy o wybodaeth cysylltwch â 07966 027654 neu ebostio parent-carers-united@fsmail.net

“Bridging the Gap”

Dyma glwb ieuenctid cynhwysol ar gyfer pobl ifanc anabl a phobl ifanc rhwng 8-19 nad ydynt yn anabl .

Bydd yn digwydd rhwng Dydd Llun a Dydd Gwener rhwng 3-6 pm yng Nghlwb Criced Pentrebach, Merthyr Tydfil. Mae'n costio £3 y sesiwn ac mae cludiant ar gael i gasglu a dychwelyd unigolion.

Am fwy o wybodaeth cysylltwch â Christine Butler on 01443 691235

Gwobrau Cymunedol Ymddiriedolaeth Elusennol Tesco

Mae Gwobrau Cymunedol Ymddiriedolaeth Elusennol Tesco o fudd i grwpiau a sefydliadau lleol sydd â chraidd eu gwaith yn cefnogi:

- addysg a lles plant;
- plant ac oedolion gydag anableddau, neu bobl hŷn.

Mae'r gwobrau hyn yn roddion unigryw o £1,500 i £5,000.

Er mwyn darganfod mwy a gweld os yw gweithgareddau eich grŵp yn cyfarfod â chanllawiau Gwobrau Cymunedol, ewch at:

http://www.tescocorporate.com/images/Charity_trust_guidelines.pdf

Gallwch hefyd gysylltu ag Elusen Ymddiriedolaeth Elusennol Tesco Tesco:

01992 646768

Gwobrau Cymunedol Ymddiriedolaeth Elusennol, Tesco House, PO Box 18, Delamare Road, Cheshunt, Waltham Cross, Hertfordshire, EN8 9SL

Ymgyrch newydd gwrth-fwlian

Mae Mencap wedi lawnsio ymgyrch i atal bwlian plant gydag anabledd dysgu o'r enw “ Peidiwch â'i ddioddef-dwedwch Na!””

Y flwyddyn hon, fe wnaeth Mencap arolwg o dros 500 o blant a phobl ifanc gydag anabledd dysgu, ac fe welwyd pa mor gyffredin yw bwlian ymhlith y grwpiau hyn a'r effaith andwyol y mae'n gael ar eu bwydau. Mae wyth o bob deg o blant a phobl ifanc gydag anabledd dysgu yn dweud eu bod wedi cael eu bwlian, a chwech o bob deg wedi cael eu brifo'n gorfforol gan fwlis.

Mae MENCAP wedi lawnsio gwefan hawdd i'w ddefnyddio ar gyfer yr ymgyrch at: **www.dontstickit.org.uk** .

Mae'r wefan yn cynnwys gwybodaeth ar gyfer plant ac oedolion gan gynnwys animeiddio sy'n cyfleu y math o fwlian y mae'n rhaid i blant gydag anableddau dysgu eu wynebu.

Mae Mencap eisiau 5,000 o blant, pobl ifanc ac oedolion i ymweld â'r safle ble gallent ddangos eu cefnogaeth i blant gydag anableddau dysgu sy'n cael eu bwlian. Caiff y sticeri eu defnyddio wedyn i ddangos y llywodraeth bod angen gweithredu i atal y bwlian hwn.

Os ydych yn gwybod am brosiectau da yn eich ardal sy'n helpu stopio plant gydag anableddau dysgu rhag cael eu bwlian, byddai'r Timau Ymgyrchu yn awyddus i glywed gennych. Gellir cysylltu â nhw ar

Rhif ffôn: 020 7696 6952

E-bostio: campaigns@mencap.org.uk

Ydach chi'n gwybod am grŵp neu wasanaeth yr hoffech ei hysbysebu?

Rydym wastad yn edrych am grwpiau neu wasanaethau fyddai o fudd i rieni ar draws Cymru gyfan. Os gwyddoch am unrhyw beth fyddai'n berthnasol neu os oes gennych erthygl yr hoffech ei gynnwys gyda rhifyn nesaf Cyswllt yna cysylltwch â

Katie Barrett-Goode ar 029 2061 0987 neu e-bostiwch katie.barrett-goode@cafamily.org.uk

Ffurflen Archebu Cyswllt Teulu

Enw ……..…… Mudiad (os ym mherthnasol) ……..
Cyfeiriad ……..……
Côd post……..…..Rhif ffôn . ……
Ebost ……..

Y mae unrhyw nifer o daflenni gwybodaeth am ddim i rieni, er y codir tâl o 50 ceiniog yr un ar bobl eraill am gopïau ychwanegol oni bai y datgenir yn wahanol)

Fe hoffwn gael fy nghynnwys ar eich rhestr bostio a derbyn ..... o gopïau o Cylchlythyr Cyswllt Teulu Cymru.

Fe hoffwn ni dderbyn fersiwn trydannol o'r cylchlythyr trwy ebost ☐

	Copïau
Pan fo ar eich plentyn anghenion ychwanegol **(£1.00 am bob copi ychwanegol)**	
Pecyn Gwybodaeth Budd-daliadau a Credydau Treth (yn cynnwys nifer o daflenni feithiau)	
Pecyn Gwybodath Teulu - brodyr a chwiorydd - neiniau a teidiau - tadau	
Cyflwr Genetig yn y Teulu	
Deall Ymddygiad Eich Plentyn	
Gwyliau, Chwarae a Hamdden	
Byw heb ddiagnosis	
Pontio	
Anghenion Addysgol Arbennig – Cymru	
Lwfans Cynhaliaeth Addysg	
Y GIG a gofalu am blentyn anabl	
Ynglŷn â theuluoedd sydd â phlentyn anabl	
Canfod a thalu am ofal plant	
Gweithio	
Cymhorthion, Cyfarpar ac Addasiadau	
Gwasaneathau plant anabl yn Lloegr a Cymru	
Perthnasau a gofalu am blentyn anabl	
Ymdrin â Dyled – Cymru a Lloegr	
Arweiniad y Gaeaf : cymorth gyda biliau tanwydd a chadw'n gynnes	
Cysgu	
Bwydo a Bwyta	
Hyfforddiant pot/toiled	
Addysg Rhyw a Pherthnasau ar gyfer pobl ifanc sydd ag anableddau corfforol: llyfryn ar gyfer athrawon	
Tyfu'n oedolyn, rhyw a pherthnasau: llyfryn i gymorth rhieni plant anabl ieuainc	
Tyfu'n oedolyn, rhyw a pherthnasau: llyfryn ar gyfer pobl anabl ieuainc	
Taflen wybodaeth: Cyswllt Teulu Cymru	
Taflen wybodaeth: Gweithdai Cyswllt Teulu	
Taflen wybodaeth: Gwasanaeth Cefnogi Teuluoedd (Conwy, Gwynedd a Ynys Mon yn unig)	
Taflen wybodaeth: Canfod Gwybodaeth Feddygol ar y Rhyngrwyd	
Ffurflen archebu Cyfeirlyfr Cyswllt Teulu	

Y mae yna amryw o daflenni gwybodaeth yn y Gymraeg ar gael ar ein gwefan www.cafamily.org.uk

A fyddech cystal â dychwelyd y ffurflen hon i Cyswllt Teulu Cymru, 33-35 Heol y Gadeirlan, Caerdydd CF10 5EB. Ffacs: 029 2039 6625 neu ffoniwch inni ar 029 2039 6624 neu anfonwch e-bost at katie.barrett-goode@cafamily.org.uk