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

Haf 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

Croeso Srabani

Mae Cyswllt Teulu newydd benodi Srabani Sen fel ein Prif Weithredwr newydd. Yn flaenorol, roedd Srabani yn gweithio fel Prif Weithredwr Alcohol Concern, ac mae ganddo/i brofiad eang iawn yn y sector wirfoddol.

"Dwi wrth fy modd yn gweithio gyda Cyswllt Teulu" meddai. "Mae'n sefydliad arbennig sydd wedi cyflawni llawer ers ei sefydlu, a hynny yn dilyn gwaith caled, egni ac ymrwymiad y staff. Dwi'n edrych ymlaen i helpu'r mudiad ddatblygu ymhellach."

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

Helpu rhieni eraill sydd â phlant anabl i ddelio gyda bwlian

Mae Cyswllt Teulu yn cyd-weithio gyda Parentline Plus er mwyn cynhyrchu arweiniad i rieni plant anabl i'w helpu nhw ymdopi â sefyllfa lle bo eu plentyn yn cael ei fwlian, ac mi rydan ni'n chwilio am gymorth gennych chi.

Mae ymchwil yn awgrymu bod mwy nag un plentyn anabl mewn tri wedi cael eu bwlian yn yr ysgol, ac mae llawer o rieni'n teimlo nad oes help ar gael iddynt mewn sefyllfaoedd fel hyn. Gall bwlian ddigwydd yn yr ysgol, ar drafnidiaeth ysgol, mewn meysydd chwarae, mewn gweithgareddau hamdden, ac ar lein; gall bwlian ddigwydd mewn unrhyw le.

Bydd yr arweiniad yn erfyn i rieni i'w helpu nhw i ymdopi os oes sefyllfa lle bo eu plentyn yn cael ei fwlian. Ynghyd â chynnwys gwybodaeth ynghylch y gweithredu ddylai ddigwydd o ran yr ysgol a'r ddeddfwriaeth yn ymwneud â bwlian, bydd yn cynnwys profiadau'r rheini.

Os cafodd eich plentyn ei fwlian neu os yw'n cael ei fwlian ar sail ei anabledd, ac fe hoffech chi rannu eich profiadau er mwyn helpu rhieni eraill, fyddech chi cystal â chysylltu â ni. Hoffem wybod sut y gwelsoch chi arwyddion o fwlian, y strategaethau a roesoch ar waith er mwyn delio â'r bwlian, a ddaru rheini weithio ai peidio,sut ddaru chi ymdopi â'r sefyllfa , ynghyd ag unrhyw gyngor yr hoffech ei gynnig i rieni eraill mewn sefyllfaoedd tebyg. Caiff eich profoadau eu defnyddio'n ddi-enw yn y llyfryn hwn.

Os hoffech rannu eich profiadau, neu os oes gennych unrhyw gwestiynau ynghylch y prosiect, cysylltwch â Penny Roper ar y llinell gymorth rhad ac am ddim 0808 808 3555 neu ebostiwch penny.roper@cafamily.org.uk. Edrychwn ymlaen at glywed gennych.

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.

..

Cyfri'r Gost- Arolwg gan Gyswllt Teulu

Gall arian fod yn bryder gwirioneddol i deuluoedd gyda phlant anabl. Mae'n costio tua £7,000 y flwyddyn yn fwy i fagu plentyn anabl oherwydd costau uniongyrchol megis cymorthyddion ac addasiadau arbennig, cludiant, gwresogi a gofal plant. Gyda chostau byw cynyddol yn effeithio ar bob teulu, mae Cyswllt Teulu am ddarganfod beth yw'r effeithiau ar deuluoedd sy'n gofalu am blant gydag anableddau, cyflyrau iechyd difrifol neu gyflyrau prin, sy'n byw yn y DU. Bydd yr ymchwil hwn yn cael ei ddefnyddio mewn ymgyrchoedd i'r dyfodol. A wnewch chi lenwi'r holiadur byr ar-lein sef: http://www.cafamily.org.uk/quiz.html

Cyhoeddiadau Newydd

Cael taliadau uniongyrchol tuag at eich plentyn anabl(Lloegr a Chymru)

Mae hwn yn edrych ar fater talidau uniongyrchgol, sut i'w hawlio a sut y maent yn gweithio'n ymarferol.

Arian pan fo eich plentyn yn cyrraedd 16

Mae hwn yn edrych ar sut yr effeithir ar fudd-daliadau pan fo eich plentyn yn cyrraedd 16. Mae'n trafod a fyddwch yn well eich byd os y gwnewch barhau i hawlio budd-daliadau ar gyfer eich plentyn fel rhan o'ch teulu, neu os ydyn nhw yn ei hawlio iddynt eu hunain fel oedolion. Mae hefyd yn amlinellu'r prif fanteision sydd ar gael i blant anabl ifanc.

Mae Eich Barn Chi'n Cyfrif- Grant Adnoddau Anabl(DFG)

Bydd Cyswllt Teulu, ar y cyd gyda Shelter Cymru a'r Grwp Gwybodaeth Teulu yn ymgymryd ag ymchwil i mewn i DFG cyn bo hir.

Byddwn yn eich holi ynghylch eich profiadau chi o'r DFG

Ydach chi'n gwybod am y DFG?
Ydi o'n gwneud gwahaniaeth?
Beth sy'n gweithio a beth sydd ddim yn gweithio?
Sut y gellid ei wella?

Byddwch yn derbyn holiadur ynghylch hyn yn y man. **Yn y cyfamser, os hoffech mwy o wybodaeth, cysylltwch â Peter Mackie ar 029 2055 6120 neu ebostio research@sheltercymru.org.uk**

Gweithdai Cyswllt Teulu

Cafodd cyfres o weithdai eu cynnal ym mhob rhan o Gymru dros y Gwanwyn.

Prifio a rhywioldeb fu prif bwnc yr hyfforddiant y tymor hwn gyda gweithdai wedi'u cynnal yn y Bari, Caerdydd, Ynys Môn a Mynwy.

Rydym yn ceisio delio gyda'r hyn sy'n gallu bod yn bwnc anodd drwy gynnig awgrymiadau a syniadau. Rydym wedi cyfyngu niferoedd y rhieni yn y gweithdai hyn i 15 oherwydd natur y pwnc dan sylw ac er mwyn rhoi cyfle i bawb i siarad. Mae teuluoedd yn derbyn llawer o wybodaeth ac yn cael hwyl hefyd!

Cafodd rhai **gweithdai cwsg** eu cynnal ar y cyd gyda Cerebra yn y gogledd, ond yn anffodus cafodd y gweithdy cwsg yng Nghasnewydd ei ohirio tan **Medi 17eg**.

Mae **dangosiadau film** rhad ac am ddim wedi digwydd yng Ngogledd a De Cymru- mae'r digwyddiadau hyn yn boblogaidd gan eu bod yn rhoi cyfle i blant i fwynhau ffilm a chyfle i rieni i gael sgwrs dros baned.

Cynhaliwyd hyfforddiant **Makaton** yng Nghonwy gan edrych ar gamau 1-4- ac fe fydd y gyfres nesaf yn digwydd yn nechrau mis Tachwedd(gweler y llun ar y clawr).

Gweithdai'r Hydref

Gweithdy cwsg	Casnewydd	Dydd Mercher, Medi 17eg
Prifio a Rhywioldeb	Pontypridd	Dydd Iau, Hydref 23
Prifio a Rhywioldeb	Caerdydd	Dyddiad a lleoliad i'w gadarnhau
Ewyllysiau ac Ymddiriedolaethau	Caerdydd	Dyddiad a lleoliad i'w gadarnhau
Ffilm am Ddim	Conwy	Dyddiad i'w gadarnhau
Hyfforddiant Makaton 5-8	Conwy	Tachwedd 3 a 4
Penwythnos hyfforddiant cadair olwyn blynyddol	Gwynedd	Tachwedd 14-16eg
Dangosiad Ffilm am ddim	Gwynedd	Dyddiad i'w gadarnhau

Am fwy o wybodaeth am unrhyw un o'r digwyddiadau uchod, cysylltwch â Jill Bartlett

01248 670965 neu ebostiwch jill.bartlett@cafamily.org.uk

A WNEWCH CHI NODI Y BYDD ANGEN BLAENDÂL A GAIFF EI DDYCHWELYD ER MWYN SICRHAU LLE AR BOB UN O'R GWEITHDAI/DIGWYDDIADAU

Gwaith Cefnogaeth Teulu

Yn sgil cyfraniadau ariannol gan Sefydliad Morgan, mae Jill yn parhau i ddarparu gwaith Cefnogi Teulu yn siroedd Môn, Gwynedd a Chonwy.

Mae'r gwasanaeth yn darparu gwasanaeth ymholi neu wasanaeth ymweld â chartref ar gyfer teuluoedd plant anabl rhwng 0 ac 19. Mae'r gwasanaeth yn gyfrinachol ac yn rhad ac am ddim.

Mae'r gwaith ei hun yn amrywio o ddelio gyda chymdeithasau tai i ymdrin â ffurflenni DLA gyda phob cais yn wahanol. Gall teuluoedd hunan-gyfeirio i'r gwasanaeth neu mae croeso i asiantaethau godi'r ffôn gydag unrhyw gwestiynau sydd ganddynt. AM ragor o wybodaeth cysylltwch â Jill (manylion ar y clawr blaen)

The Morgan Foundation

"making a difference"

Hysbysfwrdd

A yw rôl gofalu yn cael effaith ar les gofalwyr?

Llynedd, gwahoddwyd darllenwyr "In Contact" yng Ngogledd Cymru gan Brenda Lewis i gymryd rhan mewn astudiaeth ymchwil Msc. Roedd yr ymchwil yn edrych ar y rôl gofalu ac yn ystyried a yw hyn yn cael effaith ar les gofalwyr.

Cymharwyd sgoriau lles gydag astudiaeth o unigolion o'r un oedran yn gweithio yn y diwydiant cynhyrchu, ond nid gofalwyr o reidrwydd. Roedd y canlyniadau'n dangos bod gan ofalwyr ddeilliannau gwaeth o ran lles na'r grŵp cymharol. Roedd hyn yn enwedig o wir am y gofalwyr benywaidd, gyda gor-flinder a thyndra yn amlwg yn y canlyniadau.

Roedd un cwestiwn yn gofyn i ofalwyr restru'r pethau a fyddai'n helpu eu lles yn gyffredinol, a daeth pedwar thema i'r golwg- cefnogaeth, arian, amser a gwasanaethau. Mae'r rhain oll yn bethau ymarferol allai ac a ddylai gael eu hystyried fel rhan o gynllunio gwasanaethau ar gyfer plant anabl. Mae'r dyfyniadau canlynol o'r ymatebion eu hunain, yn dangos y themâu hyn.

Cefnogaeth

"Gwasanaethau cynnig hoe pan rydan ni ei angen o, nid sefyllfa o gael yr un sy'n cael ei bennu gan eraill drwy ddiffyg adnoddau."

"Clybiau gwyliau sy'n rhedeg trwy'r gwyliau nid am 1 neu 2 wythnos yn yr haf am 1 neu 2 diwrnod yr wythnos."

Ariannol

"mwy o arian, cost bwyd ar gyfer plentyn gyda anghenion deiet arbennig, mae'r elfennau ychwangeol hyn yn cael effaith mawr ar eich cyllideb."

Amser

"Hoffwn pe bai gen i mwy o amser i ymlacio."

"Mwy o amser unigol i'w dreulio gyda fy mhlentyn sydd heb anghenion arbennig"!

Gwasanaethau

"Ysgolion arbennig sydd yn nes, gan fod rhaid i'm mhlentyn fynychu'r ysgol mewn sir arall."

"Addasiadau llety priodol ar gyfer anghenion fy merch."

Hoffai Brenda fanteisio ar y cyfle hwn i ddiolch i bawb a dreuliodd peth o'u hamser prin yn darparu'r wybodaeth hon."

GRWPIAU CASNEWYDD

Rhieni Dros Newid

Grwp Rhieni Cefnogol lleol yw hwn sy'n canolbwyntio ar ymgyrchu a chynnig help yn lleol. **Mae'r grŵp yn cyfarfod ar y dydd Mercher cyntaf o'r mis rhwng 10.30 – 1.00 ym Mhafiliwn Parc Belleveu**

GRŴP SBLAT

Pob Dydd Sadwrn, 10.30-12.30

Grwp gweithgareddau yw'r grŵp hwn sy'n cael ei redeg gan aelodau Rheini Dros Newid. Mae'r cwb yn cynnig cyfleon i rieni i fynd â'u plant i sesiynau chwarae hwyliog sy'n cynnwys crefft a therapi cerdd. Mae llyfrgell fenthyg helaeth ar gael yno, ac mae aelodau Rhieni Dros Newid wastad yno i gynnig help a chyngor.

Am fwy o wybodaeth ynghylch un o'r grwpiau hyn, cysylltwch â parentsforchange@hotmail.com neu ffoniwch 07737 67824

www.netmums.com

Gwefan lleol rhad ac am ddim i famau yw Netmums. Y ffynhonell orau ar gyfer gwybodaeth a chyngor lleol yw mamau eraill, ac erbyn hyn, mae gan Netmums fwy na 300,000 o aelodau ar-lein yn genedlaethol. Felly, rydach yn siwr o gael gwybodaeth leol dda wedi ei argymell gan famau eraill

- Ardaloedd chwarae tu mewn neu tu allan
- Grwpiau babi a phlant bach
- Lleoliadau a syniadau ar gyfer partïon penblwydd
- Digwyddiadau, bwytai, ffermydd a pharciau sy'n bleidiol i'r teulu
- Gofal plant
- Gweithio o'r cartref
- Bron yn newydd
- Cyfarfod Mam

Mae Netmums hefyd yn cynnig cyngor a chefnogaeth gyda'r holl broblemau bywyd sy'n gallu codi o dro i dro megis iselder wedi geni, materion rhiantu a phryderon am berthynas. Mae gan y safle hefyd adran helaeth am godi plentyn gyda anghenion arbennig, gan gynwys rhestr o grwpiau cefnogol yn eich ardal leol.

Rough Guide i Brydain Hygyrch

Cafodd y Rough Guide i Brydain Hygyrch cyntaf erioed ei gyhoeddi ym mis Ebrill, gydag awgrymiadau am lefydd hygyrch i'r anabl i ymweld â nhw yn y DU.

Mae'r llyfr yn cynwys canol dinasoedd, parciau a gerddi a mannau mwy anarferol megis ffeiriau sy'n addas ar gyfer cadeiriau olwyn a physgota samwn, ac mae'r holl atyniadau wedi eu profi gan ymchwilwyr anabl.

£6.99 yw cost y llyfr, ac fe all deiliaid bathodynnau glas dderbyn copi am ddim(a thaliad o £1.99 am y post) drwy alw 0800 953 7070. Gwefan: www.accessibleguide.co.uk

Dros y Wal

Ydach chi'n gwybod am blentyn sydd â salwch difrifol allai gael budd o wythnos o hwyl, heriau newydd a chyfeillgarwch gydol oes?

Elusen sy'n cynnig gwersylloedd preswyl i blant a phobl ifanc rhwng 8 a 17 yn y DU sydd â salwch difrifol yw OTW. Mae'r OTW hefyd yn darparu wythnosau ar gyfer brodyr a chwiorydd plant ifanc gyda salwch difrifol. Mae'r sesiynau hyn yn cynnig yr un cyfleon i ddatblygu hyder a chael hyd i gefnogaeth a dealltwriaeth drwy gyfrwng cyfeillgarwch newydd.

Mae'r rhai sy'n mynychu'r gwersylloedd yn cael profi ystod eang o weithgareddau yn ystod pob dydd megis saethyddiaeth, caiacio, dringo, marchogaeth, drama, sioeau talent, celf a chrefft, technoleg a'r cyfryngau. Ceir hefyd weithgareddau gyda'r nos megis disgo, noson dalent, a chyfle i “wersylla allan” am noson. Mae'r holl weithgareddau'n cael eu harolygu ac yn digwydd mewn lleoliad diogel. Ystyrir galluoedd unigol pob plentyn ar bob achlysur.

Yn bwysicach fyth, mae'r cwbl yn rhad ac am ddim! Does dim rhaid talu am y gweithgareddau, bwyd, llety na'r drafnidaieth.

Mae'r cynllun gwyliau hwn ar gael i unryw blentyn neu berson ifanc sydd wedi cael:

- deiagnosis gydag unrhyw salwch difrifol
- o dan law ymgynghorydd ysbyty
- sydd ddim yn gorfod byw ar feddyginiaeth rheolaidd
- yn chwaer neu frawd o blentyn cymwys

Yn anffodus, nid yw'r OTW yn gallu gofalu am blant gydag anawsterau ymddygiadol, awtistiaeth, aspergers ayb. Hefyd, ni allant dderbyn plant sy'n dioddef o Cystic Fibrosis.

Ar gyfer mwy o wybodaeth am y gwyliau hyn a gynhelir yn Dorset, Midlands a Perth, ewch at : www.otw.org.uk neu ffoniwch 01420 82086

Cynllun Taleb Lleferydd a Therapi Iaith Cerebra

Mae Cerebra yn gweithredu'r cynllun hwn yn 2008 gyda meini prawf newydd.

Er mwyn derbyn taleb, bydd rhaid llenwi ffurflen gais.

Dim ond plant sy'n 16 ac is sydd â chyflwr niwrolegol, cyflyrau'n ymwneud â'r ymenydd(er enghraifft parlys yr ymennydd, awtistiaeth, Syndrom Down's). Os ydynt yn blant oed ysgol, bydd rhaid i'r plentyn gael datganiad AAA, neu fod ar Gynllun Ysgol Gweithredu a Mwy yng Nghymru a Lloegr, Cynllun Cefnogaeth wedi ei gydlynu yn yr Alban,neu ar Gam 4 neu 5 yng Ngogledd Iwerddon.

Ni fydd y plentyn yn gymwys os yw wedi derbyn therapi lleferydd un wrth un yn ystod y 6 mis diwethaf.

Bydd rhaid danfon tysteb gyda'r cais. Os yw eich plentyn o oedran ysgol, mae'n rhaid i'r dysteb ddod o'r ysgol. Fel arall, dylid ei lenwi gan weithiwr proffesiynol sy'n gweithio gyda'ch plentyn(gweithiwr iechyd proffesiynol, gweithiwr cymdeithasol neu weithiwr Cludiad). Bydd angen i'r llythyr gadarnhau cyflwr eich plentyn ac argymell therapi lleferydd.

Os yw'r cais yn llwyddiannus, mae'r daleb yn werth hyd at £500 o SLT. Bydd Cerebra yn defnyddio therapyddion iaith a lleferydd sydd yn aelodau o Gymdeithas y Therapyddion Iaith a Lleferydd mewn Ymarfer Annibynnol (ASLTIP). Mae holl therapyddion ASLTIP yn aelodau tystysgrifedig o'r Coleg Brenhinol Iaith a Lleferydd ac wedi eu cofrestru gyda'r Cyngor Proffesiynau Iechyd.

Gyda'r daleb, bydd Cerebra'n danfon rhestr o therapyddion ASLTIP yn ardal daearyddol y teulu. Bydd angen i'r rheini gysylltu â therapydd sy'n gallu helpu eu plentyn. Mewn rhai ardaloedd gwledig mae'n bosib y bydd y costau teithio ac amser i weld therapydd preifat yn rhy ddrud.

Mae'n rhaid i'r therapydd anfonebu Cerebra yn uniongyrchol am daliad.

Am ragor o wybodaeth neu i dderbyn ffurflen gais, ffoniwch Alex ar 0800 328 1159 neu e-bostiwch alex@cerebra.org.uk

Resolven

Building Blocks

Canolfan Integreiddiedig i Blant Building Blocks Resolfen

Mae Canolfan Integreiddiedig i Blant a Building Blocks Resolfen yn anelu i greu sylfaen ar gyfer dyfodol eich teulu oddi mewn i Resolfen a'r cymunedau cyfagos.

Mae'r Ganolfan Integreiddiedig i Blant yn Resolfen yn adeilad newydd sbon, ac yn rhan o brosiect ddim am elw, sydd wedi ei chodi yn nghanol cymuned Resolfen er mwyn cefnogi rhieni a gofalwyr i dychwelyd i addysg neu waith , gan hefyd gynnog y cyfleon gorau i'w plant i ddatblygu eu potensial mewn amgylchedd ddiogel ac ysgogol.

Nod Building Blocks Resolfen yw darparu gwasanaeth gofal plant fforddadwy o ansawdd a gwasanaethau teylu ar gyfer plant a rhieni/gwarchodwyr drwy ddarparu canolfan deulu a gofal plant .

Mae'r gwasanaethau'n cynnwys:

- Canolfan Blynyddoedd Cynnar
- Gofal dydd llawn gan gynnwys Clwb Wedi'r Ysgol a Chlwb Gwyliau(yn darparu ar gyfer plant o 0-12)
- Staff Hynod o Gymwys, uwchlaw'r isafswm gofynion
- Rhaglenni Dysgu i Oedolion o gyrsiau byr i Raddau Rhan Amser
- Gweithgareddau Tu Hwnt i'r Cwricwlwm, Dosbarthiadau Dawns, Grwpiau Ymarfer a Diddordebau Cyffredinol
- Gwasanaethau Cefnogi Cymuned, Costau Gofal Plant, Gweithdai ar Ddyledion a'r Gyfraith
- Gweithio mewn Partneriaeth, Rhiantu Homestart, yr Heddlu, Canolfan Hyfforddi Glyn Nedd
- Caffi Cymunedol, ardal gyfarfod anffurfiol gyda lluniaeth ysgafn

Mae gan y ganolfan hefyd ofod ar gyfer swyddfeydd a chynadleddau. Dyma'r manylion.

Gofod ar gyfer Swyddfa

Gofod Swyddfa Newydd Sbon

Cysylltiadau Ffordd Rhagorol

Cost Fforddadwy

Adnoddau Rhagorol ar gyfer Cyfarfodydd, Cynadleddau gan gysylltu gyda Darparwyr Gwasanaeth eraill

Nifer o ystafelloedd ar gael ar gyfer eich anghenion

Gwasanaethau llawn gyda'r We a'r Ffôn

Cynadleddau, Gwasanaethau Cyfarfod ac Ystafell Hyfforddiant

Adnoddau newydd braf

Nifer o ystafelleodd ar gael i gyfarfod eich anghenion

Ystafelloedd ar gael ar gyfer hyd at 100 o bobl

Gwasanaethau Ysgrifenyddol ar gael;

Arlwyo ar gyfer eich anghenion

Am fwy o wybodaeth am y ganolfan, llogi ystafell neu ofod swyddfa, ffonwich 01639 711544 neu ebostiwch resolvenbuildingbloccks@yahoo.co.uk

Grŵp Coffi Tremorfa/Pawb yn Cyd-Chwarae, Caerdydd

Mae'r grŵp hwn ar gyfer rhieni plant cyn-ysgol sydd ag anghenion arbennig.

Mae'n cyfarfod pob bore Gwneer rhwng 10 ac 11 yn Ygol Feithrin Tremorfa ac fe'i drefnir gan Ymwelydd Iechyd AAA, Pippa Clark.

Bwriad y grŵp yw darparu rhwydwaith gefnogol i rieni, mynediad at gyngor arbenigol gan Ymwelydd Iehcyd, ac i groesawu rheini i amgylchedd priflif ysgol feithrin.

Mae'r gweithgareddau'n amrywio o foreau coffi, sesiynau “aros a chware”, Iaith a Chwarae, Grŵp Cerdd, Aromatherapi a llawer mwy!

Mae'n grŵp anffurfiol, cyfeillgar iawn sy'n gyfle gwych i blant chwarae gyda'i gilydd tra bo'u rhieni yn mwynhau coffi a sgwrs.

Am ragor o wybodaeth, ffoniwch Pippa ar 07966 194551

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

Rydym wastad yn chwilio am grwpiau neu wasanaethau fyddai o ddidordeb i rieni ym mhob cwr o Gymru. Os ydych yn gwybod am rywbeth a fyddai'n berthnasol neu os oes gennych erthygl yr hoffech ei gynnwys yn y rhifyn nesaf o Mewn Cyswllt, cysylltwch â

Katie Barrett-Goode ar 029 20396624 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	
Asesiadau yng Nghymru a Lloegr	
Perthnasau a gofalu am blentyn anabl	
Ymdrin â Dyled – Cymru a Lloegr	
Arweiniad y Gaeaf : cymorth gyda biliau tanwydd a chadw'n gynnes	
Cael taliadau uniongyrchol tuag at eich plentyn anabl(Lloegr a Chymru)	
Arian pan fo eich plentyn yn cyrraedd 16	
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	
Taflenni wybodaeth cyffredinol Cyswllt Teulu Cymru Gweithdai Gwasanaeth Cefnogi Teuluoedd ayyb.	
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