

CYNGOR SIR CEREDIGION COUNTY COUNCIL

Adroddiad i'r: Cabinet

Dyddiad y Cyfarfod: 19/03/24

Teitl: Adroddiad Blynyddol Uned Gofalwyr Ceredigion 2022-2023

Pwrpas yr adroddiad: Adrodd ar gyflawniadau'r Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol Ceredigion a'r cynnydd yn erbyn eu targedau a'u hamcanion y cytunwyd arnynt yn ystod y flwyddyn 2022-2023

Er: Gwybodaeth

Portffolio Cabinet ac Aelod Cabinet:

Y Cynghorydd Alun Williams, Dirprwy Arweinydd y Cyngor ac Aelod Cabinet ar gyfer Gydol Oes a Llesiant

Cyflwyniad

Mae'r Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol yn dod â'n Swyddogion Datblygu Gofalwyr, Cysylltwyr Cymunedol a Swyddog Heneiddio'n Dda at ei gilydd i weithio mewn un tîm sy'n canolbwyntio ar roi gwybodaeth, cyngor a chymorth i ofalwyr di-dâl a chefnogi aelodau'r gymuned yng Ngheredigion.

Diffinnir gofalwr fel 'Unrhyw un sy'n gofalu, yn ddi-dâl, am ffrind neu aelod o'r teulu sydd, oherwydd salwch, anabledd, problem iechyd meddwl neu gaethiwed, yn methu ymdopi heb eu cymorth'.

Mae gan ofalwyr hawl i fywyd y tu hwnt i'w rôl ofalu ac i wneud hynny, mae angen gwasanaethau effeithiol arnynt i gefnogi'r bobl y maent yn gofalu amdanynt ac ar eu cyfer nhw fel Gofalwyr yn eu rhinwedd eu hunain.

Mae Llywodraeth Cymru yn cyfeirio at "Gymru sy'n Gyfeillgar i Ofalwyr", gan nodi bod Gofalwyr di-dâl o bob oed yn rhan werthfawr o gymdeithas. Dangosodd cyfrifiad 2021 fod tua 310,000 o ofalwyr di-dâl yng Nghymru sy'n cyfateb i 10.5% o boblogaeth dros 5 oed y wlad. Dangosodd y cyfrifiad hefyd fod 7,246 o bobl yng Ngheredigion yn rhoi gofal di-dâl. O'r nifer hwn roedd 3,664 yn rhoi mwy nag 20 awr o ofal di-dâl yr wythnos. Mae adroddiad a ysgrifennwyd ar y cyd gan Carers UK a Phrifysgol Sheffield yn dangos bod gofalwyr di-dâl yng Nghymru a Lloegr yn cyfrannu £162 biliwn y flwyddyn i'r economi. Ar ben hynny, mae gofalwyr yn gwneud gwahaniaeth cadarnhaol trwy ddal teuluoedd ynghyd, gan alluogi anwyliaid i gael y gorau o fywyd wrth wneud cyfraniad enfawr i gymdeithas.

Mae Llywodraeth Cymru wedi nodi eu disgwyliad o dan Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru 2014) y bydd iechyd, awdurdodau lleol a'r trydydd sector yn gweithio mewn partneriaeth i gefnogi Gofalwyr o dan y Ddeddf. Yn 2021, pennodd Llywodraeth Cymru o dan ei Strategaeth ar gyfer Gofalwyr Di-dâl, bedair blaenoriaeth:

- Adnabod a gwerthfawrogi gofalwyr
- Rhoi gwybodaeth, cyngor a chymorth
- Cefnogi bywyd ochr yn ochr â gofalu
- Cefnogi Gofalwyr Di-dâl mewn Addysg ac yn y Gweithle.

Mae rhoi gwybodaeth drwy lwyfannau'r Gwasanaeth Gwybodaeth i Deuluoedd a DEWIS yn parhau i fod yn flaenoriaeth i'r Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol.

Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol:

Oes Aseiad Effaith Integredig wedi ei gwblhau? Os na, esboniwch pam

Nid oes ei angen, gan nad yw hyn yn newid polisi

Crynodeb o'r Aseiad Effaith Integredig:

Hirdymor: Amherthnasol
Cydweithio: Amherthnasol
Cynnwys: Amherthnasol
Atal: Amherthnasol
Integreiddio: Amherthnasol

Argymhelliad / Argymhellion:

Nodi a derbyn Adroddiad Blynyddol 2022-2023 i gefnogi Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol Cyngor Sir Ceredigion.

Rheswm / Rhesymau dros y penderfyniad:

Mae Adroddiad Blynyddol Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol Cyngor Sir Ceredigion 2022-2023 yn cael ei ddwyn gerbron y Cabinet er gwybodaeth.

Trosolwg a Chraffu:

Pwyllgor Trosolwg a Chraffu Cymunedau Iachach - 11.03.2024

Fframwaith Polisi:

Strategaeth Gorfforaethol 22-27: Creu Cymunedau Gofalgar ac Iach
 Strategaeth Gydol Oed a Llesiant Ceredigion 2021-2027

Amcanion Llesiant Corfforaethol:

Creu Cymunedau Gofalgar ac Iach

Goblygiadau Cyllid a Chaffael:

Dim

Goblygiadau cyfreithiol:

Dim

Goblygiadau staffio:

Dim

Goblygiadau eiddo / asedau:

Dim

Risg(iau):

Dim

Pwerau Statudol:

Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014

Papurau Cefndir:

Dim

Atodiadau:

Atodiad 1 - Adroddiad Blynyddol Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol 2022-2023

Swyddog Arweiniol Corfforaethol:

Greg Jones, Swyddog Arweiniol Corfforaethol: Porth Cymorth Cynnar

Swyddog Adrodd:

Iwan Davies, Rheolwr Corfforaethol: Ymyrraeth Gynnar

Dyddiad:

30/01/24

TÎM GOFALWYR A CHYMORTH CYMUNEDOL

Adroddiad Blynyddol

2022 - 2023



Cyngor Sir
CEREDIGION
County Council



Cysylltu Ceredigion
Gofalwyr a Chymorth Cymunedol
Connecting Ceredigion
Carers and Community Support

TABL O GYNNWYS

Meet the team	2
Cyflwyniad	3
Amcanion Busnes	4
Ymgorffori Strategaeth Weithredol Llesiant Gydol Oes a gweithio hybrid i fewn i'r tîm	4
Darparu cymorth, gwybodaeth a chyngor	5
Datblygu gwaith gyda grwpiau, busnesau a'r trydydd sector i adeiladu gwytnwch cymunedol	10
Datblygu seibiannau cynaliadwy ar gyfer gofalwyr	12
Uchafbwyntiau'r Tîm	13
Beth sydd angen i ni ei wneud nesaf?	19
Amcanion Busnes 2023 - 2024	19



CWRDD Â'R TÎM



RHEOLWR TÎM - Sara Humphreys



CYDLYNYDD DATBLYGU GOFALWYR A'R GYMUNED (Gogledd Ceredigion) - Mel Walters



CYDLYNYDD DATBLYGU GOFALWYR A'R GYMUNED (De Ceredigion) - Bethan James



SWYDDOG DATBLYGU GOFALWYR - Susan Kidd



CYSYLLTYDD CYMUNEDOL - Enfys James



SWYDDOG DATBLYGU HENEIDDIO'N DDA - Paul Lewis



CYSYLLTYDD CYMUNEDOL - Carys Owens



CYSYLLTYDD CYMUNEDOL - Sarah Kendall



CYSYLLTYDD CYMUNEDOL - Sian Salcombe



CYSYLLTYDD CYMUNEDOL - Sam Henly



CYSYLLTYDD DIGIDOL - Lucy Steere



CYSYLLTYDD CYMUNEDOL - Diane Williams



PRENTIS GWEINYDDU BUSNES - Sophie Richards



CYSYLLTYDD DIGIDOL - Fraya Grattan

CYFLWYNIAD



NEGES WRTH RHEOLWR CORFFORAETHOL - YMYRRAETH GYNNAR, IWAN DAVIES

Rwy'n falch iawn o gyflwyno adroddiad blynyddol Gofalwyr a Chymorth Cymunedol. Mae'r adroddiad yn adlewyrchu ehangder y gwaith a wneir gan y Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol a'i bartner comisiwn Gofalwyr Ceredigion ynghyd â'r effaith gadarnhaol ar y rhai sy'n derbyn gwasanaethau.

Wrth wraidd gwaith y tîm mae darparu gwybodaeth o ansawdd uchel i ddefnyddwyr y gwasanaeth ac mae'n galonogol gweld bod nifer y gofalwyr di-dâl sydd wedi'u cofrestru ar y Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr a'r Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr Ifanc wedi cynyddu, sy'n golygu bod mwy o ofalwyr di-dâl y sir yn cael mynediad at wybodaeth fel y Cylchgrawn Gofalwyr.

Mae'r tîm hefyd wedi bod yn rhagweithiol wrth ymgysylltu â chymunedau Ceredigion yn trefnu digwyddiadau, galw heibio gyda'n Cysylltwyr Cymunedol ac wedi cefnogi'r mentrau Mannau Cynnes, unwaith eto yn darparu'r wybodaeth ddiweddaraf i'r rhai sy'n mynychu.

Felly, hoffwn ddiolch yn fawr i'r tîm a'r sefydliadau partner am eu gwaith caled a'u hymrwymiad parhaus dros y flwyddyn ddiwethaf ac edrychwn ymlaen yn fawr at ddatblygu a chyflwyno meysydd gwaith newydd yn 2023-2024.

Iwan Davies



AMCANION BUSNES

YMGORFFORI STRATEGAETH WEITHREDOL LLESIAN GYDOL OES A GWEITHIO HYBRID I FEWN I'R TÎM


Beth wnaethon ni?

Ail-frandio'r tîm

Creu logo tîm newydd, manylion cyswllt a diweddarau ein taflenni.

Gwaith tîm

As a team we have got back into the swing of being out and about engaging with a range of groups and individuals.



Cysylltu Ceredigion
Gofalwyr a Chymorth Cymunedol
Connecting Ceredigion
Carers and Community Support

Cymunedau Oed-gyfeillgar

- Penodwyd Swyddog Heneiddio'n Dda.
- Ymgysylltu mewn archfarchnadoedd lleol i gyd-fynd â Diwrnod Rhyngwladol Pobl Hyn.
- Dechreuwyd gwaith ar gysylltu ac ymweld â grwpiau i gasglu adborth ar yr **8 parh gwahanol**:

- 1 Mannau ac adeiladau allanol
- 2 Cludiant
- 3 Tai
- 4 Cyfranogiad Cymdeithasol
- 5 Parch a chynhwysiant cymdeithasol
- 6 Cyfranogiad a chyflogaeth ddinesig
- 7 Cyfathrebu a gwybodaeth
- 8 Cefnogaeth gymunedol a gwasanaethau iechyd

Bydd yr adborth yn sail i'r hunanasesiad Cymunedau Heneiddio'n Dda, y bydd y cyngor yn ei gyflwyno i Sefydliad Iechyd y Byd yn gynnar yn 2024. Y nod yw i Geredigion ddod yn Gymuned Oed-gyfeillgar.



Gwella eich iechyd a'ch lles, trwy gysylltu â'ch cymuned

Yr hyn rydym yn ei wneud

Mae'r Tim Gofalwyr a Chymorth Cymunedol yn gweithio gyda phobl o bob oed ac yn darparu:

- Gwybodaeth
- Cyngor
- Cymorth
- Hyfforddiant
- Digwyddiadau

Cysylltu â ni

Tim Gofalwyr a Chymorth Cymunedol
01545 574200
cysylltu@ceredigion.gov.uk
www.ceredigion.gov.uk

Cyngor Sir Ceredigion
Canolfan Rheidol, Rhodfa Padarn
Llanbedd Fawr, Aberyswyth
Ceredigion, SY23 5UE

Gofalwyr a Chymorth Cymunedol

CYSYLLTU CEREDIGION
Cyngor Sir CEREDIGION
County Council



Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr

Mae'r Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr yn wasanaeth RHAD AC AM DDIM ar gyfer gofalwyr di-dâl yng Ngheredigion. Drwy ymuno â'r gwasanaeth byddwch yn derbyn:

- Cylchgrawn y Gofalwyr deirgwaith y flwyddyn
- Gwybodaeth am gymorth, gwasanaethau, digwyddiadau, hyfforddiant a Fforwm y Gofalwyr
- Mynediad i Gronfa Gofalwyr Ceredigion
- Cerdyn Gofalwyr Ceredigion neu'r Cerdyn Adnabod Gofalwyr Ifanc
- Y cyfle i ddweud eich dweud ar faterion sy'n effeithio ar ofalwyr yn lleol a chenedlaethol

Cysylltwyr Cymunedol

Mae Cysylltwyr Cymunedol Ceredigion yma i'ch cefnogi gan eich helpu i gysylltu â'ch cymuned.

Siaradwch â'n Cysylltwyr Cymunedol i gael gwybod pa weithgareddau a gwasanaethau sydd ar gael yn lleol. Gallant eich helpu i gael mynediad atynt.

Dewis Cymru
Call dewis a chyngordd rheolaeth

Dewis Cymru yw gwefan Cymru ar gyfer lles.

Mae gan gyfeiriadur ar-lein Dewis wybodaeth am dros 6000 o wasanaethau lleol a chenedlaethol a all eich helpu gyda'r pethau sy'n bwysig i chi.

www.dewis.cymru

Gwasanaeth Gwybodaeth i Deuluoedd

Cyngor ac arweiniad RHAD AC AM DDIM ar ystod eang o faterion gofal plant a chymorth i deuluoedd.

Mae hyn yn cynnwys:

- Darpariaeth gofal plant leol
- Grwpiau rhieni a phlant bach
- Cyfoedd chwarae a chybiau gwylau
- Cymorth i Deuluoedd
- Adysg a hyfforddiant
- Credydau Treth, materion ariannol a chyfreithiol
- Iechyd a lles

Deuddeg Cymunedol
Deuddeg Cymunedol
Family Information Service
Ceredigion

DARPARU GWYBODAETH, CYNGOR A CHYMORTH

Beth wnaethon ni wneud?



Cynnydd o

14%

yn Aelodaeth Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr.



Cynyddu aelodaeth y Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr Ifanc

144%

Printiwyd a rhanwyd

4250

cylchgrawn ar draws Ceredigion.



Siarter ar gyfer Gofalwyr Di-dâl



Dosbarthwyd Siarter Llywodraeth Cymru ar gyfer gofalwyr di-dâl i

100%

o'r Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr.

Dosbarthwyd

3000

Llyfryn Gwybodaeth i Ofalwyr Ifanc i ysgolion ar draws y sir.



Gweithio gyda Gofalwyr Ceredigion i gefnogi

158

o ofalwyr ifanc i gael bywyd y tu hwnt i'w rôl fel gofalwr.



Derbyniwyd

607

o atgyfeiriadau gan Gysylltwyr Cymunedol

Cysylltodd

78

o ofalwyr di-dâl â'r Cysylltwyr Cymunedol am gefnogaeth

Cafodd

13

gofalwr di-dâl eu cyfeirio at y Porth Gofal ar gyfer asesiad anghenion gofalwr

Y tri phrif reswm y cysylltodd pobl â'r Cysylltwyr Cymunedol oedd:



Unigrwydd ac unigedd



Ceisiadau Bathodyn Glas



Materion sy'n ymwneud â chostau byw

O'r **137** o gleientiaid a ofynnodd am gymorth oherwydd unigrwydd ac unigedd, nid oedd gan **117** unrhyw aelodau o'r teulu na ffrindiau y gallent ddibynnu arnynt am gefnogaeth.

Gogledd Ceredigion - 177 atgyfeiriad



Canol Ceredigion - 220 atgyfeiriad



De Ceredigion - 210 atgyfeiriad



Gofalwyr i Ceredigion Carers

Cefnogi Gofalwyr Ceredigion i ddarparu cyngor gwybodaeth ac arweiniad i

805

o oedolion sy'n ofalwyr a darparu

2016

awr o ofal newydd i roi cyfle i ofalwyr gael saib o'u rôl.



Cefnogi gofalwyr yn eich gweithlu

Llawlyfr rheolwr



employersforcarers.org

Mae Cyfngwyfwr i Ofalwyr (ETC) yn weithredwr aelodolrith i gyn ddiarparu gan Carers UK

39

aelod o staff, gan gynnwys rheolwyr, wedi'u cefnogi drwy hyfforddiant a digwyddiadau gwybodaeth i ofalwyr.

Ymgysylltu â'r cyhoedd ar draws y sir

2022-23 yw'r flwyddyn gyntaf ers pandemig Cofid-19 i'r tîm fedru cynnal a mynychu digwyddiadau cyhoeddus. Rydym wedi cynnal a mynychu **96** o ddigwyddiadau ar draws Ceredigion.

243

o bobl wnaeth fynychu digwyddiadau galw heibio cymunedol

49

digwyddiad galw heibio cymunedol

24

o ddigwyddiadau partneriaethau wedi'u mynychu

16

o ddigwyddiadau thema wedi'u trefnu gan y tîm

Cymryd rhan mewn

7

grŵp mynd i'r afael â chaledi



Gwasanaeth Cymorth i Ofalwyr Ifanc Ceredigion-ail-gomisiynu a'i gyflwyno.

Ym mis Ebrill 2022 roeddem yn falch o gyhoeddi bod Gofalwyr Ceredigion Carers (GCC) wedi llwyddo i ennill y tendr i ddarparu'r Gwasanaeth Cymorth i Ofalwyr Ifanc yng Ngheredigion. Trwy gydol y flwyddyn, mae **357** o ofalwyr wedi ymgysylltu â'r gwasanaeth ers iddo ddechrau. Mae GCC wedi cefnogi gofalwyr ifanc a'u teuluoedd drwy ddarparu cefnogaeth 1:1 ac amrywiaeth o weithgareddau.



Gofalwyr ifanc yn cael eu swyno gan fyd y panto

Ddiwedd mis Ionawr, estynnodd Gofalwyr Ceredigion wahoddiad i ofalwyr ifanc o bob rhan o Geredigion wylïo'r pantomeim, Mother Goose, yng Nghanolfan y Celfyddydau Aberystwyth.

Cafodd y gofalwyr ifanc o bob oed eu swyno gan y sioe, a hynny yng nghwmni cynulleidfa a oedd yn llenwi pob sedd yn Theatr y Werin. Roedd y perfformiad digrif yn llawn hwyl yr ŵyl, gyda chaneuon cofiadwy, comedi slapstic, a digonedd o fŵan a hisian!!

Ar un adeg, rhedodd y cast oddi ar y llwyfan, i fyny'r grisiau ac ar hyd y rhesi, gan wlychu'r gynulleidfa â gynau dŵr. Roedd yn gyfle perffaith i'r gofalwyr ifanc ymlacio a mwynhau eu hunain. A does dim dwywaith iddyn nhw wneud hynny, gyda'u bonllfau nhw'n uwch na neb arall!!

Trefnwyd yr ymweliad gan Jamie, Gweithiwr Allgymorth Gofalwyr Ifanc a Theuluoedd Gofalwyr Ceredigion. Dros y deuddeg mis diwethaf, mae Jamie wedi trefnu llawer o ymweliadau a gweithgareddau hwyliog i ofalwyr ifanc, gan gynnwys laser tag a phadlfyrddio.

Dyfyniad o'r Cylchgrawn y Gofalwyr (Mawrth 2023)

"Ro'n i'n poeni mai fi byddai'r hynaf yma a do'n i ddim yn siŵr iawn os oeddwn am ddod. A dweud y gwir, dwi wedi cael amser da. Do'n i ddim yn siŵr beth i'w ddisgwyl ond dwi'n sicr am ddod nôl y flwyddyn nesaf."

"Roedd hwnna'n wych! Fy hoff ran oedd pan wnaethon nhw redeg at y seddi gyda drylliau dŵr. Ges i wlychad a hanner ac ro'dd e mor cŵl.."

NEWYDD
Cydnherthedd a llesiant:
cwrs hunangymorth i ofalwyr di-dâl

Mae'r cwrs ar-lein yn Cymraeg ac yn Saesneg

Mae'n hawdd anghofio gofalu am eich llesiant eich hunan pan fyddwch chi'n gofalu am aelod o'ch teulu neu ffrind y mae angen eich cymorth chi arno/arni.

Mae'r cwrs ar-lein newydd hwn yn atgoffa gofalwyr di-dâl eich bod chi'n bwysig hefyd.

Yn ystod y cwrs, byddwch chi hefyd yn dysgu am ffyrdd o wneud y pethau a ganlyn:

- Lleihau straen
- Cadw'r ddydd yn wastad o ran eich lles chi
- Meithrin cydnherthedd emosiynol

Mae'r cwrs ar gael yn rhad ac am ddim, a gallwch chi ei gwblhau wrth eich pwysau yn eich amser eich hun.

www.ceredigion.gov.uk/cwrsogofalwr

SCANWCH FI

Hyfforddiant cydnherthedd a lles i ofalwyr

Datblygodd y tîm adnodd ar-lein ar gyfer gofalwyr di-dâl sy'n ceisio cefnogi gofalwyr di-dâl i:

- leihau lefelau straen
- gydbwyso lles
- fagu gwytnwch emosiynol

Gellir cael mynediad at y pecyn cymorth ar-lein, am ddim, gan unrhyw un ar wefan Cyngor Sir Ceredigion.



Dewis Cymru

Mae'r holl Gysylltwyr Cymunedol wedi'u hyfforddi yn olygyddion Dewis. Gallant nawr gefnogi busnesau a grwpiau i gyhoeddi eu gwybodaeth ar Dewis. Gall staff gweinyddol hefyd ddarparu cymorth wrth adnewyddu a chynnwys

Sefydlu'r Gwasanaeth

Gwnaethom gyflwyno cyflwyniadau sefydlu gwasanaethau i **91** aelod o staff y cyngor, staff y trydydd sector a gweithwyr iechyd proffesiynol. Mae hyn yn cynnwys:

- Gweithwyr Cymdeithasol a Chynorthwywyr Gwaith Cymdeithasol
- Gweithwyr Cymdeithasol Asiantaethau
- Therapyddion Galwedigaethol Ysbyty Bronglais
- Tîm Allgymorth Cymunedol Hywel Dda
- Rhagnodwyr Cymdeithasol Hywel Dda
- DDAS
- CAMHS
- CMHT
- Fforwm Gofal Pobl Hŷn

Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol

Cysylltwyr Cymunedol

Allgymorth

Gwasanaethi Gwybodaeth a Deuluoedd
Family Information Service
Ceredigion

Iechyd a Lles Cymru

Gwasanaeth Gofalwyr

Gwasanaeth Gwybodaeth i Ofalwyr

Cylchgrawn y Gofalwyr

Cardiau Gofalwyr

Gofalwyr Ceredigion Carers



DATBLYGU GWAITH GYDA GRWPIAU, BUSNESAU A'R TRYDYDD SECTOR I ADEILADU GWYTNWCH CYMUNEDOL

Beth wnaethon ni wneud?

Cyflogwyr dros Ofalwyr

Mae Cyngor Sir Ceredigion yn parhau i anrhydeddu a chymryd rhan fel aelod rhanbarthol o gynllun 'Cyflogwyr dros Ofalwyr' Gofalwyr Cymru. Fel rhan o ymrwymiad y cyngor i gefnogi gofalwyr di-dâl o fewn ein gweithlu ein hunain, mae'r Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol wedi darparu dwy haen o gyngor a chymorth drwy raglen o sesiynau ar gyfer rheolwyr a staff.

Rhannwyd

12

cylchlythyr i staff sy'n ofalwyr trwy'r Newyddion staff misol.

Cafwyd

11

sesiwn galw heibio i ofalwyr

Cyflwynwyd

4

sesiwn 'Gwybod eich hawliau gofalwyr'

Cynhaliwyd

4

sesiwn gwybodaeth 'Rheolwyr-cefnogi'r sgwrs dros ofal'



Lleihau niwed

- Daeth yr holl staff a hyfforddwyd fel Cyfeillion Dementia'r Gymdeithas Alzheimer's a dau aelod o'r tîm yn Llysgenhadon Dementia. Gall Llysgenhadon Dementia ddarparu hyfforddiant y cyfeillion.
- Hyfforddiant alcohol a phobl hŷn
- Menywod a gamblo
- Hyfforddiant budd-daliadau



Nodi bylchau – cyfeillio a thrafnidiaeth

Fel y gwelwyd mewn blynyddoedd cynt, **y ddau fwch mwyaf yr ydym yn ei weld o fewn y gwasanaeth yw'r ddarpariaeth o drafnidiaeth a chyfeillio gwasanaethau.** Mae'r astudiaeth achos canlynol yn esiampl o sut yr ydym yn adnabod bylchau fel hyn a sut ydym yn mynd ati i fynd i'r afael â hwy.



Sylwodd y Cysylltydd Cymunedol, Sarah Kendall, ar yr angen cynyddol am wasanaethau cyfeillio a chymorth trafndiaeth i hwyluso gweithgareddau cymdeithasol a thasgau dyddiol yn Aberystwyth. Ar ôl ymchwilio i'r gwasanaethau sydd ar gael, darganfu gynllun Canolfan Ddydd Hafan Y Waun i ddechrau clwb cymdeithasol newydd sy'n agored i'r gymuned, gan gynnig gweithgareddau amrywiol. Cefnogodd Sarah ofalwr a'i phriod sydd â dementia i fynychu'r clwb, a oedd yn bleserus ac yn foddhaus iddynt. Roedd Sarah wedi'i phlesio gyda'r effaith gadarnhaol gafodd y clwb, ac felly fe wnaeth Sarah argymhell y clwb i eraill ond nododd bod heriau o ran trafndiaeth. Ar ôl trafod hyn gyda Rheolwr y Ganolfan Ddydd, dysgodd Sarah eu bod wedi derbyn grant ar gyfer bws mini trydan, gan eu galluogi i gynnig cludiant i'r mynychwyr. Ehangodd y Ganolfan Ddydd ei gwasanaethau drwy gychwyn gwasanaeth siopa bob pythefnos. Parhaodd Sarah i gyfathrebu'n agos â'r Ganolfan Ddydd, gan eu cynorthwyo i gael mynediad at Grantiau Hwb Cynnes, gan arwain at y clwb yn dod yn Hwb Cynnes yn ystod y gaeaf a chyflwyno clwb cinio poblogaidd mewn gwahanol leoliadau yn Aberystwyth.



Canlyniadau:

- Bellach mae gan gleientiaid a gyfeirir rhwydwaith gymdeithasol ac maent yn mynychu gweithgareddau yn rheolaidd
- Gwnaeth Hafan Y Waun gais llwyddiannus am gyllid i ddod yn Hwb Cynnes ac mae bellach yn lle diogel i bobl yn y gymuned
- Nodi gwasanaeth siopa a chludiant ar gyfer cleientiaid sy'n ynysig yn gymdeithasol i fynychu gweithgareddau



Mae wedi bod yn bleser mawr i mi weld fy nghleient yn mwynhau mynd i'r Clwb Ddydd Mawrth a gweld fy nghleient yn gwneud ffrindiau newydd.

Rwyf hefyd wedi mwynhau gweithio'n agos gyda'r Rheolwr a rhoi gwybod iddi am unrhyw grantiau posibl a allai gefnogi'r prosiectau ymhellach.

Rwyf bellach yn hysbysu cleientiaid yn rheolaidd am y Clwb Dydd Mawrth, y Clwb Cinio a'r triapiau siopa bob pythefnos.

**Sarah Kendall -
Cysylltydd Cymunedol**



Mynd i'r afael â'r argyfwng costau byw

Er mwyn mynd i'r afael â'r argyfwng costau byw, cydweithiodd y tîm ag amrywiol bartneriaid a thimau o fewn yr awdurdod lleol i gyflwyno digwyddiadau a lledaenu taflenni gwybodaeth. Roedd yr ymdrechion hyn yn canolbwyntio ar ddarparu gwybodaeth a chymorth hanfodol, gyda'r nod o addysgu a chynorthwyo'r gymuned i reoli heriau ariannol yr argyfwng. Fe wnaeth ein dull cydweithredol wella cyrhaeddiad ac effaith y mentrau hyn yn sylweddol.

Cylchlythyr arbennig i ofalwyr - Cyhoeddiad 'Costau Byw' Ionawr 2023

CYLCHLYTHYR GOFALWYR CEREDIGION
RHIFYN COSTAU BYW
IONAWR, 2023

CYNGOR AR BOPETH (CAB)
Mae CAB yn cynnig cyngor cyfrinachol am ddim ar lawer o bynciau yn cynnwys:

- Dyled ac arian
- Budd-daliadau yn cynnwys Lwfans Gofalwr
- Ynni
- Materion tai
- Gwaith
- Cyfraith a hawliau

Swyddfa Ceredigion: 01239 621974
Advalink Cymru: 0800 702 2020
citizensadvice.org.uk/cymraeg

NYTH
Mae cynllun Nyth Cartrefi Cylid Uywodraeth Cymru yn cefnogi pobl ar incwm is sy'n derbyn budd-dali praf madd neu bobl â chyflwr anatol, cylchrediad y gwaeod neu lechyd meddwl.
Mae Nyth yn cynnig cyngor diddiedd am ddim, ac os ydych yn gymwys, pecyn o welliannau effeithlonnydd ynni i'r cartref am ddim fel boeler newydd, gwres canolog neu inswladio.
0808 808 2244
nyth.llyw.cymru

Paratwyd gan: Dilm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol Ceredigion
cysylltu@ceredigion.gov.uk
01545 574200

DATBLYGU SEIBIANNAU CYNALIADWY AR GYFER GOFALWYR

Beth wnaethon ni wneud?

Cerdyn Gofalwyr Ceredigion

Cyhoeddi

189

o gardiau gofalwr newydd i oedolion, cynnydd o **136%** ers y flwyddyn flaenorol.

Mae cyfanswm o

394

o ofalwyr di-dâl yng Ngheredigion yn defnyddio Cerdyn Gofalwr Ceredigion i gael mynediad at gyfleusterau hamdden am ddim yn y sir.

Cyhoeddi

55

o gardiau gofalwr ifanc newydd, cynnydd o **500%**

Ydych chi wedi gwneud cais am eich Cerdyn Gofalwr Ceredigion **AM DDIM?**



Ymgeisiwch yma heddiw, am...

Mynediad diderfyn **AM DDIM** i gyfleusterau canolfannau hamdden



Am ragor o wybodaeth ac i wneud cais ewch i:
www.ceredigion.gov.uk/cerdyngofalwyr

GOFALWR IFANC YOUNG CARER

Dyddiad geni/DOB: 08/10/10
Dyddiad dod i ben/Exp: 01/25

Gofalwr Ifanc

UCHAFBWYNTIAU'R TÎM

TALIAD CYMORTH O £500 I OFALWYR DI-DÂL

Gweithiodd y tîm gyda'r adran Cyllid a Chaffael i brosesu a thalu cais ar gyfer taliad cymorth Llywodraeth Cymru o £500 ar gyfer gofalwyr di-dâl a oedd ar gael i wneud cais rhwng mis Mai a mis Medi 2022. Roedd y tîm yn allweddol wrth gynghori gofalwyr di-dâl o'u hawliau. Gwnaed hyn trwy'r cyfryngau cymdeithasol a thrwy'r post. Trwy ein hymdrechion, llwyddodd Ceredigion i gyflawni un o'r cyfrannau uchaf o hawliadau yng Nghymru, a dderbyniwyd gan ofalwyr a oedd yn gymwys i gael y taliad.

“

Hoffwn ddiolch i chi am eich cefnogaeth a'ch gwaith caled ar y cynllun hwn. Ar hyn o bryd, 77.5% yn manteisio ar hyn, sy'n ganlyniad rhagorol a gwn fod Dirprwy Weinidog Gwasanaethau Cymdeithasol yn falch iawn o'r ffigur hwn ac y byddai hithau hefyd yn dymuno ymuno â mi trwy ddiolch i bawb a gymerodd ran. Hyd yma, mae bron i 44,000 o ofalwyr di-dâl wedi elwa o'r taliad hwn.”

**Neges o ddiolch oddi wrth Duncan Hall,
Swyddog Arweiniol Corfforaethol, Cyllid a Chaffael**

Derbyniodd

703

o ymgeiswyr
cymwys £500

Cyfanswm o

£351,000

wedi'i dalu

Cofrestrwch â ni ar
gyfer y taliad o **£500**
i ofalwyr di-dâl, cyn
15 Gorffennaf 2022.



Cyngor Sir
CEREDIGION
County Council

Os oeddech yn cael
Lwfans Gofalwr ar 31
Mawrth 2022, efallai y
bydd gennych hawl i
£500 ychwanegol gan
Llywodraeth Cymru.

**Cofrestru ar
agor nawr.**



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

CRONFA GOFALWYR CEREDIGION

Gwnaeth gofalwyr gais am hyd at £150 i wella eu hiechyd a'u lles.

BETH OEDD GOFALWYR YN GWARIO'R ARIAN ARNO?

Y 5 prif gais

- Gwyliau byr (179)
- Therapiau a Thriniaethau (84)
- Chwaraeon, ffitrwydd a gweithgareddau awyr agored (67)
- Dillad (56)
- Technoleg (52)

DYWEDODD GOFALWYR...

"Diolch yn fawr iawn, mae hyn wedi gwneud gwahaniaeth mawr i'm cyflwr meddyliol. Mae'n achos arbennig"

"Diolch o waelod calon. Roeddwn i mor falch, nes i ddechrau llefain... Bydd hyn yn gwneud cymaint o wahaniaeth i mi."

"Diolch yn fawr am hyn, mae fy merch yn gyffrous iawn, mae hi wedi bod eisiau gêm Harry Potter newydd... Diolch unwaith eto-mae hi ar ben ei digon."

"Ro'n i ond am ddiolch yn fawr iawn am hwn. Dwi mor gyffrous i fwcio gwyliau yn fuan iawn. Rwy'n ddiolchgar iawn i chi i gyd."

"Rwyf bellach wedi defnyddio'r gronfa yn effeithiol iawn ac wedi prynu'r bysellfwrdd cerddoriaeth ro'n i wedi'i lygadu ers tro byd - diolch i chi does dim rhaid i mi freuddwydio am ei feddu rhagor."

Cronfa Gofalwyr Ceredigion

Ydych chi'n edrych ar ôl rhywun?
Gallwch wneud cais am y Cronfa Gofalwyr Ceredigion os ydych chi neu'r unigolyn yr ydych yn gofalu amdanynt yn byw yng Ngheredigion.

Gallwch wneud cais am hyd at

£150

i'w wario ar rywbeth a fydd yn helpu i wella'ch iechyd a'ch lles.

www.ceredigion.gov.uk/cronfagofalwyr

Cinger Se CEREDIGION Caeir Caeir Council

Cyffwrdd Ceredigion Ceredigion & Ceredigion Ceredigion Connecting Ceredigion Ceredigion and Community Services

Cafodd

£116,197

ei ddyfarnu

Cafodd

591

cais unigol a theuluol eu prosesu

Elwodd

776

o ofalwyr

MANNAU CROESO CYNNES

Trwy gydol gaeaf 2022/23, bu tîm Cysylltwyr Cymunedol Ceredigion yn cydweithio â CAVO a grwpiau cymunedol ledled y sir i sefydlu Mannau Croeso Cynnes.

Mae Mannau Croeso Cynnes yn lleoliadau cynnes a diogel sy'n rhad ac am ddim ac yn groesawgar i bob oedran, mae rhai ohonynt hefyd yn darparu diodydd poeth, byrbrydau a gweithgareddau.

Agorodd caffis, eglwysi, canolfannau cymunedol, neuaddau pentref, llyfrgelloedd a siopau llyfrau ar draws y sir eu drysau a chroesawu pobl o bob oed.

Roedd y Mannau Croeso Cynnes yn fan cyfarfod cymdeithasol i bobl ddod at ei gilydd ac adeiladu cyfeillgarwch.



Astudiaeth achos Cysylltydd Cymunedol:

Yn ystod cyfarfod tîm, buom yn trafod y prosiect Mannau Croeso Cynnes a chytunwyd y byddai cynnwys Cysylltwyr Cymunedol yn allweddol wrth ledaenu gwybodaeth am y cyllid sydd ar gael ledled Ceredigion. Penderfynwyd yn unfrydol i estyn allan yn rhagweithiol i bob cymuned yn y rhanbarth.

Yn fy rôl i, cefais fewnbwn gwerthfawr gan fy Rheolwr Tîm, a rannodd fanylion yn syth ar sut i wneud cais am y cyllid. Heb betruso, es ati i ddsbarthu'r wybodaeth i wahanol hybiau cymunedol, gan gynnwys Hwb Cymunedol y Borth, Eglwysi Lleol, Caffi Cymunedol Cletwr, Hafan y Waun a Neuaddau Cymunedol.

Ar ben hynny, gwnes i ymweliad personol â'r Bore Coffi a sefydlwyd yn ddiweddar yn Neuadd Rhydypennau i ddweud wrthynt am y cyfle cyllido newydd. Roedd ymateb Pwyllgor Neuadd Rhydypennau yn hynod gadarnhaol, ac fe wnaethant gais yn brydlon am y grant ar yr un diwrnod. Roeddwn wrth fy modd eu bod wedi llwyddo i gael y grant, a gefnogodd eu menter Bore Coffi Croeso Cynnes.

Oherwydd ein hymdrechion rhagweithiol i estyn allan, roeddwn yr un mor falch bod sawl man cymunedol arall wedi gwneud cais am gyllid manau Croeso Cynnes ar gyfer eu gweithgareddau. Roedd hyn yn cynnwys, Hwb Cymunedol y Borth, Caffi Cletwr, Hafan y Waun, Eglwys Llanbadarn Fawr, Yr Iron Room yn Eglwysfach, Neuadd Talybont a Neuadd Rhydypennau yn Bow Street.

Mae'r ymateb gan y grwpiau cymunedol hyn wedi bod yn gadarnhaol iawn, a mynegwyd eu diolch am ddarparu gwybodaeth yn brydlon ac effeithiol ynghylch y cyllid sydd ar gael ar gyfer y prosiect Mannau Croeso Cynnes.

Oherwydd y berthynas gref, gadarnhaol y mae'r tîm wedi gallu meithrin gyda sefydliadau wrth ddatblygu'r Mannau Croeso Cynnes, byddwn yn parhau i adeiladu ar y gwaith hwn yn 2022-23.



Roedd

42

o Fannau Croeso Cynnes ar draws Ceredigion

Gwnaeth y Cysylltwyr Cymunedol ddsbarthu:

150

o adlewyrchwyr rheiddiadur



300

o nwyddau atal drafft



50

o flancedi



60

Bwlb golau arbed ynni



GWEITHIO GYDAG IECHYD - PRESGRIPSIYNAU CYMDEITHASOL

Tîm Amlasiantaeth Borth (MAT)*

Mae'r Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol wedi sefydlu cysylltiadau da ac wedi creu perthynas waith gref ymhlith aelodau MAT sydd wedi bod yn hynod hawdd i weithio â hwy pan fo angen cymorth pellach. Rydym wedi dod i adnabod tîm y feddygfa yn dda iawn ac o ran yr hyn rydym wedi'i ddysgu, rydym wedi dod i ddeall mwy am y rolau proffesiynol o fewn y feddygfa megis nyrsus Admiral, nyrs ardal, a Gweithwyr Proffesiynol Perthynol i Iechyd eraill. Mae gennym hefyd syniad mwy clir o'u cyfranogiad yng ngofal unigolyn, lle mae'r person hwnnw ar ei daith yn gorfforol ac yn feddyliol ac mae'n ein hysbysu yn ein gwaith i sicrhau'r canlyniadau cadarnhaol gorau. Mae unrhyw rwystrau oedd yn bodoli rhwng ein tîm a'n cydweithwyr iechyd bellach wedi cael eu dileu trwy gymryd rhan yn y prosiect hwn.

150

o gleifion wedi eu gweld gan MAT Borth a Thregaron



Cyfeiriwyd

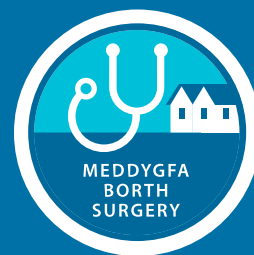
19

claf yn uniongyrchol at y Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol

Ehangu presgripsiynau cymdeithasol yng Ngheredigion

Ym mis Ionawr 2023, yn dilyn cydnabyddiaeth eang o gyflawniadau MAT Borth, gwahoddwyd y feddygfayn Nhregaron i ymuno. Mae gennym agwedd gadarnhaol ynglŷn â'r manteision posibl y bydd yn eu cynnig i gleifion a chymuned Tregaron drwy gydol 2023 - 2024.

**Noder: roedd MAT (Tîm Amlasiantaethol) yn cael ei adnabod ynghynt fel MDT (Y Tîm Amlddisgyblaethol) tan mis Chwefror 2023*



Gwylwch y fideo i weld gwybodaeth am MAT y Borth (Saesneg yn unig)



bit.ly/BorthMAT

Canlyniadau cleifion:

- **11** wedi'u cefnogi i ymuno â grwpiau cymdeithasol yn eu hardaloedd lleol
- Cyfeiriwyd **4** at wasanaeth cefnogi gofalwyr a gomisiynwyd ar gyfer cefnogaeth ddwys
- Cafodd **3** gymorth i gael mynediad at wasanaethau iechyd meddwl
- Cefnogwyd **2** i gael mynediad at gymorth ymarferol yn y cartref wrth y Groes Goch ac Age Cymru
- Cefnogwyd **2** i gael mynediad at feddygfeydd Canolfan Cyngor ar Bopeth
- Cefnogwyd **1** i gael mynediad at Country Cars i gael cymorth gyda thrafnidiaeth

BLWYDDYN LLAWN GWEITHGAREDDAU

SESIYNAU GALW HEIBIO CYMUNEDOL

Beth am siarad am gadw'n gynnes

Ymunwch â Chysylltydd Cymunedol, Sarah Kendall am wybodaeth a chyngor

Dydd Mawrth, 6 Rhagfyr
3pm - 5pm

Tafarn Y llew Gwyn, Talybont

Mae Cysylltwyr Cymunedol yn arbenigwyr ar yr hyn sy'n digwydd yn eich ardal chi!

Mae hyn yn cynnwys grwpiau cymunedol, a gweithio gyda grŵpiau ac unigolion i ddod o hyd i wybodaeth a danfon gwychaeth i'ch cadw mewn cysylltiad â'ch cymuned.



“Doeddwn i ddim yn siŵr os oeddwn am ddod gan fy mod i mor brysur. Gwnaeth fy ngŵr fy annog i ddod heddiw ac rwy'n falch iawn fy mod i wedi dod gan fy mod wedi mwynhau'n fawr.”



TE A CHACEN I OFALWYR DI-DÂL

Ymunwch â'ch Cysylltydd Cymunedol lleol am sgwrs a phaned hamddenol.

Lleoliad: Talbot Tregaron
Dyddiad: 27/09/2022
Amser: 3pm

Nifer cyfyngedig o leoedd - rhaid archebu lle



Sesiynau galw heibio

Siop gwisg ysgol ail-law

Rhodri gostyngiad i bawb sy'n dangos Cerdyn Gofalwr

Hwb Eco Aber
Stryd y Baddon, Aberystwyth, SY23 2NN

Dydd Gwener 8 Gorffennaf 4 - 6pm

Dydd Sadwrn 9 Gorffennaf 11am - 1pm

Am fwy o wybodaeth, cysylltwch â Mandy, Gofalwyr Ceredigion Carers drwy Ffônio 07976 806975 neu drwy anfon e-bost i mandy@credu.cymru




DIGWYDDIAD AM DDIM

Diwrnod Hawliau Gofalwyr 2022

Ydych chi'n helpu i ofalu am aelod o'r teulu neu ffrind? Os ydych chi, ymunwch â ni i gael cyngor a chymorth.

Neuadd Pentref Gorsgoch
10 Tachwedd
10am - 3pm

Prifysgol Aberystwyth
17 Tachwedd
12pm - 4pm

Y Man a'r Lle
24 Tachwedd
10am - 3pm

Dysgwch fwy am eich hawliau fel gofalwr a chaet y gefnogaeth y mae gennych yr hawl i'ch!

- Cyngor am gyllid
- Cyngor am gyflogaeth a budd-daliadau
- Cynghorion sy'n arbed ynni
- Hefyd, llawer mwy
- Cawl, bara, te a choffi am ddim

Nifer cyfyngedig o fagiâu llawn nwyddau AM DDIM ymhob digwyddiad

Os hoffech ddod ond nid ydych chi siŵr sut y gallwch wneud hynny, ffronwch ni a gwanaw ein gorau i'ch helpu chi i ddod o hyd i'r gefnogaeth gywir.

Tim Gofalwyr a Chymorth Cymunedol
Ffôn: 01545 574200
E-bost: cysylltu@ceredigion.gov.uk

CYSYLLTWYR CYMUNEDOL

Sesiynau Galw Heibio - Cadw'n Gynnes

COMMUNITY CONNECTOR

Drop-in Sessions - Keeping Warm




“Roedd hi'n grêt dod wyneb yn wyneb gyda'r bobl ro'n i wedi siarad â nhw dros y ffôn. Roedd pawb yn gyfeillgar ac yn addysgiadol. Rwy'n edrych ymlaen at y digwyddiad nesaf!”



2022
gofalwyr

Hawliau Gofalwyr
 Dysgwch fwy am eich hawliau fel gofalwr di-dâl

Dydd Mercher
23 Tachwedd
10am - 11am

DYSGWCH AM Y CANLYNIOL:

- **POLISI GOFALWYR Y CYNGOR**
- **Y PASBORT I GOFALWYR**
- **CYMOETHI YN Y GWAIATH**
- **CYMOETHI YN Y GYMNED**

Ymunwch â Gofalwyr Cymru, y Tim Gofalwyr a Chymorth Cymunedol ac Adnoddau Dynol I ofyn unrhyw gwestiynau sydd gennych am eich gwaith a'ch rôl ofalu.

Mae'r sesiwn hon yn agored i bob aelod o staff.

Archebwch eich lle ar **hunan-wasanaeth Ceri 'Hawliau Gofalwyr'**

“Roedd yn llawer o gymorth, roedd pawb mor gyfeillgar, mae gennym ddiogon i'w ddarllen. Diwrnod allan cynhyrchiol iawn, diolch.”



Sesiwn rithiol i ofalwyr
 Dydd Iau olaf pob mis, y cyfarfod nesaf:

Dydd Iau, 27 Gorffennaf
2pm - 3pm
 ar Teams: bit.ly/3d1bxdD

Galw helbio i ofyn i'r Tim Gofalwyr a Chymorth Cymunedol ac Adnoddau Dynol am gyngor am eich rôl gofalu a sgwrsio â Gofalwyr eraill unrhyw adeg rhwng 2pm ac 3pm.

“Fe wnes i fwynhau'r cyfle i siarad â gofalwyr eraill.”

“Roedd hwn yn gyfle gwych i estyn allan at gwsmeriaid bregus oedd yn gwynebu argyfwng ynni. Ond roedd yr un mor ddefnyddiol ar gyfer cyrraedd partneriaid a dosbarthu marchnata i weithwyr rheng flaen. Diolch yn fawr.”



TAITH DEMENTIA RITHWIR I OFALWYR

- **Dydd Mawrth, 7 Mawrth - Aberystwyth**
- **Dydd Mercher, 8 Mawrth - Aberaeron**

Mae'r llefydd yn brin archebwch nawr

BWS DEMENTIA

Gweithgareddau Coedlannau a Chrefft gyda 'Tir Coed'

Hydref 19

10AM I 3PM

Blw? Coed Tyllwyd, Llanfarian, SY23 4QE

Ff ofalwyr (a'r bobl y maent yn gofalu amdanynt)

- Dewch i gael y profiad o fod mewn coedwig yng Nghymru a dda sefildod mwy arosach.
- Dewch i gael eich ystyried gan fyfyrwyr neu arbenigwyr.
- Ymgwbyddwch yn i'w sefildod a datbwythwch eich creadigrwydd.
- A ddechrech am atyni.

Lleoedd cyfyngedig:
 Arddedochwyrch sefildod 7
Hydref 2022 Ewch i'r wefan i'r ddiwedd ydych chi gwyboda mwy yn e-bost i'w hysbysu i'w hysbysu.

Am ragori a wybodaeth am y digwyddiad gan gynnwys oheroddiadau, cerbydau i'w hysbysu, a chofrestru, cerbydau i'w hysbysu, a chofrestru, cerbydau i'w hysbysu, a chofrestru.

DECHRAU DA I'R FLWYDDYN NEWYDD!

Ydych chi eisiau dechrau da i'r flwyddyn newydd?
 Ewch draw i'r Stondin yn Aberystwyth am fwy o wybodaeth, cyngor a chymorth gan gynnwys gweithdai i'ch helpu chi ar eich taith i gychwyn flwyddyn newydd iach.

Dydd Mercher 11 a Dydd Iau 19 Ionawr
Amser: 09:30yb - 5:00yb
Lleoliad: Stondin Band Aberystwyth, Marine Terrace, SY23 2BY

Ar agor i bob oedran!

Am fwy o fanylion ynglŷn â'r digwyddiad a sut i gyrraedd yno, cysylltwch â ni ar: cysylltu@ceredigion.gov.uk neu 01545 574200

Darparwyd y wybodaeth, cyngor a chefnogaeth gan Porth Cymorth Cymru a'r oheroddiadau.



“Cefais gyngor am y gwahanol grwpiau i'w mynychu, ond mae cyrraedd yno yn anodd oherwydd diffyg trafndiaeth.”



Sesiwn Blas Digidol i Ofalwyr

DIGWYDDIAD AM DDIM I OFALWYR DI-DÂL
 Dydd Mawrth, 28 Mawrth 2023
 10.30yb - 2.30yb
 Ystafell Aerôn, Neaudd y Sir, Penmorfa, Aberaeron, SA47 0PA

Angen help gyda rhywbeth digidol?

- Anefon e-byst
- Cysylltu â'r Wi-Fi
- Gweldadwch fideo

Am roi cynnig ar dechnoleg?

- Gliniaiduron
- iPad / Cyfrifiadur Llestron
- Technoleg gyfar ym y cartref - e.e. Sefnyddio'r Bwsau'r Gyngor

Mae'r llefydd yn brin - archebwch nawr erbyn 21 Mawrth!
 Os hoffech chi ddiolchi oheroddiadau, cerbydau i'w hysbysu, a chofrestru, cerbydau i'w hysbysu, a chofrestru, cerbydau i'w hysbysu, a chofrestru, cerbydau i'w hysbysu, a chofrestru.

Yn cynnwys cino am ddim, tea a cheffn.

BETH SYDD ANGEN I NI EI WNEUD NESAF?

AMCANION BUSNES 2023/24

- 1 Darparu cyngor a chymorth gwybodaeth o safon i amrywiaeth o grwpiau ledled Ceredigion yn rhagweithiol
- 2 Datblygu gwaith i adeiladu gwynnwch cymunedol ar draws Ceredigion
- 3 Datblygu ystod o seibiannau byr cynaliadwy i ofalwyr

**Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol
Porth Cymorth Cynnar
Ceredigion County Council**

 **01545 574200**

 **cysylltu@ceredigion.gov.uk**



Cysylltu Ceredigion
Gofalwyr a Chymorth Cymunedol
Connecting Ceredigion
Carers and Community Support



CYNGOR SIR CEREDIGION COUNTY COUNCIL

Adroddiad i'r: Cabinet

Dyddiad y Cyfarfod: 19.03.2024

Teitl: Adroddiad Blynyddol Uned Gofalwyr Ceredigion
2022-2023

Pwrpas yr adroddiad: Rhoi adborth yn dilyn cyfarfod y Pwyllgor Trosolwg
a Chraffu Cymunedau Iachach ar 11 Mawrth 2024

Cefndir:

Mae'r Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol yn dod â'n Swyddogion Datblygu Gofalwyr, Cysylltwyr Cymunedol a Swyddog Heneiddio'n Dda at ei gilydd i weithio mewn un tîm sy'n canolbwyntio ar roi gwybodaeth, cyngor a chymorth i ofalwyr di-dâl a chefnogi aelodau'r gymuned yng Ngheredigion.

Argymhelliad:

Yn dilyn trafodaeth, cytunodd Aelodau'r Pwyllgor i argymhell y dylai'r Cabinet:

1. dderbyn Adroddiad Blynyddol y Tîm Gofalwyr a Chymorth Cymunedol.

Ymddiheurodd y Cyngorydd Alun Williams, yr Aelod Cabinet, fod yr adroddiad yn hwyr a chadarnhaodd fod pob swydd yn y tîm bellach wedi'u llenwi. Estynnodd y Cadeirydd longyfarchiadau i'r Tîm am eu gwaith caled a'u hymrwymiad.

Y Cyngorydd Caryl Roberts
Cadeirydd y Pwyllgor Trosolwg a Chraffu Cymunedau Iachach