

Gwasanaeth Cynhalwyr Ifainc Rhondda Cynon Taf

Darparu cymorth a gwybodaeth i gynhalwyr hyd at 25 oed sy'n byw ledled Rhondda Cynon Taf

Mae cynhalwyr yn gofalu am ffrindiau, teulu a chymdogion sydd angen help oherwydd eu bod nhw'n sâl, yn fregus, yn anabl, yn dioddef o salwch meddwl neu'n camddefnyddio sylweddau.

Mae'r Gwasanaeth Cynhalwyr Ifainc yn darparu cymorth a gwybodaeth i gynhalwyr hyd at 25 oed sy'n byw ledled Rhondda Cynon Taf.

"Mae Cynhaliwr Ifainc yn cymryd cyfrifoldeb dros rywun sy'n sâl, yn anabl, yn oedrannus, yn profi gofid meddyliol, yn cael ei effeithio gan ddefnydd o sylwedd, neu mae ganddyn nhw gyfrifoldeb sylweddol dros ofalu am frawd neu chwaer. Efallai eu bod nhw'n darparu'r gofal i gyd neu'n helpu rhywun arall i ddarparu'r gofal. Mae'r gofal a gaiff ei ddarparu yn ymwneud â phethau gweladwy (newid rhwymynnau, coginio, glanhau neu helpu rhywun i ddefnyddio'r tŷ bach neu ymolchi), yn ogystal â phethau does dim modd eu gweld, er enghraifft teimladau'r cynhaliwr ifanc ynglŷn â'i rôl.

Weithiau, caiff cynhalwyr o dan 18 oed eu galw'n 'Gynhalwyr Ifainc'

Weithiau, caiff cynhalwyr rhwng 18 a 25 oed eu galw'n 'Gynhalwyr sy'n Oedolion Ifainc'

Y Cymorth sydd ar gael gan y Gwasanaeth

Fel Cynhaliwr Ifanc neu Gynhaliwr sy'n Oedolyn Ifanc, efallai y byddwch chi'n teimlo:

- Bod gan eich ffrindiau fwy o amser hamdden na chi
- Yn bryderus am yr unigolyn rydych chi'n gofalu amdano
- Eich bod chi'n cael traferth wrth ganolbwyntio ar eich gwaith ysgol/ coleg neu chwilio am swydd o ganlyniad i'ch cyfrifoldebau fel cynhaliwr

Yn aml, mae cynhalwyr yn teimlo bod dim modd trafod eu problemau gyda'u ffrindiau neu oedolion eraill am eu bod nhw'n driw i'r unigolyn maen nhw'n gofalu amdano neu'n ofni'r hyn a fydd yn digwydd. O dan amgylchiadau fel hyn, mae modd i'r Gwasanaeth Cynhalwyr Ifainc yn Rhondda Cynon Taf gynnig cymorth mewn nifer o ffyrdd.

Efallai y bydd modd i ni eich helpu i barhau i ddarparu gofal mewn ffordd sy'n gwneud i chi deimlo eich bod chi ddim yn colli allan ar fyd addysg, eich bywyd cymdeithasol na'ch datblygiad personol.

Manteisio ar y Gwasanaeth

Os ydych chi o dan 18 oed:

Ffoniwch: 01443 425006

E-bostio: carfancynhalwyrifainc@rctcbc.gov.uk

Os ydych chi rhwng 18 a 25 oed:

Ffoniwch: 01443 281463

E-bostio: cynnalcynhalwyr@rctcbc.gov.uk

Asesiadau

Mae gan Gynhalwyr Ifainc a Chynhalwyr sy'n Oedolion Ifainc hawl i gael asesiad o'u hanghenion. Mae'r asesiad yma'n gyfle i siarad â gweithiwr proffesiynol am eich rôl fel cynhaliwr a nodi unrhyw gymorth a allai fod o fudd i chi. Yn dilyn yr ymweliad yma, mae modd i ni ddarparu gwybodaeth a chymorth tymor-byr, e.e. cysylltu ag ysgolion/ colegau neu'ch atgyfeirio at wasanaethau eraill (cwnsela, gofal seibiant ac ati) yn ôl yr angen. Mae'r asesiad yn ystyried anghenion y teulu yn ei gyfanrwydd, ac mae modd i'r sawl sy'n derbyn gofal gael ei atgyfeirio at wasanaethau cymorth hefyd.

Pe hoffech chi gael rhagor o wybodaeth am yr asesiadau, defnyddiwch y manylion cyswllt uchod.

Cyfleoedd Cymdeithasol

Mae modd i Gynhalwyr Ifainc sydd angen cymorth parhaus gael eu hatgyfeirio at y 'Prosiect Cynhalwyr Ifainc'.

Nod y prosiect yw lleihau achosion o ynysiad ymhlith cynhalwyr ifainc, a rhoi cyfle iddyn nhw dreulio amser gyda'i gilydd a chael seibiant o'u rôl fel cynhalwyr. Mae'r prosiect yn cynnal sesiynau grŵp rheolaidd ledled Rhondda Cynon Taf ac yn trefnu gwibdeithiau a gweithgareddau dros y gwyliau. Caiff gweithiwr allweddol ei benodi ar gyfer pob Cynhaliwr Ifainc, a chaiff sesiynau un-i-un eu cynnal yn ôl yr angen.

Mae gweithiwr penodedig o fewn y gwasanaeth i Gynhalwyr sy'n Oedolion Ifainc, sy'n trefnu digwyddiadau cymdeithasol misol megis mynd allan am fwyd, neu fynd i'r sinema neu glwb comedi. Caiff diwrnodau gweithgaredd a gweithgareddau dros nos eu trefnu yn ystod y gwyliau ac ar benwythnosau. Yn ogystal â hynny, caiff sesiynau grŵp bach eu trefnu a'u teilwra er mwyn diwallu anghenion y grŵp.

Rydyn ni hefyd yn gweithio ag adrannau eraill, fel ein Gwasanaethau Hamdden a Diwylliannol, er mwyn sicrhau bod modd i gynhalwyr ifainc fanteisio ar amrywiaeth eang o gyfleoedd.

Achlysuron a Hyfforddiant

Mae'r Gwasanaeth Cynhalwyr Ifainc yn trefnu amrywiaeth o weithgareddau a hyfforddiant sydd â'r nod o helpu cynhalwyr i ddarparu gofal a dathlu achlysuron cenedlaethol fel Wythnos y Cynhalwyr a Diwrnod Hawliau Cynhalwyr. Mae'r achlysuron wedi cynnwys 'Diwrnod Meddyliau Iach', achlysur 'Codi eich Llais', gweithdy ar 'Goginio ar gyllideb fach' a chwrs hyfforddiant preswyl 'Gofalu Amdana I', a gafodd ei gynnal dros ddwy noson.

Mae'r Gwasanaeth Cynhalwyr Ifainc yn eistedd ochr yn ochr â'r Cynllun Cynnal y Cynhalwyr (ar gyfer cynhalwyr sy'n oedolion), ac rydyn ni'n gweithio'n agos gyda'n gilydd i drefnu achlysuron sy'n galluogi cynhalwyr o bob oed i dreulio amser gyda'i gilydd. Mae'r achlysuron yma yn cynnwys 'Diwrnod Llawn Hwyl' ar gyfer y cynhalwyr a'u teuluoedd, Pantomeim Nadoligaidd a thaith i weld y 'Good Food Show Live'.

Mynediad Pris Gostyngol i Wasanaethau Hamdden ar gyfer Cynhalwyr

Mae modd i gynhalwyr o bob oed fanteisio ar gyfleoedd hamdden, cymdeithasu neu ymlacio am hanner y pris arferol. Mae Cyngor Rhondda Cynon Taf yn cynnig pris gostyngol o hyd at 60% am eu 'Cerdyn i'r Eithaf a Mwy' a'u 'Cerdyn Rhagor a Mwy' misol (debyd uniongyrchol), yn ogystal â'i brisiau 'talw wrth fynd'. Bydd prisiau 'talw wrth fynd' i ddsbarthiadau neu i'r pwll nofio yn costio o leiaf hanner y pris arferol i bob cynhaliwr.

Pe hoffech chi gael rhagor o wybodaeth am y gostyngiadau yma, defnyddiwch y manylion cyswllt uchod.

Gwasanaeth Cwnsela i Gynhalwyr

Dyma wasanaeth cyfrinachol rhad ac am ddim sy'n cynnig cymorth dros y ffôn neu wyneb yn wyneb i gynhalwyr sy'n 18 oed neu'n hŷn yn Rhondda Cynon Taf. Mae'r gwasanaeth yn cael ei ddarparu gan gynghorwyr cymwys. Mae modd i chi siarad am unrhyw agwedd ar eich bywyd sy'n peri pryder i chi, gan fod problemau personol a phroblemau o ran darparu gofal yn aml yn cyd-fynd â'i gilydd. Mae'n bosibl y bydd datrys y naill broblem yn helpu gyda'r llall

Mae modd i gynhalwyr ifainc o dan 18 oed gael eu hatgyfeirio at y gwasanaeth cwnsela Eye to Eye, sef gwasanaeth cwnsela am ddim i bobl ifainc a gaiff ei ddarparu mewn ysgolion ac yn y gymuned.

Pe hoffech chi gael rhagor o wybodaeth neu drefnu sesiwn cwnsela, defnyddiwch y manylion cyswllt uchod.

Mae modd trefnu i'r wybodaeth yma fod ar gael mewn fformatau eraill print bras, llythrennau Braille, a disg, yn Gymraeg, Saesneg, ac ieithoedd eraill

Pe hoffech chi fwrw sylwadau am y ffeithlen hon, neu unrhyw wybodaeth arall rydych chi wedi'i chael oddi wrth y gwasanaethau cymdeithasol, cysylltwch â

gwasanaethaucymdeithasol@rctcbc.gov.uk neu'r Garfan Ymateb ar Unwaith ar
01443 425003