

Cymorth Cynnar

Dulliau ac Ymyriadau



This document is available in English / Mae'r ddogfaen hon ar gael yn



Hanes y Ddogfen

Dyddiad	Fersiwn	Awdur	Crynodeb Adolygu
Mawrth 2018	1	Dr Sarah Fitzgibbon	Drafft Cyntaf – dogfen ymgynghori
Awst 2020	2	Dr Sarah Fitzgibbon	Y wybodaeth ddiweddaraf i gynnwys Cymorth Cynnar
Hydref 2020	3	Dr Sarah Fitzgibbon	Cynnwys adborth gan adolygwyr

Adolygwyr

Yr unigolion canlynol sydd i adolygu'r ddogfen hon;

Dyddiad	Fersiwn	Enw'r Adolygydd	Teitl yr Adolygydd
Hydref 2020	3	Avril Hooper/Dan O'Keefe/ Andy Senior/ Sarah Manley/ Sion Bonett/ Rachel Raymond/ Natalie Dix	Uwch Dîm Rheoli Cymorth Cynnar
Hydref 2020	3	Avril Hooper/Dan O'Keefe/ Andy Senior/ Sarah Manley/ Sion Bonett/ Rachel Raymond/ Natalie Dix	Cymorth Cynnar Grŵp Gweithredol
Hydref 2020	3	Avril Hooper	Rheolwr Gweithredol Cymorth Cynnar

Cymeradwyaeth

Mae angen cymeradwyaeth yr unigolion canlynol ar y ddogfen hon;

Dyddiad	Fersiwn	Enw	Teitl
Hydref 2020	3	Avril Hooper	Rheolwr Gweithredol Cymorth Cynnar

Cynnwys

Hanes y Ddogfen	1
1.0 Cyflwyniad	4
2.0 Cymorth Cynnar Caerdydd	6
2.1 Cyngor a Chyngor i Deuluoedd Caerdydd	6
Porth Teuluoedd Caerdydd	6
Tîm Helpu Teuluoedd	6
Tîm Anableddau Helpu Teuluoedd	7
Cymorth i Deuluoedd	7
2.2 Ymarferwyr Iechyd Meddwl Sylfaenol	7
2.3 Swyddog Cymorth Cymunedol yr Heddlu	8
2.4 Dechrau'n Deg	8
Ymweliadau Iechyd Gwell	8
Tîm Dieteg Dechrau'n Deg	9
Iaith, Lleferydd a Chyfathrebu	10
Gofal Plant Am Ddim o Safon i blant 2-3 oed	10
Gwasanaeth Rhianta Dechrau'n Deg	11
Canolfan Achrededig a Datblygu'r Gweithle (CADG)	11
2.5 Y Cynnig Gofal Plant i rai 3 a 4 oed	11
2.6 Cymorth Busnes Gofal Plant	12
2.7 Gwasanaethau Rhianta Caerdydd	12
2.8 Gwefan Cyngor a Chymorth i Deuluoedd Caerdydd	13
2.9 Mynegai i Blant a Phobl Ifanc sydd ag Anableddau ac Anghenion Ychwanegol	13
3.0 Dulliau	14
3.1 Arwyddion o Ddiogelwch	14
3.2 Gwasanaeth a Lywir gan Brofiadau Plentynod Negyddol (PPNau) a Thrawma	14
3.3 Dull Hawliau Plant a Dinas sy'n Dda i Blant	15
3.4 Dull sy'n Canolbwyntio ar yr Unigolyn	16
3.5 Meddwl Ynghyd	16
4.0. Cyngor, Cymorth ac Ymyriadau	18
4.1 Diogelu	18
4.2. Ymlyniad, Rhianta a Pherthnasoedd Teuluol: Sicrhau Gwasanaeth a Lywir gan Drawma	19
4.3. Iechyd a Datblygiad Plant	26
4.4. Cyllid, Budd-daliadau a Thai	32
3.5. Iechyd Meddwl a Lles	34
4.6. Addysg a Gofal Plant	38
5.0. Gwybodaeth Ategol	41

5.1. Deddfwriaeth	41
Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015	41
Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014	41
CCUHP a Dull Hawliau'r Plentyn	41
Mesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) 2011	41
GDPR	42
Deddf Trais yn Erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (Cymru) 2015	42
Deddf Plant 1989 a 2004	42
Deddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (2018)	43
Deddf Plant (Diddymu Amddiffyniad Cosb Resymol) (Cymru) 2020	43
5.2. Partneriaid Cyflawni Cymorth Cynnar	44
Tîm Integredig Cymorth i Deuluoedd Caerdydd a'r Fro	44
Gwasanaethau a Gomisiynir	45

1.0 Cyflwyniad

Mae'r ddogfen hon yn amlinellu'r dulliau a'r ymyriadau y mae ymarferwyr yn eu defnyddio wrth roi Cymorth Cynnar i deuluoedd, pobl ifanc a phlant ledled Caerdydd. Mae'n amlinellu'r **dulliau** sy'n sail i arfer ar bob lefel, yn manylu ar y **cyngor, cymorth ac ymyriadau** a roddir a'r wybodaeth atodol sydd ei hangen ar bob ymarferydd.

Dynododd Adolygiad Caerdydd (2018) y Sefydliad Gofal Cyhoeddus fod dealltwriaeth eang ar draws y DU fod cymorth cynnar a chymorth teuluol effeithiol yn gallu helpu i leihau nifer y plant sy'n cael canlyniadau gwael drwy eu plentyndod oherwydd eu bod wedi cael eu cam-drin, eu hecsploetio neu eu bod wedi dioddef o drawma ers hwy nag oedd ei angen.

Yn y ddogfen hon, trefnir y meysydd cyngor, cymorth ac ymyrraeth dan **chwe thema cyflawni**'n seiliedig ar y dystiolaeth ar effaith Profiadau Plentyndod Negyddol (PPNau). Dynododd astudiaeth PPNau Iechyd Cyhoeddus Cymru yn 2015 fod 1 o bob 7 o oedolion yng Nghymru wedi cael 4 neu fwy PPN a bod fymryn yn llai na hanner wedi profi o leiaf un. Gall atal PPNau mewn un genhedlaeth neu leihau eu heffeithiau fod o fudd i'r plant hynny a chenedlaethau'r dyfodol yng Nghymru.

Chwe thema cyngor, cymorth ac ymyrryd y ddogfen hon yw:

1. **Diogelu** - Yn sicrhau diogelwch a lles teuluoedd, pobl ifanc a phlant, gall Profiadau Plentyndod Negyddol (PPNau) gynnwys trais domestig, dioddef camdriniaeth neu gam-fanteisio (corfforol, rhywiol a/neu emosiynol), dioddef esgeulustod (corfforol ac emosiynol)
2. **Ymlyniad, Rhianta a Pherthnasau Teuluol** – Hyrwyddo atodiadau diogel o enedigaeth. Gall PPNau gynnwys rhieni'n gadael drwy wahanu neu ysgariad, aelod o'r cartref yn y carchar, trawma cysylltiadol oherwydd na all rhiant fodloni anghenion datblygiadol y plentyn.
3. **Iechyd a Datblygiad Plant** – Sicrhau bod plant a phobl ifanc yn iach yn gorfforol, yn effro eu meddwl, yn emosiynol gadarn, yn gymwys yn gymdeithasol ac yn barod i ddysgu.
4. **Cyllid, Budd-daliadau a Thai** – Hyrwyddo sefydlogrwydd ariannol a thai. Gall PPNau gynnwys profi anhawster ariannol neu ddigartrefedd posibl oherwydd newid mewn amgylchiadau fel diweithdra
5. **Iechyd a Lles Meddwl** – Cefnogi llwybrau at iechyd meddwl a lles da. Gall PPNau gynnwys rhiant â chyflwr iechyd meddwl, tyfu i fyny mewn cartref lle mae oedolion â phroblemau alcohol a chyffuriau
6. **Addysg a Gofal Plant** – Rhoi mynediad i ofal plant o safon a chefnogi ymgysylltiad ag addysg a dysgu.

O fewn pob un o'r chwe thema hyn, rhoddir y wybodaeth am y wybodaeth sylfaenol sydd ei hangen i lywio gwaith cyflawni, cynghori, cymorth ac ymyriadau i'w gwneud a'r adnoddau a all fesur effaith ymyrryd a monitro'r broses newid i unigolion a theuluoedd Gweler Fframwaith

Pellter Cymorth Cynnar Caerdydd am fanylion llawn yr adnoddau i fesur effaith). Er bod y themâu'n cael eu rhestru'n unigol, mae gorgyffwrdd rhyngddynt.

Mae gwybodaeth sylfaenol, hyfforddiant a dealltwriaeth ymarferwyr o ddulliau'n ganolog i arfer gorau. Bydd y ffordd mae ymarferwyr yn fframio neu'n deall sefyllfa'n dylanwadu ar yr ymateb a gynllunnir. Mae Adolygiad y Sefydliad Gofal Cyhoeddus hefyd yn amlinellu bod cymorth cynnar yn fwyaf effeithiol pan fo'n llwyddo i **ymgysylltu'n effeithiol â theuluoedd yn y broses newid** a bod yn rhagweithiol wrth chwalu rhwystrau at gyfranogi, gan gynnwys bod yn anfeirniadol, gwranddo, a gweithio ar 'enilliadau cyflym' ymarferol. Mae angen i ymarferwyr hefyd gael hyfforddiant i gynnig ymyriadau sy'n berthnasol i'w rôl ac sy'n gysylltiedig ag angen teuluol. Mae Adolygiad Sefydliad Gofal Cyhoeddus Caerdydd yn amlinellu'r ffaith bod cymorth cynnar ar ei fwyaf effeithiol pan fo'n cynnwys gwasanaethau ac ymyriadau sy'n defnyddio methodolegau dibynadwy a brofwyd sy'n cael eu gwneud yn driw i fethodolegau penodedig.

Mae gwybodaeth am wasanaethau lleol a'r prosesau o fewn ac ar draws Caerdydd yn ganolog i allu ymarferydd i roi y lefel gywir o gymorth ar yr **adeg gywir i deuluoedd, pobl ifanc a phlant**.

2.0 Cymorth Cynnar Caerdydd

Cymorth Cynnar Caerdydd yw'r enw a roddir i gasgliad o dimau sy'n cynnig amrywiaeth o wasanaethau i deuluoedd, pobl ifanc a phlant ledled Caerdydd.

2.1 Cyngor a Chymorth i Deuluoedd Caerdydd

Porth Teuluoedd Caerdydd

Mae'r Porth Teuluoedd yn cynnig llwybr atgyfeirio clir a hygyrch i unrhyw un â phryderon lles am blentyn neu sydd am ddysgu mwy am y cymorth sydd ar gael i deuluoedd ledled Caerdydd. Mae'r Porth yn bwynt cyswllt ar gyfer unrhyw weithiwr proffesiynol, rhiant, plentyn neu berson ifanc ac mae'n darparu llwybr clir i wasanaethau cymorth eraill. Dyma'r pwynt cyswllt cyntaf ar gyfer gwybodaeth, cyngor a chymorth. Mae'r gwasanaeth yn ategu'r ddarpariaeth bresennol sydd eisoes ar gael gan y gwasanaethau addysg ac iechyd.

Mae'r Porth Teuluoedd yn cynnig gwybodaeth, cyngor a chymorth ar ystod eang o destunau a meysydd ymholiadau megis cyngor ariannol, tai, budd-daliadau lles, ymddygiad plant, gofal plant, presenoldeb yn yr ysgol, iechyd a llesiant, cymorth i rieni a llawer mwy. Mae Swyddogion Cyswllt y Porth i Deuluoedd ar gael i wrando ar y sefyllfa, adnabod pa gefnogaeth sydd orau a helpu i gael mynediad ati. Caiff atgyfeiriadau gyda phryder diogelu clir eu cyfeirio at Hyb Diogelu Amlasiantaethol (MASH) lle bydd gweithiwr cymdeithasol fydd yn gwneud penderfyniad ar y gwasanaeth mwyaf priodol i gefnogi'r teulu.

Mae'r Porth Teuluoedd yn gweithio ochr yn ochr ac yn cyfeirio'n uniongyrchol at y timau Helpu Teuluoedd, Anableddau Helpu Teuluoedd a Chymorth i Deuluoedd pan fydd angen ymyrraeth tymor byr ar deuluoedd neu pan fyddant yn wynebu materion mwy cymhleth. Gwneir atgyfeiriadau i Wasanaethau Rhianta Caerdydd hefyd drwy'r Porth Teuluoedd ar gyfer y rhieni hynny sydd angen cymorth i wella hyder a sgiliau rhianta, gan adeiladu ar ddealltwriaeth rhieni o ymddygiad eu plentyn a chryfhau perthnasoedd, magwraeth, lles a gwydnwch.

Y Porth Teuluoedd hefyd yw'r pwynt mynediad ar gyfer atgyfeiriadau i Wasanaeth Lles Teulu Barnardo's, ar gyfer plant a phobl ifanc sydd angen asesiadau gofalwyr ifanc ac ar gyfer darpariaeth Allgymorth Dechrau'n Deg.

Tîm Helpu Teuluoedd

Mae'r tîm Helpu Teuluoedd yn darparu ymyriadau tymor byr (6-12 wythnos fel arfer), wedi'u targedu ar gyfer teuluoedd sydd, heb gymorth ar hyn o bryd, yn debygol o fod angen cymorth neu ddiogelwch mwy dwys yn y dyfodol.

Bydd Cynghorydd Helpu Teuluoedd yn gweithio gyda'r teulu i gynnal asesiad cyfannol o angen, gan ddefnyddio'r fframwaith Arwyddion Diogelwch. Bydd Cynllun Teulu yn cael ei ddatblygu gyda nodau lles clir, gan adlewyrchu anghenion y teulu cyfan i fabwysiadu dull nad yw'n beio ac yn cael ei gytuno gan holl aelodau'r teulu. Bydd y Cynghorydd Helpu Teuluoedd yn cefnogi'r teulu i gyflawni'r nodau hynny, naill ai drwy ddarparu ymyriadau uniongyrchol, a/neu drwy gynorthwyo'r teulu i gael mynediad at wasanaethau arbenigol eraill. Bydd y

Cynghorydd hefyd yn cysylltu â gweithwyr proffesiynol eraill sy'n gweithio gyda'r teulu i'w galluogi i gyfrannu tuag at yr asesiad er mwyn sicrhau bod y Cynllun Teulu yn adlewyrchu'r cymorth y mae'r gweithwyr proffesiynol hwnnw'n ei roi. Defnyddir offer 'pellter teithio' gyda'r teuluoedd i fesur cynnydd yn erbyn y cynllun y cytunwyd arno ac i ddangos i'r teulu y cynnydd y maent wedi'i wneud.

Tîm Anableddau Helpu Teuluoedd

Mae'r Tîm Anableddau Helpu Teuluoedd yn gweithio yn yr un modd â'r tîm Helpu Teuluoedd a ddisgrifir uchod. Fodd bynnag, prif angen y teuluoedd y mae'r tîm yn gweithio gyda nhw yw anabledd person ifanc. Nid oes angen diagnosis ffurfiol, ond bydd angen i'r person ifanc fod yn destun adolygiad pediatrig neu feddyg ymgynghorol.

Cymorth i Deuluoedd

Cymorth i Deuluoedd yw'r rhan o Gyngor a Chymorth i Deuluoedd Caerdydd a arweinir gan y Gwasanaethau Plant i bontio'n bwlch rhwng Cymorth Cynnar a thimau Diogelu statudol. Mae Cymorth i Deuluoedd yn gweithio gyda theuluoedd sy'n profi problemau cymhleth ac mae'r gwasanaeth yn cynnwys Gweithwyr Cymdeithasol a Gweithwyr Cymorth i Deuluoedd, gan ddarparu tîm amlbwrpas i ddiwallu anghenion teuluoedd. Mae'r gwasanaeth yn cwblhau asesiadau cymesur yn unol â'r model Arwyddion Diogelwch ac yn defnyddio dull cyfannol amlasiantaethol i ddarparu pecynnau cymorth pwrpasol i deuluoedd.

Mae Cymorth i Deuluoedd yn cynnig:

- Gwybodaeth, cyngor a chymorth i deuluoedd sydd angen cael gafael arnynt
- Cymorth a chyngor i weithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda theuluoedd
- Gweithiwr Cymdeithasol y Gwasanaethau Plant yn bresennol i roi cymorth a chyngor mewn perthynas â materion diogelu a ph'un a ddylai achos gael ei uwchgyfeirio at dimau statudol.

2.2 Ymarferwyr Iechyd Meddwl Sylfaenol

Cyflogir Ymarferwyr Iechyd Meddwl Gofal Sylfaenol Arbenigol gan yr Awdurdod Iechyd i weithio o fewn Cymorth Cynnar. Mae'r tîm hwn yn cynnig ymgynghoriadau i gydweithwyr i lywio eu gwaith gyda phlant rhwng 5 a 17 oed, i dargedu iechyd meddwl. Maent hefyd yn darparu asesiad uniongyrchol a gwaith achos neu atgyfeiriadau i wasanaethau mwy arbenigol. Cyflwynwyd y gwasanaeth hwn ym mis Medi 2020, gan ddefnyddio cyllid trawsnewid tymor byr i dargedu meysydd fel:

- Pryder
- Cyngor ynghylch ASA, ADHD, Tics a Tourettes
- Problemau ymddygiad
- Profedigaeth
- Iselder a theimlo'n isel

- Problemau cyffuriau ac alcohol
- Anhwylderau bwyta
- OCD
- Hunan-niweidio lefel isel a bwriad hunanladdol.

Nid yw PMHSS yn darparu ymateb brys nac mewn argyfwng i anawsterau iechyd meddwl plant. O dan yr amgylchiadau hyn, bydd teuluoedd yn cael gwybod am wasanaethau meddygon teulu, gwasanaethau Damweiniau ac Achosion Brys Ysbytai, tîm Argyfwng CAMHS a'r gwasanaeth CAMHS Eilaidd/Arbenigol.

Mae Gwasanaethau Iechyd Meddwl Sylfaenol wedi'u hanelu at anawsterau o fewn yr ystod ysgafn i gymedrol er mwyn atal dirywiad a hyrwyddo gwydnwch ymysg plant, rhieni neu ofalwyr.

2.3 Swyddog Cymorth Cymunedol yr Heddlu (SCCHau)

Cyflogir SCCHau i weithio gyda phartneriaid Cymorth Cynnar i sicrhau bod teuluoedd yn cael y cymorth cywir sydd ei angen arnynt wrth i'r Heddlu a phartneriaid gydweithio'n fwy effeithiol. Eu rôl yw trafod gyda phartneriaid gyfleoedd posibl i ymyrryd â phlant a theuluoedd gan ddefnyddio dull sy'n seiliedig ar ddatrys problemau. Os yw ymateb plismona yn briodol, bydd Swyddogion Cymorth Cymunedol yr Heddlu yn cynnal ymweliadau dilynol â phlant a theuluoedd gyda'r asiantaeth bartner berthnasol.

2.4 Dechrau'n Deg

Mae Dechrau'n Deg yn rhaglen gan Lywodraeth Cymru sydd â'r nod o Drechu Tlodi. Mae wedi'i thargedu at deuluoedd â phlant o dan 4 oed sy'n byw mewn ardaloedd difreintiedig yng Nghymru. Dechreuodd y rhaglen yn 2006 ac mae bron 40,000 o deuluoedd yn defnyddio gwasanaethau ledled Cymru.

Caerdydd yw'r awdurdod lleol mwyaf yng Nghymru ac mae ganddi dros 4,500 o Deuluoedd sy'n gymwys i gael gwasanaethau Dechrau'n Deg. Mae Dechrau'n Deg Caerdydd yn cael ei redeg mewn partneriaeth rhwng Cyngor Caerdydd a Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro (BIPCaF)

Ymweliadau Iechyd Gwell

Mae Ymwelwyr Iechyd yn nyrsys/bydwragedd cymwysedig sydd â chymhwyster ôl-radd arbenigol mewn Ymweliadau Iechyd. Mae Ymwelwyr Iechyd yn gyffredinol yn hanfodol o ran gwella cyfleoedd iechyd plant. Mae llwythi achosion yn cael eu lleihau yn Dechrau'n Deg er mwyn cynyddu effeithiolrwydd. Mae Ymwelwyr Iechyd yn cefnogi'r broses o nodi angen yn gynnar ac yn cyflwyno atgyfeiriadau cynnar i wella canlyniadau.

Ymwelwyr Iechyd sy'n ymgymryd â'r sgrinio therapi lleferydd ac iaith gan ddefnyddio'r offeryn WellComm gyda phob plentyn. Mae Pecyn Cymorth WellComm wedi'i gynllunio i'w ddefnyddio gan bob ymarferydd y Blynyddoedd Cynnar. Mae'r canlyniadau'n darparu targedau clir i ymarferwyr weithio tuag atynt i gefnogi datblygiad iaith plant, yn ogystal ag ystod eang o weithgareddau a awgrymir i arwain rhieni ac ymarferwyr tuag at helpu'r plentyn i gyflawni ei nodau cyfathrebu.

Mae gweithio mewn partneriaeth yn hanfodol ar gyfer rhannu gwybodaeth, lleihau dyblygu ac yn bwysicaf oll gwella cyfathrebu. Mae Nyrsys Meithrin Cymunedol yn darparu ymyriadau pwrpasol dwys yng nghartref y teulu ar gyfer ystod eang o anghenion gan gynnwys chwarae ac ysgogi, lleferydd ac iaith ac ymyriadau ymddygiadol megis hyfforddiant toiled. Maent hefyd yn darparu gwiriadau a chyngor diogelwch yn y cartref fel mater o drefn. Defnyddir cymysgedd sgiliau yn llwyddiannus o fewn y timau ymwelwyr iechyd gan ychwanegu nyrsys band 5 sy'n cefnogi'r ymwelwyr iechyd i ddarparu gwasanaeth di-dor i deuluoedd, maent yn darparu pob agwedd ar raglen graidd Dechrau'n Deg ac eithrio pryderon diogelu sy'n parhau i fod yn gyfrifoldeb i'r ymwelwyr iechyd.

Mae tîm ymwelwyr iechyd Dechrau'n Deg arbenigol sy'n cefnogi teuluoedd digartref mewn hosteli a llety dros dro yn y ddinas. Mae nyrs ddiogelu ddynodedig hefyd ar gyfer y gwasanaeth Dechrau'n Deg, ynghyd ag Arweinydd Datblygu Arferion sy'n sicrhau bod yr holl staff iechyd yn cael y wybodaeth ddiweddaraf am arferion a chanllawiau cyfredol.

Tîm Dieteg Dechrau'n Deg

Mae'r tîm o Ddeietegwyr a gweithwyr cymorth Deietetig yn darparu amrywiaeth o wasanaethau i gefnogi teuluoedd i fwyta'n dda yn rhad a helpu plant i fod o bwysau iach erbyn iddynt ddechrau yn yr ysgol. Cyflawnir hyn drwy gyrsiau maeth achrededig Agored Cymru a'n cwrs coginio ymarferol (Rhoi Cynnig ar Goginio). Mae hyfforddiant staff ar fwyd a maeth yn rhoi'r wybodaeth a'r hyder i'r gweithlu ehangach drosglwyddo gwybodaeth gyson i deuluoedd a'u cefnogi i fwyta'n dda.

Gan weithio mewn partneriaeth â'r Gwasanaeth Ymwelwyr Iechyd, mae'r tîm deietegol yn darparu adnoddau a gwybodaeth gyfoes sy'n seiliedig ar dystiolaeth ar fwydo cyflenwol. Mae'r tîm hefyd yn cefnogi lleoliadau gofal plant Dechrau'n Deg drwy ddarparu byrbrydau a diodydd iach drwy Wobr Byrbrydau Iach Safon Aur (GBISA).

laith, Lleferydd a Chyfathrebu

Mae'r Tîm Therapi Lleferydd ac laith (Llal) yn cynnig gwasanaeth cyffredinol wedi'i dargedu yn ogystal â chynnig hyfforddiant i dimau ehangach Dechrau'n Deg a lleoliadau gofal plant. Mae'r tîm Llal yn cysylltu â thimau eraill i sicrhau bod negeseuon cyfathrebu cadarnhaol yn cael eu hymgorffori drwy gydol y rhaglen Dechrau'n Deg. Cyflawnir hyn drwy gynnig cyngor, hyfforddiant, cydweithio a chyd-gyflwyno digwyddiadau. Mae'r tîm yn rhoi cyngor cyfathrebu a rhyngweithio sy'n seiliedig ar dystiolaeth i deuluoedd o'r llwyfan cynenedigol. Gall y cyngor hwn fod yn gyffredinol neu'n bwrpasol ac wedi'i dargedu.

Gofal Plant Am Ddim o Safon i blant 2-3 oed

Mae gofal plant o ansawdd uchel wedi'i ariannu'n llawn ar gael i blant cymwys sydd â Rhaglen Dechrau'n Deg, gallant gael gofal plant am 2 awr a hanner y dydd, 5 diwrnod yr wythnos. Mae 32 o Leoliadau Gofal Plant Dechrau'n Deg ar draws dinas Caerdydd, ac mae 5 ohonynt yn rhai Cyfrwng Cymraeg. Mae Tîm Lleoli Dechrau'n Deg yn neilltuo plant i ddarparu gofal plant Dechrau'n Deg ac yn rhoi cynnig ffurfiol o ofal plant i'r teulu.

Mae lleoliadau gofal plant Dechrau'n Deg yn ymdrechu i gael staff o ansawdd uchel, gan weithio mewn amgylcheddau o ansawdd uchel sydd yn y pen draw yn rhoi cyfleoedd dysgu o ansawdd uchel i bob plentyn. Rhaid i bob ymarferydd Gofal Plant Dechrau'n Deg fod â chymhwyster Lefel 3 mewn Gofal, Chwarae, Dysgu a Datblygiad Plant (GChDDP) ac mae'n ofynnol i Arweinwyr fod â chymwysterau Lefel 5, sy'n uwch na'r safonau gofynnol a nodir gan y corff cofrestru ac arolygu, Arolygiaeth Gofal Cymru (AGC). Mae'r Swyddog Monitro Lleoliadau a Chontractau a Swyddog Gwella'r Blynyddoedd Cynnar yn monitro lleoliadau i sicrhau eu bod yn cyflawni eu rhwymedigaethau cytundebol.

Cefnogir pob lleoliad gan Athro Ymgynghorol cyswllt a Chynorthwy-ydd Addysgu sy'n monitro ac yn datblygu ansawdd ac effeithiolrwydd y ddarpariaeth yn y lleoliad a datblygiad y plant. Maent hefyd yn cefnogi lleoliadau gyda phrosesau pontio plant o'r cartref i leoliad gofal plant a lleoliad gofal plant i Feithrinfa Awdurdod Lleol ac yn sicrhau bod cysylltiad cryf rhwng lleoliadau gofal plant ac ysgolion sy'n cael ei gefnogi gan y cysylltiadau cryf rhwng Dechrau'n Deg a'r Gyfarwyddiaeth Addysg. Mae'r Tîm Cynghori yn darparu hyfforddiant i holl staff gofal plant Dechrau'n Deg i sicrhau bod gwybodaeth ac ymarfer yn gyfoes. Neilltuir Swyddog Lleoliadau i bob lleoliad hefyd i'w cynorthwyo gyda dyraniadau o blant a chadw/monitro cofnodion presenoldeb.

Mae Tîm Cynhwysiant Dechrau'n Deg yn cefnogi a chydlynu gwasanaethau ar gyfer plant Dechrau'n Deg gydag anghenion ychwanegol, eu teuluoedd a darparwyr gofal plant i sicrhau bod plant yn defnyddio eu hawl i gael gofal plant Dechrau'n Deg. Maent yn gweithio'n agos gyda'r Tîm Anabledd a Chynhwysiant Blynyddoedd Cynnar a gweithwyr proffesiynol eraill o'r sector iechyd, addysg a'r sector gwirfoddol i gefnogi plant a'u teuluoedd. Mae'r tîm yn

monitro ac yn cefnogi darparwyr Gofal Plant Dechrau'n Deg i sicrhau eu bod yn cynnwys plant Dechrau'n Deg sydd ag anghenion ychwanegol i'w galluogi i gael mynediad at eu hawliau a gwneud cynnydd.

Gwasanaeth Rhianta Dechrau'n Deg

Gweler Gwasanaethau Rhianta Caerdydd isod.

Canolfan Achrededig a Datblygu'r Gweithle (CADG)

Rôl tîm canolfan achrededig a datblygu'r gweithle yw comisiynu, darparu a rheoli rhaglenni hyfforddi effeithiol sydd â'r nod o gefnogi datblygiad proffesiynol parhaus gwahanol grwpiau o weithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda phlant, pobl ifanc a theuluoedd. Ein gweithlu yw ein hadnodd pwysicaf ac mae'r sefydlu a'r hyfforddiant a ddarperir drwy [CADG](#) yn sicrhau bod ein harfer yn fyfyrion, yn gyfredol ac yn seiliedig ar dystiolaeth.

- **Gofal** - Mae Datblygu'r Gweithlu yn cynnig hyfforddiant, cyngor ac arweiniad i'r sector gofal plant nas cynhelir o fewn awdurdod lleol Caerdydd. Mae hyfforddiant wedi'i anelu at ddarparwyr gofal plant cofrestredig Arolygiaeth Gofal Cymru (AGC), yn ogystal â'r rhai sy'n dymuno dechrau eu busnes gofal plant cofrestredig eu hunain. Rydym yn cynnig hyfforddiant sy'n cwmpasu gofynion Cyfreithiol a Rheoliadol, yn ogystal â hyrwyddo datblygiad proffesiynol parhaus gweithwyr gofal plant.
- **Gwasanaethau Cymorth Cynnar a Teuluoedd yn Gyntaf** - Cynllun Datblygu'r Gweithlu a hwyluso cyrsiau hyfforddi ar gyfer staff Cymorth Cynnar yn ogystal â'r rhai a gyflogir drwy wasanaethau a ariennir gan Teuluoedd yn Gyntaf. Mae'r cyrsiau hyfforddi a gynigir yn cynnwys hyfforddiant sylfaenol sy'n orfodol i bob tîm Cymorth Cynnar, yn ogystal â hyfforddiant gwasanaeth penodol naill ai ar gyfer timau cyfan neu unigolion, er mwyn gwella arfer.
- **Canolfan Achrededig** - Mae'r Ganolfan Achrededig yn rhoi cyfleoedd i ddysgwyr sy'n oedolion ennill gwybodaeth a sgiliau hanfodol drwy raglenni rhianta o Lefel Mynediad 3 i Lefel 2. Cynigir cyfle i rieni sy'n cymryd rhan yn ein rhaglenni rhianta ennill achrediad wrth iddynt gwblhau'r rhaglen, drwy gwblhau a chyflwyno portffolio o waith. Mae cyrsiau achrededig yn cynnwys 'Chwarae Plant', 'Magu Rhieni' a 'Choginio'. Rydym hefyd yn cefnogi datblygiad staff drwy gyflwyno ac achredu cymhwyster lefel tri y Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol 'Gweithio gyda Rhieni a Gofalwyr'. Mae hyn yn agored i unrhyw ymarferydd ar draws Cymorth Cynnar sy'n gweithio gyda theuluoedd.

2.5 Y Cynnig Gofal Plant i rai 3 a 4 oed

Rhydd [Cynnig Gofal Plant](#) Cymru gyfanswm o 30 awr yr wythnos o addysg Feithrin Cyfnod Sylfaen a gofal plant a ariennir, a 30 awr o ofal plant a ariennir am 9 wythnos y tu allan i'r tymor, i rieni cymwys sy'n gweithio a gyda phlant 3-4 oed. Gall plant cymwys fanteisio ar yr elfen gofal plant o'r Cynnig o ddyddiad dechrau eu haddysg Feithrin Cyfnod Sylfaen, hyd at y

mis Medi canlynol yn dilyn eu pen-blwydd yn bedair oed pan fyddant yn dechrau addysg llawn amser.

2.6 Cymorth Busnes Gofal Plant

Mae'r Tîm Cymorth Busnes Gofal Plant yn cynnig cymorth i ddarparwyr gofal plant presennol a darpar ddarparwyr gofal plant i helpu i sefydlu gwasanaethau gofal plant newydd, ac i helpu i wella ansawdd a chynaliadwyedd y ddarpariaeth bresennol. Mae'r tîm yn cynnig cymorth, cyngor ac arweiniad ynghylch cofrestru gydag AGC, polisïau a gweithdrefnau, marchnata a hyrwyddo, recriwtio staff, cynhyrchu incwm a cheisiadau grant. Mae'r Tîm yn gyfrifol am reoli Grant Gofal Plant a Chwarae Llywodraeth Cymru, i gefnogi datblygiad a chynaliadwyedd gofal plant o safon. Mae'r Tîm hefyd yn gweithio gydag asiantaethau partner mewnol ac allanol i godi ymwybyddiaeth o'r cyfraniad a wneir gan ofal plant i'r agendâu gwrthdodi, datblygu economaidd a chydraddoldeb, ac i nodi cyfleoedd ar gyfer gweithio mewn partneriaeth lle gall darpariaeth gofal plant sicrhau'r canlyniadau cadarnhaol mwyaf posibl a gyflawnir gan y rhaglenni hyn.

2.7 Gwasanaethau Rhianta Caerdydd

Mae Rhianta Caerdydd 0-18 a Rhianta Dechrau'n Deg ill dau yn rhan o Wasanaethau Rhianta Caerdydd ac yn cael eu rheoli'n strategol gan Seicolegydd Addysg. Mae'r ddau yn cynnig gwaith grŵp ac unigol gyda theuluoedd.

Nod Gwasanaethau Rhianta Caerdydd yw gweithio mewn partneriaeth â theuluoedd sy'n byw yng Nghaerdydd i wella hyder a sgiliau rhianta, adeiladu ar ddealltwriaeth rhieni o ymddygiad neu ddatblygiad y plentyn/person ifanc a chryfhau perthnasoedd a meithrin lles a gwydnwch. Mae'r cynnig Rhianta yn cynnwys grwpiau galw heibio anffurfiol, rhaglenni rhianta ffurfiol sy'n seiliedig ar dystiolaeth (gydag achrediad AGORED dewisol) a rhianta 1:1 a arweinir gan seicoleg. Mae'r timau rhianta 1:1 a arweinir gan seicoleg wedi cael eu cydnabod fel timau perthnasoedd rhieni-babanod arbenigol gan y Sefydliad Rhieni a Babanod. Mae'r ymarferwyr yn y tîm hwn hefyd wedi cyflawni lefel 1 Fframwaith Cymwyseddau IMH AIMH UK (Cymdeithas Iechyd Meddwl Babanod).

Mae Rhianta Caerdydd yn gweithio mewn partneriaeth â rhieni i ddarparu'r adnoddau i:

- Syniadau chwarae enghreifftiol ar gyfer rhieni a phlant gartref, gan hyrwyddo rhyngweithio rhwng rhieni a phlant a datblygiad plant.
- Adeiladu ar y defnydd o Ganmol a Disgyblu Cadarnhaol
- Dysgu am ddatblygiadau sylweddol yn ymennydd babanod a phobl ifanc yn eu harddegau a sut mae'r rhain yn effeithio ar ymddygiad a datblygu sgiliau
- Sefydlu disgwyliadau priodol o fabanod, plant a phobl ifanc yn eu harddegau
- Cynllunio a chyflwyno mwy o annibyniaeth i bobl ifanc cyn ac yn eu harddegau.
- Dysgwch sut y gall rhiant ymateb i helpu ei blentyn neu berson ifanc gydag emosiynau mawr ac ymddygiadau mawr (cyd-reoleiddio)
- Hyrwyddo newidiadau cadarnhaol mewn perthnasoedd rhwng rhieni a phlant, ymddygiad a datblygiad plant.

Mae Ymarferwyr Rhianta Hyfforddedig a Swyddogion Cyswllt Cartref yn gweithio gyda'r rhiant/gofalwr, ar yr anghenion a nodwyd ac a flaenoriaethwyd gan y rhiant. Mae ymgynghoriad cychwynnol dros y ffôn yn asesu a yw'r rhiant yn teimlo bod agwedd ar ei rianta yr hoffai ei newid, neu rywbeth am ei blentyn yr hoffai ei ddeall yn well, ac a yw'n gallu gweithredu newidiadau gyda chymorth yr ymarferydd ar hyn o bryd. Mae'r tîm yn paru'r rhiant â'r grŵp neu'r rhaglen 1:1 fwyaf priodol, yn dibynnu ar angen y rhieni neu oedran eu plentyn/plant. Mae Rhianta Caerdydd yn wasanaeth anstatudol.

2.8 Gwefan Cyngor a Chymorth i Deuluoedd Caerdydd

Mae gwefan www.teuluoeddcaerdydd.co.uk yn ffordd hawdd ei defnyddio o wybod pa wasanaethau sydd ar gael i deuluoedd yng Nghaerdydd yn ogystal â'r cymorth sydd ar gael drwy Gymorth Cynnar. Mae'r wefan yn rhoi Cyngor a Chymorth i Deuluoedd Caerdydd gyda phresenoldeb ar-lein. Mae'n cynnig mynediad i amrywiaeth o gysylltiadau, gwybodaeth a chynghor defnyddiol i rieni, gofalwyr, plant a phobl ifanc ar hunangymorth ac mae'n cynnig llwybr atgyfeirio clir i weithwyr proffesiynol ac yn ffynhonnell wybodaeth i gyfeirio teuluoedd ato.

2.9 Mynegai i Blant a Phobl Ifanc sydd ag Anableddau ac Anghenion Ychwanegol

Y Mynegai yw cofrestr wirfoddol Caerdydd ar gyfer plant a phobl ifanc ag anableddau neu anghenion ychwanegol. Gan weithio gydag ystod o wasanaethau cymorth a gweithwyr proffesiynol mae'n sicrhau bod teuluoedd plant a phobl ifanc ag anableddau neu anghenion ychwanegol yn cael y wybodaeth ddiweddaraf sy'n berthnasol ac yn fuddiol iddynt. Yn ogystal, mae'n cynorthwyo'r gwaith o gynllunio a chydgysylltu gwasanaethau sy'n cefnogi'r plant a'r bobl ifanc hynny, yn ogystal â'u teuluoedd.

3.0 Dulliau

3.1 Arwyddion Diogelwch

Mae Arwyddion Diogelwch yn fframwaith integredig ar sut i gynnal gwaith ymyrryd plant. Mae'n cynnwys egwyddorion arfer; disgyblaethau i ymarferwyr roi dulliau ar waith; ystod o adnoddau asesu a chynllunio, gwneud penderfyniadau a chynnwys teuluoedd, pobl ifanc a phlant; a phrosesau i wneud gwaith gyda theuluoedd, gan gynnwys gydag asiantaethau partner.

Defnyddir offer asesu a chynllunio ar gyfer “mapio” y ffactorau cysylltiol, gyda niwed a fu a pherygl yn y dyfodol yn cael eu crynhoi (pryderon). Crynhoir hefyd gryfderau a diogelwch, gan arwain at gynllun i'r teulu gyda'r mesurau diogelwch gofynnol sydd angen eu rhoi ar waith.

Mae Arwyddion Diogelwch yn rhoi **iaith a rennir** i weithwyr proffesiynol ac ymarferwyr yng Nghaerdydd i drafod cryfderau ac anghenion teuluoedd, pobl ifanc a phlant ledled Caerdydd.

Defnyddir **dull Arwyddion Diogelwch** wrth asesu lefel y cymorth sydd ei hangen ar deulu:

Pryderon	Cryfderau	Cynlluniau
Niwed yn y gorffennol: Beth sydd wedi digwydd yng ngorffennol y teulu? Perygl yn y Dyfodol: Os na fydd pethau'n newid, beth rydym yn poeni a allai ddigwydd yn y dyfodol? Ffactorau sy'n Cymhlethu: Beth sy'n digwydd ar hyn o bryd i'r teulu a allai ei gwneud yn anodd gwneud newidiadau? Beth sy'n gwneud meithrin gwydnwch a gweithio	Beth sy'n gweithio'n dda yn y teulu hwn? Cryfderau:Agweddau cadarnhaol ar y teulu'n bodloni anghenion sylfaenol Strategaethau Llwyddiant Presennol (Diogelwch): Beth mae'r teulu'n ei wneud pan fydd pethau'n mynd yn anodd? A oes unrhyw strategaethau sydd eisoes yn gweithio i rieni, plant/pobl ifanc? Pa gymorth ac adnoddau gall y teulu fanteisio arnynt? Cwblhaodd Genogram a Mapio Rhwydwaith gyda'r teulu i'w helpu i nodi pobl a	Nodau Lles:Beth fyddai angen i'r teulu a gweithwyr proffesiynol ei weld er mwyn i bawb deimlo bod pethau wedi gwella i'r teulu? Y Camau Nesaf:Beth yw'r camau nesaf i'w cymryd i symud ymlaen i gyflawni Nodau Lles y Teulu? Cwestiynau:Pa wybodaeth arall y gallai fod angen i ni ei chasglu i helpu'r teulu i wneud newidiadau?

3.2 Ymwybyddiaeth o Brofiadau Plentyndod Negyddol (PPNau) a'r Gwasanaeth a Lywir gan Ymlyniad, Perthynoldeb a Thrawma

Mae PPNau yn ddigwyddiadau anodd sy'n digwydd ym mhentyndod a gall profiad unigolyn o drawma effeithio ar allu unigolyn i weithredu, gan gynnwys yn gorfforol, yn feddyliol, yn

ymddygiadol ac yn gymdeithasol. Ar gyfer pob 100 o bobl yng Nghymru, mae 50 wedi profi un PPN, ac mae 14 wedi profi 4 neu fwy. Mae PPNau yn gymhleth, ac yn effeithio ar bob rhan o gymdeithas. O'r herwydd, mae Cymorth Cynnar yn golygu bod gweithwyr proffesiynol yn cydweithio i hwyluso newidiadau mewn sawl maes bywyd teuluol, gan gynnwys cyllid, rhianta a pherthnasau teuluol, iechyd meddwl a phlisma.

Mae effaith PPNau yn pontio'r cenedlaethau, a darperir hyfforddiant i ymarferwyr yng Nghaerdydd i ddeall yr effaith y gallai profi nifer cynyddol o PPNau ei chael ar riant a'u plentyn/plant. Gallwn dorri cylch PPNau ar unrhyw adeg: nid yw byth yn rhy hwyr. Gall atal PPNau mewn un genhedlaeth neu leihau eu heffeithiau fod o fudd i'r plant hynny a chenedlaethau'r dyfodol yng Nghymru.

3.3 Dull Hawliau Plant a Dinas sy'n Dda i Blant

Mae angen i Ddull Hawliau'r Plentyn ategu a llywio'r penderfyniadau a wneir gan yr holl ymarferwyr sy'n gweithio fel rhan o Cyngor a Chymorth i Deuluoedd Caerdydd. Mae dull hawliau'r plentyn yn fframwaith egwyddorol ac ymarferol ar gyfer gweithio gyda phlant, sy'n seiliedig ar [CCUHP](#), i helpu **cyrff cyhoeddus i integreiddio hawliau'r plentyn** i bob agwedd ar wneud penderfyniadau, polisiau ac arfer.

Ystyr Dull Hawliau'r Plentyn yw:

- Bydd sefydliadau'n blaenoriaethu hawliau'r plentyn yn eu gwaith gyda phlant a theuluoedd i wella bywydau plant.
- Caiff pob plentyn gyfleoedd i wneud y mwyaf o'i dalentau a'i botensial.
- Caiff pob plentyn wybodaeth ac adnoddau i'w galluogi i fanteisio'n llawn ar eu hawliau.
- Caiff plant gyfleoedd ystyrlon i ddylanwadu ar benderfyniadau ar eu bywydau.
- Mae awdurdodau ac unigolion yn atebol i blant am benderfyniadau a chanlyniadau sy'n effeithio ar fywydau plant.

Mae Caerdydd, ynghyd â phedair dinas a chymuned arall yn y DU, wedi bod yn gweithio gydag Unicef UK er mwyn ennill cydnabyddiaeth ryngwladol fel Dinas UNICEF sy'n Dda i Blant. Lansiwyd Strategaeth Caerdydd sy'n Dda i Blant yn 2018. Mae'r strategaeth yn amlinellu'r dull y byddwn yn ei fabwysiadu i adeiladu Caerdydd sy'n Dda i blant ac mae'n nodi gweledigaeth a rennir ar gyfer y ddinas ac yn nodi cyfres glir o nodau a chymau gweithredu y bydd y cyngor a'i bartneriaid yn eu rhoi ar waith gyda'i gilydd. Drwy ganolbwyntio ar y nodau hyn, rydym yn anelu at wneud gwahaniaeth parhaol yn y meysydd sy'n flaenoriaeth i blant a phobl ifanc.

Mae ffocws neilltuol ar y plant a'r bobl sydd fwyaf agored i niwed, i sicrhau ein bod yn gwneud hawliau'n realiti i bawb. Mae'n rhoi hawliau a lleisiau plant a phobl ifanc wrth wraidd polisiau, strategaethau a gwasanaethau Caerdydd, gan eu cynnwys nhw wrth wneud penderfyniadau a mynd i'r afael â'r rhwystrau sy'n cyfyngu ar eu cyfleoedd bywyd. Mae creu Dinasoedd a

Chymunedau sy'n Dda i Blant yn golygu ymrwymiad diffuant a pharhaus i hawliau plant. Mae'n ymwneud â chreu a chynnal lleoedd lle mae lleisiau, anghenion, blaenoriaethau a hawliau plant yn rhan annatod o bolisiau, rhaglenni a phenderfyniadau cyhoeddus.

Felly nid yw'r term 'da i blant' yn ymwneud â chyfleusterau newid babanod yn unig ac maent yn gofyn am farn plant ar gyfarpar chwarae - er bod y ddau yn bwysig. Mae mentrau cyfeillgar i blant yn ymwneud â dod â phlant a chymunedau'n agosach at ei gilydd.

Mae'n golygu cefnogi pob plentyn i fod y gorau y gall fod a'u helpu i ymgysylltu'n weithgar â'u cymunedau. Mae'n ymwneud â gwerthfawrogi plant, yma a heddiw, a gweithio mewn partneriaeth â chymunedau i gefnogi ac amddiffyn y plant mwyaf agored i niwed.

3.4 Dull sy'n Canolbwyntio ar yr Unigolyn

Mae Adolygiad Sefydliad Gofal Cyhoeddus Caerdydd yn nodi'r sail dystiolaeth gynyddol mai'r ffactor a nodir fel y gwahaniaeth rhwng llwyddo a methu mewn gwasanaeth effeithiol yw **safon perthynas y gweithiwr allweddol â theuluoedd**.

Mae canolbwyntio ar yr unigolyn yn ymwneud â chanolbwyntio gofal ar **anghenion y person yn hytrach na'r gwasanaeth**. Drwy weithio fel hyn, mae'n sicrhau y gwrandewir ar bobl mewn gwirionedd a'u bod wrth wraidd yr holl benderfyniadau, gan effeithio ar sut y caiff gwasanaethau eu comisiynu, eu darparu a'u trefnu. Mae'n cynnwys meithrin perthnasau o safon gyda defnyddwyr gwasanaeth ac ennill dealltwriaeth o gryfderau unigolyn, beth sy'n bwysig i ac ar gyfer unigolion, wrth gynllunio gwasanaethau a gwneud penderfyniadau. Dylai gwasanaethau fod yn seiliedig ar ddealltwriaeth glir o'r canlyniadau personol i'r unigolyn a'r hyn sy'n bwysig iddo. Dylai hawliau'r unigolyn fod o'r pwys mwyaf i'r dull gweithredu a dylai ei fuddiannau gorau fod yn ganolog bob amser.

Yn ogystal â fframwaith damcaniaethol Dull sy'n Canolbwyntio ar yr Unigolyn sy'n rhan sefydledig o arfer, mae adnoddau ymarferol y bydd angen i ymarferwyr eu deall a'u defnyddio wrth weithio fel hyn.

Yn ogystal â gweithio gyda dull 'sy'n Canolbwyntio ar yr Unigolyn', rydym hefyd yn mabwysiadu dull 'teulu cyfan' er mwyn cynnig cymorth i bob aelod o'r teulu i gydnabod pwysigrwydd teuluoedd yn cydweithio a chreu dull nad yw'n beio ac ymatal rhag nodi unigolyn penodol. Er mwyn i newid cynaliadwy ddigwydd, mae tystiolaeth yn dangos bod cydweithio fel uned deuluol yn creu newid cadarnhaol pellach.

3.5 Meddwl Ynghyd

Mae llawer o'r teuluoedd rydym yn gweithio gyda nhw yn Cymorth Cynnar Caerdydd yn profi anawsterau sy'n digwydd ar yr un pryd (e.e. pryderon ariannol, materion tai, pryderon diogelu, anawsterau gyda rhianta, ac ati) ac yn denu cyfranogiad nifer o dimau neu asiantaethau sydd i gyd yn awyddus i hwyluso rhyw fath o newid cadarnhaol i'r teulu.

Mae cyfranogiad gan weithwyr proffesiynol yn aml yn lluosu yn wyneb problemau o'r fath, fel bod nifer o weithwyr yn cysylltu â phlentyn, person ifanc neu deulu, o wahanol asiantaethau o fewn 'y system', sy'n aml yn gweithio tuag at nodau gwahanol ac yn defnyddio modelau gwahanol. Gall hyn fod yn llethol ac efallai na fydd o gymorth i'r plentyn, y person ifanc neu'r teulu er gwaethaf bwriadau gorau ymarferwyr. Mae methu â darparu cymorth effeithiol, ar yr adeg gywir, nid yn unig yn annefnyddiol i deuluoedd ond gall hefyd fod yn gostus i gymdeithas (amcangyfrifir bod ymyrraeth gynnar effeithiol ar gyfer anhwylderau ymddygiad yn unig yn arbed £150,000 y plentyn; Friedli, 2007).

Mae 'Meddwl Ynghyd' (Bevington et al, 2017) yn offeryn sy'n rhan o ddull tîm cyfan ehangach (model AMBIT), a gynlluniwyd gan ymarferwyr yng Nghanolfan Anna Freud Llundain, i ddatblygu gwell systemau gofal a chymorth o amgylch pobl ag anawsterau cymhleth a chyd-digwyddol. Mae'r model AMBIT yn seiliedig ar ddamcaniaethau seicolegol fel meddylfryd, theori ymlyniad a ffyrdd systemig o feddwl. Yma yn Cymorth Cynnar Caerdydd rydym wedi penderfynu treialu'r offeryn penodol hwn i ddechrau hwyluso dull mwy cydgysylltiedig a chydweithredol o weithio gyda theuluoedd. Bydd gweithwyr proffesiynol i gyd yn dod â'u gwybodaeth a'u harbenigedd eu hunain i'r sgysiau sydd wedi'u llunio o fewn y model hwn.

Mae Sgysiau Meddwl Ynghyd yn cynnig fframwaith / strwythur i ni gynnal sgysiau proffesiynol cefnogol a chydweithredol rhwng dau (neu fwy) o weithwyr proffesiynol o wahanol dimau/asiantaethau/disgyblaethau i archwilio meddyliau, teimladau a chynlluniau ar gyfer gwaith achos. O fewn y Fframwaith Sgysiau Meddwl Ynghyd, gellir defnyddio amrywiaeth o fodelau ymarfer a goruchwyllo, sy'n gyfarwydd i'r ymarferwyr sy'n cymryd rhan yn y sgwrs (e.e., Arwyddion Diogelwch, COMOIRA, ac ati), a'u cymhwyso.

Mae manteision Sgysiau Meddwl Ynghyd yn ddeublyg; yn ogystal â chydweithwyr yn cael y cyfle i ddysgu oddi wrth ei gilydd wrth feddwl am ddarn o waith achos, maent hefyd yn cynnig dewis amgen posibl i gyfeirio teuluoedd at asiantaeth arall sydd, fel y soniwyd uchod, yn gallu teimlo'n llethol ac yn ddi-fudd i deuluoedd. Fodd bynnag, os teimlir bod atgyfeiriad i asiantaeth arall yn angenrheidiol o ganlyniad i'r Sgysiau Meddwl Ynghyd, yna gellir gwneud hyn mewn ffordd feddylgar a strwythuredig.

Felly, mae'r sgysiau hyn yn ceisio helpu i ddechrau newid o'r dull "Tîm o amgylch plentyn/person ifanc/teulu", tuag at ddull "Tîm o amgylch Gweithiwr" - fel y gall y tîm Cymorth Cynnar ehangach ganolbwyntio ar gefnogi'r gweithiwr sydd eisoes wedi llwyddo i ffurfio perthynas ddiogel ac ymddiriedus gyda'r plentyn/person ifanc/rhiant. Gweler *Fframwaith Meddwl Ynghyd Cymorth Cynnar Caerdydd* am fanylion llawn.

4.0. Cyngor, Cymorth ac Ymyriadau

4.1 Diogelu

Mae diogelu'n gyfrifoldeb ar bawb. Bydd pob gweithiwr proffesiynol/ymarferydd yn gwneud penderfyniadau ar nodi pryderon diogelu o'r cyswllt cyntaf â theulu hyd ddiwedd unrhyw ymyriad. Bydd hyn hefyd yn cynnwys cynllunio at ddiwedd y cyfnod o weithio gyda'r teulu a all effeithio ar ddiogelwch a lles plant neu oedolion sy'n agored i niwed.

Gwybodaeth ategol ofynnol	Bydd angen dealltwriaeth ar bob gweithiwr proffesiynol/ymarferydd o sut i ddiogelu'r plant a'r oedolion y maen nhw'n gweithio gyda nhw, ac i ddiogelu eu hunain fel ymarferwyr. Bydd angen iddynt deimlo'n hyderus wrth nodi arwyddion cam-drin neu niwed, bod yn ymwybodol o'u cyfrifoldebau os oes ganddynt bryderon am les plentyn/oedolyn, deall y fframwaith cyfreithiol rydym yn gweithredu ynddo a'r ymateb amlasiantaeth i bryderon am ddiogelwch plant. Gallu i nodi plant mewn perygl o ecsploetiaeth rywiol neu ffurfiau eraill arni (e.e. ecsploetiaeth droseddol a llinellau sirol) a Gofalwyr Ifanc a chynnig asesiad sy'n rhan o'r wybodaeth hon. Caiff pob gweithiwr proffesiynol/ymarferydd ei hyfforddi ar o leiaf Lefel 2/Uwch gydag opsiwn i gael hyfforddiant Lefel 3. Bydd angen i ymarferwyr fod yn ymwybodol o'r broses cam i fyny/cam i lawr yn ogystal â llwybrau atgyfeirio i MASH (Hyb Diogelu Amlasiantaethol) a PCC (Pwynt Cyswllt Cyntaf). Bydd angen i bob gweithiwr proffesiynol/ymarferydd yn Cyngor a Chymorth i Deuluoedd Caerdydd ddilyn hyfforddiant ar Ddeddf Trais yn Erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (Cymru).
Cyngor, Cymorth ac Ymyriadau i'w cyflawni	Mae'r Porth Teuluoedd yn gweithio ochr yn ochr ac yn cyfeirio'n uniongyrchol at y timau Helpu Teuluoedd, Anableddau Helpu Teuluoedd a Chymorth i Deuluoedd pan fydd angen ymyrraeth tymor byr ar deuluoedd neu pan fyddant yn wynebu materion mwy cymhleth. Y Porth Teuluoedd hefyd yw'r pwynt mynediad ar gyfer atgyfeiriadau i Wasanaeth Lles Teulu Barnardo's, ar gyfer plant a phobl ifanc sydd angen asesiadau gofalwyr ifanc ac ar gyfer darpariaeth Allgymorth Dechrau'n Deg. Bydd Helpu Teuluoedd a Helpu Teuluoedd ag Anableddau'n dilyn y dull Arwyddion Diogelwch i nodi cryfderau, pryderon a datblygu cynllun gweithredu. Caiff unrhyw bryderon am ddiogelwch eu cofnodi a'u hadrodd yn unol â pholisi'r Cyngor. Mae Cymorth i Deuluoedd yn dîm amlddisgyblaeth a arweinir gan Waith Cymdeithasol o weithwyr proffesiynol sy'n cydweithio i ddod o hyd i'r ateb

	cywir i'r teulu, gyda ffocws ar deuluoedd pan fo risg sydd ar fin digwydd, heb gymorth, eu bod yn debygol o fod angen ymyrraeth diogelu / gofal.
Offer sydd ar gael i asesu a monitro	• Adnoddau Arwyddion Diogelwch. • Asesiad Lles neu Gymesur. • Asesiad Lles • Graddio • Fframwaith Canlyniadau Cenedlaethol ar gyfer pobl y mae arnynt angen gofal a chymorth a gofawyr y mae arnynt angen cymorth (LIC, 2019)

4.2. Ymlyniad, Rhianta a Pherthnasau Teuluol: Sicrhau Gwasanaeth Ymlyniad, Perthnasoedd a Gwasanaethau a Arweinir gan Drawma

Mae ymlyniad emosiynol a chorfforol i o leiaf un prif ofalwr gofal yn hanfodol i ddatblygiad personol. Gall cyfnodau hir o straen, a all ddigwydd pan fod gofalwr sensitif ac ymatebol yn absennol, effeithio'n sylweddol ar allu plentyn i ddysgu a datblygu. Mae'r plant hyn yn debygol o gyflawni llai yn yr ysgol a'r gweithle, yn fwy tebygol o ymddwyn yn wrthgymdeithasol, ac yn llai iach (yn gorfforol ac yn feddyliol) na'r rhai hynny sydd wedi cael dechrau gwell mewn bywyd. Mae hyn yn debygol o barhau mewn cylch pontio'r cenedlaethau, os na thorrir y cylch hwn.

Gall yr anawsterau hyn ddeillio o nifer o resymau e.e. anawsterau yn ystod beichiogrwydd a genedigaeth, plentyndod neu salwch rhiant, pwysau ar y teulu, arwahanu a cholled. Mae ymchwil wedi dangos taw cael o leiaf un ymlyniad cadarn wrth oedolyn yw'r ffactor amddiffynnol pwysicaf i liniaru effaith PPNAU a meithrin gwydnwch ymhlith plant a phobl ifanc. Mae'r Sefydliad Ymyrraeth Gynnar (SYG) wedi nodi'n ddiweddar bwysigrwydd rhaglenni a all wella diogelwch ymlyniad.

Yn ogystal â'r berthynas rhwng y rhiant a'r plentyn, mae amryw berthnasau a ffactorau deinameg teuluol i'w hystyried e.e. brodyr a chwiorydd, partneriaid a chyd-rieni, teuluoedd cydblethol.

Trwy rianta'n gadarnhaol a meithrin perthnasoedd ystyrlon, gall rhieni helpu i fagu plant iach, datblygu cartref sy'n ddigynnwrf a heddychlon, gyda llai o ddadleuon a gwrthdaro. Dywed ymchwil wrthym ni fod plant sy'n tyfu i fyny gyda rhianta cadarnhaol yn fwy tebygol o:

- Wneud yn well yn yr ysgol
- Cael gwell perthnasoedd gydag aelodau o'r teulu a ffrindiau
- Bod â mwy o hunan-barch a hyder
- Bod â llai o broblemau ymddygiadol
- Gallu rheoli eu hemosiynau'n well

Gwybodaeth ategol ofynnol	Bydd angen i ymarferwyr gael hyfforddiant ar sut mae profiadau ymlyniad cynnar yn dylanwadu ar ddatblygiad yr ymennydd ac ymddygiad, sut i hyrwyddo ymlyniad cadarnhaol rhwng plant a gofalwyr, sut i siarad â rhieni am ymlyniad a'i effaith. Caiff yr ymarferydd hefyd ei hyfforddi i gyflawni ymyriadau ymlyniad a pherthynol seiliedig ar dystiolaeth i'w rhoi ar waith gyda theuluoedd. Dealltwriaeth o systemau teuluol, a sut na ellir deall unigolion ar eu pen eu hunain eithr fel rhan o'r uned deuluol. Bydd hyfforddiant ar lefelau amrywiol, yn dibynnu ar y rôl wahanol. Wrth ddeall PPNau, mae'r gwaith a wna ymarferwyr yn gallu canolbwyntio ar helpu rhiant i gydnabod a mynd i'r afael â'i brofiadau ei hun er mwyn gwella ei allu rhianta a lleihau'r effaith negyddol ar y plentyn. Hefyd, mae'n bosibl gweithio'n rhagweithiol i leihau amllder PPNau yn y boblogaeth e.e. lleihau camddefnydd rhieni o sylweddau, trais domestig, a gellir gwneud gwaith i feithrin gwydnwch a gwella ffactorau amddiffynnol i blant a phobl ifanc sy'n cael eu magu yng Nghaerdydd.
Cyngor, Cymorth ac Ymyriadau i'w cyflawni	Cyfryngu Teuluol – Adnodd allweddol i ymarferwyr sy'n gweithio yn Cyngor A Chymorth i Deuluoedd Caerdydd. Dyma ymyriad sy'n helpu rhieni a phobl ifanc pan fo'r cyfathrebu yn y teulu wedi chwalu. Mae'n cynnig man diogel i deuluoedd siarad yn agored ac yn onest â'i gilydd. Mae gweithwyr cyfryngu'n gweithio gyda'r rhieni a'r person ifanc, i lywio'r teulu drwy'r materion i fynd i wraidd y broblem. Defnyddir Cyfryngu Teuluol yn bennaf gyda phobl ifanc (13+ oed) a'u teuluoedd, ond gall yr ymyrraeth gynnwys pob aelod o'r cartref a'r teulu'n ehangach. Mae'n adnodd a all helpu teuluoedd i ddod o hyd i'w cryfderau, meithrin gwydnwch a cheisio atebion i ddelio â gwrthdaro. Gall hyn yn ei dro leihau'r straen cyffredinol yn y cartref a chynorthwyo â gallu teulu i weithio a chyfathrebu. Gall Cyfryngu Teuluol helpu i atal teuluoedd rhag chwalu ac mae'n ymyriad allweddol wrth atal digartrefedd pobl ifanc. Fe'i defnyddir hefyd mewn achosion o rieni'n gwahanu neu'n ysgaru, lle mae angen trafod cynlluniau cyswllt a chyllid a chytuno arnynt. Dulliau adferol – dull cyfathrebu i atgyfnerthu perthnasau, drwy wella'r perthnasau hynny ac atal a datrys gwrthdaro drwy fynd i afael ag anghenion pawb. Mae'n rhoi llais i bawb ac mae'n ffordd o symud ymlaen. Therapi Cryno sy'n Canolbwyntio ar Atebion (ThCCA) – yn canolbwyntio ar ddod o hyd i atebion nawr ac ystyried gobeithion at y dyfodol i ddod o hyd i ddatrysiad. Mae'r dull hwn yn defnyddio'r ymagwedd fod angen i rywun

wybod beth i'w wneud i wella'i fywyd a, gyda'r hyfforddiant a'r cwestiynu cywir, y gall ddod o hyd i'r atebion gorau. Gall ThCCA fod yn ymyriad therapiwtig unigol, neu gellir ei ddefnyddio ynghyd â dulliau a thriniaethau therapi eraill. Fe'i defnyddir i drin pobl o bob oedran ac amrywiaeth o faterion gan gynnwys problemau ymddygiadol plant, camweithredu yn y teulu, cam-drin domestig neu gam-drin plant, bod yn gaeth i sylweddau, a phroblemau â pherthnasoedd.

Gwyllo, Aros a Myfyrio (GAM) – dull seicotherapiwtig a arweinir gan y plentyn sy'n defnyddio'n benodol ac yn uniongyrchol weithgarwch byrfyfyr plant mewn fformat chwarae rhydd i wella sensitifrwydd ac ymatebolrwydd y fam, teimlad y plentyn o'r hunan ac o hunan-werth, rheoleiddio emosiynol, a'r berthynas ymlyniad rhwng y plentyn a'r rhiant. Rhydd y dull ofod i'r plentyn a'r rhieni weithio drwy drafferthion datblygiadol a pherthynol drwy chwarae. Hefyd yn ganolog i'r broses mae annog y rhiant i fyfyr am deimladau, meddyliau a dymuniadau mewnol y plentyn, a thrwy hynny gydnabod hunaniaeth ar wahân y plentyn, ac ennill dealltwriaeth o'i ymatebion emosiynol ei hunan i'r plentyn. Mae GAM yn addas yn benodol i blant bach (0-4 oed) a'u teuluoedd, er mae wedi cael ei ddefnyddio â phlant fymryn yn hŷn a'u rhieni'n eithaf effeithiol.

Cyfweld Ysgogiadol – dull cwnsela sy'n helpu pobl i ddatrys teimladau croes ac ansicrwydd i ddod o hyd i'r cymhelliant mewnol sydd ei angen i newid ymddygiad. Proses ymarferol, gydymdeimladol a byrdymor sy'n ystyried pa mor anodd yw hi i wneud newidiadau i fywyd. Mae'r ymyriad hwn yn helpu pobl i gael eu hysgogi i newid ymddygiadau sy'n eu hatal rhag gwneud dewisiadau iachach. Gall hefyd baratoi unigolion at therapïau pellach, mwy penodol. Mae ymchwil wedi dangos bod yr ymyriad hwn yn gweithio'n dda gydag unigolion sy'n amharod i newid neu heb baratoi ato. Mae cyfweld ysgogiadol hefyd yn briodol i bobl sy'n flin neu'n anghroesawus. Efallai nad ydynt yn barod i ymrwymo i newid, ond gall cyfweld ysgogiadol eu helpu i symud drwy gamau angenrheidiol emosiynol newid i ddod o hyd i'w hysgogiad. Ystyrir defnyddio technegau cyfweld ysgogiadol yn dechneg lwyddiannus yn Adolygiad Sefydliad Gofal Cyhoeddus yng Nghaerdydd.

Rhianta: Rhowch amser iddo. Mae Llywodraeth Cymru wedi llunio nifer o daflenni gwybodaeth a chyngor ar adegau ac ymddygiadau heriol y gall ymarferwyr eu defnyddio i gynghori rhieni.

Triple P Gofal Sylfaenol – i blant 12-16 oed. Cyfres o 4 cyfarfod byr unigol (15-30 munud) i drafod unrhyw broblemau mae rhiant yn eu cael gydag

ymddygiad ei blentyn neu berson ifanc. Gall ymarferydd hyfforddedig roi awgrymiadau drwy glipiau DVD a Thaflenni Awgrymiadau.

GroBrain - Mae'r Sefydliad Ymyrraeth Gynnar (EIF) wedi nodi'n ddiweddar bwysigrwydd rhaglenni a all wella diogelwch ymlyniad a rheoleiddio ymddygiad plant yn well. Mae GroBrain yn rhaglen 5 wythnos i rieni newydd ac sy'n disgwyl am eu babi (gyda babanod 0-12 mis oed) sy'n ystyried pwysigrwydd y cyfnod o esgor i fod yn ddwy oed pan fo'r sylfeini hanfodol ar gyfer iechyd a lles am oes yn cael eu gosod. Anogir rhieni i ddal ati â'r pethau da y maen nhw eisoes yn eu gwneud wrth gael cipolwg ar eu rôl yn natblygiad ymennydd babi, gan alluogi ysgogiad cryf i wneud newidiadau bach arwyddocaol i'w rhianta.

Mae GroBrain yn archwilio:

- Sut mae'r ymennydd yn gweithio
- Datblygiad yr ymennydd yn y groth – gan gynnwys effeithiau defnyddio sylweddau a deiet, problemau iechyd a thrais domestig a strategaethau ymarferol i helpu wrth reoli straen.
- Sut mae rhieni'n 'gwifro' ymennydd eu baban – gan helpu'r ymennydd i dyfu. Ymlyniad a'r ymennydd 'meddwl' ac 'emosiynol'.
- Rheoleiddio emosiynol – yr hormon straen cortisol a'r rhan y mae rhieni'n ei chwarae wrth helpu babanod i ymlacio.
- Rhaglen 4 sesiwn yw GroBrain; mae'r 5ed wythnos yn gyfle i gyflwyno'r cwrs ac yn cynnwys tyllino babanod.

Mae **Rhaglen Magu Plant Cysylltiadau Teuluol** yn rhaglen 10 wythnos sydd am helpu oedolion i ddeall a rheoli eu teimladau a'u hymddygiad a bod yn fwy cadarnhaol a meithringar yn eu perthynas â'u plant a'i gilydd. Mae'n annog agwedd at berthnasau sy'n rhoi i blant ac oedolion ddechrau emosiynol iach yn eu bywydau a'u dysgu.

Datblygwyd y Rhaglen Magu Plant gan y seicolegydd plant o UDA Dr Stephen J Bavolek yn y 1970au. Ymchwiliodd i berthnasau camweithredol a cham-driniol mewn teuluoedd; nododd bedwar patrwm ymddygiadol dinistriol gan rieni a datblygodd y Rhaglen i fynd i'r afael â'r rhain.

Dyfarnwyd Nod Ansawdd CANparent i'r Rhaglen Magu Plant, sy'n sicrhau bod sefydliadau sy'n cynnal dosbarthiadau rhianta cyffredinol yn seiliedig ar dystiolaeth, yn cael eu monitro a'u gwerthuso i wella perthnasau plant / oedolion i wneud gwahaniaeth cadarnhaol.

Mae'r **Rhaglen Cryfhau Teuluoedd 10-14** wedi'i dylunio i rieni a'u plant 10–14 oed i'w mynychu â'i gilydd ac mae'n ymdrin â lefelau angen penodol a chyffredinol. Nodau'r rhaglen yw:

- Gwella ffactorau diogelu a lleihau ffactorau risg drwy gyflawni'r themâu craidd sy'n ymwneud yn benodol â materion sy'n wynebu pob teulu â phlant 10-14 oed;
- Helpu teuluoedd i gyfathrebu a gwella hyder yn eu sgiliau rhianta;
- Helpu pobl ifanc yn ystod y cyfnod pontio a rhoi sgiliau iddynt i atal pwysau gan gyfoedion;
- Helpu rhieni i osod ffiniau.
- Mesurwyd llwyddiant y rhaglen mewn nifer o RCTau annibynnol yn UDA, a ddynododd ganlyniadau hirdymor cadarnhaol gan gynnwys llai o ddefnydd o sylweddau, llai o agwedd ymosodol a bygythiol a phresenoldeb ac academeg gwell yn yr ysgol.

Rhieni a Mwy a Rhieni'n Gyntaf -g wasanaethau rhianta 1:1 a arweinir gan seicoleg i rieni a fyddai'n cael budd o lefel bwrpasol, uwch o gymorth yn nhri phrif faes:

- creu ymlyniadau diogel
- gwella ymddygiad cadarnhaol
- hyrwyddo datblygiad plant.

Caiff ymyriadau eu llywio gan seicoleg ac yn gyfyngedig i 6-10 wythnos. Mae'r gwasanaeth yn defnyddio sgiliau cwnsela, dulliau sy'n seiliedig ar atebion a dulliau cyfweld ysgogiadol i ymgysylltu â theuluoedd a rhoi ar waith theori seicolegol yn ystod ein hymyriadau i helpu rhieni i wneud newidiadau yn y tri phrif faes uchod. Mae'r cynnig yn cynnwys gwaith rhieni-babanod arbenigol gyda rhieni a phlant yn y 1000 diwrnod cyntaf. Mae ymyriadau'n cael eu llywio gan y Fframwaith Iechyd Meddwl Babanod ac mae'r ymarferwyr yn y tîm hwn hefyd wedi cyflawni lefel 1 Fframwaith Cymwyseddau IMH AIMH UK (Cymdeithas Iechyd Meddwl Babanod).

Caiff ymyriad ei ffurfio a'i oruchwylio dan arweiniad Seicolegydd Addysg a'i gynnal gan ymarferwyr rhianta medrus.

Mae ymyriadau rhianta Ymlyniad/Perthnasau'n canolbwyntio ar:

- Helpu rhieni i ddeall datblygiad cynnar yr ymennydd, effeithiau straen tocsig a phwysigrwydd ymlyniad diogel i feithrin lles a gwydnwch ymhlith plant.
- Creu ymlyniadau diogel drwy rianta call, sensitif a chytbwys.
- Helpu rhieni i reoleiddio ymddygiad eu plant.
- Helpu plant i wella o drawma perthynas neu PPN
- Mae ymyriadau ymddygiad rhianta'n canolbwyntio ar:
- Deall ymddygiad fel cyfathrebu.
- Deall ffynhonnell emosiynol ymddygiadau problemus.
- Cynhesrwydd mawr a meithrin ynghyd â strategaethau rheoli ymddygiad priodol.
- Pennu ffiniau a datrys problemau.
- Ffiniau clir a chyson.
- Hyrwyddo disgyblaeth ynghyd ag adfer perthnasau.
- Mae ymyriadau datblygiadol rhianta'n canolbwyntio ar:

	• Helpu rhieni i chwarae, rhyngweithio a chefnogi eu plentyn yn unol â cham datblygiadol y plentyn (h.y. oedran emosiynol, datblygiadol a chymdeithasol). Teen Triple P - Mae adolygiad Sefydliad Gofal Cyhoeddus Caerdydd yn rhestru Triple P (0-16) fel enghraifft o raglen cymorth cynnar seiliedig ar dystiolaeth wrth fynd i'r afael â'r anghenion hyn o ran teuluoedd â phlant iau. Mae Rhaglen Rhianta Cadarnhaol Triple P yn rhaglen rianta seiliedig ar dystiolaeth sydd â'r nod o roi strategaethau ymarferol i rieni i'w helpu i feithrin perthnasau cryf, datblygu rheoleiddio ymddygiadol ac emosiynol eu plant yn hyderus, ac atal problemau rhag datblygu. Gall ymyriadau gael eu rhoi mewn grŵp neu'n unigol i rieni plant hyd at 12 oed neu 12-16 oed. Bydd yr ymyrraeth a roddir yn dibynnu ar angen teulu: • Grŵp – pum sesiwn grŵp ac ymarfer gartref gyda chymorth ymarferydd. • Triple P Safonol – 10 sesiwn unigol ag ymarferydd lle mae rhieni'n pennu eu nodau eu hunain ac yn gweithio allan y newidiadau yr hoffent eu gweld yn ymddygiad eu plentyn. Rhieni fel Partneriaid - Mae Rhieni fel Partneriaid yn gwrs i gefnogi cyplau neu gyd-rieni (nad ydynt yn rhan o achosion llys) wrth atgyfnerthu eu perthynas â'i gilydd, fel eu bod yn teimlo y gallant wynebu'r pethau da a drwg mewn bywyd. Mae gan Rhieni fel Partneriaid hanes o: • Gwella perthynas a chyfathrebu rhwng cyd-rieni • Cryfhau perthnasau teulu a gwella lles a llwyddiant y plentyn • Rheoli heriau a straen bywyd teuluol • Lleihau gwrthdaro ym mherthynas rhieni Aiff grwpiau o gyplau i 16 sesiwn dwyawr a roddir gan gydymarferwyr gwrywaidd a benywaidd. Mae pob cyfarfod grŵp yn dechrau gyda chyflwyniad meddwl agored, ac yna agenda sy'n canolbwyntio ar un o bum agwedd allweddol bywyd yn y model diogelu-risg gweithredu teuluol. • Addasu unigol rhieni • Ansawdd perthynas cwpl • Ansawdd perthynas yn rheuluoedd tarddu rhieni • Ansawdd perthynas rhieni â'r plentyn • Cydbwysedd rhwng straen bywyd a chynorthwyon cymdeithasol Elfen o'r rhaglen yw ceisio gwella canlyniadau plant drwy wella ansawdd perthynas y rhieni. Mae ganddi dystiolaeth o effaith gadarnhaol fyrdymor ar ganlyniadau plant drwy o leiaf un gwerthusiad trylwyr.
Offer sydd ar gael i asesu a monitro	• Parent Problem Checklist (Dadds & Powell, 1991) – graddfa 16 eitem i asesu gwrthdaro rhwng rhieni wrth fagu plant.

- Pianta's Child-Parent relationship scale (Pianta, 1992) – Graddfa 30 eitem sydd â'r nod o asesu canfyddiadau'r rhiant o'i berthynas â'i blentyn.
- Karitane parenting Confidence Scale (Crncec, Bryanne Barnett a Matthey, 2008) – holiadur 15 cwestiwn a ddatblygwyd i gynorthwyo â chefnogi a datblygu sgiliau rhianta i rieni plant 0-12 mis oed.
- The Parenting Scale (Arnold, O'Leary, Wolff, ac Acker, 1993) – Mesuriad 30 eitem o arferion disgyblu camweithredol mewn rhieni.
- Parenting Daily Hassles Scale (Crnic a Booth, 1991) – gyda'r nod o asesu amllder a dwysedd/effaith 20 profiad a all fod yn 'drafferth' i rieni.
- Parenting Sense of Competence Scale (Gibaud-Wallston a Wandersman, 1978) – graddfa hunanadrodd 17 eitem sy'n archwilio pryderon, cymhelliad, gallu a gallu datrys problemau rhieni.
- Parenting Tasks Checklist Sanders a Woolley, 2001) – Sgorir 28 eitem o 0 i 100, gyda sgorau uchel yn dynodi gwell hyder. Mae dau ffactor: Pennu hunan-effeithiolrwydd ac ymddygiad hunan-effeithiol.
- Kansas Parenting satisfaction Scale (James et al, 1985).
- [Mothers Object Relations Scale & Baby MORS \(Simkiss et al, 2013\)](#) - yn mesur ansawdd y berthynas rhwng y rhiant a'r plentyn gyda dau ddimensiwn, cynhesrwydd ac osgoi.
- WEMWBS (Graddfeydd Lles Meddyliol Warwig-Caeredin)
- Graddfa Perthynas Rhwng y Plentyn a'r Rhiant 3-12 (Ffurflen Fer)
- Rhaglen Cryfhau Teuluoedd - Arolwg Cyn ac Ar Ôl
- Holiadur Ymddygiad Gwrthdaro
- TOPSE – Offeryn i fesur Hunaneffeithiolrwydd Rhianta
- Mynegai Perthnasoedd a Newid Teuluol 8 (FACI8) McCubbin, H.I, Thompson, A.I, Elver, McCubbin
- Family Pressure Scale-Ethnic McCubbin, H., Thompson, P. and Elver, K.
- Datrys Problemau Teuluoedd - Cyfathrebu McCubbin, H.I, Thompson, A.I, Elver, McCubbin
- Cyfweliad myfyriol i rieni (PRFI) (Fonagay)
- Canlyniad Clinigol Systemaidd a Gwerthusiad Arferol SCORE-15

4.3. Iechyd a Datblygiad Plant

Mae hyn yn cyfeirio at y newidiadau sy'n digwydd wrth i blentyn dyfu a datblygu o ran bod yn gorfforol iach, meddyliol alluog, emosiynol sefydlog, cymdeithasgar a pharod i ddysgu.

Pan gaiff babi ei eni, dyw'r ymennydd heb ddatblygu'n llawn o gwbl. Mae corff cadarn o dystiolaeth yn tynnu sylw at y rôl hanfodol y mae rhianta sensitif ac ymatebol ei chwarae wrth sicrhau'r datblygu gorau oll yn yr ymennydd a diogelwch ymlyniad yn ystod y cyfnod pwysig hwn. Gwyddom hefyd fod y gwrthwyneb yn wir. Er bod pob plentyn yn unigryw, mae patrymau datblygiadol arferol y gellir eu disgwyl wrth i blentyn a pherson ifanc ddatblygu. Mae amgylchedd y cartref yn allweddol wrth gefnogi datblygiad plentyn. Mae'r Sefydliad Ymyrraeth Gynnar (EIF) wedi nodi'n ddiweddar bwysigrwydd rhaglenni a all wella diogelwch ymlyniad a rheoleiddio ymddygiad plant yn well.

Gwybodaeth ategol ofynnol	Bydd dealltwriaeth o ddatblygiad arferol plant yn rhoi dealltwriaeth i bob gweithiwr cymdeithasol/ymarferydd am newidiadau corfforol, emosiynol, cymdeithasol a seicolegol arferol sy'n digwydd o enedigaeth hyd at laslencyndod. Drwy ddeall y dilyniannau arferol, mae modd normaleiddio ymddygiadau a allai gyd-ddigwydd â champau penodol o ddatblygiad plentyn i addasu ymyriadau i gam datblygiadol y plentyn ac i ddechrau deall beth yw datblygiad annodweddiadol. I ategu hyn, byddai dealltwriaeth o wasanaethau a llwybrau i blant â datblygiad annodweddiadol yn fuddiol.
Cyngor, Cymorth ac Ymyriadau i'w cyflawni	Gwell Ymweliadau Iechyd - Mae Ymwelwyr Iechyd Dechrau'n Deg yn darparu rhaglen graidd well yn ogystal â Rhaglen Plant Iach Cymru (2015) i bob teulu sy'n gymwys yng Nghaerdydd. Mae llwythi achosion Ymwelwyr Iechyd yn cael eu lleihau yn Dechrau'n Deg i gynyddu effeithiolrwydd sy'n arwain at asesiad mwy cynhwysfawr a chyflymach o angen, cyfeirio'n fwy effeithiol at gymorth arall a chymorth mwy hyblyg a dwys i deuluoedd yn y cyfnod cynenedigol a thu hwnt. Mae Ymwelwyr Iechyd yn cefnogi'r broses o nodi angen yn gynnar ac yn cyflwyno atgyfeiriadau cynnar i wella canlyniadau. Mae Ymwelwyr Iechyd yn cwblhau asesiadau penodol ar gyfer nodi angen yn gynnar. Pecyn cymorth yw asesiad Wellcomm a gynlluniwyd i helpu i nodi plant a allai fod yn profi oedi gyda lleferydd ac iaith ac a gwblhawyd yn 12 a 15 mis oed fel rhan o raglen graidd Dechrau'n Deg, yna eto am 18 mis fel ymyriad wedi'i dargedu os oes angen. Yna gall helpu i roi ymyriadau ar waith ar unwaith wrth aros am asesiad mwy ffurfiol, byddai hyn yn cynnwys cyfeirio at Nyrs Feithrin Gymunedol.

Mae Nyrsys Meithrin Cymunedol yn darparu ymyriadau pwrpasol dwys yng nghartref y teulu ar gyfer ystod eang o anghenion gan gynnwys chwarae ac ysgogi, lleferydd ac iaith ac ymyriadau ymddygiadol megis hyfforddiant toiled, ynghyd â darparu gwiriadau diogelwch y cartref rheolaidd a chynghor. Maent hefyd yn ymwneud â chyflwyno grwpiau o feysydd penodol fel tylino babanod a phartïon diddyfnu a elwir "Bwyd a Hwyl".

Mae'r Ymarferydd Cynorthwyol ar gyfer y gwasanaeth ymataliaeth Bediatrig (APPC) yn rôl newydd yng Nghaerdydd sy'n canolbwyntio ar ymyrraeth gynnar a chymorth i blant a theuluoedd mewn perthynas â phelydrennau a choluddion iach. Y nod yw darparu ymyrraeth a chymorth cynnar i blant a theuluoedd gyda hyfforddiant toiled ac wedyn cynyddu nifer y plant sy'n mynd i mewn i ddosbarth meithrin/ysgol sydd wedi'u hyfforddi'n llawn wrth ddefnyddio'r tŷ bach. O ganlyniad i hyn, y nod hirdymor yw lleihau nifer y plant sy'n aros am y Gwasanaeth Ymataliaeth Bediatrig a lleihau morbidrwydd hirdymor ymysg plant.

Mae rôl y tîm ymwelwyr iechyd hefyd yn ganolog i hyrwyddo'r amserlen imiwneiddio cyn ysgol ar draws y gwasanaeth gyda'r nod o gynyddu'r gyfradd imiwneiddio gyffredinol ymhlith plant cyn oed ysgol.

Allgymorth Dechrau'n Deg - Er bod Dechrau'n Deg wedi'i dargedu'n ddaearyddol, mae awdurdodau lleol yn derbyn elfen fach o gyllid 'Allgymorth' fel rhan o'u grant Dechrau'n Deg i gyflwyno elfennau o'r rhaglen i blant ar draws yr awdurdod lleol ehangach. Mae canllawiau Llywodraeth Cymru yn nodi y gall Plant yng Nghymru, dan 4 oed, gael mynediad at bob elfen o wasanaethau Dechrau'n Deg, drwy gyllid Allgymorth, os oes ganddynt angen a nodwyd a bod yr adnoddau ar gael. Yng Nghaerdydd, mae'r canlynol wedi'u nodi fel rhai sy'n gymwys ar gyfer Allgymorth Dechrau'n Deg:

- Teuluoedd â phlant 0-3 oed sy'n byw mewn llety digartref yng Nghaerdydd
- Bydd teuluoedd Sipsiwn a Theithwyr sydd â phlant 0-3 oed ac yn byw yn Ffordd Rover, Caerdydd, yn cael cynnig gwasanaethau Dechrau'n Deg cyn belled ag y bo'n ymarferol.
- Rhieni dan 16 oed.
- Bydd atgyfeiriadau'n cael eu hystyried ar gyfer teuluoedd y nodwyd eu bod yn risg uchel neu'n agored i niwed yn ystod y 1000 diwrnod cyntaf (Gweler Polisi Allgymorth Dechrau'n Deg).

Deieteg Dechrau'n Deg – Mae'r tîm Dieteteg yn cynnig amrywiaeth o ymyriadau i gefnogi teuluoedd i gael gfael ar ddeiet iach, fforddiadwy a

maethlon er budd eu hiechyd a'u lles. Mae'r rhain yn cynnwys cyrsiau coginio a maeth ymarferol achrededig AGORED Cymru i deuluoedd, a hyfforddiant staff ar fwyd a maeth:

- Mae **Rhoi Cynnig ar Goginio** yn gwrs coginio ymarferol i famau, tadau a gofalwyr, gan gynnwys gweithgareddau a negeseuon am fwyta'n iach, diogelwch bwyd, lleihau gwastraff bwyd a bwyta'n dda ar gyllideb. Cyflwynir y cwrs dros 9 wythnos gyda sesiynau wythnosol 2 awr.
- Mae **Sgiliau Bwyd a Maeth Cymunedol Lefel 1** yn gwrs i famau, tadau a gofalwyr, gan roi gwybodaeth sy'n seiliedig ar dystiolaeth, yn gywir ac yn gyson am fwyd a maeth er mwyn galluogi unigolion i wneud dewisiadau bwyd iach a chynaliadwy. Cyflwynir y cwrs dros 5 wythnos gyda sesiynau wythnosol 2 awr.
- Mae **Sgiliau Bwyd a Maeth Cymunedol Lefel 2** yn gwrs ar gyfer staff cymorth cynnar a phartneriaid allanol sy'n gweithio gyda theuluoedd, a gyflwynir dros 5 wythnos a sesiynau wythnosol 4 awr. Mae'n rhoi'r wybodaeth a'r sgiliau maeth i gyfranogwyr rannu negeseuon bwyd a maeth cyson sy'n seiliedig ar dystiolaeth i'r grwpiau cymunedol y maent yn gweithio gyda nhw. Mae cwblhau'r cwrs hwn yn ofynnol i nyrsys meithrin cymunedol sy'n cefnogi'r gwaith o ddarparu rhai o'n hymyriadau dietegol, megis Rhoi Cynnig ar Goginio.
- **Hyfforddiant staff** - Cynigir rhaglen flynyddol o sesiynau hyfforddi a diweddarau maeth i ymwelwyr iechyd a nyrsys meithrin cymunedol i gefnogi'r gwaith o gyflwyno Rhaglen Plant Iach Cymru. Mae'r tîm deietegol hefyd yn darparu hyfforddiant Y Cogydd Bach i gefnogi staff i gyflwyno rhaglen Y Cogydd Bach gyda lleoliadau Aros a Chwarae Dechrau'n Deg.
- Mae **Lefel 2 Sgiliau Bwyd a Maeth Cymunedol y Blynnyddoedd Cynnar** yn gwrs i roi'r wybodaeth a'r sgiliau maeth i ymarferwyr y blynnyddoedd cynnar i rannu negeseuon bwyd a maeth cyson sy'n seiliedig ar dystiolaeth i blant a theuluoedd, a gwella'r ddarpariaeth bwyd a diod yn eu lleoliad. Cyflwynir y cwrs dros 6 wythnos gyda sesiynau wythnosol 2 awr. Argymhellir mynychu'r cwrs hwn fel rhan o Wobr Byrbrydau Iach Safon Aur ac mae'n ofynnol i ennill Gwobr Byrbrydau Iach Safon Aur a Mwy.
- **Gwobr Byrbrydau Iach Safon Aur Caerdydd** - cynllun y mae pob lleoliad gofal plant o fewn Dechrau'n Deg yn rhan ohono. Mae'n cefnogi darparu byrbrydau a diodydd iach. Mae deietegwyr yn ymweld â lleoliadau gofal plant i'w cynorthwyo i gyflawni'r wob. Rhoddir y wob i lleoliadau sy'n bodloni'r meini prawf llym o ran:
 - Byrbrydau a diodydd iach
 - Yr amgylchedd y mae plant yn bwyta ynddo
 - Hylendid bwyd da
 - Hyrwyddo bwyta'n iach drwy weithgareddau o ddydd i ddydd

Lleferydd ac Iaith Dechrau'n Deg – Mae'r tîm Therapi Lleferydd ac Iaith wedi ysgrifennu ac yn cefnogi pecynnau hyfforddi a ddarperir gan y Nyrsys

Meithrin Cymunedol. Cyflwynir y sesiynau hyn ar adegau tyngedfennol yn natblygiad y plentyn i hyrwyddo amgylchedd cyfathrebu cadarnhaol.

Mae llwybr clir wedi'i sefydlu ar gyfer atgyfeiriadau i'r gwasanaeth gan dimau eraill. Gwneir atgyfeiriadau yn bennaf gan y Tîm Iechyd a Gofal Plant. Defnyddir yr offeryn sgrinio o Becyn Cymorth Wellcomm i sgrinio plant yn 12 a 15 a 18 mis oed. Mae'r sgrinio hwn yn cael ei gynnal gan Ymwelydd Iechyd y plentyn. Yna caiff y plentyn ei sgrinio gan ei weithiwr allweddol yn ystod pob tymor o ofal plant. Yn seiliedig ar ganlyniadau Sgrinio Wellcomm cynigir mewnbwn i blant ag oedi cyfathrebu ysgafn i gymedrol gan Nyrsys Meithrin Cymunedol neu gan staff gofal plant. Mae plant ag oedi cyfathrebu cymedrol i ddifrifol yn cael eu hatgyfeirio i gael cymorth wedi'i dargedu gan UDA DD. Anogir rhieni i hunangyfeirio i'r gwasanaeth ar unrhyw adeg y teimlant yr hoffent gael cyngor neu gymorth. Unwaith y bydd plant yn cael eu hatgyfeirio i'r UDA, maent yn derbyn asesiad cychwynnol gan un o'r Therapyddion Lleferydd ac iaith mewn Clinig Cyfathrebu. Yn dilyn hyn, cynigir cymorth pwrpasol wedi'i dargedu iddynt neu cânt eu hatgyfeirio i wasanaethau mwy priodol. Cynigir y gwasanaeth hwn yng nghartref y teulu. Bydd yr UDA hefyd yn cefnogi'r gofal plant drwy roi cyngor arbenigol i blant ag anghenion cyfathrebu mwy cymhleth.

Mae **Tîm Cynhwysiant Dechrau'n Deg** yn gweithio gyda, cefnogi a chydlynw gwasanaethau ar gyfer plant Dechrau'n Deg gydag anghenion ychwanegol, eu teuluoedd a darparwyr gofal plant i sicrhau bod plant yn defnyddio eu hawl i gael gwasanaethau Dechrau'n Deg gyda phontio diffwdan i leoliadau/ysgolion. Maent yn gweithio'n agos gyda'r Tîm Cynhwysiant Anabledd a'r Blynnyddoedd Cynnar

a gweithwyr proffesiynol eraill o'r sector iechyd, addysg a gwirfoddol. Mae'r tîm yn monitro ac yn cefnogi darparwyr gofal plant a meithrinfeydd i lwyddo i gynnwys plant Dechrau'n Deg sydd ag anghenion ychwanegol i gael mynediad at eu hawliau, eu hamgylchedd a gwneud cynnydd.

Mae **Mini Talkers, Mini Explorers** yn gwrw 6 wythnos i rieni/gofalwyr gyda phlant bach hyd at bedair oed. Mae'r rhaglen wedi'i chynllunio i gefnogi rhieni wrth iddynt ymdrin â datblygiad eu plentyn drwy weithgareddau ymarferol, hwyliog a synhwyrdd. Dros y 6 wythnos, bydd y rhiant a'r plentyn yn dysgu am:

- Fathau gwahanol o chwarae sy'n cynnwys y 5 synnwyr
- Pwysigrwydd caneuon a rhigymau
- Pwysigrwydd llyfrau a straeon
- Gall trefn fod yn hwyl

- Chwarae Corfforol
- Pwysigrwydd siarad â'ch plentyn

Chwarae Plant - Cwrs 8 wythnos ar gyfer rhieni/gofalwyr plant rhwng 18 mis a 4 blwydd oed yn llawn profiadau hwyl i ddatblygu dealltwriaeth o sut mae plentyn yn dysgu ac yn datblygu drwy chwarae. Dros yr 8 wythnos mae rhieni'n:

- Deall sut mae chwarae'n cefnogi datblygiad corfforol
- Deall sut mae chwarae yn cefnogi Lles emosiynol drwy lyfrau, straeon a rhigymau
- Deall sut mae chwarae yn helpu plentyn i ddatblygu ei sgiliau meddwl.
- Deall sut mae chwarae yn helpu plentyn i ddatblygu iaith.
- Deall sut mae chwarae yn cefnogi datblygiad lleferydd ac iaith
- Deall sut y gall chwarae gyda phlentyn helpu i feithrin perthynas; dangos gofal ac anwyldeb; a bod yn hwyl i rieni hefyd.

Aros a Chwarae (galw heibio mynediad agored) - Mae Aros a Chwarae yn gyfle i rieni/gofalwyr ddod at ei gilydd a threulio amser yn chwarae gyda'ch plant. Gall fod yn wych i chwarae gyda'ch gilydd yn eich cartref eich hun, a gall Aros a Chwarae ychwanegu at hynny drwy gynnig lle i chi ddod at eich gilydd lle nad oes rhaid i chi boeni am dacluso wedyn. Gall rhieni fwynhau chwarae hefyd! Mae chwarae yn caniatáu i blant ddefnyddio eu creadigrwydd wrth ddatblygu eu dychymyg ac mae'n cefnogi pob maes datblygu; dyma sut bydd plant yn ifanc iawn yn gwneud synnwyr o'r byd o'u cwmpas. Rhannwch brofiadau eich plant bach drwy fwynhau gweithgareddau o safon gyda nhw sy'n annog archwilio drwy'r synhwyrau.

Mae eich Babi'n Anhygoel - Mae grŵp bach, agos atoch yn rhedeg dros 4 wythnos i rieni/gofalwyr a'u baban, i ddysgu sut mae bod wyneb yn wyneb a "thiwnio i mewn" i fabi yn hybu ei ddatblygiad.

Lleferydd ac Iaith Dechrau'n Deg - Cynigir asesiad i blant ag oedi cyfathrebu a nodwyd gan UDA mewn clinig. Cynigir cyngor ac ymyrraeth fel y bo'n briodol. Mae hwn yn y cartref ac yn cael ei ddarparu drwy ymarferwyr hyfforddedig dan oruchwyliaeth Therapydd Lleferydd ac Iaith. Fel arall, gellir cynnig ymyrraeth iddynt yn uniongyrchol gyda UDA neu ymyriad Wellcomm. Gellir cynnig mewnbwn a chyngor pwrpasol pellach hefyd i'r staff gofal plant sy'n cefnogi'r plant hyn a nodwyd.

	Triple P Gofal Sylfaenol – i blant 0-12 oed Cyfres o 4 cyfarfod unigol byr (15-30 munud) dros gyfnod o 4-6 wythnos i drafod ffyrdd o reoli materion neu ymddygiadau datblygiadol cyffredin. Gall ymarferydd hyfforddedig roi awgrymiadau drwy glipiau DVD a Thafleuni Awgrymiadau. GroBrain - Mae Go Brain yn rhaglen 5 wythnos i rieni newydd ac sy'n disgwyl am eu babi (gyda babanod 0-12 mis oed) sy'n ystyried pwysigrwydd y cyfnod o esgor i fod yn ddwy oed pan fo'r sylfeini hanfodol ar gyfer ieuchyd a lles am oes yn cael eu gosod. Anogir rhieni i ddal ati â'r pethau da y maen nhw eisoes yn eu gwneud wrth gael cipolwg ar eu rôl yn natblygiad ymennydd babi, gan alluogi ysgogiad cryf i wneud newidiadau bach arwyddocaol i'w rhianta. Mae Rhieni a Mwy a Rhieni'n Gyntaf yn wasanaethau rhianta 1:1 a arweinir gan seicoleg i rieni a fyddai'n cael budd o lefel bwrpasol, uwch o gymorth yn nhri phrif faes: creu ymlyniadau diogel gwella ymddygiad cadarnhaol hyrwyddo datblygiad plant. Mae'r cynnig yn cynnwys gwaith rhieni-babanod arbenigol gyda rhieni a phlant yn y 1000 diwrnod cyntaf. Caiff ymyriadau eu llywio gan y Fframwaith Iechyd Meddwl Babanod ac mae ymarferwyr yn y tîm hwn hefyd wedi cyflawni lefel 1 Fframwaith Cymwyseddau IMH AIMH UK (Cymdeithas Iechyd Meddwl Babanod).
Offer sydd ar gael i asesu a monitro	• Holiadur Cryfderau ac Anawsterau (Goodman) – holiadur sgrinio ymddygiadol byr am blant 3-16 oed. • Rhestr Ymddygiad Plentyn Eyberg – i rieni ei gwblhau i asesu ymddygiad y plentyn neu berson ifanc yn y cartref. • Mesur Canlyniadau Anableddau Dysgu Sheffield · Graddfeydd Canlyniadau Iechyd y Genedl ar gyfer Plant a Phobl Ifanc • Graddfa Sgorio Canlyniadau (ORS), Graddfa Graddio Canlyniadau Plant (CORS) a Graddfa Graddio Canlyniadau Plant Ifanc (YCORS) • Proffil Dysgu Cynnar Hawaii (HELP) • Graddfa Asesu Byd-eang Plant • Pecyn Cymorth WellComm

4.4. Cyllid, Budd-daliadau a Thai

Mae straen byw mewn tlodi a phoeni am arian yn effeithio ar deuluoedd ledled Caerdydd. Mae Adolygiad Sefydliad Gofal Cyhoeddus Caerdydd yn nodi'r sail dystiolaeth gynyddol bod ymateb cyflym i bobl ifanc sydd mewn perygl o fod yn ddigartref neu fynd i ofal yn cynnwys elfen o gyfryngu teuluol, cymorth ymarferol a mynediad i lety priodol neu dai â chymorth a gwasanaethau eraill.

Gwybodaeth ategol ofynnol	Mae angen i weithwyr proffesiynol/ymarferwyr gael gwybod er mwyn helpu teuluoedd i lywio systemau budd-daliadau a chyllid yng Nghaerdydd. Gall hyn leddfu straen a gwella gallu teulu i ymgysylltu ag ymyriad yn y dyfodol. Mae angen i ymarferwyr gael eu hyfforddi ar Lefel Gallu Cyffredinol (Cyngor gyda Chanllawiau) o ran Fframwaith Gwybodaeth am Ansawdd Cyngor (FfGAC) Llywodraeth Cymru.
Cyngor, Cymorth ac Ymyriadau i'w cyflawni	Bydd meddu ar wybodaeth o systemau a phrosesau cyllid a thai cenedlaethol a lleol yn galluogi ymarferwyr i gefnogi rhieni sydd â phryderon am fwydo'u teulu, talu biliau ac atal digartrefedd. Bydd angen i hyn gynnwys y canlynol (er bod mwy o elfennau): • Grant a Gostyngiadau – cynorthwyo defnyddwyr gwasanaeth wrth ddeall meini prawf cymhwyso, cwblhau ceisiadau ar-lein e.e. Cymorth Dŵr Cymru. • Credyd Cynhwysol / Budd-dal Etifeddiaeth – cynorthwyo defnyddwyr gwasanaeth wrth ddeall y gwahaniaeth rhwng y budd-daliadau, sut i wneud cais am CC, sut i dalu rhent gyda budd-daliadau. • Beth i'w wneud gyda phenderfyniad negyddol ar fudd-dal neu waharddiad – cynorthwyo defnyddiwr gwasanaeth i ofyn i'r sawl sy'n gwneud penderfyniad (ailystyried mandedol), atgyfeirio at Linell Gymorth ar gyngor arbenigol pan fo angen gwneud apêl ffurfiol. • Budd-daliadau Bwyd – atgyfeirio defnyddwyr gwasanaeth ar y ffôn at Hybiau ar gyfer Talebau Banc Bwyd neu ddosbarthu'r Talebau ar ymweliadau â'r cartref, cyngor ar Brydau Ysgol am Ddim, SHEP, a Thalebau Dechrau Iach. • Budd-daliadau Anabledd – rhoi cyngor ar y Taliad Annibyniaeth Bersonol, Lwfans Byw I'r Anabl, Lwfans Gweini a Lwfans Gofalwr. Cynorthwyo defnyddwyr gwasanaeth wrth wneud yr alwad i ofyn am ffurflen gais a rhoi cyngor ar gwblhau ceisiadau, neu atgyfeirio at Hybiau i gael cymorth wrth gwblhau ffurflenni hirach. • Trosolwg o Atebion Tai (tai cymdeithasol a'r sector rhent preifat) – ac atgyfeirio at y Tîm Atebion Tai pan fo angen apwyntiad. • Trosolwg o gymorth digartrefedd – yn rhoi cyngor cychwynnol ac atgyfeirio at y Ganolfan Dewisiadau Tai. • Rheoli cyllideb a dyledion (i gynnwys trosolwg o ôl-ddyledion rhent / morgais) - atgyfeirio at Swyddogion Cyngor Ariannol mewn Hybiau, rhoi cymorth â chyllidebu syml yn seiliedig ar arfer da'r Gwasanaeth Cyngor Ariannol.

	• Trosolwg o'r cap budd-daliadau a chynlluniau i helpu – yn rhoi cyngor ar gynlluniau i gynorthwyo â'r diffyg e.e. Taliadau Tai Yn Ôl Disgresiwn a sut mae bod mewn gwaith neu gael fudd-daliadau Anabledd yn dileu'r cap. Atgyfeiriadau i'r Gwasanaeth I Mewn I Waith (atgyfeirir drwy'r Porth) i helpu gyda chwiliad swydd / parodrwydd at waith gyda bwriad i ddianc y cap • Trosolwg o Wasanaethau I Mewn I Waith – atgyfeirio drwy'r Porth i asesu ar gyfer amrywiaeth o brojectau. • Cynnig llinell gyngor fel pwynt cyswllt unigol i gynorthwyo staff a defnyddwyr gwasanaeth. Building Blocks (Save The Children) - Mae timau Cymorth Cynnar Caerdydd yn bartneriaid atgyfeirio ar gyfer Building Blocks. Mae grantiau Building Blocks yn caniatáu i deuluoedd â phlentyn o dan 6 oed gael pecynnau dysgu cynnar wedi'u teilwra i oedran a cham datblygu eu plentyn ac eitemau cartref i helpu i leddfu straen ac adeiladu arferion cadarnhaol o amgylch prydau bwyd ac amser gwely.
Offer sydd ar gael i asesu a monitro	• Swm y budd-daliadau a hawliwyd (drwy Gronfa Ddata Cyngor Ariannol y Cyngor). • Swm yr arbedion a wnaed gan y teulu am daliadau untro. • Nifer y bobl a achubwyd rhag digartrefedd a chael eu taflu allan. • Nifer y teuluoedd a'r plant sy'n elwa ar grantiau Building Blocks • Nifer y teuluoedd sy'n elwa ar dalebau Banc Bwyd

3.5. Iechyd Meddwl a Lles

Mae Sefydliad Iechyd y Byd yn disgrifio iechyd meddyliol fel "cyflwr lles lle mae'r unigolyn yn sylweddoli ei alluoedd ei hun, yn gallu ymdopi â straen arferol bywyd, yn gallu gweithio'n gynhyrchiol ac yn ffrwythlon, ac mae'n gallu gwneud cyfraniad i'w gymuned". Pennir iechyd meddwl gan ffactorau biolegol, seicolegol, cymdeithasol, economaidd ac amgylcheddol sy'n rhyngweithio mewn ffyrdd cymhleth. Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn nodi bod tua chwarter y boblogaeth yn profi problemau iechyd meddwl. Mae'r Sefydliad Ymyrraeth Gynnar yn nodi bod lles ac iechyd meddwl plentyn neu berson ifanc yn cefnogi canlyniadau cadarnhaol mewn meysydd eraill, megis perfformiad yn yr ysgol neu ymddygiad gartref. Gall ymyrraeth gynnar helpu i feithrin y sgiliau cymdeithasol ac emosiynol sydd mor hanfodol ar gyfer dysgu a bywyd, cefnogi iechyd meddwl da yn y dyfodol, ac annog pobl i beidio â gwneud pethau fel ysmygu a chamddefnyddio sylweddau.

Gall unrhyw un gael ei effeithio ar unrhyw adeg o fywyd. O'r herwydd, yn Cymorth Cynnar Caerdydd, rydym yn ystyried iechyd meddwl y baban, y plentyn neu'r person ifanc a'r rhiant. Mae iechyd meddwl babanod yn disgrifio lles a datblygiad cymdeithasol ac emosiynol plant ym mlynnyddoedd cynharaf bywyd. Yn hollbwysig, mae iechyd meddwl babanod yn dibynnu ar weithrediad iach y berthynas feithrin rhwng gofalwr a phlentyn. Mewn geiriau eraill, mae iechyd meddwl babanod yn adlewyrchu a oes gan blant y berthynas ddiogel ac ymatebol y mae arnynt ei hangen i ffynnu.

Gwybodaeth ategol ofynnol	Bydd ymarferwyr yn Ymwybodol o PPN ac wedi'u hysbysu o Ymlyniad, Perthynas a Thrawma wrth sefydlu eu dealltwriaeth o effaith salwch meddwl rhieni ar aelodau'r cartref. Cymorth Cyntaf Iechyd Meddwl – yn addysgu sut i adnabod arwyddion a symptomau cyflyrau iechyd meddwl a rhoi help cymorth cyntaf. Rhydd dealltwriaeth well o'r materion sy'n effeithio ar ac yn perthyn i iechyd meddwl pobl, yn addysgu sgiliau ymarferol y gellir eu defnyddio bob dydd, gan gynnwys gallu adnabod arwyddion a symptomau problemau iechyd meddwl, ac annog hyder ymhlith cyfranogwyr wrth lywio pobl at gymorth priodol.
Cyngor, Cymorth ac Ymyriadau i'w cyflawni	Arbenigwyr Iechyd Meddwl Sylfaenol (AIMS) - ar gael i gynnig ymgynghoriadau i gydweithwyr, asesiadau a gwaith clinigol uniongyrchol i gefnogi iechyd meddwl plant a phobl ifanc rhwng 4 ac 17 oed, lle mae pryderon ynghylch lles emosiynol ac iechyd meddwl. Busnes craidd AIMS yw: 1. Asesiad iechyd meddwl Plant a Phobl Ifanc hyd at 18 oed, o dan Ran 1 o Fesur Iechyd Meddwl (Cymru). Mae'r Mesur yn nodi mai dim ond meddygon teulu a gwasanaethau iechyd meddwl eilaidd (h.y. CAMHS) all wneud atgyfeiriadau ar gyfer asesiad Rhan 1. Rhaid cysylltu â'r teulu o fewn 28 diwrnod i dderbyn yr atgyfeiriad ar gyfer asesiad. 2. Darparu ymyriadau therapiwtig byr (6 sesiwn) ar gyfer plant a phobl ifanc ag anawsterau iechyd meddwl yn yr ystod ysgafn i gymedrol, yn dilyn asesiad.

3. Darparu ymgynghoriad a chynghor i rieni a phlant, a allai gynnwys cyfeirio a hwyluso atgyfeiriadau at adnoddau cymunedol a thimau eraill y gwasanaeth iechyd. Gallai'r swyddogaeth olaf hon gael ei chynnal gan y tîm craidd neu'r uwch ymarferwyr cymunedol a all gynnig ymgynghoriadau wyneb yn wyneb mewn ysgolion a lleoliadau cymunedol eraill.
4. Darparu ymgynghoriad a chynghor i weithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda phlant a theuluoedd e.e. meddygon teulu, gweithwyr proffesiynol eraill yn y gwasanaeth iechyd, Ysgolion, Gwasanaethau Cymdeithasol, y Gwasanaeth Ieuencid, y Trydydd Sector.

Mae **Rhieni a Mwy a Rhieni yn Gyntaf** yn wasanaethau rianta 1:1 dan arweiniad seicoleg i rieni plant hyd at 4 oed, sy'n byw mewn ardaloedd Dechrau'n Deg a fyddai'n elwa o lefel bwrpasol, uwch o gymorth yn y tri maes allweddol, sef:

- creu ymlyniadau diogel
- gwella ymddygiad cadarnhaol
- hyrwyddo datblygiad plant.

Mae'r cynnig yn cynnwys gwaith rhieni-babanod arbenigol gyda rhieni a phlant yn y 1000 diwrnod cyntaf. Caiff ymyriadau eu llywio gan y Fframwaith Iechyd Meddwl Babanod ac mae ymarferwyr yn y tîm hwn hefyd wedi cyflawni lefel 1 Fframwaith Cymwysedau IMH AIMH UK (Cymdeithas Iechyd Meddwl Babanod).

ASSIST – Hyfforddiant Sgiliau Cymwysedig Ymyrraeth Hunanladdiad, sy'n addysgu cyfranogwyr i adnabod arwyddion rhybudd hunanladdiad, ac yna'n creu cynlluniau i gefnogi diogelwch ar unwaith. Fe'i defnyddir yn helaeth gan ddarparwyr gofal iechyd, ond nid oes rhaid i gyfranogwyr gael hyfforddiant ffurfiol i ddod i weithdy. Mae'n helpu unigolion i ddeall y ffyrdd y gall agweddau personol a chymdeithasol effeithio ar farn ar hunanladdiad ac ymyriadau, mae'n rhoi canllawiau a chymorth cyntaf i rywun mewn perygl, mae'n helpu cyfranogwyr i adnabod elfennau allweddol cynlluniau diogelu rhag hunanladdiad gan gydlynw'r camau gweithredu i'w roi ar waith.

SafeTALK - hyfforddiant sy'n paratoi unrhyw un 15 oed neu'n hŷn, gyda phrofiad blaenorol ai peidio, i fod yn gynorthwy-ydd ymwybodol o hunanladdiad. Nod hyfforddiant fel cynorthwy-ydd ymwybodol o hunanladdiad SafeTALK yw galluogi unigolion i:

- Symud y tu hwnt i dueddiadau cyffredin i fethu, diystyru neu osgoi hunanladdiad.
- Adnabod pobl sy'n meddwl am hunanladdiad.

	Rhoi camau TALK (Dweud, Gofyn, Gwranddo a Chadw'n Ddiogel) ar waith i gysylltu rhywun sy'n ystyried hunanladdiad ag adnodd atal hunanladdiad. Gall cynorthwyyr â hyfforddiant SafeTALK adnabod signalau a gweithredu drwy gysylltu'r sawl sy'n cael trafferth ag adnoddau ymyrryd a all achub eu bywydau, fel gofalwyr wedi'u hyfforddi gydag ASSIST. Mae cynorthwyyr hyfforddedig yn gweithio i greu cymunedau â llai o hunanladdiadau ynddynt ynghyd ag adnoddau ymyrryd i adnabod pobl a allai gyflawni hunanladdiad ac atal hynny. Bydd y sawl a hyfforddir yn dysgu sylwi ac ymateb i sefyllfaoedd lle maen nhw'n amau bod meddyliau hunanladdol yn digwydd, adnabod gwahoddiadau am help a symud y tu hwnt i'r duedd gyffredinol i fethu, diystyru neu osgoi. Therapi Gwybyddol Ymddygiadol (ThGY) – therapi siarad a all helpu i reoli problemau drwy newid y ffordd rydym yn meddwl ac yn ymddwyn. Caiff ei ddefnyddio gan amlaf i drin gorbryder ac iselder, ond gall fod yn ddefnyddiol i broblemau iechyd meddwl a chorfforol eraill. Mae ThGY yn seiliedig ar y cysyniad bod meddyliau, teimladau, synhwyrau corfforol a gweithredoedd yn rhyng-gysylltiedig, ac y gall meddyliau a theimladau negyddol ddal unigolion mewn cylch niweidiol. Nod ThGY yw helpu unigolion i ddelio â phroblemau gorlethol mewn ffordd fwy cadarnhaol drwy eu torri'n rhannau llai. Dangosir i unigolion sut i newid y patrymau negyddol hyn i wella'r ffordd y maen nhw'n teimlo. Mae'n delio â phroblemau cyfredol yn hytrach na chanolbwyntio ar y gorffennol. Mae'n edrych am ffyrdd ymarferol o wella cyflwr meddwl bob dydd. Nod therapi yn y pen draw yw dysgu unigolion i roi'r sgiliau ar waith bob dydd, gan eu helpu i reoli problemau a'u stopio rhag cael effaith negyddol hyd yn oed ar ôl i gwrs o driniaeth ddod i ben. Mae'r tîm perthynas rhiant-babanod arbenigol yn Rhianta Caerdydd yn gweithio gyda'r rhiant a'r baban i gefnogi'r berthynas rhwng rhieni a babanod ac iechyd meddwl yn y 1000 diwrnod cyntaf. Mewn partneriaeth ag ymarferwyr arbenigol o Dîm Ymwelwyr Iechyd Dechrau'n Deg, mae Sgyrsiau Meddwl Ynghyd ar gael i gydweithwyr i ganolbwyntio ar ddatblygu'r berthynas rhwng rhieni a babanod.
Offer sydd ar gael i asesu a monitro	- Holiadur Iechyd Cleifion, Pfizer, 2017 - Graddfa Pryder ac Iselder Plant Diwygiedig (RCADS) - Fersiwn rhieni RCADS-P - WEMWBS (Graddfeydd Lles Meddyliol Warwig-Caeredin) - Graddfa Ddiwygiedig Effaith Plant ar Ddigwyddiadau - Canlyniad Clinigol Systemaidd a Gwerthusiad Arferol SCORE-15

- | | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Mesur Cydnerthedd Plant a Phobl Ifanc • Archwiliad o Anhwyllderau Bwyta • Gwerthusiad Rheolaidd o Ganlyniadau Clinigol (CORE) • Graddfa Hunan-Barch Rosenberg (Rosenberg, 1965) • Thermomedrau Tymer (Tuckerman, Bruce, 1988) • Graddfa Hunanreoli Canfyddedig Plant (Humphreys, L.) • Graddfa Credoau Plant am Ysgariad Rhieni (Kurdek, L. A. a Berg, B., 1987) • Graddfa Hunan-Barch Hare (Hare, Bruce) |
|--|--|

4.6. Addysg a Gofal Plant

Addysg yw un o'r llwybrau sicraf allan o dlodi. Noda Uchelgais Prifddinas Caerdydd ein bod yn ymrwymedig i sicrhau bod pob plentyn yn cael y dechrau gorau mewn bywyd ac y byddwn yn bwrw ati o ddifrif i sicrhau na chaiff unrhyw blentyn ei adael ar ôl. Ffactor allweddol wrth ddatblygu Cyngor a Chymorth i Deuluoedd Caerdydd fydd cefnogi teuluoedd i:

- Ddeall pwysigrwydd addysg.
- Sut y gallant gefnogi eu dysgu nhw a'u plentyn a meithrin uchelgais.
- Annog presenoldeb da ac ymgysylltu/cyfraniad yn yr ysgol.

Gwybodaeth ategol ofynnol	Byddai meddu ar wybodaeth gadarn o system a phrosesau Addysg Caerdydd a, lle y bo'n briodol Dechrau'n Deg, yn galluogi ymarferwyr i gefnogi rhieni sydd â phryderon ynghylch mynediad eu plentyn at neu eu rhan mewn addysg a bywyd yr ysgol. Bydd angen i hyn gynnwys y canlynol (er bod mwy o elfennau): • Dealltwriaeth o gyfrifoldebau awdurdodau lleol, y bwrdd iechyd, ysgolion a lleoliadau addysgol eraill, o ran plant a phobl ifanc sydd ag anghenion dysgu ychwanegol (ADY). • Dealltwriaeth o brosesau derbyn i ysgolion. • Dealltwriaeth o'r polisïau a'r ddeddfwriaeth ar bresenoldeb yn yr ysgol a sut i gefnogi plant a rhieni wrth fodloni'r gofynion hyn. • Gwybodaeth am ystod y gwasanaethau cymorth sy'n gweithio gydag ysgolion gan gynnwys: ❖ Gwasanaethau Ieuenctid ❖ Addysg nad yw yn yr ysgol (EOTAS) ❖ Gwasanaeth Lles Addysg ❖ Plant sy'n Derbyn Gofal mewn Addysg ❖ Tîm Gwaith Achos Anghenion Addysgol Arbennig ❖ Tîm Gwahardd ❖ Gwasanaethau Tiwtora ❖ Gwasanaeth Seicoleg Addysg ❖ Addysg Ddewisol yn y Cartref ❖ Gwasanaeth Cynhwysiant y Blynyddoedd Cynnar ❖ Tîm Cynhwysiant Anabledd ❖ Timau Nam ar y Golwg, Nam ar y Clyw a Nam Amlsynhwyrdd ❖ Anghenion Llefaredd, Iaith a Chyfathrebu ❖ Tîm Iechyd a Lles Emosiynol ❖ Tîm Cymorth Awtistiaeth ❖ Tîm Cymorth Llythrennedd a Rhifedd ❖ Gofal Plant Dechrau'n Deg (sy'n berthnasol i deuluoedd cymwys yn unig) ❖ Allgymorth a phroses atgyfeirio Dechrau'n Deg Gall ymarferwyr roi cyngor ar y Cynnig Gofal Plant i blant yn y blynyddoedd cynnar a'u hatgyfeirio at y Tîm Cynnig Gofal Plant.
----------------------------------	---

Cyngor, Cymorth ac Ymyriadau i'w cyflawni	Canolfan - Mae cael Canolfan Achrededig o fewn y gwasanaeth yn ein galluogi i gynnig achrediad ar y cyrsiau y mae ein timau'n eu darparu. Mae hyn yn rhoi cydnabyddiaeth i aelodau o'r teulu sy'n ymgysylltu â'n gwasanaethau am eu hamser a'u hymrwymiad drwy ennill cymhwyster cydnabyddedig. Drwy roi'r cyfleoedd hyn rydym yn cyfrannu at hyrwyddo dysgu gydol oes, yn ogystal â chael effaith gadarnhaol ar les, gwydnwch a sgiliau'r teulu. Mae'r cyrsiau sydd wedi'u hachredu drwy ein canolfan ar hyn o bryd yn cynnwys 'Chwarae Plant', 'Mini Talkers, Mini Explorers', 'Rhoi Cynnig ar Goginio' a'r 'Rhaglen Magu Plant'. Rhaid i unrhyw ganolfan sy'n darparu darpariaeth Agored fod â systemau ansawdd priodol ar waith i ategu'r ddarpariaeth a chael tystiolaeth ei bod yn cael ei gweithredu'n effeithiol. O fewn Cymorth Cynnar ein nod yw darparu hyfforddiant sicrhau ansawdd drwy: • Dîm o diwtoriaid gwybodus, ymroddedig a chefnogol • Adnoddau safonol, seiliedig ar dystiolaeth, cyfoes i gefnogi astudio dysgwyr • Canllawiau a chymorth i ddysgwyr a darpariaeth ar gyfer anghenion unigol • Cyfle cyfartal yn ymarferol sy'n helpu i wneud y mwyaf o gyfranogiad dysgwyr • Gweithdrefnau asesu, sy'n gynhwysol ac sy'n cynnig cyfranogiad, tegwch a safoni dibynadwy • Systemau sy'n darparu cofnodi a gwerthuso effeithlon • Llwybrau dilyniant i ddysgwyr Rôl Tîm Ymgynghorol Dechrau'n Deg yw monitro a gwerthuso ansawdd y ddarpariaeth gofal plant i blant dwy i dair oed mewn lleoliadau Gofal Plant Dechrau'n Deg. Mae hyn yn seiliedig ar ymchwil gyfredol i ddatblygiad y blynyddoedd cynnar. Bydd y cymorth yn cynnwys ymweliadau â lleoliadau yn monitro a modelu arfer da; trefnu ymweliadau arfer da; gweithdai ymarferol; cyfeirio staff at weithwyr proffesiynol eraill; hwyluso hyfforddiant gorfodol yn ganolog, a darparu hyfforddiant mewnol pwrpasol. Mae ansawdd y gwasanaeth a ddarperir drwy leoliadau yn cael ei werthuso'n barhaus. Y Dull Ffynnu – wedi'i fabwysiadu gan nifer o ysgolion Caerdydd, yn aml ar y cyd â darpariaeth maethu. Byddai unrhyw ymarferwyr â hyfforddiant teulu yn dda i'r dull hwn. Rhydd ffordd o weithio gyda phlant a phobl ifanc sy'n cefnogi'r datblygiad cymdeithasol ac emosiynol gorau. Hefyd, gall y dull weithio mewn ffordd wedi'i dargedu â phlant a phobl ifanc a allai fod wedi cael profiadau bywyd anodd i'w hail-gynnwys mewn bywyd a dysgu.
--	--

	Theraplay - wedi'i fabwysiadu gan lawer o ysgolion Caerdydd, yn aml ar y cyd â darpariaeth maethu. Byddai unrhyw ymarferwyr hyfforddedig yn dda i'r dull hwn. Mae'n therapi plant a theulu i feithrin a gwella ymlyniad, hunan-barch, ymddiriedaeth mewn eraill, ac ymgysylltu llawen. Mae'n seiliedig ar batrymau naturiol rhyngweithio chwareus ac iachus rhwng rhiant a phlentyn ac yn bersonol, corfforol ac yn hwyliog. Mae theraplay yn canolbwyntio ar bedair nodwedd allweddol mewn perthnasau rhwng rhieni a phlant: Strwythur, Ymgysylltu, Meithrin a Herio. Mae'r sesiynau'n creu cysylltiad actif, emosiynol rhwng y plentyn a'r rhieni neu ofalwyr maeth, yn arwain at newid safbwynt o'r hunan fel rhywun cariadus sy'n haeddu perthnasau cadarnhaol a boddhaus. O ran triniaeth, mae'r ymarferydd Theraplay'n arwain y rhiant a'r plentyn drwy gemau chwareus, hwyliog, sy'n herio'u datblygiad, a gweithgareddau mwyn, maethol. Mae ymdrin â'i gilydd fel hyn yn helpu'r rhiant i reoleiddio ymddygiad y plentyn a chyfleu cariad, llawenydd a diogelwch i'r plentyn. Mae'n helpu i blentyn deimlo'n ddiogel, wedi'i ofalu amdano, wedi'i gysylltu ac yn haeddiannol.
Offer sydd ar gael i asesu a monitro	• ITERS – Graddfa Graddio Amgylchedd Babanod/Plant Bach • SSTEWS – Graddfa Barhaus Meddwl ar y Cyd a Lles Emosiynol • Graddfa Leuven – Offeryn Sgrinio Lles a Chyfranogiad • Cofnodion presenoldeb gofal plant Ysgol / Dechrau'n Deg • Pecyn Cymorth Wellcomm

5.0. Gwybodaeth Ategol

Bydd angen i bob tîm Cymorth Cynnar feddu ar wybodaeth weithredol o'r ddeddfwriaeth berthnasol a llwybrau i amrywiaeth helaeth o wasanaethau lleol allweddol.

5.1. Deddfwriaeth

Bydd angen i ymarferwyr deimlo'n hyderus wrth ddeall y fframwaith cyfreithiol y maen nhw'n gweithredu ynddo a goblygiadau newidiadau cyfredol ac yn y dyfodol i ddeddfwriaeth ar arfer. Gellir cysylltu hyn ag Adolygiad Sefydliad Gofal Cyhoeddus Caerdydd sy'n nodi'r dystiolaeth gynyddol y gallai gwasanaeth effeithiol gynnwys atgoffa gwarcheidwaid cyfreithiol o'u dyletswyddau cyfreithiol i bobl ifanc.

Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015

Mae Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 am wella lles cymdeithasol, economaidd, amgylcheddol a diwylliannol Cymru. Bydd hyn yn sicrhau bod y cyrff cyhoeddus a restrir yn meddwl am weithredoedd hirdymor, gweithio'n well gyda phobl a chymunedau i atal problemau a gweithio'n gynaliadwy. Sefydli'r Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru statudol i weithredu er budd cenedlaethau'r dyfodol, cefnogi cyrff cyhoeddus a gweithio i gyflawni nodau lles. Mae'r Ddeddf hefyd yn sefydlu Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus (BGCau) i bob ardal awdurdod lleol yng Nghymru. Mae'n rhaid i bob BGC wella lles economaidd, cymdeithasol, amgylcheddol a diwylliannol ei ardal drwy weithio i gyflawni'r nodau lles.

Deddf y Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014

Daeth y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) i rym ar 6 Ebrill 2016. Mae'r Ddeddf yn darparu'r fframwaith cyfreithiol ar gyfer gwella llesiant pobl y mae angen gofal a chymorth arnynt ac i drawsnewid Gwasanaethau Cymdeithasol yng Nghymru.

CCUHP a Dull Hawliau'r Plentyn

Mae Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn yn gytundeb hawliau dynol gyda 54 erthygl sy'n cwmpasu pob agwedd ar fywyd plentyn gan nodi'r hawliau sifil, gwleidyddol, economaidd, cymdeithasol a diwylliannol y mae gan bob plentyn ym mhobman hawl iddynt. Mae hefyd yn egluro sut y mae'n rhaid i oedolion a llywodraethau gydweithio i sicrhau y gall pob plentyn fanteisio ar ei holl hawliau. Mae gan bob plentyn hawliau waeth beth fo'i ethnigrwydd, ei rywedd, ei grefydd, ei iaith, ei allu neu unrhyw statws arall.

Mesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) 2011

Mae Mesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) 2011 yn gosod dyletswydd ar Weinidogion Llywodraeth Cymru i roi sylw dyledus i CCUHP a'i BroTOCOLau Dewisol wrth wneud

penderfyniadau am ddeddfwriaeth a pholisïau arfaethedig ac unrhyw adolygiad i ddeddfwriaeth a pholisïau sy'n bodoli eisoes.

Dywed Llywodraeth Cymru, drwy roi hawliau plant wrth wraidd polisi a deddfwriaeth, y bydd yn dylanwadu ar y broses o ddarparu gwasanaethau ac yn gwella'r canlyniadau i Blant a Phobl Ifanc, gyda llwyddiant yng Nghymru yn cael ei fesur yn ôl yr effaith y mae'n ei gael ar fywydau plant, pobl ifanc a theuluoedd.

Rheoliad Diogelu Data Cyffredinol (GDPR)

Daeth y Rheoliad Diogelu Data Cyffredinol i rym ar 25 Mai 2018, wedi'i gyfeirio at sefydliadau bach a chanolig eu maint, ac unigolion dan Ddeddf Diogelu Data. Ei nod yw gwella rheoliadau sy'n ymwneud â phreifatrwydd a hawliau unigol; sicrhau bod sefydliadau'n cydymffurfio, neu'n wynebu cosbau o hyd at 4% o drosiant blynyddol neu 20 miliwn ewro – pa un bynnag yw'r mwyaf. Bydd pob unigolyn yn yr UE yn cael mwy o reolaeth dros eu data personol, gan ei wneud yn ofynnol i sefydliadau gael caniatâd penodol i ddata unigolion, gan gryfhau hawliau unigol tuag at broffilio a gwneud penderfyniadau awtomataidd.

Bydd angen i bob aelod o staff feddu ar ddealltwriaeth o gyfrinachedd a rhannu gwybodaeth a rhoi'r egwyddorion ar waith wrth weithio gyda theuluoedd, pobl ifanc a phlant.

Deddf Trais yn Erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (Cymru) 2015

Mae'r Ddeddfwriaeth yn mynd i'r afael â phob ffurf ar gam-drin seiliedig ar drais neu gam-drin rhywiol gan gynnwys cam-drin domestig, treisio, cam-drin rhywiol, ecsploetiaeth rywiol, Anffurfio Organau Cenhedlu Benywod, a thrais a elwir 'ar sail anrhydedd' a phriodas dan orfod. Prif nod y ddeddfwriaeth yw gwella ymateb y sector cyhoeddus yng Nghymru i'r materion ac mae rôl Addysg yn rhan fawr o'r Ddeddf newydd. Gall Gweinidogion Llywodraeth Cymru bellach wneud rheoliadau sy'n ei wneud yn ofynnol i Awdurdodau Lleol adrodd ar sut maen nhw'n mynd i'r afael â Thrais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol o fewn ysgolion a hefyd adrodd unrhyw gamau a gymrir o fewn ysgolion. Un o'r prif fecanweithiau i gyflawni'r Ddeddf yw Fframwaith Hyfforddiant Cenedlaethol. Mae lefel ofynnol yr hyfforddiant yn dibynnu ar rôl person. Mae gan hyn oblygiadau i'r holl staff sy'n gweithio mewn ysgolion ac i'r sector cyhoeddus a gwirfoddol yng Nghaerdydd.

Deddf Plant 1989 a 2004

Mae Deddf Plant yn gosod dyletswyddau ar awdurdodau lleol, llysoedd, rhieni ac asiantaethau eraill yn y DU, i sicrhau bod plant yn cael eu diogelu a bod eu lles yn cael ei hyrwyddo. Mae'n canolbwyntio ar y syniad mai teuluoedd sy'n gofalu am eu plant orau, ond mae hefyd yn gwneud darpariaethau ar gyfer achosion pan nad yw rhieni a theuluoedd yn cydweithredu â chyrff statudol. Mae'r Ddeddf bellach yn sail i'r rhan fwyaf o waith gweinyddol swyddogol a ystyrir yn ddefnyddiol i blant, yn benodol dod â'r holl swyddogaethau llywodraeth leol ar les ac addysg plant ynghyd dan awdurdod statudol

Cyfarwyddwyr lleol Gwasanaethau Plant. Adrannau 17 a 47 yn benodol yw'r sail i ddiogelu plant, ac maen nhw hefyd yn amlinellu ein dyletswyddau i'n gofalwyr ifanc a phlant sy'n derbyn gofal.

Noda Adran 17 Deddf Plant 1989 mai dyletswydd gyffredinol pob awdurdod lleol yw diogelu a hyrwyddo lles plant yn ei ardal sydd mewn angen ac i'r graddau y bo'n gyson â'r ddyletswydd honno hyrwyddo magwraeth plant o'r fath yn eu teuluoedd.

[Deddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg \(2018\)](#)

Mae deddfwriaeth Deddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a Thribiwnlys Addysgol (ADYTA) yn creu fframwaith cyfreithiol i sicrhau bod anghenion dysgwyr yn cael eu nodi'n gynnar, yn cael sylw cyflym, a bod eu barn, eu dymuniadau a'u teimladau wrth wraidd y prosesau cynllunio i'w cefnogi i oresgyn rhwystrau i ddysgu a chyflawni eu potensial llawn. Mae'r Ddeddf hon yn gwneud darpariaeth ar gyfer Cynlluniau Datblygu Unigol (CDU) statudol cyffredinol ar gyfer pob person ifanc ag ADY, gan ddod â'r gwahaniaeth presennol rhwng ymyriadau a arweinir gan ysgolion a datganiadau a gyhoeddir gan awdurdodau lleol i ben. Bydd hyn yn ei dro'n integreiddio'r trefniadau deddfwriaethol ar wahân sy'n bodoli i ddisgyblion mewn ysgolion a cholegau. Mae hyn yn ceisio gwella cydweithredu rhwng awdurdodau lleol a byrddau iechyd, gan sefydlu system decach gyda phwyslais ar osgoi anghytundeb a datrys gwrthdaro.

Byddai gweithwyr proffesiynol/Ymarferwyr yn Cymorth a Chyngor i Deuluoedd Caerdydd yn cael budd o ddeall y Ddeddf, sut mae'n gweithio yng Nghaerdydd a swyddogaethau'r Gwasanaethau Cynhwysiant ac Anabledd sydd ar gael.

[Deddf Plant \(Diddymu Amddiffyniad Cosb Resymol\) \(Cymru\) 2020](#)

Diben y Ddeddf yw diddymu amddiffyniad y gyfraith gyffredin o gosb resymol fel nad yw bellach ar gael yng Nghymru i rieni na'r rheiny sy'n gweithredu fel rhieni fel amddiffyniad i ymosodiad neu gurfa yn erbyn plentyn.

Bwriad y Ddeddf yw cefnogi hawliau plant drwy wahardd defnyddio cosb gorfforol, drwy ddileu'r amddiffyniad hwn. Effaith fwriadedig y Ddeddf, ynghyd ag ymgyrch codi ymwybyddiaeth a chefnogaeth i rieni, yw sicrhau gostyngiad pellach yn y defnydd a goddefgarwch o gosb gorfforol yn erbyn plant yng Nghymru.

5.2. Partneriaid Cyflawni Cymorth Cynnar

Yn ogystal â'r gwasanaethau hyn a ddarperir gan Cymorth Cynnar Caerdydd, mae timau arbenigol yng Nghaerdydd sy'n rhoi gwasanaethau a fydd yn ategu gwaith Cymorth Cynnar Caerdydd.

Bydd angen i wybodaeth ategol ymarferydd gynnwys y llwybrau i amrywiaeth eang o wasanaethau lleol allweddol gan gynnwys (ond nid yn gyfyngiedig i) cam-drin domestig, iechyd meddwl, camddefnyddio sylweddau a rhianta.

Tîm Integredig Cymorth i Deuluoedd Caerdydd a'r Fro

Atgyfnerthu'r Gymuned a Hyfforddiant Teuluol (CRAFT) – rhaglen sgiliau i bobl sy'n byw gyda neu'n cefnogi anwylyd â phroblem ag alcohol neu gyffuriau. Prif nodau CRAFT yw:

- Gwella ansawdd bywyd yr anwyliad;
- Lleihau'r defnydd o sylweddau gan yr anwylyd, a
- Chynnwys yr anwylyd mewn triniaeth.

Ar yr un pryd, mae CRAFT yn mynd i'r afael ag ymwrthedd i newid yr anwylyd. Mae CRAFT yn addysgu strategaethau ymddygiadol ac ysgogiadol i deuluoedd wrth ryngweithio â'u hanwylyd. Mae'r sawl sy'n mynychu'n dysgu e.e. pŵer atgyfnerthu cadarnhaol i sicrhau ymddygiad cadarnhaol (a'i dynnu'n ôl o ran ymddygiad dieisau) a sut i ddefnyddio sgiliau cyfathrebu cadarnhaol i wella rhyngweithio a sicrhau'r dylanwad mwyaf ganddynt. Yn benodol, mae CRAFT yn addysgu nifer o sgiliau, gan gynnwys:

- Deall sbardunau anwylyd wrth ddefnyddio sylweddau
- Strategaethau cyfathrebu cadarnhaol
- Strategaethau atgyfnerthu cadarnhaol – gwobrwyo diffyg defnydd
- Datrys problemau
- Hunanofal
- Rhagofalon trais domestig
- Cael anwylyd i dderbyn help

Cymharodd adolygiad systemataidd a metaddadansoddiad o bedwar prawf bychan ar hap yn UDA a Chanada effeithiolrwydd CRAFT â dulliau mwy traddodiadol. Cynyddodd dull CRAFT o weithio gydag anwyliad ymgysylltiad yr anwylyd mewn triniaeth yn sylweddol (67%) o'i gymharu â dullai Alcoholics Anonymous a Narcotics Anonymous (18%) (pedair astudiaeth) ac ymyriad Sefydliad Johnson (30%) (un astudiaeth). Gwnaeth y tri dull hefyd arwain at rywfaint o weithredu gwell o ran yr anwylyd 6 mis yn ddiweddarach. Y canlyniadau a fesurwyd oedd iselder, dicter, cydlyniant teuluol, hapusrwydd â pherthnasau a gwrthdaro teuluol. Roedd CRAFT yn effeithiol yn annibynnol ar y sylwedd a ddefnyddiwyd ac mae hefyd yn effeithiol wrth weithio gydag ystod o anwyliad gan gynnwys oedolion a phobl ifanc, gwŷr neu wragedd, partneriaid, rhieni, brodyr a chwiorydd ac aelodau'r teulu.

Gwasanaethau a Gomisiynir Teuluoedd Yn Gyntaf

Rhaglen a Darparwr	Disgrifiad
Cymorth Teuluol sy'n seiliedig ar Wirfoddolwyr (Home Start Caerdydd)	Rhydd Home Start gymorth drwy fentoriaid gwirfoddol i bobl mewn angen. Mae'r cymorth lefel is hwn i deuluoedd â babanod newydd sy'n cael trafferth ymdopi, yn gweithio'n agos gydag Ymwelwyr Iechyd i gytuno ar drefniadau atgyfeirio. Mae'n canolbwyntio ar ymyrraeth gynnar a gweithio'n holistig gyda'r teulu cyfan, gan eu cefnogi i wneud dewisiadau a gwella eu gallu i fodloni anghenion eu plant. Cynigir cymorth 1:1 a grŵp i deuluoedd ac unigolion. Mae gwirfoddolwyr yn cael eu hyfforddi a'u paru â theulu sydd angen cymorth.
Gwasanaeth Lles Teuluoedd (Barnardos)	Mae'r gwasanaeth yn cynnig ymyrraeth gynnar a chymorth i deuluoedd sy'n byw yng Nghaerdydd gyda phlant hyd at 25 oed ac sydd ag angen wedi ei nodi am gymorth o ran iechyd a lles emosiynol a meddyliol ond sydd o dan y lefel lle byddai ganddynt hawl i wasanaeth iechyd arbenigol a/neu ofal a chymorth statudol. Mae'n cynnwys amrywiaeth o ymyriadau therapiwtig a rhai nad ydynt yn therapiwtig. • Therapi Chwarae - Therapiwtig; mae gwaith 1:1 gyda phlant a brodyr a chwiorydd yn helpu plant i archwilio teimladau, meddyliau ac ymddygiadau • Ymyriadau 1:1 a grŵp - ddim yn therapiwtig; gwaith sy'n seiliedig ar faterion, ymyriadau 1:1 a grŵp • Cwnsela -Therapiwtig; gwaith 1:1 gyda phlant ac oedolion, hefyd yn gweithio gyda chyplau - cefnogi pobl â gofid emosiynol Mae amrywiaeth o ymyriadau gwaith grŵp ar gael i blant/pobl ifanc, oedolion a theuluoedd. Yn canolbwyntio ar brofedigaeth, mynegi emosiynau anodd a phryderon sylfaenol, perthnasau teuluol a chyfoedion, sgiliau emosiynol a chymdeithasol, gyda hunan-barch isel neu ddiffyg hyder, lles emosiynol isel, anawsterau rheoleiddio emosiynau, hunan-barch isel, diffyg hyder, neu anawsterau wrth wneud a chynnal cyfeillgarwch, tôr-teuluol a thrafferth delio â cholled neu wahanu.
Gwasanaeth Cymorth Ieuenctid (Cyngor Caerdydd)	Caiff y gwasanaeth ei ddarparu gan wasanaeth ieuenctid Caerdydd. Mae'r dull wedi'i alinio â llwybrau strategol a ddatblygwyd fel rhan o'r Fframwaith Cynnydd Ieuenctid. Ategir y gwasanaeth hwn drwy ddefnyddio Proffil Asesu Bregusrwydd (PAB) mewn ysgolion i weithio gyda'r sawl dan 16 oed a gyda Gyrfa Cymru gyda'r rhai dros 16 oed. Mae'r prosiect yn cynnwys nifer o elfennau: • Cyn 16 - Mae tîm Gwasanaeth Ieuenctid Caerdydd yn cynnal y gwaith wedi'i dargedu hwn gyda phobl ifanc 11-16 oed sy'n byw yng Nghaerdydd. Mae Mentoriaid Ieuenctid yn cefnogi'r bobl ifanc hynny sydd yn y perygl mwyaf o symud oddi wrth addysg, fel y nodir drwy'r PAB • Ôl-16 - Mae'r gwasanaeth hwn yn cynnwys cymorth yn seiliedig ar ardal ar draws y ddinas, a datblygu darpariaeth ieuenctid yng

	nghanol y ddinas. Bwriad y prosiect yw nodi, ymgysylltu a rhoi cymorth priodol i bobl ifanc, gan sicrhau y gellir rhoi ymyriadau o ansawdd sy'n seiliedig ar dystiolaeth ar waith ar gyfer y rhai sydd eu hangen, a lleihau'r risg o bobl ifanc ddim yn symud ymlaen drwy addysg, hyfforddiant neu gyflogaeth. Mae hefyd yn cynnwys pobl ifanc yn Grass Roots. • Addysg heblaw yn yr ysgol (EOTAS) - Yn bennaf, mae'n cefnogi pobl ifanc 15 i 17 oed, sy'n cael eu Haddysgu Heblaw yn yr Ysgol i bontio'n gadarnhaol ar ôl 16 oed. Mae'r garfan o bobl ifanc yn arbennig o agored i niwed, sydd angen cymorth cofleidiol sy'n ceisio gwella eu sgiliau, eu cyflogadwyedd a'r byd gwaith. • Grassroots - Mae'n rhoi cymorth gwasanaeth ieuencid mynediad agored i bobl ifanc rhwng 16 a 25 oed ar Lawr Gwlad yng nghanol Dinas Caerdydd. Darperir ymyriadau a sesiynau cefnogaeth Gwybodaeth, Cymorth ac Arweiniad i bobl ifanc yn Grassroots sy'n ceisio rhoi cyfleoedd i bobl ifanc gyrraedd eu llawn botensial.
Project Perthnasoedd Iach (YMCA Caerdydd)	Mae'r project Perthnasau Iach yn cynnal ymyriadau ar sail tystiolaeth sy'n galluogi pobl ifanc i greu perthnasoedd cadarnhaol a chynnal iechyd rhywiol da. Mae'r gwasanaeth yn darparu gwasanaeth Cerdyn C sy'n gynllun dosbarthu condomau am ddim cydgysylltiedig i bobl ifanc ledled Caerdydd (a Bro Morgannwg). Mae'n cynnig cymorth 1-1 wedi'i dargedu a sesiynau grŵp mewn ysgolion a'r gymuned ar gyfer pobl ifanc sydd mewn perygl mewn perthynas â chydberthnasau a hawliau a chyfrifoldebau iach o ran ymddygiad rhywiol gan gynnwys cyngor ar iechyd rhywiol, sy'n dilyn arfer gorau. Darparu hyfforddiant a chynngor iechyd rhywiol i weithwyr proffesiynol eraill ar sut y gallant gefnogi pobl ifanc â'u hanghenion iechyd rhywiol. Lle bo'n briodol, cyflwynir sesiynau ar y cyd mewn ysgolion a lleoliadau ieuencid.
Gwasanaeth Gwybodaeth Ieuencid (PromoCymru)	Mae'r Gwasanaeth Gwybodaeth Ieuencid yn darparu gwybodaeth electronig am ddarparu gwasanaethau i bobl ifanc yng Nghaerdydd drwy'r wefan i bobl ifanc, https://thesprout.co.uk/ Mae'r Sprout yn rhoi gwybodaeth am y gwasanaethau sydd ar gael drwy ddarpariaeth Teuluoedd yn Gyntaf ac yn ymgysylltu â phobl ifanc i gyd-gynhyrchu gwybodaeth hygyrch. Cynhelir gweithdai a digwyddiadau i bobl ifanc mewn ysgolion ac o fewn y gymuned. Mae'r gwasanaeth yn cyd-gynhyrchu ymgyrchoedd gyda phobl ifanc ac yn ymgysylltu â rhieni a gweithwyr proffesiynol drwy sesiynau hyfforddi.
Gwasanaeth Cyfryngu Teuluol i Bobl Ifanc (Llamau)	Rhoi cefnogaeth i bobl ifanc sydd mewn perygl o fod yn ddigartref a'r sawl â phroblemau gyda'u perthnasaoedd teuluol. Mae'r gwasanaeth yn cefnogi'r sawl sy'n chwilio am lety amgen yn ogystal â helpu pobl ifanc i ddychwelyd neu aros yng nghartref y teulu os yw'n bosibl.

Darpariaeth Ieuenctid Cathays	Mae Darpariaeth Ieuenctid Cathays wedi'i lleoli yng Nghanolfan Gymunedol Cathays gydag aelodau, pobl ifanc ag anableddau dysgu yn bennaf. Mae'r rhaglen hon yn cynnwys ystod eang o weithgareddau a phrosiectau, gan gynnwys celf, drama, cerddoriaeth, coginio a chwaraeon. Yn ogystal, mae tripiâu i leoedd o ddiddordeb a chyfleusterau hamdden yn digwydd yn ddyddiol yn ystod gwyliau'r ysgol. Mae anghenion a dymuniadau aelodau yn llywio'r rhaglen ac mae prosiectau a arweinir gan gymheiriaid yn cael eu cynnal gyda chanllawiau a chefnogaeth gweithwyr ieuenctid cymwysedig. Mae'r ddarpariaeth yn digwydd yn ystod gwyliau ysgol hanner tymor, gwyliau'r Pasg ac am bedair wythnos gyntaf gwyliau haf yr ysgol, o ddydd Llun i ddydd Gwener, rhwng 10.00am a 4.00pm.
Cymorth Budd-daliadau Lles (Cyngor Caerdydd)	Mae Cymorth Budd-daliadau Lles yn helpu teuluoedd â phlentyn anabl a/neu bobl ifanc anabl sy'n byw'n annibynnol (16-25). Rhoddir cyngor ac arweiniad i aelodau o'r teulu a phobl ifanc ynghyd â chefnogi'r broses apelio drwodd i dribiwnlys. Cefnogir teuluoedd ar sail 1:1 neu deulu yn y gymuned neu gartref.
Lleferydd ac Iaith (Bwrdd Iechyd Caerdydd a'r Fro)	Nod y gwasanaeth yw galluogi rhieni a gofalwyr i ddarparu'r amgylchedd iaith gorau posibl i gefnogi cyfathrebu cynnar a datblygiad iaith eu plentyn ifanc. Mae'n cynnig: • Sesiynau arddangos 'Bounce into Babble' i roi'r sgiliau i rieni a gofalwyr ddatblygu rhyngweithio a sgiliau cyfathrebu cynnar eu plentyn • Hyfforddiant i Ymwelwyr Iechyd ar ddatblygiad lleferydd ac iaith. • Hyfforddiant a chymorth i Ymwelwyr Iechyd a Nyrsys Meithrin Cymunedol i alluogi iddynt gynnal sesiynau sy'n datblygu rhyngweithio rhwng rhieni a phlant a sgiliau siarad mewn babanod.
Cymorth Deieteg (Bwrdd Iechyd Caerdydd a'r Fro)	Cyrsiau hyfforddi Lefel 1 a Lefel 2 i aelodau'r gymuned, gweithwyr proffesiynol a darparwyr gofal plant, yn ogystal â chysiau hyfforddi heb eu hachredu. Mae'r pynciau'n cynnwys: Rhoi Cynnig ar Goginio, Sgiliau Bwyd a Choginio Cymunedol, Bwyta i 1: Heini ac Actif i 2, CFNS i'r Blynnyddoedd Cynnar, Bwyta'n Dda tra'n Feichiog, Caru Bwyd, Casáu Gwastraff Yn ogystal â sesiynau cymorth megis: bwyta'n iach a grwpiau cymorth bwydo ar y fron.