drug adferiad o afiechyd meddwl difrifol hafal for recovery from serious mental illness

Abertawe

Adroddiad Blynyddol 2010-2011

Mae Canolfan Addysg, Hyfforddiant ac Adnoddau Abertawe yn darparu amrywiaeth eang o weithgareddau dyddiol ar gyfer unigolion sy'n gwella o afiechyd meddwl difrifol gan gynnwys grwpiau cerdded a chrwydro, a gweithgareddau campfa ac iechyd, ysgrifennu creadigol, cwisiau, ynghyd â grwpiau ffotograffiaeth a choginio. Yn ychwanegol, mae gwybodaeth a hyfforddiant, grwpiau cymorth a chymorth un-i-un ac ar sail grŵp wedi eu darparu ar gyfer unigolion sydd yn gwella o afiechyd iechyd meddwl difrifol a gofalwyr dros y flwyddyn ddiwethaf.

Cynhaliwyd yr ymgyrch "Ffordd Tuag at Adferiad" ym Mharc Singleton ac fe'i hagorwyd gan yr Arglwydd Faer. Roedd y digwyddiad, a oedd yn cynnwys y Bws Meicro VW a Threilar Arddangos Hafal, yn medru dangos i'r cyhoedd yr hyn sydd gan Hafal Abertawe i'w gynnig o safbwynt cymorth a gwasanaethau. Llwyddasom hefyd i gasglu 356 o lofnodion i gefnogi ein hachos ar y diwrnod.

Ym mis Ionawr, roedd Andrew Davies AC wedi ymweld â'r prosiect. Bu'r ymweliad yn llwyddiant a chafodd y gwasanaethau sy'n cael eu darparu gan y prosiect argraff ar Andrew, a chynigiodd ei gefnogaeth lawn i'r prosiect. Treuliodd Andrew amser yn siarad gyda'n haelodau yn unigol ac mewn grŵp am y materion sydd yn effeithio ar eu bywydau a'r datblygiadau o fewn gwasanaethau iechyd meddwl.

Cafodd staff ac aelodau gyfle i fynychu digwyddiadau ymgynghori ar y Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) newydd. Roedd hwn yn gyfle nid yn unig i aelodau i roi eu barn am gynllunio gofal ond hefyd i gael cipolwg da i mewn i'r gwasanaethau y byddant yn eu derbyn yn y dyfodol a sut y byddant yn cael eu darparu.

Mae nifer o weithgareddau wedi eu cynnal yn ystod y flwyddyn gan gynnwys:

- Ar gyfer Wythnos Gofalwyr ym mis Mehefin, roedd gyda ni arddangosfa yn llyfrgell Gorseinon drwy'r wythnos. Mae'r llyfrgell wedi dod yn lleoliad rheolaidd ar gyfer arddangos gwybodaeth Hafal, yn enwedig yn ystod diwrnodau a digwyddiadau gofalwyr rheolaidd.

- Ar y 3ydd o Hydref, mynychodd aelodau wasanaeth golau cannwyll ym Mhriordy Tŷ Ddewi. Roedd y gwasanaeth yn rhan o ddigwyddiad Abertawe ar gyfer Diwrnod Iechyd Meddwl y Byd. Dyma'r ail flwyddyn y mae wedi ei gynnal ac fel y llynedd chwaraeodd aelodau Hafal ran bwysig. Darllenwyd 3 o gerddi un aelod o Hafal allan yn ystod y gwasanaeth, gyda nifer yn rhagor o aelodau Hafal Abertawe yn mynychu'r digwyddiad.

- Ar y 7fed o Hydref, gweithiodd grŵp o ddefnyddwyr gwasanaeth ar arddangosfa flynyddol digwyddiad Diwrnod Afiechyd Meddwl y Byd yn Theatr y Grand yn Abertawe. Roedd dros 60 o stondinau yno o grwpiau yn y sector gwirfoddol i sectorau statudol. Mae hwn bob tro yn ddigwyddiad sydd yn denu nifer o ymwelwyr ac wedi dod yn brif ddigwyddiad ar gyfer gwasanaethau yn dod ynghyd i rannu arfer gorau, profiadau a gwybodaeth.

- Ar ddydd Llun, 14eg o Hydref, cynhaliwyd taith gerdded ar hyd y traeth yn Abertawe. Pwrpas hwn oedd codi ymwybyddiaeth o faterion iechyd meddwl. Mynychodd nifer o ddefnyddwyr gwasanaeth a dosbarthwyd taflenni gwybodaeth ar hyd y ffordd.

33-34 Stryd Mansel, ABERTAWE SA1 1EB
Ffôn: 01792 466990
e-bost : swansea@hafal.org

- Ar y 5ed o Dachwedd, mynychodd pedwar aelod o'r prosiect ddigwyddiad yn y Drenewydd am flaenoriaethau ar gyfer y Bwrdd Rhaglen Iechyd Meddwl. Roedd yn gyfle i'n haelodau i gael dweud eu dweud ynghylch sut y dylid datblygu'r gwasanaethau yn y dyfodol.

- Ar y 3ydd o Ragfyr cynhaliodd y Carers Action Group ei ddigwyddiad blynyddol. Roedd arddangosfeydd bychan eleni yn ardaloedd derbyn Orchard House a'r Canolfan Ddinesig.

Mae tri myfyriwr gwaith cymdeithasol wedi cwblhau eu lleoliadau profiad gwaith gyda'r prosiect eleni, un ar leoliad 90 diwrnod a dau ar leoliad 20 diwrnod yr un. O ganlyniad i gysylltiadau gweithio da gyda Choleg Abertawe, mae nifer o fyfyrwyr sy'n astudio iechyd a gofal cymdeithasol wedi derbyn lleoliadau yn ystod y flwyddyn. Mae yna gynnydd hefyd wedi bod yn y nifer o bobl sy'n edrych am waith gwirfoddol, mae hyn yn ei dro wedi galluogi'r prosiect i gynyddu ei weithgareddau.

Mae cyflwyniadau "Lliniaru'r Wasgfa" ar sut i reoli arian yn ystod y dirwasgiad wedi eu cefnogi gan aelodau sydd eisoes ynghlwm gyda rhyw fath o hyfforddiant cyflogaeth a siaradasant am fanteision cyfleoedd o'r fath. Mae nifer o aelodau wedi mynd yn eu blaenau eleni i ddosbarthiadau addysg a chyflogaeth.

Mae'r ystafell wybodaeth bellach yn weithredol gyda mwy o lyfrau a gwybodaeth wedi eu darparu i ni drwy'r bartneriaeth gyswllt gyda Info Lab, adnodd gwybodaeth ar gyfer Canolfan Ddydd Cwmbwrla. Mae'r maes hwn nawr yn croesawu ymwelwyr newydd ac yn cyflwyno delwedd broffesiynol o'r gwasanaeth i bobl newydd.

Eleni, cychwynnodd lleoliad gwaith drwy ein partneriaeth gyda CREATE yn y prosiect. Y swyddogaeth yw helpu yn y dderbynfa / ystafell wybodaeth. Byddant hefyd yn edrych at ddatblygu'r ystafell wybodaeth a rhoi gwybod i brosiectau eraill am yr hyn sy'n digwydd ym mhrosiect Abertawe.

Mae'r prosiect wedi cychwyn cynnal te prynhawn lle y mae cyfreithwyr Tŷ Arian yn mynychu'r prosiect i roi cyngor ar dai, budd-daliadau a dyled i'n defnyddwyr a gofalwyr.

Mae Platform 51 yn mynychu'r prosiect un prynhawn yr wythnos ar gyfer cefnogi merched gydag amrywiaeth o faterion gan gynnwys cymorth un-i-un, hyfforddiant, cwblhau ffurflenni, ac adeiladu hyder.

Aeth grŵp beicio Abertawe ar Daith Beicio Gŵr eleni eto, a hynny wedi bwlch o dair blynedd. Ymosododd tîm o ddefnyddwyr, gofalwyr a staff ar y daith 29 milltir ar ddiwrnod nad oedd gyda'r gorau o ran tywydd, ond cawsant amser gwych.

Mae'r grŵp ffotograffiaeth yn parhau i gwrdd ac mae wedi cynhyrchu calendr a nodyn llyfrau eleni eto; mae hwn bellach wedi dod yn ddigwyddiad rheolaidd yn y prosiect.

Mae taflen newyddion y prosiect wedi eu hargraffu a'u dosbarthu drwy'r flwyddyn. Mae'r daflen newyddion, a argraffwyd yn y Gymraeg ynghyd â Saesneg, wedi profi yn fodd gwych o arddangos y gweithgareddau sy'n cael eu cynnal yn y prosiect. Dosbarthwyd y daflen newyddion i'n defnyddwyr gwasanaeth a gofalwyr a'n holl bartneriaid yn Abertawe.

Mae yna nifer o ddigwyddiadau rhyng-prosiect wedi digwydd eleni gan gynnwys helfa drysor, cystadlaethau pŵl a darts. Mae hwn yn darparu cyfle i'r aelodau prosiect i ymgysylltu gyda defnyddwyr gwasanaeth o brosiectau eraill a rhannu barn a syniadau ar arfer gorau.

Yn ogystal â'r nifer o ddigwyddiadau cymdeithasol sy'n mynd rhagddo ac yn cael eu trefnu gan ddefnyddwyr gwasanaeth y tu allan i oriau swyddfa arferol, mae gweithio yn y dderbynfa wedi ei wneud yn gyfan gwbl gan y defnyddwyr gwasanaeth eu hunain. Mae hwn yn golygu mewn gwirionedd bod y rota a threfnu'r bobl sydd eu hangen yn cael ei drefnu gan ein defnyddwyr gwasanaeth. Mae hwn wedi arddangos cynnydd amlwg mewn hunan-hyder a hunan-werth ymhlith y rhai hynny sy'n chwarae rhan yn y prosiect. Mae hefyd yn rhoi cyfle iddynt brofi'r amgylchedd gwaith a strwythur, cyfrifoldeb a pherchnogaeth y gwaith sy'n cael ei gyflawni. Mae yna restr bellach o bobl sydd am gymryd rhan.

Llun a dynnwyd gan aelodau'r grŵp ffotograffiaeth

Grŵp ysgrifennu creadigol

Grŵp Cerdded