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

Bro Morgannwg

Adroddiad Blynyddol 2010-2011

Ym Mro Morgannwg, mae Hafal yn darparu gwasanaeth Cymorth Gofalwr/Teuluoedd/Seibiant sydd yn darparu cymorth un-i-un, cymorth grŵp a chymorth i deuluoedd drwy weithio mewn partneriaeth â mudiadau sector gwirfoddol a statudol yn ogystal â phrosiect garddio a rhandir i ofalwyr.

Mae gofalwyr yn cwrdd yn fisol fel grŵp ac mae'r niferoedd wedi parhau i gynyddu. Rydym hefyd yn cynnig cymorth un-i-un a chymorth teulu. Mae'r holl aelodau staff yn gweithio mewn partneriaeth â mudiadau perthnasol eraill er mwyn sicrhau bod gofalwyr yn cael eu cefnogi yn holl agweddau eu rôl gofalu.

Eleni, roedd y Grŵp Gofalwyr wedi derbyn ardal fach yn yr ardd yn Sain Ffagan; gyda chymorth Fred DyŶmott o Hafal Caerdydd, rydym wedi llwyddo i blannu tatws, ffa, letys a nionod. Mae hyn yn profi i fod yn fenter hynod lwyddiannus ac yn caniatáu i ofalwyr i elwa o'r cyfle o weithio yn y gerddi.

Yn ystod 2010-2011, roeddem wedi trefnu/mynychu'r digwyddiadau canlynol:

- Roeddem wedi cynnal digwyddiad "Ffordd Tuag at Adferiad" hynod lwyddiannus yn y Bari a oedd yn cynnwys bws meicro yr ymgyrch a thema'r Caribî (gweler y llun isod.)
- Wythnos Gofalwyr: roeddem wedi cynnal digwyddiad 'Taith Gerdded a Phicnic' hynod bleserus ac roedd grŵp o aelodau'r prosiect wedi ymweld â Gerddi Dyffryn.
- Roedd aelodau'r prosiect wedi mynychu'r Diwrnod Ymwybyddiaeth Iechyd Corfforol Cenedlaethol Hafal ac wedi cymryd rhan mewn nifer o weithgareddau.
- Roeddem wedi dathlu Diwrnod Iechyd Meddwl y Byd.
- Roeddem wedi cyflwyno arddangosfa yng Nghyfarfod Cyffredinol Blynyddol Hafal.
- Roeddem wedi ymweld â GŴyl Goed Nadolig y Bontfaen.

Mae grŵpiau/clybiau rheolaidd yn cynnwys:

- Cyfarfodydd fforwm CVMHDP
- CSing (cyfarfodydd ar gyfer yr holl weithwyr proffesiynol yn yr ardal sydd yn delio gyda'r gofalwyr)
- Cyfarfodydd Tîm Amy Evans
- Cyfarfodydd Rhwydwaith HSCWB

Digwyddiad "Ffordd Tuag at Adferiad"

Taith Caerfaddon

http://www.hafal.org/hafal/cymraeg/vale.php

Ysgubor Fawr, Amgueddfa Werin Cymru, Sain Ffagan, CAERDYDD CF5 6DU
Ffôn: 07989 473375
ebost: valeofglamorgan@hafal.org