E-Fwletin

01
Y GWANWYN **2021**

Croeso...

i fwletin Bwrdd Diogelu Cwm Taf Morgannwg ar gyfer Gwanwyn 2021.

Mae ychydig dros flwyddyn ers i'r cyfyngiadau symud ddechrau, ac ers hynny rydyn ni i gyd wedi profi adeg nad oedd modd i ni ei ddychmygu o'r blaen. Mae'r rhaglen frechu wedi cychwyn yn llwyddiannus a'r cyfyngiadau'n cael ei eu llacio'n raddol, ac felly mae'n ymddangos bod goleuni ym mhen draw'r twnnel a gobeithio bod modd i ni edrych ymlaen at fwynhau rhyw fath o normalrwydd yn fuan.

Yn anffodus iawn collodd nifer o bobl eu bywydau dros y flwyddyn ddiwethaf yn sgil Covid-19 a hoffai'r Bwrdd Diogelu ymestyn ei gydymdeimlad â phawb sydd wedi'u heffeithio. Bu llawer mwy o ddioddefwyr o ganlyniad i'r cyfyngiadau symud, gan gynnwys:

- Dynion a menywod mewn perthnasoedd camdriniol sydd wedi bod mewn mwy o berygl o niwed corfforol, rhywiol a meddyliol gan eu partneriaid,
- Plant sydd wedi bod yn profi esgeulustod a niwed corfforol a / neu rywiol gartref.
- Pobl o bob oed sydd wedi gweld effaith ar eu hiechyd meddwl, weithiau i'r pwynt eu bod yn mynd ati i gyflawni hunanladdiad.

Mae'r Bwrdd Diogelu a'i bartneriaid wedi bod yn gweithio'n galed i amddiffyn ac atal plant, pobl ifainc ac oedolion rhag yr uchod. Ar ddechrau'r cyfyngiadau symud y llynedd, cafodd hyn ei gyflawni trwy'r grwpiau Efydd yn RhCT, Merthyr Tudful a Phen-y-bont ar Ogwr a'r Grŵp Rheoli Arian Rhanbarthol.

Mae'r grwpiau yma wedi camu nôl ers hynny, ond mae'r ffocws ar effaith Covid yn parhau trwy waith y Bwrdd.

POLISÏAU A GWEITHDREFNAU SYDD WEDI'U CYMERADWYO'N DDIWEDDAR

Dyma'r polisïau a'r gweithdrefnau a gymeradwywyd yn ddiweddar gan y Bwrdd Diogelu:

- **Protocol Derbyniadau Brysl**
- **Atgyfeiriadau Cyn-Geni a Chynadleddau**
- **Rheoli Hunan-niweidio**
- **Canllawiau ar Ymddygiad Rhywiol Niweidiole**
- **Gweithio gyda Rhieni / Cynhalwyr sy'n Camddefnyddio Sylweddau**

YN Y RHIFYN YMA

- **Atal Hunanladdiad**
- **Grŵp Ymateb Uniongyrchol**
- **Gwasanaeth Lles Emosiynol Newydd**
- **Mynd i'r Afael â Cham-drin Plant yn Rhywiol**
- **Pryderon yn Ymwneud âg Arferion Diogelu Rhyngasiantaethol** (CRISP)
- **Adolygiadau Ymarfer Oedolion**
- **Atal camwybodaeth rhag lledaenu**
- **Diogelu Plant rhag Camfanteisio Rhywiol**
- **'Ddylai neb deimlo'n ofnus gartre'**
- **Ymgyrchoedd ymwybyddiaeth**

Cwm Taf Morgannwg
Bwrdd Diogelu
Safeguarding Board

Rhagor o wybodaeth:
www.ctmsb.co.uk

DiogeluCTM@rctcbc.gov.uk

@CwmTafMorgannwg SafeguardingBoard

@CTMSB1

Mae croeso i chi gyfathrebu â ni yn y Gymraeg
You are welcome to communicate with us in Welsh

Atal Hunanladdiad

Mae nifer y cyflawniadau hunanladdiad a ddigwyddodd dros y flwyddyn ddiwethaf yn uwch o gymharu â blynyddoedd blaenorol.

Mae'n debyg bod hyn yn sgil yr effaith y mae'r cyfyngiadau symud wedi'u cael ar bobl, trwy deimlad o unigedd, risg uwch o niwed yn y cartref, anawsterau ariannol, iechyd meddwl gwael a cholli'r ffynonellau a ddefnyddiwyd o'r blaen i helpu gydag iechyd meddwl, megis mynd i'r gampfa, teithio a gweld ffrindiau.

Mae'r Bwrdd Diogelu a'i bartneriaid, trwy waith ei broses ***Grŵp Ymateb Uniongyrchol***, wedi cydnabod yr angen i fynd i'r afael â'r nifer cynyddol o hunanladdiadau yn y rhanbarth.

Wrth ystyried ymateb addas, cydnabuwyd bod y cyfrifoldeb am ddelio â hunanladdiadau a'u hatal yn eistedd gyda nifer o wahanol bartneriaethau a strwythurau ledled y rhanbarth. Nodwyd, er bod pob un o'r partneriaethau a'r strwythurau hyn yn chwarae rhan bwysig wrth geisio mynd i'r afael â hunanladdiad, doedd dim dull cydgysylltiedig ar waith a doedd y cyfleoedd i gydweithio ddim wedi cael eu defnyddio i'r eithaf.

Cafodd Grŵp Llywio Atal Hunanladdiad amlasiantaethol (y Grŵp Strategol Atal Hunanladdiad bellach) ei sefydlu ym mis Gorffennaf 2020, wedi'i gydlynu a'i gadeirio gan y Bwrdd Diogelu.

Cafodd Grŵp Gorchwyl a Gorffen dilynol ei gynull, dan gadeiryddiaeth Rheolwr Busnes Bwrdd Diogelu Cwm Taf Morgannwg, i gynnal ymarfer cwmpasu manylach ar y ddarpariaeth gyfredol ar gyfer mynd i'r afael â hunanladdiad yn rhanbarth Cwm Taf Morgannwg ac i nodi unrhyw fylchau a / neu gyfleoedd i wella cydlyniad a chydweithrediad.

Cafodd y gwaith ei wella ymhellach gyda chefnogaeth Cydlynydd Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio Rhanbarthol Llywodraeth Cymru sydd newydd ei benodi.

Mae Grŵp Adolygu Hunanladdiad hefyd wedi'i sefydlu ar gyfer yr holl gynlluniau presennol atal hunanladdiad, i nodi themâu cyffredin a'u halinio â'r amcanion ***Siarad â Fi 2.***

Manteisiodd y Bwrdd Diogelu ar y cyfle hefyd i ddefnyddio Wythnos Diogelu 2020 i ganolbwyntio ar les meddyliol cadarnhaol ac atal hunanladdiad, o dan y thema 'Mae Siarad yn Achub Bywydau' a helpu nifer o achlysuron ar-lein i godi ymwybyddiaeth o iechyd meddwl, lles ac atal hunanladdiad yn ogystal â hyrwyddo gwybodaeth a dangos y ffordd i wasanaethau cymorth ar ei wefan a'i sianeli cyfryngau cymdeithasol, ynghyd â phartneriaid.

Yn ogystal â'r sesiynau hyfforddi Ymwybyddiaeth Hunanladdiad Llwybrau Newydd a gafodd eu cynnal yn ystod yr Wythnos Diogelu, comisiynodd y Bwrdd Diogelu dair sesiwn, a oedd ar gael i'r Bwrdd a'i bartneriaid.

Grŵp Ymateb Uniongyrchol

Mae protocol gan y Bwrdd Diogelu ar gyfer Ymateb Uniongyrchol i Ddigwyddiadau Critigol, ac mae hyn bellach ar waith ledled y rhanbarth.

Mae modd diffinio digwyddiad critigol (at ddibenion y protocol yma) fel digwyddiad, neu gyfres o ddigwyddiadau;

1. **Sy'n sydyn, yn annisgwyl a thu hwnt i feysydd profiad dynol cyffredin**; *ac*
2. **sydd wedi arwain at (neu y gallai fod wedi achosi) marwolaeth, anaf sy'n bygwth bywyd neu nam difrifol a pharhaol i iechyd neu ddatblygiad;** *ac*
3. **mae ymateb effeithiol uniongyrchol yn gofyn am waith cydlynu amlasiantaeth i reoli bygythiad, risg, niwed a'r effaith ar grŵp o unigolion a/neu'r gymuned ehangach.**

Dylid ystyried Ymateb Uniongyrchol ar gyfer unrhyw ddigwyddiad critigol sy'n bodloni'r diffiniad uchod. Mae modd i unrhyw asiantaeth wneud cais am GYU drwy Uned Busnes y Bwrdd, os yw'r sefyllfa'n bodloni'r meini prawf uchod.

Mae modd gweld Protocol y Grŵp Ymateb Uniongyrchol ar wefan y Bwrdd Diogelu a thrwy glicio ar y ddolen **yma**.

Gwasanaeth Lles Emosiynol Newydd

Mae gwasanaeth Lles Emosiynol newydd wedi'i gyflwyno yn RhCT, yn rhan o'r ddarpariaeth sy'n cael ei chynnal gan y Garfan Teuluoedd Therapiwtig.

Mae'r gwasanaeth yn targedu plant a phobl ifainc hyd at 18 oed sydd ag anawsterau iechyd meddwl ac emosiynol sy'n dod i'r amlwg neu'n isel i gymedrol gan gynnwys pryder, straen, anawsterau seicogymdeithasol, ymlyniad ac ymddygiad. Bydd y ddarpariaeth yn anelu at ddiwallu'r anghenion hyn ac atal esgyn i wasanaethau mwy arbenigol, megis CAMHS.

Bydd y gwasanaeth yn cael ei ddarparu gan Ymarferydd Cyswllt Arbenigol CAMHS, sy'n rhan o Garfan Teuluoedd Therapiwtig y Gwasanaethau i Blant sy'n gweithredu o Ganolfan Glyncornel.

Mae modd atgyfeirio trwy System Wybodaeth Gofal Cymunedol Cymru gan ddefnyddio ffurflen atgyfeirio'r Garfan Teuluoedd Therapiwtig a dewis y meini prawf canlynol.

Plant a phobl ifainc hyd at 18 oed, sydd ag anawsterau iechyd meddwl ac emosiynol sy'n dod i'r amlwg neu'n isel i gymedrol, sydd naill ai angen cefnogaeth eu hunain i'w rheoli neu mae'r rhiant / cynhaliwr angen cymorth i'w rheoli.

Am ragor o wybodaeth am y gwasanaeth neu gyfleoedd hyfforddiant, cysylltwch â:

Wendy Morris
Ymarferydd Cyswllt Arbenigol CAMHS
✉ Wendy.A.Morris@rctcbc.gov.uk
☎ 01443 420940

Jay Goulding
Rheolwr Cyflawniad a Datblygu'r Garfan
✉ Jay.A.Goulding@rctcbc.gov.uk
☎ 01443 420940

Mynd i'r Afael â Cham-drin Plant yn Rhywiol

Cyhoeddodd Llywodraeth Cymru ei Chynllun Gweithredu Cenedlaethol ar gyfer Mynd i'r Afael â Cham-drin Plant yn Rhywiol ym mis Gorffennaf 2019 ac yn rhan o hyn, cafodd Stop it Now / Sefydliad Lucy Faithfull ei gomisiynu i ddatblygu ymgyrch ymwybyddiaeth gyhoeddus i hybu agweddau at Gam-drin Plant yn Rhywiol a fydd yn cyfrannu at atal cam-drin.

Mae modd gweld yr adnoddau yma drwy glicio ar y ddolen **yma**.

Mae adnoddau ychwanegol wedi'u paratoi ac mae modd gweld y rhain drwy glicio ar y dolenni canlynol:

- **Adnoddau i ysgolion gyda gwybodaeth i blant ar ffyrdd diogel o godi llais am gamdriniaeth.**
- **Ymgyrch poster ar berthnasoedd sy'n anniogel ac sydd ddim yn iach i blant a rhieni / cynhalwyr.**
- **Canllawiau ymarfer anstatudol i gefnogi'r rhai sy'n gweithio mewn lleoliadau addysg, wrth reoli achosion o gam-drin rhwng cyfoedion yn y lleoliadau addysg.**
- **Adnoddau i blant ar yr hyn a fydd yn digwydd os ydyn nhw'n dweud wrth oedolyn eu bod yn cael eu cam-drin:**
  - Dan 12 oed
  - Dros 12 oed

Pryderon yn ymwneud ag...
Arferion Diogelu Rhyngasiantaethol (CRISP)

Mae'r protocol rhyngasiantaethol yma er mwyn cefnogi ymarferwyr sy'n gweithio gyda phlant, pobl ifainc ac oedolion sydd mewn perygl, i wneud penderfyniad pan fyddan nhw'n anghytuno neu pan fydd pryder gyda nhw mewn perthynas ag arferion diogelu rhyngasiantaethol.

Amcan y ddogfen yma yw nodi'n glir bod gyda phob gweithiwr proffesiynol gyfrifoldeb dros:

- rhoi blaenoriaeth i les plant ac oedolion sydd mewn perygl;
- herio mewn modd adeiladol os bydd anghytundebau'n codi;
- cymryd camau dilynol i sicrhau bod plant ac oedolion sydd mewn perygl yn cael eu diogelu'n ddigonol.

Mae modd gweld protocol y Pryderon Ynglŷn ag Arferion Diogelu Rhyngasiantaethol (CRISP) ar wefan y Bwrdd Diogelu a thrwy glicio ar y ddolen **yma**.

Adolygiadau Ymarfer Oedolion

Yn unol â Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014, rhaid i'r Bwrdd Diogelu Rhanbarthol drefnu bod Adolygiad Ymarfer Oedolion yn cael ei gynnal lle mae achos o gam-drin neu esgeuluso oedolyn yn hysbys neu'n cael ei amau, ac mae'r oedolyn:

- wedi marw
- wedi cael anaf a allai beryglu ei fywyd; neu
- wedi dioddef nam difrifol a pharhaol i'w iechyd

Pwrpas yr adolygiad fydd nodi a oes unrhyw ddysgu i'w roi ar waith ar gyfer ymarfer yn y dyfodol a hyrwyddo gwelliannau yn y dyfodol mewn perthynas ag ymarfer rhyng-asiantaeth o ran amddiffyn oedolion.

Mae modd gweld yr Adolygiad Ymarfer Oedolion diweddaraf a gynhaliwyd gan Fwrdd Diogelu CTM trwy ddilyn y dolenni canlynol:

- **Adroddiad CTMSB1 / 2019**
- **Sesiynau Gwybodaeth 7 munud CTMSB1 / 2019**

ATAL **CAMWYBODAETH** rhag lledaenu

Mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi tudalen newydd ar 'Gadw'n Ddiogel Ar-lein' ar gyfer ymarferwyr a theuluoedd ynghylch sut i atal camwybodaeth rhag lledaenu.

Mae'n cynnwys gwybodaeth am wahanol fathau o gamwybodaeth fel 'newyddion ffug', awgrymiadau ar sut i nodi camwybodaeth, adnoddau addysgu ac adnoddau i deuluoedd.

Dilynwch y ddolen **yma** i ddarganfod rhagor.

Ddylai neb deimlo'n ofnus gartre

Nod ymgyrch 'Ddylai neb deimlo'n ofnus gartre' Llywodraeth Cymru yw rhoi gwybod i'r rhai sydd mewn perygl o gael eu cam-drin yn y cartref, mewn perygl o drais rhywiol a rheolaeth drwy orfodaeth fod cymorth ar gael 24 awr y dydd, bob dydd, gyda Byw Heb Ofn.

Mae yna nifer o ffyrdd i gysylltu â llinell gymorth Byw Heb Ofn i gael cymorth a chefnogaeth – drwy ffonio **0808 801 0800**, yn ogystal â sgwrsio byw, anfon neges destun neu e-bost. Ewch i'r wefan i gael gwybodaeth.

Mae angen cymorth o hyd i godi ymwybyddiaeth o hyn i gyrraedd unrhyw un sydd mewn sefyllfa i helpu'r rhai a allai fod mewn perygl uwch, gan gynnwys teulu, ffrindiau a darparwyr gwasanaeth, yn ogystal â gwirfoddolwyr.

The **Pecyn Partneriaid' Gwanwyn 2021** wedi cael ei ddiweddaru i gynnwys negeseuon a syniadau creadigol newydd wrth i gyfyngiadau symud gael eu llacio, a hefyd i dynnu sylw at yr hyfforddiant sydd ar gael ar-lein.

I gael rhagor o wybodaeth am Byw Heb Ofn, ewch i'r ddolen yma.

Llinell Gymorth Byw Heb Ofn · Live Fear Free Helpline
0808 80 10 800
ffôn • tecst • sgwrsio byw • ebost
call • text • live chat • email

Diogelu Plant rhag Camfanteisio Rhywiol

Ar 18 Mawrth 2021, cyhoeddodd y Dirprwy Weinidog Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol Ddatganiad Ysgrifenedig yn cyhoeddi 'Gweithio Gyda'n Gilydd i Ddiogelu Pobl: Cyfrol 7 – Canllawiau Statudol ar Ddiogelu Plant rhag Camfanteisio Rhywiol'.

Cliciwch ar y ddolen yma i weld y canllawiau.

Ymgyrchoedd ymwybyddiaeth

Y Sefydliad Iechyd Meddwl

Wythnos Ymwybyddiaeth Iechyd Meddwl

Dydd Llun 10 - Dydd Sul 16 Mai

Caiff ei chynnal gan y Sefydliad Iechyd Meddwl, a bydd yr Wythnos Ymwybyddiaeth Iechyd Meddwl yn digwydd rhwng 10 ac 16 Mai 2021. Y thema yw 'Natur'.

Rhagor o wybodaeth yma

Rhwydwaith Maethu

Pythefnos Gofal Maeth

Dydd Llun 10 - Dydd Sul 23 Mai

Pythefnos Gofal Maeth yw ymgyrch flynyddol y Rhwydwaith Maethu, a'i diben yw codi ymwybyddiaeth o bŵer trawsnewidiol gofal maeth a dathlu'r gymuned faethu. Caiff ei chynnal rhwng 10 a 23 Mai eleni.

Rhagor o wybodaeth yma

Wythnos Dysgu yn y Gwaith 2021

Wythnos Dysgu yn y Gwaith

Dydd Llun 17 - Dydd Sul 23 Mai

Bydd Wythnos Dysgu yn y Gwaith 2021 yn cael ei chynnal rhwng 17 a 23 Mai 2021 ar y thema 'Made for Learning'. Mae Ymgyrch dros Ddysgu wedi cydlynu'r Wythnos Dysgu yn y Gwaith ers 1999, a'i phrif nod yw tynnu sylw at fuddion dysgu a datblygu yn y gwaith a meithrin diwylliannau dysgu yn y gwaith.

Rhagor o wybodaeth yma

Wythnos Gofalwyr

Wythnos Gofalwyr

Dydd Llun 7 – Dydd Sul 13 Mehefin

Mae Wythnos Gofalwyr (7-13 Mehefin) yn ymgyrch flynyddol. Ei diben yw gwella ymwybyddiaeth ynghylch materion gofal, tynnu sylw at yr heriau sy'n wynebu cynhalwyr a chydnabod y cyfraniad y maen nhw'n ei wneud i deuluoedd a chymunedau. Mae hefyd yn helpu pobl sydd ddim yn meddwl am eu hunain fel rhai â chyfrifoldebau gofalu i ystyried eu bod nhw'n ofalwyr/gynhalwyr, a'u bod nhw'n cael mynediad at gymorth y mae mawr ei angen.

Rhagor o wybodaeth yma

SAMARITANS

24/7 Samariaid - Y Gwrando Mawr

Gorffennaf 2021

Bob chwe eiliad, mae rhywun yn cysylltu â'r Samariaid. Maen nhw'n helpu rhywun i newid ei fywyd deng gwaith y funud. Bob mis Gorffennaf, mae canghennau'r Samariaid yn cynnal achlysuron lleol i siarad am y gwasanaethau maen nhw'n eu cynnig yn eu cymunedau ac i godi ymwybyddiaeth o bwysigrwydd siarad er mwyn helpu gydag iechyd meddwl.

Rhagor o wybodaeth yma