



Byw gyda



Gofalwyr

Woof
Woof



Maeth



buzzzzzz



Mae'r cylchgrawn hwn yn eiddo i:

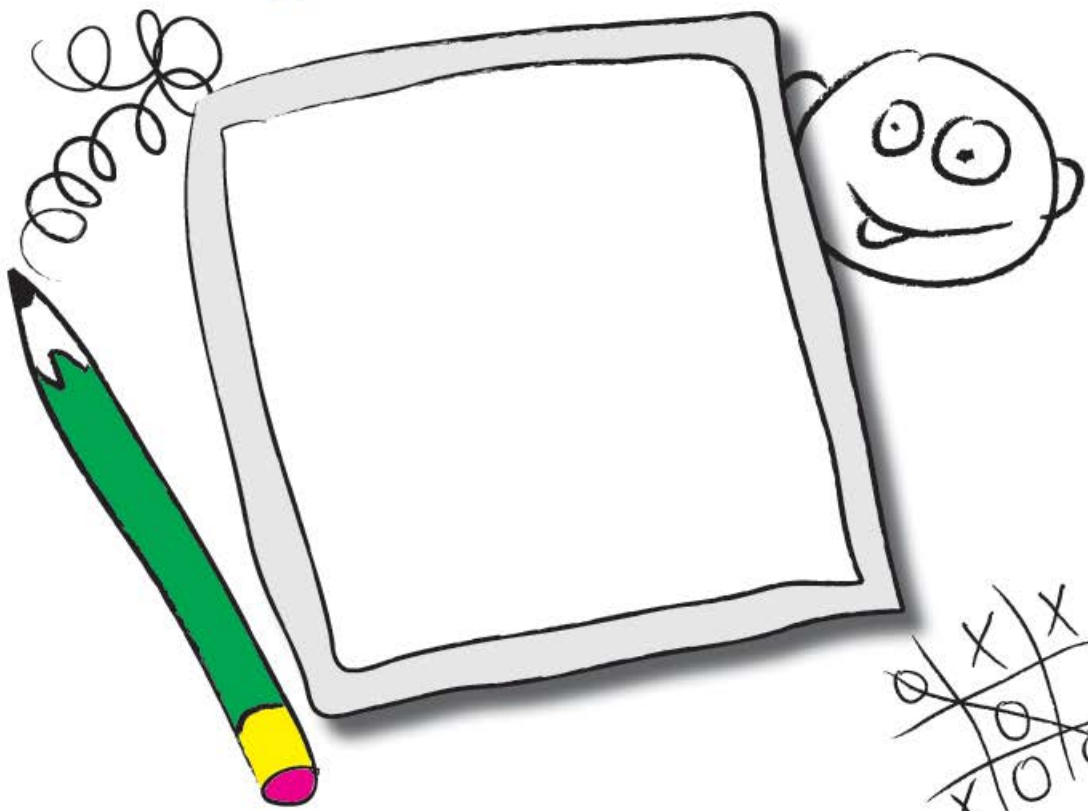


Rwyf yn oed

Rwyf yn byw yn:



Dyma lun ohonof i:



Weithiau mae mam a dad yn cael problemau sy'n golygu nad ydynt yn medru gofalu amdanoeh yn iawn.

Efallai bydd hyn yn golygu bod rhaid i chi gael gofal gan deulu arall... teulu maeth. Weithiau rydym yn galw hyn yn 'derbyn gofal' neu 'mewn gofal'.



Mae Ben, 7 a Seren, 10, yn byw yn hapus gyda theuluoedd maeth, ond maen nhw dal i gofio pa mor ofnus oedden nhw ar y dechrau.



Ben

Dydych chi ddim yn mynd i fyw gyda gofalwyr maeth am eich bod wedi gwneud rhywbeth o'i le.



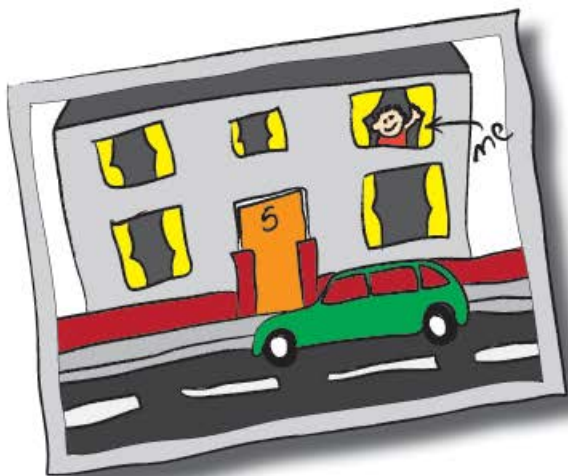
Seren

Os ydych yn mynd i fyw gyda gofalwyr maeth am y tro cyntaf, maen iawn i deimlo ychydig yn ofnus, ond bydd eich teulu newydd yn gofalu amdanoeh.

Mae Ben a Seren yn gobeithio y bydd eich storïau nhw yn eich helpu.

Symud i mewn

Roedd gofalwyr maeth Seren yn deall sut oedd hi'n teimlo ac fe wnaethon nhw ei helpu i setlo yn ei chartref newydd.....roedd hi'n hoffi cael ei hystafell wely ei hun.



Roedd Ben yn ofnus ond roedd e'n gwybod y byddai ef yn ddiogel gyda'i deulu maeth newydd... a byddai plant eraill yno i chwarae gydag ef.



Pan fyddwch chi'n mynd i fyw gyda theulu maeth, byddwch yn siŵr o deimlo'n...



hapus



ofnus



trist



fel crio
drwy'r anser



grac

Ni fydd eich gofalwyr maeth yn eisiau cymryd lle mam a dad.

Y pethau yr ydych yn hoffi

Mae eich teulu maeth am i chi fod yn hapus felly dywedwch wrthyn nhw pa bethau yr ydych yn eu hoffi ...a'r pethau dydych chi ddim yn eu hoffi. Fe ddywedais wrth fy rhai i, fy mod i'n hoffi nofio ond yn casáu orennau.



Rwyf yn hoffi chwarae pêl-droed ac ar rhai penwythnosau mae fy rhieni maeth yn mynd â fi i weld gemau



Mae e'n rhedeg...

Mae e'n saethu...

Mae e'n sgorio

Dywedwch wrth eich rhieni maeth am y pethau yr ydych yn eu hoffi.

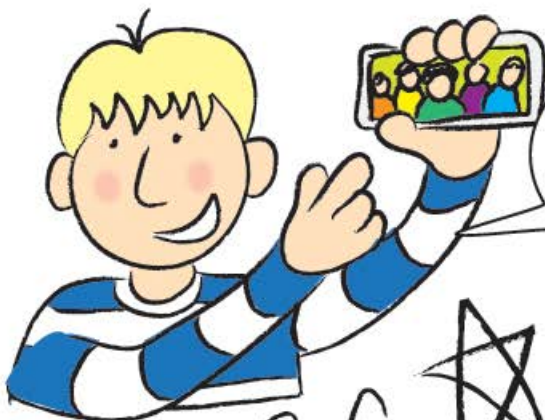
Dyma rhai syniadau i ddechrau:

- golau ystafell wely ymlaen neu i ffwrdd
- hoff fwyd
- hoff wersi yn yr ysgol
- pethau yr ydych yn eu hoffi y tu allan i'r ysgol



Teulu a ffrindiau

Byddwch yn medru gweld pobl yn eich teulu heblaw bod rheswm da dros beidio â'u gweld.



Nid yw fy mrawd a fy chwaer yn gallu byw gyda fi ond mae fy ngweithiwr cymdeithasol yn fy helpu i'u gweld mor aml â phosibl.



$$5 \times 3 = 15$$

Os byddwch yn byw gyda'ch gofalmwr maeth am amser hir a bod hynny yn bell iawn o'ch ysgol, efallai bydd rhaid i chi newid ysgol. Os bydd hyn yn digwydd, bydd pawb yn eich helpu i setlo a gwneud ffrindiau newydd.

Fe wnaeth fy ngofalmwr maeth fy helpu i setlo yn fy ysgol newydd a nawr mae gen i lawer o ffrindiau newydd.



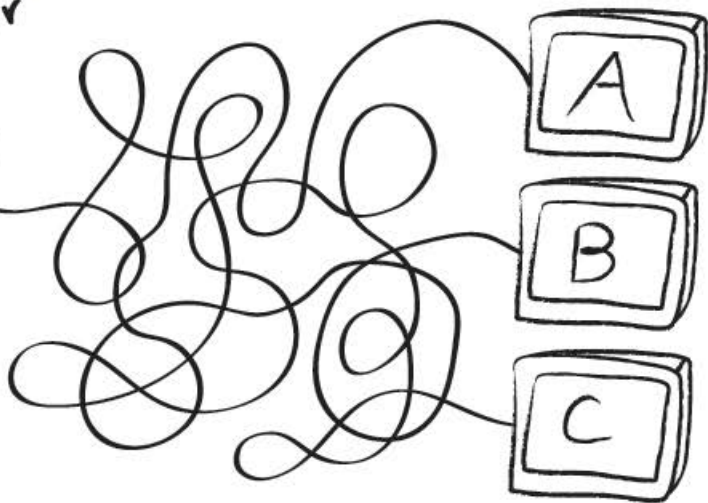
A fydd rheolau?

Mae gan ofalwyr maeth Seren rheolau i gadw pawb sydd yn byw yn eu cartref yn ddiogel, ond mae'n rhaid iddyn nhw gadw at reolau hefyd. Mae Ben yn hoffi gwyllo teledu lawr grisiau gyda'i ofalwyr maeth ar ôl iddo wneud ei waith cartref.



Bydd eich gofalwyr maeth yn rhoi arian pored i chi. Byd y swm yn dibynnu ar eich oedran a ble yr ydych yn byw.

I ba deledu mae'r rheolydd wedi cysylltu?



Gwybod eich hawliau



Mae Ben a Seren yn credu y dylech wybod bod gan blant dros y byd i gyd hawliau...ae mae hynny yn eich cynnwys chi!

Dyma rhai ohonyn nhw:

- mynd i'r ysgol
- cael rhywun i wrando arnoch
- cael rhywle i fyw
- bod yn iach
- cael amser i chwarae
- cael bwyd iach i'w fwyta
- cadwn ddiogel
- peidio â chael niwed



os nad ydych yn hoffi rhywbeth, dwedwch wrth eich gofalwr maeth neu weithiwr cymdeithasol.



Peidiwch ag anghofio, eich bywyd chi yw e, ae ma'n bwysig eich bod yn dweud eich barn am y penderfyniadau sydd yn effeithio arnoch chi.



buzzzzz



Hawliau ychwanegol

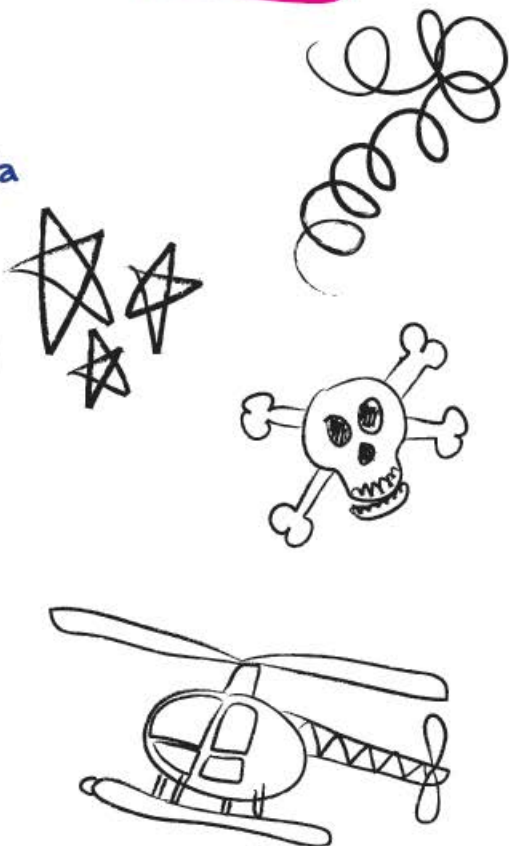
Nawr eich bod yn byw gyda gofalwyr maeth mae gennych hyd yn oed mwy o hawliau



Ydych chi'n gwybod eich bod yn gallu:

- gofyn i weld beth sydd wedi cael ei ysgrifennu amdanoch
- cwyno am bethau os nad ydych ynhapus gyda hwy
- cael arian pored
- dweud eich barn am fyw gyda gofalwyr maeth

Rwyf yn hoffi gwario fy arian pored



Pobl fydd yn eich helpu



Fe fydd llawer o bobl newydd yn eich bywyd. Mae pawb am eich helpu i fod yn hapus



Gall rhai o'u teitlau fod yn hir... peidiwch â phoeni os byddwch yn eu hanghofio ar y dechrau

Bydd eich gofalwyr maeth:

- yn gwybod sut i ofalu amdanoch
- yno i'ch helpu
- yn mynd i gyfarfodydd gyda chi
- yn gwrandao ar beth bynnag y byddwch am siarad amdano
- yn eich helpu i ddeall eich hawliau
- byth yn ceisio cymryd lle eich mam a thad



lliwioch

Me gan fy ngofalwyr maeth ddau blentyn hŷn sydd yn chwarae pêl-droed gyda fi yn y parc



Bydd eich gweithiwr cymdeithasol:

- yn ewrdd â chi a siarad am bopeth sy'n digwydd
- yn dod i'ch gweld yn eich cartref newydd
- yn siarad â'ch gofalwyr maeth ar eich rhan
- yn eich helpu i newid pethau os nad ydych yn hapus â hwy

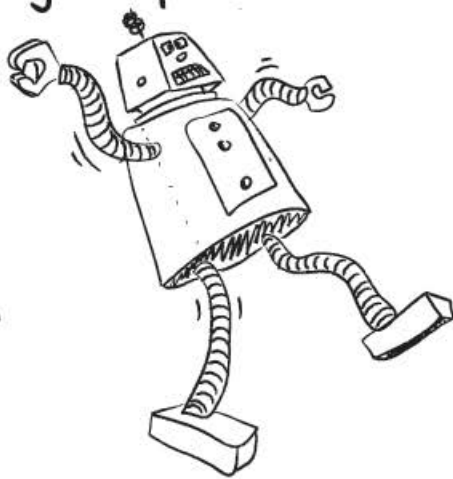
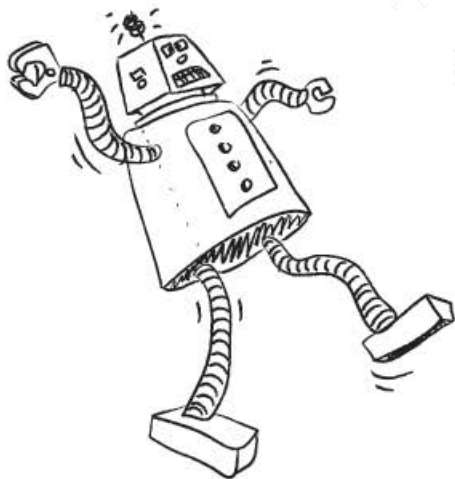


lliwinch



Rwyf yn hoff iawn o fy ngweithiwr cymdeithasol... mae'n e'n cadw llygad arna i ac yn egluro popeth i fi

Beth sy'n wahanol?
Mae yna 5 peth



Eiriolwr yw rhywun sydd yn:

lliwioch

- siarad drosoch chi
- gwneud yn siŵr bod pawb yn gwybod beth ydych yn ei feddwl
- sortio unrhyw broblemau sydd gyda chi
- eich helpu chi i ddeall pethau
- eich helpu chi i sortio pethau allan gyda'ch gofalwr maeth neu weithiwr cymdeithasol
- gwneud yn siŵr bod eich hawliau yn cael eu cyflawni
- eich helpu i wneud ewyn



Os ydych am siarad ag eiriolwr dywedwch wrth eich gweithiwr cymdeithasol neu cysylltwch â NYAS ar:

Ffôn: 0808 808 1001

Teest: 07920 213652

E-bost: help@nyas.net

Bydd swyddog adolygu annibynnol yn:

- rhedeg y cyfarfodydd sydd yn edrych ar y gofal yr ydych yn ei dderbyn... eich cyfarfod adolygu
- gwneud yn siŵr bod eich dymuniadau a'ch teimladau yn cael eu clywed, hyd yn oed os nad ydych am fynd i'r cyfarfod
- gwneud yn siŵr bod gan bawb yn y cyfarfod gyfle i siarad a bod neb yn gweiddi a mynd yn grae
- gwneud nodiadau yn eich cyfarfodydd adolygu

Mae'r swyddog adolygu annibynnol yn gweithio i Wasanaethau Plant Torfaen.

lliwioch



Mae swyddog ewynion yn rhywun fydd yn:

lliwioch

- siarad â chi dros y ffôn neu'n galw heibio os ydych yn anhapus gyda'ch gofalwyr maeth
- gwranddo arnoch a cheisio eich helpu i ddatrys eich problemau os ydych yn meddwl eich bod yn cael eich trin yn annheg
- cymryd y pethau yr ydych yn dweud o ddifri a cheisio, lle'n bosib, i sortio pethau allan i chi



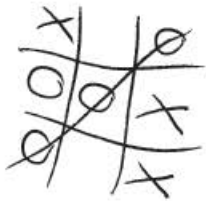
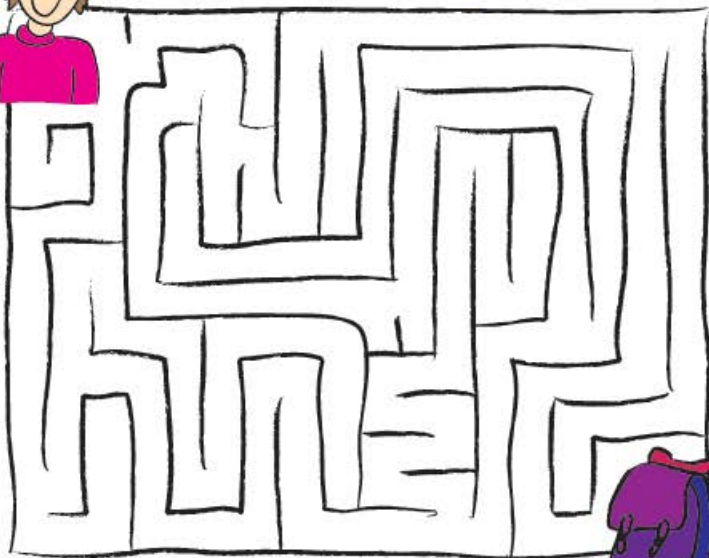
Ffôn: 01633 648511

E-bost: socialservices.complaints@torfaen.gov.uk

Mae'r swyddog ewynion yn gweithio i Wasanaethau Plant Torfaen.

Os nad ydych yn fodlon gyda'r ffordd y cawsoch eich trin, dywedwch wrth eich gofalwyr maeth

Helpwch Seren ddod o hyd i'w bag



Bwlio

Mae bwlio bob amser yn anghywir.. hyd yn oed os mai galw enwau ydyw, ac os ydych yn meddwl eich bod yn cael eich bwlio, rhaid i chi ddweud wrth rywun.

Dywedwch wrth eich gofalwr maeth, athrol/athrawes neu weithiwr cymdeithasol... byddan nhw'n gwneud yn siwr bod y bwlio yn stopio



Fforwm Derbyn Gofal

Mae Seren a Ben yn aml yn ewrdd â phlant eraill sydd yn byw gyda gofalwr maeth.

Rydym yn cael llawer o hwyl. Beth am ddod hefyd?

Rydym yn dysgu pethau newydd a mynd ar dripiâu i wahanol leoedd



Gallwch siarad am y pethau sydd yn bwysig i blant sydd yn derbyn gofal... fel gweld eich ffrindiau... a dweud wrth y bobl sy'n gwneud penderfyniadau ee gwleidyddion. Gofynnwch i'ch gweithiwr cymdeithasol os gallwch chi ddod.

Rydym yn gofalu am ofalwyr maeth hefyd

Mae pobl yn dewis bod yn ofalwyr maeth am eu bod yn hoffi gofalu am blant a phobl ifanc. Ond, nid yw hynny'n golygu nad oes angen help arnyn nhw o dro i dro, yn union fel chi. Mae gweithiwr o Dim Lleoli Teuluoedd yn ymweld â holl ofalwyr maeth Torfaen, a'u helpu i ofalu amdanoch.

Gall y person hwn fod yn weithiwr cymdeithasol, ond nid yr un gweithiwr cymdeithasol sydd yn dod i'ch gweld chi a rhoi help i chi. Cofiwch, bod eich gofalwyr maeth am i chi fod yn hapus.

Dewiswch bâr

Mae yna 11 pâr o siapanau sy'n cyfateb yn y tabl. Fedrwch chi ddod o hyd i'r 10 arall?

Rhifau a Gwefannau Defnyddiol

Mae yna lawer o bobl y gallwch droi atynt i gael cyngor a help pan rydych yn byn gyda gofalmwr maeth. Mae'r canlynol yn annibynnol, sy'n golygu nad ydyn nhw'n gweithio i'r gwasanaethau cymdeithasol.

Aralygaeth Gafal Cymru (AGC)

Mae AGC yn annag gwelliant gwasanaethau gafal cymdeithasol ac yn sicrhau fad pabl ifanc mewn gafal yn derbyn gafal da.

Ffôn: 0300 7900 126

E-bost: CIW@gov.wales

Comisiynydd Plant Cymru

Mae gan Gamisiynydd Plant Cymru dîm sy'n sefyll dras ac yn siarad ar ran plant a phabl ifanc.

Ffôn: 01792 75600

(9am – 5pm, dydd Llun i ddydd Gwener)

Rhadffôn: 0808 801 1000

E-bost: past@childcamwales.org.uk

www.childcom.org.uk

Cyngor Cyfreithiol i Blant

Cyngor cyfreithiol am ddim i blant a phobl ifanc

Llinell Gymorth Cyfraith Plant:

Rhadffôn: 0300330 5480

www.childrenslegalcentre.com

ChildLine

Llinell gymorth 24 awr am ddim.

Cysylltwch â ChildLine ynglŷn ag unrhyw beth – does dim problem yn rhy fawr na'n rhy fach.

Rhadffôn: 0800 1111

www.childline.org.uk

MEIC

Llinell gymorth eirloll i bobl ifanc.

Ffôn: 080880 23456

Tecst: 84001

E-bost: help@meiccymru.org

Gwe-sgwrs: www.meiccymru.org

NYAS

I siarad ag eiriolwr:

Ffôn: 0808 808 1001

E-bost: help@nyas.net

www.youngpeople.nya.s.net/

Voices from Care

Cefnogaeth i bobl ifanc yng Nghymru sydd, neu sydd wedi bad, mewn gafal.

Ffôn: 02920 451431

E-bost: info@vfcc.org.uk

www.vfcc.org.uk/



Gafodd y daflen hon ei datblygu gyda help pobl ifanc sydd yn defnyddio Gwasanaethau Plant a Theuluoedd Torfaen.

Diolch i chi i gyd.