Ar trac
Brighter futures together
Dyfodol disglair gyda'n gilydd

Rhaglen Gwaith Grŵp Rhyw-benodol

Mae'r rhaglen hon ar gyfer plant a phobl ifanc 11-16 oed sydd wedi profi neu fod yn dyst i gam-drin domestig ac sy'n teimlo fod eu hyder a'u hunan-barch yn isel.

Mae'r gwaith grŵp rhyw-benodol yn rhaglen 10 wythnos ar gyfer plant a phobl ifanc sy'n ceisio adeiladu hunan-barch, sgiliau cyfathrebu, ac mae'n cefnogi datblygiad emosiynol. Dan arweiniad pobl ifanc, mae'n seiliedig ar brosiect grŵp (e.e. ysgol goedwig; creu fideo cerddoriaeth, cân rap neu ffilm fer i eraill ei gwylio). Defnyddir y rhaglen hefyd fel offeryn ataliol ar gyfer plant a phobl ifanc a allai fod mewn perygl o drais domestig, perthnasoedd afiach neu ymddwyn yn beryglus/heriol.

Mae 3 grŵp ar wahân ar gael: grŵp merched, grŵp bechgyn, a grŵp anneuaidd (non-binary).

Nod pob grŵp yw galluogi i blant fynegi eu hunain yn ddiogel, cydnabod a blaenoriaethu a'u hanghenion eu hunain, a deall eu profiadau, gan adeiladu gwytnwch a strategaethau ymdopi cadarnhaol.

Mae hefyd yn anelu at ddatblygu sylfaen ar gyfer dyfodol hapus ac iach, gan eu helpu i wneud y dewisiadau cywir ar eu cyfer. Yn y pen draw, bydd y cyfranogwyr yn ennill ymdeimlad o gymuned a pherthyn o fewn y grŵp, gan eu cefnogi i ymgysylltu â'u cymuned eu hunain mewn ffordd gadarnhaol ar ôl i'r gwaith grŵp ddod i ben.

I gyfeirio i'r gwasanaeth neu wneud ymholiad yng Nghasnewydd neu Flaenau Gwent:

Cymorth i Fenywod Cyfannol, Casnewydd
56 Stow Hill, Casnewydd NP20 1JG
Ffôn 01633 840258
E-bost artrac@cyfannol.org.uk

Cymorth i Fenywod Cyfannol, Blaenau Gwent
Ebbw Vale Institute, Church Street, Ebbw Vale NP23 6BE
Ffôn 01495 533177
E-bost artrac@cyfannol.org.uk

Mae Ar Trac yn brosiect Beacons Consortium wedi ei ariannu gan Lywodraeth Cymru a'i gyflwyno gan Calan DVS, Cymorth i Ferched Caerdydd, Cymorth i Ferched Cyfannol, Gorwel a DAS Gorllewin Cymru