

**Gwasanaethau Mynediad Agored,  
Datblygiad Personol, Cymorth ac Ôl-ofal**

# Cynnwys

	<b>Tudalen</b>
1 Diben	2
2 Athroniaeth	2
3 Nodau	2
4 Trosolwg	3
5 Cyd-destun	3
6 Lleoliadau	4
6.1 Canolfan Mynediad Agored	4
6.2 Rhaglenni Dydd	4
6.3 Ymyriadau Unigol Un i Un	4
6.4 Sesiynau Grŵp	5
6.5 Ôl-ofal	5
6.6 Tai	6
6.7 Ail-integreiddio i'r Gymuned o'r Carchar	6
6.8 Addysg a Hyfforddiant	7
7 Hyrwyddo Gwasanaethau	7
Geirfa	9
Llyfryddiaeth	10



# Gwasanaethau Mynediad Agored, Datblygiad Personol, Cymorth ac Ôl-ofal

## 1. Diben

Pwrpas y fframwaith hwn yw helpu cynllunwyr a chomisiynwyr gwasanaethau ym maes camddefnyddio sylweddau i ddarparu gwasanaethau datblygiad personol i rai sy'n camddefnyddio sylweddau er mwyn cwrdd â'u hanghenion. Bydd hefyd o gymorth i ddarparwyr gwasanaeth yn y sectorau statudol, gwirfoddol ac annibynnol bennu'r ystod gwasanaethau ddylai gael eu hystyried i gwrdd ag anghenion defnyddiwr gwasanaeth fyddai'n codi fel arfer yn ystod y broses cynllunio gofal. Gall y gwasanaethau hyn fod yn un ai "ofal dydd" gweddol strwythuredig neu ddarpariaeth galw i mewn neu gymorth lai ffurfiol.

## 2. Athroniaeth

Yr athroniaeth sy'n sail i'r fframwaith hwn yw'r gred bod angen annog unigolion a'u helpu i gael gwybodaeth a sgiliau fydd yn lleihau'r effaith y mae camddefnyddio sylweddau yn ei chael ar eu bywydau.

## 3. Nodau

Mae gan y Gwasanaethau Mynediad Agored, Datblygiad Personol, Cymorth ac Ôl-ofal lawer o amcanion gwahanol, ond mae'r rhan fwyaf yn cynnwys gwaith yn y meysydd canlynol:

- helpu i wella gweithredu cymdeithasol ac adsefydlu cymunedol;
- sgiliau bywyd a nodau galwedigaethol neu addysgol - cymryd ymagwedd gyfannol tuag at adsefydlu;
- annibyniaeth a chyfrifoldeb personol - galluogi defnyddwyr gwasanaeth i gynnal rhwydweithiau cymorth teuluol a chymdeithasol (ble maen nhw'n bod) yn ystod triniaeth;
- gwella iechyd corfforol, meddyliol a seicolegol, gweithredu cymdeithasol a chyd-destun bywyd.

Dylai'r cleient gael ei annog i ymgysylltu'n llawn â Gwasanaethau Mynediad Agored, Cymorth ac Ôl-ofal er mwyn ceisio:

- gwella ei integreiddio cymdeithasol a'i adsefydlu cymunedol;
- gwella ei addysg a'i gwybodaeth;
- gwella annibyniaeth a sut mae'r teulu'n gweithredu;
- gwella ei iechyd corfforol a meddyliol yn gyffredinol.

## 4. Trosolwg

Mae'n bwysig sicrhau bod cynlluniau gofal personol yn eu lle ar gyfer pobl sy'n aros am driniaeth neu'n cytuno i fynychu rhaglen ddydd strwythuredig. Mae nifer o raglenni gofal dydd ar gael ar hyn o bryd. Ceir sampl o'r rhain yn y Llyfryddiaeth.

Pecynnau cymorth yw Gwasanaethau Ôl-ofal a Chymorth sy'n cael eu cynllunio gyda'r defnyddiwr gwasanaeth i'w helpu pan fydd yn gadael triniaeth strwythuredig. Nod y gwasanaethau hyn yw cynnal y tir gaiff ei ennill trwy driniaeth a datblygu ail-integreiddio cymunedol ymhellach. Maent yn gallu cynnwys ymyriadau camddefnyddio sylweddau fel gofal dydd strwythuredig, mynediad agored, atal llithro'n ôl neu leihau niwed. Weithiau byddant hefyd yn cynnwys gwasanaethau cymorth fel tai, a mynediad at addysg, a gofal iechyd a chymdeithasol yn gyffredinol.

Mae gwasanaethau cymorth yn darparu ystod o ymyriadau all fod un ai'n strwythuredig neu'n hyblyg i weddu i anghenion unigol y defnyddiwr gwasanaeth. Fel arfer bydd y gwasanaethau hyn yn cynnig rhaglenni o weithgareddau diffiniedig dros gyfnod penodol o amser. Dylai cleientiaid fynychu'r rhaglen yn unol â meini prawf presenoldeb penodol, a dilyn amserlen benodol fydd yn cynnwys gwaith grŵp, ymyriadau seicogymdeithasol, a gweithgareddau addysgol a sgiliau bywyd. Mae'n bosibl y bydd rhai cleientiaid yn mynychu'r rhaglenni hyn fel dilyniant neu i ragflaenu mathau eraill o driniaeth.

Dylai gwasanaethau Mynediad Agored fod ar gael fel gwasanaethau galw i mewn a chyngor a gwybodaeth ar gyfer defnyddwyr sylweddau. Dylai'r gwasanaethau hyn hefyd allu darparu cyfleusterau cyfeirio i ddefnyddwyr gwasanaeth sydd am ymygysylltu â gwasanaethau triniaeth.

## 5. Cyd-destun

Mae'r ddogfen hon wedi ei gosod yng nghyd-destun Gweithio gyda'n Gilydd i Leihau Niwed, Strategaeth Camddefnyddio Sylweddau Cymru 2008 - 2018 sy'n datgan:

I lawer sy'n camddefnyddio sylweddau, bydd darparu gwasanaethau cofleidiol, ochr yn ochr â'r driniaeth ar gwasanaethau ôl-ofal priodol, yn hollbwysig er mwyn lleihau'r niwed a achosir yn sgil camddefnyddio sylweddau ac i'w galluogi i'w cynnal eu hunain neu ail ym sefydlu yn y gymuned. Er mwyn sicrhau bod yr elfennau gofal pwysig hyn yn cael sylw priodol, dylai Partneriaethau Diogelwch Cymunedol a'u partneriaid ystyried gwasanaethau cofleidiol fel elfen graidd o'r driniaeth i bawb sy'n camddefnyddio sylweddau. Dylai'r ddarpariaeth hon fod yn rhan o'u cynlluniau gweithredu lleol ar gyfer camddefnyddio sylweddau a dylid eu gweld fel elfen graidd o gynllun ymadfer unigolyn. Byddwn yn cefnogi'r Partneriaethau Diogelwch Cymunedol yn hyn o beth drwy ddatblygu modiwl o Fframwaith Triniaethau Camddefnyddio Sylweddau Cymru ar Gyfer Gwasanaethau Ôl-ofal a Chymorth, sy'n cynnwys addysg, hyfforddiant, gwirfoddoli, profiad gwaith, cyflogaeth, atal llithro'n ôl, gofal dydd wedi'i strwythuro a chyfeirio at weithgareddau hamdden a mynediad at ddarparwyr tai a chymorth.

## 6. Lleoliadau

Dylai Gwasanaethau Ôl-ofal a Chymorth fod yn wasanaethau yn y gymuned, wedi eu lleoli mewn canolfannau (pwrpasol neu wedi eu trosi) sydd wedi eu dynodi'n arbennig ar gyfer y rhaglen, gydag ystafelloedd wedi eu clustnodi ar gyfer gwahanol rannau o'r rhaglen (e.e. gwaith grŵp a sgiliau bywyd). Gallant fod yn gysylltiedig â gwasanaethau triniaeth eraill os ydynt yn rhan o asiantaeth driniaeth fwy. Dylid ystyried defnyddio cyfleusterau nofio, campfa a chwaraeon a hamdden cymunedol lleol eraill, yn ogystal â chysiau addysg er mwyn annog cleientiaid i gymryd rhan mewn amrywiaeth eang o weithgareddau.

Fel rhan o'r rhaglenni hyn bydd cleientiaid yn gallu derbyn gwahanol ymyriadau a chymorth gan gynnwys:

### **6.1 Canolfannau Mynediad Agored**

Gwasanaethau arbenigol camddefnyddio sylweddau ddylai ddarparu Canolfannau Mynediad Agored yn ddelfrydol, gan roi cyngor a gwybodaeth i gleientiaid ar gamddefnyddio sylweddau, tai, darparwyr cymorth cysylltiedig â thai, budd-daliadau lles a phob gwasanaeth arall fyddai'n helpu'r defnyddiwr gwasanaeth. Mae'n bwysig bod y cyhoeddiadau a'r taflenni sydd ar gael yn cynnwys cyngor ar leihau niwed. Dylai'r ganolfan sicrhau hefyd bod y rhai sy'n holi'n cael eu cyfeirio i'r darpariaethau camddefnyddio sylweddau neu wasanaeth arall sydd fwyaf addas i gwrdd â'u hanghenion. Gallai hyn gynnwys gwasanaethau iechyd meddwl lle bo afiechyd meddwl a chamddefnyddio sylweddau'n digwydd gyda'i gilydd. Mae canolfannau galw i mewn yn gallu darparu cyfleoedd i bobl gymdeithasu, cael mwy o wybodaeth am wasanaethau cymorth a chael eu cyfeirio iddynt a chael gafael ar gymorth gan bobl broffesiynol a ac eraill a fu'n dioddef fel hwy er mwyn eu helpu i beidio â llithro'n ôl.

### **6.2 Rhaglenni Dydd**

Mae rhaglenni gofal dydd strwythuredig yn darparu gwahanol ymyriadau y gallai cleient eu mynychu 3-5 diwrnod yr wythnos. Mae ymyriadau'n tueddu i gael eu cynnig un ai drwy raglen dreigl benodol neu amserlen unigol, yn dibynnu ar angen y cleient. Ym mha achos bynnag, dylai'r gwasanaethau hyn gynnwys datblygu cynllun gofal a sesiynau gwaith allweddol rheolaidd. Dylai'r cynllun gofal dacro camddefnyddio cyffuriau ac alcohol, anghenion iechyd meddwl a chorfforol, ymddygiad troseddol a gweithredu cymdeithasol. Gallai Cynlluniau Datblygu Personol (CDP) fod yn rhan o'r cynllun gofal y cytunir arno.

Mae strwythur ffurfiol i'r rhaglenni hyn a dylid ystyried cynnwys y canlynol mewn cynlluniau gofal:

- cymorth emosiynol a seicolegol;
- gwaith addysgol a sgiliau bywyd a gweithgareddau cysylltiedig;
- cyngor a gwybodaeth;
- cymorth lleihau niwed;
- asesu pellach a chyfeirio wedyn i driniaeth amgen wedi ei strwythuro.

### **6.3 Ymyriadau unigol (un i un)**

Dylai'r ymyriadau hyn fod ar sail un i un a dylent gynnwys:

- cynlluniau datblygu personol;
- rhaglenni therapi seicogymdeithasol sy'n briodol i'r angen;
- gweithgareddau unigol;
- cymorth i ddadwennwyo yn y gymuned.

Mae rhaglenni unigol yn gallu rhagflaenu neu fod yn rhan o raglenni grŵp. Mae'r modiwl Therapi Byr yn cynnwys Cyfweliadau Ysgogiadol a Therapi Gwella Ysgogiadol, sy'n hwyluso newid. Dylid cynnig amrywiaeth o raglenni cwnsela o'r traddodiadau dyneiddiol a seicoleg wybyddol. Byddai rhaglen therapi gwybyddol ymddygiadol 12 wythnos yn enghraifft o hyn. Dylid cynnig rhaglen therapiwtig gyflawn hefyd.

### **Cyfleoedd**

Mae nifer o gyfleoedd y gellir eu darparu i ungolion neu grŵp, er enghraifft:

### **Gweithgareddau**

- Gweithgareddau chwaraeon a hamdden;
- Gwaith gwirfoddol;
- Cyfleoedd rhyngweithio cymdeithasol.

## **6.4 Sesiynau Grŵp**

Rheoli Straen  
Atal llithro'n ôl  
Sgiliau cyfathrebu  
Sgiliau perthynas  
Rheoli dicter  
Therapiau ategol.

## **6.5 Ôl-ofal**

Mae'n bwysig nodi nad yr hyn mae cleient yn ei dderbyn ar ôl gadael triniaeth Haen 4 neu'r carchar yw ôl-ofal o reidrwydd, oherwydd mae'n bosib y bydd ganddo gynllun gofal gweithredol o hyd, yn cynnwys ymyriadau cymunedol. Ni fydd y cleient yn mynd ymlaen i'r ôl-ofal sydd wedi ei gynllunio nes bydd ei gynllun gofal wedi ei gwblhau. Yn ystod cyfnod o driniaeth lle bo'r gofal wedi'i gynllunio, bydd cleientiaid yn derbyn ystod o ymyriadau i fynd i'r afael â'u hymddygiad camddefnyddio alcohol a chyffuriau ynghyd ag ymyriadau i dargedu meysydd nad ydynt yn gysylltiedig â defnyddio sylweddau (e.e. tai, cymorth teulu). Daw rhai o'r ymyriadau hyn i ben pan ddaw'r cynllun gofal i ben, ond mae'n bosib y bydd yn rhaid i rai barhau. Pan ddaw cynllun gofal y cleient gyda'r sawl sy'n darparu'r driniaeth i ben, gall barhau i dderbyn ystod o wasanaethau yr oedd yn eu derbyn fel rhan o'r cynllun gofal, ac yn y cyd-destun hwn, bydd y rhain yn cael eu hystyried yn ôl-ofal.

Mae'r rhain yn cynnwys cymorth cysylltiedig â chamddefnyddio sylweddau a chymorth cofleidiol. Mae angen sicrhau bod y cleient yn gallu cael gafael ar lwybrau cymorth (e.e. ar gyfer tai a hyfforddiant). Os nad yw'r cysylltiadau i bob gwasanaeth cymorth priodol yn eu lle yn barod yn ystod triniaeth gofal cleient, dylai asiantaethau trin camddefnyddio sylweddau helpu'r cleient i wneud y cysylltiadau hyn cyn i'w driniaeth ddod i ben. Dylai'r rheolwr achos neu'r darparwyr gwasanaeth weithio'n glòs gyda gwasanaethau ôl-ofal a chymorth lleol er mwyn i'r holl gymorth sydd ei angen fod yn barod mewn pryd erbyn i'r cleient adael y driniaeth.

Cyn cwblhau'r driniaeth, mae angen i'r rheolwr achos asesu'r anghenion cymorth parhaus a chytuno arnynt gyda'r defnyddiwr gwasanaeth. Dylai'r asesiad hwn gynnwys mesurau sy'n cynnwys llithro'n ôl posib a sicrhau y medrir cael gafael ar driniaeth yn gyflym os bydd angen. Dylid pasio'r wybodaeth i'r darparwr gwasanaeth priodol gyda chaniatâd y defnyddiwr gwasanaeth.

Dylai cymorth cysylltiedig â chamddefnyddio sylweddau gynnwys atal llithro'n ôl mynediad agored, grwpiau i gefnogi'r naill a'r llall a chynghor a chymorth lleihau niwed. Dylai ystod o wasanaethau mynediad agored a throthwy isel fod ar gael hefyd i ddarparu ymyriadau penodol i bobl sydd wedi cwblhau triniaeth, ond y mae eisiau neu angen cymorth gofal heb ei gynllunio arnynt o bryd i'w gilydd. Mae cymorth cofleidiol yn gallu cynnwys ystod o faterion fel gallu cael gafael ar dai, llety tai â chymorth, cymorth gyda pherthnasoedd, addysg a hyfforddiant, cymorth i gael gwaith, a chyfrifoldebau rhianta a gofal plant ac ymgysylltu'n rheolaidd â gwasanaethau iechyd meddwl. Yn ychwanegol at hyn, mae gwasanaethau menywod, rhaglenni mentora gan eraill a fu'n dioddef fel hwy a grwpiau cymdeithasol a gweithgaredd eraill yn gallu ffurfio elfennau o'r gwasanaethau cymorth hyn.

## 6.6 Tai

Mae gofyniad cyfreithiol ar awdurdodau lleol i sicrhau bod cynghor a gwybodaeth am ddigartrefedd ar gael i bawb yn eu hardal, a'u bod yn darparu cynghor penodol i bobl ddigartref i'w helpu i ddod o hyd i rywle i fyw. Mae'n ofynnol hefyd iddynt sicrhau bod llety ar gael i bobl sy'n ddigartref heb fod dim bai arnynt hwy os ydynt yn un o'r grwpiau angen blaenoriaeth. Mae'r rhain yn cynnwys teuluoedd â phlant, menywod beichiog, pobl ifanc, pobl 16 a 17 oed, cyn-garcharorion a phobl sy'n agored i niwed oherwydd henaint, afiechyd neu hanes o fyw mewn sefydliad. Gellir barnu bod pobl eraill â phroblemau camddefnyddio sylweddau yn agored i niwed ac mewn angen blaenoriaeth, a bydd rhaid i'r awdurdod ddod o hyd i le iddynt fyw. Rhaid bod gan yn awdurdod lleol strategaeth dai sy'n mynd i'r afael ag anghenion tai gan gynnwys digartrefedd a sut dylid atal hynny. Dylid cynnwys gwasanaethau camddefnyddio sylweddau mewn trefniadau cynllunio ar y cyd i ddatblygu'r strategaeth hon, a dylai cynllunio gwasanaethau gynnwys trefniadau cyfeirio priodol ar gyfer camddefnyddwyr sylweddau y mae angen lle i fyw arnynt. Mae'n hollbwysig cael cyswllt gyda'r Grŵp Cynllunio Cefnogi Pobl er mwyn cael gafael ar gymorth tai. Mae'r dystiolaeth o angen yn hanfodol ar gyfer cynllunio gwasanaethau i bobl ag anghenion cymhleth sy'n aml yn cynnwys camddefnyddio sylweddau. Lle bo gan rywun anghenion cymhleth gall y gefnogaeth gan ddarparwr cymorth cysylltiedig â thai sicrhau'r gallu i gael a chynnal ffordd o fyw annibynnol. Dylid darllen y modiwl fframwaith arfer da ar ddarparu gwasanaethau camddefnyddio sylweddau i bobl ddigartref a'r rheini â phroblemau llety ar y cyd gyda'r modiwl hwn.



## 6.7 Ail-integreiddio i'r Gymuned o'r Carchar

Mae rhaglenni cymunedol llwyddiannus wedi eu seilio ar gael amrediad eang o wasanaethau i fodloni gwahanol anghenion troseddwr unigol sy'n defnyddio cyffuriau e.e. gwasanaethau sy'n hyrwyddo ail-integreiddio (fel tai sy'n cynnwys tai â chymorth, addysg a chyflogaeth) er mwyn gwella canlyniadau hirdymor. Dylid datblygu protocolau rhwng carchardai a gwasanaethau ôl-ofal i ddelio ag achosion o ryddhau cynnar, heb ei ragweld, ac ar ddydd Gwener. Mae unigolion yn ymddangos yn fwy parod i ymgysylltu â gwasanaethau pan fo dull cyson ac anfeiriadol o weithredu'n cael ei fabwysiadu. Mae cyswllt cyson gyda darpar gleientiaid mewn sefydliadau yn debyg o arwain at lefelau uwch o ymgysylltu. Dylid darllen modiwl trin troseddwr â phroblemau camddefnyddio sylweddau y fframwaith hwn ar cyd â'r modiwl hwn.

## 6.8 Addysg a Hyfforddiant

Dylid trafod rhaglenni addysg a hyfforddiant ffurfiol ac anffurfiol gyda chleientiaid.

Rhaglen sgiliau Llywodraeth y Cynulliad, SkillBuild yw'r brif raglen sgiliau i bobl ifanc ac oedolion sydd allan o waith ac am wella eu siawns o gael gwaith. Mae yna raglen ar y cyd gan Lywodraeth y Cynulliad/Canolfan Byd Gwaith hefyd o'r enw Want2Work sy'n benodol yn helpu rhai sy'n economaidd anweithgar yn yr hirdymor i ymgysylltu o'r newydd â'r farchnad lafur. Mae mwy o wybodaeth ar gael yn: (<http://www.jobcentreplus.gov.uk/JCP/News/SSC061008141955.xml.html>).

Mae Progress2work yn gallu helpu cleientiaid gwella ar ôl problemau camddefnyddio sylweddau i fynd yn ôl i hyfforddiant a gwaith, yn ogystal â datrys problemau fel tai neu ddyled. Rhaglen wirfoddol yw hon ac nid oes rhaid i gleientiaid fod yn hawlio budd-dal o reidrwydd i gael y cymorth.

Mae Canolfan Byd Gwaith yn rhan o'r Adran Gwaith a Phensiynau sy'n ceisio helpu pobl i gael gwaith y cânt dâl amdano a rhoi'r cymorth a'r gefnogaeth y mae ganddynt hawl iddo i'r bobl hynny sydd mewn oed gwaith os na allant weithio.

Learndirect yw llinell gymorth hyfforddiant cenedlaethol Gyrfa Cymru a noddir gan Lywodraeth y Cynulliad. Mae'r llinell gymorth yn rhoi gwybodaeth am wahanol gyrsiau sy'n cynnwys ystod o bynciau. Gallant hefyd drefnu trafodaethau anffurfiol un i un gyda chyngorydd gyrfa.

Gall Gyrfa Cymru roi gwybodaeth ddiuedd, rad ac am ddim a chynghor cyfrinachol i bobl ifanc ac oedolion, beth bynnag fo'r sefyllfa. Gallant helpu gyda phenderfyniadau ynglŷn â chysiau, hyfforddiant a chyflogaeth. Gellir cysylltu â Gyrfa Cymru drwy eu gwefan - [www.careerswales.com](http://www.careerswales.com) neu drwy ffonio eu llinell gymorth genedlaethol - Learn direct ar 0800 100 900.

## 7. Hyrwyddo gwasanaethau

Mae'n hanfodol i bob gwasanaeth sy'n cynnig triniaeth fod yn ymwybodol fod y gwasanaethau hyn yn cael eu darparu yn eu priod feysydd. Mae cyswllt rhwng gwasanaethau trin, ôl-ofal a chymorth yn hollbwysig a dylid trafod cyfeirio i'r gwasanaethau hyn gyda'r defnyddiwr gwasanaeth cyn ei ryddhau.

Dylai cynllunwyr, comisiynwyr a darparwyr gwasanaethau mynediad agored eu hyrwyddo mor eang ag sy'n bosib er mwyn annog camddefnyddwyr sylweddau nad ydynt yn derbyn triniaeth i ymgysylltu â'r gwasanaethau. Mae llawer ffordd o wneud hyn, sefydlu gwefan a/neu hysbysebu drwy wahanol gyfryngau yn ogystal â chynhyrchu posteri/taflenni i'w harddangos mewn:

- Llyfrgelloedd
- Canolfannau gwaith
- Archfarchnadoedd lleol
- Adrannau Damweiniau ac Achosion Brys
- Canolfannau Cymunedol
- Adrannau tai
- Meddygfeydd teulu.

Nid yw hon yn rhestr gyflawn.

## Geirfa

Yr Asiantaeth Genedlaethol ar gyfer Triniaethau am Gamddefnyddio  
Sylweddau - Modelau gofal ar gyfer oedolion sy'n camddefnyddio cyffuriau:  
Wedi'i ddiweddarau 2006.

Gyrfa Cymru - Taflen Your Future starts here!

Learn Direct (Cyngor Dysgu) - Taflen Getting behind learners 100%.

## Llyfryddiaeth

### **Strategaeth Camddefnyddio Sylweddau Cymru 2008 - 2018 - Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed**

Strategaeth Camddefnyddio Sylweddau Cymru 2008 - 2018 - Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed yw strategaeth 10 mlynedd Llywodraeth y Cynulliad ar gyfer mynd i'r afael â'r niwed sy'n gysylltiedig â chamddefnyddio alcohol, cyffuriau a sylweddau eraill yng Nghymru. Mae copi o'r ddogfen i'w gweld yn: <http://new.wales.gov.uk/dsjlg/publications/communitysafety/strategy/strategy.e?lang=en>

### **Yr Asiantaeth Genedlaethol ar gyfer Triniaethau am Gamddefnyddio Sylweddau - Modelau gofal ar gyfer oedolion sy'n camddefnyddio cyffuriau: Wedi'i ddiweddarau 2006**

Mae'r Asiantaeth Genedlaethol ar gyfer Triniaethau am Gamddefnyddio Sylweddau - Modelau gofal ar gyfer oedolion sy'n camddefnyddio cyffuriau: Wedi'i ddiweddarau 2006 yn gosod y fframwaith cenedlaethol ar gyfer comisyneu trin oedolion sy'n camddefnyddio cyffuriau yn Lloegr, ac yn disgrifio'r arfer gorau yn y ddarpariaeth trin cyffuriau. Gellir gweld copi o'r ddogfen yn: [http://www.nta.nhs.uk/publications/documents/nta\\_modelsofcare\\_update\\_2006\\_moc3.pdf](http://www.nta.nhs.uk/publications/documents/nta_modelsofcare_update_2006_moc3.pdf)

### **Y Cynllun Digartrefedd Deng Mlynedd i Gymru**

Mae'r Cynllun Deng Mlynedd hwn yn nodi rhai o'r egwyddorion arweiniol ar gyfer datblygu a chyflenwi gwasanaethau digartrefedd. Mae'n ddogfen weithio a chaiff ei hadolygu'n gyson. Adeg ysgrifennu hwn, mae dirywiad yn yr economi byd-eang, ac mae'n debyg y bydd effaith hynny i'w deimlo dros y blynyddoedd nesaf. Bydd hyn yn peri heriau arbennig ac yn ei gwneud yn bwysicach nag erioed bod y gwasanaethau i'r rheini mewn perygl o fod yn ddigartref, neu yn ddigartref, mor effeithiol â phosib. <http://wales.gov.uk/topics/housingandcommunity/housing/publications/homelessnessplan/?skip=1&lang=cy>

### **Cefnogi Pobl - Strategaeth Cymorth Cysylltiedig â Thai**

Nod cyffredinol y Strategaeth Cefnogi Pobl yw gosod cyfeiriad y rhaglen dros y pum mlynedd nesaf a chodi proffil gwasanaethau Cefnogi Pobl. Y pedwar amcan a osodir yn y Strategaeth yw defnyddio cefnogaeth fel rhan o ddulliau arloesol o weithredu o ran gofal cymdeithasol, defnyddio'r rhaglen i fynd i'r afael ag anghenion gwaelodol unigolion, trwy ddarparu'r sefydlogrwydd ar gyfer gwneud ymyriadau llwyddiannus cydgysylltiedig, mynd i'r afael ag achosion gwaelodol digartrefedd mynych a phroffesiynoli gwaith darparwyr yn y sector a chynyddu'r ffocws strategol ar gomisiynu. Mae'r ddogfen hon yn cael ei chwblhau ar hyn o bryd a chaiff ei chyhoeddi yn 2010.

## **Gyrfa Cymru**

Mae Gyrfa Cymru yn darparu gwybodaeth ddi-dduedd, rad ac am ddim ynghyd â chyngor cyfrinachol i bobl ifanc ac oedolion. Cysylltwch â [www.careerswales.com](http://www.careerswales.com)

## **Learn Direct**

Mae Learn Direct yn rhoi gwybodaeth am wahanol gyrsiau'n cynnwys sawl pwnc. Cysylltwch â'r rhif rhadffon 0800 100 900. Gwefan wybodaeth [www.ilawales.co.uk](http://www.ilawales.co.uk)