

Canolfannau Teulu Conwy

Hogyn Hunlun

Mae bod yn deulu yn wych

- Mae'n werth chweil
- Mae'n hwyl
- Ond mae'n gallu bod yn heriol iawn hefyd
- Yn waith caled hyd yn oed

Mae angen help ar bawb weithiau - hyd yn oed fi!

Mae Cyngor Bwrdeistref Sirol Conwy eisiau cefnogi teuluoedd cymaint â phosibl Felly rydym yn datblygu canolfannau teulu ar draws y sir ([map ar ffôn](#))

Maent yn agored i:

- Fabanod
- Plant Bach
- Plant
- Plant hŷn
- Unigolion yn eu harddegau
- Cyplau
- Mamau
- Tadau
- Gofalwyr
- Neiniau a Theidiau

Mae Canolfannau Teulu yna i - bawb

Fel ysgolion, rydych mewn cysylltiad gyda theuluoedd.

Mae'r gefnogaeth gywir ar yr adeg gywir yn helpu plant a phobl ifanc i fod yn barod i ddysgu.

Mae cysylltu teuluoedd â'u canolfan deulu leol yn gallu bod yn rhan o hyn.

Mae'r ysgol yn gweld yr anghenion bob dydd sydd gan deuluoedd, a sut mae bywyd cartref plentyn, a'r ffordd y maent yn cael eu rhianta, yn gallu gwneud gwahaniaeth mawr i ddeilliannau dysgu a lles.

Mae canolfannau teulu'n agored i bawb. Dydyn ni ddim angen rheswm neu atgyfeiriad.

Mae cefnogaeth yn dechrau'n aml gyda choffi a sgwrs.

Mae teuluoedd yn aml angen clywed am rywbeth sawl gwaith a gan wahanol bobl a llefydd cyn iddynt ddod draw. Rydych chi'n rhan bwysig o'n tîm:

Siaradwch gyda theuluoedd am eich canolfan deulu, a'u cyfeirio ati.

Mae canolfannau teulu'n lle cyfeillgar, am ddim, sy'n agored i bawb, gan roi lle i deuluoedd gael cyngor a llais.

Mae'n fan yn y gymuned lle mae cefnogaeth a gwasanaethau'n dod at ei gilydd.

(Dad) Dw i'n CARU fy merch. Mae ganddi awtistiaeth, a buaswn i ddim yn newid un peth amdani. Ond fel teulu, mae'n teimlo eich bod yn brwydro ymlaen bob amser. Heb y lle yma, buaswn wedi meddwl bod y ddwy flynedd diwethaf yn amhosibl. Rydym yn dod yma ac mae yna wybodaeth, mi wnaethom ni gyfarfod teuluoedd eraill a dydyn ni ddim yn teimlo mor unig, roeddem yn gallu siarad gyda phobl, roedd yn teimlo fel bod tîm o'n cwmpas ni. Mae'r cyfan yn helpu.

(Cymeriad Ifanc) *Mae'n grêt cael rhywle i alw heibio a siarad am bethau. Mae wedi bod yn ddefnyddiol iawn!*

(Dynes) *Heb y Ganolfan Deulu, buaswn i byth yn gadael y tŷ fwy na thebyg. Dw i'n mynd i deimlo'n isel... dw i'n cael trafferth esbonio pethau ac yn pryderu am bopeth. Rydw i'n cerdded i mewn i fan 'ma achos bod rhywun ar gael yr ochr arall i'r drws bob amser, sy'n barod i gael coffi efo fi ac mae hynny'n gwneud gwahaniaeth.*

Mae Canolfannau Teulu'n cynnig:

- cymorth a chyngor
- grwpiau cefnogi
- datblygiad iaith
- sesiynau chwarae
- cyfleusterau crèche fel bod rhieni'n gallu cymryd rhan mewn pethau
- cyngor a dosbarthiadau rhianta
- datblygu sgiliau
- cefnogaeth ymwelydd iechyd
- mynediad at wasanaethau eraill y gallech chi fod eu hangen
- Grwpiau Dad
- Sesiynau yn y cymunedau cyfagos
- Unrhyw beth a fydd o fudd i deuluoedd yn eich cymuned

a lle i ymlacio, cael coffi a chyfarfod pobl newydd.

Maent yn dweud 'bod angen pentref i fagu plentyn' – mae canolfannau teulu'n dod â'r gymuned honno at ei gilydd.

I wybod mwy am eich canolfan deulu leol:
www.conwy.gov.uk/familycentres

FamilyCentres@conwy.gov.uk