



Datganiad o Ddiddordeb

Cwrs Ymwybyddiaeth Cymorth Cyntaf Iechyd Meddwl

Yng Ngogledd Cymru mae dros 120 o sefydliadau yn bresennol yn cefnogi aelodau o Gymuned y Lluoedd Arfog. Mae nifer o'r sefydliadau hyn yn grwpiau trydydd sector neu grwpiau gwirfoddol sy'n dibynnu ar nid yn unig aelodau o Gymuned y Lluoedd Arfog ond y cyhoedd i wirfoddoli eu hamser i helpu. Tra bod nifer o sefydliadau yn cynnig pecynnau datblygiad ardderchog i sicrhau bod eu staff/gwirfoddolwyr wedi eu hyfforddi'n briodol i gefnogi'r rhai mewn angen, nid oes gan nifer o grwpiau yr adnoddau (arian), gallu neu fynediad at hyfforddiant i wneud hyn.

Dros y 12 mis diwethaf daeth yn amlwg fod nifer sy'n gweithio gyda rhai o'r bobl fwyaf agored i niwed heb gael unrhyw fath o gymorth cyntaf iechyd meddwl, gyda nifer heb unrhyw ymwybyddiaeth o'r cwrs.

Gall unigolion a hyfforddwyd mewn Cymorth Cyntaf Iechyd Meddwl helpu i:

Wrando, rhoi cefnogaeth, annog cefnogaeth gan eraill, a chyfeirio at wasanaethau perthnasol eraill, pan fo rhywun mewn argyfwng ac angen cymorth.

Gobeithir hefyd i:

- Leihau'r stigma sy'n gysylltiedig â salwch meddwl er enghraifft - gorbryder, iselder, anhwylder straen wedi trawma, sgitsoffrenia, anhwylder deubegynol, ac anhwylderau defnyddio sylweddau
- Ymestyn allan at y rhai sy'n dioddef yn ddistaw, sy'n amharod i geisio cymorth (gostwng arwahanrwydd).
- Gadael i gyn-filwyr wybod bod cefnogaeth ar gael yn eu cymuned
- Darparu gwybodaeth am adnoddau cymunedol
- Gwneud gofal a thriniaeth iechyd meddwl yn hygyrch i'r rhai sydd mewn angen

Mae'r hyfforddiant yn cael ei gynnig gan sefydliad o gyn-weithwyr milwrol hynod brofiadol sydd wedi cael profiad amhrisiadwy dros y 5 mlynedd diwethaf yn darparu hyfforddiant a chefnogaeth gritigol ac ymarferol mewn amrywiaeth o feysydd gan gynnwys iechyd a diogelwch, rheoli risg, sgiliau arweinyddiaeth, diogelwch modern, cadernid corfforaethol a chefnogi trawma.

Llenwch y ffurflen hon i fynegi diddordeb mewn cyrsiau Cymorth Cyntaf Iechyd Meddwl a'i dychwelyd at Ian.Pritchard@Wrexham.gov.uk

Amdanoch chi

Enw	
Swydd	
Enw'r Sefydliad	
Cyfeiriad a Chod Post y sefydliad	
Ffôn	
E-bost	