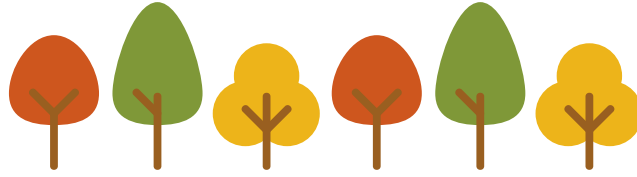




GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Aneurin Bevan
University Health Board



CONNECT

Pwy ydym ni?

Gobeithiwn y bydd y daflen hon yn eich helpu i...

Deall pwy ydym ni
a beth i'w ddisgwyl
pan ddewch i'n
gweld

teimlo'n hyderus
i ddod i'n gweld
am y tro cyntaf



Pwy yw CONNECT?

Helo a chroeso i'r gwasanaeth CONNECT!

Helo! Ni yw CONNECT

gwasanaeth rheoli pwysau plant a phobl ifanc BIPAB. Rydym yma er mwyn eich helpu chi a'ch teulu i wneud newidiadau i gefnogi eich iechyd a'ch pwysau. Rydym yn deall y gall siarad am bwysau, a rheoli ein pwysau, fod yn anodd ar brydiau ac rydym yn cydnabod hyn ac rydym yma i'ch cefnogi. Mae'n bwysig felly mai dyma'r amser iawn i chi a'ch teulu ymgysylltu â'n gwasanaeth fel y gallwn eich cefnogi i gyflawni eich nodau personol.

Os ydych chi'n darllen y daflen hon mae hynny'n golygu bod rhywun yn eich teulu wedi cysylltu â ni neu'n ystyried cysylltu â ni i weld a allwn ni eich helpu chi gyda'ch iechyd a'ch lles.



Atgyfeirio at CONNECT

Ar hyn o bryd dim ond hunangyfeiriadau i'r gwasanaeth yr ydym yn eu derbyn. Er mwyn sicrhau y gallwn eich helpu chi a'ch teulu hyd eithaf ein gallu, dim ond pobl sy'n bodloni ein meini prawf yr ydym yn eu derbyn:

Plant 0-2 oed:

Pwysau sy'n fwy na chanradd 98

Plant 2-16 oed:

Canradd BMI >99.6 neu Canradd BMI > 98 gyda diagnosis o gyflwr sy'n gysylltiedig â phwysau (gellir dod o hyd i'r rhain ar ein gwefan) neu'n cael cymorth gan y gwasanaethau cymdeithasol.

Bydd eich meddyg teulu, nyrs ysgol neu ymwelydd iechyd yn gallu eich cefnogi i ddeall os ydych yn bodloni'r meini prawf hyn.

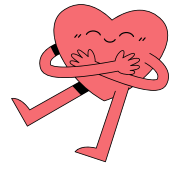
Gofynnwn wedyn i aelod o'r teulu llenwi ein **Ffurflen Cais am Gymorth** drwy ein **tudalen we neu linell ffôn 0300 3034906**.

Er mwyn ein helpu i weld a ydych yn bodloni ein meini prawf, mae arnom angen i chi a'ch teulu roi'r **mesur diweddaraf o'ch pwysau a'ch taldra** i ni pan fyddwch yn llenwi ein ffurflen.

Sganiwch ein cod QR i fynd i'n gwefan!



Sut mae bod yn rhan o CONNECT yn edrych?



Os byddwch yn dod i CONNECT am gymorth, byddwn yn cwrdd â chi a'ch teulu i ddysgu mwy amdanoch chi a'ch anghenion i'n helpu i benderfynu pwy yn ein tîm all eich helpu i gyflawni eich nodau.

Mae ein cyfarfod cyntaf yn para tua 45 munud i 1 awr a bydd yn cael ei gynnal yn rhithiol neu wyneb yn wyneb, ar hyn o bryd yn Ysbyty Cymunedol Cas-gwent.

Unwaith y byddwch wedi cwrdd â ni, byddwch yn cael eich cefnogi gan aelod o'r tîm a fydd yn eich helpu i weithio tuag at eich nodau.

Cwrdd â'r Tîm



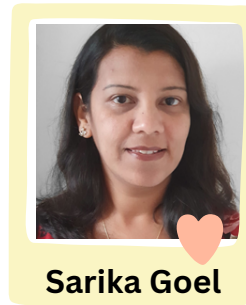
Claire Hailwood

Nyrs

Arbenigol/Arweinydd

Tîm

Gall Claire fonitro eich iechyd a'ch lles drwy gymryd mesuriadau, rhoi cyngor a chefnogaeth a threfnu unrhyw ymchwiliadau y gallai fod angen i ni eu gwneud.



Sarika Goel

Paediatregydd Ymgynghorol

Gall Dr Goel fonitro eich iechyd drwy adolygu unrhyw ymchwiliadau y gallwn eu trefnu a gall eich gweld yn ei chlinig am gyngor a chymorth ar eich iechyd.



Kellie Turner

Seicolegydd Clinigol

Gall Kellie siarad â chi, dod i'ch adnabod chi a'ch teulu a thrafod pethau fel eich emosiynau, sut rydych chi'n teimlo yn eich corff, a sut rydych chi'n teimlo am fwyd.



Cerys Newell

**Ymarferydd Cynorthwyol
Therapi**

Gall Cerys eich cefnogi gyda syniadau o sut i ddod yn fwy actif yn gorfforol, trafod technegau ymwybyddiaeth ofalgar a'ch helpu i greu diet cytbwys ac iach.



Jane McKenzie

Dietegydd Arbenigol

Gall Jane eich helpu i wella'ch cymeriant maeth a rheoli eich pwysau wrth i chi dyfu, trwy gael perthynas iach â bwyd, yn ogystal â gwneud newidiadau i'ch diet a'ch patrwm bwyta.



Lle gellir cynnal eich apwyntiad.

Ysbyty Sant Cadog -Llwyn Onn

Cyngor defnyddiol ar sut i ddod o hyd i ni

- Mae 4 mynedfa i Ysbyty Sant Cadog
- Byddwch yn pasio arwydd i Llwyn Onn wrth ddod i mewn trwy Fynedfa 1 a Mynediad 3
- Mae Llwyn Onn yn adeilad un llawr gwyrdd golau.

Ein Cyfeiriad

Llwyn Onn
Ysbyty Sant Cadog
Ffordd y Lodj,
Caerllion
Casnewydd
NP18 3XQ



Ysbyty Sant Cadog



Llwyn Onn

Ysbyty Gwynllyw - Bloc B Canolfan Maple

Cyngor defnyddiol ar sut i ddod o hyd i ni

- Wrth i chi fynd i mewn i Ysbyty Gwynllyw ewch i'r dde a gyrru i ben y ffordd ac yna cadwch i'r chwith ar ben y ffordd.
- Mae'r clinig Maple ar eich ochr dde. Ewch i mewn trwy'r prif ddrws a throwch i'r dde. Pwyswch y switsh er mwyn cael eich gadael i mewn.
- Ychydig iawn o lefydd parcio sydd yno felly gadewch ddigon o amser i ddod o hyd i le os ydych yn teithio mewn car

Ein Cyfeiriad

Ysbyty Gwynllyw
131 Stow Hill,
Casnewydd,
NP20 4SZ



Ysbyty Gwynllyw



Bloc B Canolfan Maple

Ysbyty Ystrad Fawr

Cyngor defnyddiol ar sut i ddod o hyd i ni

- Wrth i chi fynd i mewn i'r safle, ewch i'r chwith a bydd hyn yn mynd â chi i faes parcio mawr y gellir parcio ynddo am ddim.
- Ar ôl mynd i mynd i mewn i'r prif adeilad, cymerwch y lifft neu'r grisiau i Lefel 1 a dilynwch yr arwyddion ar gyfer Cleifion Allanol Plant

Ein Cyfeiriad

Ffordd Ystrad Fawr
Ystrad Mynach,
Hengoed,
CF82 7GP





Ysbyty Cymunedol Cas-gwent

Cyngor defnyddiol ar sut i ddod o hyd i ni

- Wrth i chi fynd i mewn i Ysbyty Cas-gwent oddi ar yr A466 Ffordd St Lawrence i barc Penterri, trowch i'r dde wrth y gylchfan fach.
- Ewch i'r chwith i'r maes parcio
- Ewch i mewn drwy'r brif fynedfa a mewngofnodi yn y dderbynfa a gofyn am gyfarwyddiadau pellach

Ein Cyfeiriad

Ffordd Ystrad Fawr
Ystrad Mynach,
Hengoed,
CF82 7GP

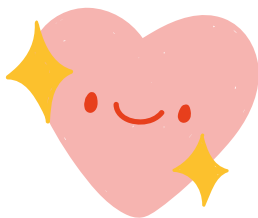


Cwestiynau Cyffredin

Pa mor hir yw'r apwyntiadau?

Bydd eich apwyntiad cyntaf yn para hyd at awr ond fel arfer bydd y rhan fwyaf o apwyntiadau'n para rhwng 30 munud ac awr.

Os nad ydych yn siŵr, mae croeso i chi gysylltu â ni i ofyn.



Pa mor hir y byddaf gyda CONNECT?

Mae pa mor hir y mae rhywun yn aros gyda ni yn CONNECT yn amrywio o berson i berson. Ein nod yw eich cefnogi chi a'ch teulu am tua blwyddyn ond mae hyn yn amrywio yn dibynnu ar eich anghenion.

Tra byddwch gyda CONNECT efallai y byddwn yn penderfynu y byddai'n ddefnyddiol i chi siarad ag aelod gwahanol o'r tîm. Felly efallai y byddwch chi'n symud ychydig o gwmpas y tîm ond byddwch chi'n dal i fod yn rhan o'r teulu CONNECT!



Beth ddylwn i ei wneud os na allaf ddod i apwyntiad?

Rydym yn deall fod bywyd yn anrhagweladwy o bryd i'w gilydd ac efallai na fyddwch chi'n gallu dod i apwyntiad gyda ni mwyach. Os na allwch ddod i apwyntiad, cysylltwch â'n canolfan trefnu apwyntiadau i roi gwybod i ni:

03003034906

Gall methu â rhoi gwybod i ni na allwch ddod i apwyntiad arwain at eich rhyddhau o CONNECT

