

# Canllaw ar gyfer Pobl Ifanc i FCA Cymru



01527 556480

[contactus@thefca.co.uk](mailto:contactus@thefca.co.uk)



# Cynnwys

Defnyddio'r canllaw hwn	Tudalen 2
Croeso i Gymdeithion Gofal Maeth (FCA)	Tudalen 3
Gwasanaethau'r FCA: Sut gallwn ni helpu	Tudalen 4
Pobl eraill y tu allan i'r FCA	Tudalen 6
Cymryd rhan gyda'r FCA	Tudalen 10
Cadw'n ddiogel	Tudalen 11
Blwch atgofion	Tudalen 13
Addysg heb gyfaddawdu	Tudalen 14
Os ydych chi'n anhapus	Tudalen 15
Cysylltiadau defnyddiol	Tudalen 16
Datganiad o ddiben	Tudalen 17
Comisiynydd Plant ac OFSTED	Tudalen 18

## Defnyddio'r Canllaw hwn

Pwrpas y canllaw hwn yw eich helpu i ddysgu am Gymdeithion Gofal Maeth Cymru.

# Croeso

**Croeso i Gymdeithion Gofal Maeth (FCA). Rydyn ni'n gobeithio eich bod chi'n dod i adnabod eich teulu maeth a'ch bod yn teimlo'n ddiogel ac yn mwynhau eich amser gyda'r FCA.**

### Beth yw'r FCA?

Sefydlwyd yr FCA ar gyfer plant a phobl ifanc sydd angen cael eu maethu. Rydyn ni'n dod o hyd i bobl sydd eisiau bod yn rhieni maeth ac yn eu hyfforddi a'u cefnogi.

### Pwy sy'n gweithio i'r FCA?

Yn ogystal â rhieni maeth, mae gennym wahanol aelodau staff a gallwch ddysgu amdany'n nhw a beth maen nhw'n ei wneud yn y canllaw hwn.

### Beth yw Maethu?

Mae maethu yn ffordd o gynnig cartref i blant a phobl ifanc tra nad yw eu teuluoedd eu hunain yn gallu edrych ar eu hól. Gall maethu fod yn drefniant dros dro, ac mae llawer o blant sydd wedi'u maethu yn mynd yn ôl i'w teuluoedd eu hunain. Yn aml, mae plant nad ydyn nhw'n gallu mynd yn ôl i'w cartref ond sydd eisiau aros mewn cysylltiad â'u teulu yn byw mewn gofal maeth tymor hir ac maen nhw'n cael cefnogaeth barhaol gan eu hawdurdod lleol neu ymddiriedolaeth iechyd a gofal cymdeithasol leol. Dydy rhieni maeth byth yn cael cyfrifoldeb rhieni am blentyn maen nhw'n gofalu amdano.

### Cyfatebu

Mae gennym ni broses cyfatebu i sicrhau bod rhieni maeth yn gallu bodloni anghenion pob plentyn neu berson ifanc sy'n mynd i fyw gyda nhw.

Rydyn ni'n paratoi ac yn cytuno ar gynlluniau lleoli ar gyfer pob plentyn neu berson ifanc. Rydyn ni'n darparu llyfrau croeso â lluniau o'r teulu maeth ac yn trefnu cyflwyniadau cyn i'r plentyn neu berson ifanc symud, lle bo hynny'n bosibl.

**Ein Cenhadaeth** - darparu gofal o ansawdd mewn sefyllfa deuluol.

**Ein Gweledigaeth** - gwneud gwahaniaeth cadarnhaol a pharhaol i blant a theuluoedd.

**Ein Gwerthoedd** - rydyn ni'n gweithio'n galed i wireddu ein gweledigaeth gan ddilyn gwerthoedd clir. Mae ein gwerthoedd yn berthnasol i bopeth rydyn ni'n ei wneud, lle bynnag rydyn ni'n ei wneud ac yn cynnwys y canlynol:

**Angerddol dros Wireddu Potensial** - rydyn ni'n aros yn drwg i gred ein sylfaenydd mewn gofal o ansawdd ar gyfer plant a theuluoedd.

**Uchelgais dros Blant** - rydyn ni eisiau i blant gael teimlad o berthyn a diogelwch mewn amgylchedd teuluol.

**Pobl yn Bwysig** - rydyn ni'n credu bod pawb yn cyfrif ac yn gyfrifol.

**Newid Diogel** - rydyn ni'n cydnabod yr angen am newid ac yn gweithio'n gyflym ac yn greadigol.

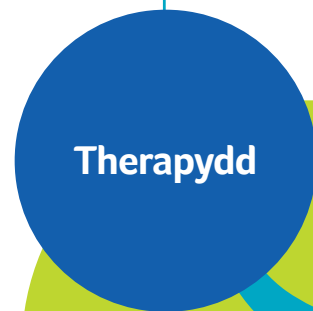
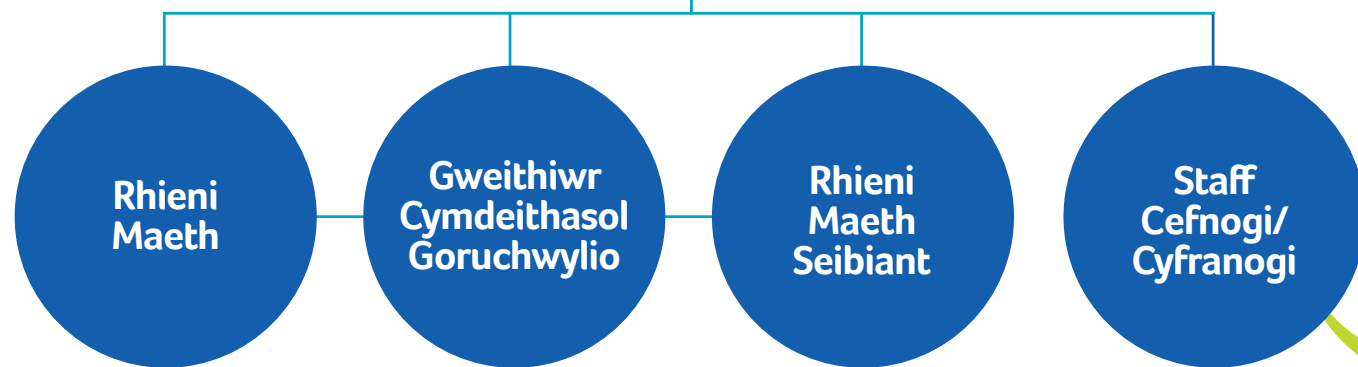
**Creu Cymunedau** - rydyn ni'n credu y gallwn ni gyflawni rhagor gan weithio gyda'n gilydd.



# Gwasanaethau'r FCA: Sut Gallwn Ni Helpu

Yn ogystal â hyfforddi a chefnogi'ch rhieni maeth, mae'r FCA yn darparu pobl eraill y byddwch efallai'n clywed amdany'n nhw.

## Plentyn neu Berson Ifanc



Gallwch ddysgu rhagor amdany'n nhw ar y dudalen nesaf.

## Felly, beth mae'r bobl hyn yn ei wneud?

### Gweithiwr Cymdeithasol Goruchwylio

- Goruchwylio a chefnogi rhieni maeth.
- Ymweld yn rheolaidd.
- Gweld yr ystafell wely a gwirio bod plant a phobl ifanc yn hapus ac yn cael gofal da.

### Rhiant maeth seibiant

- Darparu seibiant i'r plant a phobl ifanc ac i'r rhieni maeth os oes angen.

### Staff Cefnogi/Cyfranogi

- Helpu plant a phobl ifanc i gymryd rhan mewn gweithgareddau.
- Helpu plant a phobl ifanc i wneud pethau newydd a datblygu sgiliau newydd.
- Helpu plant a phobl ifanc i gael pobl eraill i wrando ar eu barn.
- Cadw plant a phobl ifanc yn ymwybodol o beth sy'n digwydd yn yr FCA.
- Trefnu digwyddiadau i blant a phobl ifanc eu mynychu.

### Therapydd

- Weithiau mae'n bosibl na all plant a phobl ifanc esbonio'n llawn sut mae digwyddiadau'r gorffennol wedi effeithio arny'n nhw. Gall therapyddion helpu rhieni maeth a gweithwyr cymdeithasol i ddeall. Maen nhw'n rhoi syniadau iddynt ynglŷn â sut y gallant helpu.
- Efallai bydd yr FCA yn darparu therapydd i blant neu bobl ifanc ond mae'n fwy tebygol y bydd rhywun y tu allan i'r FCA yn darparu'r therapydd hwn.

### GWEITHIWR CYMDEITHASOL GORUCHWYLIO YR FCA:

.....

FFÔN:

.....

E-BOST:

.....

### OS YDYCH CHI AM WYBOD RHAGOR GOFYNNWCH!

Mae pobl eraill hefyd nad ydynt yn gweithio i'r FCA, ond sydd yno i'ch helpu chi – edrychwch ar y tudalennau nesaf am wybodaeth.





# Pobl eraill y tu allan i'r FCA y byddwch chi'n clywed amdanynt nhw ac sydd yno i'ch helpu chi **Gweithiwr Cymdeithasol**

## Rhowch wybod iddo/iddi beth yw eich barn, bydd yn:

- Siarad â phlant a phobl ifanc ac â'u rhieni maeth a gwneud cynllun ynglŷn â sut y gofalir amdanynt (cynllun lleoliad). Dylai rannu llyfr croeso'r rhieni maeth â phlant a phobl ifanc cyn iddyn nhw symud fel y gallant weld lle byddant yn mynd. Os nad yw'n argyfwng, bydd yn trefnu cyfarfod cyn i'r plentyn neu berson ifanc symud.
- Rhoi gwybod i blant a phobl ifanc a rhieni maeth am ba benderfyniadau y gallan nhw eu gwneud heb ofyn am ganiatâd.
- Rhoi gwybod i blant a phobl ifanc a rhieni maeth sut i wneud cwyn os ydyn nhw'n anhapus a chael rhywun i siarad o'u plaid os ydynt yn dymuno hynny.
- Trefnu cyfarfodydd i weld sut mae pethau yn mynd.
- Siarad â phlant a phobl ifanc am y dyfodol a gwneud cynlluniau.

**Ei gwaith yw dod i'ch adnabod chi a chynllunio sut y byddwch yn derbyn gofal a gwneud yn siŵr y gofalir amdanoch yn iawn.**

- Rhaid bod o ardal cartrefy plentyn
- Rhaid gwranddo
- Rhaid ymweld o leiaf bob chwe wythnos am flwyddyn gyntaf y lleoliad.

### EICH GWEITHIWR CYMDEITHASOL:

FFÔN:

E-BOST:



# Swyddog Adolygu Annibynnol (IRO)

## Neges i Blant a Phobl Ifanc

### Bydd eich IRO yn:

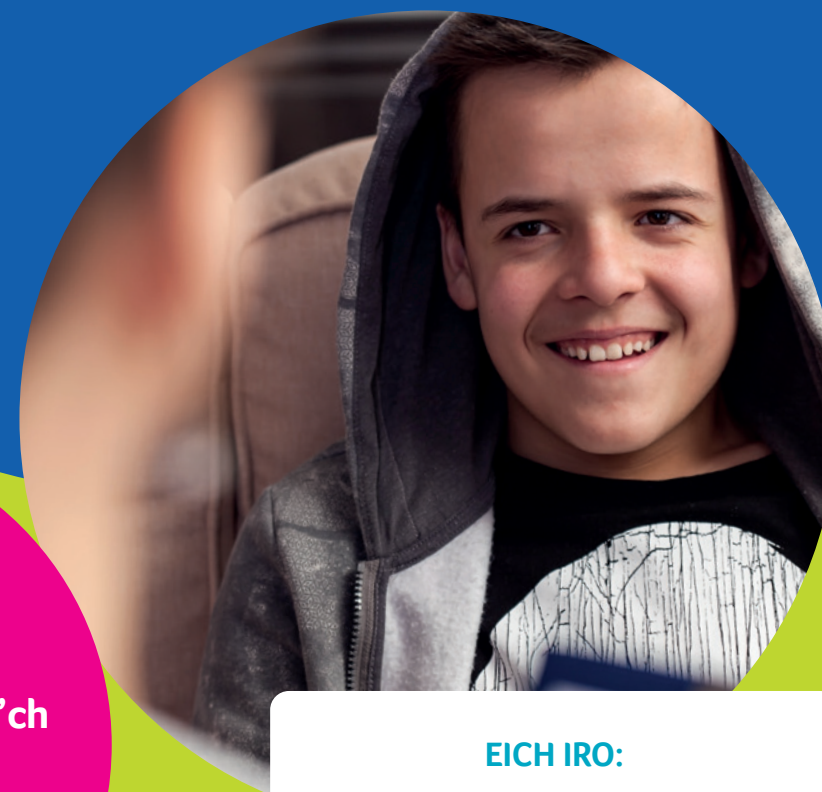
- Trefnu cyfarfodydd rheolaidd i adolygu'r cynllun ar eich cyfer.
- Gwneud yn siŵr bod y cynllun ar gyfer eich gofal (cynllun gofal) yn dda.
- Gwneud yn siŵr bod pawb sy'n rhan o'ch gofal yn gwneud eu gwaith yn iawn.
- Dysgu sut mae pethau yn mynd gyda chi cyn y cyfarfod adolygu.
- Cael dyletswydd i wneud yn siŵr bod y cynllun gofal yn gweithio er eich lles pennaf.

**Dylai'ch Gweithiwr Cymdeithasol roi copi o'ch cynllun gofal i chi, neu esbonio pam na fyddan nhw'n rhoi copi i chi.**

### EICH IRO:

FFÔN:

E-BOST:





# Eiriolwr

## Neges i Blant a Phobl Ifanc

Mae'r gyfraith yn dweud y dylai gweithwyr cymdeithasol ac oedolion eraill wrando ar eich dymuniadau a'ch teimladau am eich gofal.

Os ydych chi'n anhapus am rywbeth sy'n ymwneud â'ch gofal neu addysg, mae gennych hawl i eiriolwr.

Mae eiriolwyr yno i chi yn unig – byddan nhw'n gweithredu ac yn siarad ar eich rhan

Mae rhai pobl ifanc yn fodlon siarad o'u plaid eu hunain – mae'n anoddach i eraill.

Gallan nhw eich helpu gyda: eich gweithiwr cymdeithasol, cysylltiad â'ch teulu, bwlio, cael eich symud yn sydyn o'ch cartref maeth, neu'ch helpu mewn cyfarfodydd.

Mae'r ddau wasanaeth isod yn cynnal llinell gymorth eiriolaeth ar gyfer plant sy'n derbyn gofal a'r rheini sy'n gadael gofal yng Nghymru a byddan nhw'n eich helpu i ddod o hyd i eiriolwr.

**Gwasanaeth Eiriolaeth  
Ieuentid Cenedlaethol (NYAS):**

0808 808 1001  
youngpeople.nyas.net  
E-bost: help@nyas.net

**Plant yng Nghymru:**

029 2034 2434  
plantynghymru.org.uk

# Ymwelydd Annibynnol

## Neges i Blant a Phobl Ifanc

Os oes gennych chi gysylltiad cyfyngedig neu ddim cysylltiad o gwbl â'ch teulu, mae'r gyfraith yn dweud bod gennych chi hawl i gael ymwelydd annibynnol.

Unigolyn dibynadwy annibynnol sy'n gallu ymweld â chi'n rheolaidd a dod i'ch adnabod. Gallan nhw fod yn fodel rôl da o oedolyn.

### Beth allwch chi ei wneud?

Gallan nhw fynd allan gyda chi a gallwch chi wneud gweithgareddau gyda'ch gilydd – gallai hyn fod yn goffi a sgwrs, taith i'r sinema neu chwaraeon. Gallan nhw fynychu eich cyfarfod adolygu os ydych chi'n cytuno â hyn.

### Am ragor o wybodaeth:

Siaradwch â'ch gweithiwr cymdeithasol neu riant maeth.



# Cymryd rhan gyda'r FCA

Rydyn ni eisiau i leisiau plant a phobl ifanc a rhieni maeth gael eu clywed fel ein bod yn gallu gwneud yr FCA yn well i bawb:

1. Rhoi adborth am ddigwyddiadau, staff a'r FCA – Gallwch roi'ch sylwadau i ni ar unrhyw adeg ond byddwn yn gofyn i rhieni maeth, plant a phobl ifanc roi eu barn ar adeg adolygiad blynyddol y rhieni maeth. Byddwn hefyd yn gofyn i chi lenwi arolygon a ffurflenni eraill yn ystod y flwyddyn.
2. Helpu ni gyda chyfweiliadau a hyfforddiant ar gyfer staff a rhieni maeth.
3. Mynychu a chymryd rhan mewn gweithgareddau.
4. Cymryd rhan mewn cyfarfodydd a grwpiau a rhoi gwybod i ni beth yw eich barn.

Gofynnwch i'ch Gweithiwr Cymdeithasol Goruchwylio / Gweithiwr Cyfranogi am ragor o wybodaeth



# Cadw'n Ddiogel

## Neges i Blant a Phobl Ifanc

### Cadw'n Ddiogel

Bydd pawb yn yr FCA yn gweithio i wneud yn siŵr eich bod yn ddiogel ac nad ydych chi'n cael eich niweidio mewn unrhyw ffordd, ond os ydych chi'n cael eich niweidio neu os oes honiad neu amheuaeth o gamdriniaeth, bydd rhaid i ni roi gwybod i'r gwasanaethau plant neu'r heddlu.

Os ydych chi'n cael eich niweidio neu wedi cael eich niweidio yn y gorffennol ac nid oes neb yn gwybod am hyn, siaradwch ag oedolyn rydych chi'n ymddiried ynddo (rhiant maeth, gweithiwr cymdeithasol yr FCA, athro/athrawes). Byddan nhw'n gwrandao ar beth rydych chi'n ei ddweud a'i gymryd yn ddifrifol. Bydd y person rydych chi'n dweud wrtho yn trafod beth sy'n digwydd nesaf â chi, ond bydd rhaid iddyn nhw roi gwybod i rywun arall i wneud yn siŵr eich bod chi'n ddiogel ac yn iach.

### Bwlio

Gall bwlio amrywio o alw enwau arnoch chi i gael eich taro. Os ydych chi'n cael eich bwlio yn yr ysgol, gartref neu yn unrhyw le (gan gynnwys seiberfwlio ar-lein), rhowch wybod i'ch gweithiwr cymdeithasol, rhiant maeth neu oedolyn arall y gallwch chi ymddiried ynddo.

### Gwybodaeth

Tra eich bod gyda'r FCA, byddwn ni'n cadw gwybodaeth amdanoch chi, a bydd eich awdurdod lleol hefyd yn cadw ffeiliau amdanoch chi. Mae gennych chi hawl i weld y wybodaeth (ac eithrio rhywfaint o wybodaeth gyfrinachol). Siaradwch â'ch rhiant maeth neu weithiwr cymdeithasol yr FCA os ydych chi eisiau gwybod rhagor.





# Diogelwch ar y Rhyngwrwyd a Ffonau Symudol

[WWW.THINKUKNOW.CO.UK](http://WWW.THINKUKNOW.CO.UK)

## Neges i Blant a Phobl Ifanc

Gall y rhyngwrwyd a ffonau symudol fod yn wych am lawer o resymau, ond weithiau gall y rhyngwrwyd a chyfryngau cymdeithasol gael eu camddefnyddio a bod yn greulon. Byddwch yn ofalus gyda sut rydych chi'n defnyddio'r rhyngwrwyd.

Os ydych chi'n pryderu ynglŷn â phwy rydych yn siarad â, riportiwrch nhw, peidiwch byth â chytuno i gwrdd â rhywun yn bersonol os ydych chi wedi cwrdd â nhw ar-lein.

Meddyliwch cyn postio

Cysylltwch â ffrindiau yn unig

Cadwch eich gosodiadau'n breifat

Peidiwch â rhannu'ch cyfrinair

Peidiwch â bod yn greulon i bobl eraill

Byddwch yn garedig i bobl eraill

# Blwch Atgofion

## Neges i Blant a Phobl Ifanc

Byddwch chi'n derbyn blwch atgofion (os nad ydych chi wedi derbyn un yn barod) y gallwch chi ei ddefnyddio i gadw cofnod o'ch amser gyda'r FCA a rhywle i gadw'ch eitemau sentimental.

Mae llawer o bethau gallwch eu rhoi yn eich blwch atgofion, dyma rai syniadau:

- LLUNIAU
- HEN DOCYNNAU (E.E. TOCYNNAU SINEMA)
- PEINTIADAU/LLUNIADAU
- CARDIAU DATHLU
- GWAHODDIADAU
- TYSTYSGRIFAU
- LLYTHYRAU
- MEDAL/GWOBR

Mewn gwirionedd, gallwch roi unrhyw eitem berthnasol sy'n addas yn y blwch ac edrych yn ôl arny'n nhw pan fyddwch chi'n hŷn i'ch atgoffa o'ch amser gyda'r FCA a'ch rhieni maeth.





# Addysg Heb Gyfaddawdu

Rydyn ni'n credu bod addysg dda yn un o'r pethau mwyaf pwysig i'ch helpu chi i gael dyfodol cadarnhaol.

- Byddwn ni'n uchelgeisiol am eich addysgu bob amser a byddwn ni'n ceisio eich helpu chi i wireddu'ch potensial llawn.
- Byddwn ni'n darparu cyfleoedd i chi i ddatblygu eich sgiliau ac i feddwl am eich dyfodol a swyddi a gyrfaoedd posibl.
- Byddwn ni'n ceisio trefnu cefnogaeth ychwanegol ar eich cyfer chi pan fydd ei hangen arnoch.
- Byddwn ni'n cefnogi'ch rhieni maeth i'ch helpu chi i gael y gorau o'ch addysg.
- Byddwn ni'n disgwyl i'ch rhieni maeth fynychu cyfarfodydd addysg gyda chi a gwneud yn siŵr bod eich barn yn cael ei glywed.
- Byddwn ni'n darparu gwybodaeth a hyfforddiant i'ch rhieni maeth i wneud yn siŵr eu bod nhw'n gwybod y diweddaraf am faterion addysgol.

**Gall rhieni maeth a phlant a phobl ifanc ofyn i weld eu cofnodion ar unrhyw adeg.**

Neges i Blant a Phobl Ifanc

# Os ydych chi'n anhapus

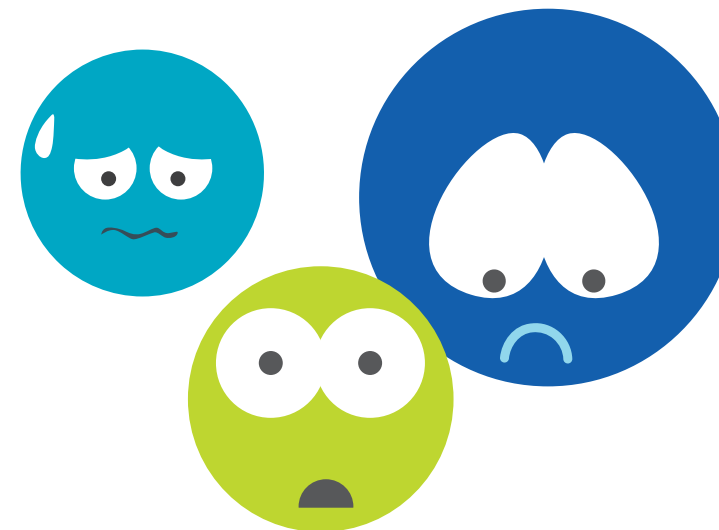
**Weithiau gall byw mewn teulu maeth fod yn anodd a gall fod camddealltwriaeth, anawsterau a phroblemau. Gall siarad am pam rydych chi'n ddig neu'n drist helpu i ddatrys pethau.**

**Os ydych chi'n anhapus am bethau fel:**

- Teimlo eich bod chi'n cael eich trin yn annheg, neu fod penderfyniadau anghywir yn cael eu gwneud
- Rheolau'ch cartref
- Neb yn gwrandao arnoch chi
- Problemau yn yr ysgol

**Yn yr achosion hyn, rhowch wybod i rywun arall:**

- rhiant maeth
- gweithiwr cymdeithasol
- athro/athrawes
- ffrind
- eiriolwr
- gweithiwr cymorth



**Sut gallwn ni helpu?**

**Os ydych chi'n teimlo'n anhapus am rywbeth sy'n ymwneud â'r FCA, mae'n bwysig i chi siarad am eich pryderon. Efallai byddwch chi eisiau ystyried gwneud cwyn.**

Peidiwch â phryderu am wneud cwyn i'r FCA, mae gennych chi'r hawl i wneud hyn ac ni fyddwch mewn trafferth. Rydyn ni'n hoffi clywed eich pryderon a chwynion gan fod hyn yn gallu ein helpu ni weithiau i wella ein gwasanaethau ar gyfer plant a phobl ifanc.

**I wneud cwyn, gallwch chi lenwi ffurflen gwyno (os nad oes un gennych chi, gallwch chi ofyn i unrhyw un o'r FCA am un).**

**Gallwch chi hefyd ffonio 01527 556480 neu anfon e-bost at [contactus@thefca.co.uk](mailto:contactus@thefca.co.uk) i ddweud eich bod chi eisiau gwneud cwyn.**

Byddan nhw'n rhoi cyngor i chi ac yn eich helpu i ddod o hyd i rywun i'ch cefnogi os dyna'ch dymuniad. Byddan nhw hefyd yn rhoi gwybod i chi am beth i ddisgwyl ar unrhyw adeg o'ch cwyn.



# Cysylltiadau Defnyddiol

## Childline

Mae Childline yn wasanaeth preifat a chyfrinachol ar gyfer plant a phobl ifanc sy'n iau na 19 oed. Gallwch gysylltu â chwnselydd Childline ynglŷn ag unrhyw beth – mae pob problem yn bwysig.

Ffôn: 0800 1111, neu ewch i [childline.org.uk](http://childline.org.uk).

## Talk to Frank

Cyngor cyfeillgar a chyfrinachol am gyffuriau.

Ffôn: 0300 123 6600, neu ewch i [talktofrank.com](http://talktofrank.com) neu tecstiwch 82111.

## Young Minds

Elusen sydd wedi ymrwmo i wella lles ac iechyd meddwl plant a phobl ifanc.

Ewch i [youngminds.org.uk](http://youngminds.org.uk).

## Brook

Cyngor cyfrinachol am ddim am iechyd a lles rhywiol ar gyfer pobl sy'n iau na 25 oed.

Ewch i [brook.org.uk](http://brook.org.uk).

## FCA Cymru

Rheolwr Cofrestredig: Anne Armstrong

Ffôn: 01745 823 814

E-bost: [Anne.Armstrong@thefca.co.uk](mailto:Anne.Armstrong@thefca.co.uk)

Unigolyn Cyfrifol: Jo August

Ffôn: 01527 556 480

E-bost: [jo.august@polariscommunity.co.uk](mailto:jo.august@polariscommunity.co.uk)

## CYSYLLTIADAU DEFNYDDIOL ERAILL:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

# Datganiad o Ddiben

Mae'r datganiad o ddiben yn esbonio rhagor am yr FCA.

## Mae'n rhoi gwybod i chi am:

- Y bobl sy'n gweithio i'r FCA
- Sut rydyn ni'n dod o hyd i rieni maeth, sut rydyn ni'n eu hyfforddi a'u cefnogi i edrych ar ôl plant a phobl ifanc
- Pa gymorth a chefnogaeth gallwn ni eu cynnig
- Rhagor am sut i wneud cwyn

Mae'r rhan fwyaf o'r wybodaeth hon yn y canllaw hwn ond os ydych eisiau gwybod rhagor gallwch chi ofyn am gopi o'r Datganiad o Ddiben. Mae'r datganiad hefyd ar gael ar wefan yr FCA [www.thefca.co.uk](http://www.thefca.co.uk)



## Datganiad o Ddiben Cymru

Dyddiad Cyhoeddi: Hydref 2020



Rydym yn rhan o Gymuned Polaris









**01527 556 480**

**[contactus@thefca.co.uk](mailto:contactus@thefca.co.uk)**

Cyhoeddwyd Hydref 2020