****

**Astudiaeth Achos Ymyrraeth Gynnar Cymorth i Deuluoedd Blaenau Gwent – Dechrau’n Deg**

|  |  |
| --- | --- |
| **Dyddiad**  | Mawrth 25  |
| **Awdur** | Gweithiwr Cymorth i Deuluoedd Dechrau’n Deg |
| **Beth oedd y rhaglen arweiniol?**  | Dechrau’n Deg |
| **Cyfansoddiad y teulu** | Mae Mam yn rhiant sengl i dri o fechgyn, sy’n 5 oed, 3 oed a 7 mis oed. |
| **Ffynhonnell yr atgyfeiriad**  | Yn gymwys ar gyfer Dechrau’n Deg |
| **Gwybodaeth gefndirol** | Mae’r teulu’n byw mewn dalgylch Dechrau’n Deg ac maent wedi bod yn hysbys i’r gwasanaeth ers pum mlynedd. Ar hyn o bryd, mae’r teulu’n cael eu cefnogi gan y gwasanaethau cymdeithasol ac maent wedi symud yn ddiweddar o gynllun amddiffyn plant i gynllun gofal a chymorth. Profodd Mam gam-drin domestig sylweddol, gan dderbyn cymorth gan Phoenix DAS, ac mae’n dioddef o iechyd meddwl gwael. Roedd hi’n gweithio’n llawn amser fel cynorthwyydd gofal plant gyda sefydliad preifat o’r blaen, ond collodd ei swydd pan roddwyd enwau ei phlant ar y gofrestr amddiffyn plant. Wynebodd y teulu anawsterau ariannol ac maent wedi cronni llawer iawn o ddyled, gan gynnwys ôl-ddyledion rhent. Mae Mam yn datgan ei bod am symud i fod yn agosach at ei rhwydwaith cymorth; fodd bynnag, mae ei dyled bresennol gyda’r sefydliad tai yn atal y symudiad hwn. |
| **Asiantaethau eraill oedd yn gysylltiedig?**  | Tîm Cefnogi Newid  |
| **Beth weithiodd yn dda (cymorth gan y gweithiwr cymorth i deuluoedd)** | Gofynnodd yr ymwelydd iechyd am gymorth ychwanegol ynghylch deiet a diddyfnu. Yn ystod ymweliad gan y gweithiwr cymorth i deuluoedd, adroddodd y fam ei bod wedi dechrau diddyfnu Plentyn R (yn 6 mis oed) ond iddi roi’r gorau iddi oherwydd cyfyngiadau ariannol wrth brynu jariau drud o fwyd babanod ar gyfer diddyfnu. Trafododd y gweithiwr cymorth i deuluoedd fwyd cartref o’i gymharu â’r bwyd mewn jariau i fabanod, yn enwedig o ran cost a gwerth maethol. Argymhellodd y gweithiwr cymorth i deuluoedd y dylid dechrau gyda phiwrî llysiau i fonitro ymateb Plentyn R cyn cyflwyno gweadau mwy lwmpiog yn raddol, ar ffurf llysiau a ffrwythau, gan ddilyn arwyddion y plentyn.Helpodd y gweithiwr cymorth i deuluoedd y fam i ailymgeisio am y Cynllun Cychwyn Iach, gan ei chynghori i brynu ffrwythau, llysiau, grawnfwydydd a llaeth. Ariannodd y grant ‘Argyfwng Bwydo Babanod’ ffrwythau a llysiau i annog diddyfnu iach ar gyfer Plentyn R, a phrynwyd stemiwr bwyd ar gyfer paratoi prydau bwyd. Gwahoddwyd y fam i ‘barti diddyfnu’ yn yr hwb Dechrau’n Deg am fwy o gyngor, arweiniad a syniadau prydau bwyd maethlon a fforddiadwy. |
| **Unrhyw broblemau neu heriau** | Ychydig iawn o wybodaeth oedd gan Mam am baratoi bwydydd diddyfnu iach a maethlon i’w babi. Roedd ganddi gyllideb gyfyngedig iawn hefyd, yr oedd hi’n ei defnyddio i brynu jariau drud o fwyd babanod.Roedd y ddyled yr oedd Mam ynddi yn eithaf sylweddol, gan atal unrhyw symud tŷ posibl oherwydd ôl-ddyledion.Roedd iechyd meddwl Mam weithiau’n effeithio ar ei gallu i ymgysylltu. |
| **Canlyniad yr ymyriad teuluol – y camau nesaf** | * Llwyddodd Mam i gael bwyd ar gyfer diddyfnu Plentyn R er gwaethaf anawsterau ariannol, diolch i gyllid Argyfwng Bwydo Babanod
* Mae’r fam bellach yn defnyddio ei cherdyn Cynllun Cychwyn Iach
* Mae’r fam yn paratoi prydau cartref / bwydydd diddyfnu i’r teulu sy’n gyfeillgar i’r gyllideb ac sydd â digon o faeth
* Mae Mam yn arbed arian ar nwy a thrydan drwy ddefnyddio stemiwr bwyd
* Mae Mam wedi gallu cael cymorth gan Gyngor ar Bopeth ynghylch ei dyled a’i harian
* Mae’r gweithiwr cymorth i deuluoedd yn cefnogi Mam i gyllidebu’n effeithiol
* Bydd Mam yn parhau i gyrchu cymorth iechyd meddwl
 |
| **Dyfyniad gan y teulu** | “Rwyf mor falch fy mod i wedi cael fy Ngherdyn Cychwyn Iach yn ôl – rwyf wedi bod yn siopa ac wedi prynu llwyth o ffrwythau a llysiau. Rwyf hefyd wedi bod yn defnyddio fy stemiwr. Rwy’n ei garu’n fawr; alla i ddim credu pa mor hawdd ydyw a pha mor braf yw blas y llysiau ac rwy’n arbed arian oherwydd dim ond un hob rwy’n ei ddefnyddio. Mae’r plant wrth eu bodd â’r bwyd cartref hefyd.” |
|  |  |