Llywodraeth Cynulliad Cymru
Welsh Assembly Government

Mae'r **Cynllun Mentora Cymheiriaid** yn gynllun newydd sbon gan Gronfa Gymdeithasol Ewrop. Mae'n rhan allweddol o strategaeth Llywodraeth Cynulliad Cymru i gynorthwyo a chefnogi defnyddwyr cyffuriau ac alcohol i wneud newidiadau cadarnhaol a chynaliadwy i'w ffordd o fyw. Prif nod y Cynllun yw galluogi unigolion sydd â hanes o ddefnyddio cyffuriau a/neu alcohol i fod yn annibynnol yn economaidd drwy ddod o hyd i swydd.

Caiff y gwasanaeth newydd a chyffrous hwn ei ddarparu gan bartneriaeth o asiantaethau lleol:

Drugaid

GWENT COUNCIL on Alcohol & Drug Misuse
GAP DAFS FUSION JIGSAW

TEDS

Kaleidoscope

ESF

Llywodraeth Cynulliad Cymru
Welsh Assembly Government

Ewrop & Chymru: Buddsoddi yn eich Dyfodol
Cronfa Gymdeithasol Ewrop

Europe & Wales: Investing in your Future
European Social Fund

CYNLLUN MENTORA CYMHEIRIAID

YDYCH CHI AM NEWID EICH BYWYD?

Hoffech chi:

- Fynd ar gwrs?
- Dilyn hyfforddiant?
- Bod yn wirfoddolwr?
- Cael swydd?

Os hoffech chi wneud hyn, efallai mai dyma'r gwasanaeth i chi!

Ar gyfer pwy mae'r cynllun hwn?

- Defnyddwyr cyffuriau a/neu alcohol sy'n 18 oed neu'n hŷn
- Trigolion Rhondda Cynon Taf, Merthyr Tudful, Caerffili, Torfaen neu Flaenau Gwent

Beth all y cynllun ei gynnig i mi?

- Mentor i'ch cynorthwyo a'ch cefnogi i wneud newidiadau cadarnhaol
- Rhywun sy'n deall eich sefyllfa
- Rhywun a fydd yno wrth i chi gymryd y camau cyntaf hynny a wynebu profiadau newydd
- Mentor a fydd yn rhoi cefnogaeth barhaus i chi, hyd yn oed ar ôl i chi orffen eich triniaeth
- Mynediad at hyfforddiant ac addysg a fydd yn bodloni eich anghenion personol ac a fydd yn eich helpu i ddod o hyd i swydd a gwaith gwirfoddol

Drugaid

Bydd **Mentoriaid Cymheiriaid** yn gweithio gyda chi a'ch gweithiwr achos (os oes gennych un) i'ch helpu i fagu hyder, ac i'ch helpu i gael hyfforddiant, addysg, gwaith gwirfoddol a swydd.

Beth allwch chi ei ddisgwyl gennym ni?

Gwasanaeth arbennig sydd wedi'i deilwra ar gyfer eich anghenion, ac sy'n cynnig arweiniad, gwybodaeth a chyngor cyfrinachol, a chymorth ymarferol.

Beth fyddwn ni'n ei ddisgwyl gennych chi?

Byddwn yn disgwyl i chi wneud ymrwymiad gwirioneddol i wneud newidiadau cadarnhaol ac i symud ymlaen. Rydym yn gobeithio y byddwch yn ymgysylltu'n llawn â ni, yn mynychu pob apwyntiad, ac yn cysylltu â ni os bydd angen i chi aildrefnu rywdro.

Manylion Cyswllt:

Rhondda Cynon Taf
Ty Brynffynnon
46 Merthyr Road
Pontypridd CF37 4DD
Ffôn: 01443 407686

Merthyr Tudful
MIDAS
Llawr Cyntaf, Oldway House
Castle Street
Merthyr Tudful CF47 8UX
Ffôn: 01685 721991

Caerffili
Gwent Alcohol Project
Llawr Cyntaf
42 Cardiff Road
Caerffili CF83 1JQ
Ffôn: 02920 867065

Torfaen a Blaenau Gwent
The Citadel
Mount Street
Tredegar
Blaenau Gwent NP22 3QL
Ffôn: 01495 713040