



Five ways to **wellbeing**

Pum ffordd i lechyd a Lles

Sgiliau am Fywyd

Dewch i'n Diwrnod Agored yn Ysgol David Hughes, Porthaethwy ar

6^{ed} o Dachwedd 2018: i Ddisgyblion 10am-3:30pm

ac i Rien 3:30pm-5pm i glywed mwy am

- Sefydlogrwydd Ariannol a Chyllidebu
- Perthnasoedd Iachus a Diogelwch Ar-lein
- lechyd (gan gynnwys lechyd Meddwl a Lles)
Cyflogadwyedd a Chyfleoedd Gwirfoddol



Department
for Work &
Pensions

Adran Gwaith
a Phensiynau



Gweithdai Sgiliau am Oes

NEUADD FAWR
Dydd Mawrth 06.11.18

Gwers 2 - YMDR Blwyddyn 10
Gwers 3 - ECHA Blwyddyn 10
Gwers 4 - ECHA Blwyddyn 11
Gwers 5 - YMDR Blwyddyn 11
Gwers 6 - BLWYDDYN 12 +13

RHIENI 3.30pm - 5.00pm

Yn bresennol:

Heddlu Gogledd Cymru - Tîm ONYX

Bydd Heddlu Gogledd Cymru yn darparu cyngor ac arweiniad ar ddiogelwch ar-lein, pridio, ecsbloetio rhywiol, 'sexting' yn cymryd a rhannu delweddau anwedus rhwng pobl o'r un oedran a'r canlyniadau cyfreithiol.

ADTRAC

Mae ADTRAC yn darparu cymorth mentora 1-2-1 pwrpasol i bobl ifanc 16-24 oed i ddychwelyd i addysg, hyfforddiant neu gyflogaeth. Mae mentoriaid prosiect yn helpu cyfranogwyr i oresgyn rhwystrau; datblygu cynllun gweithredu, mynediad i wirfoddoli a chyfluoedd hyfforddi a chyflogaeth. Mae ADTRAC yn hyrwyddo'r 5 ffordd i les, gan ddarparu cefnogaeth i bryderon iechyd meddwl lefel isel i gymedrol megis hunan-barch, pryder ac iselder isel.

TRAC

Mae TRAC yn brosiect sy'n eistedd o fewn yr adran addysg i gefnogi pobl ieuainc i weithio'n agos gydag ysgol a darpariaeth addysgol. Mae'r gefnogaeth yma ar gael i bobl ifanc 11-16 mlwydd oed.

Gwasanaeth Ieuentid a Dug Caeredin

Bydd y Gwasanaethau Ieuentid yn darparu gwybodaeth am glybiau a gwasanaethau ieuentid yn yr ardal leol. Gwobr Dug Caeredin yw un o brif wobrau cyflawniad ieuentid y byd ac mae wedi trawsnewid bywydau miliynau o bobl ifanc o bob math o fywyd. O wirfoddoli i weithgareddau corfforol, sgiliau bywyd i deithiau, mae sicrhau'r wobwr hon yn basbort i ddyfodol disglair, a werthfawrogi gan gyflogwyr a phrifysgolion.

MPCT

Mae MPCT yn ymroddedig i helpu pobl 16-23 oed i ddatblygu eu ffitrwydd, ennill cymwysterau galwedigaethol a gwella eu medrau cyflogadwyedd trwy hyfforddiant ac addysg.

Syniadau Mawr Cymru

Rydyn ni yma i gefnogi'r genhedlaeth nesaf o entrepreneuriaid ifanc yng Nghymru! Byddwch yn cael eich ysbrydoli gan eraill, dysgu am fusnes, datblygu'ch syniadau ac os yw'n rhywbeth i chi, gallwn eich helpu chi i gymryd y cam cyntaf i fod yn rheolwr eich hun!

Oriel Ynys Môn

Canolfan Oriol a Threftadaeth yw Oriol Môn sy'n cynnig ystod eang o gyfleoedd creadigol a hanesyddol i'r gymuned a'i phobl ifanc. Gallant gynnig rhagolygon gwirfoddoli, y tu blaen i'r tu mewn a'r tu ôl i'r llenni, gan weithio gyda pharaduron ar y celf a chasgliadau hanesyddol.

Cyfle Cymru

Gall Cyfle Cymru gefnogi unigolion 16-24 oed nad ydynt mewn addysg, cyflogaeth na hyfforddiant ac sydd ag anawsterau gyda chamddefnyddio sylweddau a / neu iechyd meddwl. Maent yn cynnig cymorth mentora i helpu i feithrin hyder a darparu cefnogaeth i gael mynediad i hyfforddiant, cymwysterau a phrofiad gwaith.

Natwest

Mae Natwest yn gallu cefnogi pobl ifanc trwy annog ymwybyddiaeth ariannol a sefydlogrwydd. Maent hefyd yn gallu rhoi cyngor i gwsmeriaid am ddiogelwch ar-lein wrth ddefnyddio a / neu gyrchu cyfrifon yn ddigidol.

Cymunedau'n Gyntaf / Communities First

Mae Môn CF yn gallu gweithio gyda phobl ifanc sy'n byw ar Ynys Môn, nid ydynt mewn addysg, hyfforddiant na chyflogaeth lawn-amser. Gallant gefnogi gyda chreu CV, cyfleoedd hyfforddi, lleoliadau gwaith a sicrhau cyflogaeth.

Gwasanaeth Sifil Lleol

Mae Gwasanaeth Sifil Lleol (CS Local) yn gallu cefnogi pobl ifanc gyda chynghor gyrfaeoedd, cyflogaeth o fewn y Gwasanaeth Sifil, ysgrifennu CV a cheisiadau swyddi.

Gyrfa Cymru

Gall Gyrfa Cymru gefnogi pobl ifanc, codi ymwybyddiaeth o gyfleoedd dysgu a gwella hunanymwybyddiaeth, gan godi dyheadau unigol. Maent yn gallu cynyddu mynediad at, a chwblhau, dysgu a hyfforddiant sy'n arwain at gyflogaeth.

Canolfan Byd Gwaith

Mae'r Adran Gwaith a Phensiynau yn gallu cynnig cymorth a chynghor ar weithio gyda Chyflwr Iechyd neu Anabledd. Gallant ddarparu gwybodaeth am Fynediad at Waith ac Anabledd Hyderus fel bod pobl ifanc yn gwybod pa gefnogaeth sydd ar gael a'u hawliau fel cyflogai.

Ffederasiwn Hyfforddiant Cenedlaethol Cymru

Mae gan Ffederasiwn Hyfforddi Cenedlaethol Cymru aelodau staff medrus sydd ar gael i gynghori a hysbysu'r disgyblion am fanteision a manteision prentisiaethau fel llwybr gyrfa.

Teulu Môn

Teulu Môn yw'r pwynt cyswllt cyntaf ar gyfer yr holl Blant, Teuluoedd a Gweithwyr Proffesiynol i gael gafael ar wybodaeth, cyngor a chymorth sy'n ymwneud â Phlant neu deuluoedd plant 0-25 oed.

Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig

Mae'r Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig yn gallu cefnogi'r rhai 18 oed a throsodd gyda diagnosis o Awtistiaeth. Maent hefyd yn gallu cefnogi pobl ifanc a rhieni o fewn uned deuluol o unrhyw un sydd â diagnosis o Awtistiaeth.

Gwasanaeth Iechyd Gwladol - GIG

Bydd y GIG yn darparu gwybodaeth am wasanaethau iechyd rhywiol, atal cenhedlu a STI. Byddant hefyd wrth law i drafod y gwahanol rolau o fewn y gwasanaeth a llwybrau gyrfaol ar gyfer iechyd rhywiol.

Gofalwyr Cymru

Mae Gofalwyr Cymru yn wasanaeth cynghori i ofalwyr ifanc rhwng 16 a 24 oed, sy'n gallu cyfeirio at sefydliadau eraill a grwpiau cefnogi fel sy'n berthnasol. Gallant hefyd gefnogi cynhalwyr ifanc a all fod yn mynd i mewn i addysg bellach ac a all fod angen mynediad at wasanaethau cymorth yn ystod y cyfnod hwn.

Cymunedau ar gyfer Gwaith

Gall Cymunedau ar gyfer Gwaith gefnogi pobl ifanc sy'n byw mewn ardaloedd Cymunedau yn Gyntaf. Gallant gefnogi gyda CV ysgrifennu, ceisiadau am swydd a chyllid ar gyfer cyfleoedd hyfforddi.

CAMHS

Gall CAMHS ddarparu gwybodaeth a chymorth ynghylch Iechyd Meddwl a Lles. Bydd manylion gwefan a gwybodaeth CAMHS ar gael yn ystod y digwyddiad, gan gynnig.
