Astudiaeth Achos

Yma i Chi

Area 43

Cefndir

Roedd Yma i Chi, yn brosiect peilot 2 flynedd gan Elusen Ieuenctid Ceredigion - Area 43, a oedd â'r nod o gefnogi pob person ifanc rhwng 16 a 30 oed yng Ngheredigion. Mae llawer o bobl ifanc mewn cymunedau gwledig yn ei chael hi'n anodd cael mynediad at wasanaethau cymorth presennol am amryw o resymau, felly cynigiodd Yma i Chi wasanaeth cwnsela ar-lein cyffredinol am ddim i gefnogi'r rheini rhwng 16 a 30 oed, heb farn.

Cyflwyno

Dosbarthwyd trwy ddefnyddio ystafelloedd cyfarfod Zoom, roedd hyn yn cynnwys fideo, sain a tecstio amser iawn. Roedd yn well gan rai defnyddwyr gwasanaeth gwnsela ffôn ac roeddent yn cael cymhwyso lle bo hynny'n bosibl. I rai defnyddwyr gwasanaeth roedd yn anodd, os nad yn amhosibl, ymgysylltu wyneb yn wyneb felly roedd addasu i'w hanghenion yn caniatáu iddynt dderbyn cwnsela lle na fyddent fel arall. Roedd amseriad cwnsela yn amrywio yn dibynnu ar anghenion y defnyddiwr gwasanaeth, gan gynnwys cwnsela yn ystod y dydd a gyda'r nos.

Effaith

Roedd yr ymgysylltiad gan ddefnyddwyr y gwasanaeth yn gadarnhaol ac yn dystiolaeth gref o'r effaith gadarnhaol y mae'r gwasanaeth wedi'i chael, arweiniodd hyn at sawl defnyddiwr yn argymell y gwasanaeth i'w cyfoedion.

Ymgysylltiad
Cyfanswm o atgyfeiriadau - 98
Cyfanswm y perthnasoedd cwnsela - 72

"Rwyf mor falch fy mod wedi dod o hyd i'r gwasanaeth hwn, roeddwn i wir angen cwnsela, ac rwyf wedi bod ar restr aros y GIG am flwyddyn a hanner"

"Rwyf wedi dod allan o fan tywyll ers cael cwnsela a gallaf reoli fy mywyd yn llawer gwell"

"Ni fyddai gennyf fynediad at gwnsela fel arall"

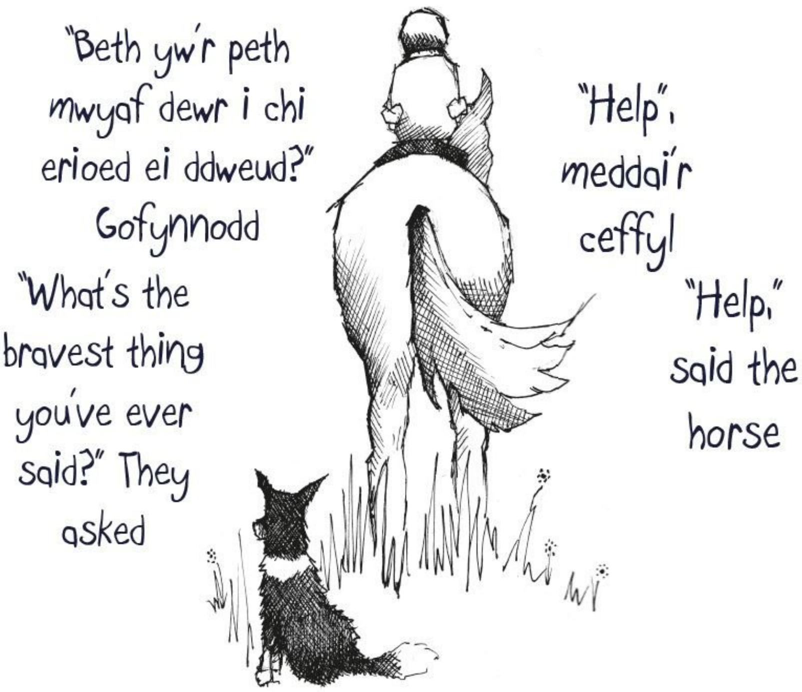
"Defnyddiais y gwasanaeth hwn ar ddau achlysur gwahanol i siarad â (cynghorydd) wrth i mi gael ail-bwl gyda fy iechyd meddwl ac roedd hi mor braf gallu ailgydio lle wnaethon ni adael. Byddwn wir yn argymell y gwasanaeth hwn ac rwy'n falch ei fod yn bodoli"

Prosiect Ol-beilot

Mae'r gwasanaeth Yma i Chi wedi gallu parhau ar ol y peilot gyda chomisiynu uniongyrchol o Glystyrau Gofal Sylfaenol gogledd a de Ceredigion. Roedd yr effaith gadarnhaol a phrofiad cyfranogwyr yn ffactor allweddol yn y comisiynu.

O ganlyniad i'r prosiect peilot Yma i Chi, mae'r gwasanaethau iechyd meddwl sydd ar gael am ddim yng Ngheredigion wedi ehangu. Mae hyn yn rhoi cyfle i unrhyw berson ifanc gael mynediad at wasanaeth therapi siarad yn gyflym ac yn gyfrinachol o fewn y sir.

Dywedodd Ryan Davies, Rheolwr Cyffredinol Area 43 "Mae'r gydnabyddiaeth gan weithwyr proffesiynol Gofal Sylfaenol yn gymeradwyaeth werth chweil i'n holl staff bod y gwaith a wnawn yn cael ei werthfawrogi ac yn cael effaith gadarnhaol ar y bobl ifan sy'n ymgysylltu ag ef."



Mae Area 43 hefyd wedi derbyn comisiynau gan y sectorau Gofal Sylfaenol ac Addysg yn Sir Benfro o ganlyniad i'r peilot, gan alluogi'r sefydliad i ehangu ei effaith ddaearyddol a datblygu partneriaethau yn rhanbarthol ymhellach.

Y Canlyniad uchod er na chant eu monitro fel rhan o'r peilot yw etifeddiaeth y prosiect a byddant yn cael effaith barhaol ar iechyd a lles pobl ifan yng Ngheredigion. Mae Area 43 wedi gallu tyfu ac arallgyfeirio ei gynnig gwasanaeth i gomisiynwyr ac wedi darparu sefydlogrwydd posibl yn y dyfodol.

I weld yr adroddiad llawn a chanlyniadau'r prosiect peilot yma, ymwelwch **https://www.cynnalycardi.org.uk/gweithgareddau/prosiectau-thema-5/yma-i-chi-area-43/**

Cyngor Sir CEREDIGION County Council

CYNNAL Y CARDI
Creu Cymunedau Cynaliadwy
Creating Sustainable Communities

Cronfa Amaethyddol Ewrop ar gyfer Datblygu Gwledig: Ewrop yn Buddsoddi mewn Ardaloedd Gwledig
European Agricultural Fund for Rural Development: Europe Investing in Rural Areas

Llywodraeth Cymru
Welsh Government