



# Camddefnydd sylweddau – cyngor a chefnogaeth

## Gwasanaethau Barnados yn Sir y Fflint – cymorth i deuluoedd

Mae gan Wasanaethau Barnados Sir Fflint amrediad o wasanaethau cefnogi teuluoedd sydd wedi eu hanelu at atal neu leihau effaith camddefnyddio sylweddau ar deuluoedd a'r gymuned leol. Mae nhw'n cydweithio mewn partneriaeth ag asiantaethau eraill er mwyn gwella bywyd plant, pobl ifanc a theuluoedd.

### Maen prawf cymhwyster

Mae'r gwasanaeth ar gael i deuluoedd yn Sir Fflint.

### Cyfeiriad

Mae Gwasanaethau Barnados Sir Fflint yn gweithredu system atgyfeirio ac mae'r swyddfa ar agor o 9am-5pm, dydd Llun i ddydd Gwener. Mae'r holl blant, pobl ifanc a theuluoedd sydd yn cael eu hatgyfeirio yn cael cynnig asesiad dechreuol gan aelod staff profiadol.

### Gwasanaethau a ddarperir

Rydym yn cynnig amrediad o wasanaethau, sy'n cynnwys:

Prosiect Sêr (ar gyfer plant 5 i 10 oed sydd wedi eu heffeithio gan gamddefnyddio sylweddau)

Prosiect Lefel Stryd (ar gyfer pobl ifanc 11 i 19 oed sydd wedi eu heffeithio gan gamddefnyddio sylweddau)

Prosiect Teuluoedd Sy'n Cyfrif (ar gyfer rhieni sydd yn cael problemau gyda chamddefnyddio sylweddau)

Cynllun Peilot Cryfhau Teuluoedd Sir Fflint 10-14 (RhCT) (ar gyfer teuluoedd yn Sir Fflint sydd â phobl ifanc 10-14 oed)

I ategu'r amrediad eang hyn o wasanaethau, mae ein 'Opportunity V Project' yn cefnogi pobl ifanc yn cynnwys defnyddwyr gwasanaeth, i ymgymryd ag amrywiaeth o gyfleoedd gwirfoddol ar draws gwasanaethau Barnados Sir Fflint.

### Manylion cyswllt

Cyfeiriad: The Old Baths, Ffordd yr Wyddgrug, Bwcle

Rhif ffôn: 01244 551246

Rhif ffacs: 01244 551239

Cyfeiriad e-bost: sarah.matthews@barnados.org.uk

# Gwasanaeth Alcohol a Chyffuriau

Bwriad Gwasanaeth Cymunedol Cyffuriau ac Alcohol yw lleihau'r risgiau a'r niwed a achosir gan gyffuriau ac alcohol i unigolion, teuluoedd a'r gymuned leol. Mae nhw'n cydweithio mewn partneriaeth ag asiantaethau eraill er mwyn gwella iechyd a lles cymdeithasol y defnyddwyr gwasanaeth trwy gynnig triniaeth a gofal.

## Meini prawf cymhwyster

Mae'r gwasanaeth ar gael ar gyfer pobl dros 18 oed sydd yn pryderu am eu defnydd o gyffuriau a/neu alcohol.

## Atgyfeiriad

Mae'r gwasanaeth Cyffuriau/Alcohol Cymunedol yn gweithredu system atgyfeirio agored ac mae ar agor o 9am-5pm, o ddydd Llun i ddydd Gwener. Mae'r holl ddefnyddwyr gwasanaeth a atgyfeirir yn cael cynnig asesiad dechreuol gan aelod staff profiadol.

## Gwasanaethau a ddarperir

Rydym yn cynnig amrediad o wasanaethau, sy'n cynnwys:

Asesiad

Cyngor lleihau niwed

Cyfnwid Nodwyddau Chwistrell

Gwybodaeth a chyngor ar opsiynau triniaeth

Cynllun gofal un-i-un strwythuredig

Rhagnodi amnewidyn

Dadwenwyno cymunedol

Cefnogaeth i gael mynediad at ddadwenwyno claf preswyl

Asesiadau a chefnogaeth cael mynediad i adferiad preswyl

Cynghori strwythuredig

Sgrinio Hepatitis C

Brechiad Hepatitis B

Aciwbigo awriglaidd

Dangos y ffordd ac atgyfeirio rhywun at asiantaethau eraill.

I ategu ein hamrediad eang o wasanaethau, mae gennym wasanaeth cefnogi, i helpu defnyddwyr gwasanaeth gael mynediad i gyfleoedd hyfforddi, cefnogaeth gyda materion tai, darparu gweithgareddau eraill a chynorthwyo defnyddwyr gwasanaeth i fyw'n annibynnol.

## Manylion cyswllt

Cyfeiriad: Canolfan Cynghori Dyfrdwy, Rowley's Drive, Shotton, Sir Fflint CH5 1PU

Rhif ffôn: 01244 831798

Rhif ffacs: 01244 816920

# Rhaglen Ymyriad Cyffuriau & Foundations

Rhaglen Ymyriadau Cyffuriau (tîm DIP) ARCH Initiatives a Phrosiect Cefnogi Pobl “Foundations”

## Rhaglen Ymyriad Cyffuriau

Mae Rhaglen Ymyriad Cyffuriau (DIP) yn rhan allweddol o strategaeth y llywodraeth i fynd i'r afael â chyffuriau a lleihau trosedd.

Mae'r rhaglen hon, a elwir yn aml yn DIP, yn ymwneud â nodi troseddwr sy'n camddefnyddio cyffuriau Dosbarth A fel maen nhw'n mynd drwy'r system gyfiawnder troseddol. Mae'r rhaglen yn gweithredu amrediad o ymyriadau i ddelio â'u hymddygiad, eu tynnu allan o droseddu ac i mewn i driniaeth a chefnogaeth arall. Mae hyn yn cychwyn pan fydd y troseddwr yn cysylltu â'r system gyfiawnder troseddol am y tro cyntaf, ac mae'n parhau drwy'r daith, a all gynnwys cystodaeth, llys, dedfryd, triniaeth, a thu hwnt i ailgyfanheddiad.

## Atgyfeiriad

Gellir gwneud atgyfeiriadau drwy ffurflen atgyfeiriad (ar gael pan wneir cais), ffôn neu hunan atgyfeiriad. Cysylltwch â chanolfan swyddfa gyswllt os dymunwch gael atgyfeiriad i mewn i'r gwasanaeth neu drefnu amser apwyntiad penodol a dyddiad ar gyfer asesiad.

## Gwasanaethau a ddarperir

Ymyriadau seicogymdeithasol strwythuredig (gwaith 1:1)

Cael mynediad ac atgyfeiriad i wasanaethau rhagnodi cyflym

Ymyriadau lleihau niwed

Rheoli gorddos

Ymyriadau crac

Ymyriad byr ar gyfer alcohol

Cefnogaeth sgiliau bywyd

Cefnogaeth llety

Cyngor a chyfarwyddyd

Cyfeirio ac atgyfeiriadau ymlaen at wasanaethau/asiantaethau cefnogaeth eraill lle bo'n briodol.

Gwasanaeth Galw Heibio ar gael ar Ddydd Mercher o 4pm hyd 5.30pm a Dydd Gwener o 1pm hyd 3pm.

## Foundations

Mae Foundations yn cael ei gyflenwi mewn partneriaeth ag Adran Cefnogi Pobl Cyngor Sir Fflint ac ARCH Initiatives, Gwasanaethau Camddefnyddio Sylweddau. Mae ARCH Initiatives yn elusen camddefnyddio sylweddau, yn darparu amrediad o wasanaethau cefnogaeth camddefnyddio sylweddau.

Mae Foundations yn wasanaeth cefnogaeth tenantiaeth symudol ddwys sy'n gweithredu o fewn Sir Fflint. Mae wedi ei gynllunio i ddarparu cefnogaeth i droseddwr a throseddwr camddefnyddio sylweddau sy'n ei chael hi'n anodd cadw eu tenantiaeth neu sydd angen cymorth i ddod o hyd i lety a phe cyn cefnogaeth ddwys i'w chynnal. Nod y prosiect hwn yw cynorthwyo defnyddwr gwasanaeth i gael y Foundations sydd eu hangen arnyn nhw er mwyn eu helpu i leihau troseddau a chamddefnyddio sylweddau drwy gefnogaeth llety cynaliadwy.

## Atgyfeiriad

Gellir gwneud atgyfeiriadau drwy'r ffurflen atgyfeiriad "Foundations" (ar gael pan wneir cais), ffôn neu hunan atgyfeiriad.

Cysylltwch â chanolfan swyddfa gyswllt os dymunwch gael eich atgyfeirio i mewn i'r gwasanaeth neu drefnu amser apwyntiad penodol a dyddiad.

## Gwasanaethau a ddarperir

Cefnogaeth a Chyfarwyddyd ar gyfer cael llety

Cyfryngu rhwng landlord a thenant

Trafodaeth am ôl-ddyledion rhent a chefnogaeth i sefydlu cyllidebu, cynlluniau taliadau a mynediad gyda chefnogaeth i sefydliadau Budd-daliadau Lles lleol

Mae angen i'r atgyfeiriad ymlaen, er mwyn cael cefnogaeth gyflawn well, fynd i'r afael â throseddu neu gamddefnyddio sylweddau.

Cefnogaeth un-i-un rheolaidd a dwys er mwyn cynnal tenantiaethau, datrys anghydfodau ac annog datblygu sgiliau bywyd annibynnol

Amseroedd agor

Llun – Gwener 9am-5pm (Mercher o 9am-7pm)

## Manylion cyswllt

Cyfeiriad: 10-12 Stryd Salisbury, Shotton, Sir Fflint CH5 1DR

Rhif ffôn: 01244 845 920

Rhif ffacs: 01244 836 483

Cyfeiriad e-bost: [info@archinitiatives.com](mailto:info@archinitiatives.com)

Cyfeiriad gwefan: [www.archinitiatives.com](http://www.archinitiatives.com) Website address: [www.archinitiatives.com](http://www.archinitiatives.com)

# Gwasanaeth Lleihau Niwed

Gwasanaeth cyfrinachol yw'r Gwasanaeth Lleihau Niwed, sy'n darparu gwybodaeth a chynghor i bobl sy'n defnyddio cyffuriau ac alcohol.

## Gwasanaethau a ddarperir

Brechiadau Hepatitis B

Cynghor ar sut i frechu'n fwy diogel

Sesiynau atal gorddosio, yn cynnwys hyfforddiant CPR

Cyfnwid Nodwyddau Chwistrellu

Cynghor ar sut i dorri'r arfer

Gwybodaeth am HIV/Hepatitis B/Hepatitis C

Gwybodaeth am ryw ddiogelach/lechyd rhywiol a chondomau am ddim

Cynghor ar gynllunio teulu

Cynghor i ddynion sy'n cael rhyw gyda dynion mewn manau cyhoeddus

Cynghor ynglŷn â gogwydd rhywiol

Dydyn ni ddim yn gwneud 'gwaith allweddol' na chario baich achosion, na chynghori.

Rydyn ni'n cynnig ymyriad byr o fewn terfyn amser ac wedi ffocysu ar leihau niwed.

Gallwn ddangos y ffordd neu gyfeirio rhywun at asiantaethau eraill os ydi hyn yn addas.

Sylweddolwn nad ydi pawb sydd ar gyffuriau'n dymuno rhoi'r gorau iddi. Felly, ein nod ydi addysgu defnyddwyr cyffuriau a'u galluogi nhw i fod mor ddiogel ag sy'n bosibl. Rydym yn poeni am ymlediad HIV, Hepatitis B, Hepatitis C a llawer haint difrifol sy'n cael eu cario yn y gwaed, ac eisiau atal hyn rhag digwydd.

Rydym ni hefyd eisiau atal ymlediad heintiau a drosglwyddir yn rhywiol e.e. Gonorea, Syffilis, Clamydia and Dafadennau Gwenerol.

## Hyfforddiant Naloxone ar gyfer defnyddwyr cysglynnau

Rydym yn darparu hyfforddiant gorddos a pheccynnau o Naloxone 'cymryd adref'. Mae'r rhain yn addysgu a rhoi'r grym i ddefnyddwyr cyffuriau i ymyrryd mewn sefyllfa gorddos, gan anelu at achub bywydau. Bydd sesiynau hyfforddi grŵp rheolaidd ar gael i ddefnyddwyr gwasanaeth, a gellir archebu lle drwy'r Timau Cymunedol Cyffuriau ac Alcohol.

## Wyddoch chi?

Mae'r Tîm Lleihau Niwed yn gweithio o uned symudol mewn gwahanol leoliadau ar hyd a lled Sir Fflint, a does dim angen apwyntiad - dim ond galw heibio. Cysylltwch â ni am fanylion, os gwelwch yn dda.

## Manylion cysylltu

Cyfeiriad: Canolfan Cynghori Glannau Dyfrdwy, Rowley's Drive, Shotton, Sir Fflint, CH5 1PU

Rhif ffôn 01244 818513 / 07881 858529 (Hayley Davies, Arweinydd Tîm)

Rhif ffacs: 01244 81692

Cyfeiriad e-bost: Carry.Burton@wales.nhs.uk

## Gwasanaeth Gwella Cymhelliad

Mae'r Gwasanaeth Gwella Cymhelliad yn cynnig ymyriadau wedi eu hanelu at unigolion sy'n poeni am eu defnydd o alcohol a chyffuriau. Mae'r gwasanaeth yn cynnig cyfres o sgysiau byr fydd yn anelu at gymell pobl i newid eu harfer o ddefnyddio alcohol neu gyffuriau.

Rhoir y gwasanaeth mewn ysbytai neu glinigau cymunedol yn Sir Fflint, gan staff sy'n dod o gefndir nyrsio a meddygaeth seicolegol.

Mae'r tîm hefyd yn cynnig sgysiau opsiynol pellach, sy'n edrych ar y berthynas rhwng defnydd o alcohol neu gyffuriau, a ffordd o fyw presennol ac yn y dyfodol.

Diben y sesiynau hyn yw hybu'r cymhelliad i newid ffordd drwy annog unigolion i ddeall effaith defnyddio sylweddau ar ei ffordd o fyw, ac ar gyrraedd ei uchelgais yn y dyfodol.

### Meini prawf cymhwyster

Mae'r rhaglen ar gyfer holl drigolion Sir Fflint sydd dros 18 oed ac yn poeni am eu defnydd o sylweddau.

### Manylion atgyfeiriad

I gael y gwasanaeth hwn, ffoniwch 0845 06 121 12 os gwelwch yn dda

### Manylion cyswllt

Cyfeiriad: Tŷ Grove, 11, Ffordd Grove Park, Wrecsam LL12 7AA

Rhif ffôn: 01978 367030

Rhif ffacs: 01978 367039

Cyfeiriad e-bost: [enquiries@cais.org.uk](mailto:enquiries@cais.org.uk)

Cyfeiriad gwefan: [www.cais.co.uk](http://www.cais.co.uk) (fffenestr newydd)

# Gwasanaeth Cyfnewid Nodwyddau Chwistrell

Mae'r gwasanaeth Cyfnewidfa Nodwyddau Chwistrell (NSE) wedi ei greu i amddiffyn defnyddwyr cyffuriau, eu partneriaid a'u cymunedau rhag HIV, Hepatitis B ac C a heintiau eraill sy'n cael eu cario drwy'r gwaed. Mae'r gwasanaeth ar gael i holl ddefnyddwyr cyffuriau lle bynnag y gwelwch chi'r logo hwn.

## Rhoddir yr offer canlynol am ddim

Nodwyddau a chwistrelli (ar gael mewn ystod o wahanol feintiau)

Swabiau

Cwpanau di-haint

Condomau

Bocsys nodwyddau a gwydrau

Bagiau bach asid Sitrig

Mae nodwyddau a chwistrelli sy'n cael eu taflu'n ddiotal yn gallu bod yn bethau difrifol o beryglus. Felly mae'n bwysig bod yr offer i gyd yn cael eu dychwelyd yn y bocs nodwyddau a gwydrau i'r NSE

## Manylion cysylltu

Cyfeiriad: (yn cael ei reoli o) Canolfan Cyngori Glannau Dyfrdwy, Rowley's Drive, Shotton, Sir Fflint, CH5 1PU

Rhif ffôn: 01244 818513

Rhif ffôn symudol: 07771 960441

Rhif ffacs: 01244 816920

Cyfeiriad e-bost: Carry.Burton@wales.nhs.uk

## Manylion Cyswllt NSE Sir Fflint

Tîm Lleihau Niwed, Ffôn: 01244 818513

Tîm Cyffuriau ac Alcohol, Canolfan Cyngori Glannau Dyfrdwy, Rowley's Drive, Shotton, Ffôn: 01244 831798

## Fferyllwyr Cymunedol

- S E John, Tŷ Albert, Stryd Fawr, Bagillt, Ffôn: 01352 761236
- Fferyllfa Lloyds, 13-14 Y Rhodfan, Bwcle, Ffôn: 01244 550910
- L Rowland & Co, Dee View, Stryd yr Eglwys, Cei Connah, Ffôn: 01244 818434
- Fferyllfa Wepre, 113 Stryd Fawr, Cei Connah, Ffôn: 01244 812197
- Fferyllfa Lloyds, 29 Stryd yr Eglwys, Fflint, Ffôn: 01352 732739
- L Rowland & Co, Stryd Coleshill, Treffynnon, Ffôn: 01352 719100
- Fferyllfa Hughes, 11 Rhodfa Daniel Owen, Yr Wyddgrug, Ffôn: 01352 753393
- Fferyllfa Tesco, Ponterwyl, Yr Wyddgrug, Ffôn: 01352 897400
- Fferyllfa Speeds Cyf, 7 Y Sgwâr, Rhodfa Mercia, Mynydd Isa, Ffôn: 01352 759030
- H A Crook, 23 Chester Road East, Shotton, Ffôn: 01244 830047

## Grŵp Pheonix - cymorth alcohol

Mae Grŵp Cymorth y Ffenics yn cyfarfod yn rheolaidd i ddarparu cymorth i oedolion â phroblemau alcohol yn Sir y Fflint.

Mae'r grŵp hwn yn darparu amgylchedd cyfeillgar, diogel a chyfrinachol i bobl yn rhad ac am ddim lle gallant rannu eu profiadau a'u problemau a chynnig cymorth a gwybodaeth. Cenhadaeth y grwpiau yw cynorthwyo a chefnogi pobl sy'n ddibynnol ar alcohol ac i greu cyswllt â darparwyr gwasanaeth er mwyn gwella'r gwasanaethau a galluogi'r rheiny sydd ei angen i gael gafael arno.

### Manylion cyswllt

Cyfeiriad: d/o10-12 Stryd Salisbury, Shotton, CH5 1DR

Rhif cyswllt: 07733501427

### Atgyfeiriad

Caiff aelodau newydd eu croesawu yn dilyn argymhelliad gan weithiwr allweddol neu aelod presennol o'r grŵp. Am fwy o wybodaeth, ffoniwch y rhif uchod neu siaradwch â'ch gweithiwr allweddol.



# Tîm Cyffuriau ac Alcohol Pobl Ifanc

## Prif nod (Tîm Cyffuriau ac Alcohol Pobl Ifanc) TCAPI yw:

'Lleihau effeithiau cyffuriau, alcohol a sylweddau sy'n achosi niwed i bobl ifanc, eu teuluoedd a'r gymuned, drwy addysg, gofal, cefnogaeth barhaus ac ataliad; er mwyn eu galluogi i fyw bywyd sy'n iach ac yn rhydd o drosedd.'

Mae TCAPI yn darparu gwasanaeth cynhwysfawr i bobl ifanc Sir Fflint, ac mae wedi ei rannu'n dri maes allweddol, fel a ganlyn:

Cyffredinol - yn cynnig addysg/gwybodaeth ymwybyddiaeth a chyngor ar gyffuriau ac alcohol i bobl ifanc Sir Fflint fel y gallan nhw wneud dewisiadau bywyd diogel nawr ac yn y dyfodol, mewn ysgolion a chlybiau ieuentid a sefyllfaoedd eraill.

Wedi ei Dargedu - darparu addysg/gwybodaeth ymwybyddiaeth wedi'i dargedu i bobl ifanc sydd mewn perygl cynyddol a llai o wytnwch i wrthsefyll â defnyddio/camddefnyddio sylweddau mewn amrediad o sefyllfaoedd, yn cynnwys gwaith estyn allan.

Arbenigol - gwasanaeth yn seiliedig ar atgyfeiriad er mwyn darparu triniaeth un-i-un sydd wedi ei anelu at y bobl ifanc hynny sydd â phroblemau camddefnyddio sylweddau.

## Meini prawf cymhwyster

Mae'r Gwasanaeth Arbenigol ar gael i bobl ifanc o dan 18 oed sy'n poeni am eu defnydd o gyffuriau a/neu alcohol.

## Atgyfeiriadau

Gellir gwneud atgyfeiriadau gan unrhyw asiantaeth sy'n gweithio gydag unigolyn ifanc gyda'i ganiatâd yr unigolyn, neu atgyfeiriad gan y bobl ifanc eu hunain, neu eu teuluoedd.

## Gwasanaethau a ddarperir

Rydym yn darparu amrediad o wasanaethau 1-1 yn cynnwys:

Asesiad

Cynllun gofal strwythuredig un-i-un

Cyfweliad Cymhelliad

Cyngor lleihau niwed

Atal atglafychu

Strategaethau dod allan o'r cynllun

Ffyrdd o fyw iach

Aciwbigo awriglaidd

Therapiau amgen

Gwybodaeth a chyngor ar opsiwn triniaeth

Gweithio ar y cyd â'r Tîm Cyffuriau ac Alcohol Oedolion Cymunedol

Dangos y ffordd ac atgyfeirio rhywun at asiantaethau eraill.

I ategu ein hamrediad eang o wasanaethau, mae gennym wasanaeth cefnogi, i helpu defnyddwyr gwasanaeth gael mynediad i gyfleoedd hyfforddi, cefnogaeth gyda materion tai, darparu gweithgareddau

eraill a chynorthwyo defnyddwyr gwasanaeth i fyw'n annibynnol.

### **Manylion cyswllt**

Cyfeiriad: 2 Padeswood Road, Bwcle, CH7 2JL

Rhif ffôn: 01244 551477

Rhif ffacs: 01244 551485

Cyfeiriad e-bost: [lesley.a.bayley@siryfflint.gov.uk](mailto:lesley.a.bayley@siryfflint.gov.uk)

### **Dolen(ni) defnyddiol**

Mae Fflint yr Ifanc (ffenstr newydd) yn wefan ryngweithiol sy'n anelu at eich helpu i gael gafael ar bopeth y mae gennych hawl i'w gael fel unigolyn ifanc yng Nghymru. [www.youngflintshire.co.uk/cym/am](http://www.youngflintshire.co.uk/cym/am)