Gofal Cymdeithasol **Cymru**
Social Care **Wales**

# Wythnos Gwaith Cymdeithasol 2024

Rhwng 18 a 22 Mawrth byddwn ni'n cynnal digwyddiadau ac yn rhannu negeseuon ysbrydoledig i ddathlu Wythnos Gwaith Cymdeithasol.

Cyhoeddwyd gyntaf: 5 February 2024

Diweddariad olaf: 14 March 2024

> Lawrlwythwyd y ddogfen hon o gofalcymdeithasol.cymru ac efallai nid hwn yw'r fersiwn diweddaraf.
> Ewch i https://gofalcymdeithasol.cymru/adnoddau-canllawiau/gweithwyr-cymdeithasol/wythnos-gwaith-cymdeithasol-2024 am y fersiwn diweddaraf.

Cynhelir Wythnos Gwaith Cymdeithasol o **ddydd Llun 18 Mawrth i ddydd Gwener 22 Mawrth**. Mae'n dod â phobl at ei gilydd i ddathlu gwaith cymdeithasol.

Yn ystod yr wythnos, byddwn ni'n cynnal cyfres o ddigwyddiadau sy'n canolbwyntio ar gydweithio, cydgynhyrchu, llesiant a meysydd gwella ymarfer.

Ac ar ddydd Mawrth 19 Mawrth byddwn ni'n dathlu Diwrnod Gwaith Cymdeithasol y Byd trwy rannu negeseuon fideo ysbrydoledig gan arweinwyr gwaith cymdeithasol.

## I bwy mae Wythnos Gwaith Cymdeithasol?

Mae Wythnos Gwaith Cymdeithasol ar gyfer pawb sydd â diddordeb mewn gwaith cymdeithasol yng Nghymru. Mae hyn yn cynnwys:

- gweithwyr cymdeithasol, gan gynnwys y rhai sy'n gweithio a'r rhai sy'n dymuno dychwelyd i'r proffesiwn
- gweithwyr cymdeithasol, gan gynnwys y rhai sy’n gweithio a’r rhai sydd am ddychwelyd i'r proffesiwn
- myfyrwyr gwaith cymdetihasol ac addysgwyr
- pobl sydd â phrofiad o waith cymdeithasol
- cyflogwyr gweithwyr cymdeithasol
- gweithlu gofal cymdeithasol ehangach
- swyddogion llywodraeth a pholisi
- gweithwyr Gofal Cymdeithasol Cymru a sefydliadau partner.

## Ymunwch â’n digwyddiadau!

Edrychwch ar ein rhaglen o ddigwyddiadau isod, sy’n cynnwys amrywiaeth o bynciau o lesiant i niwroamrywiaeth. Cliciwch ar ddolenni Eventbrite i archebu eich lle.

Bydd mynychu ein digwyddiadau yn cyfrif tuag at eich datblygiad proffesiynol parhaus (DPP) os ydych chi wedi cofrestru gyda ni.

### Mae cofrestru ar gyfer ein digwyddiadau nawr ar gau

Os ydych chi eisoes wedi cofrestru ac mae gennych chi ymholiad, gallwch chi anfon ebost at cerian.twinberrow@socialcare.wales ac emily.bates@socialcare.wales a byddwn ni'n hapus i helpu.

Dydd Llun 18 Mawrth, 10am i 12:00pm

## Llesiant yn y gwaith: Beth sy’n gweithio a beth sydd ddim yn gweithio

**Ar-lein**

Bydd y sesiwn yma’n cael ei arwain gan **Rebecca Cicero**, Rheolwr Gwella a Datblygu, Gofal Cymdeithasol Cymru a **Dr Giles P Croft**, sy’n raddedig mewn seicoleg ac yn gyn lawfeddyg y GIG sy’n rhedeg practis hyfforddi sy’n canolbwyntio ar y galon.

Mae ffocws cynyddol wedi bod ar sut i gefnogi llesiant yn y gwaith, ond mae rhai atebion yn gadael unigolion yn teimlo eu bod yn cael eu beio a’u gorlwytho. Pan fydd cymaint o bwysau ar adnoddau, pa wahaniaeth y gall mentrau llesiant ei wneud mewn gwirionedd?

Yn y sesiwn ysgafn hon, byddwch chi’n dysgu’r rheswm rhyfeddol pam mae’r rhan fwyaf o ddulliau’n methu, a thrwy wneud hynny, datgloi’r gyfrinach i lywio’ch gweithle eich hun yn llawer haws.

Dydd Llun 18 Mawrth, 1.30pm i 3.30pm

# Gweithdy gofalwyr di-dâl

**Ar-lein**

Bydd y gweithdy hwn am ofalwyr di-dâl yn ymdrin â hyfforddiant, adnoddau ac arfer da.

Yn ymuno â ni bydd **Jake Smith**, sy’n Uwch Swyddog Polisi a Materion Cyhoeddus Gofalwyr Cymru, a fydd yn siarad am:

- y prosiect *Carer Aware* a hyfforddiant gweithwyr cymdeithasol
- egwyddorion arfer da Carer Aware ar gyfer gweithwyr cymdeithasol, wedi'u cynhyrchu ar y cyd â gofalwyr a gweithwyr cymdeithasol
- yr arfer da y mae gweithwyr cymdeithasol wedi'i weld o ran rhyngweithio â gofalwyr, a'r rhwystrau a'r heriau maen nhw‘n eu hwynebu
- cyngor ac adnoddau i helpu gweithwyr cymdeithasol sydd hefyd â'u cyfrifoldebau gofalu di-dâl eu hunain.

Bydd **Cerian Twinberrow** o Gofal Cymdeithasol Cymru yn esbonio:

- sut y gall ein hadnoddau a'n dysgu gefnogi gweithwyr cymdeithasol i weithio gyda gofalwyr
- sut mae gofalwyr di-dâl yn berthnasol i Gynllun y Gweithlu Gwaith Cymdeithasol a'r cyd-destun ehangach.

Dydd Mawrth 19 Mawrth, 10am i 12pm

# Goruchwyliaeth mewn gwaith cymdeithasol

**Ar-lein**

Yn ystod y sesiwn dwy awr hon byddwn yn clywed gan ein cyflwynwyr:

- **David Wilkins**, Darllenydd a chyfarwyddwr rhaglen MA Gwaith Cymdeithasol Prifysgol Caerdydd
- **Claire Phillips**, Rheolwr Tîm, Cyngor Sir Powys
- **Dr Lucy Treby**, Gweithiwr cymdeithasol cymwysedig.

Byddan nhw'n edrych ar y canlynol:

- sut y darperir goruchwyliaeth mewn gwaith cymdeithasol
- gwahanol ddamcaniaethau, modelau a dulliau goruchwylio a sut mae'r rhain yn effeithio ar weithwyr cymdeithasol a phobl sy'n cyrchu cymorth gwaith cymdeithasol
- manteision a heriau posibl gwahanol ddulliau o oruchwylio.

Bydd cyfle i ofyn cwestiynau ar ddiwedd y sesiwn.

Dydd Mawrth 19 Mawrth, 2pm i 4pm

## Ymarfer sy'n seiliedig ar gryfderau - trafodaeth banel a chwestiynau

**Ar-lein**

“Ymarfer sy’n seiliedig ar gryfderau mewn gwaith cymdeithasol”

“Sut i gael sgyrsiau anodd - mewnwelediadau o Gyfweld Ysgogiadol”.

Bydd yr Athro Donald Forrester yn siarad am Gyfweld Ysgogiadol a pham mae sgyrsiau gwaith cymdeithasol yn aml yn cynnwys tensiynau neu wrthdaro. Byddwn ni'n edrych ar sut y gallai Cyfweld Ysgogiadol ein helpu i ddeall a gweithio gyda'r rhain yn well.

Dilynir hyn gan drafodaeth banel gydag arbenigwyr o faes ymarfer sy’n seiliedig ar gryfderau:

- **Rhoda Emlyn-Jones OBE**
- **Yr Athro Samantha Baron,** Cyfarwyddwr Cenedlaethol BASW (Cymru)
- **Rachel Scourfield**

Bydd cyfle hefyd i ofyn cwestiynau i'r panel am y maes ymarfer hwn.

Dydd Mercher 20 Mawrth, 10am i 12pm

## Ydy hwn ymlaen? Technoleg a gwaith cymdeithasol gydag oedolion

**Ar-lein**

Gall technoleg fod yn rhan ddefnyddiol o becyn cymorth gweithiwr proffesiynol gwaith cymdeithasol, ond gall fod yn anodd deall sut a pha dechnoleg all ein helpu.

Arweinir y sesiwn hon gan:

- **Aimee Twinberrow**, Arweinydd Arloesi Digidol Gofal Cymdeithasol Cymru
- **Matt Lloyd**, Rheolwr Rhaglen Atal a Lles Tîm Cymorth Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Gwent (RPB)
- **Meilys Heulfryn Smith,** Uwch Reolwr Cefnogi Iechyd a Lles yng Nghyngor Gwynedd
- **Paul Mazurek**, Cyngor Sir y Fflint.

Bydd y gwesteiwyr yn siarad am ofal wedi'i alluogi gan dechnoleg a gwaith cymdeithasol gydag oedolion.

- Dysgwch sut y gall technoleg helpu pobl i sicrhau canlyniadau cadarnhaol gydag enghreifftiau o fywyd go iawn.
- Archwilio rhai o'r heriau y gall gweithwyr proffesiynol gwaith cymdeithasol eu hwynebu wrth ddefnyddio technoleg fel rhan o waith cymdeithasol

cydweithredol.
- Cael mynediad at wybodaeth, adnoddau ac awgrymiadau ymarferol i'ch helpu i drafod technoleg yn hyderus gyda'r bobl yr ydych yn eu cefnogi.

Bydd cyfle hefyd i ofyn cwestiynau am y maes hwn o ymarfer.

Dydd Mercher 20 Mawrth, 2pm i 4pm

## Gwerthfawrogi Arbenigedd Profiad Byw

**Ar-lein**

Bydd **Hannah Morland-Jones** a **Paul Whittaker** o’r Coleg Adfer yn archwilio gwerth arbenigedd profiad bywyd mewn adferiad iechyd meddwl, gan ddefnyddio enghreifftiau o Gymru.

Byddan nhw‘n edrych ar:

- model y Coleg Adfer
- cefnogaeth gan gymheiriaid a
- cydgynhyrchu ac ymgysylltu.

Hannah Morland-Jones yw Rheolwr Rhaglen Strategol ar gyfer Profiad o Fyw (AaGIC) a Phennaeth y Coleg Adfer a Phrofiad o Fyw (CAVUHB)

Paul Whittaker yw Arweinydd Prosiect ar gyfer Adferiad Cenedlaethol (AaGIC) ac Ymgynghorydd Cymheiriaid (Coleg Adfer a Lles CAVUHB).

Dydd Iau 21 Mawrth, 10am to 12pm

## Gweithdy gofal perthynas-ganolog y Coleg Adfer Cenedlaethol

**Ar-lein**

Ymunwch â'n hyfforddwyr **Hannah Morland-Jones** a **Paul Whittaker** o'r Coleg Adfer ar gyfer y gweithdy hwn i archwilio a dysgu am ofal, cefnogaeth a dysgu sy'n canolbwyntio ar berthnasoedd wrth arwain gwasanaethau iechyd meddwl.

Bydd y sesiwn yn defnyddio dull cydgynhyrchu sy’n dod â gwybodaeth, profiad a mewnwelediadau amrywiol y cyfranogwyr ynghyd.

Hannah Morland-Jones yw Rheolwr Rhaglen Strategol ar gyfer Profiad o Fyw (AaGIC) a Phennaeth y Coleg Adfer a Phrofiad o Fyw (CAVUHB)

Paul Whittaker yw Arweinydd Prosiect ar gyfer Adferiad Cenedlaethol (AaGIC) ac Ymgynghorydd Cymheiriaid (Coleg Adfer a Lles CAVUHB).

Dydd Iau 21 Mawrth, 1pm tan 2pm

## Beth mae bod yn weithiwr proffesiynol rheoledig yn y Deyrnas Unedig yn ei olygu?

**Ar-lein**

Cynhelir y sesiwn hon gan Social Work England.

Ymunwch ag arweinwyr pedwar rheolydd gwaith cymdeithasol Prydain wrth iddynt drafod eu profiadau cyffredin o reoleiddio gwaith cymdeithasol a sut mae rheoleiddio yn cyfrannu at ymdeimlad cryf o hunaniaeth broffesiynol ar gyfer gwaith cymdeithasol i ddenu, hyfforddi a chadw gweithlu.

Y cyflwynwyr yw:

- **Gofal Cymdeithasol Cymru**: David Pritchard, Cyfarwyddwr Rheoleiddio
- **Social Work England**: Colum Conway, Prif Weithredwr
- **Cyngor Gofal Cymdeithasol Gogledd Iwerddon**: Patricia Higgins, Prif Weithredwr

- **Cyngor Gwasanaethau Cymdeithasol yr Alban**: Laura Lamb, Cyfarwyddwr Dros Dro y Gweithlu, Addysg a Safonau.

Dydd Gwener 22 Mawrth, 10am i 12pm

## Gwaith cymdeithasol a niwroamrywiaeth

**Ar-lein**

Nod y sesiwn ryngweithiol hon yw rhannu gwybodaeth, sgiliau a phrofiadau ynghylch pwnc niwroamrywiaeth. Bydd yn cael ei gynnal gan **Fiona McDonald** ac **Alice Lewis-Gray**, dau weithiwr proffesiynol sydd â phrofiad byw o fod yn niwroamrywiol ac yn gweithio yn y proffesiwn cynorthwyol.

Mae'r cyflwynwyr yn frwd dros weithio gyda phobl niwro-ddargyfeiriol a datblygu dealltwriaeth ehangach yn y gweithlu.

**Yr hyn y byddwn yn ei gwmpasu**

Yn y sesiwn hon, byddwch yn:

- cael trosolwg byr o beth yw niwroamrywiaeth, gan edrych yn fanylach ar effaith awtistiaeth a dyslecsia
- dysgu am gryfderau a chyfyngiadau'r amodau hyn a sut i oresgyn rhwystrau i lwyddiant yn y gwaith
- clywed storïau ac enghreifftiau o achosion i gynorthwyo myfyrio a dyfnhau dysgu yn y maes hwn
- dysgu awgrymiadau syml ac ymarferol a allai fod o gymorth i'r tîm cyfan
- clywed am dechnoleg gynorthwyol a'r gwahaniaeth anhygoel y gallant ei wneud o ran arbed amser
- darganfyddwch y camau nesaf y gallech eu cymryd i gynnal eich hun neu bobl niwroamrywiol eraill yn eich gweithlu.

**Y safbwyntiau a fynegir yn y gweithdai hyn yw barn y siaradwyr ac nid ydynt o reidrwydd yn adlewyrchu barn y sefydliadau y maent yn eu cynrychioli, na barn Gofal Cymdeithasol Cymru**