Gofal Cymdeithasol Cymru
Social Care Wales

Wythnos Llesiant 2027

Dyma rhaglen y digwyddiadau ar gyfer Wythnos Llesiant 2027, sy'n rhedeg o 18 i 22 Ionawr.

Cyhoeddwyd gyntaf: 25 November 2026
Diweddariad olaf: 24 November 2026

> Lawrlwythwyd y ddogfen hon o gofalcymdeithasol.cymru ac efallai nid hwn yw'r fersiwn diweddaraf. Ewch i https://gofalcymdeithasol.cymru/adnoddau-canllawiau/adnoddau-iechyd-a-llesiant/wythnos-llesiant-2027 am y fersiwn diweddaraf.

Dyma rhaglen y digwyddiadau ar gyfer Wythnos Llesiant 2027, sy'n rhedeg o 18 i 22 Ionawr.

Mae Wythnos Llesiant 2027 yn wythnos o ddigwyddiadau ar-lein lle gall pobl yn y sector ddod at ei gilydd i ddysgu am lesiant a rhannu arferion gorau.

Gallwch ymuno â chymaint o ddigwyddiadau ag y dymunwch.

Y safbwyntiau a fynegir yn y gweithdai hyn yw barn y siaradwyr a dydyn nhw ddim o reidrwydd yn adlewyrchu barn y sefydliadau y maen nhw'n eu cynrychioli, na barn Gofal Cymdeithasol Cymru.

Byddwn yn ychwanegu rhagor o ddigwyddiadau dros yr wythnosau nesaf. Dewch nôl yn fuan i weld beth sydd ar y gweill ac i'ch archebu'ch lle!

Dydd Llun, 18 Ionawr, 9.30am i 12.30pm

Gweminar: presenoldeb arweinwyr a dilysrwydd

Gofal Cymdeithasol Cymru ac Altriss Training Ltd.

Gall arweinyddiaeth ym maes gofal cymdeithasol, y blynyddoedd cynnar a gofal plant fod yn gymhleth ac yn heriol yn emosiynol. Bydd y sesiwn hon yn eich helpu i ddatblygu mwy o hunanymwybyddiaeth a dilysrwydd yn eich rôl arweinyddiaeth.

Dysgu mwy ac archebu eich lle

Dydd Llun, 18 Ionawr, 1.30pm i 3pm

Creu ffiniau digidol yn ein byd gwaith

Dewch 'nôl yn fuan am fanylion am y sesiwn yma.

Dydd Mawrth, 19 Ionawr, 10am i 11.30am

Cefnogi iechyd meddwl staff – canllaw i reolwyr

Gofal Cymdeithasol Cymru ac Wellbeing RCS.

Rydyn ni wedi rhannu'r hyfforddiant hwn yn bedair sesiwn. Mae’r sesiwn gyntaf yn rhan o Wythnos Llesiant.

Gallwch chi ddewis ymuno â ni ar gyfer sesiwn 1 yn unig, neu ar gyfer pob un o'r pedair sesiwn.

Rydyn ni’n cynnal y sesiynau hyn fel bod rheolwyr yn gallu cael gwybodaeth berthnasol a chyfoes, a bod yn rhan o ofod cymorth ymhlith cyfoedion i rannu sut beth yw cefnogi staff sy’n profi salwch meddwl.

Dysgu mwy ac archebu eich lle

Dydd Mawrth, 19 Ionawr, 1pm i 3.30pm

Diogelu llesiant mewn rolau sy'n heriol yn emosiynol: dulliau ymarferol i reolwyr

Gofal Cymdeithasol Cymru ac Altriss Training Ltd.

Dewch 'nôl yn fuan am fanylion am y sesiwn yma.

Dydd Iau, 21 Ionawr, 10am i 11.30am

Cysgu'n well: gwyddoniaeth a strategaethau

Gofal Cymdeithasol Cymru a Dr Helen Jones.

Dewch 'nôl yn fuan am fanylion am y sesiwn yma.

Dydd Iau 21 Ionawr, 2.30pm i 3.15pm

Llesiant ariannol: sesiwn cymorth a chyngor

Gofal Cymdeithasol Cymru a'r Gwasanaeth Arian a Phensiynau (MaPS)

Dyma sesiwn ar-lein ymarferol am ddim i'ch helpu chi:

- gwneud y gorau o'ch incwm, gan gynnwys ffyrdd y gallech chi wneud incwm eich cartref yn fwy
- gwirio beth mae gennych hawl iddo – sut i wirio eich cymhwysedd i gael budd-daliadau a chymorth ariannol arall
- delio â dyled – fel y gallwch chi ddeall pa gymorth y gallech ei gael os ydych chi'n cael trafferth gyda benthyca neu ad-daliadau
- darganfod ble i gael gymorth ychwanegol, fel grantiau neu gymorth caledi
- clywed ble i gael cymorth diduedd am ddim gan sefydliadau sy'n gallu darparu arweiniad a chyngor cyfrinachol pan fydd ei angen arnoch.

Byddwn hefyd yn rhoi'r wybodaeth ddiweddaraf i chi am gyflog a dilyniant a gwaith y Fforwm Gwaith Teg Gofal Cymdeithasol.

Dysgu mwy ac archebu eich lle

Dydd Gwener, 22 Ionawr, 10am i 11.30am

Cefnogi pobl i weithio a rheoli salwch hirdymor

Gofal Cymdeithasol Cymru a Healthy Working Wales, Able Futures, RCS Wellbeing, Case UK.

Dewch 'nôl yn fuan am fanylion am y sesiwn yma.