

Gwasanaeth diogel i ferched yn unig sy'n darparu:

- Gweithiwr allweddol ymroddedig
- Cefnogaeth un-i-un
- Gwaith grŵp
- Mannau i ferched yn unig



Diogelwch

Byddwn yn cwrdd â chi mewn man sy'n ddiogel i chi.

Byddwn yn gwrando arnoch chi ac yn bod yn gefn i chi.



Ymddiriedaeth



Dewis

Gyda'n gilydd gallwn archwilio'ch opsiynau.

Gyda'n gilydd gallwn gynllunio'ch cefnogaeth.



Cydweithio



Grymuso

Pan fydd menywod yn cefnogi ei gilydd mae pethau anhygoel yn digwydd.



THE NELSON TRUST

Bydd eich gweithiwr allweddol mewn cysylltiad â chi cyn bo hir ond gallwch ein ffonio neu anfon neges destun atom heddiw ar y rhif isod.

Enw fy ngweithiwr allweddol yw:

Mae fy apwyntiad cyntaf ar:

Amser: _____

Lleoliad: _____

Gwasanaeth Merched The Nelson Trust

56-58 Richmond Road,
Cardiff
CF24 3UR

Ar agor 9.00am - 5.00pm

Ffôn: 07719084451

E-bost: wales.info@nelsontrust.com
nelsontrust.com



THE NELSON TRUST

Gwasanaeth Menywod yng Nghymru



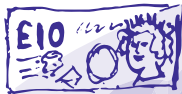
yn gwneud newidiadau yn bosibl

Mae'r gwasanaeth hwn ar gyfer:

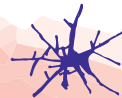
- menywod ar brawf
- menywod wedi'u rhyddhau o'r carchar
- menywod sydd i fod i gael eu rhyddhau o'r carchar

Credwch fod newid yn bosibl

Gwnaethant fy helpu i ddod o hyd i rywle i fyw a byddwn i'n dal i fod yn ddigartref hebddynt.



Chyllid
Cyngor debyd, budd-daliadau a chyllid.



Trawma a cham-drin
Cefnogaeth cam-drin domestig.



Teuluoedd a pherthnasoedd
Helpu gyda phroblemau perthynas, ailadeiladu cysylltiadau gydag anwyliaid, ac aduno mamau a'u plant.

Rwy'n teimlo eu bod yn edrych arnaf fel person, yn anfeirniadol.



Tai
Helpu menywod i ddod o hyd i dai diogel a phriodol.

Byddwn mewn trafferth heb y gwasanaeth hwn.

Gwnaethom drofod pa gefnogaeth y gallaf ei chael a sut i symud ymlaen.



Addysg a hyfforddiant
Cyngor addysg, hyfforddiant, gwirfoddoli a chyflogaeth.

Agweddau, meddwl ac ymddygiad
Help gyda hunan-barch, meithrin hyder a sgiliau bywyd.

Mae'r gwasanaeth menywod yn achusiaeth!! Mae'n achub bywydau.

Rwyf wedi gwella fy hun a'm hamgylchiadau ers cymryd rhan.



Iechyd corfforol, emosiynol a meddyliol
Rheoli pryder a dicter, cefnogaeth un-i-un, grwpiau celf a chreffft, a chlwb cinio.



Camfanteisio rhywiol
Cefnogi menywod tuag at ddiogelwch ac adferiad.

Mae fy ngweithiwr allweddol bob tro yn gofn i mi, nid yw byth yn anobeithio yn fy nghylch.



Cyffuriau ac alcohol
Grwpiau ymwybyddiaeth o gyffuriau ac alcohol ac atal ailwaelu.