Meddwl yn **Ddoeth** Heneiddio'n **Dda**

think **wise** age **well**

recognise
respond
refer

Aydych chi'n cael cyswllt gydag oedolion hŷn sy'n cael eu heffeithio gan gamddefnyddio sylweddau?

A fyddai gennych chi ddiddordeb mewn dysgu sut i ddarparu hyfforddiant arbenigol yn eich ardal leol chi?

Trwy gyfrwng ein hyfforddiant AM DDIM, byddwn yn dysgu sut i ddarparu cyrsiau llawn gwybodaeth a chynorthwyo gwasanaethau lleol ynghylch sut i adnabod, ymateb i a chyfeirio oedolion hŷn sy'n cael problemau camddefnyddio sylweddau.

Os oes gennych chi ddiddordeb mewn mynychu'r cyrsiau Hyfforddi'r Hyfforddwr pwrpasol hyn a fydd yn eich galluogi i ddarparu hyfforddiant ynghylch camddefnyddio sylweddau ac oedolion hŷn, bydd angen eich bod yn meddu ar sgiliau hyfforddiant ac ymwybyddiaeth sylfaenol o gamddefnyddio sylweddau.

Nid oedd 4 o bob 5

OEDOLYN DROS 50 OED,
y maent mewn perygl oherwydd eu harferion yfed,
FYTH WEDI WYNEBU CWESTIYNAU GAN EU
teulu, eu ffrindiau neu weithwyr iechyd
AM EU HARFERION YFED

Yng Nghymru, mae’r boblogaeth sy’n heneiddio (dros 50 oed) yn fwy sylweddol nag y mae mewn unrhyw ran arall o’r DU, a rhagwelir y bydd yn codi i 41 y cant erbyn 2020.

Nodwyd hefyd bod y grŵp oedran hwn yn fwy tebygol o wynebu problemau camddefnyddio sylweddau nag unrhyw grŵp oedran arall, gan roi mwy o alwadau ar wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol.

Mae Yfed Doeth, Heneiddio’n Dda yn adrodd na all 74 y cant o’r ymatebwyr (dros 50 oed) i’w harolwg a gynhaliwyd ar draws y DU, nodi’r terfynau yfed a argymhellir.

Nododd adroddiad APoSM ynghylch Camddefnyddio Sylweddau ymhlith Poblogaeth sy’n Heneiddio, bod 87 y cant o bobl yng Nghymru sy’n 65 oed a throsodd yn adrodd eu bod yn cymryd meddyginiaeth presgripsiwn yn rheolaidd am flwyddyn neu fwy.

Dysgwch sut i adnabod, ymateb i a chyfeirio a helpu i gynorthwyo’r rhai yn eich cymuned sy’n cael eu heffeithio gan gamddefnyddio sylweddau.

Os oes gennych chi unrhyw gwestiynau am yr hyfforddiant, cysylltwch â chydlynydd y prosiect ar
Jamie.bradbourne@barod.cymru | 07585 703131

Am fanylion pellach ynghylch Meddwl yn Ddoeth, Heneiddio’n Dda, defnyddiwch y ddolen ganlynol:
http://dacw.co.uk/cy/meddwl-yn-ddoeth/