

# HOME START

Cymru



# Adroddiad Effaith

---

2025/2026

# Tabl cynnwys

Rhagair a chyflwyniad	<b>3</b>
Yr angen a phlentyndod cynnar	<b>4</b>
Ynglŷn â Home-Start Cymru	<b>5</b>
Pam mae ein hangen	<b>6</b>
Helpu teuluoedd lle mae angen y gefnogaeth fwyaf	<b>7</b>
Ein heffaith ar fywydau teuluoedd	<b>8</b>
Ein heffaith ar yr olwg gyntaf	<b>9</b>
Lleisiau teuluol yn eu geiriau eu hunain	<b>12</b>
Volunteering	<b>15</b>
Adolygiad Ariannol	<b>18</b>
Diolchiadau	<b>20</b>
Datganiad Cloi	<b>21</b>
Cysylltiadau Allweddol	<b>22</b>

---

# Rhagair a chyflwyniad

Mae'n bleser gen i gyflwyno Adroddiad Effaith Home-Start Cymru ar gyfer 2025–2026. Mae'r flwyddyn hon wedi tynnu sylw at y pwysau sylweddol sy'n wynebu teuluoedd ledled Cymru a'r cryfder, y gwydnwch a'r gobaith rhyfeddol y maent yn parhau i'w dangos.

Drwy gydol y flwyddyn, mae ein gwirfoddolwyr a'n staff wedi cefnogi teuluoedd yn ystod cyfnodau o her, cyfnodau heriol, trawsnewidiol ac ansicrwydd. Mae eu hymrwymiad, eu tosturi a'u presenoldeb cyson wedi sicrhau bod teuluoedd yn derbyn cefnogaeth sy'n teimlo'n urddasol ac wedi'i gwreiddio mewn ymddiriedaeth. Mae ein partneriaethau â chyllidwyr, awdurdodau lleol, gwasanaethau iechyd a sefydliadau cymunedol wedi ein galluogi i gyrraedd teuluoedd yn gynharach a chynnig cymorth pan fo'r angen mwyaf.

Fel Ymddiriedolwyr, rydym yn hynod falch o dwf parhaus y sefydliad a'i ymroddiad i ddiogelu, datblygu gwirfoddolwyr ac arfer o ansawdd uchel. Yn anad dim, rydym yn falch o'r teuluoedd a'n croesawodd i'w cartrefi ac a weithiodd gyda chymaint o benderfyniad i adeiladu dyfodol mwy disglair i'w plant.

Mae'r adroddiad hwn yn ddatliad o'r gwydnwch hwnnw ac o'n cred bod pob plentyn yng Nghymru yn haeddu'r dechrau gorau mewn bywyd.

*Jonathan Richards*

**Jonathan Richards**

**Cadeirydd  
Home-Start Cymru**



---

# Yr angen

## Pwysau sy'n wynebu teuluoedd ledled Cymru

Ar draws Cymru, mae rhianta wedi dod yn anoddach nag y dylai fod. Mae teuluoedd yn cydbwysu costau byw cynyddol, tai ansicr, gwasanaethau cyhoeddus o dan bwysau mawr a rhwydweithiau cymorth cyfyngedig. Mae pryderon iechyd meddwl yn parhau i fod yn un o'r rhesymau mwyaf cyffredin pam mae teuluoedd yn cysylltu â ni, A hynny yn aml wedi'u cydbwysu â phwysau ariannol a straen ymdopi ar eich pen eich hun.

Ar yr un pryd, mae anghenion niwroddatblygiadol yn cynyddu'n gyflym. Mae llawer o deuluoedd yn aros misoedd neu hyd yn oed flynyddoedd am asesiadau, gan adael rhieni'n ansicr ac yn bryderus wrth iddynt geisio deall ymddygiad neu ddatblygiad eu plentyn.

Yn y cyd-destun hwn, mae cefnogaeth gynnar, dim y berthynasol yn hanfodol. Mae angen cysylltiad, anogaeth ac arweiniad ymarferol ar deuluoedd gan bobl y gallant ymddiried ynddynt - a dyma beth mae Home-Start Cymru yn falch o'i ddarparu.

# Plentyndod cynnar

## Pam mae perthnasoedd yn bwysig

Mae plentyndod cynnar yn gosod y sylfeini ar gyfer lles gydol oes. Mae ymchwil yn dangos bod meithrin perthnasau yn llunio rheoleiddio emosiynol, cyfathrebu, gwydnwch a gallu plentyn i ddysgu. Pan fydd teuluoedd yn wynebu helyntion - boed yn dlodi, trawma, tai gwael neu anawsterau iechyd meddwl - gall straen yn y cartref roi straen ar y perthnasoedd hanfodol hyn.

Gall cefnogaeth dosturiol, sy'n seiliedig ar gryfderau, weithredu fel ffactor amddiffynnol i blant a rhieni fel ei gilydd. Mae ein model yn rhoi perthnasoedd dynol yn y canol, oherwydd rydyn ni'n gwybod mai nhw sy'n gwneud y gwahaniaeth mwyaf.



# Ynglŷn â Home-Start Cymru



Mae Home-Start Cymru yn elusen cymorth i deuluoedd sydd â'i gwreiddiau mewn cymunedau ledled Cymru. Rydym yn gweithio mewn 19 o ardaloedd awdurdodau lleol, gyda phartneriaid Home-Starts yng Ngheredigion, Wrecsam a Sir y Fflint i sicrhau y gall teuluoedd ledled Cymru gael mynediad at gymorth cynnar, perthnasol, o ansawdd uchel yn agos at adref.

Bob dydd, mae ein gwirfoddolwyr a'n staff yn gweithio ochr yn ochr â rhieni a gofalwyr, gan gynnig cynhesrwydd, dealltwriaeth a chyfeillgarwch gyson yn ystod cyfnodau pan fydd bywyd yn teimlo'n arbennig o heriol. Mae ein nod yn syml: helpu teuluoedd i feithrin hyder, cryfhau gwydnwch a chreu amgylcheddau cartref diogel a maethlon lle gall plant ffynnu.

Yr hyn sy'n gwneud ein gwaith yn unigryw yw bod ein model dan arweiniad gwirfoddolwyr. Mae gwirfoddolwyr hyfforddedig yn dod ag empathi, eu hamser a'u profiad byw i galon bywyd teuluol, gan ffurfio diffuant ymddiriedus y mae llawer o rieni yn eu disgrifio fel rhai trawsnewidiol. Mae'r dull perthnasol hwn yn sicrhau bod cymorth yn teimlo'n urddasol, yn ddynol ac wedi'i seilio ar gysylltiad gwirioneddol.

Rydym yn gweithio'n agos gyda rhaglenni Llywodraeth Cymru fel Dechrau'n Deg, Teuluoedd yn Gyntaf, y Grant Plant a Chymunedau, a chydag Awdurdodau Lleol, Byrddau Iechyd, Ymwelwyr Iechyd, Meddygon Teulu, Bydwagedd, Ysgolion a rhwydweithiau Cymunedol. Mae'r partneriaethau hyn yn sicrhau y gall teuluoedd ddod o hyd i ni'n hawdd - boed hynny drwy hunangyfeirio neu'n cael eu cyflwyno gan weithiwr proffesiynol dibynadwy.

# Pam mae ein hangen

## »Pwrpas

I feithrin sgiliau a hyder teuluoedd fel y gall plant ddatblygu'n gadarnhaol a ffynnu.

## »Gweledigaeth

Cael Cymru lle mae pob teulu'n teimlo'n hyderus, yn gysylltiedig ac yn cael eu cefnogi i sicrhau bod pob plentyn yn cael y dechrau gorau mewn bywyd.

## »Cenhadaeth

Cynnig cefnogaeth gynnar ddibynadwy, gan ein gwirfoddolwyr, sy'n meithrin hyder a lles y teulu cyfan. Rydym yn gweithio ochr yn ochr â theuluoedd a phartneriaid i leihau unigedd, meithrin gwydnwch a chreu sylfeini cryf ar gyfer dyfodol plant.



---

## Ein gwerthoedd a'n ffyrdd o weithio

Rydym yn cwrdd â theuluoedd gyda thrugaredd a pharch. Ein blaenoriaeth yw creu lle diogel a chroesawgar lle maent yn teimlo y gallant siarad yn agored heb ofni barn. Rydym yn dechrau trwy gydnabod y cryfderau sydd eisoes yn bresennol ym mhob cartref - y cariad, yr ymrwymiad a'r penderfyniad y mae rhieni'n eu dwyn, hyd yn oed pan fyddant dan bwysau.

Mae ymddiriedaeth yn ganolog i bopeth a wnawn. Rydym yn gweithio gyda gonestrwydd, cysoneb, ac yn symud ar y cyflymder priodol a bennir gan bob teulu. Rydym yn aros yn bositif, hyd yn oed pan fydd teuluoedd yn teimlo'n ansicr neu wedi'u llethu. Rydym yn darparu cefnogaeth emosiynol i helpu rhieni i weld eu potensial ac yn aros wrth eu hochr nes y gallant deimlo'r gobaith hwnnw eto drostynt eu hunain a'u plant.

---

# Helpu teuluoedd lle mae angen y gefnogaeth fwyaf

## Amgylchiadau ac amrywiaeth

Mae teuluoedd yn troi at Home-Start Cymru am lawer o resymau, hyd nes aml â sawl pwysau ar unwaith. Roedd tua hanner y teuluoedd a gefnogwyd gennym y llynedd yn profi anawsterau iechyd meddwl rhieni. Roedd rhieni sengl yn ffurfio bron i ddeugain y cant o'r teuluoedd y buom yn gweithio gyda nhw, gyda llawer yn cario cyfrifoldebau emosiynol ac ymarferol sylweddol ar eu pen eu hunain. Roedd gan fwy na thraean blant ag anghenion niwroddatblygiadol, ac roedd ychydig dros chwarter yn ymdopi ag anabledau neu broblemau iechyd hirdymor.

Mae straen ariannol yn parhau i fod yn her sylweddol a chynyddol. Adroddodd bron i chwarter y teuluoedd ddyled neu galedi ariannol, yn aml ochr yn ochr â thai anaddas neu amodau byw anodd. Roedd nifer llai ond pwysig yn deuluoedd ffoaduriaid neu geiswyr lloches yn ailadeiladu eu bywydau mewn cymunedau newydd, gan brofi trawma, unigedd neu rwystrau iaith yn aml.

## Iaith, hunaniaeth a chynrychiolaeth

Rydym yn gweithio gyda theuluoedd o ystod amrywiol o gefndiroedd ethnig a diwylliannol, yn enwedig mewn ardaloedd maestrefol, ac rydym wedi ymrwymo i sicrhau bod pob teulu'n teimlo eu bod yn cael eu croesawu, eu gwerthfawrogi a'u cynrychioli yn ein gwasanaethau. Mae cydraddoldeb, amrywiaeth a chynhwysiant wedi'u plethu drwy ein hyfforddiant gwirfoddolwyr, ein goruchwyliaeth a'n gwaith partneriaeth.

Er bod y rhan fwyaf o deuluoedd yn siarad Saesneg, rydym yn cefnogi nifer cynyddol o deuluoedd sy'n siarad Arabeg, Rwmaneg, Albaneg a llawer o ieithoedd eraill. Mae staff a gwirfoddolwyr yn addasu eu cyfathrebu, gan gynnwys trwy gyfieithwyr neu offer digidol, i sicrhau bod pob teulu'n teimlo eu bod yn cael eu clywed a'u deall.



---

# Ein heffaith ar fywydau teuluoedd

Dros y flwyddyn ddiwethaf, trwy ystod o wasanaethau yng nghartrefi teuluoedd, mewn amrywiol grwpiau ac mewn lleoliadau cymunedol, cefnogodd Home-Start Cymru:



\*Yn cynnwys ystadegau Home-Start Conwy

---

## Ein hymagwedd

Yn dilyn atgyfeiriad, mae teuluoedd yn gweithio gyda'n staff i gwblhau asesiad teulu cyfan sy'n seiliedig ar asedau. Gan ddefnyddio cyfres ar gryfderau, mae rhieni'n myfyrio ar wahanol feysydd o fywyd teuluol ac yn sgorio eu hunain yn seiliedig ar yr hyn sy'n teimlo fwyaf perthnasol iddynt.

Mae'r wybodaeth hyn wedyn yn ffurfio Cynllun Cymorth i Deuluoedd wedi ei ddatblygu ar y cyd efo'r rhieni sy'n eiddo i'r rhiant a gall gynnwys cymorth emosiynol, cefnogaeth a gwybodaeth penodol, cyfeiriadau pellach a chyfleoedd i feithrin cysylltiadau cymdeithasol.

Mae ein gwirfoddolwyr yn cefnogi rhieni i weithio tuag at eu nodau, meithrin hyder a chymhelliant, ymgorffori newidiadau cadarnhaol, a chael mynediad at gymorth ehangach. Mae teuluoedd yn adolygu eu cynnydd yn rheolaidd gyda'n staff ac yn cwblhau asesiad cloi pan fydd eu cymorth yn dod i ben.

Mae newidiadau mewn sgoriau rhwng asesiadau yn dangos y pellter a deithiwyd dros amser ac yn cael eu cofnodi'n ddiogel ac yn ddibynadwy ar ein system rheoli llwyth achosion. Rydym yn gallu dadansoddi'r data hwn fel mesur o ansawdd ein cymorth a'i effaith ar fywydau teuluoedd.

---

# Ein heffaith ar yr olwg gyntaf

Mae'r ffigurau effaith isod yn dangos canran y teuluoedd sy'n nodi gwelliannau yn eu meysydd canlyniad dewisol

---

## Canlyniadau rhieni



### Lles rhieni

**84%**

Gwelliant yn iechyd meddwl y rhieni

**75%**

Ymdopi ag iechyd corfforol

**84%**

Y rhieni yn llai unig/ynysig





## Hyder rhieni

**76%**

Mwy o hyder a sgiliau i reoli gofynion gofalu am enedigaethau lluosog neu blant ifanc



## Mynediad at wasanaethau a rheoli'r cartref

**72%**

Roedd rhieni'n teimlo'n fwy cysylltiedig â rhwydweithiau cymunedol

**83%**

Mwy o hyder wrth reoli cyllideb yr aelwyd



## Gwydnwch teuluol

**87%**

Perthnasoedd teuluol gwell oherwydd gostyngiad mewn gwrthdaro a/neu straen

**87%**

Medru ymdopi'n well â heriau o ddydd i ddydd

# Canlyniadau plant

**85%**

Gwelliant yn iechyd meddwl y plant

**88%**

Ymdopi ag iechyd corfforol plentyn



## Canlyniadau prosiect peilot Gwent

**67%**

Parodrwydd gwell ar gyfer yr ysgol

**50%**

Gwell lleferydd ac iaith



# Lleisiau teuluol yn eu geiriau eu hunain

“Roedd fy ngweithiwr cymorth yn gyfeillgar ac yn gefnogol iawn. Darparodd lle diogel lle roeddwn i’n teimlo y gallwn i siarad yn rhydd.”



**“Gwnaeth wahaniaeth enfawr i ymddygiad,  
“gwrando gwell a deall dewisiadau”**

“Roedd gen i iselder ôl-enedigol, gorbryder a meddyliau ymwithiol. Darparodd fy ngweithiwr ofod diogel, di-farn i mi ailadeiladu fy hyder.



**“Helpodd fy ngweithiwr cymorth fi i feithrin trefn a sefydlogrwydd gartref pan oedd pethau’n teimlo’n llethol.”**

"Roedd gorfod llywio sefyllfa anodd a newidiol iawn yn llawer haws cael Home-Start Cymru yno i helpu. O gyngor penodol, a’n helpu i ymgartrefu yn ein cartref newydd, roedden nhw yno bob cam o'r ffordd."



# Stori Claire

## » Cefndir

Fe wnes i gysylltu gyntaf â Home-Start Cymru tua 2022–23, yn ystod cyfnod anodd iawn yn fy mywyd. Roeddwn i'n profi cam-drin domestig, gan gynnwys cam-drin ar ôl gwahanu, ac roeddwn i o dan lefelau uchel iawn o straen a phwysau emosiynol. Ar yr un pryd, roeddwn i'n llywio heriau a oedd yn gysylltiedig â'm niwroamrywiaeth, ac roeddwn i'n teimlo nad oedd y gwasanaethau roeddwn i'n gweithio gyda nhw bob amser yn eu deall.

## » Cefnogaeth a ddarperir

- Cefais fy nghefnogi gan weithwyr o Home-Start Cymru, ac o'r cychwyn cyntaf, teimlais wahaniaeth gwirioneddol yn y ffordd y gwnaethon nhw weithio gyda mi.
- Roedden nhw'n dosturiol, yn ddeallus, ac yn ddi-feirniadaeth. Am y tro cyntaf, teimlais bod rhywun wirioneddol yn gwranddo arnaf ac eu bod nhw yn fy nghoelio i.
- Cymerodd fy ngweithiwr cymorth yr amser i ddeall fy sefyllfa a'm niwroamrywiad mewn ffordd nad oeddwn wedi'i phrofi yn unman arall.
- Gyda'u cefnogaeth, dechreuais wneud synnwyr o'r hyn yr oeddwn wedi bod yn ei brofi a dechrau deall y cam-drin yn gliriach. Helpodd hyn fi i deimlo'n llai caeth ac yn fwy abl i weld ffordd ymlaen.



## » Canlyniadau

- Gyda chefnogaeth barhaus, dechreuais adennill sefydlogrwydd a hyder yn araf bach. Dechreuais deimlo fy mod yn rheoli fy mywyd yn well ac yn gallu ymdopi'n well o ddydd i ddydd.
- Erbyn diwedd y gefnogaeth, roeddwn yn teimlo'n llawer gwell ac yn fwy hyderus ynof fy hun a'm sefyllfa.
- Cafodd hyn effaith gadarnhaol ar fy mhiant hefyd. Roeddwn yn gallu canolbwyntio mwy ar eu hanghenion a chreu amgylchedd mwy sefydlog a chefnogol iddyn nhw. Er nad yw pethau bob amser yn hawdd, mae fy mywyd nawr yn teimlo'n llawer mwy sefydlog nag yr oedd yn ystod y cyfnod argyfwng hwnnw.
- Tra roedd hi ar restr aros blwyddyn o hyd am gwnsela, daeth y gwirfoddolwr yn ffynhonnell hanfodol o sefydlogrwydd emosiynol gan ei helpu i reoli straen, mynd i'r afael ag unigrwydd ac adennill ymdeimlad o reolaeth yn ei bywyd.

## » Yn ei geiriau:

*“Am y tro cyntaf, roeddwn i'n teimlo fy mod i wir yn gwranddo arna i a heb gael fy marnu.” Cyn i mi dderbyn cefnogaeth, roeddwn i'n teimlo ar goll, wedi fy llethu, ac yn gwbl unig. Nawr, rwy'n deall pa mor bwysig yw cael rhywun yn wirioneddol gwranddo arna i ac ddim yn fy marnu, ac yn cymryd yr amser i'ch deall chi'n iawn.*

# Stori Hannah

## » Cefndir

Croesawodd Hannah, o Gaerffili, ei phlentyn cyntaf, ac fel llawer o rieni newydd, roedd hi'n disgwyl i'r misoedd cynnar fod yn llawen ond yn heriol. Yn lle hynny, cafodd ei hun yn cael ei llethu fwyfwy. Pam oedd Frankie tua phump i saith mis oed, roedd Hannah yn cael trafferth gydag iselder, pryder, a meddyliau ymwithiol parhaus. Cydnabu ei hymwelydd iechyd, Marie, y gallai Hannah fod yn profi Iselder Ôl-enedigol (PND) a'i chyfeirio at Home-Start Cymru am gymorth ôl-enedigol ychwanegol.

## Cefnogaeth a ddarperir



Drwy Home-Start Cymru, derbyniodd Hannah gymorth wedi'i deilwra, cofleidiol oedd yn cynnwys:

- Creu lle diogel lle gallai Hannah siarad yn agored am ei meddyliau a'i theimladau dros baned o de.
- Datblygu strategaethau ymdopi a'r hyder i ymdopi â bywyd bob dydd gyda babi ifanc.
- Llywio gwasanaethau – Creu cysylltiada â gwasanaethau hanfodol i ddechrau ailadeiladu ei bywyd.

## » Canlyniadau

- Gwelliant mewn gweithredu o ddydd i ddydd: Roedd tasgau bob dydd yn teimlo'n fwy hylaw.
- Mwy o hyder fel rhiant: Dechreuodd fwynhau mamolaeth mewn ffordd nad oedd wedi'i mwynhau ers i ei phlentyn gael ei geni.
- Dychwelyd yn llwyddiannus i'r gwaith: Gan deimlo'n fwy sefydlog a chefnogol, dychwelodd i'w rôl addysgu ddau ddiwrnod yr wythnos.
- Gwydnwch hirdymor: Er ei bod hi'n dal i gael diwrnodau pryderus a meddyliau ymwithiol, mae ganddi bellach y sgiliau i weithio drwyddynt yn annibynnol.



## Yn ei geiriau

**“Roedd fy ngweithiwr cymorth yn anhygoel, alla i ddim ei chanmol ddigon. Rwy'n meddwl amdani'n aml. Newidiodd hi famolaeth i mi, er gwell. Hebdi hi, byddwn i wedi parhau yn y lle tywyll roeddwn i ynddo.”**



# Gwirfoddoli

## Defnyddiwch eich profiad bywyd i gefnogi rhieni a phlant

Mae gwirfoddolwyr Home-Start Cymru wrth wraidd popeth a wnawn. Rydym yn chwilio am bobl sy'n dod â phrofiad rhianta, gofalu neu brofiad proffesiynol ac sydd eisiau defnyddio'r ddealltwriaeth honno i gefnogi teuluoedd yn ystod cyfnodau heriol. Nid oes angen i chi fod yn arbenigwr. Mae llawer o'n gwirfoddolwyr yn rhieni, neiniau a theidiau, gofaluwyr, neu bobl sydd wedi gweithio mewn addysg, iechyd, gofal plant, cymunedol neu rolau gofalu. Yr hyn sydd bwysicaf yw caredigrwydd, empathi, dibynadwyedd a pharodrwydd i wrando heb farnu gan helpu rhieni i deimlo'n llai ynysig, yn fwy hyderus ac yn fwy abl i ymdopi.

### Beth fyddwch chi'n ei wneud

**Byddwch chi'n treulio tua dwy awr yr wythnos gyda theulu yn cynnig cefnogaeth syml ac ymarferol:**

- Gwrando pan fydd pethau'n teimlo'n llethol.
- Helpu i feithrin Trefn rheolaidd a hyder.
- Annog amser cadarnhaol rhwng rhiant a phlentyn.
- Cysylltu teuluoedd â chefnogaeth leol.

*Mae gweithredoedd bach yn bwysig. Dros amser, maent yn meithrin ymddiriedaeth a hyder.*

Drwy rannu eich amser a'ch profiad, gallwch chi helpu rhieni i deimlo'n llai ynysig, yn fwy hyderus ac yn gallu ymdopi'n well.

### Yr effaith a gewch chi

**Mae teuluoedd yn dweud wrthym eu bod nhw:**

- Feel less isolated.
- Gain confidence as parents.
- Build stronger relationships at home.
- Feel more able to cope.

*Mae eich amser yn creu newid go iawn.*

**“Gall bod yno i deulu fod yn wirioneddol bwysig. Mae'n un o'r pethau mwyaf gwerth chweil rydw i wedi'i wneud.”**

# Gwnewch wahaniaeth - byddwn yn eich cefnogi bob cam o'r ffordd

## Byddwch chi'n cael eich cefnogi'n llawn

Cyn i chi ddechrau, byddwch chi'n cwblhau hyfforddiant paratoi (**tua 20 awr**).

### Byddwch chi'n dysgu am:

- Diogelu a ffiniau
- Cefnogi teuluoedd yn effeithiol
- Lles a datblygiad plentyn

### Unwaith i chi ddechrau, bydd gennych chi:

- Goruchwyliaeth reolaidd
- Hyfforddiant parhaus
- Cefnogaeth gan staff profiadol
- Cymuned wirfoddolwyr ehangach

## Diogel a chefnogol

Mae pob gwirfoddolwr yn cwblhau proses recriwtio fwy diogel:

- Sgwrs anffurfiol
- Cyfeiriadau
- Gwiriad DBS Manwl

Mae hyn yn helpu i gadw teuluoedd a gwirfoddolwyr yn ddiogel.

## Yr hyn y byddwch chi'n ei ennill

Mae gwirfoddolwyr yn aml yn dweud wrthym eu bod nhw:

- Teimlo'n fwy hyderus
- Dysgu sgiliau newydd
- Meithrin cysylltiadau yn eu cymuned
- Teimlo'n rhan o rywbeth ystyrlon

## Yn barod i gymryd rhan?

**Ewch i:** [volunteering.homestartcymru.org.uk](http://volunteering.homestartcymru.org.uk)

**E-bost:** [volunteering@homestartcymru.org.uk](mailto:volunteering@homestartcymru.org.uk)

**Sganiwch:** Cod Bar QR i gofrestru eich diddordeb

**Rhowch eich amser.**

**Newidiwch stori teulu.**



# Stori Diana

## “Roeddwn i eisiau rhoi rhywbeth yn ôl”

Pan ddaeth Diana yn rhiant, roedd hi'n byw dramor oherwydd gwaith ei phartner. Roedd bod i ffwrdd o'r DU yn golygu nad oedd ganddi fynediad hawdd at berthnasau na rhwydweithiau cymorth cyfarwydd. Yn ystod cyfnod pan oedd bywyd teuluol yn teimlo'n newydd ac yn heriol, profodd yr unigedd a'r ansicrwydd y mae llawer o rieni yn eu hwynebu wrth fagu plant ifanc heb gyngor dibynadwy wrth law.

Flynnyddoedd yn ddiweddarach, arhosodd y profiadau hynny gyda hi a llunio ei phenderfyniad i wirfoddoli.

Ymunodd Diana â Home-Start Crawley, Horsham a Chanolbarth Sussex gyntaf, gan gwblhau cwrs paratoi wyneb yn wyneb chwe wythnos. Mae hi'n disgrifio'r hyfforddiant fel un "rhagorol" ac yn dweud bod dysgu ochr yn ochr â gwirfoddolwyr eraill wedi ei helpu i feithrin hyder.

"Roedd hi'n help bod gyda phobl eraill ac roedd chwarae rôl yn helpu ni i gyfathrebu a thorri'r iâ."

Yn 2021, parhaodd Diana â'i thaith trwy ymuno â Home-Start Cymru trwy brosiect Powys. Roedd hyn yn ystod pandemig COVID-19 pan ddarparwyd hyfforddiant ar-lein fel rhan o strwythur cenedlaethol newydd. Er bod hyn yn teimlo'n wahanol iawn, addasodd a pharhaodd yn ymrwymedig i gefnogi teuluoedd yn ei chymuned. Mae hi'n cofio teimlo'n hynod o nerfus cyn cwrdd â'i theulu cyntaf.

“Dydych chi ddim yn meddwl y byddwch chi'n gallu gwneud llawer o ddaioni... rydych chi'n poeni y gallech chi waethygu pethau.”



Gyda sicrwydd gan gydlynwyr a pharu gofalus, daeth Diana o hyd i'w hyder yn raddol. Dros amser, mae hi wedi cefnogi teuluoedd sy'n wynebu heriau cymhleth, gan gynnwys anableded parhaus, achosion llys teulu, pwysau mewnfudo, ac, yn fwy diweddar, cefnogi teulu sy'n profi unigedd sy'n gysylltiedig ag anghenion niwroddatblygiadol plant. Trwy ymweliadau cyson, anogaeth a chefnogaeth ymarferol, mae Diana wedi gweld sut y gall camau gweithredu bach arwain at newid ystyrion.

**“Rydych chi'n sylweddoli bod gennych chi rhywbeth i'w roi... a faint y gall hyd yn oed ychydig bach o fewnbwn newid pethau i rywun.”**

Mae gwirfoddoli hefyd wedi cael effaith gadarnhaol ar lesiant Diana ei hun.

**“Mae fy hyder wedi gwella'n bendant... mae'n helpu fy iechyd meddwl ac yn rhoi ymdeimlad o bwrpas i mi.”**

“Yn rhyfedd ddigon, gall ffarwelio fod yr eiliad fwyaf gwerth chweil. Rydych chi'n gwybod bod y gwaith wedi'i wneud am y tro a bod y teulu'n barod i symud ymlaen.”

**“Mae gwirfoddoli yn rhoi boddhad gwirioneddol i mi. Rwy'n gwybod fy mod i'n rhoi rhywbeth yn ôl i gymdeithas.”**

# Adolygiad Ariannol

Mae Home-Start Cymru yn parhau i reoli ei gyllid yn ddoeth, gan gydbwyso uchelgais â ffocws cryf ar reoli risg, atebolrwydd a chynaliadwyedd hirdymor. Mae ein dull ariannol yn sicrhau bod adnoddau'n cael eu canolbwyntio lle maen nhw bwysicaf - cefnogi teuluoedd - gan gynnal y systemau, y llywodraethiant a'r cronfeydd wrth gefn sydd eu hangen i weithredu'n ddiogel ac yn gyfrifol. Ar ddiwedd y flwyddyn, mae ein sefyllfa ariannol yn adlewyrchu hyn. Cyfanswm yr incwm oedd £1,629,698.67 yn erbyn gwariant o £1,581,445.49, gan arwain at warged cadarnhaol o £48,253.18. Mae'r canlyniad hwn yn cryfhau ein cronfeydd wrth gefn ac yn darparu sylfaen sefydlog wrth i ni barhau i gynyddu ein heffaith ar deuluoedd ledled Cymru.

## Sut rydym yn defnyddio ein hadnoddau

Mae ein proffil gwariant yn dangos ymrwymiad clir a chyson i'r gwaith sy'n cael ei gyflawni ar y rheng flaen ar y rheng flaen:

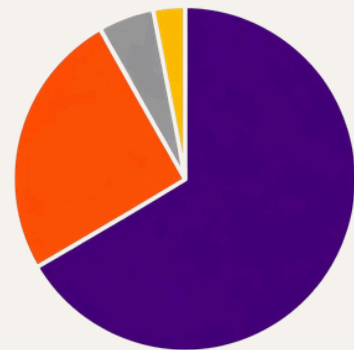
- Mae 90.5% o gyfanswm y gwariant gweithredu yn cael ei fuddsoddi'n uniongyrchol mewn darparu gwasanaethau, a'n gweithlu. Caiff y staff a'r gwirfoddolwyr sy'n cefnogi'r teuluoedd eu cynnwys yn y gwariant hwn hefyd, ochr yn ochr â'r hyfforddiant a'r goruchwyliaeth, a'r adnoddau sy'n caniatáu ymarfer diogel o ansawdd uchel.
- Costau seilwaith a llywodraethu: dim ond 9.5% o gyfanswm y gwariant mae hyn yn ei gynrychioli yn ei gynrychioli. Mae'r costau hyn yn gymedrol ac wedi'u rheoli'n llym, ac yn cynnwys meysydd hanfodol fel systemau diogelu, seilwaith digidol, sicrwydd proffesiynol a goruchwyliaeth ariannol.

## Mae'r cydbwysedd hwn yn adlewyrchu ein hymrwymiad i:

- Blaenoriaethu cymorth uniongyrchol i blant a theuluoedd
- Cynnal diogelu, ansawdd ac atebolrwydd cryf
- Defnyddio arian cyhoeddus ac elusennol yn effeithlon ac yn dryloyw

## O ble mae ein hincwm yn dod

Er bod cyllid statudol ac awdurdodau lleol lleol yn parhau i fod yn brif ffynhonnell incwm i ni, mae Home-Start Cymru wedi cymryd camau bwriadol a chynaliadwy i leihau dibyniaeth ar unrhyw un ffrwd ariannu.



- Statutory – Local Authority, Health Boards, WAG
- Trusts and Foundations, Lottery, HSUK
- Corporate grants and partnerships
- Individual and Community

## Gwnaed cynnydd sylweddol y llynedd yn:

- Ehangu cyllid ymddiriedolaethau a sefydliadau aml-flwyddyn
- Tyfu incwm corfforaethol y tu hwnt i ddisgwyliadau
- Cynyddu lefelau incwm anghyfyngedig i gefnogi costau craidd ac arloesedd

Mae'r arallgyfeirio hwn yn cryfhau gwydnwch sefydliadol ac yn lleihau'r effaith pan fo newid yn y comisiynu i gomisiynu neu newidiadau polisi, yn enwedig o fewn amgylchedd ariannu cyhoeddus heriol.

# Rheolaethau ariannol

## Cyflwyno cyllideb gytbwys gyda rheolaethau cryf

Mae Bwrdd a'r UDA yr elusen yn cynnal fframwaith cyllidebu a monitro cadarn, gyda'r ymddiriedolwyr efo trosolwg glir ar bob dim. Mae penderfyniadau gwariant wedi'u wedi'u hymochri'n agos â blaenoriaethau strategol, ac mae perfformiad ariannol yn cael ei adolygu'n rheolaidd.

## Adeiladu cronfeydd wrth gefn ar gyfer cynaliadwyedd hirdymor

Ym mis Rhagfyr 2025, roedd y cronfeydd wrth gefn rhydd yn £381k, yn unol â'r lefel a nodir ym Mholisi Cronfeydd Wrth Gefn y sefydliad.

## Mae cynnal cronfeydd wrth gefn o fewn y trothwy cytunedig hwn yn galluogi Home-Start Cymru i:

- Rheoli bylchau ariannu a thrawsnewidiadau yn ddiogel
- Amsugno sioc ariannol tymor byr
- Buddsoddi mewn capasiti sefydliadol a chynaliadwyedd yn y dyfodol heb beryglu darpariaeth rheng flaen

Mae'r Ymddiriedolwyr a'r Uwch Dîm Arweinyddiaeth yn adolygu y cronfeydd rheolaidd i sicrhau eu bod yn parhau i fod yn briodol, yn gymesur ac yn cyd-fynd â risg y sefydliad.



---

# Diolchiadau

Hoffem estyn ein diolch i'n comisiynwyr, rhoddwyr dyngarol, cefnogwyr a chodwyr arian. Mae eu hysbryd hael nid yn unig wedi cyfoethogi Home-Start Cymru ond hefyd wedi gosod sylfaen ar gyfer ein twf a'n cynllunio ar gyfer y dyfodol.

## Byrddau Iechyd ac Awdurdodau Lleol:

Cyngor Sir Ynys Môn  
Cyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili  
Cyngor Caerdydd  
Merthyr County Council  
Powys County Council  
Rhondda Cynon Taf County Council  
Rhyl Town Council  
Swansea County Council  
Cyngor Sir Torfaen  
Cyngor Dinas Casnewydd  
Cyngor Sir Benfro

## Ymddiriedolaethau Elusennol a Phartneriaid Corfforaethol:

Anthony & Elizabeth Mellows Trust  
Asda  
Burbo Bank Wind Farm  
Charities Aid Foundation  
Children in Need  
Dulverton Trust  
Forage  
Garfield Weston  
Gwynt Y Mor Community Fund via CVSC  
Gwynt Y Mor Wind Farm  
Hartsheath Charitable Trust  
Henry Smith Foundation  
Home-Start UK  
Moondance Foundation  
National Lottery Community Fund  
Postcode Lottery  
Richer Sounds Foundation  
SEDA  
Simon Gibson Charitable Trust  
Steve Morgan  
Tesco  
The Alchemy foundation  
The Goodman Foundation  
The Talisman Trust  
Waterloo Foundation  
Wales & West Utilities



---

# Datganiad cloi

Wrth i ni fyfyrto ar y flwyddyn ddiwethaf, yr hyn sy'n sefyll allan fwyaf yw'r cryfder rhyfeddol yr ydym wedi'i weld mewn teuluoedd ledled Cymru tra'n wynebu heriau cynyddol. Mae ein staff a'n gwirfoddolwyr yn gweld hyn bob dydd. Mae pob newid cadarnhaol a adlewyrchir yn yr adroddiad hwn o ganlyniad i'r ymdrech honno; i ymroddiad ein gwirfoddolwyr, proffesiynoldeb ein timau staff, ac yn anad dim, cyflawniadau'r teuluoedd eu hunain.

Wrth edrych ymlaen, mae Home-Start Cymru yn paratoi ar gyfer pennod newydd o dwf, gwydnwch ac effaith. Dros y pedair blynedd nesaf, byddwn yn:

- gwrando hyd yn oed yn yn fwy ar deuluoedd ar deuluoedd a gwirfoddolwyr, gan sicrhau bod eu profiadau'n llunio sut mae ein gwasanaethau'n cael eu cynllunio, eu darparu a'u gwella.
- cryfhau ein llais cenedlaethol ym mholisi Cymru, trwy ddulliau sy'n seiliedig ar hawliau gan gynnwys NEST a CRIA, fel bod cymorth cynnar yn cael ei gydnabod fel rhywbeth hanfodol yn hytrach na rhywbeth dewisol.

Drwy barhau i adeiladu sylfaen ariannol eang a gwydn, gallwn sicrhau bod Home-Start Cymru yn parhau i fod yn ffynhonnell gymorth sefydlog a dibynadwy i deuluoedd am flynyddoedd i ddod. Er mwyn diwallu anghenion sy'n dod i'r amlwg, rydym yn ehangu ein modelau gweithredu. Mae hyn yn cynnwys llwybrau amenedigol newydd, grwpiau blynyddoedd cynnar, cymorth niwroamrywiaeth a darpariaeth ddigidol sy'n adlewyrchu sut mae teuluoedd eisiau derbyn cymorth.

Rydym yn buddsoddi mewn systemau digidol, diogelu, data a seilwaith sefydliadol fel bod ein gwasanaethau'n parhau i fod o ansawdd uchel, yn ddiogel ac yn seiliedig ar dystiolaeth. Bydd y sylfaen hon yn cefnogi datblygiadau pellach mewn iechyd meddwl amenedigol, parodrwydd ar gyfer yr ysgol, cymorth niwroddatblygiadol a gwaith grŵp cymunedol - gan sicrhau bod ein model yn addasu i anghenion esblygol plant a theuluoedd ledled Cymru.

Bydd cyflawni'r weledigaeth hon yn gofyn am gydweithio gydag eraill. Dim ond oherwydd haelioni ac ymrwymiad comisiynwyr, ymddiriedolaethau elusennol, partneriaid corfforaethol, gwirfoddolwyr a chefnogwyr cymunedol y mae ein gwaith eleni wedi bod yn bosibl.

Mae eich cred yn ein cenhadaeth yn ein galluogi i gynnig cymorth cynnar sy'n bersonol, yn yn briodol ac wedi'i seilio ar garedigrwydd.

I bawb sydd wedi ein cefnogi, wedi partneru â ni neu wedi credu yn ein gwaith eleni: diolch. Rydym yn hynod o ddiolchgar.

Gyda'n gilydd, gallwn barhau i feithrin hyder, lleihau unigedd a rhoi'r dechrau cryfaf posibl mewn bywyd i blant ledled Cymru.



**Jayne Drummond**  
**Prif Swyddog Gweithredol**  
**Home-Start Cymru**

# Cysylltiadau Allweddol

Mae pob cyfraniad, boed yn ariannol, yn ymarferol neu drwy roi eich amser, yn cryfhau ein gallu i sefyll gyda theuluoedd trwy adegau heriol a chyfnewidiol. Rydym yn croesawu sgysiau gyda phartneriaid, cefnogwyr, ac unrhyw un sydd â diddordeb mewn cyfrannu at ein gwaith. Os hoffech ein cefnogi, cymryd rhan, cydweithio, neu ddysgu mwy am ein gwaith, dyma sut i gysylltu â ni.

---

## Ymholiadau Cyffredinol

[info@homestartcymru.org.uk](mailto:info@homestartcymru.org.uk)  
Phone: 0333 880 0014

## Ymholiadau gwirfoddoli

[www.volunteering.homestartcymru.org.uk](http://www.volunteering.homestartcymru.org.uk)  
[volunteering@homestartcymru.org.uk](mailto:volunteering@homestartcymru.org.uk)

## Partneriaethau a Chodi Arian

Iestyn Evans, Head of Development  
[ievans@homestartcymru.org.uk](mailto:ievans@homestartcymru.org.uk)

## Media Enquiries

Dan Broderick, PR & Communications Manager  
[dbroderick@homestartcymru.org.uk](mailto:dbroderick@homestartcymru.org.uk)

## Policy & Public Affairs

Izzabella James, Public Affairs and Engagement Manager  
[ijames@homestartcymru.org.uk](mailto:ijames@homestartcymru.org.uk)

# HOME START



**Cymru**

**Home-Start Cymru  
11-13 Penhill Road  
Pontcanna  
Cardiff  
CF11 9PQ**

**[www.homestartcymru.org.uk](http://www.homestartcymru.org.uk)**