

## Gwasanaethau Arbenigol Trais yn erbyn Merched, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol yng Nghanolbarth a Gorllewin Cymru

**Llinell Gymorth Genedlaethol Byw Heb Ofn Cymru:** 0808 80 10 800

Llinell gymorth 24 awr sy'n cynnig cyngor a gwybodaeth i orosywyr, eu teuluoedd a gweithwyr proffesiynol. Mae'r llinell gymorth yn dal gwybodaeth am wasanaethau cyffredinol ac arbenigol perthnasol ledled Cymru.

### **Bawso**

Nid yw BAWSO yn cael eu hariannu ar hyn o bryd i ddarparu gwasanaethau yn y Canolbarth a'r Gorllewin, ond byddant yn rhoi cyngor dros y ffôn ar anghenion pobl dduon a lleiafrifoedd ethnig pan allant wneud hynny.

Llinell gymorth 24 awr **0800 7318147**

### **Gwasanaeth Trais Domestig Calan**



Yn darparu lloches a chymorth cymunedol yn Ne Powys. Cymorth Lloches yn Nyffryn Aman, Sir Gaerfyrddin. Cymorth 1 i 1 i blant ar draws De Powys. Rhaglen DASH (i blant a phobl ifanc) ar gael yn ardal Dyffryn Aman. Rhaglen Ysbrydoli Teuluoedd (cymorth i'r teulu cyfan), Pecyn Cymorth Adfer a Rhaglen Rhyddid i ferched y mae cam-drin domestig wedi effeithio arnynt, Rhaglen Cwmpas (rhaglen adfer i ddynion) a phrosiect Cynhwysiant Gweithredol (prosiect cymorth sydd â'r nod o leihau anweithgarwch economaidd a gwella cyflogadwyedd pobl ddifreintiedig) sydd ar gael ym mhob ardal lle y mae Calan yn darparu cymorth.

Aberhonddu – 01874 625146

Dyffryn Aman – 01269 597474



### **Gwasanaeth Cam-drin Domestig Caerfyrddin:**

Yn darparu cymorth lloches i ferched a phlant, gan gynnwys cymorth penodol i blant mewn lloches. Gwasanaeth galw heibio. Cymorth sydd ar gael yn y gymuned i oedolion a phlant. Rhaglen DASH (ar gyfer plant a phobl ifanc 0-16, y mae cam-drin domestig wedi effeithio arnynt); Prosiect Mentora Gwledig, Hyfforddwr Arian.

Swyddfa: 01267 238410 Lloches: 01267 234725 Galw Heibio Un Stop (10 – 1 ar ddyddiau'r wythnos) 01267 238410, Canolfan Ddydd Myrddin cynt, Lle Cambria, Caerfyrddin SA31 1QG.



### **Hafan Cymru**

Yn darparu gwasanaeth lloches a Siop Un Stop yn Sir Benfro. Gwasanaethau Cyngorwr Trais Domestig Annibynnol ar draws Dyfed Powys. Llety â chymorth a chymorth ar wasgar i ferched agored i niwed a'u teuluoedd yn Sir Benfro, Sir Gaerfyrddin a Phowys.

Caerfyrddin: 01267 225555

Sir Benfro (Hwlfordd): 01437 768671

Powys (Aberhonddu): 01874 620030

### **Canolfan Argyfwng Teuluol Sir Drefaldwyn**

Lloches i fenywod, a lloches ar wahân i ddynion. Cymorth penodol i blant mewn lloches. Cymorth cymunedol hefyd ar gael. Rhaglen Rhyddid a'r rhaglen Pecyn Cymorth Adfer ar gael i orosywyr er mwyn dod dros eu profiadau. Clwb SEREN, cymorth 1:1 a therapi chwarae ar gael i blant sydd wedi profi cam-drin domestig er mwyn gwella o'u profiadau.

01686 639114

Tŷ Canol, Y Drenewydd SY16 1AL





### **Llwybrau Newydd**

Cwncwysela i oedolion sydd wedi profi trais rhywiol a gwasanaeth cwncwysela i blant (3-17) sydd wedi profi trawma. Canolfannau Atgyfeirio Ymosodiadau Rhywiol (SARC) a gwasanaeth Cynghorwr Trais Rhywiol Annibynnol yn Aberystwyth, Caerfyrddin a'r Drenewydd. Mae Llwybrau Newydd yn darparu hyfforddiant ar bob agwedd ar drais rhywiol a materion cysylltiedig ledled Cymru.

Aberystwyth 01970 610124

SARC Bow Street 01970 610124

SARC Caerfyrddin 01267 235464

SARC y Drenewydd 01267 226166

### **Prosiect Cwncwysela Seren**

Gwasanaeth cwncwysela un-i-un i oedolion sydd wedi goroesi cam-drin rhywiol yn ystod plentyndod yn Sir Gaerfyrddin, Ceredigion a Sir Benfro.

Ffôn: 0845 4561657 neu 01654 700659 Blwch Post 24. Abergwaun, SA65 0AH

### **Trothwy**



Lloches a chefnogaeth gymunedol yn ardal Llanelli yn Sir Gaerfyrddin. Rhaglen Ymyrryd Cynnar mewn Teuluoedd, prosiect Dewisiadau (rhaglen newid ymddygiad ar gyfer partneriaid sy'n cam-drin, sy'n cynnwys gweithiwr diogelwch merched). Gwasanaethau cymorth i ddiodefwrwr gwrywaidd. Gwasanaethau cwncwysela. Rhaglenni adfer ar gyfer goroeswyr (Rhaglen Rhyddid, Pecyn Cymorth Adfer). Prosiect Y (rhaglen ymyrryd yn gynharach i bobl ifanc sydd mewn perygl neu y mae cam-drin domestig wedi effeithio arnynt, gan gynnwys cyfryngu). Rhaglen DASH (ar gyfer plant a phobl ifanc 0-16, y mae cam-drin domestig wedi effeithio arnynt).

Ffôn: 01554 752422 32 Heol yr Orsaf, Llanelli SA15 1AW



### **Gwasanaeth Cam-drin Domestig Gorllewin Cymru**

Lloches, llety symud ymlaen, cefnogaeth gymunedol a gweithiwr neilltuol ar gyfer plant yng Ngheredigion. Siop Un Stop yn Aberystwyth. Hefyd yn darparu Rhaglen Rhyddid, Pecyn Cymorth Adfer (rhaglenni adfer i oedolion sydd wedi goroesi), rhaglen SEREN (rhaglen adfer i blant a phobl ifanc ar gyfer y rhai y mae cam-drin domestig wedi effeithio arnynt), a mynediad at gwncwysela.

Aberteifi: **01239** 615700

Aberystwyth: 01970 612225

Siop Un Stop: 42 Ffordd Portland, Aberystwyth