

Gwasanaethau Cymorth mewn Profedigaeth Sands

Mae Sands yma i achub bywydau babanod a chefnogi unrhyw rai y mae colli beichiogrwydd neu farwolaeth babi wedi effeithio arnynt. Mae ein Gwasanaethau Cymorth mewn Profedigaeth yn cynnig manau diogel i chi alaru a dod o hyd i gymorth, p'un a ydych yn riant, yn frawd neu'n chwaer, yn nain neu'n daid, yn un o weithwyr proffesiynol y GIG neu'n ffrind. Mae ein tîm yn cynnwys Swyddogion Gwasanaethau Cymorth mewn Profedigaeth, cwmselwyr ac aelodau cymwysedig eraill o staff. Dyma ychydig yn unig o'r hyn rydym yn ei wneud:

Rydym yn cynnig gwasanaethau gwrando:



Llinell Gymorth am Ddim 0808 164 3332



E-bost helpline@sands.org.uk



Gwasanaeth sgwrs gymorth Sands drwy ein gwefan sands.org.uk

Rydym yn helpu pobl y mae colli beichiogrwydd neu farwolaeth babi wedi effeithio arnynt i gefnogi ei gilydd drwy'r dulliau canlynol:

- Cymuned ar-lein Sands, sy'n cynnig cefnogaeth gan gymheiriaid 24 awr y dydd, wedi'i gymedroli gan staff
- Grwpiau cymorth ar Facebook, gan gynnwys grŵp i ddynion
- Cyfarfodydd grwpiau cymorth ar-lein a gynhelir gan staff Cymorth mewn Profedigaeth

Rydym yn helpu cannoedd o wirfoddolwyr ledled y DU i gynnal:

- Grwpiau cymorth lleol wyneb yn wyneb ac ar-lein
- Cymorth seiliedig ar weithgareddau gan gynnwys cerdded a sgwrsio, corau, a thimau pêl-droed Sands United



Rydym yn creu ac yn darparu adnoddau am ddim ar gyfer creu atgofion a thyfu drwy alar, a hynny i ysbytai a hefyd yn uniongyrchol i bobl sydd wedi colli beichiogrwydd neu wedi colli babi:



Blychau cof, sy'n cynnig lle i deuluoedd greu eu hatgofion eu hunain drwy gydol eu taith galar



Tystysgrifau geni sydd wedi'u dylunio mewn modd sensitif



Llyfr Cymorth mewn Profedigaeth, sydd ar gael ar ffurf copi caled neu ffeil i'w lawrlwytho, ac fel un llyfr neu lyfrynau unigol, gyda gwybodaeth am amrywiaeth o bynciau gan gynnwys heriau corfforol ac emosiynol, trefnu angladd, a dychwelyd i'r gwaith



Gweithgareddau wedi'u hargraffu a rhai y gellir eu lawrlwytho ar gyfer plant a phobl ifanc



Canllawiau ar gyfer pobl a gafodd brofedigaeth amser maith yn ôl, gan gynnwys unrhyw rai sydd am olrhain bedd babi



Gwybodaeth i bobl sy'n mynd drwy broses adolygiad neu ymchwiliad

Mae rhai o'n grwpiau a'n hadnoddau yn agored i unrhyw rai y mae colli beichiogrwydd neu farwolaeth babi wedi effeithio arnynt. Mae eraill wedi'u bwriadu ar gyfer cymunedau neu berthnasau penodol, megis partneriaid. Diben hyn yw sicrhau bod lle diogel ar gael i bawb lle y gallant deimlo eu bod yn cael eu croesawu a'u bod yn werthfawr ac yn gyfartal. Mae ein holl adnoddau ar gael mewn ieithoedd gwahanol. Gallwch gael rhagor o wybodaeth yma: sands.org.uk/support