

## **Pwnc a Drafodir - Atgofion**

### **Lefelau 1-3**

**Amser** - cyflwynir mewn 2 sesiwn 3.5 awr gydag o leiaf 2 wythnos rhyngddynt.

**Nodau ac amcanion** Dau weithdy hanner diwrnod ar ddefnyddio hel atgofion mewn gofal dementia. Bydd pob gweithdy'n rhoi gwybodaeth sylfaenol am ddulliau hel atgofion a'r nod yw galluogi staff i ddatblygu sgiliau sydd ganddynt eisoes trwy ddysgu drwy brofiad. Mae'r cyfnod rhwng sesiynau'n galluogi staff i ddychwelyd i'w mannau gwaith i weithio ar aseiniadau ar gyfer cyflwyniadau yn sesiwn 2.

**Amcanion Gweithdy 1** - rhoi rhagarweiniad i hel atgofion, y sail resymegol y tu ôl i hynny a thystiolaeth o'i ddefnyddio mewn gofal dementia.

Dylai'r gweithdy alluogi staff i weld gwerth hel atgofion a manteision hynny i'r sawl sy'n dioddef o ddementia. Bydd y gweithdy'n galluogi'r rhai fydd yno i ddysgu sgiliau newydd, datblygu sgiliau sydd ganddynt eisoes, datblygu adnoddau a darganfod sut i ddefnyddio celfyddydau creadigol.

**Amcanion Gweithdy 2** - cyflwyno gwaith project, cynllunio a datblygu gweithgareddau hel atgofion yn y gweithle.

Mae'r rhai fydd yno'n dangos sut maent wedi rhoi gwybodaeth ar waith, deall sut mae gan waith ar stori bywyd swyddogaeth werthfawr mewn asesu a chynllunio gofal, a deall goblygiadau hwyluso gweithgareddau ar hel atgofion.

Cwrs/rhaglen ddysgu

### **Gweithdy 1**

- Trosolwg o hel atgofion - hanes a datblygiad
- Cydnabod amcanion a gwerth gwaith ar hel atgofion
- Arfer da - egwyddorion
- Sgiliau hwyluso - 1:1 a gwaith grŵp - ymarferion ymarferol
- Adnabod themâu a diddordebau
- Project ymarferol - aseiniad - creu gwaith ar stori bywyd - llyfrau a bocsys

### **Gweithdy 2**

- Cyflwyno projectau
- Gwaith ar stori bywyd a chynllunio gofal
- Gwaith ymarferol - defnyddio'r celfyddydau mewn hel atgofion
- Ymdrin ag anawsterau
- Gwaith ymarferol - I ba raddau y gall cerddoriaeth/caneuon fod yn effeithiol mewn hel atgofion.

### **Cyfyngau dysgu**

Darlith, PowerPoint, enghreifftiau gweledol o hel atgofion, DVD o hel atgofion ar waith, taflenni, deunyddiau adnodd, sesiynau ymarferol mewn sgiliau hwyluso, gwaith grŵp seiliedig ar brofiad, arddangosiadau, llyfrau stori bywyd. Mae'r costau'n dibynnu p'un a gynhelir y cwrs gan

DSDC neu y caiff ei gomisiynu gan sefydliad unigol.

