

Mark Hopkins

Rheolwr Gwasanaethau Tai â Chymorth
Family Housing Association (Wales) Ltd

Pam rydym wedi llofnodi'r addewid

Mae llofnodi Addewid Amser i Newid Cymru wedi dangos ein hymrwymiad i gydnabod bod iechyd meddwl ein staff yr un mor bwysig â'u hiechyd corfforol. Mae hyn yn hollbwysig i sefydliad fel ni, sy'n darparu gwasanaethau arbenigol ar gyfer tai â chymorth i bobl â salwch meddwl. Mae sicrhau bod staff ar lefel uwch yn ymrwymo i hyn wedi bod yn hanfodol, er mwyn dangos pa mor bwysig yw iechyd meddwl ein gweithwyr i ni.

Sut mae hyrwyddo ymwybyddiaeth o iechyd meddwl

Rydym wedi gweld mai'r ffordd fwyaf effeithiol o godi ymwybyddiaeth o iechyd meddwl yn FHA yw drwy flogiau sydd wedi cael eu hysgrifennu gan aelodau staff a staff ar lefel uwch, sy'n dangos sut mae iechyd meddwl yn effeithio ar eu bywydau ac yn tynnu sylw at y cymorth sydd ar gael yn y sefydliad. Yn sgil hynny, dydy iechyd meddwl ddim yn bwnc mor tabŵ bellach, ac mae staff wedi bod yn cael cymorth yn gynt nag y bydden nhw fel arall.

Rydym wedi tynnu sylw at y gwasanaethau iechyd meddwl sydd ar gael yn fewnol ac yn allanol i staff FHA, drwy gynnal nifer o ddiwyddiadau hyrwyddo ynghylch Amser i Newid Cymru, a drwy fynd ati i gymryd rhan mewn digwyddiadau cenedlaethol a lleol – fel Diwrnod Iechyd Meddwl y Byd.

Sut mae hyn yn helpu'r gweithle

Gan fod gennym Hyrwyddwyr y Gweithwyr drwy'r cynllun Amser i Newid, mae hi'n haws i'n staff ddod o hyd i rywun i gael sgwrs os oes angen help arnyn nhw. Mae hefyd yn golygu bod iechyd meddwl staff yn cael ei gynrychioli drwy'r gwahanol grwpiau cynllunio rydym yn eu cynnal yn y sefydliad. Hefyd, rydym wedi gweld manteision paratoi staff ar lefel uwch a rheolwyr llinell i gael sgwrsiau â'u staff am iechyd meddwl, er mwyn i reolwyr allu gweld yn well pa unigolion sydd angen help cyn gynted â phosib.