|  |  |
| --- | --- |
| Description: C:\Users\val.jones\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary Internet Files\Content.Outlook\1004CWDK\WESTERN BAY ADOPT LOGO service.jpg | ***Blwch Post a gwerth cadw mewn cysylltiad yn ddiogel*** |

**Beth yw’r Gwasanaeth Blwch Post?**

Mae’r Gwasanaeth Blwch Post yn system sy’n hwyluso cyfnewid gwybodaeth ysgrifenedig rhwng perthnasau biolegol a rhieni mabwysiadol ar ran plentyn sydd wedi cael ei fabwysiadu, er budd y plentyn sy’n bwysig i bawb ohonoch chi.

**Pwy all ddefnyddio’r Gwasanaeth Blwch Post?**

Mae’r cyswllt rhyngoch chi, y teulu mabwysiadol, a’r bobl a wnaeth gyfraniad arwyddocaol at fywyd eich plentyn mabwysiedig:

* Rheini biolegol
* Chwiorydd neu frodyr y plentyn sy’n byw gyda’r teulu biolegol neu yn rhywle arall
* Neiniau a Theidiau
* Gofalwyr maeth a wnaeth ofalu am y plentyn

**Pam rydym ni’n cynnig y Gwasanaeth Blwch Post?**

Mae bywydau pawb sydd â chysylltiad personol â mabwysiadu plentyn yn gysylltiedig. Ers tro, deellir fod cynnal rhyw fath o gyswllt yn fuddiol i bawb sy’n rhan o hynny yn gyffredinol, ac mae ymdeimlad o hanes personol a dilyniant yn hanfodol i ddatblygiad emosiynol person ifanc.

Mae Gwasanaeth Mabwysiadu Bae’r Gorllewin yn cynnig y Cynllun Cyswllt Blwch Post, sydd yn ei hanfod yn darparu dull cadarnhaol a diogel i blant/pobl ifanc, eu rhieni mabwysiadol a rhieni biolegol i gadw mewn cysylltiad. Mae’r daflen hon yn egluro sut mae’r cynllun Blwch Post yn gweithio. Rydym ni wedi cynnwys atebion cyffredinol i’r cwestiynau a gaiff eu gofyn i ni yn fwyaf cyffredin, ond fe wnaiff trefniadau unigol amrywio. Gallwch chi drafod hyn yn fanwl â’ch Gweithiwr Cymdeithasol neu Gydlynydd enwebedig y Cynllun Blwch Post.

**Beth yw Buddion Cadw mewn Cysylltiad â theulu biolegol fe mhlentyn mabwysiedig?**

**Sut fydd y gwasanaeth Bwch Post yn llesol i mi ac i fy mhlentyn mabwysiedig?**

**Buddion i’r plentyn:**

* Fel y gwyddoch chi, ni fydd bywyd plentyn yn cychwyn ar y diwrnod y caiff ei fabwysiadu. Gall cadw mewn cysylltiad â pherthnasau biolegol helpu plant mabwysiedig i ddeall hanes eu teulu.
* Gall cadw mewn cysylltiad a chysylltu’n ddiogel er gwneud hi’n haws i’ch plentyn ddod i ddeall a derbyn ei hanes personol. Gall hefyd gynnig ymdeimlad o barhad yn ei fywyd a helpu’ch plentyn mabwysiedig i ymlynu wrthoch chi.
* Mae oedolion a gafodd eu mabwysiadu yn ystod eu plentyndod wedi dweud pa mor bwysig oedd hi iddynt allu cael gwybod am eu gorffennol ac am eu gwreiddiau.
* Nod y gwasanaeth Blwch Post yw helpu’ch plentyn i gynefino â’i deulu mabwysiadol a theimlo’n gyfforddus ynghylch ei wreiddiau.
* Mae ymchwil a’n profiad ein hunain o helpu teuluoedd mabwysiadol wedi dangos y bydd y plentyn yn tyfu â safbwynt a dealltwriaeth fwy realistig o’i berthnasau biolegol lle bydd cyswllt yn llwyddo; bydd hynny hefyd yn annog pobl i fod yn fwy agored ynghylch mabwysiadu a bydd y lleoliad yn fwy tebygol o lwyddo.
* Os, ymhen blynyddoedd, bydd eich plentyn mabwysiedig yn ystyried cwrdd â’i berthnasau biolegol, bydd cael newyddion dros y blynyddoedd yn gwneud iddo fod yn fwy hyderus o ran beth i’w ddisgwyl.

**Buddion i chi fel y teulu mabwysiadol:**

* Gall y wybodaeth a gewch chi trwy’r Gwasanaeth Blwch Post eich helpu i baratoi i ateb cwestiynau eich plentyn am ei berthnasau biolegol neu’r mabwysiadu yn ystod blynyddoedd sy’n dod.
* Bydd y wybodaeth a gewch chi yn cynnig cipolwg ar fywydau perthnasau biolegol eich plentyn, a gall hynny helpu â materion a all ddigwydd wedi’r mabwysiadu megis problemau iechyd neu enedigaeth brodyr neu chwiorydd newydd.
* Gall y Gwasanaeth Blwch Post fod yn ddull o’ch atgoffa chi i sgwrsio’n agored am fabwysiadu gyda’ch plentyn a datblygu patrwm o gyfathrebu.

**Buddion i deulu biolegol eich plentyn**

* Yn achos y teulu biolegol – rhieni, neiniau a theidiau, siblingiaid, modryb – bydd gadael i blentyn gael ei fabwysiadu yn aml yn anodd iawn. Ni fyddant yn anghofio fod y plentyn yn bodoli. Rydym ni’n gwybod y gall anfon cerdyn neu lythyr gynorthwyo weithiau i gadw’r atgofion hynny mewn lle da a sicrhau fod cynnydd cyffredinol plentyn yn cael ei rannu.
* Yn aml iawn, bydd gan berthnasau biolegol awydd cryf i gael sicrwydd fod y plentyn yn iach. Gall cael newyddion manwl am iechyd, cynnydd a diddordebau’r plentyn gynorthwyo â hyn.
* Yn achos rhieni a pherthnasau biolegol, gall cyfnewid gwybodaeth yn rheolaidd dros y blynyddoedd fod yn fuddiol os bydd y plentyn mabwysiedig yn penderfynu cwrdd â hwy pan fydd yn hŷn.

**Sut mae’r Gwasanaeth Blwch Post yn gweithio**

Bydd angen plentyn i gysylltu â’i deulu biolegol wedi cael ei ystyried fel rhan o’r gwaith o wneud penderfyniad i’w leoli i gael ei fabwysiadu. Bydd gweithwyr cymdeithasol, oedd yn adnabod eich plentyn pan oedd gyda’i deulu biolegol, wedi cynghori ynghylch pa fath o gyswllt (anuniongyrchol/uniongyrchol) ac â phwy yn y teulu biolegol fydd yn llesol i’r plentyn.

Bydd y gweithwyr cymdeithasol wedi ystyried oedran y plentyn ac arwyddocâd y perthnasoedd oedd gan eich plentyn â phob perthynas biolegol neu unigolion arwyddocaol (er enghraifft, gofalwyr maeth) oedd yn rhan o’i fywyd.

Os yw eich plentyn yn ddigon hen i ddeall ei fod wedi cael ei fabwysiadu, perchir ei safbwyntiau ynghylch pwy hoffai gadw mewn cysylltiad â hwy i’r graddau y bydd yn ddiogel gwneud hynny.

Pan gymeradwyir lleoliad mabwysiadu, bydd y sawl sy’n ymwneud yn uniongyrchol â hynny - y teulu mabwysiadol a’r perthnasau biolegol - yn llofnodi cytundeb Blwch Post sy’n amlinellu’r trefniadau cysylltu cymeradwy yn glir.

Yn gyffredinol, argymhellir y dylai’r cytundeb Blwch Post fod rhwng yr oedolion (e.e. rhieni mabwysiadol a rhieni biolegol), nid rhwng oedolyn a phlentyn. Gan amlaf, bydd y cyswllt yn golygu cyfnewid llythyrau unwaith y flwyddyn.

Yn aml iawn, bydd cytundeb yn cynnwys y wybodaeth ddilynol:

* Y math o gyswllt (llythyr, cerdyn ac ati)
* Pryd caiff yr ohebiaeth ei phostio
* Enwau’r bobl fydd yn anfon ac yn derbyn eitemau Blwch Post
* Sut ddylid llofnodi’r eitemau

Pan fydd y Cytundeb Blwch Post wedi’i dderbyn a’i lofnodi gan bawb, bydd gweithiwr y cynllun Blwch Post yn anfon eu copïau at y perthnasau mabwysiadol a’r perthnasau biolegol ac yn cadw copi o bob un. Bydd gweithiwr y cynllun Bwch Post yn cadw’r cytundeb mewn ffeil a bydd popeth yn cael ei gadw’n gyfrinachol. Ni chaiff unrhyw ohebiaeth ei gyfnewid oni bydd y Cytundeb Blwch Post wedi cael ei lenwi a’i lofnodi.

Pan fydd y cynllun Blwch Post yn cychwyn, caiff gohebiaeth ei hanfon at weithiwr y cynllun Blwch Post, a bydd yn archwilio’r eitemau i sicrhau fod eu cynnwys yn briodol ac yn cadw copi yn y ffeil, cyn eu hanfon.

Caiff eitemau Blwch Post sy’n cynnwys pethau amhriodol, neu wybodaeth sy’n datgelu pwy yw rhywun (e.e. cyfenw, cyfeiriad neu rif ffôn) yn cael eu hanfon at weithwyr y cynllun Blwch Post a wnaiff gysylltu â chi a thrafod sut gallwn ni eich cynorthwyo chi i ddileu’r deunydd amhriodol.

**Y Cytundeb Blwch Post**

Mae’r Cytundeb Blwch Post yn ddogfen sy’n disgrifio eich trefniadau Blwch Post â pherthnasau biolegol eich plentyn. Mae’r Cytundeb Blwch Post yn gytundeb gwirfoddol a gaiff ei lofnodi gennych chi fel mabwysiadwyr a gan berthnasau biolegol eich plentyn. Fel arfer, caiff y Cytundeb Blwch Post ei lofnodi yn gynnar yn y broses a chyn i’r gorchymyn mabwysiadu gael ei wneud.

Bydd y Cytundeb Blwch post yn amlinellu’n glir pa fath o gyswllt fydd gan eich plentyn (uniongyrchol/anuniongyrchol), pa mor aml fydd hyn yn digwydd, a beth fydd yn cael ei gyfnewid.

Caiff y Cytundeb Blwch Post ei adolygu oddeutu 2 flynedd ar ôl mabwysiadu’r plentyn, ac yna caiff ei adolygu’n rheolaidd i sicrhau fod y cyswllt yn diwallu anghenion eich plentyn wrth iddo dyfu. Wrth i blant dyfu, bydd eu hymennydd yn datblygu, ac efallai byddant yn dod yn fwy chwilfrydig ynghylch hanes eu genedigaeth neu eu perthnasau biolegol.

Bydd yn rhaid trafod bob newid arfaethedig i’r Cytundeb Blwch Post â’r Gwasanaeth Blwch Post, a wnaiff gynnig arweiniad a chyngor i chi. Byddwn ni’n addasu’r Cytundeb i adlewyrchu’r newidiadau a gytunir. Os bydd perthnasau biolegol eich plentyn yn gofyn am gael adolygu’r cytundeb, er enghraifft, os byddent yn hoffi cynyddu neu leihau amlder y cysylltu, fe wnawn ni gysylltu â chi i drafod hynny a chynnig arweiniad a chyngor i chi ynghylch eu cais. Byddwn yn gadael i chi wneud penderfyniad ar sail gwybodaeth ac ystyried beth fydd yn fwyaf priodol i’r plentyn ar yr adeg honno.

**Pryd all Cytundeb Blwch Post gychwyn?**

**Fel arfer, bydd y trefniant Blwch Post yn cychwyn ar ôl i’r lleoliad ddechrau a’r eitem gyntaf fydd adroddiad cynefino gan y mabwysiadwyr at y teulu biolegol wedi mis, fwy neu lai. Dylai fod yn gweithredu’n llawn erbyn yr adeg bydd y llys wedi dyroddi gorchymyn mabwysiadu.**

**Mae’r Cytundeb Blwch Post yn wirfoddol ac nid yw’n orchymyn gan y llys.**

Ar yr adeg hon, byddwn yn anfon llythyr at y ddau deulu yn cadarnhau beth sydd wedi cael ei gytuno ac yn amlinellu canllawiau ynghylch beth ddylid ei wneud yn y dyfodol. Gellir cyfnewid gwybodaeth cyn hyn, ond Darganfyddwr Teulu neu Weithiwr Cymdeithasol y plentyn fydd yn gyfrifol am hynny.

**Beth allaf i ei anfon a’i dderbyn trwy gyfrwng y Gwasanaeth Blwch Post?**

**Bydd eich Cytundeb Blwch Post yn datgan beth y gellir ei gynnwys yn eich gohebiaeth trwy’r Cynllun Blwch Post**

**Dyma’r eitemau cyffredinol y gall y teulu mabwysiadol eu hanfon at y perthnasau biolegol:**

* Cylchlythyr manwl \* os cytunir i wneud hynny
* Darlun wedi’i lunio gan y plentyn (yn dibynnu ar oedran eich plentyn) \* os cytunir i wneud hynny
* Cardiau pen-blwydd at siblingiaid/rhieni biolegol \* os cytunir i wneud hynny
* Cardiau pen-blwydd at siblingiaid/rhieni biolegol \* os cytunir i wneud hynny
* Ffotograffau \* os cytunir i wneud hynny

**Beth allaf i ddisgwyl ei gael gan deulu biolegol fy mhlentyn trwy gyfrwng y Gwasanaeth Blwch Post?**

**Bydd eich Cytundeb Blwch Post yn datgan beth yw’r eitemau y gellir eu hanfon atoch chi a’ch plentyn.**

**Dyma’r eitemau cyffredinol y gallwch chi eu derbyn oddi wrth deulu biolegol eich plentyn:**

* Cylchlythyr\* os cytunir i wneud hynny
* Ffotograffau \* os cytunir i wneud hynny
* Darluniau wedi’u llunio gan siblingiaid \* os cytunir i wneud hynny
* Cardiau pen-blwydd \* os cytunir i wneud hynny
* Cardiau Nadolig \* os cytunir i wneud hynny

***Yn anffodus, ni fydd anrhegion yn dderbyniol***

**Beth ddylai llythyr ei gynnwys?**

**Rydym ni’n gwybod y gall hi fod yn anodd gwybod beth i’w ysgrifennu mewn llythyr at berthnasau biolegol.**

Gallwn ni eich cynorthwyo i ysgrifennu llythyrau; cysylltwch â ni os hoffech chi gael cymorth. Gallwn ni roi cymorth i chi dros y ffôn, neu gallwn ni drefnu cyfarfod wyneb yn wyneb i’ch helpu i ysgrifennu eich llythyr.

Gall ysgrifennu llythyr at berthnasau biolegol eich plentyn fod yn anodd. Mae’n bwysig bod yn onest ynghylch rhai o’r anawsterau y gall eich plentyn fod yn eu profi.

Rydym ni wedi llunio ychydig o awgrymiadau isod i’ch helpu i gychwyn ysgrifennu eich llythyr:

* Hysbyswch y rhiant biolegol fod y plentyn yn iach.
* Gallech chi grybwyll manylion datblygiad eich plentyn, megis pa mor dal yw eich plentyn erbyn hyn, beth yw maint ei esgidiau, a’i bersonoliaeth.
* Cyfeiriwch at y pethau mae eich plentyn yn eu hoffi, megis rhaglenni teledu, cerddoriaeth, bwyd ac ati.
* Gwyliau/ymweliadau mae eich plentyn wedi’u mwynhau.
* Beth mae’n ei fwynhau yn yr ysgol, pa bynciau mae’n llwyddo orau ynddynt.
* Pa weithgareddau mae’n eu mwynhau, h.y. nofio, pêl-droed ac ati.
* Ceisiwch beidio gwneud yn fach o broblemau, neu roi’r argraff fod popeth yn wych pan na fydd hynny’n wir. Mae’n bwysig i rieni biolegol wybod os bydd eich plentyn yn profi problemau, ond bydd angen i chi egluro hyn mewn modd cytbwys a sensitif.
* Os oes gan eich plentyn Ddatganiad Anghenion Addysgol, gallech chi grybwyll ei fod ef/hi yn cael trafferth â rhai pynciau neu ymddygiadau, ac mae’n cael cymorth ychwanegol i ymdopi â hynny.
* Ceisiwch sicrhau fod eich llythyr yn cael ei anfon at weinyddwr canolog y Cynllun Blwch Post ar y dyddiad y cytunwyd iddo, i leihau’r posibilrwydd o beri pryder i’r perthnasau biolegol.
* Nid yw’n bosibl ysgrifennu ‘cylchlythyr’ hir bob amser, ac ni argymhellir hynny ym mhob achos. Bydd cryno a sensitif yn aml yn well, ond gall gohebiaeth sy’n rhy gryno wneud i’r teulu biolegol bryderu.
* Os oes unrhyw faterion ynghylch iechyd, datblygiad neu ymddygiad eich plentyn sy’n anodd i chi eu cyfleu yn eich llythyrau, mae tîm y Cynllun Blwch Post ar gael i’ch helpu i chi.
* Os yw’r cytundeb cysylltu yn cynnwys anfon ffotograff o’ch plentyn, cofiwch sicrhau nad yw’r ffotograff yn dangos unrhyw fanylion sy’n datgelu pethau am y plentyn (e.e. gwisg ysgol ag enw’r ysgol arni).

|  |
| --- |
| **Enghraifft o Ohebiaeth trwy’r Cynllun Blwch Post gan Fabwysiadwyr at Berthnasau Biolegol**  Annwyl………… [Enw cyntaf y perthynas biolegol] a’r Dyddiad  Diolch am eich llythyr diwethaf a’r ffotograffau. Yn ddiweddar, mae X wedi bod yn holi llawer iawn o gwestiynau am ei (g)orffennol, ac mae’n awyddus iawn i gael clywed amdanoch chi.  Mae X bellach yn [Age] blwydd/mlwydd oed ac mae ym Mlwyddyn [rhif] yn yr ysgol. Mae’n un o’r disgyblion talaf yn ei (d)dosbarth [taldra] ac mae’n cyd-dynnu’n dda â’i gyd/chyd-ddisgyblion. Bydd yn cael gwahoddiadau yn aml iawn i bartïon pen-blwydd neu i fynd i dai ffrindiau wedi’r ysgol. Cafodd X adroddiad da iawn gan yr ysgol yn yr haf - dywedodd ei (h)athrawes ei fod/bod wedi gwneud cynnydd da iawn yn y gwersi Saesneg, ac mae’n gwella yn y gwersi Mathemateg, ond mae’n dal i gael trafferth â hynny ar brydiau. Fe wnaeth X chwarae i dîm pêl-droed y bechgyn/genethod yn ddiweddar, ac fe wnaeth yr ysgol ennill y twrnamaint. Rwyf i wedi cynnwys ffotograff ohono/ohoni yn dal y tlws. Bydd X hefyd yn mynychu gwersi dawnsio unwaith bob wythnos, ac yn ddiweddar, fe wnaeth lwyddo mewn arholiad dawnsio jas.  Cawsom ni wyliau yn Tenerife yn ddiweddar, ac rwyf i wedi cynnwys llun o X yno. Yn y gyrchfan, roedd clwb i blant gyda’r hwy, ac fe wnaeth X wneud llawer o ffrindiau yno. Roedd ganddyn nhw ddisgo gyda’r hwyr, ac fe welsom ni X yn dysgu dawnsfeydd i gyfeiliant y caneuon i’r plant eraill! Fe aethom ni ag X i weld sioe gerdd ar ei ben/phen-blwydd, ac fe wnaeth fwynhau hyn yn fawr.  Mae X yn mwynhau darllen, a’i hoff awdur yw J K Rawlings. Mae hefyd yn mwynhau chwarae gemau Wii gyda’i frawd/brawd - eu hoff gêm yw X. Byddwn ni’n aml yn chwarae fel teulu, ond mae’r plant yn llawer iawn gwell na ni!  Roedd X yn dymuno anfon rhywbeth atoch chi eleni, felly rydw i wedi cynnwys darlun y gwnaeth ef/hi ei lunio i chi. Gobeithio y gwnewch chi fwynhau’r darlun.  Cofion gorau  ………….. a/ac **…………. (llofnodwch â’ch enwau cyntaf yn unig, neu’r enwau rydych chi wedi cytuno i’w defnyddio yn yr ohebiaeth)** |

**Sut wnewch chi gadw gwybodaeth yn gyfrinachol ac yn ddiogel?**

**Cyfrinachedd a sut byddwn ni’n eich helpu i gysylltu yn ddiogel**

* Pan fydd un o weithwyr y cynllun Blwch Post wedi derbyn eitem, bydd yn archwilio’r cynnwys ac yna byddwn ni’n ysgrifennu i gadarnhau ein bod ni wedi derbyn eich eitemau Blwch Post.
* Bydd pob eitem Blwch Post byddwn ni’n eu derbyn yn cael eu cofnodi, eu llungopïo a’u hanfon trwy wasanaeth Dosbarthiad a Gofnodir. Gwneir hyn i sicrhau na chaiff unrhyw beth amhriodol ei anfon at neb ac na chaiff cyfrinachedd ei dorri.
* Os byddwn ni’n credu fod y wybodaeth byddwn wedi’i derbyn gan deulu biolegol eich plentyn neu gennych chi yn amhriodol neu’n drallodus, byddwn yn cysylltu â chi neu â hwy i drafod ein pryderon. Efallai byddwn ni’n argymell y dylai’r llythyr gael ei ailysgrifennu neu fod y cynnwys amhriodol yn cael ei ddileu.
* Byddwn ni’n ceisio sicrhau fod pethau’n anffurfiol a byddwn ni’n defnyddio enwau cyntaf mewn gohebiaeth rhyngoch chi a’r teulu biolegol. Os byddwch chi’n cynnwys unrhyw wybodaeth gyfrinachol megis eich cyfeiriad neu gyfenw newydd eich plentyn a hynny’n anfwriadol, fe wnawn ni gysylltu â chi cyn anfon yr ohebiaeth at y teulu biolegol, ac yn sicrhau eich bod yn dymuno cynnwys hynny.
* Chi fel rhieni sy’n penderfynu pryd a sur ddylech chi rannu gwybodaeth a gewch chi â’ch plentyn. Rydym ni wedi gweld fod plant yn elwa o gael gwybodaeth yn gynnar, oherwydd bydd hynny’n rhan o’u dealltwriaeth o’r broses o’u mabwysiadu.
* Er bod y rhan fwyaf o’r wybodaeth a’r newyddion sy’n cael eu trosglwyddo trwy’r Cynllun Blwch Post yn gadarnhaol, efallai bydd angen trafod materion anodd ar brydiau. Rydym ni ar gael i gynnig cymorth, arweiniad a chefnogaeth os bydd angen i chi ysgrifennu am newyddion anodd neu drallodus, neu os byddwch chi wedi cael newyddion o’r fath.

**Beth os byddaf i’n credu na allaf i gadw at y cytundeb?**

**Ar hyn o bryd, mae cytundebau’r Cynllun Blwch Post yn wirfoddol, ac maent yn dibynnu ar ddealltwriaeth ac ewyllys da pawb sy’n rhan o’r cynllun i’w cynnal.**

Rydym ni’n sylweddoli fod eich bywyd teuluol yn eich cadw’n brysur, a gall fod yn hawdd iawn anghofio anfon gwybodaeth. Serch hynny, mae’n bwysig cadw at eich cytundeb ac anfon eitemau’r Cynllun Blwch Post atom ni yn ystod y mis y cytunir i wneud hynny.

Bydd perthnasau biolegol, a brodyr a chwiorydd yn enwedig, yn aml yn teimlo’n siomedig ac yn ofidus os bydd y newyddion y byddant yn ei ddisgwyl yn cyrraedd yn hwyr neu ddim yn cyrraedd o gwbl. Os ydych chi’n cael trafferth paratoi eich newyddion, neu ddim yn dymuno parhau â’r cytundeb am ryw reswm neu’i gilydd, trafodwch hynny â ni cyn gynted ag y gallwch chi.

**Beth os bydd angen newid trefniadau’r Cynllun Blwch Post neu os byddaf i’n dymuno trafod fy nhrefniadau Blwch Post?**

Rydym ni’n cydnabod y bydd anghenion plant yn newid ymhen amser, ac efallai bydd angen newid trefniadau cysylltu i adlewyrchu hyn. Byddwn ni’n adolygu eich Cytundeb Blwch Post o bryd i’w gilydd i sicrhau fod hynny’n dal yn briodol i’ch plentyn.

Cysylltwch â thîm y cynllun Blwch Post trwy ffonio, e-bostio neu anfon llythyr. Mae ein manylion cysylltu wedi’u cynnwys ar ddiwedd y daflen hon, os byddwch chi’n dymuno adolygu neu ddiwygio eich Cytundeb Blwch Post.

**Beth i’w wneud os bydd cysylltu yn anodd i chi neu eich plentyn**

Os oes gennych chi weithiwr cymdeithasol dynodedig, dylech chi drafod ag ef neu hi yn y lle cyntaf. Cysylltwch â ni i gael rhagor o gymorth ac arweiniad.

**Canllawiau ynghylch Ffotograffau**

Yn dibynnu ar anghenion eich plentyn ac amgylchiadau ei deulu biolegol (cyfranogiad brodyr a chwiorydd), gallai cyfnewid ffotograffau trwy’r Gwasanaeth Blwch Post fod yn ddefnyddiol iddyn nhw.

Yn achos rhai plant, mae derbyn ac anfon ffotograffau yn rhywbeth therapiwtig a chadarnhaol, a gall hynny eu helpu i ddod dros eu profiadau yn y gorffennol a chynefino’n ddau â’u teuluoedd mabwysiadol.

Fodd bynnag, efallai na fydd cyfnewid ffotograffau yn ddefnyddiol i blant eraill, felly efallai na chaiff hynny ei gymeradwyo fel rhan o’u cytundeb. Fe wnaiff gweithiwr cymdeithasol eich plentyn drafod anghenion cysylltu eich plentyn, mewn perthynas â ffotograffau.

**Perthnasau biolegol a ffotograffau**

Cynhelir trafodaeth fanwl â pherthnasau biolegol eich plentyn ynghylch cyfnewid ffotograffau trwy gyfrwng y Gwasanaeth Blwch Post. Gofynnir i berthnasau biolegol gadw ffotograffau’r plentyn yn ddiogel, a pheidio cyhoeddi’r rhain ar unrhyw wefannau rhwydweithiau cymdeithasol. Os byddant yn camddefnyddio’r ffotograffau y byddant yn eu derbyn trwy’r Gwasanaeth Blwch Post, bydd posibilrwydd y gall eu Cytundeb Blwch Post ddirwyn i ben yn llwyr, a gwneir penderfyniad yn syth i ddileu ffotograffau o gynnwys eu Cytundeb Blwch Post. Byddem ni’n ymchwilio i unrhyw amheuon o gamddefnyddio ffotograffau plentyn mabwysiedig a gaiff eu cyfnewid trwy’r Cynllun Blwch Post. Fe wnaiff y Gwasanaeth Blwch Post eich hysbysu chi am ganlyniad unrhyw ymchwiliad a thrafod y dewisiadau sydd ar gael.

Os bydd gennych chi unrhyw amheuon neu reswm i gredu fod ffotograffau eich plentyn sy’n cael eu cyfnewid trwy’r Gwasanaeth Blwch Post yn cael eu camddefnyddio, cysylltwch â ni cyn gynted ag y bo modd, ac fe wnawn ni ymchwilio i hyn.

**Cyfryngau Cymdeithasol a Chyswllt wedi’r Mabwysiadu**

Fel y gwyddoch chi, mae’r defnydd o wefannau rhwydweithio cymdeithasol yn cynyddu’n gyflym iawn. Mae gwefannau rhwydweithio cymdeithasol yn golygu her go iawn i blant mabwysiedig a’u teuluoedd. Mae gwefannau rhwydweithio cymdeithasol yn golygu fod canfod a chysylltu â phobl yn haws nag erioed, a gall hynny arwain at ganlyniadau cadarnhaol a negyddol. Mae’r defnydd o Facebook eisoes wedi effeithio ar lawer o deuluoedd mabwysiadol, a gallai effeithio ar lawer rhagor ohonynt. Mae pobl ifanc mabwysiedig yn gwneud defnydd cynyddol ohono a gwefannau eraill i ganfod a chysylltu â’u rhieni biolegol a pherthnasau biolegol eraill. Mae perthnasau biolegol hefyd yn defnyddio’r rhyngrwyd i ganfod plant.

O’n profiad ni, mae cynnal cyswllt cadarnhaol trwy gyfrwng y Gwasanaeth Blwch Post yn sicrhau fod llinellau cyfathrebu yn cael eu cynnal rhyngoch chi, eich plentyn mabwysiedig a’i deulu biolegol. Bydd perthnasau biolegol sy’n cyfranogi’n gadarnhaol yn y Cynllun Blwch Post yn llai tebygol o geisio cysylltu â’ch plentyn trwy ddulliau eraill.

**Beth i’w wneud os bydd berthnasau biolegol eich plentyn yn cysylltu â chi trwy gyfrwng Facebook neu unrhyw wefan rhwydweithio cymdeithasol eraill**

* Peidiwch â chynhyrfu
* Peidiwch ag ymateb i neges y perthnasau biolegol neu eu cais i fod yn ffrind. Gwnewch gopi o’r neges a chysylltwch â’r Gwasanaeth Blwch Post a wnaiff gynnig arweiniad i chi ynghylch y camau nesaf

**Bydd y Gwasanaeth Blwch Post yn gwneud y canlynol:**

* Cysylltu â’r perthnasau biolegol i drafod y ffaith eu bod wedi torri amodau preifatrwydd
* Efallai y gofynnir i’r Tîm Cefnogi Mabwysiadu am gymorth arbenigol ynghylch y mater
* Efallai bydd angen adolygu eich Cytundeb Blwch Post

**Cynghorion doeth ynghylch y Cynllun Blwch Post**

**Cofiwch wneud y canlynol:**

* Cadwch at y cytundebau neu gofynnwch am gael eu hadolygu
* Anfonwch ohebiaeth yn brydlon – rhowch wybod i ni os byddwch chi’n gwybod y bydd yr ohebiaeth yn hwyr
* Cyfeiriwch at ohebiaeth flaenorol – os hoffech chi wybod rhagor am unrhyw beth sydd wedi’i gynnwys mewn llythyr, holwch gwestiynau, ond nid gormod o gwestiynau, a gwnewch hynny o fewn y cyd-destun
* Cynhwyswch unrhyw ffotograffau os yw’r rhain yn rhan o’r cytundeb – cofiwch sicrhau nad os unrhyw fanylion yn y llythyr nac yn y ffotograff nac ar gefn y ffotograff a allai ddatgelu gwybodaeth
* Cynhwyswch lythyr eglurhaol at y Gwasanaeth Blwch Post yn nodi enw gwreiddiol y plentyn a’i ddyddiad geni – fe wnaiff hyn sicrhau y gallwn ni anfon yr ohebiaeth at y perthnasau biolegol cyn gynted ag y bo modd
* Cysylltwch â ni os oes gennych chi unrhyw gwestiynau neu os hoffech chi gael cymorth i ysgrifennu llythyr
* Rhowch wybod i ni os byddwch chi’n newid eich cyfeiriad.

**Peidiwch â gwneud y canlynol:**

* **Peidiwch â chynnwys unrhyw fanylion yn y llythyr a allai ddatgelu gwybodaeth amdanoch chi a’ch plentyn, e.e. cyfenwau, cyfeiriad, rhifau ffôn, cyfeiriadau e-bost**
* **Peidiwch â chynnwys unrhyw eitemau sydd heb gael eu cymeradwyo yn y Cytundeb Blwch Post**

**Beth sy’n digwydd pan fydd eich plentyn yn troi’n 18 oed?**

**Bydd cyswllt trwy’r Cynllun Blwch Post yn dod i ben fel arfer pan fydd eich plentyn yn troi’n 18 oed.**

* Fel oedolyn, bydd gan eich plentyn yr hawl i benderfynu pa fath o gyswllt y dylid ei gynnal â’i berthnasau biolegol. Bydd ganddo hefyd hawl i gael y wybodaeth a gedwir yn ei ffeil, gweld copïau o’i gofnodion mabwysiadu gwreiddiol, a phenderfynu ei hun beth i’w wneud â’r wybodaeth
* Bydd rhaid oedolion ifanc mabwysiedig yn gwneud hynny ychydig wedi eu pen-blwydd yn 18 oed neu cyn gynted ag y bo modd, a bydd eraill yn disgwyl nes byddant yn llawer hŷn ac yn teimlo eu bod yn ‘barod’
* Ychydig wedi pen-blwydd eich plentyn yn 17 oed, fe wnaiff tîm y Cynllun Blwch Post gysylltu â chi i’ch hysbysu y bydd trefniadau Blwch Post eich plentyn yn dod i ben yn fuan.
* Byddwn yn parhau i reoli llythyrau a anfonir at bobl ifanc sydd dros 18 yn dilyn cytundeb ynghylch sut byddwch chi a sut byddant hwy yn dymuno i ni reoli unrhyw gyswllt wedi eu pen-blwydd yn 18 oed.
* Gallwn ni barhau i weinyddu’r Cynllun Blwch Post nes bydd eich plentyn yn 21 mlwydd oed os bydd amgylchiadau eithriadol sy’n cyfiawnhau ymestyn y cynllun. Os hoffech chi drefnu estyniad, cysylltwch â ni i drafod hynny.
* Ar ôl iddynt droi’n 18 oed, bydd gan bob person ifanc hawl i osod cyfyngiadau ar eu ffeiliau os NA FYDDANT yn dymuno i’w perthnasau biolegol gysylltu â hwy.
* Fe fyddwn ni’n trefnu â phawb i gyfnewid yr ohebiaeth olaf trwy gyfrwng y Cynllun Blwch Post ychydig cyn neu wedi pen-blwydd y person ifanc yn 18 mlwydd oed.
* Byddwn ni hefyd yn rhoi gwybodaeth i chi ynghylch ble gallwch chi, y person ifanc a’i berthnasau biolegol gael cymorth a chefnogaeth
* Rydym ni’n gwybod y gall y cyfnod hwn fod yn gythryblus ac ansicr, ac os bydd arnoch chi angen cymorth gallwch chi gysylltu â ni i ofyn am hynny
* Beth bynnag fo penderfyniad y person ifanc mabwysiedig, bydd yn bwysig parchu ei ddymuniadau

**Cyfeiriadau a Manylion Cysylltu Defnyddiol**

**Gwasanaeth Mabwysiadu Bae’r Gorllewin**

**Cynllun Blwch Post**

**Canolfan Ddinesig Port Talbot**

**Port Talbot**

**SA13 1PJ**

**0300 365 2222 (cyfradd galwadau lleol)**

[**Letterbox@westernbayadoption.org**](mailto:Letterbox@westernbayadoption.org)