



Book of You



Yr mudiad

Mae Book of You yn Gwmni Buddiant Cymunedol ac mae'n defnyddio stori / atgofion bywyd digidol i gefnogi pobl hŷn, pobl â dementia a phobl ifanc ag anabledd dysgu, er mwyn gwella lles, lleihau arwahanrwydd cymdeithasol, a gwella personoli gofal.

Mae Book of You yn fath newydd o lyfr sy'n defnyddio buddion profedig therapi hel atgofion i greu stori bywyd trwy ddal yr eiliadau gwerthfawr sy'n ffurfio sylfaen ein bywydau a phwy ydym ni. Gan ddefnyddio geiriau, lluniau, cerddoriaeth a ffilm, mae'n dod â theuluoedd, ffrindiau a gofawyr ynghyd i rannu eiliadau bywyd mewn ffordd syml gan wneud adrodd straeon yn hawdd, yn hwyl ac yn fuddiol. Mae'n helpu i ddangos pwy oedd person a phwy ydyn nhw nawr.

Canlyniadau'r adroddiad

- Roedd 70% o ddefnyddwyr y gwasanaeth yn teimlo gostyngiad mewn unigrwydd ac arwahanrwydd
- Nododd defnyddwyr gwasanaeth lai o straen a phryder oherwydd ymgysylltu â'r rhaglen Book Of You
- Nododd 50% o ddefnyddwyr gwasanaeth eu bod bellach wedi gwella perthnasoedd teuluol
- Mae positifrwydd Book of You yn cyfrannu at nodau 'iachach Cymru' deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015



Camau nesaf

"Gweithiodd Book of You gydag Eleri a'r tîm yn Social Value Cymru, Mantell Gwynedd ar greu Adroddiad Enillion Cymdeithasol ar Fuddsoddiad yn seiliedig ar ein gwaith yng Ngogledd Cymru yn ystod y flwyddyn 2019. Gwnaethom gefnogi 103 o gleientiaid yn ystod yr amser hwn ar draws sbectrwm eang o ddefnyddwyr. mathau. Roedd rhai o'r rhain yn byw gyda dementia (rhai yn y gymuned a rhai o fewn gofal roedd cartrefi) ac eraill yn gleientiaid hŷn a oedd yn byw mewn cymdeithasau tai neu'n mynychu grŵp sesiynau gyda'u partneriaid / plant.

Oherwydd y math o waith y mae Book of You yn ei wneud, roedd bob amser yn anodd dangos gwerth ariannol ein gwaith a chawsom ein tynnu at y prosiect hwn i ddysgu sut i ddangos y buddion mewn gwahanol ffyrdd. Bydd hyn yn ddefnyddiol wrth fynd at rai cyllidwyr sy'n hoffi clywed amdanynt ffigurau yn hytrach nag astudiaethau achos yn ymwneud â lles. Rydyn ni nawr yn gallu dangos dwy ochr y darn arian ac yn teimlo'n hyderus wrth ei fesur wrth inni symud ymlaen."

Kathy Barham, cyd-syflaenydd



svc@mantellgwynedd.com

www.mantellgwynedd.com/social-value-cymru.html

