

Useful Information



Eric—Education and Resources for Improving Childhood Continence

ERIC is the only charity dedicated to the bowel and bladder health of all children and teenagers in the UK. Whether it's a toilet training issue, bedwetting, daytime wetting or soiling problem - ERIC provides expert support, information and training to children and young people, families and professionals.

Services Include :

- A free telephone and email helpline
- Clinically correct information and digital resources on potty training, bowel problems including constipation, daytime bladder problems and bedwetting
- Support and information on events for parents and carers

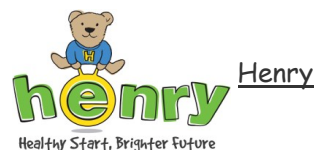
www.eric.org.uk



Healthy Start, Healthy Future

Live in Bridgend, Rhondda Cynon Taf or Merthyr Tydfil and have a child under 5? Healthy Start, Healthy Future is here to provide ideas and support on how to lead a healthy, happy and active life. Keep an eye out on their new social media pages on Instagram and Facebook where you can learn how to eat well and enjoy being active.

<https://linktr.ee/healthystart.healthystart>



HENRY provides a wide range of support for families from pregnancy to age 12 including workshops, programmes, resources and online help. All the support for families is underpinned by the HENRY approach to supporting behaviour change which helps parents gain the confidence, knowledge and skills they need to help the whole family adopt a healthier, happier lifestyle and to give their children a great start in life.

Henry also work with health, early years, and family support practitioners, helping them develop the skills to support families make real and lasting changes that will help the whole family have a brighter future.

www.henry.org.uk



Y Bont Family Group

Introducing a new Y Bont Family group. This page suggestion was made by a current parent and we love the idea! Please follow the link below to join...

<https://www.facebook.com/groups/2022262644645199/>

The private page is for any parent, carer or family member of a child / young person with an additional need. You do not need to be currently accessing Y Bont to join!

This is a safe space for families and carers to chat, share information and plan meet ups. Y Bont will also share planned events and keep you updated with any useful information.



Eric—Addysg ac Adnoddau ar gyfer Gwella Ymataliaeth Plentynod

ERIC yw'r unig elusen sy'n ymroddedig i iechyd y coluddyn a'r bledren i bob plentyn a pherson ifanc yn eu harddegau yn y DU. P'un a yw'n fater o hyfforddiant toiled, gwely, gwlychu yn ystod y dydd neu broblem baeddu - mae ERIC yn darparu cymorth, gwybodaeth ac hyfforddiant arbenigol i blant a phobl ifanc, teuluoedd a gweithwyr proffesiynol.

Mae gwasanaethau'n cynnwys:

- Llinell gymorth ffôn ac e-bost am ddim
- Gwybodaeth ac adnoddau digidol sy'n gywir yn glinigol ar hyfforddiant poti, problemau gyda'r coluddyn gan gynnwys rhwymedd, problemau'r bledren yn ystod y dydd ac amser gwely
- Digwyddiadau cymorth a gwybodaeth i rieni a gofalwyr

www.eric.org.uk



Dechrau Iach, Dyfodol Iach

Yn byw ym Mhen-y-bont ar Ogwr, Rhondda Cynon Taf neu Ferthyr Tudful a bod gennych chi blentyn o dan 5 oed? Mae Cychwyn Iach, Dyfodol Iach yma i ddarparu syniadau a chefnogaeth ar sut i fyw bywyd iach, hapus a gweithgar. Cadwch lygad ar eu tudalennau cyfryngau cymdeithasol newydd ar Instagram a Facebook lle gallwch ddysgu sut i fwyta'n dda a mwynhau bod yn actif.

<https://linktr.ee/healthystart.healthyfuture>



Henry

Mae HENRY yn darparu ystod eang o gymorth i deuluoedd o feichiogrwydd i 12 oed gan gynnwys gweithdai, rhaglenni, adnoddau a chymorth ar-lein. Mae'r holl gefnogaeth i deuluoedd yn seiliedig ar ddull HENRY o gefnogi newid ymddygiad sy'n helpu rhieni i fagu'r hyder, gwybodaeth a'r sgiliau sydd eu hangen arnynt i helpu'r teulu cyfan i fabwysiadu ffordd o fyw iachach ac hapusach a rhoi dechrau gwych mewn bywyd i'w plant.

Mae Henry hefyd yn gweithio gydag ymarferwyr iechyd, y blynyddoedd cynnar a chymorth i deuluoedd, gan eu helpu i ddatblygu'r sgiliau i gefnogi teuluoedd i wneud newidiadau gwirioneddol a pharhaol a fydd yn helpu'r teulu cyfan i gael dyfodol mwy disglair.

www.henry.org.uk



Grŵp Teulu Y Bont

Cyflwyno ein grŵp teulu newydd Y Bont. Awgrymwyd y dudalen hon gan un o'n rhieni presennol ac rydym wrth ein bodd gyda'r syniad! Dilynwch y ddolen isod i ymuno.

<https://www.facebook.com/groups/2022262644645199/>

Mae'r dudalen breifat hon ar gyfer unrhyw riant, gofalwr neu aelod o deulu plentyn / person ifanc sydd ag angen ychwanegol. Nid oes angen i chi fod yn defnyddio Y Bont ar hyn o bryd i ymuno!

Mae hwn yn lle diogel i deuluoedd a gofalwyr sgwrsio, rhannu gwybodaeth a chynllunio cyfarfodydd. Bydd Y Bont hefyd yn rhannu digwyddiadau sydd wedi'u cynllunio a rhoi'r wybodaeth diweddaraf i chi.