

# HELPING HANDS OUTREACH VIRTUAL WORKSHOPS: APRIL 26-JULY 26

We run monthly workshops on a range of topics including: Exploring Behaviours That Can Challenge, Emotional Regulation, and Supporting with Transitions.

These group workshops are open to any parents/carers of children with additional needs, including families and professionals linked with Serennu, Nevill Hall and Caerphilly Children's Centre.

The workshops will take place online via a video-call.



**MONDAY 27TH**  
**APRIL**  
**10AM-12NOON**

## **SUPPORTING CHILDREN WITH TRANSITIONS AND SEPARATIONS**

We will share ideas about how to support children and young people with transitions and separations.

**Book by Midday on Wednesday 22<sup>nd</sup> April**

**MONDAY 11<sup>TH</sup>**  
**MAY**  
**10AM-12NOON**

## **EMOTIONAL REGULATION**

We will share information about emotional regulation skills and how to support children with developing these skills.

**Book by Midday on Wednesday 6th May**

**MONDAY 13<sup>TH</sup>**  
**JULY**  
**10AM-12NOON**

## **EXPLORING BEHAVIOURS THAT CAN CHALLENGE**

We will be sharing ideas behind behaviour support and help you to understand and respond to behaviours that can often challenge.

**Book by Midday on Wednesday 8th July**



## **BOOK A SPACE OR SUBSCRIBE TO OUR MAILING LIST**

To book a space on one of these workshops, or subscribe to our workshop mailing list for updates on all our future workshops, you can:

- Scan the QR code • Click on the QR code
- Follow this link <https://forms.office.com/e/DfqfWSd0kK>

These workshops need to be booked using separate QR codes.

**MONDAY 1<sup>ST</sup>  
JUNE  
10AM-12 NOON**



## **PREPARING FOR AND SUPPORTING THROUGH PUBERTY**



During this workshop we will share ideas and resources related to the following topics:

- *Puberty in the context of children with additional developmental needs*
- *Body Parts & Preparing for Body Changes*
- *Privacy & Consent*
- *Puberty*
- *Masturbation*
- *What this means for you as Parents/Carers*

To book onto this workshop, please scan or click on the QR code or follow this link: <https://forms.office.com/e/kzDF8cejbb>

You can now access recordings of some of our workshops, including Exploring Behaviours That Can Challenge, Introduction to Sleep, and Supporting Anxiety in Children.

To access them, either follow the link or scan the QR codes below.



### **EXPLORING BEHAVIOURS THAT CAN CHALLENGE**

We share ideas behind behaviour support and help you to understand and respond to behaviours that can often challenge.

<https://youtu.be/KXfMgk-sL4k>

### **SUPPORTING ANXIETY IN CHILDREN**

We share ideas about how to support children and young people with anxiety and worry.

<https://youtu.be/nH-YXw4ZWYE>



### **INTRODUCTION TO SLEEP**

We share ideas about how to manage common sleep difficulties in children and young people.

<https://youtu.be/YoM9LKSmRZ8>



**GIG**  
CYMRU  
**NHS**  
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol  
Aneurin Bevan  
University Health Board

# ALLGYMORTH HELP LLAW

## GWEITHDAI RHITHWIR: EBRILL 26 - GORFFENNAF 26

Rydym yn cynnal gweithdai misol ar amrywiaeth o bynciau gan gynnwys: Archwilio Ymddygiadau a All Herio, Rheoleiddio Emosiynol, a Chefnogi gyda Newidiadau

Mae'r gweithdai grŵp hyn ar gael i unrhyw rieni/gofalwyr plant sydd ag anghenion ychwanegol, gan gynnwys teuluoedd a gweithwyr proffesiynol sy'n gysylltiedig â Serennu, Nevill Hall a Chanolfan Plant Caerffili.

Bydd y gweithdai'n digwydd ar-lein drwy alwad fideo.



**DYDD LLUN  
27AIN EBRILL  
10AM-12PM**

### **CEFNOGI PLANT Gyda Newidiadau a Gwahanu**

Byddwn yn rhannu syniadau ynglŷn â sut i gefnogi plant a phobl ifanc gyda chyfnodau o drawsnewid a gwahanu.  
**Archebwch erbyn hanner dydd ddydd Mercher 22 Ebrill**

**DYDD LLUN 11EG  
MAI  
10AM-12PM**

### **RHEOLEIDDIO EMOSIYNOL**

Byddwn yn rhannu gwybodaeth am sgiliau rheoleiddio emosiynau a sut i gefnogi plant i ddatblygu'r sgiliau hyn.  
**Archebwch erbyn hanner dydd, ddydd Mercher 6ed Mai**

**DYDD LLUN 13EG  
GORFFENNAF  
10AM-12PM**

### **ARCHWILIO YMDYGIADAU A ALL FOD YN HERIOL**

Byddwn yn rhannu syniadau sy'n sail i gefnogaeth ar ymddygiad ac yn eich helpu i ddeall ac ymateb i ymddygiadau a all yn aml fod yn heriol.  
**Archebwch erbyn hanner dydd, ddydd Mercher 8fed Gorffennaf**



### **ARCHEBWCH LE NEU TANYSGRIFIWCH I'N RHESTR BOSTIO**

I archebu lle ar un o'r gweithdai hyn, neu i danysgrifio i'n rhestr bostio ar weithdai i gael y wybodaeth ddiweddaraf am ein holl weithdai yn y dyfodol, gallwch:  
• Sganio y cod QR • Clicio ar y cod QR • Dilyn y ddolen hon  
<https://forms.office.com/e/DfqfWSd0kK>

Mae angen archebu'r gweithdai hyn gan ddefnyddio codau QR ar wahân.

**DYDD LLUN 1AF  
MEHEFIN  
10AM-12 PM**



## PARATOI AR GYFER Y GLASOED A CHEFNOGI TRWYDDO



Yn ystod y gweithdy hwn byddwn yn rhannu syniadau ac adnoddau sy'n gysylltiedig â'r pynciau canlynol:

- *Glasoed yng nghyd-destun plant ag anghenion datblygiadol ychwanegol*
- *Rhannau'r Corff a Pharatoi ar gyfer Newidiadau i'r Corff*
- *Preifatrwydd a Chaniatâd*
- *Glasoed*
- *Mastyrbio*
- *Beth mae hyn yn ei olygu i chi fel Rhieni/Gofalwyr*

I archebu lle yn y gweithdy hwn, sganiwch neu cliciwch ar y cod QR neu dilynwch y ddolen hon: <https://forms.office.com/e/kzDF8cejbb>

Gallwch nawr gael mynediad at recordiadau o rai o'n gweithdai, gan gynnwys Archwilio Ymddygiadau a All Herio, Cyflwyniad i Gwsg, a Chefnogi Gorbryder mewn Plant.

I gael mynediad atynt, dilynwch y ddolen neu sganiwch y codau QR isod.



### ARCHWILIO YMDDYGIADAU A ALL FOD YN HERIOL

Byddwn yn rhannu syniadau sy'n sail i gefnogaeth ar ymddygiad ac yn eich helpu i ddeall ac ymateb i ymddygiadau a all yn aml fod yn heriol.

<https://youtu.be/KXfMgk-sL4k>

### CEFNOGI GORBRYDER MEWN PLANT

Rydym yn rhannu syniadau ynglŷn â sut i gefnogi plant a phobl ifanc sy'n profi gorbryder a gofid.

<https://youtu.be/nH-YXw4ZWYE>



### CYFLWYNIAD I GWSG

Rydym yn rhannu syniadau ynglŷn â sut i reoli anawsterau cwsg cyffredin mewn plant a phobl ifanc.

<https://youtu.be/YoM9LKSmRZ8>



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol  
Aneurin Bevan  
University Health Board