

arteffact2012

Culture and creativity for better mental health

Arteffact is specifically for people age 18 and over who are living in the community (i.e., not living in a hospital) and experiencing mild to moderate stress, depression or anxiety.

We offer short courses of workshops run by experienced artists in relaxing surroundings.

The courses take place in museums, archives and galleries, finding inspiration in objects and displays.

Our creative workshops help you regain your confidence, enjoy learning new skills, discover artefacts and meet other people with shared experiences.

Spend time with a small group of people in a supportive environment.

Workshops are available from September 2012. Places are limited.

Please note that Arteffact is not currently able to accept people with learning disabilities or people with severe mental health difficulties.

Course information

Option	Venue	Start date	Duration
1	Bodelwyddan Castle	10 Oct 2012	10 weeks
2	Gwynedd Museum & Gallery, Bangor	24 Sep 2012	10 weeks
3	Meirionydd Record Office, Dolgellau	5 Sep 2012	10 weeks
4	Tŷ Newydd, Llanystumdwy	5 Nov 2012	7 weeks
5	New York Cottages Museum, Penmaenmawr	30 Oct 2012	10 weeks
6	Conwy Archive Service, Llandudno	21 Sep 2012	10 weeks
7	Oriel Ynys Môn, Llangefni	15 Nov 2012	10 weeks

Self-Referral

You can join an Arteffact course by filling in the attached form and sending it back to us. Alternatively you can phone us or e-mail your details. We will also need details of a professional who will provide us with a reference for you – this could be your GP, occupational therapist, social worker, psychiatrist, nurse, counsellor, or a support worker.

Referral via a professional

As a professional you can refer people to this project by completing the attached form and returning it to us or by sending the information we need by e-mail. Please note that these short courses are for people living in the community with mild to moderate mental health difficulties.

Contact: Annes Siôn
Caernarfon Archives
Gwynedd Council
Shire Hall Street
Caernarfon, LL55 1SH
01286 679721
annession@gwynedd.gov.uk

All information we receive will be treated as confidential and protected in accordance with the Data Protection Act 1998.

Participant details

Name

Address

..... Postcode

Telephone (daytime)

Signed Date

Referrer's Details

Name

Relationship to referee

Address

..... Postcode

Telephone (daytime)

Email

Reason for referral:

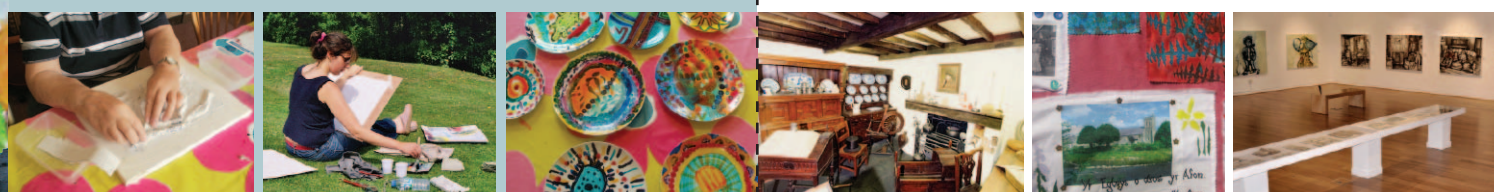
.....

Signed Date

Preferences

Which is your preferred course? Please tick up to two options:

- 1 2 3 4
- 5 6 7



arteffact2012

Diwylliant a chreadigedd i wella iechyd y meddwl

Mae Arteffact yn benodol i bobl 18 oed ac yn hŷn sy'n byw yn y gymuned (h.y. ddim yn byw mewn ysbyty) ac sy'n dioddef straen, iselder neu orbrwyder ar lefel isel i ganolog.

Rydym yn cynnig cyrsiau byrion o weithdai wedi'u rhedeg gan artistiaid profiadol mewn amgylchiadau sy'n eich ymlacio.

Mae'r cyrsiau'n digwydd mewn amgueddfeydd, archifau ac orielau, gan gymryd eu hysbrydoliaeth o wrthrychau ac arddangosiadau.

Mae ein gweithdai creadigol yn eich helpu i ailafael yn eich hyder, mwynhau dysgu sgiliau newydd, canfod arteffactau a chanfod pobl eraill sydd â phrofiadau tebyg.

Cewch dreulio amser gyda grŵp bychan o bobl mewn amgylchedd cefnogol.

Mae gweithdai ar gael o fis Medi 2012. Mae'r lle'n gyfyngedig.

Nodwch os gwelwch yn dda nad yw Arteffact yn gallu derbyn pobl gydag anabledau dysgu neu bobl gydag anawsterau iechyd meddwl difrifol.

Manylion y cwrs

Opsiwn	Lleoliad	Dechrau	Hyd
1	Castell Bodelwyddan	10 Hyd 2012	10 wyth.
2	Amgueddfa ac Oriol Gwynedd, Bangor	24 Med 2012	10 wyth.
3	Archifdy Meirionydd, Dolgellau	5 Med 2012	10 wyth.
4	Tŷ Newydd, Llanystumdwy	5 Tach 2012	7 wyth.
5	Amgueddfa Teios New York, Penmaenmawr	30 Hyd 2012	10 wyth.
6	Gwasanaeth Archifdy Conwy	21 Med 2012	10 wyth.
7	Oriel Ynys Môn, Llangefni	15 Tach 2012	10 wyth.

Eich cyfeirio chi'ch hun

Gallwch ymuno â chwrs Arteffact drwy lenwi'r ffurflen atodol a'i hanfon yn ôl atom ni. Neu gallwch ein ffonio neu e-bostio eich manylion atom. Byddwn hefyd angen manylion person proffesiynol a fydd yn rhoi llythyr cyfeirio i ni ar eich rhan - gallech ddewis eich meddyg teulu, therapydd galwedigaethol, gweithiwr cymdeithasol, nyrs seiciatrig, cwnselwr neu weithiwr cymorth.

Rhywun proffesiynol yn cyfeirio

Fel person proffesiynol gallwch gyfeirio pobl i'r prosiect yma drwy lenwi'r ffurflen atodol a'i dychwelyd atom neu drwy anfon yr wybodaeth yr ydym ei hangen mewn e-bost. Nodwch fod y cyrsiau byrion yma i bobl sy'n byw yn y gymuned sydd ag anawsterau iechyd meddwl lefel isel i ganolradd.

Cysylltu: Annes Siôn
Archifdy Caernarfon
Cyngor Gwynedd
Stryd y Jêl
Caernarfon, LL55 1SH
01286 679721
anession@gwynedd.gov.uk

Byddwn yn trin yr holl wybodaeth a dderbyniwn fel gwybodaeth gyfrinachol ac yn ei diogelu yn unol â'r Ddeddf Diogelu Data 1998.

Manylion y Cyfranogwr

Enw

Cyfeiriad

..... Cod Post

Ffôn (dydd)

Llofnod Dyddiad

Manylion y Cyfeiriwr

Enw

Perthynas â'r cyfeiriwr

Cyfeiriad

..... Cod Post

Ffôn (dydd)

Ebost

Rheswm dros gyfeirio:

.....

Llofnod Dyddiad

Dewisiadau

Pa gwrs fyddai'n well gennych? Ticiwch hyd at ddau opsiwn:

1 2 3 4

5 6 7

