COVID-19 Update: 7th April

In today's COVID-19 update from Cardiff Council: young trainee chefs delivering hot meals for the homeless, COVID-19 hasn't stopped our Exercise Referral Team, and a reminder why play areas are closed.

Young trainee chefs delivering hot meals for the homeless

Sausage and mash, chicken curry and lasagne, rounded off with a chocolate mousse or a slice of cake are all on the menu for homeless people at Cardiff's new temporary accommodation for homeless people during the COVID-19 lockdown - and it's all being cooked by young trainee chefs at Cardiff Council's Youth Foods initiative, which was set-up in conjunction with the GMB union, to provide catering and food service training to young people not in education, employment or training.

128 people living at OYO Hotel, Cargo House and YHA are receiving two free meals a day, a main course with desert and a 'tea pack' including a sandwich and a slice of cake.

Once the meals are prepared the Youth Foods team hand them over to council's Meals on Wheels Service for rapid delivery to three locations across the city. On arrival the food is handed over to our dedicated Hostel Services teams who are manning the new accommodation and ensuring that people staying there are properly fed and looked after.

Cabinet Member for Housing and Communities, Cllr Lynda Thorne, said: "We've pulled out all the stops to make sure there's enough provision, appropriate for the current need for isolation, for all those who are homeless in the city.

"In the current situation it's more crucial than ever that individuals sleeping rough listen to our plea and come in to our accommodation, where they will be warm, dry, able to access a range of specialist support services, and thanks to our Meals on Wheels service and the young people at Youth Foods, well fed."

Cabinet Member for Economic Development, Cllr Russell Goodway, said: "The Youth Foods initiative was set up to provide important vocational training opportunities for young people who aren't currently in education, employment or training – people at risk of being left behind even as Cardiff's economy grows."

"Since the COVID-19 outbreak began, they have provided 1,143 hot meals and 1,590 sandwich meals to the city's homeless community, feeding some of Cardiff's most vulnerable citizens but, at the same time, gaining important skills which will ensure they can prosper in the jobs market in the future."

Cabinet Member for Social Care, Health & Well-being Cllr Susan Elsmore, said: "It's such a fantastic example of how different teams and services across the Council are working together in new ways to help us respond to this emergency. Even in normal times our Meals on Wheels service is a real lifeline for its customers but in this

situation it's a genuinely frontline service and the team are doing a great job working for Cardiff to get food to those in need."

COVID-19 hasn't stopped our Exercise Referral Team

COVID-19 hasn't stopped our Exercise Referral Team from helping some of the city's older residents, with medical conditions ranging from Cardiac conditions to high blood pressure, from getting the exercise they need.

The team have worked tirelessly to contact more than 1000 medically-referred clients, but who are isolated in their homes to offer them home exercise programmes tailor made for their needs and specific medical conditions, delivering weekly video routines that can be followed at home while leisure facilities are closed.

The videos have been getting some fantastic feedback, with clients saying the workouts are 'superb,' 'harder than the gym,' and as well as dealing with physical fitness issues, help with clients 'mental and emotional state.'

As well as the videos, the team has also put together a 'helpful contacts' list for all clients with information on how to contact organisations such as food banks, energy suppliers and organisations such as the Samaritans, to help put clients minds at ease in these difficult times.

A reminder why play areas are closed

According to the World Health Organisation, studies suggest that COVID-19 may survive on surfaces for a few hours or up to several days.

To protect the city's children and help halt transmission of the virus, the city's play areas have been locked and closed for the past two weeks. Sports courts and skate parks are also closed.

Please stay safe and do not use the play areas, courts or skate parks. Currently Cardiff's parks are open and we would like them to stay that way for as long as possible, so they can be enjoyed responsibly.

Diweddariad COVID-19: 7th Ebrill

Yn y diweddariad ar COVID-19 a gafwyd heddiw gan Gyngor Caerdydd: cogyddion ifanc dan hyfforddiant yn darparu prydau poeth i'r digartref, nid yw COVID-19 wedi atal ein Tîm Atgyfeirio Ymarfer Corff, cau ardaloedd chwarae.

Cogyddion ifanc dan hyfforddiant yn darparu prydau poeth i'r digartref

Mae selsig â thatws stwnsh, cyri cyw iâr a lasagne, gyda Mouse siocled neu sleisen o deisen i bwdin, oll ar y fwydlen i bobl ddigartref yn llety dros dro newydd Caerdydd

i bobl ddigartref yn ystod cyfnod COVID-19. Mae'r cyfan yn cael ei goginio gan gogyddion ifanc dan hyfforddiant ym Menter Bwydydd Ieuenctid Cyngor Caerdydd, a sefydlwyd ar y cyd ag Undeb y GMB, i ddarparu hyfforddiant arlwyo a gwasanaethau bwyd i bobl ifanc nad ydynt mewn addysg, cyflogaeth na hyfforddiant.

Mae 128 o bobl sy'n byw yng Ngwesty OYO, Cargo House a'r YHA yn derbyn dau bryd am ddim y dydd: prif gwrs gyda phwdin, a 'phecyn te' sy'n cynnwys brechdan a sleisen o deisen.

Unwaith bod y prydau wedi'u paratoi, mae'r Tîm Bwydydd Ieuenctid yn eu rhoi i Wasanaeth Pryd ar Glud y Cyngor i'w dosbarthu'n gyflym i dri lleoliad ar draws y ddinas. Ar ôl cyrraedd, caiff y bwyd ei drosglwyddo i'n timau Gwasanaethau Hostel penodol sy'n gweithio yn y swyddfeydd newydd ac yn sicrhau bod pobl sy'n aros yno'n cael eu bwydo a'u gwarchod yn briodol.

Dywedodd yr Aelod Cabinet dros Dai a Chymunedau, y Cynghorydd Lynda Thorne:

"Rydym wedi gwneud ein gorau glas i sicrhau bod digon o ddarpariaeth ar gael sy'n addas ar gyfer yr angen presennol am hunanynysu, i bawb sy'n ddigartref yn y ddinas.

"Yn y sefyllfa sydd ohoni mae'n bwysicach nag erioed bod unigolion sy'n cysgu ar y stryd yn gwrando ar ein hapêl i ddod i'n llety, lle byddan nhw'n gynnes, yn sych, yn gallu manteisio ar amrywiaeth o wasanaethau cymorth arbenigol a, thrwy waith caled ein Gwasanaeth Pryd ar Glud a'r bobl ifanc ar fenter Bwydydd Ieuenctid, yn cael eu bwydo'n dda."

Dywedodd yr Aelod Cabinet dros Ddatblygu Economaidd, y Cynghorydd Russell Goodway: "Sefydlwyd y fenter Bwydydd Ieuenctid i ddarparu cyfleoedd hyfforddiant galwedigaethol pwysig i bobl ifanc nad ydynt mewn addysg, cyflogaeth na hyfforddiant ar hyn o bryd – pobl sydd mewn perygl o gael eu gadael ar ôl hyd yn oed wrth i economi Caerdydd dyfu."

"Ers dechrau'r argyfwng COVID-19, maent wedi darparu 1,143 o brydau poeth a 1,590 o frechdanau i gymuned ddigartref y ddinas, gan fwydo rhai o ddinasyddion mwyaf agored i niwed Caerdydd ond, ar yr un pryd, yn datblygu sgiliau pwysig a fydd yn sicrhau y gallant ffynnu yn y farchnad swyddi yn y dyfodol."

Dywedodd yr Aelod Cabinet dros Ofal Cymdeithasol, Iechyd a Lles, y Cynghorydd Susan Elsmore: "Mae'n enghraifft wych o sut mae gwahanol dimau a gwasanaethau ar draws y Cyngor yn gweithio gyda'i gilydd mewn ffyrdd newydd i'n helpu i ymateb i'r argyfwng hwn. Hyd yn oed mewn cyfnodau arferol mae ein Gwasanaeth Pryd ar Glud yn hanfodol i'r rhai sy'n dibynnu arno ond yn y sefyllfa hon mae'n wasanaeth sy'n wirioneddol flaenllaw ac mae'r tîm yn gwneud gwaith gwych yn gweithio dros Gaerdydd i gael bwyd i'r rhai sydd mewn angen."

Nid yw COVID-19 wedi atal ein Tîm Atgyfeirio Ymarfer Corff

Nid yw COVID-19 wedi atal ein Tîm Atgyfeirio Ymarfer Corff rhag helpu rhai o breswylwyr hŷn y ddinas â chyflyrau meddygol – gan amrywio o gyflyrau'r galon i bwysedd gwaed uchel – i gael yr ymarfer corff mae ei angen arnynt.

Mae'r tîm wedi gweithio'n ddiflino i gysylltu â mwy na 1000 o gleientiaid a atgyfeiriwyd yn feddygol, ond sydd wedi'u hynysu yn eu cartrefi, er mwyn cynnig rhaglenni ymarfer corff gartref iddynt sy'n addas ar gyfer eu hanghenion a'u cyflyrau meddygol penodol. Bydd y rhaglenni'n darparu arferion fideo wythnosol y gellir eu dilyn yn y cartref tra bydd cyfleusterau hamdden ar gau.

Mae'r fideos wedi bod yn cael adborth gwych, gyda chleientiaid yn dweud bod y sesiynau ymarfer corff yn 'wych' ac 'yn galetach na'r gampfa', ac yn ogystal ag ymdrin â materion ffitrwydd corfforol, maen nhw'n helpu gyda 'chyflwr meddyliol ac emosiynol cleientiaid'.

Yn ogystal â'r fideos, mae'r tîm wedi llunio rhestr o 'gysylltiadau defnyddiol' ar gyfer pob cleient gyda gwybodaeth ar sut i gysylltu â sefydliadau fel banciau bwyd, cyflenwyr ynni a sefydliadau fel y Samariaid, i helpu i dawelu meddyliau cleientiaid yn ystod y cyfnod anodd hwn.

Cau ardaloedd chwarae

Yn ôl Sefydliad Iechyd y Byd, mae astudiaethau'n awgrymu y gallai #COVID19 oroesi ar arwynebau am rai oriau neu hyd at sawl diwrnod.

Er mwyn diogelu plant y ddinas a helpu i atal trosglwyddo'r firws, mae ardaloedd chwarae'r ddinas wedi bod dan glo ac ar gau am y pythefnos diwethaf. Mae'r cyrtiau chwaraeon a'r parciau sglefrio bellach ar gau.

Byddwch yn ddiogel a pheidiwch â defnyddio'r ardaloedd chwarae, y cyrtiau na'r parciau sglefrio.

Mae Parciau Caerdydd ar agor ar hyn o bryd a hoffem iddynt aros felly cyhyd ag y bo modd, fel y gellir eu mwynhau'n gyfrifol.