

Wyt ti'n gofalu am rywun?

Yna dwyt **TI** ddim ar ben dy hun...

Cefnogi Gofalwyr Ifanc yng
Ngheredigion



Os ydych chi'n gofalu am rywun sy'n sâl, sydd ag
anabledd, problem iechyd meddwl neu faterion
camdrin sylweddau, rydym ni'n meddwl...

...eich bod chi'n anhygoel!

Gall gofalu am bobl fod yn werth chweil ond mae
hefyd yn gallu bod yn bryderus ac yn unig. Gall fod yn
anodd jyglo'r ysgol a phethau eraill.

Gallwn ni eich helpu chi gyda'r canlynol:



... gwybodaeth a chyngor
cymorth unigol a grŵp



... triplau a gweithgareddau hwyl

sesiynau galw heibio yn yr ysgol



... mynediad i gyrchu gwasanaethau.

Gallwch hefyd gael cerdyn
adnabod Gofalwyr Ifanc!



Mae ymwneud â Gofalwyr
Ifanc wedi gwneud cymaint
o wahaniaeth i mi.



Mae Gofalwyr Ifanc Ceredigion yn
fy helpu i! Maen nhw'n gwrandao
arnaf fi ac yn fy nghefnogi. Maen
nhw'n fy helpu i gael hwyl ac rydw i'n
cyfarfod gofalwyr ifanc eraill fel fi.



credu
Ceredigion
cefnogi gofalwyr ifanc ac oedolion sy'n Ofalwyr
supporting young and adult Carers

Am ragor o wybodaeth,
cysylltwch â ni:

Gofalwyr Ceredigion Carers

03330 14 33 77

gofalwyrkeredigioncarers.cymru

ceredigion@credu.cymru



Ariennir gan:



Ariennir gan, a
phartner rhwydwaith o

**YMDDIRIEDOLAETH
GOFALWYR**