



**CYLCHLYTHR
GOFALWYR IFANC
CEREDIGION**



GWASANAETH GOFALWYR IFANC CEREDIGION

Gall gofalu am rywun helpu chi i ddatblygu llawer o sgiliau. Mae'n hefyd yn gallu teimlo'n grêt i helpu rhywun arall. Rydyn ni'n gwybod y gall hefyd fod yn heriol cefnogi rhywun wrth jyglo cymaint o newidiadau yn eich bywyd, a pha mor bwysig yw hi i gael rhywun y gallwch chi estyn allan iddo.



Gallwch:

- Sgwrsio â'n gweithiwr allgymorth yn eich ardal chi am yr hyn sy'n digwydd i chi ac unrhyw gymorth y gallech ei angen.
- Ymunwch â grŵp i ofalwyr ifanc neu weithgareddau yn agos atoch chi
- Cymryd rhan mewn teithiau a digwyddiadau
- Cael gymorth i weithio gyda'ch ysgol i oresgyn heriau wrth jyglo gofalu a dysgu
- Cael gymorth i weithio allan sut i fynd i brifysgol / cael gwaith wrth edrych ar ôl rhywun

Rydym hefyd yn trefnu grwpiau cymorth a gweithgareddau a gallwn eich cysylltu â gofalwyr ifanc eraill sydd mewn sefyllfaoedd tebyg.



CERDYN ADNABOD GOFALWR IFANC YMGEISIWCH NAWR

Ydych chi'n ofalwr ifanc 17 oed neu'n iau?

Os felly gallwch wneud cais am Gerdyn Adnabod gofalwr ifanc drwy lenwi'r cais ar-lein!



Sut:

1. Uwchlwythwch lun o'ch hun i'w ddefnyddio ar y cerdyn
2. Ei bersonoli drwy ddewis dyluniad eich cerdyn.
3. Os ydych chi o dan 14 oed, bydd angen i ni gysylltu â'ch rhiant/gwarcheidwad i gael eu caniatâd..

Mae mor syml â hynny

Bydd cael Cerdyn Adnabod yn:

- Codi ymwybyddiaeth am dy rôl fel gofalwr
- Gadewch i bobl wybod eich bod yn ofalwr heb orfod esbonio eich sefyllfa dro ar ôl tro
- Rhwch hyder i chi ofyn am help neu ddealltwriaeth gan weithwyr proffesiynol fel eich athrawon, meddygon a fferyllwyr
- Rhoi buddion a gostyngiadau lleol i chi

Am ragor o wybodaeth ac i wneud cais am gerdyn adnabod Gofalwyr Ifanc ewch i:
Cerdyn adnabod i Ofalwyr Ifanc - Ceredigion County Council

DIGWYDDIADAU



Mae digwyddiadau cyffrous ar gael yn Llyfrgell Genedlaethol Cymru. Cliciwch ar y bocsys i ddarganffod mwy!

Arglwyddes Llanofar – Eicon Ffasiwn Gyntaf Cymru



Gwener 12fed Awst
14:00



Mae'r digwyddiad yma trwy gyfrwng y Gymraeg

Creu môr-ladron gyda Bethan Gwanas



Llun 15 Awst
14:00



Mae'r digwyddiad yma trwy gyfrwng y Gymraeg

Gwyddonwyr Cymreig



Mer 17eg Awst
9:00 - 12:00
13:00 - 4:00



Mae'r digwyddiad yma'n ddwyieithog

Adeilad y Llyfrgell Genedlaethol



Mer 24ain Awst
9:00 - 12:00
13:00 - 16:00



Mae'r digwyddiad yma'n ddwyieithog

Y Llyfrgell Genedlaethol yn Lego



Mercher 31ain Awst
9:00 - 12:00
13:00 - 16:00



Mae'r digwyddiad yma'n ddwyieithog

Leslie Shore: Cwmni Glo'r Ocean



Maw 20fed Medi
13:00



Mae'r digwyddiad yma drwy gyfrwng y Saesneg'

GWYBODAETH A CHEFNOGAETH



SAMARITANS

Beth bynnag rydych chi'n mynd trwyddo, mae'r Samariaid yma i chi. Ffoniwch 116 123 neu am gymorth yn alwad Cymraeg 0808 164 0123

ChildLine

0800 1111



Gallwch ffonio Childline i siarad â nhw am unrhyw beth, does dim problem yn rhy fawr neu rhy fach. Ffoniwch 0800 1111



Barnardo's

GIVING CHILDREN BACK THEIR FUTURE

Mae Barnardos yn cefnogi Gofalwyr Ifanc a'u teuluoedd ag amryw gwasanaethauk Ymweld: www.barnados.org.uk

Dyma eich cylchlythyr, ac rydyn ni eisiau gwybod beth hoffech chi ddarllen amdano!

Rhowch wybod inni ar:

Gofalwyr Ceredigion a Thîm Cymorth Cymunedol

cysylltu@ceredigion.gov.uk

01545 574200



Cyngor Sir
CEREDIGION
County Council



Cysylltu Ceredigion
Gofalwyr a Chymorth Cymunedol
Connecting Ceredigion
Carers and Community Support