Siarter Gofalwyr Caerdydd a'r Fro

Mae gofalwyr ifanc yn wirioneddol bwysig i ni, i'r cymunedau lle maent yn byw ac i'r bobl y maent yn gofalu amdanynt. Hoffem wybod os ydych chi'n gofalu am rywun, fel y gallwn ni eich helpu chi a'r person rydych chi'n gofalu amdano, a gwneud yn siŵr bod gennych amser i wneud pethau i chi'ch hun.

Ydw i'n ofalwr ifanc?

Mae gofalwr ifanc yn berson ifanc o dan 18 oed sy'n darparu cefnogaeth a gofal i rywun ag anabledd, salwch, cyflwr iechyd meddwl gwael, neu sydd â dibyniaeth ar gyffuriau neu alcohol.
Gall gofalwr ifanc ddarparu cymorth a gofal i rywun maen nhw'n byw gyda nhw, a allai fod yn rhieni, brodyr a chwiorydd, neiniau a theidiau ac ati.

Gall gofalwr ifanc ddarparu gofal mewn nifer o ffyrdd fel coginio, glanhau, helpu gyda brodyr a chwiorydd, delio â meddyginiaeth, a darparu cefnogaeth emosiynol. Drwy gefnogaeth emosiynol, gallai hyn olygu cadw golwg ar y person rydych yn gofalu amdano, cysuro rhywun a darparu cwmni.

Yn YMCA Caerdydd rydym yn cynnal dau wasanaeth gofalwyr ifanc, un ym Mro Morgannwg a'r llall yng Nghaerdydd.

I gael eich atgyfeirio at ein prosiect yng Nghaerdydd, cysylltwch â; **Porth y Teulu ar 03000 133 133**
ContactFAS@Cardiff.gov.uk

I gael eich atgyfeirio at ein prosiect yn y Fro, cysylltwch â:
Llinell Gyngor Teuluoedd yn Gyntaf ar 08000 327 322
familiesfirstadviceline@valeofglamorgan.gov.uk

Unwaith y byddwch ar y prosiect gallwch dderbyn;

- Seibiant gan glybiau ieuenctid wythnosol
- Cymorth i deuluoedd 121
- Teithiau preswyl
- Sesiynau yn yr ysgol
- Tripiau dydd yn ystod gwyliau ysgol

Rydym yn sylweddoli y gall hyn deimlo fel llawer o gyfrifoldeb, a hoffem wneud yn siŵr eich bod yn cael eich cefnogi ac yn gallu cael seibiant o'ch rôl gofalu. Dyma pam ein bod wedi creu rhestr o ymrwymiadau neu addewidion i chi.

Ein hymrwymiad →

Ein hymrwymiad i chi:

- Byddwn yn sicrhau eich bod chi fel gofalwr ifanc yn cael eich cydnabod cyn gynted â phosibl, fel y gallwn eich helpu
- Byddwn yn eich helpu i ddeall beth mae'n ei olygu i fod yn ofalwr ifanc a sut y gallwn eich cefnogi
- Byddwn yn gweithio'n galed i sicrhau ein bod yn gwneud ein gorau glas i'ch helpu
- Byddwn yn eich cefnogi i gael seibiant o'ch cyfrifoldeb gofalu a chael amser i gwrdd â gofalwyr ifanc eraill
- Byddwn yn gweithio gyda gweithwyr proffesiynol fel athrawon, meddygon teulu, fferyllwyr, i godi ymwybyddiaeth o ofalwyr ifanc a gwybod pa gymorth y gallwch ei gael
- Byddwn yn gweithio gyda'n gilydd i'ch cefnogi yn yr ysgol gyda'ch rôl gofalu

Gall pob gofalwr ifanc hefyd gael mynediad at y cynllun Cerdyn Adnabod Gofalwyr Ifanc. Mae YMCA Caerdydd mewn partneriaeth ag awdurdodau lleol Caerdydd a Bro Morgannwg, yn cefnogi'r cynllun cerdyn adnabod a ariennir gan Lywodraeth Cymru i helpu gofalwyr ifanc yng Nghymru i gael eu hadnabod, teimlo eu bod wedi'u dilysu, a derbyn y cymorth y maent yn ei haeddu.

Mae'r Cerdyn Adnabod Gofalwyr Ifanc (YCID) yn gerdyn syml i helpu gweithwyr proffesiynol gan gynnwys meddygon, athrawon a fferyllwyr i adnabod gofalwyr ifanc a'u cefnogi'n briodol.

Rydyn ni'n meddwl mai gofalwyr ifanc yw'r bobl orau i ddweud wrthym sut i wella pethau, felly byddwn ni hefyd yn:

- Gofyn i chi ddweud wrthym beth yw eich barn am y gefnogaeth rydym yn ei rhoi i chi
- Gwrando a gweithio'n galed i wella'r hyn a wnawn yn seiliedig ar yr hyn rydych yn ei ddweud

Cysylltwch â ni am fwy o wybodaeth:

T: 02920 465250
E: cardiffyoungcarers@ymcacardiff.wales
E: valeyoungcarers@ymcacardiff.wales
W: www.ymcacardiff.wales

Sganiwch y cod QR i ddarganfod mwy

YMCA — BWRDD PARTNERIAETH RHANBARTHOL CAERDYDD A'R FRO / CARDIFF & VALE REGIONAL PARTNERSHIP BOARD — BYW'N DDA LIVING WELL — CARDIFF CAERDYDD — GIG CYMRU NHS WALES Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro / Cardiff and Vale University Health Board — VALE of GLAMORGAN BRO MORGANNWG — Ariennir gan Lywodraeth Cymru / Funded by Welsh Government