



A ydych chi'n gofalu am berthynas neu gyfaill, na fyddai, oherwydd anabledd, amhariad synhwyrol ag/neu effeithiau oed, yn gallu ymdopi heb eich cymorth?

Os le, mi rydych chi'n OFALWR

Rydych chi'n ofalwr, os er enghraifft:

- Rydych chi'n helpu berthynas hen i aros yn cartref ei hun.
- Rydych chi'n edrych ar ôl berthynas hen yn eich ty chi.
- Rydych chi'n mynd siopa neu paratoi cinio poeth ar gyfer cymydog.
- Rydych chi'n rhoi cymorth i rywun, sydd â anabledd corfforol, anabledd dysg neu cyflwr iechyd meddyliol yn cartref nhw neu yn eich cartref chi.
- Mae gennych chi blentyn sydd efo anghenion arbennig neu problemau ymddygiad.
- Rydych chi'n rhoi cymorth i rywun sydd â afiechyd terfyn hir.

Cyngor, Cymorth a Gwybodaeth

Fe all Gwasanaeth Ofalwyr Wrecsam roi gwybodaeth am gefnogaeth statudol a gwirfoddol sydd ar gael yn eich ardal.

Fe all Gwasanaeth Ofalwyr Wrecsam roi wybodaeth i chi o sut i gyfarfod eraill, yn eich ardal, sydd mewn sefyllfa debyg i chi.

Mae Gwasanaeth Gofalwyr Wrecsam yn darparu amrediad o wasanaethau i Ofalwyr yn cynnwys hyfforddiant, gweithgareddau cymdeithasol a sesiynau gyda cynghorwr.

Mae Gwasanaeth Gofalwyr Wrecsam yn casglu gwybodaeth yn uniongyrchol gan Ofalwyr am eu anghenion unigol. Fe ellir rhoi gwybod i'r Gwasanaethau Cymdeithasol, asiantaethau lechyd a Gwirfoddol am yr anghenion a thrwy hyn wella'r gwasanaethau a gynigir i Ofalwyr.

Mae Gwasanaeth Gofalwyr Wrecsam yn cyhoeddi cylchlythyr llawn gwybodaeth bob chwarter.

Fyswn i'n hoffi derbyn fwy o wybodaeth am:

- Pecyn Gwybodaeth Gofalwyr
- Manylion am digwyddiadau
- Cylchlythyr Ofalwyr Wrecsam
- Manylion am cyfarfodau Gofalwyr
- Cerdyn Argyfwng Gofalwyr Wrecsam (Y Groes Goch Brydeinig)

Enw

Cyfeiriad

Rhif Ffôn

Ebost

Lle daethoch ar draws y daflen hon?

Hoffech chi i Ofalwyr Wrecsam ddweud wrth eich meddyg teulu fod chi'n Ofalwr?

Ia Na

Os Oes, rhowch manylion eich meddyg ar y llinell priodol os gwelwch yn dda:

Enw'r Meddyg

Cyfeiriad

Dychwelwch y ffurflen wedi ei cwblhau i'r cyfeiriad isod:

Ty AVOW . 21 Stryd Egerton.
Wrecsam . LL11 1ND
Tel: 01978 318812
Ebost: carers@avow.org