

CYNNIG GOFALWYR IFANC CASNEWYDD

CEFNOGAETH I OFALWYR IFANC 8-15 OED

Pwy sy'n gallu bod yn ofalwr ifanc?

Mae gofalwr ifanc yn helpu i ofalu am aelod o'r teulu sydd â salwch corfforol, anabledd neu sy'n cael trafferthion iechyd meddwl neu gamddefnyddio sylweddau.



Dwi'n helpu gyda fy mrodyr a'm chwiorydd

Weithiau rwy'n teimlo'n unig, yn flinedig a dan straen



Dwi'n cefnogi fy mam yn emosiynol

Mae fy ngweithiwr Gofalwyr Ifanc yn gwranddo arnaf i, yn fy helpu i siarad am fy nheimpladau a'r hyn sydd ar fy meddwl



Mae'r gwasanaeth Gofalwyr Ifanc yn cynnig cefnogaeth 1 i 1, grwpiau a gweithgareddau lle gallwch fwynhau seibiant, cwrdd â gofalwyr ifanc eraill a chael hwyl.



NEWPORT
CITY COUNCIL
CYNGOR DINAS
CASNEWYDD

In partnership with

Credwch
mewn plant
Believe in
children

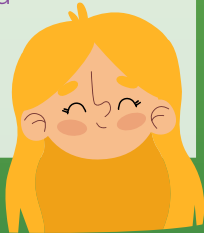


Barnardo's
Cymru

BETH MAE EIN GOFALWYR IFANC YN EI DDWEUD AM Y GWASANAETH RYDYN NI'N EI DDARPARU?

"Rwy'n mwynhau'r gweithdai coginio gan fy mod yn cael gweithio gyda'r holl gynhwysion hynny ac rydw i wrth fy modd yn coginio. Rwy'n mwynhau'r holl weithgareddau hwyliog rydyn ni'n eu gwneud a'r holl bobl rydyn ni'n eu gweld"

Eliza (aged 10)



"Y peth gorau am y gwasanaeth gofalwyr ifanc yw cwrdd â ffrindiau newydd a gweld wynebau newydd. Fy hoff weithgaredd oedd gwneud sleim gan ei fod yn gymaint o hwyll!"

Ruby (aged 9)



"Mae gofalwyr ifanc Casnewydd yn dda oherwydd rydych chi'n dysgu nad ydych chi ar eich pen eich hun ac mae pawb yn yr un cwch â chi ac rydych chi'n magu eich hyder i roi gwybod i'r byd sut mae bod yn ofalwr ifanc. Mae cefnogaeth un i un yn dda gan fod bod mewn grŵp mawr yn gallu gwneud i chi deimlo'n nerfus iawn a gall eich gweithiwr cymorth ddod i'ch adnabod go iawn."

Evie (aged 10)



SGANIWCH FI

Os ydych chi eisiau dysgu mwy neu gael gwybod mwy am atgyfeirio rhywun, sganiwch y cod QR i fynd i'n gwefan.

Ewch i : www.barnardos.org.uk/what-we-do/services/newport-young-carers-service

Dilynwch ni : @barnardos.newportyoungcarers

Cysylltwch â ni : banardosnewportservices@barnardos.org.uk