**Llythyr templed [sefydliadau gofalwyr lleol]**

Annwyl <AS/Ao’rS/Maer/Cynghorydd>,

Rydym yn ysgrifennu atoch ar ran <sefydliad gofalwyr lleol>, sy'n cefnogi Diwrnod Gweithredu Gofalwyr Ifanc (YCAD) sy'n cael ei arwain gan Ymddiriedolaeth y Gofalwyr.

Y thema eleni yw 'Gwnewch Amser i Ofalwyr Ifanc', a dyna pam rydym yn cysylltu â chi ac yn gofyn am eiliad o'ch amser a'ch cefnogaeth. Ar hyn o bryd mae llawer o ofalwyr ifanc ac oedolion ifanc yn mynd heb gydnabod am y cyfraniadau amhrisiadwy maen nhw'n eu gwneud i'n cymunedau.

Mae 'Amser Gwneud i Ofalwyr Ifanc' yn amlygu dau beth sy'n bwysig iawn i ofalwyr ifanc ac oedolion ifanc:

* Mae angen gweithwyr proffesiynol ac oedolion cyfrifol wneud mwy o amser i wrando ar ofalwyr ifanc ac oedolion ifanc yn esbonio'r heriau sy'n eu hwynebu, fel y gallant ddeall yn well y gefnogaeth sydd ei angen ar ofalwyr ifanc ac oedolion ifanc.
* Unwaith y byddan nhw'n deall y math o gefnogaeth sydd ei angen, mae angen i oedolion cyfrifol wedyn wneud amser i roi'r gefnogaeth honno ar waith.

Rydym yn gwybod ei bod hi'n hawdd i ofalwyr ifanc ac oedolion ifanc ddechrau teimlo wedi'u llethu oherwydd popeth y mae angen iddynt ei wneud ar gyfer eu rôl gofalu ar ben eu holl astudiaethau a bod yn berson ifanc. Yr hyn a ddywedodd gofalwyr ifanc ac oedolion ifanc wrthym ni oedd nad oes angen iddo fod fel hyn. Maen nhw'n meddwl mai'r pethau fyddai'n gwneud iddyn nhw deimlo'n llai llethol, iachach a hapusach yw:

* Gwell cefnogaeth mewn addysg a gweithleoedd
* Mwy o fynediad i seibiannau
* Gwell mynediad i gefnogaeth iechyd meddwl fel cwnsela neu therapi
* Mwy o gefnogaeth ariannol.

<Rhowch astudiaeth achos leol yma>

<Os yn ysgrifennu at Aelod o’r Senedd gallech ychwanegu: Fel fy AoS byddwn yn ddiolchgar petaech yn ystyried mynychu digwyddiad bwrdd crwn Cyngor Ieuenctid Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru ddydd Mercher 15 Mawrth rhwng 12:30-1:30 yn Ystafelloedd Cynadledda C&D o Dŷ Hywel. RSVP os gwelwch yn dda i cglyn@carers.org.>

<Os yn ysgrifennu at Gynghorydd gallech ychwanegu: Ar gyfer YCAD 2023, mae Ymddiriedolaeth Gofalwyr wedi llunio templed o Gynnig y Cyngor i godi ymwybyddiaeth o YCAD a galw am gamau gweithredu i helpu i godi proffil a chymeradwyo gofalwyr ifanc yn ein hardal.>

Yn olaf, hoffem eich gwahodd i gwrdd â ni'r Diwrnod Gweithredu Gofalwyr Ifanc hwn i drafod ymhellach y cyfraniadau amhrisiadwy y mae gofalwyr ifanc yn eu gwneud i'n cymunedau, y gefnogaeth a ddarparwn iddynt a sut y gallwch helpu i ymgyrchu dros gefnogaeth ychwanegol a fydd yn gwneud gwahaniaeth ystyrlon i fywydau ohonynt a'u teuluoedd.

Yn gywir

<Rhowch Enw(au)>