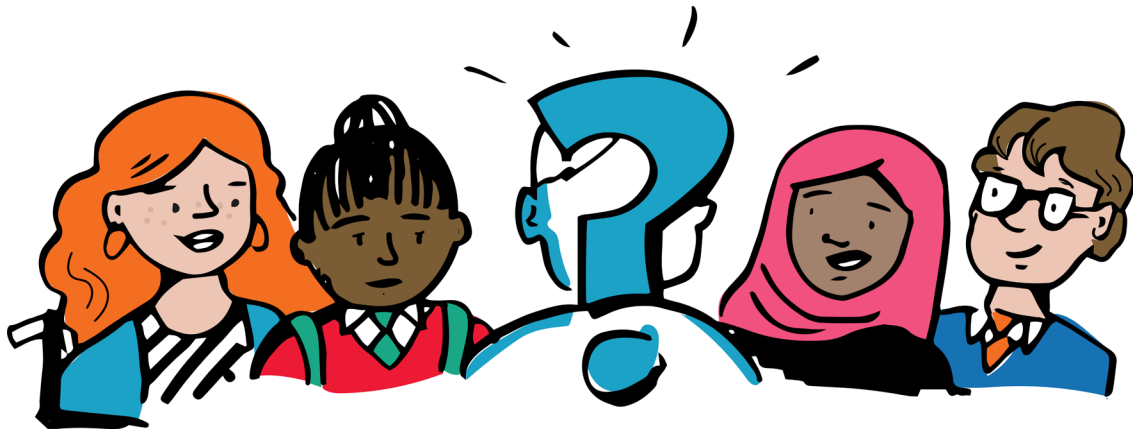


# YMDDIRIEDOLAETH GOFALWYR

CYMRU

## PWY SYDD AR GOLL?



- A oes gennych gyfaill sy'n methu cadw at drefniadau yn aml?
- A yw cyd-ddisgybl yn absennol o wersi?
- Ydych chi wedi sylwi ar fyfyrwr sy'n ei chael yn anodd i gymryd rhan mewn mewn gweithgareddau neu deithiau ar ôl oriau ysgol?

Gallent fod yn ofalydd ifanc neu'n oedolyn ifanc sy'n ofalydd. Pobl ifanc yw'r rhain sy'n gofalu am rywun yn eu teulu neu gyfaill, sy'n sâl/dost, anabl, neu y mae ganddynt broblem iechyd meddwl neu gorddibyniaeth.

## Diwrnod Gweithredu Gofalwyr Ifanc 16 Mawrth 2022

Ar Ddiwrnod Gweithredu Gofalwyr Ifanc rydym yn gofyn i bobl weld pwyl allai fod yn colli cyfleoedd oherwydd eu bod yn ofalydd ifanc neu'n oedolyn ifanc sy'n ofalydd. Ymunwch a chymerwch ran i helpu gofalwyr ifanc neu oedolion ifanc sy'n ofalwyr deimlo'n llai ynysig.

Gallwch ddysgu mwy a chael adnoddau rhad ac am ddim i'ch helpu ar:

[Carers.org/YCAD](https://www.carers.org/YCAD)

#YoungCarersActionDay



© Ymddiriedolaeth Gofalwyr 2021. Darluniau gan Eleanor Beer. Mae'r Ymddiriedolaeth Gofalwyr yn elusen gofrestredig yn Lloegr a Chymru (1145181) ac yn Yr Alban (SC042870). Cofrestrwyd yn gwmni cyfyngedig trwy warant yn Lloegr a Chymru Rhif 7697170. Swyddfa Gofrestredig: Carers Trust, Unit 101, 164-180 Union Street, Llundain SE1 0LH.