



**“Does neb yn cael pam
fy ngwaith cartref
weithiau’n hwyr.**

**Hoffwn pe baent yn gwybod sut
beth yw bod yn ofalwr mewn
gwirionedd.”**

Gall gofalwyr di-dâl deimlo'n anweledig i hyd yn oed y bobl sydd agosaf atynt. Er mwyn sicrhau eu bod yn cael eu cydnabod a'u cefnogi, mae angen inni cydraddoldeb i ofalwyr.



Ewch i carersweek.org
i ddarganfod mwy ac i
gymryd rhan



“ Does neb yn deall pan fydd angen cymryd amser arnaf allan i ofalu am dad.

Ond ni fyddai'n gallu ymdopi heb i mi fod yno iddo.”

Gall gofalwyr di-dâl deimlo'n anweledig i hyd yn oed y bobl sydd agosaf atynt. Er mwyn sicrhau eu bod yn cael eu cydnabod a'u cefnogi, mae angen inni cydraddoldeb i ofalwyr.



Ewch i carersweek.org i ddarganfod mwy ac i gymryd rhan



“Nid oes neb yn gwybod yn unig faint o egwyl byddai'n ein helpu ni'n dau.

Ni allaf roi fy ngorau iddo pan. Rwy'n cael trafferth gofalu amdanaf fy hun.”

Gall gofalwyr di-dâl deimlo'n anweledig i hyd yn oed y bobl sydd agosaf atynt. Er mwyn sicrhau eu bod yn cael eu cydnabod a'u cefnogi, mae angen inni cydraddoldeb i ofalwyr.





“Dwi wir yn caru fy merch, ond nid oes neb yn cael dim ond sut llethol gall deimlo. Hoffwn pe baent yn gwybod beth mae wir fel bod yn ofalwr.”

Gall gofalwyr di-dâl deimlo'n anweledig i hyd yn oed y bobl sydd agosaf atynt. Er mwyn sicrhau eu bod yn cael eu cydnabod a'u cefnogi, mae angen inni cydraddoldeb i ofalwyr.

Mae Carers UK yn elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr (246329) a'r Alban (SC039307).
Cwmni cyfyngedig trwy warant 864097. Swyddfa gofrestredig 20 Great Dover Street, Llundain SE1 4LX



Ewch i carersweek.org i ddarganfod mwy ac i gymryd rhan