



**“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. Dyna pam rydym eisiau gwneud yn siŵr bod gofalwyr yn cael eu cydnabod a'u cefnogi yn eu cymunedau.

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](https://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. Dyna pam rydym eisiau gwneud yn siŵr bod gofalwyr yn cael eu cydnabod a'u cefnogi yn eu cymunedau.



Ewch i [carersweek.org](https://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 gofalmwyr di-dâl deimlo'n anweledig i hyd yn oed y bobl sydd agosaf atynt. Dyna pam rydym eisiau gwneud yn siŵr bod gofalmwyr yn cael eu cydnabod a'u cefnogi yn eu cymunedau.





**“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. Dyna pam rydym eisiau gwneud yn siŵr bod gofalwyr yn cael eu cydnabod a'u cefnogi yn eu cymunedau.

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](https://carersweek.org) i ddarganfod mwy ac i gymryd rhan