

Os hoffech wneud atgyfeiriad neu os oes gennych unrhyw sylwadau am ein gwasanaeth, ai ydym yn gwneud yn dda neu'n gallu gwneud yn well, cysylltwch â ni:

If you would like to make a referral or have any comments about our service, whether we are doing well or could do better, please contact us:

Ffôn - Telephone: **01554 745480**

Ffacs - Fax: **01554 771952**

Ebost - Email: culp@redcross.org.uk

Neu gallwch ysgrifennu atom:
CUSP

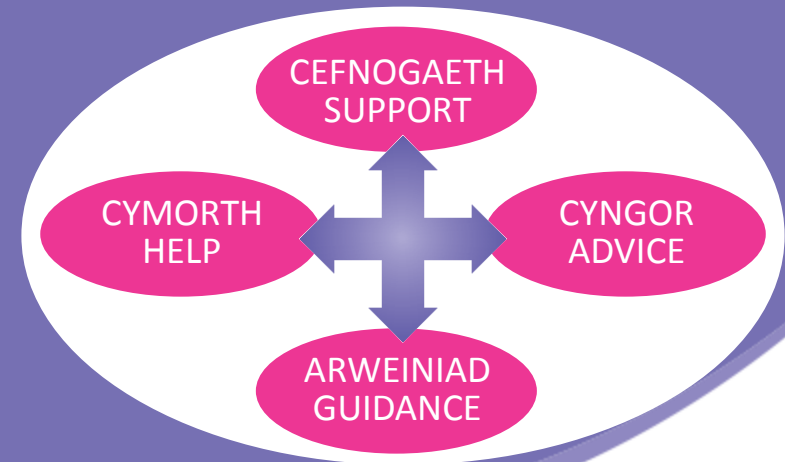
Cwrt Scarlet, Heol Aur,
Parc Dafen, Llanelli
Sir Gaerfyrddin SA14 8QN

Or you can write to us:
CUSP

Scarlet Court, Heol Aur,
Dafen Park, Llanelli
Carmarthenshire SA14 8QN



PROSIECT CEFNOGI UNEDIG SIR GAERFYRDDIN
CARMARTHENSHIRE UNITED SUPPORT PROJECT



 Ffôn - Telephone: **01554 745480**

Ffacs - Fax: **01554 771952**

 culp@redcross.org.uk

Mae'r daflen hon ar gael yn electronig, mewn print bras ac mewn ieithoedd eraill ar gais.
This leaflet is available electronically, in larger print and in other languages on request.

Beth yw Prosiect Cefnogi Unedig Sir Gaerfyrddin (C.U.S.P)?



Ydych chi'n cael problemau gyda'ch symudedd?

Ydych chi'n teimlo'n unig neu'n ynysig?

Ydych chi angen cefnogaeth gyda'ch llesiant personol?

Os felly, cysylltwch â CUSP.

Mae CUSP yn darparu'r gefnogaeth sydd ei hangen arnoch i helpu gwella eich llesiant er mwyn i chi deimlo'n fwy hyderus ac annibynnol yn eich bywyd beunyddiol.

Bydd Gweithwyr Cymorth CUSP yn trafod gyda chi beth rydych chi'n credu sy'n bwysig er mwyn helpu cadw eich llesiant a'ch annibyniaeth. Eich cefnogi i gynllunio a gwneud newidiadau cadarnhaol yn eich bywyd.

Mae CUSP yn bartneriaeth o fudiadau yn Sir Gaerfyrddin sydd oll yn gweithio gyda'i gilydd i gynnig cymorth unigol, wedi'i deilwra i chi.

Gallwch gysylltu â ni a chael ymweliad gan un o'n Gweithwyr Cymorth fydd yn gwrandao arnoch ac yn trafod gyda chi beth allech fod ei angen. Byddant yn sôn wrthyhych am fudiadau eraill allai helpu, a threfnu i chi gysylltu â nhw.



What is the Carmarthenshire United Support Project (C.U.S.P)?

Do you have problems with your mobility?

Are you feeling lonely or isolated?

Do you need support with your personal well-being?

If so, please contact CUSP.

CUSP provides the support you need to help increase your well-being so that you feel more confident and independent in day to day life.

CUSP Support Workers will discuss with you what you feel is important to help maintain your well-being and independence. Supporting you to plan and achieve positive changes in your life.

CUSP is a partnership of organisations in Carmarthenshire all working together to provide you with individual, tailored support.

You can contact us and receive a visit from one of our Support Workers who will listen to you and discuss with you what you may require. They'll explain to you about other organisations that can help and arrange for them to contact you.