

# YMDDIRIEDOLAETH GOFALWYR

Croesffyrdd  
Gorllewin Cymru



Gofalwyr Blynyddoedd Addysg

**Mae Prosiect Gofalwyr  
Blynyddoedd Addysg (CEY)  
Sir Gar yn cefnogi unrhyw un  
5-18 oed sy'n helpu i ofalu am  
aelod o'r teulu sydd ag  
anabledd, salwch, problem  
iechyd meddwl neu sy'n  
camdefnyddio sylweddau**

## Ein Gwasanaeth Cymorth

- Gweithiwr Allweddol penodedig i ddarparu cymorth un i un yn eich cartref, ysgol neu coleg neu dros galwad fideo
- Cynllun cymorth gydag ymagwedd sy'n seiliedig ar y teulu
- Gwybodaeth am faterion gofalwyr
- Grwpiau sgiliau bywyd – hyder, iechyd a lles ayb.
- Gwaith partneriaeth gyda gwasanaethau eraill sy'n gallu cynnig cymorth
- Cymorth cymheiriaid, gan gynnwys gweithgareddau, clybiau ieuenctid, dyddiau allan, grwpiau cymorth a'r cyfryngau cymdeithasol

Yn aml, mae bod yn ofalwr yn gallu bod yn brofiad unigol, ond does dim angen i chi deimlo'n unig - mae prosiect CEY yn cynnig amrywiaeth o wasanaethau cymorth a gwybodaeth, i'ch helpu chi gyda'ch rôl gofalu. Y cyfan sydd ei angen yw galwad ffôn, neges, neu e-bost, a bydd gweithiwr yn trefnu i gwrdd â chi. Gall hyn fod yn eich cartref, ysgol neu goleg, neu rhywle lle'r rhydych yn teimlo'n gyfforddus i siarad yn gyfrinachol.

**Tîm Plant a Phobl Ifanc:  
Swyddfa: 0300 0200 002  
youngcarers@ctcww.org.uk**

**Cat Hooton:  
07508 001 596**

**Tracey Jones:  
07399 502 126**

[www.ctcww.org.uk](http://www.ctcww.org.uk)

 **@cey\_yac**

 **@ceyyac**



Gyda chefnogaeth | Supported by  
  
**Plant mewn Angen  
Children in Need**

## Our Support Service:

- A dedicated Young Carer Worker providing one-to-one support, in your home, school or college or over video call
- A support plan with a family based approach
- Information on carer issues
- Life skills groups - confidence building, health & well being etc.
- Peer support including activities, youth clubs, days out, support groups and social media
- Access to dedicated Education Support Workers

**The Carmarthenshire Carers Educational Years (CEY) Project supports anyone aged 5-18 who helps to look after a family member with an illness, disability, mental health or substance misuse issue**

Being a carer can often feel stressful but there is no need to feel alone - the CEY project offers a range of support and information services to help you in your caring role. All it takes is a quick phone call, text or email and a worker will arrange to meet up with you - whether it's at home, school, college or anywhere else that's comfortable for you to talk in confidence.

## Children and Young People Team:

**Office: 0300 0200 002**

**[youngcarers@ctcww.org.uk](mailto:youngcarers@ctcww.org.uk)**

**Cat Hooton:**  
**07508 001 596**

**Tracey Jones:**  
**07399 502 126**

**[www.ctcww.org.uk](http://www.ctcww.org.uk)**

 **@cey\_yac**

 **@ceyyac**

