

**Mae Gofalwyr yn Bwysig...  
Gallwch fy nghynnwys i!**

**Ydych chi'n gofalu am berthynas neu fi**

Os ydych yn cefnogi rhywun sy'n wael, ag anabledd, problem iechyd meddwl neu'n camddefnyddio sylweddau, ac nid yw'r unigolyn yn gallu ymdopi heb eich cymorth chi, yna **GOFALWR** ydych.

Gall Ofalwr fod yn berthynas, rhiant, person ifanc, ffrind neu gymydog.

Mae Credu'n rhan o grŵp o sefydliadau (Gofalwyr Ceredigion) sydd wedi ymrwymo i ddarparu gwybodaeth, cyngor a gofal amgen i Ofalwyr ar draws Ceredigion.

Gallwch ymuno â Gofalwyr Ceredigion **AM DDIM** a chofrestru i dderbyn newyddion a gwybodaeth neu gymorth uniongyrchol, gan gynnwys gofal seibiant. Gellir cofrestru trwy lenwi'r ffurflen isod, drwy ffonio 03330 143377 neu drwy e-bostio: [ceredigion@credu.cymru](mailto:ceredigion@credu.cymru) Hefyd gallwch ddysgu mwy trwy ymweld â'n gwefan: [www.gofalwyrkeredigioncarers.cymru](http://www.gofalwyrkeredigioncarers.cymru), drwy hoffi ein tudalen Facebook 'Gofalwyr Ceredigion Carers' neu drwy ddilyn ein cyfrif Twitter: @GofalwyrC

Enw gyntaf.....

Cyfenw.....

Dyddiad geni..... Rhif(au)

Ffôn.....

Cyfeiriad.....

Cod Post.....

E-bost: .....

Ble welsoch chi'r ffurflen hon?.....

Crynodeb o'ch rôl gofal

.....  
.....  
.....

**IE! Buaswn yn hoffi**

i rywun fy ffonio am roi cefnogaeth imi

i rywun o Groesffyrdd fy ffonio am ofal seibiant

Derbyn newyddion a gwybodaeth

drwy'r post  trwy ebost

Llofnod.....

Dyddiad.....

**Anfonwch y ffurflen at: FREEPOST CREDU (nid oes angen stamp nag unrhyw fanylion eraill)**

Mae Credu o ddifrif am eich preifatrwydd a byddwn ond yn defnyddio'ch manylion personol er mwyn rhoi cefnogaeth ichi a monitro'r gwahaniaeth a wneir trwy ein gwaith. Hwyrach y caiff eich gwybodaeth bersonol ei rhannu gyda'ch Awdurdod Lleol (Cyngor) a'r GIG fel 'tasg gyhoeddus'.

Hwyrach y byddwn yn awgrymu sefydliadau a gwasanaethau all roi cymorth ichi, ond byddwn ond yn trosglwyddo eich manylion gyda'ch caniatâd chi, oni fydd hyn yn golygu risg i rywun.

Am fwy o wybodaeth ynghylch ein dulliau prosesu data personol, eich hawliau o ran diogelu data, neu i gwyno am ein ffordd o drin eich gwybodaeth, ewch at ein gwefan:

[www.credu.cymru/privacy](http://www.credu.cymru/privacy) neu cysylltwch â Marie Davies, Rheolwr Gweithrediadau ar: [marie@credu.cymru](mailto:marie@credu.cymru) neu 03330 143377.

Rhif Elusen Gofrestredig: 1103712, Rhif Cwmni Cyfyngedig: 4779458 Cofrestrwyd yng Nghymru.

Mae Credu yn Bartner Rhwydwaith yr Ymddiriedolaeth Gofalwyr