



“ Os ydych yn gofalu am rywun gartref, dylai fod rhywun yn yr ysgol i chi siarad â nhw. ”

Disgybl

Mae'r Ymddiriedolaeth Gofalwyr yn elusen gofrestrdig yng Nghymru a Lloegr (1145181) ac yn yr Alban (SC042870). Cofrestrwyd fel cwmni cyfyngedig drwy warant yng Nghymru a Lloegr Rhif 7697170. Swyddfa Gofrestredig: 32-36 Loman Street, Llundain SE1 0EH.

Mae Cymdeithas y Plant yn elusen gofrestrdig Rhif Elusen 221124. Swyddfa Gofrestredig: Edward Rudolf House, Margery Street, Llundain. WC1X 0J

© Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru + TCS Cymru 2017

Mae llawer o blant yn gofalu am rywun gartref sy'n sâl neu'n anabl

Maent yn aml yn dysgu llawer o sgiliau oherwydd eu bod yn gofalu am rywun.

Ond weithiau maent:

- Yn teimlo'n flinedig, yn drist neu'n bryderus.
- Eisiau seibiant neu ychydig o hwyl.
- Yn colli ysgol.
- Yn gweld yr ysgol yn anodd.

Os ydych yn helpu i ofalu am rywun gartref, peidiwch â cholli allan.

Siaradwch â: