Iechyd Gofalwyr Teuluol

Ydych chi'n gofalu am berthynas sy'n oedolyn (18 oed a hŷn) gydag anabledd dysgu yn eich cartref teuluol?

Mae Prifysgol Bangor, ar y cyd gyda Mencap Cymru a Chartrefi Cymru, yn dechrau project ymchwil newydd sy'n edrych ar iechyd gofalwyr teuluol.

Rydym ni eisiau gwybod y canlynol:

- Eich profiadau o fod yn ofalwr.
- Eich iechyd a'ch lles.
- Y gefnogaeth a gewch i helpu gyda'ch swyddogaeth gofalu gan ffrindiau a theulu.
- Y gefnogaeth a gewch gan y gwasanaethau cymdeithasol a sefydliadau gwirfoddol.
- Eich meddyliau a'ch cynlluniau ar gyfer y dyfodol.

Beth mae cymryd rhan yn ei olygu?

Gellwch naill ai:

- Lenwi holiaduron ar-lein. Am fwy o wybodaeth, ac/neu i gymryd rhan, ewch https://www.survey.bris.ac.uk/bangor/iechydgofalwyr
- Neu cysylltwch gyda Jillian Grey, manylion isod, i dderbyn rhagor o wybodaeth a/neu gopïau papur o holiaduron.

Faint o amser fydd yn ei gymryd?

Mae'r holiaduron wedi cael eu dewis yn ofalus er mwyn iddynt fod yn hawdd i'w llenwi. Ni ddylai'r rhain gymryd llawer mwy nag 20 munud i gyd i'w llenwi.

Am ragor o wybodaeth am sut i gymryd rhan, cysylltwch â:

Jillian Grey
Yr Ysgol Seicoleg
Adeilad Brigantia
Prifysgol Bangor
Bangor, Gwynedd, LL57 2AS

Ffôn: 01248 388255
E-bost: **j.m.grey@bangor.ac.uk**

mencap cymru
Llais anabledd dysgu
The voice of learning disability

cartrefi cymru
Cefnogi Pobl a Chymunedau
Supporting People and Communities

kess
Ysgoloriaethau Sgiliau Economi Gwybodaeth
Knowledge Economy Skills Scholarships

ESF
Llywodraeth Cymru
Welsh Government
Ewrop & Chymru: Buddsoddi yn eich dyfodol
Cronfa Gymdeithasol Ewrop
Europe & Wales: Investing in your future
European Social Fund