

Ydych chi'n gofalu am rywun sy'n byw gyda dementia?

Ydych chi dros 18?

Ydych chi'n gofalwr di-dâl i aelod o'r teulu neu ffrind sydd efo dementia?

Ydych chi'n profi rhywfaint o straen, pryder neu iselder?

Oes gennych chi fynediad i'r rhyngwrwyd?



Beth yw'r *astudiaeth iSupport*?

Pecyn cymorth ar y wê yw *iSupport* ar gyfer gofalwyr pobl â dementia.

Beth fyddwn i'n ei wneud?

- Rydym yn chwilio am ofalwyr ddi-dâl i ymuno â'n hastudiaeth am gyfnod o 6 mis
- Dyluniwyd ein hastudiaeth i archwilio profiadau gofalwyr o ba mor dda mae *iSupport* yn gweithio
- Bydd gan hanner ein cyfranogwyr fynediad i'r platfform ar-lein a bydd yr hanner arall yn derbyn ffynonellau gwybodaeth defnyddiol eraill.

I ddarganfod rhagor o wybodaeth, cysylltwch â:

<http://dscd.bangor.ac.uk/isupport-for-dementia-carers.php.cy>

E-bost: isupportstudy@bangor.ac.uk

Neu ffôn: 01248 382 506

