

New Advice Line for Older Carers in Wales

Are you an older person in Wales providing care for a loved one, friend, or neighbour? You're not alone – and Age Cymru is here to help.

Age Cymru has launched a brand-new, free and confidential telephone advice line specifically for older carers in Wales. Whether you're new to caring or have been doing it for years, Age Cymru understands that being a carer can be rewarding but also physically and emotionally demanding. That's why they're offering dedicated information and advice tailored to the needs of older carers.

The advice line is part of a joint project between Age Cymru and Carers Trust Wales, and is funded by Welsh Government.

You can contact the Older Carers Advice Line on **03300 564 365** to speak to a friendly adviser who understands your situation. They can help with a range of issues, including access to services, benefits, your rights as a carer and more.

For more information, visit: www.agecymru.wales/our-work/carers/

Llinell Gyngor Newydd ar gyfer Gofalwyr Hŷn yng Nghymru

Ydych chi'n berson hŷn yng Nghymru sy'n darparu gofal ar gyfer aelod o'r teulu, ffrind, neu gynyddog? Dydydych chi ddim ar eich pen eich hun – mae Age Cymru yma i'ch helpu.

Mae Age Cymru wedi lansio llinell gyngor newydd a chyfrinachol am ddim, yn arbennig ar gyfer gofalwyr hŷn yng Nghymru. Mae Age Cymru yma i helpu pobl sydd newydd ddechrau darparu gofal, a phobl sydd wedi bod yn gofalu am flynyddoedd. Mae Age Cymru'n deall bod gofalu'n werthfawr, ond mae hefyd yn dasg anodd a heriol. Dyma pam maen nhw'n cynnig gwybodaeth arbenigol a chynghor sy'n gweddu i anghenion gofalwyr hŷn.

Mae'r llinell gyngor yn rhan o brosiect ar y cyd rhwng Age Cymru ac Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru, ac mae'n cael ei ariannu gan Lywodraeth Cymru.

Cysylltwch â Llinell Gyngor Gofalwyr Hŷn ar **03300 564 365** er mwyn siarad â chynghorwr cyfeillgar sy'n deall eich sefyllfa. Maen nhw'n medru helpu gydag amrywiaeth o broblemau, yn cynnwys mynediad at wasanaethau, budd-daliadau, eich hawliau fel gofalwr a mwy.

Os hoffech chi gael rhagor o wybodaeth, ewch i: <https://www.agecymru.cymru/ein-gwaith/gofalwyr/>