Ysgrifennu'r cylchlythyr

Un o fy hoff dasgau yw llunio'r cylchlythyr chwarterol, Y Gofalydd.

Efallai mai dim ond chwe tudalen o hyd ydyw, ond mae llawer i'w hystyried:

- *Yw'r wybodaeth yn berthnasol i ofalwyr di-dâl?*
- *Yw'r wybodaeth yn berthnasol i ofalwyr yn y 3 sir yr ydym yn eu gwasanaethu? h.y. Conwy, Gwynedd ac Ynys Môn.*
- *Oes rhywbeth ynddo i ofalwyr ifanc, e.e. rhieni plant ag anghenion ychwanegol?*
- *Oes rhywbeth i ofalwyr hŷn? (a'r rheini rhwng yr oedrannau hyn)*
- *Ydyn ni wedi cynnwys unrhyw ddeddfwriaeth ddiweddar i ofalwyr?*
- *Yw'r wybodaeth yn glir ac yn hawdd i bawb ei deall, hyd yn oed os oes ganddyn nhw broblemau gweld, ychydig iawn o sgiliau darllen, ac ati?*
- *Yw materion cymhleth yn cael eu trafod mewn modd clir a chryno fel bod modd i ofalwyr prysur eu deall?*
- *A fydd yn ennyn gofalwyr i gysylltu â ni pan fyddan nhw angen help?*
- *A fydd yn gwneud i ofalwyr deimlo'u bod yn cael eu gwerthfawrogi a'u cefnogi?*
- *Oes gennym ni stori gofalydd; yn ôl yr adborth sydd wedi dod i law, mae gofalwyr wrth eu bodd yn darllen y rhain; os yw'n stori am fuddugoliaeth yn wyneb adfyd, mae'n medru rhoi gobaith i eraill sy'n parhau i gael anawsterau; os yw'n stori am heriau a thor calon, mae'n helpu gofalwyr eraill i wybod nad hwy yw'r unig rai mewn sefyllfa heriol. Dywed gofalwyr wrthym fod y storïau gan ofalwyr yn eu helpu i deimlo yn llai ynysig.*

Pan fyddaf yn cael anhawster gydag erthygl, byddaf yn dychmygu siarad â rhywun rwy'n ei adnabod a fyddai'n hoffi deall y materion sy'n cael eu trafod. Mae hyn yn fy helpu i'w rhoi yn y cyd-destun cywir. Rwy'n ffodus iawn o fod yn gweithio yng nghanolfan brysur Bangor, sy'n fy helpu i gadw i'r funud â'r pethau diweddaraf sy'n poeni gofalwyr. Mae ein cyfarfod staff misol yn fan defnyddiol arall i gasglu gwybodaeth. Mae fy nghydweithwyr yn awgrymu pynciau ar gyfer y cylchlythyr yn aml.

Pan fydd y drafft cyntaf wedi'i wneud, rwy'n hoffi mynd ag ef adref, newid hetiau, a'i ddarllen dros baned o goffi, fel petawn i'n ofalydd. Mae'n helpu fy mod wedi bod yn ofalydd ac yn dal i gofio sut yr oedd hynny'n teimlo a bod gennyf hefyd berthnasau sydd naill ai yn ofalwyr neu'n bobl sy'n cael gofal.

Pan fyddaf yn hapus â'r drafft cyntaf, a'r Prif Swyddog wedi'i gymeradwyo, rwy'n gofyn i Enyd, ein gwirfoddolwr yng nghanolfan Bangor, ffonio pobl i wirio bod yr holl rifau ffôn yn gywir. Rwyf hefyd yn ceisio cael stoc o unrhyw daflenni a nodir yn y cylchlythyr cyn iddo fynd i gael ei brintio. Yn olaf, rwy'n ei anfon at Angharad i'w gyfieithu ac yna i'r argraffwyr. Mae'r broses gyfan yn cymryd tua 8 wythnos.

Rydym bob amser yn ddiolchgar am syniadau ar byncian ar gyfer y cylchlythyr ac am storïau gofalwyr!

Julie

JulieOatey

Swyddog Gweinyddol a Cynorthwyydd Gweithredol ☺