Age Cymru ydym ni

Wyneb newydd oedran

www.agecymru.org.uk

Elusen Gofrestredig 1128436

Age Cymru ydym ni

Credwn fod oedran yn mynnu parch. Mae'n haeddu caredigrwydd. Weithiau y mae angen cymorth.

Mae llawer gormod o bobl yn profi anawsterau wrth iddynt heneiddio. Ni fedrwn addo iechyd da i bawb, ond byddwn yn brwydro dros ofal iechyd da i bob un ohonom. Ble byddwn yn dod o hyd i unigrwydd, byddwn yn estyn allan. Pan fod oedran yn mynd yn faich, byddwn yn ysgafnhau'r faich.

Oherwydd bod oedran yn beth rhyfeddol hefyd, byddwn yn dathlu'r doethineb, y tawelwch a'r hyder a ddaw gydag ef.

Byddwn yn ymgyrchu. Byddwn yn codi arian gyda'n gilydd. Byddwn yn ymchwilio. Byddwn yn gwneud i'r awdurdodau sydd ohoni i wrando a gweithredu. Byddwn yn herio ble y maent yn methu, a byddwn yn dweud wrthynt sut y dylid gweithredu.

Mae Age Cymru ar gyfer pob un ohonom, oherwydd bod oedran yn rhan o fywyd.

Anghofiwch am oedran edrychwch ar y person

Mae angen newid sylfaenol mewn agweddau tuag at bobl hŷn. Mae pob un ohonom ni eisiau cyfleoedd i fyw bywydau gwell ac i gyfrannu; mae pob un ohonom ni eisiau hawliau cyfartal fel gweithwyr, defnyddwyr a defnyddwyr gwasanaethau cyhoeddus. Mae cymdeithas wedi derbyn cam-drin pobl hŷn am lawer rhy hir; ni fyddwn yn caniatáu hyn eiliad yn hirach.

Mae pob un ohonom ni eisiau cael ein trin gydag urddas a pharch, yn enwedig pan fod bywyd yn galed, ac rydym ni eisiau i benderfyniadau sy'n effeithio arnom ni i ddwyn i ystyriaeth ein hanghenion a'n barnau.

Bydd Age Cymru yn:

- sicrhau bod lleisiau pobl hŷn yn cael eu clywed
- herio ac yn newid agweddau
- brwydro yn erbyn gwahaniaethu ble bynnag y down o hyd iddo
- taclo cam-drin pobl hŷn o bob math.

Arhoswch yn iach, mwynhewch fywyd

Henaint ni ddaw ei hunan i lawer ohonom. Gall pob un ohonom wneud ein rhan i gadw'n iach, fel bod gennym well siawns o aros yn annibynnol a mwynhau bywyd wrth fynd yn hŷn. Weithiau, rydym ni angen y cymorth priodol i'n helpu i wneud hyn.

Yn llawer rhy aml, mae'r system yn ymdrin â'n cyflyrau meddygol yn hytrach na'n ein gweld fel person cyfan. Mae'r driniaeth a gawn oddi wrth y gwasanaethau iechyd yn bwysig, ond mae atal a gwella yr un mor bwysig.

Bydd Age Cymru yn:

- dathlu creadigrwydd wrth fynd yn hŷn
- sicrhau bod gweithgareddau corfforol ar gael
- gweithio i wneud gofal preswyl yn brofiad positif
- hyrwyddo byw'n iach trwy gydol y flwyddyn.

Parchu, gwerthfawrogi, chynnwys

Mae miloedd o bobl yn ei chael hi'n anodd cael dau ben llinyn ynghyd. Ni ddylai unrhyw un ohonom ddioddef gostyngiad trychinebus yn ein safonau byw wrth i ni ymddeol. Mae llawer o bobl yn byw ar eu pennau eu hunain ac mae diwrnodau'n mynd heibio heb iddynt weld wyneb cyfeillgar neu glywed wrth un o'u hanwyliaid.

Mae pob un ohonom ni eisiau sicrwydd y bydd y cymorth yr ydym ni ei angen yno i ni mewn adegau o argyfwng; y byddwn yn cael ein trin gydag urddas, ac y byddwn yn cael ein parchu, oherwydd pwy ydym ni ac nid oherwydd ein hoedran.

Bydd Age Cymru yn:

- darparu gwasanaeth gwybodaeth a chyngor cyfrinachol, dibynadwy ac arbenigol
- helpu pobl i hawlio'r hyn maent yn gymwys i'w dderbyn
- cynorthwyo darparwyr gwasanaethau i fod yn ymwybodol o oedran
- ymgyrchu dros hawliau'r bobl sydd fwyaf agored i niwed.

Cyfranogi gyda'n gilydd

Mae pob un ohonom ni angen i'n cymunedau lleol i gael eu cynllunio gyda'n anghenion ni mewn cof, ble mae ein lleisiau'n cael eu clywed, a ble nad ydym yn cael ein hanwybyddu na'n heithrio. Mae pob un ohonom ni eisiau cyfleoedd i gyfrannu, i gyfranogi ac i fwynhau bywyd.

Gorau arf, dysg ac mae hyn yn wir iawn pan ein bod yn gwybod ac yn defnyddio ein hawliau. Gall wneud gwahaniaeth enfawr i'n hincwm a sut yr ydym yn cael mynediad i wasanaethau.

Mae pobl yn dweud wrthym eu bod yn ymddiried mwy yn Age Cymru nag asiantaethau'r llywodraeth i'w darparu gyda gwybodaeth onest a diduedd.

Bydd Age Cymru yn gweithio gyda phartneriaid i greu gwell ansawdd bywyd i bob un ohonom, gan ddibynnu ar wybodaeth leol i ddarparu'r union wasanaethau sydd eu hangen.

Bydd Age Cymru yn:

- rhoi cymorth i grwpiau pobl hŷn
- gweithio mewn partneriaeth er lles pawb
- darparu gwybodaeth a chyngor syml, annibynnol a diduedd.

Age Cymru ydym ni
Wyneb newydd oedran

Age Cymru yw'r grym newydd sy'n cyfuno Age Concern Cymru a Help the Aged yng Nghymru. Rydym yn ymrwymedig i greu byd ble mae pobl hŷn yn medru blodeuo.

AGE Concern Cymru

HELP THE AGED WE WILL

Help the Aged yng Nghymru
Help the Aged in Wales

Eich cymorth a'ch rhoddion chi sy'n sicrhau mai ni yw'r elusen genedlaethol fwyaf dylanwadol a gwybodus i bobl hŷn yng Nghymru.

age Cymru

Tŷ John Pathy, 13/14 Cwrt Neptune
Ffordd Blaen y Gad, Caerdydd CF24 5PJ
ff/t 029 2043 1555
ff/f 029 2047 1418
www.agecymru.org.uk
enquiries@agecymru.org.uk

FSC Mixed Sources
Product group from well-managed forests and other controlled sources
www.fsc.org Cert no. SGS-COC-005693
©1996 Forest Stewardship Council

Mae Age Cymru yn elusen gofrestredig rhif 1128436. Cwmni cyfyngedig trwy warant wedi ei gofrestru yn Lloegr ac yng Nghymru rhif 6837284. Cyfeiriad ein swyddfa gofrestredig: Tŷ John Pathy, 13/14 Cwrt Neptune, Ffordd Blaen y Gad, Caerdydd, CF24 5PJ. Mae Age Cymru yn gweithio mewn partneriaeth ag Age Concerns lleol.