

Do you provide unpaid care and support?



Anyone can become a carer. Carers come from all walks of life, all cultures and can be any age. Many people don't recognise themselves as carers, but they look after people with an illness, disability, mental health problem, learning disability or addiction or are parent carers.

The Social Services and Wellbeing Act (Wales) 2014 gives the same rights to carers as those they care for. Carers have a right to their own needs assessment. This is a conversation about what matters to you and how you can best be supported in your caring role, including services if appropriate. It doesn't matter how much care you are providing or intend to provide, you can still ask for a carer's assessment.

There are 5 local authority areas working in partnership with Aneurin Bevan University Health Board and 3rd sector organisations to support carers across the Gwent region. Each local authority provides a varied range of support to carers in their area.



Y o a e \_ o a \_ o e

To contact carers support in your area see below for details.

**Blaenau Gwent**  
IAA Team 01495 315700  
[www.blaenau-gwent.gov.uk](http://www.blaenau-gwent.gov.uk)

**Monmouthshire**  
Monmouth/Usk/Raglan 01600 773041

**Abergavenny**  
01873 735885

**Chepstow/hŷin y**



## Ydych yn darparu gofal a chymorth di-dâl?



Gall unrhyw un ddod yn ofalydd. Mae gofalyddion yn dod o bob cwr o'r byd, bob diwylliant ac yn gallu bod yn unrhyw oed. Nid yw llawer o bobl yn cydnabod eu hunain fel gofalyddion, ond maen nhw'n gofalu am bobl â salwch, anabledd, problem iechyd meddwl, anabledd dysgu neu ddibyniaeth neu yn ofalyddion rhiant.

Mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yn rhoi'r un hawliau i ofalyddion fel y rhai y maent yn gofalu amdanynt. Mae gan ofalyddion hawl i gael asesiad o'u hanghenion eu hunain. Mae hyn yn sgwrs am yr hyn sy'n bwysig i chi a sut y gallwch gael y gefnogaeth orau yn eich rôl fel gofalydd, gan gynnwys gwasanaethau os yn briodol. Does dim gweithid ofal yr ydych yn ei ddarparu neu'n bwriadu darparu, gallwch barhau i ofyn am asesiad gofalydd.

Mae yna 5 o ardaloedd awdurdodau lleol yn gweithio mewn partneriaeth â Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan a sefydliadau'r 3ydd sector i gefnogi gofalyddion ar draws rhanbarth

N d d c