

Ffrindiau Dementia Cymru – yn helpu creu cymunedau dementia gyfeillgar

Mae Ffrindiau Dementia yn fenter dan arweiniad Alzheimer's Society Cymru sy'n amcanu i godi ymwybyddiaeth o ddementia a newid y ffordd mae'r genedl yn meddwl, yn siarad ac yn gweithredu ynghylch dementia.

Mae Ffrind Dementia yn rhywun sydd wedi mynychu Sesiwn Wybodaeth 30 – 45 munud o hyd ac sydd wedi ymrwmo i weithred a fydd yn gwneud bywydau pobl sy'n byw gyda dementia ychydig bach yn well. Gall unrhyw un o unrhyw oed fod yn Ffrind Dementia ac mae pob gweithred yn cyfrif - o helpu rhywun i fynd ar y bws cywir i ledaenu'r gair am ddementia ar gyfryngau cymdeithasol.

Mae'r Sesiynau Gwybodaeth hyn yn cael eu cyflwyno i gymunedau ym mhob cwr o Gymru gan dîm o Hyrwyddwyr Ffrindiau Dementia ymroddgar – gwirfoddolwyr a hyfforddwyd i annog eu teulu, ffrindiau, cydweithwyr a chymunedau lleol i ddeall ychydig bach mwy am sut beth ydy byw gyda dementia ac yna troi'r ddealltwriaeth yn weithredu.

Rydym eisiau mwy o Hyrwyddwyr Ffrindiau Dementia sy'n siarad Cymraeg i'n helpu ni gyflwyno'r Sesiynau Gwybodaeth hanfodol hyn mewn cymunedau Cymraeg.

Am y tro cyntaf gallwn gynnig hyfforddiant Hyrwyddwr drwy gyfrwng y Gymraeg – sy'n cynnwys cyflwyniad cynhwysfawr i'r rôl, yr holl ddeunyddiau ac adnoddau sydd ar gael i helpu ein gwirfoddolwyr a'r gefnogaeth y gallwn ei gynnig.

Os ydych chi neu unrhyw un rydych yn ei adnabod eisiau gwybod mwy am ddod yn Hyrwyddwr Ffrindiau Dementia ewch i www.dementiafriends.org.uk neu eboostiwch lindsay.jones@alzheimers.org.uk .

Edrychaf ymlaen i glywed gennych chi.

Yr eiddoch yn gywir,

Lindsay Jones
Swyddog Ffrindiau Dementia Cymru

Welsh Dementia Friends – helping to create dementia friendly communities

Dementia Friends is an Alzheimer's Society led initiative which aims to increase dementia awareness and change the way the nation thinks, talks and acts about dementia.

A Dementia Friend is someone who has attended a 30 - 45 minute Information Session and has committed to an action that will make the lives of people living with dementia a little bit better. Anyone of any age can be a Dementia Friend and every action counts - from helping someone to find the right bus to spreading the word about dementia on social media.

These Information Sessions are delivered in communities across Wales by a team of dedicated Dementia Friends Champions - trained volunteers who encourage their family, friends, colleagues and local communities to understand a little bit more about what it's like to live with dementia and then turn that understanding into action.

We are looking to recruit more Welsh speaking Dementia Friends Champions to help us to spread these vital Information Sessions in Welsh communities.

For the first time we can now offer Champion training through the Welsh language – which includes a comprehensive introduction to the role, all the materials and resources available to help our volunteers and the support we can offer.

If you or anyone you know would like to find out more about becoming a Dementia Friends Champion please visit www.dementiafriends.org.uk or email lindsay.jones@alzheimers.org.uk.

I look forward to hearing from you.

Yours sincerely,

Lindsay Jones
Dementia Friends Officer for Wales

© Alzheimer's Society

Dementia Friends is an Alzheimer's Society initiative

Alzheimer's Society is a registered charity no. 296645