BREAST CANCER CARE

Yma i chi

Mary MacLeod, Stornoway

Mae Breast Cancer Care wedi bod yn darparu gwybodaeth a chefnogaeth i bobl a effeithiwyd gan ganser y fron ers dros 30 o flynyddoedd.

ydym yn cyflwyno gwasanaethau i ddynion a merched sydd wedi cael canser y fron, eu teuluoedd, eu ffrindiau, eu gofalwyr a gweithwyr proffesiynol gofal iechyd. Rydym hefyd yn darparu cefnogaeth a gwybodaeth i unrhyw un sy'n bryderus am iechyd y fron.

Caiff ein gwasanaethau eu cyflwyno drwy Brydain naill ai o'n swyddfa ganolog neu un o'n pedair canolfan genedlaethol a rhanbarthol. Nid oes tâl am yr un o'n gwasanaethau.

Llinell gymorth
0808 800 6000

Ffôn testun
0808 800 6001

www.breastcancercare.org.uk

Clust i wrando

Weithiau dydych chi ddim eisiau siarad wyneb yn wyneb

Unrhyw bryd yr ydych yn teimlo'n gymysglyd, yn bryderus neu angen sgwrsio am eich pryderon, codwch y ffôn a siarad ag un o staff ein llinell gymorth sy'n cynnig clust a dealltwriaeth arbenigol, yn gwbl gyfrinachol.

Rydym hefyd yn cynnig cymorth pwrpasol un-i-un dros y ffôn gan wirfoddolwyr a hyfforddwyd yn llawn. Fe wnawn ein gorau i'ch cysylltu â rhywun sydd â phrofiad personol o'r problemau sy'n eich wynebu chi.

Gallwch hefyd ddewis ymuno ag eraill tebyg i chi yn ein grwpiau cefnogi wythnosol dros y ffôn. Gallwch gymryd rhan o unrhyw le – dim ond ffôn a rhywle preifat i wneud yr alwad sydd ei angen. Mae'r holl grwpiau cefnogi dros y ffôn yn mynd am hyd at wyth wythnos a bydd therapydd a nyrs gofal y fron hyfforddedig wrth law i helpu.

Os oes arnoch angen rhannu eich profiadau â rhywun arall sy'n deall go iawn, ond ddim eisiau siarad, gall ein fforymau sgwrsio ar-lein helpu. Cewch lawer o drafodaethau cyfeillgar wedi'u haddasu fel y gall unrhyw un a effeithiwyd gan unrhyw agwedd ar ganser y fron neu sydd â phryderon am iechyd y fron gysylltu â nhw.

Gwneud gwahaniaeth i bobl a effeithiwyd gan ganser y fron

…Weithiau rydych eisiau siarad wyneb yn wyneb

Bydd gallu cwrdd yn uniongyrchol ag eraill mewn sefyllfa debyg i chi yn rhoi cyswllt wyneb yn wyneb i chi â phobl sy'n deall.

Dyna'n union y mae ein dyddiau a'n gweithgareddau cefnogi yn ei gynnig i bobl a effeithiwyd gan ganser y fron, fel y gallwch rannu profiadau a meithrin cyfeillgarwch mewn amgylchedd hamddenol a chroesawus. Rydym hefyd yn darparu cymorth penodol i ferched iau sydd â chanser y fron ac yn cynnal grwpiau ar gyfer pobl sydd â chanser y fron eilaidd.

'Roedd cefnogaeth Breast Cancer Care o fewn cyrraedd i mi bob amser. Weithiau roeddwn am siarad, weithiau roeddwn eisiau gwybodaeth. Roedd gan Breast Cancer Care wastad amser i'm cefnogi ac roedd yna i mi fel ffrind da.'

Karen Gray, Newbury

Rhoi'r ffeithiau i chi

Codwch y ffôn

Pan fyddwch eisiau'r ffeithiau, galwch ein llinell gymorth am wybodaeth glir a chywir. Waeth pa mor fawr neu fân yw eich cwestiynau – os oes gennych ganser y fron, pryder am iechyd y fron, neu os ydych yn berthynas neu'n ffrind i rywun a effeithiwyd gan ganser y fron, gallwch godi'r ffôn i sgwrsio â staff hyfforddedig ein llinell gymorth, yn rhad ac am ddim.

E-bostiwch y nyrs

Efallai eich bod yn ei chael hi'n anodd gofyn rhyw gwestiwn dros y ffôn, ac os felly gallwch e-bostio ein tîm o nyrsys hyfforddedig am y wybodaeth ddiweddaraf a mwyaf cywir ar unrhyw fater yn gysylltiedig ag iechyd y fron.

Porwch drwy ein cyhoeddiadau a'n gwefan

Mae cael gafael ar y wybodaeth iawn yn bwysig i'ch helpu i wneud dewisiadau sy'n iawn i chi. Gallwch archebu ein cyhoeddiadau, sydd wedi ennill gwobrau, am ddim a'u darllen yn eich amser eich hun. Os ydych am gael gafael ar y wybodaeth ddiweddaraf ar unwaith, gallwch fynd ar ein gwefan 24 awr y dydd.

Gwneud gwahaniaeth i bobl a effeithiwyd gan ganser y fron

Dewch i ddigwyddiad

O wybod beth i'w ddisgwyl yn syth ar ôl cael diagnosis, i reoli sgil-effeithiau'r driniaeth a dysgu am dechnegau byw yn iach a therapïau amgen, gallwn eich helpu i deimlo fod grym yn eich dwylo a gwella eich lles cyffredinol. Mae ein digwyddiadau yn cynnig yr holl wybodaeth ymarferol yma yn gryno, mewn amgylchedd clyd a chysurus.

Denise Harris, Penarth

Ymunwch â ni

Cymerwch ran a'n helpu ni i wneud gwahaniaeth. Rydym wedi ymrwymo i ymgyrchu am well triniaeth a chefnogaeth i bobl sydd â chanser y fron a'u teuluoedd, gan seilio ein hymgyrchoedd ar eich safbwyntiau a'ch pryderon. Rydym yn manteisio ar lu o weithgareddau codi arian, a drefnwyd gennym ni a'n cefnogwyr gwerthfawr. Dibynnwn yn llwyr ar gyfraniadau gwirfoddol i gefnogi ein gwaith.

Os hoffech ddysgu mwy am unrhyw un o'r gwasanaethau a grybwyllwyd yn y daflen hon, cysylltwch â Breast Cancer Care yn y cyfeiriadau canlynol.

Swyddfa Ganolog
Breast Cancer Care
Kiln House
210 New Kings Road
London SW6 4NZ

Ffôn 020 7384 2984
Ffacs 020 7384 3387
Ebost info@breastcancercare.org.uk

Breast Cancer Care Scotland
Ffôn 0845 077 1892
Ebost sco@breastcancercare.org.uk

Breast Cancer Care Cymru/Wales
Ffôn 0845 077 1894
Ebost cym@breastcancercare.org.uk

Breast Cancer Care North & Midlands
Ffôn 0845 077 1893
Ebost nrc@breastcancercare.org.uk

Breast Cancer Care London & South
Ffôn 0845 077 1895
Ebost src@breastcancercare.org.uk

Llinell gymorth 0808 800 6000
Ffôn testun 0808 800 6001
www.breastcancercare.org.uk

Ar hyn o bryd, dim ond ein llinell gymorth a'n gwasanaethau ar y we sydd ar gael i bobl sy'n byw yng Ngogledd Iwerddon.

Lluniau gan Karen Robinson a Tom Sullam
Elusen gofrestredig rhif 1017658 • Rhif cwmni 2447182 a Gofrestrwyd yn Lloegr
Cwmni cyfyngedig trwy warant •

© Breast Cancer Care Hydref 2006