

Eich Grwpiau Cefnogi Gofalwyr

Grŵp Llanfairpwll Capel Rhos y Gad, Llanfairpwll, LL61 5JB 10.30-11.30	Dydd Mercher	Coffi, te a sgwrs	3 Ebrill 1 Mai 5 Mehefin 3 Gorffennaf
Grŵp Llanrwst Eagles Hotel, Llanrwst 11.00-12.00	Dydd Gwener	*Ymunwch â ni am fyrbryd bar ar ôl cyfarfod mis Mehefin.	12 Ebrill 10 Mai 14 Mehefin 12 Gorffennaf
Galw heibio i ofalwyr yn Swyddfeydd Islawr y Metropole, Penrhyn Road, Bae Colwyn, 10.30-12.00	Dydd Mawrth	Edrychwn ymlaen at eich gweld!	2 Ebrill 7 Mai 4 Mehefin 2 Gorffennaf
Sesiwn Maldod / Lles, Coleg Llandrillo, 10.00 Brydlon.	Dydd Iau Lleoedd yn gyfyngedig	Cawl a brechdanau i ddilyn yn y Bistro Rhad ac am ddim *Archebu yn hanfodol* Ffoniwch 01492 533714 erbyn 5 Ebrill	11 Ebrill 18 Ebrill
Grŵp Pwllheli Plas Heli, Pwllheli, 10.30-12.30	Dydd Iau *Diwrnod newydd	Coffi a sgwrsio	4 Ebrill 2 Mai 6 Mehefin 4 Gorffennaf
Grŵp ar-lein i rieni/gofalwyr oedolion ag anableddau dysgu a phlant ag anghenion ychwanegol yng Ngwynedd, 10.30	Dydd Llun	Cysylltwch â ni am ddolen i ymuno â'r grŵp *Dim grŵp ym mis Ebrill*	6 Mai 3 Mehefin 1 Gorffennaf
Grŵp cefnogi rhieni gofalwyr Gwynedd Porthi Dre, Caernarfon, 11.00-12.30	Dydd Mercher Darperir diodydd poeth, cawl a chacen	Ar gyfer rhieni/gofalwyr plant ag anghenion ychwanegol yng Ngwynedd *Dim grŵp ym mis Ebrill*	15 Mai 19 Mehefin 17 Gorffennaf
Grŵp Blaenau Ffestiniog Gwesty'r Queens, 1.00	Dydd Mawrth	Coffi a sgwrsio	9 Ebrill 14 Mai 11 Mehefin 9 Gorffennaf
Grŵp Penygroes Pant Du, 12.30	Dydd Mercher	Coffi a sgwrsio Cinio ysgafn ar gael	17 Ebrill 15 Mai 19 Mehefin 17 Gorffennaf

Sylwch y gall grwpiau fod yn destun newid. Cadarnhewch ymlaen llaw!

☎ 01248 370797, ✉ help@carersoutreach.org.uk

Cysylltwch i archebu eich lle!

Digwyddiadau eraill i ofalwyr

Wythnos Gofalwyr, 10 –16 Mehefin Conwy

Dydd Mawrth 11 – ymunwch â ni a chwrdd â gofalwyr eraill yn Sheldon's Café Bar ym Mae Colwyn, 10.00 - 12.00

Stondinau gwybodaeth mewn ysbytai:

Dydd Mawrth 11	Ysbyty Llandudno Ysbyty Glan Clwyd
Dydd Mercher 12	Ysbyty Bae Colwyn
Dydd Iau 13	Ysbyty Abergele

Cynllunio i'r Dyfodol - Diwrnod Gwybodaeth i Rieni Gwynedd sy'n ofalwyr plant ac oedolion

Dydd Mercher 17 Ebrill yng Nghlwb Pêl-droed Porthmadog o 9.00 ymlaen.

- Sgwrsiwch â Thîm Anabledd Dysgu Gwasanaethau Cymdeithasol, Gwasanaethau Nyrsio, Gwybodaeth am grantiau, budd-daliadau a mwy.
- Sesiynau unigol gyda chyfreithiwr parthed Pŵer Atwrnai, Ewyllysiau ac ati.
- Darperir cinio bwffe.

**Mae archebu lle yn hanfodol,
cysylltwch â ni am fwy o fanylion
ac i archebu.**

Wythnos Gofalwyr, Gwynedd

Dydd Iau 13 Mehefin:

Stodin Gwybodaeth yn Ysbyty
Gwynedd, 11.00 – 3.00

Sesiynau galw heibio i ofalwyr Gwynedd

3 Ebrill – **Llanaelhaearn**, Canolfan
Gymunedol y Babell, 10.00 – 12.00

18 Ebrill – **Botwnnog**, Canolfan Fenter
Congl Meinciau, 1.00 – 3.00

19 Ebrill – **Y Bala**, Canolfan Henblas,
1.00 – 3.00

2 Mai – **Y Bermo**, Eglwys Elim, Ffordd y
Parc, 10.30 – 12.30

8 Mai – **Blaenau Ffestiniog**, Y Dref Werdd,
10.30 – 12.30

11 Gorffennaf – **Llyfrgell Rydd Dolgellau**,
10.00 – 12.00

Croeso cynnes i bawb!

Wythnos Gofalwyr Ynys Môn

Dydd Mercher 12 Mehefin:

Stodin Wybodaeth yn Ysbyty Penrhos
Stanley, 1.30 -3.30

Cysylltwch â ni o fis Mai ymlaen i
gael gwybodaeth am
ddigwyddiadau Wythnos Gofalwyr
yn eich ardal chi.
Neu cadwch lygaid ar ein tudalen
Facebook a gwefan.

☎ 01248 370797

✉ help@carersoutreach.org.uk

🌐 www.cynnalgofalwyr.org.uk