

# Rhagfyr 2017 - Chwefror 2018

Rhif Elusen Cofrestredig 1066262



GWASANAETH CYNNAL GOFALWYR  
CARERS OUTREACH SERVICE

## Beth sydd ymlaen ar gyfer gofalwyr yng Nghonwy!

Hysbys am ddigwyddiadau, grwpiau a gweithgareddau ar gyfer Gaeaf 2017-18

I gadarnhau eich presenoldeb cysylltwch â ni os gwelwch yn dda. Gall digwyddiadau gael eu canslo os na fydd yna ddigon o bobl yn mynychu. ☎ **01492 533714**

Ewch i'n gwefan [www.cynnalgothalwyr.org.uk](http://www.cynnalgothalwyr.org.uk) am fwy o wybodaeth

Dewch i un o'n boreau coffi am baned a sgwrs a chyfle i gwrdd â ffrindiau newydd. Byddwch yn siwr o groeso cynnes.

### Bae Colwyn

**Digwyddiad Hawliau Gofalwyr Dydd Gwener 24 Tachwedd,**  
10.00 - 12.00, Hwb Bae Colwyn, Swyddfeydd y Metropole, Ffordd Penrhyn

- Staff o Dîm Hawliau Lles Cyngor Conwy yn ateb cwestiynau am fudd-daliadau
- Gwybodaeth am Asesiadau Gofalwyr gan Swyddog Gofalwyr Conwy
- Lluniaeth

### Cinio Nadolig Gofalwyr

**Dydd Gwener 1 Rhagfyr:** 12 i 12.30, Clwb Criced Bae Colwyn. Bwco yn hanfodol, ffoniwch ni am ffurflen archebu lle.

### Pensarn

#### Bore Coffi

10.00 - 12.00, **Canolfan Gymunedol Dewi Sant,**

**Dydd Mercher 17 Ionawr**

**Dydd Mercher 21 Chwefror**

### Llanfairfechan

**Grŵp cymdeithasol gofalwyr**  
Neuadd Cymunedol  
Llanfairfechan, 10.00 - 11.30

**Dydd Iau 18 Ionawr**  
**Dydd Iau 15 Chwefror**

Ymunwch â ni am baned a theisen.

Gofalwyr yn unig

### Llandudno

#### Cinio Gofalwyr

**Dydd Iau 25 Ionawr**, 12.00,  
Gwesty Links, Llandudno.  
Croeso i bawb

#### Dydd Mercher 28 Chwefror

**Ymwybyddiaeth Dementia**  
10.00, Ty Llewelyn, Llandudno  
Gyda'r arloesol Patsy Pope.  
Bwco yn hanfodol, gweler y ffurflen amgaeedig.

Gofalwyr yn unig

### Llanrwst

#### Coffi a sgwrs

**Dydd Gwener 19 Ionawr**  
11.00 - 12.00 **Gwesty'r Eryrod**  
**Llanrwst**

#### Dydd Gwener 16 Chwefror:

10.00 - 12.00, Cyfnewid  
Gwybodaeth gyda Gwasanaeth  
Ambiwylans Cymru yn  
**Llyfrgell Llanrwst**

Gofalwyr yn unig

### Hysbysiadau

Galwch i mewn i siarad hefo Mair Roberts yn ein canolfan ym Mae Colwyn, Swyddfeydd Isod y Metropole, Ffordd Penrhyn.

Yr ail ddydd Mawrth o bob mis.

**10.00 - 12.00**

### Llandudno

#### \*\*Newydd\*\*

Dydd Mercher 7 Chwefror,  
1.00 - 2.00

Grŵp cefnogi i rieni a gofalwyr plant ac oedolion gyda Awtistiaeth, Aspergers ac ADHD.

Cysylltwch â ni am fwy o fanylion

### Llandrillo yn Rhos

Cymorth Cyntaf Bob Dydd

Dydd Gwener 26 Ionawr  
Capel y Rhos, Llandrillo yn Rhos.

Bwco yn hanfodol, gweler y ffurflen amgaeedig

Gofalwyr yn unig