

Mawrth - Mai 2018

Rhif Elusen Cofrestredig 1066262



Beth sydd ymlaen ar gyfer gofalwyr yng Nghonwy!

Hysbys am ddiwyddiadau, grwpiau a gweithgareddau ar gyfer Gwanwyn 2018

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.cynnalgofalwyr.org.uk am fwy o wybodaeth

Llanrwst

Coffi a sgwrs

11.00 - 12.00 **Gwesty'r Eryrod**

Dydd Gwener 16 Mawrth

Dydd Gwener 20 Ebrill

Dydd Gwener 18 Mai

Pensarn

Bore Coffi

10.00 - 12.00, **Canolfan**

Gymunedol Dewi Sant

Dydd Mercher 21 Mawrth

Dydd Mercher 18 Ebrill

Dydd Mercher 16 Mai

Llandudno

Dydd Mercher 28 Chwefror

Ymwybyddiaeth Dementia

10.00, Ty Llewelyn, Llandudno

Gyda'r arloesol Patsy Pope.

Bwcio yn hanfodol, ffoniwch y

rhif uchod i archebu lle erbyn 23

Chwefror.

Gofalwyr yn unig

Grŵp cefnogi i rieni a gofalwyr

plant ac oedolion gyda

Awtistiaeth, Aspergers ac

ADHD

1.00 - 3.00, Canolfan Riviere

Learning Disability Day Centre,

Riviere Avenue, LL30 1TL

Dydd Mercher 7 Mawrth

Dydd Mercher 4 Ebrill

Dydd Mercher 2 Mai

Gofalwyr yn unig

Llanfairfechan

Grŵp cymdeithasol gofalwyr

10.00 - 11.30, **Neuadd**

Cymunedol, Llanfairfechan,

Dydd Iau 15 Mawrth

Dydd Iau 19 Ebrill

Dydd Iau 17 Mai

Ymunwch â ni am banad a theisen.

Gofalwyr yn unig

Dysgu sut i ddelio ag

ymddygiad heriol

10.00 - 12.00, Key Training

Academy, Station Road,

Llanfairfechan

Dydd Gwener 9 Mawrth

Bwcio yn hanfodol, gweler y

ffurflen amgaeedig

Gofalwyr yn unig

Cinio Gofalwyr

Dydd Iau 29 Mawrth

12.00, The Station Café, **Bae**

Colwyn

Dydd Iau 26 Ebrill

12.00, Ham Bone Café, Stryd

Mostyn, **Llandudno**

Dydd Iau 24 Mai

12.00, The Albert, **Llandudno**

Croeso i bawb, bwcio yn hanfodol!

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

Llandrillo yn Rhos
Gwneud colli clyw yn haws gyda Jackie Claydon

10.00 - 1.00, Capel y Rhos, Llandrillo yn Rhos

Bwcio yn hanfodol, gweler y ffurflen amgaeedig

Gofalwyr yn unig

Sesiynau Maldod

Coleg Llandrillo, Llandrillo yn Rhos

Dydd Iau 10 Mai

Dydd Iau 17 Mai

Bwcio yn hanfodol, gweler y ffurflen amgaeedig

Gofalwyr yn unig