

Eich grwpiau cefnogi gofalwyr

Grŵp Llanrwst Eagles Hotel, 11.00-12.00 Llyfrgell Llanrwst, 10.00-12.00	Dydd Gwener	Ymunwch â ni am fyrbrydau bar ar ôl y grŵp Sesiwn golur	21 Rhagfyr 18 Ionawr 15 Chwefror
Bore coffi Pensarn Canolfan Gymunedol Dewi Sant, 10.00-12.00	Dydd Mercher	Atal codymau	16 Ionawr 20 Chwefror
Grŵp Llanfairfechan	Wedi ei ganslo am nawr		
Rhieni tros Awtistiaeth Llandudno Canolfan Riviere, Riviere Ave, 1.00-3.00	Dydd Mercher	Grŵp cefnogi	5 Rhagfyr 6 Chwefror
Cinio Pantri Bach, Pensarn The Station Hotel, Bae Colwyn, 12.00	Dydd Iau	Cinio cymdeithasol	24 Ionawr 27 Chwefror
Gofalwyr rhwng 25-50 The Station Hotel, Bae Colwyn, 12.30	Dydd Mercher	Cinio diwedd y flwyddyn = £5.00	12 Rhagfyr 9 Ionawr 13 Chwefror

Sylwch y gall grwpiau fod yn destun newid. Gwiriwch gyntaf ☎ 01248 370797

Sesiwn hyder mewn lliw

Gyda Sonia yng Nghapel y Rhos, Llandrillo yn Rhos. **Dydd Iau 10 Ionawr**, 10.00-12.30
Phone 01492 533714 am ffurflen gais a mwy o fanylion
£10 y pen

Dawnsio Llinell yng Nghonwy

Bob Dydd Mercher yn Chwefror 2019.
10.30 – 11.30, lleoliad i'w gadarnhau.
Ffoniwch Mair ar 01492 533714 am fwy o fanylion.

Galwch heibio yn ein **hwb Bae Colwyn**, ail Ddydd Mawrth y mis, 10.00-2.00

Digwyddiadau Diwrnod Hawliau Gofalwyr Dydd Gwener 30 Tachwedd

Bae Colwyn: Stodin Gwybodaeth, Bay View Shopping Centre, 10.00-2.00

Rhif elusen cofrestredig 1066262