

## Gweithgareddau ar gyfer gofalwyr Conwy rhwng 25 - 50 oed

Dyddiad	Amser	Gweithgaredd a Lleoliad
<b>Mehfin 2018</b>		
<b>Mercher</b> 06.06.18	1.00 – 2.30	Grŵp cefnogi rhieni/gofalwyr plant ac oedolion gydag awtistiaeth, ADHD ac Asperger. Canolfan Riviere, Craig y Dôn
<b>Mercher</b> 13.06.2018	12.00 – 2.00	Cinio cymdeithasol gofalwyr The Station Café, Colwyn Bay
<b>Gorffennaf 2018</b>		
<b>Mercher</b> 04.07.18	1.00 – 2.30	Grŵp cefnogi rhieni/gofalwyr plant ac oedolion gydag awtistiaeth, ADHD ac Asperger. Canolfan Riviere, Craig y Dôn
<b>Mercher</b> 11.07.18	12.00 – 2.00	Cinio cymdeithasol gofalwyr The Station Café, Colwyn Bay
<b>Awst 2018</b>		
<b>Mercher</b> 01.08.18	1.00 – 2.30	Grŵp cefnogi rhieni/gofalwyr plant ac oedolion gydag awtistiaeth, ADHD ac Asperger. Canolfan Riviere, Craig y Dôn
		*Dim cinio cymdeithasol mis yma*
<b>Gwener</b> 10.08.18		Gêm 'Escape' a cinio yn 'Abergele bar and Grill'. *Archebu lle yn hanfodol*. Llefydd yn brin- gweler y daflen.

**Cofiwch ffonio i gadarnhau eich bod yn mynychu ein gweithgareddau.  
Ni allwn gynnal gweithgareddau os nad yw'r niferoedd yn ddigonol.**

**☎01248 370797**

✉: [help@carersoutreach.org.uk](mailto:help@carersoutreach.org.uk)    🌐: [www.carersoutreach.org.uk](http://www.carersoutreach.org.uk)