

# Mehefin - Awst 2018

Hysbys am ddigwyddiadau, grwpiau a gweithgareddau ar gyfer Haf 2018

## Beth sydd ymlaen ar gyfer gofalmwyr yn Ynys Môn!



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.

☎: 01248 370797, ✉: [help@carersoutreach.org.uk](mailto:help@carersoutreach.org.uk), 🌐: [www.cynnalgofalwyr.org.uk](http://www.cynnalgofalwyr.org.uk)

### Llangefni

#### Syrjeri Gofalmwyr

Drwy apwyntiad yn unig! Gyda Bethan Morris yn ein swyddfa newydd, Parc Mount, Ffordd Glanhwfa, Llangefni.  
1.00 - 4.00

**Dydd Iau 14 Mehefin**

**Dydd Iau 12 Gorffennaf**

**Dydd Iau 16 Awst**

Cysylltwch â Bethan ar y rhif uchod am apwyntiad.

### Wythnos Gofalmwyr Sesiwn Gwybodaeth

Parc Mount, Ffordd Glanhwfa, Llangefni, 10.00 - 1.00

**Dydd Mawrth 12 Mehefin**

I ddathlu Wythnos Gofalmwyr, rydym wedi trefnu sesiwn wybodaeth ar gyfer gofalmwyr di-dâl. Gweler y daflen am fwy o fanylion.

\*\*\*\*\*  
Dewch i un o'n Grwpiau Cefnogi Gofalmwyr am banded a sgwrs a chyfle i gwrdd â ffrindiau newydd. Byddwch yn siwr o groeso cynnes.  
\*\*\*\*\*

### Valley

#### Grŵp cymdeithasol i ofalmwyr

Gyda Bethan Morris

Gwesty Fali, Y Fali, 1.00

**Dydd Llun 18 Mehefin**

**Dydd Llun 9 Gorffennaf**

Croeso cynnes i bawb

**Dim grŵp ym mis Awst**

### Biwmares

#### Grŵp cymdeithasol

Liverpool Arms, Biwmares am 10.30

**Dydd Mercher 6 Mehefin**, gyda siaradwr gwadd Sue Timperley, am achub draenogod

**Dydd Mercher 4 Gorffennaf**, gyda Misha Geurtjens, Swyddog Cefnogi Cymunedol yr Heddlu.

**Dim grŵp ym mis Awst**

### Hysbysiadau

#### Trip un-dydd i Lerpwl

Ymunwch â ni am ddiwrnod allan i'r Albert Dock yn Lerpwl

Dydd Iau 5 Gorffennaf

Bwcio yn hanfodol, gweler y daflen

Mae Bethan Morris ein Swyddog Datblygu ac Estyn Allan, yn gallu ymweld â'ch grŵp ar ddydd Llun a Iau i roi sgwrs fer am ein gwaith yma yn Gwasanaeth Cynnal Gofalmwyr.

Cysylltwch â Bethan ar y rhif uchod i ofyn am sgwrs ar gyfer eich grŵp.



Dod o hyd i ni ar Facebook



Dilyn ni ar Twitter



Cefnogi ni drwy'r wefan 'Give as you Live'

**Ewch i'n gwefan am fwy o wybodaeth**

**[www.cynnalgofalwyr.org.uk](http://www.cynnalgofalwyr.org.uk)**