

Eich Grwpiau Cefnogi Gofalwyr

Grŵp Llanfairpwll Capel Rhos y Gad, Llanfairpwll, LL61 5JB 10.30-11.30	Dydd Mercher	Coffi, te a sgwrs Cysylltwch â ni am fanylion siaradwyr	2 Ebrill 7 Mai 4 Mehefin 2 Gorffennaf
Grŵp cefnogi rhieni gofalwyr Ynys Môn, Canolfan Glanhwfa, Llangefni, 10.00-12.00	Dydd Mercher	*Gwybodaeth Lliniaru Tlodi Tanwydd Coffi, te a sgwrs	*2 Ebrill 7 Mai 4 Mehefin 2 Gorffennaf
*Llyfrgell Llanrwst, 10.30-12.00 Grŵp Llanrwst *Eagles Hotel, Llanrwst 11.00-12.00	Dydd Gwener	*Cymorth Cyntaf Bob Dydd, Y Groes Goch Cysylltwch i archebu lle	*11 Ebrill *9 Mai *13 Mehefin *11 Gorffennaf
Galw heibio i ofalwyr yn Swyddfeydd Islawr y Metropole, Penrhyn Road, Bae Colwyn, 10.30-12.00	Dydd Mawrth	Coffi, te a sgwrs	1 Ebrill 6 Mai 3 Mehefin 1 Gorffennaf
Grŵp Pwllheli Plas Heli, Pwllheli, 10.30-12.30	Dydd Iau Coffi, te a sgwrs	*Garddio a rhandiroedd *Yoga seiliedig ar gadair	*3 Ebrill *1 Mai 5 Mehefin 3 Gorffennaf
Grŵp ar-lein i rieni/gofalwyr oedolion ag anabledau dysgu a phlant ag anghenion ychwanegol yng Ngwynedd, 10.30	Dydd Llun	Cysylltwch â ni am linc i ymuno â'r grŵp *Cyfarfod yng Nghanolfan Arddio Fron Goch, cysylltwch â ni am fwy o fanylion.	28 Ebrill 16 Mehefin 21 Gorffennaf *19 Mai
Grŵp cefnogi rhieni gofalwyr Gwynedd Porthi Dre, Caernarfon, 11.00-12.30	Dydd Mercher	Darperir diodydd poeth a chacen	16 Ebrill 21 Mai 18 Mehefin 16 Gorffennaf
Grŵp Penygroes Pant Du, 12.30	Dydd Mercher	Coffi, te a sgwrs Cinio ysgafn ar gael	16 Ebrill 21 Mai 18 Mehefin 16 Gorffennaf

Nodwch y gall y grwpiau newid. Cadarnhewch ymlaen llaw!

☎ 01248 370797, ✉ help@carersoutreach.org.uk

Cysylltwch i archebu eich lle!

Digwyddiadau eraill i ofalwyr

Cymorth Cyntaf Bob Dydd i ofalwyr Conwy

Dydd Gwener, 25 Ebrill, 10.30 – 1.00
Canolfan Cymunedol Craig Y Don, Llandudno,
Cinio bwffe yn gynwysedig

Archebu yn hanfodol

Cysylltwch i archebu eich lle erbyn 11 Ebrill.

Wythnos Gofalwyr yn Ynys Môn

Dydd Mawrth, 10 Mehefin yng Nghanolfan
Glanhwfa, Llangefni o 10.30 ymlaen.
Cymysgedd o weithgareddau dan do ac awyr
agored. Wedi'i ddilyn gan ginio ysgafn a sgwrs.

Cysylltwch â ni am fwy o wybodaeth.

Wythnos Gofalwyr yng Ngwynedd

Dydd Iau, 12 Mehefin yng Nghanolfan Hamdden
Dolgellau. Digwyddiad gyda Gwasanaeth Tân
Gogledd Cymru.

Cysylltwch â ni am fwy o wybodaeth.

Wythnos Gofalwyr yng Nghonwy

Gweithdy gwneud cardiau yn Oriel y Bae,
Canolfan Bay View, Bae Colwyn. Dydd
Mawrth 10 Mehefin, 1.00 – 3.30

Archebu yn hanfodol

Cysylltwch i archebu eich lle erbyn 30 Mai.

Galw heibio cymunedol Gofalwyr

Gwybodaeth am grantiau, fudd-
daliadau, Lliniaru Tlodi Tanwydd a fwy.

Gwynedd

Dydd Mawrth, 13 Mai – **Bethesda**, Hwb
Ogwen, 10.30 – 12.30

Dydd Mercher, 7 Mai – **Botwnnog**,
Canolfan Fenter Congl Meinciau,
2.00 – 4.00

Dydd Iau, 17 Gorffennaf – **Tywyn**, Eglwys y
Bedyddwyr, 10.30 – 12.30

Conwy

Dydd Mercher, 11 Mehefin–
Llyfrgell Llanrwst, 10.30 – 12.00

Dydd Mercher, 21 Mai –
Hwb Cymunedol Llandudno,
Stryd Augusta, 10.30 – 12.30

Anglesey

Dydd Mercher, 30 Ebrill –
Llyfrgell Rhosneigr, 2.00 – 4.00

Dydd Mawrth, 13 Mai –
Llyfrgell Benllech, 1.30 – 3.30

Dydd Gwener, 6 Mehefin –
Llyfrgell Llangefni, 10.00 – 12.00