

Eich Grwpiau Cefnogi Gofalwyr

Grŵp Llanfairpwll Capel Rhos y Gad, Llanfairpwll, LL61 5JB 10.30-11.30	Archebu yn hanfodol ➡ Dydd Mercher Archebu yn hanfodol ➡	Cinio Nadolig Coffi, te a sgwrs Game of Boccia Addurniadau Pasg	3 Rhagfyr 7 Ionawr 4 Chwefror 4 Mawrth
Grŵp cefnogi rhieni gofalwyr Ynys Môn, Canolfan Glanhwfa, Llangefni, 10.00-12.00	Archebu yn hanfodol ➡ Archebu yn hanfodol ➡ Dydd Mercher	Gwneud torchau Nadolig Allan am ginio	3 Rhagfyr 7 Ionawr 4 Chwefror 4 Mawrth
Grŵp Llanrwst Eagles Hotel, Llanrwst 11.00-12.00	Archebu yn hanfodol ➡ Dydd Gwener	Cinio Nadolig Mwyafu eich incwm	12 Rhagfyr 9 Ionawr 13 Chwefror 13 Mawrth
Galw heibio i ofalwyr yn Swyddfeydd Islawr y Metropole, Penrhyn Road, Bae Colwyn, 10.30-12.00	Dydd Mawrth	Coffi, te a sgwrs Mwyafu eich incwm	2 Rhagfyr 6 Ionawr 3 Chwefror 3 Mawrth
Sesiwn Maldod / Lles, Coleg Llandrillo, 9.30 brydlon. Cawl a brechdanau i ddilyn yn y Bistro.	Dydd Iau Archebu yn hanfodol ➡ Am ddim	Ffoniwch 01492 533714 erbyn 5 Ebrill	12 Mawrth 19 Mawrth
Grŵp Pwllheli 10.30-12.30	Dydd Iau	Plas Heli, Pwllheli Clwb Golf Abersoch I'w gadarnhau I'w gadarnhau	4 Rhagfyr 8 Ionawr 5 Chwefror 5 Mawrth
Grŵp ar-lein i rieni/gofalwyr oedolion ag anableddau dysgu a phlant ag anghenion ychwanegol yng Ngwynedd, 10.30	Dydd Llun	Cysylltwch â ni am linc i ymuno â'r grŵp	12 Rhagfyr 19 Ionawr 16 Chwefror 16 Mawrth
Grŵp cefnogi rhieni gofalwyr Gwynedd Porthi Dre, Caernarfon, 11.00-12.30	Dydd Mercher	Wedi'i archebu'n llawn, dim galw heibio Coffi, te a sgwrs	➡ 10 Rhagfyr 21 Ionawr 18 Chwefror 18 Mawrth
Grŵp Penygroes Pant Du, 12.30	Dydd Mercher	Coffi, te a sgwrs Cinio ysgafn ar gael	21 Ionawr 18 Chwefror 18 Mawrth

Nodwch y gall y grwpiau newid. Cadarnhewch ymlaen llaw!

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

Cysylltwch i archebu eich lle!

Digwyddiadau eraill i ofalwyr

Hyfforddiant Cymorth Cyntaf

Byddwn yn trefnu sesiynau hyfforddi Cymorth Cyntaf i ofalwyr yn 2026.

Cysylltwch â ni i gofrestru eich diddordeb mewn mynychu fel y gallwn drefnu lleoliad canolog.

Cynhadledd Gofalwyr

Dydd Mercher, 19 Tachwedd,
M-SParc, Gaerwen, Ynys Môn
Yn cynnwys cinio am ddim

Cysylltwch â ni am wybodaeth ar sut i archebu.

Gair am y grwpiau a'r digwyddiadau

Noder y gall digwyddiadau a drefnir ymlaen llaw newid. Bydd aelodau rheolaidd y grŵp yn cael gwybod am unrhyw newidiadau. Am y rheswm hwn, gofynnwn i chi roi gwybod i ni os ydych chi'n ystyried mynychu grŵp.

Grwpiau cefnogi dementia

Cysylltwch â ni am fanylion grwpiau cefnogi dementia yn eich ymyl.

Neu ffoniwch Groesffyrdd
Ymddiriedolaeth y Gofalwyr

 **01492 542212**

Galw heibio cymunedol i ofalwyr

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

Gwynedd

Dydd Mercher, 14 Ionawr
Canolfan Congl Meinciau,
Botwnnog, 2.00 – 4.00

Dydd Iau, 12 Mawrth
Tywyn, Eglwys y Bedyddwyr,
10.30 – 12.30

Ynys Môn

Dydd Mawrth, 13 Ionawr
Llyfrgell Amlwch, 10.00 – 12.00
Llyfrgell Benllech, 1.00 – 3.00

Dydd Mawrth, 10 Chwefror
Llyfrgell Llangejni, 10.00 – 12.00
Llyfrgell Caergybi, 1.00 – 3.00

Dydd Mercher, 25 Chwefror
Llyfrgell Rhosneigr, 2.00 – 4.00

Conwy

Dydd Iau 12 Mawrth and 19 Mawrth

Sesiwn Maldod / Lies, Coleg Llandrillo,
9.30 brydlon.

Cawl a brechdanau i ddilyn yn y Bistro.

Am ddim, archebu yn hanfodol
Ffoniwch 01492 533714
erbyn 26 Chwefror