

## Eich Grwpiau Cefnogi Gofalwyr

|   |              |   |  |
|---|--------------|---|--|
| <b>Gofalwyr rhieni</b><br>Standing Stones, Caergybi,<br>12.00,  | Dydd Mawrth  | Cinio cymdeithasol dewiswch o'r ddewislen a thalu wrth y bar  | 7 Mehefin<br>12 Gorffennaf             |
| <b>Gofalwyr rhieni</b><br>Clwb Golff, Bull Bay, Amlwch,<br>12.00  | Dydd Mercher | Cinio cymdeithasol dewiswch o'r ddewislen a thalu wrth y bar  | 8 Mehefin<br>6 Gorffennaf              |
| <b>Gweithgaredd Wythnos Gofalwyr</b><br>Cerdded o amgylch Prom Gwlad Belg ac Ynys yr Eglwys ym Mhorthaethwy, Ynys Môn,<br>2.00-3.00 | Dydd Mercher | Cyfarfod yn y maes parcio drws nesaf i fwyty Jade Village. Dewch â phicnic os dymunwch. Sylwch fod rhai grisiau / tir anwastad. | 8 Mehefin                              |
| <b>Grŵp Llanrwst</b><br>Eagles Hotel, 11.00-12.00   | Dydd Gwener  | Coffi a sgwrsio   | 10 Mehefin<br>8 Gorffennaf             |
| <b>Dewch at eich gilydd yn Roots Café, Abergele,</b><br>10.00-11.00   | Dydd Mercher | Coffi a sgwrsio   | 15 Mehefin<br>20 Gorffennaf            |
| <b>Cinio cymdeithasol gyda Bronwyn a Cynthia</b><br>12.00   | Dydd Iau     | The Albert, Llandudno<br>Mountain View, Mochdre   | 9 Mehefin<br>14 Gorffennaf             |
| <b>Grŵp Pwllheli</b><br>Plas Heli, Pwllheli,<br>10.30-12.30   | Dydd Llun    | Grŵp cefnogi  | 6 Mehefin<br>4 Gorffennaf<br>1 Awst    |
| <b>Grŵp ar-lein rhieni gofalwyr Gwynedd, 10.30</b>  | Dydd Llun    | Cysylltwch â ni am ddolen i ymuno â'r grŵp  | 20 Mehefin<br>18 Gorffennaf<br>15 Awst |
| <b>Grŵp cerdded rhieni gofalwyr Gwynedd, 10.30</b>  | Dydd Mawrth  | Cysylltwch â ni am fanylion y daith gerdded   | 7 Mehefin<br>15 Gorffennaf             |

**Sylwch y gall grwpiau fod yn destun newid. Gwiriwch gyntaf ☎ 01248 370797**  
**Mae archebu lle yn hanfodol!**

Rhif elusen cofrestredig 1066262