Rhifyn 1

Hydref 2012

Cyfeillion Gwirfoddol ffrindia' yng Ngwynedd

- Rhowch eich ffydd mewn ffrind -

01286 685 929

07786 511 208

nia@mantellgwynedd.com

www.mantellgwynedd.com

NEWYDDION

Mae'r cynllun yn parhau i ddatblygu, a 40 o unigolion wedi gofyn am ein cefnogaeth yn Arfon yn unig. Mae 11 o wirfoddolwyr brwdfrydig yn rhan o'r cynllun bellach —rhai wrthi'n cael eu hyfforddi, a rhai yn cyfeillio'n gyson.

Llun: Pat a Dolly ar eu hymweliad i Age Cymru

CANOLFAN DEINIOL: 29.10.12—02.11.12

I nodi 'Diwrnod Gwneud Gwahaniaeth' eleni, mae Canolfan Gwirfoddoli Gwynedd am rentu siop yng **Nghanolfan Deiniol, Bangor** am wythnos – o ddydd **Llun 29ain Hydref** hyd at ddydd **Gwener, 2il Tachwedd** (wythnos hanner tymor yr ysgolion). Galwch draw!

HYFFORDDIANT

Sgiliau Cyfathrebu a Hyder	Cyflwyniad i Dementia a POVA	Cymorth Cyntaf Brys (byr)
Dydd Llun 22.11.12	Dydd Iau 8.11.12	Dydd Iau 15.11.12
9.30-13.00 gyda chinio	10.00-12.30 a chinio wedyn	10.00-2.30 gyda cinio
Y Galeri LL55 1SQ	Clwb Rygbi Dolgellau LL40 1UU	*Lleoliad i'w gadarnhau*

LLAWN

Cysylltwch â Nia i gadw'ch lle **Telir costau teithio'n ôl**

Dewch am gyfle i gymdeithasu a chyfarfod eich cyd-wirfoddolwyr yn o gystal â dysgu rhywbeth newydd!

AWYDD CWRDD AM BANED?

Rydym am roi tro ar gynnal 'cyfarfod gwirfoddolwyr' anffurfiol yn lleol i chi. Hoffech chi gwrdd â'r Cydlynydd a 'chydig o wirfoddolwyr eraill mewn caffi, i rannu syniadau, trafod materion cyfeillio a mwynhau paned? Bydd Nia yn cysylltu â chi yn y dyfodol agos i awgrymu dyddiadau.

Gwasanaeth Cynnal Gofalwyr
Carers Outreach Service

Mantell Gwynedd
Yn cefnogi grwpiau gwirfoddol a chymunedol
Supporting voluntary and community groups

Gwynedd a Môn age Cymru

ARIENNIR GAN Y LOTERI LOTTERY FUNDED