

CYLCH TRAFOD IECHYD MEDDWL I GYNHALWYR



Ymunwch â ni ar ein safle newydd -
Eglwys y Santes Catrin,
Heol Gelliwastad,
Pontypridd, CF37 2UF
(ar y llawr uchaf)

Ydych chi'n gofalu am rywun sydd â
salwch meddwl?

A oes cwestiynau neu broblemau gyda chi
ynglŷn â'ch rôl gofalu?

Os oes, ymunwch â ni, cwrdd â
chynhalwyr eraill a rhannu profiadau
dros ddisgled o de neu goffi. Byddwn
ni'n trefnu siaradwyr gwadd i siarad ym
mhob cyfarfod i roi'r wybodaeth
ddiweddaraf i chi am y gwasanaethau
y mae modd iddyn nhw eich cefnogi
chi a'r sawl rydych chi'n gofalu
amdano.

Cylch trafod anffurfiol yw hwn. Does
dim rhaid cadw lle – galwch heibio!

Am ragor o wybodaeth,
ffoniwch Wifren y Cynhalwyr
ar **0808 100 1801** neu Gynllun Cynnal
y Cynhalwyr ar **01443 281463** neu
Nanette ar **01443 486856**



Dyddiadau ar gyfer 2019

Bore Mawrth 16 Ebrill

Bore Mawrth 16 Mehefin

Bore Mawrth 15 Hydref

Rhwng 10:30 a 12:30

