

HOSPIS TŶ'R EOS

GAEAF 2018

Dewch i gwrdd â
Buddi a Ruby,
cŵn PAT

Yn agor yn fuan...
ein prif siop
NEWYDD

Hefyd...

Dysgwch am eich hospis
a llawer rhagor!

#Cyfranogwch

01978 316800
NIGHTINGALEHOUSE.CO.UK



CROESO

Blwyddyn Newydd Dda a chroeso cynnes i'n cylchlythyr cyntaf yn 2018.

Wrth i chi ddarllen, fe gewch chi wybod am nifer o ddatblygiadau o bwys yn yr hospis yn 2017. Mae nifer o erthyglau yn y cylchlythyr hwn i roi'r wybodaeth ddiweddaraf i chi ynghylch y gwasanaethau rydym yn eu darparu yn ein huned cleifion mewnol, ein huned cleifion allanol a gofal dydd, ein hamrywiaeth o wasanaethau adfer, therapi cerddoriaeth a chelf, therapi cyflenwol a'r tîm cymorth i deuluoedd, yn cynnwys cymorth wedi profedigaeth. Ceir erthygl ynghylch prosiect newydd ac arloesol ynghylch Methiant y Galon y gwnaethom ni ei lansio'n ddiweddar yn yr hospis i gynorthwyo'r sawl sy'n dioddef gan glefyd y galon sy'n cyfyngu ar hyd eu bywyd. Hefyd ceir gwybodaeth ynghylch y Rhaglen Addysgol rydym ni wedi'i sefydlu yn yr hospis. Bydd yn caniatáu i ni rannu ein harbenigedd ynghylch gwasanaethau gofal lliniarol arbennig ag eraill a dylanwadu ar ddarparu cymorth a gofal i gynulleidfahangach.

Rydym ni hefyd yn parhau i gydweithio â sefydliadau gofal sylfaenol a gofal eilaidd, a Chymdeithas Clefyd Niwronau Motor.

Mae'n bwysig iawn i ni ganolbwyntio ar wella ymwybyddiaeth o'r amrywiaeth o wasanaethau a chymorth a ddarperir gan Hospis Tŷ'r Eos ar gyfer ein cymuned. Byddwn yn parhau i ymdrechu i ddarparu gofal a chymorth mewn modd cost effeithiol a chynaliadwy, gan ddatblygu mentrau newydd i ddiwallu



anghenion y sawl na allwn ni eu helpu ar hyn o bryd. Wrth gwrs, ni allwn ni gyflawni hyn heb gymorth ein cymuned. Rydym ni'n dibynnu ar haelioni cefnogwyr a gwirfoddolwyr lleol i ariannu a rhedeg yr hospis. Heb eich cymorth chi, ni allem ni fodoli, felly diolch o galon i chi am eich holl waith. Rydych chi'n gwneud gwahaniaeth go iawn.

Beth bynnag fo'r cymorth y gallwch chi ei gynnig, rydym ni'n edrych ymlaen at gydweithio â chi yn 2018.

Cofion gorau,

Steve Parry
Prif Weithredwr

RHANNU GWYBODAETH TRWY GYFRWNG ADDYSG

Mae addysg a hyfforddiant yn wastad wedi bod yn rhan sylweddol o weithgareddau'r hospis. Mae hynny'n cynnwys datblygu gwybodaeth a sgiliau ein staff ymhellach, a rhannu arbenigedd gweithwyr proffesiynol â pherthnasau a gofalcwyr i sicrhau y gall cleifion fynd adref o'r hospis yn llwyddiannus.

Cynigir ein rhaglen addysg i unrhyw weithiwr proffesiynol ym meysydd iechyd a gofal cymdeithasol, ac yn ystod y flwyddyn, bydd yn cwmpasu elfennau o les corfforol a rheoli symptomau, ac adnabod anghenion emosiynol unigolion a'u cynorthwyo trwy gyfrwng arferion megis ymwybyddiaeth ofalgar.

Mae dysgu a datblygu yn golygu llawer mwy na mynychu diwrnodau hyfforddiant, ac ar hyn o bryd, mae'r hospis yn datblygu ei llyfrgell, a chynigir nifer o adnoddau i gydweithwyr sy'n gweithio mewn lleoliadau yn y gymuned. Bydd yr hospis hefyd yn cydweithio'n agos â ddarparwyr addysg eraill, oherwydd gallwn ni gynnig lleoedd hyfforddiant a gwasanaeth arlwyo ar gyfer digwyddiadau a gynhelir gan eraill.



Os hoffech chi ragor o wybodaeth am ein rhaglen hyfforddiant, ffoniwch Claire Edwards ar 01978 316800

CYMUNEDAU TRUGAROG A CHYFEILLION GWIRFODDOL

Mae ein dalgylch yn cynnwys Wrecsam, Sir y Fflint, Dwyrain Sir Ddinbych, Gogledd Swydd Amwythig a rhannau o Wunedd yn cynnwys Abermaw, felly gall cynorthwyo pobl fod yn heriol i ni ar brydiau. Gan ystyried hyn, fe wnaethom ni gydnabod fod angen i ni wneud pethau'n wahanol.

Er mwyn cyrraedd rhagor o bobl, rydym ni'n datblygu model o gymunedau trugarog a thimau lleol o gyfeillion gwirfoddol. Mae'r model cymunedau trugarog yn ceisio datblygu a chynnal cydnerthedd cymunedau fel byddant yn gofalu am unigolion a all fod yn agored i niwed ac yn ynysig, nid o reidrwydd oherwydd eu bod wedi cael diagnosis o salwch sy'n cyfyngu ar hyd oes, ond hefyd oherwydd eu gwaith yn gofalu am berthynas neu ffrind.

Sefydlwyd ein cymuned drugarog gyntaf yn Llandderfel, ac yno, fe wnaeth gwirfoddolwyr parod - Jo, Fran a Brian - dderbyn y gwaith o gydlynwyr grŵp cyfeillion gwirfoddol lleol. Cafodd y cydlynwyr atgyfeiriadau gan weithwyr proffesiynol lleol ym maes iechyd a

diogelwch (sydd wedi asesu fod yr amgylchedd yn ddiogel i wirfoddolwyr) ac yna ymweliad i drafod sut, ym marn yr unigolyn, y byddai cael cyfaill gwirfoddol yn llesol iddo neu iddi. Efallai bydd y cyfaill gwirfoddol yn dod â phapur lleol i'w drafod dros banded, neu weithiau yn helpu'r unigolyn i gysylltu â chlwb cinio neu weithgarwch cymunedol arall.

Sefydlwyd ein hail grŵp yn Llangollen, yn cynnwys grŵp o chwe aelod/cydlynwyr sy'n rhan o'r grŵp llywio, ac yna ein trydydd grŵp yng Nghoedpoeth, sy'n cael llawer iawn o atgyfeiriadau trwy law pedwar cydlynnydd y grŵp.

Yn ddiweddar, rydym ni wedi cychwyn trafod â chymuned Gwersyllt a byddwn ni'n cynnal nifer o gyfarfodydd cyhoeddus i weld a oes diddordeb mewn datblygu grŵp yn eu hardal. Rydym ni hefyd yn recriwtio cyfeillion gwirfoddol ar gyfer cynlluniau yma yn yr Hospis yn Wrecsam i fod yn gyfeillion gwirfoddol i bobl sy'n dioddef gan fethiant y galon.

PROSIECT METHIANT Y GALON

Mae cydweithio ag eraill yn caniatáu i ni gyflawni llawer rhagor nag y gallem ni gyflawni ein hunain, ac mae ein prosiect ynghylch methiant y galon yn enghraifft ymarferol wych o hyn.

Yn dilyn cais llwyddiannus am arian gan Ymddiriedolaeth Elusennol St. James's Place, rydym ni'n cydweithio â'r bwrdd iechyd lleol i wella darpariaeth gwasanaethau gofal lliniarol i gleifion sydd wedi cael diagnosis o fethiant y galon a'u teuluoedd.

Mae'r arian hwn yn caniatáu i ni ryddhau rhywfaint o amser fel gall cydlynnydd ein gwasanaethau i gleifion allanol, Kay Ryan i gydweithio â Dr Jenny Welstand (Nyrs sy'n Arbenigo ym Methiant y Galon, BIPBC) i gynnal clinig ynghylch methiant y galon yn Nhŷ'r Eos bob dydd Mawrth. Byddwn ni hefyd yn cynnal sesiynau misol ar gyfer cleifion sy'n dioddef gan fethiant y galon, neu eu gofalmwyr, i gael gwybod pa welliannau yr hoffent eu cael i'r gwasanaethau a ddarperir iddynt ar hyn o bryd.

Byddwn yn rhoi adroddiadau cynnydd i Ymddiriedolaeth Elusennol St. James's Place a Hospice UK ac rydym ni hefyd yn gobeithio cyflwyno ein canfyddiadau i'r cyhoedd yn y dyfodol.



I gael rhagor o wybodaeth am y ddwy erthygl hyn, ffoniwch Tracy Livingstone ar 01978 316800

TROSOLWG O WASANAETHAU CLINIGOL GAN JANE FORBES -NYRSIO A GWASANAETHAU I GLEIFION

Cawn wybod gan Jane am y gwasanaeth Gofal Lliniarol Arbenigol.



“Ein nod yw darparu gwasanaeth Gofal Lliniarol Arbennig sy’n gyfannol ac yn gwella bywydau cleifion sydd â chlefydau sy’n cyfyngu ar hyd eu bywyd, ac sy’n byw o fewn y dalgylch yng Ngogledd-ddwyrain Cymru a’r Gororau, ac i gynorthwyo eu teuluoedd mewn amgylchedd gofalgarg.”

Pa wasanaethau rydym ni’n eu cynnig yn ein hospis?

- Adsefydlu
- Cymorth i oedolion wedi profedigaeth a chymorth i deuluoedd
- Release (cymorth i blant sydd wedi cael profedigaeth)
- Therapiau cyflenwol
- Therapiau seicolegol
(yn cynnwys therapi cerddoriaeth a chelf)
- Ymwybyddiaeth Ofalgarg
- Monitro a sefydlogi symptomau a chymorth trwy gyfrwng mynychu gwasanaeth i gleifion allanol neu’r uned gofal Dydd.

Ar ddydd Llun, byddwn ni’n cynnal gwasanaeth galw heibio, sy’n cynnig cyfle i chi siarad â rhywun am unrhyw bryderon. Mae’r gwasanaeth galw heibio yn cynnig cyflwyniad i wasanaethau’r hospis ac yn sicrhau mynediad at gyngor, gwybodaeth a chynghor arbenigol.

“Ceir camsyniad mai lle i fynd iddo i farw yw hospis. Rydym ni’n gwybod fod cymuned Tŷr Eos yn llawer mwy na hynny; mae’n lle sy’n dathlu bywyd, ac yn hollbwysig, mae’n helpu’r sawl sy’n profi adegau tywyll iawn.”

Adsefydlu

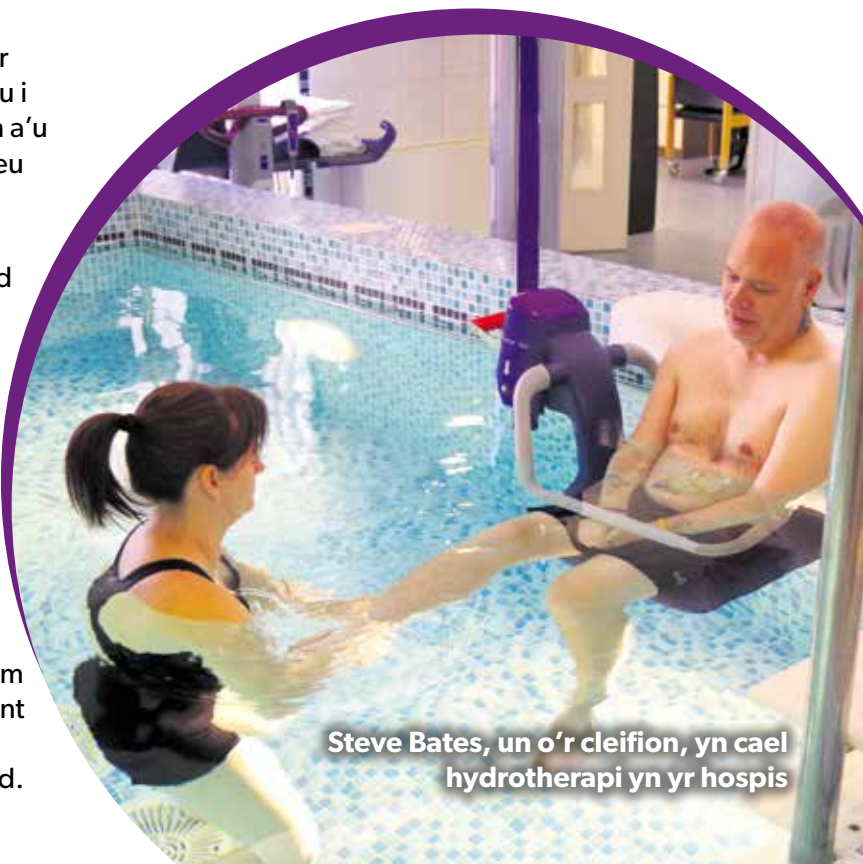
Mae ein tîm o therapyddion yn cynnwys therapydd galwedigaethol, ffisiotherapyddion a chynorthwyr therapi. Mae’r tîm yn ceisio cynorthwyo pobl i barhau i wneud pethau sy’n bwysig iddynt, gan helpu cleifion a’u teuluoedd i addasu ac ymgynffwrdd â newidiadau yn eu bywyd.

Uned cleifion mewnol

Bydd pobl yn dod i’r uned cleifion mewnol oherwydd gwahanol resymau, megis rheoli symptomau (e.e. poen neu gyfog/salwch), adsefydlu yn dilyn triniaeth a gofal diwedd oes. Caiff cleifion eu hasesu gan feddyg neu uwch-ymarferydd nyrsio, a nyrs. Ymatebir hefyd i bryderon ac anghenion cleifion, ac unrhyw gwestiynau sydd ganddynt.

Y Tîm Cymorth i Deuluoedd

Mae’r Tîm Cymorth i Deuluoedd yn cynnwys gweithwyr cymdeithasol a thîm caplaniaeth, yn cynnwys gwirfoddolwyr. Mae gennym ni oll ein gobeithion, ein gwerthoedd a’n credoau, a bydd y tîm yn helpu pobl i ymdopi â beth fydd yn digwydd iddynt yn ystod eu bywyd, ac yn cyflwyno dulliau newydd o ymdopi a rheoli’r hyn sy’n digwydd pan fydd afiechyd.



Steve Bates, un o’r cleifion, yn cael hydrotherapi yn yr hospis



GWASANAETHAU FFISIOTHERAPI'R 21^{AIN} GANRIF

Rydym yn hoffi cael gwybod am y dulliau ffisiotherapi diweddaraf, i drin cleifion yn llwyddiannus a hefyd i sicrhau fod y sesiynau'n ddifyrach!

Bydd ein ffisiotherapyddion yn asesu cleifion yn unigol a gallant gynnig cyngor a thriniaeth ynghylch amrywiaeth o broblemau yn cynnwys anawsterau anadlu, gwendid yn y cyhyrau, anhyblygedd yn y cymalau, poen, breichiau neu goesau wedi chwyddo, a symudedd yn gyffredinol.

Mae'r gwasanaethau yn cynnwys – Rheoli Diffyg Anadl, Aciwbigo a Hydrotherapi.

GWNEUD GWAHANIAETH...

“Pan gyrhaeddais yr hospis yn Ionawr 2017, roeddwn i mewn cadair olwyn. Cefais driniaeth yn y gampfa, ac yn y pwll hydrotherapi, cyn dychwelyd am sesiwn arall yn y gampfa. Bellach gallaf gerdded heb ffyn, diolch i'r gwaith da rydych chi wedi'i wneud i mi.”

- George Jones

NEWID CANFYDDIADAU...

“Rwy'n edifarhau'n fawr na wnes i ddefnyddio gwasanaethau ffisiotherapi'r hospis pan gefais i'r dewis yn y lle cyntaf. Defnyddiais ddefnyddiwr gwasanaeth arall i gychwyn, ond nid oeddent yn gallu fy helpu. Rwy'n cyfaddef fy mod i wedi bod yn amharod i fynd i hospis, ond rwyf i wedi elwa o bopeth mae'r tîm wedi'i wneud i mi; maent mor broffesiynol a chyfeillgar.”

- Steve Bates

Mae Wii Fit™ Nintendo wedi cael ei ddefnyddio i adfer cydbwysedd, cryfder a gweithrediad cleifion.

CYNORTHWYO EIN CYMUNED



“Rwyf i bellach yn llawer hapusach ac wedi dysgu ymdopi â sefyllfaoedd sy’n peri dryswch ac yn boenus. Rwy’n teimlo fod y sesiynau wedi cynnig dulliau i mi y gallaf eu defnyddio trwy gydol fy mywyd pan fyddaf yn gweld eisiau mam neu ar achlysuron arbennig â hithau’n absennol.”

Lucy O’Donnell (yn y llun)

Mae ein Tîm Cymorth i Deuluoedd newydd yn gweithio o fewn maes amrywiol sy’n cwmpasu’r hospis a’r gymuned, gan ddarparu cymorth seicogymdeithasol ac ysbrydol.

Mae’r gwasanaeth yn cynnig dwy sesiwn Byw yn Ofalgar sy’n para chwe wythnos (Byw yn Ofalgar yw ein fersiwn ni o Therapi Gwybyddol sy’n Seiliedig ar Ymwybyddiaeth Ofalgar), ble caiff pobl eu hannog i ystyried a chanolbwyntio ar y presennol a datblygu strategaethau a sgiliau i ymdopi â bywyd. Maent wedi bod yn llwyddiannus iawn, a chawsant eu cynnal fel cynllun peilot ym mis Hydref 2010.

“Rwy’n falch o gael rhywbeth a wnaiff yn fy marn i fy nghynorthwyo i gael rheolaeth ar y llawdriniaeth a’r driniaeth sydd ar y gweill; bellach, nid yw hynny’n teimlo mor frawychus.” - Adborth gan glaf

Gwasanaethau Cymorth Wedi Profedigaeth

Mae’r gwasanaeth i blant o’r enw ‘Release’ yn cael rhywfaint o’i arian gan elusen Plant mewn Angen, ac mae’n cynnig dull therapiwtig creadigol o weithio gyda phlant sydd wedi cael profedigaeth. Mae ein gwasanaeth i oedolion ar gael i berthnasau’r sawl sy’n hysbys i’r hospis neu i dîm gofal yn y cartref yr hospis yn y gymuned.

“Rydym ni’n falch iawn o fod wedi cynorthwyo dros 150 o oedolion a 110 o blant yn ystod 2017.”

- Diane Waters, Uwch Weithiwr Cymdeithasol

Bydd cleifion yn yr uned cleifion mewnol a’r uned gofal dydd yn cael cyfle i drafod pryderon ymarferol megis unrhyw anawsterau posibl o ran: cael gwasanaethau cymorth yn y cartref a gwasanaethau cymorth ychwanegol, materion ariannol a chynorthwyo cleifion i gyfathrebu â pherthnasau ynghylch eu sefyllfa.

Cymorth Effeithiol

Cafodd Lucy gymorth emosiynol tra’r oedd ei mam, Andrea O’Donnell, yn wael yn yr hospis, ac wedi i’w mam farw yn Ebrill 2016. Mae Lucy wedi cael cymorth i ymdopi â nifer o faterion oedd yn effeithio arni hi, yn cynnwys sesiynau un i un, sesiynau arbenigol i grwpiau, ac ymweliad preswyl gyda theuluoedd eraill oedd yn wynebu amgylchiadau tebyg.

Mae’r llun yn dangos Lucy yn gorffen ei llyfr atgofion annwyl, sef ‘llyfr sêr’ y gwnaeth hi ei gynllunio a’i greu ei hun. Mae gan bob tudalen yn y llyfr hyfryd hwn thema ar gyfer Lucy. Mae popeth yn y llyfr yn adlewyrchu atgofion am ei mam a’i theulu sy’n arbennig iddi hi. Treuliodd oddeutu wyth wythnos yn gwneud a gorffen y llyfr, ac yn ystod y broses hon, cafodd y grŵp gyfle i drafod sut oeddent yn ymdopi â’u colled bersonol, straen arholiadau’r ysgol, pethau roeddent yn gweld eu heisiau, a phethau roeddent yn edrych ymlaen atynt.

Diolch o galon i recriwtiaid a staff newydd HMP Berwyn, y carchar a leolir yma yn Wrecsam, am eu cefnogaeth wych yn ystod 2017. Diolch i'r amrywiaeth eang o weithgareddau yn ystod y flwyddyn, maent wedi codi dros £10,000 - a dalodd am Ddydd Nadolig yn Nhŷ'r Eos a llawer rhagor.

Rydym yn falch iawn fod HMP Berwyn wedi'n dewis ni fel elusen i'w chefnogi, ac yn ddiolchgar i bob criw o hyfforddeion am eu hymdrechion amrywiol i godi arian i ni yn ystod eu cyfnodau hyfforddiant y llynedd. Mae'r rhain wedi cynnwys gwerthu cacennau, rafflau, dan glo noddedig, bwcedi casglu arian, cystadlaethau gemau fideo, gêm y Ciwb, a cherdded i fyny'r Wyddfa.

Diolch arbennig hefyd i staff POELT (Prison Officer Entry Level Training) sydd wedi annog, cefnogi a chydlynu'r gwaith codi arian hwn. Ni fyddai hyn wedi bod yn bosibl hebddynt hwy a heb gymorth cyffredinol y tîm rheoli.

Mae'r dynion sy'n cael eu cartrefu yn HMP Berwyn hefyd wedi ein cynorthwyo trwy ailwampio ac uwchgyrchu nwyddau i'w gwerthu yn ein siopau elusennol. Mae'r nwyddau hyn wedi sicrhau gwerthiant sy'n werth dros £2,000 hyd yn hyn, ac mae posiblirwydd o godi llawer yn rhagor o arian.

Mae llawer iawn o ddulliau o gynnig cymorth, a diolch hefyd i staff HMP Berwyn am wirfoddoli eu hamser. Mae Tryfan, ein hystafell cwnsela a chynorthwyo teuluoedd yn yr hospis wedi cael ei hadnewyddu'n sylweddol, diolch i'w holl waith a'u creadigrwydd.

HMP BERWYN YN LLWYDDO I GODI DROS £10,000



Mae aelodau staff o HMP Berwyn wedi rhoi help llaw i ni i addurno un o'n hystafelloedd.

YR WYL FALWNAU ANHYGOEL

Mae'r Wyl Falwnau yn sicrhau incwm hanfodol ar gyfer ein hospis, ac mae'n allweddol o ran cynnal ein gwaith hanfodol fel gallwn ni barhau i helpu'r bobl y mae arnynt angen ein gwasanaethau fwyaf.

Fe wnaeth tîm ein hospis drefnu'r Wyl Falwnau a gynhaliwyd yn amgylchoedd hardd Llangollen yn 2016. Er bod y digwyddiad yn llwyddiannus, roedd ei faint yn golygu y gwnaethom ni sylweddoli y byddai'n fuddiol i ni gydweithio â Thrydydd Parti i gynnal unrhyw Wyliau Balwnau yn y dyfodol.

Dyna pryd gwnaethom ni gychwyn cydweithio â sefydliad gwyb Canolfan Gwaith Haearn Prydain a Linstrand Technologies i baratoi at 2017. Diolch i'w hymdrechion a'u harbenigedd hwy, roedd digwyddiad y llynedd, a gynhaliwyd yng Nghanolfan Gwaith Haearn Prydain, yn wirioneddol wych.

"Yn sgil eu holl waith caled, fe wnaethom ni godi £25,522.38 anhygoel" - Luke McDonald, Swyddog Codi Arian.

Dywedodd Clive Knowles o Ganolfan Gwaith Haearn Prydain, *"Roedd yn hynod bleserus gallu cefnogi Hospis Tŷ'r Eos eleni. Mae'n sefydliad hynod o werthfawr ac yn wasanaeth hanfodol i'r ardal. Mae'r gwaith yr hospis a'r cymorth a ddarperir ganddi yn anhygoel."*

2018

Eleni, bydd MYNEDIAD AM DDIM i Garnifal Balwnau Croesoswallt, ond rydym ni'n gofyn i gyfrannogwyr wneud cyfraniad at yr hospis yn ystod un o ddiwrnodau'r Wyl, oherwydd rydym ni'n cynorthwyo i redeg a threfnu'r digwyddiad.



Bydd digonedd o beth i'w gweld a'u gwneud yn ystod y ddau ddiwrnod, yn cynnwys teithiau hedfan mewn balwnau, digwyddiadau maes, stondinau i blant, sioe fach, lluniaeth, arddangosfeydd balwnau, gorymdeithiau, cerddoriaeth a llawer rhagor. Gellir parcio yn y dref yn ystod yr ŵyl neu bydd llefydd parcio ychwanegol ar gael trwy ddefnyddio bws wennol am ddim.

Gwybodaeth am ddigwyddiad eleni:

Dydd Sadwrn 25 Awst:

6yb – 10yh

(yn cynnwys Gorymdaith Wedi'i Goleuo Gyda'r Hwyr)

Dydd Sul 26 Awst:

6yb – 7yh

(yn cynnwys Gorymdaith Balwnau yn ystod y dydd)

Lleoliad:

Parc Cae Glas, Church Street, Cross Street a Bailey Hill

Cysylltwch ag:

Amanda Kinsey ar 01978 314292 i gael rhagor o wybodaeth

MAE POB CEINIOG YN CYFRIF...

Ni allwn bwysleisio hyn yn ddigon; mae unrhyw gyfraniad yn gyfraniad pwysig. Weithiau bydd ein cefnogwyr yn dweud pethau fel... *"Mae'n ddrwg gen i, dim ond £11 sydd gen i" neu "Roeddwn i'n dymuno codi mil o bunnoedd ond llwyddais i godi £120 yn unig."*

Byddwn ni bob amser yn gwerthfawrogi £11 neu £120. Nid ydym yn disgwyl i bobl gyfrannu arian i'n hospis, ond heb os, byddwn ni'n gwerthfawrogi pob ceiniog. I brofi pa mor bwysig yw cyfraniadau llai i'n hospis...

Dyma gyfanswm yr arian a godwyd yn 2017 yn sgil:

Ciwbiau Arian = **£16,148.97**

Tocynnau Raffl = **£36,074.00**

Blychau Casglu = **£40,123.95**

Cyfanswm = £92,346.92

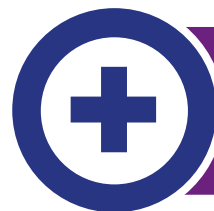
...dyna pa mor bwysig yw BOB cyfraniad.

FELLY BETH MAE CYFRANIADAU LLAI YN EI ARIANNU?



Mae **Ciwbiau Arian** yn talu am 3,730 o brydau i'n cleifion

Mae **Tocynnau Raffl** yn talu am 879 o sesiynau i blant sydd wedi cael profedigaeth



Mae **Blychau Casglu** yn ariannu ein gwasanaethau Gofal Dydd am 2 fis



GOLEUO BYWYD

Cynhaliwyd gwasanaeth Goleuo Bywyd blynyddol yn ein hospis, er waethaf eira a thywydd rhewllyd, ar ddydd Gwener 8 Rhagfyr. Cafwyd noson hudolus ag eira'n disgyn ynghanol y goleuadau a'r coed. Cawsom ni adborth gwych ynghylch pa mor deimladwy a llawen oedd y digwyddiad, ar waethaf popeth.

Cafodd ein 'Llyfrau Cofio' newydd, a luniwyd gan Paul Broadbent o Gaerwys ac a noddwyd gan GHP Legal, eu gosod yn ein derbynfa fel gallai pawb chwilio am eu coffadwriaeth ynddynt, heb gael eu heffeithio gan

y tywydd. Dywedodd Maer Wrecsam, y Cynghorydd John Pritchard, y Faeres a'u teulu fod y digwyddiad wedi bod yn un teimladwy ond yn ddathliad hefyd, ac roeddent yn falch o fod wedi gallu bod yno i gefnogi pawb.

Fe wnaeth yr Eosiaid, côr yr hospis sy'n cynnwys cantorion o blith staff a gwirfoddolwyr, ganu detholiad hyfryd o ganeuon ysbrydolgar, yn cynnwys 'Something Inside So Strong.' Rydym ni wedi cael adborth gwych ynghylch eu cyfraniad i'r noson arbennig hon.

“ Mae'r goleuadau a'r sêr rydym ni'n eu hongian ar y coed yn ein hatgoffa ni o bob llygedyn o olau annisgwyl a gwyrthiol a all ymddangos ar yr adegau tywyllaf yn ein bywydau, ac mae'r goeden fythwyrdd yn ein hatgoffa fod bywyd yn parhau, ym myd natur ac yn ein calonau, hyd yn oed yng nghanol marweidd-dra'r gaeaf. ”

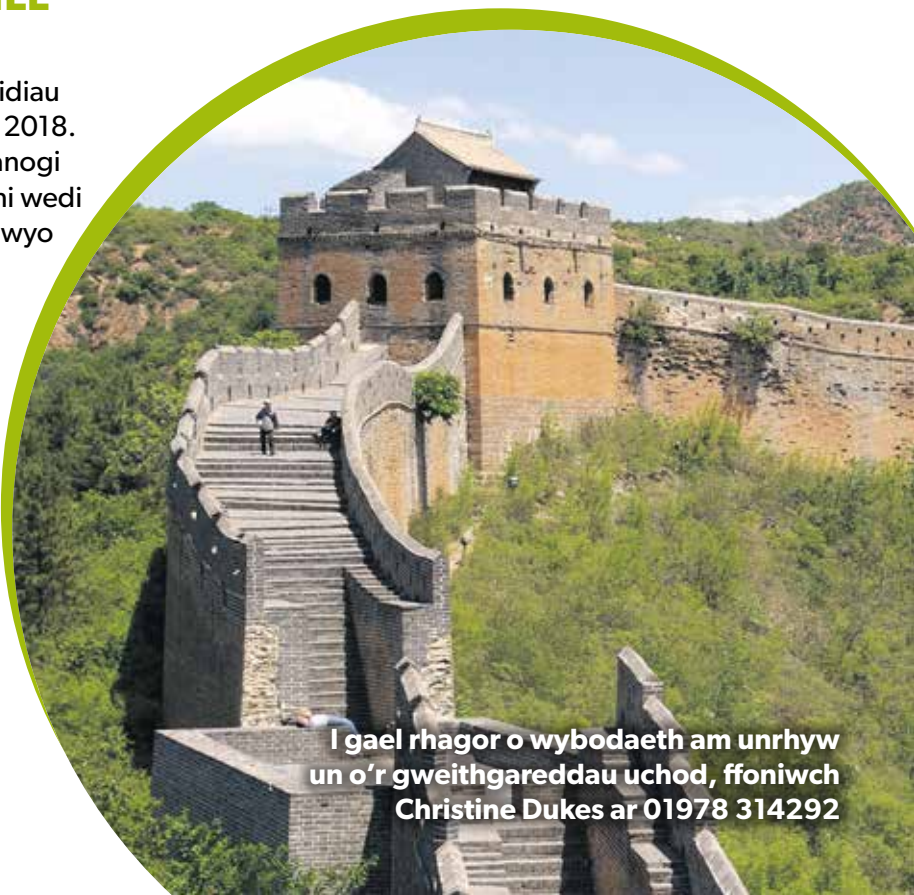
Diane Franchotti a ddywedodd y geiriau hynny, ac roeddent mor briodol yn ystod ein gwasanaeth. Diolch i bawb sy'n cyfrannu, cynorthwyo, gwirfoddoli ac yn noddi, nid yn unig yn achos y digwyddiad hwn, ond hefyd digwyddiadau eraill a gynhelir mor garedig ar ein rhan yn: y Bala, Corwen, Llangollen, Hanmer a Glannau Dyfrdwy.

TAITH GERDDED WAL FAWR TSIEINA A HERIAU RHYFEDDOL ERAILL

Os ydych chi wedi bod yng Nghaffi Cwtch yn ddiweddar, efallai eich bod chi wedi gweld y sleidiau sy'n dangos yr anturiaethau fydd yn digwydd yn 2018. Hyd yn hyn, mae 20 o bobl wedi cofrestru i gyfranogi yn ein Taith Gerdded yn Hydref 2018, ac rydym ni wedi cychwyn cynnal cyfarfodydd rheolaidd i gynorthwyo ein gilydd i godi arian a hyfforddi. Mae gennym ni ychydig o lefydd yn weddill os hoffech chi gyfranogi yn y cyfle gwych hwn.

Fodd bynnag, os nad yw taith gerdded ar Wal Fawr Tsiena yn addas i chi, beth am ymuno â'r bobl niferus sy'n cyflawni heriau personol i godi arian i ni?

Yn 2017, codwyd bron iawn £66,000 gan bobl yn cyflawni heriau megis rhedeg marathon, awyrblymio, cerdded, tynnu blew coesau â chwyrr, eillio gwallt, teithiau beiciau modur, beicio a digwyddiadau gwych eraill. Daeth 70 o bobl i'n Noson Dathlu ym mis Tachwedd, a diolchwyd i bawb ohonynt a chawsant anrheg i gofio am eu her.



I gael rhagor o wybodaeth am unrhyw un o'r gweithgareddau uchod, ffoniwch Christine Dukes ar 01978 314292

**Taith Gerdd Treftadaeth y Byd Dydd Sul 8 Ebrill yn Llangollen**

11:30yb | Mynediad am ddim Bydd y daith gerdded nodedig 13 milltir hon yn dilyn llwybrau enwog Llangollen a Chroesoswallt, ardal sy'n gyfoethog o ran ei harddwch a'i threftadaeth leol. Bydd y daith gerdded yn dechrau ac yn gorffen ger y Lion Quays (Darperir bws wennol AM DDIM gan Pat's Coaches ar ddechrau'r daith gerdded).

Cyngerdd y Gwanwyn Dydd Gwener 20 Ebrill | Capel Y Groes, Wrecsam

7:30yh | £12 Bydd Rhys Meirion a Chôr gwyh Rhuthun yn perfformio! Mae Rhys yn un o Dri Thenor Cymru, mae wedi cael ei enwebu am un o Wobrau Brit ac mae'n ganwr opera sy'n adnabyddus yn rhyngwladol. Peidiwch â methu'r digwyddiad hwn!

**Taith Beiciau Modur Dydd Sul 6 Mai | Pafiliwn Llangollen | Beiciau modur am 10yb/**

Sgwteri am hanner dydd | £10 Gan gychwyn ym Mhafiliwn Llangollen, byddwn ni'n crwydro ffyrdd cefn gwlad Cymru i fwynhau'r golygfeydd godidog ac yn stopio i gael cinio (sydd wedi'i gynnwys yn y pris). Eleni, byddwn ni'n cynnig dau lwybr a dau amser cychwyn gwahanol - un i feiciau modur a'r llall i sgwteri!

Cerdded i Fyny'r Wyddfa yn ystod y Nos Dydd Sul 20 Mai | Yr Wyddfa | Hanner

nos £48.50 (nawdd o £150 o leiaf) Mae llawer ohonom ni wedi dringo'r Wyddfa ac wedi mwynhau'r golygfeydd gwyh, ond mae cerdded i fyny'r un mynydd yn ystod y nos yn brofiad gwahanol iawn. Ymunwch â ni i fwynhau gweithgaredd bythgofiadwy, rhywbeth i ymfalchio ynddo. Mae'n fwy na dim ond taith gerdded...

**Gerddi Agored Eaton Hall Dydd Sul 27 Mai | 10:30yb - 5yh**

£8 i Oedolion/£2 i Blant/£18 (2 Oedolyn a 2 o Blant) Mae'n Wanwyn ac yn adeg fendigedig i ymweld â gerddi hardd Eaton Hall. Bydd stondinau, lluniaeth, hanes, ac wrth gwrs, y gerddi godidog! Ffordd ddelfrydol o dreulio Dydd Sul Gŵyl y Banc!

Te Parti Cymunedol yr Haf Dydd Sadwrn 9 Mehefin | Hospis Tŷ'r Eos

11yb - 3yp | MYNEDIAD AM DDIM Bydd yr hospis yn dathlu nifer o achlysuron ym mis Mehefin, yn cynnwys wythnos gwirfoddolwyr a mis ymwybyddiaeth o'r hospis i enwi dau yn unig. Felly sut byddwn ni'n dathlu? Byddwn ni'n cynnal te parti MAWR ac yn gwahodd pawb i ddod iddo. Bydd adloniant, stondinau, gemau ac ymdeimlad cymunedol go iawn!

**Taith Gerdded am Hanner Nos Dydd Sadwrn 16 Mehefin | Llwyn Isaf**

10:30yp | £12 (tan 18 Ebrill) - £15 (wedi hynny) Eleni, bydd croeso i BAWB gyfranogi! Bydd cyfranogi yn y Daith Gerdded am Hanner Nos yn cyfrannu at gynorthwyo ein cleifion a'u teuluoedd, ac yn gwella ymwybyddiaeth o'n hospis ar yr un pryd! Rydym ni'n cynnwys cerddoriaeth fyw gan y Brass Monkeys, dawnswyr a throellwr i'ch cymell chi!

DIGWYDDIADAU CEFNOGWYR

Bore Coffi

Dydd Sadwrn 17 Mawrth ac 16 Mai
Canolfan Daniel Owen, yr Wyddgrug
9:30yb tan hanner dydd

Bore Coffi Gwanwyn Cyfeillion yr Hospis Lavister

Dydd Sadwrn 24 Mawrth
Neuadd Bentref Pulford
10:30yb tan hanner dydd
£5

Bingo â Gwobrau, Coed-llai

Dydd Mercher 11 Ebrill
Y Ganolfan Gymunedol, Coed-llai
Drysau'n agor am 7yh/Cychwyn chwarae am 7.30yh
Bydd llawer o wobrau ar gael
Ffoniwch Jenny ar 07858 776594

Picnic a Phroms Bellis Brothers

Dydd Sadwrn 12 Mai
Siop Fferm a Chanolfan Arddio Bellis Brothers
Gatiau'n agor am 5yh/Cychwyn am 6yh
£5
Tocynnau ar gael gan Bellis Brothers neu Dŷ'r Eos

Diwrnod Golff Elusenol Llangollen

Dydd Sadwrn 2 Gorffennaf
8yb - 4yp
Timau o bedwar £15 (fesul aelod)
£25 (pobl sydd ddim yn aelodau)
Ffoniwch 01978 860906 i gael rhagor o wybodaeth.

Te Mefus

Dydd Sadwrn 16 Mehefin
Y Ganolfan Gymunedol, Coed-llai
2yp - 4yp
£4 (yn cynnwys mefus, cacennau, sgons, te neu goffi)
Ffoniwch Jenny ar 07858 776594

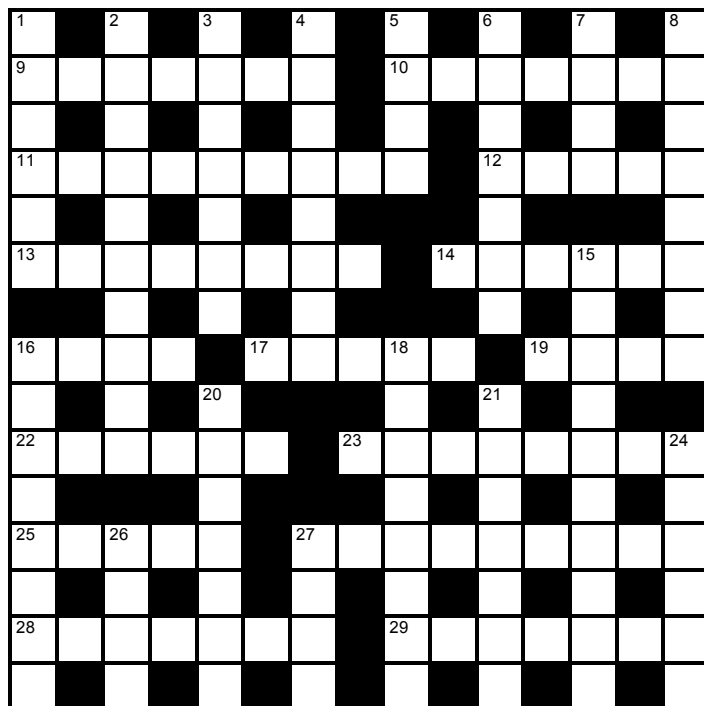
Sioe Gŵn Bellis Brothers

Dydd Sadwrn 21 Gorffennaf
Siop Fferm a Chanolfan Arddio Bellis Brothers
Sioe Gŵn 10yb/Diwrnod o Hwyl i'r Teulu 10:30yb/
Beirniadu 11yb
Trowch at bellisbrothers.co.uk i gael rhagor o fanylion

Clwb Golff Wrecsam

Dydd Mercher 18 Gorffennaf
Clwb Golff Wrecsam
8:30yb - 4:30yp
£100 fesul tîm o bedwar (aelodau)
£130 fesul tîm o bedwar (pobl sydd ddim yn aelodau)
Mae cyfleoedd i noddi ar gael o £25 y twll

**I gael rhagor o wybodaeth, ffoniwch
ein Tîm Codi Arian ar 01978 314292**



HER Y CROESAIR

Allwch chi wneud ein croesair ymhen llai nag awr?

Across

9. Beef or lamb, for example (3,4)
10. Italian astronomer (7)
11. Invaluable (9)
12. Copy (5)
13. Kettle cleaner (8)
14. One belonging to a group (6)
16. Young bears (4)
17. Halts (5)
19. Make indistinct (4)
22. Food tin essential (6)
23. Tutors (8)
25. Mournful sound (5)
27. Researcher (9)
28. Russian imperial dynasty (7)
29. Oblivious (7)

Down

1. Three-legged support (6)
2. Allowable (10)
3. More than two (7)
4. Most precipitous (8)
5. Matures (4)
6. Sleep (7)
7. Especially valued (4)
8. Magician (8)
15. Female dancers (10)
16. Pots (8)
18. Cherished (8)
20. Overhead interior surface (7)
21. Public disgrace (7)
24. Long-haired dog (6)
26. Deciduous timber trees (4)
27. Rescue (4)



**Wyddoch chi y gellir llogi Caffi Cwtch
ar gyfer unrhyw achlysur?**

Mae lle i 55 o westeion!

**I gael rhagor o wybodaeth, ffoniwch
01978 447 550**

Across: 9. Red Meat 10. Gallies 11. Priceless 12. Mimic 13. Descaler 14. Member 16. Cubs 17. Stops 19. Blur 22. Opener 23. Teachers 25. Knell 27. Scientist 28. Romanov 29. Unaware **Down:** 1. Tripod 2. Admissible 3. Several 4. Steepest 5. Ages 6. Slumber 7. Plum 8. Sorcerer 15. Ballerinas 16. Crockery 18. Precious 20. Ceiling 21. Scandal 24. Setter 26. Elms 27. Save

ARWYR EIN GRWPIAU CEFNOGI

Mae ein Grwpiau Cefnogi a'n Cyfeillion yn parhau i fod yn asgwrn cefn ymdrechion codi arian cymunedol yn eu hardaloedd penodol, a byddant yn codi miloedd lawer o bunnoedd bob blwyddyn.

Nid oedd 2017 yn eithriad. Rydym yn ddiolchgar iawn i'n grwpiau, sef Rhos, Lavister, yr Wyddgrug, Coed-llai, Llangollen, Hanmer, Ffrindiau Hospis Tŷ'r Eos a Chorwen am eu hymdrechion, eu brwdfrydedd a'u hymrwymiad. Yn ogystal â chodi arian angenrheidiol (cyfanswm o £26,669.97), maent hefyd yn parhau i chwifio baner Tŷ'r Eos yn eu cymunedau.

Mae eu gweithgareddau yn cynnwys sgwrs dros baned gyda ffrindiau, pobi cacennau, boreau coffi, trefnu twba lwcus, stondinau hen drugareddau, rafflau, trefnu digwyddiadau, gwerthu nwyddau a llawer rhagor. Bydd pob ceiniog a gesglir yn gwneud gwahaniaeth, a bydd pob grŵp yn casglu faint y gall ei gasglu. Mae ein grwpiau yn amrywio o ran maint o rai bach iawn i rai llawer mwy, ond cyfeillgarwch ac ysbryd cymunedol yw hanfod pob un ohonynt.



Da iawn chi a diolch i bawb sy'n cyfrannogi. Rydym ni wir yn gwerthfawrogi popeth byddwch yn ei wneud i ni.

Beth am sefydlu grŵp newydd yn eich cymuned? Os hoffech chi gael sgwrs, byddai'n dda gennym eich cyfarfod yn ein Hwb Cefnogwyr newydd yma yn ein hospis!

CREU YSTAFELL BENODOL AR GYFER EIN CEFNOGWYR



Bellach, mae gennym ni lecyn ble gallwch chi gwrdd â'n swyddogion codi arian a dod â chyfraniadau. Yn flaenorol, byddai ein cefnogwyr yn mynd â'u cyfraniadau i'r adran Creu Incwm. Fodd bynnag, mae ein Hwb Cefnogwyr newydd, a leolir yn agos at ein prif dderbynfya, yn llawer tawelach a mwy hygyrch, ac mae'n llecyn llawer mwy addas.

Mae'r ddelwedd hon yn cynrychioli ein gweledigaeth ar gyfer un o waliau yn yr Hwb Cefnogwyr. Daeth y dyfyniad isod, sydd hefyd wedi'i gynnwys yn y murlun, gan foneddiges hyfryd oedd yn glaf yma, sef Sally-Ann Hart. Yn drist iawn, mae Sally wedi'n gadael ni, ond fe wnaiff ei dyfyniad bara am flynyddoedd lawer...

“Gallaf wenu, chwerthin, crïo a bod yn fi fy hun yn Nhŷ'r Eos. Ni fydd neb yn fy marnu fi. Maent ar gael i mi ac mae hynny'n rhywbeth arbennig iawn.”

Mae dau artist dawnus iawn o Ysgol Celfyddydau Cain Glyndŵr wedi bod yn ddigon caredig i baentio'r murlun a'r dyfyniad yn eu hamser hamdden.

Caiff y murlun ei gwblhau ym mis Mawrth fan bellaf, felly dewch draw os hoffech chi weld y gwaith gorffenedig; byddem ni wrth ein bodd yn clywed eich sylwadau!

WRTH WRAIDD POPETH A WNAWN NI

Yn aml, gall y daith a wynebwr gan ein cleifion a'u teuluoedd fod yn brofiad heriol ac anghyfarwydd. Mae gwybod fod rhywun yn barod i gynnig help llaw, gwrando a rhoi'n hael o'u hamser a'u doniau yn gwneud gwahaniaeth mawr.

Ble bynnag mae ein gwirfoddolwyr yn gweithio - yn yr hospis, yn ein siopau neu mewn digwyddiadau codi arian, bydd ein cleifion, eu teuluoedd a'u staff oll yn gwerthfawrogi eu hymroddiad a'u cymorth.

Mae ein busnes adwerthu yn parhau i fynd o nerth i nerth, a chynyddwyd nifer y siopau yn 2017. Yn dilyn agor ein prif siop yng nghanol tref Wrecsam, mae arnom ni angen nifer gynyddol o wirfoddolwyr. Os oes gennych chi ddiddordeb mewn dod yn un o wirfoddolwyr y siop, neu os ydych chi'n adnabod rhywun a hoffai wneud hynny, cofiwch gysylltu â ni. Yn ogystal â'r ehangu hwn, mae angen cynyddu nifer y pethau a gyfrannir i'n siopau. Er bod ein cefnogwyr yn hael dros ben, mae arnom ni angen rhagor o eitemau da i barhau i fod yn llwyddiannus, felly os gwelwch yn dda, manteisiwch ar y cyfle i gael gwared ar unrhyw anrhegion Nadolig diangen neu bethau byddwch chi'n eu clirio wrth lanhau'r tŷ yn llwyr.



Mae'n bwysig cydnabod na fyddai'r hospis yn gallu cyflawni ei chenhadaeth, sef 'darparu gofal iechyd heb ei ail', heb ymroddiad a chymorth ein gwirfoddolwyr – **DIOLCH YN FAWR IAWN!**

TEULU YDYM NI...

CYFLWYNO'R TEULU TAYLOR: NICKI, SIAN A SOPHIE



Mae Nicki a'i merched Sian a Sophie (yn y llun, o'r chwith i'r dde) oll wedi gwirfoddoli yn ein hospis. Bellach, mae Sian wedi symud ymlaen o wirfoddoli i weithio'n amser llawn yma!

Dyweddodd Sian, *"Fe wnes i fwynhau fy amser fel gweinyddwr gwirfoddol yn fawr; mae pawb wedi bod mor gyfeillgar a chefnogol. Felly pan ofynnwyd i mi weithio'n amser llawn yn nhim y Loteri, cytunais yn syth."*

Ychydig flynyddoedd yn ôl, roedd Sophie yn bwriadu gwirfoddoli yn ystod 'Taith Gerdded i Ferched am Hanner Nos.' Yn anffodus, fe wnaeth salwch ei rhwystro rhag gwneud hynny, felly aeth Nicki ei mam yn ei

lle. Dyna oedd dechrau gwaith gwirfoddol Nicki, ac mae hi'n dal i wirfoddoli i ni hyd heddiw, yn ogystal â gweithio i Ysgol Yr Holl Saint yn Gresford. Pan ofynnwyd iddi hi pam mae hi'n gwirfoddoli yma, dywedodd Nicki, *"Mae'n gyfle i roi rhywbeth yn ôl."* Mae'r agwedd anhunanol hwn yn crynhoi ysbryd ein holl wirfoddolwyr!

Bydd Sophie yn gwirfoddoli i ni pan fydd hi'n dychwelyd adref o'r brifysgol yn Llundain. Pan holwyd hi am Sophie, dywedodd Jo Kearns (Rheolwr Gwirfoddolwyr), *"Mae ein Groto Siôn Corn yn llafur cariad i Sophie, ac mae ei chymorth dros y blynyddoedd wedi bod yn wych."*

Bydd llawer o'n gwirfoddolwyr yn cydbwysu eu hymrwymadau amrywiol er mwyn gallu helpu'r hospis, ac rydym ni'n ddiolchgar dros ben i bawb sy'n ein helpu ni, sut bynnag byddant yn gwneud hynny.

Mae caredigrwydd y teulu Taylor a'n holl wirfoddolwyr gwych yn caniatáu i ni gynnig gofal rhagorol i'n cleifion.

A yw ein herthyglau ynghylch gwirfoddoli yn eich ysbrydoli chi?

Os felly, ffoniwch Jo Kearns ar 01978 316800 neu e-bostiwch jo.kearns@nightingalehouse.co.uk

YN AGOR YN FUAN... EIN SIOP NEWYDD YN WRECSAM!

Rydym ni'n cynllunio ein menter adwerthu fwyaf erioed a wnaiff, diolch i'ch cymorth chi, gryfhau ein gallu i godi arian angenrheidiol ar gyfer ein hospis!

John Donnelly sy'n arwain ein tîm adwerthu, felly fe wnaethom ei holi i gael rhagor o wybodaeth!

C - Pa fathau o nwyddau fydd ar gael?

A - Bydd y siop yn cynnig nwyddau tebyg i'r rhai sydd yn ein siopau eraill, ond oherwydd ei maint, byddwn ni'n gallu cynnig rhagor o nwyddau. Dyma rai o'r categorïau:

Dillad ac ategolion i ferched	Nwyddau trydan
Dillad dynion	Eitemau ar gyfer y cartref
Dodrefn steilus unigryw	Galeri lluniau a drychau
Dodrefn wedi'u huwchgylchu	Siop lyfrau, DVDs a CDs
	Beiciau wedi'u hailwampio

C - A fydd llecyn penodol/hygyrch i gyfrannu pethau?

A - Bydd, mae llecyn arbennig ble gall cefnogwyr adael unrhyw eitemau y byddant yn eu cyfrannu a chofrestru ar gyfer Rhodd Cymorth.

C - Rydych chi wedi crybwyll cofrestru ar gyfer Rhodd Cymorth. Beth yw dylanwad hynny o ran rhoi hwb i'ch incwm?

A - Ni allaf i orbwysleisio pwysigrwydd Rhodd Cymorth. I ystyried hynny yn ei gyd-destun, gallwn ni hawlio 25% ar ben pris gwerthu'r holl nwyddau a roddir i ni trwy gyfrwng Rhodd Cymorth, os yw'r rhoddwr yn talu trethi yn y DU.

C - Pa gyfleusterau a gaiff eu darparu i'ch cwsmeriaid?

A - Bydd caffi hyfryd ble gallwch chi eistedd, ymlacio a mwynhau dewis da o fwyd a diod. Yn ychwanegol, bydd dewis helaeth o 'Brydau Mynd Allan' ar y llawr gwaelod. Hefyd, mae'r toiledau yn cydymffurfio'n llawn â'r holl reoliadau ynghylch hygyrchedd i sicrhau eu bod yn addas i'n holl gefnogwyr.

C - Beth yw'r buddion i Wrecsam a'ch cefnogwyr chi?

A - Bydd y siop yn cynnig ail gyfle i amrywiaeth gynyddol o nwyddau i'r cartref, ac yn sicrhau na fydd cannoedd o dunelli o bethau yn cael eu gadael mewn safleoedd tirlenwi, ac fe wnaiff hynny helpu'r gymuned leol, sicrhau arbedion sylweddol o ran y dreth dirlenwi, creu gwaith, adfywio'r stryd fawr, a darparu arian angenrheidiol i gynorthwyo ein hospis.

C - A fyddwch chi'n cynnig unrhyw gyfleoedd am waith/i wirfoddoli?

A - Byddwn, byddwn ni'n recriwtio pobl i wneud cymysgedd o swyddi adwerthu fel gweithwyr cyflogedig a gwirfoddolwyr, felly gwyliwch ein gwefan a'n cyfryngau cymdeithasol am fanylion, neu fel arall, cysylltwch â Pat Walmsley i fynegi eich diddordeb mewn swyddi cyflogedig neu â Jo Kearns ynghylch gwaith gwirfoddol.

C - A fydd eich prisiau chi'n gystadleuol?

A - Ein nod yw cynnig nwyddau sy'n cynnig gwerth gwych am arian, ac ar yr un pryd, gallu denu incwm ystyriol i'n hospis.

C - Beth yw'r prif reswm dros agor y siop newydd?

A - Bydd yn caniatáu i ni arddangos dewis helaethach o nwyddau i'n cwsmeriaid, a dylai hynny sicrhau cynnydd sylweddol yn yr incwm a gynhyrchir gan ein siopa adwerthu.

C - Ble fydd lleoliad y siop newydd?

A - Yn anffodus, ni allwn ni gyhoeddi ble bydd union lleoliad y siop ar hyn o bryd. Gwyliwch am ddiweddariadau ar ein gwefan a'n cyfryngau cymdeithasol!



I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â'r canlynol:

John Donnelly (ymholiadau cyffredinol):
john.donnelly@nightingalehouse.co.uk

Jo Kearns (cyfleoedd i wirfoddoli):
jo.kearns@nightingalehouse.co.uk

Pat Walmsley (cyfleoedd am waith cyflogedig):
pat.walmsley@nightingalehouse.co.uk



Nightingale House Hospice
Hospis Tŷr Eos

CYNGERDD *Gwanwyn*

YNG NGHWMNI

RHYS MEIRION A CÔR RHUTHUN

MAE RHYS YN UN O
DRI THENOR CYMRU.
FE'I ENWEBWYD AM
WOBR BRIT AC MAE'N
GANWR OPERA
CYDNABYDDEDIG.



£12 Y TOCYN • DIM CONSESIYNAU

NOS WENER 20 EBRILL 2018 7YH
CAPEL Y GROES, WRECSAM

ARCHEBION: NIGHTINGALEHOUSE.CO.UK NEU 01978 314292

DIGWYDDIAD ELUSENNOL WHISTLER ER BUDD EIN HOSPIS

Mae Dawns Elusennol Whistler unwaith eto wedi rhagori ar ein disgwyliadau, ac wedi codi £12,721.11 yn lleoliad hyfryd Gwesty Carden Park. Dyma'r drydedd flwyddyn y mae Kay a Gary Whistler wedi cynnal y digwyddiad ynghyd ag Amy Williams, Kate o 'Blooming Beautiful' a Paul Ffoulkes o Barclays UK, a ddarparodd arian cyfatebol gwerth £2,000 tuag at y digwyddiad, sy'n golygu fod y cyfanswm sydd wedi'i godi dros y blynyddoedd yn **£30,000** anhygoel.

Fe wnaeth bron iawn 200 o bobl fwynhau noson o gyfaredd a hudoliaeth, ac mae eu haelioni yn gwneud cyfraniad sylweddol at ein helpu i barhau â'n gwaith hanfodol yn gofalu am bobl y mae eu bywydau yn fyrrach nag y dylent fod.

Bu'r noson yn llwyddiant ysgubol o safbwynt ein hospis, sydd, bob blwyddyn, yn helpu dros 5,000 o bobl sy'n byw â salwch sy'n cyfyngu ar hyd eu hoes yng Ngogledd-ddwyrain Cymru a'r Gororau.



"Mae'r hospis yn lle arbennig i mi yn dilyn y gofal a'r cysur a gafodd fy nhad, Ray, ganddynt, tua diwedd ei oes. Diolch o galon i'r bobl sydd wedi cyfrannu a'n cynorthwyo ni i sicrhau fod y digwyddiad yn llwyddiant ysgubol. Rydym ni'n ffodus iawn fod gennym ni elusen fel Tŷ'r Eos ar garreg ein drws, oherwydd mae sicrhau fod trugaredd a gwerth yn rhan bwysig o ofal diwedd oes, ac mae'n anrhydedd gallu eu helpu i barhau â'u gwaith hanfodol." - Kay Whistler

"Mae'r ymdrech a wneir gan Kay, Amy a Kate i wneud y ddawns elusennol yn llwyddiant yn anhygoel."
- Luke McDonald, Swyddog Codi Arian.

CYNORTHWYO EIN HOSPIS ERS 2007

Mae Siop Fferm a Chanolfan Arddio Bellis Brothers yn cynorthwyo Hospis Tŷ'r Eos ers 2007. Yn ystod y cyfnod hwn, mae Bellis Brothers wedi codi **£108,049.65** er budd ein hospis, sy'n cynnwys £15,700 y llynedd!

Cychwynnodd y cyfan pan awgrymodd aelod o'u staff y dylent wneud rhywbeth er budd elusen yn Wrecsam. Ystyrid fod Hospis Tŷ'r Eos yn achos hynod o deilwng, ac roedd llawer o'u cyflogeion a'u cwsmeriaid wedi dod i gysylltiad â'r sefydliad.



Ein digwyddiad codi arian ar y cyd cyntaf oedd groto Siôn Corn. Fe wnaeth Bellis Brothers gyfrannu'r holl anrhegion, a rhoddwyd yr arian a godwyd i'n hospis. Ers hynny, maent wedi parhau i gynnal y groto, ond maent hefyd wedi cyflwyno 'Brecwast yng nghwmni Siôn Corn', 'Noson Lansio Tymor yr Ŵyl' a 'Phenwythnos Rhengeirw'.

Byddant yn cynnal dau ddigwyddiad codi arian hynod boblogaidd yn ystod y flwyddyn, sef 'Picnic a Phroms' yng nghwmni Band Pres Farndon a 'Sioe Gŵn a Diwrnod o Hwyl i'r Teulu'. Bydd gwirfoddolwyr hefyd yn mynd yno i gasglu arian yn y siop a gwerthu tocynnau loteri.

Ym mis Medi, fe wnaeth eu staff gystadlu yn her Tough Mudder a rhoddwyd yr arian a godwyd yn sgil hyn i'r hospis.

Rydym yn edrych ymlaen at barhau â'n partneriaeth lwyddiannus a chodi llawer yn rhagor o arian gyda'n gilydd yn 2018.

Digwyddiadau'r dyfodol agos:

Picnic a Phroms - Dydd Sadwrn 12 Mai

Sioe Gŵn a Diwrnod o Hwyl i'r Teulu - Dydd Sadwrn 21 Gorffennaf

bellisbrothers.co.uk

DYN A HANNER YW BRYAN!

Mae Bryan Badwick yn enw cyfarwydd ym maes codi arian yn ardal Wrecsam. Yn ystod blynyddoedd diweddar, mae Bryan wedi codi arian ar gyfer amrywiaeth o achosion da trwy gerdded o John O'Groats i Lands End ac yn ôl. A rhedeg 31 marathôn mewn 31 diwrnod!

Fodd bynnag, nid yw Bryan wedi gorffen eto! Gan ystyried cyngor ei ddiweddar dad, *"cymera beth fynni di o fywyd ond cofia roi rhywbeth yn ôl,"* mae Bryan wedi penderfynu cychwyn her arall. Ar 18 Ebrill, bydd yn beicio o John O'Groats i fynd i Land's End, gan droi rownd a chyrraedd John O'Groats ar 23 Mai heb unrhyw ddiwrnodau gorffwys, yn wahanol i'r Tour de France, sy'n debyg o ran ei bellter, sef 2,000 milltir.

Dywed Bryan o Rostyllen, *"Rwy'n ddiolchgar iawn i bawb sy'n fy nghefnogi fi. Mae Tŷ'r Eos yn lle sy'n agos iawn at fy nghalon. Gallwch ddilyn fy nghynnydd ar fy nhudalen Facebook 'Bryan's Walk (sy'n dal i fynd yn dilyn ei daith gerdded dair blynedd yn ôl). Os wnewch chi gyhoeddi negeseuon, fe wnaiff hynny fy nghynorthwyo i bedalu'n egniol!"*

Yn ogystal â chynorthwyo Hospis Tŷ'r Eos yn ystod blynyddoedd diweddar, mae ei ymrwymiad i gyngor



ei dad hefyd wedi cynorthwyo ag achos dyn ifanc o'r enw Noah, a gafodd sylw yn y papurau lleol ychydig flynyddoedd yn ôl. Y tro hwn, bydd Bryan yn defnyddio ei egni, ei ymrwymiad a'i stamina unwaith eto i godi arian i Dŷ'r Eos.

Gallwch gefnogi Bryan trwy droi at y dudalen we isod a chyfrannu arian i'w gynorthwyo yn ystod 2,000 o filltiroedd y prawf dygnwch hwn.
justgiving.com/fundraising/bryan-badwick

HOFFECH CHI BANED?

Yn ystod 2017, fe wnaeth cannoedd o bobl ferwi'r tegell a chynnal te parti yng nghwmni eu ffrindiau, eu teulu a'u cydweithwyr i godi arian i Dŷ'r Eos fel rhan o'n hymgyrch te parti Pobi, Gwneud Paned, Tywallt a Rhannu. Diolch o galon i bawb a gyfranogodd.

Rydym yn cynnal yr ymgyrch unwaith eto, ac mae Maureen Lipman yr actores, y bu farw ei gŵr Jack mewn hospis, yn annog unrhyw un sy'n awyddus i helpu i drefnu eu te parti eu hunain eleni.

Hanfod ein gweithgareddau te parti yw sicrhau gobaith, atgofion arbennig a gofal yn sgil bob paned.

Bydd pob paned o de y byddwch yn ei thywallt (neu goffi, neu hyd yn oed Prosecco os dymunwch chi), a bob cacen y byddwch chi'n ei gwerthu, yn helpu i godi arian i ofalu am bobl leol a'u teuluoedd sydd wedi'u heffeithio gan anhwylderau sy'n bygwth bywyd neu'n cyfyngu ar hyd bywyd.

Gallwch chi ddewis sut i gynnal eich te parti – gall amrywio o sgwrs a thamaid o gacen yng nghwmni hen ffrindiau i ddigwyddiad mawr gyda theulu, cymdogion, cydweithiwr – fel y mynnwch chi.

Bydd pob ceiniog a godwch yn gwneud gwahaniaeth. Gobeithio y gwnewch chi fwynhau'r digwyddiad ac rydym ni'n ddiolchgar am eich holl ymdrechion.



Mae pecynnau codi arian y Te Parti ar gael nawr. Os hoffech chi gael pecyn, ffoniwch y Swyddfa Codi Arian ar 01978 314292

THERAPI AR BEDAIR COES

Bydd miloedd o bobl o bob oedran yn elwa bod wythnos gan ymweliadau a ddarperir gan Dimau Gwirfoddolwyr PAT (Pets as Therapy), sy'n ymweld â chartrefi gofal preswyl, ysbytai, hospisau, canolfannau gofal dydd a charchardai. Bydd gwirfoddolwyr yn neilltuo ychydig bach o'u hamser hamdden bob wythnos yng nghwmni eu hanifeiliaid anwes eu hunain i gynnig llawenydd, cysur a chwmni i lawer o unigolion sy'n gwerthfawrogi gallu cyffwrdd ac anwesu anifail cyfeillgar.

Mae Pets As Therapy yn elusen ddyngarol a sefydlwyd yn 1983. Mae'n flaenllaw ym maes darpariaeth Therapi â Chymorth Anifeiliaid mewn lleoliadau cymunedol ledled y Deyrnas Unedig. Erbyn hyn, dyma'r sefydliad mwyaf o'i fath yn Ewrop, ac mae'n gwella miloedd o fywydau bob dydd. Yn syml iawn, bydd eu gwirfoddolwyr ysbrydolg ac ymroddgar yn rhannu eu hamser a'u hanifeiliaid anwes hyfryd â phobl anghenus.

Rydym yn ffodus iawn fod gennym ni ddau gi - Ruby (croesiad o Labrador a chi defaid) a Buddi (Lhasa Apso) sy'n ymweld â'n hospis yn wythnosol a bob pythefnos, yn ôl eu trefn.

Perchennog Buddi yw darpar faer Wrecsam, Andy Williams, a Kate Baird, athrawes sydd wedi ymddeol, yw perchennog Ruby.

Rydym yn ddiolchgar iawn i Kate ac Andy am wirfoddoli cymaint o'u hamser i'n helpu ni. Wrth weld ein cleifion yn gwenu pan fyddant yn cyrraedd y ward, gallwch werthfawrogi pa mor bwysig yw Buddi a Ruby i'n cleifion.



DEWIS 'CAFFI CWTCH' ER BUDD GOFAL A THOSTURI

Ym mis Medi 2016, pan agorodd Caffi Cwtch ei ddrysau i'r cyhoedd, ni fyddai neb yn yr hospis wedi gallu dychmygu pa mor gyflym y byddai'r caffi a'i dîm gwych o wirfoddolwyr yn dod yn rhywbeth mor annwyl i aelodau'r gymuned ac yn rhan o'u bywyd beunyddiol.

Os byddwch chi'n dod draw am banded, yn cwrdd â ffrindiau neu'n cael cinio gyda'r teulu, yn dod draw i fynychu cyfarfod busnes neu os ydych chi'n un o'r 650 o bobl a gafodd ginio Nadolig ym mis Rhagfyr, diolch o galon i chi. Mae cefnogi Caffi Cwtch yn golygu eich bod chi'n cefnogi'r gofal a ddarperir i gleifion a'u teuluoedd yn yr hospis.

Trwy yfed eich te neu fwyta'r cacennau neu'r meringues blasus, byddwch chi'n helpu i ariannu'r gwaith o ddarparu dulliau arbenigol o reoli symptomau yn ein huned cleifion mewnol a'n huned gofal dydd, sesiynau cymorth i blant sydd wedi cael profedigaeth, ffisiotherapi a hydrotherapi i enwi rhai o wasanaethau'r hospis yn unig.

Mae'r cylchlythyr hwn yn gyfle gwych i ni ddweud, *"rydym ni'n ddiolchgar i bawb ohonoch chi sydd wedi ymweld â ni ers i'n Caffi agor."*



Os nad ydych chi wedi ymweld â ni eto, dewch draw i gwrdd â Trish a'n gwirfoddolwyr yn y Caffi. Dydd Llun i Ddydd Sadwrn 10yb - 4yp

**“Ni allwn newid y canlyniad,
ond gallwn ddylanwadu ar y daith.”**

Diolch am gefnogi ein hospis;
mae'r daith yn parhau...

