

HOSPIS TŶ'R EOS

HYDREF/GAEAF 18



GOLEUO BYWYD

Dathlu bywydau ein hanwyliaid

Carnifal Balwnau

Gwledd i'r llygaid yng Nghroesoswallt

Taith Gerdded am Hanner Nos...

Cyhoeddiad pwysig ar gyfer 2019

01978 316800
NIGHTINGALEHOUSE.CO.UK



CROESO

Rwy'n gobeithio fod pawb wedi elwa o'r tywydd gwych a gawsom ni yn ystod yr haf, oedd yn wahanol iawn i'r tywydd a gafwyd yn gynharach eleni. Heb os, bydd y tywydd yn effeithio ar bresenoldeb yn rhai o'n digwyddiadau codi arian yn yr awyr agored, er y bydd ein cefnogwyr ym mentro allan beth bynnag fo'r tywydd i godi arian i'r hospis. Mae llawer o enghreifftiau gwych o hyn yn ddiweddarach yn y cylchlythyr hwn, felly diolch i chi am eich cefnogaeth ffyddlon.

Rydym yn parhau i ganolbwyntio ar gyflawni ein hamcan strategol, sef ehangu ein cymorth i ragor o gleifion a'u teuluoedd, ac os gellir gwneud hynny, darparu ein gwasanaethau yn y gymuned yn ogystal â'r hospis. Fel rhan o'n gwaith i gyflawni'r uchelgais hwn, rydym ni'n cynnal adolygiad llawn o'r holl wasanaethau rydym ni'n eu darparu yn yr hospis ar hyn o bryd. Ynghyd â'r adolygiad, rydym ni'n datblygu rhaglen i foderneiddio ac ailwampio ein hadeiladu, ac fe wnaiff hynny sicrhau rhagor o welliannau i'r profiad i gleifion ac fe wnaiff alluogi i nifer gynyddol o aelodau'r gymuned ddefnyddio ein gwasanaethau. Mae'r Bwrdd Ymddiriedolwyr wedi ymroddi'n llwyr i foderneiddio'r hospis, sydd bellach yn 23 mlwydd oed, er mwyn darparu cyfleusterau a wnaiff alluogi i gleifion gael cymorth a gofal yn yr amgylchedd gorau posibl.

Gan droi at bwnc gwahanol, cafwyd gwybod yn ddiweddar fod un o gyn-gyflogeion yr hospis, Andrea Fisher, wedi pledio'n euog i gyhuddiad o gael £12,450 trwy dwyll o'r hospis dros gyfnod o bum mlynedd rhwng 2010 a 2015. Er bod yr arian a gafodd ei ddwyn bellach wedi cael ei ad-dalu'n llawn, gobeithio y bydd cydwybod yr unigolyn yn gwneud iddi gnoi cil ynghylch y gwir gost i'r hospis yn sgil ei hanonestrwydd.

Ddiwedd Gorffennaf, cafodd yr hospis arolwg dirybudd gan Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru (AGIC). Fe wnaeth pedwar o arolygwyr AGIC dreulio dau ddiwrnod yn yr hospis yn siarad â chleifion a'u perthnasoedd, staff a gwirfoddolwyr, ac yn archwilio cofnodion ynghylch gofal, cynnal a chadw ac adnoddau dynol. Cafwyd adborth cadarnhaol iawn yn dilyn yr ymweliad, ac fe wnaeth yr arolygwyr ganmol yr holl staff a'r gwirfoddolwyr am yr awyrgylch croesawgar ac am



safonau rhagorol y gofal a'r llywodraethu. Mae'r hospis yn croesawu'r adborth hwn ac yn ystyried ei fod yn bwysig iawn, oherwydd mae ansawdd y gofal i gleifion a'r cymorth a roddir i'w teuluoedd yn rhan allweddol o'n holl waith. Diolch yn fawr iawn i Jane Forbes (Pennaeth Gwasanaethau Clinigol a Gwasanaethau i Gleifion) a Tracy Livingstone (Pennaeth Llywodraethu ac Arloesi Clinigol yn yr Hospis) a'u timau penodol am y safonau rhagorol a gyflawnwyd.

Fel arfer yn ystod yr adeg hon o'r flwyddyn, mae ein cynorthwywyr codi arian yn canolbwyntio ar ddigwyddiadau a gweithgareddau codi arian a gynhelir yn ystod rhan olaf o'r flwyddyn a'r Nadolig, cyfnod sydd bob amser yn hynod o brysur i ni. Edrychwn ymlaen at weld llawer ohonoch chi yn ystod y cyfnod hwn mewn nifer o'r digwyddiadau sy'n cael sylw yn y cylchlythyr hwn.

Dyma gylchlythyr olaf 2018, felly hoffwn ddymuno bob llwyddiant i chi yn ystod gweddill y flwyddyn, a diolch i chi unwaith eto am y gefnogaeth anhygoel rydych chi'n parhau i'w rhoi i'ch hospis.

Cofion gorau,

Steve Parry

Byddwn yn cynhyrchu fersiwn electronig o'n cylchlythyr Cymraeg sydd ar gael ar ein gwefan. Os hoffech chi gael copi papur, cysylltwch â'n hadran codi arian ar 01978 314292.

Cafodd y ddau gylchlythyr blaenorol eu cyfieithu'n rhad ac am ddim yn garedig iawn gan Gareth Evans Jones - mae pawb yn yr Hospis yn gwerthfawrogi cymorth Gareth.

I ddarllen neu lawrlwytho ein llenyddiaeth cyfrwng Cymraeg, trowch at:
nightingalehouse.co.uk/cymraeg

CYFEILLION GWIRFODDOL

Mae sawl rheswm pan fydd unigolion yn teimlo'n unig ac yn ynysig ar adegau yn ystod eu bywyd; efallai eu bod wedi symud i ardal newydd a heb lawer o hyder i fynd i gwrdd â phobl newydd. Efallai eu bod wedi profi cyfnod o salwch neu analluogrwydd, sy'n golygu ei bod hi'n anodd iddynt fynd o gwmpas y lle, neu efallai fod ganddynt gyfrifoldebau fel gofalwyr, sy'n golygu eu bod yn poeni am adael un o'u hanwyliaid gartref ar ei ben ei hun neu ar ei phen ei hun. Beth bynnag fo'r rheswm dros deimlo'n unig ac yn ynysig, rydym ni'n gwybod y gall hynny fod yn niweidiol i iechyd a lles unigolyn.

Felly beth allwn ni ei wneud?

Fel hospis, fe wnaethom ni geisio datblygu cydnerthedd cymunedau yn ein dalgylch, trwy gynorthwyo grwpiau o wirfoddolwyr mewn cymunedau lleol i sefydlu rhwydweithiau 'Cyfeillion Gwirfoddol'. Byddant yn cael atgyfeiriadau gan feddygfeydd lleol a nyrsys ardal pan fyddant yn canfod fod rhywun mewn perygl o fod yn ynysig.

Bydd yr hospis yn rhoi gwybodaeth i gymunedau lleol ynghylch beth yn union yw grŵp cyfeillion gwirfoddol a sut i sefydlu grŵp o'r fath. Yna, bydd yn cynorthwyo i recriwtio'r cydlynwyr gwirfoddolwyr a'r cyfeillion gwirfoddol cyntaf, yn trefnu i wirfoddolwyr gael eu gwirio gan y Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd ac yn rhoi hyfforddiant sefydlu iddynt i wneud gwaith y cyfaill gwirfoddol a chynnal diogelwch gwirfoddolwyr. Yn dilyn hynny, bydd y gymuned yn datblygu ei rhwydwaith o bobl sy'n atgyfeirio, gwirfoddolwyr a chydlynwyr.

Mae'r gwasanaeth yn cynnwys tri grŵp yn derbyn atgyfeiriadau mewn cymunedau, yn Llandderfel,



Llangollen a Choedpoeth, dau grŵp sy'n gysylltiedig â'r hospis ei hun, grŵp cyfeillion gwirfoddol ar gyfer pobl sydd â chyflyrau diffyg y galon a chyswllt ag uned dydd, tri grŵp sydd wrthi'n recriwtio gwirfoddolwyr yn y Waun, Rhos a Phenycae, a grwpiau sy'n cynllunio cyfarfodydd cyhoeddus ym Medi/Hydref yng Ngwersyllt, Cefn Mawr/Plas Madoc a Rossett.

Rydym ni'n byw mewn cymuned wych!

A allech chi wirfoddoli am awr bob wythnos i gynorthwyo rhywun sydd efallai yn teimlo'n ynysig neu'n unig yn eich cymuned leol? Os gallwch chi, cysylltwch â'r hospis trwy e-bostio:

tracy.livingstone@wales.nhs.uk
kate.jones11@wales.nhs.uk

YSTADEGAU EIN HOSPIS

Trwy gydol y flwyddyn, fe wnaethom ni gynnig nifer o wasanaethau i'n cleifion nad yw llawer o'n cefnogwyr yn gwybod amdanynt, er enghraifft, Therapi Galwedigaethol, Therapi Cerddoriaeth a Hydrotherapi. Ac i gynnig rhywfaint o gyd-destun ynghylch pa mor hanfodol yw cyfraniad ein gwirfoddolwyr at sicrhau fod Tŷ'r Eos yn rhedeg yn hwylus, rydym ni'n credu fod y ffeithlun isod ynghylch 'oriau a gyfrannwyd' yn adrodd cyfrolau (seiliedig ar ystadegau 2017).



146

O SESIYNAU THERAPI CERDD



285

O SESIYNAU HYDROTHERAPI
WEDI'U CYNNAL



423

O SESIYNAU THERAPI
GALWEDIGAETHOL



103,670

OEDD CYFANSWM YR ORIAU
O WAITH GWIRFODDOL

THERAPI GALWEDIGAETHOL

Mae adsefydlu yn rhan bwysig o'r gwasanaethau rydym ni'n eu cynnig yn Nhŷ'r Eos. Ein nod yw helpu pobl i oresgyn heriau a ddaw yn sgil salwch a chreu nodau y gellir eu cyflawni. Mae Vicky, y Therapydd Galwedigaethol, yn rhan o'r tîm adsefydlu sy'n cydweithio'n agos â'n ffisiotherapyddion, ein nyrsys a'n tîm cynorthwyo teuluoedd.

"Fe wnaeth Therapi Galwedigaethol gyfraniad pwysig at sicrhau fy mod i'n gallu dychwelyd adref. Trwy ddarparu offer a chynnis cymorth i sicrhau fod fy mywyd gartref yn ddiogel, fe wnaeth Vicky fy helpu i adfer fy annibyniaeth."

- claf yn mynychu sesiwn Galw Heibio

Un cwestiwn a ofynnir yn aml i Vicky yw: "Beth yw Therapi Galwedigaethol?"

Mae Therapi Galwedigaethol yn canolbwyntio ar helpu pobl y mae eu hiechyd yn eu hatal rhag gwneud y gweithgareddau a'r tasgau sy'n bwysig iddynt. Os dychmygwch yr holl weithgareddau y gallech chi fod wedi'u gwneud heddiw cyn darllen y cylchlythyr hwn,



mae'n debyg eu bod yn niferus ac yn amrywiol - codi o'r gwely, ymolchi, gwisgo, coginio, bwyta, teithio, siopa, gweithio, garddio, anfon neges testun at eich ffrind, mynd â'r ci am dro, chwarae gyda'ch plant...mae'r rhestr yn ddiddiwedd ac yn unigryw i chi. Gall salwch difrifol effeithio'n sylweddol ar lawer o'r gweithgareddau beunyddiol hynny byddwn ni'n aml yn eu cymryd yn ganiataol.

"Roeddwn y cynghorion ynghylch rheoli lludded yn ddefnyddiol iawn i mi oherwydd mae blinder yn broblem fawr i mi."

- claf yn mynychu sesiwn Galw Heibio

ARWYR DI-GLOD

Os wnewch chi holi rhywun yn unrhyw ran o'n hospis neu yn ein siopau ynghylch pa mor bwysig yw ein tîm cyfleusterau, mae'n debyg y byddent yn dweud "ni allem ni wneud ein gwaith heb eu cymorth."

Fe welwch chi Alan ac Ian yn ein siopau, yn y ganolfan ddosbarthu, mewn digwyddiadau, yng Nghaffi Cwtch ac o amgylch yr hospis. Byddai arnom ni angen cylchlythyr mwy i restru eu holl dasgau beunyddiol, ond gyda'i gilydd, maent yn sicrhau fod holl gyfleusterau ein hospis yn rhedeg yn ddidrafferth.



Mark Banks o Deeside Creameries yn cyfrannu hufen iâ i'n hospis yn garedig iawn. O'r chwith i'r dde: Mark, Alan ac Ian.

"Nid yw'r cleifion â'r teuluoedd byddwn ni'n cwrdd â hwy yn ymwybodol o lawer o'r gwaith a wneir gan lan ac Alan. Mewn rhai ffyrdd, hwy yw'r olew sy'n sicrhau fod y peiriant yn rhedeg yn esmwyth a'r glud sy'n cadw pethau ynghyd. Gallai hynny olygu gyrru'r ambiwlans i fynd â rhywun i apwyntiad mewn ysbyty neu'n ymweld â chartrefi, neu'r gwiriadau diogelwch rheolaidd a wneir ganddynt i sicrhau fod cyfleusterau ac offer yn gweithio'n iawn."

- Tracy Livingstone, Pennaeth Llywodraethu ac Arloesedd Clinigol yr Hospis

"Roedd y gaeaf diwethaf yn heriol iawn, a chafwyd eira trwm am gyfnodau. Mae llawer o'r tîm nyrsio sy'n rhan o'r uned cleifion mewnol yn byw mewn ardaloedd gwledig, ac roedd yr eira yn eu rhwystro rhag mynd i'w gwaith. Fe wnaeth Alan deithio yn y cerbyd 4x4 a threfnodd i staff gerdded i lecyn penodol ble gallai eu casglu i'w cludo i'r gwaith, i sicrhau y gallai ein gofal i gleifion a'u teuluoedd barhau yn ddiogel. Fe wnaeth sicrhau hefyd, pan oedd hynny'n bosibl, y gallai staff fynd adref, ond fe wnaeth rhai ohonynt aros yn yr hospis i weithio eu sifftiau."

- Jane Forbes, Pennaeth Gwasanaethau Clinigol a Chleifion

Mae ein tîm cyfleusterau yn hanfodol i waith ein hospis. Mae'r ddau ddiwyd yn sicrhau fod tiroedd yr hospis yn cael eu cynnal a'u cadw'n rhagorol, gan sicrhau fod cleifion a'u teuluoedd yn gallu mwynhau hafan heddychlon a diogel.

BYDDAI MAM MOR FALCH

Mae Cleo Purslow yn bencampwraig codi arian wyth mlwydd oed o'r Rhos sydd wedi cyfrannu cyfanswm gwych o £3,107.50 i'n hospis!

Fe wnaeth hi benderfynu cyfrannu elw dau ddigwyddiad i'r hospis ble cafodd ei mam Vikki ofal. Yn drist iawn, bu Vikki farw pan oedd Cleo yn faban.

Ei digwyddiad cyntaf oedd taith gerdded nodedig 10 milltir o'r Rhos i Langollen, a gwnaeth hynny gyda'i thad, Matthew, a ffrindiau. Yna cynhaliwyd parti Rownd Derfynol Cwpan y Byd yn nhafarn y Fat Boar yn Wrecsam ac fe wnaeth hynny godi £1,101.49 o'r £3,107.50 diolch i 'Fyrgys Cleo', y gwnaeth hi eu cynllunio a'u gwerthu ar y diwrnod.

Dywedodd Matthew ei fod ef a'i ferch, ynghyd â theulu a ffrindiau, yn wastad wedi cynnal cysylltiadau agos â'r hospis: *"Mae Cleo wedi mynychu llawer o ddigwyddiadau yn Nhŷ'r Eos, ac mae hi'n hoffi iawn o ddigwyddiad Goleuo Bywyd ar adeg y Nadolig. Mae hi wedi mynychu'r digwyddiad hwnnw gyda fy mam a fy nhad ers pan oedd hi'n faban blwydd."*

"Fel teulu, rydym ni'n gwybod trwy brofiad fod yr hospis yn lle gwych. Mae'r gofal a'r cymorth a ddarperir ganddynt i gleifion a'u teuluoedd yn rhagorol, ac er bod Cleo yn ifanc, mae hi'n wastad wedi bod yn ystyriol o'r cymorth a gafodd ei mam yno."

Pan ddywedodd Cleo ei bod hi'n dymuno codi arian i helpu pobl eraill, penderfynodd y dylai unrhyw arian gael ei gyfrannu at yr hospis. Fe wnaeth Cleo a Matthew gynllunio taith gerdded ddeng milltir dros y mynydd o'r Rhos i gyfeiriad Pen Draw'r Byd, gan gerdded ar hyd rhan o lwybr Clawdd Offa i'r panorama uwchlaw Llangollen a gorffen yn nhafarn y Sun, Trefor. Y rhain oedd rhai o lefydd arbennig ei mam.

Fe wnaeth Cleo ysgrifennu llythyr hyfryd atom ni mewn llawysgrifen daclus yn egluro pam oedd hi'n dymuno cynorthwyo ein hospis ac mae hi wedi llwyddo i gyffwrdd calon pob un ohonom. Mae hi'n ferch fach fendigedig sydd â chalon garedig iawn. Hoffwn ddiolch o galon hefyd i'w thad Matthew a'u teulu a'u ffrindiau am eu hymdrechion i godi'r cyfanswm gwych hwn. Diolch o galon hefyd i dafarn y Fat Boar am gynnal digwyddiad Byrgys Cleo a chyfrannu incwm y tocynnau a werthwyd ac i bawb a gyfrannodd at sicrhau fod y diwrnod yn gymaint o lwyddiant.





DATHLU TAITH GERDDED LWYDDIANNUS ARALL AM HANNER NOS

Fe wnaeth dros 700 o bobl gofrestru i gyfranogi yn y Daith Gerdded am Hanner Nos eleni. Mae'n ddigwyddiad i ferched yn unig fel arfer, ond eleni, roedd y digwyddiad yn agored i unrhyw un dros 8 mlwydd oed. Fe wnaeth y cerddwyr wisgo crysau T lliw coch ceirios y Daith Gerdded am Hanner Nos, ac yn eu plith, roedd y cyn-filwr Shaun Stocker.

Fe wnaeth Shaun golli ei ddwy goes uwchlaw'r benlin ar ôl camu ar ddyfais ffrwydrol yn Afghanistan ac mae'n cerdded â chymorth dwy goes brosthetig, ac arweiniodd yr her 10km a gychwynnodd yn Llwyn Isaf.

Cafodd y Daith Gerdded am Hanner Nos ei sefydlu un mlynedd ar ddeg yn ôl, ac mae'n cynorthwyo i godi arian gwerthfawr i gynorthwyo i dalu am ofal i gleifion yn ein hospis. Dywedodd Amanda Kinsey, swyddog digwyddiadau codi arian yr hospis, fod yr hospis yn falch iawn o orchest y cerddwyr unwaith eto.

"Byddwn ni bob amser yn cael ein rhyfeddu gan y gefnogaeth a gaiff ein hospis a'n staff, ac nid yw digwyddiad eleni yn wahanol. Daeth pobl o bob cwr o Ogledd Cymru i gerdded er ein budd ni a chynorthwyo i godi arian hanfodol i gynorthwyo cleifion a'u teuluoedd.

"Fe wnaiff gostio £3,059,495 i redeg yr hospis eleni, felly mae digwyddiadau fel hwn yn amhrisiadwy i ni ac i bobl sy'n defnyddio ein gwasanaethau. Mae'r Daith Gerdded am Hanner Nos yn ddigwyddiad difyr, ond mae'n ddigwyddiad pwysig iawn hefyd, felly rydym ni'n

ddiolchgar iawn i bawb a gyfranogodd. Mae bob cam a gerddir ar y noson yn ein helpu i wneud gwahaniaeth mewn rhyw ffordd neu'i gilydd."

Fel yn y gorffennol, gallai cerddwyr ddewis cerdded 6km neu 10km o amgylch Wrecsam, ac fe wnaethant gychwyn ar ôl cael eu hannog gan gerddoriaeth gyffrous band 'Brass Monkees' o Swydd Amwythig. Fe wnaethom ni hefyd annog ein cefnogwyr i hongian llusernau er cof am eu hanwyliaid.

Cafodd y daith gerdded eleni ei chefnogi gan nifer o gwmnïau o Wrecsam yn cynnwys Village Bakery, a ddarparodd ddanteithion blasus i'r cerddwyr wrth iddynt ddychwelyd, a'r darparwr gwasanaethau ateb galwadau Moneypenny ymhlith eraill. Fe wnaeth tîm o gerddwyr o gwmni Moneypenny gyfranogi yn y daith.

Mae'n rhaid i ni barhau i arloesi â'n dulliau o godi arian, felly, gan deimlo ychydig yn drist, byddwn yn ffarwelio â'r Daith Gerdded am Hanner Nos. Bydd ein Taith Gerdded olaf am Hanner Nos yn cael ei chynnal yn 2019. Hoffwn fanteisio ar y cyfle hwn i ddiolch i bawb sydd wedi cyfranogi yn y digwyddiad. Mae llawer o'n cerddwyr wedi cyfranogi mewn nifer o'r teithiau cerdded ers 2007 (a rhai efallai wedi cyfranogi ym mhob un), ac rydym ni'n gwerthfawrogi gwaith caled ac ymroddiad pawb sy'n cyfrannu at y digwyddiad. Dewch i ni sichau mai ein taith gerdded olaf fydd YR ORAU ERIOED. Unwaith eto, mae croeso i BAWB!

ROWND O GOLFF I ARIANNU ROWND AR EIN WARD

Cynhaliwyd 'Diwrnod Golff Wrecsam 2018' yng Nghlwb Golff Wrecsam, ac fe wnaeth hynny godi dros £5,800 i'n hospis. Mae'r digwyddiad yn cael ei gynnal ers 26 mlynedd, ac fe wnaeth godi £5,380 y tro hwn ac mae wedi codi dros £130,000 ers ei sefydlu yn 1992. Fe wnaeth dros 200 golffiwr gyfranogi mewn timau o bedwar, a daeth tîm o ferched i'r brig. Fe wnaeth y tîm buddugol, sef Jackie Williams, Angela Miller, Helen Milner a Kath Norman, sy'n aelodau o Glwb Golff Wrecsam, sgorio 91 pwynt, dau yn fwy na tîm 'The Birdies' ddaeth yn ail ag 89 pwynt, roedd Clwb Golff Llaneurgain yn drydydd ag 89 a daeth tîm Keith Miller yn bedwerydd, hefyd ag 89. Enillwyd gwobr y merched gan dîm Dorne Tym a sgoriodd 88 pwynt.

Trefnwyd y diwrnod golff gan y gwirfoddolwyr Anne a Selwyn Roberts, a chafwyd nawdd hael gan Wrexham Lager a chefnogaeth ychwanegol gan Mondelez International (Cadbury). Cyfrannwyd llawer o wobrau ar gyfer arwerthiant a chynhaliwyd raffl fawr oedd yn cynnwys prif wobwr wych, sef cadair achlysurol drawiadol a gyfrannwyd yn hael iawn gan Westbridge Furniture ym Maes-glas.

"Diolch o galon i'n noddwyr Wrexham Lager a Mondelez, Clwb Golff Wrecsam, yr holl chwaraewyr, yr aelodau a chyfeillion am barhau i gefnogi'r digwyddiad hwn a sicrhau ei fod yn llwyddiant ysgubol unwaith eto eleni. Dros gyfnod o bymtheg mlynedd, mae wedi bod yn bleser i ni helpu i godi arian at le mor wych sy'n darparu gofal arbenigol i'r gymuned leol."

- Anne a Selwyn Roberts, trefnwyr y digwyddiad

"Unwaith eto, cafwyd digwyddiad hynod o lwyddiannus, ac fe wnaeth y tywydd braf a'r sgoriau gwych sicrhau fod yr holl gyfranogwyr wedi mwynhau diwrnod cofiadwy. Mae hwn yn ddigwyddiad blynyddol bendigedig ac mae'n amlygu'r cydweithio rhagorol sy'n digwydd rhwng yr hospis a Chlwb Golff Wrecsam. Hoffem ddiolch i'r Clwb, i Anne a Selwyn Roberts, sef yr aelodau o Glwb Golff Wrecsam a drefnodd y digwyddiad am y 15fed tro eleni, ac i bawb a chwaraeodd yn y digwyddiad neu a gyfrannodd at y diwrnod trwy ddulliau eraill. Fe wnaiff yr holl elw ein cynorthwyo â'n gwaith i ddarparu gofal, cysur a chymorth i bobl leol a'u teuluoedd sy'n dibynnu ar y gwasanaethau a ddarperir gan yr hospis."

- Debbie Barton, Cynorthwydd Codi Arian



Enillwyr Diwrnod Golff Hopsis Tŷ'r Eos, Angela Miller, Jackie Williams, Helen Milner a Kath Norman yn cael eu gwobr gan Gapteiniaid Clwb Golff Wrecsam, sef Nans Edwards a Jonathan Tym (canol).



DEWCH I DDARGANFOD... CAMBODIA A FIETNAM

Llongyfarchiadau i Geraint Thomas, y Cymro cyntaf i ennill ras y Tour de France. Wel, dyma eich cyfle chi i ganfod sut deimlad yw cwblhau her beicio wych!

Mae Hospis Tŷ'r Eos yn falch o gyhoeddi ei Her Fawr ar gyfer 2019. Ar 16 Tachwedd 2019, bydd beicwyr yn cychwyn taith feicio fwyaf eu bywyd pan fyddant yn gadael Fietnam ac yn beicio 363km i gyrraedd temlau eiconaidd Angkor Watt yn Cambodia. Wrth grwydro'r dirwedd wastad, gallwch fwynhau cefn gwlad prydferth y ddwy wlad, yn cynnwys delta Afon Mekong a Phnom Penh cyn cyrraedd tref hyfryd a bywiog Siem Reap yn Cambodia. Yno, fe wnaiff y croeso a gewch chi gan bobl addfwyn a hyfryd y wlad aros yn eich cof am byth.

Fel y dywedodd H G Wells *"Pan fyddaf yn gweld oedolyn ar gefn beic, ni fyddaf yn anobeithio am y ddynoliaeth."*

Felly a hoffech chi gael rhagor o wybodaeth am yr antur wych hon?

Os oes gennych chi ddiddordeb ond rydych yn ansicr ynghylch beth i'w ddisgwyl, mae croeso i chi ddod draw i weld ein cyflwyniad ynghylch yr her.

I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â:
fundraising@nightingalehouse.co.uk
01978 314292

BEICIWCH ER EICH LLES **CHI**
BEICIWCH ER EIN LLES **NI**



DEWCH I NI DRAFOD

Fe wnaeth 'Wythnos Ymwybyddiaeth Byw Nawr (8-14 Mai) gynnig cyfle i'n hospis drafod marw, marwolaeth a phrofedigaeth. Fe wnaeth aelodau gwych ein Tîm Cynorthwyo Teuluoedd, Lesley Chambers a Sarah James, fanteisio ar y cyfle hwn i gyfranogi a hyrwyddo nifer o ddigwyddiadau Byw Nawr. Roedd hyn yn cynnwys bore yng Nghanolfan Adnoddau Gwersyllt yn Wrecsam, i roi gwybodaeth i'r gymuned a gweithwyr proffesiynol am 'Release', gwasanaeth yr hospis i gynorthwyo plant sydd wedi cael profedigaeth. Fe wnaethant gynnig cyngor, gwybodaeth ac arweiniad ynghylch sut gall aelodau teuluoedd neu weithwyr proffesiynol gynorthwyo plant sydd wedi cael profedigaeth a phrofi colled.

"Bydd plant a phobl ifanc yn galaru cymaint ag oedolion, ond byddant yn dangos hynny yn wahanol. Byddant yn dysgu sut i alaru trwy gopio ymatebion yr oedolion sydd o'u cwmpas a byddant yn dibynnu ar oedolion i sicrhau eu bod yn cael yr hyn sy'n ofynnol i'w cynorthwyo yn eu galar."

- Sarah James, Gweithiwr Cymdeithasol

Byddwn yn darparu cymorth sydd wedi'i deilwra i anghenion oedolion, ac er bydd ar y rhan fwyaf o blant



angen 6-10 sesiwn yn unig, nid ydym yn cyfyngu ar faint o gymorth sydd ar gael, felly gallant ddychwelyd i gael sesiynau ychwanegol yn ddiweddarach. Mae'r math o gymorth yn cynnwys sesiynau un ac un a chyfle i fynychu sesiwn grŵp neu ddiwrnod gweithgareddau. Bydd hyn yn caniatáu iddynt rannu eu profiadau â phlant a phobl ifanc eraill sy'n wynebu'r un sefyllfa. Byddwn yn eu cynorthwyo i ddeall fod eu teimladau yn rhan naturiol o'r broses o alaru a bod marwolaeth a galar yn rhan naturiol o fywyd. Byddwn yn cydweithio â hwy i ddatblygu strategaethau i ymdopi â'u teimladau i sicrhau na wnaiff eu galar effeithio'n negyddol ar eu bywyd nac ar eu lles emosiynol a meddyliol yn y dyfodol.

WYTHNOS EWYLLYSIAU 8 – 12 HYDREF 2018

Mae cyfranogi yn ymgyrch Wythnos Ewyllysiau Hospis Tŷ'r Eos yn ffordd o roi tawelwch meddwl i chi eich hun trwy roi trefn ar eich materion, amddiffyn y sawl rydych chi'n eu caru a'u parchu, ac ar yr un pryd, cefnogi gwaith yr hospis.

Rydym ni'n hynod o ddiolchgar i'r holl gyfreithwyr isod sydd wedi cytuno i hepgor eu ffi am ysgrifennu ewyllys unigol neu ddwbl sylfaenol yn lle cyfraniad at yr hospis. Trwy ysgrifennu eich ewyllys yn ystod Wythnos Ewyllysiau, byddwch yn sicrhau y gofaliwr am eich anwyliaid os bydd yr annychmygol yn digwydd.

Argymhellir cyfraniad o £80 am ewyllys unigol sylfaenol neu £120 am ewyllys ddwbl sylfaenol, sy'n arbediad gwych ar gostau arferol gwneud ewyllysiau. Daliwch sylw: yn achos ewyllysiau mwy cymhleth, gallai'r amser ychwanegol a dreulir gan eich cyfreithiwr arwain at ffi uniongyrchol ychwanegol.

I wneud apwyntiad yn ystod Wythnos Ewyllysiau, cysylltwch ag unrhyw un o'r cyfreithwyr a restrir sy'n ein cefnogi ni, gan ddyfynnu Wythnos Ewyllysiau 2018, neu e-bostiwch delyth.underwood@nightingalehouse.co.uk

GAMLINS SOLICITORS, YR WYDDGRUG
FFÔN: 01352 758533

GHP LEGAL, WRECSAM
FFÔN: 01978 291456

GHP LEGAL, LLANGOLLEN
FFÔN: 01978 860313

GITTINS MCDONALD SOLICITORS, WRECSAM
FFÔN: 01978 366665

GUTHRIE JONES & JONES, DINBYCH
FFÔN: 01745 814817

GUTHRIE JONES & JONES, DOLGELLAU
FFÔN: 01341 422604

OLIVER & CO, CAER
FFÔN: 01244 312306

THOMAS ANDREWS & PARTNERS, WRECSAM
FFÔN: 01978 291506

Wythnos Ewyllysiau

Dydd Llun 8 – Dydd Gwener 12 Hydref

£80 am ewyllys sengl sylfaenol/£120 am ewyllys ddwbl sylfaenol

Mae cwmni cyfreithwyr lleol sy'n cyfranogi yn ddigon caredig i gyfrannu eu hamser yn rhad ac am ddim i ysgrifennu ewyllys i chi, yn lle cyfraniad at Hopsis Tŷ'r Eos. Trefnwch apwyntiad yn ystod Wythnos Ewyllysiau trwy gysylltu ag unrhyw un o'r cyfreithwyr sy'n ein cefnogi ni.



Noson Siopa yn Eaton Hall

Dydd Mawrth 20 Tachwedd

Ystâd Eaton Hall | £15 yn cynnwys gwin a chanapés

Dewch i wneud eich siopa Nadolig a mwynhewch wydraid o win, cerddoriaeth gan NEW Sinfonia a chanapés yn awyrgylch hardd Ystafell Wolf yn Eaton Hall. Gwylwch am y ceirw ar y ffordd yno!

Brecwast gyda Siôn Corn

Dydd Sadwrn 24 Tachwedd

Caffi Cwtch, Hospis Tŷ'r Eos | 8:30yb - 11yb | Plant £7/Oedolion £8

Dewch i gwrdd â Siôn Corn a mwynhewch brecwast gwych gyda'ch teulu ar yr un pryd. Mae tocyn plentyn yn cynnwys brecwast i blentyn ac anrheg gan Siôn Corn. Argymhellir archebu ymlaen llaw oherwydd cynigir nifer gyfyngedig o lefydd.



Ffair Nadolig

Dydd Sadwrn 24 Tachwedd

Hospis Tŷ'r Eos | 11yb - 3yp | Mynediad AM DDIM

Dewch i fwynhau ysbryd y Nadolig yn y Ffair Nadolig! Bydd gennym ni ddewis helaeth o anrhegion Nadolig a nwyddau i lenwi'r hosan a digonedd o hwyl i'r teulu, yn cynnwys twba lwcus, dyfalu'r enw a raffl.

Cyngerdd Nadolig

Dydd Sadwrn 1 Rhagfyr

Eglwys Plwyf San Silyn, Wrecsam | 7: 30yh - 10yh | £15 y tocyn

Yng nghwmni Aled Wyn Davies (un o dri Thenor Cymru), Côr Meibion y Rhos a Band Caer Ddinesig Wrecsam. Mae pris tocynnau yn cynnwys lluniaeth tymhorol.



Goleuo Bywyd

Dydd Gwener 9 Rhagfyr

Hospis Tŷ'r Eos | 4:00yp

Dewch i ddatlu bywydau ein hanwyliaid â chymorth pobl eraill. Mae ein gwasanaeth Goleuo Bywyd yn ddigwyddiad i bawb ac mae'n cynnig cyfle i chi ddod ynghyd a dathlu a chofio bywyd rhywun sy'n annwyl i chi.

DIGWYDDIADAU CEFNOGWYR

Cyngerdd Elusennol Mawreddog

Dydd Gwener 5 Hydref | 7:30yh
Sefydliad y Glowyr, Llai
£6.00
Ffoniwch John ar 01691 679424

Stondin Cardiau Nadolig Llangollen

9 Hydref | 10yb - 1yp
Y tu allan i Neuadd y Dref Llangollen

Noson Gerddorol Elusennol er cof am Tom Scrivener

Dydd Sadwrn 13 Hydref | 7:30yh
Neuadd Bentref Llanfair DC
Tocynnau £6 neu £7 wrth y drws
Ffoniwch Rose ar 01824 705331

Stondin Cardiau Nadolig Llangollen

23 Hydref | 10yb - 1yp
Y tu allan i Neuadd y Dref Llangollen

Bore Coffi

Dydd Sadwrn 3 Tachwedd | 9:30yb – Hanner dydd
Canolfan Daniel Owen, yr Wyddgrug

Straeon yng nghwmni Siôn Corn a bore coffi

Dydd Sadwrn 24 Tachwedd | 9:30yb – Hanner dydd
Neuadd Bentref Owrtyn, Owrtyn
£5 (yn cynnwys anrheg fechan gan Siôn Corn)
Ffoniwch Ann ar 01691 624462

Lansio Groto Nadolig Bellis Brothers

Dydd Gwener 30 Tachwedd | 6yh
Siop Fferm a Chanolfan Arddio Bellis, Holt
Mynediad am ddim
Ffoniwch: 01829 270302

Ffair Nadolig dan ofal Grŵp Cymorth yr Wyddgrug

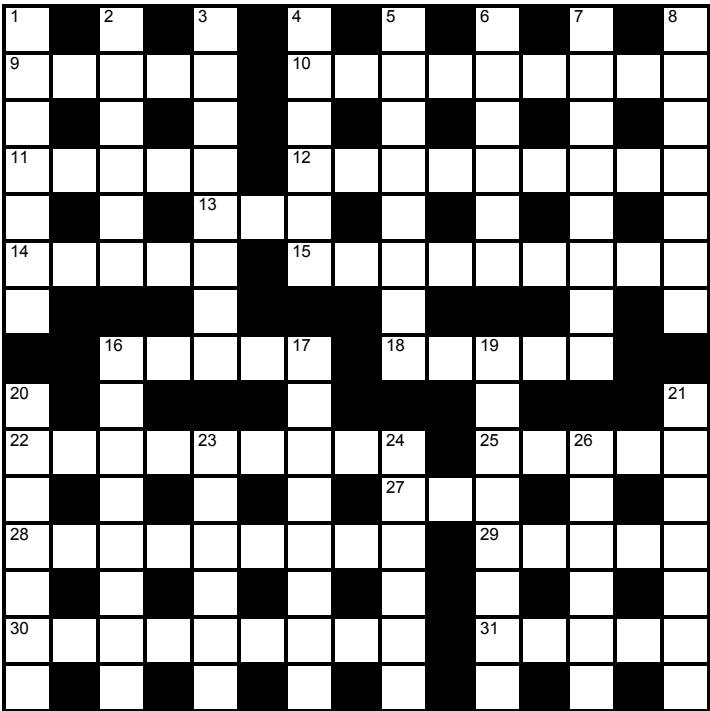
Dydd Sadwrn 8 Rhagfyr | 9:30yb i Hanner dydd
Neuadd Eglwys y Santes Fair, yr Wyddgrug

Cyngerdd Nadolig

Dydd Mawrth 11 Rhagfyr | 7:30yh
Capel Bethesda, yr Wyddgrug
Yng nghwmni Rhys Meirion, Aled Wyn Davies a Chôr Rhuthun
Tocynnau £12 ar gael yn Siop y Siswrn, yr Wyddgrug
01352 753200

Dewch i Ganu Carolau Nadolig

Dydd Gwener 21 Rhagfyr
Y Ganolfan Gymunedol, Coed-llai
£3 yn cynnwys mins-pei, te neu goffi
Ffoniwch Jenny ar 07858 776594



HER Y CROESAIR

Allwch chi wneud ein croesair ymhen llai nag awr?

Across

- 9 Corpulent (5)
- 10 Extreme surprise (9)
- 11 Souvenir (5)
- 12 Inherent (9)
- 13 Possess (3)
- 14 A sacred pole (5)
- 15 E.g. wine goblets (9)
- 16 Bush (5)
- 18 Double birdie (5)
- 22 Large mass of sliding snow (9)
- 25 Renounce (5)
- 27 Open mesh fabric (3)
- 28 Staff (9)
- 29 Mistaken (5)
- 30 Weaken insidiously (9)
- 31 Passageway (5)

Down

- 1 To pen in partnership (7)
- 2 Small bullet (6)
- 3 Recent arrival (8)
- 4 Saw (6)
- 5 Book end, perhaps (4,4)
- 6 Exceptional intellect (6)
- 7 Convince (8)
- 8 Adhesive label (7)
- 16 Frenzied rush (8)
- 17 Single-celled organisms (8)
- 19 Conceal with decorative paper (4,4)
- 20 Neither solid nor liquid (7)
- 21 Abrade (7)
- 23 Part of a group (6)
- 24 Followed (6)
- 26 Cardiff International Airport (6)

Caffi Cwtch

Cinio Nadolig

Ymunwch â ni wrth i ni ddathlu tymor bwyd,
diod a chyfeillgarwch yng Nghaffi Cwtch

2 gwrs: £13.25 3 chws: £15.95

I gael rhagor o wybodaeth, trowch at:
www.cafficwtchwrexham.com

Across: 9 Obese, 10 Amazement, 11 Relic, 12 Intrinsic, 13 Own, 14 Totem, 15 Glassware, 16 Shrub, 18 Stampede, 17 Bacteria, 19 Gift wrap, 20 Gaseous, 21 Roughen, 23 Aboard, 24 Ensued, 26 Rhinose. Down: 1 Cowrite, 2 Pellet, 3 Newcomer, 4 Saying, 5 Last page, 6 Genius, 7 Persuade, 8 Sticker, 9 Eagle, 22 Avalanche, 25 Forgo, 27 Net, 28 Employees, 29 Wrong, 30 Undermine, 31 Aisle.

"Mae'r siop newydd yn brosiect enfawr i'r hospis a bydd yn gwneud cyfraniad pwysig iawn at godi arian i gefnogi ein gwaith am flynyddoedd lawer. Rydym ni wrth ein bodd ac wedi'n rhyfeddu gan yr ymateb gwych o bob cwr o'n cymuned. Mae unigolion a busnesau wedi cyfrannu eu hamser, eu rhoddion a'u sgiliau yn hael iawn i ni."

- John Donnelly, Pennaeth Adwerthu



NWYDDAU UNIGRYW AR GAEL YN STRYT Y RHAGLYW YN UNIG

Beth am sicrhau fod eich cartref yn edrych yn fwy nodedig?

Mae llawer o nwyddau ar gael yn ein siop newydd, felly rydym ni wedi penderfynu cynnig cipolwg i chi ar rai o'r eitemau mwy unigryw sydd ar werth.

Mae'n bwysig ein bod ni'n cynnig rhywbeth gwahanol i'n cwsmeriaid, rhywbeth sydd ddim wedi'i fasgynhyrchu, rhywbeth a wnaiff eich perswadio i ddychwelyd.

Mae cymaint o nwyddau newydd ac ail-law ar werth, ac rydym yn credu fod gennym ni rywbeth i bawb.

"Rydym ni'n dymuno sicrhau fod ein cwsmeriaid yn gallu dewis o blith amrywiaeth o nwyddau unigryw, sy'n golygu ein bod ni'n wastad yn chwilio am nwyddau cyffrous newydd. Rwy'n hyderus y gwnaiff ein cwsmeriaid werthfawrogi'r dewis, y safon a'r gwerth am arian a gynigir gan ein holl nwyddau."

- Sam Evans, Rheolwr y Siop



EIN TÎM NEWYDD O WIRFODDOLWYR

Mae byddin o wirfoddolwyr wedi dod ymlaen i helpu i agor ein prif siop newydd yng nghanol tref Wrecsam.

Ym mis Chwefror, fe wnaethom ni lansio ein hymgyrch i recriwtio gwirfoddolwyr ar gyfer ein siop newydd yn Stryt y Rhaglyw. Y nod yw denu cymaint o wirfoddolwyr newydd ag y bo modd i gydweithio â'n tîm adwerthu presennol.

Rydym ni wedi cael ein calonogi gan barodrwydd ein cymuned i gyfranogi, ac rydym ni wedi cael llawer o geisiadau gan bobl leol sy'n awyddus i'n helpu ni i redeg y siop newydd.

"Bydd arnom ni angen gwirfoddolwyr yn rheolaidd ac rydym ni'n annog unrhyw un sydd ag unrhyw amser sbâr i ystyried ymuno â'n #Volunteam. Rydym ni'n awyddus iawn i glywed gan unrhyw un sydd â diddordeb mewn gwirfoddoli yn ein caffi." - Jo Kearns, Rheolwr Gwirfoddoli

Rydym ni'n ffodus iawn fod ein hospis wedi'i lleoli mewn ardal ble mae pobl yn gwerthfawrogi ein gwaith ac maent yn dymuno sicrhau fod ein menter yn Stryt y Rhaglyw yn llwyddiant.

Dylai unrhyw un sydd â diddordeb mewn gwirfoddoli yn y siop yn Stryt y Rhaglyw neu yn unrhyw un o siopau eraill yr hospis gysylltu â Jo Kearns ar 01978 316800.

HANES 2 DDIWRNOD... Y GWYCH... Y GLAW... CARNIFAL BALWNAU CROESOSWALLT

Roedd 'Carnifal Balwnau Croesoswallt 2018' yn ddigwyddiad i godi arian i'n hospis, a chynhaliwyd a chefnogwyd y digwyddiad gan Gyngor Tref Croesoswallt, a chafwyd cymorth â'r balwnau gan Linstrad Technologies a Cloud 9 Balloons.

Ar 25 Awst, roedd yr haul yn tywynnu a'r adar yn canu, ac roedd yn ddigwyddiad gwirioneddol hudolus i drigolion Croesoswallt.

Cynhaliwyd Carnifal Balwnau Croesoswallt ym Mharc Cae Glas yng nghanol y dref, ac roedd y digwyddiad yn cynnwys Marchnad Bwyd Cyfandirol a gweithgareddau i'r teulu yn amrywio o geffylau bach hen ffasiwn y ffair bleser i baentio wynebâu a llawer rhagor!

Cafwyd amrywiaeth o falwnau mawr yn y digwyddiad yn cynnwys siapiau a chynlluniau diddorol, yn cynnwys balwnau gwyg megis 'Steve y Pengwin Tal' a 'Wes y Blaidd'.

Lansiwyd y balwnau bendigedig am 6yb a 6yh o Barc Cae Glas ar ddiwrnod hyfryd, sef y dydd Sadwrn. Cafodd ein cefnogwyr gyfle i weld rhagor o weithgarwch y balwnau pan ddychwelodd 'Nightglow' ar y nos Sadwrn am 9yh.

Roedd amrywiaeth o gerddoriaeth ac adloniant byw ar gael yn y digwyddiad hefyd.

"Fe wnaethom ni godi dros £5,000 tuag at gostau gofal cleifion yn ein hospis, ac rydym ni'n falch o fod wedi cael cyfranogi yn y Carnifal Balwnau eleni ym Mharc Cae Glas. Roedd y parc, sydd yng nghanol y dref, yn lleoliad gwyg i weld y balwnau yn codi i'r awyr, ac roedd yn gefndir bendigedig i ddigwyddiad ysblennydd Nightglow ar y nos Sadwrn. Ar waethaf y glaw trwm trwy gydol y dydd Sul, mae'r adborth gan y bobl a ddaeth i'r digwyddiad wedi bod yn gadarnhaol iawn, a hoffwn ddiolch i bawb a gefnogodd y digwyddiad."

"Mae digwyddiadau codi arian yn un o'n dulliau mwyaf arwyddocaol i godi arian hanfodol i'n hospis. Byddant yn codi miloedd o bunnoedd bob blwyddyn, a byddant hefyd yn ein helpu i wella ymwybyddiaeth o'r gwaith rydym yn ei wneud yn Hospis Tŷ'r Eos ac yn y cymunedau lleol rydym ni'n gofalu amdanynt."
- Amanda Kinsey, Cynorthwydd Codi Arian

**Gwylwch am ragor o wybodaeth yn fuan am
Garnifal Balwnau Croesoswallt 2019 a gynhelir ar
y cyd gan Gyngor Tref Croesoswallt, Linstrad
Technologies a Hospis Tŷ'r Eos.**



SUT FYDDECH CHI'N GWARIO

£2,500?



**GWNEWCH I'R NADOLIG DDOD YN GYNNAR ELEN!
YMUNWCH Â'N LOTERI AM £1 YR WYTHNOS YN UNIG!
NIGHTINGALEHOUSE.CO.UK/LOTTERY 01978 313134**

EIN CYMUNED HAEL

Ers blynyddoedd lawer, mae ein cyhoeddiadau lleol, yn cynnwys rhai printiedig ac ar-lein, yn ein helpu i gyfathrebu â chi a'ch hysbysu am ein digwyddiadau codi arian a'n newyddion diweddaraf. Mae The Leader, Daily Post, Wrexham.com, Oswestry Advertiser ac eraill wedi cynorthwyo ein hospis trwy gyhoeddi llawer o erthyglau ynghylch codi arian a digwyddiadau a wnaiff ein helpu ni i godi'r £3,059,495 sydd ei angen i redeg Tŷ'r Eos eleni.

Fe wnaeth Sizzix Lifestyle yn Wrecsam dreulio amser yn hyfforddi ein gweithiwr cymdeithasol, Lesley, i ddefnyddio'r nwyddau crefftau gwyh maent wedi bod yn ddigon caredig i'w cyfrannu fel gall ein cleifion greu eu campweithiau unigryw eu hunain.

Mae staff DTCC wedi codi arian i ni trwy sawl dull, yn cynnwys cefnogi ein Taith Gerdded yn Tsieina, ein Ras Lliwiau a chynnal cystadleuaeth tennis bwrdd. Maent hefyd wedi cyfrannu eu hamser trwy wirfoddoli. Rhagwelir y byddant yn codi dros £9,000 i'n hospis eleni. Dyna ymdrech wych.

Hoffem ni fanteisio ar y cyfle hwn i ddiolch i bawb am eu cefnogaeth eleni. Dyna gipolwg ar ein cymuned hael.

DIOLCH YN FAWR IAWN!



Fe wnaeth y teulu Davies gyfranogi yn y Daith Gerdded Treftadaeth eleni a chodi £1,800



Bydd Bargain Booze yn yr Wyddgrug yn llenwi eu blychau casglu mor gyflym!



Frances Reeve o Marford yn dod â'i chiwb casglu arian i'r hospis yn garedig iawn



Grŵp Crefftau Gresffordd yn codi £1,400



Fe wnaeth Willow o'r Wyddgrug helpu ei Nain Sue i godi £1,700



Fe wnaeth Clwb Dawns Sefydliad Penarlâg godi £1,000



Fe wnaeth diffoddwyr tân o'r Wyddgrug gyfrannu £750 hael iawn



Fe wnaeth Sizzix Lifestyle ddringo'r Wyddfa a chodi £4,936.72



Mae'r brodyr Brodie a Theo yn cefnogi ein hospis

HWYL FAWR A BOB LWC SIAN!

Mae Sian yn un o wynebau cyfarwydd ein cylchlythyr; fe wnaethom ni ysgrifennu erthygl am ei theulu yn rhifyn y gaeaf yn dangos sut maent oll yn cynorthwyo ein hospis. Maent yn nodweddiadol o'r ewyllys da a'r caredigrwydd rydym ni'n ffodus o'u derbyn gan ein cefnogwyr. Mae Sian, ei chwaer Sophie a'u mam Nicki oll wedi gwirfoddoli yn ein hospis, ac rydym ni mor ddiolchgar am eu cyfraniad enfawr. Heb gymorth a chefnogaeth ein cymuned, ni allem ni ddarparu ein cymorth arbenigol am ddim i bobl sy'n byw gyda salwch sy'n cyfyngu ar hyd eu bywyd.

Ers 2016, mae Sian wedi gweithio mewn sawl maes yn ein hospis ac wedi helpu i lywio ein gwaith, yn enwedig yn yr adrannau cyllid a'r loteri. Felly pan ddywedodd Sian ei bod hi'n gadael i weithio i gwmni cydwladol mawr, roeddem ni'n drist ei bod hi'n gadael ond yn falch y byddai hi'n cael cyfle i gyflawni ei photensial.

"Pan gychwynnodd Sian weithio gyda ni, ei gorchwyl gyntaf oedd cofnodi cyfraniadau yn ein cronfa ddata, ac fe wnaeth hi waith gwych. Wrth iddi hi ddod i'n hadnabod ni a dod yn fwy cyfarwydd â'r gwaith a sut mae ein prosesau'n gweithio, fe wnaeth hi ysgwyddo rhagor o gyfrifoldeb a bwrw ymlaen â'r gwaith. Fe wnawn ni weld eisiau egni a brwdfrydedd Sian a'i



pharodrwydd i ddysgu a'i hagwedd at ei gwaith. Bydd hi bob amser yn fodlon helpu eraill heb feddwl ddwywaith; nid oes dim yn ormod o drafferth iddi hi.

"Oddi wrth bawb yn yr hospis, diolch am eich cymorth Sian!"

- Tracey Price, Rheolwr y Loteri

Hoffai pawb yn ein hospis ddymuno bob llwyddiant i Sian yn ei swydd newydd.

CYDWEITHIO Â'R CO-OP

Mae Co-op Food Stores yn gefnogwr gwych i'n gweithgareddau codi arian ac rydym ni bellach wedi sefydlu perthynas ranbarthol ag 17 o'u siopau. Ar ôl cynnal ein cyfarfod cyntaf gyda Shan Rogers, prif gyswllt yr elusen yn y Co-op a rheolwr siop Cross Lanes yn Wrecsam, roedd yn amlwg fod llawer o staff y Co-op yn ein cefnogi ni ar ôl iddynt bleidleisio i gefnogi eu hospis lleol. Cafodd ein swyddog codi arian Luke McDonald wahoddiad i'r cyfarfod rhanbarthol dan arweiniad y rheolwr rhanbarthol, Mike Gallagher, ac roedd yn cynnwys rheolwyr siopau o bob cwr o'r rhanbarth. Ers y cyfarfod hwn, mae staff ym mhob siop wedi mynd ati o ddifrif i godi arian i'n hospis, ac yn sgil hynny, maent wedi cyfranogi mewn amrywiaeth o weithgareddau.

Mae ein blychau casglu bellach wrth y tiliau ym mhob un o'r siopau, ac fe wnaeth 40 o reolwyr ac aelodau staff y siopau gyfranogi yn ein Taith Gerdded am Hanner Nos eleni, ac fe wnaeth un wraig arbennig iawn, sef Lynne Roberts o Goedpoeth, godi dros £1,151 trwy wisgo bathodyn â'r geiriau 'sponsor me at the till' arno. Mae hynny'n wych. Mae'r siopau hefyd wedi mynd ati i hyrwyddo a thrafod ein digwyddiadau gyda

chwsmeriaid a rhoi taflenni i'r gymuned fel y gallant gael cyfle i gyfranogi. Mae hyrwyddwyr ein loteri hefyd wedi gallu hyrwyddo ein loteri yn y siopau, gan gynyddu'r nifer sy'n cyfranogi a chynorthwyo i gynyddu nifer aelodau'r loteri i bron iawn 17,000.

Rydym ni'n neilltuo o ddiolchgar i dair siop - Borrás, Marford a Rossett – am gyfranogi yn ein hymgyrch 'Donate Don't Dump'. Bwriad yr ymgyrch yw annog pobl i gyfrannu nwyddau diangen, yn cynnwys dillad a nwyddau trydanol, fel gall ein siopau eu gwerthu i bobl eraill i'n cynorthwyo i gyflawni ein targed o godi £3 miliwn y flwyddyn.

"Rydym ni'n ddiolchgar i'r Co-op am eu parodrwydd i gydweithio fel partner gwych i'r elusen, ac rydym ni'n edrych ymlaen at gydweithio â hwy yn y dyfodol. Mae'n amlwg y bydd yr amrywiaeth o weithgareddau codi arian y mae staff y Co-op wedi cyfranogi ynddynt yn llesol iawn i'r hospis, a bydd yn arwain at effaith barhaol ar y gefnogaeth a gawn ni gan bobl yn y gymuned."

- Luke McDonald, Cynorthwydd Codi Arian

GOLEUO BYWYD

Bob blwyddyn yn Hopsis Tŷ'r Goleuo Bywyd, byddwn ni'n cofio ac yn dathlu bywydau ein hanwyliaid â chefnogaeth eraill. Mae ein gwasanaeth Goleuo Bywyd ar gyfer pawb, nid ein cleifion a'n teuluoedd yn unig. Mae'n cynnig cyfle i chi ddod ynghyd a dathlu a chofio bywyd rhywun sy'n annwyl i chi.

Rydym ni'n gwahodd pawb i ymuno â ni ar yr adeg hon trwy gyfranogi yn nigwyddiad Goleuo Bywyd a chysegru golau i anwyliaid. Mae croeso i bawb, beth bynnag fo'ch cred neu'ch ffydd, oherwydd bydd marwolaeth yn effeithio ar bawb ohonom no. Rydym yn gwahodd pawb ohonoch chi i ddod i gofio anwyliaid neu anrhydeddu ffrind, perthynas neu gydweithiwr yn un o'n Gwasanaethau Goleuo Bywyd arbennig.

Gallwch chi gofio unrhyw un sy'n annwyl i chi, rhywun a oleuodd eich bywyd neu oedd yn ysbrydoliaeth i chi, pa un a oedd ganddo ef neu ganddi hi gysylltiad â hospis Tŷ'r Eos neu beidio.

Yn ystod y gwasanaeth, caiff goleuadau'r goeden eu goleuo. Bydd yr holl oleuadau yn rhoddion sy'n symbolau o fywydau'r bobl rydym ni'n eu cofio.

Cyn y gwasanaeth, ymunwch â ni i gael gwydraid o win cynnes. Wedi'r gwasanaeth, gallwch chi ymuno â ni yng Nghaffi Cwtch ble caiff y Llyfrau Anrhydeddu eu harddangos a bydd diodydd poeth ar gael. Bydd y llyfrau ar gael i'w gweld yn yr hospis yn ystod y flwyddyn sy'n dilyn.

Mae nifer o gymunedau ledled Gogledd Ddwyrain Cymru yn cynnal gwasanaethau Goleuo Bywyd i'r sawl sy'n byw oddi allan i Wrecsam neu sydd ddim yn gallu mynychu'r gwasanaeth yn yr hospis. Nid yw'r gwasanaethau hyn yn union yr un fath â'r gwasanaeth



yn yr hospis, ond maent yn cynnig cyfle i gofio a dathlu bywydau ein hanwyliaid.

Yn y gwasanaeth yn Wrecsam, bydd côr Nightingales, sef côr yr hospis, sy'n cynnwys staff a gwirfoddolwyr, yn canu detholiad o ganeuon calonogol ac mae'r noson yn argoeli i fod yn brofiad gwefreiddiol a hudolus.

Diolch i Richard Roberts o One Planet Adventures, David Crozier o UPM Tilhill a Joe Bickerton o Gyngor Bwrdeistref Sirol Wrecsam am gyfrannu a danfon y goeden eleni.

Diolch i'ch cefnogaeth chi, gallwn ni barhau i ofalu am oedolion sydd â salwch sy'n cyfyngu ar hyd eu bywyd a darparu gwasanaethau gofal lliniarol arbenigol yn rhad ac am ddim.

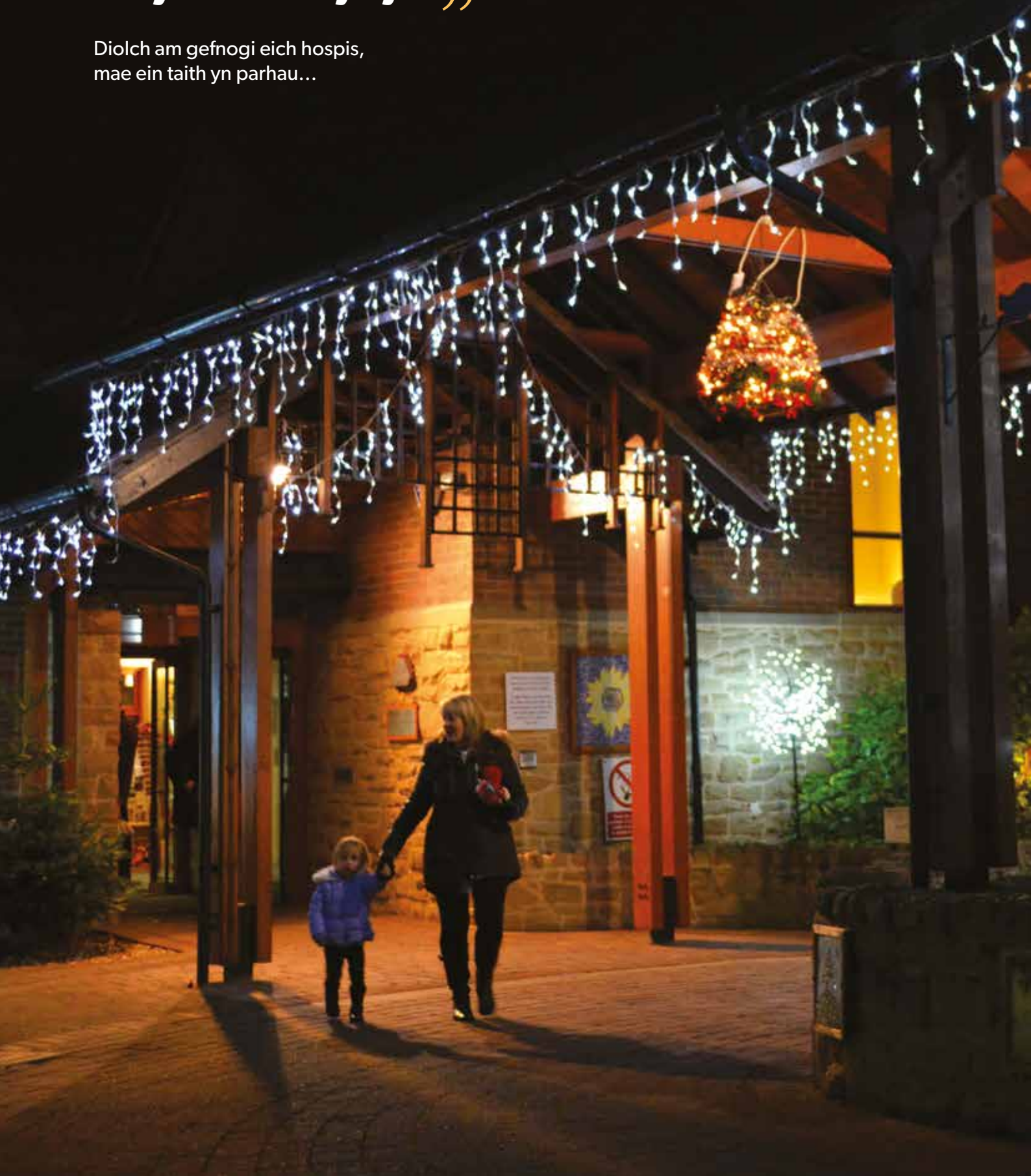
I gael rhagor o fanylion, e-bostiwch Delyth Underwood:
delyth.underwood@nightingalehouse.co.uk

GWASANAETHAU GOLEUO BYWYD

GWASANAETH	DYDDIAD	LLEOLIAD	AMSER
CORWEN	28 HYDREF	EGLWYS SANT MIHANGEL A SANT SULIEN	3:30YP
Y BALA	2 RHAGFYR	EGLWYS CRIST	7YH
CEI CONNAH	2 RHAGFYR	EGLWYS SANT ANDREW	5YH
HANMER	6 RHAGFYR	EGLWYS SANT CHAD	6:30YH
LLANGOLLEN	7 RHAGFYR	EGLWYS SANT COLLEN	6:30YH
WRECSAM	9 RHAGFYR	HOSPIS Tŷ'R EOS	4YP

**“ Ceir camsyniad mai lle i
fynd iddo i farw yw hospis.
Rydym ni’n gwybod fod
cymuned Tŷ’r Eos yn llawer
iawn mwy na hynny, mae’n
lle sy’n dathlu bywyd. ”**

Diolch am gefnogi eich hospis,
mae ein taith yn parhau...





DYDD SADWRN 1 RHAGFYR 2018, 7:30^{YH}

Cyngerdd Nadolig

— YNG NGHWMNI —

ALED WYN DAVIES (TRI TENOR CYMRU)

CÔR MEIBION Y RHOS

BAND BYDDIN YR IACHAWDWRIAETH WRECSAM

EGLWYS PLWYF SANT SILYN, WRECSAM

£15 (PRIS YN CYNNWYS LLUNIAETH)



Nightingale House Hospice
Hospis Tŷr Eos

01978 314292

NIGHTINGALEHOUSE.CO.UK

Nightingale House Hospice. Registered Charity Number: 1035600 (Registered in England and Wales)