# HOSPIS TŶ'R EOS

CYLCHLYTHYR GWANWYN 2021

# DI♥LCH

# DIOLCH

Croeso i'n Cylchlythyr y Gwanwyn.

Aeth 12 mis heibio er pan gyflwynwyd cyfyngiadau'r cyfnod clo a chadw ar wahân ledled y DU ac yn anffodus, rydyn ni'n parhau yng ngafael y pandemig. Er inni gael ein calonogi gan y rhaglen frechu sy'n cael ei chynnig mae cryn amheuaeth ynglŷn â pha bryd y byddwn yn medru ailafael yn y gweithgareddau fel y buont cyn cofid a byw bywyd normal o ddydd i ddydd.

Ar ddechrau'r pandemig, daeth yn amlwg yn fuan iawn y byddai'n creu hafog llwyr ar yr incwm a gynhyrchid gan ein gweithgareddau arferol. Ein blaenoriaeth, o reidrwydd fel hosbis, oedd dod trwyddi'n ariannol i sicrhau bod gwasanaethau'r cleifion yn parhau. Blwyddyn yn ddiweddarach trwy drwch blewyn rydyn ni'n llwyddo i gadw ein pennau uwchben y dŵr yn ariannol ac fel canlyniad rydyn ni wedi llwyddo i gynnal gwasanaethau ar gyfer y cleifion gydol y cyfnod hwn. Ni fyddai hynny wedi bod yn bosibl heb gefnogaeth anhygoel llu o bobl.

Dymunwn ddiolch i bawb a ddaliodd ymlaen i godi arian i'r hosbis dros gyfnod a fu, ac sy'n parhau i fod, yn un mor anodd. Bu ymateb ein cymuned i'r heriau sy'n wynebu'r hosbis yn anhygoel ac rydyn ni mor ddiolchgar am y gefnogaeth hon sydd wedi helpu sicrhau y bydd ein gwasanaethau i gleifion yn medru cael eu cynnal.

Hoffem ddiolch i'r rhai hynny a ddarparodd nawdd argyfwng ychwanegol i'r hosbis i'n digolledu am y gostyngiad a fu mewn incwm oherwydd effeithiau Cofid -19. Yn ystod y flwyddyn ddiwethaf fel canlyniad i reolau'r cyfnod clo a'r cadw ar wahân, mae lefel yr incwm y bydden y disgwyl ei gynhyrchu wedi disgyn dros fwy na £1.5.miliwn. Fe'n digolledwyd am y diffyg nawdd hwn pan dderbyniwyd arian ychwanegol gan Lywodraeth Cymru, Y Cynllun Cadw Swyddi a'r Cymorth Cyfraddau Busnes a ddarparwyd gan Gynghorau Wrecsam, Fflint a Swydd Amwythig. Rydyn ni'n dra diolchgar am y gefnogaeth hon.

Dymunwn ddiolch i bawb a gododd ysbryd ein staff gydol yr argyfwng hwn drwy eich gweithredoedd caredig cyson. Yr wythnos hon, cafodd y tîm hwb rhyfeddol pan alwodd yr heddlu heibio i glapio y tu allan i'r hosbis; gwerthfawrogwyd ewyllys da'r cefnogwyr cyson yn trefnu bod fan hufen iâ'n dod heibio i gynnig hufen iâ yn rhad ac am ddim i bawb yn yr hosbis, a hefyd haelioni anhygoel aelodau'r gymuned yn dod â'u rhoddion o offer diogelwch personol, yn ogystal ag anrhegion o fwyd a diod. Rydyn ni'n ddiolchgar i ch i gyd.

Hoffem ddiolch i'n cleifion a'u hanwyliaid am dderbyn mor amyneddgar a dirwgnach y cyfyngiadau ymweld y bu'n rhaid eu cyflwyno i geisio sicrhau diogelwch ein cleifion, ein hymwelwyr, ein staff a'n gwirfoddolwyr yn yr hosbis. Er bod hwn yn fesur angenrheidiol roedd yn peri gofid calon i bawb. Edrychwn ymlaen at ailsefydlu trefniadau ymweld hollol hyblyg mor fuan ag y bydd hi'n ddiogel i wneud hynny.

Hoffem gydnabod a diolch i'n staff a'n gwirfoddolwyr am eu gwaith eithriadol gydol y flwyddyn a aeth heibio, yn ymateb i bob her dan amgylchiadau hynod o anodd. Mae pob rhan o'r hosbis wedi cyd-dynnu fel un tîm , gan sicrhau ein bod wedi medru noddi a chynnig gwasanaethau i'r cleifion yn ystod yr argyfwng.

Fel hosbis elusennol annibynnol, rydyn ni'n ymwybodol y byddwn yn debygol o wynebu cyfnodau anodd ac ansicr dros weddill y flwyddyn. Mae cefnogaeth y nawdd argyfwng ychwanegol rydyn ni wedi'i dderbyn yn cael ei leihau yn raddol erbyn hyn ac yn lle'r nawdd hwn bydd gofyn i ni adfer ein ffynonellau incwm ein hunain, Rydyn ni'n gobeithio y cawn ailagor ein siopau elusen ar 12 Ebrill, ailagor Caffi Cwtsh a chaffi Stryt y Rhaglaw yn fuan iawn a chynllunio rhai gweithgareddau cymunedol yn ail hanner y flwyddyn. Er bod ansicrwydd ynglŷn â hyn i gyd a'n bod yn wynebu anferth o her, rydyn ni'n hyderus y bydd yn her y gallwn ymateb iddi gyda chefnogaeth gyson ein cymuned.

Daliwch ymlaen i gefnogi ein hosbis ym mha bynnag ffordd y medrwch yn ystod yr amseroedd heriol hyn, os gwelwch yn dda. Mae gwir angen eich cefnogaeth arnon ni. Am bopeth rydych yn ei wneud ar ran eich hosbis annwyl, derbyniwch ein diolch.

Steve Parry, Prif Swyddog Gweithredol

Eluned Griffiths , Cadeirydd Bwrdd yr Ymddiriedolwyr

# MAE'R GWASANAETH YMGYNGHORIADAU UNIONGYRCHOL YMA I AROS

Oeddech chi'n gwybod bod yr hosbis yn gweithredu gwasanaeth caniad ac ymgynghoriad ? Does dim rhaid i chi na'ch anwyliaid weld eich  Meddyg Teulu na'ch Nyrs Ardal gyntaf, am fod yr hosbis yn medru gwneud hyn drosoch.

Bu staff clinigol Tŷ'r Eos yn rhoi prawf ar y Gwasanaeth Ymgynghoriadau Uniongyrchol yn ystod y cyfnod clo cyntaf fel ffordd o ysgafnhau'r pwysau ar ein cydweithwyr mewn gofal sylfaenol fel Meddygon Teulu a Nyrsys Cymunedol. Daeth yn amlwg yn fuan iawn fod y gwasanaeth yn rhaff achub i gleifion a'r rhai sy'n gofalu am eu hanwyliaid.

Unwaith y byddwch wedi rhoi caniad i Dŷ'r Eos, bydd y tîm yn ceisio cysylltu â'ch prif ddarparwr gofal i gadarnhau'r cais. Yna byddwn yn cael y wybodaeth glinigol, berthnasol fel y gall trefniadau ar gyfer eich mynediad fel claf-mewnol neu glaf-dyddiol fynd rhagddynt.

Cath Evans yw Hyrwyddwr Derbyn a Gollwng Hospis Tŷ'r Eos ac meddai: *"Does dim rhaid i gleifion a'u teuluoedd gael eu cyfeirio gan feddyg cyn rhoi caniad i ni am ein bod ni'n medru trefnu'r gwaith papur gyda'r nyrsys ardal a'r Feddygaeth Teulu ar ôl yr alwad ffôn. Rydyn ni'n gweld bod hyn yn lleihau'r pwysau ar y cleifion a'u teuluoedd sydd dan straen enbyd beth bynnag."*

Defnyddiwyd y gwasanaeth ymgynghoriadau uniongyrchol gan aelod o deulu a gwnaeth hyn fywyd yn llawer haws i bawb oedd yn gysylltiedig â'r claf. Meddai' *"Gwyddwn am Hospis Tŷ'r Eos a'r gwasanaethau roedden nhw'n eu cynnig ond doeddwn i ddim yn siŵr a gâi fy modryb ddefnyddio gwasanaethau'r hosbis. Gyda 'mod i wedi ffonio, rhoddodd y tîm y gwaith o asesu ei gofynion ar y gweill, gan drefnu apwyntment Attend Anywhere (Cyfarfod Unrhyw Fan) y pnawn hwnnw i greu cyswllt rhyngddi hi a'i Honcolegydd. Bellach mae'n gallu cael y gwasanaethau angenrheidiol a gall godi'r ffôn am gyngor fel y bo'r angen."*

Os oes arnoch chi neu un o'ch anwyliaid anghenion gofal lliniarol a'ch bod yn credu y gallent elwa ar hyn, gall ein tîm arbenigol helpu hyrwyddo eich anghenion drwy gynnig cyngor priodol, arweiniad a mynediad i'ch anghenion drwy'r gwasanaeth triage dros y ffôn. Gallai hyn arwain atoch yn cael eich cyfarwyddo neu eich cyfeirio at wasanaethau eraill neu gael eich derbyn fel claf mewnol.

# CODWCH FALŴN

## TAITH DDIDERFYN!

Mae'r prosiect unigryw i adeilau balŵn aer poeth yn mynd o nerth i nerth, gan geisio codi calonnau'r gymuned y mae'n ei wasanaethu.

Mae'r fenter gyffrous hon yn golygu bod yr hosbis yn creu ei balŵn aer poeth ei hunan i nodi 25 mlynedd o ofalu am y gymuned leol.

Ac mae cyfle o hyd i chi fod yn rhan allweddol o adeiladu'r balŵn trwy noddi panel. Cewch ddewis y ddelwedd, y darlun neu'r neges o'r galon y mynnoch i'w osod ar gefndir brand cyfarwydd gwryddlas a gwyn yr hosbis.

Mae enwau'r enwogion sydd eisoes yn cefnogi'r ymgyrch yn cynnwys y cyn-bencampwr snwcer Dennis Taylor, y canwr Rhys Meirion, cyn- chwaraewr rygbi rhyngwladol tîm Cymru, Rupert Moon a'r seren ffitrwydd Mr Motivator.

Trwy noddi panel ar y balŵn, bydd cefnogwyr yr hosbis yn rhan o rywbeth unigryw ac arbennig a fydd yn codi arian hanfodol i ofalu am y rhai hynny â chanser cronig ac anhwylderau eraill sy'n cyfyngu ar oes. Bydd noddwyr unigol yn derbyn tystysgrif ddilysrwydd a bathodyn pin coffa.

Bydd y balŵn gorffenedig yn hedfan, gobeithio, erbyn haf 2021.

Meddai Sarah Povey, Codwr Arian Tŷ'r Eos:
*"Oherwydd y pandemig mae'r hosbis wedi wynebu sawl her o safbwynt y gweithgareddau codi arian. Rydyn ni wedi colli swm sylweddol o arian am nad oedden ni'n medru defnyddio ein gweithgareddau codi arian arferol. Bu'n rhaid i'n syniadau ynglŷn â chodi arian fod yn fwy dyfeisgar a chreadigol nag erioed"*

Mae ein noddwyr corfforaethol hyd yn hyn yn cynnwys Riello UPS Ltd, Ifor Williams Trailers Ltd, TACP Architects Ltd, Vanguard Medical Cleaning, Read Construction, DTM Legal LLP, Caffi Wylfa a SP Energy Networks; ond cadwch lygad ar ein safleoedd cyfryngau cymdeithasol am enwau newydd a fydd efallai'n ymuno â'r ymgyrch yn ystod yr wythnosau nesaf.

## DIOLCH I CHI EIN NODDWYR

**nightingalehouse.co.uk/build-a-balloon**

NODDI PANEL

BATHODYNNAU PIN CYFYNGEDIG

TYSTYSGRIF PENBLWYDD ARBENNIG I DDATHLU 25 MLYNEDD

Y CYFAN AM DDIM OND

**£25!**

## RHOWCH WYBOD MWY...

### PA FATH O NEGES GAF I EI SGWENNU?

O fewn y panel gellwch arddangos delwedd, darluniad, neu neges a allai fod yn neges o obaith,o gariad neu'n neges yn dathlu.

### FAINT FYDD COST Y PANEL A BETH GAF I?

Yn ogystal â chynnwys eich neges neu ddelwedd ar y balŵn byddwch yn derbyn Tystysgrif arbennig Dathliad Pen-blwydd yn 25 mlynedd a bathodyn pin balŵn coffa, y cyfan am £25!

### BLE ALLA I WELD Y BALŴN?

Estynnir gwahoddiad i bawb a noddodd banel i weld dadorchuddiad arbennig y balŵn ac fe'u hysbysir am arddangosfeydd yn y dyfodol.

### SUT GALL FY MUSNES GYMRYD RHAN?

Mae gennym ffyrdd eraill i alluogi busnesau i gymryd rhan yn yr ymgyrch, am fwy o wybodaeth e-bostiwch balloons@nightingalehouse.co.uk

**Bydd yr holl elw a gynhyrchir trwy noddi panel yn mynd tuag at ofalu am gleifion a chefnogi teuluoedd yn Hospis Tŷ'r Eos.**

# DYSGU ARWR PÊL-DROED CYMRU I GERDDED UNWAITH ETO

Mae adfer  y gallu i symud eto yn  nod  allweddol  gan ein staff clinigol.  Un dyn a oedd bob amser a'i nod  ar gadw gôl oedd cyn gôl-geidwad Cymru, Everton, a Wrecsam.

Dysgodd Dai o Langollen gerdded unwaith eto diolch i'n tîm ffisio a'i benderfyniad cadarn yntau ar ôl treulio 10 wythnos  yn  ysbytai Royal Liverpool a Wrecsam Maelor. Roedd cael ei drosglwyddo i Dŷ'r Eos yn golygu y byddai Dai a'i briod Judy a'u tri phlentyn, Gareth, Rhian a Bethan yn medru dod at ei gilydd unwaith  eto tra oedd yn derbyn gofal lliniarol ac adferiad  yn dilyn ei benderfyniad i beidio â chael triniaeth cemotherapi ar ôl darganfod ei fod yn dioddef o ganser y pancreas.

Meddai: *"Pan ddes i i Dŷ'r Eos llwyddodd y tîm ffisio rhagorol i 'nghael i ar fy nhraed mewn dim o dro. Dydy'r gampfa ddim yn lle diarth i mi ond roedd eu  gallu nhw i gadw llygad arna i'n anhygoel."*

Meddai Judy: *"Weithiau  mae pobl, pan glywan nhw'r gair 'hosbis',  yn cymryd yn ganiataol mai dim ond lle i gefnogi'r rhai sy'n wynebu diwedd eu hoes ydyw, ond mae'r hosbis yn llawer mwy na hynny.*

*'Mae'r staff i gyd yn angylion a doedd dim diwedd i'w gofal a'u caredigrwydd.  Pan gyrhaeddodd Dai roedd rhywun hyd yn oed wedi gosod ffiolaid fach o bys pêr ffres o ardd hyfryd yr hosbis ar y bwrdd wrth ochr ei wely a  gall cyffyrddiadau bach  meddylgar fel hyn wneud cymaint o wahaniaeth i les cyflawn unrhyw un."*

Meddai Dai, *"Bu'r profiad cyfan yn anhygoel"* ac ychwanegodd: *"Mae cymaint o gydweithio'n digwydd yma – mae fel petai pawb sydd yma wedi cael eu geni i'r gwaith;  mae'n alwedigaeth iddyn nhw. Mae Tŷ'r Eos ymhell y tu hwnt i'r hyn ddisgwyliem ac mae'r bwyd, y cyfleusterau a'r gerddi'n eithriadol.*

*'Hoffwn ddweud wrth bwy bynnag fydd yn darllen am fy mhrofiad yn yr hosbis, os byddwch yn cael cysur yn hyn, yna, da chi,. estynnwch help llaw i  dîm Tŷ'r Eos.  Mae yma gariad pur diamod sy'n chwalu unrhyw ofnau sydd gennych."*

Hunodd Dai Davies yn dawel gartref yn Llangollen fis Chwefror 2021.  Estynnwn ein cydymdeimlad dwysaf i'w ffrindiau a'r deulu.

**Cychwynnodd taith Dai yn yr hosbis yn ôl yn  Awst 2020. Roedd y gwasanaethau y manteisiodd Dai arnynt yn golygu gwell ansawdd bywyd iddo.**

**Oeddech chi'n gwybod y gellwch chi neu un o'ch anwyliaid sy'n gofalu amdanoch gysylltu'n uniongyrchol â ni ar y  ffôn i drefnu ymgynghoriad ag un o'n gwasanaethau? I siarad ag aelod o'n tîm clinigol ffoniwch  01978 316800.**

# CLEIFION YN ELWA O GAEL YR OFFER AILSEFYDLU DIWEDDARAF

**Jeanne yn cael budd o'r cyfleusterau a'r offer newydd.**

Byddai'r pecyn diweddaraf sy'n trawsnewid y ffordd rydyn ni bellach yn ailsefydlu cleifion yn cymryd ei le yn dda mewn ffilm Wallace And Grommit.

Diolch i'r arian a gyflwynwyd gan Toyota Foundation a chyfraniadau gan gefnogwyr unigol, bu'n bosibl prynu system craen nenfwd a'i osod yng nghampfa a chanolfan ailsefydlu newydd sbon danlli'r hosbis.

Darganfuwyd bod Jeanne Williams yn dioddef o ganser y pancreas bum mlynedd yn ôl. Ar ôl 12 sesiwn o gemotherapi a gweld cyflwr ei hiechyd yn gwella a derbyn triniaeth gan dim o Nyrsys Ardal, sylweddolodd y fam i un plentyn o Bentre Brychdyn, ger Wrescam fod ei hiechyd yn dirywio unwaith eto.

Yn dilyn asesiadau clinigwyr Ysbyty Maelor a Thŷ'r Eos, derbyniwyd Jeanne i'r hosbis fel claf-mewnol, yn ystod yr haf. Roedd Ffisiotherapydd Tŷ'r Eos. Helen Fisher, yn argyhoeddedig y byddai cael peiriant codi yn yr hosbis yn fodd i'w chlaf fedru symud eto ar ôl iddi golli'r gallu i gerdded yn dilyn sawl codwm a cholli'r teimlad yn ei choesau.

Meddai Jeanne: *"O fewn pythefnos a hanner roeddwn yn gallu codi heb help ganddyn nhw ac roedd yn braf teimlo 'mod i'n dod yn fy mlaen yn dda ar ôl bod yn ddisymud cyhyd.*

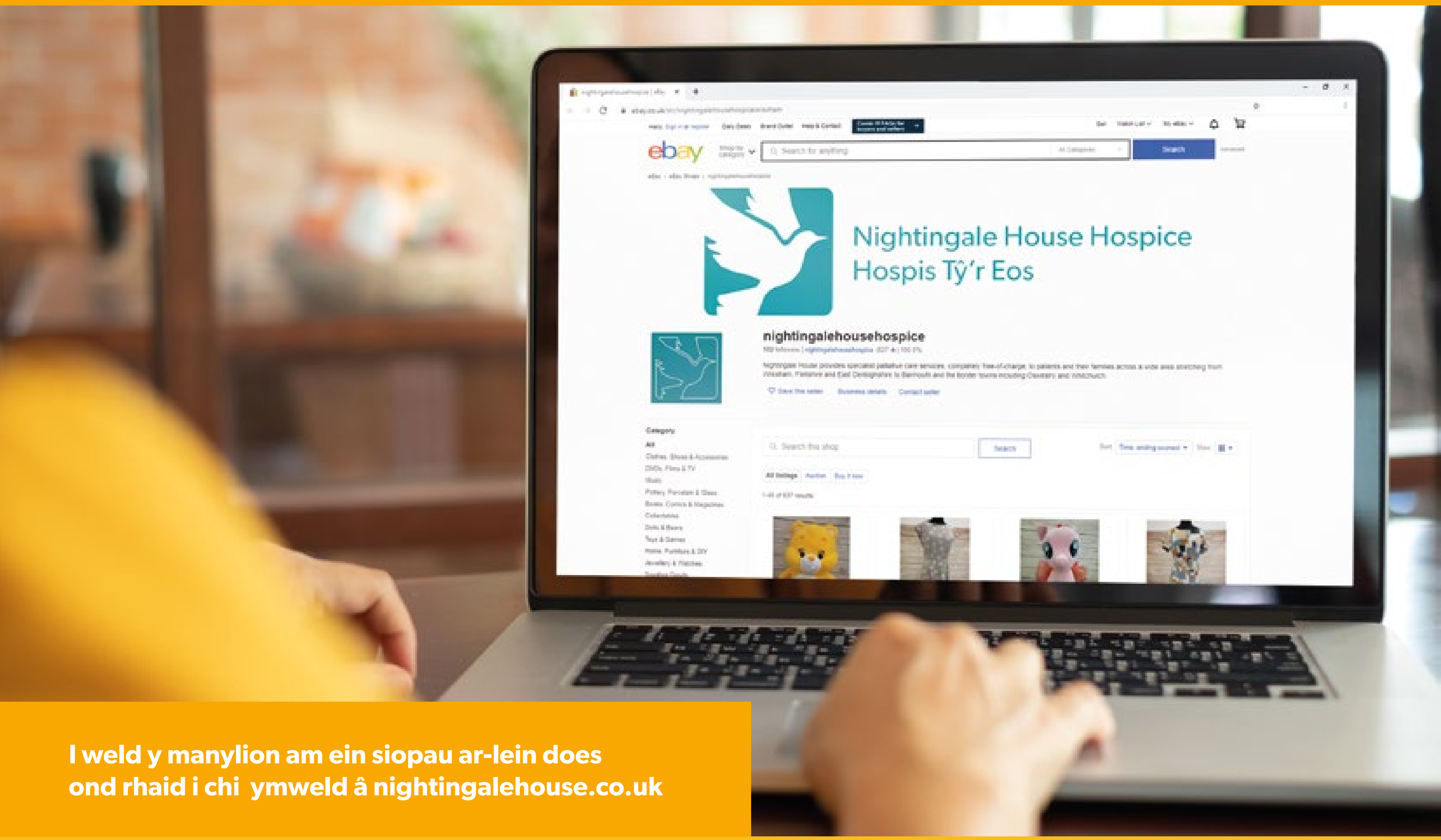
*Roedd defnyddio'r peiriant codi braidd yn chwithig ar y dechrau ond roedd yn rhoi hyder a nerth imi sefyll a cherdded ar fy liwt fy hunan ar ôl imi fod yn syrthio cymaint o weithiau. Mae'r hyn roddodd Tŷ'r Eos i mi i 'nghael i nôl ar fy nhraed wedi newid fy myd i a'm teulu'n llwyr"*

Meddai'r Ffisiotherapydd Helen Fisher: *"Roedd yn braf gweld Jeanne yn cryfhau bob tro roedd hi'n defnyddio'r offer Pan ddaeth hi i aros yn yr Hosbis y bwriad bob amser oedd ei gwneud yn fwy symudol a gwella ei hansawdd bywyd fel y byddai' hi'n ddigon cryf i fedru mynd adre."*

Meddai Christian Clay: *"Uwch Gynghorydd Cynnyrch cwmni cynhyrchwyr Guldmann, Bu'n fraint o'r mwya cydweithio â'r tîm ffisiotherapi yn Hospis Tŷ'r Eos a'u helpu i fod yn un o ganolfannau cyfleusterau cyntaf Ewrop i elwa o gael system unigryw Modiwl Hyfforddi Guldmann"*

# ADWERTHU

**01978 447990**
**nightingalehouse.co.uk/shops**




**I weld y manylion am ein siopau ar-lein does ond rhaid i chi ymweld â nightingalehouse.co.uk**

Ar ôl bod ar gau dros y misoedd dwytha rydyn ni'n falch o gyhoeddi y bydd ein siopau'n ailagor ddydd Llun, 12 Ebrill 2021.

Yn y cyfamser, rydyn ni'n gobeithio y byddwch yn parhau i'n cefnogi drwy ein siopau ar-lein sefydledig sy'n cynnwys **eBay**, **Amazon** a **Depop**.

Gellwch hefyd ein cefnogi drwy Amazon Smile. Bob tro y byddwch yn siopa ar Amazon rydych chi'n medru codi arian i'r hosbis heb ddim cost ychwanegol i chi!

I ymuno, ymwelwch â: **smile.amazon.co.uk**

## RHODDI EICH NWYDDAU

Fe fydden ni'n gwerthfawrogi pe baech yn dal eich gafael ar unrhyw rodd rydych yn bwriadu ei rhoi inni nes y byddwn yn ailagor. Heb eich rhoddion caredig ni allen ni gyflenwi ein siopau a chodi arian y mae mawr ei angen ar yr hosbis. Ar ôl agor, bydd y siopau'n derbyn rhoddion yn ystod oriau masnacha. Nid oes angen trefnu apwyntment ac mae cyswllt gadael am ddim ar gael. Ffoniwch ymlaen llaw os gwelwch yn dda i arbed siom achos does gan bob un siop ond hyn a hyn o le bob dydd i dderbyn rhoddion. I helpu diogelu ein timau a chithau, os gwelwch yn dda, gofalwch fod eich rhoddion i gyd mewn bocsys neu fagiau.

## CASGLIADAU

I drefnu casglu dodrefn neu nwyddau gwynion yn ystod Cofid-19 yn RHAD a diogel, ffoniwch 01978 447990 os gwelwch yn dda, rhwng 9 y.b. a 5 y.p. rhwng dydd Llun a Dydd Gwener neu anfonwch e-bost: collections@nightingalehouse.co.uk a bydd aelod o'n tîm yn derbyn eich archeb ac yn awgrymu amser cyfleus i ni ddod draw i gasglu'r rhoddion.

## LOTRI

Oeddech chi'n gwybod y gallech chi ymuno â Lotri wythnosol Tŷ'r Eos yn un o'n siopau? Mae'n gyflym a hawdd , siaradwch ag un o aelodau ein tîm yn y siop i gael mwy o fanylion, os gwelwch yn dda.

## EICH CADW'N DDIOGEL RHAG COFID-19

Fel o'r blaen, pan fyddwn yn ailagor ein siopau byddwn yn dilyn canllawiau llym y llywodraeth i gadw ein cefnogwyr a'n tîm yn ddiogel.

## GWYBODAETH BELLACH

I gael y cyhoeddiadau diweddara, mwy o wybodaeth am adwerthu, neu ddod o hyd i un o'n siopau sydd agosaf atoch chi, ewch i'n tudalen siopau ar wefan Tŷ'r Eos os gwelwch yn dda , neu ddilyn ein tudalen Facebook.

## DIOLCH I CHI!

Rydyn ni'n edrych ymlaen at eich gweld i gyd yn fuan a diolch i chi am eich haelioni, eich caredigrwydd a'ch amynedd

# GWIRFODDOLI...

## GYDAG YCHYDIG BACH O HELP GAN EIN FFRINDIAU

**Am fwy o fanylion ynglŷn â gwirfoddoli, ymwelwch â nightingalehouse.co.uk/volunteer, os gwelwch yn dda.**

Daw llawer o ymholiadau i mewn i'r adran wirfoddoli, gan bobl sy'n awyddus i gefnogi a gwneud gwahaniaeth trwy wirfoddoli yn yr hosbis gyda'n cleifion. Ychydig y mae pobl yn ei sylweddoli , heb gyfraniad yr adran adwerthu byddai diffyg incwm enbyd yn ein rhwystro rhag gwneud yr hyn a wnawn orau , sef cefnogi a gofalu am gleifion a'u teuluoedd.

Os ydych yn awyddus i helpu a gwneud gwahaniaeth, yna does dim rhaid i chi edrych ymhellach na Nightingales, Stryt y Rhaglaw , ein siop bwysica, sy'n rhan o guriad calon ein cymuned. Mae'n hwyl - byddwch yn dod i nabod pobl newydd, yn gwneud ffrindiau newydd, yn defnyddio eich doniau ditectif i benderfynu gwerth eitemau rhyfeddol ac anarferol, ac yn cyfathrachu â chwsmeriaid.

### FELLY, BETH SY'N EICH RHWYSTRO?

Y swyddi gwirfoddoli rydyn ni'n chwilio amdanyn nhw ydy:

- **Gwirfoddolwr Llawr siop/Gwasanaeth Cwsmeriaid -** bod yn rhan o dîm hwyliog ac egnïol, eich prif gyfrifoldeb fydd estyn croeso a gwneud i'n cwsmeriaid deimlo'n gartefol, cadw llawr y siop yn lân, yn daclus yn darparu cyflenwad da, a gweini wrth y til.
- **Gwirfoddolwr yn yr Ystafell Ddosbarthu -** yn didol yr holl eitemau ail-law a roddwyd inni i sicrhau eu bod yn addas i'w rhoi ar werth.
- **Gwirfoddolwr e-Fasnach -** ydych chi'n hen law ar dechnoleg? Yn gwybod eich ffordd o gwmpas eBay/ Amazon? Oes gennych lygad craff am bethau anarferol neu gasgladwy?
- **Gwirfoddolwr y Cyfryngau -** ydych chi'n ddilynwr ffilmiau, yn tybio eich bod yn dipyn o chwaraewr, yn hoffi eich alawon neu efallai bod yn well gennych hen lyfr da?
- **Profwr Gwirfoddol Offer Cludadwy -** helpwch ni i ailwerthu eitemau trydan yn ddiogel – dim angen cymwysterau
- **Gwirfoddolwr ar gyfer Nwyddau Gweledol -** ydych chi'n greadigol ac yn llawn syniadau ysbrydoledig?
- **Gwirfoddolwr Casgliadau Lein Ffôn -** oes gennych chi lygad am fanylion a doniau cwrtais rhagorol ar y ffôn ynghyda sgiliau cyfrifiadurol sylfaenol?

**Diolch i chi, pob un o'n gwirfoddolwyr presennol, ac edrychwn ymlaen at eich croesawu'n ôl yn ystod y misoedd nesaf!**

**Trefnir hyfforddiant llawn ar gyfer ein holl wirfoddolwyr. Bydd pob gwirfoddolwr yn derbyn hyfforddiant sefydlu ac yn cael mentor - felly peidiwch â phoeni os nad oes gennych brofiad o adwerthu. Y cwbl a ofynnwn gennych ydy lleiafswm o sifft bedair awr ar unrhyw ddiwrnod penodol yn rheolaidd.**

**I gychwyn ar eich taith wirfoddoli , ewch, os gwelwch yn dda, i volunteer@nightingalehouse.co.uk**

# TU ÔL I'R LLENNI
# TÎM CYLLID

Mae'n bwysig ein bod yn cydnabod ein harwyr na chenir eu clodydd ond sy'n gweithio, yn aml o'r golwg , gan wneud argraff bositif a pharhaol ar eraill. Gall ein Tîm Cyllid gefnogi ac anfon negeseuon eglur ar draws y gyfundrefn i sicrhau bod pob adran yn gweithredu'n effeithiol ac o fewn y gyllideb. Maen nhw'n gweithio'n ddyfal dan bwysau, gan helpu cynnal llwyddiant ariannol cyflawn yr hosbis.

*"I mi, Arwyr di-glod yw'r rhai hynny sy'n gweithio'n dawel, effeithlon ac effeithiol ac y gellir dibynnu arnyn nhw bob amser i gynnig cyngor doeth. Mae helaethrwydd o'r doniau hyn o fewn y tîm cyllid ac rydw i wedi eu cael nhw'n hynod o gymwynasgar bob amnser."*
- Yvonne Lush, Pennaeth Gofal Cleifion

*"Yn ystod y pandemig mae'r tîm cyllid wedi dod o hyd i, ac wedi gwneud cais am, bob grant addas i helpu cwrdd â threuliau ein siopau, yn ogystal â gweithio'n galed i sicrhau bod pob aelod o'r staff a gafodd, neu a fu, ar gyfnod o seibiant ar fyr rybudd, yn derbyn tâl cywir yn brydlon. Maen nhw wedi ein cefnogi pan sefydlwyd ein safleoedd eFasnach a'n helpu i brosesu'r cais am ein Cymorth Rhodd blynyddol i godi arian i'r hosbis. Diolch i chi Clare, Nadine a Lisa am bopeth rydych wedi'i wneud ac am yr holl waith rydych chi'n dal i'w wneud."*
- Katie Roberts, Pennaeth Adwerthu

*"Bu'r 12 mis dwytha'n heriol dros ben i bawb, a dweud y lleiaf. Bu'r llwyth gwaith ychwanegol roedd yn rhaid i'r tîm Cyllid ei ysgwyddo fel canlyniad i'r pandemig yn sylweddol (ceisiadau Seibiant, nifer o geisiadau am Grantiau a darparu cofnodion misol ar gyfer Llywodraeth Cymru i enwi dim ond ychydig o'r tasgau ychwanegol y bu'n rhaid iddyn nhw eu hysgwyddo). Bu ymateb Clare, Nadine a Lisa i'r heriau hyn yn anhygoel ac maen nhw'n arwyr di-glod go iawn. Mae eu hymdrechion wedi sicrhau bod y gwaith cyllidol sy'n cynnal gweithgareddau'r hosbis o ddydd i ddydd wedi dal ymlaen mewn modd effeithiol ac effeithlon. Ein diolch diffuant i chi am eich cyfraniad eithriadol."*
-Chris Burgoyne Pennaeth Gweithrediadau

# BLWYDDYN EIN GOBAITH
# DÔL YR HEULWEN 2021

**Dewch i ymweld â'n Dôl Heulwen sy'n llawn o Glychau Glas Tŷ'r Eos ym Mhlas Erddig yn ystod yr Haf (12 Mehefin – 16 Gorffennaf)**

Mae 2021 wedi cyrraedd. Rydyn ni i gyd yn obeithiol bod llygedyn o obaith bod amseroedd gwell o'n blaenau. Mae'n flwyddyn gobaith i ni ac mae arnon ni eisiau lansio ein Dôl Heulwen i adlewyrchu hynny. Does yr un blodyn yn cynrychioli hynny'n fwy na'r clychau glas. Dewiswch y blodyn hwn yn symbol gobaith yr haf hwn. Gallai eich cloch las fod yn deyrnged deimladwy i fywyd anwylyn neu'n rhodd hardd i rywun hoff sy'n drysor dyddiol – hyd yn oed os nad ydych wedi eu cofleidio ers tro byd.

Bu ein Dôl Pabïau Cymreig 2020 yn llwyddiant ysgubol a diolch i bob un a brynodd y pabi. Bu'n help i ni godi arian gwethfawr yn ystod un o gyfnodau mwyaf anodd ein hoes. Gobeithiwn y bydd ein pabi'n parhau i ddod â heulwen i'ch gardd.

Eleni bydd eich clychau glas yn cael eu harddangos yn eu holl ogoniant yn Ymddiriedolaeth Genedlaethol Erddig. Cewch gyfle i ddod draw i werthfawrogi'r arddangosfa hardd yn y safle lleol eiconig hwn tra byddwch yn rhyfeddu at yr amgylchoedd syfrdanol sydd o'ch cwmpas.

Gan barhau â'u gwaith gyda'r Gymuned, mae Ymddiriedolath Genedlaethol Erddig yn garedig iawn wedi cytuno i estyn croeso i'r Ddôl rhwng 12 Mehefin a 16 Gorffennaf. Mae'r gloch las yn flodyn gwanwynol y coedlannau ond bydd eich Cloch Las Tŷ'r Eos yn blodeuo drwy'r flwyddyn gan ei bod yn un arall o flodau bythol unigryw crefftwaith a gynhyrchwyd gan British Iron Works Centre, Croesoswallt.

Os dymunwch brynu eich Cloch Las Tŷ'r Eos eich hunan i ddathlu bywyd rhywun hoff neu i gydnabod pobl y gofalwyd amdanynt yn Nhŷ'r Eos, gellwch lenwi ffurflen sydd ar gael yn yr hosbis neu drwy ymweld â'n gwefan Ni fydd ond 1,000 o glychau glas ar gael i'w rhagarchebu o 1 Ebrill 2021. Eu pris fydd £30 yr un. Bydd y blodau i gyd yn cael eu harddangos dros yr haf a byddant ar gael i'w casglu unwaith y daw'r arddangosfa i ben.

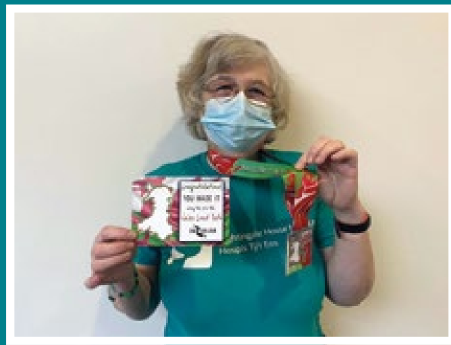
**I brynu Cloch Las, does ond rhaid i chi ymweld â nightingalehouse.co.uk neu ffonio 01978 314292**

# DIOLCH I CHI!

Anferth o ddiolch i'n holl gefnogwyr anhygoel yn y gymuned leol. Hoffem ddiolch i bob un o'n noddwyr, cogyddion, pobyddion, garddwyr, gweuwyr ac arlunwyr a fu'n defnyddio eu doniau creadigol i godi arian hanfodol. Diolch hefyd i bob un o'n grwpiau cefnogi am eu haelioni yn codi dros £8,000 yn ystod y pandemig. Dyma gipolwg bach ar y math o gefnogaeth a gawsom.

Cododd ABC a Chylch Meithrin Mother Goose, Llannerch Banna £400

Cododd Darcey Theobald, £579.90 trwy seiclo 1000 o filltiroedd

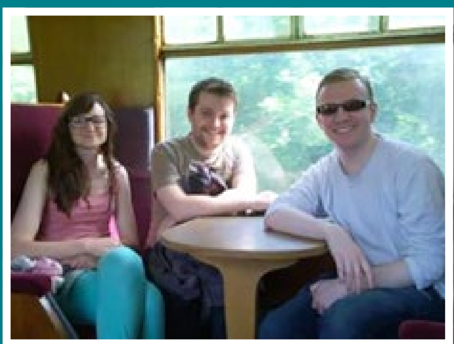


Cododd Karen Bishop £1,661 trwy gymryd rhan mewn taith gerdded rithiol

Cododd Kirsty, Sylvia and Toni dros £700 trwy gerdded 11 o filltiroedd

Cododd Côr Merched Lleisiau Clwedog £2,120

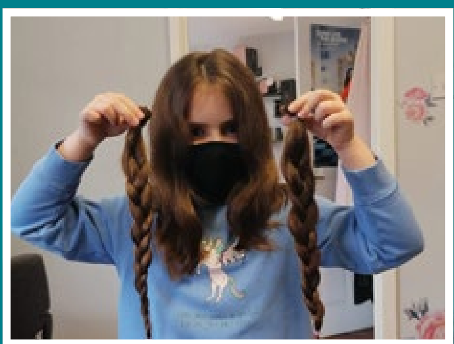
Cododd North Wales Crusaders a Rob Massam £6,147



Seiclodd Oli ac Aled o Lands End i John O'Groats a chodi £1,585

Cododd staff Gwesty Rossett Hall £1,500 trwy redeg 1500C

Cododd teulu Dowsett £1,352 trwy redeg 5C a gwerthu cardiau lego



Torrodd Izzy Jermy ei llywethau llaes, hardd, gan godi £615

Cododd tafarn Sun Trevor £1,600 trwy gynnal cwisiau rhithiol

Cyfrannodd Commonwood Fishery £2,500 yr haf diwethaf

# CEFNOGAETH BUSNES

Er eu bod nhw eu hunain dan bwysau ac yn wynebu ansicrwydd, mae ein busnesau lleol wedi camu ymlaen i ddangos maint eu hymroddiad i'w cymuned leol.

DTM Legal - £1,297.59

DTCC - £18,864.02

QD Stores - £2,213

Arthurs Wrecsam – £216

Home Instead Senior Care - £500

Glyn Wylfa – £1,321.85

Ymddiriedolaeth Cefnogwyr Wrecsam - £2,014.20

Bellis Brothers - £3,130.30

M&S - £2,048

Kellogg's - £2,298.77

Bowmed Ibisqus - £1,000

MPH Construction – £1,210.73

Howdens - £250

Knauf Insulation – £1,580

Clwb Golff Treffynnon - £1,436

# SIOP ANRHEGION

**Ewch i'n tudalennau cyfryngau cymdeithasol am y newyddion diweddara a'r nwyddau!**

Wrth bori drwy ein Siop Anrhegion cewch nid yn unig gyfoeth o syniadau am anrhegion i'ch ysbrydoli, ond byddwch hefyd yn cefnogi ein gwaith o ofalu am bobl leol a'u teuluoedd yn ystod cyfnodau mwyaf heriol eu bywydau.

O emwaith cyfoes hardd i anrhegion o safon uchel ar gyfer y cartref, bagiau llaw a danteithion blasus, mae Siop Anrhegion Tŷ'r Eos yn cynnig rhywbeth at ddant pawb. Os ydych am roi moethau i anwylyn neu brynu rhywbeth arbennig iawn i chi eich hunan, byddwch yn dod o hyd i drysor cudd.

## SIOPAU DOD I'R FEI

Gorfodwyd y Siop Anrhegion i gau dros y rhan fwyaf o 2020 oherwydd Cofid-19. Fodd bynnag, tra oedd yn medru bod ar agor, bu'n boblogaidd iawn. Yn ystod yr Hydref buom yn ddigon lwcus i gymryd nwyddau allan i'r gymuned a sefydlu siopau dod i'r fei mewn safleoedd hyfryd , yn cynnwys Glyn Wylfa, Lot 11, Ystafelloedd Te Trefor a Chlwb Golff yr Wyddgrug. Mae hyn yn rhywbeth yr edrychwn ymlaen at ei drefnu yn 2021. Yn y cyfamser rydyn ni'n dechrau arddangos yr hyn sydd gan y Siop Anrhegion i'w gynnig ar y cyfryngau cymdeithasol tra byddwn yn datbygu ein siop ar-lein – felly pam na ddewch draw i bori!

Mae ein dewis o nwyddau gan gyflenwyr wedi eu dethol yn ofalus i sicrhau ein bod yn cynnig nwyddau o safon am bris da, gan godi arian ar gyfer gwaith gofalu'r hosbis.

I redeg ein siopau dod i'r fei byddwn yn cyflogi grŵp arbennig o wirfoddolwyr i'n helpu. Os oes gennych ddiddordeb mewn ymuno â ni, cysylltwch â ni, os gwelwch yn dda.

## DILYNWCH NI AR INSTAGRAM

**giftshop.nightingalehouse**

## ANRHEGION PERFFAITH!

Dewch i ymweld â'n Siop Anrhegion am ddewis eang o eitemau o safon uchel ac unigryw.

**Oriau Agor :**
**10yb – 3yp**
**Dydd Llun – Dydd Sadwrn**

# PRYDAU GAN CAFFI CWTCH

**Rydyn ni'n ymfalchïo yn safon ein cynhwysion ac mae ein prydau'n cael eu cogonio yma ar y safle yng Nghaffi Cwtch yn barod i chi eu mwynhau gartref.**

Ar ddechrau'r pandemig fis Mawrth 2020 wynebodd ein cogyddiom yr her o gynnig gwasanaeth cludfwydydd i'n cymuned

Yn fuan iawn, daeth y gwasanaeth cludfwydydd am ddim, 'Prydau'n Cyfrif' yn boblogaidd, gan helpu cadw ein cymuned yn ddiogel a hybu ein hymdrechion codi arian mewn cyfnod pan y bu'n rhaid i Gaffi Cwtch gau fel busnes oherwydd cyfyngiadau Cofid.

Rydyn ni'n trysori'r storïau gan ffrindiau a archebodd brydau amser te a'u mwynhau'n gysurus gartref neu gan aelodau teuluoedd a oedd yn poeni y byddai'r cyfnod clo yn eu rhwystro rhag ymweld â'u teuluoedd ond a oedd yn dawelach eu meddwl o wybod bod eu hanwyliaid yn gallu mwynhau prydau ffres a oedd yn cael eu cludo'n syth i'w cartrefi.

Meddai Yvonne Lush. Pennaeth Gofal Cleifion, *"Mi ddechreuis archebu 'Prydau'n Cyfrif' i'm mam-yng-nghyfraith Ann am fy mod yn gwybod bod y bwyd yn cael ei baratoi'n ffres, a'i fod addas i'w rewi a'i fod y math o fwyd roedd hi'n hoffi ei fwyta. Roedd yr archebu'n rhwydd a 'dw i'n gwybod bod Ann yn edrych ymlaen at y diwrnod pan fydd y prydau'n cyrraedd. Mae derbyn ymateb fel hyn yn gwneud i ni sylweddoli bod galw mawr am y gwasanaeth hwn."*

Mae Caffi Cwtch yn gyflym iawn wedi dod yn ganolbwynt ein cymuned a rŵan rydyn ni'n awyddus i ddod â thamaid o Gaffi Cwtch i chi gartref.

Rydyn ni'n gyffro i gyd yn lansio ein gwasanaeth cludfwydydd 'Prydau Caffi Cwtch'.

Mae ein bwydlen yn cynnig dewis anhygoel o brydau ffres a rhai wedi'u rhewi fel y gellwch eu mwynhau pan fo'n gyfleus i chi.

Ceir copi o'n bwydlen newydd ar ein gwefan:

**nightingalehouse.co.uk/meals**

# FFOCWS CLINIGOL

**Clare William Therapydd Galwedigaethol Uwch yn helpu cleifion i wella ansawdd eu bywyd tra byddan nhw gartref neu yn yr hosbis.**

## GWEITHREDU'N BOSITIF

Crewyd ein Rhaglen Gweithredu'n Bositif newydd (dan yr enwl P.A.P.) gan y rhai sy'n dioddef o fathau cronig o ganser – naill ai canser na ellir ei wella o'r adeg pan ddarganfyddir ef neu ganser a ddychwelodd (a adwaenir weithiau fel canser y gellir ei drin ond nad oes modd ei wella).

Lluniwyd y rhaglen chwe wythnos i gwrdd ag anghenion penodol cefnogi cleifion i reoli eu hiechyd corfforol, meddyliol ac emosiynol drostynt eu hunain i hyrwyddo a gwella ansawdd eu bywyd a'u mwynhad ar adeg pan fydd llawer yn dioddef cyfnodau o bryder, ofn, blinder a thrafferthion cysgu.

Lluniwyd y rhaglen chwe wythnos benodol addas gan Therapydd Galwedigaethol Tŷ'r Eos, Clare Williams, ac mae'n cael ei hyrwyddo gan grŵp o ofalwyr iechyd proffesiynol medrus.

Meddai Clare: *"Dydyn n ddim yn cyfyngu ein hunain i ddelio â gofal diwedd oes ar y gyfer y rhai sy'n dibynnu arnon ni, ond rydyn ni yma ar gyfer y rheiny sy'n rheoli eu gwaeledd o ddydd i ddydd neu sydd ag angen dod i mewn i'r hosbis dros dro. Rydyn ni'n hyrwyddo bod yn annibynnol ac yn cefnogi iechyd a ffyniant gartref."*

Trefnir ymgynghoriadau gan ofalwr iechyd proffesiynol sy'n medru cysylltu â ni ar 01978 316800 neu ar e-bost bcu.nightingalehousereferrals@wales.nhs.uk

## CYNYDDU EIN PRESENOLDEB YN Y GYMUNED

Rydyn ni bob amser yn chwilio am ffyrdd newydd o gyrraedd ein cymunedau er mwyn creu mwy o argraff ar y rhai a allai elwa ar ein gwasanaethau.

Dyna pam rydyn ni wedi sefydlu Mannau Gwybodaeth Tŷ'r Eos i ddarparu gwybodaeth am ein gwasanaethau ar hyd a lled ein dalgylch, yn cynnwys Glannau Dyfrdwy, Wrecsam, Llangollen, Corwen yn ogystal â'r Wyddgrug a'r Waun, er mwyn sicrhau y gallwn eich rhoi mewn cysylltiad â'n staff yn ôl yma yn Nhŷ'r Eos.

Gall ein harbenigwyr hyfforddedig eich cyfeirio at wasanaethau eraill gyda help Nyrsus Ardal, Gofal Lliniarol Cymunedol, a Nyrsys Arbenigol yn yr ysbyty neu drwy eich Meddyg Teulu.

Meddai Kay Ryan Arweinydd Gwasanaethu Dyddiol: *" Yn aml iawn gall pobl deimlo'n bryderus ac ofnus oherwydd eu bod yn wael ac yn gorfod ymdopi â gwaeledd cyfyngu ar oes, neu bod angen arweiniad a chefnogaeth ar eu hanwyliaid. Mae'n bwysig ein bod yn gallu cyfeirio pobl at y gwasanaethau sydd fwyaf addas i'w hanghenion."*

Meddai Jo Kearns, Rheolwr Gwirfodddolwyr: *"Mae ein gwirfoddolwyr wedi'u hyfforddi fel y gallant fod yn ddolen gref a phositif rhwng ein cymunedau a'r hosbis. Ein bwriad yw agor y Mannau Gwybodaeth hyn yn raddol, fel y bydd rheolau'r cyfyngiadau'n cael eu codi."*

**ADEILADU AR LWYDDIANT**

Mae Kayley Mulley yn gobeithio mai 2021 fydd y flwyddyn y gall ddathlu derbyn ei gradd mewn modd priodol, a ninnau'n croesawu aelod dan hyfforddiant newydd ar y ward.

Hi yw'r person cyntaf i raddio trwy ddilyn ein cynllun mentora Nyrs Feddygol Uwch (NFU). Mae'r myfyrwyr yn derbyn Gradd Meistr gan Brifysgol Glyndŵr dan hyfforddiant Kathi Ellis (NFU) a Dr Nicola Wilson ar y ward yn ogystal ag astudio unwaith yr wythnos ym Mhrifysgol Glyndŵr.

Mae'r cwrs tair blynedd yn pontio'r bwlch rhwng nyrsys a meddygon ac mae'n golygu bod gan y rhai sydd â chymwysterau NFU yn medru ysgafnhau'r gwasgbwyntiau o fewn y tîm, gan ddelio â chleifion sydd ag anghenion mwy cymhleth.

Meddai Kayley: *"Bu'n gyfle gwych ond heb gefnogaeth fy mentor Kathi, staff y ward a'm tiwtoriaid ym Mhrifysgol Glyndŵr byddai pethau wedi bod yn llawer mwy anodd. Os oes yna unrhyw nyrs a fyddai'n hoffi gwneud cais i fod ar y cwrs , y cyfan alla i ei ddweud ydy bydd yn brofiad anhygoel."*

Meddai Kathi Ellis (NFU): *"Bu'n fraint cael cefnogi Kayley yn ystod ei chyfnod hyfforddiant a'i gweld twf ei doniau a'i hyder."*

**Kayley Mulley sydd newydd dderbyn gradd NFU gyda'i mentor Kathi Ellis Nyrs Feddygol Uwch yn yr hosbis.**

# CYFLEOEDD AM SWYDDI

## YN NHŶ'R EOS

Rydyn ni'n cynnig dewis eang o gyfleoedd gyrfa yn cynwys gwaith llawn-amser, rhan-amser, a roliau banc a gwirfoddol.

I weld ein holl swyddi gweigion cyfredol a gwneud cais am swyddi ewch i **nightingalehouse.co.uk/jobs** os gwelwch yn dda.

# JIN YR HOSBIS YDY'R UNION DONIG

Efallai y cofiwch ddarllen yn y cylchlythyr dwytha ein bod wedi lansio ein jin ni ein hunain: 'Jin Tŷ'r Eos'. Cawsom ein plesio'n fawr gan yr ymateb. Bu'n ysgubol a hoffem ddiolch i bob un ohonoch a brynodd botel. Gobeithio i chi gael cymaint o fwynhad pur ag a gawson ni – mewn modd cymedrol wrth gwrs!

Bu'n llwyddiant mawr ac fel canlyniad, rydyn ni'n cyhoeddi, yn llawn cyffro, y byddwn yn lansio ail jin yn y gwanwyn eleni. Byddwn yn ychwanegu blas at gynnwys ein hoffrwm newydd a bydd yn gyforiog o sawr hyfryd y gwanwyn ac yn gydymaith perffaith wrth ichi ymlacio ar nosweithiau cynhesach a mwy golau'r gwanwyn rydyn ni i gyd yn dyheu amdanynt. Ar y cyd â'n partneriaid, The Shropshire Distillery, mae gwaith creu Jin Aeron Eos yn mynd rhagddo'n dda . Mae'n jin ffres, llawn ffrwyth eithin pêr ag ynddo awgrym cynnil o felystra mefus a mafon aeddfed ynghyda nodau puprog grawn pupur pinc.

*"Rydyn ni wrth ein boddau o fod yn ehangu ein casgliad o Jin Tŷ'r Eos; bu'n fenter gyffrous i weithio arno ar y cyd â The Shropshire Distillery ac rydyn ni'n gwerthfawrogi eu cefnogaeth. Cawsom ymateb mor wych gan ein cefnogwyr a fwynhaodd ein jin tŷ. Rydw i'n credu y bydd ein cynnyrch nesa yn llwyddiant ysgubol. Hyd yn hyn, codwyd cyfanswm o £1,560 trwy werthiant y jin. Diolch o galon i bawb a'n cefnogodd hyd yn hyn."*

**Pris ein Jin Aeron fydd £36.50 y botel a bydd 22% yn cael ei gyflwyno i gefnogi gwaith gofalu'r hosbis yma yn Nhŷ'r Eos. Mae ar werth, yn ogystal â'n jin tŷ , yn uniongyrchol oddi ar wefan The Shropshire Distillery www.theshropshiredistillery.co.uk**

# CASGLU COED NADOLIG

Fis Ionawr eleni  ymunodd gwirfoddolwyr o fusnesau lleol a swigod teuluol â'i gilydd i gasglu ac ailgylchu dros 1,000 o goed Nadolig, gan godi dros £10,000 tuag at ofal cleifion yn Hospis Tŷ'r Eos.

Roedd angen mesurau diogelwch ychwanegol eleni i ofalu bod pawb a gymerodd ran yn ddiogel.  Ni fu ein gwirfoddolwyr fawr o dro'n addasu i'r newidiadau hyn ac ni adawsant i unrhyw beth eu rhwystro  rhag codi arian y mae mawr ei angen ar  yr hosbis.

Ni fyddai'r casgliad wedi bod yn bosibl heb  ein tîm anhygoel o wirfoddolwyr.  Hoffem ddiolch i Environcler, Amberon, Cable Services, Hassle Free Heating, Gurkha Gas, JT & M Signs, Rivington Haulage, MOTUS Commercials, Advanced Roofline, Kimpton Energy Solutions, Knights Construction, Barnett Engineering, SP Energy Networks a Scottish Power am eu cefnogaeth wych! Hefyd ein gwirfoddolwyr o swigod teuluol, Dai a Linda, a Huw a Tomi.

Eto i gyd, nid yw'r  gefnogaeth i brosiect Casglu Coed Nadolig yn  dod i ben yma!  Hoffem  hefyd estyn ein diolch i'r holl werthwyr coed a'n helpodd i hybu'r casgliad, yn ogystal â Jackson Fire and Security, Avatar Fitness, ZF Services, Thorncliffe Building Supplies a Chlwb Chwaraeon Llangollen am ganiatáu i'w safleoedd fod yn fannau gollwng i'n gwirfoddolwyr!

Hefyd hoffem ddiolch o galon i  B&Q Wrecsam, The Village Bakery, Dee Valley Produce, Nine Brand, Wickes Wrecsam, Tesco Cefn Mawr a Shotton Paper am eu rhoddion hael o fwyd, dŵr ac Offer Diogelwch Personol ac offer diogelwch fel bod ein gwirfoddolwyr yn cael eu cadw mor ddiogel ag oedd bosibl.

Rydyn ni wrthi'n barod yn cynllunio casgliad mwy a gwell yn 2022 !

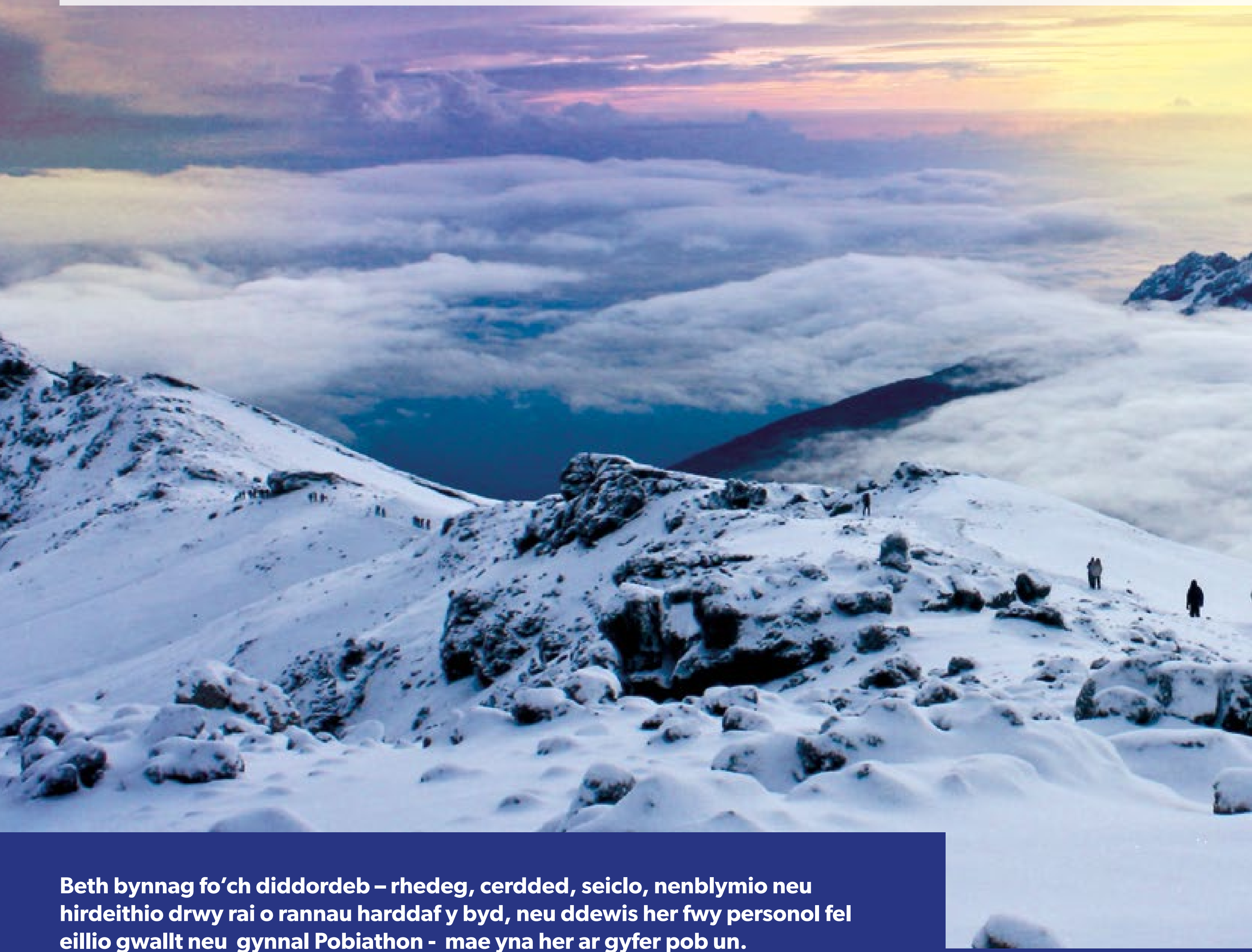
# HER O FEWN HER

Pan gynhalion ni ein Nosweithiau Rhannu Gwybodaeth yng Nghaffi Cwtsh fis Mawrth 2019 a dechrau cynllunio ein heriau, pwy feddyliai y bydden ni yma, ddwy flynedd yn ddiweddarach, yn aros i wybod ai hon fyddai'r flwyddyn y byddai ein grŵp ymroddgar o deithwyr yn cyrraedd adfeilion hudolus Machu Picchu neu ddringo i gopa'r mynydd uchaf sy'n sefyll ar ei ben ei hun yn y byd, sef ein her Kilimanjaro.

Heb os, mae'n gyfnod cythryblus dros ben ond mae'r modd y mae'r rhai sy'n dal i ddod o hyd i ffynonellau nawdd ar ein cyfer wedi gwneud inni deimlo'n wirioneddol ostyngedig.

Pan ddaw'r pandemig i ben a ninnau'n ailgydio yn ein cynlluniau teithio, gallaf ddychmygu'r llawenydd y mae cymaint o'n cyn sialenswyr wedi'i deimlo pan fydd ein cefnogwyr, o'r diwedd, yn byrddio'r awyren i gyflawni'r heriau anhygoel hyn. Nid yw'n ffordd berffaith o arwain at ddyddiad ein hymadawiad ond rydyn ni i gyd yn Nhŷ'r Eos am ddweud diolch i chi ein sialenswyr sydd gyda'ch gilydd wedi codi dros £80,000 yn barod.

Meddai Sian Hughes, hirdeithiwr:
*"Pan gofrestrais i ymuno â Thaith yr Inca, Periw, ychydig a wyddwn y byddai'r daith yn cael ei gohirio oherwydd y pandemig. Nid yn unig hynny ond na allwn gynnal fy ngweithgareddau codi arian arferol.. Rhwystrodd y cyfyngiadau ein hyfforddiant ; fodd bynnag daeth haul ar fryn yn ystod yr haf gan fod y cyfnod clo wedi peri inni fynd allan i gerdded, o leiaf yn lleol. Un peth a fu'n ddiwyro, ar waetha'r daith drofaus, fu´r gefnogaeth gafodd yr hirdeithwyr gan Dŷ'r Eos."*



**Beth bynnag fo'ch diddordeb – rhedeg, cerdded, seiclo, nenblymio neu hirdeithio drwy rai o rannau harddaf y byd, neu ddewis her fwy personol fel eillio gwallt neu gynnal Pobiathon - mae yna her ar gyfer pob un.**

Mae ein heriau DU ac Ewropeaidd hefyd wedi bod yn aros i'r golau droi'n wyrdd! Taith Seiclo o Lundain i Baris, Mur Hadrian, Yr Wyddfa dros Nos, Seiclo o Fôn i Fynwy a'n Nenblymio haf, maen nhw i gyd ar restr rhai o'n hoff heriau!

Meddai ein seiclydd, Jo Nicolson:
*"Y llynedd cofrestrais ar gyfer y daith seiclo o Fôn i Fynwy yn ystod mis Awst nesa. Fy sbardun oedd yr awydd i barhau i gefnogi Tŷ'r Eos. Ynghanol y pandemig does dim byd yn aros yn ei unfan, mae angen arian i gynnal yr Hosbis. Hwn oedd fy nghyfle i helpu gan roi rhywbeth y gallwn innau ganolbwyntio arno yn ystod y amseroedd anodd hyn."*

Cysylltodd Chris Henderson â ni y llynedd i sôn am yr her roedd arno ef a'i ffrindiau eisiau ei gwneud er cof am ei ffrind Gavin Fox. Roedd Gavin yn dioddef o'r clefyd niwronau motor ac er mawr dristwch bu farw yn Nhŷ'r Eos ar 17 Gorffennaf 2020. Bydd Chris a'i ffrindiau'n cerdded o Elland Road, tir tîm pêl-droed Leeds Utd, gan fod Gavin yn gefnogwr brwd o Leeds, ac yn cerdded yr holl ffordd i'r hosbis yn Wrecsam, ddydd Sul, 23 Mai, 2021, Dymunwn bob lwc i Chris a'i ffrindiau ac edrychwn ymlaen at eu dilyn bob cam o'r daith.

Anferth o ddiolch i bob un a aeth i'r afael â her bersonol dros yr hosbis yn ystod y pandemig.

**Chwilio am fwy o wybodaeth am her?**
Cysylltwch â Bethan yn swyddfa codi arian yr hosbis ar 01978 314292 neu ar e-bost bethan.scott@nightingalehouse.co.uk

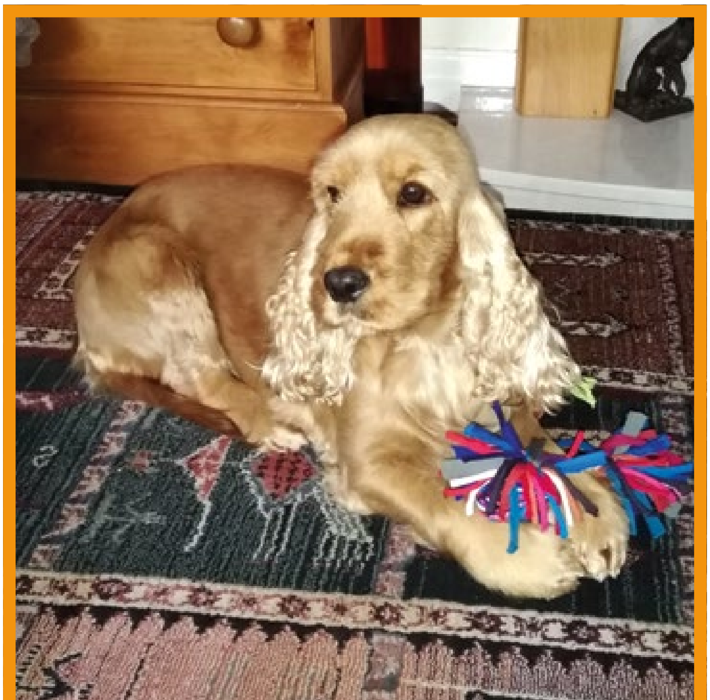
# RHAFF ACBUB Y LOTRI'N HELPU'R HOSBIS I DDARPARU GOFAL I GLEIFION

Am fod pob un o'n safleoedd adwerthu a'n caffis ar gau a'r gweithgareddau codi arian wyneb yn wyneb wedi eu hatal dros y cyfnod clo bu'r lotri' n fflam o obaith i Dŷ'r Eos.

Fel canlyniad i hyn, buom yn annog mwy o bobl i ymuno â'r lotri i chwistrellu arian y mae mawr ei angen ar gyfer darparu gwasanaethau hanfodol i'r bobl hynny sy'n dioddef o anhwylderau cyfyngu ar oes. Bob wythnos, gallech fod ymhlith y rhai hynny sydd â chyfle i ennill i wobr fawr o £2,500.

Diolch i haelioni bron 16,000 o bobl sy'n barod wedi ymuno, cododd Lotri'r Hosbis dros £500,000 yn 2020. Mae'n costio £3.64 miliwn y flwyddyn i redeg yr hosbis ac mae'n gwasanaethau i gyd yn rhad ac am ddim. Mae'r lotri'n codi digon o arian i gwrdd â chostau rhedeg yr hosbis dros gyfnod o ddau fis bron bob blwyddyn – 58 diwrnod a bod yn fanwl gywir!

Roedd un o enillwyr y Lotri, Wendy Williams, uwchben ei digon pan dderbyniodd ei siec buddugol a defnyddiodd yr arian i brynu ci bach. Meddai Wendy: *"Bu hyn yn gaffaeliad mawr am ei fod wedi fy helpu i brynu fy ffrind bach Annie sydd wedi dod â chymaint o bleser i mi a 'nghadw yn fy iawn bwyll yn ystod y cyfnod clo. Dw i'n gobeithio y gallwn ni gymryd rhan mewn rhai teithiau cerdded noddedig pan fydd y cyfnod annifyr hwn drosodd."*



**Annie y cydymaith perffaith...**

**David yn mynd yr ail filltir i godi arian i'n hosbis**

Mae David Hughes wedi bod yn godwr arian cyson i'r hosbis am nifer o flynyddoedd ac ymunodd â'r Lotri, fis Mai y llynedd. *"Sylweddolais na fyddai llawer o weithgareddau codi arian eraill yn digwydd felly'r peth lleiaf allwn ei ei wneud oedd ymuno â'r lotri fel bod yr hosbis yn derbyn incwm rheolaidd.*

*'Ym 2006 darganfuwyd fod mam yn dioddef o ganser a threuliodd ei hwythnosau olaf yn Nhŷ'r Eos. Eironi creulon y sefyllfa oedd fod fy Mam, cyn Nyrs Staff yn hen Ysbyty Coffa Wrecsam, arfer â dod â choffi a theisennau allan inni ar ddiwedd ein teithiau seiclo noddedig, heb wybod y pryd hynny y byddai arni hithau angen ei wasanaethau'n fuan iawn."*

## MUNUD I FEDDWL

**Os cawsoch eich ysbrydoli gan ein hanesion ac am ymuno â'n lotri, rhowch ganiad i dîm y lotri ar 01978 313134**

# DIGWYDDIADAU

01978 314292
nightingalehouse.co.uk/events

**Oherwydd cyfyngiadau Cofid a'n hawydd i'ch diogelu chi ein cefngogwyr, prin fu'n dewisiadau o weithgareddau yn ystod yr haf. Rydyn ni wedi cynllunio ein gweithgareddau'n ofalus fel y gellwch ymuno gyda'ch swigod teuluol a'ch cydweithwyr – hyd yn oed os ydych yn gweithio o hirbell - i godi eich ysbryd ac arian gwerthfawr i waith gofalu'r hosbis yn eich cymuned.**

## RHOWCH EICH BOS DAN GLO

**21 Mai 2021**

Rydyn ni'n chwilio am fusnesau lleol â chysylltiadau ar hyd a lled y gymuned i enwebu a dewis aelodau hŷn eu tîm i'w rhoi dan glo dros achos da a'n helpu i godi arian ar gyfer gofal cleifion a chefnogaeth teulu yn Nhŷ'r Eos.

I gael eu rhyddhau bydd rhaid i'r aelod a ddewisir godi swm penodol o 'arian mechnïaeth'. Codir arian y fechniaeth trwy ofyn am gyfraniad gan rai o'u cydnabod allweddol.

## EICH ARWYR CYFNOD CLO - 5C RHITHIOL

**18, 19 a 20 Mehefin 2021**

Ewch i'r afael â'ch dewis her 5C eich hunan, boed hynny'n rhedeg, cerdded neu unrhyw ddull y mynnwch! Fel cydnabyddiaeth byddwch yn derbyn eich medal Arwr yr Hosbis eich hunan!

Gall eich plant bach wisgo amdanynt fel eu 'Harwr Cyfnod Clo' – gall hyn olygu unrhyw un, o riant neu aelod o deulu i Athro, Nyrs, Meddyg, Casglwr Sbwriel, Adwerthwr, Plismon – neu bwy bynnag y dymunant fod!

## CRONFA GWOBR WYTHNOSOL O

# £3,550

NIGHTINGALE HOUSE LOTTERY

**YMUNWCH RŴAN!**

nightingalehouse.co.uk/lottery

You must be aged 16 years or over to play or win a prize.
Nightingale House Lottery Ltd. Company Number 3139714. Licensed and regulated by the Gambling Commission (www.gamblingcommission.gov.uk) - Operating Licence Number 5112 .

# RAFFL FAWR YR HAF

100% O'R ELW'N MYND I HOSPIS TŶ'R EOS

**3 GWOBR ANHYGOEL I'W HENNILL**

**1AF - £3000**
**2AIL - £2000**
**3YDD - £1000**

***"Gyda mwy o gyfleoedd i chi ennill eleni mae'n ffordd ddifyr o gefnogi ein gwaith"***

- Ruth Bond, Ward Manager

**DYDDIAD TYNNU'R RAFFL**
**24 MEHEFIN 2021**

Nightingale House Hospice
Hospis Tŷ'r Eos

**01978 313134**
**NIGHTINGALEHOUSE.CO.UK**

Nightingale House Lottery Ltd. Company Number 3139714. Nightingale House Promotions Ltd. Company Number 2837909.
Nightingale House Hospice. Registered Charity Number: 1035600 (Registered in England and Wales)
Licensed and regulated by the Gambling Commission (www.gamblingcommission.gov.uk) - Operating Licence Number 5112 . You must be aged 16 years or over to play or win a prize.