

HOSPIS Tŷ'R EOS

CYLCHLYTHYR HYDREF 2025



Cysylltwch â ni:

 Nightingale House Hospice,
Chester Road, Wrexham,
LL11 2SJ

 01978 316800

 info@nightingalehouse.co.uk

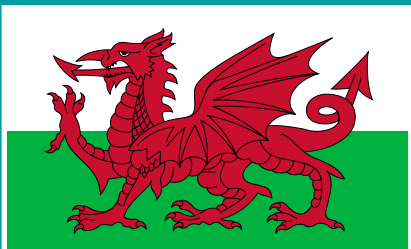
 nightingalehouse.co.uk

 nightingalehouse

 nightingalehh

 nightingalehouse

 nightingalehousehospice



Wyt ti'n siarad cymraeg?

Byddwn yn cynhyrchu fersiwn
electronig o'n cylchlythyr Cymraeg,
a gellwch gael y ddogfen ar gais neu
o'n gwefan. Os hoffech chi gael copi
papur, cysylltwch â'n hadran codi
arian ar **01978 316800**

Elusen Gofrestredig 1035600
(Cyfyngedig gan Warant) Rhif
Cwmni 2906838

Gair o groeso gan Gadeirydd Bwrdd yr Ymddiriedolwyr, Chris Burgoyne



Mae'n bleser gen i eich croesawu i'r
rhifyn arbennig hwn o'r cylchlythyr, sy'n
dathlu pen-blwydd Tŷ'r Eos yn 30 oed.

Ar 30 Awst 1995, agorodd Tŷ'r Eos
ei ddrysau i'w gleifion cyntaf gyda
gweledigaeth feiddgar a thosturiol:
darparu gofal arbenigol, cysur ac urddas
i bobl â salwch sy'n cyfyngu ar fywyd yn
ein cymuned. Mae'r hyn a ddechreuodd
fel tîm bach ond ymroddedig, dan
arweiniad yr ysbrydoledig Dr Graham
Arthurs, wedi tyfu i fod yn ganolfan
flaenllaw o ofal lliniarol, gan gefnogi
miloedd o gleifion a theuluoedd ledled
Wrecsam a'r ardaloedd ar y ffin. Mae ein
gwasanaethau wedi ehangu, mae ein
cyfleusterau wedi'u trawsnewid, ac mae
ein cyrhaeddiad wedi ymestyn, ond
mae ein calon a'n pwrpas yn parhau'r
un fath.

Dros y blynyddoedd, rydw i wedi gweld
heriau sylweddol a chynnydd rhyfeddol.
Rydym wedi wynebu pwysau ariannol
difrifol, wedi goroesi pandemig byd-
eang, ac wedi ymateb i anghenion gofal
iechyd sy'n newid yn ein cymuned.
Drwy'r cyfan, mae un peth wedi aros
yn gyson; ein penderfyniad i addasu ac
esblygu i ddiwallu anghenion y rhai sy'n
dibynnu arnom ni.

Er bod safle 'addas at y diben' yn
hanfodol, y bobl sy'n gwneud Tŷ'r
Eos yn wirioneddol arbennig. Mae
ein staff ymroddedig yn darparu gofal
eithriadol bob dydd, gan gyfuno sgiliau,
tosturi a phroffesiynoldeb i sicrhau bod
cleifion a'u teuluoedd yn teimlo eu
bod yn cael eu cefnogi, eu parchu a'u
gwerthfawrogi. Mae ein gwirfoddolwyr,
boed yn gweithio yn yr hosbis, yn helpu
yn ein siopau, yn cefnogi digwyddiadau
neu'n codi arian, yn rhoi yn rhydd o'u
hamser a'u hegni, ac nid yw eu cyfraniad
yn llai na rhyfeddol. Nhw yw calon ac
enaid ein teulu hosbis ac ni allaf ddiolch
digon iddynt am eu cefnogaeth ragorol
a pharhaus.

Rydw i'n hynod falch o weithio gyda'n
Bwrdd Ymddiriedolwyr a Thîm Rheoli
Gweithredol yr hosbis, y mae eu dull
blaengar yn helpu i arwain ein dyfodol.
Gyda'n gilydd rydym yn adolygu
ein cynllun strategol ddwywaith y
flwyddyn, gan sicrhau ein bod bob
amser yn edrych ymlaen, yn ymateb i
anghenion sy'n dod i'r amlwg, ac yn
archwilio cyfleoedd newydd i wella ac
ehangu ein gofal i'r rhai sydd ei angen.
Dros y pum mlynedd diwethaf, rydym

wedi ymgymryd â gwaith adnewyddu
sylweddol, gan foderneiddio ein
hamgylchedd i'w wneud hyd yn oed yn
fwy croesawgar, a chynig cyfleusterau
o'r radd flaenaf. Rydym yn parhau i
adeiladu ar y sylfaen gref hon, gan
ddatblygu ein gwasanaethau i ddiwallu
anghenion esblygol y rhai yr ydym yn
gofalu amdanynt. Mae ychwanegiadau
diweddar fel ein gwasanaethau
fflebotomi ac ymolchi pwrpasol wedi
cael croeso cynnes gan gleifion, ac
rydym yn ymestyn ein cyrhaeddiad i
gefnogi mwy o bobl sy'n byw gyda
chyflyrau niwrolegol, cam hanfodol
wrth ddiwallu anghenion cynyddol a
newidiol ein cymuned.

Mae datblygu ein gwasanaethau ac
ehangu ein cyrhaeddiad yn hanfodol
wrth i ni ymdrechu i gefnogi cymaint o
gleifion, a'u teuluoedd, â phosibl. Fodd
bynnag, rydym wedi ein cyfyngu yn yr
hyn y gallwn ei ddarparu oherwydd
cyfyngiadau ariannol. Mae bellach
yn costio £5.6 miliwn y flwyddyn
i ddarparu ein gwasanaethau fel y
maent ar hyn o bryd, gyda thua £1
miliwn yn dod o gyllid statudol. Mae
hyn yn gadael £4.6 miliwn i'w godi
flwyddyn ar ôl blwyddyn i barhau â'r
gwaith a wnawn. Mae hwn yn ffurfi
enfawr na fedrem ei gyrraedd onibai am
haelioni rhyfeddol unigolion, grwpiau
cymunedol a phartneriaid corfforaethol.
Rydym yn fythol ddiolchgar am eich
cefnogaeth.

Mae'r pen-blwydd 30 oed hwn yn
amser i dathlu, ond hefyd i ddweud
diolch yn fawr iawn i'n holl gefnogwyr.
Mae eich cefnogaeth ac anogaeth wedi
ein galluogi i ofalu am ein cymuned am
y 30 mlynedd diwethaf. Gyda'ch cred
barhaus yn ein cenhadaeth, ein nod yw
bod yma i ddarparu gofal rhagorol am y
30 mlynedd nesaf a thu hwnt.

DIOLCH YN FAWR!



**Chris Burgoyne, Cadeirydd
Bwrdd yr Ymddiriedolwyr**

Rydyn ni yma pan fyddwch chi in hangen ni: Sut i hunanatgyfeirio

Yn Hosbis Tŷ'r Eos, y claf a'u teulu sydd wrth wraidd popeth a wnawn. Rydym yn darparu gofal lliniarol arbenigol a chymorth am ddim i'r rhai sy'n byw gyda diagnosis o salwch sy'n gwaethygu a/neu sy'n cyfyngu ar fywyd, fel MND, Parkinson's, MS, methiant y galon, a chanser. Mae ein gofal wedi'i gynllunio i'ch helpu i fyw bywyd i'r eithaf, waeth beth fo'ch diagnosis.

Rydym yn deall y gall diagnosis ddod â llawer o heriau, ac rydym yma i'ch cefnogi bob cam o'r ffordd. Er bod atgyfeiriadau gan weithwyr meddygol proffesiynol yn gyffredin, rydym yn gwybod y gall hyn gymryd amser weithiau. Dyna pam rydym yn ei gwneud hi'n syml i chi neu aelod o'r teulu hunanatgyfeirio, gan roi mynediad cyflymach i chi at y gofal a'r gefnogaeth sydd eu hangen arnoch.

Mae ein Tîm Llif Cleifion yma i'ch cefnogi i gael mynediad at y gofal sydd ei angen arnoch. Gall hyn gynnwys arhosiad byr am

seibiant neu gymorth gyda rheoli symptomau, gwasanaethau lles, ffisiotherapi, therapïau cyflenwol, cefnogaeth i deuluoedd, neu, pan fo angen, gofal diwedd oes tymor

byr. Beth bynnag yw eich sefyllfa, rydym yma i wneud eich cyflwyniad i'r hosbis mor llyfn a chefnogol â phosibl.



Sut i gael mynediad at wasanaethau Hosbis Tŷ'r Eos

■ Beth yw hunanatgyfeiriad?

Mae hunanatgyfeiriad yn ffordd gyflym a hawdd i chi gael mynediad at wasanaethau hosbis heb yr angen i fynd trwy weithiwr gofal iechyd proffesiynol.

Gallwch chi neu rywun annwyl gysylltu â'n Tîm Llif Cleifion yn uniongyrchol i drafod sut y gall Tŷ'r Eos eich cefnogi.

■ Y broses hunanatgyfeirio

Cysylltwch â ni: Ffoniwch ein Tîm Llif Cleifion ar 01978 316806 neu e-bostiwch nightingalehouse referrals@wales.nhs.uk i ddechrau'r broses.

■ Rydym yn cysylltu â'ch darparwr gofal iechyd

Unwaith y byddwn yn derbyn eich atgyfeiriad, byddwn yn cysylltu â'ch prif ofalwr, fel arfer eich Meddyg Teulu neu Nyrs Ardal, i gasglu'r wybodaeth feddygol sydd ei hangen arnom.

■ Cadwch mewn cysylltiad

Byddwn yn rhoi'r wybodaeth ddiweddaraf i chi drwy gydol y broses. Unwaith y byddwn yn deall sut y gallwn eich cefnogi orau, byddwn yn eich

gwahodd i'r hosbis am asesiad cleifion allanol neu i drafod derbyniad.

■ Meini prawf ar gyfer cael mynediad at wasanaethau hosbis

I gael mynediad at wasanaethau hosbis, rhaid i chi fodloni'r meini prawf canlynol:

Oedran: Rydych chi'n 18 oed neu'n hŷn.

Lleoliad: Rydych chi'n byw yn un o'r ardaloedd canlynol:

- Wrecsam
- Sir y Fflint
- Dwyrain Sir Ddinbych
- Coridor yr A494 i'r Bermo
- Trefi ar y ffin Croesoswallt, Whitchurch, Ellesmere a Wem

Cyflwr iechyd: Rydych chi wedi cael diagnosis lliniarol (sy'n cyfyngu ar fywyd).

■ Cyflyrau ac afiechydon y gallwn eich cefnogi gyda nhw

- Cyflyrau lliniarol niwrolegol fel MND, MS, PSP, Parkinsons
- Methiant y Galon
- Cyflyrau anadlol fel Clefyd Rhwystrol

Cronig Difrifol yr Ysgyfaint (COPD), Clefyd Interstitaidd yr Ysgyfaint (ILD) – Yn cynnwys Ffibrosis yr Ysgyfaint, Bronciectasis

- Clefyd yr arennau - cam olaf

- Methiant yr iau - cam olaf

- Canser Terfynol

Mae Hosbis Tŷ'r Eos yma i chi a'ch teulu. Nid lle yn unig ydyn ni, rydym yn deimlad o gartref a chymuned pan fyddwch ei angen fwyaf.



Stori Jen: “Dydi o ddim yr hyn ydych chi’n ei feddwl” - Mae stori Jen yn chwalu’r mythau ynghylch gofal hosbis

Pan gamodd Jen o Llai i mewn i Dŷ’r Eos am y tro cyntaf, doedd hi ddim yn siŵr a oedd hi’n perthyn. Yn byw gyda chanser y thyroid cam pedwar, roedd Jen yn poeni y gallai pobl ei gweld hi’n ‘rhy ifanc’ neu hyd yn oed gwestiynu pam roedd hi angen ein cefnogaeth. Fel llawer, roedd hi’n meddwl mai dim ond ar gyfer pobl hŷn yn eu dyddiau olaf oedd hosbisau.

Roedd yr hyn a ddarganfu yma yn gwbl wahanol. “Mae pawb wedi bod yn hollol hyfryd,” meddai Jen. “Roeddwn i’n nerfus ar y dechrau, ond mae’r staff yn fy nhrin fel frind. Maen nhw’n gwybod fy enw, maen nhw’n gwranddo, ac maen nhw wedi fy helpu i deimlo fel fi fy hun eto.”

Dechreuodd taith canser Jen yn annisgwyl ar ôl i apwyntiad

ceiroprectydd arferol ddatgelu canser y thyroid merol. Dilynodd llawdriniaeth ac imiwnotherapi, gan ei gadael â sgîl-ffeithiau parhaus gan gynnwys blinder a phoen. Roedd ymdopi fel mam ifanc i’w merch Winry yn anodd nes i’w phartner, Dan, ei hannog i gysylltu â Thŷ’r Eos.

O’r ymweliad cyntaf ansicr hwnnw, mae Jen wedi dod o hyd i achubiaeth drwy ein Rhaglen Les. Yma gall gael mynediad at therapïau, sesiynau celf, cefnogaeth i’r teulu, ac yn bwysicaf oll, y cyfle i gysylltu ag eraill sy’n deall.

“Mae wedi rhoi rhywbeth i mi edrych ymlaen ato bob wythnos,” eglura. “Nid gofal clinigol yn unig sy’n bwysig, mae’n ymwneud â hwyliau, hunan-barch, a bod gyda phobl sy’n gwranddo go iawn.”

Mae Jen yn mwynhau’r ochr gymdeithasol yn arbennig, gan

sgwrsio’n aml â chleifion hŷn a dysgu o’u straeon. “Rydw i’n swil o gwmpas pobl fy oedran fy hun, ond yma rydw i wedi gwneud ffrindiau gyda phobl rwy’n eu hedmygu’n fawr. Mae’n codi calon.”

Mae hyd yn oed ei merch Winry yn cymeradwyo, gan ddisgrifio Tŷ’r Eos fel “Ysgol Feithrin i oedolion”, lle mae ei mam yn peintio, yn chwarae gemau, ac yn treulio amser gyda ffrindiau..

I Jen, y wers fwyaf yw bod gofal hosbis yn ymwneud â byw’n dda. “Nid dim ond ar gyfer yr henoed neu bobl yn eu dyddiau olaf yn unig y mae o,” meddai. “Mae ar gyfer unrhyw un sydd â chyflwr sy’n cyfyngu ar fywyd ac sydd angen cefnogaeth. Dydi gofyn am help ddim yn golygu rhoi’r gorau iddi, gallai fod y penderfyniad gorau ar gyfer eich lles meddyliol ac emosiynol.”

Newid canfyddiadau: Sut y trawsnewidiodd Tŷ’r Eos fywyd Angie

Pan glywodd Angie y gair ‘hosbis’ am y tro cyntaf, fe’i llenwyd ag ofn. Fel llawer, tybiodd mai dim ond ‘lle i farw’ ydoedd. Ond newidiodd ei phrofiad yn Nhŷ’r Eos, lle cafodd ei chyfeirio yn 2021 yn dilyn diagnosis o ganser a phoen cefn difrifol, y canfyddiad hwnnw’n llwyr.

Wedi’i hannog gan nyrs ardal, dechreuodd Angie fynychu sesiynau a oedd yn canolbwyntio ar reoli poen. Ar y pryd, prin y gallai gerdded. Gyda ffisiotherapi ac arweiniad gan dîm Tŷ’r Eos, adennillodd symudedd yn raddol a dysgodd ofalu am ei chorff ei hun yn hyderus.

Y tu hwnt i ffisiotherapi, darganfu Angie ystod eang o wasanaethau i gefnogi lles corfforol a meddyliol. Darparodd hydrotherapi, reflexoleg, therapi celf, a’r Rhaglen Les rwydwaith gofal iddi sydd wedi trawsnewid

ansawdd ei bywyd. Roedd cwrdd ag eraill sy’n wynebu gwahanol afiechydon, ond heriau tebyg, hefyd yn ei helpu i deimlo’n llai ynysig, gan wneud y positifrwydd a’r anogaeth a gafodd yn Nhŷ’r Eos yr un mor bwysig â’r gefnogaeth gorfforol.

Mae Angie yn angerddol am herio’r stigma sy’n ymwneud â gofal hosbis. Mae hi eisiau i bobl wybod nad yw Tŷ’r Eos ar gyfer diwedd oes yn unig, mae’n lle i unrhyw un sydd â salwch sy’n cyfyngu ar fywyd neu sy’n gwaethgu reoli symptomau, cael mynediad at gefnogaeth arbenigol, a chynnal ansawdd bywyd.

Heddiw, mae hi’n parhau i ddefnyddio gwasanaethau’r hosbis pryd bynnag y mae eu hangen arni, gan ddisgrifio Tŷ’r Eos fel ei ‘rhwyl ddiogelwch’. Mae’n lle o gysur, dealltwriaeth a gofal, gan ei helpu i

fyw cystal â phosibl er gwaethaf ei salwch.

Mae stori Angie yn atgof pwerus o’r effaith sydd gan Dŷ’r Eos ar fywydau pobl yn ein cymuned, gan eu cefnogi i fyw’n dda, aros yn annibynnol, a dod o hyd i obaith mewn cyfnodau anodd.



Stori Peter: “Rhoddodd Hosbis Tŷ'r Eos fy mywyd yn ôl i mi”

Mae Peter, preswyllydd Wrecsam sy'n annwyl i lawer, wedi rhannu ei stori ysbrydoledig am y gofal a newidiodd ei fywyd yn Nhŷ'r Eos yn dilyn ei ddiagnosis o lymffoma nad yw'n lymffoma Hodgkin. Nawr yn 81 oed, mae Peter yn myfyrio ar sut y trawsnewidiodd yr hosbis ei iechyd, ei hyder a'i agwedd, a pham ei fod yn lle na ddylai neb ei ofni.

Dechreuodd ei daith canser yn 2012 pan arweiniodd poen parhaus yn ei ben-glin at ddiagnosis a newidiodd ei fywyd. Daeth y blynyddoedd dilynol â chemotherapi, radiotherapi, a chymhlethdodau parhaus. Yn 2017, dychwelodd y canser, ac wynebodd Peter rownd anodd arall o driniaethau. “Roeddwn i'n ei chael hi'n anodd yn gorfforol, yn emosiynol ac yn feddyliol,” eglurodd Peter. “Pan gefais fy atgyfeirio i Dŷ'r Eos am ffisiotherapi, rhaid i mi gyfaddef fy mod i'n meddwl y gallai fod y diwedd. Mae'r camsyniad hwn o hyd bod hosbis ar gyfer pobl ar ddiwedd eu hoes yn unig, ond fedrai hynny ddim bod yn bellach o'r gwir.”

Tyfodd yr hyn a ddechreuodd fel ffisiotherapi yn rhaglen lawn o gefnogaeth yn fuan, gan gynnwys hydrotherapi, therapiau cyflenwol, y Rhaglen Les, ac ymuno â grwpiau cyfoedion cymdeithasol. “Rhoddodd dod yma fywyd newydd i mi,” meddai. “Fe wnes i gyfarfod pobl, fe wnes i ennill annibyniaeth ac yn araf fe wnes i deimlo fel fi fy hun eto. Mae'n lle hapus. Mae pawb yn gwenu. Y



staff, y gwirfoddolwyr, maen nhw'n codi'ch hwyliau heb hyd yn oed geisio.”

Dros fwy na degawd ers ei ddiagnosis, mae Peter yn rhoi clod i'r hosbis am ei helpu nid yn unig i reoli ei gyflwr, ond hefyd i ailddarganfod ei ymdeimlad o bwrpas a'i lawenydd. “Nid yw'r gofal yma yn ymwneud â'r driniaeth yn unig, mae'n ymwneud

â byw'n llawn, hyd yn oed pan fydd bywyd yn anodd,” meddai. “Maen nhw wedi fy helpu i ddod o hyd i mi fy hun eto.”

Mae'r ffocws hwnnw ar fyw'n dda wedi cynnwys eiliadau na feddyliai Peter byth y byddai'n eu profi eto, fel dychwelyd i wyllo ei annwyl glwb pêl-droed Wrecsam yn bersonol. Yn gefnogwr gydol oes ac yn gyn-ddeiliad tocyn tymor, nid oedd Peter wedi gallu mynychu gêm ers blynyddoedd oherwydd ei iechyd. Yn gynharach eleni, synnodd yr hosbis ef gyda thocynnau i weld Wrecsam yn chwarae Charlton Athletic gyda sedd yn Ystafell Foethus y Clwb, a roddwyd yn hael gan Scottish Power. “Roedd fel rhywbeth allan o freuddwyd,” meddai Peter. “Cawsom seddi gwych, pryd o fwyd tri chwr, ac roedd yr awyrgylch yn anhygoel. Ac roedd Wrecsam yn ennill 3-0 yn goron ar y cyfan. Wna i byth anghofio hynny.”

“Mae yna gamsyniad o hyd mai dim ond lle ar gyfer pobl ar ddiwedd eu hoes yw hosbis, ond allai hynny ddim bod yn bellach o'r gwir.”



I Peter, crynhodd y diwrnod hwnnw anian Tŷ'r Eos, sef gwneud y gorau o'r amser sydd gennych a chreu eiliadau sy'n codi'r ysbryd. “Roedd mynd i'r gêm yn ymwneud â mwy na phêl-droed,” myfyria. “Roedd yn ymwneud â theimlo'n rhan o fywyd eto. Dyna beth mae'r hosbis wedi'i roi i mi.”

Mae Peter bellach yn ymwelydd rheolaidd ac yn gefnogwr balch o'r hosbis, gan roi rhywbeth yn ôl drwy'r loteri a gweithgareddau codi arian eraill. Mae ei neges i eraill yn syml: “Peidiwch ag ofni'r gair 'hosbis'. Nid dim ond lle ar gyfer y diwedd ydi o, mae'n lle i fyw. Allai i ddim diolch digon iddyn nhw am bopeth maen nhw wedi'i wneud i mi.”

30 Mlynedd gyda'n gilydd: Dathlu ein cymuned gofal

Pan agorodd Hosbis Tŷ'r Eos ei drysau gyntaf ym 1995, tîm bach ond penderfynol a osododd y sylfeini ar gyfer y gofal a'r tosturi y mae'r hosbis yn adnabyddus amdano heddiw. Yn eu plith roedd Debbie Barton, a gymerodd rôl codi arian, gan weithio ochr yn ochr â'r sylfaenydd, Dr Arthurs a'r Metron, Linda Johnson. Gyda'i gilydd, roeddent yn rhannu gweledigaeth: creu lle lle gallai pobl leol sy'n wynebu salwch sy'n cyfyngu ar fywyd ddod o hyd i ofal arbenigol, urddas a chefnogaeth.

cysylltiadau cymunedol. Yn fuan daeth Debbie yn wyneb cyfarwydd ledled Gogledd Cymru, gan deithio noson ar ôl noson i siarad mewn Clybiau Rotari, Sefydliadau Menywod, Clybiau Gweithwyr, tafarndai, a neuaddau pentref, gan ddefnyddio ei thafunydd dibynadwy i rannu stori'r hosbis. Datblygodd hefyd berthnasodedd â busnesau lleol a helpodd i sefydlu rhai o'r grwpiau codi arian cymunedol sy'n parhau i gefnogi Tŷ'r Eos heddiw. "Roedd yn sylfaenol iawn, cyfarfod wyneb yn wyneb, gyrru'n hwyr y

“ Mae pobl yn dal i ofni'r gair 'hosbis.' Ond unwaith maen nhw'n camu drwy'r drysau, maen nhw'n gweld ei fod yn lle o gynhesrwydd, gofal a chefnogaeth. ”

Ymunodd Debbie â Thŷ'r Eos ar adeg hollbwysig, gan ddilyn Julie Hinchliffe, a oedd wedi bod yn un o'r rhai a gododd arian yn gynnar pan oedd Tŷ'r Eos yn dal i fod wedi'i leoli yn Ysbyty Maelor. Wrth i Debbie ymuno â'r tîm, roedd yr adeilad newydd ar Heol Caer bron â'i gwblhau, ac roedd yr hwyliau'n uchel. Heb fawr mwy na ffôn, taflunydd sleidiau, a digon o benderfyniad, cafodd y dasg o godi'r targed blynyddol o £250,000 a fyddai'n cadw'r hosbis ar agor. "Ar y pryd, roedd hynny'n teimlo'n enfawr," cofia Debbie. "Nid dim ond codi arian oedd hi, roedd hi'n ymwneud â chael y gymuned i ddeall beth oedd hosbis, ac i gredu yn yr hyn yr oedden ni'n ceisio'i wneud."

Gyda chefnogaeth Greta Jones, sefydlwyd Pwyllgor Codi Arian i annog syniadau a datblygu

nos, digwyddiadau codi arian mewn tafarndai, a neuaddau cymunedol. Doedd dim e-bost, dim cyfryngau cymdeithasol. Dim ond cwrdd â llawer o bobl, eu hannog i godi arian, llenwi ceisiadau am grantiau ac ysgrifennu straeon ar gyfer y papurau newydd lleol i ledaenu'r gair," meddai.

Nid oedd y dyddiau cynnar hynny heb eu heriau. Bu llifogydd yn fuan ar ôl symud i'r adeilad newydd, y dasg anarferol o roi teithiau dan olau tortsh i ymwelwyr, a'r pwysau cyson o gynnal gwasanaeth newydd oedd yn tyfu. Eto roedd yna hefyd lawer o fomentau calonogol, gan gynnwys haelioni cymunedau lleol, a'r cyffro o dderbyn sieciau enfawr a godwyd trwy ymdrechion codi arian.

Chwaraeodd Debbie ran ganolog hefyd yn lansio Light Up a Life,



traddodiad sy'n parhau i fod yn rhan o Nightingale House heddiw. "Mae Light Up a Life yn dal i fod yn un o'r eiliadau sy'n rhoi'r mwyaf o falchder i mi," mae hi'n cyfaddef.

Dros amser, gwelodd Debbie yr hosbis yn tyfu, o ran maint a chwmpas. Ehangodd y gwasanaethau i gynnwys adsefydlu, Rhaglen Les, hunanatgyfeiriadau, a chefnogaeth i deuluoedd. Iddi hi, mae'r cynnydd yn adlewyrchu calon Tŷ'r Eos: "Mae pobl yn meddwl bod rhaid i hosbis fod yn drist. Nid dyma'r realiti. Mae'n lle i fyw, i wneud i bob un diwrnod gyfrif."

Nawr, 30 mlynedd yn ddiweddarach, mae Debbie yn edrych yn ôl gyda balchder ar ba mor bell y mae'r hosbis wedi dod, gan gydnabod bod rhai heriau'n parhau. "Mae pobl yn dal i ofni'r gair 'hosbis.' Ond unwaith maen nhw'n camu trwy'r drysau, maen nhw'n gweld ei fod yn lle o gynhesrwydd, gofal a chefnogaeth."

Wrth i Dŷ'r Eos ddathlu ei ben-blwydd yn 30 oed, mae gan Debbie neges o'r galon:

"Adeiladwyd yr hosbis ar ymdrechion cynifer o bobl a phenderfyniad a chefnogaeth cymuned. Mae'r ysbryd hwnnw'n dal yn fyw ym mhopeth y mae'n ei wneud. Rydw i'n teimlo'n hynod o ffodus i fod wedi bod yn rhan o'i daith."



Ysbryd cymunedol yn disgleirio'n llachar ar gyfer ymgyrch pen-blwydd yn 30 oed

I nodi pen-blwydd Hosbis Tŷ'r Eos yn 30 oed, lansiwyd yr ymgyrch Diwrnod Hiraf, Gofal Parhaol, gan gyrraedd uchafbwynt ar heuldro'r haf, diwrnod hiraf y flwyddyn.

Tynnodd yr ymgyrch sylw at ymrwymiad diysgog yr hosbis i ddarparu gofal arbenigol a thosturiol 24 awr y dydd, 365 diwrnod y flwyddyn, gan helpu i sicrhau y gall mwy o deuluoedd

dderbyn cefnogaeth hanfodol pan fyddant ei hangen fwyaf.

Daeth cymunedau ar draws dalgylch yr hosbis ynghyd i gefnogi'r ymgyrch, gyda busnesau lleol, ysgolion, meithrinfeydd, clybiau golff a mwy yn codi arian. O abseilio a marathonaau i beintio, dawnsio a diwrnodau golff, cofleidiodd cefnogwyr yr her gyda chreadigrwydd ac angerdd.

Diolch i'r ysbryd cymunedol rhyfeddol hwn, mae'r ymgyrch wedi codi dros £110,000. Bydd yr arian hwn yn helpu Tŷ'r Eos i barhau i ddarparu ei wasanaethau hanfodol, o nyrsio arbenigol a rheoli poen i gefnogaeth emosiynol a chymorth galar, yn rhad ac am ddim i gleifion a'u hanwyliaid ledled y rhanbarth.



Cwrdd â'n Cyfarwyddwr Meddygol newydd: Dr Adrian Bellwood

Rydym wrth ein bodd yn cyflwyno Dr Adrian Bellwood fel Cyfarwyddwr Meddygol newydd Hosbis Tŷ'r Eos.

Dechreuodd Adrian ei hyfforddiant meddygol yn Ysbyty Maelor Wrecsam yn ôl yn 2007 ac mae wedi bod yn gofalu am gleifion yn ein cymuned byth ers hynny. Ar ôl cwblhau ei hyfforddiant Meddyg Teulu, daeth yn Bartner Meddyg Teulu ym Meddygfa'r Waun, profiad y mae'n ei ddisgrifio fel "dechrau gwerth chweil" i'w yrfa. Yn ystod yr amser hwn datblygodd ddiddordeb arbennig mewn gofal lliniarol, a arweiniodd at gwblhau Diploma Gofal Lliniarol ym Mhrifysgol Caerdydd, a chymryd rolau arweiniol ar gyfer gofal canser a lliniarol yn y practis.

Ochr yn ochr â'i waith fel meddyg teulu, enillodd Adrian arbenigedd hefyd mewn meddygaeth ENT a ffordd o fyw. Daeth yn hyfforddwr meddyg teulu yn Syrjeri'r Waun, gan rannu ei angerdd dros addysgu, cyn symud ymlaen i swydd academiaidd yn Ysgol Feddygaeth Prifysgol Lerpwl, lle bu'n darlithio grwpiau o fyfyrwyr meddygol. Mae ei frwdfrydedd dros addysg a hyfforddiant yn glir, ac mae'n credu'n gryf bod grymuso cleifion a gweithwyr gofal iechyd proffesiynol trwy wybodaeth yn allweddol i wella canlyniadau lles ac iechyd.

Gan esbonio beth â'i denodd at yr hosbis, dywedodd Adrian:

"Mae Tŷ'r Eos wedi cefnogi cannoedd o'm cleifion a'u teuluoedd dros y blynyddoedd. Mae dod yn Gyfarwyddwr Meddygol yn dwyn ynghyd fy nghariad at ofal lliniarol, fy niddordeb mewn addysg, a'm angerdd dros gefnogi pobl trwy heriau anoddaf bywyd. Mae'n ffrind ymuno â thim mor ysbrydoledig."

Yn ei rôl newydd, mae Adrian yn edrych ymlaen at ddod i adnabod staff, gwirfoddolwyr, cleifion a



“ Mae gofal hosbis yn ymwneud â bod yn gwbl bresennol gyda phob person, gan eu grymuso i fyw cystal â phosibl, hyd yn oed yn yr amseroedd anoddaf. ”

theuluoedd, tra hefyd yn cryfhau'r cysylltiadau rhwng gofal sylfaenol ac eilaidd. Bydd addysg yn ffocws mawr, gyda chynlluniau i gynnal digwyddiadau hyfforddi a gweithio ar ddatblygu llwybrau a fydd yn cefnogi meddygon teulu i ofalu am gleifion ag anghenion lliniarol cymhleth. Mae hefyd yn angerddol am sicrhau bod cymaint o bobl â phosibl yn gwybod am wasanaethau hosbis, fel y gall y rhai mewn angen gael mynediad at gymorth yn brydlon, boed trwy hunanatgyfeirio neu gael eu cyfeirio gan weithiwr proffesiynol.

Pan ofynnwyd iddo beth sy'n ei gyffroi fwyaf am ymuno â Thŷ'r Eos, dywedodd Adrian mai'r ymdeimlad o bwrpas a rennir yw hynny:

"Mae gofal hosbis yn ymwneud â bod yn gwbl bresennol gyda phob person, gan eu grymuso i fyw cystal â phosibl, hyd yn oed yn yr amseroedd anoddaf. Mae Tŷ'r Eos yn lle lle mae gwybodaeth arbenigol a thrugaredd

yn dod at ei gilydd mewn ffyrdd creadigol ac arloesol, ac rydw i'n falch o ymrwymo i'r genhadaeth honno."

Y tu allan i feddygaeth, mae Adrian yn mwynhau treulio amser gyda'i wraig, Sam, a'u mab ifanc, gan grwydro traethau lleol, coetiroedd a chefn gwlad. Mae'n rhedwr a beiciwr brwd ac ar hyn o bryd mae'n hyfforddi ar gyfer Marathon Caer. Mae cerddoriaeth yn rhan fawr arall o'i fywyd, mae'n chwarae'r sacsoffon a'r gitâr ac yn aelod o fand jazz o'r enw Jazzectomy. Mae'r band hyd yn oed wedi perfformio mewn digwyddiadau sy'n codi arian ar gyfer Tŷ'r Eos.

Rydym yn gyffrous iawn i gael Adrian ar y tim ac yn edrych ymlaen at yr arbenigedd, yr egni a'r angerdd y mae'n eu dwyn i Dŷ'r Eos, gan helpu i wneud gwahaniaeth gwirioneddol i gleifion, teuluoedd a'r gymuned ehangach.

Ehangu cefnogaeth arbenigol ar gyfer cyflyrau niwrolegol

Ers ymuno â Thy'r Eos ym mis Ionawr, mae Gwyneth, ein Nyrs Gyswllt Niwrolegol, wedi bod yn gwneud gwahaniaeth gwirioneddol i bobl sy'n byw gyda chyflyrau niwrolegol cynyddol fel MND, MS, Parkinson's a PSP.

Mae'r rôl arbenigol hon yn newydd i Dy'r Eos, ac fe'i crëwyd er mwyn i ni allu cyrraedd mwy o bobl yn gynharach yn eu taith. Drwy gynnig cefnogaeth amserol, sy'n canolbwyntio ar y person ac sy'n gyfannol, mae Gwyneth yn helpu'r rhai sydd ag anghenion niwrolegol cymhleth i deimlo bod ganddynt well cysylltiad â'r gofal a'r gwasanaethau sydd ar gael iddynt.

Fel cyswllt ymroddedig rhwng cleifion, teuluoedd a'r system gofal iechyd ehangach, mae Gwyneth yn helpu i gydlynu gofal a sicrhau bod pobl yn cael eu cyfeirio at y gefnogaeth gywir ar yr amser cywir. Mae ei dull tosturiol ac ymarferol

eisoes yn cael effaith amlwg, gyda theuluoedd yn dweud wrthym eu bod yn teimlo'n fwy gwybodus, wedi'u grymuso a'u cefnogi ar eu taith.

Rhan allweddol o rôl Gwyneth yw helpu pobl i gael mynediad at yr ystod eang o wasanaethau cefnogol y mae Thy'r Eos yn eu cynnig. Gall ein pwll hydrotherapi ddarparu rhyddhad ysgafn rhag poen ac anystwythder, cefnogi symudedd, a hyrwyddo ymdeimlad o dawelwch a lles. Yn y cyfamser, mae therapïau cyflenwol fel tylino, reiki ac adweitheg yn cynnig cefnogaeth amhrisiadwy ar gyfer yr heriau corfforol ac emosiynol sy'n dod gyda chyflyrau niwrolegol.

Mae rôl Gwyneth yn ein helpu i ehangu ein cyrhaeddiad a gwneud gofal hosbis yn fwy hygyrch i'r rhai nad oeddent efallai wedi gwybod yn draddodiadol ei fod ar gael iddynt. Mae'n rhan hanfodol o'n



hymrwymiad ehangach i ddiwallu anghenion amrywiol ein cymuned.

Rydym mor ddiolchgar am y tosturi, yr arbenigedd a'r ymroddiad y mae Gwyneth yn eu dwyn i Dy'r Eos, ac am ein helpu i ymestyn ein

Cannoedd yn codi allan i strydoedd Wrecsam ar gyfer Taith Gerdded Hanner Nos

Disgleiriodd Llwyn Isaf gyda môr o liwiau llachar a goleuadau'n fflachio ddydd Sadwrn 7fed Mehefin, wrth i dros 500 o gefnogwyr ddod ynghyd ar gyfer y Daith Gerdded Hanner Nos flynyddol, un o'n digwyddiadau codi arian mwyaf poblogaidd ac emosiynol. Cododd y digwyddiad swm anhygoel o £46,500, gan helpu i ariannu ein gwasanaethau hanfodol.

Gwisgodd y cyfranogwyr ddillad llachar, mwclis blodau llachar, twtwau wedi'u goleuo, a chlustiau cwningen yn fflachio ar gyfer y daith gerdded hwyr y nos, gyda llawer yn cerdded er cof am anwyliaid wrth godi arian i helpu Tŷ'r Eos i barhau i ddarparu gofal a chymorth am ddim.

Gallai cerddwyr ddewis rhwng



llwybr 5k neu 10k, y ddau'n wastad a hollol hygyrch, gan droelli drwy strydoedd Wrecsam. Cyn y cyfrif i lawr swyddogol am hanner nos, mwynhaodd y dorf gerddoriaeth fyw gan y ffefrynnau lleol Rhythm Train, ac yna ymarfer cynhesu corff egniol dan arweiniad Freedom Leisure, gan greu awyrgylch o ddathliad bywiog.

Cymerodd un cerddwr, Carole Jones, ran ochr yn ochr â'i merch Mollie er cof am ei mam. "Daeth fy mam i'r hosbis gyda chanser y fron metastatig a oedd wedi lleu i'w hesgryn," meddai Carole.

"Roedd y gofal a gafodd yn anhygoel, doedd dim yn ormod o drafferth. Pan oedd hi prin yn gallu bwyta, gwnaeth staff y gegin deithiau arbennig i Asda i gael ei hoff gawl cynffon ych. Doedd hi byth yn anghyfforddus, ac roedden ni bob amser yn cael ein croesawu gyda chymaint o garedigrwydd.

"Fe wnaeth y gefnogaeth a dderbyniais wedyn gan y Tim Cymorth i Deuluoedd fy helpu'n fawr. Dw i wrth fy modd â'r awyrgylch yn y

Daith Gerdded Hanner Nos, ac rydw i'n teimlo'n eithaf emosiynol bob amser."

Gwnaed y digwyddiad yn bosibl diolch i dros 50 o wirfoddolwyr ymroddedig, a gefnogodd bopeth o'r rhag-osod a'r cofrestru i drefnu'r llwybr a chefnogi cerddwyr drwy gydol y nos.

Dyweddodd Elise Jackson, Rheolwr Digwyddiadau a Chymuned yn Hosbis Tŷ'r Eos: "Mae gweld cymaint o bobl yn cerdded trwy Wrecsam o dan y sêr, wedi'u huno gan gariad, gobaith a phwrpas, yn wirioneddol gyffrous. Mae pob un person a gymerodd ran, boed yn cerdded, codi arian, gwirfoddoli neu gefnogi y tu ôl i'r llenni, wedi gwneud gwahaniaeth gwirioneddol. Mae'r Daith Gerdded Hanner Nos bob amser yn noson emosiynol ond yn codi calon, ac roedd dathlu pen-blwydd yr hosbis yn 30 oed yn ei gwneud hyd yn oed yn fwy arbennig."

Mae MotorFest yn llwyddiant ysgubol

Daeth tyrfaoedd o bobl i Fferm Penyllan ar 19 Gorffennaf ar gyfer MotorFest Wrecsam, gan godi swm anhygoel o £15,500 i Hosbis Tŷ'r Eos.

Dangosodd y digwyddiad amrywiaeth eang o gerbydau, o geir clasurol a modern i lorïau, cerbydau'r fyddin, a thactorau, gan b

Carnifal Balŵns Croesoswallt yn codi'r swm anhygoel o £37,000

Heidiodd miloedd o ymwelwyr i Barc Cae Glas yng Nghroesoswallt ym mis Awst ar gyfer Carnifal Balŵns blynyddol Croesoswallt, gan godi swm anhygoel o £37,000 i Hosbis Tŷ'r Eos.

Roedd y digwyddiad teuluol yn rhad ac am ddim i'w fynychu, gyda gwahoddiad i ymwelwyr gyfrannu rhodd fach, ac roedd yn cynnig penwythnos o adloniant lliwgar i bob oed.

Am unwaith, roedd tywydd gwyh Prydain yn garedig, gan ganiatáu i ddau o'r tri hediad balŵn a drefnwyd gychwyn yn llwyddiannus, a hynny'n arwain at y llewyrch nos a ddisgwyliwyd yn eiddgar amdano nos Sadwrn, a oleuodd yr awyr mewn arddangosfa ysblennydd o liw a golau.

Ochr yn ochr â'r balŵns, mwynhaodd ymwelwyr weithdai syrcau, corau, perfformiadau dawns, ac amrywiaeth o weithgareddau

i ddiddanu'r teulu cyfan. Roedd y carnifal yn ddathliad gwirioneddol o ysbryd cymunedol ac yn arwydd calonog o gefnogaeth i'r hosbis.

Gwnaed llwyddiant y digwyddiad yn bosibl diolch i ymroddiad ein staff a'n gwirfoddolwyr, a chyda chefnogaeth werthfawr Cyngor Tref Croesoswallt ac Ardal Gwella Busnes Croesoswallt (BID). Rydym yn wirioneddol ddiolchgar i'n holl bartneriaid am helpu i'w wneud yn achlysur mor arbennig.



Ffotograffau: Neil Evans a High Pixel Photography

Sky's the Limit – Dawns Pen-blwydd yn 30 oed

Nododd Hosbis Tŷ'r Eos 30 mlynedd o ofal tosturiol gyda dathliad ysblennydd yn Nawns Pen-blwydd The Sky's the Limit ddydd Gwener 5 Medi yng Ngwesty Carden Park.

Roedd y digwyddiad tei du yn ddigwyddiad disglair, gan ddod â chefnogwyr, partneriaid, staff a ffrindiau'r hosbis ynghyd. Croesawyd gwesteion gyda gwydraid o fybls cyn mwynhau pryd tri chwrs, adloniant byw, gemau codi arian, raffl foethus ac ocsiwn byw. Cododd y digwyddiad swm anhygoel o £34,000, gan helpu i ariannu gofal hanfodol i gleifion a theuluoedd.

Roedd thema'r ddawns, a ysbrydolwyd gan falŵn aer poeth Tŷ'r Eos ei hun, yn dal yn berffaith

yr uchelgais, y gobaith a'r ysbryd cymunedol sydd wedi diffinio'r hosbis dros y tair degawd diwethaf. Roedd y lleoliad yn pefrio gyda dathliad, gan greu cefndir addas ar gyfer y flwyddyn garreg filltir

Dyddiadau ar gyfer eich dyddiadur

Mae calendr prysur yr hosbis ar gyfer yr hydref a'r gaeaf yn cynnig hwyl, adloniant ac eiliadau o fyfrio i'n cymuned.

Yn dilyn llwyddiant y Daith Gerdded Hanner Nos, MotorFest, Carnifal Balŵns Croesoswallt, a Dawns Sky's the Limit, mae digon i'w fwynhau o hyd wrth i ni ddod â'n dathliadau pen-blwydd yn 30 oed i ben.

I gael gwybod mwy, sganiwch y cod QR isod neu ewch i bit.ly/4pq6IVh



Digwyddiad	Dyddiad	Lleoliad
Llangollen Bingo Night	3rd October 7.00pm	Llangollen Rafa Club
Mold Bingo Night	6th October 7.00pm	Mold Golf Club
Race Night	11th October 7.00pm	The Delph, Acrefair
Something for Sarah Concert	25th October 7.00pm	Llangollen Town Hall
Curry Night	4th November	Anise, Wrexham
Wrexham Lantern Parade	15th November	Queen's Square, Wrexham
Race Night	15th November 7.00pm	Chirk AAA
Twelve Tales of Christmas - A Christmas Concert	22nd November 7.00pm	William Aston Hall, Wrexham
Light Up A Life	7th December	Nightingale House Hospice grounds
Christmas Tree Collection	From 9th January	—



Rudolph Run

Gwisgwch eich cynn – mae Ras Rŵdolff Tŷ'r Eos yn ôl! Mae'r digwyddiad cymunedol Nadoligaidd hwn yn ffefryn cadarn yng nghalendrau ysgolion a meithrinfeydd lleol. Gallwch gynnal eich Ras Rŵdolff eich hun mewn lleoliad, dyddiad ac amser o'ch dewis. Mae'r digwyddiad ar gael i bob oed a gallu, gan ei wneud yn ffordd hwyl i gweithgar o fynd i ysbryd y Nadolig wrth godi arian ar gyfer yr hosbis.

Leaves of Love

Dail Cariad, ffordd unigryw o gofio rhywun arbennig wrth gefnogi Tŷ'r Eos. Wedi'i lleoli yng nghoetir Stori Brymbo, bydd pob coeden a brynir yn creu teyrnged barhaol a lle o heddwch i genedlaethau i ddod. Drwy gysegru coeden, byddwch nid yn unig yn anrhydeddu rhywun annwyl, ond hefyd yn ein helpu i barhau i ddarparu gofal hanfodol i deuluoedd lleol.



Christmas Tree Collections

Gwnewch glirio eich Nadolig yn hawdd gyda Chasgliad Coed Tŷ'r Eos. Ym mis Ionawr, byddwn yn casglu ac yn ailgylchu eich coeden Nadolig go iawn yn gyfnewid am rodd. Mae casgliadau'n digwydd o 9 Ionawr, gyda chefnogaeth gwirfoddolwyr a busnesau lleol. Archebwch eich coeden heddiw a dechreuwch y flwyddyn trwy ein helpu i godi arian hanfodol ar gyfer gofal hosbis yn eich cymuned.

Twelve Tales of Christmas - A Christmas Concert

Dydd Sadwrn 22 Tachwedd
William Aston Hall, Wreccsam

Profiwch noson hudolus o gerddoriaeth gorawl a cherddorfaol yng ngolau cannyll wrth i Hosbis Tŷ'r Eos eich gwahodd ar daith o fyfyrto a chofio i obaith a golau. Gyda darlenniadau a straeon a rennir gan ein staff, gwirfoddolwyr a chefnogwyr, bydd y cyngerdd arbennig hwn yn dathlu'r bobl a'r gymuned wrth wraidd yr hosbis.

Bydd y noson yn cynnwys

perfformiadau rhagorol gan NEW Sinfonia, dan arweiniad a chyflwyniad Robert Guy; y côr poblogaidd, Cantorion Rhos, dan gyfarwyddyd Ruth Evans; enillwyr yr eisteddfod, Côr Meibion Rhos, dan arweiniad James Llewelyn; a lleisiau anhygoel Elan Catrin Parry a Kathy Macaulay.

O eiliadau tawel, myfyriol i ddarnau llawen, gorfoleddus, bydd y rhaglen yn eich cael chi i ganu a dawnsio gyda'ch gilydd. Bydd hwn yn ddathliad cyffrous o'r Nadolig,

cymuned, ac ysbryd parhaol gobaith, gan eich gadael wedi'ch ysbrydoli a'ch llenwi â llawenydd Nadoligaidd.

2026 – The Year of the Challenge!

Gwnewch 2026 yn Flwyddyn yr Her! Dyma'ch cyfle i gamu allan o'ch parth cysur a mynd ar antur bythgofiadwy, wrth godi arian hanfodol ar gyfer yr hosbis. Mewn partneriaeth â Global Adventure Challenges, mae pob digwyddiad wedi'i drefnu a'i gefnogi'n llawn, gan roi'r hyder i chi ganolbwyntio ar y daith ac effaith eich codi arian.

O gerdded ar hyd Mur Hadrian hanesyddol, i feicio'r llwybr llawn golygfeydd o Lundain i Baris gyda seibiannau mewn safleoedd eiconig fel y Somme, trecio i gopaon uchaf Ardal y Copaon, neu archwilio temlau Angkor Wat yng Nghambodia, mae antur i bob lefel o geisiwr her.



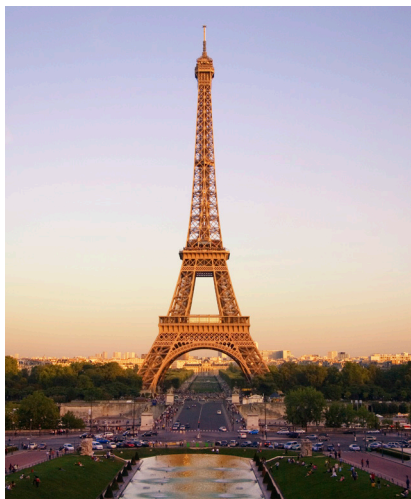
Ein Taith Gerdded Angkor Wat unigryw ar gyfer Tŷ'r Eos

31 Hydref - 9 Tachwedd 2026



Mur Hadrian

26ain-28ain Mehefin 2026



Llundain-Paris beicio (Tour De France)

22ain-26ain Gorffennaf 2026



Her 24 Copa

11eg-13eg Medi 2026

Darparwyd yr holl ffotograffau gan Global Adventures.

Am ragor o wybodaeth, gan gynnwys costau a manylion cofrestru, cysylltwch â fundraising@nightingalehouse.co.uk

Cymryd y naid: Ella'n plymio o awyren er mwyn Tŷ'r Eos

Yn ddiweddar, cwblhaodd Ella Weir, merch 21 oed o Southsea, naid o awyren noddedig i godi arian ar gyfer Tŷ'r Eos, er cof am ei thad, Jason, a dderbyniodd ofal diwedd oes yn yr hosbis.

Gan dyfu i fyny yn Wrecsam, mae Ella wedi gwybod am Dŷ'r Eos a'r gwaith rydyn ni'n ei wneud erioed. Gadawodd gofal ei thad yma effaith barhaol ar ei theulu. "O'r cychwyn cyntaf, gwnaeth tosturi a chefnogaeth y tîm hi'n glir mai dyma'r lle iawn iddo," cofia Ella. "Rhoddodd gwybod ei fod mewn dwylo mor ddiogel a gofalgwr gysur i ni yn ystod cyfnod anoddaf ein bywydau."

Yn ystod ei arhosiad, derbyniodd Jason gymorth meddygol, gofal personol, a chymorth emosiynol, tra hefyd yn cael y cyfle i dreulio amser ystyrlon gyda'i deulu. Mae Ella yn pwysleisio, "Roedd pob person y gwnaethom eu cyfarfod yn garedig, yn dosturiol, ac yn wirioneddol ofalgwr. Fe aethon nhw y tu hwnt i'r disgwyl i wneud yn siŵr bod fy nhad yn gyfforddus ac fe wnaethon nhw gefnogi ein teulu cyfan trwy gyfnod mor anodd."

Ers marwolaeth ei thad, mae Ella wedi aros mewn cysylltiad â Thŷ'r Eos, gan ddod o hyd i ffordd gadarnhaol o anrhydeddu ei gof wrth roi rhywbeth yn ôl. Nid oedd neidio o awyren yn gamp fach. "Roedd yn brofiad anhygoel, yn hollol frawychus ond mor werth chweil. Yr adrenalin, y golygfa, y teimlad o neidio allan o awyren, mae'n anodd ei roi mewn geiriau, ond roedd yn hollol anhygoel," meddai.

Mae Ella yn annog unrhyw un sy'n ystyried heriau codi arian i roi cynnig arni. "Fe fyddwn i'n bendant yn argymhell ymgymryd â her er budd yr hosbis. Mae mor foddhaol gwrthio'ch hun, cael profiad bythgofiadwy, a gwybod eich bod chi'n cefnogi lle sy'n gwneud cymaint i deuluoedd fel fy un i."

Os ydych chi wedi cael eich ysbrydoli gan stori Ella ac eisiau ymgymryd â'ch her unigol eich hun i gefnogi Tŷ'r Eos, cysylltwch â'n Tîm Codi Arian yn fundraising@nightingalehouse.co.uk

Gallai eich her fod yn fawr neu'n fach, ond mae pob ymdrech yn gwneud gwahaniaeth ystyrlon.

Ydych chi'n barod am yr her?

Mae ymgymryd â her bersonol i godi arian ar gyfer achos sy'n agos at eich calon nid yn unig yn werth chweil, mae hefyd yn ffordd anhygoel o wneud gwahaniaeth gwirioneddol. Rydym yn cael ein hysbrydoli'n gyson gan greadigrwydd, penderfyniad a haelioni ein cefnogwyr.

Os ydych chi'n ystyried trefnu eich her eich hun, rydyn ni yma i helpu bob cam o'r ffordd. Gyda chanllawiau ac adborth ymarferol, gallwn eich helpu i droi eich syniad yn ddigwyddiad llwyddiannus.

I'r rhai sy'n caru her gorfforol, boed yn redeg marathon, mynd i'r afael â thaith gerdded pellter hir, neu ymuno ag antur feicio, mae gennym galendr o ddigwyddiadau y gallwch gymryd rhan ynddynt, neu gallwn eich helpu i ddylunio a chyflwyno eich un eich hun. Beth bynnag yw eich her, byddwn yn eich cefnogi i'w gwneud yn gofiadwy, yn hwyl, ac yn effeithiol.

Am ragor o wybodaeth neu gefnogaeth, cysylltwch **fundraising@nightingalehouse.co.uk**



Dathlu 30 mlynedd o wirfoddolwyr anhgygoel

Wrth i Hospis Tŷ'r Eos nodi 30 mlynedd o ddarparu gofal lliniarol a gofal diwedd oes rhagorol i'w chymuned, mae ffocws ei dathliadau wedi bod yn glir: anrhydeddu'r bobl sy'n gwneud y cyfan yn bosibl. O staff clinigol ymroddedig a thimau cymorth i fwy na 450 o wirfoddolwyr anhgygoel, mae llwyddiant yr hosbis wedi'i wreiddio yn nhosturi, ymrwymiad a gofal ei phobl.

Ym mis Mai, daeth cannoedd o wirfoddolwyr o bob rhan o'r hosbis a'n siopau manwerthu ynghyd yn Neuadd Erddig, adeilad hardd yr Ymddiriedolaeth Genedlaethol, am noson o ddiolch, cysylltiad a chydabyddiaeth, gan ddathlu'r effaith ryfeddol maen nhw'n ei chael ar ein cleifion, teuluoedd a'r gymuned ehangach.

O Ymddiriedolwyr, derbynyddion, a chroesawwyr ward i gynorthwywyr siopau, timau caffi, a chynorthwywyr digwyddiadau, mae ein gwirfoddolwyr yn cyfrannu eu hamser, eu hegni, a'u tosturi ar draws pob ardal o Dŷ'r Eos, gan ein helpu i ddarparu'r gofal a'r gefnogaeth y mae ein cleifion a'n teuluoedd yn dibynnu arnynt.



Roedd y dathliad yn gyfle i wirfoddolwyr o bob adran gyfarfod, cysylltu, a myfrio ar eu hymrwymiad cyffredin i'r hosbis.

"Fe ges i amser hyfryd, ac roedd yn wych cael sgwrs gyda gwirfoddolwyr nad ydw i wedi'u gweld ers talwm. Mae'n teimlo'n wych gwybod faint rydyn ni'n cael ein gwerthfawrogi," meddai Sarah, gwirfoddolwr yn y siop Eos yn Regent Street.

Dywedodd Sue Jones, Rheolwr Gwirfoddoli a Chymuned yn yr Ymddiriedolaeth Genedlaethol, Erddig:

"Roedden ni wrth ein bodd yn croesawu Tŷ'r Eos i Erddig ar gyfer eu dathliad pen-blwydd yn 30 oed. Mae cysylltu â natur yn hynod bwysig ar gyfer lles, ac mae ein cysylltiadau â'r hosbis yn galluogi cleifion, teuluoedd, staff a gwirfoddolwyr i gyd elwa o'r lle arbennig hwn."

Ychwanegodd Jo Kearns, Rheolwr

Gwirfoddolwyr yn Nhŷ'r Eos:

"Rydyn ni'n hynod ddiolchgar i dîm yr Ymddiriedolaeth Genedlaethol yn Erddig am ein helpu i gynnal y dathliad hwn. Roedd yn anrhydedd gwirioneddol i gydnabod ymroddiad ein gwirfoddolwyr, yn y gorffennol ac yn y presennol. Mae eu hymrwymiad dros y 30 mlynedd diwethaf wedi ein galluogi i gefnogi miloedd o deuluoedd ar draws ein cymuned. Allem ni ddim gwneud yr hyn a wnawn hebddynt, ac roedd yn llawenydd i gael rhoi rhywbeth yn ôl er anrhydedd iddynt."

Tynnodd y digwyddiad sylw nid yn unig at dair degawd o wasanaeth gwirfoddol ond hefyd at gryfder, ymroddiad ac ysbryd ein teulu gwirfoddol. Mae eu hangerdd, eu hegni a'u tosturi wrth wraidd popeth a wnawn, ac rydym yn ddiolchgar iawn am y gwahaniaeth hanfodol maen nhw'n ei wneud bob dydd.



Hoffech chi ymuno â'n tîm o wirfoddolwyr?

Ydych chi eisiau gwneud gwahaniaeth gwirioneddol yn eich cymuned?

Yn Hospis Tŷ'r Eos, mae ein gwirfoddolwyr wrth wraidd popeth a wnawn, gan gefnogi cleifion a theuluoedd sy'n wynebu cyflyrau sy'n cyfyngu ar fywyd.

P'un ai ydych chi'n mwynhau

garddio, helpu yn ein siopau a'n caffis, cefnogi digwyddiadau, neu gynorthwyo yn ein Huned Cleifion Mewnol, mae rôl i bawb. Waeth beth yw eich profiad, gall eich amser, eich egni a'ch tosturi gael effaith barhaol.

Mae gwirfoddoli gyda ni nid yn unig yn werth chweil, mae hefyd yn gyfle i gwrdd â phobl newydd,

dysgu sgiliau newydd, a bod yn rhan o dîm cefnogol a gofalgarg.

Darganfyddwch sut allwch chi helpu:

Ebostiwch: volunteering@nightingalehouse.co.uk

Ffoniwch: **01978 316800**

Ewch i: bit.ly/Vol-NHH

Lleisiau gwirfoddolwyr

Nid yw gwirfoddoli yn Nhŷ'r Eos yn ymwneud â rhoi eich amser yn unig, mae'n ymwneud â gwneud cysylltiadau, dysgu sgiliau newydd, a bod yn rhan o gymuned gefnogol sy'n ysbrydoli.

Ond peidiwch â chymryd y peth oddi wrthym ni yn unig, gwrandewch yn uniongyrchol ar ein gwirfoddolwyr yn son am yr hyn maen nhw'n ei garu fwyaf am fod yn rhan o dîm Tŷ'r Eos.



Terry: Cyfleusterau - "ae gwirfoddoli yma yn rhoi pwrpas i mi a'r cyfle i gwrdd â phobl newydd."



Jean: Derbyn - "Mae fel teulu yma. Rydw i wedi gwneud cymaint o ffrindiau, ac rydw i'n gweld y gwahaniaeth rydyn ni'n ei wneud bob dydd."



Graham: Nightingales Wyddgrug - "R ydw i'n mwynhau'r rhyngweithio â staff a gwirfoddolwyr eraill, a'r hwyl o wybod eich bod chi'n helpu pobl."



Amanda: Derbyn a Chodi Arian - "Roeddwn i'n gweithio yn Nhŷ'r Eos fel Nyrs a Goruchwyliwr Clinigol o'r blaen. Roeddwn i wrth fy modd yn gweithio yma, felly roedd gwirfoddoli'n amlwg."



James: Digwyddiadau a Manwerthu - "Rydw i am roi rhywbeth yn ôl a gwneud fy Nhaid yn falch, ac mae gwirfoddoli i Dŷ'r Eos yn ffordd berffaith o wneud hynny."



Ruth: Caplan - "Rydw i yn gwirioni bod gyda'r cleifion. Mae perthnasoedd a chyfeillgarwch wedi'u ffurfio, ac rydw i'n teimlo eu bod wedi bod cystal i mi ag y maen nhw i'r cleifion. Rydw i wrth fy modd yma."

Diolch i'n



Cododd tîm o 19 o Dîm Gweithrediadau Kellanova **£1,025** wrth gerdded i fyny Cader Idris.



Cododd Barking Mad Paw Services swm anhygoel o **£1,462** trwy gyfres o ddigwyddiadau llawn pawennydd.



Dringodd Elinor Heath a'i frindiau'r tri chopa, a chodi swm anferth o **£5,027**.



Cododd Ella Weir **£2,265** wrth blymio o awyren noddedig.



Trefnodd pedwar plentyn anhygoel o Wrecsam eu Taith Gerdded Hanner Nos eu hunain, gan godi **£435**.



Trefnodd Gayle Fit-a-Thon Fferm er cof am ei gŵr, gan godi **£4,410** anhygoel.



Dewisodd Glyn Williams Dŷ'r Eos fel Elusen y Flwyddyn Clwb Golf Old Padeswood a chodi **£3,858**.



Cododd Grŵp Crefft Gresford **£1,350** yn eu harddangosfa grefftau ddiweddar.



Rhedodd Kathryn Bradshaw 100 milltir er budd Tŷ'r Eos, gan godi **£1,200**.

cymuned!



Cododd Canolfan Adnoddau
Parc Llai **£200** mewn raffl yn eu
digwyddiad pen-blwydd yn 20 oed.



Rhedodd Louise Hayes
ultramarathon SheUltra 50 milltir,
gan godi **£1,075**.



Cododd aelodau Cyfrinfa Seiri
Rhyddion y Berwyn **£970** yn eu
noson ferched ddiweddar.



Cododd Plagued with Gelousy yn
Whitchurch **£200**.



Cododd staff yn Brother Industries
£2,139.



Aeth Stuart Jones ar ei feic mwnci
o Land's End i John o' Groats, gan
godi **£2,948**.



Cododd y Sun Trevor **£2,000**
trawiadol yn eu nosweithiau cwis
diweddar.



Cododd Clwb Golfff Wrexham
£14,046 anhygoel yn eu Diwrnod
Golfff blynnyddol.



Cododd Clwb Canfod Metel
Wrexham **£500**.

Cefnogi gofal hosbis drwy fanwerthu

Boed yn fas hen ffasiwn, cot gynllunyydd, neu lyfr clawr meddal ar gyfer y penwythnos, mae siopau elusen wedi bod yn rhan annatod o'n strydoedd mawr ers tro byd. Ond y tu ôl i'r sillfoedd yn y saith siop Eos mae rhywbeth hyd yn oed yn fwy gwerthfawr, sef ymdeimlad o falchder lleol a chysylltiad cymunedol..

Ers dros ddau ddegawd, mae siopau manwerthu'r hosbis wedi bod yn ffynhonnell ddibynadwy o godi arian, wedi'u cefnogi gan wirfoddolwyr ymroddedig a'u stocio gan roddwyr hael o bob cwr o'r gymuned. Mae'r siopau'n derbyn miloedd o eitemau a roddir bob blwyddyn, gyda'r mwyafrif yn cael eu gwerthu ymlaen o fewn siopau'r Eos. Ond mae'n ymddangos bod rhai yn werth llawer mwy nag a ddisgwyliwyd.

Darganfu'r gwirfoddolwr Jan, o siop Eos y Wyddgrug, Fâs Gwydr Rhisgl/ Gweadog Whitefriars wrth ddiidoli drwy flwch o roddion. "Fe'i codais i ac roedd yn teimlo'n arbennig," meddai. Roedd ei greddf yn iawn, gwerthwyd y fâs yn ddiweddarach am £831 anhygoel drwy siop eBay yr hospis.

Nid dyna oedd yr unig syrpreis. Aeth set de arian solet gan Elkington & Co drwy ddwylo ein Tîm Manwerthu hefyd, gan werthu am dros £1,000 ar eBay, sef rhestr unigol uchaf yr hosbis hyd yma!

"Dydyn ni byth yn gwybod yn union beth fydd yn dod drwy ein drysau," meddai Katie Roberts, Pennaeth Manwerthu ac Arlwy. "Gallai



“ Mae pob eitem, waeth beth
yw'r pris, yn cyfrannu at
rywbeth mwy. ”

fod yn nofel boblogaidd, yn wisg briodas, neu'n eitem gasgladwy brin. Yr hyn sydd bwysicaf yw bod pob eitem, waeth beth yw'r pris, yn cyfrannu at rywbeth mwy."

Mae twf siop eBay Nightingales wedi helpu i ategu ei phresenoldeb ar y stryd fawr, gan agor rhoddion i farchnad ehangach a chodi arian hanfodol ar gyfer gofal hosbis.

Ond wrth wraidd y cyfan mae'r gymuned, y bobl sy'n rhoi, yn pori drwy, ac yn rhoi bywyd newydd i eitemau ail-law. Mae pob rhodd, boed yn gymedrol neu'n wych, yn helpu i sicrhau y gall yr hosbis barhau i gefnogi cleifion a'u teuluoedd. Mae pob eitem a roddir, a phob bargaen a geir, yn dod yn rhan o rywbeth gwirioneddol ystyrlon a all newid bywyd.



Sganiwch y cod
QR i bori drwy
ein siop eBay



Carcharorion yn adnewyddu beiciau i gefnogi Tŷ'r Eos

Mae Hosbis Tŷ'r Eos yn falch o fod yn rhan o bartneriaeth ysbrydoledig gydag FCC Environment, Cyngor Bwrdeistref Sirol Wrecsam (WCBC), a Charchar EF Berwyn. Mae carcharorion yng ngharchar Berwyn yn adnewyddu beiciau a roddwyd, sydd wedyn yn cael eu gwerthu yn Siop Ailddefnyddio Bryn Lane, gan godi arian ar gyfer yr hosbis wrth hyrwyddo adsefydlu a chynaliadwyedd.

Wedi'i ariannu gan Gronfa Ffyniant Wrecsam, mae'r fenter yn darparu hyfforddiant achrededig mewn cynnal a chadw beiciau i garcharorion. Gyda chefnogaeth gan FCC Environment a deunyddiau

a gyflenwir gan WCBC, mae beiciau wedi'u hadnewyddu yn cael eu gwerthu am brisiau fforddiadwy, gan gynnig opsiwn trafndiaeth cynaliadwy i'r gymuned leol. Yn hollbwysig, mae'r elw yn helpu Tŷ'r Eos i barhau i ddarparu gofal tosturiol i gleifion a theuluoedd sy'n wynebu afiechydon sy'n cyfyngu ar fywyd.

Dywedodd Katie Roberts, Pennaeth Manwerthu ac Arlwyio yn Nhŷ'r Eos:

"Nid yn unig y mae'r bartneriaeth hon yn creu cynllun beicio cynaliadwy ond mae hefyd yn cefnogi adsefydlu ac yn codi arian hanfodol ar gyfer ein gwasanaethau."



Mae ein Siop Ailddefnyddio Bryn Lane hefyd yn cynnig ystod eang o eitemau ail-law, o ddodrefn i nwyddau cartref, gyda'r holl elw yn mynd yn uniongyrchol i Dŷ'r Eos.

Cliriwch eich cartref a chefnogwch Dŷ'r Eos



Oes gennych chi unrhyw ddodrefn neu eitemau mawr o'r cartref nad oes eu hangen arnoch chi mwyach, fel soffas, oergelloedd-rhewgelloedd, neu fyrddau bwyta?

Mae ein gwasanaeth casglu dodrefn am ddim yn ei gwneud hi'n hawdd rhoi eitemau mewn cylfwr da, gan eich helpu i glirio wrth godi arian hanfodol ar gyfer gofal cleifion yn Hosbis Tŷ'r Eos.

Llenwch ein ffurflen archebu ar-lein gyda lluniau o'ch eitemau, ac fe wnaiff ein tîm eu casglu o'ch cartref.

Methu archebu ar-lein? Ewch i'n

siop yn Regent Street, Wrecsam ac fe wnawn eich helpu. Gallwch hefyd ddanfôn eitemau'n uniongyrchol i'r rhan fwyaf o siopau, ffoniwch ymlaen llaw yn gyntaf.

Archebwch eich casgliad yma:



Dewch o hyd i'r anrhegion Nadolig perffaith yn Siop Anrhegion yr Eos

Chwilio am anrhegion unigryw, danteithion Nadoligaidd, ac anrhegion ystyrlon y Nadolig hwn?

Mae ein Siop Anrhegion ar y safle wedi'i stocio'n llawn gyda phopeth sydd ei angen arnoch i wneud y tymor yn arbennig.

O anrhegion hardd i gardiau Nadolig, dyddiaduron 2026, a'n jig-so unigryw, mae rhywbeth i bawb, ac mae pob pryniant yn helpu i gefnogi ein cleifion a'n teuluoedd.

Galwch heibio a siopa gyda phwrpas y tymor Nadoligaidd yma!

Ymwelwch â ni yn: Hospis Tŷ'r Eos, Ffordd Caer.

Oriau agor: Llun-Gwener 8.30am-4.30pm, Sad 10am-2pm



Newidiadau cyffrous yng Caffi Cwtch

Mae gennym ni newyddion gwych i unrhyw un sydd heb ymweld â Caffi Cwtch yn ddiweddar.

Mae'r caffi bellach ar agor bob dydd Sul o 10am i 2pm, gan weini



bwydlen frecwast newydd sbon. P'un ai ydych chi'n ffansio brecwast clasurol Cymreig, afocado hufennog ar surdoes, neu gremogau blasus ar gyfer gwledd penwythnos, mae rhywbeth i bawb.

Y tu mewn, fe welwch chi hefyd ardal bar coffi newydd, wedi'i chynllunio i gyflymu'r gwasanaeth a rhoi man clyd i bawb fwynhau eu hoff baned.

A gan sôn am goffi, rydym wrth ein bodd ein bod bellach yn gweini ein Coffi Tŷ Eos ein hunain, wedi'i wneud



mewn partneriaeth â Wrexham Bean Co. Mwynhewch o yn Caffi Cwtch neu ewch â bag adref, gan wybod bod yr holl elw yn mynd i gefnogi'r hosbis.

Mae'r caffi yn parhau i dderbyn llawer o adolygiadau 5 seren gwych ar Google, diolch i'n tîm croesawgar, bwydlen flasus ac awyrgylch clyd.

I archebu bwrdd, ffoniwch dîm Caffi Cwtch ar 01978 447550, neu dewch i'n gweld yn bersonol.



Nadolig yn Cwtch

STARTERS

Roasted parsnip soup
with honey

Chicken and duck parfait
*with red onion chutney
and ciabatta*

Fig and goats cheese tart
with a basil oil dressing

MAIN COURSE

Roast turkey
*with chipolata sausage, sage and onion
stuffing, roast potatoes, a selection of
seasonal vegetables and gravy*

Pan fried fillet of salmon
with Thai style noodles
served with ginger and lemon oil dressing

Mushroom and chestnut wellington
*with puréed sweet potato, tomato
and basil sauce*

DESSERT

Christmas pudding
with brandy sauce

Mixed berry and
frangipane tart
*with vanilla ice cream
and raspberry coulis*

Selection of Welsh cheese
and biscuits

Mae Caffi Cwtch wrth ei fodd yn lansio Bwydlen Nadolig hir-ddisgwyledig eleni, sydd ar gael o 1af – 23ain Rhagfyr.

P'un ai ydych chi'n ymgynnull gyda ffrindiau, teulu, neu gydweithwyr, ymunwch â ni am ddathliad Nadoligaidd

yn amgylchedd clyd caffi'r hosbis.

Mae gan ein bwydlen rywbeth i bawb, o ffefrynnau traddodiadol gyda'r holl drimings i seigiau tymhorol gyda thro yn y gynffon. Gyda dewisiadau i weddu i bob chwaeth a gofynion dietegol, rydych chi'n

sicr o gael pryd i'w gofio.

Dau gwrs – £23 | Tri chwrs – £27

Mae archebu'n hanfodol, gyda blaendal o £10 y pen. I archebu eich bwrdd, ffoniwch dîm Caffi Cwtch ar 01978 447550, neu galwch heibio i gasglu ffurflen archebu.

Buddugoliaeth i'r hosbis a'r gymuned

Yn 2024, helpodd loteri wythnosol Hosbis Tŷ'r Eos a Super Draws tymhorol i godi dros £400,000.

Mae'r incwm hanfodol hwn yn helpu i sicrhau bod gofal lliniarol arbenigol a thosturiol ar gael i gleifion a theuluoedd ledled y gymuned pryd bynnag y bydd ei angen arnynt.

Un o gefnogwyr mwyaf eleni, a'r enillwyr lwcusaf, oedd y cwpl o Wrecsam, Keith a Dorothy Herniman, a enillodd y brif wobwr o £5,000 yn Raffl Fawr Haf arbennig yr hosbis i ddathlu'r 30 mlynedd.

Roedd y cwpl, sy'n byw ychydig i lawr y ffordd o'r hosbis, wrth eu bodd gyda'u buddugoliaeth ac yn gyflym i ganmol gwaith Tŷ'r Eos. "Roedd gan fy mam ganser ac roedd hi'n derbyn gofal seibiant yn yr hosbis," meddai Keith. "Allwch chi ddim mynegi beth mae hynny'n ei olygu mewn gwirionedd. Mae Tŷ'r Eos yn lle mor arbennig."

Ychwanegodd: "Dydi o ddim y math o beth rydych chi'n ei brofi ym mywyd bob dydd y dyddiau yma, y lefel yna o ofal personol. Mae'r hosbis yn cynnig rhywbeth gwahanol, rhywbeth



arbennig iawn."

Pan ofynnwyd iddo am eu cynlluniau ar gyfer y wobwr ariannol, dywedodd Keith eu bod yn ystyried gwyliau haeddiannol yn yr hydref, tra bod Dorothy wedi cellwair: "Rydw i wedi bod yn gofyn am gegin newydd ers dwy flynedd, felly fe allai ddigwydd o'r

diwedd!"

Yn gefnogwyr hirdymor o ymdrechion codi arian yr hosbis, anogodd y cwpl eraill i gymryd rhan: "Mae'n syniad da iawn. Dyma beth allwch chi ei gael allan ohono, a hyd yn oed os na fyddwch chi'n ennill, rydych chi'n cefnogi achos sy'n helpu cymaint o bobl."

Ydych chi'n chwarae Loteri Tŷ'r Eos?

Ymunwch nawr: www.nightingalehouse.co.uk/lottery

Ebostiwch: lottery@nightingalehouse.co.uk

Ffoniwch: 01978 313134

Mae Hospis Tŷ'r Eos wedi'i drwyddedu a'i rheoleiddio ym Mhrydain Fawr gan y Comisiwn Hapchwarae o dan y rhif cyfrif 5112.

Rhaid i chi fod yn 18+ oed i chwarae.

Chwaraewch yn gyfrifol. Am gymorth neu gefnogaeth, ewch i www.BeGambleAware.org

Mae Telerau ac Amodau yn berthnasol bit.ly/NHL-TC

Mae'r holl elw yn helpu i gefnogi gofal arbenigol yn Hospis Tŷ'r Eos.



Staff a chleifion yn ffarwelio'n annwyl â'r Cyfarwyddwr Meddygol, Melissa Everett

Yr hydref hwn, rydyn ni'n diolch o galon ac yn ffarwelio â Dr Melissa Everett, sydd wedi bod yn rhan amhrisiadwy o Hosbis Tŷ'r Eos ers ymuno fel meddyg teulu rhan-amser ym mis Rhagfyr 2022.

Yn ystod ei hamser gyda ni, mae Melissa wedi chwarae rhan allweddol yn natblygiad ein gwasanaethau cleifion mewnol. Roedd hi'n allweddol wrth gyflwyno gwasanaeth uwchsaïn a pharasesis i'r uned, triniaethau sy'n golygu nad oes rhaid i gleifion deithio i'r ysbyty mwyach ar gyfer y gweithdrefnau hyn, gan wneud eu gofal yn fwy cyfforddus a hygyrch.

Hyrwyddodd Melissa addysg a hyfforddiant o fewn yr hosbis hefyd. Sefydlodd swydd hyfforddi integredig, lle mae gan hyfforddeion meddygon teulu leoliad 6 mis sy'n cyfuno amser yn yr hosbis ag amser mewn meddygfa, gan roi profiad amhrisiadwy i hyfforddeion meddygon teulu mewn gofal lliniarol. Chwaraeodd

ran allweddol hefyd wrth drefnu ein Diwrnod Hyfforddi Hyfforddeion Meddygon Teulu blynyddol, gan roi mewnwelediad a phrofiad gwerthfawr i feddygon teulu'r dyfodol mewn gofal hosbis a gofal lliniarol.

Y tu hwnt i'w harbenigedd clinigol, mae Melissa bob amser wedi bod yn angerddol am gefnogi cleifion a theuluoedd i siarad yn agored am farwolaeth a marw. Sefydlodd ein grŵp rheolaidd 'Marw i Siarad', gan greu lle diogel a chefnogol lle gall pobl rannu eu teimladau a'u dymuniadau gyda gonestrwydd a hyder.

Mae Melissa hefyd wedi bod yn llysgennad gwych i Dŷ'r Eos y tu allan i furiau'r hosbis. Ochr yn ochr â'i dau blentyn, Aneirin a Miriam, mae hi'n cerdded hyd llawn Llwybr Clawdd Offa mewn 30 adran, her anhygoel a gwblhawyd i ddathlu ein pen-blwydd yn 30 oed.

Wrth fyfyrio ar ei hamser yn Nhŷ'r Eos, dywedodd Melissa:

"Rydw i'n teimlo mor ffodus fy mod wedi cael swydd rydw i wedi'i charu, yn gweithio i sefydliad sy'n gwneud cymaint o wahaniaeth, gyda staff sy'n garedig, yn dosturiol ac yn ymroddedig, lle bynnag maen nhw'n gweithio yn yr hosbis. Rydw i wedi dysgu cymaint o weithio yma, gan y staff a'r gwirfoddolwyr, y cleifion a'u teuluoedd. Rydw i'n hapus i fod



yn gadael y tîm meddygol yn nwylo galluog iawn Dr Adrian Bellwood ac yn dymuno'r gorau iddo fo, a'r tîm!"

Mae Melissa bellach yn ymgymryd â rôl gyffrous newydd gydag Addysg a Gwella Iechyd Cymru (AaGIC) fel Cyfarwyddwr Rhaglen Hyfforddi, lle bydd hi'n helpu i lunio ac addysgu'r genhedlaeth nesaf o feddygon teulu. Yn ffodus, nid yw hyn yn ffarwel terfynol, gan y bydd Melissa yn parhau i fod yn gysylltiedig â Thŷ'r Eos, gan barhau i gefnogi'r cysylltiad hanfodol rhwng yr hosbis a gofal iechyd sylfaenol.

Dymunwn bob llwyddiant i Melissa yn ei rôl newydd, ac rydym yn diolch iddi am yr etifeddiaeth barhaol y mae'n ei gadael yn Nhŷ'r Eos.

Goleuni ar ein Tîm Cyfleusterau

Y tu ôl i bob man croesawgar yn Nhŷ'r Eos mae tîm ymroddedig sy'n gweithio'n ddiflino i sicrhau bod ein hamgylchedd yn ddiogel, yn ymarferol, ac wedi'i gynnal a'i gadw'n dda. Rydym yn falch o roi sylw i'n Tîm Cyfleusterau eithriadol, dan arweiniad y Rheolwr Cyfleusterau a Chontractau, Nat, a gaiff ei gefnogi gan Alan, Khani, lan, a'u gwirfoddolwyr gwych.

O waith cynnal a chadw wedi'i gynllunio ac atgyweiriadau brys i drefnu digwyddiadau, rheoli gwastraff ac ailgylchu, a sicrhau cydymffurfiaeth â safonau iechyd a diogelwch, mae'r tîm bach ond nerthol hwn yn cadw'r hosbis i redeg yn esmwyth. Mae eu cyfrifoldebau'n cynnwys gwiriadau diogelwch tân, archwiliadau offer,

mesurau rheoli heintiau, a chynnal amgylchedd diogel i gleifion, teuluoedd, staff ac ymwelwyr.

Mae arweinyddiaeth Nat yn sicrhau bod portfolio eang a heriol yn cael ei reoli'n effeithlon, tra bod Alan, Khani, ac lan yn dod ag arbenigedd ymarferol, gwybodaeth ymarferol, ac ethos tîm cryf i bob tasg. Gyda'i gilydd, maen nhw'n cadw'r hosbis yn ddiogel, yn groesawgar, ac yn gwbl weithredol.

"Ein nod yw sicrhau bod popeth yn gweithio fel y dylai, fel y gall eraill ganolbwyntio ar yr hyn maen nhw'n ei wneud orau!" meddai Nat.

Diolch i chi, y Tîm Cyfleusterau! Rydym mor ddiolchgar am y rôl hanfodol



rydych chi'n ei chwarae wrth gadw Tŷ'r Eos yn ddiogel ac yn rhedeg yn esmwyth.

Tŷ'r Eos yn ysbrydoli'r genhedlaeth nesaf

Cwblhaodd tri pharafeddyg dan hyfforddiant o Brifysgol Wrecsam, Laura, Mollie a Zoe, leoliad yn Nhŷ'r Eos yn ddiweddar, gan ennill profiad amhrisiadwy mewn gofal lliniarol a holistig. Bydd y lleoliad, medden nhw, yn cael effaith barhaol ar sut maen nhw'n gofalu am gleifion wrth iddyn nhw ddechrau eu gyrfaoedd.

Yn ystod eu hamser gyda ni, bu'r hyfforddeion yn cysgodi timau clinigol a chymorth ar draws yr hosbis, gan gynnwys gwasanaethau nysio, adsefydlu a lles. Fe wnaethant gefnogi cleifion a theuluoedd ar wahanol gamau o'u taith a gweld â'u llygaid eu hunain bŵer gwaith tîm amlddisgyblaethol a chyfathrebu tosturiol.

Disgrifiodd y parafeddyg dan hyfforddiant Zoe Martin y profiad fel "agoriad llygaid", gan rannu ei fod wedi ei helpu i dyfu mewn hyder wrth gael sgysiau anodd gyda chleifion a theuluoedd. "O'r diwrnod cyntaf, roedd y staff yn Nightingale House mor groesawgar," meddai. "Roedd pawb yn awyddus i rannu eu gwybodaeth ac ateb ein cwestiynau. Rydw i wedi dysgu cymaint o'r lleoliad yma, mae wedi rhoi dealltwriaeth llawer gwell i mi o ofal lliniarol a sylfaen gadarn ar gyfer y dyfodol."

Ochr yn ochr â lleoliadau myfyrwyr, cynhaliodd ein timau clinigol Ddiwrnod Hyfforddi Hyfforddeion Meddygon Teulu yn ddiweddar, gan roi cipolwg gwerthfawr i Feddygon

Teulu'r dyfodol ar ofal hosbis a rôl gwasanaethau lliniarol. Roedd yr adborth o'r diwrnod yn hynod gadarnhaol, gyda'r mynychwyr yn canmol y sesiynau addysgiadol a'r elfennau rhyngweithiol.

Croesawyd grŵp o fyfyrwyr Chwched Dosbarth Seren hefyd a oedd â diddordeb mewn astudio meddygaeth. Clywodd y myfyrwyr gan dimau clinigol a gwirfoddol am y cyfleoedd niferus o fewn gofal hosbis a gofal lliniarol, a daethant â'u hymweliad i ben gyda gêm fwrdd addysgol a thaith o amgylch ein cyfleusterau.



Myfyrdod Loisse ar ei thaith lleoliad gwaith

an ddechreuodd Loisse Ngassu, myfyrwraig Gwaith Cymdeithasol yn ei hail flwyddyn, ei lleoliad profiad gwaith gyda'r Tîm Cymorth i Deuluoedd yn Nhŷ'r Eos, mae hi'n cyfaddef nad oedd hi'n gwybod beth i'w ddisgwyl. Cafodd syndod gan faint yr hosbis a lled y gwasanaethau a gynigid, gan sylweddoli'n gyflym ei fod yn llawer mwy na'r amgylchedd cartref gofal yr oedd hi wedi'i ddychmygu. Yr hyn a ganfu yn lle hynny oedd, yn ei geiriau hi, 'gofod bywyd.'

Yn ystod ei hamser gyda ni, derbyniodd Loisse gyfrifoldebau ystyrlon, un o'r eiliadau mwyaf

cofiadwy iddi oedd pan gymerodd yr awenau wrth helpu claf i benderfynu pa eitemau etifeddiaeth i'w paratoi ar gyfer eu hanwyliaid; fel olion bysedd, blychau atgofion ac ati. Canfu fod hwn yn brofiad pwerau a'i helpodd i weld effaith wirioneddol ei gwaith.

Dywed Loisse fod ei lleoliad wedi bod yn drobwynt yn ei gyrfa. Gan ei bod hi'n betrusgar i ddechrau ynglŷn â gweithio gyda phlant, tyfodd mewn hyder a darganfod nid yn unig y gallai weithio gyda nhw, ond ei bod hi hefyd yn ei wirioneddol fwynhau. "Nid yn unig y cefais gyfle i weithio gyda phlant, ond fe wnes i hynny'n dda, ac fe wnes i ei fwynhau'n wirioneddol," myfyriodd.

Mae Loisse yn rhoi clod i amgylchedd cefnogol y Tîm Cymorth i Deuluoedd am ei helpu i dyfu'n broffesiynol ac yn bersonol. "Dysgais bwysigrwydd cyfathrebu clir, gwaith o safon, a chefnogaeth ystyrlon. Roeddwn i'n cael fy ymddiried â chyfrifoldebau go iawn, ac roeddwn i bob amser yn teimlo fy mod i'n cael fy nghefnogi



gan y tîm. Gwnaeth hynny'r profiad mor werth chweil," meddai.

Rydym yn ddiolchgar am bopeth a gyfrannodd Loisse at y tîm yn ystod ei lleoliad, ac yn dymuno pob llwyddiant iddi wrth iddi gymryd y camau nesaf yn ei gyrfa.

Wrth i ni nodi ein pen-blwydd yn 30 oed, mae'r flwyddyn hon wedi bod yn llawn cerrig milltir ystyrlon a chydweithio ysbrydoledig ar draws y gymuned fusnes. Mae wedi bod yn bleser cysylltu â chynifer o sefydliadau a gweld busnesau'n dod at ei gilydd i gefnogi'r hosbis. Mae'r haelioni a'r ymrwymiad a ddangoswyd wedi gwneud gwahaniaeth gwirioneddol, ac rydym yn wirioneddol ddiolchgar.

Roeddem hefyd wrth ein bodd yn croesawu Kara fel ein Swyddog Partneriaethau Corfforaethol newydd. Mae hi wedi dod â syniadau ac egni

ffres i'r tîm ac mae eisoes wedi cael effaith wych.

Wrth edrych ymlaen, mae Kara a minnau'n gyffrous am y mentrau sydd wedi'u cynllunio ar gyfer y flwyddyn nesaf, gan gynnwys dychweliad ein digwyddiad poblogaidd Strictly Nightingales!

Os hoffech archwilio ffyrdd y gall eich busnes gymryd rhan, byddem wrth ein bodd yn clywed gennych, rydym yma i'ch cefnogi bob cam o'r ffordd.



Diolch i R.F. Bellis

Mae partneriaethau corfforaethol yn chwarae rhan hanfodol wrth gefnogi Hosbis Tŷ'r Eos, gan roi cyfle i fusnesau roi rhywbeth yn ôl i'w cymuned wrth ymgysylltu â'u timau mewn digwyddiadau ystyrlon.

Un cefnogwr hirhoedlog yw R.F. Bellis, y mae eu haelioni a'u hysbryd cymunedol wedi gwneud gwahaniaeth gwirioneddol, gan ein helpu i ddarparu gofal a chymorth hanfodol i gleifion a theuluoedd.

Eleni, noddodd R.F. Bellis ddau ddigwyddiad mawr, ein Dawns dathlu'r 30 Sky's the Limit a MotorFest, y ddau yn llwyddiannau mawr diolch i'w cefnogaeth. Gan ychwanegu mwy o ddisgleirdeb, gwnaeth Katie Bellis, Cyfarwyddwr R.F. Bellis, hefyd swyno'r cynulleidfaoedd fel dawns-wraig yn Strictly Nightingales 2024.

"Fel busnes teuluol lleol, rydym wedi profi'n uniongyrchol y gofal gwych y mae teulu a chydweithwyr wedi'i dderbyn yn y trysor lleol yma. Felly, roeddem yn falch ac yn ei theimlo'n anrhydedd i'w helpu i ddathlu 30 mlynedd o ofal tosturiol yn y gymuned drwy noddï eu dawns

pen-blwydd 'Sky's the Limit' a'u digwyddiad MotorFest," meddai Katie Bellis.

Rydym yn hynod ddiolchgar i R.F. Bellis am eu cefnogaeth barhaus, sy'n helpu i sicrhau y gall Tŷ'r Eos barhau i ddarparu gofal tosturiol i gleifion a theuluoedd ar draws ein cymuned.



Yn cyflwyno ein masgot newydd - Fflorens!

Rydym wrth ein bodd yn cyflwyno ein masgot newydd sbon, Fflorens!

Mae Fflorens wedi dod yn fyw diolch i haelioni ein cefnogwyr gwych yn Kellanova. Mae eu hymdrechion codi arian wedi gwneud yr ychwanegiad llawen hwn at ein hosbis yn bosibl, ac ni allwn fynegi digon pa mor ddiolchgar ydym am eu cefnogaeth barhaus. Mae ymrwymiad Kellanova i Dŷ'r Eos yn golygu'r byd i ni, ac rydym yn falch o'u cael yn rhan o'n cymuned.

Er mwyn gwneud enwi ein masgot yn ddigwyddiad gwirioneddol arbennig a chynhwysol, fe wnaethon ni gysylltu â'n staff, Ymddiriedolwyr,

gwirfoddolwyr, a'r gymuned ehangach am awgrymiadau. Rydym yn falch iawn o gyhoeddi mai Fflorens oedd yr enw a ddewiswyd! Mae'r enw hwn nid yn unig yn anrhydeddu Florence Nightingale, ond mae hefyd yn ychwanegu tro Cymreig, gan adlewyrchu ysbryd ein cymuned.

Byddwch chi'n dechrau gweld Fflorens o gwmpas yr hosbis ac yn ein digwyddiadau, yn lledaenu llawenydd, positifrwydd, ac ychydig o ddisgleirdeb ychwanegol lle bynnag y mae hi'n mynd. Cadwch lygad amdani a gwnewch yn siŵr eich bod chi'n dweud helo pan welwch chi hi!



Goleuwch Bywyd

Cofiwch am rywun na fyddwch byth yn eu hanghofio

Cysegrwch olau er cof am rywun rydych chi'n eu caru, a helpwch i gefnogi gofal cleifion a chefnogaeth yn yr hosbis i deuluoedd yn ystod eu hamseroedd anoddaf.

Your Details (Please complete all sections clearly in **BLACK INK** using **BLOCK CAPITALS**).

Name: *Tel:

*Email: Address:

..... Post Code:

I enclose: Cash ☐ Cheque (payable to Nightingale House Hospice) ☐ Card Payment ☐

For: £20 ☐ £40 ☐ £50 ☐ £100 ☐ Other:

I am a UK taxpayer. Please treat all donations I make or have made to Nightingale House Hospice for the past 4 years as Gift Aid donations until further notice. I understand that if I pay less Income Tax and/ or Capital Gains Tax than the amount of Gift Aid claimed on all my donations in that tax year it is my responsibility to pay any difference. Please notify Nightingale House Hospice if you: want to cancel this declaration, change your name or home address or no longer pay sufficient tax on your income and/or capital gains.

In order to Gift Aid your donation you must tick the box below:

☐ I am a UK taxpayer and wish to join the Gift Aid Scheme

Please sign and date below if we are able to claim Gift Aid.

Signature: Date:

Dedications as listed in the Book of Honour. PLEASE INCLUDE SURNAME IN 'DEDICATED BY' FIELD

Dedicated by

N	O	R	R	I	S		N	I	G	H	T	I	N	G	A	L	E		
---	---	---	---	---	---	--	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	--	--

Shine a light for

N	E	L	L	Y		N	I	G	H	T	I	N	G	A	L	E		
---	---	---	---	---	--	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	--	--

Dedicated by

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Shine a light for

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

If you wish to add more dedications, please write these on a separate piece of paper and return with this form.

If you would like to repeat your 2024 dedications for this year's Light up a Life, please tick this box. ☐

Donations must be received by 1pm Wednesday 20th November 2025 to appear in the Book of Honour for the Wrexham service. All dedications will be entered into the Book of Honour which is displayed in the hospice throughout the year. Any dedications received after 20th November 2025 will be added to the Book of Honour after the service.

Thank you for your support. By shining a light, you are also enabling our hospice to continue to care for patients and their families.

Please send your completed form and payment to: Nightingale House Hospice, Chester Road, Wrexham, LL11 2SJ

Please note: Nightingale House does not advise you send your card details via post and would instead recommend you call 01978 314292 to pay over the phone.

If you do wish to make a payment by credit or debit card:

Card No:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Expiry Date:

--	--	--	--

 Card Security No:

--	--	--



RAFFL FAWREDDOG YN NADOLIG

MAE'R HOLL ELW YN MYND I HOSBIS TŶ'R EOS



Nightingale House Hospice
Hospis Tŷ'r Eos

DYDDIAD CAU: 14^{EG} RHAGFYR 2025

DYDDIAD RAFFL: 19^{EG} RHAGFYR 2025

01978 313134

NIGHTINGALEHOUSE.CO.UK

**6 GWOBR
WYCH I'W HENNILL!**

**PRIF WOBR:
£5000**

**+ 5 x £1000
I'W HENNILL!**

N I G H T I N G A L E H O U S E



Mae'r holl elw yn mynd tuag at ddarparu gofal i gleifion a theuluoedd yn Hosbis Tŷ'r Eos

18+

Gwarant Cwmni Elusenol Cyfyngedig. Wedi'i gofrestru yng Nghymru a Lloegr Rhif 3139714.
Elusen Gofrestredig Rhif 1035600. Mae Loteri Hosbis Tŷ'r Eos Cyfyngedig wedi'i drwyddedu a'i rheoleiddio ym Mhrydain Fawr gan y
Comisiwn Hapchwarau o dan rif cyrif 5112. Hyrwyddwr: Loteri Tŷ'r Eos Cyfyngedig. gambleaware.co.uk

GambleAware
Advice | Tools | Support