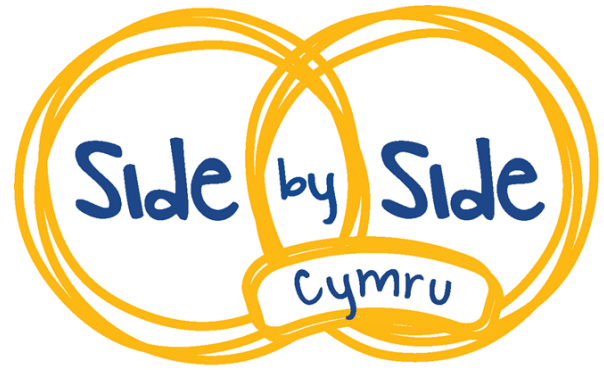


Ochr-yn-Ochr Cymru  
Ceredigion / Sir Benfro



Peer support in your community

GWEITHDAI DYSGU AR Y CYD SYDD AR Y GWEILL

**DYDDIADAU:**

**CANOLFAN PICTON, HWLFFORDD, SA61 1UG: Dydd Mawrth 3 Medi 11am - 1pm**  
**Y CAMBRIA, RHODFA'R MŌR, ABERYSTWYTH, SY23 2AZ: Dydd Mercher 4 Medi 11am - 1pm**

Ymunwch â ni am 'weithdy dysgu ar y cyd' i ddarganfod mwy am redeg grŵp cymorth cymheiriaid, ffiniau, dysgu gweithredol ac ymdrin â heriau. Gallwch hefyd ddarganfod mwy am Ochr-yn-Ochr Cymru a sut i ymgeisio am gyllid o hyd at £250 ar gyfer eich grŵp.

Mae pobl wedi defnyddio'r geiriau canlynol i ddisgrifio ein gweithdai: "diddorol", "gwych" a "llawn gwybodaeth". Mae'r rhai sydd wedi mynychu wedi dweud wrthym ni eu bod wedi mwynhau "clywed profiadau a syniadau pobl eraill" ac wedi gwerthfawrogi "chwerthin a dysgu ar y cyd". Darperir lluniaeth ac mae mynediad ar gael ar y llawr gwaelod, ynghyd â maes parcio gerllaw.



Gallwch ddarganfod mwy a chofrestru eich diddordeb yn y digwyddiad hwn ar ein tudalen Facebook (chwiliwch am Side by Side at Mind Aberystwyth) neu cysylltwch â'r Gweithiwr Prosiect (manylion yn y panel ar yr ochr).

Os nad ydych chi'n aelod o'r rhwydwaith, byddwn yn gofyn i chi ymuno wrth gofrestru. Cysylltwch gyda'n Gweithiwr Prosiect gydag unrhyw ymholiadau (manylion yn y panel ar yr ochr).

**DIGWYDDIADAU CYMORTH GAN GYMHEIRIAID GORLLEWIN CYMRU**

Yn ystod mis Hydref, byddwn yn dathlu Ochr-yn-Ochr Cymru a'r holl waith gwych a wnaed gan grwpiau cymunedol ledled Gorllewin Cymru. Hyd yma, mae ein rhwydwaith yn cynnwys 50 grŵp cymunedol, sy'n cefnogi dros 500 unigolyn bob mis! Bydd dau ddigwyddiad yn dod â'r grwpiau yma ynghyd â phencampwyr cefnogi cymheiriaid, comisiynwyr rhanbarthol a siaradwyr gwadd. Os ydych chi'n aelod o'r rhwydwaith, cadwch lygad am eich gwahoddiad, a fydd yn cynnwys dolen Eventbrite er mwyn i chi archebu eich lle (gan mai nifer cyfyngedig o leoedd sydd ar gael, rydym ni'n neilltuo 2 ar gyfer pob grŵp). Darperir cinio a lluniaeth, yn ogystal â chyfle i rwydweithio gyda grwpiau eraill. Gobeithio y gwelwn ni chi yno!

**DYDDIADAU:**

**CANOLFAN Y MORLAN, RHODFA'R GOGLEDD, ABERYSTWYTH, SY23 2HH: Dydd Mercher 9 Hydref 10.30am - 2pm**

**CANOLFAN PICTON, HWLFFORDD, SA61 1UG: Dydd Mercher 16 Hydref 10.30am - 2pm**

Am ragor o fanylion, cysylltwch â Rob, Emma neu Tarek ar 01970 626225.

Newyddlen  
MEDI 2019

01970626225  
07958788172

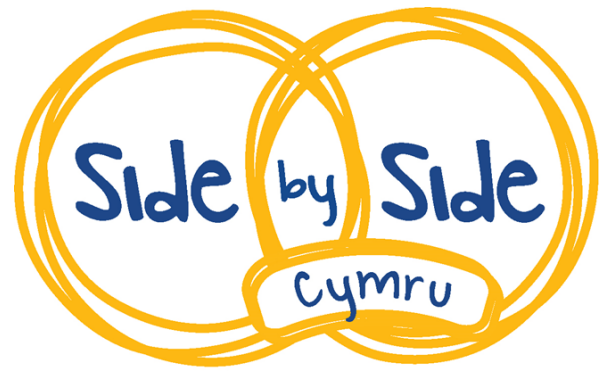
[sideby-side@mindaberystwyth.org](mailto:sideby-side@mindaberystwyth.org)

Facebook – Side by Side  
Cymru at Mind Aberystwyth



Ariennir gan  
**Lywodraeth Cymru**  
Funded by  
**Welsh Government**

Ochr-yn-Ochr Cymru  
Ceredigion / Sir Benfro



Peer support in your community

### CANLYNIADAU'R PANEL GRANTIAU - MIS GORFFENNAF

Dyfarnwyd saith grant gyda chyfanswm o £1700 gan ein panel ym mis Gorffennaf. Roedd ymgeiswyr llwyddiannus yn cynnwys Paws & Pals, grŵp cymdeithasol i gerdded cŵn a ddatblygwyd gan Mirus, sydd wedi derbyn £225 i gynorthwyo i ariannu eu digwyddiad lansio ar 30 Gorffennaf.



Derbyniodd grŵp 'Community Arts & Crafts' o Sir Benfro a'r Caffi Adfer yn Abergwaun/Wdíg hyd at £250 er mwyn llogi lleoliadau, a derbyniodd Create! o Geredigion arian hefyd er mwyn llogi lleoliadau. Yn ogystal, derbyniodd grŵp Cymunedau Caredig Penrhiuallan a Chlub Animeiddio Ceredigion gyllid tuag at offer.

O'r £12500 a oedd ar gael yn wreiddiol, dim ond 50% sydd ar ôl i'w ddyrannu. Os ydych chi'n dymuno ymgeisio, peidiwch â'i adael yn rhy hwyr! Ymunwch â'r rhwydwaith a dewch i un o'r digwyddiadau cefnogi cymheiriaid sy'n cael eu cynnal yn eich ardal chi. Mae ein tudalen Facebook yn cynnwys y manylion diweddaraf am bob un o'r digwyddiadau.

Gallwch lawr lwytho'r ffurflen yn y Gymraeg neu'r Saesneg ar wefan Mind Aberystwyth neu ar dudalen Facebook Ochr-yn-Ochr Cymru, lle gallwch hefyd ddod o hyd i arweiniad ynglŷn â sut i'w chwblhau. Bydd unrhyw geisiadau sy'n cael eu gwrthod yn cael eu dychwelyd gydag adborth a chanllawiau ynglŷn â sut i wella ar gyfer y dyfodol. Os oes gennych chi unrhyw ymholiadau, cysylltwch â'n Gweithiwr Prosiect - manylion ar gael yn y panel ar yr ochr.

Os nad ydych yn dymuno derbyn y newyddlen electronig hon yn y dyfodol, cysylltwch â Mind Aberystwyth ar 01970 626225 neu [info@mindaberystwyth.org](mailto:info@mindaberystwyth.org)

Newyddlen  
MEDI 2019

01970626225  
07958788172

[sideby-side@mindaberystwyth.org](mailto:sideby-side@mindaberystwyth.org)

Facebook – Side by Side  
Cymru at Mind Aberystwyth



Ariennir gan  
**Lywodraeth Cymru**  
Funded by  
**Welsh Government**