

Gwanwyn / Haf 2024

cwtch

Gan Hosbis Plant Tŷ Hafan

Yn i rhifyn hwn:

Stori Cai

Ein huchelgais mawr
Cwrdd â'r Bwrdd
Ieuencid



Hyd yn oed drwy'r
holl ddyddiau
tywyll, byddai Cai
yn dod â heulwen.



MAM CAI



Tŷ Hafan

CHILDREN'S HOSPICE
HOSBIS I BLANT

Cyfle i ennill, cyfle i ofalu

Beth am chwarae loteri
crackerjackpot **Tŷ Hafan?**

Gwobr o hyd at

£12,000

gwobr 1af

1x £2,000

2il wobr

20x £10

3ydd gwobr

60x £5

81 gwobr wedi'u gwarantu bob wythnos!

Mae pob tocyn £1 yn
mynd yn syth i **Tŷ Hafan**

Cofrestrwch lottery.tyhafan.org

Telerau ac amodau: lottery.tyhafan.org/terms-and-conditions

Yn poeni am gamblo? Ewch i www.begambleaware.org neu siaradwch â ni am help.

18

4

23

GAMBLING
COMMISSION

18+



Cynnwys

Croeso	3
Ein huchelgais mawr	4
Cwrdd â'r Bwrdd Ieuentid	6
Te i Tŷ Hafan	10
Newyddion gan ein gwasanaethau gofal	12
Stori Cai	14
'Amdanaf i' gan Pavil	16
Diolch yn fawr, Johnny a Michele!	17
Cyw ar ffon!	18
Gwanwyn yn yr hosbis	19
Diwrnod ym mywyd... Gweithiwr Cymorth i Deuluoedd	20
Edrych yn ôl ar y Rasys Tywyll	22
Blwyddyn newydd, her newydd	23
Arwyr Codi Arian	24
Tŷ Hafan mewn Rhifau	25
Pwyntiau prisiau	26
Ffurflen rhoi	27



Cysylltu

Byddem wrth ein bodd i gysylltu â chi! Os oes gennych chi unrhyw gwestiynau, os hoffech godi arian i ni, neu os hoffech ddysgu mwy am yr hyn yr ydych chi ni'n ei wneud, cysylltwch â ni drwy ein gwefan, drwy e-bost, dros y ffôn neu ar y cyfryngau cymdeithasol.



www.tyhafan.org



supportercare@tyhafan.org



02920 532 255



Croeso

Gobeithio y byddwch chi'n mwynhau dyddiau hirach, mwy golau'r gwanwyn wrth ddarllen y neges hon.

Mae'n adeg mor brydferth o'r flwyddyn yng ngerddi ein hosbis lle mae gennym ni filoedd o fylbiau cennin Pedr, a oedd yn rhodd, yn blodeuo, diolch i ymdrechion ein gwirfoddolwyr garddio.

Mae'r misoedd diwethaf wedi bod yn brysur iawn ond yn hynod gynhyrchiol yn Tŷ Hafan. Diolch i gefnogaeth anhygoel ein rhoddwyr a'n cefnogwyr, cynhyrchodd ein hapêl arian cyfatebol 'Pan Ddaw Eich Byd i Stop' £524,792, gan helpu i gyfrannu at ein costau cynyddol.

Fe wnaethom ni groesawu mwy o deuluoedd i'r hosbis ac i'n Hybiau Cymunedol, gwnaethom lansio ein Bwrdd Ieuentid cyntaf i roi llais i'r bobl ifanc ysbrydoledig sy'n manteisio ar ein gwasanaethau a datblygu sawl prosiect adnewyddu pwysig, gan gynnwys ein pwll hydrotherapi.

Mae hefyd wedi bod yn gyfnod o newid.

Mae Jason Foster, fy nirprwy galluog iawn, yn camu i fyny fel Prif Swyddog Gweithredol Dros Dro wrth i mi gamu i fwrdd.

Mae hi wedi bod yn ffrainc aruthrol cael arwain yr elusen drwy sawl cyfnod heriol yn ystod y pedair blynedd diwethaf, a bydd gan Tŷ Hafan le arbennig iawn yn fy nghalon bob amser. Fyddwn i ddim wedi gallu gwneud hyn heb eich cefnogaeth anhygoel, a chefnogaeth fy nghydweithwyr anhygoel.

Diolch!

Maria Timon Samra
Prif Swyddog Gweithredol

Mai 2020 – Chwefror 2024



Hele

Ein huchelgais mawr



Ar y 25 Ionawr, fe wnaethon ni nodi 25 mlynedd o Tŷ Hafan. Ar y diwrnod hwnnw, cawsom ein hysbrydoli, gymaint ag erioed, gan egni a phenderfyniad anhygoel ein sylfaenydd, Suzanne Goodall, wrth iddi greu Tŷ Hafan, yr hosbis i blant gyntaf yng Nghymru.



Ers i ni ddechrau cefnogi teuluoedd yr holl flynyddoedd hynny yn ôl, mae Tŷ Hafan wedi cefnogi 1,091 o blant a theuluoedd drwy fywyd, marwolaeth a thu hwnt.

Wrth i ni fyfyrto ar y 25 mlynedd diwethaf, rydyn ni'n cydnabod faint sydd wedi'i gyflawni, ond hefyd cymaint mwy sydd i'w wneud.

Gwnaeth adroddiad *Plant Yng Nghymru Y Mae Angen Gofal Lliniarol Arny'n Nhw: Tueddiadau o Ran y Nifer o Achosion a'r Chymhlethdod*, a gafodd ei gomisiynu ar y cyd â Llywodraeth Cymru ac a gafodd ei gyhoeddi'r llynedd, ddarganfod fod nifer y plant â chyflyrau sy'n byrhau bywyd yng Nghymru wedi cynyddu gan chwarter rhwng 2009 a 2019, ac mae cymhlethdodau'r cyflyrau y mae'r plant hynny'n byw gyda nhw yn parhau i gynyddu.

Mae hynny'n golygu bod teuluoedd 1 o bob 172 o blant yng Nghymru yn wynebu'r hyn sydd y tu hwnt i'r dychymyg: sef bod disgwyl i'w plant farw yn ystod plentyndod.

Yn bwysicach byth i Tŷ Hafan, dangosodd yr ymchwil am bob plentyn a theulu yng Nghymru yr ydym ni'n gallu eu cefnogi, mae 9 arall nad ydyn ni eto wedi'u cyrraedd. Dyna filoedd o deuluoedd sy'n byw bob dydd gan wybod y bydd bywyd eu plentyn yn fyr, ac maen nhw'n ei wynebu heb unrhyw gefnogaeth hosbis na gofal lliniarol.



Unig. Ofnus. Ynysig.



Dyna pam mae'r 25 mlynedd nesaf mor bwysig.

Ein huchelgais ni, pan fydd bywyd plentyn yn fyr, yw na ddylai unrhyw deulu orfod ei fyw ar eu pen ei hunain. Heddiw, mae gormod o deuluoedd yn ei fyw ar eu pen eu hunain.

Mae hon yn uchelgais enfawr. Mae'n golygu bod yn rhaid i ni aildrefnu ein gwasanaethau fel bod gan bob teulu gyfle i fanteisio ar y gofal cywir, ar yr adeg iawn, yn y lle cywir, wedi'i ddarparu gan y person cywir.

Mae'n rhaid i ni gefnogi mwy o deuluoedd yn agosach at eu cartrefi, fel nad oes rhaid iddyn nhw deithio'n bell i fanteisio ar y gofal a'r cymorth arbenigol sydd eu hangen arnyn nhw. Rhaid i ni sicrhau fod gan deuluoedd fwy o ddewis o ran ble mae eu plentyn yn marw, gan gynnwys gartref, a gweithio'n agos gydag eraill fel bod teuluoedd yn cael y gefnogaeth sy'n iawn iddyn nhw.

Nid yw'n mynd i fod yn hawdd, ond gyda'n gilydd gallwn ni wireddu hyn.

25 mlynedd yn ôl, roedd Suzanne Goodall yn gwybod na fyddai'n hawdd adeiladu hosbis plant gyntaf Cymru. Ond diolch i'w gweledigaeth a'i dyfalbarhad - a chefnogaeth pobl Cymru - fe wnaeth hi wireddu hynny.



Dychmygwch Gymru lle mae gan bob plentyn gyfle i fanteisio ar y gwasanaethau sydd eu hangen arnyn nhw, lle bynnag y bydd eu hangen arnyn nhw a phryd bynnag y bydd eu hangen arnyn nhw. Cymru lle mae gan deuluoedd ddewis o ran y gofal y maen nhw'n ei gael. Cymru lle nad oes unrhyw deulu yn wynebu marwolaeth eu plentyn ar eu pen eu hunain.

Nid dim ond dychmygu'r Gymru hon yr ydyn ni, rydyn ni'n credu ynddi. Rydyn ni'n gobeithio y byddwch chi hefyd.



Cwrdd â'r

BWRDD IELUENCTID

Y llynedd cawsom ni Fwrdd leuenctid cyntaf erioed **Tŷ Hafan!**

Mae'r bobl ifanc sy'n dod i Tŷ Hafan yn byrlymu â syniadau gwych ac angerdd dros wneud gwahaniaeth. Mae'r Bwrdd leuenctid yn rhoi cyfle iddyn nhw siarad yn agored am y materion sy'n bwysig iddyn nhw ac i wneud gwahaniaeth gwirioneddol yn eu cymunedau.

Dysgwch fwy isod am y bobl ifanc wych ar y Bwrdd leuenctid!



Seth

“ Fy enw i yw Seth. Rwy'n 14 mlwydd oed. Rydw i mewn cadair olwyn, ond dydy hynny ddim yn fy rhwystro i! Rwy'n hoffi chwarae gemau fideo a chwarae Lego. Rydw i wedi bod yn aelod o Senedd leuenctid Cymru dros y ddwy flynedd ddiwethaf. Mae gen i ddau frawd ac rydw i'n byw yn Ninas Powys. Rwy'n chwarae boccia yn Chwaraeon Anabledd Cymru ac yn dwlu arno. Rwy'n angerddol iawn am newid pethau a helpu eraill. ”



Pavil

“ Fy enw i yw Pavil, ac rwy'n 12 oed. Fy hoff liw yw coch. Mae gennyf i aren wedi'i thrawsblannu. Rwy'n artist da ac rwy'n mwynhau chwarae gemau fideo yn fy amser hamdden. Rydw i hefyd yn mwynhau chwarae pêl-fasged yn fy nghadair olwyn. Ac yn olaf, rydw i wrth fy modd yn teithio. ”





“ Fy enw i yw Amanah ac rwy'n 19 oed. Rwy'n gofalu am fy chwaer hŷn, fy mrawd bach a fy mam. Mae bod yn rhan o'r Bwrdd Ieuenctid wedi fy ngrymuso i gymaint. Mae wedi bod yn brofiad mor hyfryd. Fy hoff fwyd yw cyw iâr gyda llawer o sbeisys poeth. Rwy'n dwlu ar yr holl liwiau a fy hobiau i yw gwnïo, crosio, gwneud gemwaith, fy nheulu, celf a cherdded. Rwy'n angerddol iawn dros fod yn rhan o fy nghymuned a gwneud gwaith gwirfoddol. ”



Frank



Amanah

“ Fy enw i yw Frank, ac rydw i ym Mlwyddyn 7. Rydw i wrth fy modd yn nofio ac rydw i'n aelod o'r academi nofio orau yng Nghymru! Rwy'n chwaraewr tîm da iawn; rydw i'n chwarae pêl-droed, rygbi a chriced. Mae gen i fodryb ac ewythr sy'n byw yn Dubai. Mae fy modryb ac ewythr arall yn byw yn Abertawe. Fy hoff liw yw melyn. Fy hoff fwyd yw bwyd Indiaidd. ”



“ Helo. Fy enw i yw Theo, ac rwy'n 15 oed. Rydw i ym mlwyddyn 11. Fy hobiau yw chwarae tenis, mynd i nofio a mynd i'r gampfa. Fy hoff fwyd yw pasta gyda pesto. Fy hoff liw yw melyn. Mae gen i dri brawd ac rydyn ni'n byw ym Mhenarth gyda mam a dad. Fy mhrif nod yw mynd i astudio meddygaeth yn y brifysgol. ”



Theo



Tal

“” Helo. Fy enw i yw Reggie, ac rwy'n 12 oed. Rydw i ym mlwyddyn 8. Fy hobiau i yw celf, chwarae rygbi a dylunio pethau. Fy mhrif hobi yw chwarae gemau fideo gyda fy mrodyr, Seth ac Eli. Fy hoff fwyd yw danteithion chilli o Lid! Maen nhw'n flasus. Fy hoff dymor yw'r gaeaf oherwydd rydw i wir yn CARU'R Nadolig! “”



Reggie

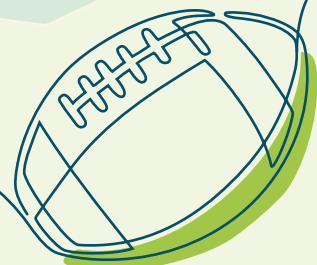
“” Helo, fy enw i yw Tal. Rydw i ym mlwyddyn 8. Fy hoff fwyd yw pasta, a fy hoff liw yw glas golau. Rwy'n caru anifeiliaid ond cŵn yw fy hoff anifeiliaid i achos maen nhw bob amser mor ffyddlon. Mae fy hoff dimau yn cynnwys Rygbi Caerdydd a Liverpool F.C. Fy hoff gêm yw rygbi a fy lle hapus i ymweld ag ef yw Pier Penarth. Mae gen i ddau frawd o'r enw Math ac Aneurin. Rwy'n siaradwr Cymraeg rhugl balch. “”



Hussain

“” Helo, fy enw i yw Hussain. Rwy'n 12 oed ac wrth fy modd yn dod i Tŷ Hafan gyda fy nwy chwaer. Fy hoff liw yw glas, rwy'n ei wisgo'n aml iawn! Rydw i wir wrth fy modd â nygets cyw iâr. Maen nhw'n anhygoel!

Mae gennyf i hobi anarferol o gasglu pennau ysgrifennu ac allweddi. Mae fy nheulu i'n bwysig iawn i fi. Rwy'n eu caru nhw'n fawr iawn. Rwy'n hoffi dod i Tŷ Hafan i helpu pobl a mwynhau'r bwyd! “”





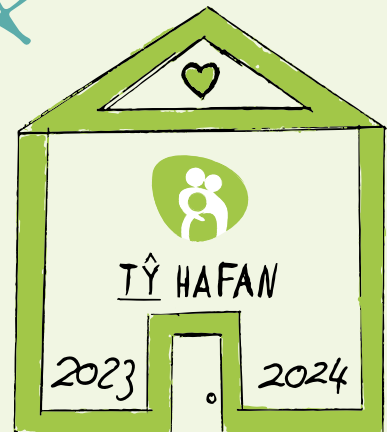
Fy enw i yw George ac rwy'n 15 mlwydd oed. Mae gennyf i un chwaer ac un brawd. Rwy'n hoffi chwarae gemau fideo, dweud jôcs, cwrdd â phobl newydd a gwyllo ffilmiau. Rwy'n dwlu ar Tŷ Hafan oherwydd ei amgylchedd sy'n ysgogi tawelwch, y staff a'r ffordd y mae'n caniatáu i fi fod yn rhydd a bod yn fi fy hun. Fy hoff liw yw porffor, ac rwy'n mwynhau gwyllo Gravity Falls ar Disney+. Rwy'n hoff iawn o bob anifail ond fy nhri gorau i yw hebogau, sgwid a chŵn. Rwy'n dysgu tipyn oddi ar YouTube gan fy mod i'n treulio'r rhan fwyaf o fy hamser yn ei wyllo. Haf yw fy hoff dymor oherwydd dyna pryd rwy'n cael mynd i'r ysgol i weld fy holl ffrindiau ac athrawon.



George



Aelodau o'r Bwrdd Ieuenctid

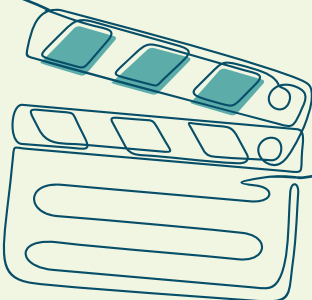


Youth Board
Bwrdd Ieuenctid

Dyluniodd y Bwrdd Ieuenctid eu logo eu hunain!

Cymryd rhan

Os oes gennych chi unrhyw gyfleoedd i'r Bwrdd Ieuenctid gymryd rhan mewn prosiectau gweithredu cymdeithasol yn y gymuned, cysylltwch â'n Hymarferydd Gweithredu Cymdeithasol a Chymryd Rhan Ieuenctid, Katie Simmons, drwy e-bostio katie.simmons@tyhafan.org.



Nodi 25 mlynedd gyda

the-parti ym mis Mai!



Bydden ni wrth ein bodd os byddech chi'n dod at ein gilydd i nodi **25 mlynedd o Tŷ Hafan!**

Mae Te i Tŷ Hafan yn ffordd hyfryd o ddod ynghyd â ffrindiau, teulu, cydweithwyr a chymdogion y gwanwyn hwn. Gall eich te-parti fod yn fawr neu'n fach, dan do neu yn yr awyr agored – gallwch chi greu un eich hun.

25

Dyma rai syniadau am leoliadau yr ydyn ni'n dwlu arny'n nhw:

- Eich cartref neu'ch gardd
- Eich stryd
- Neuadd eich pentref lleol
- Eich ysgol, coleg neu brifysgol
- Eich gweithle.

Mae **Dydd Llun 6 Mai** yn Wyl y Banc, felly rydyn ni'n credu y byddai'n ddiwrnod gwych i gynnal te parti, ond gallwch chi gynnal eich parti bryd bynnag sydd orau i chi a'ch gwesteion.

Y peth gorau oll

Y peth gorau oll yw y bydd unrhyw arian yr ydych chi'n ei godi ar y diwrnod yn mynd tuag at sicrhau na fydd teuluoedd yng Nghymru, sy'n byw gyda gwirionedd sydd y tu hwnt i'r dychymyg, sef y bydd bywyd eu plentyn yn fyr, yn gorfod wynebu hynny ar eu pen eu hunain.

I godi arian, gallech chi godi ffi mynediad fach i'ch te-parti, gwerthu cacennau, bisgedi a brechdanau neu gael bwcedi rhoddion yn eich digwyddiad.

Cofrestrwch ar gyfer Te i Tŷ Hafan ym mis Mai



www.tyhafan.org/tea-for-ty-hafan



supportercare@tyhafan.org



02920 532 255

Nid yw parti-te at ddant pawb

Os byddai'n well gennych chi gynnal brecinio diwaelod, parti G & T neu ffordd arall o ddod at eich gilydd i godi arian, byddai hynny hefyd yn wych! Rhowch wybod i'n Tîm Gofal Cefnogol fel y gallwn ni sicrhau bod gennych chi'r holl ddeunyddiau codi arian sydd eu hangen arnoch chi.

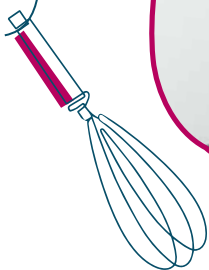




Tŷ Hafan Chefs



Mae Rob, un o gogyddion medrus Tŷ Hafan, wedi rhannu ei rysâit ar gyfer y dorth lemwn flasus hon ar gyfer eich te-parti.



Torth lemwn

Cynhwysion

Ar gyfer y gacen

210g blawd plaen
1½ llwy de o bowdwr pobi
½ llwy de o halen
120ml llaeth cynnes
140g llus
3 llwy fwrdd o sudd lemwn
170g menyn heb ei halltu
200g siwgr gwyn gronnog
1½ llwy fwrdd o groen lemwn
3 wy mawr
2 lwy de o olew llysiau
14g blawd corn.

Ar gyfer y surop lemwn

85g siwgr caster
Sudd 2 lemwn.

Ar gyfer y sglein lemwn

240g o siwgr eisin
3 llwy de o sudd lemwn.

Dull

Ar gyfer y gacen

1. Cynheswch y ffwrn i 160°C (320°F) gan roi'r ffan ymlaen a rhowch leinin mewn tun torth 8.5 x 4.5 modfedd
2. Hidlwch y blawd, blawd corn, powdr pobi a halen at ei gilydd
3. Cyfunwch y llaeth cynnes a'r sudd lemwn mewn powlen fach a gadewch iddo geulo
4. Curwch y menyn, olew llysiau, siwgr a chroen lemwn at ei gilydd nes ei fod yn ysgafn
5. Ychwanegwch yr wyau un ar y tro, cymysgwch hanner y cymysgedd llaeth a sudd lemwn sudd

6. Cyfunwch hanner y cynhwysion sych, ychwanegwch y cymysgedd llaeth sy'n weddill a gorffennwch gyda gweddill y cynhwysion sych; peidiwch â'i or-gymysgu

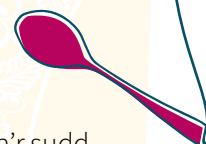
7. Ychwanegwch y llus at y cymysgedd a'i droi
8. Arllwyswch y cyteu i'r tun a'i bobi am awr, neu nes bod sgiwer yn dod allan ohono'n lân
9. Gadewch iddo oeri am 15 munud.

Ar gyfer y surop lemwn

1. Mewn sosban, cynheswch y siwgr a'r sudd lemwn nes bod y siwgr yn toddi i wneud y surop
2. Tynnwch y dorth o'r tun a'i gorchuddio â'r surop lemwn.

Ar gyfer y sglein lemwn

1. Cyfunwch y siwgr eisin a'r sudd lemwn mewn powlen
2. Diferwch ar ben y dorth ac ychwanegwch y croen lemwn i'w addurno.





Newyddion gan ein gwasanaethau gofal

Mae 2024 wir yn mynd yn dda ac mae gennym ni lawer o newyddion gan ein gwasanaethau gofal yn yr hosbis ac yn y gymuned, yr ydym ni'n falch iawn o'i rannu gyda chi.

Sbotolau ar... Jemma, ein Nyrs Glinigol Gofal Newydd-anedig Arbenigol

Yn ein rhifyn diwethaf, gwnaethom egluro ein bod ni wedi gweld cynnydd mewn atgyfeiriadau o Unedau Gofal Dwys Newydd-anedig.

Gyda datblygiadau meddygol yn golygu bod babanod sy'n cael eu geni'n gynamserol iawn neu sydd â chyflyrau iechyd cymhleth yn byw'n hirach, ynghyd â'r ymwybyddiaeth gynyddol o'r dewisiadau pan ddaw babi i ddiwedd ei oes, roedd angen creu rôl newydd yn benodol ar gyfer cymorth gofal lliniarol i fabanod yn Tŷ Hafan.

Nawr, mae Jemma David wedi ymuno â thîm Tŷ Hafan yn rôl newydd Nyrs Glinigol Gofal Newydd-anedig Arbenigol.



Gall gweithio gyda babanod fod yn wahanol iawn i weithio gyda phlant hŷn a phobl ifanc yn eu harddegau, ac mae'r rôl newydd hon yn rhychwantu sawl maes. Mae Jemma yn cynnig cymorth cyn-geni i rieni sy'n darganfod bod dyfodol eu baban yn ansicr yn ystod beichiogrwydd ac mae hi'n gallu mynychu apwyntiadau gyda nhw i'w helpu nhw i ddeall problemau iechyd eu baban yn well.



Mae Jemma hefyd yn helpu gyda 'chynllunio cyfochrog', sy'n cefnogi teuluoedd i ystyried yr hyn maen nhw ei eisiau pe bai eu babi'n marw, ond hefyd cael cynllun yn ei le fel bod y teulu yn cael y cymorth sydd ei angen arnyd nhw i fynd â'u babi adref os ydyn nhw'n goroesi.



🗣️ Mae Tŷ Hafan yn rhoi mwy o hyblygrwydd i deuluoedd sy'n wynebu gofal diwedd oes gyda'u babi. Er bod ysbytai yn cynnig gofal a chymorth clinigol gwych, mae'n dal i fod yn amgylchedd clinigol.

Yn Nhŷ Hafan, mae llawer o ganolbwyntio ar amser o ansawdd a chreu atgofion. Mae rhai teuluoedd wedi mynd â'u babi allan i'r gerddi, sy'n edrych dros y môr, i farw yn eu breichiau mewn lleoliad heddychlon - nid yw'r math hwnnw o hyblygrwydd ar gael yn unman arall. 🗣️

Croeso i'r tîm, Jemma.

Cadw mewn cysylltiad

Clywch am y newyddion a'r datblygiadau diweddaraf gan ein gwasanaethau gofal.

www.tyhafan.org/latest-news



Sganiwch y cod QR i gofrestru ar ein rhestr bostio!

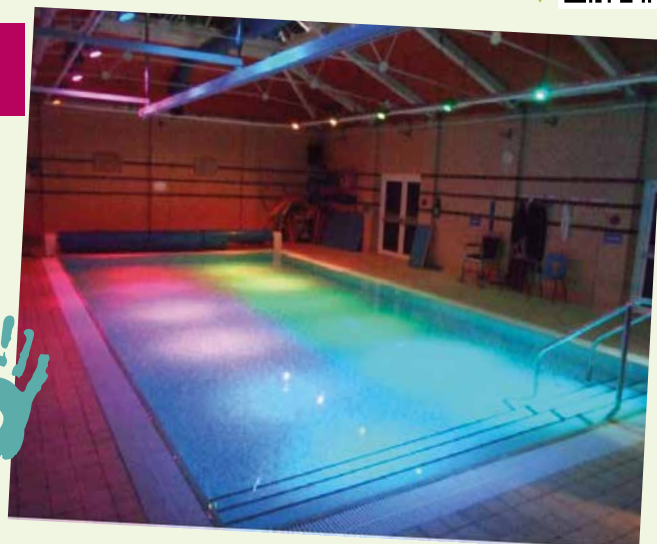




Dau brosiect ailddatblygu allweddol yn dechrau

Hefyd yn ein rhifyn diwethaf, gwnaethon ni ddweud wrthyhych chi am ein cynlluniau i ailddatblygu'n pwll hydrotherapi a'n noddfa. Roedd angen i ni sicrhau cyllid ar gyfer y brosiectau hyn, ac rydyn ni wrth ein bodd yn dweud wrthyhych fod yr arian sydd ei angen arnon ni gennym ni erbyn hyn, diolch i gefnogwyr hael!

Mae gwaith ar y ddau brosiect wedi dechrau erbyn hyn, sy'n golygu, yn fuan iawn, y bydd teuluoedd yn gallu defnyddio'r manau ar flaen y gad mwy hygyrch hyn.



Gan gyflwyno... Gwirfoddolwyr Cymorth i Deuluoedd

Yn dilyn cyllid gan Sefydliad Hodge, rydyn ni wedi dechrau cyflwyno Gwirfoddolwyr Cymorth i Deuluoedd fel rhan o brosiect pilot ym Mae Abertawe a Chastell-nedd Port Talbot.

Mae'r gwirfoddolwyr hyn yn helpu yng nghartrefi a chymunedau'r teuluoedd yr ydyn ni'n eu cefnogi. Maen nhw'n ymgymryd â thasgau sylfaenol DIY, siopa, gyrru a gwaith tŷ i leihau rhywfaint ar y pwysau ar deuluoedd sydd eisoes yn ymdopi â llawer iawn.

Rhan allweddol o'r brosiect hwn yw Debbie Allison, ein Rheolwr Gwirfoddolwyr Cymorth i Deuluoedd. Esboniodd Debbie:

🗣️ Gall cael gwirfoddolwyr sydd wedi'u hyfforddi'n dda, sydd wedi'u recriwtio'n dda mewn cartrefi a chymunedau fod yn fanteisiol iawn. Mae hi fel cwtsch cynnes yn y gymuned, gan ddod ag ychydig o Dŷ Hafan i mewn i'r cartref i leddfu pwysau ac ynysigrwydd cymdeithasol. 🗣️



O un bwrdd i'r llall!

Aeth y Bwrdd leuenctid i ddiwrnod cwrdd i ffwrdd Bwrdd yr Ymddiriedolwyr ym mis Tachwedd ac roedd yn ddiwrnod gwych.

Rhoddodd yr Ymddiriedolwyr gyfres o bynciau i'r Bwrdd leuenctid i'w hymchwilio, yn seiliedig ar sut y mae modd gwella Tŷ Hafan i bobl ifanc. Yna cyflwynodd y Bwrdd leuenctid eu canfyddiadau.

Gwnaeth y bobl ifanc gyflwyniad hyderus a phwerus yn amlinellu eu syniadau a'u barn o ran datblygu'r sefydliad gyda llond trol o angerdd. Cafodd eu hagwedd a'u haeddfedrwydd eu canmol gan holl aelodau'r Bwrdd.

Gwaith gwych!



Stori Cai

Roedd Matthew a Micaela yn 21 oed pan gawson nhw eu bachgen bach, Cai.

Heb fawr o dro, trodd y llawenydd o fod yn rhieni tro cyntaf yn dotio ar eu babi at ofn a thorcalon pan aeth Cai yn ddifrifol wael pan oedd ond ychydig wythnosau oed.

Fe wnaeth ataliad ar y galon ei adael gydag anafiadau helaeth i'r ymennydd a pharlys yr ymennydd. Cafodd Matthew a Micaela wybod am y newyddion dirdynnol mai dim ond diwrnod oedd gan eu babi i fyw.

Ond goroesodd Cai y diwrnod canlynol. Ac yna'r nesaf, a'r nesaf. Er ei fod ef dal yn sâl iawn, roedd Matthew a Micaela yn hapus ac yn ddiolchgar bod eu babi'n fyw.

Ond trodd eu rhyddhad yn fwy o drychineb. Cafodd Cai ddiagnosis o gyflwr hynod brin, anwelladwy, syndrom Vici, a olygai y byddai ei fywyd yn fyr.

Dywedodd y tîm meddygol a oedd yn gofalu am Cai na fyddai'n byw y tu hwnt i ddwy flwydd oed, ac y byddai'n byw'r blynyddoedd byr hynny gyda heriau corfforol dwys. Gyda'i calonnau'n ddarnau, fe wnaethon nhw alaru am y bywyd yr oedden nhw wedi'i ragweld gyda'i mab.

Roedd bywyd yn mynd i fod yn wahanol iawn i'r teulu ifanc yma. Yn lle mynd â Cai i ymarfer pêl-droed ar benwythnosau, roedden nhw'n byw bywyd o ansicrwydd wrth ymyl ei wely yn yr ysbyty.

Fe wnaeth tîm meddygol Cai, gynnig atgyfeiriad iddyn nhw i Tŷ Hafan, ond roedd y syniad o Cai yn mynd i hosbis i'w weld mor derfynol ac nid oedd Matthew a Micaela yn barod i ddweud ffarwél.

Pan ddaethon nhw i ymweld â'r hosbis, roedd hi'n wahanol iawn i'r hyn yr oedden nhw wedi'i disgwyl. Roedd

hi'n gynnes, yn llachar ac yn gartrefol, yn llawn gwenu a chwerthin. Roedden nhw'n teimlo ar unwaith ei fod yn lle diogel a chyfeillgar, yn llawn cariad a bywyd.

Ond nid oedd amser i brosesu'r hyn a oedd yn digwydd. Trodd yr wythnosau yn fisoedd, ac roedd yn rhaid iddyn nhw fyw am bob diwrnod.





Roedd y pwysau ariannol a'r cyfyngiadau amser a ddaeth yn sgil gofalu am Cai lawn amser yn golygu eu bod nhw braidd yn ymdopi a goroesi. Ond roedden nhw'n gwybod bod Tŷ Hafan yno iddyn nhw bob cam o'r ffordd.



Hyd yn oed drwy'r holl ddyddiau tywyll, byddai Cai yn dod â heulwen.

Roedd ef bob amser yn fachgen bach hapus, yn llawn cymeriad. Dangosodd ddewrder mawr drwy gydol ei daith. Roedd ganddo'r wên fwyaf heintus ac, ar hyd ei oes, fe heriodd yr anfanteision a gafodd eu pentyrru yn ei erbyn.

Pan ddaeth yr amser i ddweud ffarwél, roedd Matthew a Micaela yn gwybod eu bod nhw eisiau i Cai farw'n hedychlon yn Tŷ Hafan. Y foment y daeth ef i mewn i'r hosbis, agorodd ei lygaid. Roedd ef rywle lle'r oedd e'n teimlo'n ddiogel.



Roedd Matthew a Micaela yn adnabod eu bachgen bach, ac roedden nhw'n gwybod mai dyna fyddai ei eiliadau olaf ef. Nid oedd ef erioed wedi bod mor wael â hynny o'r blaen. Roedd ei weld ef felly yn fwy poenus hyd yn oed na'r ffaith na fyddai yma mwyach.

Bu farw Cai pan oedd yn 11 oed. Roedd ei farwolaeth yn hedychol. Nid oedd unrhyw frwydro. Nid oedd yn ofnadwy. Syrthiodd i gysgu ym mreichiau ei dad ac ni ddeffrodd.

Roedd cariad o'i amgylch ym mhobman, a phan fu farw, nid oedd Matthew a Micaela yn teimlo'n unig yn eu galar. Roedden nhw'n teimlo bod staff Tŷ Hafan wedi colli Cai, hefyd. Gwnaeth yr emosiwn, y gefnogaeth a'r cariad y dangosodd aelodau o'r staff iddyn nhw ddod â chysur mawr.



Oherwydd eich haelioni yr oedd yn bosibl i fi fod yno i Matt, Micaela a Cai trwy gydol bywyd, Cai, ei farwolaeth a thu hwnt.

Ond mae mwy o waith i'w wneud. Dim ond gyda rhoddion y byddwn ni'n gallu cyrraedd pob teulu yng Nghymru sydd ein hangen ni. **Rhowch help llaw i ni i wneud y Gymru honno'n wirionedd.**

Rhoi

www.tyhafan.org/donate
Sganiwch fi i newid bywydau!



'Amdanaf i' gan Pavil

Cefais i fy ngeni gyda nifer o broblemau meddygol, gan gynnwys clefyd cronig yr arenau ac anghysondeb cymhleth y cloaca, ond cefais i gyfle i fyw.

Gwnaeth y meddygon a'r staff gwych yn Ysbyty Great Ormond Street ac Ysbyty Athrofaol Cymru ofalu amdanaf i am flwyddyn nes i ofalwyr maeth fynd â fi adref.

Gorfod i fy ngofalwyr fy wynebu i'n cael llwyth o driniaeth feddygol, yn enwedig pan gefais i drawsblaniad aren yn bedair oed.

👂👂 Ar ôl 12 diwrnod dychrynlyd yn yr uned dibyniaeth fawr, deffrodd fy aren newydd! Roedd hwn yn ddechrau newydd yn fy mywyd i, ond roedd llawer mwy o lawdriniaeth ac adegau brawychus i ddod. 🧠🧠

Roeddwn i'n fwy abl ar ôl y llawdriniaeth trawsblannu, felly cefais i ganiatâd i deithio. Rydw i wedi bod i Awstralia, Gwlad Thai, Sbaen a Phortiwgal. Awstralia yw fy hoff le. Y flwyddyn nesaf, rydw i'n mynd i Disney World yn Florida, ac rwy'n edrych ymlaen at yr antur.



Rydw i ym mlwyddyn 7. Roedd dechrau ysgol newydd yn dipyn o her, ond rwyf i wedi ymgartrefu nawr ac rwy'n mwynhau'r gwahanol wersi. Hanes yw fy hoff wers yn yr ysgol. Fy hobiau yw chwarae Xbox, Fortnite a Roblox, ac rwy'n hoffi darlunio, ac rwy'n un da am wneud hynny.

👂👂 Rydw i ar Fwrdd Ieuencid Tŷ Hafan. Rydyn ni'n trafod materion sy'n ymwneud ag anabledd a materion cymdeithasol. Rydyn ni wedi bod yn Amgueddfa Caerdydd yn ddiweddar i edrych ar y materion sy'n effeithio ar bobl anabl yno, ac i dynnu sylw at newidiadau a fyddai o fudd i'r rhai ag anableddau. 🧠🧠

Rydw i wedi gwneud llawer o ffrindiau yn Tŷ Hafan ac rwy'n edrych ymlaen at wneud llawer mwy. Bydd fy nhaith ar hyd llwybr bywyd yn codi heriau, ond gadewch i ni barhau'n bositif! **Amdani!**

Cadwch mewn cysylltiad â ni!

Ydych chi eisiau clywed am ein newyddion, digwyddiadau a straeon diweddaraf o wraidd ein gwaith yn yr hosbis a'r gymuned gyntaf? Cofrestrwch ar gyfer ein rhestr bostio!



Cofrestrwch: www.tyhafan.org/hear-from-us




Diolch yn fawr, Johnny a Michele!

Mae Johnny a Michele wedi'n cefnogi ers amser maith. Cawson nhw eu hysbrydoli gan fam Johnny, Margaret, a oedd hefyd yn cefnogi'n gwaith ni dros gyfnod hir.

Nawr, maen nhw wedi penderfynu'n garedig i adael arhelig i Tŷ Hafan yn eu hewyllysiau!

"Roedd fy mam bob tro'n cefnogi elusennau, ond roedd hi eisiau cefnogi elusen leol er mwyn iddi allu gweld sut roedd ei harian yn helpu," mae Johnny yn cofio.


"Pan fu farw, fe wnaethon ni roi rhywbeth bach i Tŷ Hafan o'i hystâd gan ein bod ni'n gwybod mai dyna fyddai hi wedi dymuno. 


"Felly, pan ddaeth yn fater o ysgrifennu ein hewyllysiau ni, Tŷ Hafan oedd y dewis cyntaf. Roedd yn broses syml. Roedden ni'n hoffi bod rhywun yno y gallech chi ei ffonio a siarad â nhw i gael help. Roedd y cyfreithwyr yn wych hefyd."

"Mae'n hyfryd gwybod y bydd Tŷ Hafan yn elwa ar yr hyn yr ydyn ni'n ei adael ar ôl, oherwydd allwch chi ddim mynd ag ef gyda chi," esboniodd Michele. "Mae'n mynd i helpu mwy o deuluoedd nawr, felly mae'n deimlad da."



"Byddwn i'n annog unrhyw un i adael rhywbeth i Tŷ Hafan," ychwanega Johnny.

Mae Tŷ Hafan yn rhywbeth fydd yn parhau, ond mae angen help arny'n nhw. Does dim byd gwell na gwybod y gallwch chi wneud hynny pan fyddwch chi wedi mynd. 


Johnny a Michele, rydych chi'n anhygoel. Diolch! 

Ysgrifennwch eich ewyllys am ddim

Rydyn ni wedi partneru â'r National Free Wills Network i roi cyfle i chi ysgrifennu ewyllys syml, neu bâr o ewyllysiau drych, gyda chyfreithiwr lleol am ddim.

Trwy adael rhodd yn eich ewyllys, byddwch chi'n helpu i sicrhau nad oes yr un teulu yng Nghymru yn byw bywyd byr eu plentyn ar ei ben ei hun.

Dysgwch fwy am adael rhodd i Tŷ Hafan yn eich ewyllys

 02902 532 255

 www.tyhafan.org/gift-in-a-will

A WYDDOCH CHI?



Gallai 1%

o ystâd gyfartalog dalu am dros ddwy flynedd o'r cyflenwad ocsigen sy'n cael ei ddefnyddio yn yr hosbis.

Gallai 3%

o werth ystâd gyfartalog dalu am ddiwrnod cyfan o ofal a chymorth meddygol arbenigol yn ein hosbis ar gyfer sawl teulu.

Gallai 10%

o ystâd gyfartalog dalu am nyrs Tŷ Hafan i roi gofal lliniarol pediatrig arbenigol i deulu am flwyddyn gyfan.

Gwnaf 

Cywion ar ffyn!

I ddatlu dyfodiad y gwanwyn, mae Penny, sy'n dalentog iawn, yn cynnal prosiect Handcrafted Tŷ Hafan, yn rhannu tiwtorial ar sut i greu 'cywion ar ffyn' annwyl!

Mae'r cywion addurniadol hyn yn berffaith i'w defnyddio ar ben cacennau ac fel addurniadau potiau, fasau neu helpa wyau Pasg. Os oes well gennych chi, gallwch chi hepgor y ffon a defnyddio'ch cyw i addurno cerdyn cyfarch neu garden nodi lle wrth eich bwrdd cinio.



Beth fydd ei angen arnoch chi:

Siswrn

Ffon gadarn (gwelltyn, ffon lolipop, ffon balŵn)

Glud a/neu dâp gludiog

Deunyddiau addurniadol (pennau ysgrifennu, creonau, plu, secwinau, gliter).

1

Torrwch y templed cyw isod.

2

(Dewisol)



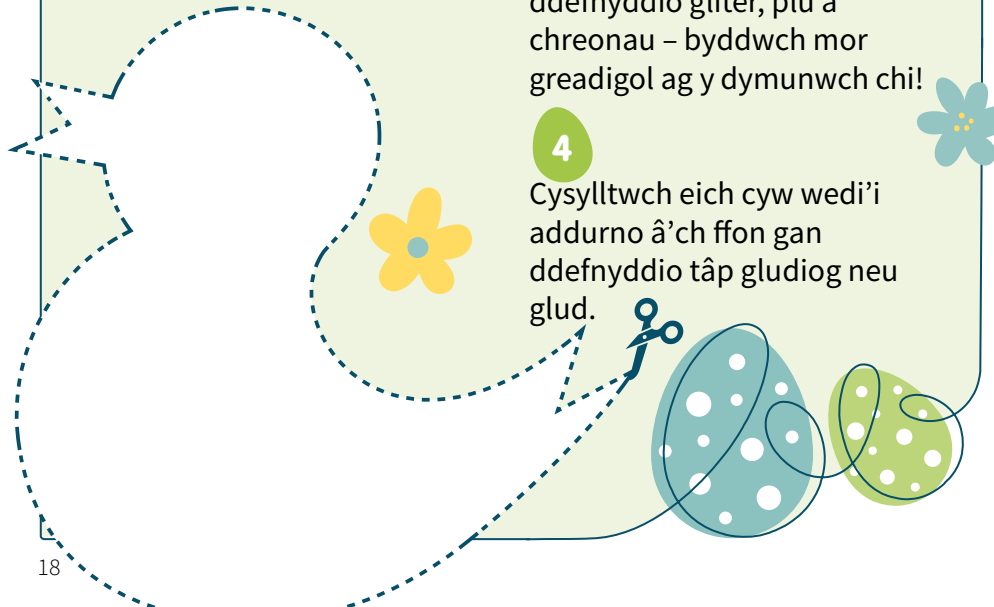
Paentiwch eich cyw, ei liwio neu gludwch gerdyn patrymog arno.

3

Addurnwch eich cyw. Gallwch ddefnyddio gliter, plu a chreonau - byddwch mor greadigol ag y dymunwch chi!

4

Cysylltwch eich cyw wedi'i addurno â'ch ffon gan ddefnyddio tâp gludiog neu glud.



A WYDDOCH CHI?



Mae Handcrafted yn brosiect gan Tŷ Hafan lle mae gwirfoddolwyr medrus yn creu a gwerthu crefftau wedi'u hailgylchu o safon, ac mae'r holl elw'n mynd i Tŷ Hafan. Mae Handcrafted hefyd yn cynnal gweithgareddau crefft ar gyfer plant a theuluoedd yn yr hosbis ac yn y gymuned.

Siop Handcrafted

Ymwelwch â siop Etsy Handcrafted - mae'r elw yn mynd i Tŷ Hafan!

Byntin 'Don't worry bee happy' £12.00



Cwtsh mewn cwdyn £5.00



Addurn crog dafad £5.00



SIOPA YMA

Siop: www.etsy.com/shop/handcraftedbytyhafan

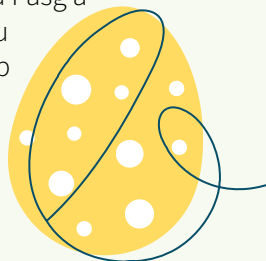
Gwanwyn yn yr hosbis



Mae'r gwanwyn yn gyfnod hudolus yn yr hosbis. Mae'r dyddiau'n hirach ac yn fwy golau ac mae'r blodau y mae'r garddwyr gwirfoddol yn eu plannu â chariad yn dechrau blodeuo. Heb sôn bod bob tro lawer o wenu, gweithgareddau ar thema'r gwanwyn ac, wrth gwrs, digon o siocled adeg y Pasg.

Mae gan y plant lawer o gyfleoedd ar gyfer hwyl a chreadigrwydd yn yr hosbis adeg y Pasg. Gallan nhw fod yn greadigol drwy wneud hetiau a chrefftau Pasg a phob blwyddyn, mae gennym ni helpa wyau gynhwysol ar dir yr hosbis y gall plant o bob gallu gymryd rhan ynddi.

Ac ar ben hynny, mae Cwningen y Pasg yn dod i ymweld â'r plant bob blwyddyn!



Diwrnod ym mywyd... Gweithiwr Cymorth i Deuluoedd

Mae Gweithwyr Cymorth i Deuluoedd yn rhan allweddol o'n Tîm Llesiant ac Allgymorth i Deuluoedd. Yn ogystal â gweithio yn yr hosbis, maen nhw'n gweithio mewn cymunedau lleol yng Nghymru i sicrhau bod teuluoedd yn cael y cymorth arbenigol sydd ei angen arny'n nhw, lle bynnag y mae ei angen arny'n nhw.

Fe wnaethon ni siarad ag Amy, Gweithiwr Cymorth i Deuluoedd yn Tŷ Hafan, i ddysgu mwy am ei rôl hanfodol.



"Mae Gweithwyr Cymorth i Deuluoedd yn gweithio gyda theuluoedd i gefnogi eu llesiant emosiynol. Gallai hynny fod yn hirdymor, neu nes iddyn nhw ddechrau cael cwnsela," mae Amy yn esbonio.

🗨️ Rydyn ni'n gweithio unigol gyda theuluoedd ac mewn grwpiau, gan gynnal llawer o ddigwyddiadau yn yr hosbis ac mewn cymunedau lleol. 🗨️

"Mae'r digwyddiadau yn amrywiol iawn. Gallan nhw ganolbwyntio'n benodol ar famau, tadau neu frodyr a chwiorydd, neu gallan nhw fod ar gyfer teuluoedd cyfan. Mae gan bob aelod o'r teulu anghenion cymorth gwahanol, felly rydyn ni'n gweithio'n galed i roi cymorth penodol i bawb.

"Mae fy nghydweithwyr Emily, Dan a Kelly-Jo a minnau yn gweithio gyda'n gilydd i sicrhau bod pawb sy'n manteisio ar wasanaethau Tŷ Hafan yn cael gwasanaeth cyfartal.

"Mae gwaith Emily a minnau yn y gymuned wedi'i rannu'n ddaeryddol fel y gallwn ni sicrhau bod pob ardal yn cael gwasanaeth cyfartal. Mae hyn yn bwysig iawn i'n teuluoedd mewn cymunedau gwledig. Mae digwyddiadau Tŷ Hafan yn cael eu hysgogi gan yr hyn y mae teuluoedd eisiau ei wneud.

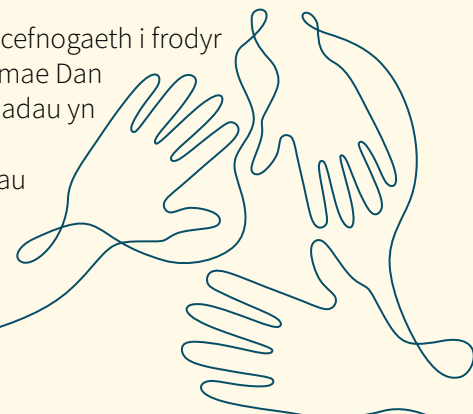


Rydyn ni'n cynnal diwrnodau sba, boreau coffi a chyfleoedd i gwrdd am sgwrs mewn amrywiaeth o ardaloedd. Rydyn ni wedi sylwi bod rhai teuluoedd eisiau gwneud mwy o weithgareddau anturus, felly aeth criw o famau i daflu bwyelli'n ddiweddar ac roedd yn lot o hwyl!

Mae Amy'n egluro: "Rwyf i wrth fy modd yn cael grŵp mawr o bobl at ei gilydd. Mae'n helpu pobl i gysylltu. Yn y digwyddiadau hyn, gall teuluoedd ddarganfod eu bod yn byw ond ychydig i lawr y ffordd oddi wrth ei gilydd, neu fod eu plant yn mynd i'r un ysgol. Mae'r digwyddiadau hyn yn helpu teuluoedd i wneud eu cysylltiadau eu hunain a dod o hyd i system gymorth yn agos at ble maen nhw'n byw.

🗨️ Mae amser unigol gyda theuluoedd yn hanfodol hefyd. Mae siarad â pherson rheolaidd a dibynadwy y maen nhw'n gwybod ei fod yn deall eu profiadau yn gallu bod o gymorth mawr i lesiant y teulu. 🗨️

"Mae Kelly-Jo yn cynnig cefnogaeth i frodyr a chwiorydd yn bennaf, mae Dan yn cynnig cefnogaeth i dadau yn bennaf ac mae Emily yn cynnig cefnogaeth i famau a theuluoedd cyfan yn bennaf."



Donate



“Mae cymorth profedigaeth a chreu atgofion yn rhan fawr o fy swydd i hefyd,” mae Amy'n ychwanegu. “Pan ddaw plentyn atom ni ar gyfer gofal diwedd oes, rwy'n helpu teuluoedd i greu atgofion gwerthfawr gyda'u plentyn drwy weithgareddau fel gwneud castiau llaw, creu canfasau artistig gyda phrintiau llaw ac arbed cudynnau o wallt.

“Mae fy nyddiau i wir yn amrywiol. Gallaf fod yn cynnal digwyddiad yn y bore ac, yr un diwrnod, efallai y bydd angen i mi helpu Ymarferydd Cymorth i Deuluoedd gyda chreu atgofion.

“Rwyf i wrth fy modd â phob agwedd ar fy ngwaith. Roeddwn i bob tro yn gwybod fy mod i eisiau helpu pobl a dechreuais i wirfoddoli gyda phlant ag anghenion cymhleth o oedran ifanc. Rwy'n ddiolchgar iawn i weithio rhywle sy'n teimlo fel fy lle i am byth.

“Mae ein Hybiau Cymunedol hefyd yn rhan fawr o'r hyn yr ydyn ni'n ei wneud. Maen nhw'n mynd â gwasanaethau Tŷ Hafan i gymunedau lleol yng Nghymru fel y gallwn ni gyrraedd cymaint o deuluoedd â phosibl.”

“Mae llawer yn digwydd yn y Canolfannau Cymunedol! Rôl y Gweithwyr Cymorth i Deuluoedd yw sicrhau bod teuluoedd yn gallu cysylltu ag eraill a gwneud ffrindiau yn eu cymunedau lleol. Rydyn ni'n gwneud hyn drwy sicrhau bod y teulu cyfan yn cael cymaint o hwyl â phosibl, yn ogystal â bod yn glust i wrando.”

Mae ein Tîm Therapiau Cyflenwol yn mynd i Hybiau Cymunedol i roi triniaethau ymlaciol i deuluoedd, fel tyllino, ac mae crefftau a chwarae therapiwtig yn nodweddiol pwysig y digwyddiadau cymunedol misol hyn.



“Gallwn ni gael diwrnodau anodd iawn yn Tŷ Hafan, ond mae yna gymaint mwy na thristwch.

“Mae pethau anhygoel yn digwydd yn Tŷ Hafan. Nid dim ond lle ble mae plant yn dod i farw ydyw - mae'n lle i wneud yr atgofion prydfertaf fel teulu. Rydyn ni'n gwneud popeth o fewn ein gallu ni i wneud bywyd byr iawn yn fywyd hapus iawn.”

Ymunwch â thîm Tŷ Hafan

Gwnewch wahaniaeth. Ymunwch â Thîm Tŷ Hafan. Dewch o hyd i'n swyddi gofal, Prif Swyddfa a manwerthu gwag diweddaraf:
www.tyhafan.org/careers



Yr hydref diwethaf, gwnaethom ni gynnal pedair ras hwyl o'r enw 'Rasys Tywyll' am y tro cyntaf erioed. Roedden nhw'n llawer o hwyl!



Ras Dywyll Castell Cil-y-coed

Diolch i bawb a wnaeth gymryd rhan, codi arian a gwirfoddoli. Roedd yn anhygoel gweld cymaint o wynebâu cyfarwydd yno, yn ogystal â llawer o gefnogwyr newydd sbon.



Rhas Dywyll Castell Cyfarthfa

Mae'r digwyddiadau Rasys Tywyll yn rasys hwyl sy'n digwydd ar ôl i'r haul fachlud. Yn berffaith ar gyfer teuluoedd, maen nhw'n ymwneud â chael hwyl a rhoi cynnig arni, p'un ai ydych chi'n rhedeg, loncian neu'n cerdded.

Yn 2023, gwnaethom ni gynnal digwyddiadau Rasys Tywyll yn Ynys y Barri, Bae Abertawe, Castell Cil-y-coed

a Chastell Cyfarthfa, ac roedden ni mor falch bod rhai o'r teuluoedd yr ydym ni'n eu cefnogi wedi cychwyn pob ras trwy ganu'r clacson!

Roeddem yn annog gwisgo gwisg ffansi thema Calan Gaeaf a neon, ac ni wnaeth cyfranogwyr ein siomi...

Roedd y Rasys Tywyll nid yn unig yn llawer o hwyl, fe wnaethon nhw hefyd godi £66,574 ar gyfer Tŷ Hafan, sy'n golygu y bydd mwy o deuluoedd yng Nghymru yn cael cefnogaeth drwy'r gwirionedd y tu hwnt i ddychymyg, sef y bydd bywyd eu plentyn yn fyr.

Ni fyddai'r digwyddiadau hyn wedi bod yn bosibl heb Gymdeithas Adeiladu Principality, sy'n anhygoel, a oedd yn ddigon caredig i noddi'r rasys a rhoi arian cyfatebol at holl arian a gafodd ei godi, gan roi £27,000 ar ben noddi'r digwyddiad.

SPONSORED BY



Ras Dywyll Ynys y Barri

Ras Dywyll Bae Abertawe

A WYDDOCH CHI?



Mae cymryd rhan mewn digwyddiad codi arian yn ffordd wych o godi arian ar gyfer Tŷ Hafan wrth ymgymryd â her newydd. Darllenwch fwy am ein digwyddiadau ar y dudalen nesaf!

Rydyn ni'n falch iawn o ddod â digwyddiadau Ras Dywyll yn ôl yr hydref hwn. Felly, edrychwch ar ein gwefan neu dudalennau cyfryngau cymdeithasol i fod y cyntaf i ddarganfod y dyddiadau a'r lleoliadau! I gofrestru eich diddordeb, anfonwch e-bost i events@tyhafan.org.

Donate



Blwyddyn newydd, her newydd

Ewch amdani a chymerwch ran un o'r heriau anhygoel hyn i helpu plant sy'n ddifrifol wael yng Nghymru.



Hanner Marathon Caerdydd

Yn un o'r rasys mwyaf poblogaidd yn Ewrop, mae Hanner Marathon Caerdydd yn brofiad anhygoel. Mae'r llu o wylwyr yn enwog am ddod ag awyrgylch anhygoel flwyddyn ar ôl blwyddyn.

Manylion y digwyddiad

Dyddiad: 6th Hydref 2024

Lleoliad: Canol Dinas Caerdydd

Cofrestrwch yma

www.tyhafan.org/cy/events/cardiff-half-marathon

Mae cofrestru i redeg Hanner Marathon Caerdydd 2024 ar gyfer Tŷ Hafan dim ond yn £10 a byddwch chi'n cael llawer o bethau da:

- Taith hosbis Tŷ Hafan
- Mynediad i'n grŵp Facebook ar gyfer rhedwyr
- Fest rhedeg am ddim pan fyddwch chi'n codi £100
- Canllawiau hyfforddi a maeth.

Mae Hanner Marathon Caerdydd yn rhan o'r gyfres SuperHalf - trwy gwblhau'r ras, byddwch chi'n ennill stamp ar gyfer eich SuperPassport!

10k, Hanner a Marathon ABP Casnewydd, Cymru

Mae'r triawd hwn o rasys ffordd y gwanwyn hwn, yn rhoi cyfle i chi ddewis rhwng 10k, hanner marathon neu bellter marathon llawn. Yn cael ei gynnal yng Nghasnewydd, bydd rhedwyr yn elwa ar lwybr gwastad i raddau helaeth, gan wneud hwn yn ddigwyddiad delfrydol i ddechreuwr neu'r rhai sy'n mynd ar drywydd Gorau Personol!

Manylion y digwyddiad

Dyddiad: 28th Ebrill 2024

Lleoliad: Casnewydd

Cofrestrwch yma

www.tyhafan.org/events/abp-newport-10k-half-marathon-and-marathon



Gweler ein rhestr lawn o ddigwyddiadau sydd ar ddod

www.tyhafan.org/cy/cymryd-rhan-mewn-digwyddiad



DYSGWCH AM EIN DIGWYDDIADAU SYDD AR DDOD

3 Chopa Cymru

Mae 3 Chopa Cymru GE Aviation yn ôl!

Manylion y digwyddiad

Dyddiad: 8th Mehefin 2024

Lleoliad: Pen-y-Fan, Cadair Idris, Yr Wyddfa

Cofrestrwch yma

www.tyhafan.org/cy/events/welsh3peaks-3



GE Aerospace

3 Chopa Cymru yw'r man lle mae bondio fel tîm, dyfalbarhad a golygfeydd trawiadol yn cwrrd. Pan fyddwch chi'n ymgymryd â'r her hon, byddwch chi a'ch tîm yn dringo Pen-y-Fan, Cadair Idris a'r Wyddfa mewn un diwrnod - mae'n anodd ond mae'n anhygoel.

Gan sefyll prawf amser, dyma'r digwyddiad blynyddol hynaf yng nghalendr Tŷ Hafan, ac mae wedi codi swm enfawr o arian i ni ers 1998. Ai hon allai fod y flwyddyn y mae'n cyrraedd £1,000,000? Mae hyn i fyny i chi!



Arwyr Codi Arian

Mae Daryl wrth ei fodd yn rhedeg. Ond nid felly Jen!

Ond, pan wnaeth y ddeuawd hedfan i Florida fis Ionawr eleni er mwyn i Daryl allu ymgymryd â her Dopey - ie, rydych chi wedi darllen hynny'n gywir! – nid oedd Jen yn gallu peidio ag ymuno ag ef am yr ail ran, gan godi arian i Tŷ Hafan wrth iddi redeg.

👂👂 Mae Daryl bob amser wedi bod yn rhedwr brwd ac eleni fe osododd her newydd i'w hun - yn fwy penodol, Her Dopey," meddai Jen. 🦋



“Fe wnaethon ni deithio i Walt Disney World yn Florida lle cwblhaodd Daryl Her Dopey - ras o 5 km, ras o 10 km, hanner marathon a marathon llawn dros bedwar diwrnod yn olynol, gan gyrraedd cyfanswm o 48.6 milltir gyda'i ddwy droed ei hun.

“Ymunais i ag ef ar gyfer y ras 10 km i gefnogi Tŷ Hafan ac, mewn ymgais i wneud y mwyaf o'n rhoddion, gwnaethon ni roi'r cyfle i bobl roi a dewis ein gwisgoedd.

“Yn ôl yr addewid, fe wnaethon ni gwblhau'r ras fel Jasmine ac Aladdin ar fore oer iawn, a gwnaeth yr amser cychwyn, 5am, hwnnw'n anoddach byth.

👂👂 Er gwaethaf yr heriau, roedden ni wrth ein bodd ein bod ni wedi codi cyfanswm o £855 ar gyfer Tŷ Hafan – roedden ni hefyd wrth ein bodd bod het Daryl wedi aros ar ei ben ar hyd yr holl ffordd! 🦋

Da iawn, Jen a Daryl, a diolch am godi arian i ni! Am ffordd wych o godi arian a phrofiad gwych hefyd. ❤️

Adroddodd Jen ei phrofiad hi a Daryl yn Disney World ar Instagram - ewch i'w dudalen i weld mwy! @jens_run_disney_adventure

📷 @jens_run_disney_adventure

Codi arian ar gyfer Tŷ Hafan

Wedi'ch ysbrydoli gan y stori hon? Gwych!

Mae unrhyw beth yn bosibl pan fyddwch chi'n codi arian ar gyfer Tŷ Hafan. Gallwch gynnal digwyddiad, ymgymryd â her, creu a gwerthu neu wneud rhywbeth hollol unigryw!

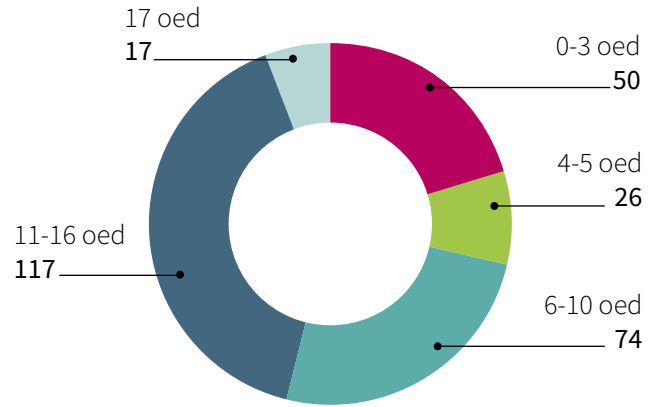
Bydd ein Tîm Gofal Cefnogwr gyda chi bob cam o'r ffordd. Cysylltwch â nhw drwy anfon e-bost at supportercare@tyhafan.org neu ffonio 02920 532255.

Tŷ Hafan mewn Rhifau

1 Gorffennaf – 31 Rhagfyr 2023

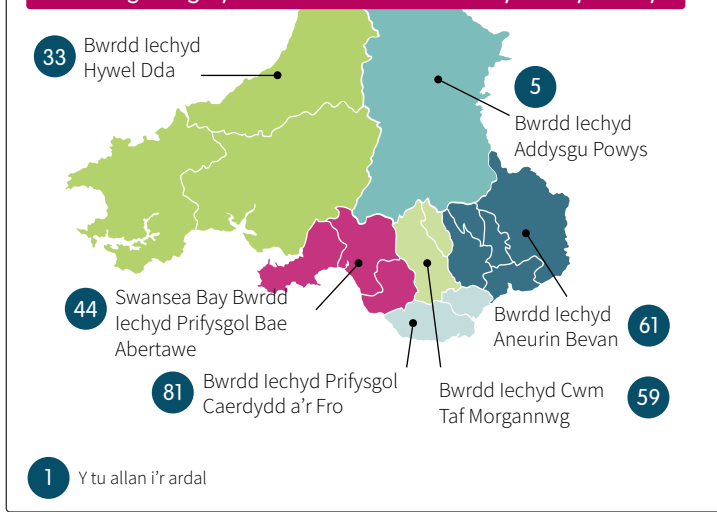


Oedran presennol plant mewn gofal*



*heb gynnwys cefnogaeth bontio i wasanaethau oedolion

Plant a gefnogir ym mhob ardal bwrdd iechyd ar hyn o bryd



0
year

Oedran cyfartalog wrth atgyfeirio
1 Gorffennaf – 31 Rhagfyr

21

Plant sydd wedi marw
1 Gorffennaf – 31 Rhagfyr

10

Pobl ifanc sydd wedi trosglwyddo o wasanaethau plant
1 Gorffennaf – 31 Rhagfyr

379

Nifer y teuluoedd sy'n cael cymorth profedigaeth
1 Gorffennaf – 31 Rhagfyr

194

Nifer y plant sydd wedi'u atgyfeirio am chwarae unigol neu therapiau arbenigol
1 Gorffennaf – 31 Rhagfyr

79

Nifer y plant sy'n cael manteisio ar arhosiad gofal argyfwng
1 Gorffennaf – 31 Rhagfyr

Costau Cynnal Gofal 2023

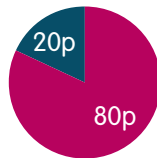
Costau cynnal gofal blynyddol

£5.7
miliwn

Faint o geiniogau ym mhob punt o incwm sy'n cyfrannu at ofal: 80p

Cost gofal dyddiol

£ 1 5 , 6 0 4



Nifer y chwaraewyr loteri

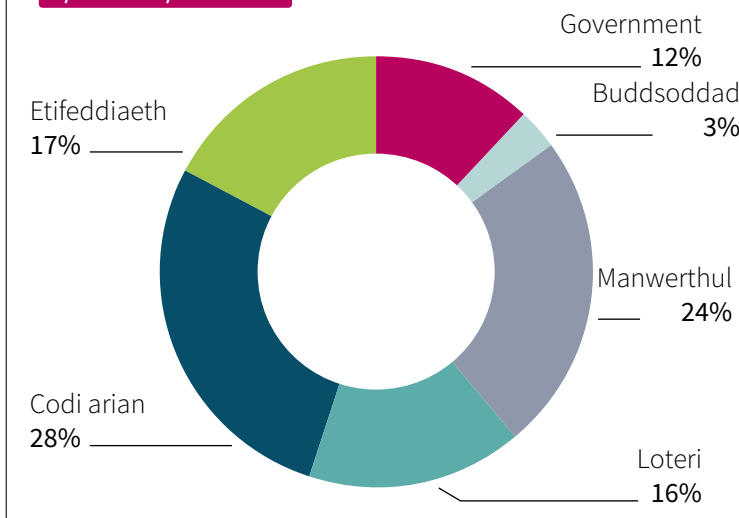


Nifer y gwirfoddolwyr
1 Gorffennaf – 31 Rhagfyr

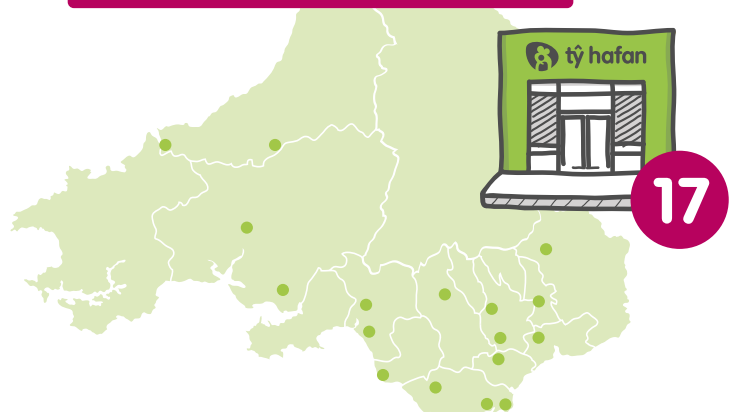
480



Cyfanswm yr incwm



Nifer siopau Tŷ Hafan



Mae eich cyfraniadau chi'n cyfrif

£4,500



Mae £4,500 yn talu am gyfarpar codi arbenigol.



£125

Mae £125 yn darparu bwyd i blant a theluoedd yr hosbis am ddiwrnod.

£1,150

Mae £1,150 yn cyflenwi'r holl offer meddygol sy'n cael ei ddefnyddio yn yr hosbis am fis.

£50

Mae £50 yn talu am awr o therapi cerdd, gan roi cyfle i deuluoedd wneud atgofion parhaol gyda'i gilydd.



£210

Mae £210 yn ariannu sesiwn hydrotherapi yn ein pwll arbenigol.

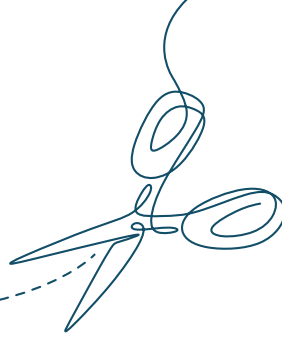
£25



Mae £25 yn talu am awr o ofal gan nyrs, gan ganiatáu seibiant i rieni rhag poeni am ofal meddygol eu plentyn.

£200

Mae £200 yn talu am yr ocsigen sy'n cael ei ddefnyddio yn yr hosbis am fis.



Dangoswch eich cefnogaeth i'n teuluoedd...

1

Hoffwn roi rhodd o:

 £25 £50 £100 neu Arall £ _____

Defnydd swyddfa yn unig: CCADD9

2

Eich manylion

Enw: _____

Cyfeiriad: _____ Cod post: _____

3

Cynyddwch eich cyfraniad gyda Chymorth Rhodd

Os ydych yn cytuno i roi Cymorth Rhodd ar eich rhoddion, byddwn ni hefyd yn gallu hawlio Cymorth Rhodd ar unrhyw roddion gennych yn ystod y pedair blynedd diwethaf. Rydw i'n drethdalwr yn y Deyrnas Unedig ac yn deall os ydw i'n talu llai o Dreth Incwm a/neu Dreth ar Enillion Cyfalaf na swm y Cymorth Rhodd a hawliwyd ar fy holl roddion yn y flwyddyn dreth honno mai fy nghyfrifoldeb i yw talu unrhyw wahaniaeth. Mae'r datganiad hwn hefyd yn ymwneud â'r holl roddion yr wyf i wedi'u gwneud i Tŷ Hafan yn ystod y pedair blynedd ddiwethaf a'r holl roddion rwy'n eu gwneud wedi hynny tan i mi eich hysbysu fel arall.

4

Eich taliad

Hoffwn i dalu drwy: Sic Archeb bost Taleb CAF (Gwnewch yn daladwy i Tŷ Hafan)Neu drwy: Visa Mastercard Debyd

Enw ar y cerdyn: _____

Cyfeiriad deiliad y cerdyn (os yw'n wahanol i'r uchod): _____

Rhif y cerdyn Dyddiad dod i ben / Rhif diogelwch (3 rhif olaf ar gefn y cerdyn) Cerdyn debyd yn unig Dyddiad cyhoeddi /
Rhif cyhoeddi

Llofnod: _____ Dyddiad: _____

Os byddai'n well gennych beidio â derbyn llythyr diolch, ticiwch yma

5

A fyddai diddordeb gennych chi mewn derbyn Pecyn Gwybodaeth Etifeddiaeth?

6

Byddem ni wrth ein boddau'n rhoi gwybod i chi ynghylch sut mae eich cefnogaeth yn gwneud gwahaniaeth i blant yng Nghymru a ffyrdd eraill y gallwch chi helpu. Rhowch wybod i ni sut yr hoffech glywed gennym ni.

Hoffwn i chi gysylltu â mi drwy: E-bost

Fy nghyfeiriad e-bost i yw: _____

Gallwch newid eich meddwl unrhyw bryd drwy e-bostio supportercare@tyhafan.orgRydym yn gwerthfawrogi eich cefnogaeth ac yn parhau eich preifatrwydd. Ni fyddwn byth yn gwerthu nac yn rhannu eich manylion ac rydym yn addo eu cadw'n ddiogel. I gael rhagor o fanylion am sut mae eich data'n cael ei ddefnyddio a'i storio, ewch i www.tyhafan.org/privacy-policy

Cofrestrwch heddiw



GE Aerospace



Tŷ Hafan

CHILDREN'S HOSPICE
HOSBIS I BLANT

Her 3 Chopa Cymru



Dydd Sadwrn 8fed Mehefin 2024



Ffi
gofrestru



Ffotograffydd
proffesiynol



Llwybr wedi'i
reoli a'i farcio'n
llawn



Gorsafoedd
dŵr



Crys-t technegol
unigryw i'r
digwyddiad



Tystysgrif
cwblhau



Medal
gorffen



Pryd bwyd
cynnes

Nifer cyfyngedig o leoedd, ymunwch â'r antur

www.welsh3peaks.co.uk



Cofrestrwyd yng Nghymru Rhif: 3077406. Elusen Gofrestredig Rhif: 1047912

