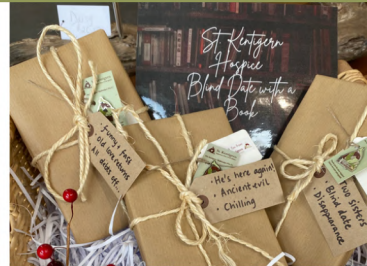


YOUR HOSPICE

Biannual Newsletter

Providing free specialist palliative and end of life care for patients since 1995



GET INVOLVED WITH
ST KENTIGERN HOSPICE

Wellbeing Hwb
24/7 Inpatient Care
Caffi Cariad

Tel: 01745 585221

mail@stkentigernhospice.org.uk

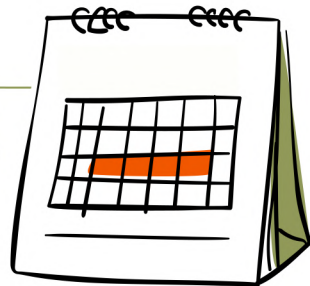
www.stkentigernhospice.org.uk

Registered Charity Number: 519931





EVENTS 23/24



Here are all the important dates you need to know for this coming Winter/Spring season to put in your diary! Please come along and show your support.

FOR MORE EVENTS TURN TO PAGE 6-7



9th - 15th October
HOSPICE CARE WEEK
Join us to celebrate all the work hospices do, and the people who do it. This week is an opportunity to showcase the incredible work that is being done nationwide.



28th November - 5th December
THE BIG GIVE
The Christmas Challenge is the UK's biggest match-funded campaign. Your donations to St Kentigern Hospice will be doubled for one week only. For more information see page 7.



Friday 27th October, 6pm
SPONSORED FIRE WALK
A bare foot walk over hot coals at a heat of around 800 degrees. This event is great as a team, so why not bring together your friends, family or colleagues? See page 6.



CHRISTMAS TREE COLLECTION
Our team of volunteers will collect and recycle your Christmas tree for a small donation to the hospice. Let us know if you can help.



Saturday 18th November
AN EVENING WITH LIVERPOOL LEGEND BRUCE GROBBELAAR
Join Bruce and St Kentigern Hospice for an evening of food, laughter and tales! Hosted by comedian John Martin. See page 6.



EVENTS FOR 2024
If you would like to organise your own event in aid of St Kentigern Hospice, get in touch by calling the Fundraising Team on 01745 775415



Share your St Kentigern Hospice story!

Telling your story helps us raise awareness of what the hospice does and also inspires others to raise funds to support our hospice. Contact us on communications@stkentigernhospice.org.uk

WINTER RAFFLE

£2,000

Enter St. Kentigern Hospice Winter Raffle Jackpot
Draw for your chance to win £2,000!

To purchase tickets call the fundraising team on
01745 775415

Closing date: 18th December **Draw Date:** 22 December



Terms & Conditions

Players must be aged 16 or over. Cheques payable to 'St Kentigern Hospice.' Entries received after the closing date will be treated as donations. Promoters: St Kentigern Promotions Ltd. Company Number: 3265191. Registered office: St Kentigern Promotions Ltd, St Kentigern Hospice, Upper Denbigh Road, St Asaph, Denbighshire, LL17 0RS. Responsible person: Nichola McGowan Telephone: 01745 775415. Licensed by the Gambling Commission. www.gamblingcommission.gov.uk

WELCOME...

We are delighted to share our first bilingual Winter/Spring newsletter with you. We are as committed as ever to providing high quality, compassionate and person centred specialist palliative care at our hospice and we are eternally grateful to all those in our communities who support our hospice in so many ways to enable us to do this. Thank you.

In this edition of our newsletter, you will find a story from one of our hospice champions and learn about our Arts and Crafts group held at our hospice. We've also included details of our up and coming fundraising events with a sneak peak into our planned events for 2024!

Our shops and their role in helping the environment also feature, as does our wonderful Caffi Cariad which, as many of you already know, is a great place to come to meet up with your friends and family and enjoy a freshly cooked meal or a coffee with one of our wonderful homemade cakes. You could also enjoy a 'blind date with a book' when you visit Caffi Cariad – more details inside our newsletter!

You can join our hospice lottery from just £1 a week and can now join our lottery on line if this is easier for you through our newly updated hospice website. Our newly updated website is a great way you can stay connected to and informed about our hospice and it can be accessed through www.stkentigernhospice.org.uk

We remain so grateful to all of our wonderful volunteers who support our hospice in so many ways and our newsletter also gives you a glimpse into the many ways you can volunteer with us.



We trust you find this newsletter informative and we also welcome your feedback and suggestions for future topics you would like to see covered in our newsletter.

Thank you again for your on-going invaluable support which enables us to continue to provide specialist palliative care and support to our patients and their carers/families.

With very best wishes

Ellen
Ellen Greer
CEO

Steve
Steve Thomas
Chair

Thank you to our wonderful supporters

YOU have made a difference

It costs **£2.6m a year** to run our hospice, with all of our services and care provided free of charge to our patients and their carers/families. **Over 70%** of our funding is raised by our wonderful supporters – be these local businesses, individuals and other supporters - whose support, kindness and generosity to our hospice is truly inspiring. We never take this support for granted which enables us to continue to provide our vital services to those who need them.



A STORY FROM A HOSPICE CHAMPION



Over the festive holidays in 2022, Gwil Lloyd Jones, Managing Director of local firm Ascent Financial Planning, set himself the task to run the Cybi Coastal Marathon and for a bit of training beforehand, the Snowdonia Half Marathon, which took place in May 2023. Gwil believed these challenges were well outside his comfort zone – especially while sipping bubbly on New Year’s Eve!

Gwil decided to raise funds for St Kentigern Hospice as a way to give something back for the care that his grandparents received.

Gwil said: “We have all sadly been affected by cancer in our lives either directly, or indirectly through a loved family member battling this devastating disease.

Even with modern medicine, for many this disease will be too much and they will be told that the cancer is life limiting. It’s at precisely these times of darkness that we turn to the wonderful support and care that hospices provide.

The unfortunate truth is that we all have approximately a 1 in 3 chance of getting cancer during our lifetime. None of us know if that will be us, when this might be, or even the severity; we just know that cancer is part of life.

St Kentigern Hospice does exactly that, providing specialist palliative & end of life care to patients. Their clinical services are completely free of charge to patients and their families across central North Wales.

At St Kentigern Hospice they celebrate survivorship and well being. Their aim is to enhance the quality of life of their patients, enabling them to live well with their condition.

I’ve experienced first hand the unwavering support and care that a hospice provides when they were needed for my grandparents. It is for this reason that I have wanted to raise money for such a worthy charity, and one that any of us may need without warning at some stage of our lives.



(Gwil Lloyd Jones with his son Oliver)

It certainly isn’t cheap to run such a fantastic and well organised hospice, and I would like to play just a small part in helping St Kentigerns to continue to operate in our local area.”

On 5th August, Gwil completed the Cybi Coastal Marathon in aid of St Kentigern Hospice and raised an incredible £1,565.

Could you become a hospice champion?

A Hospice Champion is any person or group of people who take on a challenge to raise funds for the hospice. This might be a marathon like Gwil, but it could be a bake sale, knitting or a sponsored silence. The choice is yours!

By becoming a Hospice Champion you help ensure we can continue offering free specialist palliative and end of life care. If you have a passion and can turn that into a challenge, you too can become a hospice champion.

The hospice fundraising team are happy to help you achieve this and to support you on your way to raising the most money you can. Contact us on 01745 775415 or by email mail@stkentigernhospice.org.uk and let’s make a champion out of you!

**Christmas
Challenge**

Big Give

PAY FOR CHRISTMAS DAY

Help us support patients and their families over the festive period.

We have set ourselves a target to raise at least £5,000 in donations during one week **from Tuesday 28th November – 5th December**. If we reach our target local businesses and/or individuals and our Big Give Challenge Partner will **double every penny!** So, your donations will be worth at least £10,000.

Your donations will enable us to give patients and their families the best possible Christmas together. It will allow us to create an environment which feels more like home during the festive period.

Our Matron Jane McGrath says: *"We hope that our Pay for Christmas Day campaign will give patients and their families the best possible Christmas together and make them feel special and loved. Such special memories last forever and help support families during the process of grief.*

We want to make a difference to patients and families over the festive period. We will decorate rooms and the ward areas with Christmas decorations and trees and provide a small gift for every patient. Meals will be provided to both patients and their loved ones."

St Kentigern Hospice supports over 500 patients every year. Our core purpose is to provide specialist palliative care to people with advanced, life-limiting, progressive illnesses and to support their families and carers. Our multi-disciplinary team strives to enable the highest quality of life for our patients in meeting their physical, psychological, social and spiritual needs.

Donating to the Big Give Challenge 2023 allows us to meet any final wishes of the patient and their families to **make the festive period as special as it possibly can be.**



One donation
TWICE THE IMPACT



Jane McGrath (Matron)

When can I donate?

You can donate to the Big Give Christmas Challenge from midday on Tuesday 28th November 2023 to midday on Tuesday 5th December 2023 by visiting our website www.stkentigernhospice.org.uk and clicking the link to the Big Give to make your donation. If you need help, please call the fundraising team on 01745 775415

How are funds matched?

Once the donation week has ended all donations up to £5,000 will be doubled via:

- £2,500 pledges from local businesses or individuals
- £2,500 from our Big Give Christmas Challenge partner



SUPPORT PATIENTS AND THEIR FAMILIES OVER THE FESTIVE PERIOD

Would you consider donating to our Pay For Christmas Day campaign?

Scan our QR code or visit www.stkentigernhospice.co.uk/big-give-christmas-challenge



UPCOMING EVENTS 2023/24

Find out more about our fundraising events on our website:
www.stkentigernhospice.org.uk/events

Free Will Month

Create your legally binding will with Guardian Angel and save up to £1,000 in legal fees. If you would like to speak to someone or book an in person meeting call 0800 773 4014 or if you would prefer to create your will online visit: <https://gawill.uk/stkentigern>



OCT
27



Sponsored Fire Walk

Ruthin Rugby Club. Friday 27th October, 6pm

Would you brave the coals for your local hospice?

This challenge is exactly as the name suggests; a bare foot walk over hot coals of a heat of around 800 degrees. This is a great team event so why not bring together your friends/family/colleagues and face this challenge united!

Registration is just £20 with a recommended minimum sponsorship of £100. Book online now on bit.ly/FirewalkforStKentigern

An Evening with **Liverpool FC Legend** **Bruce Grobbelaar**

The Kinmel Hotel, Abergele. Saturday 18th November, 7pm.

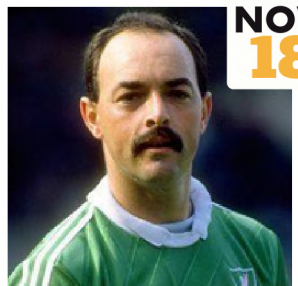
Dress code: Smart dress

An evening not to be missed - Liverpool FC Legend Bruce Grobbelaar is coming to North Wales!

Known for his athletic ability and eccentric and flamboyant style of play, Grobbelaar made a remarkable 628 appearances for Liverpool over 13 years, winning the League championships with the club six times, as well as three FA Cups and three League Cups.

Standard tickets cost £65 and includes a 2-course meal or why not opt for a Premium ticket at £90 for an opportunity to meet the legend himself and receive a printed photo to remember the evening.

Hosted by the renowned Liverpool comedian John Martin featuring a comedy performance, auction and raffle an evening of unmissable entertainment is guaranteed. For more information and to book, go to bit.ly/CharityEveningwithBruceGrobbelaar



If you would like to hold an event for St Kentigern Hospice, please let us know! Contact the fundraising team by email: fundraising@stkentigernhospice.org.uk or call 01745 585221 to speak to one of our fundraisers.

**NOV
28**



Christmas Afternoon Tea

The Oriol Hotel, St Asaph. Tuesday 28th November

Step into the festive season and enjoy an afternoon of fun with friends. Browse local stalls for Christmas gifts before enjoying a delicious afternoon tea featuring a seasonal selection of sandwiches, cakes and pastries.

For more information contact the fundraising team on s.golding@stkentigernhospice.org.uk or 01745 536020.

Santa Float

8th, 9th, 15th and 16th December

Santa is coming to St Asaph! Father Christmas and his team of elves will be visiting homes around St Asaph spreading Christmas cheer to local children and adults alike.

Spanning 4 evenings the float will make it's way through the city in aid of St Kentigern Hospice.

A map of Santa's journey to be revealed in due course!

**DEC
8-16**

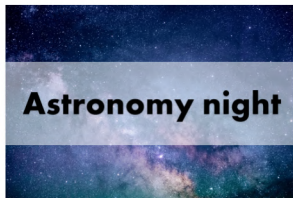


Light Up A Life

This year's Light Up A Life campaign spans the months of November and December offering an opportunity to come together as a community to celebrate the life of those we have loved and lost.

This year we are thrilled to host numerous remembrance services across North Wales including one for the first time at St Kentigern Hospice, St Asaph. For the locations and times please head to <https://stkentigernhospice.org.uk/events/>

SNEAK PEEK OF 2024 ...



Scan me!

Keep up to date with our **ONLINE EVENT CALENDAR**





OUR STORES YOUR DONATIONS

A huge thank you to all our supporters who have continued to donate bags of preloved items. This has enabled our Preloved Warehouse and shops to have a constant flow of quality products to sell to our customers. However, we always need quality donations. By shopping preloved you are doing your bit to help save the environment. Together lets put the brakes on fast fashion and shop preloved today.

We offer a **FREE collection service** for any furniture you want to donate. Get in touch by sending us pictures of the items you would like to donate either by phone or our Facebook page. If suitable for re-sale we will be in contact to arrange your furniture collection.

To arrange your collection please call our Preloved Warehouse on 01745 583170



Fancy a Blind Date with a Book?



Our retail team are spreading their love of reading with a “Blind Date with a Book” available for only £4.99. You can purchase a mystery book at St Kentigern Hospice in the foyer outside Caffi Cariad.

Wrapped in brown paper with a St Kentigern Hospice pin and tag with a few clues of the story inside, our “Blind Date with a Book” is perfect as a gift or to discover a different genre or author. You know what they say – don’t judge a book by its cover! Take a chance on the unknown, embrace the mystery, and dive into a story.

Keep an eye on our retail social media page for book recommendations. In our Preloved Warehouse our volunteers select a different author to display on the counter every week.

Follow us on Instagram
[@preloved_st.kentigernhospice](https://www.instagram.com/preloved_st.kentigernhospice)

Gift Aid

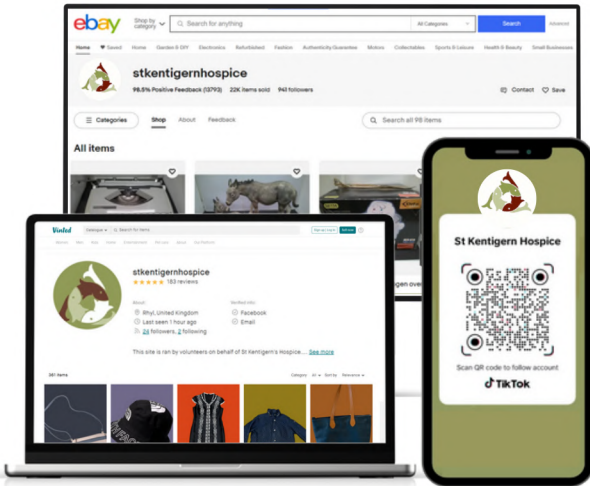
Helping make your donation go further



Please remember to **Gift Aid** donated items or your monetary donation every time, so we can claim an extra 25p for every £1 donated by taxpayers. This is quick and easy and can be done in minutes either at our Preloved Warehouse or in one of our shops.

Shop in-store or online

Not only can you shop in one of our stores, you can now shop sustainable fashion at your fingertips. If you are looking to purchase preloved items you can now browse stock online from Ebay, Vinted or Facebook Marketplace.



Find us on  Market Place: Valerie Kentigerns

 <https://www.ebay.co.uk/usr/stkentigernhospice>

 Vinted Member Name: stKentigernHospice

OUR SHOPS

Preloved Warehouse

01745 583170
Wellington Road, Rhyl

Abergele Shop

01745 822813
35 Market Street, Abergele,
Conwy, LL22 7AF

Colwyn Bay Shop

01492 532642
28 Sea View Road, Colwyn
Bay, Conwy, LL29 8DG

Denbigh Shop

01745 816373
28 High Street, Denbigh,
Denbighshire, LL16 3RY

Flint Shop

01352 762111
49 Church Street, Flint,
Flintshire, CH6 5AD

Holywell Shop

01352 710068
Unit 1, Victoria Square,
Holywell, Flintshire, CH8
7TW

Prestatyn Shop

01745 853581
32 High Street, Prestatyn,
Denbighshire, LL19 9BB

Rhyl Shop

01745 369422
108 High Street, Rhyl,
Denbighshire, LL18 1TR

Ruthin Shop

01824 702 083
5A Well Street, Town
Centre, Ruthin, LL15 1AE



ARTS & CRAFTS AT THE HOSPICE



(From left to right Iona, Claire, Sheena, Patricia, and Sara)

St Kentigern Hospice holds an arts and crafts group every week on Wednesday from 1pm to 3pm, led by a dedicated group of volunteers. Iona, Claire, Patricia and Sara spend the afternoon making crafts with volunteer Sheena.



"It is my highlight of the week."

Patricia Parry

The group led by another volunteer, Art Therapist Glynis, engages in a range of activities, including therapeutic colouring, painting, crafting projects using recycled materials, textiles, and decorations, among many others. Participating in this group allows individuals to explore their emotions through creating art and also provides an opportunity to make new friends.

Sheena who has been volunteering at the hospice for twelve years said: "It's letting people know what goes on that's positive, because still so many people out there think it is just an inpatient unit. However, there are so many other day therapies and facilities available."

The hospice can help to organise travel for those who would be unable to join the class otherwise. If you would like further information, call us on 01745 585221.

For patients who are referred to us, we provide a wide range of activities and therapeutic interventions in our Wellbeing Hwb which aim to re-enable, support and enrich the lives of patients and carers. This includes:

- 6 week wellbeing programme facilitated by our Occupational Therapist on Wednesday mornings.
- Fatigue and Breathlessness (FAB) group facilitated by our Physiotherapist on a Monday afternoon.
- Complementary therapy offered 3 days per week
- Art and Craft group on Wednesday afternoon.
- Group music therapy on Thursday mornings.
- Carer support group
- "We felt" creative group once a month.



If you're feeling low you come here and you feel better going home.

Claire Jones

VOLUNTEER for St. Kentigern

There are many ways you can get involved as a volunteer, so if you can spare a couple of hours, please get in touch. Please call Sharon Newell on 01745 585221 or email sharon.newell@stkentigernhospice.org.uk

Preloved Warehouse in Rhyl

It has been a year since we took the leap and relocated our premises from Bodelwyddan to a larger warehouse in Rhyl. We would be very grateful for any time that you can give. Our volunteer roles are completely flexible to you, your availability and your other commitments. Our volunteers receive full training and lots of support to fulfil their role.

We are currently looking for **Van Drivers, Electrical Equipment Testers, Sorters, Online Shop Support, Sales Assistants and Donation Door Attendants.**

Shop Volunteers

We have 8 shops which are open Monday – Saturday 10am-4pm and these are listed on page 9. Volunteers work with our shop managers in a variety of ways. Full training and support provided. Students and young volunteers age 16 and over are welcome.

Hospice Meet and Greeters: Welcome visitors and assist them with any enquires.

Caffi Cariad

Front of House Volunteers

Our hospice café is open to the public Monday to Friday, 10am-4pm. As a front of house café volunteer, you can help us deliver a great catering service!

Volunteer patient drivers: Transport patients to and from the hospice.

Tin collectors: Collect and replace our donation coin tins in shops and local businesses.

Fundraising Events

Join our fundraising team and support our events as they happen throughout the year. Volunteers are greatly valued by the team to help with fundraising administration in the office and to help at fundraising events.

Hospice Fundraising Support Groups:

The hospice has support groups that independently raise funds out in the local community. These are currently taking place in Prestatyn, Denbigh, Abergele, and Ruthin.

OUR LOTTERY

It costs only £1 to play and every single week, you will have a chance of winning a number of cash prizes, including the £1,000 jackpot!

Taking part in our lottery is one of the very best ways of supporting the hospice. It may only be a small amount but it makes a really big difference because it is a regular contribution. This allows us to plan for the future as well as provide hospice care for our community right now.

Thank you to all **6,000** members for helping to raise: **£185,000**

After accounting for the prizes of £97,950 and all running costs, 59p from each £1 entry went to the Hospice.



SCAN HERE

Sign up online

You can sign up online by following our three step process and a member of our Lottery Team will be in touch with your unique number. Alternatively, download a membership form from our website or give us a call on 01745 585221.



Welcome to Caffi Cariad

Monday - Friday 10:00am - 4:00pm

Caffi Cariad is a café at the heart of the hospice. Open to the public serving delicious home cooked breakfast, lunch and afternoon tea. All our food is cooked fresh in our kitchen by our team of creative and innovative chefs. The regular menu is updated seasonally and several specials can be tried daily. **Vegetarian, Vegan and Gluten Free menus are also available.**

We have an excellent selection of coffee and tea, as well as delicious cakes. The atmosphere is welcoming and friendly, making it the perfect place for a chat with friends or a quiet cup of coffee.

Try our delicious afternoon tea at £19.95pp to eat in or £14.50pp to take away. Call 07887 477116 to place your order and support St Kentigern Hospice.

Did you know we have conference facilities?

Our Education Suite is available for hire with catering! Located on the first floor at the hospice with lift access. For more information please email mail@stkentigernhospice.org.uk



Afternoon tea



Roast Dinner



Banana Loaf



Chocolate Cake



FOLLOW US ON SOCIAL MEDIA

For up to date news and information about the hospice, please follow @stkentigern on Twitter and Facebook @stkentigernhospice on Facebook and Instagram and St Kentigern Hospice on Linked In. You can also visit our website: www.stkentigernhospice.org.uk

EICH cylchlythyr hosbis chwe-misol

Yn darparu gofal lliniarol arbenigol a diwedd oes am ddim i gleifion ers 1995



DEWCH YN RHAN O WAITH
HOSBIS SANT CYNDEYRN

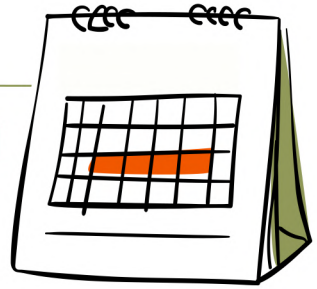
Hwb Lles
Gofal Cleifion
Mewnol 24/7
Caffi Cariad

Ffôn: 01745 585221
mail@stkentigernhospice.org.uk
www.stkentigernhospice.org.uk
 Rhif elusen gofrestredig: 519931





DIGWYDDIADAU 23/24



Dyma'r holl ddyddiadau pwysig i'w cynnwys yn eich dyddiadur ar gyfer tymor y Gaeaf/Gwanwyn! Dewch draw i ddangos eich cefnogaeth.

AM FWY O DDIGWYDDIADAU TROWCH AT DUDALEN 6-7



9fed - 15fed Hydref WYTHNOS GOFAL HOSBIS

Ymunwch â ni i ddathlu'r holl waith mae hosbisau yn ei wneud, a'r bobl sy'n ei gyflawni. Mae'r wythnos hon yn gyfle i arddangos y gwaith anhygoel sy'n cael ei wneud ledled y wlad.



28ain Tachwedd - 5ed Rhagfyr Y RHODD FAWR

Her y Nadolig (Christmas Challenge) yw ymgyrch arian cyfatebol fwyaf y DU. Bydd eich rhoddion i Hosbis Sant Cyndeyrn yn cael eu dyblu am wythnos yn unig. Am fwy o wybodaeth gweler tudalen 7.



Dydd Gwener 27ain Hydref, 6yh TAITH GERDDED TÂN NODDEDIG

Taith gerdded droednoeth dros lo poeth gyda thymheredd o tua 800 gradd. Mae'r digwyddiad hwn yn wych fel un tîm, felly beth am ddod â'ch ffrindiau, teulu neu gydweithwyr ynghyd? Gweler tudalen 6.



CASGLIAD COED NADOLIG

Bydd ein tîm o wirfoddolwyr yn casglu ac yn ailgylchu eich coeden Nadolig am rodd fach i'r hosbis. Gadewch i ni wybod os gallwch chi helpu.



**Dydd Sadwrn 18fed Tachwedd
NOSON GYDA CHWARAEWR
PEL-DROED CHWEDLONOL
LERPWL BRUCE GROBBELAAR**
Ymunwch â Bruce a Hosbis Sant Cyndeyrn am noson o fwyd, chwerthin a straeon! Cyflwynir y noson gan y digrifwr John Martin. Gweler tudalen 6.



DIGWYDDIADAU AR GYFER 2024

Os hoffech drefnu eich digwyddiad eich hun er budd Hosbis Sant Kentigern, cysylltwch â ni drwy ffonio'r Tîm Codi Arian ar 01745 775415



Rhannwch eich stori am Hosbis Sant Cyndeyrn!

Mae dweud eich stori yn ein helpu i godi ymwybyddiaeth o'r hyn y mae'r hosbis yn ei wneud ac mae hefyd yn ysbrydoli eraill i godi arian i gefnogi ein hosbis. Cysylltwch â ni ar communications@stkentigernhospice.org.uk

RAFFL Y GAEAF

£2,000

Prynwch docyn raffl ar gyfer Raffl Jacpot Gaeaf Hosbis Sant Cyndeyrn os hoffech ennill £2,000!
I brynu tocynnau, ffoniwch y tîm codi arian ar 01745 775415

Dyddiad cau: 18 Rhagfyr Dyddiad Tynnu'r Raffl: 22 Rhagfyr



JACPOT
JACPOT
JACPOT
JACPOT
JACPOT
JACPOT
JACPO



Telerau ac Amodau

Rhaid i chwaraewyr fod yn 16 oed neu'n hŷn. Sicciau'n daladwy i 'St Kentigern Hospice'. Bydd ceisiadau a dderbynnir ar ôl y dyddiad cau yn cael eu trin fel rhoddion. Hynwyddwyr: St Kentigern Promotions Cyf. Rhif Cwmni: 3265191. Swyddfa gofrestrdig: St Kentigern Promotions Cyf., Hosbis St Kentigern, Upper Denbigh Road, Llanelwy, Sir Ddinbych, LL17 0RS. Person cyfrifol: Nichola McGowan Ffôn: 01745 775415. Wedi'i drwyddedu gan y Comisiwn Hapchwarau.

www.gamblingcommission.gov.uk

CROESO...

Rydym yn falch iawn o rannu ein cylchlythyr Gaeaf/Gwanwyn dwyieithog cyntaf gyda chi. Rydym mor ymrwymedig ag erioed i ddarparu gofal lliniarol arbenigol tosturiol o ansawdd uchel sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn yn ein hosbis ac rydym yn fythol ddiolchgar i bawb yn ein cymunedau sy'n cefnogi ein hosbis mewn cymaint o ffyrdd i'n galluogi i wneud hyn. Diolch!

Yn y rhifyn hwn o'n cylchlythyr mae stori gan un o'n hyrwyddwyr hosbis a gwybodaeth am ein grŵp Celf a Chrefft a gynhelir yn ein hosbis. Rydym hefyd wedi cynnwys gwybodaeth am ein digwyddiadau codi arian sydd ar ddod gan gynnwys digwyddiadau arfaethedig ar gyfer 2024!

Mae son hefyd am ein siopau a'u rôl wrth helpu'r amgylchedd, a hefyd am ein Caffi Cariad gwych sydd, fel y mae llawer ohonoch eisoes yn ei wybod, yn lle da i gwrdd â'ch ffrindiau a'ch teulu a mwynhau pryd blasus o fwyd ffres neu goffi gydag un o'n cacennau cartref gwych. Gallwch hefyd fwynhau 'dêt dall gyda llyfr' pan fyddwch yn ymweld â Chaffi Cariad – mae mwy o fanylion y tu mewn i'n cylchlythyr!

Gallwch ymuno â'n loteri hosbis am ddim ond £1 yr wythnos a gallwch nawr hefyd ymuno â'r loteri ar-lein os yw hyn yn haws i chi drwy ein gwefan hosbis sydd newydd ei diweddaru. Mae ein gwefan ar ei newydd wedd yn ffordd wych o gadw mewn cysylltiad â'n hosbis a chael gwybod amdani a gellir cael mynediad iddi drwy www.stkentigernhospice.org.uk

Rydym yn parhau i fod yn ddiolchgar i'n holl wirfoddolwyr gwych sy'n cefnogi ein hosbis mewn cymaint o ffyrdd gwahanol ac mae ein cylchlythyr hefyd yn rhoi cipolwg i chi ar y llawer o ffyrdd y gallwch wirfoddoli gyda ni.



Rydym am i'r cylchlythyr hwn fod yn llawn gwybodaeth ac rydym hefyd yn croesawu eich adborth a'ch awgrymiadau ar gyfer pynciau yr hoffech eu gweld yn cael eu cynnwys yn ein cylchlythyr, yn y dyfodol.

Diolch unwaith eto am eich cefnogaeth amhrisiadwy sy'n ein galluogi i barhau i ddarparu gofal a chymorth lliniarol arbenigol i'n cleifion a'u gofalwyr/teuluoedd.

Gyda dymuniadau gorau

Ellen

Ellen Greer
Prif Swyddog
Gweithredol

Steve

Steve Thomas
Cadeirydd

Diolch i'n cefnogwyr gwych

RYDYCH CHI wedi gwneud gwahaniaeth

Mae'n costio **£2.6m y flwyddyn** i redeg ein hosbis, gyda'n holl wasanaethau a'n gofal yn cael eu darparu am ddim i'n cleifion a'u gofalwyr/teuluoedd. Mae **dros 70%** o'n cyllid yn cael ei godi gan ein cefnogwyr gwych - boed hynny'n fusnesau lleol, unigolion a chefnogwyr eraill - y mae eu cefnogaeth, caredigrwydd a'u haelioni i'n hosbis yn wirioneddol ysbrydoledig. Nid ydym byth yn cymryd y cymorth hwn, sy'n ein galluogi i barhau i ddarparu ein gwasanaethau hanfodol i'r rhai sydd eu hangen, yn ganiataol.



STORI GAN

HYRWYDDWR

HOSBIS



Dros y Nadolig yn 2022, gosododd Gwil Lloyd Jones, Rheolwr Gyfarwyddwr cwmni lleol Ascent Financial Planning, y sialens i'w hun o redeg Marathon Arfordirol Cybi ac fel hyfforddiant ymlaen llaw, Hanner Marathon Eryri, a gynhaliwyd ym mis Mai 2023. Credai Gwil fod yr heriau hyn yn rhai fyddai'n ei wthio i'r eithaf - yn enwedig wrth sipian siampên ar Nos Galan!

Penderfynodd Gwil godi arian ar gyfer Hosbis Sant Cyndeyrn fel ffordd o roi rhywbeth yn ôl am y gofal a gafodd ei nain a'i daid.

Meddai Gwil: "Yn anffodus, mae cancer wedi effeithio arnom i gyd yn ein bywydau naill ai'n uniongyrchol neu'n anuniongyrchol trwy aelod o'r teulu sy'n brwydro yn erbyn y clefyd dinistriol hwn.

Hyd yn oed gyda meddygaeth fodern, i lawer bydd y clefyd hwn yn ormod a byddant yn cael gwybod bod y cancer yn cyfyngu ar fywyd. Dyma'r union adegau tywyll y byddwn yn troi at y gefnogaeth a'r gofal gwych y mae hosbisau'n eu darparu.

Y gwir anffodus yw bod pob un ohonom â siawns 1 mewn 3 o gael cancer yn ystod ein hoes. Does yr un ohonom yn gwybod os mai ni fydd yr 1 hwnnw, pryd y gallai hynny ddiwydd, na pha mor ddifrifol fydd y cancer; yr unig beth rydym yn ei wbybod yw bod cancer yn rhan o fywyd.

Mae Hosbis Sant Cyndeyrn yn gwneud yn union hynny, gan ddarparu gofal lliniarol a diwedd oes arbenigol i gleifion. Mae eu gwasanaethau clinigol yn rhad ac am ddim i gleifion a'u teuluoedd ledled canol Gogledd Cymru.

Yn Hosbis St Kentigern caiff goroesi a lles eu dathlu. Nod yr hosbis yw gwella ansawdd bywyd eu cleifion, gan eu galluogi i fyw'n dda gyda'u cyflwr.

Rwyf wedi cael profiad uniongyrchol o'r gefnogaeth a'r gofal di-ildio y mae hosbis yn ei ddarparu pan oedd ei hangen gan fy nain a'm taid. Dyma'r rheswm pam fy mod i mor daer i godi arian i'r elusen deilwng hon, ac un y gallai fod ei hangen arnom i gyd yn hollol ddi-rybudd yn ystod ein bywydau.



(Gwil Lloyd Jones gyda'i fab Oliver)

Yn sicr, nid yw'n rhad rhedeg hosbis mor wych a threfnus, a hoffwn chwarae rhan fach i helpu Sant Cyndeyrn i barhau i weithredu yn ein hardal leol."

Ar 5ed Awst, cwblhaodd Gwil Farathon Arfordir Cybi er budd Hosbis Sant Cyndeyrn a chododd y swm anhygoel o £1,565.

Allech chi ddod yn hyrwyddwr hosbis?

Pobl neu grŵpiau sy'n derbyn sialens i godi arian i'r hosbis yw Hyrwyddwyr Hosbis. Gallai hyn fod yn farathon fel un Gwil, neu'n stondin gacennau, gwau neu gyfnod o dawelwch nodedig. Chi sydd i ddewis!

Drwy ddod yn Hyrwyddwr Hosbis rydych yn helpu i sicrhau y gallwn barhau i gynni gofal lliniarol arbenigol a gofal diwedd oes am ddim. Os oes gennych angerdd ac yn gallu ei droi'n her, gallwch chi hefyd ddod yn hyrwyddwr hosbis.

Gall tîm codi arian yr hosbis eich helpu i'w chyflawni a chodi'r cymaint o arian ag sydd bosib. Cysylltwch â ni ar 01745 775415 neu e-bostiwch mail@stkentigernhospice.org.uk a gadewch i ni wneud pencampwr ohonoch chi!

SIALENS
NADOLIGAIDDY
RHODD FAWR

TALU AM DDIWRNOD NADOLIG

Helpwch ni i gefnogi cleifion a'u teuluoedd dros gyfnod yr ŵyl.

Rydym wedi gosod targed i ni ein hunain o godi o leiaf £5,000 mewn rhoddion yn ystod un wythnos, sef o ddydd Mawrth 28ain Tachwedd hyd at dydd Mawrth 5ed Rhagfyr. Os byddwn yn cyrraedd ein targed, bydd busnesau a/neu unigolion lleol a'n Partner Her Rhoi Mawr (Big Give Challenge Partner) yn dyblu pob ceiniog! Felly, bydd eich cyfraniadau yn werth o leiaf £10,000.

Bydd eich rhoddion yn ein galluogi i roi'r Nadolig gorau posibl i gleifion a'u teuluoedd gyda'i gilydd. Bydd yn ein galluogi i greu amgylchedd sy'n teimlo'n debycach i gartref yn ystod cyfnod yr ŵyl.

Meddai ein Metron Jane McGrath: "Rydym yn gobeithio y bydd ein hymgyrch Talu am Ddydd Nadolig (Pay for Christmas Day) yn rhoi'r Nadolig gorau posibl i gleifion a'u teuluoedd gyda'i gilydd ac yn gwneud iddynt deimlo'n arbennig a'u bod yn cael eu caru. Mae atgofion arbennig o'r fath yn para am byth ac yn helpu i gynnal teuluoedd yn ystod y broses o alaru.

Rydym am wneud gwahaniaeth i gleifion a theuluoedd dros gyfnod yr ŵyl. Byddwn yn addurno ystafelloedd a'r ward gydag addurniadau a choed Nadolig ac yn darparu anrheg fach i bob claf. Bydd prydau bywyd yn cael eu darparu i gleifion a'u hanwyliad."

Mae Hosbis Sant Cyndeyrn yn cefnogi dros 500 o gleifion bob blwyddyn. Ein pwrpas creiddiol yw darparu gofal lliniarol arbenigol i bobl ag afiechydon datblygedig a chynyddol sy'n cyfyngu ar fywyd, ac i gefnogi eu teuluoedd a'u gofalwyr. Mae ein tîm amlddisgyblaethol yn ymdrechu i alluogi'r safon bywyd uchaf posib i'n cleifion wrth ddiwallu eu hanghenion corfforol, seicolegol, cymdeithasol ac ysbrydol.

Mae cyfrannu at Her Rhoi Mawr 2023 yn ein galluogi i fodloni unrhyw ddyuniadau terfynol y claf a'u teuluoedd i wneud cyfnod yr ŵyl mor arbennig â phosib.



Jane McGrath (Metron)

Pryd gallaf i gyfrannu?

Gallwch gyfrannu at y Sialens Nadolig Big Give o hanner dydd ar ddydd Mawrth 28 Tachwedd 2023 i hanner dydd ddydd Mawrth 5 Rhagfyr 2023 trwy ymweld â'n gwefan www.stkentigernhospice.org.uk a chlicio'r ddolen Rhoi Mawr (Big Give) i wneud eich rhodd. Os oes angen help arnoch, ffoniwch y tîm codi arian ar 01745 775415

Sut mae'r arian yn cael ei gyfatebu?

Unwaith y bydd yr wythnos rhoddion wedi dod i ben, bydd yr holl roddion hyd at £5,000 yn cael eu dyblu drwy:

- Addewidion o £2,500 gan fusnesau neu unigolion lleol
- £2,500 gan ein partner Her Nadolig Rhoi Mawr (Big Give Christmas Challenge)



Un rhodd

DWYWAITH YR
EFFAITH



CEFNOGI CLEIFION A'U TEULUOEDD DROS GYFNOD YR ŴYL

A fydddech chi'n ystyried cyfrannu i'n hymgyrch Talu Am Ddydd Nadolig?

Sganiwch ein cod QR neu ewch i www.stkentigernhospice.co.uk/big-give-christmas-challenge



DIGWYDDIADAU I DDOD 2023/24

Darganfyddwch fwy am ein digwyddiadau codi arian ar ein gwefan:
www.stkentigernhospice.org.uk/events

Mis Ewyllys am ddim

Crëwch ewyllys sy'n gyfreithiol rwmol gyda Guardian Angel ac arbedwch hyd at £1,000 mewn ffioedd cyfreithiol. Os hoffech siarad â rhywun neu drefnu cyfarfod personol, ffoniwch 0800 773 4014 neu os byddai'n well gennyh, crëwch eich ewyllys ar-lein: <https://gawill.uk/stkentigern>



HYD

HYD
27



Taith Gerdded Tân Noddedig

Clwb Rygbi Rhuthun. Dydd Gwener 27ain Hydref, 6yh
A fyddech chi'n fodlon cerdded drwy dân i'ch hosbis leol?

Mae'r her hon yn union fel mae'r enw'n awgrymu; taith gerdded droednoeth dros lo poeth gyda thymheredd o tua 800 gradd. Mae hwn yn ddigwyddiad fim gwych, felly beth am ddod â'ch ffrindiau/teulu/cydweithwyr i gyd ynghyd ac wynebu'r her hon gyda'ch gilydd!

Dim ond £20 yw pris cofrestru, gydag isafswm nawdd argymelledig o £100. Cofrestrwch ar-lein nawr yn bit.ly/FirewalkforStKentigern

Noson gyda chwaraewr chwedlonol Lerpwl Bruce Grobbelaar

Gwesty'r Kimmel, Abergale. Dydd Sadwrn 18fed Tachwedd, 7yh.

Cod gwisg: Gwisg smart

Noson na ddylid ei cholli - mae chwaraewr chwedlonol Lerpwl Bruce Grobbelaar yn dod i Ogledd Cymru!

Yn adnabyddus am ei allu athletaidd a'i arddull chwarae ecsentrig a drammatig, gwnaeth Grobbelaar 628 ymddangosiad rhyfeddol i Lerpwl dros 13 mlynedd, gan ennill pencampwriaethau'r Gynghrair gyda'r clwb chwe gwaith, yn ogystal â thair Cwpan FA Lloegr a thair Cwpan Cynghrair Lloegr.

Mae tocynnau safonol yn costio £65 ac yn cynnwys pryd o fwyd 2-gwrs, neu beth am ddewis tocyn Premiwm am £90 am gyfle i gwrdd â'r chwedl ei hun a derbyn llun printiedig i gofio'r noson.

Caiff y noson ei chyflwyno gan y digrifwr enwog o Lerpwl, John Martin, a bydd yn cynnwys perfformiad comedi, ocsiwn a raffl, a noson o adloniant i'w chofio. Am fwy o wybodaeth ac i archebu tocynnau, ewch i bit.ly/CharityEveningwithBruceGrobbelaar



TACH
18

Os hoffech gynnwys digwyddiad ar gyfer Hosbis Sant Cyndeyrn, rhowch wybod i Olysylltwch â'r tîm codi arian drwy e-bost: fundraising@stkentigernhospice.org.uk neu ffoniwch 01745 585221 i siarad efo un o'n codwyr arian.

TACH
28

Te Prynawn Dolig

Gwesty'r Oriol, Llanelwy. Dydd Mawrth 28ain Tachwedd

Camwch i mewn i dymor yr ŵyl a mwynhewch brynawn o hwyl gyda ffrindiau. Porwch stondinau lleol ar gyfer anrhegion Nadolig cyn mwynhau te prynawn blasus fydd yn cynnwys detholiad tymhorol o frechdanau, cacennau a theisennau.

Am fwy o wybodaeth cysylltwch â'r tîm codi arian ar s.golding@stkentigernhospice.org.uk neu 01745 536020.

Fflôt Siôn Corn

8fed, 9fed, 15fed ac 16eg Rhagfyr

Mae Siôn Corn yn dod i Lanelwy! Bydd Siôn Corn a'i dîm o gorachod yn ymweld â chartrefi o gwmpas Llanelwy gan ledaenu hwyl y Nadolig i blant ac oedolion lleol fel ei gilydd.

Dros gyfnod o bedair noson, bydd y fflôt yn ymlwybro drwy'r ddinas gan godi arian ar gyfer Hosbis Sant Cyndeyrn.

Caiff map o daith Siôn Corn ei ddatgelu maes o law!

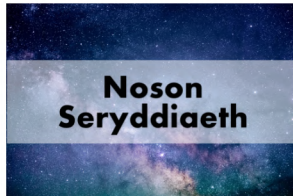
RHAG
8-16

Goleuwch Fywyd

Bydd ymgyrch Goleuwch Fywyd (Light Up A Life) eleni yn cymryd lle yn ystod misoedd Tachwedd a Rhagfyr gan gynnig cyfle i ni ddod at ein gilydd fel cymuned i ddatlu bywyd y rhai rydyn ni wedi'u caru a'u colli.

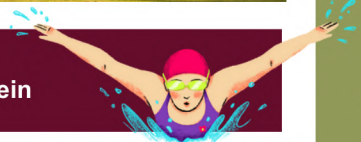
Eleni rydym yn falch iawn o gynnal nifer o wasanaethau coffa ar draws Gogledd Cymru, gan gynnwys un am y tro cyntaf yn Hosbis Sant Cyndeyrn, Llanelwy. Ar gyfer y lleoliadau a'r amseroedd, ewch i <https://stkentigernhospice.org.uk/events/>

I DDOD YN 2024 ...



Sganiwch fi!

Cadwch yn gyfoes gyda'n calendr digwyddiadau ar-lein





EIN SIOPAU EICH CYFRANIADAU

Diolch yn fawr iawn i'n holl gefnogwyr sydd wedi parhau i roi bagiau o eitemau a garwyd eisoes. Mae hyn wedi galluogi ein Warws Caru Eisoes (Preloved Warehouse) a'n siopau i gael llif cyson o gynnyrch o ansawdd i'w gwerthu i'n cwsmeriaid. Fodd bynnag, mae angen rhoddion o ansawdd arnom bob amser. Drwy brynu eitemau a garwyd eisoes, rydych chi'n gwneud eich rhan i helpu i achub yr amgylchedd. Gyda'n gilydd gadewch i ni droi ein cefn ar ffasiwn gyflym ac yn hytrach prynu eitemau a garwyd eisoes.

Rydym yn cynnig **gwasanaeth casglu AM DDIM** ar gyfer unrhyw ddodrefn rydych chi am eu rhoi. Cysylltwch â ni drwy anfon lluniau o'r eitemau yr hoffech eu rhoi naill ai dros y ffôn neu ein tudalen Facebook. Os yw'n addas i'w ailwerthu, byddwn yn cysylltu â chi i drefnu i'w casglu.

I drefnu casgliad, ffoniwch ein Warws Caru Eisoes (Preloved Warehouse) ar 01745 583170



Ffransio dôt dall gyda llyfr?



Mae ein tîm manwerthu yn lleadaenu eu cariad at ddarllen gyda "Dôt Dall gyda Llyfr" ar gael am £4.99 yn unig. Gallwch brynu llyfr dirgel yn Hosbis Sant Cyndeyrn yn y cyntedd y tu allan i'n Caffi Cariad.

Wedi'i lapio mewn papur brown gyda phin a thag Hosbis Sant Cyndeyrn ynghyd â sawl cliw am y stori tu mewn, mae ein "Dôt Dall gyda Llyfr" yn berffaith fel anrheg neu i ddarganfod awdur gwahanol. Rydych chi'n gwybod eisoes beth maen nhw'n ei ddweud – peidiwch byth â barnu llyfr wrth ei glawr! Cymerwch siawns, coffediwch y dirgelwch, a phlymiwch i mewn i'r stori.

Cadwch lygad ar ein tudalen cyfryngau cymdeithasol manwerthu am argymhellion llyfrau. Bob wythnos yn ein Warws Caru Eisoes (Preloved Warehouse), mae ein gwirfoddolwyr yn dewis awdur gwahanol i'w arddangos ar y cownter.

Dilynwch ni ar Instagram
[@preloved_st.kentigernshopice](https://www.instagram.com/preloved_st.kentigernshopice)

Rhodd Cymorth

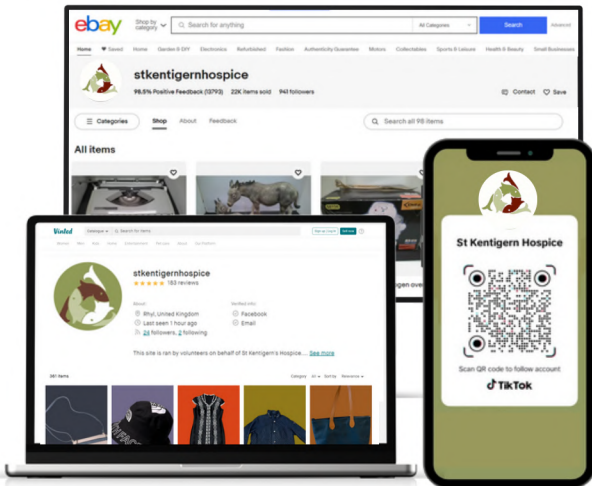
Helpu i wneud eich rhodd fynd ymhellach



Cofiwch gynnwys Rhodd Cymorth ar bob eitem neu rodd ariannol, fel y gallwn hawlio 25c ychwanegol am bob £1 a roddir gan drethdalwyr. Mae cynnwys Rhodd Cymorth yn gyflym ac yn hawdd ac yn cymryd munudau yn unig naill ai yn ein Warws Caru Eisoos (Preloved Warehouse) neu yn un o'n siopau.

Siopa ar-lein neu yn ein siopau

Nid yn unig y gallwch chi siopa yn un o'n siopau, gallwch nawr brynu ffasiwn gynaliadwy ar-lein hefyd. Os ydych am brynu eitemau ail-law, gallwch nawr bori stoc ar-lein o Ebay, Vinted neu Facebook Marketplace.



Find us on  Market Place: Valerie Kentigerns

 <https://www.ebay.co.uk/usr/stkentigernhospice>

 Vinted Member Name: stKentigernHospice

EIN SIOPAU

Warws Caru Eisoos

01745 583170
Wellington Road, Rhyl

Siop Abergele

01745 822813
35 Market Street, Abergele,
Conwy, LL22 7AF

Siop Bae Colwyn

01492 532642
28 Sea View Road, Colwyn
Bay, Conwy, LL29 8DG

Siop Dinbych

01745 816373
28 High Street, Denbigh,
Denbighshire, LL16 3RY

Siop y Fflint

01352 762111
49 Church Street, Flint,
Flintshire, CH6 5AD

Siop Treffynnon

01352 710068
Unit 1, Victoria Square,
Holywell, Flintshire, CH8
7TW

Siop Prestatyn

01745 853581
32 High Street, Prestatyn,
Denbighshire, LL19 9BB

Siop Y Rhyl

01745 369422
108 High Street, Rhyl,
Denbighshire, LL18 1TR

Siop Rhuthun

01824 702 083
5A Well Street, Town
Centre, Ruthin, LL15 1AE



CELF @ CHREFFT YN YR HOSBIS



(O'r chwith i'r dde - Iona, Claire, Sheena, Patricia a Sara)

Mae Hosbis Sant Cyndeyrn yn cynnal grŵp celf a chrefft bob wythnos ar ddydd Mercher rhwng 1yp a 3yp, dan arweiniad grŵp ymroddedig o wirfoddolwyr. Mae Iona, Claire, Patricia a Sara yn treulio'r prynhawn yn gwneud crefftau gyda'r wirfoddolwraig Sheena.

Mae'r grŵp dan arweiniad gwirfoddolwr arall, y Therapydd Celf Glynis, yn cymryd rhan mewn amrywiaeth o weithgareddau, gan gynnwys lliwio therapiwtig, paentio, prosiectau crefftio gan ddefnyddio deunyddiau wedi'u hailgylchu, tecstilau ac addurniadau, ymhlith llawer o rai eraill. Mae cymryd rhan yn y grŵp hwn yn caniatáu i unigolion archwilio eu hemosiynau trwy greu celf a hefyd yn darparu cyfle i wneud ffrindiau newydd.



Dyma uchafbwynt fy
wythnos.

Patricia Parry

Dyweddodd Sheena, sydd wedi bod yn gwirfoddoli yn yr hosbis ers deuddeng mlynedd: "Mae rhoi gwybod i bobl beth sy'n mynd ymlaen yn bwysig, oherwydd mae llawer o bobl yn dal i feddwl mai dim ond uned i gleifion mewnol. Fodd bynnag, mae cymaint o sydd yma therapïau a chyfleusterau eraill ar gael yn ystod y dydd."

Gall yr hosbis helpu i drefnu trafndiaeth i'r rhai na fyddai'n gallu ymuno â'r dosbarth fel arall. Os hoffech ragor o wybodaeth, ffoniwch ni ar 01745 585221.

Ar gyfer cleifion sy'n cael eu cyfeirio atom, rydym yn darparu ystod eang o weithgareddau ac ymyriadau therapiwtig yn ein Hwb Lles sy'n anelu at ailalluogi, cefnogi a chyfoethogi bywydau cleifion a gofalwyr. Mae hyn yn cynnwys:

- Rhaglen les 6-wythnos a hwylusir gan ein Therapydd Galwedigaethol ar foreau Mercher.
- Grŵp Blinder a Diffyg Anadl (FAB) a hwylusir gan ein ffsiotherapydd ar brynghawn Llun.
- Cynigir therapi cyflenwol 3 diwrnod yr wythnos.
- Grŵp Celf a Chrefft ar brynghawn dydd Mercher.
- Grŵp therapi cerddoriaeth ar fore dydd lau.
- Grŵp cymorth i ofalwyr
- Grŵp creadigol "Roedden ni'n teimlo" unwaith y mis.



"Os ydych chi'n teimlo'n isel,
rydych chi'n dod yma ac yn
teimlo'n well wrth fynd adref."

Claire Jones

Gwirfoddolwr ar gyfer Sant Cyndeyrn

Mae llawer o ffyrdd y gallwch gymryd rhan fel gwirfoddolwr, felly os gallwch sbario ychydig oriau, cysylltwch â ni. Ffoniwch Sharon Newell ar 01745 585221 neu e-bostiwch sharon.newell@stkentigernhospiice.org.uk

Warws Caru Eisoes yn Y Rhyl

Mae hi wedi bod yn flwyddyn ers i ni symud o Fodelwyddan i warws mwy yn Y Rhyl. Byddem yn ddiolchgar iawn am unrhyw amser y gallwch ei neilltuo i'n helpu. Mae ein dyletswyddau gwirfoddoli yn gwbl hyblyg yn ôl eich argaeledd a'ch ymrwymiadau eraill chi. Mae ein gwirfoddolwyr yn derbyn hyfforddiant llawn a llawer o gefnogaeth i gyflawni y gwaith.

Ar hyn o bryd rydym yn chwilio am **Yrwyrr Fan, Profwyr Offer Trydanol, Didolwyr, Cymorth Siop Ar-lein, Cynorthwyyr Gwerthu a Chynorthwyyr Drws Rhoddion.**

Gwirfoddolwyr Siop

Mae gennym 8 siop sydd ar agor o ddydd Llun i ddydd Sadwrn 10yb-4yp ac mae'r rhain wedi'u rhestru ar dudalen 9. Mae gwirfoddolwyr yn gweithio gyda'n rheolwyr siopau mewn sawl ffordd. Darperir hyfforddiant a chefnogaeth llawn. Mae croeso i fyfyrwyr a gwirfoddolwyr ifanc sy'n 16 oed a throsodd.

Cyfarchwyr Hosbis: Maent yn croesawu ymwelwyr a'u cynorthwyo gydag unrhyw ymholiadau.

Caffi Cariad: Gwirfoddolwyr Blaen Tŷ
Mae caffi'r hosbis ar agor i'r cyhoedd o ddydd Llun i ddydd Gwener, 10yb-4yp. Fel gwirfoddolwr caffi blaen tŷ, gallwch ein helpu i ddarparu gwasanaeth arlwygo gwyach!

Gyrwyr cleifion gwirfoddol: Cludo cleifion i'r hosbis ac oddi yno.

Casglwyr tun: Casglu a rhoi ein blychau arian rhodd mewn siopau a busnesau lleol.

Digwyddiadau Codi Arian

Ymunwch â'n tîm codi arian a chefnogwch ein digwyddiadau drwy gydol y flwyddyn. Caiff gwirfoddolwyr eu gwerthfawrogi'n fawr gan y tîm i helpu gyda gweinyddu codi arian yn y swyddfa ac i helpu mewn digwyddiadau codi arian.

Grwpiau Cymorth Codi Arian Hosbis:

Mae gan yr hosbis grwpiau cymorth sy'n codi arian yn annibynnol yn y gymuned leol. Ar hyn o bryd mae grwpiau o'r fath yn bodoli ym Mhrestatyn, Dinbych, Abergele a Rhuthun.

EIN LOTERI

Punt yn unig mae'n ei gostio i chwarae ein loteri ni bob wythnos, a bydd cyfle i chi ennill nifer o wobrau ariannol, gan gynnwys y jacpot o £1,000!

Cymryd rhan yn ein loteri yw un o'r ffyrdd gorau o gefnogi'r hosbis. Efallai mai swm bach yn unig ydyw, ond mae'n gwneud gwahaniaeth mawr iawn oherwydd ei fod yn gyfraniad rheolaidd. Mae hyn yn ein galluogi i gynllunio ar gyfer y dyfodol yn ogystal â darparu gofal hosbis i'n cymuned ar hyn o bryd.

Diolch i'r **6,000** o aelodau am helpu i godi: **£185,000**

Ar ôl diddymu'r gwobrau o £97,950 a'r holl gostau rhedeg, aeth 59c o bob £1 i'r Hosbis.



SCANIWCH FFI

Cofrestrwch ar-lein

Gallwch gofrestru i gymryd rhan yn y loteri ar-lein trwy ddilyn ein proses tri cham a bydd aelod o Dim y Loteri mewn cysylltiad gyda'ch rhif unigryw. Fel arall, lawrlwythwch ffurflen aelodaeth o'n gwefan neu fffoniwch ni ar 01745 585221.

Croeso i Caffi Cariad

Dydd Llun – Dydd Gwener
10:00yb - 4:00yp

Mae ein Caffi Cariad yng nghanol yr hosbis. Mae ar agor i'r cyhoedd gan weini brecwast wedi'i goginio, cinio a the prynhawn cartref blasus. Mae ein holl fwyd yn cael ei goginio'n ffres yn ein cegin gan ein tîm o gogyddion creadigol ac arloesol.

Mae'r fwydlen reolaidd yn cael ei diweddarau'n dymhorol a bob dydd mae sawl pryd ar gyfer y diwrnod hwnn'n unig. **Mae bwydleni llyseuol, feganaidd a di-glwten hefyd ar gael.**

Mae gennym ddewis ardderchog o goffi a the, yn ogystal â chacennau blasus. Mae'r awyrgylch yn groesawgar a chyfeillgar, gan ei wneud yn lle perffaith i sgwrsio gyda ffrindiau neu fwynhau paned o goffi.

Rhowch gynnig ar ein te prynhawn blasus am £19.95yp i'w fwyta i mewn neu £14.50yp i fynd gyda chi. Ffoniwch 07887 477116 i'w archebu a chefnogi Hosbis Sant Cyndeyrn.

Oeddech chi'n gwybod bod gennym gyfleusterau cynadledda?

Mae ein Hystafell Addysg ar gael i'w llogi gydag arlwyo! Mae hi wedi'i lleoli ar lawr cyntaf yr hosbis gyda defnydd o lifft. Am fwy o wybodaeth, e-bostiwch mail@stkentigernhospice.org.uk



Te prynhawn



Cinio rhost



Torth banana



Cacen siocled



DILYNWCH NI AR Y CYFRYNGAU CYMDEITHASOL

I gael y newyddion diweddaraf a gwybodaeth am yr hosbis, dilynwch @stkentigern ar Twitter a Facebook @stkentigernhospice ar Facebook ac Instagram a Hosbis St Kentigern ar LinkedIn. Gallwch hefyd ymweld â'n gwefan: www.stkentigernhospice.org.uk