

CARERS CONNECT GROUP

for carers of people living with dementia

This is a 7 week group running at:

**Penarth Methodist Church Hall, Woodland Place, Penarth
CF64 2EX**

Every Wednesday from 19th Aug 2026 - 30th Sept
10:30 - 12:00 p.m.

A chance to discuss shared experiences and share tips and coping strategies. There will also be some sessions where guest speakers will be discussing subjects such as nutrition, mindfulness, communication changes, loss and grief and many more topics.

We will be running an activity group alongside, in a separate room, which the person you care for is more than welcome to attend at the same time.

Please register your place by:

 0300 3035918

 www.effro.eventbrite.co.uk

 effro@platform.org

effro

Changing
perceptions
of dementia
Newid
canfyddiadau
o ddementia

Grwp Cyswllt Gofalwyr

A'r gyfer gofalwyr yn byw gyda dementia

Cwrs 7 wythnos yn rhedeg yn

**Penarth Methodist Church Hall, Woodland Place,
Penarth CF64 2EX**

**Bob dydd Mercher o'r 19 Awst 2026 - 30 Medi
10:30 yb - 12:00 yp**

Cyfle I rhannu profiadau a thipiau a'r strategeithau dygymod. Bydd rai sesynau gyda siaradwyr gwadd yn trafod pynciau fel ymwybyddiaeth, maeth, galar, dulliau cyfarthrebu a sawl pwnc arall.

Byddwn yn rhedeg y gweithgaredd mewn cyd yn ystafell arall ble bydd croeso i'r person yr ydych yn gofalu amdano fod yna ar yr un amser.

I sicarhau lle ebostwch:

effro@platform.org

neu ffoniwch : 0300 3035918

neu archebu arline: effro.eventbrite.co.uk



Changing
perceptions
of dementia
Newid
canfyddiadau
o ddementia