



Cymdeithas y Byddar Gogledd Cymru

E-fwletin Tachwedd 2015



Cymdeithas y Byddar Gogledd Cymru



Cymdeithas y Byddar Gogledd Cymru Cyfle Gwirfoddoli

Gweithiwr Gwirfoddoli rhoid cymorth i gefnogi'r 2 grŵp a gynhelir yn fisol.
Mae'r grwpiau cymorth darllen gwefusau yn Abergele a Bae Colwyn.



Yn dda gyda phobl?

Wrth eu bodd yn helpu allan?

Da yn cyfathrebu?

A ydych yn gallu cefnogi gyda:

- 1) Trefnu trafnidiaeth ar gyfer y grŵp Bae Colwyn (gyda chontractwyr presennol)
- 2) Cysylltu aelodau defnyddio'r cludiant, er mwyn cadarnhau eu bod yn cael eu codi ar y diwrnod
- 3) Teipio i fyny unrhyw ddeunydd gwers gan nodiadau a ddarperir gan y tiwtor
- 4) Sefydlu'r system ddolen, yn y lleoliad
- 5) Cwrdd a chyfarch aelodau y grŵp
- 6) Cefnogi'r Tiwtor a'r aelodau'r grŵp h.y. gwneud te, ysgrifennu i fyny ar y bwrdd darllen
- 7) Hebrwng aelodau yn ôl l'r cerbyd
- 8) Cefnogi gyffredinol ag unrhyw beth sy'n codi

Cysylltwch â *Julia* yn **NWDA** am fwy o wybodaeth.

Cyfarfod Cyffredinol Blynyddol Cymdeithas y Byddar Gogledd CYMRU

Bydd **Cyfarfod Cyffredinol Blynyddol** Cymdeithas y Byddar Gogledd Cymru yn cael ei gynnal ddydd Mawrth 24 Tachwedd yng Nghanolfan Fusnes Conwy am 2yh.

Eich Cymuned Chi, Eich Dewis



Mae'r fenter Eich Cymuned, Eich Dewis – y cyfeirir ati fel y Gronfa Cyllideb Cyfranogol yn cael ei hariannu'n rhannol gan yr arian sy'n cael ei adfer drwy'r Ddeddf Elw Trosedd gan ddefnyddio arian sy'n cael ei atafaelu gan droseddwr gyda'r gweddill yn dod gan y Comisiynydd. Eleni mae Cymdeithas Byddar Gogledd Cymru wedi gwneud cais am gyllid i ddarparu gweithdai atal troseddu i ddefnyddwyr Iaith Arwyddion Prydain.

Nod:

Y bwriad yw rhedeg pum gweithdy pwrpasol ar gyfer pobl â nam ar eu clyw mewn tri lleoliad ar draws gogledd Cymru. Mae'r pynciau a ddewiswyd yn rhai sydd angen sylw yn ôl adborth a gawsom wrth weithio yn y gymuned, sef:

- Diogelwch yn y cartref
- Ymddygiad gwrthgymdeithasol
- Sgamiau a galwyr diwahoddiad
- Trais domestig
- Troseddau casineb
- Defnyddio'r rhyngwrwyd a'r cyfryngau cymdeithasol yn ddiogel

Rydym yn bwriadu ffilmio'r gweithdai fel y gallwn roi gwybodaeth ar ein gwefan ac yn y cyfryngau cymdeithasol er mwyn sicrhau fod y wybodaeth yn cyrraedd cynifer o bobl ag sydd bosibl.

Byddwn hefyd yn rhoi'r fideos iaith Arwyddion Prydain (BSL) hyn ar DVD ar gyfer pobl sydd heb fynediad i'r rhyngwrwyd a byddwn yn cael cefnogaeth dehonglwyr BSL er mwyn sicrhau eu bod yn hygyrch i bobl y mae BSL yn iaith gyntaf iddynt.

Mae'r penderfyniad ar ba grwpiau yn derbyn y grant yn dibynnu ar faint o bleidleisiau a gânt gan y cyhoedd.

Rydym Angen Eich Help

Os gwelwch yn dda pleidiwch ar gyfer ein prosiect drwy ddilyn y ddolen isod Pleidleisio ar agor tan 27 Tachwedd: - <http://www.north-wales.police.uk/contact/your-community-your-choice/place-your-vote.aspx>

Mae'r ardal ar gyfer ein prosiect yw: - **North Wales**

Ein Enw yw: - **North Wales Deaf Association**

TRIP GANMOLIAETHUS I AELODAU NWDA

I YMWELD LERPWL UN

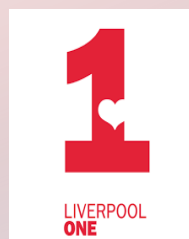
Dydd Sul 22 Tachwedd, 2015



DYDDIAD CAU

Dydd Llun 9 Tachwedd 2015

CYSWLLT KERRY AM FWY O WYBODAETH



MAN CODI A DYCHWELYD TEITHWYR



NWDA OFFICES BAE COLWYN	8.00AM
ASDA'S QUEENSFERRY	8.45AM
LERPWL	9.30AM
GADEWCH LERPWL	5.30PM



YMWELD A LERPWL UN

Hoffem ddweud "Diolch" enfawr am gefnogi NWDA drwy eich aelodaeth ac yn eich gwahodd i ddiwrnod AM DDIM allan yn Lerpwl Un. Gallwch fwynhau y dydd yn unig neu gymryd y cyfle i wneud ychydig o siopa Nadolig.

Lerpwl Un yw'r ardal siopa a hamdden awyr agored enfawr yng nghanol y ddinas. Mae'n cynnig i chi ymweld a siopau proffil uchel gyda mwy na 160 o siopau'r stryd fawr enwog, brandiau ffasiwn a boutiques annibynnol.

Disgwyl gweld enwau enwog fel John Lewis, Debenhams, Apple, Hollister a'r unig Siop Farchnad Harddwch Harvey Nichols yn y wlad. Ar gyfer y plant, mae Lego a Siop Disney, yn ogystal â Geeithdy Adeladu-a-Arth.

A phan fyddwch wedi gorffen archwilio'r siopau, rhowch gynnig ar y Teras Hamdden yn edrych dros Barc Chavasse. Mae'r tai bwyta, caffis a sinema yn ffordd berffaith i ymlacio. Mae Digwyddiadau pop-up o bob math yn cael eu cynnal ym Mharc Chavasse



easyfundraising.org.uk

Teimlo'n dda wrth siopa



Helpu pan fyddwch yn talu y nadolig hwn

Casglu rhoddion am ddim ar
gyfer Cymdeithas y Byddar
Gogledd Cymru gyda'ch holl
siopa nadolig ar-lein



Ymuno easyfunding



Siopa ar-lein



**Codi rhoddion rhad ac
am ddim**



Ymunwch yma heddiw

www.support-nwda.co.uk

Cymdeithas y Byddar Gogledd Cymru e-fwletin Tachwedd 2015

amazon.co.uk

John Lewis
johnlewis.com

ebay

Expedia.co.uk

Sainsbury's

YOUR M&S

Argos



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

www.llyw.cymru
www.gov.wales

Papur Gwyrdd: Ein Hiechyd, Ein Gwasanaeth Iechyd

Rydym yn awyddus i gael eich barn ar sut y gallwn wella ansawdd a llywodraethu yn y GIG.

Mae'r Papur Gwyrdd hwn yn:

- amlinellu'r systemau presennol sy'n cefnogi ansawdd a llywodraethu yn y GIG yng Nghymru
- ceisio cael eich barn ar beth arall y gallwn ni ei wneud i wella, gan gynnwys defnyddio deddfwriaeth o bosibl.

Mae'r ymgynghoriad yn gyfle i ystyried a thrafod:

- y ddeddfwriaeth sydd ei hangen i helpu i wella ymhellach ansawdd gwasanaethau gofal iechyd yng Nghymru
- y strwythurau sefydliadol a llywodraethu presennol yn dilyn y diwygiadau mawr diwethaf ym maes iechyd yn 2009.

Mae'r papur yn llywio'r drafodaeth gyhoeddus ar amryw o bynciau llosg megis:

- rôl Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru
- arweinyddiaeth yn GIG Cymru
 - rôl adborth cleifion

. I wyllo fideo sy'n crynhoi'r Papur Gwyrdd yn Iaith Arwyddion Prydain, ewch i'n sianel YouTube (Saesneg yn unig)

<https://www.youtube.com/watch?v=XnsOm3Or6hM&feature=youtu.be>

Mae Ymgyrch Newydd – Stopia er eu Mwyn Nhw

19 Hydref 2015

Stopia er eu mwyn nhw - adnoddau newydd i gynorthwyo ysmygwyr yng Ngogledd Cymru

Mae ymgyrch newydd o'r enw "*Stopia er eu mwyn nhw*" sy'n annog rhieni i roi'r gorau iddi er mwyn eu plant wedi cael ei lansio yn y Gogledd. Adnodd ar-lein yw "*Stopia er eu mwyn nhw*" lle y gall ysmygwyr archebu pecynnau rhoi'r gorau iddi, cael canllaw cynhwysfawr i wasanaethau lleol a lawrlwytho talebau i'w defnyddio mewn fferyllfeydd lleol ar gyfer therapi amnewid nicotin a chymorth.

Caiff yr ymgyrch "*Stopia er eu mwyn nhw*" ei hyrwyddo ar facebook ledled Gogledd Cymru ac mae pawb sy'n ysmegu yn cael eu hannog i hoffi'r dudalen er mwyn iddynt allu cael cymorth a chynghor i roi'r gorau iddi.

Mae Delyth Jones yn Brif Swyddog Iechyd Cyhoeddus yng Ngogledd Cymru, ac yn arwain y prosiect, "Bydd llawer o rieni yn defnyddio'r newid yn y gyfraith sy'n ymwneud ag ysmegu mewn ceir a'r ymgyrch Stoptober fel dyddiad i roi'r gorau iddi. Bydd y wefan *Stopia er eu mwyn nhw* www.stopia.cymru ar tudalen facebook www.facebook.com/quitforthem yn sicrhau bod y cymorth cywir ar gael i ysmygwyr er mwyn sicrhau bod eu hymgais i roi'r gorau iddi mor llwyddiannus â phosibl."

"Rydym yn awyddus i gynnwys straeon llwyddiant ac felly rydym yn chwilio am rieni sydd eisoes wedi rhoi'r gorau iddi er mwyn rhoi cyngor ac anogaeth i eraill. Gwyddom pa mor anodd yw rhoi'r gorau iddi ac rydym yn awyddus i wobrwyo'r rhai sydd wedi llwyddo. Byddwn yn cynnig cyfle i'r rhai llwyddiannus gael sesiwn 'pampro' a chymryd rhan mewn sesiwn tynnu lluniau yn ystod yr Hydref."

Dyweddodd Judy Henley o Fferylliaeth Cymunedol Cymru " mae ein fferyllfeydd yn agos i'r cymunedau y maent yn eu gwasanaethu ac ar agor am oriau hir sy'n gyfleus iawn i bobol gael cymorth wrth roi'r gorau i smygu. Mae'n fferyllwyr wedi eu hyfforddi i roi cyngor am gynhyrchion therapi disodli nicotin ac yn medru cynnig cymorth ymddygiadol cyfrinachol am 12 wythnos i sicrhau bod gan smygwyr y siawns orau o fod yn llwyddiannus wrth roi'r gorau i smygu.



BWS O LŶN I YSBYTY GWYNEDD

Cynllun peilot am 3 mis i ddanfôn pobl i Ysbyty Gwynedd Bangor erbyn 1.30pm bob pñawn Llun, Mercher a Gwener ydy hwn (fydd dim gwasanaeth rhwng 25 Rhagfyr - 1 Ionawr). Bydd y bws yn codi pobl o bentrefi Llyn i gyrraedd Bangor erbyn 1.30pm ac yn cychwyn yn ôl, fan bella 4pm i gyrraedd adre erbyn tua 5.30pm.

- Tachwedd, Rhagfyr a Ionawr
- bob pñawn Llun, Mercher a Gwener
- cychwyn 12.00 Aberdaron
- dychwelyd 4.00yp Ysbyty Gwynedd
- cyfleus at amser ymweld 1.30 -2.30pm
- codi o bentrefi Llyn (amser a lle i'w drefnu wrth fwcio)
- RHAID BWCIO: 01758 721 777 neu oddrwsiddrws@yahoo.co.uk
- £1 BOB FFORDD

Bydd y daith yn hwylus at amser ymweld 1.30 – 2.30pm, ac hefyd ar gyfer apwyntiadau byr.

Treial am gyfnod yw'r gwasanaeth yma. Fydd hyn ddim yn golygu unrhyw newid i wasanaeth arferol, personol O Ddrws i Ddrws - gallwch ffonio 01758 721 777 fel arfer.

www.oddrwsiddrws.org



Gwasanaeth Gofal Llygaid

Yn Cymru mae cleifion sy'n drwm eu clyw neu'n fyddar hefo'r hawl i gael archwiliad llygaid estynedig (mwy manwl) am ddim, a ariennir gan Llywodraeth Cymru trwy fenter o'r enw y Gwasanaeth Gofal Llygaid Cymru (WECS). Mae hyn yn rhoi mwy o amser i optegwyr i'w dreulio gyda'r cleifion ac i helpu gyda chyfathrebu, ac mae hefyd yn sicrhau bod unrhyw glefyd llygaid neu ddirywiad yn cael ei godi a'i drin yn gynnar, gan y gall colli golwg fod yn llawer mwy dinistriol i bobl sydd wedi colli eu clyw. Mae WECS hefyd yn cynnig y Gwasanaeth Golwg Gwan Cymru i bobl sydd â nam ar y synhwyrâu lluosog. Mae asesiad yn cael ei ddarparu am ddim mewn practis optometreg cymunedol ac mae chymhorthion electronig a'r gael y gellir helpio cleifion, unwaith eto yn rhad ac am ddim.

***Nid oes rhaid i chi dalu am ymweld â'r optometrydd os ydych chi:**

- Yn 16 oed neu'n iau
- Yn fyfyrwr llawn amser 16, 17 neu 18 oed
- Dros 65 oed
- Ar fudd-daliadau penodol (Cymhorthdal Incwm, Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn Seiliedig ar Incwm, Credyd Treth, Lwfans Ceisio Gwaith yn Seiliedig ar Incwm)
- Os ydych ar incwm isel, efallai y gallwch gael cymorth gyda phrofion golwg, sbectol a lensys cyffwrdd drwy Gynllun Incwm Isel y GIG. Ewch i [wefan Help gyda Chostau Iechyd](#) i gael rhagor o wybodaeth.

*** Os ydych chi'n byw yng Nghymru a bod gennych chi feddyg teulu yng Nghymru, gall y rhan fwyaf o optometryddion gynnig prawf llygaid am ddim hefyd:**

- Os oes gennych chi broblem llygaid sydd angen sylw brys
- Os ydych chi'n gallu gweld gydag un llygad yn unig
- Os oes gennych chi nam ar eich clyw ac yn hollol fyddar
- Os oes gennych chi retinitis pigmentosa
- Ydych chi o dras Du neu Asiaidd
- Os ydych chi mewn perygl o gael clefyd llygaid gan eich bod chi'n dad neu fam, brawd neu chwaer neu blentyn genetig i rywun â chlefyd llygaid y gellir ei etifeddu, fel Glawcoma, Diabetes Mellitus, Dirywiad Macwlaidd sy'n gysylltiedig â henaint neu Retinitis Pigmentosa
- Os ydych chi wedi gweld eich meddyg teulu a'i fod am i chi weld optometrydd

Gallwch wirio'r rhestr o optometryddion sy'n darparu'r gwasanaeth ychwanegol hwn drwy ddefnyddio'r [dudalen chwilio](#).



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Argyfwng neu os oes gennych chi broblem gyda'ch llygaid sydd angen sylw brys

Os oes gennych chi unrhyw bryderon am eich llygaid, ewch i weld optometrydd ar y Stryd Fawr (a elwir yn optegydd hefyd) yn syth. Gall ddweud wrthyhych a ydych yn gymwys i gael archwiliad iechyd llygaid am ddim. Archwiliadau Iechyd Llygaid yng Nghymru (EHEW) yw'r enw ar yr archwiliadau hyn. Gall rhai clefydau llygaid arwain at ddallineb neu golli rhywfaint o'ch golwg, ond o'u canfod yn ddigon cynnar, yn aml mae modd arbed eich golwg.

Mae'r enw Archwiliadau Iechyd Llygaid yng Nghymru yn cyfleu yn union beth ydyw – archwiliad o iechyd eich llygaid. Bydd yr optometrydd yn archwilio'ch llygaid yn ofalus i weld a oes unrhyw beth o'i le. Bydd y profion a'r cyfarpar a ddefnyddir ganddynt yn dibynnu ar yr hyn a ddywedwch chi wrthynt a'r hyn maent yn ei ganfod. Mae archwiliad iechyd llygaid yn fwy manwl ac yn wahanol i brawf llygaid arferol, felly gall bara'n hirach. Os yw'r optometrydd yn penderfynu eich bod angen archwiliad iechyd llygaid ni fyddwch yn gorfod talu.

Mae yna optometrydd ar bob Stryd Fawr yng Nghymru bron iawn. Os oes gennych broblem gyda'ch golwg, gallwch fynd i weld eich optometrydd arferol (os oes gennych chi un) neu ffonio neu gerdded i mewn i unrhyw bractis y gallwch chi ei gyrraedd yn gyfleus.

Gallwch wirio'r rhestr o optometryddion sy'n darparu'r gwasanaeth ychwanegol hwn drwy ddefnyddio'r [dudalen chwilio](#).



Wedi Ymddeol?

Am gadw'n brysur?

Dewch ynghyd â phobl debyg i chi sydd am fwynhau eu hymddeoliad. Mae ein canghennau cyswllt yn darparu pob math o weithgareddau cymdeithasol, gan gynnwys gwibdeithiau, cwisiau, ciniawau, bingo, siaradwyr gwadd, dosbarthiadau a theithiau cerdded.

Yn ogystal, rydym yn cefnogi ymgyrchoedd sy'n ymwneud â phethau fel pensiynau, iechyd, trafnidiaeth ac arwahanu ar ran pobl sydd wedi ymddeol yng Nghymru.

Caiff ein canghennau eu rhedeg gan swyddogion sy'n cael eu hethol gan aelodau. Os oes gennych chi brofiad gweinyddol o unrhyw fath, cysylltwch â ni.

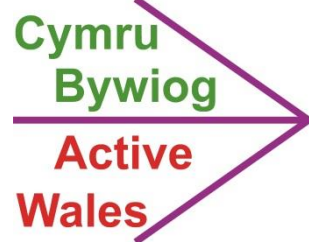
Hoffech chi gael mwy o wybodaeth?

Galwch heibio:

Nant y Môr, Marine Road

Prestatyn, Sir Ddinbych LL19 7AJ

Mae croeso i bawb ymuno â ni am 2.00pm ar
9 Tachwedd 2015



Ymddeol o waith - nid o fywyd
Retired from work - not from life

Mwy o wybodaeth:

www.activewales.org.uk

(01685) 812130

activewales@gmail.com

Eich GIG Cymru - Dewis Doeth

Mae ymgyrch "Eich GIG Cymru - Dewis Doeth" yn annog ac addysgu pobl i ddefnyddio'r gwasanaethau GIG yn ddoeth ac i gael y gofal gorau iddyn nhw a'u teuluoedd.

Y nod yw:

- cynyddu ymwybyddiaeth y cyhoedd mai hunan-ofal yw'r dewis gorau i drin mân afiechydon ac anafiadau.
- cynyddu ymwybyddiaeth y cyhoedd o'r amrywiaeth o wasanaethau GIG sydd ar gael fel eu bod yn dewis y gwasanaeth cywir pan fyddant yn sâl neu wedi'u hanafu
- cynyddu ymwybyddiaeth y cyhoedd bod y gwasanaeth 999 ac adran Damweiniau ac Achosion Brys ar gyfer argyfwng yn unig
- cynyddu ymwybyddiaeth y cyhoedd o gyfrifoldeb yr unigolyn personol i wneud dewis doeth er lles pawb
- annog gwell defnydd o'r gwasanaethau hyn

Dewiswch yn ddoeth y gaeaf hwn a helpu i achub bywydau

Hunan-ofal yw'r dewis gorau i drin mân afiechydon ac anafiadau.

Gall meddygfeydd, fferyllfeydd, NHS Direct, optegwyr, deintyddion, ymwelwyr ieuchyd, nyrsys cymunedol a bydwragedd eich helpu; pan nad yw hunan-ofal yn y cartref yn ddigon.

Meddyliwch cyn deialu 999 - Peidiwch â rhoi bywydau mewn perygl!

Gwefan <http://www.choosewellwales.org.uk/home>

Am fwy o wybodaeth yn iaith Arwyddion Prydain:

<http://www.nhsdirect.wales.nhs.uk/britishsignlanguage/choosewell>



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

**** BETH SY 'MLAEN****

Mae'r wybodaeth ar gyfer dangosiadau gydag isdeitlau sydd a pherfformiadau BSL ond ar gael yn Saesneg ar y gweill. Gweler y fersiwn Saesneg ar ein e-fwletin.

Gwybodaeth gan Glybiau Byddar yng Ngogledd Cymru

Clwb Byddar Llandudno CYHOEDDIAD:

Rydym wedi cael gwybod bod "Clwb Byddar Llandudno" wedi newid ei enw. Byddwn yn dal i parhau fel aelodau o dan y teitl newydd o "Clwb Byddar Sir Conwy". Byddai'r Pwyllgor yn hoffi dweud diolch yn fawr am gefnogi "Llandudno Deaf Club" dros y 7 mlynedd diwethaf ac rydym yn gobeithio eich gweld i gyd yn y dyfodol.

Bore coffi Clwb Byddar Sir Conwy

Bob dydd Mawrth o 10yb tan 1yh yn y Swyddfa NWDA, Ffordd Conway, Bae Colwyn, LL29 7LN.
Bydd Sarah wrth law os oes angen unrhyw help neu gefnogaeth o 10am tan 12 hanner dydd.
£1 mynediad yn cynnwys lluniaeth gymaint ag y dymunwch.
Dewch draw pan allwch chi i gwrdd â ffrindiau hen a newydd ac yn ddal i fyny gyda'r newyddion.

Mae croeso i myfyrwyr sy'n dysgu BSL i ymuno drwy'r bore.
Croeso mawr i bawb!

Clwb Byddar Rhyl

Yn cyfarfod ar 1af a'r 3ydd dydd Llun o bob mis yn Hafan Deg, Grange Road, Y Rhyl O 07:00yh I 10:00yh
Fydd swyddog Cymorth Cymunedol NWDA a'r gael a'r gyfer penodiadau.

Clwb Coffi Byddar Sir Ddinbych

Yn cyfarfod bob prynhawn Gwener 2:00yh tan 4:00yh yn Hafan Deg, Grange Road, Y Rhyl.
Bydd Swyddog Cymorth Cymunedol NWDA a'r gael ar gyfer penodiadau.

Clwb Byddar Yr Wyddgrug

Mae'n cyfarfod yn Swyddfeydd FLVC, Corlan, Ffordd Wrecsam, Yr Wyddgrug
Bob dydd Mercher o 10yb tan 12 hanner dydd
A Drovers Arms, Ffordd Dinbych, Yr Wyddgrug - nos Wener 7:30yh

Clwb Byddar Wrecsam

Canolfan Ieuencid Fictoria, Hill Street, Wrecsam, LL18 1SN
Dydd Iau Bore Coffi o 10yb.

Nid yw'r safbwyntiau a fynegir yn yr e-fwletin o reidrwydd barn NWDA ond y rhai y cyfrannwr.

Os ydych ddim am dderbyn e-fwletinau bellach, e-bostiwch info@deafassociation.co.uk a theipio "unsubscribe e-bulletin" yn y blwch pwnc.

Bydd eich cyfeiriad e-bost yn cael ei dynnu oddi ar ein rhestr bostio.

Cymdeithas y Byddar Gogledd Cymru

77 Ffordd Conway, Bae Colwyn, LL29 7LN

E-bost: info@deafassociation.co.uk Gwefan: www.deafassociation.co.uk

Ffacs: 01492 532615 SMS 07719410355

Cwmni Cyfyngedig drwy Warant Rhif 2959589 - Rhif.1048017 Elusen Gofrestredig