Croeso i gylchlythyr Ebrill 2025 Vision Support, sy'n cynnwys ardaloedd:

Halton 0151 5117260

Caer 01244 478910

Gogledd Ddwyrain Cymru 01244 381515

Helo i chi gyd gan bob un ohonom yn Vision Support! Mae gennym ddiweddariad pwysig y mis hwn am y **Gwasanaeth Gwybodaeth Gymunedol** ac rydym wedi cymryd peth amser yn y rhifyn hwn i atgoffa pawb am rai o'r **grwpiau, digwyddiadau a sesiynau blasu** sydd gennym ar ddod hefyd. Nodwch fod rhestr lawn o'n digwyddiadau ar wefan Vision Support **www.visionsupport.org.uk** o dan 'Calendr Digwyddiadau', ac mae croeso i chi roi galwad i ni i ddarganfod beth sy'n digwydd yn eich ardal chi!

Codi Arian

Rydym yn falch o gyhoeddi bod ein hymdrech codi arian ddiweddaraf wedi codi **£2222!** Diolch yn fawr i bob rhedwr, rhoddwr, gwirfoddolwr, a chefnogwr a wnaeth y cyfan ddigwydd. Rydym yn chwilio am fwy o redwyr i ymuno â ni yn **Hanner Marathon Caer ar y 18fed o Fai** a **Marathon Caer/Marathon Metrig ar y 5ed o Hydref** os hoffech gymryd rhan! Ddim yn rhy hoff o redeg? Beth am **nenblymio**? Ar **ddydd Sadwrn 12 Gorffennaf am 12pm neu ddydd Sadwrn 16eg Awst am 2pm**. Am fanylion llawn ewch i'r adran codi arian ar ein gwefan neu **ffoniwch Stef ein codwr arian ar 07821 649 066**.

Diweddariad Gwasanaeth Pwysig

Rydym heddiw yn cyhoeddi, gyda thristwch dwfn, cau ein **Gwasanaeth Gwybodaeth Gymunedol**. Ers dros 20 mlynedd, mae'r gwasanaeth hwn wedi bod yn rhan hanfodol o'n gwaith, gan ein helpu i gyrraedd aelodau ein cymuned nad oeddent yn gallu ymweld â'n canolfannau adnoddau. Mae wedi cael effaith anhygoel ar gynifer o bobl yn y cymunedau rydym yn eu gwasanaethu, ar staff Vision Support a thu hwnt. Mae ei gau yn nodi diwedd pennod yr ydym yn hynod falch ohoni, ac un sydd wedi gosod y llwybr ar gyfer gwasanaethau eraill yn y dyfodol.

Nid penderfyniad hawdd oedd hwn. Fe wnaethom archwilio pob dewis arall posibl i barhau â'r gwasanaeth, ond yn absenoldeb cyllid cynaliadwy, a'n defnyddwyr gwasanaeth bellach yn cael gwell mynediad at wybodaeth ar-lein, mae'n rhaid i ni nawr ganolbwyntio ein hadnoddau ar feysydd craidd eraill lle gallwn barhau i wneud y gwahaniaeth mwyaf. Ar gyfer ein defnyddwyr gwasanaeth nad ydynt yn gallu cyrraedd ein canolfannau adnoddau yn hawdd neu ymuno â'n gwasanaethau, byddwn yn dal i ddod atoch chi, felly peidiwch ag oedi cyn cysylltu â ni.

Fel rhan o'r trawsnewid hwn, rydym yn drist iawn i gadarnhau bod un o aelodau ein tîm wedi cael ei ddiswyddo. Mae Graham wedi bod yn rhan annatod o Vision Support ers bron i ddegawd, gan ddod ag ymroddiad, tosturi a sgil i'w rôl. Mae Caerwyn, a ymddeolodd y llynedd, hefyd wedi neilltuo dros 20 mlynedd i waith Vision Support, ac rydym yn hynod ddiolchgar am eu cyfraniadau a'r etifeddiaeth barhaol y maent yn ei adael ar ôl. **(Parhad drosodd)**

Er bod hon yn foment o fyfyrio a thristwch, rydym yn parhau i fod yn ymrwymedig i'n cenhadaeth a byddwn yn parhau i weithio gyda'n partneriaid, cefnogwyr, a'r gymuned i ddarparu gwasanaethau effeithiol o ansawdd uchel ble mae eu hangen fwyaf.

Hoffem ddiolch i bawb - ein staff, gwirfoddolwyr, cyllidwyr, a defnyddwyr gwasanaeth - sydd wedi cefnogi'r Gwasanaeth Gwybodaeth Gymunedol dros y blynyddoedd. Mae eich cred yn ein gwaith wedi gwneud gwahaniaeth parhaol.

Fforwm Sgiliau Digidol Rhithwir

Yn digwydd ar ddydd Mercher olaf bob yn ail fis, gallwch ymuno â'n fforwm technoleg rhithwir naill ai ar-lein trwy Microsoft Teams neu dros y ffôn. Ym mhob sesiwn, rydyn ni'n edrych ar bynciau gwahanol. Megis defnyddio darllenydd sgrin neu gadw'n ddiogel ar-lein. Mae'r fforymau hyn yn ffordd wych o ehangu eich gwybodaeth dechnoleg (ar agor i unrhyw un ar draws yr ardaloedd.) Rhowch alwad i ni os hoffech fynychu, neu e-bostiwch **information@visionsupport.org.uk**

Noson Gwis Caer

Byddwn yn cynnal Noson Gwis ar **ddydd Iau 12fed Mehefin** yn y **Ring O' Bells yn Christleton** a byddem wrth ein bodd pe gallech chi ddod draw!
Dyma'r Noson Gwis gyntaf rydyn ni wedi'i chynnal ac rydym yn edrych ymlaen at noson hwyliog a dod â phobl at ei gilydd ar gyfer bach o gystadleuaeth gyfeillgar.
Yn dechrau am **7yh**, ac mae ond **£5 y pen**. Disgwyliwch noson llawn hwyl, posau penbleth a chwmni da. Â diddordeb? Ffoniwch Ella yn y Ring O' Bells ar **01244 335422** i archebu eich bwrdd.

Beth sy'n digwydd yn Halton

Yr hyn rydyn ni wedi bod yn ei wneud

Ym mis Mawrth fe wnaethom gynnal ein **sesiwn blasu golff** cyntaf, gydag 16 o bobl. Mae pawb wir wedi bod yn mwynhau ein **Cyfarfodydd Bore Llun** newydd yng nghaffi **The Route** drws nesaf i Halton Sensory Services, maen nhw'n dod yn fwyfwy poblogaidd ac yn y misoedd nesaf byddwn yn talu sylw i bynciau amrywiol. Rydym yn cwrdd ar y **dydd Llun olaf bob mis rhwng 11am a 12.30pm**.

Rhoddodd **Dawn**, sef ein **Cydlynydd Ymgysylltu Cymunedol**, ynghyd â Lyn o HSS, gyflwyniad i 120 o staff anghlinigol ar gyfer y meddygfeydd o bob rhan o Halton am bwysigrwydd cyfathrebu i bobl sy'n byw gydag amhariad ar y synhwyrau.

Grŵp Dydd Mawrth

Mae ein **grŵp dydd Mawrth** wedi mwynhau dathliadau pen-blwydd, boccia a dal i fyny. Maent hefyd wedi cael sesiwn flasu gan y sefydliad Reader. Daeth Abi draw i ddarllen yn uchel rhai negeseuon testun lle cafodd y grŵp gyfle i drafod yr ystyr yn ogystal â siarad am eu profiadau eu hunain o garedigrwydd. Mae'r grŵp hwn yn cyfarfod bob dydd Mawrth yn **Wixton Drive, Runcorn am 11am tan 1pm**.

Te a Thechnoleg

Cynhelir y digwyddiad hwn yn swyddfa Halton Sensory Services yn Widnes sy'n cael ei gynnal bob yn ail fis, ac mae'n sesiwn galw heibio i unrhyw un sydd â chwestiynau am ddefnyddio technoleg ddigidol neu wneud eich dyfeisiau eich hun yn hygyrch.

Ymgysylltu Cymunedol

Byddwn yn y lleoliadau a'r digwyddiadau canlynol ar y dyddiadau sydd i ddod os hoffech ddod i siarad â ni!

Diwrnod Cymunedol yn **Runcorn Linnets** ar ddydd Sadwrn 10fed Mai rhwng 12pm a 4pm.

Adeilad Syr Capten John Moore yn Ysbyty Halton ar ddydd Mawrth 12fed Awst o 10.30am 1.30pm.

Ysbyty Warrington Adain Appleton ddydd Mawrth 14eg Hydref rhwng 12pm a 3pm gyda Halton Sensory Services.

Yn dod yn fuan

Sesiwn clymliwio a Chlwb Garddio. Sesiwn Cymdeithasol Mis Mai. Dyddiadau i'w cadarnhau. Ffoniwch ein swyddfa yn Halton am ragor o fanylion ar 0151 5117260.

Beth sy'n digwydd yn Swydd Gaer

Criw Paned y Bore

Rydym yn cwrdd ar ail ddydd Mercher y mis rhwng 11.30am a 12.30pm yn y lleoliad newydd - Caffi Eglwys Fethodistaidd Wesleaidd, St John Street, Caer, CH1 1DA.

Grwpiau a Fforymau Sgiliau Digidol

Sesiynau Galw Heibio Swydd Gaer - cynhelir y sesiynau hyn yn y Storyhouse yng Nghaer unwaith bob chwarter. Mae sesiynau galw heibio, yn cynnig cyfle i ddod â'ch dyfais gyda chi a chael eich cwestiynau technoleg ddigidol wedi'u hateb.

Cymdeithas Technoleg Swydd Gaer - sydd hefyd yn cael ei gynnal bob chwarter yn y Storyhouse. Mae hwn yn grŵp cymdeithasol a fwriedir yn benodol ar gyfer y rhai sydd â diddordeb mewn technoleg hygyrch. Mae'r grŵp yn cynnig cyfle i gysylltu ag eraill wrth rannu gwybodaeth dechnoleg.

Beth sy'n digwydd yn Swydd Gaer

Grŵp Newydd! Grŵp Nofio Northwich VI

Taith gyflwyno ar 23ain Ebrill, 3-4pm yng Nghanolfan Hamdden Brio, Llys Coffa Northwich. Bydd yn gyfle i gwrdd â staff Brio a dod yn fwy cyfarwydd â'r ganolfan a'r cyfleusterau. Bydd aelod o staff o Vision Support yn mynychu'r sesiynau i'ch cwrdd a'ch cyfarch! Mae'r sesiynau wythnosol hyn yn dechrau **ar ddydd Mercher 30ain Ebrill 3-4pm**. Mae'r gost yn amrywio yn dibynnu ar aelodaeth.

Taith Cwch Cul

Dydd Mawrth 20fed Mai, yn teithio o Christleton (Cheshire Cat) i Beeston. Mae'n fordaith hamddenol ar hyd Camlas Caer, gydag aelodau criw a gwirfoddolwyr gwych yn ymuno â ni.   Bydd cyfle i gael stop cinio yn y Shady Pub. Mae lleoedd yn gyfyngedig felly byddant yn cael eu dyrannu ar sail y cyntaf i'r felin gaiff falu. Nodwch y bydd blaenoriaeth hefyd yn cael ei roi i'r rhai nad ydynt wedi bod ar y daith hon o'r blaen.

Sesiynau Blasu Tenis VI

Ydych chi wastad eisiau dysgu chwarae tenis neu eisiau cadw'n heini a gwneud ffrindiau newydd? Dewch i ymuno â ni am rai sesiynau blasu hwyliog dan arweiniad hyfforddwr achrededig Dysgu, Addysgu ac Asesu. Ar **3ydd Mehefin - 2.30-3.30pm, 10fed Mehefin - 10.00-11.00am, 17eg a 24ain Mehefin - 2.30-3.30pm.**

Bydd y sesiynau hyfforddi yn cael eu cynnal ar y cyrtiau awyr agored pob tywydd **yng Nghlwb Tenis Glan Aber**, Parc Westminster, Hough Green, Caer, CH4 8JQ.

Ffoniwch **01244 478910** am fanylion ein grwpiau Caer.

Beth sy'n digwydd yng Nghymru

VI Voices Gogledd-ddwyrain Cymru – Gwnewch Wahaniaeth!

Oes gennych amhariad ar y golwg ac yn byw yng Ngogledd-ddwyrain Cymru? Am i'ch llais gael ei glywed ar faterion lleol? Ymunwch â VI Voices - grŵp o unigolion angerddol sy'n siarad dros gymdeithas fwy cynhwysol. Gallwch gymryd rhan cymaint neu gyn lleied ag y dymunwch. E-bostiwch **information@visionsupport.org.uk** am ragor o fanylion.

Teithiau Cerdded Lles Conwy

Mae aelodau o Grŵp Colli Golwg Conwy wedi bod yn cymryd rhan mewn rhai Teithiau Cerdded Lles! Mae'r haul wedi disgleirio arnom wrth i ni gerdded ar hyd gwahanol rannau o'r llwybr arfordirol! Hyd yn hyn mae teithiau cerdded wedi bod yn fyrrach, ond rydym yn gobeithio gwneud rhai hirach wrth i ni symud i'r tywydd cynhesach.

Wrecsam

Sesiynau Beicio Wrecsam Mae ein prosiect Vision Sport yn parhau gyda mwy o sesiynau beicio yn Pedal Power yn Wrecsam. Rydym wedi bod yn ffodus i gael tywydd hyfryd hyd yn hyn, ac mae pawb wedi mwynhau eu hunain! Edrychwch allan am fwy o sesiynau gweithgareddau dros yr haf!

Visionaires Wrecsam: Maent yn cwrdd ar ddydd Iau cyntaf bob mis, 11am i 1pm yn Eglwys Fethodistaidd Wrecsam, 37 Regent Street, Wrecsam. **Ladies Who Lunch:** 12 hanner dydd yn Elihu Yale Wetherspoons, Regent Street, Wrecsam.

Sir y Fflint

Visionaires yr Wyddgrug: Maent yn cwrdd am goffi a dal i fyny ar y trydydd dydd Llun bob mis, 12:30pm i 2pm yng Nghaffi Isa, Mynydd Isa. **11eg Mehefin:** Sesiwn Canu am Lawenydd gyda Theatr Clwyd, 11am i 12.30pm yng Nghanolfan Daniel Owen, Yr Wyddgrug.

Sir Ddinbych

Visionaires Prestatyn: Cyfarfod ar ddydd Mercher cyntaf pob mis, 10am i 12pm yn Eglwys Bresbyteraidd Saesneg Cymru, Nant Hall Road, Prestatyn. **Visionaires Rhyl:** Cyfarfod ar y pedwerydd Dydd Mercher bob mis rhwng 11am ac 1pm yng Nghanolfan ASK, Y Rhyl.

Conwy

Grŵp Colli Golwg Conwy: yn cyfarfod ar y dydd Mercher cyntaf bob mis, 1pm i 3pm yn Oriel Mostyn, Llandudno. Mae'r grŵp hefyd yn mwynhau dal i fyny am goffi bob mis, dal i fyny'n rhithwir ac wedi dechrau mynd ar rai teithiau cerdded lles.

Penmaenmawr Visionaires: Maent yn cwrdd yn fisol ar y dydd Llun cyntaf bob mis, rhwng 10am a 12:30pm yn Llyfrgell Penmaenmawr.

Amser Dynion i Siarad: Llyfrgell Bae Cinmel. Cynhelir gan Gemma, ein harweinydd cwnsela a lles. Gofod cyfeillgar i ddynion rannu eu profiadau. (mae angen archebu lle)

Ffoniwch **01244 381515** am fanylion am ein grwpiau yng Nghymru.

I gael rhagor o wybodaeth am unrhyw grwpiau, cysylltwch â ni drwy'r rhifau ffôn ar y dudalen flaen!

Gwneud Synnwyr o'r Newidiadau Budd-daliadau

Yn ddiweddar, eisteddodd ein Swyddog Hawliau Lles, Helen, gyda Nia i sgwrsio am y newidiadau budd-daliadau diweddaraf. Maen nhw'n trafod sut y gallai'r newidiadau hyn effeithio ar bobl sydd â cholled golwg, a pha gefnogaeth sydd ar gael i helpu i wneud synnwyr o'r cyfan.

Yn y blog, fe welwch chi:

- Beth allai'r newidiadau arfaethedig i'r Taliad Annibyniaeth Personol ei olygu a phryd y gallent ddigwydd.
- Beth sy'n digwydd gyda Gallu Cyfyngedig ar gyfer Gweithgaredd sy'n Gysylltiedig â Gwaith a Chredyd Cynhwysol

Darllenwch y blog llawn yma: https://www.visionsupport.org.uk/benefits-changes/ (Os ydych yn teimlo'n ansicr am fudd-daliadau, mae hwn yn lle gwych i ddechrau.)

P'un a yw'n newid yn eich budd-dal, llythyr dryslyd, neu dim ond teimlad nad yw rhywbeth yn iawn, rydym yma i helpu. Hyd yn oed os ydych wedi cael gwybod "mae'n debyg na fyddwch chi'n ei gael" - gadewch i ni wirio hynny - gallech fod â hawl i fwy nag yr ydych chi'n ei feddwl!

Nid oes unrhyw gwestiwn yn rhy fach, ac nid oes unrhyw bryder yn wirion. Os nad ydych chi'n siŵr, cysylltwch â ni - byddwn yn gweithio drwyddo gyda'n gilydd.

Gwneud Synnwyr o'r Newidiadau Budd-daliadau

Peidiwch ag oedi cyn ffonio ein prif swyddfa ar **01244 381515** neu e-bostiwch ein tîm ar **information@visionsupport.org.uk**.

Helpwch ni i wella ein cylchlythyr!

Rydym bob amser yn chwilio am ffyrdd o wneud ein cylchlythyr yn fwy defnyddiol a phleserus i chi. Rhowch wybod i ni pa fath o gynnwys yr hoffech weld mwy ohono, a sut y byddai'n well gennych i'r cylchlythyr edrych a theimlo.

Rhannwch eich awgrymiadau drwy ffonio **01244 381515** neu e-bostio **information@visionsupport.org.uk.** Fel diolch, bydd yr holl adborth yn cael eu rhoi mewn raffl wobrwyo am gyfle i ennill tocyn rhodd gwerth £25!