

Croeso i gylchlythyr Awst 2024
Vision Support, sy'n cynnwys
ardaloedd:

Halton 0151 5118801

Caer 01244 478910

Gogledd Ddwyrain Cymru
01244 381515



Helo i chi gyd gan bob un ohonom yn Vision Support! Mae gennym sesiynau blasu, grwpiau a digwyddiadau newydd gwyh i'w rhannu gyda chi yn y rhifyn hwn!

Offer Defnyddiol i Drigolion Halton

Rydym wedi bod yn gweithio gyda Thîm Gwella Iechyd Cyngor Bwrdeistref Halton i nodi offer ychwanegol a fyddai'n fuddiol i bobl yn Halton, sydd â nam ar eu golwg.

Mae'r Tîm Gwella Iechyd yn garedig wedi cyflenwi i ni stoc o offer megis Tegellau Un Cwpan, Ffriwyr Aer sy'n Siarad, ac Alexas.

Byddwn yn dosbarthu'r eitemau hyn i bobl a fyddai'n elwa fwyaf ohonynt, a byddwn yn gwneud hyn mewn partneriaeth ag Arbenigwyr Adsefydlu Golwg Halton, Paddy a Kath.

Am fwy o wybodaeth, cysylltwch â Gwasanaethau Synhwyrdd Halton ar 0151 5118801 neu e-bostiwch predmond@visionsupport.org.uk.

Di-wifr Prydain i'r Deillion

Rydym hefyd yn falch o adrodd bod sefydliad Di-wifr Prydain i'r Deillion bellach yn dosbarthu siaradwyr clyfar am ddim (Alexa) i bobl yn y DU sydd â cholled golwg. I wneud cais am ddyfais, mae angen i chi fod yn derbyn budd-daliadau penodol sy'n gysylltiedig ag anabledd neu incwm a bod â chysylltiad rhyngwyd gartref. Ffoniwch nhw ar 01622 754757 i gael gwybod mwy.

Vision Sport - Gogledd Cymru

Ydych chi erioed wedi bod eisiau rhoi cynnig ar ddringo neu feicio ond erioed wedi cael y cyfle yn eich ardal chi? Os felly, mae hyn i chi!

Fe ddywedoch wrthym, ar gyfer pobl sydd â nam ar eu golwg, nad oes llawer o grwpiau yn y gymuned y gallwch ymuno â hwy oherwydd cyfleusterau neu ddiffyg hyfforddiant. Rydym wrth ein bodd ein bod wedi derbyn cyllid ar gyfer sesiynau dringo a beicio i unrhyw un o unrhyw allu neu lefel golwg i roi cynnig arni! Bydd pob sesiwn yn cael ei chyflwyno gan dimau hyfforddedig ac, yn bwysicaf oll, bydd yn hwyl!

Sesiynau Blasu Beicio - Wreccsam

Cofrestrwch i ddod i'n sesiynau beicio cyntaf ar 9 Awst neu 12 Medi yn Pedal Power, Parc Gwledig Dyfroedd Alun yn Wreccsam. Mae lleoedd y sesiwn yn gyfyngedig felly archebwch yn gynnar er mwyn osgoi cael eich siomi. Gellir darparu cymorth cludiant i'r lleoliad os na allwch

Sesiynau Blasu Dringo Dan Do - Y Fferi Isaf

Bydd Vision Sport hefyd yn rhoi cyfle i chi roi cynnig ar ddringo dan do! Byddwn yn cynnal sesiynau blasu yn yr Ystafell Fwrdd, Y Fferi Isaf ar 12fed Tachwedd, 20fed Tachwedd neu'r 28ain Tachwedd. Gellir darparu cymorth trafnidiaeth i leoliad gweithgareddau.

Bydd mwy o ddyddiadau Vision Sport yn dod ar gyfer 2025! Felly cysylltwch os hoffech gofrestru eich diddordeb! Cysylltwch â Megan drwy e-bost ar mgiles@visionsupport.org.uk neu ffoniwch 07936 950721.

Sesiynau Celf Creadigol - Ellesmere Port

Mae ein Sesiynau Celf Creadigol misol yn Ellesmere Port yn ôl! Cynhelir yng Nghanolfan Gymunedol Wolverham yn Ellesmere Port, 10.30am-12.30pm. Bydd y sesiynau sydd i ddod ar 5ed Awst, 16eg Medi, 21ain Hydref, 18fed Tachwedd a'r 16eg Rhagfyr.

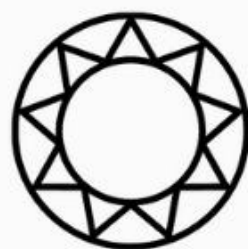
Mae yna rai themâu gweithdy diddorol iawn, gan gynnwys modelu clai, gwneud ffelt, gludwaith a chyfryngau cymysg, gwneud blwch découpage, paentio dyfrlliw gofalgaf a gwneud tywel te printiedig! Cysylltwch â ni ar 01244 478910 os hoffech alw heibio.

Hyfforddiant Bowls - Hoole

Oes gennych ddiddordeb mewn chwarae bowls ond ddim yn siŵr ble i ddechrau? Mae Clwb Bowls Hoole yn cynnal sesiynau dysgu ym Mharc Alexandra yn Hoole, Caer ar brynhawn Mercher 1.30-3.30pm.

Gwych ar gyfer y rhai sydd â diddordeb mewn rhoi cynnig ar fowls am y tro cyntaf, neu a hoffai ymarfer chwarae bowls. Ffoniwch 01244 478910 i gael gwybod mwy.

Gweithdy cerfio cerrig 2 ddiwrnod am ddim



RADIATEARTS



**Dydd Mercher 21ain a Dydd
Iau 22ain Awst.**

9.30am tan 4.00pm.

**Gerddi Mount Pleasant,
Kelsall, CW6 0TB.**

**Gweithdy cerfio cerrig creadigol am
ddim i bobl sydd â nam ar eu golwg.
Darperir cludiant am ddim!**

**Cysylltwch â Vision Support ar 01244 381515
neu e-bostiwch information@visionsupport.co.uk**

Sight Line

Vision Support

Dewch i ddysgu am nam ar y golwg drwy weithgareddau hwyliog i oedolion a phlant!

Bydd ein staff cyfeillgar hefyd wrth law i esbonio'r gwasanaethau am ddim rydym yn eu cynnig, ynghyd â'r cymorth arall sydd ar gael yno.



Parc Grosvenor

19th Awst

11am - 3pm

Ger y cwt
gweithgareddau ym
Mharc Grosvenor,
Grosvenor Park Road,
Caer, CH1 1QQ.
Ffoniwch 01244
478910 i gael gwybod
mwy!



Canol Dinas Wreccsam

Roeddem yn falch iawn o gael ein gofyn gan Griffiths Civil Engineering i gyflwyno Hyfforddiant Ymwybyddiaeth Nam ar y Golwg i staff sy'n gweithio ar welliannau canol dinas Wreccsam, sy'n digwydd ar hyn o bryd. Cafodd Rheolwr Gwasanaethau Gogledd Cymru, Nia, amser gwych gyda'r tîm a thrafod cyflyrau'r llygaid, awgrymiadau gwych ar gefnogi rhywun sydd â nam ar ei olwg, technoleg a llawer mwy! Os ydych yn byw yn Wreccsam ac yn nerfus am y newidiadau sydd i fod i ddigwydd, bydd tîm Griffiths wrth law i helpu.

Byddwch yn ofalus lle rydych yn gadael eich chwyddwyr!

Rydym yn gwybod y bydd gan lawer ohonoch chwyddwyr a drychau chwyddo a gall rhai ohonoch fynd â nhw yn agos at ffenestri i helpu i gefnogi eich golwg. Roeddem am eich atgoffa am eu defnyddio a'u storio'n ddiogel. Gallai chwyddwyr, drychau chwyddo, ac addurniadau gwydr fel pwysau papur, pan fyddant dan olau haul uniongyrchol, achosi tanau, felly mae'n bwysig eu cadw i ffwrdd o ffenestri neu olau haul uniongyrchol.

Mae hon yn risg drwy gydol y flwyddyn, nid dim ond pan fydd hi'n boeth yn yr haf! Maent yn tueddu i ddechrau yn ystod y gaeaf pan fydd yr haul yn isel yn yr awyr, wrth iddynt ganolbwyntio a dwysáu pelydrau'r haul. Mae hyn yn arwain at grynodiad o wres sy'n gallu cyrraedd tymereddau anhygoel o uchel ac achosi gwrthrychau cyfagos fel llenni i losgi, gan arwain at fwg, mudlosgi neu hyd yn oed dân go iawn.

Nid yw tanau sy'n cael eu hachosi gan olau adlewyrchiedig yn

Nid yw tanau sy'n cael eu hachosi gan olau adlewyrchiedig yn ddigwyddiadau anaml a gallent gael canlyniadau trychinebus. Cadwch bethau fel chwyddwyr i ffwrdd o ffenestri a gosodwch synwryddion mwg.

Gwasanaeth Gwybodaeth Gymunedol

Ar y dudalen nesaf mae'r ymweliadau yr ydym wedi'u cynllunio ar gyfer mis Awst gyda'r Gwasanaeth Gwybodaeth Gymunedol.

Nodwch fod gennym ddau gerbyd a gall yr amserlen newid. Am fwy o wybodaeth, ffoniwch ni ar 01244 381515 neu e-bostiwch information@visionsupport.org.uk.

Dydd Iau 1af Ysbyty Victoria Northwich 10.00am - 3.00pm

Dydd Iau 1af Llys y Coed, Llanfairfechan 10.30am - 2.30pm

Dydd Gwener 2il Llyfrgell Prestatyn (Talking Point) 10.00am - 2.30pm

Dydd Llun 5ed Clinig Llygad Abergele (ger yr ystafell aros)
10.00am - 2.30pm

Dydd Mawrth 6ed Brook Street Neston ger Sainsbury
10.00am - 3.00pm

Dydd Mercher 7fed Llyfrgell Frodsham 10.00am - 3.00pm

Dydd Mercher 7fed Tweedmill, Llanelwy 10.00am - 2.30pm

Dydd Iau 8fed Maes Parcio Marchnad Ellesmere Port
10.00am - 3.00pm (Sesiwn Amlygu Sight Line)

Dydd Iau 8fed Llyfrgell Bae Colwyn 10.00am - 2.30pm

Dydd Sul 11eg Ysbyty Maelor Wrecsam 10.30am - 2.30pm

Gwasanaeth Gwybodaeth Gymunedol

Dydd Llun 12fed Y Rhyl, maes parcio Morrisons 10.00am - 2.30pm

Dydd Mercher 13eg Canol Tref Northwich ger Boots 10.00am - 3.00pm

Dydd Mawrth 13eg Bellis Bros, Holt (maes parcio) 10.30am - 2.30pm

Dydd Mercher 14eg Stondin Gymunedol Marchnad Widnes
10.00am - 3.00pm

Dydd Llun 19eg Caffi Isa Mynydd Isa 10.30am - 2.30pm

Dydd Mercher 21ain Siopau Waverton 10.00am - 12.00pm

Dydd Mercher 21ain Sefydliad Barbour Tattenhall 1.00pm - 3.00pm

Dydd Sul 21ain Morrisons, Caergybi (maes parcio) 10.30am - 2.30pm

Dydd Iau 22ain Ysbyty Victoria Northwich 10.00am - 3.00pm

Dydd Iau 22ain Ysbyty Alltwen, Porthmadog 10.30am - 2.30pm

Dydd Sul 25ain Carnifal Cymunedol Johnstown 10.30am - 2.30pm

Dydd Mawrth 27ain Kingswood Kingsway 10.00am - 12.00pm

Dydd Mawrth 27ain Llyfrgell Blaen 1.00pm - 3.00pm

Dydd Mawrth 27ain Ysbyty Gwynedd Bangor 10.30am - 2.30pm

Dydd Mercher 28ain Direct Link Runcorn 10.00am - 2.00pm

Dydd Mercher 28ain Asda, Y Fferi Isaf 10.30am - 2.30pm

Dydd Iau 29ain Stondin Gymunedol Marchnad Widnes
10.00am - 3.00pm

Dydd Iau 29ain Ysbyty Llandudno 10.00am - 2.30pm

Dydd Gwener 30ain Morrisons, Caernarfon (maes parcio)
10.30am - 2.30pm

Sesiwn Meic Agored Codi Arian Vision Support

**Dydd Gwener 27ain Medi
Caffi Isa 23 Mercia Drive
Yr Wyddgrug CH7 6UH 7pm**

**Eisiau perfformio yn ein sesiwn meic agored?
Oes gennych ddiddordeb mewn dod draw ac am
wybod mwy?**

**Ffoniwch 01244 381515 neu e-bostiwch
khurst@visionsupport.org.uk**

