

**Croeso i gylchlythyr Hydref 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 grwpiau newydd gwyh, digwyddiadau a rhai cyflwyniadau i chi yn y rhifyn hwn!

Ar ôl ymateb gwyh i'n dyddiadau Vision Sport cyntaf mae gennym fwy o ddyddiadau i chi gymryd rhan ynddynt! O sesiynau ymlacio ar-lein i sesiynau dringo cyfeillgar Nam ar y Golwg yng Nglannau Dyfrdwy. Cysylltwch â ni os hoffech wybod mwy!

17^{eg} Hydref: Sesiwn Ymlacio Rhithwir 10:30am

12^{fed}, 20^{fed}, 28^{ain} Tachwedd: Dringo, Glannau Dyfrdwy 11am -12:30pm

Mwy o sesiynau beicio a dringo i ddod yn 2025!

Digwyddiadau Vision Aid

Roedd nifer da o bobl yn ein digwyddiadau Vision Aid yn gynharach eleni felly rydym yn falch o gyhoeddi bod gennym fwy wedi'u cynllunio ar gyfer mis Hydref eleni. Mae'r digwyddiadau hyn yn ffordd wych o ddysgu am wasanaethau, cefnogaeth a thechnoleg gynorthwyol i bobl sydd â nam ar eu golwg. Mae mwy o wybodaeth ar y dudalen nesaf.

VisionAid

Busnes teuluol annibynnol, a sefydlwyd ym 1996



**Vision
Support**

**Ymunwch â ni yn ein Sioe Deithiol
Golwg Isel.**

**Archwiliwch y datrysiadau diweddaraf gyda'n harbenigwr
cyfeillgar a gwybodus, Jason Shaw.**

**Llun 7fed
Hydref**

**10am - 2pm. Caffi Isa, 23 Mercia
Drive, Mynydd Isa, CH7 6UH.**

**Dydd Iau
10fed Hydref**

**11am - 2pm. Ysbyty Northwich
(Victoria), Winninton Hill,
Northwich, CW8 1AW.**

**Dydd Llun
28ain
Hydref**

**10am - 2pm. Vision Support, The
Bluecoat, Upper Northgate Street,
Caer, CH1 4EE.**

**Dydd Iau
29ain
Hydref**

**11am - 2pm. Canolfan Gristnogol
Wicksten Drive, 38 Wicksten Drive,
Runcorn, WA7 5UX.**

Sir y Fflint a Wreccsam

Yn dilyn ein llwyddiant gydag ennill contractau Wreccsam a Sir y Fflint ym mis Mehefin, rydym yn ehangu ein tîm adsefydlu.

Mae gennym 3 Arbenigwr Adsefydlu Golwg dan hyfforddiant newydd sydd wedi ymuno â Vision Support dros yr ychydig fisoedd diwethaf ac maent i gyd wedi dechrau ym Mhrifysgol Dinas Birmingham ym mis Medi i gwblhau'r Astudiaethau Adsefydlu Gradd Sylfaen ar gyfer pobl sydd â nam ar eu golwg.

Bydd Shelley yng Nghonwy, Leanne yn Sir Ddinbych ac Amy yn Sir y Fflint. Byddant yn cael eu cefnogi a'u mentora gan eu cydweithwyr yn y tîm Adsefydlu ar draws Gogledd Ddwyrain Cymru ac rydym yn gyffrous iawn ein bod yn gallu tyfu ein tîm fel hyn. Yn siarad ar ran Amy, Shelley a Leanne, maent yn gyffrous am y cwrs a gallu datblygu eu sgiliau asesu, cefnogi ac addysgu sgiliau i liniaru effaith nam ar y golwg.

Roeddem yn meddwl y byddai'n braf iddynt gyflwyno eu hunain hefyd, felly dros yr ychydig dudalennau nesaf hoffem i chi gwrdd â'n hyfforddeion newydd!

Disgrifiad o'r llun: logo "Vision Support" mewn porffor tywyll, yn cynnwys dwy law yn ysgwyd llaw yn y canol. O dan y logo, mae'r testun yn darllen "Sir y Fflint a Wreccsam"



Cwrdd â'r Hyfforddeion

Helo Amy ydw i, rydw i wedi gweithio gyda phobl sydd â nam ar y synhwyrau am y 10 mlynedd diwethaf ac rwy'n hynod gyffrous am ddechrau gyda Vision Support fel Arbenigwr Adsefydlu Golwg dan Hyfforddiant ac ymuno â thîm gwych. Byddaf yn dechrau cwrs Prifysgol Dinas Birmingham ym mis Medi eleni, a fydd yn fy ngalluogi i fod yn Arbenigwr Adsefydlu Golwg cymwysedig.

Rwyf mor ddiolchgar ac yn gyffrous am y cyfle hwn i ehangu fy ngwybodaeth a'm sgiliau ac i allu cefnogi pobl yn y gymuned i gyrraedd eu llawn botensial!

Disgrifiad o'r Ilun: menyw gyda gwallt brown tywyll, hyd canolig, gyda rhimyn. Mae ganddi lygaid glas a gwên gynnes, ac mae'n wisgo top gwyn heb lewys gyda streipiau llwydfelyn llorweddol.



Fy enw i yw Leanne. Yn ddiweddar, cefais gyfle gwych i weithio gyda Vision Support fel Arbenigwr Adsefydlu Golwg dan hyfforddiant.

Mae gen i brofiadau bywyd a gwaith sydd wedi rhoi dealltwriaeth glir i mi o sut y gall colli golwg leihau ansawdd bywyd mewn amrywiaeth eang o ffyrdd.



Cwrdd â'r Hyfforddeion

Rwy'n gyffrous i ddechrau ar yrfa newydd a chyffrous sy'n cynnwys mynychu Prifysgol Birmingham ym mis Medi. Bydd hyn yn fy ngalluogi i ffynnu yn fy safle o fewn Vision Support i ddod yn Arbenigwr Adsefydlu Golwg cymwys a hyderus. **Disgrifiad o'r Ilun:** Menyw yn gwisgo blows glas golau gyda phatrwm blodau cynnil. Mae ganddi fynegiant niwtral ac mae ganddi wallt du hir.

Fy enw i yw Shelley Macdonald ac rwy'n un o'r Arbenigwr Adsefydlu Golwg newydd dan hyfforddiant. Ar ôl gweithio gyda phobl sydd â nam ar eu golwg dros y 5 mlynedd diwethaf, rwyf mor gyffrous am y cyfle newydd hwn i ddatblygu a gwella fy sgiliau gyda Vision Support.

Rwyf eisoes yn mwynhau'r amrywiaeth o bobl rwyf wedi gweithio gyda nhw yn y rôl hon, a dwi methu aros i gwrdd â mwy o bobl anhygoel a'u helpu i fagu eu hyder a'u hannibyniaeth. Mae pob diwrnod yn wahanol, a dyna un o'r pethau rwy'n eu caru am y swydd hon!

Rwy'n edrych ymlaen yn fawr at y cwrs prifysgol a gwella fy sgiliau a'm gwybodaeth am golled golwg. Rydw i eisoes yn mwynhau popeth rydw i wedi'i ddysgu hyd yn hyn yn yr amser byr rydw i wedi bod yma, ac yn dysgu pa bethau anhygoel y mae Vision Support yn eu gwneud. **Disgrifiad o'r Ilun:** Menyw â gwallt hir, melyn wedi'i glymu'n ôl mewn cynffon merlen. Mae hi'n gwisgo siaced cnu wen gyda choler â chaead sip. Mae ganddi lygaid glas llachar ac mae'n gwenu.



Diweddariad Adsefydlu Wreccsam

Ar hyn o bryd mae gennym brinder staff yn Wreccsam ar ôl i un o'n harbenigwyr adsefydlu, Debbie, ein gadael am borfeydd mwy gwelltog. Bydd Jim yn trosglwyddo llawn amser i Wreccsam nawr ei fod wedi cwblhau ei Radd Sylfaen yn llwyddiannus. Bydd yn gweithio'n galed i fynd drwy'r rhestr aros, fodd bynnag rydym yn gwybod y bydd hyn yn cymryd peth amser iddo.

Byddwn yn ysgrifennu at bobl ar y rhestr aros adsefydlu a byddwn yn gwahodd pawb i Ddiwrnod Nam ar eu Golwg. Yn ystod y dyddiau hyn, bydd cyfle i bobl siarad â'n cydweithwyr mewn Vision Support a allai gynnig cymorth wrth i chi aros. Byddwn yn cymryd atgyfeiriadau ar y diwrnod a bydd gennym hefyd rai darnau o offer lefel isel ar werth a rhywfaint o wybodaeth a chyfarwyddiadau print mawr ar sut i ddefnyddio'r offer a'r manteision ohonynt.

Os oes gennych ddiddordeb mewn mynychu'r digwyddiad hwn, cysylltwch â information@visionsupport.org.uk i gofrestru eich diddordeb a byddwn yn cysylltu nôl gyda mwy o fanylion.

Cymhorthion Golwg Isel

Ym mis Gorffennaf derbyniodd llawer o'n cydweithwyr Vision Support hyfforddiant am gymhorthion golwg isel fel chwyddwyr. Os ydych yn cael trafferth gyda'ch chwyddwr ac eisiau cyngor megis sut i ddefnyddio'ch chwyddwr, datrys problemau pan nad yw bellach yn effeithiol i chi gael mynediad at brint bach, neu os ydych am wybod mwy am asesiadau golwg isel a'r hyn maen nhw'n ei gynnwys, cysylltwch â ni. Darparwyd yr hyfforddiant hwn i Jess, Josh, Graham, Caerwyn, Gill, Avril, Chelsea, Rob S a Helen J H.

Offer ar Fenthyg

Mae pobl a'u teuluoedd yn rhoi darnau o offer wedi'u defnyddio i ni fel offer Teledu Cylch Cyfyng, technoleg sy'n gallu helpu gyda darllen llythyron ac ati. Mae'r offer hwn yn tueddu i fod yn ddrud i'w brynu ac felly rydym yn benthyg yr offer hwnnw i eraill.

Os oes gennych unrhyw offer ar fenthyg gan Vision Support nad oes ei angen arnoch fwyach, neu nad yw'n bodloni eich gofynion mwyach, cysylltwch â swyddfa Caer ar 01244 381515 a gallwn drefnu amser i rywun ddod i'w gasglu oddi wrthyh yn y gobaith y bydd person arall yn gallu elwa ohono. Diolch!

Grŵp newydd ym Penmaenmawr

Mae gennym grŵp cymdeithasol newydd yn ardal Penmaenmawr a byddem wrth ein bodd pe byddech chi'n galw heibio! Cynhelir ein cyfarfod cyntaf ddydd Llun 14eg o Hydref yn Llyfrgell Penmaenmawr rhwng 10am a 11.30am.

Os ydych yn byw yn Swydd Gaer, Halton neu Ogledd Ddwyrain Cymru ac mae gennych ddiddordeb mewn rhoi cynnig ar un o'n grwpiau niferus, cysylltwch â ni!

Ymholiadau Uniongyrchol 195

Ydych chi wedi clywed am wasanaeth ymholiadau rhifau ffôn 195? Mae'n ffordd rad ac am ddim a chyfleus i bobl sy'n ddall neu'n rhannol ddall ddod o hyd i rifau ffôn heb yr angen am gyfeiriadur rhifau ffôn traddodiadol. I gofrestru ar gyfer y gwasanaeth a chael gwybod mwy ffoniwch 0800 587 0195.

Gwasanaeth Gwybodaeth Gymunedol

Ar y dudalen nesaf mae'r ymweliadau yr ydym wedi'u cynllunio ar gyfer mis Hydref 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 Mawrth 1af **Clinig Llygad Abergele (ger yr ystafell aros)**

10.00am - 2.30pm

Dydd Mercher 2il **Tweedmill, Llanelwy (ger y man gollwng)**

10.00am - 2.30pm

Dydd Iau 3ydd **Maes Parcio Amlwch ger y Ganolfan Feddygol**

10.30am – 2.30pm

Dydd Gwener 4ydd **Llyfrgell Prestatyn (Talking Point)**

10.00am - 2.30pm

Dydd Llun 7fed **Asda, Llandudno (maes parcio)** 10.00am - 2.30pm

Dydd Mawrth 8fed **Brook Street Neston (ger Sainsbury's)**

10.00am - 3.00pm

Dydd Mercher 9fed **Morrisons, Saltney (mynediad)**

10.30am - 2.30pm

Dydd Mercher 9fed **Stondin Gymunedol Marchnad Widnes**

10.00am - 3.00pm

Dydd Iau 10fed **Pwllheli, maes parcio'r Maes** 10.30am - 2.30pm

Dydd Iau 10fed **Sioe Deithiol Vision Aid Ysbyty Northwich Victoria**

10.00am - 2.00pm

Dydd Sul 13eg **Ysbyty Maelor Wreccsam (mynedfa)**

10.30am - 2.30pm

Dydd Llun 14eg **Morrisons, Y Rhyl (maes parcio)** 10.00am - 2.30pm

Dydd Mawrth 15fed **Bellis Farm Shop (maes parcio)**

10.30am - 2.30pm

Dydd Mawrth 15fed **Co-op Runcorn Canol y Dref** 10.00am - 3.00pm

Dydd Mercher 16eg **Ysbyty Alltwen, Porthmadog** 10.30am - 2.30pm

Dydd Mercher 16eg **Llyfrgell Frodsham** 10.00am - 3.00pm

Gwasanaeth Gwybodaeth Gymunedol

Dydd Iau 17eg **Maes Parcio Marchnad Ellesmere Port**
10.00am - 3.00pm

Dydd Llun 21ain **Promenâd Llandudno (ger y Senotaff)**
10.00am - 2.30pm

Dydd Llun 21ain **Canol Tref Northwich (ger Boots)** 10.00am - 3.00pm

Dydd Mawrth 22ain **Kingswood Kingsway** 10.00am - 12.00pm

Dydd Mawrth 22ain **Llyfrgell Blaen** 1.00pm - 3.00pm

Dydd Mercher 23ain **Clwb Eye 2 Eye, Garden City** 10.30am - 2.30pm

Dydd Mercher 23ain **Canolfan Siopa Direct Link Runcorn**
10.00am - 2.00pm

Dydd Iau 24ain **Llyfrgell Bae Colwyn** 10.00am - 2.30pm

Dydd Sul 25ain **Morrisons, Caergybi (maes parcio)** 10.30am - 2.30pm

Dydd Llun 28ain **Ysbyty Gwynedd, Bangor (mynedfa)**
10.30am - 2.30pm

Dydd Mawrth 29ain **Llyfrgell Wrecsam** 10.30am - 2.30pm

Dydd Mercher 30ain **Asda, Y Fferi Isaf (mynedfa)** 10.30am - 2.30pm

Dydd Iau 31ain **Pafiliwn y Fflint (maes parcio)** 10.30am - 2.30pm

Canolfannau Cynnes

Mae gennym newyddion cyffrous i'w rhannu gyda chi!

Rydym yn falch iawn o gynnig cyfle i chi ddod i'n Canolfannau Cynnes Vision Support ym mis Hydref 2024 tan fis Ionawr 2025!

Rydym yn eich croesawu i ddod draw, cymdeithasu, cynhesu a chael gwybod am effeithlonrwydd ynni ac ymwybyddiaeth o garbon monocsid!

Yn ystod eich ymweliadau â'r ganolfan gynnes, byddwn yn cynnig cawl cynnes blasus gyda bara crystiog ffres, te a choffi (ac mae hyn i gyd yn rhad ac am ddim!) Mae cyfle hefyd i gael Synhwyrdd Carbon Monocsid am ddim, ac i'r rhai sydd ei angen, popty araf am ddim (gyda llyfryn rysâit Nam ar y Golwg gyfeillgar)

Canolfannau Cynnes

Bydd cyfle i ddysgu am ymwybyddiaeth o garbon monocsid, cyngor ar effeithlonrwydd ynni a dysgu a chofrestru eich hun ar Gofrestr y Gwasanaeth â Blaenoriaeth - gyda chymorth ein tîm!

Bydd aelodau eraill o'n cymuned Vision Support yn dod i rai sesiynau i siarad am eu gwasanaethau a'u grwpiau hefyd!

Mae'n gyfle gwych i ddod draw, cymdeithasu a dysgu ychydig o bethau newydd! Cynhelir ein Canolfannau Cynnes yn Winsford, Ellesmere Port a Frodsham:

Rydym yn annog pawb i wneud eu ffordd eu hunain yno. Fodd bynnag, i'r rhai na allant wneud hynny, mae gennym gronfa fach iawn o arian felly efallai y gallwn ni helpu os bydd angen.

Os hoffech gofrestru eich diddordeb i fod yn bresennol, rhwch wybod i ni drwy ffonio Vision Support ar **01244 478910** neu e-bostio ein Tîm Gwybodaeth Colled Golwg ar sightline@visionsupport.org.uk

Disgrifiad o'r llun: logo Vision Support yn cynnwys logo porffor sydd â chylch ac arc siâp U. Y logo yw logo'n gwisgo het wau gynnes ac mae ganddo gwpanaid o ddiod boeth o'i flaen. O dan y ddelwedd, mae'r testun yn darllen "Canolfannau Cynnes" mewn ffont syml, wedi'i ysgrifennu â llaw.



Canolfannau Cynnes

Winsford

Lleoliadau: Newid Bywydau Gyda'n Gilydd, Canolfan Gymunedol Winsford, High Street, Winsford, CW7 2AS.

Amser: 12pm - 2pm

Dyddiadau:

Dydd Llun 7fed Hydref

Dydd Mawrth 12fed Tachwedd

Dydd Mawrth 17eg Rhagfyr

Dydd Mawrth 14eg Ionawr

Ellesmere Port

Canolfan Gymunedol Wolverham, Cheltenham Road, Ellesmere Port CH65 5DS.

Amser: 12pm - 2pm

Dyddiadau:

Dydd Mawrth 1af Hydref

Dydd Llun 4ydd Tachwedd

Dydd Llun 2il Rhagfyr

Dydd Llun 6ed Ionawr

Frodsham

Lleoliad: Canolfan Gymunedol Frodsham, Fluin Lane, Frodsham WA6 7QN.

Amser: 12-2pm

Dyddiadau:

Llun 21ain Hydref

Llun 18fed Tachwedd

Mer 18fed Rhagfyr

Llun 20fed Ionawr