Adran Cymunedau

Cyngor Sir Gâr
Carmarthenshire County Council

Ydy'ch golwg chi'n wael?

Gwybodaeth ynghylch y gwasanaethau sydd ar gael i bobl â nam ar eu golwg

Ffeithlen 4

(Medi 2023)

Yn Sir Gaerfyrddin mae ystod o wasanaethau ar gael i gynorthwyo pobl â nam ar eu synhwyrau i fod yn annibynnol â chadw cymaint o reolaeth dros eu bywydau â phosibl.

Mae'r daflen hon yn sôn am y gwasanaethau hyn ac yn esbonio sut y gallwch ddarganfod mwy amdanynt.

Beth yw nam ar y synhwyrau?

Nam ar y synhwyrau yw'r term a ddefnyddir i ddisgrifio anableddau megis y rhain:

- **Nam ar y golwg**
- **Nam Difrifol ar y golwg**
- **Byddar/nam ar y clyw**
- **Byddar a dall (nam ar ddau synnwyr)**

Os oes nam ar eich golwg gallai'r gwasanaethau canlynol fod o gymorth i chi:

Hyfforddiant symudedd - gallwn roi hyfforddiant i chi gyda gwahanol fathau o ganiau i'ch galluogi i ddod yn deithiwr diogel ac annibynnol, boed hynny i'r siop leol neu'n teithio dramor.

Cymhorthion byw bob dydd -mae nifer o gymhorthion ar gael i gynorthwyo a hyrwyddo eich annibyniaeth yn y gegin h.y. peiriant dŵr poeth / tegell un cwpan, marcwyr cyffyrddol i'ch galluogi i ddod o hyd i'r botymau cywir ar eitemau yn y gegin ac ati

Cymhorthion Golwg Gwael - cymhorthion fel chwyddwyr llaw a bwrdd Gwaith. Gallwn hefyd eich dysgu sut i ddefnyddio'r cymhorthion hyn gyda therapi golwg isel.

Cymhorthion a Hyfforddiant Cyfathrebu - gallwn eich cynorthwyo i ehangu'r sgiliau cyfathrebu sydd gennych yn barod a'ch cynghori ynghylch cymhorthion megis ffonau â botymau mawr, hyfforddiant iPad, hyfforddiant llechen, android ac iPhones, Alexa, gliniaduron a chyfrifiaduron personol i'ch cadw chi yn ymglymedig â chyfathrebu bob dydd.

Llyfrau llafar a phapurau newydd - gallwn drefnu bod y rhain yn cael eu hafnon i'ch cartref neu eich gynorthwyo chi gyda'r defnydd o Alexa a gwasanaethau sain eraill.

Benthyg offer - gallwch gael rhai eitemau o offer ar fenthyg yn ddi-dâl.

Budd-daliadau ariannol - gallwn roi cyngor i chi ynghylch budd-daliadau a sut i wneud cais amdanynt.

Cael eich cynnwys ar y gofrestr o bobl â nam ar eu golwg – gallwn roi gwybodaeth i chi ynghylch cael eich cofrestru yn berson a nam ar y golwg neu â nam difrifol ar y golwg. Mae'r cofrestrau hyn yn ein cynorthwyo i ddatblygu gwasanaethau a chynnwys y bobl sy'n defnyddio'r gwasanaethau hyn yn y broses gynllunio. Gall ein staff rhoi cyngor pellach i chi.

Byddwn yn ceisio sicrhau bod y cymorth yr ydym yn ei gynnig yn cyfateb i'ch anghenion unigol.

Sut gallaf gysylltu â chi?

Gallwch gysylltu â’n swyddogion adsefydlu ar gyfer pobl sydd â nam ar y golwg drwy ffonio ein Gwasanaeth Gwybodaeth, Cyngor a Chymorth ar 0330 333 2222 neu drwy minicom ar 01554 756741, drwy neges destun 0789 2345678, neu drwy wneud atgyfeiriad drwy ein gwefan www.sirgar.gov.uk

Gallwn roi manylion i chi am wasanaethau a mudiadau eraill sy’n cynorthwyo pobl â nam ar eu synhwyrau.

Sefydliadau eraill a all fod o gymorth:

RNIB (Cymdeithas Genedlaethol Frenhinol y Deillion) Cymru	0303 123 9999
Cŵn Tywys	0118 983 5555
Papurau Llafar:	
Rhydaman	01269 596236
Caerfyrddin	01267 230527
Llanelli	01554 774352
Llyfrau Llafar Cymru	01267 230527
Cyngor Cymru i’r Deillion	02920 473954

Os hoffech gael y ffeithlen hon mewn print bras, mewn Braille neu ar sain
☎ 01267 228703