

Newyddlen Gwasanaethau Anabledd

Llawr Gwaelod Isaf, Neuadd Rathbone, Ffordd y Coleg, Bangor.

Ffôn: 01248 383620 / 382032

E-bost: gwasanaethanabledd@bangor.ac.uk

Medi 2018 - Rhifyn 49

Myfyrwyr Newydd - Y Penwythnos y byddwch yn cyrraedd Bangor

Dydd Sadwrn 15 Medi / Dydd Sul 16 Medi



Croeso i Fangor!

Mae'r flwyddyn academiaidd newydd ar ein gwarthaf a byddwch ar eich ffordd i Fangor yn fuan iawn! Byddwch yn cael digon o wybodaeth am weithgareddau'r Wythnos Groeso gan eich Ysgol a chan Undeb y Myfyrwyr. Cofiwch fanteisio ar bob cyfle i ymuno mewn unrhyw weithgareddau sy'n apelio atoch, ond hefyd gofalwch ymlacio tipyn pan fedrwch cyn dechrau'r tymor.

Bydd y rhai ohonoch sydd wedi archebu ystafelloedd yn y Neuaddau Preswyl yn cyrraedd ddydd Sadwrn 15 neu ddydd Sul 16 Medi. Bydd staff y Neuaddau, wardeniaid ac arweinwyr cyfoed yno i'ch helpu i ymgartrefu a gallant gynorthwyo gyda'ch holl ymholiadau cyffredinol.

Dewch i gyfarfod â'r Cynghorwyr!

Os hoffech gael sgwrs gydag un o'r **cynghorwyr**, byddant ar gael yn pentre Ffriddoedd rhwng **2pm - 6.00pm ddydd Sadwrn** a **10am - 2pm ddydd Sul**. Galwch i mewn i'n gweld yn ystafell gyffredin Alaw <https://www.bangor.ac.uk/mapcampws> neu cysylltwch â ni erbyn dydd Iau, 13 Medi os hoffech archebu apwyntiad penodol.

Os na lwyddwch i'n gweld dros y penwythnos hwnnw, neu os na fyddwch yn byw mewn Neuadd, trefnwch apwyntiad yn ystod yr Wythnos Groeso fel y gallwn ddechrau dod i'ch adnabod a gofalu bod eich CCDP yn barod at ddechrau'r tymor, neu bryd bynnag y gallwch.

✉ gwasanaethanabledd@bangor.ac.uk neu ☎ Charu / Tracey ar 01248 383620 neu 382032.

Dymuniadau gorau oddi wrth Esther, Ruth, Steph, Fiona, Cheryl, Fiona, Andrea a Rafaela.

Yn y rhifyn hwn

Myfyrwyr Newydd - Y Penwythnos y byddwch yn cyrraedd Bangor	1
Yn y rhifyn hwn.....	2
Pwy ydym ni?	3
Diwrnod Cynefino i Fyfyrwyr sy'n byw gartref - Dydd Mawrth 11 Medi	8
Sesiynau galw heibio i gael gwybodaeth Dydd Mercher 19 & Dydd Iau 20 Medi	9
Canolfan Access Prifysgol Bangor - help gyda'r Lwfans i Fyfyrwyr Anabl ar gyfer pob anabledd	10
Cynghorion Setlo I Fywyd fel Myfyriwr.....	11
Myfyrwyr Di-breswyl.....	13
Tîm Dyslecsia Cefnogaeth Arbenigol gyda Sgiliau Astudio	14
Tîm Dyslecsia - Sesiynau Galw-i-mewn bob dydd.....	15
Sesiynau Galw Heibio gyda'r Cynghorwr Anabledd - dyddiau Mawrth 12 ta1pm (yn ystod y tymor).....	15
Recordio Darlithoedd a Seminarau	16
Cyflwyniad i Wasanaethau TG	17
SensusAccess - troi dogfennau'n ddidrafferth	17
Iechyd Meddwl.....	18
Astudiaeth Achos gan Fiona Hill, Cynghorwr Iechyd Meddwl, a gyhoeddwyd mewn adroddiad gan The Royal College of Occupational Therapists.....	19
Y Gwasanaeth Cynghori Myfyrwyr - Beth sydd ar gael?	19
Socialeyes.....	20
'Yr Awr Dawelach' yn holl Siopau Morrisons.....	20
Canolfan Asesu Bangor	21
Gwneud cais am Lwfans i Fyfyrwyr Anabl? Gallwn ni helpu!	21
Graddio Gorffennaf 2018	22
Chwalu'r rhwystrau - Libby'n graddio â gradd dosbarth cyntaf mewn Seicoleg Chwaraeon ac Ymarfer Corff	22
Tim'n graddio â gradd dosbarth cyntaf mewn Hanes, Treftadaeth ac Archaeoleg.....	23
Neges oddi wrth Ruth Plant, Llywydd Undeb y Myfyrwyr	24
Cyflwyniad i Mark Barrow, Is-lywydd Addysg, Undeb Bangor.....	26

Dweud eich Dweud!	27
Proffil Myfyriwr: Nicola Brown - Principles of Clinical Neuropsychology MSc/PGDip/PGCert	27
Campws Byw.....	29
Gwobr Cyflogadwyedd Bangor.....	31
Digwyddiad Drysau Agored 29 a 30 Medi - Castell Conwy	33
Teithiau a digwyddiadau - yn agored i bob myfyriwr	33
Ein Manylion Cyswllt	34

Pwy ydym ni?

Pennaeth Gwasanaethau Anabledd

Carolyn Donaldson-Hughes



MEd, AAG (Nam ar y Golwg), CertEd,
Pennaeth Gwasanaethau Anabledd, Gwasanaethau
Myfyrwyr

Prif gyfrifoldeb Carolyn yw rheoli gweithrediadau'r Gwasanaeth Anabledd a Chanolfan Fynediad Bangor. Mae ganddi gyfrifoldeb hefyd dros ddatblygu polisiau'n ymwneud â darpariaeth i fyfyrwyr anabl ar draws y Brifysgol. Mae gan Carolyn dros ugain mlynedd o brofiad yn gweithio ym maes Cefnogi Dysgu mewn Addysg Bellach ac Uwch. Bu'n cydlynu Gwasanaeth Cefnogi Dysgu Estyn Allan ar draws Canolbarth Lloegr cyn ymuno â'r Brifysgol un ar bymtheg mlynedd yn ôl.

Tîm Gweinyddu

Tracey Morris

NVQ Lefel 3 mewn Busnes a Gweinyddu
Gweinyddwr

Ymunodd Tracey â'r tîm ddiwedd Tachwedd 2005, a chyn hyn, bu'n gweithio mewn swyddfa brysur i Gyfreithwyr. Mae Tracey yn anelu at roi gwasanaeth effeithlon a chyfeillgar i'r holl fyfyrwyr y mae'n cyfarfod â hwy



Charu Dada



Cynorthwydd Gweinyddol EdD

Ymunodd Charu â'r tîm fis Mawrth eleni. Yn ddiweddar mi gwblhaodd Ddoethuriaeth mewn Addysg ym Mhrifysgol Bangor. Gemma fydd y cyswllt cyntaf i'r myfyrwyr sy'n cysylltu â'r Gwasanaethau Anabledd. Yn y Dderbynfa y mae hi.

Cynghorwyr Anabledd

Esther Griffiths

BA Econ, PG Dip, CACDP (Iaith Arwyddion Prydain Lefel 1)
Uwch Gynghorwr Anabledd

Ymunodd Esther â'r tîm yn Awst 2010 fel Cynghorwr Anabledd. Mae Esther wedi gweithio ym maes darpariaeth i'r anabl mewn Addysg Uwch am tua 21 blynedd. Bu'n gweithio ym Mhrifysgol Manceinion, yn ogystal ag ym Mangor cyn hynny mewn sawl swydd, yn cynnwys rheoli'r Ganolfan Fynediad.



Mae gan Esther gyfrifoldeb rheoli uniongyrchol dros y Cynghorwyr Anabledd, y Cynllun Mentora a'r Cynllun Gweithwyr Cynnal.

Ruth Coppel



MA S.E.N, PG Dip ABA, BSc Cynghorwr Anabledd

Ymunodd Ruth â'r tîm ym Medi 2014 fel Cynghorwr Anabledd. Mae gan Ruth radd Meistr mewn Anghenion Addysgol Arbennig ac mae wedi gweithio ym maes anabledd am dros 18 mlynedd mewn amrywiaeth o sectorau. Cyn dod i'r swydd hon roedd yn Aseswr Anghenion Astudio DSA yng Nghanolfan Access Bangor ac mae wedi gweithio yno er 2008. Mae gan Ruth gefndir hefyd mewn Anhwylderau'r Sbectrwm Awtistig a Dadansoddi Ymddygiad Cymhwysol, yn ogystal â gofalu am bobl ifanc gyda chyflyrau byrhau bywyd.

Stephanie Horne

MSc, BSc (Hons)

Cynghorwr Anabledd

Ymunodd Steph â'r tîm fis Tachwedd 2015 fel Cynghorwr Anabledd. Dechreuodd Steph weithio ym Mhrifysgol Bangor fel Ymchwilydd yn y Ganolfan Niwrowyddoniaeth Wybyddol yn yr adran Seicoleg. Ers hynny, mae hi wedi gweithio mewn swyddi sydd a wnelont ag anabledd am pum mlynedd ar ddeg. Yn ystod y cyfnod hwn mae'r swyddi a fu ganddi yn cynnwys Aseswr Anghenion Astudio DSA, gweithio mewn gwasanaeth cyflenwi offer DSA, hyfforddwr Technoleg Gynorthwyol a Rheolwr Canolfan Mynediad.



Fiona Rickard

BSc, RMN

Cynghorwr Iechyd Meddwl



Ymunodd Fiona â'r tîm yn Hydref 2004, a Chynghorwr Iechyd Meddwl yw ei phrif swyddogaeth. Astudiodd Fiona Wyddorau Cymdeithas ym Mhrifysgol Bradford. Yna, bu'n gweithio fel Gwirfoddolwr Gwasanaeth Cymunedol ac fel Cynorthwy-ydd Nyrsio cyn hyfforddi fel Nyrs Seiciatryddol. Fel Nyrs Seiciatrig

Gymunedol, mae ganddi brofiad o weithio gyda gwahanol Dimau Iechyd Meddwl yn Swydd Efrog ac yng Ngogledd Cymru.

Cheryl Parkinson

MSc, Sc, BSc, RMN, PGCE, PGDip Professional Development, DipCBT

Cynghorwr Iechyd Meddwl

Ymunodd Cheryl a'r tîm ym mis Tachwedd 2011 fel Ymgynghorydd Iechyd Meddwl. Mae Cheryl wedi gweithio ym maes iechyd a gofal cymdeithasol ym Manceinion a Chymru ers dros 27 mlynedd- ar ôl hyfforddi fel Nyrs Iechyd Meddwl Cofrestredig ym 1988. Daeth Cheryl i weithio ym maes addysg yn 2007 ac mae ganddi brofiad o ddarlithio ar lefelau AU a AB.



Fiona Hill



MA, BSc(Hons)OT, PGCertHE, FHEA

Ymunodd Fiona â'r tîm fel Cyngorwr Iechyd Meddwl ym mis Medi 2016. Mae Fiona'n Therapydd Galwedigaethol sydd wedi gweithio mewn amrywiaeth o leoliadau iechyd corfforol a meddwl yn y GIG a'r sector gofal iechyd, yn cynnwys gwasanaethau clinigol ac aciwt, dros y 19 mlynedd ddiwethaf. Mae ganddi radd Meistr mewn Astudiaethau Addysg o Brifysgol Bangor a bu'n gweithio yn yr Ysgol Gwyddorau Gofal Iechyd fel darlithydd Therapi Galwedigaethol am 10 mlynedd cyn ymuno â'r tîm Gwasanaethau Anabledd.

Tîm Dyslecsia

Jane Jones

PhD, MA, PGCert HE, ATS BDA, BA

Rheolwr ADP

Ymunodd Jane â'r Gwasanaeth Dyslecsia ym mis Chwefror 2013. Cyn hyn astudiodd ym Mhrifysgol Bangor, cyn mynd ymlaen i ddarlithio ym Mhrifysgol Caer a Phrifysgol Aberystwyth. Yn ystod yr amser hwn, ymgwymerodd Jane hefyd â swyddi gweinyddol Tiwtor Cyswllt Anabledd, Cefnogaeth ar gyfer Amgylchiadau Arbennig mewn Arholiadau, a Thiwtor Blwyddyn, gan roi cefnogaeth fugeiliol i fyfyrwyr. Prif gyfrifoldeb Jane yw rheoli darpariaeth y gwasanaeth Anawsterau Dysgu Penodol yn y Gwasanaeth Anabledd.



Andrea Reynolds



PhD Seicoleg

Tiwtor ADP

Ymunodd Andrea â'r Tîm Dyslecsia yn Awst 2015. Mae ganddi sawl blwyddyn o brofiad ymchwil, yn canolbwyntio ar ddyslecsia mewn oedolion yn ogystal â phrofiad yn rhoi cefnogaeth ddysgu mewn addysg uwch. Yn ei swydd fel Cyngorwr SpLD, mae'n rhoi cefnogaeth a chynghor i fyfyrwyr, yn ogystal â'u helpu i ddatblygu strategaethau dysgu priodol i gyflawni eu hamcanion academaidd.

Rafaela Williams

AMBDA, 9485, PGCE, BA
Tiwtor ADP

Mae Rafaela wedi gweithio ym maes addysg oedolion, addysg bellach ac addysg uwch ers dros 23 mlynedd fel tiwtor llythrennedd/gwahaniaethau dysgu penodol, darlithydd gwyddorau cymdeithas a rheolwr cwricwlwm. Fel athrawes ac Ymgynghorydd Anawsterau Dysgu Penodol, mae Rafaela yn mwynhau gweithio gydag oedolion i oresgyn rhwystrau a gwireddu eu potensial.



Rhian Graham



M.A., B.A., PGCE, CQSW, CFPS. (Language Diff.), Dip. in Theology (Welsh). Reg. with GPTI. and UKCP.
Tiwtor ADP

Mae Rhian wedi gweithio yn y Brifysgol am naw mlynedd, a thros y chwe blynedd diwethaf, mae wedi magu profiad amrywiol a helaeth o weithio fel tiwtor Anawsterau Dysgu Penodol yn y Gymraeg a'r Saesneg. Mae Rhian yn ceisio gweithio mewn ffordd gydlynol gyda myfyrwyr, a gall ffocws y gwaith ganfod a hwyluso strategaethau dysgu unigol, datblygu sgiliau academiaidd priodol a gwella hunanhyder a gwynnwch.

Fiona Zinovieff

PhD, BA, BDA APS
Tiwtor ADP

Rwyf wedi gweithio gyda myfyrwyr o Fangos sydd â dyslecsia ac SpLDs eraill am dros 21 mlynedd, yn eu cynorthwyo i ddod o hyd i strategaethau i ddatgloi eu potensial dysgu a chael yr hyder i gyflawni eu potensial drwy eu defnyddio.



Cydlynedd Cymorth Anfeddygol

Christine Roberts



Ymunodd Christine â'r tîm ym Medi 2017 fel Cydlynedd Cymorth Anfeddygol. Dechreuodd Christine weithio ym Mhrifysgol Bangor fis Hydref 2002 yn rhoi cymorth gweinyddol yn y Gwasanaethau Technoleg Gwybodaeth. Mae hi wedi bod wrthi'n gweithio'n galed iawn dros y 15 mlynedd diwethaf, a chael sawl dyrchafiad. Yn ystod y cyfnod hwnnw bu'n gwneud gwahanol swyddi gan gynnwys Gweinyddwraig y Ganolfan ACCESS a chydlynu'r DSAkit a'r Drwydded Yrru Gyfrifiadurol Ewropeaidd (ECDL).

Diwrnod Cynefino i Fyfyrwyr sy'n byw gartref – Dydd Mawrth 11 Medi

Os ydych yn fyfyrwr o Ogledd Cymru a fydd yn byw gartref yn ystod eich astudiaethau a theithio i'r Brifysgol, efallai y bydd gennych ddiddordeb mewn dod i achlysur sydd wedi'i drefnu'n arbennig i chi.

Cynhelir y Diwrnod Cynefino i fyfyrwyr sy'n byw gartref ar Dydd Mawrth 11 Medi 2018 o 10yb - 2.30yh yn Neuadd PJ yma ym Mhrifysgol Bangor.



Mae'n gyfle i chi gyfarfod â myfyrwyr eraill a fydd, fel chi, yn teithio'n ddyddiol i'r Brifysgol. Cewch gyfarfod â chyd-fyfyrwyr a gwneud ffrindiau hyd yn oed cyn i'ch cwrs ddechrau.

Yn ystod y digwyddiad byddwch yn cael cyflwyniad gan fyfyrwyr presennol a fydd yn rhannu eu profiadau gyda chi, yn ogystal â sesiynau gwybodaeth byr gan y Gwasanaethau Cefnogi. Byddwch yn cael taith hefyd o amgylch safle Prif Adeilad y Celfyddydau a gweld ein cyfleusterau llyfrgell.

Byddwch yn cael mwy o wybodaeth a gwahoddiad i'r digwyddiad yn y Dyddiadur Wythnos Groeso a gaiff ei anfon atoch dros yr haf.

Sesiynau galw heibio i gael gwybodaeth Dydd Mercher 19 & Dydd Iau 20 Medi

Myfyrwyr ag anawsterau dysgu penodol:

Dyslecsia Dyspracsia Dyscalcwlia ADP

Galwch heibio i gael gwybodaeth am:

- Gefnogaeth Sgiliau Astudio Un-i-un Arbenigol
- Sut y gallwn ni eich helpu chi

Pryd?

- Dydd Mercher, 19 Medi: 2 – 4 pm
- neu Ddydd Iau, 20 Medi: 2 – 4 pm

Lle?

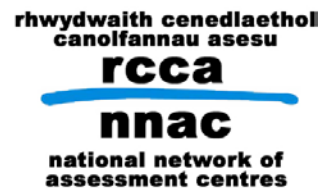
Gwasanaethau Anabledd, Adeilad Rathbone,
Llawr Gwaelod Isaf.

Myfyrwyr ag anawsterau dysgu penodol:

Dyslecsia Dyspracsia Dyscalcwlia ADP

Canolfan Access Prifysgol Bangor - help gyda'r Lwfans i Fyfyrrwyr Anabl ar gyfer pob anabledd

Cawsom ein sefydlu fel y Ganolfan Asesu Anghenion gyntaf yng Nghymru, a ni yw'r unig Ganolfan Asesu sydd yn y Brifysgol. Ni felly yw'r unig ganolfan sydd â gwybodaeth fanwl o gwricwlwm a chyfleusterau'r Brifysgol. Gallwn hefyd gysylltu'n uniongyrchol â'r Gwasanaethau Anabledd i helpu gyda chefnogaeth.



Rydw i wedi gwneud cais am Lwfans i Fyfyrrwyr Anabl - beth sy'n digwydd nesaf?

Unwaith y cewch chi e-bost neu lythyr gan eich corff cyllido sy'n cadarnhau eich bod yn gymwys ar gyfer Lwfans i Fyfyrrwyr Anabl, cysylltwch â ni a gallwn ni drefnu Asesiad Anghenion Astudio i chi.

Beth yw Asesiad Anghenion Astudio?

Cyfarfod cyfeillgar ac anffurfiol rhwng yr aseswr achrededig a'r myfyriwr yw Asesiad Anghenion Astudio. Yn ystod y cyfarfod byddwn yn edrych yn fanwl ar eich cwrs chi ac ar strategaethau ac ar y rhwystrau sydd i ddysgu sy'n gysylltiedig ag anabledd. Yn ystod Asesiad yr Anghenion Astudio bydd yr aseswr yn trafod gwahanol bosibiliadu i'ch cynorthwyo chi, a bydd yn dangos technoleg gynorthwyol briodol i chi (e.e. meddalwedd). Yna byddwn yn gallu gwneud argymhellion penodol a phwrpasol ynglŷn â sut y gallwn ddefnyddio'r Lwfans i Fyfyrrwyr Anabl. Caiff yr holl wybodaeth ei chasglu i lunio Adroddiad Asesu Anghenion ac mi gaiff hwnnw ei anfon i'r corff ariannu ei ystyried.

Mae gan bob aseswr o leiaf chwe blynedd o brofiad o helpu gyda'r Lwfans i Fyfyrrwyr Anabl, a bu pob un ohonynt yn fyfyrwr ym Mangor.

Beth sy'n digwydd ar ôl cyfarfod yr Asesiad Anghenion Astudio?

Unwaith y bydd yr Adroddiad Asesu Anghenion wedi mynd i'r corff cyllido, mi wnân nhw gysylltu â chi ynglŷn â'r gefnogaeth sydd wedi ei chytuno. Os gwnaethoch chi cydsynio yn ystod y cyfarfod, mi wnawn ni drosglwyddo'r cytundeb i'r darparwyr cymeradwy er mwyn iddyn nhw fynd ati i drefnu'r gefnogaeth ar eich cyfer chi.

Ble caf i ragor o wybodaeth?

I gael gwybod mwy am unrhyw agwedd ar Lwfansau Myfyrrwyr Anabl, neu broses y Lwfans i Fyfyrrwyr Anabl, cysylltwch â ni yn canolfan_access@bangor.ac.uk, ☎ 01248 388101 neu galwch heibio i'n gweld ar Lawr Cyntaf Neuadd Rathbone (Gwasanaethau Myfyrrwyr).

Rydym yn helpu pob myfyriwr anabl a gallwn roddi cymorth ac arweiniad trwy gydol proses y Lwfans i Fyfyrrwyr Anabl ar ei hyd.



Ayeisha, Asesydd a Dylan, Rheolwr Gwasanaeth Asesu.

Cynghorion Setlo I Fywyd fel Myfyriwr

1. Disgwyliwch rai troeon.

P'un a fyddoch oddi cartref am y tro cyntaf, neu'n dychwelyd ar ôl seibiant, mae cychwyn ar flwyddyn newydd mewn Prifysgol yn golygu y byddwch yn wynebu rhywbeth newydd, ac i bawb ohonom, mae hyd yn oed newid cadarnhaol yn peri straen.

Gall newid ein cyfnerthu a'n drysu ar yr un pryd. A ninnau ymhell o amgylchedd a chynhaliaeth gyfarwydd, gallwn gael ein bod yn teimlo bod tasgau y byddem, fel arfer, wedi ymdopi â hwy'n rhwydd yn codi ofn arnom.

Gall yr ychydig ddiwrnodau cyntaf beri cryn ddryswch, gyda chynifer o wynebau newydd, lleoedd newydd a phethau i'w gwneud. Nid yw'n anarferol nac yn syndod os ydych yn teimlo eich bod ar goll neu'n unig yn y sefyllfa hon.

Efallai bod myfyrwyr eraill yn teimlo'r un peth - mae hon yn adeg ddelfrydol i wneud ffrindiau a chynnal eich gilydd.

2. Gofalwch amdanoch eich hun.

Mae gwneud ffrindiau'n cymryd amser. Bydd eich ffrindiau newydd a'ch cyfoedion yn cymryd amser i ddod i'ch adnabod yn ddigon da i wybod beth rydych yn ei deimlo a'i feddwl. Mae hyn yn golygu y bydd yn rhaid ichi edrych ar eich ôl eich hun. Bydd angen ichi feddwl am eich anghenion a rhoi o'ch amser a'ch egni fel y bydd pethau'n digwydd.

3. Cymerwch amser i adfyfyrio.

Gall symud i Brifysgol fod yn gyfle gwych i ddarganfod pwy ydych a sut rydych am fyw eich bywyd. Efallai y byddwch yn awyddus i arbrofi â ffyrdd newydd o fyw a rhoi gynnig ar bethau newydd. Mae mynd oddi ar y nyth ynddo'i hun yn anferth o brofiad newydd i lawer o fyfyrwyr.

Bydd cymryd amser i adfyfyrio ar y profiadau newydd hyn yn gymorth ichi benderfynu drosoch eich hun ynglŷn â'r hyn sy'n iawn i chi, gyda phwy rydych am dreulio eich amser, nau'r hyn yr ydych am gymryd rhan ynddo.

Bydd cymryd amser bob dydd i ymlacio yn eich helpu i ddod i arfer â'ch bywyd newydd a'i fwynhau.

4. Manteisiwch i'r eithaf ar gyfleoedd i gael hyd i'r bobl rydych yn eu hoffi ac yn cyd-dynnu â hwy.

Mae Prifysgol yn gyfle gwych i wneud ffrindiau. Cewch hyd i bobl sy'n meddwl yn debyg i chi, ac sydd â diddordebau a phersonoliaeth gyffelyb, efallai y byddant yn yr ystafell nesaf, neu efallai y bydd angen ichi gael hyd i'ch gilydd. Mae ymuno â chymdeithasau a mynd i ddigwyddiadau cymdeithasol yn ffordd wych o gwrdd ag eraill.

Gwnewch bethau y byddwch yn sicr o'u mwynhau, mentrwch wneud rhywbeth newydd, a dywedwch 'Na' os byddwch yn teimlo dan bwysau i wneud unrhyw beth sy'n gwneud ichi deimlo'n anesmwyth.

5. Byddwch yn drefnus o'r cychwyn.

Mae bywyd mewn Prifysgol yn cynnig llawer o ryddid ichi, sy'n gofyn ichi fod yn hunan-ysgogol ac yn drefnus. Bydd angen ichi feddwl am sut i rannu eich amser a chael hyd i gydbwysedd personol sy'n addas ar eich cyfer chi ac yn rhoi amser ichi chwarae a chymdeithasu, a hefyd i fod ar eich pen eich hun. Mae creu trefn a strwythur i'ch diwrnod/ wythnos yn debygol o fod o gymorth.

6. Rho trefn ar eich cyllid

Os ydych chi'n derbyn cyllid myfyrwyr, byddwch yn cael un rhandaliad bob tymor. Felly, mi ddylai eich rhandaliad cyntaf gynnwys eich costau byw - y rhent, bwyd, llyfrau, costau cymdeithasu, tan y 7^{fed} o Ionawr 2019 ac yna mi gewch chi'r rhandaliad nesaf.

I gael cyngor am gyllidebu ewch i wefan yr Uned Cymorth Ariannol neu holwch un o'r staff neu e-bostio'r canllawiau ar unrhyw adeg.

We: <https://www.bangor.ac.uk/student-services/moneyadvice/budgeting.php.cy>

✉ moneysupport@bangor.ac.uk

☎ 01248 38 3566 / 3637

7. Cofiwch weithio.

Bydd gwneud eich gwaith fel y mae'n dod yn ei atal rhag hir-hel, a'r straen a ddaw yn sgil hynny. Cofiwch fod problemau'n tueddu i gynyddu, felly magwch y plwc i'w datrys cyn gynted ag y byddant yn codi.

7. Cofiwch chwarae.

Mae Prifysgol yn lle gwych i gymdeithasu, i gael hwyl, ac i ddilyn eich diddordebau neu fwynhau chwaraeon. Neilltuwch amser i chwarae ac i ymlacio; bydd yn gymorth ichi gadw'n iach a bod yn fwy cynhyrchiol yn eich gwaith.

8. Gofalwch am eich corff, yn ogystal ag am eich meddwl.

Bydd ymarfer corff rheolaidd, noson dda o gwsg a bwyd iach yn gymorth ichi gael y profiadau gorau o fywyd Brifysgol.

Ar y dechrau, os cewch broblemau o ran trefniadau coginio, bwytwch yn y lleoedd sydd wedi'u darparu. Ceisiwch osgoi cael byrbrydau'n unig. Efallai y cewch fod pobl eraill yn eich neuadd y gallech goginio gyda hwy, ac a allai eich helpu i gychwyn. (Ceir hefyd rai ryseitiau iach a blasus ar wefan Iechyd a Lles:

<http://www.bangor.ac.uk/student-services/wellbeing/index.php.cy>

9. Peidiwch â rhoi amser caled ichi eich hun.

Nid pawb sy'n ei chael yn hawdd cymdeithasu, ac rydym i gyd, weithiau, yn dweud neu wneud pethau yr ydym wedyn yn edifarhau amdanynt. Cofiwch na fyddwch yn cyflawni dim wrth eich

cosbi eich hun. Ceisiwch ddysgu pa wers bynnag a fo ichi, yna anghofiwch am y mater, a symudwch ymlaen!

10. Peidiwch â gwneud DIM sy'n gwneud ichi deimlo'n anghyffyrddus.

P'un a fo hynny'n golygu gwario mwy nag y gellwch ei fforddio, defnyddio cyffuriau, cael rhyw, neu hyd yn oed fynd allan pan fyddai'n well gennych gael noson gynnar. Cofiwch - does dim rhaid ichi wneud dim byd os nad ydych am ei wneud.

11. Rhannwch eich pryderon ... fyddwch chi ddim ar eich pen eich hun.

Nid yw gadael i broblemau gronni fyth o gymorth. Siaradwch â rhywun: ffrind, aelod o'ch teulu, Arweinwyr Cyfoed, aelod o'r tîm cefnogi myfyrwyr neu o'r gwasanaeth cwnsela.

Myfyrwyr Di-breswyl

Ddim yn byw mewn Neuadd Breswyl? Gall y wybodaeth ganlynol fod o werth i chi:

- ♦ Mi allech chi wneud trefniadau i gwrdd â rhywun y cwrddoch chi â nhw yn ystod y Diwrnod Agored neu Ddiwrnod Cynefino'r Myfyrwyr Cartref ar yr 11^{fed} o fis Medi 2018, i fynd i'r croeso ffurfiol, eich darlith gyntaf gyda'ch gilydd, neu i gwrdd am goffi cyn hynny neu wedyn.
- ♦ Gellwch ddefnyddio Ystafell Gyffredin ar Lawr Isaf Neuadd Rathbone, Ffordd y Coleg fel canolfan pan fyddwch yn y brifysgol. Cysylltwch â ghwasanaethanabledd@bangor.ac.uk i gael y Cod Mynediad.
- ♦ Cofiwch bod manteision i fod yn fyfyrwr di-breswyl, megis peidio â gorfod gadael cartref, teulu a ffrindiau.
- ♦ Ceisiwch fynd i rai o'r gweithgareddau a gynhelir yn y brifysgol i wneud i chi deimlo eich bod yn perthyn yno. Os yw'n anodd i chi aros gyda'r nos, e.e. oherwydd gofynion teuluol neu bellter, efallai bod yna rai cymdeithasau addas sy'n gweithredu yn ystod y dydd. Cewch fwy o wybodaeth am yr holl gymdeithasau ar y wefan ganlynol <https://www.undebbangor.com/opportunities/societies/>
- ♦ Mae'n ddealladwy bod yna lawer nad ydych yn ei wybod. Peidiwch â bod ofn gofyn. Mae yna lawer o bobl yma i'ch helpu, o gael hyd i ystafell ddarlithio i roi cyngor ariannol. Bydd y staff i gyd yno i'ch helpu chi cymaint â'r myfyrwyr sy'n byw i mewn.

Tîm Dyslecsia Cefnogaeth Arbenigol gyda Sgiliau Astudio

Mae cefnogaeth sgiliau astudio arbenigol yn cynnig cyfle i chi weithio un-i-un gyda thiwtor sgiliau astudio i ddatblygu'r sgiliau sydd eu hangen i astudio'n effeithiol.

- Mae gennym diwtoriaid sgiliau astudio arbenigol sy'n arbenigo mewn cynnig cefnogaeth gyda mathemateg, ystadegau a'r Gymraeg.
- Gall eich tiwtor sgiliau astudio eich helpu i werthuso eich cryfderau a'ch dulliau astudio presennol a'ch cefnogi mewn meysydd a all fod yn fwy o her i chi. Byddant yn cyflwyno amrywiaeth o strategaethau i chi i wella eich dysgu, megis:
- **Sgiliau Rheoli Amser a Threfnu**
- **Rhifedd:**
 - Cymorth gydag iaith fathemategol.
 - Deall pynciau ariannol a chysyniadau ystadegol.
 - Defnyddio cymhorthion cyfrifiannu, rhaglenni TG a chyfrifianellau.
- **Sgiliau Darllen Ymchwil ac Academaidd:**
 - Technegau darllen yn effeithlon.
 - Strategaethau ar gyfer dewis gwybodaeth.
 - Technegau crynhoi, gwneud nodiadau a chymryd nodiadau.
 - Defnyddio'r llyfrgell yn effeithiol.
- **Sgiliau ysgrifennu:**
 - Trefnu a saernïo eich syniadau.
 - Saernïo dadleuon a mynegi syniadau.
 - Sgiliau sillafu, gramadeg ac atalnodi.
 - Saernïo brawddegau a pharagraffau, aralleirio.
 - Sgiliau golygu a phrawf-ddarllen.
- **Sgiliau cyflwyno.**
- **Strategaethau adolygu:**
 - Strategaethau dysgu ar gof.
 - Technegau arholiadau.

Cysylltwch â ✉ 121dyslecsia@bangor.ac.uk os hoffech archebu sesiwn.

Tîm Dyslecsia - Sesiynau Galw-i-mewn bob dydd

Tîm Dyslecsia Sesiynau Galw-i-mewn

Bob diwrnod gwaith yn ystod y tymor, dechrau **24 Medi** rhwng **12:00 a 13:00**, mae'r Tîm Dyslecsia'n cynnig gwasanaeth i fyfyrwyr sydd wedi cofrestru â'r Gwasanaeth.

- ◊ **Dydd Llun** - cefnogaeth 1:1 arbenigol gyda sgiliau astudio cyffredinol.
- ◊ **Dydd Mawrth** - cefnogaeth 1:1 arbenigol gyda sgiliau astudio cyffredinol.
- ◊ **Dydd Mercher** - cefnogaeth 1:1 arbenigol gyda sgiliau astudio cyffredinol.
- ◊ **Dydd Iau** - cefnogaeth 1:1 arbenigol gyda sgiliau astudio cyffredinol drwy gyfrwng y **Gymraeg** neu'r **Saesneg**.
- ◊ **Dydd Gwener** - cefnogaeth 1:1 arbenigol gyda sgiliau astudio cyffredinol yn cynnwys **ystadegau**.



Rhowch wybod i Charu neu Tracey eich bod wedi dod ar gyfer sesiwn galw-i-mewn a byddant yn eich cyfeirio at y tiwtor penodol.

Gorffennaf 2018

Sesiynau Galw Heibio gyda'r Cyngorwr Anabledd - dyddiau Mawrth 12 ta 1pm (yn ystod y tymor)

Os hoffech weld Ymgynghorydd Anabledd yn ystod ein sesiwn galw heibio, dewch i Dderbynfa Gwasanaethau Anabledd (llawr isaf Adeilad Rathbone) rhwng 12 a 1pm ar ddydd Mawrth.

Fe welwch gyfarwyddiadau yma:

<https://www.bangor.ac.uk/studentservices/disability/index.php.cy>

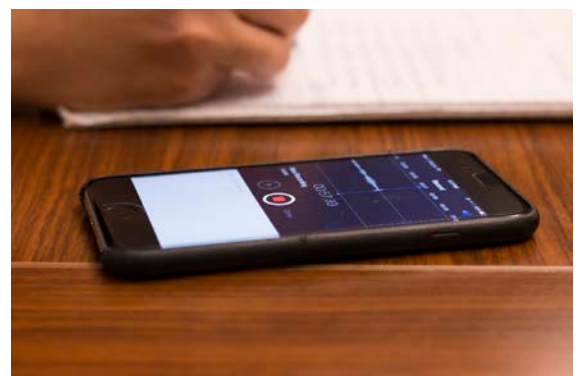
Os hoffech wneud apwyntiad at amser arall, ✉ gwasanaethanabledd@bangor.ac.uk neu ☎ 01248 383620 / 382032.

Recordio Darlithoedd a Seminarau

Caiff y myfyrwyr recordio'r darlithoedd a'r seminarau sydd wedi eu cynnwys yn eu Cynllun Cymorth Dysgu Personol (PLSP). Mae yna rai rheolau ar gyfer yr addasiad hwn, felly cofiwch:

- Mae'r recordiadau ar gyfer defnydd personol yn unig. Peidiwch â'u rhannu â neb arall. Felly, peidiwch â'u cyhoeddi o dan unrhyw amgylchiadau ar y we nac ar unrhyw wefannau cyhoeddus.
- Mewn pynciau lle mae'r myfyrwyr yn cymryd rhan mewn darlithoedd a seminarau, ac mae cyfraniadau'r myfyrwyr eraill yn trafod materion neu farn bersonol, yna rhaid rhoi'r gorau i recordio dros dro. Mae hynny'n cael ei nodi'n glir yn eich Cynllun Cymorth Dysgu Personol (PLSP).
- Mae recordiadau'n cael eu gwneud yn lle cymryd nodiadau (er enghraifft: yn lle pen a phapur). Os nad oes angen cymryd nodiadau, yna does dim angen recordio. Fodd bynnag, os oes cyfeiriad at destunau allweddol, mi ddylech chi allu recordio'r rheiny mewn rhyw ffordd.
- Mae gwybodaeth ychwanegol yn 'Esbonio Eich Cynllun Cymorth Dysgu Personol': <https://www.bangor.ac.uk/studentservices/disability/documents/YourPLSPExplainedApril2016.pdf>

Os oes gennych chi unrhyw bryderon ynglŷn â chasglu gwybodaeth hanfodol a defnyddio'ch recordydd mewn sesiynau hyfforddedig, trafodwch hynny gyda'r darlithydd sy'n cyflwyno'r sesiwn, Tiwtor Anabledd eich ysgol, neu Ymgynghorydd yn y Gwasanaethau Anabledd.



Cyflwyniad i Wasanaethau TG

Dewch i wybod mwy am y cyfleusterau TG y bydd arnoch eu hangen ar gyfer eich cwrs:

Bydd y brifysgol yn trosglwyddo gwybodaeth bwysig i chi trwy e-bost, gan gynnwys: rhybuddion am newidiadau i leoliadau darlithoedd; gwybodaeth bwysig am arholiadau; nodiadau atgoffa am dalu ffioedd. Mae'n hanfodol bwysig eich bod yn cael trefn ar eich e-bost o'r cychwyn cyntaf - mi fyddwch yn synnu faint o'r rhain y cewch yn eich wythnos gyntaf yn y Brifysgol yn unig!



Efallai y bydd eich Ysgol yn cynnig rhai sesiynau ar reoli negeseuon e-bost yn ystod yr Wythnos Groeso. Fel arall, mae'r gwasanaethau TG yn cynnal y gweithdai canlynol yn Ystafell 013, Adeilad Deiniol, Ffordd Deiniol.

Dim angen archebu lle - dim ond dod draw sydd angen!

Dydd Mercher, 19 Medi, 2-3 - Cyflwyniad i gyfleusterau TG i fyfyrwyr newydd
Dydd Mercher, 19 Medi, 3-4 - Cyflwyniad i gyfleusterau TG i fyfyrwyr newydd
Dydd Iau, 20 Medi, 3-4 - Cyflwyniad i gyfleusterau TG i fyfyrwyr newydd

Bydd y Pynciau'n cynnwys:

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">• E-bost a'r rhyngrwyd ym Mhrifysgol Bangor• FyMangor - gwasanaethau ar-lein | <ul style="list-style-type: none">• Blackboard (amgylchedd dysgu Prifysgol Bangor)• Rhaglenni eraill i gynorthwyo eich astudio |
|---|---|

SensusAccess - troi dogfennau'n ddidrafferth

Sut gall SensusAccess fy helpu?

Hoffech chi anodi cyfnodolyn electronig, neu wrando ar ddogfen yn cael ei darllen yn uchel?

Hoffech chi gael gwell mynediad at yr adnoddau y byddwch yn eu defnyddio neu'n eu darparu?

Mae SensusAccess yn cynnig ffordd ddidrafferth o drosi dogfennau i fformat mwy defnyddiol. Mae'r gwasanaeth hwn ar gael yn y Gymraeg a'r Saesneg, a gall ymdrin hefyd â dogfennau mewn llawer o ieithoedd eraill.

SensusAccess
alternate media made easy

Gall holl aelodau'r Brifysgol ddefnyddio SensusAccess.

Gall **staff** ei ddefnyddio i greu copïau hygyrch o adnoddau i'w rhannu â myfyrwyr a chydweithwyr;

Gall **myfyrwyr** ei ddefnyddio i drosi dogfennau a ffeiliau i fformat sy'n addas iddynt; e.e. gall drosi .pdf yn ddogfen i'w golygu er mwyn gallu ei anodi, neu gall greu MP3 o erthygl cyfnodolyn y gellir gwrandao arno;

Gall **aelodau anabl y Brifysgol** ei ddefnyddio i drosi dogfennau i fformatau sy'n addas ar eu cyfer hwy a'u technoleg gynorthwyol. Lle ydw i'n dod o hyd i *SensusAccess*?

Mae *SensusAccess* yn adnodd ar y we – gallwch ddod o hyd iddo ar wefan y llyfrgell, lle ceir hefyd gysylltiadau i ddeunydd cefnogi. <https://www.bangor.ac.uk/library/sensusaccess.php.cy>

Iechyd Meddwl

Mae Cheryl Parkinson a Fiona Rickard, Ymgynghorwyr Iechyd Meddwl Prifysgol Bangor, wedi ymuno ag Undeb y Myfyrwyr Bangor i gynnig nifer o sesiynau galw i mewn i fyfyrwyr. Y newydd da yw ein bod, fel rhan o'n partneriaeth, wedi cael ystafell o faint da yn union wrth ymyl y Dderbynfa. Mae'r ystafell yn hawdd mynd iddi ac yn rhoi preifatrwydd.

Sesiynau Galw Heibio ar gyngor Iechyd Meddwl

- **Lle:** Pontio, Undeb Myfyrwyr, Lefel 4
- **Pryd:** Dydd Mercher 2yh-4yh dechrau
26 Medi – 12 Rhagfyr 2018



Gallai hyn fod yn addas i chi ...

- Os ydych yn pryderu am eich iechyd meddwl.
- Os hoffech gael sgwrs gyda Chynghorydd Iechyd Meddwl i drafod eich pryderon?
- Os ydych chi eisiau gwybod am y gefnogaeth sydd ar gael?
- Os ydych chi'n teimlo'n fwyfwy pryderus ac yn poeni am hynny?
- Os ydych yn colli cwsig oherwydd eich pryder?
- Os ydych o dan straen oherwydd arholiadau neu oherwydd eich astudiaethau?
- Os ydych yn poeni am ffrind neu am rywun sy'n rhannu tŷ gyda chi?
- Os ydych chi yn syml lawn eisiau ychydig o amser i gael eich cefn atoch?
- Os ydych chi yn syml lawn eisiau ychydig o amser i gael eich cefn atoch?

Os ydych wedi ateb "Ie" i unrhyw un o'r uchod, croeso i chi alw heibio.

Astudiaeth Achos gan Fiona Hill, Cyngorwr Iechyd Meddwl, a gyhoeddwyd mewn adroddiad gan The Royal College of Occupational Therapists

Cafodd astudiaeth achos gan Fiona Hill, Cyngorwr Iechyd Meddwl sy'n Therapydd Galwedigaethol o ran proffesiwn, ynghylch ei gwaith fel Cyngorwr Iechyd Meddwl ei gyhoeddi mewn adroddiad gan The Royal College of Occupational Therapists fel rhan o'u hymgyrch "Improving Lives: Saving Money". Mae'r adroddiad o'r enw "Getting my life back: occupational therapy promoting mental health and wellbeing" yn rhoi sylw i waith therapyddion galwedigaethol mewn lleoliadau iechyd meddwl ar draws pedair gwlad y Deyrnas Unedig. Mae astudiaeth achos Fiona, a gyhoeddwyd yn yr adroddiad Cymreig, yn rhoi enghraifft (nad yw'n cynnwys unrhyw enwau) o'r modd y gall cyngorwr iechyd meddwl alluogi myfyrwyr sy'n cael problemau iechyd meddwl i barhau â'u hastudiaethau, trwy helpu i leihau'r

rhwysterau i ymwneud â bywyd prifysgol. I ddarllen yr adroddiad llawn, ewch i:

<http://cotimprovinglives.com/getting-my-life-back-occupational-therapy-promoting-mental-health-and-wellbeing/>



Fiona

Y Gwasanaeth Cyngori Myfyrwyr - Beth sydd ar gael?

Gweithdai Magi Gwytnwch ar gael drwy gydol y flwyddyn academiaidd, yn delio â straen, hwyliau a phryder isel;

- Gweithdai MiFedai ar gael i helpu gyda materion fwy penodol i fywyd myfyriwr;
- Therapi Grŵp ar gael drwy gais neu gyfeiriad;
- Sesiynau unigol ar gael hefyd drwy gysylltu â'r gwasanaeth.

Gwybodaeth pellach ar gael:

<https://www.bangor.ac.uk/studentservices/counselling/index.php.cy>

neu dros ffon ☎ 01248 388520 neu drwy ✉ i cyngori@bangor.ac.uk



Socialeyes

Dull newydd ac arloesol yw Socialeyes, a ddatblygwyd gan y NAS, o hwyluso sgiliau cymdeithasol a dealltwriaeth gymdeithasol gyda phobl sydd ar y sbectrwm awtistiaeth. Nid yw Socialeyes yn gofyn i bobl ar y sbectrwm awtistiaeth newid ymddygiad cymdeithasol 'amhriodol', neu ddatblygu sgiliau cymdeithasol drwy gopio ymddygiad 'nodweddiadol' eraill. Yn hytrach, mae'n rhoi dewis i bobl ddysgu sgiliau ymwneud cymdeithasol neu strategaethau cymdeithasol amgen.



Unwaith eto eleni mae'r Cynghorwyr Anabledd yn bwriadu cynnal y Rhaglen Socialeyes i fyfyrwyr ar y Sbectrwm Awtistiaeth. Bydd pob myfyriwr sydd wedi rhoi gwybod i ni fod ganddynt gyflwr sbectrwm awtistiaeth yn derbyn e-bost gyda mwy o wybodaeth pan ddaw ar gael. Os hoffech ragor o wybodaeth cysylltwch ag e-bost socialeyes@bangor.ac.uk

'Yr Awr Dawelach' yn holl Siopau Morrisons

Cynhelir yr 'Awr Dawelwch' bob dydd Sadwrn ym mhob siop rhwng 9am a 10am.

Cynllun newydd yw hwn a gafodd ei greu gyda chymorth y Gymdeithas Awtistiaeth Genedlaethol. Yn ystod yr Orlau Tawelach, bydd y siopau yn:

- Troi'r goleuadau i lawr
- Troi'r gerddoriaeth a'r radio i ffwrdd
- Bydd dim cyhoeddiadau dros y tannoy
- Llai o symud troliau a basgedi
- Trowch sain y tiliau ac unrhyw sŵn trydanol arall i lawr
- Rhowch boster y tu allan i ddweud wrth y cwsmeriaid mai dyma'r Awr Dawelach.



Canolfan Asesu Bangor

Helpu'r myfyrwyr gael help

Mae Canolfan Asesu Bangor yn cynnig 'siop bob dim' i'r myfyrwyr i'w helpu nhw gael tystiolaeth o Wahaniaethau Dysgu Penodol, fel sy'n ofynnol ar gyfer Lwfansau Myfyrwyr Anabl.

Sgrinio Anffurfiol ar gyfer Gwahaniaethau Dysgu Penodol

Os oes myfyrwyr yn meddwl bod ganddynt Wahaniaethau Dysgu Penodol fel Dyslecsia neu Dyspracsia, rydym yn cynnig gwasanaeth sgrinio anffurfiol am ddim i chwilio am yr arwyddion. Mae'r apwyntiad sgrinio'n para oddeutu awr a hanner ac mae'n cynnwys cyfweiliad/trafodaeth anffurfiol a chyfrinachol a phroffion byr. Ar ôl y sgrinio, gall y sawl sy'n gwneud y sgrinio drafod nodweddion unrhyw un o'r Gwahaniaethau Dysgu Penodol gyda chi, yn ogystal â rhoi cyngor ynglŷn â'r camau nesaf.

Os yw'r sgrinio'n dangos arwyddion fod gan y myfyriwr un neu ragor o'r Gwahaniaethau Dysgu Penodol, caiff ei gynghori i gael asesiad diagnostig llawn fel arfer. Mae'r asesiad diagnostig llawn yn cymryd tua tair awr a hanner, ac er ei fod yn costio, mae gostyngiad da i fyfyrwyr.

Ar ôl cael asesiad diagnostig llawn, byddai'r myfyriwr yn gymwys i gael cymorth trwy'r Lwfans i Fyfyrwyr Anabl, a gellir gwneud addasiadau rhesymol ar gyfer astudiaethau'r myfyriwr hefyd.

Ble caf i ragor o wybodaeth?

Os hoffech chi wybod mwy am y gwahaniaethau dysgu penodol, ewch i dudalennau gwe'r Tîm Dyslecsia: [LINK], neu cliciwch ar y dolenni hyn i gael gwybodaeth benodol ynghylch:

[Dyslecsia](#), [Dyspracsia](#), [Dyscalculia](#), [Dysgraffia](#), [Straen Gweledol](#), ac [AD \(H\) D](#).

Os oes gennych chi rai o nodweddion y Gwahaniaethau Dysgu Penodol ac os hoffech drefnu apwyntiad sgrinio gyda'r Ganolfan Asesu, cysylltwch â ni yn assessment@bangor.ac.uk,

☎ 01248 383030 neu dewch i'r dderbynfa ar Lawr Cyntaf Neuadd Rathbone

(Gwasanaethau'r Myfyrwyr).

Gwneud cais am Lwfans i Fyfyrwyr Anabl? Gallwn ni helpu!

Gallwn gefnogi unrhyw fyfyrwr ym Mhrifysgol Bangor gyda chais am Lwfans i Fyfyrwyr Anabl. Mae hynny'n cynnwys help i lenwi'r ffurflen gais, cysylltu â'r adran Cofnodion Myfyrwyr a gallwn ateb y rhan fwyaf o'ch cwestiynau chi am y broses o wneud cais am Lwfans i Fyfyrwyr Anabl.

I gael mwy o wybodaeth, cysylltwch â ni - assessment@bangor.ac.uk neu ☎ 01248 383030 neu dewch i'r dderbynfa ar Lawr Cyntaf Neuadd Rathbone (Gwasanaethau'r Myfyrwyr)



Graddio Gorffennaf 2018



Chwalu'r rhwystrau - Libby'n graddio â gradd dosbarth cyntaf mewn Seicoleg Chwaraeon ac Ymarfer Corff

Libby Steele, 21, o Trentham, Stoke-on-Trent, Swydd Stafford yn graddio gyda gradd dosbarth cyntaf [BSc Chwaraeon ac Ymarfer Corff](#) fyrr wythnos hon ar ôl chwarae rhan allweddol yn natblygiad system gychwyn newydd ar gyfer athletwyr byddar.

Ers oedd hi'n ifanc, bu diddordeb mawr gan Libby mewn chwaraeon a hynny o ran cymryd rhan a gwylio. Darganfu ei bod hi hefyd yn mwynhau astudio chwaraeon trwy Addysg Gorfforol ar gyfer TGAU a Lefel A. Ymddiddorodd mewn seicoleg, ac mi arweiniodd hynny at ddilyn cyrsiau Seicoleg Chwaraeon yn y brifysgol. Darganfu Libby gwrs a phrifysgol oedd yn gweddu i'r dim iddi drwy'r system glirio.



Libby

Eglurodd Libby: "Cefais fy ngeni'n fyddar, a bu'n rhaid i mi oresgyn anawsterau o ran cyfathrebu, cymdeithasu a rhwystrau eraill drwy fy holl fywyd. Wrth imi fynd yn hŷn, deuthum i weld yr anghydraddoldeb sy'n wynebu pobl fyddar ac roeddwn i'n teimlo rheidrwydd i wneud rhywbeth yn ei gylch. O gyfuno fy niddordeb ysol mewn astudio seicoleg chwaraeon a'r nam sydd ar fy nghlyw, meddyliais am ddatblygu system gychwyn safonol newydd a fyddai'n caniatáu i athletwyr byddar gystadlu'n deg ochr yn ochr ag athletwyr sy'n gallu clywed

"Un o'r uchafbwyntiau imi yn y Brifysgol oedd cymryd rhan mewn project ymchwil cydweithredol rhwng Brifysgol ac England Athletics/UK Deaf Sport. Nod y prosiect oedd helpu datblygu system gychwyn safonol ar gyfer athletau trac a maes ar gyfer athletwyr byddar trwy ymchwilio i wahaniaethau amser adweithio athletwyr sy'n gallu clywed a rhai

sydd ddim, yn ogystal â rhwng ysgogiadau synhwyrdd gwahanol, gan gynnwys y clywedol, y gweledol, y cyffwrddol a dwy-foddol.

"Ar hyn o bryd nid oes llwybr Paralympaidd ar gyfer athletwyr byddar. Ar hyn o bryd maen nhw'n cystadlu yn erbyn athletwyr sy'n gallu clywed gan ddefnyddio amrywiaeth o systemau cychwyn gwahanol. Rwy'n credu nid yn unig y gall y prosiect hwn helpu datblygu system gychwyn deg, ond yn ei dro, mae'n helpu hyrwyddo cynhwysiant a chyfranogiad ymhlith yr athletwyr hynny, ac mae'n ehangu'r llwybrau ar gyfer doniau yn nau ben y sbectwm perfformiad.

"Mae graddio'n codi ofn arnaf ond mae'n gyffrous. Mae'n anodd credu bod tair blynedd fel myfyrwraig israddedig ar ben. Rydw i mor falch ohonof fy hun am raddio gyda gradd anrhydedd dosbarth cyntaf. Mi weithiais i mor galed ati ac rwy'n falch iawn bod y gwaith caled wedi talu ar ei ganfed. Rwy'n falch iawn hefyd cymaint mae fy hunanhyder wedi tyfu ers imi ddod i'r brifysgol.

"Y cam nesaf yw dychwelyd i Fangor i astudio ar gyfer Gradd Meistr a PhD Ymchwil a pharhau â 'mhrosiect ymchwil. Rwyf hefyd yn ymdrechu i fod yn eiriolydd ar gyfer chwaraeon y byddar a sicrhau y caiff athletwyr byddar yr un cyfleoedd ag athletwyr eraill."

Tim'n graddio â gradd dosbarth cyntaf mewn Hanes, Treftadaeth ac Archaeoleg

Roedd dechrau yn y brifysgol yn brofiad heriol iawn. Gan fy mod yn anabl ac wedi bod allan o addysg ers trideg a phedwar o flynyddoedd, doeddwn i ddim yn gwybod beth i'w ddisgwyl. Gadewais yr ysgol ym 1984 heb unrhyw gymwysterau ac ymunais â'r fyddin Brydeinig. Roedd darllen adolygiadau am Brifysgol Bangor wedi fy helpu penderfynu i gofrestru a dechreuais yn y brifysgol yr un pryd â fy mab a oedd yn astudio Dylunio Cynnyrch ym Mangor, felly roeddwn yn gwybod bod rhaid i mi osod esiamp liddo fo yn ogystal â fy nheulu. Bu'r cymorth a gefais yn y Gwasanaethau Anabledd yn allweddol o ran llwyddo i raddio. Roedd y cymorth a gefais yn y Ganolfan Dyslecsia wedi fy helpu i ddatblygu bob blwyddyn tuag at fy arholiadau terfynol a chael gradd anrhydedd dosbarth cyntaf.



Tim

Roedd awyrgylch cynnes a chyfeillgar yn yr Ysgol Hanes, a oedd yn groesawgar iawn ac os oeddwn angen cymorth neu gyngor, roedd rhywun ar gael bob amser. Unwaith eto, roedd hwn hefyd yn gam pwysig tuag at gael fy ngradd. Yn ystod yr ail flwyddyn o fy astudiaethau, cymerais y cyfle i fynd ar

leoliad gwaith yn amgueddfa'r Ffiwsilwyr Brenhinol Cymreig yng Nghaernarfon, fy hen gatrawd yn y fyddin. Bu'r lleoliad yn wych ac ychydig yn ddiweddarach, cefais gynnig swydd yn yr amgueddfa. Roedd y ddwy flynedd gyntaf ym Mhrifysgol Bangor wedi fy helpu'n sylweddol i gael y swydd yn yr amgueddfa.

Yn ystod fy mlwyddyn olaf ym Mangor, agorais arddangosfa o archaeoleg y Rhyfel Byd Cyntaf a chafwyd adolygiadau ardderchog. Cynhaliais ychydig o seminarau hefyd ar fy astudiaeth o archaeoleg filwrol a fy mhrofiad ar leoliad gwaith.

Bu'r profiad cyfan ym Mhrifysgol Bangor yn ddigwyddiad mawr o ran newid fy mywyd a byddwn wedi hoffi dechrau hyn flynyddoedd yn ôl. Mae pobl arbennig ym Mhrifysgol Bangor ac oni bai am eu cefnogaeth nhw ni fyddwn wedi graddio. Bu'r Gwasanaethau Anabledd yn help mawr gyda'm gradd ac rwyf yn ddiolchgar iawn iddyn nhw.

Neges oddi wrth Ruth Plant, Llywydd Undeb y Myfyrwyr

Helo bawb!

Fy enw yw Ruth Plant ac rwy'n Llywydd Undeb y Myfyrwyr yma ym Mangor! Rwyf yn yr ail flwyddyn o fy nghyfnod sabothol, ond fel chi, roeddwn yn fyfyrwr israddedig ym Mangor ac wedi mwynhau bob munud ohono ... gyda chymorth y gwasanaeth Anabledd. Mae Undeb Bangor yn cynnwys 5 swyddog etholedig a staff i sicrhau eich bod yn cael eich cynrychioli yn y brifysgol ym mhob agwedd, yn cynnwys cyfleoedd rydym yn eu cynnal fel chwaraeon, gwirfoddoli a chymdeithasau a sicrhau bod eich llais yn cael ei glywed mewn cyfarfodydd academiaidd. Mae Undeb yn gweithio'n agos gyda'r gwasanaeth Anabledd i sicrhau bod y cymorth sydd ei angen ar fyfyrwyr ar gael ac yn effeithiol. Yn yr Undeb mae gennym ddarpariaethau ar waith i helpu myfyrwyr, gan gynnwys:



Ruth

- **Cerdded a Siarad:** Mae hwn yn broiect gwirfoddoli sy'n eich galluogi i fynd am dro gyda chyfoedion a thrafod unrhyw beth a allai fod ar eich meddwl.
- **Cysylltu@Bangor:** Mae hwn hefyd yn broiect gwirfoddoli sy'n eich galluogi i wneud ffrindiau â phobl a all fod yn wynebu rhwystrau yn y brifysgol.
- **Y Wal Fawr Wen:** Rydym yn gweithredu system ar-lein o'r enw y Wal Fawr Wen sy'n eich galluogi i gael cyngor a siarad ag ymgynghorwyr ar-lein a thrwy negeseuon. Mae hwn yn ddarpariaeth rhwng cyfoedion y gallwch ei ddefnyddio'n gwbl rhad ac am ddim ac yn ddienw.
- **Sesiynau galw heibio gydag ymgynghorwyr iechyd meddwl:** Cynhelir y sesiwn galw heibio unwaith yr wythnos a gallwch ei defnyddio pan deimlwch fod ei hangen!

- **De-stresstival:** Rydym yn cynnal digwyddiadau ac ymgyrchoedd fel De-stresstival i'ch atgoffa i ofalu amdanoch eich hun a meddwl am eich lles trwy gydol y flwyddyn!
- **Ymgynghorydd astudiaeth achos:** Mae'r ymgynghorydd yn aelod staff a all eich helpu gydag unrhyw drafferthion neu rwystrau y gallech fod yn eu hwynebu yn y Brifysgol, gallant eich cyfeirio at y bobl angenrheidiol a'ch helpu bob cam o'r ffordd trwy fywyd prifysgol.
- **Staff cyfeillgar a hapus:** Mae gennym nifer o staff sydd wedi'u hyfforddi mewn cymorth cyntaf iechyd meddwl ac wedi cael hyfforddiant ymwybyddiaeth o hunanladdiad. Maent bob amser yn barod i gael sgwrs dros baned.

Mae'r Undeb yn gweithio gyda'r Gwasanaethau Anabledd i greu fideo a phecyn gwybodaeth sy'n egluro'r darpariaethau sydd ar gael a'r bobl orau i gysylltu â nhw. Os hoffech chi fod yn rhan o'r fideo hwn naill ai trwy gymryd rhan neu ei gynllunio gyda mi; cysylltwch â mi yn ruth.plant@undebbangor.com. Gallaf roi rhagor o wybodaeth i chi neu gallwn ni gael sgwrs am yr hyn fyddai'n ei olygu!

Os byddwch rywdro yn teimlo eich bod angen sgwrs, ffrind, cyngor, help neu rywle i ymlacio gyda phaned o de, dewch i Undeb y Myfyrwyr i gwrdd â'r staff a'r tîm sabothol! Rydym ar y 4^{ydd} llawr yn Pontio a gallwch ddod yma unrhyw bryd i weld beth y gallwn ni ei wneud i'ch helpu. Gobeithio y cewch chi amser anhygoel ym Mangor ond os oes angen unrhyw help ychwanegol arnoch, dewch i siarad â ni. Eich lles chi yw ein blaenoriaeth; gallwch ddod i siarad â ni am unrhyw faterion neu bryderon a all fod gennych felly mae croeso i chi gysylltu â ni. Y ffordd hawsaf i gael gwybod mwy amdanom ni yw mynd i'r wefan neu ein hychwanegu ni ar Facebook!



Undeb Bangor



Cyflwyniad i Mark Barrow, Is-lywydd Addysg, Undeb Bangor

Graddiodd Mark Barrow yn ddiweddar mewn Hanes gyda Newyddiaduraeth, ac fe'i hetholwyd gan y myfyrwyr i wasanaethu fel Is-Lywydd Addysg.

Yn ystod ei amser fel myfyriwr, bu Mark yn weithgar mewn nifer o wahanol swyddogaethau a gweithgareddau gydag Undeb y Myfyrwyr a'r Brifysgol. Bu'n Gynrychiolydd Cwrs am dair blynedd, ac yn ystod y cyfnod hwnnw trefnodd ddwy daith o dan arweiniad y myfyrwyr, i Berlin a Krakow, a Prague.

Tra bydd yn y swydd, mae Mark yn benderfynol o wella profiadau pob myfyriwr sydd yn y Brifysgol. Trwy wrando a dysgu gan y myfyrwyr, bydd Mark yn gweithio ar unrhyw bryderon neu gyngor a ddaw i'w ran.



Mark

Mae Mark yn bwriadu sefydlu ymgyrch rhag Aflonyddu Rhywiol, ar y cyd â Gwasanaethau'r Myfyrwyr, i ddiogelu ac amddiffyn myfyrwyr bregus, a sicrhau nad oes dim amwysedd.

Bydd yn gweithio gyda Swyddfa Dai'r Brifysgol i sicrhau bod y myfyrwyr yn cael cyngor da a chywir cyn iddynt lofnodi contract tai. Bydd sefydlu llwyfan i adolygu tai'n fodd i roddi cyngor o'r fath i'r myfyrwyr.

Mae Mark hefyd eisiau gweithio gyda system y Cynrychiolwyr Cwrs, er mwyn sicrhau bod Cynrychiolwyr y Cyrsiau'n rhoi cyfle ymarferol ac ystyrlon i holl fyfyrwyr eu Hysgolion.

Bydd ganddo bolisi 'drws agored', ac mae croeso i'r myfyrwyr ddod i siarad ag ef, a'r Undeb, fel y mynnant. Ei gyfeiriad e-bost yw mark.barrow@undebbangor.com



Dweud eich Dweud!

Llefydd Gwag ar y Gweithgor Anabledd ar gael i Fyfyrwyr

Mae'r Gweithgor Anabledd yn arolygu polisi a dull gweithredu Prifysgol Bangor tuag at fyfyrwyr anabl. Rydym yn croesawu cyfraniad myfyrwyr ac mae pedair swydd ar gael ar hyn o bryd. Cadeirydd y grŵp yw Maria Lorenzini, Cyfarwyddwr Profiad Myfyrwyr, ac mae'n atebol i'r Grŵp Tasg Gwasanaethau Myfyrwyr. O blith ein haelodau, mae cynrychiolwyr o Wasanaeth Anabledd, Ystadau, Iechyd a Diogelwch, Tiwtoriaid Anabledd, Tiwtoriaid Uwch, Gwasanaethau Llyfrgell, Gyrfaedd, Gwasanaethau TG ac Undeb y Myfyrwyr. Mae'r Grŵp yn cwrdd tair gwaith y flwyddyn; dyma ddyddiadau cyfarfodydd eleni:

10 Hydref 2 y.h.

6 Chwefror 2 y.h.

15 Mai 2 y.h.

Mae'r Gwasanaethau Anabledd hefyd yn cynnal cyfarfodydd dewisol ymlaen llaw, gyda lluniaeth ysgafn, i drafod eitemau'r agenda ac unrhyw faterion perthnasol eraill.

Gellir cael credydau Gwobr Cyflogadwyedd Bangor gyda'r cyfraniadau.

Os hoffech wirfoddoli i fod yn aelod o'r Grŵp, neu am ragor o wybodaeth, cysylltwch â

✉ gwasanaethanabledd@bangor.ac.uk neu ☎ 01248 383620 / 382032.

Proffil Myfyriwr: Nicola Brown – Principles of Clinical Neuropsychology MSc/PGDip/PGCert

Mae Nicola Brown yn byw yn Llanberis ac mi oedd yn astudio'n Coleg Menai cyn iddi ddôad i Fangor.

Beth wnaeth i chi benderfynu astudio'r cwrs hwnnw?

Fy niddordeb mawr mewn adferiad yn dilyn anaf i'r ymennydd.

Pam wnaethoch chi benderfynu astudio ym Mangor?

Dwi'n byw'n lleol ac roedd y staff (yn arbennig yn Brigantia) yn groesawus iawn.

Wnaethoch chi ddod i Ddiwrnod Agored? Beth wnaeth yr argraff fwyaf arnoch?

Do, a'r hyn wnaeth fwyaf o argraff arna i oedd sgwrs Yr Athro Thierry.



Nicola

Sut fywyd cymdeithasol sydd ym Mangor?

Ydych chi'n cymryd rhan mewn unrhyw gymdeithasau neu dimau chwaraeon? Amherthnasol

Beth ydych chi'n ei feddwl o fywyd ym Mangor a'r ardal gyfagos?

Dwi'n byw yn Llanberis lle mae gennym olygfeydd hynod hardd a thrawiadol.

Pa fath o gefnogaeth sydd yna i fyfyrwyr?

Mae cefnogaeth un-i-un wych i'ch chael gan y Gwasanaeth Dyslecsia.

Ydi astudio ym Mangor wedi rhoi unrhyw gyfleoedd penodol i chi?

O ydi, llawer iawn! Cefais gyfle i siarad yn The Royal Society of Medicine yn ddiweddar - fyddwn i erioed wedi cael y cyfle rhyfeddol yma oni bai i mi wneud fy nghwrs!

Pa gyngor fydddech chi'n ei roi i bobl sy'n meddwl gwneud cais i Fangor?

Gwnewch o! Mi wnes i ddal yn ôl am wahanol resymau, ond rŵan dwi wedi dod yma i astudio hwn oedd y penderfyniad gorau dwi erioed wedi'i wneud!

Beth yw'r uchafbwynt bod yn fyfyrwr ym Mangor?

Fy ngoruchwylwyr - maen nhw'n arbennig o gefnogol ac yn ysgogi rhywun i weithio.

Beth ydych chi wedi'i fwynhau'n arbennig am eich cwrs?

Modiwlau niwro glinigol ac ymddygiadol lle rydw i'n cael cyfle i gymryd rhan mewn gwirionedd. Bob wythnos mae rhywun yn dod i mewn i sgwrsio am eu cyflwr.

Beth yw'r peth anoddaf ynghylch bod yn fyfyrwr ôl-radd?

Cael hyd i amser i gymdeithasu efo ffrindiau, teulu etc. Ond mae gen i swydd a dwi'n gwirfoddoli'n rheolaidd, felly dydi o ddim yn syndod nad oes gen i amser ar ôl.

A wnaethoch gymryd rhan yng Ngwobr Cyflogadwyedd Bangor?

Do, fe wnes i hynny'r llynedd a chael fy rhoi ar restr fer am y wobwr rhagoriaeth.

Pa yrfa ydych chi eisiau ei chael ar ôl gorffen eich astudiaethau?

Niwroseicolegydd

Sut ydych chi'n meddwl y bydd y cwrs ym Mangor yn eich helpu?

Rydw i'n cael fy nysgu gan y goreuon yn y busnes!

Beth y byddwch yn ei golli fwyaf am Fangor pan fyddwch yn gadael?

Ellwch chi ddim cael gwared arna i mor hawdd â hynny!

Campws Byw



CAMPWS BYW
CAMPWSBYWBANGOR.CO.UK

PRIFYSGOL BANGOR UNIVERSITY

Cofiwch wisgo eich band neuaddau ar gyfer eich rhoddion! Gwelwch **Facebook** am fwy o fanylion

Cymryd rhan, cwrdd a ffrindiau newydd, tria' pethau newydd a cael hwyl!

DYNA BE MAE CAMPWS BYW YN EI OLYGU!

Dewch i Serendippedd a chyfarfod y Criw!

WWW.CAMPWSBYWBANGOR.CO.UK

Gwasanaeth Gyrfaoedd a Chyflogadwyedd



**Cyflawni drwy
Brofiad Gwaith**
**Achieve through
Work Experience**



- Ydych chi'n wynebu rhwystrau mewn perthynas ag anabledd?
- Oes gennych chi wahaniaeth dysgu penodol e.e. dyslecsia, dyspracsia, anhwylder diffyg canolbwyntio a gorfywio grwydd (ADHD)?
- Gennych chi anhawster iechyd meddwl?

Hoffech chi gael help gyda dod o hyd i brofiad gwaith perthnasol er mwyn datblygu eich sgiliau cyflogadwyedd? Ydych chi'n 24 oed neu iau? Os felly, mae'r Cynghorwyr Project GO Wales yma i helpu.

Gyda chefnogaeth ymgynghorydd, byddwn yn gweithio gyda chi wyneb yn wyneb, i edrych ar y dewisiadau gorau i chi o ran cyfleoedd profiad gwaith, eich cefnogi ar hyd y daith a'ch helpu i feithrin hyder.



Bydd y lleoliadau wedi'u teilwra i fod yn addas i chi, eich bywyd, eich astudiaethau ac ymrwymadau eraill sydd gennych. Gallant bara rhwng 1 a 20 diwrnod. Efallai hefyd y gallwch gael help gyda chostau teithio a chostau gofal plant os oes angen.

gowales@bangor.ac.uk - 01248 388159 - www.gowales.co.uk

Mae'r Tîm **GO Wales** ym Mangor wedi'u lleoli yn y Gwasanaeth Gyrfaoedd a Chyflogadwyedd, Neuadd Rathbone.

Gwobr Cyflogadwyedd Bangor

Yn ystod eich amser yn y Brifysgol, byddwch yn cael pob math o brofiadau newydd a gwahanol a fydd yn eich helpu i ddatblygu eich cyflogadwyedd. Yn amrywio o fyw'n annibynnol a dysgu sgiliau newydd trwy gyfrwng eich cwrs i gwblhau profiadau gwaith ac ymuno â chymdeithasau, mae'r rhain i gyd yn sgiliau a phrofiadau y bydd darpar gyflogwyr yn eu gwerthfawrogi!

Ym Mangor, gallwch gofnodi eich gweithgareddau allgyrsiol ar eich cyfrif cyflogadwyedd, y gellir mynd iddo trwy Fy Hwb Cyflogadwyedd ar FyMangor. Gall y gweithgareddau hyn gyfrif tuag at Wobr Cyflogadwyedd Bangor, a gallant hyd yn oed ymddangos ar eich trawsgrifiad academiaidd terfynol - yr HEAR.

Byddwch yn cael cymorth yn eich ysgol i ddechrau defnyddio'r Hwb (edrychwch am sesiynau cyflogadwyedd ar eich amserlen), ond gallwch hefyd ddechrau gyda sesiwn gynefino ar-lein ryngweithiol (y gallwch ei chwblhau yn eich amser eich hun) sy'n dweud wrthyfych y cyfan rydych angen ei wybod am Wobr Cyflogadwyedd Bangor.

Mae adnoddau yn yr Hwb ar gael mewn fformatau eraill, felly cysylltwch â ni os oes gennych ofynion penodol. Mae apwyntiadau unigol ar gael hefyd os hoffech drafod eich gweithgareddau neu os oes gennych unrhyw gwestiynau ynglŷn â sut i ddefnyddio'r system.

Mewngofnodwch i'r Hwb heddiw i ddechrau <https://my.bangor.ac.uk/employability>
Mae croeso i chi anfon e-bost atom yn employability@bangor.ac.uk os hoffech unrhyw gefnogaeth.



gcb bea
Gwobr Bangor
Cyflogadwyedd Employability
Bangor Award

Gwasanaethau Myfyrwyr

Student Services



PRIFYSGOL
BANGOR
UNIVERSITY

- Sgiliau a Chyflogadwyedd
- Cymorth Myfyrwyr
 - Tai Myfyrwyr
 - Cymorth Ariannol
 - Iechyd Myfyrwyr
 - Newid/Gadael Eich Cwrs
- Gwasanaethau Anabledd
 - Canolfan Asesu
 - Tîm Anabledd
 - Tîm Dyslecsia
 - Cyngorwyr Iechyd Meddwl
- Gwasanaeth Cyngori
- Gweinyddiaeth Myfyrwyr
- Ennyn Diddordeb Myfyrwyr

- Skills and Employability
- Student Support
 - Student Housing
 - Money Support
 - Student Health
 - Changing/Leaving Your Course
- Disability Services
 - Assessment Centre
 - Disability Team
 - Dyslexia Team
 - Mental Health Advisers
- Counselling Service
- Student Administration
- Student Engagement Unit

www.bangor.ac.uk/student-services
gwasanaethaumyfyrwyr@bangor.ac.uk
studentservices@bangor.ac.uk
01248 382024
Neuadd Rathbone
Ffordd y Coleg / College Road



Digwyddiad Drysau Agored 29 a 30 Medi – Castell Conwy



Bydd Castell Conwy'n cynnal digwyddiad Drysau Agored am ddim ar 29 a 30 Medi o 11.00am tan 4.00pm.

Cewch ragor o wybodaeth yn: <http://cadw.gov.wales/events/allevnts/open-doors-conwy-castle-2018/?skip=1&lang=cy>

Teithiau a digwyddiadau – yn agored i bob myfyriwr

[Rhaglen teithiau a digwyddiadau](#)

Am fwy o wybodaeth ewch i: <https://www.bangor.ac.uk/international/support/events/>

Ein Manylion Cyswllt

Pennaeth Gwasanaethau Anabledd

Carolyn Donaldson-Hughes

✉ gwasanaethanabledd@bangor.ac.uk

Rheolwr Tîm Dyslecsia

Jane Jones

✉ pss204@bangor.ac.uk

Uwch Gynghorwr Anabledd

Esther Griffiths

Cynghorwyr Anabledd Myfyrwyr

Ruth Coppell / Steph Horne

✉ cynghorwranabledd@bangor.ac.uk

Cynghorwyr Iechyd Meddwl

Fiona Rickard / Cheryl Parkinson /

Fiona Hill

✉ cynghorwriechydmeddwl@bangor.ac.uk

Cynghorwyr ADP

Andrea Reynolds / Rafaela Williams

✉ cynghorwrdyslecsia@bangor.ac.uk

Dylan Griffiths

Rheolwr Gwasanaeth Asesu

Asesu Anghenion Astudio

✉ canolfan_access@bangor.ac.uk

Asesu Diagnostic

✉ assessment@bangor.ac.uk

Cydlynnydd Cymorth Anfeddygol

Christine Roberts

✉ gwaithcefnogi@bangor.ac.uk

Gweinyddwr

Tracey Morris

✉ gwasanaethanabledd@bangor.ac.uk

Cynorthwydd Gweinyddol (gorchwyll
mamolaeth)

Charu Dada

✉ gwasanaethanabledd@bangor.ac.uk

☎ Charu neu Tracey ar 01248 383620 / 382032 neu ✉ gwasanaethanabledd@bangor.ac.uk i wneud apwyntiad.

Am fanylion am y gwasanaethau a ddarperir gan y Tîm Anabledd ewch at

<http://www.bangor.ac.uk/gwasanaethaumyfyrwyr/anabledd>

I wneud apwyntiad gyda'r Gwasanaeth Cynghori, ☎ Helen ar 01248 388520 neu

✉ cynghori@bangor.ac.uk

Os nad ydych am dderbyn copi o'r cylchlythyr chwarterol, anfonwch e-bost at:

gwasanaethanabledd@bangor.ac.uk

Cymeradwywyd gan y Corff Achredu Matrics

