

## **Yr Wyddgrug – gweithio tuag at ddod yn Dref sy'n Deall Dementia**

Fy enw yw Carol Heycocks ac rwy'n gynghorydd ar gyngor Tref yr Wyddgrug. Ddwy flynedd yn ôl darllenais erthygl yn y papur am dref, tua'r un maint a'r Wyddgrug, oedd yn gweithio tuag at ddod yn dref sy'n Deall Dementia.

Deuthum â'r syniad gerbron Cyngor Tref yr Wyddgrug i weld beth roedden nhw'n ei feddwl am wneud yr Wyddgrug yn Dref sy'n Deall Dementia, ac roedd pawb yn cytuno y byddai'n syniad da. Aeth fy ngŵr a minnau o amgylch y siopau a'r busnesau yn y dref i weld beth oedd barn pobl ac roedd y canlyniad yn gadarnhaol iawn.

Ffurfiwyd Grŵp Llywio o dan arweiniad Cydlynnydd Cymunedau Dementia Gyfeillgar Cymdeithas Alzheimer, ac felly nid oedd mwyach yn nwylo Cyngor y Dref, a dyma'r ffordd orau o wneud pethau. Cysylltwch â'ch Cymdeithas Alzheimer leol a all fod o gymorth mawr i'ch tywys yn y cyfeiriad iawn, a hefyd bydd ganddynt daflenni a llyfrynnau defnyddiol.

Mae'r Grŵp Llywio'n cynnwys deuddeg o bobl o bob cefndir, yn ein hachos ni dau Gynghorydd, dau reolwr siopau lleol, goruchwylydd cartref nyrsio, heddwas, gweithiwr swyddfa, aelod o Fyddin yr Iachawdwriaeth a thri o bobl wedi ymddeol - cyfuniad da iawn.

Rydym wedi cynnal nifer o gyfarfodydd Ymwybyddiaeth Dementia mewn caffis lleol a chael croeso mawr. Roedd y cyfarfodydd yn para tua awr ac yn cael eu cynnal am 5.30pm fel bod y gweithwyr siop yn gallu dod a ddim yn gorfod mynd adref a dod yn ôl eto.

Drafftiwyd ffurflen gan y Cydlynnydd Cymunedau i'r Grŵp Llywio i'w rhoi i'r amrywiol siopau a mudiadau. Mae'r rhain yn addunedu i wneud pump o'r eitemau ar y ffurflen i brofi eu bod yn deall Dementia - e.e. Darparu cadair neu le tawel lle y gall rhywun sy'n byw gyda dementia fynd gyda'u gofalwr neu gymryd pum munud bach - arwyddion da i doiledau / meysydd parcio gan wneud yn siŵr fod eu gweithwyr i gyd yn ymwybodol o ddementia - newid y mat wrth y drws (os mai un du ydyw, er enghraifft) gan y gall rhai pobl sy'n byw gyda dementia feddwl weithiau mai twll du yw hwn a gwrthod mynd i mewn i'r siop.

Pan mae'r gofynion hyn wedi cael eu cwblhau, bydd rhywun o'r Grŵp Llywio yn ymweld i sicrhau fod y gweithredoedd a nodwyd ar y ffurflen wedi cael eu cyflawni ac yn eu lle. Os felly, maent yn cael Tystysgrif Ymwybyddiaeth Dementia mewn ffrâm i'w dangos yn eu ffenestr / ar y cownter a sticer i'r ffenestr. Mae'r dystysgrif yn para am 12 mis ac yna rydym yn mynd trwy'r broses eto, oherwydd mae gweithio tuag ag ymwybyddiaeth dementia yn broses barhaus.

Byddwn bob amser yn gwneud cyflwyno'r tystysgrifau yn achlysur ac yn eu cynnal mewn rhywle lleol da gan ddarparu te/cacennau a cherddoriaeth a sicrhau amser da - rydym hefyd yn gwahodd y wasg sy'n rhoi sylw da i ni yn y papurau.

Rydym hefyd wedi gwneud cyflwyniadau i'r ysgolion i gyd, cynradd ac uwchradd; Cadetiaid yr Awyrlu a'r Fyddin, Rainbows a Brownies, Cyngor Tref yr Wyddgrug, yr

Orsaf Dân ac mewn ychydig wythnosau rydym yn gwneud cyflwyniad yn yr Eglwys yn ystod y gwasanaeth Sul. Nod hyn yw gwneud yn siŵr fod cynifer o bobl â phosibl yn ymwybodol o ddementia.

Mae'r Wyddgrug wedi ennill y statws o fod yn gweithio tuag at Dref sy'n Deall Dementia.

Gan Carol Heycocks, Ebrill 2017