












# Cymunedau sy'n Deall Dementia Gwent

## Sesiynau Cinio a Dysgu!

Mae Cymunedau Digidol Cymru a Chymunedau sy'n Deall Dementia Gwent wedi trefnu cyfres o sesiynau hyfforddiant RHAD AC AM DDIM. Mae'r sesiynau hyn i bobl sy'n byw gyda dementia, eu teuluoedd, eu plant, eu gofalwyr a gweithwyr proffesiynol, neu unrhyw un sy'n dymuno cael gwybod mwy am y modd y gallwn ni wella bywydau pobl sy'n byw gyda dementia trwy weithgareddau, offerynnau a dyfeisiau digidol.

### Sganiwch y codau QR i gadw lle nawr!

<p><b>Offer Digidol i Gefnogi Pobl sy'n Byw gyda Dementia</b> 7<sup>fed</sup> Chwefror 12:00 – 1:00</p> 	<p><b>Hygyrchedd Digidol</b> 6<sup>ed</sup> Mawrth 12:00 – 1:00</p> 
<p><b>Seinyddion a Dyfeisiau Clyfar</b> 3<sup>ydd</sup> Ebrill 12:00 – 1:00</p> 	<p><b>Atgofion</b> 1<sup>af</sup> Mai 12:00 – 1:00</p> 
<p><b>Storiau Digidol</b> 5<sup>ed</sup> Mehefin 12:00 – 1:00</p> 	<p><b>Iechyd a Lles Digidol</b> 3<sup>ydd</sup> Gorffennaf 12:00 – 1:00</p> 
<p><b>Apiau Synhwyraidd</b> 7<sup>fed</sup> Awst 12:00 – 1:00</p> 	<p><b>Ysbrydoli Gweithgareddau Digidol</b> 4<sup>ydd</sup> Medi 12:00 – 1:00</p> 
<p><b>Casglu Hanes Digidol</b> 2<sup>il</sup> Hydref 12:00 – 1:00</p> 	<p><b>Cyflwyniad i Ddiogelwch Ar-lein</b> 6<sup>ed</sup> Tachwedd 12:00 – 1:00</p> 
<p><b>Cadw mewn Cysylltiad</b> 4<sup>ydd</sup> Rhagfyr 12:00 – 1:00</p> 	

cysylltwch â [Erin.Roche@torfaen.gov.uk](mailto:Erin.Roche@torfaen.gov.uk)