

# Tactegau cyfathrebu

## Ar gyfer pobl â cholled clyw:

- Rhowch wybod i bobl bod gennych golled clyw fel eu bod yn ymwybodol o hynny.
- Gofynnwch i bobl eich wynebu pan fyddant yn siarad â chi – mae'n rhoi llawer o wybodaeth ychwanegol.
- Os oes gennych un glust sy'n clywed yn well na'r llall, ceisiwch wneud yn siŵr bod y glust hon yn wynebu'r sawl sy'n siarad.
- Gofynnwch i bobl gael eich sylw cyn siarad â chi.
- Peidiwch â bod ofn gofyn i bobl ailadrodd eu hunain.
- Symudwch yn agosach at y sawl sy'n siarad.

## Ar gyfer pobl sy'n siarad â rhywun sydd â cholled clyw:

- Siaradwch yn glir gan wynebu unrhyw un sy'n gwisgo cymhorthion clyw neu sydd â cholled clyw. Peidiwch â gorchuddio eich ceg.
- Peidiwch â gorliwio symudiadau'r geg, oherwydd gall hyn ei gwneud hi'n anoddach i rywun ddarllen eich gwefusau.
- Ceisiwch gael sylw'r unigolyn cyn siarad ag ef/hi.
- Defnyddiwch fynegiant wyneb ac ystumiau naturiol.
- Os bydd rhywun yn gofyn i chi ailadrodd eich hun, ystyriwch aralleirio'r hyn y gwnaethoch ei ddweud yn hytrach na dweud yr un peth neu weiddi.
- Chwiliwch am rywle addas i siarad lle mae digon o olau a chyn lleied â phosibl o sŵn cefndir.



I gael rhagor o gymorth, sganwch y cod QR neu ewch i'n porth cymorth i gleifion yn: [danalogic.co.uk/patient-portal](https://danalogic.co.uk/patient-portal)