

Dydy pethau byth yn syml

Cwrdd ag anghenion amrywiol

Seiat ddysgu ar-lein gydag Alcohol Change UK

Ar ddau fore

Dydd Mercher 14 Hydref a Dydd Iau 15 Hydref 2026



Diwrnod 1		
Amserau	Siaradwyr	Pynciau
10.00 tan 10.05	Andrew Misell Alcohol Change UK	Croeso i Ddiwrnod 1
10.05 tan 10.35	Laura Weightman Siarad o brofiad personol	Golwg bersonol ar alcohol a gwellhad
10.35 tan 11.05	Charlotte Hazell-Caldwell Y Ganolfan Genedlaethol ar Gyfer Trais Domestig	Alcohol a thrais domestig: Yr hyn mae eisiau i wasanaethau ei wybod
11.05 tan 11.15	Egwyl ddeg munud	
11.15 tan 11.45	Kendra Schneller Ymddiriedolaeth Ysbytai Guy a Sant Thomas	O'r Ardd i'r Bwrdd: Hybu lles ac iechyd meddwl trwy arddio, coginio a bwyta
11.45 tan 12.15	Tess Falzon Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda	Cymorth i beidio ag ysmegu i bobl sy'n derbyn triniaeth am alcohol a chyffuriau eraill
12.15 tan 12.25	Egwyl ddeg munud	
12.25 tan 12.55	I'w chadarnhau Yvonne Norris Prifysgol Metropolitan Manceinion	Menywod yn cynnal sobrwydd ar-lein
12.55 tan 13.00	Andrew Misell Alcohol Change UK	Cloi Diwrnod 1 ac edrych ymlaen at Ddiwrnod 2

Diwrnod 2		
Amserau	Siaradwyr	Pynciau
10.00 tan 10.05	Andrew Misell Alcohol Change UK	Croeso i Ddiwrnod 2
10.05 tan 10.35	Cyfweliad wedi'i recordio Aaron Davies Siarad o brofiad personol	"Roedden nhw'n methu credu 'mod i'n fyw": Gwella o strôc sydd wedi'i achosi gan alcohol
10.35 tan 11.05	Mushtaq Dakri Prosiect Spinney Hill	Gwersi Caerlŷr: Creu cysylltiadau mewn poblogaeth amrywiol

11.05 tan 11.15	Egwyl ddeg munud	
11.15 tan 11.45	Chris Dunbar Birmingham LGBT	Cymorth agored a hawdd-ei-gael ynglŷn â sylweddau i bobl LHDTC+
11.45 tan 12.15	Ben Metcalfe Gwasanaeth Cyswllt Diagnosis Deuol Manceinion	Ymestyn ar draws ffiniau: Gwaith aml- asiantaeth rhwng gwasanaethau iechyd meddwl a gwasanaethau alcohol a chyffuriau
12.15 tan 12.25	Egwyl ddeg munud	
12.25 tan 12.55	Vanessa Townsend Brynawel Rehab	Gwella o niwed alcohol i'r ymennydd (ARBD)
12.55 tan 13.00	Andrew Misell Alcohol Change UK	Cloi