Hawdd ei Ddeall

Gogledd Cymru Gyda'n Gilydd
North Wales Together
Gwasanaethau Ddi-dor i bobl ag Anableddau Dysgu
Seamless services for people with Learning Disabilities

Hawdd ei Ddeall Cymru
Easy Read Wales

Helpu eich batri i bara'n hirach

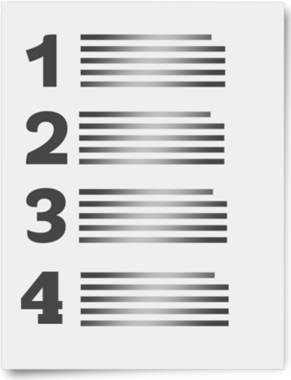
Mae'r daflen hon ynglŷn â gwneud i'ch batri bara a chael gwared â phroblemau gyda'ch cymorth clywed

Sut i wneud i'ch batri bara'n hirach?

Os gadewch chi eich batris ymlaen, byddan nhw'n darfod yn gyflym.

Os byddwch chi'n eu diffodd, byddan nhw'n para'n hirach.

Mae ffyrdd eraill o'u helpu i bara'n hirach hefyd.



Dyma rai awgrymiadau

Cyn newid y batri yn eich cymorth clywed:

1. Golchwch eich dwylo. Gall saim neu faw wneud i'ch batri ddarfod yn gynt.

2. Dewiswch eich batris hynaf yn gyntaf.

3. Tynnwch y sticer.

4. Gadewch y batri am bum munud ar ôl tynnu'r sticer. Gall hyn wneud i'ch batri bara rhwng dau a phedwar diwrnod yn hirach.

Pan nad ydych chi'n defnyddio'r cymorth clywed, diffoddwch o. Gwnewch hyn trwy agor daliwr y batri.

Trwy wneud hyn dydy'r batri ddim yn cael ei ddefnyddio. Mae hefyd yn ychwanegu aer.

Cadwch eich batris mewn lle sych, lled oer. Neu ar dymheredd ystafell.

Cael gwared â phroblemau cyffredin

Os nad yw eich cymorth clywed yn gweithio:

- Gwnewch yn siŵr fod eich batri i mewn yn iawn.
- Ceisiwch roi batri newydd i mewn.
- Gwnewch yn siŵr nad yw'r **mowld clust** yn llawn o gŵyr.
- Gwnewch yn siŵr nad oes dŵr yn y tiwb.
- Gwnewch yn siŵr nad yw'r tiwb wedi cordeddu, wedi ei wasgu neu ei dorri.
- Os oes gan eich cymorth clywed **fotwm rhaglen**, diffoddwch o ac wedyn ei roi ymlaen eto.

Os yw eich cymorth clywed yn chwibanu neu'n suo wrth i chi ei wisgo, edrychwch i weld:

- A yw **mowld y glust** i mewn yn eich clust yn llwyr.
- Nad oes gennych chi ormod o gŵyr yn eich clustiau. Gofynnwch i'ch meddyg edrych.
- A oes gennych chi raglen 'Telecoil'. Diffoddwch y cymorth ac wedyn ei roi ymlaen eto.

Os ydych chi'n dal i gael problemau ar ôl edrych ar y pethau hyn, cysylltwch â'r **Adran Glywedeg.** Y gweithwyr iechyd a roddodd eich cymorth clywed i chi yw'r rhain.