



Dydd Iau 2 Gorffennaf 2026
Gwesty'r Leonardo, Caerdydd

Sylwer: Darperir bwyd a diod a gellir cyrchu'r gynhadledd wyneb yn wyneb ac ar-lein.

AGENDA

AMSER	PWNC	SIARADWR
10:30am	Cyrraedd y lleoliad (Bydd stondinau arddangoswyr yn y lleoliad i'r rhai sy'n dymuno cyrraedd o 10:30am)	
11:00am	Croeso a chyflwyniad i'r fforwm	<i>Cynrychiolwyr y fforwm</i>
11:10am	Hanes iechyd meddwl yng Nghymru	<i>Archifau Cenedlaethol</i>
11:20am	Fy mhrofiadau personol a'r hyn sydd angen newid	<i>Sharon Phillips, Aelod o'r Fforwm</i>
11:30am	Mae ein straeon wedi'u digideiddio	<i>Sally a Helen, Aelodau'r Fforwm</i>
11:45am	Taith y Canllawiau Cenedlaethol - ein lansiad	<i>Sharon / Ruth</i>



Dydd Iau 2 Gorffennaf 2026
Gwesty'r Leonardo, Caerdydd

Sylwer: Darperir bwyd a diod a gellir cyrchu'r gynhadledd wyneb yn wyneb ac ar-lein.

AGENDA

AMSER	PWNC	SIARADWR
12:30pm	Cinio a stondinau arddangoswyr [45 munud]	
1:15pm	Prif siaradwr: Justine Jones	<i>Justine Jones</i>
2:00pm	Perfformiad byw Hijinx	<i>Hijinx</i>
2:30pm	Egwyl cysur a stondinau arddangoswyr [15 munud]	



Dydd Iau 2 Gorffennaf 2026
Gwesty'r Leonardo, Caerdydd

Sylwer: Darperir bwyd a diod a gellir cyrchu'r gynhadledd wyneb yn wyneb ac ar-lein.

AGENDA

AMSER	PWNC
3:00pm	Grwpiau torri allan, wedi'u hwyluso gan Gareth, Aelod o'r Fforwm
	<p>Sut ydych chi'n mesur effaith stigma a beth fydddech chi'n ei newid?</p> <p>Deall yr effaith:</p> <ul style="list-style-type: none">Sut olwg sydd ar effaith stigma ym mywydau beunyddiol pobl? <p>Mesur effaith:</p> <ul style="list-style-type: none">Pa ddangosyddion neu dystiolaeth sy'n dangos effeithiau stigma orau? <p>Creu newid:</p> <ul style="list-style-type: none">Pa newid unigol fyddai'n cael yr effaith fwyaf ar leihau stigma? <p>Rhwystrau i gymryd rhan mewn gwasanaethau a beth allwn ni ei wneud i'w goresgyn?</p> <p>Nodi rhwystrau:</p> <ul style="list-style-type: none">Beth yw'r rhwystr mwyaf sy'n atal pobl rhag cael mynediad at wasanaethau? <p>Deall y profiad:</p> <ul style="list-style-type: none">Beth sy'n gwneud i bobl deimlo eu bod yn cael eu croesawu, eu deall, ac yn barod i ymgysylltu? <p>Atebion a gwelliannau:</p> <ul style="list-style-type: none">Pa gamau ymarferol y gallai gwasanaethau eu cymryd i wella ymgysylltiad?



Dydd Iau 2 Gorffennaf 2026
Gwesty'r Leonardo, Caerdydd

Sylwer: Darperir bwyd a diod a gellir cyrchu'r gynhadledd wyneb yn wyneb ac ar-lein.

AGENDA

AMSER	PWNC
	<p>Beth yw eich profiad personol eich hun o stigma?</p> <p>Reflecting on experiences:</p> <ul style="list-style-type: none">• Allwch chi rannu profiad lle mae stigma wedi effeithio arnoch chi neu rywun agos atoch chi? <p>Ffynonellau a gosodiadau:</p> <ul style="list-style-type: none">• Ble ydych chi'n meddwl bod stigma yn cael ei weld fwyaf cyffredin? <p>Dysgu a symud ymlaen:</p> <ul style="list-style-type: none">• Beth hoffech chi i eraill ei ddeall am effaith stigma o'ch profiad?
3:45pm	Diwedd y gynhadledd



Dydd Iau 2 Gorffennaf 2026 Gwesty'r Leonardo, Caerdydd

Sylwer: Darperir bwyd a diod a gellir cyrchu'r gynhadledd wyneb yn wyneb ac ar-lein.



**Sganio cod QR i roi adborth
ar y gynhadledd**