



Creu gwefannau i bobl â dementia

Negeseuon allweddol

- Mae mwy a mwy o bobl â dementia yn troi at y rhyngrwyd i gael gwybodaeth
- 'Dydyn ni ddim yn gwybod popeth – 'does dim byd gwell na gofyn i bobl â dementia brofi cynllun gwefannau
- Mae'r iaith a ddefnyddir yr un mor bwysig â'r cynllun

Pam cynnwys pobl â dementia wrth gynllunio gwefan?

Mae llawer o bobl yn ei chael hi'n anoddach defnyddio cyfrifiaduron a'r rhyngrwyd wrth i'w dementia ddatblygu.

Ond bydd nifer gynyddol o bobl yn troi at y rhyngrwyd os ydynt yn poeni am eu cof.

Mae llawer o wefannau sydd yn darparu gwybodaeth am ddementia a'r cymorth sydd ar gael i bobl â dementia a'u teuluoedd.

Mae gweithwyr cymorth proffesiynol a theuluoedd yn defnyddio'r rhyngrwyd i ganfod gwybodaeth i'w dangos i unigolyn â dementia. Fe allen nhw ddangos y wybodaeth ar sgrin neu ei brintio.

'Roedd wedi'i anelu ataf i, ond fe fethon nhw'r targed'

Mae llawer o wefannau'n cynnwys gwybodaeth a chyngor defnyddiol i bobl â dementia. Ond os nad yw pobl â dementia'n gallu dod o hyd i'r wybodaeth neu ei deall, mae'n ddiwerth.

Mae pobl yn gwneud ymdrech i ddod o hyd i wefan. Pan fyddan nhw arni, mae angen iddi fod yn hawdd i'w defnyddio ac yn ddiddorol.

Cynnwys

- Mae'n rhaid i bwrpas y wefan a sut i'w defnyddio fod yn eglur.
- Mae'n rhaid i'r cynnwys fod yn ddiddorol a dal sylw pobl.
- Mae hanesion ac awgrymiadau gan bobl â dementia eu hunain yn ddefnyddiol iawn.
- Dylai'r testun fod yn fyr (gan gynnwys dogfennau i'w brintio, fel rhai PDF).

Iaith

Mae'r iaith a ddefnyddir ar wefannau yn bwysicach hyd yn oed na'r iaith a ddefnyddir mewn deunyddiau wedi'u brintio (gweler Ysgrifennu gwybodaeth sy'n dementia-gyfeillgar).

Mae angen i'r testun fod mor hawdd i'w ddeall â phosibl.

- Defnyddiwch iaith eglur, uniongyrchol.
- Dylech osgoi jargon neu iaith sy'n rhy technegol neu wyddonol.
- Dylech osgoi defnyddio talfyriadau.
- Gall rhai termau – fel 'gofal', 'gwasanaethau', 'adnoddau' a 'pholisi' – fod yn annymunol neu'n ddryslyd i lawer o bobl.

Dod o hyd i wybodaeth

Fel arfer, mae gwefannau'n dibynnu ar benawdau sy'n gweithredu fel dolenni er mwyn i bobl ddod o hyd i wybodaeth.

Felly, mae angen i'r iaith a ddefnyddir mewn penawdau fod yn eglur a syml iawn.

Mae'r geiriau a ddefnyddir mewn penawdau a dolenni ar wefannau allan o gyd-destun. Nid ydynt yn rhan o frawddeg neu baragraff sy'n esbonio rhywbeth, felly maen nhw'n fwy anoddach i'w deall.

- Gallai ymadroddion fel ‘cymryd rhan’ olygu rhywbeth i bobl sy’n gweithio i elusennau, yn gwirfoddoli iddynt neu’n codi arian iddynt, ond nid ydynt yn debygol o olygu llawer i bobl â dementia.
- Dylech osgoi ymadroddion sy’n rhy gyffredinol, fel ‘cynllunio o flaen llaw’. Mae’n bosibl na fydd pobl yn deall yr union ystyr.
- Dylech osgoi geiriau neu ymadroddion nad oes ganddynt ystyr eglur: er enghraifft, gall y geiriau ‘gwasanaethau’ ac ‘adnoddau’ gael eu defnyddio mewn llawer o wahanol ffyrdd.
- Byddwch yn fanwl gywir – er enghraifft, a yw ‘newyddion’ yn golygu newyddion am y sefydliad, newyddion am ddementia neu newyddion cyffredinol, gan y BBC, dyweder?
- Dylech osgoi penawdau sy’n rhy debyg i’w gilydd e.e. ‘Dementia cynnar’ a ‘Byw gyda dementia cynnar’.

Cynllun

- Defnyddiwch testun faint mawr.
- Defnyddiwch deip trwm a lliw i amlygu gwybodaeth bwysig.
- Defnyddiwch gefndir plaen er mwyn osgoi tynnu’r sylw.
- Dylech osgoi defnyddio llawer o wahanol ffontiau a dyluniadau ffansi a allai fod yn ddryslyd.
- Gwnewch yn siŵr fod dolenni i dudalennau eraill yn eglur.
- Defnyddiwch ddarnau cryno o destun fel nad oes angen i bobl sgrolio i lawr.
- Gwnewch yn siŵr ei bod hi’n amlwg sut i ddychwelyd i ddechrau’r wefan.

Defnyddio lluniau

Gall lluniau wneud i wefan edrych yn fwy atyniadol a chroesawgar.

Ond dylid bod yn ofalus wrth ddefnyddio lluniau:

- Mae lluniau’n gallu bod yn ddryslyd a thynnu’r sylw.
- Mae angen i luniau fod yn ystyrlon a pherthnasol.
- Mae angen i luniau fod yn syml a diddorol.

Sut i gynnwys grwpiau DEEP / pobl â dementia wrth gynllunio gwefan

Nid oes angen i'r broses o gynnwys pobl â dementia wrth gynllunio gwefan fod yn anodd neu'n ddiflas.

Nid oes angen i bobl edrych ar syniadau ar gyfer cynllun gwefan ar sgrin gyfrifiadur o reidrwydd. Gallwch brintio rhannau o'r cynllun neu'r testun arfaethedig.

Y peth pwysicaf yw gofyn i bobl am y penawdau a'r dolenni. Gofynnwch i bobl beth maen nhw'n credu mae'r penawdau'n ymwneud ag ef.

Gofynnwch i bobl am ddelweddau y gellid eu defnyddio. Gwnewch yn siŵr fod y lluniau'n hawdd i'w ddeall ac nad ydynt yn achosi dryswch.

Yn aml, bydd pobl sydd yng nghanau cynnar dementia yn fodlon edrych ar ddarnau o destun a gwneud sylwadau ar ba mor rhwydd ydynt i'w deall.

Crëwyd y canllaw hwn
gyda chymorth Educate
(Stockport) a Young
Dementia UK

Nod canllawiau **DEEP** yw cynorthwyo pobl â dementia i gymryd rhan. Mae rhai wedi'u bwriadu ar gyfer grwpiau **DEEP**, tra bod eraill wedi'u bwriadu ar gyfer sefydliadau sydd eisiau gweithio'n dda gyda phobl â dementia. Maen nhw i gyd wedi cael eu cydgyhyrchu gyda phobl â dementia a byddan nhw'n cael eu diweddarau'n rheolaidd drwy gydol y prosiect. Croesawir awgrymiadau ar gyfer canllawiau newydd – **cysylltwch â Rachael Litherland yn Innovations in Dementia: e-bost rachael@myid.org.uk neu ffôn 01392 420076**