Gwybodaeth i bobl ag awtistiaeth am faterion yn ymwneud â'r synhwyrau

Gobeithio y bydd eich ymweliad â Chynulliad Cenedlaethol Cymru yn gyfforddus. Cyn ichi gyrraedd, rydym am sôn am ambell beth a allai greu trafferth ichi.

Cynulliad Cenedlaethol Cymru yw'r corff sy'n cael ei ethol yn ddemocrataidd i gynrychioli buddiannau Cymru a'i phobl, i ddeddfu ar gyfer Cymru ac i ddwyn Llywodraeth Cymru i gyfrif.

Mae gan Gynulliad Cenedlaethol Cymru dri adeilad, sef y Senedd, y Pierhead a Thŷ Hywel. Dim ond yng nghwmni aelod o'n staff y cewch fynd i rai mannau.

Diogelwch:

Mae trefniadau diogelwch ar waith yn y Senedd ac yn Nhŷ Hywel. Wrth ichi gyrraedd, bydd yn rhaid ichi fynd drwy'r system diogelwch. Mae'n bosibl y bydd swyddog heddlu wrth y ddesg diogelwch hefyd. Bydd angen ichi wagu'ch pocedi a rhoi popeth mewn blwch, a rhoi'ch côt a'ch bag drwy'r peiriant sganio. Cewch eich eiddo'n ôl yr ochr arall i'r peiriant sganio. Ni chewch ddod â rhai eitemau, fel cyllyll, gynnau neu sisyrnau i'r adeilad. Caiff eitemau o'r fath eu cymryd oddi arnoch a'u rhoi'n ôl ichi, os bydd hynny'n briodol, wrth ichi adael yr adeilad.

Bydd angen ichi gerdded drwy fwa. Mae'n bosibl y bydd yn canu os oes gennych unrhyw beth wedi'i wneud o fetel. Os yw'n canu, bydd angen ichi sefyll ar fat arbennig lle bydd swyddog diogelwch yn symud ffon o gwmpas eich corff i weld beth oedd yn gyfrifol am wneud i'r larwm ganu. Ni ddylai'r ffon gyffwrdd â'ch corff.

Os oes gennych chi, neu rywun sy'n ymweld gyda chi, awtistiaeth, gallwch ofyn i'r swyddogion ddiffodd y sŵn.

Pethau eraill i'w nodi

– Ym mhob un o'n hadeiladau, mae'n bosibl y bydd pethau eraill a all greu trafferth ichi.

Golwg

– Os nad ydych yn gyfforddus mewn lleoedd uchel, mae'n bosibl y byddwch yn teimlo'n benysgafn wrth edrych dros y balconïau ym mhob un o'n hadeiladau.

Synau

– Mae cloch y Cyfarfod Llawn yn canu am 13.25 a13.30 yn ystod y tymor pan gynhelir busnes y Cynulliad. Hon yw'r gloch sy'n galw'r Aelodau i'r Siambr i bleidleisio. Mae'r gloch yn uchel iawn. Os ydych yn orsensitif i sŵn, efallai y dylech drefnu'ch ymweliad i wneud yn siŵr eich bod yn osgoi cloch y Cyfarfod Llawn. Gallwch wrando ar y sŵn ar ein gwefan.

– Sŵn y larwm tân yn canu / prawf larwm tân. I wneud yn siŵr bod y system yn gweithio, caiff y larwm tân ei ganu yn y Senedd ar fore dydd Llun, Mawrth a Mercher am 8.45, yn y Pierhead ar fore dydd Llun am 9.30 ac yn Nhŷ Hywel ar fore dydd Llun am 9:00. Os ydych yn orsensitif i sŵn, efallai y dylech drefnu'ch ymweliad i wneud yn siŵr eich bod yn osgoi sŵn y larwm tân. Gallwch wrando ar y sŵn ar ein gwefan.

– Sŵn gwaith adeiladu neu waith cynnal a chadw, fel drilio.

– Sŵn y llais sain yn y lifft, yn enwi'r gwahanol loriau.

– Caiff amrywiaeth o ddigwyddiadau eu cynnal yn ein hadeiladau felly gallant fod yn lleoedd prysur a swnllyd iawn.

– Mewn rhai mannau, mae'n bosibl y caiff ffilm a/neu draciau sain eu chwarae a gall y rhain fod yn swnllyd.

– Trolïau bwyd / arlwyo. Wrth i droli gael ei wthio, mae modd clywed sŵn yr olwynion ar y llawr llechi'n atseinio drwy'r Senedd.

– Bleindiau yn y Senedd yn agor ac yn cau'n awtomatig

– Mae setiau teledu wedi'u gosod o amgylch yr adeilad.

Arogleuon

– Arogl paent, os yw'r adeilad yn cael ei addurno.

– Arogl nwyddau glanhau. Fodd bynnag, nid yw'r nwyddau rydym yn eu defnyddio'n cynnwys llawer o docsinau.

– Arogl bwyd mewn rhai mannau.

Cyffwrdd

– Mae ysgwyd llaw â phobl yn arfer cyffredin ac mae'n bosibl y byddai disgwyl ichi wneud hynny. Rhowch wybod inni os nad ydych yn dymuno ysgwyd llaw.

– Mae'n bosibl y byddwch yn gweld gwaith celf ar y waliau. Ni chewch gyffwrdd â'r gwaith celf hwn.

Golau

– Mae'n bosibl y gwelwch wahaniaeth mawr yn y golau wrth fynd i mewn i rai ystafelloedd. Mewn rhai ystafelloedd, gall y golau newid tra byddwch ynddynt. Mae rhai ystafelloedd yn olau iawn. Gall rhai ystafelloedd fod yn dywyll iawn.

Cyfleusterau eraill

– Mae gwahanol fathau o doiledau ar gael. Mae'r sychwyr dwylo yn y toiledau'n swnllyd iawn.

– Mae gennym systemau dolen sain ar gyfer pobl sy'n fyddar neu sy'n defnyddio cymorth clyw.

Os byddwch yn teimlo bod angen ichi fynd i le tawel tra byddwch yn ymweld â'r Cynulliad, holwch un o'r staff a fydd yn eich tywys i'r ystafell dawel, lle gallwch eistedd a gorffwys nes byddwch yn teimlo'n well.

Os hoffech ragor o wybodaeth am y digwyddiadau a fydd yn cael eu cynnal ar ddiwrnod eich ymweliad, trefnu i ymweld ymlaen llaw pan fydd yn dawel neu drafod materion yn ymwneud â'r synhwyrau, ffoniwch y Llinell Wybodaeth ar 0845 010 5500 / 01492 523 200 neu e-bostiwch **gwybodaeth@wales.gov.uk** neu llenwch yffurflen ar-leinhon.