



Newidiadau ar waith
o 17 Tachwedd 2020



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd
Addysgu Powys
Powys Teaching
Health Board

Mae Ysbyty Neuadd Nevill yn newid: Beth mae hyn yn ei olygu i fi?



Gwnewch yn siŵr eich bod yn gwybod am eich opsiynau gofal iechyd pan fydd Ysbyty Neuadd Nevill yn newid ar 17 Tachwedd 2020.



FFONIWCH 999 neu ewch i'r Adran Damweiniau ac Achosion Brys agosaf

os oes gennych chi neu eich plentyn salwch sy'n bygwth bywyd neu anaf difrifol. Gwnewch yn siŵr eich bod yn gwybod ble fydd eich Adran Damweiniau ac Achosion Brys agosaf o 17 Tachwedd 2020.

Fy Adran Damweiniau ac Achosion Brys agosaf yw: _____
Ffôn: _____



FFONIWCH 111 neu ewch i UNED MÂN ANAFIADAU

os oes gennych chi neu eich plentyn fân anaf.

- I blant dan 2 oed sydd â man anaf, ewch i Adran Damweiniau ac Achosion Brys
- I oedolion a phlant dros 2 oed sydd â mân anaf, ewch i Uned Mân Anafiadau

Fy Uned Man Anafiadau yw: _____ Ffôn: _____



Cysylltwch â'ch MEDDYG TEULU

os oes gennych chi neu eich plentyn salwch neu bryder nad yw'n berygl uniongyrchol i fywyd.



Siaradwch â'ch BYDWRAIG YM MHOWYS

am eich opsiynau geni.
Gallwch gysylltu â'ch bydwraig ym Mhowys mewn argyfwng ar 01874 622443.



Ffoniwch GIG 111 neu ewch i www.111.wales.nhs.uk

os ydych chi neu eich plentyn yn sâl, os nad ydych yn siŵr beth i'w wneud a bod angen help arnoch. Gallwch hefyd ffonio 111 am ofal Meddyg Teulu brys pan fydd eich meddygfa eich hun ar gau.



Trefnwch driniaeth GARTREF neu cysylltwch Â'CH FFERYLLYDD

os oes gennych chi neu eich plentyn fân salwch neu anhwylder, fel gwddwg tost, peswch, llid ar y croen neu fân salwch cyffredin.

I ddod o hyd i'ch Adran Damweiniau ac Achosion Brys neu Uned Mân Anafiadau (UMA) agosaf ewch i dudalen 20.
I gael rhagor o wybodaeth, ewch i www.biap.gig.cymru/neuadd-nevill

Dilynwch ni i gael y wybodaeth ddiweddaraf:

 @BIAPiechyd  www.facebook.com/PTHBhealth

Rhagair

O 17 Tachwedd, mae'r gwasanaethau yn Ysbyty Neuadd Nevill yn newid. Gallai'r newidiadau hyn effeithio arnoch chi os taw Ysbyty Neuadd Nevill yw eich Ysbyty Cyffredinol agosaf.

Daw'r newidiadau hyn gan fod Ysbyty Athrofaol y Faenor, ger Cwmbân, wedi agor pedwar mis yn fuan. Mae'r ysbyty wedi'i hagor yn gynnar i sicrhau bod ein GIG yn barod ar gyfer yr heriau COVID-19 ychwanegol y gaeaf hwn.

Bydd Nevill Hall yn parhau i gynnig amrywiaeth eang o apwyntiadau cleifion allanol, diagnosteg a gweithdrefnau cynlluniedig. Ond ni fydd bellach yn cynnig gwasanaethau damweiniau ac achosion brys dan arweiniad meddyg ymgynghorol, gwasanaethau mamolaeth a newyddenedigol dan arweiniad meddyg ymgynghorol na gwasanaethau plant dan arweiniad meddyg ymgynghorol. Bydd y gwasanaethau hyn yn parhau i fod ar gael i chi mewn ysbytai eraill yma yng Nghymru ac mewn siroedd ffiniol yn Lloegr.

Er enghraifft, i'r rhan fwyaf o bobl, os mai Nevill Hall yw eu hysbyty Damweiniau ac Achosion Brys agosaf ar hyn o bryd, eu hysbyty agosaf yn y dyfodol fydd Ysbyty'r Tywysog Siarl (Merthyr Tudful).

Hoffwn eich sicrhau mai eich iechyd d'ch lles chi yw ein blaenoriaeth ac y cewch y driniaeth orau o hyd, ond gallai hyn fod yn rhywle gwahanol. Rydym wedi llunio'r llyfryn gwybodaeth hwn i sicrhau y gallwch gael y gofal cywir, ar yr adeg gywir, yn y lle cywir.

Diolch i chi am ddeall ac am bopeth rydych chi'n ei wneud i ddiogelu Cymru.

Yr Athro Vivienne Harpwood
Cadeirydd, Bwrdd Iechyd Addysgu Powys

Carol Shillabeer
Prif Weithredwr, Bwrdd Iechyd Addysgu Powys

Cynnwys

Pa newidiadau sy'n digwydd yn Ysbyty Neuadd Nevill?	04
Gofalu am fy mhlentyn	06
Sut ydw i'n cael gafael ar ofal iechyd mewn argyfwng?	08
Eich dewisiadau geni	10
Beth sy'n digwydd i ofal cynlluniedig?	11
Gwasanaeth Ambiwlans Cymru	12
Ambiwlans Awyr 24/7	13
Rhwydwaith Trawma Mawr De Cymru	14
Gofal a Chymorth Lleol	15
Rôl y trydydd sector	16
Gwasanaethau'r Cyngor	18
Sut gallwn ddiogelu Cymru	19
Map o wasanaethau	20

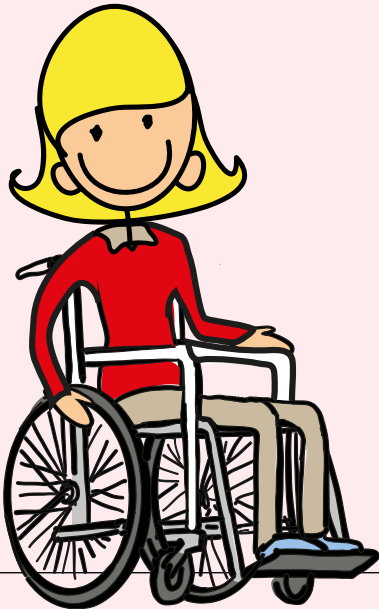
Pa newidiadau sy'n digwydd yn Ysbyty Neuadd Nevill?

Mae Ysbyty Neuadd Nevill yn newid ar 17 Tachwedd 2020.

Mae Ysbyty Neuadd Nevill yn y Fenni yn newid ar 17 Tachwedd 2020. Mae hyn gan fod Ysbyty'r Faenor yn agor yn gynnar i helpu'r GIG i ymateb i bwysau'r gaeaf ac ail don bosib o COVID-19. Bydd llawer o'r gwasanaethau rydych chi'n eu cael yn Ysbyty Neuadd Nevill yn aros yr un peth. Ond gallai rhai newidiadau pwysig effeithio ar sut rydych yn cael mynediad i rai gwasanaethau iechyd yn y dyfodol.

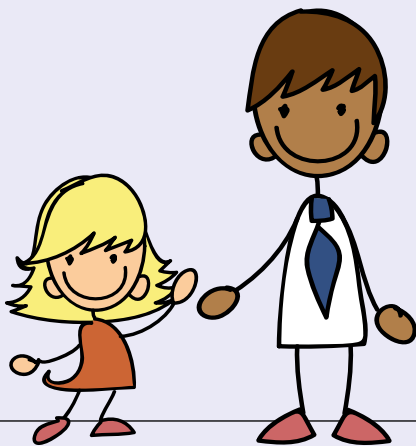
Mae'r newidiadau hyn yn effeithio'n bennaf ar wasanaethau damweiniau ac achosion brys dan arweiniad meddyg ymgynghorol, llawdriniaethau cymhlethach (e.e. pan mae angen aros dros nos), gwasanaethau mamolaeth a newyddenedigol dan arweiniad meddyg ymgynghorol, a gwasanaethau plant dan arweiniad meddyg ymgynghorol. Bydd ysbyty Nevill Hall yn parhau i ddarparu gofal o'r radd flaenaf i drigolion De a Chanolbarth Powys pan fydd Ysbyty Athrofaol y Faenor yn agor ar 17 Tachwedd.

Mae gwaith yn mynd rhagddo ar achos busnes i sefydlu uned radiotherapi yn Ysbyty Neuadd Nevill, wedi'i rhedeg gan Ymddiriedolaeth GIG Felindre. Os caiff ei chymeradwyo, byddai hyn yn darparu triniaeth cancer sy'n achub bywyd yn agosach i'r cartref ar gyfer mwy o drigolion De a Chanolbarth Powys.



Gwasanaeth	Ysbyty Neuadd Nevill	
Uned Mân Anafiadau 24/7 dan arweiniad nyrsys (i oedolion a phlant 1+ oed)	✓	Ym Mhowys, rydym hefyd yn darparu Uned Mân Anafiadau i oedolion a phlant 2+ oed (gweler tudalen 20).
Llawdriniaeth ddydd – pan gewch lawdriniaeth a'ch rhyddhau ar yr un diwrnod	✓	Rydym hefyd yn darparu gwasanaethau llawdriniaeth ddydd yn ysbytai Powys (gweler tudalen 20).
Amrywiaeth eang o glinigau cleifion allanol cyffredinol i oedolion a phlant	✓	Rydym hefyd yn cynnig apwyntiadau cleifion allanol yn ysbytai Powys (gweler tudalen 20).
Gwasanaethau diagnostig – asesiadau, sganiau pelydr-X, MRI, CT	✓	Rydym hefyd yn cynnig gwasanaethau diagnostig, gan gynnwys pelydr-X, yn ysbytai Powys.
Uned Asesiadau Meddygol, Uned Eiddilwch Uwch a 213 o welyau cleifion mewnol	✓	Bydd y gwasanaethau hyn yn parhau yn Ysbyty Neuadd Nevill.
Gwasanaethau mamolaeth dan arweiniad bydwagedd	✓	Siaradwch â'ch bydwraig ym Mhowys am eich cynllun geni (gweler tudalen 10).
Gwasanaethau Damweiniau ac Achosion Brys dan arweiniad meddyg ymgynghorol	✗	Sicrhewch eich bod yn gwybod ble fydd eich adran Damweiniau ac Achosion Brys Meddyg Ymgynghorol agosaf o 17 Tachwedd. Gweler tudalen 6 am ragor o wybodaeth am ofalu am eich plentyn mewn argyfwng. Gweler tudalen 8 am ragor o wybodaeth am ofal brys.
Gwasanaethau cleifion mewnol plant	✗	Sicrhewch eich bod yn gwybod ble fydd eich adran Damweiniau ac Achosion Brys Meddyg Ymgynghorol agosaf o 17 Tachwedd. Gweler tudalen 6 am ragor o wybodaeth am ofalu am eich plentyn mewn argyfwng.
Genedigaethau ac Uned Gofal Arbennig Babanod dan arweiniad meddyg ymgynghorol	✗	Siaradwch â'ch bydwraig ym Mhowys am eich cynllun geni. Gweler tudalen 10 am ragor o wybodaeth am eich opsiynau geni.
Llawdriniaeth cleifion mewnol lle mae angen aros dros nos	✗	Byddwn yn cysylltu â chi am unrhyw newidiadau i'ch gofal cynlluniedig. Gweler tudalen 11 am ragor o wybodaeth am newidiadau i ofal cynlluniedig.

Gofalu am fy mhlentyn



Mae gwasanaethau plant yn Ysbyty Neuadd Nevill yn newid o 17 Tachwedd 2020. Bydd llawdriniaeth cleifion allanol ac achosion dydd cynlluniedig yn parhau. Bydd gofal Damweiniau ac Achosion Brys Plant a chleifion mewnol ar gael mewn ysbytai cyfagos.

Sut mae gwasanaethau plant yn Ysbyty Neuadd Nevill yn newid o 17 Tachwedd 2020?

Gwasanaeth	Gwasanaethau Plant yn Ysbyty Neuadd Nevill o 17 Tachwedd 2020	
Amrywiaeth eang o glinigau cleifion allanol cyffredinol	✓	Bydd clinigau cleifion allanol plant yn parhau yn Ysbyty Neuadd Nevill.
Llawdriniaethau achos dydd cynlluniedig (e.e. tonsiliau, adenoidau)	✓	Bydd llawdriniaethau achos dydd i blant yn parhau yn Ysbyty Neuadd Nevill.
Mân Anafiadau i blant 1+ oed	✓	Bydd gwasanaeth mân anafiadau i blant 1+ oed yn parhau i fod ar gael yn Ysbyty Neuadd Nevill.
Gwasanaethau Damweiniau ac Achosion Brys dan arweiniad meddyg ymgynghorol	✗	Ni fydd Ysbyty Neuadd Nevill yn darparu gwasanaethau Damweiniau ac Achosion Brys dan arweiniad meddyg ymgynghorol mwyach. Bydd gwasanaethau Damweiniau ac Achosion Brys dan arweiniad meddyg ymgynghorol yn parhau i fod ar gael mewn ysbytai eraill yng Nghymru a Lloegr. Sicrhewch eich bod yn gwybod ble fydd eich adran Damweiniau ac Achosion Brys Meddyg Ymgynghorol agosaf o 17 Tachwedd.
Uned Asesu Peditrig	✗	Ni fydd Ysbyty Neuadd Nevill yn darparu Uned Asesu Peditrig mwyach. Ffoniwch 999 neu ewch i adran Damweiniau ac Achosion Brys os yw eich plentyn yn ddifrifol wael.
Gwasanaethau cleifion mewnol i blant (e.e. gwelyau dros nos)	✗	Ni fydd Ysbyty Neuadd Nevill yn darparu gwasanaethau cleifion mewnol i blant mwyach. Bydd gwasanaethau cleifion mewnol i blant yn parhau i fod ar gael mewn ysbytai eraill yng Nghymru a Lloegr. Byddwn yn cysylltu â chi am unrhyw newidiadau i ofal claf mewnol eich plentyn.

O 17 Tachwedd 2020, NI FYDD Ysbyty Neuadd Nevill yn darparu gwasanaeth plant brys ar gyfer salwch ac anafiadau difrifol. Mewn argyfwng, ffoniwch 999 neu ewch â'ch plentyn i'ch adran Damweiniau ac Achosion Brys agosaf.

Ffoniwch 999 yn syth a gofyn am ambiwlans os yw eich plentyn:

- yn stopio anadlu
- yn cael trafferth anadlu – er enghraifft, os yw'r ardal o dan ei gawell asennau wedi'i "sugno i mewn"
- yn anymwybodol neu ddim yn gwybod beth sy'n mynd 'mlaen
- yn methu deffro
- yn cael trawiad (ffit) am y tro cyntaf, hyd yn oed os yw'n gwella wedyn

Ewch â'ch plentyn i'ch adran Damweiniau ac Achosion Brys agosaf:

- os oes ganddo dymheredd uchel (twymyn) a'i fod yn gysglyd (diffyg egni) er ei fod wedi cael paracetamol neu ibuprofen
- os yw'n anadlu'n gyflym, yn fyr ei wynt neu'n wichlyd iawn
- os oes ganddo boen abdomenol (bol) difrifol
- os oes ganddo friw nad yw'n stopio gwaedu neu sy'n llydan agored
- os ydyw wedi cael anaf i'r goes neu'r fraich ac nad yw'n gallu defnyddio'r rhan yna o'r corff
- os ydyw wedi llyncu gwenwyn neu dabledi

Siaradwch â'ch tîm clinigol os nad ydych yn siŵr sut gallai'r newidiadau i Ysbyty Neuadd Nevill effeithio ar unrhyw ofal mae eich plentyn yn ei dderbyn am gyflyrau parhaus neu gronig.

Mae lle y gallwch fynd â'ch plentyn yn dibynnu ar ei oedran a difrifoldeb ei anaf neu salwch.

	0 i 2 oed	2+ oed
Am salwch ac anafiadau difrifol	Ffoniwch 999 neu ewch i Adran Damweiniau ac Achosion Brys	Ffoniwch 999 neu ewch i Adran Damweiniau ac Achosion Brys
Am fân anafiadau	Ffoniwch 111 neu ewch i Adran Damweiniau ac Achosion Brys*	Ffoniwch 111, neu ewch i Uned Mân Anafiadau

*Gall yr Uned Mân Anafiadau yn Ysbyty Neuadd Nevill weld plant 1+ oed. Gall yr Uned Mân Anafiadau ym Mhowys weld plant 2+ oed.

Bydd pobl sy'n byw yn Ne a Chanolbarth Powys yn parhau i ddefnyddio gwasanaethau damweiniau ac achosion brys dan arweiniad meddyg ymgynghorol mewn ysbytai cyfagos, gan gynnwys:

- Ysbyty'r Tywysog Siarl, Merthyr Tudful
- Ysbyty Treforys, Abertawe
- Ysbyty Cyffredinol Glangwili, Caerfyrddin
- Ysbyty Cyffredinol Bronglais, Aberystwyth
- Ysbyty Sirol, Henffordd
- Ysbyty Athrofaol y Faenor, Cwmbrân

Ffoniwch 111 os yw'r achos yn un brys ond nad yw'n berygl bywyd. Mae GIG 111 Cymru am ddim, 24 awr y dydd.

Mae gwefan GIG 111 Cymru yn cynnwys gwybodaeth ddefnyddiol am wasanaethau iechyd gan gynnwys: gwiriwr symptomau, cyfleuster chwilio gwasanaethau lleol a gwyddoniadur iechyd.

www.111.wales.nhs.uk

Sut ydw i'n cael gafael ar ofal iechyd mewn argyfwng?

Mae gofal brys yn Ysbyty Neuadd Nevill yn newid ar 17 Tachwedd 2020. Bydd Ysbyty Neuadd Nevill yn darparu uned mân anafiadau 24/7 dan arweiniad nyrsys. Ni fydd yn darparu gwasanaethau Damweiniau ac Achosion Brys dan arweiniad meddyg ymgynghorol.

Sut mae gwasanaethau brys yn newid yn Ysbyty Neuadd Nevill?
Ar 17 Tachwedd 2020, bydd gwasanaethau damweiniau ac achosion brys 24/7 dan arweiniad meddyg ymgynghorol yn trosglwyddo o Ysbyty Neuadd Nevill i Ysbyty Athrofaol newydd y Faenor yng Nghwmbrân.

Bydd Ysbyty Neuadd Nevill yn darparu Uned Mân Anafiadau 24/7 dan arweiniad nyrsys i oedolion ac i blant 1+ oed.

Bydd trigolion de a chanolbarth Powys yn parhau i allu cael gwasanaethau damweiniau ac achosion brys 24/7 dan arweiniad meddyg ymgynghorol mewn ysbytai cyfagos eraill.

Ffoniwch 999 os oes gennych salwch sy'n bygwth bywyd neu anaf difrifol.

Beth ddylwn i ei wneud mewn argyfwng meddygol?
Gweler tudalen 6 am fanylion ar sut i ofalu am eich plentyn mewn argyfwng.

Ffoniwch 999 os oes gennych salwch sy'n bygwth bywyd neu anaf difrifol.

Dyma rai enghreifftiau o argyfyngau meddygol lle dylech ffonio 999:

- Poen yn y frest
- Trafferthion anadlu
- Mynd yn anymwybodol
- Colli gwaed yn ddifrifol
- Tagu
- Trawiadau / ffitiau
- Boddi
- Adweithiau alergaidd difrifol

Os cewch eich cludo i'r ysbyty mewn ambiwlans, bydd yn mynd â chi i'r lle gorau ar gyfer eich triniaeth a'ch gofal.

Ble fydda i'n derbyn gofal brys dan arweiniad meddyg ymgynghorol?
O 17 Tachwedd 2020, gall trigolion De a Chanolbarth Powys barhau i dderbyn gwasanaethau Damweiniau ac Achosion Brys mewn amrywiaeth eang o ysbytai ledled Cymru ac mewn ysbytai cyfagos yn Lloegr.

I'r rhan fwyaf o bobl, os mai Nevill Hall yw eu hysbyty Damweiniau ac Achosion Brys agosaf ar hyn o bryd, eu hysbyty agosaf yn y dyfodol fydd Ysbyty'r Tywysog Siarl (Merthyr Tudful). Mae ysbytai Damweiniau ac Achosion Brys yn cynnwys:

- Ysbyty'r Tywysog Siarl, Merthyr Tudful
- Ysbyty Treforys, Abertawe
- Ysbyty Cyffredinol Glangwili, Caerfyrddin
- Ysbyty Cyffredinol Bronglais, Aberystwyth
- Ysbyty Sirol, Henffordd
- Ysbyty Athrofaol y Faenor, Cwmbrân

Ar gyfer yr anafiadau mwyaf difrifol ("trawma mawr") y lle gorau i fod yw Canolfan Trawma Mawr, fel Ysbyty Athrofaol Cymru yng Nghaerdydd. Gweler tudalen 14 am ragor o wybodaeth.

Gallwch ddod o hyd i'ch adran Damweiniau ac Achosion Brys neu Uned Mân Anafiadau agosaf gan ddefnyddio'r cyfleuster chwilio Gwasanaethau Lleol ar wefan GIG 111 Cymru yn www.111.wales.nhs.uk

Mae yna fap defnyddiol hefyd ar dudalen 20.

Ble ddylwn i fynd gyda mân anaf?
Gall Unedau Mân Anafiadau ym Mhowys ac mewn siroedd cyfagos drin anafiadau llai difrifol fel briwiau, cnoadau ac ysigiadau.

Maent yn cael eu rhedeg gan nyrsys profiadol sydd wedi cael hyfforddiant ychwanegol ar drin anafiadau.

Gall Unedau Mân Anafiadau yn Ne a Chanolbarth Powys drin oedolion a phlant 2+ oed, gan gynnwys:

Aberhonddu
01874 615800 (24 awr y dydd)

Llandrindod
01597 828735
(07:00 i 00:00 hanner nos, bob dydd)

Ystradgynlais
01639 844777 (08:30 i 16:00, Dydd Llun i Ddydd Gwener ac eithrio Gwyliau Banc)

Yn ystod COVID-19 gofynnwn i chi ffonio cyn ymweld fel y gallwn eich cadw chi a'n staff yn ddiogel, bydd ein nyrsys arbenigol yn gallu rhoi cyngor i chi dros y ffôn, trefnu apwyntiad i chi, neu eich cyfeirio at wasanaeth arall os yn briodol.

Mae llawer o bractisau meddyg teulu ym Mhowys hefyd yn cynnig gwasanaeth mân anafiadau. Gofynnwch i'ch practis lleol am fanylion.

Gallwch hefyd gael gafael ar gyfoeth o gyngor iechyd yn eich cymuned leol. Mae rhagor o wybodaeth ar dudalen 15.

Bydd Ysbyty Neuadd Nevill yn darparu uned mân anafiadau 24/7 dan arweiniad nyrsys o 17 Tachwedd 2020. Gall yr uned hon drin oedolion a phlant 1+ oed.

Ffoniwch 111 os yw'r achos yn un brys ond nad yw'n berygl bywyd. Mae GIG 111 Cymru am ddim, 24 awr y dydd.

Mae gwefan GIG 111 Cymru yn cynnwys gwybodaeth ddefnyddiol am wasanaethau iechyd gan gynnwys: gwiriwr symptomau, cyfleuster chwilio gwasanaethau lleol a gwyddoniadur iechyd.

www.111.wales.nhs.uk

Eich dewisiadau geni

O ganol Tachwedd 2020, ni fydd Ysbyty Neuadd Nevill yn darparu uned famolaeth dan arweiniad meddyg ymgynghorol. Siaradwch â'ch bydwraig ym Mhowys am eich opsiynau geni.

Os ydych chi'n feichiog, rydym am i chi gael cymaint o wybodaeth â phosibl i'ch helpu drwy eich bechiogrwydd ac i gynllunio eich esgor a'r enedigaeth.

Ble alla i roi genedigaeth?

Gallwch roi genedigaeth gartref, mewn uned sy'n cael ei rhedeg gan fydwagedd (uned geni dan arweiniad bydwagedd) neu mewn uned dan arweiniad meddyg ymgynghorol mewn ysbyty fawr. Bydd eich opsiynau o ran ble i gael eich babi yn dibynnu ar asesiad o'ch anghenion. Gall menywod sy'n iach heb unrhyw gymhlethdodau ("risg isel") o bosib ystyried pob un o'r lleoliadau geni hyn. Gellid cynghori menywod sydd â rhai cyflyrau meddygol i roi genedigaeth mewn uned dan

arweiniad meddyg ymgynghorol rhag ofn bod angen triniaeth ychwanegol arnoch chi neu eich babi.

Gall eich bydwraig eich helpu i gynllunio'r enedigaeth rydych chi ei heisiau, tra'n sicrhau eich lles chi a'ch babi.

Gallwch gysylltu â Thîm Bydwagedd De Powys os oes angen cyngor brys arnoch dros nos neu ar y penwythnos drwy switsfwrdd Ysbyty Aberhonddu ar 01874 622443.

Ffoniwch 999 os oes gennych argyfwng obstetreg neu gynaeolegol. Bydd Gwasanaeth Ambiwlans Cymru yn mynd â chi i'r ysbyty fwyaf priodol ar gyfer eich gofal a'ch triniaeth.

Sut mae gwasanaethau mamolaeth yn Ysbyty Neuadd Nevill yn newid?

Gwasanaeth	Gwasanaethau Ysbyty Neuadd Nevill o ganol Tachwedd 2020	
Genedigaethau cartref	✓	Dim newid: mae ein tîm profiadol o fydwagedd ym Mhowys yn cynnig genedigaethau cartref ledled y sir.
Uned Geni dan arweiniad Bydwagedd	✓	Dim newid: mae ein tîm profiadol o fydwagedd ym Mhowys yn cynnig genedigaethau dan arweiniad bydwraig yn ein canolfannau geni yn Aberhonddu, Llandrindod, Trefyclo, Llanidloes, y Drenewydd a'r Trallwng.
Uned Famolaeth dan arweiniad Meddyg Ymgynghorol	✗	Ni fydd Ysbyty Neuadd Nevill yn cynnig genedigaethau dan arweiniad meddyg ymgynghorol nac Uned Gofal Arbennig Babanod o ganol Tachwedd 2020. Trafodwch eich cynllun geni gyda'ch bydwraig ym Mhowys. Os ydych eisoes wedi trefnu i roi genedigaeth gyda Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan, argymhellwn barhad gofal gyda'ch cynllun obstetrig. Byddai hyn yn golygu y byddech yn rhoi genedigaeth dan arweiniad meddyg ymgynghorol yn y Faenor o ganol mis Tachwedd 2020.

Beth sy'n digwydd i ofal cynlluniedig?

Mae gwasanaethau gofal cynlluniedig yn Ysbyty Neuadd Nevill yn newid o 17 Tachwedd. Bydd yn parhau i gynnig amrywiaeth eang o apwyntiadau cleifion allanol, sganiau a llawdriniaethau achos dydd. Ni fydd yn darparu llawdriniaethau cleifion mewnol lle mae angen aros dros nos mwyach.

Mae llawer o apwyntiadau gofal cynlluniedig i breswylwyr De a Chanolbarth Powys ar gael yn ein hysbytai cymunedol. Mae hyn yn cynnwys llawdriniaethau achos dydd yn ein hysbytai yn Aberhonddu a Llandrindod.

Oni bai y cysylltir â chi, cymerwch yn ganiataol fod eich apwyntiad claf allanol, sgan neu lawdriniaeth neu driniaeth gynlluniedig yn mynd yn ei blaen heb newid. Ymddiheuriadau – mae COVID-19 yn

parhau i effeithio ar apwyntiadau sydd wedi'u cynllunio. Mae staff ar draws y GIG yn gweithio'n galed i ailddechrau gwasanaethau tra'n sicrhau bod hyn yn ddiogel i gleifion ac yn ddiogel i staff.

Mae gwybodaeth am y camau sy'n cael eu cymryd i ailddechrau gwasanaethau ym Mhowys ac mewn ysbytai cyfagos ar gael yn www.biap.gig.cymru/yma/dechrau

Gwasanaeth	Gwasanaethau Gofal Cynlluniedig yn Ysbyty Neuadd Nevill o 17 Tachwedd 2020	
Llawdriniaeth Ddydd (pan gewch lawdriniaeth a'ch rhyddhau ar yr un diwrnod)	✓	Rydym hefyd yn cynnig rhai gwasanaethau llawdriniaeth ddydd ym Mhowys.
Gwasanaethau Diagnostig (e.e. asesiadau a sganiau gan gynnwys pelydr-X, MRI a CT)	✓	Rydym hefyd yn cynnig rhai gwasanaethau diagnostig, gan gynnwys gwasanaethau pelydr-X ac endosgopi, ym Mhowys.
Amrywiaeth eang o apwyntiadau cleifion allanol (gan gynnwys plant a mamolaeth).	✓	Rydym hefyd yn cynnig amrywiaeth eang o wasanaethau cleifion allanol yn ein hysbytai cymunedol ym Mhowys.
Llawdriniaethau cymhlethach lle mae angen aros dros nos	✗	Ni fydd Ysbyty Neuadd Nevill yn darparu llawdriniaethau cleifion mewnol lle mae angen aros dros nos mwyach. Bydd hyn yn parhau. Bydd hyn yn parhau i fod ar gael i drigolion De a Chanolbarth Powys mewn ysbytai eraill.

Gwasanaeth Ambiwylans Cymru

Mae Gwasanaeth Ambiwylans Cymru yma i ddarparu gofal sy'n achub bywyd ym Mhowys, 24 awr y dydd.

Rydym wedi bod yn gweithio gyda Gwasanaeth Ambiwylans Cymru fel eu bod yn barod i ymateb i'r newidiadau sy'n digwydd yn Ysbyty Neuadd Nevill o 17 Tachwedd 2020.

Yn dilyn digwyddiad neu drawma difrifol, rôl y parafeddygon (cyn cyrraedd yr ysbyty) yw'r agwedd bwysicaf ar y broses o achub bywyd.

Mae'r holl griwiau'n weithwyr proffesiynol medrus iawn sy'n gallu trin a sefydlogi cleifion cyn mynd â nhw i'r ysbyty fwyaf priodol, os oes angen.

Beth sy'n digwydd pan fyddwch chi'n ffonio?
Bydd angen i chi roi'r cyfeiriad lle mae angen cymorth i'r gweithredwr, gan gynnwys y cod post os ydych chi'n ei wybod, y rhif ffôn rydych chi'n ffonio ohono, beth sy'n bod a beth sydd wedi digwydd.

Bydd y gweithredwr yn galw ambiwlans brys, cerbyd ymateb cyflym, cerbyd gofal brys, ymatebwr cyntaf gwirfoddol, hofrennydd ambiwlans awyr neu dimau arbenigol yn dibynnu ar y digwyddiad a'r lleoliad.

Bydd y cymorth priodol yn dechrau cael ei drefnu ar unwaith. Fodd bynnag, bydd y gweithredwr hefyd yn gofyn ynghylch:

- **oedran, rhyw a hanes meddygol y claf**
- **a yw'r claf yn anadlu, yn effro/ymwybodol, yn gwaedu'n ddifrifol neu wedi cael poen cyson yn y frest**
- **math y salwch neu anaf a sut y digwyddodd**

Bydd y gweithredwr yn dweud wrthyf sut i helpu'r claf tra bod yr ambiwlans ar ei ffordd. Pan fydd y cymorth yn cyrraedd, bydd cyflwr clinigol y claf yn cael ei asesu a gallai triniaeth gael ei rhoi yn y fan a'r lle, yn ôl yr angen. Os yw cyflwr y claf yn dal yn ddifrifol ar ôl y driniaeth, caiff ei gludo naill ai i'r Adran Damweiniau ac Achosion Brys agosaf neu'r ganolfan arbenigol fwyaf priodol, fel canolfan trawiad ar y galon neu uned llosgiadau.

Lawrlwythwch yr ap what3words
Gall hwn roi gwybodaeth gywir iawn i'r gwasanaeth ambiwlans am eich lleoliad. Gall hyn fod yn bwysig iawn mewn ardal wledig fel Powys www.what3words.com

I gael rhagor o wybodaeth am Wasanaeth Ambiwylans Cymru, ewch i: www.ambulance.wales.nhs.uk

Ambiwylans Awyr 24/7

I sicrhau bod pawb yng Nghymru yn cael yr un lefel o ofal – unrhyw le ac unrhyw bryd – mae Ambiwylans Awyr Cymru yn cynnig gwasanaeth 24/7 newydd.

Ers 1 Gorffennaf, mae gwasanaeth Ambiwylans Awyr 24/7 Cymru wedi bod ar waith, gyda desg Cymorth Awyr 24/7 newydd a 'Gwasanaeth Nos' newydd sy'n golygu bod meddyg ymgynghorol ac ymarferydd gofal critigol yn gweithio rhwng 7pm a 7am yn Hofrenfa Caerdydd, gan ddefnyddio Cerbyd Ymateb Cyflym.

Fel rhan o Gam 2 y 'Gwasanaeth Nos', o fis Rhagfyr bydd criw 2-beilot a cherbyd awyr

yn Hofrenfa Caerdydd rhwng 7pm a 7am, gan sicrhau bod gan y gwasanaeth y capsiti i fynychu argyfyngau meddygol ledled Cymru.

I gael rhagor o wybodaeth am y datblygiadau EMRTS diweddaraf, ewch i: www.emrts.cymru/247

Gallwch hefyd gael rhagor o wybodaeth am Elusen Ambiwylans Awyr Cymru a gwneud rhodd yn www.walesairambulance.com



Rhwydwaith Trawma Mawr De Cymru

Yn gwasanaethu poblogaeth De Cymru, Gorllewin Cymru a De Powys, nod y Rhwydwaith Trawma Mawr yw sicrhau bod cleifion sydd ag anafiadau sy'n bygwth bywyd neu'n newid bywyd yn cael y gofal a'r driniaeth orau posibl.

Lansiwyd y rhwydwaith newydd ym mis Medi 2020. Mae'n cynnwys canolfan trawma mawr yn Ysbyty Athrofaol Cymru, unedau trawma (Ysbyty'r Tywysog Siarl, Ysbyty Cyffredinol Glangwili, Ysbyty Athrofaol y Faenor ac Ysbyty Treforys) a chyfleusterau trawma gwledig (gan gynnwys Ysbyty Cyffredinol Bronglais) a gefnogir gan ysbytai eraill yn y rhanbarth.

Mae'r rhwydwaith hwn yn ategu'r trefniadau sydd eisoes ar waith ar gyfer rhannau eraill o Bowys, lle mae gan ein trigolion fynediad i Unedau Trawma dynodedig yn yr Ysbyty Sirol yn Henffordd ac Ysbyty Brenhinol Amwythig a Chanolfannau Trawma yn Stoke a Birmingham.

Beth yw trawma mawr?

Mae trawma mawr yn cyfeirio at anafiadau lluosog a difrifol a allai arwain at anabledd neu farwolaeth. Er enghraifft, anafiadau difrifol i'r pen, anafiadau lluosog a achosir gan ddamweiniau ffordd ac anafiadau saethu.

Bydd cleifion sydd â'r mathau hyn o anafiadau yn fwy tebygol o oroesi os cânt eu trin o fewn rhwydwaith trawma mawr.

Mae rhwydwaith trawma mawr yn helpu i sicrhau gwellhad cyflymach, anabledd llai difrifol, adferiad cyflymach i fywyd normal, a mynediad gwell i ofal trawma mawr 24/7.

Beth sy'n digwydd mewn argyfwng?

Ffoniwch 999 yn achos argyfwng sy'n peryglu bywyd neu aelod o'r corff. Bydd Gwasanaeth Ambiwylans Cymru neu Ambiwylans Awyr Cymru yn mynd â chi i'r ysbyty fwyaf priodol ar gyfer eich gofal a'ch triniaeth. Ar gyfer yr anafiadau mwyaf difrifol, y lle gorau i fod yw Canolfan Trawma Mawr.

I gael rhagor o wybodaeth am Rhwydwaith Trawma Mawr De Cymru, ewch i: www.biap.gig.cymru/yma/trawmamawr



Gofal a Chymorth Lleol

Nid y Meddyg Teulu yw'r lle gorau i droi bob tro rydym yn sâl. Oeddech chi'n gwybod bod nifer o ddewisiadau eraill y gallwch eu hystyried?

Hunan-ofal

Weithiau, hunan-ofal yw'r ateb. Os oes gennych gyfarpar cymorth cyntaf da, mae'n siŵr y gallwch ymdopi heb adael y tŷ.

Mae cyfarpar cymorth cyntaf sydd wedi'i stocio'n dda yn golygu y byddwch yn barod ar gyfer yr holl boenau, afiechydon ac anafiadau cyffredin 'na.

111 Cymru

Mae'r gwasanaeth hwn, sydd AM DDIM, ar gael 24 awr y dydd, saith diwrnod yr wythnos.



Fe welwch wiriwr symptomau A-Y yn cynnig cyngor ar driniaeth, manylion cyswllt ar gyfer eich fferylllydd, deintydd, optegydd ac uned mân anafiadau leol a llawer mwy. Yn aml nid oes angen gadael cysur eich cartref!

www.111.wales.nhs.uk | Ffôn: 111

Fferyllfa

Mae fferyllwyr cymunedol yn cynnig cyngor cyflym ac effeithiol ar driniaethau dros-y-cownter ar gyfer amrywiaeth o fân afiechydon neu anafiadau.



Uned Mân Anafiadau

Wedi'ch anafu? Dilynwch y llwybr i'r Uned Mân Anafiadau. Bydd arbenigwyr yna i'ch asesu ar y safle a thrin amrywiaeth o anafiadau fel briwiau, cnoadau gan bryfed, mân anafiadau i'r pen (heb fynd yn anymwybodol) a mwy.

Mae Unedau Mân Anafiadau yn ysbytai Aberhonddu, Llandrindod, Nevill Hall ac Ystradgynlais.

Wrth fynd i brint (canol mis Hydref 2020), mae'r holl Unedau Mân Anafiadau ym Mhowys yn wasanaethau APWYNTIAD YN UNIG. Cofiwch ffonio ymlaen llaw i drefnu apwyntiad fel y gallwn eich diogelu chi a'n staff rhag COVID-19.



Mae gwybodaeth am ofalu am eich plentyn sâl ar gael ar dudalen 6.

Helpu ein gilydd

Mae nifer o sefydliadau gwirfoddol yn Ne a Chanolbarth Powys a all helpu.

I gael rhagor o wybodaeth am y sefydliadau hyn, sydd yna i helpu, ewch i dudalen 16 a 17.

Eich Meddyg Teulu

Wrth gwrs, mae'r Meddyg Teulu yn dal i fod yna i chi pan fydd ei angen arnoch. Ond, drwy ystyried opsiynau eraill yn gyntaf, rydych yn helpu i sicrhau ei fod dim ond yn gweld y bobl sydd ei angen, a fydd yn ein helpu ni i gyd yn yr hirdymor.

Cofiwch fod rhai gwasanaethau yn dal i gael eu heffeithio gan COVID-19. Ymddiheurwn am unrhyw anghyfleustra tra ein bod yn cymryd camau i'ch cadw chi'n ddiogel a chadw ein staff yn ddiogel.

Credur Cysylltu Gofalwyr

Ydych chi'n gofalu am rywun sydd â chyflwr iechyd a/neu anableded?

Rydych chi'n bwysig hefyd!

Mae Credur yn cefnogi Gofalwyr Ifanc a Gofalwyr sy'n Oedolion.

Mae'r dull cefnogi a ddefnyddir gan Credur yn dibynnu ar bob unigolyn a'i amgylchiadau, ond dyma rai o'r ffyrdd y gallwn helpu:

- Gwybodaeth ymarferol am gefnogaeth gyda'ch rôl Ofalu (gwasanaethau i'r person rydych yn gofalu amdano / seibiant / budd-daliadau ariannol y gallai fod gennych hawl iddynt).
- Cymorth emosiynol – mae gennym wasanaeth cwnsela am ddim sy'n cael ei redeg gan wirfoddolwyr medrus.
- Rydym wedi cael ein hyfforddi i roi'r lle a'r amser i chi weithio drwy heriau a dod o hyd i atebion mewn ffordd hyblyg – gan ganolbwyntio ar beth sydd wir yn bwysig i chi.
- Grwpiau Gofalwyr Ifanc a Gofalwyr sy'n Oedolion – mae'r bobl sy'n dod i'r grwpiau hyn yn dweud eu bod yn cael cymaint o gefnogaeth gan ei gilydd drwy rannu gwybodaeth, awgrymiadau, gweithgareddau a chael hwyl.
- Byddwn yn gweithio ochr yn ochr â chi am gyn hired ag y dymunwch, heb roi unrhyw bwysau arnoch chi.
- Cysgiau i'ch helpu i reoli eich rôl ofalu, fel cymorth cyntaf / codi a chario / lleihau straen / cysgu'n dda.

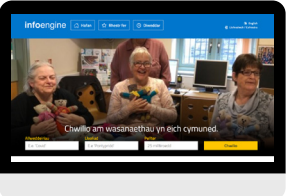
Cysylltu â ni:
01597 823800 | carers@credu.cymru | www.credu.cymru
I weld grwpiau a digwyddiadau sydd ar y gweill: www.credu.cymru/events

f @creducarers | www.facebook.com/creducarers



infoengine

infoengine yw cyfeirlyfr ar-lein gwasanaethau trydydd sector ledled Cymru.



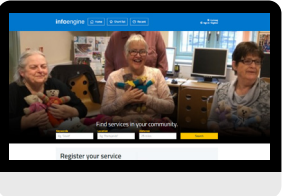
Os ydych chi'n edrych i ddarganfod pa wasanaethau sydd ar gael yn eich ardal leol CHI, yna edrychwch ddim pellach!

Ewch i: www.infoengine.cymru

Os hoffech dderbyn cefnogaeth gyda chofrestru'ch sefydliad a'ch gwasanaeth (au), cysylltwch â ni:

infoengine@pavo.org.uk
01597 822191

infoengine is the online directory of third sector services across Wales.



If you are looking to find out what services are available in YOUR local area, then look no further!

Go to: www.infoengine.wales

If you would like support to register your organisation and service(s), please contact us:

infoengine@pavo.org.uk
01597 822191

infoengine

www.infoengine.cymru
@InfoEngine1

Ydych chi'n chwilio am sefydliadau neu wasanaethau lleol a chenedlaethol sy'n gallu eich helpu?



Cymerwch gip ar Dewis Cymru – Y man gorau i ddod o hyd i wybodaeth am ystod o wasanaethau llesiant yng Nghymru.



Ydych chi'n chwilio am wasanaethau lleol sy'n gallu eich helpu?

Nod Dewis Cymru yw helpu pobl gyda'u llesiant drwy rannu gwybodaeth am ystod eang o sefydliadau a gwasanaethau lleol a chenedlaethol. Beth bynnag rydych chi'n chwilio amdano, o warchodwr plant i gartref gofal preswyl, mae'r ateb gan Dewis! Yna gallwch chi wneud eich dewis eich hun am ba wasanaethau sy'n bodloni'ch anghenion chi orau.

All Dewis Cymru fy helpu i?

Mae Dewis Cymru wedi cael ei ddatblygu i helpu pobl i ddod o hyd i wybodaeth am sefydliadau a gwasanaethau sy'n gallu eu helpu i gymryd rheolaeth dros eu llesiant eu hun, felly mae Dewis Cymru ar eich cyfer CHI! Mae'n ddefnyddiol hefyd i bobl fel Meddygon Teulu, Llyfrgellwyr, Gweithwyr Cymdeithasol a llawer o sefydliadau lleol sy'n cynnig gwybodaeth i'r cyhoedd fel rhan o'u gwaith. Felly mae Dewis Cymru ar gyfer pawb!

Pa fath o wybodaeth ydy Dewis Cymru yn ei chadw?

Mae Dewis Cymru yn cynnig man i unrhyw sefydliad lleol neu genedlaethol rannu gwybodaeth am y gwasanaethau sydd ganddyn nhw i'w cynnig. Efallai mai'ch awdurdod lleol, y Bwrdd Iechyd, elusen leol neu genedlaethol neu grwp, clwb neu gymdeithas cymunedol sy'n darparu'r gwasanaethau sy'n cael eu rhestru (rydym ni'n rhannu gwasanaethau gydag 'Infoengine' – cyfeiriadur trydydd sector, a'r GIG

yng Nghymru fel rhan o bartneriaeth 'Iechyd a Llesiant Cymru'). Bydd rhai gwasanaethau efallai'n cael eu cynnig yn rhad ac am ddim, eraill efallai'n codi tâl am eu gwasanaeth. Mae Dewis yn caniatáu i chi ddeall pa wasanaethau sydd ar gael ac yn gadael i chi ddewis sut orau i fodloni'ch anghenion chi. Felly p'un a ydych chi'n chwilio am ofal plant, rhywbeth i'w wneud, cymorth gydag anghenion tai, neu help i ddarparu gofal i rywun arall, mae'n debyg y bydd gan Dewis Cymru wybodaeth sy'n gallu eich helpu.

Ble alla i weld Dewis Cymru?

Mae ond angen mynd i www.dewis.cymru. Yna byddwch chi'n gallu chwilio am wasanaethau neu bori ein tudalennau gwybodaeth genedlaethol sy'n bwriadu eich helpu i feddwl am beth sy'n bwysig i chi. Os oes angen unrhyw help arnoch chi, rhowch wybod i ni drwy ddefnyddio'r ddolen 'Cysylltu â Dewis' ar y wefan a byddwn ni'n hapus i'ch helpu.

Sut i gysylltu â ni

Gallwch chi gysylltu â ni drwy:

- ddefnyddio'r ddolen 'Cysylltu â Dewis' ar y wefan
- anfon e-bost aton ni yn help@dewis.cymru
- ymweld â'n tudalen Facebook
- cysylltu â ni drwy ein tudalen Twitter



Cysylltwyr Cymunedol

Chwilio am gefnogaeth? Ddim yn siŵr i bwy i ofyn?

Gall Cysylltwyr Cymunedol PAVO eich rhoi mewn cysylltiad â mudiadau gwirfoddol a grwpiau cymunedol i'ch cefnogi chi.

Byddwn yn gweithio gyda chi i gael mynediad at y gwasanaethau, y gefnogaeth a'r wybodaeth iawn.

Mae pobl yn ein ffonio am lawer o bethau gwahanol - cefnogaeth siopa, cludiant, budd-daliadau, cyflyrau iechyd, tai, unigrwydd a llawer mwy.

I siarad ag un o'r Cysylltwyr Cymunedol, cysylltwch â ni ar:

01597 828649
cysylltwyr.cymunedol@pavo.org.uk
[@powysconnectors](https://www.powysconnectors.org.uk)

Cwmni Cyfyngedig drwy warant 3522144 Wedi'i gofrestru yng Nghymru | Rhif Elusen Gofrestredig 1069557





Bwrdd Iechyd
Addysgu Powys
Powys Teaching
Health Board





Powys Association of Voluntary Organisations
Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol Powys

Gwasanaethau Cyngor

AskSARA

Mae AskSARA yn adnodd hunan-asesu hawdd sy'n cynnig cyngor a gwybodaeth arbenigol am gynhyrchion ac offer i oedolion hŷn ac anabl a phlant i wneud eich bywyd yn haws o ddydd i ddydd:

- **Ewch i www.biap.gig.cymru/yma/asksara**
- **Dewiswch bwnc, gan gynnwys meddyginiaeth, symudedd, y cof, y clyw a'r golwg, siopa a gofal personol**
- **Atebwch rai cwestiynau er mwyn i ni wybod ym mha feysydd mae angen cymorth arnoch**
- **Manteisiwch ar gyngor ar gynhyrchion ac offer a all helpu gyda byw'n annibynnol**

Gwybodaeth a chyngor gan Gyngor Sir Powys ar ofal a chymorth i oedolion

CYMORTH yw gwasanaeth gwybodaeth a chyngor Cyngor Sir Powys ar gyfer gofal a chymorth i oedolion. Os ydych yn chwilio am wybodaeth neu gyngor ar ofal a chymorth i oedolion yn eich ardal chi, ffoniwch CYMORTH ar 0345 602 7050.

Gall swyddog cyswllt profiadol eich cefnogi i gael mynediad i amrywiaeth o wasanaethau, gan gynnwys rhai i oedolion, pobl hŷn neu bobl â nam ar y synhwyrau ac anabledau dysgu neu gorfforol.

I gael rhagor o wybodaeth am wasanaethau i oedolion yn eich ardal chi, ewch i: www.biap.gig.cymru/yma/oedolion

Cefnogi iechyd a lles emosiynol plant a phobl ifanc

Gall fod yn anodd iawn gwybod sut i siarad â'ch plentyn am ei iechyd a'i les emosiynol a chydabod yr arwyddion ei fod yn poeni, yn bryderus neu dan straen.

Dyma rai pethau i gadw llygaid allan amdanynt:

- **Hwyliau isel, tristwch, yn aml yn ddagreuol**
- **Lleisio / dangos teimladau o anobaith a diymadferthedd**
- **Yn digio, yn anoddefgar at eraill**
- **Ddim yn mwynhau pethau a oedd o ddiddordeb iddo unwaith**
- **Rhoi'r gorau i gymdeithasu (gan gynnwys cymdeithasu ar-lein)**
- **Patrymau cysgu anwadal**

Am ragor o wybodaeth a chymorth:

Cwmsela Ar-lein Kooth

www.kooth.com (Gwefan ar gael yn Saesneg yn unig)

Tîm Cymorth Cynnar Cyngor Sir Powys

01597 827 666 neu ewch i www.biap.gig.cymru/yma/plant

Gall disgyblion hefyd gael cymorth drwy Hwb

Os ydych chi neu rywun rydych yn ei nabod mewn perygl uniongyrchol dylech ffonio 999

Sut gallwn ddiogelu Cymru

Wrth i'r cylchlythyr hwn fynd i brint yng nghanol mis Hydref, mae COVID-19 yn parhau i effeithio arnom ni i gyd a'r GIG. Diolch am wneud popeth yn eich gallu i ddiogelu Cymru. Cofiwch:

- **Gydymffurfio â mesurau ymbellhau cymdeithasol**
- **Golchi eich dwylo'n rheolaidd**
- **Gweithio gartref os gallwch chi**
- **Gwisgo gorchudd wyneb mewn mannau cyhoeddus dan do, gan gynnwys trafndiaeth gyhoeddus**
- **Dilynwch ganllawiau a chyfyngiadau Llywodraeth Cymru**

Y prif symptomau o COVID-19 yw datblygiad diweddar un neu fwy o'r canlynol:

- **peswch parhaus newydd**
- **tymheredd uchel**
- **colli'ch synnwyr arferol o arogl neu flas, neu newid yn y synhwyrau hyn (anosmia)**

Arhoswch adref os oes gennych chi neu unrhyw un yn eich aelwyd estynedig symptomau. Os oes gennych **chi** symptomau, rhaid i chi gael prawf. Mae effaith COVID-19 yn parhau i newid. Felly, gwiriwch y wybodaeth ddiweddaraf pan gewch y cylchlythyr hwn:

- **Mae'r wybodaeth ddiweddaraf gan Lywodraeth Cymru ar gael yn www.llyw.cymru/coronafeirws**

Mae staff a gwasanaethau'r GIG yn dal i fod o dan bwysau enfawr a gall pob un ohonom chwarae ein rhan drwy ddewis y gwasanaeth cywir i'n hanghenion. Gallwch ddysgu mwy am hyn ar dudalennau 15.

Cysylltu â ni

Os hoffech rannu eich adborth am y newidiadau a nodir yn y llyfryn hwn:

E-bostiwrch ni:

powys.engagement@wales.nhs.uk

Ysgrifennwch atom:

Y Tîm Ymgysylltu, Bwrdd Iechyd Addysgu Powys, Ysbyty Bronllys, Bronllys, Aberhonddu, Powys LD3 0LU

Dysgwch fwy:

www.biap.gig.cymru/neuadd-nevill

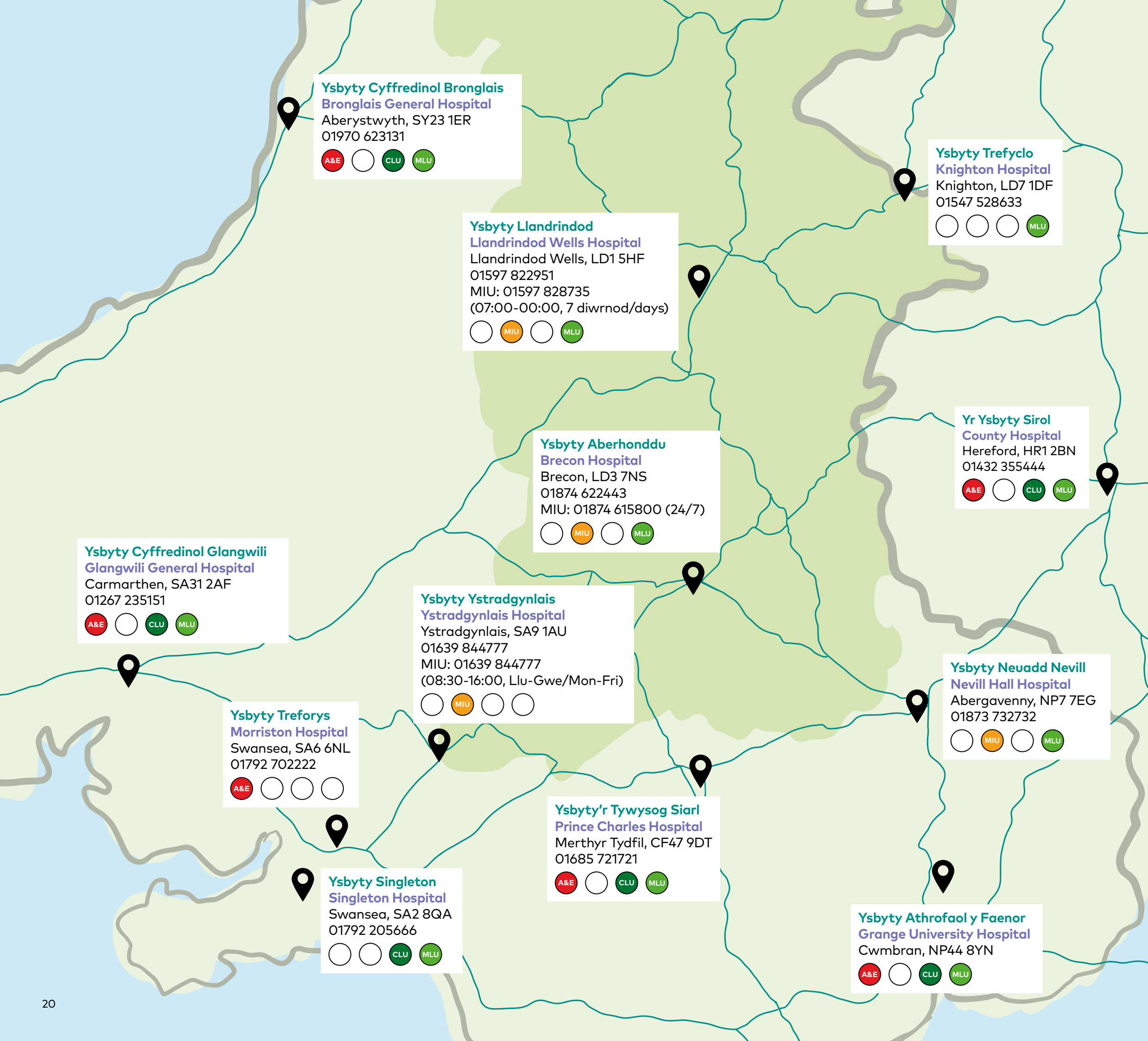
Gallwch hefyd rannu eich adborth gyda Chyngor Iechyd Cymuned Powys, sef y corff gwarchod annibynnol sy'n cynrychioli diddordebau cleifion a'r cyhoedd yn y GIG.

E-bostiwrch nhw:

enquiries.powyschc@waleschc.org.uk

Ysgrifennwch atynt:

Cyngor Iechyd Cymuned Powys, Swyddfa Aberhonddu, Llawr 1af, Neuadd Brycheiniog, Ffordd Cambria, Aberhonddu LD3 7HR



Cyrraedd yr Ysbyty

Mae Traveline Cymru yn cynnig gwybodaeth a chynghor ar drafnidiaeth gyhoeddus.

Teithio i'r ysbyty yng Nghymru:
www.fynhaithiechyd.traveline.cymru

Gwybodaeth Teithio Cyhoeddus:
www.cymraeg.traveline.cymru

Ymholiadau dros y ffôn:
0800 464 0000

Gwasanaeth Cludo Cleifion Mewn Achosion Nad Ydynt yn Rhai Brys

Mae Gwasanaeth Ambiwylans Cymru yn cynnig Gwasanaeth Cludo i gleifion ledled Cymru nad ydynt yn gallu teithio i'w hapwyntiadau ysbyty eu hunain am resymau meddygol.

Dysgwch fwy yn:
www.ambulance.wales.nhs.uk
neu ffoniwch 0300 123 2303

Mae rhagor o wybodaeth am yr ysbytai hyn ar gael ar ein gwefan yn:
www.biap.gig.cymru/neuadd-nevill

Getting to Hospital

Traveline Cymru provides information and advice on public transport.

Journeys to hospital in Wales:
www.myhealthjourney.traveline.cymru

Public transport information:
www.traveline.cymru

Telephone enquiries:
0800 464 0000

Non-Emergency Patient Transport Service

Welsh Ambulance Service provides a Transport Service for patients across Wales who are unable, for medical reasons, to make their own way to hospital appointments.

Find out more from:
www.ambulance.wales.nhs.uk or call 0300 123 2303

More information about these hospitals is available from our website at:
www.pthb.nhs.wales/nevill-hall

Allwedd | Key

- A&E** Damwain ac Argyfwng
Accident & Emergency
- MIU** Uned Mân Anafiadau
Minor Injury Unit
- CLU** Uned dan Arweiniad Ymgynghorwyr
Consultant-Led Maternity Unit
- MLU** Uned dan Arweiniad Bydwagedd
Midwife-Led Maternity Unit