

CEFNOGI YSMYGWYR I ROI'R GORAU IDDI YN YSTOD Y PANDEMIG

GWNAETH HELPA FI I STOPIO (GWASANAETH RHOI'R GORAU I YSMYGU GIG CYMRU) ADDASU I'R PWYSAU YN SGIL PANDEMIG COVID-19. MAE MILOEDD O YSMYGWYR WEDI CAEL CEFNOGAETH AR EU TAITH TUAG AT DDYFODOL DI-FWG - GYDA CHYNGOR ARBENIGOL YN CAEL EI GYNNIG DROS Y FFÔN, A MEDDYGINIAETH AM DDIM.

CYFLAWNIADAU ALLWEDDOL

Cynnydd o 48% o'i gymharu â'r llynedd



Ysmygwyr yn cysylltu â ni trwy:
www.helpafiistopio.cymru

Nifer yr ysmygwyr a nododd eu bod wedi rhoi'r gorau iddi ar ôl 4 wythnos



Cynnydd o 50% yn y rhai sy'n cael eu cefnogi a nododd eu bod wedi rhoi'r gorau iddi (mesuriadau cydnabyddedig 4 wythnos ar ôl y dyddiad rhoi'r gorau iddi) **

Cyfran y cysylltiadau ar-lein a gofrestrodd ar raglen gymorth Helpa Fi I Stopio



cynnydd o bron i draean

Fe gyrhaeddodd ni ysmygwyr



i adael iddyn nhw wybod bod gwasanaethau Helpa Fi I Stopio yn dal i redeg ac yn dal i roi hwb i'w siawns o roi'r gorau iddi yn llwyddiannus gan ddefnyddio hysbysebion ar y teledu, hysbysebu digidol a gweithgarwch ar y cyfryngau cymdeithasol.

"Effeithiol iawn - gweithiodd y Therapi Disodli Nicotin!"

"Roedd cael cyswllt 1-1 â chynghorydd yn ddefnyddiol. Roedd cael rhywun yn ffonio'n rheolaidd i weld sut roedd popeth yn mynd wedi helpu i fy ysgogi."

Cyflwynwyd deddf bwysig yng Nghymru ar 1 Mawrth 2021



y wlad gyntaf yn y DU i'w gwneud yn anghyfreithlon i ysmegu ar dir ysbytai, ysgolion a meysydd chwarae cyhoeddus

Gwnaethom geisio ffonio **74%** oo'r rhai gafodd eu hatgyfeirio am y tro cyntaf o fewn **2 ddiwrnod*****

Roedd llawer o wasanaethau wyneb yn wyneb yn y GIG yn wynebu ymyrraeth yn ystod y pandemig



gan arwain at ostyngiad mewn atgyfeiriadau. Wrth i wasanaethau addasu/dychwelyd, bu cynnydd mewn atgyfeiriadau, ac mae mwy o bobl sy'n barod i roi'r gorau iddi yn cael y cymorth gorau posibl!

"Rydw i'n sylwi ar y buddion iechyd nawr ac yn teimlo'n wych ar ôl cwblhau'r rhaglen"

