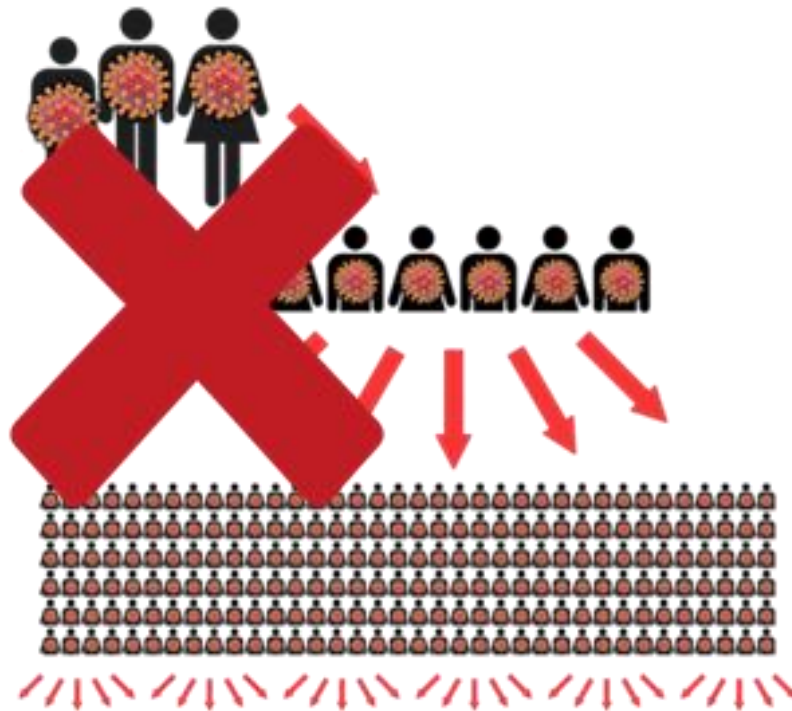


Newidiadau i reolau'r coronafeirws o'r 1 Mehefin 2020

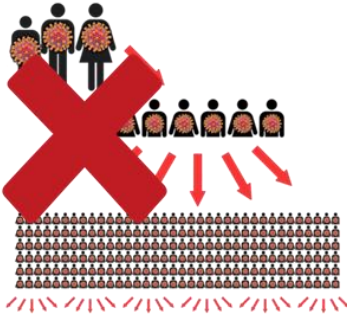
Y pethau y mae'n rhaid i bawb eu gwneud i arafu ymlediad y coronafeirws o'r 1 Mehefin 2020.



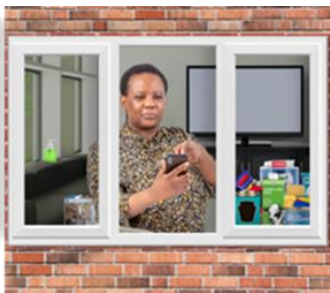
Fersiwn hawdd ei ddeall yw hwn o **Ganllawiau Llywodraeth Cymru ar gyfer cadw'n ddiogel rhag y coronafeirws. 24 Mawrth 2020, 11 Mai 2020 a'r 1 Mehefin.**

1 Mehefin 2020

Rheolau newydd ar gyfer cadw'n ddiogel



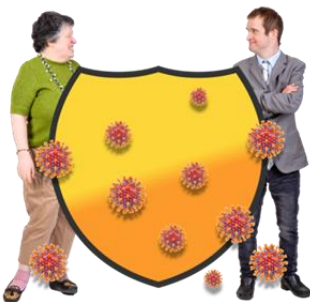
Mae'r Llywodraeth wedi gwneud rheolau newydd i ddal ati i arafu ymlediad y coronafeirws.



O'r 24 Mawrth 2020 dywedon ni wrthy ch chi bod yn rhaid i chi aros gartref.



O'r 1 Mehefin 2020 mae'r rheol hon wedi newid. Does dim rhaid i chi aros gartref nawr os nad:



- ydych chi'n eich **gwarchod** eich hun



- oes gennych chi symptomau'r coronafeirws, neu rydych chi'n byw gyda rhywun sydd â symptomau.

Gwarchod



Mae **gwarchod** yn meddwl aros gartref drwy'r amser am eich bod mewn perygl o fynd yn sâl iawn os daliwch chi'r coronafeirws. Mae pobl a ddylai fod yn eu **gwarchod** eu hunain wedi cael llythyr gan Lywodraeth Cymru.



Fe newidiodd y cyngor ar gyfer pobl sydd yn eu **gwarchod** eu hunain ar 1 Mehefin. Am fwy o wybodaeth darllenwch: **Newidiadau i'r cyngor ar gyfer pobl sy'n eu gwarchod eu hunain o 1 Mehefin 2020**

www.ldw.org.uk/cy/project/coronafeirws-adnoddau-i-bobl-gydag-anabledd-dysgu/

Os oes gennych chi neu rywun rydych chi'n byw gyda nhw symptomau



Os oes gennych chi symptomau'r coronafeirws mae'n rhaid i chi aros gartref am o leiaf saith diwrnod.



Os ydych chi'n byw gyda rhywun sydd â symptomau'r coronafeirws a does dim symptomau gennych chi, mae'n rhaid i chi aros gartref am 14 diwrnod.



Am fwy o wybodaeth ynglŷn â phryd a pha mor hir y dylech chi gadw o'r neilltu ewch i: phw.nhs.wales/topics/latest-information-on-novel-coronavirus-covid-19/coronavirus-resources/easy-read-resources/



Mae arnon ni i gyd angen rhwystro ymlediad y coronafeirws o hyd. Felly mae rheolau'n dal i fod y mae'n rhaid i **bawb** eu dilyn.

Erbyn hyn y mae pedair prif rheol y mae'n rhaid i ni i gyd eu dilyn:



1. Mae'n rhaid i chi aros **yn agos at gartref**. A chewch chi ddim bod y tu mewn i'r tŷ gyda phobl dydych chi ddim yn byw gyda nhw. Os nad yw'r person hwn yn ofalwr.



2. Pan fyddwch chi yn mynd allan mae'n rhaid i chi gadw o leiaf **dwy fetr** i ffwrdd oddi wrth bobl eraill.



3. Chewch chi ddim cyfarfod â phobl o **fwy nag un** tŷ arall ar y tro.



4. Mae'n rhaid i rai busnesau aros **ar gau**.

Cyfarfod â phobl eraill



Fe allwch yn awr gyfarfod â ffrindiau a theulu sy'n byw mewn **un tŷ arall**.



Dim ond pobl o un tŷ arall **yn unig** y gallwch chi gyfarfod ar y tro. Gallwch gyfarfod â phobl o fwy nag un tŷ arall mewn diwrnod, cyn belled â bod y cyfarfodydd ar wahân.



Chewch chi ddim mynd i mewn i'w tŷ nhw. A chŵn nhw ddim mynd i mewn i'ch tŷ chi.



Mae'n rhaid i chi aros y tu allan pan fyddwch chi'n cyfarfod â phobl eraill. Ac mae'n rhaid iddyn nhw fod yn byw yn agos atoch chi er mwyn i chi i gyd fedru aros yn agos at gartref.

Drwy'r amser mae'n rhaid i chi o hyd:



- Aros o leiaf dwy fetr i ffwrdd oddi wrth bobl eraill.



- Golchi eich dwylo yn aml am o leiaf 20 eiliad.



- Ceisio peidio â chyffwrdd eich wyneb.



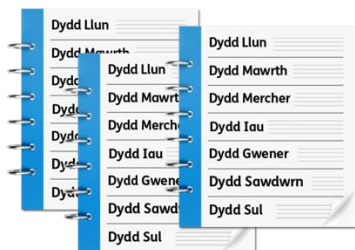
- Ceisio aros i ffwrdd o leoedd sy'n brysur.



Mae'n rhaid i **bawb** ddilyn y rheolau hyn. Mae'n gyfraith. Bydd yr heddlu yn edrych a yw pobl yn dilyn y rheolau.



Mae'r rheolau hyn yn ein helpu i arafu ymlediad y coronafeirws. A lleihau y perygl bod pobl yn marw o'r coronafeirws.



Bydd Llywodraeth Cymru yn dal ati i edrych ar y rheolau hyn bob tair wythnos.

Am fwy o wybodaeth am y newidiadau i'r rheolau ewch i wefan Llywodraeth Cymru:

www.gov.wales/guidance-changes-coronavirus-regulations-1-june



Efallai y bydd arnoch chi angen help i ddarllen hwn. Gofynnwch i rywun rydych chi'n ei adnabod i'ch helpu chi.



I gael yr wybodaeth ddiweddaraf hawdd ei deall am y coronafeirws ewch i wefan

Anabledd Dysgu Cymru:

www.ldw.org.uk/coronavirus



Hawdd ei Ddarllen
Easy Read Wales

Cafodd y ddogfen hon ei gwneud yn hawdd ei deall gan **Hawdd ei Ddarllen Cymru** gan ddefnyddio **Photosymbols**.