Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

Fframwaith a Chynllun Gwobrwyo Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru 2025-2026

Pecyn Adnoddau ar gyfer Ymarfer Cyffredinol

Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru

Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

Diben y pecyn adnoddau hwn

Mae’r pecyn adnoddau hwn wedi’i lunio i helpu Deintyddion Cymunedol a ymarfer cyffredinol i ystyried sut y gallant fod yn fwy cyfeillgar i’r hinsawdd drwy gymryd rhan yng Nghynllun Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru.

Mae’n darparu ffordd hawdd i bractisau benderfynu “beth allwn ni ei wneud yn ein practis ni?.” Mae'n rhestru dros 50 o gamau gweithredu y gall practisau eu cymryd i wella eu cynaliadwyedd amgylcheddol. Mae hefyd yn darparu adnoddau defnyddiol ac awgrymiadau ar ble i ddechrau ar gyfer pob cam gweithredu. Gallwch ddewis cynifer o gamau gweithredu ag y dymunwch, ac mewn unrhyw drefn, ac efallai y byddwch hyd yn oed yn gymwys i gael gwobr yn dibynnu ar nifer y camau gweithredu y byddwch yn eu rhoi ar waith. Darllenwch am yr hyn y mae eraill wedi'i wneud ym Mlwyddlyfr 2022.

Bwriedir i'r pecyn hwn fod yn addas nid yn unig ar gyfer ymarferydd cyffredinol unigol ond ar gyfer camau gweithredu ar draws cydweithrediadau proffesiynol a gwasanaethau ymarfer cyffredinol hefyd.

Drwy gymryd rhan yn y Cynllun, byddwch yn cymryd camau yn erbyn effeithiau niweidiol newid yn yr hinsawdd ac yn cyfrannu at dargedau Sero Net Llywodraeth Cymru. Bydd cymryd rhan hefyd yn eich helpu i ystyried yr effaith y gallai newid yn yr hinsawdd ei chael ar eich practis, eich cleifion a’ch staff, gan roi’r cyfle i chi gynllunio ac addasu ar gyfer y digwyddiadau hyn. Mae’r holl gamau gweithredu o fewn y cynllun yn cyd-fynd â nodau Deddf Llesiant Cenedlaethau’r Dyfodol (Cymru) 2015, ac hefyd yn cyd-fynd â Chynllun Cyflenwi Strategol Datgarboneiddio GIG Cymru.

Gobeithiwn y bydd yr adnoddau yn y pecyn hwn yn cefnogi eich ymdrechion gwyrdd!

Cynnwys

1. Rhestr o gamau gweithredu'r fframwaith ar gyfer 2025-26
2. Cyfarwyddiadau ar sut i gofrestru gyda’r Cynllun ar gyfer 2024
3. Animeiddiad Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru
4. Blwyddlyfr 2022 Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru
5. Astudiaeth achos fideo Ymarfer Cyffredinol
6. Cwestiynau Cyffredin Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru
7. Cyhoeddiad ail-lansio 2025-26
8. Taflen hyrwyddo
9. Pecyn asedau digidol a chyfryngau cymdeithasol
10. Rhwydwaith Cefnogi Cyfoedion Gwella
11. Rhagor o wybodaeth
12. Cysylltu â ni

1. Fframwaith a Chynllun Gwobrwyo Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru 2025-26 gweithredoedd a rhestr wirio

Caiff camau gweithredu o fframwaith 2025-26 eu rhestru isod.

I gyd-fynd â phob cam gweithredu mae rhagor o wybodaeth am y fframwaith i gefnogi ei weithrediad. Gall practisau ddewis a chymysgu'r camau gweithredu sydd orau ganddynt. Unwaith y byddwch wedi cofrestru, nid oes angen cwblhau isafswm o gamau gweithredu, fodd bynnag os yw eich tîm yn anelu at ddyfarniad. mae lefelau'r dyfarniadau fel a ganlyn:

Lefel Dyfarniad	Camau gweithredu wedi'u cwblhau
Gweithio Tuag at	Wedi'i gofrestru ond llai nag 8 cam wedi'u cwblhau
Efydd	8 Weithred
Arian	17 Weithred
Aur	23 Weithred

Fframwaith a’r Cynllun Gwobrwyo Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru 2025-26 Rhestr Wirio o Weithredau

	Addasu	✓	✗
A01	Mae gan y practis Gynllun Parhad Busnes mewn lle y mae staff yn ymwybodol ohono, ac maent yn gallu ei roi ar waith os bydd tarfu ar wasanaethau oherwydd effaith newid yn yr hinsawdd.		
A02	Mae'r practis wedi cynnal asesiad risg i ddeall yr effaith y gallai newid yn yr hinsawdd ei chael ar y practis ac mae wedi datblygu camau gweithredu ar gyfer addasu i ymateb i'r risg.		
A03	Mae gan y practis system ar waith i hysbysu a rhybuddio cleifion am fynediad i'r practis a/neu wybodaeth am hunanofal os bydd tywydd eithafol neu drychineb yn effeithio ar y practis.		
A04	Mae'r practis wedi rhoi ar waith gweithred addasu sydd heb ei chynnwys yn y fframwaith hwn, er mwyn sicrhau bod eu gwasanaeth a'u cleifion yn cael eu diogelu, ac i osgoi niwed diangen oherwydd tywydd eithafol.		
	Adeiladau ac Ystadau		
A05	Mae'r practis yn mabwysiadu, lle bynnag y bo modd, y defnydd o opsiynau goleuo ynni-effeithlon.		

A06	Mae'r practis wedi gwneud gwelliannau ffisegol i'r adeilad i'w wneud yn fwy cynaliadwy yn amgylcheddol.		
A07	Mae'r practis yn sicrhau bod y person olaf allan o'r ardal waith yn diffodd yr holl offer a goleuadau priodol, a bod cynllun cau ar gyfer cyfnodau gwyliau (os yw'n berthnasol).		
A08	Mae'r practis yn monitro ei ddefnydd o ynni yn rheolaidd ac mae'n gwneud cynnydd i leihau faint o ynni a ddefnyddir o wahanol ffynonellau o fewn y practis		
A09	Mae'r practis wedi gwneud y gorau o'i ardaloedd allanol a'i fannau gwyrdd ar gyfer bioamrywiaeth ac yn eu cynnal a'u cadw, ac wedi cynyddu'r cyfleoedd sydd ar gael i fywyd gwyllt lleol ffynnu, yn ogystal a chefnogi buddion mannau gwyrdd i iechyd a llesiant.		
	Rheoli Carbon		
A10	Mae'r practis wedi nodi arweinydd penodol o fewn y practis i annog ac ymgysylltu a staff y practis i hyrwyddo cyfranogiad yng Nghynllun Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru, ac i gydweithio i roi camau gweithredu ar waith i fod yn gymwys ar gyfer dyfarniad.		
A11	Mae'r practis yn monitro ac yn hyrwyddo (i gleifion, y cyhoedd a'r gymuned leol) eu cyfranogiad yn Fframwaith a Chynllun Gwobrwyo Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru.		
A12	Ceir trafodaeth reolaidd gyda staff y practis a'r tîm amlddisgyblaethol ehangach am effeithiau iechyd y newid yn yr hinsawdd, gan godi ymwybyddiaeth o'r addasiadau a'r mesurau lliniaru sydd eu hangen. Mae'r drafodaeth yn cynnwys pa gamau y gallant eu cymryd yn bersonol yn ogystal ag o fewn cyd-destun gwaith.		
A13	Mae'r practis yn cefnogi datganiad ei gyrff proffesiynol priodol a/neu Lywodraeth Cymru o argyfwng hinsawdd. Gall y practis hefyd ddewis datgan argyfwng hinsawdd yn fwy lleol fel rhan o glwstwr lleol neu gydweithfa broffesiynol.		
A14	Mae'r practis yn lledaenu ei ddylanwad i grwp ehangach o bobl gan gynnwys practisau lleol, cydweithfeydd proffesiynol, clystyrau a/neu ymhellach i ffwrdd.		
A15	Mae gan y practis bolisi Gwyrdd / Cynaladwyedd Amgylcheddol, sydd wedi'i roi ar waith, ac mae'n cyfleu hyn i staff y practis a'r tîm amlddisgyblaethol ehangach.		
A16	Gall y practis ddangos tystiolaeth o ddysgu parhaus am lythrennedd carbon ar gyfer staff y practis a'r tîm amlddisgyblaethol ehangach.		
A17	Mae'r practis wedi gweithredu i nodi pa mor gynaliadwy yw eu practis trwy fesur eu hol troed carbon yn flynyddol.		
A18	Rhannwch enghraifft o arfer gorau! Lluniwch astudiaeth achos ysgrifenedig fer neu ganllaw bach i'r hyn yr ydych wedi bod yn gweithio arno a sut yr ydych wedi gweithredu hyn yn eich practis.		

A19	Newidiwch y peiriant chwilio diofyn ar gyfrifiaduron y practis i ddewis amgen sy'n gydnaws a'r hinsawdd.		
	Ymddygiadau Iachus		
A20	Mae staff a'r tîm amlddisgyblaethol ehangach yn cael eu hannog a'u cefnogi'n rheolaidd o ran ymddygiadau sy'n hybu gwell iechyd. Mae'r ymddygiadau hyn hefyd yn cael eu hyrwyddo'n weithredol i gleifion.		
A21	Mae'r practis yn hybu ymarfer corff a theithio llesol i gleifion, staff a'r tîm amlddisgyblaethol ehangach ac mae'n hyrwyddo diwylliant o weithgarwch corfforol a modelau rol trwy amrywiaeth o weithgareddau bob dydd.		
A22	Mae aelod o staff y practis neu'r tîm amlddisgyblaethol ehangach wedi dysgu am ymyriadau byr a chyfweld ysgogol trwy sicrhau bod Pob Cyswllt yn Cyfrif, ac yn rhannu'r hyn a ddysgwyd ag aelodau eraill o staff.		
	Arloesedd a Chyd-gynyrchu		
A23	Mae'r practis wedi profi, cyflwyno a mesur cam arloesol 'gwyrdd' nad yw'n cael ei gynnwys yn y fframwaith hwn.		
A24	Mae'r practis wedi profi, cyflwyno a mesur AIL gam arloesol 'gwyrdd' nad yw'n cael ei gynnwys yn y fframwaith hwn.		
A25	Mae'r practis yn mynd ati i gynnwys grwpiau cleifion a'r gymuned leol ar gyfer unrhyw newidiadau i fabwysiadu arfer sy'n fwy cynaliadwy yn amgylcheddol, ac yn ceisio adborth ganddynt.		
	Caffael		
A26	Mae'r practis yn adolygu ei ddarparydd ynni ac, os oes angen, mae'n newid i ddarparydd sy'n fwy cynaliadwy yn amgylcheddol, os nad yw eisoes wedi gwneud hynny.		
A27	Mae'r practis yn mynd ati i brynu nwyddau cynaliadwy ar gyfer y swyddfa.		
A28	Mae'r holl de a choffi a brynir gan y practis ar gyfer staff a'r tîm amlddisgyblaethol ehangach wedi'u hardystio fel nwyddau Masnach Deg. Sylwer: Mae hyn ond yn berthnasol i de a choffi a gaiff ei brynu gydag arian y practis, yn hytrach na nwyddau a brynir gan y staff. Serch hynny, anogir staff a'r tîm amlddisgyblaethol ehangach i brynu nwyddau Masnach Deg.		
A29	Mae'r practis wedi datblygu a chyflwyno system monitro stoc ar gyfer archebu deunyddiau i sicrhau cyn lleied o wastraff a phosibl. Gall hyn gynnwys offer swyddfa, deunyddiau fferyllol neu unrhyw nwyddau eraill a archebir yn rheolaidd.		
A30	Gellir ailddefnyddio neu ailgylchu deunyddiau a phecynnu plastig sy'n cael eu prynu, ac maent yn cynnwys deunydd wedi'i ailgylchu pan fo hynny'n briodol yn dechnegol ac yn glinigol.		

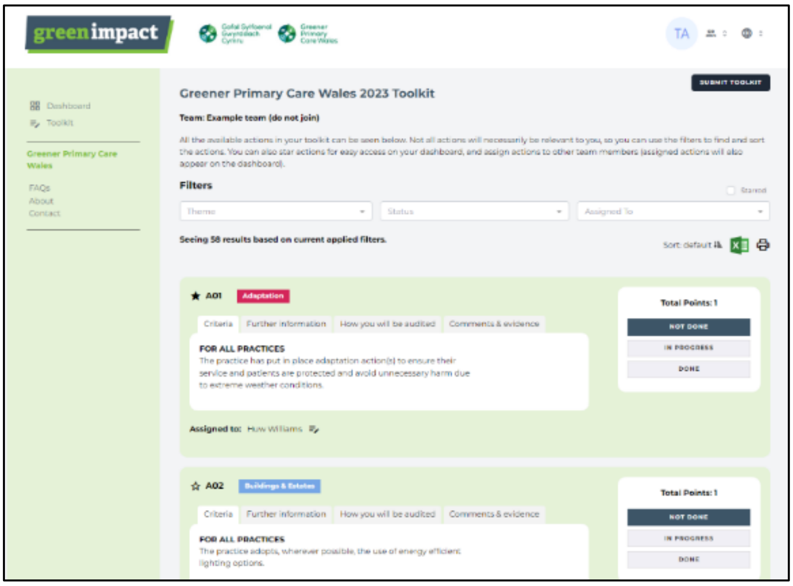
A31	Mae'r practis yn adolygu ei ddewis o fanc busnes, ac os oes angen, mae'n newid i ddarparydd sy'n fwy cynaliadwy yn amgylcheddol, os nad yw eisoes wedi gwneud hynny.		
	Trafnidiaeth a Gweithio'n Ddoeth		
A32	Mae'r practis yn annog ac yn hyrwyddo dulliau teithio mwy cydnaws a'r amgylchedd / cynaliadwy i staff y practis, y tîm amlddisgyblaethol ehangach a chleifion		
A33	Mae'r practis yn cynnal archwiliad teithio blynyddol ar gyfer pob aelod o dîm y practis.		
A34	Mae'r practis wedi gwneud ymdrech i leihau teithio gan gleifion, staff, y tîm amlddisgyblaethol ehangach, ac ar draws y practis.		
	Gwastraff		
A35	Mae'n well gan y practis brynu batris y gellir eu hailwefru yn lle batris untro er mwyn lleihau gwastraff. Lle nad yw hyn yn bosibl, caiff batris untro eu hailgylchu'n briodol.		
A36	Mae'r practis yn lleihau nifer y llythyrau papur a anfonir gan, neu ar ran, y practis. Pan fo angen postio llythyrau, mae'r practis yn osgoi defnyddio amlenni sy'n cynnwys ffenestri plastig trwy ddefnyddio dewisiadau amgen, megis amlenni papur yn unig neu opsiynau bioddiraddadwy.		
A37	Mae'r practis yn ailgylchu deunyddiau anodd eu hailgylchu a/neu'n dod yn ganolfan gasglu ar gyfer cleifion		
A38	Dim ond pan fod angen y defnyddir argraffu, copïo a ffacsio. Pan fod angen gwneud hyn, defnyddir papur wedi'i wneud o ffynonellau y gellir eu hailgylchu, gan argraffu ar ddwy ochr y papur.		
	Ymarfer Cyffredinol yn unig		
GP01	Mae'r practis yn adolygu ac yn cymryd camau i gynyddu cyfran yr anadlyddion powdr sych (DPI) ac anadlyddion niwl meddal (SMI) y rhoddir presgripsiwn ar eu cyfer, o gymharu ag anadlyddion dogn mesuredig (MDI), lle bo hynny'n glinigol briodol.		
GP02	Mae'r practis yn adolygu'r gyfran o MDI Salbutamol, sy'n garbon-ddwys â photensial cynhesu byd-eang (GWP) uchel o gymharu â mathau amgen o anadlyddion â GWP is, y rhoddir presgripsiwn ar eu cyfer, ac yn cymryd camau i leihau cyfran yr MDI Salbutamol â GWP uchel a gychwynnir ac a ragnodir ar bresgripsiwn dilynol.		
GP03	Mae gan y practis system ar waith i archwilio'n rheolaidd yr anadlyddion 'lliniarol' y rhoddir presgripsiwn ar eu cyfer i bob claf, a dim ond rhagnodi presgripsiynau dilynol ar gyfer y cleifion hynny sydd â diagnosis clinigol wedi'i gofnodi ac sydd wedi cael adolygiad clinigol o fewn y 12 mis diwethaf.		
GP04	Mae'r practis yn arfer presgripsiwn cymdeithasol, lle bo'n briodol, ac yn cyfeirio cleifion at ymarferwyr presgripsiwn cymdeithasol, trefnwyr gofal a / neu gysylltwyr cymunedol a.y.b. i nodi'r ymyriad anghlinigol mwyaf priodol i ddiwallu eu hanghenion.		

GP05	Mae'r practis yn hyrwyddo dewis o ran atgenhedlu i fenywod trwy ddarparu mynediad amserol at ddulliau atal cenhedlu, atal cenhedlu brys a gwasanaethau ar gyfer atal beichiogrwydd damweiniol.		
GP06	Mae gan y practis system amlbresgripsiwn ar waith sy'n sicrhau mai dim ond y meddyginiaethau sydd eu hangen arnynt y mae cleifion yn eu derbyn, nad ydynt yn derbyn eitemau ar bresgripsiwn dilynol yn ddiangen, a lle bo'n bosibl bod cyflenwi meddyginiaethau'n cael ei gydamseru.		

SOS UK Gwobr Arbennig	
	Arwr Cynaliadwyedd
X01	Mewn dim mwy na 300 o eiriau dywedwch wrthym pwy yw'r person eithriadol o fewn eich tîm neu dîm arall (gan gynnwys chi'ch hun!), sydd wedi dod yn arwr cynaliadwyedd i chi!
	Arlosei ar gyfer Ymgysylltu
X02	Mewn dim mwy na 300 o eiriau dywedwch wrthym sut mae eich tîm wedi cynnwys mwy o bobl mewn gweithgaredd cynaliadwyedd a pha ganlyniadau rydych chi wedi'u gweld: pa dechnegau a syniadau arloesol ydych chi wedi'u defnyddio i gael pobl i deimlo'n gyffrous i gymryd rhan?
	Gwelliant Amgylcheddol
X03	Mewn dim mwy na 300 o eiriau dywedwch wrthym am welliant amgylcheddol arloesol neu fenter yr ydych wedi'i rhoi ar waith i greu effaith wirioneddol yn eich practis, eich tîm neu ar draws y sefydliad. Beth ydych chi wedi ei wneud sydd y tu hwnt i feini prawf arferol y gweithlyfr? Pa effeithiau ydych chi wedi'u gweld?
	Gweithredu Cymunedol
X04	Mewn dim mwy na 300 o eiriau dywedwch wrthym sut mae eich tîm wedi arwain, datblygu neu gymryd rhan mewn gweithredu cymunedol arloesol trwy gydol eich blwyddyn Effaith Werdd. Gyda phwy ydych chi wedi gweithio? Pa weithredu oeddech chi'n gyfrifol amdano? Pa effeithiau cadarnhaol y mae hyn wedi'u creu?

2. Cyfarwyddiadau ar sut i gofrestru gyda'r Cynllun

- Ewch i wefan pecyn cymorth yma.
- **Cliciwch ar 'cofrestru'** ar waelod y blwch mewngofnodi a rhowch eich cyfeiriad e-bost a chreu cyfrinair unigryw.
- Ar ôl i chi greu eich cyfrif, cliciwch ar 'pecyn cymorth' ac yna cewch eich annog i **greu neu ymuno â thîm**.
- Os chi yw'r person cyntaf sy'n ymuno ag un o'r timau hyn neu'n creu tîm newydd cewch eich annog i **lenwi'r wybodaeth ar gyfer y tîm hwnnw** (Enw'r practis, cod post, math o gontractwr, bwrdd iechyd a'r math o waith a wneir). Bydd aelodau dilynol yn gweld eich tîm ac yn gallu ymuno ag ef pan fyddant yn cofrestru.
- Byddwch wedyn yn cael mynediad i'r fframwaith ac yn dechrau gweithio tuag at eich gwobr.



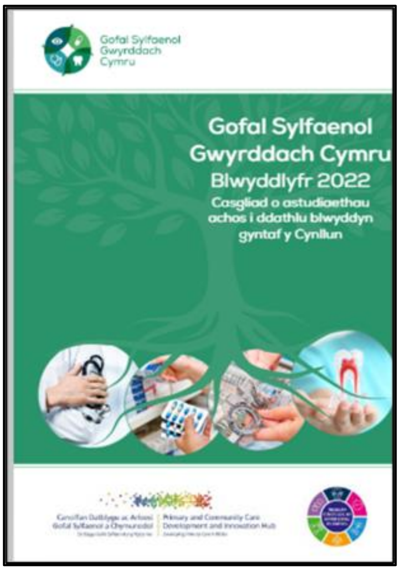
3. Animeiddiad Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru

Mae'r animeiddiad byr hwn yn rhoi crynodeb lefel uchel o'r Cynllun, gan gynnwys cyfarwyddiadau ar sut i gofrestru a dechrau cymryd camau.

I weld yr adnodd cliciwch [yma.]

4. Blwyddlyfr 2022 Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru

Datblygwyd *'Blwyddlyfr 2022'* gan yr Is-adran Gofal Sylfaenol gyda chyllid o gronfa datgarboneiddio Llywodraeth Cymru. Mae'n amlygu nifer o astudiaethau achos bywyd go iawn o bractisau gofal sylfaenol, gan gynnwys bractisau ymarfer cyffredinol, ledled Cymru a gymerodd ran yn y Cynllun yn ystod 2022. Mae'r ddogfen yn ddathliad o gyflawniadau'r timau hyn yn ogystal ag arf i ysgogi practisau sy'n ystyried cofrestru.



I weld yr adnodd cliciwch [yma].

5. Astudiaeth achos fideo Gwyrddach Gofal Sylfaenol Cymru

Yn ystod Blwyddyn 2 Fframwaith a Chynllun Gwobrwyo Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru (2023), cymerodd pedwar o’r practisau cofrestredig ran mewn fideo astudiaeth achos unigryw i ddangos y newidiadau yr oeddent wedi’u mabwysiadu yn unol â chamau gweithredu’r fframwaith.

Mae’r ddolen ganlynol yn dangos astudiaeth achos fideo o bractis ymarfer cyffredinol a gymerodd ran yn y Fframwaith Gofal Sylfaenol Gwyrddach a’r Cynllun Gwobrwyo: **Fideo Astudiaeth Achos: Ymarfer Cyffredinol**

6. Cwestiynau Cyffredin Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru

Cafodd yr adnodd *'Cwestiynau Cyffredin'* ei ddiweddaru yn 2025 i ddarparu atebion a chymorth i dimau newydd sy’n cofrestru am y tro cyntaf yn 2025, yn ogystal â thimau sy’n dychwelyd o Flynyddoedd 1 (2022), 2 (2023) a 3 (2024) y fframwaith.

I gael mynediad i'r adnodd, cliciwch yma.

7. Cyhoeddiad ail-lansio 2025-26

Cyhoeddiad fideo byr yn ail-lansio'r Fframwaith Gofal Sylfaenol Gwyrddach a'r Cynllun Gwobrwyo ar gyfer 2025-26 gan Sian Evans, Ymgynghorydd Iechyd y Cyhoedd ac Angharad Wooldridge, Uwch Ymarferydd Iechyd y Cyhoedd.

8. Taflen Hyrwyddo

Mae taflen hyrwyddo wedi'i pharatoi i roi cipolwg i chi o'r Cynllun. Mae copi o'r daflen i'w weld isod ac mae hefyd ar gael yn Gymraeg a Saesneg ar wefan Gofal Sylfaenol Un. Gellir defnyddio'r daflen i ledaenu'r gair am y Cynllun a pham y dylai practisau gymryd rhan.

9. Pecyn asedau digidol a chyfryngau cymdeithasol

Mae'r pecynnau asedau cyfryngau digidol a chymdeithasol wedi'u cynllunio i gefnogi defnyddwyr cofrestredig i hyrwyddo cyfranogiad eu practis yn Fframwaith a Chynllun Dyfarnu Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru. Gellir llwytho i lawr, cadw, a lanlwytho amrywiol asedau digidol a chyfryngau cymdeithasol a amlinellir yn y pecyn i wahanol lwyfannau ar-lein.

Mae canllawiau ar sut i ddefnyddio’r adnoddau hyn ar gael ym mhob un o’r pecynnau cyfryngau cymdeithasol penodol sydd ar gael yma. Bydd defnyddio’r adnoddau hyn yn eich cefnogi i gyflawni cam gweithredu A11 y fframwaith:

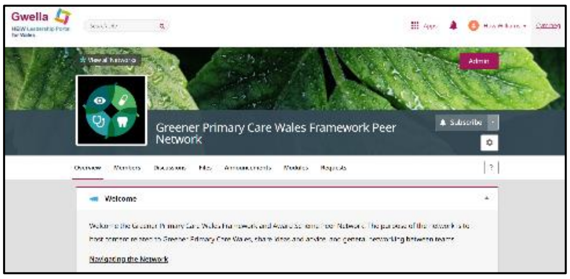
“Mae'r practis yn monitro ac yn hyrwyddo (i gleifion, y cyhoedd a'r gymuned leol) eu cyfranogiad yn Fframwaith a Chynllun Gwobrwyo Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru.”

Mae’r pecyn yn cynnwys cyfres o ddelweddau llonydd a symudol (y cyfeirir atynt fel GIFs), i chi eu lawrlwytho a’u defnyddio ar draws eich gwefan a’ch cyfrifon cyfryngau cymdeithasol, ynghyd â gwybodaeth bellach am lawrlwytho clipiau fideo o Vimeo a Rhwydwaith Cymorth i Gydweithwyr Gwella Gofal Sylfaenol Gwyrddach.

Er gwybodaeth, mae’r delweddau a ddarperir yn y pecyn hwn wedi’u gwahanu’n benodol yn ôl manyleb/eglurder y delweddau ar gyfer pob un o’r platform cyfryngau cymdeithasol a amlygir er mwyn sicrhau’r ansawdd gorau posibl ar gyfer uwchlwytho.

Mae’r pecyn ar gael i’w weld ar-lein yma.

10. Rhwydwaith cymorth gymheiriaid gan Gwella



Wedi’i sefydlu yn 2023, rhwydwaith cymorth gan gymheiriaid) drwy’r rhaglen Gwella a redir gan AaGIC. Mae'r wefan yn caniatáu ichi gysylltu ag arferion cofrestredig eraill a rhannu arferion gorau. Gallwch gofrestru i gael mynediad i rwydwaith cymorth cymheiriaid Gwella yma.

Pan wnaethoch gofrestru ar gyfer y Cynllun, gofynnir i chi a oeddech am gael eich ychwanegu at wefan Gwella. Os na wnaethoch chi dicio’r blwch ac yr hoffech chi gymryd rhan, cysylltwch â ni gan ddefnyddio’r cyfeiriad e-bost isod a byddwn yn eich ychwanegu at y wefan.

11. Rhagor o wybodaeth

Ceir rhagor o wybodaeth a mynediad i'r adnoddau yn Gymraeg ar dudalennau Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru gwefan Gofal Sylfaenol Un.

Sganiwch y cod QR i ddechrau.

Cymraeg

Saesneg

12. Cysylltu â ni

I gysylltu â ni anfonwch e-bost i GofalSylfaenolGwyrddach@wales.nhs.uk a bydd aelod o'r tîm yn ymateb i chi cyn gynted â phosibl.

Fel arall, os oes gennych gwestiwn yn ymwneud â gwefan neu swyddogaeth y fframwaith, anfonwch e-bost at Celine Clark o SOS-UK Green Impact.