

Cefnogi pawb yn ystod beichiogrwydd ac ar ôl cael babi

Gofyn. Aseu. Gweithredu
paru'r gofal â'r angen
Gofal iawn. Amser iawn. Pobl iawn

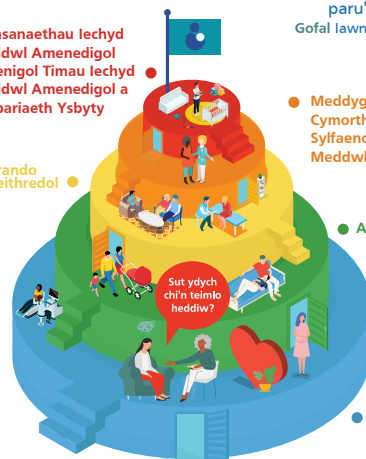
Gwasanaethau Iechyd
Meddwl Amenedigol
Arbenigol Timau Iechyd
Meddwl Amenedigol a
Darpariaeth Ysbyty

Gwrando
Gweithredol

Meddyg Teulu/Gwasanaeth
Cymorth Iechyd Meddwl
Sylfaenol/Tim Iechyd
Meddwl Cymunedol/CAMHS

Aros Gwylidwrus

Cyffredinol



GOFYNNIR i chi - Sut ydych chi'n teimlo heddiw?

Lefel 1

Lefel 2

Lefel 3

Lefel 4

Lefel 5

Mae hyn er mwyn gwneud yn siŵr eich bod chi a'ch teulu yn cael cynnig y cymorth iawn i chi ar yr adeg iawn

Cyffredinol

Aros Gwylidwrus

Gwrando Gweithredol

Meddyg Teulu/Gwasanaeth
Cymorth Iechyd Meddwl
Sylfaenol/Tim Iechyd
Meddwl Cymunedol/CAMHS

Gwasanaethau Iechyd
Meddwl Amenedigol
Arbenigol Timau Iechyd
Meddwl Amenedigol a
Darpariaeth Ysbyty

Rhoddir gwybodaeth i chi am lle gallwch ddod o hyd i gymorth

Lle gallwch gael rhagor o wybodaeth:
Bwmp, Babi a Thu Hwnt | Rhianta Tommy
- Fy Nghynllun Llesiant Beichiogrwydd ac Ar
Ôl Geni Rhowch amser iddo. | GOV.WALES

Gofynnir i chi **'Sut ydych chi'n teimlo heddiw'** bob tro y cysylltwch â ni
#GofynDdwywaith



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Rhwydwaith Iechyd
Meddwl Amenedigol
Perinatal Mental
Health Network

#AgorDrysauI FaguPlant
PNMHnetwork@wales.nhs.wales