

Mewn Argyfwng

Mewn argyfwng galwch: **Yr Heddlu / Tân / Ambiwllans ar 999 neu 112**

IECHYD

Mae Galw Iechyd Cymru yn wasanaeth cyngor a gwybodaeth ar iechyd sydd ar gael 24 awr y dydd, bob dydd. Gallwch gysylltu â hwy ar **111** os ydych chi neu'r person rydych yn gofalu amdano yn teimlo'n sâl ac yn ansicr beth i'w wneud. Gallwch eu ffonio hefyd am wybodaeth iechyd ar ystod eang o gyflyrau, triniaethau a gwasanaethau iechyd lleol. Mae yna hefyd wefan Galw Iechyd Cymru, www.galwiechycymru.wales.nhs.uk

Os oes angen i chi gysylltu â'ch meddyg teulu tu allan i oriau'r feddygfa, ffoniwch **111**.

GWASANAETHAU CYMDEITHASOL

Os oes argyfwng tu allan i oriau swyddfa arferol gallwch gysylltu â'r Tîm Tu Allan i Oriau ar **01248 353551**.

Ffoniwch os

- oes angen brys i ddiogelu plentyn neu berson ifanc rhag niwed
- yw rhiant, gofalwr di-dâl, gofalwr maeth neu blentyn angen cymorth, cyngor neu gefnogaeth brys
- yw gofalwr di-dâl neu oedolyn bregus (pobl sydd â phroblemau iechyd meddwl, anabledau corfforol neu anabledau dysgu neu bobl hŷn) mewn angen brys

Ni allant helpu os

- Gall y sefyllfa aros tan y diwrnod gwaith nesaf, heb risg o niwed
- Yw'n ddiwrnod gwaith - bydd angen i chi gysylltu â'ch Tîm Adnoddau Cymunedol Lleol (Ardal Llŷn ar **01758 704099**; Ardal Caernarfon ar **01286 679099**; Ardal Bangor ar **01248 363240**; Ardal Eifionydd-Gogledd Meirionnydd ar **01766 510300**; Ardal De Meirionnydd ar **01341 424499**) neu'r Tîm Dyletswydd Plant ar **01758 704455**
- Yw'n argyfwng meddygol (rhaid i chi ffonio eich meddyg teulu neu ambiwlans)

Mewn Argyfwng

Cyd Storfa

Os oes darn o offer (e.e. hoist) wedi torri/ddim yn gweithio, mae gan Cyd Storfa rif allan o oriau **01978 758111**

Os yw'r person rydych yn gofalu amdano yn mynd yn ddifrifol wael neu'n cael damwain neu'n syrthio:

PEIDIWCH Â'I SYMUD

PEIDIWCH Â RHOI BWYD NEU DDIOD IDDO

1. Ffoniwch **999** (neu **112**)
2. Gofynnwch am ambiwlans a rhowch y cyfeiriad y dylai'r ambiwlans ddod iddo.
3. Gall y gweithredwr ofyn i chi beth sydd wedi digwydd ac a yw'r person yn ymwybodol ai peidio – cadwch eich atebion yn fyr ac yn syml. Gallant roi ychydig o gyngor i chi. Os nad ydych yn ei ddeall yn llawn, gofynnwch i'r gweithredwr egluro eto.
4. Byddant yn gofyn i chi am eich rhif ffôn rhag ofn y byddant angen cysylltu â chi.
5. Cysurwch y person sydd wedi anafu neu sy'n wael yn gyson hyd nes bydd yr ambiwlans wedi cyrraedd.
6. Os oes rhywun arall gyda chi, gofynnwch iddynt fynd allan i gyfarfod yr ambiwlans.
7. Pe bai'r person yn gorfod mynd i'r ysbyty, mae'n syniad da gofyn i'r gyrrwr i ba ysbyty mae'n yn mynd â'r claf.

D.S. Canllawiau yn unig yw'r rhain.

Y Samariaid

Mae'r Samariaid yn darparu cefnogaeth emosiynol, gyfrinachol, heb farnu'r unigolyn, 24 awr y dydd i bobl sy'n profi teimladau o anobaith, yn cynnwys y rheini a allai arwain at hunanladdiad. Ffoniwch **116 123**.

Llinell Gymraeg **0808 164 0123** (Bob dydd 7pm – 11pm)

Mewn Argyfwng

Toriad Trydan

Petai toriad trydan yn digwydd, ffoniwch SP Energy Networks ar **105**

Paratoi ar gyfer argyfwng

Mae gwybodaeth am baratoi cynllun a phhecyn argyfwng a beth i'w wneud pan fo argyfwng neu ddamwain yn digwydd ar gael ar wefan Cyngor Gwynedd www.gwynedd.llyw.cymru/cy/Trigolion/Argyfwng/Cynllunio-ar-gyfer-argyfwng.aspx

Cerdyn Argyfwng Gofalwyr Gwynedd

Os yw'r gwasanaethau brys a staff ysbytai yn gweld eich bod yn cario'r cerdyn, byddant yn gwybod fod rhywun sy'n llwyr ddibynnol arnoch ar gyfer gofal yn cael eu rhoi mewn sefyllfa anodd oherwydd eich absenoldeb. Mae rhif ffôn 24-awr Gwasanaethau Cymdeithasol ar y cerdyn a gallant roi gwybod beth sydd wedi digwydd i chi. Bydd staff Gwasanaethau Cymdeithasol wedyn yn gweithredu eich cynllun gofal argyfwng / cynllun wrth gefn, ac yn sicrhau fod y person rydych yn gofalu amdano yn ddiogel.

Mae'r cynllun yn rhad ac am ddim a byddwch yn derbyn cerdyn bychan sydd yr un maint a cherdyn credyd i'w gario yn eich pwrs neu waled. Cewch fwy o wybodaeth, a chofrestru, drwy cysylltu â'r Swyddog Gwybodaeth ac Ymgysylltu Gofalwyr **01286 679742** neu Gofalwyr@gwynedd.llyw.cymru