



Y Coronafeirws – Lle rydym ni arni yng Nghymru

12^{fed} Mai 2020

Mae Prif Weinidog Cymru, Mark Drakeford, AS wedi cyhoeddi bod neges Llywodraeth Cymru yn aros yr un fath:

“Aros Gartref, Diogelu’r GIG, Achub Bywydau”

Fodd bynnag, mae rhai newidiadau bach i’r rheolau blaenorol:

1. Caniatáu i bobl wneud ymarfer corff mwy nag unwaith y dydd, yn lleol

Mae hyn yn golygu y cewch chi, **yng Nghymru**, adael eich cartref mwy nag unwaith y dydd i wneud ymarfer corff.

“Ni ddylai gwneud ymarfer corff olygu bod pobl yn gyrru y tu allan i’w hardal leol at y diben hwn. Ni ddylid teithio y tu allan i’r ardal leol, er enghraifft, dim ond er mwyn gwneud ymarfer corff yng nghefn gwlad, ar yr arfordir neu mewn llecynnau hardd eraill. (mae llawer ohonynt wedi eu cau beth bynnag er mwyn atal hyn). Mae’n bosibl, fodd bynnag, y gallai fod angen i bobl sydd â chyflyrau iechyd neu symudedd penodol deithio o’u cartrefi er mwyn gallu gwneud ymarfer corff. Er enghraifft, efallai na fydd rhai defnyddwyr cadeiriau olwyn yn gallu dechrau gwneud ymarfer corff yn union y tu allan i’w cartrefi am resymau mynediad ymarferol. O dan yr amgylchiadau hyn dylai’r daith fod i’r lleoliad hygyrch cyfleus agosaf.”

2. Galluogi canolfannau garddio i agor os ydynt yn gallu cydymffurfio â'r ddyletswydd i [gadw pellter corfforol](#).

Gallwch fynd i ganolfannau garddio gan eu bod yn cael agor. Efallai yr hoffech wirio bod eich canolfan ar agor cyn teithio.

3. Galluogi awdurdodau lleol i ddechrau cynllunio sut maent yn mynd i ailagor llyfrgelloedd a chanolfannau ailgylchu lleol.

Mae Llywodraeth Cymru yn adolygu'r canllawiau bob 3 wythnos ac o'r 8^{fed} o Fai mae'r cyfyngiadau pellter corfforol yn parhau gydag ychydig o newidiadau. Mae Cymru yn gwneud ei deddfau ei hun ar y mater hwn, a allai fod yn wahanol i'r rheolau yn Lloegr, yr Alban a Gogledd Iwerddon, a dim ond y Senedd all eu newid. Mae'r Prif Weinidog, Mark Drakeford, yn cynnal cynadleddau rheolaidd i'r wasg i ddiweddarau pobl Cymru am y sefyllfa ac unrhyw newidiadau. Mae'n bwysig bod pobl yn gwrandao ar y wybodaeth gywir am Gymru a'r rheolau yng Nghymru.

Mae pethau’n newid yn gyflym iawn, felly mae’n syniad i chi gadw golwg ar yr wybodaeth a gyhoeddir gan Lywodraeth Cymru neu wyllo cynadleddau i’r wasg Mark Drakeford os oes arnoch chi eisiau gwybod beth sy’n digwydd yng Nghymru. Gellir naill ai gwyllo'r rhain

yn “fyw” neu eu hail-wyllo yn nes ymlaen ar dudalen Trydar Llywodraeth Cymru (<https://twitter.com/LlywodraethCym>). Mae cyngor diweddaraf Llywodraeth Cymru ar gael ar wefan ASDinfoWales (www.asdinfowales.co.uk/news/latest-information-on-novel-coronavirus-covid-19) ac ar dudalen Facebook (www.facebook.com/ASDinfoWales) a Twitter (<https://twitter.com/ASDinfoWales>) y Tîm Awtistiaeth Cenedlaethol.

Cofiwch, bydd y canllawiau yn cael eu hadolygu bob tair wythnos.

Mae Llywodraeth Cymru wedi creu’r canllaw cwestiynau ac atebion canlynol a all fod yn ddefnyddiol i chi: <https://llyw.cymru/rheoliadau-coronafeirws-canllawiau>