



Arhoswch yn eich Safle Cymeradwy

Heblaw bod angen i chi fynd allan am un o'r pedwar rheswm yma

1. **Siopa am bethau sylfaenol** (bwyd neu feddyginiaeth)
2. **Gwneud ymarfer corff** (gan ddilyn y canllawiau ar gadw pellter cymdeithasol)
3. **Rheswm meddygol** (i fynd i fferyllfa, neu i fynd â nwyddau hanfodol i rywun sy'n agored i niwed)
4. **Teithio** (i'r gwaith ac oddi yno, pan fydd yn amhosib gweithio o gartref)

Pan fyddwch chi'n gwneud y pethau hyn, dylech dreulio cyn lleied o amser â phosib y tu allan i'r Safle Cymeradwy, a gwneud yn siŵr eich bod 2 fetr oddi wrth bawb arall.

Rhaid i chi gadw at unrhyw amodau trwydded sydd gennych chi, a chadarnhau hynny gyda staff y Safle Cymeradwy neu'ch Rheolwr Troseddwy.

Gallwch gael mwy o wybodaeth yn www.nhs.uk/coronavirus

