



HM Government

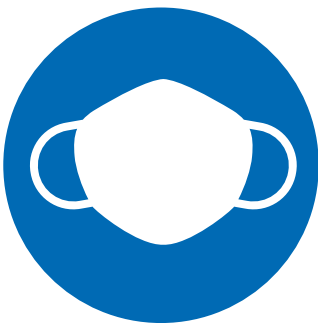
**NHS**

# Rhaid inni ddal ati i ddiogelu ein gilydd.



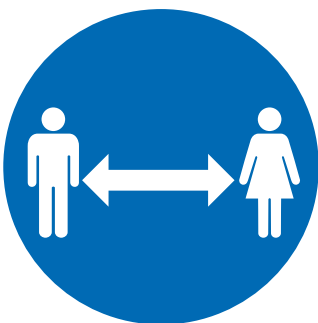
## DWYLO

Golchwch eich dwylo am 20 eiliad yn rheolaidd.



## WYNEB

Gwisgwch fasg mewn lleoliadau dan do lle gallai cadw pellter cymdeithasol fod yn anodd a lle y byddwch yn dod i gysylltiad â phobl nad ydych fel arfer yn eu cyfarfod.



## PELLTER

Arhoswch o leiaf 2 fetr oddi wrth bobl nad ydych yn byw gyda nhw lle bo modd.

**BYDDWCH YN WYLIADWRUS ► RHEOLI'R FEIRWS ► ACHUB BYWYDAU**