



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol  
Aneurin Bevan  
University Health Board

# Prosiect Coleg Adfer a Darganfod Gwent



## Beth yw Coleg Adfer?

Mae Coleg Adfer yn darparu cyrsiau addysg sydd wedi'u cyd-gynhyrchu'n rhad ac am ddim ar ystod o bynciau iechyd meddwl a lles i unrhyw un sydd â diddordeb mewn gwella eu lles.

Mae cyrsiau ar gael i:

- Bobl sydd â phrofiad bywyd (gan gynnwys cleifion mewnol)
- Gofalwyr
- Staff y GIG
- Aelodau o'r Cyhoedd sydd eisiau hybu eu iechyd meddwl a'u lles

## Cwrs Peilot Ar-lein (Microsoft Teams)

### Pwnc: Cynlluniau Gofal a Thriniaeth

Amser pob sesiwn: 10:30am – 13:00pm

- Peilot 1: Dydd Mawrth 3ydd Chwefror 2026
- Peilot 2: Dydd Mercher 4ydd Chwefror 2026
- Peilot 3: Dydd Iau 5ed Chwefror 2026



Sut mae cymryd rhan?

Cysylltwch â: [ABB.RECOVERYCOLLEGEMODELPROJECT@WALES.NHS.UK](mailto:ABB.RECOVERYCOLLEGEMODELPROJECT@WALES.NHS.UK)

Mae archebu lle'n hanfodol

