



Sex Education & Community Services

Gwasananaethau
Iechyd Rhywiol i
Bobl Ifanc

Sexual Health
Services
for Young People

Mae eich iechyd rhywiol yn bwysig i'ch lles cyffredinol. Pa un a ydych yn cael rhyw ai peidio, mae'n bwysig gwybod sut i amddiffyn eich hun a chynnal iechyd rhywiol da.

Mae SECS yn cynnig ystod o wasanaethau ac adnoddau i bobl ifanc yn cynnwys profion STI, dulliau atal cenhedlu ac opsiynau ar gyfer beichiogrwydd heb ei gynllunio i bobl ifanc o dan 20 oed.

Rydym yn cynnig cymorth un i un ynghylch meithrin perthynas amhriodol, perthnasoedd mwy diogel, diogelwch ar y rhynggrwyd, hunanhyder yn effeithio ar ddewisiadau rhywiol a chymorth ar ôl ymosodiad rhywiol*

*Sylwch nad ydym yn gallu ymgymryd â gwaith sy'n uniongyrchol gysylltiedig â'r ymosodiad rhywiol gan y gallai hynny effeithio ar ymchwiliad yr heddlu.

Atebion i'ch cwestiynau..

A oes angen apwyntiad arnaf? A yw'r gwasanaeth ar gael am ddim?

Rydym yn cynnig gwasanaeth galw heibio, ond gallwch hefyd drefnu apwyntiad os dymunwch hynny yn hytrach. Ac ydy, mae'r gwasanaeth yn rhad ac am ddim!

A oes rhaid i mi ddweud wrth rywun neu a fydd fy rhieni'n dod i wybod?

Mae hwn yn wasanaeth cyfrinachol sy'n golygu na fydd unrhyw un yn cynnwys eich teulu a'ch meddyg teulu yn gwybod. Fodd bynnag, efallai bydd rhaid i ni rannu gwybodaeth os ydym yn teimlo eich bod chi mewn perygl. Buasem yn trafod hyn gyda chi yn gyntaf.

Dwi ddim yn hoffi'r pethau mae fy mhartner yn gwneud i mi wneud?

Dewch i siarad â ni, rydym yn cynnig cymorth un i un ynghylch perthnasoedd diogel a therfynau

Rwy'n poeni fy mod i'n feichiog?
Gallwn drafod opsiynau a helpu i drefnu apwyntiadau.



Sex Education & Community Services

Gwasananaethau
Iechyd Rhywiol i
Bobl Ifanc

Sexual Health
Services
for Young People

POBL IFANC A LLES RHYWOL

Popeth sydd angen i chi ei
wybod am ofalu am eich
lles rhywiol.

**Rhoi Stop
Ar y
Siigma**

**Taelo'r
Tabŵ**



Gwybod lle i fynd

Clinigau galw heibio i bobl ifanc
dan 20 oed - dim angen apwyntiad!

Canolfan Iechyd Cil-y-coed

Rhif Ffôn: 07920 540084

Dydd Mercher 4.00pm – 6.00pm

Ysbyty Aneurin Bevan Hospital

Glynebwy

Rhif Ffôn: 07920 767585

Dydd Mercher 5pm-7pm

Clinig Rhymni

Rhif Ffôn Symudol: 07500 108685

Dydd Mawrth 4.00pm – 6.00pm

Canolfan Lles Pont-y-pŵl

Rhif Ffôn Symudol: 07966 991102

Dydd Llun 4.00pm – 6.00pm

Practis Meddygol Ringland

Dydd Iau 4pm - 6pm

Mae croeso i chi hefyd drefnu apwyntiad
trwy ffonio:

☎ 01495 765065 ☎

Cofiwch gael rhyw diogel er mwyn



cynnal iechyd rhywiol da Defnyddio
amddiffyniad, fel condomau, yw un o'r
ffyrdd fwyaf effeithiol o leihau'r risg o
heintiau a drosglwyddir yn rhywiol (STIs).



Osgoi beichiogrwydd heb ei gynllunio:
Rydym yn darparu'r holl opsiynau atal
cenhedlu, o gondomau, mewnbaniadau,
pigiadau, tabledi a dyfeisiau atal cenhedlu
yn y groth (IUD). Mae'n bwysig eich bod yn
dewis y dull addas i chi.



Profi'n rheolaidd: Mae cael eich profi am
STIs yn rheolaidd yn rhan hanfodol o
gynnal iechyd rhywiol da. Nid oes gan rai
STIs unrhyw symptomau, felly gallech fod â
haint yn ddiarwybod i chi. Heb driniaeth
gallai'r heintiau hyn achosi problemau
difrifol.

I gael rhagor o wybodaeth am
ein clinigau i bobl ifanc
sganiwch y cod QR



Eisiau condoma u yn rhad ac am ddim?

Rhoi mynediad cyflym, hawdd a chyfrinachol i
gondomau am ddim a gwybodaeth iechyd rhywiol
sylfaenol i bobl ifanc, gan gynnwys cyfeirio at
unrhyw wasanaethau priodol.

A yw Cynllun Cerdyn-C Gwent yn gyfrinachol?

Ydi, mae'r wybodaeth a roddwch yn cael ei
chadw'n gyfrinachol. Nid oes unrhyw wybodaeth
yn cael ei rhoi i unrhyw un arall.

Efallai y bydd yn rhaid i'r aseswr siarad â rhywun
arall os yw'n meddwl eich bod mewn perygl ond
bydd bob amser yn ceisio siarad â chi cyn
gwneud hyn.

Ymunwch â'r cynllun, sganiwch y cod QR isod i
gael manylion eich canolfan agosaf.

