

# Lefel 1 Ymwybyddiaeth o Gymorth Cyntaf ar gyfer Iechyd Meddwl (Rhan Amser)

Mae problemau iechyd meddwl yn y gweithle yn bodoli ac yn effeithio ar bob unigolyn. Mae busnesau nawr, yn fwy nag erioed, yn cael eu hannog i gymryd perchnogaeth o les cyflogeion a gallwn eich helpu i gyflawni hyn. Bydd ein cwrs ymwybyddiaeth yn rhoi hyder i staff wybod beth yw iechyd meddwl a sut i adnabod, darparu cyngor a chefnogi cyflyrau amrywiol.

## Gofynion Mynediad

Mae'r cymhwyster hwn ar gael i ddysgwyr 18 oed neu hyn. Rhaid i ddysgwyr feddu ar y sgiliau llythrennedd i allu darllen a hunanddysgu'r llawlyfr cyfeirio ac adnoddau ychwanegol.

Bydd angen mynediad i gyfrifiadur gyda chysylltiad rhyngwyd ar y dysgwr er mwyn cael mynediad i'r adnoddau dysgu o bell a chyfathrebu â'r Hyfforddwr/Aseswr.

## Rhagolygon Gyrfa

Mae'n rhoi'r hyder i ddysgwyr wybod beth yw iechyd meddwl a sut i adnabod, darparu cyngor a chefnogi cyflyrau amrywiol mewn unrhyw amgylchedd.

## Modiwlau'r cwrs

Mae'r cwrs hwn yn cwmpasu'r pynciau a ganlyn:

- Beth yw iechyd meddwl a pham mae pobl yn datblygu cyflyrau iechyd meddwl
- Rôl Cymorth Cyntaf i gefnogi iechyd meddwl
- Sut i ddarparu cyngor a chefnogaeth ymarferol i berson sy'n cyflwyno cyflwr iechyd meddwl
- Sut i adnabod a rheoli straen
- Sut i adnabod ystod o gyflyrau iechyd meddwl

Coleg Afan  
Coleg Bannau Brycheiniog  
Academi Chweraeon Llandarcy  
Canolfan Ragoriaeth Adeiladwaith Maesteg  
Coleg Castell-nedd  
Coleg Y Drenewydd  
Coleg Pontardawe  
Canolfan Adeiladwaith Abertawe

Afan College  
Brecon Beacons College  
Llandarcy Academy of Sport  
Maesteg Construction Centre of Excellence  
Neath College  
Newtown College  
Pontardawe College  
Swansea Construction Centre





## Asesiad

Asesir y cymhwyster trwy drafodaeth broffesiynol gyda'r Hyfforddwr/Aseswr a cheir tystiolaeth ohono gan alwad fideo wedi'i recordio.

## DULL ASTUDIO

PT

## LLEOLIAD

Coleg Castell-nedd - 0330 818 8100

## HYD Y CWRS

1D

Coleg Afan  
Coleg Bannau Brycheiniog  
Academi Chweraeon Llandarcy  
Canolfan Ragoriaeth Adeiladwaith Maesteg  
Coleg Castell-nedd  
Coleg Y Drenewydd  
Coleg Pontardawe  
Canolfan Adeiladwaith Abertawe

Afan College  
Brecon Beacons College  
Llandarcy Academy of Sport  
Maesteg Construction Centre of Excellence  
Neath College  
Newtown College  
Pontardawe College  
Swansea Construction Centre



☎ 0330 818 8100

✉ [enquiries@nptcgroup.ac.uk](mailto:enquiries@nptcgroup.ac.uk)

🌐 [www.nptcgroup.ac.uk](http://www.nptcgroup.ac.uk)

