

# Siarter Llesiant yn y Gweithle



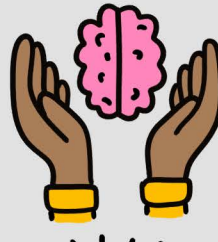
Agwedd gyfannol tuag at lesiant a hyrwyddo llesiant drwy bartneriaethau drws agored.



Annog patrymau gwaith iach, cynhyrchiol a diogel.



Cydnabod gwaith caled, ymdrech a pherfformiad.



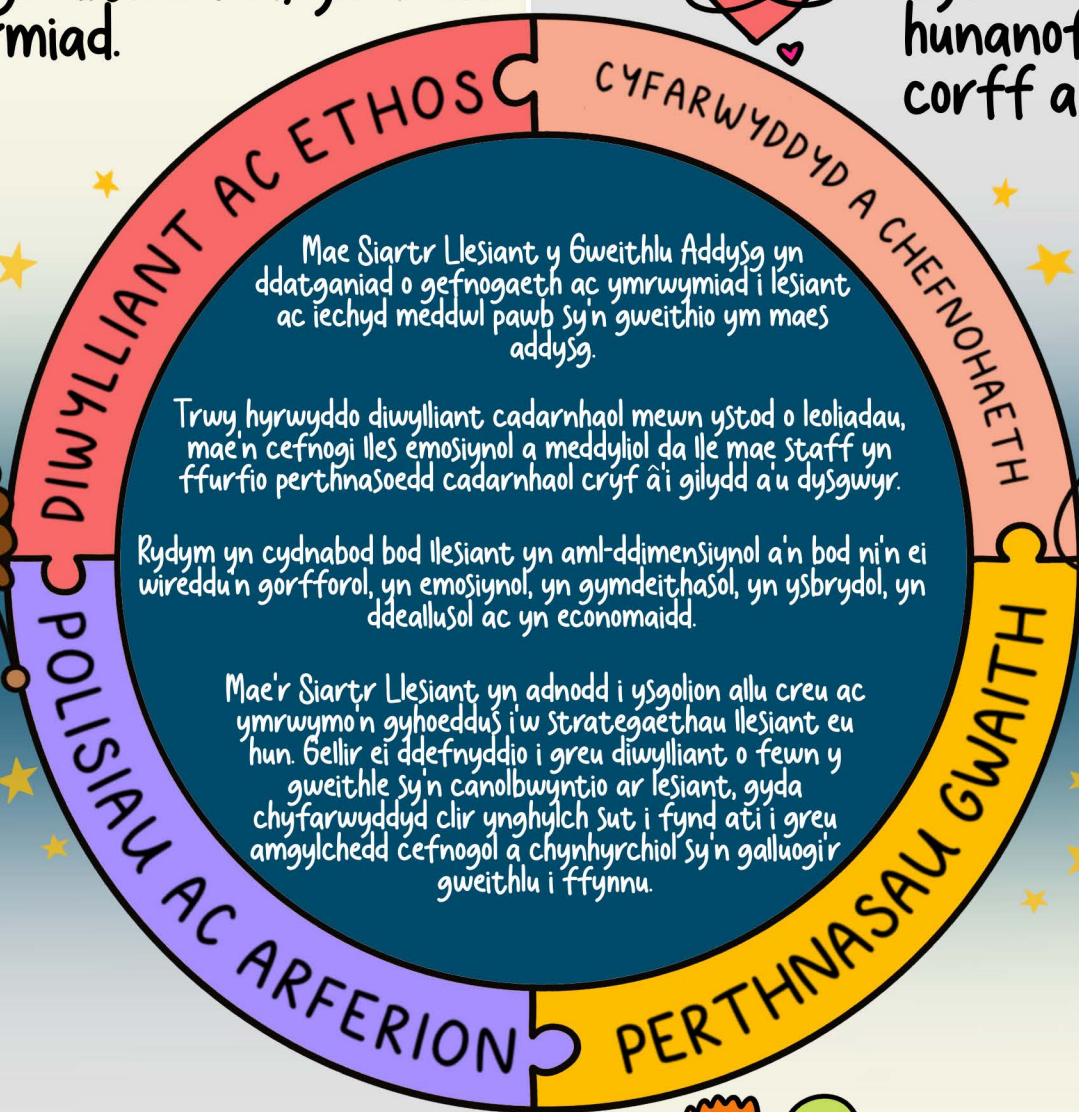
Sicrhau bod gan bawb ddefnydd o offer ac adnoddau iechyd meddwl.



Cefnogaeth gyda chyfeirio, cyngor a hyfforddiant.



Cyfleoedd i ymgymryd a hunanofal, hyrwyddo ymarfer corff a bwyta'n iach.



Cyfleoedd rheolaidd i ddysgu.



Systemau, prosesau a chefnogaeth i ddelio gyda materion sy'n achosi straen.



Lleihau llwyth gwaith a biwrocratiaeth ddiangen drwy osod disgwyliadau clir.



Sicrhau tal ac amodau yn unol a pholisi cenedlaethol.



Iach a chefnogol, teg a phroffesiynol.



Mae'n hyrwyddo empathi, parch ac yn gwerthfawrogi amrywiaeth.



Dulliau cydweithredol o weithio.

Perthyn, effeithiolrwydd a llais.