



# Ymwybyddiaeth Lefel 1 o Gymorth Cyntaf ar gyfer Dysgu Ar-lein Iechyd Meddwl (Rhan-Amser)

Mae materion iechyd meddwl yn y gweithle yn bodoli ac yn effeithio ar bob unigolyn. Bellach, yn fwy nag erioed, anogir busnesau i berchnogi lles gweithwyr a gallwn eich helpu i gyflawni hyn. Bydd ein cwrs ymwybyddiaeth yn rhoi hyder i staff wybod beth yw iechyd meddwl a sut i gydnabod, darparu cyngor a chefnogi cyflyrau amrywiol.

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

## Gofynion Mynediad

Dim

## Rhagolygon Gyrfa

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

## Modiwlau'r cwrs

Mae cyllid ar gael, yn amodol ar gymhwysedd, cysylltwch â ni i ddarganfod mwy.

## Asesiad

Asesir y cymhwyster trwy ystod o ddulliau gan gynnwys asesiadau ymarferol, cwestiynau agored a amlddewis.

## DULL ASTUDIO

SC



GRŴP COLEGAU **NPTC** GROUP OF COLLEGES

**Datblygu Busnes**  
**Business Development**



**Inspiring Learning,  
Enriching Lives, Delivering Success**

## **LLEOLIAD**

Coleg Castell-nedd - 01639 648000

## **HYD Y CWRS**

1D