14.3.22

Annwyl riant/ gofalwr

Mae dau neu fwy o achosion positif o COVID-19 wedi bod yn nosbarth eich plentyn.

Er bod yna risg y byddwch bydd eich plentyn yn cael COVID-19, gall eich plentyn barhau i fynychu’r ysgol cyn belled â’ch bod eich plentyn yn teimlo’n iach. Os yw eich plentyn yn dechrau arddangos unrhyw un o symptomau COVID-19 peidiwch os gwelwch yn dda â’u hanfon i’r ysgol ac yn hytrach trefnwch brawf PCR ar unwaith. Gallwch drefnu prawf PCR ar-lein drwy wefan y GIG yn [www.gov.uk/get-coronavirus-test](http://www.gov.uk/get-coronavirus-test) neu drwy ffonio 119.

I roi tawelwch meddwl ichi, heblaw eu bod dan 5 oed, rydym yn argymell yn gryf bod eich plentyn yn defnyddio Profion Llif Ochrol (LFD) am 7 diwrnod er mwyn ceisio atal trosglwyddiad haint pellach yn yr ysgol. Rydym yn argymell bod y profion hyn yn cael eu defnyddio cyn yfed/bwyta yn y bore cyn mynd i’r ysgol. Rydym yn cydnabod efallai na fydd hi'n bosib i rai dysgwyr ymgymryd â phrofi’n ddyddiol e.e. rheini ag anghenion dysgu arbennig neu’r rheini sy’n rhy ifanc i dderbyn profi dro ar ôl tro.

Noder os gwelwch yn dda os yw'ch plentyn o dan 5 oed, ni ddylent ddefnyddio profion COVID-19 oni bai bod meddyg yn eich cyfarwyddo i wneud hynny neu os ydych chi'n credu bod prawf yn hollol angenrheidiol ac er budd gorau eich plentyn. Fodd bynnag, dylent aros o’r ysgol tra bod ganddyn nhw symptomau.

Mae nifer o ysgolion yng Nghymru yn cael LFTs er pwrpas profi cyson - gellir defnyddio'r LFTs hyn, neu eraill a allai fod yn eich tŷ i brofi'ch plentyn os yw’n cael ei adnabod fel cyswllt. Os oes angen mwy o LFTs ar eich plentyn ac na allwch gael gafael ar brofion ar-lein neu trwy eich fferyllfa leol, cysylltwch â ni oherwydd ein bod yn cadw cyflenwad o LFTs ar gyfer disgyblion.

Yn gyffredinol, ry’n ni yn gwybod nad yw COVID-19 yn effeithio ar bobl ifanc mewn ffordd mor ddifrifol ag y mae ar eraill yn ein teuluoedd a’n cymuned. Ond er mwyn helpu i gadw eraill yn ddiogel, mae yna rai pethau gall eich plentyn eu gwneud i leihau’r risg o ledaenu’r haint. Dros y 7 diwrnod nesaf, rydym yn argymell bod eich plentyn yn dilyn y cyngor isod.

* **Osgoi cyswllt ag unrhyw un sydd mewn perygl uwch o effeithiau COVID-19.**
Mae hyn yn cynnwys pobl hŷn, y rheini sydd â chyflyrau iechyd hirdymor, ac unrhyw un sydd heb cael cwrs llawn o frechlyn COVID-19.
* **Bod ar wyliadwriaeth am symptomau newydd.**
Os bydd eich plentyn yn dechrau teimlo’n anhwylus, pa mor ysgafn bynnag yw’r symptomau, dylai eich plentyn gadw draw o’r ysgol a chael prawf PCR.
* **Cyfyngu ar gysylltiad â grwpiau mawr o bobl gymaint â phosibl.**Ceisiwch gadw nifer y bobl sydd mewn cysylltiad agos â chi/eich plentyn mor isel â phosibl. Osgowch gynulliadau mawr tu allan i’r ysgol, digwyddiadau cymdeithasol (e.e. partïon pen-blwydd) a gweithgareddau ar ôl ysgol.
* **Parhau i olchi eich dwylo yn rheolaidd.**Mae hon yn dal i fod yn ffordd bwysig o gyfyngu ar ledaeniad llawer o heintiau, gan gynnwys COVID-19.

Os bydd eich plentyn yn dal i fod yn iach, ar ôl 7 diwrnod cewch ailgydio yn eich gweithgareddau arferol.

Rydym yn gwybod cymaint mae’r flwyddyn ddiwethaf wedi tarfu ar fywyd pawb. Y flwyddyn hon, rydym am eich cadw chi/cadw eich plentyn yn yr ysgol gymaint â phosibl, ond rydym hefyd am gadw ein cymunedau yn ddiogel rhag effeithiau COVID-19. Rydym yn gobeithio y bydd modd i chi chwarae eich rhan drwy ddilyn y cyngor uchod.

Dymuniadau gorau,

Miss Nerys Davies