




GALL Y FFLIW LADD AMDDIFFYNNWCH EICH HUN AC ERAILL



Mae'r ffliw yn lledaenu'n hawdd.
Y ffordd orau o amddiffyn rhag ei ddal
neu ei ledaenu yw drwy frechiad blynyddol.

Mae cael eich brechu rhag y ffliw nid yn eich diogelu chi rhag
dal y ffliw, ond mae hefyd yn eich atal rhag ei ledaenu i bobl
o'ch cwmpas a allai fod yn agored i'r ffliw a'i gymhlethdodau.
Mae hyn yn cynnwys:

-  **Eich cleifion**
-  **Eich cydweithwyr**
-  **Eich teulu**

Cysylltwch â'ch adran iechyd galwedigaethol neu'ch cyflogwr
i gael gwybod am y ffordd hawsaf i gael eich brechiad ffliw.
Peidiwch â cholli allan!

Am ragor o wybodaeth, ewch i www.curwchyffliw.org

