

Mae eich iechyd meddwl o bwys i ni



Wedi colli eich sbarc arferol, yn cael mwy o ddiwrnodau i ffwrdd, neu a yw pryder yn cynyddu yn ystod eich diwrnod gwaith?

Os ydych, nid ydych ar eich pen eich hun.

Y newyddion da yw, rydym yma i chi drwy Wasanaeth Cymorth Iechyd Meddwl Mynediad at Waith† - a nid oes cost. Rydym wedi helpu dros **12,000 o bobl*** i deimlo'n bositif eto.

*ers 2018

†yn cael ei ariannu gan yr Adran Gwaith a Phensiynau.

maximus

Mewn
partneriaeth
gyda'r



Adran Gwaith
a Phensiynau





Gallwn eich helpu i:



Teimlo'n hapusach eto

Gyda naw mis o gymorth sy'n canolbwyntio ar waith



Ymdopi'n well

Gyda chynlluniau gweithredu hawdd eu ddefnyddio



Gwella eich iechyd

Gydag addasiadau rhesymol yn y gwaith.

A yw hyn yn berthnasol i mi?

Os gallwch gyttuno â'r ddau ddatganiad, yna mae ein tîm cyfeillgar, cenedlaethol yma i chi:

- ✓ Rwyf mewn cyflogaeth barhaol neu dros dro (yn mynychu neu ar absenoldeb salwch)
- ✓ Mae gennyf bryder iechyd meddwl (wedi cael diagnosis neu heb ei ddiagnosis) sy'n ei gwneud yn anodd gwneud fy swydd, aros yn y gwaith neu sydd wedi arwain at absenoldeb o'r gweithle.

Fy ngham nesaf

Llenwch ein ffurflen gyflym yn



atw.maximusuk.co.uk/gethelptoday

*tudalen Saesneg

Neu ffoniwch ni ar



0300 456 8114