

# Helpa Fi i Stopio

## Yr unig frand ar gyfer gwasanaethau stopio smygu'r GIG yng Nghymru

Caiff *Helpa Fi i Stopio* ei lansio ar **19 Ebrill 2017** – gyda brand unedig newydd, un rhif rhadffôn, a gwefan newydd, a fydd yn ei gwneud hi'n haws i smygwyr gyrchu help i stopio smygu. Bydd ymgyrch cyhoeddus yn annog smygwyr i gysylltu â thîm canolfan gyswllt Helpa Fi i Stopio, drwy:

Ffonio: 0800 085 2219  
 Mynd i: [www.helpmequit.wales](http://www.helpmequit.wales)  
 Neu anfon: HMQ at 80818

**Mae *Helpa Fi i Stopio* yn helpu smygwyr i lunio eu taith stopio smygu bersonol yn seiliedig ar y gwasanaethau smygu lleol sydd ar gael iddyn nhw.**

Bydd rhanddeiliaid allweddol yn fuan yn derbyn **pecyn cyfathrebu'r ymgyrch**, a fydd yn cynnwys yr holl asedau brand fydd eu hangen i wneud y mwyaf o effaith yr ymgyrch yn lleol. Caiff posteri hyrwyddo eu dosbarthu i bob meddygfa, fferyllfa gymunedol, ac arweinydd rheoli baco lleol.

Caiff yr ymgyrch ei lansio gyda **hysbysebion teledu** dwyieithog, a fydd yn cynnwys dros 60 o hysbysebion ar ITV (Cymru) a S4C, am gyfnod o bythefnos. Bydd tîm cyswllt *Helpa Fi i Stopio* ar gael am oriau estynedig dros y cyfnod hwn hefyd. Dyma rai o'r slotiau ar gyfer hysbysebion teledu Helpa Fi i Stopio:

\* 19 Ebrill – 19:28 – Emmerdale \* 21 Ebrill – 19:45 – Coronation Street  
 \* 23 Ebrill – 13.03 – Newyddion Penwythnos ITV \* 29 Ebrill – 18.55 – Take Me Out

Caiff hysbysebu 'awyr agored' yr ymgyrch ei lansio gan y **Gweinidog dros Wasanaethau Cymdeithasol ac Iechyd Cyhoeddus** ar **8 Mai 2017**, a fydd yn cynnwys blychau ffôn, faniau hysbysebu, cefn a thu mewn bysiau, a byrddau poster ledled y wlad. Bydd Facebook, Twitter ac YouTube yn cael eu defnyddio fel rhan o'r ymgyrch cyfryngau cymdeithasol, a defnyddir Thunderclap y cyfryngau cymdeithasol, gan ddefnyddio'r hashnod **#HMQWales**.

Trwy ymdrechion cyfunol gwych, mae system stopio smygu fwy gydlynol yn dod i'r amlwg yng Nghymru, o dan y faner *Helpa Fi i Stopio*, ac mae gwaith cyswllt ynghylch y datblygiad hwn yn parhau. Mae arweinwyr rheoli baco timau iechyd cyhoeddus lleol yn bwyntiau cyswllt lleol allweddol ar gyfer y gwaith hwn.

Mae *Helpa Fi i Stopio* wedi cael ei ddylunio i roi'r cyfle gorau i'r nifer fwyaf o smygwyr yng Nghymru i stopio smygu – trwy helpu i lunio eu taith stopio smygu bersonol yn seiliedig ar gymorth stopio smygu sydd ar gael yn lleol. Er mwyn iddo lwyddo, **mae arnom angen eich cymorth**. Gall pawb sy'n dod i gysylltiad â smygwyr neu sy'n darparu gwasanaethau stopio smygu helpu trwy ddefnyddio asedau'r brand, cynorthwyo'r ymgyrch yn lleol, dweud wrth bobl am *Helpa Fi i Stopio*, a chyfeirio at y gwasaneth.

Os ydych chi eisoes yn cyfeirio smygwyr trwy ddefnyddio Quit Manager neu gyfeiriadau dros y ffacs/e-gyfeiriadau, dylech barhau i ddefnyddio'r llwybrau hyn – bydd tîm canolfan gyswllt Helpa Fi i Stopio yn sicrhau bod smygwyr yn cael y cymorth mwyaf addas ar gyfer eu hanghenion.

Cysylltwch â thîm *Helpa Fi i Stopio* os oes gennych chi unrhyw ymholiadau, neu os hoffech fwy o smygwyr i gael y cymorth gorau i stopio smygu.

Cysylltwch â ni: [helpmequit@wales.nhs.uk](mailto:helpmequit@wales.nhs.uk)

Ashley Gould, Arweinydd Ymgynghorol Rheoli Tybaco, Iechyd Cyhoeddus Cymu