

NERS – Continuing to support the participants on their programmes during COVID-19 2020 – 2021



Cynllun Atgyfeirio Cleifion
i Wneud Ymarfer Corff Cymru
Wales National Exercise
Referral Scheme (NERS)

122

Number of
NERS Staff
contacting

159,294

Number of
contacts
made

29,066

Number of
home exercise
programmes
distributed

2,814

Number of
videos made

5,536

Number of
Live classes

1,007,733

Total views



- “Thank you so much for being there for us all and keeping us fit and connected”
- “It’s good to talk to someone as sometimes it is 4 or 5 days without speaking to anyone.”

Participant comments

Exercise Professional Specialisms

Generic
Cardiac
Postural Stability
Pulmonary
Mental Health
Cancer
Stroke
Weight Management
Pregnancy

“Thanks for all the hard work and dedication, in keeping us all active and amused during this awful scary year. I would never have imagined, there was so much help and kindness surrounding us, if this virus hadn’t appeared ”



Cynllun Atgyfeirio Cleifion
i Wneud Ymarfer Corff Cymru
Wales National Exercise
Referral Scheme (NERS)



CLIC • WLGA



GIG
NHS

Ischyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales



Llywodraeth Cymru
Welsh Assembly Government

NERS - Parhau I gefnogi'r cyfranogwr ar eu rhaglenni yn ystod COVID-19 2020 - 2021



Cynllun Atgyfeirio Cleifion
i Wneud Ymarfer Corff Cymru
Wales National Exercise
Referral Scheme (NERS)

122

Nifer y
staff yn
cysylltu

159,294

Nifer y
cysylltiadau
a wnaed

29,066

Nifer y
rhaglenni
ymarfer corff
gartref a
ddosbarthwyd

2,814

Nifer y
fideos a
wnaed

5,536

Nifer y
dosbarthiadau
byw

1,007,733

Cyfanswm a
wylwyd



- "Diolch yn fawr am fod yno i ni i gyd a'n cadw'n heini a chysylltiedig"
- "Mae'n dda siarad rhywun fel weithiau mae'n 4 neu 5 diwrnod heb siarad â neb."

Sylwadau cyfranogwyr

Arbenigedd Proffesiynol ymarfer corff

Generig
Cardiaidd
Sefydlogrwydd Osgo
Ysgyfeiniol
Techyd Meddwl
Canser
Strôc
Rheoli Pwysau
Beichiogrwydd

"Diolch am yr holl waith caled a'r ymroddiad, o ran ein cadw ni i gyd yn egniol ac yn ddoniol yn ystod y flwyddyn frawychus ofnadwy hon. Fyddwn i byth wedi dychmygu, roedd cymaint o help a charedigrwydd o'n cwrdd, pe na bai'r feirws hwn wedi ymddangos."



Cynllun Atgyfeirio Cleifion
i Wneud Ymarfer Corff Cymru
Wales National Exercise
Referral Scheme (NERS)



CLIC • WLGA



GIG
Cymru
NHS

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales



Llywodraeth Cymru
Welsh Assembly Government