



CYSWLLT Y PRIF WEITHREDWR

Annwyl Gydweithiwr

20/01/2022

Yr wythnos hon gwnaethom ofyn i'r cyhoedd dim ond i fynychu ein safleoedd os oedd gwir angen iddynt wneud hynny.

O dan amgylchiadau arferol rydym yn annog pobl leol i gefnogi'r gwasanaethau a ddarperir yn ardaloedd y cyntedd megis y siopau coffi, siopau a'r swyddfa bost, ond wrth i ni barhau i leihau'r risg o drosglwyddo COVID-19 a diogelu ein cleifion a'n staff yn y ffordd orau posibl, rydym yn annog ein cymuned i ddod o hyd i wasanaethau eraill oddi ar ein safleoedd.

Rydym yn sylweddol bod cyfleusterau'r cyntedd yn darparu lluniaeth a gwasanaethau y mae mawr eu hangen ar gleifion sy'n mynychu clinigau ac apwyntiadau cleifion allanol. Yn ogystal, mae ein staff yn cael budd mawr ohonynt yn ystod cyfnod mor heriol, felly mae'n bwysig eu cadw ar agor o safbwynt eu lles nhw. Rydym yn gweithio'n eithriadol o galed i gynnal gwasanaethau, ac yn ychwanegol at hynny, mae ein gweithlu wedi blino'n fawr ar ôl cyfnod cyhyd o bwysau parhaus.

Mae angen eich help chi arnom i leihau lledaeniad COVID-19, felly os ydych chi neu rywun rydych chi'n ei adnabod yn mynychu'n safleoedd ar gyfer clinig neu apwyntiad claf allanol, mae ffyrdd y gallwch wneud gwahaniaeth, sef:

- Gwneud Prawf Llif Unffordd cyn mynychu a dim ond mynychu os yw'n negatif
- Dod ar eich pen eich hun (oni bai bod cefnogaeth yn gwbl angenrheidiol)
- Gwisgo gorchudd wyneb bob amser
- Cadw pellter cymdeithasol
- Golchi eich dwylo'n aml neu ddefnyddio diheintydd dwylo
- Osgoi defnyddio amwynderau ar y safle

Diolch am eich cefnogaeth barhaus.

Diweddariad ar y Brechlyn COVID-19

I hybu ein rhaglen frechu, rydym bellach yn cynnal sesiynau galw heibio dyddiol ar gyfer dosau cyntaf, ail ddosau a dosau atgyfnerthu, er mwyn helpu i ddiogelu ein cymunedau ac atal lledaeniad COVID-19.

Mae sesiynau galw heibio ar gael yn ddyddiol yn ein tair Canolfan Brechu Torfol, i sicrhau bod unrhyw un sydd heb gael y brechlyn yn cael y cyfle i wneud hynny. P'un a ydych angen eich dos cyntaf, ail ddos neu ddos atgyfnerthu, gallwch nawr alw heibio i Ganolfan Brechu Torfol y Bae, Canolfan Brechu Torfol y Sblot neu Ganolfan Brechu Torfol Holm View rhwng 8.30am a 7.30pm i gael eich brechu.

Yr wythnos hon rydym hefyd yn cynnal sesiynau galw heibio ar gyfer unrhyw un sy'n 18 oed ac yn hŷn mewn detholiad o fferyllfeydd cymunedol, er mwyn rhoi'r cyfle i'n poblogaeth gael eu brechu yn agosach i gartref. Rhwng 17 a 20 Ionawr, mae tair fferyllfa leol yn cynnig sesiynau galw heibio penodedig ar gyfer y rhai sydd am gael eu dos cyntaf, eu hail ddos neu ddos atgyfnerthu. Ceir manylion y fferyllfeydd sy'n cymryd rhan ar ein gwefan [yma](#).

Nid oes angen apwyntiad arnoch ar gyfer y sesiynau heibio. Gall unigolion fynychu dim ond os oes 28 diwrnod wedi bod ers cael prawf COVID positif a bod bwlch 8 wythnos ers iddynt dderbyn eu dos cyntaf. Ar gyfer y rhai rhwng 12-15 oed, rhaid i riant neu warcheidwad fynd gyda nhw, ac mae sesiynau galw heibio ar gael yng Nghanolfan Brechu Torfol y Bae a Chanolfan Brechu Torfol Holm View, ar yr amod bod 12 wythnos wedi mynd heibio ers prawf COVID positif a bod bwlch 12 wythnos ers cael y dos cyntaf.

Cael eich brechu yw'r amddiffyniad gorau rhag COVID-19, ac wrth i'r cyfyngiadau ddechrau llacio, rwy'n annog pawb i ddod i gael eu brechu er mwyn diogelu ein cymuned a'n helpu i ddychwelyd i wneud y pethau rydym wrth ein bodd yn eu gwneud.

I gael rhagor o wybodaeth am ein rhaglen frechu a manylion y sesiynau galw heibio, ewch i'n gwefan drwy glicio [yma](#).

Brechiadau rhag y fflw i staff

Mae ein rhaglen brechiadau rhag y fflw i staff yn mynd rhagddi'n dda ond mae nifer y bobl sy'n manteisio ar y brechiad rhag y fflw yn is na'r hyn a welwyd mewn blynyddoedd blaenorol, felly hoffwn fanteisio ar y cyfle hwn i bwysleisio pwysigrwydd cael y brechiad rhag y fflw.

Adroddir bod cyfraddau fflw tymhorol yn codi mewn rhannau o Ewrop. Er nad yw'r fflw yn cylchdroi'n eang yng Nghymru ar hyn o bryd, gallai hyn gynyddu dros yr wythnosau nesaf. Gall y fflw, fel COVID-19, fod yn ddifrifol iawn, ac mae cael eich brechiad rhag y fflw yn cynnig amddiffyniad da i chi rhag salwch difrifol, gan helpu i'ch diogelu chi, eich cydweithwyr a'ch cleifion.



Argymhellir bod gweithwyr gofal iechyd ar y rheng flaen yn cael eu brechiad rhag y fflw bob blwyddyn, er mwyn diogelu'r rhai o'u hamgylch rhag dal y fflw a'i ledaenu. Mae'r brechlyn am ddim ar gael i'r holl staff (yn enwedig y rhai sydd mewn cyswllt rheolaidd â chleifion) mewn clinigau Iechyd Galwedigaethol wedi'u trefnu. Gallwch alw heibio i'r Clinig Mynediad Agored Iechyd

Galwedigaethol ar yr ail lawr yn Nhŷ Dinbych, YAC, bob dydd Gwener rhwng 9am a 4pm.

Mae gan y rhan fwyaf o adrannau Hyrwyddwr y Ffliw hefyd sy'n gallu eich brechu yn eich gweithle. Os nad ydych yn gwybod pwy yw eich Hyrwyddwr y Ffliw lleol, gallwch ofyn i'ch rheolwr a fydd yn gallu rhoi'r wybodaeth briodol i chi.

Os ydych eisoes wedi derbyn eich brechiad rhag y fflw mewn meddygfa leol neu fferyllfa gymunedol, gofynnwn i chi gwblhau'r ffurflen HAD ELSEWHERE os gwelwch yn dda. Mae hyn yn ein galluogi i olrhain pa bobl sydd wedi cael eu brechiad rhag y fflw, a ble. Cliciwch [yma](#) i gwblhau'r ffurflen.

Lansio ein Hanimeiddiad Llundio ein Gofal Iechyd Cynaliadwy i'r Dyfodol

Ym mis Tachwedd, gwnaeth ein Bwrdd gymeradwyo ein Cynllun Gweithredu Cynaliadwyedd diweddaraf - set gynhwysfawr o gamau i'n herio i leihau ein hól troed carbon.



Yr wythnos hon gwnaethom lansio ein hanimeiddiad newydd Llundio ein Gofal Iechyd Cynaliadwy i'r Dyfodol sy'n disgrifio'r cynllun gweithredu hwnnw. Mae'n amlygu'r ffyrdd

rydym yn mynd ati i gyflawni ein nodau ac yn amlinellu ein huchelgais, ein rhaglen ymgysylltu a'n dulliau bwriadedig o wneud hynny. Gallwch wyllo'r animeiddiad [yma](#).

Mae ein [Cynllun Gweithredu Cynaliadwyedd](#) yn nodi'r hyn yr hoffem ei gyflawni yn y tymor byr, a fydd yn sbardun i fynd ymhellach ac yn gyflymach, wrth i ni ddatblygu ein cynlluniau i gyflawni ein nodau Llundio ein Llesiant i'r Dyfodol ac ail-ddarparu Ysbyty Athrofaol Cymru.

Dathlu llwyddiant ein clinigau croen galwedigaethol rhithwir mynediad cyflym

Ym mis Ebrill 2020 ar ddechrau'r pandemig, gwnaeth ein tîm sefydlu clinig croen galwedigaethol mynediad cyflym i staff, i'w helpu gyda phroblemau croen yr oeddent yn eu profi o ganlyniad i wisgo cyfarpar PPE.

Fel rhan o'n gwasanaeth, cafodd cleifion eu sgrinio gan nyrsys iechyd galwedigaethol a wnaeth rhoi cyngor a mesurau hunanofal iddynt, ac i'r rhai â chyflyrau croen mwy cymedrol neu ddifrifol, fe'u cyfeiriwyd at yr adran dermatoleg.

Gwnaethom ddarparu a dosbarthu adnoddau ecsema llaw a COVID-19 wedi'u diweddarau, gan ddilyn canllawiau cenedlaethol ac arbenigol cyfredol ar draws y bwrdd iechyd, a datblygwyd cyngor ar fasgiau ac acne a defnydd croenol.

Ym mis Mehefin 2020, ni oedd y clinig cyntaf yn y DU i aildechrau profion clytia, a chafodd yr holl ddata ar gyfer clefydau croen galwedigaethol a chanlyniadau profion clytia yn ystod COVID eu casglu ar gyfer Caerdydd a'u cyhoeddi mewn astudiaeth gan y DU (BJD 2021).

Rhwng Ebrill 2020 ac Ionawr 2022, gwnaeth staff iechyd galwedigaethol sgrinio dros 300 o staff a gwelodd y clinig dermatoleg galwedigaethol dros 250 o staff. Mae'r gwasanaeth hwn wedi gwella canlyniadau i staff i'w helpu i reoli cyflyrau'r croen, sydd wedi helpu i leihau nifer y diwrnodau salwch a gymerir. Rydym yn edrych ar gynlluniau i ystyried sut y gallwn ddarparu'r gwasanaeth hwn yn y tymor hirach.



Ymgynghoriad Asesiad Lles Drafft PSB Bro Morgannwg

Mae Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus (PSB) Bro Morgannwg yn ymgynghori ar ei asesiad lles sydd wedi defnyddio canfyddiadau o arolygon a data cenedlaethol a lleol i ystyried cyflwr lles economaidd, cymdeithasol, amgylcheddol a diwylliannol ar draws y Fro. Os hoffech rannu eich safbwyntiau ar yr asesiad a fydd yn helpu i lywio cynllun lles drafft y PSB, [gallwch gymryd rhan yma tan 13 Chwefror 2022](#).

A VIEW OF THE VALE OF GLAMORGAN
VALE PUBLIC SERVICE BOARD DRAFT WELLBEING ASSESSMENT CONSULTATION

WHAT IS IT?
We're assessing wellbeing in the Vale through our assessment. The data from this will then be used to write our draft wellbeing plan.

WHAT'S BEEN DONE SO FAR?
Many residents have already filled in the Let's Talk survey and we have data from national assessments.

WHAT'S NEXT?
We'll be consulting from January - February 2022, with the results published in April 2022. The draft plan will be launched in 2023, and will also be consulted on.

WHAT DO WE WANT TO KNOW?
Tell us what you think about our assessment.
Fill in our short survey from January 10 - February 13 2022.



Partneriaeth â Haf Weighton

Mae'r artist o Gymru, Haf Weighton, wedi bod yn cydweithredu â Rhaglen y Celfyddydau ar gyfer Iechyd a Lles ers 2016. Mae Haf wedi creu gwaith celf ysbrydoledig ar gyfer Hafan y Coed ac wedi gweithio gydag Ysgol Gynradd Pencoed ar brosiect Ysgolion Creadigol Arweiniol Cyngor Celfyddydau Cymru, a arweiniodd at arddangosfa a agorwyd yn swyddogol gan Gomisiynydd Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru, Sophie Howe. Cafodd yr arddangosfa ei dangos yn ddiweddarach yn y Saatchi. Mae Haf yn artist uchel ei pharch o fewn rhwydwaith y bwrdd iechyd, ac ar hyn o bryd mae'n gweithio ar brosiect gyda Ffoaduriaid a Cheiswyr Lloches yn Oasis. [Darllenwch ragor yma](#).

