



CYSWLLT Y PRIF WEITHREDWR

Annwyl Gydweithiwr

24/02/2022

Mae'r wythnos hon wedi bod yn wythnos brysur arall gyda'r her ychwanegol o nid yn unig un, ond tair storm dros y penwythnos. Diolch byth, ni welsom amharu sylweddol ar ein gwasanaethau ond roedd tarfu ar draws ein cymunedau gyda choed yn cwympo a oedd yn golygu bod strwythurau adeiladu yn annigol. Hoffwn ddiolch yn fawr iawn i chi i gyd yn enwedig y rhai a ddaeth i mewn dros y penwythnos er gwaethaf yr amodau teithio heriol, y tîm ystadau a chyfleusterau a wnaeth waith anhygoel wrth ymateb i ddifrod yn gyflym ac yn effeithlon a hefyd ein partneriaid o Heddlu De Cymru, Gwasanaeth Tân ac Achub De Cymru a'n dau awdurdod lleol a weithiodd yn galed i gadw ein cymunedau'n ddiogel.

Ymunais â Meriel Jenney, Cyfarwyddwr Meddygol, yr wythnos diwethaf mewn sawl trafodaeth gyda chydweithwyr clinigol i sefydlu ein 'prif ymdrech' yn BIP Caerdydd a'r Fro. Nod hyn yw ceisio sicrhau mai dim ond y cleifion hynny a fydd yn elwa ar ein gofal sy'n preswyllo gyda ni, yn ogystal ag annog gwneud penderfyniadau clinigol effeithiol ac effeithlon. Mae'r pwysau ar y llwybr gofal brys yn parhau er mai'r brif broblem nawr yw nifer uchel y gwelyau a ddefnyddir a chyfnodau hirach yn yr ysbyty (yn hytrach na chleifion Covid) gyda'r holl risgiau cysylltiedig i ansawdd gofal a chanlyniadau cleifion. Mae capasiti y tu allan i'r ysbyty hefyd yn gyfyngedig sy'n achosi oedi wrth ryddhau rhai cleifion, ond nid

pob claf. Rydym wedi trafod camau ymarferol y gall clinigwyr a thimau clinigol eu cymryd ym mhob rhan o'r Bwrdd Iechyd i gefnogi'r brif ymdrech ac wedi myfyrio ar liniaru risgiau a phryderon. Hoffwn ddiolch i bawb sydd wedi cefnogi'r trafodaethau hynny ac i bawb am barhau i weithio mor galed i ymateb i'r sefyllfa. Rwy'n gwybod ei fod yn teimlo'n ddi-baid ond rwy'n sicr, drwy gydweithio, gwranddo a rhannu syniadau ac atebion, y byddwn yn gwneud y gwelliannau angenrheidiol i wella ansawdd a diogelwch gofal cleifion yn ogystal â'r profiad sydd gennych o weithio wrth ddarparu'r gofal a'r driniaeth honno.

Cwrddais â'r timau sy'n gweithio o Ysbyty Brenhinol Caerdydd (CRI) yn gynharach yn yr wythnos. Yr hyn a'm tarodd am yr adeilad hardd hwn oedd y bwrlwm o weithgarwch ac angerdd a oedd ynddo. Mae'r CRI yn gartref i wasanaethau unigryw a phwrpasol i rai o'n cymunedau mwyaf agored i niwed. Cwrddais â Gwasanaeth Cynhwysiant Iechyd Caerdydd a'r Fro a chlywed sut y maent wedi datblygu gwasanaeth i Geiswyr Lloches, cymunedau digartref a gweithwyr rhyw fel bod ganddynt le diogel i gael mynediad at ofal iechyd. Gallwn deimlo'r angerdd a'r tosturi ond hefyd yr ysbryd tîm a oedd yn sail i'r gwasanaeth ac mae'r gwaith y maent wedi'i wneud gyda Chynllun Preswyllo Afghanistan yn ddiweddar yn anhygoel. Un o lwyddiannau allweddol y gwasanaeth yw bod dau o Wirfoddolwyr

y Groes Goch yn weithwyr cymheiriaid a gafodd eu cefnogi gan y gwasanaeth eu hunain yn y gorffennol. Mae gweld y buddiant hwn yn cwblhau cylch llawn yn destament i'r gwasanaeth ac ni allaf aros i weld sut mae'r gwasanaeth yn parhau i ddatblygu. Ysbrydoledig! Diolch i Dîm CAVHIS.



Cefais gyfarfod hefyd â'r Tîm Iechyd Rhywiol, tîm aml-broffesiynol ysbrydoledig a thrawiadol arall yn llawn uchelgais ac ymrwymiad cryf. Mae gennyf ychydig o brofiad, o gryn amser yn ôl, o weithio ym maes iechyd rhywiol felly roedd yn wych gweld pa mor wahanol yw dulliau a therapïau erbyn heddiw a faint yn well yw'r canlyniadau i'r rhai sydd angen triniaeth. Mae'r tîm wedi croesawu datrysiadau digidol i wneud gwasanaethau'n fwy hygyrch i gleifion ac mae ganddynt ddyheadau uwch ar gyfer datblygiadau'r gwasanaeth yn y dyfodol.

Cefais drafodaeth wych hefyd gydag un o'r timau Nyrsio Ardal sy'n cwmpasu De a Dwyrain Caerdydd. Unwaith eto, roedd yn wych clywed y fath angerdd gan dîm sy'n ymroddedig i'w gwasanaeth a'u cleifion ac sy'n deall yr heriau y maent yn eu hwynebu wrth recriwtio a natur

unigryw y gwaith y maent yn ei wneud. Mae gennyf ddiddordeb mawr yn yr hyn y gallwn ei wneud i godi proffil Nyrsio Cymunedol. Mae'r maes hwn o ymarfer nyrsio yn cael ei danbrizio a'i gamddeall yn fy marn i. Mae nyrsys ardal yn aml yn gweithio'n annibynnol ac ar eu pen eu hunain yng nghartrefi pobl, yn gofalu am unigolion sâl iawn heb gefnogaeth tîm ysbyty cyfan. Rwyf wedi gofyn i'r tîm feddwl sut y gallwn godi'r proffil a hybu recriwtio ac edrychaf ymlaen at y drafodaeth honno wrth symud ymlaen.

Wrth i mi ddod at ddiwedd fy mhedwaredd wythnos (rwy'n mynd i roi'r gorau i gyfri ar ôl bod yma am fis!) rwyf wedi sylwi ar rywbeth y bu'n rhaid i mi ei wirio gyda chydweithwyr i weld a oeddwn yn ei ddychmygu. Ymddengys i mi fod pawb yn hynod gyfeillgar, siaradus, a bob amser â gwên ar eu hwynebau – nid mewn ffordd wirion, ond mewn ffordd wirioneddol braf a charedig. Mae hyn yn wir, yn ôl fy nghydweithwyr - dyma Dîm CAF. Mae gweithio ochr yn ochr â chydweithwyr mor gynnes a hael, sy'n dal i wenu er gwaethaf y llwyth gwaith, y gwynt a'r glaw, yn bleser mawr ac rwy'n edrych ymlaen yn fawr at gwrdd â mwy ohonoch.

Cyhoeddiad Stonewall

Wrth i ni gyrraedd wythnos olaf Mis Hanes LHDTG+, rwyf wrth fy modd ein bod ni fel sefydliad yn gallu cyhoeddi heddiw ein bod wedi ein cynnwys ym [Mynegai Cydraddoldeb yn y Gweithle Stonewall](#) eleni.

Mae'r mynegai'n dathlu'r 100 sefydliad sy'n perfformio orau ar draws y DU o ran Cydraddoldeb LHDTG+ ac eleni mae'r Bwrdd Iechyd wedi cyrraedd safle 37 ac wedi ennill Gwobr Aur, gan ein gosod ymhlith y tri sefydliad iechyd gorau yn y DU.

Caiff sgoriau sefydliadau ar y mynegai eu barnu ar bolisi ac arferion cyflogaeth, yn ogystal ag ymatebion i arolygon a gwblhawyd gan staff yn ddiennw am eu profiadau o amrywiaeth a chynhwysiant yn y gwaith.

Mae gwaith anhygoel ein Rhwydwaith Staff LHDTTC+, sy'n gweithio i wneud materion LHDTTC+ yn fwy gweladwy o fewn yr amgylchedd gwaith, wedi bod yn ganolog i'r camau sylweddol cadarnhaol a gymerwyd gan y Bwrdd Iechyd yn ddiweddar, yn ogystal â chael ein cynnwys yn y mynegai eleni.

Mae'r rhwydwaith yn darparu amgylchedd diogel, cefnogol a chroesawgar i bawb sy'n ystyried eu bod yn perthyn i gymunedau LHDTTC+, p'un a ydynt wedi 'dod allan' yn y byd ehangach ai peidio, a waeth beth yw eu hunaniaeth neu eu cefndir.

Rwy'n gobeithio bod y cyhoeddiad hwn yn rhoi neges glir bod BIP Caerdydd a'r Fro yn sefydliad croesawgar a chynhwysol. Mae hynny'n rhywbeth yr ydym wedi ymrwymo i'w ymgorffori ym mhob rhan o'n sefydliad, fel bod ein holl gyflogeion, beth bynnag fo'u cefndir, yn teimlo'n gyfforddus ac yn hyderus i fod yn nhw eu hunain yn y gwaith.

Rwy'n falch iawn o unigolion a thimau ledled y bwrdd iechyd sydd wedi ymrwymo i hyrwyddo'r agenda cydraddoldeb a chynhwysiant – gwaith gwych yr wyf yn gobeithio'i weld yn parhau wrth i ni symud ymlaen.

Cynllun Pobl a Diwylliant

Dros y misoedd diwethaf mae gwaith cyffrous wedi bod yn digwydd i ddatblygu [Cynllun Pobl a Diwylliant](#), sydd bellach wedi'i gymeradwyo gan y Bwrdd.

Yn ystod pandemig COVID-19, mae ein gweithlu wedi addasu'n gyflym i heriau. Bydd y galwadau a wynebier gan Fwrdd Iechyd y Brifysgol yn ystod y blynyddoedd nesaf yn wahanol i unrhyw beth yr ydym wedi ei wynebu erioed o'r blaen, wrth i wasanaethau ailddechrau a datblygu yn dilyn y pandemig, ac wrth i gynllun adfer ar gyfer ymdrin â rhestrau aros cynyddol i gleifion gael ei weithredu.

Y Cynllun Pobl a Diwylliant yw ein cyfle i wella profiad cydweithwyr, i sicrhau bod y gwelliannau a wnaed dros y blynyddoedd diwethaf yn parhau, ac i wynebu'r heriau sydd wedi codi o ganlyniad i'r pandemig a'r cyfnod adfer dilynol. Mae'n nodi'r camau y byddwn yn eu cymryd dros y tair blynedd nesaf, gan ganolbwyntio'n glir ar wella lles, cynhwysiant, gallu ac ymgysylltiad ein gweithlu.

Dros yr wythnosau a'r misoedd nesaf bydd y gwaith yn dechrau o ddifrif i gyflawni'r amcanion hyn, a gobeithiwn y byddwch yn teimlo gwahaniaethau gwirioneddol yn sgil hyn.

Os oes gennych unrhyw adborth ar yr hyn sy'n gweithio'n dda a beth sydd angen ei newid ymhellach, cysylltwch â'n tîm Gweithlu a Datblygu Sefydliadol gyda'ch barn a'ch safbwyntiau.



Brechlynnau COVID

Efallai eich bod wedi gweld y newyddion yr wythnos hon gan Lywodraeth Cymru yn datgan y bydd plant 5-11 oed yn gymwys i gael eu brechlyn COVID a bod ail frechlyn atgyfnerthu wedi'i gymeradwyo ar gyfer:

- oedolion sy'n 75 mlwydd oed ac yn hŷn;
- preswylwyr mewn cartref gofal i oedolion hŷn, ac
- unigolion sy'n 12 oed ac yn hŷn sy'n imiwnoatalliedig

Mae ein timau yn gweithio i sicrhau bod y brechlynnau hyn ar gael i blant o ganol mis Mawrth ymlaen a byddwn hefyd yn cynnwys yr ail ddos atgyfnerthu yn ein cynlluniau ar gyfer y Gwanwyn. Pan fydd y brechlynnau hyn yn barod i'w cyflwyno, byddwn yn cysylltu â'r rhai sy'n gymwys ac yn eu gwahodd i gael y brechlyn.

Byddem yn annog teuluoedd i dreulio amser yn trafod y brechlyn gyda'u plant fel eu bod yn barod i benderfynu pan ddaw'r amser.

Wrth i'r cyfyngiadau lacio, mae COVID yn dal i gylchredeg ond mae'r brechlyn wedi profi ei fod yn lleihau'r siawns o salwch difrifol a'r angen i fynd i'r ysbyty. Dyna pam ei bod mor bwysig i amddiffyn eich hunain, eich anwyliaid a'ch cymuned. Rydym yn dal i gynnig sesiynau galw heibio ar gyfer eich dos cyntaf, eich ail ddos a'ch dos atgyfnerthu os nad ydych wedi'u cael eto, felly gallwch alw heibio i unrhyw un o'n Canolfannau Brechu Torfol rhwng 8.30am a 7.30pm i gael eich amddiffyn.

Y Coleg Adfer a Lles yn lansio Prosbectws Tymor y Gwanwyn (Rhan 2)

Mae Coleg Adfer a Lles Caerdydd a'r Fro wedi lansio ail ran ei Brosbectws Tymor y Gwanwyn. Mae'r coleg yn darparu cyrsiau addysgiadol am ddim ar ystod o bynciau iechyd meddwl, iechyd corfforol a lles. Mae croeso i unrhyw un gofrestru fel myfyriwr a chynhelir cyrsiau ar-lein neu wyneb yn wyneb mewn lleoliadau ledled Caerdydd a Bro Morgannwg.

Mae cymorth gan gymheiriaid wrth wraidd yr holl gyrsiau, gyda phob un wedi'i gyd-gynhyrchu a'i gyd-ddarparu gan weithwyr gofal iechyd proffesiynol a hyfforddwyr cymheiriaid sydd â phrofiad personol o heriau iechyd meddwl ac iechyd corfforol. Mae arweinwyr y cwrs yn defnyddio eu profiad i gefnogi eraill.



Caerdydd a'r Fro
**Coleg Adfer
a Lles**

Mae'r cyrsiau sydd ar gael ar gyfer ail ran y tymor yn cynnwys; Deall Pryder, Cysylltu â Gobaith, Dynion ac Iechyd Meddwl, Cadw'n Heini gyda'n Gilydd, a llawer mwy. [Cymerwch gipolwg ar y prosbectws newydd](#) a chofrestrwch nawr i osgoi colli'r cyfle.

Nodyn atgoffa: Hoffai'r Coleg Adfer a Lles hefyd glywed gan unrhyw un yng Nghaerdydd a Bro Morgannwg sydd â diddordeb yn y coleg, er mwyn iddynt fynychu cyfres o sesiynau ar-lein a elwir yn 'Eich Coleg Adfer

a Lles Delfrydol'. Bydd y sesiynau hyn yn llywio'r gwaith o gyd-gynhyrchu cynlluniau busnes. Hoffai'r coleg sicrhau bod darpar gynlluniau yn cael eu dylunio mewn ffordd sy'n adlewyrchu anghenion y boblogaeth leol.

[Rhagor o wybodaeth am sut i gymryd rhan yn y sesiynau.](#)

Cylchlythyr Misol Adfer ac Ailgynllunio

Nod y rhaglen Adfer ac Ailgynllunio yw adfer a gwella mynediad at wasanaethau y mae'r pandemig COVID-19 wedi effeithio arnynt, trawsnewid llwybrau clinigol a, thrwy wneud hynny, gwella gwasanaethau i'n cleifion a'n cymunedau. Mae'r rhaglen hon yn cwmpasu pob maes bwrdd clinigol gyda nifer o brosiectau'n cael eu cynnal sy'n canolbwyntio ar wella mynediad a lleihau niwed drwy gynyddu capasiti ar draws ein Bwrdd Iechyd.

O'r theatrau offthalmoleg symudol newydd yn Ysbyty Athrofaol Cymru ac ailgynllunio'r broses o ddarparu ein gwasanaethau gofal llygaid, hyd at gefnogi gwasanaethau i'n staff a chynyddu cymorth iechyd meddwl i blant a phobl ifanc, mae nifer o brosiectau ar y gweill y gallech fod eisoes wedi dod ar eu traws. Nod y cylchlythyr misol newydd Adfer ac Ailgynllunio yw rhoi trosolwg i staff, cleifion a'n rhanddeiliaid o'r cerrig milltir a'r diweddariadau allweddol wrth i ni symud ymlaen tuag at adfer gwasanaethau i weithgarwch cyn y pandemig a thu hwnt.

[Gallwch ddarllen y cylchlythyr rhyngweithiol ar Sway drwy glicio yma.](#)

Staff yn derbyn eu MBE

Y llynedd dyfarnwyd Anrhydeddau'r Frenhines i rai o'n staff ac yn ddiweddar cawsant y pleser o fynd i Gastell Windsor i dderbyn yr anrhydedd gan y Tywysog Siarl.

Llongyfarchiadau unwaith eto i Fiona Jenkins MBE a Claire Salisbury MBE am dderbyn yr anrhydeddau hyn, ac rwy'n gwybod y byddant wedi'u derbyn ar ran y timau maent yn gweithio gyda hwy. Llongyfarchiadau unwaith eto i chi'ch dwy am eich gwasanaethau i'r GIG.

Dywedodd Claire "Roedd yn bleser ac yn anrhydedd mawr derbyn yr MBE am Wasanaethau i'r GIG yn ystod COVID. Mae'r pandemig wedi bod yn her sy'n diffinio gyrfa nid yn unig i fi, ond i'r holl staff ar draws y GIG. Rwy'n teimlo'n falch o fod wedi chwarae rhan yn wynebu'r her hon o safbwynt caffael ar lefel unigol yn ogystal ag yn rhan o'r tîm ehangach. Rwy'n teimlo bod yr anrhydedd hon yn adlewyrchu'r holl ymdrechion a'r aberth a wnaed gan y staff hynny ym maes caffael a gefnogodd fi a'n cydweithwyr rheng flaen yn y GIG."





Y Celfyddydau:

[Cwtsh Diwylliannol](#)

Mae Cyngor Celfyddydau Cymru wedi datblygu gwefan newydd sy'n ceisio defnyddio pŵer adferol y celfyddydau i gefnogi lles gweithwyr gofal iechyd yng Nghymru.

Mae'r Cwtsh Diwylliannol yn llawn syniadau creadigol a gweithgareddau hwyliog ac wedi'i gynllunio i godi ysbryd a hybu lles staff sy'n gweithio ar draws y GIG a'r sectorau Gofal Cymdeithasol yng Nghymru.

Trwy fideos byr, hygyrch sydd ar gael yn y Gymraeg a'r Saesneg, mae artistiaid proffesiynol o bob rhan o Gymru yn dod ag ystod eang o weithgareddau creadigol gwahanol yn fyw, gan gynnwys crefft, peintio, ysgrifennu, arlunio, dawnsio, canu, ffilm a ffotograffiaeth.

[Mynnwch ragor o wybodaeth am y Cwtsh Diwylliannol a gwyliwch y fideos ar wefan Cyngor Celfyddydau Cymru.](#)

Elusen Iechyd:

Cronfa Dyfodol Gwyrdd Gofal Critigol Caerdydd

Mae bob amser yn galonogol pan fydd cleifion a theuluoedd yn holi am ffyrdd y gallant ddiolch i'n staff a dangos cefnogaeth iddynt. Ffordd newydd a gwahanol o wneud hynny a allai fod o fudd i genedlaethau'r dyfodol hefyd yw drwy Gronfa Dyfodol Gwyrdd Gofal Critigol Caerdydd.

Ganed y gronfa o'r pandemig COVID-19, pan sylwodd staff Gofal Critigol ar y cynnydd angenrheidiol yn y defnydd o blastigau untro fel PPE ac roeddent am wneud rhywbeth yn ei gylch. Ar yr un pryd roedd teimlad bod angen coffâd parhaol a gweladwy sy'n cydnabod colled ynghyd â dathlu adferiad.

Prif bwrpas Cronfa Dyfodol Gwyrdd Gofal Critigol Caerdydd yw plannu o leiaf un goeden ar gyfer pob claf a dderbynnir i'n Huned Gofal Critigol.

Yn 2021 plannwyd dros 1000 o goed ger Crucywel, llawer ohonynt gan wirfoddolwyr staff Gofal Critigol a'u teuluoedd. I rai, dyma'r tro cyntaf iddynt gael cyfle ers misoedd lawer i weithio gyda staff eraill yn yr awyr agored heb orfod gwisgo PPE llawn.

Ar gais poblogaidd gelwir y goedwig yn 'Gwreiddiau Gobaith' – Roots of Hope. Mae hyn wedi'i gyfieithu i famiaith aelodau staff gofal critigol; gyda dros 20 o ieithoedd gwahanol wedi'u cynrychioli o Ewrop, Affrica, Asia a De America.

Ein gobaith yw parhau â'r gyfradd hon o blannu; 1000 o goed y flwyddyn, yn barhaol. Bydd rhodd o £5 yn ariannu plannu coeden ag ôl-ofal i helpu i'w datblygu hyd at aeddfedrwydd.

Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro sy'n cynnal y gronfa Dyfodol Gwyrdd Gofal Critigol a chaiff ei rheoli gan staff Gofal Critigol. Y tu hwnt i blannu coed, efallai y bydd y gronfa'n cael ei defnyddio ar gyfer prosiectau cynaliadwyedd eraill sy'n helpu staff i ddod at ei gilydd a chreu ymdeimlad o falchder mewn rhoi yn ôl i genedlaethau'r dyfodol yng Nghymru. Mae'r rhain yn cynnwys ariannu ymgyrchoedd codi sbwriel a glanhau traethau, bwrsariau staff sy'n ariannu addysg a datblygiad staff mewn perthynas â chynaliadwyedd a phrosiectau gwella ansawdd sy'n lleihau defnydd a gwastraff diangen.

Os hoffech chi gefnogi'r Gronfa Dyfodol Gwyrdd Gofal Critigol a'u helpu i gyrraedd eu targed o £10,000, trwy gynnal her codi arian, byddai aelodau'r tîm wrth eu bodd yn eich cynorthwyo gyda'ch ymgyrch codi arian, dilyn eich stori ac yn y pen draw eich cefnogi i gyrraedd eich nod!

Gallwch hefyd decstio GREENFUTURE i 70590 er mwyn rhoi £5. Bydd negeseuon testun yn costio swm y rhodd ynghyd ag un neges cyfradd rhwydwaith safonol neu gallwch [roi tuag at Gronfa Dyfodol Gwyrdd Gofal Critigol Caerdydd drwy Just Giving](#).

[Rhagor o wybodaeth am y Gronfa Dyfodol Gwyrdd Gofal Critigol.](#)