



CYSWLLT Y PRIF WEITHREDWR

Annwyl Gydweithiwr

09/03/2022

Wrth i mi fyfyrrio ar fy mis cyntaf, unwaith eto hoffwn rannu fy ngwerthfawrogiad a'm diolch i bawb yr wyf wedi dod ar eu traws ers ymuno â'r Bwrdd Iechyd. Mae pawb rydw i wedi cyfarfod â nhw wedi gwneud argraff fawr arna i. Mae eich penderfyniad a'ch ymrwymiad i barhau i weithio'n galed i ddarparu'r gofal gorau wedi fy rhyfeddu. Mae'r ysbryd tîm yma yn sicr yn gryf ac wrth i ni nesáu at gyfnod cynhesach a brafiach y Gwanwyn, rwy'n teimlo'n obeithiol ac yn gadarnhaol am bopeth y gallwn ei gyflawni eleni ac yn y dyfodol.

Yr wythnos hon, rwyf wedi parhau i gwrdd â'r tîm arweinyddiaeth ehangach yn y Bwrdd Rheoli Gwasanaethau Ysbytai lle buom yn siarad am ganolbwyntio ar wella ansawdd er mwyn gwella'r canlyniadau a'r profiad i gleifion, yn ogystal â gwella'r profiad i gydweithwyr wrth iddynt ddarparu, neu gefnogi'r gwaith o ddarparu gofal a thriniaeth. Roedd y sgwrs yn gadarnhaol ac yn un a fydd yn parhau.

Cefais y pleser hefyd o gyfarfod â rhai o'n Haelodau Seneddol a'n Haelodau o'r Senedd lleol i rannu myfyrdodau ar ein prif flaenoriaethau wrth i ni symud at ganolbwyntio ar adferiad a meddwl yn ehangach am y dyfodol.

Rwy'n dechrau cael dealltwriaeth ddyfnach o'r ffordd y mae ein sefydliad yn gweithredu. Mae'n fawr ac yn gymhleth ond rydw i nawr

yn creu cysylltiadau rhwng y ffyrdd niferus y gallwn ni gydweithio i hybu gwelliannau a bod hyd yn oed yn well.

Rwyf wedi bod yn gweithio'n agos gyda'r Tîm Gweithredol, yn enwedig yr Athro Meriel Jenney, Cyfarwyddwr Meddygol, a Ruth Walker, Cyfarwyddwr Gweithredol Nyrsio i gyfleu ein 'Prif Ymdrech'. Y nod yw cwmpasu'r camau ymarferol y gall timau clinigol eu cymryd i fynd i'r afael â'r materion hynny y maen nhw'n gyfrifol amdanynt yn uniongyrchol lle bynnag y maent yn gweithio yn y Bwrdd Iechyd, er mwyn gwella'r ffordd y mae cleifion yn symud drwy eu llwybr gofal a datrys y broblem o ran nifer uchel y gwelyau a defnyddir a chyfnodau hirach yn yr ysbyty.

Bydd llawer ohonoch hefyd wedi bod yn rhan o Ailosod y System o dan arweiniad Caroline Bird, Prif Swyddog Gweithredu. Mae'r gwaith hwn yn cyd-fynd â'r Brif Ymdrech ac yn ei chefnogi, ond mae hefyd yn cysylltu'n ehangach â phartneriaid o'r gwasanaeth ambiwlans a gofal cymdeithasol.

Ein nod yw gwella ac adfer pob maes o fynediad at ofal a'r ddarpariaeth a bydd angen i ni barhau i ganolbwyntio ar hyn er mwyn bod yn llwyddiannus a chreu lle i wneud y llu o bethau eraill yr hoffem eu gwneud fel tîm. Rhaid i ansawdd a gwella ansawdd fod wrth wraidd popeth a wnawn - i dimau ac i gleifion - ac mae'n elfen bwysig o'n rhaglen

adfer ac ailgynllunio helaeth sy'n ailedrych ar y ffordd orau y gall cleifion gael mynediad at ofal o ansawdd, wrth i ni glirio'r ôl-groniad o amseroedd aros hir am driniaethau.

Trafodwyd yr holl ymdrechion hyn mewn mwy o fanylder yn ystod fy ail sesiwn "Holi" yr wythnos diwethaf ar Teams, lle daeth Ruth Walker i ymuno â mi. Diolch i'r rhai a ymunodd yn y drafodaeth ynghylch ein blaenoriaethau gweithredol ac i gydnabod y cyfraniad y mae ein gweithlu nyrsio wedi'i wneud i'r sefydliad. Os hoffech wyllo eto, ewch i'r ap StaffConnect ac os oes gennych unrhyw adborth ar y sesiynau hyn a sut y gellir eu gwella, cysylltwch â news@wales.nhs.uk gyda'ch sylwadau.

Yn ystod y digwyddiad buom hefyd yn rhannu llwyddiannau allweddol gan gynnwys y newyddion gwych bod tri o'n cydweithwyr nyrsio a bydwreigiaeth dawnus iawn, Jane Murphy, Lisa Franklin a Maryanne Bray, wedi'u dewis ar gyfer Ysgoloriaeth uchel ei bri Florence Nightingale Foundation, cyflawniad gwirioneddol anhygoel a haeddiannol. Llongyfarchiadau mawr i chi i gyd.

Yr wythnos hon fe wnaethom nodi Diwrnod Rhyngwladol y Menywod 2022 trwy rannu straeon gan gydweithwyr am fenywod sydd wedi eu hysbrydoli yn ystod eu bywydau - ewch i'n sianeli [Facebook](#), [Twitter](#), [Instagram](#), [LinkedIn](#) i wyllo. Cymerais ran hefyd mewn fideo ar gyfer [TikTok](#) yn edrych yn ôl ar rai o fy nghyflawniadau o ran fy ngyrfa hyd yn hyn.

Mae'r sefyllfa yn Wcráin wedi parhau i ddominyddu'r newyddion yr wythnos hon. Ein blaenoriaeth fel Bwrdd Iechyd yw parhau i fod yn sensitif i'r effaith y mae digwyddiadau byd-eang sy'n ymwneud â gwrthdaro a thrychineb naturiol yn ei chael ar ein bywydau. Rydym

yn dîm amrywiol yn fyd-eang yma yng Nghaerdydd a'r Fro a bydd sefyllfaoedd o'r fath yn sicr yn effeithio ar lawer ohonom, felly cofiwch fod yn garedig â chi'ch hunain, byddwch yn garedig â'ch gilydd a byddwch yn garedig â'r cleifion a'r cymunedau rydym yn eu gwasanaethu. Hoffwn atgoffa staff bod y Gwasanaeth Lles Cyflogeion ar gael i bawb a byddwn yn eich annog i ofyn am gymorth os ydych yn teimlo bod angen i chi siarad â rhywun.

Yn olaf, nodyn atgoffa i'r rhai sy'n teithio i'n hysbytai mewn car, i wneud yn siŵr eich bod yn dilyn y drefn barcio gywir. Er bod parcio am ddim, gofynnwn i'r holl staff barcio ym meysydd parcio'r staff yn unig ac nid ym meysydd parcio ein cleifion. [Rhaid i staff gael trwydded i barcio mewn maes parcio staff a gallwch gael rhagor o wybodaeth a manylion am sut i wneud cais ar y wefan.](#) Gall ein cleifion a'n hymwelwyr hefyd fynd i'r wefan i gael rhagor o wybodaeth am barcio ceir yn ein safleoedd. Mae ein gwasanaeth [Parcio a Theithio](#) am ddim i staff, cleifion ac ymwelwyr yn ffordd hawdd o deithio i Ysbyty Athrofaol Cymru ac Ysbyty Athrofaol Llandochau, felly os gallwch chi osgoi teithio mewn car, mae hon yn ffordd gynaliadwy, ac yn aml yn ffordd gyflymach, o gyrraedd yno.

Y penwythnos hwn, rydw i'n cael seibiant am ychydig ddyddiau i ymweld â'm gŵr sy'n byw ac yn gweithio dramor ar hyn o bryd. Er gwaethaf yr holl waith y mae'n rhaid i ni i gyd ei gyflawni a'r holl flaenoriaethau, mae'n bwysig iawn trefnu peth amser i ffwrdd, i fyfyrion a dadflino – mae'n hanfodol ar gyfer iechyd a lles. Felly, beth bynnag yw eich cynlluniau y penwythnos hwn, cymerwch amser i chi'ch hun a'ch anwyliaid ac os ydych yn gweithio, diolch o galon.

Gwasanaeth Cyswllt Prifysgolion ar gyfer Iechyd Meddwl newydd i gael ei dreialu o fis Ebrill

O fis Ebrill 2022, bydd Gwasanaeth Iechyd Meddwl newydd y GIG o'r enw **Gwasanaeth Cyswllt Prifysgolion ar gyfer Iechyd Meddwl** yn cael ei dreialu yng Nghaerdydd i fyfyrwyr sydd angen atgyfeiriad ar gyfer asesiad a chynghor iechyd meddwl.

Gall myfyrwyr gael mynediad at y gwasanaeth hwn trwy atgyfeiriad gan eu hadran Gwasanaethau Myfyrwyr yn y Brifysgol, Seiciatreg Gyswllt i Oedolion, neu eu meddyg teulu. Nid yw hwn yn wasanaeth hunan-gyfeirio.

Mae tîm newydd y GIG yno i fyfyrwyr sydd angen asesiad gan y GIG ar gyfer problemau iechyd meddwl cymedrol neu broblemau iechyd meddwl hirdymor mwy cymhleth, a bydd wedi'i leoli o fewn gwasanaethau cefnogi myfyrwyr ar gampysau prifysgolion i ategu'r gwasanaeth presennol.

Datblygwyd y cynllun peilot gan Bartneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru (sy'n cynnwys Prifysgol Caerdydd, Prifysgol Metropolitan Caerdydd, Prifysgol De Cymru, Coleg Brenhinol Cerdd a Drama Cymru a Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro). Bydd y gwasanaeth newydd ar gael i fyfyrwyr sy'n astudio yn y sefydliadau addysg uwch hyn.

Bydd y cynllun peilot yn mynd i'r afael â'r bwlch o nodwyd rhwng mandadau prifysgolion ar gyfer Gwasanaethau Cefnogi Myfyrwyr a'r trothwy ar gyfer Gwasanaethau Iechyd Meddwl Gofal Eilaidd y GIG, lle mae angen atgyfeiriad gan y GIG neu asesiad ar fyfyrwyr.

Mae cam un y peilot ar gyfer myfyrwyr sy'n byw yn ardal Caerdydd, y mae eu gofal iechyd yn cael ei gefnogi gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro. Ar gyfer myfyrwyr sy'n byw y tu allan i'r ardal hon, mae'r prosiect yn gwella cysylltiadau â byrddau iechyd cyfagos. Maent yn gweithio gyda Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan a Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg i wella'r gallu i atgyfeirio myfyrwyr at wasanaethau iechyd meddwl priodol yn ôl anghenion y myfyriwr.

Mae cynlluniau ar gyfer lansiad swyddogol yn y Senedd ar y gweill ar gyfer Mehefin 2022, a chaiff ei noddi gan Jeremy Miles, Gweinidog y Gymraeg ac Addysg.

Ariennir cam un gan Gyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC) tan fis Rhagfyr 2022. Mae cynlluniau ar gyfer cam dau yn parhau i gael eu datblygu, ac maent wedi cytuno y bydd y tîm ar gael tan haf 2023. Os bydd y peilot yn llwyddiannus, bydd model ariannu ar y cyd a chytundeb partneriaeth ar gael i gadw'r tîm newydd yn weithredol y tu hwnt i fis Medi 2023.

Digwyddiad Recriwtio'r Gwanwyn ar gyfer Nyrsys ac ODPau

Os ydych yn chwilio am gyfle nyrsio newydd a chyffrous, dewch i'n Digwyddiad Recriwtio'r Gwanwyn ar gyfer Nyrsys ac ODPau a gynhelir ddydd Mawrth 5 Ebrill 2022, Canolfan yr Holl Genhedloedd Caerdydd, 2-5pm. Mae'r digwyddiadau hyn yn eich galluogi i gwrdd â rhai o'r tîm, dysgu mwy am y Bwrdd Iechyd, a'r rolau gwyb sydd ar gael, neu a fydd ar gael, gennym. [Dysgwch ragor am yr amrywiaeth o rolau sydd ar gael a chofrestrwch i fanteisio ar y cyfle.](#)



Arolwg Cyn-filwyr CHC

Mae Cyngor Iechyd Cymuned De Morgannwg yn cynnal arolwg ymgysylltu ar gyfer cyn-filwyr y lluoedd arfog yng Nghaerdydd a Bro Morgannwg. Cymerwch yr amser i gwblhau'r arolwg i sicrhau bod eich barn yn cael ei chlywed trwy ymweld â'r wefan – [cliciwch yma](https://www.cliciwchyma). Fel arall gallwch ffonio'r swyddfa ar 02920 750112 i ofyn am gopi papur yn y Gymraeg neu'r Saesneg, a'i bostio'n ôl i'r CHC a all ddarparu amlenni â'ch cyfeiriad eich hun. Mae'r arolwg yn cau ar 18 Ebrill 2022.

Arolwg Ymweliadau ag Ysbytai i Staff – angen eich barn

Os nad ydych eisoes wedi cwblhau'r arolwg hwn, hoffai Tîm Profiad y Claf glywed gan gynifer o staff â phosibl ynghylch sut y dylai ymweliadau ag ysbytai gael eu trefnu, pe bai'r cyfyngiadau presennol yn cael eu codi. Byddem yn gwerthfawrogi eich barn yn fawr, felly dilynwch y ddolen a chwblhewch yr arolwg ar-lein byr hwn. <https://www.surveymonkey.co.uk/r/T7K3MMZ>

Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro

Enillwyr y Loteri i Staff ym mis Chwefror a'r SuperDraw a'r SuperMegaDraw yn dychwelyd!

Llongyfarchiadau i Jemma Hassell-Wilkes (Meddygaeth Fetabolig, Ysbyty Athrofaol Cymru), Neil Britton (Radioleg, Ysbyty Athrofaol Llandochau), Katie Neate (Uned Asesu Ysbyty Athrofaol Cymru), Allison Jenkins (A7 Ysbyty Athrofaol Cymru)

A NEWYDDION MAWR! Cynhelir y SuperDraw nesaf, gwerth £6,000, ar ddydd Gwener 25 Mai 2022. Yna, ym mis Tachwedd, bydd gwobr y SuperMegaDraw yn swm anhygoel o £22,000! Beth fydddech chi'n ei brynu? Cofrestrwch ar gyfer y loteri staff heddiw! <https://healthcharity.wales/cy/gwybodaeth-am-staff/loterir-staff/>

**SUPERDRAW ALERT**

Sign up to the **£6,000** SuperDraw taking place on Friday 27th May 2022. Register by April 30th 2022 to be in it to win it.

One lucky lottery member will win **£6,000** in addition to four **£1,000** winners.



If you would like to increase your chances of winning, why not increase your numbers?

Email fundraising.cav@wales.nhs.uk for more information.

Addurniadau Wal ar gyfer Gwasanaeth Iechyd y Cyhoedd

Mae'n bleser gan Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro a Rhaglen y Celfyddydau ar gyfer Iechyd a Lles gefnogi aelodau tîm Gwasanaeth Iechyd y Pelfis, sydd bellach wedi'i leoli yn Ysbyty'r Barri, er mwyn eu galluogi i lonni'r gwagle yn y coridor y tu allan i'w hardaloedd clinig.

Nod Canolfan Iechyd y Pelfis, gwasanaeth newydd yn Ysbyty'r Barri, yw darparu

cymorth, cyngor ac opsiynau triniaeth sy'n canolbwyntio ar y claf er mwyn rheoli anhwylderau llawr y pelfis. Maent am leihau amseroedd aros a gwella gwasanaethau iechyd y pelfis yn ardal Caerdydd a'r Fro, tra'n cynnig amgylchedd cyfeillgar a chroesawgar i'w cleifion. Dyma oedd cyfle'r Elusen Iechyd i wneud ei rhan. Darllenwch ragor yma: <https://healthcharity.wales/cy/gwasanaeth-iechyd-y-pelfis-ysbytyr-barri/>



Liz Powell yn cymryd rhan yn Naid Fawr y GIG i gefnogi'r Uned Arennol

Priododd Liz a'i gŵr Russ yn 2017 ar ôl i'r ddau golli eu partneriaid ar ddechrau'r 2000au. Yn anffodus, fe wnaethon nhw ddarganfod bod angen dialysis ar Russ a oedd yn golygu bod angen trawsblaniad aren arno. Liz oedd yr un a wirfoddolodd i fod yn rhoddwr aren, ac ar ôl blwyddyn o brofion helaeth, aethant ymlaen â'r driniaeth.

I ddiolch i'r Uned Arennol, a gefnogodd Liz a Russ drwy gydol y driniaeth, mae Liz wedi cofrestru i gymryd rhan yn Naid Fawr y GIG! Bydd hi'n plymio o'r awyr mewn tandem ar 9 Ebrill 2022.

I gefnogi profiad llawn adrenalin Liz, cyfrannwch:

Rhif Cyfrif Banc Santander: 66525730

Codi didoli: 09-01-29*

Hoffai Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro ddiolch yn fawr iawn i Liz am ei hymrwymiad anhygoel i gefnogi'r Uned Arennol. <https://healthcharity.wales/cy/>



Ifan Owens yn gwneud addewid i gefnogi'r ICU

Ar ôl dioddef anaf difrifol i'w ben, a bod mewn coma am fis yn 2018, mae Ifan Owens wedi bod yn rhoi yn ôl i'r Uned Gofal Dwys i ddangos ei ddiolch am y driniaeth ardderchog a gafodd. Yn ystod cyfyngiadau symud 2020, cafodd ef a'i ffrind (Tom Burns, sydd wedi gadael y busnes ers hynny oherwydd ymrwymadau eraill) syniad i ddechrau brand dillad, a daeth hwn yn realiti yn fuan iawn drwy sefydlu siop ddillad yr WYDDFA.

Mae'r WYDDFA yn cynnig amrywiaeth o grysau-T, crysau chwys, hetiau a dillad cnu 100% figan a gynhyrchir yn gynaliadwy mewn ystod o ddyluniadau minimalaidd. Mae eu brand yn seiliedig ar angerdd y perchennog am ffordd o fyw egniol yn yr awyr agored, gan ddilyn yr arwyddair "camau bach sy'n cyrraedd y copa". <https://healthcharity.wales/cy/ifan-owens-yn-gwneud-addewid-i-gefnogir-icu/>



Y Celfyddydau ar gyfer lechyd a Lles

Forget-me-not Chorus yn lansio gwefan ryngweithiol yn rhan o brosiect 'Trywyddau Digidol'

Mae tîm medrus iawn o arweinwyr cerdd y Forget-me-not Chorus wedi bod yn cynnal sesiynau Zoom yn Ysbyty Dewi Sant, Caerdydd mewn partneriaeth â Rhaglen y Celfyddydau ar gyfer lechyd a Lles Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro, a Mental Health Matters Wales. Ymunodd yr awdur Emma Jenkins â'r sesiynau i gasglu straeon a chaneuon y cyfranogwyr,

gan eu plethu gyda'i gilydd i greu "Trywyddau Digidol".

I can't find my voice – I lost it long ago;

Then let me sing for you

Be your rhythm, your allegro, your adagio.

Mae'r cydweithrediad artistig unigryw ac arloesol hwn wedi'i gynrychioli'n weledol gan yr artist arloesol a Noddwr Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro, Nathan Wyburn, a'r actor buddugol yng ngwobrau BAFTA Cymru, Callum Scott Howells, sydd wedi rhoi llais i'r rhai y mae eu straeon a'u bywydau yn haeddu cael eu clywed a pheidio â'u hanghofio yn ystod yr amseroedd ynysig a heriol hyn.

Mae'r gwaith celf gweledol, y farddoniaeth a'r recordiadau sain wedi'u casglu a'u rhoi ar y wefan greadigol hon: <https://www.forgetmenotchorus.com/cymraeg/>

Dywed Callum; "Mae wedi bod yn ffrainth rhannu lleisiau'r cleifion y mae'r elusen ysbrydoledig hon o Gymru wedi'u grymuso drwy gân. Roedd gonestrwydd ac uniondeb y geiriau yn eu gwneud yn bleser i'w perfformio."

