



CYSWLLT Y PRIF WEITHREDWR

Annwyl Gydweithiwr

09/12/2021

Yn gynharach yr wythnos hon, gwnaethom ryddhau datganiad ar y cyd â Chyngor Caerdydd, Cyngor Bro Morgannwg ac Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaeth Ambiwlans Cymru Caerdydd am y galw digynsail am wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol ar hyn o bryd.

Dyma'r hyn a ddywedwyd gennym:

Rydym yn gweld cynnydd o 30% yn nifer y bobl sydd angen gofal gartref, o'i gymharu â niferoedd cyn y pandemig. Mae'r cynnydd enfawr hwn yn y galw - ochr yn ochr â phrinder gweithwyr gofal a staff gofal iechyd ledled y DU - yn arwain at oedi wrth ddarparu gofal ac yn atal cleifion rhag cael eu rhyddhau'n brydlon o ysbytai.

Mae hyn yn cael effaith sylweddol ar lif gwelyau gan nad yw cleifion sy'n ffit yn feddygol yn cael eu rhyddhau yn brydlon, ac mae hyn arwain at brinder gwelyau yn ein hysbytai. Mae hyn yn ei dro yn arwain at amseroedd aros hir am ambiwlans yn ein Huned Achosion Brys, sy'n golygu na all criwiau ambiwlans ymateb i alwadau 999 yn y gymuned, felly mae pobl yn aros yn hirach am ambiwlansys.

Rydym yn galw ar ein cymuned i ymuno â ni a chefnogi'r rhai sydd â'r angen mwyaf yn ystod

y cyfnod heriol hwn. Rhyddhau gwelyau i'r rhai hynny sydd angen y gofal mwyaf brys ac aciwt yw ein blaenoriaeth ac mae sawl ffordd y gallwch chi ein helpu i wneud hyn.

- Os oes gennych anwylyd yn yr ysbyty sy'n ddigon iach i fynd adref, ond sy'n aros i gael ei ryddhau gyda gofal cartref a chymorth iechyd cymunedol, gallech ei helpu i ddod adref yn gyflymach os ydych chi a'ch teulu mewn sefyllfa i'w gefnogi gartref. Dylech wneud hyn dim ond os ydych yn teimlo eich bod yn gallu gofalu amdanynt am gyfnod a allai fod yn hir iawn.
- Os ydych chi neu aelod o'ch teulu yn derbyn gofal a drefnir gan y cyngor, gallech ystyried ffyrdd o ddarparu gofal a chymorth eich hun a allai ryddhau gofal i bobl eraill sy'n agored i niwed, nad oes ganddynt unrhyw gymorth. Efallai y byddwch yn gallu hawlio lwfans gofalwyr a chymorth ariannol arall.
- Allwch chi wirfoddoli eich amser i fod yn weithiwr gofal neu wirfoddoli i gefnogi person hŷn yn eich cymuned?

Yn bwysicaf oll, rydym yn gofyn i chi ddefnyddio'r gwasanaeth priodol drwy ffonio CAF24/7 os nad yw'n achos sy'n bygwth bywyd nac aelod o'r corff, i ddefnyddio

gwirwyr symptomau ar-lein GIG 111 Cymru, neu ddefnyddio eich fferyllfa gymunedol am fân salwch a chyngor.

Drwy gydweithio, gallwn helpu i leddfu'r pwysau dros aeaf a fydd yn hynod heriol.

[Gallwch ddarllen y datganiad llawn yma ar ein gwefan.](#)

1. Cyflwyniad i'r driwriaeth Arweinyddiaeth Safle yn Ysbyty Athrofaol Llandochau

Yn dilyn cyhoeddiad diweddar y tîm arweinyddiaeth ar y safle yn Ysbyty Athrofaol Cymru, bellach gallwn gyhoeddi'r tîm a fydd yn gyfrifol am arweinyddiaeth ar y safle yn Ysbyty Athrofaol Llandochau.

Ers dechrau'r pandemig, mae datblygiadau wedi bod o ran arweinyddiaeth yn Ysbyty Athrofaol Llandochau er mwyn sicrhau bod presenoldeb cyson a gweladwy yn cefnogi'r timau ar draws y safle ac yn creu cysylltiadau i wneud yn siŵr bod y system ehangach yn cael ei chefnogi. Mae penodiadau diweddar i'r driwriaeth wedi'u cadarnhau, sef Matt Temby, Cyfarwyddwr Gweithrediadau, Lindsay George, Arweinydd Clinigol a Helen Luton, Cyfarwyddwr Nyrsio.

Mae triwriaeth Ysbyty Athrofaol Llandochau yma i gefnogi staff, sicrhau bod arweinyddiaeth weladwy yn YALL a cheisio darparu cymorth i'r system ehangach fel y gallwn wneud gwahaniaeth cadarnhaol i'n cleifion ar yr adeg heriol hon. Bydd y tîm yn parhau i gysylltu â'r timau arweinyddiaeth eraill ar safleoedd yn Ysbyty Athrofaol Cymru a Gofal Sylfaenol, Cymunedol a Chanolradd (PCIC).

Wrth i ni symud ymlaen, bydd gwaith ar y gweill i ddatblygu'r defnydd o Ystafell y Bwrdd ymhellach fel canolfan gweithrediadau Ysbyty Athrofaol Llandochau, lle gallwn sicrhau bod gennym y galluoedd cywir i gysylltu â'r safleoedd eraill, rheoli'r gwaith gweithredol o ddydd i ddydd yn ogystal â chanolbwyntio ar wneud gwelliannau.

Rydym yn gobeithio y bydd pawb sy'n gweithio yn y system yn chwilio am gyfleoedd i ymgysylltu â thîm arweinyddiaeth y safle yn Ysbyty Athrofaol Llandochau, fel y gallwn edrych ar y cyd ar ffyrdd o wella'r hyn rydym yn ei wneud o ddydd i ddydd i'r cleifion rydym yn gofalu amdanynt.

2. Diweddariad ar y Brechlyn Dos Atgyfnerthu

Fe welodd Cymru ei hachos cyntaf o'r amrywiolyn Omicron newydd yn ein hardal bwrdd iechyd yr wythnos diwethaf ac mae'n debygol y bydd nifer yr achosion yn codi, gyda phum achos wedi'u cadarnhau yn yr ardal hyd yn hyn.

Mae hyn yn ein hatgoffa bod COVID yn dal i fodoli o fewn ein cymunedau ac mae dal angen i ni ddilyn y canllawiau i leihau'r risg o'i drosglwyddo a chadw ein poblogaeth a'n gilydd yn ddiogel.

Y brechlyn yw'r math gorau o amddiffyniad ac fel Bwrdd Iechyd rydym bellach wedi rhoi 893,064 o frechlynnau, gyda dros 145,000 o'r rhain yn frechlynnau dos atgyfnerthu.

Mewn ymateb i ganllawiau newydd y JCVI yr wythnos diwethaf, mae ein Tîm Brechu Torfol yn gweithio'n galed i sicrhau bod pob oedolyn sy'n 18 oed neu'n hŷn yn cael cynnig

eu dos atgyfnerthu erbyn diwedd Ionawr 2022. Bydd y rhain yn cael eu cynnig mewn carfannau oedran mewn trefn ddisgynnol ac ar hyn o bryd rydym yn anfon gwahoddiadau at bobl sy'n 40 oed neu'n hŷn. Mae'r rhaglen atgyfnerthu yn cael ei chyflwyno yn nhair o'n Canolfannau Brechu Torfol, gyda chymorth Fferyllfeydd Cymunedol ar draws y rhanbarth sydd wedi bod o fudd enfawr i'r rhaglen i gynnig y brechlyn i bobl yn nes at adref. Hyd yma mae ein fferyllfeydd cymunedol wedi rhoi bron i 10,000 o frechlynnau dos atgyfnerthu.



Gofynnwn i'r cyhoedd fod yn amyneddgar ac aros am wahoddiad a bydd y tîm mewn cysylltiad cyn gynted â phosibl. Ar hyn o bryd, nid yw hi'n bosibl galw heibio ar gyfer y brechlyn dos atgyfnerthu yn ein Safleoedd Brechu Torfol na'n fferyllfeydd cymunedol felly dim ond ar ôl derbyn gwahoddiad y gellir dod i apwyntiadau.

Mae hi dal yn bosibl i alw heibio ein Canolfannau Brechu Torfol ar gyfer dosau cyntaf ac ail ddosau rhwng 8am ac 8pm os nad ydych chi wedi cael eich brechlynnau eto, ond mae'n rhaid aros 8 wythnos rhwng dosau.

Rydym yn deall, gyda datblygiad yr amrywiolion newydd, y gallai pobl deimlo'n bryderus am lefel eu himiwnedd ond rydych

chi wedi eich amddiffyn gan y dos cyntaf a'r ail ddos a bydd y dos atgyfnerthu yn cynyddu lefel eich amddiffyniad yn ystod misoedd y gaeaf.

Yn draddodiadol, mae mis Rhagfyr yn amser i gymdeithasu a chwrdd â ffrindiau, teulu a chydweithwyr wrth i ni gael ein gwahodd i ddigwyddiadau Nadoligaidd fel pantomeimau, i weld goleuadau'r Nadolig, Winter Wonderland a phartïon Nadolig. Yn dilyn y blynyddoedd diwethaf, rydym eisiau i'n staff fwynhau'r dathliadau hyn ond hoffwn eich atgoffa i ddilyn y canllawiau cenedlaethol gan fod COVID yn dal i gylchredeg yn y gymuned. Felly os ydych chi allan, cofiwch olchi eich dwylo'n rheolaidd, gwisgo gorchudd wyneb mewn mannau dan do lle mae eu hangen a chadw pellter cymdeithasol.

Mae angen i bob un ohonom weithio gyda'n gilydd a dilyn y canllawiau i gadw ein hunain, ein teuluoedd, ein cydweithwyr a'n cleifion yn ddiogel.

3. Adfer ac Ailddylunio: Y Gwasanaeth Adsefydlu Cardiaidd Hybrid

Disgwylir i'n gwasanaeth adsefydlu cardiaidd newydd ei wella, sydd wedi'i ddylunio i alluogi gofal cleifion i gael ei ddarparu yn agosach at gartref, fynd yn fyw ym mis Ionawr.

Yn ystod y pandemig, trodd y gwasanaeth adsefydlu cardiaidd i fod yn un rhithwir a daeth i'r amlwg bod yn well gan rai cleifion y dull hwn. O'r herwydd, rydym wedi ailasesu sut i gyflwyno'r gwasanaeth a bydd cleifion yn gallu cael mynediad at ddosbarthiadau adsefydlu cardiaidd mewn ystod o ffyrdd, trwy glinigau gartref, yn ddigidol ac wyneb yn wyneb.

Mae dosbarthiadau cadw'n heini wyneb yn wyneb ar gyfer grwpiau o hyd at bum claf eisoes wedi dechrau yn yr uned Adsefydlu Pwlmonaidd yn Ysbyty Athrofaol Llandochau ac rydym wedi dechrau cynnal dosbarthiadau mewn hybiau cymunedol yn yr Eglwys Newydd ac yn Nhrelái, a chyn hir yn hyb Gogledd Llandaf pan fydd lleoedd ar gael.

Byddwn yn cynnig asesiadau o bell i gleifion drwy ein clinigau ymweld â'r cartref, 'Attend anywhere', ddwywaith yr wythnos gyda nyrs arbenigol. Mae'r clinigau hyn ar gael gan bob Tîm Amlddisgyblaethol i ddarparu cyngor adsefydlu arbenigol ac unigol.

Oherwydd yr ehangu hwn ar wasanaethau, rydym wedi bod yn recriwtio ar gyfer nifer o swyddi newydd gan gynnwys nyrs arbenigol band 6, ffisiotherapydd band 6, technegydd band 4 a therapydd galwedigaethol.

Mae'r prosiect hwn yn sicrhau ein bod yn parhau i gyflawni statws ardystio gwyrdd gan NACR.

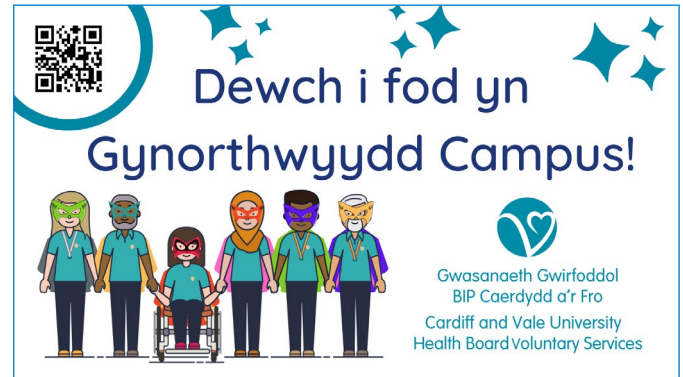
4. Galw am wirfoddolwyr iechyd

Mae'r Tîm Gwasanaethau Gwirfoddol ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro wrthi'n chwilio am bobl i helpu yn y rolau gwirfoddol canlynol:

- Gwirfoddolwyr i helpu yn ein Canolfannau Brechu Torfol
- Cyfeillion gwirfoddol

Fel gwirfoddolwr, byddwch chi'n dod yn aelod o dîm yr ysbyty yn gyflym ac yn cael eich gwerthfawrogi'n fawr gan staff y GIG a chleifion fel ei gilydd. Gallech fod yn helpu

mewn ysbytai ac mewn lleoliadau cymunedol drwy gwrdd a chyfarach cleifion ac ymwelwyr, neu dreulio amser gyda chleifion sydd heb gwmni ar wardiau.



Yn y pen draw, fel gwirfoddolwr byddwch chi'n lleddfpu pwysau ar ein staff y GIG a byddwch chi'n helpu i wneud ymweliad rhywun ychydig yn fwy cyfforddus.

Bydd y Tîm Gwasanaethau Gwirfoddol yn sicrhau eich bod chi'n cael unrhyw hyfforddiant ychwanegol sydd ei angen arnoch ac yn eich tywys drwy'r holl broses gyda digon o gymorth, gan roi sgiliau a gwybodaeth hanfodol i chi mewn amgylcheddau gofal iechyd i'w datblygu yn y dyfodol.

Os hoffech wirfoddoli, gallwn eich helpu i ddod o hyd i ffyrdd o ddefnyddio eich sgiliau unigol, eich doniau a'ch amser i gefnogi eraill. I gael rhagor o wybodaeth, ewch i <https://cavuhb.nhs.wales/our-services/voluntary-services/>, e-bostiwch volunteer.enquiries.cav@wales.nhs.uk neu ffoniwch 02921 845813.

5. Diwrnod Hawliau'r Gymraeg

Yr wythnos hon, gwnaethom ddatlu Diwrnod Hawliau'r Gymraeg a myfyrio ar rywfaint o'r gwaith gwych sy'n digwydd ar draws ein sefydliad er mwyn gwneud ein gwasanaethau yn fwy hygyrch i'r rhai hynny sy'n siarad Cymraeg.



Blwyddyn yn ôl i heddiw, gwnaethom lansio ein hymgyrch Meddwl Cymraeg – Think Welsh sy'n annog ein staff i feddwl am y Gymraeg, ac ystyried sut y gallant gyfrannu at wneud gwasanaethau'n fwy hygyrch i siaradwyr Cymraeg, gydag uchelgais yn y pen draw o fod yn sefydliad cwbl ddwyieithog.

Mae hyn yn her sylweddol, yn enwedig yn ystod cyfnod lle rydym o dan y pwysau mwyaf dwys yn hanes y sefydliad, ond rydw i'n falch o'r camau cadarnhaol rydym wedi'u cymryd dros y 12 mis diwethaf, gyda rhai uchafbwyntiau yn cynnwys:

- treialu pecyn derbyn i gynorthwyo staff mewn meysydd allweddol i nodi cleifion y mae'n well ganddynt siarad Cymraeg ac annog aelodau staff i ddefnyddio'r Gymraeg wrth siarad â nhw,
- comisiynu wal murlun ddwyieithog ar ward ofod yr Ysbyty Plant i helpu cleifion ifanc sy'n siarad Cymraeg i deimlo'n fwy cyfforddus wrth ddefnyddio'r Gymraeg,



- cyflwyno deunyddiau yn ein pencadlys yn Nhŷ Coetir gan ddarparu ymadroddion Cymraeg y gall staff eu defnyddio fel rhan o'u diwrnod gwaith,
- lansio'r gwobrau Dydd Gŵyl Dewi cyntaf i gydnabod defnydd cynyddol staff o'r Gymraeg,
- cynnydd yn y nifer y staff sydd wedi cofrestru i wneud cyrsiau Cymraeg drwy wefan LearnWelsh,
- gweithio i wneud gwefannau a sianeli cyfryngau cymdeithasol y Bwrdd Iechyd a'r Elusen Iechyd yn hygyrch yn Gymraeg.

“Fel un o'r prif sefydliadau ym mhrifddinas Caerdydd a'r cyffiniau, mae gennym gyfrifoldeb nid yn unig i hyrwyddo'r Gymraeg, ond hefyd i ddatlu treftadaeth a diwylliant y genedl. Mae hyn yn thema amlwg ar gyfer ein rhaglen Celfyddydau ar gyfer Iechyd a Lles, ac yn gynharach eleni gwnaethom hefyd gynnal ein cystadleuaeth celfyddydau Eisteddfod CAF ein hunain.

Byddwn yn annog yr holl gleifion, staff a'r gymuned ehangach i ddefnyddio'r Gymraeg

ble bynnag maen nhw'n gallu gwneud hynny, fel y gallwn fynd ati, gyda'n gilydd, i sicrhau twf a defnydd parhaus o'r Gymraeg, o fewn ein sefydliad ac ar draws Cymru.

6. Cyllid o £1m a chefnogaeth ar gael er mwyn helpu i drawsnewid gwasanaethau gofal wedi'i gynllunio yng Nghymru.

A oes gennych syniad a allai wneud gwahaniaeth cadarnhaol i lwybrau gofal wedi'i gynllunio, neu a allai helpu lleihau neu leddfu'r galw am wasanaethau gofal wedi'i gynllunio yn sgil pandemig COVID-19?

Mae'r Rhaglen Arloesi Gofal wedi'i Gynllunio yn cyflwyno cyfle cyffrous i ysgogi newid ar draws sbectrwm y gwasanaethau gofal a gynlluniwyd yng Nghymru, gan ddarparu cyllid a chefnogaeth i drawsnewid syniadau newydd yn fodolau darbodus, cynaliadwy o ofal wedi'i gynllunio.

Gwahoddir ceisiadau ar draws themâu eang atgyfeirio, arweiniad, triniaeth, gwaith dilynol ac wrth fesur y galw a'r canlyniadau. Mae'n agored i'r rheini sy'n gweithio ym maes darparu a rheoli gwasanaethau gofal wedi'u cynllunio yng Nghymru - gan gynnwys o ofal sylfaenol, eilaidd a thrydyddol, a chan sefydliadau cymunedol, gofal cymdeithasol a thrydydd sector.

Mae'r Rhaglen Arloesi Gofal wedi'i Gynllunio yn cymhwyso model arloesol Prosiectau Enghreifftiol Bevan i'r angen hanfodol i drawsnewid gwasanaethau gofal a gynlluniwyd yng Nghymru. Fe'i hariennir gan Lywodraeth Cymru a'i harwain gan Gomisiwn Bevan.

15 Chwefror 2022 yw'r dyddiad cau ar gyfer cyflwyno cais. Am arweiniad a manylion Sesiynau Gwybodaeth sydd ar y gweill, ewch i www.bevancommission.org/plannedcare-cym

Gwahoddir ceisiadau i'r rhaglen gan randdeiliaid ar draws sbectrwm eang gwasanaethau gofal wedi'i gynllunio, gan gynnwys prosiectau o barthau gofal sylfaenol, eilaidd a thrydyddol, yn ogystal â sefydliadau cymunedol, gofal cymdeithasol a thrydydd sector.

7. Cyhoeddiad gwobrau diweddar ar gyfer Genomeg (AWMGS).

Mae'n bleser gennyf gyhoeddi bod AWMGS mewn partneriaeth â Chanolfan Ganser Felindre (VCC) wedi derbyn y 'Wobr Cyflymu Arloesedd a Thrawsnewid ar gyfer y gwasanaeth sgrinio DPYD cenedlaethol' yng Ngwobrau MediWales 2021 yn ddiweddar, yn ystod seremoni fyw yng Ngwesty Mercure Holland yng Nghaerdydd ar 2 Rhagfyr 2021.



Mae'r gwasanaeth sgrinio genynnau DPYD, a dreialwyd yn VCC ac a lansiwyd yn hydref 2020 ar gyfer cleifion ledled Cymru, eisoes wedi cyflawni llwyddiant aruthrol o ran osgoi

adweithiau negyddol i gyffuriau ymhlith cleifion sy'n derbyn cyffuriau cemotherapi ar bresgripsiwn a ddefnyddir yn rheolaidd i drin gwahanol fathau o ganser. Gall newidiadau i'r genyn DPYD (a welir mewn hyd at 6-7% o'r boblogaeth) arwain at ddiffyg ensym dihydropyrimidine dehydrogenase (DPD), ac, i'r unigolion hynny, gall arwain at groniad cyfansoddion cemotherapi sytotocsig yn y corff gyda'r risg o adweithiau andwyol a allai beryglu bywyd.

Y Cyfarwyddwr Labordai, Sian Morgan (yn y llun) a gasglodd y wobwr sy'n anrhydeddu 'cyflawniadau eithriadol mewn strategaeth ffarmacogeneteg a phartneriaeth glinigol yng Nghymru'.

Hefyd ar restr yr enillwyr ac yn dal i ddathlu eu buddugoliaeth ddiweddar yng Ngwobrau 'Building Better Healthcare' y DU, oedd Tîm Gofal Llygaid Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro a enillodd 'Wobr Beirniaid y GIG' am eu dull newydd o ddarparu 'gwasanaethau gofal offthalmig a rennir a mynd i'r afael â materion capasiti a galw'r sector aciwt drwy ddefnyddio capasiti a thechnoleg sydd ar gael yn y sector gofal sylfaenol'.



Celfyddydau

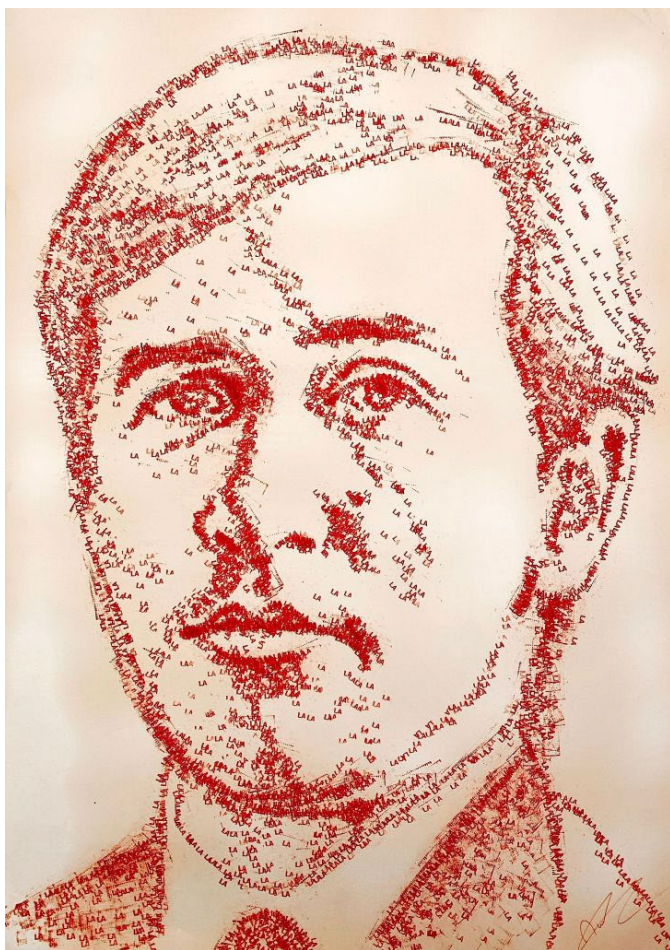
8. Cylchlythyr Nadolig y Celfyddydau ar gyfer Iechyd a Lles

Gobeithio y gwnewch chi fwynhau darllen am brosiectau ac arddangosfeydd diweddar a rhai sydd ar y gweill gan dîm y Celfyddydau ar gyfer Iechyd a Lles y Nadolig hwn.

<https://cardiffandvale.art/wp-content/uploads/2021/12/Arts-for-Health-and-Wellbeing-Christmas-Newsletter-2021.pdf>

9. Diwrnod AIDS y Byd

Mae noddwr Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro, Nathan Wyburn, wedi creu portread o Callum Scott Howells, sy'n chwarae rhan Colin Morris-Jones yn It's A Sin, drama ar Channel 4 am bum ffrind sy'n tyfu'n hŷn yng nghysgod AIDS. Fe greodd Nathan y portread trwy stampio'r cyfarchiad a ddefnyddir yn y rhaglen, 'La', mewn inc coch i godi ymwybyddiaeth am Ddiwrnod Aids y Byd ac i ddathlu'r cynnydd sydd wedi'i wneud a'r ymdrechion parhaus i wella triniaeth HIV <https://cardiffandvale.art/2021/11/30/world-aids-day-artwork-by-nathan-wyburn/>



10. "Bels Art" – Arddangosfa gan Jane Shipton

Mae'r Arddangosfa Goridor newydd yn Ysbyty Athrofaol Llandochau, "Bels Art", yn waith gan Jane Shipton, a ddechreuodd baentio ar ôl datblygu Parlys Bell yn ystod y cyfyngiadau symud. <https://cardiffandvale.art/2021/11/25/bels-art-an-exhibition-by-jane-shipton/>

