



Annwyl gydweithiwr,

30/05/2022

Yn gyntaf, diolch enfawr i bawb am barhau i ddarparu gofal gyda'r fath egni a phroffesiynoldeb ar draws ein cymunedau. Rydych chi wir yn gwneud gwaith anhygoel wrth ofalu am bobl trwy gyfnod sy'n dal i fod yn heriol iawn.

Wrth i ni anelu tuag at benwythnos dathliadau Jiwbilî Platinwm y Frenhines, [roeddw'n am rannu'r clip hwn o'r BBC](#) a gafodd ei ffilmio pan agorodd Ei Mawrhydi'r Frenhines Ysbyty Athrofaol Cymru yn swyddogol yn 1971 lle treuliodd amser yn cwrdd â llawer o aelodau'r tîm a chleifion.

Bydd ymrwymiad ac ymroddiad clodwiw Ei Mawrhydi i 70 mlynedd o wasanaeth cyhoeddus yn cael eu nodi gan y digwyddiadau niferus sy'n mynd rhagddynt yng Nghaerdydd a'r cyffiniau.

Mae ein Helusen Iechyd yn darparu blychau dathlu i wardiau ar draws safleoedd fel y gall cydweithwyr a chleifion gymryd rhan yn nigwyddiad #TeMawrYJiwbilî fel rhan o Ddathliadau'r Jiwbilî Platinwm. Mae'n hyfryd gweld bod yr elusen yn galluogi'r rhai sydd yn ein gofal i gymryd rhan yn y dathliadau cenedlaethol a chael te parti eu hunain. Bydd y tîm elusennol yn dosbarthu'r blychau yn y dyddiau nesaf felly cadwch lygad am eich un chi a pheidiwch ag anghofio rhannu eich lluniau — rwy'n edrych ymlaen at eu gweld!

Fel rhan o'r dathliadau bydd y Bwrdd Iechyd yn goleuo Ysbyty Athrofaol Cymru ac Ysbyty Athrofaol Llandochoau yn borffor am y pedwar diwrnod i nodi'r achlysur cenedlaethol gwych hwn.

Cofiwch y bydd yn brysur iawn yng nghanol y ddinas a'r ardaloedd cyfagos a bydd rhai ffyrdd ar gau a allai effeithio ar eich trefniadau teithio. Gallwch gael y wybodaeth ddiweddaraf am y rhain gan ein partneriaid yn Heddlu De Cymru, Cyngor Caerdydd a Chyngor Bro Morgannwg.



Rwy'n gobeithio y byddwch chi i gyd yn mwynhau'r dathliadau os ydych chi'n gallu

mynd o gwmpas y lle, ond helpwch ni i'ch helpu chi trwy gymryd camau i gadw'ch hun yn ddiogel ac yn iach. Cadwch lygad allan am ddiweddariadau ar y [wefan](#) a sianeli cyfryngau cymdeithasol gan y byddwn yn rhannu gwybodaeth ddefnyddiol gyda chi.

Mae'r adran Gofal Brys fel arfer yn brysur iawn dros benwythnosau gŵyl y banc, felly byddwch yn ymwybodol, oni bai bod gennych gyflwr sy'n peryglu bywyd neu aelod o'r corff, y bydd y cyfnod aros ar gyfer cyflyrau eraill yn debygol o fod yn hirach, felly gofalwch am eich hunain dros yr wythnos nesaf i leihau risgiau i'ch iechyd a lles. Os ydych chi'n meddwl eich bod chi, neu rywun rydych chi'n ei adnabod, yn profi anaf neu salwch sydd angen ei asesu yna ffoniwch 111 yn gyntaf.

Cofiwch hefyd fod 111 yno i chi os oes angen i chi gael gafael ar wybodaeth gofal iechyd, cyngor neu gymorth gofal brys. Gallwch gael mynediad at amrywiaeth o gyngor gofal iechyd a gwybodaeth leol ar [wefan GIG 111 Cymru](#).

Yr wythnos diwethaf, cynhaliwyd y cyfarfod bwrdd cyhoeddus cyntaf ers dros ddwy flynedd yng Ngwesty'r Village yn Coryton. Roedd yn wych gweld cydweithwyr o'r Bwrdd ac Aelodau Annibynnol wyneb yn wyneb a chael cyfle i drafod materion gyda'i gilydd. Roedd hefyd yn wych gallu croesawu rhai aelodau o'r cyhoedd i arsylwi. Roedd yr agenda yn llawn ac mae'n arwydd da o ystod a dyfnder y gweithgareddau a'r meysydd ffocws, her a chyfle ar draws y Bwrdd Iechyd. Clywodd y Bwrdd stori arbennig o bwerus gan glaf a oedd yn cyfeirio at yr heriau y mae gofalcwyr ac anwyliaid cleifion yn eu profi pan fo'r rhai y maent yn poeni amdanynt yn gleifion mewnol. Wrth gwrs, mae hyn wedi bod yn arbennig o anodd yn ystod y pandemig

pan mae'r trefniadau ymweld wedi bod mor gyfyngedig. Roedd wir yn tynnu sylw at yr angen i ni wrando ar ofalcwyr, perthnasau ac anwyliaid cleifion, i werthfawrogi eu mewnwelediad a'u gwybodaeth am y person yr ydym yn gofalu amdano ac i ni bob amser fod yn garedig ac yn dosturiol yn ein rhyngweithiadau. Gwnaeth y stori ddarparu'r sylfaen ar gyfer gweddill trafodaethau'r Bwrdd. Mae cyfarfodydd y Bwrdd yn ffordd wych o glywed a dysgu am y Bwrdd Iechyd felly ystyriwch ddod draw i arsylwi ac mae croeso i bawb. Edrychaf ymlaen at groesawu mwy ohonoch mewn cyfarfodydd yn y dyfodol, mae'r dyddiadau'n cael eu hysbysebu ar ein tudalennau gwe [yma](#). Gallwch hefyd ddarllen fy adroddiad Prif Weithredwr a gyflwynais yn y Bwrdd a allai fod o ddiddordeb i chi [yma](#).

Yn y Bwrdd cymeradwywyd y memorandwm cyd-ddealltwriaeth i barhau i weithio mewn partneriaeth â'r trydydd sector. Mae hyn yn hanfodol wrth ddarparu gwasanaethau i'r boblogaeth leol gan fod partneriaid y trydydd sector yn darparu cymorth, cyngor a gwasanaethau ychwanegol a phwysig i gleifion i ategu eu taith gofal iechyd, felly mae'n galonogol y bydd y gwaith hwn yn parhau. Roedd hefyd yn wych cymeradwyo enw'r Hyb Lles newydd yn y Maelfa, sef yr hyb cyntaf i agor yn ein cymunedau. Dyma enghraifft wych o weithio mewn partneriaeth gyda Chyngor Caerdydd a'r trydydd sector i ddarparu hyb un stop i gleifion gael mynediad at gymorth a chyngor iechyd a lles. Bydd diwrnod agored ar 11 Mehefin i bobl ddod draw i gwrdd â'r gwasanaethau a fydd wrth law unwaith y bydd yr hyb yn agor yn swyddogol ym mis Gorffennaf.

Rwy'n falch o rannu newyddion cyffrous yn ddiweddar - rwyf wedi cael fy mhenodi i Gyngor Prifysgol Caerdydd fel Aelod Lleyg y GIG. Yn ddiweddar, cefais gyfle i fynychu cinio i gwrdd â'm cyd-aelodau o'r cyngor a dathlu rhai o'i lwyddiannau allweddol dros y 12 mis diwethaf. Roedd yn dda cwrdd â'm cydweithwyr newydd a dechrau datblygu'r rhwydwaith a'r cydberthnasau a fydd, gobeithio, yn fuddiol i'r ddwy ochr, ac yn cefnogi ac yn cryfhau ein perthynas barhaus â Phrifysgol Caerdydd, sydd mor bwysig mewn cymaint o ffyrdd ac yn hanfodol i hyfforddiant a datblygiad gweithwyr gofal iechyd proffesiynol a gwyddonwyr, ymchwil glinigol ac arloesi yn ogystal â gweithredu technolegau gofal iechyd newydd a chynhyrchion meddyginiaethol. Fel y dywedais o'r blaen, rydym yn gwybod bod sefydliad ymchwil-weithredol yn rhoi gofal o ansawdd gwell ac felly mae meithrin a datblygu'r berthynas â Phrifysgol Caerdydd yn cynnig llawer o fanteision o ran cefnogi ein cynlluniau a'n datblygiadau.

Ymwelodd y tîm gweithredol cyfan â Meddygfa Lansdowne yn ddiweddar lle cawsom y fraint o gwrdd â'r tîm sy'n rhan o Glwstwr De-orllewin Caerdydd, sy'n cynnwys Treganna, Trelái, Caerau, Pontcanna a Glan yr Afon - rhan fawr o'r ddinas sydd ag amrywiaeth o wahanol anghenion iechyd a gofal cymdeithasol. Cefais fy ysbrydoli wrth glywed am eu gwaith, yn enwedig effaith eu dull o ymyrryd ac atal drwy ddefnyddio'r tîm amlddisgyblaethol. Mae'r ffigurau wedi dangos bod 80% o bobl wedi dweud eu bod yn teimlo'n well ar ôl cael ymyriad lles ac, ynghyd â'r gostyngiad yn nifer y cleifion sy'n mynd i'r Uned Achosion Brys, mae hyn wedi cael effaith gadarnhaol iawn ar gleifion yn ogystal â chydweithwyr gofal iechyd ar draws ein hysbytai ac yn y gymuned.

Ni fydd rhifyn o Cyswllt y Prif Weithredwr yr wythnos nesaf oherwydd penwythnos gŵyl y banc. Os oes gennych amser i ffwrdd, rwy'n gobeithio y gallwch chi fwynhau'r dathliadau gyda'ch teulu a'ch ffrindiau. Os ydych chi'n gweithio, diolch am bopeth rydych chi'n ei wneud i gadw ein cymuned yn ddiogel ac yn iach. Rydym yn ei werthfawrogi'n fawr iawn.

Gwisgo masg mewn lleoliadau gofal iechyd

Mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi y bydd yr olaf o gyfyngiadau COVID-19 yn cael eu codi o ddydd Llun 30 Mai ymlaen sy'n golygu nad yw masgiau wyneb bellach yn ofyniad cyfreithiol ar draws lleoliadau gofal iechyd.

Mae hyn yn golygu na fydd yn ofynnol yn gyfreithiol bellach i bob cydweithiwr, claf ac ymwelydd wisgo masgiau wrth symud o amgylch ein safleoedd ysbytai, gan gynnwys caffis Aroma. Fodd bynnag, bydd canllawiau'n cael eu rhannu â chydweithwyr mewn ardaloedd clinigol lle mae'r defnydd o Gyfarpar Diogelu Personol (PPE) yn ofynnol o hyd.

Cofiwch y bydd rhai pobl yn dal i deimlo'n fwy cyfforddus yn gwisgo masgiau, a'u dewis nhw yw gwneud hynny.

Ymweld â'r Ysbyty

Yn dilyn llacio'r cyfyngiadau, mae'r Bwrdd Iechyd bellach yn newid y ffordd rydym yn cynnal ymweliadau â'r wardiau. Gall pob claf bellach gael un ymweliad y dydd am un awr gydag uchafswm o ddau ymwelydd. Mae'r llinell ymweld ganolog bellach wedi dod i ben a gellir trefnu ymweliadau gyda'r wardiau'n uniongyrchol. Diolch i bawb am eich amynedd dros y ddwy flynedd ddiwethaf tra roeddem

yn gweithredu o dan gyfyngiadau COVID-19. Wrth i ni symud tuag at drefniadau ymweld mwy hamddenol, gofynnwn i chi beidio â dod i'n safleoedd i ymweld os ydych chi'n teimlo'n sâl mewn unrhyw ffordd.

Gwella Safonau ar gyfer Atgyfeiriadau Ymosodiadau Rhywiol yn Ne-ddwyrain Cymru

Mae'r Ganolfan Atgyfeirio Ymosodiadau Rhywiol (SARC), y cyfeirir ati weithiau fel 'Ynys Saff', yn gartref i amrywiaeth o weithwyr proffesiynol profiadol, arbenigol ac sydd ar hyn o bryd yn darparu gwasanaeth 24 awr ar gyfer gwasanaethau fforensig yr heddlu. Mae'r ganolfan hefyd yn darparu cymorth, cefnogaeth a chynghor i bobl sydd wedi dioddef ymosodiad rhywiol. Gyda chymorth gan Lywodraeth Cymru, mae'r SARC yn Ysbyty Brenhinol Caerdydd wedi cael ei hailwampio'n ddiweddar, sy'n cynnwys datblygu estyniad dros dro.



Mae adnewyddu'r ganolfan yn rhan o waith rhanbarthol yn Ne-ddwyrain Cymru i wella

gwasanaethau a gofal i gleientiaid. Mae'r SARC yn parhau i gael ei datblygu mewn partneriaeth â'r heddlu, gwasanaethau iechyd a gwirfoddol i sicrhau bod pobl sy'n dioddef ymosodiad rhywiol yn cael y gofal gorau posibl.

Trwy'r prosiect, bu ffocws penodol ar lwybrau fforensig. Mae Safonau Fforensig ISO penodol ar waith ar gyfer arfer gorau a disgwylir i ofynion y safonau gynyddu ym mis Hydref 2023. Gyda hyn mewn golwg, nododd y Bwrdd Iechyd, ei bartneriaid a Llywodraeth Cymru fod cyfle i wella er mwyn diogelu'r ddarpariaeth yn erbyn safonau yn y dyfodol, gan wella gofal a phrofiad cleientiaid ar yr un pryd.

Bydd y SARC yn Ysbyty Brenhinol Caerdydd ym Mwrdd Iechyd Prifysgol (BIP) Caerdydd a'r Fro yn gweithredu fel canolfan, gan ymestyn ei wasanaethau i Fwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan a Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg. Bydd cleientiaid yn cael mynediad at ystod o wasanaethau fforensig arbenigol SARC sy'n cael eu cynnal gan arbenigwyr yn y maes hwn. Yna, bydd y SARC yn cyfeirio cleientiaid at eu gwasanaeth lloeren lleol i gael cymorth parhaus gan Gynghorydd Trais Rhywiol Annibynnol (IVSA) ym Merthyr neu Rhisga. Bydd Caerdydd yn parhau i fod yn wasanaeth lloeren lleol ar gyfer ardal Caerdydd a Bro Morgannwg. [Darganfyddwch fwy drwy glicio yma.](#)

Rhaglen Nyrsys Tramor yn Mynd o Nerth i Nerth

Mae recriwtio a chadw nyrsys yn her yn genedlaethol. Er mwyn cynnal y gweithlu cadarn sydd ei angen i ddarparu gwasanaethau, mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro wedi sefydlu Rhaglen Nyrsys Tramor lwyddiannus iawn. Ers 2019, mae'r

Bwrdd Iechyd wedi bod yn recriwtio nyrsys sydd wedi hyfforddi dramor drwy recriwtio yn y DU ac yn rhyngwladol.

Mae'r Bwrdd Iechyd wedi dechrau croesawu ei garfan nesaf o 135 o nyrsys yn ddiweddar fel rhan o'r Rhaglen Nyrsys Tramor. Bydd y rhaglen yn cefnogi nyrsys tramor hyd at gofrestru gyda'r Cyngor Nyrsio a Bydwreigiaeth (NMC) ac ymuno â'r tîm fel nyrsys cofrestredig.



Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro 5k y GIG – cofrestrwch heddiw!

Beth am ymrwymo i her a chwblhau 5k yr haf hwn? Digwyddiad 5k y GIG Eich Ffordd Chi fydd y cyntaf o'i fath a bydd yn cael ei gynnal ddydd Sul 31 Gorffennaf am 10am yng Nghaeau Pontcanna, adeg pen-blwydd y GIG. Mae croeso i bawb ymuno â'r daith 5k gan fod y digwyddiad unigryw hwn yn caniatáu i bobl o bob gallu gymryd rhan gyda'i gilydd mewn amgylchedd cefnogol. Gellir dod o hyd i ragor o wybodaeth yma [5k y GIG. Eich Ffordd Chi](#) | [Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro](#).

Ers sefydlu'r rhaglen yn 2019, mae'r Bwrdd Iechyd eisoes wedi croesawu 308 o nyrsys tramor sy'n chwarae rhan allweddol wrth ddarparu gofal o ansawdd uchel i'n poblogaeth. [Mae rhagor o wybodaeth yma.](#)

Ymunwch â ni i gerdded, rholio neu feicio ar 31 Gorffennaf ar gyfer digwyddiad 5k y GIG – Eich Ffordd Chi

Cynhelir y digwyddiad yng nghaeau hardd Pontcanna, ac mae croeso i bawb ymuno â'r daith 5k.

Cofrestrwch yma www.healthcharity.wales/events