



# Hyrwyddwyr Cymunedol Nye Nye's Community Champions



Rhifyn 29

Hydref 2025

## Croeso i'ch Cylchlythyr Hydref

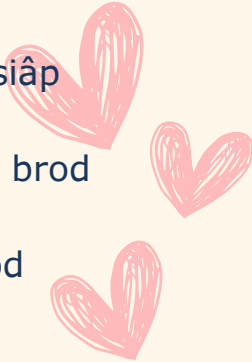


### Medi yw Mis Ymwybyddiaeth Cancer y Brust

Hydref yw Mis Ymwybyddiaeth Cancer Brust. Mae pob fron yn wahanol. Mae'n bwysig dod i nabod sut mae'ch brestiau yn edrych ac yn teimlo yn normal oherwydd bydd hyn yn helpu i sylwi ar unrhyw newidiadau sy'n wahanol.

Newidiadau yn y fron i edrych amdanynt:

- Cyrff-llefirio
- Newid mewn maint neu siâp
- Crychu/deilenni
- Newidiadau yn y peiriant brod
- Gollwng o'r peiriant brod
- Sychder ar y peiriant brod
- Chwydd



YN  
GYFARWYDD  
Â'CH  
LEMONAU?



Mis Hydref yw Mis Ymwybyddiaeth o Ganser y Fron

Er nad yw'n gyffredin, gall dynion gael cancer y fron felly mae'n bwysig bod dynion hefyd yn ymwybodol o'r fron.

Am ragor o wybodaeth am ymwybyddiaeth cancer y fron, sgrinio, a gwasanaethau cymorth, ewch i:

<https://bipab.gig.cymru/newyddion/newyddion/mis-ymwybyddiaeth-o-ganser-y-fron-annogir-preswylwyr-gwent-i-weithredu/>

## Dydd Menopos y Byd



Cynhelir Dydd Menopaŵs y Byd bob blwyddyn ar 18fed o Hydref. Pwrpas y diwrnod yw codi ymwybyddiaeth am y menopos a'r opsiynau cymorth sydd ar gael. A oeddech chi'n gwybod bod y Bwrdd Iechyd yn cynnig sesiynau Ymwybyddiaeth Menopaŵs a gynhelir gan Ymarferydd Nyrs Uwch?

Am ragor o wybodaeth neu i fynychu sesiwn, cysylltwch â ni ar 01495 768645 neu [OAKReferrals.ABB@wales.nhs.uk](mailto:OAKReferrals.ABB@wales.nhs.uk)



# Hyrwyddwyr Menopos yn Trawsnewid Gofal Ied Ied Gwent

**Mae cleifion ledled Gwent bellach yn elwa o well gofal menopos, diolch i brosiect arloesol dan arweiniad Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan.**



Mae Prosiect Hyrwyddwyr Menopos, a lansiwyd ym mis Mehefin 2024, yn ail-lunio sut mae cymorth menopos yn cael ei ddarparu mewn practisau meddygon teulu. Mae'r fenter yn sicrhau bod pobl sy'n mynd trwy'r menopos yn derbyn gofal cyson, tosturiol a seiliedig ar dystiolaeth gan eu timau gofal sylfaenol.

Dan arweiniad Jayne Forrester-Paton, Meddyg Arbenigol Menopos ac Iechyd Rhywiol ac Atgenhedlu, Dr Michelle Olver, Arweinydd Clinigol y Tîm Menopos, a Nikki Noble, Ymgynghorydd Nyrsio mewn Menopos, mae'r prosiect yn arfogi clinigwyr â'r wybodaeth a'r offer diweddaraf i gefnogi cleifion trwy bob cam o'r menopos.

Hyd yn hyn, mae gan 41 practis meddyg teulu ledled Gwent Hyrwyddwr Menopos penodedig, clinigwr sydd wedi'i hyfforddi'n arbennig i gynnig cyngor a gofal arbenigol. Mae hyn yn golygu y gall cleifion ddisgwyl ymgynghoriadau mwy gwybodus a mynediad at ystod ehangach o opsiynau triniaeth, gan gynnwys therapïau hormonaidd a therapïau nad ydynt yn hormonaidd.

Cefnogir clinigwyr hefyd gan rwydwaith o gyfoedion ac arbenigwyr menopos, gan eu helpu i aros yn hyderus a sicrhau bod y wybodaeth ddiweddaraf ganddynt bob amser wrth reoli achosion mwy cymhleth.

Dywedodd Dr Jayne Forrester-Paton:

*“Rydym yn falch o lwyddiant y Prosiect Hyrwyddwyr Menopos hyd yn hyn. Mae'n fodd o sicrhau bod y menopos yn cael ei drin gyda'r un gofal a sylw ag unrhyw broblem iechyd arall.*

*“Rydym yn parhau i dyfu'r rhaglen, ac mae gennym gynlluniau i gynyddu'r sesiynau addysgol, cyflwyno trafodaethau achos rhithwir, a chryfhau'r cysylltiadau rhwng gofal sylfaenol a gwasanaethau arbenigol.”*

Am fwy o wybodaeth ewch i: **Meddygon Teulu - Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan**

# Mae'r ymgyrch frechlyn ar gyfer plant 2-3 oed wedi ei chyhoeddi!



**O fis Medi ymlaen, bydd plant 2-3 oed yn cael eu gwahodd i dderbyn brechiad ffliw a roddir yn eu llawfeddygaeth meddyg teulu; mewn rhai ardaloedd o Wrecsam, efallai y bydd hefyd ar gael yn nhrefn meithrin eich plentyn.**

Gall ffliw fod yn ddifrifol i blant, ac mae cymhlethdodau posibl yn cynnwys bronchitis, niwmonia a heintiau'r glust. Gall rhai plant fynd mor sâl gyda'r ffliw nes bod angen iddynt fynd i'r ysbyty.

Mae brechlyn ffliw chwistrell trwyn i blant yn helpu i amddiffyn rhag ffliw. Mae ffliw yn cael ei achosi gan firysau ac yn lledaenu'n hawdd. Gall unrhyw un gael ffliw, ond mae gan blant y gyfradd heintio uchaf ac maent hefyd yn gallu lledaenu'r ffliw i aelodau o'r teulu sy'n agored i niwed.

Am fwy o wybodaeth am y chwistrell ffliw trwyn i blant 2-3 oed, ewch i:

**[https://linktr.ee/Ffliw2\\_3oed](https://linktr.ee/Ffliw2_3oed)**

Os oes gennych blant eraill sy'n mynychu'r ysgol (Derbyn – Blwyddyn 11), bydd y brechlyn ffliw yn cael ei roi gan Wasanaeth Nyrsio'r Ysgol yn ysgol eich plentyn.

Darganfyddwch fwy yma: **<https://bipab.gig.cymru/ysbytai/aros-yn-dda-ac-iach/bywn-dda/imiwneiddiadau/ffliw-trwynol-plant/>**

Gallwch hefyd gael eich plentyn wedi'i frechu yn ein Canolfan Frechu yng Nghwmbwrân, ewch i: **[https://bipab.gig.cymru/brechiadau/clinigau-brechu-dros-dro/ am ragor o wybodaeth.](https://bipab.gig.cymru/brechiadau/clinigau-brechu-dros-dro/am-ragor-o-wybodaeth)**

Mae Canolfan Frechlyn ABUHB yn cynnig mynediad ychwanegol i'r cyhoedd ar gyfer popeth sy'n gysylltiedig â brechlyn – o gyngor, gwirio statws brechlyn unigol i roi brechlynnau.



Mae'r ganolfan ar agor dros y dydd Llun i ddydd Sadwrn o 9:15yb tan 4:30pm a bydd yn stocio amrywiaeth eang o frechlynnau ar gyfer pob oed. Bydd yn ategu'r gwasanaethau cyflenwi gofal iechyd sydd ar gael ar gyfer brechlyn. Gofynnwn i chi barchu unrhyw apwyntiadau a gytunwyd ymlaen llaw gyda gwasanaethau eraill (meddyg teulu, fferyllfa ac ati), fodd bynnag, gall unrhyw un gerdded i'r ganolfan frechlyn a chael brechlyn heb ei fymeddiad ymlaen llaw, os ydynt yn gymwys.

## Mae'r Gwasanaeth Clefydau Cyffredin ar gael ym mhob fferyllfa leol - am ddim!

### Mater iechyd?

Mae'r Gwasanaeth Anhwylderau Cyffredin ar gael ym mhob Fferyllfa leol - am ddim

Gallwch gael cymorth ar gyfer nifer o broblemau iechyd cyffredin, o lau pen a darwden y traed, i ddolur gwddf a heintiau'r llwybr wrinol (UTIs).

Mae fferyllwyr yn arbenigwyr hyfforddedig sy'n gallu asesu symptomau, rhoi cyngor, a darparu triniaeth os oes angen.

Ar gyfer dolur gwddf ac UTIs, gellir defnyddio prawf cyflym i wirio a oes angen gwrthfotigau.

Mae ymgynghoriadau'n gyfrinachol ac fel arfer ar gael o fewn 24 awr.

Siaradwch â'ch Fferylllydd Cymunedol, neu sganiwch y cod QR.

### Health issue?

The Common Ailments Service is available in all local Pharmacies - free of charge

Get help for lots of common health issues, from head lice and athlete's foot, to sore throats and urinary tract infections (UTIs)

Pharmacists are trained experts who can assess symptoms, give advice, and provide treatment if needed.

For sore throats and UTIs, a quick test may be used to check if antibiotics are required.

Consultations are confidential and are usually available within 24 hours.

Talk to your Community Pharmacist, or scan the QR code.

Mae'r Gwasanaeth Anhwylderau Cyffredin ar gael yn rhad ac am ddim mewn fferyllfeydd sy'n cymryd rhan, gan gynnig cymorth ar gyfer ystod o broblemau iechyd cyffredin - o llau pen a derwreinyr y traed i lwnc tost a heintiau'r llwybr wrinol (UTIs).

Rydym yn falch o rannu bod y gwasanaeth UTI a'r gwasanaeth Profi a Thin Dolur Gwddf bellach wedi'u cynnwys yn llawn yn y Gwasanaeth Anhwylderau Cyffredin. Mae hyn yn golygu y dylai'r gwasanaethau hyn fod ar gael ym mhob fferyllfa.

### Yr hyn y gall cleifion ei ddisgwyl:

- Cyngor a thriniaeth arbenigol: Mae fferyllwyr wedi'u hyfforddi i asesu symptomau, darparu arweiniad, a darparu triniaeth os oes angen.
- Profion pwynt gofal: ar gyfer dolur gwddf ac UTIs gellir cynnal prawf syml i wirio a fydd gwrthfotigau yn gweithio.
- Gofal cyflym a chyfrinachol: Mae ymgynghoriadau'n gyfrinachol ac fel arfer ar gael o fewn 24 awr.
- Mynediad o fewn 48 awr - os nad yw'r gwasanaeth ar gael mewn fferyllfa o'ch dewis, gellir cyfeirio cleifion at fferyllfa gyfagos i sicrhau eu bod yn cael eu gweld.

Mae'r ehangiad hwn yn ei gwneud hi'n haws nag erioed i bobl gael mynediad at ofal diogel, arbenigol heb fod angen apwyntiad meddyg teulu.

Am ragor o wybodaeth, ewch i: **Fferyllfeydd - Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan**

# Gwelliannau Mawr mewn Trosglwyddiadau Ambiwlans yn Ysbyty Athrofaol y Faenor

**Mae ymgyrch newydd i leihau amseroedd aros yn Ysbyty Athrofaol y Faenor wedi gweld canlyniadau dramatig y mis hwn.**

Mae'r fenter, o'r enw *Eich Claf Nesaf*, wedi'i chynllunio i gael cleifion i'r lle iawn yn y system gofal iechyd yn gyflymach ac i symud pobl o ambiwlansys i'r ysbyty o fewn 45 munud – targed a oedd i'w gweld yn anodd cyrraedd dim ond mis yn ôl. Mae'r gwahaniaeth eisoes wedi bod yn syfrdanol. Y penwythnos cyn i'r lansiad ym mis Medi, collodd ambiwlansys fwy na 170 awr yn aros y tu allan i'r ysbyty yng Nghwmbrân. Yn ystod penwythnos cyntaf y system newydd, gostyngodd y ffigur hwnnw i ddim ond 20 awr.



Mae ffigurau a ryddhawyd ar 21ain Medi 2025 yn dangos, ers dechrau menter *Eich Claf Nesaf*, fod bron i 86% o'r 832 o gleifion a gyrhaeddodd Adran Achosion Brys Ysbyty Athrofaol y Faenor wedi cael eu trosglwyddo o fewn y ffenestr 45 munud. Roedd hynny'n gosod yr ysbyty yn bedwerydd allan o 12 yng Nghymru, er gwaethaf bod yn un o'r safleoedd prysuraf yn y wlad ar gyfer cyrraedd ambiwlansys, a bod yn ganolfan gofal arbenigol a chritigol. Dywedodd Prif Swyddog Gweithredu Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan, Leanne Watkins:

*“Cyn lansio Eich Claf Nesaf, roedden ni ymhlith y gwaethaf yng Nghymru o ran trosglwyddo ambiwlansys, gyda rhai cleifion yn aros oriau lawer y tu allan i Ysbyty Athrofaol y Faenor.*

*“Nawr mae'r amser coll cyfartalog fesul pob un sy'n cyrraedd wedi gostwng o tua dwy awr i lai na 15 munud. Mae hynny'n gwneud gwahaniaeth enfawr – nid yn unig i'n cleifion yn Ysbyty Athrofaol y Faenor ond i'r gymuned gyfan, oherwydd gall ambiwlansys gyrraedd pobl yn ôl yn gyflymach.*

*“Mae ein staff a'n timau i gyd wedi gweithio gyda'i gilydd ac wedi gwneud ymdrech ragorol i ddod o hyd i ffyrdd newydd o wella llif glaf ar draws ein system gofal iechyd cyfan.”*

Mae'r gwelliannau hefyd i'w gweld y tu hwnt i'r Adran Achosion Brys. Mae rhai cleifion strôc wedi cyrraedd y ward strôc hyper-acíwt o fewn awr i gyrraedd, tra bod eraill â thoriadau yn y cluniau wedi cael llawdriniaeth ar yr un diwrnod.

Mae'r ffyrdd newydd o weithio – gan gynnwys cyfarfodydd tîm ddwywaith y dydd i gynllunio ac addasu drwy gydol pob dydd – yn eu cyfnod cynnar ond maent eisoes yn dangos canlyniadau rhagorol.





GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol  
Aneurin Bevan  
University Health Board

Dyfodol Clinigol  
Clinical Futures



# Rhaglen Frechu Varicella (brech yr ieir) Newydd yng Nghymru



Llywodraeth Cymru  
Welsh Government

Ar 29 Awst 2025, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru y bydd rhaglen frechu varicella (brech yr ieir) rheolaidd yn cael ei chyflwyno yng Nghymru o Ionawr 2026 ymlaen. Bydd hyn yn dod yn rhan o drefn imiwneiddio plant cenedlaethol.

Mae'r penderfyniad yn dilyn cyngor Pwyllgor Cyngori ar Frechu ac Imiwneiddio (JCVI), a argymhellodd raglen unffurf ddwy-ddos gan ddefnyddio'r brechlyn MMRV cyfuniadol (measles, clwyr pennau, rwbela a varicella).

Mae varicella yn salwch cyffredin ond yn hynod heintus sy'n cael ei achosi gan firws varicella-zoster. Er ei fod fel arfer yn ysgafn, gall arwain at gymhlethdodau difrifol, yn enwedig mewn babanod, oedolion hŷn, a phobl â system imiwneidd wan. Mae tystiolaeth o wledydd eraill yn dangos bod brechu rheolaidd yn lleihau nifer yr achosion ac yn atal salwchdifrifol.

Byddwn yn rhannu mwy o wybodaeth a chanllawiau i rieni a gofalwyr dros y misoedd nesaf.

I ddarllen y datganiad llawn gan Lywodraeth Cymru, ewch i'r Datganiad Ysgrifenedig: **[Datganiad Ysgrifenedig: Cyflwyno rhaglen reolaidd i frechu rhag varicella \(brech yr ieir\) \(29 Awst 2025\) | LLYW.CYMRU](#)**

## Cylchlythyr Chwarterol y Rhwydwaith Gofal Cymdogaeth (NCN)

Rydym yn falch iawn o rannu'r nawfed rhifyn o'n cylchlythyr, sy'n llawn o'r wybodaeth ddiweddaraf a datblygiadau o bob un o'n pum bwrdeistref. Archwiliwch fentrau newydd, dathlwch gyflawniadau lleol, a chadwch mewn cysylltiad â'r cymunedau bywiog ledled Gwent.

Rydym yn gobeithio y byddwch yn mwynhau'r rhifyn hwn ac yn ei ganfod yn addysgiadol ac yn ysbrydoledig.

**<https://bipab.gig.cymru/ffeiliau/primary-care/ncn-newsletters/newyddion-rhwydwaith-gofal-cymdogaeth-rhifyn-9/>**



# Os Ydych Chi'n Ysmygu, Dw i'n Ysmygu



## Os Ydych Chi'n Ysmygu, Dw i'n Ysmygu" – Ymgyrch rymus i dargedu ysmegu anghyfreithlon yn Ysbytai Gwent



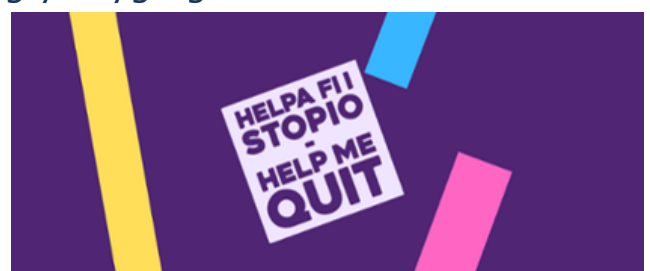
Mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan (BIPAB) wedi lansio ymgyrch newydd feiddgar i fynd i'r afael ag ysmegu anghyfreithlon ar diroedd ei ysbytai. Mae'n defnyddio delweddau pwerus a sain i dynnu sylw at effeithiau dinistriol mwg ail-law ar gleifion mwyaf agored i niwed y rhanbarth - sy'n cynnwys plant, menywod beichiog a'r rhai â chyflyrau iechyd difrifol fel canser. Ysmegu yw prif achos y marwolaethau y gellir eu hatal yng Nghymru. Mae ysmegu hefyd yn gyfrifol am un mewn pedwar achos o ganser a llawer o gyflyrau eraill sy'n cyfyngu ar fywyd.

Gyda'r neges drawiadol "Os ydych chi'n ysmegu, dw i'n ysmegu. Stopiwch nawr", nod yr ymgyrch yw dangos i ni nad yw mwg ail-law yn aros y tu allan i ysbytai. Mae'n cyrraedd mynedfeydd, ystafelloedd aros, wardiau – ac ysgyfaint y rhai sydd fwyaf agored i niwed.

Er gwaethaf y ddeddfwriaeth a gyflwynwyd yn 2021 sy'n ei gwneud hi'n anghyfreithlon i ysmegu ar dir ysbytai yng Nghymru, mae'r broblem yn parhau i fod yn un gyffredin. Yn ystod y 12 mis hyd at fis Mawrth 2025, cafwyd 85 o gwynion am bobl yn ysmegu ar safleoedd BIPAB, gyda 70% o'r digwyddiadau hyn yn Ysbyty Athrofaol y Faenor.

Er mwyn atgyfnerthu'r neges, mae delweddau mawr wedi'u gosod yn Ysbyty Athrofaol y Faenor, Ysbyty Nevill Hall ac Ysbyty Brenhinol Gwent. Mae'r rhain yn cynnwys delweddau o gleifion a Dr Brouns ac yn cyfleu effaith bersonol mwg ail-law yn glir. Yn ogystal â'r delweddau, bydd negeseuon a recordiwyd gan blant lleol yn cael eu darlledu ar gyrn siarad, dull a gynlluniwyd i'w gwneud hi'n amhosibl anwybyddu bod ysmegu ar dir ysbytai nid yn unig yn niweidiol, ond yn anghyfreithlon. Mae Polisi Amgylchedd Di-fwg y Bwrdd Iechyd yn gwarantu hawl pob claf, aelod o staff ac ymwelydd i anadlu aer glân ar ei safleoedd. Mae'r arwyddion a'r ymgyrch yn rhan o ymdrech ehangach i newid ymddygiad a lleihau'r risgiau iechyd difrifol sy'n gysylltiedig ag ysmegu goddefol.

Mae cymorth i roi'r gorau i ysmegu ar gael am ddim drwy Helpa Fi i Stopio ([Helpa Fi i Stopio](#)), gyda chodau QR ar yr arwyddion newydd sy'n cysylltu'n uniongyrchol â'r gwasanae



# Digwyddiad Llwyddiannus Sgwrs Fawr ar Sepsis wedi'i Drefnu yn Cwmbrân

Ar Iau 18fed Medi, daeth gweithwyr iechyd proffesiynol a'r rhai a effeithiwyd gan Sepsis ynghyd ar gyfer Y Sgwrs Fawr: digwyddiad Sepsis - diwrnod pwerus o wrando a dysgu a gynhelir gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan yng Ngwmbrân.



Agorwyd y digwyddiad gan Nicola Prygodzicz, Prif Weithredwr Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan, a groesawodd y mynychwyr gyda chydabyddiaeth galonnog o gyfrifoldeb y Bwrdd Iechyd i wella adnabod a gofal sepsis. Cynigiodd ymddiheuriad diffuant hefyd am achlysuron pan oedd ymatebion sepsis wedi methu ac anogodd bawb a oedd yn bresennol i rannu eu profiadau yn agored i helpu i ysgogi newid. Drwy gydol y dydd, roedd straeon pobl ddirgel, pwerus ac ysgytwol yn tanlinellu pam fod ymwybyddiaeth o sepsis a phriodoldeb ymateb yn hanfodol.

Rhannwyd fideos sy'n rhannu profiadau Corinne a Laurence Cope, a gollodd eu mab Dylan; Amy Whiting, mam a gollodd ei phlentyn Skyla; goroeswr sepsis, Geraint Mullins; Leisha Davies, sy'n parhau â'i hymdrech ddewr; a Tracy a'i phriodfab Mark, a adroddodd am eu taith sepsis eu hunain. Disgrifiwyd eu tystiolaeth gan y cyfranogwyr fel "dewr a thrawiadol", gan atgoffa pawb y bydd person, teulu a dyfodol yn sefyll y tu ôl i bob penderfyniad clinigol.

Cadarnhaodd y Bwrdd Iechyd ei ymrwymiad i wneud Think Sepsis yn greddfoll ymhlith y staff a'r gymuned ehangach, gan weithredu canllawiau cenedlaethol diwygiedig, ac ehangu Call 4 Concern fel bod gan bob claf a theulu lais.

**Mae sepsis yn bygwth bywyd. Gall fod yn anodd ei nodi..**



Am ragor o wybodaeth, gan gynnwys symptomau Sepsis, defnyddiwch y ddolen:

<https://bipab.gig.cymru/cyngor-iechyd/sepsis/>



# Ysgrifennydd y Cabinet yn agor Canolfan Iechyd a Lles Bevan yn Swyddogol



Wedi'i lleoli yng nghanol Tredegar, mae Canolfan Iechyd a Lles Bevan yn nodi cam sylweddol yn ymrwymiad y Bwrdd Iechyd i ddarparu gofal integredig, yn y gymuned. Mae'r Ganolfan yn dwyn ynghyd ystod eang o wasanaethau o dan un to, gan gefnogi lles corfforol a meddyliol a'i gwneud hi'n haws i bobl gael mynediad at y gofal sydd ei angen arnynt, yn agosach at adref.

Mae'r Ganolfan yn rhan allweddol o Raglen Ddyfodol Clinigol y Bwrdd Iechyd, sy'n anelu at drawsnewid gofal iechyd ledled Gwent trwy symud mwy o wasanaethau i leoliadau cymunedol a lleihau dibyniaeth ar ofal mewn ysbytai. Mae'n cynnig amgylchedd croesawgar, modern i gleifion, staff ac ymwelwyr, gyda mannau pwrpasol ar gyfer gofal sylfaenol, cymorth iechyd meddwl, gwasanaethau cymunedol, a mentrau lles.

Mynychwyd y digwyddiad gan westeion gwadd, gan gynnwys cynrychiolwyr o lywodraeth leol, sefydliadau partner, ac aelodau o'r timau adeiladu a dylunio a helpodd i ddod â'r ganolfan yn fyw. Ymunodd staff o bob rhan o'r Bwrdd Iechyd â'r dathliad hefyd, gan nodi uchafbwynt blynyddoedd o gynllunio a chydweithio.

Dywedodd Nicola Prygodzicz, Prif Weithredwr Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan:



*“Rydym wrth ein bodd yn agor Canolfan Iechyd a Lles Bevan yn swyddogol, cyfleuster sy'n adlewyrchu ein gweledigaeth ar gyfer dyfodol gofal iechyd yng Ngwent. Mae'r Ganolfan hon yn fwy nag adeilad yn unig, mae'n ganolfan ar gyfer gofal integredig, wedi'i chynllunio i gefnogi pobl yn y cymunedau lleol i fyw bywydau iachach a mwy cysylltiedig.*

*“Mae ein timau wedi gweithio'n galed iawn i greu lle sy'n hyrwyddo lles ym mhob ystyr, o'r gwasanaethau y mae'n eu cynnig i'r amgylchedd y mae'n ei ddarparu. Rydym yn falch o'r hyn rydym wedi'i gyflawni ac yn ddiolchgar i'n holl bartneriaid a helpodd i ddod â'r weledigaeth yn fyw.”*



## Yn Barod i Ddysgu, Yn Barod i Ddyfu



**Barod i Ddysgu Ready to Learn**  
**Barod i Ddyfu Ready to Grow**

Yn Barod i Ddysgu, Yn Barod i Ddyfu, a arweinir gan Home-Start Cymru, yw rhaglen 6 sesiwn lle bydd cynigion i deuluoedd gael cymorth grŵp neu 1:1 ar gyfer gwahanol agweddau ar ddatblygiad plant, lleferydd, iaith a chyfathrebu, trefn, chwarae a mwy. Bydd deuluoedd hefyd yn cael bag swyddogaethol o adnoddau i gefnogi eu taith

### Pwy sydd yn gymwys? [pawb o'r isod]:

- Plant rhwng 18 mis a 3 blynedd oed (ar adeg y cyfeiriad)
- Plant a rhieni/gofalwyr a allai elwa o gefnogaeth gyda datblygiad plant a pharatoi i drosglwyddo i'r ysgol
- Teuluoedd yn wynebu trafferthion ariannol



### Sut gallwch gyfeirio?

Os ydych chi'n gweithio gyda theulu a fyddai'n elwa o'r prosiect hwn, cwblhewch y ffurflen Cyfeirio ganlynol yn:

[https://forms.office.com/pages/responsepage.aspx?id=\\_Dt7zVH3z0eYxWV-8bJK4tX68W1cTjZBu-phOHau5wNUQVZJNEIRTDdBVEdVOFRHTFZaWDZaUUNJQiQIQCN0PWcu&route=shorturl](https://forms.office.com/pages/responsepage.aspx?id=_Dt7zVH3z0eYxWV-8bJK4tX68W1cTjZBu-phOHau5wNUQVZJNEIRTDdBVEdVOFRHTFZaWDZaUUNJQiQIQCN0PWcu&route=shorturl)

### Gwybodaeth bellach

Yn ogystal â'r gwaith uniongyrchol gyda theuluoedd, byddwn yn cynnal Ymgynghoriad i ddeall mwy am brofiadau teuluoedd a gweithwyr proffesiynol blynyddoedd cynnar gyda golwg ar 'Paratoi ar gyfer Ysgol'. Mae hyn yn ymwneud yn benodol â deall anghenion y rhai sy'n profi tlodi ledled Gwent. Rhoddir manylion pellach yn fuan am sut y gallwch gymryd rhan.

Os hoffech wybod mwy, peidiwch ag oedi i gysylltu â ni. Gellir anfon ymholiadau at: [readytolearn@homestartcymru.org.uk](mailto:readytolearn@homestartcymru.org.uk)



Ariennir gan  
**Lywodraeth Cymru**  
Funded by  
**Welsh Government**



**Blaenau Gwent**  
County Borough Council



**monmouthshire**  
sir fynyw



**NEWPORT**  
CITY COUNCIL  
CYNGOR DINAS  
**CASNEWYDD**



**NIHR**

Cydweithrediad Ymchwil  
ar Benderfymyddion Iechyd  
Torfaen  
Health Determinants  
Research Collaboration  
Torfaen



**TORFAEN**  
COUNTY  
BOROUGH

**BWRDEISTREF**  
SIROL  
TORFAEN

# Cynllun Ymgysylltu Cymunedol

## BLE GALLWCH CHI DOD O HYD I NI?

Mae ein rhaglen ymgysylltu cymunedol yn gyfle gwych i'r cyhoedd siarad â staff y Bwrdd Iechyd am wasanaethau a gofyn unrhyw gwestiynau yn ogystal â darparu adborth ar eu profiadau. Mae'r tîm yma i wrando a helpu. Mae ein hamserlen ymgysylltu yn cael ei diweddarau bob dydd ar ein gwefan:

[www.bipab.gig.cymru/amdanom-ni/ymgysylltu/ymgysylltu-cymunedol/](http://www.bipab.gig.cymru/amdanom-ni/ymgysylltu/ymgysylltu-cymunedol/)

## Dyddiad y Cyfarfod Nesaf



Bydd y cyfarfod nesaf ar gyfer hyrwyddwyr o bob ardal yn digwydd ar **Dydd Iau 20 Tachwedd 2025 am 11y.b.** drwy Microsoft Teams. Edrychwn ymlaen at eich gweld yn y cyfarfod ond os oes gennych unrhyw adborth neu gwestiynau yn y cyfamser, cysylltwch â ni!



Dilynwch ein **sianelau cyfryngau cymdeithasol** a **WhatsApp** i dderbyn y wybodaeth ddiweddaraf am wasanaethau iechyd yng Ngwent.

**EIN DILYN/  
FOLLOW US:**



**GIG CYMRU NHS WALES**  
Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan  
University Health Board



[bipab.gig.cymru](http://bipab.gig.cymru) [abuhb.nhs.wales](http://abuhb.nhs.wales)



Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan  
Aneurin Bevan University Health Board



@BIPAneurinBevan @AneurinBevanUHB



**DILYNWCH EIN SIANEL WHATSAPP:  
FOLLOW OUR WHATSAPP CHANNEL:**



01633 431890  
[ABB.Engagement@wales.nhs.uk](mailto:ABB.Engagement@wales.nhs.uk)



**SGANIWCH FI  
SCAN ME**

**Gobeithio bydd y cylchlythyr hwn yn ddiddorol ac yn llawn gwybodaeth ddefnyddiol. Os oes gennych unrhyw gwestiynau neu sylwadau, cysylltwch â ni ar E-bost: [ABB.Engagement@wales.nhs.uk](mailto:ABB.Engagement@wales.nhs.uk) Ffôn: 01633 431890**