



Eich llais mewn iechyd | Your voice in health
a gofal cymdeithasol | and social care

Rhanbarth Caerdydd a
Bro Morgannwg
Cylchlythyr

Corff Llais y Dinesydd

Rhagfyr 2023

Tu mewn i'r rhifyn hwn:



**Diweddariad Cynllun 100
Diwrnod**



**Beth rydyn ni wedi bod
yn ei wneud?**



Adborth



Yn dod i fyny



Eiriolaeth



Gwirfoddoli

Croeso gan ein

Dirprwy Gyfarwyddwr Rhanbarthol

Amy English

Dyma'r ail rifyn o gylchlythyr Llais Rhanbarth Caerdydd a Bro Morgannwg. Gobeithiwn fod ein rhifyn cyntaf wedi bod yn ddefnyddiol ac yn addysgiadol i chi. Rydym yn bwriadu defnyddio'r cylchlythyrau hyn i gyhoeddi ein gweithgaredd a gyflawnir trwy ein gwahanol swyddogaethau.

Wrth i ni baratoi i ddod i ddiwedd y flwyddyn, mae staff a gwirfoddolwyr wedi bod yn ymgartrefu yn eu rolau newydd, wrth ddysgu ffyrdd newydd o weithio o dan Llais, ac er eu bod yn heriol, rydym wedi mwynhau hyn.

Mae Llais Caerdydd a Bro Morgannwg yn parhau i fod yn brysur ar draws y tair swyddogaeth, i gyd wrth barhau i roi cyhoeddusrwydd i Llais ac adeiladu ar berthynas newydd a phresennol gyda'r cyhoedd a rhanddeiliaid. Rydym hefyd wedi bod yn ddigon ffodus i recriwtio staff a gwirfoddolwyr newydd ymhellach ers ein cylchlythyr diwethaf ac rydym yn croesawu'r rheini i'r tîm yn fawr iawn.

Hoffai Llais Caerdydd a Bro Morgannwg ddymuno Nadolig Llawen a Blwyddyn Newydd Dda i'w holl boblogaeth ar gyfer 2024. Byddwn yn parhau i ymgysylltu â chi a sicrhau bod eich llais yn cael ei glywed ym maes Iechyd a Gofal Cymdeithasol.

Os hoffech y Cylchlythyr hwn mewn iaith neu fformat gwahanol cysylltwch â'n swyddfa
cardiffandvaleenquiries@llaiscymru.org

Cynllun 100 Diwrnod - Diweddariad

Yn ein 100 diwrnod cyntaf, rydym wedi bod yn gwrando ar bobl a'u cynrychiolwyr sy'n byw ac yn gweithio dros ein cymunedau ledled Cymru. Rydym wedi bod yn gwrando ar bobl sy'n gyfrifol am ddylunio, darparu, a gwella gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol, rydym wedi bod yn gwrando ar ein staff a'n gwirfoddolwyr. Rwy'n hynod ddiolchgar i bawb sydd wedi cymryd yr amser i siarad â ni hyd yn hyn. Rydym wedi clywed am y pethau sy'n bwysicaf i chi am ein gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol. Mae hyn yn cynnwys y pethau rydych wedi dweud wrthym eu bod yn gweithio'n dda a'r pethau sydd ddim cystal. Rydym wedi clywed beth rydych chi'n ei feddwl am gynlluniau i newid gwasanaethau, ac rydym wedi rhannu'r hyn yr ydym wedi'i glywed fel bod cynllunwyr a gwneuthurwyr penderfyniadau yn cymryd camau lle mae angen iddynt wneud hynny. Rydym wedi clywed syniadau pobl am yr hyn y dylem ganolbwyntio ein sylw arno, a sut y dylem gyflawni ein gweithgareddau. Rydym wedi clywed sut y gallwn gydweithio mewn partneriaeth ag eraill i sicrhau bod eich lleisiau yn gwneud y gwahaniaeth mwyaf. Yr hyn sydd wedi bod yn glir yn ein holl weithgareddau yw pa mor bwysig yw'r system iechyd a gofal cymdeithasol i bawb sy'n byw yng Nghymru, yn y 75ain flwyddyn hon o'n Gwasanaeth Iechyd Gwladol. Rydym wedi clywed bod yr heriau sy'n wynebu gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol yn fwy nag yr ydym wedi'i weld yn ystod ein hoes. Mae'r rhan rydyn ni i gyd yn ei chwarae yn eu dyfodol yn hollbwysig. Gwrando a gweithredu ar leisiau pobl yw'r allwedd i hyn.

- Yr Athro Medwin Hughes, Cadeirydd Llais

Yr hyn yr ydych am i ni fod

Newid

- Bod yn uchelgeisiol yn ei ymagwedd ac yn glir ar ei bwrpas.
- Gwella darpariaeth iechyd a gofal cymdeithasol ar gyfer dinas-yddion Cymru.
- Sicrhau bod camau yn cael eu cymryd yn seiliedig ar argymhellion Llais.
- Canolbwyntio ar yr hyn sy'n gweithio'n dda, yn ogystal â'r hyn nad yw'n gweithio'n dda.

Rhwydwaith

- Wedi'ch ymgorffori yn y cymunedau y mae'n eu gwasanaethu.
- Gweithio ar y cyd â phartneriaid traws-sector i sicrhau'r canlyniadau gorau i bobl a defnyddio rhwydweithiau i rannu gwybodaeth ynglŷn â chyfleoedd cynnwys.
- Meithrin perthnasoedd cryf a dibynadwy gyda'r sector cyhoeddus, gyda phobl a gyda'r trydydd sector a grwpiau cynrychioliadol.
- Datblygu ei rwydwaith gwirfoddolwyr i gynyddu cynrychiolaeth o wahanol ddemograffeg.

Cyd-gynhyrchu

- Defnyddio dull cyd-gynhyrchiol, gan gynnwys pobl mewn dylunio a darparu gwasanaethau yn y camau cynharaf.
- Sicrhau bod pŵer yn gytbwys rhwng gweithwyr proffesiynol a phobl sydd angen gwasanaethau

Cyd-gynhyrchu gweithgareddau ymgysylltu pan fo hynny'n bosibl

Cyfathrebu

- Gwrando ar bobl, yn enwedig y rhai na chânt eu clywed yn anaml.
- Hyrwyddo gwasanaeth Llais yn eang i sicrhau bod pawb yn ymwybodol ohonom a sut i gael mynediad at-om
- Defnyddio iaith di-jargon mewn cyfathrebiadau
- Sicrhau ymgysylltiad ystyrlon â phobl drwy gyfathrebu parhaus, bod yn agored ac yn onest a rheoli disgwyliadau
- Darparu diweddariadau ar ganlyniad cynnwys y cyhoedd, gan rannu'r gwahaniaeth y mae pobl wedi'i wneud.

Hygyrchedd

- Darparu ystod o opsiynau ar gyfer cynnwys pobl, e.e. digwyddiadau y tu allan i oriau gwaith
- Cynnal digwyddiadau mewn lleoliadau hygyrch
- Darparu gwybodaeth mewn amrywiaeth o ieithoedd e.e. hawdd ei ddarllen, iaith Arwyddion Prydain, ystod o ieithoedd cymunedol.

Annibynnol

- Bod yn annibynnol o ddylanwad gwleidyddol/ariannwr.
- Gallu dal darparwyr iechyd a gofal cymdeithasol i gyfrif.

Beth rydym ni wedi bod yn ei wneud?

Digwyddiadau

Mae Llais wedi mynychu nifer o ddigwyddiadau a gweithgareddau yn y cymunedau lleol, lle roeddem yn gallu gwrandao ar brofiadau pobl o Wasanaethau Iechyd a Gofal Cymdeithasol.

- Sioe Autistic Minds
- Dathliadau Pobl Hŷn
- Bore Coffi Drysau Agored yn Llanishen, Caerdydd
- Ffair Iechyd Cymuned Lleiafrifoedd Ethnig
- Cynhadledd Arloesi MSK
- Gwaith Comisiwn Bevan ar Ddyfodol y GIG yng Nghymru
- Cynulliad Gofalwyr

Ymweliadau'r Gorffennol

Ers y cylchlythyr diwethaf, rydym wedi cwblhau ymweliadau ar y wardiau isod.

- Canolfan Aelodau ac Offer Artiffisial - Ysbyty Rockwood
- Uned Lansdowne — Ysbyty Dewi Sant
- Ward Cedar, Hafan Y Coed— Ysbyty Llandochau
- Meddygaeth y Geg -Ysbyty Deintyddol y Brifysgol
- Clinig Imiwnoleg — Ysbyty Athrofaol Cymru



Gwnaethom hefyd gollwng posteri yn YAC a Llandochau lle ymwelwyd â phob ward a thynnwyd hen lenyddiaeth CIC a'u disodli gyda phosteri Llais yn hysbysebu ein gwasanaethau.

LLAIS
Eich llais mewn iechyd | Your voice in health
a gofal cymdeithasol | and social care

- Llais will represent the voices and opinions of the people of Wales about health and social care services.
- We are here to understand your views and experiences of health and social care, and make sure they are used by decision makers to shape services.
- Doing across both health and social care means we will be able to build up a whole picture of what is working and what isn't. [Your](#) views will help services become [safer](#), [as well as better](#).

WE WANT TO HEAR FROM YOU

- Share your story. Tell us about your experiences – good and bad.
- If you need to raise a concern about an NHS or social care service, you can talk to us. Our trained, dedicated complaint advocacy staff provide free, independent, and confidential support.
- Volunteer with us. Volunteers are a vital and growing part of our service – and we're recruiting in every area of Wales.

For more information: www.llaiscymru.org
Cardiff & Vale Region: 02920 750112
Email Address: cardiffandvaleenquiries@llaiscymru.org

LLAIS
Eich llais mewn iechyd | Your voice in health
a gofal cymdeithasol | and social care

Coffi Llata y Ddeunydd ar gyfer Iechyd a Gofal Cymdeithasol

Beth fu eich profiad heddiw?

Fel Claf neu Ymwelydd yn defnyddio:

Gwasanaethau'r GIG

Rhewch wybod i ni:

Ffôn: 02920 750112

Post: Llais, Caerdydd a'r Fro

Canolfan Fusnes ProCopy (Cefn)

Parc Tŷ Glas, Caerdydd, CF14 5DU

E-bost:

cardiffandvaleenquiries@llaiscymru.org

Yn dilyn ein digwyddiadau a'n hymweliadau, rydym wedi derbyn amrywiaeth o adborth gan y cyhoedd yn gyffredinol megis...

Dim cefnogaeth ar gyfer gofal cymdeithasol, methu â chael cymorth gyda meddyg teulu.

· Diffyg cyllid ar gyfer gofal cymdeithasol, mae angen diwygio gofal iechyd

· Diffyg ymwybyddiaeth ynghylch iechyd meddwl

· Dim digon o gyfathrebu rhwng gwasanaethau

· Mae lleiafrifoedd ethnig yn teimlo eu bod yn cael eu hesgeuluso, eu hanghenion yn cael eu hanwybyddu a heb eu diwallu.

· Nyrsys Ardal Ardderchog yn Llanishen

· Amseroedd aros hir mewn Damweiniau ac Achosion Brys.

Mae ein harolygon yn casglu profiad cleifion mewn perthynas â'r meysydd canlynol:

- Eu derbyn i'r ward
- Cyfathrebu
- Rhyngweithio â staff
- Cysur
- Gofal personol
- Cyfleusterau ar y ward
- Diflas dod ac Arwahanrwydd
- Amseroedd Bwyd



Arolwg Deintyddol

Ydych chi'n gallu gweld Deintydd y GIG yn eich ardal leol, yn rheolaidd?

· **Ydych chi wedi gallu cael apwyntiad gyda Deintydd y GIG pan oedd angen un arnoch chi?**

· **A ydych erioed wedi cael eich gorfodi i chwilio am driniaeth Ddeintyddol a ariennir yn breifat gan na allech weld Deintydd y GIG?**

Mae Llais, Rhanbarth Caerdydd a Bro Morgannwg, eisiau clywed gennych chi, am eich profiadau wrth gael mynediad at Wasanaethau Deintyddol y GIG yng Nghaerdydd a Bro Morgannwg. Ewch i'n gwefan a chwblhewch ein harolwg.



Yn dod i fyny...

Dyma restr o ddiwyddiadau a gweithgareddau yn y dyfodol yr ydym am eu mynychu.

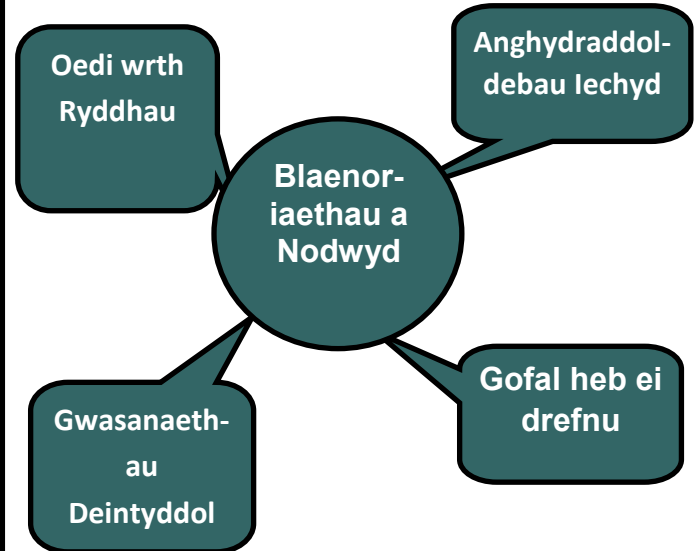
- **Gŵyl Nadolig Rhiwbeina**
- **Caffi Cof (Yr Eglwys Newydd)**
- **Grŵp Cerdded Lles**
- **Caffi Cof (Penarth)**
- **With Music in Mind**
- **MenoPals, Rhiwbeina**
- **Goldies Cymru**
- **Crafternoon**

Rydym hefyd yn cynnal sesiynau galw heibio o Ionawr 2024 yn Llyfrgell Ganolog Caerdydd, 10yb-12yp. Beth am ddod draw i siarad â'n gwirfoddolwyr.

- **Dydd Mercher 17 Ionawr**
- **Dydd Mercher 7 Chwefror**
- **Dydd Mercher 13 Mawrth**
- **Dydd Mercher 10 Ebrill**
- **Dydd Mercher 8 Mai**
- **Dydd Mercher 12 Mehefin**



Rydym wedi nodi'r blaenoriaethau a ganlyn sy'n helpu i lywio'r penderfyniad ynghylch ble rydym am ymweld.



Ymweliadau sydd i ddod

Ar hyn o bryd rydym wedi bwriadu cynnal ymweliadau ar y wardiau isod.

- Uned dan Arweiniad Clinigwyr, Uned dan Arweiniad Bydwreigiaeth a Ward Llawr 1af - Adran Mamolaeth, Ysbyty Athrofaol Cymru
- Canolfan y Tu Allan i Oriau'r Fro, Ysbyty'r Barri
- Canolfan y Tu Allan i Oriau Caerdydd, Ysbyty Brenhinol Caerdydd

Rydyn ni eisiau clywed gennych chi! Llenwch ein ffurflen adborth am iechyd a gofal cymdeithasol drwy sganio'r Cod QR neu ddefnyddio'r dolenni isod.

[Saesneg](#)





Eich llais mewn iechyd | Your voice in health
a gofal cymdeithasol | and social care

Gwasanaeth Eiriolaeth Cwynion

Os oes angen i chi godi pryder am wasanaeth GIG neu ofal cymdeithasol, gallwch siarad â ni. Bydd ein staff eiriolaeth cwynion hyfforddedig, ymroddedig yn rhoi'r cymorth annibynnol a chyfrinachol yn rhad ac am ddim i chi.

Os gallwn eich helpu chi, byddwn yn dweud wrthy ch sut. Os na allwn ni, byddwn yn gwneud ein gorau i gynghori pwy all.

Byddant yn eich helpu i godi eich pryder ac yn:

- Eich cefnogi i wneud cwyn am wasanaeth, gofal neu driniaeth a ddarperir, a dalwyd amdanynt gan y GIG neu'r awdurdod lleol.
- Eich cefnogi i wneud cwyn ar ran rhywun arall, gan gynnwys os yw rhywun wedi marw

.Gwranddo ar eich pryderon

· Eich rhoi mewn cysylltiad â sefydliadau eraill os credwn y gall rhywun arall helpu hefyd

· Darparu canllaw cam wrth gam i'r broses a chynnig rhai awgrymiadau

· Ateb cwestiynau am y broses ac esbonio'ch opsiynau

Ers y cylchlythyr diwethaf, mae gan ein tîm eiriolaeth...

- **24 ymholiadau agored**
- **75 ymholiadau agored**
- **212 ymholiadau wedi'u cau**
- **24 o bryderon wedi'u cau.**

Ffigurau yn gywir ar wythnos yn dechrau 4 Rhagfyr 2023)

Cysylltwch â'r Gwasanaeth Eiriolaeth

Ffon: 02920 750112

E-bost: cardiffandvaleadvocacy@llaiscymru.org

(Mae'r Gwasanaeth Eiriolaeth yn gweithredu drwy system apwyntiadau yn unig)



Sylwer nad ydym yn darparu gwasanaethau eiriolaeth yn uniongyrchol i blant a phobl ifanc ynghylch gwasanaethau gofal cymdeithasol (gwasanaethau plant). Ond gallwn helpu plant a phobl ifanc gyda'u pryderon am ofal y GIG.

cardiffandvaleenquiries@llaiscymru.org



Eich llais mewn iechyd | Your voice in health
a gofal cymdeithasol | and social care

Gwirfoddoli

Rydym am gyrraedd cymaint o bobl â phosibl ac mae bod yn wirfoddolwr yn sicrhau eich bod yn clywed am y gwaith rydym yn ei wneud ac yn gwybod am yr holl gyfleoedd i ddweud eich dweud yn y pethau sy'n bwysig i chi.



Gwirfoddolwch gyda ni

Rydym yn chwilio am bobl frwdfrydig i annog eraill i ddweud eu dweud am y GIG a'r Gwasanaethau Gofal Cymdeithasol, a bod y cyswllt pwysig rhwng y rhai sy'n cynllunio ac yn darparu gwasanaethau, y rhai sy'n ei archwilio a'i reoleiddio a'r rhai sy'n ei ddefnyddio.

Hoffem anfon ein dymuniadau gorau i'r cyn-wirfoddolwr Martyn Hutchings a oedd yn gorfod tynnu'n ôl o wirfoddoli oherwydd iechyd gwael. Roedd yn gynrychiolydd a mentor ardderchog ac mae cyd-wirfoddolwyr a staff Llais yn gweld ei eisiau.



Eich llais mewn iechyd | Your voice in health
a gofal cymdeithasol | and social care

Volunteer with us

Help make a difference to the health and care your community receives

Reasons to volunteer

- Try something new
- Contribute to your community
- Develop new and existing skills
- Meet new people
- Have fun!

For more information please contact:
Tel: 02920 750112
Email: cardiffandvaleenquiries@llaiscymru.org



Eich llais mewn iechyd | Your voice in health
a gofal cymdeithasol | and social care

Gwirfoddolwch gyda ni

Helpwch i wneud gwahaniaeth i iechyd a gofal eich cymuned

Rhesymau dros wirfoddoli

- Rhoi cynnig ar rywbeth newydd
- Cyfrannu at eich cymuned
- Datblygu sgiliau newydd a rhai sydd gennych yn barod
- Cyfarfod â phobl newydd
- Cael hwyli!

Am fwy o wybodaeth, cyswlltwch a ffonwch: 02920 750112
E-bost: cardiffandvaleenquiries@llaiscymru.org





Cwrdd â'r Tîm



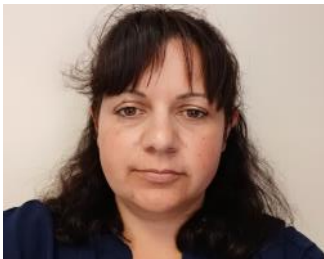
Stephen Allen — Cyfarwyddwr Rhanbarthol



Amy English— Dirprwy Gyfarwyddwr Rhanbarthol



Nadia Frangos— Rheolwr Gweithrediadau
Rhanbarthol



Jessica Mannings— Swyddog YCC/Craffu a Monitro



Samantha Perrett—Eiriolwr Cwynion



Amelia Mansfield— Eiriolwr Cwynion



Erika Grimshaw-Swyddog Cymorth Eiriolaeth



Linda Lloyd —Swyddog Cymorth Gweinyddol



Rachel Cook—Swyddog Cymorth Gweinyddol



Tina Easen— Eiriolwr Cwynion

Shannon Keane— Swyddog Cymorth
Gweinyddol

Leigh Gallacher—Swyddog Cymorth
Gweinyddol



Nadolig Llawen a
Blwyddyn
Newydd Dda

O Llais Caerdydd
a'r Fro

