LLAIS

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

ADRODDIAD DIGWYDDIAD

Adroddiad Digwyddiad Iechyd a Lles Cyn-filwyr

Digwyddiad ar y cyd gan Llais Gogledd Cymru a Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr (BIPBC)

Dydd Gwener 26 Mehefin 2026 yn Llanelwy



Lleisiau cryfach. Cymunedau iachach.

RHAGAIR



Ddydd Gwener 26 Mehefin 2026, cynhaliodd Llais Gogledd Cymru a Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr (BIPBC) ddigwyddiad ar y cyd ar iechyd a lles Cyn-Filwyr yng Ngogledd Cymru.

Mae gan Gyfarwyddwr Llais Gogledd Cymru gyfrifoldeb strategol dros y Lluoedd Arfog ledled Cymru. Yn sgil y llwyddiant blaenorol wrth gydweithio â'r Arweinydd Portffolio Lluoedd Arfog yn BIPBC i gefnogi cymuned y Lluoedd Arfog.

yng Ngogledd Cymru, penderfynom ymuno â'n gilydd unwaith eto i gynnal digwyddiad a fyddai'n dod ag amrywiaeth o randdeiliaid ynghyd, yn codi ymwybyddiaeth o anghenion ein cyn-filwyr, ac yn arddangos y llwybrau gofal iechyd sydd ar gael iddynt – gan gynnwys y gwasanaethau cymorth cysylltiedig sydd ar gael yma yng Ngogledd Cymru.

Roedd y digwyddiad, a gynhaliwyd ar Ddiwrnod y Cyn-filwyr fel rhan o ddathliadau Wythnos y Lluoedd Arfog, yn gydweithrediad rhwng Llais Gogledd Cymru a BIPBC. Mynychodd dros 20 o sefydliadau, gan ddangos yr ystod o gymorth sydd ar gael nid yn unig i gyn-filwyr, ond hefyd i gymuned ehangach y Lluoedd Arfog.

Mae Llais Gogledd Cymru yn falch o fod wedi cynnal y digwyddiad hwn ar y cyd â BIPBC, ac mae'n edrych ymlaen at ddatblygu'r bartneriaeth i gyd-gynnal digwyddiadau yn y dyfodol.

ARMED FORCES
COVENANT
CYFAMOD
Y LLUOEDD ARFOG

TROSOLWG O'R DIGWYDDIAD

Cynhaliwyd y digwyddiad ddydd Gwener 26 Mehefin, i gyd-fynd â Diwrnod y Cyn-filwyr fel rhan o ddathliadau Wythnos y Lluoedd Arfog, a daeth dros 85 o bobl, gan gynnwys Cyn-filwyr, aelodau o Gymuned y Lluoedd Arfog (Milwyr presennol sy'n gwasanaethu a Milwyr wrth gefn, eu teuluoedd, gweithwyr gofal iechyd proffesiynol a sefydliadau'r trydydd sector) yno i gefnogi'r digwyddiad, a gynhaliwyd yn Llanelwy.



Rhoddwyd yr anerchiad agoriadol gan Weinidog y Cabinet dros Iechyd a Gofal, gan nodi ymrwymiad parhaus Llywodraeth Cymru i Gymuned y Lluoedd Arfog. Roedd y rhaglen ehangach yn cynnwys siaradwyr yn cynrychioli llwybrau penodol o fewn BIPBC, gan gynnwys Orthopaedeg, Awdioleg, Offthalmoleg, Iechyd Meddwl, Adfer ac Adsefydlu. Roedd y mwyafrif o'r siaradwyr gwadd yn aelodau o gymuned y Lluoedd Arfog, ac roeddent yn gallu rhannu profiadau personol yn ogystal â gwneud y cyflwyniadau'n berthnasol i'r nifer fawr o gyn-filwyr yn yr ystafell. Roedd gwasanaethau cefnogi cyn-filwyr o'r trydydd sector yn cynnwys cyflwyniadau gan RBL Recovery Services; SSAFA; BLESMA; Woody's Lodge a Help 4 Heroes.



NHS WALES GIG CYMRU
Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr University Health Board

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

UCHAFBWYNTIAU



Mabon ap Gwynfor, Gweinidog y Cabinet dros Iechyd a Gofal, roddodd y brif araith, gan dynnu sylw at y diolch sy'n ddyledus i gyn-filwyr, y cyfraniad parhaus yr oeddent yn ei wneud i fywyd y wlad, a'r potensial i ddod â gwerthoedd eu bywyd yn y lluoedd arfog i'w hymdrechion fel sifiliaid.

Rhoddodd y Cyrnol Guy Benson drosolwg o waith y Gynghrair Cyfamod Gofal Iechyd i Gyn-filwyr (VCHA) a'i nod o ddatblygu a sbarduno'r gwaith o weithredu'r arferion gorau, a fydd yn gwella gofal i gyn-filwyr y lluoedd arfog, gan godi safonau ar draws y GIG ar gyfer pob defnyddiwr.



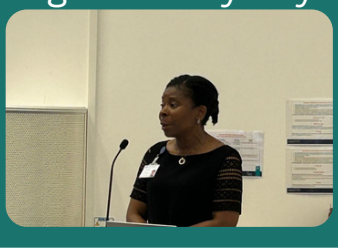
Dangosodd Stephen Townley, Swyddog Cyswllt y Lluoedd Arfog yng Ngogledd Cymru, y gwahaniaeth y gall y cymorth cywir ei wneud i gyn-filwyr, teuluoedd y lluoedd arfog, a milwyr wrth gefn.





Chwaraeodd Anne Forsberg o Blind Veterans UK fideo ysbrydoledig yn dangos sut roedd Cyn-Filwyr dall yn cael eu cefnogi i ddychwelyd i fywyd gweithgar, gan fanteisio i'r eithaf ar eu potensial.

Fe wnaeth Debbie Eyiato, Cyfarwyddwr Gweithredol Gwasanaethau Pobl a Datblygu Sefydliadol BIPBC, dynnu sylw at ymrwymiad BIPBC i ateb anghenion gofal iechyd cyn-filwyr.





Siaradodd Martin Speight am sut roedd BLESMA wedi ei helpu a'i gefnogi ef ar ôl colli rhan o'i gorff

Siaradodd Ted Shirley, Cêl-saethwr yn y Fyddin ac Awdur, am ei brofiadau ar y rheng flaen yn Affganistan lle'r aeth ar ddau dymor ddyletswydd. Tua diwedd ei ail dymor, eglurodd Ted sut y dechreuodd deimlo effeithiau'r hyn a fyddai'n cael ei ddiagnosio'n ddiweddarach fel Anhwylder Straen Wedi Trawma (PTSD). Heb wellhad, cymerodd Ted reolaeth dros ei fywyd a chanfod ei atebion ei hun i oresgyn PTSD.



RHWYDWEITHIO

Roedd tua 25 o sefydliadau wedi trefnu stondinau ac yn darparu gwybodaeth am gymorth iechyd a llesiant.Roedd hefyd yn gyfle gwych i rwydweithio â sefydliadau a allai weithio gyda'i gilydd ond nad ydynt o reidrwydd yn cael cyfle i gwrdd wyneb yn wyneb. Roedd rhai o'r sefydliadau yng Ngogledd Cymru, ond roedd llawer ohonynt yn gweithio ledled Cymru, sy'n golygu bod cydweithwyr Llais a oedd yn bresennol yn gallu gwneud cysylltiadau i lywio eu gwaith yn y dyfodol.

Yn ystod y cyfleoedd rhwydweithio, cynhaliwyd trafodaethau ynglŷn a'r posibilrwydd o sefydlu Canolfan Adfer Gogledd Cymru tebyg i Gronfa Adfer Brwydrau RBL. Mae Llais yn edrych ymlaen at gyfrannu at ddatblygu rhaglen yng Ngogledd Cymru, dan arweiniad Steven O'Brien o Ganolfan Awyr Agored Genedlaethol Plas Menai.



Y CAMAU NESAF

Ers y digwyddiad ar 26 Mehefin, mae criw o tua 15 o sefydliadau a rhanddeiliaid wedi cwrdd i drafod sut y gellid sefydlu ‘Canolfan Adfer’ yng Ngogledd Cymru. Y sbardun y tu ôl i’r ganolfan arfaethedig yw Steve O’Brien, Pennaeth Canolfan Awyr Agored Genedlaethol Plas Menai. Roedd y trafodaethau’n gadarnhaol, gyda chynnig i ddefnyddio Plas Menai fel canolfan i gynnig gweithgareddau pwrpasol, pleserus a heriol yng nghanol Gogledd Cymru.

Mae cydweithwyr Llais o bob cwr o Gymru wedi cysylltu â rhanddeiliaid a phartneriaid i weld sut y gallant wella eu gwaith gyda chyn-filwyr yn eu rhanbarth. Mae hyn yn dangos gwerth digwyddiadau fel hyn, lle cafodd cysylltiadau a sgyrsiau eu gwneud, i wella gwaith Llais gyda chymuned ehangach y Lluoedd Arfog.

Mae Llais yn ei gyfanrwydd wedi gwneud cysylltiadau newydd â sefydliadau sy’n cefnogi Cyn-filwyr a chymuned ehangach y Lluoedd Arfog, ac rydym yn edrych ymlaen at ddatblygu’r cysylltiadau allweddol hyn.

TYSTEBAU

Alyson Thomas, Prif Swyddog Gweithredol Llais:

"Braint oedd mynychu Digwyddiad Cyn-filwyr Gogledd Cymru a gweld cynifer o sefydliadau'n dod at ei gilydd gyda chyd-ymrwymiad i gefnogi cyn-filwyr a'u teuluoedd. Y peth amlycaf oedd yr ymdeimlad cryf o bartneriaeth, y parodrwydd i ddysgu oddi wrth ein gilydd, a’r penderfyniad i wneud gwahaniaeth go iawn i’r rhai sydd wedi gwasanaethu, a’u teuluoedd. Rwy'n arbennig o falch o'r arweinyddiaeth a ddangoswyd gan dîm Llais yng Ngogledd Cymru. Mae eu gwaith yn adlewyrchu ein hymrwymiad i Gyfamod y Lluoedd Arfog a'n huchelgais i sicrhau bod lleisiau a phrofiadau cyn-filwyr yn parhau i siapio ein gweithredoedd ein hunain a rhai'r system iechyd a gofal cymdeithasol yn ehangach".

Debbie Eiyato Cyfarwyddwr Gweithredol y Gweithlu a Datblygu Sefydliadol BIPBC

“Braint ac anrhydedd oedd gweithio mewn partneriaeth â Llais i anrhydeddu ein cyn-filwyr ac arddangos y gwasanaethau a’r cymorth sydd ar gael iddynt. Ar ran y Bwrdd Iechyd, hoffem ddiolch i’r holl Randdeiliaid sy’n cefnogi’r gymuned o Gyn-filwyr yma yng Ngogledd Cymru.”

Geoff Ryall-Harvey, Cyfarwyddwr Rhanbarthol, Llais Gogledd Cymru

Mae’r digwyddiad hwn wedi tynnu sylw at botensial cymuned y lluoedd arfog i ddod â’u profiad, eu gwybodaeth a’u talent i feithrin cymunedau gwydn sy’n gweithio i bawb, a sicrhau newid i bawb.

Zoe Roberts, Arweinydd Cydweithredol Gofal Iechyd Cyn-filwyr a Chyfamod y Lluoedd Arfog

"Braint wirioneddol oedd gweithio mewn partneriaeth â Llais Gogledd Cymru i ddod ag amrywiaeth mor eang o randdeiliaid at ei gilydd o bob rhan o gymuned y Cyn-filwyr a'r Lluoedd Arfog yn Nigwyddiad Iechyd a Lles Cyn-filwyr Gogledd Cymru.

Roedd y digwyddiad yn gyfle gwych i ddangos ehangder y cymorth sydd ar gael i Gyn-filwyr ledled Gogledd Cymru, gyda chyflwyniadau ysbrydoledig gan siaradwyr gwadd allweddol yn tynnu sylw at amrywiaeth o lwybrau gofal iechyd, gwasanaethau arbenigol a chymorth llesiant.

Roedd yr ymgysylltu, y cydweithio a'r cyd-ymrwymiad gan ein sefydliadau o'r GIG, elusennau, y Lluoedd Arfog a Chyn-filwyr, yn dangos cryfder y rhwydwaith sy'n cefnogi ein cymuned o Gyn-filwyr ledled Gogledd Cymru.

Yn bwysicaf oll, helpodd y digwyddiad i godi ymwybyddiaeth o'r gwasanaethau sydd ar gael a sut gall Cyn-filwyr a'u teuluoedd gael gafael ar y cymorth cywir pan fydd ei angen arnynt.

Cymaint o fraint yw cyflawni rôl Arweinydd Gofal Iechyd Cyfamod y Lluoedd Arfog a Chyn-filwyr ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr a chyfrannu at gefnogi cymuned y Lluoedd Arfog yma yng Ngogledd Cymru.

Rwy'n hynod falch o'r partneriaethau rydym wedi'u datblygu a'r cyd-ymrwymiad i sicrhau bod y rhai sydd wedi gwasanaethu, a'u teuluoedd, yn cael y gydnabyddiaeth, y gefnogaeth a'r gofal maen nhw'n eu haeddu."

Kevin Hackett, Mentor Cymheiriaid Ymyrraeth Isel i Gyn-filwyr, Adferiad / Change Step a GIG Cymru i Gyn-filwyr:

"Roeddwn i'n falch iawn o fod yn bresennol ar ran Adferiad / Change Step a therapyddion GIG Cymru i Gyn-filwyr yn BIPBC, ac o gymryd rhan yn nigwyddiad Llais / Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr i gyn-filwyr, yn Optic, Llanelwy ar 26 Mehefin 2026. Mae digwyddiadau fel y rhain yn bwysig iawn i gymuned y cyn-filwyr. Maent yn tynnu sylw at waith gwahanol ddisgyblaethau yn y GIG a sefydliadau elusennol y trydydd sector.

Roedd y digwyddiad wedi'i drefnu'n arbennig o dda gan ddarparu ar gyfer y rhai a oedd yn dymuno ymgysylltu drwy gyfrwng y Gymraeg a chaniatáu digon o amser i bob sefydliad dynnu sylw at y gwaith maen nhw'n ei wneud yng nghymuned y cyn-filwyr. Roeddent yn ymdrin â phynciau fel colli golwg, colli clyw, byw gyda cholli braich neu goes, Orthopaedeg, iechyd meddwl, cymorth ymarferol neu ariannol, a chymorth gan gymheiriaid.

Ochr yn ochr â'r cyflwyniadau, roedd cyfle hefyd i gyfnewid syniadau, rhwydweithio a chwrdd â chydweithwyr o sefydliadau eraill. Gobeithio y bydd y digwyddiad yn dod yn ychwanegiad blynyddol at y calendr, yn enwedig yn ystod yr wythnos y byddwn ni'n dathlu cymuned y lluoedd arfog."

Dan Price, Cyfarwyddwr Rhanbarthol Llais Cwm Taf Morgannwg

"Roedd mynd i ddigwyddiad y Lluoedd Arfog yn brofiad gwerth chweil a llawn gwybodaeth. Roedd yn galonogol gweld cynifer o sefydliadau'n dod at ei gilydd mewn un lle, pob un â chyd-ymrwymiad i gefnogi aelodau o gymuned y Lluoedd Arfog ledled Cymru. Rhoddodd y digwyddiad gyfle i mi hefyd ganfod ffyrdd o wella ein gwaith ein hunain gyda chyn-filwyr yn fy rhanbarth, a chael gwersi a syniadau i'w haddasu a'u rhoi ar waith yn lleol.

Yn gyffredinol, roedd gwrando ar yr amrywiaeth o wasanaethau a chymorth a oedd ar gael yn rhoi dealltwriaeth well i mi o'r cymorth y gall milwyr sy'n gwasanaethu, cyn-filwyr a'u teuluoedd ei gael. Roedd yn arbennig o braf gweld cydweithwyr o bob cwr o Gymru, yn fewnol i Llais, y Bwrdd Iechyd a'r trydydd sector yn dod at ei gilydd i gefnogi'r digwyddiad, gan greu gwir ymdeimlad o gydweithio a phwrpas cyffredin. Roedd y digwyddiad yn gwneud i mi deimlo'n gadarnhaol am yr ymrwymiad ledled Cymru i gydweithio a sicrhau bod cymuned y Lluoedd Arfog yn ymwybodol o'r cymorth sydd ar gael iddynt a'u bod yn gallu cael gafael arno. Roeddwn i hefyd yn gwerthfawrogi'n fawr y cyfle i fynd i ddigwyddiad mewn rhanbarth arall a gweld â'm llygaid fy hun y gwaith rhagorol sy'n cael ei arwain gan fy nghydweithwyr yno!"

Claire Starmore, Rheolwr Gweithrediadau Rhanbarthol, Llais Gwent

“Diolch am y cyfle i ddod i’r digwyddiad Iechyd a Llesiant Cyn-filwyr - roedd yn cael ei werthfawrogi’n fawr. Diolch hefyd am wneud i ni deimlo mor gartrefol.
Gwych oedd gweld y gwaith sy’n cael ei wneud yng Ngogledd Cymru i gefnogi cyn-filwyr, roedd yn werthfawr iawn i mi. Roedd hefyd yn ddefnyddiol dysgu mwy am yr amrywiaeth o wasanaethau cymorth sydd ar gael i gyn-filwyr, a fydd yn ddefnyddiol i ni wrth gyfeirio pobl at gymorth yn rhanbarth Gwent. Roedd yn wir yn atgyfnerthu pa mor bwysig yw sicrhau bod cyn-filwyr yn cael llais a’u bod yn gallu cael gafael ar y cymorth sydd ei angen arnynt. Rwy’n edrych ymlaen at gyfrannu at ddatblygu’r gwaith hwn ar draws y rhanbarthau.”



Atodiad 1
Adborth am y Digwyddiad

Cafodd y digwyddiad sgôr o 10 allan o 10 am fodlonrwydd cyffredinol
Y prif resymau dros y bodlonrwydd:

- ‘Cydweithredu rhwng asiantaethau’
- ‘Roedd cyflwyniad Ted Shirley mor ysbrydoledig; byddwn wedi hoffi clywed y fersiwn llawn o’i gyflwyniad.’
- ‘Roedd yr holl gyflwyniadau’n ddefnyddiol ac yn llawn gwybodaeth, ac yn berthnasol hefyd.’
- ‘Roedd llawer o wybodaeth ddefnyddiol nad oeddwn i’n ymwybodol ohoni cyn y digwyddiad hwn er fy mod i’n gyn-filwr ac yn gweithio yn BIPBC fy hun.’
- ‘Fe wnes i fwynhau’r stori bywyd am sut y llwyddodd Ted i oresgyn PTSD.’
- ‘Roedd yn wych dysgu am wasanaethau eraill nad oeddwn i’n gwybod eu bod yn bodoli, fel Blesma UK.’
- ‘Dysgu mwy am wasanaethau awdioleg a sut maen nhw’n gallu cefnogi cyn-filwyr, a sut maen nhw’n gwneud hynny.’
- ‘Roedd y cyfan yn sefyll allan.’

I ymateb i’r cwestiwn, ‘Ydych chi’n teimlo bod mynychu’r digwyddiad wedi cefnogi eich iechyd a’ch llesiant mewn unrhyw ffordd?’: Dywedodd 90.9% o’r ymatebwyr ei fod; dywedodd 9.1% nad oedd.

O’r dim sylwadau, awgrymwyd y canlynol

- ‘Byddwn i wedi gwerthfawrogi mwy o amser i rwydweithio a thrafod’.
- ‘Efallai bod gormod o gynnwys ar gyfer y diwrnod’

Byddwn yn defnyddio’r sylwadau hyn wrth gynllunio digwyddiadau eraill o’r fath.

Roedd yr adborth cadarnhaol yn cynnwys

- ‘Trefnus iawn.”
- ‘Roedd yn dda iawn, roedd pob adran wedi’i chynllunio’n dda.’
- ‘Roedd y cinio’n wych! Digon o amser i rwydweithio ar y dechrau ac yn ystod amser cinio’.
- ‘Sgyrsiau wedi’u cyflwyno’n dda.’
- ‘Cyflwyniadau pobl wedi’u taflunio’n dda; da hefyd oedd amrywiaeth yr hyn a gyflwynwyd.’
- ‘Roedd yn ddigwyddiad cadarnhaol iawn.’

Teimlai 100% o'r ymatebwyr fod rhywun yn gwrando arnynt a'i bod yn hawdd cymryd rhan yn y digwyddiad. Dywedodd 100% o'r ymatebwyr y byddent yn cymryd rhan mewn digwyddiad tebyg yn y dyfodol.

Pan ofynnwyd y cwestiwn: 'Ydych chi'n bwriadu cysylltu ag unrhyw un o'r gwasanaethau neu'r cysylltiadau a wnaed heddiw?' dywedodd 100% o'r ymatebwyr eu bod, gan gyfeirio'n benodol at y cysylltiadau dilynol/cysylltiadau gwasanaeth:

- Plas Menai
- RBL
- BLESMA
- Woody's Lodge
- Awdioleg

Atodiad 2 Rhestr o Randdeiliaid a Manylion Cyswllt

- Swyddog Cyswllt y Lluoedd Arfog – Gogledd Cymru www.wrexham.gov.uk
- BIPBC https://bcuhb.nhs.wales/
- BLESMA https://blesma.org/
- Blind Veterans UK https://www.blindveterans.org.uk/
- Help4Heros https://www.helpforheroes.org.uk/
- Cyfreithwyr Hugh James https://www.hughjames.com/
- Llais https://www.llaiscymru.org/
- Cynghrair Gofal Iechyd Cyfamod y Cyn-filwyr y GIG https://veteranaware.nhs.uk/
- Canolfan Awyr Agored Genedlaethol Plas Menai https://plasmenai.wales/
- Poppy Factory https://www.poppyfactory.org/
- RBL https://www.britishlegion.org.uk/
- Gwasanaethau Adfer RBL https://www.britishlegion.org.uk/get-support/how-we-help/recovery-services
- RNIB https://www.rnib.org.uk/
- SSAFA https://www.ssafa.org.uk/wales
- Ted Shirley https://tedshirley.co.uk/
- Mentor Cymheiriaid Ymyrraeth Isel i Gyn-filwyr, Adferiad / Change Step a GIG Cymru i Gyn-filwyr: https://www.adferiad.org/
- Woody's Lodge https://www.woodyslodge.org/

ADBORTH

Carem glywed beth yw eich barn am y cyhoeddiad hwn, ac unrhyw awgrymiadau ynghylch sut y gallem fod wedi'i wella, fel y gallwn ddefnyddio hyn i wneud ein gwaith yn well yn y dyfodol.

MANYLION CYSWLLT LLAIS GOGLEDD CYMRU

UNED 11 LLYS CASTAN
FFORDD Y PARC
PARC MENAI
BANGOR, LL57 4FH

FFôN: 01248 679284

UNED 1B A 1D PARC BUSNES WILKINSON
FFORDD DE CLYWEDOG
STAD DIWYDIANNOL WRECSAM
WRECSAM, LL13 9AE

FFôN: 01978 356178

EBOST: NORTHWALESREGION@LLAISCYMRU.ORG