



Llythyr y Prif Weithredwr

Mawrth 2024

[mike.seaton@nhsrf.org.uk](mailto:mike.seaton@nhsrf.org.uk)

### **Cyflwyniad**

Mae'n braf teimlo bod y gwanwyn ar y gorwel o'r diwedd ar ôl gaeaf hir. Rwy'n siŵr bod nifer o'r aelodau'n meddwl am weithgareddau gyda ffrindiau mewn canghennau a'r Gymrodoriaeth ehangach yn ogystal â gwyliau (peidiwch ag anghofio am y gostyngiadau yr ydym yn eu cynnig ar yswiriant teithio ac ar ystod o wyliau hefyd).

Rwyf hefyd yn edrych ymlaen at fynd allan i gwrdd ag aelodau mewn cyfarfodydd cangen. Mae ymweliadau wedi'u trefnu i Fanceinion, Huddersfield, Warrington, Cosham, Harrogate, Bryste a Bromley.

Mae digon wedi bod yn digwydd y tu ôl i'r llenni yn y Gymrodoriaeth ers fy nghylchlythyr diwethaf ym mis Rhagfyr a chipolwg yn unig a geir yma. Hoffwn ddiolch fel bob amser i'r staff, y Cyngor Aelodau a'r ymddiriedolwyr am bopeth y maent yn ei wneud i gefnogi ein haelodau.

Gobeithio y caiff bob un ohonoch Basg Hapus iawn ac y byddwch yn mwynhau'r penwythnos hir.

### **GIG Lloegr**

Mae'n bleser gennyf ddweud bod ein cais grant diweddar i GIG Lloegr wedi'i gymeradwyo a byddwn yn derbyn rhodd o £50,000 yn fuan. Ni ellir defnyddio'r arian hwn tuag at ein costau gweithredu craidd ond bydd yr arian yn cael ei ddefnyddio i helpu i ariannu systemau, creu gwefan newydd a phrynu offer i wneud y Gymrodoriaeth yn fwy diogel a chynaliadwy yn y dyfodol.

### **Strwythur staffio**

Fel y gŵyr yr aelodau efallai, dros y misoedd diwethaf mae Bwrdd yr Ymddiriedolwyr wedi bod yn adolygu strwythur y tîm staff i sicrhau ei fod yn fforddiadwy ac yn helpu'r Gymrodoriaeth i symud ymlaen yn y dyfodol. Mae tri diweddariad y mae angen i mi roi gwybod i aelodau amdanynt:

- Mae'n bleser gennyf gyhoeddi penodiad Lynda McKie yn Swyddog Cymorth Cymrodoriaeth newydd ar gyfer yr Alban. Mae Lynda'n gweithio'n Dumfries a bydd yn gweithio cyferth ag un

diwrnod yr wythnos yn cefnogi canghennau presennol, yn archwilio cyfleoedd i agor canghennau newydd ac yn datblygu cysylltiadau â GIG yr Alban.

- Fel Prif Weithredwr rwyf cael fy nghyflogi am 15 awr yr wythnos ac felly nid wyf ar gael bob amser. Er mwyn helpu i redeg y Gymrodoriaeth ac i roi mwy o gymorth i'n haelodau, gwirfoddolwyr a staff, mae swydd rhan-amser newydd, Prif Swyddog Gweithredu (COO), wedi'i chreu a fydd yn darparu arweinyddiaeth o ddydd i ddydd ac yn goruchwyllo cyllid a gweithrediadau a bydd yn gweithredu fel dirprwy yn fy absenoldeb. Mae'r swydd hon yn cael ei hysbysebu ar hyn o bryd ar [www.charityjob.co.uk](http://www.charityjob.co.uk)
- Unwaith y bydd y Prif Swyddog Gweithredu yn ei swydd, bydd adolygiad pellach o rolau a chyfrifoldebau staff yn ael ei gynnal.

Dylai unrhyw un sydd â chwestiynau ac ymholiadau yn ymwneud â'r strwythur hwn gysylltu â mi yn uniongyrchol.

## **Cylchlythyr P60**

Rydym wedi bod yn gweithio gyda Adran Pensiynau'r GIG i sicrhau ein bod yn cael ein cynnwys yn eu cylchlythyr blynyddol i holl ddeiliaid pensiynau'r GIG (mwy nag 1.2miliwn!). Bydd erthygl fach iawn yn hyrwyddo'r Gymrodoriaeth ac yn amlygu sut y gall pobl ymuno yn glanio ar stepen drws pobl o ganol Ebrill ymlaen. Gall hyn arwain at fwy o ymholiadau ar lefel cangen wrth i bobl ymweld â'r wefan i weld ble mae eu cangen agosaf neu drwy ymholiadau a dderbynnir i'r Swyddfa Ganolog. Byddaf wrth gwrs yn adrodd yn er mwyn rhoi gwybod a yw hyn wedi arwain at gynnydd yn nifer yr aelodau ond, rydym yn gwybod yn anecdotaidd fod pobl yn cyfeirio at y ddogfen hon – a'r ymgyrch P60 fwy ddwy flynedd yn ôl – wrth wneud cais am aelodaeth. Gobeithio bydd aelodau newydd yn cael croeso cynnes gan ganghennau lleol.

## **Costau argraffu a phostio**

Mae cyfathrebu effeithiol yn hanfodol o ran helpu ein haelodau i deimlo'n gysylltiedig ac yn rhan o'r gymrodoriaeth. Mae costau argraffu a phostio yn parhau i godi, ac rwy'n gofyn felly, os oes gennych gyfeiriad e-bost ac nad ydych wedi'i rannu â ni eto, i chi ei rannu. Bydd hyn yn ein galluogi i gadw mewn cysylltiad â chi yn llawer cyflymach a rhwydd a bydd hefyd yn fwy cost effeithiol a chynaliadwy i'r amgylchedd.

Rwyf hefyd wedi cynnwys dolenni uniongyrchol i erthyglau ar ein gwefan yn nifer o'r eitemau newyddion yn y bwletin hwn. Rwy'n deall nad yw hyn yn mynd i helpu os ydych chi'n darllen hwn mewn fersiwn brint felly os oes rhywbeth rydych chi eisiau ei ddarllen ac nad ydych chi'n gallu mynd ar ein gwefan ar-lein, siaradwch ag aelod o'r pwyllgor os ydych chi'n mynychu cangen leol neu cysylltwch â thîm y Swyddfa Ganolog os ydych yn aelod post a byddant yn gallu eich helpu.

Gwyddom na fydd y dull hwn yn addas i bawb ac mae hynny'n hollol iawn, ond po fwyaf o aelodau sy'n cofrestru ar gyfer e-bost, y cyflymaf y bydd ein sefyllfa ariannol yn parhau i wella.

## **Llawlyfr cangen ac aelodau**

Yn dilyn trafodaethau yng Nghyngor yr Aelodau a Bwrdd yr Ymddiriedolwyr, mae fersiwn terfynol o lawlyfr y gangen bellach ar gael ar y wefan. Bydd cyfres o ddogfennau'n dilyn gyda'r nod o helpu i wella cyfathrebu wedi'i dargedu ar gyfer aelodau. Dylid cyfeirio unrhyw sylwadau ar y llawlyfr neu unrhyw un o'r dogfennau cyfathrebu ag aelodau at Lucia Hiden (comms@nhsrf.org.uk). Hoffwn ddiolch i bawb a weithiodd yn galed i ddatblygu'r llawlyfr a gallwch ddod o hyd i ddolen uniongyrchol iddo yma

### **Gŵyl cymrodoriaeth**

Mae'n bleser gennyf rannu gwybodaeth am wyliau blynyddol y Gymrodoriaeth a gynhelir eleni rhwng Medi 11 - 18 yn Llyn Garda, yr Eidal. Y gost fydd £1,300 o Gatwick (gellir gadael o feysydd awyr eraill ond gall y gost amrywio ychydig) Mae pob gwibdaith yn gynwysedig yn y pris hwn. Dylai unrhyw un sydd eisiau cadw lle neu sydd eisiau rhagor o fanylion gysylltu â Lorraine Taylor ar [lorrainetaylor321@btinternet.com](mailto:lorrainetaylor321@btinternet.com)

### **Digwyddiadau ar gyfer aelodau post**

Rwyf wrth fy modd bod modd i'r tîm aelodau post allu gynnal tair sgwrs arall dros Zoom y tymor hwn yn dilyn llwyddiant y digwyddiadau blaenorol.

Ddydd Mawrth Ebrill 30ain am 10yb bydd Deborah Manger, cyn arbenigwraig mewn deintyddiaeth gofal arbennig yn siarad am gael Mynediad i Wasanaethau Deintyddol a Gwneud y Mwyaf o Ofal y Geg.

Ddydd Iau 23 Mai am 10am, bydd Barbra Fagan Speake, sy'n aelod o'r Gymrodoriaeth ac yn gyn seicolegydd clinigol wedi ymddeol sydd wedi troi'n awdur trosedd, yn siarad am Ysgrifennu Trosedd a'i chyfres o nofelau sy'n cynnwys y Ditectif Annie Macpherson.

Yn olaf ar ddydd Iau Mehefin 13eg am 10yb bydd aelodau post yn clywed gan Marilyn Bell, bydwaig ymchwil wedi ymddeol sydd â gyrfa amrywiol ar 'Becoming Accidental Orcadians' am hud Orkney.

Gwahoddir pob aelod post i gymryd rhan yn y digwyddiadau hyn felly cofrestrwch ar gyfer unrhyw un ohonynt drwy e-bostio Barbara Kolator, un o'ch cynrychiolwyr aelodau post ar Gyngor yr Aelodau, ar [Barbara@nhsrf.org.uk](mailto:Barbara@nhsrf.org.uk) i gofrestru ac i dderbyn dolen Zoom. Dylai unrhyw aelodau cangen a hoffai ffurfio rhestr wrth gefn gysylltu â Lucia Hiden ar [comms@nhsrf.org.uk](mailto:comms@nhsrf.org.uk) Gobeithio y bydd y sesiynau yn bleserus ac yn ddiddorol ac edrychaf ymlaen at glywed yr adborth.

### **Mae chwilio yn parhau am ymddiriedolwyr a chynrychiolwyr rhanbarthol**

Ar adeg mor dyngedfennol o ran newid i'r Gymrodoriaeth, mae'n hollbwysig bod llais yr aelodau yn ganolog i bopeth a wnawn. Dwy o'r ffyrdd pwysicaf y gallwch chi ddweud eich dweud a dylanwadu ar wneud penderfyniadau yw ymuno â Chyngor yr Aelodau neu ddod yn ymddiriedolwr.

Gallwch gael rhagor o wybodaeth am y rolau hyn yma ar gyfer ymddiriedolwyr ac yma ar gyfer Cyngor yr Aelodau neu gallwch siarad â Lorraine Taylor ar gyfer ymholiadau Cyngor yr Aelodau a Chris Kitchin ar gyfer ymholiadau ymddiriedolwyr - gellir cysylltu â'r ddau trwy'r Swyddfa Ganolog.

## **Cyfryngau cymdeithasol**

Mae gan y Gymrodoriaeth bellach broffil ar blatfform cyfryngau cymdeithasol LinkedIn. Byddwn yn defnyddio hwn i ymgysylltu â'n partneriaid a'n rhanddeiliaid GIG a chodi ymwybyddiaeth o bwy ydym ni a sut y gallwn gefnogi'r GIG. Gallwch ddod o hyd i ni trwy chwilio am @NHS Retirement Fellowship.

Dylai eich gweithgareddau cangen barhau i gael eu rhannu ar y dudalen Facebook sydd bellach, mae'n bleser gen i gyhoeddi, â dros 4,500 o aelodau a dilynwyd.

## **Enillydd mordaith Fred Olsen**

Roeddwn wrth fy modd pan gysylltodd Christine McCrudden â'r tîm i ddweud wrthym am yr anturiaethau gwych y gwnaeth hi a'i gŵr fwynhau yn ddiweddar ar Ddyfrffyrdd yr Iseldiroedd. Bydd y rhai ohonoch a oedd yn y gynhadledd yn cofio mai Christine oedd enillydd Iwcus y fordaith am ddim y bu modd i ni ei rhoi fel gwobr raffl diolch i'n partneriaid yn Fred Olsen Cruises. Yn amlwg cafodd Christine amser bendigedig a gallwch ddarllen mwy am ei hanturiaethau yma. Peidiwch ag anghofio bod holl aelodau'r Gymrodoriaeth yn cael gostyngiad o 5% oddi ar mordeithiau gyda Fred Olsen ynghyd â gostyngiad pellach o 5% ar ailarchebion. Ac yn ddiweddar maent wedi ychwanegu te prynhawn am ddim ar fwrdd y llong ar gyfer ein holl aelodau hefyd. Gallwch ffonio'r llinell archebu ar 0800 0355 108. Peidiwch ag anghofio cael eich cerdyn aelodaeth NHSRF wrth law.

## **Aelod Newham yn cyhoeddi atgofion**

Llongyfarchiadau i'n haelod Newham, Charlotte Osho, a gafodd ei hysbrydoli gymaint gan siaradwr gwadd ei chyfarfod cangen nes iddi benderfynu ysgrifennu ei hatgofion ei hun ac maent bellach wedi'u cyhoeddi. Mae Charlotte a'i merch Andi yn hapus i ddod i siarad mewn canghennau ar draws Llundain a'r de ddwyrain a gallwch gysylltu â hwy trwy ein pennaeth cyfathrebu Lucia yn [comms@nhsrf.org.uk](mailto:comms@nhsrf.org.uk). Gallwch ddarllen mwy am daith syfrdanol Charlotte yma.

## **Cronfa Les**

Peidiwch ag anghofio bod pob aelod sydd wedi bod gyda'r Gymrodoriaeth am flwyddyn neu fwy yn gymwys i wneud cais am gymorth o'r Gronfa Les os ydych yn bodloni'r meini prawf. Byddwn yn eich annog yn gryf i wneud hynny os oes angen ychydig o gymorth ychwanegol arnoch a gallaf eich sicrhau yr ymdrinnir â phob ymholiad yn gwbl gyfrinachol. Am ragor o wybodaeth, siaradwch â Sherry yn y Swyddfa Ganolog neu edrychwch ar y wybodaeth yma.

## **Ysgrifau coffa**

Yn anffodus, mae angen i mi hysbysu pob aelod o farwolaethau pedwar o'n haelodau.

Waple Baird

Bu Waple yn aelod hirsefydlog, gweithgar a chefnogol o gangen St. George, Merton a Wandsworth yn ystod y naw mlynedd diwethaf. Mae ei gyrfa gyda'r GIG yn rhychwantu hyfforddiant nyrsio

cyffredinol yn Ysbyty Ashcroft, Southampton a bydwaig hyfforddedig yn Ysbyty Ninewells, Dundee, yr Alban. Roedd yn nyrs practis ac yn arbenigwraig cynllunio teulu mewn sawl ysbyty yn Llundain gan gynnwys y Royal Brompton a Kings College yn ogystal â nifer o glinigau preifat. Derbyniwyd Waple i Ysbyty St. George ar ôl mynd yn sâl yn sydyn iawn ar y 6ef o Fawrth, bu farw yn dawel ar yr 8fed o Fawrth.

Darling Bhairo

Roedd Darling Bhairo yn nyrs gardiothorasig yn theatrau cardiaidd Ysbyty St. George yn Llundain ac roedd hefyd yn aelod hirsefydlog o gangen St George, Merton a Wandsworth. Bu farw yn dawel ddiwedd Ionawr.

June Haverson

Roedd June yn aelod gwerthfawr iawn o gangen South Tees a bu farw ym mis Ionawr. Bu'n ysgrifennydd cangen ac yna'n gadeirydd hyd chwe mis olaf ei bywyd. Bydd y gangen yn gweld colled enfawr ar ei hôl.

Pamela Shepherd

Roedd Pamela yn un o sylfaenwyr cangen St George, Merton a Wandsworth ers amser maith. Cafodd Pam ddiagnosis o *bifrontal glioma* gradd uchel (math ymosodol o diwmor ar yr ymennydd) ym mis Tachwedd 2023. Bu farw'n dawel ddydd Gwener 16eg o Chwefror 2024.

Mae fy nghydymdeimlad gyda'u teuluoedd a'u ffrindiau yn y canghennau.

Manylion cyswllt y Swyddfa Ganolog: ffôn 01305 361 317, e-bost [sherry.smith2@nhs.net](mailto:sherry.smith2@nhs.net) neu [Debbie.arnold4@nhs.net](mailto:Debbie.arnold4@nhs.net)