

Hoffem groesawu **Lorna Pearson** ein siaradwr heddiw sy'n Fardd Hiwmoraidd ac rwy'n siŵr y bydd yn ein diddanu â'i cherddi a'i hanesion doniol. Mae hyn yn gyferbyniad llwyr i siaradwr y mis diwethaf **Chris Dawson-Morris** o Adran Gynllunio Bwrdd Iechyd Aneurin Bevan. Cymerodd **John Butler** nodiadau o'i sgwrs bwysig ac maent wedi'u cynnwys isod. Atgoffir yr aelodau na fydd cyfarfod ym mis Awst

Ein cyfarfod ym mis Medi

Rydym wedi cael cryn dipyn o drafodaeth am sut yr ydym ni fel Cangen yn dathlu **NHS75 a NHSRF45** a phenderfynom y byddem yn cynnal digwyddiad dathlu yn ein cyfarfod ym mis Medi i nodi'r achlysur. Byddwn yn cynnal cwis gan y bythol boblogaidd **Pam Cocchiara** ac yna te bach yn Greenmeadow i aelodau. Mae croeso i rai nad ydynt yn aelodau/gwesteion ymuno â ni am gost o £8 am y te. At ddibenion archebu lle byddai'n ddefnyddiol gwybod faint fydd yn mynychu ac mae cynllun bwrdd ar gael heddiw. Gan fod hwn yn ddigwyddiad dathlu byddai'n braf pe gallem efallai wisgo rhywbeth glas neu hyd yn oed wisgo i fyny ychydig. Gadewch i ni wneud hwn yn brynhawn llawn hwyl!!

Ethol Trysorydd newydd

Fel y gwyddoch mae ein Trysorydd, **Barbara Davies** wedi bod yn ymgymryd â'r rôl bwysig hon ers sawl blwyddyn ac wedi gwneud gwaith anhygoel. Mae'n ddealladwy y byddai hi nawr yn hoffi seibiant ac mae un o'n haelodau mwy newydd, **Denise Coldrick**, yn garedig iawn wedi cynnig cymryd yr awenau. Dros yr ychydig fisoedd diwethaf, mae Denise wedi bod yn cysgodi Barbara er mwyn ymgysgu â'r swydd. Trafodwyd y mater yn ein cyfarfod Pwyllgor diweddar a chytunwyd yn unfrydol y byddai Denise yn cymryd yr awenau o 1af Medi 2023 gyda **Lilwyn Griffiths** yn Ddirprwy iddi. Rydym yn ddiolchgar iawn am gymorth Denise i gefnogi ein Cangen.

Hoffem hefyd gydnabod a diolch i Barbara am yr holl waith caled a'r amser y mae hi wedi'i roi yn y rôl hon. Mae wedi cael ei werthfawrogi'n fawr.

Tudalen Facebook NHSRF Cymru

Rydym yn awyddus i hyrwyddo'r NHSRF cymaint â phosibl. Mae'r dudalen Facebook genedlaethol yn cael ei defnyddio'n helaeth gan aelodau ond bellach mae gennym dudalen Facebook ar gyfer y GIG yng Nghymru sydd wedi'i sefydlu gan Angela Johnson, Swyddog Datblygu Cymrodoriaeth. Edrychwch ar **Cymdeithas Ymddeol GIG Cymru**. Gallwn ddefnyddio hwn i rannu'r hyn yr ydym yn ei wneud gyda Changhennau eraill.

Cyfarfod Cyffredinol Blynyddol a Chynhadledd y Gymdeithas

24 - 26 Tachwedd 2023

Bydd hwn yn cael ei gynnal yng **Ngwesty 4-Seren Forest Pines, Spa & Golf Resort**, a'i fwriad yw eich galluogi i ymlacio a dadflino. Yn swatio mewn 190 erw o goetir yng **Ngogledd Swydd Lincoln**, mae'r gwesty helaeth yn fwrlwm o weithgaredd, gyda Sba lechyd a Chwrs Golff Phencampwriaeth 27 twll enwog. Wrth iddi nosi, sipiwch goctel allan ar y teras ac ewch i'r Grill am bryd hamddenol o fwyd.

Yn syml ac yn ddiffwdan, mae'r Ystafelloedd Safonol cyfoes yn cymryd agwedd gartrefol at gysur a steil. Gallwch uwchraddio i ystafell foethus. Mae 2 wely dwbl yn yr ystafelloedd *twin 2* a gwely maint brenin yr yr ystafelloedd dwbl.

Mae bws gwennol am ddim i ac o brif **orsaf Scunthorpe o ddydd lau i ddydd Llun**. **Mae'r Cinio Croeso** ddydd Gwener yn sicrhau eich bod yn ymgartrefu yn y Gynhadledd, a gyda'r nos fe'ch croesewir gan arweinydd eichpenwythnos- canwr comedi gorau Blackpoola DJ Charleigh gyda cherddoriaeth fyw gan **Julieanna**.

Cynhelir y gynhadledd ar y dydd Sadwrn yn y Tennyson Suite drawiadol. Mae yno olau dydd naturiol ac ystafell ymneilltuo fawr, lle bydd coffi'r bore a danteithion pob y cogydd a ffrwythau'r ar gael, yn ogystal â the prynhawn gyda mwy o ddanteithion gan y cogydd. Mae cinio bwffe poeth ac oer 2 gwrs ar gael ar gyfer yr holl fynychwyr. **Mae Cinio Gala 3 Chwrs gyda gwin wedi'i gynnwys** yn dod â diwrnod y Gynhadledd i ben mewn steil, a cheir cerddoriaeth fyw gan The Moondogs, band preswyl y Cavern Club, Lerpwl, a gallwch ddawnsio trwy'r nos!

Mae IOW Tours yn cynnig profiadau anhygoel os byddwch chi'n cyrraedd ddiwrnod yn gynnar a / neu'n ychwanegu noson ychwanegol at eich arhosiad. **Gellir archebu lle ar-lein neu gallwch gysylltu â IOW Tours ar 01983405116 neu enquiries@iowtours.com**

Sgwrs am Gymdeithas y Gwasanaeth Iechyd Gwladol Mehefin 2023

Siaradwr: **Chris Dawson Morris**, Dirprwy Gyfarwyddwr Strategaeth, Cynllunio a Phartneriaeth.

Gwasanaethau Iechyd Lleol ac Ysbyty Athrofaol y Faenor

Wrth gychwyn ei gyflwyniad, amlinellodd Chris yr hyn a ddisgrifiodd fel gweledigaeth ac uchelgais Bwrdd Iechyd Aneurin Bevan.

Un o brif nodau'r Bwrdd Iechyd yw lleihau anghydraddoldebau iechyd ar draws ardal y bwrdd iechyd. I bwysleisio hyn, dywedodd fod y gwahaniaeth mewn disgwyliad oes iach, rhwng y rhannau tlotaf o rai cymunedau a'r rhannau mwyaf cefnog, bellach wedi cynyddu i 21 mlynedd ychwanegol o fywyd iach ymysg y poblogaethau mwy cyfoethog o fewn y bwrdd iechyd.

Er mwyn cyflawni'r nod hwnnw roedd y bwrdd iechyd yn gweithio tuag at ddarparu cymorth ar gyfer y gwahanol gyfnodau ym mywyd unigolyn.

- Cefnogaeth fel plentyn, ac mae hyn yn dechrau gyda gwasanaethau mamolaeth.
- Cefnogi'r pontio rhwng plentynod a dod yn oedolyn.

- Cefnogaeth i unigolion yn ystod eu bywyd gwaith
- Cefnogaeth i unigolion yn ddiweddarach mewn bywyd gyda phwyslais ar ofal i'r henoed, gan gynnwys gofal diwedd oes. Dim ond trwy gydweithredu â gwahanol asiantaethau y gellir cyflawni'r nodau hyn, yn enwedig gwasanaethau cymdeithasol a gofal cymdeithasol. Manylodd ar gynlluniau'r Bwrdd ar gyfer pob un o'r camau a nodir uchod, a oedd yn cynnwys y camau ymarferol i gyflawni'r nodau sydd angen eu cyflawni'n syth;
- Gwella gwasanaethau canser
- Lleihau rhestrau aros
- Gwella gwasanaethau iechyd meddwl
Er mwyn cyflawni'r nodau hyn, yn y tymor hir, bydd yn hanfodol addysgu pobl am ffordd iach o fyw a chymryd rheolaeth dros eu lles eu hunain. Yna gofynnodd Chris i'r gynulleidfa pwy oedd yn meddwl bod Ysbyty'r Faenor yn gwneud yn dda? Ni chodwyd llawer o ddwylo. Yna eglurodd fod Ysbyty'r Faenor yn anarferol, yn yr ystyr iddo gael ei gyflawni fel prosiect, ar amser ac o fewn y gyllideb a benodwyd. Roedd yn canoli gofal critigol a'r gwasanaethau difrifol mewn un uned ac arweiniodd hyn at welliant yn y gofal a roddir i'r rhai sy'n ddifrifol wael. Yna esboniodd y cysyniad o'r mynegai marwolaethau wedi'i addasu yn ôl risg (RAMI). Gan ddefnyddio'r mynegai hwn, sydd wedi lleihau'n sylweddol ers i Ysbyty'r Faenor agor, gellir dangos bod y gofal a ddarperir gan Fwrdd Iechyd Aneurin Bevan wedi gwella a'i fod bellach yn un o'r goreuon yn y DU. Os yw claf yn ddifrifol wael yna maent yn cael gofal rhagorol yn Ysbyty'r Faenor. Fodd bynnag, yr agwedd y mae'r Faenor wedi methu arni yw cael cleifion drwy'r system. Mae oedi o ran rhyddhau cleifion oherwydd diffyg gofal cymdeithasol ac mae hyn yn ei dro yn creu oedi o ran derbyn cleifion. Mae hyn yn golygu bod ambiwlansys yn aros am gyfnod eithriadol o hir y tu allan i'r ysbyty. Pwysleisiodd fod hyn yn rhywbeth y mae'n rhaid ei wella. Amlinellodd rai o'r syniadau y mae'r Bwrdd Iechyd yn eu datblygu, er mwyn gwella'r agwedd hon ar ofal.

Yn rhan olaf ei gyflwyniad aeth ymlaen i ddweud wrthym am brosiectau a oedd ar fin dod i ben, naill ai eleni neu'n gynnar y flwyddyn nesaf;

- Yn Nhredeggar, bydd Canolfan Iechyd a Lles Bevan, a adeiladwyd er mwyn darparu gwasanaethau meddygon teulu, gwasanaethau Deintyddol a gwasanaethau Awdurdod Lleol i gyd o dan yr un to, yn agor yn ddiweddarach eleni.
- Mae uned debyg yn cael ei hadeiladu yn Nwyrain Casnewydd a bydd honno'n cael ei chwblhau yn gynnar y flwyddyn nesaf.
- Bydd capasiti'r Uned Endosgopi yn Ysbyty Brenhinol Gwent yn dyblu erbyn diwedd y flwyddyn hon. Bydd hyn yn helpu i leihau'r amseroedd aros ar gyfer gwasanaethau canser.
- Bydd safle Ysbyty Neuadd Nevill yn gartref i Uned Radiotherapi Lloeren newydd. Bydd gan yr uned yr offer diweddaraf, a bydd yn bartneriaeth gydag Uned Gofal Canser newydd, eto ar yr un safle. Canolfan Ganser Felindre yng Nghaerdydd fydd prif safle yr unedau hyn.

- Bydd Uned y Fron Unedig yn Ystrad Ysbyty Fawr yn agor erbyn diwedd y flwyddyn hon
- Mae'r datblygiadau ar gyfer Gwasanaethau Iechyd Meddwl a Gwasanaethau ar gyfer Anableddau Dysgu yn dibynnu ar gymeradwyaeth o ran cyllid gan Lywodraeth Cymru a bydd gwasanaethau'n cael eu darparu ar safle Ysbyty'r Faenor yn ogystal â safle Ysbyty Sant Cadog. Yna gofynnodd am gwestiynau o'r llawr, ac wrth gwrs, o gofio fod hon yn gynulleidfa brofiadol a gwybodus, cafwyd nifer o gwestiynau craff am gapasiti, lefelau staffio a recriwtio, a'r tebygolrwydd y byddai'r Bwrdd Iechyd yn cyflawni ei nodau. Yna diolchodd Delyn Hunt i Chris ar ran y Gymrodoriaeth, am ddod i siarad â ni, ac am ei ymatebion gonest i rai cwestiynau treiddgar.

(Nodiadau o sgwrs gan John Butler)

DIWEDDARIAD AR DEITHIAU A GWEITHGAREDDAU

CHAVENAGE HOUSE SIR GAERLOYW

YMWELIAD WEDI'I DREFNU AR GYFER DYDD IAU 14EG O FEDI. ARHOSIAD AM GOFFI / SIOPA YN TETBURY

COST £53 YN CYNNWYS MYNEDIAD, DEWIS O 2 BRIF GWRS A 2 BWDIN AR GYFER CINIO , BYS A CHYFRANIAD I'R GYRRWR. MAE COSTAU CINIO WEDI CYNNYDD ERS YR YMWELIAD BWCIO. YCHYDIG O LEOEDD AR GAEL O HYD. RHOWCH GWYBOD I DELYN AM UNRHYW ANGHENION DIETEGOL

TALIAD LLAWN HEDDIW OS GWELWCH YN DDA. MAE CROESO I CHI DDOD Â GWIN OND GADEWCH I DELYN WYBOD ER MWYN GALLU TREFNU FOD GWYDRAU AR GAEL.

EIN BYS AR YR ACHLYSUR HWN FYDD PHIL ANSLOW.

AMSEROEDD CODI

GORSAF FYSUS CWMBRAN 09-00AM

GLAN YR AFON CASNEWYDD tua 09-15AM

FFORDD OSGOI CAS-GWENT tua 09-45AM

MAE TAIR THAITH THEATR WEDI EU TREFNU

1. THE CROWN JEWELS – A COMEDY AT THE NEW THEATRE, DYDDIAD 4YDD HYDREF COST £34
TALIAD LLAWN ERBYN CYFARFOD GORFFENNAF. 20 SEDD AR GAEL
MAE'N RHAID TALU'R THEATR ERBYN 31AIN GORFFENNAF
2. **THEN THERE WERE NONE** – A CHRISTIE MYSTERY PLAY' DYDDIAD DYDD MERCHER 20FED O FAWRTH 2024 COST £35, TALIAD LLAWN ERBYN CYFARFOD Tachwedd. 20 SEDD AR GAEL
NI FYDD MODD CYMRYD TALIADAU YNG NGHYFARFOD Y CINIO NADOLIG.
3. **PRETTY WOMAN** – THE MUSICAL, CANOLFAN MILENIWM CYMRU
DYDDIAD 2IL MAI 2024 COST £41
I'W DALU'N LLAWN YNG NGYFARFOD Ionawr. 20 SEDD AR GAEL

DYDD GWENER MEDI 1AF

GWAHODDIAD I GÊM SKITTLE GYDA GRWPIAU YMDDEOL RHONDDA A MERTHYR. LLAWER O HWYL A MWYNHAD

BWFFET WEDI'I GYNNWYS SYDD BOB AMSER YN ARDDERCHOG. COST TUA £6
ENWAU HEDDIW OS GWELWCH YN DDA BYDD ANGEN TREFNU EICH CLUDIANT EICH HUN /
RHANNU CLUDIANT

BYDD TAITH FARCHNAD NADOLIG ELEN'N MYND I EGLWYS GADEIRIOL WINCHESTER
COST £21. DYDDIAD DYDD IAU 7FED O RAGFYR

TEITHIAU BWS.COFIWCH GADEWCH I DELYN WYBOD BLE BYDD ANGEN EICH CODI
OS GWELWCH YN DDA

**CROESO I OEDOLION TEULU A FFRINDIAU AR Y RHAN FWYAF O DEITHIAU AC EITHRIO PAN FYDD
LLE'N GYFYNGEDIG. BYDD AELODAU'N CAEL BLAENORIIAETH O RAN ARCHEBU**

Eich Pwyllgor

Cadeirydd	Lynda Evans	Trefnwyr Raffl	Jen Martin
Is-Gadeirydd	Swydd wag:	Cyfarchwyr	Cynthia Matthews
Ysgrifennydd	Swydd wag:		Lilwyn Griffiths
Trysorydd	Barbara Davies/Denis Coldrick		Carol Cunnell
Trysorydd Cynorthwyol	Lilwyn Griffiths		Denise Coldrick
Llefarydd Ysgrifennydd	Joanne Butler		Megan Williams
Ysgrifennydd Aelodaeth	Ann Hyde		
Llyfrau a gwerthiant	Pam E Jones		
Teithiau a gwibdeithiau	Delyn Hunt		
Swyddog Lles / Swyddog Taliadau	Caroline Pitt/Megan Williams		

Gwybodaeth Cyswllt

Cadeirydd	Lynda Evans	01633 420668	lyndaevs@hotmail.co.uk
Ysgrifennydd			
Swyddog Lles	Caroline Pitt/Megan Williams	01633 660608	

Teithiau a gwibdeithiau	Delyn Hunt	01633 843140	delyn46@yahoo.co.uk
-------------------------	------------	--------------	--

Cronfa Les Cymdeithas Ymddeol y GIG Sherry Smith, Swyddog Gweinyddol, Swyddfa Ganolog. Tel 01305 361317, www.nhsrf.org.uk