

Cyngor Iechyd Cymuned Hywel Dda

Newyddion

Coronafeirws

Coronafirws Newydd (COVID-19)

COFIWCH: Arhoswch gartref os oes gennych chi neu rywun rydych chi'n byw gyda nhw naill ai:

- tymheredd uchel
- Peswch newydd, parhaus

[Canllawiau GIG Cymru Uniongyrchol: Gwiriwr Symptom Coronavirus COVID-19](#)

Mae'r wybodaeth fwyaf cyfredol a chyfoes ar gael ar:

- [Mae gwefan Iechyd Cyhoeddus Cymru \(PHW\) yn cyhoeddi diweddariadau **dyddiol am hanner dydd**](#)
- [Yr Adran Iechyd a Gofal Cymdeithasol \(DHSS\) ac Iechyd Cyhoeddus Lloegr \(PHE\)](#)
- [Tramor a Chymanwlad Swyddfa \(FCO\)](#)
- [Llywodraeth Cymru](#)

Mae gwybodaeth ar gyfer Defnyddwyr Iaith Arwyddion Prydain (BSL) ar gael ar [wefan PHW](#)

Yma i helpu

Mae CICau yn gweithio gyda Llywodraeth Cymru a chyrrff y GIG yn lleol ac yn genedlaethol. Mae hyn er mwyn i ni allu helpu i sicrhau bod pawb yn gallu darganfod y cyngor a'r wybodaeth ddiweddaraf sydd eu hangen arnynt - fel y gall pobl wneud yr hyn a allant i gadw eu hunain ac eraill yn iach, ac y gall y rhai sydd â'r angen mwyaf gael mynediad atynt y gofal iechyd sydd ei angen arnynt yn gyflym.

Mae'r rhan fwyaf o weithgareddau CICau mewn cymunedau lleol yn cynnwys cyswllt wyneb yn wyneb â phobl. Dilyn y cyngor diweddaraf, rydym yn newid y ffordd yr ydym yn ymgysylltu â phobl ac yn darparu cefnogaeth iddynt.

I rannu eich barn gyda ni, cysylltwch â ni ar:

hyweldda@waleschc.org.uk
office.hdd@waleschc.org.uk
01646 697610
@HywelDdaCHC

Cynllun gwirfoddoli i ddarparu gwasanaeth iechyd Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda

Nod y [gwasanaeth](#) yw cefnogi a gwella profiad cleifion yn ein hysbytai trwy recriwtio pobl leol i ymgymryd â rôl gwirfoddolwyr. Gall y gefnogaeth hon fod yn rhywbeth mor syml â threulio amser yn sgwrsio gyda chlaf neu ddarparu cefnogaeth i berthnasau a ffrindiau'r claf, fel eu helpu i ddod o hyd i'r ward iawn ar amseroedd ymweld.

Mae mwyafrif ein gwirfoddolwyr yn gweithredu fel 'cyfeillwyr cleifion' ar ein wardiau ac yn 'croesawu gwirfoddolwyr' mewn derbynfeydd ysbyty, ond mae gennym amrywiaeth eang o rolau gwirfoddol eraill i weddu i'r mwyafrif o ddiddordebau mewn gofal iechyd, gan gynnwys gwirfoddolwyr ward plant, gwirfoddolwyr mamolaeth, damweiniau ac achosion brys, gwirfoddolwyr fferyllol a llawer o rai eraill.

Mae gwirfoddoli gyda ni ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda yn ffordd wych i chi brofi sut brofiad yw mewn amgylchedd ysbyty os ydych chi'n meddwl am yrfa ym maes iechyd ac ennill profiad pellach yn dilyn cyfnod o brofiad gwaith gyda'r Bwrdd Iechyd.

Gall hefyd eich helpu chi i 'roi rhywbeth yn ôl' er enghraifft, os ydych chi wedi bod yn glaf eich hun neu wedi cael perthynas yn yr ysbyty, mae yna cymaint o ffyrdd i ddweud `diolch

Mae'r gwasanaeth hefyd yn awyddus iawn i weld ein gwirfoddolwyr yn datblygu'n bersonol a / neu'n broffesiynol trwy eu hymglymiad ac i sicrhau eu bod yn cael amser gwerth chweil gyda ni; felly ein gwaith yn ogystal â gwella profiad cleifion yw gwella'r profiad i'n gwirfoddolwyr.

Ciplun bach o rolau:

Gwirfoddolwr Cyfeillio Ward

byddwch yn rhyngweithio â cleifion a allai deimlo'n unig

Gwirfoddolwyr Croeso

byddwch yn cynorthwyo'r ddau glaf ac ymwelwyr â chyfeiriadau, eu cyfarwyddo a mynd â nhw I lleoliadau yn yr ysbyty pryd bo angen

Gwirfoddolwr Cymorth Fferylliaeth

byddwch yn cefnogi Fferylliaeth, Wardiau, Gwasanaethau Gwesty a cleifion trwy gymryd cleifion meddyginiaeth ar bresgripsiwn o Fferylliaeth i'r wardiau a ymgymryd â gweithgareddau eraill

Mae yna lawer o rolau gwirfoddoli eraill i ddarganfod mwy amdanynt a lle mae angen gwirfoddolwyr, cysylltwch â David Fretwell, Rheolwr Gwirfoddolwyr a'i dîm ar:

01267 244401 neu

[Wirfoddoli Cymru](#)

Stopwch y gweisg!

DATGANIAD I'R WASG GAN Y BWRDD CYNGHORAU IECHYD CYMUNED 26 MAWRTH 2020-CORONAFEIRWS (COVID-19)

Mae'r mesurau a gyhoeddwyd yn gynharach yr wythnos hon gan Brif Weinidog Cymru yn golygu ein bod i gyd yn wynebu cyfyngiadau llym ar ein bywydau bob dydd. Mae hyn yn cynnwys sut mae'r Bwrdd a Chynghorau Iechyd Cymuned (CIC) yn gweithio ledled Cymru.

Rydym yn deall bod hwn yn gyfnod anodd iawn i ni i gyd, ac os ydych chi angen neu'n defnyddio gwasanaethau'r GIG yn rheolaidd efallai eich bod chi'n teimlo'n bryderus ac yn ofnus iawn. Rydym am barhau i chwarae ein rhan wrth adlewyrchu barn pobl a chynrychioli eu diddordebau yn y GIG ar yr adeg dyngedfennol hon.

Dros yr wythnosau diwethaf mae ein staff a'n haelodau wedi gweithio'n galed i newid sut rydyn ni'n gwneud pethau.

Mae ein holl staff bellach yn gweithio gartref ac mae ein swyddfeydd ar gau. Gan nad ydym bellach yn gallu cyflawni ein gweithgareddau wyneb yn wyneb arferol, mae llawer o'n staff wedi gwirfoddoli i gael eu hadleoli i'w sefydliad GIG lleol - felly gallant helpu lle mae ei angen fwyaf ar yr adeg dyngedfennol hon.

Er nad ydym bellach yn clywed gan bobl wyneb yn wyneb, **rydym yn dal i weithio gyda Llywodraeth Cymru a chyrff y GIG yn lleol ac yn genedlaethol.**

Mae hyn er mwyn i ni allu helpu i sicrhau bod pawb yn gallu darganfod y cyngor a'r wybodaeth fwyaf diweddar sydd eu hangen arnynt - fel bod pobl yn gwneud popeth o fewn eu gallu i gadw eu hunain ac eraill yn iach, a bod y rhai sydd â'r angen mwyaf yn gallu cyrchu'r gofal iechyd sydd ei angen arnynt yn gyflym.

Rydym yn dal i fod eisiau clywed gan bobl am eu GIG yn ystod yr argyfwng hwn. Gallwch chi rannu'ch profiadau gyda ni mewn llawer o wahanol ffyrdd, gan gynnwys ffôn, ebost, cyfryngau cymdeithasol, negeseuon SMS a'n gwefan.

Efallai na fyddwn yn gallu codi eich materion unigol gyda chyrff y GIG ar yr adeg hon, gan ein bod yn deall yr angen i weithwyr gofal iechyd gael eu neilltuo'n llawn i'w hymateb i Coronafirws. Felly, byddwn yn parhau i gyflawni ein dyletswyddau statudol pwysig, mewn ffordd wahanol.

Mae CICau, er enghraifft, yn trefnu cyfarfodydd 'pwynt cyffwrdd' rheolaidd gyda'u GIG lleol. Mae hyn er mwyn iddynt rannu gyda'r GIG yr hyn y mae pobl a chymunedau lleol yn ei ddweud wrthynt fel y gall ymateb ble a sut y gall ddiwallu anghenion pobl - yn enwedig y rhai yn y sefyllfaoedd mwyaf agored i niwed.

Bydd y trefniadau hyn hefyd yn helpu'r GIG i ddiweddarau CICau ar y sefyllfa bresennol a'r heriau sydd o'n blaenau.

Rydym yn parhau i ddarparu gwasanaeth eirioli cwynion i'n cleientiaid presennol a phobl sydd angen cefnogaeth i godi pryder newydd gyda'r GIG.

Fodd bynnag, yn ystod yr argyfwng hwn byddem yn gofyn am amynedd a dealltwriaeth pobl a ydynt wedi cael eu heffeithio oherwydd bod y GIG wedi gorfod gwneud newidiadau angenrheidiol i symud ei adnoddau i'r meysydd sydd â'r angen mwyaf.

Lle rydym yn eich cefnogi i godi pryder, byddwn yn cytuno â chi y ffordd orau i gadw mewn cysylltiad heb gyswllt wyneb yn wyneb. Byddwn yn gweithio'n galed i sicrhau bod byrddau iechyd yn gwneud cynnydd rhesymol wrth ymchwilio i bryderon mewn ffordd sy'n gymesur.

Rydym yn deall y gallai fod oedi wrth ymchwilio i bryderon yn ystod yr argyfwng hwn. Rydym yn deall bod angen i staff sy'n darparu gofal rheng flaen ganolbwyntio eu hymdrechion ar ymateb i'r sefyllfa frys.

Pan fydd hyn yn digwydd, byddwn yn helpu i sicrhau bod cyrff y GIG yn hysbysu pobl am hynt eu pryder.

Rydym yn gwybod y gallai rhai pobl fethu, oherwydd y sefyllfa bresennol, i godi eu pryderon o fewn yr amserlenni gofynnol. Pan fydd hyn yn digwydd, byddwn yn eich cefnogi trwy ofyn i gyrff y GIG edrych yn ffafriol ar dderbyn cwynion a gyflwynir ar ôl y dyddiad cau cychwynnol o 12 mis, trwy arfer eu disgrisiwn.

Trwy gydol yr argyfwng hwn, mae angen i'r GIG wneud, a bydd yn parhau i wneud **hynny newidiadau brys, dros dro i'r ffordd y darperir gwasanaethau'r GIG**

- ei gefnogi i gynnal gweithlu iach, gan gynnwys gweithredu i gwmpasu bylchau ar gyfer cydweithwyr sy'n sâl, yn hunanwahanu, yn bell cymdeithasol ac ati.

- cyflwyno dewisiadau amgen ffôn ac ar-lein yn lle cyswllt wyneb yn wyneb
- adleoli staff i feysydd mwy critigol o angen ac i fynd i'r afael â bylchau sylweddol yn y gweithlu

Lle mae hyn yn digwydd, rydym yn parhau i weithio gyda'r GIG i helpu i sicrhau bod pobl yn gwybod am y newidiadau sy'n effeithio arnynt, a bod y ffordd y mae'r newidiadau hynny'n cael eu gwneud nid yn unig yn diwallu anghenion clinigol ond yn adlewyrchu'r hyn sydd bwysicaf i bobl.

Rydym yn gwneud hyn yn gyfrifol ac mewn ffordd nad yw'n gohirio'r penderfyniadau pwysig y mae angen i'r GIG eu gwneud

Gallwch gysylltu â'ch CIC lleol neu'r Bwrdd CICau mewn ystod o wahanol ffyrdd, gan gynnwys ffôn, e-bost, testun, cyfryngau cymdeithasol, gwefan a llythyr.

Gallwch ddarganfod mwy am weithgareddau CICau a Bwrdd CICau, gan gynnwys manylion cyswllt yma:

<http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/899/hafan>

Apêl COVID-19 GIG Hywel Dda

JustGiving™

Mae llawer wedi bod yn gofyn i'r Bwrdd Iechyd sut i ddweud diolch wrth y staff y GIG yn Hywel Dda sy'n gofalu am ein cymunedau lleol ar adegau mor eithriadol. Mae tudalen we wedi'i sefydlu i'ch galluogi i [roi rhodd](#) i ddangos eich gwerthfawrogiad i'n staff GIG sy'n gweithio'n ddiflino i ofalu am ein cymunedau ledled Sir Gaerfyrddin, Ceredigion a Sir Benfro.

Bydd pob ceiniog a roddir yn cael ei chyfeirio at gefnogi lles a lles staff y GIG a gwirfoddolwyr sy'n gofalu am gleifion COVID-19.

Astudiaeth COVID-19

Mae Gwyddoniaeth Ymddygiadol ac Iechyd UCL wedi lansio astudiaeth i effeithiau seicolegol a chymdeithasol Covid-19 yn y DU. Mae'r canlyniadau o hyn yn hanfodol os ydym am ddeall effeithiau'r firws a mesurau pellhau cymdeithasol ar unigolion.

Mae'r astudiaeth yn agored i bob oedolyn yn y DU. Mae cyfranogiad yn cynnwys ateb arolwg ar-lein 15 munud nawr ac yna ateb arolwg dilynol byrrach 10 munud unwaith yr wythnos wrth ynysu cymdeithasol. Am wybodaeth bellach www.covid19study.org

Rhannwch eich adborth ar ofal y GIG yn ystod argyfwng coronafeirws

Dros yr wythnosau diwethaf, rydym wedi gweld ein bywydau, ein cymunedau a'r ffordd yr ydym yn cyflawni ein gweithgareddau beunyddiol yn newid mewn ffordd na welsom erioed o'r blaen.

Rydym mewn argyfwng iechyd cyhoeddus byd-eang. Rydyn ni'n gwybod pa mor anodd yw hi i bawb - ac yn arbennig i bobl sydd yn y sefyllfaoedd mwyaf bregus.

Os ydych chi'n derbyn gofal y GIG ar hyn o bryd, ac os ydych chi angen neu'n defnyddio gwasanaethau'r GIG yn rheolaidd efallai eich bod chi'n teimlo'n bryderus ac yn bryderus iawn.

Gan fod eich CIC gwarchod cleifion Cleifion y GIG ledled Cymru eisiau parhau i chwarae ein rhan wrth adlewyrchu barn pobl a chynrychioli eich diddordebau yn y GIG ar yr adeg dyngedfennol hon.

Defnyddiwch yr [arolwg hwn](#) i ddweud wrthym am:

- Eich profiad o ofal a / neu driniaeth - gall fod yn dda neu'n ddrwg
- Sut mae'r argyfwng hwn wedi effeithio ar eich gofal a / neu driniaeth, a sut rydych chi'n teimlo am hyn.
- Unrhyw awgrymiadau sydd gennych ar sut y gallai'r GIG yng Nghymru wneud pethau'n wahanol yn ystod yr argyfwng hwn

Bydd eich adborth yn helpu i wneud gwahaniaeth. Byddwn yn rhannu gyda'r GIG yr hyn y mae pobl a chymunedau lleol yn ei ddweud wrthym. Mae hyn er mwyn iddo allu gweld beth mae pobl yn meddwl sy'n gweithio'n dda a gweithredu i wella gofal lle mae angen hyn - cyn gynted ag y mae'n bosibl gwneud hynny



www.communityhealthcouncils.org.uk/hyweldda



01646 697 610



@HDdCHC



hyweldda@waleschc.org.uk

Os hoffech y cylchlythyr hwn mewn fformat a/neu iaith wahanol, rhowch wybod i ni. Gallwch hefyd lawr lwytho copi o'n gwefan Hefyd ar ein gwefan mae manylion ein hysbysiad preifatrwydd