



ADRODDIAD CEFNOGI LLES STAFF 2020-21



ADRODDIAD CEFNOGI LLES STAFF

2020-21

Cyflwyniad

O ganlyniad i COVID-19, ni fu erioed yn bwysicach diogelu iechyd a lles emosiynol a chorfforol staff ym mhob rhan o Fwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro.

Mae'r adroddiad canlynol yn tynnu sylw at rai enghreifftiau o sut mae Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro, gan gynnwys Panel Ceisiadau'r Loteri Staff, wedi cefnogi lles staff drwy roddion hael a dderbyniwyd rhwng mis Ebrill 2020 a mis Mawrth 2021.

Mae'r adroddiad yn canolbwyntio'n benodol ar sut y cafodd arian ei wario i gefnogi iechyd a lles emosiynol a chorfforol staff ym mhob rhan o Fwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro. Oherwydd nifer y ceisiadau am arian gan aelodau o staff, dim ond cipolwg yw'r adroddiad hwn ar y ffyrdd niferus ac amrywiol y mae'r Elusen Iechyd wedi gwario arian a dderbyniwyd. Mae'r adroddiad hwn hefyd yn rhoi cyfle arall i Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro a Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro i ddiolch yn fawr iawn i'r busnesau, y sefydliadau a'r cyhoedd sydd wedi gwneud cymaint i gefnogi staff y GIG yn ystod y cyfnod digynsail hwn.

Mae'r Elusen Iechyd yn cael cefnogaeth barhaus gan Elusennau'r GIG Gyda'i Gilydd, sef yr elusen drosfwaol sy'n cynrychioli, yn cefnogi ac yn hyrwyddo pob elusen unigol y GIG yn y DU. Codwyd £150 miliwn ar gyfer Elusennau'r GIG Gyda'i Gilydd yn 2020 sydd wedi'i ddosbarthu i bob un o'r 220 aelod o'r rhwydwaith mewn gwahanol ffyrdd. Rhoddwyd cyfran o'r arian hwn i helpu'n benodol y rhai yr effeithiwyd arnynt yn anghymesur gan COVID-19. Mae Elusennau'r GIG Gyda'i Gilydd yn gwneud cais am fwy o arian i gefnogi nifer o brosiectau ym mhob rhan o'r Bwrdd Iechyd, gan helpu i leddfu'r pwysau ar staff a gwasanaethau'r GIG a helpu i adfer y GIG yn yr hirdymor.

Mae'r Elusen Iechyd yn hynod ddiolchgar am yr holl gefnogaeth a ddangoswyd yn ystod cyfnod mor heriol a bydd yn ceisio codi mwy o arian er budd pawb ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro.

I gael gwybod mwy am sut mae Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro wedi gwario arian drwy weithgareddau codi arian a chymorth yn ystod pandemig COVID-19, darllenwch Adroddiad Gwariant COVID-19 ac Adroddiad Codi Arian COVID-19.

Diolch.





Mae Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro yn rheoli'r Loteri Staff sy'n rhoi cyfle i staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro ennill £1,000 bob wythnos ynghyd â'r cyfle i gymryd rhan am ddim ym MegaDraw a SuperDraw yr Elusen Iechyd sy'n digwydd ddwywaith y flwyddyn.

Mae'r Loteri Staff yn rhoi cyfle i staff wneud cais am arian drwy Gynllun Llwybr Carlam Loteri Staff yr Elusen Iechyd a Phanel Ceisiadau'r Loteri Staff, sydd wedi dyfarnu grantiau o dros £1.5 miliwn yn ddiweddar i gefnogi nifer o brosiectau ym mhob rhan o Fwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro.

Mae'r enghreifftiau isod yn manylu ar sut mae arian wedi'i wario gan Banel Ceisiadau'r Loteri Staff i helpu i wella lles corfforol a meddyliol staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro.

Laniardiau i staff sy'n nodi eu bod wedi'u heithrio rhag gwisgo masg

Mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro yn cydnabod bod staff o fewn y sefydliad sydd ag anableddau neu gyflyrau iechyd nad oes modd eu gweld weithiau ac sy'n eu hatal rhag gallu gwisgo masgiau yn unol â chanllawiau Llywodraeth Cymru. O ganlyniad, mae aelodau o staff ac aelodau o'r cyhoedd, gan gynnwys cleifion, wedi herio aelodau o staff na allant wisgo masg gan ofyn pam nad ydynt yn gwisgo masg.



Rhoddwyd arian, y gofynnwyd amdano gan yr Adran Gweithlu a Datblygu Sefydliadol, er mwyn rhoi laniardiau i tua 220-250 o aelodau o staff, gan nodi nad oes angen iddynt wisgo masg mewn ardaloedd nad oes angen gwisgo cyfarpar diogelu personol ynddynt. Mae'r laniardiau hyn, sydd ag arwyddlun blodyn yr haul arnynt, wedi galluogi staff i deimlo'n fwy hyderus tra byddant yn y gwaith, gan leihau pryder am gael eu herio a gwella boddhad mewn swyddi a chynhyrchiant o ganlyniad. Mae cael y laniardiau hyn hefyd wedi rhoi sicrwydd i staff a chleifion sydd wedi helpu'n sylweddol i wella iechyd a lles y gwisgwr a'r rhai o'i gwmpas.

Gorsaf Ail-lenwi Dŵr yn Hafan Staff, Ysbyty Athrofaol Cymru

Rhoddwyd arian i osod gorsaf ail-lenwi dŵr oer annibynnol gyda'r dŵr yn dod o'r prif gyflenwad o fewn Hafan Staff Ysbyty Athrofaol Cymru sydd wedi'i lleoli yn Adain Lakeside. Mae'r fath beiriannau eisoes wedi'u gosod yn Ysbyty'r Barri ac Ysbyty Dewi Sant ac mae'r rhain wedi'u canmol. Mae gosod y peiriant hwn yn ychwanegiad cynaliadwy i'r Hafan Staff drwy helpu i leihau'r defnydd o blastig untro sy'n cefnogi Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol ymhellach drwy helpu i greu Cymru sy'n fwy Llewyrchus, Gwydn ac Iach. Mae'r peiriant hefyd yn cyfrannu'n gadarnhaol at les a chynhyrchiant staff a boddhad mewn swyddi ac o ganlyniad gofal gwell a mwy effeithlon i gleifion. Bydd hyn hefyd yn helpu i wella iechyd a lles corfforol a meddyliol staff a chleifion o ganlyniad.



Ardal Feiciau Ddiogel i Staff - Ysbyty Athrofaol Llandochau

Rhodddwyd arian i Ysbyty Athrofaol Llandochau i greu ardal feiciau ddiogel newydd i staff gan gymryd lle'r hen gyfleusterau yng nghefn y safle. Mae cynnig gwell cyfleuster storio ar gyfer beiciau yn sicrhau bod beiciau'n aros yn ddiogel yn ystod oriau gwaith ac yn annog teithio llesol a chynaliadwy. Mae hyn hefyd yn helpu i leihau problemau parcio ac allyriadau aer wrth wella iechyd a lles corfforol a meddyliol staff hefyd. Felly, mae'r ychwanegiadau'n gweithio yn unol â nodau canlynol Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol i greu Cymru 'Wydn, Iachach a Chyfrifol ar Lefel Fyd-eang'.

Adnoddau Ardaloedd Staff

Mae arian wedi'i roi i wella nifer o ardaloedd staff yr oedd angen eu diweddaru a'u hadnewyddu. Rhodddwyd dodrefn a chyfarpar cegin newydd a gwell hefyd. Mae'r diweddariadau hyn i ardaloedd staff wedi cael effaith gadarnhaol iawn ar iechyd corfforol a meddyliol staff ac felly byddant yn helpu i wella gofal cleifion o ganlyniad.

Mae'r adrannau sy'n elwa o'r diweddariadau hyn yn cynnwys Canolfan Orthopedig Caerdydd a'r Fro, y Gwasanaeth Iechyd Meddwl i Bobl Hŷn, Uned Rhydlafar yn Ysbyty Dewi Sant, Canolfan Iechyd Pentwyn, Ward West One a Thîm Deintyddol OSCAR yn Ysbyty Athrofaol Llandochau, Iechyd Cymunedol Plant, Ward Ash yn Hafan y Coed, Cynllun Gwên yn Nhreforest, yr Adrannau Ffisiotherapi a Ffisiotherapi Peditrig, y Gyfarwyddiaeth Offthalmoleg a Ward C7 a'r Uned Sterileiddio a Diheintio Deintyddol yn Ysbyty Athrofaol Cymru.



Gwella Ceginau ac Amgylcheddau Gorffwys Staff (Bwrdd Clinigol Diagnosteg Glinigol a Therapiwteg)

Rhodddwyd Panel Ceisiadau'r Loteri Staff arian i adnewyddu'r ystafell staff ym mhrif Adran Ffisiotherapi Ysbyty Athrofaol Llandochau, gan gael gwared ar y lloriau, y nenfwd a'r dodrefn presennol a'u diweddaru gyda rhai newydd, hawdd eu glanhau. Mae'r gwaith adnewyddu hwn wedi moderneiddio'r hen ystafell staff, gan hwyluso mwy o le yn yr ystafell a galluogi'r ardal i ddenu staff cyfredol a newydd a darparu ar eu cyfer. Mae hyn hefyd yn dangos bod Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro yn gofalu am ei staff, gan gynnig amgylchedd dymunol iddynt y gallant ymfalchïo ynddo. Mae hyn hefyd yn cyfrannu'n gadarnhaol at les a chynhyrchiant staff a boddhad mewn swyddi ac o ganlyniad gofal gwell a mwy effeithlon i gleifion.



Loceri Tair Haen i Staff

(Bwrdd Clinigol Diagnosteg Glinigol a Therapiwteg)

Cafodd yr Adran Therapi Galwedigaethol, a symudwyd yn ddiweddar i Ysbyty Dewi Sant o Ysbyty Rookwood, loceri i staff eu defnyddio i storio eu heiddo personol yn ystod oriau gwaith.

Gwnaeth y loceri wella'r cyfleusterau gwaith a'r amgylchedd therapi blaenorol yn fawr drwy greu digon o le storio i'r staff storio eu heitemau personol yn ddiogel. Gwnaeth hyn dacluso'r lle presennol, gan wella diogelwch wrth ryddhau'r lle a oedd yn cael ei ddefnyddio'n flaenorol i storio eiddo, gan wneud yr ardal therapi asesu yn hygyrch i gleifion. Gobeithio y bydd hyn hefyd yn helpu i wella iechyd a lles corfforol a meddyliol staff a chleifion o ganlyniad.

Uwchraddio Dodrefn Ystafell Staff yr Uned Asesu Argyfwng Meddygol (UAAM) (Bwrdd Clinigol Meddygaeth)

Rhoddwyd dodrefn newydd i'r ystafell staff yn yr UAAM yn Ysbyty Athrofaol Llandochoau yn lle'r hen ddodrefn, ac mae hyn wedi moderneiddio'r hen ystafell staff. Mae hyn hefyd yn dangos bod Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro yn gofalu am ei staff, gan gynnig amgylchedd dymunol iddynt y gallant ymfalchio ynddo. Gall hefyd gyfrannu'n gadarnhaol at les a chynhyrchiant staff a boddhad mewn swyddi ac o ganlyniad gofal gwell a mwy effeithlon i gleifion.

Gwobrau Cydnabod Staff

(Bwrdd Clinigol Meddygaeth)

Cynhaliodd y Bwrdd Clinigol Meddygaeth (BCM) ddigwyddiad Gwobrau Cydnabod Staff i ddiolch i'w staff am eu cyfraniadau gwerthfawr. Roedd 2020 yn flwyddyn arbennig o heriol ac roedd y Bwrdd Clinigol am gydnabod gwaith caled ei staff a chydabod unigolion sydd wedi gwneud gwahaniaeth.

Rhoddwyd arian er mwyn rhoi tlysau i'r enillwyr a'r rhai a ddaeth yn ail ym mhob un o 11 categori'r Gwobrau yn ogystal â gwobrau diolch wrth alluogi'r Bwrdd Clinigol i gynnig lluniaeth yn ystod y digwyddiad hefyd. Helpodd y digwyddiad i ddangos gwerthfawrogiad o waith caled a diwydrwydd staff drwy gydol y flwyddyn, gan helpu hefyd i wella boddhad mewn swyddi a sicrhau gwell gofal i gleifion o ganlyniad.



Tiwtoriaid ac Adnoddau Coleg Adfer a Lles Caerdydd a'r Fro (Bwrdd Clinigol Iechyd Meddwl)

Coleg Adfer a Lles Caerdydd a'r Fro yn yr Eglwys Newydd yw'r Coleg Adfer cyntaf i gael ei arwain gan Arweinydd Cymheiriaid ac mae wedi ymrwymo i gyflogi staff sydd â phrofiadau bywyd o heriau iechyd meddwl.



Cardiff and Vale
**Recovery &
Wellbeing College**

Canfuwyd bod dysgu cerddoriaeth ac yn arbennig dysgu sut i ganu yn effeithiol o ran galluogi pobl i ddysgu sgiliau a strategaethau trosglwyddadwy fel gwaith anadl a rheoleiddio emosiynol a all helpu i wella eu hiechyd meddwl a'u lles. Mae gwneud gweithgareddau mewn grwpiau hefyd yn helpu i feithrin sgiliau cymdeithasol, hyder a hunan-barch.

Rhoddwyd arian i gomisiynu Hyfforddwr Cymheiriaid Cyswllt a chanwr proffesiynol sydd â phrofiad o gyflwyno cyrsiau i bobl â heriau iechyd meddwl, i greu cwrs wedi'i gyd-gynhyrchu ar gyfer myfyrwyr a staff y coleg. Nid oedd gan y coleg yr arbenigedd angenrheidiol i gyflwyno cwrs mewn canu er lles ond roedd gan y canwr yr oeddent wedi'i ddewis brofiad blaenorol, ar ôl gweithio gyda phobl â dementia a chleifion sy'n gwella o strôc.

Hefyd galluogodd yr arian a roddwyd gan Banel Ceisiadau'r Loteri Staff ddau diwtor i gyd-gynhyrchu a chyflwyno cyrsiau iechyd meddwl a lles ar gyfer staff, gofawyr a defnyddwyr gwasanaethau yn y Coleg Adfer. Rhoddwyd mwy o arian er mwyn prynu deunyddiau celf i'r adran i'w hanfon at fyfyrwyr, gan alluogi cyfranogiad o bell yn ystod pandemig COVID-19. Mae'r tiwtoriaid, sydd â phrofiad bywyd o heriau iechyd meddwl ac sy'n cael eu paru â gweithiwr iechyd proffesiynol, yn cyflwyno dau gwrs y gall defnyddwyr eu dilyn o bell naill ai yn yr ysbyty neu gartref.

Mae'r prosiectau hyn yn dangos ymrwymiad Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro i ymgysylltu, cydweithio a chyd-gynhyrchu â phobl â phrofiadau bywyd o wasanaethau iechyd meddwl a'u gofawyr, yn ogystal â'i ymrwymiad i wrando arnynt. Roedd yr adran yn gobeithio gwella lles ei staff, ei gofawyr a'i defnyddwyr gwasanaeth drwy well cyfleoedd addysgol, gan alluogi cyfranogwyr i ddysgu sgiliau a gwybodaeth newydd y gellir eu cymhwyso i'w gwellhad eu hunain yn ogystal â gwellhad pobl eraill. Bydd hyn hefyd yn helpu i wella iechyd a lles corfforol a meddyliol staff a chleifion o ganlyniad. Oherwydd cyfyngiadau pandemig COVID-19, mae'r prosiectau hyn wedi'u gohirio nes ei bod yn ddiogel ac yn briodol gweithredu'r prosiectau yn unol â'r canllawiau diweddaraf a nodwyd gan Lywodraeth Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Tiwтора Sgiliau Comedi Llwyfan (Bwrdd Clinigol Iechyd Meddwl)

Rhoddwyd arian i alluogi cleientiaid a staff y Gwasanaeth Anhwylderau Bwyta Risg Uchel i fynychu sesiynau tiwtora mewn sgiliau comedi i'w helpu i wella. Gwellodd Dave Chowner, comediwr llwyfan proffesiynol, o anhwylder bwyta ac mae bellach yn cyflwyno'r rhaglen ar-lein ar gyfer pobl ag anhwylderau bwyta i'w helpu i wella.

Mae'r sesiynau'n rhoi cyfle i gleientiaid feithrin eu hyder, eu pendantrwydd, eu hunaniaeth gymdeithasol a'u hagwedd tuag at wella yn ogystal â gwella eu hiechyd a'u lles corfforol a meddyliol eu hunain. Mae'r sesiynau hefyd yn rhoi ffordd ardderchog i staff reoli straen a gwella cyfathrebu. Gall hyn hefyd gyfrannu'n gadarnhaol at les a chynhyrchiant staff a boddhad mewn swyddi o ganlyniad.



Hafan Staff Canolfan Iechyd Glan-yr-afon - Uwchraddio'r Gegin

(Bwrdd Clinigol Gofal Sylfaenol, Cymunedol a Chanolraddol)

Cafodd y Gwasanaeth Deintyddol Cymunedol yng Nghanolfan Iechyd Glan-yr-afon nifer o nwyddau gwyn trydanol fel oergelloedd, microdon, tegell a thostiwr yn ogystal â chyllyll a ffyrç a llestri ar gyfer ei gegin newydd i'r staff. Roedd to a oedd yn gollwng yn flaenorol wedi difrodi llawer o ystafelloedd gan gynnwys yr ystafell staff, y gegin a'r ystafell stoc a arweiniodd at golli llawer o eitemau.

Mae adnewyddu'r eitemau hyn yn dangos bod Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro yn gofalu am ei staff, gan gynnig amgylchedd dymunol iddynt y gallant ymfalchïo ynddo. Mae hyn hefyd yn cyfrannu'n gadarnhaol at les a chynhyrchiant staff a boddhad mewn swyddi ac o ganlyniad gofal gwell a mwy effeithlon i gleifion.

Gardd Fyfyrio Ysbyty Athrofaol Llandochau gyda Meinciau Coffa (Bwrdd Clinigol Llawfeddygaeth)

Yn ystod y blynyddoedd diwethaf, yn anffodus, mae'r Adran Weithredu yn Ysbyty Athrofaol Llandochau wedi colli nifer o gydweithwyr sydd wedi marw o wahanol achosion. Yn dilyn y colledion trist iawn hyn, roedd staff yr adran am goffáu eu ffrindiau a'u cydweithwyr drwy weddnewid ardal yr iard fach yng nghanol yr Uned Llawdriniaeth Ddydd.

Rhodddwyd Panel Ceisiadau'r Loteri Staff bedair mainc coffa a wnaed o ddeunyddiau wedi'u hailgylchu i'w gosod o fewn iard yr Uned Llawdriniaeth Ddydd. Mae cwblhau'r ardd hon yn golygu bod gan aelodau o staff ardal i fyfrio ac i gofio eu cydweithwyr coll yn ogystal ag i leihau pwysau dyddiol gweithio mewn amgylchedd sy'n peri llawer o straen. Mae'r ardal hefyd yn cyfrannu'n gadarnhaol at les a chynhyrchiant staff drwy dynnu sylw at eu pwysigrwydd i'r adran ac mae'n cydnabod gwaith caled ac ymroddiad yr holl staff yn y gorffennol a'r presennol. Mae hyn hefyd yn cyfrannu'n gadarnhaol at les a chynhyrchiant staff a boddhad mewn swyddi ac o ganlyniad gofal gwell a mwy effeithlon i gleifion.



Hafan Staff Ysbyty Athrofaol Llandochau – Uwchraddio'r Gegin (Bwrdd Clinigol Llawfeddygaeth)

Rhodddwyd arian i adnewyddu'r gegin i staff yn yr Uned Llawdriniaeth Ddydd yn Ysbyty Athrofaol Llandochau ac mae'r gwaith wedi cynnwys gosod unedau, droriau, arwynebau gwaith, sinc, tapiau a boeler dŵr poeth newydd sbon hawdd eu glanhau. Mae'r gwaith adnewyddu wedi moderneiddio'r hen ystafell staff 23 oed ar gyfer staff newydd a chyfredol yr adran. Mae hyn hefyd yn dangos bod Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro yn gofalu am ei staff, gan gynnig amgylchedd dymunol iddynt y gallant ymfalchïo ynddo. Mae hyn hefyd yn cyfrannu'n gadarnhaol at les a chynhyrchiant staff a boddhad mewn swyddi ac, o ganlyniad, ofal gwell a mwy effeithlon i gleifion.



Ymgyrch 'Spread The Love'

Sefydlodd Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro yr Ymgyrch 'Spread The Love' ym mis Mawrth 2020 i godi arian i wella gwasanaethau ac i gynnig eitemau ychwanegol i adrannau a staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro y mae pandemig COVID-19 yn effeithio'n uniongyrchol arnynt.

Mae'r enghreifftiau isod yn manylu ar sut mae arian wedi'i wario i wella lles corfforol a meddyliol staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro.



Dyfeisiau Diogelu Gweithwyr Unigol Guardian 24

Mae Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro wedi rhoi arian i Ddyfeisiau Diogelu Gweithwyr Unigol Guardian 24 ychwanegol gael eu prynu ar gyfer staff sy'n dioddef cam-drin domestig a stelcio. Mae'r dyfeisiau'n rhoi ffordd syml ond effeithiol i unigolion sy'n agored i niwed alw am gymorth mewn sefyllfaoedd brys, gan gynnig ymateb 24 awr gan Ganolfan Rheoli Digwyddiadau â gweithwyr yn y DU a fydd yn ymateb ar unwaith i larymau sy'n cael eu cychwyn.

Adnoddau ac Adnewyddu Ardaloedd Staff

Mae lluo o roddion hael wedi galluogi adnewyddu nifer o ardaloedd staff gyda dodrefn ac offer cegin newydd a gwell. Mae hyn a'r deunyddiau adnoddau eraill wedi cael effaith gadarnhaol fawr ar iechyd corfforol a meddyliol staff ac felly byddant yn helpu i wella gofal cleifion o ganlyniad.

Mae'r adrannau sydd wedi gofyn am y gwaith adnewyddu a gosod hwn yn cynnwys yr Uned Sterileiddio a Diheintio Deintyddol, Gwasanaeth Adsefydlu ac Adfer Cymunedol Phoenix, y Gwasanaeth Maeth a Deieteg Cymunedol, Adrannau Therapi Galwedigaethol Ysbyty Athrofaol Cymru a Dewi Sant ac Uned Fferyllol y Santes Fair a'r Adran Peirianeg Glinigol. Rhoddwyd offer hefyd i Dîm Nyrsys Ardal Radur, y Gwasanaeth Dementia Cynnar, Tîm Iechyd Meddwl Cymunedol Pendine, yr Adran Maeth a Dieteteg yn Ysbyty Athrofaol Cymru ac Ysbyty Athrofaol Llandochau a'r Tîm Therapi Lleferydd ac Iaith Plant.

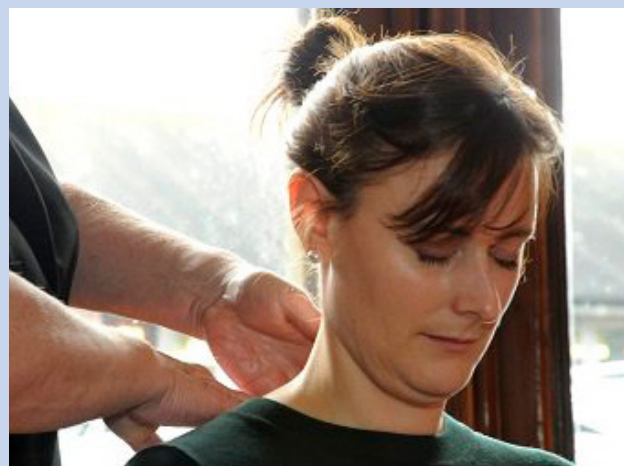


Hafanau Staff

Defnyddiwyd rhoddion i gael nifer o eitemau i helpu i redeg yr Hafanau Staff yn Ysbyty Athrofaol Cymru, Ysbyty Athrofaol Llandochoau ac Ysbyty Calon y Ddraig. Roedd y rhain yn cynnwys blychau trin staff, cynhyrchion glanhau, chwistrellau ymlacio a blancedi meddal ar gyfer Ystafelloedd Ymlacio'r Enfys. Yn ogystal â galluogi'r Hafanau i redeg yn fwy effeithlon, roedd yr eitemau hyn yn gwella'n sylweddol y gwasanaeth a ddarperir i'n staff rheng flaen yn ystod y pandemig.

Lles Staff

Yn ystod y cyfnod digynsail hwn, ni fu erioed yn bwysicach gofalu am iechyd a lles corfforol a meddyliol pawb. Er mwyn helpu i ofalu am staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro yn ystod y pandemig, cynigiwyd sawl eitem i wella a chynnal eu lles corfforol a meddyliol. Roedd y rhain yn cynnwys canllaw a phosteri ynglŷn ag adnoddau lles rhyngweithiol, pecynnau meddyliau gweithredol i ddechreuwyd, llyfrau gwaith i gleifion, pecynnau ymwybyddiaeth ofalgar, taflen 12 tudalen am fyw a gweithio'n dda ar wahân, prosiect am ysgrifennu yn ystod y cyfnod cloi a sawl bocs trîs i staff. Rhoddwyd diodydd a lolis iâ hefyd i'n staff rheng flaen sy'n gweithio mewn cyfarpar diogelu personol yn ystod y gwres llethol ar anterth y pandemig.



Cerdyn Post Diolch i Staff

Mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro yn gwybod na fyddai wedi gallu ymateb i bandemig COVID-19 mor effeithlon ac effeithiol ag y mae wedi heb ymroddiad ei staff a'i wasanaethau cymorth. Felly, er mwyn cydnabod ei staff a diolch iddynt am eu hempoethi, eu diwydrwydd a'u haberth, rhoddwyd arian i lawer o adrannau gan gynnwys yr Uned Achosion Brys a'r Bwrdd Clinigol Meddygaeth Integredig i greu cardiau post diolch a roddwyd wedyn i staff am eu hymdrechion.

Adnewyddu Ystafell Therapi Lleferydd ac Iaith i Oedolion

(Bwrdd Clinigol Diagnosteg Glinigol a Therapiwteg)

Gofynnodd yr Adran Therapi Iaith a Lleferydd i Oedolion yn Ysbyty Athrofaol Cymru am eitemau fel peiriant coffi, uned aerdymheru a phlanhigion dan do i wella ei hystafell staff. Bydd yr eitemau hyn sy'n cynnwys blwch Golau Anhwylder Affeithiol Tymhorol yn helpu i wella'r amgylchedd presennol a morâl staff.



Dodrefn ac Offer i'r Ardd ar gyfer Canolfan Iechyd Glan-yr-afon (Bwrdd Clinigol Diagnosteg Glinigol a Therapiwteg)

Rhoddwyd dodrefn ac offer i'r ardd i Ganolfan Iechyd Glan-yr-afon i'w defnyddio yn yr ardd fach o fewn perimedr mewnol y Ganolfan Iechyd. Bydd gallu defnyddio'r eitemau hyn sy'n cynnwys mainc awyr agored, cadeiriau y gellir eu pentyrru a sied offer garddio yn gwella lles staff y ganolfan iechyd sy'n defnyddio'r ardd yn fawr. Oherwydd yr eitemau hyn, mae staff yn gallu cael cinio yn yr awyr agored mewn gardd a gynhelir yn dda, ac mae morâl a lles staff wedi gwella hefyd.

Cleifion Allanol Diabetes – Lloches Gyrru Drwodd Dros Dro (Bwrdd Clinigol Meddygaeth)

Rhoddwyd arian i osod lloches gyrru drwodd dros dro i aelodau staff Cleifion Allanol Diabetes sy'n cynnal profion pigiad bys ar gleifion i'w galluogi i gyflawni eu dyletswyddau wrth eu diogelu rhag tywydd garw.

Adnewyddu Ystafell Gwasanaeth Therapi Cynnwys a Phecynnau Ymwybyddiaeth Ofalgar (Bwrdd Clinigol Iechyd Meddwl)

Rhoddwyd arian i Wasanaeth Therapi Cynnwys yn Ysbyty'r Eglwys Newydd i adnewyddu a gwella ei ddau le therapi. Mae'r gwasanaeth yn darparu therapi siarad dwys i unigolion gofidus iawn sy'n aml wedi dioddef trawma. Bydd cynnig amgylchedd croesawgar a chyfforddus wedi'i ddiweddarau i'w cleientiaid ei ddefnyddio yn ystod sesiynau yn helpu i wella ymgysylltiad a lles cleifion a staff. Rhoddwyd pecynnau ymwybyddiaeth ofalgar hefyd i'r gwasanaeth eu defnyddio, gan wella creadigrwydd a lles meddyliol staff a chleifion.



Gosod Ystafell Staff i Dîm Ardal y De a'r Dwyrain (Bwrdd Clinigol Gofal Sylfaenol, Cymunedol a Chanolraddol)

Yn 2020, symudodd Tîm Ardal y De a'r Dwyrain i'w swyddfeydd newydd yn Ysbyty Brenhinol Caerdydd a rhoddwyd arian iddo osod ystafell staff yn ei adran. Cafwyd eitemau fel microdon, oergell, bwrdd, cadeiriau, gwyntyllau, hysbysfyrddau a chelf a fydd yn helpu i wella'r amgylchedd a morâl y staff yn sylweddol.

Gofal Critigol – Ystafell Staff Newydd â Dodrefn Newydd (Bwrdd Clinigol Gwasanaethau Arbenigol)

Mae bellach gan staff Gofal Critigol yn Ysbyty Athrofaol Cymru le hamddenol i gael seibiannau haeddiannol o'r wardiau trwy rodd hael gan Stagecoach yn Ne Cymru i ymgyrch 'Spread The Love' Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro.

Pan oedd Tîm Cyfalaf, Ystadau a Chyfleusterau'r Bwrdd Iechyd wedi cwblhau'r gwaith o adeiladu'r ardal, defnyddiwyd yr arian gan Stagecoach i ddodrefnu'r ardal. Mae'r ystafell egwyl bellach yn lle mwy, gyda dodrefn newydd, seddi cyfforddus ac addurniadau chwaethus. Caiff gwaith celf hefyd ei osod ar y waliau cyn bo hir i ddod ag ymdeimlad ychwanegol o dawelwch, gan gyfrannu'n fawr at wella iechyd a lles corfforol a meddyliol staff.



Gwasanaeth Gyrru Drwodd ar gyfer Adran Gweithrediad yr Ysgyfaint a'r Cyflwr Dal Anadl wrth Gysgu (Bwrdd Clinigol Gwasanaethau Arbenigol)

Mae'r gwasanaeth cysgu wedi newid i wasanaeth gyrru drwodd lle mae cleifion yn casglu eu hoffer astudio cwsg o ganlyniad i bandemig COVID-19. Er mwyn helpu i wella effeithlonrwydd y gwasanaeth a gwella lles staff, rhoddwyd sawl eitem fel arwyddion, trolïau, cadeiriau a chotiau gwrth-ddŵr, gan wella'r gwasanaeth a morâl y staff.

Cymorth Digwyddiad Dathlu Sêr Llawfeddygaeth (Bwrdd Clinigol Llawfeddygaeth)

Trefnodd y Bwrdd Clinigol Llawfeddygaeth Ddigwyddiad Dathlu Sêr Llawfeddygaeth i gydnabod eu staff penigamp drwy gydol y flwyddyn. Cymeradwywyd arian i brynu gwobrau a lluniaeth ar gyfer y digwyddiad a fydd yn helpu i wella morâl a lles meddyliol staff o ganlyniad.



Elusennau'r GIG Gyda'i Gilydd

Mae'r enghreifftiau isod yn manylu ar sut mae arian a gafwyd gan Elusennau'r GIG Gyda'i Gilydd, yr elusen drosfwaol sy'n cynrychioli, yn cefnogi ac yn hyrwyddo pob Elusen GIG unigol yn y DU, wedi'i wario i helpu i wella lles corfforol a meddyliol staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro.

Dodrefn Awyr Agored ar gyfer Uned Fferyllol y Santes Fair (UFFSF) (Bwrdd Clinigol Diagnosteg Glinigol a Therapiwteg)

Yn UFFSF mae'r rhan fwyaf o'r staff yn gweithio'n barhaus drwy gydol y dydd mewn amgylchedd ystafell lân heb ffenestri. Rhoddwyd meinciau awyr agored i'r adran i'w gosod y tu allan i'r uned, gan roi cyfle i'r staff fwynhau awyr iach ar ôl gweithio mewn uned gaeedig. Mae staff bellach yn gallu eistedd yn yr awyr agored yn ystod egwylliau ac amser cinio. Mae hyn yn helpu i wella morâl y staff ac iechyd a lles corfforol a meddyliol staff yr uned.

Gorsafoedd Dŵr

Mae gorsafoedd dŵr sy'n galluogi staff a chleifion i ail-lenwi eu poteli dŵr wedi'u gosod yn Ysbyty Dewi Sant ac Ysbyty'r Barri gyda nifer o orsafoedd eraill i'w gosod ar draws sawl safle Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro.



Adnewyddu Cegin Ystafell Fwrdd Ysbyty Athrofaol Llandochau (Bwrdd Clinigol Diagnosteg Glinigol a Therapiwteg)

Yn ystod y pandemig, roedd Ystafell Fwrdd Ysbyty Athrofaol Llandochau'n cael ei defnyddio fel Hyb Gweithrediadau COVID-19, a oedd yn cynyddu'n fawr y defnydd o gyfleusterau yn yr ardal.

Un cyfleuster o'r fath oedd cegin yr ardal. Rhoddwyd arian i ehangu ac adnewyddu'r ardal drwy gael gwared ar unedau cegin, droriau, arwynebau gwaith, sinc, tapiau a nwyddau gwyn y mae rhai newydd hawdd eu glanhau wedi'u rhoi yn eu lle. Mae'r gwaith adnewyddu hwn wedi moderneiddio'r hen ystafell staff ar gyfer staff newydd a phresennol yn yr ardal. Mae hyn hefyd yn dangos bod Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro yn gofalu am ei staff, gan gynnig amgylchedd dymunol iddynt y gallant ymfalchïo ynddo. Mae hyn hefyd yn cyfrannu'n gadarnhaol at les a chynhyrchiant staff a boddhad mewn swyddi ac, o ganlyniad, ofal gwell a mwy effeithlon i gleifion.

Rhodd Gareth Bale

Mae'r enghreifftiau isod yn manylu ar sut mae arian a dderbyniwyd gan arwr pêl-droed Cymru a Tottenham Hotspur, Gareth Bale, a'i wraig Emma wedi'i wario i helpu gydag adferiad COVID-19 yn benodol ac i helpu i wella lles staff sy'n gweithio ar safle Ysbyty Athrofaol Cymru.



Gwella o Covid-19 Hir: Cadw Fi'n Iach a Gwella

Cefnogi menter tair blynedd i ddatblygu ymhellach yr adnodd digidol rhyngweithiol 'Cadw Fi'n Iach' ac ymgyrchu er budd cleifion a staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro.

Bydd y llwyfan digidol yn adnodd hanfodol y gellir cyfeirio pobl iddo, drwy fynychu clinig adsefydlu amlddisgyblaethol 'COVID Hir'. Mae'r clinigau hyn yn cael eu sefydlu gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro i gefnogi pobl sy'n profi symptomau syndrom ôl-COVID neu 'COVID Hir' yn yr wythnosau a'r misoedd ar ôl cael COVID-19. Gan nad yw llawer o unigolion yn gallu mynd i leoliadau'r Bwrdd Iechyd neu'n teimlo'n bryderus wrth fynd i mewn i ysbyty, bydd hyn yn eu galluogi i gael addysg, ymarferion, triniaeth a/neu gymorth seicolegol o bell.

Cymorth Lles Rhagweithiol i Staff a Rheolwyr

Rhoddwyd arian i gychwyn prosiect, gyda'r nod o ymgorffori lles ym mhob rhan o lwybr gyrfa staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro ynghyd â manteision gydol oes. Gan ddefnyddio model y Gymdeithas Meddygaeth Alwedigaethol i ddatblygu adnoddau a mentrau lles, bydd y prosiect yn cynnig dull ataliol a rhagweithiol o ymdrin â lles ar draws y Bwrdd Iechyd cyfan. Mae'r prosiect yn cefnogi staff a rheolwyr i ailadeiladu eu gwydnwch seicolegol yn y gweithle, nid yn unig yn ystod COVID-19 ond hefyd yn ystod gweddill eu gyrfa yn y GIG.

Creu Hafan Staff yn Ysbyty Athrofaol Cymru

Mae'n hanfodol bwysig bod gan staff, yn ystod pandemig COVID-19 ac yn ystod cyfnodau heriol eraill, ardal i fynd iddi i ymlacio a lleihau straen. Crëwyd yr Hafan Staff yn ystod cam ymateb cychwynnol Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro, roedd ar gael yn ystod camau Gwydnwch ac Adfer y pandemig a bydd yn dod yn gyfleuster parhaol i'r dyfodol. Bydd yr Hafan Staff bwrpasol hon yn hyblyg gan fodloni anghenion newidiol staff.



Prosiectau Celf

Gall pob math o gelf chwarae rhan bwysig o ran gwella lles meddyliol ac emosiynol unrhyw unigolion sy'n mynd i safleoedd Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro, yn enwedig staff. Mae manteision y celfyddydau creadigol wedi bod yn arbennig o amlwg drwy gydol pandemig COVID-19, gydag aelodau o'r cyhoedd yn defnyddio celf i ddiolch i staff y GIG am eu hymdrechion a'u haberthau.

Mae'r datganiadau artistig cyffredin hyn o ddiolchgarwch wedi bod yn hanfodol o ran ysgogi staff ac wedi helpu'n fawr i wella lles staff.

Mae'r enghreifftiau isod yn manylu ar sut mae arian wedi'i wario ar y celfyddydau creadigol i wella lles corfforol a meddyliol staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro



Gwaith Celf Mae Bywydau Du o Bwys

Oherwydd arian a roddwyd roedd modd comisiynu sawl prosiect celf sy'n ymwneud â'r mudiad Mae Bywydau Du o Bwys. Bydd y prosiectau'n defnyddio artistiaid o'r gymuned BAME (Pobl Dduon ac Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig) i gomisiynu a dylanwadu ar y gwaith yn unol ag agenda gynwysoldeb Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro.

Gwaith Celf COVID-19

Cafodd sawl darn o waith celf yn darlunio ymroddiad, aberth a gwaith caled staff ynghyd â darnau teyrnged ac eitemau i staff a fu farw yn ystod y pandemig eu comisiynu, eu fframio a'u gosod ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro. Hefyd rhoddwyd eitemau celf a chrefft i staff, cleifion a'r gymuned i helpu gyda digwyddiadau codi arian artistig fel y digwyddiad Gwlângofleidio ar gyfer y Prop Appeal.



Forget Me Not Chorus

Cafodd Forget Me Not Chorus (Caerdydd a Bro Morgannwg) arian i gynnal cyngherddau awyr agored yn Ysbyty Athrofaol Llandochoau ac Ysbyty Dewi Sant yn ogystal â chyfres o sesiynau blasu Zoom i bobl â dementia.

Rhoddion Ffisegol

Mae Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro wedi derbyn llawer o roddion ffisegol hael amrywiol gan fusnesau, sefydliadau a'r cyhoedd drwy gydol pandemig COVID-19 er mwyn dangos diolchgarwch i'r staff.

Mae'r enghreifftiau isod yn manylu ar rai o'r rhoddion ffisegol hael a gafodd Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro sydd wedi cyfrannu'n fawr at wella lles corfforol a meddyliol staff.

Ffrwythau

Fruitful Office, a leolir yn Croydon Llundain, yw'r cwmni ffrwythau mwyaf yn y DU ac mae wedi bod yn ddigon hael i ddanfoni ffrwythau'n wythnosol ar gyfer staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro sydd wedi bod yn gweithio ar y rheng flaen yn ystod pandemig COVID-19.

Mae'r cwmni fel arfer yn danfoni ffrwythau ffres i nifer o swyddfeydd corfforaethol bob wythnos; fodd bynnag, nid oedd hyn yn bosibl yn ystod y pandemig gyda llawer o staff swyddfeydd yn gweithio gartref. Felly, drwy eu cleientiaid, danfonodd Fruitful Office 45 blwch o ffrwythau (tua 2160 o ddogneau) i staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro bob wythnos drwy gydol mis Chwefror, mis Mawrth a mis Ebrill 2021.



Bwyd a Diod

Mae staff wedi gweithio'n ddiflino drwy gydol pandemig COVID-19 i ofalu am eu cleifion, yn aml o dan amodau hynod o straenus ac emosiynol. Felly, gwerthfawrogodd staff rheng flaen y GIG yn fawr y nifer fawr o fyrbrydau, diodydd a blychau trîts, a roddwyd yn garedig drwy'r Elusen Iechyd, sydd wedi'u helpu'n aruthrol i gwblhau eu shifftiau hynod anodd.



iPads a Chyfrifiaduron Llechen Cyfathrebu Electronig

Mae Cyfrifiaduron Llechen Cyfathrebu Electronig y gofynnwyd amdanynt gan y Tîm Profiad Cleifion wedi cael eu rhoi i adrannau i wella a chynyddu cyfathrebu rhwng cleifion a'u teuluoedd yn ystod amgylchiadau anodd y pandemig yn ogystal â sawl iPad i'w defnyddio ar gyfer arolygon gwirfoddolwyr. Gofynnodd adrannau eraill fel y ward Mamolaeth ac Ôl-enedigol am iPads hefyd.



Prydau

Yn hanfodol i lwyddiant yr Hafan Staff roedd bwyd rheolaidd i'r staff. Cafodd miloedd o brydau bwyd eu gweini i'r staff drwy'r ymgyrchoedd codi arian '#FeedTheHeath' a Bwydo'r GIG.

Rhoddwyd prydau maethlon a blasus bob dydd, drwy'r brosiect '#FeedTheHeath', a oedd yn cynnwys rhoddion gan 25 o fwytai a chyflenwyr bwyd lleol, a gydlynwyd gan Kasim Ali o Waterloo Tea. Gwnaeth James Sommerin, Bwydo'r GIG a The Sausage Revolution helpu hefyd, gan weini miloedd o ddogneau o fwyd wedi'u coginio yng ngheginâu eu bwytai.



Dillad a Nwyddau Ymolchi

Yn ystod y pandemig, roedd angen i staff clinigol y rheng flaen mewn ardaloedd risg uchel wisgo Cyfarpar Diogelu Personol (CDP) llawn i'w hamddiffyn eu hunain a phobl eraill yn ystod eu sifftiau. O ganlyniad, cafodd Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro nifer o roddion o nwyddau ymolchi a gafodd wedyn eu dosbarthu i'r staff er mwyn iddynt gael cawodydd ar ôl gwisgo CDP llawn am gyfnodau hir iawn. Rhoddwyd a dosbarthwyd llawer o ddillad, sanau ac esgidiau hefyd, gan alluogi'r staff i deimlo'n fwy cyfforddus yn eu cyfarpar diogelu personol yn ystod eu sifftiau hir ac anodd.

ghSylwadau Terfynol



Hoffai Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro ddiolch o galon i bawb a gefnogodd yr Elusen Iechyd a Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro drwy gydol cyfnodau anodd 2020 a 2021.

Ni fyddai'r llwyddiannau a ddangosir yn yr adroddiad hwn wedi bod yn bosibl heb yr haelioni cyson a ddangoswyd gan y llu o roddwyr, codwyr arian a chefnogwyr caredig sy'n cefnogi Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro.

Heb adrannau fel Cynllunio Cyfalaf a Chyfleusterau, Rheoli Gwybodaeth a Thechnoleg, Profiad Cleifion a'r Gwasanaeth Lles Cyflogaeth, ni fyddai'r Elusen Iechyd wedi gallu gwneud y gwelliannau i wasanaethau ledled Caerdydd a Bro Morgannwg a werthfawrogwyd yn fawr gan staff a chleifion.

Yn olaf, heb ymroddiad, empathi a gwydnwch clinigwyr ar draws pob disgyblaeth a holl staff eraill y Bwrdd Iechyd, ni fyddai'r Bwrdd Iechyd wedi gallu cefnogi cleifion a chymunedau Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro a gofalu amdanynt gyda'r urddas a'r parch mwyaf.

Ar ran pawb sy'n ymwneud ag Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro, a'r nifer mawr o bobl sydd wedi ac a fydd yn parhau i elwa o'r caredigrwydd a ddangoswyd yn ystod y cyfnod hwn, diolch i chi.

Os hoffech gael mwy o wybodaeth am sut y gallwch helpu gyda'r ymgyrch 'Spread the Love' a helpu Timau rheng flaen y GIG drwy'r pandemig hwn, ewch i wefan Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro; <https://healthcharity.wales/how-to-help-during-covid-19/>, cysylltwch â ni drwy e-bost; Fundraising.cav@wales.nhs.uk neu cyfrannwch yma; <https://www.justgiving.com/campaign/spreadthelove>

