



ADRODDIAD GWARIANT PANEL CYNIGION LOTERI'R STAFF 2021/22



CYFLWYNIAD

Mae Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro yn rheoli Loteri'r Staff sy'n rhoi cyfle i staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro ennill £1,000 bob wythnos yn ogystal â chyfle AM DDIM i gymryd rhan yn y MegaDraw a'r SuperDraw sy'n digwydd ddwywaith y flwyddyn. Mae cynllun Loteri'r Staff wedi rhoi dros £1 filiwn mewn gwobrau i aelodau buddugol ers ei ail-lansio yn 2005. Mae Loteri'r Staff yn galluogi adrannau i wneud cais am arian drwy'r Cynllun Llwybr Carlam am hyd at £250, a'r Panel Cynigion ar gyfer prosiectau rhwng £250, a £10,000, ac yn ddiweddar mae wedi dyfarnu grantiau sy'n werth dros £1.5 miliwn i gefnogi nifer o brosiectau ar draws y Bwrdd Iechyd.

Gall y prosiectau hyn amrywio o adnewyddu ardaloedd gorffwys ac ystafelloedd aros, cefnogi cyfleoedd hyfforddi i alluogi staff i barhau â'u datblygiad personol, ac ariannu offer meddygol newydd i fod o fudd i amrywiaeth o gleifion.

Mae'r adroddiad hwn yn manylu ar rai o'r enghreifftiau y mae Cronfa Loteri'r Staff wedi cefnogi arian a gynhyrchwyd drwy aelodaeth i'r cynllun yn 2021/22. Mae prosiectau'n cefnogi cleifion, staff, ymwelwyr a gwirfoddolwyr Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro.



Budd Cleifion

Mae'r enghreifftiau isod yn manylu ar sut y gwariwyd arian er budd cleifion Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro.

Murluniau Ward Maple

Mae Ward Maple yn uned ddiogel isel i ddynion yn Hafan y Coed. Roedd y ward yn edrych yn oer ac yn annymunol a byddai ychwanegu murluniau yn helpu i ddisgleirio'r gofod a'i wneud yn amgylchedd mwy bywiog a diddorol i dreulio amser ynddo.

Cwblhawyd cyfres o furluniau ar gyfer yr ystafell gemau a mynedfa'r ward, ac mae'n welliant sylweddol i amgylchedd y staff a'r cleifion, gan nodi'r effaith gadarnhaol y mae celf yn ei chael ar iechyd a lles. Bydd Peaceful Progress, artist chwistrellu lleol a gwblhaodd furlun mawr yn Hafan y Coed yn ôl yn 2016, yn cwblhau grŵp o furluniau sy'n darlunio natur ac amrywiaeth o chwaraeon tymhorol gan ddefnyddio graffiti arddull Efrog Newydd.

Gardd Cwtsh yn Hafan y Coed

Bydd "Gardd Cwtsh" o fudd nid yn unig i'r cleifion, ond hefyd i aelodau'r staff. Gall cleifion gymryd amser i ffwrdd o'r amgylchedd prysur i fyfrio, casglu eu meddyliau, neu efallai ymgymryd â rhywfaint o ymlacio a myfyrdod cyn cymryd gweddill eu diwrnod.

Bwriad y "Cwtsh" yw helpu cleifion i leddfu'r straen a'r pryderon adeiledig sy'n dod gyda'u cyfrifoldebau bob dydd.



Bu'r tîm yn Hafan y Coed yn cymryd rhan mewn trafodaethau am y gwaith celf a fydd yn cael ei brynu ar gyfer y 'Cwtsh'. Ar ôl gweithio gyda'r Elusen Iechyd yn y gorffennol, teimlai'r tîm ei bod yn syniad gwych comisiynu gwaith Amelia Unity. Mae gwaith Amelia yn adnabyddus am fod yn ddisglair a chreadigol, a fyddai'n adlewyrchu'r hyn sydd bwysicaf i'r cleifion drwy ddefnyddio geiriad ysbrydoledig. Mae'r gwaith celf ar gyfer 'Gardd Cwtsh' yn darparu lle pwysig ar gyfer ymgysylltu, cynhwysiant, dysgu sgiliau newydd, a lle i hunanfyfrio.

Ail-frandio ac ail-lansio Ymarfer Mynediad i lechyd Caerdydd (neu'r CHAPS) fel 'Gwasanaeth Cynhwysiant Iechyd' ar gyfer Grwpiau sy'n Agored i Niwed



Mae Ymarfer Mynediad i lechyd Caerdydd wedi gwneud gwaith gwella sylweddol dros y flwyddyn ddiwethaf i wella'r gwasanaeth y mae'n ei gynnig i Geiswyr Lloches, sydd wedi'u gwasgaru yng Nghaerdydd.

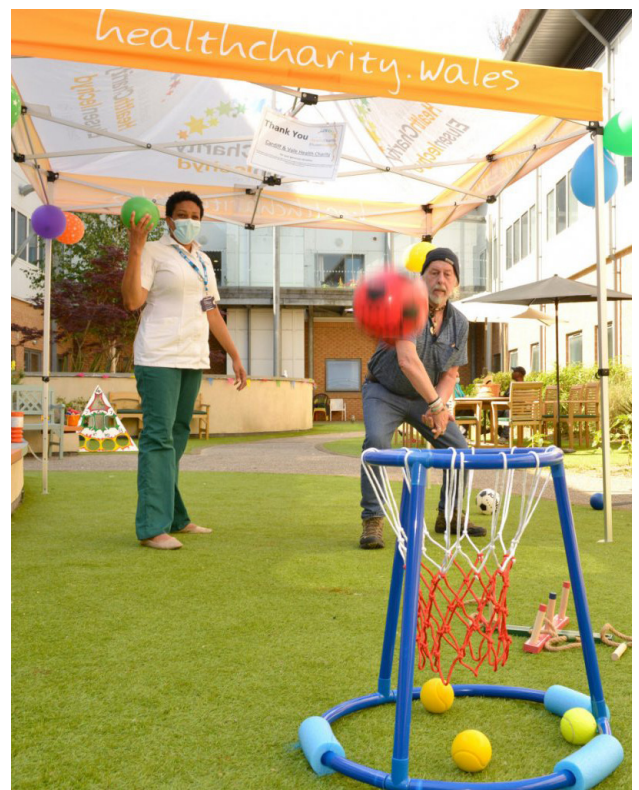
Fel rhan o ddatblygiad parhaus y gwasanaeth hwn, gofynnodd y Tîm Clinigol am gyllid i ehangu'r gwasanaeth a ddarperir i gynnwys grwpiau agored i niwed ychwanegol i gynnwys: Gweithwyr Rhyw, y Digartref a Theithwyr – pob un ohonynt ymhlith y bobl fwyaf agored i niwed sy'n byw yng Nghaerdydd a'r Fro.

Roedd darparu dillad a lanyardau adnabod i'r staff a deunyddiau marchnata hyrwyddo sy'n benodol i'r gwasanaeth, wedi helpu i greu awyrgylch mwy croesawgar i'r cleifion ac wedi helpu i hybu morâl y staff, gan y bydd yn annog ysbryd o 'agosatrwydd a balchder' yn y gwasanaeth.

Prosiect Gardd Gerddorol Therapiau

Mae'r tîm Therapi Galwedigaethol yn gweithio ar bum ward cleifion mewnol o fewn Gwasanaethau Iechyd Meddwl i Bobl Hŷn ac mae gan gleifion y maent yn gweithio ochr yn ochr â nhw ystod eang o gyflyrau iechyd meddwl, sy'n aml yn arwain at dderbyniadau hir i'r ysbyty.

Dechreuodd Gwasanaethau Iechyd Meddwl i Bobl Hŷn brosiect i drawsnewid eu gardd cleifion mewnol i fod yn ardal ddeniadol, ysgogol a hamddenol y byddai cleifion yn ei mwynhau a'i defnyddio fel rhan o'u therapi. Gyda chyllid wedi'i gytuno gan Banel Bidiau Loteri'r Staff, llwyddodd y tîm i brynu offer cerddorol awyr agored, wedi'i leoli mewn mannau penodol yn yr ardd gan ychwanegu profiad rhyngweithiol ledled yr ardal. Bydd yr offerynnau'n cael effaith gadarnhaol ar iechyd a lles cleifion, gan eu helpu i gymryd rhan mewn gweithgareddau cerddorol ac ymyriadau synhwyraidd yn yr awyr agored, hyrwyddo annibyniaeth, datblygu arferion dyddiol, gyda'r nod o wella iechyd meddwl a lles.



Darparu Diffibriliwr AED a chabinet mynediad cyhoeddus. Ein Dôl Iechyd

Gyda'r ardal gyffredinol a'r safle yn Ysbyty'r Brifysgol Llandochau yn cael eu defnyddio'n amlach dros y misoedd nesaf gan staff, grwpiau cleifion a'r cyhoedd, y rhai sy'n ymgymryd â chynlluniau ar y safle a'r rhai sy'n pasio heibio, mae'n bwysig ein bod yn ystyried bod posibilrwydd eithaf uchel y bydd unrhyw un o'r unigolion hynny'n dioddef ataliad y galon.

Drwy osod Diffibriliwr AED ar y safle neu'n agos ato, byddai'n cefnogi'r tîm ar y safle a/neu unrhyw bobl sy'n pasio heibio pe bai hyn yn digwydd a byddai'n golygu y byddai'r offer achub bywyd hwn yn cael ei roi i'w ddefnyddio ar y safle ac oddi arno, a fyddai o fudd i staff, cleifion a'r cyhoedd.



Canolfan Atgyfeirio Ymosodiadau Rhywiol Ynys Saff (CAYRh)

Mae Canolfan Atgyfeirio Ymosodiadau Rhywiol Ynys Saff (CAYRh) yn darparu gwasanaeth 24 awr i ddioddefwyr trais rhywiol. Pan fydd unigolyn yn mynychu'r Ganolfan, rhoddir archwiliad fforensig iddynt a chynigir cawod iddynt oherwydd y bydd llawer wedi dod i'r Ganolfan yn syth o'r digwyddiad honedig. Bydd rhai unigolion yn dod â'u dillad eu hunain i newid i ddilyn y gawod. Efallai na fydd gan unigolion eraill unrhyw ddillad i newid iddynt oherwydd amgylchiadau personol, e.e. cleientiaid digartref, felly mae'r Ganolfan yn darparu rhai eitemau sylfaenol o ddillad iddynt i ddarparu gwasanaeth teg i bawb sy'n defnyddio'r Ganolfan.

Darparwyd eitemau dillad ychwanegol sy'n ychwanegol at yr hyn a ddarperir fel arfer. Yn flaenorol, mae'r Ganolfan wedi dibynnu ar roddion ac mae'r staff hefyd wedi codi arian eu hunain i ddarparu eitemau ychwanegol. Nid yw'r dillad yn cael eu darparu fel moethusrwydd ac nid ydynt yn cael eu rhoi i bawb sy'n mynychu, ond i wneud i berson heb ddim, deimlo ei fod yn cael ei werthfawrogi a'i ofalu amdano, i wneud profiad y claf yn llai trawmatig.



Seddi i gleifion sy'n mynd i Ysbyty Brenhinol Caerdydd

Darparu tair set o seddi plygu a glanhau ymaith wedi'u gosod ar hyd y coridor hir yn Ysbyty Brenhinol Caerdydd i helpu i wella profiad cleifion, staff ac ymwelwyr o bob oed â phroblemau symudedd neu anadlol, fel y gallant gymryd seibiannau byr a theimlo'n gyfforddus.

Offer dysffagia arbenigol yn y gymuned

Mae llawer o'r cleifion Therapi Lleferydd ac laith sy'n cael trafferth gyda dysffagia yn ei chael hi'n anodd llyncu hylifau tenau sy'n aml yn ganlyniad i gyflyrau niwrolegol fel clefyd Parkinson, Strôc, a Dementia ymhlith llawer o rai eraill. Er eu bod fel arfer yn gorfod cynnwys tewychydd yn eu diodydd, byddai cwpanau arbenigol yn caniatáu i gleifion gael mwy o reolaeth dros eu cymeriant hylif heb ddefnyddio tewychydd. Byddai hyn yn cynyddu eu mwynhad o yfed diodydd yn sylweddol ac yn gwella eu hannibyniaeth.

Yn ogystal â gwella profiad y claf yn sylweddol, cyfrifodd y tîm y byddai'n arbed swm sylweddol o'r gyllideb a ddarperir ar gyfer presgripsiwn trwchus fesul claf, y byddant yn ei dreialu a'i werthuso mewn nod o gynnwys y cwpanau yn y gyllideb graidd.

Bydd darparu cwpanau a gwellt dysffagia arbenigol i drigolion Caerdydd a'r Fro yn gwella annibyniaeth, urddas a mwynhad cleifion o yfed.



Dementia Darnings

Mae'r arddangosfa, "Dementia Darnings", yn gasgliad o bortreadau wedi'u pwytho gan artist tecstilau Jenni Dutton o'i mam Gladys Dutton, yn seiliedig ar ffotograffau a dynnwyd ar draws ei hoes, gan gynnwys ei dirywiad gyda dementia ar ddiwedd ei hoes. Creodd Jenni bortread personol ac ysgogol o'i mam, sy'n dathlu, anrhydeddu ac yn archwilio bywyd a dementia ei mam, a hefyd ei rôl ei hun yn y broses fel ei merch a'i gofalwr llawn amser.

Mae'r prosiect ysbrydoledig hwn yn archwilio heneiddio a cholled yn sensitif, ac yn galluogi gofalwyr, aelodau o'r teulu o bobl sydd â dementia neu'r rhai sy'n heneiddio i fynegi eu straeon eu hunain drwy weithgareddau tyner a chreadigol, sy'n cyd-fynd â gwerthoedd craidd Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro. Mae'r prosiect hwn yn rhoi cyfle i gyfranogwyr archwilio eu perthnasoedd teuluol a rhyng-genhedlaeth eu hunain, ynghyd ag archwilio a dathlu henaint.

Roedd cleifion, staff, ymwelwyr oriel a chyfranogwyr gwadd yn gallu cymryd rhan mewn cyfres o weithdai a thrafodaethau ar-lein ac wyneb yn wyneb yn archwilio colled, teyrnged, heneiddio a chreadigedd.

Darparwyd cyfleoedd trafod creadigol a gweithdai ysgrifennu creadigol ar gyfer aelodau staff, cleifion a chyfranogwyr, a hwyluswyd gan Jenni Dutton a'i merch, yr awdur creadigol, Bryony Goffin.





Gwella profiad y claf yn Adain Lakeside

Oherwydd ymweliadau cyfyngedig, teimlai'r cleifion ar yr adain nad oedd ganddynt unrhyw ymdeimlad o realiti na chyfeiriadedd gyda'r byd y tu allan. Roedd ychwanegu'r setiau teledu yn rhoi rhywfaint o adloniant i'r cleifion, gan helpu i wella eu hiechyd meddwl.

Ar wahân i'r cysur a'r ymweliadau prin gan deulu a ffrindiau, mae cleifion yn treulio'r rhan fwyaf o'u hamser wedi'u cyfyngu i'w gwelyau neu eu cadeiriau. Roedd y setiau teledu yn cynnig gwrthdwyddiad i'w groesawu yn ystod cyfnod anodd, gan helpu i ymlacio cleifion.

Bydd setiau teledu ar gyfer y wardiau a'r ciwbiclau yn Adain Lakeside, sydd wedi'i lleoli yn Ysbyty Athrofaol Cymru, yn gwella'r ardaloedd.

Gardd les Gwerddon

Mae ymweliadau cyfyngedig â chleifion wedi cael effaith enfawr ar iechyd meddwl cleifion. Drwy drawsnewid yr ardd ar Orllewin 1 yn Ysbyty'r Brifysgol Llandochau, drwy droi'r gofod yng nghefn y ward yn ardd les, bydd yr ardd yn caniatáu i gleifion fwynhau rhywfaint o amser awyr agored yn ddiogel, o bosibl yn gwneud rhywfaint o arddio neu hyd yn oed ddarllen llyfr yn yr haul. Bydd yr ardd hefyd yn caniatáu i fwy o berthnasau ddod i mewn am fwy o ymweliadau, yn yr awyr agored yn yr awyr iach

Bydd yr ardd hefyd o fudd i aelodau'r staff sy'n gweithio ar y ward, a fydd yn gallu defnyddio'r lle hwn i leddfu pwysau yn y gwaith a chymryd saib y tu allan. Bydd gallu eistedd yn yr awyr agored ar gyfer amser egwyl neu hebrwng cleifion yn gaffaeliad mawr i'r ward ac i les cyffredinol.

Budd i'r Staff a Gwirfoddolwyr

Mae'r enghreifftiau isod yn manylu ar sut y gwariwyd arian er budd staff a gwirfoddolwyr Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro.

Cyfleusterau Bwyta Awyr Agored

Bydd cyfleusterau bwyta yn yr awyr agored yn Ysbyty Deintyddol y Brifysgol, hen adeilad pencadlys, ac uned cyn-asesu Canolfan Orthopedeg Caerdydd a'r Fro yn darparu lle addas i staff gael eu hamser cinio, yn ogystal ag unrhyw gyfarfodydd awyr agored.

Hyrwyddo Lles Staff a Chleifion ar safle Ysbyty Dewi Sant

Mae'r ardd yn hygyrch i'r staff a'r cleifion ar hyn o bryd; fodd bynnag, nid yw'n cael ei ddefnyddio'n llawn oherwydd diffyg seddi. Drwy ddarparu seddi ychwanegol, byddai'r lle awyr agored yn dod yn amgylchedd cysurus i gleifion a'u gofalwyr ei ddefnyddio'n aml. Bydd staff Ysbyty Dewi Sant hefyd yn gallu ei ddefnyddio i ymlacio a phwyllo yn ystod eu gwyliau, gan nad oes hafan staff ar gael ar y safle ar hyn o bryd.



Hyfforddiant Efelychu Argyfwng Obstetrig

Bydd yr efelychydd Desperate Debra, yn caniatáu i feddygon brofi ac ymarfer delio ag anawsterau senarios brys, cyn wynebu'r sefyllfa am y tro cyntaf. Gellir addasu'r efelychydd i wahanol anawsterau ac mae'n realistig iawn, o ran sut mae pen a gwddf y babi'n symud.

Prosiect Treftadaeth Ysbyty Brenhinol Caerdydd

Mae Ysbyty Brenhinol Caerdydd yn adeilad eiconig ac yn ysbyty hanesyddol; tirnod pwysig ar y llinell awyr leol, sy'n adnabyddus i drigolion a llawer o ymwelwyr â'r ddinas. Agorodd yr ysbyty ar ei safle presennol fel ysbyty 'o'r radd flaenaf' ym mis Medi 1883, gan ddarparu gofal i filoedd a ddenwyd i Dde Cymru yn hanner olaf y 19eg Ganrif gan gyfleoedd mewn diwydiannau haearn, glo a llongau, llawer ohonynt o bob cwr o'r byd.

Mae safle'r ysbyty'n cynnwys hanes a threftadaeth gyfoethog a adlewyrchir yn ei adeilad ei hun, yn ei gelfyddyd a'i arteffactau, ac mewn nifer o straeon cyfoethog am y staff a'r bobl y mae eu hanesion personol wedi'u gwreiddio'n ddwfn ac yn gysylltiedig ag ef.

Defnyddiwyd cyllid ar gyfer prosiect ymchwil, dysgu a chwmpasu i nodi deunyddiau o bwysigrwydd diwylliannol a threftadaeth, hanes a straeon sy'n gysylltiedig ag Ysbyty Brenhinol Caerdydd.

Y Capel: Dathlu Canrif

Bydd y Capel yn Ysbyty Brenhinol Caerdydd yn dathlu ei ganmlwyddiant ym mis Rhagfyr. I goffáu'r canmlwyddiant, comisiynwyd gwaith celf pwrpasol, i'w leoli o fewn y capel. Atgynhyrchwyd y gwaith celf ar 1,000 o gardiau pen-blwydd maint A5 ac fe'i dosbarthwyd i'r staff fel cofrodd. Gwnaed y cardiau hefyd gan ddefnyddio deunyddiau y gellir eu hailgylchu, gan helpu tuag at ein hymrwymiad/agenda cynaliadwyedd.



Hyrwyddo gofal mynediad fasgwlaidd diogel ac effeithiol drwy addysg fideo i nyrsys

I rai cleifion, mae mynediad i'r cylchrediad gwythiennol yn hanfodol wrth ddarparu triniaeth drwy ddyfais mynediad fasgwlaidd (DMF). Mae DMF yn hanfodol i lawer o gleifion am resymau diagnostig neu therapiwtig, megis samplu gwaed darlleniadau pwysedd gwythiennol canolog, rhoi meddyginiaeth, hylifau, maethiad parenterol (MP) a thrallwysiaid gwaed. Mewnysodir DMFau yn cael eu gosod trwy bibellau gwaed perifferolion (braich neu goes) neu ganolog (yn gysylltiedig â'r galon). Defnyddir cannoedd o DMFau ar gyfer cleifion ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro bob blwyddyn.

Fel rhan o'r gwaith hwn, hoffai nyrsio corfforaethol fynd i'r afael â'r bwlch addysgiadol a sgiliau trwy gaffael rhai fideos addysgol byr i gefnogi hyfforddiant nyrsys mewn gofal a chynnal a chadw amrywiaeth o DMFau ar draws Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro.

Murlun wal yr ardd yng Nghanolfan Pentywyn

Defnyddiwyd arian i gaffael paentiad ar gyfer gardd Canolfan Pentywyn. Bydd artist lleol talentog yn cynhyrchu'r paentiad i helpu i wella'r ardd yn esthetig. Dewisodd y staff olygfa natur olau a lliwgar.

Y gobaith yw y bydd y paentiad hwn yn helpu i ysbrydoli pobl i ddefnyddio'r gofod ac yn annog aelodau'r staff i gymryd eu seibiannau y mae eu hangen yn dda a chyfarfod â'r defnyddwyr gwasanaeth.

Hyfforddiant i Weithwyr a Nyrsys Cymorth Gofal Iechyd – Eiddilwch a Dementia

Wrth i ni barhau i ddatblygu hyfforddiant ar gyfer Nyrsys a Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd, mae eiddilwch a dementia yn bryder cynyddol i'r bwrdd iechyd. Wrth i'r boblogaeth heneiddio byddwn yn parhau i weld mwy o gleifion bregus yn ein bwrdd iechyd ac mae llawer o'r cleifion hynny wedi'u lleoli mewn ardaloedd byrddau clinigol meddygaeth.

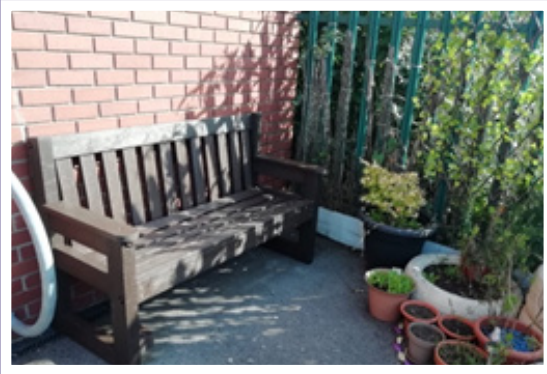
Prynwyd siwtiau efelychydd oedran GERonTologic (GERT) gyda namau sylfaenol a rhai atodiadau perthnasol, sy'n gysylltiedig â chyflyrau a welwyd yn gyffredin yn y Bwrdd Clinigol Meddygaeth. Bydd yr efelychwyr GERT yn helpu i ddangos y trafferthion y mae'r cleifion hyn yn eu hwynebu ar lefel na all unrhyw hyfforddiant yn yr ystafell ddosbarth ei darparu'n llawn ond gwella empathi'r staff.

Gwella'r amgylchedd yn ystod genedigaeth. Goleuadau teils awyr.

Ar ôl derbyn cyllid oddi wrth Banel Ceisiadau Loteri'r Staff i wella ardaloedd genedigaeth, gofynnodd yr adran Famolaeth am arian ychwanegol i ddatblygu'r prosiect hwn ymhellach er mwyn sicrhau mynediad cyfartal i amgylcheddau geni gwell ym mhob ystafell yn yr uned dan arweiniad bydwragedd.

Mae tywyllwch a lefelau golau isel yn creu'r math o amgylchedd sy'n galluogi menywod a phobl sy'n esgor i deimlo'n hamddenol a rhyddhau'r hormonau sy'n eu galluogi i esgor yn dda.

Mainc gardd ar gyfer gwasanaethau yn ystod y dydd



Mae staff canolfan alwadau gwasanaethau yn ystod y dydd Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro wedi'u lleoli ar hyn o bryd yn hen ganolfan hamdden y Barri yn y Barri. Defnyddiwyd arian i brynu mainc newydd a fydd yn helpu i ddisgleirio'r unig le y tu allan y gall y rhai sy'n trin galwadau ei ddefnyddio i eistedd y tu allan a chael rhywfaint o awyr iach yn ystod eu sifftiau.

Coridor Cegin Ar Alwad, Ysbyty Athrofaol Llandochoau

Defnyddir y gegin ar alwad sy'n glanio yn Ysbyty'r Brifysgol Llandochoau gan tua 30 aelod o staff ac mae'n ardal a rennir rhwng y gwahanol Fyrdau Clinigol. Yn ogystal â hyn, defnyddir yr ardal gan staff yn ddyddiol, 24/7 gan ei bod yn cael ei defnyddio'n ychwanegol gan feddygon ar alwad.

Mae gwelliannau yng nghegin y staff yn debygol o wella'r amser y mae aelodau'r staff yn ei dreulio yn y gwaith a bydd yn gwneud i unigolion deimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi'n fwy am eu holl ymdrechion.

Rhwydwaith Staff LHDT+. Nwyddau LHDT+

Mae prynu bathodynau 'Ally' a llusernau baner cynnydd wedi dangos bod croeso i'r gymuned LHDT+ ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro. Mae'r nwyddau nid yn unig wedi gwneud cydraddoldeb yn weladwy ond bydd hefyd yn hyrwyddo'r rhwydwaith staff a'r holl gymorth a hyfforddiant sydd ar gael oherwydd hynny.

Mae'r rhwydwaith staff LHDT+ eisoes wedi sefydlu cyfarfodydd cymorth cymheiriaid ac wedi agor cyfleoedd i staff LHDT+ gwrdd ag eraill a theimlo'n rhan o gymuned gynhwysol a thosturiol.

Prosiect Haf Lles Tîm Nyrsio Ardal Penarth

Crëwyd ardal les newydd ar gyfer y tîm yn y swyddfa sy'n cynnwys man eistedd lliwgar a chyfforddus gyda byrddau coffi. Mae'r ardal eistedd newydd wedi gwella'r swyddfa bresennol ac mae hefyd wedi rhoi lle i'r staff lle maent wedi adlewyrchu'n unigol a/neu fel tîm. Mae amgylchedd y swyddfa wedi adlewyrchu'n dda ar aelodau'r staff gan greu ardal gadarnhaol a chefnogol i weithio ynddi.



Cynllun Ymgeisio Llwybr Carlam

Derbyniwyd 55 o geisiadau drwy'r Cynllun Llwybr Carlam yn 2021 gyda chyfanswm o 218 ers cyflwyno'r cynllun. Dangoswyd bod y Cynllun Llwybr Carlam yn hynod lwyddiannus gan ei fod yn darparu cyllid y mae mawr ei angen hyd at £250 i ymgeiswyr mewn modd cyflym ac effeithlon.

Isod ceir rhai enghreifftiau yn unig sy'n nodi sut y gwariwyd arian drwy'r Cynllun Llwybr Carlam er budd cleifion a staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro.

"Beat the Boredom" – Gemau Bwrdd ar gyfer Gofal Iechyd CEM

Mae Gofal Iechyd CEM yn gyfleuster yng Ngharchar Ei Mawrhydi Caerdydd ar gyfer dynion sydd ag anghenion gofal iechyd ychwanegol. Ceir cyfnodau cymdeithasu yn ystod y dydd pan fyddant yn gallu rhyngweithio â phreswylwyr eraill, ond ni fu unrhyw adloniant na gweithgareddau ar gael i wneud eu hamser yn y cyfleuster yn fwy diddorol a phleserus.

Darparwyd cyllid i helpu i hyrwyddo lles cleifion yn ogystal â gwella ansawdd eu hamser yng Ngharchar y Cartref. Mae'r gemau hefyd yn sicrhgu wella profiad y claf, a chaniatáu i gysylltiadau a chyfeillgarwch newydd gael eu gwneud.



Addurniadau'r Nadolig

Defnyddiwyd arian i brynu amrywiaeth o addurniadau'r Nadolig ar gyfer Canolfan Wybodaeth Meddyginiaethau Cymru, yr ardaloedd cefn llwyfan yn yr adran Fferylliaeth, Ysbyty Athrofaol Cymru a'r Uned Adsefydlu Niwro a Sbinol, Ysbyty Athrofaol Llandochoau.

Mae ychwanegu coeden Nadolig ac addurniadau Nadoligaidd yn helpu i hyrwyddo amgylchedd gwaith cadarnhaol i'r timau, gan helpu i wella morâl a lles staff yn ystod cyfnod y Nadolig.

Digwyddiadau Cydnabod Staff

Defnyddiwyd cyllid i gefnogi Byrddau Clinigol, gan gynnwys Meddygaeth, Llawdriniaeth a Gwasanaethau Arbenigol a Menywod a Phlant yn cynnal eu digwyddiadau Gwobrau Cydnabod Staff dros y flwyddyn.

Helpodd pob un o'r digwyddiadau i ddangos gwerthfawrogiad o'r gwaith caled a'r diwydrwydd y mae staff wedi'i ddangos drwy gydol y flwyddyn, gan helpu hefyd i wella boddhad swyddi a gwell gofal i gleifion o ganlyniad.



Prosiect Lles Cleifion, Therapi Galwedigaethol GIMBH

Mae seiciatreg gyswllt ar gyfer pobl hŷn yn dîm o arbenigwyr iechyd meddwl sy'n cefnogi cleifion ar y wardiau cyffredinol sydd â chyflyrau iechyd meddwl sylfaenol ac aciwt gan gynnwys iselder, seicosis, dementia a syniadaeth hunanladdiad.

Mae'r staff wedi'u cyfyngu ar y wardiau ar yr hyn y gallant ei wneud gyda chleifion, ond mae defnyddio blychau lliwio, creffttau, cof/synhwyraidd a defnyddio byrddau gwyn ar gyfer cyfathrebu wedi profi i gael effaith gadarnhaol ar ansawdd bywyd a phrofiad unigolyn.

Cytunwyd ar gyllid i helpu i ddarparu rhai eitemau syml bob dydd i gleifion, y gellir eu defnyddio fel offer synhwyraidd. Mae'r cynhyrchion wedi cael eu defnyddio gan yr adran yn y gorffennol a chydau chleifion ag ymddygiad heriol a namau gwybyddol, defnyddiwyd cynhyrchion synhwyraidd ac roeddent o fudd mawr i'r cleifion a'r staff.

Adnoddau Ardaloedd Staff

Roedd nifer o fannau staff yn cael eu hadnewyddu a'u diweddarau gyda dodrefn a chyfarpar cegin newydd a gwell. Mae darparu'r uwchraddiadau hyn a deunyddiau adnoddau eraill wedi cael effaith gadarnhaol fawr ar iechyd corfforol a meddyliol staff ac felly bydd yn helpu i wella gofal cleifion o ganlyniad.

Mae adrannau sydd wedi gofyn am yr eitemau hyn yn cynnwys y swyddfeydd ysgrifenyddol (Bloc C) yn Ysbyty Athrofaol Cymru, Atal a Rheoli Heintiau, ward Dwyrain 8 yn Ysbyty Athrofaol Llandochoau, y fenter 'Coffi, sgwrsio a dal i fyny' yn yr adran Nyrsio Ysgolion yn Ysbyty'r Barri, y fenter 'Gwneud amser am baned' o fewn y tîm Iechyd Plant Cymunedol a'r Adran Ffisiotherapi Cleifion Allanol sydd wedi'i lleoli yn adain Lakeside yn Ysbyty Athrofaol Cymru, gwasanaethau Dadebru, Ysbyty Athrofaol Llandochoau, uned Clinigau Cleifion Allanol Gynaecoleg/Colposcopi yn Ysbyty Athrofaol Cymru, a thîm Adnoddau Cymunedol Caerdydd – Swyddfa Ardal y Gogledd a'r Gorllewin.

Diwrnod Cenedlaethol Ymarferwyr Adran Llawdriniaeth a Diwrnod Rhyngwladol y Nyrsys, Diwrnod Rhyngwladol Bydwagedd

Defnyddiwyd cyllid i gefnogi pob bwrdd clinigol drwy gynnal prynhawn tîm o ddathlu a myfyrio. Mae'r digwyddiadau hefyd yn gyfle i hyrwyddo'r proffesiwn o fewn y bwrdd iechyd. Roedd y digwyddiadau cydnabod hyn yn helpu'r staff i deimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi ac yn rhoi cyfle i rai myfyrio ar y flwyddyn ddiwethaf a'r cyfan a gyflawnwyd.

Rhyddhad nad yw'n ffarmacolegol o ddiffyg anadl

Mae ymchwil wedi canfod bod ffaniau llaw yn fuddiol iawn i helpu cleifion i reoli symptomau diffyg anadl. Mae'r cefnogwyr wedi profi i leihau'r amser y mae'n ei gymryd i wella o weithgarwch felly, gan roi gwell ansawdd bywyd. Mae cleifion hefyd yn teimlo mwy o reolaeth, gan fod y cefnogwyr yn cael eu defnyddio pan fydd eu hangen arnynt, gan roi mwy o hyder iddynt.

Darparwyd arian i brynu 30 ffan law, a fydd yn cael eu defnyddio gan gleifion Diwedd Oes a Lliniarol sy'n dioddef o glefyd yr ysgyfaint ac sy'n dioddef o ddiffyg anadl.

Tanysgrifiadau cylchgrawn i gleifion yn ward Dwyrain 8, Ysbyty Athrofaol Llandochoau

Dewiswyd yn ddoeth tanysgrifiadau misol i rai cylchgronau ar bynciau amrywiol, ar gyfer gwrywod a benywod, ac mae'r cyflenwad rheolaidd o gylchgronau wedi helpu i wella profiad y claf ac amgylchedd y ward os yw cleifion wedi ymgartrefu'n well oherwydd ymyrraeth. Mae'r tanysgrifiadau cylchgrawn wedi rhoi ysgogiad ychwanegol i gleifion i atal diflastod a rhoi gweithgarwch ystyrlon iddynt.

Te Brenhinol Pen-blwydd y Frenhines

Mae gan Uned Lansdowne gleifion oedranus sydd yn aml wedi bod yn yr ysbyty am gyfnod hir, i ddechrau ar y wardiau aciwt yn Ysbyty Athrofaol Cymru cyn dod i safle Dewi Sant i gael rhagor o adsefydlu a chynllunio.

Darparwyd arian i gynnal Te Prynhawn i 19 o gleifion ar Uned Lansdowne i ddathlu Pen-blwydd Swyddogol y Frenhines. Prynwyd blychau te unigol fel y gallai cleifion fwynhau mewn mannau cymunedol ac yn eu hystafelloedd/gwelyau.

Gall gweithgareddau fel hyn godi ysbryd cleifion ar y wardiau mewn gwirionedd, ymgysylltu â nhw a gwneud iddynt deimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi sy'n cael effaith weladwy ar eu hymgysylltiad â therapïau fel ffisiotherapi.



Gardd Goffa Dominga

Ym mis Mai 2021, collodd y tîm ar ward Gorllewin 5 gydweithiwr poblogaidd. Roedd Dominga David yn nyrs staff wedi'i lleoli ar ward Gorllewin 5, Ysbyty Athrofaol Llandochoau ac mae wedi bod yno ers blyneddau lawer. Plannwyd coeden y tu allan i'r ward er cof am Dominga.

Mae'r gofod hwn wedi dod yn fwy na gardd goffa ond hefyd yn fan lle gall staff fynd os oes angen amser arnynt i ailwefru ac anobeithio o amgylchedd prysur y ward, gan helpu i wella lles corfforol a meddyliol y tîm a helpu i hybu morâl y staff.

Bike Stand at Cardiff Royal Infirmary

Gosodwyd cyfleuster rasio beiciau ychwanegol yn Ysbyty Brenhinol Caerdydd i helpu staff cymorth beicio i'r gwaith a darparu lle storio diogel iddynt adael eu beiciau tra byddant yn y gwaith neu wrth fynychu apwyntiadau ar y safle.

Mae'r stondin feiciau ychwanegol wedi cael effaith sylweddol ar iechyd a lles staff a chleifion drwy feicio.

Gwella Canlyniadau Therapiwtig i Gleifion yng Ngwasanaeth Rheumatoleg Bediatrig Cymru

Mae Gwasanaeth Rheumatoleg Bediatrig Cymru yn wasanaeth trydyddol sydd newydd ei sefydlu sy'n cwmpasu De Cymru sy'n cefnogi plant a phobl ifanc yr effeithir arnynt gan gyflyrau rheumatolegol.

Prynwyd tri baddon cwyr y gall cleifion eu defnyddio i wella eu canlyniadau therapiwtig o safbwynt ffisiotherapi a therapi galwedigaethol yn ddiweddar. Mae llid y cymalau yn gyflwr hirdymor sy'n effeithio ar bob agwedd ar fywyd ac sy'n effeithio ar les. Bydd llawer o gleifion yn profi cyfnodau sylweddol o gyfyngiadau ar y cyd a symptomau poen.

Bydd y prosiect hwn yn helpu i gefnogi'r plant a'r bobl ifanc yr effeithir arnynt gan gyflyrau rheumatolegol i gael mynediad i faddonau cwyr, a fydd yn ategu eu canlyniadau triniaeth a therapi.



Digwyddiad Lles Staff ar gyfer Diwrnod Iechyd Meddwl y Byd

Trefnwyd Digwyddiad Lles Staff ar gyfer staff y brif theatr er mwyn helpu i hybu lles a hyrwyddo siarad a rhannu teimladau ymhlith staff a ffrindiau.

Roedd y digwyddiad ar gyfer y diwrnod llawn ac yn rhoi cyfle i'r staff ymlacio a sgwrsio dros banded o de neu goffi a bisged.

Bod yn actif ar gyfer beichiogrwydd – meddwl iach am gorff iach

Cyflwynwyd offer ymarfer corff ar gyfer dosbarthiadau beichiogrwydd ac ymarfer corff staff yn ddiweddar a oedd, yn cynnwys peli ymarfer corff, bandiau ymwrthedd a dau grys chwys i hyfforddwyd y dosbarth eu gwisgo. Mae'r crysau chwys wedi'u brandio â logo'r Elusen Iechyd ar gefn y crysau.

Ers dechrau'r Pandemig, mae menywod beichiog wedi dod yn fwyfwy ynysig ac mae staff mamolaeth wedi gweld eu gwrthwynebiad yn gostwng. Profwyd bod gweithgarwch corfforol yn ystod beichiogrwydd yn ddiogel ac fe'i hargymhellir ar gyfer gwell canlyniadau iechyd i'r fam a'r baban.

Gall gweithgarwch corfforol wella iechyd meddwl a lles staff, yn ogystal â lleihau straen a phryder, gan gyfrannu at wella iechyd cyffredinol.

Mae'r dosbarthiadau yn rhad ac am ddim i fenywod beichiog ac aelodau staff. Y gobaith yw y bydd y dosbarthiadau hyn yn cael eu cynnig i grwpiau o fewn y gyfarwyddiaeth ar ôl eu sefydlu. Bydd cael mynediad i'r dosbarthiadau am ddim yn cael effaith enfawr ar foesoldeb a phositifrwydd staff.

Arolwg Cyfathrebu Mewnol

Mae cyfathrebu mewnol yn hanfodol er mwyn sicrhau bod staff yn cael eu hysbysu a'u cynnwys. Mae cael mynediad at y wybodaeth ddiweddaraf yn eu galluogi i wneud eu gwaith yn effeithiol a pharhau i gael eu hysbysu. Mae'r tîm cyfathrebu am wella'r ffordd y maent yn cyfathrebu â'r holl staff a chredir mai'r ffordd orau o wneud hyn yw casglu adborth ac awgrymiadau gan y staff eu hunain.

Defnyddiwyd arian i brynu cymhellion gwobr, gan gynnwys dwy daleb anrheg Amazon a basged ffrwythau, i staff gwblhau'r arolwg a fydd yn helpu i wella cyfathrebu ar draws y sefydliad.

Hyfforddiant i Bartneriaid Cyfathrebu

Mae'r gwasanaeth a ddarperir gan dîm therapi iaith a Lleferydd Gwasanaeth Adnoddau Cymunedol y Fro wedi'i wella drwy ychwanegu'r hyfforddiant hwn gan ei fod wedi caniatáu dull mwy cyfannol i gael ei fabwysiadu i gefnogi cleifion yn y gymuned, yn ogystal â gwaith uniongyrchol a wneir gyda'r cleifion eu hunain.

Mae cynnig cyngor i bobl ag anawsterau cyfathrebu a'u partneriaid cyfathrebu (teuluoedd, ffrindiau a pherthnasau) ar sgysiau yn gwella elfen gwasanaethau therapi lleferydd ac iaith. Mae hyn yn hanfodol oherwydd bod anawsterau lleferydd, iaith a chyfathrebu sy'n deillio o strôc, anaf i'r ymennydd a chyflyrau cynyddol fel aphasia blaengar sylfaenol i gyd yn cael effaith ar sgysiau bob dydd. Mae darparu hyfforddiant i bartneriaid cyfathrebu yn heriol ac yn ymyriad cymhleth.

Nod y cwrs hwn yw darparu'r offer a'r profiad damcaniaethol ac ymarferol i gyflwyno'r ymyriad hwn i gleientiaid mewn cyd-destun clinigol.

Pam ddylech chi gefnogi Loteri'r Staff!

Mae Panel Ceisiadau Loteri'r Staff yn ymdrechu i weithio tuag at bob un o'r saith nod llesiant a nodir gan Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol tra'n defnyddio'r pum ffordd o weithio; hirdymor, atal, integreiddio, cydweithio a chynnwys.

Drwy ymuno â Loteri'r Staff, rydych wrthi'n cefnogi ystod eang o brosiectau a ariennir gan y Panel Bidiau sy'n gwella gwasanaethau di-rif ar draws y Bwrdd Iechyd. Drwy'r cyllid hwn, rydych yn helpu'r Panel Cynigion a'r Elusen Iechyd i wneud pethau'n well i'n staff a'n cleifion, gan ein helpu ni i gyd i weithio gyda'n gilydd i greu Cymru Lewyrchus, lachach a Chydnerth.

Os hoffech ymuno â Loteri'r Staff, gellir cwblhau ffurflenni cais electronig neu drwy ein gwefan; <https://healthcharity.wales/cy/gwybodaeth-am-staff/loterir-staff/>. Dychwelwch ffurflenni Loteri'r Staff wedi'u cwblhau i fundraising.cav@wales.nhs.uk. Os hoffech wneud cais am arian gan Banel Ceisiadau Loteri'r Staff, cysylltwch â'r cyfeiriad uchod am fanylion.

Mae Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro yn eich annog i ymuno â Loteri'r Staff a gwneud cais am arian, a all wella eich adran neu wasanaeth a hysbysu eraill am fanteision ymuno â Loteri'r Staff. A phwy a wŷr, efallai mai chi fydd ein henillydd nesaf?

