

Clwstwr Gofal Sylfaenol 2019



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

RHAGAIR



Vaughan Gething

Mae'n bleser gennyf gyflwyno'r Blwyddlyfr hwn, a baratowyd ar gyfer y 4edd Gynhadledd Genedlaethol Gofal Sylfaenol, 'Clystyrau: y Gorffennol y Presennol a'r Dyfodol'. Mae'r crynodeb hwn yn dangos yr ystod eang o waith da sy'n cael ei wneud yn lleol gan glystyrau, sy'n arwain at effaith gadarnhaol ar gleifion ledled Cymru.

Mae darparu ystod eang o ofal a chymorth mewn cymunedau lleol, a chysylltu pobl â hynny, yn hanfodol er mwyn diwallu anghenion iechyd a lles pobl Cymru. Mae cydweithredu ar lefel gymunedol drwy'r clystyrau i gynllunio a darparu'r gofal a'r cymorth yn hanfodol i drawsnewid ein system iechyd a gofal a chyflawni'r weledigaeth a amlinellir yn Cymru lachach.

Gyda'i gilydd, mae'r cyflwyniadau gan bob clwstwr yn dangos sut mae clystyrau wedi datblygu ers cyhoeddi'r Cynllun Cenedlaethol ar gyfer Gwasanaethau Gofal Sylfaenol i Gymru yn 2014 a'r cyd-ymrwymiad parhaus i Fodel Gofal Sylfaenol Cymru. Mae'r enghreifftiau nodedig o waith mewn clystyrau penodol ledled Cymru, ynghyd â brwdfrydedd ac ymrwymiad y staff sy'n gweithio gyda chlystyrau ac o'u mewn, yn glir wrth ddarllen y crynodeb hwn.

Rhaid i ni yn awr fyfyrion ar y cynnydd hyd yma a pharhau i wneud rhagor o welliannau. O'm rhan i, byddaf yn parhau i annog clystyrau i esblygu ac aeddfedu er mwyn ymateb i heriau lleol i wella iechyd a lles y boblogaeth y maent yn ei gwasanaethu.

Vaughan Gething AC

Y Gweinidog Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol

Rhagair

Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan

**Siân Millar, Cyfarwyddwr,
Gwasanaethau Gofal Sylfaenol a Chymunedol**

Pleser mawr yw cyflwyno cyfraniad Bwrdd Iechyd
Prifysgol Aneurin Bevan at y Blwyddlyfr.

Bu Dyfodol Clinigol (DC) yn strategaeth sefydliadol gyson o fewn y Bwrdd ers 2007, sy'n anelu at ddarparu gofal sy'n agosach at y cartref, gan fanteisio ar rôl bwysig cleifion a'u gofawyr o ran sicrhau annibyniaeth a gwella iechyd. Datblygwyd rhwydwaith o Ysbytai Cyffredinol Lleol, sy'n darparu mynediad lleol i'r gwasanaethau ysbyty diogel y mae pobl yn eu defnyddio fwyaf. Mae Canolfan Gofal Arbenigol a Chritigol yn cael ei hadeiladu yn Llanfrecfha, ger Cwmbrân, i ddarparu mynediad brys i'r gofal mwyaf arbenigol pan fo'i angen. Elfen graidd o'r strategaeth DC yw cryfhau a datblygu gwasanaethau gofal sylfaenol, cymunedol a chymdeithasol. Er mwyn i ni barhau i wella iechyd a lles ein poblogaeth sy'n tyfu ac yn heneiddio, mae angen i ni newid sut rydym yn gwneud pethau. Rydym wedi datblygu model lles ar sail lleoliadau o'r enw **Rhwydweithiau Lles Integredig**.

Mae'r gwaith hwn yn creu'r capasiti i gefnogi a thrin mwy o gleifion yn eu cartrefi a'u cymunedau:-

- Cynorthwyo pobl i fyw bywyd iach ac annibynnol
- Canfod problemau iechyd yn gyflym
- Darparu gofal a chefnogaeth integredig lleol amserol ac effeithiol
- Cynnwys pobl mewn penderfyniadau ynghylch gwasanaethau lleol a'u gofal
- Cynllunio, trefnu a darparu gofal integredig lleol

Mae'r timau Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth (ein terminoleg leol am glystyrau) yn gweithio wrth galon yr agenda drawsnewid arwyddocaol hon, gan ymgysylltu ag amrywiaeth eang o bartneriaid lleol i ddeall blaenoriaethau lleol a chreu atebion priodol ac effeithiol. Ar gyfer hyn, mae angen dull iechyd y boblogaeth, dealltwriaeth fanwl o bolisi cenedlaethol a strategaethau lleol a'r gallu i weithio ar draws ffiniau sefydliadau i gadw'r ffocws ar atebion cydgysylltiedig sy'n canolbwyntio ar y gymuned.

Sefydlwyd cynrychiolaeth o ofal sylfaenol, iechyd cyhoeddus, awdurdodau lleol, gwasanaethau ysbyty a sefydliadau'r trydydd sector ar gam cynnar yn natblygiad y Rhwydweithiau, a chafwyd buddsoddiad mewn

arweinyddiaeth glinigol a chymorth rheoli. Cafwyd Cynllun Strategol ar gyfer y Rhwydweithiau Gofal yn y Gymdogaeth i lywio cynnydd y gwaith hwn rhwng 2013-2018, a ddarparodd:-

- 12 o Rhwydweithiau Gofal yn y Gymdogaeth o dan arweiniad clinigol (sy'n galluogi gwasanaethau i gael eu cynllunio a'u darparu ar sail poblogaethau o 30-50,000).
- Model eiddilwch ledled Gwent
- Pwyslais parhaus ar ddatblygu gofal sylfaenol craidd gan gynnwys dull rhagweithiol o reoli heriau cynaliadwyedd meddygon teulu
- Pwyslais cynyddol ar y rhyngwyneb rhwng gwasanaethau sylfaenol a chymunedol a'r sector aciwt
- Gweithrediad gwasanaethau cymunedol newydd gan gynnwys Timau Adnoddau Cymunedol a Gwasanaethau Iechyd Meddwl Sylfaenol.

Wrth i'r pryderon gynyddu ynghylch cynaliadwyedd gwasanaethau meddygon teulu, cymerodd y sefydliad gamau i annog recriwtio, cefnogi cyfuno practisau a hwyluso cydweithio ar draws y rhwydweithiau. Cafwyd cefnogaeth gref i'r gwaith o weithredu'r Model Newydd o Ofal Sylfaenol, sydd wedi cyflwyno rolau newydd fel fferyllwyr clinigol, uwch ymarferwyr nyrsio, meddygon cyswllt a ffisiotherapyddion i bractisau gofal sylfaenol. Cyflwynwyd Academi Gofal Sylfaenol, fel menter y Gronfa Drawsnewid, i roi profiad mewn lleoliad gofal sylfaenol ac i annog recriwtio i wasanaethau lleol.

Mae Dangosfwrdd o Ddangosyddion ac Offeryn Cymharu ar gyfer y Rhwydweithiau yn arwain gwaith dadansoddi lleol ac yn darparu adborth rheolaidd ar y cynnydd a wnaed yn erbyn yr amcanion y cytunwyd arnynt. Mae pob arweinydd Rhwydwaith yn cymryd cyfrifoldeb dros ddatblygu atebion llwybr gofal integredig ar draws ffiniau gwasanaethau. Anogwyd yr arweinwyr Rhwydwaith i ddilyn hyfforddiant datblygiad personol ac mae nifer ohonynt wedi cwblhau'r Rhaglen Arweinwyr Hyderus.

Rhaglen Datblygu'r Rhwydweithiau Gofal yn y Gymdogaeth 2019

Mae Cynllun Tymor Canolig Integredig Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan yn ei gwneud yn ofynnol bod y Rhwydweithiau'n cynyddu cyflymder y newid o fis Ebrill 2019 er mwyn gweithredu'r agenda Gofal sy'n Agosach at y Cartref. Mae nifer o agweddau ar y gwaith y mae'r Rhwydweithiau yn ei wneud yn mentro i dir newydd ac mae angen fframwaith proffesiynol cadarn a chefnogol arnynt er mwyn paratoi, darparu a gwerthuso dulliau newydd. Gwnaeth y Cyfarwyddwr Meddygol gais i gyflwyno rhaglen ddatblygu ddwys i gefnogi arweinwyr y Rhwydweithiau a'u timau er mwyn creu systemau Rhwydweithiau Gofal yn y Gymdogaeth aeddfed i gyfleu anghenion lleol ac i fynd i'r afael â nhw. Mae'r rhaglen yn anelu at ddarparu'r cyflymder a'r raddfa ar gyfer datblygu gofal sylfaenol sy'n angenrheidiol ar gyfer system ofal integredig Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan, a ddefnyddir i gyflawni blaenoriaethau'r sefydliad. Bydd hyn yn cynnwys rhaglenni arwyddocaol o waith, gan gynnwys y fenter Cymunedau Tosturiol, sy'n codi o'r Rhaglen Drawsnewid.

Mae Rhaglen Ddatblygu'r Rhwydweithiau Gofal yn y Gymdogaeth yn cael ei chydgyssylltu gan Grŵp Llywio - sy'n sicrhau ymgysylltiad yr uwch arweinwyr. Caiff ei darparu gan ABCi drwy 18 o weithdai diagnostig awr o hyd ac a gynhelir bob mis ac mae'n seiliedig ar Becyn Adnoddau i gasglu'r holl bolisiau, strategaethau a chanllawiau cyfarwyddyd perthnasol. Mae cynlluniau hefyd ar gyfer rhaglen Adolygu gan Gymheiriaid. Mae hwn yn ddull dysgu sy'n seiliedig ar weithredu sy'n teilwra'r camau dysgu i heriau go iawn ac yn defnyddio gwybodaeth i gyflawni atebion lleol.

Mae pob Rhwydwaith wedi cynhyrchu Cynllun Un Dudalen i ddangos y blaenoriaethau lleol. Mae'r ffocws manwl hwn yn caniatáu i ni ymateb i anghenion penodol pob cymuned a nodi lle y gellir datblygu atebion cyffredin. Rydym hefyd wedi ymrwymo i ddysgu o arferion da ac rydym yn edrych ymlaen at ddefnyddio'r Blwyddlyfr fel ffynhonnell o syniadau ar gyfer gwaith yn y dyfodol.

PWY YDYM NI AC O BLE Y DAETHOM?

- Blaenau Gwent yw'r Awdurdod Lleol lleiaf yng Ngwent.
- Mae Cyfrifiad 2017 yn dangos bod cyfanswm y boblogaeth yn 69,609.
- Mae gan Blaenau Gwent boblogaeth sy'n heneiddio – mae 19.5% o'r Fwrdeistref yn 65 oed neu'n hŷn. (Asesiad o Anghenion Lles Blaenau Gwent, 2017).
- Mae'r Arolwg Blynnyddol o'r Boblogaeth (Mehefin 2016) yn dangos bod Blaenau Gwent yn parhau i fod â lefelau o anabledd sy'n sylweddol uwch na'r cyfartaledd gyda chyfanswm o 31.6% o'r rhai o oedran gweithio yn cael eu diffinio'n anabl (y rhai sy'n anabl ond yn weithgar yn economaidd, y rhai sydd ag anabledd craidd, a'r rhai sydd ag anabledd sy'n cyfyngu ar eu gallu i weithio) o gymharu â 22.8% ar gyfer Cymru.
- Mae'r lefelau cymharol uchel hyn o anabledd ym Mlaenau Gwent yn arwain at gyfran uchel o bobl yn gwneud cais am fudd-daliadau sy'n gysylltiedig ag anabledd, gyda 12.0% o bobl o oedran gweithio ym Mlaenau Gwent yn gwneud cais am Lwfans Cyflogaeth a Chymorth neu'r Budd-dal Analluogrwydd, o gymharu ag 8.4% ledled Cymru (Mai 2016).
- Wrth ystyried y parhau unigol ar gyfer yr ardal, roedd gan Blaenau Gwent y ganran uchaf o Ardaloedd Cynnyrch Ehangach Haen Is yn y 10% mwyaf diffreintiedig yng Nghymru, ar gyfer incwm (19.1%), addysg (27.7%), a diogelwch cymunedol (23.4%).



Mae gan y Rhwydwaith boblogaeth Practisau o 33,604 ar draws pum Practis, y mae dau ohonynt yn Bractisau a Reolir gan y Bwrdd Iechyd.

Practis Grŵp Abertyleri	Poblogaeth y Practis	Poblogaeth >65 oed	% yr oedran
Practis Grŵp Abertyleri	7,476	1,505	20.13
Practis Meddygol Aber-big (Wedi'i Reoli)	4,528	844	18.64
Meddygfa Blaenau	6,351	1,232	19.40
Canolfan Lles Brynmawr (Wedi'i Rheoli)	10,321	2,048	19.84
Meddygfa Cwm Calon	4,928	997	20.23
Cyfansymiau	33,604	6,626	19.72

Caiff y Rhwydwaith ddryniadau cyllideb blynnyddol o £110,907. Mae cyllid cylchol yn cael ei ddrynnu ar gyfer Cynghorwyr Contractio Annibynnol, Cydlynnydd DEWIS, Gwaeddydd Gweithiwr Cymorth Gofal Iechyd, Fferyllwyr y Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth, a Gwasanaeth Ffisiotherapi Cyswllt Cyntaf yn Ysbyty Aneurin Bevan a thanysgrifiad blynnyddol i'r rhaglen mapio dementia.

Dr Isolde Shore-Nye yw Arweinydd y Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth / Clwstwr Meddygon Teulu ac mae'n Bartner ym Meddygfa Cwm Calon. Hi yw'r Arweinydd Clinigol ar gyfer Gwasanaethau Plant, gan gynnwys CAHMs, ar gyfer Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth / Clystyrau Meddygon Teulu Gwent.

YR HYN RYDYM WEDI'I WNEUD – EIN PRIF LWYDDIANNAU – PAM EIN BOD NI'N WYCH!

- Rydym yn gweithredu rhaglen **Cymunedau Tosturiol**, o dan arweiniad Practisau Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth y Dwyrain.
- Rydym wedi nodi Meddygon Teulu sy'n Gymheiriaid Clinigol, Ffisiotherapyddion Cyswllt Cyntaf, Fferyllwyr Practisau, a Gwasanaethau Ymweld â Chartrefi gan Barafeddygon ar gyfer recriwtio drwy **Gyllidebau Trawsnewid**.
- Rydym wedi sefydlu **Gwasanaethau Gofal Graddedig** (Unedau Asesu a Thrin, Wardiau o dan Arweiniad Nyrsys, Rhyddhau Cleifion mewn modd Rhithwir, Clinigau Clwyfau o dan Arweiniad Nyrsys Ardal ar y Penwythnos) yn Ysbyty Aneurin Bevan.
- Rydym wedi cyflogi **Therapydd Galwedigaethol mewn Rôl Estynedig** yng Nghanolfan Lles Brynmawr a Gweithiwr Cyswllt i'r Meddyg ym Mhractis Meddygol Aber-big.
- Rydym wedi gweithredu Rhaglenni **Llywio Gofal** ac **Optimeiddio Llif Gwaith**.
- Rydym wedi sefydlu **Cynllun Gweithredu Pontio'r Cenedlaethau** a Rhaglen Waith.
- Rydym wedi cryfhau'r **gwasanaethau atal** drwy recriwtio i'r Tîm Gwybodaeth, Cymorth a Chyngor o fewn yr Awdurdod Lleol.
- Mae **Cysylltwyr Cymunedol** wedi'u haseinio i bob Practis Meddygon Teulu ar sail rota.
- Arweiniodd y Tîm Ardal Leol Iasiad y **Rhaglen Tlodi Misglwyf** ledled Blaenau Gwent.
- Datblygiad tîm **gofal brys integredig** (DASH).

- Rydym wedi cynnal gwasanaethau Gofal Sylfaenol yn llwyddiannus yn ystod y **tywydd garw**.
- Rydym wedi penodi Rheolwr ar gyfer y **Rhwydwaith Lles Integredig** i Flaenau Gwent

BETH NESAF?

- Gwasanaethau lleol cynaliadwy a diogel o safon** – Galluogi ein poblogaethau preswyl i gael mynediad at wasanaethau lleol sy'n addas at y diben nad oes angen teithio i'w cyrraedd.
- Gwella'r defnydd o wasanaethau atal, hunanofal a chyngor** - Annog mwy o ddefnydd o Fy Iechyd Ar-lein a Llywio Gofal a Chyfeirio, gwasanaethau sgrinio a gynigir gan Iechyd Cyhoeddus Cymru ar gyfer canser a chlefyd y galon, a gwaith parhaus ar gyfer cynyddu imiwneiddio ymysg plant ac imiwneiddio rhag y fflw, yn y drefn honno.
- Cymunedau Tosturiol** – Datblygu cymunedau gofalgarg gan ddechrau gyda'r boblogaeth leol er mwyn gwneud y defnydd gorau o rwydweithiau, asedau ac adnoddau'r Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth.
- Gofal Graddedig** – Datblygu a mesur y cynlluniau gofal graddedig yn barhaus yn YAB. Mae dichonoldeb Model Galluogi drwy Ddefnyddio Therapi a Gwasanaeth Derbyniadau Uniongyrchol ar gyfer meddygon teulu, yn y drefn honno, yn yr arfaeth.
- Technoleg** - Awtomeiddio'r prosesau lle bynnag y bo hynny'n bosibl i sicrhau cysondeb o ran casglu, dadansoddi a chyflwyno gweithgaredd.
- Gweithio mewn Partneriaeth** – Daw aelodau'r Rhwydweithiau Gofal Cymunedol o amrywiaeth o sefydliadau ac mae'r ymddiriedaeth a'r ysgogiad i gyflawni amcanion sy'n fuddiol i bawb yn hanfodol ar gyfer eu cyflawni.
- Gweithlu Medrus** - Ein staff yw ein hasedau gorau - mae ein Cynlluniau Tymor Canolig Integredig yn cynnwys amcanion i alluogi ein timau a rhoi'r sgiliau iddynt gyflawni'r amcanion a nodwyd gennym.
- Adnoddau Ariannol** - Bydd uniondeb a thryloywder ariannol yn parhau i fod yn brif flaenoriaeth yn y broses o weinyddu'r gyllideb a ddrynnwyd i'r Rhwydwaith.
- Ystâd sy'n Addas at y Diben** – Mae'r Rhwydweithiau yn y Dwyrain a'r Gorllewin yn symud tuag at weithredu ar sail pedwar hyb ar gyfer y ddarpariaeth iechyd a gofal cymdeithasol ledled Blaenau Gwent. Mae Brynmawr eisoes wedi'i agor. Mae'r prosiect yn Nhredgar ar waith ac mae cyllid yn yr arfaeth ar gyfer Hyb yng Nglynebwy. Mae Canolfan y Bont yn Abertyleri'n cael ei hystyried i'w datblygu fel y pedwerydd hyb. Bydd prosiectau ar gyfer ceisiadau cyfalaf neu grantiau gwella yn cael eu nodi ar sail barhaus i sicrhau bod ein hystâd yn cael ei chynnal a'i chadw mewn cyflwr sy'n addas at y diben.



EIN HAMCANION YW

- Gwella iechyd a lles y boblogaeth leol.
- Mynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd a gweithio i'w lleihau.
- Lleihau effaith y newidiadau i iechyd a gofal cymdeithasol.
- Sicrhau gwasanaethau gofal sylfaenol yn lleol.
- Sicrhau bod pobl yn cael cymorth i aros yn iach yn eu cartrefi.
- Darparu gofal hyblyg yn seiliedig ar y person, darparu gofal lleol ar sail lleoliad.
- Gwella mynediad i ofal arbenigol mewn modd amserol os nad yw ar gael yn lleol.
- Darparu mynediad i wasanaethau fferyllol cymunedol yn ôl yr angen lleol
- Gwrando ar y boblogaeth leol ac addasu i newid.
- Cydnabod bod ein staff hefyd yn rhan o'r boblogaeth; cefnogi lles, recriwtio a chadw.

BETH RYDYM YN EI WNEUD?

- Gweithredu'r Model Newydd o Ofal Sylfaenol i ddiwallu anghenion lleol gan gynnwys rolau nyrsio, ffisiotherapi ac iechyd meddwl ychwanegol a sicrhau cynaliadwydd gwasanaethau lleol.
- Mapio a chodi ymwybyddiaeth o'r gofal a'r cyngor sydd ar gael drwy wasanaethau lleol megis fferyllfeydd cymunedol, optometreg, timau deintyddol a'r sector gwirfoddol.
- Gwella gwasanaethau atal gan gynnwys imiwneiddio yn erbyn y fflw, imiwneiddio plant, rhoi'r gorau i smygu, cynlluniau rheoli pwysau ac ymarfer corff
- Gwella'r gwasanaethau i breswylwyr mewn Cartrefi Gofal drwy gyfeillio rhwng y cenedlaethau a gwella dulliau o reoli meddyginiaethau
- Gwella gwasanaethau eiddilwch drwy'r dull gofal graddedig gyda'r Tîm Adnoddau Cymunedol a'r Uned Eiddilwch newydd yn Ysbyty Aneurin Bevan
- Cyflwyno Cymunedau Tosturiol i ddatblygu dulliau pennu amcanion a chynllunio gofal sy'n canolbwyntio ar y claf ymhellach

PWY YDYM NI AC O BLE Y DAETHOM?

- Blaenau Gwent yw'r Awdurdod Lleiaf yng Ngwent.
- Mae Cyfrifiad 2015 yn dangos bod cyfanswm y boblogaeth yn 69,544.
- Mae gan Blaenau Gwent boblogaeth sy'n heneiddio – mae 19.72% yn 65 oed neu'n hŷn.
- Mae gan Blaenau Gwent boblogaeth sy'n heneiddio – mae 19.5% o'r Fwrdeistref yn 65 oed neu'n hŷn. (Asesiad o Anghenion Lles Blaenau Gwent, 2017).
- Mae'r Arolwg Blynnyddol o'r Boblogaeth (Mehefin 2016) yn dangos bod Blaenau Gwent yn parhau i fod â lefelau o anabledd sy'n sylweddol uwch na'r cyfartaledd gyda chyfanswm o 31.6% o'r rhai o oedran gweithio yn cael eu diffinio'n anabl (y rhai sy'n anabl ond yn weithgar yn economaidd, y rhai sydd ag anabledd craidd, a'r rhai sydd ag anabledd sy'n cyfyngu ar eu gallu i weithio) o gymharu â 22.8% ar gyfer Cymru.
- Mae'r lefelau cymharol uchel hyn o anabledd ym Mlaenau Gwent yn arwain at gyfran uchel o bobl yn gwneud cais am fudd-daliadau sy'n gysylltiedig ag anabledd, gyda 12.0% o bobl o oedran gweithio ym Mlaenau Gwent yn gwneud cais am Lwfans Cyflogaeth a Chymorth neu'r Budd-dal Analluogrwydd, o gymharu ag 8.4% ledled Cymru (Mai 2016).
- Wrth ystyried y parthau unigol ar gyfer yr ardal, roedd gan Blaenau Gwent y ganran uchaf o Ardaloedd Cynnyrch Ehangach Haen Is yn y 10% mwyaf difreintiedig yng Nghymru, ar gyfer incwm (19.1%), addysg (27.7%), a diogelwch cymunedol (23.4%).

Mae gan y Rhwydwaith boblogaeth Practisau o 38,378 ar draws chwe Phractis, y mae un ohonynt yn Bractis a Reolir gan y Bwrdd Iechyd.

Practis	Poblogaeth y Practis	Poblogaeth >65 oed	% yr oedran
Canolfan Iechyd Cwm	3,522	706	20.05
Glan Rhyd	8,554	1,747	20.42
Glan Yr Afon	6,746	1,330	19.72
Glynebwy	7,100	1,291	18.18
Pen Y Cae	6,874	1,305	18.98
Canolfan Iechyd Tredegar	5,582	1,260	22.57
Cyfansymiau	38,378	7,639	19.90

Caiff y Rhwydwaith ddryaniadau cyllideb blynnyddol o £122,340. Mae cyllid cylchol yn cael ei ddrynnu ar gyfer Cyngorwyr Contractio Annibynnol, Cydlynnydd DEWIS, Gwaedydd, Fferyllwyr, Gwasanaeth Ffisiotherapi Cyswllt Cyntaf yn Ysbyty Aneurin Bevan a thanysgrifiad blynnyddol i'r rhaglen mapio dementia.

Dr David Minton yw Arweinydd y Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth / Clwstwr Meddygon Teulu. Mae Dr Minton yn Arweinydd Clinigol ar gyfer Arbenigeddau Llawdriniaethol a Gastroenteroleg ac mae'n Arweinydd Gofal sy'n Seiliedig ar Werth ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan.

YR HYN RYDYM WEDI'I WNEUD – EIN PRIF LWYDDIANNAU – PAM EIN BOD NI'N WYCH!

- Rydym yn gweithredu rhaglen Cymunedau Tosturiol, o dan arweiniad Practisau Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth y Gorllewin.
- Rydym wedi nodi Ffisiotherapyddion Cyswllt Cyntaf, Ymarferwyr Iechyd Meddwl, Fferyllwyr Practisau, a Gwasanaethau Ymweld â Chartrefi gan Therapyddion Galwedigaethol ar gyfer recriwtio drwy Gyllidebau Trawsnewid.
- Rydym wedi sefydlu Gwasanaethau Gofal Graddedig (Unedau Asesu a Thrin, Wardiau o dan Arweiniad Nyrsys, Rhyddhau Cleifion mewn modd Rhithwir, Clinigau Clwyfau o dan Arweiniad Nyrsys Ardal ar y Penwythnos) yn Ysbyty Aneurin Bevan.
- Rydym wedi cynnal archwiliadau o alw a gweithgaredd, wedi cynnal cynlluniau peilot o Wasanaethau Awdioleg mewn Gofal Sylfaenol yn ein Practisau o fewn Rhwydwaith y Gorllewin, ac yn datblygu Llwybr Cymorth Cymunedol Ffibromyalgia.
- Rydym wedi gweithredu Rhaglenni Llywio Gofal ac Optimeiddio Llif Gwaith.
- Rydym wedi sefydlu Cynllun Gweithredu Pontio'r Cenedlaethau a Rhaglen Waith.
- Rydym wedi cryfhau'r gwasanaethau atal drwy recriwtio i'r Tîm Gwybodaeth, Cymorth a Chyngor o fewn yr Awdurdod Lleol.
- Mae Cysylltwyr Cymunedol wedi'u haseinio i bob Practis Meddygon Teulu ar sail rota.
- Arweiniodd y Tîm Ardal Leol Iansiad y Rhaglen Tlodi Misglwyf ledled Blaenau Gwent.

- Rydym wedi sicrhau cyllid ar gyfer menter partneriaeth 'Blaenau Gwent on the Move'
- Datblygiad tîm gofal brys integredig (DASH).
- Rydym wedi cynnal gwasanaethau Gofal Sylfaenol yn llwyddiannus yn ystod y tywydd garw.
- Rydym wedi penodi Rheolwr ar gyfer y Rhwydwaith Lles Integredig i Flaenau Gwent.

BETH NESAF?

- Gwasanaethau lleol cynaliadwy a diogel o safon** – Galluogi ein poblogaethau preswyl i gael mynediad at wasanaethau lleol sy'n addas at y diben nad oes angen teithio i'w cyrraedd.
- Gwella'r defnydd o wasanaethau atal, hunanofal a chyngor** - Annog mwy o ddefnydd o Fy Iechyd Ar-lein a Llywio Gofal a Chyfeirio, gwasanaethau sgrinio a gynigir gan Iechyd Cyhoeddus Cymru ar gyfer canserau a chlefyd y galon, a gwaith parhaus ar gyfer cynyddu imiwneiddio ymysg plant ac imiwneiddio rhag y fflw, yn y drefn honno.
- Cymunedau Tosturiol** – Datblygu cymunedau gofalgar gan ddechrau gyda'r boblogaeth leol i wneud y defnydd gorau o rwydweithiau, asedau ac adnoddau yn y Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth.
- Gofal Graddedig** – Datblygu a mesur y cynlluniau gofal graddedig yn barhaus yn YAB. Mae dichonoldeb Model Galluogi drwy Ddefnyddio Therapi a Gwasanaeth Derbyniadau Uniongyrchol ar gyfer meddygon teulu, yn y drefn honno, yn yr arfaeth.
- Technoleg** – Awtomeiddio'r prosesau lle bynnag y bo hynny'n bosibl i sicrhau cysondeb o ran casglu, dadansoddi a chyflwyno gweithgaredd.
- Gweithio mewn Partneriaeth** – Daw aelodau'r Rhwydweithiau Gofal Cymunedol o amrywiaeth o sefydliadau ac mae'r ymddiriedaeth a'r ysgogiad i gyflawni amcanion sy'n fuddiol i bawb yn hanfodol ar gyfer eu cyflawni.
- Gweithlu Medrus** - Ein staff yw ein hasedau gorau - mae ein Cynlluniau Tymor Canolig Integredig yn cynnwys amcanion i alluogi ein timau a rhoi'r sgiliau iddynt gyflawni'r amcanion a nodwyd gennym.
- Adnoddau Ariannol** - Bydd uniondeb a thryloywder ariannol yn parhau i fod yn brif flaenoriaeth yn y broses o weinyddu'r gyllideb a ddrynnwyd i'r Rhwydwaith.
- Ystâd sy'n Addas at y Diben** – Mae'r Rhwydweithiau yn y Dwyrain a'r Gorllewin yn symud tuag at weithredu ar sail pedwar hyb ar gyfer y ddarpariaeth iechyd a gofal cymdeithasol ledled Blaenau Gwent. Mae Brynmawr eisoes wedi'i agor. Mae'r prosiect yn Nhredeg ar waith ac mae cyllid yn yr arfaeth ar gyfer Hyb yng Nglynebwy. Mae Canolfan y Bont yn Abertyleri'n cael ei hystyried i'w datblygu fel y pedwerydd hyb. Bydd prosiectau ar gyfer ceisiadau cyfalaf neu grantiau gwella yn cael eu nodi ar sail barhaus i sicrhau bod ein hystâd yn cael ei gynnal a'i gadw mewn cyflwr sy'n addas at y diben.



EIN HAMCANION YW

- Gwella iechyd a lles y boblogaeth leol.
- Mynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd a gweithio i'w lleihau.
- Lleihau effaith y newidiadau i iechyd a gofal cymdeithasol.
- Sicrhau gwasanaethau gofal sylfaenol yn lleol.
- Sicrhau bod pobl yn cael cymorth i aros yn iach yn eu cartrefi.
- Darparu gofal hyblyg yn seiliedig ar y person, darparu gofal lleol ar sail lleoliad.
- Gwella mynediad i ofal arbenigol mewn modd amserol os nad yw ar gael yn lleol.
- Darparu mynediad i wasanaethau fferyllol cymunedol yn ôl yr angen lleol.
- Gwrandao ar y boblogaeth leol ac addasu i newid.
- Cydnabod bod ein staff hefyd yn rhan o'r boblogaeth; cefnogi lles, recriwtio a chadw.

BETH RYDYM YN EI WNEUD?

- Gweithredu'r Model Newydd o Ofal Sylfaenol i ddiwallu anghenion lleol gan gynnwys rolau nyrsio, ffisiotherapi ac iechyd meddwl ychwanegol a sicrhau cynaliadwydd gwasanaethau lleol.
- Mapio a chodi ymwybyddiaeth o'r gofal a'r cyngor sydd ar gael drwy wasanaethau lleol megis fferyllfeydd cymunedol, optometreg, timau deintyddol a'r sector gwirfoddol.
- Gwella gwasanaethau atal gan gynnwys imiwneiddio yn erbyn y fflw, imiwneiddio plant, rhoi'r gorau i smygu, cynlluniau rheoli pwysau ac ymarfer corff.
- Gwella'r gwasanaethau i breswylwyr mewn Cartrefi Gofal drwy gyfeillio rhwng y cenedlaethau a gwella dulliau o reoli meddyginiaethau.
- Gwella gwasanaethau eiddilwch drwy'r dull gofal graddedig gyda'r Tîm Adnoddau Cymunedol a'r Uned Eiddilwch newydd yn Ysbyty Aneurin Bevan.
- Cyflwyno Cymunedau Tosturiol i ddatblygu dulliau pennu amcanion a chynllunio gofal sy'n canolbwyntio ar y claf ymhellach.



PWY YDYM NI?

Mae Clwstwr Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth Gogledd Caerffili yn gwasanaethu poblogaeth glwstwr o 64,850. Mae 9 o bractisau o fewn yr ardal, sef Meddygfa Bryntirion, Meddygfa Gelligaer, Canolfan Feddygol Markham, Meddygfa Nelson, Meddygfa Oakfield, Canolfan Iechyd Pengam, Practis Meddygol The Lawn, Meddygfa Stryd y De, Meddygfa Cwm Rhymni.

Dr Heather Griffiths yw arweinydd y Rhwydwaith ar gyfer Gogledd Caerffili a'i meysydd cyfrifoldeb yw Diabetes, Endocrinoleg a Niwroleg. Bu Heather yn feddyg teulu ym Meddygfa Stryd Oakfield yn Ystrad Mynach am y 24 mlynedd diwethaf ac mae wedi bod yn arwain y Rhwydwaith ar gyfer Gogledd Caerffili ers chwe blynedd.



R HYN RYDYM WEDI'I WNEUD – EIN PRIF LWYDDIANNAU – PAM EIN BOD YN WYCH!

Cynhaliodd tri chlwtwr Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth Caerffili ddigwyddiad ar y cyd ym mis Tachwedd 2018 mewn cysylltiad â chydweithwyr yn y trydydd sector a bu hwn yn ddigwyddiad cadarnhaol iawn gyda nifer fawr o wasanaethau partner yn cael eu cynrychioli. Darparodd y digwyddiad ddealltwriaeth dda o'r agenda 'cymunedau tosturiol' a sut y gellir cyflawni hyn drwy gydweithio yng Nghaerffili. Mynychodd 23 o bractisau meddygon teulu y digwyddiad a rhoddodd ddealltwriaeth well iddynt o'r gwasanaethau gwirfoddol sydd ar gael yn lleol.

Ffisiotherapi Cyswllt Cyntaf

Mynediad uniongyrchol at asesiad gan ffisiotherapydd Band 7 profiadol o fewn lleoliad y practis meddyg teulu ar gyfer cleifion sy'n pryderu ynghylch problem gyhyrsgarbydol a sut i'w rheoli. Bu'r adborth cynnar yng nghyfarfodydd y Rhwydwaith Gofal Cymdogaeth yn gadarnhaol iawn, a'r unig agwedd negyddol oedd yr angen i ehangu'r gwasanaeth gyda sesiynau ychwanegol.

Cynhaliodd tri chlwtwr Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth Caerffili ddigwyddiad ar y cyd ym mis Tachwedd 2018 mewn cysylltiad â chydweithwyr yn y trydydd sector a bu hwn yn gadarnhaol iawn gyda nifer fawr o wasanaethau partner yn cael eu cynrychioli. Rhoddodd y digwyddiad ddealltwriaeth dda o'r agenda 'cymunedau tosturiol' a sut y gellir cyflawni hyn drwy gydweithio yng Nghaerffili. Mynychodd 23 o bractisau meddygon teulu y digwyddiad a rhoddodd ddealltwriaeth well iddynt o'r gwasanaethau gwirfoddol sydd ar gael yn lleol.

Urddas Misglwyf

Dyma fenter a ddatblygwyd mewn ymateb i dystiolaeth sy'n dangos y gall cael gafael ar gynnyrch misglwyf fod yn gostus ac yn anodd. Mae prosiect ar waith ledled Caerffili sy'n darparu Blychau Coch o gynnyrch misglwyf am ddim, nid yn unig mewn ysgolion, ond hefyd mewn lleoliadau cyhoeddus er mwyn i fenywod a merched ifanc eraill gael budd o'r fenter.

Llwybr Cymorth gyda Mynd i'r Toiled/Rhwymedd Pediatrig Gofal Sylfaenol

Mae llwybr ar gyfer plant rhwng 0 a 5 oed nad ydynt yn gallu ymatal eto neu sy'n rhwym wedi'i ddatblygu. Cefnogodd y Rhwydwaith y gwasanaeth Dechrau'n Deg i ddatblygu llwybr, codi ymwybyddiaeth a nodi lleoliadau clinig addas ac ariannodd hyfforddiant ERIC ar gyfer staff lleol er mwyn darparu'r gwasanaeth.

Llinellau Cyffuriau

Rhoddodd Heddlu Gwent gyflwyniad addysgiadol a oedd yn agoriad llygad ynghylch 'Llinellau Cyffuriau', sef cam-fanteisio troseddol lle mae gangiau/rhwymeddiâu trosedd cyfundrefnol yn cam-fanteisio ar blant a phobl ifanc i werthu cyffuriau. Mae unigolion yn cael eu gorfodi i deithio ar draws siroedd, gan



ddefnyddio 'llinellau' ffônau symudol penodedig i gyflenwi cyffuriau. Cytunwyd y byddai ymateb amlasiantaeth sy'n gweithio'n agos gyda'r Rhwydwaith Gofal Cymdogaeth / gwasanaethau / sefydliadau i fod yn wyliadwrs ac ymwybodol ac i rannu gwybodaeth am y mater yn cynorthwyo'r heddlu mewn modd cadarnhaol i fynd i'r afael â'r mater hwn.

Llywio Gofal

Mae staff mewn practisau meddygon teulu ledled y Rhwydwaith wedi derbyn hyfforddiant ar gyfer darparu gwasanaeth Llywio Gofal i'w galluogi i gyfeirio cleifion at wasanaethau perthnasol a gwella'r mynediad i apwyntiadau meddygon teulu perthnasol. Mae'n galluogi staff rheng flaen i ddarparu mwy o wybodaeth i gleifion ynghylch y gwasanaethau iechyd a lles lleol, o fewn a'r tu hwnt i ofal sylfaenol, mewn ffordd ddiogel ac effeithiol. Mae'n ymwneud â chynnig dewis i gleifion a chymorth i gael mynediad at y gwasanaeth mwyaf priodol yn gyntaf, ac nid y meddyg teulu yw hwnnw bob tro. Mae'n golygu bod cleifion yn ei chael hi'n haws cael apwyntiad â meddyg teulu pan fydd angen un arnynt.

Dermatosgopi

Er mwyn ceisio gwella ansawdd atgyfeiriadau i wasanaethau dermatoleg gofal eilaidd, prynodd y Rhwydwaith ddermatosgopau i'w defnyddio mewn hyfforddiant mewn practisau a hyfforddiant wedi'i gynorthwyo.

Cymunedau Tosturiol

Fel ardal beilot ar gyfer Gwent, mae dull cymunedau tosturiol ar sail model tebyg yn Frome wedi dechrau cael ei roi ar waith yng Ngogledd Caerffili. Bydd hyn yn parhau dros y misoedd nesaf a bydd yn cael ei werthuso er mwyn penderfynu ynghylch ei effaith ar wasanaethau lleol. Gellir gweld rhagor o wybodaeth am y model Frome drwy'r tudalennau hyn ar y we <https://www.compassionate-communitiesuk.co.uk/project>.

BETH RYDYM YN EI WNEUD?

- Darparu gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol sy'n seiliedig ar leoliadau sy'n hygyrch iawn i ddinasyddion Gogledd Caerffili.
- Adolygu ac addasu'r model presennol o wasanaethau integredig sydd wedi'u lleoli yng Nghanolfan Iechyd a Gofal Cymdeithasol Integredig Rhymni.
- Gweithio gyda darparwyr i sicrhau bod gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol yn gynaliadwy.
- Parhau i ddatblygu timau gofal sylfaenol gan gynnwys rolau meddygon teulu, nyrsys ardal ac ymwelwyr iechyd traddodiadol yn ogystal ag unrhyw rolau newydd. Dylai fod cyfathrebu rhagorol o fewn y tîm gydag ychydig, os o gwbl, o drosglwyddo cyfrifoldebau.
- Defnyddio rolau gofal sylfaenol newydd i gynorthwyo i hwyluso gofal iechyd hygyrch. Lle bo hynny'n briodol, dylai'r rhain fod yn rhan o "weithio sy'n seiliedig ar leoliad". Dylai'r rolau gynnwys: Presgripsiynydd cymdeithasol / Fferylllydd mewn practis / Awdiolegydd gofal sylfaenol / Parafeddyg gofal sylfaenol / Therapydd galwedigaethol gofal sylfaenol / Gweithiwr cymdeithasol.
- Sicrhau'r defnydd priodol o wasanaethau lleol, megis fferyllfeydd cymunedol a gwasanaethau'r trydydd sector.
- Sicrhau bod rolau arbenigol fel Nyrsys Arbenigol Diabetig, Nyrsys Methiant y Galon, a Nyrsys Arbenigol Gofal Lliniarol yn cael eu defnyddio mewn modd priodol a'u bod yn gwbl hygyrch.
- Defnyddio gwasanaethau atal priodol i gadw dinasyddion yn iach, gan gynnwys imiwneiddio yn erbyn y fflw / imiwneiddio plant / gwasanaethau rhoi'r gorau i smygu / gwasanaethau rheoli pwysau / cynlluniau ymarfer corff.
- Sicrhau'r defnydd priodol o'r ystâd iechyd a gofal cymdeithasol bresennol sydd o safon uchel.
- Gweithio i leihau'r defnydd o wrthfotigau.



PWY YDYM NI AC O BLE Y DAETHOM?

Mae Clwstwr Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth Dwyrain Caerffili yn gwasanaethu poblogaeth o 65,800. Mae 7 o bractisau gwahanol yn yr ardal, sef:

- Canolfan Feddygol Avicenna:
- Practis Gogledd Celynen
- Canolfan Iechyd Pontllan-fraith
- Meddygfa Rhisca
- Meddygfa St Luke
- Canolfan Iechyd Sunnyban
- Canolfan Feddygol Wellspring

Bu Stuart yn Feddyg Teulu sy'n Bartner yng Nghanolfan Feddygol Wellspring yn Rhisca am y 33 mlynedd diwethaf a dechreuodd ei rôl fel Arweinydd Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth Dwyrain Caerffili 3 blynedd yn ôl. Ei feysydd cyfrifoldeb yw gwasanaethau Anadlol, Alergeddau a Hematoleg. Mae'n teimlo ei bod yn gyfnod heriol ond cyffrous i Ofal Sylfaenol gyda chyfle gwyb i ddatblygu a gwella'r gwasanaethau a ddarperir yn lleol.



WHAT WE HAVE DONE - OUR KEY ACHIEVEMENTS

Cynhaliodd tri chlwtwr Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth Caerffili ddigwyddiad ar y cyd ym mis Tachwedd 2018 mewn cysylltiad â chydweithwyr yn y trydydd sector a bu hwn yn ddigwyddiad cadarnhaol iawn gyda nifer fawr o wasanaethau partner yn cael eu cynrychioli. Darparodd y digwyddiad ddealltwriaeth dda o'r agenda 'cymunedau tosturiol' a sut y gellir cyflawni hyn drwy gydweithio yng Nghaerffili. Mynychodd 23 o bractisau meddygon teulu y digwyddiad a rhoddodd ddealltwriaeth well iddynt o'r gwasanaethau gwirfoddol sydd ar gael yn lleol.

Ffisiotherapi Cyswllt Cyntaf

Mynediad uniongyrchol at asesiad gan ffisiotherapydd Band 7 profiadol o fewn lleoliad y practis meddyg teulu ar gyfer cleifion sy'n pryderu ynghylch problem gyhyrsgerbydol a sut i'w rheoli. Bu'r adborth cynnar yng nghyfarfodydd y Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth yn gadarnhaol iawn, a'r unig agwedd negyddol oedd yr angen i ehangu'r gwasanaeth gyda sesiynau ychwanegol.

Urddas Misglwyf

Dyma fenter a ddatblygwyd mewn ymateb i dystiolaeth sy'n dangos y gall cael gafael ar gynnyrch misglwyf fod yn gostus ac yn anodd. Mae prosiect ar waith ledled Caerffili sy'n darparu Blychau Coch o gynnyrch misglwyf am ddim, nid yn unig mewn ysgolion, ond hefyd mewn lleoliadau cyhoeddus er mwyn i fenywod a merched ifanc eraill gael budd o'r fenter.



Llwybr Cymorth gyda Mynd i'r Toiled/Rhwymedd Pediatrig mewn Gofal Sylfaenol

Mae llwybr ar gyfer plant rhwng 0 a 5 oed nad ydynt yn gallu ymatal eto neu sy'n rhwym wedi'i ddatblygu. Cefnogodd y Rhwydwaith y gwasanaeth Dechrau'n Deg i ddatblygu llwybr, codi ymwybyddiaeth a nodi lleoliadau clinig addas ac ariannodd hyfforddiant ERIC ar gyfer staff lleol er mwyn darparu'r gwasanaeth.

Llinellau Cyffuriau

Rhoddodd Heddlu Gwent gyflwyniad addysgiadol a oedd yn agoriad llygad ynghylch 'Llinellau Cyffuriau', sef camfanteisio troseddol lle mae gangiau/rhwymeddiâu troseddau cyfundrefnol yn camfanteisio ar blant a phobl ifanc i werthu cyffuriau. Mae unigolion yn cael eu gorfodi i deithio ar draws siroedd, gan ddefnyddio 'llinellau' ffônau symudol penodedig i gyflenwi cyffuriau. Cytunwyd y byddai ymateb amlasiantaeth drwy weithio'n agos gyda'r Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth / gwasanaethau / sefydliadau i fod yn wylidwrs ac ymwybodol ac i rannu gwybodaeth am y mater yn cynorthwyo'r heddlu mewn modd cadarnhaol i fynd i'r afael â'r mater hwn.

Prosiectau Iechyd a Lles a ddarperir drwy Lyfrgelloedd Caerffili

Cyflwynodd Karen Pugh, Rheolwr y Gwasanaethau Darllen ar gyfer Cyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili, drosolwg o'r gwasanaethau, y mae nifer ohonynt yn cyfuno â gwaith y Rhwydwaith a'r gwaith o feithrin cymunedau cryfach a mwy gwydn.

Aros yn Iach yn y Cartref

Mae'n darparu gwasanaeth llwyth achos sy'n cysylltu â meddygfeydd meddygon teulu i gyrraedd pobl nad ydynt yn weithgar yn gymdeithasol/sydd wedi'u hynysu ac i gynorthwyo gyda byw'n annibynnol a chynaliadwy. Gwneir cysylltiadau â gwasanaethau priodol gan gynnwys y Rhaglen Addasiadau Brys sy'n darparu'r hyn a ganlyn i gleientiaid: gwasanaeth ar gyfer gwneud y mwyafrif o incwm, grantiau, atgyfeiriadau i sefydliadau a grwpiau lleol eraill a Gwriad Cartref Iach ar gyfer gwaith/gwasanaethau ychwanegol i gynnal byw'n annibynnol.

Llywio Gofal

Mae staff mewn practisau meddygon teulu ledled y Rhwydwaith wedi derbyn hyfforddiant ar gyfer darparu gwasanaeth Llywio Gofal i'w galluogi i gyfeirio cleifion at wasanaethau perthnasol a gwella mynediad i apwyntiadau meddygon teulu perthnasol. Mae'n galluogi staff rheng flaen i ddarparu mwy o wybodaeth i gleifion ynghylch y gwasanaethau iechyd a llesiant lleol, o fewn a'r tu hwnt i ofal sylfaenol, mewn ffordd ddiogel ac effeithiol. Mae'n ymwneud â chynnig dewis i gleifion a chymorth i gael mynediad at y gwasanaeth mwyaf priodol yn gyntaf, ac nid y meddyg teulu yw hwnnw bob tro. Mae'n golygu bod cleifion yn ei chael hi'n haws cael apwyntiad â meddyg teulu pan fydd angen un arnynt.



BETH RYDYM YN EI WNEUD?

- Darparu gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol sy'n seiliedig ar leoliadau sy'n hygyrch iawn i ddinasyddion Dwyrain Caerffili.
- Gweithio gyda darparwyr i sicrhau bod gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol yn gynaliadwy.
- Parhau i ddatblygu timau gofal sylfaenol gan gynnwys rolau meddygon teulu, nyrsys ardal ac ymwelwyr iechyd traddodiadol yn ogystal ag unrhyw rolau newydd. Dylai fod cyfathrebu rhagorol o fewn y tîm gydag ychydig, os o gwbl, o drosglwyddo cyfrifoldebau.
- Defnyddio rolau gofal sylfaenol newydd i gynorthwyo i hwyluso gofal iechyd hygyrch. Lle bo hynny'n briodol, dylai'r rhain fod yn rhan o "weithio sy'n seiliedig ar leoliad". Dylai'r rolau gynnwys: Presgripsiynydd cymdeithasol / Fferyllydd mewn practis / Awdiolegydd gofal sylfaenol / Parafeddyg gofal sylfaenol / Therapydd galwedigaethol gofal sylfaenol / Gweithiwr cymdeithasol.
- Sicrhau'r defnydd priodol o wasanaethau lleol, fel fferyllydd cymunedol a gwasanaethau'r trydydd sector.
- Sicrhau bod rolau arbenigol fel Nyrsys Arbenigol Diabetig, Nyrsys Methiant y Galon, a Nyrsys Arbenigol Gofal Lliniarol yn cael eu defnyddio mewn modd priodol a'u bod yn gwbl hygyrch.
- Defnyddio gwasanaethau atal priodol i gadw dinasyddion yn iach, gan gynnwys imiwneiddio yn erbyn y fflw / imiwneiddio plant / gwasanaethau rhoi'r gorau i smygu / gwasanaethau rheoli pwysau / cynlluniau ymarfer corff.
- Sicrhau'r defnydd priodol o'r ystâd iechyd a gofal cymdeithasol bresennol sydd o safon uchel.
- Rheoli Gwastraff – Lleihau gwastraff o feddyginiaeth a phryderon diogelwch sy'n ymwneud â'r systemau ailbresgripsiynu.
- Defnyddio data/tystiolaeth i hysbysu'r broses o wneud penderfyniadau.
- Defnyddio TG/technoleg i wella sut mae gwasanaethau'n cael eu darparu.

PWY YDYM NI AC O BLE Y DAETHOM?

Mae Clwstwr Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth De Caerffili yn gwasanaethu clwstwr o 56,500. Mae 7 practisau yn yr ardal, sef:

- Canolfan Feddygol Courthouse
- Meddygfa Lansbury
- Canolfan Feddygol Tonyfelin
- Canolfan Feddygol Aber
- Canolfan Feddygol Heol Nantgarw
- Meddygfa Village
- Meddygfa Tŷ Bryn

Dr Alun Edwards yw arweinydd y Rhwydwaith ar gyfer De Caerffili a'i feysydd cyfrifoldeb yw Cardiolog, Strôc a gwefan y Rhwydwaith. Bu Alun yn feddyg teulu ym Meddygfa Tŷ Bryn, Tretomas ers 2001 ac mae'n hyfforddi meddygon teulu. Yn flaenorol, bu'n gynghorydd meddygol annibynnol yng Nghaerffili ac roedd yn Eiriolwr Clinigol ar Fwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan.



YR HYN RYDYM WEDI'I WNEUD – EIN PRIF LWYDDIANNAU – PAM EIN BOD YN WYCH!

Cynhaliodd tri chlwstwr Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth Caerffili ddigwyddiad ar y cyd ym mis Tachwedd 2018 mewn cysylltiad â chydweithwyr yn y trydydd sector a bu hwn yn gadarnhaol iawn gyda nifer fawr o wasanaethau partner yn cael eu cynrychioli. Rhoddodd y digwyddiad ddealltwriaeth dda o'r agenda 'cymunedau tosturiol' a sut y gellir cyflawni hyn drwy gydweithio yng Nghaerffili. Mynychodd 23 o bractisau meddygon teulu y digwyddiad a rhoddodd ddealltwriaeth well iddynt o'r gwasanaethau gwirfoddol sydd ar gael yn lleol.

Ffisiotherapi Cyswllt Cyntaf

Mynediad uniongyrchol at asesiad gan ffisiotherapydd Band 7 profiadol o fewn lleoliad y practis meddyg teulu ar gyfer cleifion sy'n pryderu ynghylch problem gyhyrsgerberbydol a sut i'w rheoli. Bu'r adborth cynnar yng nghyfarfodydd y Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth yn gadarnhaol iawn, a'r unig agwedd negyddol oedd yr angen i ehangu'r gwasanaeth gyda sesiynau ychwanegol.



Urddas Misglwyf

Dyma fenter a ddatblygwyd mewn ymateb i dystiolaeth sy'n dangos y gall cael gafael ar gynnyrch misglwyf fod yn gostus ac yn anodd. Mae prosiect ar waith ledled Caerffili sy'n darparu Blychau Coch o gynnyrch misglwyf am ddim, nid yn unig mewn ysgolion, ond hefyd mewn lleoliadau cyhoeddus er mwyn i fenywod a merched ifanc eraill gael budd o'r fenter.

Llwybr Cymorth ar gyfer Mynd i'r Toiled/Rhwymedd Pediatriig Gofal Sylfaenol

Mae llwybr ar gyfer plant rhwng 0 a 5 oed nad ydynt yn gallu ymatal eto neu sy'n rhwym wedi'i ddatblygu. Cefnogodd y Rhwydwaith y gwasanaeth Dechrau'n Deg i ddatblygu llwybr, codi ymwybyddiaeth a nodi lleoliadau clinig addas ac ariannodd yr hyfforddiant ERIC ar gyfer staff lleol er mwyn darparu'r gwasanaeth.

Aros yn Iach yn y Cartref

Mae'n darparu gwasanaeth llwyth achos sy'n cysylltu â meddygfeydd meddygon teulu i gyrraedd pobl nad ydynt yn weithgar yn gymdeithasol/sydd wedi'u hynysu ac i gynorthwyo gyda byw'n annibynnol a chynaliadwy. Gwneir cysylltiadau â gwasanaethau priodol gan gynnwys y Rhaglen Addasiadau Brys sy'n darparu'r hyn a ganlyn i gleientiaid: gwasanaeth ar gyfer gwneud y mwyafric o incwm, grantiau, atgyfeiriadau i sefydliadau a grwpiau lleol eraill a Gwiriad Cartref Iach ar gyfer gwaith/gwasanaethau ychwanegol i gynnal byw'n annibynnol.

Gwasanaeth Gofal ar gyfer Anafiadau Cymhleth

Mae cyllid i'r Rhwydwaith yn sicrhau bod y gwasanaeth yn parhau i gynyddu niferoedd yr anafiadau cymhleth sy'n cael eu rheoli o fewn lleoliad gofal sylfaenol ardal Rhwydwaith De Caerffili ac mae'n lleihau nifer yr apwyntiadau gofal eilaidd.

Llywio Gofal

Mae staff mewn practisau meddygon teulu ledled y Rhwydwaith wedi derbyn hyfforddiant ar gyfer darparu gwasanaeth Llywio Gofal i'w galluogi i gyfeirio cleifion at wasanaethau perthnasol a gwella mynediad i apwyntiadau meddygon teulu perthnasol. Mae'n galluogi staff rheng flaen i ddarparu mwy o wybodaeth i gleifion ynghylch y gwasanaethau iechyd a lles lleol, o fewn a'r tu hwnt i ofal sylfaenol, mewn ffordd ddiogel ac effeithiol. Mae'n ymwneud â chynnig dewis i gleifion a chymorth i gael mynediad at y gwasanaeth mwyaf priodol yn gyntaf, ac nid y meddyg teulu yw hwnnw bob tro. Mae'n golygu bod cleifion yn ei chael hi'n haws cael apwyntiad â meddyg teulu pan fydd angen un arnynt.

Dermatosgopi

Er mwyn ceisio gwella ansawdd atgyfeiriadau i wasanaethau dermatoleg gofal eilaidd, prynodd y Rhwydwaith ddermatosgopau i'w defnyddio mewn hyfforddiant mewn practisau a hyfforddiant wedi'i gynorthwyo.

BETH RYDYM NI'N EI WNEUD?

- Darparu gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol sy'n seiliedig ar leoliadau sy'n hygyrch iawn i ddinasyddion De Caerffili.
- Gweithio gyda darparwyr i sicrhau bod gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol yn gynaliadwy.
- Parhau i ddatblygu timau gofal sylfaenol gan gynnwys rolau meddygon teulu, nyrsys ardal ac ymwelwyr iechyd traddodiadol yn ogystal ag unrhyw rolau newydd. Dylai fod cyfathrebu rhagorol o fewn y tîm gydag ychydig, os o gwbl, o drosglwyddo cyfrifoldebau.
- Defnyddio rolau gofal sylfaenol newydd i gynorthwyo i hwyluso gofal iechyd hygyrch. Lle bo hynny'n briodol, dylai'r rhain fod yn rhan o "weithio sy'n seiliedig ar leoliad". Dylai'r rolau gynnwys: Presgripsiynydd cymdeithasol / Fferyllydd mewn practis / Awdiolegydd gofal sylfaenol / Parafeddyg gofal sylfaenol / Therapydd galwedigaethol gofal sylfaenol / Gweithiwr cymdeithasol.
- Sicrhau'r defnydd priodol o wasanaethau lleol, megis fferyllfeydd cymunedol a gwasanaethau'r trydydd sector.
- Sicrhau bod rolau arbenigol fel Nyrsys Arbenigol Diabetig, Nyrsys Methiant y Galon, a Nyrsys Arbenigol Gofal Lliniarol yn cael eu defnyddio mewn modd priodol a'u bod yn gwbl hygyrch.
- Defnyddio gwasanaethau atal priodol i gadw dinasyddion yn iach, gan gynnwys imiwneiddio yn erbyn y ffliw / imiwneiddio plant / gwasanaethau rhoi'r gorau i smygu / gwasanaethau rheoli pwysau / cynlluniau ymarfer corff.
- Sicrhau'r defnydd priodol o'r ystâd iechyd a gofal cymdeithasol bresennol sydd o safon uchel.
- Cefnogi'r datblygiad yn Llanbradach.
- Cefnogi'r Datblygiad yn Nyffryn Aber.
- Defnyddio data/tystiolaeth i lywio'r broses o wneud penderfyniadau
- Defnyddio TG/technoleg i wella'r gwasanaethau a ddarperir



PWY YDYM NI AC O BLE Y DAETHOM

Fel cam cyntaf mewn rhaglen ddatblygu tair blynedd mewn ymateb i ddogfen Llywodraeth Cymru: Gosod y Cyfeiriad, wedi'i alinio â'r Fframwaith Ansawdd a Chanlyniadau, ffurfiwyd 12 Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth ar draws Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan gyda'r nod o ymateb i anghenion poblogaethau lleol o tua 35 i 50,000.

Cefnogir Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth **Gogledd Sir Fynwy** gan Arweinydd Clinigol (Meddyg Teulu), Rheolwr Rhwydwaith a Swyddog Cymorth ac mae ganddo gyllideb gymharol fach, sy'n golygu y gall y Rhwydwaith brofi gwasanaethau newydd yn seiliedig ar angen a nodwyd. Mae arweinydd y Rhwydwaith hefyd yn chwarae rhan allweddol wrth sicrhau bod y llwybrau clinigol presennol at wasanaethau llawfeddygaeth gyffredinol mewn gofal eilaidd, yn ddi-dor ac yn effeithlon. Mae gan y Rhwydwaith gynrychiolaeth o Bractisau Meddygon Teulu, timau iechyd a gofal cymdeithasol integredig, iechyd meddwl sylfaenol/iechyd meddwl oedolion ac oedolion hŷn, y trydydd sector, tai, rheoli pwysau, Cyngor Sir Fynwy, iechyd y cyhoedd, gofalwyr, gwasanaethau plant a theuluoeedd ac ati.

Mae Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth **Gogledd Sir Fynwy** yn rhwydwaith o 8 Practis Meddyg Teulu, 2 feddygfa cangen, a dau dîm iechyd a Gofal Cymdeithasol Integredig sy'n gweithio ochr yn ochr â chydweithwyr yn y trydydd sector i wasanaethu poblogaeth o tua 52,000 o bobl sy'n byw yn Nhrefynwy, y Fenni, Brynbuga a'r ardaloedd cyfagos. Mae 43.7% yn byw mewn ardaloedd gwledig a lled wledig. Gan fod Rhwydwaith y Gogledd yn ffinio â Phowys, Lloegr, Torfaen a Chasnewydd, rydym yn wynebu'r her o ddarparu gwasanaethau trawsffiniol gan sicrhau bod gwasanaethau'n gweithio'n ddi-dor er budd y claf. Mae'r cyflogau yn yr ardal tua 10% yn is na chyfartaledd y DU, dim ond fymryn yn uwch na'r cyfartaledd yng Nghymru. Mae tua 34% o'n poblogaeth waith yn cymudo allan o'r sir i ennill bywoliaeth. Mae gan Gogledd Sir Fynwy ddwy Ystâd Ddiogel - ac mae un ohonynt ar fin dod yn ganolfan ragoriaeth ar gyfer gofal i garcharorion hŷn. Mae hyn yn arwydd o'r cynnydd posibl yn y galw am wasanaethau. Yn ddiweddar, mae ychwanegu cyfrifoldebau dros ailsefydlu o Garchar Brynbuga (ers 1/4/19) wedi cael effaith ar wasanaethau.

Mae wyth practis sy'n gweithredu yn ardal Clwstwr Gogledd Sir Fynwy:

- Castle Gate Surgery
- Hereford Road Surgery
- Dixon Road Surgery
- Old Station Surgery

YR HYN RYDYM WEDI'I WNEUD - EIN PRIF LWYDDIANNAU

Fforwm Diogelu

Derbyniodd Dr Rowena Christmas, meddyg teulu ym Mhractis Dyffryn Gwy ac aelod o'r Rhwydwaith gyllid ar gyfer Rhwydwaith Gogledd Sir Fynwy i sefydlu Fforwm Diogelu gyda'r nod o hyrwyddo gweithio ar draws practisau, gwella gwytnwch a chreu effeithlonrwydd. Mae Arweinwyr Diogelu Cenedlaethol Dr Aideen Naughton a Dr Nigel Farr yn dilyn hynt y grŵp peilot hwn. Caiff arfer gorau ei hyrwyddo drwy drafodaeth grŵp gan greu amgylchedd i feddygon teulu rannu syniadau a phryderon. Mae enghreifftiau o arfer gorau yn cynnwys adolygiadau achos o'r plant hynny na wnaethant fynychu apwyntiadau a drefnwyd yr un diwrnod. Ystyriwyd bod hyn yn arwydd o fregusrwydd. Mae meddygfeydd hefyd yn adolygu diffyg presenoldeb ar gyfer imiweiddiadau, adolygiadau o glefydau cronig e.e. asthma neu epilepsi, fel rhan o'r gwaith diogelu.

Llywio Gofal/Cyfeirio Gweithredol

Wedi'i anelu at adeiladu gwytnwch cymunedol ac Arferion Meddygon Teulu cynaliadwy daeth Rhwydweithiau Gogledd a De Sir Fynwy ynghyd i ariannu hyfforddiant ar sail tystiolaeth ar y cyd ar gyfer meddygon teulu, Rheolwyr Practis a staff derbynfa i ymchwilio i ddulliau profedig o drafod anghenion cleifion pan fyddant yn cysylltu â meddygfeydd. Mae'r dulliau hyn yn caniatáu i opsiynau gofal amgen gael eu hystyried gan gleifion sy'n dioddef o broblemau iechyd meddwl, deintyddol ac offthalmolegol lefel isel.

Map Ffordd Dementia Cymru (adnodd ar-lein)

Cysniad a ddeilliodd o Dde Sir Fynwy i ddarparu gwybodaeth o ansawdd uchel am y daith dementia ochr yn ochr â gwybodaeth leol am wasanaethau, grwpiau cymorth a llwybrau gofal i gynorthwyo pobl i fyw'n dda gyda dementia. Mae cyllid y Rhwydwaith yn parhau i gefnogi hyn.

Fferyllwyr Clinigol mewn Practisau

Penderfynodd Rhwydweithiau Gofal yn y Gymdogaeth Sir Fynwy ariannu fferyllwyr mewn practisau yn 2015 i ryddhau amser meddygon teulu i gefnogi cleifion ag anghenion mwy cymhleth. Enghraifft o lwyddiant yw cyfanswm yr ymholiadau am bresgripsiynau y mae'r fferyllwyr yn ymdrin â nhw: Cyfanswm o 334, yr amcangyfrifir ei fod wedi arbed 188 awr o amser meddygon teulu.

- Medical Centre Usk
- Tudor Gate Surgery
- The Surgery (Usk)
- Wye Valley Practice



Llwybr Gordewdra Cymru Gyfan

Penodwyd Deietegydd Cymunedol gydag arian y Rhwydwaith i gynorthwyo'r Gwasanaeth Rheoli Pwysau Oedolion presennol. Ers dechrau'r gwasanaeth ar 1 Ebrill 2016, gwnaed cynnydd yn y meysydd a ganlyn:

- Cynnydd cyson mewn atgyfeiriadau am y 4 mis cyntaf
- Sefydlu clinig Dyffryn Mynwy
- Clinigau cynenedigol Ysbyty Nevill Hall
- Mapio asiantaethau sydd â diddordeb mewn cyflwyno'r Cynllun foodwise

PAM EIN BOD NI'N WYCH!

Fel Rhwydwaith rydym yn gweithio gyda'n gilydd i wneud y defnydd gorau o'r adnoddau sydd ar gael i sefydlu gwasanaethau iechyd a lles cffleidiol, gwneud y defnydd gorau o ystâd iechyd a gofal cymdeithasol, a chefnogi'r defnydd o ddulliau hunanreoli ataliol, cynnar. **Mae'r Rhwydwaith** yn ystyried mai'r unig ffordd werthfawr o gyflawni newid yw drwy feithrin dealltwriaeth o anghenion lleol yn gyntaf ac yna gweithio ar y cyd i ddatblygu atebion effeithiol. Adolygu canlyniadau iechyd a lles yn rheolaidd a dysgu o adborth gan gleifion, gofalwyr a staff.

Yn Rhwydwaith Gogledd Sir Fynwy rydym yn arddel pwysigrwydd sicrhau bod ein preswylwyr yn byw mor annibynnol â phosibl. Cynyddu cyfraniadau unigol pobl i'r eithaf, a datblygu gofod cymunedol lle y gall pobl **ddod ynghyd i ddatblygu cyfeillgarwch** a rhannu profiadau a chymorth. **Mae'r Rhwydwaith** yn llywio datblygiad y ddwy ganolfan les yng Ngogledd Sir Fynwy

BETH NESAF

Yn 2019 cyflwynwyd dull gweithredu newydd gan newid y ffordd y mae cyfarfodydd y Rhwydwaith yn cael eu cynnal gyda'r rhan gyntaf bellach wedi'i neilltuo i weithdy â thema gyda thrafodaethau ar lefel y Rhwydwaith yn cael eu cynnal i gytuno ar flaenoriaethau, mynd i'r afael â phryderon/bylchau ac ystyried opsiynau gwariant cyllideb, ynghyd â themâu eraill. megis:

- Adolygu anghenion lleol yn rheolaidd i nodi blaenoriaethau a datblygu atebion effeithiol.
- Datblygu timau gofal sylfaenol gan ddefnyddio'r Model Gofal Sylfaenol i Gymru wedi'i adeiladu o amgylch rolau meddygon teulu, nyrsys ardal ac Ymwelwyr Iechyd traddodiadol.
- Cyflwyno rolau gofal sylfaenol newydd i ddarparu mynediad haws at wasanaethau lleol. Ymhlith yr enghreifftiau presennol mae presgripsiynwyr cymdeithasol, fferyllwyr mewn practisau, ffisiotherapyddion, gweithwyr iechyd meddwl, awdiolegwyr gofal sylfaenol, parafeddygon, therapyddion galwedigaethol a gweithwyr cymdeithasol.
- Cynyddu mynediad at rolau arbenigol yn y gymuned gan gynnwys Nyrs Arbenigol Diabetig, Nyrs Methiant y Galon, a Nyrs Arbenigol Gofal Lliniarol.
- Gweithio i gynyddu'r nifer sy'n manteisio ar wasanaethau ataliol i gadw dinasyddion yn iach gan gynnwys imiweiddio rhag y ffliw / imiweiddio plant / gwasanaethau rhoi'r gorau i smygu / gwasanaethau rheoli pwysau / cynlluniau ymarfer corff.
- Datblygu llwybrau clinigol i wella profiad cleifion ac ansawdd gwasanaethau.
- Adeiladu system llywio cymdeithasol gref i gefnogi ymgysylltiad cymunedol.
- Dod o hyd i fentrau cymunedol lleol a'u hyrwyddo.

Themâu allweddol y Rhwydwaith ar gyfer 2019-20:

Gweithdai â thema ar gyfer trafodaeth / cydweithredu a chynllunio (yr holl bartneriaid yn cymryd rhan weithredol), cynllunio 3-5 mlynedd ar gyfer y Rhwydwaith mewn perthynas â gwytnwch, cynaliadwyedd a datblygu'r gweithlu, gweithio ar y cyd ar dwf poblogaeth gyda chydweithwyr yn y maes tai i sicrhau bod cynlluniau lleol yn adlewyrchu'r effaith bosibl ar y Gwasanaethau Iechyd a Gofal Cymdeithasol, meithrin cysylltiadau cryf â chydweithwyr yn y trydydd sector a gofal eilaidd, dull 'un drws ffrynt' a gwybodaeth mewn trefi allweddol/ yn canolbwyntio ar angen, gwella iechyd a lles, mynediad lleol i IAA, codi ymwybyddiaeth o waith y Rhwydwaith a dysgu o ddefnyddwyr gwasanaeth, cefnogi dyfodol clinigol (darparu gofal yn agosach at y cartref), grymuso staff, canfod atebion lleol, cefnogaeth barhaus ar gyfer model 'Llywio Cymdeithasol' sy'n gysylltiedig â chanolfannau llesiant sy'n helpu pobl leol i ddod o hyd i atebion anfeddygol lleol lle bo hynny'n bosibl.

PWY YDYM NI AC O BLE Y DAETHOM

Fel cam cyntaf mewn rhaglen ddatblygu tair blynedd mewn ymateb i ddogfen Llywodraeth Cymru: Gosod y Cyfeiriad, wedi'i alinio â'r Fframwaith Ansawdd a Chanlyniadau, ffurfiwyd 12 Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth ar draws Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan gyda'r nod o ymateb i anghenion poblogaethau lleol o tua 35 i 50,000.

Cefnogir Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth De Sir Fynwy gan Arweinydd Clinigol (Meddyg Teulu), Rheolwr Rhwydwaith a Swyddog Cymorth ac mae ganddo gyllideb gymharol fach, sy'n golygu y gall y Rhwydwaith brofi gwasanaethau newydd yn seiliedig ar angen a nodwyd. Mae arweinydd y Rhwydwaith hefyd yn chwarae rhan allweddol wrth sicrhau bod y llwybrau clinigol presennol at wasanaethau llawfeddygaeth gyffredinol mewn gofal eilaidd, yn ddi-dor ac yn effeithlon. Mae gan y Rhwydwaith gynrychiolaeth o Bractisau Meddygon Teulu, timau iechyd a gofal cymdeithasol integredig, iechyd meddwl sylfaenol/iechyd meddwl oedolion ac oedolion hŷn, y trydydd sector, tai, rheoli pwysau, Cyngor Sir Fynwy, iechyd y cyhoedd, gofalwyr, gwasanaethau plant a theuluoedd ac ati.

Mae Rhwydwaith De Sir Fynwy yn rhwydwaith o 5 Practis Meddyg Teulu, 4 meddygfa gangen, a 2 Ganolfan Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles Integredig sy'n gartref i dimau Nyrsio Cymunedol a Gwasanaethau Cymdeithasol sy'n gweithio ochr yn ochr â chydweithwyr yn y trydydd sector i wasanaethu poblogaeth Cas-gwent, Cil-y-coed a'r cylch. Gyda phoblogaeth o 46,229 - **44%** mewn ardal wledig yn bennaf gyda thua chwarter y boblogaeth yn byw yn y ddwy brif dref, sef Cas-gwent a Chil-coed Gan fod Rhwydwaith De Sir Fynwy yn ffinio â Lloegr a Chasnewydd, rydym yn wynebu'r her o ddarparu gwasanaethau trawsffiniol gan sicrhau bod gwasanaethau'n gweithio'n ddi-dor er budd y claf. Mae Sir Fynwy yn cael ei hystyried yn ardal gefnog, a all weithiau guddio gwahaniaethau o fewn a rhwng cymunedau. Mae'r cyflogau yn yr ardal tua 10% yn is na chyfartaledd y DU a dim ond fyfyr yn uwch na'r cyfartaledd yng Nghymru. Mae tua 34% o'n boblogaeth waith yn cymudo allan o'r sir i ennill bywoliaeth.

Mae pump practis sy'n gweithredu yn ardal Clwstwr De Sir Fynwy:

- Gray Hill Surgery
 - Mount Pleasant Practice
- Town Gate Practice
 - Vauxhall Surgery
 - Wydean Practic

YR HYN RYDYM WEDI'I WNEUD - EIN PRIF LWYDDIANNAU

Rhaglen Beilot Adsefydlu Ysgyfeiniol (PR)

Roedd disgwyl i bobl a chanddynt iechyd anadlol gwael sy'n byw yn Ne Sir Fynwy deithio i Stadiwm Casnewydd os oeddent am gymryd rhan mewn Adsefydlu Ysgyfeiniol. Camodd y Rhwydwaith i'r adwy a chytuno ar gyllid o £7,500 i gefnogi Peilot Adsefydlu Ysgyfeiniol yng Nghas-gwent. Roedd y peilot, mewn partneriaeth â Chynllun Atgyfeirio Cleifion i Wneud Ymarfer Corff (NERS) Cyngor Sir Fynwy, yn rhoi cyfle i gyfranogwyr wneud ymarfer corff ysgafn, cael addysg am eu cyflwr, a chwrdd â phobl eraill sydd mewn sefyllfa debyg. Mae'r rhaglen hefyd wedi rhoi **hyder i bobl gymryd rhan mewn gweithgareddau** ar ôl i'r rhaglen ddod i ben drwy'r Cynllun Atgyfeirio.

Llywio Gofal/Cyfeirio Gweithredol

Wedi'i anelu at adeiladu gwytnwch cymunedol ac Arferion Meddygon Teulu cynaliadwy daeth Rhwydweithiau Gogledd a De Sir Fynwy ynghyd i ariannu hyfforddiant ar sail tystiolaeth ar y cyd ar gyfer meddygon teulu, Rheolwyr Practis a staff derbynfa i ymchwilio i ddulliau profedig o drafod anghenion cleifion pan fyddant yn cysylltu â meddygyfeydd. Mae'r dulliau hyn yn caniatáu i opsiynau gofal amgen gael eu hystyried gan gleifion sy'n dioddef o broblemau iechyd meddwl, deintyddol ac offthalmolegol lefel isel.

Map Ffordd Dementia Cymru (adnodd ar-lein)

Cysyniad a ddeilliodd o Dde Sir Fynwy i ddarparu gwybodaeth o ansawdd uchel am y daith dementia ochr yn ochr â gwybodaeth leol am wasanaethau, grwpiau cymorth a llwybrau gofal i gynorthwyo pobl i fyw'n dda gyda dementia. Mae cyllid y Rhwydwaith yn parhau i gefnogi hyn.

Fferyllwyr Clinigol mewn Practisau

Penderfynodd Rhwydweithiau Gofal yn y Gymdogaeth Sir Fynwy ariannu fferyllwyr mewn practisau yn 2015 i ryddhau amser meddygon teulu i gefnogi cleifion ag anghenion mwy cymhleth. Enghraifft o lwyddiant yw cyfanswm yr ymholiadau am bresgripsiynau y mae'r fferyllwyr yn ymdrin â nhw: Cyfanswm o 334, yr amcangyfrifir ei fod wedi arbed 188 awr o amser meddygon teulu.



Peilot Rhwymedd ymysg Plan

Cychwynnodd Rhwydwaith Sir Fynwy beilot i gynyddu'r gefnogaeth i blant 1-12 oed sy'n dioddef o rwymedd a phoen rheolaidd yn yr abdomen. Creodd hyn gysylltiadau rhwng pediatryddion BIPAB, meddygon teulu y De a Nyrs Feithrin leol a oedd yn gymwys i gynig cyngor i blant a'u teuluoedd ar ddeiet, ymarfer corff, hylifau a dosau amrywiol o feddyginiaeth carthydd am hyd at 3 mis. Cynhaliwyd y peilot llwyddiannus am 6 mis i brofi'r angen am wasanaeth ac mae bellach wedi'i gyflwyno ar draws y Bwrdd Iechyd cyfan.

PAM EIN BOD NI'N WYCH!

Fel Rhwydwaith rydym yn gweithio gyda'n gilydd i wneud y defnydd gorau o'r adnoddau sydd ar gael i sefydlu gwasanaethau iechyd a lles cofleidiol, gwneud y defnydd gorau o ystâd iechyd a gofal cymdeithasol, a chefnogi'r defnydd o ddulliau hunanreoli ataliol, cynnar. **Mae'r Rhwydwaith** yn ystyried mai'r unig ffordd werthfawr o gyflawni newid yw drwy feithrin dealltwriaeth o anghenion lleol yn gyntaf ac yna gweithio ar y cyd i ddatblygu atebion effeithiol. Adolygu canlyniadau iechyd a lles yn rheolaidd a dysgu o adborth gan gleifion, gofalwyr a staff.

Yn Rhwydwaith De Sir Fynwy rydym yn arddel pwysigrwydd sicrhau bod ein preswylwyr yn byw mor annibynnol â phosibl. Cynyddu cyfraniadau unigol pobl i'r eithaf, a datblygu gofod cymunedol lle y gall pobl ddod ynghyd i ddatblygu cyfeillgarwch a rhannu profiadau a chymorth. **Mae'r Rhwydwaith** yn llywio datblygiad y ddwy ganolfan les yn Ne Sir Fynwy.

BETH NESAF

Yn 2019 cyflwynwyd dull gweithredu newydd gan newid y ffordd y mae cyfarfodydd y Rhwydwaith yn cael eu cynnal gyda'r rhan gyntaf bellach wedi'i neilltuo i weithdy â thema gyda thrafodaethau ar lefel y Rhwydwaith yn cael eu cynnal i gytuno ar flaenoriaethau, mynd i'r afael â phryderon/bylchau ac ystyried opsiynau gwariant cyllideb, ynghyd â themâu eraill. megis:

- Adolygu anghenion lleol yn rheolaidd i nodi blaenoriaethau a datblygu atebion effeithiol
- Datblygu timau gofal sylfaenol gan ddefnyddio'r Model Gofal Sylfaenol i Gymru wedi'i adeiladu o amgylch rolau meddygon teulu, nyrsys ardal ac Ymwelwyr Iechyd traddodiadol
- Cyflwyno rolau gofal sylfaenol newydd i ddarparu mynediad haws at wasanaethau lleol. Ymhlith yr enghreifftiau presennol mae presgripsiynwyr cymdeithasol, fferyllwyr mewn practisau, ffisiotherapyddion, gweithwyr iechyd meddwl, awdiolegwyr gofal sylfaenol, parafeddygon, therapyddion galwedigaethol a gweithwyr cymdeithasol.
- Cynyddu mynediad at rolau arbenigol yn y gymuned gan gynnwys Nyrs Arbenigol Diabetig, Nyrs Methiant y Galon, a Nyrs Arbenigol Gofal Lliniarol.
- Gweithio i gynyddu'r nifer sy'n manteisio ar wasanaethau ataliol i gadw dinasyddion yn iach gan gynnwys imiwneiddio rhag y ffliw / imiwneiddio plant / gwasanaethau rhoi'r gorau i smygu / gwasanaethau rheoli pwysau / cynlluniau ymarfer corff
- Datblygu llwybrau clinigol i wella profiad cleifion ac ansawdd gwasanaethau
- Adeiladu system llywio cymdeithasol gref i gefnogi ymgysylltiad cymunedol
- Dod o hyd i fentrau cymunedol lleol a'u hyrwyddo

Themâu allweddol y Rhwydwaith ar gyfer 2019-20:

Gweithdai â thema ar gyfer trafodaeth / cydweithredu a chynllunio (yr holl bartneriaid yn gymryd rhan weithredol), cynllunio 3-5 mlynedd ar gyfer y Rhwydwaith mewn perthynas â gwytnwch, cynaliadwyedd a datblygu'r gweithlu, gweithio ar y cyd ar dwf poblogaeth gyda chydweithwyr yn y maes tai i sicrhau bod cynlluniau lleol yn adlewyrchu'r effaith bosibl ar y Gwasanaethau Iechyd a Gofal Cymdeithasol, meithrin cysylltiadau cryf â chydweithwyr yn y trydydd sector a gofal eilaidd, dull 'un drws ffrynt' a gwybodaeth mewn trefi allweddol/ yn canolbwyntio ar angen, gwella iechyd a lles, mynediad lleol i IAA, codi ymwybyddiaeth o waith y Rhwydwaith a dysgu o ddefnyddwyr gwasanaeth, cefnogi dyfodol clinigol (darparu gofal yn agosach at y cartref), grymuso staff, canfod atebion lleol, cefnogaeth barhaus ar gyfer model 'Llywio Cymdeithasol' sy'n gysylltiedig â chanolfannau llesiant sy'n helpu pobl leol i ddod o hyd i atebion anfeddygol lleol lle bo hynny'n bosibl.

PWY YDYM NI AC O BLE Y DAETHOM

Yng Nghasnewydd, mae tri Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth yn gwasanaethu poblogaeth o oddeutu 147,700. Mae'n ddinas o ddau hanner, lle mae'r mwyaf cefnog yn dod wyneb yn wyneb â'r mwyaf difreintiedig. Siaredir dros 48 o ieithoedd gwahanol yma ymhlith 20 o gymunedau gwahanol. Casnewydd sydd â'r gyfran ail uchaf o ran poblogaeth o gefndir du a lleiafrifoedd ethnig yng Nghymru ac mae'n ardal gwasgaru ceiswyr lloches.

Newport East NCN team:

Will Beer, Sara Garland, Leah McDonald, Nicola Cunningham, Kate Hopkins, Lowri Ashworth and Daniel Kendall at Victoria House Newport.

Mae saith practis sy'n gweithredu yn ardal Clwstwr Dwyrain Casnewydd:

- Beechwood Primary Care Centre
- Lliswerry Medical Centre
- Park Surgery (Newport)
- Ringland Health Centre
- The Rugby Surgery
- Underwood Health Centre



YR HYN RYDYM WEDI'I WNEUD - EIN PRIF LWYDDIANNAU – PAM EIN BOD NI'N WYCH!

Campws Cymunedol Ringland

Rydym wedi bod yn gweithio ag Adran Gynllunio'r Bwrdd Iechyd i gynllunio Canolfan Iechyd a Lles newydd. Mae hwn yn rhan o gynllun adnewyddu ehangach i greu 'campws cymunedol' yn ardal Ringland o Dwyrain Casnewydd. Bydd y campws cymunedol yn cael ei greu drwy dri prif gynllun cyfalaf fydd yn cyd-leoli ystod o wasanaethau yn y gymdogaeth gan gynnwys Dechrau'n Deg, Teuluoedd yn Gyntaf, Tîm Gwaith a Sgiliau, Cyngor Gyrfaoedd, Adran Gwaith a Phensiynau, Cymorth Tai, Cyngor ar Bopeth. Bydd y cyfleusterau hyn yn cynnig gwasanaethau ataliol eraill megis rhoi'r gorau i smygu, gwasanaethau cyffuriau ac alcohol, dosbarthiadau rheoli pwysau a seicoaddysg.

Cynaliadwyedd

Rydym yn parhau i ganolbwyntio ar gynaliadwyedd y gweithlu ac yn cynnal cyfarfodydd a gweithdai i drafod atebion posibl. Mae nifer o Feddygfeydd Teulu bellach yn cyflogi rolau estynedig gan gynnwys fferylllydd clinigol, ffisiotherapydd ac ymarferydd iechyd meddwl. Mae cyllid Trawsnewid yn cael ei ddefnyddio yn Nwyrain Casnewydd i gymell mwy o gymysgedd sgiliau sydd wedi arwain at benodi nifer o swyddi ar sail tymor penodol

Gweithio mewn Partneriaeth

Mae Llwybr Pobl Hŷn Casnewydd yn brosiect partneriaeth â Chyngor Dinas Casnewydd ac Age Cymru. Mae'r rhaglen hon yn nodi pobl sy'n cael budd o gefnogaeth a gwasanaethau ataliol ychwanegol. Mae Hwylusydd Gofal Age Cymru yn creu Cynllun Cadw'n Iach sy'n cefnogi'r unigolyn i gynnal eu hiechyd, lles ac annibyniaeth yn eu henaint.

Llywio Gofal

Mae llywio gofal yn fodel sydd wedi ennill ei blwyf i sicrhau bod cleifion yn cael eu cyfeirio at y gweithiwr proffesiynol cywir, yn y man cywir, ar yr adeg cywir. Mae llywio gofal yn ymwneud â darparu mwy o ddewis a mynediad. Mae gwaith wedi'i wneud ar draws Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth Casnewydd i ddatblygu llwybrau at ffynonellau cefnogaeth briodol gan gynnwys Dewis Fferyllfa, Cynllun Gofal Llygaid Cymru, Mynediad Uniongyrchol at Ffisiotherapi, Y Ffordd i Les a Thîm Gwybodaeth, Cyngor a Chymorth (IAA) Cyswllt Cyntaf Gwasanaethau Cymdeithasol. Comisiynwyd hyfforddiant ar gyfer staff y dderbynfa a staff clerigol presennol er mwyn iddynt chwarae mwy o ran yn y broses o lywio cleifion. Cynhyrchwyd fideo hyrwyddo, posteri a thaflenni i godi ymwybyddiaeth ymysg cleifion o'r dull newydd hwn o weithio.



Cynlluniau i leihau baich gwaith gweinyddol i Feddygon Teulu

Mae Rhwydwaith Casnewydd yn parhau i gefnogi Fforwm Rheolwyr Practisau a darparwyd cyllid i Reolwyr Practisau gwblhau diploma AMSPAR. Cyflwynwyd



cynlluniau arall i hybu effeithlonrwydd o fewn meddygaeth teulu gan gynnwys optimeiddio llif gwaith a darparu meddalwedd arddwyediad digidol.

Gwasanaeth Mynediad Uniongyrchol at Ffisiotherapi

Mae Rhwydwaith Casnewydd wedi cyfuno arian clwstwr i lansio gwasanaeth newydd i gleifion â phroblemau cyhyrsgerbydol. Wedi'i leoli yn Ysbyty Sant Gwynllyw yng nghanol Casnewydd mae'r gwasanaeth galw heibio ar gael o ddydd Llun i ddydd Gwener rhwng 9am ac 11.30am. Mae'r gwasanaeth yn boblogaidd â chleifion sy'n gallu cael asesiad cynt heb yr angen am apwyntiad â Meddyg Teulu. Rhoddir cyngor i gleifion ar sut i helpu eu hunain neu cânt eu hatgyfeirio ar gyfer triniaeth ffisiotherapi neu at y Tîm Brysbennu a Thriniaeth Aml-Broffesiwn os oes angen.



Model Amlasiantaeth Cymorth Iechyd Meddwl i Blant a Phobl Ifanc

Mae'r Gwasanaeth Cymorth Iechyd Meddwl Gofal Sylfaenol wrthi'n datblygu model gofal newydd i blant a phobl ifanc ag anawsterau iechyd meddwl ysgafn i gymedrol. Bellach anfonir pob atgyfeiriad gan Feddygon Teulu ac ysgolion drwy un pwynt mynediad sy'n gweithredu polisi 'o beidio â gwrthod'. Mae ymarferwyr iechyd meddwl gofal sylfaenol bellach yn gweithio ochr yn ochr â Theuluoedd yn Gyntaf i adolygu atgyfeiriadau mewn cyfarfod dosbarthu aml-asiantaeth wythnosol ar y cyd.

Peilot Nyrsio yn y Gymdogaeth

Rydym wrthi'n profi dull gwahanol tuag at Nyrsio Ardal i ddarparu gofal cydlynus sy'n canolbwyntio ar atal ac ar yr unigolyn sy'n galluogi pobl i hunanreoli eu cyflyrau, drwy rwydweithiau ffurfiol ac anffurfiol, â chefnogaeth tîm nyrsio hunanreoledd yn y gymdogaeth. Mae hyn yn adlewyrchu modelau rhyngwladol sydd wedi bod yn effeithiol.

Mae'r tîm Nyrsio Ardal wedi cyflwyno prosesau gofal newydd a swyddi ychwanegol i ddarparu'r gallu i newid a chreu cymysgedd sgiliau cyfoethocach sy'n defnyddio gweithwyr cymorth gofal iechyd yn well o fewn eu cwmpas ymarfer ochr yn ochr â chreu meysydd arbenigedd o fewn y tîm Nyrsys Cofrestredig. Maen nhw wedi cael hyfforddiant Amcanion Gofal sy'n canolbwyntio ar yr hyn sy'n bwysig i'r unigolyn ac sy'n galluogi staff i reoli risg clinigol yn fwy effeithiol, a phrofwyd ei fod yn darparu fframwaith clir o ran gwneud penderfyniadau yn seiliedig ar dystiolaeth. Mae hyn eisoes wedi cael effaith sylweddol ar sut maen nhw'n rheoli atgyfeiriadau ac anghenion cleifion unigol. Bydd y timau yn treulio amser â Thîm Cyswllt Cyntaf Gwasanaethau Cymdeithasol i archwilio sut maen nhw wedi newid eu dull a ffyrdd o weithio yn dilyn rhoi Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant ar waith. Rhagwelir y bydd y dull hwn yn datblygu dull mwy cyson o gynllunio gofal i ddiwallu cyflyrau meddygol hirdymor ac anghenion personol a gofal cymdeithasol.

Gweithdai a Digwyddiadau Cynllunio

Mae Rhwydwaith Casnewydd wedi cynnal cyfres o weithdai a digwyddiadau cynllunio ar y cyd ar ystod o feysydd blaenoriaeth gan gynnwys llwybr yr afu, integreiddio gwasanaethau eiddilwch, brechu rhag y fflîw, cynlluniau argyfwng a pharodrwydd gaeaf.

PWY YDYM NI AC O BLE Y DAETHOM

Mae tri Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth (NCN) yng Nghasnewydd, yn gwasanaethu poblogaeth o oddeutu 147,700. Mae'n ddinas o ddau hanner, lle mae'r mwyafrif cefnog yn dod wyneb yn wyneb â'r mwyafrif difreintiedig.

Siaredir dros 48 o ieithoedd gwahanol ymhlith poblogaeth Gogledd Casnewydd o oddeutu 50,000 o bobl. Casnewydd sydd â'r gyfran ail uchaf o ran poblogaeth o gefndir du neu leiafrifoedd ethnig yng Nghymru ac mae'n ardal gwasgaru ceiswyr lloches.

Casnewydd sydd â'r gyfran uchaf ond un o boblogaeth o gefndir du a lleiafrifoedd ethnig yng Nghymru ac mae'n ardal wasgaru ar gyfer ceiswyr lloches.

Mae chwech practis sy'n gweithredu yn ardal Clwstwr Gogledd Casnewydd:

- Westfield Medical Centre
- Isca Medical Centre
- Malpas Brook Health Centre
- Richmond Clinic
- St Julians Medical Centre
- The Rogerstone Practice



YR HYN RYDYM WEDI'I WNEUD - EIN PRIF LWYDDIANNAU – PAM EIN BOD NI'N WYCH!

Gweithiwr Argyfwng Iechyd Meddwl

Mae Dr. Graeme Yule yn arwain cynllun peilot 2 flynedd yn NCN Gogledd Casnewydd lle caiff Gweithiwr Argyfwng Iechyd Meddwl (CMHW) ei leoli yng Nghanolfan Feddygol St Julians. Nod y peilot yw darparu'r gofal mwyaf priodol i gleifion sydd angen CMHW.



Gweithio mewn Partneriaeth

Mae Llwybr Pobl Hŷn Casnewydd yn brosiect partneriaeth â Chyngor Dinas Casnewydd ac Age Cymru. Mae'r rhaglen hon yn defnyddio offeryn haenu risg i nodi pobl sy'n cael budd o gymorth a gwasanaethau ataliol ychwanegol. Bydd Hwylusydd Gofal Age Cymru yn ymweld â'r bobl hyn yn eu cartref ac yn cydweithio i greu Cynllun Cadw'n Iach. Mae'n canolbwyntio ar bob agwedd o'u bywyd i'w helpu i gynnal eu hiechyd, lles ac annibyniaeth yn eu henaint.

Llywio Gofal

Mae llywio gofal yn fodel sydd wedi ennill ei blwyf i sicrhau bod cleifion yn cael eu cyfeirio at y gweithiwr proffesiynol cywir, yn y man cywir, ar yr adeg cywir. Mae llywio gofal yn ymwneud â darparu mwy o ddewis a mynediad.



Mae NCN Casnewydd wedi ddatblygu llwybrau at ffynonellau cymorth priodol gan gynnwys Dewis Fferyllfa, Cynllun Gofal Llygaid Cymru, Mynediad Uniongyrchol at Ffisiotherapi, Y Ffordd i Les a Thîm Gwybodaeth, Cyngor a Chymorth (IAA) Cyswllt Cyntaf Gwasanaethau Cymdeithasol.

Comisiynwyd hyfforddiant ar gyfer staff y dderbynfa a staff clerigol presennol er mwyn iddynt chwarae mwy o ran yn y broses o lywio cleifion. Cynhyrchwyd fideo hyrwyddo, posteri a thafleini i godi ymwybyddiaeth ymysg cleifion o'r dull newydd hwn o weithio.

Model Cymorth Iechyd Meddwl Aml-asiantaeth i Blant a Phobl Ifanc

Mae NCN Casnewydd wedi bod yn gweithio â Gwasanaeth Cymorth Iechyd Meddwl Gofal Sylfaenol i ddatblygu model gofal newydd i blant a phobl ifanc ag anawsterau iechyd meddwl ysgafn i gymedrol. Bellach anfonir pob atgyfeiriad gan Feddygon Teulu ac ysgolion trwy un pwynt mynediad sy'n gweithredu polisi 'o beidio â gwrthod'. Mae ymarferwyr iechyd meddwl gofal sylfaenol bellach yn gweithio ochr yn ochr â Theuluoedd yn Gyntaf i adolygu atgyfeiriadau mewn cyfarfod dosbarthu aml-asiantaeth wythnosol ar y cyd.

Gweithdai a Digwyddiadau Cynllunio

Mae NCN Casnewydd wedi cynnal cyfres o weithdai a digwyddiadau cynllunio ar y cyd ar ystod o feysydd blaenoriaeth gan gynnwys llwybr yr afu, integreiddio gwasanaethau eiddilwch, brechu rhag y fflw, cynlluniau argyfwng a pharodrwydd gaeaf.

Gwasanaeth Mynediad Uniongyrchol at Ffisiotherapi

Mae NCN Casnewydd wedi cyfuno arian clwstwr i lansio gwasanaeth newydd i gleifion â phroblemau cyhyrsgerbydol. Wedi'i leoli yn Ysbyty Sant Gwynllyw yng nghanol Casnewydd mae'r gwasanaeth galw heibio ar gael o ddydd Llun i ddydd Gwener rhwng 9am ac 11.30am. Mae'r gwasanaeth yn boblogaidd chleifion sy'n gallu cael asesiad cynt heb yr angen am apwyntiad â Meddyg Teulu. Rhoddir cyngor i gleifion ar sut helpu eu hunain neu cânt eu hatgyfeirio ar gyfer triniaeth ffisiotherapi neu at y Tim Brysbennu a Thriniaeth Aml-Broffesiwn os oes angen.



Fferyllwyr mewn Practisau

Rydym wedi ehangu capasiti darpariaeth fferyllwyr o fewn y clwstwr. Mae fferyllwyr yn delio ag ymholiadau meddyginiaeth, optimeiddio meddyginiaethau i gleifion â chyflyrau hirdymor, adolygiadau meddyginiaethau ac archwiliadau clinigol o bresgripsiynu.

Mae'r fferylllydd clinigol a gyflogwyd i ddarparu'r gwasanaeth hwn newydd gwblhau cymhwyster Presgripsiynu Rhyngddibynnol ac wedi cael hyfforddiant arbenigol ar gaethiwed a newid ymddygiad. Bydd y Fferyllfa Gymunedol yn gallu diweddarw cofnod y Meddyg Teulu o bell a chael gafael ar gyngor arbenigol gan y Gwasanaeth Rheoli Poen Arbenigol a Gwasanaeth Camddefnyddio Sylweddau Arbenigol Gwent.

Cynlluniau i leihau baich gwaith gweinyddol Meddygon Teulu

Mae NCN Casnewydd yn parhau i gefnogi Fforwm Rheolwyr Practisau a darparwyd cyllid i Reolwyr Practisau gwblhau diploma AMSPAR. Cyflwynwyd cynlluniau arall i hybu effeithlonrwydd o fewn meddygaeth teulu gan gynnwys optimeiddio llif gwaith a darparu meddalwedd arddwyddiad digidol.



BETH RYDYM YN EI WNEUD?

- Datblygu gwybodaeth, cyngor a dull sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn ar draws pob 'drws ffrynt' yng Nghasnewydd
- Cynyddu cyfleoedd i bobl leol gael mynediad at yr help cywir ar gyfer anghenion corfforol, seicolegol a chymdeithasol ar yr adeg cywir, gan fynd i'r afael ag anghenion brys ac atal pethau rhag gwaethgu
- Ymchwilio i lle y gellir defnyddio cymysgedd o sgiliau iechyd a gofal cymdeithasol i fodloni gofynion poblogaeth sy'n tyfu byth a hefyd a chynnig gofal yn nes at adref
- Cynnig apwyntiad i'r cyhoedd â ffisiotherapydd profiadol sy'n gallu cynnig help a chyfarwyddyd â materion cyhyrol
- Cynnig apwyntiad i'r cyhoedd ag ymarferydd iechyd meddwl profiadol sy'n gallu cynnig help a chyfarwyddyd â materion iechyd meddwl
- Meithrin arbenigedd rheoli meddyginiaethau mewn meddygfeydd teulu, trwy rôl fferylllydd mewn practis
- Gweithio â thimau integredig i nodi ffyrdd o wella rheoli chyflyrau cronig hirdymor ac anghenion gofal cymhleth a lliniarol
- Gweithio â thimau integredig a phobl leol i wella iechyd a lles, yn gynnwys cynyddu'r nifer sy'n cael eu sgrinio a'u himiwneddio
- Gweithio â phartneriaid NCN i wella mynediad pobl at wasanaethau sy'n cefnogi anghenion ieithyddol a diwylliannol
- Sicrhau bod gan staff sgiliau a chymorth digonol i fynd i'r afael â gwaith presennol ac yn y dyfodol i ddiwallu anghenion y boblogaeth a'r demograffig sy'n newid
- Sicrhau bod cynlluniau ar waith ar gyfer digwyddiad yn gysylltiedig â thwydd gwael neu argyfwng, er mwyn gallu ymdopi gyda'r swm lleiaf posibl o straen i gleifion a staff.

PWY YDYM NI AC O BLE Y DAETHOM

TMAE tri Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth yng Nghasnewydd, yn gwasanaethu poblogaeth o oddeutu 147,700. Mae'n ddinas o ddau hanner, lle mae'r mwyafrif cefnog yn dod wyneb yn wyneb â'r mwyafrif difreintiedig.

Siaredir dros 48 o ieithoedd gwahanol ymhlith poblogaeth Gorllewin Casnewydd o oddeutu 50,000 o bobl. Casnewydd sydd â'r gyfran ail uchaf o ran poblogaeth o gefndir du neu leiafrifoedd ethnig yng Nghymru ac mae'n ardal gwasgaru ceiswyr lloches.

Mae'r gynrychiolaeth ar draws y tri Rhwydwaith yn cynnwys 17 meddygfa Meddygaeth Teulu, 3 meddygfa cangen, Timau Nyrsio Ardal, Gwasanaeth Ymwelwyr Iechyd, Tai, cydweithwyr Trydydd Sector, Gwasanaethau Plant a Theuluoedd, Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol Gwent, tîm Adnoddau Cymunedol a Llywodraeth Leol. Mae pob Rhwydwaith yn cyfarfod ddwywaith y mis i ystyried sut y gallant wneud gwahaniaeth i'w cymunedau lleol drwy gefnogi mentrau iechyd a gofal cymdeithasol lleol a rhoi cyllid cychwynnol i gynlluniau peilot lleol sy'n ceisio gwella gwasanaethau lleol.

Mae pump practis sy'n gweithredu yn ardal Clwstwr Gorllewin Casnewydd:

- Bellevue Surgery
- Bryngwyn
- St David's Clinic
- St Brides Medical Centre
- St Paul's Clinic



YR HYN RYDYM WEDI'I WNEUD - EIN PRIF LWYDDIANNAU – PAM EIN BOD NI'N WYCH!



Ward Rhithwir Tîm Amlddisgyblaethol (MDTVW)

Mae MDTVW yn ddull amlddisgyblaethol yn seiliedig ar le sy'n cynnwys ystod o weithwyr proffesiynol ac asiantaethau. Mae'r tîm yn adolygu gofal y rhai sydd fwyaf 'mewn perygl'

- Yn aml mae pobl yn dod i'r MDTVW ag anghenion cymhleth, cydberthnasol a bio-seico-gymdeithasol na ellir eu diwallu gan weithiwr proffesiynol neu asiantaeth unigol.
- Mae'r MDTVW yn darparu fforwm gyda ffocws pendant ar gynllunio gofal amlddisgyblaethol/amlsector.
- Mae hyn yn bodloni hanfod Gofal yn nes at Adref, gan ddefnyddio adnoddau sy'n canolbwyntio ar y gymuned i gefnogi anghenion a allai fel arall arwain at dderbyniad i'r ystyby.
- Mae ddulliau atal ac ymyriad cynnar wrth wraidd y cysyniad allweddol.

Mae pob un o'r practisau yng Ngorllewin Casnewydd wedi mabwysiadu dull MDTVW ac maen nhw'n cynnal cyfarfodydd Tîm Amlddisgyblaethol yn wythnosol.

- "Er yn ansicr i ddechrau o sut y byddai'r Timau Amlddisgyblaethol yn gweithio, alla i ddm gweld sut y gallm weithio hebddyn nhw yn awr" = Uwch Nyrs Tîm Ymateb i Argyfwng
- "Mae'n dda cynnwys y tîm cyfan" = Meddyg Teulu
- "Mae'n ein symud i ffwrdd o'r model meddygol" = Nyrs Ardal
- "Fel arall mae'n debyg y byddwn wedi'i derbyn (y claf) i'r ystyby" = Meddyg Teulu
- "Mae eistedd gyda gweithwyr iechyd proffesiynol arall a chlywed syniadau gwahanol yn hynod ddefnyddiol" = Aelod o dîm Llwybr Pobl Hŷn

Gwasanaeth Mynediad Uniongyrchol at Ffisiotherapi

Mae Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth Casnewydd wedi cyfuno arian clwstwr i lansio gwasanaeth newydd i gleifion â phroblemau cyhyrsgerbydol. Wedi'i leoli yn Ysbyty Sant Gwynllyw yng nghanol Casnewydd mae'r gwasanaeth galw heibio ar gael o ddydd Llun i ddydd Gwener rhwng 9am ac 11.30am. Mae'r gwasanaeth yn boblogaidd â chleifion sy'n gallu cael asesiad cynt heb yr angen am apwyntiad â Meddyg Teulu. Rhoddir cyngor i gleifion ar sut i helpu eu hunain neu cânt eu hatgyfeirio ar gyfer triniaeth ffisiotherapi neu at y Tîm Brysbennu a Thriniaeth Aml-Broffesiwn os oes angen.

Gweithio mewn Partneriaeth

Mae Llwybr Pobl Hŷn Casnewydd yn brosiect partneriaeth â Chyngor Dinas Casnewydd ac Age Cymru. Mae'r rhaglen hon yn defnyddio offeryn haenu risg i nodi pobl sy'n cael budd o gymorth a gwasanaethau ataliol ychwanegol. Bydd Hwylusydd Gofal Age Cymru yn ymweld â'r bobl hyn yn eu cartref ac yn cydweithio i greu Cynllun Cadw'n Iach. Mae'n canolbwyntio ar bob agwedd o'u bywyd i'w helpu i gynnal eu hiechyd, llesiant ac annibyniaeth yn eu henaint.



Gweithdai a Digwyddiadau Cynllunio

Mae Rhwydwaith Casnewydd wedi cynnal cyfres o weithdai a digwyddiadau cynllunio ar y cyd ar ystod o feysydd blaenoriaeth gan gynnwys llwybr yr afu, integreiddio gwasanaethau eiddilwch, brechu rhag y fflw, cynlluniau argyfwng a pharodrwydd gaeaf.

Fferyllwyr mewn Practisau

Mae Rhwydwaith Gorllewin Casnewydd wedi ehangu capasiti darpariaeth fferyllwyr o fewn y clwstwr. Mae'r fferyllwyr hyn yn gallu delio ag ymholiadau meddyginiaethau, optimeiddio meddyginiaethau i gleifion â chyflyrau hirdymor, adolygiadau meddyginiaethau ac archwiliadau clinigol o bresgripsiynu mewn meysydd a gyfeirir gan Feddyg Teulu. Maen nhw'n cofnodi ac yn cael mynediad at gyngor arbenigol gan y Gwasanaeth Rheoli Poen Arbenigol a Gwasanaeth Camddefnyddio Sylweddau Arbenigol Gwent.

Anghenion y Boblogaeth a'r Cylch Cynllunio

- Mae Rhwydwaith Gorllewin Casnewydd yn gweithio mewn partneriaeth ag Arweinydd y Rhwydwaith Llesiant Integredig i gael dealltwriaeth gadarn o anghenion iechyd a llesiant y boblogaeth a'r cymorth, asedau ac adnoddau lleol sydd ar gael.
- Bydd methodoleg Cylchranad Poblogaeth a Haenu Risg yn cael eu defnyddio cyn gynted â phosibl, er mwyn deall lled anghenion iechyd ac ymatebion gwasanaethau'n llawn, gan gynnwys risg a blaenoriaethu.
- Bydd yr Offeryn Dadansoddi Anghenion Gofal Sylfaenol yn cael ei ddefnyddio i ategu asesiadau o anghenion cyfredol poblogaeth Gorllewin Casnewydd.

Bydd y rhain yn sail i Gynllun y Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth a'r Cynllun Tymor Canolig Integredig i sicrhau bod anghenion iechyd a llesiant y boblogaeth yn cael eu diwallu mewn modd trefnus, gan holl yr bartneriaid. Bydd hefyd yn sail i fonitro a gwerthuso canlyniadau ansoddol a meintiol.

Llywio Gofal

Mae llywio gofal yn fodel sydd wedi ennill ei blwyf i sicrhau bod cleifion yn cael eu cyfeirio at y gweithiwr proffesiynol cywir, yn y man cywir, ar yr adeg cywir. Mae llywio gofal yn ymwneud â darparu mwy o ddewis a mynediad.

Rydym wedi ddatblygu llwybrau at ffynonellau cymorth priodol gan gynnwys Dewis Fferyllfa, Cynllun Gofal Llygaidd Cymru, Mynediad Uniongyrchol at Ffisiotherapi, Y Ffordd i Les a Thîm Gwybodaeth, Cyngor a Chymorth (IAA) Cyswllt Cyntaf Gwasanaethau Cymdeithasol. Comisiynwyd hyfforddiant ar gyfer staff y dderbynydd a staff clerigol presennol er mwyn iddynt chwarae mwy o ran yn y broses o lywio cleifion. Cynhyrchwyd fideo hyrwyddo, posteri a thafleenni i godi ymwybyddiaeth ymysg cleifion o'r dull newydd hwn o weithio.

BETH RYDYM YN EI WNEUD?

- Cynyddu cyfleoedd i bobl leol gael mynediad at yr help cywir ar gyfer anghenion corfforol, seicolegol a chymdeithasegol ar yr adeg gywir.
- Archwilio modelau newydd o waith gofal canolradd, trwy ddatblygu a phrofi dull Ward Rhithwir Tîm Amlddisgyblaethol pwrpasol â phartneriaid y Rhwydwaith.
- Archwilio lle gellir defnyddio cymysgedd sgiliau iechyd a gofal cymdeithasol i fodloni gofynion poblogaeth sy'n tyfu byth a hefyd a chynnig gofal yn nes at adref.
- Gweithio â phartneriaid y Rhwydwaith a chymunedau lleol i gynyddu'r nifer sy'n cael eu sgrinio am ganser y fron, canser serfigol a chanser y coluddyn.
- Gweithio â phartneriaid y Rhwydwaith a chymunedau lleol i ddeall safbwyntiau a chynyddu'r nifer sy'n cael eu brechu rhag fflw yn ystod plentyndod.
- Gweithio â phartneriaid y Rhwydwaith a chymunedau lleol i nodi ffyrdd o wella rheoli diabetes.
- Gweithio â phartneriaid Rhwydwaith a chymunedau lleol i nodi ffyrdd o wella cymorth ar gyfer pryderon iechyd meddwl.
- Gweithio â phartneriaid y Rhwydwaith i wella mynediad pobl at wasanaethau sy'n cefnogi anghenion ieithyddol a diwylliannol.
- Datblygu gwasanaethau gofal sylfaenol hyblyg i bobl leol, gan gynnwys ffisiotherapi i roi help a chyfarwyddyd â materion cyhyrol a rôl fferyllwyr mewn practisau er mwyn meithrin arbenigedd rheoli meddyginiaethau mewn meddygaeth teulu.
- Datblygu dull gwybodaeth, cyngor a chymorth sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn ar draws pob 'drws ffrynt' yng Nghasnewydd.
- Sicrhau bod gan staff sgiliau digonol i fodloni anghenion presennol y boblogaeth a'u hanghenion yn y dyfodol, gan gynnwys trwy Academi Gofal Sylfaenol a Thimau Amlddisgyblaethol yn dysgu am fethodoleg Amcanion Gofal, er enghraifft.
- Sicrhau bod cynlluniau ar waith mewn digwyddiadau sy'n deillio o dywydd gwael neu argyfwng, i allu ymdopi gyda'r swm lleiaf posibl o straen i gleifion a staff.

PWY YDYM NI AC O BLE Y DAETHOM

Mae Gogledd Torfaen yn Rhwydwaith o 6 o'r prif Bractisau Meddygon Teulu a 5 meddygfa gangen. Mae 2 o Dimau'r Sail Ardal' (2 yn y Gogledd) sy'n cwmpasu'r Gogledd, a ddatblygwyd mewn ymateb i Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru), ar sail egwyddorion Datblygu Cymunedol ar Sail Asedau, a chyd-gynhyrchu. Mae gan Ogledd Torfaen 11 o fferyllfeydd cymunedol, 5 o bractisau deintyddol a 4 optometrydd.

Mae'r Rhwydwaith yn gwasanaethu poblogaeth o 49,650 (ffigurau y pen 2019/20) mewn ardal drefol yn bennaf gyda 84% o'r boblogaeth yn byw ym Mlaenafon, Pont-y- pwl a'r ardaloedd cyfagos. Mae gan y Rhwydwaith ffiniau gyda Sir Fynwy, Blaenau Gwent a Chaerffili.

Mae chwech practis sy'n gweithredu yn ardal Clwstwr Gogledd Torfaen:

- Blaenavon Medical Practice
- Churchwood Surgery
- Panteg Health Centre
- The Mount Surgery
- Abersychan Surgery
- Trosnant Lodge Surgery



YR HYN RYDYM WEDI'I WNEUD - EIN PRIF LWYDDIANNAU – PAM EIN BOD NI'N WYCH!

Mae Rhwydwaith Gofal yn y Gymdogaeth Gogledd Torfaen wedi gweithio ar draws cynlluniau a rhaglenni ledled Gwent ochr yn ochr â mentrau lleol i ddod â budd i boblogaeth Torfaen.

Cefnogi cynaliadwydd yng Ngogledd Torfaen

Gan ddefnyddio'r 10 Cam Gweithredu Effaith Allweddol, rydym yn dechrau mynd i'r afael â'r ffordd orau o liniaru pwysau gwaith yn y Rhwydwaith. Mae'r cynnydd a wnaed hyd yn hyn yn cynnwys:

1. Cyfeirio Gweithredol Drwy – fabwysiadu'r model Rhwydwaith Lles Integredig, rydym wedi dechrau cysylltu'r gwaith mapio presennol yn yr ardal gan lechyd Cyhoeddus a Chyngor Bwrdeistref Sirol Torfaen. Mae'r gwaith cyfeirio hwn yn cynorthwyo cleifion i gael mynediad at y gwasanaeth cywir ar yr amser cywir, mae'n cynorthwyo cydweithio, mae'n gwneud defnydd mwy priodol o'r gwasanaethau sydd ar gael ac mae'n lleihau'r galw ar wasanaethau clinigol mewn gofal sylfaenol.

2. Datblygu'r tîm/cynhyrchiant personol – Cymerodd practisau ran mewn gwaith i wneud y mwyaf o Gymorth Meddygol/Llif Gwaith er mwyn rhyddhau amser meddygon teulu a darparu cyfle i'r staff presennol ehangu eu rolau. Bydd Llywio Gofal Derbynfydd yn ei gwneud yn haws i gleifion a gofalwyr gael mynediad at y gwasanaethau mwyaf priodol.

3. Presgripsiynu Cymdeithasol – Rôl ar sail practisau a ariennir yn rhannol gan y Rhwydwaith a'r Awdurdod Lleol. Mae'r swydd hon yn anelu at gynyddu cyrhaeddiad a chyflymder y cysylltiad rhwng Gwasanaethau Lles Gofal Sylfaenol a Chymunedol, sy'n lliniaru'r hyn sy'n peri salwch ac yn gwella lles meddyliol.

4. Cefnogi hunanofal a rheolaeth – Gan dargedu'r cleifion hynny na allant fynd i'r arolwg asthma blynyddol o fewn oriau'r feddygfa, byddwn yn cymryd rhan mewn Gwasanaethau Lleol Gwell ar gyfer Gwasanaeth Ymlyniad Meddyginiaethau Anadlol Fferyllfeydd Cymunedol. Mae'r amcanion yn cynnwys canlyniadau gwell i gleifion, llai o wastraff o feddyginiaethau a hyrwyddo presgripsiynu darbodus.

5. Gwasanaeth Ffisiotherapi Mynediad Uniongyrchol – Mae'r clinig 'galw heibio' yn darparu asesiad o'r cleifion sydd â phroblemau cyhyrsgerbydol. Mae'r gwasanaeth ar gael bob bore o ddydd Llun i ddydd Gwener yn Ysbyty'r Sir ers mis Ebrill 2017.

6. Fferyllwyr Clinigol ym Mhractisau'r Rhwydwaith – Mae'n anelu at wella'r gofal i gleifion a chynorthwyo gyda rhyddhau amser meddygon teulu. Mae'r Fferyllwyr Clinigol yn gallu adolygu meddyginiaethau sydd ar bresgripsiwn rheolaidd, darparu cyngor arbenigol i'r meddygon teulu, presgripsiynu meddyginiaethau i gleifion a chefnogi'r gwaith o reoli cyflyrau cronig, megis salwch anadlol a diabetes, yn well. Mae'r gwaith yn parhau ac yn cael ei gefnogi mewn cartrefi gofal ac ymweliadau yn y cartref.

7. Rolau estynedig – Mae'r Rhwydwaith wedi adolygu ac edrych ar weithio ar y cyd gan gyflogi rolau estynedig amrywiol, a'u cysylltu â'r gwaith trawsnewid i gefnogi practisau mewn modd cynaliadwy.



8. Y Ganolfan Gofal Sylfaenol – Mae practisau wedi ymgysylltu â'r ganolfan i gefnogi cydweithio a chynaliadwydd.

9. Fforwm Rheolwyr Practisau – Bu'n llwyddiannus o ran cynorthwyo practisau i gydweithio'n well ar brosiectau fel Fy lechyd Ar-lein, i rannu polisïau a phrosesau a oedd yn rhoi gwasanaethau tecach i boblogaeth Gogledd Torfaen.

10. Hyfforddiant – Mae arian y Rhwydwaith wedi'i ddarparu i gefnogi Practisau gyda hyfforddiant clinigol ac anghlinigol i wella gwybodaeth, sgiliau a mynediad i gyrsiau hyfforddi.

Cododd gyfarfodydd y Rhwydwaith ymwybyddiaeth o Gwneud i Bob Cyswllt Gyfrif, Cynllunio Gofal Uwch, y Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig, Cynllunio ar gyfer y Ffliw, Data Ymwelwyr lechyd, peilot 'Ask My GP', y Model Gofal Sylfaenol sy'n Ymddangos, 10 o newidiadau Effaith Sylweddol mewn Gofal Sylfaenol, Cynlluniau'r Trydydd Sector, Cysylltwyr Cymunedol, Modelau Presgripsiynu Cymdeithasol, cynnig ar gyfer rhaglen addysg gwytnwch rhieni wedi'i gysylltu â'r timau ymwelwyr iechyd a dechrau'n deg.

Mentrau Lleol

Gordewdra – Fel un o flaenoriaethau'r Rhwydwaith, mae Gogledd Torfaen wedi cysylltu â "Fit for Future Generations" ac "Every Child Has The Best Start In Life". Cynlluniodd y Rhwydwaith sut i ddarparu gwasanaethau rheoli pwysau mwy effeithiol i blant, pobl ifanc a theuluoedd yn Nhorfaen a chefnogodd y gwaith o ddarparu gweithdy strategaeth gordewdra ymysg plant Gwent ar gyfer pobl broffesiynol. Roedd Bwyta'n dda yn ystod Beichiogrwydd yn rhaglen beilot 6 wythnos a gyflwynwyd yn Nhorfaen i gynorthwyo menywod beichiog i ddysgu mwy ynghylch cynyddu pwysau mewn ffordd iach yn ystod beichiogrwydd, cadw'n heini a chael cymorth/syniadau i newid arferion bwyta. Mae'r dosbarthiadau nofio i fenywod beichiog wedi'u hariannu i gefnogi gordewdra mewn beichiogrwydd. Mae Wild Tots yn fenter a ariannwyd i annog rhieni a phlant i chwarae, chwilota a chanfod yn yr awyr agored.

Canolfan Adnoddau Blaenafon – dull integredig ochr yn ochr â'r Awdurdod Lleol a phartneriaid y Trydydd Sector i gefnogi'r defnydd llawn o'r Ganolfan Adnoddau ym Mlaenafon. Y dinasyddion i gael mynediad lleol i wasanaethau gan gynnwys Cyngor ar Bopeth, Gwasanaeth i Gyn-filwyr, Gwalia, ac ati.

Prosiect Gwytnwch Rhieni – cwrs sy'n cynnig y sgiliau a'r hyder i rieni benderfynu pryd y maent angen gweld eu meddyg teulu a phryd y gallant reoli salwch eu plentyn gyda chymorth cyntaf, y fferylllydd a meddyginiaeth dros y cownter. Mae'r prosiect hwn yn gysylltiedig â'r timau Ymweliadau lechyd a Dechrau'n Deg.

Podiau Gwybodaeth QR – Mae Rhwydweithiau Torfaen wedi trawsnewid sut mae cleifion yn cael gafael ar wybodaeth drwy gyflwyno Podiau Gwybodaeth QR. Mae hysbysfyrddau wedi'u huwchraddio i fod yn bodiau, sydd â chodau QR sydd wedi'u cysylltu â gwybodaeth ar Wasanaethau'r GIG, canllawiau hunangymorth, gwasanaethau lleol a gwybodaeth ddefnyddiol arall. Yn syml, mae'r defnyddwyr yn defnyddio camera digidol unrhyw ddyfais i sganio'r cod QR, cyn cael eu cyfeirio at wefannau neu ddogfennau sy'n gysylltiedig â'r cod.

Gofalu am Glwyfau – Mae Nyrsys Practisau'n cael eu cefnogi i ddatblygu sgiliau mewn gofalu am glwyfau gan Nyrsys Ardal a Nyrsys Hyfywedd Meinwe.

Rhaglen Gwella Ansawdd MSU – lleihau'r profion meithriniaid a sensitifrwydd microbioleg ar gyfer samplau wrin mewn 1 Cartref Nyrsio ac 1 Tîm Nyrsio Ardal o fewn 8 mis. Mae'r gwaith wedi parhau a bydd y nyrs ardal arweiniol yn ei roi ar waith ar draws y fwrdeistref.

Cynlluniau ledled Gwent

Rhoi'r Gorau i Smygu, Dewis Gwasanaethau Fferylliaeth, Sgrinio'r Coluddyn, Gyrfaedd mewn Gofal Sylfaenol, Mapio Dementia, y Ffliw Tymhorol, Gwasanaeth Fflebotomi

PWY YDYM NI AC O BLE Y DAETHOM

Mae De Torfaen yn Rhwydwaith o 6 o'r prif Bractisau Meddygon Teulu ac 1 feddygfa gangen. Mae 2 o Dimau 'ar Sail Ardal' (2 yn y De/1 yn Ganolog) a ddatblygwyd mewn ymateb i Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru), ar sail egwyddorion Datblygu Cymunedol ar Sail Asedau, a chydgyngorchu.

Mae gan De Torfaen 10 fferyllfa gymunedol, 8 practis deintyddol a 7 optometrydd.

Mae'r Rhwydwaith yn gwasanaethu poblogaeth o 46,589 (ffigurau y pen 2019/20) mewn ardal drefol yn bennaf gyda 99.4% o'r boblogaeth yn byw yng Nghwmbrân a'r ardal gyfagos. Mae'r Rhwydwaith yn ffinio â Sir Fynwy, Caerffili a Chasnewydd.

Mae saith practis sy'n gweithredu yn ardal Clwstwr De Torfaen:

- Clark Avenue Surgery
- Cwmbran Village Surgery
- Fairwater Medical Centre
- Greenmeadow Surgery
- Llanyravon Surgery
- New Chapel Street Surgery
- Oak Street Surgery



YR HYN RYDYM WEDI'I WNEUD - EIN PRIF LWYDDIANNAU – PAM EIN BOD NI'N WYCH!

Ar draws y blynyddoedd, mae De Torfaen wedi gweithio ar draws cynlluniau a rhaglenni ledled Gwent ochr yn ochr â mentrau lleol i ddod â budd i boblogaeth Torfaen.

Cefnogi cynaliadwydd yn Ne Torfaen

Gan ddefnyddio'r 10 Cam Gweithredu Effaith Allweddol, rydym yn dechrau mynd i'r afael â'r ffordd orau o liniaru pwysau gwaith yn y Rhwydwaith. Mae'r cynnydd a wnaed hyd yn hyn yn cynnwys:

1. Cyfeirio Gweithredol – Drwy fabwysiadu'r model Rhwydwaith Lles Integredig, rydym wedi dechrau cysylltu'r gwaith mapio presennol yn yr ardal gan lechyd Cyhoeddus a Chyngor Bwrdeistref Sirol Torfaen. Mae'r gwaith cyfeirio hwn yn cynorthwyo cleifion i gael mynediad at y gwasanaeth cywir ar yr amser cywir, mae'n cynorthwyo cydweithio, mae'n gwneud defnydd mwy priodol o'r gwasanaethau sydd ar gael ac mae'n lleihau'r galw ar wasanaethau clinigol mewn gofal sylfaenol.

2. Datblygu'r tîm/cynhyrchiant personol – Cymerodd practisau ran mewn gwaith i wneud y mwyaf o Gymorth Meddygol/Llif Gwaith er mwyn rhyddhau amser meddygon teulu a darparu cyfle i'r staff presennol ehangu eu rolau. Bydd Llywio Gofal Derbynfydd yn ei gwneud yn haws i gleifion a gofalwyr gael mynediad at y gwasanaethau mwyaf priodol.

3. Presgripsiynydd Cymdeithasol – Rôl ar sail practisau a ariennir yn rhannol gan y Rhwydwaith a'r Awdurdod Lleol. Mae'r swydd hon yn anelu at gynyddu cyrhaeddiad a chyflymder y cysylltiad rhwng Gwasanaethau Lles Gofal Sylfaenol a Chymunedol, sy'n lliniaru'r hyn sy'n peri salwch ac yn gwella lles meddyliol.

4. Cefnogi hunanofal a rheolaeth - Gan dargedu'r cleifion hynny na allant fynd i'r arolwg asthma blynyddol o fewn oriau'r feddygfa, byddwn yn cymryd rhan mewn Gwasanaethau Lleol Gwell ar gyfer Gwasanaeth Ymlyniad Meddyginiaethau Anadlol Fferyllfeydd Cymunedol. Mae'r amcanion yn cynnwys canlyniadau gwell i gleifion, llai o wastraff o feddyginiaethau a hyrwyddo rhagnodi darbodus.

5. Gwasanaeth Ffisiotherapi Mynediad Uniongyrchol - Mae'r clinig 'galw heibio' yn darparu asesiad o'r cleifion â phroblemau cyhyrsgerbydol. Mae'r gwasanaeth ar gael bob bore o ddydd Llun i ddydd Gwener yn Ysbyty'r Sir ers mis Ebrill 2017.

6. Fferyllwyr Clinigol ym Mhractisau'r Rhwydwaith - Mae'n anelu at wella'r gofal i gleifion a chynorthwyo gyda rhyddhau amser meddygon teulu. Mae'r Fferyllwyr Clinigol yn gallu adolygu meddyginiaethau sydd ar bresgripsiwn rheolaidd, darparu cyngor arbenigol i'r meddygon teulu, rhagnodi meddyginiaethau i gleifion a chefnogi'r gwaith o reoli cyflyrau cronig, megis salwch anadlol a diabetes, yn well. Mae'r gwaith yn parhau ac yn cael ei gefnogi mewn cartrefi gofal ac ymweliadau yn y cartref.

7. Rolau estynedig – Mae'r Rhwydwaith wedi adolygu ac edrych ar weithio ar y cyd gan gyflogi rolau estynedig amrywiol, a'u cysylltu â'r gwaith trawsnewid i gefnogi practisau mewn modd cynaliadwy.

8. Fforwm Rheolwyr Practisau – Bu'n llwyddiannus o ran cynorthwyo practisau i gydweithio'n well ar brosiectau fel Fy lechyd Ar-lein, i rannu polisïau a phrosesau a oedd yn rhoi gwasanaethau tecach i boblogaeth De Torfaen.



9. Hyfforddiant – Mae arian y Rhwydwaith wedi'i ddarparu i gefnogi Practisau gyda hyfforddiant clinigol ac anghlinigol i wella gwybodaeth, sgiliau a mynediad i gyrsiau hyfforddi.

10. Cododd gyfarfodydd y Rhwydwaith ymwybyddiaeth o Gwneud i Bob Cyswllt Gyfrif, Cynllunio Gofal Uwch, y Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig, Cynllunio ar gyfer y Ffliw, Data Ymwelwyr Iechyd, peilot 'Ask My GP', y Model Gofal Sylfaenol sy'n Ymddangos, 10 o newidiadau Effaith Sylweddol mewn Gofal Sylfaenol, Cynlluniau'r Trydydd Sector, Cysylltwyr Cymunedol, Modelau Presgripsiynu Cymdeithasol, cynnig ar gyfer rhaglen addysg gwytnwch rhieni wedi'i gysylltu â'r timau ymwelwyr iechyd a dechrau'n deg.

Mentrau Lleol

Gordewdra - Fel un o flaenoriaethau'r Rhwydwaith, mae De Torfaen wedi cysylltu â "Fit for Future Generations" ac "Every Child Has The Best Start In Life". Cynlluniodd y Rhwydwaith sut i ddarparu gwasanaethau rheoli pwysau mwy effeithiol i blant, pobl ifanc a theuluoedd yn Nhorfaen a chefnogodd y gwaith o ddarparu gweithdy strategaeth gordewdra ymysg plant Gwent ar gyfer pobl broffesiynol. Roedd Bwyta'n dda yn ystod Beichiogrwydd yn rhaglen beilot 6 wythnos a gyflwynwyd yn Nhorfaen i gynorthwyo menywod beichiog i ddysgu mwy ynghylch cynyddu pwysau mewn ffordd iach yn ystod beichiogrwydd, cadw'n heini a chael cymorth/syniadau i newid arferion bwyta. Mae'r dosbarthiadau nofio i fenywod beichiog wedi'u hariannu i gefnogi gordewdra mewn beichiogrwydd. Mae Wild Tots yn fenter a ariannwyd i annog rhieni a phlant i chwarae, chwila a chanfod yn yr awyr agored.

Podiau Gwybodaeth QR - Mae Rhwydweithiau Torfaen wedi trawsnewid sut mae cleifion yn cael gafael ar wybodaeth drwy gyflwyno Podiau Gwybodaeth QR. Mae hysbysfyddau wedi'u huwchraddio i fod yn bodiau, sydd â chodau QR sydd wedi'u cysylltu â gwybodaeth ar Wasanaethau'r GIG, canllawiau hunangymorth, gwasanaethau lleol a gwybodaeth ddefnyddiol arall. Yn syml, mae'r defnyddwyr yn defnyddio camera digidol unrhyw ddyfais i sganio'r cod QR, cyn cael eu cyfeirio i wefannau neu ddogfennau sy'n gysylltiedig â'r cod.

Gofalu am Glwyfau – Mae Nyrsys Practisau'n cael eu cefnogi i ddatblygu sgiliau mewn gofalu am glwyfau gan Nyrsys Ardal a Nyrsys Hyfywedd Meinwe.

Gyrfaedd mewn Gofal Sylfaenol – Gwnaeth Arweinydd Rhwydwaith De Torfaen arwain, cefnogi a chyfrannu at ddatblygiad DVD gyrfaedd mewn gofal sylfaenol i annog pobl ifanc i ystyried gyrfa mewn Gofal Sylfaenol. Roedd y DVD yn rhan o raglen a gynhaliwyd gyda phartneriaid mewn Addysg i ymgysylltu â phobl ifanc a'u cyffroi, fel y byddent yn ystyried y cyfleoedd niferus y mae Gofal Sylfaenol yn ei ddarparu. Dangoswyd y DVD i fyfyrwyr chweched dosbarth ym mhob ysgol a choleg yng Ngwent.

Cefnogodd y Rhwydweithiau ar draws Gwent 43 o fyfyrwyr Gwent hefyd sy'n dymuno astudio gradd feddygol. Cafodd y myfyrwyr hyfforddiant ynghylch y broses ymgeisio, mentora parhaus, adnoddau ar gyfer llyfrgelloedd ysgolion (lechyd a Gofal Cymdeithasol) a chefnogaeth ar gyfer cyfweiliadau.

Cynlluniau ledled Gwent:

Rhoi'r Gorau i Smygu, Dewis Gwasanaethau Fferylliaeth, Sgrinio'r Coluddyn, Gyrfaedd mewn Gofal Sylfaenol, Mapio Dementia, y Ffliw Tymhorol, Gwasanaeth Fflebotomi.

EIN HAMCANION YW

- Gwella iechyd a lles y boblogaeth leol.
- Gwella/cefnogi cynaliadwydd.
- Estyn cymorth ein Huned Tîm Adnoddau Cymunedol o fewn y gymuned, gan gydweithio.
- Cefnogi pobl i aros yn iach, byw bywydau iachach a byw'n annibynnol.
- Lleihau anghydraddoldebau iechyd.
- Darparu'r Strategaeth Dyfodol Clinigol mewn gofal sylfaenol a chymunedol.
- Gofal yn agosach at y cartref.
- Darparu gofal iechyd a chymdeithasol sy'n haws ei gyrraedd sy'n seiliedig ar leoliadau neu ddarparu gwasanaethau mwy cydlynol mewn lleoliadau cymunedol.
- Sicrhau bod gan wasanaethau'r hyblygrwydd i ddiwallu anghenion unigolion.
- Gwella mynediad at arbenigedd.
- Rhoi profiad cadarnhaol i gleifion a gofalwyr.
- Sicrhau amgylchedd gweithio cefnogol a chyfleoedd datblygu gyrfa i'n staff.



**Diolch i'r Byrddau Iechyd ac Arweinwyr y Cystyrau
am eu help wrth ddatblygu'r blwyddlyfr hwn.**



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

Public Health Wales
2 Capital Quarter, Tyndall Street,
Cardiff, CF10 4BZ
Telephone: 029 2022 7744
Email: general.enquiries@wales.nhs.uk