

Cylchlythyr Rhwydwaith Gofal Cymdogaethau

Croeso i Gylchlythyr Rhwydwaith Gofal Cymdogaethau (RhGC) ar gyfer BIPAB.

Nod y cylchlythyr rheolaidd hwn yw rhoi'r diweddaraf i chi am sut mae RhGCau yn symud eu cynlluniau yn eu blaen ac yn gweithio gyda phartneriaid i ddarparu gwasanaethau yn y gymuned sy'n bodloni anghenion y boblogaeth a wasanaethir.

*Rhoi Cynlluniau RhGCau ar waith – beth rydym wedi'i gyflawni
hud un hun...*

Ledled Gwent

Dewis Fferyllfa



Choose Pharmacy

If you think you have...

indigestion, constipation, diarrhoea, piles, athlete's foot, conjunctivitis, mouth ulcers, hay fever, head lice, teething, nappy rash, cold sores, acne, dermatitis, verruca, colic, chicken pox, threadworms, sore throat, back pain, ingrowing toenails, oral thrush, vaginal thrush, scabies.

Your Pharmacist can provide free confidential advice and treatment without you having to make an appointment to see your GP.



Wyddoch chi y gallwch weld eich fferylllydd lleol am rai afiechydon cyffredin yn hytrach na gweld eich meddyg teulu?

Mae 26 (mân) salwch cyffredin y gallwch gael cyngor meddygol a/neu driniaeth **am ddim** ar eu cyfer heb wneud apwyntiad gyda'ch meddyg teulu.

Cysylltwch â'ch fferyllfa leol am fanylion.

Ledled Blaenau Gwent Llywio Gofal



Mae **Llywio Gofal** wedi'i lansio ym mhob meddygfa ym Mlaenau Gwent. Mae meddygfeydd yn gweithio i ymwreiddio Llwybrau Llywio Gofal yn eu trefniadau, gyda'r nod y bydd cyfeirio gweithredol gan staff y dderbynfya yn ei gwneud yn haws i gleifion a gofalwyr i gael mynediad at y gwasanaethau a/neu gymorth mwyaf priodol ar draws sectorau amrywiol.

Sut mae Llywio Gofal yn gweithio – wrth ffonio i wneud apwyntiad neu wrth gyrraedd y Feddygfa, bydd Tîm y Dderbynfya'n gofyn am amlinelliad byr o ran y rheswm dros angen apwyntiad. Wedi cael hyfforddiant achrededig, mae Tîmau Derbynfya Meddygfeydd bellach yn gallu cynnig mwy o arweiniad i gleifion/gofalwyr er mwyn iddynt gael mynediad at y gwasanaethau iechyd, gofal cymdeithasol neu drydydd sector sydd fwyaf priodol i'w cefnogi.

Dyma ffordd newydd o weithio sy'n cynnig dewis i gleifion i weld arbenigwyr eraill a allai fod ag arbenigedd i ddelio gyda'u problemau. Nid oes angen i unigolion weld meddyg teulu o reidrwydd ac yn aml mae Llywio Gofal yn cynnig apwyntiadau'n gynt nag aros i weld meddyg teulu, felly gellir eu gweld yn gynt. Er enghraifft, gallech gael cynnig o apwyntiad gyda Nyrs y Feddygfa, Fferyllydd, Ffisiotherapydd, Therapydd Galwedigaethol neu Gysylltydd Cymunedol.

Mae amser meddyg teulu'n werthfawr ac mae'r system hon yn helpu gyda rhyddhau amser/apwyntiadau i'r cleifion hynny sydd â chyflyrau iechyd mwy cymhleth gael eu gweld. Fodd bynnag, mae dewis claf yn bwysig a bydd tîm y feddygfa'n derbyn eich penderfyniad os nad ydych am gael eich llywio – ni wrthodir apwyntiad gyda meddyg teulu i chi.

Mae RhGCau yn cefnogi ac yn hyrwyddo'r dull hwn, ac yn annog y rheiny sydd â phryderon am Lywio Gofal i'w trafod gyda'r feddygfa i gael cadarnhad a dealltwriaeth lawn o werth gweld gweithiwr proffesiynol arall yn y gwasanaeth iechyd a gofal cymdeithasol.

Lansio Cymunedau Tosturiol ym Mlaenau Gwent



Mae'r Athro Julian Abel o Compassionate Communities UK yn gweithio'n agos gyda staff Meddygfeydd yn ardaloedd RhGC Dwyrain a Gorllewin Blaenau Gwent i sefydlu rhwydweithiau o wasanaethau i bob trigolyn gael mynediad atynt. Y nod yw gwneud yn fawr o'r holl wasanaethau sydd ar gael, waeth pwy sy'n eu darparu, i alluogi trigolion i ddatblygu'r gwaith o reoli hunanofal yn ein cymunedau.

Rhwydweithiau Llesiant Integredig



Mae Kath Cross wedi'i phenodi'n Rheolwr y Rhwydwaith Llesiant Integredig dros Flaenau Gwent. Wedi'i lleoli yn ardal yr Awdurdod Lleol ond yn gweithio i lechyd Cyhoeddus Cymru, bydd Kath yn ychwanegu at ymarferion mapio cyfredol i gael gwybod lleoliad ein holl wasanaethau a sut mae eu hymestyn i'r ardaloedd hynny nad ydynt yn cael mynediad atynt.

Yn y dwyrain... Tîm Nyrso'r Dwyrain yn Treialu E-atgyfeiriadau



Mae Tîm Nyrso Dwyrain Blaenau Gwent yn arwain y gwaith o weithredu e-atgyfeiriadau ac arwydd cynnar iawn yw bod peth amser yn cael ei arbed trwy beidio â gorfod ymweld â phob meddygfa bob dydd. Caiff atgyfeiriadau eu hanfon yn electronig rhwng Meddygfeydd a'r Tîm. Fodd bynnag, mae'n hanfodol bwysig i sicrhau bod cysylltiadau wyneb yn wyneb allweddol â meddygfeydd yn cael eu cynnal.

Yn y gorllewin... Canolfan Adnoddau Iechyd a Llesiant Tredegar



Mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan yn bwriadu adeiladu Canolfan Iechyd a Llesiant Integredig yn Nhredegar ar safle blaenorol yr Ysbyty Cyffredinol yn Park Row. Bydd y datblygiad yn cadw rhan o'r Ysbyty cyfredol yn 'galon' yr adeilad newydd. Yn ogystal â gwasanaethau meddygol, bydd yr hyb cymunedol yn dod â phobl at ei gilydd i gefnogi llesiant, lleihau unigedd a hyrwyddo byw'n annibynnol, a hyn i gyd mewn amgylchedd croesawgar.

Ledled Caerffili... Menter Urddas Mislif



Cafodd y fenter ei dylunio a'i datblygu trwy weithgor mewn ysgolion oedd yn cynnwys disgyblion, athrawon, bugeiliaid a phenaethiaid. Roedd hyn mewn ymateb i'r dystiolaeth oedd yn dod i'r amlwg y gall gael cynhyrchion glanweithiol fod yn ddurud ac yn anodd a bod hyn yn effeithio ar bresenoldeb yn yr ysgol. Y nod yw rhoi'r project ar waith ledled Caerffili gan ddarparu 'Blychau Coch' o gynhyrchion glanweithiol am ddim, nid yn unig mewn ysgolion ond mewn lleoliadau cyhoeddus eraill i fenywod a merched ifanc eraill gael budd o'r fenter.

Llwybr Mynd i'r Toiled a Rhwymedd Pediatrig Gofal Sylfaenol



Beth yw Llwybr Mynd i'r Toiled a Rhwymedd Pediatrig Gofal Sylfaenol? Mae'n llwybr i blant 0-5 oed sydd ag ymataliaeth wedi'i hoedi neu sydd yn rhwym. Mae Rheolwyr Dechrau'n Deg wedi'u cysylltu â RhGCau i ddatblygu llwybr, codi ymwybyddiaeth, nodi lleoliadau clinig addas a gwneud cais am gyllid i ddarparu hyfforddiant ERIC i staff lleol. Cytunwyd ar Gyllid RhGC er mwyn cefnogi hyfforddiant ERIC i staff Caerffili ac mae'r rhaglen wedi'i rhoi ar waith ledled Caerffili ac ardaloedd eraill.

Yn y gogledd...

Gwasanaeth Cyngor Galw Heibio yng Nghanolfan Iechyd a Gofal Cymdeithasol Integredig Rhyfni



Gweithio gydag asiantaethau partner i roi help, cymorth a chynghor i drigolion Gogledd Caerffili. Mae'r gwasanaeth galw heibio'n gweithredu bob dydd Mercher o 1pm tan 4pm yng nghyntedd y Ganolfan. Mae gwasanaethau sy'n cynnig cynghor ar hyn o bryd yn cynnwys Tai, Dyled, Budd-daliadau, Cyflogaeth a'r Heddlu.

Mae'n lleoliad anffurfiol heb yr angen i wneud apwyntiad er mwyn annog defnyddwyr i deimlo'n gyfforddus i fynd i sgwrsio â'r gwasanaethau perthnasol i wella cydweithio cymunedau a gwasanaethau.

Yn y Dwyrain... Llinellau Cyffuriau



Rhoddodd Dadansoddwr Gwybodaeth Heddlu Gwent, Mark Yuille, gyflwyniad llawn gwybodaeth oedd yn agoriad llygad ar 'Llinellau Cyffuriau'. Llinellau Cyffuriau yw lle bo gangiau a rhwydweithiau trosedd wedi'u trefnu'n ecsbloetio plant a phobl sy'n agored i niwed er mwyn gwerthu cyffuriau. Gorfodir unigolion i deithio ar draws siroedd, gan ddefnyddio 'llinellau' ffôn symudol dynodedig i gyflenwi cyffuriau.

Mae gangiau, y tu allan i'r ardal yn aml, yn targedu oedolion a phlant agored i newid sy'n ddigartref, sy'n byw mewn cartrefi gofal neu sydd wedi'u dal mewn tloidi yn fwriadol. Nid yw'r unigolion hyn yn ddiogel, nid ydynt yn cael gofal neu ni allant ymdopi a bydd gangiau yn manteisio ar hyn.

Yn bennaf, maent yn recriwtio pobl ifanc sydd rhwng 15 a 17 yn aml sy'n cael eu dal mewn llinellau cyffuriau ac nad ydynt yn teimlo bod dewis arall ond parhau i wneud yr hyn y mae'r gangiau yn dweud wrthynt ei wneud.

Cytunwyd y bydd ymateb aml-asiantaeth yn gweithio'n agos gyda'r RhGC, gwasanaethau ehangach a sefydliadau i fod yn wylidwrs ac ymwybodol ac i rannu gwybodaeth am y mater yn cynorthwyo'r heddlu'n gadarnhaol i fynd i'r afael â'r mater hwn.

Bydd Mark Yuille yn mynd i RGC y Gogledd a'r De i annog dull cyson ym mhob rhan o Gaerffili.

Yn y de... Gwasanaethau Llyfrgell Caerffili

Mae Karen Pugh, Rheolwr Gwasanaethau Darllen Cyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili wedi rhannu gwybodaeth o ran Gwasanaethau Llyfrgell Caerffili sy'n darparu llawer mwy o wasanaethau a gwybodaeth i'r cyhoedd nag y byddai'r rhan fwyaf o bobl yn meddwl.



Mae llawer o gyrsiau a gwasanaethau'n cael eu cynnal ynghyd gyda Deddf Iechyd a Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol. Mae'r rhain yn galluogi pobl i helpu eu hunain, i greu cymunedau mwy gwydn ac i arwain bywydau iachach a hapusach. Mae hyn yn cysylltu â'r nodau sydd yn y cynlluniau RhGC, yn codi ymwybyddiaeth ac yn annog cydweithio i ddefnyddio gwasanaethau Llyfrgell.



Mae Dr Emma Baker (Partner MT yn Dixon Road) wedi rhannu'r gwasanaethau sydd ar gael i helpu gyda bwydo ar y fron, mae llawer o gymorth ar gael i famau newydd.

- Mae grwpiau cymorth bwydo ar y fron yn y Wysg, y Fenni, Trefynwy, Cas-gwent a Caldicot a redir gan wirfoddolwyr sydd wedi cwblhau cwrs bwydo ar y fron.
- Mae ymgynghorydd allanol llaethiad yn cynnal dau glinig yr wythnos ac mae ar gael i roi cymorth a chynghor i feddygon teulu.
- Mae'r rhwydwaith bwydo babanod meddygon teulu ar-lein yn cynnwys ystod o ganllawiau ac mae'n hawdd iawn ei ddefnyddio.
- Mae cymorth ar gael dros y ffôn i famau ac mae llinellau ar agor tan yn hwyr yn y nos.

f UskBBB Usk Breast, Bottle & Beyond – Ar ddydd Iau 10-11:30, Chwarae Meddal Canolfan Arddio The Willows

f Abergavenny Breastfeeding Group – Ar ddydd Mawrth 10-12 yn Chwarae Meddal Kingdom Come

f LLLMonmouth La Leche League Breastfeed Support – Ar ddydd Gwener (2il a 4ydd bob mis) Lolfa Estero

f Honeysuckle Café Breastfeeding Support – Ar ddydd Mercher 9:30-11am yn Eglwys y Methodistiaid Caldicot

CYMORTH DROS Y FFÔN: CYMORTH BWYDO AR Y FRON

Llinell Fwydo ar y Fron Genedlaethol NCT 0300 330 0771 / 0300 330 0700 (8am-canol nos)

Sefydliad Mamau sy'n Bwydo ar y Fron 0844 412 2949 (9.30am – 10:30pm bob dydd)

La Leche League 0345 120 2918

Llinell Gymorth Bwydo ar y Fron Genedlaethol 0300 100 0212 (9:30am – 9:30pm bob dydd)

Rhwydwaith Bwydo ar y Fron 0844 412 4664 (9:30am-9:30pm bob dydd)

Llinell Gymorth Cyffuriau yn Llaeth y Fron 0844 412 4665

Ymarfer Dementia a Rhaglen Gyfoethogi



Mae ymateb eithriadol gadarnhaol wedi bod i'r sesiynau dysgu a gynhaliwyd. Mae'r effaith gymdeithasol wedi bod yn glir gyda'r berthynas rhwng aelodau'r grŵp yn datblygu trwy oes y rhaglen. Mae synnwyr go iawn o gydlynid yn y grwpiau, er gwaethaf y ffaith nad oedd cyfranogwyr yn adnabod ei gilydd cyn y rhaglen. Mae gan gyfranogwyr gynnydd nodedig yn eu hyder; lle y byddai sgysiau ochr wedi dechrau rhwng claf dementia a gofalwr neu aelodau teulu i ddechrau, roedd cyfranogwyr yn siarad â'r grŵp cyfan ar ôl dim ond ychydig o sesiynau.



Ymgysylltodd y cyfranogwyr a'r gofaluwr yn weithredol â phob rhan o'r sesiynau ac roeddent yn edrych ymlaen at thema'r wythnos gan ddod â phethau cofiadwy, hen bethau, lluniau, eitemau wedi'u printio yn ogystal â dod â llawer o gwestiynau.

Mynegodd y grwpiau dristwch bod y rhaglen wedi dod i ben yn ystod y sesiwn olaf a gwnaethpwyd cynlluniau i ymgasglu am de prynhawn anffurfiol i ddala lan.

Bu dathliadau ledled Sir Fynwy yn cefnogi Diwrnod Nyrsys ar 12 Mai 2019



Yn y de... Agor Caban Cymunedol Cas-gwent yn Swydddogol – Dydd Mawrth 25 Mehefin



Ar 25 Mehefin, lansiwyd Caban Cymunedol Cas-gwent, a agorwyd yn swydddogol gan y Cynghorydd Sir, Penny Jones, yr Aelod Cabinet dros Wasanaethau Cymdeithasol, Iechyd a Diogelu a ddywedodd ***“Heb brojectau fel y rhain, byddai'r Gwasanaethau Cymdeithasol yn cael trafferth cynnig yr amrywiaeth hon o wasanaethau i'r gymuned – gellir ein gweld yn cydweithio i fodloni anghenion pawb.”***

Roedd yn wych gweld cymaint o bobl yn dangos y gwaith ardderchog sydd ar gael yn y gymuned. Galluogodd y digwyddiad wasanaethau i gysylltu ag aelodau o'r cyhoedd a rhwydweithio â sefydliadau eraill.



Mae'r Caban Cymunedol yn Ysbyty Cymunedol Cas-gwent mewn hwb cyngor a chymorth sy'n cynnig cyfleoedd i'r gymuned gael mynediad at ystod o wasanaethau cymorth sy'n canolbwyntio ar y person. Roedd y lansiad ar ffurf digwyddiad steil marchnad yn dangos gwaith sefydliadau sy'n gweithredu o'r Caban, gan gynnwys:-

- Cymunedau dros Waith a Mwy – cymorth i drigolion sydd am gael cyflogaeth neu wirfoddoli.
- Gwirfoddoli er Llesiant – cefnogi pobl i gael mynediad at ystod o gyfleoedd gwirfoddoli
- Cynllun Car, Cyfeillio a Chysylltiadau Cymunedol – Helpu pobl i fyw'n annibynnol ac yn hapus.
- Adeiladu Pontydd (Gwasanaeth i bobl anabl ifanc)
- Mind – Cyfleoedd a mentora iechyd meddwl
- PACE – Gwirfoddoli a gofal plant i rieni
- Cynhwysiant Cymdeithasol Deddf Iechyd Meddwl
- Tai Gwalia a Llesiant
- Heddlu Gwent – Galw Heibio
- Cyflogaeth a gefnogir gan ELITE – JobSense (Project ar gyfer pobl â nam llygaid)



Llwybr at Feichiogrwydd

Mae loga am ddim i fenywod beichiog wedi dechrau gyda dosbarth yn cael ei gynnal yn y nos o 6pm ar ddydd Llun yn Ysbyty Cas-gwent (gyda'r bwriad o'i gyflwyno'n ehangach yn Cil-y-coed yn fuan). Teimlwyd y byddai presenoldeb yn gwella o ganlyniad i sesiynau'r nos a hefyd o gynnig opsiwn i fenywod ôl-enedigaeth i fynychu 2 sesiwn lle y gellir ystyried cynllun gadael gyda'r tîm NERS. Mae dwy raglen 16 wythnos am ddim yn cael eu profi yn 2019/20 gyda chefnogaeth gan y gyllideb RhGC. Bydd y cynllun yn dibynnu ar hyrwyddo RhGD a phartneriaid i annog hunanatgyfeirio gyda chefnogaeth gan bwynt mynediad canolog ar y ffôn wedi'i ddarparu gan dîm rheoli'r RhGC - 01291 636635.

Ledled Casnewydd Llywio Gofal



Lansiwyd **Llywio Gofal** yng Nghasnewydd o 1 Mai 2019 ym mhob Meddygfa. Er ei bod yn ei gamau cynnar, rhagwelir y bydd y newidiadau hyn yn ei gwneud yn haws i gleifion a gofawyr nodi a chael mynediad at y gwasanaethau a chymorth mwyaf priodol sydd ar gael iddynt yn y maes iechyd a gofal cymdeithasol a thu hwnt.

Dros y misoedd i ddod, byddwch yn sylwi ar eich derbynnydd yn gofyn i chi am amlinelliad byr o'ch problem wrth i chi ffonio i wneud apwyntiad. Trwy'r hyfforddiant Llywio Gofal arbenigol hwn, bydd timau meddygfeydd yn gallu cynnig mwy o ddewis i chi o ran pwy allai fod y clinigwr gofal iechyd gorau i'ch helpu.

Ni fydd derbynwyr byth yn cynnig cyngor clinigol neu'n blaenoriaethu; mae'r ffordd newydd hon o weithio yn ymwneud â chynnig y dewis i weld arbenigwyr eraill a allai fod â'r arbenigedd i ddelio gyda'ch problem; fel arfer bydd yn gyflymach ac efallai na fydd angen i chi weld y meddwl teulu bob tro. Er enghraifft, gallai adolygiadau neu ymholiadau meddyginiaeth gael eu rheoli gan fferylllydd cymunedol ac efallai nad ydych yn gwybod am hyn os nad ydych wedi mynd i'ch meddygfa ers sbel.

Trwy weithio yn y ffordd hon, mae'n helpu i ryddhau amser meddygon teulu i gleifion sydd â chyflyrau iechyd difrifol a chymhleth y gall y meddyg teulu'n unig eu rheoli. Ond yn bwysicach, mae'n golygu y caiff pobl eu gweld gan y clinigwr sydd â'r sgiliau gorau i reoli eu problem glinigol. Eich dewis chi bydd hi bob tro fodd bynnag ac ni chaiff apwyntiad gyda meddyg teulu ei wrthod i chi ar unrhyw adeg ond rydym yn gobeithio, y tro nesaf y byddwch yn cysylltu â'ch meddyg teulu ac yn siarad â'r derbynnydd, y byddwch yn gweld gwerth gweld clinigwr iechyd arall os gallant helpu.

Yn y Dwyrain... Campws Cymunedol Dwyrain Casnewydd



Mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan yn bwriadu adeiladu Canolfan Iechyd a Llesiant integredig newydd (H&WBC) fydd yn agor ar ddechrau 2022. Ein nod yw cynnig mynediad gwell at wasanaethau; gwella iechyd a llesiant a chreu dyfodol i deuluoedd yn nwyrain Casnewydd.

Bydd y datblygiad newydd yng nghanol cymuned dwyrain Casnewydd. Bydd y tîm iechyd a llesiant ar y cyd wedi'i leoli'n agos at Ganolfan Iechyd Ringland a bydd yn cynnwys:

- **Eich Meddyg Teulu**
- **Eich Bydwraig**
- **Ymwelwyr Iechyd**
- **Nyrsys Ysgol**
- **Dechrau'n Deg**
- **Meddwl Iechyd Gofal Sylfaenol**
- **Nyrsys Ardaloedd**
- **Podiatrydd (traed)**
- **Ffisiotherapi Mynediad Uniongyrchol**
- **Fferyllydd**
- **Dietegwyr**
- **Iechyd Rhywiol**
- **Deintydd**
- **Lleferydd ac Iaith**
- **Clywedeg (clywed)**

Ynghyd â Chyngor Dinas Casnewydd a Chartrefi Dinas Casnewydd, bydd y Ganolfan Iechyd a Llesiant yn ffurfio rhan o Hwb Cymdogaeth iach a bywiog fydd ar gael i bob trigolyn yn nwyrain Casnewydd. Bydd yr hwb hefyd yn cynnwys:

- **Cysylltwyr Cymunedol**
- **Llyfrgell**
- **Dysgu Oedolion yn y Gymuned**
- **Teuluoedd yn Gyntaf**
- **Cyngor ar Bopeth**
- **Cymorth Tai**
- **Cymorth Llesiant**

Bydd y campws cymunedol yn cynnwys cymysgedd o gartrefi fforddiadwy o ansawdd, canolfan siopa fodern a mannau cyhoeddus deniadol lle nad oes lle i ymddygiad gwrthgymdeithasol. Gwneir mynediad at gymorth yn haws i bobl trwy ddod â gwasanaethau iechyd a llesiant ynghyd. Bydd mynediad at ystod eang o wasanaethau a chymorth fel y gall pobl ddod o hyd i help am eu problemau mwyaf brys a'n nodau tymor hirach.

Sut mae cadw mewn cysylltiad

Cysylltwch â ni trwy'r Post:

Swyddfa Leol Casnewydd, 136-140 Corporation Road, Casnewydd NP19 0BH

Cysylltwch â ni dros e-bost:

NEHWBCFeedback.abb@wales.nhs.uk

***Yn y gorllewin...* Ward Rhithwir a Thimau Amlddisgyblaethol Lluosog (MDT)**

Yn dilyn cyflwyniad gan Dr Owen Thomas (Meddyg Teulu, Aberdâr) ym mis Ionawr 2019, cafodd sawl meddygfa yng Nghasnewydd ei hysbrydoli i fabwysiadu agwedd Ward Rhithwir/MDT a chynnal cyfarfodydd MDT wythnosol. Mae'r cyfarfodydd Ward Rhithwir/MDT am awr yr wythnos ac yn mynd i'r afael ag anghenion pobl y mae ymarferwyr unigol neu asiantaethau yn credu y byddant yn cael budd o arbenigedd ar y cyd a chyfraniadau arbenigedd ehangach y tîm iechyd a gofal, mewn trafodaeth â ffocws. Mae hyn yn golygu bod gan y bobl y deuir â nhw i'r cyfarfodydd anghenion cymdeithasol, seicolegol, rhyngberthnasol a chymhleth na all gweithiwr neu asiantaeth unigol eu bodloni.

Mae 4 meddygfa yng ngorllewin Casnewydd wedi dechrau treialu'r cysyniad, gan gynnwys:

- Meddygfa Bryngwyn
- Canolfan Feddygol Saint-y-brid
- Canolfan Feddygol Belle Vue
- Canolfan Feddygol Dewi Sant

Mae Meddygfa St Paul yn gwneud trefniadau i ddatblygu grŵp Ward Rhithwir/MDT, ac wedi bod yn cysylltu â meddygfa Aberdâr er mwyn ymweld â hi a gwneud ei threfniadau ei hun.

Mae pob meddygfa'n cael ei chefnogi gan RhGC Gorllewin Casnewydd i lenwi swyddi meddygon tra eu bod yn datblygu cyfarfodydd.

Er bod agweddau eithaf gwahanol yn y 4 meddygfa at y Ward Rhithwir/MDT, yn y bôn yr un cysyniad yw ef, gan ddefnyddio model Aberdâr fel y man cychwyn.

Ledled Torfaen – Llywio Gofal



Lansiwyd **Llywio Gofal** ym mhob meddygfa deulu yn Nhorfaen ar 1 Mai 2019. Mae meddygfeydd yn gweithio i ymwreiddio hyn yn eu harferion, gyda'r nod y bydd y newidiadau a'r cyfeirio'n ei gwneud yn haws i gleifion a gofalwyr gael mynediad at y gwasanaethau a/neu gymorth mwyaf priodol ar draws sectorau amrywiol.

Sut mae hyn yn gweithio – bydd y derbynnydd yn gofyn am amlinelliad byr ynghylch eich rheswm dros apwyntiad. Wedi hyfforddiant Llywio Gofal, mae timau meddygfeydd bellach yn gallu cynnig mwy o arweiniad i'r claf/gofalwr ar y gwasanaeth iechyd a gofal cymdeithasol mwyaf priodol i'w cefnogi.

Dyma ffordd newydd o weithio sy'n cynnig dewis i weld arbenigwyr eraill a allai fod ag arbenigedd i ddelio gyda phroblemau'r unigolyn. Nid oes angen i unigolion weld meddyg teulu o reidrwydd ac yn aml mae'r llywio hwn yn cynnig apwyntiadau'n gynt felly gellir eu gweld yn gynt.

Mae amser meddyg teulu'n werthfawr ac mae'r system hon yn helpu gyda rhyddhau amser/apwyntiadau i'r cleifion hynny sydd â chyflyrau iechyd mwy cymhleth. Fodd bynnag, mae dewis claf yn bwysig a bydd tîm y feddygfa'n derbyn eich penderfyniad os nad ydych am gael eich llywio – ni wrthodir apwyntiad gyda meddyg teulu i chi.

Fel RhGCau, rydym yn cefnogi ac yn hyrwyddo'r agwedd hon, rydym yn annog y rheiny

nad ydynt yn siŵr i drafod hyn â'r feddygfa i gael cadarnhad a dealltwriaeth lawn o werth gweld gweithiwr proffesiynol arall yn y gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol.

Yn y gogledd... Canolfan Adnoddau Blaenafon



Mae RhGC gogledd Torfaen yn gweithio ar agwedd integredig ochr yn ochr â'r Awdurdod Lleol a phartneriaid Trydydd Sector i gefnogi'r defnydd llawn o'r ganolfan adnoddau ym Mlaenafon.

Bydd y ganolfan adnoddau newydd yn wahanol iawn i'r hyn sydd yno ar hyn o bryd. Mae trafodaethau a chynlluniau wedi'u cytuno i ychwanegu dodrefn ychwanegol, gan gynnwys podiau preifatrwydd.

Bydd y podiau preifatrwydd yn helpu dinasyddion i ddefnyddio/cwrdd/cael cefnogaeth gan y gwasanaethau newydd sy'n cael eu cynnig, gan gynnwys Cyngor ar Bopeth, y Gwasanaeth Cyn-filwyr, Gwalia ac ati.

Mae gwaith hefyd yn parhau gyda'r holl wasanaethau/contractwyr mewnol i sicrhau agwedd llyfn integredig at y newidiadau hyn.

Beth sy'n digwydd?

Dangosir amserlen cyfarfodydd RhGC Gwent gyfan ar gyfer mis Medi a mis Hydref 2019 isod. Byddem ym ddiolchgar pe gallai pob aelod sicrhau bod rhywun yno i'w cynrychioli.

Date	Time	Meeting	Location
03 Medi 2019	13:00-15:30	RhGC Gogledd Sir Fynwy	The Ballroom, Canolfan Bridges, Parc Brybridge, Sir Fynwy NP25 5AS
05 Medi 2019	13:00-15:30	RhGC Gorllewin Blaenau Gwent	Canolfan Arloesi, Festival Drive, Glyn Ebwy
05 Medi 2019	13:15-15:30	RhGC De Caerffili	Canolfan Glowyr Caerffili
05 Medi 2019	13:00-15:30	RhGC Gorllewin Casnewydd M2	Ystafell Lysaght, Sefydliad Lysaght
10 Medi 2019	13:15-15:30	RhGC De Sir Fynwy	Ysbyty Dydd, Ysbyty Cymunedol Cas-gwent, Tempest Way, Cas-gwent, NP16 5YX
11 Medi 2019	13:00-15:30	RhGC Dwyrain Blaenau Gwent	Blaina ICC, Stryd Fawr Blaina
12 Medi 2019	13:00 - 15:30	RhGC Dwyrain Caerffili	Canolfan Oasis, Bryn Rd, Coed Duon, NP12 3LY
17 Medi 2019	09:30-11:00	Grŵp Datblygu De Sir Fynwy	I'w gadarnhau
17 Medi 2019	14:00-15:30	Tîm Rheoli Canolfan Iechyd Caldicot	I'w gadarnhau
19 Medi 2019	13:00-15:30	RhGC Dwyrain Casnewydd M2	Ystafell TATA, Sefydliad Lysaght
24 Medi 2019	14:00-16:30	Bwrdd Partneriaeth Gwasanaethau Integredig Sir Fynwy	Ystafell Gynadledda, Neuadd y Sir, Brynbuga, NP15 1GA
26 Medi 2019	13:00 - 17:00	Arweinwyr Clinigol RhGC	Ystafell Fwrdd 1 a 2, Tŷ Llanarth, Trecelyn
01 Hydref 2019	14:00-16:00	Grŵp Datblygu Trefynwy a Brynbuga	Ystafell Seminar, Hyb Brynbuga, 18 Stryd Maryport, Brynbuga, NP15 1AE
03 Hydref 2019	13:00 - 15:30	RhGC Gogledd Caerffili	Canolfan Iechyd a Chymdeithasol Integredig Rhymni, NP22 5PW
03 Hydref 2019	13:00 - 15:30	RhGC Gogledd Torfaen (M2)	Canolfan Feddygol Pont-y-Pŵl, Pont-y-Pŵl
07 Hydref 2019	14:00-16:00	Grŵp Datblygu Y Fenni	Ystafell Ysgyryd 2, Parc Mardy, Heol Henffordd, Y Fenni, NP7 6HU
10 Hydref 2019	9.30-11.30	Bwrdd Partneriaeth Integredig Casnewydd	Ystafell Seminar 4, Pencadlys BIPAB, Ysbyty St Cadoc
10 Hydref 2019	13:00 - 15:30	RhGC De Torfaen (M2)	Cymdeithas Tai Bron Afon, Cwmbran
16 Hydref 2019	13:00 - 15:30	Bwrdd Partneriaeth Integredig Blaenau Gwent	Ystafell Gyfarfod A, Llawr 9, Anvil Court, Abertyleri
17 Hydref 2019	13:00 - 15:30	RhGC Casnewydd, Gogledd M2	Ystafell 1, Canolfan Christchurch, Casnewydd
22 Hydref 2019	14:00-16:30	Bwrdd Partneriaeth Gwasanaethau Integredig Sir Fynwy	Ystafell Gynadledda, Neuadd y Sir, Brynbuga, NP15 1GA
24 Hydref 2019	9:30-11:30	Tîm Rheoli Casnewydd	Ystafell Fwrdd Fawr, Tŷ Fictoria
24 Hydref 2019	13:00 - 17:00	Arweinwyr Clinigol RhGC	Ystafell Fwrdd 1 a 2, Tŷ Llanarth, Trecelyn
29 Hydref 2019	09:30-11:00	Grŵp Datblygu De Sir Fynwy	Ysbyty Dydd, Ysbyty Cymunedol Cas-gwent, Tempest Way, Cas-gwent, NP16 5YX
29 Hydref 2019	14:00-15:30	Tîm Rheoli Canolfan Iechyd Caldicot	I'w gadarnhau
31 Hydref 2019	13:00 - 15:30	RhGC Gorllewin Casnewydd M3	Ystafell Lysaght, Sefydliad Lysaght

Ardal	Cyfarwyddwr Clinigol	Arweinydd y RhGC	Arbenigedd	Rheolwr Gwasanaethau Cymunedol a Rhwydwaith	Swyddog Cymorth Gwasanaethau Cymunedol a Rhwydwaith
DWYRAIN BLAENAU GWENT	Dr. Karen Gully	Dr. Isolde Shore-Nye	Plant (gan gynnwys CAMHS)	Ian Fido ian.fido@wales.nhs.uk Ffôn: 01495 363380	Ian Haywood ian.haywood@wales.nhs.uk Ffôn: 01495 363380
GORLLEWIN BLAENAU GWENT		Dr. David Minton	Arbenigeddau Llawdriniaethol a Gastroentroleg		
GOGLEDD CAERFFILI	Gwag	Dr. Heather Griffiths	Clefyd y Siwgr, Endocrinoleg a Niwroleg	Jon Lewis jonathan.lewis@wales.nhs.uk Ffôn: 01495 241276	Stella Montgomery stella.montgomery@wales.nhs.uk Ffôn: 01495 241275
DWYRAIN CAERFFILI		Dr. Stuart Thomas	Anadlol, Alergedd a Hematoleg		
DE CAERFFILI		Dr. Alun Edwards	Cardioleg, Strôc a Mewnwyd Gofal Sylfaenol		
GOGLEDD SIR FYNWY	Dr. Karen Gully	Dr. Brian Harries	Arbenigeddau Llawdriniaethol	Steve McDonagh steve.mcdonagh2@wales.nhs.uk Ffôn: 01600 636601	Katie Molumby katie.molumby@wales.nhs.uk Ffôn: 01600 636601
GOGLEDD SIR FYNWY		Dr Annabelle Holtam	Dermatoleg a Phatholeg		
GOGLEDD CASNEWYDD	Gwag	Dr. Graeme Yule	Gofal Sylfaenol Brys	Nicola Cunningham nicola.cunningham@wales.nhs.uk Ffôn: 01633 261434	Daniel Kendall daniel.kendall@wales.nhs.uk Ffôn: 01633 261434
DWYRAIN CASNEWYDD		Will Beer	Cynullydd Arweinwyr RhgCau Iechyd Meddwl		
GORLLEWIN CASNEWYDD		Dr. Susan Thomas	Anableddau Dysgu, Iechyd Meddwl Oedolion Hŷn a Demensia		
GOGLEDD TORFAEN	Dr. Karen Gully	Eryl Smeethe	Gyrfaoedd, Cynnwys y Cyhoedd a chael mwy o weithwyr proffesiynol i gael rhan mewn RhGCAu	Leanne Watkins leanne.watkins@wales.nhs.uk Ffôn: 01495 765797	Clair Roper clair.roper@wales.nhs.uk Ffôn: 01495 768751
DE TORFAEN		Dr. Amanda Head	Obstetreg, Gynaecoleg ac Iechyd Rhywiol (gan gynnwys trawsrywiol)		

Ardal	Cynghorydd Annibynnol	Arbenigedd	Manylion cyswllt
POB UN O'R 12 RhGCau	Hannah Hutchison	Deintyddol	hannah.hutchison@wales.nhs.uk
	Stephanie Campbell	Optometreg	stephanie.campbell@wales.nhs.uk
	Ross Porretta	Fferyllfa Gymunedol	ross.porretta2@wales.nhs.uk