

## Fframwaith a'r Cynllun Gwobrwyo Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru 2025-26 Rhestr o Weithredau

Addasu
Mae gan y practis Gynllun Parhad Busnes mewn lle y mae staff yn ymwybodol ohono, ac maent yn gallu ei roi ar waith os bydd tarfu ar wasanaethau oherwydd effaith newid yn yr hinsawdd.
Mae'r practis wedi cynnal asesiad risg i ddeall yr effaith y gallai newid yn yr hinsawdd ei chael ar y practis ac mae wedi datblygu camau gweithredu ar gyfer addasu i ymateb i'r risg.
Mae gan y practis system ar waith i hysbysu a rhybuddio cleifion am fynediad i'r practis a/neu wybodaeth am hunanofal os bydd tywydd eithafol neu drychineb yn effeithio ar y practis.
Mae'r practis wedi rhoi ar waith gweithred addasu sydd heb ei chynnwys yn y fframwaith hwn, er mwyn sicrhau bod eu gwasanaeth a'u cleifion yn cael eu diogelu, ac i osgoi niwed diangen oherwydd tywydd eithafol.
Adeiladau ac Ystadau
Mae'r practis yn mabwysiadu, lle bynnag y bo modd, y defnydd o opsiynau goleuo ynni-effeithlon.
Mae'r practis wedi gwneud gwelliannau ffisegol i'r adeilad i'w gwneud yn fwy cynaliadwy yn amgylcheddol.
Mae'r practis yn sicrhau bod y person olaf allan o'r ardal waith yn diffodd yr holl offer a goleuadau priodol, a bod cynllun cau ar gyfer cyfnodau gwyliau (os yw'n berthnasol).
Mae'r practis yn monitro ei ddefnydd o ynni yn rheolaidd ac mae'n gwneud cynnydd i leihau faint o ynni a ddefnyddir o wahanol ffynonellau o fewn y practis.
Mae'r practis wedi gwneud y gorau o'i ardaloedd allanol a'i fannau gwyrdd ar gyfer bioamrywiaeth ac yn eu cynnal a'u cadw, ac wedi cynyddu'r cyfleoedd sydd ar gael i fywyd gwylt lleol ffynnu, yn ogystal a chefnogi buddion mannau gwyrdd i iechyd a llesiant.
Rheoli Carbon
Mae'r practis wedi nodi arweinydd penodol o fewn y practis i annog ac ymgysylltu a staff y practis i hyrwyddo cyfranogiad yng Nghynllun Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru, ac i gydweithio i roi camau gweithredu ar waith i fod yn gymwys ar gyfer dyfarniad.
Mae'r practis yn monitro ac yn hyrwyddo (i gleifion, y cyhoedd a'r gymuned leol) eu cyfranogiad yn Fframwaith a Chynllun Gwobrwyo Gofal Sylfaenol Gwyrddach Cymru.
Ceir trafodaeth reolaidd gyda staff y practis a'r tîm amlddisgyblaethol ehangach am effeithiau iechyd y newid yn yr hinsawdd, gan godi ymwybyddiaeth o'r addasiadau a'r mesurau lliniaru sydd eu hangen. Mae'r drafodaeth yn cynnwys pa gamau y gallant eu cymryd yn bersonol yn ogystal ag o fewn cyd-destun gwaith.



Mae'r practis yn cefnogi datganiad ei gyrff proffesiynol priodol a/neu Lywodraeth Cymru o argyfwng hinsawdd. Gall y practis hefyd ddewis datgan argyfwng hinsawdd yn fwy lleol fel rhan o glwstwr lleol neu gydweithfa broffesiynol.
Mae'r practis yn lledaenu ei ddylanwad i grwp ehangach o bobl gan gynnwys practisau lleol, cydweithfeydd proffesiynol, clystyrau a/neu ymhellach i ffwrdd.
Mae gan y practis bolisi Gwyrdd / Cynladwyedd Amgylcheddol, sydd wedi'i roi ar waith, ac mae'n cyfleu hyn i staff y practis a'r tîm amlddisgyblaethol ehangach.
Gall y practis ddangos tystiolaeth o ddysgu parhaus am lythrennedd carbon ar gyfer staff y practis a'r tîm amlddisgyblaethol ehangach.
Mae'r practis wedi gweithredu i nodi pa mor gynaliadwy yw eu practis trwy fesur eu hol troed carbon yn flynyddol.
Rhannwch enghraifft o arfer gorau! Lluniwch astudiaeth achos ysgrifenedig fer neu ganllaw bach i'r hyn yr ydych wedi bod yn gweithio arno a sut yr ydych wedi gweithredu hyn yn eich practis.
Newidiwch y peiriant chwilio diofyn ar gyfrifiaduron y practis i ddewis amgen sy'n gydnaws a'r hinsawdd.
<b>Ymddygiadau Iachus</b>
Mae staff a'r tîm amlddisgyblaethol ehangach yn cael eu hannog a'u cefnogi'n rheolaidd o ran ymddygiadau sy'n hybu gwell iechyd. Mae'r ymddygiadau hyn hefyd yn cael eu hyrwyddo'n weithredol i gleifion.
Mae'r practis yn hybu ymarfer corff a theithio llesol i gleifion, staff a'r tîm amlddisgyblaethol ehangach ac mae'n hyrwyddo diwylliant o weithgarwch corfforol a modelau rol trwy amrywiaeth o weithgareddau bob dydd.
Mae aelod o staff y practis neu'r tîm amlddisgyblaethol ehangach wedi dysgu am ymyriadau byr a chyfweld ysgogol trwy sicrhau bod Pob Cyswllt yn Cyfrif, ac yn rhannu'r hyn a ddysgwyd ag aelodau eraill o staff.
<b>Arloesedd a Chyd-gynyrchu</b>
Mae'r practis wedi profi, cyflwyno a mesur cam arloesol 'gwyrdd' nad yw'n cael ei gynnwys yn y fframwaith hwn.
Mae'r practis wedi profi, cyflwyno a mesur AIL gam arloesol 'gwyrdd' nad yw'n cael ei gynnwys yn y fframwaith hwn.
Mae'r practis yn mynd ati i gynnwys grwpiau cleifion a'r gymuned leol ar gyfer unrhyw newidiadau i fabwysiadu arfer sy'n fwy cynaliadwy yn amgylcheddol, ac yn ceisio adborth ganddynt.
<b>Caffael</b>
Mae'r practis yn adolygu ei ddarparydd ynni ac, os oes angen, mae'n newid i ddarparydd sy'n fwy cynaliadwy yn amgylcheddol, os nad yw eisoes wedi gwneud hynny.
Mae'r practis yn mynd ati i brynu nwyddau cynaliadwy ar gyfer y swyddfa.
Mae'r holl de a choffi a brynir gan y practis ar gyfer staff a'r tîm amlddisgyblaethol ehangach wedi'u hardystio fel nwyddau Masnach Deg. Sylwer: Mae hyn ond yn berthnasol i de a choffi a gaiff ei brynu gydag arian y practis, yn hytrach na nwyddau a brynir gan y staff. Serch hynny, anogir staff a'r tîm amlddisgyblaethol ehangach i brynu nwyddau Masnach Deg.



Mae'r practis wedi datblygu a chyflwyno system monitro stoc ar gyfer archebu deunyddiau i sicrhau cyn lleied o wastraff a phosibl. Gall hyn gynnwys offer swyddfa, deunyddiau fferyllol neu unrhyw nwyddau eraill a archebir yn rheolaidd.
Gellir aildefnyddio neu ailgylchu deunyddiau a phe cynnu plastig sy'n cael eu prynu, ac maent yn cynnwys deunydd wedi'i ailgylchu pan fo hynny'n briodol yn dechnegol ac yn glinigol.
Mae'r practis yn adolygu ei ddewis o fanc busnes, ac os oes angen, mae'n newid i ddarparwydd sy'n fwy cynaliadwy yn amgylcheddol, os nad yw eisoes wedi gwneud hynny.
<b>Trafnidiaeth a Gweithio'n Ddoeth</b>
Mae'r practis yn annog ac yn hyrwyddo dulliau teithio mwy cydnaws a'r amgylchedd / cynaliadwy i staff y practis, y tîm amlddisgyblaethol ehangach a chleifion.
Mae'r practis yn cynnal archwiliad teithio blynyddol ar gyfer pob aelod o dîm y practis.
Mae'r practis wedi gwneud ymdrech i leihau teithio gan gleifion, staff, y tîm amlddisgyblaethol ehangach, ac ar draws y practis.
<b>Gwastraff</b>
Mae'n well gan y practis brynu batris y gellir eu hailwefru yn lle batris untro er mwyn lleihau gwastraff. Lle nad yw hyn yn bosibl, caiff batris untro eu hailgylchu'n briodol.
Mae'r practis yn lleihau nifer y llythyrau papur a anfonir gan, neu ar ran, y practis. Pan fo angen postio llythyrau, mae'r practis yn osgoi defnyddio amlenni sy'n cynnwys ffenestri plastig trwy ddefnyddio dewisiadau amgen, megis amlenni papur yn unig neu opsiynau bioddiraddadwy.
Mae'r practis yn ailgylchu deunyddiau anodd eu hailgylchu a/neu'n dod yn ganolfan gasglu ar gyfer cleifion.
Dim ond pan fod angen y defnyddir argraffu, copïo a ffacsio. Pan fod angen gwneud hyn, defnyddir papur wedi'i wneud o ffynonellau y gellir eu hailgylchu, gan argraffu ar ddwy ochr y papur.
<b>Optemreg gymunedol yn unig</b>
Mae'r practis yn mynd ati i hysbysu cleientiaid ynghylch y defnydd cynaliadwy o sbectolau.
Mae'r practis yn hysbysu'r cleientiaid am wahanol opsiynau lensys cyffwrdd ar sail ar sut y cânt eu defnyddio a'r rhai y gellir eu haildefnyddio neu eu hailgylchu yn haws, lle mae angen clinigol yn caniatáu hynny.
Mae'r practis yn cynghori cleientiaid, a lle bo'n bosibl yn cynnig opsiynau, iddynt ailgylchu eu lensys cyffwrdd plastig untro.
Mae'r practis yn annog cleientiaid i ail-ddefnyddio casys yn hytrach na mynnu cas newydd bob tro y byddant yn prynu sbectol newydd.
Mae'r practis yn symud at ddefnyddio cofnodion clinigol di-bapur.
<b>Fferyllfeydd cymunedol yn unig</b>



Mae staff y practis yn cefnogi ymdrechion presennol i annog cleifion i gael gwared ar anadlyddion yn gyfrifol ac yn ddiogel trwy'r fferyllfa gymunedol, gan ddefnyddio trafodaethau gyda chleifion, taflenni gwybodaeth, posteri a/neu gyfryngau.
Mae'r practis yn mynd ati i hysbysu ac addysgu cleifion ynghylch ôl-troed carbon anadlyddion sydd ar gael trwy bresgripsiwn er mwyn hyrwyddo newid wedi'i yrru gan gleifion.
Mae'r practis yn defnyddio bagiau papur ac yn osgoi defnyddio bagiau plastig ble bynnag y bo modd.
Mae'r practis yn defnyddio dulliau teithio llesol neu ddulliau teithio sydd ag allyriadau is ar gyfer dosbarthu presgripsiynau.
Mae'r practis yn codi ymwybyddiaeth cleifion ynghylch gwastraff meddyginiaethau ac yn annog cleifion i ddychwelyd unrhyw feddyginiaethau nas defnyddiwyd i'r fferyllfa gymunedol i'w gwaredu.
Mae gan y practis system amlbresgripsiwn ar waith sy'n sicrhau mai dim ond y meddyginiaethau sydd eu hangen arnynt y mae cleifion yn eu derbyn, nad ydynt yn derbyn eitemau ar bresgripsiwn dilynol yn ddiangen, a lle bo'n bosibl bod cyflenwi meddyginiaethau'n cael ei gydamseru.
<b>Ymarfer Cyffredinol yn unig</b>
Mae'r practis yn adolygu ac yn cymryd camau i gynyddu cyfran yr anadlyddion powdr sych (DPI) ac anadlyddion niwl meddal (SMI) y rhoddir presgripsiwn ar eu cyfer, o gymharu ag anadlyddion dogn mesuredig (MDI), lle bo hynny'n glinigol briodol.
Mae'r practis yn adolygu'r gyfran o MDI Salbutamol, sy'n garbon-ddwys â photensial cynhesu byd-eang (GWP) uchel o gymharu â mathau amgen o anadlyddion â GWP is, y rhoddir presgripsiwn ar eu cyfer, ac yn cymryd camau i leihau cyfran yr MDI Salbutamol â GWP uchel a gychwynnir ac a ragnodir ar bresgripsiwn dilynol.
Mae gan y practis system ar waith i archwilio'n rheolaidd yr anadlyddion 'lliniarol' y rhoddir presgripsiwn ar eu cyfer i bob claf, a dim ond rhagnodi presgripsiynau dilynol ar gyfer y cleifion hynny sydd â diagnosis clinigol wedi'i gofnodi ac sydd wedi cael adolygiad clinigol o fewn y 12 mis diwethaf.
Mae'r practis yn arfer presgripsiwn cymdeithasol, lle bo'n briodol, ac yn cyfeirio cleifion at ymarferwyr presgripsiwn cymdeithasol, trefnwyr gofal a / neu gysylltwyr gymunedol a.y.b. i nodi'r ymyriad anghlinigol mwyaf priodol i ddiwallu eu hanghenion.
Mae'r practis yn hyrwyddo dewis o ran atgenhedlu i fenywod trwy ddarparu mynediad amserol at ddulliau atal cenhedlu, atal cenhedlu brys a gwasanaethau ar gyfer atal beichiogrwydd damweiniol.
Mae gan y practis system amlbresgripsiwn ar waith sy'n sicrhau mai dim ond y meddyginiaethau sydd eu hangen arnynt y mae cleifion yn eu derbyn, nad ydynt yn derbyn eitemau ar bresgripsiwn dilynol yn ddiangen, a lle bo'n bosibl bod cyflenwi meddyginiaethau'n cael ei gydamseru.
<b>Gofal deintyddol sylfaenol yn unig</b>
Mae'r practis yn cynnwys nwyddau hylendid y geg sy'n rhydd o blastig yn yr ystod o eitemau mae'n eu cynnig i gleifion.



Mae'r practis yn sicrhau bod llwyth llawn ym mhob peiriant diheintio a glanhau cyfarpar, er mwyn lleihau'r nifer o weithiau y bydd y peiriannau hyn yn cael eu defnyddio bob dydd.

Defnyddir pelydr-x digidol yn y practis.

Mae'r practis yn gallu dangos lleihad yn nifer y teithiau car i ddanfôn eitemau i labordy deintyddol a'u casglu oddi yno, lle bo hynny'n glinigol briodol.

Mae'r practis yn dilyn canllawiau asesiad risg NICE ar gyfer galw cleifion yn ôl ac yn trafod budd amgylcheddol ymestyn y cyfnod ar gyfer galwadau'n ôl gyda chleifion risg is.

Anogir cleifion i drefnu apwyntiadau priodol ar yr un diwrnod er mwyn lleihau teithio. Defnyddir asesu o bell lle bo hynny'n bosibl er mwyn lleihau'r angen am ail ymweliad.

### SOS UK Gwobr Arbennig

#### Arwr Cynaliadwyedd

Mewn dim mwy na 300 o eiriau dywedwch wrthym pwy yw'r person eithriadol o fewn eich tîm neu dîm arall (gan gynnwys chi'ch hun!), sydd wedi dod yn arwr cynaliadwyedd i chi!

#### Arlosei ar gyfer Ymgysylltu

Mewn dim mwy na 300 o eiriau dywedwch wrthym sut mae eich tîm wedi cynnwys mwy o bobl mewn gweithgaredd cynaliadwyedd a pha ganlyniadau rydych chi wedi'u gweld: pa dechnegau a syniadau arloesol ydych chi wedi'u defnyddio i gael pobl i deimlo'n gyffrous i gymryd rhan?

#### Gwelliant Amgylcheddol

Mewn dim mwy na 300 o eiriau dywedwch wrthym am welliant amgylcheddol arloesol neu fenter yr ydych chi wedi'i rhoi ar waith i greu effaith wirioneddol yn eich practis, eich tîm neu ar draws y sefydliad. Beth ydych chi wedi ei wneud sydd y tu hwnt i feini prawf arferol y gweithlyfr? Pa effeithiau ydych chi wedi'u gweld?

#### Gweithredu Cymunedol

Mewn dim mwy na 300 o eiriau dywedwch wrthym sut mae eich tîm wedi arwain, datblygu neu gymryd rhan mewn gweithredu cymunedol arloesol trwy gydol eich blwyddyn Effaith Werdd. Gyda phwy ydych chi wedi gweithio? Pa weithredu oeddech chi'n gyfrifol amdano? Pa effeithiau cadarnhaol y mae hyn wedi'u creu?

