



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol  
Hywel Dda  
University Health Board

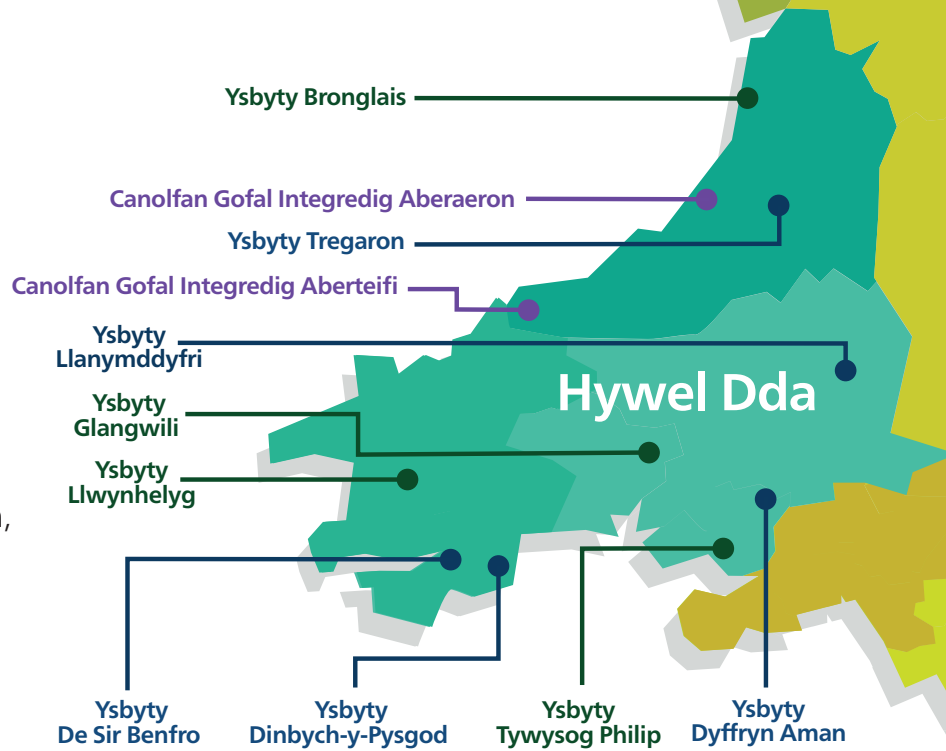
# Canolbarth a Gorllewin Cymru Iachach

## Iechyd da, bywyd llawn



# Cyflwyniad

Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda yw eich sefydliad GIG lleol. Rydym yn cynllunio, trefnu a darparu gwasanaethau iechyd ar gyfer bron i 400,000 o bobl yn Sir Gaerfyrddin, Ceredigion a Sir Benfro. Rydym wedi adfywio ein strategaeth hirdymor, Canolbarth a Gorllewin Cymru Iachach, i arwain sut rydym yn cefnogi pobl a chymunedau hyd at 2040. Fersiwn gryno yw hon sy'n egluro'r cyfeiriad wedi'i ddiweddarau, gan adlewyrchu'r hyn y mae pobl wedi'i ddweud wrthym, y newidiadau yr ydym wedi'u profi, a'r cynnydd yr ydym wedi'i wneud ers 2018.



Nid yw ein huchelgais wedi newid: helpu pobl i fyw bywydau iachach, gan ddechrau, byw a heneiddio'n dda am gyfnod hwy, gydag iechyd a gofal diogel, cynaliadwy, hygyrch a charedig. Mae'r strategaeth wedi'i adfywio hon yn cryfhau ein ffocws ar atal, cymorth cymunedol a'r ffactorau ehangach sy'n dylanwadu ar iechyd, ac yn nodi sut y byddwn yn gweithio gyda'n cymunedau i greu dyfodol iachach.

Gallwch ddarllen y strategaeth lawn ar ein gwefan yn [biphdd.gig.cymru/canolbarth-a-gorllewin-cymru-iachach](http://biphdd.gig.cymru/canolbarth-a-gorllewin-cymru-iachach) neu ofyn am gopi drwy ffonio 0300 303 8322 (opsiwn 5 – pris galwad lleol).

Mae fformatau amgen ar gael, gan gynnwys Hawdd ei Ddeall, addas i'r ifanc, sain, a BSL.

## Iechyd da, bywyd llawn - beth mae'n ei olygu

Mae iechyd da, bywyd llawn yn golygu byw'n iach cyhyd â phosib. Mae'n golygu atal salwch drwy helpu pobl a chymunedau i gymryd rhan weithredol mewn cadw'n iach. Pan fydd angen gofal, rydym am gynnig cymorth yn gynt a darparu'r gofal cywir ar yr amser cywir.



# Ein gweledigaeth

Rydym am i bawb yn y Canolbarth a'r Gorllewin i fyw bywydau iachach, gyda'r cymorth cywir i gadw'n iach a byw bywyd llawn. Mae ein gweledigaeth wedi'i seilio ar bedwar amcan y dymunwn ar gyfer ein pobl, ein cymunedau a'n gweithlu:



## Timau Ffyniannus

Staff sy'n teimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi, eu cefnogi ac sy'n gallu rhoi'r gofal gorau posibl i bobl.



## Cymunedau Iachach

Cymunedau gyda chefnogaeth gref, gydag atal yn ganolog, a mwy o help yn nes at ble rydym yn byw.



## Gofal Gwych

Gofal diogel ac amserol o ansawdd uchel sy'n haws ei gyrchu ac sy'n seiliedig ar anghenion pobl.



## Dyfodol Cadarnhaol

Gwasanaethau a chyfleusterau modern a chynaliadwy sy'n ein helpu i wynebu heriau'r dyfodol yn hyderus.

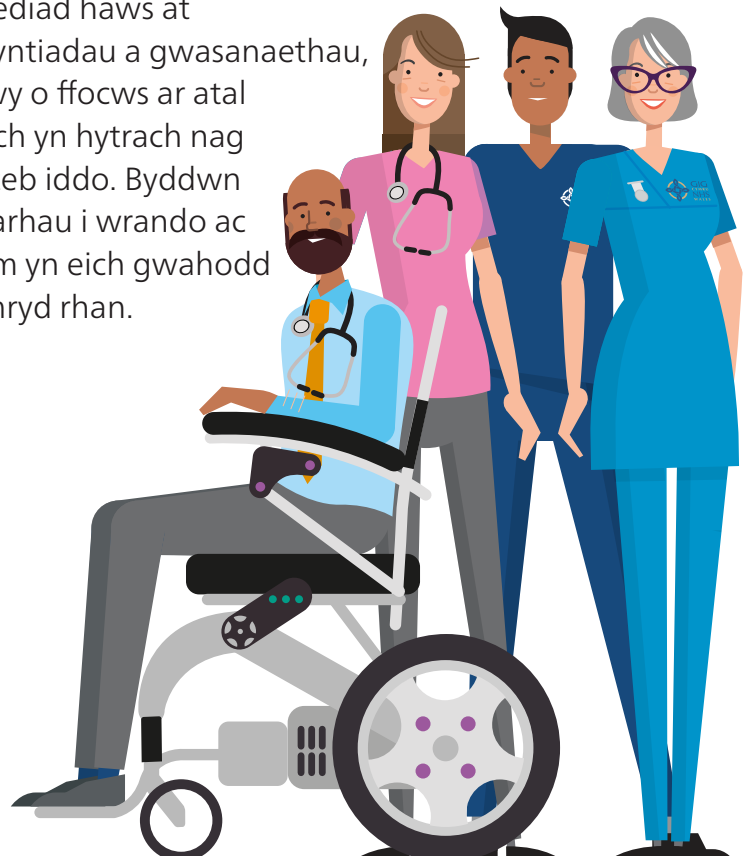
**Mae gennym hefyd wyth nod i'n helpu i gyflawni ein hamcanion a'n gweledigaeth.**

# Pam mae angen i ni newid - a sut gallwn ni i gyd chwarae rhan

Fe wnaethom amlinellu ein strategaeth Canolbarth a Gorllewin Cymru Iachach yn gyntaf yn 2018. Mae llawer wedi newid ers hynny. Rydym i gyd wedi teimlo effaith costau cynyddol, pandemig COVID 19, a phwysau cynyddol ar wasanaethau cyhoeddus.

Fe ddywedon ni yn ein strategaeth yn 2018 ein bod ni eisiau symud o wasanaeth iechyd sy'n trin salwch yn bennaf i un sy'n helpu pobl i gadw'n iach am gyfnod hirach. Rydym am ddarparu mwy o gymorth ar gyfer atal a chymorth cynnar mewn cymunedau lleol. Dyma ein nodau craidd o hyd, ond mae angen i'n strategaeth ymateb i fyd sy'n newid. Nid at ysbyty ddylai pobl droi yn gyntaf am gymorth, ac mae angen dull mwy radical arnom sy'n canolbwyntio ar atal, cymorth cynharach a chymunedau cryfach.

Rydym wedi gwranddo ar filoedd o bobl ar draws ein cymunedau, gan gynnwys ein staff a sefydliadau partner. Fe wnaeth eich barn ein helpu i ddeall yr hyn sydd bwysicaf a llunio darlun cliriach a mwy gonest o'r dewisiadau sydd o'n blaenau. Rydym wedi clywed eich bod am gael mwy o gymorth yn gynharach, yn nes at ble rydych yn byw, mynediad haws at apwyntiadau a gwasanaethau, a mwy o ffocws ar atal salwch yn hytrach nag ymateb iddo. Byddwn yn parhau i wrando ac rydym yn eich gwahodd i gymryd rhan.



# Ein gwerthoedd

Mae ein gwerthoedd yn aros yr un fath ac yn parhau i arwain sut rydym yn gweithio, sut rydym yn gwneud penderfyniadau a sut rydym yn gofalu am bobl.

## Ein gwerthoedd fel sefydliad

**Perthyn** – rhoi pobl wrth galon popeth a wnawn

**Twf** – anelu at ddarparu a datblygu gwasanaethau rhagorol

**Gyda'n gilydd** – cydweithio i fod y gorau y gallwn fod

Mae gan ein staff hefyd ymddygiadau personol sy'n arwain sut rydym yn ymddwyn pan fyddwn yn rhoi ein gwerthoedd ar waith. Dyma nhw:

- **Urddas, parch a thegwch**
- **Uniondeb, gonestrwydd a didwylledd**
- **Gofal, caredigrwydd a thosturi**



# Timau Ffyniannus

Mae Timau Ffyniannus yn golygu creu'r amodau lle mae pobl yn teimlo'n iach, yn hyderus ac yn gallu mwynhau eu gwaith, cydweithio'n dda, a theimlo'n falch o'r gofal y maent yn ei ddarparu.

## Nod 1: Timau iach, ffyniannus

Mae ein timau'n ymfalchïo'n fawr yn y gofal y maent yn ei ddarparu, hyd yn oed pan fyddant dan bwysau. Pan fydd staff yn teimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi a bod ganddynt yr hyn sydd ei angen arnynt i wneud eu swyddi'n dda, mae'n helpu i gynnal y safonau uchel a'r profiadau cadarnhaol y mae pobl yn eu disgwyl. Mae teimlo'n dda yn y gwaith hefyd yn cefnogi'r caredigrwydd a'r tosturi y mae ein cymunedau'n dweud wrthym eu bod yn eu gwerthfawrogi.



## Nod 2: Gwasanaeth cwsmeriaid rhagorol

Rydym ni eisïau i bob rhyngweithiad gyda ni i deimlo'n gefnogol, yn garedig ac yn ddefnyddiol. Mae'n golygu y byddwn yn gwneud i bob cyswllt gyfrif drwy gyfathrebu da, tosturi a chymorth sy'n diwallu anghenion pobl y tro cyntaf.



# Cymunedau Iachach

Rydym yn symud o wasanaeth iechyd sy'n ymateb i salwch i un sy'n ei atal. Ein nod yw cefnogi iechyd da a bywyd llawn, a hynny lle rydyn ni'n byw. Mae'n ddull atal yn gyntaf.



## Nod 3: 20pedwar7

Bydd ein dull 20pedwar7 yn golygu ein bod yn canolbwyntio ar feysydd penodol o angen, yn lleihau anghydraddoldebau iechyd, ac yn gweithredu'n gynt i helpu pobl i gadw'n iach.

### Mae hyn yn golygu

- Byddwn yn canolbwyntio ar yr 20% o gymunedau â'r angen mwyaf.
- Byddwn yn targedu'r pedwar risg mwyaf i'n hiechyd - ysmegu, maethiad gwael, alcohol ac anweithgarwch corfforol.
- Byddwn yn blaenoriaethu'r saith maes sy'n cael yr effaith fwyaf ar fywydau iachach (canser; clefyd cardiofasgwlaidd; iechyd mamau a phlant; diabetes; eiddilwch, cwmpo a dirywiad corfforol; iechyd meddwl a chamddefnyddio sylweddau; a chlefyd anadlol).

## Nod 4: Cymuned drwy ddyluniad

Byddwn yn mabwysiadu ymagwedd Cymuned drwy Ddyluniad, sy'n golygu mwy o ofal yn nes at ble rydych chi'n byw trwy ddarparu gwasanaethau yn y gymuned yn gyntaf a dim ond yn yr ysbyty pan na ellir ei ddarparu yn nes at adref.

- Bydd mwy o ofal yn digwydd mewn cymunedau ac yng nghartrefi pobl.
- Byddwn yn ceisio rhoi cymorth i bobl yn gynt, cyn i broblemau ddod yn fwy difrifol. Mae hyn yn golygu sylwi ar faterion yn gynt, cynnig cymorth mewn cymunedau, ac atal salwch neu argyfwng y gellir ei osgoi. Mae cymorth cynharach yn helpu pobl i aros yn iach yn hirach, yn lleihau'r angen am ofal ysbyty, ac yn gwella iechyd a llesiant cyffredinol.
- Rydym am i ysbytai allu canolbwyntio ar y gofal mwyaf difrifol a chymhleth.
- Bydd anghenion brys, ond nad ydynt yn bygwth bywyd, y gellir eu trin yn ddiogel gan ofal sylfaenol, fferyllfeydd a chyfleusterau cymunedol. Bydd hyn yn osgoi'r angen i chi deithio ac yn lleihau amseroedd aros hir, a bydd hefyd yn lleihau pwysau ar ein hysbytai.
- Lle mae gwasanaethau'n newid lleoliad, byddwn yn sicrhau eu bod yn parhau'n ddiogel, yn gynaliadwy ac yn seiliedig ar safonau clinigol.



# Gofal Gwych

Mae gofal gwych yn golygu darparu gofal amserol, diogel sy'n seiliedig ar dystiolaeth. Byddwn yn lleihau amrywiad, yn gliriach ynghylch ein perfformiad, ac yn defnyddio offer digidol i roi mwy o reolaeth a gwybodaeth i gleifion. Mae ein nodau yn cefnogi Cymru iachach ac yn rhan o gynllunio rhanbarthol a chenedlaethol ehangach ar draws GIG Cymru.

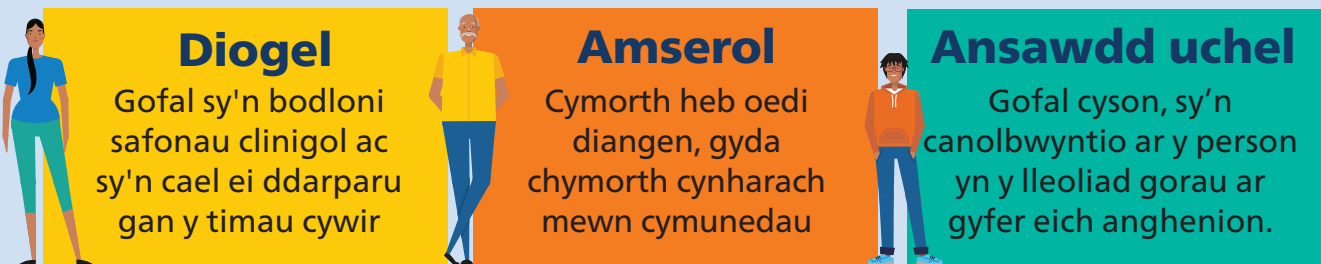
## Nod 5: Pobl yn gyntaf, digidol bob amser

Mae'r rhan fwyaf ohonom bellach yn defnyddio technoleg fel rhan o'n bywydau bob dydd ac yn disgwyl cyrchu gwasanaethau ar-lein. Byddwn yn rhoi Digidol yn Gyntaf ac yn ei gwneud hi'n haws cael mynediad at lawer o'r gofal sydd ei angen arnoch. Nid yw Pobl yn gyntaf, digidol bob amser yn golygu digidol yn unig. Byddwn bob amser yn darparu dewisiadau eraill i bobl sydd eu hangen.

- Byddwn yn ei gwneud yn haws cyrchu cyngor, apwyntiadau a chanlyniadau o'n hoffer digidol
- Dylai ein gwasanaethau digidol gysylltu cartrefi, cymunedau ac ysbysai
- Gall hyn gynnwys defnyddio technolegau sy'n lleihau'r angen i deithio, megis monitro o bell a wardiau rhithiol

## Nod 6: Gofal diogel ac amserol o ansawdd uchel

Byddwn yn darparu gofal diogel ac amserol o ansawdd uchel:



# Dyfodol Cadarnhaol

Mae angen inni gynllunio ar gyfer heddiw a'n dyfodol. Gallai plant yn ein cymunedau fod yn weithlu a defnyddwyr gwasanaethau'r dyfodol, felly mae angen i'w lleisiau helpu i lunio gwasanaethau cynaliadwy sy'n sicrhau'r canlyniadau gorau i bawb yn ein cymunedau.

## Nod 7: Edrych i'r dyfodol

Rydym am lunio dyfodol iachach a thecach drwy gryfhau cysylltiadau cymunedol, cynyddu lleisiau cenedlaethau'r dyfodol, gwreiddio ein model cymdeithasol ar gyfer iechyd a llesiant, lleihau ein heffaith amgylcheddol, a chydweithio â phartneriaid i sicrhau newid parhaol.

I wneud hyn, byddwn yn canolbwyntio ar gymunedau cryfach, atal a bywydau iachach.

## Nod 8: Cyfleusterau a gwasanaethau modern sy'n addas i'r diben

Byddwn yn gwella ein hadeiladau, fel bod gennym gyfleusterau modern, addas i'r diben. Byddwn yn defnyddio offer digidol sy'n gweithio i bawb. Byddwn yn gweithio gydag eraill i gadw ein gwasanaethau yn gryf a gwneud yn siŵr eu bod yn gynaliadwy yn ariannol. Byddwn yn adeiladu ar gyfer cenedlaethau'r dyfodol lle gall plant a phobl ifanc dyfu'n iach a llawn gobaith.

Dylai ein hadeiladau fod yn ddiogel, yn fodern ac yn hawdd eu defnyddio. Byddwn yn gwella cyfleusterau hŷn, yn creu mannau gwell yn ein cymunedau, ac yn gwneud hi'n haws i ganfod eich ffordd o amgylch ein hysbytai. Byddwn hefyd yn eu gwneud yn fannau sy'n hygyrch, yn cryfhau cysylltiadau digidol, ac yn gwneud dewisiadau sy'n well i'r amgylchedd a chenedlaethau'r dyfodol.

# Sut y byddwn yn gwneud i hyn ddigwydd

Er mwyn gwneud i'r strategaeth hon weithio, mae angen sylfeini cadarn arnom. Mae hyn yn golygu cynllunio ein hadnoddau'n ofalus, defnyddio systemau data a digidol sy'n gweithio gyda'i gilydd, datblygu cyfleusterau modern a hyblyg, a gweithio gyda phartneriaid, ymchwilyr ac arloeswyr i wella sut rydym yn darparu gofal. Bydd angen i ni hefyd fod yn radical yn ein hymagwedd, gan ystyried beth sydd angen i ni ei newid, a sut y gallem weithio'n wahanol fel sefydliad.



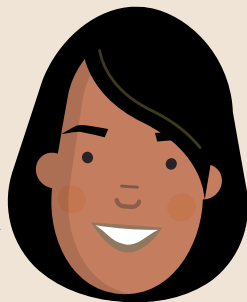
## Gweithio gyda chi

Nid yw ein strategaeth yn ddiwyro; bydd yn tyfu ac yn newid fel y gwnawn ni. Mae'n rhoi gweledigaeth glir i ni hyd at 2040, ond byddwn yn parhau i'w hadolygu i wneud yn siŵr ei bod yn adlewyrchu'r hyn sydd ei angen ar bobl.

Byddwn yn parhau i weithio gyda chi, yn gwrandao'n agored, ac yn onest am y dewisiadau sy'n ein hwynebu, fel y gallwn lunio dyfodol iachach i bawb.

Yn ystod ein hymgysylltu clywsom yn glir fod llawer o bobl am fod yn rhan o'r newid. Mae dyfodol iachach yn dibynnu ar bob un ohonom yn chwarae ein rhan.

**"Nid y GIG yn unig sy'n gyfrifol am iechyd - mae gennym ni i gyd ran i'w chwarae"**



**"Mae cymunedau'n helpu pobl i gadw'n iach bob dydd - mae angen i ni adeiladu ar hynny."**



**"Rhaid iddi fod yn ymdrech ar y cyd; ni all y GIG wneud popeth ar ei ben ei hun."**



**"Rydym ni eisiau gwybodaeth gliriach fel y gallwn ni wneud ein rhan."**



# Beth mae hyn yn ei olygu i chi

Parhau i gyfrannu at siapio ein gwasanaethau



Helpu i fyw bywyd iachach ac atal salwch

Cyfleusterau modern a hyblyg sydd wedi'u dylunio ar gyfer heddiw a'r dyfodol



Gofal sy'n well, yn fwy diogel ac yn fwy cyson, ble bynnag yr ydych yn byw



Mwy o gefnogaeth yn gynt ac yn nes at adref

Gofal mwy cydgysylltiedig rhwng gwasanaethau a thimau



Profiad gwell trwy gyfathrebu cliriach a mwy caredig



Mynediad haws at wasanaethau, gan gynnwys opsiynau digidol



## Byddwn yn parhau i wrando, rhannu a dysgu

Mae'r strategaeth hon yn perthyn i bob un ohonom, a byddwn yn parhau i weithio gyda'n cymunedau wrth iddi ddatblygu.

Byddwn yn gwirio'n rheolaidd a yw'r strategaeth hon yn gweithio. Byddwn yn monitro'r gwelliannau yn iechyd ein cymunedau. Byddwn yn edrych i weld a yw pobl yn cael cymorth yn gynt, a yw mynediad at ofal yn gwella, ac a yw gofal yn fwy diogel ac yn fwy cyson. Byddwn hefyd yn gwrandao ar ein staff a'n cymunedau, ac yn adolygu pa mor dda y mae ein gwasanaethau'n rhedeg, ac yn parhau i rannu diweddariadau wrth i ni ddysgu.

Rydym wedi ymrwymo i fod yn agored am y dewisiadau a wynebwn, yn onest am yr heriau, ac yn glir ynghylch sut mae eich adborth yn dylanwadu ar y camau a gymerwn.

Byddwn yn parhau i rannu diweddariadau, gwrandao ar brofiadau pobl a dysgu o'r hyn sy'n bwysig i chi.



Os hoffech chi gael gwybod mwy a dweud eich dweud, ymunwch â'n cynllun ymgysylltu a chynnwys cymunedol, Siarad Iechyd, Talking Health, ewch i <https://biphdd.gig.cymru/siarad-iechyd-talking-health/> neu sganiwch y cod QR isod



Gallwch hefyd ysgrifennu atom yn **FREEPOST HYWEL DDA HEALTH BOARD**

Iechyd da, bywyd llawn