

Newid o I ac Ar Gyfer i Gyda a Gan

Datblygu Fframwaith
Iechyd a Llesiant
ar gyfer
Hywel Dda

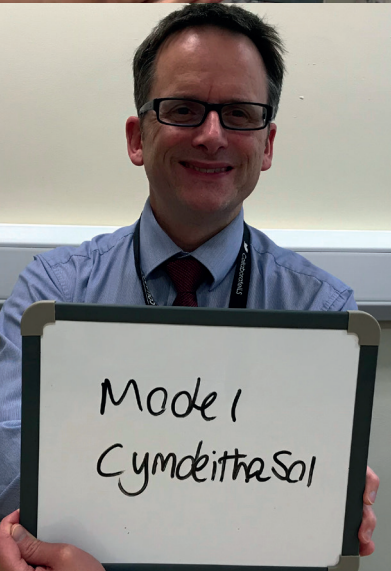
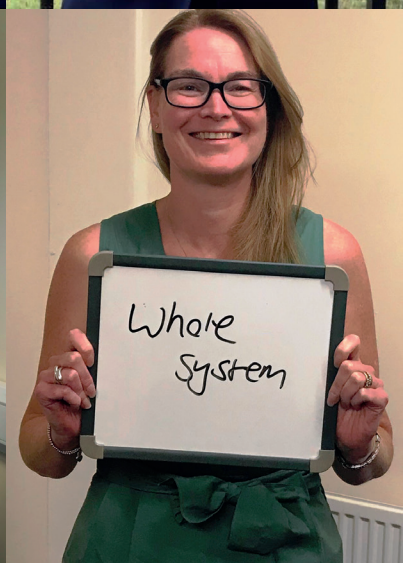
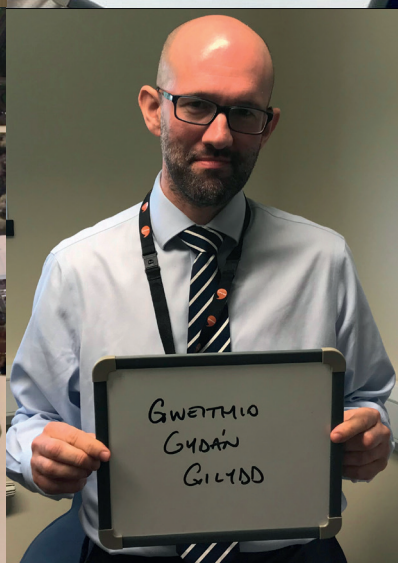
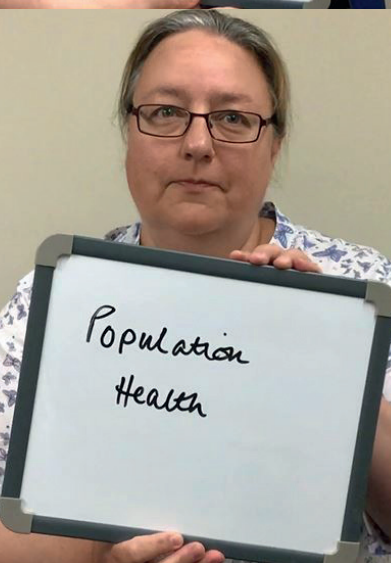
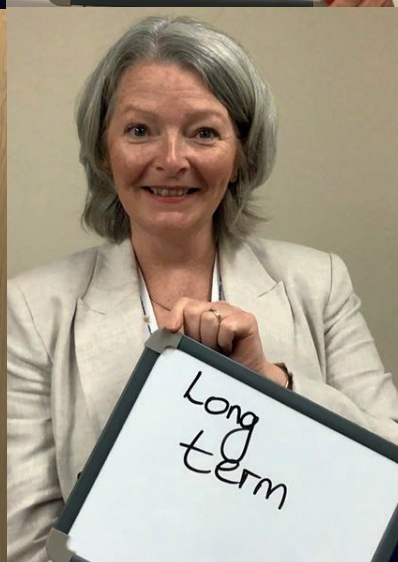
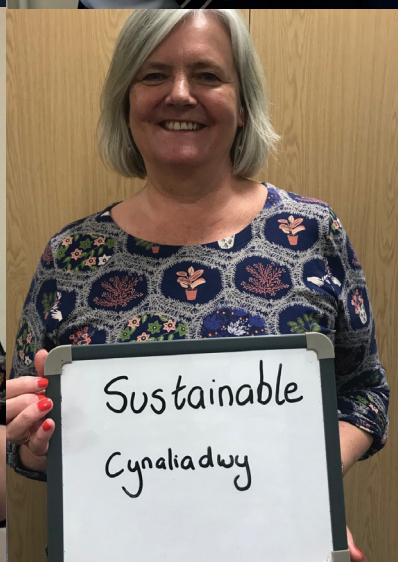
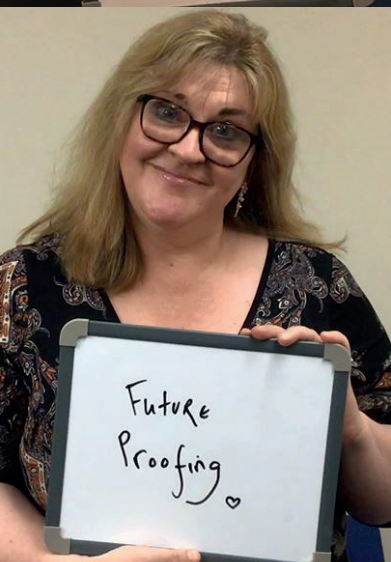
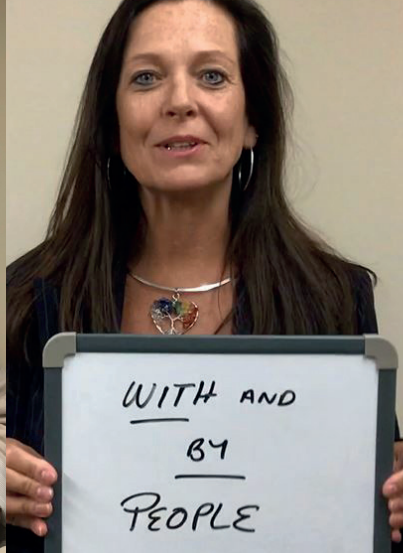
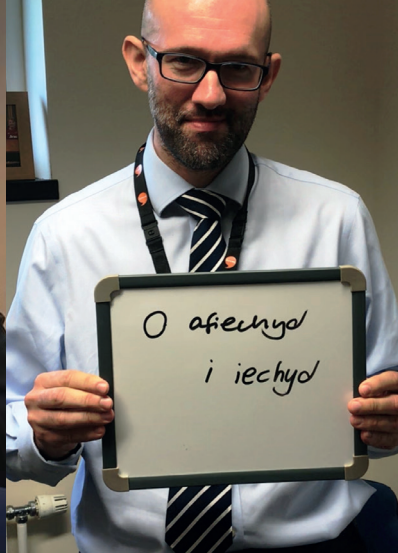


GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Hywel Dda
University Health Board

ADRODDIAD BLYNYDDOL 2018/19 Y CYFARWYDDWR IECHYD CYHOEDDUS





CYNNWYS

t4 RHAGAIR

t5 PENNOD 1
BWRW GOLWG YN ÔL

t15 PENNOD 2
BLE'R YDYM NI ARNI'N AWR? –
STRAEON AM DDEFNYDDIO'R
LENS LLESIANT

t21 PENNOD 3
EDRYCH I'R DYFODOL

GWNAETHOM OFYN I BOBL DDEFNYDDIO
YCHYDIG EIRIAU I DDISGRIFIO'R FFRAMWAITH
IECHYD A LLESIANT.

DYMA'R YMATEBION A GAFWYD...

RHAGAIR

Mae'n bleser gennyf gyhoeddi fy Adroddiad Blynyddol cyntaf fel Cyfarwyddwr Iechyd Cyhoeddus Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda. Fel rheol mae Cyfarwyddwyr Iechyd Cyhoeddus yn adrodd bob blwyddyn ynghylch cyflwr iechyd eu poblogaeth, y bygythiadau presennol i'n hiechyd a'n llesiant, y cyfleoedd sydd ar gael i'w gwella a'r heriau yr ydym yn eu hwynebu. Ond eleni rwyf wedi gwneud rhywbeth ychydig yn wahanol.

Yn ystod y deunaw mis diwethaf mae'r Bwrdd Iechyd wedi ymgynghori ynghylch dulliau o drawsnewid y modd y mae'n darparu gwasanaethau gofal iechyd, ac wedi cytuno ar ddulliau o wneud hynny. Mae wedi ymrwymo i newid o system sy'n canolbwyntio bron yn gyfan gwbl ar roi diagnosis a thriniaeth, i system lle mae atal afiechyd yn weithgarwch craidd a lle caiff llesiant pobl ei ystyried. Rhaid i ni ystyried pobl yng nghyd-destun eu bywydau a gofyn beth sy'n bwysig iddynt, fel bod pobl yn gwneud penderfyniadau sy'n gywir iddyn nhw.

Y tu hwnt i hynny, mae'r Bwrdd Iechyd wedi cydnabod ei rôl bwysig o safbwynt gweithio gydag awdurdodau lleol, mudiadau cymunedol, busnesau a chymunedau eu hunain i wella nid yn unig y gwasanaethau a ddarperir gennym ni ond hefyd yr amodau yr ydym yn cael ein magu ynddynt ac yr ydym yn byw, yn gweithio, yn chwarae ac yn heneiddio ynddynt. Yn yr adroddiad hwn rwy'n canolbwyntio ar ein 'Fframwaith Iechyd a Llesiant' sy'n disgrifio sut y bydd y Bwrdd Iechyd yn gwneud y newid hwn o fewn ei wasanaethau ei hun a'r tu hwnt iddynt yn ei waith gyda phartneriaid a chymunedau.

Mae wedi bod yn adeg wych i ymuno â'r Bwrdd Iechyd a chwarae fy rhan yn y newidiadau sy'n digwydd. Mae'n gyfnod gwirioneddol gyffrous i iechyd cyhoeddus wrth i fwyfwy o bobl gydnabod nad cyfrifoldeb y GIG yn unig yw gofalu am ein hiechyd a bod iechyd a llesiant, mewn gwirionedd, yn cael eu creu a'u meithrin yn y cydberthnasau rhwng pobl yn eu cymunedau.

Rwy'n gobeithio y gwnewch chi fwynhau darllen yr adroddiad. Dyma ddechrau taith hir a chyffrous i greu awydd i newid er budd iechyd a llesiant. Os oes gennych unrhyw syniadau neu feddyliau ynghylch hynny neu os hoffech gymryd rhan yn y gwaith, byddem wrth ein bodd o glywed gennych.



ROS JERVIS

Cyfarwyddwr Gweithredol
Iechyd Cyhoeddus
Bwrdd Iechyd Prifysgol
Hywel Dda

Diolchiadau

Cafodd yr adroddiad hwn ei lunio ar y cyd gan Dîm Iechyd Cyhoeddus Lleol Hywel Dda. Hoffwn ddiolch i'r tîm golygyddol – Jan Batty, Rebecca Evans, Geinor Jones, Jo McCarthy a Vikki Wood sydd wedi llunio'r adroddiad, Craig Jones am y gwaith ffilmio a golygu a gweddill y tîm am eu cyfraniadau.

Dyluniwyd gan: www.savageandgray.co.uk | Argraffwyd gan: harcourtcolourprint.co.uk

PENNOD 1:

BWRW GOLWG YN ÔL

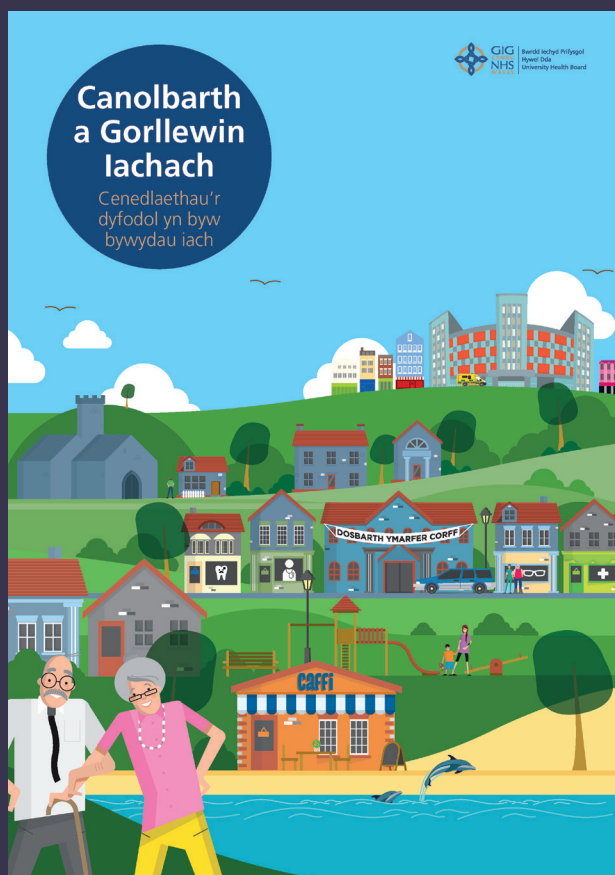
Rydym yn wynebu her enfawr yn y GIG. Er bod pobl yn byw'n hŷn, mae llawer hefyd yn byw am flynyddoedd maith gyda chyflyrau cronig, poen ac iechyd meddwl gwael. Er mwyn mynd i'r afael â hynny, mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda wedi cydnabod bod angen iddo gefnu ar system sy'n canolbwyntio'n gyfan gwbl ar ddiagnosisio a thrin salwch a bod angen iddo droi at system sy'n cynorthwyo pobl i fyw'n iach, drwy hybu llesiant ac atal afiechyd.

Yn ystod y deunaw mis diwethaf, mae'r Bwrdd Iechyd wedi cymryd camau breision i'r cyfeiriad hwnnw. Yn fy Adroddiad Blyneddol eleni, rwy'n canolbwyntio ar ein 'Fframwaith Iechyd a Llesiant' sy'n disgrifio ein dyheadau ar gyfer dyfodol iechyd a llesiant yn Hywel Dda, a'r modd yr ydym yn credu y gallwn wireddu'r trawsnewid hwn. I'r Bwrdd Iechyd, mae'n golygu newid y ffordd yr ydym yn gwneud pethau yng ngwasanaethau'r GIG yn Hywel Dda a newid y modd yr ydym yn chwarae rhan ystyrion yn yr hyn sy'n digwydd yn ein cymunedau. Ond y tu hwnt i iechyd a gofal, mae'r Fframwaith yn cynorthwyo pawb – y cyhoedd, staff a phartneriaid – i chwarae eu rhan i greu iechyd a llesiant yn eu mannau gwaith, yn eu cartrefi ac yn eu cymunedau.

Rhywfaint o gyd-destun

Mae'r Fframwaith Iechyd a Llesiant yn ategu strategaeth newydd y Bwrdd Iechyd ar gyfer iechyd a gofal, 'Canolbarth a Gorllewin Iachach – Cenedlaethau'r dyfodol yn byw bywydau iach'. Mae'r Fframwaith yn rhannu gweledigaeth a nodau'r Bwrdd Iechyd, a nodwyd yn y ddogfen honno, er mwyn gwella iechyd a llesiant yn Hywel Dda dros yr ugain mlynedd nesaf.

Caiff y newid bwriad ei adlewyrchu yn y ffaith bod wyth amcan y Bwrdd Iechyd, a oedd yn seiliedig ar glefydau, wedi'u disodli gan dri nod strategol sy'n seiliedig ar ddyhead cadarnhaol ar gyfer pobl leol ar draws pob un o gyfnodau bywyd.



Dechrau a datblygu'n iach

Bydd pob plentyn yn cael y dechrau gorau mewn bywyd hyd at oed gweithio, gan gefnogi ymddygiadau a chanlyniadau cadarnhaol ar hyd cwrs bywyd.



Byw a gweithio'n iach

Bydd pob oedolyn yn byw ac yn gweithio mewn cymunedau gwydn sy'n grymuso cyfrifoldeb personol a chyfunol dros iechyd a llesiant.



Tyfu'n hŷn yn iach

Bydd pob person hŷn yn cael cefnogaeth i gynnal iechyd a llesiant, gan fyw mor iach ac annibynnol â phosib o fewn rhwydweithiau cymdeithasol cefnogol.



Y Tri Nod Strategol o 'Canolbarth a Gorllewin Iachach'

Nid ydym ar ein pen ein hunain wrth geisio newid y system fel hyn. Mae penderfyniadau'r Bwrdd Iechyd wedi'u llywio gan yr egwyddorion a nodwyd yn nogfen Llywodraeth Cymru 'Cymru Iachach: ein Cynllun Iechyd a Gofal Cymdeithasol'. Mae'r ddogfen yn pennu gweledigaeth ar gyfer dull system gyfan o ymdrin ag iechyd a gofal cymdeithasol, sy'n canolbwyntio ar iechyd a llesiant ac ar atal salwch corfforol a meddyliol.

Rydym hefyd yn ffodus o gael darn o ddeddfwriaeth genedlaethol sy'n ategu dyhead ein Fframwaith, sef Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015. Un o nodau allweddol y Ddeddf yw atal problemau rhag digwydd. Drwy newid y modd yr ydym yn gwneud pethau – fel y disgrifir yn y Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol – a thrwy ddarparu cymorth gwell i bobl yn y gymuned, dylai fod llai o alw am wasanaethau gofal

iechyd. Yn y tymor hwy, byddwn yn gallu symud buddsoddiad o wasanaethau aciwt i ofal sylfaenol ac i gymunedau er mwyn atal afiechyd.

Mae'r DDEDDF LLESIANT

CENEDLAETHAU'R DYFODOL yn mynnu bod cyrff cyhoeddus yng Nghymru yn sicrhau bod eu penderfyniadau'n addas ar gyfer y dyfodol; yn mynnu eu bod yn cydweithio'n well â phobl, â chymunedau ac â'i gilydd; ac yn mynnu eu bod yn helpu i fynd i'r afael â phroblemau megis tlodi, anghydraddoldebau iechyd a'r newid yn yr hinsawdd, ac yn helpu i'w lleihau.

Mae'r Ddeddf yn unigryw i Gymru ac yn ennyn diddordeb gwledydd ledled y byd oherwydd ei bod yn cynnig cyfle enfawr i wneud newid cadarnhaol parhaol i genedlaethau'r presennol a'r dyfodol.

Mae llesiant yn gyflwr corfforol, cymdeithasol a meddyliol cadarnhaol; mae'n fwy nag absenoldeb poen, anesmwythdra ac analluedd. Mae'n mynnu bod anghenion sylfaenol yn cael eu diwallu, bod gan unigolion ymdeimlad o ddiben, eu bod yn teimlo y gallant gyflawni nodau personol pwysig a chymryd rhan mewn cymdeithas. Caiff ei wella gan amodau sy'n cynnwys cydberthnasau personol cefnogol, cymunedau cryf a chynhwysol, iechyd, sicrwydd ariannol, diogelwch personol, cyflogaeth sy'n rhoi boddhad ac amgylchedd iach a deniadol. [Cyfieithiad]

SEFYDLIAD IECHYD Y BYD

Sut y byddwn yn cynyddu ein dylanwad ar iechyd a llesiant

Mae angen i wasanaethau iechyd fod wrth law pan fyddwn yn sâl a phan fydd angen triniaeth a gofal arnom, ond yr hyn sy'n syndod efallai yw bod eu dylanwad ar ein hiechyd cyffredinol yn ystod ein hoes gyn lleied â 10%. Mae'r amodau yr ydym yn cael ein geni a'n magu ynddynt, a'r amodau yr ydym yn gweithio, yn byw ac yn heneiddio ynddynt, yn dylanwadu mwy ar ba mor hir y byddwn yn byw ac am faint o flynyddoedd y byddwn yn parhau'n iach. Caiff hynny ei alw'n Fodel Cymdeithasol o Iechyd.

Mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda wedi mabwysiadu'r model hwn erbyn hyn. Mae'n derbyn ei rôl hollbwysig nid yn unig fel darparwr gwasanaethau iechyd ond hefyd fel cyflogwr, fel sefydliad sy'n chwarae rôl allweddol yn yr economi leol ac fel sefydliad angori yn ein cymunedau.

Mae'r model cymdeithasol o iechyd yn ystyried ystod ehangach o ffactorau sy'n dylanwadu ar iechyd a llesiant, er enghraifft ffactorau amgylcheddol, economaidd, cymdeithasol a diwylliannol.



Addaswyd o ddiagram gan Nurture Development

Beth sy'n ein gwneud yn iach?

Mae cyn lleied â **10%** o iechyd a llesiant poblogaeth yn gysylltiedig â mynediad i ofal iechyd.

Mae angen i ni edrych ar y darlun mawr:



Ond nid yw'r darlun yr un fath i bawb.

Y bwlch o ran disgwyliad oes iach rhwng ardaloedd mwyaf difreintiedig ac ardaloedd lleiaf difreintiedig Hywel Dda yw: **4.8** MLYNEDD

Mae prif faes dylanwad y Bwrdd Iechyd yn ei wasanaethau, wyneb yn wyneb â chleifion. Rydym am sicrhau bod llawer mwy o waith i atal afiechyd yn cael ei gyflwyno i wasanaethau gofal iechyd er mwyn ehangu'r dylanwad sy'n 10%. Dylai pobl fod yn gallu cael gafael ar gymorth a chynghor i wella eu hiechyd, gan gynnwys cyngor a chymorth ynghylch ysmegu, maeth ac alcohol yn ogystal â phethau eraill a allai fod yn effeithio ar eu hiechyd, megis tai, dyled a chyfrifoldebau gofalu. Mae sgysiaau â chleifion am eu hiechyd fel person cyfan ac am eu llesiant yn ffordd o gyfuno arbenigedd clinigwyr â'r arbenigedd sydd gan bobl ynghylch eu bywydau eu hunain a'r hyn sy'n bwysig iddynt. Mae perthynas newydd o 'weithio gyda rhywun' yn hytrach na 'gwneud i rywun' yn rhoi mwy o rym yn nwylo cleifion a defnyddwyr gwasanaeth, a gall sbarduno pobl i wneud newidiadau cadarnhaol yn eu bywydau a'u cymunedau.

Bydd cysylltiadau cryfach rhwng gwasanaethau iechyd a chymunedau'n cynorthwyo staff clinigol i weithio yn y dull ehangach hwn.

Ochr yn ochr â hyn, bydd y Bwrdd Iechyd yn gweithio gydag eraill ar draws y 'system gyfan' i sicrhau budd i'r boblogaeth gyfan. Rydym am wella'r amgylchiadau a'r cyfleoedd mewn bywyd sy'n effeithio ar iechyd a llesiant person, a mynd i'r afael ag anghydraddoldebau sy'n gwaethygu o ran iechyd. Mae'r Fframwaith Iechyd a Llesiant yn ein rhwymo i gyfrannu gymaint ag sy'n bosibl ac mae'n hybu ein cyfranogiad ar draws y system gyfan er mwyn gwella iechyd a llesiant. Gellir crynhoi'r ddau llyn hyn – sef sicrhau bod y model cymdeithasol o iechyd a gwaith atal yn cael eu cyflwyno i wasanaethau, a gweithio ar draws y system gyfan – drwy eu galw'n ddull Iechyd Poblogaeth o weithredu, ac mae'n diwallu'r angen yr oedd y Bwrdd Iechyd wedi'i nodi. Mae'r Fframwaith yn dangos sut y bydd y Bwrdd Iechyd yn cyfrannu i'r chwe Nod Llesiant arall yn y Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol. Drwy weithredu yng nghyswllt y

'system gyfan' ac nid yng nghyswllt iechyd yn unig, mae'r cysylltiadau rhwng iechyd unigolion, iechyd a chynaliadwyedd y blaned a hyfywedd cymunedau'n fwy amlwg.

Anghydraddoldebau iechyd yw'r gwahaniaethau annheg ac anghyfiawn o ran iechyd, y gellir eu hatal, rhwng pobl neu grwpiau o bobl. Dosbarthiad anghyfartal amodau cymdeithasol, amgylcheddol ac economaidd mewn cymdeithasau sy'n pennu'r risg y bydd pobl yn mynd yn sâl, yn pennu eu gallu i atal salwch neu'n pennu'r cyfleoedd a fydd ganddynt i weithredu a chael triniaeth pan fydd afiechyd yn digwydd. Dylai lleihau anghydraddoldebau alluogi pawb i gael yr un cyfleoedd i fyw bywyd iach.

Saith Nod Llesiant

I wneud yn siŵr ein bod ni gyd yn gweithio tuag at yr un diben, mae'r Ddeddf yn sefydlu saith nod llesiant. Mae'r Ddeddf yn ei gwneud yn glir bod rhaid i'r cyrff cyhoeddus a restrwyd weithio tuag at gyflawni pob un o'r nodau, nid dim ond un neu ddau ohonynt yn unig.



Cymru lewyrchus



Cymru gydnerth



Cymru sy'n fwy cyfartal



Cymru iachach



Cymru o gymunedau cydlynus



Cymru â diwylliant bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu



Cymru sy'n gyfrifol ar lefel fyd-eang

Yr hyn yr ydym yn ei olygu wrth sôn am y 'system gyfan' yw'r GIG gan gynnwys ysbytai, meddygon teulu a gwasanaethau cymunedol, gofal cymdeithasol, cartrefi pobl, addysg, cyflogaeth, hamdden, bwyd, yr amgylchedd a chymunedau eu hunain.

Mae'r dull Iechyd Poblogaeth o weithredu'n ceisio gwella canlyniadau o ran iechyd corfforol a meddyliol, hybu llesiant a lleihau anghydraddoldebau iechyd ar draws poblogaeth gyfan. Mae'n cynnwys camau i leihau'r graddau y mae afiechyd yn digwydd, camau i ddarparu gwasanaethau iechyd a gofal priodol a champau ynghylch ffactorau ehangach sy'n effeithio ar iechyd, megis tai, cyflogaeth a'r amgylchedd. Ni all y GIG neu'r sector Iechyd Cyhoeddus gyflawni hynny ar eu pen eu hunain – mae'r dull Iechyd Poblogaeth o weithredu'n ymwneud â chreu ymdeimlad cyffredin o gyfrifoldeb ar draws llawer o sefydliadau ac unigolion.

I helpu i ddisgrifio beth y gallai'r model cymdeithasol o iechyd ei olygu i Hywel Dda, datblygais y diagram hwn sy'n dangos yr ystod lawn o ffactorau sy'n dylanwadu ar ein hiechyd. Mae'r cylch gwyrdd yn dangos y 'gwasanaethau lles' sy'n darparu cymorth i bobl fyw bywydau ystyrllon, llawn cysylltiadau. Drwy ehangu'r cylch gwyrdd y gallwn ddylanwadu fwyaf ar greu iechyd a llesiant, ac i'r cyfeiriad hwnnw y mae'n rhaid i ni sianelu ein hymdrechion yn awr.

BYW'N DDA

Rydym yn rhannu gweledigaeth o Ganolbarth a Gorllewin lle mae unigolion, cymunedau a'r amgylcheddau lle maent yn byw, yn gweithio ac yn chwarae ynddynt yn ymaddasol, yn gysylltiedig ac yn cefnogi ei gilydd. Golyga hyn bod pobl yn wydn, yn fedrus ac yn gallu byw bywydau llawn, iach a phwrpasol gydag ymdeimlad cryf o berthyn.

Rydym o'r farn bod iechyd yn cael ei greu ar y cyd mewn cymunedau, drwy deulu, ffrindiau a chymdogion.

DIOGEL, CYNALIADWY, HYGYRCH A CHAREDIG

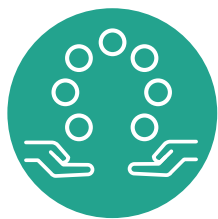


Mae gan gymunedau ran fawr i'w chwarae o ran hynny. Rydym yn gwybod bod pobl sydd â rhwydweithiau cryfach yn hapusach ac yn iachach. Gall cymunedau – ardaloedd daearyddol a meysydd diddordeb – gynnig cyfleoedd i ni gysylltu â phobl eraill, cymryd rhan mewn gweithgareddau cymdeithasol, meithrin ymdeimlad o ddiben, cael ymdeimlad o reolaeth ar ein bywydau a theimlo ein bod yn perthyn.

Cysylltu pobl â'u hasedau eu hunain a'u hasedau cymunedol

Y rôl newydd i sefydliadau cyhoeddus yw penderfynu ar y ffordd orau o hybu'r broses naturiol, organig hon heb ymyrryd ond gan ymrwymo i fod wrth law yn y tymor hir. Ceir cydnabyddiaeth gynyddol, nid yn unig yn ardal Hywel Dda ond hefyd ar draws y DU a thu hwnt, bod dull gweithredu sy'n adeiladu ar gryfderau ac adnoddau presennol ein cymunedau ac sy'n eu gwella yn ddull gweithredu effeithiol, llawn parch sy'n grymuso pobl. Roeddem yn teimlo'n gryf y dylai asedau fod yn un o egwyddorion sylfaenol y Fframwaith Iechyd a Llesiant. O fewn gwasanaethau, os ydym am newid y system gyfan fel ei bod yn canolbwyntio ar lesiant pobl yn hytrach na'u salwch, mae'n gwneud synnwyr i ganolbwyntio ar eu cryfderau ac mae cysylltu pobl â'u hadnoddau lleol yn gwneud cymunedau'n fwy cydnerth.

Mae enghreifftiau o asedau'n cynnwys y canlynol



Sgiliau pobl a'u hymdeimlad o bwrpas



Pobl a'r cysylltiadau rhyngddynt



Adnoddau amgylcheddol



Dysgu

Yn ffodus, nid ydym yn gorfod dechrau o'r dechrau. Yn 2015, bu Adroddiad Blynyddol y Cyfarwyddwr Iechyd Cyhoeddus yn archwilio dulliau o wella iechyd a llesiant, a oedd yn seiliedig ar asedau, gan gynnwys llawer o enghreifftiau gwych o waith sy'n digwydd eisoes yn Hywel Dda. Mae mwy o bobl yn dechrau gweithio yn y modd hwn, ac mae'n adnodd pwerus. Fodd bynnag, mae hefyd yn golygu bod angen i weithwyr proffesiynol a gwasanaethau wneud pethau'n wahanol, gan ildio'r rheolaeth a'r grym sydd ganddynt er mwyn rhoi cyfle i gymunedau eu trefnu eu hunain. Bydd newid ein bwriad a chanolbwynt ein sylw yn ein galluogi i ddod o hyd i ffyrdd mwy creadigol o weithio gyda phobl i wella eu llesiant.

Fel pobl mae gennym allu naturiol i gadw'n iach beth bynnag fo brwydrau bywyd. Mae llawer ohonom yn cymryd camau i'n cadw ein hunain yn iach – gwneud gweithgarwch corfforol, bwyta'n iach, sicrhau ein bod yn cael digon o gwsg a dod o hyd i ffyrdd o leihau straen. Rydym i gyd hefyd yn defnyddio'r asedau sydd o'n cwmpas. Mae ein ffrindiau, ein teuluoedd a'r bobl rydym yn eu hadnabod, y pethau da am y lleoedd rydym yn byw ynddynt, a'r gwasanaethau gwerthfawr a ddarperir gan y sector cyhoeddus, y sector preifat neu'r trydydd sector (gwirfoddol) i gyd yn cyfrannu at ein hiechyd a'n llesiant. [Cyfieithiad]

Adroddiad Blynyddol Cyfarwyddwr Iechyd Cyhoeddus 2014/15

Sut y gwnaethom ddatblygu'r Fframwaith

Mae datblygu'r Fframwaith Iechyd a Llesiant wedi bod yn broses gydweithredol dros gyfnod o amser. I ddechrau bu cydweithwyr yn y Bwrdd Iechyd a'r Gyfarwyddiaeth Iechyd a Llesiant Cyhoeddus (sy'n cynnwys y Tîm Iechyd Cyhoeddus Lleol yn ogystal ag ymwelwyr iechyd, nyrsys ysgol, cynllunwyr ar gyfer argyfwng a chomisiynwyr gwasanaethau camddefnyddio sylweddau) yn gweithio gyda'i gilydd nes bod gennym rai syniadau ar bapur. Ym mis Awst 2018 aethom â'n hegwyddorion, ein syniadau a'n nodau drafft i ddigwyddiad mwy o faint a oedd yn cynnwys partneriaid o awdurdodau lleol, y trydydd sector ac adrannau eraill y Bwrdd Iechyd er mwyn cael eu syniadau a'u safbwyntiau nhw. Un o'n bwriadau y diwrnod hwnnw oedd gwirio bod y Fframwaith yn cyd-fynd â Chynlluniau Llesiant y tair sir a dulliau ymarfer pobl dan y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant. Gwnaethom lwyddo mewn modd systematig i egluro ein meddylfryd a chael y Bwrdd i gytuno ar yr elfennau sylfaenol.

Diwrnodau Datblygu'r Gyfarwyddiaeth Iechyd a Llesiant Cyhoeddus – sut y byddwn yn cyflawni hyn?
Chwefror–Mawrth 2018

Y dull Iechyd Poblogaeth o weithredu yn cael ei drafod gan y Bwrdd Iechyd
Ebrill–Gorffennaf 2018

Y gwaith caib a rhaw – gwaith ar y Fframwaith yn dechrau mewn cydweithrediad â chydweithwyr yn y Bwrdd Iechyd
Mehefin–Gorffennaf 2018

Digwyddiad pennu gweledigaeth gyda phartneriaid – pennu egwyddorion arweiniol a thri nod strategol newydd gan ddefnyddio ein Teulu Jones i wneud y gwaith yn real!
14 Awst 2018

Y Bwrdd yn mabwysiadu'r model cymdeithasol o iechyd
Medi 2018

Y Tîm Iechyd Cyhoeddus Lleol yn datblygu'r Lens Llesiant
Hydref 2018

Gwirio a Herio – Rhoi prawf ar y Lens Llesiant gyda chydweithwyr mewn cyfres o weithdai
Hydref/Tachwedd 2018

Y Bwrdd yn cymeradwyo'r strategaeth Canolbarth a Gorllewin Iachach
29 Tachwedd 2018

Y Bwrdd yn cymeradwyo'r Fframwaith Iechyd a Llesiant
31 Ionawr 2019



Tri adnodd i ategu'r Fframwaith

Ym mis Medi y llynedd, gofynnais i'm Tîm Iechyd Cyhoeddus Lleol ddatblygu 'Lens Llesiant', sef ffordd newydd o edrych ar bethau, beth bynnag y bônt. Yr hyn oedd gen i mewn golwg oedd cyfres o 'gwestiynau' a fyddai'n helpu pob un ohonom i gael math gwahanol o sgwrs – sgwrs am atal afiechyd, am lesiant, am yr hyn sy'n bwysig i bobl yn hytrach nag am dargedau; a gofyn beth fyddai'n digwydd pe baem yn rhoi cyfle i bobl ddatrys eu problemau eu hunain yn lle meddwl bod modd i ni eu datrys drostynt. Arweiniodd yr ymarfer hwn at dri adnodd:

■ Y LENS LLESIANT

Adnodd Ysgogi'r System Gyfan

■ Y COMPENDIWM

Ffynhonnell hygyrch o wybodaeth a chymau ar sail tystiolaeth ar gyfer mynd i'r afael â gordewdra, ysmegu ac alcohol

■ Y LENS TIMAU

Adnodd Ysgogi Timau a Gwasanaethau

Y Lens Llesiant yw'r adnodd sydd wedi'i fireinio fwyaf, a dyma'r adnodd y byddaf yn canolbwyntio arno yn rhan nesaf fy adroddiad. Mae croeso i chi gysylltu â ni i gael rhagor o wybodaeth am y Compendiwm neu'r Lens Timau.

Y Lens Llesiant – Adnodd Ysgogi'r System Gyfan

Ein bwriad ar y dechrau oedd dylunio rhywbeth a fyddai'n dod â'r Fframwaith Iechyd a Llesiant yn fyw; rhoi adnodd ymarferol i bobl, a fyddai'n eu helpu i 'newid y sgwrs' a dechrau siarad am waith atal ac asedau gan gefnu ar ddiwylliant o ddibyniaeth a throi at ddiwylliant o annibyniaeth, a chefnu ar wasanaethau er mwyn cynorthwyo cymunedau i greu eu hiechyd a'u llesiant eu hunain.

Gwnaethom ddychmygu grŵp o bobl yn eistedd gyda'i gilydd i drafod problem. Gallai fod yn broblem ar unrhyw lefel – problem strategol, problem yn ymwneud ag iechyd poblogaeth neu'n broblem gymhleth mewn gwasanaeth rheng flaen – ond gorau oll pe bai'n cynnwys pobl o wahanol sectorau, adrannau neu ddisgyblaethau y byddai gan bob un ohonynt ddiddordeb mewn newid y system neu'u rhan nhw ohoni – system fach. Roeddem am gael rhywbeth a fyddai'n newid safbwynt pobl – sbectol symbolaidd i'w gwisgo er mwyn gallu meddwl yn wahanol.



Cenedlaethau'r Dyfodol: Yn Byw'n Dda Fframwaith Iechyd a Llesiant ar gyfer Hywel Dda



**Newid i ffyrdd
newydd o fesur a
ydym wedi gwneud
gwahaniaeth**

Byddwch yn uchelgeisiol, yn eofn ac yn ddewr

**Adnabod a hybu
ymddygiad sy'n
gwneud i bethau
ddigwydd**

Sut mae newid y sgwrs?



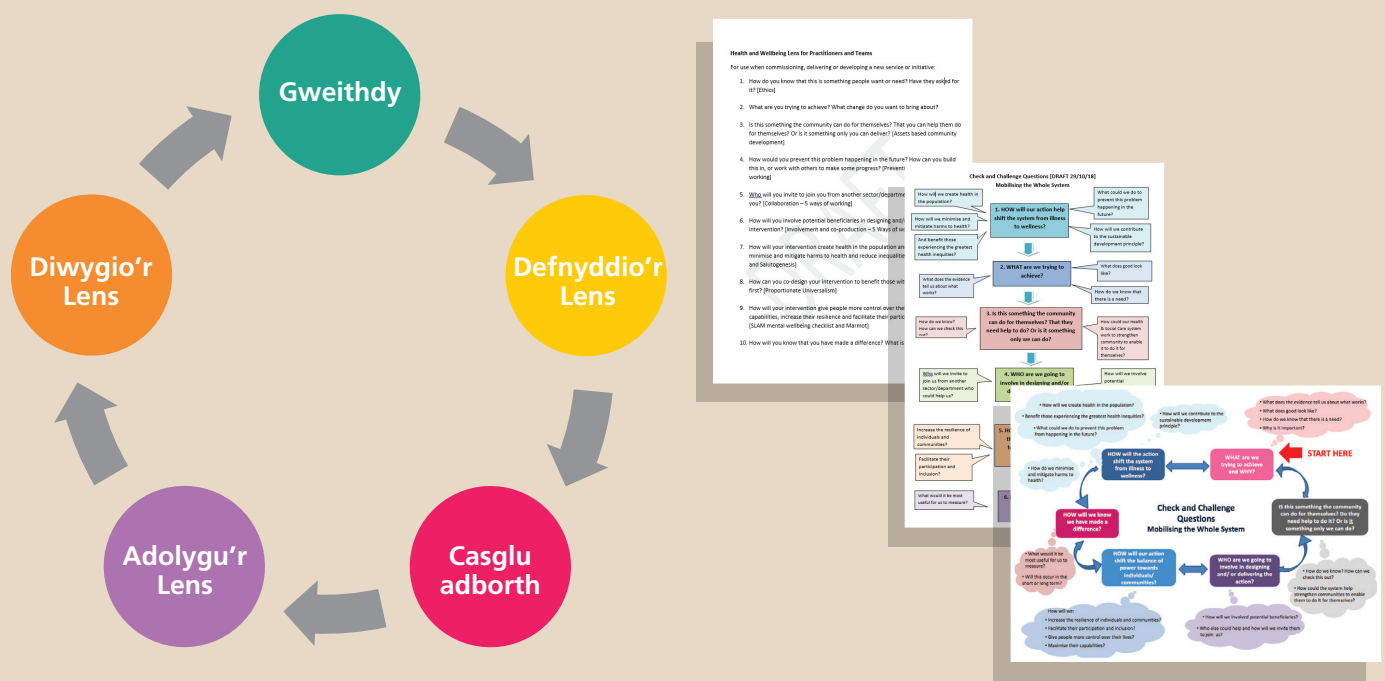
Fy helpu i greu awydd i newid

Gwnaethom roi sylfaen gadarn i'r Lens drwy ei seilio ar y Pum Ffordd o Weithio sydd yn y Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (hirdymor, atal, integreiddio, cydweithio a chynnwys), Blaenoriaethau Strategol Iechyd Cyhoeddus Cymru a phedair egwyddor Gofal Iechyd Darbodus, a ategwyd gan ddull gweithredu'n ymwneud ag asedau a chan uchelgais i fynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd.

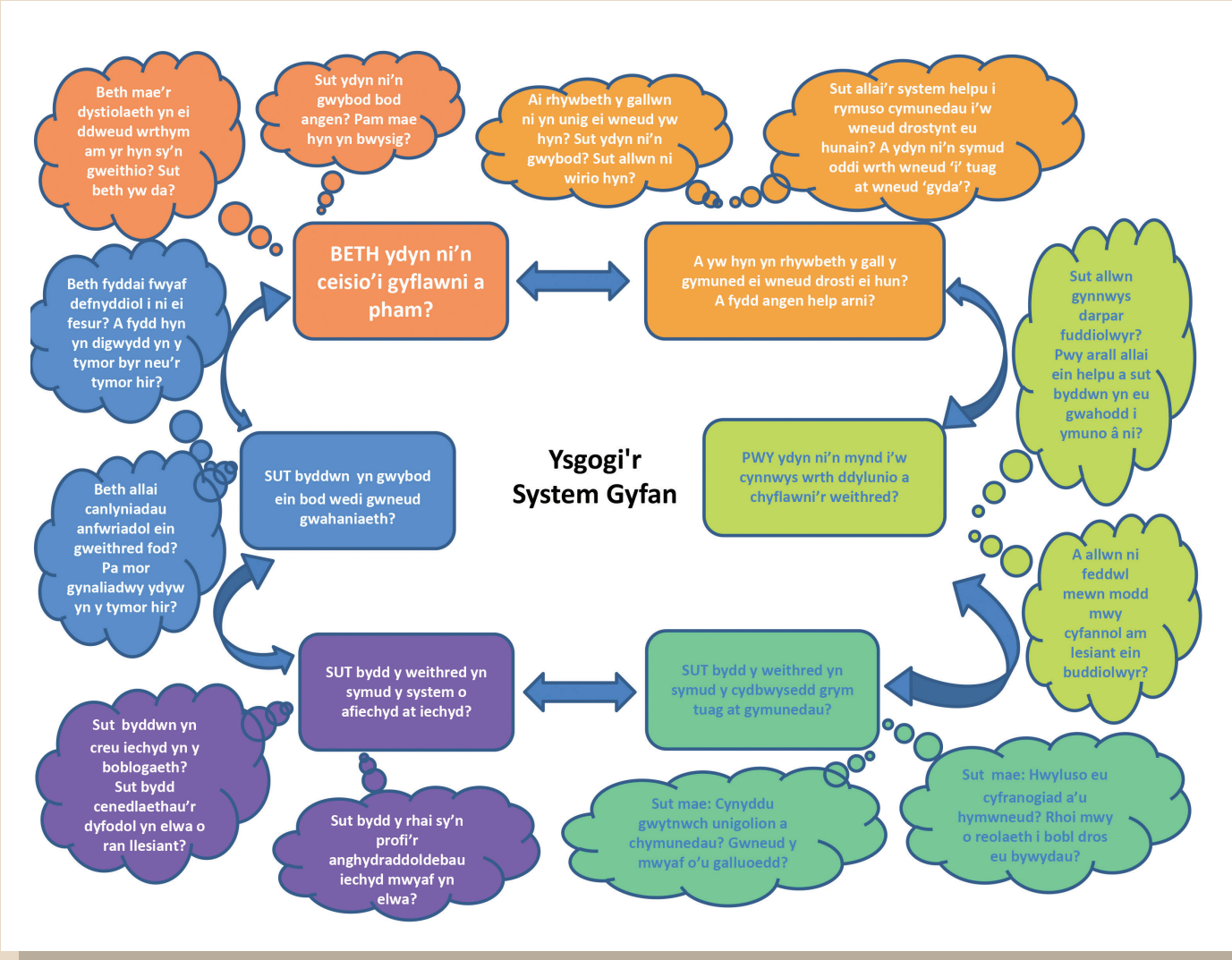


Gwnaethom ofyn i staff allweddol yn y Bwrdd lechyd (sydd wrthi hefyd yn gweithio'n ddiwyd i ymgorffori'r Pum Ffordd o Weithio yn nulliau ymarfer y Bwrdd lechyd) am eu sylwadau. Euthum â fersiwn ddrafft y 'Lens Llesiant' i gyfres o weithdai gyda chydweithwyr mewn grwpiau partneriaeth ym mhob sir, er enghraifft ein Timau Rheoli Sirol a'n Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus, er mwyn rhoi prawf arni. Gwnaethom ddisgrifio senario syml gan ofyn i'r grwpiau roi'r 'Lens' ar waith:

Gwnaethom ofyn am adborth ynghylch sut brofiad oedd defnyddio'r adnodd (gan ddefnyddio cyfres o gwestiynau adfyfyriol a fwriadwyd ar gyfer y dasg). Gwnaethom ofyn hefyd a wnaeth yr adnodd newid eu sqwrs, ac os felly sut.



Mae ein fersiwn derfynol o'r Lens Llesiant yn edrych fel hyn.



Ym Mhennod 2, rydym yn adrodd pedair stori am yr hyn ddigwyddodd pan wnaethom geisio cael sgwrs wahanol â grŵp o bobl er mwyn mynd i'r afael â phroblem go iawn.

PENNOD 2:

BLE'R YDYM NI

ARNI'N AWR?

STRAEON AM DDEFNYDDIO'R

LENS LLESIANT

Cyflwyniad

Yn yr adran flaenorol, amlinellais ddiben datblygu Fframwaith Iechyd a Llesiant Hywel Dda a'r broses a ddefnyddiwyd i wneud hynny. Nodais fod newid diwylliant a meddylfryd yn debygol o fod yn broses hirdymor, a chydabwlm fod angen i systemau newid er mwyn cynorthwyo i gyflawni ein blaenoriaethau cyffredin dros y 3 blynedd, y 10 mlynedd a'r 20 mlynedd nesaf.

Mae'r adran hon o'r adroddiad yn bwrw golwg ar rai enghreifftiau o'r modd y mae'r Gyfarwyddiaeth Iechyd a Llesiant Cyhoeddus wedi dechrau gweithredu'r newidiadau hyn gan ddefnyddio'r Lens Llesiant i 'ysgogi'r system gyfan'.

Mae'r stori gyntaf yn disgrifio sut y gwnaeth y Lens Llesiant gynorthwyo partneriaeth amlasiantaeth i adeiladu ar gynllun peilot bach a'i ddefnyddio ar raddfa fwy i greu newid system gyfan ar draws ystod o sefydliadau.

Mae'r ail enghraifft yn dangos sut y gallai'r Lens Llesiant hwyluso'r broses o ddatblygu partneriaeth gymunedol newydd. Yn yr achos hwn, roedd defnyddio'r Lens Llesiant yn fodd i gynnwys pob sector yn y gwaith o ddatblygu gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol integredig a chynaliadwy ac yn fodd i sicrhau bod pob sector yn teimlo perchnogaeth arnynt. Mae wedi cynorthwyo'r rhwydwaith i weithio gyda'i boblogaethau i ddatblygu cysylltiadau cryfach mewn cymunedau ac i greu cymunedau mwy dyfeisgar.

Mae ein trydedd enghraifft yn dangos sut y gwnaeth grŵp amlasiantaeth ddefnyddio'r Lens Llesiant i archwilio sut y gallai atal problemau camddefnyddio cyffuriau ac alcohol yn y dyfodol trwy ganolbwyntio ar y blynyddoedd cynnar ym mywydau plant.

Mae'r stori olaf yn dangos yr effaith a gafodd dull gweithredu ac adnodd sy'n seiliedig ar asedau (sef Ymchwiliad Gwerthfawrogol yn yr achos hwn) ochr yn ochr â'r Lens Llesiant ar forâl tîm ac ar gynllunio rhaglen waith y tîm yng nghyswllt problem glinigol allweddol i'r Bwrdd Iechyd.

GWNEUD I BOB CYSWLLT GYFRIF YN SIR GAERFYRDDIN

Mae Gwneud i Bob Cyswllt Gyfrif yn ddull gweithredu sy'n defnyddio'r miliynau o gysylltiadau pob dydd, y mae pobl mewn sefydliadau'n eu cael â phobl mewn cymunedau, i'w cynorthwyo i wneud newidiadau cadarnhaol i'w hiechyd a'u llesiant. Ym Mwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Sir Gaerfyrddin, rydym yn defnyddio Gwneud i Bob Cyswllt Gyfrif i geisio rhoi gwybodaeth gyson a defnyddiol am iechyd a llesiant i drawstoriad eang o'n poblogaeth.

Yn dilyn prosiect peilot llwyddiannus, daeth grŵp amlasiantaeth ynghyd i archwilio sut mae hyfforddi mwy o bobl sy'n gweithio i'r gwasanaethau brys, yr awdurdod lleol a'r bwrdd iechyd i gael mwy o sgysiau Gwneud i Bob Cyswllt Gyfrif â mwy o bobl, pryd bynnag y bydd cyfle'n codi.

Cytunwyd y dylid defnyddio'r 'Lens Ysgogi'r System Gyfan' yn y cyfarfod cynllunio cyntaf er mwyn cynllunio sut i gyflawni hynny. Cafodd y sesiwn ddwyawr ei hwyluso gan aelod o'r Tîm Iechyd Cyhoeddus, a gyflwynodd y Lens i ni gan awgrymu'r ffordd orau o'i defnyddio er mwyn archwilio'r broblem dan sylw.

Heb os, newidiodd y Lens y sgwrs yn y cyfarfod hwnnw. Roeddem wedi dechrau arni trwy ofyn i ni ein hunain: 'Sut y gallwn wneud mwy o ddefnydd o Wneud i Bob Cyswllt Gyfrif? Faint yn fwy o bobl y gallwn eu hyfforddi?'. Fodd bynnag llwyddodd cwestiynau'r Lens, sef *Beth sy'n gwneud dull gweithredu da? a Sut y byddwn yn gwybod a ydym wedi gwneud gwahaniaeth?*,



i newid y sgwrs yn sylweddol. Ysgogodd hynny ni i drafod nid yn unig gwneud mwy ond hefyd ei wneud yn dda mewn modd a allai esgor ar y newid yr ydym yn dymuno'i weld.

Buom yn ystyried beth fyddai'n gwneud hyfforddiant o safon a sut y gallai hynny arwain at gael sgysiau mwy ystyrlon yn rhan o Wneud i Bob Cyswllt Gyfrif. Buom yn trafod sut y gallem fesur y gwahaniaeth yr oedd y rhaglen wedi'i wneud i lesiant pobl, yn hytrach na gwneud dim byd mwy na chyfrif nifer y bobl yr oeddem wedi'u hyfforddi. Yn benodol, wrth ymateb i'r cwestiwn *Pwy y byddwn yn eu cynnwys yn y gwaith o ddylunio a chyflawni'r camau gweithredu?*, cytunodd y partneriaid i wirio eu 'negeseuon' gydag ystod ehangach o bobl.

Helpodd y Lens ni i ganolbwyntio ar yr hyn sy'n wirioneddol bwysig, ac osgoi sefyllfa lle mae niferoedd a thargedau'n tynnu ein sylw oddi ar hynny. Fe'i gwnaeth yn bosibl i grŵp o sefydliadau gwahanol gytuno ar ffordd gyffredin o fesur llwyddiant, gan sicrhau ar yr un pryd bod pob un ohonynt yn cadw eu hunaniaeth a'r hyn sy'n eu gwneud yn unigryw. Adeiladodd hynny ar y cydberthnasau gwaith ardderchog a fu'n hanfodol i lwyddiant cynnar y prosiect peilot. Roedd y partneriaid yn teimlo bod defnyddio'r Lens yn gam blaengar a buddiol. Yn ôl y partneriaid byddai'r Lens, pe bai wedi bod ar gael ar ddechrau'r prosiect, wedi bod yn ddefnyddiol i egluro nodau ac i ddylunio proses werthuso.

RHWYDWAITH CYMUNEDOL INTEGREDIG SIR BENFRO

Yn Sir Benfro, rydym wedi mynd ati i ddefnyddio'r Fframwaith Iechyd a Llesiant yng nghyswllt darparu gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol integredig yn y gymuned. Mae'r Bwrdd Iechyd a'i bartneriaid wedi cytuno ar Rwydweithiau Cymunedol Integredig newydd. Mae'r rhain wedi'u seilio ar 'ardaloedd' daearyddol sy'n seiliedig ar le ac sydd ar raddfa lai, ac mae eu haelodaeth yn ehangach nag aelodaeth y sefydliad blaenorol. Trwy ddod ag ystod ehangach o bobl a sefydliadau ynghyd, maent yn gobeithio y bydd ffordd well o ddarparu gwasanaethau a gweithio gyda chymunedau i hybu iechyd a llesiant yn dod i'r amlwg.

Cynhaliwyd pum gweithdy ar draws y sir er mwyn ceisio deall beth y dylai'r rhwydwaith newydd fod yn ei wneud a sut y gallai ei drefnu ei hun orau. Roedd sefydliadau gwahanol iawn i'w gilydd yn yr ystafell, a chanddynt fuddiannau a phryderon gwahanol. Roedd y sefydliadau hynny'n cynnwys Cynghorau Tref a Chymuned, mudiadau elusennol, y Gwasanaeth Tân a'r Heddlu, Cyfoeth Naturiol Cymru, y sector Addysg Bellach, practisiau meddygon teulu, Grwpiau Cyfranogiad Cleifion a grwpiau cymunedol yn ogystal â'r Bwrdd Iechyd a Chyngor Sir Penfro.

Defnyddiwyd y Lens Llesiant i ddechrau trafodaeth ynghylch blaenoriaethau'r rhwydwaith newydd – tasg ddigon anodd o ystyried yr ystod o safbwyntiau. Roedd defnyddio cwestiynau'r Lens o gymorth i bobl ddod o hyd i dir cyffredin – canlyniad gwerthfawr i grŵp a oedd newydd ei ffurfio. Roedd trafod y cwestiwn *Beth sy'n gwneud dull gweithredu da?* yn ddefnyddiol tu hwnt o safbwynt dangos bod mwy o gonsensws na'r disgwyl.

Llwyddodd i droi'r sgwrs o fod yn un a oedd yn sôn am y diffygion – y diffyg meddygon teulu, er enghraifft – i fod yn un a oedd yn sôn am yr hyn y gallai'r grŵp a'r gymuned ei wneud gyda'i gilydd i wella iechyd a llesiant.

"Byddai'r sgwrs wedi canolbwyntio ar adeiladau a gwasanaethau, ond mewn gwirionedd helpodd y broses hon i nodi'r angen i wrando ar y gymuned cyn gwneud unrhyw benderfyniadau, yn hytrach na dweud wrth y gymuned wedyn."

Yn y pen draw, y canlyniad mwyaf gwerthfawr oedd y sgwrs ei hun, a gafodd ei llunio gan y Lens. Dechreuodd feithrin ymddiriedaeth mewn grŵp amrywiol a oedd newydd ei ffurfio, trwy rannu straeon a thrwy drafodaeth a gafodd ei llywio mewn modd cadarnhaol.

Megis dechrau yr oedd y gwaith o ddatblygu'r Lens Llesiant, a dysgodd y Tîm Iechyd Cyhoeddus lawer trwy ei defnyddio yn y gyfres hon o weithdai.

ATAL CAMDDEFNYDDIO CYFFURIAU AC ALCOHOL

Mae'r Bwrdd Cynllunio Ardal yn cynnwys grŵp amrywiol o bartneriaid, ac yn eu plith y mae'r Bwrdd Iechyd, yr Heddlu, y Comisiynydd Heddlu a Throseddau, gwasanaethau prawf, awdurdodau lleol, gwasanaethau iechyd meddwl, asiantaethau diogelwch cymunedol a Llywodraeth Cymru. Mae'n comisiynu gwasanaethau i drin problemau camddefnyddio cyffuriau ac alcohol yn ardal Hywel Dda.

Roeddem wedi nodi'n ddiweddar bod angen i ni feddwl yn fwy eang ynghylch gwaith atal ac, er mwyn cyd-fynd â nodau strategol newydd y Bwrdd Iechyd, penderfynwyd defnyddio dull gydol oes o weithredu. Cyfarfu'r grŵp i fapio'r ymyriadau ar gyfer helpu i atal pobl rhag cael problemau gyda chyffuriau neu alcohol – ymyriadau sy'n cael eu darparu ar hyn o bryd dan y nod strategol cyntaf, sef 'Dechrau a Datblygu'n Iach'. Roeddem am gymharu hynny â'r dystiolaeth sydd ar gael ynghylch yr hyn sy'n gweithio, ac ystyried beth arall y gallem ei wneud.

Defnyddiodd y grŵp y Lens Llesiant 'Ysgogi'r System Gyfan' i helpu i lywio'r trafodaethau. Helpodd y Lens ni i gyflwyno safbwynt newydd wrth ystyried sut y gallai ymyriadau gyda phlant a phobl ifanc atal problemau camddefnyddio cyffuriau ac alcohol yn y dyfodol. Helpodd cwestiynau cyntaf y Lens ni i ganolbwyntio ar yr hyn yr oeddem yn ceisio'i gyflawni a pham, a'i egluro; a rhoddodd hynny gyfeiriad clir i'r trafodaethau.

Roedd defnyddio'r Lens yn fodd i ehangu ein sgysiau ynghylch sut y gallem atal camddefnyddio o gyffuriau ac alcohol trwy weithio gyda phlant a theuluoedd i'w gwneud yn fwy cydnherth. Helpodd y Lens ni i ddechrau meddwl am asedau a llesiant yn lle 'salwch'; roedd hynny'n cefnogi awydd y grŵp i gefnu ar ddull gweithredu lle'r ydym yn gwneud pethau 'i' bobl ac 'ar gyfer' pobl, a throi at ddull gweithredu sy'n dechrau gyda'r gymuned.

Daethom i'r casgliad nad yw 'addysgu pobl' am gamddefnyddio cyffuriau ac alcohol yn ddigon i'w hatal rhag gwneud hynny. Mae'r ffactorau sy'n peri i bobl ddod yn ddibynnol ar gyffuriau ac alcohol yn eang iawn. Mae atal problemau camddefnyddio cyffuriau ac alcohol yn dechrau yn ystod blynyddoedd cynnar plentyn ac yn parhau gydol ei oes. Yr allwedd yw creu unigolion a chymunedau mwy cydnherth lle mae'r amgylchedd yn gymorth i leihau niwed. Ni all y Bwrdd Cynllunio Ardal fynd i'r afael â'r atebion i'r problemau hyn ar ei ben ei hun.

Gwnaeth y grŵp ddau argymhelliad sydd bellach wedi'u cymeradwyo gan Lywodraeth Cymru ac wedi'u cynnwys yng nghynllun gwariant a chynlluniau strategol y Bwrdd Cynllunio Ardal ar gyfer 2019/20:

- "Uwchgynhadledd Atal" sydd i'w chynnal yn 2019, a gaiff ei chadeirio gan Gyfarwyddwr Iechyd Cyhoeddus Bwrdd Iechyd Hywel Dda a'i chydgaideirio gan y Comisiynydd Heddlu a Throseddau, i archwilio dull system gyfan o weithredu yng nghyswllt 'atal'.
- Creu uwch-rôl ddatblygu sy'n seiliedig ar asedau ym maes 'Atal a Chymunedau' am gyfnod o ddwy flynedd er mwyn datblygu ymhellach y gwaith a fydd yn deillio o'r Uwchgynhadledd, gan ddefnyddio dull gweithredu sy'n seiliedig ar asedau. Byddai hynny'n cynnwys adolygu ein gwaith presennol er mwyn gweld beth sy'n cyd-fynd â'n dull newydd o weithredu, cyn gweithio gyda chymunedau i gydgyhyrchu atebion a datblygu ymyriadau poblogaeth gyfan ac ymyriadau atal wedi'u targedu yn unol â'r sylfaen dystiolaeth.

DEFNYDDIO DULL GWEITHREDU SY'N SEILIEDIG AR ASED AU YNG NGHYSWLLT YR YMGYRCH FLYNYDDOL I ANNOG POBL I GAEL EU BRECHU RHAG Y FFLIW

Mae tîm ymroddedig o bobl yn gweithio'n galed iawn ar draws ardal Hywel Dda i sicrhau bod pobl yn cael eu brechu rhag y fflw. Mae'n ymddangos ein bod yn gweithio'n fwy caled bob blwyddyn. Eto i gyd, mae'r data swyddogol yn dangos nad ydym yn cyrraedd ein targedau ac nad yw canran y bobl gymwys sy'n cael eu brechu'n cynyddu fawr ddim.

Mae'n gallu bod yn dorcalonnus, a dweud y lleiaf. Bob blwyddyn, byddwn yn gofyn i ni ein hunain: Pam nad ydym wedi cyrraedd y targedau? Pam nad oes digon o bobl yn cael eu brechu? Beth yr ydym yn ei wneud yn anghywir? Mae'n debyg ein bod ni wedi bod yn gofyn y cwestiynau anghywir.

Pan ddaeth tymor y fflw i ben y llynedd, gwnaethom benderfynu ei bod yn bryd i ni newid y sgwrs. Aethom ati i geisio cymorth cydweithiwr i ni, sef Jan, nad oedd ganddi unrhyw brofiad o ymwneud ag ymgyrchoedd y fflw ond a oedd â digon o arbenigedd i ofyn cwestiynau da, er mwyn ein helpu i feddwl yn wahanol. Eglurodd Jan y broses sy'n gysylltiedig ag Ymchwiliad Gwerthfawrogl – sy'n ffordd o adeiladu ar yr hyn sy'n gweithio'n dda. O bendroni ynghylch problemau byddwn yn siŵr o weld mwy o broblemau; ond helpodd Jan ni i ddychmygu beth allai ddigwydd pe baem yn canolbwyntio ar ein hasedau yn lle hynny.

Mae digon o bethau yn gweithio'n dda yn ein tîm. Rydym yn gryf ac yn benderfynol, a rhyngom mae gennym lawer o wybodaeth a phrofiad. Rydym yn deall tystiolaeth ac yn gallu ei defnyddio. Rydym yn gweithio mewn partneriaeth ac yn dylanwadu ar arferion.

Mae nifer y bobl sy'n cael eu brechu rhag y fflw yn cynyddu o'r naill flwyddyn i'r llall.

Ond onid yw'r targedau yn bwysig? Wel, ydyn. Mae targedau'n dangos faint o bobl y mae angen eu brechu er mwyn lleihau'r niwed posibl y gall y fflw ei achosi. Ond y gwir amdani yw nad ydym yn brechu pobl oherwydd ein bod am gyrraedd targed; rydym yn eu brechu oherwydd ein bod am sicrhau nad yw'r fflw yn effeithio ar ein cymunedau (ac fel mae'n digwydd, brechu yw'r ffordd orau o wneud hynny). Gwnaeth y sesiwn Ymchwiliad Gwerthfawrogl i ni deimlo'n dda, ond sut y gallai 'adeiladu ar yr hyn sy'n gweithio'n dda' arwain at newid mewn gwirionedd?

Daethom â'n partneriaid ynghyd yn ôl yr arfer ar gyfer ein sesiwn rhannu gwybodaeth ar ddiwedd y tymor, ond yn hytrach na gofyn 'Pam na wnaethom ni gyrraedd y targedau eleni?', gwnaethom ofyn 'Beth weithiodd yn dda eleni?'. Roedd hynny'n golygu bod pobl yn canolbwyntio ar gamau gweithredu penodol a oedd wedi gwneud gwahaniaeth, a helpodd y wybodaeth honno ni i benderfynu ar y cyd ble y dylem ganolbwyntio ein hymdrechion yn y dyfodol.

STORI 4

DEFNYDDIO DULL GWEITHREDU SY'N SEILIEDIG AR ASEDAU YNG NGHYSWLLT YR YMGYRCH FLYNYDDOL I ANNOG POBL I GAEL EU BRECHU RHAG Y FFLIW

BETH WEITHIODD YN DDA Y TYMOR HWN?	SUT Y GALLWN WNEUD MWY O HYNNY?
Cafodd mwy o weithwyr gofal iechyd eu brechu mewn timau a chanddynt eu Hyrwyddwr Brechu eu hunain (brechu gan gymheiriaid) o gymharu â'r timau a oedd heb Hyrwyddwr	Enwebu a hyfforddi mwy o staff i fod yn Hyrwyddwyr Brechu
Bu grŵp o bractisiau meddygon teulu yn monitro'n wythnosol nifer y bobl a oedd yn cael eu brechu, ac yn neilltuo mwy o amser y staff i gysylltu â chleifion a oedd heb gael eu brechu. Arweiniodd hynny at gynnydd sylweddol yn nifer y bobl a gafodd eu brechu	Rhannu data ynghylch niferoedd â phob practis meddygon teulu yn wythnosol. Cynorthwyo mwy o bractisiau meddygon teulu i alw'n ôl y cleifion hynny sydd heb gael eu brechu
Gwnaeth nyrsys ysgol hi'n haws i rieni roi caniatâd, a arweiniodd at gynnydd yn nifer y plant a gafodd eu brechu yn yr ysgol	Gwneud y broses o roi caniatâd yn gynt ac yn haws i bawb
Dywedodd rhieni mewn grŵp ffocws fod dysgu sut y caiff y brechlyn ei roi i blant (â chwistrell trwy'r trwyn) wedi gwneud iddynt benderfynu trefnu bod eu plant yn cael eu brechu	Ymgysylltu â chymunedau er mwyn cael gwybod beth sy'n bwysig iddynt
Roedd y brechlyn i blant yn effeithiol iawn. Ceir tystiolaeth gynyddol bod brechu plant yn helpu i leihau'r graddau y mae'r fflw yn ymledu, a'i fod yn diogelu'n anuniongyrchol y bobl eraill sydd mewn perygl, megis pobl hŷn, menywod beichiog a babanod newydd-anedig	Ffocws ar frechu plant yn gyntaf er mwyn lleihau'r graddau y mae'r fflw yn ymledu ac er mwyn diogelu'r gymuned gyfan

Mae'r pedair stori hyn yn dangos rhai o'r meysydd lle'r ydym wedi cyflwyno'r Lens Llesiant er mwyn newid y sgwrs. Mae pobl mewn gwahanol rannau o'r Bwrdd Iechyd a thu hwnt eisoes wedi mynegi diddordeb mewn defnyddio'r Lens Llesiant – sy'n galonogol.

Rwy'n teimlo'n llawn cyffro ynghylch y cyfleoedd y mae'r Fframwaith Iechyd a Llesiant yn eu rhoi i ni newid y sgwrs a symud ymlaen yn wirioneddol gyda ffyrdd arloesol o weithio. Mae'r straeon uchod yn dangos sut yr ydym yn ceisio bod yn uchelgeisiol, yn eofn ac yn ddewr, a sut y gall symud pwyslais y system tuag at greu iechyd ymwneud â'r system gyfan.

Dechrau proses hirdymor yw hyn. Yn rhan olaf fy adroddiad, hoffwn sôn am fy nyheadau ynghylch sut y byddwn yn defnyddio'r Fframwaith Iechyd a Llesiant yn rhan o ddull ataliol, sy'n seiliedig ar asedau, o ymdrin ag iechyd y boblogaeth.

PENNOD 3

EDRYCH I'R DYFODOL

Mae'r hyn yr ydym wedi'i ddysgu hyd yma yn gwneud i ni aros i feddwl. Annoeth fyddai tybio bod gan bobl ddealltwriaeth gyffredin o 'atal', 'llesiant' neu 'asedau'. Yng Nghyfarwyddiaeth Iechyd a Llesiant Cyhoeddus y Bwrdd Iechyd, atal a meddwl yn hirdymor yw ein bara menyn. Gwnaethom sylweddoli'n fuan, fodd bynnag, bod angen i ni ein hunain fynd ar daith ddysgu i 'newid ein meddylfryd' er mwyn deall y byd newydd a throi ein golygon yn gadarn at asedau a chydgyngyrchu. Rydym wedi buddsoddi amser eleni'n gwneud hynny. Mae rhai sefydliadau, yn enwedig yn y trydydd sector neu'r sector gwirfoddol, ar y blaen i ni o ran hynny ac maent eisoes yn gweithio gyda chryfderau pobl, yn eu cynnwys yn eu gofal ac yn creu rhwydweithiau cymunedol. Mae eraill wedi bod yn creu partneriaethau er mwyn dod â gwasanaethau ynghyd. Rydym yn dechrau ar y daith honno, diolch i'r ymrwymadau strategol y mae'r Bwrdd Iechyd wedi'u gwneud.

Mae Bwrdd Gweithredol y Bwrdd Iechyd wedi cymryd cam enfawr i'r cyfeiriad iawn trwy gymeradwyo'r Fframwaith Iechyd a Llesiant yn rhan o'i strategaeth.

Beth y byddwn yn ei wneud ac yn rhoi'r gorau i'w wneud, a beth na fyddwn yn ei wneud, a fydd yn gymorth i ddarganfod a chynyddu amser rhydd y gall y staff ei ddefnyddio i greu newid?

Mae'r Bwrdd Iechyd wedi cefnogi fy nghais i weithredu trwy ymrwymo i'r canlynol:

- Dechrau'n syth – cymryd rhan yn weithredol mewn gwneud i bethau ddigwydd
- Mabwysiadu iaith gyffredin ar draws y 'system gyfan', sy'n bosibl drwy ein hadnoddau a thrwy greu amser a lle i'n staff eu defnyddio
- Gwireddu ein huchelgeisiau – gan ddechrau gyda'r tair blynedd cyntaf
- Cefnu ar y ffordd yr ydym wedi gwneud pethau erioed, megis newid o roi diagnosis a thriniaeth i atal afiechyd
- Canolbwyntio ar y canlyniadau tymor hwy a bod yn barod am daith hir
- Symud i ffyrdd newydd o fesur a ydym wedi gwneud gwahaniaeth
- Cefnogi'r sawl sy'n 'rhoi cynnig arni' a rheoli ansicrwydd yn ein ffyrdd newydd o weithio
- Adnabod a modelu ymddygiad sy'n gwneud i bethau ddigwydd
- Dechrau'n fach ond anelu'n uchel
- Bod yn uchelgeisiol, yn eofn ac yn ddewr...

A gallaf ein hatgoffa ni i gyd o hynny'n rheolaidd.

Fydd newid ffocws ein sefydliad a gweithio'n wahanol ddim yn hawdd, ond fydd byth amser gwell i wneud hynny gan fod deddfwriaeth o'n plaid yn ogystal â'r angen i newid. Ym mhennod olaf adroddiad eleni, rwyf yn amlinellu'r camau cyntaf y mae fy Nghyfarwyddiaeth Iechyd a Llesiant Cyhoeddus wedi'u cymryd i wireddu hyn.

Ein gwaith dros y tair blynedd nesaf

Yn y Fframwaith Iechyd a Llesiant, rydym wedi pennu nifer o feysydd allweddol lle'r ydym yn credu y gallwn gael yr effaith fwyaf yn ystod y tair blynedd, y deng mlynedd a'r ugain mlynedd nesaf. Gwelir isod y meysydd ar gyfer y tair blynedd nesaf. Bydd adroddiadau blynyddol y dyfodol yn rhoi'r wybodaeth ddiweddaraf am ein cynnydd.

TAIR BLYNEDD

Tystiolaeth bod dull gweithredu sy'n seiliedig ar asedau wedi'i fabwysiadu ar draws y system gyfan drwy wahanol sgysiau.

Ymgysylltu â'r cyhoedd, ein staff a rhanddeiliaid i ddatblygu'r fframwaith hwn ymhellach, gan ddysgu beth yw'r ffordd orau o greu iechyd a llesiant gyda'n gilydd.

Defnydd helaeth o'r tri adnodd ar draws y sector iechyd, y sector gofal cymdeithasol a phartneriaethau er mwyn gwreiddio'r dull hwn o weithio ym mhob sgwrs, cynllun a phroses.

Tystiolaeth o'r modd y mae'r dull newydd hwn o weithio wedi bod o gymorth i sicrhau gwelliannau ar faterion allweddol megis yr ymyriadau sy'n flaenoriaeth i ni.

Ymyriadau sy'n flaenoriaeth – pwysau'r fam a rhoi'r gorau i ysmegu yn ystod beichiogrwydd, y blynyddoedd cynnar gan gynnwys brechu ac imiwneiddio, cydnerthedd emosiynol plant a phobl ifanc, canolbwyntio ar leihau nifer y bobl sy'n ysmegu a rheoli risg o safbwynt ymddygiad ac o safbwynt clinigol mewn gofal sylfaenol

Ymgorffori dull gweithredu sy'n seiliedig ar asedau

Mae'r hyn yr ydym yn dewis canolbwyntio arno a'r iaith a ddefnyddiwn i ddisgrifio rhywbeth yn dylanwadu ar ein ffordd o feddwl. O ganolbwyntio ar broblemau, byddwn yn cael ein temtio i geisio eu datrys. Fodd bynnag, o ddefnyddio dull gweithredu sy'n seiliedig ar asedau gan feddwl am gryfderau a'r hyn sy'n gweithio'n dda yn ein sefydliadau, mae'n newid y ddeinameg. Mae ymgorffori'r ffordd hon o feddwl yn rhan hanfodol o weithio'n wahanol er mwyn hybu llesiant. Rydym yn ymrwymo i droi gair yn weithred drwy ddefnyddio iaith sy'n ymwneud ag asedau i ddylanwadu ar y sgysiau yr ydym yn rhan ohonynt mewn unrhyw sefyllfa. Mae gwneud defnydd helaeth o'r Lens Llesiant, y mae dull gweithredu sy'n seiliedig ar asedau wedi'i ymgorffori ynddi, yn gyfrwng hefyd i newid sgwrs sy'n sôn am ddiffygion yn sgwrs sy'n sôn am asedau.

Ymgysylltu ystyrlon

Rwyf am gael 10,000 o sgysiau am iechyd a llesiant gyda phobl leol. Mae gofyn i bobl beth sy'n wirioneddol bwysig iddynt a gwrando'n ofalus ar eu hatebion yn cynnig sawl mantais. Mae'n fodd i ymgysylltu â phrif bryderon pobl gan ddangos parch. Mae'n rhoi i'r gwrandawyr wybodaeth uniongyrchol am gyfoeth a chymhlethdod bywydau pobl a'r hyn sy'n eu helpu i gadw'n iach. Bydd y sgysiau hynny'n cynnwys dull gweithredu sy'n seiliedig ar asedau, sy'n newid y pwyslais o *I* ac *AR GYFER* i *GYDA* a *GAN*. Gan gydweithio â Fframwaith y Bwrdd Iechyd ar gyfer Ymgysylltu Parhaus, bydd y sgysiau'n ein galluogi i ddysgu sut beth yw bywyd da ar gyfer ein cymunedau a beth sydd bwysicaf i bobl. Gallwn ddefnyddio'r hyn a ddysgwn i gynorthwyo pobl i ddod i gysylltiad â'i gilydd er mwyn gweithredu. Rydym yn gobeithio mai dyma lle bydd yr awydd i newid mewn cymunedau yn dechrau.

Defnydd helaeth o'r Lensys a'r Compendiwm

Bydd hynny'n rhan sylweddol o waith y Tîm Iechyd Cyhoeddus Lleol dros y flwyddyn nesaf. Bydd angen i ni newid meddyliau pobl ar bob lefel. Pa ddarnau o'r jig-so y mae angen i ni eu rhoi yn eu lle?

Y darn coll cyntaf yr ydym wedi'i nodi yw datblygu canllawiau ar gyfer defnyddio'r Lens Llesiant. Mae'n bosibl nad hwn fydd yr adnodd iawn ar gyfer rhai sefyllfaoedd. Mae'n bosibl y bydd angen hyfforddiant ar grwpiau neu bobl allweddol ynghylch defnyddio'r Lens gyda'u timau. Nid ydym yn siŵr faint o wybodaeth gefndir am y Fframwaith y mae ei hangen ar bobl. Yn yr un modd, er mwyn helpu pobl i ddefnyddio'r Lens yn gynhyrchiol, mae'n bosibl y bydd angen i ni ddeall yn well y pwysau y mae pobl yn ei wynebu yn eu gwaith o ddydd i ddydd. Sut mae creu dealltwriaeth gyffredin o asedau, cydgynhyrchu, Ymchwiliad Gwerthfawrogol a dulliau gweithredu eraill sy'n seiliedig ar asedau? Mae dull gweithredu iechyd cyhoeddus bob amser wedi golygu gweithio gyda phobl yn yr hirdymor gan feithrin sgiliau i greu newid cynaliadwy. Bydd angen i ni ddod o hyd i'r ffordd orau o wneud hynny, o gofio bod adnoddau'n brin.

Un darn sydd eisoes yn ei le yw adrannau gorffenedig y Compendiwm ar gyfer ysmygu, alcohol a gordewdra. Wrth i bobl ddefnyddio'r adnodd hwn, byddwn yn gofyn am adborth er mwyn ei werthuso. Efallai y byddwn am ychwanegu at yr adran 'Beth sy'n gweithio er mwyn galluogi newid' wrth i ni ddysgu gyda'n gilydd, arbrofi a rhoi prawf ar yr hyn a ddysgwyd. Rydym am ofyn i bobl a fyddai'n ddefnyddiol iddynt pe baem yn ychwanegu agweddau eraill at y Compendiwm. Cofiwch ddefnyddio'r Lens Llesiant a'r Compendiwm a chofiwch roi gwybod i ni beth yr ydych yn ei hoffi neu beth nad ydych yn ei hoffi amdanynt. Dywedwch wrthym beth sy'n gweithio. Dewch â'ch syniadau i ni, p'un a ydych yn aelod o staff y Bwrdd Iechyd, yn sefydliad sy'n bartner i ni neu'n grŵp cymunedol. Rydym am gynorthwyo pobl i gymryd camau bach i'r cyfeiriad iawn. Eich adnodd chi yw hwn. Mae arnaf angen eich cymorth i barhau i'w wella.

Mae'n hawdd colli golwg ar yr hyn sy'n bwysig trwy ganolbwyntio'n ormodol ar darged

A ydym yn gwneud gwahaniaeth?

Byddwch yn disgwyl i ni allu dangos bod y ffordd newydd hon o weithio wedi arwain at welliannau. Nid yw'r hen ffyrdd o fesur newid trwy ddangosyddion a thargedau'n ddigonol ar gyfer y mathau o newid yr ydym yn eu disgwyl. Bydd angen i ni weithio gydag eraill i ddatblygu dulliau ystyrlon o fesur gwelliant – rhai a fydd efallai yn adlewyrchu'n well y profiad y mae pobl yn ei gael o wasanaethau a'r gwahaniaeth y maent wedi'i wneud i'w bywydau.

Un o'r chwe chwestiwn yn y Lens Llesiant yw *Sut y byddwn yn gwybod a ydym wedi gwneud gwahaniaeth?* Chi fydd yn penderfynu beth sydd fwyaf defnyddiol i chi ei fesur yn eich sefyllfa chi, a byddwch yn dod o hyd i ffordd briodol o wneud hynny.

Gyda'n partneriaid yn Sir Benfro, rydym eisoes wedi rhoi cynnig ar ffordd wahanol o fesur llwyddiant gan ddefnyddio'r dull 'Newid Pwysicaf' (MSC). Mae'r dull gwerthuso hwn yn defnyddio straeon am newid a achoswyd gan raglen neu wasanaeth. Mae'r dull 'Newid Pwysicaf' yn rhoi gwerth ar straeon a phrofiadau pobl ac mae'n cynnwys ystod eang o bobl sydd â budd yn y canlyniad. Mae'r sgysiau sy'n deillio o chwilio am y 'newid pwysicaf' yn hoelio sylw pawb ar effaith eu rhaglen neu'u gwasanaeth.

SUT Y BYDDWN YN DEFNYDDIO'R Ffordd Newydd Hon o Weithio yng Nghyswllt Un o'r Ymyriadau sy'n Flaenoriaeth i Ni – Y Blynnyddoedd Cynnar

Ein plant yw'r genhedlaeth nesaf yn awr, ac mae'r modd yr ydym yn gofalu ac yn ymorol amdanynt yn gwneud gwahaniaeth mawr i'r graddau y byddant wedi'u paratoi ai peidio i ymdopi â byd sy'n newid. Nid wyf yn ymddiheuro dim am wneud babanod a phlant yn brif grŵp blaenoriaeth i ni yn ein nod tair blynedd.

Mae'r 'blynnyddoedd cynnar' hyn (y cyfnodau cyn-cenhedlu a chenhedlu a'r tair blynedd cyntaf) yn allweddol os ydynt am dyfu'n blant iach ac yna'n oedolion iach a chydnerth gydag ystod eang o ganlyniadau gwell mewn bywyd.

Mae ein bydwagedd a'n hymwelwyr iechyd yn gwneud gwaith gwych, ond maent am wneud mwy. Gallwn ddechrau trwy sicrhau bod pob mam feichiog yn cael sgwrs 'beth sy'n bwysig i chi' yn hytrach na chyfres o flychau i'w ticio. Rhaid i ni beidio â chaniatáu i dargedau gyfyngu ar ein ffordd o feddwl nac ar ein huchelgais ynghylch yr hyn sy'n bosibl. Wrth i ni ddechrau gweithio ar sail y ffaith bod cydberthnasau'n ganolog i'n gwaith gyda phobl, mae angen i ni allu ymddiried yn ein gweithwyr proffesiynol i wneud y gwaith y maent yn gymwys ac yn awyddus i'w wneud.



Yn y Gyfarwyddiaeth Iechyd a Llesiant Cyhoeddus, rydym eisoes yn gweithio gyda'n partneriaid i aildrefnu ein gwasanaethau blynnyddoedd cynnar i'r cyfeiriad hwnnw. Gwnaethom ddefnyddio'r Lens Llesiant fel adnodd 'gwirio a herio' er mwyn sicrhau y byddai'r hyn a oedd yn cael ei gynnig yn y cynllun Blynnyddoedd Cynnar yn ategu'r agenda lesiant. Rydym am gefnu ar ddull gweithredu sy'n seiliedig ar sefydliadau unigol a chreu dull gweithredu sy'n seiliedig ar le, sydd wedi'i drefnu o gwmpas rhwydweithiau gofal a fydd yn trawsnewid y modd y caiff gwasanaethau'r blynnyddoedd cynnar eu darparu. Yna, bydd gan deuluoedd un pwynt cyswllt clir ar gyfer cael mynediad i'r holl wasanaethau cymorth a chyingor sy'n gysylltiedig â phlentyndod cynnar.

Byddwn yn cynorthwyo i greu timau integredig ar gyfer y blynnyddoedd cynnar, a fydd yn gweithio gyda theuluoedd mewn cymunedau penodol gan ddefnyddio model cymunedol sy'n seiliedig ar gryfderau. Bydd y model hwn yn meithrin ymddiriedaeth ac yn creu cydberthnasau cryf, gan wella gwaith ymgysylltu â'r gymuned a chyfrannu at greu amgylchedd diogel a chefnogol i blant gael eu magu ynddo. Mae'n arbennig o bwysig i ni ddechrau gwrando ar bobl ifanc a phlant. Nhw fydd yn byw, maes o law, gyda'r newidiadau yr ydym yn ceisio eu gwneud.

SYLWADAU CLO

Nid yw hon yn dasg hawdd. Mae llawer o bobl yng Nghymru, y DU a thu hwnt yn ymgodymu â'r argyfwng gofal iechyd a'r problemau systemig yr ydym yn eu hwynebu. Ar hyn o bryd, mae llawer iawn o'n buddsoddiad mewn gwasanaethau iechyd yn mynd i gyfeiriad ysbytai a gwasanaethau aciwt. Mae'n anodd ailgyfeirio hyd yn oed cyfran o'r arian hwnnw at greu iechyd ac atal afiechyd. Ar hyn o bryd, mae cryn bellter rhwng realiti'r sefyllfa a'n gweledigaeth hirdymor.

Er hynny, rhaid i ni ddechrau arni. Nid arian yw'r cyfan – mae yna gamau bach y gallwn eu cymryd ar unwaith. Bydd yna heriau: nid yw newid ein harferion byth yn hawdd. Cyn i ni newid y ffordd yr ydym yn gwneud pethau, mae'n rhaid i ni newid yr hyn yr ydym yn ei gredu amdanom ein hunain, am bobl eraill ac am yr hyn sy'n bosibl. Yn gudd yn yr heriau y mae cyfle mawr – i fod yn arloesol ac i'n cynnwys i gyd mewn awydd i greu newid er budd iechyd a llesiant.

Fy nghyfarwyddyd i'm Tîm yw bod yn 'uchelgeisiol, yn eofn ac yn ddewr' ac annog

**Does dim yn tyfu'n gynt
nag ymddiriedaeth** [Cyfieithiad]
Steven Covey, The Speed of Trust

pobl eraill i fod felly hefyd. Os ydym am weld y dull hwn o weithredu'n llwyddo, bydd yn rhaid i ni wneud a dweud rhai pethau sy'n gwneud i ni deimlo'n anghyfforddus. Yn y GIG, mae'n bosibl y bydd angen i ni herio ein gilydd, ar draws y system gyfan, er mwyn ein hannog i arbrofi a dysgu gyda'n gilydd.

Mae'n rhaid i ni newid am nad yw'r system yn gweithio i ni mwyach, ond yn y pen draw gallwn ddewis newid am mai dyna'r peth iawn i'w wneud.

Rydym yn rhannu gweledigaeth o Ganolbarth a Gorllewin lle mae unigolion, cymunedau a'r amgylcheddau lle maent yn byw, yn gweithio ac yn chwarae ynddynt yn ymaddasol, yn gysylltiedig ac yn cefnogi ei gilydd. Golyga hyn bod pobl yn wydn, yn fedrus ac yn gallu byw bywydau llawn, iach a phwrrpasol gydag ymdeimlad cryf o berthyn.

Asedau

'Asedau iechyd' yw unrhyw ffactor sy'n cynorthwyo unigolion, cymunedau a phoblogaethau i gynnal eu hiechyd a'u llesiant. Mae'r dull gweithredu sy'n seiliedig ar asedau yn ffordd o weithio sy'n cydnabod y capasiti, y sgiliau, y wybodaeth, y cysylltiadau a'r potensial mewn cymuned ac sy'n rhoi gwerth ar y pethau hynny. Mae dulliau gweithredu sy'n seiliedig ar asedau yn seiliedig hefyd ar le ac ar gydberthnasau, ac maent yn cael eu harwain gan ddinasyddion ac yn hybu cyfiawnder cymdeithasol a chydaddoldeb.

Ased yw unrhyw un o'r canlynol:

- Sgiliau ymarferol, capasiti a gwybodaeth trigolion lleol
- Y pethau y mae gan drigolion lleol ddiddordeb ynddynt ac y maent yn teimlo'n angerddol yn eu cylch, sy'n rhoi egni iddynt geisio newid
- Y rhwydweithiau a'r cysylltiadau – a elwir yn 'gyfalaf cymdeithasol' – mewn cymuned, gan gynnwys cyfeillgarwch pobl â'i gilydd a'u cymwynasgarwch
- Effeithiolrwydd mudiadau cymunedol a gwirfoddol lleol
- Yr adnoddau sydd ar gael gan sefydliadau yn y sector cyhoeddus, y sector preifat a'r trydydd sector i gynorthwyo cymuned
- Adnoddau ffisegol ac economaidd lle, sy'n hybu llesiant.

(‘A Glass Half Full: how an asset approach can improve community health and wellbeing’, Jane Foot a Trevor Hopkins, IDEA 2010)

Ymchwiliad Gwerthfawrogl

Mae Ymchwiliad Gwerthfawrogl yn un o'r adnoddau sy'n gwireddu dull gweithredu sy'n seiliedig ar adnoddau. Yn ogystal â bod yn ddull o ddatblygu sefydliadau, mae hefyd yn ffordd o feddwl. Yn lle gofyn 'Pa broblemau rydych chi'n eu cael?', mae Ymchwiliad Gwerthfawrogl yn gofyn 'Beth sy'n gweithio'n dda i chi?'.

Gellir ei ddefnyddio yng nghyswllt unrhyw system lle dymunir gweld newid – nid yn unig gyda sefydliadau ond hefyd gydag unrhyw grŵp o bobl, bron iawn. Mae Ymchwiliad Gwerthfawrogl yn adeiladu ar brofiadau pobl er mwyn cael gwybodaeth newydd a gwneud gwelliannau.

“Mae Ymchwiliad Gwerthfawrogl yn awgrymu ein bod yn chwilio am yr hyn sy'n gweithio mewn sefydliad. Canlyniad diriaethol y broses Ymchwilio yw cyfres o ddatganiadau sy'n disgrifio ble mae'r sefydliad yn dymuno bod, ar sail yr uchafbwyntiau y mae wedi'u profi eisoes. Oherwydd bod y datganiadau wedi'u seilio ar brofiad go iawn a hanes, mae pobl yn gwybod sut mae ailadrodd eu llwyddiant.” [Cyfieithiad] (The Thin Book of Appreciative Inquiry, Sue Hammond)

Mae Ymchwiliad Gwerthfawrogl yn tybio bod natur y cwestiynau yr ydych yn eu gofyn yn dylanwadu ar y mathau o atebion y byddwch yn eu cael, a bod gofyn cwestiynau cadarnhaol yn unig yn annog pobl i roi gwerth ar yr hyn sy'n gweithio ac adeiladu arno. Mae'n bwysig nodi nad yw Ymchwiliad Gwerthfawrogl yn anwybyddu problemau; yn hytrach, y syniad yw bod gwneud mwy o'r hyn sy'n gweithio yn fodd i wthio problemau na ellir eu datrys o'r neilltu.

Datblygu Cymunedol sy'n seiliedig ar Asedau

Cymuned yw grŵp, bach neu fawr, o bobl sydd â rhywbeth yn gyffredin. Gall fod yn grŵp o bobl sy'n byw yn yr un lle, sy'n gweithio i'r un sefydliad, sy'n rhannu set o werthoedd neu grefydd, neu y mae'r un broblem o ran iechyd yn effeithio arnynt.

Mae'r rhan fwyaf o waith datblygu cymunedol, er ei fod yn cael ei gyflawni trwy ddulliau cyfranogol, yn ceisio datgelu problemau ac anghenion na chânt eu diwallu. Yna, caiff ymyriadau eu datblygu i fynd i'r afael â'r problemau hynny ac ymgynghorir yn eu cylch, gan ddibynnu'n aml ar adnoddau o'r tu allan i'r gymuned. Ar y llaw arall, mae datblygu cymunedol sy'n seiliedig ar asedau yn adeiladu ar sgiliau ac adnoddau unigolion, grym cymdeithasau gwirfoddol o unigolion a'r asedau sydd i'w cael mewn sefydliadau lleol ac yn y seilwaith ffisegol a'r economi leol.

Un gwahaniaeth arall rhwng gwaith datblygu cymunedol traddodiadol a gwaith datblygu cymunedol sy'n seiliedig ar asedau yw'r ffocws ar aelodau unigol y gymuned fel cyfryngau newid. Dechreuir gyda'r asedau a nodwyd, sy'n perthyn i unigolyn, a chaiff y rhain eu paru wedyn â phobl neu grwpiau sydd â budd yn yr ased hwnnw neu y mae angen yr ased hwnnw arnynt. Mae cymunedau yn amlhaenog ac mae ganddynt fwy nag un llais. Mewn gwaith

datblygu cymunedol sy'n seiliedig ar asedau, unigolion sy'n ffurfio cydberthnasau ac sy'n gweithredu er mwyn diwallu anghenion sy'n codi yn eu cymuned a chreu cysylltiadau ar sail meysydd diddordeb cyffredin. Mae gweithio gyda hynny fel cryfder, yn hytrach na cheisio creu consensws, yn hanfodol o safbwynt ymarferol. Yn ganolog i waith datblygu cymunedol sy'n seiliedig ar asedau y mae'r rhagdybiaeth bod gan bawb ryw ddawn. Gyda hynny'n egwyddor arweiniol, mae gwaith datblygu cymunedol sy'n seiliedig ar asedau wedi llwyddo i gynnwys y sawl sydd wedi'u labelu mewn rhyw fodd – gan broblem neu ddiagnosis, neu fel 'pobl anodd eu cyrraedd', neu'n syml iawn fel 'defnyddiwr gwasanaeth'.

Cydgynhyrchu

Cydgynhyrchu yw dull seiliedig ar asedau o ddylunio a darparu gwasanaethau cyhoeddus. Hyd yn hyn, nid oes un diffiniad cyffredin ar gael ar ei gyfer, ond mae'r canlynol yn ddisgrifiad defnyddiol.

"Mae cydgynhyrchu yn golygu darparu gwasanaethau cyhoeddus yn rhan o berthynas gyfartal a chytbwys rhwng gweithwyr proffesiynol, pobl sy'n defnyddio gwasanaethau, eu teuluoedd a'u cymdogion. Os caiff gweithgareddau eu cydgynhyrchu fel hyn, mae gwasanaethau a chymdogaethau yn dod yn gyfryngau newid llawer mwy effeithiol." [Cyfieithiad] (Boyle, D. a Harris, M. (2009). *The Challenge of Co-production. Discussion paper. Y Sefydliad Economeg Newydd, NESTA, Llundain t. 11*)

Mae cydgynhyrchu yn syniad eithaf syml – sef, mewn unrhyw berthynas rhwng pobl a'i gilydd, bod cronni gwybodaeth a phrofiad yn creu rhywbeth sy'n fwy na phob un o'r elfennau hynny'n unigol. Caiff adnoddau neu asedau'r defnyddiwr gwasanaeth a'r gweithwyr proffesiynol eu cyfuno i ailddylunio gwasanaethau a'u darparu. Yn ganolog i'r dull hwn y mae cydberthnasau cytbwys sy'n seiliedig ar ymddiriedaeth, parch a chydymddibyniaeth. Ceir gwahanol lefelau o gydgynhyrchu, sy'n amrywio o ofyn am farn pobl neu gynnwys defnyddwyr gwasanaeth yn y gwaith o ddylunio gwasanaethau, i symud y grym yn barhaol o ddarparwyr gwasanaeth i ddinasyddion a'u cymunedau.

Awgrymwyd y dylai mentrau cydgynhyrchu gael eu llywio gan yr egwyddorion canlynol:

- Cydnabod bod pobl yn asedau
- Adeiladu ar allu pobl

- Hybu cydberthnasau cytbwys lle ceir cydymddibyniaeth
- Datblygu rhwydweithiau cymorth gan gymheiriaid
- Dileu rhwystrau rhwng gweithwyr proffesiynol a defnyddwyr
- Hwyluso yn hytrach na darparu

Boyle, D. (2009) *The Challenge of Co-production, Y Sefydliad Economeg Newydd*

Ymgysylltu ystyrion

Mae sawl dull a modd o ymgysylltu â phoblogaeth. Gall gwaith ymgysylltu gynnwys unigolion, grwpiau wedi'u targedu sy'n cynrychioli buddiannau rhan o grŵp daearyddol neu grŵp diddordeb penodol, neu randdeiliaid sefydliadau perthnasol. Fodd bynnag, gall y pwysau cynyddol i gynnwys gwaith ymgysylltu ystyrion ag ystod o randdeiliaid arwain at ymdrechion tocenistaidd neu aneffeithiol sy'n ymarfer gweinyddol yn unig ac nad ydynt o fudd i'r naill ochr na'r llall.

Felly, sut mae sicrhau bod ein gwaith ymgysylltu'n ystyrion a bod canlyniadau cadarnhaol i'r sawl sy'n cymryd rhan yn y broses a'r sawl sy'n ei harwain?

Datblygodd Rowe a Frewer fframwaith a oedd yn nodi tair lefel o gyfranogiad. Y lefel isaf yw cyfnewid gwybodaeth (cyfathrebu) lle caiff gwybodaeth ei rhoi i'r cyhoedd neu'r grŵp o randdeiliaid. Yn y lefel ganol, mae'r cyhoedd yn darparu gwybodaeth i'r sawl sy'n gwneud penderfyniadau ond nid oes unrhyw ryngweithio rhyngddynt. Mae'r lefel uchaf o gyfranogiad go iawn yn digwydd pan fydd 'sgwrsio a thrafod yn trawsnewid barn aelodau'r naill ochr a'r llall' [Cyfieithiad].

(Rowe, G., a Frewer, L. J. (2005). *A Typology of Public Engagement Mechanisms. Science, Technology, & Human Values*, 30(2), 251–290)

Gall rhai camau allweddol helpu i gyflawni hynny:

- Cynnwys y gallu i geisio mewnbwn parhaus cynaliadwy gan y cyhoedd, gan ddefnyddio ystod o opsiynau hyblyg a realistig
- Cytuno ar fanteision ymgysylltu i bawb dan sylw
- Cael eglurder ynghylch ffocws a chanlyniadau'r gwaith ymgysylltu
- Rhoi gwybodaeth i gyfranogwyr am bob agwedd ar y gwaith ymgysylltu ar ddechrau'r broses, a darparu adborth ynghylch sut y mae eu cyfranogiad wedi effeithio ar y canlyniad.

DOLENNI CYSWLLT

Canolbarth a Gorllewin Iachach: Cenedlaethau'r dyfodol yn byw bywydau iach –
Strategaeth Iechyd a Gofal ar gyfer Hywel Dda

<http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/862/tudalen/98253>

Cenedlaethau'r Dyfodol: Yn Byw'n Dda

Fframwaith Iechyd a Llesiant ar gyfer Hywel Dda 2019

<http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/862/Item%205.1%20A%20Health%20and%20Wellbeing%20Framework.pdf>

Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015

<https://futuregenerations.wales/cy/about-us/future-generations-act/>

Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda: Adroddiad Blynyddol

Cyfarwyddwr Iechyd Cyhoeddus 2014/15

<http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/862/Item17iiDirectorofPublicHealthAnnualReport2014-2015%28Cymraeg%29.pdf>

Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant 2014

<https://gofalcymdeithasol.cymru/hyb/deddf-sswb>

Buck, D.; Bayliss, A.; Dougall D., a Robertson, R. (2018).

A Vision for Population Health: towards a healthier future.

<https://www.kingsfund.org.uk/sites/default/files/2018-11/A%20vision%20for%20population%20health%20online%20version.pdf>

Gallwch weld fersiwn o'r adroddiad hwn ar gyfer y we

www.bihyweldda.wales.nhs.uk/AdroddiadIC2019

Cofiwch ei rannu'n eang

Byddwn yn hyrwyddo cynnwys yr adroddiad blynyddol hwn a'n fideos cysylltiedig trwy ein cyfrifon cyfryngau cymdeithasol, dilynwch ar:



@ HywelDdaHealthBoard @bwrddiechydhyweldda



@Hywelddahb @bihyweldda



HywelDdaHealthBoard1

Rydyn ni wrth ein bodd yn clywed eich adborth, defnyddiwch yr hashnod

#HywelDdaAdroddiadIC2019

Gallwch hefyd gysylltu â ni neu ofyn am fersiynau amgen gennym ni ar 01267 239711

neu ysgrifennwch at y Cyfarwyddwr Iechyd Cyhoeddus, Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda, Ystwyth, Hafan Derwen, Parc Dewi Sant, Heol Jobswell, Caerfyrddin, SA31 3BB.