EDRYCH YN ÔL AR 2024

Croeso

Croeso i rifyn Rhagfyr yr e-fwletin, lle byddwn yn edrych yn ôl dros 2024 ac yn arddangos rhai o uchafbwyntiau'r flwyddyn.

Fel y gwelwch, bu'n flwyddyn brysur arall i Rwydwaith Iechyd Cyhoeddus Cymru ac mae llawer ar y gweill gennym ar gyfer 2025. Os hoffech gymryd rhan mewn unrhyw beth rydym ni'n ei wneud, cysylltwch â ni.

Diolch i bawb sydd wedi cyfrannu dros y flwyddyn ddiwethaf a dymunwn Nadolig Llawen a Blwyddyn Newydd Dda i chi i gyd.

Cynnwys

4 **Penawdau**

- Digwyddiadau
- Cadwch y dyddiad!
- E-Fwletin
- Grŵp Cynghori
- Ein Blwyddyn Mewn Rhifedi

10 **Rhifyn Nesaf**

Penawdau

Digwyddiadau

Cynadleddau

Polisïau cynllunio gofodol, iechyd y cyhoedd a'r gwasanaeth iechyd: cyfleoedd i wella iechyd a mynd i'r afael ag anghydraddoldebau

8 Chwefror 2024

Cynhaliodd Uned Gymorth Asesu'r Effaith ar Iechyd Cymru (WHIASU), Iechyd Cyhoeddus Cymru (ICC) ei ddigwyddiad blynyddol a gefnogwyd gan Rwydwaith Iechyd Cyhoeddus Cymru i ddod â gweithwyr proffesiynol sy'n gweithio ym maes iechyd a chynllunio gofodol, neu sydd â diddordeb.

Roedd y digwyddiad hwn yn canolbwyntio ar newidiadau yn yr agenda polisi cynllunio, cyfranogiad gwasanaethau iechyd y cyhoedd a gofal iechyd wrth ddylanwadu ar y defnydd o arian Adran 106, polisïau sy'n hwyluso amgylcheddau bwyd iach a diweddariad o Reoliadau Asesu'r Effaith ar Iechyd (HIA) Llywodraeth Cymru. Cyflwynir prosiectau ac astudiaethau achos perthnasol.

Gweminarau

18 Ionawr 2024 - Deall a mynd i'r afael â'r effaith a gaiff defnyddio e-sigaréts gan blant a phobl ifanc yng Nghymru i iechyd cyhoeddus

25 Ionawr 2024 - Dosbarth Meistr Gwerth Cymdeithasol: Mesur gwerth iechyd cyhoeddus

31 Ionawr 2024 - Gofal Sylfaenol Gwyrddach: sut gall gofal sylfaenol a gofal yn y gymuned barhau â'r daith tuag at gynaliadwyedd amgylcheddol a sero net?

29 Chwefror 2024 - Dull mapio systemau cyfranogol ar gyfer archwilio cyflawniad addysgol yng Nghymru – myfyrdod ar theori ac ymarfer

7 Mawrth 2024 - Blociau adeiladu ar gyfer tegwch rhywedd: Strategaethau ar gyfer dyfodol ffyniannus i fenywod yng Nghymru

9 Mai 2024 - Dod yn rhanbarth Marmot: rhannu dysgu

6 Mehefin 2024 - Effeithiau Newid Hinsawdd ar Iechyd yng Nghymru: Archwilio'r sylfaen dystiolaeth a nodi blaenoriaethau ar gyfer y dyfodol

13 Mehefin 2024 - Y tu hwnt i'r presennol: Sut i gymhwyso meddwl hirdymor i leihau anghydraddoldebau iechyd yn y dyfodol

19 Mehefin 2024 - Cynhwysiant Iechyd: Pam mae'n bwysig?

10 Gorffennaf 2024 - Llesiant yn y Gwaith: Cefnogi Iechyd a Llesiant yn y Gwaith

5 Medi 2024 - Datblygu Gwyliadwriaeth Hinsawdd ar gyfer Cymru: O Ddata i Weithredu

11 Medi 2024 - Gadael neb ar ôl – Dyfodol cysylltiadau cymdeithasol a chymunedau yng Nghymru

10 Hydref 2024 - Deddf Gofal Gwrthgyfartal yng Nghymru: Ffordd Ymlaen

17 Hydref 2024 - Cyflwyniad i egwyddorion ymddygiad, newid ymddygiad a gwyddor ymddygiad cymhwysol

6 Tachwedd 2024 - Hapus: Sgwrs Genedlaethol ar Lesiant Meddyliol

14 Tachwedd 2024 - Uned Gymorth Asesu'r Effaith ar Iechyd Cymru yn dathlu 20 mlynedd

20 Tachwedd 2024 - Fforwm Iechyd y Cyhoedd Rhyngwladol Iechyd Cyhoeddus Cymru

28 Tachwedd 2024 - Cefnogi rheoli pwysau ôl-enedigol

Cadwch y dyddiad!

Cadwch y dyddiad ar gyfer cynhadledd ddifyr ar thema Iechyd Meddwl a Llesiant Babanod, Plant a Phobl Ifanc. Bydd yr agenda yn cyd-fynd ag amcanion ein Rhwydwaith Iechyd Cyhoeddus Cymru (PHNC) o rannu gwybodaeth, hwyluso datblygiad datrysiadau a dulliau a chysylltu aelodau. Byddwn yn anfon y gwahoddiad i gofrestru a'r agenda yn y Flwyddyn Newydd.

20 Chwefror 2025 – Mercure Gwesty Holland House Caerdydd

26 Mawrth 2025 - Canolfan Fusnes Conwy

E-Fwletin

Diolch i bawb sydd wedi cyfrannu at yr e-fwletin eleni.

Prifysgol Aberystwyth
Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan
Prifysgol Bangor
Uned Gwyddor Ymddygiad – Iechyd Cyhoeddus Cymru
Prifysgol Dinas Birmingham
Cyngor Dinas Bryste
Glandŵr Cymru
Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro
Prifysgol Metropolitan Caerdydd
Prifysgol Caerdydd
Sefydliad Cydweithredol dros Ymchwil Addysg, Tystoliaeth ac Effaith
Gronfa Gymunedol
Cysylltu Plant Ifanc ac Oedolion (CYCA)
Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg
Cynon Valley Organic Adventures
Deafblind UK
Iechyd a Gofal Digidol Cymru (IGDC)
Envoy Partnership
Triniaeth Deg I Fenywod Cymru (FTWW)
Fast Track Cymru – Caerdydd a'r Fro
GISDA
Iechyd Gwyrdd Cymru
Arfer Gwyrddach Cymru
GWE – Tuag at Ragoriaeth
Ymgynghoriaeth Gwynedd
Uned Datblygu Ymchwil Ecwiti Iechyd, Ardal Iechyd Lleol Sydney, Awstralia

Is-adran Gwella Iechyd – Iechyd Cyhoeddus Cymru
Tîm Amgylcheddol Diogelu Iechyd – Iechyd Cyhoeddus Cymru
Hwb Iechyd a Chynaliadwyedd – Iechyd Cyhoeddus Cymru
Amgylcheddau Iach – Iechyd Cyhoeddus yr Alban
Cymru Iach ar Waith – Iechyd Cyhoeddus Cymru
Gwelliant Cymru
Cyfarwyddiaeth Wybodaeth
Prifysgol Maastricht
Cymorth Canser Macmillan
Sefydliad Cenedlaethol ar gyfer Ymchwil Gofal ac Iechyd
Cyfoeth Naturiol Cymru
Mind Casnewydd
Y Gweithrediaeth GIG Cymru
Tîm dadansoddol yr arsyllfa – Iechyd Cyhoeddus Cymru
Chwarae Cymru
Polisi ac Iechyd Rhyngwladol, Canolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant – Iechyd Cyhoeddus Cymru
Yr Is-adran Gofal Sylfaenol – Iechyd Cyhoeddus Cymru
Tîm Dieteteg Iechyd y Cyhoedd – Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr
Ymchwil a Gwerthuso – Iechyd Cyhoeddus Cymru
Coleg Brenhinol Meddygon Teulu
Coleg Brenhinol y Seiciatryddion
Iechyd a Gofal Gwledig Cymru
Gofal Cymdeithasol Cymru
Stori
Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe
Prifysgol Abertawe
Ysgol Meddygaeth Prifysgol Abertawe
Credydau Amser Tempo
The Cookalong Clwb
Ymddiriedolaeth Fathom
Prifysgol Lerpwl
Prifysgol De Cymru Newydd, Sydney, Awstralia
Prifysgol De Cymru
Prifysgol Gorllewin Awstralia
Rhaglen Afiechydon Ataliadwy trwy Frechu (RAAF) – Iechyd Cyhoeddus Cymru
Uned Gymorth Asesu Effaith ar Iechyd Cymru – Iechyd Cyhoeddus Cymru
Prifysgol Warwick
Llywodraeth Cymru
Llwyfan Datrysiadau Ecwiti Iechyd Cymru – Iechyd Cyhoeddus Cymru
Uned Penderfynyddion Iechyd Ehangach – Iechyd Cyhoeddus Cymru

Grŵp Cynghori

Mae gan Rwydwaith Iechyd Cyhoeddus Cymru Grŵp Cynghori sy'n cyfarfod bob tri mis, gyda'r nod o ddefnyddio gwybodaeth a phrofiad cyfunol i gynorthwyo'r Rhwydwaith i ddatblygu a chyflawni ei amcanion, a'u monitro. Dyma rai o'r pethau mae'r Grŵp Cynghori yn eu gwneud:
Cynghori ar flaenoriaethau cyffredin a'r meysydd i'r Rhwydwaith weithredu arnynt
Cynghori ar y meini prawf ar gyfer monitro a gwerthuso llwyddiant, a chytuno arnynt
Cynghori ar ddatblygiad a chyfeiriad y Rhwydwaith yn y dyfodol a'u llywio
Cynghori ar aelodaeth ymroddedig o'r rhwydwaith, a sicrhau hynny
Hyrwyddo a bod yn llysgenhadon ar ran gwaith y Rhwydwaith

Un o'n haelodau yw Rachel Lewis sy'n Brif Ymarferydd Iechyd y Cyhoedd yn Is-adran Gofal Sylfaenol, Iechyd Cyhoeddus Cymru. Dyma ragor o wybodaeth am Rachel a pham roedd hi eisiau ymuno â'r Grŵp Cynghori.

Mae gen i dros 25 mlynedd o brofiad ym maes iechyd y cyhoedd yn gweithio ar draws Cymru a Lloegr. Yn ystod y cyfnod hwn mae fy rolau wedi rhoi profiadau i mi ar draws cwrs bywyd o'r cyfnod cyn cenhedlu a'r blynyddoedd cynnar i atal codymau ac eiddilwch. Yn ogystal â hyn, rwyf wedi gweithio ar draws pob un o dri philer iechyd y cyhoedd: gwella iechyd, diogelu iechyd, a gofal iechyd, iechyd y cyhoedd; gan ddatblygu prosiectau â ffocws a rhaglenni gwaith newid ar raddfa fawr.

Ymunais â Rhwydwaith Iechyd Cyhoeddus Cymru (PHNC) pan oeddwn yn Brif Ymarferydd Iechyd y Cyhoedd (PPHP) yn Nhîm Iechyd y Cyhoedd Prifysgol Betsi Cadwaladr. Roeddwn yn angerddol am y rôl y mae timau iechyd y cyhoedd lleol yn ei chwarae yn y system iechyd y cyhoedd ehangach ac roeddwn i eisiau sicrhau bod eu lleisiau'n cael eu clywed.

Rwyf bellach yn PPHP yn Is-adran Gofal Sylfaenol Iechyd Cyhoeddus Cymru. Mae gen i rôl sy'n canolbwyntio'n bennaf ar atal clefyd cardiofasgwlaidd. Mae'r gwaith hwn wedi'i angori o fewn gofal sylfaenol - yn gweithio i ymgorffori systemau ac arferion sy'n gwella ac yn ymgorffori ataliad eilaidd ffactorau risg CVD, megis ffibriliad atrïaidd, pwysedd gwaed uchel, colesterol, a diabetes.

Mae'r PHNC yn cynnig cyfle i gydweithwyr ddod at ei gilydd o bob rhan o'r system iechyd y cyhoedd, i rannu'r hyn a ddysgwyd ac arferion gorau o'r amrywiaeth o ddulliau a ddefnyddir i hybu iechyd ac atal salwch. Mae Cymru'n ffodus i gael rhwydwaith sefydledig a all hwyluso hyn a chefnogi'r gwaith o feithrin capasiti ar gyfer pawb sydd ag iechyd y cyhoedd yn elfen allweddol o'u rôl; o staff clinigol i dimau sy'n ymwneud â gwella penderfynyddion ehangach iechyd, a'r holl bobl sy'n cefnogi'r gwaith hwn. Fel Aelod o'r Bwrdd Cynghori, rwy'n gobeithio cefnogi (a herio) tîm y PHNC i barhau i ddarparu'r ymagwedd ragorol at ddysgu, rhannu gwybodaeth, a rhwydweithio y maent yn ei wneud yn dda iawn, gan ein galluogi ni i gyd i ddatblygu a gwella ein hymagwedd yn barhaus.

Ein Blwyddyn Mewn Rhifedi

36,000+ defnyddwyr y wefan

97,000+ ymweliaddau gwefan

1 Cynadleddau

5,000+ golygfeydd YouTube

18 Gweminarau, 1,100+ mynychwyr

12 E-fwletinau, 2,400+ golygfeydd

500+ aelodau newydd

Rhifyn Nesaf
CEFNOGI RHEOLI PWYSAU ÔL-ENEDIGOL

Mae cefnogi rheoli pwysau ôl-enedigol yn faes pwysig ac mae llawer o gyfleoedd i gefnogi menywod a theuluoedd yn y cyfnod hwn o fywyd. Gan fod llesiant mamau yn hanfodol i iechyd teuluoedd, nod yr alwad hon yw tynnu sylw at strategaethau effeithiol, dulliau sy'n seiliedig ar dystiolaeth, a datrysiadau arloesol sy'n hyrwyddo rheoli pwysau iach a chynaliadwy ar ôl cael plentyn.

Ar gyfer ein e-fwletin sydd ar ddod, rydym yn gwahodd cyfraniadau gan brosiectau a mentrau sy'n canolbwyntio ar wella cefnogaeth rheoli pwysau ôl-enedigol mewn cymunedau ledled Cymru. Gall y rhain fod yn fentrau, polisïau neu'n rhaglenni cenedlaethol, rhanbarthol neu leol.

Bydd ein ffurflen cyflwyno erthygl yn rhoi rhagor o wybodaeth i chi am nifer y geiriau, cynllun eich erthygl ac arweiniad o ran delweddau.

Anfonwch erthyglau i publichealth.network@wales.nhs.uk erbyn 16 Ionawr 2025.

Contribute