

# Gwella Gyda'n Gilydd Crynodeb o'r Achos dros Newid



Helpwch ni i lunio dyfodol gwasanaethau gofal iechyd diogel ac o ansawdd i bobl Powys.

Mae eich barn yn bwysig i ni.

Ymunwch â'r sgwrs a rhannwch eich sylwadau ar y crynodeb o "Achos dros Newid" hwn erbyn 25 Mai 2025.

Fersiwn 1.1, cyhoeddwyd ar 7 Mai 2025



## Gwella Gyda'n Gilydd

Llunio dyfodol gwasanaethau iechyd diogel, o ansawdd uchel i Bowys



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Bwrdd Iechyd  
Addysgu Powys  
Powys Teaching  
Health Board

## Better Together

Shaping the future of safe, quality health services for Powys

# Gwella Gyda'n Gilydd

Crynodeb  
o'r Achos  
dros Newid



**Mae'r ddogfen hon yn rhoi crynodeb byr o'r cyfleoedd a'r heriau ar gyfer gwasanaethau iechyd ym Mhowys. Mae gwybodaeth fanylach ar gael hefyd. Edrychwch ar dudalen 12 i ddarganfod mwy. Rydym yn croesawu eich adborth erbyn 25 Mai 2025. Mae hon yn rhan o sgwrs barhaus gyda chi i lunio dyfodol gwasanaethau iechyd diogel ac o ansawdd i Bowys.**

Rydym wedi profi llawer o newidiadau mawr yn ystod y blynyddoedd diwethaf, gan gynnwys pandemig COVID-19, galw cynyddol am driniaethau, mwy o bobl yn byw'n hirach gyda chyflyrau iechyd lluosog, rhestrau aros cynyddol, a chynnydd mawr yng nghost tanwydd, bwyd a biliau eraill. Gyda'i gilydd, mae'r newidiadau hyn hefyd yn golygu bod ein gwasanaethau iechyd presennol yn costio mwy nag y gallwn ei fforddio. Mae angen i ni gymryd camau i fynd i'r afael â hyn.

Wrth i'n poblogaeth a'n cymdeithas newid, mae angen i'n gwasanaethau iechyd newid hefyd.

Mae angen eich help arnom i ddod o hyd i ffyrdd o barhau i ddarparu'r gwasanaethau o safon sydd eu hangen arnoch, yn y ffordd rydych chi eu heisiau, i'r dyfodol. Mae angen eich help arnom hefyd i ymateb i'r heriau y mae'r GIG yn eu hwynebu. Mae'r rhain yn cynnwys:

- Gosod cynllun clir i ddiwallu anghenion ein cymunedau orau dros y 10 i 25 mlynedd nesaf, a helpu pobl i gadw'n iach.
- Gwneud yn siŵr ein bod yn canolbwyntio ar anghenion y dyfodol, nid etifeddiaeth y gorffennol

- Ymateb i newidiadau mewn salwch a thriniaethau, yn ogystal â buddsoddi mwy mewn atal salwch.
- Sicrhau ansawdd gofal, profiad a chanlyniadau gorau i gleifion.
- Adeiladu gweithlu cynaliadwy a lleihau ein hangen am staff asiantaeth ddrud.
- Gwella ein hadeiladau a'n cyfleusterau fel y gallant gefnogi ein hanghenion yn y dyfodol.
- Cwrdd â'n dyletswyddau a'n cyfrifoldebau cyfreithiol, gan gynnwys ein Dyletswydd Ansawdd, sydd wedi'i grynhoi yn y ddelwedd isod. Rhaid i'n penderfyniadau gael eu llywio gan: Diogelwch, Prydlondeb, Effeithiolrwydd, Effeithlonrwydd, Tegwch a rhoi'r Person yng Nghanol eu Gofal.
- Datblygu opsiynau yn y dyfodol y gall Cymru eu fforddio.
- Adeiladu ar ddysgu a doniau'r bobl hyn ym Mhowys.

Byddwn yn gwneud hyn trwy raglen o'r enw Gwella Gyda'n Gilydd. Gwella Gyda'n Gilydd yw ein haddewid gweithio gyda'n gilydd i adolygu sut a ble rydym yn darparu gwasanaethau, er mwyn sicrhau diogelwch, i wella ansawdd, ac i wneud y defnydd gorau y gallwn o adnoddau. Rydym am siarad â chleifion a defnyddwyr gwasanaeth, pobl a chymunedau, staff iechyd a gofal, a'n sefydliadau partner.



... yn parhau ar y dudalen nesaf



Mae gennym rai sylfeini ardderchog i adeiladu arnynt. Rydym yn falch o'n sefydliad a'r bobl fedrus ac ymroddedig sy'n gwneud iddo weithio. Mae gennym hefyd weledigaeth gymhellol ar gyfer y dyfodol. Mae hyn wedi'i nodi yn y Strategaeth Iechyd a Gofal ar gyfer Powys. Cyfrannodd miloedd o bobl ledled Powys at y Strategaeth hon yn 2015 a 2016.

Bydd Gwella Gyda'n Gilydd yn ein helpu i gyflawni'r Strategaeth drwy weithio gyda'n gilydd i lunio dyfodol gwasanaethau iechyd diogel ac o ansawdd i Bowys.

Y ddogfen hon yw rhan gyntaf y daith hon. Mae'n gofyn am eich barn a'ch profiadau fel bod gennym ddealltwriaeth a rennir o'r problemau y mae angen i ni eu datrys. Mae hefyd yn anelu at esbonio pam nad yw "dim newid" yn opsiwn.

Yn ystod mis Mai 2025, rydym yn awyddus i glywed eich barn:

- Beth sy'n dda am wasanaethau iechyd ym Mhowys (cryfderau)?
- Beth sy'n wael neu ddim yn gweithio mor dda (gwendidau)?
- Pa syniadau a allai fod gennych a allai ein helpu i wella (cyfleoedd)?
- Beth allai fod yn rhwystr a'n hatal rhag gwneud y gwelliannau sydd eu hangen arnom (bygythiadau)?
- Beth sydd angen ei newid?

Ar ôl y cyfnod hwn o ymgysylltu â'r "Achos dros Newid", byddwn yn gweithio gyda chi i adolygu'r gwasanaethau rydyn ni'n eu darparu a'u comisiynu. Ein nod yw canolbwyntio ar wahanol wasanaethau yn eu tro. Yn seiliedig ar yr adborth a gawsom gan staff iechyd a gofal, rydym yn disgwyl canolbwyntio ar wasanaethau cymunedol a gwasanaethau iechyd meddwl oedolion yn ystod 2025.

Rhannwch eich barn os gwelwch yn dda. Rydym yn gwranddo ac am ddeall beth sy'n bwysig i chi.

Gallwch ddod o hyd i ragor o wybodaeth am Wella Gyda'n Gilydd ar ein gwefan yn **[www.dweudeichdweudpowys.cymru/gwella-gydan-gilydd-gwanwyn25](http://www.dweudeichdweudpowys.cymru/gwella-gydan-gilydd-gwanwyn25)**

Gallwch hefyd wneud y canlynol:

- Darllen y ddogfen "Achos dros Newid" hirach a mwy manwl
- Gwylio ein fideo Gwella Gyda'n Gilydd
- Rhannu eich barn trwy ein harolwg ar-lein
- Ysgrifennu atom: Gwella Gyda'n Gilydd, Bwrdd Iechyd Addysgu Powys, Tŷ Glasbury, Ysbyty Bronllys, Bronllys, Powys LD3 0LY
- E-bostio ni: [powys.engagement@wales.nhs.uk](mailto:powys.engagement@wales.nhs.uk)
- Ffoniwch ein rhif ffôn ateb ymgysylltu ar 01874 442917

Gyda'n gilydd byddwn yn adeiladu gweledigaeth ar gyfer gwasanaethau iechyd diogel, o ansawdd y gallwn ni i gyd fod yn falch ohonynt.



# Cyfleoedd a Chryfderau

Crynodeb  
o'r Achos  
dros Newid



**Mae Gwella Gyda'n Gilydd yn ymwneud ag adeiladu ar y cryfderau sydd gennym ym Mhowys, mynd i'r afael â gwendidau, dod o hyd i gyfleoedd i wella, ac ymateb i heriau.**

Rydym eisoes yn gryf mewn rhai meysydd pwysig, ac rydym am fanteisio ar bob cyfle i wella sut rydym yn darparu gwasanaethau iechyd diogel, o ansawdd ar gyfer y dyfodol. Dyma rai enghreifftiau y mae staff a chleifion wedi'u rhannu gyda ni.

Mae gennym **weithlu** ymroddedig a gofalgar, ac mae llawer ohonynt yn byw mewn **cymunedau** ffyniannus, balch a chymdogol ym Mhowys.

Mae model **gofal sylfaenol a chymunedol** ym Mhowys yn un o'r rhai mwyaf datblygedig yn y wlad. Dyma'r gofal a ddarperir i chi gan eich meddyg teulu lleol, nyrs gymunedol, deintydd, fferylllydd, optometrydd a thimau iechyd meddwl cymunedol a gweithwyr proffesiynol iechyd cysylltiedig yn lleol mewn cymunedau ledled y sir. Mae'r gwasanaethau hyn yn gryfach yma ym Mhowys nag mewn llawer o rannau eraill o'r wlad ond rydym yn cydnabod bod y gwasanaethau hyn yn wynebu heriau hefyd, megis mynediad at ddeintyddiaeth.

Mae gennym berthynas dda gyda'n **Byrddau ac Ymddiriedolaethau Iechyd cyfagos**. Mae hyn yn cynnwys rhwydwaith ysbytai cyffredinol dosbarth o amgylch ein ffiniau. Rydym yn prynu gwasanaethau ganddynt na allwn eu darparu ein hunain yma ym Mhowys. Mae hyn yn cynnwys gwasanaethau ysbyty aciwt ac arbenigol na ellir eu darparu'n ddiogel ym Mhowys oherwydd ein poblogaeth fach a gwasgaredig

Rydym yn defnyddio **technolegau digidol** newydd, fel y gall mwy o gleifion gael mynediad at fwy o wasanaethau gartref neu yn agos at gartref. Wrth wneud hyn rydym yn cydnabod na fydd rhai gwasanaethau digidol yn addas i bawb.

Rydym yn byw ac yn gweithio mewn sir sy'n cael ei chefnogi gan waith anhygoel **gwirfoddolwyr, sefydliadau cymunedol, a gofalwyr di-dâl**.

Mae gwella iechyd ein poblogaeth yn rhan bwysig iawn o'n gwasanaethau iechyd a gofal. Rydym yn darparu cefnogaeth dda i helpu pobl **gwella'u ffordd o fyw** – gan gynnwys gwasanaethau fel Helpa Fi i Stopio, rhagnodi cymdeithasol i hyrwyddo ffyrdd o fyw egniol, a bwyta'n iach.

Mae ein **brechiadau ataliol** ar gyfer ffliw a chlefydau tymhorol eraill yn helpu i ddiogelu iechyd. Mae ein **rhaglenni sgrinio** hefyd yn hanfodol i adnabod arwyddion cynnar o glefyd.

Mae ein gwaith i reoli ac integreiddio'r gwasanaethau rydyn ni'n eu prynu i'n cleifion yn helpu i ddarparu **gofal parhaus**, pa bynnag sefydliad iechyd neu ofal cymdeithasol sy'n darparu'r gwasanaeth hwnnw.

Ydych chi'n cytuno? Pa gyfleoedd a chryfderau eraill ydych chi'n eu gweld mewn gwasanaethau iechyd i bobl Powys?



**Yn ogystal ag adeiladu ar ein cryfderau, mae angen i ni ymateb i'r heriau rydyn ni'n eu hwynebu. Dyma rai enghreifftiau a rennir gyda ni gan staff a chleifion:**

## **Ansawdd a Deilliannau Cleifion**

Pan fydd person yn aros yn llonydd am amser hir, gall eu cyhyrau a'u cryfder cyffredinol wanhau oherwydd nad ydynt wedi bod yn symud o gwmpas llawer. Mae hyn yn aml yn digwydd pan fydd rhywun yn aros yn y gwely am amser hir, fel yn ystod arhosiad yn yr ysbyty. Gall ei gwneud hi'n anoddach iddynt gerdded, sefyll, neu wneud gweithgareddau bob dydd. Mae hyn yn her i'r bwrdd iechyd, gan fod gennym yn aml gleifion hŷn sy'n feddygol addas i fynd adref ond nad ydynt yn gallu cael mynediad at y gofal a'r gefnogaeth gywir i barhau â'u hadferiad yn eu cartrefi eu hunain. Mae hyn yn golygu y bydd llawer yn aros yn yr ysbyty nes y gellir dod o hyd i'r gofal cywir ar eu cyfer. Mae tystiolaeth yn dangos y gall 10 diwrnod yn yr ysbyty arwain at gyfwerth â gwerth 10 mlynedd o heneiddio yng nghyhyrau pobl dros 80 oed.

Mae ein poblogaeth wedi'i gwasgaru ar draws sir fawr iawn, sy'n gallu ei gwneud hi'n anodd darparu gwasanaethau lleol o ansawdd uchel cyson. Fel bwrdd iechyd bach, rydym yn dibynnu ar nifer cyfyngedig o staff sydd wedi'u hyfforddi'n arbennig. Ar hyn o bryd, mae un o bob saith o'n rolau yn wag. Mae hyn yn gwneud darparu gwasanaethau a lleihau amseroedd aros hyd yn oed yn anoddach.

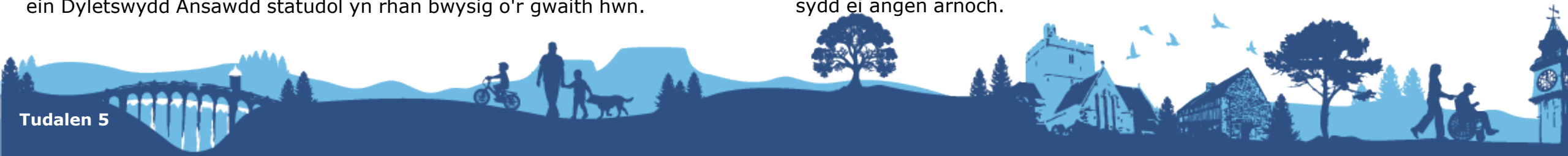
Aeth ein hamseroedd aros yn hirach yn ystod pandemig COVID-19. Rhaid i ni ddod o hyd i ffyrdd o ddarparu'r atebion gofal a thriniaeth cywir mewn ffordd ddiogel, gynaliadwy ac sy'n cyfyngu ar y niwed a achosir gan aros hirach. Mae ein Dyletswydd Ansawdd statudol yn rhan bwysig o'r gwaith hwn.

## **Ein Hadeiladau a'n Cyfleusterau**

Mae llawer o'n hadeiladau yn hŷn na'r GIG ei hun! Adeiladwyd dros draean (36%) o'n hadeiladau cyn 1948. Mae hyn yn llawer uwch na chyfartaledd Cymru (12%). Wrth i ni ddatblygu ein cynlluniau, mae angen i ni ddod o hyd i'r ffordd orau o ddefnyddio a gwella ein hadeiladau mewn ffyrdd sy'n fforddiadwy.

Un cwestiwn sy'n cael ei ofyn yn aml yw pam nad oes Ysbyty Cyffredinol Dosbarth ym Mhowys. Mae ein poblogaeth fach a natur fawr a gwledig y sir yn golygu nad yw'n ddiogel nac yn ymarferol darparu Ysbyty Cyffredinol Dosbarth ym Mhowys. Mae angen i ysbytai mawr o'r fath wasanaethu poblogaethau mawr fel y gallant ddod â'r sgiliau a'r gwasanaethau cywir at ei gilydd i'ch trin mewn argyfwng. Byddai llawer o arbenigwyr yn dweud y dylai Ysbyty Cyffredinol Dosbarth wasanaethu poblogaeth o leiaf dair gwaith maint Powys. Mae ein daearyddiaeth hefyd yn her. Hyd yn oed pe gellid darparu'r fath ysbyty mewn lleoliad canolog ym Mhowys, bydd y rhan fwyaf o bobl yng ngogledd a de Powys yn dal i fod yn agosach at Ysbyty Cyffredinol Dosbarth mewn mannau eraill.

Felly, rydym yn prynu llawer o'r gwasanaethau ysbyty arbenigol hyn i drigolion Powys gan fyrrdau iechyd cyfagos yng Nghymru ac Ymddiriedolaethau GIG cyfagos yn Lloegr. Gelwir y broses hon yn "gomisiynu". Mae gennym berthynas gref gyda'n cymdogion i ddarparu'r gofal sydd ei angen arnoch.



## Ein Gweithlu

Rydym yn falch iawn o'n gweithlu angerddol ac ymroddedig, sy'n gweithio'n galed i ddarparu safonau uchel o ofal ym Mhowys. Ond mae prinder gweithlu cenedlaethol a rhyngwladol mewn rhai proffesiynau, sy'n effeithio arnom yma ym Mhowys hefyd.

Mae Powys yn lle hardd i fyw a gweithio ynddo, ond gall ein natur anghysbell hefyd ei gwneud hi'n anodd denu cymaint o staff newydd ag sydd ei angen arnom. Gall gwasanaethu poblogaeth fach mewn ardal wledig fawr iawn fod yn anodd, ac nid yw'r ffordd o fyw yn apelio at bawb.

Mae'r heriau hyn yn golygu bod yn rhaid i ni ddefnyddio staff asiantaeth ddrud i gynnal ein gwasanaethau pwysicaf. Mae'r swm rydyn ni'n ei wario ar asiantaeth yn llawer uwch na'r cyfartaledd ar gyfer y GIG yng Nghymru. O bob £100 rydyn ni'n ei wario ar gyflogau, mae bron i £10 yn cael ei wario yn talu am staff asiantaeth. Mae hyn yn cymharu â chyfartaledd GIG Cymru o bron i £3.

Mae poblogaeth Powys yn hŷn na chyfartaledd y DU, gydag ymhell dros chwarter trigolion Powys dros 65 oed. Mae hyn hefyd yn cael ei adlewyrchu yn ein gweithlu ein hunain. Mae ychydig o dan hanner ein gweithlu yn 50 oed a hŷn. Mae amcangyfrifon swyddogol o'r boblogaeth yn dangos y bydd gan Bowys erbyn 2043 6,512 yn llai o bobl o oedran gweithio nag yn 2024. Bydd hyn yn effeithio ar ein gallu i recriwtio gweithwyr y GIG o fewn ein cymunedau lleol.

Wrth i'n poblogaeth barhau i heneiddio, mae hefyd yn mynd yn anoddach denu pobl iau o'r sir i rolau gofal iechyd. Mae llawer o'n pobl ifanc yn dewis gadael Powys i chwilio am gyfleoedd mewn mannau eraill. Rydym yn gweithio'n galed i ddarparu cyfleoedd hyfforddiant a datblygu lleol, ond ni all hyn gyflawni popeth sydd ei angen arnom. Er enghraifft, mae ein Rhaglen Nyrsys Uchelgeisiol yn cefnogi pobl i fyw, derbyn hyfforddiant a gweithio yn y sir. Rydym hefyd wedi cael rhywfaint o lwyddiant wrth ddenu nyrsys rhyngwladol, sydd wedi gwneud Powys yn gartref iddynt ac wedi helpu i gryfhau ein gwasanaethau.

## Digidol

Rydym wedi gwneud cynnydd da ar ddarparu gwasanaethau digidol yn ystod y blynyddoedd diwethaf. Fodd bynnag, nid oes gan rannau o Bowys fynediad at y band eang da na data symudol sydd ei angen i gefnogi technolegau digidol. Mae cael poblogaeth hŷn hefyd yn tueddu i fod yn gysylltiedig â lefelau is o fynediad digidol a hyder digidol. Gall ein poblogaeth wledig fach a daearyddiaeth hefyd ei gwneud hi'n anodd cyrraedd pawb a gostwng costau.

Gall hefyd fod heriau gyda rhannu cofnodion cleifion gydag ysbytai rhwng gwahanol rannau o'r GIG (gwasanaethau a ddarperir yn uniongyrchol gan Fwrdd Iechyd Addysgu Powys, o'i gymharu â gwasanaethau'r GIG y tu allan i Bowys, a gwasanaethau meddygon teulu). Mae cleifion yn dweud wrthym am eu rhwystredigaeth gyda hyn.



## Cyllid a Chomisiynu

Mae Powys, fel llawer o rannau eraill o'r GIG, yn wynebu pwysau ariannol mawr. Mae cydbwysu costau cynyddol yn erbyn anghenion cleifion a'r galw am wasanaethau o fewn ein hadnoddau sydd ar gael yn her allweddol i ni ar hyn o bryd.

Rydym yn derbyn cyllid o dros £400 miliwn y flwyddyn – hynny yw tua thair mil o bunnoedd y pen. Bydd rhai pobl yn defnyddio ychydig iawn o wasanaethau bob blwyddyn. Mae gan eraill anghenion cymhleth iawn sy'n gofyn am becynnau gofal drud iawn. Efallai y byddant yn profi anafiadau sy'n newid bywydau sydd angen llawer o wahanol fathau o lawdriniaeth a gofal parhaus. Neu efallai bod ganddynt salwch difrifol sy'n gofyn am gyffuriau a thriniaeth ddrud.

Ar hyn o bryd, mae'r gwasanaethau iechyd rydyn ni'n eu darparu a'u comisiynu ar gyfer trigolion Powys yn costio mwy na'n cyllid. Mewn gwirionedd, am bob £100 rydyn ni'n ei wario, rydym yn gorwario £3 (rydym yn disgwyl gorffen 2024/25 gyda diffyg o tua £16m). Mae hynny er gwaethaf cynlluniau ar gyfer gwneud arbedion sylweddol (tua £5 ym mhob £100). Mae'r rhain yn cynnwys lleihau costau swyddfa gefn, ac arian sy'n cael ei wario ar staff asiantaeth ddrud.

Mae ein cynlluniau ar gyfer 2025/26 hefyd yn cynnwys y bwriad i gomisiynu gofal wedi'i gynllunio gan ysbytai yn Lloegr, yn seiliedig ar dargedau amseroedd aros GIG Cymru. Nid yw hwn yn benderfyniad yr ydym wedi'i wneud yn ysgafn, ac mae'n adlewyrchu'r ffordd yr ydym yn cael ein hariannu. Rhaid i ni weithredu i fyw o fewn ein gallu, neu byddwn yn adeiladu mwy o anawsterau ariannol ar gyfer y dyfodol. Rydym yn cynllunio i'r trefniadau hyn ddechrau ym mis Gorffennaf a byddwn yn rhannu mwy o fanylion ym mis Mehefin.

## Y Camau Nesaf

Gyda'i gilydd, mae'r heriau hyn yn golygu nad yw "dim newid" yn opsiwn. Rhaid i ni weithio gyda'n gilydd i gynllunio ar gyfer GIG yn seiliedig ar anghenion y dyfodol.

Mae'n rhaid i ni hefyd gynllunio'r ffordd orau yr ydym yn ymateb i lefelau cynyddol o salwch, addasu i gael llai o bobl o oedran gweithio yn y sir, ac addasu adeiladau sydd wedi'u cynllunio ar gyfer modelau gofal sydd wedi dyddio.

Byddwn yn adolygu pob un o'n meysydd gwasanaeth yn eu tro, ac yn seiliedig ar adborth gan weithwyr gofal iechyd proffesiynol y sir rydym yn bwriadu canolbwyntio ar y meysydd hyn yn gyntaf:

- gwasanaethau cymunedol a gwasanaethau iechyd meddwl oedolion yn 2025,
- gofal wedi'i gynllunio a diagnosteg yn 2026, a
- gwasanaethau menywod a phlant yn 2027.

Ochr yn ochr â'r crynodeb hwn rydym wedi cyhoeddi "Achos dros Newid". Yn y ddogfen honno gallwch ddarganfod mwy am y cyfleoedd a'r heriau ar gyfer y gwasanaethau gwahanol hyn.

Gallwch hefyd ddod o hyd i wybodaeth gryno am wasanaethau cymunedol a gwasanaethau iechyd meddwl oedolion ar dudalennau 10 ac 11.



## Gallwn ni i gyd chwarae rhan mewn gwella iechyd Powys a lleihau anghydraddoldebau.

Mae Powys yn sir wledig a phoblogaeth brin. Mewn gwirionedd, dim ond 26 o bobl y cilomedr sgwâr sydd yna, o'i gymharu â dros 2600 o bobl fesul cilomedr sgwâr yng Nghaerdydd. Mae hyn yn golygu bod llawer o drigolion yn elwa o fynediad i fannau awyr agored. Ond gall teithio i wasanaethau fod yn fwy heriol mewn ardaloedd gwledig nag mewn ardaloedd adeiledig. Mae hyn yn arbennig o wir am wasanaethau mwy arbenigol y mae angen eu darparu y tu allan i Bowys.

Mae bron i 134,000 o bobl yn byw yn y sir, ac mae'r disgwyliad oes ymhlith yr uchaf yng Nghymru. Mae nifer y bobl hŷn yn cynyddu, ac mae hyn hefyd yn golygu bod yr anghenion a'r galw am wasanaethau iechyd yn cynyddu. Ond mae cyfran y bobl o oedran gweithio yn gostwng.

Mae yna gyfleoedd i bob un ohonom weithio gyda'n gilydd i wella iechyd ac i atal salwch. Mae llawer o wahanol ffactorau yn effeithio ar ba mor iach ydyn ni.

Mae tystiolaeth yn awgrymu bod gwasanaethau gofal iechyd yn cyfrif am tua 20% o hyn. Mae ffactorau eraill yn chwarae rôl llawer mwy. Mewn gwirionedd, mae 30% o'n statws iechyd oherwydd ein hymddygiadau ein hunain fel ysmegu, diet, gweithgarwch corfforol, ac alcohol. Os ydym yn mabwysiadu ymddygiadau iach, gall hyn leihau'r risg o salwch, a gall helpu'r GIG.

Mae 10% o'n statws iechyd oherwydd ein hamgylchedd corfforol. Mae hyn yn cynnwys yr adeiladau rydyn ni'n byw ynddynt, a mynediad i fannau gwyrdd.

Mae 40% o'n statws iechyd oherwydd ffactorau mewn cymdeithas ehangach. Mae hyn yn cynnwys ein haddysg, statws swydd, incwm, teulu a chymorth cymdeithasol, a diogelwch cymunedol.

Drwy Wella Gyda'n Gilydd gallwn weithio tuag at Bowys lle mae pobl yn byw bywydau hirach ac iachach, ac yn cael mynediad teg i'r pethau sy'n arwain at iechyd a lles da:

- Hyrwyddo ymddygiadau iach
- Hyrwyddo a chefnogi lles meddyliol a chymdeithasol
- Mynd i'r afael ag unigrwydd ac unigedd
- Dylanwadu ar benderfynyddion ehangach iechyd
- Gwneud yn siŵr bod gwasanaethau iechyd a gofal yn canolbwyntio ar atal ac ymyrraeth gynnar
- Darparu gwasanaethau iechyd cyhoeddus rhagorol fel sgrinio, brechu a Helpa Fi i Stopio
- Mynd i'r afael ag effeithiau newid yn yr hinsawdd ar iechyd y cyhoedd



# Beth yw'r materion pwysig i chi

Crynodeb  
o'r Achos  
dros Newid



## Rydym yn gwrando ar y materion sy'n bwysig i chi. Dyma rai themâu allweddol o'ch adborth i ni yn ystod y flwyddyn ddiwethaf:

- Mae gwasanaethau iechyd yn cael eu gwerthfawrogi'n fawr ac yn ffynhonnell balchder dinesig. Mae gwasanaethau lleol yn bwysig iawn i chi, ac yn enwedig y rhai sy'n cael eu darparu gan a gyda chymunedau lleol, gan gynnwys gwirfoddolwyr a gofalwyr di-dâl.
- Rydych chi'n poeni am y pellter i Ysbytai Cyffredinol Dosbarth ar gyfer gofal wedi'i gynllunio ac argyfwng. Mae hyn yn cynnwys mynediad at drafnidiaeth ac ambiwlansys, gan gynnwys yr adolygiad diweddar o wasanaethau ambiwlans awyr.
- Rydych chi'n pryderu am y pwysau cynyddol ar wasanaethau, ac yn enwedig am amseroedd aros hirach ar gyfer gofal wedi'i gynllunio ac ar gyfer triniaeth mewn adrannau brys.
- Rydych chi'n dweud wrthym y gall profiad cleifion a defnyddwyr gwasanaeth amrywio llawer yn dibynnu ar ble rydych chi'n byw, a pha Ysbytai Cyffredinol Dosbarth rydych chi'n ei ddefnyddio. Er enghraifft, mae amseroedd aros ar gyfer gofal wedi'i gynllunio yn aml yn fyrrach i gleifion sy'n derbyn triniaeth yn Lloegr, o'i gymharu â Chymru.
- Rydych chi'n poeni am effaith ein penderfyniad diweddar i ofyn i ysbytai Lloegr gynllunio eu gwasanaethau yn seiliedig ar safonau amser aros Cymru.
- Rydych chi eisiau teimlo'n ddiogel i dyfu'n hen ym Mhowys. Mae hyn yn arbennig o bwysig i chi os ydych chi'n byw gyda chyflyrau iechyd lluosog. Gallwch hefyd weld bod ein grŵp staff yn mynd yn hŷn hefyd.
- Rydych chi'n pryderu am argaeledd gofal cymdeithasol – a sut mae'r GIG, yr awdurdod lleol, y trydydd sector a darparwyr gofal preifat yn gweithio'n agosach gyda'i gilydd i'ch helpu i gyrraedd adref o'r ysbyty yn gyflymach a gyda'r cymorth cywir.
- Rydych chi'n profi anawsterau yn y ffordd y caiff gwybodaeth ei rhannu rhwng y bobl a'r sefydliadau sy'n darparu eich gofal. Er enghraifft, weithiau pan fyddwch yn mynychu apwyntiad y tu allan i Bowys nid oes gan y clinigydd fynediad at eich nodiadau, neu nid oes gan eich meddyg teulu fynediad at y canlyniadau.
- Mae llawer ohonoch yn croesawu'r defnydd o dechnoleg ddigidol sy'n eich helpu i gael mynediad at ofal a chefnogaeth mewn ffyrdd sy'n cyd-fynd â'r gofynion eraill ar eich bywyd. Rydych hefyd yn tynnu sylw at y ffaith bod angen mwy o help a chefnogaeth ar rai cleifion i ddefnyddio gwasanaethau digidol yn hyderus, nad yw rhai yn gyfforddus yn defnyddio gwasanaethau digidol o gwbl, a bod mynediad digidol yn gallu bod yn her mewn rhannau o Bowys.
- Mae ynysu cymdeithasol ac unigrwydd yn bryder mawr. Gall byw mewn sir sydd â phoblogaeth brin effeithio ar fynediad at gymorth, gan gynnwys gan ofalwyr di-dâl, sydd hefyd yn effeithio ar iechyd meddwl ac emosiynol.
- Rydych chi eisiau gweld mwy o ffocws ar atal salwch a chefnogi pobl a chymunedau i gymryd mwy o gyfrifoldeb am eu hiechyd a'u lles, fel y gall GIG a ariennir gan y wladwriaeth ganolbwyntio ar y rhai sydd fwyaf mewn angen.

Rydym yn cydnabod nad yw hyn ond yn rhoi cipolwg o'r materion yr ydych wedi'u codi gyda ni, ond rydym yn gobeithio y bydd yn rhoi sicrwydd i chi ein bod yn gwrando a thrwy Wella Gyda'n Gilydd rydym am weithio gyda chi i ddod o hyd i atebion sy'n gweithio yn ein cyd-destun gwledig.



# Gwasanaethau Cymunedol

Summary  
Case for  
Change



## Gan feddwl yn benodol am wasanaethau iechyd cymunedol, dyma rai o'r materion a godwyd gyda ni gan gleifion a staff:

- Mae pobl yn gwella'n gyflymach yn eu cartref eu hunain, a dyna pam rydyn ni eisiau cefnogi pobl i aros gartref neu ddychwelyd adref o'r ysbyty pan fydd yn ddiogel iddyn nhw wneud hynny. Rydym yn gweithio gyda'n cydweithwyr Gofal Sylfaenol i fuddsoddi mewn staff ychwanegol i helpu pobl i aros yn eu cartrefi eu hunain yn hirach, yn ogystal â gwasanaeth cwmpadau newydd, hefyd.
- Gall arhosiad hir mewn gwely ysbyty effeithio'n wael ar ffitrwydd ac annibyniaeth cleifion, a all gael effeithiau hirdymor ar eu hiechyd. Y nod cenedlaethol yw lleihau nifer yr arhosiad yn yr ysbyty i ddim mwy na 21 diwrnod, ond yma ym Mhowys y cyfartaledd yw 40 diwrnod, sy'n rhy hir. Rydym wedi gwneud newidiadau dros dro i'n model gwely i'n helpu i ddarparu'r gofal cywir, ond mae angen mwy o weithredu.
- Mae cyrraedd adref o'r ysbyty yn aml yn cael ei ohirio oherwydd argaeledd gofal cartref a gofal preswyl yn y sir.
- Byddai'n well gan y rhan fwyaf o bobl farw gartref, neu rywle sy'n teimlo fel eu cartref, gyda'u hanwyliaid yn agos. Ond mae gormod o bobl yn marw yn yr ysbyty. Mae gofal i bobl â salwch terfynol yn cael ei ddarparu orau gartref, ond weithiau mae'n rhaid iddynt gael eu derbyn i'r ysbyty i helpu i reoli eu symptomau.
- Mae gennym lawer o wasanaethau nyrsio ac ymarferwyr arbenigol rhagorol yn y gymuned sy'n darparu cyngor, cymorth a thriniaethau i gleifion â chyflyrau hirdymor. Ond mae gan Bowys boblogaeth fach sy'n golygu bod y timau hyn yn fach ac felly wedi'u gwasgaru'n denau ar draws sir fawr. Gall gwyliau blynyddol ac absenoldeb salwch gael effaith fawr ar dimau bach a sut mae eu gwasanaethau yn cael eu darparu.
- Mae cost darparu Gofal Iechyd Parhaus wedi cynyddu 128 y cant yn y pum mlwyddyn ddiwethaf. Efallai y bydd cyfleoedd i newid y ffordd yr ydym yn darparu Gofal Iechyd Parhaus trwy wasanaethau cymunedol dwys sy'n darparu gwell gofal i gleifion a hefyd yn lleihau'r angen am dalu am becynnau gofal drud.
- Yn ystod 2023/24 roedd trigolion Powys yn cyfrif am 40,000 o dderbyniadau i'n hysbytai ein hunain a'r tu allan i'r sir, gyda chyfartaledd o 109 o bobl yn cael eu derbyn bob dydd. Ar ddiwrnod cyffredin o fewn system y GIG, roedd ein trigolion yn meddiannu 421 o welyau ym Mhowys a thu allan i'r sir. Mae hyn yn cyfateb i 154,000 o 'ddiwrnodau gwely' bob blwyddyn ar gost o £104 miliwn.
- Mae bron i un o bob chwech o'n rolau sy'n darparu gwasanaethau cleifion mewnol cymunedol yn wag. Mae'r bylchau hyn yn cael eu llenwi gan ddefnyddio staff asiantaeth drud. Nid yw hyn yn fforddiadwy ac nid yw'n darparu'r ansawdd gofal yr ydym ei eisiau.
- Mae'r galw am ofal brys ac argyfwng yn cynyddu, ac mae hyn yn gysylltiedig â'n poblogaeth oedrannus sy'n heneiddio. Mae pobl yn profi oedi wrth gael mynediad at ofal brys. Un ffactor yw amseroedd ymateb ambiwlansys. Un arall yw oherwydd bod gormod o welyau Ysbyty Cyffredinol Dosbarth yn cael eu meddiannu gan gleifion nad ydynt bellach eu hangen, ond na ellir eu rhyddhau adref oherwydd y pwysau ar wasanaethau gofal cymdeithasol.
- Mae Unedau Mân Anafiadau Powys yn cyrraedd neu'n rhagori ar yr holl dargedau perfformiad, ond mae pobl yn pryderu am y cau dros nos dros dro.



## Gan feddwl yn benodol am wasanaethau iechyd meddwl oedolion, dyma rai o'r materion a godwyd gyda ni gan gleifion a staff:

- Mae ein pwynt mynediad sengl o'r gwasanaeth "GIG 111 Pwyswch 2 ar gyfer iechyd meddwl" wedi gwella mynediad cleifion at wasanaethau, gan gynnwys ar gyfer argaeledd cymorth iechyd meddwl drwy gyfrwng y Gymraeg.
- Mae'r galw am wasanaethau iechyd meddwl yn cynyddu, ac mae pobl yn aros yn rhy hir am asesiad, cymorth neu driniaeth. Mae'r aros hiraf ar gyfer therapiâu seicolegol, gwasanaeth asesu cof a gwasanaethau niwroddatblygiad.
- Mae cleifion yn ein poblogaeth oedolion ac oedolion hŷn yn profi anghenion iechyd meddwl ac anabledd dysgu cynyddol gymhleth. Mae'n rhaid i ni newid sut rydym yn gweithio fel arall ni fyddwn yn cadw i fyny â'r galw. Heb weithredu, rydym yn disgwyl i'r galw gynyddu traean o fewn degawd.
- Bydd buddsoddi mewn atal, ac mewn gwella lles cyffredinol ein poblogaeth, yn helpu i reoli'r galw.
- Mae heriau iechyd meddwl yn dal i fod â stigma cymdeithasol, ac yn anffodus gall cleifion wynebu gwaharddiad o'r gwaith a'r gymdeithas, sy'n gwneud eu trafferthion yn waeth ac yn anoddach adfer ohonynt.
- Mae gan bobl sy'n wynebu lefelau uwch o dlodi, ynysu, unigrwydd, troseddu, digartrefedd a chamddefnyddio sylweddau, fwy o broblemau iechyd meddwl a chorfforol.
- Mae anghenion iechyd meddwl ein poblogaeth yn newid ac yn dod yn fwy cymhleth. Mae mwy o bobl sydd ag anableddau dysgu angen cymorth gan ein gwasanaethau iechyd meddwl oedolion.
- Mae ein gweithlu wedi'i wasgaru'n denau ledled y sir. Mae'n adnodd bregus, ac mae lefelau salwch a chyfraddau swyddi gwag yn uchel o'i gymharu â'r cyfartaledd ar gyfer y bwrdd iechyd. Mae hyn yn effeithio ar ein gallu i gyrraedd targedau cenedlaethol a safonau gwasanaeth.
- Mae'r cyfleusterau wedi'u gwasgaru ledled Powys, ac nid yw ein hadeiladau wedi'u cynllunio i ddiwallu anghenion gwasanaeth iechyd meddwl ac anabledd dysgu, felly mae angen mwy o staff arnom i'w rhedeg o ganlyniad. Byddai gwell cyfleusterau yn gwella gwasanaethau cleifion ac yn lleihau nifer y staff sydd eu hangen. Mae angen i ni hefyd wneud penderfyniadau mewn perthynas â Ward Crug yn Aberhonddu sydd ar gau dros dro.
- Mae'r prinder ar nyrsys iechyd meddwl ledled y DU yn effeithio'n uniongyrchol ar ein cyfraddau swyddi gwag yma ym Mhowys. Rydym yn llenwi bylchau trwy gyflogi gweithwyr asiantaeth. Mae cost hyn yn parhau i dyfu ac nid yw'n darparu'r lefel o ofal yr hoffem i'n cleifion.
- Rydym wedi gwella ein llwyddiant wrth ddenu staff newydd, gan gynnwys trwy ein rhaglen Nyrsio Uchelgeisiol. Ac eithrio ein gwasanaeth Seicoleg, mae ein cyfradd swyddi gwag wedi gostwng bron i dri chwarter ers 2022.



# Sut i Gymryd Rhan

Crynodeb  
o'r Achos  
dros Newid

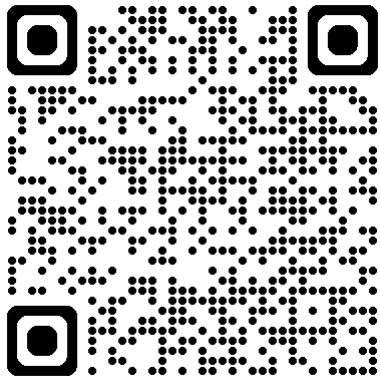


Rydym yn awyddus i glywed eich barn erbyn 25 Mai 2025 ar y canlynol:

- Beth sy'n dda am wasanaethau iechyd ym Mhowys (cryfderau)?
- Beth sy'n wael neu ddim yn gweithio mor dda (gwendidau)?
- Pa syniadau a allai fod gennych a allai ein helpu i wella (cyfleoedd)?
- Beth allai fod yn rhwystr a'n hatal rhag gwneud y gwelliannau sydd eu hangen arnom (bygythiadau)?
- Beth sydd angen ei newid?

Os yn bosibl, rydym yn eich annog i rannu eich barn drwy'r arolwg ar-lein ar ein gwefan Gwella Gyda'n Gilydd.

**[www.dweudeichdweudpowys.cymru/  
gwella-gydan-gilydd-gwanwyn25](http://www.dweudeichdweudpowys.cymru/gwella-gydan-gilydd-gwanwyn25)**



Mae yna lawer o ffyrdd eraill o gymryd rhan os na allwch ymateb ar-lein.

- Ysgrifennu atom: Gwella Gyda'n Gilydd, Bwrdd Iechyd Addysgu Powys, Tŷ Glasbury, Ysbyty Bronllys, Bronllys, Powys LD3 0LY
- E-bostiwrch ni: [powys.engagement@wales.nhs.uk](mailto:powys.engagement@wales.nhs.uk)
- Ffoniwch ein rhif ffôn ateb ymgysylltu ar 01874 442917 (gallwch ofyn am gopi printiedig o'n dogfen Achos am Newid a'n harolwg).

Mae ein gwefan Gwella Gyda'n Gilydd hefyd yn cynnwys rhagor o wybodaeth ddefnyddiol i'ch helpu i ddarganfod mwy a chymryd rhan:

- Darllenwch ein fersiwn hirach o'r "Achos dros Newid"
- Dod o hyd i wybodaeth mewn gwahanol fformatau gan gynnwys Hawdd ei Ddarllen
- Gwylwch ein fideo "Achos dros Newid"

Dyma gam cyntaf sgwrs barhaus yn ystod 2025 a thu hwnt. Bydd yn llunio dyfodol gwasanaethau iechyd diogel ac o ansawdd i Bowys. Bydd llawer mwy o ffyrdd o gymryd rhan dros y misoedd nesaf. Bydd hyn yn cynnwys sgysiau am wasanaethau cymunedol a gwasanaethau iechyd meddwl oedolion yn ddiweddarach haf eleni.

