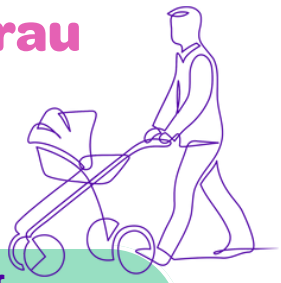
Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Gwent
Public Services Board

Tîm Iechyd Cyhoeddus Gwent
Public Health Team

Y Dechrau Gorau mewn Bywyd yng Ngwent: Cylchlythyr Chwarterol y Gymuned Ymarfer

Galluogi BOB babi a phlentyn i gael y dechrau gorau mewn bywyd Rhifyn y Gaeaf 2025/26



Croeso i'n Rhifyn Cyntaf

Blwyddyn Newydd Dda a chroeso i rifyn cyntaf e-gylchlythyr Cymuned Ymarfer Dechrau Gorau mewn Bywyd Gwent! Rydym yn gyffrous ein bod yn cychwyn 2026 gyda man ble gall Gweithwyr Proffesiynol y Blynyddoedd Cynnar ledled Gwent gysylltu, rhannu yr hyn y maent yn ei dysgu, dathlu llwyddiannau, a hyrwyddo ein cyd-uchelgais: rhoi'r dechrau gorau mewn bywyd **i BOB** babi a phlentyn.

Ar draws y rhanbarth, mae ymarferwyr eisoes yn gwneud gwahaniaeth gwirioneddol drwy wella canlyniadau plentyndod cynnar, lleihau anghydraddoldebau a chefnogi teuluoedd. Mae'r Gymuned Ymarfer hon yn dwyn y gwaith hwnnw ynghyd, ac mae hyn yn ein helpu i rannu syniadau, arddangos yr hyn sy'n cael ei gyflawni, a chryfhau cydweithio ar draws system y blynyddoedd cynnar.

Dyma eich cymuned chi: wedi'i llunio gan eich profiad, eich arbenigedd a'ch ymrwymiad i wella bywydau babanod, plant a theuluoedd yng Ngwent. Wrth wraidd hyn mae ein hymrwymiad i sicrhau bod lleisiau'r rheiny sydd â phrofiad bywyd yn llywio ein blaenoriaethau, ein cynnwys a'r hyn y byddwn yn ei ddysgu yn y dyfodol.

Cymryd rhan: Digwyddiad Datblygiad Plant Gwent

Hoffech chi gymryd rhan yn y gwaith o siapio'r ffordd yr ydym yn cefnogi datblygiad plant ledled Gwent?

Fel Gweithiwr Proffesiynol y Blynyddoedd Cynnar, fe'ch gwahoddir i ymuno â Digwyddiad Datblygiad Plant Gwent - sesiwn gydweithredol i rannu eich profiadau, dysgu gan gydweithwyr ac archwilio sut y gall rhieni, gofalwyr, lleoliadau blynyddoedd cynnar, rhaglenni ac ysgolion gydweithio er mwyn cyflawni'r canlyniadau gorau i blant.

Bydd y sesiwn hefyd yn canolbwyntio ar baratoi plant a theuluoedd ar gyfer y cyfnod pontio i'r dosbarth derbyn a nodi'r gefnogaeth a'r adnoddau a fyddai o fudd mwyaf i'r rheiny sy'n wynebu tlodi neu'r rheiny o grwpiau sy'n cael eu tan-wasanaethu.

Cadwch y dyddiad: **Dydd Iau 12 Chwefror 2026**

CLICIWCH YMA neu sganiwch y cod QR i gael gwybod mwy a chadw eich lle!

Cwrdd â'r Grŵp Arweinyddiaeth

Mae Grŵp Arweinyddiaeth y Dechrau Gorau mewn Bywyd ynuwch bartneriaid o bob cwr o Went ac mae'n eistedd o dan Fwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Gwent (PSB). Fel un o bedwar Maes Ffocws blaenoriaeth y BGC, mae'r Grŵp yn darparu arweinyddiaeth strategol er mwyn cefnogi dull system gyfan, cydlynol, sy'n seiliedig ar dystiolaeth, o wella canlyniadau plentyndod cynnar ar draws y rhanbarth.

Mae'r Grŵp yn gosod y cyfeiriad strategol ar gyfer y Dechrau Gorau mewn Bywyd drwy 11 Uchelgais ar gyfer Gweithredu, sy'n rhoi arweiniad o ran y ffordd y mae partneriaid yn cydweithio i wella canlyniadau, lleihau anghydraddoldebau a chryfhau ymyrraeth gynnar. Yn sail i'w ddull mae hawliau plant, cyffredinoliaeth gymesur a ffocws cryf ar gydweithio, data a thystiolaeth.

Dysgwch fwy am BGC Gwent a'i Bedwar Maes Ffocws ar eu gwefan CLICIWCH YMA

Eryl Powell, Ymgynghorydd Iechyd Cyhoeddus, BIPAB

Keri Cole, Cyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili, CBSC

Luisa Munro-Morris, Cyfarwyddwr Strategol Plant, Pobl Ifanc a Theuluoedd, CBSBG

Jason O'Brien, Cyfarwyddwr Strategol Plant a Theuluoedd, CBST

Tanya Evans, Cyfarwyddwr Strategol, CDC

Jane Rogers, Cyfarwyddwr Strategol – Gofal Cymdeithasol a Diogelu, CSF

Kavitha Pasunuru, Cyfarwyddwr Is-adrannol Cynorthwyol Teuluoedd a Therapïau, BIPAB

Cadw Mewn Cysylltiad

Dilynwch y dolenni isod er mwyn dysgu mwy am y gweminarau, cynadleddau a hyfforddiant a fydd yn cael eu cynnal yn y dyfodol agos ledled y rhanbarth!

Lansio Adroddiad Darganfod Nicotin

Mae'r **Adroddiad Darganfod Nicotin** yn archwilio pam mae pobl ledled Gwent yn dewis defnyddio neu osgoi cynhyrchion sy'n cynnwys nicotin. Bydd gweminar, yn cael ei chynnal ar **9fed Chwefror 2026**, yn rhannu canfyddiadau allweddol, ac yn rhoi ffocws penodol ar bryderon ynghylch defnydd plant a phobl ifanc o nicotin.

Bydd hefyd yn archwilio ymddygiadau sy'n galluogi defnyddio nicotin, yr heriau sy'n gysylltiedig â rhoi'r gorau iddi a beth mae'r dystiolaeth yn ei olygu o ran atal ac addysg. CLICIWCH YMA

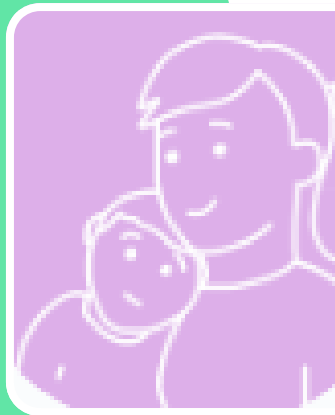
Adeiladu Ysgolion Cadarnhaol, Cefnogol

Ymunwch â ni ddydd **Mercher 25 Chwefror 2026** yn Canolfan Bowls Dan Do Islwyn, Pontllanfraith ar gyfer Cynhadledd: Gosod Dulliau Adferol mewn Ysgolion.

Gweler dechnegau ymarferol yn cael eu dangos, gwrandewch ar ysgolion sy'n arwain y ffordd, a dysgwch sut i gryfhau perthnasoedd a llesiant ar draws eich ysgol. Dyma'ch cyfle i fod yn rhan o gymuned ysgol fwy diogel a positif. CLICIWCH YMA

Byw Bywyd i'r Eithaf – Hyfforddiant i Gefnogi Teuluoedd

Ydych chi'n angerddol am gefnogi lles meddyliol yn ystod beichiogrwydd a magu plant yn ystod y blynyddoedd cyntaf? Ymunwch â'r **sesiwn ar-lein hon ar 17 Mawrth 2026, 12:45-1:45pm,** dan arweiniad yr Athro Chris Williams, datblygwr Byw Bywyd i'r Eithaf (LLTTF).



Bydd y sesiwn rithwir hon yn archwilio **adnoddau a chyrsiau** iechyd meddwl cyn ac ôl-enedigol LLTTF sydd ar gael am ddim trwy wefan **Melo Cymru**. Byddwch yn meithrin sgiliau ymarferol gan ddefnyddio'r adnoddau hyn er mwyn gwella'ch pecyn cymorth a grymuso'r teuluoedd rydych chi'n gweithio gyda nhw. E-bostiwch **Admin_ABGPHT@wales.nhs.uk** i archebu eich lle!

Gwobr Catherine Thomas 2026

Ydych chi'n adnabod rhywun sydd wedi gwneud gwahaniaeth gwirioneddol i blant neu bobl ifanc yr effeithir arnynt gan gam-drin domestig? Neu rhywun y mae eu gwaith yn grymuso pobl ifanc i deimlo'n ddiogel, ailadeiladu hyder a ffynnu?

Mae **Gwobr Goffa Catherine Thomas** yn cydnabod unigolion rhagorol ledled Cymru sy'n darparu cefnogaeth, eiriolaeth, arweinyddiaeth ac yn creu newid cadarnhaol i bobl ifanc yr effeithir arnynt gan gam-drin domestig.

Os ydych chi'n adnabod rhywun sy'n gwneud gwahaniaeth gwirioneddol, cyflwynwch enwebiad erbyn **1pm ar 14 Chwefror 2026.** CLICIWCH YMA

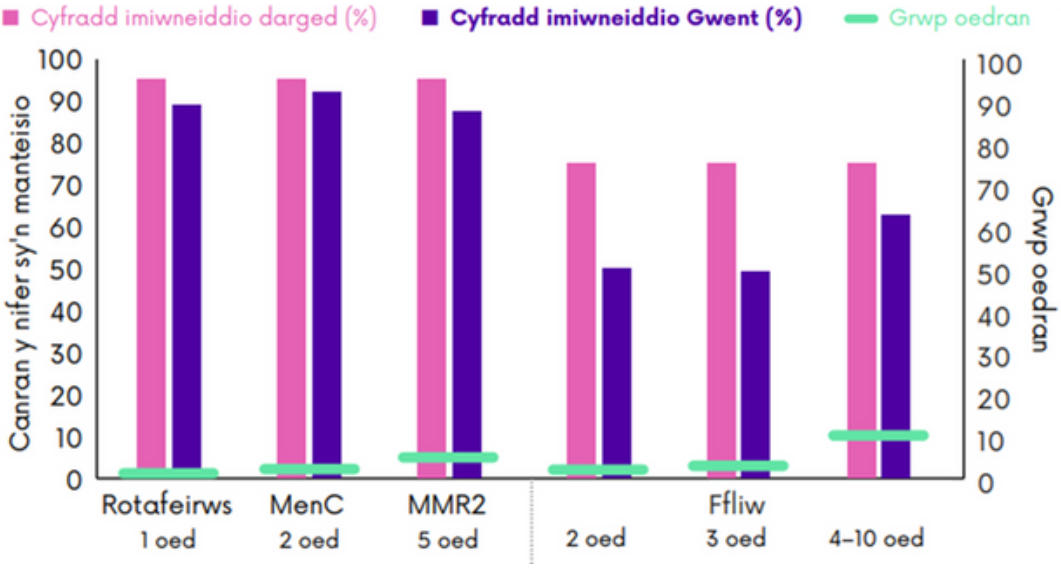
Y Sgwrs Fawr ar Frechu yng Ngwent:
Beth mae'r Adroddiad yn ei Olygu i'r Blynyddoedd Cynnar

Brechlynnau yw un o'r cyflawniadau pwysicaf ym maes iechyd y cyhoedd - maent yn amddiffyn ein cymunedau rhag salwch difrifol ac, mewn llawer o achosion, yn achub bywydau. Ac eto, yn ystod y blynyddoedd diwethaf rydym wedi gweld dirywiad yn y nifer sy'n derbyn brechiadaug Ngwent - ac roeddem eisiau deall **pam**.

O ganlyniad, ganwyd adroddiad **Y Sgwrs Fawr am Frechu yng Gwent** . Mae'r adroddiad yn edrych yn fanwl ar ddata ar nifer y bobl sy'n cael eu brechu, mae wedi'i seilio ar sgyrsiau gyda phobl Gwent, ac mae'n cofnodi taith ryfeddol brechlynnau, o ddatblygiadau gwyddonol a phenderfyniad, i ddod yn gonglfaen iechyd cyhoeddus modern. Dyma gip olwg ar rai o'r canfyddiadau.

CLICIWCH YMA i ddarllen yr adroddiad llawn!

Mae'r Niferoedd yn Bwysig!
Ledled Gwent, mae'r nifer sy'n cael brechlynnau'n amrywio ymhlith y rheiny sydd rhwng 0 a 7 oed — mae rhai brechlynnau'n arwain at lefelau gwych o ran amddiffyniad, ond mae angen mwy o waith ar eraill o hyd.



Gwrando ar Leisiau ein Cymuned

Mae pobl eisiau gwybodaeth syml, sy'n sensitif yn ddiwylliannol, sy'n seiliedig ar dystiolaeth: esboniadau clir o risgiau yn erbyn manteision, data hanesyddol go iawn, ac arweiniad personol gan weithwyr gofal iechyd proffesiynol dibynadwy neu linellau cymorth/sgwrsbotiau.

Iechyd Ein Plant yw POPETH

Roedd **plant** eisiau i frechu deimlo fel dathliad, nid fel rhywbeth i bryderu yn ei gylch. Sut allwch chi ein helpu i greu'r genhedlaeth nesaf o uwcharwyr brechu:

- **Rhieni a gofalwyr:** hybu positifrwydd — siaradwch am frechlynnau, dathlwch ddewrder, a rhannwch straeon am amddiffyn a balchder.
- **Ysgolion:** plethwch wyddoniaeth brechlynnau i mewn i ddysgu, gan ddangos bod cael eich brechu yn un o'r pethau gorau y gallwch ei wneud fel tîm.
- **Y GIG:** daliwch ati i greu mannau sy'n gyfeillgar i blant ac sy'n llawn cynhesrwydd, sicrwydd a gwobr — mannau sy'n dangos i bob plentyn eu bod yn gryf, yn ddiogel ac yn cael eu cefnogi.

Eisiau Mwy o Wybodaeth am Frechiadau?
'Gweminarau 'Cyngor Byr ar Frechu' yn dod yn fuan!

Adnoddau y gellir eu lawrlwytho i'ch cefnogi wrth gael sgyrsiau am frechu:

- Poster Brechlynnau ar Waith
- Posteri Iechyd Brechu
- Poster Hanes Brechlynnau

Cylchlythyr Chwarterol Cymuned Ymarfer Y Dechrau Gorau Mewn Bywyd yng Ngwent

Rhifyn y Gaeaf 2025/26

Eich Llais. Eich Syniadau. Eich Cymuned

Dewch yn Aelod

Ymunwch â Chymuned Ymarfer Dechrau Gorau mewn Bywyd Gwent trwy gwblhau ein **ffurflen aelodaeth**. Bydd aelodau'n derbyn cylchlythyrau chwarterol ac e-fwletinau a fydd yn cynnwys arfer da, mewnwelediadau gan deuluoedd, offer a data, diweddariadau ar y rhaglen a gwybodaeth am gyfleoedd hyfforddi a digwyddiadau sydd ar y gweill.

Bydd aelodau hefyd yn cael eu gwahodd i weminarau bob deufis dan arweiniad siaradwyr arbenigol. Bydd y rhain yn cynnig mewnwelediad ymarferol, trafodaeth a dysgu ar y cyd ar ystod o bynciau sy'n ymwneud â Dechrau Gorau mewn Bywyd ar draws system y blynyddoedd cynnar. Bydd pob gweminar yn cael ei recordio ac yna bydd ar gael trwy dudalen we'r Gymuned Ymarfer.

Mae croeso i unrhyw Weithiwr Proffesiynol Blynyddoedd Cynnar, sy'n gweithio gyda babanod, plant neu deuluoedd yng Ngwent, ymuno a chyfrannu.

Ein Gweminar Cymuned Ymarfer Gyntaf

Rydym yn hynod falch o gyhoeddi ein gweminar cyntaf, a fydd yn cael ei chynnal ar 4 Chwefror am 10:00yb. Wedi hyn, bydd y gweminarau'n cael eu cynnal bob deufis: "Deall Effaith Trawma a Niwed ar Ddatblygiad Plant", a gyflwynir gan Blackpool Better Start.

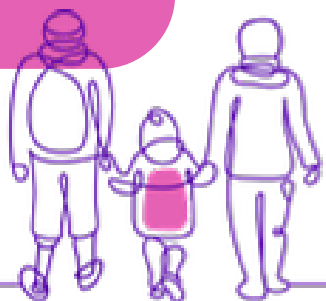
Bydd y sesiwn hon yn archwilio:

- sut mae trawma a niwed yn effeithio ar ddatblygiad plant,
- sut y gall gwasanaethau gydweithio i liniaru'r effeithiau hyn,
- enghreifftiau o ymarfer blynyddoedd cynnar sy'n seiliedig ar drawma yn Blackpool,
- sut mae paneli brysbennu a dulliau seiliedig ar berthnasoedd yn sicrhau bod teuluoedd yn derbyn y gefnogaeth gywir.

CLICIWCH YMA **i gofrestru eich lle!**

Rydyn ni eisiau clywed gennych chi!

I gyflwyno diweddariadau, arddangos eich gwaith, neu rannu adnoddau, cwblhewch ein **ffurflen ar-lein**. Y dyddiad cau ar gyfer cyflwyniadau ar gyfer rhifyn Gwanwyn 2026 yw **1 Mawrth 2026** Gallwch hefyd gysylltu ar **ABB.BSiL.CoP@wales.nhs.uk**.

Rhannwch y cylchlythyr hwn gyda chydweithwyr er mwyn ein helpu i adeiladu rhwydwaith fywiog, sy'n tyfu, o Weithwyr Proffesiynol Blynyddoedd Cynnar ledled Gwent.

Gyda'n gilydd, gallwn sicrhau bod POB plentyn yn cael y dechrau gorau mewn bywyd