

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

Rhoi'r dechrau gorau mewn bywyd i BOB babi a phlentyn

Rhifyn y Gwanwyn 2026

Croeso i rifyn y Gwanwyn o e-gylchlythyr **Cymuned Ymarfer Y Dechrau Gorau mewn Bywyd Gwent!** Wrth i dymor Gwanwyn gyrraedd, rydym yn dathlu'r ymdrechion sydd wedi'u gwneud ar y cyd ledled Gwent i gefnogi babanod, plant a theuluoedd i ffynnu. Gyda'n gilydd, gallwn weithio i gryfhau system y blynyddoedd cynnar, gan gydnabod bod wir **angen pentref** i gefnogi teuluoedd.



Gweithio ar y Cyd Ar Draws Gwent

Mae cyflawni ein huchelgais i roi'r **dechrau gorau mewn bywyd i bob babi a phlentyn ledled Gwent** yn cael ei gefnogi gan strwythur llywodraethu clir, gan ddod â phartneriaid ynghyd i yrru gweithredu cydlynol ar draws y system.

Fel y rhannwyd yn ein rhifyn y Gaeaf, fe wnaethoch chi gyfarfod â'n **Grŵp Arweinyddiaeth**, sy'n chwarae rhan allweddol yn y gwaith hwn. Yn gweithio o dan y grŵp hwn, mae'r **Grŵp Rheoli Rhanbarthol**, sy'n canolbwyntio ar gyflawni a gweithredu cydlynol ar draws partneriaid. Gyda'i gilydd, mae'r grwpiau hyn yn chwarae rhan allweddol o ran arwain datblygiad a chyflawniad yr agenda BSiL ranbarthol, gan gynnwys y **Cynllun Cyflawni Rhanbarthol** (a drafodir yn fanylach ar y dudalen nesaf).

Rydym hefyd yn gweithio'n agos gyda **Phartneriaeth Strategol Plant a Theuluoedd y Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol** i sicrhau aliniad a dull cydgysylltiedig ar draws yr agenda hon.

Chwilio am Gynrychiolaeth y Trydydd Sector

Ydy chi'n Sefydliad Trydydd Sector sy'n gweithio gyda babanod, plant neu deuluoedd?

Rydym yn gwahodd datganiadau o ddiddordeb gan gynrychiolwyr i ymuno â'r Grŵp Arweinyddiaeth a/neu'r Grŵp Rheoli Rhanbarthol i helpu i lunio'r gwaith hwn ledled Gwent.

Mae llais a phrofiad y sector gwirfoddol a chymunedol ehangach yn chwarae rhan hanfodol wrth lunio cefnogaeth i fabanod, plant a theuluoedd. Drwy fod yn rhan o'r grwpiau hyn, gallwch ddod â'ch mewnwelediad a'ch profiad i helpu i arwain sut mae'r gwaith hwn yn cael ei ddatblygu a'i gyflwyno ledled Gwent.

👉 I fynegi eich diddordeb, cwblhewch y **Ffurflen Mynegi Diddordeb** a anfonwyd atoch ar 26 Mai. 📅 Y dyddiad cau ar gyfer ceisiadau yw **02 Mehefin 2026**.

Cynllun Cyflenwi Rhanbarthol

Fel y cyfeiriwyd ato uchod, mae gwaith ar y gweill ledled Gwent i ddatblygu **Cynllun Cyflawni Rhanbarthol y Dechrau Gorau mewn Bywyd**, sy'n canolbwyntio ar wella canlyniadau i fabanod, plant a theuluoedd a'u cefnogi i ffynnu.

Fel rhan o hyn, cytunwyd ar **Chwe Blaenoriaeth**, sy'n nodi ble y rhoddir ffocws i roi'r dechrau gorau mewn bywyd i bob baban a phlentyn. Bydd y rhain yn darparu cyfeiriad clir, cyffredin ar gyfer gweithredu, gyda mesurau canlyniad wedi'u diffinio i fonitro cynnydd ac effaith.

Mae'r **Chwe Blaenoriaeth**, wedi'u hysgrifennu yn llais y plentyn, yn sicrhau ffocws clir sy'n canolbwyntio ar y plentyn:

1. Cynllunio'r beichiogrwydd gorau i mi a'm teulu
2. Adeiladu iechyd emosiynol a meddyliol cryf i mi a fy rheulu
3. Cefnogi fy rheulu gyda fy natblygiad o fabi i fod yn blentyn i'm helpu i fod yn barod i ddechrau yn yr ysgol
4. Sicrhau bod fy nghartref yn gynnes, yn ddiogel ac yn saff i mi a fy rheulu
5. Helpu fy rheulu i wneud y mwyaf o'u hincwm i ddiwallu fy anghenion
6. Helpu fi a fy rheulu i gael mynediad at ofal plant cynhwysol o ansawdd uchel

Mae'r blaenoriaethau hyn yn adlewyrchu ymrwymiad a rennir ar draws partneriaid yng Ngwent i gydweithio mewn ffordd fwy cydlynol a phendant, gyda phwyslais ar atal, lleihau anghydraddoldebau a chadw llais babanod, plant a theuluoedd yn ganolog i sut mae gwasanaethau'n cael eu llunio a'u darparu.

Mae'r camau nesaf yn cynnwys nodi partneriaid arweiniol ar gyfer pob maes blaenoriaeth, datblygu camau gweithredu a dulliau i gefnogi'r ddarpariaeth, ac ymgysylltu â theuluoedd ledled Gwent i gasglu adborth a sicrhau bod eu lleisiau'n parhau i lywio'r gwaith hwn.

Digwyddiad Big BEAR

Mae'r rhaglen Building Early Attuned Relationships (BEAR) yn fenter hyfforddi codi ymwybyddiaeth a gynlluniwyd i gefnogi perthnasoedd cytûn rhwng babanod a'u gofalwyr, gyda ffocws cryf ar iechyd meddwl babanod a'r 1,000 Diwrnod Cyntaf.

Mae cynllun **peilot BEAR** bellach wedi'i gwblhau ledled Cymru, ac mae Digwyddiad Big BEAR am ddim yn cael ei gynnal i rannu'r hyn sydd wedi'i ddysgu o'r rhaglen ac archwilio beth mae hyn yn ei olygu ar gyfer cyflawni yn y dyfodol. 📅 Dydd Mercher 10fed Mehefin 2026 📍 Maes Sioe Frenhinol Cymru, Llanfair-ym-Muallt

Dysgwch sut y cyd-gynhyrchwyd a chyflwynwyd BEAR ledled Cymru, archwiliwch y pethau pwysig sydd wedi'u dysgu o'r cynllun peilot, a gwrandwch ar siaradwyr gwadd, bydd hefyd gyfleoedd i brofi elfennau o'r hyfforddiant a helpu i siapio'r hyn sy'n digwydd nesaf.

Mae'r digwyddiad diwrnod llawn hwn yn ddelfrydol ar gyfer y rheiny sydd mewn rolau arweinyddiaeth, rolau strategol neu rolau rheoli ar draws iechyd, addysg, gofal cymdeithasol a'r trydydd sector, yn enwedig o fewn y blynyddoedd cynnar a'r 1,000 Diwrnod Cyntaf.

👉 Cofrestrwch am ddim yma: [Digwyddiad Big BEAR](#)



Cadwch mewn Cysylltiad

Cymerwch olwg ar yr hyn sydd ar y gweill ar draws y rhanbarth, o ddigwyddiadau ac ymgynghoriadau i ddiweddariadau ar ganllawiau ac adnoddau defnyddiol.

Canllawiau Amser Sgrin i Blant Dan 5 Oed

Mae'r [Canllawiau Amser Sgrin newydd i Blant Dan 5 Oed](#), a gyhoeddwyd ym mis Mawrth 20256, yn cynnig cyngor clir, sy'n seiliedig ar dystiolaeth i gefnogi defnydd iach a chytbwys o sgriniau ar gyfer babanod a phlant ifanc. Drwy gydnabod bod sgriniau bellach yn rhan o fywyd teuluol dydd i ddydd, darperir cyngor ar sut y gall teuluoedd wneud penderfyniadau hyderus, sy'n briodol i'w hoedran, ynghylch arferion, ffiniau a defnydd o sgriniau sy'n cefnogi datblygiad, lles a pherthnasoedd.

Bydd y pwnc hwn yn cael ei archwilio ymhellach yn ystod ein [gweminar ym mis Awst](#); gyda ffocws ar sut y gall ymarferwyr gael sgysiau cadarnhaol, heb farnu gyda theuluoedd am amser sgrin. Gweler isod am fanylion ar sut i gofrestru ! Darllenwch yr [adroddiad annibynnol](#) llawn i gael gwybod mwy.



Gwell Cysylltiad, Gwell Canlyniadau ar gyfer Tlodi Plant

Mae [Better Join Up](#), dan arweiniad Rhwydwaith Iechyd Cyhoeddus Cymru, yn dangos sut y gall gwasanaethau gydweithio'n fwy effeithiol i gefnogi teuluoedd yn well, yn enwedig y rhai sy'n profi tlodi. Gallwch ddefnyddio'r canfyddiadau i fyfrio ar sut rydych chi'n cydweithio â phartneriaid, lleihau gweithio ar wahân a gwella sut mae cymorth yn cael ei gydlyn o amgylch teuluoedd.

Mae offer ac enghreifftiau ymarferol wedi'u cynnwys i'ch helpu i gryfhau partneriaethau a gwreiddio profiad byw yn eich rôl. Archwiliwch y canfyddiadau a nodwch newidiadau ymarferol y gallwch eu gwneud i gryfhau gweithio cydgysylltiedig.



Dweud Eich Dweud: Cefnogi Teuluoedd i Gael Mynediad at Natur



Mae [Home-Start Cymru](#) yn datblygu prosiect newydd i gefnogi teuluoedd a phlant i gael mynediad at natur a chael budd ohoni, ac maen nhw'n chwilio am safbwyntiau i helpu i lunio'r gwaith hwn.

Maent yn gwahodd adborth gan deuluoedd â phlant 0–5 oed ac ymarferwyr sy'n gweithio gyda theuluoedd ledled Cymru. Mae'r arolygon yn archwilio profiadau o dreulio amser yn yr awyr agored, rhwystrau, a pha gefnogaeth a allai helpu teuluoedd i ymgysylltu mwy â natur.

I **deuluoedd** (rhieni a gofalwyr): ➡ [Archwilwyr Bach, Syniadau Mawr: Arolwg Awyr Agored i Deuluoedd](#)

Fel diolch, gall cyfranogwyr gymryd rhan mewn raffl i ennill taleb Amazon.

I **ymarferwyr**, mae hyn yn cynnig cyfle i rannu mewnwelediad proffesiynol a helpu i lunio cefnogaeth yn y dyfodol: ➡ [Archwilwyr Bach – Dweud eich dweud](#)

Byddai Home-Start Cymru yn gwerthfawrogi eich cefnogaeth i rannu'r cyfle hwn ar draws eich rhwydweithiau a chymryd rhan os yw'n berthnasol i chi a'ch rôl!

Digwyddiadau Balchder Lleol

Isod mae rhestr o ddigwyddiadau Pride sy'n digwydd ledled Gwent, ochr yn ochr â digwyddiad Pride mwy Caerdydd. Mae'r rhain yn cynnig cyfleoedd croesawgar, sy'n addas i deuluoedd, i ddod at ei gilydd a dathlu amrywiaeth, gan greu lle lle gall pawb brofi **caredigrwydd, parch a pherthyn**.

Rydym yn eich annog i rannu'r digwyddiadau hyn gyda'r teuluoedd a'r cydweithwyr rydych chi'n gweithio ochr yn ochr â nhw, gan helpu i godi ymwybyddiaeth o gyfleoedd lleol i gysylltu, dathlu a phrofi cynhwysiant ym mywyd dydd i ddydd.

Mewn rhifynnau yn y dyfodol, byddwn yn archwilio sut y gall **camau gweithredu bach, ystyrlon** helpu i greu amgylcheddau lle mae pob plentyn a theulu yn teimlo eu bod yn cael **eu gweld, eu gwerthfawrogi a'u parchu**. Rydym yn cydnabod y gall pryder fodoli ynghylch "cael pethau'n anghywir", ond mae bod yn agored, gwrando a dysgu gyda'n gilydd yn gwneud y gwahaniaeth.

- **Pride Blaenau Gwent** | Tŷ a Pharc Bedwellty, Tredegar | Dydd Sadwrn 6ed Mehefin | 12:30pm
- **Pride Trefynwy** | Castell Trefynwy | Dydd Sadwrn 6 Mehefin | 11:30am
- **Pride Caerdydd** | Castell Caerdydd | Dydd Sadwrn 13 Mehefin | 10:30am
- **Pride y Fenni** | Castell y Fenni | Dydd Sadwrn 27 Mehefin | 11:30am
- **Pride Caerffili** | Castell Caerffili | Dydd Sadwrn 4 Gorffennaf | 11:30am
- **Pride Cil-y-coed** | Castell Cil-y-coed | Dydd Sadwrn 15 Awst | 11:30am
- **Pride Casnewydd** | Theatr Glan yr Afon | Dydd Sadwrn 5 Medi | 11:30am

Pride y DU 2026

- 🔍 Mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi **Strategaeth Genedlaethol i Atal ac Ymateb i Gam-drin Rhywiol Plant yng Nghymru (2026–2036)**, gan nodi dull system gyfan, hirdymor ar gyfer atal, adnabod yn gynnar a chefnogi. Mae'r strategaeth yn pwysleisio cydweithio ar draws gwasanaethau ac yn rhoi lleisiau, hawliau a lles plant a phobl ifanc wrth ei chalon. Mae fersiwn i bobl ifanc hefyd ar gael.
- 🍏 Mae canllawiau statudol wedi'u diweddarw wedi'u cyhoeddi i gefnogi **Rheoliadau Bwyta'n Iach mewn Ysgolion (Cymru) 2025**, sy'n dod i rym ar 31 Hydref 2026. Mae'r canllawiau'n cryfhau safonau bwyd a diod mewn ysgolion meithrin ac ysgolion cynradd ac yn cefnogi amgylcheddau cadarnhaol sy'n hyrwyddo iechyd, lles ac arferion bwyta iach gydol oes. Dysgwch fwy ac archwiliwch beth mae hyn yn ei olygu i'ch lleoliad.
- 🌱 Mae **Cymuned Ymarfer y Teulu a'r Gymuned**, a gynhelir gan EXchange Wales, yn dwyn ynghyd weithwyr proffesiynol a chymunedau i rannu dysgu a chryfhau dulliau teulu cyfan. Mae'r platfform yn cynnal blogiau, astudiaethau achos, mewnwelediadau ymchwil a digwyddiadau sy'n cefnogi cydweithio ac ymarfer sy'n seiliedig ar dystiolaeth. Archwiliwch a chymerwch ran.

Ymunwch â: Cyngwraig Pwysau Iach Gwent

Mae aelodau'n archwilio heriau a chyfleoedd lleol, yn rhannu dysgu ac yn cymryd camau cydweithredol ac ataliol i helpu cymunedau a theuluoedd i feithrin arferion iach dros amser.

Mae'r Gynghrair yn arbennig o awyddus i gryfhau cynrychiolaeth y Blynnyddoedd Cynnar, gan gydnabod y rôl hanfodol y mae perthnasoedd, lleoliadau a gwasanaethau cynnar yn ei chwarae.



Ymunwch â'r Sgwrs

Cyfarfod nesaf: 7 Gorffennaf 2026 (9am-1pm) | Sefydliad Glowyr Caerffili

Os ydych chi eisiau cael llais, rhannu mewnwelediad ymarfer a bod yn rhan o siapio'r gwaith hwn, byddem wrth ein bodd yn eich gweld chi'n cymryd rhan!

 Sarah.Davies91@wales.nhs.uk |  [Archwiliwch Padlet Cyngrhair GHW](#)

- 🌱 Mae **Start Strong** yn blatfform plentynod cynnar newydd ei ddatblygu ledled y DU, dan arweiniad **Sally Hogg** (Cyfarwyddwr), sy'n rhannu blogiau, ymchwil a myfyrdodau ar ymarfer. Cofrestrwch eich diddordeb i gael gwybod a chymryd rhan yn y broses o siapio'r mudiad.
- 🎧 Mae **Grŵp Ymgynghorol Ymchwil i Rieni Cascade** wedi rhyddhau podlediad newydd sy'n tynnu sylw at bwysigrwydd cynnwys y cyhoedd mewn modd ystyrlon mewn ymchwil gofal cymdeithasol, gan ganolbwyntio ar leisiau profiad byw a rhannu mewnwelediad ymarferol ar sut i gefnogi cyfranwyr cyhoeddus drwy gydol y broses ymchwil, a thu hwnt iddi. Gwrandewch **yma!**
- 📖 Mae **Diogelu Gwent** wedi diweddarau ei ganllawiau '**Methiant i fynd ag unigolyn i apwyntiadau iechyd**', sy'n annog gweithwyr proffesiynol i ystyried pan fydd plentyn neu berson ifanc sydd mewn perygl yn dibynnu ar ofalwr i fynychu apwyntiadau, gan ganolbwyntio ar 'Methiant i fynd ag unigolyn i apwyntiadau iechyd' yn hytrach na 'ni fynychodd'. Darllenwch y canllawiau wedi'u diweddarau i gael gwybod mwy.
- ❤️ Mae **Melo** yn cynnig ystod eang o adnoddau hunangymorth o ansawdd i ddarpar rieni a rhieni newydd, gan gynnwys gwybodaeth ddibynadwy, cyngor ymarferol, cyrsiau a dolenni i linellau cymorth a gwasanaethau. Mae tudalennau **Beichiogrwydd** a **Rhieni** pwrpasol yn cefnogi iechyd meddwl a lles drwy gydol y daith perinatal a magu plant cynnar. Rhannwch gyda'r teuluoedd rydych chi'n eu cefnogi.

Cylchlythyr Chwarterol Cymuned Ymarfer y Dechrau Gorau mewn Bywyd Gwent



Rhifyn y Gwanwyn 2026

I Ddod: Gweminarau'r Dechrau Gorau mewn Bywyd

Rydym wrth ein bodd yn eich gwahodd i'n gweminarau Dechrau Gorau mewn Bywyd sydd ar ddod. Gyda'n gilydd, byddwn yn archwilio ymarfer trwy lens ecwiti a chynhwysiant, gan ystyried pa blant a theuluoedd sy'n cael eu gadael ar ôl, y rhwystrau maen nhw'n eu hwynebu a sut y gall newidiadau bach yn ein dull ni wneud gwahaniaethau ystyrlon.

Mae'r gweminarau'n cynnig lle i fyfyrion ar sut y gallwn gryfhau'r hyn a wnawn yn ein rolau, cau bylchau mewn cefnogaeth ac ymateb yn well i'r hyn sydd ei angen ar fabanod, plant a theuluoedd i ffynnu.

Sut Gall Gweithwyr Proffesiynol Blynnyddoedd Cynnar Gwent...

Cefnogi Ymlyniadau Diogel gyda Babanod a Phlant Ifanc

 10 Mehefin 2026 |  10:00am

 Wedi'i gyflwyno gan: Belinda Lyndon | Therapydd Cerdd a Seicotherapiwydd Seicoanalytig Rhieni a Babanod Hyfforddedig | [Gwasanaeth Iechyd Meddwl Rhieni a Babanod ABUHB Gwent](#) (G-PIMHS)  Cofrestrwch [YMA!](#)

Cefnogwch Amser Sgrin Iach

 13 Awst 2026 |  10:00am

 Darparwyd gan: Charlie Cowtan | Seicolegydd Clinigol | [Seicoleg Gymunedol Plant a Theuluoedd ABUHB](#)  Cofrestrwch [YMA!](#)

 Wedi Colli sesiwn? Daliwch i fyny â gweminarau blaenorol ar ein sianel [YouTube bwrpasol BSiL CoP.](#)



Ymunwch â'r Gymuned

Os nad ydych chi wedi ymuno â'n Cymuned Ymarfer eto, nawr yw'r amser perffaith! Cwblhewch ein [ffurflen aelodaeth](#) i gymryd rhan.

Cyfrannwch at ein Rhifyn yr Hydref

Oes gennych chi adnoddau, mewnwelediadau neu ymarfer i'w harddangos? Anfonwch eich cynnwys atom drwy ein [ffurflen ar-lein](#) erbyn 31 Awst 2026.

Unrhyw Gwestiynau?

Anfonwch e-bost atom yn ABB.BSiL.CoP@wales.nhs.uk

Gyda'n gilydd, gallwn sicrhau bod **POB** babi a phlentyn yn cael y dechrau gorau mewn bywyd.

