

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

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

**Rhifyn yr Hydref 2026**

**Croeso i rifyn yr Hydref o e-gylchlythyr Cymuned Ymarfer Gorau mewn Bywyd Gwent!** Wrth i ni symud i fisoedd yr hydref, gobeithiwn eich bod wedi mwynhau haf hamddenol ac yn edrych ymlaen at y tymor sydd i ddod. Mae'r rhifyn hwn yn rhannu diweddariadau, dysgu ac enghreifftiau o'r gwaith gwyb sy'n digwydd ledled Gwent i gefnogi babanod, plant ifanc a theuluoedd, gan helpu i roi'r dechrau gorau posibl mewn bywyd i bob plentyn.



## Diweddariad Cynnydd y Cynllun Cyflawni Rhanbarthol

Yn ein e-gylchlythyr blaenorol, fe wnaethom rannu bod gwaith ar y gweill i ddatblygu Cynllun Cyflawni Rhanbarthol y Dechrau Gorau mewn Bywyd ar gyfer Gwent. Ers hynny, mae cynnydd sylweddol wedi'i wneud trwy gydweithio â phartneriaid ar draws system y Blynnyddoedd Cynnar.

Mae Cynllun Cyflawni bellach wedi'i ddatblygu, sy'n nodi'r camau gweithredu a fydd yn gwneud y gwahaniaeth mwyaf i wella canlyniadau i fabanod, plant a theuluoedd ledled Gwent. Mae partneriaid arweiniol wedi'u nodi ar gyfer 5 o'r 6 maes blaenoriaeth:

1. Cynllunio'r beichiogrwydd gorau i mi a'm teulu
2. Adeiladu iechyd emosiynol a meddyliol cryf i mi a fy nheulu
3. Cefnogi fy nheulu gyda fy natblygiad o fabi i 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 nheulu
5. Helpu fy nheulu i wneud y mwyaf o'u hincwm i ddiwallu fy anghenion
6. Helpu fi a fy nheulu i gael mynediad at ofal plant cynhwysol o ansawdd uchel

Ochr yn ochr â hyn, rydym wedi mapio gweithgaredd a chynnydd cyfredol yn erbyn Tair Maen Sylfaen 👉 **Iechyd Cyhoeddus Cymru: Fframwaith Gweithredu'r Blynnyddoedd Cynnar** i nodi cryfderau, cyfleoedd a meysydd ar gyfer datblygiad pellach.

Mae'r Cynllun Cyflawni (a'r dogfennau cysylltiedig) bellach wedi'u rhannu â Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Gwent i'w hadolygu a chael adborth. Yn dilyn hyn, byddant yn cael eu mireinio cyn i ymgysylltu ddechrau â theuluoedd ledled Gwent i sicrhau bod eu barn a'u profiadau yn helpu i lunio'r dull terfynol.

Rydym yn arbennig o awyddus i weithio gydag aelodau ein Cymuned Ymarfer yn ystod y cyfnod hwn. Boed drwy rannu cyfleoedd ymgysylltu neu ein cysylltu â theuluoedd a grwpiau cymunedol, bydd eich cefnogaeth yn amhrisiadwy wrth sicrhau bod lleisiau babanod, plant a theuluoedd yn parhau i fod wrth wraidd ein dull gweithredu. Bydd rhagor o fanylion yn cael eu rhannu'n fuan.

### Dathlu Cyllid ar gyfer Menter To & Fro

Mae **Home-Start Cymru** wedi sicrhau £189,000 i gyflwyno To and Fro, prosiect tair blynedd newydd sy'n cefnogi teuluoedd â babanod 6-15 mis oed. Wedi'i gyflwyno mewn partneriaeth rhwng **Lleferydd, Iaith a Therapi BIPAB, Tîm Iechyd y Cyhoedd Gwent ac Ymwelwyr Iechyd**, bydd y rhaglen yn darparu ymweliadau cartref, grwpiau rhiant a baban, cefnogaeth gwirfoddolwyr, a mewnbwn lleferydd ac iaith arbenigol i helpu rhieni i feithrin sgiliau cyfathrebu cynnar eu babanod a chryfhau'r berthynas rhwng rhiant a phlentyn. Bydd y prosiect yn cael ei gyflwyno i ddechrau ym Mlaenau Gwent a Thorfaen cyn ehangu i Gasnewydd a Sir Fynwy, gyda'r nod o gefnogi tua 300 o deuluoedd ledled Gwent.

👉 Cliciwch yma i ddarllen y newyddion anhygoel hwn yn y **South Wales Argus!**

### Blaenau Gwent- Gwobrau Gofal Plant a Chwarae 2026:

Enillodd **Meithrinfa Ddydd Mrs Puddleducks, Rasau, Glynebwy Wobr Ymrwymiad HSPSS** – y Cynllun Cyn-ysgol Iach a Chynaliadwy 2026. Trwy ymdrech gyson, bod yn agored i ddysgu ac ymrwymiad cryf i roi'r dechrau gorau posibl mewn bywyd i blant, mae'r lleoliad hwn wedi parhau i dyfu a chryfhau ei arfer. **Gwaith gwych!**



### Caerffili - Chwarae yn y Parc:

Yr haf hwn, dathlodd Gwasanaeth Blynyddoedd Cynnar a Gofal Plant Caerffili a Chwarae Caerffili bum mlynedd o **Chwarae yn y Parc**. Mwynhaodd teuluoedd giniawau am ddim, celf a chrefft, chwarae awyr agored, a gweithgareddau yn hyrwyddo amser teuluol di-sgrin, gan gynnwys creu blychau dyfeisiau i'w defnyddio gartref. I nodi'r pen-blwydd, helpodd teuluoedd i enwi Panda Chwarae Caerffili newydd, Pip oedd yr enillydd. **Roedd yn haf gwych o chwarae, creadigrwydd a hwyl i'r teulu!**



### Casnewydd - 'Sgwrsio gyda Fi':

Enillodd **tîm Therapi Iaith a Lleferydd Blynyddoedd Cynnar Casnewydd** wobwr 'Canmoliaeth Uchel' yng ngwobrau cydnabyddiaeth staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan 2026 yn y categori 'Gweithio mewn Partneriaeth', am eu llyfr 'Sgwrsio Gyda Fi' a gynhyrchwyd ar y cyd mewn partneriaeth ag Awdurdod Lleol Casnewydd a rhieni. Mae'r llyfr yn ddwyieithog ac yn dilyn 'Cas' wedi'i ysbrydoli gan 'Casnewydd' yn mynd ar anturiaethau o amgylch Casnewydd gan ddefnyddio rhigymau syml a thirnodau cyfarwydd y ddinas. Fe'i cynlluniwyd i hyrwyddo darllen rhyngweithiol, annog sgysiau y tu hwnt i'r llyfr, a chefnogi datblygiad lleferydd, iaith a chyfathrebu plant. **Llongyfarchiadau!**



### Sir Fynwy - Picnic y Tedis:

Yr haf hwn, cynhaliodd **Tîm Blynnyddoedd Cynnar Sir Fynwy** Bicnic Tedi Bêr i ddatlu'r rôl hanfodol y mae gwarchodwyr plant lleol yn ei chwarae wrth gefnogi plant ifanc a theuluoedd. Daeth y digwyddiad â gwarchodwyr plant a phlant ynghyd am ddiwrnod hwyliog yn yr awyr agored, gan hefyd ddarparu cyfleoedd i gysylltu, rhannu syniadau ac adeiladu rhwydweithiau cymorth. Diolchodd un gwarchodwr plant i'r tîm, gan ddweud bod y plant "wedi mwynhau gwneud ffrindiau newydd yn fawr iawn" ac yn "llawn chwerthin a hwyl ar y ffordd adref." Tynnodd y picnic sylw at werth y gymuned gwarchod plant a'u cyfraniad at roi'r dechrau gorau mewn bywyd i blant. **Am ddiwrnod gwych!**



### Torfaen- Dathliad 20 Mlynedd:

Yr haf hwn, dathlodd Torfaen **20 mlynedd o Dechrau'n Deg ac 20 mlynedd o Ganolfan Plant Integredig Cwmbrân** gyda rhaglen wythnos o hyd yn arddangos gweithio mewn partneriaeth ar draws gwasanaethau iechyd, blynnyddoedd cynnar a chymunedol. Gan gyd-daro ag Wythnos Genedlaethol Bwydo ar y Fron a Diwrnod Chwarae Cenedlaethol, croesawodd y digwyddiad fwy na 670 o ymwelwyr ac roedd yn cynnwys gweithgareddau thema gan gynnwys Diwrnod Parti, Picnic y Tedis, Diwrnod yr Anifeiliaid, Diwrnod y Traeth a Cynefin. Tynnodd y dathliadau sylw at ddau ddegawd o effaith gadarnhaol ar blant a theuluoedd lleol. **Am gamp!**



## Hyrwyddo Pwysau Iach mewn Plant

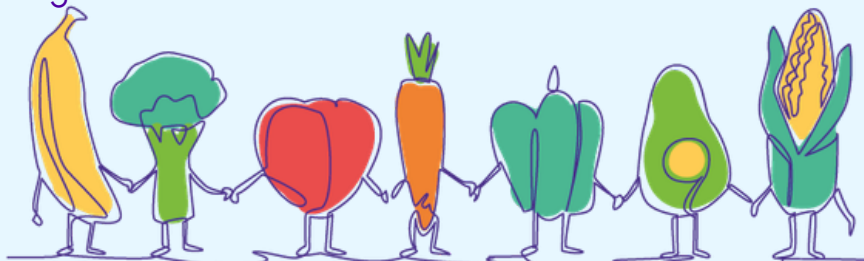
mae

# 1 o bob 4

plentyn 4-5 oed yng  
Ngwent yn byw gyda  
gordewdra neu  
orbwysau.

Bydd plentyn sy'n  
mwynhau  
**LLYSEUYN** yn bwyta  
mwy ohonyn nhw

👉 Mae **TastEd** yn cynnig set o weithgareddau i leoliadau Blynnyddoedd Cynnar, ysgolion a rhieni sydd wedi'u cynllunio i roi cyfle i blant brofi ffrwythau a llysiau newydd mewn ffordd gadarnhaol. Gallwch gael mynediad at fideos hyfforddi, cynlluniau gwersi hawdd eu defnyddio a syniadau gweithgareddau sy'n golygu y byddwch yn barod i gyflwyno TastEd yn eich lleoliad neu gartref mewn dim o dro.



# Helpu i Adeiladu Gwent sy'n Gyfeillgar i Fwydo ar y Fron

## Creu mannau croesawgar, cefnogaeth ddibynadwy a chymunedau cysylltiedig

Mae cefnogi teuluoedd i fwydo ar y fron yn fusnes i bawb ac mae'n chwarae rhan bwysig wrth roi'r dechrau gorau mewn bywyd i bob babi. Gall camau bach wneud gwahaniaeth mawr i daith bwydo ar y fron teulu, gan helpu rhieni i deimlo'n gartrefol, teimlo eu bod yn cael eu cefnogi ac yn hyderus wrth fwydo eu babi yn eu cymuned leol.

### Sut Allwch Chi Helpu?

- Cyfeiriwch deuluoedd at Leoliadau Croesawu Bwydo ar y Fron ledled Gwent, gan eu helpu i nodi mannau croesawgar lle gallant fwydo ar y fron tra byddant allan. Gweler y map yma

#### 👉 Lleoliadau Croesawu Bwydo ar y Fron

- Ymunwch â'r rhwydwaith cynyddol o leoliadau Croeso i Fwydo ar y Fron a helpwch i greu cymunedau sy'n gyfeillgar i fwydo ar y fron. 👉 Cofrestrwch yma!
- Cyfeiriwch deuluoedd at gefnogaeth ac adnoddau dibynadwy:

#### 👉 Tîm Bwydo Ymatebol ABUHB

#### 👉 Y Rhwydwaith Bwydo ar y Fron

#### 👉 Y Llinell Gymorth Genedlaethol ar gyfer Bwydo ar y Fron

- Anogwch deuluoedd i fynychu Gweithdai Bwydo ar y Fron Cynenedigol Lleol (gweler isod).

## Gweithdai Bwydo ar y Fron

### Cynenedigol

Mae gweithdai bwydo ar y fron yn rhoi cyfle i deuluoedd gael mynediad at gefnogaeth, meithrin hyder a chysylltu â rhieni eraill mewn amgylchedd croesawgar. Gallwch gyfeirio teuluoedd at y Gweithdai Bwydo ar y Fron Cynenedigol Lleol a grwpiau cymunedol drwy Dudalen Eventbrite

#### 👉 Gwasanaethau Blynyddoedd Cynnar Gwent.

Clywch beth mae teuluoedd wedi'i ddweud am y gwahaniaeth y mae'r grwpiau hyn wedi'i wneud.

### Lansio Clinig Cwlwm Tafod

Ers ei lansio ym mis Ebrill, mae Clinig Cwlwm Tafod BIPAB wedi bod yn cefnogi teuluoedd sy'n profi anawsterau bwydo sy'n gysylltiedig â chlwm tafod.

Os oes gan deuluoedd bryderon ynglŷn â bwydo, dylent siarad â'u Bydwraig neu Ymwelydd Iechyd, a all wneud atgyfeiriad lle bo'n briodol, neu gallant e-bostio'r Gwasanaeth Bwydo Babanod am gyngor a chefnogaeth. Gweler rhywfaint o'r adborth anhygoel y mae'r gwasanaeth wedi'i dderbyn isod:

“Rwy'n gwerthfawrogi'n fawr nad oedd yr apwyntiad wedi'i ruthro. Cefais lawer o gefnogaeth, cadarnhad o sut roeddwn i'n teimlo.”

“Mor ddiolchgar am y gwasanaeth hwn gan ei fod wedi helpu fy mabi gymaint”

“Roedd popeth yn ddiddorol, gan fy mod i'n newydd iawn i hyn.”

“Roedd y sesiwn yn ardderchog, dysgaïs lawer, ac rwyf wedi fy synnu gan yr hyn nad oeddwn yn ei wybod.”

“[Doedd] dim pwysau i orfodi mamau i ddewis bwydo ar y fron”



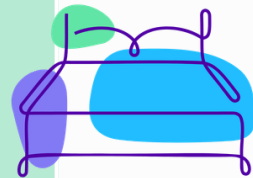
| Safe Storage of Breastmilk           |                                    |                                                                                              |
|--------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| Milk                                 | Place                              | Maximum Time                                                                                 |
| Fresh Breastmilk including colostrum | Room Temperature                   | 6 hours                                                                                      |
|                                      | Fridge at 5°C-10°C                 | 3 days                                                                                       |
|                                      | Fridge at 4°C or lower             | 5 days<br><small>If temperature rises above 4°C after 3 days then use within 6 hours</small> |
| Frozen Breastmilk                    | Freezer at -18°C or lower          | 6 Months                                                                                     |
| Defrosting Breastmilk                | When defrosting in the fridge      | Usually takes 12 hours to defrost, use as soon as fully defrosted                            |
|                                      | When defrosting outside the fridge | Use as soon as fully defrosted                                                               |

# Cadwch mewn Cysylltiad

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

## Ymddiriedolaeth Hwiangerdd - Hwb Blynyddoedd Cynnar

👉 Mae Ymddiriedolaeth yr Hwiangerdd wedi creu Hwb Blynyddoedd Cynnar ar eu gwefan lle gallwch ddod o hyd i ganllawiau a hyfforddiant cwsg mwy diogel wedi'u teilwra yn ogystal ag adnoddau i'w lawrlwytho neu eu prynu, gan gynnwys canllaw blynyddoedd cynnar llawn, poster defnyddiol ar gyfer eich bwrdd hysbysu neu ystafell staff, a rhestr wirio archwilio i'w defnyddio'n rheolaidd yn eich lleoliad.



Bob dydd, rydych chi'n gweithio gyda gofal ac ymroddiad, yn aml dan bwysau gydag adnoddau cyfyngedig. Gobeithiwn y bydd yr Hwb Blynyddoedd Cynnar newydd hwn yn eich cefnogi yn eich gwaith o ddydd i ddydd, gan eich tywys ar sut i gadw'ch lleoliadau mor ddiogel ar gyfer cwsg â phosibl.

## Tîm Toiled y Blynyddoedd Cynnar (EYTT): Proses atgyfeirio newydd

Mae'r EYTT bellach yn cefnogi plant hyd at eu pen-blwydd yn 7 oed sydd ag anghenion toiled sy'n gysylltiedig â gwahaniaethau datblygiadol, gan gynnwys ADY ac anghenion niwroddatblygiadol, p'un a ydynt wedi'u diagnosio ai peidio. Mae cefnogaeth ar gyfer rhwymedd mewn plant 6 mis oed a hŷn yn parhau.

Dim ond gweithwyr gofal iechyd proffesiynol all wneud atgyfeiriadau bellach gan ddefnyddio'r ffurflen atgyfeirio newydd ac ar ôl i gynllun gofal gael ei dreialu.

👉 Dylai staff addysg ac awdurdod lleol gysylltu ag Ymwelydd Iechyd neu Nyrs Ysgol y plentyn. Gallant hefyd gysylltu â'r Gwasanaeth Ymwelwyr Iechyd neu'r Gwasanaeth Nyrsio Ysgol.

👉 Gall rhieni/gofalwyr siarad â'u meddyg teulu i gael asesiad ac atgyfeiriad os oes angen.

Am ffurflen atgyfeirio'r gweithiwr gofal iechyd proffesiynol ac unrhyw ymholiadau, cysylltwch â:

👉 [ABB.EarlyYearsToiletingTeam@wales.nhs.uk](mailto:ABB.EarlyYearsToiletingTeam@wales.nhs.uk)

## Oeddech chi'n gwybod bod gwefan Melo y Bwrdd Iechyd yn cynnig ystod eang o adnoddau hunangymorth am ddim i rieni darpar a rhieni newydd?

Mae Byw Bywyd i'r Eithaf yn cynnig cyrsiau ac adnoddau ar-lein am ddim i bobl sy'n feichiog neu'n addasu i fywyd fel rhiant newydd. Ar gael 24/7 ac wedi'i gwblhau ar gyflymder sy'n addas i'r unigolyn, mae'r cwrs yn defnyddio llyfrau, fideos ac adnoddau sain i gefnogi dysgu.

Mae'r cyrsiau'n helpu i wella lles emosiynol yn ystod beichiogrwydd a magu plant yn gynnar, gan gwmpasu pynciau fel paratoi ar gyfer genedigaeth, meithrin ymlyniad diogel a hunanofal. Cymerwch olwg ar yr adnoddau sydd ar gael, rhowch gynnig ar gwrs eich hun i deimlo'n hyderus yn eu hargymell i deuluoedd. 👉 Melo Cymru

melo

## Llais y Baban: Fideos Mewnwelediad Arbenigol

Mae babanod a babanod bach yn cyfleu eu hanghenion a'u teimladau mewn amrywiaeth o ffyrdd, ar lafar ac yn ddi-eiriau. Mae gwrando ar lais y baban yn ein helpu i ddeall eu profiad bywyd a'r hyn sydd ei angen arnynt gan yr oedolion o'u cwmpas.

👉 Mae [NSPCC Learning](#) wedi rhyddhau cyfres o ffilmiau mewnwelediad arbenigol sydd wedi'u cynllunio i helpu ymarferwyr sy'n gweithio gyda babanod a babanod i adnabod llais y baban a'i ymgorffori yn eu hymarfer.

Gwylwch y ffilmiau yma 👉 [Llais y Baban](#)



## Hwb Cymorth Cynnar Niwroamrywiaeth Gwent

Yn gynharach eleni, lansiodd Hwb Cymorth Cynnar Niwroamrywiaeth CAMHS ABUHB (NESH) 👉 [Wefan Niwroamrywiaeth Gwent](#) sy'n darparu un ffynhonnell hygyrch o wybodaeth ddibynadwy i weithwyr proffesiynol a theuluoedd ledled Gwent. Gallwch ddod o hyd i ganllawiau clir ar 👉 [ddeall niwroamrywiaeth](#), llwybrau cymorth lleol, adnoddau i hyrwyddo cymorth cynnar ac arfer cynhwysol, a chyfeirio at wasanaethau, hyfforddiant a chymorth cymunedol, ochr yn ochr â 👉 [fideos a phodlediadau](#).



Mae adnabod niwroamrywiaeth yn gynnar yn bwysig gan mai dim ond os caiff eu ffyrdd o ymddwyn a dysgu eu cydnabod, a drwy ymateb iddynt, y bydd plant yn dechrau ffynnu. Fel gweithwyr proffesiynol, chi sydd yn aml yn y sefyllfa orau i sylwi ar rai o arwyddion niwroamrywiaeth fel prosesu synhwyaidd, cyfathrebu, ffocws a rheoleiddio emosiynol.

Efallai y bydd gennych ddiddordeb yn y sesiynau hyfforddi sydd ar ddod a drefnir gan [Plant yng Nghymru](#) (nodwch fod cost gysylltiedig):

👉 [Niwroamrywiaeth: Cefnogi Plant, Pobl Ifanc a Theuluoedd](#)

👉 [ADHD: Dealltwriaeth i Ymarferwyr](#)



## Bwndeli Babanod

Mae Bwndeli Babanod yn darparu eitemau hanfodol, gwybodaeth a chymorth am ddim i deuluoedd cymwys yng Nghymru. Caiff cymhwysedd ei asesu yn ystod beichiogrwydd, gyda chofrestru fel arfer yn cael ei gwblhau gan Fydwaig yn yr apwyntiad cynnedigol 25 wythnos.

Os na fydd cofrestru'n digwydd, gall Bydwagedd neu Ymwelwyr Iechyd gofrestru babanod hyd at bedwar mis oed. Gall gofawyr maeth, rhieni mabwysiadol, a rhieni drwy ddirprwyaeth fod yn gymwys hefyd. 👉 [Pecynnau Babanod](#)

## Ffonau symudol mewn ysgolion

Mae Llywodraeth Cymru yn ceisio barn ar ganllawiau drafft i gefnogi ysgolion i gyfyngu ar ddefnyddio ffonau symudol yn ystod y diwrnod ysgol. Daw'r ymgynghoriad i ben ar 2 Rhagfyr 2026 👉 [Rhowch eich barn](#)

# Yn Barod i Ddysgu, yn Barod i Dyfu: Canfyddiadau'r Gwerthusiad



Yn 2025-26, sicrhodd Cyngor Dinas Casnewydd, mewn partneriaeth â Home-Start Cymru a Thîm Iechyd y Cyhoedd Gwent, gyllid gan Lywodraeth Cymru drwy'r Grant Arloesi a Chefnogi Cymunedau ar gyfer Tlodi Plant i archwilio sut y gallwn gefnogi plant a theuluoedd sy'n profi tlodi yn well i fod yn barod ar gyfer yr ysgol. Rydym bellach yn falch o rannu canfyddiadau'r gwerthusiad Barod i Ddysgu, Barod i Dyfu.

Gweithiodd y prosiect yn uniongyrchol gyda theuluoedd ledled Gwent gan ymgysylltu hefyd â rhieni ac ymarferwyr i ddeall parodrwydd i fynd i'r ysgol ac effaith tlodi ar ddatblygiad plant yn well. Canfu'r gwerthusiad fod angen cymorth ar lawer o blant gyda sgiliau datblygiadol allweddol cyn dechrau yn yr ysgol, yn enwedig cyfathrebu ac iaith, rhyngweithio cymdeithasol, datblygiad emosiynol ac annibyniaeth.

Yn galonogol, dangosodd y prosiect welliannau cadarnhaol i lawer o blant a rhieni, gan ddangos gwerth cefnogaeth gynnar, wedi'i thargedu a gweithio mewn partneriaeth gref. Tynnodd y canfyddiadau sylw hefyd at gydnabyddiaeth gyffredin bod parodrwydd ar gyfer yr ysgol yn ymwneud â llawer mwy na sgiliau academiaidd yn unig.

Mae'r adroddiad yn argymhell cryfhau cydweithio amlasiantaethol, datblygu dealltwriaeth gyffredin o barodrwydd ysgol ar draws gwasanaethau, ac adeiladu ar arfer effeithiol ledled Gwent. Mae partneriaid bellach yn cydweithio i fwrw ymlaen â'r argymhellion hyn a gwella canlyniadau i blant a theuluoedd ledled y rhanbarth.

Eisiau gwybod mwy? Cadwch lygad am yr Adroddiad Gwerthuso llawn ar Barod i Ddysgu, Barod i Dyfu!



## Start Strong

Yn ein e-gylchlythyr Gwanwyn 2026, soniasom am sefydliad newydd ledled y DU o'r enw **Start Strong** sy'n canolbwyntio ar sicrhau bod gan **bob babi a phlentyn ifanc y cyfle i ffynnu, waeth beth fo'r amgylchiadau y cânt eu geni iddynt.**

Ers hynny, mae Start Strong wedi creu 👉 **strategaeth ddeng mlynedd** sy'n canolbwyntio ar dri uchelgais: newid y sgwrs am blentyndod cynnar, adeiladu mudiad eang dros newid a chefnogi llywodraethau i gymryd camau beiddgar, hirdymor.

Fel ymarferwyr ymroddedig, ar draws y sector blynyddoedd cynnar, rydych chi'n gweithio'n ddiflino bob dydd i gefnogi babanod, plant a theuluoedd, gan wneud gwahaniaeth gwirioneddol a pharhaol yn eu cymunedau.

Mae Start Strong yn datblygu Gweledigaeth Genedlaethol newydd sy'n cyfuno gwahanol fewnwelediadau a thystiolaeth i greu gweledigaeth a blaenoriaethau sy'n adlewyrchu'r hyn sydd ei angen ar fabanod a phlant i ffynnu a'r math o gymdeithas y mae pobl eisiau ei hadeiladu.

Rydym yn annog trigolion Gwent i ddweud eu dweud drwy gymryd rhan yn eu harolwg.

👉 **Dywedwch eich dweud.** Dylai babanod, plant a phobl ifanc hefyd fod yn rhan o'r sgwrs. Gallwch ddod o hyd i becyn 👉 **gweithgareddau ar-lein** i'ch helpu i wrando ar eu syniadau a'u profiadau a'u cofnodi.

**Mae pob plentyn yn bwysig ond nid yw pob plentyn yn cael dechrau teg.**

# Mae Brechiadau'n Achub Bywydau

Gall y fflw fod yn salwch difrifol ac mae'n lledaenu'n hawdd yn ystod misoedd y gaeaf. Sicrhau bod ein cymunedau wedi'u brechu yw'r ffordd orau o helpu i amddiffyn eich hun a'r rhai o'ch cwrpas rhag mynd yn sâl iawn. Darllenwch fwy am 🤝 [Brechiadau fflw](#)

Ar draws 🤝 [Gwent yn 2025/2026](#), roedd y nifer a gymerodd y brechlyn fflw yn:



Mae'r bwlch mwyaf yn y nifer sy'n cael brechlyn fflw ymhlith plant 2 a 3 oed, gyda phlant mewn ardaloedd mwy difreintiedig yn llai tebygol o gael eu brechu.

## Mae pob sgwrs yn cyfrif.

Drwy siarad â theuluoedd am fanteision brechu'r fflw, mynd i'r afael â phryderon a'u cyfeirio at wasanaethau lleol, gallwch helpu i gynyddu'r nifer sy'n cael brechiad, lleihau anghydraddoldebau a rhoi'r amddiffyniad sydd ei angen ar fwy o blant y gaeaf hwn.

Cymerwch olwg ar y 🤝 [Pecyn Cymorth Cyfathrebu Brechlynnau Fflw](#) ar gyfer meithrinfeydd ac ysgolion i helpu i arwain sut allwch chi gyfleu'r neges hon gyda theuluoedd.



## Cyngor Byr ar Frechu

Yn ogystal â'r pecyn cymorth uchod, mae yna sesiwn hyfforddi ryngweithiol am ddim hefyd i chi feithrin eich hyder wrth drafod brechiadau gyda theuluoedd.

Mae'r sesiwn yn trafod manteision brechu, yn mynd i'r afael â phryderon cyffredin a chwalu mythau, ac yn darparu sgiliau ymarferol ar gyfer sgysiau cefnogol, sy'n seiliedig ar dystiolaeth, i helpu i wella'r nifer sy'n cael brechlynnau a lleihau anghydraddoldebau ledled Gwent. Am ragor o wybodaeth neu i archebu lle, cysylltwch â

🤝 [ABB.HealthProtection@wales.nhs.uk](mailto:ABB.HealthProtection@wales.nhs.uk)

## Nodyn Atgoffa Pwysig i Fenywod Beichiog



Anogir menywod beichiog yn gryf i gael eu brechlyn fflw, gan y gall y fflw fod yn fwy difrifol yn ystod beichiogrwydd a gall gynyddu'r risg o gymhlethdodau i'r fam a'r babi. Mae menywod beichiog hefyd yn gymwys i gael brechiadau RSV a'r pas (Pertussis).

Am ragor o wybodaeth am frechiadau fflw, cymhwysedd a sut i gael eich brechu, ewch i: 🤝 [Brechiadau Fflw](#)

# Cylchlythyr Chwarterol Cymuned Ymarfer y Dechrau Gorau mewn Bywyd **Gwent**



Rhifyn yr Hydref 2026

## I Ddod: Gweminarau'r Dechrau Gorau mewn Bywyd

Rydym wrth ein bodd yn eich gwahodd i'n gwe-seminarau 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 fyfyrto 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 .... yn cefnogi pob babi a phlentyn, yng Ngwent, i gael y Dechrau Gorau mewn Bywyd.**

## 🗣️ Deall Fframwaith NEST/NYTH a Hawliau Plant

📅 11 Tachwedd 2026 | ⌚ 10:00am

🎤 Darparwyd gan: Rebecca Stanton | Arweinydd Trawsnewid Plant a Theuluoedd Rhanbarthol ac Arweinydd NEST/NYTH ar gyfer Gwent | **ABUHB**

👉 Cofrestrwch **YMA!**

## 👉 CADWCH Y DYDDIAD

📅 13 Ionawr 2027 | ⌚ 10:00am

🎤 Wedi'i gyflwyno gan: I'w gadarnhau

👉 Cofrestrwch **YMA!**

📺 Colli sesiwn? Daliwch i fyny â gweminarau blaenorol ar ein sianel **YouTube bwrpasol** **BSiL CoP.**



## Ymunwch â'r Gymuned

Dewch yn aelod drwy lenwi ein **ffurflen aelodaeth** yma!

## Cyfrannwch at E-Gylchlythyrau yn y dyfodol

Oes gennych chi adnoddau, mewnwelediadau neu arfer da i'w rhannu? Anfonwch eich cynnwys atom ni drwy ein **ffurflen ar-lein** yma!

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.

