



Uwchgynhadledd Pwysau Iach Blynyddol CTM 2024 Adroddiad Cryno

Cynnwys

Tudalen 1

Tudalen 2

Tudalennau 3-6

Tudalennau 7-8

Page 9

Tudalen 10

Trosolwg digwyddiad

Marchnad Digwyddiadau

Uchafbwyntiau'r Gweithdy

Pytiau Seminar

Beth rydyn ni wedi'i ddysgu

Y camau nesaf



Uwchgynhadledd Pwysau Iach Blynyddol CTM 2024

Ym mis Mai 2024, ymgasglodd cyfanswm o 54 o randdeiliaid o'r system bwysau iach ar gyfer yr uwchgynhadledd pwysau iach flynyddol i ddathlu eu llwyddiannau ar y cyd, rhoi adborth ar gynnydd y flwyddyn, a sefydlu nodau sydd wedi cael eu rhannu ar gyfer newid system.

Wedi'i gynnal ym Mhrifysgol De Cymru, denodd y digwyddiad gyfranogiad sylweddol gan randdeiliaid allweddol yn y system. Roedd yr agenda yn canolbwyntio ar feysydd blaenoriaeth a chafodd eu nodi yn flaenorol, gan gynnwys mynediad at fwyd fforddiadwy o ansawdd uchel a mynediad i fannau awyr agored a chludiant gweithredol.

Roedd cyfranogwyr yn gwerthfawrogi'r cyfleoedd rhwydweithio a oedd ar gael drwy gydol y dydd ac archwilio'r prosiectau amrywiol a chafodd eu harddangos yn y farchnad digwyddiadau. Gellir gweld rhestr o'r rhai a fynychodd y farchnad ar y dudalen ganlynol.

Prif Siaradwyr

Paul Mears, BIPCTM, PrifSwyddog Gweithredol



Philip Daniels, BIPCTM, Cyfarwyddwr Gweithredol Iechyd Cyhoeddus



Sophia Bird, Iechyd Cyhoeddus Cymru, Prif Ymarferydd Iechyd



Claire Turbutt, BIPCTM, Prif Arweinydd Pwysau Iach



Overview

- Building relationships across the system
- Finding ways to work together
- Consistent language
- Shared understanding
- Shared priorities
- Shared actions



Ysgolion sy'n Hyrwyddo Iechyd BIPCTM
PIPYN Merthyr
Partneriaeth Bwyd Cynaliadwy CBSRhCT
Partneriaeth Bwyd Cynaliadwy CBSP
Chwarae Cymru
Cymdeithas Tai Merthyr Tudful
Gwneud i Bob Cyswllt Gyfrif (MECC)
Grow Rhondda
Perthnasoedd rhwng Rhieni a Babanod a Llais Babanod a
Phlant Bach BIPCTM
Strategaeth CTM2030



“

Roedd y lle hwn yn ddefnyddiol i gynrychiolwyr rwydweithio a darganfod beth oedd yn digwydd mewn ardaloedd eraill

”

“

Cynrychiolwyr sy'n gysylltiedig ag unigolion na fydden nhw fel arfer yn ymgysylltu neu'n cydweithio â nhw.

”

Uchafbwyntiau o Weithdy 1 Llunio ein Hamgylchedd Bwyd

Claire Turbutt - Prif Ymarferydd
Helen Walters - Uwch Ymarferydd



Beth mae'r term 'Amgylchedd Bwyd' yn ei olygu i'n rhanddeiliaid -



Beth allai helpu i lunio ein hamgylchedd bwyd er gwell ar draws CTM? Cafodd awgrymiadau lleol a chenedlaethol eu rhannu. Gall CTM roi adborth ar awgrymiadau ar lefel genedlaethol.

Mwy o gyllid gan Lywodraeth Cymru
Mwy o gyflenwyr Cymreig
Creu strategaethau i leihau gwastraff bwyd - sy'n gysylltiedig â banciau bwyd, ysgolion, gweithgynhyrchwyr bwyd lleol
Deall ymddygiadau prynu ar draws CTM
Cynyddu mannau tyfu
Lleihau gweithio seilo
Gwella cyfathrebu ar draws yr amgylchedd bwyd
Gostyngiad yng nghost cynnyrch lleol

Beth arall y gellid ei ystyried?

Mwy o wrando ar gymunedau
Adolygiad o'r cynnig bwyd o amgylch ysgolion
Adolygiad o feintiau dognau mewn Ysgolion Cynradd
Adolygiad o gyfreithiau caffael gan gynnwys bwyd a gyflenwir i ysgolion
Cynyddu sgiliau a gwybodaeth ar gyfer staff yr ysgol
Adolygu cyfleoedd ar gyfer gwasanaethau rheoleiddio - Safonau Masnach ac Amgylcheddol
Iechyd i hwyluso trafodaethau Opsiwn Iach mewn arolygiadau bwyd

Pwy sydd angen cymryd rhan ar lefel leol?



Uchafbwyntiau o Weithdy 2

Gweithdy tai fel penderfynydd iechyd

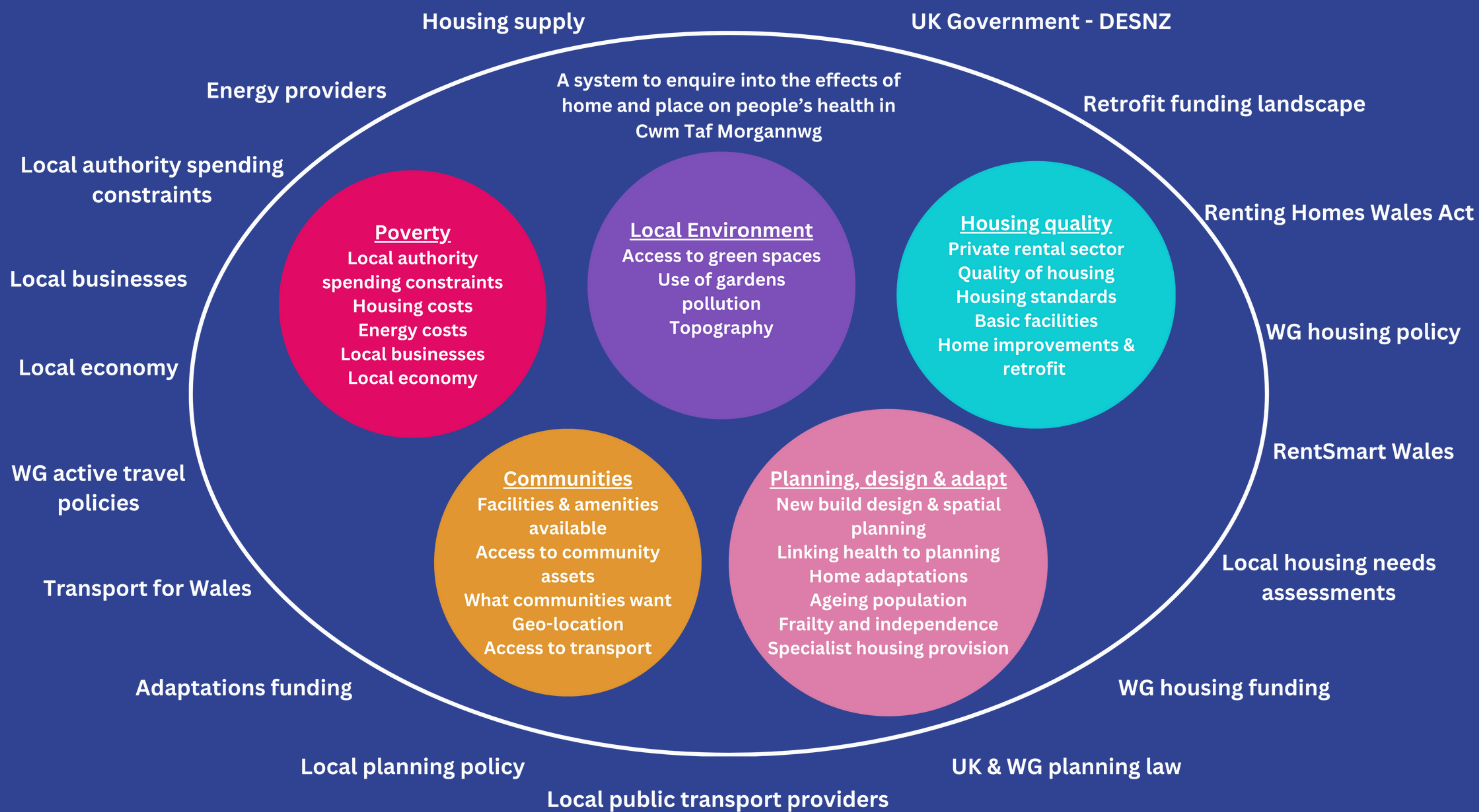
Beth Underwood

Rheolwr Rhaglen Arloesi Tai Iechyd



Pa effaith y mae tai yn ei chael ar iechyd pobl ar draws CTM nawr ac yn y dyfodol?

Cafodd pum is-system glir (ardaloedd) eu nodi fel yn Ffigur 1 isod. Gan gynnwys tlodi, ansawdd tai, cynllunio a dylunio, y gymuned ei hun a'r amgylchedd lleol.



Beth sydd angen ei ddylanwadu yn y meysydd hyn i yrru gwelliannau?

Y tu allan i'r cylch yn ffigur 1, cafodd ardaloedd lleol a chenedlaethol eu nodi, fel rhanddeiliaid allweddol a mesurau polisi ac ariannu presennol.



Uchafbwyntiau Gweithdy 3

1000 Diwrnod Cyntaf Babanod - i roi dechrau deg i bob plentyn sy'n cael eu geni yn CTM



Julie Powell-Jones - Rheolwr Prosiect Perthnasoedd Rhieni Babanod
Clare Shears - Uwch Nyrs BIPCTM

Beth rydyn ni'n ei wybod am y 1000 diwrnod cyntaf babanod?

Pwysigrwydd hanfodol bwydo babanod wrth gefnogi perthynas ddiogel rhwng rhieni a babanod wrth fagu plant yn gynnar.

Mae'r 1000 diwrnod cyntaf, o feichiogrwydd, yn gyfnod o dwf unigryw cyflym.

Mae ymennydd babanod yn fwyaf 'plastig' neu'n addasadwy yn y cyfnod hwn gan fod miliynau lawer o gysylltiadau niwral yn cael eu gwneud ac yna'n cael eu tocio, ac mae pensaerniaeth yr ymennydd yn cael ei ddatblygu. Mae babanod ifanc angen oedolion sensitif ac ymatebol i'w helpu i ddod ag emosiynau anodd o dan reolaeth. Mae ymatebion rhieni yn siapio sut mae babanod yn profi eu hemosiynau a sut maen nhw'n dysgu rheoleiddio a mynegi'r emosiynau hyn.

Mae perthnasoedd cynnar yn gosod templed ar gyfer sut mae babanod yn dechrau meddwl amdany'n nhw eu hunain ac eraill. Mae perthnasoedd cynnar yn hanfodol i iechyd meddwl babanod.



Sut y gallwn ni fel system ysgogi ein pŵer a'n dylanwad yn ystod y cyfnod hollbwysig hwn i feithrin y canlyniadau gorau posibl ar gyfer cenedlaethau'r dyfodol o CTM?

“ Mae angen i ni arwain newid mewn diwylliant bwydo ar y fron gan gynnwys dychwelyd i'r gwaith, teuluoedd yn teimlo'n ddiogel i fwydo ar y fron yn gyhoeddus mewn canolfannau chwaraeon, siopau, caffis, bwytai, trafndiaeth gyhoeddus ac ati. ”

“ Mae gweithio gyda'r Awdurdod Lleol i addysgu staff a gofalwyr maeth a'r rhai sy'n gweithio gyda theuluoedd yn bwysig. ”

“ Rydym am arwain newid mewn ymarfer fel nad oes gan ardaloedd gofal cartref mewn meithrinfeydd a grwpiau chwarae boteli a dymis i fwydo doliau. Mae llyfrau plant ar fwydo ar y fron yn yr ystafell ddosbarth. ”

“ Rydym am i'r Cynllun Croesawu Bwydo ar y Fron gael ei weld mewn Awdurdodau Lleol ar draws BIPCTM ”

“ Mae angen i ni normaleiddio'r diwylliant o amgylch bwydo ar y fron a wir cefnogi bwydo ar y fron. ”

“ Rydym eisiau Canolfannau Chwarae Plant ar draws y bwrdd iechyd i gael Safonau'r Ganolfan Blant fel rhan o'r Fenter Cyfeillgar i Fabanod. ”

“ Mae angen i ni chwalu'r mythau am fwydo ar y fron ac ymddygiad arferol babanod ”

Pytiau seminarau - Cymerodd y cynrychiolwyr ran mewn cyflwyniadau ar brosiectau diweddar

Seminar 1

Cynllunio ac Iechyd yn ymarferol

Cafodd tua 5,000 o ymatebion eu derbyn o ymgynghoriad diweddaraf Cynllun Datblygu Lleol CBSRCT

Mae mwy o ddiddordeb mewn ymatebion ar yr angen am fwy o fannau tyfu a gwyrdd. Cafodd sylwadau hefyd eu cymryd ar siopau tecawê o amgylch ysgolion



Seminar 2

Datblygu Siarter Teithio Iach

Nod Siarter Teithio Iach CTM yw annog sefydliadau i gefnogi eu staff i deithio'n gynaliadwy. Cafodd rhai pryderon eu codi ynghylch trafndiaeth gyhoeddus a'r cysylltiadau cyfyngedig mewn ardaloedd penodol ar draws CTM. Mae hyn yn debyg i'r adborth cymunedol a chafodd ei nodi ynghylch trafndiaeth gyhoeddus.



Seminar 3

PIPYN Merthyr 1 flwyddyn yn ddiweddarach

Cyflwynwyd amrywiaeth o ganlyniadau cadarnhaol a dysgu o'r rhaglen PIPYN. Clywodd y cynrychiolwyr am yr ymgysylltu â theuluoedd ac ysgolion ynghylch diet a bwyd teuluol, amser bwyd teuluol, amser sgrin a bod yn actif fel teuluoedd.



Seminar 4

Cymdeithas Tai Merthyr

Rhannu canfyddiadau o ymarfer gwrando diweddar gyda'u tenantiaid. Cafodd tenantiaid eu gofyn sut brofiad oedd byw ym Merthyr a sut y bydden nhw'n newid pe bai ganddyn nhw'r pŵer. Dywedodd y tenantiaid y byddan nhw'n gwella cysylltiadau trafniadaeth, yn cynyddu manau chwarae fforddiadwy a gerddi cymunedol, yn cael strydoedd glanach a mwy diogel ac yn creu trefi bywiog. Sefydlwyd grŵp 'Wombles' i arbrofi gyda chasglu sbwriel o amgylch ystadau. Bydd arbrofion pellach o'r dysgu hwn yn cael eu gwneud a bydd lleisiau cymunedol yn cael eu rhannu ar draws y system.



Seminar 5

Chwarae Cymru

Cyflwynodd Chwarae Cymru ar bwysigrwydd chwarae ynghyd â'r cyd-destun polisi sy'n ymwneud â hawl plentyn i chwarae a chael amser hamdden. Cafodd canfyddiadau prosiect 'Aros a Chwarae' eu rhannu yn ddiweddar. Gwelodd y prosiect 3 ysgol yn agor tiroedd ar ôl ysgol i blant a theuluoedd aros a chwarae. Cafodd offer a rhywfaint o gefnogaeth gan staff eu darparu. Roedd rhieni yn gwerthfawrogi'r amser gyda'r plant a hefyd gyda chyfoedion a gweithwyr proffesiynol. Roedd y plant yn gyffrous i fod yn bresennol ar gyfer y prosiect 6 wythnos ac roedden nhw am iddo barhau. Mae Chwarae Cymru hefyd yn gweithio gyda'r Bwrdd Iechyd yn adolygu'r chwarae yn narpariaeth ysbytai.

Seminar 6

Ail-lunio HENRY yn CTM

Rhoddodd cydlynnydd rhaglen BIPCTM HENRY ddiweddariad ar yr adolygiad diweddar o HENRY a'r argymhellion ar gyfer rhaglenni magu plant yn y dyfodol, ynghyd â'r camau nesaf yn y broses ail-lunio. O'r broses hon rydym wedi dysgu bod rhai agweddau y mae angen i rieni gefnogi eu rôl fel arferion, gwybodaeth diddyfnu, cefnogaeth grŵp a sicrwydd a gwybodaeth am ddewisiadau bwyd. Bydd sgysiau gyda theuluoedd yn parhau i ddeall beth yw'r angen ar draws tair ardal yr awdurdod lleol i gefnogi gwên gyda magu plant ar ôl hynny.



Beth rydyn ni'n ei ddysgu



Beth oedd y cynrychiolwyr yn ei fwynhau am y digwyddiad?

Cyfle i rwydweithio
Opsiw'n cinio
Cyflwyniadau a chynnwys y gweithdai
Cyfleoedd i ddysgu am lawer o brosiectau gwahanol
Mynychodd ystod eang o bartneriaid
Cyfle i gyfrannu
Sgyrsiau gonest a heriol

Beth y mae angen i ni ei wella

Sicrhau presenoldeb gan gyrff mwy statudol fel yr Heddlu, Tân, Trafnidiaeth, Ysgolion
Cynnwys profiadau byw teuluoedd a defnyddwyr gwasanaeth Mwy o gyfleoedd i ryngweithio â chynadledwyr

Addewidion



Cafodd cynrychiolwyr eu gofyn i wneud addewid i gefnogi'r gwaith dull system gyfan. Nodir detholiad o addewidion isod -

Cefnogaeth drwy ein blaenoriaethau lleoedd bwyd cynaliadwy, cymaint â phosibl, cyhyd ag y bo modd

Cysylltu grwpiau i rannu a hyrwyddo rhannu gwybodaeth

Cynyddu lle tyfu (rhandiroedd a pherllannau) ym Merthyr Tudful

Trafod Gwobr Opsiynau Iach gyda busnesau cyn gynted â phosibl

Parhau i hyrwyddo bwyd iach, cyfleoedd ffordd iach o fyw ar draws ysgolion ac o fewn teuluoedd

Sicrhau bod CTM fel sefydliad iechyd yn manteisio ar bob cyfle i flaenoriaethu'r agenda pwysau iach



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Cwm Taf Morgannwg
University Health Board

CTM 2030

Ein Hiechyd
Ein Dyfodol

DATBLYGU CYMUNEDAU
IACHACH GYDA'N GILYDD



CTM 2030

Our Health
Our Future

BUILDING HEALTHIER
COMMUNITIES TOGETHER

CREU
IECHYD



CREATING
HEALTH

GWELLA
GOFAL



IMPROVING
CARE

YSBRYDOLI
POBL



INSPIRING
PEOPLE

CYNNAL EIN
DYFODOL



SUSTAINING
OUR FUTURE

- Datblygu a chytuno ar gynllun gweithredu ar y cyd sy'n ystyried y cyfleoedd mwyaf ar gyfer newid system cynaliadwy, hirdymor ar draws CTM
- Creu grŵp optimeiddio systemau i ddal ein gilydd yn atebol am ein gweithredoedd yn yr Agwedd System Gyfan a chynnal y cyfarfod ar-lein cyntaf erbyn diwedd 2024
- Datblygu a gweithredu strategaeth gyfathrebu ac ymgysylltu Dechrau dal effeithiau cryfach y gwaith hwn
- Coladu a rhannu'r dysgu a'r effeithiau rydym eisoes yn eu gweld yn y gwaith hwn

Cysylltu ag eraill



Mae'r Agwedd System Gyfan tuag at Rwydwaith Rhanddeiliaid Pwysau Iach yn rhoi gwybod i randdeiliaid ac yn ymgysylltu trwy:

- uno sgysiau ar draws y system i gefnogi'r dull system gyfan
- rhoi gwybod i gydweithwyr am sut i gyrraedd ei gilydd, ac annog cydweithio
- nodi sefydliadau sy'n ymwneud â'r Agwedd System Gyfan ac ymgysylltu â nhw
- Darparu llwybrau cyfathrebu a chyfleoedd i sefydliadau nad ydyn nhw'n gweithio gyda'i gilydd mewn mannau eraill

Byddwn yn cysylltu â chi ar:

- rhannu ein dysgu a chydweithio i ddeall beth yr ydym yn ei glywed gan ein cymuned a beth y mae hynny'n ei ddweud wrthym am CTM
- Cynnydd ar raglenni gwaith penodol a phrosiectau sy'n cyfrannu at yr Agwedd System Gyfan (er enghraifft cytundebau rhannu data neu arolygon)
- Rhannu gwybodaeth am bynciau perthnasol
- Hysbysebu digwyddiadau neu gyfarfodydd y gallai fod gennych ddiddordeb ynddyn nhw
- Hwyluso grwpiau'n arbennig i ymgorffori cylchoedd dysgu
- Codi proffil data iechyd cyhoeddus, cyfleoedd cyllido, ymgynghoriadau ac unrhyw ddiweddariadau/adroddiadau perthnasol gan sefydliadau eraill (er enghraifft Llywodraeth Cymru, Iechyd Cyhoeddus Cymru, Rhwydwaith Iechyd Cyhoeddus Cymru)
- Os hoffech ymuno â ni, e-bostiwch eich diddordeb i:
- CTMhealthy.weight@wales.nhs.uk

