Y Gyfres Camau Cynaliadwy

Helpu ein staff i wneud Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol yn realiti cadarnhaol

Creu Gweithleoedd Cynhwysol

Mae gan bob un ohonom ni yn Iechyd Cyhoeddus Cymru ran i'w chwarae er mwyn gwireddu Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol, yn ogystal â sicrhau mai '*ni yw'r newid*' ar gyfer y Gymru a garem ar gyfer y genhedlaeth bresennol a chenedlaethau'r dyfodol. Mae ein gweithredoedd heddiw eisoes yn effeithio ar yfory; gadewch i ni wneud yn siŵr bod yr effeithiau hynny'n rhai *cadarnhaol!*

Ni yw'r Newid

Be the Change

Cyflwyniad
Cyfrannu at nodau llesiant Cymru
Camau cynaliadwy
Camau cynaliadwy yn parhau
Astudiaethau achos staff sy'n 'Weithredwyr'
Y ddeddfwriaeth / polisi
Eisiau dysgu mwy?
Ymunwch â'r sgwrs

Cyflwyniad

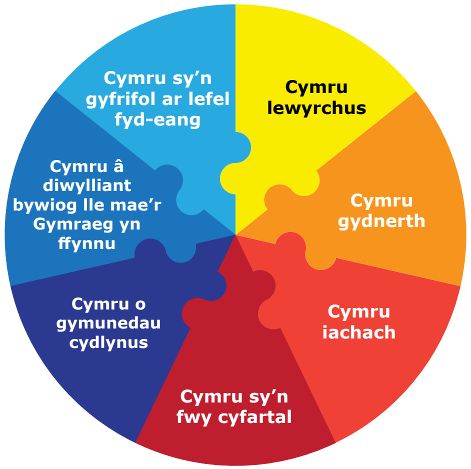
Mae Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol yn ei gwneud yn ofynnol i Iechyd Cyhoeddus Cymru, a 43 o gyrff cyhoeddus eraill yng Nghymru:

- wneud penderfyniadau sy'n addas ar gyfer y dyfodol
- gweithio'n well gyda phobl a chymunedau a gyda'i gilydd
- helpu i fynd i'r afael â phroblemau fel tlodi, anghydraddoldebau iechyd a newid hinsawdd a'u lliniaru

Cyflwyniad
Cyfrannu at nodau llesiant Cymru
Camau cynaliadwy
Camau cynaliadwy yn parhau
Astudiaethau achos staff sy'n 'Weithredwyr'
Y ddeddfwriaeth / polisi
Eisiau dysgu mwy?
Ymunwch â'r sgwrs

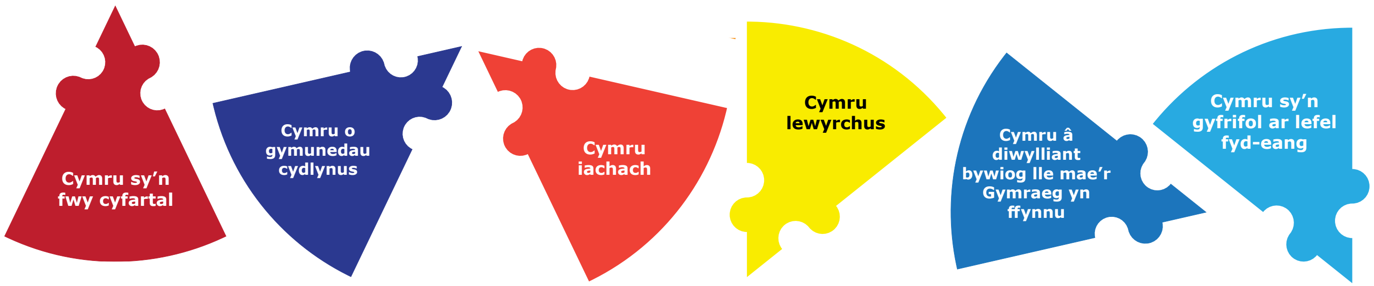
Cyfrannu at nodau llesiant Cymru

Mae'r Ddeddf wedi cyflwyno saith nod llesiant er mwyn sicrhau'r canlyniadau rydyn ni am eu gweld yng Nghymru.



Rhaid i Iechyd Cyhoeddus Cymru gyfrannu at gyflawni pob un o'r nodau hyn.

Mae'r camau cynaliadwy tuag at greu gweithleoedd cynhwysol yn y canllaw hwn yn cefnogi nodau llesiant Cymru ar gyfer...



Cyflwyniad
Cyfrannu at nodau llesiant Cymru
Camau cynaliadwy
Camau cynaliadwy yn parhau
Astudiaethau achos staff sy'n 'Weithredwyr'
Y ddeddfwriaeth / polisi
Eisiau dysgu mwy?
Ymunwch â'r sgwrs

Camau cynaliadwy

Mae 'Creu Gweithleoedd Cynaliadwy' yn amlygu rhai o'r ffyrdd ymarferol y gallwn gyfrannu at nodau llesiant Cymru trwy helpu i greu 'Cymru sy'n fwy cyfartal', sy'n galluogi pobl i gyflawni eu potensial, ni waeth beth yw eu cefndir neu eu hamgylchiadau.

Mae rhai o'r camau cynaliadwy hyn yn ein herio i feddwl sut y gall ein diwylliant gwaith effeithio ar bobl eraill, ac mae eraill sy'n sôn am sut gallwn greu effaith mor gadarnhaol â phosibl, a lleihau anghydraddoldebau.

- Cefnogwch ddigwyddiadau codi ymwybyddiaeth ar gyfer grwpiau â nodweddion gwarchodedig, e.e. cymryd rhan yn yr ymgyrch 'Ymwybyddiaeth o Namau ar y Synhwyrau - Gwneud Synnwyr' (Tachwedd) neu fynd i sesiynau 'dysgu dros ginio' ar thema cydraddoldeb, neu drefnu digwyddiad tîm i ddathlu Diwrnodau Rhyngwladol fel Diwrnod Rhyngwladol y Menywod (8 Mawrth)
- Wrth drefnu cyfarfodydd/digwyddiadau, sicrhewch fod y lleoliad yn hygyrch i bawb sy'n dymuno mynychu. Mae canllawiau ar gael yn Ni yw'r Newid: Cynaliadwyedd ar yr Agenda
- Cyn digwyddiadau, gofynnwch i'r mynychwyr a oes gofynion mynediad neu ddietegol ganddyn nhw i'ch helpu i gynllunio
- Newidiwch gynnyrch eich clwb te a choffi i gynnyrch Masnach Deg
- Holwch am bolisïau amrywiaeth a chynhwysiant eich sefydliad ac unrhyw gwpiau cymorth, neu sefydlwch un. Dewch yn Hyrwyddwr Cydraddoldeb. Bydd gan eich sefydliad dudalenau ar Amrywiaeth a Chynhwysiant ar y Fewnrwyd, neu yn llawlyfr y staff. Cymerwch ran yn yr Wythnos Genedlaethol Cynhwysiant - Cyflogwyr Cynhwysol - Cynhwysiant ac Amrywiaeth

Cyflwyniad
Cyfrannu at nodau llesiant Cymru
Camau cynaliadwy
Camau cynaliadwy yn parhau
Astudiaethau achos staff sy'n 'Weithredwyr'
Y ddeddfwriaeth / polisi
Eisiau dysgu mwy?
Ymunwch â'r sgwrs

Camau cynaliadwy

- Os ydych chi'n gweithio mewn gwasanaeth sy'n ymdrin â'r cyhoedd, beth am ystyried gweithio gyda sefydliad o'r trydydd sector sy'n cefnogi grwpiau heb gynrychiolaeth ddigonol (e.e. RNIB) i wneud archwiliad i weld a allwch chi wneud unrhyw newidiadau i wella profiad defnyddwyr y gwasanaeth
- Os bydd eich tîm yn cael diwrnod/hanner diwrnod cwrdd i ffwrdd, beth am drefnu iddo gynnwys rhywfaint o wirfoddoli, e.e. trwy baentio neu wneud gwaith DIY mewn lloches, didoli rhoddion i sefydliad digartrefedd neu gynorthwyo mewn banc bwyd. Gallwch weld cyfleoedd ar wefan 'Gwirfoddoli Cymru'
- Sicrhewch eich bod yn cwblhau cyrsiau hyfforddi eich sefydliad sy'n ymwneud â chydraddoldeb
- Gall rhai mathau o drefniadau gweithio hyblyg gyfrannu at weithle mwy cynhwysol, e.e. gweithio gartref a rhannu swyddi. Ymchwiliwch i bolisïau trefniadau gweithio hyblyg eich sefydliad
- Edrychwch ar adnoddau eich sefydliad sy'n cefnogi llesiant meddyliol
- Manteisiwch ar gyngor ariannol cyffredinol ar gynilo ac offer cyllido, cyfrifydd prynu cartref, a chyfrifydd costau babi i'ch helpu i gynilo a chynllunio. Efallai y bydd y cyngor hwn ar gael yn eich sefydliad
- Cyfrannwch at elusen er enghraifft drwy ymuno â'r cynllun Pennies from Heaven gyda'ch cyflogwr Sign up Pennies from Heaven

Cyflwyniad
Cyfrannu at nodau llesiant Cymru
Camau cynaliadwy
Camau cynaliadwy yn parhau
Astudiaethau achos staff sy'n 'Weithredwyr'
Y ddeddfwriaeth / polisi
Eisiau dysgu mwy?
Ymunwch â'r sgwrs

Astudiaethau achos staff sy'n 'Weithredwyr'

Rhwydwaith 'Enfys'

Mae'r rhwydwaith yn galluogi staff LHDT+ a chynghreiriaid i ddod ynghyd i rannu gwybodaeth a chymorth. Trwy ddangos presenoldeb LHDT+ yn Iechyd Cyhoeddus Cymru, mae'n sicrhau ein bod yn cynnal amgylchedd cyfforddus, parchus, amrywiol a chwbl gynhwysol lle y gall bob un ohonom gyflawni ein potensial heb ofni gwahaniaethu.

Mae'r rhwydwaith yn cwrdd yn ffurfiol bedair gwaith y flwyddyn, fel arfer o gwmpas amser cinio yn Rhif 2 Capital Quarter a thrwy gyfleuster fideo-gynadledda ledled Cymru, i drafod cynnydd a busnes y rhwydwaith.

Rydym yn gweithio gyda rhwydweithiau staff eraill i gydweithio ar feysydd fel rhywedd, hil ac anabledd. Rydym yn annog ac yn croesawu awgrymiadau ar gyfer dyddiadau'r rhwydwaith yn y dyfodol a byddem yn gwerthfawrogi eich cyfraniad i lywio dyfodol y grŵp. Rydym yn estyn croeso cynnes i'n holl gydweithwyr LHDT+ i'r rhwydwaith.

Diolch i Richard Thomas am y crynodeb hwn.

Cyflwyniad
Cyfrannu at nodau llesiant Cymru
Camau cynaliadwy
Camau cynaliadwy yn parhau
Astudiaethau achos staff sy’n ‘Weithredwyr’
Y ddeddfwriaeth / polisi
Eisiau dysgu mwy?
Ymunwch â’r sgwrs

Astudiaethau achos staff sy’n ‘Weithredwyr‘

Rhwydwaith Gofalwyr ‘Rydym yn Gofalu’

Crëwyd Rhwydwaith Gofalwyr (Rydym yn Gofalu) Iechyd Cyhoeddus Cymru er mwyn:

- Darparu cymorth
- Rhannu gwybodaeth a phrofiad
- Helpu i lywio polisïau a gweithdrefnau’r sefydliad er mwyn cynrychioli anghenion gofalwyr
- Lleddfu’r teimlad o ynysigrwydd

Mae’r grŵp hwn ar gyfer gweithwyr sydd â chyfrifoldebau gofalu, ac mae’n croesawu aelodau o staff sy’n dymuno cefnogi cydweithwyr sy’n ofalwyr.

Cawsom ein cyflwyno i’n gilydd gan gydweithiwr oedd yn gwybod bod y ddau ohonom yn gofalu am riant gyda dementia. O’r dechrau’n deg, roedd cael sgwrsio â rhywun sy’n deall beth rydym yn ei brofi, cael rhywun i wrando sy’n gallu rhoi ei brofiadau o sefyllfa benodol, a rhywun i gydymdeimlo â chi, yn hynod werthfawr, yn enwedig ar y diwrnodau pan mae rhywun yn teimlo’n isel.

Diolch i Claire Ellis a Jan Mellowship (cyd-sefydlwyr y rhwydwaith) am y crynodeb hwn.

Rydym Yn Gofalu
We Care

Cyflwyniad
Cyfrannu at nodau llesiant Cymru
Camau cynaliadwy
Camau cynaliadwy yn parhau
Astudiaethau achos staff sy'n 'Weithredwyr'
Y ddeddfwriaeth / polisi
Eisiau dysgu mwy?
Ymunwch â'r sgwrs

Y ddeddfwriaeth / polisi

Mae Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 yn defnyddio diffiniad ehangach o gydraddoldeb na Deddf Cydraddoldeb 2010 – sut y gallwn ni sicrhau bod pawb yn cael cyfle i ffynnu, ni waeth beth yw eu cefndir neu statws economaidd-gymdeithasol?

Mae'r adroddiad gan y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol, 'A yw Cymru'n Decach? (2018)', yn dangos bod rhai mathau o anghydraddoldeb yn ehangu, yn enwedig ar gyfer pobl a effeithir gan dlodi.

Er enghraifft:

- Mae bwlch disgwyliad oes o wyth mlynedd rhwng dynion yn yr ardaloedd â'r amddifadedd lleiaf a'r rhai yn yr ardaloedd â'r amddifadedd mwyaf yng Nghymru (82.5 mlynedd i 73.6 mlynedd)
- Mae'r gyfradd gyflogaeth ymysg pobl nad oes ganddynt anabledd (73.4%) dros ddwywaith yn fwy na'r gyfradd ar gyfer pobl anabl (34.6%)
- Ynghyd â'r bwlch cyflog rhwng y rhywiau, mae bylchau cyflog o ran hil ac anabledd yn parhau
- Adroddodd 70% o famau eu bod nhw wedi cael profiad negyddol neu wahaniaethol yn ystod eu beichiogrwydd, eu habsenoldeb mamolaeth neu ar ôl dychwelyd o'u habsenoldeb mamolaeth

Cyflwyniad
Cyfrannu at nodau llesiant Cymru
Camau cynaliadwy
Camau cynaliadwy yn parhau
Astudiaethau achos staff sy'n 'Weithredwyr'
Y ddeddfwriaeth / polisi
Eisiau dysgu mwy?
Ymunwch â'r sgwrs

Eisiau dysgu mwy?

Mae'r canllaw '*ni yw'r newid*' hwn yn rhan o'r '*gyfres camau cynaliadwy*' sy'n helpu staff i feddwl am y pum ffordd o weithio a chyfrannu at nodau llesiant Cymru.

Os hoffech chi ragor o wybodaeth am deithio llesol a chynaliadwy gan gynnwys awgrymu syniadau neu ofyn am gyngor, cysylltwch â'r Hwb Iechyd a Chynaliadwyedd: publichealth.sustainability@wales.nhs.uk

Cyflwyniad
Cyfrannu at nodau llesiant Cymru
Camau cynaliadwy
Camau cynaliadwy yn parhau
Astudiaethau achos staff sy'n 'Weithredwyr'
Y ddeddfwriaeth / polisi
Eisiau dysgu mwy?
Ymunwch â'r sgwrs

Ymunwch â'r sgwrs

Hoffem i chi rannu eich gweithredoedd unigol tuag at gyflawni nodau llesiant Cymru. Gallwch ymuno â'r sgwrs ar Twitter gan ddefnyddio'r hashnod #PHWWFG, neu gallwch anfon e-bost i'r Hwb Iechyd a Chynaliadwyedd: publichealth.sustainability@wales.nhs.uk

Hoffem glywed hefyd gan gydweithwyr sydd â diddordeb mewn i helpu i ddatblygu rhagor o ganllawiau '*ni yw'r newid*'.