



Eich llais mewn iechyd | Your voice in health
a gofal cymdeithasol | and social care

Blwyddyn o Wrando: Adroddiad Llais Caerdydd a'r Fro 2023-2024



Ebrill 2024

FFORMATAU HYGYRCH

Mae'r adroddiad hwn hefyd ar gael yn Saesneg.

Os hoffech gael y cyhoeddiad hwn mewn fformat a/neu iaith arall, cysylltwch â ni.

Gallwch ei lawrlwytho o'n gwefan neu ofyn am gopi trwy gysylltu â'n swyddfa.

CYNNWYS

Ynglŷn â Llais, Rhanbarth Caerdydd a Bro Morgannwg.....	4
Cefndir.....	5
Lle rydyn ni wedi bod	6
Ein blaenoriaethau.....	18
Sut rydym yn cyfrannu at y Blaenoriaethau Cenedlaethol.....	21
Eiriolaeth.....	23
Cynrychiolaeth a Newid Gwasanaeth.	24
Gwirfoddolwyr	28
Camu ymlaen.....	29
Diolch.....	30
Manylion cyswllt.....	30
Adborth	30

YNGLŶN Â LLAIS, RHANBARTH CAERDYDD

A BRO MORGANNWG

Mae 7 Rhanbarth Llais yng Nghymru. Mae pob un yn cynrychioli llais “y claf a’r cyhoedd” mewn gwahanol rannau o Gymru. Mae Swyddfa Ranbarthol Caerdydd a Bro Morgannwg (Rhanbarth Caerdydd a’r Fro) yn cwmpasu cymunedau ac unigolion sy’n byw yng Nghaerdydd a Bro Morgannwg.

Ein Staff

Mae ein swyddfa ranbarthol leol yn cynnwys 11 aelod sylweddol o staff. Yn ystod 2023 -2024, gadawodd pedwar aelod o staff Llais oherwydd amgylchiadau amrywiol megis ymddeoliad. Fodd bynnag, roedd ein swyddfa leol hefyd yn gallu recriwtio pedwar aelod newydd o staff drwy gydol y flwyddyn.

Oherwydd capasiti staff, cefnogwyd y tîm hefyd gan nifer o Staff Asiantaeth, y mae rhai ohonynt yn parhau i gefnogi'r tîm a llwyddodd un arall i ddod yn un o'r aelodau staff parhaol newydd.

Ein Hardal

O fewn yr ardal hon, mae’r Gwasanaethau Iechyd a Gofal Cymdeithasol canlynol yn gweithredu:

- Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a’r Fro
- Ymddiriedolaeth GIG Felindre
- Ymddiriedolaeth GIG Prifysgol Gwasanaethau Ambiwlans Cymru
- Awdurdod Lleol Caerdydd
- Awdurdod Lleol Bro Morgannwg

CEFNDIR

Mae poblogaeth Caerdydd a'r Fro tua 505,581. Mae'n ddinas ryngwladol lle siaredir dros 60 o ieithoedd. Y tair brif iaith a siaredir yng Nghaerdydd ar ôl Cymraeg a Saesneg yw Arabeg, Pwyleg a Bengaleg/Bangla. Er mwyn sicrhau ein bod yn clywed gan bobl o bob math o ddemograffeg a chefnidir, rydym yn cadw cofnod o'r holl ddata Cydraddoldeb ac Amrywiaeth a gawn gan y Gwasanaeth Eiriolaeth Cwynion ac wrth ymgymryd ag unrhyw weithgareddau ymgysylltu (Atodiad A).



Fel sefydliad newydd roedd yn bwysig bod gwirfoddolwyr a staff yn ymgysylltu â'r cyhoedd a rhanddeiliaid i roi cyhoeddusrwydd i Llais a'i ddyletswyddau statudol gan sicrhau ein bod yn ymgysylltu â'r grwpiau nas clywir yn aml ar eu GIG a Gofal Cymdeithasol ynghyd â'r hyn sy'n bwysig iddynt.

Er bod yr adroddiad hwn yn ymwneud ag ymgysylltu a'r hyn y mae pobl wedi'i ddweud wrthym, hoffem nodi bod y gwasanaeth eiriolaeth yn cefnogi dros 90 o bobl gyda'u cwynion ffurfiol.



LLE RYDYN NI WEDI BOD

Ers dechrau Llais ar 1 Ebrill 2023, mae Rhanbarth Caerdydd a'r Fro wedi ymgymryd â nifer o weithgareddau ymgysylltu gwahanol er mwyn clywed gan bobl yn ein cymunedau fel y gallwn gynrychioli eu lleisiau i ddarparwyr Iechyd a Gofal Cymdeithasol yn yr ardal.

Ymweld

Ers 1 Ebrill 2023, mae Llais wedi cynnal 14 ymweliad â gwasanaethau gofal iechyd er mwyn casglu safbwyntiau byw a phrofiadau o wasanaethau.

- **Meddyginiaeth drwy'r Geg, Ysbyty Deintyddol y Brifysgol**

Canfyddiadau Allweddol Llais: Er bod cleifion yn ganmoliaethus iawn o'r gofal yr oeddent wedi'i dderbyn yn y clinig a'r effaith gadarnhaol y mae'r driniaeth wedi'i chael ar eu bywydau, roedd yr arwyddion yn yr adran ac o'i chwmpas yn wael ac roedd diffyg lle i barcio ar y safle yn achosi i gleifion ddioddef gorbryder ynghylch y mater. Mewn rhai achosion, achosodd hyn iddynt golli apwyntiadau blaenorol.

Ymateb y Bwrdd Iechyd – Yn Aros am Ymateb.

- **Clinig Imiwnoleg, Ysbyty Athrofaol Cymru**

Canfyddiadau Allweddol Llais: Er bod cleifion yn hapus gyda'r gwasanaeth yr oeddent yn ei dderbyn gan y clinig, dywedwyd wrth wirfoddolwyr fod arwyddion a phosteri yn yr ysbyty ac o'i amgylch yn wael a bod diffyg gwybodaeth a chyfathrebu pan oedd cleifion ar y rhestr aros. Mewn rhai achosion roedd cleifion yn aros am nifer o flynyddoedd.

Ymateb y Bwrdd Iechyd: Yn Aros am Ymateb.

- **Ymweliad â Gwasanaethau Mamolaeth; yr Uned Asesu Obstetreg, Uned dan Arweiniad Bydwagedd a Ward Llaur 1af, Adran Mamolaeth Ysbyty Athrofaol Cymru**

Canfyddiadau Allweddol Llais: Er bod staff yn cael eu canmol am y gwasanaethau a ddarperir yn eu hardaloedd Uned a Wardiau priodol, mynegwyd pryderon ynghylch trafndiaeth gyhoeddus i safle'r ysbyty a chyfleusterau; r caffï yn cael eu cau ar rai achlysuron, a oedd yn effeithio ar gleifion a'u partneriaid.

Ymateb y Bwrdd Iechyd: Yn Aros am Ymateb.

- **Treialon Clinigol, Canolfan Ganser Felindre**

Canfyddiadau Allweddol Llais: Er bod y staff wedi cael canmoliaeth uchel gan gleifion drwy gydol yr ymweliad, mynegwyd pryderon ynghylch gorfod teithio i'r Uned i gael profion, yn enwedig i'r rheini y tu allan i'r ardal a all fod yn gostus ac yn cymryd llawer o amser. Mynegwyd pryderon hefyd ynghylch mynediad at gyfleusterau dŵr a oedd wedi torri neu'n anodd eu gweithredu ar adeg yr ymweliad.

Ymateb Ymddiriedolaeth GIG Felindre: Yn Aros am Ymateb.

- **Adran Cleifion Allanol, Canolfan Ganser Felindre**

Canfyddiadau Allweddol Llais: Er bod y staff a'r gwasanaeth, gan gynnwys yr addurniadau ac arwyddion, wedi'u canmol yn fawr gan gleifion, mynegwyd pryderon ynghylch yr oedi cyn derbyn llythyrau apwyntiad.

Unwaith y bydd Adroddiad Ymweliad Llais wedi'i gwblhau, bydd hwn yn cael ei rannu ag Ymddiriedolaeth GIG Felindre.

- **Ward Llaur Cyntaf, Canolfan Ganser Felindre**

Canfyddiadau Allweddol Llais: Er bod y staff wedi'u canmol yn fawr drwy gydol yr ymweliad, roedd safbwyntiau cymysg ynghylch y cyfathrebu am eu gofal neu'r cyfathrebu rhwng yr ysbyty a gwasanaethau eraill. Er enghraifft, achosodd cyfathrebu rhwng yr

ysbyty a Meddygon Teulu ar gyfer profion gwaed a chanlyniadau oedi, neu i rai orfod teithio i Felindre i gael profion gwaed a chanlyniadau gan eu bod wedi dweud na ellid gwneud hyn drwy eu Meddyg Teulu lleol.

Unwaith y bydd Adroddiad Ymweliad Llais wedi'i gwblhau, bydd hwn yn cael ei rannu ag Ymddiriedolaeth GIG Felindre.

- **Y Tu Allan i Oriau Caerdydd, Ysbyty Brenhinol Caerdydd**

Yn Aros am Adborth gan Wirfoddolwyr.

- **Y Tu Allan i Oriau y Fro, Ysbyty'r Barri**

Canfyddiadau Allweddol Llais: Er bod cleifion yn canmol staff am eu cefnogaeth a'u pryder, soniodd gwirfoddolwyr am gyfleusterau gwael, gan gynnwys y man aros, ac arwyddion gwael.

Unwaith y bydd Adroddiad Ymweliad Llais wedi'i gwblhau, bydd yn cael ei rannu gyda'r Bwrdd Iechyd.

- **Adran Damweiniau ac Achosion Brys, Ysbyty Athrofaol Cymru**

Canfyddiadau Allweddol Llais: Rhoddwyd canmoliaeth i'r staff cymwynasgar a glendid yr adran yn ystod yr ymweliad er y cyfeiriwyd at doiledau budr gyda'r nos. Canmolwyd hefyd pa mor hawdd oedd y system archebu. Er bod cleifion yn adrodd am arosiadau hir, roeddent yn cydnabod bod hyn yn ddisgwylidig. Mynegwyd pryderon am yr arosiadau galwad yn ôl hir o 111 a barodd i gleifion benderfynu dod i'r Uned Damweiniau ac Achosion Brys yn lle hynny.

Oherwydd bod rhai Adroddiadau Ymweliad Llais yn dal i gael eu cwblhau neu rai Adroddiadau yn dal i aros am ymateb gan y Bwrdd Iechyd neu Ymddiriedolaeth GIG perthnasol, unwaith y derbynnir ymatebion, byddwn yn rhannu'r rhain gyda'r cyhoedd a rhanddeiliaid.

Fel rhan o'n rhaglen ymweld, roeddem hefyd yn gallu gwneud rhai newidiadau cadarnhaol yn dilyn ein hymweliadau, a nodir rhai ohonynt isod.

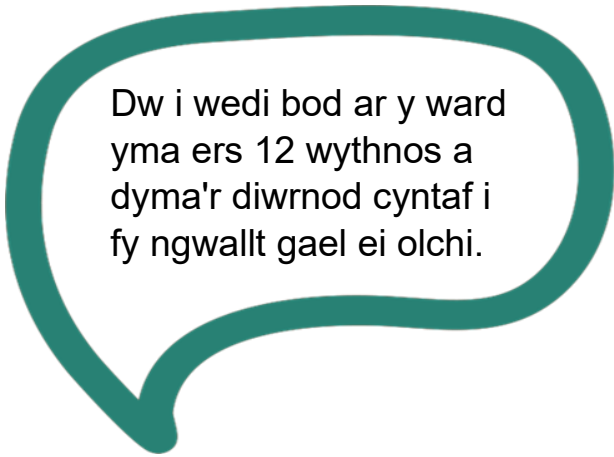
Canolfan Aelodau Artiffisial a Chyfarpar (ALAC), Ysbyty Rookwood

Cynrychiolaeth i Fwrdd Iechyd Prifysgol - Dylai'r Bwrdd Iechyd hyrwyddo a rhoi cyhoeddusrwydd i Grŵp Defnyddwyr ALAC er mwyn cynyddu ymwybyddiaeth ac ymgysylltiad defnyddwyr gwasanaethau. Hoffai Llais gynnig cymorth i'r Bwrdd Iechyd yn y mater hwn.

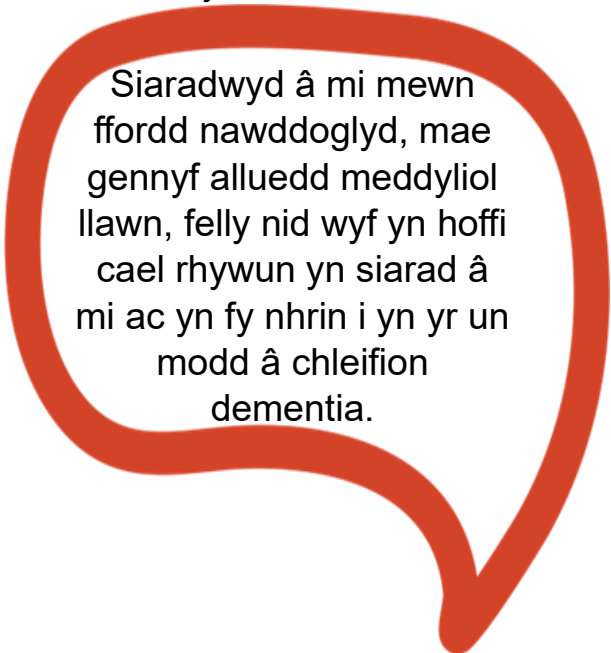
Ymateb y Bwrdd Iechyd – “Mae ALAC wedi ceisio hyrwyddo'r grŵp defnyddwyr ymhlith ei ddefnyddwyr ond mae'n cael trafferth ymgysylltu y tu hwnt i lond llaw o ddefnyddwyr hirdymor brwdfrydig. Rydym wedi cyflwyno cylchlythyr cleifion ddwywaith y flwyddyn sydd ar gael ar y ddau safle ac mae gennym gynlluniau i sicrhau bod hwn ar gael trwy ein gwefan hefyd.”

Uned Lansdowne, Ysbyty Dewi Sant (Ymweliad Ar y Dydd)

Roedd hwn yn 'Ymweliad Ar y Dydd' yn dilyn pryderon a godwyd drwy'r Gwasanaeth Eiriolaeth Cwynion, lle cafodd nifer o bryderon eu huwchgwyfeirio hefyd i Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru Cymru (AGIC).



Dw i wedi bod ar y ward yma ers 12 wythnos a dyma'r diwrnod cyntaf i fy ngwallt gael ei olchi.



Siaradwyd â mi mewn ffordd nawddoglyd, mae gennyf alluedd meddyliol llawn, felly nid wyf yn hoffi cael rhywun yn siarad â mi ac yn fy nhrin i yn yr un modd â chleifion dementia.

14 Nodwyd awgrymiadau gwelliant yn Adroddiad Ymweliad Llais. Roedd rhai o'r awgrymiadau hyn yn cynnwys:

- Dylai staff sicrhau eu bod yn teilwra eu harddull cyfathrebu ar gyfer pob claf, yn dibynnu ar lefel craffter meddwl a dealltwriaeth pob claf, er mwyn atal cleifion â swyddogaeth feddyliol uwch rhag teimlo eu bod yn cael eu nawddogi wrth siarad â nhw.

- Dylai'r Bwrdd Iechyd sicrhau bod yr holl gleifion y mae angen cymorth arnynt yn cael eu golchi, eu trochi a'u heillio ar adegau priodol er mwyn cynnal lefelau da o hylendid personol.
- Dylai'r Bwrdd Iechyd sicrhau bod holl staff y ward yn ymwybodol o weithdrefnau Atal a Rheoli Heintiau (IPC) priodol tra ar y ward a'u bod yn eu dilyn.
- Dylai staff sicrhau bod pob claf sydd angen cymorth amser bwyd i fwyta yn cael cymorth i fwyta tra bod eu pryd bwyd yn boeth ac am ei pryd bwyd cyfan.
- Dylai staff sicrhau bod eu hymddygiad tuag at gleifion yn parhau i fod yn broffesiynol ac yn briodol bob amser.

Yn dilyn yr ymweliad, cynhaliwyd trafodaeth lafar rhwng Llais a'r Cyfarwyddwr Nyrsio i godi pryderon uniongyrchol a ganfuwyd yn ystod ymweliad Llais. Cytunwyd ar gynllun rhwng Llais a'r Bwrdd Iechyd i weithio drwy'r awgrymiadau hyn a bydd hyn yn cael ei adlewyrchu yn ymateb yr Adroddiadau Ymweliad.

Ward Cedar, Hafan-Y-Coed, Ysbyty Athrofaol Llandochau

Dw i'n teimlo'n ddiogel am y tro cyntaf, mae'r staff yn llawer gwell na wardiau eraill rydw i wedi bod iddynt, mae trefn ddyddiol dda.

Nid yw cyfleusterau te a choffi yn gweithio, mae'r ystafell yn oer hyd yn oed ar ôl cael blancedi ychwanegol. Hoffwn pe gallwn siarad mwy â staff.

Mae diffyg gwybodaeth am gynlluniau gofal, cyfundrefnau cyffuriau a chynlluniau rhyddhau, dw i'n poeni.

Cynrychiolaeth Llais – Cyflwynwyd nifer o sylwadau ynghylch materion stadau o fewn y ward. Roedd hyn yn cynnwys:

- Dylai'r Bwrdd Iechyd ystyried adnewyddu'r addurniadau, y gosodiadau a'r ffitiadau ar y ward.
- Dylai'r Bwrdd Iechyd sicrhau bod unrhyw loriau sydd wedi'u difrodi yn cael eu hatgyweirio er mwyn lleihau'r posibilrwydd o faglu a chwympo.
- Dylai'r Bwrdd Iechyd drin a thynnu unrhyw lwydni sy'n bresennol ar y ward fel mater o frys oherwydd y perygl i iechyd y mae'n ei gyflwyno. Dylai'r Bwrdd Iechyd ymchwilio i'r ffordd orau o atal y mater hwn rhag digwydd eto yn y dyfodol.

Ymateb y Bwrdd Iechyd – “Diolch yn fawr am godi'r mater hwn, cyfeiriwyd ato mewn arolygiad diweddar gan Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru ac mae wedi cael ei uwchgyfeirio a'i adrodd dro ar ôl tro i'r Timau Ystadau a Chyfleusterau Cyfalaf. Cyfeirir at effaith ystadau sydd wedi'u difrodi yng Nghofrestrau ein Bwrdd Clinigol a'n Cyfarwyddiaethau ac fe'i codwyd ar sawl achlysur. Codwyd hyn eto heddiw yn yr Archwiliad 'Tendable', Nyrs Arweiniol y Gyfarwyddiaeth.”

Yn y dyfodol, rydym yn gobeithio parhau i ymweld â lleoliadau gofal iechyd a byddwn yn dechrau ymweld â Gwasanaethau Gofal Cymdeithasol.

Digwyddiadau a Gweithgareddau

O 1 Ebrill 2023, rydym wedi cynnal 35 o weithgareddau ymgysylltu er mwyn cyflwyno Llais fel Corff Llais y Dinesydd newydd, i gasglu barn a phrofiadau o'r Gwasanaeth Iechyd a Gofal Cymdeithasol ac i ddeall beth sydd bwysicaf i bobl wrth ddefnyddio'r gwasanaethau hyn.

Rydym yn falch o nodi, fel rhan o'n gweithgareddau ymgysylltu a gynhaliwyd, ein bod wedi gallu clywed gan grwpiau nas clywir yn aml (grwpiau o bobl nad ydynt yn cael eu clywed yn aml), megis y Gymuned LHDTG (Pride), Cymunedau Lleiafrifol Ethnig (Ffair Iechyd MEC) a gweithwyr rhyw (Cymru Ddiogelach).

Isod mae rhai o'r gweithgareddau a'r digwyddiadau rydym wedi bod iddynt.

- Cyfarfod gyda Chyngor Cymuned Llandochoau
- Sioe Iechyd Meddwl a Lles
- Cyfarfod Cymru Ddiogelach
- Sefydliad Cenedlaethol Brenhinol Pobl Ddall: Digwyddiad Cyhoeddi Adroddiad.
- Pride Cymru
- Diwrnod Mesothelioma
- Llais: Ein Gweledigaeth, Cenhadaeth a Blaenoriaethau Strategol
- Gweithredu Iach
- Sioe y Fro
- Ffair Sain Tathan
- Soroptimydd Y Barri a'r cylch
- Ffair Glasfyrwyr Met Caerdydd
- Meddyliau Awtistig
- Dathliadau Pobl Hŷn
- Ffair Iechyd Cymunedol Lleiafrifoedd Ethnig
- Gweithdy Cymdeithas Strôc
- Cynhadledd Cyhyrysgerbydol
- Comisiwn Bevan
- Cynulliad Gofalwyr Di-dâl Caerdydd a'r Fro
- Bore Coffi Llanisien
- Gŵyl Nadolig Rhiwbeina
- Caffi Cof (yr Eglwys Newydd)
- Taith Gerdded Lles
- Caffi Cof (Penarth)
- MenoPals (Rhiwbeina)
- Goldies Cymru
- Crafternoon
- Llais, Digwyddiad Gofalwyr Drws Agored
- MenoPals (Sili)
- Fforwm Iechyd Meddwl Caerdydd a'r Fro



Rydym hefyd wedi dechrau rhannu ein posteri a thafleuni Llais o fewn lleoliadau iechyd a gofal cymdeithasol. Oherwydd hyn, rydym hefyd wedi derbyn adborth cyffredinol gan y cyhoedd trwy e-bost, ffôn, a ffurflenni adborth.

Peth o'r adborth a dderbyniwyd

Mae cymdeithas yn ofni pobl sydd wedi colli eu golwg. Nid yw cymdeithas yn gwybod sut i wneud yr addasiadau sydd eu hangen.

Themâu cyffredin wrth ymgysylltu â'r cyhoedd:
Mynediad i Feddygon Teulu
Iechyd Meddwl
Gwasanaethau Deintyddol
Amseroedd Aros
Gofal Dementia
Cyfathrebu
Gwasanaethau wedi'u gorymestyn
Cymorth i ofalwyr

Mae yna rai gwasanaethau gwych, un o'r prif broblemau yw cael apwyntiad Meddyg Teulu yn y lle cyntaf.

Byddwch yn fwy personol, gwn mai swydd ydy hi ond mae'r rhan fwyaf ohonom yn agored i niwed. Eisoed wedi cael fy rhwygo oddi wrth fy nheulu felly gwnewch i mi deimlo'n gartrefol. Edrychwch ar gartrefi gofal. Ein cartref ni ydyw. Mae gen i gymaint o hawl i gartref ag sydd gennych chi.

Wedi bod ar y rhestr aros ganolog ers dros flwyddyn ond dim cyswllt gan y Bwrdd Iechyd. Dw i angen deintydd.

Aeth fy mam i'r ysbyty ac roedd yn siarad, fodd bynnag po hiraf yr arhosodd yn yr ysbyty, y lleiaf yr oedd yn siarad. Erbyn iddi farw, roedd hi'n ddi-eiriau. Tybiodd y staff ei bod bob amser wedi bod yn ddi-eiriau oherwydd newid staff.

Mae'r lleiafrifoedd ethnig yn teimlo eu bod yn cael eu hesgeuluso a heb eu harwain mewn mannau gofal iechyd, mae eu hanghenion yn aml yn cael eu hanwybyddu ac nid ydynt yn cael eu diwallu. Rydyn ni eisiau i bobl fod yn fwy cymwynasgar i bobl o liw.

Roedd y staff i gyd yn wych, fe wnaethon nhw wrando arna i heb farnu am fy mhryder iechyd. Cefais fy ngweld yn syth, ac roedd popeth yn gyflym. Rhoddodd yr holl staff sicrwydd i mi a gwneud i mi deimlo fy mod yn cael fy nghlywed, a helpodd hyn fy symptomau. Roedd yn wych eu bod yn cynnig brecwast i gleifion. Gwnaeth hyn i mi deimlo'n gartrefol a chysurus yn enwedig gan na ddes i ag unrhyw arian parod gyda mi wrth aros am fy nghanlyniadau. Roedd trafodaeth a chyfathrebu clir yn anhygoel.

Lle rydym wedi bod yn gweithio

Er mwyn i ni fod yn fwy gweladwy yn ein cymuned, fe ddechreuon ni gynnal sesiynau galw heibio yn rhai o'r Hybiau a Mannau Cynnes lleol yng Nghaerdydd a Bro Morgannwg. Isod mae rhestr o sesiynau galw heibio rydym wedi'u cynnal hyd yn hyn:

- Hyb Llyfrgell Ganolog Caerdydd, Sesiwn Galw Heibio Llais - Ionawr
- Hyb Llyfrgell Penarth, Sesiwn Galw Heibio Llais - Ionawr
- Hyb Llyfrgell Ganolog Caerdydd, Sesiwn Galw Heibio Llais - Chwefror
- Hyb Llyfrgell Trelái, Sesiwn Galw Heibio Llais – Chwefror
- Hyb Llyfrgell Ganolog Caerdydd, Sesiwn Galw Heibio Llais – Ebrill

Wrth symud ymlaen, rydym yn gobeithio cyflwyno'r sesiynau galw heibio hyn yn fwy rheolaidd mewn Hybiau a Mannau Cynnes eraill fel y gall pobl gael mynediad at Llais yn eu cymuned leol.



Digwyddiad Gofalwyr Drws Agored Llais Caerdydd a'r Fro – Mawrth 2024

Gan ein bod wedi mynychu Cynulliad Gofalwyr Di-dâl Caerdydd a'r Fro yn flaenorol ym mis Tachwedd 2023, cydnabuwyd bod angen i leisiau gofalwyr di-dâl gael eu clywed yn well. Felly, penderfynom gynnal digwyddiad Drws Agored i ofalwyr rannu eu barn a'u profiadau.

Ddydd Mercher 13 Mawrth 2024, trefnodd Llais y digwyddiad ym Mhafiliwn Grange, Caerdydd. Yn ystod y digwyddiad, cafwyd cyflwyniadau gan Llais a'r Gwasanaeth Eiriolaeth Cwynion, yn ogystal â chyflwyniad gan gynrychiolwyr o ADFOCAD – sefydliad sy'n cefnogi gofalwyr di-dâl.

Daeth y digwyddiad i ben drwy gynnal sesiwn ryngweithiol i gasglu barn a phrofiadau pobl o sut beth yw bod yn ofalwr.



Diolch am fudiad fel Llais sy'n gwrando ac yn ceisio gwneud newid.

Mae diffyg ymwybyddiaeth o ba gymorth sydd ar gael i ofalwyr.

Ni ddylai gofyn am help fel gofalwr deimlo fel rhwystr.

Dylai fod lefelau staffio uwch.

Wrth roi cyhoeddusrwydd i'n digwyddiad, daeth ITV ar draws ein digwyddiad a daethant draw i ffilmio fel rhan o erthygl yr oeddent yn ei gwneud am ofalwyr di-dâl. Roedd yr erthygl ar y teledu yr wythnos ganlynol a gellir ei gweld yma:



<https://www.itv.com/news/wales/2024-03-20/unpaid-carer-left-feeling-more-support-will-only-be-available-when-she-dies>

Yn dilyn y digwyddiad, roedd yn amlwg bod angen gwneud rhagor o waith gyda'r grŵp penodol hwn o bobl. Felly, rydym yn gobeithio gwneud rhywfaint o waith pellach ynghylch codi lleisiau gofalwyr di-dâl yn 2024-2025.



EIN BLAENORIAETHAU

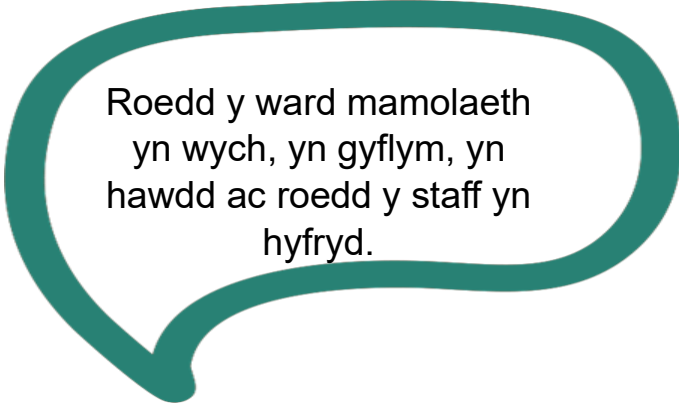
Yn 2023, cytunodd Rhanbarth Caerdydd a Bro Morgannwg ar nifer o flaenoriaethau lleol yn seiliedig ar yr hyn yr ydym wedi'i glywed gan ein cymuned yn flaenorol.

Blaenoriaeth 1 – Cael Baban

Cytunwyd ar y prosiect hwn i sicrhau bod gwasanaethau'n cwrdd ag anghenion y defnyddwyr gwasanaethau. Rydym yn ymwybodol o fethiannau o fewn Gwasanaethau Mamolaeth mewn ardaloedd Byrddau Iechyd eraill, ac felly roeddem am sicrhau nad yw mater tebyg yn digwydd o fewn y rhanbarth.

Hyd yn hyn, rydym wedi:

- Gosod posteri yn y Gwasanaethau Mamolaeth i gasglu safbwyntiau a phrofiadau byw.
- Ymweld â Gwasanaethau Mamolaeth; Uned Asesu Obstetreg, Uned Dan Arweiniad Bydwagedd a Ward Llawr 1af, Adran Mamolaeth.
- Coladu gwybodaeth a dderbyniwyd gan Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru, Cynghorau Iechyd Cymuned (CIC) ac unrhyw newidiadau perthnasol i wasanaethau gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro.



Roedd y ward mamolaeth yn wych, yn gyflym, yn hawdd ac roedd y staff yn hyfryd.

Yn dilyn adolygiad o'r gwaith a wnaed eisoes a gwybodaeth a dderbyniwyd gan sefydliadau eraill, cydnabuwyd bod angen gwneud rhagor o waith i gasglu barn a phrofiadau defnyddwyr gwasanaethau o gymunedau lleiafrifoedd ac ethnig. Felly, cytunwyd y bydd gwaith pellach yn cael ei wneud ar y prosiect hwn yn 2024-2025.



Blaenoriaeth 2 – Byw gyda Chanser

Cytunwyd ar y prosiect hwn i sicrhau bod gwasanaethau'n bodloni anghenion y defnyddiwr gwasanaeth. Mae Swyddfa Ranbarthol Caerdydd a'r Fro hefyd yn gweithio gydag Ymddiriedolaeth GIG Felindre, ac felly roeddem am sicrhau ein bod yn casglu safbwyntiau a phrofiadau i'w rhannu â nhw.

Hyd yn hyn, rydym wedi:

- Gosod posteri yng Nghanolfan Ganser Felindre, i gasglu safbwyntiau a phrofiadau byw.
- Ymweld â Chanolfan Ganser Felindre; Treialon Clinigol, Adran Cleifion Allanol a Ward Llawr Cyntaf.
- Mae cyfarfodydd deufisol ar y gweill ar gyfer trafodaethau parhaus gyda'r Pennaeth Profiad Cleifion newydd.
- Cwrdd â Chanolfan Maggie i godi ymwybyddiaeth o Llais a chynnig cefnogaeth. Roeddent yn cynnig eu lleoliad i Llais gynnal unrhyw ddigwyddiadau gyda'r nos.
- Cwrdd â Rheolwr Partneriaeth Strategol Macmillan Cymru i drafod y Model Gwella Taith Canser (ICJ) a sefydlwyd yn ddiweddar yn Glasgow, gyda'r gobaith o gyflwyno'r model hwn yng Nghaerdydd.

Mae aelodau staff Felindre wedi bod o'r radd flaenaf. Cwblhawyd y driniaeth mewn amser rhesymol; roedd y staff yn gwrtais a phroffesiynol gan ddangos sirioldeb a charedigrwydd.

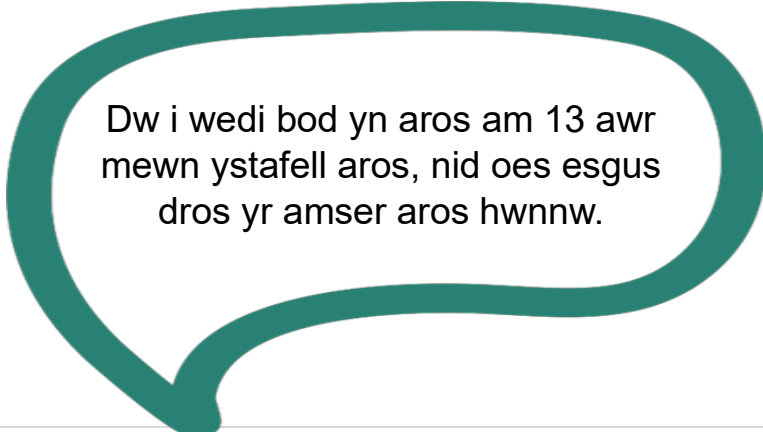
Yn dilyn trafodaeth bellach ar ein gwaith gyda chydweithwyr eraill, rydym wedi cael gwybod bod ymchwil yn cael ei wneud yn Lloegr, sy'n edrych ar Wasanaethau Canser. Felly, cytunwyd i barhau â'r prosiect hwn i 2024-2025, gan y gallai fod cyfle o bosibl i fod yn rhan o'r gwaith ymchwil hwn o safbwynt lleol. Byddwn hefyd yn trefnu rhai ymweliadau â gwasanaethau cancer o fewn Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro, i gael darlun cyffredinol o wasanaethau cancer yn yr ardal leol.

Blaenoriaeth 3 – Cael gofal a thriniaeth yn gyflym pan fydd ei angen arnoch

Yng Nghaerdydd a Bro Morgannwg, rydym yn ymwybodol o nifer o bryderon ynghylch mynediad at ofal brys, megis 111 a Gwasanaethau Damweiniau ac Achosion Brys. Felly, roeddem am gynnal prosiect o gwmpas hyn i weld sut mae gwasanaethau'n rhedeg ar hyn o bryd.

Hyd yn hyn rydym wedi:

- Gosod poster Llais mewn ardaloedd ysbytai megis Damweiniau ac Achosion Brys a Gwasanaethau y Tu Allan i Oriau (Ysbyty Brenhinol Caerdydd ac Ysbyty'r Barri).
- Ymweld â Gwasanaethau Damweiniau ac Argyfwng a'r Tu Allan i Oriau (adroddiadau i'w cwblhau).
- Cwrdd â Thîm Rheoli Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwylans Cymru (WAST) lleol yn ogystal â chyfarfodydd deufisol parhaus gyda Thîm Ymgysylltu a Chynnwys Cleifion Caerdydd a Bro Morgannwg.
- Lansio arolwg yn edrych ar gasglu profiadau o gael mynediad i 111 a gofal heb ei drefnu – mae'r arolwg hwn yn dal yn fyw.



Dw i wedi bod yn aros am 13 awr
mewn ystafell aros, nid oes esgus
dros yr amser aros hwnnw.

SUT RYDYM YN CYFRANNU AT Y BLAENORIAETHAU

Yn ogystal ag ymgymryd â gwaith i gefnogi ein blaenoriaethau lleol, rydym hefyd wedi gwneud gwaith i gasglu barn a phrofiadau i gefnogi Blaenoriaethau Cenedlaethol Llais.

Cael help yn eich Meddygfa Meddyg Teulu, Deintydd a Fferyllfa

Ar gyfer y Flaenoriaeth Genedlaethol hon fe wnaethom yn benodol ddarn o waith yn casglu barn a phrofiadau am wasanaethau deintyddol, gan fod hyn wedi dod yn bryder mawr yn yr ardal leol.

Hyd yn hyn, rydym wedi:

- Cwrdd â'r Tîm Deintyddol mewn Gofal Sylfaenol i drafod cyfathrebu ac ymgysylltu â'r cyhoedd ynghylch mynediad at wasanaethau deintyddol a'r rhestr aros ganolog. Cytuno, yn dilyn gwaith Llais ar wasanaethau deintyddol, bydd Llais yn gwneud cynrychiolaeth ar ba wybodaeth sydd angen ei darparu a sut y dylai'r Bwrdd Iechyd rannu hyn.
- Derbyn gwybodaeth am y rhai sy'n aros ar y rhestr aros ganolog ar hyn o bryd - dros 23,000 o bobl.
- Roedd arolwg yn cael ei gynnal yn edrych yn benodol ar fynediad at wasanaethau deintyddol yn ogystal â chael adborth gan y rhai nad oeddent wedi cofrestru ac sy'n aros ar y rhestr aros ganolog. Arolwg bellach wedi cau.
- Dechreuodd ymarfer Siopwr Cudd Deintyddol ym mis Rhagfyr 2023 – gan alw o gwmpas pob practis i weld a oedd y GIG ar gael neu gyfeiriad at y rhestr aros ganolog.
- Adroddiad ar arolwg a Siopwr Cudd i'w ddatblygu a'i rannu gyda'r Tîm Cenedlaethol.

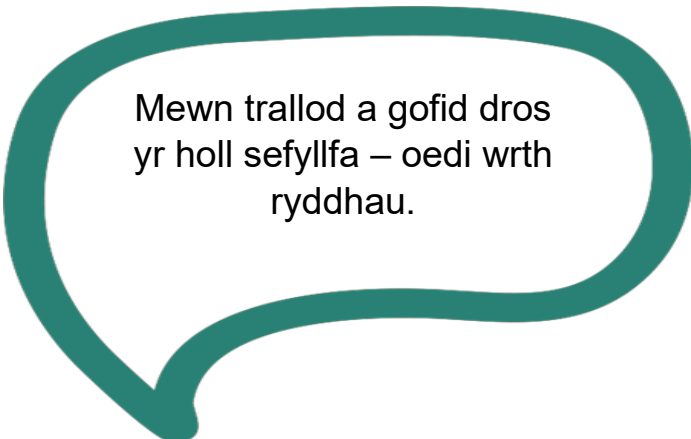
Mae Deintyddiaeth y GIG wedi dod yn rhywbeth sy'n perthyn i'r gorffennol felly mae gennym ni driniaethau preifat syfrdanol o ddrud ac ni all llawer o bobl hvd vn oed cael

Eich iechyd a gofal cymdeithasol yn y gymuned, gan gynnwys yn dilyn arhosiad yn yr ysbyty

Fel rhan o'r flaenoriaeth hon, ymgymerasom yn benodol â gwaith i gasglu barn a phrofiadau ynghylch oedi cyn rhyddhau cleifion o'r ysbyty.

Hyd yn hyn, rydym wedi:

- Gosod poster Llais yn Ysbyty Athrofaol Cymru ac Ysbyty Athrofaol Llandochau, i hyrwyddo Llais a chasglu adborth.
- Cynnal arolwg o fywydau, gan edrych ar oedi wrth ryddhau a'r effaith y mae hyn wedi'i chael ar unigolion er eu bod yn ddigon ffit i fynd adref.
- Mae Llais yn bwriadu ysgrifennu at y Bwrdd Iechyd; cais i anfon yr arolwg hwn at bobl sydd wedi'u rhyddhau, ac i nodi ble mae mwyafrif y cleifion sy'n aros i gael eu rhyddhau wedi'u lleoli fel y gall Llais drefnu ymweliad â'r ardaloedd hyn.



Mewn trallod a gofid dros yr holl sefyllfa – oedi wrth ryddhau.

Wrth symud ymlaen, byddwn yn parhau i siarad â'r cyhoedd ar y GIG a gofal cymdeithasol a chanfod beth sy'n bwysig iddynt a rhoi adborth i'r sefydliad perthnasol.

EIRIOLAETH

Isod ceir dadansoddiad o ffigurau allweddol y Gwasanaeth Eiriolaeth Cwynion ar gyfer Swyddfa Ranbarthol Caerdydd a Bro Morgannwg ers sefydlu Llais ar 1 Ebrill 2023.

Ymholiadau Agored Cyfredol	34
Pryderon Agored Cyfredol	96
Pryderon rydym wedi'u cau (Ers 1 Ebrill 2023 i 9 Ebrill 2024)	75

Themâu a thueddiadau o'r Gwasanaeth Eiriolaeth Cwynion

Gwasanaethau'r GIG:

- Aseidiadau a meddyginiaeth ar gyfer Awtistiaeth ac Anhwylder Diffyg Canolbwyntio a Gorfywiogrwydd (amseroedd rhestrau aros ar gyfer aseidiadau a meddyginiaeth, prosesau asesu gwael gan gynnwys trin cleifion fel babanod a diffyg arbenigedd).
- Oedi a chyfathrebu gwael gan wasanaethau profedigaeth.
- Triniaeth yn yr amgylchedd gofal eilaidd (boed yn gyfathrebu annigonol, amhriodol neu wael rhwng wardiau pan fydd cleifion yn cael eu trosglwyddo, neu ddiffyg arbenigedd).
- Oedi diagnosis o salwch angheuol gan gynnwys canser.

Gwasanaethau Gofal Cymdeithasol:

- Pecynnau gofal annigonol neu oedi wrth asesu pecynnau.
- Agweddau gweithwyr cymdeithasol gwael.
- Dim cymorth i ofalwyr di-dâl ar ôl iddynt roi'r gorau i'w cyfrifoldebau gofalu.

CYNRYSIOLAETH A NEWID GWASANAETH.

Cynrychiolaeth

O 1 Ebrill 2023, mae Rhanbarth Caerdydd a'r Fro wedi cyflwyno 24 o sylwadau i wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol. Gwnaed sylwadau trwy e-bost, llythyrau, adroddiadau Llais ac ar lafar yn ystod cyfarfodydd gyda gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol, gan eu gwneud yn ymwybodol o'r hyn yr ydym wedi'i glywed gan bobl a sicrhau bod eu lleisiau'n cael eu clywed a'u hystyried. Cofnodir sylwadau ar log a chedwir tystiolaeth i gyfeirio yn ôl ato os oes angen.

Roedd y sylwadau a wnaed yn cyfeirio at:

- Newidiadau i Wasanaethau'r GIG: awgrymiadau ar y ffordd orau o ymgysylltu â defnyddwyr gwasanaethau a'r cyhoedd ehangach, a/neu a yw ymgysylltu wedi'i wneud yn effeithiol`.
- Adroddiadau Ymweliad Llais, Awgrym ar gyfer arfer da.
- Cyfarfodydd; rhannu'r hyn mae Llais wedi'i glywed gan y cyhoedd.
- Ceisiadau am wybodaeth.

Enghraifft o Gynrychiolaeth lle rydym wedi cael effaith:

Newid Gwasanaeth GIG – Meddygfa Brynderwen.

Cynrychiolaeth i'r Bwrdd Iechyd – “Rydym yn hapus gyda'r Poster a'r Cwestiynau Cyffredin (FAQ) sydd ynghlwm ddoe. Fodd bynnag, yn ystod ein cyfarfod diwethaf rwy'n cofio derbyn y Cwestiynau Cyffredin a oedd hefyd ynghlwm wrth lythyr...Rwy'n ymwybodol bod Llais wedi codi pryderon ynghylch peidio ag anfon llythyrau cleifion, yn enwedig i'r rhai nad oes ganddynt fynediad digidol neu sy'n gaeth i'r tŷ. Felly, byddem yn ddiolchgar o gael gwybod sut yr ymgysylltir â'r bobl hyn. Ymhellach, soniwyd yn y cyfarfod y byddai gwybodaeth yn cael ei rhannu trwy gyfryngau cymdeithasol, gwefan, nodiadau presgripsiwn a Chylchlythyrau – hoffwn gadarnhau bod hyn yn dal i fynd yn ei flaen hefyd?”

Ymateb y Bwrdd Iechyd – “Byddwn yn gwneud ffurflen adborth ar Jotform ac yn atodi’r ddolen neu’r cod QR iddi fel y gall cleifion roi adborth.

Rydym yn bwriadu ei gyflwyno ddydd Llun fel a ganlyn:

- Posteri/Cwestiynau Cyffredin a dolen adborth yn ein hystafelloedd aros, drysau a ffenestri allanol, a sgriniau derbynfa.
- Posteri/Cwestiynau Cyffredin a dolen adborth i'n holl fferyllfeydd cymunedol i'w harddangos.
- Nodiadau a dolen adborth ar bresgripsiynau yn cynghori sut i gael mynediad at y Cwestiynau Cyffredin.
- Y cyfryngau cymdeithasol.
- Gwefan.
- Ap MySurgery.
- Gwefan Fy Iechyd Ar-lein.
- Cylchlythyr.
- Trwy dimau nyrsio ardal sy'n ymweld â'n cleifion sy'n gaeth i'r tŷ.
- Anfon llythyrau a ffurflenni adborth at y cleifion sy'n gaeth i'r tŷ ond nid at bob claf.
- Posteri/Cwestiynau Cyffredin a dolen adborth mewn busnesau lleol fel siopau trin gwallt, canolfannau hamdden, canolfannau cymunedol ac eglwysi.
- Ychwanegu dolen hysbysiad ac adborth i'n holl ymatebion awtomatig i'n cyfrifon e-bost generig.
- Trwy e-bost os yw cleifion yn gofyn amdano.

Bydd cleifion yn gallu rhoi adborth trwy e-bost, dros y ffôn, wyneb yn wyneb, ar y ffurflen adborth neu'n ysgrifenedig. Byddwn yn cadw cofnod o'r holl adborth dros y ffôn neu wyneb yn wyneb, a bydd pob dull arall o adborth yn cael ei anfon atoch.”

Byddem hefyd yn cwrdd â Phrif Weithredwyr perthnasol a Chyfarwyddwyr Awdurdodau Lleol yn uniongyrchol, i'w gwneud yn ymwybodol o'r hyn y mae pobl yn ei ddweud ar lawr gwlad. Os cawn ein hysbysu am unrhyw bryderon brys, rydym hefyd wedi meithrin perthynas dda ag Uwch Staff Gweithredol fel y gallwn godi'r pryderon hyn ar unwaith ac i gael eu trin yn gyflym.

Wrth symud ymlaen, byddwn yn parhau i roi sylwadau i wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol, a byddwn yn edrych i ddyfeisio briff i'w rannu â darparwyr gwasanaethau yn rheolaidd i rannu adborth cyffredinol yr ydym wedi'i glywed.

Cyflwynwyd y gynrychiolaeth ddiweddaraf i'r Bwrdd Iechyd yn dilyn ein cyfarfod diweddar o Grŵp Gorchwyl a Gorffen Trafnidiaeth Meddygfa Pentyrch ddydd Mawrth 9 Ebrill 2024.

- Ystyried anghenion trafndiaeth, gan gynnwys nifer posibl y trigolion a fydd/efallai angen cymorth arnynt i gael mynediad i'r Feddygfa Gangen newydd.
- Ystyried opsiynau cynaliadwy hirdymor mewn perthynas â thrigolion* gan gynnwys rhai Pentyrch a'r cymunedau cyfagos sy'n defnyddio Meddygfa Gangen Pentyrch ar hyn o bryd, ac a fydd yn mynychu'r Feddygfa Gangen newydd ar Rhydlafer Drive ar gyfer apwyntiad wyneb yn wyneb neu angen arall a nodwyd.
- Cytunwyd bod angen arolygon i ddarganfod pwy fyddai'n ei chael hi'n anodd cael mynediad i safle arfaethedig newydd y feddygfa gangen.
- Cynigiodd Llais y byddai'r holl gleifion sydd wedi'u cofrestru yn y feddygfa (Prif Feddygfa) a'r rhai a gynhwyswyd ym mhob meddygfa gangen yn derbyn arolwg.
- Cytunwyd hefyd y byddai trigolion yr ardal yn derbyn arolwg.

Newid Gwasanaeth

O 1 Ebrill 2023, mae Llais wedi bod yn ymwybodol o a/neu wedi ymwneud â 41 o newidiadau i wasanaethau, ynghyd ag unrhyw newidiadau gwasanaeth eraill a gariwyd drosodd o'r Cynghorau Iechyd Cymuned fel rhan o'u datganiad etifeddiaeth.

Er mwyn monitro ein newidiadau i wasanaethau, mae Caerdydd a'r Fro yn cadw log newid gwasanaeth lleol. Isod mae dadansoddiad o'r ystadegau cyfredol, mewn perthynas â newid gwasanaeth:

Newidiadau i wasanaethau newydd o 1 Ebrill 2023	41
Newidiadau i Wasanaethau Gofal Sylfaenol (Meddygon Teulu, Fferylliaeth, Deintyddol, Gwasanaethau Gofal Llygaid).	29 (gan gynnwys y gymuned)
Newidiadau i Wasanaethau Gofal Eilaidd/Trydyddol.	12
Newidiadau gwasanaeth wedi cau 2023-2024.	17

Adleoli Meddygfa Gangen Meddygfa Llandaf

Yn dilyn ymwneud y Cyngor Iechyd Cymuned ag adleoli Meddygfa Gangen Meddygfeydd Llandaf, Meddygfa Pentyrch, mae Llais bellach yn ymwneud â'r gwaith pellach sy'n cael ei wneud ynghylch mynediad Trafnidiaeth i'r Feddygfa. Mae Grŵp Tasg a Gorffen Trafnidiaeth Meddygfa Pentyrch wedi'i sefydlu i ddatblygu arolwg ar ofynion trafndiaeth i gael mynediad i'r feddygfa newydd sy'n cael ei hadeiladu yn Rhydlafer. Mae rhan Llais yn y cyfarfod hwn er mwyn sicrhau bod gan bob claf lais. Mae'r gwrthbleidiau lleol a'r Cyngor Cymuned lleol hefyd wedi'u gwahodd i fynychu'r cyfarfodydd hyn i gyfrannu at ddatblygu'r arolwg hwn.

GWIRFODDOLWYR

Isod mae dadansoddiad o'n Gwirfoddolwyr yn ardal Caerdydd a Bro Morgannwg:

Carfan Gwirfoddoli Presennol o 10 Ebrill 2024	24
Gwirfoddolwyr Newydd ers 1 Ebrill 2023	9
Ceisiadau i ymuno fel gwirfoddolwr o Ebrill 2024	3
Gwirfoddolwyr sydd wedi gadael Llais 2023-2024	8

Rydym wedi bod yn ffodus i gyflwyno rhaglen Gwirfoddoli Llais fel rhan o fodiwlau gwirfoddoli o fewn cyrsiau prifysgol. Ar hyn o bryd, mae gennym ddau fyfyrwr gwirfoddolwr yn ymgymryd â gweithgareddau Llais fel rhan o'u gradd prifysgol. Wrth symud ymlaen, rydym yn gobeithio y gallwn barhau i gynnig y cyfle hwn i fyfyrwyr a phobl ifanc eraill.

Rydym yn ymwybodol bod rhai gwirfoddolwyr wedi teimlo llai o ran yng ngweithgareddau Llais. Felly, mae Llais Caerdydd a'r Fro am sefydlu rhai Fforymau ar gyfer nifer o wahanol feysydd er mwyn i wirfoddolwyr gymryd rhan mewn trafodaethau. Mae'r fforymau hyn yn cynnwys; Fforwm Newid Gwasanaeth, Fforwm Iechyd Meddwl, Fforwm Gofal Sylfaenol, Fforwm Gofal Eilaidd a Fforwm Gofal Cymdeithasol.



CAMU YMLAEN

Drwy gydol yr Adroddiad rydym wedi nodi nifer o weithgareddau y byddwn yn bwrw ymlaen â hwy yn 2024-2025.

1. Byddwn yn bwriadu cynnal ymweliadau â gwasanaethau gofal cymdeithasol yn 2024-2025 i wrando ar bobl sy'n derbyn gofal.
2. Byddwn yn cynnal sesiynau galw heibio yn fwy rheolaidd mewn Hybiau a Mannau Cynnes eraill fel y gall pobl gael mynediad at Llais yn eu cymuned leol.
3. Byddwn yn parhau i wneud gwaith ar ein Blaenoriaethau lleol a Chenedlaethol:
 - Cael Baban – Gwaith pellach o amgylch Cymunedau Lleiafrifol Ethnig.
 - Gwasanaethau Canser – Gwaith pellach gyda sefydliadau'r Trydydd Sector ac Ymchwil gan Wasanaethau Canser yn Lloegr.
 - Cael gofal a thriniaeth yn gyflym pan fyddwch ei angen – parhau i redeg ein harolwg.
 - Eich iechyd a gofal cymdeithasol yn y gymuned, gan gynnwys yn dilyn arhosiad yn yr ysbyty – ysgrifennu at y Bwrdd Iechyd i nodi'r rhai sydd wedi profi oedi cyn cael eu rhyddhau o'r ysbyty.
 - Cael cymorth yn eich Meddygfa Meddyg Teulu, Deintydd a Fferyllfa – parhau i rannu gwybodaeth berthnasol gyda'r Tîm Cenedlaethol ynghylch y flaenoriaeth hon.
4. Byddwn yn sefydlu ein Fforymau i'n Gwirfoddolwyr eu mynychu a chymryd rhan ynddynt.
5. Byddwn yn parhau i gyflawni ein prif swyddogaethau Llais, y Gwasanaeth Ymgysylltu, Cynrychioli ac Eiriolaeth Cwynion.
6. Byddwn yn parhau i glywed gan bobl o fewn Caerdydd a Bro Morgannwg, ac yn gweithredu fel eu llais wrth gwrdd â darparwyr Iechyd a Gofal Cymdeithasol.

DIOLCH

Diolchwn i bawb a roddodd o'u hamser i rannu eu barn a'u profiadau gyda ni am eu gwasanaethau iechyd a gofal ac i rannu eu syniadau.

Gobeithiwn fod yr adborth y mae pobl wedi cymryd amser i'w rannu yn dylanwadu ar wasanaethau gofal iechyd i gydnabod a gwerthfawrogi'r hyn y maent yn ei wneud yn dda - a chymryd camau gweithredu lle mae angen iddynt wneud cyn gynted ag y gallant i wella pethau.

ADBORTH

Byddem wrth ein bodd yn clywed eich barn am y cyhoeddiad hwn, ac unrhyw awgrymiadau ynghylch sut y gallem fod wedi ei wella, fel y gallwn ei ddefnyddio i wneud ein gwaith yn y dyfodol yn well.

MANYLION CYSWLLT

LLAIS CAERDYDD A'R FRO,
CANOLFAN FUSNES PROCOPY (CEFN),
PARC TŶ GLAS, LLANISIEN,
CAERDYDD,
CF14 5DU

RHIF FFÔN: 02920 750112
E-BOST: CARDIFFANDVALEENQUIRIES@LLAISCYMRU.ORG
GWEFAN: WWW.LLAISCYMRU.ORG
FACEBOOK: @LLAISCARDIFF&VALE
TWITTER: LLAIS_CYMRU