



Lefel 3 Iechyd a Gofal Cymdeithasol: Egwyddorion a Chyd-destunau

Canllawiau Addysgu
Uned 8

UNED 8: CEFNOGI IECHYD A LLESIANT OEDOLION YNG NGHYMURU I SICRHAU CANLYNIADAU CADARNHAOL

Cyflwyniad:

Prif nod y canllawiau unedau hyn yw cefnogi'r broses o addysgu a dysgu ac i fod yn gydymaith i'r Fanyleb. Mae pob un o'r canllawiau unedau yn cynnig esboniad manwl o bwytiau allweddol yn y Fanyleb gyda'r nod o esbonio meysydd cymhleth o gynnwys y pwnc.

Rhaglen Astudio:

Mae'r gweithgareddau a ddarperir yma yn awgrymiadau ar gyfer datblygu gwybodaeth dysgwyr yn unig. Mae'n rhaid i bob canolfan benderfynu a yw'r gweithgareddau yn briodol i'w dysgwyr, a chydabyddir y gall amodau lleol bennu'r dull a fabwysiedir. Er y gall rhai o'r gweithgareddau a awgrymir olygu ymgysylltu â'r sector, noder bod y mwyafrif o'r gweithgareddau wedi'u cynllunio i gael eu cynnal yn yr ystafell ddosbarth. Bydd dysgwyr yn meithrin gwybodaeth a dealltwriaeth drwy'r profiad y byddant yn ei ennill wrth gyflawni pob gweithgaredd. Mae adborth ffurfiannol hanfodol i'r broses ddysgu, er mwyn sicrhau bod y dysgwr yn datblygu'r wybodaeth a'r sgiliau sydd eu hangen i ennill y graddau gorau posibl. Mae enghreifftiau o weithgareddau wedi'u rhoi yn y canllawiau hyn sy'n cynnig digon o gyfle i roi adborth ffurfiannol.

Trosolwg o'r cynnwys:

Bellach, cydnabyddir bod cefnogi iechyd a llesiant oedolion yng Nghymru yn gyd-gyfrifoldeb cyfunol. Mae unigolion bellach yn cael mwy o ddewis i deilwra eu gofal a'u cefnogaeth i sicrhau bod eu nodau iechyd personol a lles yn cael eu bodloni. Mae dysgwyr yn archwilio'r prif ddulliau a thechnegau mae ymarferwyr yn eu defnyddio i gefnogi a rheoli ymddygiad oedolion yng Nghymru ac yn ystyried ymhellach sut mae hyn yn llywio darpariaeth gofal unigol.

Mae'r uned hon yn adeiladu ar wybodaeth a dealltwriaeth a feithriniwyd drwy Uned 2.

Asesiad:

Asesiad di-arholiad yn cynnwys dwy dasg y mae'r ddwy ohonynt yn ymwneud ag ysgogiad a fydd wedi'i ddarparu. Mae'r ddwy dasg yn ei gwneud yn ofynnol i ddysgwyr ddefnyddio eu gwybodaeth a dealltwriaeth o gefnogi iechyd a llesiant oedolion yng Nghymru i gyflawni canlyniadau cadarnhaol.

Mae'r tasgau ar gyfer yr asesiad di-arholiad hwn fel y'u cyhoeddir yn y Pecyn Asesu sydd ar gael o wefan ddiogel CBAC.

Enghraifft o raglen astudio ar gyfer Uned 8:
Cefnogi iechyd a llesiant oedolion yng Nghymru i sicrhau canlyniadau cadarnhaol

Maes Testun	Gweithgareddau	Adnoddau	Gwaith cartref
<p>8.1 Dulliau a thechnegau sy'n cael eu defnyddio mewn ymarfer i gefnogi oedolion i reoli eu hiechyd a'u llesiant.</p>	<p>Sesiwn dan gyfarwyddyd tiwtor i ystyried trosolwg byr o wahanol ddamcaniaethau a'r ffordd y maent yn cael eu cymhwyso. Tynnwch sylw at y ffaith bod y sesiwn hon yn adeiladu ar yr hyn yr ymdriniwyd ag ef yn unedau blwyddyn 1. Sesiwn i adnewyddu gwybodaeth am y cynnwys.</p> <p>Dysgwyr i weithio mewn grwpiau i ddatblygu a chyflwyno project bach sy'n edrych ar y gwahanol ddamcaniaethau ymddygiadol.</p> <p>Gan gynnwys:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Damcaniaeth Ymddygiadol, er enghraifft, Pavlov, Skinner, Watson • Damcaniaeth Wybyddol a Damcaniaethau Datblygiadol eraill., er enghraifft, Aaron Beck, Piaget, Vygotsky, Erikson • Model Skilled Helper Egan (damcaniaeth sy'n cysylltu'r ymddygiadol a'r gwybyddol) • Damcaniaeth fiolegol, er enghraifft Gesell • Damcaniaeth Ecolegol, er enghraifft, Bronfenbrenner • Damcaniaethau Datblygu Dynol, er enghraifft, Heneiddio, Ymlyniad, Ymddieithrio, Damcaniaeth Ddyneiddiol Natur/Magwraeth, er enghraifft, Maslow, Rodgers • Seicogymdeithasol, er enghraifft, Erikson • Damcaniaeth Dysgu Cymdeithasol, er enghraifft, Bandura, Vygotsky. 	<p>https://www.simplypsychology.org/developmental-psychology.html</p> <p>Patel M (2021) Iechyd a Gofal Cymdeithasol, a Gofal Plant – Ilwybr Iechyd a Gofal Cymdeithasol Oedolion Unedau 5 a 6, CBAC Caerdydd (Pennod 5).</p>	

	<p>Gallai dysgwyr weithio ar gyflwyniad neu becyn adnoddau er mwyn rhoi trosolwg o wahanol ddamcaniaethau.</p> <p>Sesiwn ddilynol – gellid defnyddio amrywiaeth o senarios achos yn dilyn hyn er mwyn cysylltu'r gwahanol ddamcaniaethau.</p> <p>Sesiwn – beth yw ystyr ymddygiad heriol? Trafodaeth grŵp ynghylch yr hyn a ystyrir yn ymddygiad heriol – gan ystyried gwahanol senarios achos (gellid llunio padlet).</p> <p>Sesiwn dan gyfarwyddyd tiwtor – ymddygiad heriol a deall y ffactorau sy'n effeithio ar ymddygiad – mae fideo ar gael i'w wyllo sy'n ystyried ymddygiad heriol.</p> <p>Ffactorau sy'n effeithio ar ymddygiad. Dysgwyr i gael trosolwg o'r gwahanol ffactorau sy'n effeithio ar ymddygiad, gan gynnwys. Y tiwtor i hwyluso'r sesiwn (sesiynau) er mwyn sicrhau bod dysgwyr yn deall y gwahanol ffactorau a'r ffordd y maent yn effeithio ar ymddygiad.</p> <p>Anghenion dysgu ychwanegol Newidiadau sy'n ymwneud ag oedran, er enghraifft: dementia Cyflyrau iechyd meddwl ffactorau seicolegol, er enghraifft, profiadau andwyol mewn plentyndod, symud tŷ, profedigaeth, iselder, ysgaru/gwahanu, anhwylder straen ôl-drawmatig (PTSD) Gordewdra Canser Diabetes Strôc.</p>	<p>https://www.challengingbehaviour.org.uk/understanding-challenging-behaviour/what-is-challenging-behaviour/</p> <p>Fideo – ymddygiad heriol</p> <p>Adnodd – Deall Ymddygiad Heriol: Rhan 1</p> <p>Adnodd – Nodi'r rhesymau dros ymddygiad heriol: Rhan 2</p> <p>TAFLEN FFEITHIAU 5: Ymddygiadau sy'n Destun Pryder (Ymddygiad Heriol)</p> <p>Patel M (2021) Iechyd a Gofal Cymdeithasol, a Gofal Plant – llwybr Iechyd a Gofal Cymdeithasol Oedolion Unedau 5 a 6, CBAC Caerdydd (Pennod 5)</p>	<p>Dysgwyr i ddatblygu taflen/taflen ffeithiau ar gyfer myfyriwr neu weithiwr newydd am ffactorau sy'n gallu effeithio ar lesiant ac yn gallu arwain at ymddygiad heriol</p>
--	---	--	--

	<p>Technegau i gefnogi datblygiad ac ymddygiad oedolion.</p> <p>Dylai'r tiwtor roi trosolwg o'r gwahanol dechnegau dros sawl sesiwn gyda dysgwyr a hwyluso trafodaeth ynghylch y manteision a'r heriau sy'n gysylltiedig â phob un. Dylid annog siaradwyr gwadd i gyflwyno neu ddefnyddio clipiau fideo. Yna bydd dysgwyr yn llunio crynodeb o un dull, gan ddefnyddio ymchwil ychwanegol i'w rannu â'r grŵp.</p> <p>Therapi anghymell Therapi ymddygiadol gwybyddol ac ailstrwythuro gwybyddol therapïau cyffuriau Therapi Electrogynhyrfol (ECT) Meddylfryd twf Ymwybyddiaeth ofalgar (gellid cynnwys sesiwn ymwybyddiaeth ofalgar mewn un sesiwn) Seicolawdriniaeth Ystafelloedd synhwyrdd (gellid trefnu ymweliad ag ystafell synhwyrdd os oes un ar gael neu geisio creu ardal fach mewn ystafell ddisbarth) Dadsensiteiddio systematig Rhaglenni atgyfnerthu â thalebau</p>	<p>Therapi Anghymell – Y Defnydd a Wneir Ohono a'i Effeithiolrwydd</p> <p>Sut mae'n gweithio – therapi ymddygiadol gwybyddol – y GIG</p> <p>Meddyginiaeth ar gyfer ymddygiad</p> <p>Therapi electrogynhyrfol (ECT) Coleg Brenhinol y Seiciatryddion</p> <p>Ymwybyddiaeth Ofalgar Y Sefydliad Iechyd Meddwl</p> <p>Beth yw Seicolawdriniaeth?</p>	<p>Dysgwyr i lunio crynodeb (e.e. proffil un dudalen) o un o'r gwahanol dechnegau – y manteision a'r heriau sy'n gysylltiedig â'r dull.</p>
--	---	--	---

	<p>Dysgwyr i ystyried yn y dosbarth amrywiaeth o astudiaethau achos a nodi pryd y gellid defnyddio'r gwahanol dechnegau, o bosibl.</p> <p>Er enghraifft</p> <ul style="list-style-type: none"> • Therapi ymddygiadol gwybyddol i gefnogi ymddygiad a thrin gorbryder • dadsensiteiddio systematig, therapi anghymell â rhaglenni atgyfnerthu â thalebau i gefnogi pobl â ffobia • Ystafelloedd synhwyrdd i gefnogi pobl â dementia neu awtistiaeth <p>Cyfleoedd i siaradwyr gwadd sôn am wahanol dechnegau – YoungMind, Mind, Cymdeithas Alzheimer, Cymdeithas Awtistiaeth, tîm iechyd meddwl lleol.</p> <p>Dylid annog dysgwyr drwy gydol yr amser i drafod y cryfderau a'r cyfyngiadau ac ymchwilio iddynt. Dylai'r rhain gynnwys</p> <ul style="list-style-type: none"> • materion moesegol, cydsyniad, tegwch a mynediad • nodweddion personol yr oedolion • materion ymarferol • tystiolaeth o ba mor effeithiol ydyn nhw. 	<p>Niwrolawdriniaeth ar gyfer anhwylder meddwl – Mind</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=PI988Y68lyU (fideo)</p> <p>Rhaglen dadsensiteiddio systematig ar gyfer agoraffobia Nursing Times</p> <p>Safbwynt ar Raglenni Atgyfnerthu â Thalebau – Ymwybyddiaeth o Awtistiaeth</p>	<p>Yn ogystal â chrynodeb unigol, dylai dysgwyr lunio dogfen drosolwg sy'n rhoi hanfodion techneg, enghraifft o ble y gellir ei defnyddio, ei chryfderau a'i chyfyngiadau.</p>
--	--	--	--

Maes Testun	Gweithgareddau	Adnoddau	Gwaith cartref
<p>8.2 Strategaethau a dulliau i gefnogi oedolion i ddatblygu patrymau ymddygiad cadarnhaol</p>	<p>Sesiynau i ystyried yr amrywiaeth o strategaethau i hyrwyddo ymddygiad cadarnhaol. Trafodaeth grŵp yn dilyn clip fideo (cartŵn) am ymddygiad heriol a strategaethau cadarnhaol.</p> <p>Sesiwn ar ofal person-ganolog (cymorth gweithredol) Y tiwtor i roi trosolwg o'r sesiwn ac anogir dysgwyr i weithio mewn grwpiau er mwyn ymchwilio i ofal person-ganolog a chymorth gweithredol ar gyfer astudiaeth achos benodol. Gellid dangos fideos o enghreifftiau da o gymharu ag enghreifftiau drwg er mwyn i ddysgwyr eu cymharu a'u cyferbynnu, a ddilynrir gan drafodaeth yn seiliedig ar welliannau/argymhellion.</p> <p>Cyflwynir y gwahanol ddulliau o reoli a hyrwyddo ymddygiad i ddysgwyr. Y tiwtor i weithio i gefnogi ymchwil gan grwpiau bach a rhoi cyflwyniad ar y dulliau canlynol</p> <ul style="list-style-type: none"> - person-ganolog – cymorth gweithredol a chynllun Pili Pala - cynlluniau cefnogi ymddygiad cadarnhaol - therapi hel atgofion - dulliau adferol - system goleuadau traffig. 	<p>Sut i ymdrin ag ymddygiad heriol mewn oedolion – y GIG https://www.scie.org.uk/publications/ataglance/ataglance37.asp</p> <p>Cyflwyniad i Gymorth Ymddygiad Cadarnhaol (PBS) (cartŵn fideo byr)</p> <p>Ymddygiad Heriol ac Anableddau Dysgu: Gwella gwasanaethau (mae'n ystyried gofal person-ganolog ac fel ffordd o gefnogi pobl ag anableddau dysgu)</p> <p>https://butterflyscheme.org.uk/</p> <p>TAFLEN WYBODAETH – Cynllunio Cefnogi Ymddygiad Cadarnhaol</p> <p>Hel atgofion ar gyfer pobl â dementia – SCIE</p> <p>Beth yw Ymarfer Adferol? Ysgolion a Gwaith Cymdeithasol</p>	

Maes Testun	Gweithgareddau	Adnoddau	Gwaith cartref
<p>8.3 Darpariaeth iechyd a gofal cymdeithasol i gefnogi iechyd a llesiant unigolion</p>	<p>Mae'r deilliant dysgu hwn yn cynnig cyfleoedd dysgu i ystyried y gwasanaethau yn eu hardal leol ac ymchwilio iddynt. Felly, byddai'n gyfuniad o Sesiwn dan gyfarwyddyd tiwtor ac ymchwil a chyflawniad gan ddysgwyr.</p> <p>Gwasanaethau ymyrryd ac atal cynnar (lle y bo'n bosibl, dylid gwneud cysylltiadau ag uned 6 a phrofiadau o leoliadau).</p> <p>Sesiwn dan gyfarwyddyd tiwtor ar ethos atal ac ymyrryd yn gynnar a chysylltiadau â'r Gwasanaethau Cymdeithasol a'r Ddeddf Llesiant. Sesiwn i ystyried y canlynol</p> <ul style="list-style-type: none"> • Clinigau llesiant a phobl iach • Canolfannau teuluol integredig (ymweliad neu siaradwr gwadd posibl) • grwpiau hunangymorth • grwpiau cefnogi <p>Ar gyfer grwpiau hunangymorth a chefnogi, sesiwn seiliedig ar ymchwil byddai ystyried mathau gwahanol o grwpiau yn gwella dealltwriaeth y dysgwyr. Nodir cysylltiadau yn yr adnoddau ar gyfer rhai grwpiau cenedlaethol, ond dylid annog dysgwyr i ystyried enghreifftiau lleol. Gellid dogfennu'r wybodaeth er mwyn i bob dysgwr ychwanegu ati fel adnodd a rennir.</p>	<p>https://www.llyw.cymru/ps13m-ar-gyfer-canolfan-iechyd-newydd-yng-nghaerdydd</p> <p>Canolfannau Plant a Theulu Integredig The Integrated Children's Centres (fideo)</p> <p>Beth yw Grŵp Hunangymorth? Psych Central</p> <p>Grwpiau Hunangymorth a Grwpiau Cefnogi MIND Cymru</p> <p>SWADS - Grŵp Cefnogaeth gan Gymheiriaid De Cymru ar gyfer Gorbryder ac Iselder</p> <p>Grwpiau Cefnogi Awtistiaeth gan Autismlinks</p>	<p>Dysgwyr i ymchwilio i'r ganolfan deuluol integredig agosaf a datblygu taflen ar eu gwaith. Gallai'r daflen fod yn rhyngweithiol i nodi lleoliadau'r gwasanaethau a ddarperir a rhoi gwybodaeth amdanynt.</p>

	<p>Gwasanaethau a ddarperir fel mater o drefn a rhai na ddarperir fel mater o drefn</p> <p>Gellid defnyddio amrywiaeth o astudiaethau achos sy'n ymwneud â gwasanaethau lleol yma ac mae cyfle i drefnu siaradwyr gwadd neu ymweliadau addysgol a/neu i ddysgwyr fyfyrion ar eu profiad gwaith:</p> <ul style="list-style-type: none"> • gofal yn y cartref • gwasanaethau preswyl • gwasanaethau dydd • deietegwyr • ffisiotherapi • triniaethau therapi galwedigaethol • gwiriadau iechyd <p>Mae angen i ddysgwyr fod yn ymwybodol o'r gwahanol wasanaethau yn y sector statudol, y sector annibynnol a'r trydydd sector. Ar ôl i'r dysgwyr gael trosolwg, gellid eu hannog i enwi'r gwahanol wasanaethau a nodi pa fath o wasanaethau ydynt. Gallai dysgwyr weithio mewn grwpiau i ddarparu diffiniad o'r sector statudol, y sector annibynnol a'r trydydd sector a gallai'r tiwtor ddefnyddio Kahoot i brofi gwybodaeth.</p>	<p>Gwaith gofal a chymorth yn y cartref Gofal Cymdeithasol...</p> <p>Fframwaith Gofal Cartref Cymru Gyfan</p> <p>Asesiadau gofal cymdeithasol ar gyfer pobl hŷn ag anghenion gofal yng Nghymru</p> <p>SCIE: Gofal maethol a phobl hŷn</p> <p>Personoli ar gyfer Therapyddion Galwedigaethol yn y sector gofal cymdeithasol - SCIE</p> <p>Deall rôl y trydydd sector</p>	
--	--	---	--

	<p>Ffyrdd o asesu anghenion oedolyn. Mae a wnelo'r ffocws o ran cyflwyno cynnwys yma â sicrhau bod y dysgwyr yn deall beth yw ystyr asesiad ac egwyddorion ymarfer da ac mewn perthynas â deddfwriaeth bresennol yng Nghymru.</p> <p>Sesiwn dan gyfarwyddyd tiwtor i roi trosolwg o ddulliau asesu ac egwyddorion ond wedyn gellir annog dysgwyr i ystyried mathau gwahanol o asesiadau yn y sector iechyd a gofal cymdeithasol a llunio taflen wybodaeth am y rheswm pam y cynhelir asesiadau a'r ffyrdd y cynhelir asesiad a'r egwyddorion wrth wneud hynny.</p> <p>Dylai meysydd i'w hystyried gynnwys y canlynol</p> <ul style="list-style-type: none"> • asesiadau symlach a chymesur • dewis, llais a rheolaeth • sut mae gwaith asesu yn effeithio ar ganlyniadau llesiant • dulliau seiliedig ar gryfderau o feithrin gwydnwch • diogelu • Hawliau cyfartal i ofalwyr i'w hasesu • Cynlluniau personol er mwyn helpu i gyflawni canlyniadau personol <p>Dysgwyr i wyllo'r clipiau fideo a gellid trefnu siaradwr gwadd o wasanaethau cymdeithasol neu allgymorth gofalwyr lleol mewn perthynas ag asesiadau gofalwyr.</p>	<p>Patel M (2021) Iechyd a Gofal Cymdeithasol, a Gofal Plant – llwybr Iechyd a Gofal Cymdeithasol Oedolion Unedau 5 a 6, CBAC Caerdydd. Pennod 9</p> <p>Trosolwg o'r Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant...</p> <p>Asesiadau gofal cymdeithasol ar gyfer pobl hŷn ag anghenion gofal yng Nghymru</p> <p>CRYNODEB O DDEDDF GWASANAETHAU CYMDEITHASOL A LLESANT (CYMRU) - Mawrth 2017 Asesu a Bodloni Anghenion Unigolion – Cyflwyniad</p> <p>Deall dull sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau yn y sector gofal cymdeithasol</p> <p>Offeryn asesu a chymhwystra cenedlaethol... Gofal Cymdeithasol Cymru</p> <p>Beth yw dull seiliedig ar gryfderau? (clip fideo yn para 8 munud)</p> <p>Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru): Asesiadau (clip fideo yn para 3 munud ar asesiadau)</p>	<p>Dysgwyr yn atgyfnerthu dysgu drwy wneud ymchwil pellach a llunio taflen, naill ai'n unigol neu gyda'i gilydd (gan ddefnyddio prezi grŵp, er enghraifft).</p>
--	---	---	---

	<p>Ffyrdd o ddarparu gwasanaethau gofal a chymorth.</p> <p>Mae cyfle gwirioneddol i ddefnyddio amrywiaeth o astudiaethau achos i ymdrin â'r maes hwn. Gellir helpu dysgwyr i ystyried, nodi a chynllunio amrywiaeth o ffyrdd posibl y gellid bodloni'r anghenion a aseswyd o'r astudiaethau achos. Dylid atgoffa dysgwyr y dylid mabwysiadu dull partneriaeth ar gyfer cynnal asesiadau a sicrhau eu bod yn ymwybodol o'r sgwrs 'Yr Hyn sy'n Bwysig'.</p> <ul style="list-style-type: none"> • gweithgareddau ystyrion, grwpiau cymorth a modelau iechyd ategol • Y defnydd a wneir o gymhorthion ac addasiadau er mwyn helpu pobl i gyflawni gweithgareddau bywyd bob dydd • amrywiaeth o wasanaethau cymunedol • hyrwyddo gwasanaethau i helpu pobl i aros yn eu cartref • rhoi gwybodaeth a chynghor i oedolion, gofalwyr a'u teuluoedd ynghylch canlyniadau, ymyrraeth gynnar a chymorth cymunedol 	<p>Gwaith gofal a chymorth yn y cartref Gofal Cymdeithasol... Gofal Cymdeithasol Cymru</p> <p>(40) Beth yw gwaith cymdeithasol? Gwasanaethau i bobl hŷn - YouTube (clip yn para 14 munud sy'n edrych ar gefnogi oedolion yn y gymuned gyda ffocws ar hybu annibyniaeth)</p>	
--	---	---	--

Maes Testun	Gweithgareddau	Adnoddau	Gwaith cartref
<p>8.4 Dulliau i hybu ac amddiffyn iechyd a llesiant meddyliol oedolion</p>	<p>Mae'r deiliant dysgu hwn yn addas i'r tiwtor gyflwyno'r themâu craidd ac yna i ddysgwyr ymchwilio i'r gwahanol ymgyrchoedd hybu iechyd. Mae'n cynnig cyfle da ar gyfer project a chyflwyniad grŵp.</p> <p>Dylid cynnal sesiwn dan gyfarwyddyd er mwyn darparu gwybodaeth am y gwahanol ddulliau o hybu iechyd, sef:</p> <ul style="list-style-type: none"> • meddygol • newid ymddygiadol • addysgiadol • person-ganolog • dulliau o newid cymdeithasol • y cyfryngau torfol • apiau • cyfryngau cymdeithasol • gwefannau • gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol proffesiynol • grwpiau cefnogi • timau cyffuriau ac alcohol cymunedol (CADT) <p>Byddai siaradwr gwadd yn trafod gweithgarwch hybu iechyd yn gwella'r profiad dysgu (gallai dysgwyr baratoi cwestiynau ymlaen llaw i'w gofyn i'r siaradwr gwadd).</p> <p>Dysgwyr i ymchwilio i enghreifftiau o bob un o'r uchod mewn perthynas â diogelu iechyd a llesiant a llunio adnodd adolygu ar gyfer yr enghreifftiau hyn.</p>	<p>Canllaw ar ddulliau gweithredu sy'n canolbwyntio ar y gymuned ar gyfer iechyd a llesiant (publishing.service.gov.uk)</p> <p>Modelau a dulliau hybu iechyd Nurse Key</p> <p>Mae iechyd yn bwysig: Atal - dull cwrs bywyd - GOV.UK (www.gov.uk)</p>	

	<p>Dylid cyflwyno dysgwyr i'r dudalen we gan dynnu sylw at y gwahanol ymgyrchoedd sy'n ymwneud ag iechyd y cyhoedd. Dylid rhoi'r sesiwn i ddysgwyr er mwyn iddynt ymchwilio i'r rhesymau pam mae'r ymgyrch mor bwysig a'r rôl y mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn ei chwarae a datblygu araith/cyflwyniad/fideo ar tic toc/blog fideo (gwaith pâr) ar hynny. Y tiwtor i sicrhau amrywiaeth o ymgyrchoedd</p> <p>Dysgwyr i ymchwilio i enghreifftiau o fentrau fel y rhai a restrir isod ar gyfer diogelu iechyd a llesiant a llunio trosolwg o'r enghreifftiau hyn:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pum Ffordd at Les • National Economics Foundation (NEF) • Cysylltu • Bod yn weithgar • Bod yn sylwgar • Dal ati i ddysgu • Rhoi <p>Sesiwn a arweinir gan diwtor ar rôl gwaith amlasiantaethol ac amlddisgyblaethol yn y sector iechyd a gofal cymdeithasol a'r trydydd sector o ran hybu iechyd a llesiant</p>	<p>Ymgyrchoedd Cenedlaethol – Iechyd Cyhoeddus Cymru (gig.cymru)</p> <p>Pum Ffordd at Les – Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr (gig.cymru)</p> <p>Microsoft Word – Pum ffordd at les – y dystiolaeth (neweconomics.org)</p> <p>Microsoft Word - TEAMWORKedit[1][1].doc (internationaljournalofcaringsciences.org)</p>	
--	--	---	--

	<p>Tiwtor i ddechrau trafodaeth ynghylch rôl galluogi unigolion i gymryd cyfrifoldeb am eu hiechyd a'u llesiant eu hunain. Yna bydd dysgwyr yn ymrannu'n grwpiau llai o faint er mwyn i bob grŵp edrych ar agweddau gwahanol. Pob grŵp i roi adborth i'r grŵp mwy o faint</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gofal Iechyd Darbodus • Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 • Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 • gofal iechyd a gofal cymdeithasol lleol di-dor sy'n hybu arfer da. 	<p>Gall gofal iechyd darbodus helpu'r GIG yng Nghymru i adfer ac ailosod ei hun ar ôl pandemig y Coronafeirws – Comisiwn Bevan</p> <p>Trosolwg o'r Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 Gofal Cymdeithasol Cymru</p> <p>Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 – Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru</p> <p>Gwasanaethau-di-dor-i-wella-canlyniadau-i-bobl.pdf (nhsconfed.org)</p> <p>Yr Adolygiad Seneddol o Iechyd a Gofal Cymdeithasol yng Nghymru Adroddiad Terfynol (llyw.cymru)</p>	<p>Dysgwyr i ddatblygu ffeil o wybodaeth er mwyn ymdrin â'r agweddau</p>
--	--	--	--