



Teitl: Title:	Strategaeth Iechyd a Llesiant Health & Wellbeing Strategy
Dyddiad Cyhoeddi: Issue Date:	Hydref 2019 October 2019

Cydraddoldeb ac Amrywiaeth / Equality & Diversity

Dolen at Gam 1 Asesu'r Effaith ar Gydraddoldeb: / Equality Impact Assessment Stage 1 Link:	<u>Cam 1 EIA Iechyd a Llesiant – Gorffennaf 2020</u> <u>H&W EIA Stage 1 - July 2020</u>
Dolen at Gam 2 Asesu'r Effaith ar Gydraddoldeb: / Equality Impact Assessment Stage 2 Link:	
Cynllun Gwella Asesu'r Effaith ar Gydraddoldeb / Equality Impact Assessment Improvement Plan	

Sylwer na ellir cymeradwyo eich dogfen heb yr Asesiad(au) Effaith ar Gydraddoldeb perthnasol

Please note that your document cannot be approved without the relevant Equality Impact Assessment(s)

Adolygu a Chymeradwyo / Review and Approval

Cyfrifoldeb: Responsibility:	Cyfarwyddwr AD Director of HR
Corff Cymeradwyo: Approval body:	JNCC Pwyllgor Cyllid, Pobl a Diwylliant – 9/11/20 Llywodraethwyr JNCC Finance, People and Culture Cttee - 9/11/20 Governors
Dyddiad Cymeradwyo: Approval date:	JNCC 30/10/19
Amllder Adolygu: Review Frequency:	3 blynedd 3 years
Dyddiad Adolygu: Review Date:	1/11/2022 ymestyn tan 31/01/23 gan C&CC 26/10/22

Sicrhewch eich bod yn anfon eich dogfen at Translation@cambria.ac.uk ar ôl iddi gael ei chymeradwyo /

Once approved, please ensure your document is sent to Translation@cambria.ac.uk

1. Cyflwyniad

1.1 Nod y Strategaeth yw integreiddio iechyd a llesiant i'n gweithgareddau o ddydd i ddydd ar gyfer cymuned gyfan y Coleg o staff a myfyrwyr, a'n galluogi ni i greu amgylchedd gwaith cadarnhaol ac iach. Dogfennir yn dda, fel cyflogwr o ddewis, bod cefnogi llesiant gweithwyr a dysgwyr yn hollbwysig i gyflawni lefelau perfformio uwch a llwyddiant cyffredinol y coleg.

1.2 Fel rhan o'r Ddeddf Cenedlaethau'r Dyfodol 2015 (Cymru) rhaid i gyrff cyhoeddus yng Nghymru ystyried effaith hirdymor eu penderfyniadau, i weithio'n well â phobl, cymunedau a'i gilydd, ac i rwystro problemau dyfalbarhaus fel iechyd. Mae'r Strategaeth Iechyd a Llesiant yn cefnogi Cynllun Cenedlaethau'r Dyfodol Coleg Cambria, yn arbennig nod llesiant Cymru iachach sef:

'cymdeithas lle gwneir y mwyaf o lesiant corfforol a meddyliol pobl a deallir dewisiadau ac ymddygiadau sydd o fudd i iechyd yn y dyfodol'.

1.3 Bydd staff a dysgwyr yn cael eu hannog i gymryd cyfrifoldeb am eu hiechyd a'u llesiant eu hunain a bydd dull hunangymorth cynorthwyol yn cael ei fabwysiadu fel egwyddor greiddiol y Strategaeth hon.

1.4 Mae nifer o bolisiau cyflenwol, gweithdrefnau ac ymarferion arloesol ar waith eisoes i gefnogi llesiant, a nod y strategaeth hon yw meithrin arfer dda ymhellach i sicrhau dull rhagweithiol, cynhwysol ac arloesol i hyrwyddo a gwarchod iechyd a llesiant e.e:

- Polisiâu Iechyd a Diogelwch
- Polisiâu AD
- Dysgu a Datblygu - Ymrwymiad DPP
- Rhaglen Ymgysylltu â Gweithwyr
- Cambria Heini
- Cydgytundeb ar Reoli Newid

1.5 Rhagwelir y bydd y strategaeth hon yn helpu'r Coleg i gyflawni'r canlynol:

- Amgylchedd gwell ar gyfer cymuned y Coleg.
- Cydbwysedd bywyd gwaith gwell
- Morâl ac ysgogiad gwell gan ddarparu cymuned iachach a hapusach.
- Gwybodaeth well am bynciau iechyd a llesiant i bawb.
- Ymgysylltu gwell â dysgwyr a staff
- Llai o ddamweiniau yn y gweithle
- Ymrwymiad, dibynadwyedd ac egni gwell er mwyn i staff gyflawni nodau ac amcanion y Coleg.
- Cyfle gwell i ddysgwyr gyflawni eu nodau.
- Llai o absenoldebau salwch i staff a dysgwyr
- Recriwtio staff a dysgwyr yn well, gyda ffigurau cadw staff uwch.
- Gwydnwch gwell yn y gweithlu a'r dysgwyr
- Amserlenni gwell ar gyfer dychwelyd i'r Coleg yn dilyn absenoldeb salwch.

1.6 Bydd gwaith gweithredu'r Strategaeth Iechyd a Llesiant yn cael ei asesu drwy'r adborth a dderbyniwn drwy'r Arolwg Staff ac Arolwg Myfyrwyr a thrwy lwybrau

adborth anffurfiol. Bydd cynnal y wobwr platinwm Safon Iechyd Corfforaethol hefyd yn ddangosydd da.

2. Goblygiadau Cyfreithiol

- 2.1 Fel cyflogwr, mae Coleg Cambria yn cydnabod bod ganddo ddyletswydd gofal o dan y Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith (1974). Mae'r Ddeddf yn nodi bod rhaid i'r cyflogwr:

'Sicrhau iechyd, diogelwch a lles yn y gwaith i bawb, cyn belled ag y bo'n rhesymol ymarferol'.

- 2.2 Mae gan gyflogwyr gyfrifoldeb i gynnal asesiadau risg a rhaid iddynt ddarparu'r wybodaeth, hyfforddiant a'r oruchwyliaeth angenrheidiol i staff er mwyn sicrhau bod ganddynt yr offer i gynnal eu hiechyd, diogelwch a'u llesiant yn y gwaith. Mae gan y staff eu hunain gyfrifoldeb i gymryd gofal rhesymol am iechyd, diogelwch a llesiant eu hunain a phobl eraill all gael eu heffeithio gan unrhyw weithredoedd hepgor yn y gwaith.
- 2.3 Mae gan y Coleg ddyletswydd gofal i ymateb yn briodol i sefyllfaoedd lle mae pryderon ynghylch gweithrediad corfforol neu feddyliol y dysgwr a'r effaith ar y myfyriwr ac eraill a bydd yn sicrhau dull cyson a sensitif.
- 2.4 Bydd y Coleg yn gweithio yn unol â chanllawiau Gweithdrefnau Diogelu Cymru 2019; Gweithio gyda'n Gilydd i Ddiogelu Plant (2018); Cadw Plant yn Ddiogel mewn Addysg (DfE) (2019); Cadw Dysgwyr yn Ddiogel Llywodraeth Cymru (2015); Gweithio gyda'n Gilydd o dan Ddeddf Plant Cymru (2004); Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014; Canllawiau Dyletswydd Prevent Diwygiedig Llywodraeth EM ar gyfer Cymru a Lloegr (Diwygiedig 2019) a Chanllawiau'r Ddyletswydd Prevent ar gyfer Sefydliadau Addysg Bellach yng Nghymru a Lloegr.

3. Beth yw Gweithle ac Amgylchedd Dysgu Iach?

Mae Safon Iechyd Corfforaethol yn diffinio gweithle ac amgylchedd dysgu iach fel a ganlyn:

- Lleoliad lle mae risg iechyd yn cael ei hadnabod, a'i rheoli lle bo hynny'n bosibl
- Lleoliad lle mae dylunio gwaith ac astudio yn gydnaws ag anghenion a chyfyngiadau iechyd pobl
- Amgylchedd sy'n cefnogi hyrwyddo ffyrdd o fyw iach
- Lleoliad lle mae gweithwyr a chyflogwyr yn cydnabod eu cyfrifoldebau am iechyd a llesiant cydweithwyr a dysgwyr.

4. Dull Strategol

4.1 Cenhadaeth Llesiant

Creu amgylchedd gwaith a dysgu iach, hapus a diogel drwy:

- Newid o ddull adweithiol i ddull rhagweithiol
- Meithrin synnwyr o berthyn a chynnwys
- Arwain a rheoli yn effeithiol ledled y coleg i ymgorffori a chynnal iechyd a llesiant fel rhan o weithgareddau bob dydd.
- Helpu dysgwyr a staff i ddatblygu a chynnal ffordd o fyw iach a gwella eu hiechyd corfforol ac emosiynol

- Darparu ymyrraeth gynnar a chymorth i staff sydd â phroblemau iechyd ac anabledau i aros yn y gwaith neu ddychwelyd i'r gwaith cyn gynted â phosibl yn dilyn cyfnod o absenoldeb
- Datblygu a monitro effeithiolrwydd polisiau sy'n cefnogi llesiant staff a dysgwyr
- Canolbwyntio ar ymgysylltu â gweithwyr a dysgwyr.

4.2 Diwylliant sefydliadol

4.2.1 Mae ymrwymiad a chymorth rheoli ar gyfer cyfathrebu'n effeithiol a newid prosesau rheoli yn hanfodol i lwyddiant ein cenhadaeth er mwyn creu amgylchedd gwaith a dysgu iach, cynhyrchiol a diogel. Mae'r Strategaeth yn ymdrechu i ddarparu profiad cyson i staff a dysgwyr ledled yr holl safleoedd yng Ngholeg Cambria. Yn ystod cyfnodau o newid, mae ystyried unigolion boed hynny'n eu bywyd coleg/gwaith neu eu bywyd personol, yn helpu unigolion i drawsnewid mewn modd cadarnhaol. Mae'r strategaeth hon yn cefnogi'r Cydgytundeb ar y Polisi Rheoli Newid i weithwyr.

4.2.2 Mae ymddygiadau rheoli o ddydd i ddydd yn ffurfio sylfaen diwylliant y Coleg. Mae ymddygiad ac agwedd staff a dysgwyr tuag at eu gwaith neu eu hastudiaethau yn hanfodol bwysig, fel rhan o broses ddwy ffordd i wella iechyd a llesiant.

4.3. Gweithredu'r Strategaeth

Bydd Cynllun Gweithredu Ymgysylltiad yn cael ei ddatblygu ar y cyd â'r Grŵp Strategaeth Llesiant i gyflawni'r Strategaeth. Bydd hon yn ddogfen ddynamig gyda chyfrifoldebau arwain clir yn cael eu penodi i bob maes darparu.

4.4 Ffrydiau Llesiant

4.4.1 Mae Strategaeth Iechyd a Llesiant Coleg Cambria wedi'i rhannu i 5 ffrwd benodol, sef:

- Iechyd Meddwl
- Iechyd Corfforol
- Dewisiadau Ffordd o Fyw
- Adnoddau
- Addysg



Bydd pob ffrwd ar gyfer dysgwyr a staff yn cael ei harwain yn fewnol gan aelod o staff ar lefel benodol rheolwr fel a ganlyn:

Themâu	Staff	Dysgwyr
Iechyd Meddwl	Karen Senior/Vicki Durr	Karen Senior/Elane Roberts
Iechyd Corfforol	Donna Welsh	Donna Welsh
Dewisiadau Ffordd o Fyw	Patrick Cox/Donna Welsh	Patrick Cox/Donna Welsh
Addysg	Diane Jolly/Bethan White	Elane Roberts/Bethan White
Adnoddau	Vicki Durr	Karen Senior

4.4.2 Mae'r amcan ar gyfer pob ffrwd fel a ganlyn:

A. Iechyd Meddwl

- darparu gwybodaeth sy'n hysbysu a chefnogi llesiant cyffredinol iechyd meddwl dysgwyr a gweithwyr
- rhannu iechyd meddwl cadarnhaol yn y Coleg gan ddefnyddio offer fel y Porth Llesiant.
- herio'r stigma sy'n ymwneud â salwch meddwl drwy weithio â sefydliadau allanol fel Time to Change Wales
- annog gweithwyr a dysgwyr i gymryd y camau sydd eu hangen arnynt i gynnal iechyd meddwl dda ac aros yn iach yn feddylol
- gweithio mewn partneriaeth â gwasanaethau ac asiantaethau arbenigol i gefnogi iechyd meddwl dysgwyr a gweithwyr, er enghraifft CAMHS

B. Iechyd Corfforol

- rhoi cyfleoedd i staff a dysgwyr Coleg Cambria i gymryd rhan mewn gweithgareddau corfforol ar yr holl safleoedd drwy fentrau Cambria Heini
- rhannu gwybodaeth i gefnogi buddion ffordd o fyw heini i staff a dysgwyr
- annog Cydweithwyr a Dysgwyr i gymryd rhan mewn cyfleoedd a ddarperir gan y Coleg.

C. Dewisiadau Ffordd o Fyw

- darparu a hyrwyddo deunyddiau addysgiadol iechyd a llesiant ar gyfer staff a dysgwyr, i alluogi unigolion wneud penderfyniadau ffordd o fyw gwybodus
- darparu cymorth unigol sy'n ymwneud â ffordd o fyw iach.

D. Addysg

- darparu sesiynau addysgiadol, llawn gwybodaeth am amrywiaeth o bynciau iechyd a llesiant ar gyfer yr holl staff a dysgwyr, i gynyddu eu gwybodaeth ac i gynorthwyo wrth wneud penderfyniadau gwybodus am iechyd a llesiant personol.

E. Adnoddau

- monitro a darparu'r adnoddau priodol ar gyfer dysgwyr a staff ynghylch materion iechyd a llesiant e.e. brechiadau rhag y fflw a chlinigau rhywun iach.
- cyfeirio staff a dysgwyr at asiantaethau allanol sy'n arbenigo mewn rhoi cyngor am ystod eang o bynciau iechyd a llesiant
- darparu a hyfforddi cynorthwyyr cyntaf iechyd meddwl gan annog pobl i gymryd rhan yn hyn.

4.5 Monitro Cynnydd

Mae'r categorïau isod yn amlinellu gweithgareddau'r Coleg, sydd angen eu harddangos, eu monitro a'u gwerthuso:

A. Bob Tymor

- Cyfarfodydd Strategaeth Iechyd a Llesiant
- Cyfarfodydd Hyrwyddwr Iechyd a Llesiant
- Atgyfeiriadau Iechyd Galwedigaethol
- Tudalen fewnrwyd Iechyd a Llesiant
- Gweithgareddau Misol a chyfathrebu cysylltiedig
- Hyrwyddo Llesiant yn y gweithle - dull hunangymorth

B. Yn flynyddol

- Dangosyddion Perfformiad Allweddol Iechyd a Llesiant: a all gynnwys lefelau cyfranogiad mentrau Iechyd a Llesiant (i gynnwys nodweddion gwarchodedig) lefelau absenoldeb, gweithgarwch Cynorthwyyr Cyntaf Iechyd Meddwl, nifer o ddefnyddwyr unigryw yn mynd ar y Wefan Iechyd a Llesiant
- Calendr Blynyddol digwyddiadau
- Defnyddio Gwiriadau OH Wellness
- Arolwg ymgysylltu â gweithwyr (Diwylliant ac Arweinyddiaeth ac ati)
- Sesiwn gwerthuso gwelliant parhaus