Iechyd Plant a Phobl Ifanc
Health of Children and Young People

NHS Wales GIG Cymru | Arsyllfa Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales Observatory

# Cefnogi Ysgolion Iach yn ardal Abertawe Bro Morgannwg

*gan*
*Emma Griffiths, Cydlynydd Addysg Iach*
*Dr Nina Williams, Ymgynghorydd Meddygaeth Iechyd y Cyhoedd*

## Lleoliad / cefndir

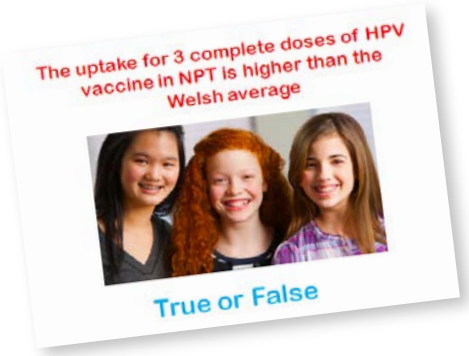
Mae *Ysgolion Iach* yn fenter gan Lywodraeth Cymru gyda'r nod o helpu cymuned yr ysgol gyfan i fyw bywydau iachach. Mae cymuned yr ysgol yn cynnwys pob plentyn, staff (athrawon a staff nad ydynt yn athrawon), rhieni a llywodraethwyr. Nid yw *Ysgolion Iach* yn ymwneud ag iechyd corfforol yn unig; mae hefyd yn cynnwys lles cymdeithasol ac emosiynol.

## Materion i fynd i'r afael â nhw

Yn y gorffennol mae wedi bod yn anodd helpu rhai athrawon i ddeall pam y mae gwaith *Ysgolion Iach* mor bwysig, sydd yn ei dro wedi gwneud rhai yn llai tebygol o ymgysylltu â'r fenter a'i chefnogi.

## Yr hyn a wnaethom

Roedd cyhoeddi *Iechyd Plant a Phobl Ifanc* yn gyfle gwych i ni weithio gydag ysgolion i'w helpu i ddeall yn well pam y mae gweithredu mewn ysgolion i fynd i'r afael â materion iechyd, angen bod yn flaenoriaeth.




Defnyddiwyd adroddiadau awdurdodau lleol i greu cwis 'Pa mor iach yw fy ardal i?'. Cyflwynwyd y cwis yn rhyngweithiol, gyda'r cyfranogwyr yn cael eu llechen eu hunain i ateb bob un o'r cwestiynau. Fe wnaeth hyn y sesiwn yn fwy difyr gan ymgysylltu'r cyfranogwyr.

## Canlyniadau a dysgu

Roedd yr ystadegau a gyflwynwyd yn y cwis yn rhai garw. Fe wnaethant helpu'r rheiny a fynychodd yr hyfforddiant i ddeall bod testunau fel gordewdra, tlodi ac asthma yn faterion y mae angen i bawb fynd i'r afael â nhw, gydag ysgolion yn arbennig â rhan fawr i'w chwarae. Helpodd yr hyfforddiant ysgolion i werthfawrogi y bydd plant afiach yn arwain at fwy o absenoldebau o'r ysgol.

Cafwyd ceisiadau gan fynychwyr i fynd â'r cyflwyniad yn ôl i'w hysgolion i'w gyflwyno i'r staff i gyd. Gofynnodd rhai ysgolion hefyd i'r hyfforddiant gael ei roi i'r disgyblion i helpu'r bobl ifanc i ddeall pam y mae'n bwysig iddyn nhw fyw bywydau iach.

Mae gan yr ysgolion bellach lawer mwy o ddealltwriaeth ynghylch iechyd plant a phobl ifanc yn eu hardal ac maent yn gweithio gyda ni i greu canlyniadau iach i'w disgyblion nawr ac yn y dyfodol.

Cysylltwch â ni gydag unrhyw ymholiadau, ar e-bost:
**arsyllfaiechydcyhoedduscymru@wales.nhs.uk**