Y RHWYDWAITH YMCHWIL IECHYD MEWN YSGOLION

SCHOOL HEALTH RESEARCH NETWORK

Croeso i'n cylchlythyr ar ei newydd wedd!

Yn ystod digwyddiadau Rhwydwaith mis Mehefin, roedd galw aruthrol am gylchlythyr arddull bwletin yn cynnwys hyperddolenni i fwy o fanylion ac fel ffordd o'ch cynorthwyo chi i gymhathu gwybodaeth yn ystod y cyfnod byr o amser sydd ar gael i chi. Felly, dyma fe! .

O ddarllen y sylwadau yn y digwyddiadau, mae'n ymddangos ein bod ni'n darparu'r hyn rydych chi ei eisiau yn y cylchlythyr, ar y cyfan. Fodd bynnag, roedd galw iddo fod yn **ffordd o rannu arfer da o ran defnyddio eich Adroddiadau Iechyd a Lles Myfyrwyr.** Rydym ni wedi dechrau'r broses hon trwy gynnwys adborth o'r sesiynau a gynhaliwyd yn y Digwyddiadau Rhwydwaith fis Mehefin ar ddefnyddio'r adroddiadau mewn ysgolion . Fodd bynnag, byddai'n gam nesaf cadarnhaol petasem yn gallu cynnwys astudiaethau achos byr o ysgolion unigol, i ddechrau yn y rhifyn nesaf, i'w cyhoeddi cyn y Nadolig. **Allwch chi helpu?** Cliciwch yma i anfon e-bost i ni.

I'r rheiny ohonoch sydd wedi gwneud cais am gopïau blaenorol o bob cylchlythyr sydd wedi'u cyhoeddi hyd yn hyn, maen nhw ar gael yn www.shrn.org.uk.

AMSERLEN Y RHWYDWAITH YMCHWIL IECHYD MEWN YSGOLION 2015/16

Gofynnodd pawb a fynychodd y Digwyddiadau Rhwydwaith am yr amserlen er mwyn eu cynorthwyo nhw â chynllunio eu dyddiaduron. Gobeithio y bydd yr amserlen o ddefnydd i chi. Cofiwch, bydd yr arolwg yn bwydo i mewn i'r Adroddiad Iechyd a Lles Myfyrwyr nesaf, a bydd angen i chi ei gwblhau yn ystod tymor yr hydref.

Cliciwch yma i weld yr amserlen

AROLWG IECHYD A LLES MYFYRWYR 2015

Dyma'ch cyfle i gasglu'r wybodaeth sydd ei hangen i gwblhau'ch Adroddiad Iechyd a Lles Myfyrwyr newydd. Dylech fod wedi derbyn eich pecynnau arolwg myfyrwyr ym mis Gorffennaf, a chyn hir byddwn yn anfon mwy o fanylion i'r ysgolion sydd wedi cofrestru trwy ddychwelyd Ffurflen A. Cysylltwch â ni os oes angen i ni ailanfon y wybodaeth atoch.

Trwy waith grŵp yn y digwyddiadau, roeddem yn gallu canfod y **pynciau iechyd sy'n achosi'r pryder mwyaf mewn ysgolion. Mae'r rhain yn cynnwys: hunanladdiad / hunan-niweidio, secstio, anterth cyfreithiol, e-sigarennau, diodydd egni a chwsg**. Mae'r arolwg myfyrwyr yn rhoi sylw i'r rhan fwyaf o'r pynciau hyn, ond rydym wedi ychwanegu cwestiwn am anterth cyfreithiol a secstio yn dilyn y digwyddiadau. Yn ogystal, rydym wedi trefnu ein gweminar gyntaf ar y pwnc o hunanladdiad a hunan-niweidio. ***Cyfeiriwch at amserlen y Rhwydwaith i weld dyddiadau arfaethedig 2015/16.***

SUT MAE YSGOLION YN DEFNYDDIO, NEU'N BWRIADU DEFNYDDIO, EU HADRODDIADAU IECHYD A LLES MYFYRWYR?

Roedd yn fraint derbyn cyflwyniadau gan ddwy ysgol ac maen nhw wedi rhoi caniatâd i ni eu defnyddio nhw yma: Rhydian Jones yn Aberconwy hyperlink a Fallon Kift ar ran Heather Cooper, Cefn Hengoed hyperlink .

Yn y digwyddiadau Rhwydwaith, rhannodd cynrychiolwyr ysgolion eu safbwyntiau am werth yr adroddiadau mewn meysydd fel hunanasesu lles, cynllunio Ysgolion Iach, cefnogi'r cwricwlwm a llais y myfyriwr. **Cliciwch yma** i ddarllen am ddefnydd posibl eich adroddiad ac i weld mwy o ffotograffau o'r digwyddiad! I'r rheiny ohonoch nad oedd yn gallu mynychu'r digwyddiadau ac sydd eisiau rhannu eich safbwyntiau, anfonwch nhw atom ni er mwyn i ni allu eu cynnwys yng nghylchlythyrau'r dyfodol.

RHWYDWAITH CYFATHREBU

Ym mis Mawrth, darlledwyd ein **gweminar gyntaf** ar **'Ydy Ysgolion sy'n Hyrwyddo Iechyd yn gwneud gwahaniaeth?'** Os na weloch chi'r gweminar, gallwch glywed yr ateb **yma**.

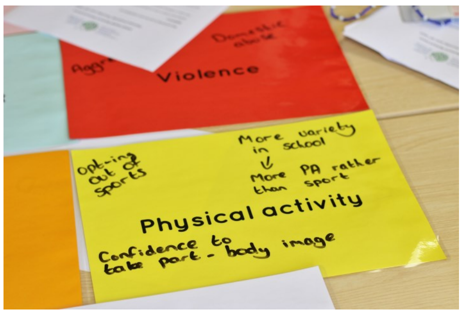
Cynhaliom ddau ddigwyddiad i ysgolion Rhwydwaith ym mis Mehefin a gofynnom ni i gynrychiolwyr yr ysgolion rannu eu safbwyntiau am y gweminar, y digwyddiadau a'r dulliau cyfathrebu eraill. **Cliciwch yma** i ddarllen am yr hyn a ddywedodd yr ysgolion wrthym ni a sut rydym ni'n bwriadu ymateb. Os oeddech chi yno, efallai y byddwch yn gweld eich hun yn y ffotograffau!

Ymchwil newydd a ariennir
Mae DECIPHer wedi derbyn cymorth ariannol i werthuso effeithiolrwydd **ymyriadau WISE (Lles mewn Addysg Uwchradd)**, a fydd yn cynnwys cyflwyno Cymorth Cyntaf Iechyd Meddwl mewn ysgolion. Y nod yw gwella lles aelodau staff a disgyblion. Mae gwerthusiad peilot o'r ymyriad eisoes wedi cael ei gynnal.

Cyn hir, byddwn yn gadael i chi wybod sut y gallwch chi gyfranogi.

Cyfle i Gyfrannu at Ymchwil
Roeddem wedi gallu cynnig cyfleoedd i'r rheiny a fynychodd y digwyddiadau i gymryd rhan mewn dau brosiect ymchwil gwahanol a hoffem ddiolch i'r holl ysgolion sydd wedi dangos diddordeb, cofrestru a chymryd rhan. Gallwch gyfrannu at astudiaeth ymchwil o hyd i **hyfforddi athrawon i ddarparu ymyriadau Cyfweld Ysgogiadol Grŵp i fynd i'r afael â defnyddio alcohol.** Gallwch gofrestru diddordeb eich ysgol mewn cymryd rhan - un ai i dderbyn yr hyfforddiant i athrawon eich ysgol neu i gyfrannu at y broses ymgynghori er mwyn datblygu'r hyfforddiant. I ddarllen yr holl wybodaeth berthnasol ac i gofrestru eich diddordeb, cliciwch ar y ddolen isod a **llenwch y ffurflen datganiad o ddiddordeb erbyn** 22 Medi.

Am resymau ariannu, mae'r cyfle hwn ar agor i ysgolion yn y de a'r de-orllewin yn unig.



@SHRNWales

SHRN@cardiff.ac.uk

SHRN.org.uk

ADNODDAU

Y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion

Mae pob ysgol sy'n aelod yn gymwys i ddefnyddio'r **logo** ar eu gwefannau a phapur pennawd. Yn ogystal, rydym yn darparu **tystysgrif** i nodi'r flwyddyn yr ymunodd yr ysgol i'w harddangos gyda gwobrau eraill yr ysgol. Roedd hi'n amlwg y byddai nifer o ysgolion yn dal i werthfawrogi cael y rhain felly **byddwn yn eu hanfon nhw atoch mewn neges e-bost yn ystod hanner cyntaf y tymor hwn.**

Mynegwyd y farn y byddai'n ddefnyddiol petasem yn darparu tystysgrif presenoldeb mewn digwyddiadau a gweminarau, ynghyd â chrynodeb o'r agenda i ddangos gwerth yr hyfforddiant o ran anghenion Datblygiad Proffesiynol Parhaus, gan gynnwys tystiolaeth o hyfforddiant ar gyfer Gwobr Ansawdd Genedlaethol WNHSS. **Byddwn yn anfon y rhain yn ystod yr wythnosau nesaf at bawb a fynychodd ein digwyddiadau yn ystod yr haf.**

Darlledu ffilm: *The Perks of Being a Wallflower*

Mae'r digwyddiad hwn wedi cael ei gyd-drefnu a'i gyd-hwyluso gan bobl ifanc o ALPHA, sef grŵp ymgynghori pobl ifanc DECIPHER. I gael mwy o wybodaeth am ALPHA, **cliciwch yma.**

Cymorth Cwricwlwm Prifysgol Caerdydd

Yn y digwyddiadau, gofynnom i ysgolion petasai diddordeb ganddynt mewn datblygu adnoddau i'w cynorthwyo nhw i gyflwyno'r cymhwyster **Bagloriaeth Cymru newydd**. Newydd gychwyn ar y gwaith hwn y mae'r Brifysgol, ond mae cyfleoedd wedi'u nodi ar y wefan Cymorth Cwricwlwm yn barod.

Gwiriwch nhw er mwyn gweld pe bydden nhw'n gweddu eich ysgol chi. Mae'r safle wedi'i ddylunio er mwyn darparu cymorth ar draws pob maes cwricwlwm yr ysgol (gellir chwilio am weithgareddau yn ôl cyfnod allweddol, pwnc cwricwlwm a'r math o weithgaredd), felly byddai'n werth gwirio pa gynigion eraill fyddai o werth i chi ar yr un pryd.

Ymchwil Canser y DU

Diwrnod Agored Canolfan Ymchwil Canser y DU Caerdydd, 10am – 3pm, Dydd Sadwrn 24 Hydref 2015 ym Mhrifysgol Caerdydd

Dyma gyfle ardderchog i'ch myfyrwyr ddysgu am sut mae Ymchwil Canser y DU yn brwydro canser yng Nghymru. Bydd cyfle i fyfyrwyr gwrdd ag ymchwilwyr canser, meddygon a nyrsys, cael blas ar fod yn wyddonydd a mynd ar daith o amgylch y labordai a dysgu mwy am ymchwil lleol trwy gyflwyniadau ac arddangosfeydd diddorol. Cliciwch yma i weld fideo o ddigwyddiad ardderchog y llynedd ac i gael blas ar yr hyn y gallwch ei ddisgwyl. I gael mwy o wybodaeth, cysylltwch â cardiffcentre@cancer.org.uk.

Gobeithio eich bod chi wedi mwynhau darllen y cylchlythyr hwn a'i fod yn ddefnyddiol i chi ac i'ch ysgol. Diolch i'r rheiny a fynychodd y digwyddiadau Rhwydwaith am rannu eu safbwyntiau er mwyn sicrhau bod y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion yn datblygu er mwyn bodloni anghenion ysgolion uwchradd yng Nghymru. Gofynnwn i chi barhau i rannu eich safbwyntiau gyda ni.

Pob lwc ar gyfer y flwyddyn academaidd newydd.

Joan, Gillian a Cheryl