



# Gorffennol Digidol Digital Past - 2020

## HANESION BYWYD CAERWRANGON

### Cyd-gynhyrchiad cymunedol ar gyfer Treftadaeth ac Iechyd

Sheena Payne-Lunn and Dr Natasha Lord, Swyddog Cofnod Amgylchedd Hanesyddol, Seicolegydd Oedolion Hŷn

[Cyngor Dinas Caerwrangon](#), [Ymddiriedolaeth GIG Iechyd a Gofal Swydd Gaerwrangon](#)



Menter gydweithredol rhwng Cofnod Amgylchedd Hanesyddol Dinas Caerwrangon a'r arweinydd seicoleg Oedolion Hŷn yn Ymddiriedolaeth GIG Iechyd a Gofal Swydd Gaerwrangon yw Hanesion Bywyd Caerwrangon. Yn y papur hwn byddwn yn crynhoi ein taith hyd yma tuag at gyd-gynhyrchu adnodd cymunedol wedi'i greu o ddeunydd treftadaeth a gwybodaeth leol sydd ar gael yn rhwydd, a darparu model grymus ar gyfer gwella iechyd a lles drwy rannu diddordebau a hanesion a thrwy feithrin ymdeimlad cryfach o gymuned.

[Gorffennol Digidol 2020](#): Technolegau newydd ym meysydd treftadaeth, dehongli ac estyn-allan  
12 & 13 o Chwefror 2020, Canolfan y Celfyddydau Aberystwyth, Aberystwyth

Mae'r ddogfen hon hefyd ar gael yn y Saesneg | This document is also available in English.

Byddwn yn rhannu ein profiad o gydweithredu â'r gymuned a thîm prosiect Esiamplau Digidol Byd-eang ein Hymddiriedolaeth GIG leol i ddatblygu app ar-lein treftadaeth ac iechyd sy'n darparu ar gyfer anghenion oedolion hŷn sy'n byw gyda dementia, pobl leol sydd mewn perygl o ddiodef o unigrwydd, gofalwyr, a staff iechyd meddwl proffesiynol.



## Bywgraffiad

Penodwyd Sheena Payne-Lunn yn Swyddog CAH Cyngor Dinas Caerwrangon yn 2003. Mae rheoli'r Cofnod Amgylchedd Hanesyddol o ddydd i ddydd wedi rhoi cyfle iddi feddwl yn greadigol am ymgysylltu cymunedol a rôl y CAH mewn perthynas â gwella iechyd a lles meddwl yn ogystal ag fel cyfrwng cynllunio, ymchwil ac addysgol. Roedd Sheena yn arweinydd Clwb Archaeolegwyr Ifanc Swydd Gaerwrangon am nifer o flynyddoedd, ac yn ystod y cyfnod hwn y datblygodd ei diddordeb mewn ymgysylltu digidol a defnyddio cyfryngau cymdeithasol fel arf ar gyfer cofnodi treftadaeth.

Seicolegydd Clinigol yw'r Dr Natasha Lord. Mae hi'n gweithio gyda phobl hŷn yn Ymddiriedolaeth GIG Iechyd a Gofal Swydd Gaerwrangon sy'n profi anawsterau emosiynol. Gall y gwaith hwn fod gydag unigolion, teuluoedd, gofalwyr neu staff. Hi yw Cadeirydd y Rhwydwaith Ansawdd ar gyfer y Gwasanaethau Iechyd Meddwl i Oedolion Hŷn (QNOAMHS) ac mae hi'n aelod o bwyllgor y Gyfadran Seicoleg ar gyfer Pobl Hŷn (BPS/FPOP). Enwebwyd Natasha ar gyfer gwobr Una Holden yn 2014 am ei gwaith arloesol ym maes gwasanaethau cleifion mewnol ac enillodd Wobr Staff Ymddiriedolaeth GIG am Wella Ansawdd yn 2016. Gallwch gysylltu â hi yn [natasha.lord@nhs.net](mailto:natasha.lord@nhs.net).

**Gorffennol Digidol 2020:** Technolegau newydd ym meysydd treftadaeth, dehongli ac estyn-allan  
12 & 13 o Chwefror 2020, Canolfan y Celfyddydau Aberystwyth, Aberystwyth

Mae'r ddogfen hon hefyd ar gael yn y Saesneg | This document is also available in English.