Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro

Trosolwg

Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro (BIP Caerdydd a'r Fro) yw un o Fyrddau Iechyd mwyaf y DU, yn gwasanaethu poblogaeth o 2.5 miliwn o bobl ar draws De a Chanolbarth Cymru. Ers 2009 mae BIP Caerdydd a'r Fro wedi datblygu 'cynlluniau teithio cynaliadwy' safle-benodol ar gyfer pedwar safle ysbyty yng nghanol y ddinas, yn unol â gofynion Llywodraeth Cymru. Nod amcanion y cynllun teithio yw annog cynnydd mewn dulliau trafnidiaeth gynaliadwy ar gyfer teithio personol a busnes.

Dengys gwaith plotio data cod post bod rhwng 50 a 70% o'r staff yn byw o fewn saith milltir o'u prif fan gwaith a bod rhwng 30 a 40% yn byw o fewn 4 milltir, sy'n rhoi cyfle ardderchog ar gyfer creu rhaglen newid ymddygiad teithio cadarnhaol sy'n ymgysylltu rhagor o bobl i deithio'n egnïol, rhannu car a defnyddio dewisiadau trafnidiaeth gyhoeddus. Nod ymyriadau o fewn y cynlluniau teithio hyn yw mynd i'r afael â'r casgliadau hyn.

Meysydd llwyddiant allweddol

Cafodd y cynllun teithio ei gyflenwi gan weithwyr penodedig o fewn y BIP Caerdydd a'r Fro yn gweithio gyda'r gweithgor Iechyd a Lles, Gr p Defnyddwyr Beiciau, yr adrannau Ystadau, Cyfleusterau, TG, AD a'r Tîm Cyfathrebu. Rhoddwyd cefnogaeth barhaus gan sefydliadau allanol megis Sustrans, SEWTA a Traveline Cymru i ddarparu digwyddiadau, mentrau ac offer monitro.

Bu cyfathrebu yn agwedd allweddol ar gyflenwi'r cynllun teithio hyd yn hyn, drwy ddigwyddiadau, bwletinau wythnosol i'r staff cyfan, a thudalennau gwe penodol ar gyfer teithio a thrafnidiaeth.

Lleoliad
Ysbyty Athrofaol Cymru (YAC), Caerdydd

Ariannu
£20,000 gan Grantiau Teithio Cynaliadwy 'Cadw Caerdydd i Symud'

Dengys canlyniadau arolwg YAC: 2010- 2011
Un person mewn car 5%
Car gydag eraill 4%
Beicio 9%
Trên a Bws 2% yr un

Cyswllt
Sustrans
sustranscymru@sustrans.org.uk
SEWTA
www.gettravelwise.com
Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro
colin.mcmillan@wales.nhs.uk

YMUNWCH Â'R MUDIAD
sustrans
JOIN THE MOVEMENT

Monitro a chanlyniadau

Awgryma canlyniadau o'r holiaduron teithio staff blynyddol bod safle YAC wedi gweld cynnydd gan 9% yn niferoedd y staff sy'n beicio i'r safle, a lleihad gan 5% yn yr achosion o un person mewn car o 2010 i 2011 (gweler y graff gyferbyn).

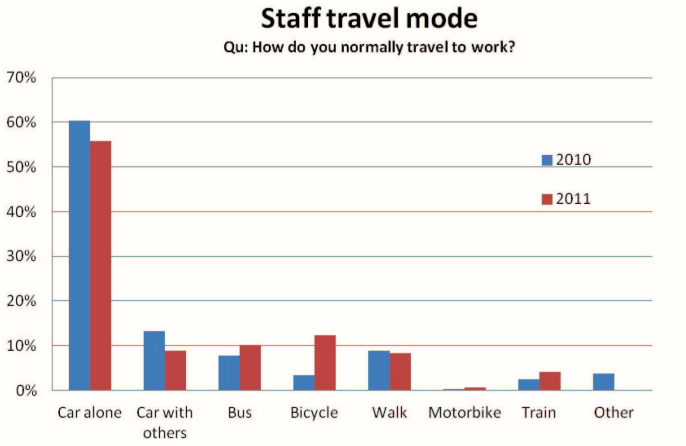
Cynhaliwyd ystod o fesurau cefnogol a gwybodus er mwyn hyrwyddo cerdded a beicio a chyfleoedd teithio cynaliadwy ehangach yn YAC a 3 safle ysbyty canol y ddinas arall. Dengys effaith y sesiynau Dr Bike a hyfforddiant sgiliau beicio bod y digwyddiadau hyn yn cael effaith gadarnhaol ar ddewisiadau teithio staff, nid dim ond ar gyfer gwaith ond hefyd yn cynyddu'r nifer sy'n beicio yn eu hamser hamdden.

Roedd ffisiotherapydd a fynychodd un o'r digwyddiadau yn hapus iawn gyda'r sesiwn Dr Bike am ddim: "gwnaeth fy sesiwn cynnal a chadw beic fy meic yn fwy effeithiol a fydd yn sicr yn gwneud i mi feicio i'r gwaith yn fwy aml. Roedd y gwasanaeth yn gyflym ac yn hawdd i drefnu apwyntiad. Byddwn yn ei argymell i unrhyw un sy'n beicio i'r gwaith"

Ymyriadau

- Sesiynau Dr Bike a hyfforddiant sgiliau beic i staff
- Cyfleuster storio beiciau diogel (system rheoli mynediad integredig) a dan do
- Mapiau teithio egnïol ar gyfer staff ac ymwelwyr
- Posteri (A3) yn dangos lleoliadau storio beiciau a llwybrau
- Cyfleusterau cawodydd gwell
- Hyfforddiant 'Hyrwyddwr Teithio" staff
- 'Sioeau Teithiol' teithio a thrafnidiaeth gynaliadwy
- Gwaith cydweithredol gyda gr p lechyd a Lles e. her pedometr
- Tudalennau gwe teithio a thrafnidiaeth penodedig
- Arwyddion llwybrau o'r rhwydwaith beicio lleol a gorsafoedd lleol i'r ysbyty
- Archwiliadau safle i adolygu a chynllunio cyfleusterau
- Cynlluniau Beicio i'r Gwaith i'w gweithredu yn fuan
- Gwybodaeth trafnidiaeth gyhoeddus safle-benodol
- Cynllun tocyn bws blynyddol wedi ei ddidynnu o gyflog gyda Bws Caerdydd
- Nifer cyfyngedig o drwyddedau parcio ceir staff
- Cynllun rhannu car BIP Caerdydd a'r Fro

Mae'r cydlynydd teithio cynaliadwy yn gweithio i ymgysylltu staff gyda rhagor o deithio egnïol drwy ddigwyddiadau, hyrwyddiadau a heriau. Yn ddiweddar cofrestrodd staff BIP Caerdydd a'r Fro ar gyfer Her Feiciau Caerdydd a Her Cerdded y Ffordd i lechyd Caerdydd - cynhaliwyd y ddwy her drwy weithio ar y cyd â'r gr p lechyd a Lles. Yn ogystal, mae BIP Caerdydd a'r Fro wedi gweithio gydag Athrofa Prifysgol Cymru, Caerdydd (UWIC) i ddarparu profion iechyd personol trylwyr i staff pan fyddant yn cymryd rhan yn y digwyddiadau hyn. Mae'r gweithgareddau hyn yn cefnogi'r agendâu gwella iechyd a theithio cynaliadwy yn y GIG. Golyga staff mwy ffit a hapus lai o absenoldebau oherwydd salwch a gwell lles staff.



Gwneud i bartneriaethau weithio

"Ers 2009, rydym wedi gweithio mewn partneriaeth agos â sefydliadau teithio cynaliadwy lleol gan dderbyn cefnogaeth a chymorth sylweddol gan Sustrans Cymru i hyrwyddo mentrau teithio egnïol. Rydym wedi rhoi ystod eang o fentrau ar waith a byddwn yn parhau i adeiladau ethos cadarnhaol a chryf lle mai teithio cynaliadwy yw'r dewis cyntaf a'r un a ffafrir fwyaf. Hefyd, drwy hyrwyddo teithio egnïol gallwn annog rhagor o bobl i gynnwys ymarfer corff yn eu bywydau bob dydd fel eu bod yn gallu elwa o well iechyd corfforol a meddyliol." (Pennaeth Trafnidiaeth a Theithio Cynaliadwy BIP Caerdydd a'r Fro)

Pecyn Cymorth Teithio Byw yn y Gweithle Sustrans

Os hoffech gefnogaeth debyg i ddatblygu a chyflwyno cynlluniau gweithredu cynaliadwy yn eich gweithle, cysylltwch â: sustranscymru@sustrans.org.uk
Ewch i www.activetravelcymru.org.uk/toolkit i weld Pecyn Cymorth Teithio Byw yn y Gweithle Sustrans.

Sustrans is the charity that's enabling people to travel by foot, bike or public transport for more of the journeys we make every day.

It's time we all began making smarter travel choices.
Make your move and support Sustrans today.
www.sustrans.org.uk

YMUNWCH Â'R MUDIAD
sustrans
JOIN THE MOVEMENT

Sustrans is a Registered Charity No. 326550 (England and Wales) SCO39263 (Scotland). Images courtesy Sustrans staff.

Mae'r prosiect hwn wedi ei noddi gan y sefydliadau canlynol

0871 200 22 33 www.travelinecymru.info
TravelineCymru
Gwybodaeth teithio didrafferth
Trouble free travel info

Sewta
Moving People Yn Symud Pobl

Keeping Cardiff Moving
Grants
Grantiau
Cadw Caerdydd I Symud

newid amdoes
change 4 life

Ariennir gan Lywodraeth Cymru
Funded by Welsh Government