

A Message from the Deputy Foundation School Director

Now that the excitement and chaos of rotation changes, alongside the hustle and bustle of Christmas and New Year bank holidays, have settled, I hope you are all enjoying the challenges of your new posts. Before you know it **ARCP season** will be upon us. For some, this may mean needing a nudge from your Educational Supervisor (ES), Clinical Supervisor (CS) or Foundation Programme Director (FPD) to get your portfolio up to date on TURAS and to record reflections on all the hard work that you have been doing. For others it may be the opposite, and you may be chasing assessments. Whichever the case, if you feel you are falling behind, please reach out to your local postgraduate teams.

The ARCP process is an opportunity to **showcase your development**, all of which is summarised in your Educational supervisor's end-of-year report. Make sure you're meeting regularly with your ES so that your report is both up to date and an accurate representation of your growth as a resident doctor.

Neges gan Ddirprwy Gyfarwyddwr yr Ysgol Sylfaen

Nawr bod y cyffro a'r anhrefn o newidiadau cylchdro, ochr yn ochr â bwrlwm gwyliau banc y Nadolig a'r Flwyddyn Newydd, wedi setlo, gobeithio eich bod i gyd yn mwynhau heriau eich swyddi newydd. Cyn i chi ei wybod bydd **Tymor ARCP** wedi cyrraedd. I rai, gall hyn olygu dderbyn nodyn atgoffa gan eich Goruchwyliwr Addysgol (ES), Goruchwyliwr Clinigol (CS) neu Gyfarwyddwr Rhaglen Sylfaen (FPD) i sicrhau bod eich portffolio yn gyfredol ar TURAS ac i gofnodi myfyrdodau ar yr holl waith caled rydych chi wedi bod yn ei wneud. I eraill gall fod i'r gwrthwyneb, ac efallai y byddwch chi'n mynd ar drywydd asesiadau. Beth bynnag yw'r achos, os ydych chi'n teimlo eich bod chi'n syrthio ar ei hôl hi, cysylltwch â'ch timau ôl-raddedig lleol.

Mae'r broses ARCP yn gyfle i **arddangos eich datblygiad**, a fydd yn cael ei grynhoi yn adroddiad diwedd blwyddyn eich goruchwyliwr addysgol. Gwnewch yn siŵr eich bod yn cyfarfod yn rheolaidd â nhw fel bod eich adroddiad yn gyfredol ac yn gynrychiolaeth gywir o'ch twf fel meddyg preswyl.



You Are Not Alone

You may still find yourself thinking “How am I here doing this?” , but everyone feels like this at times. Even now, I sometimes stand in my resuscitation room and ask for something instinctively and, secretly think, “How did I know that?!”

I’ve seen firsthand the incredible work that foundation resident doctors have produced at the UK National Foundation Doctors’ Presentation Day. Your dedication to improving patient care and to educating those of us less experienced with technology and its risks, was phenomenal.

Looking ahead

I firmly believe that the future of medicine is bright. You as resident doctors, will continue the ethos of Bevan’s NHS, helping to ensure it remains universal and comprehensive. Thank you for the commitment, compassion and innovation you bring every day.

Kind regards,

Izzy Watson

Deputy Foundation School Director

Nid ydych ar eich pen eich hun

Efallai y byddwch chi dal yn meddwl "Sut ydw i yma yn gwneud hyn?", ond mae pawb yn teimlo fel hyn ar adegau. Hyd yn oed nawr, weithiau rwy'n sefyll yn yr ystafell ddadebru ac yn gofyn am rywbeth yn reddfol ac, yn gyfrinachol, yn meddwl, "Sut oeddwn i'n gwybod hynny?!"

Rwyf wedi gweld yn uniongyrchol y gwaith anhygoel y mae meddygon preswyl wedi'i gynhyrchu yn niwrnod cyflwyniadau 'UK National Foundation Doctors'. Roedd eich ymroddiad i wella gofal cleifion ac i addysgu'r rhai ohonom sy'n llai profiadol gyda thechnoleg a'i risgiau, yn anhygoel.

Edrych tua'r dyfodol

Rwy'n credu'n gryf bod dyfodol meddygaeth yn ddisglair. Byddwch chi, fel meddygon preswyl, yn parhau ag ethos GIG Bevan, gan helpu i sicrhau ei fod yn parhau i fod yn hollgyffredinol ac yn gynhwysfawr. Diolch am eich ymrwymiad, eich tosturi a'ch arloesedd bob dydd.

Cofion cynnes

Izzy Watson

Dirprwy Gyfarwyddwr yr Ysgol Sylfaen