

Sut rydym yn gwneud yng Nghymru?

Arolwg Ymgysylltu â'r Cyhoedd am Iechyd a
Llesiant yn ystod Mesurau Coronafeirws

Wythnos 11 (15^{fed} i 21^{ain} o Fehefin 2020)

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn cynnal arolwg ymgysylltu â'r cyhoedd dros y ffôn yn gofyn i aelodau o'r cyhoedd yng Nghymru sut mae coronafeirws a mesurau rheoli cysylltiedig yn effeithio ar eu hiechyd a'u llesiant.

Mae'r wybodaeth a gesglir gan **500 neu fwy o unigolion a ddewisir ar hap** yn darparu sylfaen y canlyniadau a gyflwynir ym mhob **adroddiad wythnosol**.

Nod yr arolwg yw darparu data sydd yn cynrychioli poblogaeth Cymru ac mae'r data'n cael ei addasu i gynrychioli poblogaeth Cymru yn ôl oed, rhyw ac amddifadedd.

Yn ystod rhai wythnosau, mae cwestiynau newydd yn cael eu hychwanegu a'u dileu, yn dibynnu ar y materion sy'n dod i'r amlwg ar yr adeg honno. Mae rhai cwestiynau newydd sy'n canolbwyntio ar deimladau o fynd fewn i adferiad (sut y gellir leddfu'r cyfyngiadau coronafeirws yn yr wythnosau a'r misoedd nesaf).

Mae sampl o unigolion o arolygon bob wythnos yn cael eu holrhain hefyd gydag ail alwad sy'n archwilio rhai o'u hagweddau'n amrywio yn ystod y pandemig.

Rydym yn diolch i bobl Cymru am roi o'u hamser gwerthfawr i gynorthwyo'r gwaith yma.



Canfyddiadau allweddol o'r wythnos hon

Mae 577 o drigolion Cymru 18 oed a throsodd wedi' cyfweld yn ystod wythnos 11 o'r arolwg (15^{fed} i 21^{ain} o Fehefin).

69%

o fobl yn meddwl y dylai pellterau cymdeithasol aros yn 2 fetr; 25% yn credu y dylai cael ei ostwng i 1 metr a 6% yn credu y dylid ei dynnu'n gyfan gwbl.

54%

o fobl wedi dod i gysylltiad agos (llai nag un metr) gyda rhywun o'r tu allan i'w haelwyd yn yr wythnos diwethaf.

80%

o fobl yn teimlo'n ddiogel i fynychu apwyntiad meddygol arferol pe byddent yn cael eu gwahodd i wneud hynny.

30%

o fobl yn dweud fod eu sefyllfa ariannol presennol yn waeth na'r arfer o ganlyniad i gyfyngiadau coronafeirws; Mae 15% yn dweud eu bod yn well a 55% yn dweud nad oes newid.

54%

o fobl yn pryderu'n fawr neu'n fawr iawn am blant yn dal coronafeirws mewn ysgolion ac yn ei ledaenu i'w teuluoedd a'u cymunedau.

47%

o fobl yn pryderu'n fawr neu'n ddifrifol iawn fod addysg plant yn cael ei niweidio gan ysgolion yn dychwelyd i'r arfer yn rhy araf.

Wrth feddwl am plant yn dychwelyd i'r ysgol...

Ydych chi'n meddwl fod ganddoch neu eich bod wedi cael coronafeirws?

Do	13%
Ddim yn gwybod	8%

Pa mor bryderus ydych chi y gallech chi gael coronafeirws?

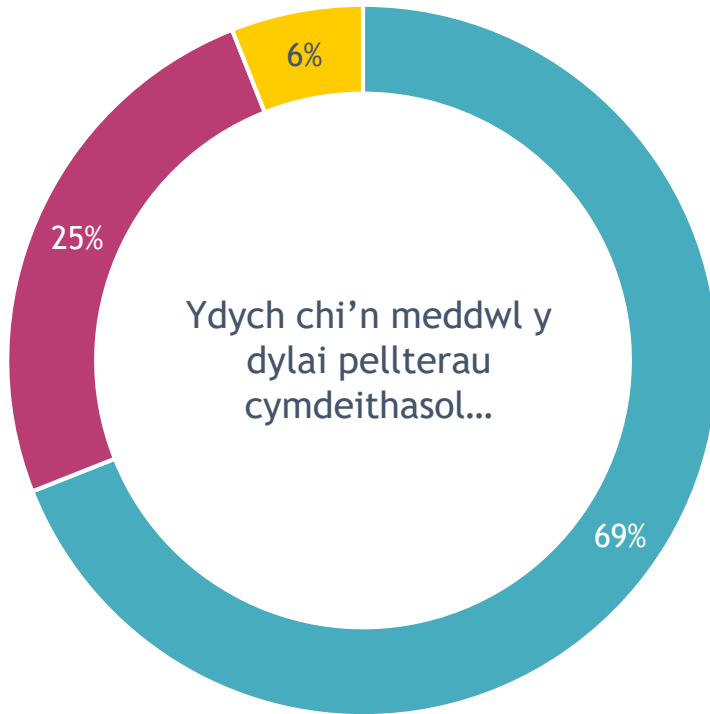
Nid yw'n cynnwys y rhai a atebodd "do" i fod wedi cael coronafeirws

Dim o gwbl	21%
Ychydig	34%
Cymedrol	32%
Hynod	14%

Oes rhywun sy'n agos atoch chi fel aelod o'r teulu neu ffrind wedi bod yn ddifrifol wael* gyda coronafeirws?

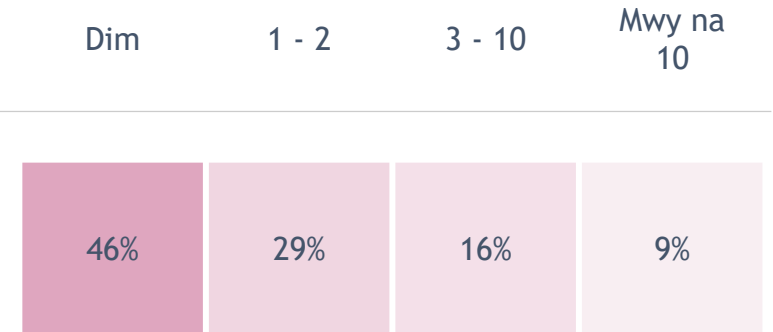
Yes	8%
-----	----

* eu cymryd i'r ysbyty neu a fu farw

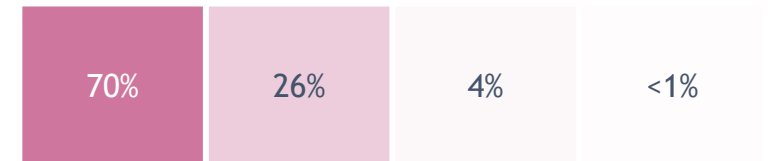


- Barhau yn 2 fedr
- Gael ei leihau i 1 medr
- Gael ei ddileu'n gyfan gwbl

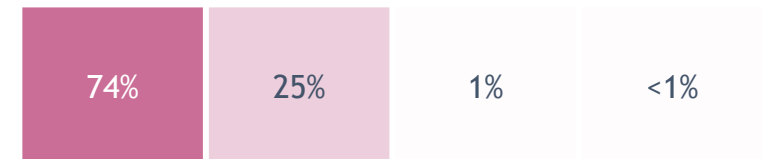
Yn y 7 diwrnod diwethaf, faint o fobl o du allan i'ch aelwyd ydych chi wedi dod i gyswllt agos gyda, yn golygu oddi fewn i 1 metr?



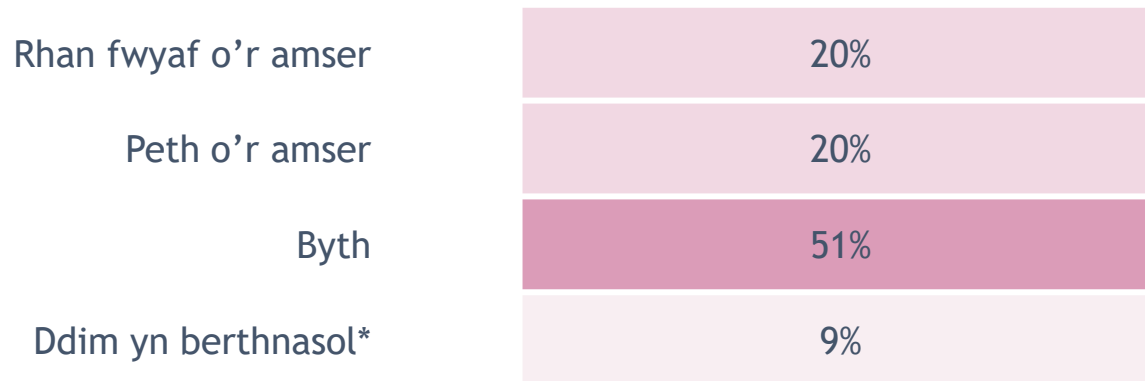
Yn ystod y 7 diwrnod diwethaf, faint o fobl sydd wedi dod fewn i'ch cartref ar wahan i'r bobl sydd yn byw yno?



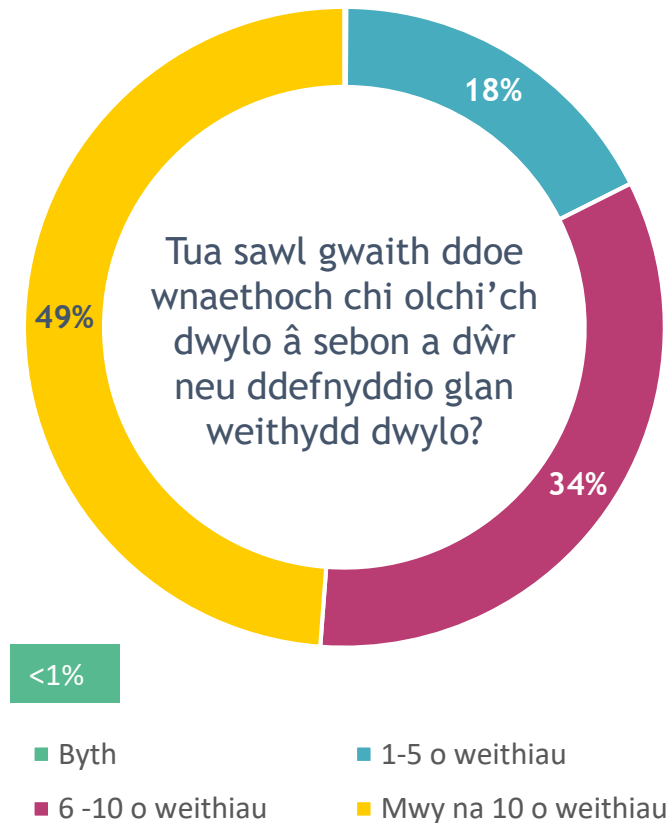
Yn y 7 diwrnod diwethaf, faint o dai bobl eraill ydych chi wedi bod ynddo?



Ar hyn o bryd, pan ydych yn mynd allan ydych chi'n gwisgo gorchudd gwyneb ...



* Ddim yn mynd allan



Pa mor dda ydy ni'n ymdopi gyda'r coronafeirws?

Ydych chi'n meddwl fod y cyfyngiadau mewn lle ar gyfer rheoli'r coronafeirws yn...

Rhy fychan 8%



Tua'i le 74%



Yn ormod 18%



Byddai'n well gennyf aros mewn cyfyngiadau hyd nes nad oes siawns o ddal coronafeirws

Cytuno 47%



Anghytuno 36%



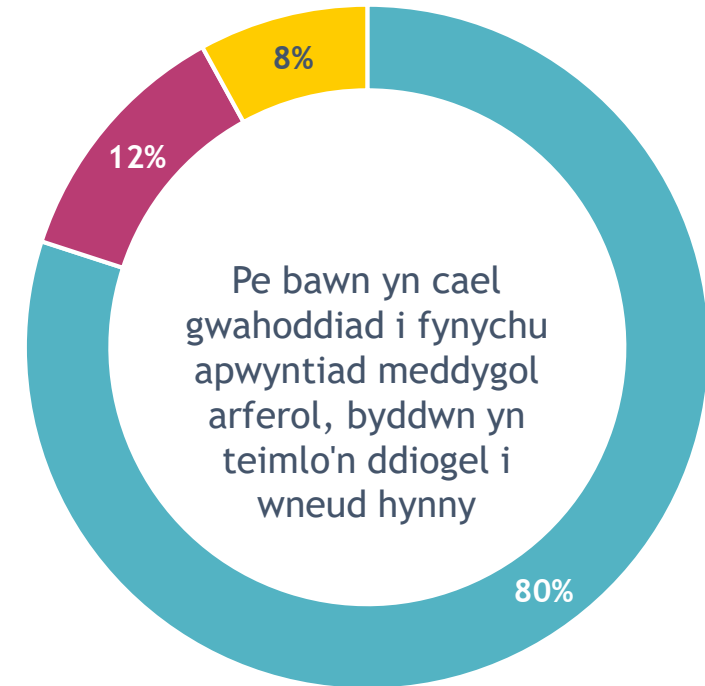
Ddim yn siwr 17%



	Cytuno'n gryf	Cytuno	Ddim yn cytuno nac yn anghytuno	Anghytuno	Anghytuno yn gryf
Credaf fod Llywodraeth Cymru'n ymateb i'r problemau a achoswyd gan y coronafeirws yn dda	23%	51%	11%	11%	5%
Rwyf yn hyderus y byddai GIG yn gallu gofalu amdanaf yn ddigonol pe bawn yn ddifrifol wael gyda coronafeirws	38%	51%	5%	4%	2%
Rwyf yn hyderus y gwnaiff yr heddlu ddefnyddio eu pwerau i gyfyngu ar symudiadau pobl yn synhwyrol	19%	56%	8%	12%	5%

Wrth i'r cyfyngiadau presennol gael eu codi, pa fesurau y credwch y dylid eu rhoi ar waith i amddiffyn pobl?

	Dylid	Na ddylid	Ansicr
Dylid gwneud i bobl wisgo gorchuddion gwyneb mewn mannau cyhoeddus	65%	24%	11%
Dylai pobl sydd yn gadael eu cartrefi gael eu profi'n reolaidd i weld a yw'r feirws ganddynt	63%	24%	13%
Ni ddylai pobl rannu ceir â phobl nad ydynt yn byw gyda hwy	67%	24%	9%
Dylai pobl sy'n gweithio mewn siopau wisgo gorchuddion gwyneb neu feisorau	82%	12%	6%
Dylai fod yn ofynnol i siopau roi mesurau ymbellhau cymdeithasol ar waith	97%	2%	1%



■ Cytuno
 ■ Anghytuno
 ■ Heb benderfynu

Pryd ydych chi'n meddwl y dylai'r newidiadau canlynol ddigwydd?

	Dylid fod yn digwydd yn barod	Oddi fewn i'r 3 wythnos nesaf	Mewn mwy na 3 wythnos
Dylai siopau ail agor	25%	44%	32%
Dylai bwytai, tafarndai a bariau ail agor	7%	27%	66%
Dylai addoldai ail agor	30%	37%	33%
Dylai gweithwyr nad ydynt yn hanfodol allu ddychwelyd nôl i'r gwaith	32%	40%	28%
Dylai digwyddiadau mawr fel chwaraeon a chyngherddau allu cymryd lle	5%	9%	87%
Dylid terfynu cyfyngiadau ymbellau cymdeithasol ar gyfer teulu agos a ffrindiau nad ydynt yn byw gyda'i gilydd	28%	38%	34%
Dylai apwyntiadau sgrinio am ganser ail-ddechrau (e.e ar gyfer canser ar y fron, y coluddyn a chanser ceg y groth)	84%	12%	4%

Pryd ydych chi'n meddwl y dylai'r newidiadau canlynol ddigwydd?

Dylai pobl allu teithio mor bell ag y mynant yng Nghymru i gwrdd â phobl a defnyddio mannau cyhoeddus ar yr amod eu bod yn cynnal ymbellhau cymdeithasol

Dylid fod yn digwydd yn barod
 Oddi fewn i'r 3 wythnos nesaf
 Mewn mwy na 3 wythnos

	Dylid fod yn digwydd yn barod	Oddi fewn i'r 3 wythnos nesaf	Mewn mwy na 3 wythnos
Dylai pobl allu teithio mor bell ag y mynant yng Nghymru i gwrdd â phobl a defnyddio mannau cyhoeddus ar yr amod eu bod yn cynnal ymbellhau cymdeithasol	35%	37%	28%
Dylai pobl allu teithio dramor a dychwelyd i Gymru heb orfod mynd i mewn i gwarantîn	6%	12%	82%

Dylai pobl allu teithio dramor a dychwelyd i Gymru heb orfod mynd i mewn i gwarantîn

Byddwn*

Mewn haf arferol a fyddech chi'n...

Mynd dramor ar wyliau?

59%

Mynd ar wyliau i rywle yn y DU ?

49%

Yr un ohonynt (aros gartref)

14%

Yr haf hwn, pebai cyfyngiadau ar wyliau yn cael eu dileu ac nad oedd unrhyw gwarantîn pan yn dychwelyd, a fyddech yn ceisio ...

Mynd dramor ar wyliau?

21%

Mynd ar wyliau i rhywle'n y DU?

43%

Yr un ohonynt (aros gartref)

42%

* Gall cyfranogwyr ddewis mwy nag un opsiwn

Wrth feddwl am blant yn dychwelyd i'r ysgol, pa mor bryderus fydddech chi ynglŷn â'r canlynol?

Byddai'n well gennyf pebai ysgolion yn aros ar gau hyd nes nad oes gobaith i blant ddal coronafeirws

Cytuno 58%



Anghytuno 29%



Heb benderfynu 12%

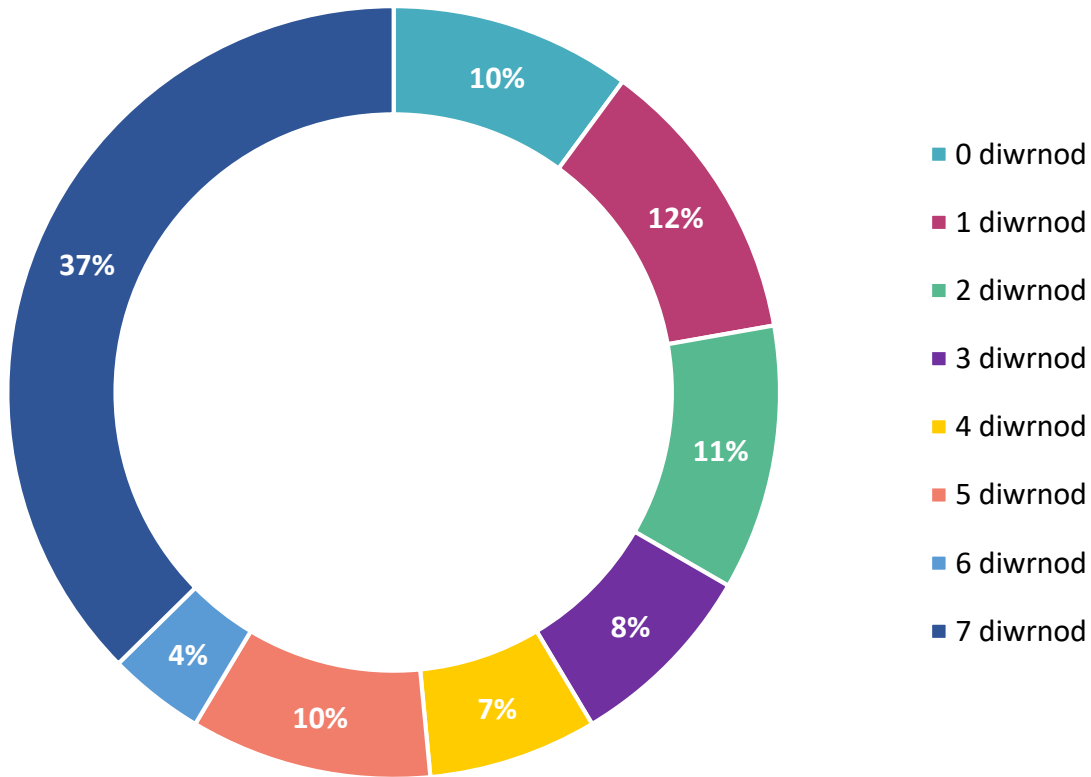


	Ddim yn bryderus o gwbl	Ychydig yn bryderus	Yn bryderus iawn	Yn hynod o bryderus
Plant yn dal coronafeirws mewn ysgolion a'i ledaenu i'w teuluoedd a'u cymunedau	10%	36%	29%	25%
Plant eu hunain yn mynd yn sâl o fod wedi dal coronaferiws yn yr ysgol	17%	33%	29%	21%
Addysg plant yn cael ei niweidio gan ysgolion sy'n dychwelyd i'r arferol yn rhy araf	19%	35%	34%	13%
Datblygiad cymdeithaol ac emosiynol plant yn cael eu niweidio gan ysgolion sy'n dychwelyd i'r arferol yn rhy araf	16%	34%	35%	15%

I'w gwneud yn ddiogel i bobl i ddychwelyd i'r gwaith, pa rai o'r mesurau yma a fyddech chi'n eu cefnogi?

	Ie	Na	Ansicr
Pobl yn gorfod gwisgo gorchuddion wyneb wrth weithio dan do mewn manau a rennir	81%	13%	6%
Ei gwneud yn ofynnol i bobl gael eu tymheredd wedi ei gymeryd yn y gwaith	87%	8%	5%
Fod profion ar gyfer y feirws ar gael yn hawdd i unrhyw un sydd yn teimlo'n sâl yn y gwaith	98%	1%	1%
Newid oriau gwaith pobl i leihau nifer y bobl sy'n gweithio ar unrhyw un adeg (e.e. gweithio mewn shifftiau)	89%	6%	5%

Yn y 7 diwrnod diwethaf, ar sawl diwrnod ydych chi wedi gadael eich cartref?



Yn y 7 diwrnod diwethaf, ar sawl diwrnod ydych chi wedi gadael eich cartref...

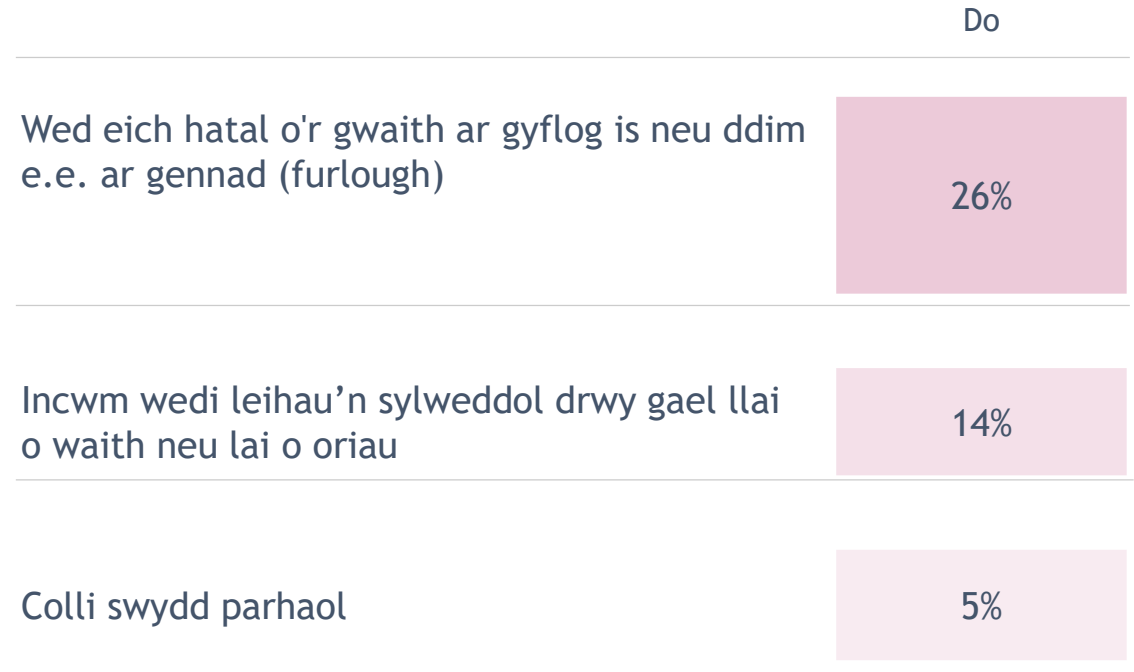
	0 diwrnod	1-2 diwrnod	3-4 diwrnod	5+ diwrnod
...i weithio	79%	4%	5%	13%
...i siopa	29%	59%	8%	4%
...am resymau meddygol	82%	18%	<1%	<1%
...i wneud ymarfer corff	40%	13%	10%	37%
...i gwrdd teulu a ffrindiau	60%	32%	5%	3%

Dros yr wythnos ddiwethaf, faint mae'r canlynol wedi bod yn eich poeni?

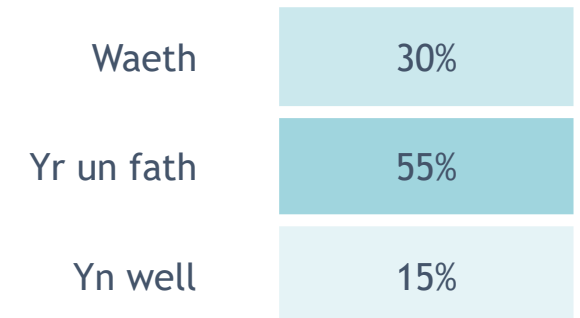
	Dim o gwbl	Ychydig	Llawer
Mynd yn ddifrifol wael gyda coronafeirws	42%	42%	15%
Colli rhywun agos atoch o'r feirws	24%	30%	46%
Iechyd a lles eich plant**~	25%	26%	49%
Addysg eich plant**~	26%	25%	49%
Eich priodas neu eich perthynas gyda'ch partner#~	81%	11%	9%
Colli eich swydd neu methu dod o hyd i swydd#~	70%	16%	14%
Gwaith, er fod eich swydd yn saff#~	62%	24%	14%
Eich cyllid	64%	19%	17%

* Yn gyfyngedig i'r rhai sydd â phlant ar yr aelwyd; ~ Data heb ei bwysoli; #yn eithro rhai a ymatebodd yn ' amherthnasol '

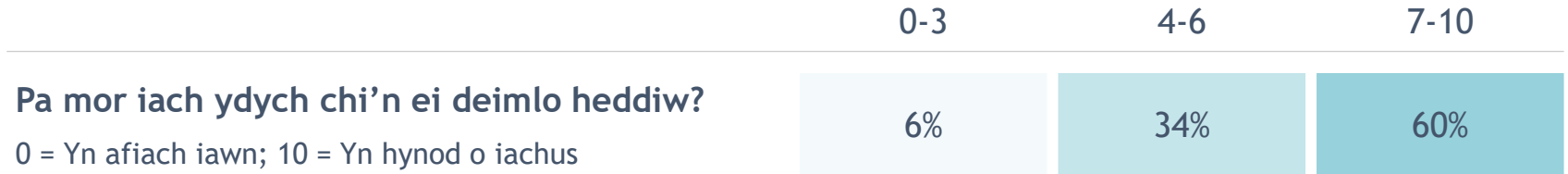
O ganlyniad i coronafeirws, a ydych chi neu unrhyw un ar eich aelwyd chi...



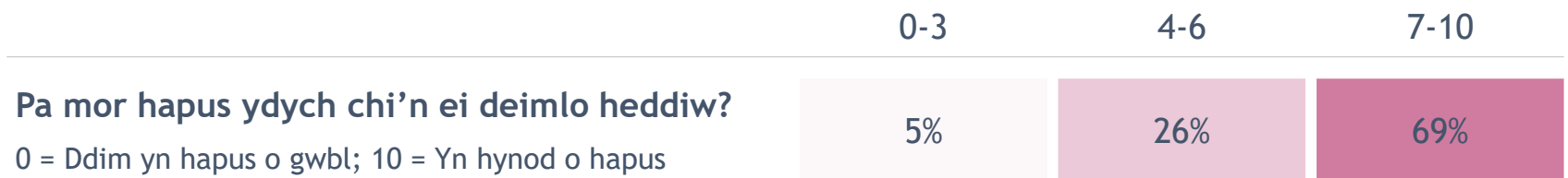
O ganlyniad i gyfyngiadau coronafeirws, a fydddech yn dweud fod eich sefyllfa ariannol bresennol yn?



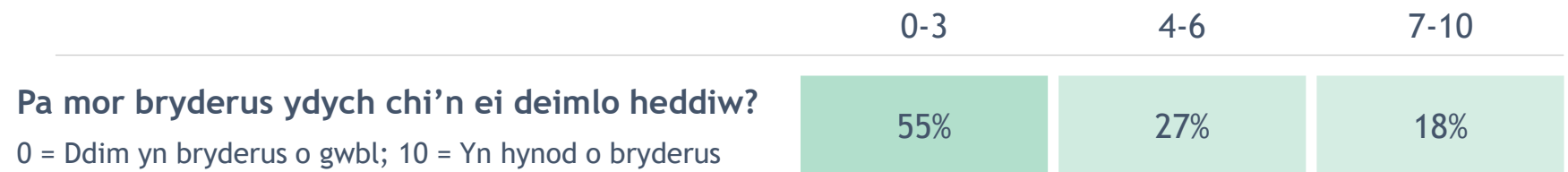
Teimlo'n iach



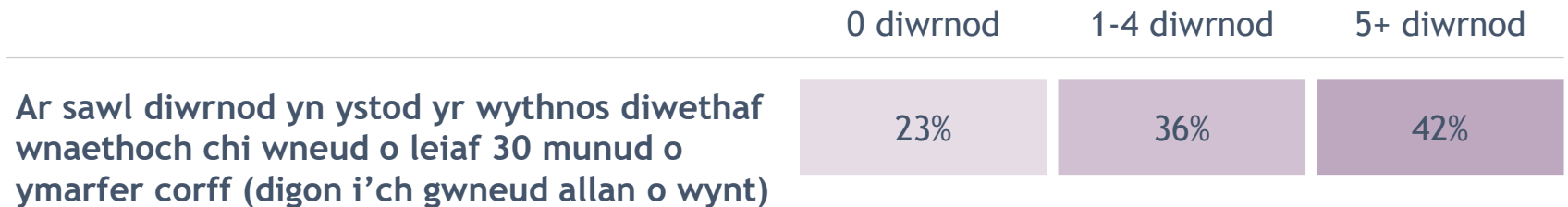
Teimlo'n hapus



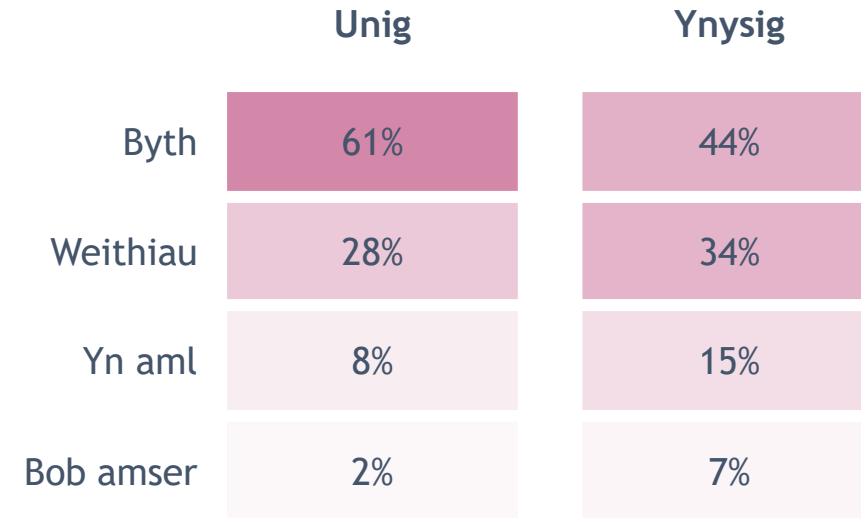
Teimlo'n bryderus



Ymarfer corff

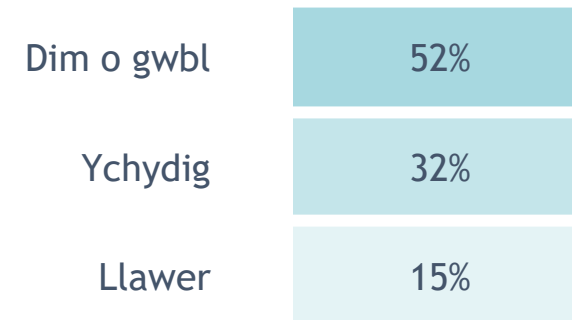


Yn ystod yr wythnos diwethaf, pa mor aml ydych chi wedi teimlo'n



Dros yr wythnos olaf, pa mor aml mae'r canlynol wedi eich poeni?

Eich iechyd a'ch lles



Ymholiadau

Dr Freya Glendinning

Datblygydd yr Arolwg

Cymorth **Dadansoddol**

Yr Athro Mark A Bellis

Data a Dadansoddeg

Yr Athro Karen Hughes

E-bost

Ymholiadau.cyffredinol@wales.nhs.uk

Ffôn

02920 227744

Wê

icc.gig.cymru

**Polisi a Iechyd Rhyngwladol,
Canolfan Gydwethredol Sefydliad Iechyd y
Byd ar Fudsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant**

Llawr 5, Iechyd Cyhoeddus Cymru,
2 Capital Quarter,
Stryd Tyndall,
Caerdydd, CF10 4BZ

Sut wyt ti?

Am wybodaeth cyffredinol ar sut i edrych ar ôl eich hunan, eich ffrindiau a'ch teulu yn ystod cyfyngiadau coronafeirws ymwelwch â:

icc.gig.cymru/sut-wyt-ti

