GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

Sut ydym ni yng Nghymru?

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

Barn y cyhoedd ar gynnal diogelwch y tu allan i'r cartref a data rheolaidd Wythnos 6 (11 tan 17 Mai 2020)

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

Mae'r wybodaeth a gasglwyd oddi wrth **500 neu fwy o unigolion a ddewiswyd ar hap** yn rhoi'r sail ar gyfer y canlyniadau a gyflwynir ym mhob adroddiad wythnosol.

Mae'r arolwg yn ceisio darparu data sy'n cynrychioli poblogaeth Cymru ac mae'r data'n cael eu haddasu i gynrychioli poblogaeth Cymru yn ôl oedran, rhyw ac amddifadedd.

Mewn rhai wythnosau, ychwanegir cwestiynau a dileu rhai eraill, yn dibynnu ar faterion sy'n dod i'r amlwg ar yr adeg honno.

Mae adroddiad yr wythnos hon yn cynnwys rhai mesurau rheolaidd a welwyd mewn adroddiadau blaenorol ochr yn ochr â chwestiynau newydd sy'n canolbwyntio ar adfer (sut y gellir llacio mesurau sy'n gysylltiedig â'r coronafeirws yn yr wythnosau a'r misoedd nesaf).

Diolch i bobl Cymru am roi eu hamser gwerthfawr i ni i gefnogi'r gwaith hwn.

Cyfwelwyd â 554 o drigolion Cymru 18 oed a throsodd yn wythnos 6 yr arolwg (11 tan 17 Mai).

Mae'r canfyddiadau yr wythnos hon yn canolbwyntio ar adfer, h.y. barn pobl ar sut y gallai mesurau sy'n gysylltiedig â'r coronafeirws gael eu llacio neu eu cryfhau yn ystod yr wythnosau a'r misoedd nesaf.

73%

o'r farn bod y cyfyngiadau sydd ar waith i reoli'r feirws yn iawn fwy neu lai.

59%

weld y cyfyngiadau symud yn parhau hyd nes nad oes unrhyw siawns o ddal y feirws

81%

yn ei chael yn dderbyniol defnyddio ap olrhain y llywodraeth sy'n rhoi rhybuddion i chi os ydych wedi bod yn agos i rywun sydd â'r feirws.

Byddia dderbyniol i

44%

pe bai'r lefelau haint yn cynyddu ychydig wrth i'r cyfyngiadau gael eu dileu.

11%

yn gwisgo masgiau wyneb yn yr awyr agored y rhan fwyaf o'r amser ac 17% yn eu gwisgo rhywfaint o'r amser.

54%

yn meddwl y dylid gwneud i bobl wisgo masgiau wyneb mewn mannau cyhoeddus wrth i'r cyfyngiadau gael eu codi.

Yn ystod yr wythnos ddiwethaf, mae

20%

o bobl wedi bod yn poeni llawer am golli eu swydd neu fethu dod o hyd i swydd.

45%

o'r farn y dylid caniatáu i weithwyr nad ydynt yn hanfodol ddychwelyd i'r gwaith o fewn y tair wythnos nesaf.

I'w gwneud yn ddiogel i ysgolion ailagor, byddai

82%

yn cefnogi bod plant yn mynd i'r ysgol ar lai o ddiwrnodau er mwyn cadw nifer y disgyblion yn isel.

I'w gwneud yn ddiogel i bobl ddychwelyd i'r gwaith, byddai

98%

yn cefnogi sicrhau bod profion ar gyfer y feirws ar gael yn hawdd i unrhyw un sy'n teimlo'n sâl yn y gwaith.

Cwestiwn	Ateb	%
A ydych yn credu bod gennych y coronafeirws neu wedi ei gael?	Ydw	10%
	Ddim yn gwybod	11%
Pa mor bryderus ydych chi y gallech gael y coronafeirws?*	Ddim o gwbl	14%
	Ychydig	30%
	Yn gymedrol	32%
	Llawer	24%
A oes rhywun sy'n agos atoch fel aelod o'r teulu neu ffrind wedi mynd yn ddifrifol wael# gyda'r coronafeirws?	Oes	10%

*nid yw'n cynnwys y rhai a atebodd 'ydw' o ran cael coronafeirws

#mynd i'r ysbyty neu wedi marw

Pa mor dda rydym yn ymdrin â'r coronafeirws?

A ydych yn credu bod y cyfyngiadau sydd yn eu lle i reoli'r coronafeirws yn...

Rhy ychydig 23%

Yn iawn fwy neu lai 73%

Yn ormodol 4%

Byddai'n well gennyf weld y cyfyngiadau symud yn parhau hyd nes nad oes unrhyw siawns o ddal coronafeirws

Cytuno 59%

Anghytuno 25%

Heb benderfynu 17%

	Cytuno'n Gryf	Cytuno	Ddim yn cytuno nac yn anghytuno	Anghytuno	Anghytuno'n Gryf
Rwy'n credu bod **Llywodraeth Cymru** yn ymateb yn dda i'r problemau a achosir gan y coronafeirws	23%	60%	9%	6%	2%
Rwy'n credu bod **y GIG** yn ymateb yn dda i'r coronafeirws	61%	35%	3%	1%	<1%
Rwy'n hyderus y byddai'r **GIG** yn gallu gofalu amdanaf yn ddigonol pe bawn yn ddifrifol wael gyda'r coronafeirws	40%	48%	8%	3%	1%
Rwy'n ymddiried yn yr **heddlu** i ddefnyddio eu pwerau newydd i gyfyngu ar symudiadau pobl yn synhwyrol	28%	50%	9%	10%	3%

Y camau nesaf o ran adfer?

Pa rai o'r canlynol sy'n dderbyniol i chi?

	Ie	Na	Ansicr
Defnyddio ap olrhain y llywodraeth sy'n rhoi rhybuddion i chi os ydych wedi bod yn agos i rywun sydd â'r coronafeirws	81%	11%	9%
Rhoi dirwy i bobl sy'n mynd ati'n fwriadol i anufuddhau i fesurau cadw pellter cymdeithasol	91%	5%	4%
Arestio pobl sy'n anufuddhau i fesurau cadw pellter cymdeithasol dro ar ôl tro	80%	14%	6%
Lefelau heintiau yn codi ychydig o ganlyniad i ddileu rhai cyfyngiadau	44%	47%	8%

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

	Ie	Na	Ansicr
Dylid gwneud i bobl barhau i gadw pellter cymdeithasol pan fyddant yn yr awyr agored	94%	4%	2%
Dylai pobl sy'n gadael eu cartrefi gael eu profi'n rheolaidd i weld a yw'r feirws ganddynt	69%	19%	12%

Y camau nesaf o ran adfer?

Pryd rydych yn credu y dylai'r newidiadau canlynol ddigwydd?*

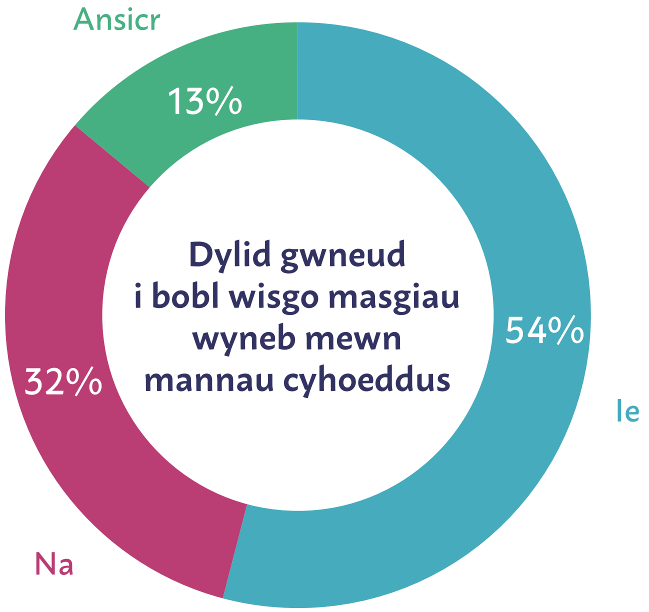
		O fewn y 3 wythnos nesaf	Mewn mwy na 3 wythnos
Dylai ysgolion ailagor	Pawb	10%	90%
	Dynion	11%	89%
	Menywod	9%	91%
Dylai siopau ailagor	Pawb	40%	60%
	Dynion	45%	55%
	Menywod	34%	66%
Dylai bwytai, tafarndai a bariau ailagor	Pawb	7%	93%
	Dynion	10%	90%
	Menywod	4%	96%
Dylai gweithwyr nad ydynt yn hanfodol allu dychwelyd i'r gwaith	Pawb	45%	55%
	Dynion	54%	46%
	Menywod	36%	64%
Dylid caniatáu i bobl ddefnyddio mannau cyhoeddus fel parciau a thraethau heb gyfyngiadau	Pawb	30%	70%
	Dynion	33%	67%
	Menywod	27%	73%
Dylai digwyddiadau mawr fel chwaraeon a chyngherddau allu cael eu cynnal	Pawb	6%	94%
	Dynion	11%	89%
	Menywod	1%	99%
Dylid rhoi terfyn ar gadw pellter cymdeithasol	Pawb	7%	93%
	Dynion	10%	90%
	Menywod	4%	96%

Pa rai o'r canlynol ydych chi'n meddwl y dylid eu cynnwys yn y blaenoriaethau i ailagor pan fydd y cyfyngiadau'n cael eu llacio?

Siopau gwella'r cartref	80%
Llyfrgelloedd	62%
Siopau elusen	44%
Trinwyr gwallt a barbwyr	39%
Siopau dillad ac esgidiau	38%
Canolfannau hamdden a champfeydd	31%
Ystafelloedd dangos a gwerthu ceir	31%
Clybiau plant ar gyfer chwaraeon, dawns, cymdeithasu ac ati	26%
Caffis a bwytai	25%
Llety gwyliau (e.e. AirBnB)	16%
Tafarndai a bariau	13%

Masgiau wyneb

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



	Y rhan fwyaf o'r amser	Rhywfaint o'r amser	Byth	Ddim yn berthnasol*
Ar hyn o bryd, pan fyddwch yn mynd allan, a ydych yn gwisgo masg....	11%	17%	59%	13%

	Cytuno	Anghytuno	Heb benderfynu
Byddai'n well gennyf pe bai pobl yn gwisgo masgiau wyneb mewn mannau cyhoeddus fel siopau ac ar gludiant cyhoeddus	63%	13%	24%

* ddim yn mynd allan

Byddai'n well gennyf weld ysgolion yn aros ar gau hyd nes nad oes unrhyw siawns i blant ddal coronafeirws

Cytuno 76%

Anghytuno 15%

Heb benderfynu 9%

I'w gwneud yn ddiogel i ysgolion ailagor, pa rai o'r mesurau hyn fyddech chi'n eu cefnogi?

	Ie	Na	Ansicr
Plant yn gorfod gwisgo masgiau yn yr ysgol	29%	57%	14%
Cymryd tymheredd plant pan fyddant yn cyrraedd yr ysgol	81%	14%	5%
Plant yn mynd i'r ysgol ar lai o ddiwrnodau i gadw niferoedd y disgyblion yn isel	82%	11%	8%
Dychwelyd i'r ysgol ar gyfer ysgolion cynradd yn unig, o leiaf am yr wythnosau cyntaf	45%	41%	15%

Byddai'n well gennyf pe bai gweithleoedd nad ydynt yn hanfodol yn aros ar gau nes y bydd y risg o ledaeniad coronafeirws wedi mynd

- **Cytuno** 66%
- **Anghytuno** 21%
- **Heb benderfynu** 13%

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

	Ie	Na	Ansicr
Pobl yn gorfod gwisgo masgiau wyneb wrth weithio dan do mewn mannau a rennir	72%	18%	10%
Pobl yn gorfod gwisgo masgiau wyneb wrth weithio yr awyr agored mewn mannau a rennir	47%	44%	9%
Ei gwneud yn ofynnol cael mesurau cadw pellter cymdeithasol ym mhob gweithle	92%	4%	4%
Ei gwneud yn ofynnol cymryd tymheredd pobl yn y gwaith	81%	13%	6%
Sicrhau bod cyfleusterau golchi dwylo ar gael yn hawdd	99%	<1%	<1%
Sicrhau bod profion ar gyfer y feirws ar gael yn hawdd i unrhyw un sy'n 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 sifftiau)	91%	5%	4%

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

Cludiant cyhoeddus

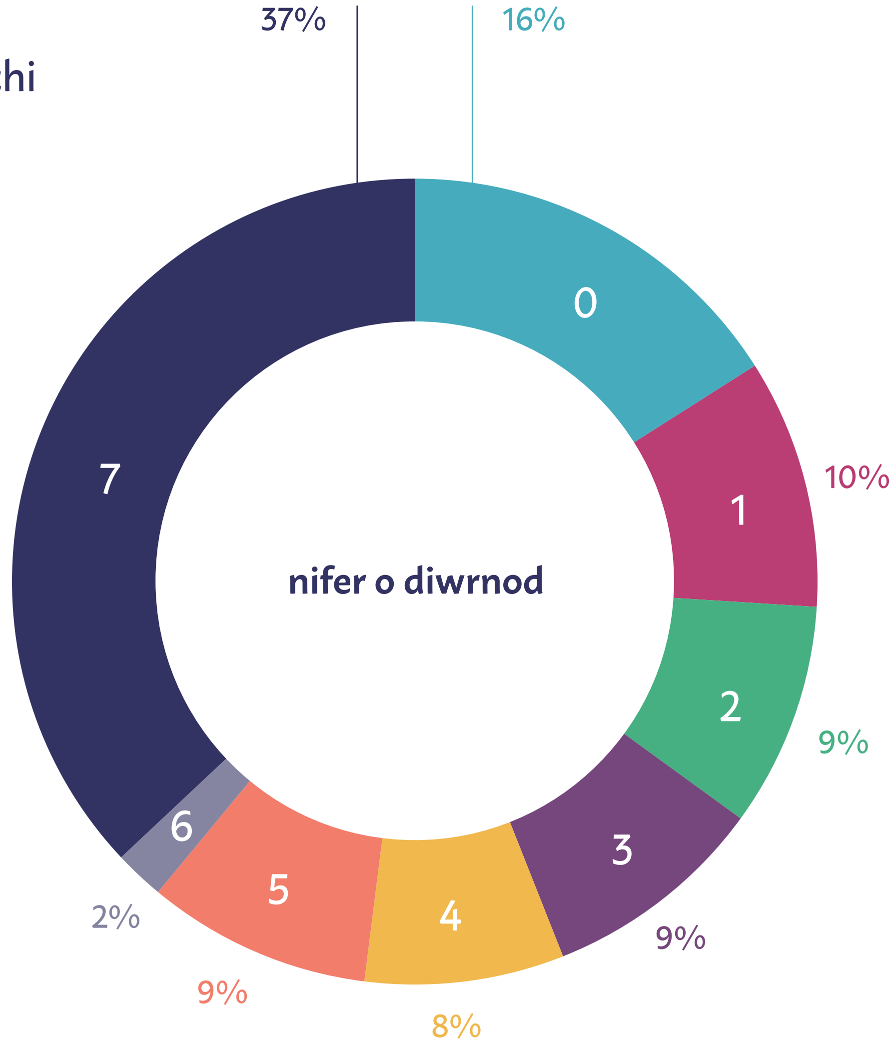
	Ie	Na	Ansicr
Dylid gwneud i bobl ar gludiant cyhoeddus wisgo masgiau wyneb	84%	12%	4%
Dylai darparwyr cludiant cyhoeddus sicrhau bod bylchau diogel rhwng teithwyr	94%	3%	3%
Ni ddylai pobl rannu ceir â phobl nad ydynt yn byw gyda nhw	69%	21%	10%

Agor siopau

	Ie	Na	Ansicr
Dylai pobl sy'n gweithio mewn siopau wisgo masgiau wyneb neu feisorau	84%	11%	5%
Dylai fod yn ofynnol i siopau roi mesurau cadw pellter cymdeithasol yn eu lle	98%	1%	1%

Sut ydym yn ymddwyn?

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



A ydych ar hyn o bryd yn hunanynysu oherwydd bod gennych chi neu rywun arall yn eich cartref symptomau neu oherwydd eich bod mewn grŵp risg uchel?

Ydw 33%

Beth rydym yn poeni amdano?

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

	Ddim o gwbl	Ychydig	Llawer
Colli un o'ch anwyliaid i'r feirws	12%	26%	62%
Llesiant eich plant*~	21%	27%	52%
Addysg eich plant*~	25%	33%	41%
Cyflwr iechyd nad yw'n gysylltiedig â'r coronafeirws	62%	24%	14%
Colli eich swydd neu fethu dod o hyd i swydd#~	62%	18%	20%
Gwaith, hyd yn oed os yw eich swydd yn ddiogel#~	53%	26%	20%
Eich arian	62%	25%	14%

O ganlyniad i'r coronafeirws, a ydych chi neu unrhyw un yn eich cartref wedi...

	Ie
Wedi cael eu hatal o'r gwaith ar gyflog is neu ddim cyflog (e.e. ar ffyrlo)	28%
Wedi cael gostyngiad sylweddol yn eu hincwm drwy gael llai o waith neu lai o oriau	15%
Wedi profi unrhyw effaith ariannol arall ar y cartref oherwydd coronafeirws	9%

*yn gyfyngedig i'r rhai sydd â phlant yn y cartref;
~Data heb eu pwysoli;
#Nid yw'n cynnwys y rhai sy'n ateb 'amherthnasol'

Sut ydym yn teimlo?

		0-3	4-6	7-10
Teimlo'n iach	**Pa mor iach ydych chi'n teimlo heddiw?** 0 = Afiach iawn; 10 = Iach iawn	5%	28%	67%

		0-3	4-6	7-10
Teimlo'n hapus	**Pa mor hapus ydych chi'n teimlo heddiw?** 0 = Ddim yn hapus o gwbl; 10 = Yn gwbl hapus	4%	29%	67%

		0-3	4-6	7-10
Teimlo'n bryderus	**Pa mor bryderus ydych chi'n teimlo heddiw?** 0 = Ddim yn bryderus o gwbl 10 = Yn gwbl bryderus	50%	31%	19%

		0 diwrnod	1-4 diwrnod	5+ diwrnod
Ymarfer corff	**Ar sawl diwrnod yn ystod yr wythnos ddiwethaf wnaethoch chi o leiaf 30 munud o ymarfer corff** (digon i'ch gwneud allan o wynt)?	22%	30%	48%

Ymholiadau

Data a Dadansoddeg
yr Athro Karen Hughes

Cymorth Dadansoddi
Dr Freya Glendinning

E-bost
ymholiadau.cyffredinol
@wales.nhs.uk

Ffôn
02920 227744

Gwefan
publichealthwales.org

Datblygu'r Arolwg
yr Athro Mark A. Bellis

Polisi a Iechyd Rhyngwladol, Canolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant
Llawr 5, Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2 Cwr y Ddinas, Stryd Tyndall, Caerdydd, CF10 4BZ

Sut wyt ti?

I gael gwybodaeth gyffredinol am sut i ofalu amdanoch eich hun, eich ffrindiau a'ch teulu yn ystod y cyfyngiadau coronafeirws ewch i:

phw.nhs.wales/howareyoudoing