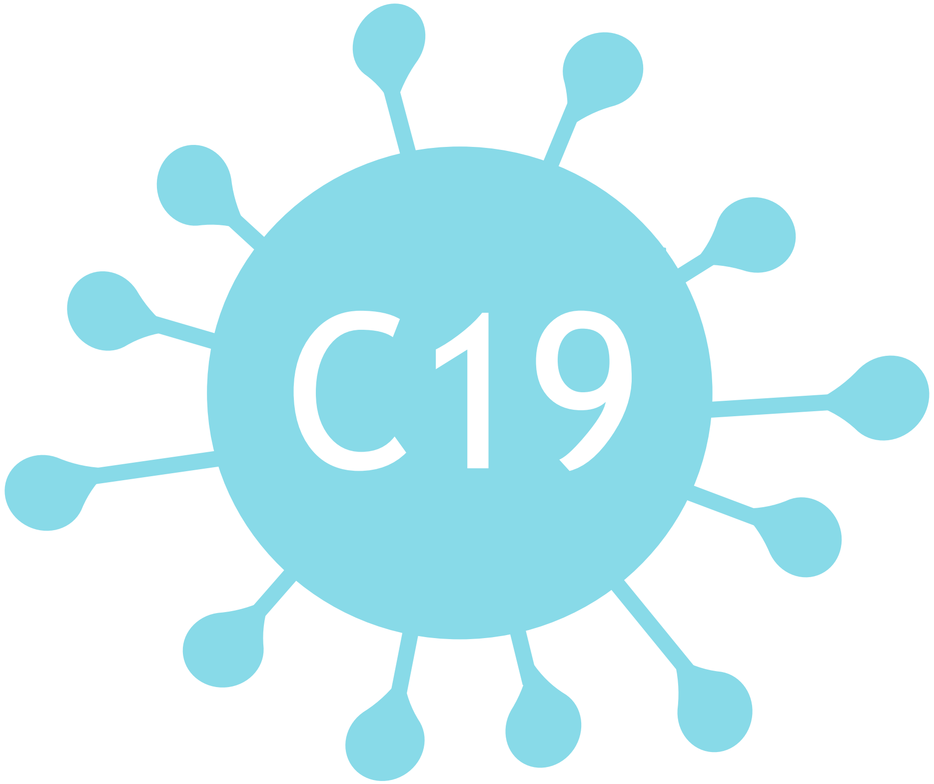


Arolwg Ymgysylltu â'r Cyhoedd ar Iechyd a Llesiant yn ystod y Mesurau Coronafeirws

Barn y cyhoedd ar gynnal diogelwch y tu allan i'r cartref a data rheolaidd Wythnos 7 (18 tan 24 Mai 2020)

Canolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant Iechyd Cyhoeddus Cymru

Cefndir

- 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 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.

Canfyddiadau allweddol o'r wythnos hon

Cyfwelwyd â 653 o drigolion Cymru 18 oed a throsodd yn wythnos 7 yr arolwg (18 tan 24 Mai). Mae'r canfyddiadau'r 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.

- 72% o bobl yn meddwl bod y cyfyngiadau sydd yn eu lle i reoli'r coronafeirws "yn iawn fwy neu lai" - yn debyg i wythnos diwethaf.
- 40% o bobl yn cefnogi siopau yn ailagor yn y tair wythnos nesaf – heb newid ers wythnos diwethaf.
- 51% o bobl yn cefnogi gweithwyr nad ydynt yn hanfodol yn dychwelyd i'r gwaith yn y tair wythnos nesaf – i fyny ers wythnos diwethaf.
- 16% o bobl yn cefnogi ysgolion yn ailagor yn y tair wythnos nesaf.
- 45% o bobl sydd â phlant yn eu cartref yn poeni llawer am addysg eu plant.
- 61% o bobl yn poeni llawer am golli rhywun i'r feirws.
- 1 o bob 10 (9%) o ddynion yn meddwl y dylai digwyddiadau chwaraeon a chyngherddau allu cael eu cynnal o fewn y tair wythnos nesaf ond dim ond 3% o fenywod oedd yn meddwl hyn.
- Mae siopau elusen (50%) a thrinwyr gwallt a barbwyr (47%) yn cael eu hystyried yn flaenoriaethau i ailagor pan fydd y cyfyngiadau'n cael eu llacio.
- 10% of people wear face masks most of the time when going out but half (52%) think people should be made to wear facemask as current restrictions are lifted]
- 54% o bobl o'r farn y byddai'n dderbyniol pe bai'r lefelau haint yn cynyddu ychydig wrth i'r cyfyngiadau gael eu dileu.

Ynghylch coronafeirws

A ydych yn credu bod gennych y coronafeirws neu wedi ei gael?	Ydw	13%
	Ddim yn gwybod	6%
Pa mor bryderus ydych chi y gallech gael y coronafeirws? Nid yw'n cynnwys y rhai a atebodd 'ydw' o ran cael coronafeirws	Ddim o gwbl	15%
	Ychydig	29%
	Yn gymedrol	38%
	Yn bryderus iawn	19%
A oes rhywun sy'n agos atoch fel aelod o'r teulu neu ffrind wedi mynd yn ddifrifol wael gyda'r coronafeirws?*	Oes	13%

***mynd i'r ysbyty neu wedi marw**

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

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 16%

Yn iawn fwy neu lai 72%

Yn ormodol 12%

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

Cytuno 52%

Anghytuno 32%

Heb benderfynu 16%

	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	20%	52%	9%	13%	6%
Rwy'n hyderus y byddai'r **GIG** yn gallu gofalu amdanaf yn ddigonol pe bawn yn ddifrifol wael gyda'r coronafeirws	37%	52%	7%	4%	<1%
Rwy'n ymddiried yn yr **heddlu** i ddefnyddio eu pwerau i gyfyngu ar symudiadau pobl yn synhwyrol	24%	55%	7%	10%	4%

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

Y camau nesaf o ran adfer?

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

	Ie	Na	Ansicr
Using a government tracking app that alerts you if you have been near someone that has coronavirus	79%	13%	8%
Rhoi dirwy i bobl sy'n mynd ati'n fwriadol i anufuddhau i fesurau cadw pellter cymdeithasol	94%	4%	2%
Lefelau heintiau yn codi ychydig o ganlyniad i ddileu rhai cyfyngiadau	54%	36%	10%

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	95%	3%	2%
Dylai pobl sy'n gadael eu cartrefi gael eu profi'n rheolaidd i weld a yw'r feirws ganddynt	64%	22%	13%

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

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		
	Pawb	Dynion	Menywod	Pawb	Dynion	Menywod
Dylai ysgolion ailagor	16%	19%	13%	84%	81%	87%
Dylai siopau ailagor	40%	43%	38%	60%	57%	62%
Dylai bwytai, tafarndai a bariau ailagor	11%	13%	9%	89%	87%	91%
Dylai gweithwyr nad ydynt yn hanfodol allu dychwelyd i'r gwaith	51%	52%	50%	49%	48%	50%
Dylid caniatáu i bobl ddefnyddio mannau cyhoeddus fel parciau a thraethau yn rhydd os bydd cadw pellter cymdeithasol yn cael ei gynnal	65%	67%	64%	35%	33%	36%
Dylai digwyddiadau mawr fel chwaraeon a chyngherddau allu cael eu cynnal	5%	9%	3%	95%	91%	97%
Dylid rhoi terfyn ar gadw pellter cymdeithasol	8%	10%	7%	92%	90%	93%

*Data a gasglwyd 18-24 Mai

Y camau nesaf o ran adfer?

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?
(% ie)

Siopau gwella'r cartref	80%
Llyfrgelloedd	62%
Siopau elusen	50%
Trinwyr gwallt a barbwyr	47%
Siopau dillad ac esgidiau	35%
Canolfannau hamdden a champfeydd	33%
Ystafelloedd dangos a gwerthu ceir	32%
Clybiau plant ar gyfer chwaraeon, dawns, cymdeithasu ac ati	30%
Caffis a bwytai	22%
Llety gwyliau (e.e. AirBnB)	17%
Tafarndai a bariau	14%

Masgiau wyneb

Ar hyn o bryd, pan fyddwch yn mynd allan, a ydych yn gwisgo masg...

Y rhan fwyaf o'r amser	10%
Rhywfaint o'r amser	16%
Byth	61%
Ddim yn berthnasol*	12%

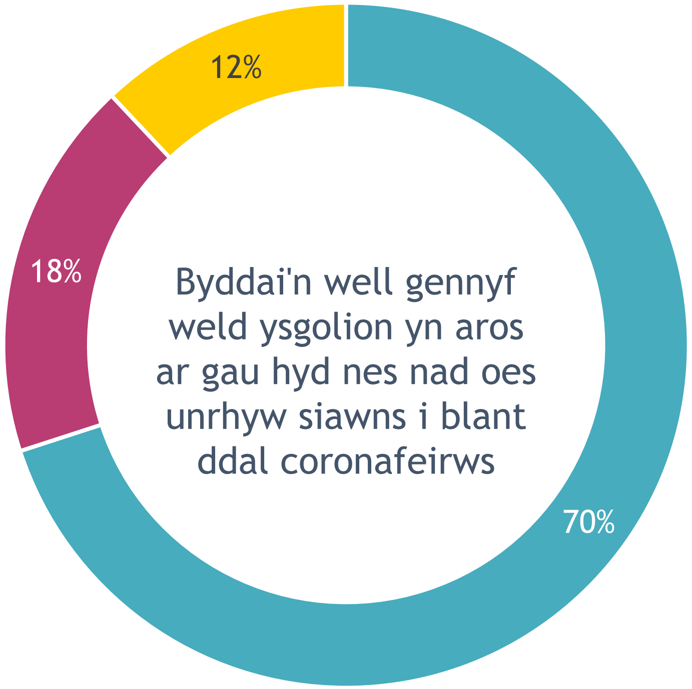
* ddim yn mynd allan

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

Dylid gwneud i bobl wisgo masgiau wyneb mewn mannau cyhoeddus

Ie	52%
Na	31%
Ansicr	17%

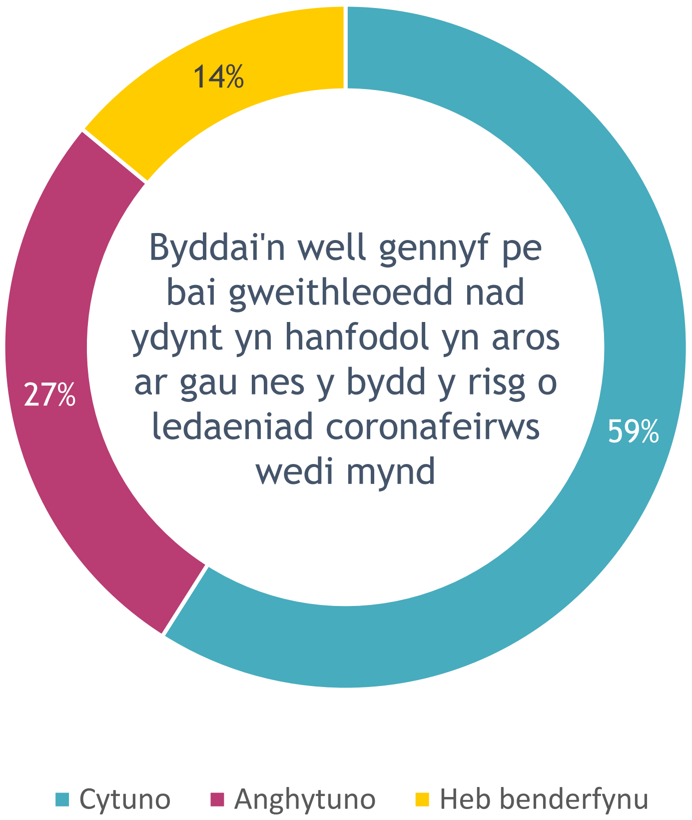
Ysgolion



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	31%	53%	16%
Cymryd tymheredd plant pan fyddant yn cyrraedd yr ysgol	87%	9%	5%
Plant yn mynd i'r ysgol ar lai o ddiwrnodau i gadw niferoedd y disgyblion yn isel	82%	12%	6%
Dychwelyd i'r ysgol ar gyfer ysgolion cynradd yn unig, o leiaf am yr wythnosau cyntaf	47%	42%	11%

Gweithleoedd



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	78%	14%	7%
Ei gwneud yn ofynnol cael mesurau cadw pellter cymdeithasol ym mhob gweithle	93%	5%	2%
Ei gwneud yn ofynnol cymryd tymheredd pobl yn y gwaith	84%	9%	6%
Sicrhau bod profion ar gyfer y feirws ar gael yn hawdd i unrhyw un sy'n teimlo'n sâl yn y gwaith	97%	1%	2%
Newid oriau gwaith pobl i leihau nifer y bobl sy'n gweithio ar unrhyw un adeg (e.e. gweithio mewn sifftiau)	88%	4%	7%

Cludiant cyhoeddus a siopau

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

Cludiant cyhoeddus

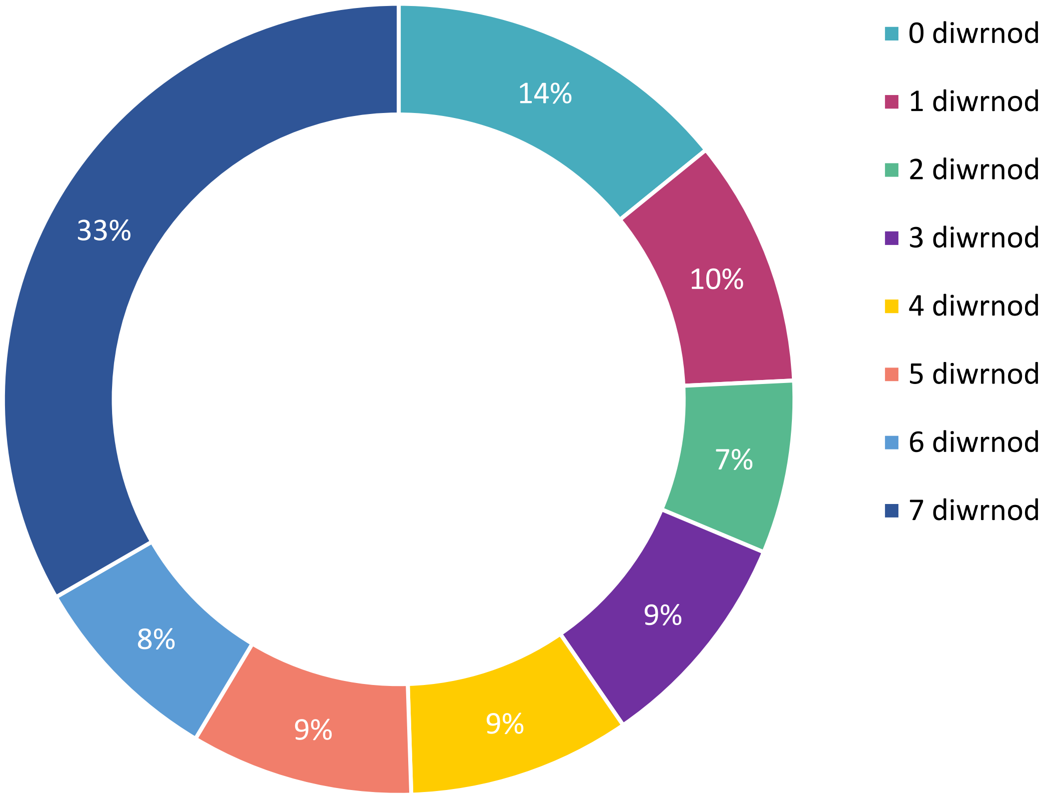
	Ie	Na	Ansicr
Dylid gwneud i bobl ar gludiant cyhoeddus wisgo masgiau wyneb	87%	8%	5%
Dylai darparwyr cludiant cyhoeddus sicrhau bod bylchau diogel rhwng teithwyr	93%	3%	4%
Ni ddylai pobl rannu ceir â phobl nad ydynt yn byw gyda nhw	72%	19%	9%

Agor siopau

	Ie	Na	Ansicr
Dylai pobl sy'n gweithio mewn siopau wisgo masgiau wyneb neu feisorau	83%	11%	7%
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	30%

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%	27%	61%
Llesiant eich plant*~	17%	29%	54%
Addysg eich plant*~	21%	34%	45%
Cyflwr iechyd nad yw'n gysylltiedig â'r coronafeirws	65%	21%	13%
Colli eich swydd neu fethu dod o hyd i swydd#~	61%	25%	14%
Gwaith, hyd yn oed os yw eich swydd yn ddiogel#~	45%	34%	21%
Eich arian	61%	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)	27%
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	10%

*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%	33%	63%

		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	5%	25%	70%

		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	46%	36%	18%

		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)?**	24%	37%	40%

Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

Sut ydym yn teimlo?

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

	Unig	Ynysig
Byth	64%	40%
Weithiau	26%	41%
Yn aml	7%	14%
Bob amser	4%	5%

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

Eich iechyd a llesiant meddyliol

Ddim o gwbl	49%
Ychydig	39%
Llawer	12%

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

Ymholiadau

Email: generalenquiries@wales.nhs
Ebost: ymholiadau.cyffredinol@wales.nhs.uk

Tel: 02920 227744

Data a Dadansoddeg – Yr Athro Karen Hughes
Datblygu'r Arolwg - Yr Athro Mark A. Bellis
Cymorth Dadansoddi – Dr Freya Glendinning

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

Policy and International Health, WHO Collaborating Centre on Investment for Health & Well-being
Floor 5, Public Health Wales,
Number 2 Capital Quarter, Tyndall Street,
Cardiff CF10 4BZ

Gwefan/Web: www.iechydcyhoedduscymru.org
www.publichealthwales.org

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

icc.gig.cymru/sutwytti