

# Sut rydym yn gwneud yng Nghymru?

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

---

Wythnos 62 (7fed i'r 13eg o Fehefin 2021)

---

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 lles.

Mae'r arolwg yn cyfwrdd tua 600 o unigolion a ddewiswyd ar hap bob yn ail wythnos. Mae'r arolwg yn cynnwys set o gwestiynau arferol a ofynnir bob wythnos arolwg, gyda chwestiynau eraill yn newid yn dibynnu ar faterion sy'n dod i'r amlwg. Caiff data arolwg eu haddasu i gynrychioli poblogaeth Cymru yn ôl oedran, rhyw ac amddifadedd.\*

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



Cafodd 600 o drigolion Cymru sydd yn 18 oed ac yn hyn eu cyfweld yn ystod wythnos 62 o'r arolwg (7fed i'r 13eg o Fehefin 2021).

## 42%

o bobl yn dweud nad oeddent yn poeni cael coronafeirws, i fyny o 30% yn ystod wythnos 58\*.

## 43%

o bobl yn dweud eu bod yn deall y cyfyngiadau er mwyn lleihau lledaeniad coronafeirws yng Nghymru yn 'dda iawn'; lleihad o 51% yn wythnos 58\*.

## 50%

o bobl yn anghytuno gyda'r datganiad "Dwi'n meddwl bod rhan fwyaf o bobl yn dilyn canllawiau cadw pellter cymdeithasol"

## 35%

o bobl yn dweud eu bod wedi dod i gysylltiad agos (o fewn un metr) gyda dros 10 o bobl tu allan i'w aelwyd yn y saith diwrnod diwethaf.

## 35%

o bobl yn dweud eu bod wedi bod allan i fwyta i gaffi, tafarn neu fwyty yn y saith diwrnod diwethaf.

## 15%

o bobl yn dweud eu bod wedi bod yn poeni 'llawer' am eu hiechyd meddwl a llesiant yn yr 7 diwrnod diwethaf; lawr o 20% yn wythnos 58\*

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

Do  
Ddim yn gwybod

16%

4%

Ydych chi wedi cael eich profi am glefyd coronafeirws neu ydych chi wedi cael y prawf gwrthgyrff?

Wedi cael prawf coronafeirws  
Wedi cael prawf gwrthgyrff

53%

10%

Pa mor bryderus ydych chi y gallech gael coronafeirws?

Dim o gwbl  
Ychydig  
Gymedrol  
Hynod

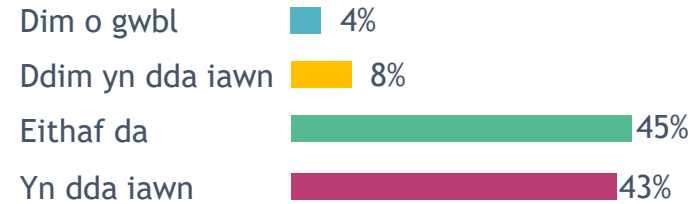
42%

31%

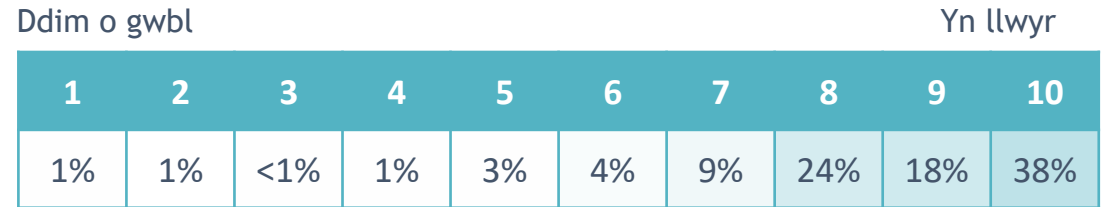
21%

7%

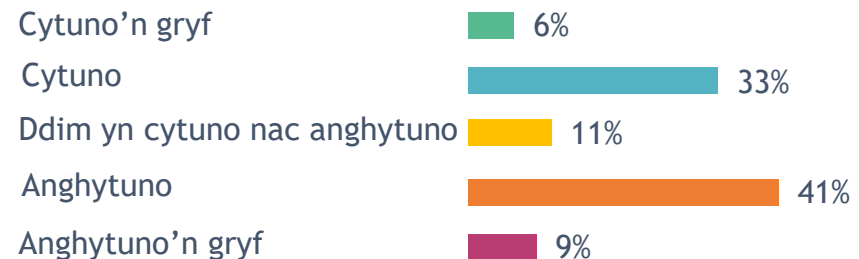
Pa mor dda ydych chi'n teimlo eich bod yn deall y cyfyngiadau presennol sydd ar waith yng Nghymru i leihau lledaeniad coronafeirws?



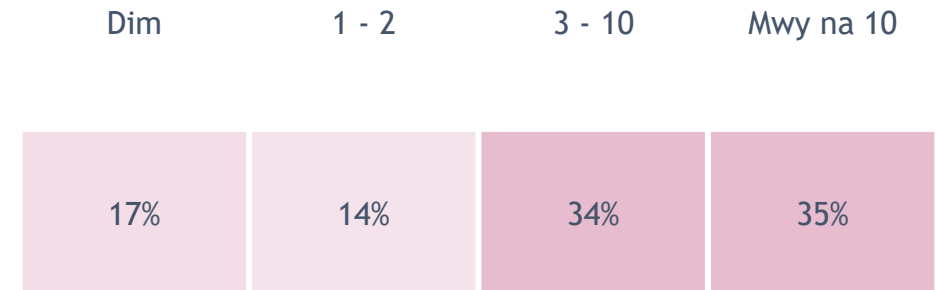
Ar raddfa o 1 i 10 ble mae 1 yn *ddim o gwbl* a 10 yn *llwyr*, faint fyddde chi'n dweud eich bod yn dilyn cyfyngiadau?



Dwi'n credu fod y rhan fwyaf o bobl yn dilyn canllawiau cadw pellter cymdeithasol



Ar wahân i'r bobl yn eich cartref chi eich hun neu swigod cefnogaeth\* a ganiateir, yn ystod y 7 diwrnod diwethaf, faint o bobl eraill ydych chi wedi dod i gysylltiad agos â nhw, o fewn 1 metr?



Ar wahân i'r bobl yn eich cartref chi eich hun neu swigod cefnogaeth\* a ganiateir, yn ystod y 7 diwrnod diwethaf, faint o bobl sydd wedi dod i mewn i'ch tŷ?



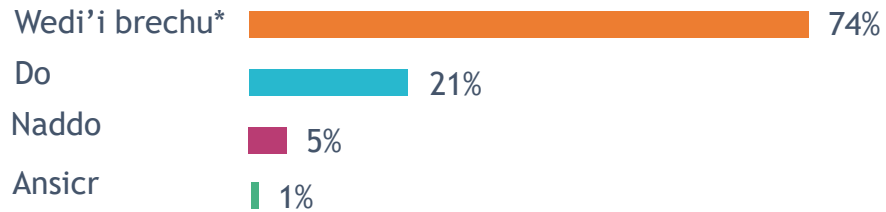
Yn ystod y 7 diwrnod diwethaf, faint o dai pobl eraill rydych chi wedi bod ynddyn nhw - heb gynnwys swigod cefnogaeth\* a ganiateir?



\*nawr yn aelwyd estynedig a ganiateir

## Pebaech yn cael cynnig y brechiad...

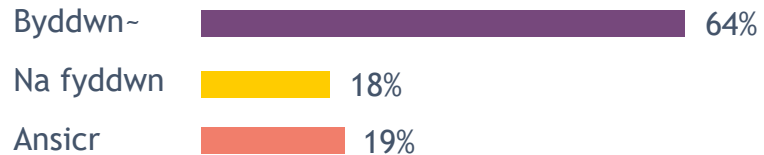
### A fyddech chi'n bersonol eisiau cael eich brechu?



\*Eisioes wedi derbyn brechiad coronafeirws

*I'r rhai sydd gyda plant yn yr aelwyd\*\*:*

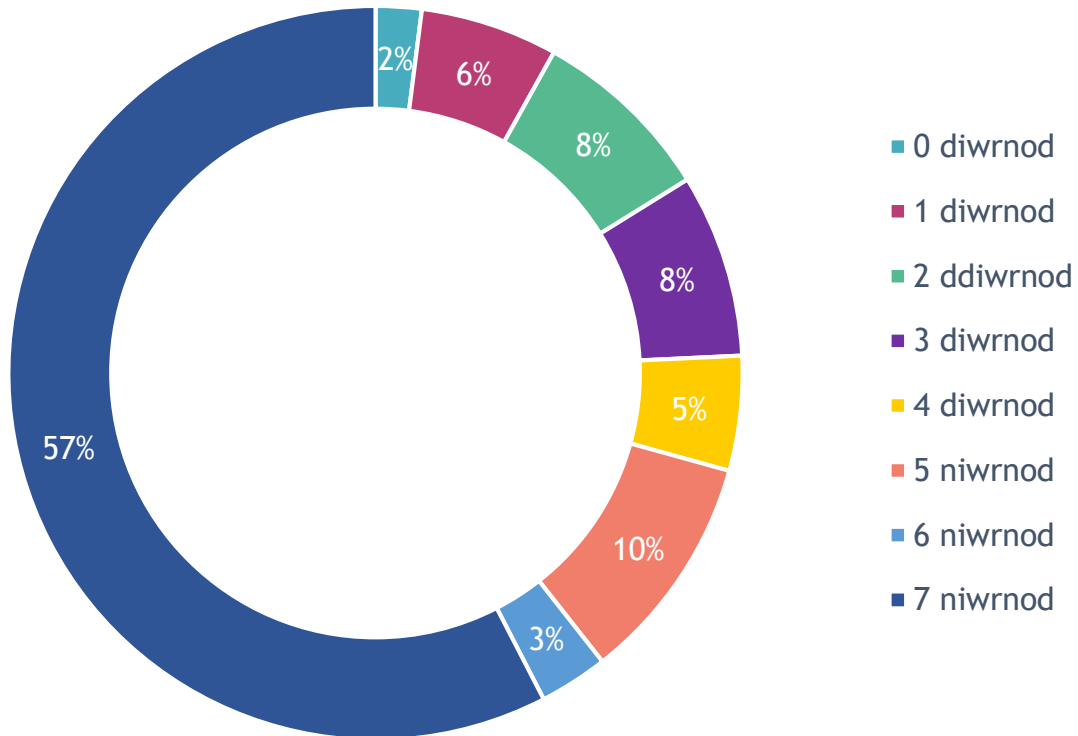
### Fydddech chi eisiau i'ch plant gael eu brechu?



\*\*Data heb ei bwysu; Cyfyngedig i'r rhai â phlant sy'n byw ar yr aelwyd; ac eithrio'r rhai sy'n ymateb 'ddim yn berthnasol'.

~Cynnwys y rheini wedi'i brechu

Yn ystod y 7 diwrnod diwethaf, sawl diwrnod wnaethoch chi adael eich cartref neu'ch gardd?



Yn ystod y 7 diwrnod diwethaf, sawl diwrnod wnaethoch chi adael eich cartref...

	0 diwrnod	1-2 diwrnod	3-4 diwrnod	5+ diwrnod
...i weithio	52%	8%	6%	33%
...i siopa	17%	55%	16%	12%
...i ymarfer corff	35%	19%	12%	34%
...i gwrdd â teulu / ffrindiau	40%	41%	12%	7%
...i fwyta mewn caffi, tafarn neu fwyty	65%	29%	4%	1%



# Pa mor dda ydym ni'n ymdopi â choronafeirws?

## Ydych chi'n meddwl bod y cyfyngiadau mewn lle i reoli coronafeirws yn..

rhy ychydig 10%



iawn 77%



ormod 12%



	Cytuno'n gryf	Cytuno	Ddim yn cytuno nac anghytuno	Anghytuno	Anghytuno'n gryf
Credaf fod Llywodraeth Cymru yn ymateb i'r problemau a achoswyd gan y coronafeirws yn dda	26%	47%	12%	10%	5%
Rwyf yn hyderus byddai'r GIG yn gallu gofalu amdanaf yn ddigonol petawn yn mynd yn ddifrifol wael gyda'r coronafeirws	31%	51%	6%	10%	3%
Rwyf yn hyderus y gwnaiff yr heddlu ddefnyddio eu pwerau i gyfyngu ar symudiadau pobl yn synhwyrol	18%	45%	12%	18%	7%

Dros yr wythnos ddiwethaf, i ba raddau mae'r materion canlynol wedi bod yn eich poeni chi?

	Dim o gwbl	Ychydig	Llawer
Colli rhywun annwyl i'r feirws	50%	29%	21%
Lles eich plant*#~	27%	38%	35%
Addysg eich plant*#~	35%	24%	41%
Colli'ch swydd neu fethu â dod o hyd i un #~	73%	16%	11%
Eich materion ariannol	68%	20%	13%
Mynd allan i fannau cyhoeddus#	48%	38%	14%
Effeithiau Brexit	67%	21%	12%

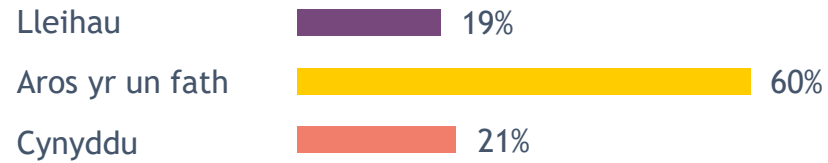
\*Yn gyfyngedig i'r rhai sydd a phlant sy'n byw ar yr aelwyd; #Ac eithrio'r rhai a ymatebodd 'ddim yn berthnasol'; ~Data heb eu pwysoli

O'i gymharu â'r amser yma flwyddyn yn ôl, a fydddech chi'n dweud fod y canlynol wedi ei heffeithio ...

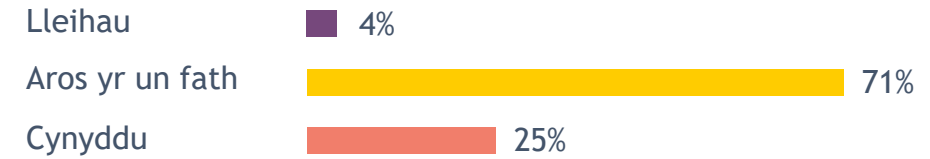
	Llawer gwell	Ychydig yn well	Yr un fath	Ychydig yn waeth	Llawer gwaeth
Eich iechyd corfforol	6%	8%	53%	21%	12%
Eich ffitrwydd corfforol	8%	11%	45%	23%	13%
Eich iechyd meddwl	3%	4%	60%	21%	13%
Eich iechyd deintyddol	2%	3%	67%	21%	8%
Eich perthnasoedd teuluol	6%	8%	73%	9%	4%
Eich perthnasedd cymdeithasol	2%	4%	43%	34%	17%
Eich sefyllfa ariannol	7%	13%	64%	10%	6%
Eich rhagolygon cyflogaeth neu gwaith	7%	6%	78%	4%	6%

O'i gymharu â'r amser yma'r llynedd, cyn y coronafeirws, a fydddech chi'n dweud fod y canlynol wedi lleihau, aros yr un fath neu gynyddu?

## Cyfanswm o alcohol rydych yn ei yfed



## Eich pryder am newid yn yr hinsawdd



## Eich pwysau

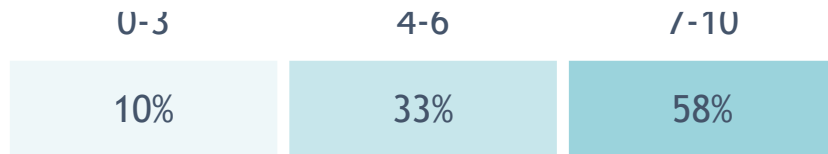


O'r rhestr o feysydd polisi posib, pa flaenoriaethau fydddech chi'n eu blaenoriaethu'n gyntaf, ail a thrydydd ar gyfer 2021 yn eich barn chi?

	Blaenoriaeth 1 <sup>af</sup>	2 <sup>nd</sup> Flaenoriaeth	3 <sup>ydd</sup> Blaenoriaeth	Wedi'i cynnwys yn y dair prif flaenoriaeth
Rhestr aros GIG	32%	25%	14%	70%
Coronavirus	33%	13%	10%	57%
Addysg	16%	20%	19%	55%
Iechyd a lles	7%	17%	20%	44%
Newid hinsawdd	6%	11%	15%	32%
Diweithdra	4%	9%	15%	28%
Brexit	2%	6%	7%	14%

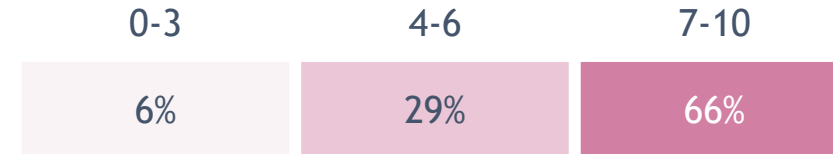
## Pa mor iach ydych chi'n ei deimlo heddiw?

0 = Ddim yn iach o gwbl      10 = Iach iawn



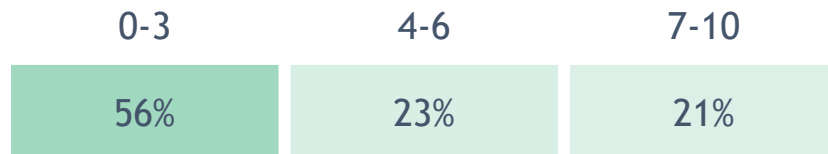
## Pa mor hapus ydych chi'n ei deimlo heddiw?

0 = Ddim yn hapus o gwbl      10 = Hapus iawn

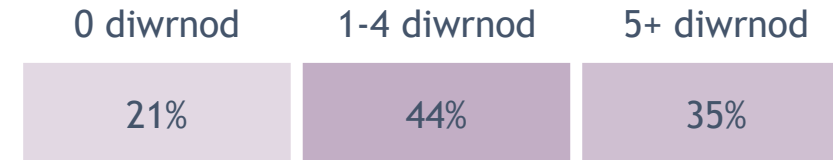


## Pa mor bryderus ydych chi'n ei deimlo heddiw?

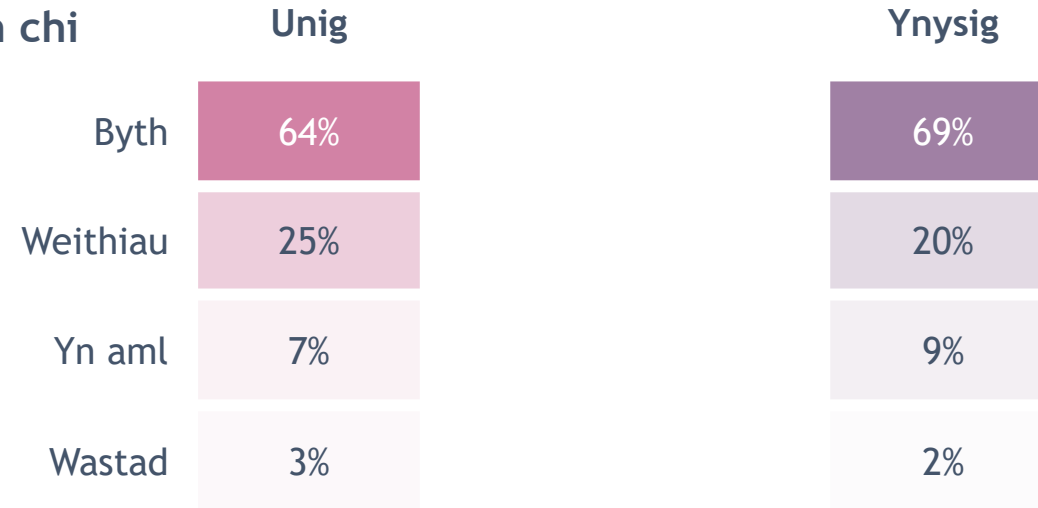
0 = Ddim yn bryderus o gwbl      10 = Yn hynod o bryderus



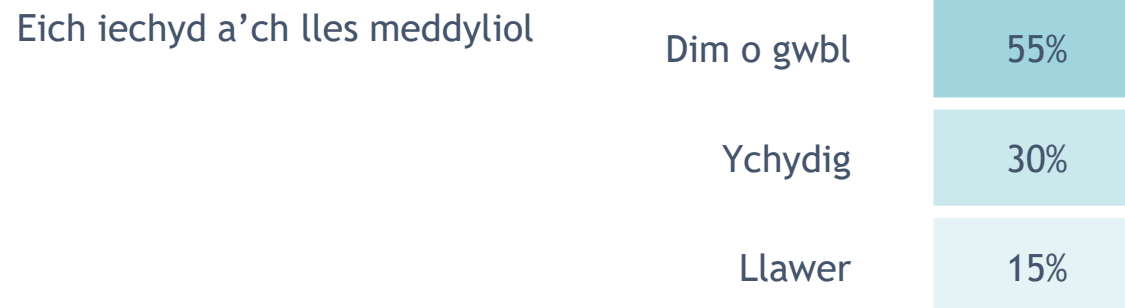
## Sawl diwrnod yn ystod yr wythnos diwethaf wnaethoch chi o leiaf 30 munud o weithgaredd corfforol (digon i wneud i chi gollu eich anadl)?



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



Dros yr wythnos ddiwethaf, i ba raddau mae'r materion canlynol wedi bod yn eich poeni?



## Cyhoeddwyd Mehefin 18fed 2021

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

World Health Organization  
Collaborating Centre  
on Investment for  
Health and Well-being

phwwhocc.co.uk

 @phwwhocc  Phwwhocc

## Ymholiadau

---

### Data a Dadansoddeg

Yr Athro Karen Hughes

### Cymorth Dadansoddol

Sara Wood

### Datblygydd yr Arolwg

Yr Athro Mark A Bellis

### E-bost

Ymholiadau.cyffredinol@wales.nhs.uk

### Ffôn

02920 227744

### Wê

icc.gig.cymru

**Polisi a Iechyd Rhyngwladol,  
Canolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y  
Byd ar Fuddsoddi 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](https://icc.gig.cymru/sut-wyt-ti)

