

# Mwyafu cyfleoedd iechyd a lles mewn cynllunio gofodol wrth ailefydlu yn sgil y pandemig COVID-19



Liz Green, Sue Toner, Laura Evans, Lee Parry-Williams, Tom Johnson,  
Gemma Christian, Cheryl Williams, Sumina Azam a Mark A Bellis.

Ionawr 2022

## Dyfyniad a awgrymir:

Liz Green, Sue Toner, Laura Evans, Lee Parry-Williams, Tom Johnson, Gemma Christian, Cheryl Williams, Sumina Azam a Mark A Bellis. (2022). Mwyafu cyfleoedd iechyd a lles mewn cynllunio gofodol wrth ailsefydlu yn sgil y pandemig COVID-19. Caerdydd, Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

## Cydnabyddiaeth:

Hoffem ddiolch i'r canlynol am eu cyfraniadau unigol a chyfunol fel rhan o'r Grŵp Ymgynghorol Strategol ar gyfer y gwaith hwn.

- Ed Huckle, Asiantaeth Diogelwch Iechyd y DU;
- Mark Drane, Urban Habitats / Prifysgol Gorllewin Lloegr, UWE Bryste;
- Bronia Bendall, Cyfoeth Naturiol Cymru;
- Bethan Morris, Cyngor Sir Dinbych;
- Michael Chang, Swyddfa Gwelliant ac Anghyfartalwch Iechyd;
- Stuart Williams, Cyngor Caerdydd;
- Richard Lewis, Iechyd Cyhoeddus Cymru;
- Sarah Jones, Iechyd Cyhoeddus Cymru;
- Beth Preece, Iechyd Cyhoeddus Cymru.

ISBN 978-1-78986-154-591

© 2022 Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Gellir atgynhyrchu'r deunydd a gynhwysir yn y ddogfen hon o dan delerau'r Drwydded Llywodraeth Agored (OGL)

[www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/](http://www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/)

cyn belled â'i fod yn cael ei wneud yn gywir ac nad yw'n cael ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol.

Cydnabyddiaeth i'w nodi i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

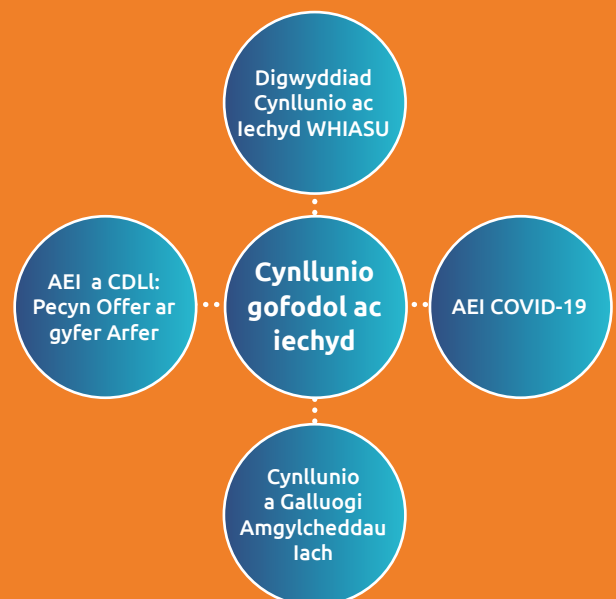
Mae hawlfraint yn y drefn deipograffyddol, y dyluniad a'r gosodiad yn perthyn i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

<b>1</b>	<b>Cyflwyniad</b>	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>Y Cyd-destun Polisi</b>	<b>5</b>
<b>3</b>	<b>Y dystiolaeth a'r data sy'n dod i'r amlwg ynghylch effaith COVID-19 ar gymunedau yng Nghymru</b>	<b>7</b>
<b>4</b>	<b>Materion a themâu allweddol - lleoedd iach</b>	<b>10</b>
4.1	Gostwng anghydraddoldebau iechyd a lles	11
4.2	Pwysigrwydd ymgysylltu a gwaith ar y cyd i wella iechyd a lles	12
4.3	Lle a thai	13
4.4	Pwysigrwydd mynediad i amgylcheddau bwyd iach a thyfu bwyd	16
4.5	Economiâu sefydliadol lleol	19
4.6	Hygyrchu a defnyddio technoleg ddigidol	21
4.7	Symud o gwmpas trwy gerdded, beicio a defnyddio cludiant cyhoeddus	22
4.8	Pwysigrwydd mynediad i seilwaith gwyrdd a glas	25
4.9	Themâu allweddol: cyfleoedd i iechyd yn y dyfodol	28
<b>5</b>	<b>Mwyafu iechyd a lles cynhwysol mewn cynllunio gofodol yn y dyfodol er mwyn ailsefydlu</b>	<b>31</b>
	<b>Cyfeiriadau</b>	<b>33</b>

Mae'r ddogfen hon yn rhan o gyfres o bapurau ac adnoddau gan ICC a fydd yn helpu i integreiddio iechyd a lles i gynllunio gofodol yng Nghymru.

Maent ar gael yn:

<https://phwwhocc.co.uk/whiasu/?lang=cy>



# Mwyafu cyfleoedd iechyd a lles mewn cynllunio gofodol wrth ailsefydlu yn sgil y pandemig COVID-19

Mae cynllunio gofodol yn chwarae rôl bwysig o ran creu lleoedd iach ac wrth gefnogi cymunedau i ailsefydlu yn sgil y pandemig.

## Effaith COVID-19 ar gymunedau Cymru

Cyfraddau haint uchaf yng Nghymru yng: Ngogledd-ddwyrain Cymru, Casnewydd, Abertawe, cymoedd De Cymru a rhai ardaloedd yng Nghaerdydd



(Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2021a)

Ardaloedd â chyflogaeth isel, ac ardaloedd â chyflogaeth uchel yn y sectorau manwerthu, teithio a hamdden, a ddioddefodd yr ergyd galetaf o ganlyniad i fesurau cyfnod



(Sefydliad Joseph Rowntree, 2020)

Profwyd y pandemig yn wahanol ar draws cymunedau trefol a gwledig



(Llywodraeth Cymru, 2019b)

Parhaodd ardaloedd a fuddsoddodd mewn cydlyniant cymdeithasol i fod yn fwy cydlynol a gwydd



(Abrams D et al, 2021)

## Grwpiau poblogaeth

Cyfraddau marwolaeth uchaf ymysg grwpiau penodol (pobl hŷn, grwpiau lleiafrifoedd ethnig, cymunedau difreintiedig)



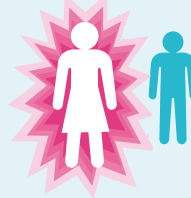
(Llywodraeth Cymru, 2021c)

Risg uwch o farwolaeth o Covid-19 yn y rhai sydd â chyflwr iechyd sylfaenol



(Public Health England, 2020c)

Effeithiwyd yn anghymesur ar fenywod gan y pandemig



(Green et al, 2020a)

Effeithiwyd yn fwy negyddol ar aelwydydd incwm is nag aelwydydd incwm canolig ac uwch, fel trwy risg gynyddol o ddal Covid-19 o ganlyniad i weithio gyda chleifion a'r cyhoedd, neu drwy weithio mewn sectorau a gaedd i lawr



(SYG, 2021d)

## Themâu allweddol



**Gostwng anghydraddoldebau iechyd a lles:** Mae'r pandemig COVID-19 wedi gwaethygu annhegwch fu'n bodoli eisoes ac ystumio cynnydd o ran gwelliannau mewn iechyd.



**Pwysigrwydd ymgysylltu a gwaith ar y cyd i wella iechyd a lles:** Yn ystod y pandemig, bu gostyngiad o ran ymgysylltiad cymunedol mewn penderfyniadau cynllunio.



**Lle a Thai:** Mae'r pandemig wedi tynnu mwy o sylw at y cysylltiad rhwng tai, iechyd a thegwch a phwysigrwydd cartrefi a gofod dan do ac awyr agored.



**Pwysigrwydd mynediad i amgylcheddau bwyd iach a thyfu bwyd:** Mewn rhai ffyrdd mae'r pandemig wedi gwaethygu diffyg cydraddoldeb o ran mynediad i amgylcheddau bwyd iach.



**Economiâu sefydliadol lleol:** Mae ailsefydlu yn sgil y pandemig yn cynnwys yr angen am ofodau defnydd cymysg sy'n diwallu anghenion cymunedau, a allai gynnwys newid diben gofodau ac adeiladau.



**Hygyrchu a defnyddio technoleg ddigidol:** Bydd technoleg ddigidol yn parhau i fod yn elfen bwysig o ailsefydlu yn sgil y pandemig.



**Symud o gwmpas trwy gerdded, beicio a defnyddio cludiant cyhoeddus:** Mae'r pandemig wedi newid y ffordd y mae unigolion a chymunedau yn rhyngweithio â'u hamgylchedd ac wedi effeithio ar drafnidiaeth, symudedd a theithio llesol.



**Pwysigrwydd mynediad i seilwaith gwyrdd a glas:** Amlygodd y pandemig werth seilwaith gwyrdd a manteision arwyddocaol manau gwyrdd a glas ar gyfer lles, gan gynnwys buddion iechyd corfforol a meddyliol.

## Camau gweithredu yn y dyfodol i'r rhai sy'n gwneud polisïau a phenderfyniadau

- Hybu cyfranogiad cynnar a gwaith cydlynol i ymdrin â heriau rhyng-gysylltiedig.
- Defnyddio ac eirioli'r defnydd o offer, strategaethau a chanllawiau sy'n bodoli eisoes i gefnogi meddwl ar draws systemau.
- Archwilio ymhellach y gwahanol ddulliau ar gyfer cynyddu lleoedd iach ar draws dearyddiaeth amrywiol ac unigryw Cymru.
- Datblygu trothwyon a meini prawf iechyd a lles y gall swyddogion polisi ac ymarferwyr eu defnyddio i farnu ceisiadau datblygu yn y dyfodol.
- Ystyried camau gweithredu penodol i ymdrin â'r themâu allweddol yn yr adroddiad hwn.

## Cyfleoedd

- Mabwysiadu a gweithredu egwyddorion creu lleoedd ac ymagwedd at gynllunio sy'n seiliedig ar le drwy ymrwymo i Siarter Creu Lleoedd Llywodraeth Cymru.
- Cydnabod rôl bwysig y sector iechyd mewn penderfyniadau cynllunio.
- Ystyried goblygiadau'r pandemig o ran cynllunio a dylunio yn y dyfodol.
- Archwilio a defnyddio ymagweddau gwahanol at ymgysylltu.

# 1 Cyflwyniad

**Trwy gydol hanes, mae sawl pandemig wedi effeithio ar gynllunio a dylunio trefol ac ni ellir gwahanu datblygiad dinasoedd oddi wrth gynnydd y system iechyd cyhoeddus** (Liu, H a Wang, PH, 2021). **Mae llawer o'r ardaloedd trefol heddiw hefyd yn wynebu heriau o ran lledaeniad clefydau heintus megis heintiau anadlu. Gall cynllunio fod yn arf pwerus i wella iechyd a lleihau effaith clefydau** (Neiderud, C-J., 2015).

**Arweiniodd y llu o bandemigau ymhlith poblogaethau Ewrop megis y pla du yn y 14eg ganrif, colera a'r frech wen yn y 19eg ganrif a thwbercwlosis a theiffoid yn yr 20fed ganrif at ddileu slymiau, ehangu dinasoedd, ehangu strydoedd a chynnydd mewn mannau cyhoeddus megis parciau** (Lubell, S., 2020).

**Mae amgylchedd adeiledig dinasoedd a threfi, gyda'u poblogaethau dwys, rhwydweithiau trafndiaeth, a chrynoadau o weithgarwch dynol wedi galluogi neidio ymlaen o safbwynt economaidd a lledaenu clefyd illdau drwy gydol hanes. Yn union fel y dylanwadodd pandemigau blaenorol ar yr amgylchedd adeiledig a naturiol, bydd COVID-19 yn gadael ei argraff barhaol ar ardaloedd fel dinasoedd, trefi, trafndiaeth, hamdden a gwaith** (Megahed, N.A. a Ghoneim, E.M., 2020).

Amlygwyd pwysigrwydd lleoedd a chymdogaethau a gynllunnir yn dda sy'n cefnogi iechyd a lles yn ystod y pandemig COVID-19. Roedd gan weithredu polisiau a mesurau cysylltiedig i atal trosglwyddo'r feirws, er enghraifft, aros gartref, cadw pellter cymdeithasol a gweithio o gartref, ar lefel genedlaethol a lleol, oblygiadau enfawr i'r gymdeithas gyfan. Newidiodd y ffordd y mae pobl yn byw, yn gweithio ac yn mwynhau amser hamdden yn yr amgylchedd adeiledig a naturiol. Mae'r pandemig hefyd wedi creu anghydraddoldebau newydd a gwaethygu rhai a fu'n bodoli eisoes mewn cymunedau lleol (Green L et al 2021).

Ym mis Mehefin 2020, cyhoeddodd Iechyd Cyhoeddus Cymru Asesiad o Effaith Iechyd (AEI) y '*Polisi Aros Gartref a Chadw Pellter Cymdeithasol*' yng Nghymru wrth ymateb i'r pandemig COVID-19 (Green et al, 2020a). Fe'i dilynwyd gan AEI dilynol ar effaith y pandemig ar Weithio Gartref ac Ystwyth (Green et al, 2020b) ac Ansicrwydd Tai a Digartrefedd (Woodfine et al, 2021). Nododd y rhain y rôl bwysig y mae cynlluniau a pholisiau gofodol (gan gynnwys defnydd tir, tai, gwastraff a thrafnidiaeth) a mynediad i seilwaith gwyrdd a glas wedi'i chael, ac y gallai ei chael ar iechyd, lles ac anghydraddoldebau. Nododd pob AEI y gallai polisiau i atal y feirws, er enghraifft y rhai a'i wnaeth yn ofynnol i'r boblogaeth gyrchu amgylcheddau lleol dim ond ar gyfer gweithgarwch corfforol, mynd i siopau lleol am nwyddau hanfodol, a gweithio o gartref wneud gwahaniaeth cadarnhaol neu negyddol penodol i brofiadau pobl. Dylanwadodd y polisiau hyn ar ddeilliannau iechyd megis lles meddyliol, ymddygiadau iach gan gynnwys gweithgarwch corfforol a chydbwysedd bywyd-gwaith, rhyngweithio cymdeithasol a rhwydweithiau cymunedol. Gallai effaith y polisiau amrywio ar draws grwpiau poblogaeth, fodd bynnag, er enghraifft pobl hŷn, y rhai ar incwm isel, y rhai mewn ardaloedd gwledig o'i gymharu ag ardaloedd trefol.

O ran yr amgylchedd adeiledig a naturiol, ac yn benodol penderfynyddion cynllunio gofodol, gofynnodd polisiau cadw pellter cymdeithasol am hwyluso a chreu mwy o ofod mewn canolfannau lleol er mwyn bodloni safonau a nodwyd mewn rheoliadau. Galluogodd hyn i'r cyhoedd gael mwy o ofod i gyrchu gwasanaethau, siopau a chyfleusterau lleol a gwaith yn ddiogel. Nodwyd hefyd bod tai o ran math, maint, daliadaeth ac ansawdd yn siapio profiadau rhywun o warchod, gweithio neu addysgu gartref a hunanynysu. Gallai hyn fod yn gadarnhaol neu'n negyddol ar gyfer iechyd a lles gan ddibynnu nid yn unig ar natur cartref rhywun ond â phwy yr oeddent yn rhannu'r gofod hwnnw, pa weithgareddau oedd yn digwydd, a oedd ganddynt fynediad i ardd neu falconi ac a oedd ganddynt fynediad at dechnoleg ddigidol i gysylltu â theulu a ffrindiau ac i siopa neu weithio ar-lein.

Dylanwadodd lleoedd a gofodau a oedd yn ymgorffori rhinweddau sy'n gwella iechyd, er enghraifft, amgylcheddau sy'n addas am gerdded, mannau a seilwaith gwyrdd a glas a gynhelir yn dda, cartrefi iach gyda digon o le i fyw a gweithio gartref, darparu seilwaith cymunedol (canolfannau cymunedol ac iechyd, ardaloedd chwarae) ac amgylchedd bwyd iachach yn gadarnhaol ar iechyd a lles y boblogaeth (Public Health England, 2021). I'r gwrthwyneb, profodd y rhai sy'n byw mewn amgylcheddau o ansawdd gwael, heb fynediad neu â mynediad cyfyngedig i nwyddau, gwasanaethau a mannau gwyrdd lleol ddeilliannau gwaeth o ran eu hiechyd a'u lles corfforol a meddyliol a allai gynyddu anghydraddoldebau iechyd (Llywodraeth Cymru, 2020a).

**Mae'r pandemig wedi amlygu'n echblyg, ac mewn rhai enghreifftiau, wedi gwaethygu'r effeithiau o ran iechyd, lles ac anghydraddoldebau ar draws y boblogaeth sy'n deillio o benderfynyddion<sup>1</sup> fel yr amgylchedd, y defnydd o dir, trafnidiaeth, yr economi a thai.**

Nod yr adroddiad hwn yw **amlygu effeithiau iechyd cadarnhaol a negyddol polisiâu cynllunio gofodol yn ystod y pandemig COVID-19 ar boblogaeth Cymru, dysgu o'r rhain, unrhyw ymyriadau cadarnhaol a chyd-fanteision er mwyn siapia amgylchedd mwy iach i bawb yn y dyfodol.**

Mae wedi'i anelu at amrywiaeth eang o randdeiliaid gan gynnwys swyddogion ac ymarferwyr cynllunio, yr amgylchedd, cynladwyedd ac iechyd cyhoeddus, arweinwyr cymunedol a llunwyr polisi. Mae'n ystyried yr ymateb i'r pandemig ac ailsefydlu yn ei sgil drwy **lens cynllunio gofodol, iechyd, lles ac anghydraddoldebau** ac yn archwilio **materion rhyngddibynnol** megis lles meddyliol, newid yn yr hinsawdd a chynladwyedd amgylcheddol. Mae gan gynllunio gofodol rôl allweddol i'w chwarae o ran ymdrin â'r 'Her Driphlyg' a achosir gan COVID-19, newid yn yr hinsawdd a Brexit (Green L et al, 2021).

Nid AEI mo'r gwaith hwn, ond mae wedi defnyddio tystiolaeth genedlaethol a rhyngwladol o gamau cynllunio gofodol COVID-19 i helpu i gyfeirio gweithgarwch iechyd cyhoeddus a gwneud penderfyniadau ar gyfer cynllunio gofodol ac iechyd yng Nghymru. Mae'r adroddiad yn:

- archwilio effeithiau negyddol a chadarnhaol y pandemig a mesurau ymateb sy'n gysylltiedig â chynllunio gofodol ar iechyd ac anghydraddoldebau ehangach y boblogaeth;
- nodi ystod o gamau iechyd a lles sydd wedi ceisio lliniaru effaith niweidiol COVID-19 a mesurau ymateb cynllunio gofodol cysylltiedig, yn ogystal â chofnodi a manteisio i'r eithaf ar gyfleoedd cadarnhaol posib;
- darparu tystiolaeth i randdeiliaid allweddol er mwyn cyfeirio camau gweithredu sydd â'r nod o sicrhau'r deilliannau iechyd a lles mwyaf posib o ganlyniad i fesurau cynllunio gofodol a weithredwyd cyn ac ar ôl y pandemig;
- cefnogi polisiâu Llywodraeth Cymru mewn perthynas â chynllunio gofodol a COVID-19 megis 'Adeiladu Lleoedd Gwell', 'Pwysau Iach, Cymru Iach' a 'Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015';
- adeiladu ar fomentwm a grëwyd gan gamau gweithredu blaenorol iechyd Cyhoeddus Cymru i integreiddio gwell iechyd a lles i gynllunio gofodol.

Yn olaf, mae'n cynnwys rhai **cyfleoedd posib yn y dyfodol** i'r rhai sy'n gwneud penderfyniadau cenedlaethol a lleol a swyddogion cynllunio gofodol ac iechyd eu hystyried a'u gweithredu yng Nghymru er mwyn sicrhau bod unrhyw **effeithiau niweidiol yn cael eu lliniaru** a bod **rhai cadarnhaol a chyd-fanteision yn cael eu mwyaflu** fel rhan o ailsefydlu yn sgil COVID-19 ac sy'n cysylltu â blaenoriaethau megis ymdrin â newid yn yr hinsawdd a gwella tegwch iechyd.

1 Penderfynyddion iechyd yw'r ffactorau hynny sy'n effeithio ar iechyd pobl nad ydynt bob amser yn uniongyrchol o dan eu rheolaeth. Ymhlith y penderfynyddion mae nodweddion ac ymddygiadau cymdeithasol, economaidd, corfforol ac unigol pobl.

## 2 Y cyd-destun polisi



### 2.1 Polisiâu Cynllunio

Mae polisi cynllunio ar lefel genedlaethol, ranbarthol a lleol yn dylanwadu ar leoliad datblygiadau newydd, y math o ddatblygiad (cartrefi, swyddfeydd, ysgolion, siopau, manau gwyrdd), cynllun ac ymddangosiad cyffredinol adeiladau, strydoedd a manau cyhoeddus a darparu seilwaith (canolfannau cymunedol ac iechyd, ardaloedd chwarae, llwybrau trafndiaeth) (Public Health England, 2021), ac mae'r ffactorau hyn oll yn dylanwadu ar iechyd a lles y boblogaeth.

Mae Polisi Cynllunio Cymru (PCC) Argraffiad 11 (Llywodraeth Cymru 2021b) yn nodi polisi cynllunio cenedlaethol sy'n mabwysiadu ymagwedd creu lleoedd, gan gynnwys nifer o egwyddorion cynllunio allweddol 'a fydd yn gweithredu fel catalydd ar gyfer cyflwyno'r system gynllunio'n gadarnhaol ledled Cymru' ynghyd â nifer o ddeilliannau creu lleoedd. Mae polisi cynllunio cenedlaethol yn cefnogi ac yn hyrwyddo'r cysylltiadau agos rhwng cynllunio ac iechyd a lles ac yn cyfeirio gwahanol haenau'r Cynllun Datblygu. Ceir system a arweinir gan gynlluniau yng Nghymru, mae'r cynlluniau hyn yn nodi'r cynigion a'r polisiâu ar gyfer datblygu a defnyddio tir yn y dyfodol. Y 'cynllun datblygu' yng Nghymru yw Cymru'r Dyfodol: Cynllun Cenedlaethol 2040 sef yr haen genedlaethol, Cynlluniau Datblygu Strategol ar yr haen ranbarthol a'r Cynlluniau Datblygu Lleol.

Mae 'Adeiladu Lleoedd Gwell' yn nodi blaenoriaethau polisi cynllunio Llywodraeth Cymru i gynorthwyo wrth gymryd camau yn y cyfnod ailsefydlu yn sgil y pandemig COVID-19 (Llywodraeth Cymru, 2020a). Mae'n cydnabod pwysigrwydd ymwreiddio ystyriaethau iechyd a lles ar draws y system gynllunio ac yn nodi'r gwahanol ddulliau a phwysigrwydd cydweithio â byrddau iechyd a phartneriaid eraill i helpu i gyflwyno hyn.

### 2.2 Creu Lleoedd

***'Ffordd gyfannol o fynd ati i gynllunio a dylunio datblygiadau a lleoedd yw "creu lle", sy'n canolbwyntio ar ddeilliannau cadarnhaol. Mae'n galw ar botensial ardal i greu datblygiadau a manau cyhoeddus o ansawdd uchel sy'n hyrwyddo ffyniant, iechyd, hapusrwydd a llesiant pobl yn eu hystyr ehangaf.***

***Mae "creu lle" yn ystyried y cyd-destun, y swyddogaeth a'r berthynas rhwng safle'r datblygiad a'i gyffiniau... Mae "creu lle" yn ychwanegu gwerth cymdeithasol, economaidd, amgylcheddol a diwylliannol at y datblygiad gan arwain at fuddiannau sy'n fwy na'r ffisegol ac yn ymwreiddio cydnherthedd ehangach mewn penderfyniadau cynllunio'*** (Llywodraeth Cymru, 2021b) (tudalen 14).

Mae sefydlu Partneriaeth Creu Lleoedd Cymru a datblygu Siarter Creu Lleoedd Cymru (Comisiwn Dylunio Cymru, 2020) yn cefnogi ymhellach y broses o fabwysiadu creu lleoedd yng Nghymru.

## 2.3 Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol

Mae'n rhaid i'r system gynllunio anelu at fanteisio i'r eithaf ar ei chyfraniad at les Cymru a'i chymunedau, gan gynnwys cyflawni nodau Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Ffigur 1) a helpu i gyflawni'r Cynlluniau Llesiant lleol a gyhoeddir gan y Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus.

Nodir y Canlyniadau Cenedlaethol ar gyfer Creu Lleoedd Cynaliadwy ym Mholisi Cynllunio Cymru 11 (Llywodraeth Cymru, 2021b) ac maent yn amlinellu sut y bydd lle cynaliadwy yn edrych. Mae creu lleoedd wrth wraidd cyfraniad cynllunio at gyflawni'r 7 nod llesiant fel y'u nodir yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol, a fesurir yn rhannol drwy ddeilliannau a nodir yn y Fframwaith Canlyniadau Iechyd y Cyhoedd (Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2016).

Ar draws yr holl brosesau cynllunio, disgwylir i bum ffordd o weithio Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cynulliad Cenedlaethol Cymru, 2015) (Ffigur 1), gael eu hymwreiddio er mwyn hwyluso cydweithio cynyddol rhwng, ac o fewn, cynllunio defnydd tir a chreu lleoedd o ran sectorau a chymunedau (Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru, 2020). Mae'r Ddeddf yn nodi saith nod llesiant i gyrrff cyhoeddus weithio tuag atynt, ac mae'n rhaid iddynt ddisgrifio a chyhoeddi amcanion o ran sut y byddant yn cymryd camau i'w cyflawni (Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru, 2019) (Ffigur 2).

Ffigur 1



Ffigur 2





### 3 Tystiolaeth a data sy'n dod i'r amlwg ynghylch effaith COVID-19 ar gymunedau yng Nghymru



Mae'r adran hon yn nodi'r dystiolaeth a'r data lefel uchel allweddol ynghylch sut y mae COVID-19 wedi effeithio ar gymunedau yng Nghymru, a'r anghydraddoldebau y mae wedi'u hamlygu. Yn y boblogaeth a'r cymunedau hynny a brofodd amddifadedd ac iechyd gwael cyn y pandemig yw'r un cymunedau a brofodd gyfraddau anghymesur o uchel o afiechyd a marwolaethau yn ystod y pandemig o'i gymharu â'r rhai yn yr ardaloedd lleiaf difreintiedig. Bydd y cymunedau hyn hefyd yn ei chael hi'n anoddach ailsefydlu yn sgil y pandemig ac yn profi hyd yn oed yn fwy o amddifadedd ac anghydraddoldebau iechyd<sup>2</sup> ar ôl y pandemig (Marmot M et al, 2020) (Public Health England, 2020) (Y Pwyllgor Cydraddoldeb, Llywodraeth Leol a Chymunedau, Senedd Cymru, 2020).

Yn ogystal, y cymunedau hynny sy'n dioddef fwyaf o ran haint a marwolaethau COVID-19, wedi'u dwysáu gan dlodi ac iechyd gwael, yw'r un lleoedd a chymunedau sy'n dioddef fwyaf o newid yn yr hinsawdd (Preston P et al, 2014).

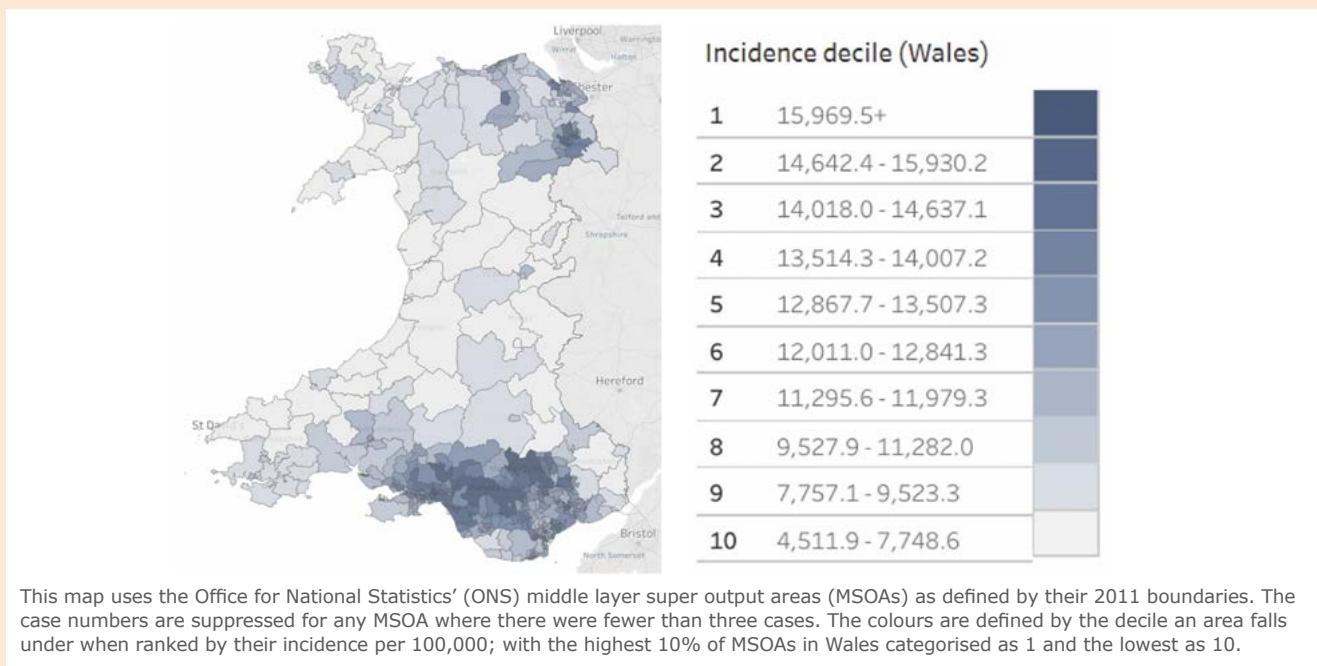
#### Penawdau Allweddol

- Yng Nghymru, effeithiodd COVID-19 ar y boblogaeth gyfan ond profodd ardaloedd Gogledd-ddwyrain Cymru, Casnewydd, Abertawe, cymoedd De Cymru a rhai ardaloedd yng Nghaerdydd y lefelau uchaf o haint. Mae Ffigur 4 yn dangos yr ardaloedd yng Nghymru sydd wedi profi'r nifer uchaf o achosion o COVID-19 (pob achos), a'r ardaloedd a gysgodir dywyllaf yw'r rhai â'r lefelau uchaf o haint (Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2021a).

#### Ffigur 3

#### Achosion COVID-19 fesul MSOA preswyl, ar 21 Hydref 2021 (pob achos)

(Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2021a)

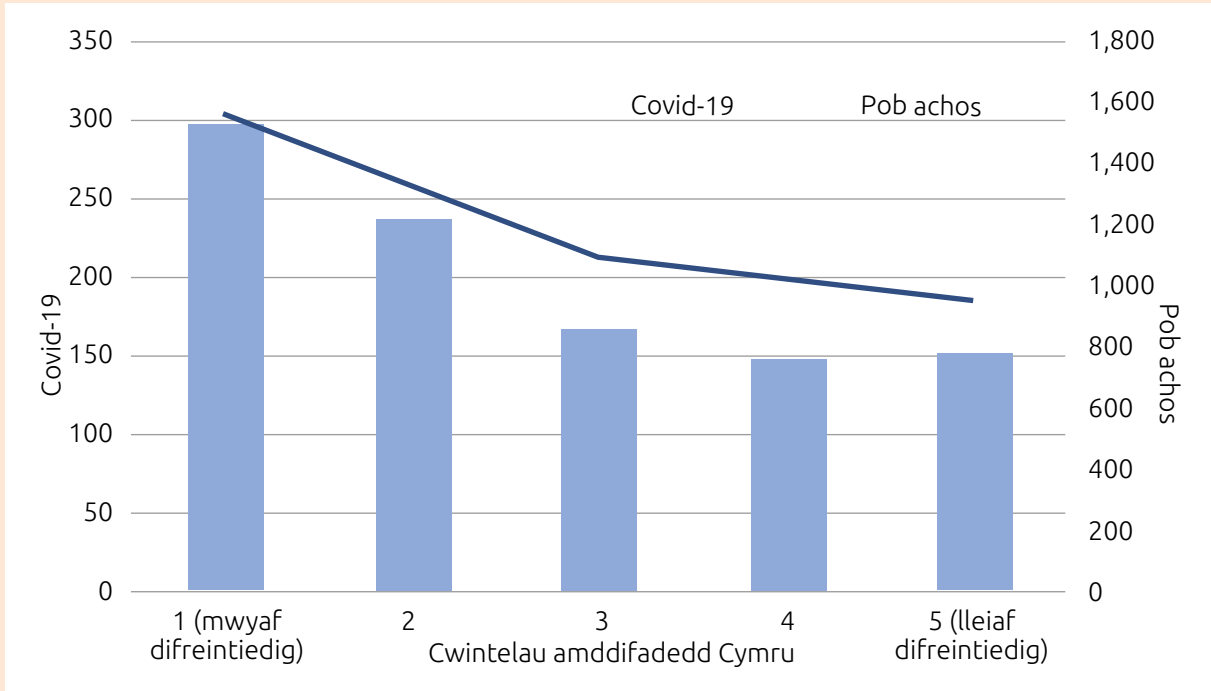


2 Mae anghydraddoldebau iechyd yn bodoli ar draws ystod o ddimensiynau neu nodweddion, gan gynnwys, ond heb fod yn gyfyngedig i, nodweddion gwarchoddedig y Ddeddf Cydraddoldeb, sefyllfa economaidd-gymdeithasol, cyfnodau cwrs bywyd a daearyddiaeth.

- Yng Nghymru, mae'r cyfraddau marwolaeth uchaf o COVID-19 wedi bod ymhlith pobl hŷn, pobl o gefndiroedd Du, Asiaidd a Lleafrifoedd Ethnig, a chymunedau difreintiedig (Ffigur 5) (Llywodraeth Cymru, 2021c).

**Ffigur 4**

**Marwolaethau safonedig yn ôl oedran fesul 100,000 o bobl yn ôl cwntel amddifadedd, Cymru; Data o 1 Mawrth 2020 i 31 Ionawr 2021** (data SYG, Llywodraeth Cymru 2021c)



- Profodd unigolion o grwpiau lleiafrifoedd ethnig gyfraddau uwch o haint a marwolaethau o COVID-19. Roedd y gyfradd marwolaethau gysylltiedig â COVID-19 ar ei huchaf ymysg y grŵp Du Affricanaidd (3.7 gwaith yn fwy nag ar gyfer y grŵp Gwyn Prydeinig yn achos dynion, a 2.6 gwaith yn fwy yn achos menywod) (Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2021a).



Roedd addasu ar gyfer lleoliad, mesurau anfantais, meddiannaeth, trefniadau byw a chyflyrau iechyd fu'n bodoli eisoes yn cyfrif am gyfran fawr o'r risg o farwolaethau COVID-19 ychwanegol yn y rhan fwyaf o grwpiau lleiafrifoedd ethnig; fodd bynnag, nodwyd i'r rhan fwyaf o grwpiau Du a De Asiaidd barhau i fod mewn mwy o berygl na phobl Gwyn Prydeinig yn yr ail don hyd yn oed ar ôl addasiadau (Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2021a). Er bod cyfran poblogaeth Cymru o grwpiau lleiafrifoedd ethnig yn is nag mewn rhannau eraill o'r DU, mae rhai ardaloedd yng Nghymru, yn enwedig yn y dinasoedd, lle mae trigolion a chymunedau hirsefydlog ynghyd â phobl sydd wedi cyrraedd yn fwy diweddar, syn ffurfio cyfran uchel o'r boblogaeth. Mae 20.1% o boblogaeth Caerdydd yn dod o grwpiau Pobl Dduon, Asiaidd a lleiafrifoedd ethnig (Ystadegau Cymru, 2020).

- Profodd pobl â chyflwr iechyd sylfaenol lefelau uwch o farwolaethau o COVID-19. Roedd clefyd y siwgr, clefydau gorbwysedd, clefyd cronig yr arennau, clefyd rhwystrol cronig yr ysgyfaint a dementia yn peri risg gynyddol o farwolaeth a phroffodd pobl â gordewdra neu ordewdra afiachus risg gynyddol o ddeilliannau andwyol (Public Health England, 2020c).

- Mae astudiaethau wedi nodi i'r pandemig COVID-19 effeithio'n anghymesur ar fenywod. Mae hyn yn cynnwys effeithiau o'r polisi 'aros gartref a chadw pellter cymdeithasol' a gweithio gartref ac ystwyth, gan gydnabod na all llawer o fenywod yn y gweithlu weithio gartref oherwydd natur eu gwaith a bod ganddynt gyfrifoldebau gofalu ychwanegol (Green et al, 2020a). Mae llawer o fenywod, yn enwedig y rhai â phlant, yn gweithio mewn swyddi â chyflogau is yn y sectorau a gaedd i lawr i raddau helaeth yn ogystal â darparu gofal plant ac ymgymryd â chyfrifoldebau addysg gartref.



- Effeithiodd y pandemig COVID-19 ar aelwydydd incwm is yn aml mewn gwahanol ffyrdd i aelwydydd incwm canolog ac uwch, er enghraifft galwedigaethau cyflog isel fel gofalmwyr a barhaodd i weithio gyda chleifion a'r cyhoedd yr oeddent felly'n wynebu mwy o berygl, neu'r gweithluoedd hynny mewn sectorau a gaewyd i lawr. Y bobl a fu'n ennill y lleiaf, sy'n hunangyflogedig neu'n ddi-waith oedd yn fwy tebygol o adrodd am incwm gostyngol yr aelwyd yn ystod 2020 (Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2021d). Hyd at ganol mis Ebrill 2021, nhw oedd y grwpiau a oedd yn dal i gael eu heffeithio'n ariannol yn yr un modd yn union ag yr oeddent ar ddechrau'r pandemig (Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2021e).

- Ardaloedd â chyflogaeth isel, ac ardaloedd â chyflogaeth uchel yn y sectorau manwerthu, teithio a hamdden, a ddioddefodd yr ergyd galetaf o ganlyniad i fesurau cyfnod clo'r pandemig yn 2020 (Sefydliad Joseph Rowntree, 2020). Fodd bynnag, gall hyn newid yn y dyfodol wrth i dwristiaeth ddomestig hyrwyddo mwy o hamdden a theithio mewnol fel y gwelwyd yn 2021.

- Profwyd y pandemig COVID-19 yn wahanol ar draws cymunedau trefol a gwledig oherwydd, er enghraifft, bod ardaloedd gwledig yn wynebu lefelau uwch o anghydraddoldeb o ran mynediad at wasanaethau, tra bod ardaloedd trefol yn fwy tebygol o wynebu amddifadedd economaidd (Llywodraeth Cymru, 2019b). Er i'r dystiolaeth ddangos bod gan gymunedau trefol gyfraddau marwolaethau gysylltiedig â COVID-19 sy'n ystadegol uwch nag ardaloedd gwledig, mae ardaloedd gwledig wedi wynebu cyfres unigryw o heriau wrth ddelio â COVID-19. Mae'r rhain yn cynnwys y ffaith bod y boblogaeth yn tueddu i fod yn hŷn, â lefelau uwch o gyflyrau fu'n bodoli eisoes a chlefydau y gellir eu hatal fel clefyd y siwgr, a bod ganddynt fynediad gwaeth i ofal iechyd (Mishra V et al, 2021).

- Parhaodd ardaloedd a fuddsoddodd mewn cydlyniant cymdeithasol i fod yn fwy cydlynol a gwydn nag ardaloedd eraill ac roedd pobl a oedd yn ymwneud â gwirfoddoli wedi'u diogelu'n fwy rhag rhai o effeithiau gwaethaf y pandemig nag eraill (Abrams, D et al, 2021).

# 4 Materion a themâu allweddol - lleoedd iach

Deiliodd sawl thema allweddol a mater trawsbynciol mewn perthynas â chreu lleoedd iach o asesiadau o'r effaith ar iechyd a gynhaliwyd yn flaenorol mewn perthynas ag effaith COVID-19 ac o'r ystod eang o dystiolaeth a gasglwyd ac a ddadansodwyd (Green L et al, 2020a; Green L et al, 2020b; Green L et al, 2021; Woodfine L et al, 2021). Trafodir y rhain yn yr adran hon ac awgrymir rhai camau gweithredu ar gyfer y dyfodol i helpu i gryfhau'r integreiddio rhwng iechyd a chynllunio gofodol gan gynnwys cydweithio rhwng cynllunwyr, gweithwyr iechyd proffesiynol a rhanddeiliaid eraill yn Adran 4.9.

## Themâu Allweddol a Materion Trawsbynciol



**Gostwng anghydraddoldebau iechyd a lles**



**Pwysigrwydd ymgysylltu a gwaith ar y cyd i wella iechyd a lles**



**Lle a Thai**



**Pwysigrwydd mynediad i amgylcheddau bwyd iach a thyfu bwyd**



**Economïau sefydliadol lleol**



**Hygyrchu a defnyddio technoleg ddigidol**



**Symud o gwmpas trwy gerdded, beicio a defnyddio cludiant cyhoeddus**



**Pwysigrwydd mynediad i seilwaith gwyrdd a glas**

## 4.1 Gostwng anghydraddoldebau iechyd a lles



**Mae'r pandemig COVID-19 wedi gwaethygu annhegwch fu'n bodoli eisoes ac ystumio cynnydd o ran gwelliannau mewn iechyd ledled y DU.** (Marmot M et al, 2020)

Ar lefel ryngwladol, genedlaethol a lleol, mae'r pandemig wedi cychwyn galwad i 'adeiladu'n ôl yn well' er mwyn cefnogi ailsefydlu yn sgil y pandemig. Yn y cyd-destun hwn, mae 'gwell' yn cynnwys creu lleoedd a manau iachach<sup>3</sup> ar draws yr amgylchedd adeiledig a naturiol, er enghraifft, gwella mynediad i leoedd digidol ac ailystyried anghenion o ran cyflogaeth yn y dyfodol. Eiriolodd Adolygiad COVID-19 Marmot (Marmot M et al, 2020) dros nid yn unig 'adeiladu'n ôl yn well' ond '**adeiladu'n ôl yn decach**' er mwyn goresgyn y diffyg cynnydd o ran gwella iechyd a'r anghydraddoldebau iechyd cynyddol a brofir ledled y DU. Eiriolwyd dros y ffocws hwn ar degwch ynghyd â manau **iachach a gwyrddach** ledled y byd (World Health Organisation, 2020).

Fel yr amlygwyd yn Adran 3, bu amrywiaeth yn natur yr effeithiau a brofwyd ar draws gwahanol gymunedau yng Nghymru.

Byddai mynd i'r afael â'r effeithiau hyn drwy gynllunio gofodol yn golygu gweithredu ymagwedd cynllunio gofodol Cymru gyfan gyda ffocws a buddsoddiad ychwanegol yn yr ardaloedd lle mae'r angen mwyaf, h.y. cymhwysor egwyddor o gyffredinolïaeth gymesur<sup>4</sup>.

### 4.1.1 Gostwng anghydraddoldebau iechyd a lles drwy waith partneriaeth mewn polisi cynllunio

Mae llawer o bolisiau cynllunio ledled Cymru yn cofleidiol'r cysyniad o gydweithio, gweithio mewn partneriaeth a chreu lleoedd. Fodd bynnag, oni bai bod y ffyrdd hyn o weithio ac ymagweddau'n cael eu hymwreiddio ar draws yr holl bolisiau a chynlluniau sy'n dylanwadu ar yr amgylchedd adeiledig a naturiol (er enghraifft seilwaith y GIG, rhanddeiliaid amgylcheddol, cwmnïau dŵr, tai, priffyrdd, datblygwyr, tîrfeddianwyr etc.), ni fanteisir i'r eithaf ar iechyd a lles y boblogaeth ac ni fydd anghydraddoldebau'n lleihau. Mae angen 'system weithredu gyfannol' o gydweithio rhwng y sector cyhoeddus, y sector preifat, cymunedau a thîrfeddianwyr i sicrhau bod egwyddorion creu lleoedd yn cael eu mabwysiadu (Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru, 2020). Mae Polisi 3 Cymru'r Dyfodol (Llywodraeth Cymru, 2021a) yn cyfeirio'n benodol at rôl arweinyddiaeth y sector cyhoeddus wrth gymhwyso egwyddorion creu lleoedd ac wrth adeiladu lleoedd cynaliadwy sy'n gwella iechyd a lles.

Byddai hyn yn cynnwys canolbwyntio ar gynwysoldeb a chydraddoldeb i ymdrin ag anghenion pobl o gymunedau lleiafrifoedd ethnig a'r rhai â nodweddion gwarchoddedig a bennir gan Ddeddf Cydraddoldeb 2010 (Senedd y DU, 2010), oherwydd nad yw lleoedd ar hyn o bryd yn cael eu dylunio gyda chynwysoldeb a chydraddoldeb mewn golwg (Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru, 2021).

3 Mae creu lleoedd a manau iachach yn gofyn am ganolbwyntio ar seilwaith cynhwysol sy'n rhoi blaenoriaeth i gerdded a beicio ac yn gwella diogelwch ar y ffyrdd; seilwaith gwyrdd hygyrch sy'n cael ei gynnal a'i gadw'n dda, manau gwyrdd a glas agored; tyfu bwyd yn lleol ac amgylchedd manwerthu sy'n gwella mynediad i ddewisiadau bwyd iach; gwasanaethau cymunedol, iechyd a gofal cymdeithasol a ddarperir o gyfleusterau lleol; lefelau llygredd aer isel; a dylunio adeiladau sy'n hyrwyddo iechyd a lles (Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2018)

4 Atebion cyffredinol ond gydag ymdrech sy'n gymesur â'r angen <https://equityhealthj.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12939-015-0207-6>



## 4.2 Pwysigrwydd ymgysylltu a gwaith ar y cyd i wella iechyd a lles

**Yn ystod y pandemig, bu gostyngiad o ran ymgysylltiad cymunedol mewn penderfyniadau cynllunio o ganlyniad i fesurau cadw pellter cymdeithasol, atal cyfarfodydd wyneb yn wyneb cyhoeddus a'r angen am gamau ymatebol, er enghraifft cyflwyno seilwaith dros dro mewn trefi a dinasoedd.** (Polisi Cyfeillion y Ddaear, 2020)

Mae mabwysiadu egwyddorion creu lleoedd (gweler Adran 2.2) yn flaenoriaeth ledled Cymru. Mae'r egwyddorion hyn yn cefnogi ffocws ar gynnwys pobl a chymunedau wrth ddatblygu cynigion a gweithio ar y cyd ar draws sectorau a disgyblaethau i ddatblygu lleoedd unigryw a bywiog (Comisiwn Dylunio Cymru, 2020). Mae gan weithwyr cynllunio gofodol proffesiynol rôl hanfodol o ran ymgysylltu â chymunedau lleol a sicrhau'r canlynol:

**'Mae anghenion, dyheadau, iechyd a lles pawb yn cael eu hystyried o'r cychwyn cyntaf. Mae cynigion yn cael eu siapio i helpu diwallu'r anghenion hyn yn ogystal â chreu, integreiddio, diogelu a/neu wella ymdeimlad o gymuned a hybu cydraddoldeb'.** (Comisiwn Dylunio Cymru, 2020)

Mae ymgysylltu â phobl a chymunedau wrth ddylunio cynlluniau o'r camau cynnar yn hanfodol (Llywodraeth Cymru, 2021b) (Future Generations Commissioner for Wales, 2021) ac mae gan gynllunwyr ac awdurdodau cynllunio lleol gyfrifoldeb i annog pobl a chymunedau i ymwneud yn weithredol â phenderfyniadau cynllunio (Senedd Cymru, 2020). Mae cynnwys y cyhoedd yn un o golofnau craidd y pum ffordd o weithio ond mae hefyd yn ffactor amddiffynnol craidd ar gyfer lles meddyliol ac yn benderfynydd allweddol o ran iechyd a lles. Mae cydweithio rhwng cymunedau a sectorau, megis cynllunio gofodol ac iechyd cyhoeddus yn bwysig er mwyn sicrhau dealltwriaeth eang o iechyd, er enghraifft, diffiniad eang sy'n cwmpasu lles corfforol, meddyliol a chymdeithasol a gwell dealltwriaeth o'r effaith ar gymunedau o gynlluniau a phrosiectau datblygu drwy ddefnyddio prosesau fel AEI (Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2021b).

Awgrymwyd, o ganlyniad i'r pandemig COVID-19, y gallai fod cyfleoedd yn y dyfodol i gynyddu lefelau ymgysylltu ag aelodau o gymunedau lleol, yn enwedig gydag unigolion mewn ardaloedd dwysedd uchel, fel rhan o ymgeisiau cynllunwyr i geisio ymdrin â phroblemau sy'n gysylltiedig ag argaeledd ac ansawdd seilwaith gwyrdd (Mell a Whitten, 2021). At hynny, mae Llywodraeth Cymru wedi derbyn argymhellion y Pwyllgor Cyfrifon Cyhoeddus i wella effeithiolrwydd awdurdodau cynllunio lleol gan gynnwys cyfranogiad cymunedol a chyhoeddus (Senedd Cymru, 2020). Gall ymgysylltu pwrpasol ag aelodau cymunedau ychwanegu gwerth at brosesau cynllunio a datblygu a chryfhau'r agenda creu lleoedd (Cymorth Cynllunio Cymru, 2021).

Mae defnyddio offer digidol yn fuddiol o ran cyrraedd cynulleidfaoedd ehangach (e.e. dinasyddion iau, grwpiau oedran gweithio, etc.) mewn ffordd gost-effeithlon, ond rhaid cydnabod ei gyfyngiadau, yn enwedig o ran ymgysylltu â phobl hŷn, y rhai sydd o dan anfantais economaidd a'r rhai mewn ardaloedd gwledig sydd â mynediad gwael i'r rhyngryd. Mae'r pandemig wedi cael effaith ar brosesau ymgysylltu drwy ohirio/rhwystro gweithgareddau ymgysylltu a chyflymu'r defnydd o offer digidol. Mae cyfnodau clo wedi bod yn gatalydd i wahanol fathau o randdeiliaid ymgysylltu ag amrywiaeth o offer digidol fu'n bodoli eisoes, gan amrywio o gyfryngau cymdeithasol generig i lwyfannau ymgysylltu pwrpasol. (Cymorth Cynllunio Cymru 2021).



## 4.3 Lle a thai

*'Mae lleoedd yn tyfu ac yn datblygu mewn ffordd sy'n defnyddio tir yn effeithlon, yn cefnogi ac yn gwella lleoedd presennol ac sydd wedi'u cysylltu'n dda. Cynllunnir lleoliad tai, cyflogaeth, hamdden a chyfleusterau eraill i helpu gostwng yr angen am deithio'.*  
Placemaking Guide (Comisiwn Dylunio Cymru, 2020)

**Effeithiwyd ar 31% o oedolion ym Mhrydain (15.9 miliwn o bobl) gan broblemau iechyd meddwl neu gorfforol oherwydd cyflwr eu cartref, neu ddiffyg lle ynddo, yn ystod y cyfnodau clo.** (Ffederasiwn Tai Cenedlaethol, 2020)

**Mynegodd 7% o aelwydydd anhawster wrth weithio o gartref (rhentwyr cymdeithasol yn bennaf), gyda diffyg lle, technoleg cartref gwael a chyflyrau corfforol gwael wedi'u nodi fel materion cyffredin. Mynegodd llawer awydd am ofod swyddfa gartref pwrpasol.**

Ceir tystiolaeth sylweddol o effaith tai a'r cartrefi yr ydym yn byw ynddynt, ar iechyd a lles (Canolfan Heneiddio'n Well, 2020; Clair a Hughes, 2019; McKinnon et al, 2020; Shaw, 2004; Watson et al, 2019). Fodd bynnag, mae'r pandemig wedi tynnu mwy o sylw at y cysylltiad rhwng tai, iechyd a thegwch a phwysigrwydd cartrefi (Cymdeithas Cynllunio Gwlad a Thref, 2021) a gofod dan do ac awyr agored (Leavey et al, 2020) (Tinson a Clair, 2020). O ganlyniad i'r pandemig a'r mesurau ymateb, roedd unigolion yn treulio mwy o amser yn y tŷ ac roedd newid cyflym yn y defnydd o'r manau hyn, gyda chynnydd mewn gweithgareddau a fu'n digwydd gartref, megis gweithio, dysgu ac ymarfer corff. Dylanwadodd amgylchedd eu cartref ar brofiad pobl o'r pandemig, ac roedd yr ardal o gwmpas lle mae pobl yn byw yn cael effaith fawr ar ba mor dda yr oeddent yn gallu ymdopi ac ymaddasu i'r newidiadau i fywyd bob dydd (Green et al, 2020a).

Dangosodd y cyfnod clo fod rhai lleoedd yn cefnogi pobl yn well nag eraill pan gawsant eu cyfyngu i fod yn eu cymdogaethau lleol (Cymdeithas Cynllunio Gwlad a Thref, 2021). Lleoedd oedd y rhain, er enghraifft, a oedd â mynediad da i fannau gwyrdd o safon, cyfleoedd i gerdded a beicio, ac amwynderau a siopau lleol. Pwysleisiodd y pandemig ymhellach bwysigrwydd cartrefi diogel a chadarn o ansawdd da, ond hefyd bwysigrwydd lle mae'r rhain wedi'u lleoli a'r amgylchedd ehangach o'u cwmpas (Canolfan Heneiddio'n Well, 2020; Woodfine et al, 2021). Trafodir pwysigrwydd mynediad i seilwaith gwyrdd a glas ymhellach yn adran 4.8.

### 4.3.1 Yr amgylchedd tai, ansawdd, teipoleg a daliadaeth

Yn ystod y pandemig, mae'r rhai yr oeddent eisoes yn wynebu heriau gyda thai a'u hamgylcheddau byw wedi cael eu heffeithio i raddau helaethach na'r rhai sydd â chartref diogel, cynnes a fforddiadwy. Mae'r effaith ar weithwyr cartref wedi dibynnu ar eu hamodau byw. Mae'r rhai yr effeithir arnynt yn arbennig o negyddol yn cynnwys y rhai sy'n byw ar incwm isel, tenantiaid preifat a rhentwyr, plant a phobl ifanc, a menywod (Woodfine et al, 2021). Er y diogelwyd pobl ddiogelwyr drwy gael eu cartrefu yn ystod y pandemig, nid yw effeithiau tymor hwy ar ôl i fesurau dros dro ymateb ddod i ben yn hysbys eto (Woodfine et al, 2021).

Amlygodd ymchwil a wnaed yn ystod y pandemig y canlynol:

- Effeithiwyd ar 31% o oedolion ym Mhrydain (15.9 miliwn o bobl) gan broblemau iechyd meddwl neu gorfforol oherwydd cyflwr eu cartref, neu ddiffyg lle ynddo, yn ystod y cyfnodau clo (Ffederasiwn Tai Cenedlaethol, 2020).
- Roedd pobl sy'n byw mewn tai yn fwy cyfforddus na'r rhai mewn fflatiau ac roedd eiddo hŷn yn fwy cyfforddus nag eiddo mwy newydd (Carmona et al, 2020).
- Perchen-feddiannwyr oedd y rhai mwyaf cyfforddus, ac yna'r rhai yn y sector rhentu preifat, a rhentwyr cymdeithasol (y rhai sy'n rhentu gan awdurdodau lleol neu gymdeithasau tai) oedd y lleiaf cyfforddus. Ymhlith y rhagfynegyddion cysur yn y cartref roedd: mwy o le/ystafelloedd fesul deiliad (roedd aelwydydd â phump neu fwy o ddeiliaid yn llai cyfforddus), man agored preifat (gardd neu ofod teras) (roedd aelwydydd heb le preifat yn yr awyr agored yn lleiaf cyfforddus o gymharu â'r rhai â balconi preifat neu ardd a rennir a'r rhai â gofod gardd/teras breifat).
- Roedd amodau gwael fel gorlenwi yn gwneud hunan-ynysu a gwarchod yn anos (Tinson a Clair, 2020). Yng Nghymru, mae 5.5% o'r boblogaeth yn byw mewn cartrefi gorlawn (Ystadegau Cymru, 2015), ac mae dros chwarter yr aelwydydd (26.3%) gyda phlant sy'n byw mewn llety rhent cymdeithasol yn orlawn, cyfran sylweddol uwch na llety rhent preifat a llety dan berchnogaeth (Watson et al, 2019). Mae'r profiad o orlenwi'n fwy cyffredin ymysg grwpiau lleiafrifoedd ethnig (Canolfan Heneiddio'n Well, 2020), gyda'r cyfraddau gorlenwi uchaf yn y grwpiau ethnig Bangladeshaid (24%), Pacistanaid (18%) a Du Affricanaid (16%) (mae hyn yn cymharu â 2% o aelwydydd Gwyn Prydeinig sy'n orlawn) (Gov.uk, 2020). Mae dadansoddiad wedi canfod cyfraddau marwolaeth uwch o'r feirws COVID-19 mewn ardaloedd â mwy o dai gorlawn (Barker, 2020). At hynny, yn ystod y pandemig, profodd yr unigolion hynny sy'n byw mewn cartrefi aml-genhedlaeth ddeilliannau iechyd gwaeth (Canolfan Heneiddio'n Well, 2020).
- Mynegodd 7% o aelwydydd anhawster wrth weithio o gartref (rhentwyr cymdeithasol yn bennaf), gyda diffyg lle, technoleg cartref gwael a chyflyrau corfforol gwael wedi'u nodi fel materion cyffredin. Mynegodd llawer awydd am ofod swyddfa gartref pwrpasol.
- Treuliodd 30,000 o bobl y cyfnod clo mewn cartref un ystafell a threuliodd dros 3,600 o blant y cyfnod clo mewn cartref gyda dwy ystafell. Yn ystod y pandemig, dywedodd tenantiaid preifat nad oedd digon o le yn aml, hyd yn oed y rhai a oedd yn byw mewn eiddo eang, ac roedd y pandemig wedi achosi i unigolion ailystyried ansawdd eu tai (Soaita, 2021).
- Trwy gydol 2020, bu cynnydd yng ngwerthiannau tai ar wahân o'i gymharu â gostyngiad yn y galw am fflatiau (Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2021b). Mae symudiad unigolion o ganol dinasoedd i faestrefi, a gychwynnwyd gan gynnydd mewn gweithio gartref, hefyd wedi arwain at newid mewn prynu (Kamei et al, 2021). Gallai'r canfyddiadau hyn fod â goblygiadau enfawr i rai cymunedau yng Nghymru, a byddai'r cynnydd mewn prynu ail gartrefi neu rentu'n cynyddu'r effaith hon ymhellach. Bydd ymchwiliad gan Bwyllgor COVID-19 Senedd y DU i effaith hirdymor y pandemig ar drefi a dinasoedd yn ystyried y berthynas a'r ddeinameg newidiol ac yn archwilio unrhyw oblygiadau o ran anghydraddoldebau.



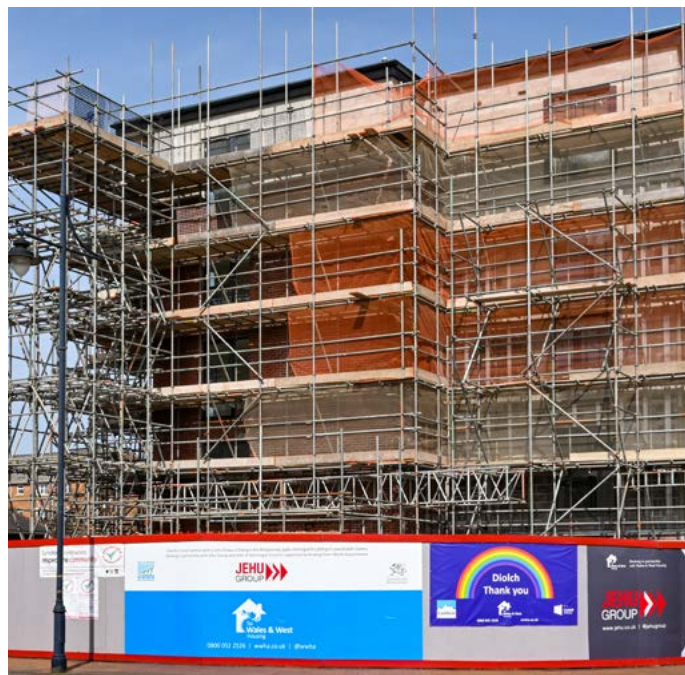


Mae cyfle i feddwl yn wahanol am leoedd. I gynllunwyr, mae'r pandemig wedi creu ansicrwydd a heriau ond hefyd cyfle i feddwl a chynllunio'n wahanol (Cymdeithas Cynllunio Gwlad a Thref, 2021). Mae angen adeiladu ar agweddau cadarnhaol o'r pandemig a sicrhau ein bod yn paratoi lleoedd at y dyfodol er mwyn cynyddu eu cydnerthedd a'u gallu i osgoi effeithiau negyddol yn y dyfodol.

Gellir archwilio cyfleoedd i ymdrin â heriau amgylcheddol ac economaidd sy'n gysylltiedig â chymryd camau i wella effaith tai ar iechyd. Mae'r cyfleoedd hyn yn cynnwys: *'yr angen am leihau allyriadau carbon a bod yn gydnherth i hinsawdd fwy eithafol...; darparu ar gyfer y newid tebygol ym math a maint y llety sydd ei angen, o ganlyniad i'r newid demograffig tuag at boblogaeth sy'n heneiddio; buddsoddi mwy mewn adeiladu tai (cefnogi adferiad economaidd yn ogystal â datblygu stoc tai); ac addasu polisiâu a darpariaethau perthnasol i alluogi pobl i ddefnyddio eu cartrefi (a thrafnidiaeth a gwasanaethau lleol) mewn ffyrdd gwahanol'* (Tinson a Clair, 2020, tudalen 24).

Mae tai yn ganolog i'r cysyniad o'r 'gymdogaeth 20 munud', gyda'r angen am ddarparu tai o ansawdd uchel, sy'n cynnwys tai fforddiadwy a chymdeithasol a 'chartref diogel, iach ac effeithlon o ran ynni i drigolion' (Cymdeithas Cynllunio Gwlad a Thref, 2021). At hynny, mae creu lleoedd da yn cynnwys darparu cymysgedd o ddaliadaethau a mathau o dai a chynllunio lleoliad tai, cyflogaeth, hamdden a chyfleusterau eraill er mwyn cyfrannu at isafu'r angen am deithio (Comisiwn Dylunio Cymru, 2020). Mae Llywodraeth Cymru (Llywodraeth Cymru, 2020a) yn eirioli dros ymagwedd creu lleoedd sy'n ganolog i ddatblygiadau yn y dyfodol wrth ailsefydlu yn sgil y pandemig.

Mae ymrwymiad i gynyddu mynediad i dai o ansawdd uchel a buddsoddi mewn tai cymdeithasol yng Nghymru wedi'i gynnwys fel blaenoriaeth allweddol ar gyfer ailadeiladu yn sgil y pandemig (Llywodraeth Cymru, 2020a). Mae'r pandemig wedi amlygu ymhellach y rôl y mae tai yn ei chwarae yn ein hiechyd (Tinson a Clair, 2020). Mae angen adeiladu tai newydd (a thai sydd newydd eu trawsnewid) yn unol â safonau isafswm gofod cenedlaethol, fel y rhai yn y Safon Gofod a Ddisgrifir yn Genedlaethol (Carmona et al, 2020) a Gofynion Ansawdd Datblygu Cymru 2021, Creu Cartrefi a Lleoedd Hardd (Llywodraeth Cymru, 2021e) sy'n nodi'r isafswm safonau ansawdd swyddogaethol ar gyfer cartrefi anghenion cyffredinol fforddiadwy newydd ac wedi'u hadnewyddu. Mae angen ystyried amgylchedd mewnol ac allanol tai, gan gynnwys yr amgylchedd adeiledig sy'n amgylchynu cartrefi, fel rhan o fentrau i wella ansawdd tai (Canolfan Heneiddio'n Well, 2020).



Mae ystyried anghenion y dyfodol wrth ddylunio tai yn bwysig (Woodfine et al, 2021), megis anghenion y rhai sy'n gweithio gartref, anghenion pobl hŷn, y rhai sy'n agored i niwed yn glinigol a'r rhai y gallai fod angen iddynt warchod neu hunanynysu.

## 4.4 Pwysigrwydd mynediad i amgylcheddau bwyd iach a thyfu bwyd



**Yn ystod y pandemig, bu newid o ran unigolion yn siopa'n gynyddol mewn busnesau lleol, paratoi eu bwyd eu hunain a bwyta gyda'r teulu. Dangosodd unigolion a theuluoedd incwm uwch fwy o ddiddordeb mewn tyfu bwyd a phrynu mwy o ffrwythau a llysiau. (Pulighe G a Lupia F, 2020) (Neve, 2020).**

**Adroddwyd y bu cynnydd 81% yn y galw a brofwyd mewn banciau bwyd a bod y defnydd o fanciau bwyd wedi dyblu i bob pwrpas ym misoedd Mawrth ac Ebrill 2020 o'i gymharu â'r un cyfnod yn 2019. (Pwyllgorau Tŷ'r Cyffredin, 2020).**

Mae mynediad i amrywiaeth o fannau bwyd sy'n gwerthu bwyd iach ac i fannau tyfu bwyd, er enghraifft, gerddi, mannau tyfu bwyd a neilltuir ger adeiladau cymunedol, a rhandiroedd yn helpu i wella iechyd a lles. Mae'n cefnogi cynnal pwysau iach ac yn cael effaith gadarnhaol ar agweddau tuag at fwydydd iachach, lefelau gweithgarwch corfforol, cysylltedd cymdeithasol a bwyta ffrwythau a llysiau (Public Health England, 2017) (Cymdeithas Cynllunio Gwlad a Thref, 2017).

### 4.4.1 Profiadau o hygyrchu a thyfu bwyd

Nid oedd mynediad i fwyd iach a mannau tyfu bwyd yn gyfartal ar draws cymunedau'r DU cyn y pandemig gyda'r rhai sy'n byw mewn ardaloedd difreintiedig yn fwy tebygol o brofi ansawdd amgylcheddol gwael, gan gynnwys mynediad cyfyngedig i fannau gwyrdd agored, crynhoad gormodol o fannau gwerthu bwyd afiach a'i argaeledd amlwg. At hynny, mewn ardaloedd difreintiedig mae'n fwy tebygol y daethpwyd o hyd, ac y deir o hyd yn awr, i strydoedd mawr o ansawdd gwael gyda siopau bwyd llai iach a siopau manwerthu eraill a allai fod yn llai iach, megis siopau betio a gamblo, bariau shisha a siopau sy'n gwerthu alcohol (Marmot M et al 2020) (Public Health England, 2020b). Mae'r anghydraddoldeb hwn wedi'i waethygu mewn sawl ffordd gan y pandemig. Bu effeithiau penodol o ran ansicrwydd bwyd ar rai grwpiau poblogaeth drwy 'her driphlyg' Brexit, COVID-19 a newid yn yr hinsawdd (Green et al, 2021). Diffinnir diogelwch bwyd fel medru cael mynediad ffisegol ac economaidd at fwyd digonol, diogel a maethlon sy'n diwallu anghenion o ran ffordd o fyw egniol ac iach.



Cynyddodd y newid i siopau bwyd digidol a phrynu cludfwyd hefyd wrth i gyfyngiadau'r pandemig barhau ac aeth llawer o'r system manwerthu bwyd yng Nghymru yn ôl i fod yn lleol (Chang M et al, 2020). Dangoswyd hyn gan gynydd mewn gwerthiannau o siopau bach. Roedd rhai cynhyrchwyr yn gallu addasu i'r negeseuon aros yn lleol / cadw pellter cymdeithasol a datblygu strategaethau gwerthu lleol arloesol a symbylwyd drwy farchnata a chludiadau uniongyrchol, gan gynnig archebu ar-lein a chludiadau digyswllt.

Gwelwyd rhai agweddau cadarnhaol ar ymddygiad mewn perthynas â bwyd yn ystod y pandemig. Roedd newid i unigolion yn siopa mewn busnesau lleol, treuliyd mwy o amser yn paratoi bwyd a bwyta gyda theulu a dangosodd unigolion a theuluoedd incwm uwch fwy o ddiddordeb mewn tyfu bwyd a phrynu

mwy o ffrwythau a llysiau (Pulighe G a Lupia F, 2020) (Neve, 2020). Nododd arolwg ar-lein o dros 4,000 o oedolion yn y DU ym mis Ebrill 2020 fod 38% o bobl yn coginio o'r cychwyn cyntaf yn gynyddol, ac roedd 33% yn taflu llai o fwyd i ffwrdd (Food Foundation a You Gov, 2020).

Fodd bynnag, roedd elfennau cadarnhaol newid ymddygiad ac ymaddasu gan gynhyrchwyr a chyflenwyr hefyd o bosib yn achosi problemau mynediad bwyd ac ansicrwydd bwyd gan fod gan aelwydydd cefnog yr adnoddau, o ran arian a mynediad i'r rhyngwrwd, i wneud defnydd o'r newidiadau hyn, gydag effaith ar anghydraddoldebau iechyd gysylltiedig â deiet (Cummins S et al, 2020). Bu'r rhai a gyflogir mewn sectorau a gaeodd a'r rhai ar ffyrlo mewn perygl pellach o ansicrwydd bwyd a thlodi bwyd yng Nghymru (Green L et al, 2020a). Mae'r cynnydd mawr yn y defnydd o fanciau bwyd yn ystod y pandemig wedi'i yrru'n bennaf gan resymau economaidd oherwydd colli swyddi (Pwyllgorau Tŷ'r Cyffredin, 2020).

Yn ystod y pandemig, tynnwyd sylw at y ffaith nad oedd gan un o bob wyth aelwyd fynediad i ardd(Natural Resources Wales, 2020), gan leihau'r posibilrwydd i lawer o drigolion Cymru dyfu bwyd. Fodd bynnag, parhaodd llawer o fannau a phrosiectau tyfu bwyd cymunedol lleol drwy gydol y pandemig, ar ôl i ragofalon cadw pellter cymdeithasol a hylendid dwylo gael eu sefydlu. Er enghraifft, dosbarthodd Bwyd Caerdydd (Bwyd Caerdydd, 2020) 14,000 o blanhigion, hadau a pheynnau tyfu yn ystod y cyfnod clo cyntaf i gefnogi trigolion Caerdydd i dyfu eu llysiau eu hunain a chefnogwyd rhwydwaith lleol (Edible Cardiff) sy'n cysylltu tyfwyr, deiliaid rhandiroedd a gerddi cymunedol graddfa fach (Bwyd Caerdydd, 2020). Fodd bynnag, mae'r gyfran sy'n cyfrannu at ddiogelwch a chynhyrchu bwyd yng Nghymru yn fach iawn, gan gyfrannu llai nag 1% (Llywodraeth Cymru, 2020).

Mae tyfu bwyd gartref a / neu mewn rhandiroedd wedi mynd yn fwy poblogaidd ers dechrau'r pandemig (Llywodraeth Cymru, 2020a) ac mae gwella mynediad i hyn wedi'i nodi fel blaenoriaeth yng Nghymru (Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru, 2020), (Llywodraeth Cymru, 2021b).

Gallai cynnal rhai o'r newidiadau mewn ymddygiad bwyd fel 'coginio o'r cychwyn cyntaf', tyfu bwyd a bwyta mwy o ffrwythau a llysiau arwain at ddeilliannau iechyd cadarnhaol i'r boblogaeth, ond yn yr un modd gallai rhai newidiadau yn ystod y pandemig arwain at effeithiau niweidiol ar y boblogaeth megis ansicrwydd bwyd ac anawsterau wrth hygyrchu bwyd ffres a fforddiadwy.

## Ffocws ar: Ffermio trefol

Yn y DU, mae amaethyddiaeth yn draddodiadol wedi'i sefydlu mewn ardaloedd gwledig i ganiatáu i ddinasoedd ganolbwyntio ar dwf a datblygiad economaidd, ond taflodd y pandemig ffocws ar yr angen i ardaloedd trefol dyfu eu bwyd eu hunain er mwyn byrhau cadwyni cyflenwi bwyd, lleihau milltiroedd bwyd, lleihau anialwch bwyd a chyfrannu at system fwyd gynaliadwy. Mae ffermio trefol, er enghraifft, yn tyfu'r bwyd sydd i'w werthu i fwytai neu mewn Mawrthnadoedd ffermwyr ac felly mae'n wahanol i dyfu cymunedol neu rhandiroedd lle mae bwyd yn cael ei dyfu at ddefnydd personol neu i'w rannu (Greensgrow, 2020).

Mae rhywfaint o ffermio trefol eisoes yn cael ei gefnogi yng Nghymru, er enghraifft, Gardd Farchnad Riverside (Amaethyddiaeth a Gefnogir gan y Gymuned, 2021) ac mae diddordeb mewn ffermio fertigol a chefnogaeth iddo yn cynyddu (Llywodraeth Cymru, 2017). Gallai seilwaith gwyrdd bwydadwy fel ffermio fertigol a thai gwydr ar doeon, er enghraifft, (Pulighe G a Lupia F, 2020) fynd yn agweddau annatod ar greu lleoedd i daclo ansicrwydd bwyd mewn amgylcheddau trefol; mae gan gynllunwyr gofodol y cyfle i wella sicrwydd bwyd y poblogaethau sydd fwyaf mewn perygl ar yr un pryd ag ymdrin ag amcanion datblygu cynaliadwy (Steenkamp, J et al, 2021).

#### 4.4.2 Busnesau Cludfwyd Poeth

Cyn y pandemig, roedd cyfran gynyddol o fwyd poeth yn cael ei brynu y tu allan i'r cartref o siopau cludfwyd., Roedd y bwyd hwn yn fwy tebygol o fod yn afiach ac yn uwch mewn siwgr, braster a halen, ac mae'r newidiadau hyn mewn patrymau ymddygiad yn mynd yn sefydledig mewn cymunedau (Toner S et al, 2018). Bu pryder cynyddol ynghylch effaith siopau cludfwyd poeth ar lefelau gordewdra ymhlith plant. Er y bu rhywfaint o'r dystiolaeth sy'n cysylltu'r ddau'n aml yn amhendiant, roedd rhai awdurdodau lleol wedi dechrau datblygu canllawiau cynllunio atodol (CCA) i gyfeirio lleoliad siopau bwyd cyflym yn eu hardaloedd. Mae'r rhain yn cynnwys,



er enghraifft, Wrecsam (Cyngor Bwrdeistref Sirol Wrecsam, 2011), a pharhaodd rhai eraill i gywain gwybodaeth a thystiolaeth (Faculty of Public Health, 2017), (Public Health England, 2018), (Toner S et al, 2018), (Beynon C et al, 2020). Bu cynnydd amlwg yn y defnydd o wasanaethau dosbarthu bwyd poeth ac opsiynau cludfwyd yn ystod y pandemig ond adroddwyd hefyd am gynnydd mewn '*coginio o'r cychwyn cyntaf*' (Chang M et al, 2020) (Green L et al, 2020a). Nododd traciwr diwydiant lletygarwch gynnydd 115% yn nifer yr archebion dosbarthu a chludfwyd ym mis Chwefror 2021 o'i gymharu â blwyddyn yn gynharach ar ddechrau'r pandemig (CGA Solutions, 2021). Yn y DU yn 2020 gwariodd pob cartref dros bum punt yr wythnos ar gyfartaledd ar gludfwyd a gludwyd i'r cartref (Statistica, 2021).

Er bod rhywfaint o gyd-drafodaeth yn parhau ar y mater hwn, mae strategaethau (Llywodraeth Cymru, 2019a), polisiau, astudiaethau achos a chanllawiau cynllunio atodol (Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2021b) yn bodoli i gefnogi camau i leihau dwysedd siopau bwyd cyflym ger ysgolion ac mewn ardaloedd â lefelau uwch o amddifadedd a / neu ordewdra. Gall siopau cludfwyd poeth fod yn destun mesurau rheoli cynllunio lleol ac yn aml maent wedi'u cydleoli â siopau manwerthu eraill a allai fod yn llai iach, megis siopau betio a gamblo, bariau shisha a siopau sy'n gwerthu alcohol (Public Health England, 2020b).

Mae effaith y pandemig wedi cyflymu'r angen am arallgyfeirio canolfannau manwerthu a masnachol fel y gallant addasu i dueddiadau manwerthu yn y dyfodol er mwyn parhau i ddiwallu anghenion eu cymunedau lleol. Mae Llywodraeth Cymru yn bwriadu ailgychwyn gwaith yn 2022 ar Orchymyn Dosbarth Defnydd diwygiedig (UCO) gan ganolbwyntio ar ddiwygio Dosbarth A (Siopau A1, Gwasanaethau Ariannol a Phroffesiynol A2, Bwyd a Diod A3). O ystyried graddau a natur bosib unrhyw newidiadau ac oedran y Gorchymyn presennol (1987), bydd angen fersiwn newydd a chyfunol o'r Gorchymyn.

Mae arweiniad a thystiolaeth wedi argymhell yn gyson y dylid rheoli'r amgylchedd manwerthu bwyd yn well drwy gynllunio (Y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal, 2010), (Public Health England, 2017), (Cymdeithas Cynllunio Gwlad a Thref, gyda WHIASU ac ICC, 2016). Mae'r ffocws ar ôl y pandemig yn parhau i fod ar les, gyda phwyslais ar greu lleoedd a datblygu cymunedau cynaliadwy a chydlynol (Llywodraeth Cymru, 2021b) a all greu buddion o ran iechyd a lles. Mae elfen o greu lleoedd yn cynnwys galluogi amgylcheddau iachach sy'n cefnogi cymunedau i gael mynediad at ystod eang o opsiynau bwyd iachach a manau digonol ar gyfer cyfleoedd tyfu bwyd (Llywodraeth Cymru, 2020a) (Llywodraeth Cymru, 2021b). Mae cynhyrchu a chadwyni cyflenwi bwyd lleol wedi bod yn hanfodol yn ystod y pandemig ac mae cynhyrchu bwyd yng Nghymru yn parhau i fod yn flaenoriaeth (Llywodraeth Cymru, 2021a). Fodd bynnag, mae'n rhaid nodi nad oes gan Gymru system fwyd benodol ond ei bod yn un elfen o system fyd-eang gydgysylltiedig ehangach o lawer.

## 4.5 Economïau sefydliadol lleol



***Ym Mhrydain, defnyddiodd tri o bob pump o bobl (59%) fwy o siopau a gwasanaethau lleol yn ystod y cyfnod clo (Deloitte, 2020) a chynyddodd 23% eu defnydd o siopau bach lleol (Nolsoe, 2020). Bu cynnydd yn y defnydd o fusnesau lleol (Jones, 2020) gyda llawer yn dewis cigyddion a siopau ffrwythau a llysiau yn hytrach nag archfarchnadoedd (Rolfe et al, 2020).***

***Dyweddodd 70% o bobl ym Mhrydain sydd wedi siopa'n lleol yn ystod y pandemig y byddent yn parhau i wneud hynny neu hyd yn oed wneud mwy ohono pan ddaw'r cyfnod clo i ben yn llawn (Ibbetson, 2020). Roedd rhai unigolion yn dibynnu ar siopau lleol o ganlyniad i'r angen am warchod a/neu eu bod eisiau osgoi defnyddio cludiant cyhoeddus (Brewer a Patrick, 2021).***

O ganlyniad i'r pandemig a'r cyfyngiadau, bu i bobl deithio'n llai, gweithio o gartref (os oedd modd) a siopa'n fwy lleol (Price et al, 2021; Rolfe et al, 2020; Tilley et al, 2020) (Asiantaeth Safonau Bwyd, n.d). Arweiniodd y pandemig at newidiadau i'r defnydd o strydoedd mawr gyda gostyngiad sylweddol yn nifer yr ymwelwyr, gyda data'n dangos bod nifer yr ymwelwyr manwerthu cenedlaethol wedi gostwng 47% ym mis Mawrth 2021 o'i gymharu â'r wythnos gyfatebol yn 2020<sup>5</sup> (Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2021c). Roedd llawer o strydoedd mawr eisoes yn wynebu trafferthion cyn y pandemig, ac mae'r pandemig wedi



cyflwyno her ychwanegol (Samuel, 2020) gyda strydoedd mawr yn cael eu heffeithio'n negyddol wrth i fusnesau nad ydynt yn hanfodol gau (Sefydliad Cynllunio Trefol Brenhinol, 2020a; Llywodraeth Cymru, 2020a). Cyflwynodd siopa ar-lein gystadleuaeth i ganol trefi cyn y pandemig ac mae hyn wedi cynyddu ers hynny (Llywodraeth Cymru, 2020a). Mae canol trefi a dinasoedd ledled y DU wedi cael eu heffeithio'n wahanol gan y pandemig. Mae gweithio gartref wedi arwain at lai o bobl yn cymudo i ganol dinasoedd, gan olygu llai o wariant mewn bwytai, siopau a bariau yn yr ardaloedd hyn (Breach, 2021). Bydd angen i ganolfannau tref a lleol addasu yn sgil y pandemig COVID-19 i fod yn fannau defnydd cymysg sy'n cyflwyno amrywiaeth o gynigion i ddiwallu anghenion eu cymunedau, rhoi rhesymau i unigolion ddefnyddio'r manau hyn a'u denu i ymweld â nhw (Weissenborn et al, 2021).

Gall sefydliadau lle mae llawer o'r gweithlu'n gweithio gartref benderfynu newid math a / neu leoliad eu swyddfeydd, er mwyn gostwng eu costau rhent, yn ogystal ag archwilio opsiynau posib ar gyfer manau cydweithio sy'n agos i le mae cyflogaeth yn byw (Reuschke et al, 2021). Gall newid defnydd adeiladau swyddfa ac unedau manwerthu ddigwydd ar yr un pryd â mwy o fuddsoddiad mewn cymdogaethau lleol (Felstead, 2021). Yng Nghymru, dros y tymor hwy, mae Llywodraeth Cymru yn anelu at gael 30% o'r boblogaeth yn gweithio o bell (naill ai o gartref neu rywle gerllaw), gan archwilio'r cysyniad o hybiau

cydweithio sydd wedi'u lleoli mewn cymunedau lleol ac sy'n ceisio darparu mwy o hyblygrwydd o ran lleoliad gwaith (Green et al, 2021; Llywodraeth Cymru, 2020c).

Nodwyd nad oedd mesurau a chanllawiau a roddwyd ar waith ar strydoedd fawr ac mewn siopau'n gynhwysol, er enghraifft, ni fyddai modd i'r rhai sy'n ddall neu'n rhannol ddall ddarllen arwyddion a roddwyd yn yr ardaloedd hyn, felly mae'n bosib y gallai newidiadau a weithredwyd o ganlyniad i'r pandemig gynyddu anghydraddoldebau presennol (Cooke E et al, 2020). Mynegwyd pryderon bod newidiadau i gynlluniau stryd yn ystod y pandemig wedi effeithio ar unigolion anabl, gan wneud mentro allan o'r tŷ yn fwy heriol (Samuel, 2020).

#### 4.5.1 Creu lleoedd a 'chymdogaethau 20 munud'

Mae'r cysyniad o'r gymdogaeth 20 munud yn ennill ei blwy (Cymdeithas Cynllunio Gwlad a Thref, 2021). Rhai agweddau cadarnhaol o ran effaith y pandemig oedd mwy o ddefnydd o ardaloedd a chyfleusterau lleol a phwysigrwydd gallu cyrraedd y rhain yn hwylus o gartref, rhywbeth sy'n greiddiol i adeiladu economïau sefydliadol lleol. Mae'r cysyniad yn creu cymdogaethau hawdd byw ynddynt sy'n galluogi pobl i *'fyw'n lleol'* a chael mynediad i'w hanghenion bob dydd o fewn taith gerdded 20 munud o'u cartref.

O fewn y cysyniad, mae siopau, ysgolion, manau gwyrdd, diwylliant, hamdden a gwaith, oll o fewn 20 munud i gartref fforddiadwy o safon. Bydd cysylltiadau gwell a mwy diogel rhwng cyrchfannau, ar droed, ar feic ac ar gludiant cyhoeddus yn gostwng llygredd, yn gwella iechyd a lles hirdymor ac yn taclo newid yn yr hinsawdd a chynladwyedd. Mae'r cysyniad hwn yn cynnwys yr egwyddor o gynnwys pobl mewn penderfyniadau sy'n effeithio ar eu cymunedau cyn, yn ystod ac ar ôl datblygu (Douglas, M., a Beautyman, I., 2020). Yn ganolog i'r cysyniad 'cymdogaeth 20 munud' mae ymdrin ag anghydraddoldebau a buddsoddi i gefnogi unigolion difreintiedig (Cymdeithas Cynllunio Gwlad a Thref, 2021).

Yng Nghymru, mae Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol wedi argymhell cymdogaethau 20 munud fel rhan o'r cysyniad o *'... cynllunio trefol craffach' a chreu 'cymunedau cysylltiedig, carbon isel a gweithredol'* (Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Medi 2020). Gyda'r pandemig COVID-19 yn amlygu anghydraddoldebau a'r pwyslais ar 'adferiad gwyrdd' mae mwy o ddiddordeb erbyn hyn yn y cysyniad a sut i'w gymhwyso. O'i gymharu â chanolfannau tref a threfol, mae gweithredu cymdogaethau 20 munud mewn cymunedau mwy gwledig a / neu wasgaredig yn debygol o fod yn fwy heriol. Mewn ardaloedd gwledig gellid ystyried ymagwedd wahanol, sef cydleoli byw'n lleol a hybiau 20 munud â gwasanaethau a gweithleoedd, gan leihau'r angen am deithio (Douglas a Beautyman, 2021).



## 4.6 Hygyrchu a defnyddio technoleg ddigidol

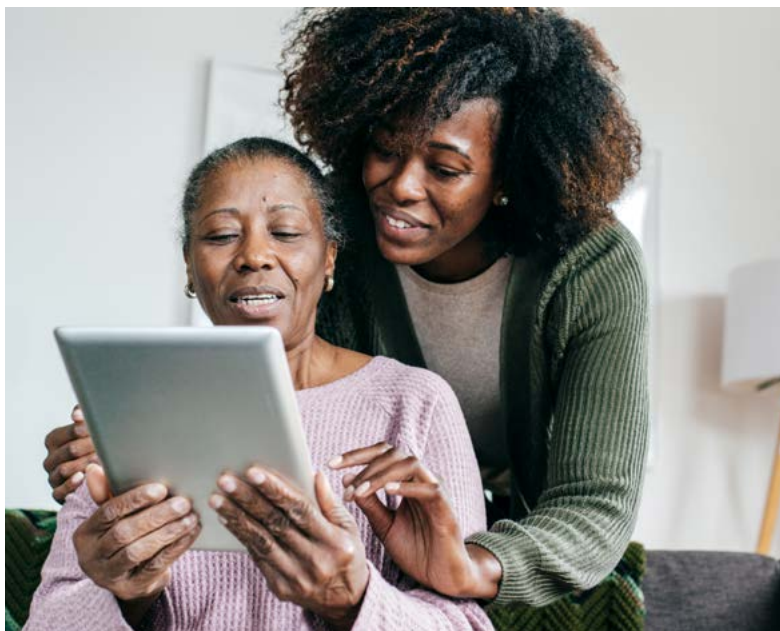


***Yng Nghymru, ni ddefnyddiodd un o bob deg o'r rhai 16 oed a throsodd y rhyngwyd cyn y pandemig, gyda'r rhan fwyaf o'r unigolion hyn dros 65 oed (Martin et al, 2020).***

***Mae cynhwysiad digidol yn ffactor hollbwysig o ran sicrhau mynediad cyfartal i wasanaethau ac mae'r pandemig wedi pwysleisio pwysigrwydd cynhwysiad digidol mewn cymdeithas (Park et al, 2020). Er hynny, mae'r pandemig wedi gwaethygu allgáu digidol yn y DU, gan nad oes mynediad i'r rhyngwyd gan 1.9 miliwn o aelwydydd. (DevicesDotNow, 2020).***

Mae hwyluso economi sefydliadol lleol sy'n tyfu a chynllunio canolfannau lleol yn rhan annatod o lwyfan a seilwaith digidol cryf a sefydlog. Gweithredodd y pandemig COVID-19 fel catalydd ar gyfer datblygiadau technolegol (Moore a Collins, 2021; Cretu, 2020). Amlygwyd pwysigrwydd cyfathrebiadau digidol da, gan gynnwys darpariaeth rhyngwyd dda (Llywodraeth Cymru, 2021a) ynghyd â'r angen am seilwaith digidol da (Prifddinas-Ranbarth Caerdydd, 2020). Gwelwyd bod sgiliau digidol sy'n galluogi unigolion i weithio, cael mynediad at wasanaethau a chyfathrebu ag eraill yn ystod cyfyngiadau ar fywyd bob dydd yn bwysig (Kapetaniou, 2020). At hynny, bu cynnydd sylweddol yn y defnydd o'r rhyngwyd ar gyfer siopa ar-lein (Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2021c; Biquelet-Lock, 2020; Mathers et al, 2020) ac mae technoleg ddigidol wedi cael ei defnyddio i helpu i gefnogi busnesau lleol yn ystod y pandemig. Er enghraifft, drwy Gronfa Her Economi Sefydliadol Llywodraeth Cymru, bu'n bosib i Gyngor Torfaen gynnig grantiau i fusnesau a gwasanaethau lleol ar gyfer cymorth hysbysebu a Mawrthnata digidol (Moody, 2020).

Mae pobl sydd ar incwm isel neu'r henoed ymysg y rhai sydd mewn mwy o berygl o gael eu hallgáu'n ddigidol (Park et al, 2020) yn ogystal â'r rhai sy'n anabl, tenantiaid tai cymdeithasol, pobl ddigartref a/neu'r rhai sy'n byw mewn ardaloedd difreintiedig (Martin et al, 2020). Ar gyfer yr unigolion hynny a oedd gynt yn defnyddio dyfeisiau a WiFi mewn manau a rennir, nid oedd y manau hyn ar gael yn ystod y pandemig (Mathers et al, 2020). Awgrymir gan rai y bu pobl heb fynediad i'r rhyngwyd yn ystod y pandemig yn ymweld â thai pobl eraill i gyrchu WiFi neu'n teithio i ganol trefi ar gludiant cyhoeddus i ddefnyddio poethfannau WiFi (DevicesDotNow, 2020).



## 4.7 Symud o gwmpas trwy gerdded, beicio a defnyddio cludiant cyhoeddus



**Canfu arolwg a gyflawnwyd gan RAC yn 2020 fod 49% o ymatebwyr wedi dweud iddynt yrru llai dros y 12 mis diwethaf ac o'r rhain, nododd 75% mai COVID-19 oedd y prif reswm (RAC, 2020). Dywedodd ychydig dros hanner yr ymatebwyr (52%) y byddant yn defnyddio cludiant cyhoeddus yn llai yn y dyfodol. Mae mwy o ddibyniaeth ar gerbydau o'i gymharu â'r gorffennol a dywedodd 57% ei bod yn bwysicach nawr i fod â mynediad i gar ers y pandemig, gyda hyn yn gysylltiedig â phryderon ynghylch trosglwyddo'r feirws ar gludiant cyhoeddus.**

Mae'r pandemig wedi newid y ffordd y mae unigolion a chymunedau yn rhyngweithio â'u hamgylchedd ac wedi effeithio ar drafnidiaeth, symudedd a theithio llesol. Mae polisïau a ganolbwyntiodd ar gadw pellter cymdeithasol, cyfnodau clo, aros gartref a gweithio gartref os oedd modd, i gyd wedi dylanwadu ar y gwahanol foddau trafnidiaeth a theithio a ddefnyddiwyd yn ystod y pandemig ac o hyd wrth i'r cyfyngiadau gael eu llacio a dod i ben.

Yn ystod y pandemig, bu gostyngiad yn nifer y teithwyr ar fysiau a threnau (Minnis, 2021). Ym mis Mai 2020, amcangyfrifodd Llywodraeth Cymru y bu gostyngiad 95% yn y defnydd o gludiant cyhoeddus o'i gymharu â'r un cyfnod yn y flwyddyn flaenorol (Llywodraeth Cymru, 2020d).

Gostyngodd teithio'n gyffredinol yn ystod y cyfnod clo cychwynnol yng Nghymru, ond dechreuodd gynyddu wrth i'r cyfyngiadau gael eu llacio (Gwasanaeth Iechyd Cyhoeddus yr Amgylchedd, 2020). Dengys data Llywodraeth y DU, yn dilyn y gostyngiad cyflym yn y defnydd o drafnidiaeth ar ddechrau'r pandemig a'r mesurau aros gartref yn 2020, fod y defnydd o geir wedi ailsefydlu'n gyflymach na bysiau a rheilffyrdd (Gov.uk, 2021). Wrth i'r cyfyngiadau teithio gael eu codi ym mis Gorffennaf 2020, dychwelodd y defnydd o geir preifat yn gyflym i 80% o'r lefel cyn y pandemig ac arhosodd y defnydd o gludiant cyhoeddus ar 30% o'i gymharu â'r lefelau blaenorol (Llywodraeth Cymru, 2020b).

Er y gwelwyd gostyngiad yn y defnydd o gludiant cyhoeddus yn ystod y pandemig, effeithiwyd yn llai ar ddulliau teithio llesol, sef cerdded a beicio (Yr Adran Drafnidiaeth, 2021). Er i 39% o feicwyr a holwyd rhwng Ionawr a Chwefror 2021 ddweud iddynt feicio llai na chyn y pandemig, adroddodd 20% iddynt feicio mwy a 41% iddynt feicio tua'r un peth â chyn y pandemig. O ran cerdded, adroddodd 35% o bobl iddynt gerdded mwy, 35% iddynt gerdded llai a 30% iddynt gerdded cymaint â chyn y pandemig.

Sicrhaodd Llywodraeth Cymru fod cyllid ar gael ar gyfer mesurau trafnidiaeth gynaliadwy dros dro wrth ymateb i COVID-19. Dangosodd y prosiectau trafnidiaeth prawf a weithredwyd yn gyflym yn ystod y pandemig a gyflwynodd addasiadau 'amser real' ar draws amrywiaeth o gynlluniau gan gynnwys teithio llesol, blaenoriaeth i fysiau ac ailddyrrannu gofod ar ffyrdd, ei bod yn bosib gwneud newidiadau'n gyflym. Dangoswyd bod hwn yn opsiwn amgen deniadol i astudiaethau dichonoldeb un ar ôl y llall a all gymryd llawer mwy o amser i'w gweithredu. (Y Comisiwn Trafnidiaeth, 2020).

Ymhlith yr ymyriadau trefol ôl-bandemig sydd wedi'u hargymell mae cefnogi cerdded a beicio drwy wella palmentydd a lonydd beiciau a darparu mwy ohonynt, gostwng trafnidiaeth fodur i gefnogi strydoedd heb geir, cynyddu strydoedd agored ac addasu goleuadau traffig, signalau a therfynau cyflymder (Rojas-Rueda a Morales-Zamora, 2021). Mae Transform Cymru (2020) yn galw am fwy o le i gerdded a beicio.



O ran manteision iechyd yr amgylchedd yn sgil y gostyngiad mewn traffig ar ffyrdd, dangosodd monitro cynnar o'r cyfnod clo cychwynnol rhwng 16 Mawrth a 31 Mai 2020 fod crynodiadau  $\text{NO}_x$  a  $\text{NO}_2$  wedi gostwng ar gyfartaledd 49% a 36% yn y drefn honno ar safleoedd ochr y ffordd yng Nghymru ac y bu ostyngiadau llai mewn profion cefndir trefol (Ricardo Energy and Environment, 2020). Priodolwyd y gostyngiad i gwmp mewn llyfoedd cerbydau, yn gysylltiedig yn bennaf â cheir, faniau ysgafn a bysiau. Amlygwyd heriau o ran ceisio mesur newidiadau mewn llygredd aer yn ystod y cyfnod clo a'r effaith ar iechyd, a bod angen data ychwanegol dros gyfnod hirach. Er hynny, daethpwyd i'r casgliad bod y *"dadansoddiad nid yn unig yn dangos bod cyflawni newidiadau arwyddocaol o ran yr angen am deithio a'r modd teithio'n bosib, ond yn awgrymu y gall cynnal nhw sicrhau manteision ar gyfer yr amgylchedd, iechyd a chynnaladwyedd"* (Gwasanaeth Iechyd Cyhoeddus yr Amgylchedd, Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2020).

Canfu tystiolaeth fod y rhai a fu'n teithio ar feic neu droed yn agored i grynodiadau is o lygredd aer wrth gymryd llwybrau a oedd i ffwrdd o draffig cerbydau (Mitsakou et al, 2021), felly gellir cael manteision iechyd o gynllunio a dylunio llwybrau beicio a cherdded sydd ar wahân i ffyrdd. Nid yn unig y byddai hyn yn lleihau amlygiad i lygredd aer niweidiol ond gallai roi sicrwydd ychwanegol i'r rhai sy'n nerfus wrth ddefnyddio lonydd beicio yn syth gyfagos â ffyrdd, gan annog mwy o bobl i fanteisio ar deithio llesol felly.



Mae'n bosib bod newidiadau yn yr angen am deithio a'r modd teithio yn ystod y pandemig wedi cael rhan i'w chwarae wrth leihau gwrthdrawiadau ar y ffyrdd ac anafiadau cysylltiedig (Iechyd Cyhoeddus Cymru, dim dyddiad). Mae nifer o fesurau wedi'u rhoi ar waith yng nghanol trefi a dinasoedd yn ystod y pandemig i wella diogelwch y cyhoedd a hwyluso cadw pellter cymdeithasol, sydd wedi cael manteision cysylltiedig megis galluogi teithio llesol. Mae hyn wedi cynnwys ailneilltuo gofod ffyrdd i'w ddefnyddio at ddibenion heblaw traffig (Surico a Jones, 2020). Cyhoeddodd Llywodraeth Cymru gyllid, drwy *'Trawsnewid Trefi'*, y rhaglen adfywio canol trefi, sydd ar gael i awdurdodau lleol i wella canol trefi a dinasoedd yng Nghymru drwy brosiectau fel creu llwybrau teithio llesol (Llywodraeth Cymru, 2021d). Yn ystod y pandemig, bu cynnydd mewn teithio llesol a dyma rywbeth y mae Llywodraeth Cymru yn awyddus i'w gynnal yn y tymor hir (Llywodraeth Cymru, 2020e).

O ran anghydraddoldebau, mae unigolion sy'n byw mewn ardaloedd difreintiedig ar gyflogau is yn fwy tebygol o ddiwynnu ar fysiau ar gyfer trafndiaeth na'r rhai ar incwm uwch, sydd fel arfer yn defnyddio ceir a threnau i deithio (Gates et al, 2019). Yn y DU, mae moddau trafndiaeth yn amrywio gan ddiwynnu ar gyfoeth, gyda phobl fwy cyfoethog yn defnyddio trenau a cheir a phobl fwy tlawd yn defnyddio bysiau (Grŵp Cyllideb Menywod, 2019). Yng Nghymru, nid yw tua chwarter o bobl yn berchen ar gar ([Gov.uk](http://Gov.uk), 2015 wedi'i ddyfynnu yn Comisiwn Trafndiaeth, 2020).

Ni all pobl anabl hygyrchu llawer o opsiynau trafndiaeth (Transform Cymru, 2020) ac mae ymchwil wedi nodi bod yr unigolion hyn yn wynebu llawer o rwystrau ymarferol ac emosiynol i deithio ar drenau (Transport Focus, 2019). Gall lonydd beicio dros dro fod yn drafferthus i'r rhai sydd ag anabledau (Transport Focus, 2021).

Mae mynediad i gludiant cyhoeddus sy'n gost isel ac yn ddibynadwy yn arbennig o bwysig i'r rhai sydd ar incwm isel, neu'n byw mewn tlodi, neu'r rhai mewn gwaith di-dâl gan y gall alluogi mynediad i gyflogaeth â thâl ac ystod o wasanaethau allweddol eraill (Grŵp Cyllideb Menywod, 2019). Mae tlodi trafndiaeth yn effeithio'n fwyaf negyddol ar y rhai sy'n byw mewn tlodi mewn ardaloedd gwledig<sup>6</sup>, gyda rhai grwpiau fel menywod, myfyrwyr a phobl hŷn mewn mwy o berygl o brofi tlodi trafndiaeth (Gates et al, 2019).

Mae iechyd a lles y boblogaeth yn elwa o system drafnidiaeth gynaliadwy sy'n cefnogi teithio llesol ac yn gwella ansawdd aer. Adlewyrchir yr hierarchaeth trafndiaeth gynaliadwy mewn polisi cenedlaethol yng Nghymru ym Mholisi Cynllunio Cymru, Cymru'r Dyfodol: cynllun cenedlaethol 2040 a Llwybr Newydd: strategaeth Trafndiaeth Cymru 2021 (Llywodraeth Cymru, 2021f). Nod y rhain yw symud i ffwrdd o ddefnyddio ceir preifat i ddulliau trafndiaeth fwy cynaliadwy ac maent yn cynnwys ymrwymiad i godi adeiladau newydd ger cludiant cyhoeddus a sicrhau bod datblygiadau newydd wedi'u dylunio i annog cerdded a beicio. Bydd hyn yn helpu i gyrraedd y targed o 45% o deithiau ar gludiant cyhoeddus, ar droed neu ar feic erbyn 2040 (Llywodraeth Cymru, 2021f). Mae'r strategaeth yn gwneud y cysylltiad rhwng system drafnidiaeth gynaliadwy a'r cyd-fanteision i iechyd a lles yng nghyd-destun teithio llesol ac ansawdd aer. Mae hefyd yn cydnabod cludiant cyhoeddus fel un o flaenoriaethau Llywodraeth Cymru wrth ailadeiladu, gan ganolbwyntio ar isafu'r angen am deithio a chefnogi teithio llesol.

Mae'r pandemig COVID-19 yn gyfle i newid ac i welliannau gael eu gwneud i gludiant cyhoeddus ar gyfer y dyfodol (Transform Cymru, 2020; Y Comisiwn Trafndiaeth, 2020). Mae rôl i gynllunio gofodol a dylunio seilwaith i gefnogi'r weledigaeth trafndiaeth yng Nghymru fel y gellir blaenoriaethu teithio llesol a chludiant cyhoeddus (Mitsakou et al, 2021). Mae rhai ymagweddau a fyddai'n dod â chyd-fanteision i iechyd, cymdeithas a'r amgylchedd y gellir eu defnyddio gan gynnwys **Trefolaeth Dactegol a Datblygu a Gyfeirir gan Dramwyo** sydd wedi'u disgrifio isod.

Diffinnir '**trefolaeth dactegol**' fel '*camau tymor byr sy'n peri newid hirdymor*' (ParCitypatory, 2020). Er enghraifft, lonydd beicio dros dro mewn dinasoedd i alluogi teithio llesol yn ystod y pandemig pan gaewyd llawer o ffyrdd ac roedd angen mwy o le i gerddwyr.

**Datblygu a Gyfeirir gan Dramwyo** yw '*datblygu manau preswyl, busnes a hamdden yn fwriadol o fewn pellter cerdded i gludiant cyhoeddus [sydd] yn cynnig cyfleoedd i gefnogi teithio llesol a defnyddio cludiant cyhoeddus*' (Comisiwn Trafndiaeth, 2020).

<sup>6</sup> Wedi'i ddiffinio fel "anhawster neu anallu wrth wneud teithiau angenrheidiol oherwydd cyfuniad o incwm/cost ac argaeledd gwasanaethau" (Gates et al, 2019, tudalen 4).

## 4.8 Pwysigrwydd mynediad i seilwaith gwyrdd a glas



**Dyweddodd 60% o'r rhai a holwyd yn Ne Cymru eu bod wedi defnyddio mwy o fannau gwyrdd ers dechrau'r cyfnod clo a bod pobl yn fwy tebygol o ddefnyddio'r mannau hyn os oedd mynediad yn dda** (Parc Rhanbarthol y Cymoedd, 2020).

**Yr aelwydydd sydd fwyaf tebygol o fod yn fodlon ar eu cymdogaeth yw'r rhai a leolir o fewn taith gerdded 5 munud i barc neu fan gwyrdd** (Place Alliance, 2020). **Yn ogystal, roedd cau toiledau cyhoeddus, fel rhan o'r mesurau ymateb i COVID-19, yn rhwystr i rai unigolion gyrchu parciau yn ystod y pandemig** (Greenspace Scotland, 2020).

Amlygodd y pandemig COVID-19 werth seilwaith gwyrdd a manteision arwyddocaol mannau gwyrdd a glas ar gyfer lles (Mell a Whitten, 2021; Lovell et al, 2020; Cyfoeth Naturiol Cymru, 2020; Y Sefydliad Cynllunio Trefol Brenhinol, 2020a; Sefydliad yr Amgylchedd Stockholm, 2020;). Aeth mannau awyr agored, megis parciau a thraethau, yn bwysicach i les unigolion, gan roi rheswm yn aml i bobl adael eu cartrefi (Chapman a Phagoora, 2021). Chwaraeodd parciau trefol, yn benodol, rôl allweddol o ran cefnogi iechyd meddwl a chorfforol, darparu mannau diogel ar gyfer gweithgareddau awyr agored ac i gymdeithasu ag eraill (Xie et al, 2020). Cynyddodd y defnydd o fannau gwyrdd yn ystod y pandemig (Elusen Cefn Gwlad, 2021; Vivid Economics a Barton Wilmore, 2020), gydag unigolion yn dweud eu bod yn treulio mwy o amser mewn mannau awyr agored (Lovell R et al, 2020).

Yn y DU, cynyddodd nifer yr ymwelwyr â pharciau yn ystod haf 2020 yn sgil y cyfnod clo cychwynnol (McGinlay et al, 2020). Mae nifer cynyddol o barciau bach, gweler yr astudiaeth achos isod, wedi'u creu mewn ardaloedd trefol, gan ddarparu mwy o fannau awyr agored a gwyrddni ac mae'n enghraifft o 'drefolaeth dactegol' (Laker, 2020) (gweler adran 4.6).

## Astudiaethau Achos

### System unffordd, Caerdydd

Yn ystod y pandemig, rhoddwyd system unffordd ar waith ym Mharc y Rhath yng Nghaerdydd er mwyn cynorthwyo cadw pellter cymdeithasol ymhlith cerddwyr sy'n defnyddio'r lle hwn. Yn ogystal, gwnaed newidiadau i'r gofod i annog unigolion rhag mynd ar deithiau car nad oeddent yn hanfodol i'r ardal, megis creu mwy o le i feicwyr a loncwyr drwy ddileu rhai o'r lleoedd parcio i ymwelwyr. Dyma un enghraifft o sut mae'r gofod presennol wedi'i newid er mwyn hwyluso rheoliadau'r pandemig ac annog newid ymddygiad a defnyddio mannau gwyrdd.



## Parciau bach

Ym Mro Morgannwg mae chwe Pharc Bach wedi'u datblygu sy'n darparu mannau eistedd â deciau gyda thoeon gwyrdd a gwyrdd caled fel lloches rhag y tywydd. Mae'r rhain i'w defnyddio gan fusnesau lleol. Mae bioamrywiaeth yn elwa o'r plannu sydd hefyd yn casglu'r dŵr glaw nad yw'n cael ei amsugno gan y to gwyrdd. <https://www.meristemdesign.co.uk/news/2021/1/18/worlds-1st-parklets-with-green-roofs-installed-in-the-vale-of-glamorgan>

Crëwyd Fitz Park yng nghanol Llundain i greu man cyhoeddus dros dro amlswyddogaethol ar stryd drefol brysur i bobl 'aros, cymdeithasu, gwneud ymarfer corff, bwyta a mwynhau'. Prif amcanion y prosiect oedd:

- darparu mannau hygyrch i gerddwyr sy'n annog amser aros;
- gwella cymeriad lleol ac ymdeimlad o le;
- gwella capasiti i gerddwyr er mwyn darparu ar gyfer twf yn y dyfodol;
- annog cydlyniant cymdeithasol a balchder lleol; a
- hyrwyddo bioamrywiaeth drwy ddarparu plannu.

Mae'r prosiect yn cael ei fonitro'n barhaus i ddangos ei effaith fel ymyriad gwyrdd trefol ar raddfa fach.

<https://www.arup.com/projects/fitzpark>



Ceir anghydraddoldebau o ran mynediad i seilwaith gwyrdd a glas, gyda'r rhai sy'n byw mewn ardaloedd difreintiedig a dan anfantais yn cael llai o fynediad i fannau gwyrdd o ansawdd da na'r rhai sy'n byw mewn ardaloedd mwy cefnog (Chapman a Phagoora, 2021; Y Sefydliad Tirlunio, 2020; Cyfoeth Naturiol Cymru, 2020; Y Sefydliad Cynllunio Trefol Brenhinol, 2020a). Amlygodd COVID-19, ac yn fwy penodol y cyfnod clo, ymhellach yr anghydraddoldebau fu'n bodoli eisoes (Marmot et al, 2020; Olsen a Mitchell, 2020) ac uchafodd effaith diffyg mynediad rhai pobl i seilwaith gwyrdd (Mell a Whitten, 2021):

- Nid oedd gan un o bob wyth aelwyd ym Mhrydain Fawr fynediad i ardd breifat neu a rennir (Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2020). Y rhai ar incwm isel, sy'n byw mewn dinasoedd ac wedi'u cyflogi mewn galwedigaethau lled-fedrus a di-grefft, fel gweithwyr achlysurol neu'r ddi-waith, pobl ifanc ac o grwpiau lleiafrifoedd ethnig oedd yn fwy tebygol o fod heb fynediad i ardd breifat neu ofod awyr agored a rennir (Marmot et al, 2020) (Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2020).





- Roedd ymweliadau â mannau naturiol yn ystod y pandemig yn fwy tebygol ymysg y rhai mewn cyflogaeth, yn byw yn yr ardaloedd lleiaf difreintiedig, ar incwm uwch ac â chyrhaeddiad addysgol uwch. I'r gwrthwyneb, roedd y rhai o statws economaidd-gymdeithasol is, unigolion hŷn, o grwpiau lleiafrifoedd ethnig, â salwch neu gyflwr hirdymor ac unigolion heb blant yn llai tebygol o fod wedi adrodd iddynt ymweld â mannau naturiol (Lovell R et al, 2020) (Stewart ac Eccleston, 2020) (Olsen a Mitchell, 2021).

- Roedd y rhai a oedd â mynediad i fannau awyr agored preifat yn fwy cyfforddus ac yn gweld dygymod â'r cyfnod clo a'r cyfyngiadau'n haws na'r rhai â balconïau neu fynediad dim ond i fannau a rennir/cyhoeddus (Pouso et al, 2020) (Place Alliance, 2020). Effeithiwyd ar deuluoedd, yn enwedig y rhai heb fynediad i ardd, gan gau meysydd chwarae a pharciau (Fitzpatrick et al, 2020).



Mae gan fuddsoddi mewn seilwaith gwyrdd a glas rôl allweddol i'w chwarae wrth ailsefydlu'n economaidd yn sgil y pandemig COVID-19 mewn ffordd gyson ar draws cymdeithas (Landscape Institute, 2020). Gall hefyd hyrwyddo cyd-fanteision i iechyd, lles, yr amgylchedd a newid yn yr hinsawdd.

Mae gan seilwaith gwyrdd rôl allweddol i'w chwarae mewn datblygu yn y dyfodol a bydd yn cefnogi mabwysiadu egwyddorion dylunio sy'n seiliedig ar natur o fewn cynllunio i gynnal mynediad cynyddol i fannau gwyrdd (Price et al, 2021). Mae darparu seilwaith gwyrdd yn fodd effeithiol o wella iechyd a lles, a gall asesiadau seilwaith gwyrdd ymchwilio i'r cyfleoedd ar gyfer hyn a darparu cyfleoedd ystyriaeth gynnar mewn cynigion datblygu yng Nghymru (Llywodraeth Cymru, 2021a; Llywodraeth Cymru 2021b).

Mae buddsoddi mewn mannau gwyrdd yn fecanwaith i ailadeiladu ein cymunedau, cefnogi eu hiechyd a'u lles corfforol a meddyliol a'u hailgysylltu â'i gilydd ac â natur (Cyfoeth Naturiol Cymru, 2020)

Mae polisiau cynllunio yn chwarae rôl hollbwysig wrth flaenoriaethu mynediad i fannau gwyrdd (Tilley et al, 2020), gan ei gwneud yn angenrheidiol i ddatblygiadau a chynlluniau newydd gynnwys mannau cyhoeddus o ansawdd da (Samuel, 2020). Gall gwaith ar y cyd â datblygwyr sicrhau bod ardaloedd o fewn cymdogaethau'n cael eu cysylltu drwy strydoedd gwyrdd sy'n addas i gerddwyr (Cynghrair Lleoedd, 2020).

Gall sicrhau bod tai yn rhoi mynediad ar gyfer unigolion at gerddi / mannau gwyrdd wella lles trigolion (Olsen a Mitchell, 2021). Argymhellwyd y dylid mandadu mynediad i fannau agored preifat (balconi o leiaf) ar gyfer pob cartref newydd ac wedi'i drawsnewid (Carmona et al, 2020) (Pouso et al, 2020). Gall trawsnewid mannau, megis creu 'parciau bach', gynyddu gofod awyr agored a chynnig mwy o wyrddni mewn ardaloedd trefol (Laker L, 2020) a chreu mannau gwyrdd fel parciau a choedwigoedd ar gyrion dinasoedd, gan ddod ag ardaloedd natur yn agosach at y rhai sy'n byw mewn dinasoedd (Vivid Economics a Barton Wilmore, 2020).

## 4.9 Themâu allweddol: cyfleoedd i iechyd yn y dyfodol

Wrth ymateb i'r amrywiaeth o effeithiau'r pandemig COVID-19 ar boblogaeth Cymru o ganlyniad i amgylcheddau adeiledig a naturiol, gellir mabwysiadu a mwyafu rhai camau gweithredu a chyfleoedd strategol yn y dyfodol i gefnogi'r gwaith o wella iechyd a lles mewn perthynas â phob un o'r themâu blaenorol yn yr adroddiad hwn. Amlinellir y rhain isod. Gallant hyrwyddo cyd-fanteision o ran iechyd, yr amgylchedd a'r economi a gall amrywiaeth o randdeiliaid weithredu arnynt gan gynnwys: awdurdodau a swyddogion cynllunio lleol, arbenigwyr a datblygwyr yr amgylchedd adeiledig, ymarferwyr iechyd cyhoeddus a byrddau iechyd a chymunedau sydd â diddordeb mewn cynllunio gofodol.

### Camau Gweithredu Strategol

**Amlinellir rhai camau ar lefel strategol** isod a all gael eu gweithredu gan amrywiaeth o gyrff cyhoeddus gan gynnwys y rhai sy'n gyfrifol am bolisiau a chynlluniau cynllunio, yr amgylchedd ac iechyd.

- Hyrwyddo cyfranogiad cynnar a gweithio cydgysylltiedig ar draws sectorau, sefydliadau a disgyblaethau gan adeiladu ar drosolion polisi strategol a lleol allweddol a rhannu arfer da cyd-fuddiol i ymdrin â heriau rhyng-gysylltiedig e.e. Newid yn yr Hinsawdd ac ailsefydlu yn sgil y pandemig Covid-19.
- Hyrwyddo lleoedd cynaliadwy ac iachach drwy fabwysiadu a gweithredu egwyddorion creu lleoedd ac ymagwedd at gynllunio sy'n seiliedig ar le drwy ymrwymo i Siarter Creu Lleoedd Llywodraeth Cymru. Sicrhau bod iechyd a lles yn cael eu gwerthfawrogi a'u cynnwys yn y datblygiadau ac nad ydynt yn cael eu hystyried yn 'ategyn', a sicrhau bod seilwaith a gwasanaethau'n cael eu rhoi ar waith o'r cychwyn cyntaf.
- Defnyddio ac eirioli'r defnydd o offer, strategaethau a chanllawiau sy'n bodoli eisoes, er enghraifft, defnyddio Asesiad o'r Effaith ar Iechyd (AEI) i gefnogi meddwl a gweithredu ar draws systemau rhwng gweithwyr iechyd a chynllunio proffesiynol sydd o fudd i iechyd a lles cymunedau.
- Ymchwilio a defnyddio ymagweddau gwahanol ac arloesol o ymgysylltu rhwng gweithwyr iechyd a chynllunio proffesiynol a chymunedau megis atebion sy'n seiliedig ar natur, datblygu a gyfeirir gan dramwyo, trefolaeth dactegol etc.
- Cydnabod rôl bwysig y sector iechyd: timau iechyd cyhoeddus lleol a chyrrff darparwyr gwasanaethau gofal iechyd mewn penderfyniadau cynllunio ehangach.
- Archwilio ymhellach y gwahanol ddulliau ar gyfer cynyddu'r ddarpariaeth o leoedd iach fel 'cymdogaethau 20 munud', economïau sefydliadol lleol a sut y gellir eu gwireddu ar draws daearyddiaeth amrywiol ac unigryw Cymru.
- Ystyried goblygiadau'r pandemig ar gyfer cynllunio a dylunio yn y dyfodol, gan gymryd canfyddiadau newidiadau diweddar a rôl gofod a lle ac anghenion y dyfodol i ystyriaeth. Mae gan gywain data ac ymchwil bellach rôl allweddol i'w chwarae yn hyn o beth.
- Datblygu trothwyon a meini prawf iechyd a lles y gall swyddogion polisi ac ymarferwyr o amrywiaeth o leoliadau a sefydliadau eu defnyddio i farnu ceisiadau datblygu yn y dyfodol.

## Camau gweithredu a chyfleoedd sy'n benodol i'r thema

### Ymgysylltu a gwaith ar y cyd rhwng gweithwyr proffesiynol yr amgylchedd adeiledig ac iechyd a gyda chymunedau (gweler Adran 4.2)



- Defnyddio adnoddau i gefnogi gweithio ar y cyd – fel pecynnau cymorth, ffeithluniau a thempledi. Mae enghreifftiau i'w gweld ar [wefan](#) Uned Gymorth Asesu'r Effaith ar Iechyd Cymru.
- Cynyddu sgiliau gweithwyr proffesiynol yr amgylchedd adeiledig ac iechyd i ymgymryd â gwaith ar y cyd ar iechyd a lles a chynllunio drwy hyfforddiant a datblygu sgiliau, er enghraifft gall Uned Cymorth Asesu'r Effaith ar Iechyd Cymru ddarparu hyfforddiant ar AEI.
- Canolbwyntio ar gynwysoldeb a chydraddoldeb wrth ymgymryd ag ymgysylltu, ac adeiladu ar ddatblygiadau technoleg ddigidol. Gall hyn siapiro strategaethau cynnwys ac ymgysylltu â'r gymuned i alluogi cymunedau lleol i ychwanegu gwerth at brosesau datblygu. Gellir cefnogi grwpiau poblogaeth sydd wedi cael eu heffeithio'n anghymesur o ganlyniad i'r pandemig COVID-19 i ailsefydlu drwy gynllunio a chreu lleoedd, megis rhoi ystyriaeth benodol i ddylunio, ansawdd cartrefi a'r amgylchedd cyfagos.

### Lle a Thai (gweler Adran 4.3)



- Dylid darparu mynediad i dai a lleoedd o ansawdd da sy'n fywiog, yn gydlynol ac sy'n diwallu anghenion lleol ym mhob datblygiad newydd sy'n breswyl yn bennaf.
- Pennu safonau ar gyfer gofynion gofod mewn tai newydd o ran anghenion y dyfodol, er enghraifft gweithio o gartref.
- Sicrhau bod gan bob datblygiad fynediad i fannau gwyrdd o safon.
- Dylunio mannau a seilwaith gyda golwg ar y dyfodol o ran salwch trosglwyddadwy neu glefydau heintus, dysgu o ymagweddau a roddwyd ar waith yn ystod y pandemig COVID-19 gan gynnwys ailbwrpasu gofodau ffordd, cadw pellter cymdeithasol, anghenion lletygarwch awyr agored, teithio llesol a defnyddio siopau a chyfleusterau lleol.

### Amgylcheddau bwyd iach (gweler Adran 4.4)



- Gwella ansawdd y stryd fawr gan sicrhau amrywiaeth o opsiynau manwerthu bwyd iach a dylanwadu ar yr amgylchedd adeiledig i gynyddu mannau awyr agored, cyfleoedd tyfu bwyd a mynediad i deithio llesol.
- Gwaith ar y cyd rhwng gweithwyr proffesiynol yr amgylchedd adeiledig, trwyddedu ac iechyd cyhoeddus proffesiynol i ystyried sut i reoli siopau cludfwyd poeth, er enghraifft amlygu ardaloedd lle mae cyfraddau uchel o ordewdra, agosrwydd siopau cludfwyd i ysgolion.

### Economiâu sefydliadol lleol (gweler Adran 4.5)



- Ailbwrsu ac ailfodelu gofodau mewn trefi a chanolfannau lleol gyda ffocws creadigol ar iechyd, er enghraifft, drwy greu hybiau cymunedol a sicrhau amrywiaeth o ddefnyddiau i apelio at y boblogaeth yn gyffredinol.
- Manteisio i'r eithaf ar fuddion ar y cyd rhwng iechyd a'r economi o ganlyniad i fuddsoddi yn yr economi sefydliadol drwy alluogi cyfleoedd ar gyfer gweithgareddau gysylltiedig ag iechyd a sicrhau bod mynediad i wasanaethau lleol yn gynaliadwy.
- Gweithio ar draws systemau awdurdodau iechyd a lleol er enghraifft cydleoli cyfleusterau cymunedol ac iechyd mewn ardaloedd lleol.

### Hygrchu technoleg ddigidol (gweler Adran 4.6)



- Mae angen gwella mynediad i seilwaith digidol ledled Cymru er mwyn taelo anghydraddoldebau ac allgáu digidol ymysg grwpiau o fewn y boblogaeth. Cynllunio'n gadarnhaol i fwyafu buddion iechyd a lles o ganlyniad i gynyddu seilwaith digidol mewn ardaloedd sydd â darpariaeth wael neu ddim darpariaeth.

### Cerdded, Beicio a Chludiant Cyhoeddus (gweler Adran 4.7)



- Ceisio cynyddu hyder y cyhoedd mewn defnyddio cludiant cyhoeddus, gan ystyried canfyddiadau'r ymchwil yr ymgwymerwyd â hi yn ystod y pandemig (Yr Adran Drafndiaeth, 2021a), gan gynnwys datblygu strategaethau a negeseuon cyfathrebu i sicrhau bod defnyddwyr cludiant cyhoeddus yn teimlo'n hyderus i ddychwelyd at ddefnyddio dulliau trafndiaeth gynaliadwy yn hytrach na'r car.
- Ymchwilio i ffyrdd o roi'r opsiynau y dangoswyd eu bod yn ymarferol drwy brosiectau prawf ar waith.
- Datblygu ymagweddau at ddarparu creu lleoedd megis ymgorffori cymdogaethau 20 munud, trefolaeth dactegol a datblygu a gyfeirir gan dramwyo i helpu sicrhau manteision iechyd a lles.
- Defnyddio arbenigedd gweithio ar draws sectorau drwy gynllunio ac iechyd i gynyddu nifer y bobl sy'n cerdded ac yn beicio, er enghraifft drwy fodolau newid ymddygiad cadarnhaol a dylunio llwybrau beicio sy'n ddeniadol, yn ddiogel ac yn gynhwysol i bawb.

### Gwella seilwaith gwyrdd a glas (gweler Adran 4.8)



- Pennu safonau ar gyfer darpariaeth a mynediad i seilwaith gwyrdd a glas ar wahanol raddfeydd ac mewn gwahanol leoedd.
- Datblygu dulliau arloesol o ddarparu atebion sy'n seiliedig ar natur drwy gydweithio ar draws sectorau e.e., ardal drefol gyda dwyseddau cynyddol.



# 5 Mwyafu iechyd a lles cynhwysol mewn cynllunio gofodol yn y dyfodol er mwyn ailsefydlu



*“Mae amgylcheddau iach yn creu pobl iach. Mae pobl iach yn ei dro yn sail i ffyniant economaidd” (Weissenborn et al, 2021)*

Mae mesurau'r pandemig a'r ymateb i COVID-19 wedi amlygu pwysigrwydd yr amgylchedd adeiledig a naturiol a pholisïau cynllunio gofodol yn fwy nag erioed. Mae wedi nodi'n ecblyg yr angen am symud yn gyflym i hyrwyddo iechyd mewn ffordd fwy cynaliadwy, diogelu ffyrdd o weithio a galluogi'r boblogaeth i fod yn fwy egniol, gweithio o gartref a bod â mynediad diogel, cadarn a fforddiadwy at fwyd, trafniadaeth a thai. Amlygodd Adran 3 yr effaith y mae'r pandemig wedi'i chael ar gymunedau yng Nghymru, yr anghydraddoldebau sydd wedi gwaethygu, a gwendidau rhai grwpiau poblogaeth. Mae'n allweddol dysgu o'r dystiolaeth o ba mor bwysig y mae'r amgylchedd (cartref a chymuned) i iechyd a lles pobl yn ystod y cyfnod hwn. Gall hyn helpu i lunio ymagweddau cynllunio gofodol a chreu lleoedd yn y dyfodol.

Gwnaeth cynllunio defnydd da o dir a chreu lleoedd gyfraniad cadarnhaol at allu pobl a chymunedau i ymdopi â'r pandemig a chyfyngiadau'r cyfnod clo. Fodd bynnag, mae perygl, unwaith y bydd y pandemig yn cilio a bod patrymau ymddygiad a pholisïau a oedd ar waith cyn y pandemig yn dechrau ailsefydlu eu hunain, y bydd unrhyw gynnydd mewn iechyd a lles yn cael ei leihau, er enghraifft gallai lefelau gweithgarwch corfforol gostyngol neu gynnydd mewn gordewdra a defnyddio alcohol, yn mynd yn rhan o 'normal newydd' y byd ar ôl y pandemig. Dangosodd arolwg ymgysylltu â'r cyhoedd Iechyd Cyhoeddus Cymru a gyflawnwyd ganol 2020 rai newidiadau mewn ymddygiad ymhlith y boblogaeth (Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2020):

- Roedd y rhai yn yr ardaloedd mwyaf cefnog yn fwy tebygol o fod wedi treulio mwy o amser yn yr awyr agored ac yn gwneud ymarfer corff yn ystod y cyfyngiadau COVID-19.
- Roedd oedolion iau yn yfed mwy o alcohol yn ystod y cyfnod clo, yn gwyllo mwy o deledu ac yn chwarae mwy o gemau, ond hefyd yn gwneud mwy o ymarfer corff.
- Roedd oedolion hŷn yn fwy tebygol o fod yn hunan-ynysu a phrofi gorbryder.



Wrth symud ymlaen mae'n rhaid ffocysu ymdrechion ar adeiladu ar yr enillion iechyd a welwyd yn ystod y pandemig.

**Gall y ffocws fod nid yn unig ar adeiladu'n ôl yn well ond adeiladu dyfodol gwell, gwyrddach a thecach, gan ddefnyddio'r gwersi a ddysgwyd yn ystod y pandemig a'r camau sydd wedi arwain at newidiadau cadarnhaol.**

Cyn y pandemig, roedd myfyrrio ar gynnydd a dysgu o ran cynllunio gofodol ac iechyd yng Nghymru yn cynghori canolbwyntio ar weithredu Polisi Cynllunio Cymru, ar gyfer manau gwyrddach, gostwng anghydraddoldebau drwy gynllunio, buddsoddi amser ac adnoddau mewn cynllunio gwasanaethau a chreu lleoedd, cynyddu gweithio ar y cyd, ac ailgysylltu pobl â chynllunio (Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru, 2020). Mae'r materion hyn yn parhau i fod yr un mor berthnasol yn awr. Mae llawer yn eirioli dros iechyd a lles fel sbardun i newid polisiau (Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru, 2020) (Llywodraeth Cymru, 2020a) (Public Health England, 2020b) gan weld creu lleoedd fel ymagwedd ddefnyddiol (Comisiwn Dylunio Cymru, 2020) (Public Health England, 2021) ac asesiadau o'r effaith ar iechyd yn arf defnyddiol i gefnogi'r fath newidiadau.

Bu cyfoeth o dystiolaeth ac enghreifftiau o arfer da a gyhoeddwyd cyn ac yn ystod y pandemig sy'n cefnogi rôl y systemau cynllunio gofodol o ran hwyluso neu leihau iechyd, lles ac anghydraddoldebau iechyd ond erbyn hyn mae angen taer am symud ymlaen at ymagweddau cynllunio gofodol iach sy'n cynnwys mwy o weithredu. Mae rhai themâu a champau gweithredu allweddol wrth wraidd cynllunio iach a chynhwysol.

Mae'r pandemig gyda ni o hyd a bydd goblygiadau'r hyn o beth yn parhau i gael eu teimlo ar draws cymunedau am beth amser i ddod. Bydd mwy o gyfleoedd i ddysgu o'r hyn sydd wedi digwydd, a'r ffordd orau i ni gefnogi unigolion a chymunedau i ailsefydlu, drwy'r prosesau cynllunio gofodol. Bydd yn bwysig parhau i fonitro tueddiadau a data. Mae cyfle i weithredu bellach, a dangoswyd y gellir rhoi camau gweithredu effeithiol ar waith yn gyflym ac yn ddiogel i ymdrin â heriau megis trosglwyddiad COVID-19. Mae'n bwysig tu hwnt, felly, bod systemau iechyd cyhoeddus, gofal iechyd a chynllunio yn cydnabod hyn ac yn parhau i ddod at ei gilydd i alluogi i hyn ac i arferion da barhau a bod yn gynaliadwy yn y dyfodol.

- Abrams, D., Lalot, F., Broadwood, J., & Davies Hayon, K. (2021). *Community, Connection and Cohesion During COVID-19: Beyond Us and Them Report*. [ar-lein] Ar gael yn: [https://www.belongnetwork.co.uk/wp-content/uploads/2021/02/Belong\\_InterimReport\\_FINAL-1.pdf](https://www.belongnetwork.co.uk/wp-content/uploads/2021/02/Belong_InterimReport_FINAL-1.pdf) [Cyrchwyd 3 Mehefin 2021]
- Barker, N. (2020). *The housing pandemic: four graphs showing the link between COVID-19 deaths and the housing crisis*. Inside Housing, 29 Mai 2020. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.insidehousing.co.uk/insight/insight/the-housing-pandemic-four-graphs-showing-the-link-between-covid-19-deaths-and-the-housing-crisis-66562> [Cyrchwyd 23 Gorffennaf 2021]
- Beynon C, Pashayan N, Fisher E, Hargreaves D, Bailey L & Raine R. (2020). *A cross-sectional study using the Childhood Measurement Programme for Wales to examine population-level risk factors associated with childhood obesity*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32744211/> [Cyrchwyd 3 Mawrth 2021]
- Bicquelet-Lock, A. (2020). *Planning for Post-Covid Cities*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.rtpi.org.uk/media/7388/tm-analysis-of-high-streets-final.pdf> [Cyrchwyd 16 Ebrill 2021]
- Breach, A. (2021). *How did Covid-19 affect the UK's Core Cities?* [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.centreforcities.org/blog/how-did-covid-19-affect-the-uks-core-cities/> [Cyrchwyd 23 Ebrill 2021]
- Brewer, M. and Patrick, R. (2021). *Pandemic Pressures: Why families on a low income are spending more during Covid-19*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.resolutionfoundation.org/app/uploads/2021/01/Pandemic-pressures.pdf> [Cyrchwyd 16 Ebrill 2021]
- Building Better, Building Beautiful Commission. (2020). *Living with Beauty. Promoting health, well-being and sustainable growth*. Cyrchwyd Chwefror 19, 2021, from [https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/861832/Living\\_with\\_beauty\\_BBBBC\\_report.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/861832/Living_with_beauty_BBBBC_report.pdf)
- Rhanbarth Prifddinas Caerdydd. (2020). *Cardiff Capital Region Update 2020, Ebrill 2020, Issue 1*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.valeofglamorgan.gov.uk/Documents/Working/Regeneration/Economic-Development/Cardiff-Capital-Region-Jan-to-Mawrth-2020-publications.pdf> [Cyrchwyd 14 Ebrill 2021]
- Carmona, M., Giordano V., Nayyar, G., Kurland, J. and Buddle, C. (2020) *Home Comforts: How the design of our homes and neighbourhoods affected our experience of the Covid-19 lockdown and what we can learn for the future* [ar-lein]. Ar gael yn: [http://placealliance.org.uk/wp-content/uploads/2020/10/Place-Alliance-Homes-and-Covid-Report\\_2020.pdf](http://placealliance.org.uk/wp-content/uploads/2020/10/Place-Alliance-Homes-and-Covid-Report_2020.pdf) [Cyrchwyd 23 Gorffennaf 2021]
- Centre for Ageing Better. (2020). *Homes, health and Covid-19*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.ageing-better.org.uk/sites/default/files/2020-09/Homes-health-and-COVID-19.pdf> (Cyrchwyd 23 Gorffennaf 2021).
- CGA Solutions (2021). *New Hospitality at Home Tracker reveals quadrupling of delivery and takeaway sales*. [ar-lein] Ar gael yn: [New Hospitality at Home Tracker reveals quadrupling of delivery and takeaway sales - CGA \(cgastrategy.com\)](https://www.cgastrategy.com) [Cyrchwyd 24 Tachwedd 2021]
- Chang M, Green, L. and Cummins, S. (2020). *All Change. Has COVID-19 transformed the way we need to plan for a healthier and more equitable food environment?* Urban Design International. [ar-lein] Ar gael yn: <https://doi.org/10.1057/s41289-020-00143-5> [Cyrchwyd 28 Hydref 2021]
- Chapman, A., and Phagoora, J. (2021). *Escaping Green Deprivation*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://neweconomics.org/2021/01/escaping-green-deprivation> [Cyrchwyd 4 Mawrth 2021]
- Clair, A. and Hughes, A. (2019) *Housing and health: new evidence using biomarker data*. J Epidemiol Community Health 2019;73:256-262. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://jech.bmj.com/content/73/3/256> [Cyrchwyd 23 Gorffennaf 2021]
- Community Supported Agriculture. (2021). *Riverside Market Garden*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://communitysupportedagriculture.org.uk/csa/riverside-market-garden/> [Cyrchwyd 19 Mawrth 2021]
- Cooke, E., Streb, M. and Burns, T. (2020). *Life after lockdown: briefing paper 2 - Reinventing the high street for Covid-19 recovery*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.sustrans.org.uk/media/6676/life-after-lockdown-briefing-paper-2-reinventing-the-high-street-for-covid-19-recovery.pdf> [Cyrchwyd 23 Mawrth 2021]
- Countryside Charity. (2021). *Pressure on our Green Belts quadruples – just when we need our green spaces*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.cpre.org.uk/news/pressure-on-our-green-belts-quadruples/> [Cyrchwyd 19 Mawrth 2021]
- Cretu, C. (2020). *New operating models and COVID-19: A catalyst for change? (Part I: Initial findings)*. [ar-lein]. Ar gael yn: [https://www.nesta.org.uk/project-updates/noms-and-covid-1/?utm\\_source=Nesta+Weekly+Newsletter&utm\\_campaign=8db5ce1c24-EMAIL\\_CAMPAIGN\\_2020\\_05\\_13\\_09\\_34&utm\\_medium=email&utm\\_term=0\\_d17364114d-8db5ce1c24-181924929](https://www.nesta.org.uk/project-updates/noms-and-covid-1/?utm_source=Nesta+Weekly+Newsletter&utm_campaign=8db5ce1c24-EMAIL_CAMPAIGN_2020_05_13_09_34&utm_medium=email&utm_term=0_d17364114d-8db5ce1c24-181924929) [Cyrchwyd 26 Mawrth 2021]
- Cummins S, Nicolas B, Cornelsen L, Eling J, Er V, Greener R, Kalbus A, Karapici A, Law C, Ndlovu D & Yau A. (2020). *COVID-19: impact on the urban food retail system and dietary inequalities in the UK*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/23748834.2020.1785167> [Cyrchwyd 4 Mawrth 2021]
- Deloitte. (2020). *Three in five consumers have used more local stores and services to support them during lockdown*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www2.deloitte.com/uk/en/pages/press-releases/articles/three-in-five-consumers-have-used-more-local-stores-and-services-to-support-them-during-lockdown.html> [Cyrchwyd 23 Mawrth 2021]
- Comisiwn Dylunio Cymru. (2020). *Placemaking Guide 2020*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://dcfw.org/wp-content/themes/dcfw-child/assets/PlacemakingGuideDigitalENG.pdf> [Cyrchwyd 19 Chwefror 2021]
- Department for Transport (2021) *National Travel Attitudes Study: Wave 5*. Published 27 Mai 2021. [ar-lein] Available at [National Travel Attitudes Study: Wave 5 - GOV.UK \(www.gov.uk\)](https://www.gov.uk) [Cyrchwyd 7 Hydref 2021]
- Department for Transport. (2021a). *Public Transport Confidence: Summer 2020*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.gov.uk/government/publications/confidence-using-transport-during-covid-19> [Cyrchwyd 27 Gorffennaf 2021]
- DevicesDotNow. (2020). *Interim Impact Report #3: 24 Mawrth - 31 Gorffennaf*. [ar-lein]. Ar gael yn: [https://www.goodthingsfoundation.org/sites/default/files/interim\\_impact\\_report\\_3\\_devicesdotnow\\_Gorffennaf\\_2020\\_3.pdf](https://www.goodthingsfoundation.org/sites/default/files/interim_impact_report_3_devicesdotnow_Gorffennaf_2020_3.pdf) [Cyrchwyd 13 Ebrill 2021]
- Douglas, M., & Beautyman, I. (2020). *Comparing the 20 Minute Neighbourhood and Traditional Scenarios in Edinburgh Local Development Plan: a Rapid Scoping Assessment*. [ar-lein] Ar gael yn: [https://www.improvementservice.org.uk/\\_data/assets/pdf\\_file/0021/19740/20-minute-neighbourhood-rapid-scoping-assessment.pdf](https://www.improvementservice.org.uk/_data/assets/pdf_file/0021/19740/20-minute-neighbourhood-rapid-scoping-assessment.pdf) [Cyrchwyd 3 Mehefin 2021]
- Douglas, M. and Beautyman, I. (2021). *Argyll and Bute Indicative Regional Spatial Strategy: a 20 minute Neighbourhood Rapid Scoping Assessment*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.scotphn.net/wp-content/uploads/2015/11/Argyll-and-Bute-Rapid-Scoping-Assessment.pdf> [Cyrchwyd 23 Gorffennaf 2021]
- Gwasanaeth Iechyd y Cyhoedd Amgylcheddol, Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru. (2020). *Air pollution impacts of Covid-19 response (Wales): A public health opinion*. [ar-lein]. Ar gael yn: [https://airquality.gov.wales/sites/default/files/documents/2020-08/Covid\\_and\\_air\\_quality-a\\_public\\_health\\_opinion\\_final\\_English.pdf](https://airquality.gov.wales/sites/default/files/documents/2020-08/Covid_and_air_quality-a_public_health_opinion_final_English.pdf) [Cyrchwyd 26 Gorffennaf 2021]

- Pwylgwr Cydraddoldeb, Llywodraeth Leol a Chymunedau, Senedd Cymru . (2020). *Into sharp relief: inequality and the pandemic*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://cdn.nation.cymru/wp-content/uploads/2020/08/10082155/English-final.pdf> [Cyrchwyd 19 Chwefror 2021]
- Faculty of Public Health pp 12 & 13. (2017). *Public Health Today - Fast Fed Children*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://www.fph.org.uk/media/1559/pht-spring-2017-child-obesity.pdf> [Cyrchwyd 3 Mawrth 2021]
- Felstead, A. (2021). *Senedd Economy, Infrastructure and Skills Committee Commissioned Report: Outlining the Contours of the 'Great Homeworking Experiment' and its implications for Wales*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://business.senedd.wales/documents/s500006852/Remote%20working%20report%20Professor%20Alan%20Felstead.pdf> [Cyrchwyd 23 Ebrill 2021]
- Fitzpatrick, S., Bramley, G., Blenkinsopp, J., Wood, J., Sosenko, F., Littlewood, M., Johnsen, S., Watts, B., Treanor, M and McIntyre, J. (2020). *Destitution in the UK 2020*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.jrf.org.uk/report/destitution-uk-2020> [Cyrchwyd 16 Chwefror 2021]
- Bwyd Caerdydd. (2020). *Cardiff Growing Together during lockdown*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://foodcardiff.com/blog/growingtogether/> [Cyrchwyd 4 Mawrth 2021]
- Food Foundation and You Gov (2020). *YouGov Covid-19 Public Polling, 5<sup>ed</sup> Mehefin 2020*. [ar-lein] Ar gael yn: [YouGov Covid-19 Polling - Food, Farming and Countryside Commission \(ffcc.co.uk\)](https://www.yougov.com/covid-19-polling-food-farming-and-countryside-commission) [Cyrchwyd 24 Tachwedd 2021]
- Food Standards Agency. (n.d). *Covid-19 Consumer Tracker Waves 1 – 4*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.food.gov.uk/sites/default/files/media/document/covid-19-wave-1-4-report-final-mc.pdf> [Cyrchwyd 7 Ebrill 2021]
- Friends of the Earth Policy. (2020). *The impact of coronavirus on the planning system*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://policy.friendsoftheearth.uk/insight/impact-coronavirus-planning-system> [Cyrchwyd 5 Chwefror 2021]
- Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru. (2019). *Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru)*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://www.futuregenerations.wales/cy/about-us/future-generations-act/> [Cyrchwyd 11 Mawrth 2021]
- Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru. (2020). *Adroddiad Cenedlaethau'r Dyfodol 2020. Meysydd Ffocws: Cynllunio defnydd tir a Creu Lleuedd*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://www.futuregenerations.wales/wp-content/uploads/2020/06/IC-W-Chap-5-Planning.pdf> [Cyrchwyd 21 Ionawr 2021]
- Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru. (2021). *Cynllunio defnydd tir a Creu Lleuedd*. [ar-lein] Ar gael yn: [https://www.futuregenerations.wales/cy/priority\\_areas/planning/](https://www.futuregenerations.wales/cy/priority_areas/planning/) [Cyrchwyd 12 Chwefror 2021]
- Gates, S., Gogescu, F., Grollman, C., Cooper, E. and Khambhaita, P. (2019). *Transport and inequality: An evidence review for the Department for Transport*. [ar-lein]. Ar gael yn: [https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/953951/Transport\\_and\\_inequality\\_report\\_document.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/953951/Transport_and_inequality_report_document.pdf) [Cyrchwyd 27 Gorffennaf 2021]
- Gov.uk. (2020). *Overcrowded households*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.ethnicity-facts-figures.service.gov.uk/housing/housing-conditions/overcrowded-households/latest> [Cyrchwyd 23 Gorffennaf 2021]
- Gov.uk. (2021). *Transport use during the coronavirus (COVID-19) pandemic*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.gov.uk/government/statistics/transport-use-during-the-coronavirus-covid-19-pandemic> [Cyrchwyd 26 Gorffennaf 2021]
- Green L, Morgan L, Azam S, Evans L, Parry-Williams L, Petchey L and Bellis MA. (2020a). *Asesiad o'r Effaith ar Iechyd y 'Polisi Aros Gartref ac Ymbellhau Cymdeithasol' yng Nghymru mewn ymateb i'r pandemig COVID-19. Prif Adroddiad*. [ar-lein] Ar gael yn: [https://phwwhocc.co.uk/whiasu/wp-content/uploads/sites/3/2021/06/HIA - Rapid\\_Review\\_of\\_SAH\\_Policy\\_Main\\_Report\\_Welsh.pdf](https://phwwhocc.co.uk/whiasu/wp-content/uploads/sites/3/2021/06/HIA - Rapid_Review_of_SAH_Policy_Main_Report_Welsh.pdf) [Cyrchwyd 11 Mawrth 2021]
- Green,L; Lewis,R; Evans,L; Morgan,L; Parry-Williams,L; Azam, S; Bellis,M (2020b) *Byd pandemig COVID-19 a thu hwnt: Effaith Gweithio Gartref ac Ystwyth ar iechyd y cyhoedd yng Nghymru Adroddiad Cryno* [ar-lein] Ar gael yn: [https://phwwhocc.co.uk/whiasu/wp-content/uploads/sites/3/2021/06/PHW\\_HIA\\_Home\\_Working\\_Report\\_Cym.pdf](https://phwwhocc.co.uk/whiasu/wp-content/uploads/sites/3/2021/06/PHW_HIA_Home_Working_Report_Cym.pdf) [Cyrchwyd 11 Mawrth 2021]
- Green, L., Ashton, K., Fletcher, M., Jones, A.T., Evans, L., Evans, T., Parry-Williams, L., Azam, S., Bellis, M.A. (2021) *Ymateb i Her Driphlyg Brexit, COVID-19 a'r Newid yn yr Hinsawdd i iechyd, llesiant a thegwch yng Nghymru*. [ar-lein]. Ar gael yn: [https://phwwhocc.co.uk/wp-content/uploads/2021/09/PHW\\_Strategic\\_Paper\\_WELSH.pdf](https://phwwhocc.co.uk/wp-content/uploads/2021/09/PHW_Strategic_Paper_WELSH.pdf) [Cyrchwyd 15 Hydref 2021]
- Greensgrow. (2020). *What is urban farming?* [ar-lein] Ar gael yn: <https://www.greengrow.org/urban-farm/what-is-urban-farming/> [Cyrchwyd 19 Mawrth 2021]
- Greenspace Scotland. (2020). *Managing Scotland's parks and greenspaces during Covid-19*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.greenspacescotland.org.uk/Handlers/Download.ashx?IDMF=f8439ceb-34c2-469c-bd12-44083e9cd4d9> [Cyrchwyd 11 Chwefror 2021]
- House of Commons Committees. (2020). *What effect did the coronavirus pandemic have on our food supply?* [ar-lein] Ar gael yn: <https://houseofcommons.shorthandstories.com/EFRA-covid19-food-supply/index.html> [Cyrchwyd 18 Mawrth 2021]
- Ibbetson, C. (2020). *Could COVID-19 save the high street?* [ar-lein]. Ar gael yn: <https://yougov.co.uk/topics/consumer/articles-reports/2020/07/10/covid-19-coronavirus-UK-high-street-local-effect> [Cyrchwyd 15 Ebrill 2021]
- Sefydliad Materion Cymreig. (2021, Mai). *Welsh Places Charter*. Cyrchwyd Mai 2021, from [https://www.iwa.wales/wp-content/media/IWA\\_Welsh-Places-Charter\\_2.pdf](https://www.iwa.wales/wp-content/media/IWA_Welsh-Places-Charter_2.pdf)
- Jones, L. (2020). *Local businesses: Getting through lockdown and beyond*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.bevanfoundation.org/commentary/local-businesses-support-lockdown-beyond/> [Cyrchwyd 25 Mawrth 2021]
- Joseph Rowntree Foundation. (2020). *Targeted action for parts of Britain at risk of surging unemployment*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://www.jrf.org.uk/blog/targeted-action-parts-britain-risk-surging-unemployment> [Cyrchwyd 12 Chwefror 2021]
- Kamei, M., Mastrucci, A. and van Ruijven, B.J. (2021). *A Future Outlook of Narratives for the Built Environment in Japan*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://doi.org/10.3390/su13041653> [Cyrchwyd 29 Ebrill 2021]
- Kapetanios, C. (2020). *Learning in a Pandemic – Closing the digital skills gap during COVID-19*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://media.nesta.org.uk/documents/Learning-in-a-Pandemic.pdf> [Cyrchwyd 26 Mawrth 2021]
- Laker, L. (2020). *Five fantastic parklet designs and why we need more of them*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://mindthegag.com/trends/five-fantastic-parklet-designs-and-why-we-need-more-of-them/> [Cyrchwyd 4 Mawrth 2021]
- Landscape Institute . (2020). *Greener Recovery: Delivering a sustainable recovery from COVID-19*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://landscapewpstorage01.blob.core.windows.net/www-landscapeinstitute-org/2020/09/12332-greener-recovery-v6.pdf> [Cyrchwyd 12 Mawrth 2021]
- Leavey, C. Eastaugh, A. and Kane, M. (2020). *Generation Covid-19: Building the case to protect young people's future health*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.health.org.uk/publications/long-reads/generation-covid-19> [Cyrchwyd 23 Gorffennaf 2021]
- Liu, H. and Wang, PH. (2021) *Research on the evolution of urban design from the perspective of public health under the background of COVID-19*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0020720921996598> [Cyrchwyd 03 Tachwedd 2021]

- Lovell, R., White, M.P., Wheeler, B., Taylor, T., Elliott, L. (2020). *A rapid scoping review of health and wellbeing evidence for the Green Infrastructure Standards. For: Natural England, Department for the Environment, Food and Rural Affairs, Public Health England, and Ministry for Housing, Communities and Local Government.* [ar-lein] Ar gael yn: <http://publications.naturalengland.org.uk/publication/4799558023643136> [Cyrchwyd 20 Mawrth 2021]
- Lubell, S. (2020). *Past Pandemics changed the design of cities. Six ways COVID-19 could do the same.* [ar-lein] Ar gael yn: <https://www.latimes.com/entertainment-arts/story/2020-04-22/coronavirus-pandemics-architecture-urban-design> [Cyrchwyd 10 Mawrth 2021]
- Marmot M., Allen J., Goldblatt P., Herd E. & Morrison J. (2020). *Build Back Fairer: The COVID-19 Marmot Review. The Pandemic, Socioeconomic and Health Inequalities in England.* [ar-lein] Ar gael yn: <http://www.instituteofhealthequity.org/resources-reports/build-back-fairer-the-covid-19-marmot-review/build-back-fairer-the-covid-19-marmot-review-executive-summary.pdf> [Cyrchwyd 20 Ionawr 2021]
- Martin, S., Bennett, L., Taylor-Collins, E. and Roberts, M. (2020). *Recovery from the Coronavirus pandemic: Digital public services and intergenerational fairness.* [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.wcppp.org.uk/wp-content/uploads/2020/11/Recovery-from-the-Coronavirus-pandemic-Digital-public-services-and-intergenerational-fairness.pdf> [Cyrchwyd 13 Ebrill 2021]
- Mathers, A., Richardson, J., Vincent, S., Chambers, J. and Stone, E. (2020). *Good Things Foundation Covid-19 Response Report: 23 Mawrth – 16 Mehefin 2020.* [ar-lein]. Ar gael yn: [https://www.goodthingsfoundation.org/sites/default/files/research-publications/good\\_things\\_foundation\\_covid19\\_response\\_report\\_Mawrth\\_Mehefin\\_2020.pdf](https://www.goodthingsfoundation.org/sites/default/files/research-publications/good_things_foundation_covid19_response_report_Mawrth_Mehefin_2020.pdf) [Cyrchwyd 13 Ebrill 2021]
- McGinlay, J., Gkoumas, V., Holtvoeth, J., Fuertes, R.F.A., Bazhenova, E., Benzoni, A., Botsch, K., Martel, C.C., Sánchez, C.C., Cervera, I., Chaminade, G., Doerstel, J., García, C.J.F., Jones, A., Lammertz, M., Lotman, K., Odar, M., Pastor, T., Ritchie, C., Santi, S., Smolej, M., Rico, F.S., Waterman, H., Zwijacz-Kozica, T., Kontoleon, A., Dimitrakopoulos, P.G. and Jones, N. (2020). *The Impact of COVID-19 on the Management of European Protected Areas and Policy Implications.* Forests; 11(11):1214. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://doi.org/10.3390/f11111214> [Cyrchwyd 30 Ebrill 2021]
- McKinnon, G., Pineo, H., Chang, M., Taylor-Green, L., Johns, A. and Toms, R. (2020). *Strengthening the links between planning and health in England.* BMJ 2020;369:m795. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://doi.org/10.1136/bmj.m795> [Cyrchwyd 28 Gorffennaf 2021]
- Megahed, N.A. & Ghoneim, E.M. (2020, Hydref). *Antivirus-built environment: Lessons learned from Covid-19 pandemic.* Sustainable Cities and Society Ar gael yn: <https://doi.org/10.1016/j.scs.2020.102350> [Cyrchwyd 20 Mawrth 2021]
- Mell, I., & Whitten, M. (2021). *Access to Nature in a Post Covid-19 World: Opportunities for Green Infrastructure Financing, Distribution and Equitability in Urban Planning.* [ar-lein] Ar gael yn: <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/4/1527> [Cyrchwyd 12 Mawrth 2021]
- Minnis, A. (2021). *Putting the 'public' back into public transport.* [ar-lein]. Ar gael yn: <https://research.senedd.wales/research-articles/putting-the-public-back-into-public-transport/> [Cyrchwyd 26 Gorffennaf 2021]
- Mishra V, Seyedzenouzi G, Almohtadi A, Chowdhury T, Khashkhusa A, Axiaq A, Wong WY and Harky A. (2021). *Health Inequalities During COVID-19 and Their Effects on Morbidity and Mortality.* [ar-lein] Ar gael yn: <https://www.dovepress.com/health-inequalities-during-covid-19-and-their-effects-on-morbidity-and-peer-reviewed-fulltext-article-JHL> [Cyrchwyd 12 Mawrth 2021]
- Mitsakou, C., Adamson, J., P., Doutsis, A., Brunt, H., Jones, S., J., Gowers, A., M. and Exley, K., S. (2021). *Assessing the exposure to air pollution during transport in urban areas – Evidence review. Assessing the exposure to air pollution during transport in urban areas – Evidence review - ScienceDirect* [Cyrchwyd 4 Mehefin 2021]
- Moore, H.L and Collins, H. (2021). *Rebuilding the post-Covid-19 economy through an industrial strategy that secures livelihoods.* Social Sciences & Humanities Open. Volume 3, Issue 1. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2021.100113> [Cyrchwyd 3 Mawrth 2021]
- Moody, T. (2020). *New app a 'one stop shop' for shoppers in Torfaen.* [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.southwalesargus.co.uk/news/18767885-new-app-one-stop-shop-shoppers-torfaen/> [Cyrchwyd 14 Ebrill 2021]
- Cynulliad Cenedlaethol Cymru. (2015). *Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol 2015 anaw2.* [ar-lein] Ar gael yn: <https://www.legislation.gov.uk/cy/anaw/2015/2/contents> [Cyrchwyd 21 Ionawr 2021]
- National Housing Federation. (2020). *Housing issues during lockdown: health, space and overcrowding.* [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.housing.org.uk/globalassets/files/homes-at-the-heart/housing-issues-during-lockdown---health-space-and-overcrowding.pdf> [Cyrchwyd 23 Gorffennaf 2021]
- National Institute for Health and Care Excellence. (2010, Mehefin). *Cardiovascular disease prevention. Public health guideline [PH25].* [ar-lein] Ar gael yn: <https://www.nice.org.uk/guidance/PH25> [Cyrchwyd 18 Mawrth 2021]
- Cyfoeth Naturiol Cymru (2020). *Adroddiad Adferiad Gwyrdd – Blaenoriaethau ar gyfer gweithredu.* [ar-lein] Ar gael yn: <https://cdn.cyfoethnaturiol.cymru/media/692666/final-green-recovery-priorities-for-action-report-cymraeg.pdf> [Cyrchwyd 19 Mawrth 2021]
- Neiderud, C-J. (2015) How urbanization affects the epidemiology of emerging infectious diseases. [ar-lein] Ar gael yn: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4481042/> [Cyrchwyd 03 Tachwedd 2021]
- Neve, K. (2020). *Healthy eating: Can COVID-19 shape opportunities for future policy?* [ar-lein] Ar gael yn: <https://nutritionconnect.org/resource-center/blog-33-healthy-eating-can-covid-19-shape-opportunities-future-policy> [Cyrchwyd 3 Mawrth 2021]
- Nolsoe, E. (2020). *Food shopping in lockdown: Brits turn to corner shops.* [ar-lein]. Ar gael yn: <https://yougov.co.uk/topics/food/articles-reports/2020/04/17/covid-19-brits-turn-corner-shops-essentials> [Cyrchwyd 7 Ebrill 2021]
- Office for National Statistics. (2020). *One in eight British households has no garden.* [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.ons.gov.uk/economy/environmentalaccounts/articles/oneineightbritishhouseholdshasnogarden/2020-05-14> [Cyrchwyd 4 Chwefror 2021]
- Office for National Statistics. (2021a). *Updating ethnic contrasts in deaths involving the coronavirus (COVID-19), England: 24 Ionawr 2020 to 31 Mawrth 2021.* [ar-lein] Ar gael yn: <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/birthsdeathsandmarriages/deaths/articles/updatingethniccontrastsindeathsinvolvingthecoronaviruscovid19englandandwales/24ionawr2020to31mawrth2021> [Cyrchwyd 12 Mehefin 2021]
- Office for National Statistics. (2021b). *Recent trends in the housing market: Ionawr 2021.* [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.ons.gov.uk/economy/inflationandpriceindices/articles/priceseconomicanalysisquarterly/january2021> (Cyrchwyd 29 Ebrill 2021)
- Office for National Statistics. (2021c). *Retail sales, Great Britain: Ionawr 2021.* [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.ons.gov.uk/businessindustryandtrade/retailindustry/bulletins/retailsales/january2021> [Cyrchwyd 23 Mawrth 2021]
- Office for National Statistics. (2021d). *Personal and economic well-being in Great Britain: Ionawr 2021.* [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/wellbeing/bulletins/personalandeconomicwellbeingintheuk/ionawr2021> [Cyrchwyd 23 Mawrth 2021]
- Office for National Statistics. (2021e). *Personal and economic well-being in Great Britain: Mai 2021.* [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/wellbeing/bulletins/personalandeconomicwellbeingintheuk/may2021> [Cyrchwyd 23 Tachwedd 2021]
- Ogle J, Luchinskaya D and Trickey D. (2017, Tachwedd). *Austerity and Local Government in Wales: an analysis of income and spending priorities, 2009-10 to 2016-17.* Cyrchwyd Ionawr 20, 2021, Ar gael yn: <http://www.walespublicservices2025.org.uk/files/2017/11/-and-Local-Government.pdf>

- Olsen, J. and Mitchell, R. (2021). *S&SR Environment and Spaces Group Report: COVID-19 Green and Open Space Use in Autumn 2020*. [ar-lein]. Ar gael yn: [https://www.gla.ac.uk/media/Media\\_779126\\_smxx.pdf](https://www.gla.ac.uk/media/Media_779126_smxx.pdf) [Cyrchwyd 23 Mawrth 2021]
- ParCitypatory (2020) *Tactical Urbanism: creating long-term change in cities through short-term interventions*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://parcitypatory.org/2020/07/31/tactical-urbanism/> [Cyrchwyd 28 Hydref 2021]
- Park, M., Bennett, L. and Durrant, H. (2020). *Designing technology-enabled services to tackle loneliness*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.wcpp.org.uk/wp-content/uploads/2020/12/Designing-technology-enabled-services-to-tackle-loneliness-2.pdf> [Cyrchwyd 13 Ebrill 2021]
- Place Alliance. (2020). *Home comforts during the Covid-19 lockdown*. [ar-lein]. Ar gael yn: <http://placealliance.org.uk/research/research-home-comforts/> [Cyrchwyd 5 Chwefror 2021]
- Cymorth Cynllunio Cymru. (2021) Gwerth ymgysylltiad mewn cynllunio yng Nghymru. [ar-lein] Ar gael yn: [Full English.indd \(planningaidwales.org.uk\)](Full%20English.indd%20(planningaidwales.org.uk)) (Cyrchwyd 14 Hydref 2021)
- Pouso, S., Borja, A., Fleming, L. E., Gómez-Baggethun, E., White, M., & Uyarra, M. C. (2020). *Maintaining contact with blue-green spaces during the COVID-19 pandemic associated with positive mental health*. PRE PRINT SocArXiv. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://doi.org/10.31235/osf.io/gpt3r> [Cyrchwyd 5 Chwefror 2021]
- Preston P, Banks N, Hargreaves K, Kazmierczak A, Lucas K, Maine R, Downing C & Street R. (2014). *Climate change and social justice: an evidence review*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://www.jrf.org.uk/report/climate-change-and-social-justice-evidence-review> [Cyrchwyd 27 Mawrth 2021]
- Price, J., Roberts, M., and Bristow, D. (2021). *Towards a Just Transition in Wales*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.wcpp.org.uk/wp-content/uploads/2021/01/Towards-a-Just-Transition-in-Wales.pdf> [Cyrchwyd 3 Mawrth 2021]
- Public Health England. (2017). *Spatial Planning for Health. An evidence resource for planning and designing healthier places*. [ar-lein] Ar gael yn: [https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/729727/spatial\\_planning\\_for\\_health.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/729727/spatial_planning_for_health.pdf) [Cyrchwyd 25 Chwefror 2021]
- Public Health England. (2018). *Obesity and the environment. Density of fast food outlets at 31/12/2017*. [ar-lein] Ar gael yn: [https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/741555/Fast\\_Food\\_map.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/741555/Fast_Food_map.pdf) [Cyrchwyd 3 Mawrth 2021]
- Public Health England . (2020a). *Health Impact Assessment in spatial planning. A guide for local authority public health and planning teams*. [ar-lein] Ar gael yn: [https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/929230/HIA\\_in\\_Planning\\_Guide\\_Sept2020.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/929230/HIA_in_Planning_Guide_Sept2020.pdf) [Cyrchwyd 19 Chwefror 2021]
- Public Health England . (2020b). *Using the planning system to promote healthy weight environments. Guidance and supplementary planning document template for local authority public health and planning teams*. [ar-lein] Ar gael yn: [Healthy weight environments: using the planning system - GOV.UK \(www.gov.uk\)](Healthy%20weight%20environments%20using%20the%20planning%20system%20-%20GOV.UK%20(www.gov.uk)) [Cyrchwyd 18 Mawrth 2021]
- Public Health England. (2020c). *Disparities in the risk and outcomes of COVID-19*. [ar-lein] Ar gael yn: [https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/908434/Disparities\\_in\\_the\\_risk\\_and\\_outcomes\\_of\\_COVID\\_Awst\\_2020\\_update.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/908434/Disparities_in_the_risk_and_outcomes_of_COVID_Awst_2020_update.pdf) [Cyrchwyd 12 Mehefin 2021]
- Public Health England. (2021). *Getting research into practice. A resource for local authorities on planning healthier places*. [ar-lein] Ar gael yn: [https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/951310/GRIP2\\_PHE\\_national\\_resources\\_151220\\_For\\_Gateway\\_2.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/951310/GRIP2_PHE_national_resources_151220_For_Gateway_2.pdf) [Cyrchwyd 20 Ionawr 2021]
- Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru. (2016). *Mesur iechyd a llesiant cenedl Fframwaith Canlyniadau Iechyd y Cyhoedd i Gymru*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2019-06/mesur-iechyd-a-llesiant-cenedl.pdf> [Cyrchwyd 20 Mai 2021]
- Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru. (2020) *How are we doing in Wales? Public engagement survey on health and well-being during Coronavirus measures*. [ar-lein] <https://phw.nhs.wales/topics/latest-information-on-novel-coronavirus-covid-19/how-are-you-doing/how-are-we-doing-in-wales-reports/how-are-we-doing-by-demographics-report/> [Cyrchwyd 04 Tachwedd 2021]
- Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru. (2021a). *Public Health Wales Rapid COVID-19 Surveillance Confirmed Case Data*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://public.tableau.com/app/profile/public.health.wales.health.protection/viz/RapidCOVID-19virology-Public/Headlinesummary> [Cyrchwyd 19 Chwefror 2021]
- Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru (2021b) *Cynllunio a Galluogi Amgylcheddau Iach: Ymgorffori templed ar gyfer polisi cynllunio*. [ar-lein] Ar gael yn: [https://phwwhocc.co.uk/wp-content/uploads/2021/07/Planning-and-Enabling-Main-Resource\\_Wel-v8\\_FINAL-16-June-21.pdf](https://phwwhocc.co.uk/wp-content/uploads/2021/07/Planning-and-Enabling-Main-Resource_Wel-v8_FINAL-16-June-21.pdf) [Cyrchwyd 12 Hydref 2021]
- Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru. (n.d). *COVID-19 and Road traffic crashes in Wales – A public health opinion*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://phw.nhs.wales/news/road-traffic-crashes-report/> [Cyrchwyd 27 Gorffennaf 2021]
- Pulighe G & Lupia F. (2020). *Food First: COVID-19 Outbreak and Cities Lockdown a Booster for a Wider Vision on Urban Agriculture*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://www.mdpi.com/2071-1050/12/12/5012/html> [Cyrchwyd 3 Mawrth 2021]
- RAC. (2020). *Report on Motoring 2020*. [ar-lein]. Ar gael yn: [https://resources.mynewsdesk.com/image/upload/fl\\_attachment/tcx9vjpow26prp0mqsd](https://resources.mynewsdesk.com/image/upload/fl_attachment/tcx9vjpow26prp0mqsd) [Cyrchwyd 26 Gorffennaf 2021]
- Reuschke, D., Clifton, N. and Long, J. (2021). *Remote working – spatial implications in Wales*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://business.senedd.wales/documents/s500006851/Adroddiad%20gweithio%20o%20bell%20Dr%20Darja%20Reuschke%20Saesneg%20yn%20unig.pdf> [Cyrchwyd 26 Ebrill 2021]
- Ricardo Energy & Environment. (2020). *Provisional Analysis of Welsh Air Quality Monitoring Data –Impacts of Covid-19*. [ar-lein]. Ar gael yn: [https://airquality.gov.wales/sites/default/files/documents/2020-08/Analysis\\_of\\_Welsh\\_Air\\_Quality\\_Data\\_Impacts\\_of\\_Covid-19\\_Final\\_Issue2.pdf](https://airquality.gov.wales/sites/default/files/documents/2020-08/Analysis_of_Welsh_Air_Quality_Data_Impacts_of_Covid-19_Final_Issue2.pdf) [Cyrchwyd 26 Gorffennaf 2021]
- RSPB. (2020). *Recovering together*. [ar-lein]. Ar gael yn: [https://www.rspb.org.uk/globalassets/downloads/recovering-together-report/recovering-together-report\\_nature-and-green-recovery\\_rspbyougov\\_Mehefin-2020.pdf](https://www.rspb.org.uk/globalassets/downloads/recovering-together-report/recovering-together-report_nature-and-green-recovery_rspbyougov_Mehefin-2020.pdf) [Cyrchwyd 16 Chwefror 2021]
- Rojas-Rueda, D. and Morales-Zamora, E. (2021). *Built environment, Transport, and COVID-19: a Review*. *Curr Envir Health Rpt* 8, 138–145. [ar-lein]. DOI: <https://doi.org/10.1007/s40572-021-00307-7> [Cyrchwyd 27 Gorffennaf 2021]
- Rolfe, H., Lasko-Skinner, R., Atay, A., Judson, E., Mackenzie, P., Oakes, J., Wood, C., Hilhorst, S., and Williams –Taplin, H. (2020). *Britain Under Lockdown*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://demos.co.uk/wp-content/uploads/2020/08/Britain-under-Lockdown.pdf> [Cyrchwyd 29 Mawrth 2021]
- Royal Town Planning Institute. (2020a). *Pragmatic and prepared for the recovery. The planning profession's rapid response to Covid-19*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://www.rtpi.org.uk/media/5304/pragmatic-and-prepared-for-the-recovery.pdf> [Cyrchwyd 5 Chwefror 2021]
- Royal Town Planning Institute. (2020b). *Mental Health and Town Planning*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.rtpi.org.uk/media/6551/mentalhealthtownplanning2020-final.pdf> [Cyrchwyd 15 Ebrill 2021]
- Samuel, F. (2020). *Impact of housing design and placemaking on local value and wellbeing in the pandemic*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://housingevidence.ac.uk/wp-content/uploads/2020/10/Impact-of-housing-design-and-placemaking-Final-30.10.2020.pdf> [Cyrchwyd 5 Chwefror 2021]
- Shaw, M. (2004). *Housing and Public Health. Annual Review of Public Health* 25:1, 397-418. [ar-lein]. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev.publhealth.25.101802.123036> [Cyrchwyd 23 Gorffennaf 2021]

- Soaita, A.M. (2021). *The Experiences of Private Tenants during the Covid-19 pandemic in Great Britain*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://housingevidence.ac.uk/the-experiences-of-private-tenants-during-the-covid-19-pandemic-in-great-britain/> [Cyrchwyd 23 Gorffennaf 2021]
- Ystadegau Cymru (2015) *Pobl sy'n byw mewn cartrefi gorllawn (mesur ystafelloedd gwely)*. [ar-lein] Ar gael yn: [Data Dangosyddion yn ôl Awdurdod Lleol – Cartrefi Gorllawn \(llyw.cymru\)](https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/484242/2015-10-27-Pobl-sy-n-byw-mewn-cartrefi-gorllawn-ystafelloedd-gwely.pdf) [Cyrchwyd 21 Hydref 2021]
- Ystadegau Cymru. (2020). *Ethnigrwydd yn ôl ardal a grŵp ethnig*. [ar-lein] Ar gael yn: [Ethnigrwydd yn ôl ardal a grŵp ethnig \(llyw.cymru\)](https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/484242/2015-10-27-Pobl-sy-n-byw-mewn-cartrefi-gorllawn-ystafelloedd-gwely.pdf) [Cyrchwyd 4 Mehefin 2021]
- Steenkamp, J. Cilliers, E.J. Cilliers, S.S. Lategan, L. (2021). *Food for Thought: Addressing Urban Food Security Risks through Urban Agriculture*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://doi.org/10.3390/su13031267> [Cyrchwyd 12 Mawrth 2021]
- Stewart, D. and Eccleston, J. (2020). *Enjoying the Outdoors: Monitoring the impact of Coronavirus and social distancing*. NatureScot Research Report No. 1252 [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.nature.scot/sites/default/files/2020-08/Publication%202020%20-%20NatureScot%20Research%20Report%201252%20-%20Enjoying%20the%20outdoors%20-%20monitoring%20the%20impact%20of%20Coronavirus%20and%20social%20distancing.pdf> [Cyrchwyd 23 Chwefror 2021]
- Stockholm Environment Institute. (2020). *Lockdown highlights the value of green space in cities*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.sei.org/perspectives/covid19-value-of-green-space-in-cities/> [Cyrchwyd 11 Chwefror 2021]
- Tinson, A. and Clair, A. (2020). *Better housing is crucial for our health and the COVID-19 recovery*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.health.org.uk/sites/default/files/2021-01/2020%20-%20Better%20housing%20is%20crucial.pdf> [Cyrchwyd 23 Gorffennaf 2021]
- Tilley, H., Johnson, C., Roberts, M., and Price, J. (2020). *Recovery from the Coronavirus pandemic: Indigenous business and low carbon production*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.wcpp.org.uk/wp-content/uploads/2020/11/Recovery-from-the-Coronavirus-pandemic-Indigenous-business-and-low-carbon-production.pdf> [Cyrchwyd 5 Chwefror 2021]
- Toner S, Hannah V, Jefferies G, Williams S, Williams M & Morgan C. (2018). *Briefing Paper. Obesity, Outlets and Planning in Cardiff*. [ar-lein] Ar gael yn: [Obesity Hot Food Outlets and Planning in Cardiff Briefing Paper Sept 2018.pdf \(phwhoc.co.uk\)](https://www.phwhoc.co.uk/Obesity_Hot_Food_Outlets_and_Planning_in_Cardiff_Briefing_Paper_Sept_2018.pdf) [Cyrchwyd 3 Mawrth 2021]
- Town & Country Planning Association, with WHIASU & PHW. (2016). *Planning for Better Health and Well-being in Wales*. [ar-lein] Ar gael yn: [FINAL HWBW Briefing.pdf \(wales.nhs.uk\)](https://www.tcpa.org.uk/Handlers/Download.ashx?IDMF=b6e27c46-3fc5-4d88-a59c-e172f797bbb3) [Cyrchwyd 10 Mawrth 2021]
- Town and Country Planning Association. (2017). *TCPA Practical Guides. Guide 8. Creating health promoting environments*. Cyrchwyd Chwefror 25, 2021, from <https://www.tcpa.org.uk/Handlers/Download.ashx?IDMF=b6e27c46-3fc5-4d88-a59c-e172f797bbb3>
- Town and Country Planning Association. (2021) *20-Minute Neighbourhoods – Creating Healthier, Active, Prosperous Communities An Introduction for Council Planners in England*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.tcpa.org.uk/Handlers/Download.ashx?IDMF=f214c4b8-ba4d-4196-9870-e9d240f86645> [[Cyrchwyd 23 Gorffennaf 2021]
- Transform Cymru. (2020). *A sustainable transport vision for a post-lockdown Wales*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://transformcymru.org/files/wordpress.com/2020/06/2206-final-transform-cymru-vision-english-3.pdf> [Cyrchwyd 26 Gorffennaf 2021]
- Comisiwn Trafnidiaeth. (2020). *Argymhellion Terfynol*. [ar-lein]. Ar gael yn: [Argymhellion Terfynol \(llyw.cymru\)](https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/484242/2015-10-27-Pobl-sy-n-byw-mewn-cartrefi-gorllawn-ystafelloedd-gwely.pdf) [Cyrchwyd 26 Gorffennaf 2021]
- Transport Focus. (2019). *Disabled rail passengers research*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://d3ce336w5wymxj.cloudfront.net/wp-content/uploads/2019/07/10155559/Disabled-rail-passengers-research.pdf> [Cyrchwyd 26 Gorffennaf 2021]
- Transport Focus. (2021). *Llwybr Newydd – a new Wales transport strategy: Consultation response*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://d3ce336w5wymxj.cloudfront.net/wp-content/uploads/2021/02/01150144/Wales-Transport-Strategy-Transport-Focus-response.pdf> [Cyrchwyd 26 Gorffennaf 2021]
- UK Parliament. (2010). *Equality Act*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://www.legislation.gov.uk/ukpga/2010/15/contents> [Cyrchwyd 10 Mawrth 2021]
- Parc Rhanbarthol y Cymoedd. (2020). *Arolwg o Fannau Agored a Gwyrdd*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://valleysregionalpark.wales/wp-content/uploads/2020/12/Arolwg-o-Fannau-Agored-a-Gwyrdd-Parc-Rhanbarthol-y-Cymoedd.pdf> [Cyrchwyd 26 Chwefror 2021]
- Vivid Economics and Barton Wilmore. (2020) *Levelling up and building back better through urban green infrastructure: An investment options appraisal*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://nt.global.ssl.fastly.net/documents/urban-green-infrastructure-report-2020.pdf> [Cyrchwyd 26 Chwefror 2021]
- Watson, I., MacKenzie, F., Woodfine, L., and Azam, S. (2019). *Making a Difference. Housing and Health: A Case for Investment*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://phw.nhs.wales/files/housing-and-health-reports/a-case-for-investment-report/> [Cyrchwyd 28 Gorffennaf 2021]
- Weissenborn, F., Neelala, K. and Carmichael, L. (2021). *A Future Place Report – Placeshaping: Learning from 2020*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://www.architecture.com/-/media/GatherContent/Future-Trends-Survey-2020/Additional-Documents/Future-Place-report-Placeshaping-Learning-from-2020.pdf?la=en> [Cyrchwyd 16 Ebrill 2021]
- Llywodraeth Cymru. (2017). *Busnes Cymru*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://businesswales.gov.wales/farmingconnect/news-and-events/technical-articles/vertical-farming-new-future-food-production> [Cyrchwyd 19 Mawrth 2021]
- Llywodraeth Cymru. (2019a). *Pwysau Iach Cymru Iach. Ein strategaeth hirdymor i atal a lleihau gordewdra yng Nghymru*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2019-10/pwysau-iach-cymru-iach.pdf> [Cyrchwyd 4 Mawrth 2021]
- Llywodraeth Cymru. (2019b). *Adroddiad Canlyniadau Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://llyw.cymru/sites/default/files/statistics-and-research/2020-06/mynegai-amddifadedd-lluosog-cymru-2019-adroddiad-canlyniadau.pdf> [Cyrchwyd 19 Mawrth 2021]
- Llywodraeth Cymru. (2020a). *Adeiladu Lleoedd Gwell. Y System Gynllunio yn Sicrhau Dyfodol Cydnerth a Mwy Disglair. Creu Lleoedd a'r adferiad Covid-19*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2020-07/adeiladu-lleoedd-gwell-y-system-gynllunio-yn-sicrhau-dyfodol-cydnerth-a-mwy-disglair.pdf> [Cyrchwyd 25 Chwefror 2021]
- Llywodraeth Cymru. (2020b). *Llwybr Newydd. Strategaeth Drafnidiaeth Newydd Cymru Drafft Ymgynghori. Sylfaen Tystiolaeth Tueddiadau Data Trafnidiaeth*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://llyw.cymru/sites/default/files/consultations/2020-11/sylfaen-tystiolaeth-tueddiadau-data-trafnidiaeth.pdf> [Cyrchwyd 2 Tachwedd 2021]
- Llywodraeth Cymru. (2020c). *Anelu at gael 30% o'r gweithlu yng Nghymru i weithio o bell*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://llyw.cymru/anelu-gael-30-or-gweithlu-yng-nghymru-i-weithio-o-bell> [Cyrchwyd 26 Ebrill 2021]
- Llywodraeth Cymru. (2020d). *Hyd at £65m wedi'i neilltuo i gadw rheilffyrdd Cymru yn weithredol*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://llyw.cymru/hyd-at-65m-wedi-i-neilltuo-i-gadw-rheilffyrdd-cymru-yn-weithredol?ga=2.85647066.295792011.1643102931-1645011577.1632493652> [Cyrchwyd 26 Gorffennaf 2021]
- Llywodraeth Cymru. (2020e). *Ail-greu ar ôl COVID-19: yr heriau a'r blaenoriaethau*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://llyw.cymru/ail-greu-ar-ol-y-coronafeirws-yr-heriau-ar-blaenoriaethau.html?ga=2.86130011.295792011.1643102931-1645011577.1632493652> [Cyrchwyd 26 Gorffennaf 2021]
- Llywodraeth Cymru. (2021a). *Cymru'r Dyfodol. Y Cynllun Cenedlaethol 2040*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2021-03/cymru-r-dyfodol-y-cynllun-cenedlaethol-2040.pdf> [Cyrchwyd 26 Chwefror 2021]

Llywodraeth Cymru. (2021b). *Polisi Cynllunio Cymru. Rhifyn 11*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2021-02/polisi-cynllunio-cymru-rhifyn-11.pdf> [Cyrchwyd 26 Chwefror 2021]

Llywodraeth Cymru (2021c). Y Grŵp Cyngor Technegol, Archwilio Marwolaethau yng Nghymru sy'n gysylltiedig â COVID-19, 24 Mawrth 2021. [ar-lein] Ar gael yn: <https://llyw.cymru/y-grwp-cyngor-technegol-archwilio-marwolaethau-yng-nghymru-syn-gysylltiedig-covid-19> (Cyrchwyd 21 Hydref 2021)

Llywodraeth Cymru. (2021d). *Canol Trefi yng Nghymru i elwa o gronfa creu lleoedd gwerth £15.2 miliwn*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://llyw.cymru/canol-trefi-yng-nghymru-i-elwa-o-gronfa-creu-lleoedd-gwerth?ga=2.85647066.295792011.1643102931-1645011577.1632493652> [Cyrchwyd 26 Ebrill 2021]

Llywodraeth Cymru. (2021e). *Gofynion Ansawdd Datblygu Cymru 2021, Mannau a Chartrefi Prydferth*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2021-08/gofynion-ansawdd-datblygu-ar-gyfer-cymdeithasau-tai.pdf> [Cyrchwyd 29 Hydref 2021]

Llywodraeth Cymru. (2021f). *Llwybr Newydd: Strategaeth Drafnidiaeth Cymru 2021*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2021-03/llwybr-newydd-strategaeth-drafnidiaeth-cymru-2021-symudedd-strategaeth-lawm.pdf> [Cyrchwyd 04 Tachwedd 2021]

Senedd Cymru. (2020). *Effeithiolrwydd Awdurdodau Cynllunio Lleol yng Nghymru*. [ar-lein] Ar gael yn: <https://busnes.senedd.cymru/documents/s102542/Adroddiad%20Pwyllgor%20-%20Effeithlonrwydd%20Awdurdodau%20Cynllunio%20Lleol%20yng%20Nghymru%20Mehefin%202020%20PDF%201152.pdf> [Cyrchwyd 10 Mawrth 2021]

Women's Budget Group. (2019). *Public transport and Gender*. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://wbg.org.uk/wp-content/uploads/2019/10/TRANSPORT-2019-1.pdf> [Cyrchwyd 27 Gorffennaf 2021]

Woodfine, L., Green, L., Evans, L., Parry-Williams, L., Heathcote-Elliott, C., Grey, C.N.B., Irving-Clarke, Y., Kennedy, M., Mai, C., Azam, S. and Bellis, M.A. (2021). *Does unman yn debyg i gartref? Archwilio effaith iechyd a llesiant COVID-19 ar dai heb ddiogelwch. Adroddiad Cryno*. Cardiff, Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru. <https://phwwhocc.co.uk/wp-content/uploads/2021/11/PHW-Housing-Security-and-Covid-report-CYM-final2.pdf>

World Health Organisation. (2020). *WHO Manifesto for a Healthy Recovery from COVID-19*. [ar-lein] Ar gael yn: [https://www.who.int/docs/default-source/climate-change/who-manifesto-for-a-healthy-and-green-post-covid-recovery.pdf?sfvrsn=f32ecfa7\\_8](https://www.who.int/docs/default-source/climate-change/who-manifesto-for-a-healthy-and-green-post-covid-recovery.pdf?sfvrsn=f32ecfa7_8) [Cyrchwyd 19 Chwefror 2021]

Cyngor Bwrdeistref Sirol Wrecsam. (2011). *Nodyn Cyfarwyddyd Cynllunio Lleol Rhif 9. Lleoedd Bwyd Poeth Cario Allan*. [ar-lein] Ar gael yn: [https://www.wrecsam.gov.uk/sites/default/files/2020-05/lpg-9w\\_0.pdf](https://www.wrecsam.gov.uk/sites/default/files/2020-05/lpg-9w_0.pdf) [Cyrchwyd 4 Mawrth 2021]

Xie, J., Luo, S., Furuya, K. and Sun, D. (2020). *Urban Parks as Green Buffers During the COVID-19 Pandemic*. *Sustainability*, 12(17):6751. [ar-lein]. Ar gael yn: <https://doi.org/10.3390/su12176751> [Cyrchwyd 30 Ebrill 2021]



# Ein Blaenoriaethau 2018-2030

**Meithrin  
a defnyddio  
gwybodaeth a  
sgiliau** i wella  
iechyd a llesiant  
ledled Cymru

**Dylanwadu ar  
benderfnyddion  
ehangach** iechyd

**Gwella llesiant  
meddyliol a  
chydnerthedd**

Cefnogi gwaith i  
ddatblygu **system  
iechyd a gofal gynaliadwy**  
sy'n canolbwyntio ar atal  
ac ymyrryd yn gynnar

**Gweithio  
i wireddu  
dyfodol  
iachach  
i Gymru**

**Hyrwyddo  
ymddygiad  
iach**

**Diogelu'r  
cyhoedd** rhag  
heintiau a  
bygythiadau  
amgylcheddol  
i iechyd

Sicrhau  
**dyfodol iach**  
ar gyfer y  
genhedlaeth  
nesaf

Ein Gwerthoedd:

*Cyfoleuethir,  
gyflwyno gwybodaeth  
a pharchu, i wneud gwahaniaeth*



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



**GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES**

Iechyd Cyhoeddus  
Cymru  
Public Health  
Wales

Iechyd Cyhoeddus Cymru  
Rhif 2 Capital Quarter  
Stryd Tyndall  
Caerdydd CF10 4BZ  
Ffôn: +44 (0)29 2022 7744

E-bost: [generalenquiries@wales.nhs.uk](mailto:generalenquiries@wales.nhs.uk)



[@IechydCyhoeddus](https://twitter.com/IechydCyhoeddus)



[/IechydCyhoeddusCymru](https://www.facebook.com/IechydCyhoeddusCymru)

[icc.gig.cymru](http://icc.gig.cymru)