

Sut rydym yn gwneud yng Nghymru?

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

Ionawr 2022

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

Dechreuodd yr arolwg ym mis Ebrill 2020 ac ar hyn o bryd mae'n gweithredu bob mis. Mae'n cynnwys set o gwestiynau arferol gyda chwestiynau eraill yn newid yn dibynnu ar faterion sy'n dod i'r amlwg.

Mae data arolwg yn cael ei haddasu i gynrychioli poblogaeth Cymru yn ôl oedran, rhyw ac amddifadedd*.

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



*Oni nodir yn wahanol. Trwy gydol yr adroddiad, efallai na fydd ffigurau bob amser yn ychwanegu at 100% oherwydd talgrynnu.

Cyfwelwyd â 1005 o drigolion Cymru 18 oed a hŷn ym mis Ionawr 2022*

38%

o bobl yn dweud eu bod yn deall y cyfyngiadau presennol sydd ar waith yng Nghymru i leihau lledaeniad coronafeirws yn 'dda iawn' a 44% yn 'eithaf da'. 15% yn dweud 'ddim yn dda iawn' a 4% 'ddim o gwbl'.

47%

o bobl yn dweud eu bod wedi bod yn dilyn y cyfyngiadau 'yn llwyr' a dywedodd 38% arall eu bod yn cydymffurfio ar y cyfan.^

49%

o bobl yn dweud eu bod wedi gwneud prawf llif unffordd yn y 7 diwrnod diwethaf.* O'r bobl hyn, dywedodd dwy ran o dair eu bod wedi gwneud mwy nag un prawf o'r fath.

67%

o bobl yn meddwl bod y cyfyngiadau sydd ar waith i reoli'r coronafeirws 'yn iawn'. Fodd bynnag, roedd 24% yn meddwl eu bod yn 'ormod', cynnydd o 12% ym mis Rhagfyr 2021. Roedd yr 8% arall yn meddwl bod y cyfyngiadau yn 'rhy ychydig'.

85%

o bobl yn dweud eu bod yn cefnogi'r gofyniad parhaus am orchuddion wyneb mewn siopau a manau cyhoeddus dan do eraill yng Nghymru. Fodd bynnag dywedodd 13% nad oeddent, cynnydd o 5% ym mis Rhagfyr 2021. Roedd y gweddill yn ansicr.

*Cynhaliwyd yr arolwg rhwng 10fed ac 28ain Rhagfyr 2021. #45% prawf llif unffordd, 4% prawf llif unffordd a phrawf PCR; gweler tudalen 5.

^Sgoriau o 8-9 ar raddfa o 0 i 10, lle'r oedd 0 yn 'ddim o gwbl' a 10 yn 'yn llwyr' yn dilyn y cyfyngiadau.

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

Do	34%
Ddim yn gwybod	4%

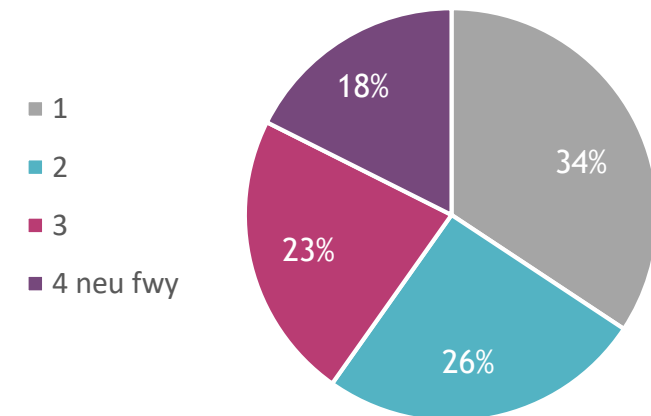
Pa mor bryderus ydych chi y gallech gael coronafeirws?

Dim o gwbl	30%
Ychydig	30%
Gymedrol	27%
Hynod	13%

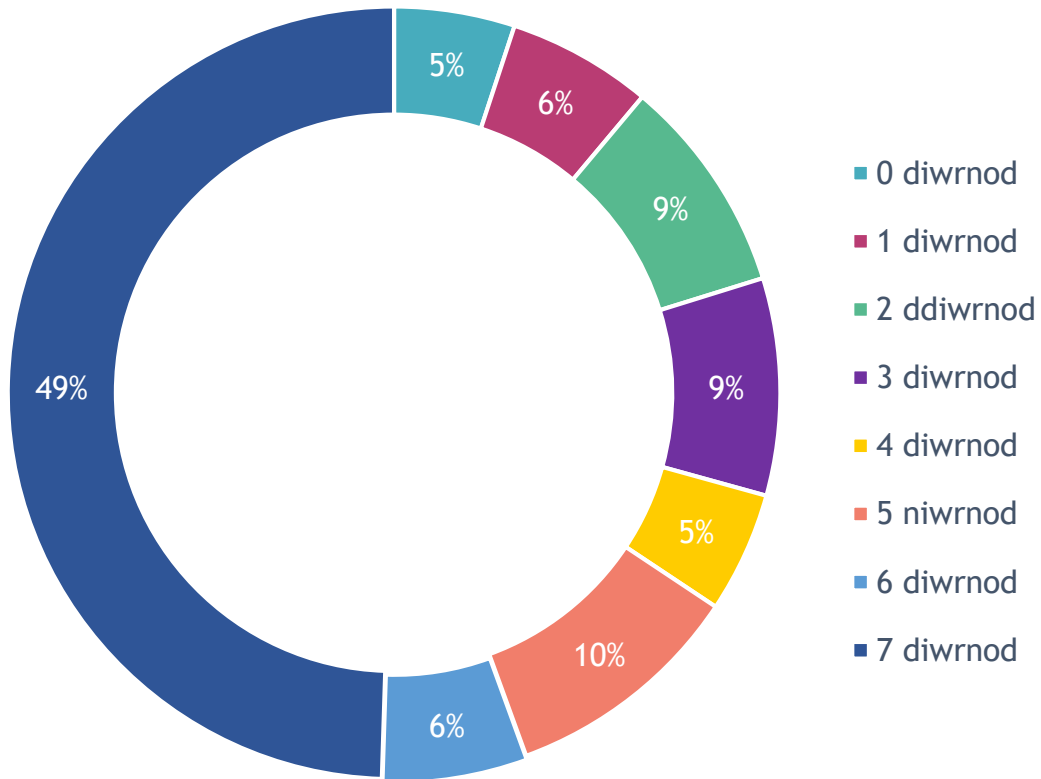
A ydych chi wedi cael prawf PCR neu wedi gwneud prawf llif unffordd yn ystod y 7 diwrnod diwethaf?

Naddo	49%
Do, prawf PCR	2%
Do, prawf llif unffordd	45%
Do, prawf PCR a phrawf llif unffordd	4%

Nifer y profion llif unffordd a wnaed yn ystod y 7 diwrnod diwethaf gan y rhai a ddywedodd eu bod wedi gwneud prawf



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



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

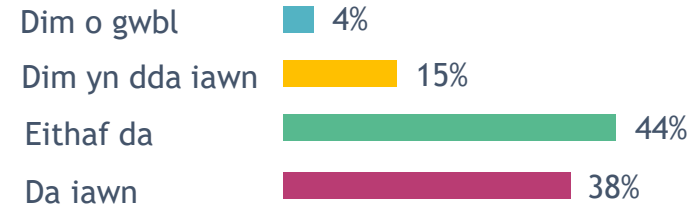
	0 diwrnod	1-2 diwrnod	3-4 diwrnod	5+ diwrnod
...i weithio	63%	9%	9%	19%
...i siopa	17%	55%	18%	10%
...i ymarfer corff	36%	22%	14%	28%
...i gwrdd a teulu / ffrindiau	40%	40%	14%	7%
...i fwyta mewn caffi, tafarn neu fwyty	63%	32%	5%	1%
...i yfed mewn tafarn neu far	80%	18%	2%	0%

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

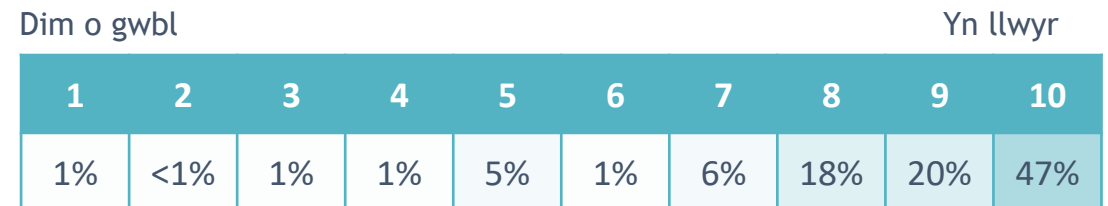
	Dim o gwbl	Ychydig	Llawer
Materion iechyd eraill nad ydynt yn gysylltiedig â coronafeirws	51%	30%	19%
Colli rhywun annwyl i'r feirws	38%	33%	29%
Lles eich plant**~	19%	39%	42%
Addysg eich plant**~	18%	32%	50%
Colli'ch swydd neu fethu dod o hyd i un#~	75%	14%	11%
Eich materion ariannol	60%	25%	15%
Mynd allan i fannau cyhoeddus#	44%	39%	17%
Effeithiau Brexit	53%	27%	20%

*Yn gyfyngedig i'r rhai sydd â plant sy'n byw ar yr aelwyd; #Ac eithro'r rhai a ymatebodd ddim yn berthnasol; ~Data heb ei bwysoli.

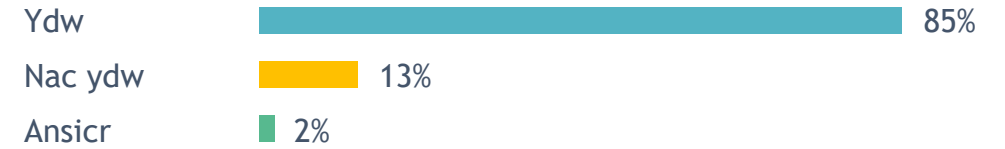
Pa mor dda ydych chi'n teimlo eich bod yn deall y cyfyngiadau presennol sydd ar waith yng Nghymru i leihau lledaeniad coronafirws ?



Ar raddfa o 1 i 10, gydag 1 yn *ddim o gwbl* a 10 yn *llwyr*, i ba raddau fyddwch chi'n dweud eich bod yn dilyn y cyfyngiadau?

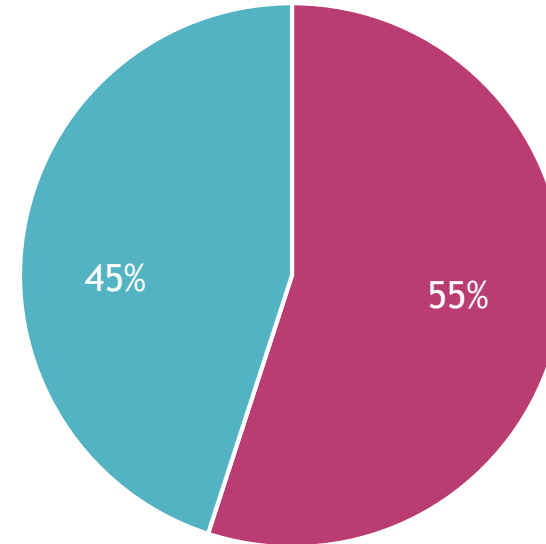


Ydych chi'n cefnogi'r gofyniad parhaus am orchuddion wyneb mewn siopau a lleoedd cyhoeddus dan do eraill yng Nghymru?



Pa un o'r rhain fyddai'n eich poeni chi fwyaf?

- Dal coronafeirws
- Cymru'n mynd nol o dan glo



Ydych chi'n meddwl fod y cyfyngiadau sydd mewn lle i reoli coronafeirws yn...

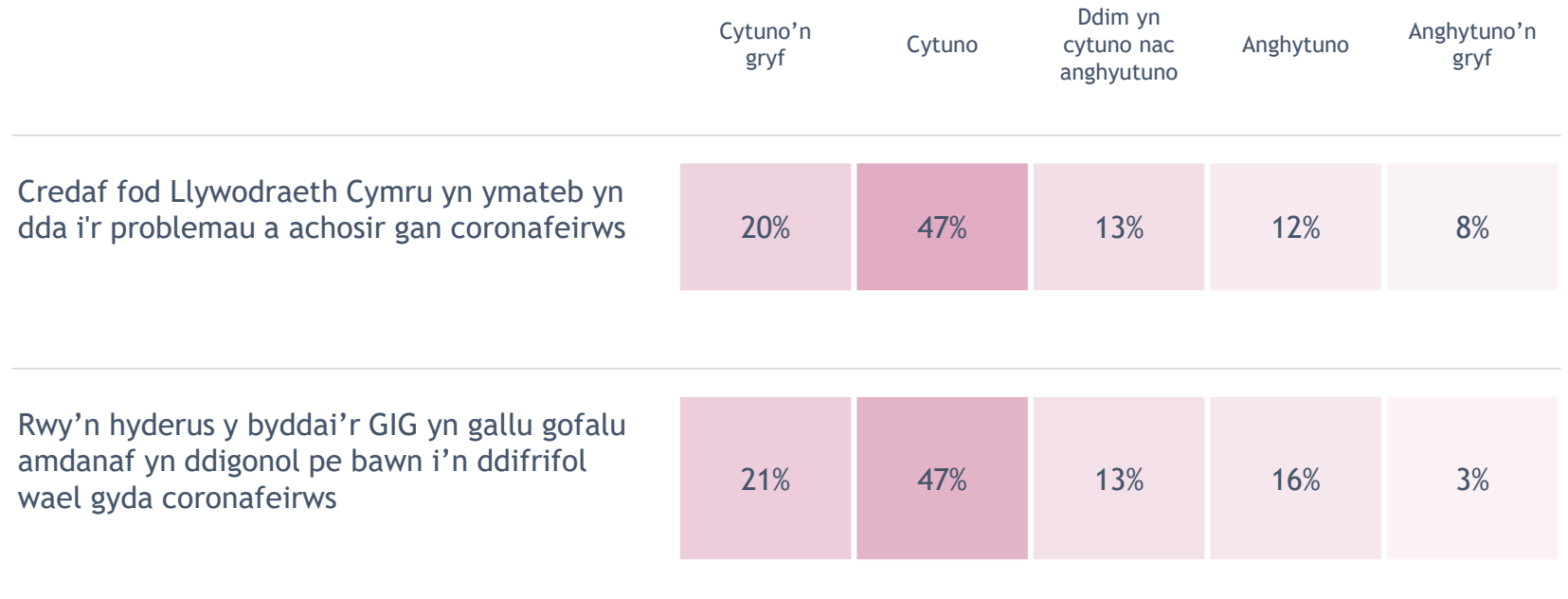
Rhy ychydig 8%



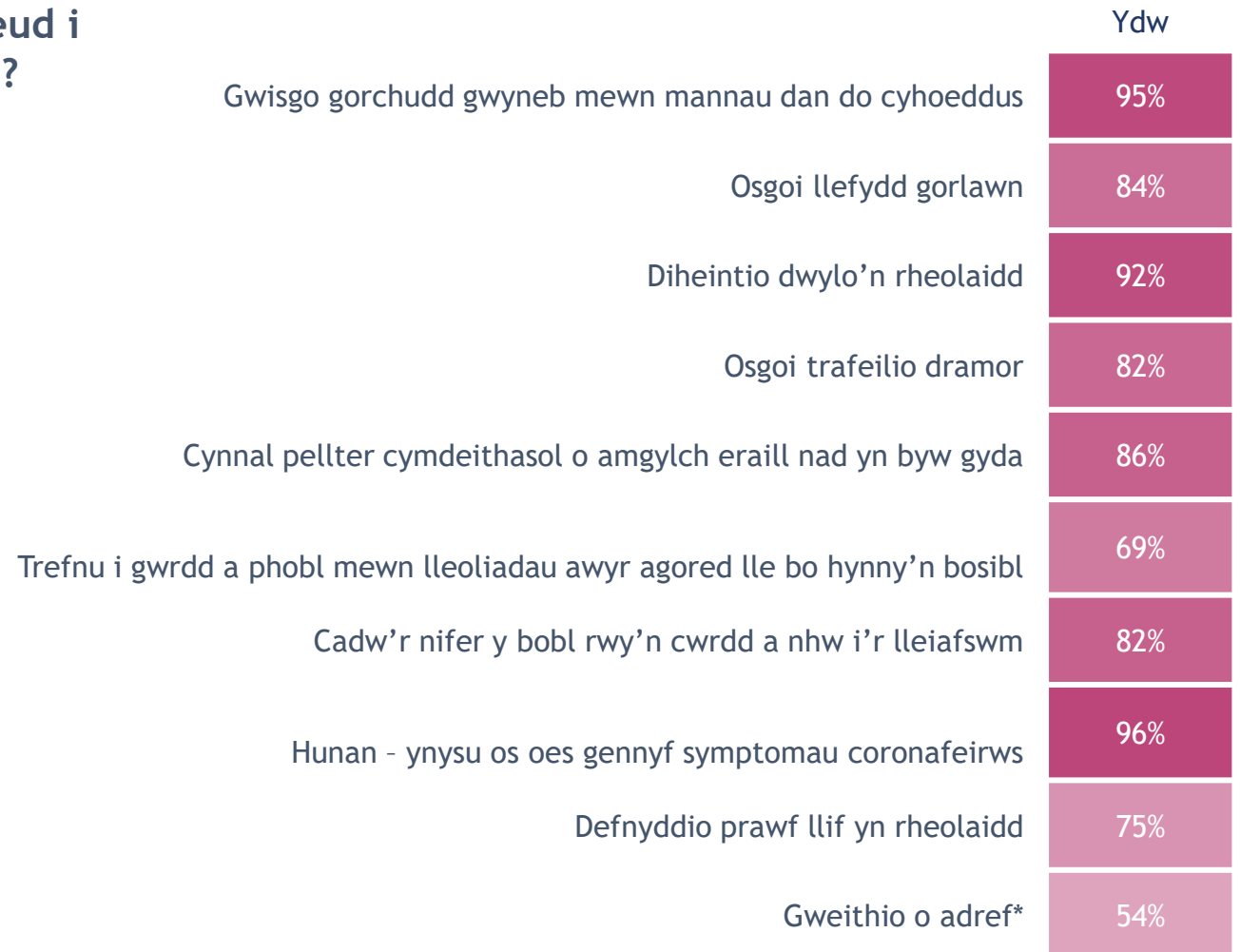
Tua'i le 67%



Yn ormod 24%



Pa un o'r canlynol, os o gwbl, ydych chi'n ei wneud i leihau eich risg o ddal neu ledaenu coronafeirws?



*Data heb ei bwysoli, ac eithro'r rhai a ymatebodd "ddim yn berthnasol"

O'r rhestr yma o feysydd polisi posib, beth ddylai fod yn flaenoriaeth yn gyntaf, ail a thrydydd dros y 12 mis nesaf yn eich barn chi?

	Blaenoriaeth 1 ^{af}	2 ^{il} flaenoriaeth	3 ^{ydd} blaenoriaeth	Wedi'i gynnwys yn y 3 prif flaenoriaeth
Rhestr aros GIG	44%	21%	13%	78%
Coronafeirws	25%	19%	13%	57%
Iechyd meddwl	9%	21%	19%	50%
Addysg	9%	15%	17%	41%
Newid hinsawdd	6%	8%	13%	27%
Brexit	3%	9%	12%	24%
Di-weithdra	3%	7%	12%	23%

Ymddiried mewn ffynonellau gwybodaeth

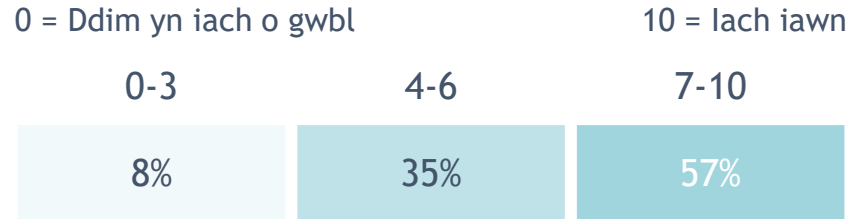
Gan feddwl nid yn unig am COVID ond yn gyffredinol, faint ydych chi'n ymddiried mewn gwybodaeth o'r ffynonellau canlynol, gan ddefnyddio graddfa o 0 i 10 lle mae 0 yn 'ddim yn ymddiried o gwbl' a 10 yn 'ymddiried yn llwyr'

Ar gyfer pob ffynhonnell, a fydddech chi'n dweud bod lefel eich ymddiriedaeth ynddynt wedi cynyddu, wedi aros yr un peth neu wedi gostwng o ganlyniad i'r pandemig COVID?

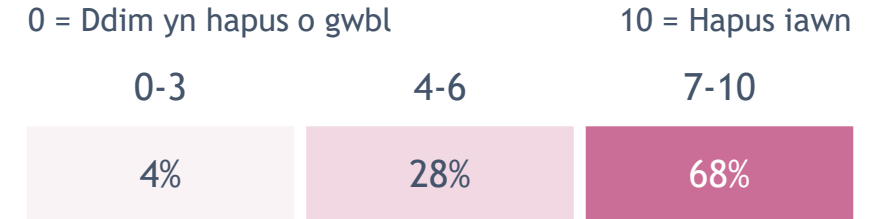
	Ymddiriedaeth uchel		Ymddiriedaeth isel						
	7-10	4-6	0-3	NA*		Cynyddu	Dim newid	Gostwng	Amh*
Llywodraeth Cymru	67%	22%	11%	<1%	26%	47%	26%	1%	
Iechyd Cyhoeddus Cymru	81%	15%	5%	<1%	32%	52%	14%	1%	
Ffynonellau newyddion y BBC (gan gynnwys teledu a gwefannau)	44%	36%	19%	1%	9%	53%	35%	2%	
Ffynonellau newyddion teledu eraill	36%	43%	18%	3%	7%	52%	37%	4%	
Ffynonellau newyddion ar-lein eraill	21%	42%	30%	7%	6%	48%	38%	8%	
Cyfryngau cymdeithasol fel Twitter a Facebook	9%	30%	51%	10%	5%	38%	45%	12%	
Papurau newydd	20%	40%	29%	11%	5%	54%	30%	11%	
Aelodau teulu	48%	37%	14%	1%	12%	73%	13%	1%	
Ffrindiau	45%	42%	13%	1%	12%	73%	13%	2%	

*Amh, ddim yn berthnasol: dim barn, erioed wedi'i ddefnyddio. Ni ddarllenwyd y categori ymateb hwn i gyfranogwyr.

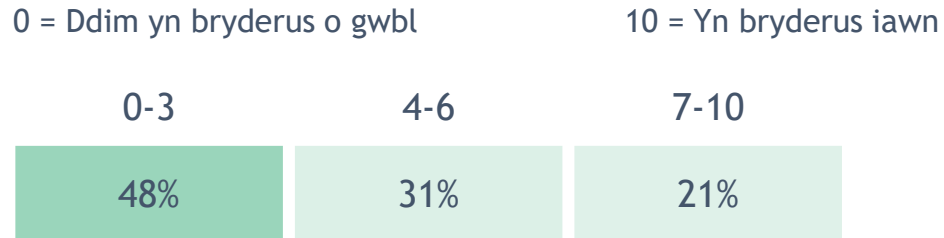
Pa mor iach ydych yn ei deimlo heddiw?



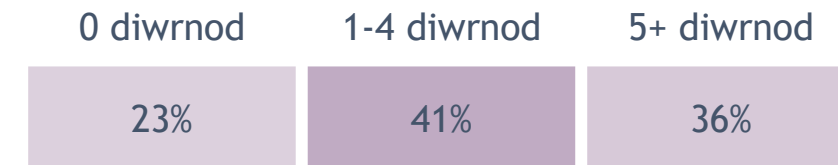
Pa mor hapus ydych chi'n ei deimlo heddiw?



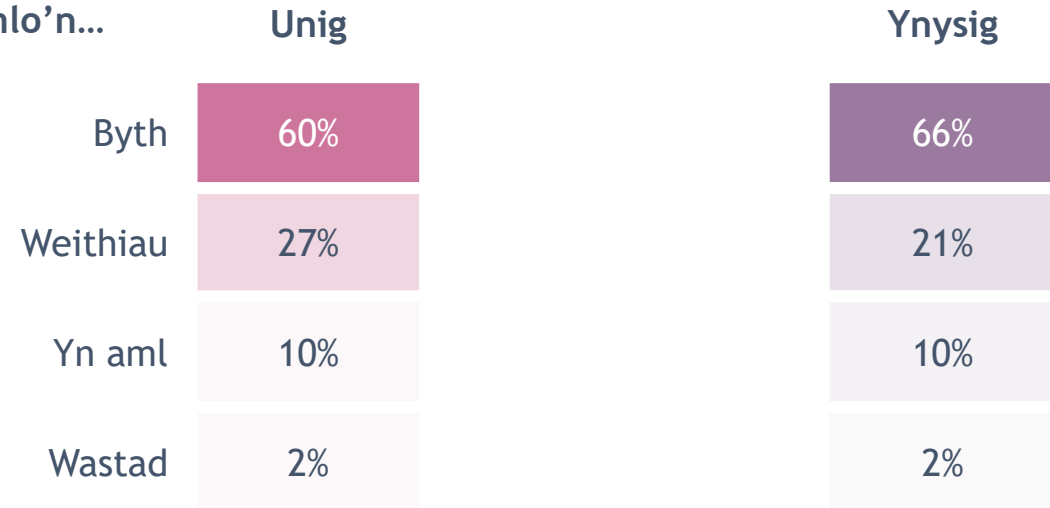
Pa mor bryderus ydych chi'n ei deimlo heddiw?



Ar sawl diwrnod yn ystod yr wythnos diwethaf wnaethoch chi o leiaf 30 munud o weithgaredd corfforol (digon i'ch gwneud chi allan o wynt)?

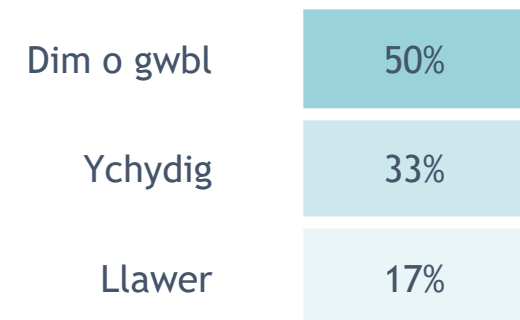


Yn ystod yr wythnos diwethaf, pa mor aml ydych chi wedi teimlo'n...



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

Eich iechyd a lles meddwl



Cyhoeddwyd 4^{ydd} Chwefror 2022

Ymholiadau

Datblygydd yr Arolwg

Yr Athro Mark A Bellis

Data a Dadansoddeg

Yr Athro Karen Hughes

E-bost

Ymholiadau.cyffredinol@wales.nhs.uk

Ffôn

02920 227744

Wê

icc.gig.cymru

Cymorth Dadansoddol

Natasha Judd

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

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

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



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

phwwhocc.co.uk



@phwwhocc



Phwwhocc

Sut wyt ti?

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

icc.gig.cymru/sut-wyt-ti

