



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

*Llyfr Clotïon
Canolfan Gydwethredol
WHO*

Dathlu ein huchafbwyntiau
a'n cyflawniadau
Ebril | 2021 - Mawrth 2022



Mawrth / Ebrill

Adroddiad Statws Tegwch Iechyd Cymru

Awduron: Mariana Dyakova, Lauren Couzens, James Allen, Mischa Van Eimeren, Anna Stielke, Andrew Cotter-Roberts, Rajendra Kadel, Benjamin Bainham, Kathryn Ashton, Daniela Stewart, Karen Hughes, Mark Bellis

Ar 18 Mawrth 2021, cyhoeddwyd Adroddiad Statws Tegwch Iechyd Cymru, GADAEL NEB AR ÔL: Gosod tegwch iechyd wrth wraidd ymateb ac adferiad cynaliadwy COVID-19 yng Nghymru, gan y tîm Iechyd Rhyngwladol a'i nod yw helpu i lywio a chefnogi ymateb ac adferiad cynaliadwy ar ôl Coronafeirws (COVID-19) yng Nghymru, gan wneud tegwch iechyd yn greiddiol iddo. Mae'n atgyfnerthu ein dealltwriaeth ynghylch pa mor rhyngddibynnol y mae llesiant unigolion a chymdeithas, a'r economi ehangach, o ran cyflawni ffyniant i bawb. Mae'r adroddiad hefyd yn cyfrannu at gryfhau rôl flaenllaw Cymru ar frig yr agenda tegwch iechyd a datblygu cynaliadwy yn Ewrop ac yn fyd-eang. Yn dilyn lansio adroddiad cyntaf menter Adroddiad Statws Tegwch Iechyd Cymru (WHESRI) ym mis Mawrth 2021, cyhoeddodd y tîm Iechyd Rhyngwladol yr Atodiad Technegol cysylltiedig ar 10 Mai 2021. Mae'r Atodiad yn nodi'r ffynonellau data, y dulliau dadansoddi a'r dangosyddion a ddefnyddir trwy gydol adroddiad WHESRI ac mae'n cyfleu cyfyngiadau, cafeatai, honiadau a nodiadau ar gyfer eu dehongli, yn ogystal â dolen i'r ffynhonnell ddata wreiddiol, os yw ar gael.

Mae WHESRI wedi cael ei gynnwys yn niweddariad wythnosol Rhwydwaith Rhanbarthau er Iechyd WHO (11.05.21), Cylchlythyr Tegwch Iechyd EuroHealthNet (07.04.21) y soniwyd amdano mewn **darn newyddion ar Degwch Iechyd ar gyfer Diwrnod Iechyd y Byd, 8 Ebrill 2021**, ar wefan Swyddfa Ranbarthol Ewrop WHO.

Gadael Neb ar Ôl – Lansio'r Weminar

Gan groesawu'r thema Gadael Neb ar Ôl ac fel rhan o Wythnos Iechyd y Cyhoedd Ewropeidd 2021, arweiniodd y tîm Iechyd Rhyngwladol weminar a gynhaliwyd ar y cyd gyda Rhwydwaith Iechyd Cyhoeddus Cymru yn canolbwyntio ar ganfyddiadau Gosod tegwch iechyd wrth wraidd ymateb ac adferiad cynaliadwy COVID-19: Adeiladu bywydau llewyrchus i bawb yng Nghymru, yr adroddiad cyntaf a ddatblygwyd fel rhan o fenter Adroddiad Statws Tegwch Iechyd Cymru. Cynhaliwyd y weminar ar 21 Mai 2021 ac roedd yn cynnwys cynulleidfya fyd-eang.



Mai

Byddwch y Newid – Canllaw i Weithio Gartref a Gweithio Ystwyth Cynaliadwy

Datblygodd yr Hyb Iechyd a Chynaliadwyedd adnoddau, gafodd eu lansio'r wythnos yn dechrau 19 Mai, fel rhan o Wythnos Iechyd y Cyhoedd Ewropeaidd #EUPHW Mae'r e-ganllaw 'Byddwch y Newid - Gweithio Gartref a Gweithio Ystwyth Cynaliadwy' yn darparu camau cynaliadwy bach ar gyfer gweithio gartref ac yn ystwyth, i helpu unigolion i leihau eu heffaith ar yr amgylchedd.

Y Gyfres Camau Cynaliadwy
Yn helpu i wireddu Deddf Cenedlaethau'r Dyfodol mewn mod cadarnhaol

Gweithio Gartref a Gweithio'n Ystwyth mewn mod Cynaliadwy
Mae gan bob un ohonon o fewn y sector cyhoeddus yng Nghymru ian i'w chwarae o ran gwreiddio Deddf Cenedlaethau'r Dyfodol, a sicrhau mai 'ni yw'r newid' wrth wellthio llong at y Cymru a garem ar gyfer ein cenedlaethau presennol a chenedlaethau'r dyfodol. Mae ein gweithredoedd heddol eisoes yn effeithio ar yfory gyda'n gilydd, beth am i ni sicrhau ei bod yn effaith gadarnhaol



Her Nodau Llesiant Byddwch y Newid

Mae 'Her Nodau Llesiant Byddwch y Newid' yn nodi chwe her newid ymddygiad ar wahân i'n hannog i weithredu a byw'n fwy cynaliadwy.

Ni yw'r Newid Her Nodau Llesiant
CYFRIS O HERIAU I GIPROGI SAITH MOD LLESIAINT CYMRU

Mae gan bob un ohonon ran i'w chwarae mewn ddiogel dyfodol ein plant a sicrhau mai 'ni yw'r newid' ar gyfer y Cymru a garem ar gyfer cenedlaethau heddiw a chenedlaethau'r dyfodol.

Mae ein gweithredoedd heddiw eisoes yn cael effaith ar y dyfodol; gadewch i ni sicrhau eu bod yn cael effaith gadarnhaol

Cynhyrchwyd yr e-ganllaw hwn gan Hyb Iechyd a Chynaliadwyedd (Iechyd Cyhoeddus Cymru) i'w gyswll pobl i wellthredu a byw mewn ffordd mwy cynaliadwy.

Gwaethygodd Iechyd Meddwl a Chorfforol pobl yn ystod y pandemig

Yng nghanlyniadau diweddaraf yr arolwg cenedlaethol ymgysylltu â'r cyhoedd a gyhoeddwyd ar 24 Mai 2021, mae 42 y cant o bobl a arolygwyd o'r farn bod eu hiechyd meddwl yn waeth nawr nag oedd cyn y pandemig, gyda menywod ac oedolion iau yn fwy tebygol o adrodd hyn nag eraill, ac roedd 38 y cant yn teimlo bod eu hiechyd corfforol yn waeth nawr. Dywedodd yr Athro Mark Bellis, Cyfarwyddwr Polisi ac Iechyd Rhyngwladol yn Iechyd Cyhoeddus Cymru:

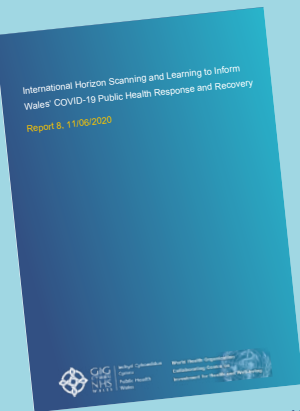
"Mae pobl eisoes yn dechrau adrodd eu bod yn teimlo'n llai ynysig a bod ganddynt lefelau hapusrwydd uwch wrth iddynt ddechrau dod allan o gyfyngiadau'r pandemig. Fodd bynnag, mae canlyniadau hefyd yn dangos effaith mor negyddol y mae'r flwyddyn ddiwethaf wedi ei chael ar iechyd a llesiant cyffredinol pobl."

"Yn arbennig, mae pobl o ardaloedd difreintiedig, pobl iau a menywod yn fwy tebygol o adrodd effeithiau negyddol ar agweddau gwahanol o'u hiechyd corfforol a meddyliol. Mae'r canlyniadau hyn yn dangos i ni bod yn rhaid i ni wneud popeth y gallwn nawr i gynorthwyo adferiad pobl o effeithiau ehangach y pandemig, er mwyn sicrhau adferiad llwyddiannus a dyfodol o iechyd a llesiant da ar draws ein cymunedau i gyd."

21 Mai 21

Arolwg Ymgysylltu â'r Cyhoedd: Adroddiad Wythnos 58

Mae tua 18,000 o breswylwyr Cymru wedi cymryd rhan yn yr arolwg cenedlaethol ymgysylltu â'r cyhoedd ers iddo ddechrau ym mis Ebrill 2020. Mae adroddiad yr arolwg diweddaraf yn edrych ar dueddiadau mewn ymatebion i gwestiynau dehol dros gyfnod y pandemig, yn cynnwys pryder am coronafeirws, derbyn brechlynnau, ac iechyd meddwl a chorfforol. Mae hefyd yn edrych ar wahaniaethau economaidd-gymdeithasol yn yr ymatebion i'r cwestiynau hyn a chwestiynau ychwanegol yn gofyn sut mae iechyd a llesiant pobl wedi newid ers cyn y pandemig. [Darllen yr adroddiad a'n hadnoddau eraill ar Storfa Cronfa Ddata Canolfan Gydweithredol WHO.](#)



13 Mai 21

Sganio Gorwel Iechyd Rhyngwladol - Adroddiad 28

Er mwyn deall, lleddfu a mynd i'r afael â heriau digynsail pandemig COVID-19 yng Nghymru, mae gweithredu cydgysylltiedig, cydweithredol, amserol, wedi ei lywio gan dystiolaeth ar iechyd y cyhoedd yn hanfodol ar draws pob lefel lywodraethu, sector a rhanddeiliad, yn genedlaethol ac yn rhyngwladol. Mae dysgu parhaus ac amserol o brofiad gwledydd eraill a'r dystiolaeth a'r arweiniad sydd yn dod i'r amlwg, wedi eu darparu gan sefydliadau rhyngwladol allweddol, yn hanfodol i lywio gweithredoedd, ymagweddau a phrosesau gwneud penderfyniadau o'r fath yng Nghymru. Cychwynwyd ffrwd waith Dysgu a Sganio'r Gorwel Rhyngwladol i lywio ymateb ac adferiad esblygol iechyd y cyhoedd i COVID-19 yng Nghymru. Mae'n canolbwyntio'n bennaf ar dystiolaeth ryngwladol, profiad, mesurau yn ogystal ag ymagweddau pontio ac adferiad yn ymwneud â COVID-19, er mwyn deall ac archwilio atebion ar gyfer mynd i'r afael ag effeithiau iechyd, llesiant, cymdeithasol ac economaidd parhaus ac yn dod i'r amlwg (niwed a buddion posibl). Mae'r adroddiad diweddaraf yn canolbwyntio ar: COVID-19 hir a teleweithio oherwydd COVID-19. Mae'r holl adroddiadau eraill hyd yma ar gael ar safle storfa Canolfan Gydweithredol WHO.

Mai

Dylanwadu ar Gyrsiau Polisi

Ar ddechrau mis Mai, hwylusodd y Tîm Polisi ddwy sesiwn hyfforddiant ar gyfer cydweithwyr Iechyd Cyhoeddus Cymru ar 'Ddylanwadu ar yr Agenda Bolisi: Sgiliau Ymarferol', a gyflwynwyd gan Julie Barratt. Fe'u trefnwyd yn wreiddiol i fod yn un sesiwn ond roedd cymaint o alw am y sesiwn ar draws y sefydliad i'r tîm ychwanegu ail sesiwn yn nes ymlaen yr un wythnos – ac roedd rhestr wrth gefn o hyd! Rhoddodd Julie drosolwg o'r cyd-destun polisi a deddfwriaethol yng Nghymru, a defnyddio astudiaeth achos ymarferol i danategu gwersi ar y ffordd y mae unigolion a sefydliadau'n mynd ati i ddylanwadu ar ddatblygiad polisi. Mae'r adborth o'r sesiynau wedi bod yn gadarnhaol iawn, gydag ailadrodd sesiynau yn cael eu trefnu ar hyn o bryd ar gyfer mis hydref 2021.



*Llywio, dylanwadu ar a chydweithio
ar gyfer iechyd y cyhoedd yng Nghymru
Informing, influencing and collaborating
for public health in Wales*

Mehefin

Effaith covid-19 ar brofiad plant a phobl ifanc o drais ac ace

Awdur: Bryony Parry

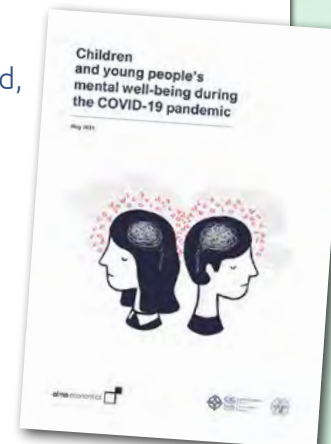
Ymchwil newydd: Effaith COVID-19 ar brofiad plant a phobl ifanc o drais ac ACE. Mae ymchwil hanfodol gan Uned Atal Trais Cymru, a ariannwyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru, yn amlygu'r angen am ymyrraeth gynnar, gwybodaeth hygyrch a chyllid cynaliadwy parhaus ar gyfer gwasanaethau yn cefnogi plant a phobl ifanc wrth i Gymru ail-agor. Wrth i'r genedl gyflwyno ei chynllun adferiad ar ôl y pandemig, mae'r rhan fwyaf ohonom yn mwynhau rhywfaint o deimlad o normalrwydd yn dychwelyd. Fodd bynnag, i blant a phobl ifanc, gallai'r cyfyngiadau oedd yn angenrheidiol i reoli COVID-19 adael effaith barhaus a dinistriol o bosibl ar eu hiechyd meddwl a chorfforol.

Lawrlwytho'r adroddiad a'r ffeithlun yma.



Iechyd Meddwl a Llesiant Plant a Phobl Ifanc yn ystod y pandemig

Mae adroddiad newydd, a gyhoeddwyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru, yn nodi amrywiaeth o weithgareddau ac ymddygiad a helpodd pobl ifanc i ymdrin â'r newidiadau anodd i'w bywydau yn ystod pandemig Coronafeirws. Fe wnaeth treulio amser yn yr awyr agored, cadw'n egniol yn gorfforol, ymgysylltu â gweithgareddau creadigol a diddordebau, sefydlu arferion, cadw mewn cysylltiad â ffrindiau ar-lein a bod yn ymwybodol o natur Coronafeirws a sut i atal ei ledaeniad, i gyd helpu i leihau effeithiau negyddol y pandemig ar iechyd meddwl. Mae mwy o wybodaeth ar gael ar ein gwefan.

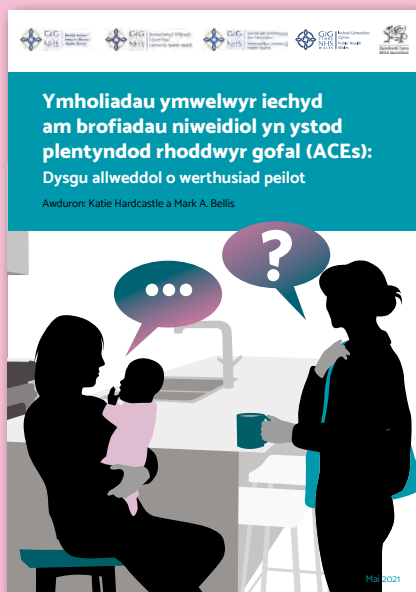


“Rydym yn ddiolchgar i Dr Sumina Azam, Nerys Edmonds a Liz Green (Canolfan Gydwethredol WHO ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant, Iechyd Cyhoeddus Cymru) am eu sylwadau defnyddiol yn ystod pob cam o'r gwaith hwn.”
Tîm prosiect Alma Economics

Ymholiad ymwelydd iechyd am brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod (ACE) rhoddwyr gofal: Dysgu allweddol o werthusiad peilot

Ym mis Mehefin, cyhoeddwyd yr adroddiad 'Ymholiad ymwelydd iechyd am brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod (ACE) rhoddwyr gofal: Dysgu allweddol o werthusiad peilot'. Mae'r adroddiad yn ystyried dichonolrwydd a derbynioldeb ymholiad am ACE mewn cyswllt ymweliad iechyd arferol, o safbwynt yr ymarferydd a defnyddiwr y gwasanaeth, ac yn archwilio effaith y model ymholi a weithredwyd ar ymwybyddiaeth a sgiliau'r ymarferydd, y berthynas rhwng defnyddiwr y gwasanaeth a'r ymarferydd, ac iechyd a llesiant teuluoedd. Mae'r adroddiad yn cynnwys ffeithlun.

Gellir eu gweld yma.



#DIOGELIAROS – Uned Atal Trais Cymru’n lansio ymgyrch i atal aflonyddu rhywiol a thrais mewn bywyd nos

Mae Uned Atal Trais Cymru (VPU) wedi ffurfio partneriaeth gyda’r Ymgyrch Noson Allan Dda i gyflwyno ymgyrch sydd yn mynd i’r afael ag aflonyddu rhywiol yn yr economi nos, gyda chymorth gan Cymorth i Fenywod Cymru.

Er mwyn cefnogi partneriaid y diwydiant wrth ailagor yr economi nos (NTE) yn ddiogel, gofynnodd Heddlu De Cymru i Uned Atal Trais Cymru (VPU) ystyried ymgyrch yn canolbwyntio ar atal trais rhywiol yng nghyd-destun yr economi nos. Mae hyn yn cyd-fynd â Strategaeth ar y Cyd VAWG Heddlu De Cymru 2019-2024 gan ei fod yn annog cydweithredu rhwng sefydliadau, yn annog ymyrraeth gynnar i atal ymddygiad o aflonyddu rhywiol rhag troi’n drais rhywiol, mae ganddo’r potensial i ddiogelu’r dioddefwyr, ac yn tynnu sylw gwylwyr at ymddygiad y cyflawnwr.

Mae’r ymgyrch hwn yn ceisio atal trais rhywiol trwy sefydlu newid diwylliannol mewn agweddau tuag at aflonyddu a thrais rhywiol. Mae ymchwil yn dangos bod trais rhywiol yn deillio o greddau ac agweddau tuag at bobl eraill, sydd wedi eu meithrin trwy gyswllt ac atgyfnerthu dro ar ôl tro gan y rheiny o’u cwmplas. Mae’r credoau a’r agweddau hyn yn datblygu’n fynegiant geiriol (e.e. ymosodiad corfforol a rhywiol 2012). Mae hyn yn golygu y gall aflonyddu rhywiol, os na chaiff ei herio, arwain at drais rhywiol.

Nod yr ymgyrch yw ceisio atal aflonyddu rhywiol trwy annog ymatebion rhag-gymdeithasol a gweithredol gan wylwyr tuag at unigolion sydd yn arddangos ymddygiad amhriodol a niweidiol. Yn fwy penodol, mae’r ymgyrch yn ceisio annog a galluogi pobl i godi llais am aflonyddu rhywiol mewn bywyd nos, trwy roi’r ymwybyddiaeth sydd ei hangen arnynt i adnabod ymddygiad sydd yn peri problem, a’r sgiliau i herio neu ddenu rhywun i ffwrdd o ymddygiad posibl cyflawnwr mewn ffordd nad yw’n ymosodol a heb ddefnyddio trais.

Mae’r ymgyrch yn cael ei gyflwyno ar-lein (Facebook, Instagram a Snapchat) ac all-lein, trwy digifaniau, hysbysebion ar fesuryddion parcio a phosteri ar fysiau (yng Nghaerdydd ac Abertawe).

[Ewch i wefan yr ymgyrch am fwy o wybodaeth ac i lawrlwytho’r Pecyn Cymorth Gwylwyr Gweithredol.](#)



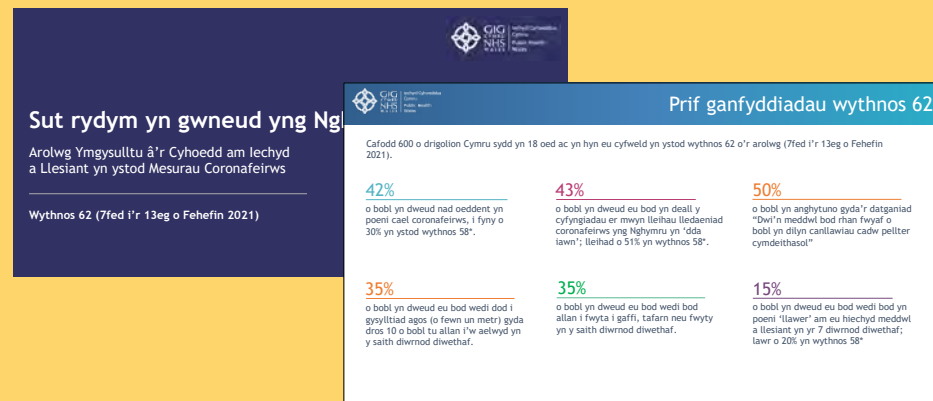
Mehefin

Mehefin 21 Arolwg Ymgysylltu Iechyd y Cyhoedd

Mae canlyniadau arolwg ymgysylltu â'r cyhoedd diweddaraf Iechyd Cyhoeddus Cymru i mewn, a rhwng 7 - 13 Mehefin 2021, o'r 600 o bobl a arolygwyd:

- Dywedodd 15 y cant o bobl eu bod wedi bod yn poeni 'cryn dipyn' am eu hiechyd meddwl a'u llesiant dros y saith diwrnod diwethaf; i lawr o 20 y cant yn wythnos 58
- Roedd 35 y cant o bobl wedi bod allan i gael bwyd, naill ai mewn caffi, tafarn neu fwyty dros y saith diwrnod diwethaf.
- Dywedodd 88 y cant o bobl eu bod yn deall y cyfyngiadau presennol oedd ar waith yng Nghymru naill ai'n eithaf da (45 y cant) neu'n dda iawn (43 y cant)
- Cytunodd 77 y cant fod y cyfyngiadau presennol 'yn weddol agos at'
- Anghytunodd 50 y cant o bobl â'r datganiad bod y rhan fwyaf o bobl yn dilyn canllawiau cadw pellter cymdeithasol (cytunodd 39 y cant)
- Dywedodd 35 y cant o bobl eu bod wedi dod i gysylltiad agos (sy'n golygu o fewn un metr) â mwy na 10 person y tu allan i'w haelwyd yn y saith diwrnod diwethaf.

I gael y stori lawn a'r canlyniadau, ewch i'n [gwefan](#).



Ymgyrch #amserbodyngaredig Hyb Cymorth ACE

Daeth ymgyrch ymwybyddiaeth gyhoeddus Hyb Cymorth ACE i ben ym mis Mai. Roedd yr ymgyrch yn cynnwys ffilm a ddangoswyd ar ITV, S4C ar adegau brig, y cyfryngau cymdeithasol a digidol gyda chynhwysiant a chefnogaeth rhanddeiliaid ledled Cymru.

#TimeToBeKind

Mae uchafbwyntiau'r ymgyrch yn cynnwys stori ar BBC Radio Wales yn cyfwrdd â'r Cyfarwyddwr Jo Hopkins am yr ymgyrch a siarad ag elusen yng Nghasnewydd, Dyfodol Cadarnhaol, a phobl ifanc y maent yn gweithio gyda nhw am bwysigrwydd caredigrwydd.

Datblygodd a hyrwyddodd dwy ysgol yng Ngogledd Cymru, Ysgol Bryn Coch ac Ysgol San Sior, eu hadnoddau eu hunain i ledauen'r neges am garedigrwydd a thrugaredd gyda sylw yn y cyfryngau lleol a stori ar ITV Cymru.

Ar y cyfan, ar ddiwedd yr ymgyrch, roedd dros 2.8 miliwn o argraffiadau ar y cyfryngau cymdeithasol, gwylwyd y ffilm dros 228,000 o weithiau ac ymwelwyd â'n gwefan dros 3,000 o weithiau ac edrychwyd ar y tudalennau 7,000 o weithiau.

Bydd gwerthusiad llawn yr ymgyrch ar gael yn fuan ac rydym yn gweithio gydag Iechyd Cyhoeddus Cymru ac ymchwilwyr Prifysgol Bangor, i fesur effaith y ffilm o ganlyniadau arolwg a gwblhawyd gan fwy na 350 o ymatebwyr.

Gallwch weld y sylw yn y cyfryngau yng Ngogledd Cymru [yma](#) ac [yma](#).

Gwylwio ffilm yr ymgyrch:

Mehefin

Adroddiad hyfforddiant sensitif i drawma

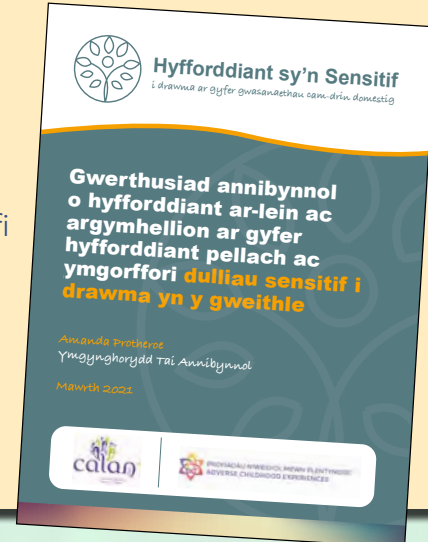
Mae Hyb Cymorth ACE wedi gweithio'n gydwethredol gyda Platfform ar gyfer Iechyd Meddwl a Calan DVS i ddatblygu rhaglen hyfforddiant 4 diwrnod sy'n sensitif i drawma yn benodol ar gyfer staff rheng flaen a rheolwyr Calan. Roedd datblygiad y rhaglen hon hefyd yn cynnwys ymgynghoriadau gyda goroeswyr ynghyd â gwybodaeth gan y rheiny oedd â phrofiad bywyd a aeth ymlaen i lywio strwythur y rhaglen.

Roedd y rhaglen hyfforddiant yma wedi ei hanelu at y staff/gwasanaethau hynny oedd eisiau cael dealltwriaeth ddyfnach o Amgylcheddau sy'n Ystyriol o Gyflwr Seicolegol, ymwybyddiaeth ACE ac effaith trawma.

Mae bod yn agored i ansawdd bywyd gwaeth yn cynyddu trwy gyswllt â phrofiadau penodol, ac yn aml iawn, gall hyn gael ei effeithio yn ystod ein blynyddoedd cynnar. Mae'r angen am, a phrofiad o ddiogelwch yn hanfodol i'n hiechyd a'n llesiant a'n gallu i hunanreoleiddio yn emosiynol. Pan na fydd hyn yn cael ei brofi, gall gael effaith ddwys ar ein hymateb ffisiolegol, seicolegol ac emosiynol i ysgogiadau ac yn aml gall gyflwyno ei hun fel ymddygiad heriol pan mae, mewn gwirionedd, yn aml yn blentyndod wedi ei amharu sydd yn amlygu ei hun pan yn oedolyn.

Rhoddodd y rhaglen hyfforddiant yma gyfle i'r cynadleddwyr ystyried materion sydd yn ffurfio ymddygiad fel ymlyniad ACE a Thrawma ac ystyried y sail dystiolaeth ar gyfer ymateb tosturiol ac ystyriol o gyflwr seicolegol ar gyfer menywod sydd wedi profi cam-drin, fel bod ein gwaith yn rhoi'r cyfle i atgyweirio a gwella.

I ganfod mwy, gallwch weld yr adroddiad ar wefan Ymwybyddiaeth ACE Cymru [yma](http://yma.org).

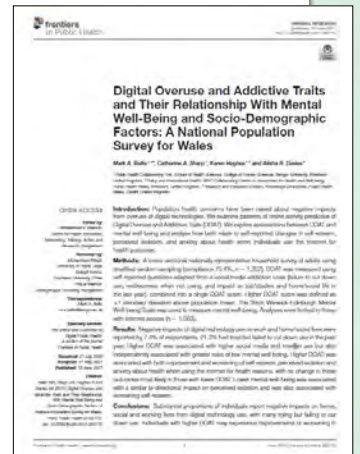


16th Mehefin 2021

Gorddefnydd o'r digidol a nodweddion caethiwus a'u perthynas â Lles meddwl a ffactorau economaidd-ddemograffig

Frontiers | Digital Overuse and Addictive Traits and Their Relationship With Mental Well-Being and Socio-Demographic Factors: A National Population Survey for Wales | Public Health (frontiersin.org)

Mae pryderon ynghylch iechyd y boblogaeth wedi cael eu codi yn ymwneud ag effeithiau negyddol gorddefnyddio technolegau digidol. Rydym yn archwilio patrymau gweithgaredd ar-lein sydd yn darogan Gorddefnydd Digidol a Thueddiadau Caethiwus (DOAT). Rydym yn archwilio cysylltiadau rhwng DOAT a lles meddwl ac yn dadansoddi sut mae'r ddau yn berthnasol i newidiadau wedi eu hunanadrodd mewn hunan-barch, ynysu canfyddedig, a gorbryder am iechyd pan fydd unigolion yn defnyddio'r rhyngwrwyd at ddibenion iechyd. Adroddwyd effeithiau negyddol defnyddio technoleg ddigidol ar fywyd yn y gwaith a gartref/bywyd cymdeithasol gan 7.4% o ymatebwyr. Roedd 21.2% wedi ceisio ond wedi methu lleihau'r defnydd yn y flwyddyn flaenorol. Roedd DOAT uwch yn gysylltiedig â defnydd uwch o'r cyfryngau cymdeithasol a'r rhyngwrwyd ond hefyd yn annibynnol gysylltiedig â mwy o risg o les meddwl gwaeth. Roedd DOAT uwch yn gysylltiedig â gwella a gwaethygu hunan-barch, ynysu canfyddedig a gorbryder am iechyd wrth ddefnyddio'r rhyngwrwyd am resymau iechyd, gyda dim newid yn y canlyniadau hyn yn fwyaf tebygol ymysg y rheiny â DOAT is. Roedd lles meddwl gwaeth yn gysylltiedig ag effaith ddeugyfeiriadol tebyg ar ynysu canfyddedig ac roedd hefyd yn gysylltiedig â gwaethygu hunan-barch.



27 Mehefin 2021

**Cymorth
oedolion yn**

**ystod plentyndod: astudiaeth
adolygol o berthynas oedolion
dibynadwy, ffynonellau cymorth
personol gan oedolion a'u cysylltiad ag
adnoddau cadernid yn ystod plentyndod.**

[Adult support during childhood: a retrospective study of trusted adult relationships, sources of personal adult support and their association with childhood resilience resources | BMC Psychology | Full Text \(biomedcentral.com\)](#)

Gall profiadau niweidiol yn ystod plentyndod (ACE) effeithio ar iechyd a llesiant ar draws cwrs bywyd. Mae cadernid yn nodwedd unigol y mae'n hysbys ei fod yn helpu i ddirymu effaith trallod ac mae ganddo'r potensial i drawsnewid straen gwenwynig yn straen rhesymol. Mae cael oedolyn dibynadwy wrth law yn ystod plentyndod yn hanfodol i helpu plant i ddatblygu cadernid. Yma, ein nod yw deall y berthynas rhwng cael cymorth oedolyn dibynadwy drwy'r amser ac adnoddau cadernid yn ystod plentyndod, ac archwilio pa ffynonellau cymorth oedolyn a faint o ffynonellau cymorth oedolyn, sydd orau i feithrin cadernid yn ystod plentyndod.

22 Mehefin 21

**Gallai mabwysiadu cynllun incwm sylfaenol yng
Nghymru wella iechyd i bawb**

Mae adroddiad newydd, a gyhoeddwyd heddiw, gan Iechyd Cyhoeddus Cymru yn awgrymu y gallai cynllun incwm sylfaenol yng Nghymru fod yn gatalydd ar gyfer canlyniadau iechyd a llesiant gwell i bawb. Ond beth yw incwm sylfaenol a beth yw'r cysylltiad rhyngddo ag iechyd da?



I ganfod mwy, gwylwch fideo esboniadol Adam Jones ar dudalen Facebook y staff, neu edrychwch ar y stori newyddion ar ein gwefan [yma](#).

Mae adroddiad 'Incwm sylfaenol i wella iechyd a llesiant y boblogaeth yng Nghymru?' yn ystyried amrywiaeth o dystiolaeth ac yn archwilio'r effeithiau posibl ar iechyd a llesiant. Mae hefyd yn edrych ar yr ymagweddau gwahanol tuag at ddylunio a gweithredu polisi yn rhyngwladol.

Dyweodd yr awdur, Adam Jones, Uwch Swyddog Polisi i Iechyd Cyhoeddus Cymru: ***"Byddai pa mor dda y mae cynllun incwm sylfaenol yn gweithio yn sicr yn dibynnu sut mae'n cael ei ddylunio a'i gyflwyno.***

"Mae faint o incwm y mae'n ei ddarparu, pwy sydd yn gymwys am yr incwm, ac am ba hyd y mae'r cynllun wedi ei ddylunio i barhau, i gyd yn ffactorau hanfodol yn pennu canlyniadau.

"Mae diogelu a gwella iechyd Cymru yn greiddiol i bopeth yr ydym yn ei wneud yn Iechyd Cyhoeddus Cymru. Mae tystiolaeth yn awgrymu y byddai aelodau o gymdeithas yn cael budd o incwm sy'n cefnogi eu hiechyd a'u llesiant ac yn caniatáu iddynt gyfrannu at gymdeithas a ffynnu."

Gorffennaf



CYFLEOEDD GWYRDD

Cefnogi Adferiad Gwyrdd yng Nghymru ar ôl COVID-19 drwy nodi'r cyfleoedd i gefnogi iechyd y boblogaeth drwy ddulliau cynaliadwy

1 Gorffennaf 2022

Pecyn cymorth datblygu cynaliadwy 'Newid sylweddol ar gyfer planed gynaliadwy'

Awduron, Sara Peacock, Richard Lewis, Tracy Evans, Angie Kirby

Cynhyrchodd yr Hyb Iechyd a Chynaliadwyedd y pecyn cymorth 'Newid Sylweddol ar gyfer Planed Gynaliadwy' trwy raglen JAHEE (Gweithredu ar y Cyd dros Degwch Iechyd yn Ewrop), i gynorthwyo sefydliadau byd-eang a'u staff i ymateb i Nodau Datblygu Cynaliadwy y Cenhedloedd Unedig.

Trwy osod yn cefndir, mae'r pecyn cymorth yn eirioli dros ymagwedd 'iechyd ym mhob polisi', ac yn ystyried effaith COVID-19 ar y nodau byd-eang. Caiff astudiaethau achos cynaliadwy eu hamlygu ar draws y pum lefel a gydnabyddir ar gyfer newid cynaliadwy (lefelau gwlad, system, sefydliad, tîm ac unigol), ac mae amrywiaeth o adnoddau ymarferol a graffigol wedi eu cynnwys, yn cynnwys cynnyrch o Swyddfa Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol ar gyfer Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru.



2 Gorffennaf 2021

E-gyfarwyddyd cyfleoedd gwyrdd haf 2021

Cyfleoedd Gwyrdd Haf 2021 – Canolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant (phwwhocc.co.uk)

Mae'r Hyb Iechyd a Chynaliadwyedd yn cyhoeddi Cyfleoedd Gwyrdd, e-ganllaw chwarterol sy'n cyfleu'r hyn a ddysgwyd ac yn nodi arfer gorau i gefnogi gweithredu Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol trwy adferiad gwyrdd ar ôl COVID-19, o ystyried yr heriau a'r anghydraddoldebau y mae'r pandemig wedi eu dangos.

Mae rhifyn haf 2021 yn canolbwyntio ar deithio llesol a chynaliadwy. Fe gewch eich ysbrydoli gobeithio gydag amrywiaeth o gyfleoedd cynaliadwy i gyfrannu tuag at ddyfodol iach, teg a chynaliadwy i Gymru.

I weld yr e-ganllaw yn llawn, cliciwch yma.

Gorffennaf

Defnyddio asesu'r effaith ar iechyd (HIA) i ddeall goblygiadau ehangach penderfyniadau polisi ar iechyd a llesiant: 'polisi aros gartref a chadw pellter cymdeithasol' covid-19 yng Nghymru

Mae Liz Green a Kath Ashton wedi cyhoeddi papur cyfnodolyn ar 'Ddefnyddio asesu'r effaith ar iechyd (HIA) i ddeall goblygiadau ehangach penderfyniadau polisi ar iechyd a llesiant: 'polisi aros gartref a chadw pellter cymdeithasol' COVID-19 yng Nghymru'

Mae Asesu'r Effaith ar Iechyd (HIA) yn cael ei hyrwyddo fel offeryn sydd yn llywio penderfyniadau gan asiantaethau iechyd y cyhoedd a'r llywodraeth. Mae HIA o fudd pan gaiff ei gynnal fel rhan o ddatblygiad polisi ond mae hefyd yn werthfawr fel methodoleg pan fydd polisi'n cael ei weithredu i nodi a deall effeithiau ehangach penderfyniadau polisi ar iechyd a llesiant, yn arbennig pan fydd angen gwneud penderfyniad yn gyflym er mwyn diogelu'r boblogaeth. Mae'r papur hwn yn canolbwyntio ar HIA o'r 'Polisi Aros Gartref a Chadw Pellter Cymdeithasol' neu'r 'cyfnod clo' mewn ymateb i bandemig COVID-19 yng Nghymru a gynhaliwyd gan sefydliad cenedlaethol iechyd y cyhoedd yng Nghymru. Mae'n disgrifio'r broses a'r canfyddiadau, yn cyfleu'r hyn a ddysgwyd ac yn trafod sut mae'r broses wedi cael ei defnyddio i ddeall effeithiau ehangach penderfyniadau polisi ar iechyd a llesiant y tu hwnt i niwed uniongyrchol i iechyd. Mae hefyd yn archwilio rôl sefydliadau iechyd y cyhoedd yn hybu a defnyddio HIA.

Arolwg ymgysylltu iechyd y cyhoedd

Cyhoeddwyd dau adroddiad arall ym mis Gorffennaf ar gyfer yr Arolwg Ymgysylltu'r Cyhoedd.

Adroddiad
Wythnos 66
23 Gorffennaf 2021

Adroddiad
Wythnos 68
30 Gorffennaf 2021

1 Gorffennaf a 22 Gorffennaf **Adroddiadau Sgano'r Gorwel**

Cychwynnwyd ffrwd waith Dysgu a Sgano'r Gorwel Rhyngwladol fel cynnyrch, ac i lywio ymateb esblygol iechyd y cyhoedd a'r cynlluniau adferiad yng Nghymru yn sgil COVID-19. Mae'n canolbwyntio ar dystioleth ryngwladol, profiad, mesurau ac ymagweddau pontio/adferiad COVID-19 er mwyn deall ac archwilio atebion ar gyfer mynd i'r afael ag effeithiau parhaus a rhai sydd yn dod i'r amlwg ar iechyd, llesiant, effeithiau cymdeithasol ac economaidd (niwed a buddion posibl).

Mae'r ddau adroddiad mwyaf diweddar a gyhoeddwyd gan y tîm rhyngwladol yn cynnwys y cyhoeddiad ar 1 Gorffennaf a 22 Gorffennaf.

Adroddiad 30 1 Gorffennaf 2021 **Testunau dan sylw:**

Effaith COVID-19 ar addysg ac arferion addysgu
Effeithiau amgylcheddol COVID-19.

Mewnwelediad gwlad:
De Affrica.



Adroddiad 31 22 Gorffennaf 2021 **Testunau dan sylw:**

Effaith COVID ar ddiogelwch cyflogaeth.

Cydnabod COVID hir.
Mewnwelediad gwlad: Japan.



Gorffennaf

Adolygiad o Torri Tir Newydd

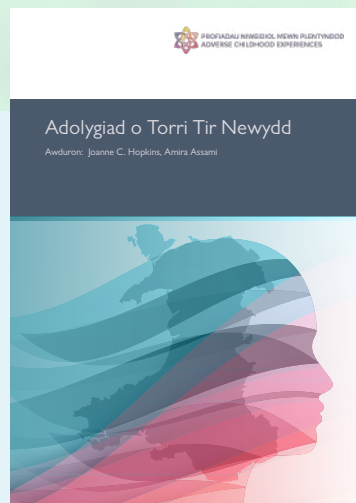
Awduron: Joanne C. Hopkins, Amira Assami

Yn 2013, comisiynodd Partneriaeth Ymfudo Strategol Cymru (WSMP), gyda chyllid gan y Swyddfa Gartref a chymorth gan Lywodraeth Cymru, ymchwil i drais yn erbyn menywod a merched sydd yn fudwyr, yn ffoaduriaid ac yn geiswyr lloches yng Nghymru. Edrychodd yr ymchwil ar adnabyddiaeth WSMP o drais yn seiliedig ar ryw fel mater difrifol i fenywod a merched mewn cymunedau ceiswyr lloches, ffoaduriaid a mudwyr, wedi ei gymhlethu ymhellach gan rwystrau rhag cael cymorth ac amddiffyniad.

Mae'r adolygiad amserol, newydd hwn, wedi ei arwain gan yr Hyb Cymorth ACE, yn rhoi diweddariad ar argymhellion yr adroddiad gwreiddiol ond mae hefyd yn adlewyrchu ar y cynnydd a wnaed yng ngoleuni'r profiad o bandemig COVID-19. Mae wedi canfod, er bod bylchau'n parhau, bod cynnydd gwirioneddol wedi cael ei wneud o ran deddfwriaeth polisi yng Nghymru a'r DU ehangach. Dywedodd Amira Assami, awdur yr adroddiad: ***"Adroddiad Uncharted Territory yw'r unig ymchwil yng Nghymru o hyd sydd wedi archwilio trais yn erbyn menywod a merched sydd yn fudwyr, yn ffoaduriaid ac yn geiswyr lloches. Fodd bynnag, er gwaethaf datblygiadau sylweddol mewn polisi a deddfwriaeth gan Lywodraethau'r DU a Chymru ers 2013, mae gwaith sydd angen ei wneud o hyd. Archwiliodd yr adolygiad hwn ymhellach y realaeth y mae menywod a merched sydd yn fudwyr, yn ffoaduriaid ac yn geiswyr lloches yn ei hwynebu, yn arbennig yn ystod pandemig COVID-19 wnaeth eu gwneud yn fwy agored i niwed.***

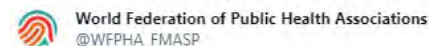
Rwy'n obeithiol y bydd canlyniad yr adolygiad presennol yn llywio polisi ac ymarfer y DU a Chymru yn well ac yn gweithredu fel carreg gamu ar gyfer mwy o ymchwil i atal Trais yn Erbyn Menywod a Merched ym mhob cymuned ac yn gwella'r gwasanaethau cymorth sydd ar gael ar gyfer y grŵp hwn".

Bydd yr adroddiad hwn o gymorth i lywio datblygiad Strategaeth newydd Llywodraeth Cymru ar Drais yn Erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol yn ogystal â'r ymrwymiad i Gymru ddod yn Genedl Noddfa.



Astudiaeth achos ar eirioli dros fuddsoddi mewn tegwch iechyd a llesiant

Llongyfarchiadau i Anna Stielke, Mariana Dyakova a Kath Ashton ar gyhoeddi'r Astudiaeth Achos ar Eirioli dros fuddsoddi mewn llesiant a thegwch iechyd yng Nghoflyfr Eirioli dros Iechyd y Cyhoedd Ffederasiwn Cymdeithasau Iechyd y Cyhoedd y Byd.



"Making the Case for Sustainable Investment in Well-Being & Health Equity: A Practical Guide for Advocacy" by Anna Stielke, Kathryn Ashton, & Mariana Dyakova of @phwwhocc.

Great contribution to "Casebook on Advocacy in Public Health" wfpa.org/casebook-on-ad...



Awst

20 Awst 2022 Cyngres y byd ar incwm sylfaenol

Rhoddodd Adam Jones gyflwyniad yng Nghyngres y Byd ar Incwm Sylfaenol, a gynhaliwyd yn rhithiol gan gydweithwyr o Incwm Sylfaenol yr Alban ar ddydd Gwener 20 Awst, mewn sesiwn ar Incwm Sylfaenol yng Nghymru ac Iwerddon, gan amlygu prif ganfyddiadau ein hadroddiad a gyhoeddwyd yn ddiweddar ar Incwm Sylfaenol, Iechyd a Chymru. Cafwyd presenoldeb da yn y sesiwn gan eiriolwyr dros incwm sylfaenol ac eraill ar draws y byd.

17 Awst 2021

Amgyffrediad o ffilm animeiddiedig byr am brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod

Awduron: Kat Ford, Mark A Bellis, Kate R Isherwood, Karen E Hughes

Cyhoeddwyd y papur 'Perceptions of a short animated film on adverse childhood experiences: a mixed methods evaluation' ar 17 Awst yn y BMJ Open. Yn dilyn astudiaethau mynychder ACE yng Nghymru a Lloegr, datblygwyd ffilm animeiddiedig byr ar ACE gan Gyngor Bwrdeistref Blackburn with Darwen (BwD) ac Iechyd Cyhoeddus Cymru. Roedd y ffilm wedi ei ddylunio i weithredu fel offeryn hyfforddiant proffesiynol i gyfathrebu gwybodaeth am ACE, eu potensial i niweidio iechyd ar draws cwrs bywyd a'r rolau y gall asiantaethau gwahanol eu chwarae yn atal ACE a chefnogi'r rheiny sydd wedi eu heffeithio ganddynt. I weld yr erthygl yn llawn, cliciwch [yma](#).

ABSTRACT

Objectives An evaluation of a short animated film on adverse childhood experiences (ACEs) to explore attitudes and sentiment towards the film including, for a subsample of professionals, associations between attitudes and personal experience of ACEs.

Design Mixed-method exploratory design.

Setting Professionals and the general public.

Participants A short online survey with 239 professionals. Interaction and user sentiment towards with the film on social media (Twitter, YouTube).

Primary and secondary outcome measures Survey: participants' attitudes towards the film including feelings invoked, learning gained and ACE count prevalence. Twitter user and YouTube viewer sentiment (positive, negative or neutral) and interaction (likes, retweets or comments) with the film.

Results Attitudes to the film were positive: 94.1% and 93.7%, respectively, agreed that it provided a helpful explanation of ACEs and trusted that the film was credible. Of those who reported ACE exposure, 88.9% agreed that those with ACEs would benefit from watching the film. Despite 50.6% reporting that the film had made them feel sad or upset, the majority (66.4%) reported they found the film hopeful or encouraging. Across 358 publicly available tweets from 313 users, 39.1% of tweets expressed positive sentiment, with only 1.4% negative (59.5% neutral). However, there was no association between tweet sentiment and interaction. Thirteen YouTube versions of the film received 171 812 views, 97.3% (n=889/914) ratings were positive (ie, 'thumbs up').

12 Awst 2021

Sgano'r gorwel diweddaraf

Testunau dan sylw:

Effaith Covid-19 ar Grwpiau Agored i Niwed

Adferiad y gwasanaeth iechyd meddwl ar ôl Covid-19

Cychwynwyd ffrwd waith Dysgu a Sgano'r Gorwel

Rhyngwladol i lywio ymateb ac adferiad esblygol iechyd y cyhoedd i COVID-19 yng Nghymru. Mae'n canolbwyntio ar dystiolaeth ryngwladol, profiad, mesurau ac ymagweddau pontio/ adferiad yn ymwneud â COVID-19, er mwyn deall ac archwilio atebion ar gyfer mynd i'r afael ag effeithiau iechyd, llesiant, cymdeithasol ac economaidd parhaus ac yn dod i'r amlwg (niwed a buddion posibl).

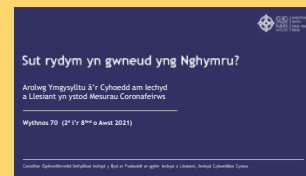


International Horizon Scanning and Learning to Inform
Wales' COVID-19 Public Health Response and Recovery
Report 32 12/08/2021

13 Awst 2021

Canlyniadau arolwg ymgysylltu â'r cyhoedd 'Sut rydym yn gwneud yng Nghymru'

Adroddiad 70



Adroddiad 72



11 Awst 2021

Trawsnewid iechyd y cyhoedd i'r dyfodol 2021

Cyflwynodd Mariana Dyakova yr anerchiad agoriadol yng nghynhadledd 'Trawsnewid Iechyd y Cyhoedd i'r Dyfodol 2021' a drefnwyd gan y Sefydliad Polisi Cyhoeddus a'r Llywodraeth ar 11 Awst 2021. Rhoddodd Mariana gyflwyniad ar 'Fywydau Iach a Ffyniannus i Bawb yng Nghymru: Buddsoddi mewn Tegwch Iechyd ac Ataliaeth yng Nghanol Adferiad Cynaliadwy COVID-19'. Cafwyd adborth rhagorol gan Sefydliad y Llywodraeth.

Medi

Uchafbwyntiau Medi

- Cymerodd Liz Green, Nerys Edmonds a Rebecca Masters ran mewn gweithdai, ac arwain rhai, yng Nghynhadledd Cyfadran Iechyd y Cyhoedd 'Beth yw rôl iechyd y Cyhoedd yn mynd i'r afael â'r argyfwng hinsawdd?'
- Cydlynodd yr Hyb Iechyd a Chynaliadwyedd gyfarfod yr Eiriolwyr Gwyrdd ar 'Y celfyddydau a newid hinsawdd' ar 9 Medi.
- Rhoddodd Jo Hopkins ddarlith ar ACE ac ymarfer sy'n ystyriol o drama i fyfyrwyr meddygol (pediatrig) yn Ysbyty Brenhinol Morgannwg fel rhan o'u diwrnod hyfforddiant llesiant.
- Darperir hyfforddiant i staff yr Urdd a phawb sy'n cefnogi'r ddarpariaeth i gyfieithwyr Affgan a'u teuluoedd ar ddydd Mawrth (ACE a Trawma).
- Digwyddiad mawr i ymgysylltu rhanddeiliaid yn datblygu i lywio datblygiad Llwyfan Atebion Tegwch Iechyd Cymru, yn cynnwys cyflwyniadau ac adborth a gasglwyd ar draws Iechyd Cyhoeddus Cymru, Llywodraeth Cymru; Cymdeithas Llywodraeth Leol Cymru; Y Trydydd Sector; y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol; Anabledd Dysgu Cymru; Grŵp Cydlynu Datblygu Cymru Iachach; Cyfarwyddwyr Iechyd y Cyhoedd; Conffederasiwn GIG Cymru a'u Cynghrair Iechyd a Llesiant; WHO; EuroHealthNet ac eraill.

8 Medi 2021 **Iechyd ym mhob polisi – sbardun allweddol ar gyfer iechyd a llesiant mewn byd ar ôl y pandemig covid-19**

Mae'n bleser gan Liz Green gyhoeddi bod y papur cyfnodolyn 'Iechyd ym Mhob Polisi'— Sbardun Allweddol ar gyfer Iechyd a Llesiant mewn Byd ar ôl y Pandemig COVID-19 wedi cael ei gyhoeddi ar 8 Medi yn yr International Journal for Environmental Research and Public Health. Mae'r cyd-awduron yn cynnwys Kathryn Ashton, Mark A. Bellis, Timo Clemens a Margaret Douglas.

Adroddiad Brexit newydd gan **Ganolfan Gydweithredol WHO Iechyd Cyhoeddus Cymru**

Mae Canolfan Gydweithredol WHO wedi cyhoeddi adroddiad (wythnos yn dechrau 23 Medi) sydd yn nodi sut, yng Nghymru, (yn anffodus) mae mwy o bobl mewn perygl o ganlyniadau iechyd gwael yn sgîl Brexit ar ôl i Covid-19 eu gwneud yn fwy agored i niwed.

Gan ddatblygu'r dystiolaeth bod y pandemig wedi cael effaith anghyfartal ar gymdeithas Cymru, mae'r astudiaeth yn nodi nawr, yn fwy nag erioed, ei fod yn bwysig deall sut bydd Brexit a chytundebau masnach yn y dyfodol yn effeithio ar iechyd a llesiant y rheiny sydd yn byw mewn tlodi neu mewn perygl o'i wynebu.

Dyma'r cyntaf o gyfres o adroddiadau sy'n archwilio'r ffordd y gallai Brexit effeithio ar iechyd a llesiant pobl yng Nghymru, a'r hyn sydd angen ei wneud i wella'r darlun hwn sy'n dod i'r amlwg.



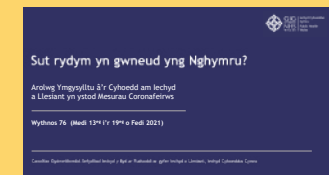
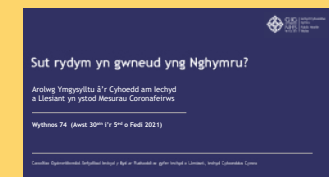
10 Medi 2021 **Adroddiad 33 Sganio'r Gorwel Rhyngwladol**

Testunau dan sylw:
Ailagor Lleolaidau Addysgol
Covid-19 a phobl ag anabledd

Canlyniadau arolwg ymgysylltu'r cyhoedd **'Sut rydym yn gwneud yng Nghymru Wythnos 74**

Wythnos 74

Wythnos 76



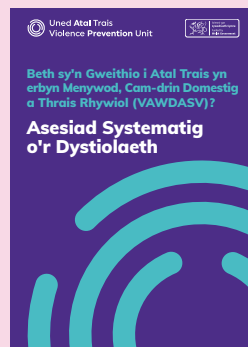
Hydref

Hydref 21

Beth sy'n Gweithio i Atal Trais yn Erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (VAWDASV)?

Awduron: Dr Samia Addis. Lara Snowdon

Mae Uned Atal Trais Cymru wedi cyhoeddi ei hasesiad tystiolaeth systematig ar Yr Hyn sy'n Gweithio i Atal VAWDASV. Mae'r adroddiad, a ariennir gan Lywodraeth Cymru, yn nodi ymyriadau ataliaeth sylfaenol ac eilaidd ar gyfer VAWDASV, i lywio mabwysiadu polisi ac ymarfer yn seiliedig ar dystiolaeth.



Mae prif ganfyddiadau'r adroddiad hwn yn dangos bod nifer o ymagweddau addawol sydd yn mynd i'r afael ag achosion sylfaenol VAWDASV ar lefel unigol, perthynas, cymuned a chymdeithasol. Yn benodol, canfu'r Aseiad mai datblygu 'ecosystem' o ymyriadau sydd yn ceisio sefydlu ymagwedd system gyfan yw'r ffordd fwyaf effeithiol o atal VAWDASV, yn hytrach na buddsoddi mewn nifer o ymyriadau unigol, gwahanol. Mae'r asesiad hefyd yn amlgu'r angen i fuddsoddi mewn gwerthuso ymyriadau, yn arbennig rhaglenni ymyrraeth gyda chymunedau amrywiol, er mwyn i ni allu mesur effaith rhaglenni ataliaeth VAWDASV yn well a datblygu'r sail dystiolaeth ar gyfer ataliaeth.

Uchafbwyntiau Hydref

- Cynhaliwyd sesiynau ymgysylltu rhanddeiliaid HE Solutions Platform WHESRI gyda 30 o sefydliadau/gweithgorau hyd yn hyn.
- Cyfraniad sylweddol i ymgyrch Iechyd Cyhoeddus Cymru (a lanswyd ar 14 Hydref) i annog menywod beichiog i gael eu brechu rhag COVID-19.
- Cyfranogiad gweithredol gan Gymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru yng Nghyfarfod Blynyddol Rhanbarthau Iechyd WHO (RHN) 25-28 Hydref: prif araith gan Lywodraeth Cymru (Andrew Charles ar yr WFGA) a chyfranogiad Canolfan Gydweithredol WHO gyda chyflwyniadau ar Ganolfan Gydweithredol WHO fel canolfan ragoriaeth, tegwch iechyd, gwyddor ymddygiad i lywio'r ymateb i COVID-19; HIA newid hinsawdd; a phecyn cymorth gweithredu SDG.
- Cychwyn prosiect newydd 'Llawlyfr Technegol ar ACE – Ataliaeth, Datblygu Cadernid a Datblygu Systemau sy'n Ystyriol o Drawma'.

1 Hydref 2021

Ymateb i'r her driphlyg: effaith brexit, covid-19 a newid hinsawdd yng Nghymru

Awduron: Liz Green, Kathryn Ashton, Michael Fletcher, Adam T. Jones, Laura Evans, Tracy Evans, Lee Parry-Williams, Sumina Azam, Mark A Bellis

Cyhoeddwyd 'Ymateb i Her Driphlyg Brexit, COVID-19 a newid hinsawdd o ran iechyd, llesiant a thegwch yng Nghymru' ar ddydd Gwener 1 Hydref gan Uned Gymorth Asesu'r Effaith ar Iechyd Cymru (WHIASU), Cyfarwyddiaeth Canolfan Gydweithredol WHO ar gyfer 'Buddsoddi mewn Iechyd a Llesiant', Iechyd Cyhoeddus Cymru.



Hydref

Effaith ar iechyd a gwerth cymdeithasol ymyriadau, gwasanaethau a pholisïau: trafodaeth fethodolegol o asesu'r effaith ar iechyd a methodolegau elw cymdeithasol ar fuddsoddiad

Mae erthygl academaidd a gyhoeddwyd yn Frontiers gan Kath Ashton, Liz Green a Mariana Dyakova yn 2020, o'r enw 'The Rising to the Triple Challenge of Brexit, COVID-19 and climate change for health, wellbeing and equity in Wales' bellach wedi cael ei chynnwys mewn e-lyfr Frontiers, yn cynnwys pob erthygl gafodd ei chynnwys yn Nhestun Ymchwil Rhifyn Arbennig o 'Social Value for Health: Understanding, Framing and Capturing the Wider Psycho-social Outcomes Of Health Interventions and Programmes'.

Mae mwy o wybodaeth ar gael yma.

8 Hydref 2021

Asesu'r Effaith ar Iechyd (HIA) a chynlluniau datblygu lleol (CDLI): pecyn cymorth ar gyfer ymarfer

Awduron: Liz Green, Lee Parry-Williams, Edwin Huckle

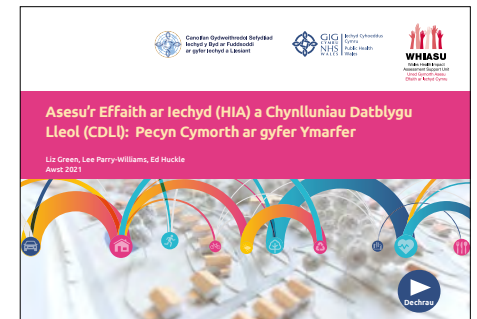
Mae momentwm cynyddol wedi bod yng Nghymru i integreiddio iechyd a llesiant yn well i bolisi cynllunio gofodol er mwyn cefnogi creu 'amgylcheddau iach' all, yn eu tro, hwyluso ffordd o fyw ac ymddygiad iach. Cefnogwyd hyn dros y blynyddoedd diweddar gan Lywodraeth Cymru, cynllunio gofodol rhanbarthol a lleol, a pholisïau a systemau iechyd sydd wedi datblygu'r themâu craidd a geir yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru), Deddf Cynllunio (Cymru) a Deddf Iechyd y Cyhoedd (Cymru).

Mae'r adnodd wedi ei anelu'n bennaf at ddefnyddio iechyd y cyhoedd a swyddogion polisi cynllunio defnyddio o dir awdurdodau lleol. Yn yr un modd, gallai'r rheiny sydd yn gweithio mewn Byrddau Iechyd Lleol, adrannau llywodraeth leol ychwanegol, swyddogion iechyd yr amgylchedd, y Trydydd Sector a phroffesiynau eraill yr amgylchedd adeiledig ei gael yn ddefnyddiol er mwyn sicrhau gweithio mwy cydgysylltiedig yn lleol ac integreiddio ymarfer.

Rhennir yr adnodd yn ddwy ran:

- Nod Rhan A yw rhoi cefndir i bolisi cynllunio yng Nghymru ac mae'n disgrifio sut gellir defnyddio HIA i integreiddio iechyd a llesiant yn well mewn polisiau cynllunio gofodol lleol
- Mae Rhan B yn cynnwys amrywiaeth eang o offer a thempledi ac astudiaethau achos i alluogi HIS i gael ei gynnal ar Gynlluniau Datblygu Lleol.

I weld y stori newyddion ar gyfer y pecyn cymorth cliciwch [yma](#).

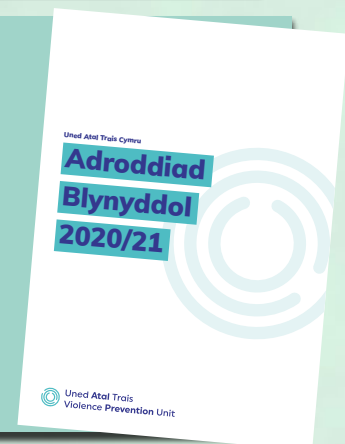


Cefnogodd dros 500 o bobl ifanc yn ne Cymru fywyd yn rhydd rhag trais y llynedd

Mae Uned Atal Trais Cymru wedi cyhoeddi ei Adroddiad Blynyddol, sy'n amlygu bod dros 500 o blant a phobl ifanc wedi cymryd rhan yn ei ymyriadau a gomisiynwyd yn 2020-21.

Mae 770 pellach o blant a phobl ifanc a 574 o weithwyr proffesiynol wedi cael budd o weithdai a hyfforddiant ar atal trais fel rhan o'r rhaglen Crime stoppers, Fearless, a gomisiynwyd.

Mae'r adroddiad yn nodi uchafbwyntiau, cyflawniadau, heriau ac effeithiau blwyddyn lawn gyntaf o weithredu'r Uned, yn cynnwys manylion am ei phrosiectau ymchwil a'i hymgyrchoedd cyfathrebu.



Hydref

Diogelwch Bwyd Dan Sylw

Mae'r papur yn amlygu sut bydd dylanwadau cyfunol Brexit, Coronafeirws a newid hinsawdd o bosibl yn effeithio ar bawb trwy'r bwyd sydd yn cael ei gynhyrchu, yn cael ei ddefnyddio, sydd ar gael ac yn cael ei fwyta.

Mae'n ffurfio rhan o gyfres o adroddiadau sydd yn amlygu sut bydd yr 'her driphlyg' hon yn cael effeithiau uniongyrchol ac anuniongyrchol ar iechyd a llesiant y boblogaeth a sut mae'r amser penodol yma yn 'gyfle' i gryfhau negeseuon am ymddygiad bwyd iach yn sgîl y proffil cynyddol y mae pandemig Coronafeirws wedi ei gyflwyno i iechyd y cyhoedd ac mae'n amlygu effaith cynhyrchu bwyd, mynediad at fwyd a chyflenwad bwyd o ran anghydraddoldebau.



Ymchwil: profiad gwylwyr o gam-drin a thrais domestig yn ystod covid-19

Mae ymchwil newydd gan Uned Atal Trais Cymru a Phrifysgol Caerwysg yn dweud bod pobl yn fwy tebygol o weithredu yn erbyn cam-drin domestig a'i arwyddion os ydynt yn teimlo'n gysylltiedig â'u cymuned.

Archwiliodd yr ymchwil, a ariannwyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru, brofiadau ac ymddygiad gwylwyr cam-drin domestig yn ystod pandemig COVID-19, er mwyn helpu i lywio polisi a rhaglenni hyfforddiant ymyrraeth gwylwyr yng ngoleuni'r newidiadau i fywydau bob dydd ddaeth yn sgîl cyfyngiadau COVID-19.

Arolygodd yr ymchwil dros 180 o oedolion sydd yn byw neu'n gweithio yng Nghymru. Dywedodd bron 90% o'r cyfranogwyr eu bod yn teimlo'n agosach at eu cymunedau yn ystod y pandemig, a dyweodd 45% eu bod yn teimlo bod newidiadau i'w harferion – fel gweithio gartref – o ganlyniad i'r pandemig, wedi caniatáu iddynt ddod yn ymwybodol o gam-drin domestig neu ei arwyddion. O'r ymatebwyr, nododd y rhan fwyaf oedd wedi dweud eu bod eisiau helpu aelodau o'u cymuned, eu bod hefyd wedi gallu camu i mewn a gweithredu yn erbyn cam-drin neu ei arwyddion am eu bod nid yn unig yn adnabod sefyllfaoedd fel rhai oedd yn peri problem ond am eu bod hefyd yn gwybod beth i'w wneud i helpu.

Mae'r ymchwil hefyd yn amlygu pwysigrwydd addysg ynghylch sut mae trais domestig a'i arwyddion yn edrych, a hyfforddiant i bobl deimlo'n hyderus yn gweithredu pan fyddant yn dyst iddo. O ymatebwyr yr arolwg, nododd pawb oedd wedi nodi eu bod wedi gweithredu yn erbyn y cam-drin yr oeddent yn dyst iddo, eu bod hefyd wedi teimlo eu bod yn meddu ar y sgiliau cywir i wybod beth i'w ddweud neu wneud.

Ym mis Hydref, cynhaliodd yr Uned weminar i drafod canfyddiadau'r ymchwil, oedd yn cynnwys trafodaeth banel a sesiwn Holi ac Ateb gydag arweinwyr o'r sector Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol.



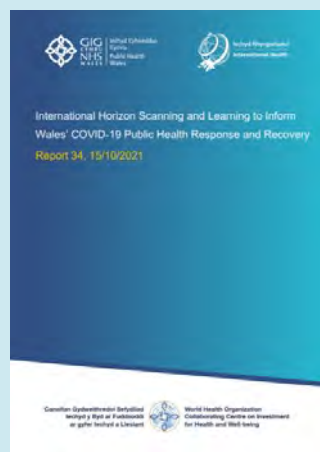
15 Hydref 2021

Adroddiad 34 Sgano'r Gorwel Rhyngwladol

Testunau dan sylw:

Diweddariad Brechlyn Covid-19

Effaith COVID-19 ar bobl o'r gymuned LGBTQ+.



Hydref

Cost ariannol ac i iechyd yn sgîl profiadau niweidiol yn ystod plentyndod mewn 28 o wledydd Ewropeaidd: adolygiad systematig a meta-ddadansoddiad

Llongyfarchiadau i'r tîm prosiectau arbenigol yng Ngogledd Cymru ar y cyhoeddiadau diweddar canlynol!

Mae'r Lancet Public Health wedi cyhoeddi'r papur 'Health and financial costs of adverse childhood experiences in 28 European countries: a systematic review and meta-analysis'.

Cliciwch [yma](#). Gallwch hefyd fynd i'n [Storfa Cronfa Ddata](#) i weld cost ariannol a'r gost i iechyd yn sgîl profiadau niweidiol yn ystod plentyndod mewn 28 o wledydd Ewropeaidd: adolygiad systematig a meta-ddadansoddiad.

Mae hefyd wedi ei gynnwys ar [Hafan y Lancet](#) a gallwch weld [sylwebaeth neilltuo](#) gan Jessie Baldwin o UCL.

Mae'r prif olygyddol ar gyfer y rhifyn hwn wedi ei neilltuo i drallod plant, [cliciwch yma](#).



27 Hydref 21

Beth allai cytundebau masnach ar ôl Brexit ei olygu i iechyd y cyhoedd yng Nghymru?

Nod y papur 'What could post-Brexit trade agreements mean for public health in Wales?' yw helpu arbenigwyr polisi masnach i ddeall perthnasedd iechyd y cyhoedd i'w gwaith, a galluogi gweithwyr iechyd y cyhoedd proffesiynol i nodi ble gallai cytundebau masnach effeithio ar eu hymdrechion i wella canlyniadau iechyd y cyhoedd.

Dyma'r prif negeseuon o'r adroddiad:

- Mae'r ffyrdd y mae cytundebau masnach yn debygol o effeithio ar iechyd a llesiant yng Nghymru yn cynnwys newidiadau i gyflogaeth, ffermio, bwyd a'r gallu i fodloni ei uchelgeisiau newid hinsawdd a chynaliadwydd.
- Mae effeithiau'r cytundebau masnach yn debygol o gael eu teimlo'n wahanol gan unigolion a chymunedau gwahanol, gan ei wneud yn bosibl iddynt atgyfnerthu neu waethygu iechyd ac anghydraddoldebau presennol yng Nghymru.
- Mae Llywodraeth y DU yn gyfrifol am drafod yr holl gytundebau masnach a byddai angen i Lywodraeth Cymru eirioli dros gytundebau masnach sydd yn gweithio i Gymru yn ystod y broses honno. Nid oes gan Aelodau Seneddol Cymru nac aelodau'r Senedd y grym i newid na gwrthod cytundebau masnach newydd.
- Hyd yn hyn, nid yw Llywodraeth y DU wedi cymryd camau rhagweithiol i ddefnyddio ei pholisi masnach annibynnol i hyrwyddo canlyniadau iechyd y cyhoedd gwell. Mae telerau'r cytundebau masnach newydd a chyfreithiau cysylltiedig yn ei wneud yn anos i Lywodraeth Cymru gyflwyno polisiau newydd i wella iechyd y cyhoedd, er enghraifft ar newid hinsawdd neu i fynd i'r afael â gordewdra.



Tachwedd

Uchafbwyntiau Tachwedd

- Cafwyd dau gyhoeddiad gan y Tîm Polisi yn yr wythnosau diwethaf: cyhoeddwyd 'Anghydraddoldeb yng Nghymru'r Dyfodol' ar 4 Tachwedd, gan gael sylw yn y Guardian ac ar y BBC, a chyhoeddwyd Cyfarwyddyd ar Brexit, Masnach ac Iechyd ar 28 Hydref.
- Cyhoeddodd WHIASU ffeithluniau i grynhoi'r hyn a ddysgwyd o Asesiad o'r Effaith ar Iechyd yn sgîl Newid Hinsawdd sydd ar y gweill ar hyn o bryd. Cyhoeddwyd y ffeithluniau i gyd-fynd â dechrau COP26 a chawsant dderbyniad cadarnhaol iawn a'u cynnwys ar Cardiff TV.
- Cyflwynodd Liz Green a Rebecca Masters yr hyn a ddysgwyd o waith diweddar ar newid hinsawdd a datblygu cynaliadwy yng Nghynhadledd Flynnyddol Rhwydwaith Rhanbarthau Iechyd WHO.
- Cyhoeddwyd dau adolygiad rhyngwladol a gomisiynwyd gan Lywodraeth Cymru ac a gynhyrchwyd gan THET – rhannwyd y cyfarwyddyd gyda'r Weithrediaeth; IHCC i gymryd rhan mewn Grŵp Gorchwyl a Gorffen i drafod argymhellion a gwaith datblygu rhyngwladol yn y dyfodol yng Nghymru.

2 Tachwedd 2021

Ffeithluniau asesiad o'r effaith ar iechyd yn sgîl newid hinsawdd yng Nghymru

Awduron: Liz Green, Nerys Edmonds

Ffeithlun effeithiau newid hinsawdd ar iechyd a llesiant – Canolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi mewn Iechyd a Llesiant (phwwhocc.co.uk)

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru wedi cyhoeddi cyfres o ffeithluniau yn amlygu pwysigrwydd effaith newid hinsawdd ar iechyd a llesiant poblogaeth Cymru, ac i gynorthwyo cyrff cyhoeddus a busnesau i weithredu i fynd i'r afael ag unrhyw effeithiau.

Mae'r ffeithluniau, a lansiwyd i gyd-fynd â Chynhadledd y Pleidiau 26(COP26), yn canolbwyntio ar y berthynas rhwng yr amgylchedd naturiol ac iechyd, y grwpiau poblogaeth sydd wedi eu heffeithio a rhai o brif effeithiau newid hinsawdd ar iechyd a llesiant y grwpiau poblogaeth hynny a allai gael eu heffeithio.

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru (PHW) wedi ymrwymo yn ei gynllun hirdymor i weithio gyda'n partneriaid i baratoi ar gyfer, ac ymateb i, effaith ddisgwyliedig ac annisgwyl newid hinsawdd yng Nghymru. Fel rhan o'n cyfraniad, mae Uned Gymorth Asesu'r Effaith ar Iechyd Cymru (WHIASU) wedi bod yn gweithio gydag asiantaethau partner yn cynnwys Cyfoeth Naturiol Cymru a Llywodraeth Cymru, ar Asesu'r Effaith ar Iechyd (HIA) yn sgîl Newid Hinsawdd yng Nghymru.

Mae'r ffeithluniau yn rhan o'r gwaith hwn sydd yn parhau ac yn ceisio sicrhau bod gan sefydliadau a Chyrff Cyhoeddus yng Nghymru y dystiolaeth a'r wybodaeth sydd eu hangen arnynt i gynllunio ar gyfer ac ymateb i'r effaith ar iechyd a llesiant pobl a chymunedau a ddaw yn sgîl newid hinsawdd.

Gall y ffeithluniau gael eu [lawrlwytho yma](#) ynghyd â'r cyfeiriadau a ddefnyddiwyd i greu'r ffeithluniau.

Effeithiau'r newid yn yr hinsawdd ar iechyd a llesiant

Mae'r newid yn yr hinsawdd yn golygu bod tywydd eithafol, lifogydd a thywydd poeth yn debygol o ddiwydd yn amlach yng Nghymru

Mae'r newid yn yr hinsawdd yn effeithio ar bob rhan o Cymru. Dangosir rhai enghreifftiau o'r effeithiau ar iechyd grwpiau penodol isod

Erbyn y 2050au yng Nghymru:

- Rhagwelir y bydd tymheredd blynyddol yn codi 1.2 C
- Disgwylir lawer ym ystod yr haf llehu tua 15%
- Disgwylir ystod y gaeaf gynyddu 6%
- Rhagwelir y bydd lefel y môr yn codi 22 cm

Mae'r newid yn yr hinsawdd yn digwydd yng Nghymru

Mae'r newid yn yr hinsawdd yn effeithio ar bob un ohonon

Tywydd eithafol a lifogydd

- Taru ar addysg, chwaraeon yn yr awyrgoed a chwarae
- Daddesti pobl i'u cartrefi ac oddi wrth eu ffirndiau a'u cymuned
- Achos strôm a gorbyrdd iddyn nhw a'u buroedd

Plant a phobl ifanc

- Mwy o dywydd poeth
- Mwy o risg o gael salwch sy'n gysylltiedig â gwres

Oedolion hyn

- Taru ar fnyddiad at wasanaethau iechyd, gofali cymdeithasol a chymorth
- Daddesti pobl o'u cartrefi a'u ffrwydweithiau cymorth
- Mwy agored i niwed mewn argyfyngau megis lifogydd
- Mwy o drallod meddal

Mwy o dywydd poeth

- Mwy o risg o salwch a marwolaethau sy'n gysylltiedig â gwres
- Call i ymgynghori cymdeithasol gynyddu yn ystod dywydd poeth

Answadd aer

- Hae oedolion hyn yn fwy agored i ddi-ddodol yn sgîl ansawdd aer gweil a mwy o ddsau gwyllt
- Disgwylir i afaelau cymharsach leihau nifer y marwolaethau sy'n gysylltiedig â thywydd aer

Nodweddion cadarnhaol

- Mwy o ddaddesti

Pobl ag anableddau a chyfyrrau iechyd hirdymor

- Taru ar fnyddiad at wasanaethau iechyd, gofali cymdeithasol a chymorth
- Mwy o drallod meddal
- Mwy agored i niwed mewn argyfyngau megis lifogydd

Mwy o dywydd poeth

- El ffresbau negeddol ar col cyffwrus megis problemau iechyd meddwl, clefydau cardiofasgwlaidd ac anafol, a diabetes
- Call i'r meddygiaethau gynyddu i'w parhau o ddatblygu salwch sy'n gysylltiedig â gwres
- Mwy agored i niwed mewn argyfyngau megis lifogydd

Answadd aer

- Hae'r rhai agodd â chyfyrrau anafol yn fwy agored i ddi-ddodol yn sgîl ansawdd aer gweil a mwy o ddsau gwyllt

Mae angen i'r busnes a gwmnïau a phartneriaid ar gyfer y newid yn yr hinsawdd gynnwys cannu gweithredu ar draws sectorau i hyrwyddo a disgwyl iechyd a llesiant o'r wplau poblogaeth a llesiedig gwahanol yng Nghymru.

© Asessid o'r Effaith ar Iechyd yn Sgîl Newid yn yr Hinsawdd yng Nghymru (WHIASU) Cyhoeddus Cymru, Llywodraeth Cymru, 6 a 6 Bwyllt, 6 (2021) Iechyd Cyhoeddus Cymru a Llywodraeth Cymru
The Third UK Climate Change Risk Assessment Technical Report, 16th November 2021, 2.17.17. © 2021 UK Health Characteristics and the UK Government

Tachwedd

Cyflwynodd Dr Mariana Dyakova waith Canolfan Gydweithredol WHO yng Nghyfarfod Rhanbarthol Canolfannau Cydweithredol WHO: Gweithredu Unedig dros Iechyd Gwell yn Ewrop, 2-3 Tachwedd (WHO/Europe | Events - WHO Collaborating Centres Regional Meeting: United Action for Better Health in Europe)

Amlygodd Dr Mariana Dyakova weithio gyda WHO ar gryfhau systemau iechyd a pholisi gwledydd ar gyfer iechyd, llesiant a thegwch. Trafododd waith Canolfannau Cydweithredol gyda WHO/Ewrop a Swyddfa Ewropeaidd WHO dros Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Datblygiad yn Fenis, yn arbennig yn ymwneud â datblygu mudiad o adael neb ar ôl a chau'r bwlch iechyd, yn cynnwys:

- cael ymagwedd traws-sector a chwrs bywyd tuag at gau'r bwlch iechyd
- gweithredu arweinyddiaeth a mentrau tegwch iechyd Ewropeaidd
- archwilio profiadau niweidiol yn ystod plentyndod a sut mae hyn wedi bod yn gysylltiedig ag ymateb ac adferiad COVID-19 ac o ran tegwch iechyd ac atal trawma'r blynyddoedd cynnar
- archwilio ymagwedd newydd yr Economi Lesiant, gan wneud llesiant y boblogaeth a thegwch iechyd yn ganolog i adferiad cynaliadwy a pholisi a gwneud penderfyniadau i'r dyfodol.

Dinasyddiaeth Fyd-eang: lansio modiwl e-ddysgu y GIG

Mae'r Ganolfan Ryngwladol Cydlynu Iechyd (IHCC), Canolfan Gydweithredol WHO ar 'Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant', Iechyd Cyhoeddus Cymru, wedi cyhoeddi lansio adnodd e-ddysgu Dinasyddiaeth Fyd-eang cyntaf y GIG. Comisiynwyd yr adnodd hwn gan Iechyd Cyhoeddus Cymru, ar y cyd â Chanolfan Gydweithredol Materion Rhyngwladol ac Oxfam Cymru a chafodd ei lansio ar 4 Tachwedd yng Nghynhadledd Iechyd Cymru ac Affrica 2021. Mae'r adnodd wedi cael derbyniad cadarnhaol iawn ac mae diddordeb mawr yn ei ddefnyddio'n eang ar draws a thu hwnt i'r GIG.

Am fwy o wybodaeth, gweler yr [eitem newyddion](#) hon a [Gwefan Canolfan Gydweithredol WHO](#).

Dywedodd Susie Ventris-Field, Prif Weithredwr, Canolfan Materion Rhyngwladol Cymru: *"Rydym wedi bod wrth ein bodd yn cydweithredu ar y modiwlau hyn – mae dinasyddiaeth fyd-eang yn hanfodol i gyflawni'r Nodau Llesiant, yn arbennig y nod o Gymru sy'n gyfrifol ar lefel fyd-eang. Yn rhy aml, mae cyfleoedd i ddatblygu dealltwriaeth, sgiliau a gwerthoedd dinasyddiaeth fyd-eang wedi eu cyfyngu i bobl ifanc – mae'n rhagorol bod y cyfle dysgu gydol oes hwn ar gael i staff y GIG ledled Cymru."*

Cafodd Canolfan Gydweithredol WHO gyfranogiad sylweddol gyda chyflwyniadau a phosteri yn 14eg Cynhadledd Iechyd y Cyhoedd Ewropeaidd 10-12 Tachwedd

Cyflwynodd Mariana Dyakova y canlynol:

- Effaith COVID-19 ar ddiogelwch ariannol: tystiolaeth o Arolwg Cenedlaethol Ymgysylltu â'r Cyhoedd yng Nghymru (menter Adroddiad Statws Tegwch Iechyd Cymru)
- Cynyddu Gwerth Cymdeithasol ac Effaith ar Iechyd – beth yw rôl Sefydliadau Iechyd y Cyhoedd?
- Rhagweld canlyniadau economaidd COVID-19 ar salwch hirsefydlog yng Nghymru

Rhoddodd Liz Green gyflwyniad mewn tair sesiwn ar y canlynol:

- Pandemig COVID-19 gwaith a thu hwnt: Effaith Gweithio Gartref ac Ystwyth ar Iechyd y Cyhoedd yng Nghymru.
- Asesu Effeithiau COVID-19 ar Iechyd a'u heffaith ar Bolisi
- Asesu Effaith a Bygythiad Newid Hinsawdd ar Iechyd

Derbyniwyd Poster ar gyfer *'Effaith COVID-19 ar ddiogelwch ariannol: tystiolaeth gan Arolwg Cenedlaethol Ymgysylltu â'r Cyhoedd yng Nghymru (menter Adroddiad Statws Tegwch Iechyd Cymru)'*.

Mae'r crynodeb a gyhoeddwyd ar gael [yma](#).

Derbyniwyd poster ar Sganio'r Gorwel Rhyngwladol o'r enw: *'Dysgu a Sganio'r Gorwel Rhyngwladol COVID-19 – llywio ymateb ac adferiad yng Nghymru a thu hwnt'*.

Mae'r Crynodeb a gyhoeddwyd ar gael [yma](#).

Tachwedd

Dysgu a Sganio'r Gorwel Rhyngwladol i Lywio Ymateb ac Adferiad Iechyd COVID-19 Cymru – Calendr Cryno

Mae'r Calendr Cryno hwn wedi cydgrynhoi, cyfuno a chyflwyno crynodeb clir a chryno o Adroddiadau Sganio'r Gorwel Rhyngwladol COVID-19 dros y flwyddyn ddiwethaf, ers Ebrill 2020 hyd at Mawrth 2021. Mae ffrwd waith Dysgu a Sganio'r Gorwel Rhyngwladol wedi arddangos ymchwil addysgiadol ac effeithiol tra'n cydgrynhoi data o wledydd eraill, gan ddarparu arweiniad, argymhellion a mewnwediad defnyddiol yn ymwneud â natur esblygol ac ansicrwydd pandemig COVID-19.

GIG CYMRU | Iechyd Cyhoeddus Cymru
NHS WALE | Public Health Wales

Iechyd Rhyngwladol
International Health

Sganio'r Gorwel Rhyngwladol a Dysgu er mwyn Llywio Ymateb ac Adferiad Iechyd Cyhoeddus COVID-19 Cymru

Calendr Cryno
Ebrill 2020 – Mawrth 2021

DECHRAU YMA

Canolfan Gydwethredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Llesiant a Llesiant
World Health Organization Collaborating Centre on Investment for Health and Well-being

Tachwedd 21

Ymchwil i effeithiau hirsefydlog trais yn ystod plentyndod yn ennill gwobr ragoriaeth

Mae papur ymchwil gan yr Athro Mark Bellis a Phrifysgol Liverpool John Moores, sydd yn nodi a yw'r rheiny sydd wedi cael eu cam-drin yn blant yn fwy tebygol o fod yn ddiodefswyr fel oedolion, wedi derbyn gwobr y Swyddfa Ystadegau Gwladol (ONS) am ragoriaeth ymchwil.

Dywedodd yr Athro Mark Bellis, Cyfarwyddwr Canolfan Gydwethredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant, Iechyd Cyhoeddus Cymru:

“Mae trais rhyngberonol yn brif achos marwolaeth ac anabledd yn fyd-eang. Yn anffodus, mae gormod o bobl yn gyfarwydd yn bersonol â'r ffordd y gall hyd yn oed un digwyddiad unigol o drais niweidio eu hiechyd a'u llesiant yn ogystal â'r effeithiau hirsefydlog y gall gael ar eu cymunedau lleol.

“Yr hyn sydd weithiau'n llai amlwg yw'r ffordd y gall trais y mae plant yn ei brofi eu gadael mewn llawer mwy o berygl o ddiodef trais trwy gydol eu bywydau fel oedolyn. Gan ddefnyddio Data o Arolwg Troseddau Cymru a Lloegr (CSEW) roeddem yn gallu dangos sut, yng Nghymru a Lloegr, mae profi cam-drin corfforol, rhywiol a seicolegol a bod yn dyst i drais domestg yn blentyn, yn gysylltiedig â llawer mwy o risg o ddiodef trais domestg neu drais rhywiol fel oedolyn.”



Arolwg Ymgysylltu Iechyd y Cyhoedd

Mae canlyniadau arolwg diweddaraf Ymgysylltu â'r Cyhoedd yng Nghymru, 'Sut rydym yn gwneud yng Nghymru' wedi cael eu rhyddhau.

Adroddiad Wythnos 78

27 Medi –
4 Hydref 2021

GIG CYMRU | Iechyd Cyhoeddus Cymru
NHS WALE | Public Health Wales

Sut rydym yn gwneud yng Nghymru?

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

Wythnos 78 (Medi 27^{ain} i'r 4^{fed} o Hydref 2021)

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

Tachwedd



CYFLEOEDD GWYRDD

Cefnogi Adferiad Gwyrdd yng Nghymru ar ôl COVID-19 drwy nodi'r cyfleoedd i gefnogi iechyd y boblogaeth drwy ddulliau cynaliadwy

Cyfleoedd Gwyrdd E-ganllaw Hydref 2021

Mae'n bleser gan Hyb Iechyd a Chynaliadwyedd Iechyd Cyhoeddus Cymru gyhoeddi'r cyhoeddiad diweddaraf, E-ganllaw Cyfleoedd Gwyrdd Hydref 2021.

Mae rhifyn yr hydref yn canolbwyntio ar fioamrywiaeth. Gobeithio y cewch eich ysbrydoli ar amrywiaeth o gyfleoedd cynaliadwy i gyfrannu at ddyfodol iach, teg a chynaliadwy ar gyfer Cymru.

Mae'r hyb Iechyd a Chynaliadwyedd yn cyhoeddi Cyfleoedd Gwyrdd, e-ganllaw chwarterol sy'n cyfleu'r hyn a ddysgwyd ac yn nodi arfer gorau i gefnogi'r gwaith o weithredu Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol trwy adferiad gwyrdd o COVID-19, oherwydd yr heriau a'r anghydraddoldebau y mae'r pandemig wedi eu cyflwyno.

Does unman yn debyg i gartref? Archwilio effaith iechyd a llesiant covid-19 ar dai heb ddiogelwch

Awduron: Louise Woodfine, Liz Green, Laura Evans, Lee Parry-Williams, Christian Heathcote-Elliott, Charlotte Grey, Sumina Azam, Mark A Bellis

Mae Uned Gymorth Asesu'r Effaith ar Iechyd Cymru (WHIASU) a'r Tîm Polisi yng Nghanolfan Gydweithredol WHO ar 'Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant', Iechyd Cyhoeddus Cymru wedi cyhoeddi 'Does unman yn debyg i gartref? Archwilio effaith iechyd a llesiant COVID-19 ar dai heb ddiogelwch'.

Mae'r Asesiad cyfranogol yma o'r Effaith ar Iechyd (HIA) yn archwilio effaith iechyd a llesiant COVID-19 ar dai a thai heb ddiogelwch yng Nghymru, ac mae'n edrych ar bwysigrwydd cael cartref cyson a thai fforddiadwy, o ansawdd da, deiliadaeth sefydlog a thai sydd yn teimlo'n ddiogel, ar gyfer iechyd a llesiant.



Ffactorau risg ymddygiadol ar gyfer clefydau trosglwyddadwy ac anhrosglwyddadwy

Cyhoeddwyd y papur ffactorau risg ymddygiadol ar gyfer clefydau trosglwyddadwy ac anhrosglwyddadwy ar 17 Tachwedd yn BMC Public Health. Mae copi ar gael [yma](#). Cyhoeddir effaith ffactorau risg ymddygiadol ar glefydau trosglwyddadwy: adolygiad systematig o adolygiadau – Canolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant a ffeithlun ategol, ym mis Rhagfyr.

25 Tachwedd 2021 Adroddiad 35 Sganio'r Gorwel Rhyngwladol

Testunau dan sylw:

- Cynllunio ar gyfer COVID-19 Gaeaf 2021/22
- Effaith COVID-19 ar bobl hŷn. Cliciwch yma i weld yr adroddiad llawn

Rhagfyr

Ymchwiliad i'r derminoleg a'r dulliau wedi'u llywio gan drawma sy'n cael eu defnyddio gan brosiectau, rhaglenni ac ymyriadau arwyddocaol yng Nghymru

Awduron: Alex Walker, Vicky Jones, Joanne C. Hopkins

Yn ystod mis Rhagfyr, cyhoeddodd Hyb Cymorth ACE adroddiad, 'Ymchwiliad i'r derminoleg a'r dulliau wedi'u llywio gan drawma sy'n cael eu defnyddio gan brosiectau, rhaglenni ac ymyriadau arwyddocaol yng Nghymru'.

Yn gynharach eleni, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru adolygiad o bolisi'n ymwneud â phrofiadau niweidiol yn ystod plentyndod (ACE) yng Nghymru. Amlygodd yr adolygiad faint o waith da sydd yn digwydd yng Nghymru i godi ymwybyddiaeth o ACE ond canfu hefyd fod diffyg eglurder o hyd yn ymwneud â'r iaith a'r diffiniadau a ddefnyddir wrth siarad am ACE a thrawma. Mae ymadroddion fel 'ymwybodol o ACE' ac 'ystyriol o drawma' yn cael eu defnyddio i ddisgrifio amrywiaeth o ymagweddau mewn gwasanaethau a rhaglenni ledled Cymru, ond nid oes dealltwriaeth gyffredin o'r hyn y mae'r termau hyn yn ei olygu a sut maent yn cael eu gweithredu.



Gwella effeithlonrwydd ynni yng Nghartrefi Cymru yn hanfodol ar gyfer iechyd a llesiant

Awduron: Adam Jones a Leanna Davies

Mae adroddiad newydd, a gyhoeddwyd ar 22 Rhagfyr 2021 gan Iechyd Cyhoeddus Cymru, yn galw am welliannau i effeithlonrwydd ynni stoc tai presennol Cymru er mwyn helpu iechyd a llesiant pobl o ddydd i ddydd, a chael effaith ar yr argyfwng hinsawdd.

Aneffeithiolrwydd ynni yw un o'r tri ffactor y mae strategaeth effeithlonrwydd ynni Llywodraeth Cymru'n eu dyfynnu i fod yn pennu a fydd aelwyd mewn tloidi tanwydd, ynghyd ag incwm aelwyd a phrisiau ynni. Mae canlyniadau aneffeithlon yn arwain at bobl yn defnyddio mwy o ynni i wresogi eu cartrefi sydd, yn ei dro, yn arwain at fwy o gostau i'r defnyddiwr, mwy o allyriadau i'r amgylchedd ac, yn y rhan fwyaf o achosion, llosgi tanwydd ffosil.

Mae'r papur trafod yn amlygu, ar hyn o bryd, mai stoc tai Cymru yw un o'r lleiaf effeithlon o ran ynni yn Ewrop.

Dyma'r prif negeseuon:

- Mae gan Gymru'r stoc tai hynaf yn y Deyrnas Unedig, gyda'r gyfran isaf o anheddau gydag EPC â gradd 'C' neu uwch.
- Fel yn 2018, roedd 155,000 o aelwydydd yn byw mewn tloidi tanwydd, sydd yn gyfwerth â 12 y cant o'r holl aelwydydd yng Nghymru, gydag aelwydydd yn y sector rhentu preifat yn fwy tebygol o fod mewn tloidi tanwydd.
- Oherwydd pandemig Coronafeirws, a'i effaith ar gyllid personol a'r cynnydd mewn pobl gartref am gyfnodau estynedig, mae'n debygol y bydd y nifer yma'n cynyddu.
- Yng nghyd-destun newid hinsawdd, daw tua 15 y cant o allyriadau carbon Cymru o gartrefi.
- Mae adeiladau preswyl yn rhoi cyfrif am gryswth yr allyriadau ynni o adeiladau yng Nghymru, gydag 82 y cant o holl allyriadau adeiladau, a 7.5 y cant o gyfanswm allyriadau ynni Cymru, yn ôl ffigurau 2016.
- Mae hyn yn cynrychioli gostyngiad o 31 y cant yng nghyfanswm allyriadau o adeiladau rhwng 1990 a 2016, ond mae llawer i'w wneud o hyd i wella effeithlonrwydd ynni preswyl ac felly lleihau allyriadau.



Pwysigrwydd effeithlonrwydd ynni mewn cartrefi i iechyd a llesiant pobl

Papur Trafod



Adam Jones a Leanna Davies
Rhagfyr 2021

Rhagfyr

Effaith ymddygiad sy'n niweidio iechyd ar glefydau trosglwyddadwy: adolygiad systematig o adolygiadau

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru a Phrifysgol Bangor (Uned Gydweithredol Iechyd y Cyhoedd) yn ddiweddar wedi cyhoeddi 'Effaith ffactorau risg ymddygiadol ar glefydau trosglwyddadwy: adolygiad systematig o adolygiadau'. Mae'r synthesis hwn, a gyhoeddwyd yn BMC Public Health, yn archwilio'r cysylltiad rhwng ymddygiad sy'n niweidio iechyd ac amrywiaeth o glefydau trosglwyddadwy a heintiau, sy'n awgrymu er mwyn i ni baratoi ar gyfer pandemig clefydau heintus yn y dydfodol, mae'n rhaid i ni fynd i'r afael â'r argyfyngau iechyd byd-eang parhaus yn ymwneud â gordewdra, anweithgarwch, smygu a chamdddefnyddio alcohol.

I weld yr erthygl lawn cliciwch [yma](#).

Mae ffeithlun cryno o ganfyddiadau a goblygiadau'r adolygiad ar gael [yma](#).

CYSYLLTIADAU RHWNG YMDYGIAD SY'N NIWEIDIO IECHYD A CHLEFYD TROSGLWYDDADWY
Hysbysu pandemig ac epidemïau'r dyfodol

Call ymddygiad sy'n niweidio iechyd y gall ei adroddu megis ymddygiad ymddygiad sy'n niweidio iechyd a chlefydau trosglwyddadwy.

Call ymddygiadau y gall eu haddasu sy'n niweidio iechyd newid y cyhoedd:

- Ddiabél' risg** y gall clefydau trosglwyddadwy, ond mae'n golygu goll ymddygiad sy'n niweidio iechyd at 4 gwaith.
- Ddiabél' risg** y gall clefydau trosglwyddadwy, ond mae'n golygu goll ymddygiad sy'n niweidio iechyd at 4 gwaith.

Er enghraifft:

- Call ymddygiad sy'n niweidio iechyd a chlefydau trosglwyddadwy.
- Call ymddygiad sy'n niweidio iechyd a chlefydau trosglwyddadwy.
- Call ymddygiad sy'n niweidio iechyd a chlefydau trosglwyddadwy.

Prifysgol Bangor
Ymddygiad sy'n niweidio iechyd

Dulliau posibl y cysylltiad
Call ymddygiadau sy'n niweidio iechyd y gall eu haddasu:

- Ansiaru** ar ymddygiad sy'n niweidio iechyd.
- Effaith** ar ymddygiad sy'n niweidio iechyd.
- Ymddygiad** sy'n niweidio iechyd.
- Ymddygiad** sy'n niweidio iechyd.

Yng Nghymru

- 17%** o'r ymddygiadau sy'n niweidio iechyd y gall eu haddasu.
- 14%** o'r ymddygiadau sy'n niweidio iechyd y gall eu haddasu.
- 61%** o'r ymddygiadau sy'n niweidio iechyd y gall eu haddasu.

Goblygiadau iechyd y cyhoedd

- Mae ymddygiadau sy'n niweidio iechyd yn golygu goll ymddygiad sy'n niweidio iechyd.
- Mae ymddygiadau sy'n niweidio iechyd yn golygu goll ymddygiad sy'n niweidio iechyd.
- Mae ymddygiadau sy'n niweidio iechyd yn golygu goll ymddygiad sy'n niweidio iechyd.

Tystiolaeth:

Ymddygiad sy'n niweidio iechyd a chlefydau trosglwyddadwy.

Adroddiad newydd yn canfod y gallai mynd i'r afael ag anghydraddoldeb arbed £322 miliwn bob blwyddyn i ysbytai yng Nghymru

Mae'n bleser gan y Tîm Iechyd Rhyngwladol rannu eu hadroddiad cyntaf gyda chi ar 'Gost Anghydraddoldeb Iechyd i'r GIG yng Nghymru' gan ganolbwyntio ar y 'Gost sydd yn Gysylltiedig ag Anghydraddoldebau yn Defnyddio Gwasanaethau Ysbyty i'r GIG yng Nghymru' a gyhoeddwyd ar 16 Rhagfyr.

Mae'r adroddiad yn amcangyfrif y gost sydd yn gysylltiedig ag anghydraddoldeb yn y defnydd o wasanaethau ysbyty i'r GIG yng Nghymru i helpu i lywio gwneud penderfyniadau a blaenoriaethu buddsoddiad tuag at ataliaeth ac ymyrraeth gynnar trwy lens tegwch. Ynghyd ag adroddiadau pellach yn ystod 2022-25, ein gobaith yw helpu i ddatblygu'r dystiolaeth economaidd er mwyn helpu i fynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd yng Nghymru, llawer ohonynt wedi cael eu gwaethygu gan bandemig Coronafeirws.

17 Rhagfyr 2021
Adroddiad 36 Sganiau'r Gorwel Rhyngwladol

International Horizon Scanning and Learning to Inform Wales' COVID-19 Public Health Response and Recovery
Report 36, 16/12/2021

Testunau dan sylw:
Cyngor gwyddonol i lywodraethau ar COVID-19
Effaith COVID-19 ar grwpiau lleiafrifoedd ethnig

World Health Organization
Collaborating Centre on Inequalities in Health and Well-being

Ionawr

27 Ionawr 2022

Adroddiad 37 Sganiao'r Gorwel Rhyngwladol

Testunau dan sylw:

Effaith Covid-19 ar blant



Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales



Iechyd Rhyngwladol
International Health

International Horizon Scanning and Learning to Inform
Wales' COVID-19 Public Health Response and Recovery

Report 37, 27/01/2022

Cenolfen Gydwethreolol Seffylliad
Iechyd y Byd ar Fuddsoddi
ar gyfer Iechyd a Llesiant



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

Arolwg ymgysylltu iechyd y cyhoedd

Mae canlyniadau arolwg diweddaraf Ymgysylltu â'r Cyhoedd, 'Sut rydym yn gwneud yng Nghymru' wedi cael eu rhyddhau.

Cliciwch [yma](#) i weld yr adroddiad.

Sut rydym yn gwneud yng Nghymru?

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

Ionawr 2022

Cenolfen Gydwethreolol Seffylliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant, Iechyd Cyhoeddus Cymru



Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

Prif ganfyddiadau

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.

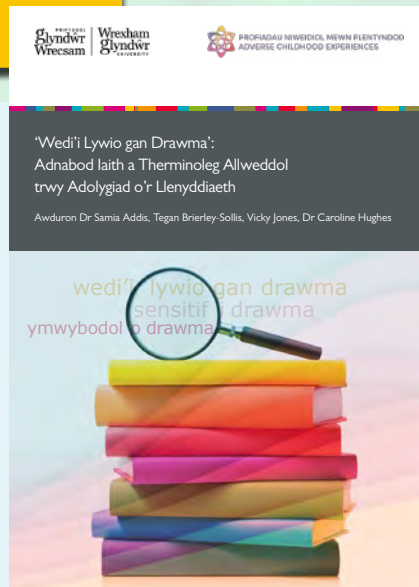
Chwefror

11 Chwefror 2022

Adroddiad newydd: 'Wedi'i Lywio gan Drawma': Adnabod Iaith a Therminoleg Allweddol trwy Adolygiad o'r Llenyddiaeth.

Nododd 'Adolygiad o'r polisi ynghylch Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACE): Sut mae polisi ACE wedi perfformio a sut gellir ei ddatblygu i'r dyfodol' Llywodraeth Cymru, a gyhoeddwyd ym Mawrth 2021, yr angen i ganolbwyntio ar yr hyn y mae angen i weithwyr proffesiynol, sefydliadau ac arbenigwyr ei wneud i droi gwybodaeth am ACE yn ymarfer sy'n gwneud gwahaniaeth i fywydau pobl. Cydnabu'r newid tuag at ddefnyddio'r term 'ystyriol o drawma' i ddisgrifio hyn; ond hefyd y diffyg eglurder ynghylch beth yn union mae hyn yn ei olygu a sut mae hyn eisoes yn cael ei sefydlu yn ymarferol ac ymagweddau gwahanol. Er mwyn mynd i'r afael â'r diffyg eglurder hwn, mae'r adroddiad hwn yn rhoi adolygiad cwmpasu o'r llenyddiaeth ryngwladol i archwilio sut mae'r term yn cael ei ddeall a'i ddefnyddio yn ymarferol. Mae hyn hefyd yn ymateb i egwyddorion y Dirprwy Weinidog ar gyfer gwaith yr Hyb ACE ar gyfer 2021-22, yn arbennig yr angen i fod yn ystyriol o'r iaith yr ydym yn ei defnyddio a'i heffaith.

Mae'r adroddiad yn dangos, er bod gofal sy'n ystyriol o drawma wedi dod yn derm cyfarwydd, bod diffyg eglurder o ran ei ddiffiniad gweithredol. Mae hyn yn cael ei gydnabod fel rhwystr i greu gwasanaethau sy'n ystyriol o drawma yn ogystal â chael effaith ar y gallu i weithredu a gwerthuso ymagweddau o'r fath.



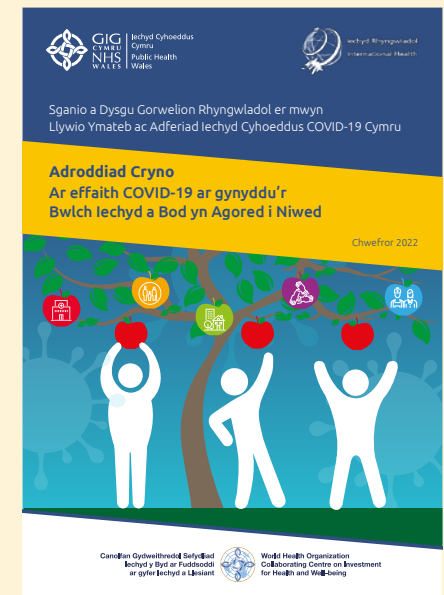
11 Chwefror 2022

Dysgu a sganio'r gorwel rhyngwladol – adroddiad cryno ar effaith covid-19 ar gynyddu'r bwlch iechyd a bod yn agored i niwed

Mae'r adroddiad hwn yn adolygu'r dystiolaeth ryngwladol o adroddiadau Dysgu a Sganio'r Gorwel Rhyngwladol ar effaith uniongyrchol ac anuniongyrchol COVID-19 yn cynyddu'r bwlch iechyd. Mae'n canolbwyntio ar anghydraddoldebau a grwpiau agored i niwed er mwyn deall yn well a mynd i'r afael â dosbarthiad effeithiau anghyfartal yn deillio o'r pandemig.

Mae pandemig COVID-19 wedi achosi heriau digynsail i boblogaethau, systemau iechyd a llywodraethau yn fyd-eang sydd wedi arwain at effeithiau economaidd, cymdeithasol ac iechyd parhaus. Mae annhegwch iechyd wedi cael ei waethygu, gyda rhai grwpiau o'r boblogaeth yn cael eu heffeithio'n anghymesur gan lefelau heintio, mynediad i'r ysbyty a marwolaeth yn sgil COVID-19. Yn ogystal, mae rhai grwpiau hefyd wedi profi effeithiau anuniongyrchol o ganlyniad i'r pandemig a'r mesurau a gymerwyd i'w gadw o dan reolaeth. Mae ffactorau sylfaenol sy'n cyfrannu at effaith anghyfartal pandemig COVID-19 yn cynnwys ond nid yn gyfyngedig i, lefel amddifadedd, addysg, statws iechyd ac adnoddau ariannol.

Mae'r ddogfen gryno hon yn dod â'r holl wybodaeth a gynhyrchwyd yn flaenorol ar anghydraddoldebau ynghyd mewn un ddogfen. Mae'r adroddiad a phob un yn y gyfres ar gael [yma](#).



Chwefror

16 Chwefror 2022

Cyhoeddi cyfnodolyn newydd: profiadau niweidiol yn ystod plentyndod ymysg mamau a'u cysylltiad â genedigaeth cyn pryd: dadansoddiad eilaidd o ddata o ymweliadau iechyd cyffredinol

Gall cael eich geni cyn pryd arwain at oblygiadau iechyd tymor byr a hirdymor, ond mae'n dal yn anodd pennu perygl genedigaeth cyn pryd ymysg mamau beichiog. Ar draws lleoliadau iechyd gwahanol, rhoddir sylw cynyddol i ganlyniadau iechyd ac ymddygiadol profiadau niweidiol yn ystod plentyndod (ACE) fel cam-drin plant neu esgeulustod, neu gyswllt ag amgylcheddau niweidiol yn y cartref (e.e. pan fydd rhoddwyr gofal yn cam-drin alcohol), a gwerth posibl deall y niwed cudd yma wrth gefnogi unigolion a theuluoedd. Mae sail dystiolaeth ryngwladol fawr yn disgrifio'r cysylltiad rhwng trallod yn ystod plentyndod a chanlyniadau'r blynyddoedd cynnar i famau a phlant. Fodd bynnag, mae'r berthynas rhwng ACE ymysg mamau a genedigaeth cyn pryd wedi cael llawer llai o sylw. Darllenwch y cyfnodolyn llawn gan Kat Ford, Mark Bellis a Katie Hardcastle [yma](#).

10 Chwefror 2022

Creu Mannau a gofod iach: ymagwedd gydweithredol

Ar 10 Chwefror 2022, cynhaliodd Uned Asesu'r Effaith ar Iechyd Cymru (WHIASU) ddigwyddiad a fynychwyd gan fwy na 100 o gynadleddwyr ar draws Cymru, y DU ac yn rhyngwladol i archwilio sut gall gweithwyr iechyd proffesiynol a chynllunio gydweithredu er mwyn creu manau a gofod iachach. Dyma oedd y trydydd mewn cyfres o ddigwyddiadau a gynhaliwyd gan WHIASU, yn dod â chynllunwyr gofodol a gweithwyr iechyd proffesiynol ynghyd i archwilio'r cysylltiadau pwysig rhwng yr amgylchedd adeiledig a naturiol ac iechyd, llesiant a thegwch.

Amlygodd nifer o gyflwyniadau sut y gellir uno cynllunio ac iechyd. Soniodd y siaradwyr am y materion cyfredol y mae ein cymunedau a'n lleoedd yn eu hwynebu, pwysigrwydd cydweithredu, dylunio ar gyfer plant a chreu lleoedd iach i bawb ac enghraifft o ymgysylltu rhwng cenedlaethau ar brosiect cynllunio a dylunio. Amcanion y digwyddiad oedd:

- Deall yr heriau mawr y mae cymunedau'n eu hwynebu yn cynnwys effeithiau pandemig COVID-19
- Deall y cyfraniad y gall cynllunio a chreu lle eu gwneud i fynd i'r afael â'r heriau iechyd mawr y mae cymunedau'n eu hwynebu
- Arddangos technegau i gynllunwyr a gweithwyr iechyd proffesiynol ymgysylltu'n effeithiol â chymunedau lleol i gynyddu cyflwyno canlyniadau dysgu creu lleoedd
- Mwy o gydweithredu rhwng gweithwyr iechyd proffesiynol a chynllunwyr
- Mwy o wybodaeth ynghylch sut gall gweithio cydweithredol arwain at ddatblygu lleoedd a gofod iach
- Archwilio a chryfhau cyfleoedd a rolau yn cyflwyno creu lleoedd gan ddefnyddio offer ac arweiniad i roi'r buddion mwyaf posibl i gymunedau

Cadeiriwyd y digwyddiad gan Kate Eden, Is-gadeirydd, Iechyd Cyhoeddus Cymru. Dywedodd Kate, **'Roedd yn hyfryd gweld y digwyddiad wedi ei fynychu gan gymaint o bobl oedd eisiau gwybod mwy am y cyfleoedd a'r potensial ar gyfer gwaith cydgysylltiedig rhwng cynllunwyr a gweithwyr iechyd proffesiynol. Clywodd y cynadleddwyr rai enghreifftiau o hyn yn cael ei wneud yn effeithiol, a chymryd rhan mewn trafodaethau am adnoddau fydd yn eu cefnogi yn dwyn y gwaith yma ymlaen ledled Cymru.'**



Chwefror

Dau gyhoeddiad WHO diweddar lle cafodd Cymru ei hamlygu fel cenedl flaenllaw ar gyfer tegwch iechyd a llesiant yn nghyd-destun ymateb ac adferiad COVID-19, gan gyfeirio at Femorandwm Cyd-ddealltwriaeth WHO/Llywodraeth Cymru a menter Adroddiad Statws Tegwch Iechyd Cymru (WHESRI).

Mae Bwletin WHO, prif gyfnodolyn gwyddonol WHO a adolygir gan gymheiriaid [Bull World Health Organ Volume 100\(2\); 2022 Feb 1 \(nih.gov\)](#) golygyddol ar [Health inequity focus in pandemic preparedness and response plans \(nih.gov\)](#) wedi cynnwys Cymru a'r WHESRI (paragraff wedi ei gopïo isod):

Mae'r gymuned ryngwladol yn gynyddol yn cydnabod yr angen am lywodraethu gwell o ran y rhyng-ddibyniaeth rhwng systemau iechyd, cymdeithasol, amgylcheddol ac economaidd. Dylai llywodraethu o'r fath wneud tegwch a llesiant yn benodol yn ganolog i ymateb cynaliadwy COVID-19. Mae'r dull o gyflawni llywodraethu mor dda yn ymarferol wedi ei ymgorffori yn argymhellion y Comisiwn Pan-Ewropeaidd ar Iechyd a Datblygu Cynaliadwy, Drawing light from the pandemic,⁶ ac yn adroddiad yr Asian Development Bank, Wellness in worrying times.⁷ Mae ymagwedd Adroddiad Healthy, prosperous lives for all: the European Health Equity Status Report⁸ 2019 wedi ysbrydoli gwledydd a thiriogaethau fel yr Eidal, Gogledd Macedonia, Slofenia a Chymru i wneud tegwch iechyd yn benodol yn ganolog i ymateb cynaliadwy COVID-19. Mae menter adroddiad statws tegwch iechyd Cymru⁹ yn ffurfio'r ymateb i'r pandemig o amgylch buddsoddi mewn pum amod hanfodol a meysydd gweithredu ar bolisi sy'n ymateb i rywedd ar gyfer tegwch iechyd: gwasanaethau iechyd; diogelwch incwm ac amddiffyniad cymdeithasol; amodau byw; cyfalaf dynol a chymdeithasol; ac amodau cyflogaeth a gwaith. Mae'r fenter yn cyd-fynd yn agos â cholofnau ymateb economaidd-gymdeithasol uniongyrchol y Cenhedloedd Unedig, gan bwysleisio bod llywodraethu ar gyfer tegwch iechyd yn cael ei brif ffrydio i eglurder polisi, atebolrwydd, cyfranogiad cymdeithasol ac ymagweddau grymuso cymunedol.

Mae cylchlythyr cyntaf 'Tegwch ac Iechyd' WHO [WHO/Europe | About us - Equity and Health, Issue 1, December 2021](#) yn amlygu cyflawniadau ar draws Rhanbarth Ewrop wedi cynnwys Cymru ar dudalen 3 (copi isod):

FFOCWS AR WLAD ...

Mae Llywodraeth Cymru wedi rhoi blaenoriaeth i degwch iechyd, gan ei wneud yn ganolog i ymateb ac adferiad COVID-19, a datblygu'r mesurau a fabwysiadwyd yn ystod y pandemig i gefnogi'r mwyaf agored i niwed. Mae Memorandwm Cyd-ddealltwriaeth rhwng WHO a Chymru yn sefydlu menter tegwch iechyd sy'n hyrwyddo ffyniant ar gyfer y genhedlaeth bresennol a chenedlaethau'r dyfodol. Mae adroddiad newydd yn creu darlun aml-ddimensiwn cynhwysfawr o effaith COVID-19, gan fesur ac atgyfnerthu'r ddealltwriaeth bod llesiant unigol, llesiant cymdeithasol, a'r economi ehangach i gyd yn rhyng-ddibynnol. "Mae iechyd y cyhoedd wedi dod yn ffocws byd-eang, yn cryfhau'r achos dros fuddsoddi yn llesiant pobl – atal clefydau'n gynnar, diogelu a hybu iechyd, gwella cadernid a thegwch, cefnogi'r mwyaf agored i niwed a grymuso ein cymunedau."

Dr Tracey Cooper Prif Weithredwr,
Iechyd Cyhoeddus Cymru

Mawrth

Ailddynodi Canolfan Gydwethredol WHO!

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

Mae hon yn garreg filltir o ran cydnabyddiaeth, yn cadarnhau ein rôl a'n gwaith llwyddiannus fel Canolfan Gydwethredol WHO dros y pedair blynedd diwethaf; yn ogystal â'n hysgogiad a'n hymrwymiad hyd at 2026. Y Ganolfan yw'r gyntaf a'r unig Ganolfan Gydwethredol WHO yn y byd sydd â'r arbenigedd hwn, ac mae'n rhan o rwydwaith byd-eang o fwy nag 800 o Ganolfannau Gydwethredol mewn dros 80 o wledydd. Dros y pedair blynedd diwethaf, mae'r Ganolfan Gydwethredol wedi datblygu, cyfodod a rhannu gwybodaeth, arweiniad rhyngwladol, gwybodaeth y gellir gweithredu arni, offer ymarferol ac ymagweddau ynghylch sut i fuddsoddi mewn ffordd fwy cynaliadwy i wella llesiant pobl, lleihau annhegwch, a datblygu cymunedau, economïau a phlaned gryfach.

Mae rhaglen waith 4 blynedd newydd Canolfan Gydwethredol WHO yn canolbwyntio ar ddarparu tystiolaeth wyddonol a pholisi i feithrin gallu a rhoi polisiau rhyng-sectoraidd effeithiol ar waith ar gyfer iechyd a thegwch ar draws cwrs bywyd. Mae hefyd yn bwriadu arloesi a defnyddio offer economaidd ac aml-ddisgyblaethol i gefnogi datblygu Economi Llesiant yng Nghymru, gan archwilio a nodi atebion i heriau byd-eang bwch iechyd sy'n ehangu a gwahaniaethau economaidd-gymdeithasol, ymateb ac adferiad COVID-19 a newid hinsawdd. Cliciwch [yma](#) i ddarllen mwy.

Dywedodd Eluned Morgan AS, y Gweinidog Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol:

"Mae hyn yn garreg filltir i Gymru. Mae'r ganolfan wedi bod yn allweddol yn gosod Cymru fel dylanwadwr byd-eang, yn hyrwyddo polisiau ac atebion arloesol i wneud gwelliant parhaus i iechyd a llesiant pobl"

Dywedodd Dr Tracey Cooper:

"Mae'r ail-ddynodiad yn gydnabyddiaeth gref, nid yn unig i Iechyd Cyhoeddus Cymru ond i Gymru fel cenedl, o'n heffaith ar yr agenda iechyd byd-eang... Rwy'n edrych ymlaen at barhau i weithio gyda chydweithwyr ac arbenigwyr yn byd-eang, i gynyddu buddion dysgu ac arloesi rhyngwladol i bobl Cymru, yn ogystal â gwella ein rôl a'n heffaith ar yr agenda iechyd byd-eang."

Dywedodd yr Athro Mark A Bellis:

"Dros y pedair blynedd nesaf ein gobaith yw parhau i gryfhau effaith ac enw da gwaith iechyd y cyhoedd sy'n cael ei wneud yng Nghymru ar raddfa genedlaethol a byd-eang... Rwyf wrth fy modd i fod yn parhau i gyfeirio ein Canolfan Ryngwladol Sefydliad Iechyd y Byd a hoffwn ddiolch o galon i bawb yn y tîm anhygoel am y cyflawniad gwych yma, yn ogystal â'n partneriaid yng Nghymru ac yn rhyngwladol. Heb ddyn nhw, ni fyddai'r gwaith hwn yn bosibl."

Cyhoeddwyd papur gan Karen Hughes a Mark Bellis ar 21 Mawrth ar y cyd â chydweithwyr ym Mhrifysgol Liverpool John Moores: Effects of multi-component programmes in preventing sales of alcohol to intoxicated patrons in nightlife settings in the United Kingdom

Archwiliodd yr astudiaeth effeithiau ymyriadau aml-gydran ar fywyd nos – yn cynnwys symudiadau cymuned, hyfforddiant gweini diodydd yn gyfrifol a dulliau gorfodi'r gyfraith – i leihau gor-wasanaethu alcohol mewn pedwar lleoliad bywyd nos yng Nghymru a Lloegr. Canfu fod ymyriadau aml-gydran yn gysylltiedig â chynnydd o ran gwrthod gwasanaeth, gyda'r effeithiau'n gryfach ar gyfer ymyriadau oedd yn cynnwys gorfodi'r gyfraith yn fwy, yn arbennig os oedd yr holl gydrannau ymyrraeth yn cael eu gweithredu.

Mawrth

Mae Liz wedi cael ei chynnwys yn rhestr The Planner o'r menywod mwyaf dylanwadol ym maes cynllunio. Llongyfarchiadau!

Bob blwyddyn ar gyfer Diwrnod Rhyngwladol y Menywod, mae The Planner yn cyhoeddi rhestr o Fenywod Dylanwadol ym maes cynllunio, wedi eu henwebu gan ddarllenwyr The Planner a'u hasesu gan banel o feirniaid sydd yn cynnwys cynllunwyr amlwg ar draws y DU.



Ym mis Rhagfyr 2021, cyfrannodd grŵp o gydweithwyr sydd yn fewnol i Iechyd Cyhoeddus Cymru ac ar draws y DU, enwebiadau ar gyfer Liz ar gyfer gwobr 2022 ac rydym mor falch i weld ei bod wedi cael ei chynnwys ar y rhestr fel un o Fenywod Dylanwadol eleni. O'r 50 o fenywod ar y rhestr, dim ond 3 sydd o Gymru.

Yn ogystal, mae 3 o Iechyd y Cyhoedd sydd yn dangos bod cydweithredu cynyddol rhwng cynllunio ac iechyd ac mae hyn yn rhan allweddol o enwebiad Liz. Gall cynllunio gyfrannu gymaint i ganlyniadau iechyd a llesiant ac mae hyn yn cael ei gydnabod yma yng Nghymru. Mae hyn i raddau helaeth trwy'r weledigaeth a'r arweinyddiaeth y mae Liz wedi dangos dros nifer o flynyddoedd a pham y mae Cynllunio ac Iechyd yn ffrwd waith allweddol yn Nhîm WHIASU.

I weld mwy am hyn a gweld y dyfyniad, cyfeiriad [YMA](#).

Gwerthuso ymgyrch Amser Bod yn Garedig a gyhoeddwyd yn BMC Public Health

Mewn ymateb i gyfyngiadau olynol COVID-19 yng Nghymru, lansiodd Hyb Cymorth ACE Cymru ymgyrch #AmserBodynGaredig ym mis Mawrth 2021. Defnyddiodd yr ymgyrch ddarllediad ffilm fer ar y teledu a'i hyrwyddo ar y cyfryngau cymdeithasol i annog newid ymddygiad i fod yn garedig. Gwerthuswyd ffilm ymgyrch #AmserBodynGaredig a chanfod y gall ffilm fod yn offeryn effeithiol i hybu newid ymddygiad i fod yn garedig. Gall ffilmiau sy'n ennyn emosiynau cryf gael eu hystyried yn gadarnhaol ac arwain at newid ymddygiad. Gyda phandemig COVID-19 yn cynyddu'r cam i fynd ar-lein i lawer, mae canfyddiadau'r gwerthusiad presennol yn berthnasol i'r ffordd y gall negeseuon iechyd y cyhoedd addasu a defnyddio'r gofod hwn i dargedu unigolion a hyrwyddo newid ymddygiad.

I ddarllen yr erthygl llawn cliciwch [YMA](#)



