



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



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

Effaith pandemig COVID-19 ar fenywod, cyflogaeth ac anghydraddoldebau iechyd

Nodyn Esboniadol



Awduron:
Michael Fletcher, Laura Evans, Lee Parry-Williams,
Kath Ashton, Liz Green.

Hoffem ddiolch i Nerys Edmonds am roi adborth a chyfrannu at
ddatblygiad y prosiect.

Mae pandemig COVID-19 wedi cael effaith fawr ar fenywod yn gyffredinol, ond hefyd yn benodol ar fenywod o oedran gweithio ac yn y gweithlu. Mae'r nodyn esboniadol hwn a'r ffeithlun cysylltiedig yn edrych ar brif effeithiau canfyddedig y pandemig ar fenywod o oedran gweithio, tra hefyd yn cymryd i ystyriaeth yr anghydraddoldebau presennol sy'n ymwneud â chyflogaeth. Mae'n defnyddio lens Asesiad o'r Effaith ar Iechyd (HIA) sy'n nodi effeithiau cadarnhaol a negyddol ar iechyd a llesiant ac yn amlygu'r effeithiau tegwch ar wahanol grwpiau poblogaeth.

Dangosir y canfyddiadau allweddol yn y ffeithlun ar wahân ac yn y tabl isod:

Grwpiau poblogaeth yr effeithir arnynt:

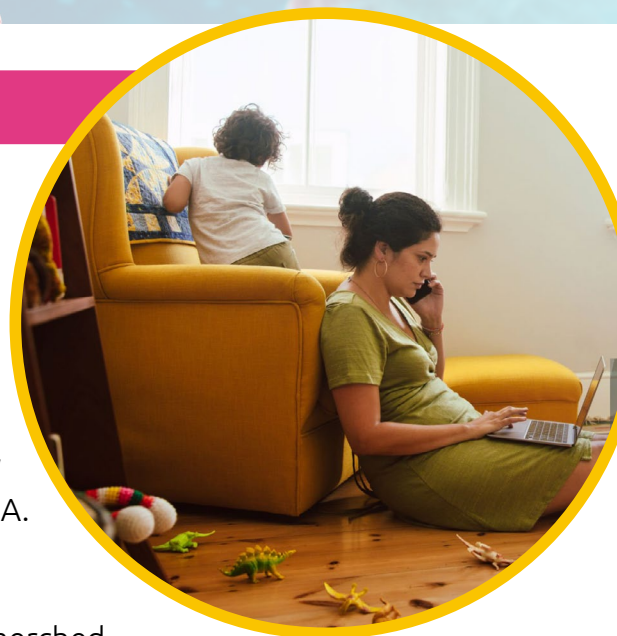
- Menywod iau a hŷn
- Gofalwyr benywaidd a mamau unigol
- Menywod yr effeithir arnynt gan drais a chamdriniaeth
- Menywod â chyflyrau cronig a/neu anableddau
- Incwm a math o gyflogaeth menywod, e.e., ffyrlo, rhan-amser, dim oriau, ansicr ac incwm isel
- Menywod o gefndiroedd lleiafrifoedd ethnig

Penderfyniadau Iechyd a Llesiant yr effeithir arnynt:

- Dylanwadau cymdeithasol a chymunedol ar iechyd
 - Perthnasoedd a rolau teuluol
 - Trais yn erbyn menywod a rheolaeth orfodol
- Amodau economaidd
 - Amodau gwaith
 - Colli incwm yn anghyfartal
 - Diweithdra
 - Newidiadau mewn statws cyflogaeth
- Amgylchedd gwaith yn effeithio ar iechyd meddwl a llesiant

Grwpiau'r Boblogaeth:

Mae'r pandemig wedi cael effeithiau uniongyrchol ac anuniongyrchol ar draws poblogaethau o'r dystiolaeth a gasglwyd. Mae gan lawer o'r menywod a nodir yn yr adroddiad hwn nodweddion lluosog a chroestoriadol, ee, yn rhiant unigol ac o gefndir ethnig lleiafrifol. Mae'r nodyn esboniadol hwn a'r ffeithlun cysylltiedig yn canolbwyntio'n benodol ar fenywod a sut mae gweithio ai peidio yn ystod y pandemig wedi cael effaith gan ddefnyddio methodoleg HIA.



Oed: Mae **menywod iau** wedi cael eu heffeithio oherwydd effeithiau anghymesur pandemig COVID-19 ar fenywod a merched, gan gynnwys mewn cyflogaeth a chau sefydliadau addysg (Sefydliad Iechyd y Byd, 2021). Er bod rhai o'r anghydraddoldebau presennol a waethygyd gan COVID-19 hyd yn oed yn fwy amlwg ymhlith y boblogaeth iau (oedran gweithio) (Suleman et al., 2021), mae rhai o'r anghydraddoldebau a grybwyllwyd yn cynnwys gwahaniaethau amlwg yn iechyd y boblogaeth oedran gweithio, gyda'r chyfyngiadau'r llywodraeth yn arwain at ganlyniadau o anghenion iechyd heb eu diwallu, problemau iechyd meddwl, bylchau addysg, cyflogaeth a gollwyd ac ansicrwydd ariannol (Suleman et al., 2021). Mae **pobl hŷn** ar y llaw arall, yn enwedig menywod, wedi bod yn fwyaf tebygol o adael y gweithlu yn ystod y pandemig, ac mae'r grŵp hwn wedi profi mwy o effaith negyddol ar gyflogaeth nag a welwyd mewn argyfyngau blaenorol (Brewer et al., 2021). Roedd menywod hŷn yn fwy tebygol o fod wedi lleihau oriau gwaith na dynion yn y DU (14.8% i 12.1%) rhwng Rhagfyr 2020 a Chwefror 2021 (SYG, 2021a). Effeithiwyd yn fawr ar ddiswyddiadau a chyflogaeth yn ystod y pandemig, ac o ran y sectorau yr oedd menywod yn cael eu diswyddo ohonynt, roedd traean yn ymwneud â dosbarthu, gwestai a bwytai (SYG, 2021a). Roedd niferoedd uchel o ddiswyddiadau mewn bancio a chyllid a oedd yn cyfrif am tua un o bob pump o ddiswyddiadau yn gyffredinol ar gyfer dynion a menywod yn ystod y pandemig, tra bod tua 14% o ddiswyddiadau ar gyfer gweithwyr benywaidd hŷn ym mhob un o'r sectorau gweithgynhyrchu, gweinyddiaeth gyhoeddus, addysg ac iechyd (SYG, 2021a).

Roedd trefniadau gweithio o gartref o fudd i lawer o **famau/gwarcheidwaid** oedd yn gweithio wrth gyfuno gyrfaoedd ag anghenion gofal plant (Alon et al., 2020; Green et al., 2021). Fodd bynnag, mae ffigurau'n awgrymu bod mamau yn y DU wedi cyflawni dwy ran o dair o'r 40 awr ychwanegol yr wythnos o ofalu am oedolion a phlant oedd yn ofynnol yn ystod cyfnod y pandemig rhwng 2020 a 2021 (Sefydliad Iechyd y Byd, 2021).

Roedd mesurau iechyd y cyhoedd a gyflwynwyd i arafu trosglwyddiad y feirws fel ymbellhau cymdeithasol a chwariantîn, yn gosod rhai menywod mewn mwy o berygl **o drais domestig a rheolaeth orfodol** trwy weithio gartref neu gael eu rhoi ar ffyrlo a oedd yn eu gwneud yn fwy ynysig (Douglas et al., 2020). Canfu Addis a Snowdon (2021) fod galwadau i linellau cymorth wedi cynyddu bum gwaith mewn rhai gwledydd wrth i gyfraddau trais gan bartner

agos a nodwyd gynyddu oherwydd y pandemig. Gwelodd Refuge, llinell gymorth elusennol sy'n delio â chymorth trais domestig i fenywod a phlant, gynydd o 60% mewn galwadau misol rhwng Ebrill 2020 a Chwefror 2021, o gymharu â dechrau 2020, gyda 72% o'r galwadau hyn gan fenywod yn **profi cam-drin domestig** (Suleman et al., 2021).



Mae **incwm a math o gyflogaeth menywod** wedi cael eu heffeithio hefyd.

Mae hyn yn cynnwys nid yn unig gwaethygu'r anghydraddoldebau cyflogaeth presennol, ond hefyd creu anghydraddoldebau newydd gyda menywod wedi'u cynrychioli'n anghymesur yn benodol o ran ffyrlo, contractau rhan-amser, contractau dim oriau a swyddi ansicr. Er mwyn gallu talu am ofal plant, mae gan fenywod o gefndiroedd economaidd-gymdeithasol is lai o adnoddau ariannol i ymdopi ag oriau gwaith anrhagweladwy ac annibynadwy, gan felly ysgwyddo'r baich dwbl o gydbwysu gwaith â thâl a gwaith di-dâl (Chung a van der Lippe, 2018). Roedd cau ysgolion o ganlyniad i gyfyngiadau COVID-19 hefyd wedi effeithio ar enillion menywod ac annibyniaeth ariannol (Guerrina et al., 2021). Mae colli swyddi wedi effeithio'n anghymesur ar fenywod yn y

gweithlu sydd â llai o addysg a sefyllfa economaidd-gymdeithasol is (Sefydliad Iechyd y Byd, 2021). Mae ystadegau gan y Swyddfa Ystadegau Gwladol (SYG) yn dangos bod y bwlch cyflog rhwng y rhywiau yn ehangu gydag oedran a bod menywod yn eu 40au a 50au yn ennill ar gyfartaledd 20% yn llai na'u cymheiriaid gwrywaidd, ac wrth gymharu 40au a 50au â'r grŵp oed 22-29, y bwlch cyflog rhwng y rhywiau yw 4% (Centre for Ageing Better, 2021). Gall rhywfaint o hyn fod oherwydd anghydraddoldebau a disgwyliadau strwythurol a chymdeithasol presennol megis bod yn rhiant, menywod yn llai tebygol o fargeinio'n llwyddiannus am gyflogau uwch, yn fwy tebygol o fynd i swyddi 'cyfeillgar i deuluoedd' yn hytrach na rhai sy'n talu'n uchel, a meddu ar fwy o gyfrifoldebau gofalu, gyda'r materion hyn hefyd yn effeithio ar bensiynau merched (Hickman et al., 2023).

Yn olaf, mae grwpiau poblogaeth penodol, er enghraifft, **rhieni benywaidd unigol, gofalwyr benywaidd, menywod ag anableddau a phobl o gefndiroedd lleiafrifoedd ethnig** hefyd wedi cael eu heffeithio yn ystod y pandemig. Yn y DU, mae 90% o'r 2.9 miliwn o rieni unigol yn fenywod, tra bod 58% o'r holl ofalwyr yn y DU yn fenywod, gyda menywod yn ymgymryd â mwy o ofal anffurfiol dwys di-dâl (Glasgow Centre for Population Health, 2021). Mae'r un papur (Glasgow Centre for Population Health, 2021) yn dangos bod menywod anabl yn fwy agored ac agored i niwed o ran effeithiau anfwriadol cyfnodau clo, oherwydd lefelau uwch o broblemau iechyd meddwl cyffredin, ynysu cymdeithasol ac allgáu digidol a oedd yn bodoli eisoes. Roeddent hefyd yn fwy tebygol o nodi cam-drin a thrais domestig yn ystod y pandemig. Fodd bynnag, gallai'r newid i weithio gartref alluogi mwy o bobl ag anableddau i ymuno â'r gweithlu (Green et al., 2020a). Amlygodd adroddiad gan Lywodraeth Cymru (2022a) sut y gwnaeth y pandemig gynyddu anghydraddoldebau ac anfanteision a oedd yn bodoli eisoes, gan gynnwys i fenywod anabl. Ar gyfer menywod o leiafrifoedd ethnig, roedd dros eu hanner yn ansicr ble i droi am gymorth ariannol o ganlyniad i'r pandemig o gymharu â dim ond 18.7% o ymatebwyr gwyn (Suleman et al., 2021).

Penderfynyddion Iechyd a Llesiant:

Dylanwadau cymdeithasol a chymunedol

Ceir rhai effeithiau cadarnhaol megis symud oddi wrth y 'stigma hyblygrwydd' y mae symud i weithio mwy ystwyth a chartrefol wedi caniatáu ar ei gyfer (Chung et al., 2020). Yn ddamcaniaethol, gallai hyn fod wedi galluogi rhai tadau i allu defnyddio gweithio hyblyg at ddibenion gofal yn fwy rhydd, gyda thasgau gwaith tŷ a gofal plant yn cael eu rhannu'n fwy cyfartal rhwng mamau a thadau mewn cartrefi (Chung et al., 2020). Yn gyffredinol, roedd mamau a oedd yn gweithio'n rhan-amser neu o'r cartref yn caniatáu iddynt gael rhyngweithio rhiant-plentyn cyfoethog yn amlach, tra bod dynion sy'n gweithio'n fwy hyblyg yn caniatáu iddynt fanteisio ar fwy o ofal plant arferol, y dangoswyd ei fod yn cynyddu rhagolygon gyrfa menywod yn gadarnhaol (Chung a van der Lippe, 2018).

Fodd bynnag, mae nifer o effeithiau negyddol wedi'u nodi ac mae pandemig COVID-19 wedi arwain at 'fwlch rhwng y rhywiau' mewn cynhyrchiant gwaith a boddhad swydd canfyddedig, gyda menywod yn dod yn llai cynhyrchiol ac yn llai bodlon â'u swydd na dynion ar ôl yr achosion o COVID-19 (Feng a Savani, 2020). Ar adegau o argyfwng, mae gweithio o gartref a diffyg gwasanaethau gofal plant wedi creu bwlch rhwng y rhywiau mewn teuluoedd gyrfa ddeuol a gall y sifftiau hyn yn y gweithle wrthdroi'r duedd tuag at gydraddoldeb rhywiol mewn nifer o feysydd gwaith megis rolau arweinyddiaeth a thâl yn y gwaith (Feng a Savani, 2020). Achosodd y pandemig hefyd i rai perthnasoedd teuluol waethygu tensiynau presennol ac mae wedi creu straen newydd gyda chynnydd mewn pryderon ynghylch trais domestig a theuluol (Green, Fernandez a MacPhail, 2021).

Mae **Trais yn Erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (VAWDASV) a rheolaeth orfodol** hefyd wedi'i nodi fel effaith

fawr, gan gael effeithiau uniongyrchol ac anuniongyrchol ar bob menyw o'r dystiolaeth a ddadansoddwyd. Mae hyn oherwydd yr oedd angen i fwy o fenywod weithio gartref neu gael eu rhoi ar ffyrlo, a oedd yn eu gwneud yn fwy ynysig ac yn fwy agored i gyflawnwyr VAWDASV. Yn y llenyddiaeth, nodwyd bod yr adrodd am achosion o dreisio ac ymosodiad rhywiol rhwng mis Mawrth a mis Ebrill 2020 wedi gostwng yn sylweddol (Cameron et al., 2021), er bod swm llethol o'r llenyddiaeth yn awgrymu effeithiau negyddol ym maes VAWDASV fel cynnydd yn Trais Partner Personol (IPV) a thrais ar sail rhywedd (Connor et al., 2020; Douglas et al., 2020; Gurney, 2021; SYG, 2021b; Llywodraeth Cymru, 2022b). Roedd mesurau iechyd y cyhoedd a gyflwynwyd i arafu trosglwyddiad COVID-19 megis ymbellhau cymdeithasol ac aros gartref yn gosod menywod mewn mwy o berygl o gam-drin domestig a thrais corfforol, rhywiol, emosiynol a geiriol (Douglas et al., 2020; Gurney, 2021). Er enghraifft, gwelwyd cynnydd o 6% yn nifer y troseddau cam-drin domestig a gofnodwyd gan yr heddlu yng Nghymru a Lloegr, sef 845,734 ar gyfer y flwyddyn a ddaeth i ben ym mis Mawrth 2021 (SYG, 2021b) ac



ar gyfer y flwyddyn a ddaeth i ben ym mis Mawrth 2020 yng Nghymru a Lloegr, gwyddys fod 2.3 miliwn o bobl wedi profi cam-drin domestig, gydag 1.6 miliwn (69.6%) o'r dioddefwyr hyn yn fenywod (Llywodraeth Cymru, 2022b). Mae tua 60,000 o achosion o gam-drin domestig yn digwydd yn yr Alban bob blwyddyn, a menywod ifanc sy'n cael eu heffeithio fwyaf (Douglas et al., 2020). Gwelwyd cynnydd mewn digwyddiadau IPV yn ystod yr achosion o Ebola a Zika, a dilynodd batrwm tebyg yn ystod y pandemig COVID-19, gyda thraean o fenywod a oedd yn profi IPV yn cael anhawster i gael mynediad at adnoddau oherwydd y pandemig (Connor et al., 2020). Er mwyn lliniaru yn erbyn y materion hyn, mae angen integreiddio darpariaeth gwasanaeth a gwell mynediad i fenywod at wasanaethau iechyd meddwl a chorfforol a systemau lles a chymorth eraill (Seedat a Rondon, 2021).

Cafodd yr amgylcheddau gwaith newydd yr oedd y boblogaeth yn gweithio ynddynt effaith fawr hefyd **ar iechyd a llesiant meddwl**. Cafodd hyn effeithiau uniongyrchol ac anuniongyrchol; roedd yn un o'r effeithiau mwyaf hanfodol i fenywod yn sgil y pandemig, gyda chyfoeth o dystiolaeth i gefnogi hyn.

Canfu'r rhan fwyaf o astudiaethau a edrychodd ar y gwahaniaethau rhwng iechyd meddwl dynion a menywod yn ystod y pandemig fod menywod yn fwy tebygol o adrodd am ganlyniadau iechyd meddwl negyddol na dynion (Gibson et al., 2021; Thibaut a van Wijngaarden-Cremers, 2020; Suleman et al. al., 2021). Mae hyn oherwydd amrywiaeth o ffactorau gan gynnwys bod yn weithiwr rheng flaen hanfodol, er enghraifft, gweithiwr gofal iechyd proffesiynol neu weithiwr manwerthu hanfodol neu weithio gartref ar wahân i gysylltiad dynol neu gydweithwyr. Drwy gydol yr astudiaethau roedd menywod yn adrodd yn gyson am lefelau uwch o iselder, gorbryder a straen gyda lefelau is o wytnwch, tra adroddwyd bod menywod beichiog hefyd â chanlyniadau llesiant meddwl gwaeth ar ôl yr achosion o COVID-19 na chyn y pandemig (Arzamani et al., 2022; Gibson et al., 2021; Thibaut a van Wijngaarden-Cremers, 2020). Roedd menywod yn fwy tebygol o fod yn adrodd am effeithiau negyddol ar iechyd meddwl yn sgil y pandemig, tra bod menywod iau a menywod ag anabledau yn fwy tebygol na dynion yn gyffredinol o geisio cymorth ar gyfer eu hiechyd meddwl yn ystod y pandemig (Close the Gap, 2021). Amlygodd adroddiad ymchwiliad effaith COVID-19 y Sefydliad Iechyd (Suleman et al., 2021) fod nifer y menywod a hunan-adroddodd am ddirywiad mewn iechyd meddwl ddwywaith cymaint â nifer y dynion; gallai hyn fod oherwydd gwahaniaethau mewn cyfrifoldebau rhoi gofal, ymgysylltiad cymdeithasol ac ymddygiad iechyd. Dangosodd Adolygiad o Gyfyngiadau Coronafeirws (2021) Llywodraeth Cymru fod menywod yn llawer gwaeth na dynion o ran bod yn bryderus iawn am eu hiechyd a'u llesiant meddwl (25% o fenywod, 20% o ddynion), teimlo'n bryderus iawn (28% i fenywod, 20% ar gyfer dynion) a theimlo'n ynysig (29% o fenywod, 18% o ddynion), a dywedodd llawer o fenywod fod eu cwsg wedi'i effeithio'n negyddol yn ystod cyfnod clo COVID-19 (Llywodraeth Cymru, 2021).



Ffactorau economaidd

O fewn ffactorau economaidd, edrychwyd yn benodol ar **amodau gwaith, colli incwm anghyfartal, diweithdra/llai o oriau gwaith a newidiadau mewn statws cyflogaeth** yn yr HIA. Roedd y llenyddiaeth ar effeithiau a brofwyd yn ystod y pandemig yn ymwneud â ffyrdd o weithio a gweithio gartref yn adlewyrchu'n benodol yr effeithiau a oedd yn bodoli eisoes a welwyd cyn y pandemig. O ran **amodau gwaith**, mae'r effeithiau'n gadarnhaol ar y cyfan oherwydd natur gweithio hyblyg a gweithio gartref. Gall gweithio gartref gael effeithiau cadarnhaol ar foddhad menywod gyda chydbwysedd bywyd a gwaith, trwy allu cyfuno gofal plant â gwaith cyflogedig a chael mwy o amser rhydd oherwydd dim cymudo, gall leddfu gwrthdaro rhwng gwaith a theulu ac mae'n caniatáu i famau gynnal eu horiau gwaith ar ôl rhoi genedigaeth (Chung a van der Lippe, 2018). Mae nifer o fanteision i weithio gartref fel cydbwysedd rhwng bywyd a gwaith, ymreolaeth a chynhyrchiant, iechyd a llesiant a hyblygrwydd a hygyrchedd (Llywodraeth yr Alban, 2022) ond gall gyflwyno heriau, megis llesiant meddwl yn gwaethygu a theimladau o unigrwydd (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2022). Gall gweithio o bell hefyd arwain at gyfleoedd cyflogaeth newydd i famau sy'n gweithio (Suleman et al., 2021). Ar y llaw arall, oherwydd normau cymdeithasol, disgwylir i fenywod gyflawni mwy o'r 'gwaith domestig' pan fyddant yn gweithio'n hyblyg, tra bod dynion yn fwy tebygol o flaenoriaethu eu gwaith a allai arwain at oblygiadau gyrfa a chanlyniadau negyddol i fenywod (Chung a van der Lippe, 2018). Mae cyflogwyr wedi gweld contractau dim oriau a gwaith ansicr arall fel gweithio hyblyg ond mae effeithiau niweidiol gwaith ansicr wedi'u nodi fel absenoldeb salwch a hyblygrwydd yn y dyfodol. Mae amodau tecach yn caniatáu patrymau sifft rhagweladwy a rhybudd o oriau gwaith (TUC, 2021a). Canfu arolwg a gynhaliwyd gan y TUC (2021b) yn 2021 fod hanner y ceisiadau gweithio hyblyg gan famau sy'n gweithio yn cael eu gwrthod.

O ran **colli incwm anghyfartal**, mae'r llenyddiaeth yn nodi bod llawer o effeithiau negyddol ar gyfer y penderfynyddion hyn. Bydd colli incwm yn ystod y pandemig yn golygu y bydd menywod yn cael eu heffeithio'n anghyfartal, gan brofi mwy o golli incwm o gymharu â dynion (Douglas et al., 2020). Bydd gan fenywod mewn grwpiau economaidd-gymdeithasol is hefyd lai o adnoddau ariannol i ymdopi â'r oriau gwaith anrhagweladwy sy'n deillio o contractau dim oriau i dalu am ofal plant (Chung a van der Lippe, 2018) ac roedd menywod hefyd yn fwy tebygol na dynion o adrodd ansicrwydd ariannol o'r pandemig (Cau'r Bwlch, 2021). Mae tystiolaeth hefyd i awgrymu bod cau ysgolion yn ystod y pandemig wedi cael effaith ar enillion menywod a'u hannibyniaeth ariannol (Guerrina et al., 2021). Mae ystadegau craff ar hyn yn cynnwys y canlynol: o'r 3.2 miliwn o weithwyr mewn rolau risg uchel (gan gynnwys gweithwyr gofal, nyrsys, gweithwyr meddygol proffesiynol, parafeddygon, fferyllwyr a bydwragedd) yn ystod y pandemig, roedd 77% yn fenywod, a thros filiwn o'r gweithwyr hynny wedi/yn cael eu talu o dan 60% o'r cyflog canolrifol gyda 98% syfrdanol o'r rhain yn fenywod. Mae menywod hefyd yn fwy tebygol o fod mewn cyflogaeth ansicr a chyflog isel gyda 69% o'r rhai sy'n ennill cyflog isel yn fenywod (Women's Budget Group, 2020).



O ran newidiadau **mewn statws cyflogaeth**, mae arolwg a gynhaliwyd gan McKinsey ar ddechrau 2022 yn nodi bod un o bob tair menyw yn ystyried lleihau eu gyrfa neu adael y farchnad lafur yn gyfan gwbl, o gymharu ag un o bob pedwar ychydig fisoedd i mewn i'r pandemig (McKinsey & Company, 2022). Mae hyn oherwydd y baich cynyddol o ofal plant, gwaith tŷ a gwaith cyflogedig sy'n achosi straen ychwanegol (Chung et al., 2020). Mae'r argyfwng costau byw wedi gwaethygu hyn, wrth i bobl frwydro i dalu am ynni, tanwydd, tai a bwyd sy'n cael effaith ganlyniadol ar allu fforddio gofal plant ac sy'n effeithio ar gyflogaeth trwy hylendid a thlodi mislif a materion trafndiaeth, tra gall hefyd gael effaith ar iechyd meddwl (Roberts et al., 2022). Er bod rhai dynion wedi cynyddu eu cyfran o gyfrifoldebau gwaith domestig a gofal yn ystod cyfnodau clo pandemig COVID-19, parhaodd menywod i wneud y mwyafrif ohono (Chung et al., 2020). Dangosodd data o 2016 fod menywod, ar gyfartaledd, yn gwneud 60% yn fwy o waith di-dâl na dynion sy'n golygu eu bod yn ennill llai, yn berchen ar lai ac yn fwy tebygol o fod yn byw mewn tloidi (Women's Budget Group, 2020). Yn fwy diweddar, dangosodd Katsha (2023) fod menywod yn treulio o leiaf 15 awr yn cwblhau gwaith di-dâl bob wythnos, fel gofal plant, glanhau, coginio a gwaith di-dâl arall, o gymharu â 12.6 awr i ddynion. Unwaith eto, mae gan yr argyfwng costau byw oblygiadau i'r menywod hyn a'u teuluoedd. Gall hyn greu effeithiau cronol neu gymhlethu sy'n cael effeithiau uniongyrchol neu anuniongyrchol ar gyflogaeth ac iechyd a llesiant menywod.

Mae menywod hefyd yn fwy tebygol o fod mewn swyddi ansicr a chyflog isel na dynion, ac effeithiwyd yn anghymesur ar y swyddi hyn gan y pandemig (Petts et al., 2020). Mae potensial hefyd am effeithiau negyddol tymor hwy i fenywod a newidiadau mewn statws cyflogaeth yn sgil y pandemig. Mae hyn oherwydd y ffaith, pe baent yn gadael y gweithlu, efallai y byddant yn ei chael hi'n anodd dod yn ôl i economi a ffyrdd o weithio sydd wedi newid (Schindler-Ruwisch ac Eaves, 2021). Ledled y byd yn ystod y pandemig mae menywod wedi bod yn fwy tebygol na dynion o adrodd am ildio gwaith er mwyn gofalu am eraill ac mae'r bwlch rhwng y rhywiau wedi ehangu yn ystod y pandemig (Flor et al., 2022).

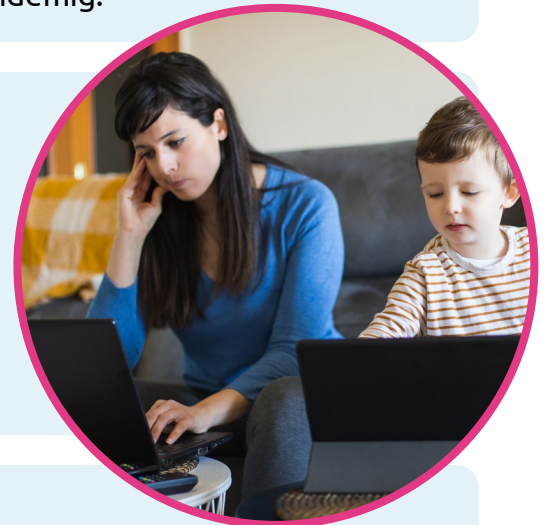
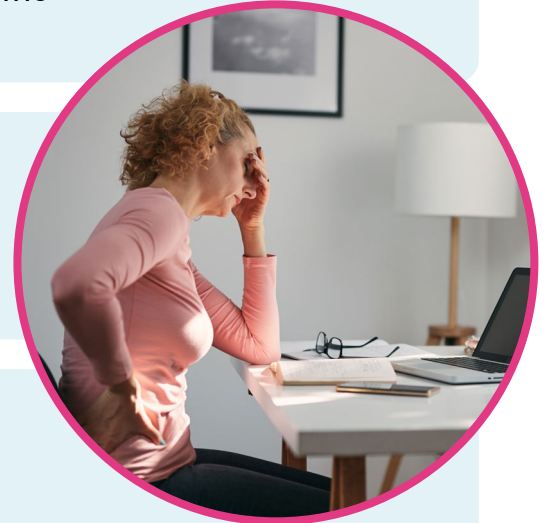
Yn olaf, o ran **diweithdra**, cafodd menywod eu heffeithio'n anghymesur gan ddirywiad economaidd pandemig COVID-19, wrth i fenywod weld lefelau uwch o golli cyflogaeth a chynnydd mewn llafur di-dâl (Flor et al., 2022). Profodd menywod gynnydd uwch mewn diweithdra na dynion yn yr Unol Daleithiau (UD), gyda 16.2% o fenywod yn cael eu gwneud yn ddi-waith o gymharu â 13.5% o ddynion (Petts et al., 2020). Er yn y DU, dangosodd Health Data Research UK (2022) fod dynion wedi gweld y cynnydd mwyaf mewn diweithdra o gymharu â menywod, gan fod menywod yn fwy tebygol o gael eu cyflogi mewn rolau yn y sector cyhoeddus a oedd wedi'u hamddiffyn i raddau helaeth rhag diswyddiadau neu a welodd gynnydd mewn cyflogaeth megis y sector iechyd. Hefyd, dangosodd Francis-Devine (2021) fod y gyfradd cyflogaeth ar gyfer dynion wedi gostwng 2.2% rhwng Ionawr-Mawrth 2020 a Hydref-Rhagfyr 2020, o gymharu â gostyngiad is o 1.5% ar gyfer menywod.

Camau Lliniaru:

- O ran sut y gall cyflogwyr helpu i fynd i'r afael â'r risg o amlygiad cynyddol i VAWDASV yn y gweithle (boed ar-lein neu wyneb yn wyneb), mae angen integreiddio'r broses o ddarparu gwasanaethau a gwell mynediad i fenywod at wasanaethau iechyd meddwl a chorfforol a systemau lles a chymorth eraill ar gyfer gweithwyr a all fod eu hangen (Seedat a Rondon, 2021). Dylai fod mecanwaith hefyd i fenywod allu adrodd am faterion yn ddiogel heb deimlo pwysau, boed hynny'n rhywiaeth neu'n gasineb at fenywod yn achlysurol neu'n sefydliadol fel bod y rhain yn cael eu dileu a bod y gweithlu mewn sefydliadau a systemau yn teimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi.
- Er mwyn mynd i'r afael â phroblemau gweithio hyblyg a'r potensial i fenywod profi anghydraddoldeb o ran y bwlch rhwng y rhywiau mewn cynhyrchiant a boddhad swydd, dylai sefydliadau gynnig mwy o gymorth, er enghraifft terfynau amser hyblyg ac oriau gwaith, rhaglenni cymorth i weithwyr a all ddarparu cymorth dienw ac am ddim a allai leddfu rhywfaint o'r pwysau sy'n gysylltiedig â gweithio hyblyg (Feng a Savani, 2020).
- Mae angen tynnu sylw at yr effeithiau a brofir gan fenywod ar draws cymdeithas er mwyn codi ymwybyddiaeth, yn enwedig mewn perthynas â mwy o gysylltiad â VAWDASV o fwy o weithio gartref a hefyd y llwyth meddwl o gael eich gweld gartref a gwneud tasgau cartref wrth weithio. Mae gan fusnesau ran allweddol i'w chwarae wrth helpu i leihau anghydraddoldebau iechyd a gwella iechyd a llesiant da a thegwch iechyd (Marmot et al., 2022), o ganlyniad i'r straen emosïynol a meddyliol ar fenywod mewn argyfyngau iechyd y cyhoedd, sy'n gweithio, yn cefnogi perthnasoedd teuluol ac efallai hefyd yn profi trais a cham-drin. Er enghraifft, gall cyflogwyr gymryd camau o ran arferion cyflogaeth i gael effaith gadarnhaol ar iechyd a llesiant gweithwyr (Marmot et al., 2022).
- Mae mwy o le ar gyfer polisi a gweithredu ar iechyd a llesiant menywod ar draws pob sector. Cyhoeddodd Llywodraeth Cymru Ddatganiad Ansawdd ar gyfer iechyd menywod a merched wedi'i anelu'n benodol at y problemau y mae menywod yn eu hwynebu mewn gofal iechyd. Mae'n disgrifio sut y gall byrddau iechyd ddarparu gwasanaethau iechyd o ansawdd da yn benodol ar gyfer menywod a merched (Llywodraeth Cymru, 2022c). Yn ogystal, cyhoeddodd Llywodraeth y DU Strategaeth Iechyd Menywod ar gyfer Lloegr (Yr Adran Iechyd a Gofal Cymdeithasol, 2022) sy'n edrych ar leihau'r gwahaniaethau y mae menywod yn eu hwynebu wrth gael y gofal sydd ei angen arnynt gan gynnwys materion sy'n benodol i fenywod fel camesgor, menopos ac ysmegu yn ystod beichiogrwydd. Mae Llywodraeth Cymru wedi ymrwymo i gynhyrchu "Cynllun Iechyd Menywod" (Gweithrediaeth GIG Cymru, 2022). Mae Sefydliad Bevan (2022) hefyd wedi rhannu argymhellion ar gyfer cynllun iechyd menywod a merched deng mlynedd Llywodraeth Cymru, sy'n canolbwyntio ar yr anghydraddoldebau a'r heriau anghymesur y mae menywod yn eu hwynebu mewn gofal diwedd oes.

Meysydd posibl lle mae angen mwy o ymchwil:

- Prin yw'r dystiolaeth o effaith COVID-19 ar gyflogaeth menywod mewn gwahanol ardaloedd daearyddol, hy, gwledig a threfol a allai lywio ymatebion a chyfleoedd yn y dyfodol.
- Mae angen mwy o ymchwil i effaith hirdymor newid diwylliant cyflogaeth o bandemig COVID-19 ar lesiant menywod, er enghraifft ar weithgarwch corfforol ac iechyd meddwl.
- Mae dilyniant gyrfa a chyfleoedd yn y dyfodol yn 'friff gwyllo' o ystyried mai dim ond dystiolaeth gyfyngedig sydd ar hyn. Byddai ymchwil pellach yn y maes hwn yn fuddiol o ystyried bod potensial i anghydraddoldebau o ran dilyniant gyrfa ehangu ymhellach gan y gallai fod yn anoddach i fenywod ailymuno â'r economi ar ôl y pandemig.
- Roedd y rhan fwyaf o'r llenyddiaeth yn eang ei ffocws ac roedd llawer o'r effeithiau ar ddygnion a menywod ill dau. Fodd bynnag, gallai fod yn ddiddorol nodi sut yr effeithiwyd ar grwpiau incwm isel a rhieni benywaidd unigol o ystyried yr heriau sylweddol a berir gan rolau newidiol a mwy o fenywod yn gweithio gartref.
- Mae angen ymchwil i effeithiau tymor hwy yr amgylchedd gwaith rhithwir newydd ar VAWDASV gan gynnwys rheolaeth orfodol ar iechyd a llesiant menywod.



Methodoleg

Mae Asesu'r Effaith ar Iechyd (HIA) yn arf iechyd y cyhoedd uchel ei barch a chydabyddedig (Sefydliad Iechyd y Byd, dim dyddiad). Fe'i defnyddiwyd i lywio penderfyniadau a chamau gweithredu ar draws ystod eang o leoliadau a sectorau, gan gynnwys effeithiau ehangach y pandemig COVID-19 (Green et al., 2020b; Green et al., 2021; WHO, dim dyddiad). Yn dilyn canllawiau HIA Cymru (WHIASU, 2012), defnyddiodd yr HIA hwn amrywiaeth o wahanol ffynonellau tystiolaeth i ddeall yn well effeithiau'r pandemig ar fenywod, gan roi sylw i gyflogaeth menywod ac anghydraddoldebau. Roedd hyn yn cynnwys adolygiad o lenyddiaeth academaidd a llenyddiaeth lwyd, cyfweiliadau lled-strwythuredig gyda rhanddeiliaid allweddol, gweithdy astudiaethau achos ac ystadegau, data a thystiolaeth gwybodaeth iechyd.

Adolygiad o lenyddiaeth: Daeth yr adolygiad llenyddiaeth o hyd i 482 o ganlyniadau ar lwyfan ymchwil meddygol Ovid. Defnyddiwyd set o dermau chwilio a oedd yn cynnwys y geiriau 'employment' fel gair annibynnol, 'gender' neu 'women' neu 'female' neu 'woman' fel ail set, cyn edrych ar fwy o dermau iechyd a llesiant yn y nesaf gan gynnwys 'health', 'wellbeing', 'mental health' a 'wider determinants'. Cafodd 'inequality' ac 'inequity' eu cynnwys hefyd cyn ychwanegu terfynau a oedd yn cynnwys eithrio llenyddiaeth a gyhoeddwyd cyn 2010, Saesneg yn unig a chrynodebau yn unig. Cafodd y 482 canlyniad hyn eu sgrinio ar gyfer perthnasedd a'u lleihau i 36 o ffynonellau llenyddiaeth oherwydd eu bod yn crybwyll COVID-19, menywod a chyflogaeth ar gyfer ffocws, ac i gael nifer hylaw ar gyfer cynnal dadansoddiad. O bwys, roedd mwy o lenyddiaeth lwyd perthnasol gyda 166 o ffynonellau tystiolaeth y dadansoddodd y tîm hwy.

Cyfweiliadau â rhanddeiliaid: Cynhaliwyd wyth cyfweiliad lled-strwythuredig gyda rhanddeiliaid o Lywodraeth Cymru, Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru, Cydffederasiwn y Diwydiant Busnes (CBI), Chwarae Teg, Anabledd Cymru, Cynhalwyr Cymru, Ffederasiwn Busnesau Bach a Chyngres yr Undebau Llafur (TUC). Paratowyd canllaw pwnc a oedd yn cynnwys cwestiynau a oedd yn anelu at ddarganfod pa bolisiau, os o gwbl, oedd yn eu lle i fynd i'r afael â chydraddoldeb rhywiol yn y gweithle neu weithio gartref yn y sefydliadau a grybwyllwyd. Nod y cyfweiliadau hefyd oedd casglu mewnwelediadau i farn y rhanddeiliaid ynghylch pa grwpiau poblogaeth a phenderfynyddion iechyd yr effeithiwyd arnynt fwyaf gan y pandemig. Cynhaliwyd gweithdy astudiaeth achos gyda'r Rhwydwaith Menywod (Iechyd Cyhoeddus Cymru) i gael mewnwelediad i'r gweithdrefnau a'r polisiau sydd ar waith i amddiffyn a chefnogi menywod mewn gweithle penodol ac ar gyfer y rhai sydd mewn cyflogaeth o fewn Iechyd Cyhoeddus Cymru fel sefydliad.

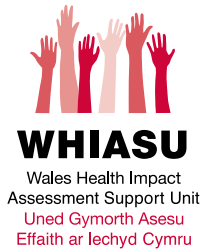
Proffil Iechyd y Boblogaeth: Lluniwyd proffil iechyd y boblogaeth sy'n crynhoi'r data allweddol ar fenywod, cyflogaeth ac anghydraddoldebau cyn ac yn ystod pandemig COVID-19. Mae'n edrych yn benodol ar ddemograffeg y boblogaeth gyffredinol, amddifadedd, cyflogaeth, niferoedd sy'n gweithio gartref, darpariaeth gofal plant a gwaith di-dâl, ac ystadegau llesiant corfforol a meddyliol.

Cyfeiriadau:

- Addis, S a Snowdon, L (2021) Beth sy'n Gweithio i Atal Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (VAWDASV)? Aseidiad Systematig o'r Dystiolaeth. Uned Atal Trais, Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru. Ar gael yn https://www.violencepreventionwales.co.uk/cms-assets/research/Beth-syn-Gweithio-i-Atal-Trais-yn-erbyn-Menywod-Cam-drin-Domestig-a-Thrais-Rhywiol-Aseidiad-Systematig-or-Dystiolaeth_2021-09-20-124847_xrzm.pdf [Cyrchwyd: 16 Ionawr 2023]
- Alon, T; Doepke, M; Olmstead-Rumsey, J a Tertilt, M (2020) The impact of the coronavirus pandemic on gender equality. National Bureau of Economic Research: Working Paper 26947. DOI: <https://doi.org/10.3386/w26947>
- Arzamani, N; Soraya, S; Hadi, F; Nooraeeen, S a Saeidi, M (2022) The COVID-19 pandemic and mental health in pregnant women: A review article. *Frontiers in Psychiatry* 13: 949239. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.949239>
- Bevan Foundation (2022) Welsh Government's ten-year women's and girls' health plan must include end of life care. Ar gael yn <https://www.bevanfoundation.org/views/marie-curie-welsh-government-health-plan/> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]
- Brewer, M; McCurdy, C a Slaughter, H (2021) Begin again? Assessing the permanent implications of Covid-19 for the UK's labour market. *The Economic 2030 Inquiry*, Tachwedd 2021. Ar gael yn <https://economy2030.resolutionfoundation.org/wp-content/uploads/2021/11/Begin-again.pdf> [Cyrchwyd: 16 Mehefin 2022]
- Brown, J (2021) Half of flexible working requests by working mums are denied, poll finds. *People Management – CIPD*. Ar gael yn <https://www.peoplemanagement.co.uk/article/1747290/flexible-working-requests-working-mums-denied-poll-finds> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]
- Cameron, E.C.; Hemingway, S.L.; Ray, J.M.; Cunningham, F.J. a Jacquin, K.M. (2021) COVID-19 and women: Key components of SDG-5 and the estimated prevalence of modern slavery. *International Perspectives in Psychology: Research, Practice, Consultation* 10(3), p. 138 – 146. DOI: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1027/2157-3891/a000019>
- Centre for Ageing Better (2021) Women in their 40s and 50s earning 20% less than their male peers, according to new figures. Ar gael yn <https://ageing-better.org.uk/news/women-in-their-40s-and-50s-earning-less-than-their-male-peers> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]
- Chung, H a van der Lippe, T (2018) Flexible Working, Work-Life Balance, and Gender Equality: Introduction. *Social Indicators Research* 151, p. 365 – 381. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11205-018-2025-x>
- Chung, H; Birkett, H; Forbes, S a Seo, H (2020) Working From Home and the Division of Housework and Childcare Among Dual Earner Couples During the Pandemic in the UK. *SocArXiv*. DOI: <https://doi.org/10.31235/osf.io/4esf7>
- Close the Gap (2021) Joint briefing on the impact of COVID-19 on women's wellbeing, mental health, and financial security. *Engender*. Ar gael yn <https://www.close-thegap.org.uk/content/covid-19/1620895646-Close-the-Gap-and-Engender-Joint-briefing-on-the-impact-of-COVID-19-on-womens-wellbeing-mental-health-and-financial-security.pdf> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]
- Connor, J; Madhavan, S; Mokashi, M; Amanuel, H; Johnson, N.R.; Pace, L.E. a Bartz, D (2020) Health risks and outcomes that disproportionately affect women during the Covid-19 pandemic: A review. *Social Science & Medicine* 266, 113364. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113364>
- Department of Health & Social Care (2022) Women's Health Strategy for England. CP 736. Ar gael yn https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/1100721/Womens-Health-Strategy-England-web-accessible.pdf [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]
- Douglas, M; Katikireddi, S.V.; Taulbut, M; McKee, M a McCartney, G (2020) Mitigating the wider health effects of covid-19 pandemic response. *BMJ* 369. DOI: <https://doi.org/10.1136/bmj.m1557>
- Feng, Z a Savani, K (2020) Covid-19 created a gender gap in perceived work productivity and job satisfaction: implications for dual-career parents working from home. *Gender in Management* 35(7/8), p. 719 – 736. DOI: <https://doi.org/10.1108/GM-07-2020-0202>
- Flor, L.S; Friedman, J; Spencer, C.N.; Cagney, J; Arrieta, A; Herbert, M.E.; Stein, C; Mullany, E.C.; Hon, J; Patwardhan, V; Barber, R.M.; Collins, J.K.; Hay, S.I.; Lim, S.S.; Lozano, R; Mokdad, A.H.; Murray, C.J.L.; Reiner, R.C.; Sorensen, R.J.D.; Pigott, D.M.; Haakenstad, A a Gakidou, E (2022) Quantifying the effects of the COVID-19 pandemic on gender equality on health, social, and economic indicators: a comprehensive review of data from March, 2020, to September, 2021. *The Lancet* 399(10344), p. 2381 – 2397. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(22\)00008-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(22)00008-3)

- Francis-Devine, B (2021) How has the coronavirus pandemic affected women in work? House of Commons Library, UK Parliament. Ar gael yn <https://commonslibrary.parliament.uk/how-has-the-coronavirus-pandemic-affected-women-in-work/> [Cyrchwyd: 7 Awst 2023]
- Gibson, B; Schneider, J; Talamonti, D a Forshaw, M (2021) The impact of inequality on mental health outcomes during the COVID-19 pandemic: A systematic review. *Canadian Psychology* 62(1), p. 101 – 126. DOI: <https://doi.org/10.1037/cap0000272>
- Glasgow Centre for Population Health (2021) COVID-19 Micro Briefing 2: Consequences of the COVID-19 pandemic: exploring the unequal social and economic burden on women. University of Glasgow and Glasgow Women's Voluntary Sector Network. Ar gael yn <https://policyscotland.gla.ac.uk/wp-content/uploads/2021/05/PSGCPHCOVIDMicroBrief2Women.pdf> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]
- Green, H; Fernandez, R a MacPhail, C (2021) The social determinants of health and health outcomes among adults during the COVID-19 pandemic: A systematic review. *Public Health Nursing* 38(6), p. 942 – 952. DOI: <https://doi.org/10.1111/phn.12959>
- Green, L; Ashton, K; Azam, S; Dyakova, M; Clemens, T a Bellis, M.A. (2021) Using health impact assessment (HIA) to understand the wider health and well-being implications of policy decisions: the COVID-19 'staying at home and social distancing policy' in Wales. *BMC Public Health* 21(1456). DOI: <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11480-7>
- Green, L; Ashton, K; Edmonds, N a Azam, S (2020b) Process, Practice and Progress: A Case Study of the Health Impact Assessment (HIA) of Brexit in Wales. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17(18): 6652. DOI: <https://doi.org/10.3390%2Fijerph17186652>
- Green, L; Morgan, L; Azam, S; Evans, L; Parry-Williams, L; Petchey, L a Bellis, M.A. (2020a) Asesiad o'r Effaith ar Iechyd y 'Polisi Aros Gartref ac Ymbellhau Cymdeithasol' yng Nghymru mewn ymateb i'r pandemig COVID-19: Prif Adroddiad. Ar gael yn <https://phwwhocc.co.uk/wp-content/uploads/2020/07/HIA - Rapid Review of SAH Policy Main Report Welsh.pdf> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]
- Guerrina, R; Borisch, B; Callahan, L.F.; Howick, J; Reginster, J.Y. a Mobasheri, A (2021) Health and Gender Inequalities of the COVID-19 Pandemic: Adverse Impacts on Women's Health, Wealth and Social Welfare. *Frontiers in Global Women's Health* 2: 670310. DOI: <https://doi.org/10.3389/fgwh.2021.670310>
- Gurney, C.M. (2021) Dangerous liaisons? Applying the social harm perspective to the social inequality, housing and health trifecta during the Covid-19 pandemic. *International Journal of Housing Policy*. DOI: <https://doi.org/10.1080/19491247.2021.1971033>
- Health Data Research UK (2022) How COVID-19 has impacted women and men's working lives in the UK. Ar gael yn <https://www.hdruk.ac.uk/case-studies/how-covid-19-has-impacted-women-and-mens-working-lives-in-the-uk/> [Cyrchwyd: 7 Awst 2023]
- Hickman, B; Baginsky, M; Wilks, D a Hickman, S (2023) Working Experiences of Women over 50 in Wales. Chwarae Teg and Myriad. Ar gael yn https://chwaraeteg.com/wp-content/uploads/2023/05/Women-over-50-report_Eng-1.pdf [Cyrchwyd: 17 Mai 2023]
- Katsha, H (2023) Women Spend a Whopping Extra 15 Working Days on Unpaid Labour Compared to Men. *Huffington Post*. Ar gael yn https://www.huffingtonpost.co.uk/entry/only-1-in-5-british-couples-split-chores-equally_uk_6400afe0e4b0d14ed6a63a45 [Cyrchwyd: 30 Mehefin 2023]
- Marmot, M; Alexander, M; Allen, J a Munro, A (2022) The Business of Health Equity: The Marmot Review for Industry. Institute of Health Equity. Ar gael yn <https://www.instituteoftheequity.org/resources-reports/the-business-of-health-equity-the-marmot-review-for-industry/read-report.pdf> [Cyrchwyd: 19 Ebrill 2022]
- McKinsey & Company (2022) Women in the Workplace 2022. Ar gael yn <https://www.mckinsey.com/featured-insights/diversity-and-inclusion/women-in-the-workplace> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]
- Gweithrediaeth GIG Cymru (2022) Cymru Iachach i Fenywod a Merched. Ar gael yn: <https://gweithrediaeth.gig.cymru/ein-swyddogaethau/rhwydweithiau-a-chynllunio/iechyd-menywod/cymru-iachach-i-fenywod-a-merched/> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]
- Office for National Statistics (ONS) (2021a) Living longer: older adults during the coronavirus (COVID-19) pandemic. Ar gael yn <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/birthsdeathsandmarriages/ageing/articles/livinglonger/olderworkersduringthecovid19pandemic> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]
- Office for National Statistics (ONS) (2021b) Domestic abuse in England and Wales overview: November 2021. Ar gael yn <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/crimeandjustice/bulletins/domesticabuseinenglandandwalesoverview/november2021> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]

- Petts, R; Carlson, D.L. a Pepin, J (2020) A Gendered Pandemic: Childcare, Homeschooling, and Parents' Employment During COVID-19. SocArXiv. DOI: <https://doi.org/10.31235/osf.io/gwkzx>
- Public Health Wales (2022) A yw gweithio gartref yn dda i'ch iechyd? Ar gael yn <https://icc.gig.cymru/newyddion1/a-yw-gweithio-gartref-yn-dda-ich-iechyd/> [Cyrchwyd: 7 Awst 2023]
- Roberts, M; Petchey, L; Challenger, A; Azam, S; Masters, R a Peden, J (2022) Yr argyfwng costau byw yng Nghymru: Drwy lens iechyd cyhoeddus. Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru. Ar gael yn <https://phwwhocc.co.uk/wp-content/uploads/2022/11/PHW-Cost-of-Living-Executive-Summary-CYM-1.pdf> [Cyrchwyd: 6 Mawrth 2023]
- Schindler-Ruwisch, J a Eaves, T (2022) Maternity leave in America during a pandemic: The impact of leave on family wellbeing. Families, Systems, & Health 40(1), p. 132 – 135. DOI: <https://doi.org/10.1037/fsh0000629>
- Scottish Government (2022) Working from home during the COVID-19 pandemic: benefits, challenges and considerations for future ways of working. Ar gael yn <https://www.gov.scot/publications/working-home-during-covid-19-pandemic-benefits-challenges-considerations-future-ways-working/pages/3/> [Cyrchwyd: 7 Awst 2023]
- Seedat, S a Rondon, M (2021) Women's wellbeing and the burden of unpaid work. BMJ Women's Health and Gender Inequalities 374. DOI: <https://doi.org/10.1136/bmj.n1972>
- Suleman, M; Sonthalia, S; Webb, C; Kane, M; Finch, D a Bibby, J (2021) Unequal pandemic, fairer recovery: The COVID-19 impact inquiry report. The Health Foundation. Ar gael yn <https://www.health.org.uk/publications/reports/unequal-pandemic-fairer-recovery> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]
- Thibaut, F a van Wijngaarden-Cremers, P.J.M. (2020) Women's Mental Health in the Time of the Covid-19 Pandemic. Frontiers in Global Women's Health 1:588372. DOI: <https://doi.org/10.3389/fgwh.2020.588372>
- Trades Union Congress (TUC) (2021a) The future of flexible work: A TUC report. Ar gael yn <https://www.tuc.org.uk/sites/default/files/2021-07/Flexibleworkingreport3.pdf> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]
- Trades Union Congress (TUC) (2021b) Half of working mums don't get the flexibility they ask for – TUC survey. Ar gael yn <https://www.tuc.org.uk/news/half-working-mums-dont-get-flexibility-they-ask-tuc-survey> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]
- Wales HIA Support Unit (2012) Health Impact Assessment (HIA): A Practical Guide
- Llywodraeth Cymru (2021) Adolygiad o Gyfyngiadau Coronafeirws – 22 Ebrill 2021: Asesiad Cryno o'r Effaith. Ar gael yn <https://www.gov.wales/sites/default/files/publications/2021-06/coronavirus-restrictions-review-22-april-2021-summary-impact-assessment.pdf> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]
- Llywodraeth Cymru (2022a) Drws ar Glo: Datgloi bywydau a hawliau pobl anabl yng Nghymru ar ôl COVID-19. Ar gael yn <https://www.llyw.cymru/sites/default/files/pdf-versions/2023/6/3/1687949263/drws-ar-glo-datgloi-bywydau-hawliau-pobl-anabl-yng-nghymru-ar-ol-covid-19.pdf> [Cyrchwyd: 1 Mehefin 2023]
- Llywodraeth Cymru (2022b) Trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol: Adroddiad blynyddol y Cynghorwyr Cenedlaethol 2021 i 2022. Ar gael yn <https://www.llyw.cymru/trais-yn-erbyn-menywod-cam-drin-domestig-thrais-rhywiol-adroddiad-blynyddol-y-cynghorwyr-html-0> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]
- Llywodraeth Cymru (2022c) Y Datganiad Ansawdd ar gyfer iechyd menywod a merched. Ar gael yn <https://www.llyw.cymru/sites/default/files/pdf-versions/2022/7/2/1657017434/y-datganiad-ansawdd-ar-gyfer-iechyd-menywod-merched.pdf> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]
- Women's Budget Group (2020) Crises Collide: Women and Covid-19 – Examining gender and other equality issues during the Coronavirus outbreak. Ar gael yn <https://wbq.org.uk/wp-content/uploads/2020/04/FINAL.pdf> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]
- World Health Organization (WHO) (2021) COVID-19 and the social determinants of health and health equity: evidence brief. Ar gael yn <https://www.who.int/publications/i/item/9789240038387> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]
- World Health Organization (WHO) (dim dyddiad) Health impact assessment (HIA) tools and methods. Ar gael yn <https://www.who.int/tools/health-impact-assessments> [Cyrchwyd: 15 Rhagfyr 2022]



www.whiasu.wales.nhs.uk

X [@whiasu](https://twitter.com/whiasu)



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

phwwhocc.co.uk

X [@phwwhocc](https://twitter.com/phwwhocc)  [Phwwhocc](https://www.facebook.com/Phwwhocc)

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

icc.gig.cymru

E-bost: generalenquiries@wales.nhs.uk

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

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

ISBN 978-1-83766-301-9

© 2023 Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

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

www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/

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

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

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