

# Sut rydym yn gwneud yng Nghymru?

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

---

Wythnos 68 (19<sup>eg</sup> i'r 25<sup>ain</sup> o Orffennaf 2021)

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

Mae'r arolwg yn cyfweld â thua 600 o unigolion a ddewisir ar hap bob yn ail wythnos. Mae'r arolwg yn cynnwys set o gwestiynau arferol a ofynnir bob wythnos o'r arolwg, gyda chwestiynau eraill yn newid yn dibynnu ar faterion sy'n dod i'r amlwg. Roedd yr arolwg yr wythnos hon yn cynnwys cwestiynau newydd yn ymwneud â dod â chyfyngiadau i ben.

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

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



Cafodd 607 o drigolion Cymru sy'n 18 oed a hyn eu cyfweld yn ystod wythnos 68 o'r arolwg (19<sup>eg</sup> i 25<sup>ain</sup> o Orffennaf 2021).

## 28%

o bobl yn dweud nad oeddent yn "poeni o gwbl" am y cynllun i ddod â'r mwyafrif o gyfyngiadau coronafeirws i ben ar y 7fed o Awst. Roedd 31% ychydig yn bryderus, 26% yn gymharol bryderus a 15% yn bryderus iawn.

## 36%

o bobl yn dweud fod eu pryderon am newid hinsawdd wedi cynyddu ers dechrau'r llynedd (cyn y pandemig); i fyny o 24% yn ystod wythnos yr arolwg ddiwethaf.\*

## 13%

o bobl yn dweud eu bod yn poeni'n fawr am ddal coronafeirws; i fyny o 9% yn ystod wythnos yr arolwg ddiwethaf.\*

### Pan ddaw cyfyngiadau coronafeirws i ben:

**97%** o bobl yn dweud y byddant yn parhau i hunan-ynysu os oes ganddynt symptomau coronafeirws.

**91%** o bobl yn dweud y byddant yn parhau i lanhau eu dwylo'n rheolaidd.

**75%** o bobl yn dweud y byddant yn cynnal pellter cymdeithasol o amgylch pobl nad ydyn nhw'n byw gyda nhw.

**73%** o bobl yn dweud y byddant yn osgoi lleoedd gorlawn.

**63%** o bobl yn dweud y byddant yn osgoi teithio dramor.

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

Do	20%
Ddim yn gwybod	3%

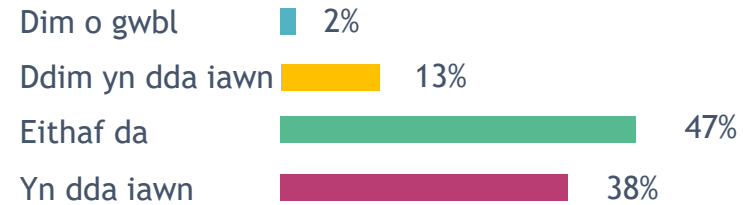
**Ydych chi wedi cael eich profi am glefyd coronafeirws neu ydych chi wedi cael y prawf gwrthgyrff?**

Wedi cael prawf coronafeirws	53%
Wedi cael prawf gwrthgyrff	8%

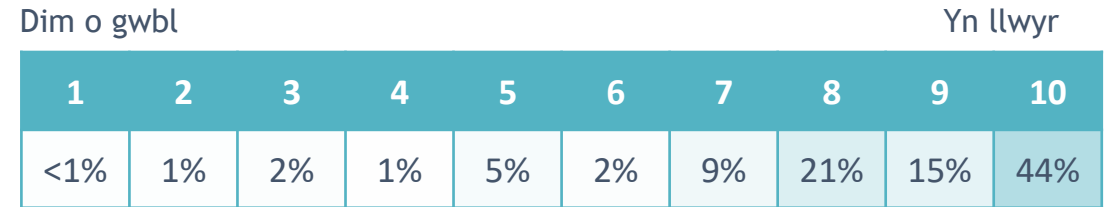
**Pa mor bryderus ydych chi y gallech gael coronafeirws?**

Dim o gwbl	29%
Ychydig	36%
Gymedrol	22%
Hynod	13%

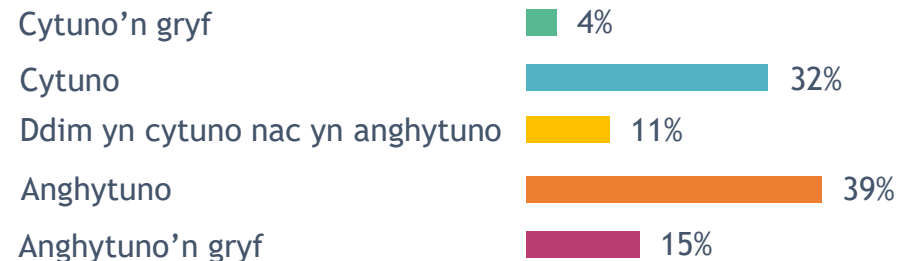
**Pa mor dda ydych chi'n teimlo eich bod yn deall y cyfyngiadau presennol yng Nghymru i leihau lledaeniad coronafeirws?**



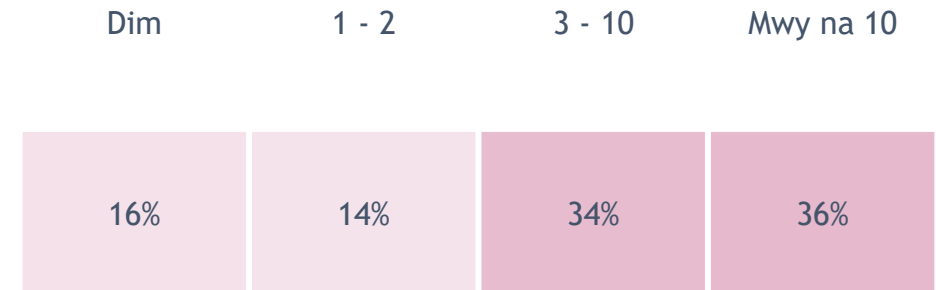
**Ar raddfa o 1 i 10 lle nad yw 1 yn ddim o gwbl a 10 yn llwyr, faint fyddech chi'n dweud eich bod chi'n dilyn y cyfyngiadau**



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



Ar wahân i'r bobl yn eich cartref eich hun neu'ch cartref estynedig, yn ystod y 7 diwrnod diwethaf, faint o fobl eraill ydych chi wedi dod i gysylltiad agos â nhw, sy'n golygu o fewn un metr?



Ar wahân i'r bobl yn eich cartref eich hun neu'ch cartref estynedig, yn ystod y 7 diwrnod diwethaf, faint o bobl sydd wedi dod i mewn i'ch tŷ?



Yn ystod y 7 diwrnod diwethaf, faint o dai pobl eraill ydych chi wedi bod ynddynt - heb gynnwys tŷ eich cartref estynedig?

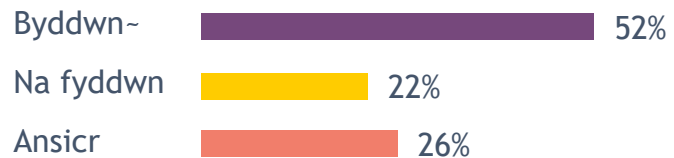


## Ydych chi wedi derbyn brechlyn ar gyfer coronafeirws?



*I'r rhai sydd gyda plant ar yr aelwyd\**

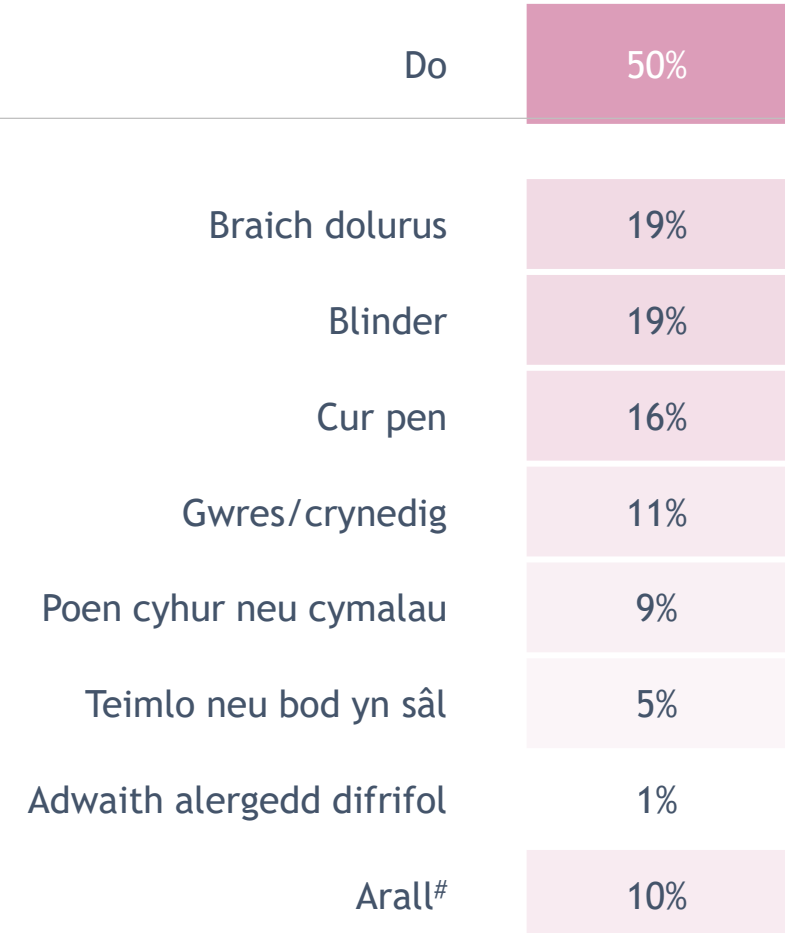
## Os oes gennych blant o dan 18 oed, a fydddech chi am i'ch plant dderbyn brechiad coronafeirws?



\*Data heb ei bwysoli; ~Yn cynnwys y rhai sydd eisioes wedi'u brechu.

O'r bobl sydd wedi derbyn o leiaf un dos o'r brechlyn\*

A brofoch chi unrhyw ymateb yn erbyn y brechlyn?





## Faint ydych chi'n meddwl fod y brechlyn wedi...

...eich amddiffyn rhag gael eich heintio o coronafeirws?

...eich amddiffyn rhag mynd yn ddifrifol wael os ydych chi'n dal coronafeirws?

...yn lleihau'r risg y byddwch chi'n heintio eraill â coronafeirws?

	Dim o gwbl	Ychydig	Llawer	Yn gyfan gwbl
...eich amddiffyn rhag gael eich heintio o coronafeirws?	9%	29%	55%	7%
...eich amddiffyn rhag mynd yn ddifrifol wael os ydych chi'n dal coronafeirws?	5%	18%	65%	13%
...yn lleihau'r risg y byddwch chi'n heintio eraill â coronafeirws?	15%	34%	46%	5%

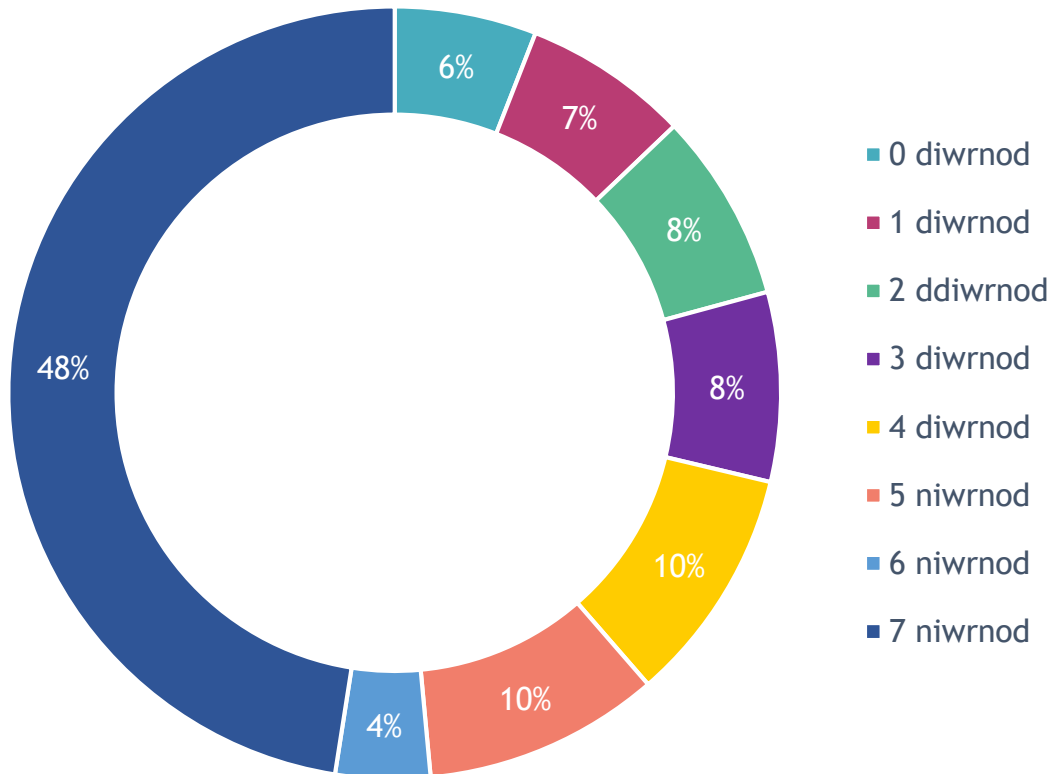
## Ydych chi'n cytuno neu'n anghytuno gyda'r datganiadau canlynol?

Dylai pobl sydd wedo cael y ddau frechlyn allu cwrdd â'i gilydd heb wisgo gorchuddion wyneb na phellhau'n gymdeithasol.

Ni ddylai pobl sydd wedi cael y ddau frechlyn orfod gwisgo gorchuddion gwyneb na orfod pellhau o ran pellter cymdeithasol o gwbl.

	Cytuno	Anghytuno
Dylai pobl sydd wedo cael y ddau frechlyn allu cwrdd <u>â'i gilydd</u> heb wisgo gorchuddion wyneb na phellhau'n gymdeithasol.	47%	53%
Ni ddylai pobl sydd wedi cael y ddau frechlyn orfod gwisgo gorchuddion gwyneb na orfod pellhau o ran pellter cymdeithasol <u>o gwbl</u> .	24%	76%

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



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

	0 diwrnod	1-2 diwrnod	3-4 diwrnod	5+ diwrnod
...i weithio	57%	9%	11%	24%
...i siopa	22%	49%	19%	10%
...i ymarfer corff	44%	16%	15%	26%
...i gwrdd â teulu / ffrindiau	42%	43%	10%	5%
...i fwyta mewn caffi, tafarn neu fwyty	65%	29%	4%	1%

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

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

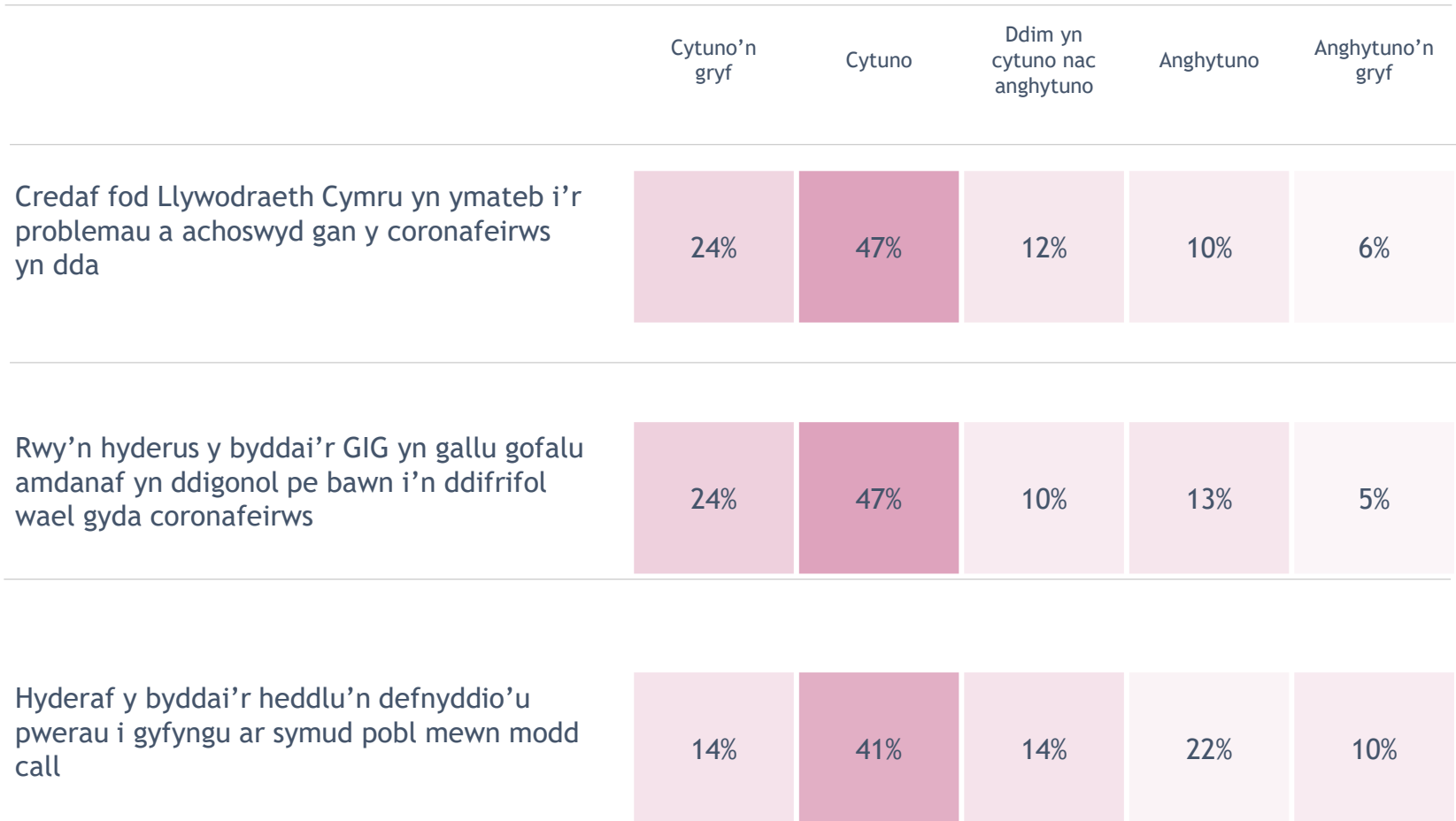
Rhy ychydig 12%



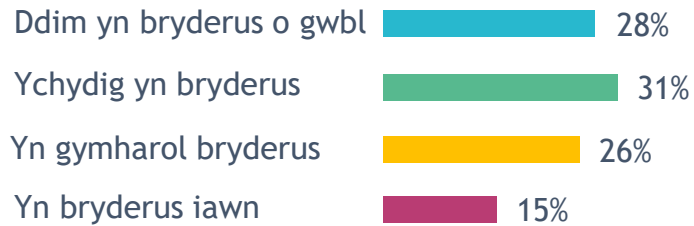
Tua'i le 72%



Yn ormod 16%



## Pa mor bryderus neu amhryderus ydych chi am y cynllun i ddod â'r mwyafrif o gyfyngiadau coronafeirws i ben yn Nghymru ar yr 7fed o Awst?



## Pan ddaw cyfyngiadau coronafeirws i ben, pa un o'r rhain, os o gwbl, ydych chi'n meddwl y byddwch chi'n dal i'w wneud?



\*Data heb ei bwysoli, ac eithro'r rhai a ymatebodd "ddim yn berthnasol", n=207.

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

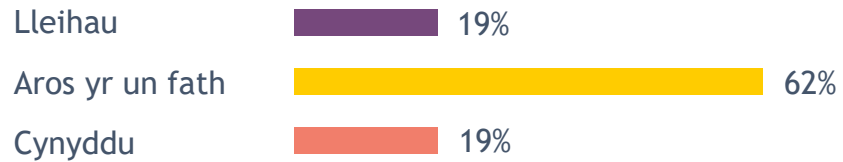
	Dim o gwbl	Ychydig	Llawer
Colli rhywun annwyl i'r feirws	46%	31%	23%
Lles eich plentyn*#~	25%	29%	45%
Addysg eich plant*#~	22%	28%	51%
Colli'ch swydd neu fethu a dod o hyd i un#~	70%	15%	15%
Eich materion ariannol	67%	17%	16%
Mynd allan i fannau cyhoeddus#	44%	41%	15%
Effeithiau Brexit	59%	26%	15%

## O'i gymharu â dechrau'r llynedd cyn sefyllfa'r coronafeirws, a fydddech chi'n dweud fod y canlynol yn...

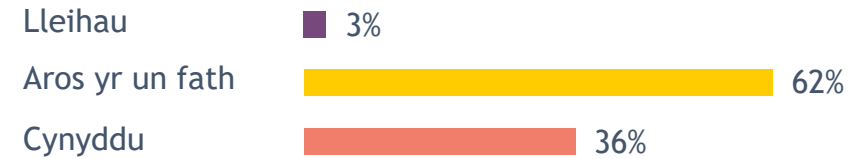
	Llawer yn well	Ychydig yn well	Y run fath	Ychydig yn waeth	Llawer yn waeth
Eich iechyd corfforol	10%	9%	52%	21%	9%
Eich ffitrwydd corfforol	10%	10%	45%	22%	12%
Eich iechyd meddwl	5%	6%	57%	22%	10%
Eich iechyd deintyddol	2%	3%	68%	22%	5%
Eich perthynas teuluol	6%	11%	68%	12%	3%
Eich perthynas cymdeithasol	4%	3%	46%	35%	12%
Eich sefyllfa ariannol	7%	13%	63%	10%	7%
Eich rhagolygon cyflogaeth neu waith	6%	5%	78%	4%	7%

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

## Cyfanswm o alcohol rydych yn yfed



## Eich pryder am newid yn yr hinsawdd



## Eich pwysau

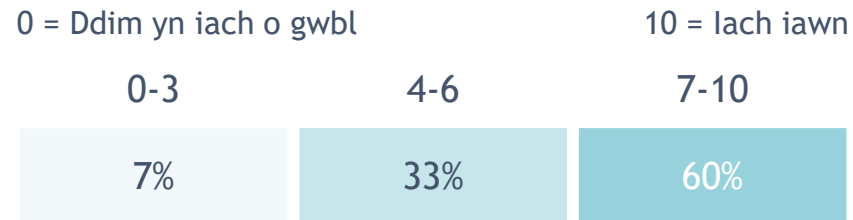


O'r rhestr yma o feysydd polisi posib, beth ddylai fod yn flaenoriaeth yn gyntaf, ail a thrydydd blaenoriaeth dros y 12 mis nesaf yn eich barn chi?

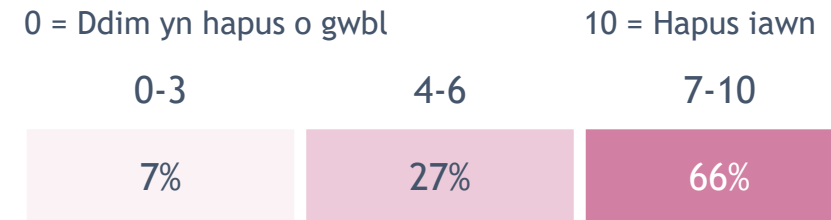
	Blaenoriaeth 1 <sup>af</sup>	Blaenoriaeth 2 <sup>il</sup>	Blaenoriaeth 3 <sup>ydd</sup>	Wedi'i gynnwys yn y tair prif blaenoriaeth
Rhestr aros GIG	36%	25%	20%	82%
Coronafeirws	31%	16%	12%	58%
Addysg	12%	20%	20%	52%
Iechyd meddwl	9%	17%	14%	40%
Newid hinsawdd	8%	12%	14%	34%
Di-weithdra	3%	6%	11%	20%
Brexit	2%	5%	8%	14%



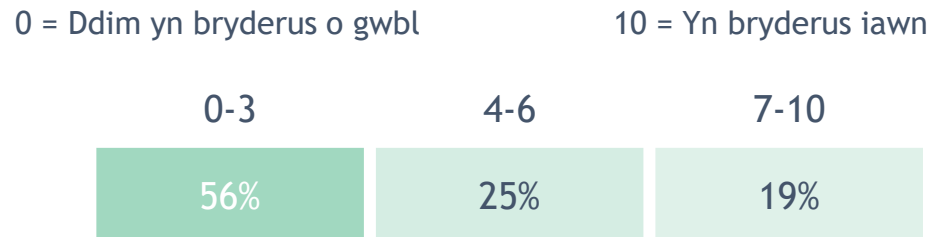
## Pa mor iach ydych chi'n ei deimlo heddiw?



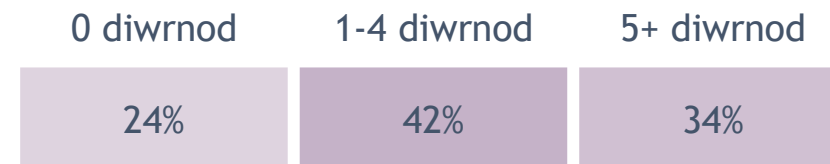
## Pa mor hapus ydych chi'n ei deimlo heddiw?



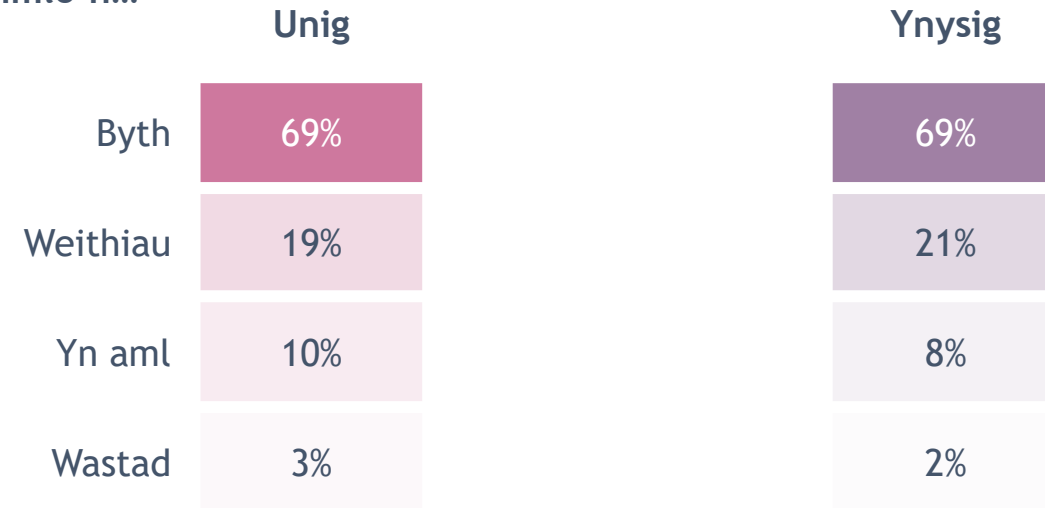
## Pa mor bryderus ydych chi'n ei deimlo heddiw?



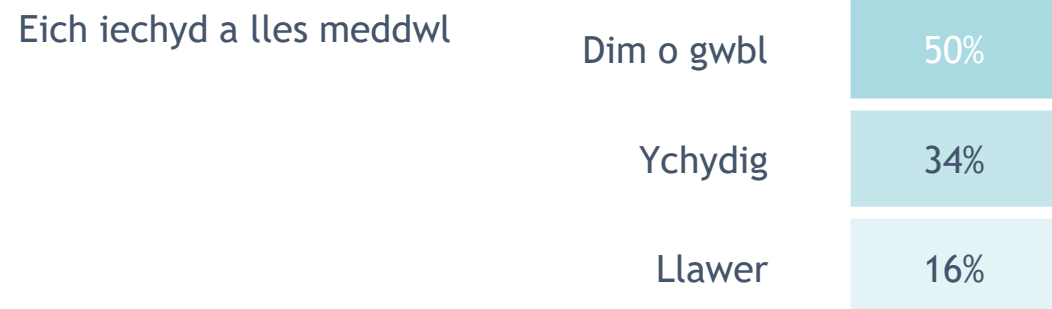
## Ar sawl diwrnod yn ystod yr wythnos diwethaf wnaethoch chi o leiaf 30 munud o weithgaredd corfforol (digon i'ch gwneud chi allan o wynt)?



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



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



# Cyhoeddwyd Gorffennaf 30<sup>ain</sup> 2021

## Ymholiadau

### Datblygydd yr Arolwg

Yr Athro Mark A Bellis

### Data a Dadansoddeg

Yr Athro Karen Hughes

### E-bost

Ymholiadau.cyffredinol@wales.nhs.uk

### Ffôn

02920 227744

### Wê

icc.gig.cymru

### Cymorth Dadansoddol

Natasha Judd

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

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

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

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

phwwhocc.co.uk



@phwwhocc



Phwwhocc

## Sut wyt ti?

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

[icc.gig.cymru/sut-wyt-ti](https://icc.gig.cymru/sut-wyt-ti)

