

Sut rydym yn gwneud yng Nghymru?

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

Chwefror 2022

Canolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fudsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant, Iechyd Cyhoeddus Cymru

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

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

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

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



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

Cyfwelwyd â 1004 o drigolion Cymru 18 oed a hŷn ym mis Chwefror 2022*

38%

o bobl yn dweud nad oedden nhw'n poeni 'o gwbl' am ddal coronafeirws; i fyny o 30% ym mis Ionawr 2022.

50%

o bobl yn dweud nad oedden nhw'n poeni 'o gwbl' am golli rhywun yr oedden nhw'n ei garu i'r feirws; i fyny o 38% ym mis Ionawr 2022.

76%

o bobl yn cytuno eu bod yn teimlo synnwyr cryf o reolaeth dros eu bywyd. Fodd bynnag, roedd 12% yn anghytuno ac nid oedd y gweddill yn cytuno nac yn anghytuno.

Gofynnwyd i'r cyfranogwyr pa mor hapus oeddent gydag ystod o agweddau ar fywyd yng Nghymru. Mae bod yn hapus yn cyfeirio at sgorau o 7-10 ar raddfa o 0 (ddim yn hapus o gwbl) i 10 (hollol hapus).

78%

o bobl yn hapus gyda'u bywyd yn gyffredinol.

69%

o bobl yn hapus gyda'r GIG yn gyffredinol.

66%

o bobl yn hapus gyda'r ardal yr oedden nhw'n byw ynddi.

43%

o bobl yn hapus gyda rheoli trosedd.

34%

o bobl yn hapus gydag economi Cymru.

31%

o bobl yn hapus gyda chyfleoedd i blant oedd yn cael eu magu yng Nghymru.

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

Ydw

33%

Ddim yn gwybod

4%

Pa mor bryderus ydych chi y gallech gael coronafeirws?

Dim o gwbl

38%

Ychydig

29%

Gymedrol

20%

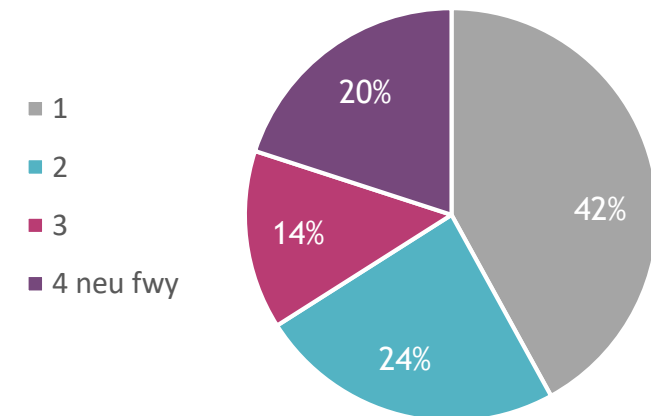
Hynod

12%

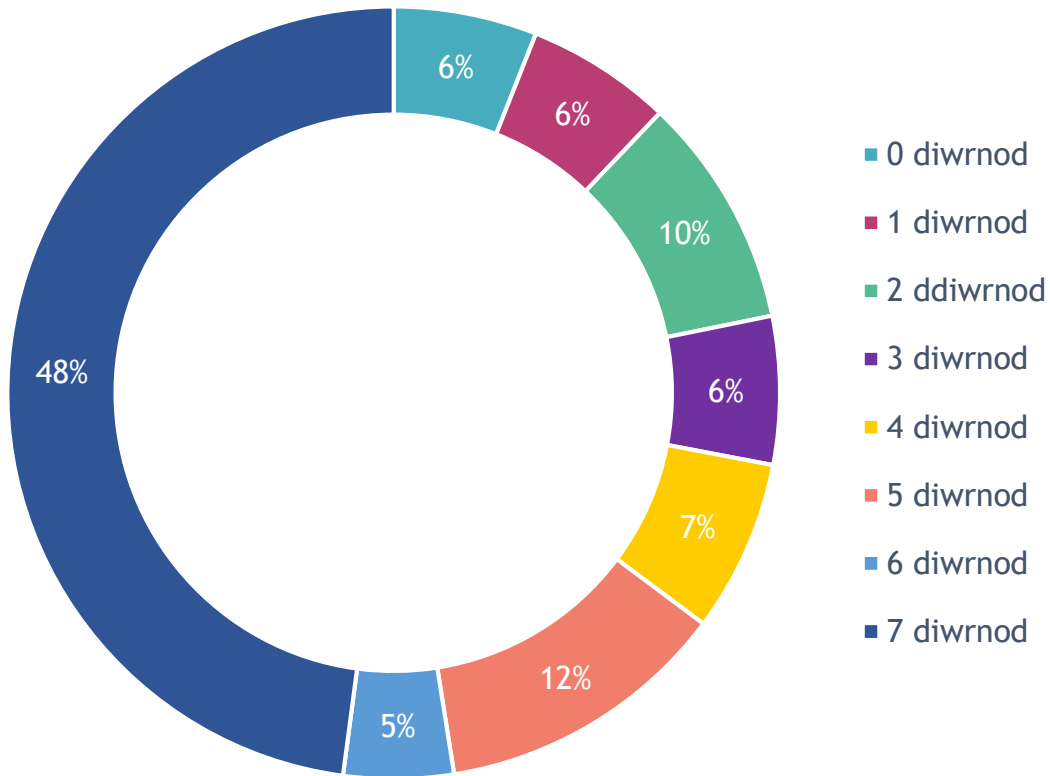
A ydych chi wedi cael prawf PCR neu wedi gwneud prawf llif unffordd yn ystod y 7 diwrnod diwethaf?

Naddo	58%
Do, prawf PCR	1%
Do, prawf llif unffordd	38%
Do, prawf PCR a phrawf llif unffordd	3%

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



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



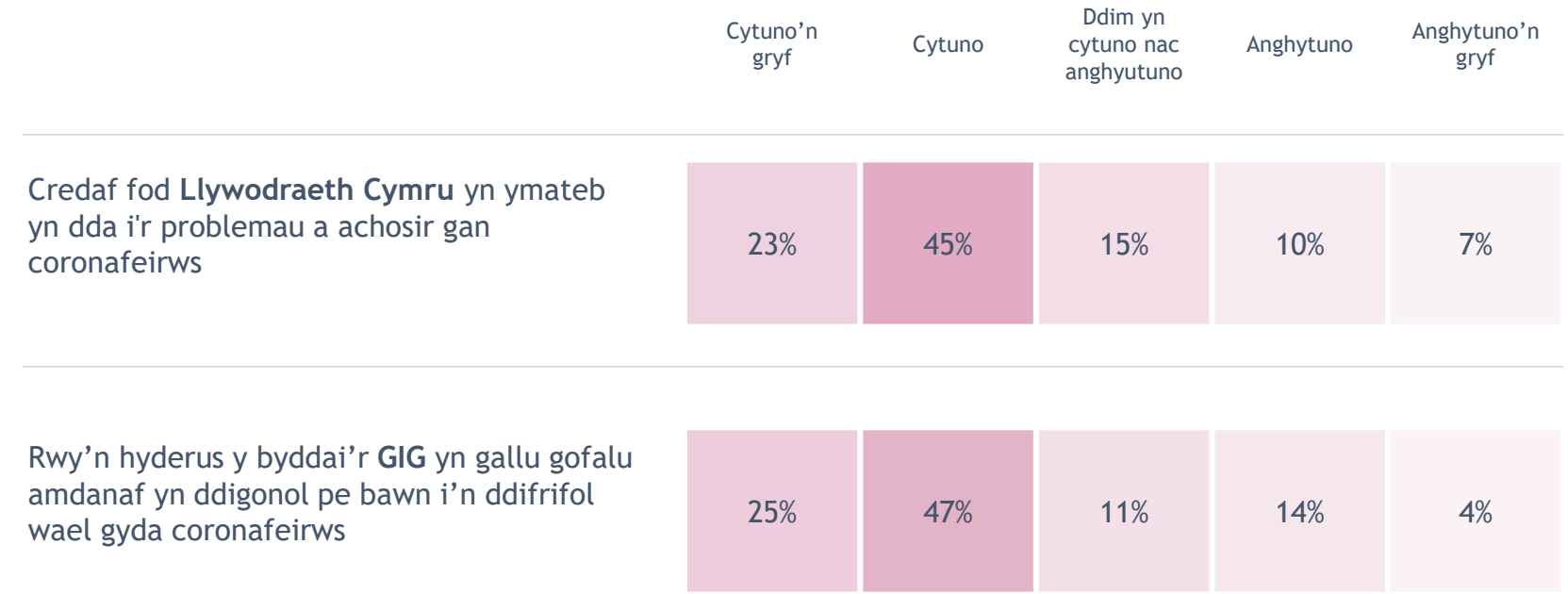
Yn ystod y 7 diwrnod diwethaf, sawl diwrnod wnaethoch chi adael eich cartref...

	0 diwrnod	1-2 diwrnod	3-4 diwrnod	5+ diwrnod
...i weithio	58%	9%	10%	22%
...i siopa	17%	50%	22%	11%
...i ymarfer corff	38%	20%	14%	28%
...i gwrdd a teulu / ffrindiau	39%	35%	17%	10%
...i fwyta mewn caffi, tafarn neu fwyty	59%	33%	6%	2%
...i yfed mewn tafarn neu far	80%	16%	3%	1%

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

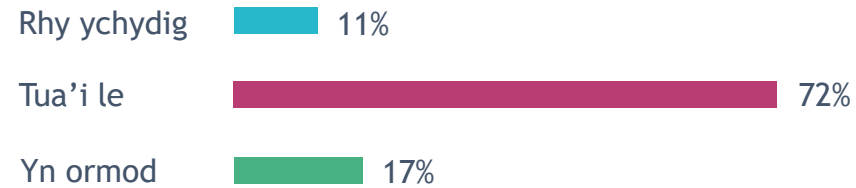
	Dim o gwbl	Ychydig	Llawer
Materion iechyd eraill nad ydynt yn gysylltiedig â coronafeirws	53%	27%	21%
Colli rhywun annwyl i'r feirws	50%	27%	23%
Lles eich plant*#~	28%	36%	35%
Addysg eich plant*#~	32%	27%	41%
Colli'ch swydd neu fethu dod o hyd i un#~	74%	14%	12%
Eich materion ariannol	56%	28%	16%
Mynd allan i fannau cyhoeddus#	47%	38%	16%
Effeithiau Brexit	56%	24%	19%

Pa mor dda ydym ni'n ymdopi â choronafeirws?

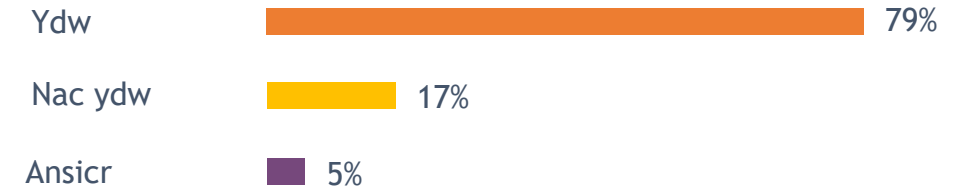


Pa mor dda ydym ni'n ymdopi â choronafeirws?

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



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



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

	Ydw
Gwisgo gorchudd gwyneb mewn mannau dan do cyhoeddus	92%
Osgoi llefydd gorlawn	73%
Diheintio dwylo'n rheolaidd	88%
Osgoi trafeyddio dramor	80%
Cynnal pellter cymdeithasol o amgylch eraill nad yn byw gyda	83%
Trefnu i gwrdd a phobl mewn lleoliadau awyr agored lle bo hynny'n bosibl	64%
Cadw'r nifer y bobl rwy'n cwrdd a nhw i'r lleiafswm	76%
Hunan - ynysu os oes gennyf symptomau coronafeirws	94%
Defnyddio prawf llif yn rheolaidd	68%
Gweithio o adref*	52%

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

	Blaenoriaeth 1 ^{af}	2 ^{il} flaenoriaeth	3 ^{ydd} blaenoriaeth	Wedi'i gynnwys yn y 3 prif flaenoriaeth
Rhestr aros GIG	39%	19%	12%	70%
Coronafeirws	26%	14%	14%	53%
Iechyd meddwl	14%	21%	16%	51%
Addysg	9%	20%	18%	46%
Newid hinsawdd	7%	8%	18%	33%
Brexit	3%	10%	11%	24%
Di-weithdra	2%	8%	11%	22%

Gan ddefnyddio graddfa lle 0 yw ddim yn hapus o gwbl a 10 yw yn gwbl hapus, pa mor hapus fydddech chi'n dweud yr ydych gyda'r canlynol yng Nghymru?

	0-3	4-6	7-10	Amh*
Y GIG yn gyffredinol	9%	22%	69%	
System addysg Cymru	8%	41%	51%	
Rheoli trosedd	11%	46%	43%	
Economi Cymru	11%	55%	34%	
Cyfleoedd i blant sy'n cael eu magu yng Nghymru	15%	53%	31%	
Yr ardal yr ydych yn byw ynddi	9%	25%	66%	
Eich bywyd cymdeithasol	14%	30%	56%	
Eich gwaith (cyflogedig neu wirfoddol)	4%	13%	46%	37%
Eich cyflwr iechyd cyffredinol	7%	27%	66%	
Eich bywyd yn gyffredinol	2%	21%	78%	

Ymddiried mewn ffynonellau gwybodaeth

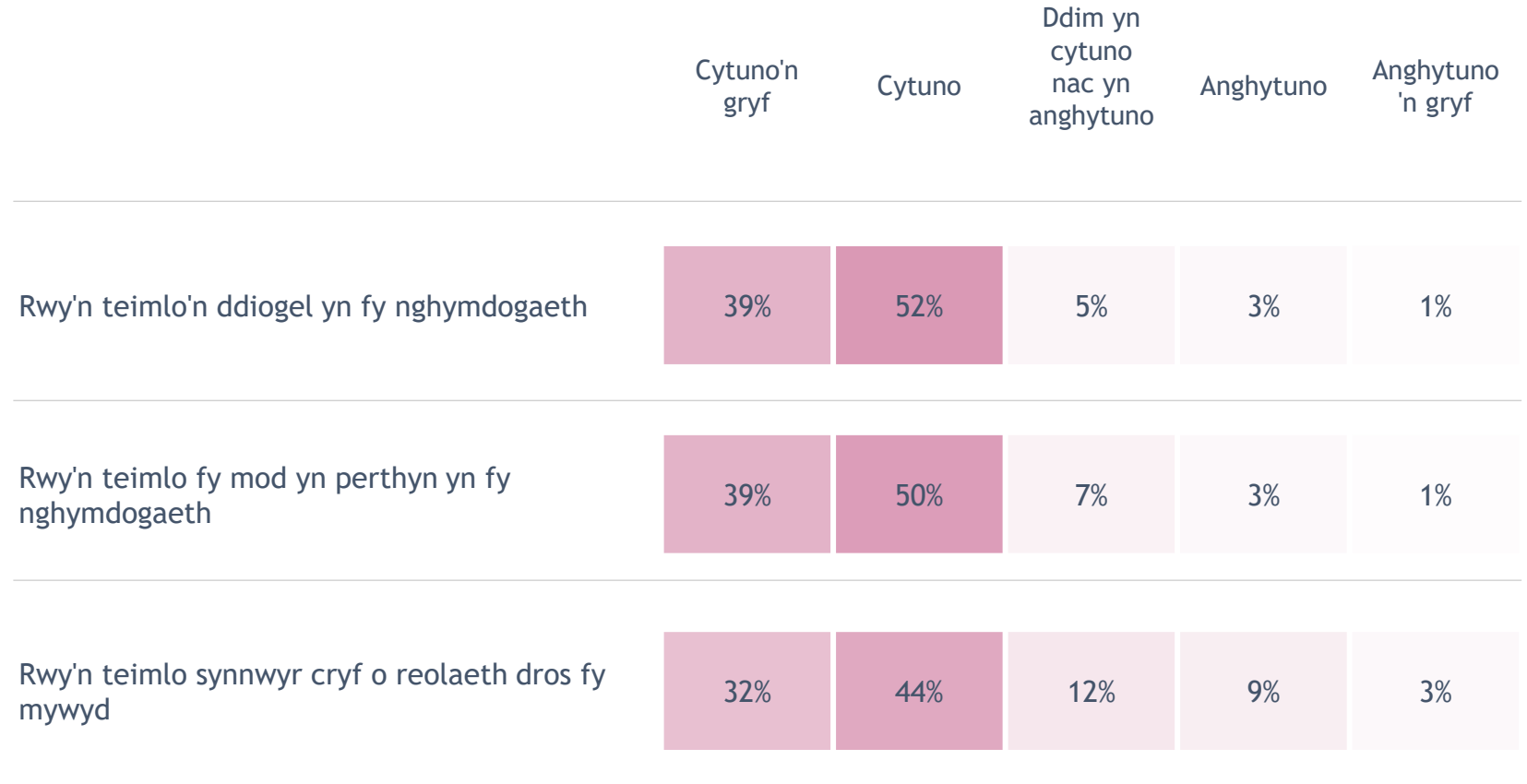
Gan feddwl nid yn unig am COVID ond yn gyffredinol, faint ydych chi'n ymddiried mewn gwybodaeth o'r ffynonellau canlynol, gan ddefnyddio graddfa o 0 i 10 lle mae 0 yn 'ddim yn ymddiried o gwbl' a 10 yn 'ymddiried yn llwyr'?

	Ymddiriedaeth isel		Ymddiriedaeth uchel	
	0-3	4-6	7-10	Amh*
Llywodraeth Cymru	11%	21%	67%	2%
Iechyd Cyhoeddus Cymru	6%	14%	79%	1%
Ffynonellau newyddion y BBC (gan gynnwys teledu a gwefannau)	22%	29%	46%	3%
Ffynonellau newyddion teledu eraill	21%	42%	29%	8%
Ffynonellau newyddion ar-lein eraill	34%	44%	11%	10%
Cyfryngau cymdeithasol fel Twitter a Facebook	57%	25%	5%	13%
Papurau newydd	32%	40%	14%	14%
Aelodau teulu	10%	36%	53%	1%
Ffrindiau	10%	38%	51%	1%

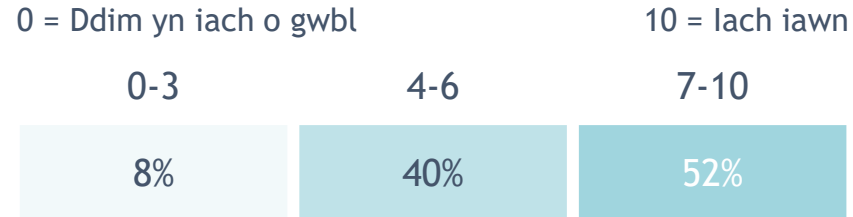
Ar gyfer pob ffynhonnell, a fyddech chi'n dweud bod lefel eich ymddiriedaeth ynddynt wedi cynyddu, wedi aros yr un peth neu wedi gostwng o ganlyniad i'r pandemig COVID?

Cynyddu	Dim newid	Gostwng	Amh*
31%	46%	21%	1%
34%	50%	15%	1%
9%	57%	31%	3%
5%	54%	35%	6%
4%	44%	43%	9%
3%	36%	49%	12%
5%	51%	32%	12%
12%	74%	13%	1%
12%	75%	13%	1%

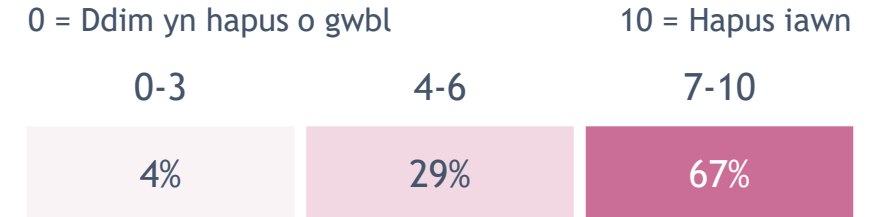
*Amh, ddim yn berthnasol: dim barn, erioed wedi'i ddefnyddio. Ni ddarllenwyd y categori ymateb hwn i gyfranogwyr.



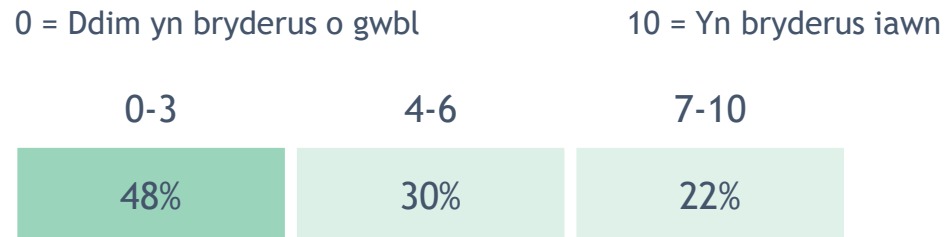
Pa mor iach ydych yn ei deimlo heddiw?



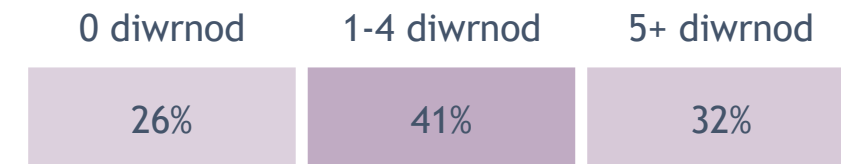
Pa mor hapus ydych chi'n ei deimlo heddiw?



Pa mor bryderus ydych chi'n ei deimlo heddiw?



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



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

	Unig	Ynysig
Byth	56%	63%
Weithiau	31%	26%
Yn aml	10%	9%
Wastad	2%	2%

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

Eich iechyd a lles meddwl	Dim o gwbl	51%
	Ychydig	32%
	Llawer	17%

Cyhoeddwyd 4^{ydd} Mawrth 2022

Ymholiadau

Datblygydd yr Arolwg

Yr Athro Mark A Bellis

Data a Dadansoddeg

Yr Athro Karen Hughes

Cymorth Dadansoddol

Natasha Judd

E-bost

Ymholiadau.cyffredinol@wales.nhs.uk

Ffôn

02920 227744

Wê

icc.gig.cymru

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

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



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

