Cymru Iach ar Waith
Healthy Working Wales

# Hydref 2021

## Croeso i e-fwletin mis Hydref Cymru Iach ar Waith

Mae ein e-fwletin misol yn darparu'r wybodaeth ddiweddaraf gan dîm Cymru Iach ar Waith, gan gynnwys canllawiau Covid-19, newyddion iechyd a llesiant yn y gweithle, dolenni i ymgyrchoedd a digwyddiadau sydd ar ddod ynghyd â diweddariad i chi ar gynlluniau'r rhaglen ar gyfer y dyfodol.

Mae croeso i chi rannu'r e-fwletin hwn gyda'ch cydweithwyr a'ch rhwydweithiau. Gallwch weld yr wybodaeth danysgrifio isod.

---

## Canllawiau Diweddaraf Covid-19

Mae **gwefan Cymru Iach ar Waith** yn siop un stop am wybodaeth, pecynnau cymorth ac adnoddau sy'n gysylltiedig â COVID-19, gan gynnwys asesiadau risg, canllawiau sector, gwybodaeth frechu ac ymgyrchoedd a gwybodaeth iechyd ehangach.

## Mae Cymru gyfan ar lefel rhybudd 0

Darllenwch y canllawiau cyfredol **yma**.

Gellir gweld cyfeirlyfr cymorth, arweiniad a chwestiynau cyffredin Busnes Cymru **yma**.

## Newidiadau diweddar

Mae'n ofynnol i bobl ddangos **Pàs COVID y GIG** i brofi eu bod wedi'u brechu'n llwyr neu wedi cael Prawf Llif Unffordd negyddol i fynd i:

- glybiau nos
- digwyddiadau dan do heb seddi pan fo dros 500 o bobl yn cymysgu'n agos am gyfnodau hwy
- digwyddiadau awyr agored heb seddi pan fo dros 4,000 o bobl yn cymysgu'n agos am gyfnodau hwy
- unrhyw ddigwyddiad gyda dros 10,000 o bobl

Gellir gweld cyfeirlyfr cymorth, arweiniad a chwestiynau cyffredin Busnes Cymru **yma**.

---

## Digwyddiad Canmoliaeth COVID-19 Cymru Iach ar Waith

A ydych chi wedi cofrestru i fynychu ein Digwyddiad Cymeradwyo yn sgil Covid-19 rhithiol?
**Cofrestrwch nawr i fynychu**

Ers dechrau 2020, COVID-19 fu'r bygythiad mwyaf i fusnesau a sefydliadau. Maent wedi goresgyn llu o heriau uniongyrchol ac ymarferol ac maent yn parhau i wneud hynny er mwyn sicrhau lefel o gadernid, hyder a diogelwch i'w gweithlu. Wrth i gyfyngiadau symud lacio, mae cyflogwyr yn mynd i'r afael â heriau newydd wrth iddynt baratoi i ddod â gweithwyr yn ôl i'r gweithle.

Er mwyn cydnabod ymdrechion a chyflawniadau cyflogwyr yn ystod y pandemig, mae Cymru Iach ar Waith yn trefnu digwyddiad cymeradwyaeth rhithwir i gyflogwyr ledled Cymru sydd wedi dangos arloesedd a chreadigrwydd yn eu hymateb i'r pandemig. Bydd y digwyddiad hwn hefyd yn darparu cyfleoedd i gyflogwyr ddysgu oddi wrth ei gilydd ac i arddangos eu cyflawniadau yn ystod y cyfnod heriol hwn.

Bydd y digwyddiad yn cael ei gynnal gan y darlledwr Geraint Hardy a bydd y rhai sy'n derbyn cymeradwyaeth buddugol yn cael eu cyflwyno gan Lynne Neagle AS, Y Dirprwy Weinidog Iechyd Meddwl a Llesiant.

Am ragor o wybodaeth, ewch i:
**https://freshwater.eventscase.com/CY/HWWCommendationEvent**

---

## Ymateb i Bandemig Covid-19: Arloesi ac Arferion Gorau Cyflogwyr

Mae adroddiad newydd gan dîm Cymru Iach ar Waith yn canolbwyntio ar effaith Covid-19 ar y gweithlu yng Nghymru a sut y mae cyflogwyr wedi ymateb i ofynion y pandemig. Mae hwn yn cynnwys cyfres o astudiaethau achos, sy'n dangos sut y mae deiliaid gwobrau Cymru Iach ar Waith wedi ymgorffori ffyrdd newydd o weithio i gefnogi eu gweithluoedd orau.
Gellir dod o hyd i'r adroddiad llawn ac astudiaethau achos **yma.**

---

## Dyddiadau Allweddol

1-30 Tachwedd **Mis Ymwybyddiaeth Iechyd Dynion a Tashwedd**
Mae'r rhai sy'n codi arian ar gyfer Tashwedd yn gymuned fyd-eang o Dash-frodyr a Thash-chwiorydd - hynny yw sêr roc sy'n gwneud gwahaniaeth ym maes iechyd meddwl ac atal hunanladdiad, canser y brostad a chanser y ceilliau.

8-12 Tachwedd **Wythnos Siarad Arian** #SiaradArian #TalkMoney
Pob mis Tachwedd mae'r ymgyrch hwn yn annog Cymru a'r DU i siarad am reoli arian - o arian poced yr holl ffordd i bensiynau - a dathlu'r gwaith a wneir gan filoedd o sefydliadau i feithrin llesiant ariannol ledled y wlad.

Gellir dod o hyd i ddolenni i ystod o ymgyrchoedd ymwybyddiaeth iechyd hefyd trwy **wefan** Cymru Iach ar Waith.

---

I gofrestru ar gyfer e-fwletinau misol Cymru Iach ar Waith a gweld e-fwletinau blaenorol, cliciwch **yma**.

**Cymru Iach Ar Waith**