

Croeso i e-fwletin Cymru Iach ar Waith. Dewch o hyd i grynodedb byr o'r canllawiau gweithle COVID-19 diweddaraf a ychwanegwyd at ein [gwefan](#) yn ddiweddar isod. Mae croeso i chi eu hanfon ymlaen at gydweithwyr a chysylltiadau – os ydyn nhw eisiau cofrestru ar gyfer yr e-fwletin, gofynnwch iddyn nhw e-bostio eu manylion cyswllt i: workplacehealth@wales.nhs.uk. I weld e-fwletinau Cymru Iach ar Waith blaenorol, cliciwch [yma](#).

Rydym wedi gohirio ein rhaglen wobrau o ganlyniad i'r pandemig, ond rydym yn parhau â'n rôl i hybu iechyd a llesiant.

RHEOLIADAU CORONAFEIRWS O 9 TACHWEDD

O 9 Tachwedd, cyflwynwyd cyfres newydd o fesurau cenedlaethol sy'n disodli'r cyfyngiadau blaenorol.

Mae pobl yn dal i gael eu hannog i weithio gartref lle bo hynny'n bosibl. Gall y rhai nad ydyn nhw'n gallu gweithio gartref, ond sy'n gallu gweithio'n ddiogel yn eu gweithleoedd, wneud hynny os bydd eu gweithle'n parhau ar agor.

Gellir dod o hyd i'r wybodaeth ddiweddaraf ar y rheoliadau newydd [yma](#); gellir dod o hyd i gwestiynau cyffredin ynghylch gwaith [yma](#).

I gael arweiniad a gwybodaeth am y gweithle, gan gynnwys cymorth Llywodraeth Cymru i fusnesau, cliciwch [yma](#). Mae'r tudalennau hyn yn cael eu diweddarau'n rheolaidd ac maent yn darparu dolenni i Fusnes Cymru, CThEM, cyngor iechyd y cyhoedd a chyngor sy'n benodol i ddiwydiant.

SUT YDYN NI'N GWNEUD YNG NGHYMRU?

Bob pythefnos, mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn cynnal cyfweiliadau â channoedd o bobl 18 oed neu'n hŷn ledled Cymru, i ddeall sut mae Coronafeirws Newydd a'r mesurau sy'n cael eu rhoi ar waith i'w atal rhag lledaenu yn effeithio ar lesiant corfforol, meddyliol a chymdeithasol pobl yng Nghymru.

Cred 76 y cant o bobl eu bod yn fwy tebygol o ddal Coronafeirws wrth bobl nad ydynt yn eu nabod mewn siopau, archfarchnadoedd a lleoedd cyhoeddus, yn hytrach na chan eu teuluoedd neu eu ffrindiau.

Dywedodd yr Athro Mark Bellis, Cyfarwyddwr Polisi ac Iechyd Rhyngwladol Iechyd Cyhoeddus Cymru: "Er nad oes unrhyw ddata penodol ar gyfer Cymru ar ba leoliadau sydd fwyaf ffafriol ar gyfer trosglwyddo feirws, mae'n dod yn fwy amlwg bod llawer, o bosibl y rhan fwyaf, o drosglwyddo yn digwydd trwy gymdeithasu a rhyngweithio rhwng cartrefi. Dyna pam y mae llawer o gyfyngiadau yn canolbwyntio ar leihau cysylltiadau rhwng aelwydydd yn aml yng nghartrefi pobl a mannau caeedig eraill."

Gellir dod o hyd i ganfyddiadau diweddaraf yr arolwg yma: [Adroddiad Wythnos 27 5-11 Hydref](#)

CYMELLIADAU I RECRIWTIO PRENTISIAID LLYWODRAETH CYMRU

Mae Llywodraeth Cymru wedi lansio cronfa sgiliau a swyddi gwerth £40 miliwn a fydd yn helpu i gymell cyflogwyr i gyflogi a hyfforddi gweithwyr newydd, gan gynnwys prentisiaid a phobl ifanc. Mae prentisiaethau yn parhau i chwarae rhan hanfodol wrth ddarparu'r sgiliau sydd eu hangen ar gyflogwyr, a byddant yn hanfodol wrth helpu Cymru i ddychwelyd i'r lefelau twf a welwyd cyn y pandemig.

Bydd cymhellion prentisiaeth, a fydd yn rhedeg rhwng 1 Awst 2020 a 28 Chwefror 2021, yn gwella gallu busnesau i gyflogi prentisiaid ac i adeiladu gweithlu medrus.

Mae cymhellion ar gael ar gyfer unrhyw fusnes, waeth beth fo'i faint neu ei sector:

1. Hyd at £3,000 ar gyfer cyflogi unrhyw brentis newydd
2. Hyd at £2,600 ar gyfer y busnesau hynny sy'n ail-gyflogi prentis a ddiswyddwyd ar ôl 23 Mawrth
3. Cymhelliant o £1,500 i gyflogi prentis anabl

Dewch o hyd i ragor o wybodaeth [yma](#).

DYDDIADAU ALLWEDDOL

25 Tachwedd - 10 Rhagfyr 2020

Mae 16 Diwrnod o Weithredu yn Erbyn Trais Domestig wedi'i anelu at fusnesau i'w cefnogi i weithredu yn erbyn cam-drin domestig a thrais. Gellir dod o hyd i ragor o wybodaeth [yma](#).



EDRYCH YMLAEN

3 Rhagfyr 2020

Diwrnod rhyngwladol pobl ag anableddau. Mae thema'r flwyddyn hon 'Nid yw pob Anabledd yn Weladwy' yn canolbwyntio ar ledaenu ymwybyddiaeth a dealltwriaeth am anableddau nad ydynt yn amlwg ar unwaith. Cliciwch [yma](#) i gael rhagor o wybodaeth.