



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

CEFNDIR

Arolwg Cenedlaethol Cymru: termau a diffiniadau

Mae'r adroddiad hwn yn cynnig gwybodaeth am y termau a'r diffiniadau a ddefnyddir gan yr Arolwg Cenedlaethol, yn cynnwys y rheiny sy'n ymwneud ag amddifadedd materol, lefelau cymhwyster a safoni yn ôl oedran.

Cyhoeddwyd gyntaf: 17 Awst 2021

Diweddarwyd ddiwethaf: 1 Medi 2022

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

Cynnwys

[Cyflwyniad](#)

[Amddifadedd ardal](#)

[Statws economaidd](#)

[Ethnigrwydd](#)

[Cymwysterau](#)

[Sgiliau'r rhyngrwyd](#)

[Allgáu digidol](#)

[Amddifadedd materol](#)

[Unigrwydd](#)

[Ymdeimlad o gymuned](#)

[Diogelwch yn yr ardal leol](#)

[Cyfeiriadedd rhywiol](#)

[Llesiant goddrychol](#)

[Trefol a gwledig](#)

[Iechyd cyffredinol](#)

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

Salwch

Salwch cyfyngus

Smygu

Yfed alcohol

Bwyta ffrwythau a llysiau

Gweithgarwch corfforol

Mynegai màs y corff

Ymddygiadau bywyd iach

Safoni yn ôl oedran

Atodiad: sut y cyfrifir amddifadedd materol?

Adborth neu wybodaeth bellach

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

Cyflwyniad

Mae **Arolwg Cenedlaethol Cymru yn arolwg hapsamplu misol a chwarterol**, ar raddfa fawr a gynhelir dros y ffôn. Mae'n cynnwys pobl ledled Cymru ac fe'i cynhaliwyd rhwng mis Mai 2020 a mis Mawrth 2021. Cymerodd le'r Arolwg Cenedlaethol wyneb yn wyneb y cynlluniwyd ei gynnal, mewn ymateb i'r sefyllfa o ran y Coronafeirws a chyrhaeddodd tua 1000 o bobl y mis. I gael rhagor o fanylion am y fethodoleg, gweler yr **adroddiad ansawdd**. Gellir gweld gwybodaeth am feintiau'r samplau yn yr **adroddiad gwaith maes**.

Mae'r **prif ganlyniadau ar gyfer yr arolwg misol a chwarterol** ar gael. Mae siartiau a thablau manwl ar gael yn ein **dangosydd canlyniadau** rhyngweithiol.

Amddifadedd ardal: Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru

Defnyddir **Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (MALIC)** fel y mesur swyddogol ar gyfer amddifadedd yng Nghymru. Mae amddifadedd yn gysyniad ehangach na thlodi. Mae amddifadedd yn cyfeirio at broblemau ehangach a achosir gan ddiffyg adnoddau a chyfleoedd. Mae MALIC wedi'i adeiladu o wyth gwahanol fath o amddifadedd, sef:

- incwm
- tai
- cyflogaeth
- mynediad at wasanaethau
- addysg
- iechyd
- diogelwch cymunedol
- amgylchedd ffisegol

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Evch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

Rhennir Cymru yn 1,909 o ardaloedd cynnyrch ehangach haen is (ACEHI), gyda thua 1,600 o bobl ym mhob un. Cyfrifwyd graddau amddifadedd ar gyfer pob un o'r ardaloedd hyn: Mae'r ACEHI mwyaf difreintiedig yn safle 1, a'r ardal leiaf difreintiedig yn safle 1,909. Yn ein cyhoeddiadau, rydym wedi grwpio gyda'i gilydd y bobl sy'n byw yn yr 20% o'r ACEHI sydd fwyaf difreintiedig ar sail sgôr MALIC a'u cymharu â'r 20% lleiaf difreintiedig o ACEHI.

Statws economaidd

Rhannwyd yr ymatebwyr yn dri grŵp fel a ganlyn, yn ôl yr hyn y dywedasant eu bod wedi'i wneud yn y saith diwrnod blaenorol.

Mewn gwaith

- Mewn unrhyw waith cyflogedig neu'n hunangyflogedig (neu i ffwrdd dros dro).
- Ar gynllun hyfforddiant a noddur gan y llywodraeth.
- Yn wneud gwaith di-dâl i fusnes yr ydych chi neu berthynas yn berchen arno.
- Yn aros i ddechrau mewn swydd gyflogedig.
- Ar ffyrlo o'r gwaith oherwydd y coronafeirws.

Di-waith

- Yn ddi-waith ac yn chwilio am waith.
- Yn bwriadu chwilio am waith ond wedi eich atal gan salwch neu anaf dros dro (28 diwrnod neu lai).

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

Economaidd anweithgar

- Myfyriwr llawn amser (gan gynnwys ar wyliau).
- Yn methu â gweithio oherwydd salwch neu anabledd hirdymor.
- Wedi ymddeol.
- Yn gofalu am y cartref neu'r teulu.
- Yn gwneud rhywbeth arall.

Ethnigrwydd

Pan drafodir ethnigrwydd yn yr adroddiad hwn, mae gwahanol categorïau wedi cael eu grwpio gyda'i gilydd.

Gwyn Prydeinig: pobl sy'n diffinio'u hunain fel pobl wyn Gymreig, Gwyn o Loegr, Gwyn o'r Alban, Gwyn o Ogledd Iwerddon, Gwyn Prydeinig.

Gwyn arall: pobl wyn o Iwerddon, Sipsiwn Gwyn, Teithwyr Gwyn, cefndir gwyn arall.

Ethnigrwydd arall: pob ethnigrwydd arall (gan gynnwys pobl ddu o Affrica, pobl ddu o'r Caribî, pobl ddu Brydeinig, pobl ddu Gymreig, Asiaidd, Asiaidd Prydeinig, grwpiau ethnig cymysg).

Cymwysterau

Mae cymwysterau uchaf yr ymatebwyr wedi cael eu grwpio yn ôl lefelau'r Fframwaith Cymwysterau Cenedlaethol, lle mai lefel 1 yw'r lefel isaf o gymwysterau a lefel 8 yw gradd ddoethur neu gyfwerth. Ar gyfer yr Arolwg

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

Cenedlaethol, mae ymatebwyr wedi cael eu grwpio yn 5 grŵp, y rhai heb gymwysterau yn y categori isaf ac ymatebwyr â chymwysterau ar lefelau 4 i 8 wedi eu grwpio gyda'i gilydd yn y categori cymhwyster uchaf. Er mwyn darparu disgrifiadau mwy ystyrlon o'r cymwysterau hyn, defnyddiwyd y disgrifiadau byr hyn mewn cyhoeddiadau.

Disgrifiadau mwy ystyrlon o'r cymwysterau a ddefnyddir yn yr datganiadau

Lefelau'r Fframwaith Cymwysterau Cenedlaethol	Disgrifiad a ddefnyddir yn yr datganiadau
Lefelau 4 i 8	Addysg Uwch (Lefel 4+)
Lefel 3	Safon uwch a chyfwerth (Lefel 3)
Lefel 2	TGAU graddau A i C a chyfwerth (Lefel 2)
Is na Lefel 2	TGAU is na gradd C (is na Lefel 2)
Dim cymwysterau	Dim cymwysterau

Sgiliau'r rhyngrwyd

Mae'r Arolwg Cenedlaethol yn cynnwys cwestiynau ynghylch a yw defnyddwyr y rhyngrwyd wedi cyflawni gweithgareddau penodol ar-lein yn ddiweddar. Mae'r gweithgareddau hyn yn cael eu grwpio'n bum sgîl digidol.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

Sgiliau digidol

Dosbarth sgiliau digidol

Gweithgaredd ar-lein

Trin gwybodaeth a chynnwys

Defnyddio chwilotwr

Cyfathrebu

Wedi anfon neges drwy e-bost neu negeseua gwib

Wedi postio ar y cyfryngau cymdeithasol

Gwneud trafodion

Wedi prynu nwyddau neu wasanaethau ar-lein

Wedi sefydlu cyfrif ar-lein

Datrys problemau

Wedi dod o hyd i wybodaeth ar-lein

Wedi defnyddio gwasanaethau cymorth ar-lein

Bod yn ddiogel ac yn gyfreithlon ar-lein

Wedi rheoli gosodiadau preifatrwydd

Wedi diweddarau meddalwedd i'w chadw'n ddiogel

Allgáu digidol

Ar hyn o bryd, ystyrir bod ymatebwr yn destun 'allgáu digidol' os nad yw'r

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

ymatebwr yn bersonol yn defnyddio'r rhyngrwyd.

Yn 2021, pennwyd dangosydd cenedlaethol newydd a fydd yn mesur statws cynhwysiant digidol. Bydd diffiniad y dangosydd hwn yn cael ei lywio gan ganlyniad prosiect ymchwil ar safon ofynnol ar gyfer bywyd digidol, a gomisiynwyd gan Lywodraeth Cymru ac a gynhelir gan Brifysgol Lerpwl.

Amddifadedd materol

Mae amddifadedd materol yn fesur sydd wedi'i gynllunio i ganfod goblygiadau tlodi hirdymor ar aelwydydd, yn hytrach na straen ariannol byrdymor.

Gofynnwyd i oedolion nad oeddent yn bensiynwyr a oedd ganddynt bethau fel 'gwylliau oddi cartref am o leiaf wythnos y flwyddyn', 'digon o arian i gadw eu cartref mewn cyflwr da', neu a allent 'gynilo £10 y mis neu fwy yn rheolaidd'. Roedd y cwestiynau i oedolion yn canolbwyntio ar a allent fforddio'r eitemau hyn. Mae'r eitemau hyn ar gyfer eu 'cartref' yn hytrach nag iddyn nhw'n bersonol, a dyna pam y galwyd hyn yn 'amddifadedd materol cartrefi' o'r blaen.

Gofynnwyd cwestiynau ychydig yn wahanol i bensiynwyr, megis a oedd eu 'cartref yn cael ei gadw'n ddigon cynnes', a oedd ganddynt 'fynediad i gar neu dacsï, pan oedd ei angen' neu 'a oedd eu gwallt yn cael ei wneud neu ei dorri'n rheolaidd'. Gofynnwyd hefyd a allent eu fforddio, ond gan hefyd ganolbwyntio ar fethu â chael yr eitemau hyn am resymau eraill, megis iechyd gwael, neu neb i'w helpu ac ati. Roedd y cwestiynau hyn yn llai seiliedig ar y cartref ac yn fwy am yr unigolyn.

Rhodddwyd sgôr i'r rhai nad oedd â'r eitemau hyn, fel pe na bai ganddynt unrhyw eitem ar y rhestr, byddai ganddynt sgôr o 100, ac os oedd ganddynt yr holl eitemau, cawsant sgôr o 0. Roedd y rhai nad oeddent yn bensiynwyr â sgôr o 25 neu fwy yn cael eu hystyried yn ddifreintiedig a chafodd pensiynwyr â sgôr o 20

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

neu fwy eu nodi fel rhai difreintiedig.

Mewn cyhoeddiadau, cyfunir mesurau amddifadedd pobl nad ydynt yn bensiynwyr a phensiynwyr i ddarparu newidyn amddifadedd 'oedolion'. Gweler yr atodiad am ragor o fanylion ynghylch sut y cyfrifir amddifadedd materol.

Unigrwydd

Gellir defnyddio gwahanol fesurau o unigrwydd at ddibenion dadansoddi data, ond mae'r Arolwg Cenedlaethol yn defnyddio mesur De Jong Gierveld. Caiff ei gyfrifo gan ddefnyddio graddfa unigrwydd De Jong Gierveld. Gweler Termiau a diffiniadau graddfa unigrwydd 6 phwynt. Ar gyfer y raddfa hon, dangoswyd cyfres o 6 datganiad i ymatebwyr a gofynnwyd iddynt nodi i ba raddau roedd pob datganiad yn berthnasol iddynt. Roedd 3 datganiad ynghylch 'unigrwydd emosiynol (UE)' a 3 ynghylch 'unigrwydd cymdeithasol (UC)'.

1. Dwi'n cael teimlad cyffredinol o wacter (UE)
2. Dwi'n gweld eisiau cwmni pobl (UE)
3. Dwi'n teimlo fy mod yn cael fy ngwrthod yn aml (UE)
4. Dwi'n gallu ymddiried mewn digon o bobl pan fydd gennyf i broblemau (UC)
5. Dwi'n gallu ymddiried yn llwyr mewn llawer o bobl (UC)
6. Dwi'n teimlo'n agos at ddigon o bobl (UC)

Mae'r raddfa yn defnyddio tri chategori ymateb (Ydw, Fwy neu lai, Nac ydw) lle mae'r atebion niwtral a chadarnhaol yn cael sgôr o '1' ar y cwestiynau sydd wedi'u geirio'n negyddol (cwestiynau 1 i 3 fan hyn). Ar gyfer y cwestiynau sydd wedi'u geirio'n gadarnhaol (cwestiynau 4 i 6), mae'r atebion niwtral a negyddol yn cael sgôr o '1'. Mae hyn yn golygu bod ateb o 'fwy neu lai' yn cael yr un sgôr ag 'ydw' neu 'nac ydw', yn dibynnu ar y cwestiwn. Mae sgôr pob cwestiwn unigol yn cael eu hychwanegu at ei gilydd i ddarparu mesur cyffredinol o unigrwydd.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

Felly mae'r ystod sgoriau bosibl rhwng 0 a 6, lle mae 0 yn golygu lleiaf unig a 6 yn golygu mwyaf unig. At ddibenion adrodd yn y bwletin hwn, rydym wedi ystyried bod pobl sydd â sgôr rhwng 4 a 6 yn unig.

Ymdeimlad o gymuned

Gofynnwyd i ymatebwyr i ba raddau yr oeddent yn cytuno neu'n anghytuno â'r datganiadau canlynol:

- Dwi'n perthyn i fy ardal leol.
- Mae'r ardal leol hon yn rhywle lle mae pobl o wahanol gefndiroedd yn dod ymlaen yn dda gyda'i gilydd.
- Mae pobl yn fy ardal leol i yn trin ei gilydd gyda pharch ac ystyriaeth.

Ystyriwyd bod gan y rhai a oedd yn cytuno â'r tri datganiad ymdeimlad o gymuned.

Diogelwch yn yr ardal leol

Mae'r Arolwg Cenedlaethol yn gofyn i bobl pa mor ddiogel neu anniogel y maent yn teimlo pan fyddant mewn sefyllfaoedd penodol yn eu hardal leol.

- Wrth gerdded ar eu pen eu hunain wedi iddi dywyllu
- Yn y cartref wedi iddi dywyllu
- Wrth deithio ar drafnidiaeth gyhoeddus wedi iddi dywyllu
- Wrth deithio mewn car wedi iddi dywyllu

Mae Dangosydd Cenedlaethol 25 yn mesur cyfran y bobl sy'n dweud eu bod yn teimlo'n ddiogel ym mhob un o'r pedair sefyllfa hyn. Fodd bynnag, pryd bynnag y gofynnir y cwestiynau hyn, bydd tua chwarter o'r ymatebwyr yn ymateb 'Ddim yn

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Evch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

gwybod' wrth nodi a ydynt yn teimlo'n ddiogel ar drafnidiaeth gyhoeddus (mae'n debyg nad ydynt yn defnyddio trafndiaeth gyhoeddus er bod y cwestiwn yn eu hysgogi i ddweud sut y byddent yn teimlo ym mhob sefyllfa, yn eu tyb nhw). O ganlyniad, mae'r fethodoleg a ddefnyddir i gyfrifo'r dangosydd yn eithrio'r grŵp hwn o ymatebwyr o'r sampl. Bydd unrhyw newid yn y fethodoleg, yn ogystal ag unrhyw newid yn y canlyniadau neu newid dros amser, yn cael eu trafod mewn allbynnau yn y dyfodol.

Cyfeiriadedd rhywiol

Pan drafodir cyfeiriadedd rhywiol yn yr adroddiad hwn, mae gwahanol gategoriâu wedi cael eu grwpio gyda'i gilydd.

Heterorywiol neu syth: pobl sy'n hunanddiffinio yn heterorywiol neu syth.

Ymateb arall: pob ymateb arall (yn cynnwys hoyw neu lesbiaidd, deurywiol, arall, ddim yn gwybod, a gwell gennyf beidio â dweud).

Llesiant goddrychol

Gofynnwyd i ymatebwyr ateb cyfres o gwestiynau ynghylch eu teimladau am agweddau ar eu bywydau, gan sgorio'u hatebion ar raddfa o 0 i 10, gyda 0 yn golygu 'ddim o gwbl' a 10 yn golygu 'yn gyfan gwbl'. Gofynnwyd y 4 cwestiwn a ganlyn.

1. Ar y cyfan, pa mor fodlon ar eich bywyd ydych chi y dyddiau hyn?
2. Ar y cyfan, i ba raddau ydych chi'n teimlo bod y pethau yr ydych chi'n eu gwneud yn eich bywyd yn werth chweil?
3. Ar y cyfan, pa mor hapus oeddech chi'n teimlo ddoe?

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

4. Ar y cyfan, pa mor bryderus oeddech chi'n teimlo ddoe?

Ar gyfer graddfeydd boddhâd â bywyd, teimlad fod y pethau a wnânt yn eu bywydau yn werth chweil, a hapusrwydd, ystyriwyd sgoriau 0 i 4 yn isel, 5 i 6 yn ganolig, 7 i 8 yn uchel a sgoriau 9 i 10 yn uchel iawn. Ar gyfer pryder, grwpwyd y raddfa fel bod sgoriau 0 i 1 yn cael eu hystyried yn isel iawn, sgoriau 2 i 3 yn isel, 4 i 5 yn ganolig a sgoriau 6 i 10 yn lefelau uchel o bryder.

Trefol a gwledig

Mae 'trefol' yn cynnwys aneddiadau â phoblogaeth o 10,000 neu fwy a threfi bach a'u cyrion, lle mae'r ardal ehangach yn llai gwasgaredig. Mae 'gwledig' yn cynnwys pob ardal arall.

Iechyd cyffredinol

Mae'r arolwg yn gofyn i oedolion (16 oed a throsodd) nodi eu barn ynghylch sut mae eu hiechyd yn gyffredinol, o'r dewisiadau a ganlyn: 'Da iawn', 'Da', 'Gweddol', 'Gwael' neu 'Wael iawn'. Yn achos rhai canlyniadau, caiff yr ymatebion eu hailddosbarthu i'r tri grŵp a ganlyn: 'Da iawn neu Dda', 'Gweddol', 'Gwael neu Wael iawn'.

Salwch

Mae canlyniadau'r arolwg yn seiliedig ar ddealltwriaeth yr ymatebwyr eu hunain o'u hiechyd, yn hytrach nag asesiad clinigol o'u cyflwr meddygol.

Mae'r arolwg yn gofyn i oedolion a oes ganddynt unrhyw gyflwr iechyd neu

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

salwch corfforol neu feddyliol sydd wedi para neu y disgwylir iddo bara am 12 mis neu ragor. Yn y canlyniadau, gelwir y rhain yn 'salwch hirdymor'.

Gofynnir i oedolion sy'n nodi bod ganddynt salwch hirdymor beth yw'r salwch / cyflyrau iechyd hyn, ac mae'r rhain yn cael eu neilltuo i un o'r categorïau salwch a ddangosir yn y tabl a ganlyn. Mae'r rhain yn cyfateb yn fras i benodau yn y dosbarthiad rhyngwladol o glefydau (ICD-10).

Gall oedolion gofnodi hyd at chwe salwch. (Ni ofynnwyd cwestiynau am y math o salwch yn 2020-21.)

Salwch cyfyngus

Gofynnir i'r ymatebwyr sy'n rhoi gwybod am salwch hirdymor a yw'n lleihau eu gallu i gyflawni gweithgareddau o ddydd i ddydd. Gallant ateb 'Ydy, yn fawr', 'Ydy, ychydig' neu 'Na, dim o gwbl'. Ac eithrio yn 2020-21, gofynnir hyn yng nghyswllt pob salwch hirdymor y maent yn sôn amdano (gweler uchod). Yn y canlyniadau, gelwir y rhain yn 'salwch cyfyngus hirdymor'.

Salwch cyfyngus hirdymor

Grŵp salwch

Y salwch a nodwyd

Neoplasmau a thyfiannau anfaen

Canser (neoplasm) gan gynnwys lymphiau, masau

Clefydau endocrin a metabolaid

Diabetes

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf.

Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

Grŵp salwch**Y salwch a nodwyd**

Anhwylderau meddwl

Salwch meddwl / gorbryder / iselder / nerfau

Anabledd dysgu

Anhwylderau'r system nerfol

Epilepsi / ffitiau / confylsiynau

Meigrryn / cur pen

Anhwylder arall ar y system nerfol

Anhwylderau'r llygaid

Cataractau / golwg gwael / dallineb

Anhwylderau eraill ar y llygaid

Anhwylderau'r glust

Clyw gwael / byddardod

Tinitws / synau yn y glust

Clefyd Menière / anhwylderau'r glust yn achosi problemau cydbwysedd

Anhwylderau eraill ar y glust

Anhwylderau'r galon a chylchredol

Strôc / gwaedlif ar yr ymennydd / thrombosis yr ymennydd

Trawiad ar y galon / angina

Gorbwysedd / pwysedd gwaed uchel / problem arall gyda phwysedd gwaed

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

Grŵp salwch**Y salwch a nodwyd**

Problemau eraill gyda'r galon

Peils / hemoroidau

Gwythiennau faricos / fflebitis yn rhannau isaf y corff

Anhwylderau pibellau gwaed / embolig eraill

Anhwylderau'r system anadlol

Asthma

Clefyd y gwair

Bronchitis / emffysema

Afiechyd anadlol arall

Anhwylderau'r system dreulio

Wiser y stumog / wiser / torgest yn yr abdomen / rhwyg yn yr abdomen

Anhwylder ar y coluddyn / colon

Anhwylder ar y dannedd / ceg / tafod

Anhwylderau treuliol eraill

Anhwylderau'r system genhedlol-wrinol

Anhwylderau'r arenau

Haint y llwybr wrinol

Problemau eraill gyda'r bledren / anymataliaeth

Anhwylderau'r system atgenhedlu

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

Grŵp salwch**Y salwch a nodwyd**

Anhwylderau cyhyrysgerbydol

Arthritis / gwynegon neu gryd cymalau / ffeibrosis

Disg wedi llithro / problem gyda'r cefn / asgwrn cefn / gwddf

Problemau eraill gyda'r esgyrn / cymalau / cyhyrau

Clefydau heintusClefyd heintus neu barasitig

Anhwylderau'r gwaed ac organau cysylltiedigAnhwylderau'r gwaed ac organau sy'n ffurfio gwaed

Anhwylderau'r croenAnhwylderau'r croen

Anhwylderau eraillAnhwylderau eraill

Anhwylderau na ellir eu dosbarthuAnhwylderau na ellir eu dosbarthu

Anhwylder ddim yn bresennol bellachAnhwylder ddim yn bresennol bellach

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

Smygu

Yn yr arolwg, gofynnwyd i oedolion a oeddent yn smygu (bob dydd neu'n achlysurol), yn arfer smygu (bob dydd neu'n achlysurol), neu heb smygu erioed.

- 'Smygwyr presennol' yw'r rheini oedd yn smygu naill ai'n ddyddiol neu'n achlysurol.
- 'Cyn-smygwyr' yw'r rheini a arferai smygu bob dydd neu'n achlysurol.
- 'Heb smygu erioed' yw'r rheini nad oedd erioed wedi smygu.
- 'Pobl nad ydynt yn smygu' yw'r rheini oedd heb smygu erioed a chyn-smygwyr.

Yfed alcohol

Yn yr arolwg, gofynnwyd cyfres o gwestiynau i oedolion am faint o alcohol maent yn yfed.

Fel y cyhoeddwyd yng Nghanllawiau Yfed Risg Isel Prif Swyddogion Meddygol y DU yn ystod 2016, argymhellwyd canllaw alcohol wythnosol i ddisodli'r canllawiau dyddiol blaenorol. Mae'r canllaw hwn ar gyfer dynion a menywod yn awgrymu yfed dim mwy na 14 uned yr wythnos yn rheolaidd.

Gofynnwyd i ymatebwyr nodi pa mor aml roeddent wedi yfed pob math o alcohol yn ystod y 12 mis diwethaf, a faint roeddent wedi'i yfed fel arfer. Mae'r tabl isod yn dangos unedau alcohol ar gyfer y gwahanol fathau o ddiodydd sydd wedi'u cynnwys yn y cwestiynau. Addaswyd y cwestiwn o fersiynau blaenorol oherwydd ei fod wedi newid i arolwg ffôn, a chyfunwyd rhai mathau o alcohol.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

Unedau alcohol ar gyfer y gwahanol fathau o ddiodydd

Math o ddiod	Mesur	Unedau o alcohol
Cwrw neu seidr	Peintiau	2
	Caniau mawr	2
	Caniau bach	1.5
	Poteli	1.5
Gwin (gan gynnwys gwin wedi'i gyfnerthu a gwin pefriog)	Gwydr mawr (250ml)	3
	Gwydr safonol (175ml)	2
	Gwydr bach (125ml)	1.5
	Poteli (750ml)	9
Gwirodydd (gan gynnwys alcopops a gwirodlynnau)	Mesurau (sengl)	1

Cyfrifwyd faint o bob math o ddiod a yfwyd bob wythnos ar gyfartaledd drwy luosi nifer yr unedau a yfwyd fel arfer ar ddiwrnod pan oedd y math hwnnw o alcohol yn cael ei yfed, yda ffactor a oedd yn cynrychioli pa mor aml y cafodd ei yfed. Cafodd y canlyniadau ar gyfer pob math o ddiodydd ei adio at ei gilydd i roi

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

ffigur wythnosol cyffredinol.

Lluosyddion amllder a ddefnyddiwyd

Amllder yfed	Ffactor llusosi
Bron bob dydd	7
5 neu 6 gwaith yr wythnos	5.5
3 neu 4 gwaith yr wythnos	3.5
Unwaith neu ddwywaith yr wythnos	1.5
Unwaith neu ddwywaith y mis	0.375
Unwaith bob ychydig fisoedd	0.115
Unwaith neu ddwywaith y flwyddyn	0.029

Gall ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd fod yn faes cymhleth i'w fesur a gall yr hyn y mae pobl yn ei ddweud fod yn wahanol i'r hyn y maent yn ei wneud (er enghraifft, efallai eu bod yn tanamcangyfrif faint o alcohol maent yn ei yfed). Er hynny, mae data o arolygon yn dal i fod yn ffordd ddibynadwy o gymharu patrymau rhwng gwahanol grwpiau a thros amser.

Bwyta ffrwythau a llysiau

Yn yr arolwg, gofynnwyd cwestiynau i oedolion am amrywiaeth o eitemau bwyd i

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf.

Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

bennu cyfanswm y ffrwythau, y llysiau a'r gorbys a fwytawyd y diwrnod cynt.

Ar gyfer pob eitem o fwyd, gofynnwyd i ymatebwyr a oeddent wedi'i bwyta ac, os felly, faint roeddent wedi'i fwyta. Mae canllawiau'n awgrymu bwyta o leiaf 5 dogn o ffrwythau a llysiau amrywiol bob dydd. Roedd y cwestiynau a'r dadansoddiad yn seiliedig ar y cysyniad bod dognau yn 80g yr un, a throswyd yr wybodaeth a gasglwyd yn ddogneau safonol yn ystod y cam dadansoddi.

Mae'r tabl sy'n dilyn yn dangos maint dognau ar gyfer y gwahanol eitemau bwyd sydd wedi'u cynnwys yn y cwestiynau. Addaswyd y cwestiwn o fersiynau blaenorol oherwydd ei fod wedi newid i arolwg ffôn, a chyfunwyd rhai mathau o ffrwythau.

Maint dognau ar gyfer y gwahanol eitemau bwyd

Eitem bwyd	Maint dogn
Salad	1 bowlen fach
Gorbys	3 llwy fwrdd
Llysiau (ffres, amrwd, tun, wedi'u rhewi)	3 llwy fwrdd
Prydau wedi'u gwneud yn bennaf o lysiau neu gorbys	3 llwy fwrdd
Ffrwythau bach iawn (ee grawnwin, aeron)	2 lond llaw
Ffrwythau bach neu ganolig (ee afalau, eirin)	1 ffrwyth canolig, 2 ffrwyth bach
Ffrwythau mawr neu fawr iawn (ee	½ ffrwyth mawr, 1 sleisen ffrwythau

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

Eitem bwyd	Maint dogn
grawnffrwyth, melon)	mawr iawn
Ffrwythau wedi'u rhewi neu ffrwythau tun	3 llwy fwrdd
Ffrwythau sych (ee rhesins, bricyll)	1 llond llaw
Prydau wedi'u gwneud yn bennaf o ffrwythau	3 llwy fwrdd
Sudd ffrwythau neu smwddi	1 gwydr bach

Yn ystod y cam dadansoddi, roedd rheolau ar gyfer rhai bwydydd yn gymwys: ni allai ymatebwyr gael mwy nag un dogn o'u cymeriant dyddiol o sudd ffrwythau, un dogn o orbys, ac un dogn o ffrwythau sych. Mae'r cyfyngiadau hyn yn unol â chanllawiau, sy'n pwysleisio y dylid bwyta amrywiaeth o ffrwythau a llysiau.

Gall ymddygiad sy'n gysylltiedig ag iechyd fod yn faes cymhleth i'w fesur a gall yr hyn y mae pobl yn ei ddweud fod yn wahanol i'r hyn y maent yn ei wneud. Er hynny, mae data o arolygon yn dal i fod yn ffordd ddibynadwy o gymharu patrymau rhwng gwahanol grwpiau a thros amser.

Gweithgarwch corfforol

Mae canllawiau gweithgarwch corfforol yn argymhell y dylai oedolion anelu at wneud o leiaf 150 munud o weithgarwch cymedrol yn ystod yr wythnos. Neu gellir sicrhau manteision tebyg drwy wneud 75 munud o weithgarwch egniol, neu gyfuniad cyfatebol o'r ddau.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://lyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

Roedd y cwestiynau'n gofyn i ymatebwyr ar ba ddyddiau yn yr wythnos flaenorol y fuon nhw'n cerdded, yn gwneud rhywfaint o weithgarwch corfforol cymedrol ac yn gwneud rhywfaint o weithgarwch corfforol egnïol am o leiaf 10 munud ar y tro ac yna gofynnwyd iddynt faint o amser, ar gyfartaledd, roeddent yn ei dreulio yn gwneud y gweithgareddau hyn bob tro. Gofynnwyd i'r ymatebwyr hefyd am eu cyflymder cerdded a faint o ymdrech oedd hynny. Cafodd cerdded ei gynnwys fel gweithgaredd cymedrol i'r rhai a oedd yn cerdded ar gyflymder arferol 'cymharol sionc' neu 'gyflym'. I'r rhai 65 oed a throsodd, cafodd cerdded ar unrhyw gyflymder ei gynnwys os oedd yr ymdrech yn ddigon i wneud iddynt anadlu'n gyflymach, teimlo'n gynnes neu chwysu. Cyfunwyd yr wybodaeth i roi amcangyfrif o'r nifer cyfatebol o gofnodion cymedrol o weithgarwch a gynhaliwyd yr wythnos flaenorol. Nodwyd bod y rhai a oedd yn gwneud lefel sy'n cyfateb i 150 munud neu fwy o weithgarwch cymedrol yn bodloni'r canllawiau. At ddibenion adrodd, nodwyd bod y rhai a oedd yn gwneud lefel sy'n cyfateb i lai na 30 munud o weithgarwch cymedrol yr wythnos flaenorol yn anweithgar.

Gall ymddygiad sy'n gysylltiedig ag iechyd fod yn faes cymhleth i'w fesur a gall yr hyn y mae pobl yn ei ddweud fod yn wahanol i'r hyn y maent yn ei wneud (er enghraifft, efallai eu bod yn tueddu i oramcangyfrif eu lefelau o weithgarwch corfforol). Er hynny, mae data o arolygon yn dal i fod yn ffordd ddibynadwy o gymharu patrymau rhwng gwahanol grwpiau a thros amser.

Mynegai màs y corff

Gofynnodd yr arolwg i oedolion nodi eu taldra a'u pwysau. Er mwyn diffinio 'dros bwysau' neu 'ordew', mae angen mesur sy'n caniatáu ar gyfer gwahaniaethau mewn pwysau oherwydd taldra. Cyfrifir Mynegai Màs y Corff (BMI) fel pwysau (kg) wedi'i rannu â thaldra wedi'i sgwario (m²). Fodd bynnag, nid yw BMI yn gwahaniaethu rhwng màs oherwydd braster y corff a màs oherwydd cyhyrau, ac nid yw ychwaith yn ystyried dosbarthiad y braster. Cyfrifwyd BMI ar gyfer yr holl ymatebwyr, ac eithrio menywod beichiog, gyda mesuriadau taldra a phwysau

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

dilys a'u dosbarthu i'r grwpiau BMI canlynol.

Grwpiau BMI

BMI (kg/m ²)	Disgrifiad
Llai na 18.5	Dan bwysau
18.5 i dan 25	Pwysau iach
25 i dan 30	Dros bwysau
30 a throsodd	Gordew
40 a throsodd	Afiachus o ordew

Roedd yr ymatebwyr yn nodi eu taldra a'u pwysau eu hunain, ac mae tystiolaeth i ddangos bod rhai pobl yn tueddu i dan-adrodd pwysau a/neu gor-adrodd taldra, gan arwain at dan-amcangyfrif o nifer bobl sydd dros eu pwysau ac yn or-dew.

Nifer yr ymddygiadau bywyd iach

Mae nifer yr ymddygiadau bywyd iach a ddilynir gan bob oedolyn yn deillio o gyfuno ymatebion ar gyfer y 5 ymddygiad canlynol.

- Peidio smygu.
- Peidio ag yfed mwy o alcohol na'r canllawiau.
- Bwyta pum dogn o ffrwythau neu lysiau ar y diwrnod blaenorol.
- Bod yn gorfforol egniol am o leiaf 150 munud yn ystod yr wythnos flaenorol.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://lyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf.

Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

5. Cynnal pwysau iach / mynegai màs y corff iach.

Safoni yn ôl oedran

Defnyddiwyd safoni yn ôl oedran mewn dadansoddiadau dethol er mwyn galluogi grwpiau i gael eu cymharu ar ôl addasu ar gyfer effeithiau unrhyw wahaniaethau yn eu dosbarthiadau oedran. Pan gaiff is-grwpiau gwahanol eu cymharu mewn perthynas â newidyn y mae gan oedran ddylanwad pwysig arno (fel iechyd), mae unrhyw wahaniaethau mewn dosbarthiadau oedran rhwng yr is-grwpiau hyn yn debygol o effeithio ar y gwahaniaethau a welwyd yn y cyfrannau o ddiddordeb.

Cafodd y broses safoni yn ôl oedran ei gwneud gan ddefnyddio'r dull safoni uniongyrchol. Addaswyd y boblogaeth safonol, y cafodd y dosbarthiad oedran is-grwpiau ei addasu iddo, o Boblogaeth Safonol Ewropeaidd 2013. Gwnaed cyfrifiadau gan ddefnyddio Stata. Cyfrifwyd y gyfran oedran safonedig p' fel a ganlyn, ble mai p_i yw'r gyfran sy'n benodol i oedran yn y grŵp oedran i a N_i yw maint safonol y boblogaeth yn y grŵp oedran i :

$$p' = \frac{\sum_i N_i p_i}{\sum_i N_i}$$

Felly gellir ystyried p' yn gymedr pwysol o p_i gan ddefnyddio'r pwysoliadau N_i . Cafodd safoni yn ôl oedran ei wneud gan ddefnyddio'r grwpiau oedran: 16 i 24, 25 i 34, 35 i 44, 45 i 54, 55 i 64, 65 i 74, 75 a throsodd.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

Atodiad: sut y cyfrifir amddifadedd materol?

Mae'r Arolwg Cenedlaethol yn cynnwys tair set o gwestiynau er mwyn cofnodi amddifadedd materol ymhlith gwahanol grwpiau. Mae un set ar gyfer pensiynwyr, un ar gyfer oedolion nad ydynt yn bensiynwyr a set arall ar gyfer rhieni â phlant. Cymerwyd y cwestiynau hyn o'r Arolwg o Adnoddau Teulu. O fewn pob un o'r setiau hyn, gofynnwyd set graidd o gwestiynau i'r ymatebwyr perthnasol i benderfynu a oeddent yn dioddef amddifadedd materol ai peidio. Gofynnwyd set ychwanegol o gwestiynau i ymatebwyr y canfuwyd eu bod yn 'ymylu ar' amddifadedd, er mwyn penderfynu a ddylid ystyried eu bod yn dioddef amddifadedd materol ai peidio. Rhestrir y tair set o gwestiynau isod. Mae'r cwestiynau a ofynnwyd i ymatebwyr a oedd yn 'ymylu' ar amddifadedd yn unig wedi'u mewnoli.

Oedolion o oedran gwaith (ddim yn bensiynwyr)

roedd y cwestiynau hyn yn canolbwyntio ar a ellid fforddio eitemau penodol ai peidio. Mae'r eitemau hyn yn ymwneud â'r 'cartref' yn bennaf, yn hytrach na'r ymatebwyr yn bersonol. Ar gyfer pob eitem, gofynnwyd a oedd yr ymatebwyr yn berchen arno, ddim ei angen, neu y byddent yn hoffi ei gael ond ni allent ei fforddio.

- A ydych chi a'ch teulu/partner yn mynd ar eich gwyliau i ffwrdd o'r cartref am o leiaf wythnos y flwyddyn, **heb** aros gyda'ch teulu yn eu cartref nhw?
- Oes gennych chi a'ch teulu/partner ddigon o arian i gadw eich cartref wedi ei addurno'n dda?
- Oes gennych chi a'ch teulu/partner yswiriant cynnwys y cartref?
- Ydych chi a'ch teulu/partner yn cynilo £10 neu fwy y mis yn rheolaidd at achlysuron arbennig neu ymddeoliad?
- Ydych chi a'ch teulu/partner yn prynu dodrefn newydd yn lle rhai sydd wedi mynd yn hen?

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Evch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

- Pa mor dda ydych chi'n ymdopi gyda'ch biliau a'ch ymrwymadau credyd ar hyn o bryd?

Cwestiynau a ofynnwyd mewn achosion 'ymylol'.

- Ydych chi a'ch teulu/partner yn prynu neu'n trwsio nwyddau trydanol pwysig fel oergell neu beiriant golchi os ydyn nhw'n torri?
- Oes gyda chi ychydig o arian i wario arnoch chi'ch hun bob wythnos, ddim ar eich teulu?
- Yn y gaeaf, ydych chi'n gallu cadw'r cartref yn ddigon cynnes?

Mae'r eitemau hyn ar gyfer eu 'cartref' yn hytrach na nhw eu hunain, ac weithiau rydym yn cyfeirio at y rhain fel 'amddifadedd materol cartrefi'.

Pensiynwyr

Defnyddiwyd set o gwestiynau ychydig yn wahanol ar gyfer pensiynwyr. Roedd y rhain wedi'u seilio'n llai ar y cartref ac yn fwy ar yr unigolyn. Roedd y cwestiynau'n holi a oedd eitemau penodol ganddynt, ac yna, ar gyfer eitemau nad oedd ganddynt, gofynnwyd pam: ystyriwyd bod yr atebion 'Nid oes gen i'r arian', 'Nid yw'n flaenoriaeth i mi ar fy incwm presennol', 'Mae fy iechyd/anableded yn fy rhwystro', 'Mae'n ormod o drafferth/ yn fy mlino', neu 'Nid oes unrhyw un ar gael i wneud hyn gyda mi neu fy helpu' yn dangos amddifadedd materol, tra'r ystyriwyd nad oedd y rhai a atebodd 'Nid wyf eisiau hyn' neu 'Nid yw'n berthnasol i mi' yn dioddef amddifadedd. Dyma'r cwestiynau a ddefnyddiwyd:

- A fydddech chi'n gallu cael ffwrn arall os byddai'r un presennol yn torri lawr?
- Ydych chi'n cadw'ch cartref mewn cyflwr da?
- A yw'ch cartref yn rhydd rhag lleithder?
- A yw'ch cartref yn ddigon cynnes?
- Pa mor dda ydych chi'n ymdopi gyda'ch biliau a'ch ymrwymadau credyd ar

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Evch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

hyn o bryd?

- Ydych chi'n gallu defnyddio car neu dacsï pan fydd angen?
- Ydych chi'n mynd i drin neu dorri'ch gwallt yn rheolaidd?
- Ydych chi'n gweld eich ffrindiau neu'ch teulu o leiaf unwaith y mis?

Cwestiynau a ofynnwyd mewn achosion 'ymylol'.

- Ydych chi'n bwyta o leiaf un pryd sy'n eich llenwi mewn diwrnod?
- Ydych chi'n mynd allan yn gymdeithasol, un ai ar eich pen eich hun neu gyda phobl eraill, o leiaf unwaith y mis?
- Ydych chi'n mynd ar wyliau i ffwrdd o'r cartref am o leiaf wythnos y flwyddyn?
- A yw eich systemau gwresogi, trydanol, plymio a draenïau yn cael eu cadw mewn cyflwr da?
- Oes gennych ffôn (llynell dir) i'w ddefnyddio, pryd bynnag y mae ei angen arnoch chi?
- Oes gennych got gynnes sy'n dal dŵr?
- Fyddech chi'n gallu talu cost annisgwyl o £200?

Cyfrifo amddifadedd

Defnyddir dull pwysoli yn ôl nifer yr achosion ar gyfer y tair set o gwestiynau amddifadedd i gyfrifo sgôr amddifadedd materol i'r ymatebwyr perthnasol, fel a wneir yn yr Arolwg o Adnoddau Teulu. Mae'r dull hwn yn ystyried y ffaith fod absenoldeb rhai eitemau'n fwy anghyffredin, ac y gellir dweud bod hyn yn dangos amddifadedd mwy difrifol nag a wna absenoldeb eitemau eraill. Felly, mae eitemau mwy anghyffredin yn cael pwysoliad uwch.

Rhodddwyd sgôr i'r rhai nad oedd â'r eitemau hyn, fel pe na bai ganddynt unrhyw eitem ar y rhestr, byddai ganddynt sgôr o 100, ac os oedd ganddynt yr holl eitemau, byddent yn cael sgôr o 0.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).

- Ystyriwyd fod oedolion o oedran gweithio (rhai nad ydynt yn bensiynwyr) â sgôr o 25 neu fwy yn ddifreintiedig a chafodd pensiynwyr â sgôr o 20 neu fwy eu nodi fel rhai difreintiedig.
- Yna, cafodd pensiynwyr ac oedolion o oedran gwaith (nad ydynt yn bensiynwyr) sy'n ddifreintiedig eu grwpio gyda'i gilydd i greu un dosbarth ar gyfer yr holl oedolion.

Mewn cyhoeddiadau, cyfunir mesurau amddifadedd pobl nad ydynt yn bensiynwyr a phensiynwyr i ddarparu newidyn amddifadedd 'oedolion'. Defnyddir y termau amddifadedd 'oedolion' a 'cartrefi' gan ddibynnu ar y cyddestun.

Adborth neu wybodaeth bellach

Os hoffech gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â ni drwy ffonio 0300 025 5050 neu e-bostio arolygon@llyw.cymru. Rydym yn croesawu sylwadau gan ddefnyddwyr yr arolwg, er enghraifft ynghylch cynnwys a chyflwyniad ein cyhoeddiadau.

Efallai na fydd y ddogfen hon yn hollol hygyrch.

Drllenwch ein [datganiad hygyrchedd](#) i gael rhagor o wybodaeth.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i <https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-termiau-diffiniadau-html> i weld y fersiwn ddiweddaraf. Gwybdaeth am [hawlfraint](#).