



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Gyda'n gilydd tuag at ddyfodol mwy diogel:

Covid-19 – Cynllun pontio hirdymor
Cymru o bandemig i endemig

Mawrth 2022

Cynnwys

- 1** Rhagair
- 2** Cyflwyniad
- 3** Y pontio hirdymor o bandemig i endemig
- 7** Cynnal ymddygiadau amddiffynnol ar gyfer yr hirdymor
- 9** Gwyladwriaeth ac ymateb i frigiadau o achosion o Covid-19
- 14** Brechu
- 16** Profi, Orlhain, Diogelu
- 19** Addasiadau gan wasanaethau cyhoeddus
- 23** Addasiadau gan fusnesau
- 28** Teithio rhyngwladol
- 29** Cydraddoldebau
- 34** Cyfathrebu, hyrwyddo iechyd y cyhoedd a gweithio mewn partneriaeth
- 35** Edrych tua'r dyfodol

Rhagair

Rydym wedi bod yn byw yng nghysgod pandemig y coronafeirws ers dwy flynedd hir.

Mae wedi cyffwrdd â'n bywydau ni i gyd – mae pobl ledled Cymru wedi aberthu llawer i gadw eu hunain a'u hanwyliaid yn ddiogel. Mae teuluoedd a chymunedau wedi dilyn y rheolau.

Ond yn anffodus, hefyd, mae gormod o deuluoedd wedi teimlo'r boen o golli rhywun annwyl neu ffrind agos. Mae ein meddyliau gyda nhw i gyd.

Wrth inni nesáu at ail ben-blwydd y pandemig, gallwn edrych tua'r dyfodol gyda hyder cynyddol y bydd y flwyddyn nesaf yn un lle mae gennym berthynas wahanol â'r feirws.

Diolch i ymdrechion pawb a llwyddiant ein rhaglen frechu wych, mae cwrs y pandemig wedi newid er gwell. Mae'r cysylltiad rhwng y feirws, salwch difrifol, cyfnodau yn yr ysbyty a marwolaeth wedi'i wanhau'n sylweddol.

Rydym wedi mynd heibio i storm y don Omicron, a darodd mor sydyn dros gyfnod y Nadolig a'r Flwyddyn Newydd. Mae heintiau yn gostwng unwaith eto.

Gallwn yn awr ddechrau symud y tu hwnt i'r cyfnod argyfwng cychwynnol, sydd wedi nodweddu ein hymateb i'r pandemig hyd yn hyn. Gallwn ddechrau cynllunio dyfodol lle rydym yn byw gyda'r coronafeirws, yn union fel yr ydym yn byw gyda llawer o glefydau heintus eraill.

Mae'r cynllun hwn yn nodi sut y byddwn yn gwneud hynny a'r hyn y bydd yn ei olygu i'r gwasanaethau a'r amddiffyniadau niferus yr ydym wedi'u rhoi ar waith, gan gynnwys gwasanaeth Profi, Olrhain, Diogelu GIG Cymru. Bydd y newid yn broses raddol. Byddwn yn parhau i sicrhau bod diogelu pawb, yn enwedig y rhai mwyaf agored i niwed, wrth wraidd y cynlluniau hyn.

Nid oes amheuaeth ein bod wedi cyrraedd adeg arwyddocaol yn y pandemig hwn, ac mae diwedd yr amddiffyniadau cyfreithiol yn amlwg o fewn golwg.

Ond mae hwn yn feirws sy'n llawn syrpreisys cas. Wrth baratoi ar gyfer dyfodol gwahanol, mae'n rhaid inni hefyd fod yn barod i ymateb yn gyflym i frigiadau o achosion yn y dyfodol ac amrywiolion newydd wrth inni ddysgu byw ochr yn ochr â'r coronafeirws yn yr hirdymor.

Wrth inni gyhoeddi'r cynllun hwn, mae'n amser da i fyfrio ar gyflawniad eithriadol ein rhaglen frechu, sydd wedi cyflawni cymaint mewn cyfnod mor fyr – gan ddiogelu miliynau o bobl ac achub bywydau.

Rydym hefyd am dalu teyrnged i staff sy'n gweithio yn ein GIG a'n gwasanaethau gofal, sydd wedi gwneud cymaint i'n cadw'n ddiogel yn ystod y cyfnod eithriadol o anodd hwn, i bawb sy'n gweithio yn y sector cyhoeddus ehangach ac i bawb sydd wedi gwirfoddoli eu hamser i helpu eraill.

Nid yw'r pandemig ar ben ond gallwn edrych ymlaen at ddyfodol mwy disglair gyda'n gilydd.



Mark Drakeford AS

Y PRIF WEINIDOG



Eluned Morgan AS

Y GWEINIDOG IECHYD
A GWASANAETHAU
CYMDEITHASOL

Cyflwyniad

Ers mis Ebrill 2020¹ mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi cyfres o ddogfennau sy'n manylu ar ein hymateb strategol i Covid-19.

Ym mis Awst 2020, gwnaethom gyhoeddi ein *Cynllun Rheoli'r Coronafeirws*² cyntaf. Ategwyd hyn ym mis Rhagfyr 2020 gyda'n fframwaith lefelau rhybudd yng Nghymru³ yr ydym wedi'i ddiweddarau'n rheolaidd i ymateb i dystiolaeth sy'n newid. Mae'r dogfennau hyn wedi'u hategu gan dystiolaeth wyddonol a gyhoeddwyd, a chan gynlluniau manylach sy'n cwmpasu gwahanol agweddau ar ein gwaith o reoli'r feirws, megis profi, olrhain cysylltiadau, brechlynnau a gwaith cynllunio'r GIG ar gyfer y gaeaf.

Mae sefyllfa Covid-19 yn gwella ar hyn o bryd. Aethpwyd heibio i don Omicron gaeaf 2021-22 heb droi at y cyfyngiadau cyfreithiol mwyaf niweidiol, gyda chymorth ymateb cyhoeddus gwirfoddol cryf. O ganlyniad i'r camau amddiffynnol a gymerodd pawb dros y gaeaf, ni chyrhaeddwyd lefelau'r niwed a welwyd mewn tonnau blaenorol. Mae'r lefelau imiwnedd presennol, o ran brechu a heintio, yn uchel a gallent liniaru tonnau yn y dyfodol oni bai bod amrywiolyn mwy problemus neu imiwnedd yn gwanhau yn gyflym.

Gyda lefelau brechu uchel yn y boblogaeth a llai o gyfnodau yn yr ysbyty a marwolaethau o Covid, dyma'r amser iawn bellach i ailffocysu ein hadnoddau a'n hymdrechion ar y ffordd orau o bontio o ddull gweithredu mewn argyfwng i reoli COVID-19 ochr yn ochr â heintiau anadlol eraill a chlefydau y gellir eu hatal drwy frechu⁴. Rhaid inni hefyd gydnabod bod gennym gyfrifoldeb arbennig i'r rhai sydd fwyaf agored i niwed os ydynt yn dal Covid-19.

Bydd gwaith cynllunio wrth gefn yn allweddol er mwyn ymateb yn effeithiol ac yn gyflym pe bai amrywiolyn mwy niweidiol a/neu amrywiolyn sy'n dianc rhag ymateb imiwnyddol yn dod i'r amlwg.

Wrth inni ddechrau symud y tu hwnt i'r cyfnod argyfwng, gallwn ni fel gwlad edrych tua'r dyfodol gyda hyder cynyddol. Fodd bynnag, i lawer o ddinasyddion Cymru, yn enwedig pobl anabl a phobl sydd â system imiwnedd wan, mae dileu amddiffyniadau tra bod gennym gyfraddau heintio uchel o hyd yn creu ei broblemau ei hun. Roedd defnyddio masgiau yn helaeth a gofynion pasys Covid yn cynnig amddiffyniad a sicrwydd i'r bobl hyn wrth gymryd rhan mewn bywyd cyhoeddus.

1 [Arwain Cymru allan o'r pandemig coronafeirws: fframwaith ar gyfer adferiad | LLYW.CYMRU](#)

2 [Cynllun Rheoli'r Coronafeirws ar gyfer Cymru | LLYW.CYMRU](#)

3 [Cynllun Rheoli'r Coronafeirws: lefelau rhybudd yng Nghymru | LLYW.CYMRU](#)

4 Nid yw clefydau y gellir eu hatal drwy frechu ('Vaccine-preventable') yn golygu bod brechlynnau yn atal haint neu'n atal yr holl glefyd, ond mae'n golygu bod brechlynnau effeithiol yn bodoli. Er enghraifft, gweler: [Vaccine-preventable diseases \(europa.eu\)](#)

Y pontio hirdymor o bandemig i endemig

Edrych tua'r dyfodol

Nid yw Covid-19 wedi diflannu a bydd yn aros gyda ni yn fyd-eang. Mae Grŵp Cyngori Gwyddonol ar Argyfyngau y DU (SAGE) wedi nodi ein bod yn debygol o weld amrywiadau mewn patrymau heintio byd-eang am sawl blwyddyn⁵. Bydd cynnydd o ran cyfraddau brechu yn rhyngwladol yn helpu i leihau'r risg i bobl ledled y byd ac yn eu tro i bobl yn y DU⁶.

Yn yr hirdymor, rydym yn disgwyl i'r feirws ddod yn un o nifer o heintiau anadlol y gellir eu lliniaru drwy ymyriadau iechyd cyhoeddus effeithiol i leihau'r risg o haint pan fydd brigiadau o achosion yn codi. Ar ryw adeg yn y dyfodol, bydd Covid-19 yn 'endemig', sy'n golygu ei fod yn dal gyda ni, ond bod lledaeniad y clefyd yn fwy rhagweladwy. Er enghraifft, mae SAGE⁷ yn awgrymu y bydd tonnau yn y dyfodol yn fwy tebygol o ddigwydd yn yr hydref/gaeaf, a fyddai'n debyg i batrymau llawer o feirysau anadlol eraill fel y fflw d'r feirws syncytiol anadlol. Byddwn yn gwybod ein bod wedi cyrraedd cam endemig pan fydd y patrymau hyn wedi cael eu sefydlu ac y gellir eu rhag-weld, a all gymryd blynyddoedd.

Mae Covid-19 yn parhau i fod yn fyggythiad difrifol ac rydym yn debygol o gael cyfnod o donnau llai rhagweladwy o heintiau i ddelio â hwy, yn enwedig os oes amrywiolion newydd yn dod i'r amlwg neu wrth i imiwnedd wanhau. Rydym wedi gweld dros

y ddwy flynedd ddiwethaf pa mor gyflym y mae'r feirws wedi gallu esblygu. Rydym wedi profi tonnau gwahanol a sylweddol o'r straen gwreiddiol, ac amrywiolion a elwir yn Alfa, Delta ac Omicron. Yn rhyngwladol, mae amrywiolion eraill, megis Beta, hefyd wedi ysgogi tonnau mawr o haint.

Roedd Alfa, Beta a Delta i gyd yn gysylltiedig â chyfraddau uwch o gyfnodau yn yr ysbty a marwolaeth o'i gymharu ag amrywiolion blaenorol. Mae SAGE yn nodi nad oes unrhyw reswm pam y dylai'r amrywiolyn mwyaf cyffredin nesaf fod yn debyg neu'n llai difrifol nag Omicron⁸. Hyd yn hyn, fodd bynnag, mae'r brechlynnau Covid-19 wedi profi'n effeithiol yn erbyn pob amrywiolyn (er bod hynny i raddau gwahanol) ac mae gennym nifer cynyddol o driniaethau eraill sydd ar gael (e.e. cyffuriau gwrthfeiol Covid). Gyda'i gilydd, mae'r rhain ar hyn o bryd yn cynnig y dulliau gorau inni barhau i ddiogelu'r rhai mwyaf agored i niwed yn ystod tonnau yn y dyfodol, yn ogystal â chodi hyder yn yr economi – yn enwedig drwy ddiogelu gweithwyr hanfodol yn ein diwydiannau sylfaenol.

Yn y tymor byr, rydym eisoes yn gweld achosion o is-amrywiolyn o Omicron, a elwir yn BA.2, yn cynyddu mewn rhannau o'r DU ar hyn o bryd. Mae'n ymddangos bod hyn yn cyfrannu at gyfraddau heintio uwch yng Ngogledd Iwerddon, a gallai arwain o bosibl at gynnydd (neu o leiaf yn aros yn gyson) o ran yr haint yng Nghymru, os yw'n sefydlu yma. Nid yw'n ymddangos bod yr amrywiolyn hwn, er ei fod yn debygol o fod â mantais twf bach, yn fwy difrifol ac mae'n ymddangos bod brechlynnau'n parhau i fod yn effeithiol yn ei erbyn⁹.

5 [Cofnodion SAGE 104: Ymateb i'r Coronafeirws \(COVID-19\), 28 Ionawr 2022 - GOV.UK \(www.gov.uk\)](#)

6 [Cofnodion SAGE 94: Ymateb i'r Coronafeirws \(COVID-19\), 22 Gorffennaf 2022 - GOV.UK \(www.gov.uk\)](#)

7 [Cofnodion SAGE 104: Ymateb i'r Coronafeirws \(COVID-19\), 28 Ionawr 2022 - GOV.UK \(www.gov.uk\)](#)

8 [Cofnodion SAGE 105: Ymateb i'r Coronafeirws \(COVID-19\), 10 Chwefror 2022 - GOV.UK \(www.gov.uk\)](#)

9 [Cofnodion SAGE 105: Ymateb i'r Coronafeirws \(COVID-19\), 10 Chwefror 2022 - GOV.UK \(www.gov.uk\)](#)

Nid yw amrywiolyn newydd yn golygu o reidrydd bod angen inni ddychwelyd i gyflwyno amddiffyniadau a'r mesurau lefel rhybudd uwch yr ydym wedi'u defnyddio i ddiogelu iechyd y cyhoedd dros y ddwy flynedd ddiwethaf, ond mae'n golygu y bydd angen inni gadw'r gallu i dynhau ein hymateb os oes angen.

Symud oddi wrth ymateb i argyfwng

Rydym wedi bod yn defnyddio dull gweithredu mewn argyfwng ers bron i ddwy flynedd. Fe wnaethom gyflwyno deddfwriaeth frys i amddiffyn a chadw pawb yng Nghymru yn ddiogel ar adeg pan oeddem yn dysgu am y feirws a'i esblygiad cyflym. Rydym wedi defnyddio adnoddau digynsail ledled Cymru a gweddill y DU i ganolbwyntio ar nodi a rheoli'r risg benodol o Covid-19.

Mae ein staff yn y GIG ac mewn gwasanaethau cyhoeddus eraill, gan gynnwys ysgolion ac awdurdodau lleol, wedi gweithio'n ddiflino drwy bob ton o'r feirws i gadw pawb yn ddiogel a lleihau'r effaith ar y rhai sydd mewn perygl.

Er gwaetha'r costau ychwanegol a'r tarfu a fu, mae llawer o fusnesau a'u gweithwyr wedi addasu dro ar ôl tro i gefnogi a chadw eu staff a'u cwsmeriaid yn ddiogel.

Mae gweithwyr a gwirfoddolwyr o bob cwr o'r gymdeithas wedi rhoi ei gilydd yn gyntaf i ddarparu gwasanaethau hanfodol a chymorth i'r rhai oedd eu hangen, er gwaethaf y risg unigol y gallent fod wedi'i hwynebu.

Ac mae pobl Cymru wedi aberthu'n fawr drwy addasu'r ffordd y maent wedi gweithio, byw a chymdeithasu er mwyn helpu a diogelu ei gilydd.

Gwnaeth yr ymdrechion hyn ar y cyd roi'r amser yr oedd ei angen arnom i helpu i ddiogelu ein hunain a'r GIG tra oeddem yn dysgu rhagor am y feirws. Yr ymdrechion hyn ar y cyd sydd bellach wedi ein rhoi mewn sefyllfa gref i allu symud oddi wrth ein dull gweithredu mewn argyfwng i ddull gweithredu a set o egwyddorion a all ein cadw'n ddiogel rhag amrywiaeth o heintiau anadlol a pharhau i'n hamddiffyn yn ystod unrhyw donnau Covid-19 yn y dyfodol.

Mae gweithio mewn partneriaeth wedi bod yn nodwedd bwysig o'n hymateb i'r pandemig hyd yma – partneriaeth rhwng y llywodraeth ganolog a llywodraeth leol, y GIG a darparwyr iechyd y cyhoedd, cyflogwyr, undebau llafur a'r cyhoedd – gyda phob un yn cymryd cyfrifoldeb am gyfathrebu a mabwysiadu ymddygiadau amddiffynnol newydd. Nid yw'r coronafeirws yn parchu ffiniau a byddwn yn parhau i weithio gyda phartneriaid ar bob lefel, o gymunedau lleol, ar draws gwledydd y DU ac yn fyd-eang i reoli Covid-19 gyda'n gilydd.

Senarios cynllunio craidd: Covid Sefydlog a Covid Brys

Mae ein gwaith cynllunio, a grynhoir yn y ddogfen hon, yn seiliedig ar ddwy senario graidd. Mae hyn yn adeiladu ar y gwaith cynllunio senarios a nodwyd gennym yn y diweddariad hydref a gaeaf i'n *Cynllun Rheoli'r Coronafeirws*¹⁰. Roedd y cynllun hwnnw'n nodi sut yr oeddem yn bwriadu rheoli cyfnod heriol y gaeaf drwy gadw rhai mesurau sylfaenol (a elwir yn 'lefel rhybudd sero') a'r trefniadau wrth gefn a oedd ar gael pe bai angen. Wrth inni reoli'r cyfnod pontio newydd hwn o bandemig i gyflwr endemig yng Nghymru, byddwn yn parhau i ddefnyddio'r senarios hyn:

- **Covid Sefydlog:** Rydym yn dal i ddisgwyl dod ar draws tonnau ychwanegol o haint. Rydym yn disgwyl i amrywiolion newydd ddod i'r amlwg, a gall rhai ddod yn amrywiolion mwyaf cyffredin. Ond ni fydd y tonnau hyn yn rhoi pwysau anghynaliadwy ar y system lechyd a Gofal Cymdeithasol. Disgwylir i frechlynnau ac ymyriadau fferyllol eraill barhau i fod yn effeithiol wrth atal salwch difrifol. Rydym o'r farn mai dyma'r sefyllfa fwyaf tebygol.
- **Covid Brys:** Mae hwn yn bosibilrwydd y mae angen inni gynllunio ar ei gyfer. Gallai amrywiolion newydd ddod i'r amlwg sydd â lefel uchel sy'n dianc rhag effaith y brechlynnau neu fanteision eraill sy'n rhoi nifer fawr o bobl mewn perygl o salwch difrifol, er enghraifft yn debyg i'r lefelau a welsom yn ystod y don Alffa ym mis Rhagfyr 2020. Gall hyn ei gwneud yn ofynnol i bob un ohonom weithio gyda'n gilydd i gymryd camau i ddiogelu eraill.

O dan Covid Sefydlog, rydym yn disgwyl integreiddio dulliau sy'n benodol i Covid i'n hymateb iechyd y cyhoedd ar gyfer clefydau trosglwyddadwy, ac yn enwedig heintiau anadlol. Bydd hyn yn golygu y bydd gwylidwriaeth ac adrodd ar Covid-19 yn cael eu cyfathrebu ochr yn ochr â heintiau anadlol eraill, ac yn eu tro yn darparu mwy o gyd-destun a chymaryddion. Bydd yr ymateb iechyd y cyhoedd i achosion yn dilyn protocolau sefydledig ar gyfer clefydau trosglwyddadwy¹¹.

Bydd y seilwaith sy'n cefnogi ein hymateb ehangach i Covid-19 yn cael ei leihau fel ei fod yn parhau'n gymesur â'r risg barhaus ac yn galluogi ailgyfeirio adnoddau yn unol â hynny. Yn yr un modd ag afiechydon anadlol eraill, byddwn yn canolbwyntio ar ddiogelu'r rhai mwyaf agored i niwed cyn ac yn ystod unrhyw donnau o haint; gan dargedu ymdrechion yn hytrach na cheisio ymyrryd ar draws y boblogaeth gyfan.

O dan senario Covid Brys, byddai angen inni ymateb ar y cyd i leihau cyfraddau heintio ddigon ar gyfer ymyriadau fel brechiadau wedi'u targedu neu ddefnyddio triniaethau'n gyflym. Mae'r ffordd yr ymatebodd y cyhoedd i fygythiad Omicron dros y gaeaf – gan addasu ymddygiad i ddiogelu ei gilydd – yn dangos faint yr ydym i gyd wedi'i ddysgu am ddiogelu ein hunain ac eraill rhag haint anadlol. Rydym yn disgwyl y byddem, o dan Covid Brys, yn darparu canllawiau clir mewn meysydd fel gwisgo gorchuddion wyneb, gweithio gartref, cymryd gofal ychwanegol wrth ymweld â phobl sy'n agored i niwed a chymryd rhagofalon eraill. Bydd hyn yn prynu amser inni, os oes angen, i sicrhau y gallwn amddiffyn y rhai mwyaf agored i niwed.

Gan ein bod ar hyn o bryd o dan senario Covid Sefydlog, rydym yn disgwyl, erbyn diwedd mis Mawrth, y byddwn yn gallu dileu'r amddiffyniadau a'r gofynion cyfreithiol domestig sy'n weddill a nodir yn *Rheoliadau Diogelu Iechyd (Cyfyngiadau Coronafeirws) (Rhif 5) (Cymru) 2020*¹². Bydd hyn yn dileu fframwaith lefelau rhybudd Covid-19 o'r gyfraith a bydd y sail gyfreithiol ar gyfer ein hymateb iechyd y cyhoedd parhaus yn dychwelyd i'r hyn a oedd ar waith cyn pandemig y coronafeirws. Byddwn hefyd yn caniatáu i'r rhan fwyaf o'r darpariaethau datganoledig yn *Neddf Coronafeirws 2020*¹³ y byddai angen eu hymestyn fel arall, ddod i ben ar 24 Mawrth 2022.

Mae gweddill y cynllun hwn yn nodi sut y bydd ein dulliau gweithredu yn newid o dan y senarios hyn mewn perthynas â'n hymateb iechyd y cyhoedd, ein rhaglen frechu, profi ac olrhain cysylltiadau, a chymorth ehangach, gan gynnwys ar gyfer busnesau a phobl sy'n agored i niwed.

Mae hyn yn golygu, o dan senario Covid Sefydlog, y bydd proses o bontio i ddull gweithredu hirdymor newydd, gan fod â chynlluniau wrth gefn hefyd, lle y bo angen, o dan Covid Brys.

11 Er enghraifft, gweler y [Cynllun ar gyfer Brigiadau o Achosion o Glefydau Trosglwyddadwy yng Nghymru](#)

12 [Deddfwriaeth coronafeirws: cyfyngiadau ar unigolion, busnesau ac eraill | LLYW.CYMRU](#)

Fodd bynnag, bydd pwerau Gweinidogion Cymru o dan Ddeddf Iechyd y Cyhoedd (Rheoli Clefydau) 1984 yn parhau i fodoli.

13 [Deddf y Coronafeirws 2020 \(legislation.gov.uk\)](#)

Egwyddorion

Byddwn yn symud tuag at **ymateb wedi'i dargedu'n fwy** i reoli'r cyfnod pontio i Covid-19 endemig, gan flaenoriaethu diogelu'r rhai mwyaf agored i niwed a chynnal systemau gwyliadwriaeth perthnasol.

Byddwn yn parhau i fabwysiadu **dull gweithredu graddol, fesul cam sy'n seiliedig ar dystiolaeth** o addasu ein hymateb, gan ddangos tryloywder a gweithredu yn unol â'r cyngor gwyddonol clir a chonsensws iechyd y cyhoedd.

Byddwn yn parhau i asesu **cymesuredd** ein hymateb fel y gallwn ailddyrrannu adnoddau'n gyflym i'r heriau niferus nad ydynt yn ymwneud â Covid ledled Cymru heb beryglu'r cynnydd y gweithiwyd yn galed i'w sicrhau.

Byddwn yn cadw ac yn adeiladu ar y **gwaith partneriaeth cryfach** sydd wedi datblygu yn ystod y pandemig, gan ei ddefnyddio ym mhob maes polisi a chyflawni.

Byddwn yn cynnal ein blaenoriaeth o **ddiogelu hawliau plant** ac addysg plant a phobl ifanc yn ein hymateb parhaus, gan gynnwys unrhyw gamau gweithredu Covid Brys.

Byddwn yn adnewyddu ein ffocws ar **fynd i'r afael ag anghydraddoldebau**, gan gynnwys y rhai a gafodd eu gwaethygu gan y pandemig.

Byddwn yn **dysgu** o brofiad ein hymateb i'r pandemig, gan adeiladu gwersi a ddysgwyd i'n gweithgareddau busnes fel arfer a chryfhau ein gallu i ymateb i unrhyw argyfyngau yn y dyfodol neu argyfyngau iechyd cyhoeddus.

Byddwn yn parhau i hyrwyddo a chefnogi **ymddygiadau amddiffynnol ac addasiadau amgylcheddol**, i helpu i gadw unigolion a chymunedau yn ddiogel.

Cynnal ymddygiadau amddiffynnol ar gyfer yr hirdymor

Mae amrywiaeth o ymddygiadau amddiffynnol, megis hunanynysu, gwisgo gorchuddion wyneb mewn manau gorlawn, a chwrdd ag eraill yn yr awyr agored, y bu’n rhaid inni addasu iddynt yn ystod y ddwy flynedd diwethaf yn ein hymateb i Covid-19, yr un mor effeithiol yn erbyn amrywiaeth o heintiau anadlol eraill a chlefydau eraill. Os byddwn yn parhau i wneud yr hyn yr ydym wedi bod yn ei wneud, gallwn helpu i ddiogelu ein hunain a’n gilydd. Mae’r mesurau a gymerwyd i leihau effaith y coronafeirws wedi golygu effeithiau isel iawn o heintiau anadlol eraill fel fflw yn ystod y pandemig.

Nid yw’r ymdrechion hyn gan bobl ledled Cymru i wneud y peth iawn mor hawdd i rai pobl o’u cymharu ag eraill. Mae llawer o bobl ar draws cymdeithas wedi aberthu’n enfawr i ddiogelu eraill. Mae’r ymdrechion hyn, ochr yn ochr â nifer sylweddol o bobl yn mynd ati i gael eu brechu, wedi galluogi cymdeithas yng Nghymru i ailagor, er bod hynny mewn modd gofalus o ystyried yr ansicrwydd parhaus. Mae’r pontio tuag at endemigrwydd Covid-19 yn annhebygol o fod yn gyflym, yn rhagweladwy neu’n ddiberygl, ac mae’n hanfodol ein bod yn parhau i gynnal ymddygiadau diogel a meddwl am eraill yn y misoedd i ddod a thu hwnt.

I lawer o ddinasyddion Cymru sy’n anabl ac sydd â system imiwnedd wan, mae amddiffyniadau megis

defnyddio gorchuddion wyneb a phasys Covid wedi rhoi sicrwydd i’w hannog i gymryd rhan mewn bywyd cyhoeddus. Rydym yn cydnabod y bydd dileu deddfwriaeth frys sy’n gwneud ymddygiad penodol yn ofynnol yn gyfreithiol yn creu pryder i’r bobl hyn a byddwn yn parhau i hyrwyddo ymddygiad effeithiol ar draws y boblogaeth gyfan er mwyn cadw pawb yn ddiogel. Mae cynnal ymddygiadau amddiffynnol megis gwisgo gorchuddion wyneb mewn manau prysur o dan do yn gamau cadarnhaol a gymerir i ddiogelu eraill a dylid parchu’r rhai sy’n gwneud hynny. Mae tystiolaeth yn awgrymu bod nifer cynyddol o bobl anabl yn credu na fydd eu bywydau byth yn dychwelyd i’r arfer ac yn disgrifio eu hunain fel rhai sy’n profi niwed anuniongyrchol, yn gyntaf o’r feirws ac yna o ddileu mesurau amddiffynnol. Rhaid i bob un ohonom wneud popeth y gallwn i barhau i gefnogi pawb ledled Cymru wrth inni symud i’r cam nesaf, gan gynnwys nodi ffyrdd o fynd i’r afael ag unrhyw rwystrau ychwanegol sy’n wynebu pobl anabl.

Ym mis Chwefror, nododd SAGE¹⁴ fod effaith gyfunol newid ymddygiad a’r camau lliniaru sy’n weddill, megis profi a hunanynysu, wedi bod yn debygol o leihau’r trosglwyddiad o 20–45%. Felly, gallai dychwelyd yn gyflym i’r hyn a oedd yn arferol cyn y pandemig weld cynnydd cyflym yn y cyfraddau heintio. Mae tystiolaeth ar gyfer Cymru yn awgrymu, er bod y bygythiad canfyddedig (yn bersonol ac i’r wlad) o’r coronafeirws wedi gostwng yn raddol, bod y lefel uchel o ymlyniad (hunangofnodedig) i ystod o fesurau amddiffynnol drwy gydol y pandemig wedi’i gynnal yn ystod yr wythnosau diwethaf. Er enghraifft, mae data¹⁵ arolwg Ipsos MORI a gasglwyd rhwng y cyfnod 18 a 21 Chwefror 2022 yn awgrymu bod tri o bob

14 Cofnodion SAGE 105: Ymateb i’r Coronafeirws (COVID-19), 10 Chwefror 2022 - GOV.UK (www.gov.uk)

15 Arolwg o farn y cyhoedd ar y coronafeirws (COVID-19): 18 i 21 Chwefror 2022 | LLYW. CYMRU

pedwar o bobl (76%) yn parhau i adrodd eu bod yn gwisgo gorchudd wyneb, mae ychydig o dan hanner (48%) yn adrodd eu bod yn cadw eu pellter pan fyddant allan ac mae dau o bob tri o bobl (66%) yn adrodd am olchi dwylo'n rheolaidd. At hynny, mae un o bob tri o bobl (32%) yn parhau i adrodd am ddefnyddio profion llif unffordd cyn cwrdd â phobl eraill, ac o'r rhai sy'n gweithio, mae tri o bob deg o bobl (30%) yn adrodd eu bod yn gweithio gartref lle y bo'n ymarferol. Er gwaethaf y cyfraddau uchel hyn, maent wedi gostwng dros amser a disgwylir iddynt barhau i ostwng wrth i'r amddiffyniadau cyfreithiol terfynol gael eu dileu.

Ers dechrau'r pandemig, mae Llywodraeth Cymru wedi bod yn glir bod ein gwaith yn cael ei lunio gan yr angen i ddiogelu'r rhai mwyaf agored i niwed yn ein cymdeithas, ac mae hynny'n parhau. Yn y cyfnod nesaf hwn, bydd Llywodraeth Cymru yn chwilio am ffyrdd o fynd i'r afael ag unrhyw rwystrau ychwanegol sy'n wynebu pobl sy'n agored i niwed a phobl anabl drwy ddileu'r amddiffyniadau iechyd cyhoeddus sy'n ofynnol yn ôl y gyfraith. Bydd hyn yn cynnwys meysydd cyflogaeth, bywyd cyhoeddus ac integreiddio diwylliannol.

O ystyried y dystiolaeth ynghylch ymddiriedaeth mewn llywodraeth a chyfraddau heintio is¹⁶, mae'n galonogol nodi bod tua saith o bob deg o bobl (71%) yn parhau i adrodd bod Llywodraeth Cymru yn gwneud gwaith da wrth ymdrin â'r pandemig¹⁷. Drwy barhau i weithio mewn partneriaeth, gyda'n gilydd gallwn barhau i ddiogelu Cymru, a gwella canlyniadau iechyd ar gyfer heintiau anadlol eraill.

Gall cynnal yr ymddygiadau amddiffynnol allweddol yr ydym wedi dod yn gyfarwydd â hwy, ochr yn ochr â mesurau diogelu amgylcheddol priodol, sicrhau manteision sylweddol sy'n mynd y tu hwnt i'r coronafeirws.

Bydd parhau â'r ymddygiadau hyn yn helpu i leihau tonnau disgwylidig o'r coronafeirws yn y dyfodol, gan hefyd leihau effeithiau heintiau anadlol eraill. Felly, rydym yn dal i gynghori pawb i wneud y canlynol:

- **Cael eu brechu** a sicrhau eu bod yn cael y diweddaraf o ran brechiadau Covid-19.
- Dilyn y cyngor iechyd cyhoeddus diweddaraf ar **brofi a hunanynysu**.
- **Aros gartref os ydynt yn gallu pan fyddant yn sâl**, a gwisgo **gorchudd wyneb** mewn ardaloedd dan do os oes ganddynt symptomau ond bod angen iddynt adael y cartref.
- **Cwrdd yn yr awyr agored** lle bo hynny'n bosibl, a sicrhau **awyru da**¹⁸ os ydynt dan do.
- Cymryd **rhagofalon ychwanegol wrth ymweld â phobl sy'n agored i niwed** ac osgoi cwrdd â hwy os yw'n bosibl, yn enwedig os ydynt yn profi symptomau o haint anadlol.
- **Golchi dwylo'n rheolaidd, gorchuddio peswch a thisian, a gwisgo gorchuddion wyneb** mewn ardaloedd cyswllt agos.

Byddwn yn cefnogi pobl i barhau i gymryd y mesurau amddiffynnol hyn lle y gallwn, gan ystyried y gallai rhai grwpiau, sy'n wynebu rhwystrau gwahanol, fod yn fwy neu'n llai tebygol o lynu wrthynt¹⁹.

Byddwn yn parhau i roi cyhoeddusrwydd i'r dystiolaeth a'r data diweddaraf sydd ar gael inni ac yn sicrhau bod ein canllawiau a'n negeseuon cyfathrebu iechyd cyhoeddus yn cael eu diweddarau er mwyn rhoi'r wybodaeth ddiweddaraf i bobl.

Os byddwn yn cyrraedd cyfnod o risg sylweddol uwch, megis senario Covid Brys byddwn yn diweddarau ein cyngor ac yn ei gyfathrebu'n eang.

16 Gweler er enghraifft [Pandemic preparedness and COVID-19: an exploratory analysis of infection and fatality rates, and contextual factors associated with preparedness in 177 countries, from Jan 1, 2020, to Sept 30, 2021 - The Lancet](#)

17 [Arolwg o farn y cyhoedd ar y coronafeirws \(COVID-19\): 18 i 21 Chwefror 2022 | LLYW. CYMRU](#)

18 I gael canllawiau pellach, gweler: [Ventilation and air conditioning during the coronavirus \(COVID-19\) pandemic' \(hse.gov.uk\); Ventilation Tool – Breathe Freely; CIBSE - Emerging from Lockdown](#)

19 A rapid evidence summary of barriers and facilitators to the uptake of personal protective behaviours in public settings. Report RES_00015. Canolfan Dystiolaeth COVID-19 Cymru. Ionawr 2022. Canolfan Dystiolaeth COVID-19 Cymru | Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru (healthandcareresearchwales.org) ([healthandcareresearchwales.org](#))

Gwylidwriaeth ac ymateb i frigiadau o achosion o Covid-19

Rydym yn symud tuag at dderbyn y coronafeirws fel clefyd y gellir ei atal drwy frechu, lle mai imiwneiddio yw'r llinell amddiffyn gyntaf fwyaf hanfodol. Mae hyn yn debyg i lawer o glefydau trosglwyddadwy eraill yr ydym wedi dysgu byw ochr yn ochr â hwy.

Yn yr un modd â'r clefydau eraill hynny, mae angen ategu rhaglenni brechu drwy brofi pobl symptomatig mewn modd wedi'i dargedu lle y bo'n briodol. Yn ddiweddarach yn y cynllun hwn, rydym yn amlinellu rhagor o fanylion ynghylch sut y bydd ein dull o brofi yn newid dros y misoedd nesaf, gan sicrhau y gallwn barhau i fonitro ac ymateb i'r risgiau parhaus o COVID-19.

Gwylidwriaeth ddomestig

Mae mwy o risgiau o'r coronafeirws yn fwyaf tebygol o godi yn sgil ymddangosiad amrywiolyn newydd neu effeithiolrwydd brechlynnau yn gwanhau dros amser. Mae ein rhaglen wylidwriaeth barhaus yn hanfodol i'n hymateb ar y cyd.

Mae gwylidwriaeth yn ein galluogi i adnabod heintiau'n gynnar ac ymateb yn brydlon i achosion, clystyrau a brigiadau o achosion ac arwain camau ataliol. Mae'n galluogi i fesur baich a lledaeniad haint yn ein cymunedau a nodi grwpiau sydd fwyaf mewn perygl o ganlyniadau gwaeth.

Mae *Arolwg Heintiadau COVID-19 y Swyddfa Ystadegau Gwladol (ONS)*²⁰ yn darparu amcangyfrif gwerthfawr a rheolaidd o lefelau heintiadau yn y gymuned. Mae'n caniatáu inni olrhain y newid, dros amser, mewn achosion positif ar lefel genedlaethol, beth bynnag yw'r newidiadau i'r polisi profi. Mae Llywodraeth y DU wedi nodi y bydd yr arolwg yn parhau ac rydym yn archwilio cyfleoedd i gynnal yr arolwg yng Nghymru fel rhan o'n strategaeth gwylidwriaeth.

Bydd baich *clefyd symptomatig* ac effaith gysylltiedig ymyriadau (fel brechu) yn parhau i gael ei fonitro drwy systemau gwylidwriaeth gofal sylfaenol, gan gynnwys systemau gwylidwriaeth sentinel mewn cartrefi gofal i oedolion.

Wrth inni barhau i ddiogelu'r rhai mwyaf agored i niwed yn y cyfnod pontio, bydd y profion ddwywaith yr wythnos ar gyfer staff gofal cymdeithasol a staff gofal iechyd sy'n gofalu am y rhai mwyaf agored i niwed hefyd yn rhoi cipolwg ar nifer yr achosion o haint mewn cymunedau lleol.

Bydd *clefyd difrifol* yn parhau i gael ei fonitro drwy'r asesiad amser real o gyfnodau yn yr ysbyty a derbyniadau unedau gofal dwys drwy'r cynllun gwylidwriaeth Salwch Anadlol Acíwt Difrifol mewn adrannau achosion brys a thrwy'r Rhwydwaith Gofal Dwys.

O dan senario Covid Sefydlog, ac wrth inni symud y tu hwnt i'r cyfnod ymateb i argyfwng, daw'r rhan fwyaf o'r wybodaeth o'r cynlluniau gwyliadwriaeth sentinel sefydledig a phrofion o fewn llwybrau clinigol y gwasanaeth iechyd. Mae profion sy'n chwilio am fwy nag un feirws ar y tro (a elwir yn 'biobroffion aml-ddadansoddiad', sef 'multiplex assays' yn Saesneg), bellach ar gael yn eang ar draws ystad y GIG, ac yn rhoi cipolwg ar y gwahanol feirysau anadlol sy'n lledaenu ar unrhyw adeg benodol, gan gynnwys Covid-19.

Rydym yn bwriadu monitro hyd at 50 o ddalgylchoedd Gwaith Trin Dŵr Gwastraff ledled Cymru i helpu i ganfod yn gynnar lefelau feirysol sy'n newid a graddfa bosibl brigiadau o achosion, a fydd yn eu tro yn helpu i lywio unrhyw gamau iechyd cyhoeddus wrth reoli'r feirws.

Bydd gwaith dadansoddi genomig ac amrywiolion yn parhau i ganolbwyntio ar wyliadwriaeth, rheoli achosion ac i gefnogi penderfyniadau triniaeth.

Drwy ein rhwydweithiau yn y DU ac yn rhyngwladol, byddwn yn mynd ati i fonitro tueddiadau rhyngwladol er mwyn rhag-weld a chynllunio ar gyfer unrhyw donnau yn y dyfodol.

Ymateb i frigiadau o achosion

Bydd ein dull profi a'n mesurau gwyliadwriaeth ehangach yn sicrhau y gallwn ganfod clystyrau neu frigiadau o achosion o haint ac yna eu rheoli. Bydd cyfathrebu effeithiol a chanllawiau i unigolion a chymunedau yn rhan hanfodol o'n ymateb. Mae hynny'n cynnwys, er enghraifft, cynghori pobl i hunanynysu os oes ganddynt symptomau, atgoffa pobl o'r risgiau uwch i grwpiau mwy agored i niwed a'r ffactorau a fydd yn arwain at ledaeniad uwch, ac annog hylendid dwylo a hylendid anadlol da.

Gallai camau gweithredu ychwanegol, er enghraifft, hefyd gynnwys cynghori pobl i wisgo gorchuddion wyneb ar drafnidiaeth gyhoeddus ac mewn llefydd dan do prysur. Mae'n fwy tebygol y byddwn yn cynghori camau gweithredu o'r fath yn yr hydref a'r gaeaf wrth i bobl dreulio mwy o amser dan do, lle mae'r risg o drosglwyddo'r feirws yn uwch.

Drwy ein rhaglenni profi a gwyliadwriaeth wedi'u targedu, sy'n seiliedig ar ein gallu rhagorol i bennu dilyniannau genom, gallwn ganfod amrywiolion newydd sy'n peri pryder a deall a rhag-weld newidiadau yng nghyfansoddiad y feirws. Drwy ganfod amrywiolion newydd o'r coronafeirws yn gynnar, gellir ymateb yn gyflym i ddiogelu iechyd pe byddai angen, wrth inni geisio deall effeithiolrwydd y brechlynnau yn erbyn yr amrywiolion neu ei ddifrifoldeb. Tra bo'r wybodaeth hon yn cael ei chasglu, bydd yr ymateb i ddiogelu iechyd yn ceisio lleihau trosglwyddiad y feirws drwy reoli achosion lluosog a brigiadau o achosion; diogelu'r bobl fwyaf agored i niwed; a darparu ymyriadau therapiwtig a brechiadau yn unol â chynghori ein pwyllgorau cynghori arbenigol. Ategir yr holl gamau gweithredu hyn drwy gyfathrebu'n effeithiol â'r cyhoedd.

Bydd clystyrau a brigiadau o achosion o'r coronafeirws yn cael eu rheoli yn unol â'r *Cynllun ar gyfer Brigiadau o Achosion o Glefydau Trosglwyddadwy yng Nghymru*²¹ (*Cynllun Brigiadau Cymru*), a ddiwedderir i adlewyrchu gwersi a ddysgwyd o'r pandemig. Mae *Cynllun Brigiadau Cymru* yn nodi'r trefniadau ar gyfer rheoli pob brigiad o achosion o glefydau trosglwyddadwy a chanddynt oblygiadau i iechyd y cyhoedd ledled Cymru. Mae'n disgrifio sut y bydd brigiad o achosion yn cael ei reoli ac yn disgrifio rolau a chyfrifoldebau y gwahanol sefydliadau. Mae hefyd yn sicrhau y rhoddir gwybod am frigiadau o achosion yn gyflym i Lywodraeth Cymru.

21 Y [Cynllun ar gyfer Brigiadau o Achosion o Glefydau Trosglwyddadwy yng Nghymru](#), Gorffennaf 2020.

Mae gennym seilwaith iechyd y cyhoedd effeithiol wedi'i sefydlu ledled Cymru, yn seiliedig ar wybodaeth ac arbenigedd lleol. Drwy gydol y pandemig mae awdurdodau lleol, y GIG a phartneriaid lleol eraill wedi gweithio gyda'i gilydd i gynnal trosolwg o risgiau'r coronafeirws a'u rheoli drwy dimau rhanbarthol. Rydym wedi ymrwymo i gynnal a chryfhau'r trefniadau cydweithio effeithiol hyn er mwyn gallu cynnull y timau rhanbarthol yn gyflym pe byddai'r risg leol o'r coronafeirws yn cynyddu.

Data a dadansoddiadau

Drwy gydol y pandemig, rydym wedi dibynnu'n fawr ar ddata a dadansoddiadau i lywio ein dull gweithredu. Gan weithio gyda phartneriaid yn lechyd Cyhoeddus Cymru, y Swyddfa Ystadegau Gwladol, Asiantaeth Diogelwch lechyd y DU ac eraill, mae ystod fawr o ddata a dadansoddiadau newydd wedi'u cyhoeddi, gan ddarparu tryloywder ynghylch y dystiolaeth a ddefnyddir i wneud penderfyniadau.

Mae dangosfwrdd gwyliadwriaeth sydyn lechyd Cyhoeddus Cymru wedi darparu'r prif ddata dyddiol ar brofi, achosion, marwolaethau a brechu. Hefyd, mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi cyngor gwyddonol rheolaidd, modelu, data dyddiol ar weithgarwch ysbytai a dadansoddiadau o bresenoldeb mewn ysgolion, cartrefi gofal, olrhain cysylltiadau, *Arolwg Heintiadau Covid-19 y Swyddfa Ystadegau Gwladol*, a mwyl.

Wrth inni symud y tu hwnt i'r cyfnod ymateb brys, byddwn yn adolygu pa ddata a dadansoddiadau sydd eu hangen ar gyfer mesurau gwyliadwriaeth i'r dyfodol. Bydd hyn yn debygol o olygu rhoi'r gorau i adrodd data yn ddyddiol, gan droi at ddulliau sy'n cyd-fynd yn well â mesurau gwyliadwriaeth o glefydau anadlol eraill.

Bydd hi hefyd yn hanfodol monitro a deall yr ystod lawn o niwed sydd wedi deillio o'r pandemig, gan gynnwys clefydau nad ydynt yn rhai trosglwyddadwy a'r niwed economaidd-gymdeithasol a'r niwed o ran iechyd yn ehangach. Nid ydym yn gwybod yn iawn beth yw llawer o'r niwed hwn eto, a bydd yn parhau i ddod i'r amlwg am lawer o flynyddoedd. Rydym yn parhau i gynnal ymchwil a gweithio gyda'n partneriaid ledled Cymru a'r DU, gan gynnwys cadw golwg ar y niwed hwn a datblygu sylfaen dystiolaeth gyflym o'r hyn sy'n gweithio i fynd i'r afael ag ef drwy werthuso.

Byddwn hefyd yn parhau i weithio'n agos gyda phartneriaid academiaidd ac eraill i adeiladu ar yr arferion da a welwyd yn ystod y pandemig wrth ddefnyddio tystiolaeth. Bydd hyn yn cynnwys gweithio'n agos gyda Chanolfan Dystiolaeth Covid-19 Cymru²² sydd wedi nodi bylchau mewn tystiolaeth ymchwil y dylid mynd i'r afael â hwy ac a ariennir hyd 2023.

Byddwn yn parhau i gomisiynu gwaith modelu'r pandemig²³, gan weithio gyda'r Grŵp Cyngori Gwyddonol ar Argyfyngau a'i is-grŵp SPI-M-O hyd nes y caiff ei dynnu'n ôl, ac yn parhau i gomisiynu rhagolygon tymor canolig o ddeilliannau fel derbyniadau i'r ysbyty a gwelyau llawn mewn ysbytai i helpu'r GIG â chynllunio. Rydym yn bwriadu estyn y modelu i gwmpasu feirysau eraill y gaeaf²⁴ a chomisiynu senarios tymor hwy i gynorthwyo â phenderfyniadau cynllunio a pholisi sy'n ymwneud â meysydd fel profi a chyflwyno brechiadau, gan gynnwys ystyried pa mor gosteffeithiol yw'r rhain. Bydd modelu yn y dyfodol hefyd yn canolbwyntio ar niwed anuniongyrchol i iechyd, er enghraifft yn sgil dadleoli gweithgarwch ysbyty dewisol yn ystod y pandemig.

22 [Canolfan Dystiolaeth COVID-19 Cymru | Health Care Research Wales \(ymchwiliachydagofalcymru.org\)](#)

23 [Y Grŵp Cyngor Technegol: diweddariad modelu polisi 11 Ionawr 2022 | LLYW.CYMRU](#)

24 [Y Grŵp Cyngor Technegol: diweddariad modelu'r gaeaf 10 Medi 2021 | LLYW.CYMRU](#)

Cyfleu risgiau a deall ymddygiad

Rydym wedi gweld gydol y pandemig fod pobl, pan fo modd, wedi newid eu hymddygiad ar sail eu dealltwriaeth o'r risg a berir ar unrhyw adeg benodol. Ar yr un pryd, mae hi wedi bod yn amlwg nad oes gan bawb yr un gallu i fabwysiadu'r ymddygiadau hyn, gyda'r rhai sydd eisoes yn wynebu anfantais hefyd yn wynebu'r risgiau mwyaf²⁵.

Gan adeiladu ar egwyddorion cyfleu risgiau a dealltwriaeth o ymddygiad, byddwn yn parhau i fod yn agored ac yn dryloyw wrth egluro'r dystiolaeth wyddonol a'r dystiolaeth glinigol a'r risgiau yn sgil y coronafeirws. O wneud hynny, bydd pawb yn deall pa gamau gweithredu y bydd arnynt angen parhau i'w cymryd neu ddechrau eu cymryd er mwyn eu diogelu eu hunain a'r bobl fwyaf agored i niwed, ac yn deall y cymorth sydd ar gael i'w helpu i wneud hynny. Byddwn yn darparu gwybodaeth allweddol mewn fformatau hygyrch, gan gynnwys gwybodaeth hawdd ei deall, ynghyd â chynghor teilwredig ar gyfer gwahanol grwpiau, fel gwybodaeth am frechu i blant.

Byddwn yn mabwysiadu ein dulliau cyfathrebu yn unol â chynghor gan y grŵp gwyddor ymddygiad sy'n llywio y Grŵp Cynghori Gwyddonol ar Argyfyngau²⁶. Bydd negeseuon yn pwysleisio pwysigrwydd parhau ag ymddygiadau amddiffynnol personol penodol ac, yn hollbwysig, y rhesymeg dros yr ymddygiadau a'u manteision.

Rydym yn cydnabod pwysigrwydd glynu'n wirfoddol wrth yr ymddygiadau hyn er mwyn cyfrannu at lesiant torfol, a hefyd er mwyn lleihau risgiau i'r bobl fwy agored i niwed yn y gymdeithas. Rydym hefyd yn cydnabod y gwahaniaeth ymysg y boblogaeth o ran faint o risg y mae pobl am ei chymryd, a byddwn yn ceisio lleihau'r posibilrwydd o stigma a rhaniad wrth i bobl ymateb i'r risgiau hyn.

Bydd y polisiâu a gyflwynwn gyda phartneriaid i hyrwyddo a chefnogi ymddygiadau amddiffynnol ac addasiadau amgylcheddol sydd eu hangen i ddiogelu pobl yn cael eu llywio gan dystiolaeth gadarn o'r gwyddorau ymddygiad.

Datblygiadau mewn ymyriadau therapiwtig

Rydym wedi datblygu ein gallu a'n capasiti i ddarparu'n gyflym ymyriadau therapiwtig cynyddol gymhleth, gan gynnwys therapiau gwrthgyrff a gwrthfeiol newydd, i drin Covid-19 mewn niferoedd mawr o'r cleifion mwyaf agored i niwed. Wrth i dystiolaeth sy'n cefnogi'r defnydd mwyaf effeithiol o'r therapiau hyn ddod i'r amlwg yn sgil astudiaeth PANORAMIC o'r DU a phrofiadau yn y byd go iawn, byddwn yn addasu ac yn datblygu ein dull. Ategir y broses weithredu gan ddull digidol o nodi'r rhai sy'n wynebu risg fel y gellir cynnig triniaeth yn gyflym. Bydd hyn yn cynnwys yr angen i sicrhau bod capasiti profi ar gael i'r rhai y mae hi'n ofynnol iddynt gael prawf positif er mwyn cael triniaeth.

Byddwn yn cynnal parhad cyflenwad meddyginiaethau sy'n hollbwysig i ymateb brys – mae hyn yn cynnwys meddyginiaethau i drin Covid-19, gwrthfotigau, a meddyginiaethau a ddefnyddir mewn gofal critigol a gofal diwedd oes. Byddwn yn cynnal y gallu i ddarparu'r rhain yn gyflym unrhyw le yng Nghymru.

25 Er enghraifft, efallai bod natur gwaith yn golygu na all person weithio o bell, efallai y bydd person ar gontract dim oriau neu fod ganddo dât salwch cyfyngedig ac yn ei chael yn anos hunanynysu, neu efallai nad oes gan berson â chyfrifoldebau gofal funediad at gymorth.

26 Er enghraifft: [SPI-B: Social and behavioural impacts for lifting remaining restrictions, 10 February 2022 - GOV.UK \(www.gov.uk\)](https://www.gov.uk/government/publications/spi-b-social-and-behavioural-impacts-for-lifting-remaining-restrictions)

Covid Hir

Caiff y term Covid Hir ei ddefnyddio fel arfer i ddisgrifio arwyddion a symptomau sy'n parhau neu sy'n datblygu ar ôl Covid 19 aciwt. Mae'n cynnwys Covid-19 parhaus (4-12 wythnos) a syndrom ôl Covid 19 (dros 12 wythnos). Nid oes prawf diffiniol i ddiagnosio rhywun â Covid Hir ac nid oes raid i berson fod wedi profi'n positif unrhyw bryd er mwyn i'r diagnosis hwn gael ei ystyried. Nid yw'r symptomau sy'n gysylltiedig â Covid Hir o reidrwydd yn gysylltiedig â difrifoldeb yr haint cychwynnol a brofodd yr unigolion, a gellir cael symptomau Covid Hir hyd yn oed ar ôl cael haint ysgafn iawn neu asymptomatig. Nid yw'n glir eto am ba hyd y bydd rhai pobl yn profi'r symptomau hyn.

Mae pob bwrdd iechyd yng Nghymru wedi ehangu a gwella gwasanaethau Covid Hir sylfaenol ac yn y gymuned. Mae gan bob un o'r gwasanaethau hyn lwybr i atgyfeirio pobl i ofal arbenigol pan fo angen hynny yn glinigol. Gellir cael gafael ar wasanaethau Covid Hir drwy Ofal Sylfaenol.

Gallai pobl oedran gweithio â Covid Hir hefyd fod yn fwy tebygol o golli eu gwaith os bydd eu symptomau'n para'n hirach na thelerau ac amodau cymorth salwch eu cyflogwr. Gall y byrddau iechyd ddarparu cyngor galwedigaethol a chyngor ar ddychwelyd i'r gwaith fel rhan o'u triniaeth i bobl â Covid Hir. Y cyflogwr sy'n gyfrifol am fudd-daliadau salwch o hyd, ond Llywodraeth y DU sy'n gyfrifol am fudd-daliadau y wladwriaeth.

Mae'r GIG yng Nghymru yn cymryd rhan weithredol mewn astudiaethau ymchwil Covid Hir ledled y DU, a fydd yn helpu i gynyddu'r wybodaeth am y diagnosis a'r driniaeth. Mae Canolfan Dystiolaeth Covid-19 Cymru wedi'i sefydlu, drwy Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru. Bydd mynd i'r afael â materion sy'n berthnasol i'r rhai y mae Covid Hir yn effeithio arnynt yn rhan o raglen y Ganolfan Dystiolaeth ar gyfer y flwyddyn nesaf.

Brechu

Mae brechu yn parhau i fod yn rhan hollbwysig o'n hymateb i'r coronafeirws a dyma'r peth pwysicaf y gall unigolyn ei wneud i ddiogelu ei hun ac eraill. Mae'r brechlynnau wedi'u datblygu'n gyflym ac yn ddiogel yn ystod y pandemig, gan achub miloedd o fywydau a lleihau'n sylweddol y cysylltiad rhwng yr haint, clefyd difrifol, cyfnodau yn yr ysbyty a marwolaeth. Dyma pam mae hi mor bwysig i bawb fanteisio ar eu cynnig o frechlyn a sicrhau bod ganddynt yr amddiffyniad y mae'n ei gynnig yn erbyn amrywiolion presennol ac amrywiolion yn y dyfodol.

Gyda mwy na 6.8 miliwn o ddosau o frechiadau Covid-19 yng Nghymru, maent wedi bod yn hanfodol i'n hamddiffyn yn ystod y pandemig ac wedi ein galluogi ni i lacio'r cyfyngiadau ar ein bywydau. Byddant yn parhau i fod yn bwysig wrth ein hamddiffyn yn y dyfodol.

Daeth bron i dri chwarter yr oedolion cymwys i gael pigiad atgyfnerthu cyn y flwyddyn newydd, yn wyneb y don Omicron. Mae hyn yn dangos yn glir yr hyder sydd gan bobl Cymru yn y brechlyn a'n rhaglen frechu.

Mae niferoedd uchel iawn o bobl wedi manteisio ar y rhaglen frechu. Nid yw hi fyth yn rhy hwyr i gael eich brechu yng Nghymru, a disgwyliwn i ragor o bobl barhau i ddod i gael eu brechu.

Ar 24 Chwefror, gwnaethom gyhoeddi diweddariad o'n *Strategaeth Frechu Covid-19*²⁷. Mae'n nodi sut y bydd ein rhaglen frechu yn datblygu yn ystod 2022 o dan senario Covid Sefydlog ac wrth inni ddechrau symud at fyw ochr yn ochr â coronafeirws. Mae'n nodi'r canlynol:

- Manylion yr ymgyrchoedd brechu sydd ar y gweill ar hyn o bryd, gan gynnwys y cynnig a gyhoeddwyd yn ddiweddar i bob plentyn rhwng pump ac 11 oed
- Y bwriad i gynnig pigiad atgyfnerthu yn y gwanwyn i'r bobl hynaf a'r rhai mwyaf agored i niwed yng Nghymru²⁸ fel rhagofal i sicrhau mwy o ddiogelwch rhag unrhyw amrywiolion yn y dyfodol neu rhag achosion o golli effeithiolrwydd cyn unrhyw raglen yn yr hydref
- Ymrwymiad i ddarparu rhaglen frechu Covid-19 reolaidd ar gyfer 2022 ac ar ôl hynny, a fydd yn parhau i gael ei harwain gan y dystiolaeth wyddonol a'r dystiolaeth glinigol ddiweddaraf
- Cynlluniau sydd ar y gweill ar gyfer rhaglen atgyfnerthu yn yr hydref, y mae disgwyl iddi ddod yn ddigwyddiad blynyddol er mwyn cynnal lefelau uchel o imiwnedd a helpu i'n diogelu rhag amrywiolion newydd o'r coronafeirws.

²⁷ [Strategaeth frechu COVID-19 2022 | LLYW.CYMRU](#)

²⁸ Yn cynnwys pobl dros 75 oed, preswylwyr cartrefi gofal i oedolion hŷn ac unigolion dros 12 oed sy'n imiwnoataliedig.

Ar ben y mesurau Covid Sefydlog ataliol hyn, rydym hefyd yn cynllunio ar gyfer senario Covid Brys lle gallwn gefnogi capasiti 'ymchwydd' pe byddai angen inni ymateb i don Covid-19 newydd neu amrywiolyn newydd sy'n peri pryder. Gwnaethom ymateb yn gyflym i'r amrywiolyn Omicron yn y ffordd hon ar ddiwedd 2021. Er ein bod yn cynllunio rhag ofn y bydd angen y math hwn o ymateb eto, rydym yn gobeithio na fydd hynny'n digwydd.

Rydym yn edrych ar ein holl raglenni brechu yn gyffredinol ac yn ystyried yr hyn yr ydym wedi'i ddysgu yn ystod y pandemig. Rydym am gymhwyso gwersi a ddysgwyd yn sgil Covid-19 i raglenni brechu eraill i sicrhau bod ein gwasanaethau'n addas i'r diben ac i'r dyfodol. Byddwn yn gwneud hyn gyda'r nod o sefydlu *Fframwaith Imiwneiddio Cenedlaethol i Gymru*.

Mae ffocws ar fynediad rhwydd, tegwch a chynhwysiant, defnyddio data a datrysiadau digidol a modelau darparu arloesol wedi bod yn rhan ganolog o lwyddiant ein rhaglen frechu Covid-19. Yr egwyddorion hyn fydd pileri craidd ein *Fframwaith Imiwneiddio Cenedlaethol* newydd i Gymru, i barhau i sicrhau lefelau uchel o ddiogelwch i bobl Cymru.

Profi, Olrhain, Diogelu

Mae'r gwasanaeth Profi, Olrhain, Diogelu wedi chwarae rôl hanfodol i leihau trosglwyddiadau drwy gydol y pandemig. Rydym wedi rhoi ar waith seilwaith o safleoedd profi a labordai ynghyd â thechnolegau amgen, gan gynnwys profion llif unffordd, na welwyd ei debyg o'r blaen.

Mae'r bartneriaeth rhwng awdurdodau lleol a byrddau iechyd lleol wedi ein galluogi i ddatblygu system olrhain cysylltiadau hynod effeithiol gyda gweithlu o dros 2000 o bobl sydd wedi ymrwymo i ddiogelu eu cymunedau a diogelu Cymru.

Rydym wedi datblygu mecanweithiau cymorth, gan adeiladu ar gysylltiadau cryf â'r trydydd sector a manteisio i'r eithaf ar ein rhwydweithiau cymorth cymunedol i sicrhau bod y rheini sydd fwyaf agored i niwed wedi gallu cael profion a'r cymorth sydd ei angen arnynt i ynysu.

Mae ymateb pobl Cymru wedi bod yn eithriadol. Maen nhw wedi dod ymlaen yn eu miloedd i gael eu profi ac i ynysu os oes angen – boed hynny fel achos neu gyswllt – er mwyn helpu i ddiogelu eu teuluoedd, eu ffrindiau a'u cymunedau.

Yr amcanion wrth ail-lunio'r seilwaith Profi, Olrhain, Diogelu

Wrth i'r seilwaith sy'n cefnogi agweddau eraill ar ein hymateb ehangach i COVID-19 gael ei dorri'n ôl yn raddol o dan senario COVID Sefydlog, bu'n rhaid i'n dull Profi, Olrhain, Diogelu esblygu ac addasu hefyd. Rhaid oedd gwneud hyn er mwyn i'r trefniadau barhau i fod yn gymesur â'r risg barhaus ac i sicrhau bod modd i adnoddau gael eu hailgyfeirio. Yn unol â'n pwyslais ar ddiogelu'r

rheini sydd fwyaf agored i niwed a thargedu ein hymdrechion, yn hytrach na cheisio ymyrryd ar draws y boblogaeth gyfan, byddwn yn dechrau ail-lunio'r trefniadau Profi, Olrhain, Diogelu.

Ein hamcanion ar gyfer y trefniadau Profi, Olrhain, Diogelu wrth symud ymlaen fydd:

- Diogelu'r rheini sy'n agored i niwed rhag clefyd difrifol drwy: alluogi mynediad at driniaethau; a diogelu pobl rhag y risg o gael eu heintio.
- Cynnal y capasiti i ymateb i frigiadau o achosion yn lleol ac mewn lleoliadau risg uchel.
- Cadw systemau gwyliadwriaeth effeithiol ar waith i nodi unrhyw ddirywiad yn y sefyllfa megis yn sgil amrywiolion a mwtaniadau sy'n peri pryder niweidiol eu natur.
- Paratoi ar gyfer dychweliad posibl y feirws.

Yn ymarferol, mae hyn yn golygu, wrth inni bontio i system fwy cynaliadwy ar gyfer y tymor hir, y canolbwyntir ar yr unigolion hynny sydd eu hangen fwyaf wrth gynnal profion – pobl sydd â symptomau y gallai fod angen diagnosis arnynt er mwyn iddynt allu cael y driniaeth briodol, er enghraifft. Yr unigolion hynny sydd fwyaf agored i niwed fydd y rhain fel arfer, fel y rheini sydd â system imiwneidd wan.

Bydd profion hefyd yn parhau i fod ar gael yn ddirwystr at ddibenion profi i ddiogelu, er enghraifft i staff sy'n gweithio mewn lleoliadau iechyd a gofal cymdeithasol ac mewn ysgolion arbennig.

Ymhen amser, ni fyddwn yn gofyn mwyach i'r cyhoedd gymryd prawf pan fydd ganddynt symptomau ac i ynysu os byddant yn cael canlyniad positif ac ni fyddwn yn argymhell mwyach y dylid defnyddio profion llif unffordd fel mater o drefn y tu allan i leoliadau risg uchel penodol.

Olrhain cysylltiadau

Wrth i nifer y profion ar raddfa eang leihau, bydd llai o alw hefyd am drefniadau olrhain cysylltiadau fel yr ydym wedi ymglyfarwyddo â hwy.

Byddwn yn defnyddio ein capasiti olrhain cysylltiadau, a fydd yn cael ei dargedu'n llawer mwy penodol, i ganolbwyntio ar gael yr effaith fwyaf. Bydd hyn yn cynnwys pennu'r unigolion hynny sy'n gweithio mewn lleoliadau risg uwch (gofal iechyd, gofal cymdeithasol i oedolion ac ysgolion arbennig) er mwyn diogelu pobl sy'n agored i niwed.

Byddwn hefyd yn cadw'r capasiti olrhain cysylltiadau i gefnogi'r ymateb i frigiadau o achosion yn lleol a'r bygythiad posibl o amrywiolion sy'n dod i'r amlwg.

Diogelu unigolion sy'n agored i niwed a chynnig cymorth iddynt

Bydd awdurdodau lleol a'r sector gwirfoddol yn parhau i gynnig cymorth i'r unigolion hynny sydd fwyaf agored i niwed er mwyn sicrhau y gall pobl ddiogelu eu hunain a'u teuluoedd.

Bydd cymorth yn y dyfodol yn nodi anghydraddoldebau ac yn eu lliniaru. Eir i'r afael ag anghydraddoldebau strwythurol o safbwynt hunanyngysu (e.e. cymorth ariannol, cymdeithasol ac ymarferol) a rhwystrau penodol sy'n wynebu grwpiau wedi'u diffinio.

Bydd ein dull gweithredu yn symud o ddull gweithredu cenedlaethol i fod yn ddull a fydd yn cael ei arwain yn lleol, gan adeiladu ar yr Hybiau Cymorth Covid sydd wedi'u sefydlu yn ystod y pandemig. Bydd y rhain yn esblygu i gynnig cymorth tymor hwy ac yn helpu cymunedau i adfer o effeithiau niweidiol y pandemig.

Llinell amser ddangosol ar gyfer trefniadau pontio gam wrth gam Profi, Olrhain, Diogelu

Fel yr ydym wedi'i wneud drwy gydol y pandemig, byddwn yn dilyn dull gofalus a graddol wrth dorri'n ôl ar y mesurau amddiffyn. Bydd trefniadau pontio Profi, Olrhain, Diogelu yn mynd rhagddynt gam wrth gam dros y misoedd nesaf felly.

Llinell amser ddangosol sydd gennym ac, yn unol â'r dull cyffredinol yr ydym wedi'i ddilyn bob amser, bydd yn cael ei phennu gan amodau iechyd y cyhoedd ar y pryd. Byddwn yn cadw'r gallu i gynyddu ein hymateb unwaith eto o dan unrhyw senario COVID Brys ac, os bydd angen inni wneud hynny, byddwn yn mynd ati mewn ffordd gymesur.

Cadw seilwaith

Drwy gydol y cyfnod hwn ac yn y dyfodol agos, bydd labordai GIG Cymru yn parhau i brosesu profion PCR er mwyn cyflenwi'r fframwaith profi cleifion gan ganolbwyntio ar brofi symptomatig ar gyfer cleifion mewnol, profi asymptomatig ar gyfer unigolion sy'n agored i niwed yn glinigol a fydd yn cael eu derbyn i'r ysbyty, profi symptomatig i staff iechyd a gofal cymdeithasol, preswylwyr cartrefi gofal a charcharorion.

Bydd profion PCR yn parhau i fod ar gael ar gyfer rheoli brigiadau o achosion ar y cyd â phroffion llif unffordd.

Byddwn hefyd yn parhau i gefnogi sefydliadau sy'n gweithio mewn lleoliadau risg uchel gydag unigolion sy'n agored i niwed yn glinigol – gan gynnwys byrddau iechyd, gofal cymdeithasol i oedolion ac ysgolion arbennig – i gael gafael ar broffion llif unffordd ar gyfer cynnal profion rheolaidd.

Bydd profion llif unffordd yn parhau i fod ar gael drwy ein modelau casglu yn y gymuned er mwyn cefnogi'r gwaith o'u dosbarthu i ofalwyr/grwpiau agored i niwed eraill ac ymwelwyr â chartrefi gofal.

Cam 1: Y rhan fwyaf o brofi asymptomatig a dyletswyddau cyfreithiol yn dod i ben (Diwedd mis Mawrth / dechrau mis Ebrill)

Bydd y gofyniad cyfreithiol i hunanyynysu yn cael ei ddileu a'i ddisodli gan ganllawiau i unigolion brofi os ydynt yn symptomatig ac i ynysu os ydynt yn bositif (profi ar ddiwrnod 5 a 6 cyn rhoi'r gorau i ynysu).

Bydd profion asymptomatig rheolaidd yn y gweithle yn dod i ben.

Bydd mynediad y cyhoedd at brofion llif unffordd ar gyfer profi asymptomatig rheolaidd yn dod i ben.

Bydd profi asymptomatig rheolaidd mewn lleoliadau gofal plant ac addysg, ac eithrio lleoliadau addysg arbennig ac unedau penodedig, yn dod i ben ddiwedd y tymor.

Cam 2: Profi symptomatig i symud i brofion llif unffordd (mis Ebrill i fis Mehefin)

Bydd profion llif unffordd, yn hytrach na phroffion PCR, yn cael eu defnyddio i brofi'r cyhoedd sy'n symptomatig. Bydd profion llif unffordd ar gael i'w harchebu ar-lein a dylid adrodd am y canlyniad.

Bydd achosion positif yn cael eu cynghori i ynysu a phrofi ar ddiwrnod 5 a 6 cyn rhoi'r gorau i ynysu.

Bydd y trefniadau olrhain cysylltiadau yn parhau.

Bydd y Cynllun Taliadau Cymorth Hunanyynysu yn parhau i roi cymorth ariannol i unigolion yn ystod y cyfnod pontio gyda thaliad o £500. Bydd hyn yn helpu i liniaru yn erbyn colli incwm wrth iddynt ddilyn y canllawiau i hunanyynysu. Bydd y Cynllun Ychwanegiad at Dâl Salwch Statudol Gweithwyr Gofal Cymdeithasol yn parhau i ddarparu cyllid er mwyn i weithwyr gofal cymdeithasol gael 100% o'u cyflog yn eu pecyn cyflog pan fydd hi'n ofynnol iddynt hunanyynysu.

Cam 3: Pontio i'r cyflwr sefydlog hirdymor (diwedd mis Mehefin)

Ni fydd profion llif unffordd ar gael mwyach ar gyfer profi symptomatig.

Bydd y canllawiau i hunanyynysu yn cael eu diwygio gyda'r cyngor yn newid i unigolion gymryd camau rhagofalus ychwanegol pan fyddant yn sâl, fel aros gartref pan fo'n bosibl os byddant yn sâl.

Bydd y trefniadau olrhain cysylltiadau rheolaidd yn dod i ben.

Bydd y Taliadau Cymorth Hunanyynysu yn dod i ben.

Addasiadau gan wasanaethau cyhoeddus

Addysg a gofal plant

Mae'r pandemig wedi creu heriau sylweddol i brofiadau dysgu a chyfleodd datblygu plant a phobl ifanc yng Nghymru. Mae arweinwyr ym maes addysg hefyd wedi dweud wrthym, er eu bod hwy a'u staff wedi gweithio'n ddiflino ac wedi cael eu llethu ar adegau yn ystod y pandemig, mai eu blaenoriaeth oedd cadw pawb yn ddiogel a chynnal llesiant staff a dysgwyr.

Mae tystiolaeth yn dangos bod y pandemig, ac yn arbennig y tarfu ar ofal plant ac addysg a'r broses o symud i ddysgu o bell, wedi cael effaith niweidiol sylweddol ar lesiant, datblygiad, dysgu a rhagolygon i'r dyfodol²⁹. Mae hyn wedi effeithio'n arbennig o wael ar blant a phobl ifanc, gan gynnwys plant iau yn colli camau datblygiadol, yn profi problemau iechyd meddwl a gorbyrder. Mae tystiolaeth hefyd yn dangos bod bwlch presenoldeb a chyrhaeddiad yn dod i'r amlwg rhwng y dysgwyr sy'n gymwys i gael prydau ysgol am ddim a'r dysgwyr nad ydynt yn gymwys i'w cael. Mae arweinwyr mewn ysgolion arbennig ac unedau cyfeirio disgyblion hefyd wedi mynegi pryderon ynghylch y ffaith nad ydynt yn gallu datblygu profiadau dysgu yn llawn, megis rhoi profiadau newydd ac anghyfarwydd i'r disgyblion y tu allan i'r ystafell ddosbarth gyfarwydd. Mae dysgwyr yn y lleoliadau hyn wedi cael trafferth ymglyfarwyddo eto a chydymffurfio'n llwyddiannus â disgyliadau ac arferion newydd.

Mae digwyddiadau'r ddwy flynedd ddiwethaf wedi gwaethygu a chadarnhau llawer o anghydraddoldebau presennol, gan gynnwys rhai daearyddol ledled Cymru. Mae cydbwysedd y niwed wedi bod yn ystyriaeth bwysig wrth flaenoriaethu mynediad at ofal plant a dysgu wyneb yn wyneb i'n plant a'n pobl ifanc yn ystod y pandemig. Byddwn yn parhau i roi hawliau plant a'r hawl i gael mynediad at ofal plant ac addysg wrth wraidd ein cynlluniau.

O dan senario Covid Sefydlog, byddwn yn parhau i ddisgwyl i leoliadau gofal plant a chwarae, ysgolion, colegau a phrifysgolion fod yn gwbl weithredol. Bydd hi'n parhau i fod yn bwysig sicrhau awyru digonol³⁰, yn ogystal â chael mesurau sylfaenol da i atal a rheoli heintiau. Bydd defnyddio asesiadau risg yn parhau i fod yn ffordd bwysig o lywio mesurau lliniaru ar lefel leol.

Wrth inni drosglwyddo'n raddol i ddull gweithredu tymor hwy ar gyfer ymateb i'r coronafeirws, byddwn yn defnyddio'r gwersi yr ydym wedi'u dysgu o'r ddwy flynedd ddiwethaf. Dim ond pan fydd wirioneddol raid gwneud hynny y byddwn yn cau ysgolion, ac rydym yn gobeithio na fydd angen gwneud hynny ar lefel genedlaethol eto. Byddwn yn cynnal y berthynas waith agos a'r arbenigedd a ddatblygwyd yn ystod y pandemig i ymateb yn gyflym ac i helpu i ddiogelu plant a phobl ifanc a'r gweithlu rhag risgiau iechyd y cyhoedd yn y dyfodol. Er mwyn paratoi ar gyfer tonnau y gellir eu disgwyl yn y dyfodol, byddwn yn cefnogi partneriaid perthnasol i ddatblygu cynlluniau rheoli brigadau o achosion lleol fel eu bod yn gwybod sut, pryd a pham y mae angen iddynt geisio cymorth yn gyflym pan fo angen.

29 Er enghraifft gweler: [Adolygiad cyflym o effaith cyfuniadau addysgol a chyfuniadau eraill yn ystod y pandemig COVID-19 ar blant 3-13 oed. RR_00013, Canolfan Dystiolaeth COVID-19 Cymru, Medi 2021.](#)

30 Er enghraifft gweler: [Ventilation and air conditioning during the coronavirus \(COVID-19\) pandemic \(hse.gov.uk\); Ventilation Tool – Breathe Freely; CIBSE - Emerging from Lockdown](#)

Byddwn hefyd yn gweithio gyda'n gilydd i fod yn barod ar gyfer unrhyw ymateb sydd ei angen o dan senario Covid Brys. Rydym wedi dysgu o'n profiadau yn ystod y pandemig a byddwn yn adeiladu arnynt, felly mae gan ein sector gofal plant a'n sector addysg systemau cadarn ar waith a gallant ymateb yn briodol ac yn gymesur i unrhyw fygythiad feirws yn y dyfodol, gan darfu cyn lleied â phosibl ar ofal, dysgu a datblygu. Dylai cynlluniau wrth gefn mewn ymateb i achosion o gau ysgolion yn rhannol neu'n gyfan gwbl gynnwys trefniadau ar gyfer darparu dysgu o bell o ansawdd uchel, ynghyd â darpariaeth ar gyfer dysgwyr sy'n agored i niwed.

Mae gweithio mewn partneriaeth yn effeithiol wedi bod yn elfen hanfodol o'n hymateb i'r pandemig a bydd hyn yn parhau wrth inni symud ymlaen.

O ran darpariaeth gofal plant ac addysg, mae'r heriau wedi amrywio yn ystod y pandemig. Ochr yn ochr â'r trefniadau gweithredol ar gyfer pontio ac i gydnabod effaith y pandemig ar ein plant a'n pobl ifanc, byddwn yn gweithio gyda'n partneriaid i sicrhau bod ein polisiâu nawr ac yn y dyfodol yn cydnabod ac yn ymgorffori effeithiau'r cyfnod hwn, gan gynnwys profiadau cadarnhaol.

Mae ein rhaglen adfer addysg Adnewyddu a Diwygio wedi dwyn ynghyd ofal plant, ysgolion ac addysg ôl-16 i gefnogi pob dysgwr i wella eu llesiant a'u dysgu. Buddsoddwyd mwy na £500 miliwn o gyllid ychwanegol i gefnogi ysgolion, colegau a lleoliadau i fynd i'r afael ag effeithiau'r pandemig. Mae hyn yn cynnwys gweithgareddau Haf o Hwyl a Gaeaf Llawn Lles ar draws pob awdurdod lleol yng Nghymru, a chymorth arbennig i ddysgwyr mewn blynyddoedd cymwysterau fel y gallant symud ymlaen yn hyderus i'w camau nesaf; a chymorth parhaus ar gyfer y cyllid Recriwtio, Adfer a Chodi Safonau i ysgolion.

Mae'r cymorth hwn yn cynnwys adnoddau adolygu Safon Uwch i helpu dysgwyr i atgyfnerthu'r hyn a ddysgant yn yr ystafell ddosbarth a pharatoi ar gyfer asesiadau, yn ogystal ag adnoddau digidol pellach i helpu dysgwyr gyda'u ceisiadau a'u trefniadau ar gyfer trosglwyddo i'r brifysgol. Mae darparwyr hefyd yn parhau i ddefnyddio cyllid penodol i gyflwyno darpariaeth ychwanegol i ddysgwyr ôl-16.

Mae goresgyn y tarfu ar ddysgu yn sgil y pandemig yn her hirdymor a bydd angen cefnogaeth sylweddol ar ein plant, ein pobl ifanc a'n haddysgwyr yn y blynyddoedd sydd i ddod.

Lleoliadau gofal iechyd

Bydd Covid-19 yn parhau i fod yn fater pwysig mewn lleoliadau gofal iechyd. Mae'n haint trosglwyddadwy iawn sy'n lledaenu'n gyflym mewn lleoliadau caeedig fel ysbytai os nad oes mesurau diogelu ar waith. Mae hefyd yn cael mwy o effaith ar y rhai sydd eisoes yn agored i niwed pan fyddant yn dal yr haint. Am y rhesymau hyn, bydd y canllawiau ar reoli'r risg o ran lleoliadau gofal iechyd yn parhau i fod yn wahanol i'r rheini sy'n gysylltiedig â lleoliadau cyhoeddus.

Mae lleoliadau gofal iechyd yn ceisio atal a rheoli lledaeniad heintiau drwy ddilyn Canllawiau Atal a Rheoli Heintiau sy'n cael eu drafftio gan arbenigwyr yn sgil yr holl dystiolaeth sydd ar gael, a hynny'n aml ar sail y DU. Yn ystod y pandemig, mae canllawiau o'r fath wedi'u cyhoeddi ar sail pedair gwlad. Fodd bynnag, bydd trefniadau bellach yn newid i ddull gweithredu arferol, newydd, gyda Chanllawiau Atal a Rheoli Heintiau tebyg ar gyfer atal a lledaenu pob haint anadlol, gan gynnwys y fflw a'r feirws syncytiol anadlol sy'n effeithio amlaf ar blant ifanc. Bydd angen rhoi sylw o hyd i olchi dwylo, gwisgo gorchudd wyneb yn briodol, awyru a defnyddio cyfarpar diogelu personol, sydd i gyd wedi'u cynnwys mewn Canllawiau Atal a Rheoli Heintiau newydd. Bydd cleifion sydd â heintiau anadlol yn cael eu trin mewn ardaloedd clinigol ar wahân i'r rhai sydd â chyflyrau eraill, er mwyn atal yr haint rhag lledaenu.

Bydd pwysigrwydd cynnal y mesurau rheoli hyn yn golygu cyfyngiadau parhaus ar weithgarwch pan fo lefelau uchel o heintiau.

Bydd staff sy'n gweithio mewn meysydd risg uwch fel ysbytai yn dal i gael eu cynghori i ddefnyddio profion llif unffordd ddwywaith yr wythnos, nes y bydd nifer yr achosion o Covid yn y boblogaeth yn gostwng i lefelau is o lawer. Bydd angen cynnal profion PCR o hyd ar rai cleifion ysbyty, yn rhannol i'n galluogi i roi diagnosis cywir o heintiau anadlol, ond hefyd i atal derbyniadau Covid o'r gymuned a nodi a rheoli brigiadau o achosion pe baent yn digwydd. Fodd bynnag, bydd lefel gyffredinol y profion ar gyfer cleifion yn is nag y mae wedi bod hyd yn hyn, yn enwedig ymysg y rhai heb symptomau.

Bydd y cyfyngiadau presennol ar ymweld ag ysbytai yn cael eu llacio'n raddol wrth i lefelau'r haint ostwng, er nad i'r un lefel â chyn y pandemig mae'n debyg. Mae budd amlwg i ymweliadau, o ran iechyd a lles. Fodd bynnag, bydd angen gwneud trefniadau ar gyfer ymweld yng nghydestun lefelau trosglwyddo Covid-19 yn y gymuned leol gan ein bod yn gwybod mai dyma yw un o'r dangosyddion mwyaf dibynadwy o'r risg o haint yn lledaenu mewn ysbytai.

Lleoliadau gofal cymdeithasol

Gofal cymdeithasol

Wrth inni symud y tu hwnt i'r ymateb brys i'r pandemig, bydd arnom angen ystyried natur agored i niwed llawer o unigolion sy'n defnyddio gwasanaethau gofal cymdeithasol, y risgiau uwch sy'n gysylltiedig â lleoliadau caeedig a dan do fel cartrefi gofal, ac effaith y trefniadau pontio ar y sector ei hun.

Byddwn yn adeiladu ar yr hyn yr ydym wedi'i ddysgu hyd yma a'r hyn yr ydym wedi'i gyflawni dros y ddwy flynedd ddiwethaf. Rydym wedi cyflwyno rhaglen frechu lwyddiannus ac mae llawer iawn o breswylwyr cartrefi gofal a staff gofal cymdeithasol wedi manteisio ar y rhaglen. Mae'r rhai sy'n gweithio ym maes gofal cymdeithasol wedi gweithio'n ddiplino i sefydlu gwell arferion i atal a rheoli heintiau.

Bydd rhai mesurau diogelu ac arferion da yn parhau i gael eu cynghori wrth inni symud ymlaen. Fodd bynnag, byddwn hefyd yn annog darparwyr cartrefi gofal i symud yn hyderus at ailgyflwyno llawer mwy o ymdeimlad o normalrwydd yn eu cartrefi gofal ac ym mywyd bob dydd y bobl y maent yn gofalu amdanynt. Mae'r rhai sy'n gweithredu gwasanaethau yn parhau i fod â chyfrifoldeb dros gadw eu hamgylcheddau'n ddiogel.

Mae'r bobl sy'n gweithio ac yn byw mewn lleoliadau gofal cymdeithasol wedi profi heriau sylweddol iawn drwy gydol y pandemig³¹ ac rydym yn sylweddoli faint o effaith y mae hyn wedi'i chael ar iechyd meddwl a chorfforol pobl a'u lles. Mae ein cynlluniau pontio ar gyfer gofal cymdeithasol yn taro cydbwysedd rhwng cefnogi lles pobl a'u diogelu. Byddwn yn parhau i adolygu'r sefyllfa a byddwn yn gweithredu yn unol â chynghor diweddaraf Iechyd Cyhoeddus Cymru.

31 Er enghraifft, gweler:

Adolygiad cyflym o effaith y pandemig COVID-19 ar iechyd meddwl gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol yn y DU. Adroddiad: RR0002, [Canolfan Dystiolaeth COVID-19 Cymru](#), Gorffennaf 2021, ac A yw mesurau atal a rheoli haint wedi arwain at unrhyw ddeilliannau niweidiol i breswylwyr a staff cartrefi gofal a gofal cartref? Adroddiad: RR00018, [Canolfan Dystiolaeth COVID-19 Cymru](#), Tachwedd 2021.

Byw â chymorth

Dylai lleoliadau byw â chymorth ar gyfer oedolion â chyflyrau niwroddatblygiadol, megis anabledd dysgu neu awtistiaeth, fod yn dychwelyd i normalrwydd cymharol erbyn hyn.

Rhaid i gomisiynwyr a darparwyr gofal a chymorth wneud popeth o fewn eu gallu i sicrhau bod pobl sy'n byw â chymorth yn cael eu cefnogi a'u hannog i arfer eu hawl i fynd allan a chymryd rhan mewn bywyd teuluol a chymunedol, gan sicrhau nad yw'r hawl hon yn cael ei chyfyngu na'i rhwystro mewn unrhyw ffordd.

Yn yr un modd, rydym yn disgwyl i ymweliadau dan do arferol barhau i gael eu cefnogi gan ddarparwyr, gyda chyn lleied o gyfyngiadau â phosibl pan fo'r risg i iechyd y cyhoedd yn sefydlog. Nid ydym yn disgwyl cyfyngiadau diangen nac afresymol ar nifer yr ymwelwyr nac ar hyd ac amllder yr ymweliadau. Os bydd brigiad o achosion, dylai darparwyr weithredu yn unol â chyngor ac arweiniad Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Dylai cyflogwyr ym maes gofal cymdeithasol a staff gofal a chymorth cysylltiedig barhau i ddilyn y canllawiau iechyd y cyhoedd sy'n berthnasol iddynt.

Byddwn yn parhau i adolygu'r sefyllfa a gweithredu yn unol â chyngor ynghylch iechyd y cyhoedd.

Addasiadau gan fusnesau

Effeithiau'r pandemig

Mae'r amcangyfrif diweddaraf o GDP y DU ar gyfer mis Hydref i fis Rhagfyr 2021 yn dangos bod lefel y GDP chwarterol 0.4% yn is na'i lefel cyn y coronafeirws (Chwarter 4 2019). Mae'r data diweddaraf ar y farchnad lafur ar gyfer Cymru yn amcangyfrif mai 3.1% oedd y gyfradd ddiweithdra ar gyfer y cyfnod o fis Hydref i fis Rhagfyr 2021. Mae hyn yn debyg yn fras i'r 2.9% a gofnodwyd ar gyfer mis Hydref i fis Rhagfyr 2019 ac i lawr o'r uchafswm o 4.9% a welwyd yn ystod y cyfnod o fis Rhagfyr 2020 i fis Chwefror 2021.

Profodd rhai sectorau o'r economi fwy o anawsterau nag eraill pan oedd y mesurau diogelu ar waith. Er enghraifft, mae *Arolwg y Swyddfa Ystadegau Gwladol o Ganfyddiadau ac Amodau Busnes (BICS)* wedi tynnu sylw o'r blaen at yr effeithiau yr adroddodd y sectorau llety, lletygarwch ac adloniant amdanynt. Ddiwedd mis Ebrill 2021, dim ond 6 o bob 10 busnes llety a gwasanaethau bwyd yn y DU oedd yn masnachu, sy'n is na bron pob diwydiant arall, ac o'i gymharu â mwy nag 8 o bob 10 o fusnesau'r DU yn gyffredinol³². Yn ôl y disgwyl, y ddau sector hyn sy'n parhau i weld y gostyngiadau mwyaf mewn trosiant busnes, gyda 6 o bob 10 busnes llety a gwasanaethau bwyd yn dweud bod eu trosiant wedi gostwng, o'i gymharu â thraean o fusnesau'r DU yn gyffredinol.

Hyd yn oed gyda'r gefnogaeth a gynigiwyd i fusnesau drwy gydol y pandemig, mae'r effaith ar fywoliaeth pobl o ganlyniad i'r pandemig a'r cyfyngiadau wedi bod yn sylweddol. Ni fu cyfartaledd yn y modd y cafodd yr effeithiau eu teimlo ar draws demograffeg wahanol o'r boblogaeth. Mae'r rhai sydd wedi dioddef waethaf yn cynnwys y rhai sydd ar gyflogau is, pobl ifanc, y rhai sydd â lefelau sgiliau/cymwysterau isel, pobl sydd ag iechyd gwael ac anabledau a phobl o gymunedau ethnig leiafrifol. Canfu'r adroddiad *Low Pay Britain* gan y Resolution Foundation fod gweithwyr sydd ar gyflogau isel deirgwaith yn fwy tebygol o brofi effaith negyddol ar eu gwaith, megis colli eu swydd, colli oriau neu dâl neu gael eu rhoi ar ffyrlo, o'i gymharu â gweithwyr sydd ar gyflogau uwch³³.

Er gwaethaf y ffaith fod y prif ystadegau economaidd yn dangos arwyddion o adferiad economaidd, mae nifer o ergydion economaidd o hyd. Mae datganiad dangosyddion amser real y Swyddfa Ystadegau Gwladol a gyhoeddwyd ar 24 Chwefror 2022³⁴ yn dangos gostyngiad parhaus yn nifer yr ymwelwyr ar y stryd fawr, ond cynnydd mewn pryniannau yn agos at lefelau cyn y pandemig. Mae nifer y swyddi gwag yn parhau i fod yn uchel, gan fod cyfanswm yr hysbysebion swyddi ar-lein yng Nghymru yn yr wythnos a ddaeth i ben ar 18 Chwefror 2022 yn 131% o'r cyfartaledd cyn Covid-19 ym mis Chwefror 2022.

32 Y ganran o fusnesau yn y DU a oedd yn adrodd eu bod yn parhau i fasnachu oedd 61% ar gyfer y sector Llety a Gwasanaethau Bwyd a 78% ar gyfer y sector Celfyddydau, Adloniant a Hamdden. Y cyfartaledd ar gyfer holl sectorau'r DU oedd 83%.

33 [Low Pay Britain 2021, Resolution Foundation](#)

34 [Economic activity and social change in the UK, real-time indicators - Y Swyddfa Ystadegau Gwladol](#)

Mae Arolwg y Swyddfa Ystadegau Gwladol o Ganfyddiadau ac Amodau Busnes (BICS) yn rhoi cipolwg ar yr amodau busnes presennol. Mae'r arolwg diweddaraf yn ymdrin â'r cyfnod rhwng 24 Ionawr a 20 Chwefror 2022 a chanfu fod:

- 21.1% o fusnesau Cymru wedi dweud bod trosiant wedi gostwng hyd at 50% o'i gymharu â'r disgwyliadau arferol ar gyfer yr adeg hon o'r flwyddyn. Dyma'r drydedd ganran uchaf o unrhyw wlad yn y DU neu ranbarth yn Lloegr.
- 19.8% o fusnesau Cymru wedi dweud eu bod wedi gweld cynnydd yn y galw am nwyddau neu wasanaethau a werthwyd dros y mis diwethaf. Dyma'r ganran uchaf o blith gwledydd y DU a rhanbarthau Lloegr.
- 77.0% o fusnesau Cymru wedi dweud mai mesurau hylendid yw'r mesurau diogelwch a ddefnyddir ganddynt neu'r mesurau diogelwch y maent yn bwriadu eu defnyddio. Yr ail reswm mwyaf cyffredin oedd cadw pellter cymdeithasol (63.7%).
- 56.6% o fusnesau Cymru wedi dweud bod gweithredu mesurau diogelwch wedi cynyddu costau gweithredu ychydig, tra bod 7.6% wedi dweud bod costau gweithredu wedi cynyddu'n sylweddol.

Mae hefyd yn debygol y bydd effeithiau economaidd negyddol hirdymor yr ydym eto i'w gweld o ganlyniad i'r pandemig. Mae'r effeithiau hyn yn cynnwys effeithiau plant yn methu â mynychu'r ysgol, yn ogystal â cholli sgiliau posibl o ganlyniad i weithwyr yn cael eu diswyddo neu eu rhoi ar ffyrlo.

Rôl busnesau

Mae busnesau a'u gweithwyr wedi chwarae rhan hanfodol wrth helpu i liniaru effeithiau tonnau olynol o'r coronafeirws yng Nghymru. Mae twf economaidd wedi bod, a bydd yn dal i fod, yn ddibynnol ar ddiogelu pobl. Rydym wedi cydnabod costau economaidd a chostau ehangach³⁵ llawer o'r mesurau yr ydym wedi gofyn i sefydliadau a'r cyhoedd eu cymryd. Mae hyn wedi bod yn rhan o'r broses o wneud penderfyniadau drwy gydol y pandemig ac mae wedi arwain at Lywodraeth Cymru yn darparu lefelau digynsail o gymorth ariannol i fusnesau.

Byddwn yn parhau i weithio gyda phartneriaid cymdeithasol i adolygu'r dystiolaeth o effaith mesurau sydd wedi'u rhoi ar waith drwy gydol y pandemig, i lywio'r ffordd y byddwn yn ymateb o hyn ymlaen i unrhyw donnau Covid-19 newydd ac unrhyw ymateb i bandemig yn y dyfodol. Mae'n hanfodol bod busnesau yn parhau i chwarae eu rhan i'n diogelu ni mewn senarios Covid Sefydlog a senarios Covid Brys.

Mae'r pandemig wedi rhoi mwy o bwysau ar weithwyr mewn amrywiaeth o wahanol ffyrdd, a bydd gwarchod eu hiechyd meddwl a'u llesiant yn parhau i fod yn flaenoriaeth ar draws pob sector.

35 Er enghraifft: [Y Grŵp Cyngor Technegol: crynodeb o dystiolaeth ar gostau a manteision mesurau i fund i'r afael â Covid-19 a chamau lliniaru posibl | LLYW.CYMRU](#); [Y Grŵp Cyngor Technegol: 5 nam swn codi o COVID-19 | LLYW.CYMRU](#); a [Y Grŵp Cyngor Technegol: beth yw gwerth cymdeithasol achos covid a sut mae wedi newid? | LLYW.CYMRU](#).

Gweithleoedd sy'n fwy diogel mewn perthynas â phob haint anadlol

Gall y rhai sy'n gyfrifol am weithleoedd ddefnyddio'r dulliau gweithredu a oedd ofynnol o dan y gyfraith drwy gydol y pandemig i ymateb i Covid-19 er mwyn parhau i reoli risgiau Covid-19, ynghyd â risgiau sy'n deillio o glefydau trosglwyddadwy a heintiau anadlol eraill. Drwy leihau nifer y bobl heintus mewn gweithle a lleihau'r rhyngweithio ag eraill, gellir lleihau lledaeniad salwch drwy'r gweithlu ehangach.

Bydd mesurau fel gwella awyru, defnyddio mwy ar ardaloedd awyr agored, cefnogi trefniadau gweithio hyblyg a hybrid, hyrwyddo ffyrdd iachach o fyw, a chefnogi gwell hylendid yn arwain at fanteision yn y tymor hir. Byddant hefyd yn helpu i reoli risgiau tymor byr yn sgil amrywiolion newydd.

Un o'r ffyrdd pwysicaf o atal heintiau yw cefnogi gweithwyr i wneud y peth iawn ac aros gartref pan fyddant yn sâl. Bydd hyn hefyd yn helpu i sicrhau nad yw heintiau'n lledaenu drwy'r gweithle na'r gweithlu. Bydd rhwystrau gwahanol i wahanol bobl o ran gallu gwneud hyn, a bydd angen cymorth gan gyflogwyr i fynd i'r afael â llawer ohonynt. Gallai hyn ymwneud â thechnoleg neu'r gallu i weithio gartref pan fo rhywun yn heintus ond yn gallu gweithio. Gallai olygu mynd i'r afael â diwylliant lle mae staff yn dod i'r gwaith hyd yn oed pan fyddant yn rhy sâl i weithio³⁶. Bydd yn golygu cael polisïau salwch cefnogol a thâl salwch digonol.

Mewn senario Covid Sefydlog rydym yn gobeithio y gall busnesau ddysgu o'n profiad cyfunol o'r pandemig a chynnal a datblygu'r elfennau rheoli heintiau hynny y maent wedi'u rhoi ar waith i ddiogelu staff a chwsmeriaid.

O dan senario Covid Brys rydym yn gobeithio na fydd raid troi at ofynion cyfreithiol. Fel gyda phobl ledled Cymru, mae busnesau'n gyfarwydd â'r camau hynny y gallant eu cymryd i leihau risgiau.

Bydd busnesau hefyd yn gallu teilwra camau'n well ar gyfer eu hamgylchiadau penodol.

Gofynnwn i fusnesau ystyried eu cynlluniau wrth gefn eu hunain yn awr, er mwyn gallu ymateb i donnau yn y dyfodol a sicrhau eu bod yn parhau i ddiogelu staff a chwsmeriaid ar eu safle. Bydd graddau'r ymateb sydd ei angen yn dibynnu ar natur y bygythiad, ond gwyddom beth sy'n gweithio a ble y gellir gwneud paratodau.

Er enghraifft, gallai hyn gynnwys y canlynol:

- gwneud paratodau i ragor o staff weithio gartref pan fo'n bosibl
- rhoi mesurau diogelu ychwanegol ar waith i staff a chwsmeriaid sy'n agored i niwed
- ystyried defnyddio gorchuddion wyneb dan do
- cynyddu lefelau awyru a defnyddio mwy ar ardaloedd awyr agored
- mesurau eraill megis cadw mwy o bellter pan fo'n bosibl.

Os oes angen cymryd camau rheoli ychwanegol am gyfnod cyfyngedig mewn senario Covid Brys, byddwn yn rhoi gwybod am yr angen hwn i fusnesau a rheoleiddwyr drwy lwybrau partneriaeth sefydledig sydd wedi datblygu a chryfhau drwy'r pandemig.

Cymryd camau i ddiogelu staff a chwsmeriaid

Drwy gydol y pandemig, cyflwynwyd deddfwriaeth iechyd cyhoeddus frys gennym a oedd yn ei gwneud yn ofynnol i weithleoedd a lleoliadau eraill a oedd ar agor i'r cyhoedd asesu a rheoli risgiau yn fwy trwyadl.

Wrth i'r sefyllfa iechyd y cyhoedd wella, bydd trefniadau a oedd mewn grym cyn y pandemig i orfodi cyfraith iechyd a diogelwch mewn gweithleoedd yn cael eu rhoi ar waith gan yr Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch ac awdurdodau lleol.

Bydd dyletswyddau cyfreithiol o dan gyfraith iechyd a diogelwch mewn grym i reoli risgiau galwedigaethol yn sgil y coronafeirws sy'n cael eu creu yn y gweithle neu gan weithgareddau gwaith; er enghraifft, staff sy'n gweithio gyda'r rhai sydd wedi'u heintio â Covid-19 mewn lleoliadau iechyd a gofal cymdeithasol, neu drwy weithgareddau ymchwil. Yn y lleoliadau hyn, bydd mesurau rheoli iechyd a diogelwch yn parhau i fod yn ofyniad cyfreithiol.

Mae cyfraith iechyd a diogelwch hefyd yn rhoi dyletswyddau cyffredinol ar gyflogwyr i barhau i sicrhau bod safleoedd yn cael eu glanhau a'u hawyru'n ddigonol a'u bod yn galluogi hylendid dwylo da³⁷. Mae graddau'r mesurau rheoli, a'r dewis o fesurau, yn cael eu pennu "cyn belled ag y maent yn rhesymol ymarferol".

Bydd cyngor iechyd y cyhoedd yn parhau i gael ei ddarparu yng Nghymru i ategu cyfraith iechyd a diogelwch a helpu cyflogwyr a busnesau i leddfu risgiau Covid-19 yn y dyfodol. Bydd hyn yn cynnwys mesurau sydd wedi bod yn effeithiol o ran lleddfu risgiau yn ystod y pandemig, er enghraifft atal a rheoli heintiau, arferion hylendid da, cadw pellter cymdeithasol, gweithio gartref, ynysu unigolion symptomatig a chefnogi brechu.

Byddwn yn parhau i weithio'n agos gyda'r Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch a helpu cyflogwyr i gynnal asesiadau risg³⁸ mewn ymgynghoriad â'u gweithluoedd ac undebau llafur. Dylai'r asesiadau hyn ystyried a lleddfu risgiau Covid-19 i gyflogeion a chwsmeriaid, ynghyd â'u rhwymedigaethau o dan ddeddfwriaeth iechyd a diogelwch.

Os bydd clwstwr o heintiau, achosion lluosog neu frigiadau o achosion yn digwydd, bydd swyddogion ymchwilio yn parhau i gyfeirio at y *Cynllun ar gyfer Brigiadau o Achosion o Glefyddau Trosglwyddadwy yng Nghymru*, a gweithredu yn unol ag ef. Os oes angen, gall swyddogion

ddefnyddio pwerau gorfodi o dan ddeddfwriaeth diogelu iechyd y cyhoedd i gefnogi ymchwiliadau a gwneud camau gweithredu yn ofynnol i reoli risgiau. Yn y tymor hwy, byddwn yn ystyried a all pwerau eraill ychwanegu gwerth at y fframwaith deddfwriaethol diogelu iechyd – gan adeiladu ar yr hyn yr ydym wedi'i ddysgu yn ystod y pandemig.

Gweithio mewn partneriaeth

Un o'r pethau cadarnhaol sydd wedi deillio o'r pandemig yw'r gwaith partneriaeth llawer agosach sydd wedi dod i'r amlwg, er bod hyn eisoes yn gryfder yng Nghymru. Rydym wedi dod â phartneriaid ynghyd mewn ystod eang o fforymau – busnesau a grwpiau busnes, undebau llafur, arweinwyr gwasanaethau cyhoeddus, ac ystod o rai eraill – i drafod yr heriau anodd iawn yr ydym ni i gyd wedi'u hwynebu ac i helpu i ddod o hyd i ddatrysiadau.

Rydym am barhau â'r profiadau a'r partneriaethau hyn, ac adeiladu arnynt, ar draws pob maes polisi wrth inni adfer o'r pandemig a meithrin dyfodol mwy disglair gyda'n gilydd. O'r Cyngor Partneriaeth Gymdeithasol Cysgodol, i'r Fforwm Iechyd a Diogelwch, i ystod o weithgorau penodol i sectorau, byddwn yn parhau i ddod at ein gilydd i ganolbwyntio ar flaenoriaethau a rennir.

Gweithio o bell

Mae'r pandemig wedi newid ein ffordd o weithio, gyda llawer o bobl yn dewis gweithio gartref i helpu i leihau'r risg o ledaenu'r coronafeirws a helpu i ddiogelu pobl eraill. Wrth i risgiau'r pandemig leihau, bydd rhai cyflogwyr a chyflogeion yn awyddus i gadw'r hyblygrwydd y mae gweithio gartref yn ei gynnig, a bydd eraill am ddychwelyd i'r gweithle.

37 Mae canllawiau ar gael ar wefan yr Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch, er enghraifft: [Parhau i leihau'r risg o drosglwyddo COVID-19 mewn gweithleoedd \(hse.gov.uk\)](#)

38 I gael arweiniad pellach gweler: [Asesu risg yn ystod pandemig y coronafeirws \(COVID-19\)](#)

Nid yw pawb yn gallu gweithio'n effeithiol gartref – mae heriau penodol i bobl iau sy'n llai tebygol o fod â manau addas i weithio, ac nid yw'n ymarferol mewn rhai sectorau. Mae gan gyflogwyr rwymedigaethau cyfreithiol a dyletswydd gofal i gyflogaion sy'n gweithio gartref. Mae hefyd fwy o risgiau i rai pobl pan fyddant yn gweithio gartref, megis mwy o 'reolaeth drwy orfodaeth' yn gysylltiedig â thrais yn erbyn menywod neu gam-drin domestig. Mae ystod o fanteision pan fydd pobl yn gweithio gyda'i gilydd yn yr un lle, hyd yn oed os yw hynny am ran o'r amser yn unig.

Serch hynny, mae rhesymau da o hyd i annog pobl i weithio o bell, gyda llawer yn dweud mai hyn yw un o'r buddion allweddol yn sgil y pandemig. Gall newid ein ffordd o weithio hefyd ein helpu i wireddu ein hymrwymadau newid hinsawdd a'n targedau uchelgeisiol ar leihau carbon, er enghraifft drwy dreulio llai o amser yn teithio i'r gwaith neu drwy rannu manau gweithio.

Byddwn yn helpu busnesau a sefydliadau i gadw'r manteision ehangach hyn drwy gefnogi newid hirdymor fel y bydd mwy o bobl yn gweithio o bell na chyn y pandemig. Mae gweithio o bell yn cynnwys gweithio gartref ac yn nes at gartrefi pobl mewn cymunedau lleol. Gallai hyn olygu gweithio mewn canolfan leol neu fan gweithio a rennir. Rydym wedi nodi'r manteision i economïau lleol, busnesau, unigolion a'r amgylchedd yn ein polisi gweithio o bell³⁹. Mae canolfannau gweithio o bell ar gael ledled Cymru⁴⁰.

Ein nod hirdymor yw i 30% o weithwyr Cymru weithio'n hyblyg gartref neu'n agos at eu cartref⁴¹. Nod cyffredinol yw hwn a bydd y cyfle i weithio o bell yn amrywio yn ôl anghenion cyflogwyr a'u gweithluoedd. Ond mae llawer o bobl a busnesau wedi mynd ati'n rhagweithiol i sefydlu dull gweithredu mwy hyblyg – a byddwn yn annog eraill i ddilyn eu hesiampl.

O dan senario Covid Sefydlog, byddem y disgwyl gweld camau i symud yn ôl yn raddol i weithio yn y swyddfa gan hyrwyddo, ar yr un pryd, arferion gweithio mwy hyblyg, megis gweithio o bell.

Os bydd angen, megis o dan senario Covid Brys, rydym yn gwybod y gall gweithio gartref pan fo'n ymarferol fod yn un o'r ffyrdd mwyaf effeithiol o dorri cadwyni trosglwyddo a lleihau cyfraddau heintio.

Cymorth i fusnesau

Drwy gydol y pandemig, rydym wedi cefnogi busnesau i'w galluogi i dalu costau gweithredu penodol – nid trosiant a gollwyd – os oeddent wedi gorfod cau neu os oedd y cyfyngiadau lefelau rhybudd a oedd yn angenrheidiol i ddiogelu Cymru yn ystod y pandemig wedi effeithio'n ddifrifol arnynt. Roedd costau staffio wedi'u cynnwys o dan gynlluniau cefnogi cyflogau Llywodraeth y DU hyd nes ydiddymwyd y cynlluniau hynny ar 30 Medi 2021.

Rydym wedi darparu dros £2.6 biliwn o gymorth i fusnesau ledled Cymru ers dechrau'r pandemig, i'w helpu i ymdopi â'r amgylchiadau anodd hyn, ar ben y cymorth a oedd ar gael ledled y DU. Mae hyn wedi diogelu dros 160,000 o swyddi yng Nghymru. Yn gyffredinol, y sectorau manwerthu, lletygarwch a hamdden yr effeithiwyd fwyaf arnynt yn ystod y pandemig.

Fel y cyhoeddwyd yng Nghyllideb ddrafft 2022-23, bydd pecyn £116 miliwn ychwanegol o ryddhad ardrethi annomestig ar gyfer talwyr ardrethi manwerthu, hamdden a lletygarwch yng Nghymru. Byddant yn cael rhyddhad ardrethi annomestig o 50% yn 2022-23. Bydd y cynllun Rhyddhad Ardrethi Manwerthu, Hamdden a Lletygarwch wedi'i gyfyngu i £110,000 fesul busnes ledled Cymru. Mae ein cynllun yn golygu y bydd busnesau yng Nghymru yn cael cymorth tebyg i'r hyn a ddarperir mewn rhannau eraill o'r DU.

39 [Gweithio o bell | LLYW.CYMRU](#)

40 [Dod o hyd i'ch canolfan gweithio o bell leol | LLYW.CYMRU](#)

41 [Gweithio o bell | LLYW.CYMRU](#)

Teithio rhyngwladol

Drwy gydol y pandemig, rydym wedi gweithredu’n ofalus mewn perthynas â theithio rhyngwladol oherwydd y perygl o ddal y coronafeirws dramor a mewnfario straeniau neu amrywiolion newydd o’r feirws i’r DU.

O ganlyniad i lwyddiant ein rhaglen frechu, mae nawr fwy o gyfleoedd i bobl wneud penderfyniadau ynghylch teithio dramor, ar sail eu hamgylchiadau eu hunain.

Nid yw’r pandemig drosodd – rydym felly’n annog pawb sy’n cynllunio taith dramor i feddwl am eu hamgylchiadau personol a theuluol eu hunain ac am ffyrdd o ddiogelu eu hunain a’u hanwyliaid. Rydym yn annog pawb sy’n agored i niwed i gymryd camau ychwanegol.

Dyma ein cyngor i unrhyw un sy’n cynllunio taith dramor:

- Edrych ar wefan⁴² y Swyddfa Dramor, y Gymanwlad a Datblygu i weld y gofynion mynediad penodol ar gyfer y wlad y byddwch yn teithio iddi – mae’r rhain yn cynnwys gofynion o ran brechlynnau a phrofion ar gyfer Covid-19.
- Gwirio’r gofynion penodol ar gyfer plant a phobl ifanc o dan 18 mlwydd oed yn y wlad y byddwch yn teithio iddi.
- Gwirio’r sefyllfa o ran y coronafeirws yn y wlad y byddwch yn teithio iddi cyn ichi fynd.
- Diogelu’ch hun tra byddwch i ffwrdd drwy ddilyn yr un mesurau â’r rhai sy’n helpu i’ch diogelu gartref.
- Gwirio a dilyn y gofynion mynediad ar gyfer dod yn ôl i’r DU – mae’r rhain i’w gweld ar wefan⁴³ Llywodraeth Cymru.
- Ar ôl dychwelyd, ystyried cymryd camau ychwanegol i’ch diogelu chi, eich ffrindiau a’ch teulu. Gallai hyn gynnwys cyfyngu ar ymweliadau â pherthnasau agored i niwed, yn enwedig os oes gennych unrhyw rai o symptomau coronafeirws.

Gan fod llawer iawn o deithwyr o Gymru yn defnyddio meysydd awyr a phorthladdoedd Lloegr, byddwn yn parhau i geisio gweithio’n agos gyda Llywodraeth y DU, ynghyd â’r llywodraethau datganoledig eraill, i gydlynu ein mesurau iechyd y cyhoedd ar ffiniau rhyngwladol.

42 [Cyngor ar deithio dramor - GOV.UK \(www.gov.uk\)](http://www.gov.uk)

43 [Rheolau ar gyfer teithio rhyngwladol: coronafeirws | LLYW.CYMRU](http://www.gov.uk)

Cydraddoldebau

Drwy gydol y pandemig, rydym wedi anelu at ddiogelu pawb yng Nghymru, ac i gyflawni hynny rydym wedi rhoi cydraddoldeb wrth wraidd ein hymateb. Yn ein fframwaith cyntaf un ar gyfer rheoli'r coronafeirws⁴⁴, a gyhoeddwyd ychydig wythnosau ar ôl y cyfnod cyntaf o gyfyngiadau symud ar ddechrau'r pandemig, nodwyd egwyddorion – wedi'u seilio ar werthoedd nodweddiadol Gymreig – i werthuso newidiadau i'r mesurau yr oeddem wedi'u cyflwyno i ddiogelu'r boblogaeth. Roedd yr egwyddorion yn cynnwys:

- A yw'r cam yn cael effaith gadarnhaol iawn ar gydraddoldeb?
- A yw'r cam yn gyson â gofynion Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol, a deddfwriaeth arall?
- A oes unrhyw ogwydd i'r cam a fyddai'n cael effaith niweidiol ar grwpiau agored i niwed neu grwpiau sydd ar y cyrion?
- A yw'r cam yn darparu unrhyw gyfleoedd ar gyfer ehangu cyfranogiad a meithrin cymdeithas sy'n fwy cynhwysol?

Mae ystod o asesiadau o effaith wedi'u cynnal ar gyfer deddfwriaeth coronafeirws a pholisïau eraill⁴⁵, gan arwain at gymryd camau lliniaru.

Er enghraifft, rhoesom flaenoriaeth i addysg wyneb yn wyneb, pan oedd modd, i amharu cyn lleied â phosibl ar addysg a datblygiad plant a phobl ifanc; rhoesom flaenoriaeth i frechu pobl yn ôl oedran a risg o salwch difrifol; cyflwynwyd gennym gynllun taliadau cymorth hunanynysu; a gwnaethom lansio adnodd asesu risg ar gyfer y gweithlu⁴⁶ i helpu pobl i ystyried eu ffactorau risg eu hunain.

Wrth inni symud y tu hwnt i'r cyfnod argyfwng a dileu'r amddiffyniadau cyfreithiol sy'n weddill, byddwn yn parhau i ddefnyddio'r egwyddorion uchod ar gyfer unrhyw gamau a gymerwn ac unrhyw ganllawiau a luniwn, gan gynnwys i ymateb i frigiadau o achosion ac amrywiolion yn y dyfodol. Byddwn hefyd yn sicrhau bod ein camau i annog brechu yn ymgysylltu â phobl a chymunedau i leihau anghydraddoldebau yn y cyfraddau brechu ar draws ein holl grwpiau poblogaeth. Byddwn yn gwneud hynny drwy adeiladu ar yr hyn a ddysgwyd yn ystod y pandemig a pharhau i weithio gyda'n partneriaid ar draws y sector cyhoeddus, y sector preifat a'r trydydd sector.

Mae ystod o dystiolaeth, gan gynnwys gwaith gan ein Cell Cyngor Technegol ar anghydraddoldebau iechyd⁴⁷ a'r pum niwed⁴⁸ sy'n deillio o'r coronafeirws ac adroddiadau a luniwyd ar y cyd â phobl sydd â phrofiad bywyd, gan gynnwys adroddiad Is-grŵp Economaidd-gymdeithasol y Grŵp Cynghori ar Covid-19 a Phobl Ddu, Asiaidd ac Ethnig Leiafrifol⁴⁹ a 'Drws ar Glo: Datgloi bywydau a hawliau pobl anabl yng Nghymru ar ôl Covid-19'⁵⁰, yn dynodi bod anghydraddoldebau wedi'u hamlygu, eu dwysáu a hyd yn oed eu gwaethygu gan y pandemig.

44 [Arwain Cymru allan o'r pandemig coronafeirws: fframwaith ar gyfer adferiad | LLYW.CYMRU](#)

45 [Asesiadau o effaith: coronafeirws | LLYW.CYMRU](#)

46 [Adnodd asesu risg Covid-19 ar gyfer y gweithlu | LLYW.CYMRU](#)

47 [Y Gell Cyngor Technegol: coronafeirws \(Covid-19\) ac anghydraddoldebau iechyd | LLYW.CYMRU](#)

48 [Y Grŵp Cyngor Technegol: 5 nam sy'n codi o Covid-19 | LLYW.CYMRU](#)

49 [Adroddiad: Is-Grŵp Economaidd-gymdeithasol Covid-19 Pobl Ddu, Asiaidd a Lleafrifoedd Ethnig | LLYW.CYMRU](#)

50 [Drws ar Glo: Datgloi bywydau a hawliau pobl anabl yng Nghymru ar ôl Covid-19 | LLYW.CYMRU](#)

Mae ymchwil ar gryfhau a hyrwyddo cydraddoldeb a hawliau dynol yng Nghymru⁵¹ ac ar farwolaethau ar draws grwpiau daearyddol ac economaidd-gymdeithasol yng Nghymru a Lloegr, yn ogystal ag adroddiad Llesiant Cymru, hefyd yn cefnogi'r canfyddiadau hyn.

Mae anghydraddoldebau iechyd yn y pandemig wedi dod i'r amlwg pan fo pobl wedi bod:

- Yn fwy agored i niwed, yn enwedig y rhai sy'n eithriadol o agored i niwed yn glinigol (e.e. oherwydd cyflyrau iechyd sydd eisoes yn bodoli).
- Yn fwy agored i haint (e.e. oherwydd amodau byw gwael).
- Yn fwy tebygol o ddod i gysylltiad â'r feirws (e.e. oherwydd ble maent yn byw neu'n gweithio).

Dyma rai enghreifftiau o effeithiau ar grwpiau penodol (daw'r rhain o'r adroddiadau uchod oni bai y nodir yn wahanol):

- Mae canlyniadau addysg a rhagolygon cyflogaeth **plant a phobl ifanc** wedi'u peryglu gan y ffordd y mae'r coronafeirws wedi amharu ar ysgolion, prifysgolion a lleoliadau eraill. Mae hyn hefyd wedi effeithio ar gymdeithasu, cyfathrebu, iechyd emosiynol a meddyliol, gweithgarwch corfforol ac, i rai, mae wedi arwain at gynnydd posibl mewn profiadau niweidiol yn ystod plentyndod.

Mae ynysu wedi cynyddu'r galw am wasanaethau iechyd meddwl, gan gynnwys straen ôl-drawmatig. Mae iechyd emosiynol gwael yn ystod plentyndod wedi'i gysylltu ag anawsterau iechyd meddyliol a chorfforol hirdymor, a gweithredu academiaidd a galwedigaethol gwael – dyma'r prif ragfynegydd o foddhad oedolion â bywyd.

Rydym eisoes wedi arwain y ffordd o ran hyrwyddo hawliau plant, a byddwn yn parhau i weithredu ar sail hawliau, yn unol â'n hymrwymiad i Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn.

- Mae gan **bobl hŷn** gyfraddau marwolaeth uwch. Mae mwy o ddibyniaeth ar dechnoleg i ddarparu gwasanaethau cyhoeddus a gwasanaethau eraill hefyd yn debygol o fod wedi effeithio ar bobl hŷn, gan fod allgáu digidol yn cynyddu gydag oedran. Mae'r Sefydliad Astudiaethau Cyllid wedi rhag-weld cynnydd yn nifer y bobl hŷn sy'n chwilio am waith ac y gall llawer wynebu heriau sylweddol wrth ddod o hyd i swyddi newydd.
- Mae **pobl anabl** wedi teimlo effaith mynediad cyfyngedig at wasanaethau cyhoeddus a chymorth cymdeithasol. I rai, mae hyn wedi arwain at gyfyngiadau ar fyw'n annibynnol a theimlo eu bod wedi'u hallgáu yn ystod y pandemig. Mae rhai pobl anabl wedi teimlo effeithiau cadarnhaol wrth i rannau mawr o'r gweithlu weithio gartref, gan ddangos effeithiolrwydd y ffordd hon o weithio ac edrych tuag at newidiadau buddiol i'r gweithle yn y tymor hwy. Mae gwaith adolygu yn nodi llawer o bryderon ynghylch mynediad at wasanaethau, a bod pobl anabl yn fwy tebygol o orfod mynd i'r ysbyty gyda Covid-19 ac aros yn yr ysbyty am gyfnodau hwy, gyda chyfraddau marwolaeth uwch. Roedd ystod o effeithiau negyddol a chadarnhaol ar iechyd meddwl.⁵²
- Bu effeithiau anghymesur ar bobl **Ddu, Asiaidd ac Ethnig Leiafrifol** yn ystod y pandemig, o'r feirws ei hun ac o ganlyniad i ymyriadau anfferyllol. Roedd pobl Ddu, Asiaidd ac Ethnig Leiafrifol yn wynebu risg uwch o ddal y coronafeirws ac o farw ohono, gyda hiliaeth ac anghydraddoldebau strwythurol sylfaenol yn cyfrannu at hyn.

51 [Cryfhau a hyrwyddo cydraddoldeb a hawliau dynol yng Nghymru \(llyw.cymru\)](#)

52 Adolygiad Cyflym [Canolfan Dystiolaeth Covid-19 Cymru: Effaith pandemig Covid-19 ar iechyd pobl anabl a mynediad at ofal iechyd i bobl anabl: adolygiad cyflym](#), Ionawr 2022, YN Y WASG.

Yn ogystal, ar ddechrau'r pandemig, roedd tystiolaeth o gyfathrebu gwybodaeth iechyd yn aneffeithiol a gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol nad oeddent yn addas yn ddiwylliannol. Ar ben hynny, mae anghydraddoldebau strwythurol a oedd eisoes yn bodoli, megis ansicrwydd o ran incwm a chyflogaeth, tai gorlawn ac amgylchedd tai, y baich ariannol yn sgil statws mudo, a rôl hiliaeth strwythurol a systemig, wedi'u gwaethygu gan y pandemig. Yn ôl tystiolaeth anecdotaidd, mae'n ymddangos bod y cyfuniad o gyfyngiadau symud a'r ymateb byd-eang i lofruddiaeth George Floyd wedi cynyddu pryder pobl ifanc am eu dyfodol. Nodwyd bod y trydydd sector a chanolfannau cymunedol yn bwysig i ymgysylltu ag ieuenctid. Gall gwybodaeth benodol gan lefarwyr credadwy chwala mythau a darparu ffeithiau dibynadwy, yn enwedig mewn perthynas â brechu.

- Roedd **menywod** yn fwy tebygol o gael eu rhoi ar ffyrlo, a threulio cryn dipyn yn llai o amser yn gweithio gartref, a mwy o amser ar waith ar gyfer y cartref a gofal plant di-dâl, yn ôl y Swyddfa Ystadegau Gwladol⁵³. O ran menywod a fu'n gweithio gartref, mae tystiolaeth arall⁵⁴ yn awgrymu bod y pandemig wedi creu heriau i lawer a oedd yn gorfod darparu gofal i berson hŷn, gofal teulu a gofal plant ar yr un pryd. Yn aml, roedd yr heriau hyn yn amharu ar waith a bywyd cartref mewn ffyrdd negyddol, gan leihau hyder a chynhyrchedd yn y gwaith ac, o bosibl, gynyddu'r bwlch mewn cyflogau rhwng y rhywiau. Arweiniodd cyfnodau o gyfyngiadau symud at fwy o ddynion yn symud ymlaen yn eu gyrfaedd tra arafodd gyrfaedd llawer o fenywod.

Ers dechrau pandemig Covid-19, mae data wedi dangos bod trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol wedi dwysáu. Mae UN Women, sef endid y Cenhedloedd Unedig sy'n hyrwyddo cydraddoldeb rhwng y rhywiau a grymuso menywod, wedi disgrifio graddau'r trais yn erbyn menywod a merched fel 'pandemig cysgodol'⁵⁵. Tra oedd cyfyngiadau ar adael y cartref mewn grym i fynd i'r afael â'r pandemig, roedd yn amlwg nad oedd pob cartref yn lle diogel. Roedd ynysu gorfodol, sy'n gallu cael ei ddefnyddio fel ffordd o reoli drwy orfodaeth neu fel esgus i ddefnyddio trais yn erbyn dioddefwyr, yn golygu bod hwn yn gyfnod arbennig o heriol. Am y rheswm hwn, mae'r rheoliadau'n cydnabod y gall fod amgylchiadau lle mae pobl mewn perygl o drais, cam-drin domestig a thrais rhywiol neu mewn perygl o niwed ac roedd ymgyrchoedd cyfathrebu drwy gydol cyfnodau o gyfyngiadau yn ceisio rhoi sicrwydd i ddioddefwyr bod gwasanaethau arbenigol yn parhau i weithredu ac yn barod i ddarparu cymorth. Darparodd Llywodraeth Cymru dros £4 miliwn yn ychwanegol i'r sector trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol am flwyddyn er mwyn sicrhau y gallai ymateb i'r galw cynyddol o ganlyniad i'r pandemig.

- Effeithiwyd ar bobl a oedd yn ffurfio **priodas neu bartneriaeth sifil** ac sydd â **chrefydd neu gred** gan nad oeddent yn gallu defnyddio cyfleusterau a gwasanaethau cyhoeddus a chymunedol.
- Mae'r profiad o **feichiogrwydd a mamolaeth** yn ystod y pandemig wedi bod yn heriol, ac mae menywod a oedd yn gweithio tra oeddent yn feichiog wedi dibynnu ar gyflogwyr i gydymffurfio â'r ddyletswydd gyfreithiol i ddiogelu eu hiechyd a'u diogelwch.

53 [Coronavirus \(Covid-19\) and the different effects on men and women in the UK, March 2020 to February 2021 – Y Swyddfa Ystadegau Gwladol \(ons.gov.uk\)](https://www.ons.gov.uk)

54 [What innovations can address inequalities experienced by women and girls due to the Covid-19 pandemic across the different areas of life/domains: work, health, living standards, personal security, participation and education?](#)

55 [The Shadow Pandemic: Violence against women during Covid-19 | UN Women](#)

- Mae'n bosibl ei bod hefyd wedi bod yn anodd i bobl a oedd angen cymorth cysylltiedig ag **aibennu rhywedd** neu eu **cyfeiriadedd rhywiol**, er enghraifft, i gael y cymorth yr oedd ei angen arnynt. Er bod adroddiadau a gyhoeddwyd gan y British Medical Journal⁵⁶ a NatCen Social Research⁵⁷, yn amlgu diffyg tystiolaeth ansawdd uchel am brofiadau poblogaethau LHDTG+, er enghraifft, mae arwyddion⁵⁸ o ganlyniadau gwaeth mewn perthynas ag iechyd meddwl a lles, ymddygiadau iechyd, diogelwch, cysylltedd cymdeithasol a mynediad at ofal iechyd rheolaidd, yn ogystal â bygythiadau i ddiogelwch (gan gynnwys cam-drin domestig), digartrefedd, a chaledi ariannol⁵⁹.
- Mae **amddifadedd** wedi arwain at ganlyniadau gwaeth o ran marwolaethau a Covid Hir. Mae gweithwyr â thâl is yn debygol o fod wedi'i chael yn anos gweithio gartref a hunanynysu, yn llai ymwybodol o'u cyfrifoldebau a'r cymorth canolog a lleol a oedd ar gael, ac â risg uwch o golli eu swyddi. Mae aelwydydd sydd ag incwm is hefyd yn llai tebygol o allu fforddio: y dechnoleg i ddefnyddio gwasanaethau o bell; y gorchuddion wyneb a'r camau lliniaru angenrheidiol eraill i ddiogelu eu hunain ac eraill; costau ychwanegol defnyddio trafndiaeth bersonol yn lle trafndiaeth gyhoeddus; a chostau uwch gweithio gartref. Mae tystiolaeth o anghydraddoldebau sylweddol rhwng grwpiau economaidd-gymdeithasol a daearyddol yng Nghymru a Lloegr o ganlyniad i'r coronafeirws.
- **Pobl sy'n profi digartrefedd:** Mae'r pandemig wedi amlgu pwysigrwydd sylfaenol cartref addas i ddiogelu pobl a thrafferthion y rhai sydd heb un. Rydym wedi mynd ati mewn modd cynhwysol, gan ddilyn yr egwyddor o beidio â gadael neb ar ôl, ac rydym wedi ymrwymo i barhau yn yr un modd. Cefnogwyd dros 17,000 o bobl i gael llety dros dro. Yn sgil y pandemig, gwelwyd lefel sylweddol o anghenion cymorth nad oedd yn cael eu diwallu ac, o ganlyniad, mae buddsoddiad ychwanegol sylweddol wedi'i wneud a chynllun gweithredu⁶⁰ wedi'i gyhoeddi. Ategir hyn gan ein hymrwymiad yn y Rhaglen Lywodraethu i ddarparu 20,000 o gartrefi cymdeithasol ychwanegol i'w rhentu yn ystod tymor y Senedd hon.

Mae'r pandemig wedi amlgu lefelau isel o gadernid mewn llawer o gymunedau. Bydd gwella iechyd a lleihau anghydraddoldebau iechyd drwy fynd i'r afael â materion fel deiet gwael, diffyg ymarfer corff, ysmegu, alcohol a defnyddio sylweddau nid yn unig yn gwella iechyd pobl ledled Cymru ond hefyd yn cryfhau ein gallu i ymdopi ag unrhyw fygythiadau yn y dyfodol o'r coronafeirws a chlefydau trosglwyddadwy eraill.

Mae'r materion hirdymor ac anodd hyn yn golygu bod rhaid inni fynd ati i annog a galluogi gwelliannau iechyd ac economïau cynaliadwy ac atal y rhai sy'n niweidio iechyd a'r amgylchedd. Byddwn yn gweithio gydag Iechyd Cyhoeddus Cymru, a'r system iechyd cyhoeddus ehangach, i wynebu'r heriau hyn yn ein cymunedau a chyflymu polisiau ac ymyriadau i fynd i'r afael â'r agweddau allweddol hyn ar iechyd a chadernid.

56 [Life under Covid-19 for LGBT+ people in the UK: systematic review of UK research on the impact of Covid-19 on sexual and gender minority populations | BMJ Open](#)

57 [The experiences of UK LGBT+ communities during the Covid-19 pandemic \(natcen.ac.uk\)](#)

58 [Life under Covid-19 for LGBT+ people in the UK: systematic review of UK research on the impact of Covid-19 on sexual and gender minority populations | BMJ Open](#)

59 [Life under Covid-19 for LGBT+ people in the UK: systematic review of UK research on the impact of Covid-19 on sexual and gender minority populations | BMJ Open](#)

60 [Rhoi diwedd ar ddiartrefedd: cynllun gweithredu lefel uchel 2021 i 2026 | LLYW.CYMRU](#)

Gall pobl brofi agweddau lluosog, rhyngweithiol ar anghydraddoldeb ar unrhyw un adeg, megis oedran, rhywedd, galwedigaeth, amddifadedd neu hil/ethnigrwydd. Gelwir hyn yn “groestoriadedd”.

I lywio'r broses bontio a chynlluniau wrth gefn yn y dyfodol, byddwn yn parhau i ymchwilio, mewn modd croestoriadol, i effeithiau tymor byr, tymor canolig a thymor hir y pandemig, yng nghyd-destun y sefyllfa hanesyddol, ar grwpiau â nodweddion gwarchoddedig ac ar wahanol gymunedau ledled Cymru. Bydd hyn yn cyfuno'r gwersi yr ydym wedi'u dysgu hyd yma, gan gynnwys:

- Blaenoriaethu cadw addysg ar waith ac osgoi cau ysgolion, fel y gall dysgwyr barhau i fanteisio ar eu hawl i gael addysg a chyrraedd eu potensial llawn, ac fel y gallant hefyd fanteisio ar yr hawliau dynol ehangach y darperir ar eu cyfer gan leoliadau addysg. Mae'r rhain yn cynnwys hawliau plant i chwarae, cymryd rhan mewn diwylliant, y celfyddydau a chwaraeon, a chael eu diogelu rhag niwed.
- Cydnabod rhwydweithiau cymorth cymdeithasol cymhleth, yn enwedig i grwpiau o dan anfantais, drwy osgoi rheoleiddio yng nghartrefi pobl drwy gyfyngiadau cyfreithiol cymhleth ac ymddiried mewn pobl i ddilyn canllawiau.

Bydd hyn yn ein helpu i sicrhau bod ein polisiau i reoli'r coronafeirws a'n hymateb i argyfyngau yn y dyfodol yn sicrhau'r amddiffyniadau gorau posibl ar gyfer pobl sy'n fwy agored i niwed ac yn lleihau'r effeithiau niweidiol ar y bobl hynny cymaint â phosibl. Bydd hefyd yn helpu i sicrhau bod polisiau o'r fath yn gyson â *Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol*.

Byddwn yn parhau i feithrin dealltwriaeth bellach o ba ddatblygiadau arloesol a allai helpu i fynd i'r afael ag anghydraddoldebau sy'n wynebu pobl mewn grwpiau penodol; er enghraifft, datblygiadau arloesol i fenywod a merched o ran gwaith, iechyd, safonau byw, diogelwch personol, cyfranogi ac addysg⁶¹.

61 [What innovations can address inequalities experienced by women and girls due to the COVID-19 pandemic across the different areas of life/domains: work, health, living standards, personal security, participation and education?](#)

Cyfathrebu, hyrwyddo iechyd y cyhoedd a gweithio mewn partneriaeth

Drwy gydol y pandemig, rydym wedi gweithio'n agos gyda phartneriaid ledled Cymru a'r DU i sicrhau bod pawb yng Nghymru yn cael cyngor a gwybodaeth glir a chyson am y sefyllfa a'r rheoliadau iechyd y cyhoedd diweddaraf. Rydym wedi defnyddio ystod eang o sianeli cyfathrebu, gan gynnwys hysbysebu ar y teledu a'r radio, sianeli digidol lluosog a sianeli ar y cyfryngau cymdeithasol, a chynadleddau a datganiadau rheolaidd i'r wasg.

Byddwn yn parhau i weithredu yn y dull hwn wrth inni symud y tu hwnt i gyfnod argyfwng y pandemig, a symud yn raddol oddi wrth reoliadau a thuag at fwy o gyfrifoldeb personol ymysg y cyhoedd, a busnesau a sefydliadau i helpu i leihau cyfraddau trosglwyddo.

Bydd yr ymgyrch *Diogelu Cymru*, sydd â chyrhaeddiad uchel iawn ymysg y boblogaeth (98.3% o'r holl oedolion ym mis Ionawr 2022), yn addasu i annog ymddygiadau amddiffynnol, gan gynnwys golchi dwylo'n rheolaidd ac awyru digonol mewn cartrefi a busnesau. Bydd hefyd yn darparu gwybodaeth hanfodol am raglenni Profi, Orlhain, Diogelu a brechu. Bydd yr ymgyrch yn hyblyg er mwyn ymateb i unrhyw ddigwyddiadau yn y dyfodol, gan gynnwys unrhyw fgygythiadau difrifol yn sgil amrywiolion newydd o'r coronafeirws sy'n peri pryder, a phan fo'n briodol bydd yn cael ei chyfuno ag ymgyrchoedd clefydau gaeaf eraill.

Fel y gall pawb gael at ofal ansawdd uchel gan y GIG, byddwn yn parhau i gyfeirio pobl at y cymorth cywir, yn y lle cywir ac ar yr amser cywir drwy'r ymgyrch *Helpwch Ni i'ch Helpu Chi*. Byddwn hefyd yn canolbwyntio ar gefnogi iechyd corfforol a meddyliol a lles pobl drwy hyrwyddo camau syml y gallwn ni i gyd eu cymryd yn ein ffordd o fyw i wneud gwahaniaeth cadarnhaol i'n bywydau ein hunain a bywydau pobl eraill.

Bydd Gweinidogion a llefarwyr iechyd y cyhoedd yn parhau i fod yn negeswyr pwysig ac mae ein cysylltiadau sefydledig â'r cyfryngau yng Nghymru mor gryf ag erioed. Bydd y cysylltiadau hyn yn ein galluogi i gyfathrebu unrhyw ddatblygiadau â'r cyhoedd yng Nghymru yn gyflym ac yn effeithiol drwy gynadleddau, cyfweiliadau a datganiadau i'r wasg.

Rydym yn cydnabod bod pobl yng Nghymru yn cael newyddion a gwybodaeth o'r tu hwnt i Gymru. Felly, byddwn yn gweithio ar sail pedair gwlad i gyfleu, pan fo'n bosibl, negeseuon ledled y DU sy'n gyson ac yn gydgysylltiedig. Byddwn hefyd yn parhau i deilwra ein negeseuon i gyrraedd cynulleidfaoedd amrywiol, gan gydnabod yr angen i ymgysylltu, er enghraifft, â phlant a phobl ifanc a chymunedau ethnig leiafrifol drwy sianeli penodol, negeseuon wedi'u teilwra a lleisiau yr ymddiriedir ynddynt.

Edrych tua'r dyfodol

Gan edrych tua'r dyfodol, hoffem barhau i alluogi'r mathau o arloesi cyflym, trawsnewid a chydweithio yr ydym wedi'u gweld yn yr ymateb i'r pandemig yn y ddwy flynedd diwethaf. Mae llawer o wersi i'w dysgu yn y ffordd y cafodd brechlynnau eu datblygu a'u darparu, systemau profi eu datblygu a'u gweithredu, a llwybrau triniaeth eu datblygu a'u mabwysiadu.

Un o'r buddion mwyaf yn sgil y pandemig yw'r modd y gweithiwyd mewn partneriaeth ar draws pob sector i gydweithio'n gyflym yn wyneb heriau a rennir. Byddwn yn parhau i adeiladu ar hyn ym mhob maes polisi, nid cynllunio ar gyfer argyfyngau yn unig.

Bydd y gwersi yr ydym wedi'u dysgu yn cael eu casglu a'u defnyddio mewn cynlluniau ar gyfer unrhyw bandemig yn y dyfodol. Bydd hyn yn sicrhau ein bod mor barod ag y gallwn fod pe bai bygythiad newydd yn dod i'r amlwg a bod angen ymateb brys.

Byddwn yn adeiladu ar y dulliau a fabwysiadwyd drwy gydol y pandemig o ran cyfuno ystod ehangach o dystiolaeth wyddonol a dadansodol o wahanol ddisgyblaethau. Rydym wedi llwyddo i integreiddio modelu a gwyddor ymddygiadol â dulliau mwy traddodiadol o ddefnyddio ymchwil a data i lywio polisi yn brydlon. Byddwn yn parhau i archwilio dulliau newydd o ddefnyddio ymchwil a data, fel ein gwaith arloesol ar ddadansoddi dŵr gwastraff.

Rydym yn disgwyl y bydd y llwybr o'r pandemig, yr ydym ynddo o hyd, at endemig yn un hir ac anwastad. Dros y blynyddoedd nesaf, byddwn yn gweld rhagor o donnau o heintiau ac amrywiolion newydd o'r coronafeirws. Ond mae gennym yr offer a'r profiad i allu addasu ac ymateb pan fo angen.

Nid yw'r pandemig drosodd, ac ni fyddwn yn dileu'n sydyn yr holl amddiffyniadau yr ydym wedi'u rhoi ar waith dros y ddwy flynedd diwethaf. Yn hytrach, byddwn yn mynd ati'n ofalus, dros y misoedd nesaf, i israddio ein dull gweithredu mewn argyfwng i set fwy cynaliadwy o drefniadau y gallwn eu defnyddio yn y tymor hwy. Wrth wneud hyn, byddwn yn cadw'r gallu i gynyddu ein hymateb unwaith eto pe bai angen. Gobeithiwn na fydd angen y gallu hwnnw wrth inni edrych ymlaen at ddyfodol mwy disglair gyda'n gilydd.