Amser i Siarad Iechyd Cyhoeddus Cymru | Time to Talk Public Health Wales

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru | Public Health Wales

# Amser i Siarad Iechyd Cyhoeddus: Arolwg Recriwtio Panel

7fed Tachwedd 2022 hyd 8fed Ionawr 2023

# Cefndir

- Mae **Amser i Siarad Iechyd Cyhoeddus** yn banel cynrychioliadol cenedlaethol newydd o drigolion Cymru a sefydlwyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru i alluogi ymgysylltiad rheolaidd â'r cyhoedd i lywio polisi ac ymarfer iechyd y cyhoedd.
- Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn nodi'r cyhoedd fel partner allweddol yn eu penderfyniadau ac am alluogi trigolion Cymru i gael llais mewn polisi ac ymarfer sy'n effeithio arnyn nhw, eu cymunedau, a'u cenedl.
- Ar hyn o bryd yn ei gyfnod peilot, nod y panel yw recriwtio sampl cynrychioliadol cenedlaethol o drigolion 16+ oed i gymryd rhan mewn arolygon misol a rhoi cipolwg ar faterion iechyd y cyhoedd allweddol. Rydym yn ddiolchgar iawn i drigolion Cymru sydd wedi rhoi o'u hamser gwerthfawr i gymryd rhan yn y panel.
- Mae'r adroddiad hwn yn cyflwyno demograffeg y 2,000 o aelodau panel a recriwtiwyd yn ystod cam cyntaf y prosiect a yr ganfyddiadau'r arolwg recriwtio cychwynnol, sy'n canolbwyntio ar gostau byw, coronafeirws a blaenoriaethau ar gyfer Iechyd Cyhoeddus Cymru.

# Pwyntiau Cryno

- Recriwtiwyd 2,000 o gyfranogwyr i'r panel yn ystod cam cyntaf y prosiect (7fed Tachwedd 2022 hyd 8fed Ionawr 2023). Bydd recriwtio parhaus i gyflawni'r sampl targed o 2,500 o aelodau'r panel yn canolbwyntio ar bobl ifanc (16-29 oed) a dynion, sy'n cael eu tangynrychioli yn y sampl ar hyn o bryd.

## Costau byw

- Roedd **38%** o bobl wedi bod yn poeni 'llawer' am gostau byw yn ystod yr wythnos cyn yr arolwg.
- Roedd **26%** o bobl wedi bod yn poeni 'llawer' am eu harian yn ystod yr wythnos cyn yr arolwg.
- Roedd **34%** o bobl yn cytuno'n gryf eu bod yn torri'n ôl ar wariant nad yw'n hanfodol i helpu gyda chostau byw (44% arall yn cytuno).
- Roedd **25%** o bobl yn cytuno'n gryf bod costau byw cynyddol yn lleihau ansawdd eu bywyd (35% arall yn cytuno).

## Coronafeirws

- Roedd **12%** o bobl wedi bod yn poeni 'llawer' am ddal coronafeirws yn ystod yr wythnos ddiwethaf.
- Dywedodd **55%** eu bod bob amser yn osgoi cyswllt ag eraill pan fyddant yn cael peswch neu annwyd.

## Blaenoriaethau ar gyfer Iechyd Cyhoeddus Cymru

- O'r 10 mater iechyd y cyhoedd a restrwyd, y pump uchaf a ystyriwyd yn 'flaenoriaeth uchel' ar gyfer ICC oedd:
  1. Sgrinio am ganser (**89%**)
  2. Iechyd meddwl (**82%**)
  3. Clefyd heintus (**67%**)
  4. Costau byw (**63%**)
  5. Atal trais (**62%**)

# Dulliau

- Gosodwyd targed o 2,500 o aelodau'r panel er mwyn cael sampl arolwg misol o tua 1,000 o ymatebion, gydag amcangyfrif o gyfraddau ymateb i arolygon misol yn uchafswm o 50%.
- I gyrraedd ystod o unigolion, defnyddiwyd tri dull recriwtio:
  - Ffon
  - Cyfryngau cymdeithasol
  - Wyneb yn wyneb
- Cafodd cwmni ymchwil i'r farchnad proffesiynol (DJS Research Limited) ei gaffael i gynnal y recriwtio a'r arolygon misol.
- Roedd recriwtio dros y ffôn ac wyneb yn wyneb yn defnyddio dulliau samplu cwota haenedig. Y gwota a ddefnyddiwyd oedd:
  - Daearyddiaeth (Bwrdd Iechyd)
  - Oedran
  - Rhyw
  - Cwintel amddifadedd (MALlC*)
- Roedd targedu cyfryngau cymdeithasol yn canolbwyntio ar fylchau demograffig mewn recriwtio.
- Cwblhaodd aelodau'r panel arolwg recriwtio cychwynnol a gofynnir iddynt gwblhau arolygon 15-20 munud bob mis. Cynhelir arolygon misol ar-lein neu dros y ffôn, yn seiliedig ar ddewis yr unigolyn.

*Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru

Mae rhagor o fanylion methodolegol ar gael ym mhrotocol y prosiect.

# Arolwg Recriwtio

- Cynhaliwyd cam un recriwtio i'r Panel rhwng 7fed Tachwedd 2022 ac 8fed Ionawr 2023.
- Recriwtiwyd a chyfwelwyd â chyfanswm o 2,000 o bobl o fewn y cyfnod hwn, gyda'r cyfrannau canlynol ar draws dulliau recriwtio:

**Dull recriwtio**

| | |
|---|---|
| Ar-lein | 27% |
| Dros y ffôn | 65% |
| Wyneb yn wyneb | 9% |

- Gofynnwyd i'r cyfranogwyr pa un o'r ddau ddull a ganlyn yr hoffent gymryd rhan yn yr arolygon misol drwyddynt, gyda'r gyfran ganlynol ar draws dewisiadau:

**Dull misol**

| | |
|---|---|
| Ar-lein | 77% |
| Dros y ffôn | 23% |

Amser i Siarad Iechyd Cyhoeddus Cymru | Time to Talk Public Health Wales

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

# Demograffeg y Panel

Mae'r adran hon yn disgrifio'r sampl a recriwtiwyd hyd yma.

# Demograffeg y Sampl

| | | Sampl* | Poblogaeth** |
|---|---|---|---|
| Rhyw[#] | Gwryw | 36% | 49% |
| | Benyw | 63% | 51% |
| | Arall | 1% | - |
| Oedran (blynyddoedd)[#] | 16-29 | 8% | 21% |
| | 30-49 | 31% | 29% |
| | 50-69 | 40% | 31% |
| | 70+ | 21% | 19% |
| Cwintel Amddifadedd^ | 1 (Mwyaf) | 17% | 19% |
| | 2 | 18% | 20% |
| | 3 | 21% | 21% |
| | 4 | 22% | 21% |
| | 5 (Lleiaf) | 23% | 20% |

***N=2,000; ** 16+ oed**

#Cyfwerthoedd poblogaeth o: ONS Amcangyfrifon o boblogaeth y DU, Cymru a Lloegr, yr Alban a Gogledd Iwerddon. Canol 2020. www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/populationandmigration/populationestimates/datasets/populationestimatesforukenglandandwalesscotlandandnorthernireland

^Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru 2019. https://www.llyw.cymru/mynegai-amddifadedd-lluosog-cymru-diweddariad-llawn-ir-mynegai-gyda-graddfeydd-2019

# Demograffeg y Sampl

| | | Sampl* | Poblogaeth** |
|---|---|---|---|
| Ethnigrwydd^ | Gwyn | 96% | 95% |
| | Ethnigrwydd cymysg | 1% | 1% |
| | Asaidd neu Asaidd Pryndeinig | 1% | 2% |
| | Du, Affricanaidd, Caribïaidd, Du Cymraeg neu Du Prydeinig | 1% | 1% |
| | Ethnigrwydd arall | 1% | 1% |
| | Gwell gennyf beidio â dweud | <1% | - |
| Bwrdd Iechyd# | BIP Aneurin Bevan | 17% | 19%# |
| | BIP Betsi Cadwaladr | 24% | 22% |
| | BIP Caerdydd a'r Fro | 15% | 16% |
| | BIP Cwm Taf Morgannwg | 13% | 14% |
| | BIP Hywel Dda | 13% | 12% |
| | BIP Addysgu Powys | 5% | 4% |
| | BIP Bae Abertaw | 13% | 12% |

*N=2,000; ** 16+ oed; BIP – Bwrdd Iechyd Prifysgol; ^Mae amcangyfrifon ethnigrwydd y boblogaeth ar gyfer pob oed oherwydd nad oes data ar gael ar gyfer trigolion 65+ oed nad ydynt yn Wyn; Ystadegau Cymru https://statscymru.llyw.cymru/Catalogue/Equality-and-Diversity/Ethnicity; #Amcangyfrifon poblogaeth 16+; Ystadegau Cymru, https://statscymru.llyw.cymru/Catalogue/Population-and-Migration/Population/Estimates/Local-Health-Boards/populationestimates-by-lhb-age

# Hyfedredd Cymraeg

**Pa un o'r canlynol sy'n disgrifio orau eich gallu i siarad Cymraeg?**

| | |
|---|---|
| Rwy'n rhugl yn y Gymraeg | 9% |
| Rwy'n gallu siarad cryn dipyn o Gymraeg | 5% |
| Rwy'n gallu siarad tipyn o Gymraeg | 17% |
| Rwy'n gallu dweud ychydig o eiriau | 41% |
| Dydw i ddim yn gallu siarad Cymraeg | 28% |
| Gwell gennyf beidio â dweud | <1% |

Amser i Siarad Iechyd Cyhoeddus Cymru | Time to Talk Public Health Wales

GIG Cymru NHS Wales | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

# Statws Iechyd

Mae’r adran hon yn disgrifio’r statws iechyd a adroddwyd gan y panel.

Oni nodir yn wahanol, caiff data eu pwysoli i adlewyrchu demograffeg poblogaeth genedlaethol.

# Cyflyrau Iechyd Parhaol

Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

**A oes gennych unrhyw gyflyrau iechyd corfforol neu feddyliol neu salwch sy'n para, neu y mae disgwyl iddo bara, am 12 mis neu fwy?**

| | |
|---|---|
| Oes | 57% |
| Nac oes | 43% |
| Gwell gennyf beidio â dweud | <1% |

O’r 57% sydd â chyflwr parhaol…

**A yw unrhyw rai o'ch cyflyrau neu salwch sydd gennych chi’n lleihau eich gallu i wneud gweithgareddau pob dydd?***

| | |
|---|---|
| Ydy, yn fawr | 37% |
| Ydy, ychydig | 42% |
| Ddim o gwbl | 21% |
| Gwell gennyf beidio â dweud | <1% |

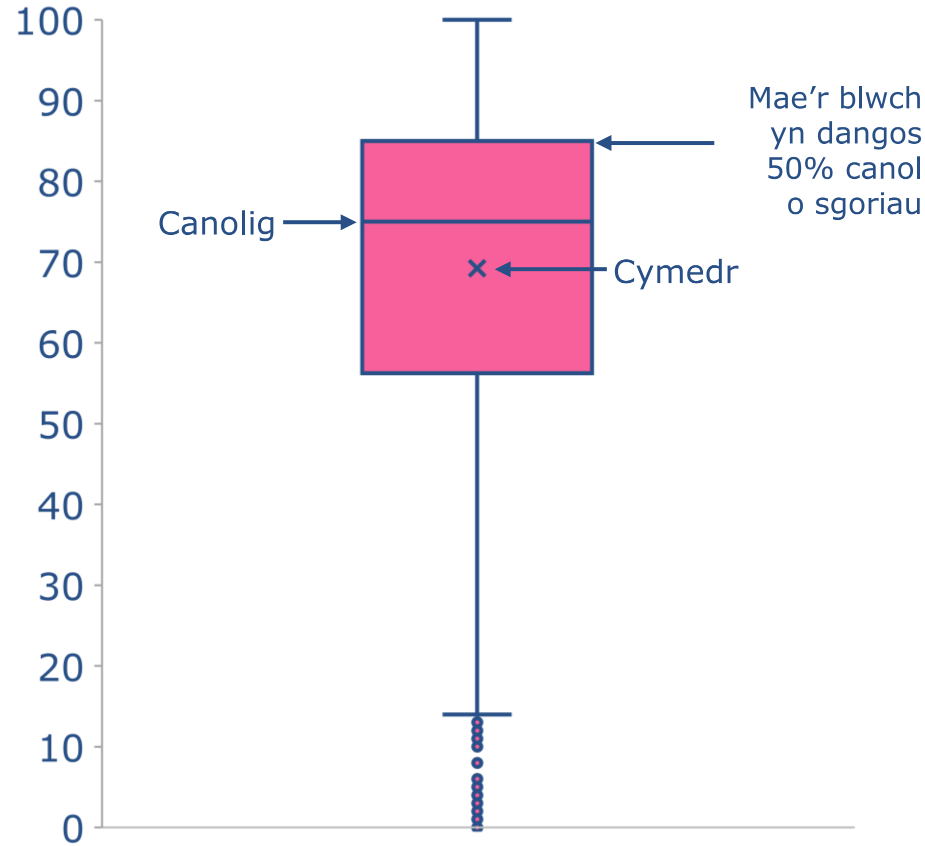
*data heb eu pwysoli, wedi'i gyfyngu i'r rhai â chyflwr parhaol

# Iechyd hunan-gofnodedig

**Os mai 100 yw'r cyflwr iechyd gorau posibl y gallech ei ddychmygu a 0 yw'r cyflwr iechyd gwaethaf y gallwch ei ddychmygu, pa mor dda neu wael yw eich iechyd eich hun heddiw?**

| | |
|---|---|
| Cymedr | 69 (allan o 100) |
| Canolig | 75 (allan o 100) |
| Ystod | 0 - 100 |

Mae'r ffigur yn dangos lledaeniad yr ymatebion ar gyfer iechyd hunangofnodedig



# Llesiant meddyliol

**Dewiswch yr opsiwn sy'n disgrifio orau eich profiad dros y pythefnos diwethaf:***

| | Ddim o'r amser | Yn anaml | Rhywfaint o'r amser | Yn aml | Drwy'r amser | Gwell gennyf beidio â dweud |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Rydw i wedi bod yn teimlo'n obeithiol am y dyfodol | 7% | 18% | 39% | 24% | 11% | 1% |
| Rydw i wedi bod yn teimlo'n ddefnyddiol | 5% | 10% | 35% | 33% | 17% | 1% |
| Rydw i wedi bod yn teimlo'n hamddenol | 6% | 19% | 40% | 24% | 10% | <1% |
| Rydw i wedi bod yn ymdopi â phroblemau yn dda | 2% | 7% | 31% | 36% | 23% | 1% |
| Rydw i wedi bod yn meddwl yn glir | 1% | 7% | 26% | 34% | 31% | 1% |
| Rydw i wedi bod yn teimlo'n agos at bobl eraill | 3% | 10% | 31% | 31% | 25% | 1% |
| Rydw i wedi gallu gwneud fy mhenderfyniadau fy hun am bethau | 1% | 4% | 17% | 28% | 49% | <1% |

*SWEMWEBS offeryn wedi'i ddilysu © Prifysgol Warwick, 2006

# Unigrwydd

**Yn ystod yr wythnos ddiwethaf, pa mor aml ydych chi wedi teimlo'n unig?**

| | |
|---|---|
| Bob amser | 3% |
| Yn aml | 12% |
| Weithiau | 35% |
| Byth | 50% |
| Gwell gennyf beidio â dweud | <1% |

Amser i Siarad Iechyd Cyhoeddus Cymru | Time to Talk Public Health Wales

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

# Agweddau a Barn

- Costau byw
- Ffynonellau Gwybodaeth y Gaeaf
- Coronafeirws
- Ymwybyddiaeth o Iechyd Cyhoeddus Cymru
- Ymwybyddiaeth o ddata

# Costau byw

## I ba raddau ydych chi’n cytuno neu’n anghytuno â’r datganiadau canlynol?*

| | Cytuno’n gryf | Cytuno | Ddim yn cytuno nac yn anghytuno | Anghytuno | Anghytuno’n gryf | Ddim yn gwybod |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Rydw i’n deall sut y bydd newidiadau i gostau byw yn effeithio arnaf | 36% | 54% | 6% | 3% | 1% | 1% |
| Rwy'n cadw llygad ar fy sefyllfa ariannol | 51% | 41% | 4% | 3% | 1% | <1% |
| Mae costau byw cynyddol yn gwaethygu ansawdd fy mywyd | 25% | 35% | 18% | 19% | 2% | 1% |
| Rwy’n gwario llai o arian ar bethau nad ydynt yn hanfodol a phethau moethus er mwyn helpu gyda chostau byw cynyddol | 34% | 44% | 11% | 9% | 2% | <1% |

*Gwell gennyf beidio â dweud oedd <1% ar gyfer pob datganiad

# Costau byw

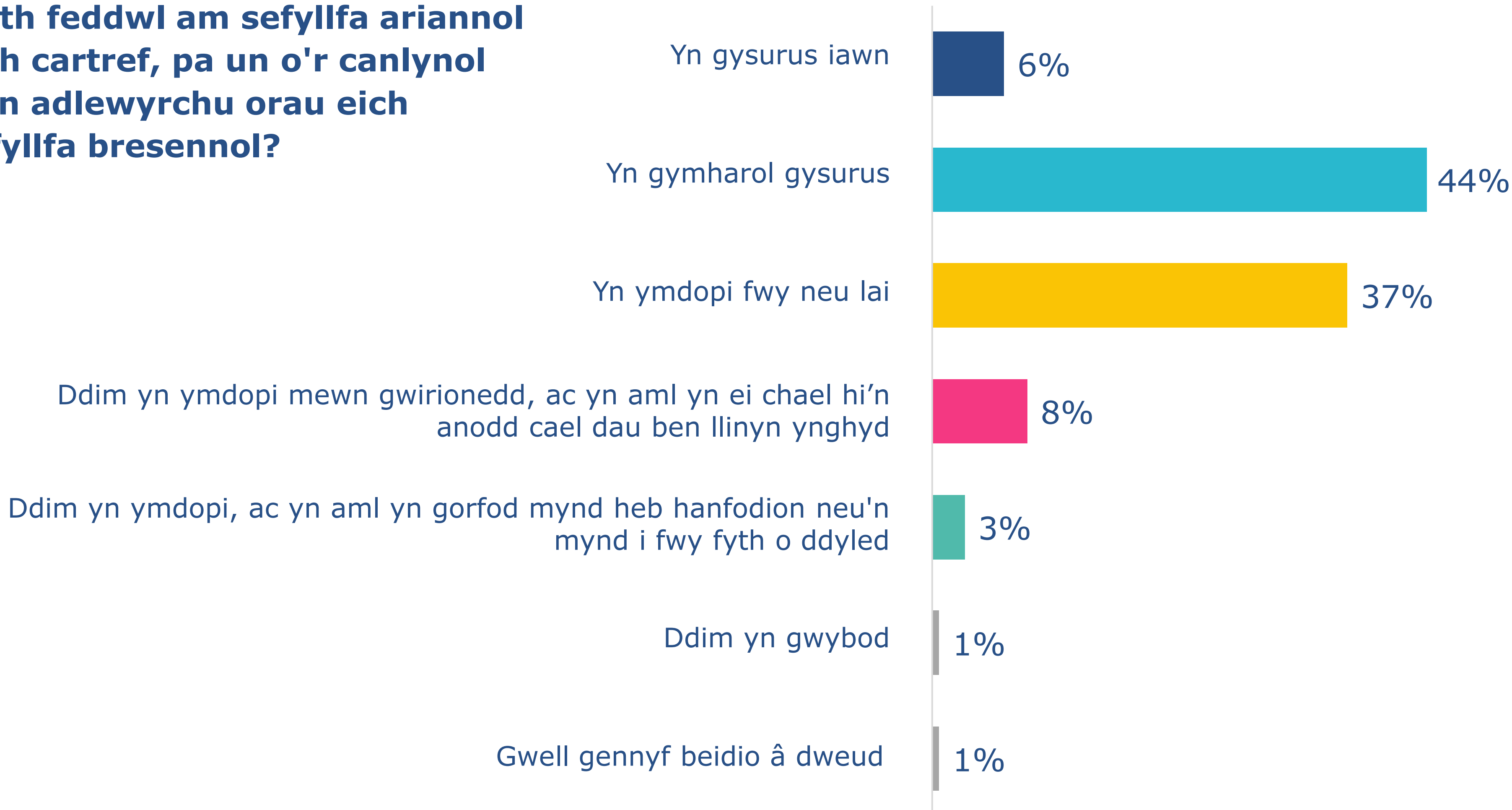
## I ba raddau ydych chi'n cytuno neu'n anghytuno â'r datganiadau canlynol?*

| | Cytuno'n gryf | Cytuno | Ddim yn cytuno nac yn anghytuno | Anghytuno | Anghytuno'n gryf | Ddim yn gwybod |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mae llawer o bobl rwy'n eu hadnabod yn ei chael hi'n anodd talu eu costau byw | 33% | 41% | 14% | 9% | 1% | 3% |
| Mae llawer o bobl rwy'n eu hadnabod yn gwario llai o arian ar bethau nad ydynt yn hanfodol a phethau moethus er mwyn helpu gyda chostau byw cynyddol | 43% | 43% | 7% | 5% | 1% | 2% |
| Mae'r holl newyddion am gostau byw cynyddol yn gwneud i mi boeni mwy am fy sefyllfa ariannol | 30% | 42% | 14% | 12% | 3% | 1% |
| Mae'r newyddion yn gorliwio'r argyfwng costau byw, yn fy marn i | 7% | 18% | 13% | 30% | 29% | 3% |

*Gwell gennyf beidio â dweud oedd <1% ar gyfer pob datganiad

# Costau byw

**Wrth feddwl am sefyllfa ariannol eich cartref, pa un o'r canlynol sy'n adlewyrchu orau eich sefyllfa bresennol?**



# Pryderon Cyfredol

**Dros yr wythnos ddiwethaf, faint mae'r materion canlynol wedi bod yn eich poeni chi?***

| | Llawer | Ychydig | Ddim o gwbl | |
|---|---|---|---|---|
| Eich sefyllfa ariannol | 26% | 47% | 27% | |
| Costau byw | 38% | 49% | 13% | |
| Eich gallu i wresogi eich cartref | 28% | 40% | 32% | Amh |
| Colli eich swydd neu methu â dod o hyd i swydd | 10% | 14% | 40% | 36% |
| Eich iechyd meddwl a'ch llesiant | 22% | 37% | 41% | |
| Eich iechyd corfforol | 27% | 40% | 33% | |
| Y rhyfel yn Wcráin yn dwysáu | 29% | 49% | 21% | |
| Dal coronafeirws | 12% | 35% | 53% | |

* Gwell gennyf beidio â dweud oedd <1% ar gyfer pob datganiad;
Amh - Amherthnasol

# Coronafeirws

## A ydych chi'n gwneud unrhyw rai o'r canlynol ar hyn o bryd i ddiogelu eich hun neu eraill rhag coronafeirws?

**Gwisgo gorchudd wyneb mewn mannau cyhoeddus fel siopau**

| | |
|---|---|
| Byth | 55% |
| Weithiau | 37% |
| Bob amser | 7% |
| Gwell gennyf beidio â dweud | <1% |

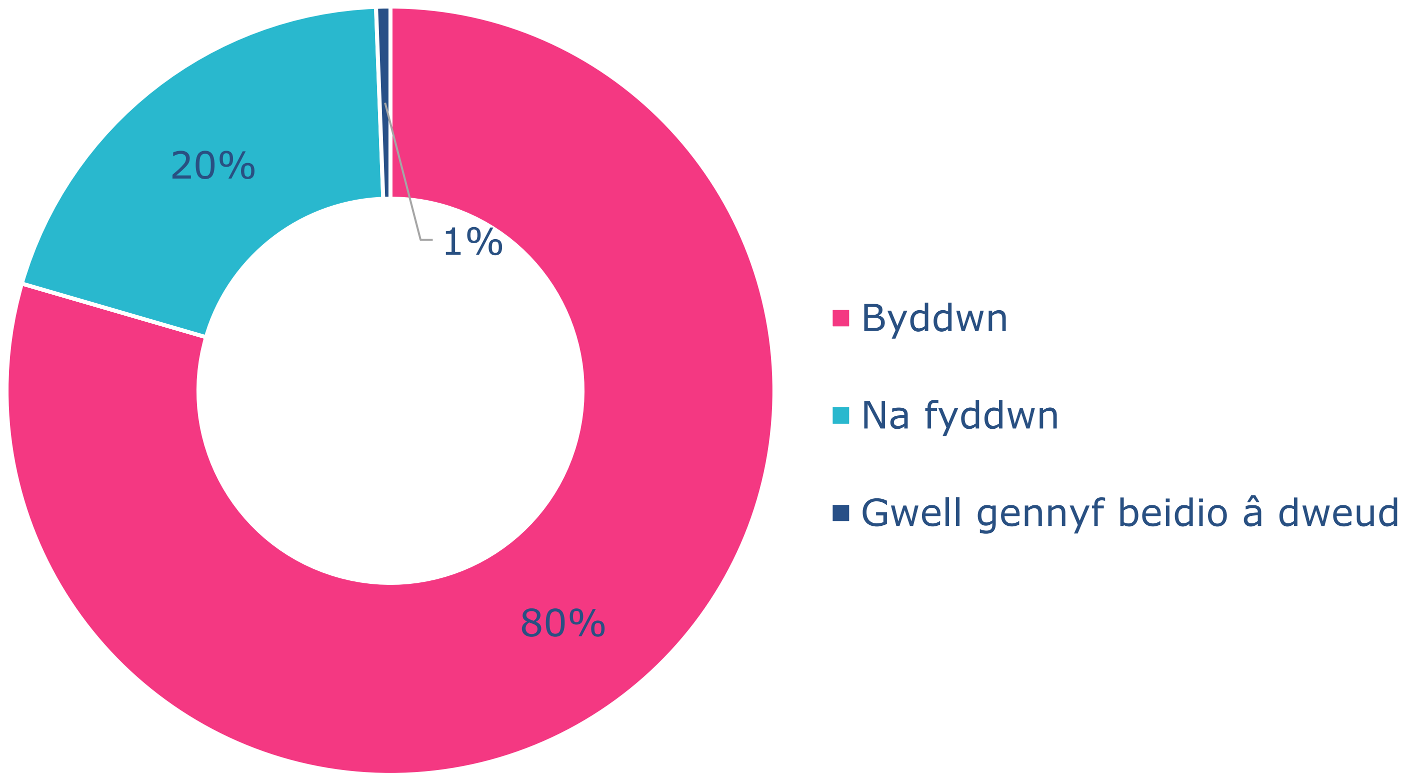
**Osgoi bod mewn cysylltiad â phobl pan fydd gennych symptomau fel peswch neu annwyd**

| | |
|---|---|
| Byth | 12% |
| Weithiau | 32% |
| Bob amser | 55% |
| Gwell gennyf beidio â dweud | 1% |

# Coronafeirws

Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

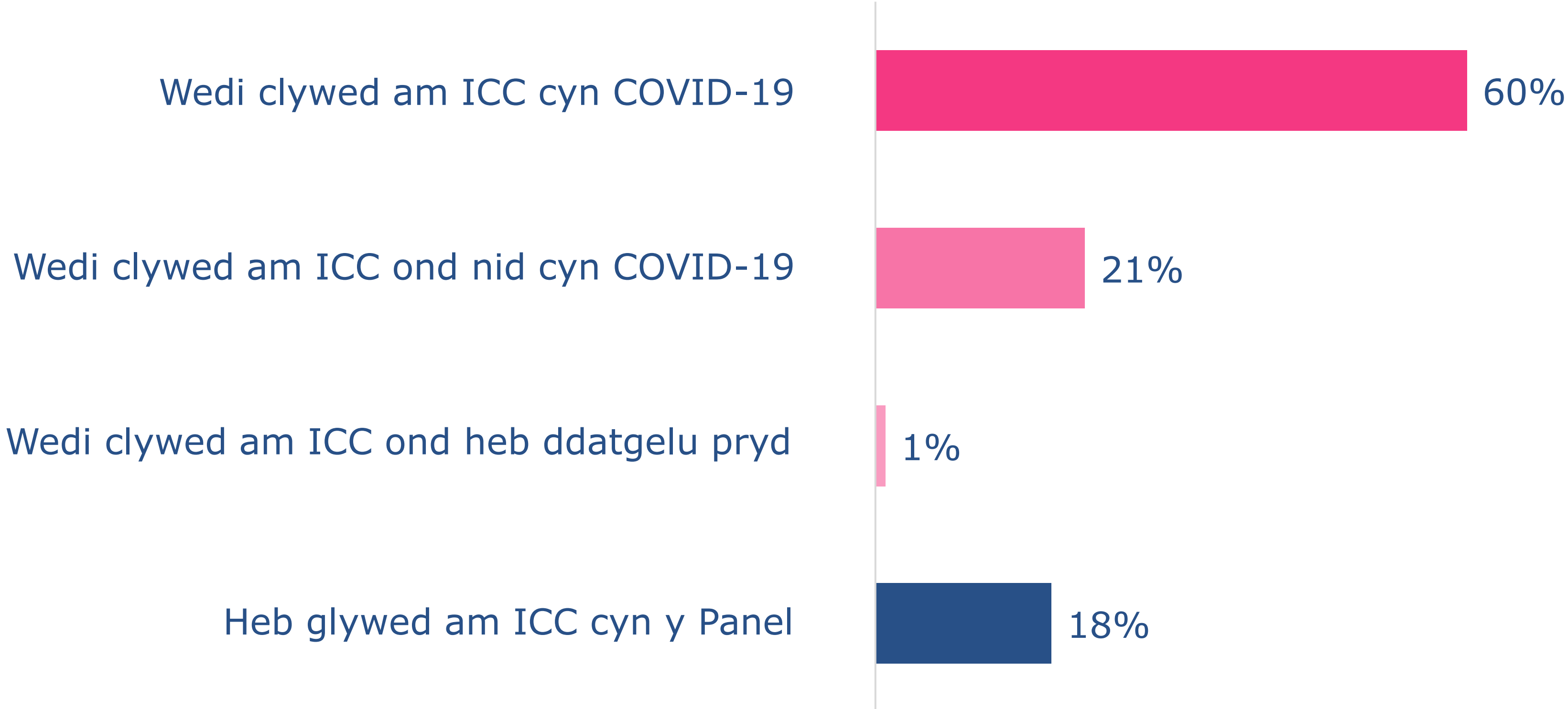
**Fyddech chi'n cymryd prawf pe bai gennych beswch neu annwyd i weld a yw'n COVID-19?**



# Ymwybyddiaeth o Iechyd Cyhoeddus Cymru

**A glywsoch chi am Iechyd Cyhoeddus Cymru cyn i ni gysylltu â chi am y Panel hwn?**

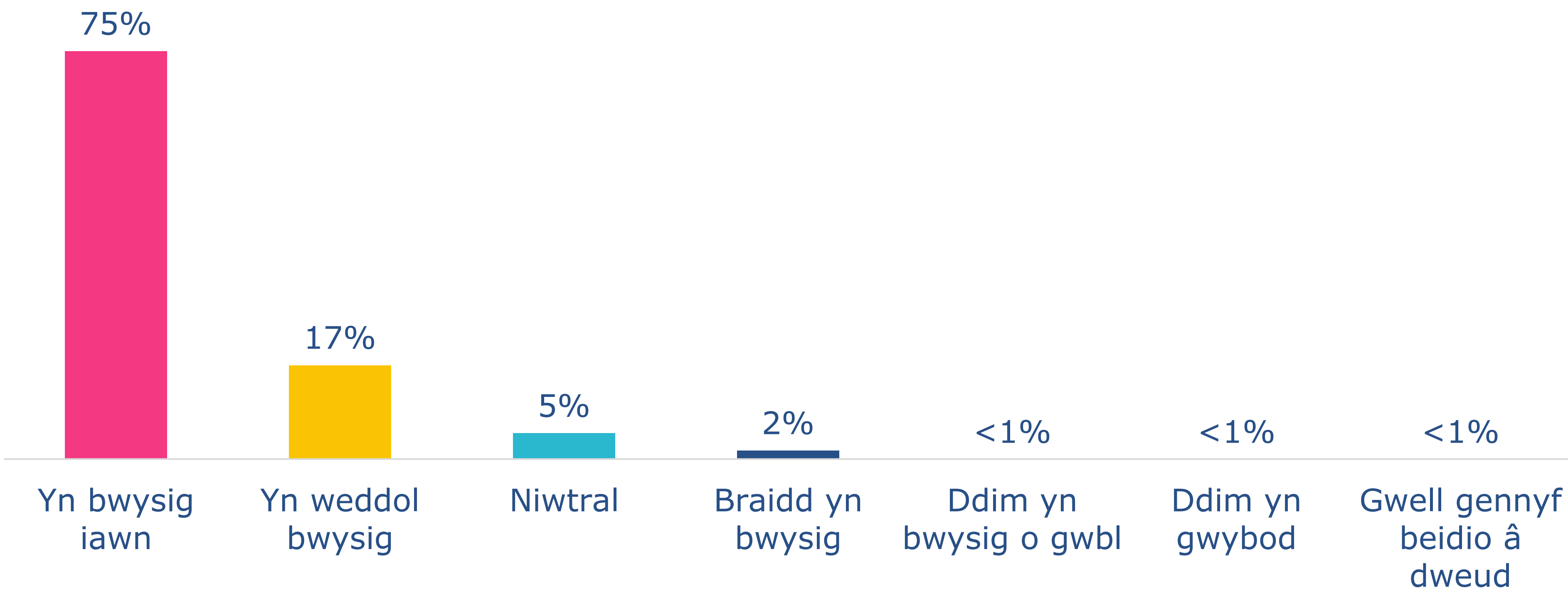
**A glywsoch chi amdano cyn pandemig y coronafeirws?***




*Gwell gennyf beidio â dweud oedd <1%;
ICC – Iechyd Cyhoeddus Cymru

# Cefnogaeth ar gyfer Casglu Barn Gyhoeddus

**Pa mor bwysig yw hi i gyrff cyhoeddus fel Iechyd Cyhoeddus Cymru gasglu barn y cyhoedd, yn eich barn chi?**



# Canfyddiad ar Flaenoriaethau

**Faint o flaenoriaeth ydych chi'n meddwl y dylai'r materion iechyd cyhoeddus canlynol fod i Iechyd Cyhoeddus Cymru?***

| | Blaenoriaeth uchel | Blaenoriaeth ganolig | Blaenoriaeth isel | Ddim yn gwybod |
|---|---|---|---|---|
| Iechyd meddwl | 82% | 16% | 2% | <1% |
| Camddefnyddio alcohol a chyffuriau | 57% | 36% | 6% | 1% |
| Clefydau heintus | 67% | 28% | 5% | 1% |
| Gweithgarwch corfforol | 43% | 47% | 9% | 2% |
| Atal Trais | 62% | 26% | 10% | 2% |
| Newid Hinsawdd | 48% | 33% | 17% | 2% |
| Gwella deietau pobl | 47% | 43% | 9% | 1% |
| Llygredd aer a dŵr | 54% | 34% | 10% | 1% |
| Costau byw | 63% | 29% | 7% | 1% |
| Sgrinio am ganser | 89% | 10% | 1% | 1% |

*Gwell gennyf beidio â dweud oedd <1% ar gyfer pob datganiad

# Canfyddiad ar Flaenoriaethau

Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

**Gofynnwyd i'r cyfranogwyr a oedd unrhyw faterion iechyd y cyhoedd eraill yr oeddent yn meddwl y dylai Iechyd Cyhoeddus Cymru roi blaenoriaeth iddynt. Darparodd tua 50% o gyfranogwyr ymatebion. Dangosir detholiad o'r ystod eang o themâu a godwyd isod.**

Rheolaeth GIG | Camdriniaeth/trawma | Cyflyrau iechyd tymor hir | Gofalwyr ifanc | Economi a thlodi | Cwsg

Iechyd menywod | Gwerthuso ansawdd | Iechyd rhywiol | Amseroedd aros ambiwlansys | Diogelwch plant

Amseroedd aros adrannau damweiniau ac achosion brys | Troseddau cyllyll | Lleihau anghydraddoldebau | Anableddau

Hunanladdiad | Diogelwch ar y ffyrdd | Dementia | Llai o fynediad i ofal iechyd | Hapchwarae | Rhianta | Cludiant

Canser | Mynediad at ofal deintyddol | Tai o safon | Iechyd clustiau | Rheoli poen | Gangiau | Gofal Cymdeithasol

Digartrefedd | Anhwylderau bwyta | Imiwneiddio | Iechyd dynion | Bwyta ar gyllideb | Gordewdra

COVID hir | Bwlio | Menopos | Tlodi bwyd | Rhestrau aros fferyllfeydd | Iechyd y geg

Camddefnyddio'r GIG | Ysmygu | Heneiddio | Cymunedau LHDTQ | Sgiliau personol | Ymfudo

Cydlyniant cymunedol | Toiledau cyhoeddus | Gofal mamolaeth | Ffliw | Anabledd Dysgu | Atal

Amgylcheddau iach | Unigrwydd | Gofal HIV | Cyfrifoldeb personol am iechyd | Gwiriadau iechyd

# Ffynonellau Gwybodaeth y Gaeaf

Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

**A oes angen gwybodaeth ar eich cartref am unrhyw rai o'r canlynol i'ch cefnogi drwy'r gaeaf?**

**Cyfran y trigolion a ddywedodd 'Ie'**

| | |
|---|---|
| 39% | Gwella effeithlonrwydd ynni yn y cartref |
| 30% | Gwella iechyd meddwl a llesiant |
| 21% | ysylltu â phobl yn y gymuned |
| 26% | Bwyta'n iach ar gyllideb |
| 18% | Rheoli arian |

# Ffynonellau Gwybodaeth y Gaeaf

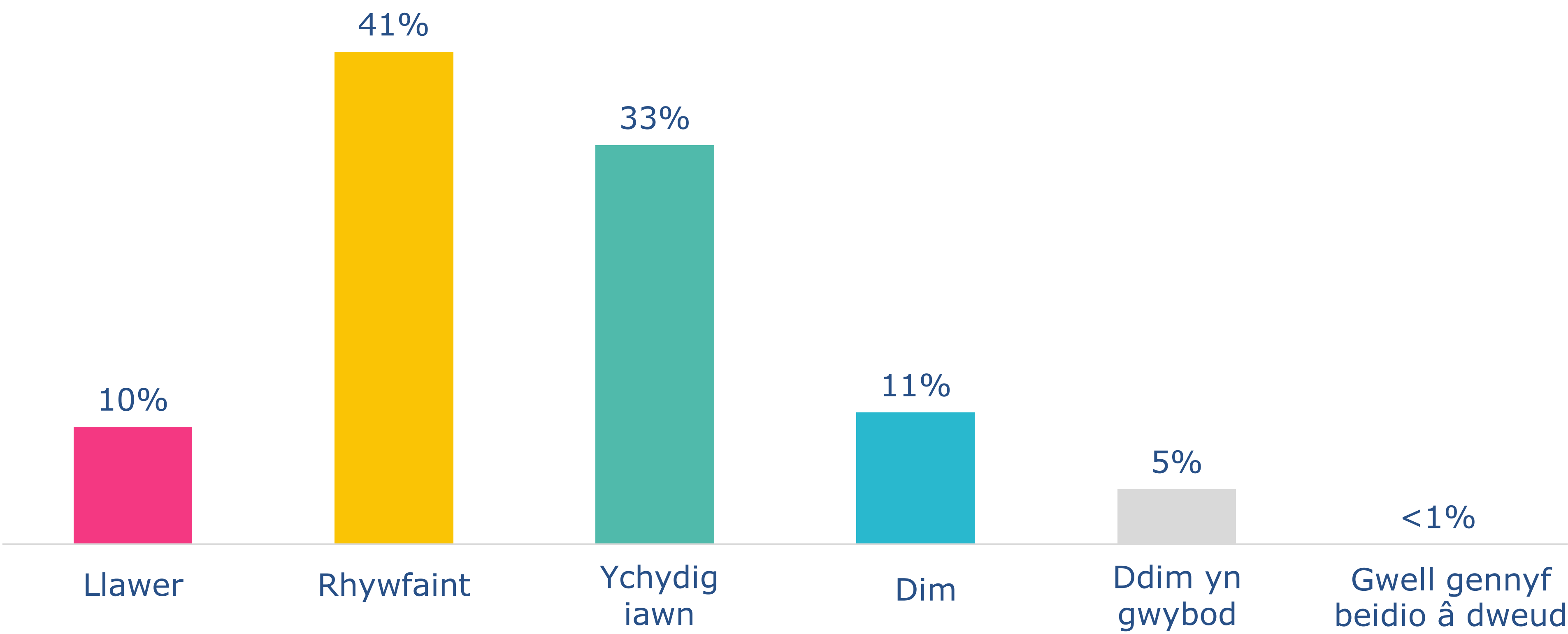
Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

**Gofynnwyd i'r cyfranogwyr a oedd unrhyw ffynonellau gwybodaeth eraill y byddai eu haelwyd yn elwa arnynt dros y gaeaf. Cafwyd ymatebion gan dros 120 o gyfranogwyr. Dangosir detholiad o'r ystod eang o themâu a godwyd isod, gyda'r pum prif ffynhonnell amlwg wedi'u hamlygu â sêr.**

- *Mynediad at gymorth ariannol*
- *Mynediad i ofal iechyd*
- *Cymorth ar gyfer pobl ag anableddau*
- *Grantiau sydd ar gael*
- *Rheoli afiechyd cronig*
- Rhianta
- Tai
- Lefelau gweithgarwch corfforol
- Cymorth i'r henoed
- Deall treth
- Ffordd iach o fyw
- Cenedlaethau'r dyfodol
- Cyngor cyfreithiol ar ariannu
- Iechyd a salwch sy'n gysylltiedig â phlant
- Cymorth gyda gweinyddiaeth i gael cymorth
- Cael mynediad at gymorth cyffredinol
- Hyrwyddo beicio
- Cadw'n ddiogel rhag heintiau feirol
- Coginio'n effeithlon
- Inswleiddio'r cartref
- Costau byw
- Cyflog byw
- Colli babi
- Newidiadau mewn cymorth ariannol
- Iechyd ysbrydol
- Atal
- Amser sgrin plant
- Newidiadau yn neddfwriaeth y llywodraeth
- Defnyddio sylweddau
- Gwerthiant batri ar dai / Paneli solar / Ffynonellau ynni
- Cefnogaeth i ofalwyr
- Ailgylchu
- System cyfiawnder troseddol
- Gweithredu newid hinsawdd
- Sgiliau llythrennedd digidol
- Cyfleoedd addysg, cyflogaeth a hyfforddiant sgiliau
- Hawliau tenantiaid a rhentu
- Cludiant

# Ymwybyddiaeth o ddata

**Yn gyffredinol, faint (os o gwbl) ydych chi'n ei ddeall am yr hyn y mae cyrff cyhoeddus fel Iechyd Cyhoeddus Cymru yn ei wneud â'r data y maent yn ei gasglu amdanoch?**



# Amser i Siarad Iechyd Cyhoeddus *Cymru* | Time to Talk Public Health *Wales*

Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

GIG CYMRU
NHS WALES

## Eisiau bod yn rhan o'r Panel?

Mae recriwtio i Banel Iechyd y Cyhoedd Amser i Siarad yn barhaus gan ein bod am siarad ag ystod eang o unigolion ledled Cymru.

Os ydych chi'n byw yng Nghymru ac yn 16+ oed, dyma'ch cyfle i gael eich clywed.

**SiaradICCymru.com**

**01663 761976**

**SiaradICCymru@wales.nhs.uk**

**Ymunwch â'r Panel**

**Sut mae'r Panel yn gweithio?**

**Dweud eich dweud!**

**Beth yw iechyd cyhoeddus?**

**Gwneud wahaniaeth!**

Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

icc.gig.cymru

Ymholiadau.cyffredinol@wales.nhs.uk

02920 227744

Iechyd Cyhoeddus Cymru

@IechydCyhoeddus

**Eisiau dysgu mwy am sut i fyw bywyd iach a llewyrchus?**

**Eisiau darganfod sut i helpu eich cymuned i ffynnu?**

**Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn gweithio i ddiogelu a gwella iechyd a llesiant a lleihau anghydraddoldebau iechyd i bobl yng Nghymru.**

**Tîm y Prosiect:** Dr Catherine Sharp | Yr Athro Karen Hughes

SiaradICCymru@wales.nhs.uk

Polisi ac Iechyd Rhyngwladol, Canolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd (WHO CC) ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant