



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Cynllun Rheoli'r Coronafeirws: diweddariad hydref a gaeaf 2021

Hydref 2021



Rhagair gan y Gweinidogion

Mae'r 18 mis diwethaf wedi bod yn anodd ac yn heriol i bob un ohonom, yn enwedig y rhai sydd wedi colli anwyliaid a'r rhai sy'n dioddef Covid hir.

Mae'r pandemig yma o hyd – wrth inni gyhoeddi'r diweddariad hwn o *Gynllun Rheoli'r Coronafeirws*, rydym yn nesáu at yr hyn yr ydym yn credu fydd brig y don delta yng Nghymru. Mae heintiau ar eu lefel uchaf yn y gymuned ers dyddiau tywyll mis Rhagfyr 2020, ond mae effeithiolrwydd ein rhaglen frechu ardderchog yn golygu bod llai o bobl yn datblygu ac yn dioddef salwch difrifol ac, yn ffodus, mae nifer y marwolaethau o'r feirws ofnadwy hwn yn is na'r hyn a welwyd yn y tonnau blaenorol.

Wrth inni gyhoeddi diweddariad yr hydref a'r gaeaf o'r cynllun, mae dros 85% o bobl 16 mlwydd oed a hŷn yng Nghymru wedi derbyn dau ddos o frechlyn Covid ac mae ein hymgyrch pigiadau atgyfnerthu yn ystod yr hydref ar y gweill.

Diolch i'r rhaglen frechu ac ymdrechion pawb o hyd i ddiogelu Cymru, rydym wedi gallu codi'r rhan fwyaf o'r cyfyngiadau cyfreithiol ar ein bywydau – mae llai o gyfyngiadau ar waith heddiw nag ar unrhyw adeg yn ystod y pandemig.

Rydym wedi cadw rhai mesurau pwysig, ac yn disgwyl y bydd y rhain yn cael eu cynnal wrth inni symud drwy'r hydref a'r gaeaf i'n diogelu:

- Parhau i ganolbwyntio ar y rhaglen frechu fel y mesur mwyaf effeithiol i'n diogelu rhag niwed.
- Hunanynysu os bydd rhywun yn arddangos unrhyw symptomau neu'n cael prawf positif.
- Rheidrwydd ar fusnesau i gynnal asesiad risg Covid a rhoi mesurau rhesymol ar waith i leihau'r risgiau.
- Gwisgo gorchuddion wyneb mewn mannau cyhoeddus o dan do.
- Gweithio gartref lle bo hynny'n bosibl.
- Fframwaith ar gyfer addysg sy'n caniatáu i fesurau amddiffyn gael eu cynyddu neu eu llacio gan ddibynnu ar y cyd-destun lleol.
- Defnyddio Pàs COVID y GIG i gael mynediad i ddigwyddiadau a lleoliadau penodol.
- Ymddygiad personol, gan gynnwys golchi dwylo; cwrdd â phobl yn yr awyr agored lle bynnag y bo modd, gan gadw mannau o dan do wedi'u hawyru'n dda a chadw eich pellter oddi wrth bobl eraill.

Mae cyfnod y gaeaf bob amser yn anodd i'n GIG oherwydd y cynnydd yn y galw am ofal iechyd a achosir gan gyfuniad o bwysau brys, mwy o afiechydon tymhorol a phroblemau iechyd sylfaenol pobl yn gwaethygu oherwydd y tywydd oerach a gwlypach. Eleni mae'r heriau'n fwy nag erioed – rydym yn wynebu'r posibilrwydd y bydd Covid a fflw yn cyfuno â'i gilydd, wrth i wyddonwyr rag-weld y gallai eleni fod yn dymor fflw gwael. Mae'r GIG yn ceisio ailgydio mewn triniaethau a gofal y bu'n rhaid eu gohirio yn ystod 2020-21 ac mae eisoes yn delio â galw cynyddol am ofal iechyd. Rydym yn gwneud llawer iawn o waith i gefnogi'r GIG a gofal cymdeithasol gyda'r pwysau hyn a byddwn yn cyhoeddi cynllun gaeaf manwl ar 21 Hydref.

Bydd hwn yn aeaf heriol. Mae angen inni weithio gyda'n gilydd dros yr hydref a'r gaeaf i ddiogelu ein hunain a chadw'n iach, ac i gefnogi ein gwasanaethau iechyd a gofal.

Mae llawer o bethau y gallwn eu gwneud i helpu, gan ddechrau drwy dderbyn y gwahoddiad i gael brechiadau fflw a Covid – nid yw byth yn rhy hwyr i gael eich dos cyntaf neu ail ddos o'r brechlynnau Covid. Bydd y pigiad atgyfnerthu yn cael ei gynnig i bawb yng ngrwpiau blaenoriaeth un i naw, o leiaf chwe mis ar ôl iddynt gael eu hail ddos. Mae hefyd yn bwysig ein bod ni i gyd yn parhau i wneud y pethau bychain sy'n ein cadw ni a'n hanwyliaid yn ddiogel – golchi ein dwylo'n rheolaidd; cyfarfod yn yr awyr agored lle bo hynny'n bosibl; gweithio gartref os gallwn; gwisgo gorchudd wyneb mewn mannau cyhoeddus o dan do a chadw mannau o dan do wedi'u hawyru'n dda.

Os oes gennych unrhyw symptomau coronafeirws, p'un a ydych wedi cael eich brechu ai peidio, mae'n bwysig iawn eich bod yn aros gartref, yn ynysu ac yn trefnu i gael prawf. Os yw'r prawf yn bositif dylech ynysu am 10 diwrnod. Aros gartref ac ynysu yw'r ffordd orau o hyd o dorri'r gadwyn drosglwyddo ac atal y feirws hwn rhag lledaenu ymhellach.

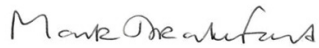
Gallwn ni i gyd gymryd camau i wella ein hiechyd a'n lles cyffredinol, sy'n arbennig o bwysig yn ystod misoedd y gaeaf. Drwy ymarfer corff, bwyta'n iach, cyfyngu ar faint o alcohol rydym yn ei yfed a rhoi'r gorau i ysmegu, gallwn wella ein hiechyd fel cenedl a lleihau'r pwysau ar wasanaethau'r GIG.

Rydym am gadw Cymru ar agor a'i diogelu. Nid ydym am fynd yn ôl i'r cylch o osod cyfyngiadau llym i reoli lledaeniad y coronafeirws dros yr hydref a'r gaeaf. Ond mae'r feirws yn ymddwyn mewn ffordd na ellir ei rhag-weld, ac ni allwn ddiystyru hyn yn llwyr.

Os byddwn yn wynebu sefyllfa sy'n peri risg wirioneddol i iechyd y cyhoedd a bywydau pobl, megis ymddangosiad amrywiolyn newydd nad yw'n ymateb i'r brechlynnau presennol, bydd y system o lefelau rhybudd gennym i'w rhoi ar waith mewn ffordd hyblyg i'n galluogi i ymateb mewn ffordd gymesur.

Gobeithiwn y bydd y systemau sydd gennym ar waith yn ein diogelu ni i gyd drwy fisoedd yr hydref a'r gaeaf ac na fydd angen unrhyw gyfyngiadau llymach. Ond mae angen eich help chi arnom.

Os byddwn ni i gyd yn gwneud ein rhan – fel sefydliadau, cyflogwyr ac unigolion – gallwn edrych ymlaen at ddyfodol llawer mwy disglair.



Mark Drakeford AS

Prif Weinidog Cymru



Eluned Morgan AS

Y Gweinidog Iechyd a Gwasanaethau
Cymdeithasol

Cyflwyniad

Ers dechrau'r pandemig ym mis Mawrth 2020, rydym wedi cyhoeddi nifer o fframweithiau sy'n nodi'r data, y dull gweithredu a'r egwyddorion rydym wedi'u hystyried wrth adolygu'r cyfyngiadau sydd wedi'u rhoi ar waith i reoli lledaeniad y coronafeirws.¹ Ein nod o'r cychwyn oedd pwysu a mesur niwed uniongyrchol ac anuniongyrchol gwahanol ymatebion a chyfyngiadau.

Ym mis Gorffennaf 2021, gwnaethom nodi ein dull o symud i lefel rhybudd sero a'r mesurau sylfaenol.² Roedd y ddogfen honno'n nodi y byddai'r mesurau canlynol yn parhau i fod ar waith fel mesurau amddiffyn allweddol dros yr hydref a'r gaeaf, gan gydnabod y tebygolrwydd y bydd pwysau cynyddol yn dod i'r amlwg yn ystod y cyfnod hwnnw:

- Parhau i ganolbwyntio ar y rhaglen frechu fel y mesur mwyaf effeithiol i'n diogelu rhag niwed – y nod yw rhoi dos cyntaf, ail ddos a phigiad atgyfnerthu i gymaint â phosibl o bobl.
- Gofyniad cyfreithiol i hunanynysu am 10 diwrnod yn dilyn prawf positif. Rhaid i bobl sydd heb gael eu brechu'n llawn hefyd hunanynysu os byddant yn cael galwad gan y gwasanaeth Profi, Olrhain, Diogelu i ddweud eu bod wedi bod mewn cysylltiad agos ag achos positif.
- Gofyniad cyfreithiol i gynnal asesiad risg coronafeirws a rhoi mesurau rhesymol ar waith i leihau'r risgiau.
- Gofyniad cyfreithiol i wisgo gorchuddion wyneb mewn mannau cyhoeddus o dan do.
- Gweithio gartref lle bynnag y bo modd er mwyn helpu i leihau'r cysylltiadau rhwng pobl.
- Fframwaith ar gyfer addysg sy'n caniatáu i fesurau amddiffyn gael eu cynyddu neu eu llacio gan ddibynnu ar y cyd-destun lleol.

Bydd Pàs COVID y GIG yn orfodol i bob oedolyn 18 oed a throsodd i gael mynediad i ddigwyddiadau a lleoliadau penodol, fel clybiau nos, o 11 Hydref ymlaen.

Roedd y newid i lefel rhybudd sero ym mis Awst yn adlewyrchu newid yng nghydbwysedd y niwed – mae'r lefelau uchel o frechiadau wedi helpu i wanhau'r cysylltiad rhwng heintiau COVID-19 a salwch difrifol, derbyniadau i'r ysbyty a marwolaethau. Yn y drydedd don hon, sef ton delta, nid ydym wedi gweld yr un lefel o dderbyniadau i'r ysbyty sy'n gysylltiedig â COVID-19 ag mewn tonnau blaenorol. Fodd bynnag, nid yw'r cysylltiad wedi'i dorri'n llwyr.

¹ Arwain Cymru allan o'r pandemig coronafeirws: fframwaith ar gyfer adferiad (Ebrill 2020); Llacio'r cyfyngiadau ar ein cymdeithas a'n heconomi: dal i drafod (Mai 2020); Cynllun rheoli'r coronafeirws ar gyfer Cymru (Awst 2020); Cynllun rheoli'r coronafeirws: lefelau rhybudd yng Nghymru (Rhagfyr 2020); Cynllun rheoli'r coronafeirws: llacio'r cyfyngiadau'n raddol (Chwefror 2021); Cynllun rheoli'r coronafeirws: lefelau rhybudd diwygiedig yng Nghymru (Mawrth 2021); a Chynllun rheoli'r coronafeirws: lefel rhybudd sero (Gorffennaf 2021)

² Cynllun rheoli'r coronafeirws: lefel rhybudd 0 [llyw.cymru/cynllun-rheoli-r-coronafeirws-lefel-rhybudd-0-sero](https://www.cymru/cynllun-rheoli-r-coronafeirws-lefel-rhybudd-0-sero)

Drwy gydol mis Medi, wrth i achosion yn y gymuned godi, rydym wedi gweld cynnydd araf ond cyson yn nifer y bobl yn yr ysbyty sydd â COVID-19 a chynnydd yn nifer y marwolaethau. Mae pryder cynyddol bod imiwnedd yn gwanhau dros amser, gan fod cyfran gynyddol o'r rhai sy'n cael eu derbyn i'r ysbyty gyda COVID-19 yn bobl sydd wedi cael eu brechu'n llawn.

Mae'n amlwg bod angen ymateb clir, gyda'n gilydd o hyd i fygythiad parhaus y coronafeirws. Mae hyn yn arbennig o wir wrth inni nesáu at y gaeaf, sydd bob amser yn gyfnod anodd i'r gwasanaeth iechyd. Eleni rydym yn rhag-weld y bydd yr heriau'n gwaethgu am nifer o resymau, gan gynnwys cynnydd posibl mewn clefydau anadlol eraill fel y fflw, ac rydym yn cynllunio ar gyfer hyn.

Nid ein hymateb awtomatig i'r heriau hyn fydd dychwelyd yn syth at fesurau cyfnod clo neu gyfyngiadau caeth newydd. Mae ystod eang o gynlluniau'n cael eu rhoi ar waith i baratoi ar gyfer cyfnod y gaeaf, o'r sectorau iechyd a gofal cymdeithasol i ysgolion a darparwyr addysg uwch.

Mae'r diweddariad hwn i *Gynllun Rheoli'r Coronafeirws* yn canolbwyntio ar yr opsiynau sydd ar gael inni dros gyfnod yr hydref a'r gaeaf. Mae'n cadarnhau'r mesurau sylfaenol sydd wedi bod yn rhan o'n bywydau ers mis Awst ac y disgwyliwn eu cadw ar waith tan y flwyddyn nesaf. Mae hefyd yn disgrifio'r ddwy brif senario – Covid Sefydlog a Covid Brys – a allai arwain at ymatebion gwahanol.

O dan y cyntaf o'r rhain, sef senario **Covid Sefydlog**, ni fyddai angen inni ailosod y cyfyngiadau sylweddol yr ydym wedi gorfod byw gyda hwy dros y 18 mis diwethaf, megis cyfyngiad cyfreithiol ar bwy sy'n gallu cwrdd â'i gilydd neu orfodi busnesau i gau.

Bydd pwysau ar y GIG yn cael ei reoli fel rhan o gynlluniau arferol y GIG ar gyfer y gaeaf, gan gydnabod nifer o risgiau uwch.

Mae'r brif senario arall, **Covid Brys**, yn cydnabod y gallai pwysau Covid newydd ac annisgwyl ddod i'r amlwg, ac os felly efallai y bydd angen inni gymryd camau mwy sylweddol i ddiogelu iechyd y cyhoedd a bywydau pobl. Gallai hyn gynnwys amrywiolyn newydd, trosglwyddadwy iawn yn dod i'r amlwg yng Nghymru, neu amrywiolyn nad yw'n ymateb i'r brechlyn. Gallem hefyd wynebu pwysau anghynaliadwy os yw'r amddiffyniad sy'n cael ei gynnig gan y brechlyn yn gwanhau'n gynt na'r disgwyl, gan achosi lefelau uwch o dderbyniadau i'r ysbyty.

O dan amgylchiadau o'r fath, mae gennym eisoes gyfres o opsiynau a nodir yn ein fframwaith lefelau rhybudd. Byddwn felly yn cadw'r rheoliadau cyfyngiadau coronafeirws, sy'n nodi'r lefelau rhybudd ac yn ein galluogi i symud i fyny ac i lawr y lefelau, gan ddibynnu ar y risg benodol i iechyd y cyhoedd.

Nodau ac egwyddorion strategol

Y nodau a'r egwyddorion strategol a fydd yn llywio ein hymagwedd at y coronafeirws ar gyfer y misoedd nesaf yw:

- Cadw lefelau'r coronafeirws o dan reolaeth, fel nad yw achosion o COVID-19 yn llethu'r GIG.
- Cydbwyso'r pum niwed mewn unrhyw ymateb i bwysau COVID-19³. Sef:
 - Y niwed uniongyrchol sy'n deillio o'r coronafeirws;
 - Y niwed anuniongyrchol i iechyd, megis canslo triniaethau nad ydynt yn rhai brys;
 - Y niwed cymdeithasol, er enghraifft yn ymwneud â chau ysgolion a methu cael addysg;
 - Y niwed economaidd gan gynnwys llai o incwm i fusnesau a diweithdra;
 - Y niwed sy'n deillio o'r coronafeirws neu'r ymateb yn gwaethygu anghydraddoldebau presennol neu'n creu rhai newydd.

Rydym yn dweud yn glir bod cyflwyno cyfyngiadau cyfreithiol, sydd â chanlyniadau pellgyrhaeddol i'n heconomi a'n cymdeithas, yn fesurau brys i ddelio â'r pandemig ac achub bywydau – nid yw'r rhain yn fesurau a gymerwn yn ysgafn.

Rydym yn cadw'r system lefelau rhybudd, gyda'u mesurau a'u hymyriadau, gan gynnwys cyfyngiadau, i roi opsiynau inni ar gyfer y dyfodol, rhag ofn y byddwn yn wynebu sefyllfaoedd newydd ac annisgwyl a fyddai'n bygwth iechyd y cyhoedd a bywydau pobl.

3 Y Grŵp Cyngor Technegol: 5 nam sy'n codi o COVID-19
llyw.cymru/y-grwp-cyngor-technegol-5-nam-syn-codi-o-covid-19

Paratoi ar gyfer gaeaf heriol

Mae gwaith yn mynd rhagddo i baratoi'r GIG, gwasanaethau gofal cymdeithasol a gwasanaethau cyhoeddus ehangach ar gyfer gaeaf arbennig o heriol. Byddwn yn cyhoeddi cynllun gaeaf manylach ar 21 Hydref.

Er nad yw'r pwysau pandemig ar y GIG mor ddifrifol yn y drydedd don hon ag yr oedd mewn tonnau blaenorol, mae effeithiau'r pandemig yn parhau i gael eu teimlo ar draws y system iechyd a gofal cymdeithasol gyfan. Mae dulliau rheoli ac atal heintiau ar gyfer Covid wedi lleihau'r capasiti ehangach ar draws y system ac mae disgwyl pwysau ychwanegol gan gynnwys:

- Ailymddangosiad posibl clefydau anadlol heintus eraill, gan gynnwys y fflwg ac RSV (feirws syncytiol anadlol), gyda chyfraddau heintio uwch na'r hyn y gellid ei ddisgwyl mewn blwyddyn "arferol".
- Pwysau o effeithiau ehangach y pandemig ar iechyd a lles, gan gynnwys Covid hir, effaith oedi cyn cael diagnosis a gofal arferol yn ogystal â'r tebygolrwydd y bydd mwy o alw ar wasanaethau iechyd meddwl.
- Tarfu parhaus ar y ddarpariaeth iechyd a gofal cymdeithasol oherwydd pwysau staffio, yn enwedig ym maes gofal cymdeithasol, gan gynnwys y risg o straen a gorflino.⁴

Cynllun y Gaeaf ar gyfer y GIG a gofal cymdeithasol

Bydd cynllun y gaeaf yn darparu fframwaith ar gyfer byrddau partneriaeth rhanbarthol wrth gwblhau cynlluniau'r gaeaf ar gyfer sefydliadau iechyd a gofal cymdeithasol. Mae'r disgwyliadau ar gyfer y cynlluniau gaeaf hyn eisoes wedi'u cyfleu i'r GIG drwy'r broses gynllunio flynyddol. Bydd angen i'r cynlluniau ystyried cadernid y system yn wyneb y galw a'r heriau presennol (gan gynnwys COVID-19), yn ogystal â chynlluniau penodol ar gyfer meysydd sy'n peri pryder, gan gynnwys delio â'r achosion sydd wedi cronni. Mae'r rhain yn cynnwys cynlluniau i ymateb i gynnydd yn y galw yn sgil y fflwg neu RSV. Ym mis Awst, roedd achosion o RSV wedi'u canfod a bu cynnydd mewn triniaeth ysbyty i blant ar gyfer bronciolitis, sy'n cael ei achosi gan RSV. Er bod lefelau cyffredinol y fflwg yn dal yn isel, cafwyd rhai achosion.⁵

4 COVID-19: Paratoi at y dyfodol – golwg ymlaen at aeaf 2021-22 a'r tu hwnt, Academi'r Gwyddorau Meddygol ams-preparing-for-winter.pdf

5 Iechyd Cyhoeddus Cymru – Yr Is-adran Diogelu Iechyd, Adroddiad Wythnosol Heintiau Fflwg a Heintiau Anadlol Acíwt www.wales.nhs.uk/sites3/page.cfm?orgid=457&pid=34338

Heriau cyfunol, gan gynnwys y fflw

Mae'n bosibl y bydd tonnau haint fflw a COVID-19 yn cyfuno yn ystod y gaeaf ac nid oes modd dweud eto pryd y gallai hynny ddigwydd nac ar ba raddfa, ond mae modelu mathemategol a gynhaliwyd gan Brifysgol Warwick⁶ yn dangos y gallai tymor fflw 2021-22 arwain at bwysau hyd at 90% yn fwy na'r hyn a welwyd mewn tymhorau blaenorol.

Bydd brechu'n hanfodol er mwyn helpu i leihau afiachedd a marwolaethau sy'n gysylltiedig â'r fflw, a lleihau'r nifer sy'n cael eu derbyn i'r ysbyty ar adeg pan allai'r GIG a gwasanaethau gofal cymdeithasol hefyd fod yn ceisio rheoli pwysau cynyddol y pandemig. Rydym eisoes wedi dechrau ar y rhaglen frechu rhag y fflw 2021-22 ac rydym yn rhoi blaenoriaeth i'r grwpiau hynny sydd fwyaf mewn perygl o ddal y fflw a dioddef canlyniadau difrifol, neu sydd mewn mwy o berygl o heintio pobl eraill. Ein nod yw sicrhau cynnydd sylweddol yn nifer y bobl sy'n manteisio ar y brechlyn o'r holl grwpiau hyn o gymharu â'r gaeaf diwethaf, pan sicrhawyd y lefelau uchaf erioed.

Camau gweithredu ar y gweill

Mae nifer o gamau gweithredu cenedlaethol eisoes ar y gweill:

- Mae cyllid adfer y GIG wedi cael ei ddarparu ar gyfer gofal wedi'i gynllunio – £140m ar ben y £100m a neilltuwyd eisoes.
- Cyllid gofal cymdeithasol (£48m) ar gyfer gweithgarwch adfer sy'n cyd-fynd â'r Fframwaith Adfer Gofal Cymdeithasol.
- Dyrannwyd £25m i gefnogi'r gwaith o gyflawni'r *Chwe Nod ar gyfer Gofal Brys a Gofal Mewn Argyfwng*, a gyhoeddwyd ym mis Gorffennaf 2021.⁷ Mae'r cyllid yn cael ei ddefnyddio i wneud y canlynol:
 - Gweithredu canolfannau gofal sylfaenol brys ledled Cymru i reoli'r galw yn y gymuned yn well;
 - Cyflwyno 111 yn genedlaethol a chynyddu nifer y clinigwyr i ddarparu cyngor/asesu o bell ac atgyfeirio;
 - Sefydlu gwasanaethau gofal brys cadarn ar y diwrnod i helpu i osgoi derbyniadau i'r ysbyty;
 - Cyflwyno llwybrau newydd i atal pobl rhag cael eu derbyn i'r ysbyty ac i gyflymu'r broses o'u rhyddhau i'w man preswyllo arferol;
 - Dull rhagweithiol newydd o uwchgyfeirio er mwyn cryfhau'r afael weithredol ar draws timau iechyd a gofal cymdeithasol.
- Mae'r Pwyllgor Gwasanaethau Ambiwylans Brys wedi datblygu cynllun cyflawni i helpu Gwasanaeth Ambiwylans Cymru i reoli'r galw am wasanaeth 999 yn well, cynyddu capasiti, gwella'r ymateb a galluogi gwelliant cyflym yn y broses o drosglwyddo cleifion ambiwlans.

6 Y Grŵp Cyngor Technegol: diweddariad modelu'r gaeaf 10 Medi 2021
llyw.cymru/y-grwp-cyngor-technegol-diweddariad-modelur-gaeaf-10-medi-2021

7 GIG Cymru: Chwe nod ar gyfer gofal brys a gofal mewn argyfwng
gov.wales/sites/default/files/publications/2020-07/six-goals-for-urgent-and-emergency-care.pdf

Gweithio gyda'n gilydd, a'r hyn y gallwn ni i gyd ei wneud

Drwy gydol y pandemig, mae pobl, busnesau, undebau, y trydydd sector, awdurdodau lleol, gwasanaethau cyhoeddus hanfodol eraill a llawer o rai eraill wedi cydweithio i ddiogelu Cymru. Drwy aros gartref, cael ein brechu, gwisgo gorchuddion wyneb i amddiffyn eraill, ynysu a chael prawf os oes gennym symptomau coronafeirws – mae ein holl weithredoedd unigol wedi helpu i gyfyngu ar nifer y bobl sydd wedi mynd yn ddifrifol wael gyda COVID-19.

Mae'r ymateb cyfunol hwn wedi bod yn sail i'n hymagwedd at y pandemig dros y 18 mis diwethaf. Wrth inni nesáu at ein hail aeaf mewn pandemig, mae gan bob un ohonom rôl i'w chwarae o hyd. Mae angen inni barhau i wneud yr holl bethau syml hynny sy'n helpu i leihau'r risg o ddal a lledaenu'r coronafeirws. Os byddwn yn gweithio gyda'n gilydd ac yn parhau i wneud y pethau hyn, byddwn hefyd yn helpu i reoli'r risg o ddal a lledaenu feirysau anadlol difrifol eraill fel y fflw – yn ogystal â rhai ysgafnach fel annwyd.

Rydym wedi nodi mewn canllawiau⁸ sut mae'r coronafeirws yn lledaenu a'r pethau y gallwn ni i gyd eu gwneud i leihau'r risgiau mewn gwahanol leoedd ac amgylchiadau. Mae'r pethau pwysicaf yn cynnwys:

- Cael eich brechu os oes modd – a chymryd eich pigiad atgyfnerthu pan fyddwch yn cael eich gwahodd.⁹ Y brechlyn yw'r amddiffyniad gorau rhag y coronafeirws. Nid yw byth yn rhy hwyr i gael eich brechu yng Nghymru.
- Ynysu a chael prawf pan fydd gennych symptomau¹⁰ ac osgoi eraill pan fyddwch yn sâl. Bydd angen i bawb – hyd yn oed os ydych wedi cael eich brechu'n llawn – ynysu am 10 diwrnod os yw eich prawf yn bositif.
- Cwrdd yn yr awyr agored lle bo'n bosibl, neu mewn mannau wedi'u hawyru'n dda o dan do. Agorwch ffenestri a drysau i gael awyr iach – gall gwneud hynny am gyfnodau byr hyd yn oed helpu i awyru'r lle rydych chi ynddo.
- Cyfyngu ar nifer y bobl rydych yn cwrdd â nhw a chadw eich pellter oddi wrth eraill lle bynnag y bo modd.
- Osgoi lleoedd gorlawn lle bo hynny'n bosibl.
- Golchi'ch dwylo'n rheolaidd, defnyddio hancesi neu eich penelin wrth disian a chadw pob arwynebedd y mae llawer o bobl yn eu cyffwrdd yn lân.

8 Lefel rhybudd 0: canllawiau i'r cyhoedd llyw.cymru/lefel-rhybudd-0-canllawiau-ir-cyhoedd.html

9 Cael eich brechlyn COVID-19 llyw.cymru/cael-eich-brechlyn-covid-19

10 Cael prawf coronafeirws (COVID-19) llyw.cymru/cael-prawf-coronafeirws-covid-19

- Gwisgo gorchudd wyneb¹¹ mewn mannau gorlawn neu pan na allwch gadw pellter.
- Gweithio gartref lle bynnag y bo'n bosibl.

Mae Cymru wedi gallu symud i lefel rhybudd sero o ganlyniad uniongyrchol i'r ymdrechion y mae pawb wedi'u gwneud. Gyda llai o reoliadau ar waith, mae cynnal ymddygiadau penodol i amddiffyn ein hunain a phobl o'n cwmpas yn parhau i fod yn hynod o bwysig.

Mae'n hollbwysig ein bod yn ysgwyddo cyfrifoldeb am ein hiechyd a'n lles cyffredinol er mwyn cadw'n iach a lleihau'r pwysau ar y GIG.

Gallwn ni i gyd gymryd camau bychain i wella ein hiechyd y gaeaf hwn. Mae'r rhain yn cynnwys ymarfer corff, bwyta'n iach, yfed llai o alcohol a rhoi'r gorau i ysmygu. Mae'n bwysig hefyd ein bod yn gofalu am ein hiechyd meddwl ac yn gwybod ble i gael cymorth os oes ei angen arnom.

Rydym yn gweithio gyda'n partneriaid i godi ymwybyddiaeth o'r pethau bychain y gallwn ni i gyd eu gwneud i gadw'n iach y gaeaf hwn, ac i gyfeirio pobl at y cymorth sydd ar gael ledled Cymru.

Mae pob un o'r camau uchod a gymerwn fel unigolion yn cael effaith fach, ond o'u cyfuno maent yn cael effaith sylweddol i'n hamddiffyn ni a phobl o'n cwmpas.

¹¹ Gorchuddion wyneb: canllawiau i'r cyhoedd llyw.cymru/gorchuddion-wyneb-canllawiau-ir-cyhoedd

Brechu

Mae'r brechlyn COVID-19 wedi newid cwrs y pandemig ac mae'r nifer uchel o bobl o bob oedran yng Nghymru sydd wedi manteisio arno yn golygu, er nad yw'r pandemig ar ben, ein bod bellach yn byw gyda llai o gyfyngiadau nag ar unrhyw adeg ers i'r pandemig ddechrau ym mis Mawrth 2020.

Wrth inni symud i fisoedd yr hydref a'r gaeaf, bydd brechu'n parhau i chwarae rhan hanfodol. Bydd ein strategaeth frechu yn cael ei diweddarau ar gyfer yr hydref a'r gaeaf ac yn cael ei chyhoeddi yn yr wythnos yn dechrau ar 11 Hydref. Bydd yn canolbwyntio ar y pedwar maes allweddol canlynol.

Brechu'r rhai mwyaf agored i niwed

Efallai na fydd rhai pobl sydd â system imiwnedd gwannach oherwydd cyflyrau iechyd sylfaenol neu driniaeth feddygol yn gallu datblygu ymateb imiwnyddol llawn drwy'r brechiad COVID-19. Byddant yn cael cynnig trydydd dos sylfaenol ac yna byddant yn cael cynnig brechlyn atgyfnerthu yn ddiweddarach.

Rydym wedi nodi'r grwpiau hyn ac rydym yn gweithio gyda'u clinigwyr i sicrhau eu bod yn cael cynnig y brechlyn (lle bo'n bosibl) yn ystod cyfnodau pan fyddant yn fwy tebygol o ddatblygu gwell ymateb imiwnyddol. Yn ddelfrydol, dylid rhoi'r trydydd dos sylfaenol o leiaf wyth wythnos ar ôl yr ail ddos, gan ystyried yn ofalus unrhyw therapïau sy'n mynd rhagddynt, neu sy'n cael eu cynllunio, a allai effeithio ar eu system imiwnedd.

Mae'r Cyd-bwyllgor ar Imiweiddio a Brechu (JCVI) hefyd wedi dweud y dylid cynnig dau ddos o'r brechlyn i blant a phobl ifanc dros 12 oed sydd â chyflyrau iechyd penodol oni bai bod eu system imiwnedd yn ddifrifol o wan, ac os felly bydd tri dos yn cael ei gynghori.¹² Rydym eisoes wedi dechrau cynnig hyn i blant a phobl ifanc gymwys.

Brechu plant a phobl ifanc

Argymhellodd pedwar prif swyddog meddygol y DU y dylid cynnig y brechlyn COVID-19 i bobl ifanc 12 i 15 oed ar ôl ystyried y dystiolaeth yn ofalus a derbyn cyngor pellach gan uwch glinigwyr annibynnol ac arbenigwyr iechyd y cyhoedd.¹³ Mae'r gwaith o frechu plant a phobl ifanc yn y grŵp oedran hwn eisoes yn mynd rhagddo yng Nghymru – rydym yn disgwyl y bydd pawb yn y grŵp oedran hwn wedi cael cynnig apwyntiad erbyn diwedd hanner tymor mis Hydref.

¹² Datganiad y JCVI am roi brechlyn COVID-19 i blant 12-15 mlwydd oed: 3 Medi 2021
www.gov.uk/government/publications/jcvi-statement-september-2021-covid-19-vaccination-of-children-aged-12-to-15-years/jcvi-statement-on-covid-19-vaccination-of-children-aged-12-to-15-years-3-september-2021

¹³ Argymhelliad pedwar prif swyddog meddygol y DU
www.gov.uk/government/publications/universal-vaccination-of-children-and-young-people-aged-12-to-15-years-against-covid-19/universal-vaccination-of-children-and-young-people-aged-12-to-15-years-against-covid-19

Mae pobl ifanc 16 ac 17 oed hefyd wedi cael cynnig brechiad – mae dros 70% wedi manteisio ar y cynnig. Dri mis cyn eu pen-blwyddi yn 18 oed, byddant yn cael cynnig eu hail ddos.

Bydd y JCVI yn ystyried a ddylid cynnig ail ddos i blant a phobl ifanc sydd ar hyn o bryd ond yn gymwys i gael un dos pan fydd canlyniadau profion pellach ar gael.

Brechiad atgyfnerthu

Mae'r nifer sy'n manteisio ar y brechlyn ar draws pob ystod oedran wedi bod yn rhyfeddol yng Nghymru ac mae mwy o bobl yn cael eu brechu bob dydd.

Mae tystiolaeth yn dod i'r amlwg bod effeithiolrwydd y brechlyn yn gwanhau rhwng chwech ac wyth mis ar ôl yr ail ddos, yn enwedig mewn oedolion hŷn. Felly, mae'r JCVI wedi dweud¹⁴ y dylai pobl a gafodd eu brechu yn ystod cam un – grwpiau blaenoriaeth un i naw – gael cynnig pigiad atgyfnerthu COVID-19 o leiaf chwe mis ar ôl eu hail ddos. Mae hyn yn cynnwys:

- Pobl sy'n byw mewn cartrefi gofal preswyl i oedolion hŷn.
- Pob oedolyn 50 oed neu hŷn.
- Gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol ar y rheng flaen.
- Pawb rhwng 16 a 49 oed sydd â chyflyrau iechyd eisoes sy'n eu rhoi mewn mwy o berygl o COVID-19 difrifol (fel y nodir yn y Llyfr Gwyrdd), ac oedolion sy'n ofalwyr.
- Oedolion sy'n dod i gysylltiad ar yr aelwyd ag unigolion â system imiwnedd gwannach.

Dechreuwyd anfon apwyntiadau ar gyfer y rhaglen atgyfnerthu yn ystod yr wythnos yn dechrau ar 20 Medi. Mae pob bwrdd iechyd yn brechu preswylwyr a staff mewn cartrefi gofal ac yn gwahodd eraill sy'n gymwys i ganolfannau brechu torfol.

Mae'r JCVI hefyd wedi dweud yn glir nad yw'n dymuno i'r rhaglen atgyfnerthu ymyrryd neu amharu ar y rhaglen flynyddol i frechu rhag y fflw ac mae wedi cynghori y dylid eu cyd-weinyddu lle byddai hyn yn hwylus. Yng Nghymru, dim ond mewn cartrefi gofal ac ar gyfer staff iechyd a gofal cymdeithasol rheng flaen y bydd hyn yn debygol.

¹⁴ Datganiad y JCVI am raglen atgyfnerthu rhag COVID-19 yn ystod gaeaf 2021-2022
www.gov.uk/government/publications/jcvi-statement-september-2021-covid-19-booster-vaccine-programme-for-winter-2021-to-2022/jcvi-statement-regarding-a-covid-19-booster-vaccine-programme-for-winter-2021-to-2022

Gadael neb ar ôl

Mae ymdrechion yn parhau i annog y rhai sydd heb gael eu brechu eto yn erbyn COVID-19 i fanteisio ar y cynnig, gydag amrywiaeth o gamau gweithredu ar waith i'w gwneud yn haws cyrraedd at y brechlyn ac i adeiladu ymddiriedaeth, er enghraifft defnyddio canolfannau brechu allgymorth a chlinigau dros dro mewn ffordd wedi'i thargedu.

Mae'r gwahaniaethau sydd i'w gweld o hyd rhwng grwpiau economaidd-gymdeithasol, grwpiau oedran a grwpiau ethnig, yn ogystal â phobl o wahanol gefndiroedd rhyngwladol, yn cael sylw penodol. Mae gwaith yn mynd rhagddo gyda grwpiau a chymunedau amrywiol i weld beth yw'r rhesymau dros unrhyw betruster i gael eu brechu, megis hanes o ymleiddio neu bryderon ynghylch diogelwch ac effeithiau hirdymor posibl ar iechyd. Mae enghreifftiau'n cynnwys digwyddiadau ymgysylltu â grwpiau crefyddol/diwylliannol, arweinwyr cymunedol, gweminarau mewn gwahanol ieithoedd a digwyddiadau cyhoeddus 'Gofynnwch i'r arbenigwyr'. Mae'r rhaglen frechu wedi ymrwymo'n glir i sicrhau cyfle cyfartal a mynediad i bawb.

Mae pawb sydd heb gael dos cyntaf neu ail ddos, yn enwedig pobl iau, lle mae'r nifer sy'n manteisio ar y brechlyn yn is, yn parhau i gael eu gwahodd i gwblhau'r cwrs llawn, gan gynnwys drwy glinigau galw heibio sydd ar gael yn eang.

Brechu menywod beichiog

Mae cynnydd wedi bod yn nifer y menywod beichiog heb eu brechu sy'n cael eu derbyn i'r ysbyty yn dioddef salwch difrifol o ganlyniad i COVID-19. Gall y brechlyn COVID-19 amddiffyn mamau a babanod rhag niwed y gellir ei osgoi. Gyda thystiolaeth gynyddol yn dangos y gallai menywod beichiog fod mewn mwy o berygl o salwch difrifol os ydynt yn cael COVID-19 o'u cymharu â gweddill y boblogaeth, yn enwedig yn y trydydd trimester, mae'r Coleg Brenhinol Obstetreg a Gynaecoleg a Choleg Brenhinol y Bydwagedd yn argymhell brechu fel un o'r ffyrdd gorau o amddiffyn rhag haint difrifol.

Mae'r Prif Swyddog Meddygol wedi apelio ar fenywod beichiog i dderbyn y brechlyn COVID-19 pan gaiff ei gynnig ac rydym wedi bod yn gweithio gydag lechyd Cyhoeddus Cymru a byrddau iechyd o rannu gwybodaeth â menywod beichiog a'r rhai sy'n gofalu amdanynt.

Profi, Orlhain, Diogelu

Mae ein gwasanaeth Profi, Orlhain, Diogelu wedi chwarae rôl hanfodol o ran helpu i reoli lledaeniad y coronafeirws. Mae gwaith modelu a wnaed ar gyfer ein Grŵp Cyngor Technegol wedi dangos bod Profi, Orlhain, Diogelu wedi llwyddo i gyfyngu ar drosglwyddiadau a'i fod yn fwy effeithiol pan fo lefelau cylchredeg y feirws yn isel (gan y gellir cysylltu â mwy o bobl a'u holrhain).

Mae i brofi ei rinweddau ynddo'i hun gan ei fod yn helpu i ynysu achosion positif. Mae ynysu cynifer o achosion positif â phosibl yn parhau i fod yn ymateb pwysig a chymesur i'r pandemig.

Mae Profi, Orlhain, Diogelu yn ddull hanfodol o leddfu risgiau. Dyna pam rydym wedi cadw dyletswydd gyfreithiol i bobl hunanynysu. Mae Profi, Orlhain, Diogelu wedi datblygu yn ystod y pandemig a bydd angen ei ddatblygu ymhellach i adlewyrchu'r newid yng nghydbwysedd y niwed, yn sgil y rhaglen frechu a'r gostyngiad mewn derbyniadau i'r ysbyty a chanlyniadau niweidiol. Mae ynysu pan fydd gan rywun symptomau a pharhau i ynysu ar ôl prawf llif unffordd neu PCR positif yn parhau i fod yn ffordd bwysig o leihau cyfraddau achosion a lledaeniad y feirws. Mae hyn yn ei dro yn helpu i leihau'r niwed sy'n gysylltiedig â COVID-19 a'r pwysau ar y GIG.

Mae gwaith modelu a gyhoeddwyd gan y Grŵp Cyngor Technegol yn dangos mai effaith fwyaf Profi, Orlhain, Diogelu yw'r effaith a ddaw yn sgil nodi symptomau, ynysu, cael prawf a pharhau i ynysu ar ôl canlyniad positif. Mae cyflymder drwy gydol y broses yn hanfodol. Mae effaith ddilynol orlhain cysylltiadau yn llai ond yn sylweddol.

Ym mis Awst, dilëwyd y gofyniad i oedolion sydd wedi'u brechu a phlant a phobl ifanc o dan 18 oed hunanynysu ar ôl cael gwybod eu bod wedi dod i gysylltiad ag achos positif. Roedd y penderfyniad hwn yn adlewyrchu'r niwed sy'n gysylltiedig â hunanynysu – niwed economaidd a chymdeithasol a'r effaith ar iechyd meddwl – wedi'i gydbwyso â'r risg y bydd pobl sydd wedi dod i gysylltiad ag achos positif yn profi'n bositif eu hunain. Mae gwaith modelu'r Grŵp Cyngor Technegol yn awgrymu y gallai'r newid hwn leihau'r pwysau sy'n gwrthio cyfraddau achosion i lawr, a hynny'n gyfystyr â gostyngiad o 0.3 yn Rt. Mae hyn yn adlewyrchu pwysigrwydd parhau i ynysu achosion positif.

Mae llwyddiant Profi, Orlhain, Diogelu wedi'i seilio ar y ffordd unigryw y mae'r system orlhain cysylltiadau wedi'i sefydlu yng Nghymru. Mae'r system hon wedi cyfuno goruchwyliaeth ac arbenigedd technegol cenedlaethol gan lechyd Cyhoeddus Cymru ag arbenigedd a gwybodaeth leol awdurdodau lleol a byrddau iechyd rhanbarthol i ddarparu'r gwasanaeth ar lawr gwlad.

Gan gydnabod gwerth ein gweithlu olrhain cysylltiadau, byddwn yn estyn y cyllid a ddarperir i dimau olrhain cysylltiadau Profi, Orlhain, Diogelu hyd at fis Mehefin 2022 er mwyn parhau i dorri cadwyni trosglwyddo COVID-19 ledled Cymru.

Byddwn yn adolygu'r sefyllfa o ran olrhain cysylltiadau dros fisoedd y gaeaf, gan ystyried sut y gallwn gynnal capasiti olrhain cysylltiadau i ymateb i amrywiolion sy'n peri pryder neu frigiadau o achosion lleol yn y dyfodol.

Profi

Y gaeaf hwn, byddwn yn parhau i gynnal profion yn eang yn y gymuned. Yn wir, o gofio'r risgiau ychwanegol y gaeaf hwn yn sgil y fflw, byddwn yn cynyddu profion ar gyfer rhai grwpiau risg uchel drwy ddefnyddio prawf a all ganfod y fflw a COVID-19 (a elwir yn brofion amlddadansoddiad).

Bydd ein dull gweithredu dros y gaeaf yn parhau i fod wedi'i seilio ar y canlynol:

- Profi i wneud diagnosis, gan gynnwys profion amlddadansoddiad.
- Profi i ddiogelu, a fydd hefyd yn cynnwys profion amlddadansoddiad ar gyfer achosion symptomatig mewn cartrefi gofal.
- Profi i ddarganfod o fewn y gymuned.
- Profi i gynnal, gan atgyfnerthu gwasanaethau/sicrhau diogelwch seicolegol mewn lleoliadau addysg a gweithleoedd.
- Profi i alluogi, a fydd yn cynnwys gofynion profi ar gyfer y Pàs COVID a theithio rhyngwladol.

Mae'r capasiti profi i gefnogi ein dibenion profi yn fwy nag erioed ac mae'r rhwydwaith labordai wedi bod yn dychwelyd canlyniadau cyflym yn gyson. Serch hynny, mae gwaith modelu'n awgrymu bod perygl y gallai'r galw am brofion fod yn fwy na capasiti labordai ledled y DU os bydd hi'n aeaf anodd gyda lefelau uchel o feirysau anadlol yn cylchredeg. Os bydd hyn yn digwydd, mae'n bosibl y bydd rhaid inni flaenoriaethu'r defnydd o brofion PCR ac edrych ar y ffordd orau o ddefnyddio profion llif unffordd.

Ymhen amser, rydym yn gobeithio y gellir 'normaleiddio' ein hymateb i COVID-19, felly, fel gyda feirysau eraill y gaeaf, bydd profion yn cael eu cynnal at ddibenion mwy cyfyngedig, megis diagnosis clinigol a gwyliadwriaeth.

Orlhain

Mae ein timau olrhain cysylltiadau lleol, drwy eu hymroddiad a'u proffesiynoldeb, wedi helpu i dorri cadwyni trosglwyddo ac wedi cefnogi pobl a oedd yn wynebu'r her o orfod hunanynysu. Gan nad yw'n ofynnol mwyach i oedolion sydd wedi'u brechu'n llawn na phlant a phobl ifanc o dan 18 hunanynysu ar ôl cael gwybod gan y gwasanaeth Profi, Orlhain, Diogelu eu bod wedi dod i gysylltiad ag achos positif, bydd y gwaith olrhain cysylltiadau yn canolbwyntio ar feysydd lle y gall gael yr effaith fwyaf.

Dyma fydd ein dull gweithredu diwygiedig ar gyfer olrhain cysylltiadau:

- **Diogelu unigolion agored i niwed.** Yn hytrach na mynd ati'n awtomatig i olrhain pob achos a'u cysylltiadau yn unigol, bydd timau olrhain cysylltiadau yn canolbwyntio ar ganfod y rhai sy'n gweithio mewn lleoliadau penodol (megis gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol neu wasanaethau brys) neu'r rhai sydd heb eu brechu'n llawn.
- **Gweithio tuag at fod yn ddigidol yn bennaf.** Byddwn yn awtomeiddio rhagor o'r broses olrhain cysylltiadau drwy gysylltu'n ddigidol a thargedu galwadau at y rhai sydd angen cyngor penodol. Byddwn yn defnyddio arbenigedd am ymddygiad i sicrhau bod pob cysylltiad yn cyfrif gan gynnwys sut i gyfleu pwysigrwydd brechu pan fydd swyddogion olrhain cysylltiadau yn siarad ag achosion/cysylltiadau sydd heb eu brechu, a'u cyfeirio at ragor o wybodaeth.
- **Rheoli risgiau teithio rhyngwladol.** Mae'r camau i lacio'r gofynion teithio rhyngwladol ymhellach yn golygu bod risg sylweddol o fewnforio achosion ac amrywiolion sy'n peri pryder o dramor. Mae'n hanfodol o hyd bod teithwyr sy'n cyrraedd Cymru yn cael eu holrhain i sicrhau bod y rhai y mae'n ofynnol iddynt ynysu yn ymwybodol o'u dyletswydd gyfreithiol i wneud hynny. Byddwn yn defnyddio adnoddau'n well i gysylltu eto â'r rhai nad ydynt yn ymateb i ymyriadau digidol er mwyn monitro cydymffurfiaeth â threfniadau profi gorfodol.

Diogelu

Nod sylfaenol Profi, Olrhain, Diogelu yw cefnogi hunanyngysu er mwyn lleihau ac atal lledaeniad pellach. Mae nodi'r rhai y mae angen iddynt ynysu yn elfen hanfodol ond mae hi'r un mor bwysig darparu'r cymorth sy'n helpu pobl i wneud y peth iawn a chydymffurfio â'r gofyniad hwnnw. Bydd helpu pobl i hunanyngysu yn parhau i fod yn elfen hanfodol o'r gwasanaeth Profi, Olrhain, Diogelu. Mae cymorth ariannol ar gael o hyd drwy'r taliadau cymorth hunanyngysu ac mae awdurdodau lleol a'r trydydd sector yn parhau i ddarparu rhwydweithiau cymorth ehangach.

Ymateb lleol a rhanbarthol

Mae camau gweithredu lleol, wedi'u cydlynu, wrth wraidd ein dull o ymateb i'r pandemig ac mae hynny i'w weld yn y cynlluniau atal ac ymateb lleol sydd gennym ledled Cymru. Bydd y cynlluniau hyn yn cael eu diwygio i adlewyrchu'r canllawiau a'r rheoliadau sydd ar waith ar gyfer COVID-19 ar lefel rhybudd sero a'r heriau sy'n wynebu'r GIG a gwasanaethau cyhoeddus yn yr hydref a'r gaeaf.

Bydd awdurdodau lleol, y GIG a phartneriaid lleol eraill yn dal i weithio gyda'i gilydd i barhau i gadw golwg ar risgiau COVID-19 a'u rheoli. Eu nod strategol fydd cynnal nifer yr achosion ar lefel y gellir ei rheoli fel na fydd y GIG yn cael ei lethu.

Bydd y partneriaethau amlasiantaeth hyn yn parhau i roi cymorth i fusnesau, lleoliadau addysg, lleoliadau caeedig a gwasanaethau hanfodol. Drwy gynlluniau wrth gefn, byddant yn sicrhau eu bod yn gallu ymateb yn brydlon ac yn effeithiol i ymchwydd lleol mewn achosion o COVID-19, a allai gael ei achosi naill ai gan imiwnedd yn gwanhau neu ymddangosiad amrywiolyn newydd. Bydd angen i unrhyw ymateb i bwysau lleol yn sgil achosion o COVID-19 gael ei gydbwyso â'r pum niwed sydd eisoes wedi'u nodi yn y cynllun hwn.

I ddechrau, byddem yn delio ag unrhyw ymchwydd mewn achosion o COVID-19 drwy ymateb lleol neu ranbarthol ychwanegol, ond mae'r fframwaith lefelau rhybudd yn rhoi hyblygrwydd inni roi rheoliadau ar waith yn lleol, yn rhanbarthol neu'n genedlaethol. Rydym yn gobeithio na fydd angen inni gyflwyno cyfyngiadau newydd ond os byddant yn angenrheidiol byddwn yn ystyried cymesuredd unrhyw fesurau yn ofalus. Bydd ein dangosyddion diwygiedig, a nodir yn atodiad A, ynghyd â gwybodaeth leol ac arbenigedd proffesiynol, yn pennu pa gamau pellach sy'n angenrheidiol.

Mesurau Sylfaenol ar Lefel Rhybudd Sero

Yn ein diweddariad i *Gynllun Rheoli'r Coronafeirws* ym mis Gorffennaf, nodwyd y mesurau sylfaenol ar lefel rhybudd sero. Rydym wedi diweddu'r rhain ar gyfer yr hydref a'r gaeaf i sicrhau eu bod yn gymesur o hyd. Yn ogystal â chadw'r mesurau sylfaenol, bydd y Pàs COVID yn orfodol ar gyfer rhai digwyddiadau a lleoliadau o 11 Hydref ymlaen.

Asesiadau Risg Coronafeirws a Mesurau Rhesymol

Rydym wedi cadw'r gofyniad cyfreithiol i fusnesau a sefydliadau eraill gynnal asesiad risg penodol ar gyfer y coronafeirws a rhoi mesurau ar waith i leihau risgiau. Mae canllawiau wedi'u darparu i gyflogwyr, busnesau a sefydliadau eraill¹⁵ i helpu i nodi a rheoli risgiau yn sgil y coronafeirws. Mae hyn yn cynnwys risgiau a mesurau cyffredin y dylai pob lleoliad a digwyddiad eu hystyried, gan gynnwys awyru, rheoli mannau prysur iawn, a chadw pellter corfforol pan fo'n bosibl. Byddwn yn gweithio gyda rhanddeiliaid ymhellach i sicrhau bod eu sectorau'n ymwybodol o'r holl fesurau rhesymol, megis awyru, a'u bod yn eu deall yn llawn. Mae cardiau gweithredu¹⁶ hefyd wedi'u cyhoeddi i amlygu risgiau penodol a mesurau rhesymol y gellir eu rhoi ar waith mewn sectorau neu leoliadau penodol.

Bydd angen i fusnesau a sefydliadau eraill barhau i ddarparu gwybodaeth ynglŷn â'r risgiau a'r mesurau a gymerir yn eu lleoliadau yn ystod yr hydref a'r gaeaf. Yn ogystal, mae'n ofynnol i gyflogwyr ymgynghori â'u cyflogeion a rhoi gwybod iddynt am y risgiau a nodwyd yn yr asesiadau risg hyn ac am y mesurau rhesymol a gymerir i leihau'r risgiau. Bydd cynnal neu wella'r mesurau rhesymol a gymerir yn parhau i fod yn bwysig dros y misoedd nesaf.

Fel sydd wedi bod yn digwydd dros y 18 mis diwethaf, bydd gwasanaethau diogelu'r cyhoedd awdurdodau lleol ledled Cymru yn parhau i fynd ati i gynghori a helpu busnesau a sefydliadau eraill i reoli risgiau yn sgil y coronafeirws. Byddant hefyd yn ymateb i gwynion lleol a gwybodaeth arall, gan gynghori busnesau ynglŷn â mesurau gwelliant. Pan fo angen, byddant yn cymryd camau gorfodi a all gynnwys rhoi hysbysiadau cosb benodedig, hysbysiadau gwella neu gau lleoliad neu bwerau cyfarwyddo ar gyfer lleoliadau, digwyddiadau a mannau cyhoeddus.

¹⁵ Lefel rhybudd 0: canllawiau i gyflogwyr, busnesau a sefydliadau
llyw.cymru/lefel-rhybudd-0-canllawiau-i-gyflogwyr-busnesau-sefydliadau

¹⁶ Cardiau gweithredu mesurau rhesymol ar gyfer busnesau a sefydliadau: coronafeirws
llyw.cymru/cardiau-gweithredu-mesurau-rhesymol-ar-gyfer-busnesau-sefydliadau-coronafeirws

Pàs COVID y GIG

Mae'r Pàs COVID yn un o'r mesurau rhesymol y gall lleoliadau a digwyddiadau eu cyflwyno i leihau risg coronafeirws ar lefel rhybudd sero. Mae'n galluogi pobl i ddarparu tystiolaeth eu bod wedi'u brechu'n llawn neu wedi cael canlyniad prawf negatif diweddar. Mae'r Pàs COVID yn wahanol i dystysgrif frechu gan ei fod hefyd yn cynnwys canlyniadau prawf, gan roi dewis arall i bobl sy'n methu â chael y brechlyn; sydd heb eu brechu eto neu nad ydynt am gael eu brechu.

Yn ôl Llywodraeth y DU¹⁷ mae dros 200 o leoliadau'n defnyddio'r Pàs COVID yn y DU ac mae llawer o leoliadau a digwyddiadau byw ledled Cymru wedi'i ddefnyddio'n llwyddiannus. Mae'n cael ei gydnabod ar draws yr UE lle ceir cynlluniau cyfatebol ar gyfer lleoedd amrywiol o fwytai i sinemâu a theatrau.

O 11 Hydref ymlaen, bydd yn ofynnol i oedolion 18 oed a throsodd yng Nghymru ddefnyddio'r Pàs COVID i ddangos eu bod naill ai wedi'u brechu'n llawn neu wedi cael prawf llif unffordd negatif er mwyn mynd i'r lleoliadau canlynol:

- Clybiau nos a lleoliadau tebyg.¹⁸
- Digwyddiadau o dan do heb seddi ar gyfer mwy na 500 o bobl, fel cyngherddau neu gonfensiynau.
- Digwyddiadau awyr agored heb seddi ar gyfer mwy na 4,000 o bobl.
- Unrhyw leoliad neu ddigwyddiad sy'n cynnwys mwy na 10,000 o bobl.

Ystyrir y rhain yn lleoliadau ac yn ddigwyddiadau "risg uwch" gan ei bod yn anos cyflwyno mesurau rhesymol ynddynt, megis awyru neu gadw pellter cymdeithasol i leddfu risg y coronafeirws. Hefyd, ceir peth tystiolaeth o ddigwyddiadau lle heintir llawer o bobl yn y DU ac o amgylch y byd mewn perthynas â chlybiau nos, digwyddiadau chwaraeon, a gwyliau¹⁹.

Bydd y gofyniad i ddefnyddio'r Pàs COVID i gael mynediad yn helpu i leihau'r risg y bydd pobl sydd wedi'u heintio â'r coronafeirws yn mynd i mewn i leoliadau a digwyddiadau ac yn lledaenu'r feirws. Serch hynny, ni fydd yn cael gwared â'r risg honno'n llwyr.

Mae'n bwysig nodi na fydd defnyddio'r Pàs COVID, ar ei ben ei hun, yn dileu'r holl risgiau sy'n gysylltiedig â'r lleoliadau hyn. Bydd yn bwysig i bobl sy'n mynd i ddigwyddiadau a lleoliadau barhau i fod yn ofalus. Yn ogystal, dylai lleoliadau ystyried pa fesurau rhesymol eraill y gallant eu rhoi ar waith i leihau'r risg i staff a chwsmeriaid ymhellach.

¹⁷ Ymateb i COVID-19: Cynllun yr Hydref a'r Gaeaf 2021

www.gov.uk/government/publications/covid-19-response-autumn-and-winter-plan-2021

¹⁸ Sef lleoliadau sy'n gweini alcohol ac yn chwarae cerddoriaeth ar gyfer dawnio, os ydynt ar agor unrhyw bryd rhwng hanner nos a 5am.

¹⁹ Y Grŵp Cyngor Technegol: cyngor i glybiau nos a lleoliadau adloniant oedolion
llyw.cymru/y-grwp-cyngor-technegol-cyngor-i-glybiau-nos-lleoliadau-adloniant-oedolion

Mae systemau gwahanol ar waith ar draws y DU. Bydd y Pàs COVID yn orfodol ar gyfer y lleoliadau a'r digwyddiadau a nodir uchod yng Nghymru o 11 Hydref ymlaen. Bydd y defnydd ohono yn ddewisol yn Lloegr – bydd rhai lleoliadau a digwyddiadau'n dewis ei ddefnyddio. Yng Ngogledd Iwerddon, mae'r Pàs COVID yn cael ei argymhell. Yn yr Alban, bydd tystysgrif frechu yn orfodol o 18 Hydref, gan olygu mai dim ond pobl sydd wedi'u brechu'n llawn fydd yn cael mynd i leoliadau a digwyddiadau penodol.

Gweithio Gartref

Rydym yn parhau i ofyn i bawb sy'n gallu gweithio gartref i wneud hynny o hyd. Mae hyn yn arbennig o bwysig pan fo cyfraddau achosion yn y gymuned yn uchel, gan y gall cysylltiadau rhwng pobl yn y gweithle gynyddu'r gyfradd drosglwyddo'n sylweddol. Gweithio gartref yw un o'r ymddygiadau amddiffynnol allweddol a all helpu i leihau cyfraddau trosglwyddo.²⁰

Drwy barhau i weithio gartref pan fo'n bosibl, gallwn ddarparu mwy o ryddid mewn meysydd eraill. Nid yw'n bosibl i bawb weithio gartref a bydd gan bobl resymau dros fod angen bod yn y swyddfa neu'r gweithle. Rydym yn cydnabod bod manteision ac anfanteision yn sgil gweithio gartref, gan gynnwys y perygl o waethygu anghydraddoldebau. Wrth i gyfraddau'r coronafeirws ostwng, hoffem symud i fodel gweithio hybrid yn y sectorau hynny lle mae'n bosibl.

Serch hynny, oherwydd cyfraddau trosglwyddo uchel yn y gymuned a risgiau i'r GIG, rydym yn gofyn i unrhyw gynlluniau i ddychwelyd yn raddol i swyddfeydd a gweithleoedd, pan fo modd rheoli'r effeithiau ar fusnesau, gael eu hatal am y tro i'n helpu drwy gyfnod y gaeaf.

Mae'n bwysig iawn nad yw pobl yn mynd i'w gwaith os oes ganddynt symptomau'r coronafeirws neu os ydynt yn sâl yn gyffredinol. Gall polisïau cefnogol ar gyfer salwch a gweithio gartref helpu i atal lledaeniad y coronafeirws – a feirysau eraill – mewn gweithleoedd, a allai arwain at frigiadau o achosion a mwy fyth o bobl yn gorfod hunanynysu neu'n mynd yn ddifrifol wael. Gallai polisïau cefnogol hefyd liniaru effeithiau posibl feirysau anadlol eraill, fel y fflw.

²⁰ Datganiad consensws gan is-grŵp Gweithredol y Grŵp Gwyddonol ar Ffliw Pandemig – Modelu (SPI-M-O) ar gyfer y Grŵp Cynghori Gwyddonol ar Argyfyngau (SAGE), 30 Mehefin 2021
www.assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/1000410/S1298_SPI-M-O_Consensus_Statement.pdf

Gorchuddion wyneb

Bydd gwisgo gorchudd wyneb mewn mannau cyhoeddus o dan do yn parhau i fod yn ofyniad cyfreithiol tra mae'r cyfraddau trosglwyddo'n uchel a thrwy gydol yr hydref a'r gaeaf. Nodir y gofyniad o ran gorchuddion wyneb mewn lleoliadau addysg yn y fframweithiau addysg a gyhoeddwyd.

Os bydd amodau'n gwella'n sylweddol, byddwn yn adolygu ein safbwynt ynghylch gorchuddion wyneb, ond rydym yn disgwyl i'r gofynion ar drafnidiaeth gyhoeddus, mewn lleoliadau manwerthu ac mewn lleoliadau gofal iechyd fod mewn grym am beth amser eto.

Addysg a gofal plant

Mae'r sefyllfa nawr yn wahanol iawn i'r un ar ddechrau'r pandemig. Rydym yn gwybod llawer mwy am y feirws a beth sy'n gwneud rhywun yn fwy neu'n llai agored i salwch difrifol pan fydd yn cael ei heintio gyda COVID-19, ac mae hyn wedi'n galluogi i addasu ein cyngor a'n dulliau gweithredu yn ôl yr amgylchiadau wrth iddynt newid. Er gwaethaf heriau'r gaeaf, rydym yn disgwyl i leoliadau gofal plant (gan gynnwys Dechrau'n Deg), lleoliadau chwarae, ysgolion, colegau a phrifysgolion aros ar agor. Golyga hyn fod gofyn i'n gweithlu addysg a gofal plant fynd i'w gwaith ac nad oes modd iddynt bob amser weithio gartref. Mae cefnogi addysg a datblygiad pob plentyn a pherson ifanc yn flaenoriaeth, ac mae darpariaeth addysg yn wasanaeth hanfodol.

Mae lleoliadau addysg yn lleoliadau rheoledig ac felly nid ystyrir eu bod yn risg uchel. Mae cydbwysio mathau o niwed wedi bod yn ystyriaeth bwysig yn y penderfyniad i flaenoriaethu dysgu wyneb yn wyneb. Rydym wedi gweld yr effaith negyddol ar blant, pobl ifanc ac oedolion sy'n dysgu yn sgil y tarfu ar addysg a gofal plant dros y 18 mis diwethaf. Mae hyn wedi effeithio ar eu haddysg, eu datblygiad a'u hiechyd a'u lles meddwl. Rydym yn rhoi hawliau plant a'r hawl i gael addysg wrth wraidd ein cynlluniau. I'r perwyl hwnnw, byddwn yn ymdrechu i osgoi tarfu ar wasanaethau ehangach ar gyfer plant a phobl ifanc, a'u teuluoedd, gan gynnwys gwasanaethau ieuenctid a gweithgareddau o dan oruchwyliaeth lle caiff unrhyw risgiau eu lliniaru i alluogi plant i'w mynychu.

Mae'n hanfodol o hyd nad yw plentyn, dysgwr neu aelod o staff sy'n profi'n bositif am y coronafeirws yn mynd i'r lleoliad gofal plant neu addysg, a bod unrhyw un dros bum mlwydd oed sydd â symptomau'r coronafeirws yn cael prawf. Byddwn yn parhau i bwysleisio pwysigrwydd hylendid dwylo da a mesurau glanhau ac awyru effeithiol, ynghyd a'r defnydd o asesiadau risg fel sail ar gyfer mesurau lliniaru ar lefel leol. Rydym hefyd wedi cyflwyno profion asymptomatig ychwanegol ar gyfer dysgwyr a staff ysgolion uwchradd, addysg bellach ac addysg uwch sydd wedi dod i gysylltiad agos ar eu haelwyd ag achos positif. Rydym yn disgwyl i ddysgwyr a staff ddefnyddio'r rhain i helpu i gadw ein lleoliadau addysg mor ddiogel â phosibl. Golyga hyn ein bod yn gallu nodi achosion yn gynnar a'u hatal rhag lledaenu. Fodd bynnag, mae hefyd yn golygu y bydd nifer yr achosion ymysg pobl ifanc efallai'n ymddangos yn anghymesur o uchel, o'u cymharu â grwpiau hŷn; y mwyaf o brofion yr ydych yn eu gwneud, y mwyaf o achosion y byddwch yn eu darganfod.

Mae canllawiau wedi'u darparu i gefnogi lleoliadau gofal plant a gwaith chwarae, gan gynnwys darparwyr Dechrau'n Deg, wrth iddynt barhau i weithredu. Mae gan ysgolion, colegau a phrifysgolion fframweithiau i'w galluogi i ymateb i'r sefyllfa yn eu hardal leol, a'i rheoli. Mae hyn yn bwysig gan ein bod yn gwybod y bydd lleoliadau gwahanol yn wynebu heriau gwahanol dros y misoedd nesaf, ac y bydd hyblygrwydd i addasu mesurau yn sicrhau y gall ein plant a'n pobl ifanc barhau i ddysgu.

Y ffordd orau o reoli risgiau personol yw drwy dderbyn y cynnig o frechiad, ac rydym yn annog y rhai sy'n gymwys i gael eu brechu i fanteisio ar y cynnig hwnnw. Mae'r rhaglen frechu ar gyfer pobl ifanc 16 a 17 mlwydd oed; plant sydd â chyflyrau ieched sy'n bodoli eisoes a phlant 12-15 mlwydd oed wedi dechrau. Mae myfyrwyr sy'n astudio yng Nghymru hefyd yn cael eu hannog i fanteisio ar y cynnig o frechiad a chofrestru â meddyg teulu. Nod y rhaglen frechu yw diogelu ieched a lleihau unrhyw darfu pellach ar addysg yn ystod y pandemig.

Teithio Rhyngwladol

Mae mesurau iechyd ar y ffin i helpu i leihau'r risg o fewnforio heintiau coronafeirws newydd, yn enwedig amrywiolion newydd, yn sgil teithio rhyngwladol yn amddiffyniad pwysig.

Mae hyder cynyddol bod brechu rhywun yn llawn yn helpu i leihau ei risg o gael ei heintio ar ôl dod i gysylltiad â'r feirws ac o bosibl yn lleihau'r gallu i drosglwyddo'r haint i eraill. Serch hynny, ni fydd pawb sydd am deithio wedi cwblhau eu rhaglen frechu ac yn fyd-eang mae'r ffigurau ar gyfer y rhai sydd wedi'u brechu'n llawn yn isel o hyd.

Amrywiolion newydd yw un o'r risgiau mwyaf i lwyddiant ein rhaglen frechu ac i'r ymdrech i gadw nifer yr achosion ar lefel nad yw'n rhoi pwysau pandemig anghynaliadwy ar y GIG. Os bydd amrywiolion newydd, yn enwedig un sy'n osgoi ein brechlynnau, yn ymsefydlu yn y DU, gallem unwaith eto weld lefelau uchel o salwch difrifol, derbyniadau i'r ysbyty a marwolaethau.

Dyna pam y mae Llywodraeth Cymru, ynghyd ag eraill, wedi galw'n gyson ar Lywodraeth y DU i fod ag ymagwedd ragofalus tuag at ailagor teithio rhyngwladol.

Pan fo'n bosibl a phan fo sail resymegol o ran iechyd y cyhoedd, rydym wedi ceisio sicrhau bod ein mesurau iechyd ar y ffin yn gyson â thair gwlad arall y DU, yn enwedig Lloegr gan y bydd y mwyafrif helaeth o bobl yng Nghymru yn defnyddio maes awyr neu borthladd yn Lloegr i deithio dramor.

Byddwn yn parhau i weithio ar draws y DU i gytuno ar fesurau diogelu cyffredin i leihau risgiau teithio rhyngwladol. Mae gofynion profi a chwariantin penodol ar gyfer teithwyr rhyngwladol sy'n cyrraedd Cymru mewn grym o hyd ac rydym ni'n credu y bydd angen i unrhyw newidiadau yn y dyfodol ganolbwyntio ar gyngor iechyd y cyhoedd ac asesiad o'r risgiau.

Gall pobl sy'n byw yng Nghymru sydd wedi'u brechu'n llawn gael tystysgrif frechu drwy ein gwasanaeth digidol. Mae'n galluogi pobl i weld eu statws brechu a lawrlwytho'r dystysgrif i'w defnyddio pan fyddant yn teithio'n rhyngwladol. Mae'r wybodaeth hon yn cyfateb i'r hyn a ddarperir gan ap y GIG yn Lloegr. Mae tystysgrifau papur hefyd ar gael i bobl na all ddefnyddio'r opsiwn digidol neu nad ydynt eisiau defnyddio'r opsiwn digidol.

Beth allai ddigwydd o ran COVID-19 dros y gaeaf

Mae'n ansicr beth fydd cwrs y pandemig dros y gaeaf – mae'r feirws hwn wedi ein synnu droeon ac mae'n ymddwyn mewn ffordd na ellir ei rhag-weld. A ninnau ar ddechrau'r hydref, mae brig y don delta'n dynesu ac mae gaeaf anodd o'n blaenau, gyda phosibilrwydd o dymor fflwg gwael ac afiechydon tymhorol eraill. Serch hynny, mae lle i fod yn optimistaidd hefyd – rydym yn gobeithio y bydd nifer yr achosion o'r coronafeirws yn gostwng ac y bydd pwysau'r pandemig yn gostegu.

Byddwn yn creu cynlluniau i ymateb yn gyflym i ystod eang o sefyllfaoedd posibl ar gyfer y misoedd i ddod.

Yn yr adran hon, rydym yn disgrifio dwy brif senario – **Covid Sefydlog** a **Covid Brys** – a'r mesurau y byddwn yn eu gweithredu i reoli cyfraddau trosglwyddo pe bai pwysau'r pandemig ar y GIG yn mynd yn anghynaliadwy. Mae'r rhain yn adeiladu ar y gwersi a ddysgwyd dros y 18 mis diwethaf.

Covid Sefydlog: Gaeaf anodd a throsi i normal newydd yn 2022

O dan senario **Covid Sefydlog**, rydym yn dechrau trosi tuag at sefyllfa lle mae'r coronafeirws yn un o'r feirysau anadlol niferus yr ydym yn eu rheoli fel rhan o "fusnes fel arfer". Nid yw hyn yn golygu y bydd yn diflannu neu'n peidio â gwneud pobl yn sâl. Byddwn yn dal i weld brigadau o achosion ac epidemigau, yn enwedig mewn pobl sydd heb eu brechu, a gallai'r rhain drosglwyddo i grwpiau sydd wedi'u brechu.

Mae'n bosibl y bydd brigadau o achosion yn fwy tebygol yn yr hydref a'r gaeaf wrth i bobl dreulio mwy o amser o dan do, lle mae'r risg o drosglwyddo'r feirws yn llawer mwy.

Nid ydym eto wedi cyrraedd pwynt lle mae gan ddigon o boblogaeth Cymru imiwnedd – naill ai drwy'r brechlyn neu haint blaenorol – i achosi i'r epidemig presennol grebachu heb rai mesurau rheoli ar waith.

Byddwn felly'n cadw'r mesurau sylfaenol presennol ar lefel rhybudd sero, i geisio atal y lefel o dwf cynyddol yr ydym wedi'i weld yn y don delta hon ac mewn tonnau blaenorol. Gallai hynny, pa na baem yn ei reoli, arwain at bwysau anghynaliadwy ar y GIG.

O dan y senario hon, efallai y bydd nifer yr achosion yn parhau i godi a gostwng dros yr hydref a'r gaeaf. Er ei bod yn bosibl y bydd cyfraddau achosion yn cyrraedd y lefelau uchaf a welwyd mewn tonnau blaenorol, neu'n mynd y tu hwnt iddynt, diolch i lwyddiant y rhaglen frechu a'r amddiffyniad gan y brechlyn, nid ydym yn disgwyl gweld yr un lefel o bwysau pandemig ar y GIG ag a welwyd yn ystod gaeaf 2020. Os bydd mwy fyth o bobl yn cael eu brechu, gallwn ddisgwyl i lai o bobl fynd yn ddifrifol wael ac i fwy o fywydau gael eu hachub.

Mae ein rhaglen frechu wedi bod yn llwyddiant enfawr, ond mae cyfanswm y rhai sydd heb eu brechu o hyd yn parhau'n uchel (er enghraifft, nid yw tua 150,000 o bobl 18-29 oed a 100,000 o bobl 30-39 oed yng Nghymru wedi'u brechu'n llawn). Mae amrywiolyn delta, sy'n drosglwyddadwy iawn, yn cylchredeg ar lefelau uchel yng Nghymru ar hyn o bryd, felly mae nifer sylweddol o bobl yn agored i'r risg o ddal a lledaenu'r feirws.

Mae rhai mesurau ychwanegol y gallwn ystyried eu cyflwyno yn y senario **Covid Sefydlog** os bydd angen. Mae'r rhain yn cynnwys mesurau sy'n tarfu llai ar fywydau pobl ac sy'n galluogi pob busnes a lleoliad i aros ar agor. Os bydd amodau'n gwella, gellid llacio mesurau.

- Fframweithiau anneddfwriaethol a roddir ar waith gan sefydliadau a sectorau, gan addasu yn ôl y sefyllfa leol, fel y fframwaith a geir ar gyfer addysg.
- Os bydd angen camau pellach:
 - Estyn y defnydd o'r Pàs COVID i leoliadau eraill, gan ddysgu o brofiad gwledydd eraill lle mae mesurau tebyg wedi helpu i reoli cyfraddau trosglwyddo heb gau lleoedd.
 - Ystyried cyflwyno tystysgrif frechu, cyhyd â bod materion o ran cydraddoldeb a materion moesegol wedi'u lliniaru.
- Os bydd amodau'n gwella'n sylweddol:
 - Dileu'r gofyniad cyfreithiol i ddefnyddio'r Pàs COVID ym mhob lleoliad, neu rai ohonynt.
 - Dileu'r gofyniad cyfreithiol i wisgo gorchudd wyneb ym mhob lleoliad, neu rai ohonynt.
 - Gellid cynghori symud yn raddol oddi wrth weithio gartref i fodel gweithio hybrid.

Covid Brys: Pwysau anghynaliadwy ar y GIG yn sgil COVID-19

Mae **Covid Brys** yn disgrifio senario lle y gallem orfod cymryd camau brys pe baem unwaith eto'n profi pwysau pandemig tebyg ar y GIG fel y gwnaethom yn ystod gaeaf 2020, pan amrywiolyn alffa (Caint) oedd ffurf fwyaf cyffredin y feirws.

Bu sawl troad annymunol ar hyd y ffordd yn ystod y pandemig hwn – a rhaid inni baratoi a chynllunio ar gyfer rhagor. Mae **Covid Brys** yn rhag-weld sefyllfa iechyd y cyhoedd sy'n dirywio wedi'i achosi gan amrywiolyn newydd sy'n dod i'r amlwg, er enghraifft, neu leihad cyflym o ran imiwnedd i'r brechlyn – dau ffactor a allai arwain at gynnydd sydyn mewn salwch difrifol, derbyniadau i'r ysbty a marwolaethau o COVID-19, gan roi pwysau anghynaliadwy ar y GIG.

Pe bai senario o'r fath yn codi, lle'r oedd y fath fygythiad i iechyd y cyhoedd a bywydau pobl a bod pwysau pandemig yn golygu bod y gwasanaeth iechyd mewn perygl o gael ei lethu, byddai'n rhaid inni ystyried cyfyngiadau eto.

Mewn amgylchiadau o'r fath, mae'r system lefelau rhybudd yn parhau i fod ar waith – bydd y rhain yn parhau i fod yn opsiwn olaf. Mae'r gwahanol lefelau rhybudd – sy'n amrywio o sero i bedwar (cyfnod clo) – yn cynnig gwahanol raddfeydd o ymateb. Byddai unrhyw ddefnydd o'r system lefelau rhybudd yn y dyfodol yn gymesur â'r risg benodol. Er enghraifft, pe bai imiwnedd yn lleihau, efallai y bydd angen rhoi cyfyngiadau ar waith ar gyfer y cyfnod y mae'n ei gymryd i gwblhau rhaglen pigiadau atgyfnerthu.

Mae cost sylweddol iawn i gyflwyno cyfyngiadau ar ryddid a hawliau pobl, yn ogystal ag ar wasanaethau cyhoeddus, busnesau a sefydliadau eraill, y mae pobl yn dibynnu arnynt. Mae'r costau hyn yn cynyddu gyda lefel y cyfyngiadau a osodir. Mae'r gost nid yn unig yn gost ariannol ond mae hefyd yn cael ei theimlo o ran iechyd corfforol a meddyliol pobl a'u lles. At hynny, nid yw'r effeithiau hyn yn cael eu rhannu'n gyfartal ar draws y boblogaeth, a thrwy gydol y pandemig mae cyfyngiadau wedi gwaethygu anghydraddoldebau sylfaenol. Rydym wedi ystyried y materion hyn a byddwn yn parhau i'w hystyried wrth inni wneud unrhyw benderfyniadau.

Er nad ydym yn credu y bydd angen mesurau o dan senario **Covid Brys** yr hydref neu'r gaeaf hwn, ni allwn eu diystyru'n llwyr fel opsiwn olaf.

Fel y nodwyd yn gynharach, mae senarios hefyd lle mae pwysau ar y GIG yn cynyddu drwy'r gaeaf yn sgil ffactorau nad ydynt yn ymwneud â Covid – mae'r materion hyn yn cael eu hystyried fel rhan o waith cynllunio ar gyfer tymor y gaeaf. Bydd cynllun y gaeaf yn cael ei gyhoeddi ar 21 Hydref.

Cymorth i fusnesau

Ers mis Ebrill 2020, mae Llywodraeth Cymru wedi darparu mwy na £2.6bn i gefnogi busnesau Cymru, mewn pecyn sydd wedi'i gynllunio i ategu ac adeiladu ar y cymorth a ddarperir gan Lywodraeth y DU.

Mae Llywodraeth Cymru wedi darparu mwy na £400m o gymorth busnes yn ychwanegol at gyfran Cymru o wariant Llywodraeth y DU ar gymorth busnes yn Lloegr. Mae'r ffordd hon o fynd ati sydd wedi'i thargedu, yn canolbwyntio'n benodol ar gefnogi busnesau bach a chymunedau yng Nghymru, wedi helpu i ddiogelu cannoedd o filoedd o swyddi yng Nghymru a allai fod wedi'u colli fel arall.

Roedd y pecyn diweddaraf (£55m) o'r Gronfa Cadernid Economaidd yn cynnwys cymorth brys i fusnesau yr effeithiwyd arnynt o hyd gan gyfyngiadau ac roedd yn cynnwys taliad atodol i'r busnesau yr effeithiwyd arnynt fwyaf wrth i lefel rhybudd un gael ei chyflwyno'n raddol. Roedd yn cwmpasu rhai costau gweithredu tan ddiwedd mis Awst. Ar wahân, mae ail gam y Gronfa Adferiad Diwylliannol wedi darparu £30m rhwng mis Ebrill a mis Medi 2021.

Rydym wedi rhoi gwerth ardrethol o hyd at £500,000 i bob busnes yn y sectorau manwerthu, hamdden a lletygarwch gyda chynllun sy'n rhoi hoe rhag talu ardrethi busnes tan fis Ebrill 2022. Rydym hefyd wedi cadw cyllid yn y flwyddyn ariannol hon pe bai angen rhagor o gymorth busnes brys.

Yn ogystal, rydym yn parhau i gefnogi busnesau drwy, ymysg pethau eraill, ein Cronfa Dyfodol yr Economi, Cronfa'r Economi Sylfaenol a Banc Datblygu Cymru, y cwbl ochr yn ochr â chymorth a chyngor gan Busnes Cymru.

Dangosyddion a meini prawf ar gyfer monitro

Wrth i'r pandemig esblygu ac rydym yn dysgu rheoli'r coronafeirws ochr yn ochr â feirysau anadlol eraill, bydd sut rydym yn ei fonitro yn newid. Byddwn yn parhau i gyhoeddi adroddiad sefyllfa COVID-19 bob pythefnos yn ystod yr hydref a'r gaeaf, ond bydd hyn yn cael ei adolygu'n gyson.

Bydd y casgliad o ddangosyddion a gwybodaeth ategol a ddefnyddiwn yn ein helpu i ddeall y cwestiynau canlynol:

1. Pa effaith y mae COVID-19 a heintiau anadlol eraill yn ei chael ar iechyd y boblogaeth a'r GIG a gofal cymdeithasol yng Nghymru?
2. A yw pobl yng Nghymru wedi'u brechu, ac a oes ganddynt amddiffyniad rhag yr amrywiolion sy'n cylchredeg?
3. Beth yw'r sefyllfa mewn lleoliadau allweddol, megis ysgolion, colegau, prifysgolion a charchardai?
4. Beth yw'r sefyllfa ryngwladol?

Ceir rhestr o'r dangosyddion allweddol sy'n cael eu monitro yn atodiad A.

Cyfathrebu a hybu iechyd y cyhoedd

Rydym wedi ymrwymo i roi'r wybodaeth ddiweddaraf i bobl Cymru am y sefyllfa ddiweddaraf o ran iechyd y cyhoedd a'n polisïau i fynd i'r afael â COVID-19. Byddwn yn parhau i ddefnyddio'r holl sianeli cyfathrebu sydd ar gael inni, gan gynnwys ymgysylltu â'r cyfryngau, y cyfryngau cymdeithasol a hysbysebu i roi'r wybodaeth ddiweddaraf i bobl.

Gyda llai o gyfyngiadau ar waith ers symud i lefel rhybudd sero ym mis Awst, mae ein gwaith cyfathrebu wedi canolbwyntio ar gydgyfrifoldeb a'r angen i bawb gynnal yr ymddygiadau allweddol i atal lledaeniad y feirws. Bydd y ffordd hon o weithio yn parhau.

Mae ein neges yn parhau'n glir – nid yw bygythiad COVID-19 wedi diflannu. Mae gan bawb rôl i'w chwarae o ran helpu i atal trosglwyddiad, i ddiogelu'r GIG y gaeaf hwn ac i helpu i osgoi ailosod cyfyngiadau. Bydd yr angen i fusnesau adolygu eu hasesiadau risg, i gymryd pob mesur rhesymol ymarferol a'u gorfodi hefyd yn un o nodweddion ein gwaith cyfathrebu.

Bydd y negeseuon hyn yn parhau i gael eu hadlewyrchu yn ein gweithgarwch ar y cyfryngau, ar y cyfryngau cymdeithasol a'n hymgyrch barhaus Diogelu Cymru.

Fel sydd wedi digwydd drwy gydol y pandemig, mae ein cyngor i'r cyhoedd yn cael ei lywio gan wyddoniaeth ymddygiadol, a bydd yn hyrwyddo'r ymddygiadau allweddol fel y'u nodir ym mhapur diweddar y Grŵp Cyngor Technegol: *Cynnal Ymddygiadau sy'n Ddiogel o ran COVID-19 yng Nghymru*.²¹

Byddwn yn rhannu holl asedau ein hymgyrch gyda rhanddeiliaid a phartneriaid i'w defnyddio ar eu sianeli cyfathrebu i ehangu cyrhaeddiad negeseuon i amrywiaeth o gynulleidfaoedd, fel yr ydym wedi'i wneud yn llwyddiannus drwy gydol y pandemig. Mae mwy na 290 o randdeiliaid yn derbyn asedau a diweddariadau o ran negeseuon ac mae ein gwaith cadw golwg ar frand wedi dangos bod dros 1,100 o sefydliadau wedi defnyddio #DiogeluCymru ar eu sianeli cyfryngau cymdeithasol.

Bydd y gwaith o hyrwyddo'r rhaglen frechu yn parhau, gyda gweithgarwch â ffocws wedi'i gynllunio i gefnogi'r rhaglen pigiadau atgyfnerthu ac i ddarparu gwybodaeth glir sy'n ystyriol o blant i helpu pobl ifanc 12 i 15 oed a'u rhieni a'u gofalwyr i wneud penderfyniad gwybodus ynglŷn â chynnig y brechlyn.

21 llyw.cymru/y-grwp-cyngor-technegol-cynnal-ymddygiadau-syn-ddiogel-o-ran-covid-19-yng-nghymru.html

I helpu pobl i wella eu hiechyd a'u lles, byddwn yn defnyddio sianeli cyfathrebu amrywiol i gyfeirio pobl at gymorth a chynnig syniadau i annog newidiadau bychain yn eu ffordd o fyw. Bydd hyn yn cynnwys darparu gwybodaeth mewn canolfannau brechu ynglŷn â'r camau y gall pobl eu cymryd i gadw'n iach y gaeaf hwn, a chyfres o fideos yn amlygu "pum cam i gadw'n iach" a fydd yn cael ei hyrwyddo'n eang.

Bydd cyd-destun ehangach y DU yn parhau i gael ei ystyried a byddwn yn cyd-fynd â gweinyddiaethau eraill y DU pan fydd yn briodol gwneud hynny, ac os oes angen, byddwn yn cyfleu pam mae ein hymateb polisi yn wahanol.

Casgliad

Yn y ddogfen hon rydym wedi amlinellu'r mesurau allweddol y byddwn yn eu cadw ar waith dros yr hydref a'r gaeaf, y byddwn yn eu defnyddio i ymateb i'r pandemig wrth iddo esblygu. Byddwn yn cadw'r fframwaith lefelau rhybudd fel opsiwn olaf wrth gefn. Bydd hyn yn ein galluogi i weithredu'n gyflym ac yn gymesur os ydym yn wynebu senarios sy'n rhoi pwysau anghynaliadwy ar y GIG, megis ymddangosiad amrywiolyn newydd sy'n osgoi brechlynnau cyfredol.

Mae llwyddiant yr ymgyrch frechu ac ymdrechion parhaus pobl i ddiogelu eu hunain a diogelu Cymru, yn golygu ein bod yn obeithiol ein bod ar y llwybr i symud y tu hwnt i gyfnod pandemig a thuag at sefyllfa lle mae'r coronafeirws yn un o'r feirysau anadlol niferus yr ydym yn eu rheoli fel rhan o 'fusnes fel arfer'.

Atodiad A

Cwestiwn 1: Pa effaith y mae COVID-19 a heintiau anadlol eraill yn ei chael ar iechyd y boblogaeth a'r GIG a gofal cymdeithasol yng Nghymru?

Trosglwyddiad, digwyddedd, mynychder COVID-19 yng Nghymru:

- Amcangyfrifon o achosion o COVID-19 (Iechyd Cyhoeddus Cymru (PHW), y Swyddfa Ystadegau Gwladol (ONS)).
- Amcangyfrifon o rif atgynhyrchu COVID-19 (y Gyd-ganolfan Bioddiogelwch (JBC)).
- Amcanestyniadau tymor canolog o achosion, derbyniadau i'r ysbyty a marwolaethau COVID-19 (Grŵp Gwyddonol Llywodraeth y DU ar Ffliw Pandemig – Modelu (SPI-M); y Grŵp Cyngori Gwyddonol ar Argyfyngau (SAGE)).
- Gwyliadwriaeth Sentinel Ymarferwyr Cyffredinol (tystiolaeth gan Ymarferwyr Cyffredinol ar y Ffliw a'r feirws syncytiol anadlol (RSV).
- Gwyliadwriaeth ar heintiau anadlol aciwt (difrifol) (SARI) (PHW).
- Gwyliadwriaeth syndromig h.y. galwadau i GIG 111 a Galw Iechyd Cymru (PHW).
- Amcangyfrifon symudedd.

Bydd gwybodaeth ategol yn cael ei darparu ynglŷn â dŵr gwastraff, digwyddedd/ mynychder COVID-19 a Covid Hir (ONS) ac adroddiadau o frigiadau o achosion mewn lleoliadau.

Trosglwyddiad, digwyddedd, mynychder COVID-19 yn y DU

- Yr un dangosyddion ag uchod (Swyddfa Cabinet Llywodraeth y DU, JBC).

Amrywiolion

- Tystiolaeth ynglŷn ag amrywiolion sy'n bresennol yng Nghymru a'u heffaith ar drosglwyddiadau a chanlyniadau iechyd (PHW). Mae gwybodaeth ategol hefyd yn cael ei datblygu i fonitro dŵr gwastraff yng Nghymru.
- Ystyried a allai unrhyw amrywiolion sy'n destun ymchwiliad neu amrywiolion sy'n peri pryder effeithio ar effeithiolrwydd y brechlyn.
- Canran yr amrywiolion na ellir eu cysylltu â theithio.

Capasiti'r GIG

- Gwelyau'r GIG sydd mewn defnydd – COVID-19.
- Gwelyau'r GIG sydd mewn defnydd – cyffredinol.

Gwybodaeth ategol ynglŷn ag absenoldebau a lles staff y GIG o ffynonellau lleol a chenedlaethol.

Gofal Cymdeithasol

- Brigiadau o achosion mewn cartrefi gofal a lleoliadau caeedig eraill ar gyfer unigolion agored i niwed.

Bydd gwybodaeth ategol hefyd yn cael ei darparu o ffynonellau lleol.

Cwestiwn 2: A yw pobl yng Nghymru wedi'u brechu, ac a oes ganddynt amddiffyniad rhag yr amrywiolion sy'n cylchredeg?**Y nifer sydd wedi'u brechu**

- Y nifer sydd wedi'u brechu yn ôl oedran (PHW).

Amcangyfrifon o imiwnedd ar lefel y boblogaeth

- Amcangyfrifon o imiwnedd drwy frechiadau a heintiau (Cell Cyngor Technegol Llywodraeth Cymru).

Derbyniadau i'r ysbyty a marwolaethau

- Achosion cyfredol yn yr ysbyty yn ôl oedran.
- Achosion cyfredol yn yr ysbyty mewn gwelyau cymorth anadlu mewnwthiol yn ôl oedran.
- Achosion cyfredol yn yr ysbyty mewn gwelyau cymorth anadlu mewnwthiol yn ôl statws brechu.
- Marwolaethau gyda COVID-19 yn ôl oedran.
- Marwolaethau gyda COVID-19 yn ôl statws brechu.

Cwestiwn 3: Beth yw'r sefyllfa mewn lleoliadau allweddol, megis ysgolion, colegau, prifysgolion a charchardai?

Bydd gwybodaeth yn dod i law o ffynonellau lleol a chenedlaethol.

Cwestiwn 4: Beth yw'r sefyllfa ryngwladol?**Teithwyr sy'n cyrraedd o dramor**

- Nifer a chanran y teithwyr positif yn ôl statws gwlad.
- Gwledydd yr aeth teithwyr iddynt.
- Nifer y teithwyr yn ôl dyddiad cyrraedd.

Bydd gwybodaeth ategol hefyd yn cael ei darparu gan Asesiad Risg Teithio Rhyngwladol JBC.