Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

Iechyd Rhyngwladol
International Health

Adroddiad Sganio Gorwelion Rhyngwladol a Dysgu

Gwneud yr amgylchedd addysgu'n wydn yn erbyn COVID: 4-18 oed

Adroddiad 41, Hydref 2022

Canolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant
World Health Organization Collaborating Centre on Investment for Health and Well-being

Trosolwg

Dechreuwyd yr adroddiadau Sganio a Dysgu Gorwelion Rhyngwladol fel rhan o'r ymateb iechyd y cyhoedd i COVID-19, i gefnogi ymateb deinamig a mesurau adfer a chynllunio yng Nghymru. Mae'r adroddiadau'n amrywio o ran ffocws a chwmpas, yn dibynnu ar sefyllfa esblygol COVID-19 yn ogystal ag anghenion iechyd y cyhoedd/ polisi ar y pryd. Roedd yr adroddiadau'n canolbwyntio ar dystiolaeth ryngwladol, data, profiad, polisi a mesurau iechyd y cyhoedd, a dulliau pontio ac adfer wedi COVID-19. Cafodd dysgu a gwybodaeth eu casglu a'u syntheseiddio i ddeall ac archwilio atebion ar gyfer mynd i'r afael ag effeithiau parhaus iechyd, llesiant, cymdeithasol, economaidd ac amgylcheddol, a'r rhai sy'n dod i'r amlwg (niwed a manteision posibl) y pandemig.

Yng ngwanwyn 2022, ehangwyd cwmpas yr adroddiadau i gwmpasu pynciau iechyd y cyhoedd â blaenoriaeth, gan gynnwys ym meysydd gwella a hybu iechyd, diogelu iechyd, a gofal iechyd. Mae pynciau a chanfyddiadau'r adroddiad yn cyd-fynd â'r penderfyniadau a'r gwaith parhaus yn Llywodraeth Cymru, y GIG ac Iechyd Cyhoeddus Cymru ac yn helpu i'w llywio. Maent hefyd yn cael eu dosbarthu i rwydwaith ehangach o weithwyr iechyd proffesiynol (cyhoeddus) a phartneriaid yn genedlaethol ac yn rhyngwladol.

Mae hyn yn rhan o ddull systematig ehangach Iechyd Cyhoeddus Cymru o gasglu gwybodaeth a throsi tystiolaeth yn bolisi ac ymarfer, gan gefnogi camau gweithredu cydlynol, cynhwysol sy'n seiliedig ar dystiolaeth, sy'n bwrw ymlaen â gweithredu Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) a chynllun strategol Cymru Iachach tuag at Gymru iachach, fwy cyfartal, cydnerth, ffyniannus sy'n gyfrifol yn fyd-eang.

Ymwadiad: Mae'r adroddiadau'n rhoi crynodeb lefel uchel o'r hyn a ddysgwyd o brofiadau bywyd go iawn o wledydd dethol, ac o amrywiaeth o lenyddiaeth wyddonol a llwyd, gan gynnwys ffynonellau gwybodaeth i ganiatáu archwiliad pellach. Nid yw'r adroddiadau'n gynhwysfawr ac nid ydynt wedi'u hanelu at ddarparu adolygiad tystiolaeth, dadansoddiad neu sicrwydd ansawdd manwl, cadarn na thrylwyr. Eu bwriad yw cynnig cipolwg byr neu dystiolaeth, polisi ac arfer cyfredol, gan rannu enghreifftiau o wledydd perthnasol a chanllawiau ac egwyddorion allweddol cyrff rhyngwladol o fri.

Mewn ffocws:

- **Gwneud yr amgylchedd addysgu'n wydn yn erbyn COVID: 4-18 oed**

Cynnwys

Ar gip: crynodeb o ddysgu rhyngwladol 3
Gwneud yr amgylchedd addysgu'n wydn yn erbyn COVID: 4-18 oed 5
Cynnal newid ymddygiad 18
Golwg ar wledydd 19

Ar gip: crynodeb o ddysgu rhyngwladol

"Mae ble mae plant yn dysgu yr un mor bwysig â'r hyn y maent yn ei ddysgu" (Michelle Wong, Independent SAGE; dylunydd pensaernïol)[1]

Gwneud yr amgylchedd addysgu'n wydn yn erbyn COVID: 4-18 oed

- Dylai **dilyniant addysg** fod ar flaen y gad o ran yr holl ystyriaethau a phenderfyniadau perthnasol wrth **gefnogi lles ac iechyd a diogelwch plant yn gyffredinol**
- Gallai **effeithiau corfforol, meddyliol ac addysgol negyddol** cau ysgolion yn rhagweithiol ar blant, yn ogystal â'r **effaith economaidd** ar gymdeithas, fod yn **drech na'r budd**
- **Dylid addasu mesurau** i lefelau trosglwyddiad COVID-19 cymunedol yn ogystal ag i'r lleoliad addysgol, grŵp oedran, ac effaith y **mesurau ar ddysgu a datblygiad seicogymdeithasol**
  - Dylai pob mesur gael ei **brofi am degwch**
  - Dylid rhoi **cymorth ychwanegol** i ysgolion mewn **ardaloedd difreintiedig** ac i **blant sy'n byw mewn sefyllfaoedd bregus**
  - **Dylai plant â chyflyrau iechyd sy'n bodoli eisoes** gael eu hasesu'n unigol
- Gall gweithredu **cyfuniadau o ymyriadau anfferyllol** (NPI) leihau'r risg o drosglwyddo COVID-19 yn sylweddol mewn lleoliadau ysgol a dylai:
  - Ddarparu **amgylchedd dysgu a chymdeithasol optimaidd** ar yr un pryd â lleihau risgiau
  - Bod yn **hyblyg, yn addasol, ac yn briodol** i'r cyd-destun lleol

Mesurau lliniaru

- Gall mesurau **cadw pellter corfforol** atal gorlenwi a gostwng nifer y cysylltiadau, ac ar yr un pryd sicrhau y gall addysg ddigwydd
- Argymhellir **masgiau wyneb** mewn **sefyllfaoedd penodol**, yn unol ag **oedran ac iechyd sylfaenol y plentyn**, ac **mewn cyfuniad â mesurau eraill**; dylai gweithredu ystyried niweidiau posib a'r **effaith ar ddysgu a datblygiad seicogymdeithasol**
- Gall **pensaernïaeth ysgolion** gynnig cyfle i leihau anghydraddoldebau rhwng plant, a hyrwyddo iechyd, lles a dysgu
- **Awyru**
  - **Gall buddsoddi mewn awyr iach mewn lleoliadau ysgolion ildio buddion y tu hwnt i'r pandemig COVID-19** drwy leihau'r risg o glefydau heintus eraill, a gwella cyrhaeddiad addysgol
  - Mae **monitro CO_2** yn arf a all dywys mesurau lliniaru eraill a gellir ei ddefnyddio fel procsi ar gyfer effeithiolrwydd awyru ac ansawdd aer.
- Gellir cyflawni **cefnogi plant, teuluoedd, a staff ysgolion** drwy:
  - Gydnabod **hawliau a lleisiau plant** o fewn prosesau gwneud penderfyniadau
  - Blaenoriaethu **lles o fewn cwricwlwm yr ysgol**
  - Dylid ystyried **materion systemig, strwythurol a diwylliannol sydd eisoes yn bodoli** yn ogystal â heriau llesiant penodol sy'n dod i'r amlwg mewn perthynas â COVID-19

[1]Brîff wythnosol Independent SAGE 5 Awst 2022; https://www.independentsage.org/weekly-briefing-5th-aug-2022/

  - Mae pobl ifanc yn poeni am **gamwybodaeth / twyllwybodaeth** sy'n gysylltiedig â COVID-19, yn enwedig drwy gyfryngau cymdeithasol
  - **Recriwtio mwy o athrawon**, i:
    - ✓ Ddarparu cymorth ychwanegol i fyfyrwyr mewn angen
    - ✓ Sicrhau y gall ysgolion barhau yn ddiogel a chwrdd â chanllawiau iechyd y cyhoedd
    - ✓ Darparu ar gyfer absenoldebau athrawon oherwydd COVID-19
    - ✓ Cefnogi rhaglenni adferol megis ysgolion haf
- **Brechu**
  - Mae brechlynnau'n cael eu **hawdurdodi'n gynyddol i'w defnyddio gyda phlant**
  - **Mae pwyso a mesur manteision a pheryglon** brechu yn hanfodol
  - Mae **derbyn y brechlyn** ymhlith rhieni yn gysylltiedig ag ymddiriedaeth mewn sefydliadau
  - Mae amrywiad o ran mynediad i frechlynnau ar gyfer athrawon ac **mae'r rhan fwyaf o wledydd wedi cynnwys athrawon fel grŵp blaenoriaeth** i gael eu brechu
- Dylai **strategaethau profi** fod yn seiliedig ar **effeithiolrwydd, cost-effeithiolrwydd a dichonoldeb**; ac argymhellir profi unigolion symptomatig ac asymptomatig mewn **amgylchiadau penodol**
- **Hylendid dwylo ac arwynebau**
  - Dylid nodi **arwynebau y cyffyrddir llawer â nhw** ar gyfer diheintio â blaenoriaeth
  - Cynyddu **mynediad i gyfleusterau golchi dwylo** gyda dŵr rhedeg
  - Annog myfyrwyr i **olchi dwylo ar adegau allweddol gyda sebon a dŵr a rhwbio dwylo gan ddefnyddio glanweithydd dwylo sy'n seiliedig ar alcohol**

Cynnal newid ymddygiad

Mae'r strategaethau i ymwreiddio a chynnal newid ymddygiad o amgylch mesurau lliniaru yn cynnwys:

- Dylai ymddygiadau fod yn **Normal, Esmwyth, Atyniadol, ac yn Rheolaidd**
- Mae gweithredu egwyddorion newid ymddygiad cyffredinol ar gyfer rheoli heintiau wedi'u mapio i'r model **Ymddygiad Gallu-Cyfle-Cymhelliant (COM-B)** yn cynnwys:
  - Adeiladu a chynnal **dealltwriaeth o risgiau dal haint** a sut i liniaru'r rhain
  - Sicrhau bod **pob sector o gymdeithas a sefydliad yn cydweithio** er mwyn mwyafu cyfleoedd rheoli risg yn llwyddiannus
  - Sicrhau bod **pobl a sefydliadau yn rhoi gwerth uchel ar reoli dal haint** a sut mae hyn yn rhan annatod o fywydau bob dydd

Golwg ar wledydd

Cyflwynir astudiaethau achos, gan gynnwys **mapio cyfraddau achosion COVID-19 yn erbyn mesurau lliniaru mewn ysgolion**, ar gyfer

- Yr Almaen
- Seland Newydd
- Singapore a
- Sweden

Gwneud yr amgylchedd addysgu'n wydn yn erbyn COVID: 4-18 oed

Cyflwyniad

- Dylai **dilyniant addysg fod ar flaen y gad** ym mhob ystyriaeth a phenderfyniad perthnasol i **gefnogi lles, iechyd a diogelwch cyffredinol plant,** a nodwyd gan y WHO, UNESCO a UNICEF[2]
- Dylid defnyddio'r penderfyniad i **gau ysgolion** i reoli COVID-19 fel **dewis olaf**[3]
- Mae'n debygol y byddai **effeithiau corfforol, meddyliol ac addysgol negyddol** cau ysgolion yn rhagweithiol ar blant, yn ogystal â'r **effaith economaidd** ar gymdeithas yn fwy cyffredinol, **yn drech na'r manteision**[3]

Mae'r adroddiad hwn yn trafod **mesurau allweddol a gymerir i leihau trosglwyddiad COVID-19 a chadw ysgolion ar agor, y tu fewn a'r tu allan i'r system addysg**, gan gynnwys:

- **Mesurau lliniaru mewn** ysgolion i blant **rhwng 4 - 18 oed** (amrywiad oherwydd gwahanol systemau addysgol mewn gwahanol wledydd)
- **Golwg manwl ar wledydd** gan gynnwys Yr Almaen, Seland Newydd, Sweden a Singapore

Mae cau ysgolion a dysgu ar-lein/hybrid y tu allan i gwmpas yr adroddiad hwn. Mae adroddiadau Sganio Gorwelion Rhyngwladol blaenorol wedi ystyried COVID-19 ac addysg (*Tabl 1).*

***Tabl 1**. Adroddiadau Sganio Gorwelion Rhyngwladol blaenorol yn canolbwyntio ar COVID-19 ac addysg*

Pwnc Trosgynnol	Dyddiad cyhoeddi
Elfennau allweddol i'w hystyried ar gyfer ailagor addysg	21.05.2020
Effaith COVID-19 ar blant a phobl ifanc	22.09.2020
Effaith COVID-19 ar brifysgolion a myfyrwyr rhyngwladol	08.10.2020
Trosglwyddiad COVID-19 mewn plant a phobl ifanc	22.10.2020
Colli addysg oherwydd COVID-19	21.02.2021
Effaith COVID-19 ar arferion addysgu ac ysgol	01.07.2021
Ail-agor lleoliadau addysgol	10.07.2021

Trosglwyddiad COVID-19 mewn lleoliadau ysgol

Ymddengys fod trosglwyddiad COVID-19 mewn ysgolion wedi'i effeithio gan ba mor gyffredinol y mae'r feirws yn y gymuned ehangach:[4]

- Mae adolygiadau wedi awgrymu **trosglwyddiad cyffredinol isel gan blant ac i blant,** yn enwedig yng nghyd-destun cyfraddau trosglwyddo isel cyffredinol yn y gymuned[5]
- **Mae asesiad gan gynnwys achosion o drosglwyddo COVID-19 mewn ysgolion yn heriol**, yn enwedig pan fo cyfraddau trosglwyddo cymunedol yn uchel[3]
- Mae'n ymddangos yr awgryma tueddiadau epidemiolegol diweddar, gan ddilyn ymddangosiad yr amrywiolyn Omicron, fod **plant yn cyfrannu at drosglwyddiad yn yr**

[2] Schooling during the COVID-19. Recommendations from the European Technical Advisory Group for schooling during COVID-19 (who.int)
[3] COVID-19 in children and the role of school settings in transmission - second update (europa.eu)
[4] Questions and answers on COVID-19: Children aged 1 – 18 years and the role of school settings (europa.eu)
[5] COVID-19 disease in children and adolescents: Scientific brief, 29 September 2021 (who.int)

un modd ag oedolion,[6] yn enwedig mewn gwledydd incwm uchel lle mae plant yn aml yn cael mwy o gyswllt nag oedolion[7]

- Mae'r rhan fwyaf **o blant yn parhau i fod yn asymptomatig neu'n datblygu math ysgafn iawn** o COVID-19,[8] a allai arwain at lai o brofion, a thanamcangyfrif o'r nifer gwirioneddol o achosion[5]
- Mae sylfaen dystiolaeth gynyddol ar **rôl staff addysgol wrth drosglwyddo COVID-19** mewn lleoliadau ysgol:[3]
  - ✓ **Roedd mwy o achosion ymysg staff** na myfyrwyr ac **roedd y rhan fwyaf o achosion yn gysylltiedig ag achosion ymhlith aelodau staff**, yn seiliedig ar astudiaeth drawstoriadol fawr yn Lloegr[9]
  - ✓ **Gall addysgwyr chwarae rhan ganolog o ran rhwydweithiau trosglwyddiad mewn ysgolion**, yn seiliedig ar ymchwiliad mewn ysgolion yn Georgia, UDA[10]
  - ✓ **Achosodd athrawon bedair gwaith yn fwy o achosion uwchradd na myfyrwyr,** yn seiliedig ar astudiaeth o'r Almaen[11]

Mesurau lliniaru

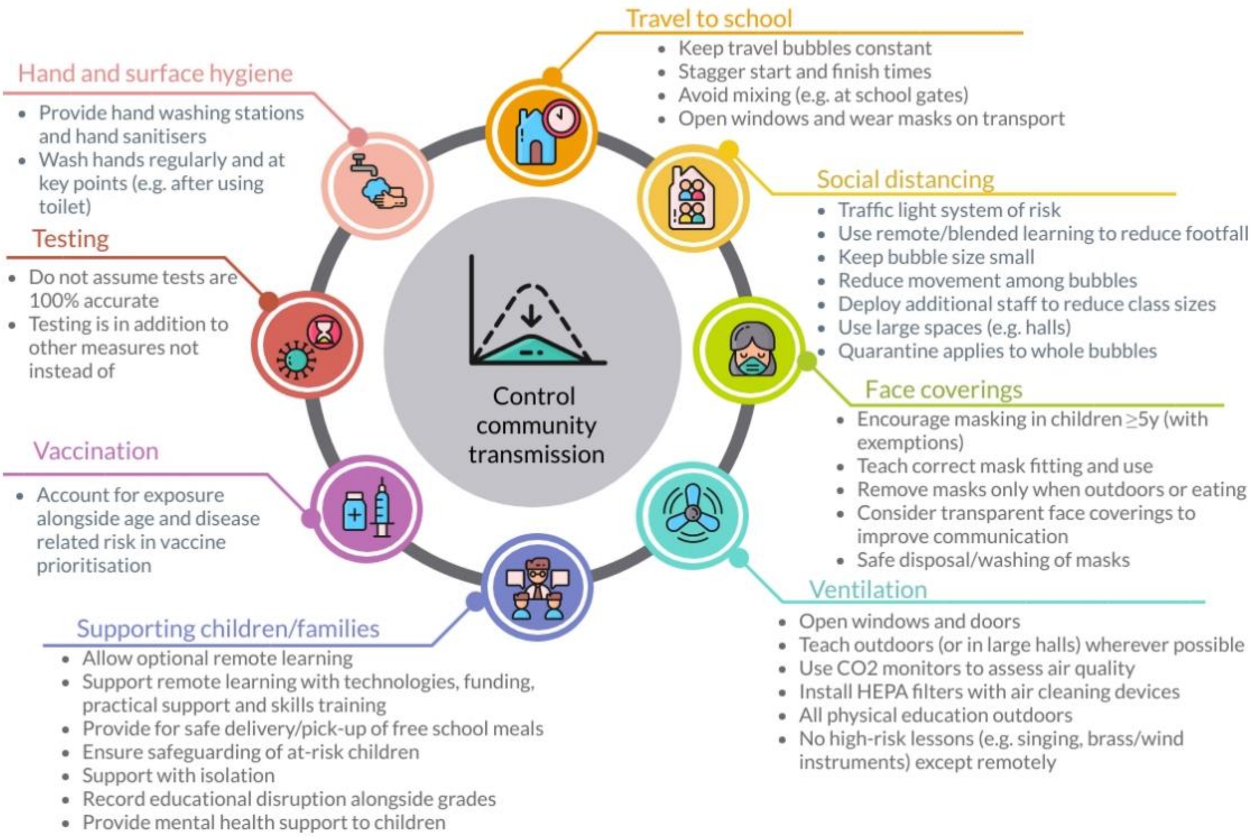
- **Mae cyfuniadau o ymyriadau anfferyllol (NPI) i leihau'r risg o drosglwyddo** yn parhau i fod yn hanfodol er mwyn atal trosglwyddiad mewn lleoliadau ysgol (*Ffigur 1*)[12]
- Ceir **lledaeniad cyfyngedig** o COVID-19 mewn ysgolion pan fydd **mesurau lliniaru priodol ar waith**[3]
- Dylid **addasu mesurau i'r lefel trosglwyddiad cymunedol**, yn ogystal ag i'r **lleoliad addysgol a'r grŵp oedran**[13]
- Dylai **camau a gymerir**:
  - ✓ ddarparu **amgylchedd dysgu a chymdeithasol optimaidd** ar yr un pryd â lleihau risgiau[2 3]
  - ✓ bod yn **hyblyg, yn addasol, ac yn briodol** i'r cyd-destun lleol[14]
- Gall gweithredu **cyfuniad o fesurau cadw pellter corfforol a hylendid leihau trosglwyddiad COVID-19 yn sylweddol** mewn lleoliadau ysgol:[3]
  - ✓ Roedd tri **mesur lliniaru cost isel- sgrinio bob dydd am symptomau, masgiau gorfodol i athrawon, a chanslo gweithgareddau allgyrsiol**, yn gysylltiedig â **gostyngiadau sylweddol mewn risg**[15]
  - ✓ Pan **fydd saith neu fwy o fesurau** lliniaru ar waith nid oes gwahaniaeth sylweddol mewn achosion o salwch tebyg i COVID-19- rhwng plant sy'n mynychu'r ysgol yn llawn-amser a'r rhai sy'n astudio gartref oherwydd bod yr ysgol ar gau
  - ✓ Mae'r WHO a UNICEF yn argymell **dull "gwneud y cyfan"** *(Ffigur 2)* gyda **chanllawiau i ysgolion wedi'u diweddaru** yn cael eu cyhoeddi gan ECDC,[13] CDC,[14] a WHO[16]
- Mae **effeithiolrwydd mesurau gwahanol** wedi cael ei asesu, gan ddod i'r casgliad:[2 17]
  - ✓ Bod **tystiolaeth** o effeithiolrwydd mesurau lliniaru mewn lleoliadau ysgol **yn brin** a bod diffyg gwybodaeth am ganlyniadau mesurau

---

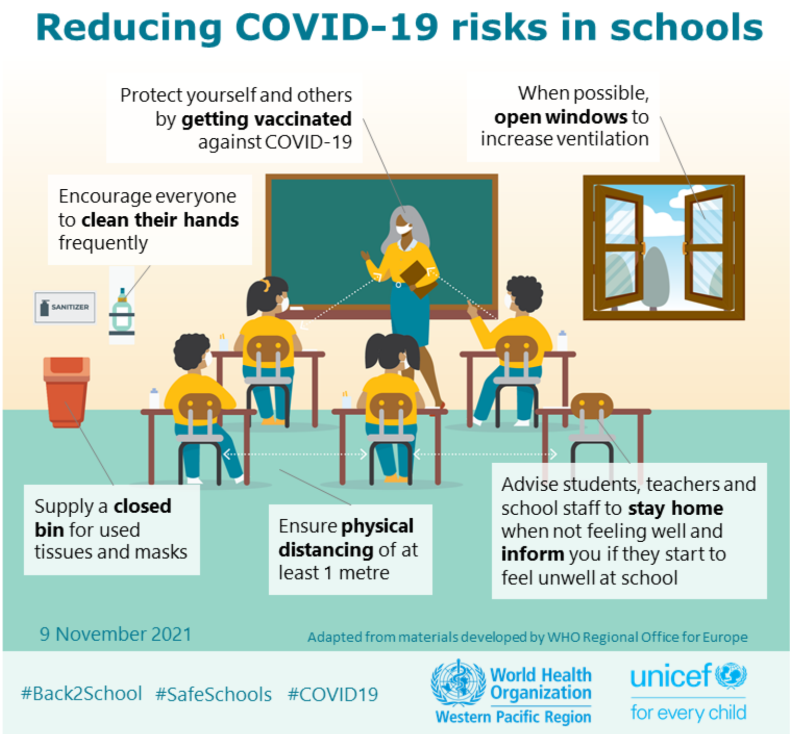
6 Infection prevention and controlin the context of coronavirus disease (COVID-19): A living guideline (who.int)
7 CoMix study - Social contact survey in the UK | CMMID Repository
8 Questions and answers on COVID-19: Children aged 1 – 18 years and the role of school settings (europa.eu)
9 SARS-CoV-2 infection and transmission in educational settings: a prospective, cross-sectional analysis of infection clusters and outbreaks in England - ScienceDirect
10 Clusters of SARS-CoV-2 Infection Among Elementary School Educators and Students in One School District — Georgia, 2020–2021 | MMWR (cdc.gov)
11 COVID-19 transmission in educational institutions August to December 2020, Rhineland-Palatinate, Germany: a study of index cases and close contact cohorts
12 https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S014067362100622X?via%3Dihub
13 Questions and answers on COVID-19: Children aged 1 – 18 years and the role of school settings (europa.eu)
14 Schools and Childcare Programs | COVID-19 | CDC
15 https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8168618
16 COVID-19: safe schools (who.int)
17 https://www.cochrane.org/CD015029/PUBHLTH_measures-implemented-school-setting-contain-covid-19-pandemic

- ✓ Mae **angen brys am astudiaethau empirig wedi'u dylunio'n dda yn y byd go iawn** i ymchwilio i effeithiau, gan fod y rhan fwyaf o'r dystiolaeth ar hyn o bryd yn seiliedig ar astudiaethau modelu

***Ffigur 1**: Mitigation measures for safer schools (The Lancet;[12] Ffynhonnell Saesneg yn unig)*



***Ffigur 2**. Reducing COVID-19 risk in schools (WHO;[16] Ffynhonnell Saesneg yn unig)*



Plant mewn sefyllfaoedd bregus

Dylid profi pob mesur am degwch a dod â mesurau niweidiol, neu'r rhai nad oes ganddynt unrhyw fudd, i ben:[18]

- Dylid adnabod grwpiau bregus o blant er mwyn **targedu cefnogaeth a chynllunio ar gyfer isafu niwed** mewn tonnau o COVID-19 yn y dyfodol
- Dylai gwledydd **hyrwyddo a hwyluso cydweithio rhwng cymunedau a'r sectorau iechyd, addysg a chymdeithasol**
- Dylid rhoi **cymorth ychwanegol** i ysgolion mewn **ardaloedd difreintiedig** ac i **blant sy'n byw mewn sefyllfaoedd bregus**
- Dylai ysgolion weithredu mesurau ychwanegol i amddiffyn plant ymhellach mewn sefyllfaoedd sy'n fregus yn gymdeithasol, gan gynnwys allgymorth uniongyrchol i'r rhai sydd mewn perygl o adael yr ysgol
- **Dylai plant â chyflyrau iechyd sy'n bodoli eisoes gael eu hasesu'n unigol** am eu risg benodol
- Mae'r CDC yn cydnabod pwysigrwydd **ysgolion wrth hyrwyddo tegwch mewn dysgu ac iechyd**, yn enwedig i grwpiau sy'n cael eu heffeithio'n anghymesur gan COVID-19[19]

Dangosodd dadansoddiad cymharol o wledydd Ewrop fod penderfyniadau i gau ysgolion cynradd, neu beidio, yn seiliedig ar **ddwy drafodaeth amgen ar addysg**:[20]

- Fel mesur ataliol wedi'i danlinellu gan **drafodaethau am ysgolion fel llefydd ar gyfer dal haint**
- Cadw ysgolion ar agor, wedi'i danlinellu gan **drafodaeth lle roedd ysgolion yn cael eu hystyried yn lle ar gyfer mesurau cefnogol cymdeithasol a gofalu**

Cadw pellter corfforol (cymdeithasol)

Gall mesurau cadw pellter corfforol **atal gorlenwi a gostwng nifer y cysylltiadau** mewn mannau cyfyng/caeedig ac ar yr un pryd sicrhau y **gall addysg ddigwydd**, drwy, er enghraifft:[3]

- Rhoi dosbarthiadau a grwpiau mewn carfannau; trefnu amserau cyrraedd, amserau bwyd ac egwyl gwahanol
- Sicrhau pellter corfforol yn yr ystafell ddosbarth, e.e. gwahanu byrddau/cadeiriau
- Lleihau maint dosbarthiadau
- Cynnal dosbarthiadau yn yr awyr agored
- Canslo gweithgareddau allgyrsiol dan do, lle bo angen

Mae'r dystiolaeth yn awgrymu **llenyddiaeth gyfyngedig ar arferion ysgolion ac ymgorffori cyfyngedig i arferion ysgolion** o ran hyrwyddo cadw pellter cymdeithasol yn nogfennau arweiniad llywodraeth yr Unol Daleithiau.[21]

Masgiau wyneb

Dylai'r prif egwyddor arwain polisïau cenedlaethol: **'Peidiwch â gwneud niwed: dylid blaenoriaethu budd, iechyd a lles gorau'r plentyn':**[22]

[18] https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/342075/WHO-EURO-2021-2151-41906-59077-eng.pdf
[19] Schools and Childcare Programs | COVID-19 | CDC
[20] https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/14749041211041237
[21] School practices to promote social distancing in K-12 schools: review of influenza pandemic policies and practices | BMC Public Health | Full Text (biomedcentral.com)
[22] Advice on the use of masks for children in the community in the context of COVID-19 (who.int)

- Yn gyffredinol, ceir **tystiolaeth gyfyngedig ar blant a'r defnydd o fasgiau** a rôl plant wrth drosglwyddo COVID-19
- Dylid gweithredu defnyddio masgiau gan ystyried **yr oedran a'r effaith ar ddysgu a datblygiad seicogymdeithasol**[3] *(Tabl 2)*
- Dengys tystiolaeth fod **y defnydd o fasgiau'n llwyddiannus ar gyfer atal COVID-19 wrth gael eu defnyddio ar y cyd â NPI eraill**, fel cadw pellter corfforol i atal gorlenwi, cynnal awyru a mesurau hylendid cyson i leihau trosglwyddiad.[3 23 24 25]
- Mae tystiolaeth hefyd yn amlygu'r **niwed posib** sy'n gysylltiedig â defnyddio masgiau wyneb ymhlith plant, **gan gynnwys aflonyddwch i ddatblygiad cyfannol,**[26] **perfformiad gwybyddol,**[27] **a'r gallu i adnabod emosiwn.**[28 29]

Tabl 2. Argymhellion i blant wisgo masgiau wyneb mewn ysgolion, yn ôl y grŵp oedran a'r sefyllfa (WHO ac ECDC)

Argymhellion WHO[30]	**Argymhellion ECDC**[31]
Nid oes angen masgiau yn achos: - Plant 5 mlwydd oed ac yn iau - Plant sydd â nam gwybyddol neu resbiradol, anhwylderau ac anableddau datblygiadol	**Gwisgo masgiau wyneb mewn ysgolion Cynradd:** - **Wedi'i argymell ar gyfer athrawon ac oedolion eraill** pan nad oes modd gwarantu pellter corfforol - **Heb ei argymell ar gyfer myfyrwyr** oherwydd goddefgarwch is plant iau i wisgo masgiau am gyfnodau estynedig
Argymhellir masgiau: - Mewn lleoliadau dan do gydag awyru gwael mewn ardaloedd sydd â throsglwyddiad cymunedol hysbys/amheus i blant 6-11 oed - Dylai pobl ifanc 12 oed neu hŷn ddilyn yr un cyngor ag ar gyfer oedolion	**Gwisgo masgiau wyneb mewn ysgolion Uwchradd:** - **Wedi'i argymell ar gyfer disgyblion dros 12 oed ac oedolion** sy'n byw mewn ardaloedd lle mae trosglwyddiad COVID-19 cymunedol yn digwydd
Argymhellir masgiau meddygol yn achos: - Plant sydd â risg uwch o gymhlethdodau difrifol yn sgil COVID-19, mewn ymgynghoriad â darparwr meddygol y plentyn	

Dylai mesurau lliniaru, gan gynnwys gwisgo masgiau mewn ysgolion, fod yn agored i gael eu haddasu a'u newid wrth ymateb i sefyllfaoedd epidemiolegol lleol *(fel yr argymhellir gan CDC):*[32]

- **Ar lefel trosglwyddiad COVID-19 cymunedol uchel**: Argymhellir i bawb wisgo masgiau dan do mewn ysgolion a rhaglenni addysg plentyndod cynnar
- **Ar lefel trosglwyddiad COVID-19 cymunedol cymedrol ac uchel**, dylai'r rhai y mae eu systemau imiwn wedi'u cyfaddawdu neu'r rhai sydd mewn perygl o fod yn sâl iawn wisgo masg neu beiriant anadlu sy'n darparu mwy o amddiffyniad
- **Ar bob adeg**:

[23] https://www.scielo.br/j/rpp/a/fKXFxDPvJmfSJpWLRD44D8R/?format=pdf&lang=en
[24] Modelling the potential impact of mask use in schools and society on COVID-19 control in the UK | Scientific Reports (nature.com)
[25] Frontiers | Impact of Changes in Infection Control Measures on the Dynamics of COVID-19 Infections in Schools and Pre-schools (frontiersin.org)
[26] Face masks disrupt holistic processing and face perception in school-age children (springeropen.com)
[27] Children | Free Full-Text | To Mask or Not to Mask—Evaluation of Cognitive Performance in Children Wearing Face Masks during School Lessons (MasKids) | HTML (mdpi.com)
[28] The Role of Face Masks in the Recognition of Emotions by Preschool Children | Pediatrics | JAMA Pediatrics | JAMA Network
[29] Children's emotion inferences from masked faces: Implications for social interactions during COVID-19 - PubMed (nih.gov)
[30] Infection prevention and control in the context of coronavirus disease (COVID-19): A living guideline (magicapp.org)
[31] Questions and answers on COVID-19: Children aged 1 – 18 years and the role of school settings (europa.eu)
[32] Operational Guidance for K-12 Schools and Early Care and Education Programs to Support Safe In-Person Learning | CDC

- ✓ Cynghorir gwisgo masgiau mewn lleoliadau gofal iechyd gan gynnwys **swyddfeydd nyrsys ysgol**
- ✓ Dylai pobl **sydd wedi cael eu hamlygu i COVID-19** wisgo masg neu beiriant anadlu sy'n ffitio'n dda yng nghwmni pobl eraill am 10 niwrnod o'u amlygiad diwethaf

– Efallai y bydd ysgolion yn mynnu **masgiau wyneb i ddiogelu myfyrwyr â chyflyrau iechyd** sy'n cynyddu eu risg o salwch COVID-19

Pensaernïaeth ac awyru

Pensaernïaeth

Mae **effaith yr amgylchedd adeiledig a COVID-19 wedi bod yn annheg**:

– Mae gan **ysgolion trefol** yn Lloegr lai o le awyr agored fesul disgybl o'i gymharu ag ysgolion gwledig[33]
  - ✓ Mae gan ysgolion â llai o le awyr agored lai o ddarpariaeth ar gyfer dysgu awyr agored
  - ✓ Mae'n bosib bod dyrannu meysydd chwarae mewn parthau ar gyfer cyfyngiadau COVID-19 wedi cael effaith negyddol pellach

– **Gall pensaernïaeth a chynllunio trefol sy'n ymatebol yn gymdeithasol ac wedi'i yrru'n lleol** gyfrannu at **bontio'r bwlch,**[34] drwy:
  - ✓ **Ymagwedd amlddisgyblaethol** gan ddefnyddio geirfa iechyd y cyhoedd wrth gynllunio a dylunio
  - ✓ **Mae cynllun yr ystafell ddosbarth, goleuadau ac awyru, addurno mewnol a lliw** yn effeithiol wrth greu diddordeb a chymhelliant i fyfyrwyr ddysgu, a gall leihau straen a phryder[35] wrth ymchwilio i ergonomeg o ran gwybyddiaeth plant yn ystod COVID-19

– **Gall lleoliadau ysgol ymdrin yn gadarnhaol â bregusrwydd plant sy'n gysylltiedig â'r amgylchedd adeiledig**, megis llygredd aer amgylchynol a dan do a segurdod corfforol[36]

– Argymhellir cynllunio lleoliadau trefol sy'n ymateb i blant drwy **gyd-gynhyrchu ac adeiladu partneriaethau gyda phlant**[36]

Mae **ysgol 'gwydn yn erbyn y pandemig'** arbennig ym Mheriw yn ymgorffori:[37]

– Croesawyru aer naturiol: 100% awyr iach heb ailgylchredeg

– Cydrannau hyblyg a symudol gan gynnwys waliau

– Ffocws ar y dyfodol drwy ôl troed bron i sero-ynni a charbon sero net; deunyddiau lleol wedi eu hailddefnyddio / ailgylchu; a deunyddiau cynaliadwy naturiol

Awyru

Mae awyru yn gyfyngiad iechyd amgylcheddol allweddol:[38]

– Mae **prinder tystiolaeth feintiol ar ansawdd ac effeithiolrwydd** awyru mewn adeiladau yn y DU

– **Mae dealltwriaeth y cyhoedd a busnesau o awyru fel mesur lliniaru COVID-19 yn is** na mesurau fel glanhau a hylendid dwylo

– Dylid gweithredu strategaethau awyru ynghyd ag:

---

[33] Adaptive school grounds design in response to COVID-19: Findings from six primary schools in South East England - ScienceDirect
[34] Erthygl lawn: Physical distancing, children and urban health (tandfonline.com)
[35] Ergonomics factors influencing school education during the COVID-19 pandemic: A literature review - IOS Press
[36] UNICEF_Shaping_urbanization_for_children_handbook_2018.pdf
[37] Rosan Bosch | New School Gives Direction for Flexible Learning During Pandemics
[38] S1256_EMG_SPI-B_Application_of_CO2_monitoring_as_an_approach_to_managing_ventilation_to_mitigate_SARS-CoV-2_transmission.pdf (publishing.service.gov.uk)

- ✓ Addysg ar bwysigrwydd awyru
- ✓ Cymhellion i wella awyru mewn modd sy'n effeithlon o ran ynni
- ✓ Hyfforddiant i'r diwydiant i sicrhau cymhwysedd wrth asesu systemau awyru

– **Nid yw awyru ar ei ben ei hun yn effeithiol wrth leihau haint agos (<2 m)** drwy erosolau, diferion, neu ffomitau, felly **dylid cyfuno awyru â mesurau ychwanegol** megis cadw pellter corfforol, masgiau wyneb a hylendid da[39]

– Mae tystiolaeth yn dangos y gall buddsoddi mewn **aer iach mewn lleoliadau ysgol ildio buddion y tu hwnt i'r pandemig COVID-19 drwy ostwng y risg o glefydau heintus eraill** a **gwella cyrhaeddiad a pherfformiad addysgol[40],** er enghraifft:
- ✓ Mae cysylltiad rhwng awyru gwael / lefelau CO2 uchel a pherfformiad gostyngol ymysg myfyrwyr
- ✓ Gwelir gwelliannau ystadegol arwyddocaol mewn perfformiad academaidd ac absenoldeb myfyrwyr gyda chyfraddau awyru uwch / lefelau CO2 is

Gall awyru fod yn **naturiol, mecanyddol neu hybrid, a chynnwys hidlo aer** *(Tabl 3)*

Tabl 3. Trosolwg o fathau o awyru

Awyru naturiol[41] [42] Yn disgrifio awyru o ganlyniad i wynt a thymheredd; Wedi'i gyflawni trwy agor ffenestri, awyryddion diferynnu ar ffenestri, agoriadau awyru	– Gan ddibynnu ar y gweithredwr, yr hinsawdd leol a dyluniad yr adeilad – Gellir cyflawni cyfraddau awyru uchel pan geir dyluniad a gweithrediad da – Gall newidiadau mewn cyfraddau awyru naturiol fod yn anodd eu hasesu
Awyru mecanyddol[43] [44] [45] Yn disgrifio'r defnydd o wyntyllau a systemau rheoli eraill; gan ddefnyddio naill ai aer glân o'r tu allan, neu ymgorffori cyflyru aer o fewn systemau gwresogi, awyru, a chyflyru aer (HVAC)	– Mae adeiladau yn aml yn aerglos er mwyn arbed ynni, ac felly'n ddibynnol ar awyru mecanyddol – Mae patrymau llif aer lleol yn bwysig o ran gwasgaru diferion peswch ac amlygiad dilynol - nid yn unig y dylid ystyried y gyfradd newid aer, ond hefyd lleoliadau cymharol ffynhonnell peswch a phobl sydd wedi'u hamlygu iddynt – Gall awyru mecanyddol o 10-14 litr/eiliad fesul myfyriwr leihau'r tebygolrwydd o ddal haint 80%, o'i gymharu ag ystafelloedd dosbarth gydag awyru naturiol yn unig, wrth ymchwilio i drosglwyddiad mewn 10,441 o ystafelloedd dosbarth, 316 ohonynt gydag awyru mecanyddol, yn Yr Eidal
Awyru hybrid[42] Yn disgrifio'r defnydd o awyru naturiol a mecanyddol	– Gall gyflawni cyfraddau awyru uwch, lefelau CO_2 is, a gwella perfformiad academaidd o'i gymharu ag awyru naturiol yn unig
Hidlo aer[43] Mae hidlyddion aer gronynnol effeithlonrwydd uchel (HEPA) neu raddau uchel eraill (e.e. MERV 13 neu uwch) yn effeithiol wrth ddileu gronynnau resbiradol o'r ystod faint sy'n cario COVID-19	– Cydnabyddir bod y fath hidlyddion yn effeithiol wrth ddileu COVID-19 yn yr awyr, nid oes tystiolaeth uniongyrchol y gallant leihau trosglwyddiad – Mae'r WHO, ECDC, a CDC i gyd yn cydnabod y gallai hidlyddion HEPA fod yn ddefnyddiol mewn mannau heb ddigon o awyru

39 gov.ie - Expert Group on the Role of Ventilation in Reducing Transmission of COVID-19 (www.gov.ie)
40 Awyru Ysgolion: A Vital Tool to Reduce COVID-19 Spread (centerforhealthsecurity.org)
41 https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0360132309001887?via%3Dihub
42 https://pure.tudelft.nl/ws/portalfiles/portal/94604015/PAP261Ding_HB2021.pdf
43 gov.ie - Expert Group on the Role of Ventilation in Reducing Transmission of COVID-19 (www.gov.ie)
44 https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10789669.2013.842447
45 https://arxiv.org/abs/2207.02678

Diheintio uwchfioled[43] Yn dadalluogi firysau a bacteria; a disgwylir iddo fod yn effeithiol yn erbyn SARS-CoV-2, er hynny does dim astudiaethau in vivo	– Mae'r ECDC a CDC yn cydnabod potensial y rôl atodol y gallai diheintio UV-C ei chwarae o fewn systemau HVAC

Monitro CO_2

Mae monitro CO_2 yn arf i arwain mesurau lliniaru eraill (nid yw'n fesur ynddo'i hun) a gellir ei ddefnyddio fel dirprwy ar gyfer effeithiolrwydd awyru ac ansawdd aer:[43 46]

- Ni all monitro CO_2 nodi'r risg o drosglwyddiad COVID-19
- Dylid ei ddefnyddio fel canllaw yn hytrach nag ar gyfer nodi trothwyon "diogel" (*Ffigur 3)*
- Rhaid hefyd cael cyfleoedd i wella awyru ochr yn ochr â gwybodaeth a chefnogaeth i ddefnyddwyr, gan gynnwys sut i gymryd camau'n effeithiol pan nodir darlleniad uchel[46]
- Mae canllawiau ar gael ar gynnal y defnydd o fonitro CO_2 i wella awyru[46]

Ffigur 3. Lefelau CO_2 a chamau gweithredu a argymhellir, ppm – rhannau fesul miliwn (CoSchools;[47] Ffynhonnell Saesneg yn unig)

CO_2 level	Description	Actions	Outcomes CoSchools
> 1500 ppm.	Indicative of inadequate ventilation.	Keep checking ventilation provision (e.g. windows and doors are open) and the CO_2 levels. If consistent, notify school leadership.	There are quite high levels of shared/rebreathed air in your classroom which, if maintained, might lead to poorer learning and health outcomes.
800 ppm to 1500 ppm.	Potential for stuffy/stale air and lethargic learners.	Open windows and/or doors – higher-level openings first and then lower-level openings.	Potential to improve ventilation in your classroom should be considered for better health and learning outcomes.
< 800 ppm.	Indicative of good ventilation.	If CO_2 levels are not rising, and if the classroom is cold then you can consider slightly closing your window opening extents. Do so slowly and steadily.	Ventilation should be acting to help reduce the risk of airborne transmission but only as part of a fuller range of mitigation measures (https://www.gov.uk/government/collections/guidance-for-schools-coronavirus-covid-19).
Close to, or just above, 400 ppm.	Typical outdoor reading.	No actions required, but if your classroom is cold then the windows can be slightly closed.	Your classroom might be overventilated – this might not be of direct concern, but if your classroom is cold then you might be wasting energy and affect the learning experience.

Cefnogi plant, teuluoedd, a staff ysgolion

Cyfraniad plant at wneud penderfyniadau

Dylid cydnabod hawliau plant a phobl ifanc; ac mae'n rhaid rhoi ystyriaeth i'w lleisiau mewn perthynas ag addysg ac ymyriadau sy'n gysylltiedig â COVID-19[48 49]

- Dylai **sefydliadau ieuenctid** fod yn rhan o ddatblygu polisïau iechyd ac addysg plant
- Mae **pryderon cryfion** nad ymgynghorir â phlant na darperir gwybodaeth iddynt ynglŷn â'r pandemig

[46] S1256_EMG_SPI-B_Application_of_CO2_monitoring_as_an_approach_to_managing_ventilation_to_mitigate_SARS-CoV-2_transmission.pdf (publishing.service.gov.uk)
[47] https://coschools.org.uk/
[48] https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/342075/WHO-EURO-2021-2151-41906-59077-eng.pdf
[49] https://www.who.int/europe/publications/i/item/WHO-EURO-2021-3169-42927-59948

– Prin yw'r gwledydd Ewropeaidd sydd wedi defnyddio **asesiadau effaith ar hawliau plant** neu fesurau gwneud penderfyniadau tebyg
– Mae astudiaeth fyd-eang wedi darganfod mai **dim ond 20% o blant sy'n teimlo eu bod wedi cymryd rhan** mewn gwneud penderfyniadau
  - ✓ Yng Nghymru ymgynghorwyd â 24,000 o blant ym mis Mai 2020 trwy arolwg ar-lein (wedi'i ailadrodd yn 2021 gyda 20,000 o blant). Defnyddiwyd canfyddiadau'r arolwg gan Lywodraeth Cymru wrth wneud penderfyniadau allweddol
  - ✓ Yn Yr Alban, cafodd aelod o Senedd Ieuenctid Yr Alban ei gynnwys ym mhrif grŵp ymgynghorol Llywodraeth Yr Alban, y Grŵp Adferiad Addysg COVID-19

Lles myfyrwyr

– **Blaenoriaethir 'Cwricwlwm Llesiant' gan** Gymdeithas Ymchwil Addysgol Prydain (BERA) gan nodi**:**[50]
  - ✓ Yr effeithir ar ysgolion gan faterion systemig, strwythurol a diwylliannol sy'n bodoli eisoes, yn ogystal â heriau llesiant penodol gysylltiedig â COVID-19 sy'n dod i'r amlwg
  - ✓ Mae addysg o bob math wedi gorfod "addasu, ail-addasu ac addasu eto i ddiwallu anghenion disgyblion, staff a pholisïau mewn cyfnod heriol"
– Mae'r Grŵp Cynghori Technegol Ewropeaidd ar gyfer addysgu yn **argymell llinellau cymorth brys ar gyfer plant a phobl ifanc sy'n chwilio am gymorth seicolegol**[51]

Ymdrin â chamwybodaeth / twyllwybodaeth

Mae pobl ifanc yn poeni am gamwybodaeth a twyllwybodaeth sy'n gysylltiedig â COVID-19, sy'n **bygwth cydymffurfiaeth ac felly effeithiolrwydd** mesurau lliniaru COVID-19[52] [53]:

– **Mae cyfryngau cymdeithasol yn ffynhonnell allweddol o gamwybodaeth / twyllwybodaeth** ac mae'n ffynhonnell newyddion gyffredin ymhlith pobl ifanc
– Mae dros hanner y bobl ifanc 15 oed yng ngwledydd yr OECD yn adrodd eu bod wedi **derbyn addysg** ar nodi camwybodaeth / twyllwybodaeth
– Mae myfyrwyr o **gefndiroedd economaidd-gymdeithasol mwy difreintiedig** yn **llai tebygol o adnabod** hygrededd gwybodaeth[54]

Cefnogi athrawon

– **Mae'r prif argymhellion ar gyfer addysgu** yn ystod COVID-19 yn cynnwys:[51]
  - ✓ **Mynediad fforddiadwy at offer** ar gyfer addysgu/dysgu ar-lein, waeth p'un a yw ysgolion ar gau neu ar agor
  - ✓ Sicrhau bod gan fyfyrwyr ac athrawon **sgiliau digidol digonol**
  - ✓ **Cefnogi athrawon yn ddigonol** i ymdrin â cholledion dysgu
– Recriwtio **staff dros dro** i sicrhau y gall ysgolion barhau'n ddiogel, cadw at ganllawiau iechyd y cyhoedd a darparu cymorth ychwanegol i fyfyrwyr mewn angen,[55] er enghraifft:
  - ✓ Roedd 1/3 (33%) o wledydd OECD yn 2019/20, a bron i hanner (48%) yn 2020/21, wedi recriwtio mewn o leiaf un lefel addysgol
  - ✓ Ffrainc: Huriwyd 5,000 o athrawon dros dro ym mis Ebrill 2021 i gyflenwi ar gyfer athrawon fu'n absennol oherwydd COVID-19

[50] A curriculum for wellbeing: Improving all aspects of wellbeing in curricula & schools | BERA
[51] https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/342075/WHO-EURO-2021-2151-41906-59077-eng.pdf
[52] Delivering for youth: How governments can put young people at the centre of the recovery (oecd.org)
[53] https://www.oecd.org/coronavirus/policy-responses/transparency-communication-and-trust-the-role-of-public-communication-in-responding-to-the-wave-of-disinformation-about-the-new-coronavirus-bef7ad6e/#section-d1e37
[54] https://www.oecd.org/education/are-15-year-olds-prepared-to-deal-with-fake-news-and-misinformation-6ad5395e-en.htm
[55] OECD COVID Survey_EAG.indd (oecd-ilibrary.org)

- ✓ Lwcsembwrg: huriwyd staff dros dro i gefnogi athrawon gyda thasgau gweinyddol, ac i gefnogi myfyrwyr mewn rhaglenni adferol (gan gynnwys ysgolion haf)
- ✓ Yng Ngwlad Belg, Ffrainc ac Israel, recriwtiwyd staff ychwanegol ar gyfer addysgu adferol y tu allan i oriau ysgol arferol
- – Gweithredodd nifer o wledydd **gymhellion i annog athrawon presennol i gynyddu eu horiau** i gefnogi rhaglenni ysgol adferol yn 2020/2,[55] gan gynnwys Gwlad Belg, y Weriniaeth Tsiec, Ffrainc, Israel a Gwlad Pwyl

Brechu

Brechu plant a phobl ifanc

- Mae **nifer cynyddol o frechlynnau yn cael eu hawdurdodi i'w defnyddio gyda phlant**, gan gynnwys:[56] [57] [58]
  - ✓ Mae'r brechlynnau Moderna a Pfizer yn cael eu hystyried yn ddiogel ac yn effeithiol i unigolion 6 mis oed ac yn hŷn
  - ✓ Mae awdurdodau Tsieina wedi cymeradwyo'r brechlynnau Sinovac-CoronaVac a'r brechlynnau BBIBP-CorV i'r rhai rhwng 3 ac 17 oed
  - ✓ Yn India, mae Covaxin wedi'i gymeradwyo i'w ddefnyddio ar gyfer y rhai 12-17 oed; ond nid yw wedi derbyn Rhestr Defnydd Brys (EUL) WHO eto ar gyfer y grŵp oedran hwn
- **Mae pwyso a mesur manteision a risgiau** brechu yn hanfodol, gan gynnwys:[59] [60] [61] [62]
  - ✓ Dylai penderfyniadau i frechu plant fod yn seiliedig ar **ddiogelu'r plentyn unigol** yn hytrach na'r gymuned gan fod brechlynnau COVID-19 yn lleihau trosglwyddiad ond nid ydynt yn ei atal
  - ✓ Mae WHO yn argymell brechu plant **5+ oed gyda chyd-forbidrwydd** sy'n golygu bod COVID-19 yn peri risg ddifrifol iddynt
  - ✓ Mae plant rhwng **5-11 oed mewn perygl cymharol isel** o ganlyniadau difrifol o haint COVID-19, waeth beth fo'u statws brechu; ac mae'n ymddangos eu bod yn wynebu risg is o "COVID hir"
  - ✓ Mae plant a phobl ifanc iach yn parhau i fod yn "grŵp defnyddio blaenoriaeth isaf" a dim ond pan gyflawnir lefel uchel o fanteisio ar frechlynnau ym mhob grŵp defnyddio blaenoriaeth uwch y dylid eu brechu
  - ✓ Mae buddion anuniongyrchol brechu plant yn cynnwys tarfu cyn lleied â phosib ar addysg
- Awgryma **tystiolaeth gynyddol**:
  - ✓ Fod y dos is o'r brechlyn a weinyddir i blant (10 mg o'i gymharu â 30 mg) o bosib yn cynnig llai o amddiffyniad na'r hyn a welir mewn grwpiau oedran hŷn[63]
  - ✓ Mae adolygiad systematig o adroddiadau o myopericarditis ôl-frechu ymysg plant 5-18 oed wedi canfod bod manteision brechu rhag COVID-19 yn drech na'r risg o ddatblygu myopericarditis ôl-frechu[64]

---

[56] The Moderna COVID-19 (mRNA-1273) vaccine: what you need to know (who.int)
[57] The Pfizer BioNTech (BNT162b2) COVID-19 vaccine: What you need to know (who.int)
[58] Interim statement on COVID-19 vaccination for children (who.int)
[59] WHO SAGE Roadmap for prioritizing uses of COVID-19 vaccines: An approach to optimize the global impact of COVID-19 vaccines, based on public health goals, global and national equity, and vaccine access and coverage scenarios
[60] Coronavirus disease (COVID-19): Vaccines (who.int)
[61] Interim statement on COVID-19 vaccination for children (who.int)
[62] COVID-19 vaccination for children aged 5–11 years - The Lancet
[63] NEJMoa2116298.pdf (nih.gov)
[64] COVID-19 review shows that benefits of vaccinating children and adolescents appear to outweigh risks of post-vaccination myopericarditis (wiley.com)

- ✓ Mae ymestyn y ddarpariaeth frechu ymysg myfyrwyr, wedi'u hategu gan brofi rheolaidd gyda chydymffurfiaeth dda, yn gamau hanfodol i gadw ysgolion ar agor pan fo amrywiolion hynod drosglwyddadwy yn cylchredeg[65]

– Adroddwyd am **dderbyn brechlynnau** ymhlith plant a rhieni, er enghraifft:
  - ✓ Bu derbyn brechlynnau'n gysylltiedig ag ofn dal COVID-19 ac ymddiriedaeth mewn sefydliadau yn Ffrainc[66]
  - ✓ Roedd bwriad isel i frechu'n gysylltiedig â phlant yn methu â chael y brechlyn ffliw, a bwriad isel rhieni eu hunain i frechu yng Nghanada[67]

Brechu staff ysgolion

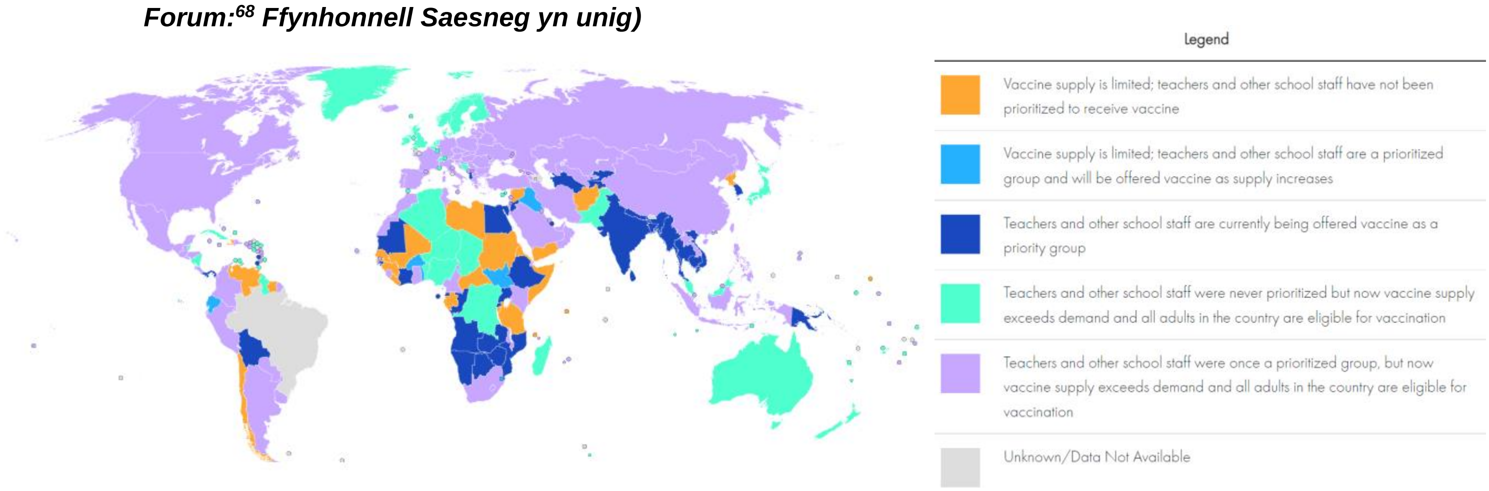
– Mae blaenoriaethu brechu athrawon yn amrywio ar draws gwledydd yn fyd-eang *(Ffigur 4):*[68] [69]
  - ✓ **Roedd 72% o wledydd wedi cynnwys athrawon mewn grŵp blaenoriaeth** i gael eu brechu mewn cynlluniau cyflwyno brechlynnau cenedlaethol
  - ✓ Dyrannwyd athrawon i'r grŵp blaenoriaeth cyntaf gyda gweithwyr rheng flaen mewn bron i 10% o wledydd

– Mae **enghreifftiau o wledydd** yn blaenoriaethu staff ysgolion yn cynnwys:[70]
  - ✓ Yn yr Almaen a Phortiwgal, blaenoriaethwyd athrawon mewn addysg cyn-gynradd a chynradd dros athrawon uwchradd
  - ✓ Yng Nghanada, roedd rhai taleithiau a thiriogaethau yn blaenoriaethu athrawon mewn ardaloedd lle'r oedd cyfraddau achosion o COVID-19 yn uchel
  - ✓ Mewn rhai achosion, roedd blaenoriaethu athrawon yn seiliedig ar feini prawf penodol - blaenoriaethodd y Weriniaeth Tsiec a Ffrainc ill dau athrawon ar sail eu hoedran
  - ✓ Yn Israel, nid oedd angen blaenoriaethu athrawon oherwydd pa mor gyflym y cafodd y boblogaeth gyffredinol ei brechu

– Cyflwynwyd **mandadau brechu** mewn rhai gwledydd, megis Yr Eidal a Seland Newydd, ar gyfer galwedigaethau penodol:[71]
  - ✓ Roedd y mandadau'n mynnu brechiad llawn er mwyn parhau i weithio o fewn ysgolion
  - ✓ Mewn rhai achosion, estynnodd y mandad hwn i unrhyw un fu'n gweithio yn y lleoliad addysg

[65] Screening and vaccination against COVID-19 to minimise school closure: a modelling study | Elsevier Enhanced Reader
[66] Acceptance of childhood and adolescent vaccination against COVID-19 in France: a national cross-sect (tandfonline.com)
[67] Canadian parents' perceptions of COVID-19 vaccination and intention to vaccinate their children: Results from a cross-sectional national survey | Elsevier Enhanced Reader
[68] Vaccine access for teachers and school staff - COVID-19 Global Education Recovery Tracker (covideducationrecovery.global)
[69] Monitoring teacher vaccination against COVID-19 | UNESCO
[70] OECD COVID Survey_EAG.indd (oecd-ilibrary.org)
[71] Vaccine mandates | The Institute for Government

Ffigur 4. Mynediad i frechlynnau ar gyfer athrawon a staff ysgol ar 11/02/22 (Global Education Forum:[68] Ffynhonnell Saesneg yn unig)



Profi

- **Dylid gwerthuso strategaethau profi** (PCR a phrofion antigen diagnostig cyflym) mewn lleoliadau ysgol **yn seiliedig ar effeithiolrwydd, cost-effeithiolrwydd a dichonoldeb**[72]
- Argymhellir **profi rheolaidd yn yr ysgol** ar gyfer myfyrwyr, rhieni/gwarcheidwaid, a staff ysgolion i helpu i adnabod y feirws cyn iddo ledu ymhellach, adnabod achosion asymptomatig, a lleihau'r risg o achosion pellach gan y CDC[73]
- Argymhellir **defnyddio profion cyflym mewn lleoliadau** addysgol gan yr ECDC:[74]
  - ✓ O ran olrhain cysylltiadau, mae profion diagnostig cyflym yn effeithiol wrth ganfod achosion hyd at bum diwrnod ar ôl i symptomau ddechrau
  - ✓ Ar gyfer cysylltiadau asymptomatig achosion, dylid cynnal profion cyn gynted â phosib ar ôl i'r cyswllt gael ei olrhain
  - ✓ Os yw mwy na saith diwrnod wedi mynd heibio ers dod i gysylltiad, mae'r risg o ganlyniadau negyddol ffug yn cynyddu a dylid cwblhau prawf PCR cyn gynted â phosib
- **Dylid osgoi gwirio tymheredd/symptomau yn rheolaidd mewn ysgolion** oherwydd nad oes tystiolaeth ar gael i gefnogi ei ddefnydd[75]

Hylendid dwylo ac arwynebau

Mae arferion diheintio yn bwysig er mwyn lleihau'r potensial ar gyfer halogi gyda'r feirws COVID-19 mewn ysgolion:[76]

- Dylid nodi **arwynebau y cyffyrddir llawer â nhw** ar gyfer diheintio â blaenoriaeth, gan gynnwys dolenni drysau a ffenestri, ardaloedd paratoi bwyd, arwynebau ystafelloedd ymolchi, toiledau a thapiau, dyfeisiau personol sgrin gyffwrdd, allweddellau cyfrifiadurol personol
- Mae'n rhaid **glanhau arwynebau gyda dŵr a sebon neu lanedydd yn gyntaf** i gael gwared ar faw
- Dylai glanhau bob amser ddechrau o'r ardal lanaf i'r ardaloedd bryntaf

[72] https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/342075/WHO-EURO-2021-2151-41906-59077-eng.pdf
[73] What to Know About COVID-19 Testing in Schools | CDC
[74] COVID-19 in children and the role of school settings in transmission - second update (europa.eu)
[75] https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/342075/WHO-EURO-2021-2151-41906-59077-eng.pdf
[76] Science Brief: SARS-CoV-2 and Surface (Fomite) Transmission for Indoor Community Environments | CDC

- Mewn mannau nad ydynt yn lleoliadau gofal iechyd, gellir defnyddio **sodiwm hypoclorite (cannydd / clorin)** ar grynodiad o 0.1% neu 1000 ppm; a gellir defnyddio **alcohol** ar 70-90% ar gyfer diheintio arwynebau
- Dylid storio'r holl atebion diheintydd mewn cynwysyddion anhryloyw, mewn ardal sydd wedi'i hawyru'n dda, heb fod yn agored i olau haul uniongyrchol ac yn ddelfrydol dylid eu paratoi'n ffres bob dydd
- Dan do, cymhwyswch ddiheintydd trwy frethyn wedi'i drochi yn y diheintydd a pheidiwch â chwistrellu

Mae **canllaw rheoli risg** WHO wrth ddefnyddio diheintyddion yn argymell:[77]

- **Osgoi cyfuno diheintyddion**, fel cannydd ac amonia, gan y gall cymysgeddau achosi llid resbiradol ac o bosib rhyddhau nwyon a allai fod yn angheuol
- **Agorwch ffenestri a defnyddiwch wyntyllau i awyru**
- Yr isafswm offer diogelu personol a argymhellir wrth ddiheintio mewn mannau nad ydynt yn lleoliadau gofal iechyd yw **menig rwber, ffedogau gwrth-ddŵr ac esgidiau caeedig;** efallai hefyd y bydd angen **offer diogelu'r llygaid a masgiau meddygol**
- Pan nad oes modd glanhau a diheintio yn rheolaidd oherwydd cyfyngiadau ar adnoddau, cynghorir **golchi dwylo'n aml ac osgoi cyffwrdd â'r wyneb**

Mae canllawiau dychwelyd i'r ysgol, gan gynnwys **hyrwyddo hylendid dwylo,** yn argymell:[78]

- Y dylai myfyrwyr **olchi dwylo ar amserau allweddol gyda sebon a dŵr** am o leiaf 40 eiliad neu **rwbio dwylo gan ddefnyddio hylif diheintio dwylo seiliedig ar alcohol** (60% i 80%) am o leiaf 20 eiliad
- **Cynyddu mynediad i gyfleusterau golchi dwylo gyda dŵr rhedeg** a chyfleusterau fel sinciau, gorsafoedd golchi dwylo cludadwy, a dosbarthwyr hylif rwbio dwylo
- Sicrhau **mynediad i hylif rwbio dwylo** os nad yw sebon a dŵr ar gael yn rhwydd (e.e. ystafelloedd dosbarth a champfeydd) a ger arwynebau y cyffyrddir â nhw'n aml (e.e. drysau ac offer a rennir fel offerynnau cerdd, offer chwaraeon)

[77] https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/coronavirus-disease-covid-19-cleaning-and-disinfecting-surfaces-in-non-health-care-settings
[78] schooling-COVID-19-resource-pack.pdf (who.int)

Cynnal newid ymddygiad

Mae strategaethau wedi'u cyflwyno i **ymwreiddio a chynnal newid ymddygiad o amgylch mesurau lliniaru:**

- **Dylai ymddygiadau fod yn NEAR: Normal, Esmwyth, Atyniadol, a Rheolaidd**
- Caiff strategaethau eu mapio i'r **model "Ymddygiad Gallu-Cyfle-Cymhelliant" (COM-B)** o ymddygiad *(Tabl 4)*

Tabl 4. Strategaethau a gyfeiriwyd i wneud ymddygiadau rheoli heintiau a ddymunir yn Normal, Esmwyth, Atyniadol, a Rheolaidd (NEAR), wedi'i strwythuro gan y model COM-B o newid ymddygiad (wedi'i addasu o: Llywodraeth y DU, SPI-B: Cynnal ymddygiadau i leihau trosglwyddiad SARS-CoV-2[79])

	Gweithredu egwyddorion newid ymddygiad cyffredinol ar gyfer rheoli heintiau
Gallu	Adeiladu a chynnal **dealltwriaeth o risgiau dal haint a sut i liniaru'r** rhain drwy: – Ymgyrchoedd gwybodaeth a chyfathrebu aml-sianel, gan gynnwys mewn ysgolion, i egluro pam e.e. yn yr awyr agored vs dan do neu orchuddion wyneb i leihau trosglwyddiad – Addysg ar reoli'r risg o ddal haint ar draws lleoliadau addysgol – Darparu adnoddau sy'n hawdd i holl aelodau'r gymuned gael gafael arnynt a'u defnyddio
Cyfle	Sicrhau bod **pob sefydliad a sector o gymdeithas yn cydweithio** er mwyn mwyafu cyfleoedd i reoli risgiau'n llwyddiannus drwy: – Ddarparu cymorth ymarferol, rheoleiddiol, ac ariannol ar gyfer creu amgylcheddau cartref, gwaith, hamdden a chludiant sy'n galluogi cadw pellter corfforol, awyru a gwisgo gorchuddion wyneb yn ddigonol pan fydd yr angen yn codi – Sicrhau bod gan bobl adnoddau ariannol ac adnoddau eraill sy'n barhaus ac yn ddigonol, gan gynnwys diogelu cyflogaeth, i allu ymddwyn mewn ffyrdd sy'n lliniaru risgiau – Adeiladu normau cryfion ... o gwmpas ymddygiadau rheoli heintiau fel cadw pellter corfforol a gwisgo masg
Cymhelliant	Sicrhau bod pobl a sefydliadau yn rhoi **gwerth uchel ar reoli heintiau a sut mae hyn yn cael ei ymwreiddio i fywyd bob dydd** drwy: – Ddefnyddio'r holl sianeli cyfathrebu sydd ar gael i gryfhau hunaniaethau, gwerthoedd, ac ymatebion emosiynol ynghylch atal a lliniaru dal haint, ac ymdeimlad o reolaeth bersonol – Mentrau ymgysylltu cymunedol penodol gyda lleiafrifoedd a grwpiau cymdeithasol ar y cyrion – Darparu hyfforddiant ac adnoddau i ymgorffori arferion a gweithdrefnau i fywydau pobl, er enghraifft mynd â gorchudd wyneb gyda chi wrth adael y cartref neu agor ffenest pan fydd rhywun yn ymweld

[79] https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/999175/S1215_SPI-B_Sustaining_behaviours_to_reduce_SARS-CoV-2_transmission.pdf

Golwg ar wledydd

Yr Almaen

Noder: Mae'r ysgol gynradd ar gyfer plant 6-10 oed ac a'r ysgol uwchradd am bedair neu naw mlynedd arall yn dibynnu ar y trywydd addysgol a ddewisir

Cyd-destun cenedlaethol

- O 1 Hydref 2022, **cyfrifoldeb yr 16 o daleithiau ffederal** yw canllawiau a rheolau o fewn ysgolion Yr Almaen, a all arwain at amrywiadau yn y mesurau a weithredir[80]
- **Dim ond o Radd 5 ymlaen mewn ysgolion y mae masgiau'n orfodol pan fo risg wrth addysgu wyneb yn wyneb a/neu mae amrywiolyn yn dod i'r amlwg** sy'n fwy heintus a pheryglus yn ôl Deddf Diogelu Heintiau newydd Yr Almaen[81]
  - ✓ Mae'r wladwriaeth yn argymell gwisgo masgiau mewn lleoliadau caeedig
  - ✓ Yn achos cludiant sy'n hygyrch i'r cyhoedd/a ariennir yn gyhoeddus, megis cludiant ysgol, mae gwisgo masgiau'n parhau i fod yn orfodol[82]
- Mae Llywodraeth Ffederal Yr Almaen wedi **lansio rhaglen ar gyfer addysg** 2021-2022 gydag **adnoddau ariannol ar gyfer pob talaith ffederal** i gynnig **cynigion dysgu a chwaraeon, adloniant a hamdden ychwanegol** er mwyn i fyfyrwyr ddal i fyny ar addysg a gollwyd yn flaenorol o ganlyniad i'r pandemig parhaus, gan gynnwys y meysydd a ganlyn:[83] [84]
  - ✓ Lleihau diffygion dysgu
  - ✓ Hyrwyddo addysg plentyndod cynnar
  - ✓ Gwersylloedd gwyliau a gweithgareddau allgyrsiol
  - ✓ Cymorth i blant a phobl ifanc ar fywyd bob dydd a'r ysgol
- **Disgrifir camau gweithredu mewn dwy dalaith isod** i ddangos gwahaniaethau rhanbarthol mewn ymagweddau
- Cyflwynir llinell amser o fesurau ysgol a weithredwyd yn ystod y pandemig COVID-19 mewn perthynas â'r cyd-destun epidemiolegol yn *Ffigur 5, tudalen 25*

Talaith ffederal: Gogledd Rhine Westphalia

Egwyddorion ar gyfer blwyddyn ysgol 2022/23:[82]

- **Cyfrifoldeb unigol:** mae cynlluniau hylendid ysgolion gan gynnwys golchi dwylo'n rheolaidd wedi profi'n effeithiol, fodd bynnag, argymhellir gwisgo masgiau'n wirfoddol, yn ogystal ag awyru'r adeilad yn rheolaidd a phrofion achlysurol gartref
- **Profion ar gyfer COVID-19:** does dim angen profion cartref gorfodol ar hyn o bryd
  - ✓ Argymhellir profion rheolaidd ar gyfer myfyrwyr sydd wedi dod i gysylltiad ag achos o COVID-19
  - ✓ Argymhellir profion cyn mynd i safle addysgol os oes gan unigolion symptomau ysgafn tebyg i annwyd
- **Gwisgo masgiau wyneb** dim gorfodaeth gyfreithiol i wisgo masg mewn ysgolion

---

[80] Corona: Was ab Oktober gilt | Bundesregierung
[81] Corona und Schule: Kommt die Maskenpflicht im neuen Schuljahr zurück?- Das Deutsche Schulportal (deutsches-schulportal.de)
Chronik zum Coronavirus SARS-CoV-2 | Maßnahmen - Bundesgesundheitsministerium
[82] Aktuelles zum Schulbetrieb und Corona | Bildungsportal NRW (schulministerium.nrw)
[83] Corona-Aufholprogramm: Aufholprogramm an Schulen überzeugt Verbände bislang nicht | ZEIT ONLINE
[84] Aktionsprogramm Aufholen nach Corona für Kinder und Jugendliche (bundesregierung.de)

Oherwydd y sefyllfa epidemiolegol sy'n esblygu'n gyson, argymhellir bod pob myfyriwr ac aelod o staff yn gwisgo masg meddygol neu fasg FFP2; yn achos plant a phobl ifanc, mae'r argymhelliad hwn wedi'i gyfyngu i wisgo masg meddygol.

– **Dysgu o bell/ar-lein**: Mae'r dalaith ffederal yn cydnabod bod addysgu wyneb yn wyneb yn arbennig o bwysig ar gyfer datblygu sgiliau seicogymdeithasol[85]
  - ✓ Argymhellir cydweithredu gydag ysgolion eraill yn achos absenoldeb athrawon, er mwyn darparu addysgu wyneb yn wyneb
  - ✓ Dylai ysgolion fod yn barod am newidiadau sydyn yn y sefyllfa epidemiolegol sy'n gofyn am ddysgu o bell, fel cael yr offer cywir
  - ✓ Mae'r Llyfrgell Ar-lein Addysgol ar gyfer NRW "Bildungsmediathek NRW" yn cynnig cyfryngau addysgol dethol a dolenni i ddeunyddiau addysgu sy'n cefnogi dysgu o bell

Talaith ffederal: Bavaria

Mae rheolau cenedlaethol yn berthnasol yn Bavaria, heb unrhyw reolau ychwanegol ar hyn o bryd. Efallai bydd hyn newid os bydd y sefyllfa epidemiolegol yn newid.[86]

Egwyddorion ar gyfer blwyddyn ysgol 2022/23:[87]

– *"Mae unrhyw un sy'n sâl yn aros gartref*" waeth a oes amheuaeth o COVID-19 ai beidio
– Awyru: Dylid awyru ystafelloedd dosbarth drwy agor ffenestri yn llawn o leiaf bob 45 munud (yn ddelfrydol bob 20 munud am sawl munud)
– **Golchi dwylo**: Golchi dwylo yn rheolaidd gyda sebon am o leiaf 20 eiliad
– **Etiquette pesychu a thisian**: Dylid pesychu neu disian i mewn i'r penelin neu i mewn i hances
– **Cadw pellter cymdeithasol**: dylid cadw isafswm pellter o 1.5 metr mewn adeiladau ysgol pryd bynnag y bo modd
– Argymhellir **gwisgo masg**:
  - ✓ Yn enwedig yn ardaloedd cyffredin yr ysgol, e.e. coridorau, grisiau, caffi
  - ✓ Am bum diwrnod ysgol ar ôl i achos o'r haint gael ei gadarnhau yn y dosbarth

Seland Newydd

Noder: Mae addysg gynradd yn dechrau ar 5 mlwydd oed hyd at 12 oed, ac mae addysg uwchradd yn dechrau ar 13 oed hyd at 17 oed. Mae ysgolion cynradd ac uwchradd y wladwriaeth hefyd yn cwmpasu "kura", ysgolion sy'n canolbwyntio addysgu ar iaith, diwylliant a gwerthoedd Māori.

Arweiniad presennol

Masgiau wyneb

– Gall ysgolion ddefnyddio masgiau os yw hyn wedi'i nodi gan eu hasesiad risg, ac os yw'n annhebygol o effeithio'n andwyol ar addysgu a dysgu[88]
– Ddim yn ofynnol ar gludiant cyhoeddus neu ysgol
– Mae'r Weinyddiaeth Addysg wedi rhoi **cyngor penodol ar gyfer myfyrwyr byddar neu drwm eu clyw** sydd yn aml yn dibynnu ar ddarllen gwefusau:[89]
  - ✓ Tynnu masgiau wyneb pan yn bosib

[85] Distanzunterricht | Bildungsportal NRW (schulministerium.nrw)
[86] Coronavirus in Bayern – Bayerisches Landesportal
[87] Hygieneempfehlungen für die bayerischen Schulen (Schuljahr 2022/2023) (bayern.de)
[88] COVID-19 health and safety response | Te Mahau
[89] Additional tips on face masks | Te Mahau

- ✓ Mwy o ddefnydd o dechnoleg lleferydd i destun
- ✓ Mwy o ymwybyddiaeth o'r posibilrwydd o ynysu i'r myfyrwyr hyn

Awyru

- Cynghorwyd ysgolion i **fwyafu galluoedd awyru** cymaint â phosib ac ar yr un pryd **cynnal tymheredd cyfforddus dan do**[90]
  - ✓ Mewn tymheredd oerach, dylid gwresogi ystafelloedd cyn gwersi fel y gall ffenestri fod ar agor[91]
  - ✓ Effeithiolrwydd uchel awyru yn ystod misoedd y gaeaf yn Seland Newydd, oherwydd llif aer wedi'i yrru gan hynofedd[92]
- Dylai ysgolion anelu at adnewyddu aer yr ystafell o leiaf 4 gwaith y dydd trwy agor drysau a ffenestri yn llawn gyda phawb yn gadael yr ystafell[91]
- Darparwyd monitorau CO_2 a glanhawyr aer cludadwy i ysgolion gan y llywodraeth yn rhad ac am ddim i fonitro ansawdd aer yn barhaus ac asesu pryd y gallai fod angen mwy o awyru[93]

Brechu

- Anogir brechu ac fe'i darperir am ddim i'r holl ddinasyddion 5 oed ac yn hŷn
- Bydd plant 5-11 oed yn derbyn dos is o'r brechlyn Pfizer[94]
- Ni all ysgolion a kura fynnu i fyfyrwyr gael eu brechu er mwyn cael mynediad at addysg, gan gynnwys rhieni, gofalwyr a whānau (teulu estynedig) sy'n cefnogi dysgu[95]
- Bydd mandadau brechlyn y llywodraeth ar gyfer staff ysgolion yn dod i ben ym mis Medi 2022[96]

Profi

- Mae profion antigen cyflym am ddim yn cael eu hanfon i ysgolion gwladol, ysgolion wladol integredig, a kura[97]
  - ✓ Dylid cynnig profion i fyfyrwyr neu aelodau staff sydd â symptomau COVID-19
  - ✓ Bydd citiau prawf yn cael eu dosbarthu i alluogi **profi asymptomatig gwirfoddol ddwywaith yr wythnos i staff dros y gaeaf**[97]

Mesurau glanhau a hylendid

- Mae'r Weinyddiaeth Addysg yn annog **parhau â mesurau hylendid sylfaenol**, gan gynnwys glanhau a diheintio arwynebau, golchi'ch dwylo, pesychu neu disian i'ch penelin ac osgoi cyffwrdd â'ch wyneb[95]
  - ✓ Argymhellir defnyddio **diheintydd gwrthfeirysol i lanhau arwynebau'n rheolaidd**, gan gynnwys eitemau y cyffyrddir â nhw'n aml fel dolenni drysau, switshis golau a ffonau[98]

Cyflwynir llinell amser o fesurau ysgol a weithredwyd yn ystod y pandemig COVID-19 mewn perthynas â'r cyd-destun epidemiolegol yn *Ffigur 6, tudalen 26.*

Singapore

Noder: Mae'r ysgol gynradd ar gyfer plant rhwng 6 a 12 oed; ac yna ysgol uwchradd i blant a phobl ifanc rhwng 13 a 18 oed.

[90] Ventilation in schools | Te Mahau
[91] Ventilation in schools | Te Mahau
[92] Adroddiad Dosbarth (temahau-live-storagestack-pv-assetstorages3bucket-4pgakoc5n3r5.s3.amazonaws.com)
[93] Device support | Te Mahau
[94] Vaccination for children aged 5 to 11 | Unite against COVID-19 (covid19.govt.nz)
[95] COVID-19 health and safety response | Te Mahau
[96] Next phase of our COVID-19 response | Unite against COVID-19 (covid19.govt.nz)
[97] Rapid Antigen Tests | Te Mahau
[98] Keep up healthy habits | Unite against COVID-19 (covid19.govt.nz)

Mae Singapore wedi cael **profiad o reoli pandemigau**, gan gynnwys SARS yn 2003, H1N1 yn 2009 a Zika yn 2016,[99] sy'n golygu bod ganddi **dasglu parodrwydd pandemig ac ymateb cyflym llywodraeth gyfan.**

Fel arfer mae myfyrwyr ysgol gynradd ac uwchradd yn mynychu'r ysgol am 200 diwrnod y flwyddyn.

- Oherwydd mesurau "torrwr cylched", mynychodd myfyrwyr tua 150 diwrnod o'r ysgol mewn person yn 2020. Cwblhawyd gweddill y dyddiau ysgol trwy fodel dysgu cyfunol neu gartref[100]
- I leihau pwysau ychwanegol dysgu yn y cartref, **daethpwyd â gwyliau'r ysgol ymlaen**, ac ar ddiwedd y don gyntaf, **ailddechreuwyd y dull dysgu cyfunol**[101]
- Cyflwynir llinell amser o fesurau ysgol a weithredwyd yn ystod y pandemig COVID-19 mewn perthynas â'r cyd-destun epidemiolegol yn *Ffigur 7, tudalen 27*

Mesurau ataliol[102]

Caeodd yr ysgolion yn llawn am gyfnod byr rhwng 7 Ebrill a 1 Mehefin 2020. Rhoddwyd ystod o fesurau ataliol ar waith i sicrhau ailagor ysgolion yn llwyddiannus a'u cadw'n agored, megis:

Sgrinio

- Staff ysgol i sgrinio lles cyffredinol myfyrwyr bob dydd
- Mae gofyn i fyfyrwyr a staff sy'n sâl â symptomau tebyg i ffliw gadw draw o'r ysgol

Hylendid

- Glanhau arwynebau y cyffyrddir llawer â nhw mewn adeiladau ysgol yn aml
- Golchi dwylo'n aml a glanhau arwynebau / offer a rennir yn aml

Gwisgo masgiau

- Ddim yn orfodol mewn lleoliadau dan do ac awyr agored, ac eithrio ar gludiant cyhoeddus ac mewn lleoliadau gofal iechyd

Yn unol â chanllawiau cenedlaethol ar gyfer **llacio mesurau** mewn lleoliadau cymunedol:

- Dim gofynion o ran meintiau grŵp na chadw pellter ar gyfer gweithgareddau ysgol gan gynnwys amseroedd egwyl
- Bydd pob myfyriwr yn gallu cymryd rhan mewn gweithgareddau waeth beth fo'u statws brechu
- Nid oes angen gwiriadau 'TraceTogether-only SafeEntry' mewn ysgolion mwyach

Disgrifir heriau mesurau lliniaru ac argymhellion i oresgyn y rhain yn *Nhabl 5.*

Tabl 5. Crynodeb o brofiad Singapore – heriau a datblygiadau[103]

Mesur lliniaru	Her	Lliniaru'r heriau
Gwisgo masgiau	Anhawster clywed athrawon ac athrawon yn rhoi straen ar eu lleisiau er mwyn cael eu clywed	Defnyddiodd athrawon feicroffonau cludadwy neu system sain yr ystafell ddosbarth, fel y gellid eu clywed heb godi eu lleisiau

[99] Singapore’s Pandemic Preparedness: An Overview of the First Wave of COVID-19 - PMC (nih.gov)
[100] Singapore’s school management policy during COVID-19 | ORF (orfonline.org)
[101] Singapore’s school management policy during COVID-19 | ORF (orfonline.org)
[102] FAQs: COVID-19 related matters | MOE
[103] 1.-Thesis-Kefalaki-M.-Rudolph-J.-Tan-S.-amp_-Diamantidaki-F.-2021.pdf (ucl.ac.uk)

	Nid oedd myfyrwyr wedi arfer gwisgo masgiau am gyfnodau hir ac roeddent yn cael trafferth darllen mynegiant yr wyneb	Er mwyn annog gwisgo masgiau, cafodd rhai ysgolion fygydau ychwanegol gan y gwerthwr gwisgoedd ysgol a chaniatáu i'r plant addurno'r rhain eu hunain
Cadw pellter cymdeithasol	'Blinder pandemig' Yn ôl arolwg dywedodd 44 y cant o 1,000 o ymatebwyr eu bod wedi syrffedu ar gadw at fesurau diogelwch (gwisgo masgiau, cadw pellter cymdeithasol, olrhain cysylltiadau)	Llacio mesurau
Glanhau	Mwy o bwysau ar athrawon i lanhau ystafelloedd dosbarth ar ôl pob gwers	

Brechu[104] [105]

Argymhellodd y Weinyddiaeth Iechyd y dylai'r holl **blant 5-11 oed gael dos atgyfnerthu o'r brechlyn COVID-19** wedi'i weinyddu 5 mis ar ôl y dos brechlyn sylfaenol.

- Dangoswyd bod y brechlyn atgyfnerthu Pfizer-BioNTech/Comirnaty yn cynyddu lefelau gwrthgyrff i fwy na dwywaith y lefelau a gafwyd ar ôl dau ddos sylfaenol
- Mae plant 5-11 oed yn cael dos llai o'r brechlyn o gymharu â phobl ifanc ac oedolion
- Mae angen i rieni ac aelodau o'r cyhoedd sy'n mynychu cyngherddau â mwy na 500 o bobl a gynhelir mewn ysgolion gael eu brechu neu fod yn anghymwys yn feddygol ar gyfer brechiadau COVID-19

Sweden

Noder: Mae'r ysgol gynradd ar gyfer plant 7-15 oed, ac yna'r ysgol uwchradd am dair neu bedair blynedd arall[106]

Cefndir polisi

Roedd gan ymateb iechyd cyhoeddus Sweden i COVID-19 y nodau canlynol: [107][108]

- **Isafu trosglwyddiad** drwy fesurau atal, megis cwarantin, lleihau cysylltiadau ymhlith pobl, cadw pellter corfforol, trefniadau hylendid gwell, ac offer diogelu personol, ar y cyd â chyfundrefnau profi ac olrhain cysylltiadau
- Nodi **grwpiau risg ac ardaloedd o risg**, a **theilwra mesurau** ar gyfer y lleoliadau hyn
- **Diogelu penderfynyddion iechyd eraill**, e.e., drwy gadw ysgolion ar agor
- Cynnal adnoddau iechyd a gofal a gweithrediad cymdeithasol parhaus
- Darparu sail resymegol ar gyfer pob mesur a gymerir; ymdrin â phryderon y cyhoedd
- Gweithredu'r mesurau 'cywir' ar yr 'amser cywir' y gellir eu **cynnal dros amser**

Ni weithredwyd unrhyw gyfnod clo cyffredinol a chan amlaf roedd yr argymhellion yn wirfoddol[108]

- Codwyd llawer o gyfyngiadau cyffredinol gan gynnwys cadw pellter cymdeithasol, tystysgrifau brechu, a gwisgo masgiau wyneb ar gludiant cyhoeddus ym mis Chwefror 2022; gyda'r cyfyngiadau fu'n weddill yn codi ym mis Ebrill 2022
- Argymhellion i frechu ac ynysu os parheir i brofi symptomau salwch[109]

Mae plant ysgol wedi derbyn yr un argymhellion â'r cyhoedd:[107] [110]

- **Osgoi llefydd gorlawn**

[104] MOH | Child Vaccination
[105] MOH | COVID-19 Vaccination
[106] https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/c1b78bffbfde4a7899eb0d8ffdb57b09/covid-19-school-aged-children.pdf
[107] https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/apm.13112
[108] https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/apa.15582
[109] https://www.government.se/articles/2022/02/majority-of-covid-19-restrictions-to-be-removed-on-9-february-2022/
[110] https://www.folkhalsomyndigheten.se/the-public-health-agency-of-sweden/communicable-disease-control/covid-19/how-to-protect-yourself-and-others-covid-19-recommendations/

– Cynnal **hylendid dwylo** llym
– **Aros gartref os yn symptomatig** (hyd yn oed os yw prawf COVID-19 yn negyddol)
– Dylai pobl 12 oed a hŷn gael **brechlyn COVID-19** (ers Gorffennaf 2021)

Plant a'r risg o drosglwyddo COVID-19

Mae ysgolion wedi bod ar agor i blant iach dan 16 oed; gyda'r rhesymeg a ganlyn:[107] [111]

  – Ni chredwyd bod plant yn symbylyddion arwyddocaol o'r pandemig
  – Mae gan gau ysgolion ddeilliannau iechyd negyddol
  – Anaml y bydd plant yn mynd yn ddifrifol wael o COVID-19[107] [108] [111]

Awgrymodd y data **nad oedd plant yn cynyddu'r risg** o ddal haint:

– Y risg cymharol o COVID-19 oedd 1.1 (95% CI 0.9–1.3) ar gyfer 105,000 o athrawon ysgol gynradd o'i gymharu â'r holl oedolion cyflogedig (ac eithrio gweithwyr gofal iechyd)[112]
– Y risg gymharol o ddal haint COVID-19 ar gyfer 30,357 o athrawon ysgol uwchradd a fu'n gweithio gartref oedd 0.7 (95% CI 0.5–1.0)
– Fodd bynnag, awgrymodd astudiaeth arall o Sweden gan ddefnyddio'r un cyfnod amser fod risg gynyddol o ddal haint COVID-19 ymhlith rhieni a amlygwyd i ysgolion agored yn hytrach nag ysgolion oedd wedi cau (OR 1.17; CI95 1.03–1.32)[113]

Dylanwadau cymdeithasol-wleidyddol

– E**gwyddor tegwch** oedd y sail i'r penderfyniad i gadw gofal plant ac ysgolion i blant 1-15 oed sydd ar agor drwyddi draw[114]
– Mae Deddf Clefydau Trosglwyddadwy (2004) yn pwysleisio **cyfrifoldeb personol** o ran lleihau'r risg o ledaenu clefydau, yn unol â thraddodiadau cryfion iechyd y cyhoedd yn Sweden: "*mae gan bawb gyfrifoldeb dros atal COVID-19 rhag lledu*"[115]

Effeithiau na fuont yn ymwneud â COVID-19

Er bod ymchwil ar effeithiau ymagwedd Sweden yn parhau, mae'r canfyddiadau cychwynnol yn cynnwys:

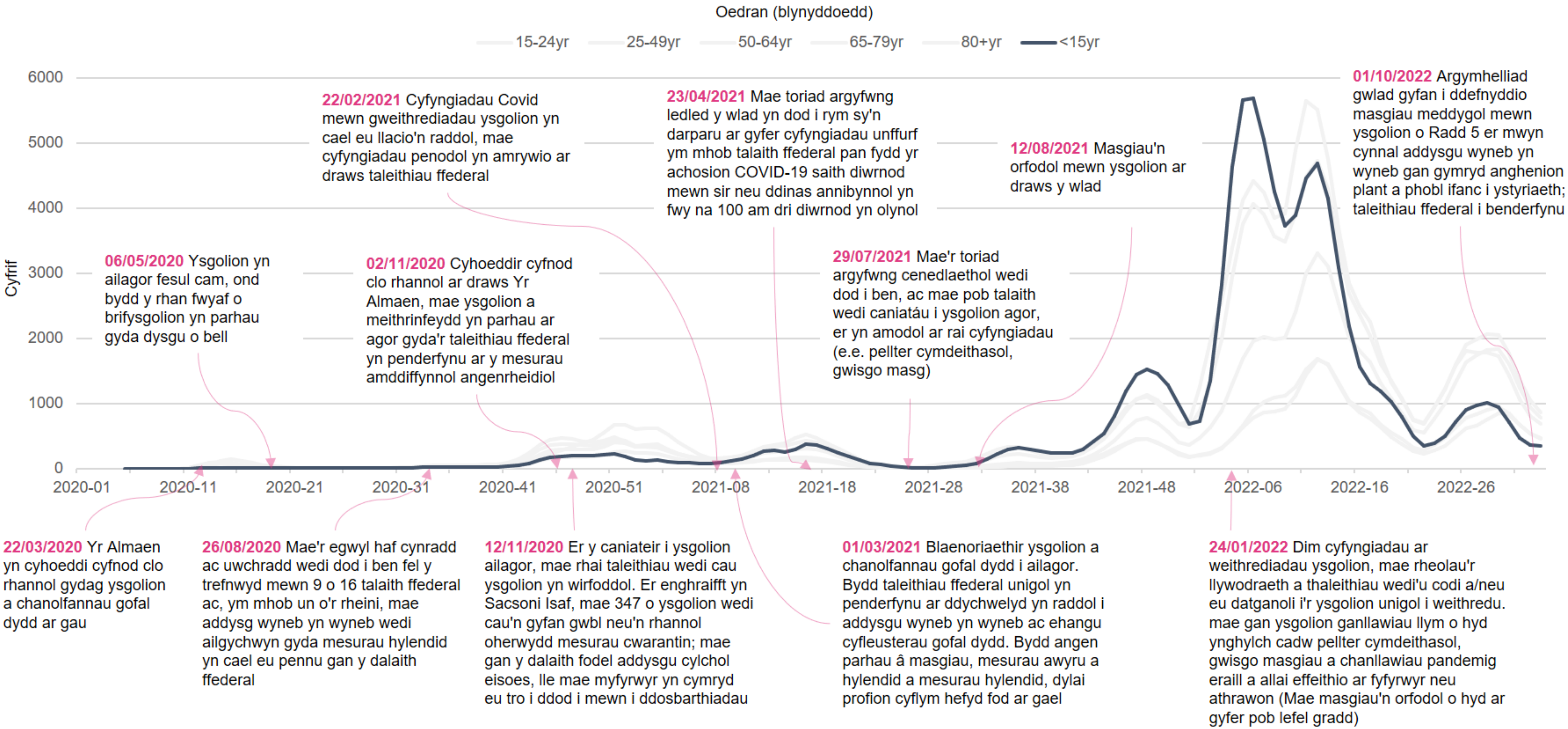
– **Iechyd meddwl:** Nododd arolwg ar-lein o 774 o blant 6-14 oed yn Sweden eu bod yn profi **lefelau isel o orbryder** yn gyffredinol. Profwyd trefn arferol bywyd gan amlaf, yn bennaf oherwydd i ysgolion barhau ar agor[116]
– **Cynhaliwyd dysgu:** Dangosodd data asesu darllen o 97,073 o blant 7-10 oed yn Sweden nad oedd sgoriau deall geiriau a darllen a deall yn is yn ystod y pandemig o'i gymharu â chyn y pandemig, ac nad effeithiwyd yn benodol ar fyfyrwyr o gefndiroedd economaidd-gymdeithasol isel[117]
– **Llythrennedd iechyd:** Roedd plant 7-12 oed yn Sweden yn hyddysg am COVID-19, a'r ysgol oedd y brif ffynhonnell wybodaeth (o'i gymharu â gwledydd eraill, lle mai rhieni oedd y ffynhonnell bwysicaf)[118][119]

Cyflwynir llinell amser o fesurau ysgol a weithredwyd yn ystod y pandemig COVID-19 mewn perthynas â'r cyd-destun epidemiolegol yn *Ffigur 8, tudalen 28*.

[111] https://www.folkhalsomyndigheten.se/the-public-health-agency-of-sweden/communicable-disease-control/covid-19/covid-19-more-information/the-public-health-agency-of-swedens-work-with-covid-19/
[112] https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/c1b78bffbfde4a7899eb0d8ffdb57b09/covid-19-school-aged-children.pdf
[113] https://www.pnas.org/doi/full/10.1073/pnas.2020834118
[114] https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/apa.15582
[115] https://www.folkhalsomyndigheten.se/the-public-health-agency-of-sweden/communicable-disease-control/covid-19/covid-19-more-information/the-public-health-agency-of-swedens-work-with-covid-19/
[116] https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35799462/
[117] https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35677729/
[118] https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/14034948211051884
[119] https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33566813/

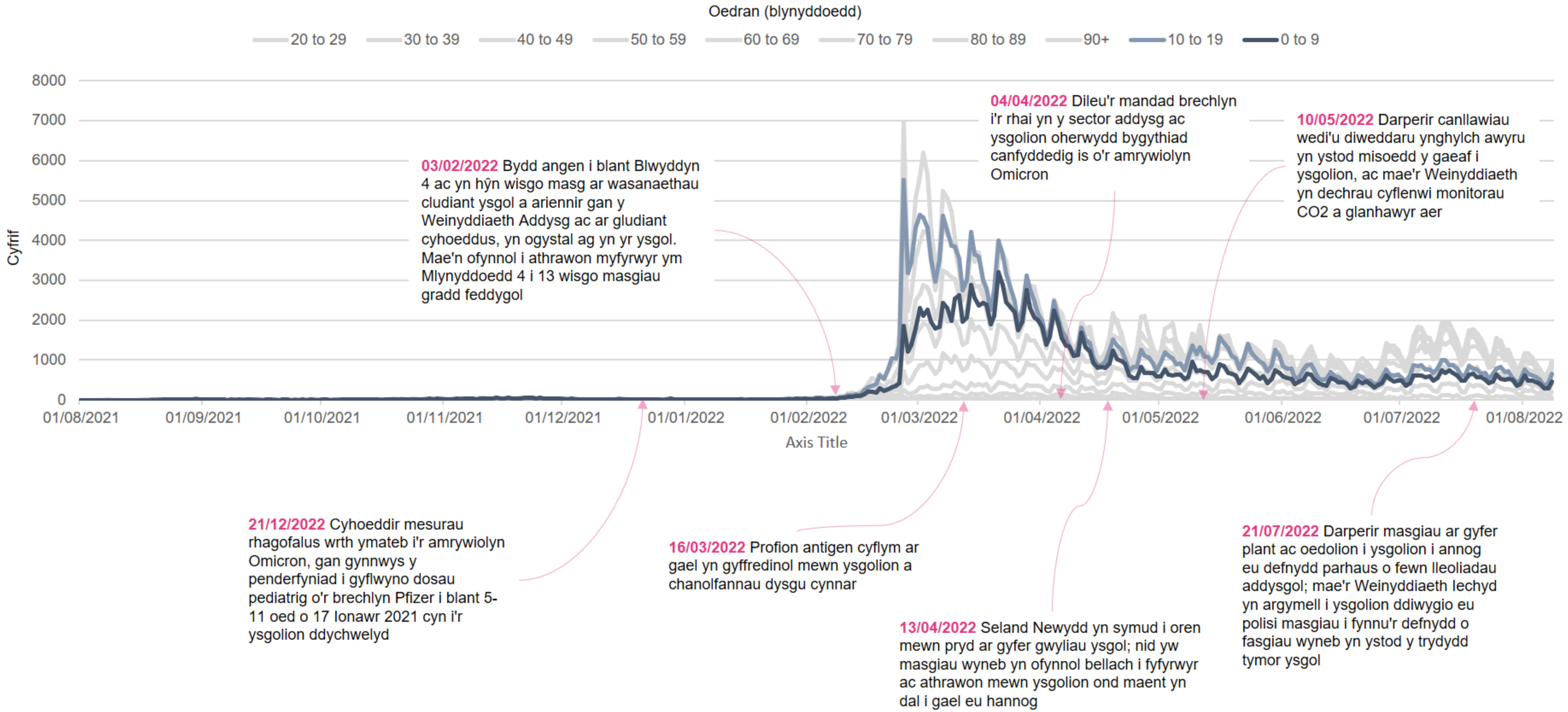
Ffigur 5. Achosion COVID-19 yn ôl grŵp oedran a mesurau iechyd y cyhoedd, Yr Almaen, Ionawr 2020 i Awst 2022

Wedi'i gynhyrchu gan WHO CC ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant



Ffynonellau: Data am achosion o'r Ganolfan Ewropeaidd ar gyfer Atal a Rheoli Clefydau (https://www.ecdc.europa.eu/en/publications-data/covid-19-data-14-day-age-notification-rate-new-cases)
Mesurau iechyd y cyhoedd o set ddata fyd-eang Tracio Iechyd y Cyhoedd a Mesurau Cymdeithasol WHO (https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/phsm)
a Gweinyddiaeth Iechyd Yr Almaen.

Ffigur 6. Achosion COVID-19 yn ôl grŵp oedran a mesurau iechyd y cyhoedd, Seland Newydd, 01 Awst 2021 i 01 Awst 2022
Wedi'i gynhyrchu gan WHO CC ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant

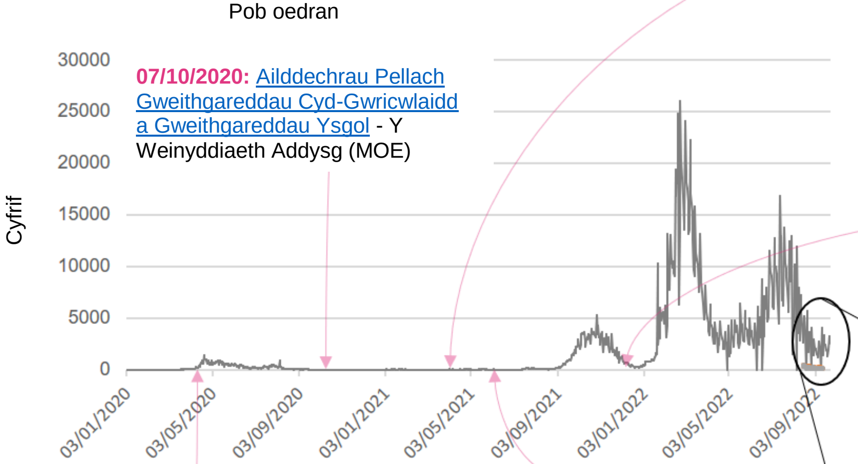


Ffynonellau: Data am achosion o Weinyddiaeth Iechyd Seland Newydd (https://github.com/minhealthnz/nz-covid-data)
Mesurau iechyd y cyhoedd o set ddata fyd-eang Tracio Iechyd y Cyhoedd a Mesurau Cymdeithasol WHO (https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/phsm) a gwefannau llywodraethol Seland Newydd

Ffigwr 7. Achosion COVID-19 yn ôl grŵp oedran, Singapore, Ionawr 2020 i Fedi 2022

Wedi'i gynhyrchu gan WHO CC ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant

13/01/2021: Sefydlu Canolfannau Brechu COVID-19 i Gefnogi Rhaglen Frechu Singapore
09/03/2021: Ailddechrau Campau Dethol ar gyfer Gemau Ysgolion Cenedlaethol 2021- MOE
04/05/2021: Cryfhau Mesurau Rheoli Diogel mewn Ysgolion a Sefydliadau Dysgu Uwch- MOE
05/05/2021: Mesurau Rheoli Diogel wedi'u Diweddaru mewn Cyn-ysgolion a Chanolfannau Ymyrraeth Gynnar i Leihau Trosglwyddiad- Y Weinyddiaeth Datblygu Cymdeithasol a Theuluoedd (MSF)
16/05/2021: Ysgolion Cynradd, Ysgolion Uwchradd, Colegau Iau a Sefydliad Millennia i Symud i Ddysgu Llawn o Gartref- Y Weinyddiaeth Addysg (MOE)
08/06/2021: Atal Tiwtora a Chyfoethogi Preifat i Fyfyrwyr 18 oed ac Iau o 19 Mai 2021 i 13 Meh 2021- MOE

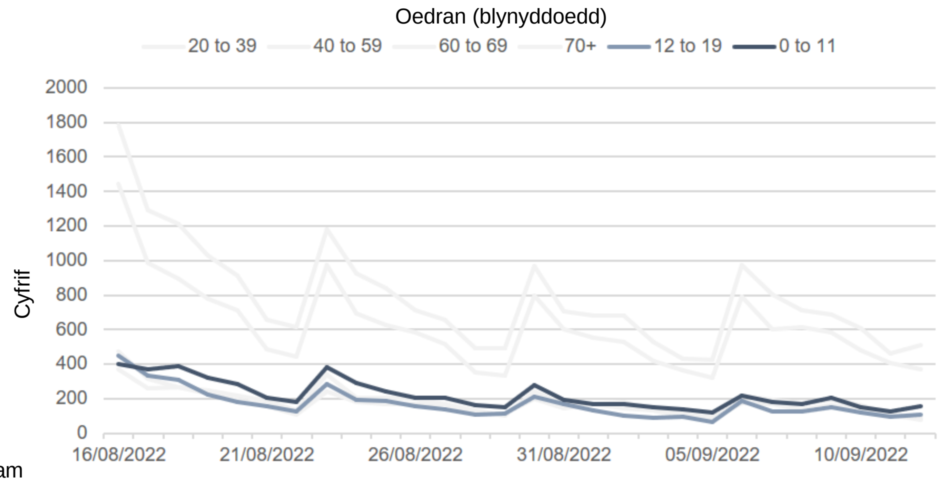


07/10/2020: Ailddechrau Pellach Gweithgareddau Cyd-Gwricwlaidd a Gweithgareddau Ysgol - Y Weinyddiaeth Addysg (MOE)

01/11/2021: Ailddechrau Mwy o Weithgareddau Ysgol ac IHL i Gefnogi Datblygiad Cyfannol a Lles Myfyrwyr - MOE
10/12/2021: Ymestyn y Gyfres Frechu Sylfaenol i Blant 5 i 11 Oed a Brechiad Atgyfnerthu i Bob Unigolyn Rhwng 18 a 29 Oed
05/02/2022: Nid Oes Angen Memos Ymadfer ar Weithwyr a Myfyrwyr i Ddychwelyd i'r Gwaith neu'r Ysgol

04/02/2020: Ysgolion yn gweithredu egwyliau gwasgaredig ac yn atal gwasanaethau ysgolion. Cyn-ysgolion yn atal gweithgareddau grŵp mawr a chymunedol.
27/03/2020: Gweithredir dull dysgu cyfunol gyda disgyblion yn dysgu o gartref un diwrnod yr wythnos Ysgolion i Weithredu Un Diwrnod o Ddysgu o Gartref yr Wythnos | MOE
08/04/2020: Cau pob ysgol ar gyfer dysgu o gartref
01/06/2020: Ysgolion yn ailagor ar 2 Mehefin

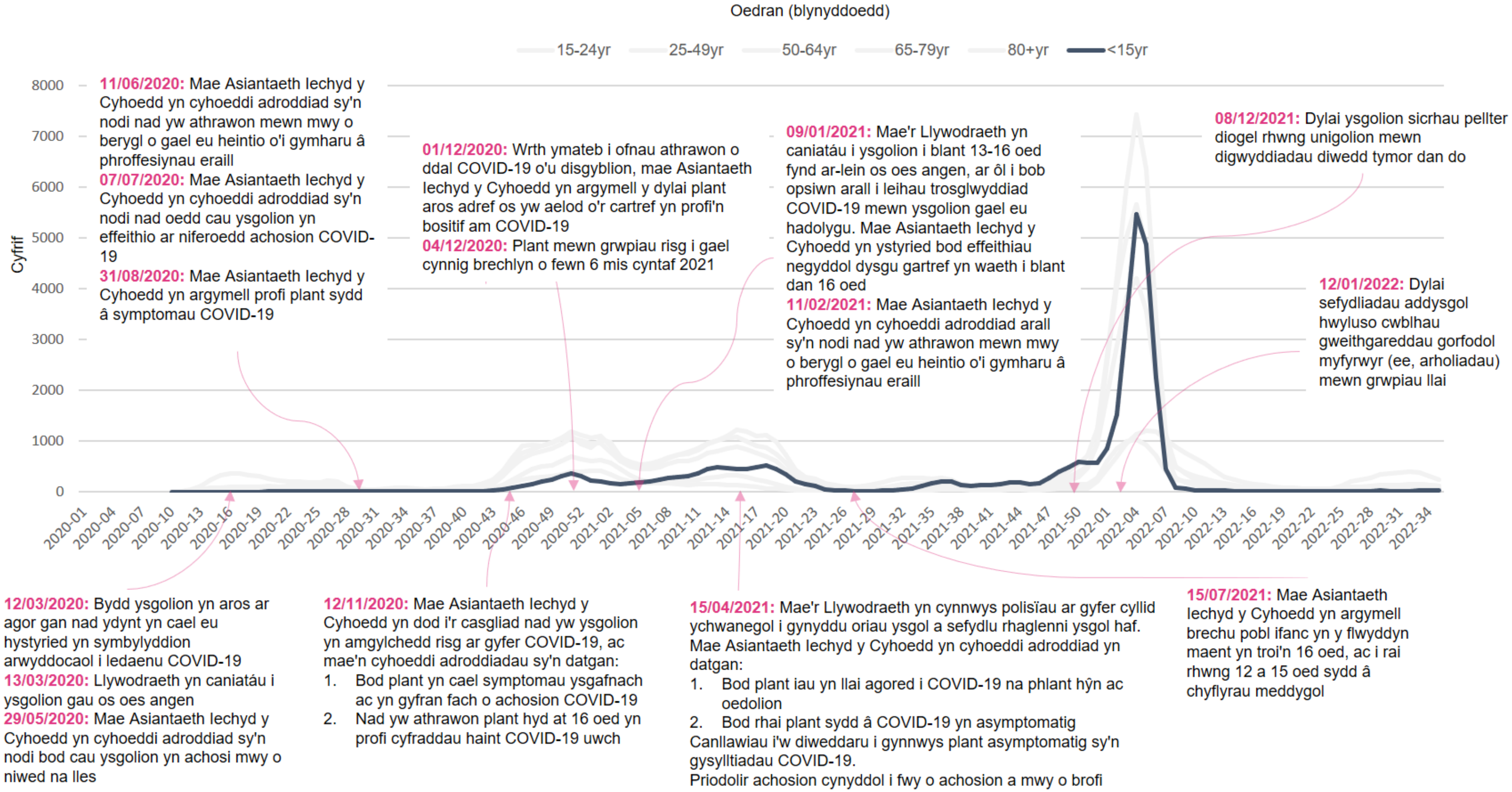
20/07/2021: Trefniadau ar gyfer Ysgolion a Sefydliadau Dysgu Uwch o Dan Gam 2 (Rhybudd Uwch) o 22 Gorffennaf 2021- Y Weinyddiaeth Addysg (MOE)
26/07/2021: Oedi mewn Prosiectau Seilwaith Ysgolion Oherwydd y Sefyllfa COVID-19 - MOE
07/08/2021: Ailddechrau Gweithgareddau mewn Ysgolion a Sefydliadau Dysgu Uwch o 10 Awst- MOE
27/08/2021: Cyn-ysgolion, Ysgolion Cynradd ac Ysgolion SPED i Dderbyn Pecynnau Antigen Prawf Cyflym - MOE



Ffynonellau: Data am achosion o WHO (https://covid19.who.int/WHO-COVID-19-global-data.csv). Data am achosion penodol i oedran o Weinyddiaeth Iechyd Singapore (https://data.gov.sg/dataset/covid-19-case-numbers?resource_id=6c14814b-09b7-408e-80c4-db3d393c7c15)
Mesurau iechyd y cyhoedd o set ddata fyd-eang Tracio Iechyd y Cyhoedd a Mesurau Cymdeithasol WHO (https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/phsm) a Gweinyddiaeth Iechyd Singapore

Ffigur 8. Achosion COVID-19 yn ôl grŵp oedran, Sweden, Mawrth 2020 i Awst 2022

Wedi'i gynhyrchu gan WHO CC ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant



Ffynonellau: Data am achosion o'r Ganolfan Ewropeaidd ar gyfer Atal a Rheoli Clefydau (https://www.ecdc.europa.eu/en/publications-data/covid-19-data-14-day-age-notification-rate-new-cases). Mesurau iechyd y cyhoedd o set ddata fyd-eang Tracio Iechyd y Cyhoedd a Mesurau Cymdeithasol WHO (https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/phsm); Asiantaeth Iechyd y Cyhoedd Sweden (Gwaith Asiantaeth Iechyd y Cyhoedd Sweden gyda COVID-19 - Asiantaeth Iechyd y Cyhoedd Sweden (folkhalsomyndigheten.se)); Gweinyddiaeth Iechyd a Materion Cymdeithasol Sweden (Y Weinyddiaeth Iechyd a Materion Cymdeithasol - Government.se); Olofsson T, Vilhelmsson A. Set ddata: Polisi epidemig COVID-19 a llinell amser digwyddiadau (Sweden). Briff Data. 2022 Feb;40:107698. doi: 10.1016/j.dib.2021.107698.

Datblygwyd yr adroddiadau Sganio Gorwelion Rhyngwladol a Dysgu gan y Tîm Iechyd Rhyngwladol / y Ganolfan Cydlynu Iechyd Rhyngwladol (IHCC) yng Nghanolfan Gydweithredol WHO ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant (WHO CC), Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Arweinydd gweithredol a Chyfarwyddwr WHO CC: Mark A Bellis
Arweinydd iechyd rhyngwladol a Dirprwy Gyfarwyddwr WHO CC: Mariana Dyakova
Awduron a chyfranwyr: Anna Stielke, Abigail Malcolm, James Allen, Lauren Couzens, Emily Clark, Mariana Dyakova

Pobl Gyswllt: Emily.Clark4@wales.nhs.uk; Mariana.Dyakova@wales.nhs.uk

Mae pob adroddiad ar gael yn: https://phwwhocc.co.uk/covid-19/sganio-gorwelion-rhyngwladol/?lang=cy

https://phwwhoc

@phwwhocc

/Phwwhocc

Canolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant

World Health Organization Collaborating Centre on Investment for Health and Well-being