Ymchwiliad **Covid-19** y DU

Mae Pob **Stori** o Bwys

# Cofnod Mae Pob Stori o Bwys Yn Gryno: Gweithwyr Allweddol

Mae Ymchwiliad Covid-19 y DU yn ymchwiliad cyhoeddus annibynnol sy'n archwilio'r ymateb i'r pandemig Covid-19 a'i affaith i ddysgu gwersi ar gyfer y dyfodol. Mae'r Ymchwiliad wedi rhannu i archwiliadau ar wahân a adnabyddir fel modiwlau. Mae pob modiwl yn canolbwyntio ar bwnc gwahanol â'i wrandawiadau cyhoeddus ei hun. Yn dilyn y gwrandawiadau, mae adroddiad modiwl yn cael ei gyhoeddi sy'n cynnwys canfyddiadau sy'n seiliedig ar yr holl dystiolaeth ac argymhellion y Cadeirydd ar gyfer y dyfodol.

## Sut mae Mae Pob Stori o Bwys yn ffitio i mewn i waith yr Ymchwiliad

Mae'r crynodeb hwn yn cwmpasu pob un o gofnodion Mae Pob Stori o Bwys ar gyfer Modiwl 10, gan archwilio profiad gweithwyr allweddol oedd yn gweithio ar y llinell flaen yn ystod y pandemig.

Mae'r cofnod yn dwyn y profiadau mae pobl wedi eu rhannu â ni:

- ar-lein ar maepobstoriobwys.co.uk; a
- wyneb yn wyneb mewn digwyddiadau mewn trefi a dinasoedd ledled y DU.

Caiff storïau eu dadansoddi a'u defnyddio mewn cofnodion penodol i'r modiwl. Rhoddir y cofnodion hyn yn dystiolaeth ar gyfer y modiwl perthnasol.

Nid yw Mae Pob Stori o Bwys yn arolwg nac yn ymarferiad cymharol. Ni all fod yn gynrychioladol o brofiad cyfan y DU, ac ni chafodd ei gynllunio i fod felly. Mae ei werth yn gorwedd mewn clywed amrediad o brofiadau, mewn cipio'r themâu sydd wedi cael eu rhannu â ni, gan ddyfynnu storïau pobl yn eu geiriau eu hunain ac, yn hollbwysig, mewn sicrhau bod profiadau pobl yn rhan o gofnod cyhoeddus yr Ymchwiliad.

Caeodd Mae Pob Stori o Bwys i storïau newydd ym Mai 2025, felly dadansoddodd cofnodion ar gyfer Modiwl 10 bob stori a rannwyd â'r Ymchwiliad ar-lein ac yn ein digwyddiadau gwrando Mae Pob Stori o Bwys hyd at y dyddiad hwn.

Mae rhai o'r storïau a themâu yn y cofnod hwn yn cynnwys disgrifiadau o brofedigaeth, camdriniaeth lafar a chorfforol, effeithiau iechyd meddwl a thrallod seicolegol sylweddol. Gallant fod yn drallodus i rai ac anogir darllenwyr i geisio cymorth os oes angen. Mae rhestr o wasanaethau cymorth yn cael ei ddarparu ar wefan Ymchwiliad Covid-19 y DU.

## Cyflwyniad

Mae'r cofnod hwn yn dwyn profiad gweithwyr allweddol yn ystod y pandemig ynghyd. Maen nhw'n cynnwys y rheini oedd yn gweithio yng ngwasanaeth yr heddlu, ymladdwyr tân, gweithwyr addysg, glanhawyr, gweithwyr trafnidiaeth, gyrwyr tacsi a dosbarthu, gardiau diogelwch, gweithwyr manwerthu a gweithwyr angladdau, claddedigaethau ac amlosgi. Mae profiadau gweithwyr allweddol mewn gofal iechyd a gofal cymdeithasol wedi cael eu cynnwys yn y cofnodion ar gyfer Modiwlau 3 a 6 yn eu tro, felly nid ydynt yn cael eu dyblygu yma.

Yn ystod y pandemig, wynebodd llawer o weithwyr allweddol lwythi gwaith trwm, gorflino a straen a adawodd lawer yn teimlo wedi llwyrlosgi. I rai, mae'r effaith wedi parhau yn hir wedi hynny, gyda phroblemau iechyd corfforol a meddyliol parhaol gan gynnwys Covid Hir. Mae llawer hefyd wedi wynebu straen ariannol, yn enwedig y rheini nad oedd yn gallu dychwelyd i'r gwaith oherwydd eu cyflyrau iechyd.

## Pwysau ar weithwyr llinell flaen allweddol

- Disgrifiodd gweithwyr allweddol deimlo'n ofnus am ddal Covid-19 yn y gwaith a mynd yn ddifrifol sâl. Myfyriodd llawer ar eu hofn am eu hiechyd eu hunain a'u teuluoedd.
- Teimlai llawer yn ansicr am yr hyn y byddai Covid-19 a'r cyfyngiadau yn ei olygu i'w gwaith a'u bywydau dyddiol, gan mai ychydig iawn o amser oedd ganddynt i addasu i amgylchiadau oedd yn newid yn gyflym ac i ffyrdd newydd o weithio.
- Creodd newidiadau aml i reolau a chanllawiau straen ychwanegol i'r rheini oedd yn ymdrin â'r cyhoedd yn uniongyrchol, gan adael gweithwyr yn ansicr am ba gyngor i roi neu reolau i'w gorfodi.
- Wynebodd llawer anawsterau ymarferol wrth weithredu cyfyngiadau oherwydd natur eu swyddi. Er enghraifft, nid oedd gweithwyr meithrinfeydd yn gallu rhoi mesurau cadw pellter cymdeithasol ar waith wrth ddarparu gofal i blant ifanc.
- Cyflwynodd rhai gweithleoedd heriau. Fe wnaeth awyru cywir yn amhosibl i adeiladau ag ystafelloedd a ffenestri llai nad oedd yn agor.
- Dywedodd llawer wrthym y teimlent yn anniogel ac wedi eu tanwerthfawrogi oherwydd prindercyfarpar diogelu personol (PPE), a oedd, pan gafodd ei ddarparu, yn aml yn annigonol neu'n anaddas. Disgrifiodd swyddogion heddlu fygydau aneffeithiol, a chafodd staff cyngor a glanhau drafferth i gyrchu PPE.

- Disgrifiodd y rheini mewn lleoliadau addysg yr heriau o weithredu ‘swigod’, gyda staff yn gorfod cymysgu â phlant o lawer o aelwydydd ac yn teimlo’n agored iawn i’r feirws.

## Effaith ar les a bywyd teuluol

- Roedd gweithwyr allweddol oedd yn agored i niwed yn glinigol neu’r rheini ag aelodau teulu yn agored i niwed yn hynod o bryderus am effaith bosibl Covid-19 ar eu hiechyd.
- Cymerodd llawer yr oedd rhaid iddynt fynd i’w gweithleoedd gamau i geisio diogelu aelodau’r teulu, gan gynnwys tynnu neu olchi dillad gwaith pan gyrhaeddent adref. I rai, mae’r gweithredoedd hyn yn parhau heddiw, gyda rhai yn profi anawsterau cysylltiedig â gorbryder neu anhwylder obsesiynol-gorfodaethol (OCD).
- Arweiniodd ofn lledu Covid-19 at benderfyniadau poenus am ynysu i weithwyr allweddol. Stopiodd rhai weld rhieni oedrannus neu anfonasant blant i aros gyda pherthnasau. Cyfrannodd hyn at deimladau o unigrwydd i weithwyr allweddol yn ogystal â’u teuluoedd.
- Teimlai llawer o rieni straen enfawr ar eu hiechyd meddwl a pherthynas â’u partner, tra’n ceisio rheoli gwaith sifft ac opsiynau gofal plant gostyngol. Clywsom sut y teimlai rhieni mai ychydig o gymorth a gawsant i’w galluogi i gymryd amser i ffwrdd i ofalu am eu plant. Gadawodd hyn nhw’n teimlo’n euog ac wedi’u gorlethu.

## Straen a gorflinder

- Wynebodd llawer y pwysau ychwanegol o ateb prinderau staff cronig a gafodd eu hachosi gan staff ar ffyrlo a/neu staff yn hunanynysu. Arweiniodd gorflinder o’r amodau gwaith hyn at lawer yn gadael eu swyddi â gorflinder.
- Daeth y pandemig bwysau llwyth gwaith digynsail a barhaodd yn aml am lawer o fisoedd. Disgrifiod y rheini oedd yn gweithio mewn lleoliadau angladdau, claddu ac amlosgi weithio oriau estynedig yn delio â’r cynnydd mewn marwolaethau oherwydd Covid-19, cafodd y pwysau hyn eu gwaethygu’n fawr gan yr effaith emosiynol o gynorthwyo teuluoedd oedd yn galaru yn ystod y pandemig.
- Adroddodd athrawon am addysgu wyneb yn wyneb drwy’r dydd ac yna’n gosod gwaith ar-lein yn eu hamser eu hunain. Teimlai llawer nad oedd ganddynt egni ar ôl i addysgu eu plant eu hunain gartref.
- Teimlai rhai gweithwyr manwerthu ifanc bwysau gan gyflogwyr i weithio oriau ychwanegol, a gynyddodd iddynt fod yn agored i’r feirws ac ychwanegodd at eu straen. Dywedon nhw i gyflogwyr ofyn iddynt weithio mwy oherwydd eu bod yn llai tebygol o gael eu heffeithio’n ddwys gan Covid-19.
- Profodd rhai gweithwyr allweddol hefyd gamdriniaeth lafar a chorfforol, gyda rhai gweithwyr manwerthu o gefndiroedd ethnig leiafrifol yn profi camdriniaeth lafar hiliol gan y cyhoedd a chydweithwyr wrth orfodi canllawiau’r llywodraeth.

## Effeithiau iechyd parhaol

- Disgrifiodd gweithwyr allweddol effeithiau hirhoedlog a niweidiol ar eu hiechyd meddwl. Disgrifiodd llawer deimlo wedi gorflino oherwydd cyfuniad o ofn, llwyth gwaith cynyddol, diffyg cymorth a phwysau teuluol. Mae rhai yn dal i brofi gorbryder, iselder ac anhwylder straen ôl-drawmatig (PTSD).
- Roedd diffyg cymorth cyflogwyr hefyd yn thema gyson, gyda rheolwyr yn canolbwyntio mwy ar gynnal gwasanaethau na lles gweithwyr.
- Mae Covid Hir wedi cael effaith ddwfn ar y rheini a effeithiwyd. Disgrifiodd llawer ddelio â symptomau llethol, gyda rhai yn cael eu gorfodi i gymryd amser estynedig i ffwrdd o'r gwaith. Cafodd gyrfaoedd eu heffeithio'n sylweddol pan na fyddai cyflogwyr yn derbyn addasiadau angenrheidiol i'w patrymau gweithio.

## Canlyniadau ariannol a chyflogaeth

- Pryderai rhai gweithwyr allweddol, yn enwedig y rheini nad oedd ganddynt hawl i dâl salwch, am sut y byddent yn ymdopi'n ariannol pe byddent yn dal Covid-19 yn y gwaith.
- Gwelodd gweithwyr allweddol a ddatblygodd Covid Hir weithiau eu hincwm yn cael ei leihau a chymeron nhw ddyledion maen nhw'n dal i'w had-dalu. Yn yr achosion hyn, ni wnaethant yn aml dderbyn tâl salwch wrth hunanynysu, a gafodd effaith ariannol sylweddol.

## Cydnabyddiaeth a balchder

- Teimlai llawer na chafodd eu haberthau yn ystod y pandemig eu cydnabod. Roedd eisiau mwy o werthfawrogiad a cymorth ymarferol arnynt, yn enwedig ynghylch mynediad at wasanaethau blaenoriaeth fel siopa a brechlynnau.
- Teimlai gweithwyr eraill y tu allan i iechyd a gofal cymdeithasol y cafodd eu rolau eu hanwybyddu, tra gwerthfawrogodd rhai y gydnabyddiaeth gynyddol y derbyniodd eu sectorau ac roeddent yn falch o'u cyfraniad at yr ymateb cenedlaethol.

## Gwersi a ddysgwyd

- Pwysleisiodd gweithwyr allweddol fod y pandemig wedi dangos faint mae cymdeithas yn dibynnu ar weithwyr manwerthu, glahawyr, gweithwyr trafnidiaeth yn ogystal â gweithwyr hanfodol eraill fel swyddogion heddlu ac athrawon.
- Pwysleisiai llawer yr angen am ganllawiau clir, cyson, arolygiaeth diogelwch, a gwiriadau gweithredu sefydledig ar draws pob sector.
- Mae rhai gweithwyr allweddol yn credu y dylai cynllunio ymlaen estyn i bob sector hanfodol, gyda chynlluniau cynhwysfawr ar gyfer rhoi mesurau diogelwch ar waith.

- Teimlent ei fod yn bwysig i gael polisi cenedlaethol clir sy’n diffinio statws gweithiwr allweddol ac sy’n sicrhau cydnabyddiaeth gyfartal a chymhwysedd cyson am gymorth.
- Dywedodd gweithwyr allweddol y dylai cymorth gynnwys tâl salwch i bob gweithiwr allweddol, cymorth iechyd meddwl rhagweithiol a mynediad blaenoriaeth at PPE a brechlynnau i bob gweithiwr llinell flaen.

I gael gwybod mwy neu i lawrlwytho copi o’r cofnod llawn neu fformatau hygyrch eraill, ewch i: https://covid19.public-inquiry.uk/every-story-matters/records/