

Arolwg Ar-lein o Blant a Phobl Ifanc yng Ngogledd Cymru

**Adroddiad Technegol i lywio Adroddiad
Blynyddol Cyfarwyddwr Gweithredol Iechyd
Cyhoeddus Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi
Cadwaladr - Paratowyd ym mis Mai 2014**

Cyflwyniad

Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr (BIPBC) yw'r sefydliad iechyd mwyaf yng Nghymru, gan ddarparu nifer o wasanaethau iechyd i bobl gogledd Cymru. Mae gan y Bwrdd Iechyd hefyd rôl bwysig i'w chwarae o ran gwella iechyd a lles y bobl sy'n byw yng ngogledd Cymru.

Mae'r ddogfen hon yn amlinellu canlyniadau arolwg ar-lein a gynhaliwyd i bobl 11-24 oed ledled y gogledd. Mae hon yn ddogfen annibynnol i ategu'r Adroddiad Blynnyddol.

Datblygwyd yr arolwg ochr yn ochr â dulliau eraill o ymgysylltu i bobl ifanc er mwyn bwydo eu barn ar yr hyn a nodwyd ganddynt fel ffactorau sy'n eu cadw'n iach. Dyma eu 'Hasedau Iechyd'. Defnyddiwyd y wybodaeth hon drwy gydol yr adroddiad i ddarparu tystiolaeth ychwanegol ochr yn ochr â'r hyn a gasglwyd gan y grwpiau ffocws a chystadleuaeth yr ysgol.

Dull

Datblygwyd holiadur gan aelodau o Grŵp Golygyddol yr Adroddiad Blynnyddol fel dull o gasglu gwybodaeth am 'asedau iechyd' yn uniongyrchol gan bobl ifanc 11-24 oed sy'n byw yng ngogledd Cymru.

Arweiniodd Partneriaeth Plant a Phobl Ifanc Sir y Fflint ar ddatblygu'r arolwg ar-lein. Profwyd y cwestiynau gyda phobl ifanc a aeth i Fforwm Ieuenctid Sir y Fflint, a gwnaed newidiadau yn dilyn eu hadborth.

Defnyddiwyd y rhwydwaith o wefannau gwybodaeth ieuenctid o dan ambarél CLIC ar-lein i ddosbarthu'r wefan, ochr yn ochr â gwefannau eraill, cyfryngau cymdeithasol a chyfathrebu drwy e-bost at bartneriaid.

Canlyniadau

Amdanoch chi

Eich Rhyw

	11-15	%	16-24	%	Cyfanswm	%
Gwryw	31	52.54%	18	34.62%	49	44.14%
Benyw	25	42.37%	29	55.77%	54	48.65%
Mae'n well gennyf beidio â dweud	3	5.08%	5	9.62%	8	7.21%
Cyfanswm	59	100.00%	52	100.00%	111	100.00%

Pa sir rydych yn byw ynddi?

	11-15	%	16-24	%	Cyfanswm	%
Ynys Môn	7	11.86%	0	0.00%	7	6.31%
Gwynedd	0	0.00%	2	3.85%	2	1.80%
Conwy	0	0.00%	3	5.77%	3	2.70%
Sir Ddinbych	1	1.69%	1	1.92%	2	1.80%
Sir y Fflint	50	84.75%	23	44.23%	73	65.77%
Wrecsam	1	1.69%	23	44.23%	24	21.62%
Dim ateb	7	11.86%	5	9.62%	12	10.81%
Cyfanswm	59	100.00%	52	100.00%	111	100.00%

Rwyf

	11-15	%	16-24	%	Cyfanswm	%
Mewn Ysgol Uwchradd / Lleoliad Uwchradd	59	89.39%	8	11.76%	67	50.00%
Mewn coleg	1	1.52%	23	33.82%	24	17.91%
Mewn Ysgol Arbennig / Lleoliad Arbennig	1	1.52%	3	4.41%	4	2.99%
Mewn cyflogaeth	3	4.55%	22	32.35%	25	18.66%
Dan hyfforddiant	1	1.52%	3	4.41%	4	2.99%
Heb fod mewn addysg, cyflogaeth na hyfforddiant	1	1.52%	9	13.24%	10	7.46%
Cyfanswm	66	100.00%	68	100.00%	134	100.00%

Pa mor gorfforol iach ydych chi yn eich barn chi? Dyma pa mor iach yw eich corff.

	11-15	%	16-24	%	Cyfanswm	%
Iach iawn	15	25.42%	3	5.77%	18	16.22%
Iach	32	54.24%	32	61.54%	64	57.66%
Ddim yn iach iawn	7	11.86%	12	23.08%	19	17.12%
Ddim yn iach	1	1.69%	3	5.77%	4	3.60%
Ddim yn gwybod	4	6.78%	2	3.85%	6	5.41%

Emma Murphy a Jacque McHarrie

Cyfanswm	59	100.00%	52	100.00%	111	100.00%
-----------------	-----------	----------------	-----------	----------------	------------	----------------

Beth rydych chi'n ei wneud, o leiaf unwaith yr wythnos, i gadw eich corff yn iach?

	11-15	%	16-24	%	Cyfanswm	%
Cerdded	37	21.02%	45	30.61%	82	25.39%
Y Gampfa	12	6.82%	13	8.84%	25	7.74%
Marchogaeth	2	1.14%	3	2.04%	5	1.55%
Sgwter / sglefrfyrrddio / BMX	7	3.98%	5	3.40%	12	3.72%
Crefft ymladd / paffio	4	2.27%	2	1.36%	6	1.86%
Beicio	16	9.09%	5	3.40%	21	6.50%
Gymnasteg	1	0.57%	2	1.36%	3	0.93%
Rhedeg / Ioncian	22	12.50%	15	10.20%	37	11.46%
Ioga / Pilates	2	1.14%	3	2.04%	5	1.55%
Chwaraeon tîm	19	10.80%	8	5.44%	27	8.36%
Dosbarthiadau ymarfer corff Gweithgareddau awyr agored	10	5.68%	8	5.44%	18	5.57%
Nofio	11	6.25%	5	3.40%	16	4.95%
Dawnsio / dosbarth	9	5.11%	8	5.44%	17	5.26%
Sglefrio iâ	3	1.70%	8	5.44%	11	3.41%
Arall	2	1.14%	2	1.36%	4	1.24%
Arall	19	10.80%	15	10.20%	34	10.53%
Cyfanswm	176	100.00%	147	100.00%	323	100.00%

Arall

11-24	16-24
1. Cleddyfaeth	1. Badminton
2. Pêl-droed	2. Gwneud Ffilmiau
3. Pêl-droed	3. Nid wyf yn gwneud unrhyw ymarfer corff
4. Criced	4. Sboncen
5. Tennis	5. Chwarae pêl-droed
6. Trampolîn, Neidiau sêr	6. Rygbi
7. Caiacio, Tynnu a Hwyllo	7. Chwarae ar PlayStation 4
8. Cysgu	8. Pêl-droed
9. Pêl-droed	9. Pêl-droed
10. Gwersi ymarfer corff yn yr ysgol	10. Gwneud cylchau hwla
11. Gweithio ar y fferm	11. Dosbarthiadau cardio
12. Dringo	12. Pêl-droed
13. Tennis	13. Drama yn y brifysgol
14. Motorcross	14. Drama yn y brifysgol
15. Dosbarth addysg gorfforol yn yr ysgol	15. Garddio
16. Golff, athletau	
17. Cadetiaid	
18. Rygbi	
19. Loncian	

Pa mor feddyliol iach ydych chi yn eich barn chi? Dyma pa mor iach yw eich meddwl.

	11-15	%	16-24	%	Cyfanswm	%
Iach iawn	15	25.42%	10	19.23%	25	22.52%
Iach	27	45.76%	24	46.15%	51	45.95%
Ddim yn iach iawn	11	18.64%	9	17.31%	20	18.02%
Ddim yn iach	0	0.00%	6	11.54%	6	5.41%
Ddim yn gwybod	6	10.17%	3	5.77%	9	8.11%
Cyfanswm	59	100.00%	52	100.00%	111	100.00%

Beth rydych chi'n ei wneud, o leiaf unwaith yr wythnos, i gadw eich hun yn feddyliol iach?

	11-15	%	16-24	%	Cyfanswm	%
Ymarfer Corff	27	12.56%	24	13.87%	51	13.14%
Gwirfoddoli	7	3.26%	11	6.36%	18	4.64%
Gemau bwrdd	9	4.19%	4	2.31%	13	3.35%
Ioga	3	1.40%	3	1.73%	6	1.55%
Darllen	34	15.81%	19	10.98%	53	13.66%
Chwarae yn yr awyr agored	20	9.30%	7	4.05%	27	6.96%
Treulio amser gyda'ch teulu	27	12.56%	26	15.03%	53	13.66%
Treulio amser gyda ffrindiau	29	13.49%	36	20.81%	65	16.75%
Gemau cyfrifiadur	32	14.88%	20	11.56%	52	13.40%
Hobiau	25	11.63%	19	10.98%	44	11.34%
Arall	2	0.93%	4	2.31%	6	1.55%
Cyfanswm	215	100.00%	173	100.00%	388	100.00%

Arall

	16-24
1. Arlunio	1. Ymlacio
2. Nid oes gennyf ffrindiau	2. Gwylio ffilmiau, coginio, gwneud fy ngwallt a'm hewinedd
	3. Dim
	4. Cerddoriaeth

Yn eich ardal chi a fydddech yn gwybod ble i fynd i gael help ar...

	11-15			16-24			Cyfanswm		
	Bydd wn	Na fyddwn	Pw y	Bydd wn	Na fyddwn	Pw y	Bydd wn	Na fyddwn	Pw y
Cyngor ar berthnasoe dd	24	35	21	26	26	20	50	61	41
lechyd rhywiol / atal cenhedlu a beichiogrwy dd	23	36	19	40	12	31	63	48	50
lechyd deintyddol	49	10	43	40	12	29	89	22	72
Cwmsela	25	34	21	29	23	23	54	57	44
lechyd Meddwl (straen, pryder, iselder, hunan- niweidio)	22	37	16	27	25	21	49	62	37
Camddefny ddio cyffuriau ac alcohol	26	33	21	26	26	16	52	59	37
Damweiniau ac anafiadau (gan gynnwys chwaraeon)	45	14	30	36	16	24	81	30	54
Anhwyldera u bwyta	21	38	19	26	26	18	47	64	37
Deiet a bwyta'n iach	24	35	22	21	31	13	45	66	35
Sut i gael help i roi'r gorau i smygu	21	38	16	26	26	17	47	64	33

Pwy

Cyngor ar berthnasoedd	
11-15	16-24
1. Fy nhad/mam	1. Teulu a ffrindiau
2. Rhieni	2. Ffrindiau a theulu
3. Rhieni	3. Gweithiwr ieuenctid
4. Rhieni	4. Ffrindiau a theulu
5. Rhieni	5. Ffrindiau
6. Pobl yn fy nheulu,	6. Ffrindiau a theulu
7. Ffrindiau neu fy mam	7. Rhieni

<ul style="list-style-type: none"> 8. Steve 9. Rhieni 10. Fy nhad 11. Ffrindiau 12. Yr Heddlu 13. Rhieni 14. Yr Heddlu 15. Ffrindiau a theulu 16. Ffrindiau 17. Mam 18. Dad 19. Ffrindiau 20. Rhieni 21. Ffrindiau 	<ul style="list-style-type: none"> 8. Teulu 9. Bill Gates 10. Rhieni 11. Mam 12. Gweithiwr ieuencid 13. Gwybodaeth 14. Meddygon 15. Gwybodaeth 16. Gwybodaeth 17. Fy ffrindiau 18. Gwybodaeth 19. Fy ffrind 20. Gwybodaeth
lechyd rhywiol / atal cenhedlu a beichiogrwydd	
11-15	16-24
<ul style="list-style-type: none"> 1. Dd/g 2. Rhieni 3. Ffrind 4. Rhiant 5. Fforwm ieuencid sir y Fflint 6. Rhywun yn yr ysgol 7. Mam 8. Yr ysgol 9. Fy rhieni 10. Meddyg 11. Neb 12. Meddygon 13. Ffrindiau/meddyg 14. Athrawon 15. Dad 16. Meddyg 17. Meddyg neu nyrs yr ysgol 18. Ffrindiau, teulu 19. Gwybodaeth 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Meddyg 2. Clinig 3. Meddyg teulu 4. Meddyg a Chlinig 5. Gweithwyr cymdeithasol 6. Ffrindiau, meddygon, clinig yn yr Wyddgrug (ar gau dros dro) 7. Fferyllydd, canolfan iechyd rhywiol 8. Siop Wybodaeth 9. Clinig Iechyd Rhywiol 10. Y meddyg neu ganolfan wybodaeth leol 11. Clinig Iechyd Rhywiol 12. Meddygon 13. Meddygon? 14. Meddyg teulu, ysbyty neu glinig 15. Coleg 16. Clinig GUM/rhieni 17. Siop wybodaeth 18. Siop wybodaeth 19. Gwybodaeth 20. Gwybodaeth 21. Gwybodaeth 22. Gwybodaeth/Maelor Wrecsam 23. Clinig iechyd rhywiol neu wybodaeth 24. Gwybodaeth 25. Gwybodaeth 26. Siop wybodaeth 27. Siop wybodaeth 28. Clinig Maelor 29. Gwybodaeth/Maelor Wrecsam 30. Gwybodaeth 31. Gwybodaeth

lechyd deintyddol	
11-15	16-24
1. Fy neintydd	1. Deintydd
2. Deintydd	2. Deintydd
3. Deintydd	3. Deintydd
4. Rhiant	4. Deintydd
5. Rhiant	5. Deintydd
6. Deintydd	6. Deintydd
7. Deintydd	7. Deintydd
8. Deintydd	8. Deintydd
9. Deintydd	9. Deintydd
10. Yn orthodontydd yr Wyddgrug	10. Deintyddfa
11. Deintydd	11. Deintydd lleol
12. Deintydd	12. Eich Practis Deintyddol
13. Deintydd	13. Deintydd
14. Deintydd	14. Fy neintydd
15. Deintydd	15. Deintydd
16. Deintydd	16. Deintydd
17. Deintydd	17. Fy neintydd
18. Y Deintydd	18. Deintydd
19. Fy neintydd	19. Deintydd
20. Deintydd/Orthodontydd	20. Deintydd
21. Deintydd	21. Deintydd
22. Neb	22. Deintydd
23. Deintydd	23. Deintydd
24. Deintydd	24. Deintydd
25. Deintydd	25. Gwybodaeth
26. Deintydd	26. Deintydd
27. Deintydd	27. Deintydd
28. Deintydd lleol	28. Deintydd
29. Fy neintydd	29. Deintydd
30. Deintydd	
31. Deintydd	
32. Deintydd	
33. Deintydd	
34. Deintydd neu orthodonteg	
35. Fy neintydd	
36. Deintydd	
37. Nyrs yr Ysgol	
38. Nyrs yr Ysgol	
39. Deintydd	
40. Deintydd	
41. Deintydd	
42. Deintydd	
43. Deintydd	

Cwmsela	
11-15	16-24
<ol style="list-style-type: none"> 1. Dd/g 2. Athro 3. Rhiant 4. Ysgol 5. Ysgol 6. Pennaeth y tŷ, meddygon, teulu 7. Cwmselydd 8. Mam 9. CAMHS 10. Fy ffrind cwmsela 11. Cwmselydd 12. Cwmselydd 13. O'r ysgol 14. Y Cyngor 15. Yr ysgol neu sefydliad CATS 16. Ysgol 17. Ysgol 18. Ysgol 19. Meddyg neu aelod o'r teulu i ddatrys y broblem i chi 20. Ysgol 21. Gwybodaeth / yr ysgol 	<ol style="list-style-type: none"> 1. CAIS 2. Meddyg teulu 3. Hafod 4. Yr ysgol, Meddyg 5. Cwmselydd yr ysgol 6. Naill ai drwy fforwm neu drwy athrawon yn yr ysgol 7. Yr ysgol 8. Gweithiwr Cymdeithasol 9. Meddygon 10. Gwasanaethau Cymdeithasol neu feddyg teulu 11. Parabl/meddyg teulu 12. Gweithiwr ieuencid/ siop wybodaeth 13. Gwybodaeth 14. Gwybodaeth 15. Gwybodaeth 16. Gwybodaeth 17. Gwybodaeth 18. Deintydd 19. Prifysgol 20. Gwybodaeth 21. Gwybodaeth 22. Gwybodaeth 23. Gwybodaeth

Iechyd Meddwl (straen, pryder, iselder, hunan-niweidio)	
11-15	16-24
<ol style="list-style-type: none"> 1. Dd/g 2. Rhieni 3. Rhiant 4. Ysgol neu Feddyg 5. Pennaeth y tŷ, meddygon, teulu, 6. Athro sy'n gwmselydd 7. Mam 8. Tiwtor dosbarth 9. CAMHS 10. Meddyg 11. Childline 12. Cwmsela 13. Ffrindiau, teulu, yr ysgol 14. Athrawon 15. Teulu, ffrindiau, yr ysgol 16. Cwmsela/CAMHS 	<ol style="list-style-type: none"> 1. CAIS 2. Meddyg teulu 3. Ablett 4. Meddyg 5. Gweithiwr ieuencid 6. Ffrindiau a theulu 7. Meddyg 8. Rhieni 9. Meddygon 10. Meddygon? 11. Gwasanaethau Cymdeithasol neu feddyg teulu 12. Meddyg teulu neu wasanaethau cwmsela eraill 13. CAMHS 14. Meddygon 15. Gwybodaeth 16. Gwybodaeth 17. Meddygon 18. Gwybodaeth 19. Gwybodaeth / yr ysgol 20. Tŷ Derbyn 21. Meddygon/ Gwybodaeth

Camddefnyddio cyffuriau ac alcohol	
11-15	16-24
<ol style="list-style-type: none"> 1. Dd/g 2. Rhieni 3. Rhiant 4. Clybiau ieuencid neu'r heddlu 5. Pobl yn yr ysgol 6. Athro, rhieni 7. Yr ysgol 8. Person sy'n dod i'r ysgol 9. Yr ysgol 10. Tiwtor dosbarth 11. Yr ysgol 12. Yr Heddlu 13. Yr Heddlu 14. Yr ysgol 15. Ffrindiau, teulu, yr ysgol 16. Athrawon 17. Mam 18. Dad 19. Cwnsela 20. Meddyg neu gwnselydd 21. Ffrindiau, teulu 	<ol style="list-style-type: none"> 1. CAIS 2. Meddyg 3. in2change 4. Teulu a ffrindiau 5. Siop Wybodaeth 6. Clwb ieuencid (tîm cyffuriau) 7. CAIS/meddyg teulu/Barnardo's 8. in 2 change 9. D I P 10. Gwybodaeth 11. Maelor 12. Gwybodaeth 13. Cais neu Gwybodaeth 14. Gwybodaeth 15. Maelor Wrecsam 16. CAIS

Damweiniau ac anafiadau (gan gynnwys chwaraeon)	
11-15	16-24
<ol style="list-style-type: none"> 1. Fy mam 2. Meddygon 3. Meddyg 4. Rhiant 5. Ysbyty 6. Meddygon 7. Meddyg/nyrs 8. Rheolwr 9. Athro 10. Ysbyty 11. Meddyg/ nyrs yr ysgol 12. Meddygon 13. Damweiniau ac achosion brys yn yr ysbyty 14. Ysbyty Lleol 15. Meddygfa Amlwch 16. Ysbytai 17. Meddyg 18. Ysbyty lleol 19. Damweiniau ac achosion brys 20. Ffisio, teulu, meddyg 21. Meddyg 22. Ysbyty'r Wyddgrug 23. Dibynnu beth 24. Ysbyty lleol 25. Ysbyty lleol 26. Dad 27. Ffisio 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Meddyg teulu 2. Llinell Gymorth y GIG 3. Ysbyty, Ffisio 4. Meddygon 5. Meddygon 6. Meddyg 7. Damweiniau ac achosion brys / Meddygfa 8. Meddyg teulu 9. Meddygon 10. Meddygon/Ysbyty? 11. Ysbyty 12. Fy meddyg teulu 13. Damweiniau ac achosion brys/ meddygfa ar gyfer mân bethau 14. Damweiniau ac achosion brys 15. Damweiniau ac Achosion Brys 16. Meddygon 17. Maelor 18. Meddyg 19. Ysbyty 20. Damweiniau ac achosion brys 21. Ysbyty Maelor 22. Damweiniau ac Achosion Brys 23. Maelor Wrecsam 24. Ysbyty / meddygon

28. Ffisio neu feddyg 29. Ysbyty 30. Meddyg	
Anhwylderau bwyta	
11-15	16-24
<ol style="list-style-type: none"> 1. Dd/g 2. Meddyg 3. Rhiant 4. Meddygon, teulu 5. Meddyg 6. Rhieni 7. CAMHS 8. Ysbyty 9. Meddyg 10. Meddygfa Amlwch 11. Meddyg 12. 13. Meddyg 14. Teulu 15. Meddyg 16. Dad 17. Meddyg 18. Meddyg neu 19. Gwybodaeth 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Meddyg teulu 2. Meddyg 3. Meddygon 4. Rhieni 5. Meddyg teulu 6. Mam a dad 7. Meddygon? 8. B-eat/meddyg teulu 9. Fy meddyg teulu 10. CAMHS 11. Meddyg 12. Gwybodaeth 13. Meddyg 14. Meddygon 15. Gwybodaeth 16. Meddyg teulu 17. Gwybodaeth 18. Meddygon

Deiet a bwyta'n iach	
11-15	16-24
<ol style="list-style-type: none"> 1. Rhieni 2. Yr ysgol 3. Rhiant neu athro 4. Rhiant 5. Yr ysgol, teulu, meddygon 6. Yr ysgol 7. Rhieni 8. CAMHS 9. Ysbyty 10. Meddyg 11. Does dim angen - eisoes yn iach 12. Meddyg 13. Fy Nheulu 14. 15. Meddyg, teulu 16. Athrawon, ffrindiau 17. Mam 18. Nyrs yr Ysgol 19. Mam 20. Teulu 21. Y Gampfa 22. Teulu 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Meddyg, Hyfforddwyr Campfa, 2. Gweithiwr ieuencid 3. Deietegydd 4. Rhieni 5. Slimming world 6. Meddygon? 7. Meddyg teulu 8. Ar-lein 9. Meddyg teulu/GIG ar-lein 10. Gweithiwr ieuencid 11. Y gampfa neu ar-lein 12. Gwybodaeth 13. Meddygon

Sut i gael help i roi'r gorau i smygu	
11-15	16-24
1. Dd/g	1. Boots / meddyg teulu
2. Meddyg	2. Meddyg
3. Rhiant	3. Gweithiwr ieuenctid a nyrs
4. Meddyg	4. Meddyg teulu
5. Yr ysgol	5. Drwy beidio â dechrau (mae'r cwestiwn hwn yn dwp)
6. Ysbyty	6. Meddygon?
7. Sorted Sir y Fflint	7. Meddyg teulu
8. Meddygfa Amlwch	8. Rhieni
9. Peidio â smygu	9. Meddyg teulu
10.	10. Fy meddyg teulu
11. Ffrindiau, teulu	11. Fferyllfa
12. Meddygon	12. Gwybodaeth/fferyllfa
13. Dad	13. Meddygon
14. Rhaglenni cymunedol	14. Gwybodaeth
15. Meddygon a chi eich hun	15. Fferyllfa
16. Teulu	16. Gwybodaeth
	17. Meddygon

Pa un o'r canlynol rydych chi'n ei ddefnyddio'n rheolaidd? (O leiaf unwaith yr wythnos).

	11-15	%	16-24	%	Cyfanswm	%
Llyfrgell	16	10.39%	13	11.71%	29	10.94%
Pwll Nofio	10	6.49%	9	8.11%	19	7.17%
Parc sglefrfyrddio	4	2.60%	3	2.70%	7	2.64%
Gweithgareddau yn yr ysgol /coleg	17	11.04%	7	6.31%	24	9.06%
Canolfan Hamdden	21	13.64%	11	9.91%	32	12.08%
Parc Gwledig	14	9.09%	8	7.21%	22	8.30%
Mannau agored	24	15.58%	19	17.12%	43	16.23%
Clwb ieuenctid	8	5.19%	8	7.21%	16	6.04%
Buarth chwarae	17	11.04%	5	4.50%	22	8.30%
Y Gampfa	11	7.14%	13	11.71%	24	9.06%
Arall	12	7.79%	15	13.51%	27	10.19%
Cyfanswm	154	100.00%	111	100.00%	265	100.00%

Arall

11-15	16-24
1. Clwb criced	1. Dim
2. Llechen	2. Dim o leiaf unwaith yr wythnos
3. Parc yn y dref	3. Yr ardal leol ar gyfer teithiau cerdded
4. Clwb tennis	4. Llwybrau.
5. Cae yr Ysgol	5. Pêl-droed
6. XBOX	6. Pêl-droed
7. Cyfrifiadur	7. Gweithdai Theatr Clwyd
8. Dim	8. Bandstand
9. Wal ddringo	9. Dim

10. Clwb criced a/rygbi 11. Cwrs golff 12. Wal ddringo	10. Tref? 11. Gwybodaeth 12. Tafarn 13. Dim 14. Cerdded 15. Gwybodaeth
--	---

Beth fyddai'n eich annog i gymryd mwy o ran mewn gweithgareddau i'ch cadw'n iach yn gorfforol ac yn feddyliol?

	11-15	%	16-24	%	Cyfanswm	%
Cael gweithgareddau'n agosach	21	10.14%	22	13.41%	43	11.59%
Mwy o hyder	28	13.53%	11	6.71%	39	10.51%
Mwy o arian	21	10.14%	33	20.12%	54	14.56%
Trafnidiaeth	17	8.21%	12	7.32%	29	7.82%
Caniatâd rhieni	9	4.35%	1	0.61%	10	2.70%
Mwy o amrywiaeth o bethau i'w gwneud	21	10.14%	16	9.76%	37	9.97%
Rhywun i fynd gyda mi	39	18.84%	19	11.59%	58	15.63%
Mwy o amser	26	12.56%	26	15.85%	52	14.02%
Dim byd	5	2.42%	6	3.66%	11	2.96%
Gwybod mwy am beth gallaf ei wneud am DDIM cost neu gost ISEL.	18	8.70%	17	10.37%	35	9.43%
Arall	2	0.97%	1	0.61%	3	0.81%
Cyfanswm	207	100.00%	164	100.00%	371	100.00%

Arall

11-15	16-24
1. Adnabod pobl yno 2. Llai o waith ysgol	1. Dod o hyd i amseroedd cyfleus

A oes gennych hobi neu a ydych yn rhan o unrhyw grwpiau neu glybiau e.e. cerddoriaeth, sgowtiaid ac ati

11-15	16-24
1. Rwy'n rhan o glwb pêl-droed yn yr Wyddgrug.	1. Clwb Badminton
2. Grŵp Ieuencid Afasic	2. Na
3. Warhammer	3. Mae gennyf ddiddordeb mawr mewn cerddoriaeth.
4. Sgowtiaid	4. Y Gampfa
5. Cerdded	5. Marchogaeth, gwirfoddolwr yn y clwb ieuencid, tîm pêl-rwyd
6. Na ond rwy'n mynd i Fforwm Ieuencid sir y Fflint	6. Hobiau gan gynnwys rygbi a cherddoriaeth. Rwy'n chwarae dros fy mhrifysgol a'm tîm lleol fan fyddaf gartref. Rwyf hefyd yn rhan o fand.
7. Rwy'n mynd ar fy sgwter ac rwy'n isgorpral yng Nghadetiadaid y Fyddin y Fflint.	7. Fforwm Ieuencid sir y Fflint
8. Sglefrio iâ, rhedeg, côr, pêl-rwyd, pêl-droed,	8. Gwneud ffilmiau, cyflwyno ar y radio, fforwm Ieuencid sir y Fflint
9. Na	9. FYF!!!!!!
10. Fy hobi yw mynd i'r llyfrgell unwaith yr wythnos i ddarllen	10. Pêl-droed
11. Pêl-droed	11. Gemau fideo ac actio
12. Na	12. Pêl-droed
13. Karate Kai UK	13. Pêl-fasged
14. Criced	14. Rwy'n hyfforddi pêl-droed ar fore dydd Sadwrn, rwyf hefyd yn cerdded llawer gyda ffrindiau yn gymdeithasol
15. Nofio Clwyd	15. Rwy'n mwynhau loncian felly rwy'n ceisio mynd o leiaf tair gwaith yr wythnos.
16. Rwyf mewn ysgol ddawns.	16. Magu cyhyrau, rhedeg, chwarae cerddoriaeth, gemau (gemau fideo)
17. Na	17. Na
18. Môr Gadetiadaid Caer	18. Clwb rygbi'r Wyddgrug
19. Rwy'n marchogaeth unwaith yr wythnos ar ddydd Mawrth. Ac rwyf hefyd yn mynd i Sgowtiaid 1af Hawarden (archwilwyr).	19. Na
20. Cerddoriaeth haha.	20. Cymdeithas ddadlau a chyingor y coleg
21. Na	21. Pêl-droed
22. Rygbi, Band	22. Pêl-droed
23. Chwarae ar yr Xbox a gwyllo'r walking dead	23. Rwy'n gwirfoddoli ar gyfer fy grŵp Browni lleol
24. Gemau cyfrifiadur LEAGUE OF LEGENDS	24. Cwmni Ieuencid 'Act Out' yn Theatr Clwyd, Dug Caeredin (Aur), Gwersi Ffidl
25. Pêl-droed	25. Na
26. Chwarae'r ffidil	26. Senedd yr ifanc, y Ddraig Ffynici
27. Clwb Ieuencid. Pêl-droed	27. Dd/G
28. Darllen, chwarae gitâr, gweithio gyda'r cŵn	28. Darllen
29. Theatr / Band Pres/ Côr/ Llais Ni	29. Mynd â'r ci am dro
30. Clwb Ieuencid, Llais Ni	30. Gwyllo Wreccsam yn chwarae pêl-droed. Mynd allan gyda ffrindiau
31. Y Geidiaid yn yr Wyddgrug a dringo	31. Na
32. Rwy'n myn i gael gwersi piano	
33. Clwb badminton, piano a gwersi sacsoffon, grŵp theatr	
34. Mae clwb pêl-droed Mold Sparks yn glwb pêl-droed	

Emma Murphy a Jacque McHarrie

35. Tîm pêl-droed	32. Na
36. Sgowtiaid, arweinydd ifanc gyda'r cybiau, celf, gwnïo ac ati	33. Darllen, Arlunio
37. Pêl-droed (Cymru), pêl-rwyd (yr Wyddgrug), hoci, cadetiaid, rownderi, cerddoriaeth, celf, athletau, rhedeg, BMX, eirafyrddio ac ati.	34. Garddio
38. Na	
39. Na	
40. Ydw, cyfrifiadureg a chyfrifiadura	
41. Sgowtiaid, Cadetiaid	
42. Sgowtiaid	
43. Clwb Rygbi, clwb criced, fforwyr	
44. Clwb athletau Glannau Dyfrdwy, Nofio Clwyd, y gampfa, dosbarthiadau ffitrwydd	
45. Na	
46. Piano	
47. Fforwyr Penarlâg, uwch ensemble llinynnol sir y Fflint, lacrosse, Cerddorfa Linyynnol Ysgol Alun, osgoi'r bêl i ferched, polo dŵr, achub bywyd i ddechreuwyr, ensemble soddgrwth Ysgol Alun, beicio, gitâr acwstig, gitâr bas acwstig, dringo, gwersylla, heicio, arloesi, arweinwyr ifanc sir y Fflint	

A oes unrhyw beth arall rydych chi'n ei wneud i gadw eich meddwl a'ch corff yn iach?

11-15	16-24
1. Rwy'n meddwl llawer.	1. Na
2. Datblygu sgiliau cymdeithasol	2. Chwerthin!!!!
3. Rygbi	3. Cerdded
4. Darllen	4. Dwi ddim yn gwybod
5. Nac oes	5. Rwyf yn eithaf hyderus a dros y blynyddoedd rwyf wedi dysgu i beidio â gadael i bobl beri gofid imi, codi uwchlaw'r sylwadau negyddol a threulio amser gyda fy ffrindiau go iawn
6. Cadetiaid y Fyddin	6. Dim byd yn arbennig
7. Ymarfer corff / gymnasteg yn fy ystafell.	7. Na
8. Na	8. Bwyta'n iachach.
9. Loncian yn yr ardd gefn gyda fy nghi	9. Dilyn deiet ac osgoi byrbrydau
10. Na	10. Llawer o gwsg/ nosweithiau cynnar
11. Pêl-droed a ffrindiau	11. Siarad â fy ffrindiau mynwesol, fy nheulu a'm cydweithwyr yn rheolaidd am unrhyw bryderon neu ofidiau sydd gennyf er mwyn cael cyngor
12. Rwy'n beicio, chwarae ychydig bach o bêl-droed neu chwaraeon arall yn y caeau ger fy nhŷ	12. Na
13. Na	13. Na
14. Gwrando ar gerddoriaeth	14. Anadlu
15. Darllen	15. Ymlacio, mae'n bwysig peidio â gorwneud pethau
16. Rwy'n ceisio puro fy meddwl o feddyliau drwg. Rwyf hefyd yn mynd i Lush.	16. Efallai
17. Yr ysgol	17. Efallai
18. Na	18. Cadw'n egniol ac mewn cysylltiad â ffrindiau a theulu. Sicrhau bod gennyf amser i mi fy hun.
19. Atgofion hapus gyda fy nheulu ar wyliau haf.	19. Dd/g
20. Ddim yn gwybod	20. Mae chwarae pêl-droed yn helpu i ryddhau rhwystredigaeth ac yn fy nghadw i'n heini hefyd!
21. Na	21. Gofalu am fy mhryd a'm gwedd, defnyddio dyddiadur i gofnodi rhigolau bywyd
22. Na	22. Gwneud mwy o ymarfer corff
23. Trampolîn	23. Na
24. Cysgu	24. Facebook
25. Trampolîn	25. Na
26. Na	26. Na
27. Na	
28. Na	
29. Weithiau rwy'n mynd i sgïo.	
30. Ymlacio i leihau straen	
31. Cysgu	
32. Bwyta, cysgu, pêl-droed	
33. Nac oes	
34. Cwnsela, bwyta ffrwythau, darllen a gwneud celf	
35. Bod yng nghwmni fy nheulu a'm ffrindiau, darllen	
36. Ddim yn gwybod	

37.	Cysgu	
38.	Ffrindiau a theulu	
39.	Ydw, chwaraeon	
40.	Cerdded i'r safle bws bob dydd	
41.	Cysgu mwy	
42.	Cysgu	
43.	Amser gyda ffrindiau	
44.	Gwranddo ar gerddoriaeth, chwarae'r soddgrwth, myfyrio, ymlacio ym myd natur	

Beth sy'n eich gwneud chi'n hapus?

11-15	
1.	Gweld fy ffrindiau a'm teulu.
2.	Ffrindiau
3.	Darllen, warhammer, treulio amser gyda phobl
4.	Bod gyda ffrindiau
5.	Bod gyda fy nheulu
6.	Ffilmiau a cherddoriaeth a gitâr
7.	Cadetaid y Fyddin a bod gyda fy ffrindiau, ar fy Xbox, a'n gliniadur
8.	Gwybod fy mod yn iach.
9.	Cerddoriaeth a bandiau
10.	Chwarae gyda fy nheulu a mynd allan e.e. i Frychdyn i gael cinio
11.	Gemau, pêl-droed, criced
12.	Pêl-droed
13.	Criced a ffrindiau
14.	Cerddoriaeth, darllen, mynd am dro, YouTube
15.	Gweld fy ffrindiau a'm teulu yn iach ac yn dda
16.	Chwarae tennis a chwarae gemau fideo
17.	Mynd i Lush, siopa, bechgyn del, cerddoriaeth, rhaglenni teledu da fel American Horror Story
18.	Chwarae Gemau Fideo a'r Gampfa
19.	Mwynhau chwarae / poitsio gyda ffrindiau
20.	Arlunio, Gwyddoniaeth, Darllen, rhai rhaglenni teledu, fy nheulu a'm ffrindiau, fy anifeiliaid anwes
21.	Cael rhywun sydd yr un peth â mi yn agos ataf. Fel fy nghariad.
22.	Chloe, Emily, Jess, Lauren a Penny. Fy ffrindiau gorau wrth gwrs xoxoxoxoxoxoxoxox
23.	Dim
24.	Steph, Emily a Jess, fy ffrindiau gorau erioed xxxxxxxxxxxxxxx
25.	Bod gyda fy ffrindiau, peidio â phoeni am yr hyn mae pobl yn meddwl amdanaf
26.	Teulu
27.	League of legends (gêm gyfrifiadur)
28.	Trampolîn Fy ffrindiau
29.	Treulio amser gyda'm ffrindiau a'm teulu. YouTube.
30.	Chwaraeon a bod gyda fy nheulu
31.	Bod gyda fy nheulu, fy anifeiliaid, PS3, XBOX a'r Cyfrifiadur
32.	(Lamas) Ffrindiau / Celf/ Clwb Ysgol
33.	Popeth
34.	Gwranddo ar gerddoriaeth uchel. Bod gyda ffrindiau da. Siocled. Y Geidiaid. Sgïo.
35.	Bod gyda fy nheulu
36.	Cael gyda fy nheulu, ffrindiau a'm ci, gwyliau a chelf
37.	Gwranddo ar gerddoriaeth a gwybod nad oes yn rhaid i mi boeni am waith cartref
38.	Chwaraeon a siarad â ffrindiau. Conor Ryan
39.	Bwyd, pêl-droed, fifa, ffrindiau, Ryan, Matthew, Sam a Coca Cola
40.	Celf, manga anime, teulu hapus, fy nhad pan nad yw'n feddw neu yng nghell yr heddlu
41.	Gwneud pobl eraill yn hapus, chwaraeon a chadw'n iach
42.	Ffrindiau, teulu, fy nghariad, cerddoriaeth

Emma Murphy a Jacque McHarrie

43. Popeth
44. Popeth
45. Chwarae gyda ffrindiau
46. Pan fyddaf yn cael rownd dda o golff
47. Gemau
48. Max XXXX
49. Ffrindiau a theulu
50. Teulu a threulio amser gyda'm ffrindiau
51. Ffrindiau
52. Bandiau a chyngherddau
53. Ffrindiau, bod ar fy mhen fy hun.
54. Ffrindiau, cerddoriaeth, ymlacio
55. Perthynas, bwyd, teledu
56. Chwaraeon, natur, cerddoriaeth

16-24

1. Dim llawer ond rwy'n teimlo'n hapus pan fyddaf yn chwarae badminton
2. Cadw'n egnïol a bod o amgylch pobl sy'n fy ngharu
3. Ffrindiau, teulu, fy nghariad, arian a cherddoriaeth.
4. Treulio amser gyda ffrindiau a theulu. Sylwi ar newidiadau ar ôl mynd i'r gampfa.
5. Chwerthin
6. Cymdeithasu gyda ffrindiau.
7. Gweld ffrindiau a'r teulu
8. Teulu a Ffrindiau, Creadigrwydd, Dychymyg
9. Treulio amser gyda fy ffrindiau
10. Bywyd
11. Gemau
12. Treulio amser gyda'r rhai sydd o bwys (teulu / ffrindiau ac ati)
13. Treulio amser gyda fy mab. Gwyllo fy nhîm pêl-droed.
14. Ymarfer corff, gemau fideo, mynd allan, teulu a ffrindiau.
15. Fy ffrindiau
16. Cael amser i ymlacio a hefyd cael amser gyda ffrindiau i ddal i fyny.
17. Bod gyda fy nheulu, dim straen.
18. Treulio amser gyda theulu a ffrindiau, ymarfer corff, cyflawni pethau a chyflawni llawer mewn diwrnod
19. Teulu a ffrindiau
20. Plant yn eistedd yn y cysgod gyda lolipop rhew
21. Dim
22. Arian, fy nheulu, fy nghath, teledu rwy'n ei hoffi, bwyd da, siarad â ffrindiau, siopa
23. Gemau Play Station - Cod ghosts, Fifa 14 pinkslips ac mae gen i Messi ond nid ti Renaldo Ibraimovic
24. Cod ghosts, fifa 14 pinkslips
25. Treulio amser gyda ffrindiau a theulu, mynd allan.
26. Treulio amser gyda'm ffrindiau a'm teulu. Bod yn greadigol drwy ysgrifennu neu ddrama
27. Pharciau thema a rheilffyrdd
28. Thrash
29. Edrych yn dda a bod yn iach a threulio amser gyda phobl sy'n agos ataf.
30. Sefydlogrwydd, arian, amrywiaeth, llwyddiannau a gwneud eraill yn hapus.
31. Cysgu. Fy merch
32. Teulu a ffrindiau
33. Pan fyddaf gyda fy ffrindiau
34. Ffrindiau, bwyd, ieir a theisennau
35. Treulio amser gyda'm ffrindiau a fy nghariad
36. Rhyw, darllen, cerddoriaeth
37. Ffrind
38. Garddio

Eich Cymuned

Beth ydych chi'n credu yw'r tri dewis pwysicaf o ran ffordd o fyw y gall person eich oedran chi ei wneud i gadw ei gorff a'i feddwl yn iach?

	11-15	%	16-24	%	Cyfanswm	%
Bwyta'n Dda	41	20.50%	36	21.43%	77	20.92%
Peidio â chymryd cyffuriau	31	15.50%	25	14.88%	56	15.22%
Peidio ag ysmegu	30	15.00%	19	11.31%	49	13.32%
Peidio ag yfed alcohol o dan 15 oed a thros 16 oed (dim ond o fewn y canllawiau iechyd presennol).	17	8.50%	7	4.17%	24	6.52%
Ymarfer Corff	24	12.00%	30	17.86%	54	14.67%
Rhyw mwy diogel	14	7.00%	13	7.74%	27	7.34%
Perthnasoedd cadarnhaol	17	8.50%	21	12.50%	38	10.33%
Gallu rheoli straen	21	10.50%	14	8.33%	35	9.51%
Arall	5	2.50%	3	1.79%	8	2.17%
Cyfanswm	200	100.00%	168	100.00%	368	100.00%

Arall

11-15	16-24
<ol style="list-style-type: none"> 1. Sgiliau cymdeithasol 2. Hapusrwydd 3. Dim perthnasoedd tan tua 25 oed 4. Peidio â bod yn llofrudd 5. Credu yn eu hunain 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peidio ag yfed o gwbl 2. Cael system gymorth 3. Heb ateb

Beth yn eich barn chi yw'r 'asedau iechyd' pwysicaf yn y rhestr isod sy'n cadw corff a meddwl pobl eich oed chi yn iach?

	11-15	%	16-24	%	Cyfanswm	%
Ffrindiau	42	22.83%	33	21.71%	75	22.32%
Teulu	45	24.46%	29	19.08%	74	22.02%
Addysg	20	10.87%	11	7.24%	31	9.23%
Hunan-barch	25	13.59%	29	19.08%	54	16.07%
Rhwydweithiau trafndiaeth	2	1.09%	3	1.97%	5	1.49%
Digon o arian	13	7.07%	16	10.53%	29	8.63%
Yr amgylchedd naturiol	7	3.80%	6	3.95%	13	3.87%
Gwasanaeth lleol (iechyd a'r gymuned)	8	4.35%	11	7.24%	19	5.65%
Teimlo'n ddiogel	22	11.96%	12	7.89%	34	10.12%
Arall	0	0.00%	2	1.32%	2	0.60%
Cyfanswm	184	100.00%	152	100.00%	336	100.00%

Arall

11-15	16-24
	1. Gwybodaeth am wasanaethau 2. Heb ateb

Beth yn eich barn chi yw'r un peth y gellid ei wneud i gadw pobl yn iach lle rydych yn byw?

11-15
<ol style="list-style-type: none"> 1. Mwy o glybiau lleol 2. Mwy o fannau agored i wneud chwaraeon 3. Mwy o bethau i'w gwneud 4. Diogelwch i fod yn yr awyr agored yn eich cymuned 5. Mwy o gyfleusterau 6. Cael pobl i gymryd rhan mewn mwy o bethau fel rhaglenni ar sut i fod yn iach. 7. Defnyddio'r gampfa / ganolfan hamdden yn amlach, manau croesi cywir i gyrraedd manau agored, 8. Mwy o weithgareddau 9. Llai o daflu sbwriel 10. IOGA 11. Mwy o weithgareddau 12. Dwi ddim yn gwybod 13. Rhoi cyngor am ddim neu roi ffrwythau am ddim 14. Ymarfer Corff. 15. Cael cyngor gan eraill 16. Mwy o chwaraeon mewn lleoedd 17. Campfa am ddim i'w defnyddio. 18. Sicrhau bod pawb yn cael yr hyn sy'n eu gwneud yn iach ac i fod yn fodlon ynghylch hynny. 19. Mynd allan a bod yn gymdeithasol 20. Dim 21. Rhyw 22. Gweithgareddau llawn hwyl 23. Chwarae league of legends 24. Y Gampfa 25. Mwy o weithgareddau 26. Dim syniad! 27. Llwybr beicio 28. Dim 29. Mwy o glybiau 30. Gweithgareddau rhatach mewn canolfannau hamdden lleol 31. Gwneud clybiau chwaraeon a champfeydd yn rhatach i'w mynychu oherwydd eu bod yn rhy ddrud. 32. Ddim yn gwybod.....?? 33. Rhoi'r gorau i smygu 34. Cymunedau'n dod at ei gilydd yn amlach 35. Mwy o hyder, efallai rhai pobl a allai siarad mewn grŵp o ffrindiau unwaith yr wythnos 36. Dosbarthiadau ymarfer corff 37. Mwy o leoedd i gymryd rhan mewn chwaraeon 38. Ymgyrch gwrth gyffuriau 39. Mwy o lwybrau beiciau i bobl ifanc 40. Iddynt gael mwy o hyder, oherwydd nid yw llawer o bobl yn ymarfer oherwydd embaras 41. Y Gampfa 42. Mynd am dro. 43. Tocynnau am ddim i'r gampfa 44. Rheoli straen ar gyfer arholiadau

16-24

1. Mwy o weithgareddau am ddim i'r rhai yn eu 20au cynnar
2. Mynediad haws i gymorth a chynghor ar iechyd meddwl
3. Bod yn fwy egnïol
4. Bariau salad a mwy o gampfeydd.
5. Annog eraill i gymryd rhan mewn gweithgarwch corfforol. Cael digwyddiadau, dosbarthiadau rhagflas a chynlluniau i helpu i ysgogi pobl.
6. Cau'r siopau tecawê
7. Addysgu'r plant iau am fod yn gymedrol. Does dim o'i le ar ddanteithion o bryd i'w gilydd, ond nid yn rheolaidd!
8. Hyrwyddo bwyta'n iach
9. Gwneud mwy o ymarfer corff a gweithdai
10. Cael ffordd haws o gael gafael ar gyfleoedd
11. Llai o ddiodydd llawn siwgr (o ddifrif mae siwgr ym mhopeth)
12. Hyrwyddo bwyta'n iach yn hytrach nag agor siopau tecawê amryfal mewn un ardal fach oherwydd bod hyn yn cael ei weld fel "rhad a chyfleus" yn hytrach na phrynu cynhwysion a choginio pryd iach a allai hefyd gael ei weld fel rhywbeth sy'n cymryd llawer o amser.
13. Mae gormod o siopau tecawê o amgylch fy ardal i, sy'n annog pobl i fwyta bwyd sothach. Hefyd, pe bai opsiynau ymarfer corff am ddim (fel dosbarthiadau) byddai pobl â mwy o gymhelliant i ymarfer corff.
14. Dylai'r cynghor wneud mwy o waith glanhau o amgylch ardaloedd chwarae neu batrolau i atal plant dan oed rhag yfed alcohol ac ysmygu cyffuriau ar barciau cyhoeddus am ei bod yn annheg i blant iau pan fyddant yn dod i gysylltiad â gwydr wedi torri a sbwriel. Pan fyddaf yn mynd â'm merch i'r parc weithiau mae'r glaswellt wedi gordyfu ac mae'n anodd gwthio ei phram drwyddo ac nid wyf yn teimlo'n ddiogel yn gadael ei phram y tu allan i'r parc gyda'n bagiau.
15. Cyflwyno mwy o weithgareddau yn yr ardal.
16. Mwy o weithgareddau i gymryd rhan ynddynt a mwy o leoedd i fynd iddynt pan fyddwch wedi diflasu, e.e. gweithgareddau yn yr awyr agored
17. Digwyddiadau mwy fforddiadwy, wedi eu trefnu yn agosach at fy nghartref.
18. Ansicr
19. Gwneud y gampfa yn fwy
20. Dim
21. Swag
22. Campfeydd am ddim neu rad yn agos ataf
23. Pêl-droed
24. Pêl-droed
25. Mwy o fynediad i grwpiau neu weithgareddau lleol sy'n isel o ran cost neu am ddim, fel grwpiau ymarfer corff.
26. Mwy o hysbysebu ar gyfer chwaraeon a gweithgareddau. Lleihau nifer y siopau bwyd brys yn Wrecsam
27. Annog mwy o deithiau cerdded o amgylch y cefn gwlad lleol
28. Dd/g
29. Mwy o ddigwyddiadau fel gŵyl chwaraeon ieuenticid sir y Fflint. Sicrhau bod gweithwyr yn dangos esiampl gadarnhaol i blant iau a dangos pwysigrwydd cymryd rhan, nid cystadleuaeth.
30. Fel rhywun a oedd yn arfer bod yn ofalwr ifanc i rywun â phroblemau iechyd meddwl, byddai wedi bod yn braf cael cymorth. Fodd bynnag, i'r cymorth hwnnw fod yn gyfrinachol oherwydd ni fyddai'r person dan sylw wedi dymuno imi fod yn rhan o'r grŵp hwnnw.
31. Mwy o ardaloedd ar gyfer beiciau
32. Mwy o bethau i'w gwneud yn y dref (parc ac ati).
33. Rhoi mwy o weithgareddau i helpu i atal plant a phlant yn eu harddegau rhag bod o dan bwysau i gymryd cyffuriau ac alcohol
34. Dwi ddim yn gwybod
35. Mwy o gampfeydd
36. Cynlluniau gweithgareddau yn yr awyr agored
37. Mwy o bethau i'w gwneud am lai o arian
38. Ddim yn gwybod

Dywedwch wrthym a ydych wedi clywed am y canlynol, ac a fydddech yn teimlo'n hyderus yn ei esbonio i eraill.

	11-15				16-24				Cyfanswm			
	Byddwn	%	Na fyddwn	%	Byddwn	%	Na fyddwn	%	Byddwn	%	Na fyddwn	%
5 x 60	52	88.14%	7	11.86%	38	73.08%	14	26.92%	90	81.08%	21	18.92%
5 y dydd	57	96.61%	2	3.39%	49	94.23%	3	5.77%	106	95.50%	5	4.50%
Newid Am Oes	49	83.05%	10	16.95%	44	84.62%	8	15.38%	93	83.78%	18	16.22%
Her Iechyd Cymru	21	35.59%	38	64.41%	23	44.23%	29	55.77%	44	39.64%	67	60.36%
The Filter	10	16.95%	49	83.05%	8	15.38%	44	84.62%	18	16.22%	93	83.78%
Plât Bwyta'n Iach	49	83.05%	10	16.95%	32	61.54%	20	38.46%	81	72.97%	30	27.03%
Meic	13	22.03%	46	77.97%	10	19.23%	42	80.77%	23	20.72%	88	79.28%
Cynllun Ysgolion Iach	34	57.63%	25	42.37%	24	46.15%	28	53.85%	58	52.25%	53	47.75%
Gwasanaeth Gwybodaeth i Deuluoedd	25	42.37%	34	57.63%	27	51.92%	25	48.08%	52	46.85%	59	53.15%
Dim Smygu Cymru	41	69.49%	18	30.51%	41	78.85%	11	21.15%	82	73.87%	29	26.13%
Clic ar-lein neu wefan ieuenctid leol	21	35.59%	38	64.41%	22	42.31%	30	57.69%	43	38.74%	68	61.26%
Diogelwch yn yr haul	33	55.93%	26	44.07%	17	32.69%	35	67.31%	50	45.05%	61	54.95%
Fforwm Ieuenctid Lleol	23	38.98%	36	61.02%	20	38.46%	32	61.54%	43	38.74%	68	61.26%
Dan 24/7	13	22.03%	46	77.97%	13	25.00%	39	75.00%	26	23.42%	85	76.58%
Cynllun Cerdyn C	12	20.34%	47	79.66%	22	42.31%	30	57.69%	34	30.63%	77	69.37%
ABCh	42	71.19%	17	28.81%	36	69.23%	16	30.77%	78	70.27%	33	29.73%
Cyfanswm												