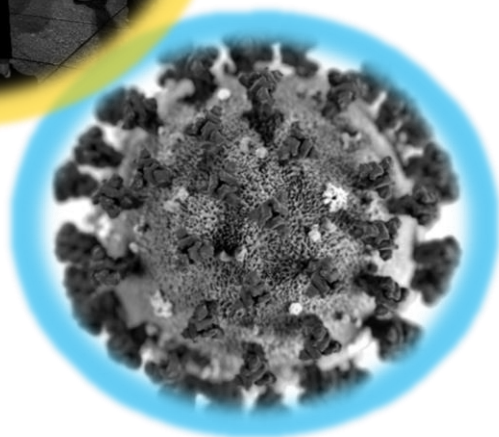




**Asesiad cyflym o agor
amgylcheddau bywyd nos
wrth gynnal COVID-19 ac
atal trais:
Crynodeb gweithredol**



**Uned Atal Trais
Violence Prevention Unit**

Awduron

Hayley Janssen¹, Katie Cresswell², Natasha Judd², Karen Hughes¹, Lara Snowdon¹⁺³, Emma Barton¹⁺³, Daniel Jones³ a Mark A Bellis¹.

¹ Polisi a Iechyd Rhyngwladol, Canolfan Cydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant, Iechyd Cyhoeddus Cymru

² Uned Cydweithredu Iechyd Cyhoeddus, Ysgol Gwyddorau Iechyd, Prifysgol Bangor

³ Uned Atal Trais Cymru

Cydnabyddiaethau

Hoffai'r awduron ddiolch i gynrychiolwyr o nifer o sefydliadau a roddodd o'u hamser ac a roddodd wybodaeth werthfawr er mwyn llywio'r ymchwil:

- Prifysgol Deakin, Awstralia
- Trimbos Instituut, Yr Iseldiroedd
- Heddlu Yr Hag, Yr Iseldiroedd
- Manchester action on street health (MASH), Lloegr
- Best Bar None, DU
- Night Time Economy Solutions, DU
- Ardal Gwellu Busnes yng Nghaerdydd, Cymru
- Bariau annibynnol yng Nghaerdydd ac Abertawe, Cymru
- Heddlu Gogledd Cymru, Cymru
- Cyngor Abertawe, Cymru
- Heddlu De Cymru, Cymru
- Cymorth i Ferched Cymru, Cymru

Hoffem hefyd ddiolch i Jonathan Drake o Uned Atal Trais Cymru am roi adborth gwerthfawr.

Manylion cyswllt

Lara Snowdon, Arweinydd y Rhaglen Atal Trais

Llawr 5, 2 Cwr y Ddinas, Tyndall Street, Caerdydd, CF10 4BZ

E: PHW.ViolencePrevention@wales.nhs.uk

G: www.violencepreventionwales.co.uk/cy/

Cynnwys

1.	Cyflwyniad.....	4
2.	Nod	4
3.	Dulliau.....	5
4.	Canfyddiadau allweddol.....	6
4.1.	Cyfyngiadau COVID-19 rhyngwladol ar fywyd nos.....	6
4.2.	Profiadau rhyngwladol o COVID-19, trais a rheoli ailagor amgylcheddau bywyd nos.....	7
4.3.	Effeithiau COVID-19 ar drais a phlisma bywyd nos.....	9
5.	Ystyriaethau ar gyfer ailagor amgylcheddau bywyd nos yn dilyn COVID-19.....	13
6.	Cyfeiriadau	16

Trosolwg o Uned Atal Trais Cymru



Uned Atal Trais
Violence Prevention Unit

Cafodd Uned Atal Trais Cymru ei sefydlu gyda chyllid gan y Swyddfa Gartref yn 2019. Mae'r tîm craidd yn cynnwys aelodau o heddluoedd, timau Comisiynwyr yr Heddlu a Throseddau, Iechyd Cyhoeddus Cymru, Gwasanaeth Carchardai a Phrawf Ei Mawrhydi a'r sector gwirfoddol.

Mae'r Uned yn ymrwymedig i ddefnyddio dull gweithredu iechyd y cyhoedd i atal trais. Mae'r dull iechyd hwn yn herio'r cysyniad bod trais yn anochel ac yn hytrach mae'n dangos bod modd rhagweld trais a'i atal, fel unrhyw broblem iechyd arall. Mae'r Uned yn ceisio tystiolaeth er mwyn deall achosion trais a beth sy'n gweithio i'w atal, a defnyddio'r dystiolaeth hon er mwyn datblygu ymyriadau sy'n canolbwyntio ar yr achosion sylfaenol hyn. Caiff yr ymyriadau hyn eu gwerthuso cyn y caiff prosiectau a rhaglenni effeithiol eu huwchraddio er mwyn helpu mwy o bobl a chymunedau ledled Cymru drwy ddull system gyfan o atal trais.

Mae Uned Atal Trais Cymru yn gweithio gyda phartneriaid er mwyn monitro effaith y mesurau ymateb i COVID-19 ar drais yng Nghymru. Mae'r data yn dangos bod trais mewn mannau cyhoeddus wedi lleihau yn ystod cyfyngiadau COVID-19. Fodd bynnag, mae tystiolaeth y gall bywyd nos ddwysáu'r risg o drais, gan gynnwys unigolyn ar unigolyn a thrais rhywiol. Mae'r uned wedi cynnal yr ymchwiliad cyflym hwn mewn partneriaeth ag Iechyd Cyhoeddus Cymru er mwyn cefnogi gwaith Llywodraeth Cymru ac asiantaethau eraill wrth ailagor amgylcheddau bywyd nos yn ddiogel ac atal trais.

1. Cyflwyniad

Ar adeg argyfwng cenedlaethol a rhyngwladol, mae pandemig COVID-19 (coronafeirws) wedi arwain at gau a rhoi cyfyngiadau ar amgylcheddau bywyd nos ledled y byd gan gynnwys Cymru (gweler Blwch

Blwch 1: Achosion o gau yng Nghymru

Ar 20 Mawrth 2020, gorchynnodd Llywodraeth Cymru i dafarndai, clybiau, bwytai a busnesau eraill yng Nghymru gau er mwyn atal COVID-19 rhag lledu.

1). Ar ôl misoedd o fesurau rheoli, mae llawer o wledydd bellach yn y broses o ailagor eu heconomiâu bywyd nos. Wrth i'r cyfyngiadau hyn gael eu codi'n raddol, rydym yn wynebu'r her o sut i ailagor yr economi liw nos yn ddiogel wrth leihau risgiau o drosglwyddo COVID-19, diogelu diwydiannau liw nos a sicrhau nad yw trefn 'arferol newydd' bywyd nos yn dwysáu problemau iechyd y cyhoedd eraill, yn enwedig trais.

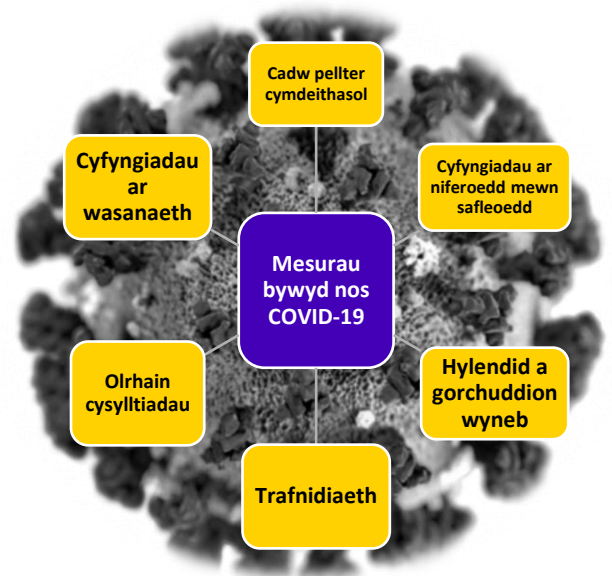
Mae'r economi liw nos yn darparu buddiannau cymdeithasol ac economaidd pwysig[1], ond eto gall achosi amrywiaeth o broblemau iechyd y cyhoedd gan gynnwys meddwdod, defnyddio cyffuriau, ymddygiad rhywiol risg uchel, trais a throseddau [2–4]. Yn ychwanegol at hyn bellach mae'r risg o drosglwyddo COVID-19. Fel arfer mewn amgylcheddau bywyd nos sy'n ffynnu mae torfeydd, sŵn, meddwdod a rhyngweithio cymdeithasol agos; amodau sy'n hwyluso trosglwyddiad clefydau heintus megis COVID-19. Bydd y mesurau sy'n angenrheidiol er mwyn lleihau'r risg o drosglwyddo (gweler y ffeithlun isod) yn newid y ffordd y gall amgylcheddau bywyd nos weithredu. Yn ei dro, gall y newidiadau hyn gael effaith ar risgiau o drais a phroblemau iechyd y cyhoedd a chyfiawnder troseddol eraill yn yr economi liw nos. Yn ystod cyfyngiadau bywyd nos COVID-19, nodwyd gostyngiadau yn niferoedd y derbyniadau i adrannau damweiniau ac achosion brys am resymau sy'n gysylltiedig â chyffuriau ac alcohol ac anafiadau treisgar cysylltiedig [5–7]. Fodd bynnag, roedd adroddiadau eraill yn awgrymu cynnydd mewn achosion o yfed yn y cartref a cham-drin domestig [7,8]. Felly, mae'n bwysig nodi'r effeithiau posibl ar drais y gallai newidiadau yn ymwneud â COVID-19 i fywyd nos eu hachosi, fel y gall dulliau er mwyn lleihau ac atal effeithiau o'r fath gael eu cynnig.

2. Nod

Nod yr ymchwil iechyd y cyhoedd cymwysedig cyflym hwn yw asesu'r dystiolaeth a'r arferion gorau sy'n dod i'r amlwg er mwyn llywio'r gwaith o ailagor amgylcheddau bywyd nos yng Nghymru (haf – hydref 2020) yn dilyn mesurau cyfyngiadau COVID-19 er mwyn helpu i gynnal achosion cyfredol ac atgyfodol o COVID-19 ac atal trais. Yn ogystal, mae'n ychwanegu at y sail dystiolaeth byd-eang ar reoli clefydau heintus ac atal trais/diogelwch yn yr economi liw nos.

3. Dulliau

Cynhaliwyd adolygiad tystiolaeth cyflym rhwng 1 a 31 Gorffennaf 2020 gan gynnwys llenyddiaeth gyhoeddedig, erthyglau newyddion, dogfennau polisi a chyfweiliadau â rhanddeiliaid allweddol yng Nghymru, mannau eraill yn y DU ac yn rhyngwladol. Mae'r briffiad hwn yn crynhoi canfyddiadau allweddol o'r adolygiad ac ystyriaethau allweddol ar gyfer y sectorau iechyd, cyfiawnder troseddol, y diwydiant economi liw nos a'r trydydd sector. Mae'n cyflwyno rhai enghreifftiau allweddol o'r ffordd y mae amgylcheddau bywyd nos wedi ailagor mewn gwledydd eraill (gweler Adran 4.1) a'u profiadau (gweler Adran 4.2); mae'n amlinellu enghreifftiau o'r ffordd y gall mesurau i leihau risgiau o COVID-19 effeithio ar risgiau o drais (Tabl 1, Adran 4.3); ac mae'n darparu rhai ystyriaethau allweddol ar gyfer ailagor amgylcheddau bywyd nos yng Nghymru (gweler Blwch 2, Adran 5).

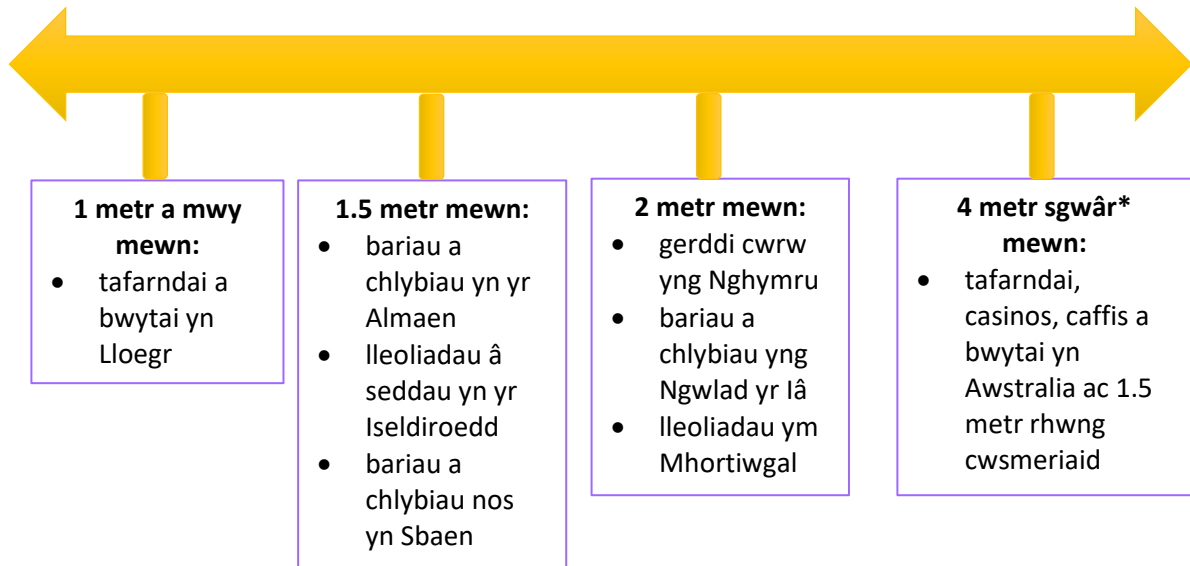


4. Canfyddiadau allweddol

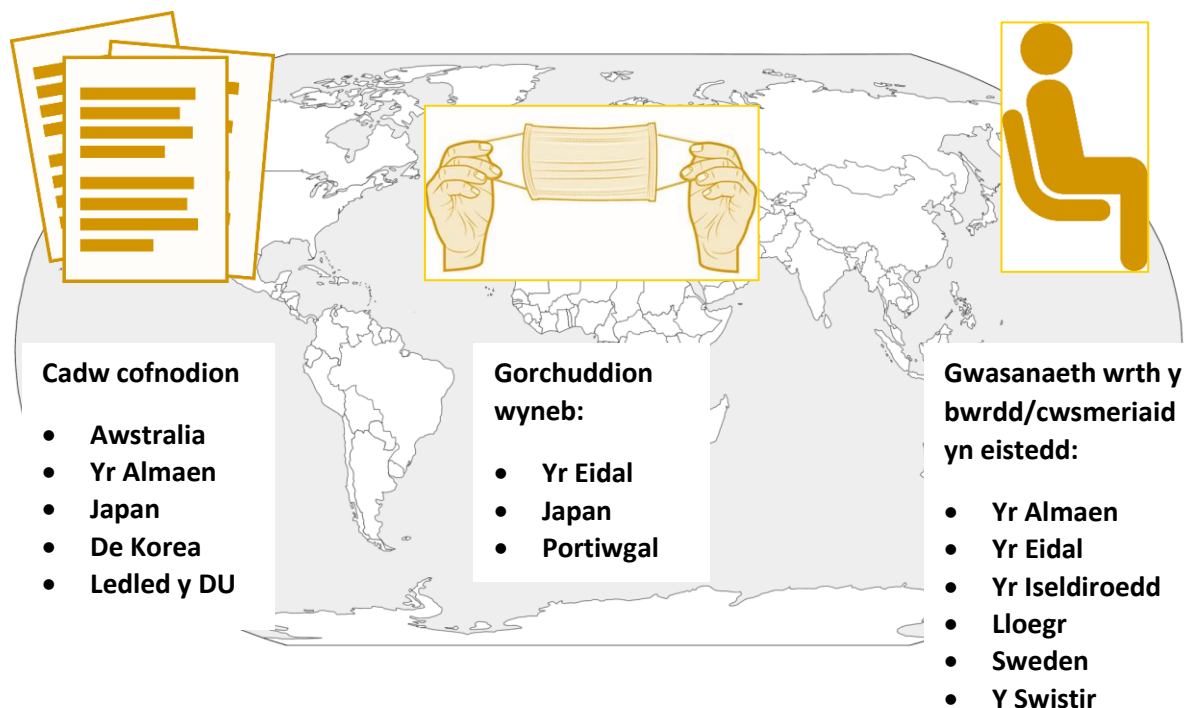
4.1. Cyfyngiadau COVID-19 rhyngwladol ar fywyd nos

Mae'r ffeithluniau isod yn rhoi enghreifftiau o pryd a sut mae amgylcheddau bywyd nos wedi ailagor mewn gwledydd gwahanol a rhai o'r rheoliadau allweddol sydd wedi cael eu rhoi ar waith gan awdurdodau, gan ddefnyddio data a gasglwyd o lenyddiaeth lwyd, erthyglau newyddion a gwefannau llywodraethau [9–20].

Cadw pellter cymdeithasol



* mae hyn yn helpu i bennu'r nifer uchaf o bobl sy'n gallu bod mewn safle.



Mae cyfyngiadau eraill wedi cynnwys uchafswm niferoedd, cau yn gynharach, a dim dawnsio na cherddoriaeth uchel. Ceir trosolwg llawn o'r cyfyngiadau gyda dyddiadau gweithredol yn Nhabl 2 yn yr adroddiad llawn.

4.2. Profiadau rhyngwladol o COVID-19, trais a rheoli ailagor amgylcheddau bywyd nos

Mae llawer o wledydd yn y camau cynnar o ailagor amgylcheddau bywyd nos yn dilyn cyfyngiadau COVID-19 ac mae tystiolaeth sy'n dangos goblygiadau a rheolaeth hyn i risgiau trais a throsglwyddo COVID-19 yn gyfyngedig iawn ar hyn o bryd. Fodd bynnag, gellir dysgu llawer o bethau o'r profiadau y mae'r cyfryngau a rhanddeiliaid allweddol yn adrodd arnynt. Mae'r enghreifftiau canlynol yn codi rhai materion perthnasol i'w hystyried yng Nghymru. I weld astudiaethau achos llawn, ewch i'r adroddiad llawn (gweler Adran 4.2).

Trosglwyddo COVID-19 mewn tafarndai a bwytai

Mae nifer o enghreifftiau eisoes wedi dod i'r amlwg o drosglwyddo COVID-19 rhwng cwsmeriaid mewn tafarndai a chlybiau. Er enghraifft:

- Yn Seoul, **De Korea**, yn fuan ar ôl ailagor clybiau nos bu clwstwr o achosion o'r coronafeirws yn gysylltiedig â dyn 29 oed a oedd wedi ymweld â nifer o glybiau nos [21]. Roedd y clybiau nos hyn yn cyfrif am fwy na 160 o achosion gyda throsglwyddiadau dilynol yn y gymuned. Er ei bod yn ofynnol i leoliadau gasglu manylion cyswllt cwsmeriaid, nododd awdurdodau iechyd y cyhoedd nad oedd y wybodaeth ar gyfer tracio yn ddigonol ac weithiau roedd yn ffug, a oedd yn gwneud olrhain cysylltiadau yn anodd iawn [21]. Roedd pobl ifanc yn symud o gwmpas ac yn cael amrywiaeth o gysylltiadau yn ystod noson allan. O ganlyniadau i'r achosion, gorchmynnwyd i glybiau nos a bariau gau am gyfnod amhenodol.
- Yn Ne Cymru Newydd, **Awstralia**, cafodd 30 o unigolion brawf COVID-19 cadarnhaol ar ôl ymweld ag un dafarn, neu ar ôl bod mewn cyswllt agos â rhywun a oedd wedi ymweld â'r dafarn. Cyngorwyd cwsmeriaid y dafarn i hunanynysu am bythefnos a chael prawf COVID-19 [22–24]. Mewn ymateb, cyflwynodd llywodraeth De Cymru Newydd ostyngiad yn nifer y cwsmeriaid mewn grŵp o 20 i 10, a rhoi terfyn o 300 o gwsmeriaid i leoliadau [24–26]. Mae'n ofynnol i bob lleoliad gymryd manylion cyswllt a chofrestru Cynllun Diogelwch COVID-19 [27]. Mae'n ofynnol bod gan leoliadau sy'n cynnwys mwy na 250 o gwsmeriaid swyddog ar y safle er mwyn gorfodi canllawiau diogelwch [24,26].

Posibilrwydd colli enillion atal trais blaenorol

- Yn Ne Cymru Newydd, **Awstralia**, mae rhai pryderon bod mesurau atal trais y gweithiwyd yn galed arnynt yn cael eu colli yn yr ymgyrch i ailagor yr economi liw nos [28]. Yn Newcastle, De Cymru Newydd, rhoddwyd cyfyngiadau ar oriau trwyddedu er mwyn atal trais yn yr economi liw nos, gan arwain at ostyngiadau sylweddol a chyson mewn trais [29,30]. Mae adroddiadau bod yr heddlu wedi bod yn annog gwleidyddion i beidio ag agor amgylcheddau bywyd nos oherwydd y straen ychwanegol ar swyddogion rheng flaen; nid yn unig delio â thrais, ond bellach problem COVID-19 lle mae'r heddlu wedi gorfod stopio nifer o grwpiau mawr rhag ymgynnull, tu mewn a thu allan i dafarndai [29,31].

Partïon a rêfs anghyfreithlon sy'n gysylltiedig â thrais a galw ar wasanaethau

Yn ystod y cyfyngiadau symud, a thra bod cyfyngiadau symud yn codi, mae nifer o bartïon a rêfs anghyfreithlon wedi digwydd ledled Ewrop a'r DU gyda chysylltiadau â thrais, troseddau cyfundrefnol a chynnydd posibl mewn achosion o COVID-19. Er enghraifft:

- Yn **Lloegr**, mae nifer o bartïon a rêfs anghyfreithlon wedi bod, lle mae'r rhai sy'n bresennol yn methu dilyn mesurau cadw pellter cymdeithasol [32–34]. Er bod lledaenu'r coronafeirws mewn rêfs anghyfreithlon yn bryder iechyd mawr, mae partïon o'r fath wedi arwain at ymddygiad treisgar, yn enwedig tuag at yr heddlu, ac wedi arwain at fynd i'r ysbyty mewn rhai achosion [32].
- Yn Manceinion Fwyaf, **Lloegr**, mae nifer o rêfs anghyfreithlon wedi bod yn gysylltiedig â throseddau cyfundrefnol, yn benodol y gangiau sy'n rheoli'r ffordd y caiff cyffuriau eu cyflenwi i ogledd-orllewin Lloegr [35].
- Yng **Nghymru**, arweiniodd parti ar y traeth at wrthdaro rhwng y rhai a oedd yn bresennol a thrigolion oherwydd bod rheoliadau COVID-19 yn cael eu torri [36,37]. Galwyd yr heddlu, y gwasanaeth ambiwlans a Sefydliad Cenedlaethol Brenhinol y Badau Achub i'r lleoliad [36].
- Yn yr **Iseldiroedd**, mae partïon anghyfreithlon wedi cael eu cynnal mewn coedwigoedd a mannau awyr agored eraill ac mae pryderon ynghylch diffyg cadw pellter cymdeithasol a throsglwyddo COVID-19 [38].
- Mae gwledydd eraill sydd wedi bod yn profi problemau tebyg oherwydd partïon anghyfreithlon yn cynnwys **Sbaen, Portiwgal a'r Almaen** [39].

Er bod materion o'r fath sy'n achosi problemau wedi cael eu codi, bu rhai enghreifftiau o arferion da hefyd, a allai helpu i lywio'r broses o ailagor lleoliadau bywyd nos yn fwy diogel:

Dull partneriaeth o leihau lledaeniad clefydau ac atal trais

- Yn Yr Hag, yr **Iseldiroedd**, mae partneriaeth llwyddiannus rhwng yr heddlu, bariau a bwytai wedi arwain at reoli cyfyngiadau yn llwyddiannus ac mae wedi atal lledaeniad COVID-19 a thrais yn yr economi liw nos [38]. Mae busnesau wedi bod yn rhoi'r cyfyngiadau ar waith mewn ymgynghoriad agos â'r heddlu, ac mewn achosion lle mae problemau wedi codi, megis unigolion neu grwpiau yn bygwth amharu ar y drefn, maent wedi cysylltu â'r heddlu i gael ymateb cyflym [40]. Mae tîm yn yr heddlu wedi bod yn gweithio'n llawn amser gyda busnesau er mwyn rhoi cymorth digonol, sydd wedi cynnwys gwneud apwyntiadau, goruchwyllo ac, yn olaf, gorfodi [40]. Mae'r dull partneriaeth hwn yn Yr Hag wedi arwain at isgyfeirio sefyllfaoedd anodd a allai fod yn heriol a rhedeg y fasnach yn esmwyth, gyda dim ond nifer cyfyngedig o ddirwyon mawr ($n = 3$) yn cael eu rhoi i safleoedd am gamreoli cyfyngiadau o gymharu ag ardaloedd eraill yn Yr Iseldiroedd, megis Amsterdam, sydd wedi cael nifer o ddirwyon ($n = 130$) [38].

Negeseuon cyson i'r cyhoedd

- Yn Lerpwl, **Lloegr**, mae £445,000 wedi cael ei ddrynnu o'r 'Gronfa Ailagor y Stryd Fawr yn Ddiogel' i'w ddefnyddio i greu canol dinas Ewropeaidd ei naws gyda mannau bwyta ac yfed awyr agored er mwyn bodloni gofynion cadw pellter cymdeithasol a mesurau ychwanegol megis arwyddion, marciau stryd ac ymgyrchoedd marchnata [41]. Yn ogystal, mae llwybrau beicio dros dro wedi cael eu cynllunio er mwyn hybu'r defnydd o feiciau fel ffordd ddiogel o deithio [41]. Mae nifer o gamau pellach wedi cael eu cymryd i atal problemau rhag digwydd yng nghanol y ddinas gan gynnwys negeseuon diogelwch yn annog y cyhoedd i gadarnhau gyda bwytai a bariau cyn ymweld, gwasanaeth wrth y bwrdd ar waith, dim adloniant byw, dawnsio mewn grwpiau na cherddoriaeth uchel, a hapwiriadau gan y cyngor er mwyn sicrhau bod busnesau yn cydymffurfio â chyfyngiadau iechyd a diogelwch [42]. Yn dilyn ailagor amgylcheddau bywyd nos yng nghanol dinas Lerpwl ar 5 Gorffennaf, dim ond problemau cyfyngedig sydd wedi bod.

4.3. Effeithiau COVID-19 ar drais a phlisma bywyd nos

O ganlyniad i COVID-19, mae angen gwneud newidiadau sylweddol er mwyn ailagor yr economi liw nos yn ddiogel gan osgoi trosglwyddo'r feirws ymhellach ar yr un pryd. Gallai'r newidiadau hyn gael effaith ar ymddygiad treisgar, gwrthgymdeithasol a throseddol. Mae'n bwysig nodi'r effeithiau posibl ar drais y gallai newidiadau i fywyd nos eu hachosi, fel y gall dulliau er mwyn lleihau ac atal effeithiau o'r fath gael eu cynnig.

Mae fframwaith eang (gweler Atodiad 1 yn yr adroddiad llawn) wedi cael ei greu er mwyn mynd i'r afael â'r cyfyngiadau COVID-19 cyfredol a'r goblygiadau y gallant eu cael ar drais yn yr economi liw nos. Mae'r fframwaith yn dilyn camau amrywiol noson allan, o'r amgylchedd cartref cyn mynd i'r economi liw nos, i adael yr economi liw nos ar y daith adref a phartïon eraill. Ar bob cam o'r noson allan: disgrifir goblygiadau nifer o gyfyngiadau COVID-19 ar gyfer yr economi liw nos; yna eglurir yr effeithiau posibl y mae'r goblygiadau hyn yn eu cael ar drais bywyd nos; ac yn dilyn hyn, cynigir awgrymiadau sy'n seiliedig ar dystiolaeth er mwyn atal a lliniaru'r effeithiau ar drais. Cyflwynir y prif ganfyddiadau isod (Tabl 1) ac maent wedi llywio'r ystyriaethau (Blwch 2).

Tabl 1: Mesurau i leihau risgiau o COVID-19 a'u heffaith ar risgiau o drais

Cyfyngiad	Effaith gadarnhaol ar drais	Effaith negyddol ar drais
Cadw pellter cymdeithasol	- Mae'n lleihau'r posibilrwydd o dorfeydd y tu mewn i leoliadau ac yn ei dro gall: leihau aflonyddu rhywiol, ymosodiadau a ffurfiau eraill ar drais [4,43–45] - Mae'n ei gwneud yn haws i staff bennu a yw cwsmeriaid wedi meddwi ac felly dylid gwrthod rhoi gwasanaeth iddynt [46].	- Gall terfynau llai o ran niferoedd mewn lleoliadau arwain at lawer o giwiau a thorfeydd y tu allan i leoliadau ac ardaloedd cyfagos o bosibl ac yn ei dro gall arwain at drais [44,47,48] a gwrthdaro rhwng cwsmeriaid bywyd nos os bydd rhai unigolion yn dewis anwybyddu rheolau cadw pellter cymdeithasol. - Gall unigolion fod yn fwy tebygol o anwybyddu mesurau COVID-19 gan gynnwys drwy ymddygiad treisgar oherwydd meddwdod [49,50]. - Gall mesurau cadw pellter cymdeithasol gael eu defnyddio gan rai sydd wedi cyflawni cam-drin domestig er mwyn ynysu a rheoli dioddefwyr. Gallai hyn, ynghyd â'r defnydd o alcohol yn yr economi liw nos, waethygu effaith cam-drin domestig i ddioddefwyr. Gall fod llai o bobl o gwmpas yn ystod yr economi liw nos i adnabod sefyllfaoedd a allai fod yn niweidiol megis trais yn y cartref neu ymosodiadau rhywiol ac felly, llai o gyfle i wylwyr ymyrryd – y gallu i bobl eraill Helpu, Galw am help, Dweud wrth rywun (ACT) [51,52].
Cyfyngiadau ar niferoedd mewn safleoedd	Mae'n lleihau torfeydd y tu mewn i leoliadau (gweler <i>cadw pellter cymdeithasol – effaith gadarnhaol</i>).	- Mae'n annog pobl i dreulio mwy o amser yn cael partïon ac yfed alcohol gartref cyn mynd i'r economi liw nos. Mae unigolion sy'n yfed ymlaen llaw yn fwy tebygol o ymwneud â thrais [53]. - Gall rhai defnyddwyr amgylcheddau bywyd nos chwilio am leoliadau amgen i gynnal partïon neu rêfs, megis parciau, traethau ac adeiladau gwag, lle nad oes angen iddynt ddilyn cyfyngiadau

		niferoedd. Mae'n anodd rheoli'r digwyddiadau anghyfreithlon hyn na chânt eu rheoli, ac maent yn aml yn gysylltiedig â thrais, ymosodiadau rhywiol a delio mewn cyffuriau [54–56]. Gall fod angen i unigolion aros yn hirach na'r arfer wrth ddod i mewn i leoliad oherwydd cyfyngiadau niferoedd. Gall hyn achosi rhwystredigaeth, a allai arwain at ymddygiad ymosodol neu drais [57].
Cyfyngiadau ar wasanaeth	- Er mwyn archebu seddau mewn sefydliadau bywyd nos mae angen cynllunio'r noson allan yn effeithiol. Gall hyn roi ymdeimlad o reolaeth a diogelwch i unigolion. - Gall cael byrddau i'r holl gwsmeriaid y tu mewn i leoliadau leihau cyfraddau yfed am eu bod yn gallu rhoi eu diod i lawr. - Gall cyfraddau staff i gwsmeriaid y tu mewn i leoliadau wella, gan alluogi gwasanaeth mwy effeithlon. Gall hyn alluogi staff i fonitro yfed gormodol a lefelau ymddygiad ymosodol yn effeithiol [46].	- Gall gwasanaeth wrth y bwrdd yn unig annog: - Grwpiau i brynu mewn rowndiau, sy'n gysylltiedig â meddwdod uwch oherwydd bod mwy o alcohol yn cael ei yfed. - Gall unigolion brynu mwy o alcohol na'r arfer ar unwaith am eu bod yn ansicr pryd gall eu gweinydd ddod yn ôl. - Gall cwsmeriaid fynd yn fwy meddw na'r bwriad, gan gynyddu'r risg o drais yn gysylltiedig ag alcohol [58]. - Gall rhwystredigaeth oherwydd gwasanaeth arafach yn yr economi liw nos arwain at gam-drin hiliol, am fod nifer o bobl sy'n gweithio mewn siopau cyfleustra neu orsafoedd petrol, cwmnïau tacsï, siopau tecawê a mannau bwyd brys o gymunedau lleiafrifoedd ethnig. Mae'r aelodau hyn o staff yn profi cam-drin llafar a chorfforol a ysgogwyd gan hil gan gwsmeriaid [59]. Ers COVID-19, mae cam-drin hiliol a gwahaniaethu yn erbyn pobl o darddiad Asiaidd wedi cynyddu [60].
Hylendid a gorchuddion wyneb	Ni nodwyd unrhyw dystiolaeth	- Gall gwrthdaro godi rhwng cwsmeriaid bywyd nos sy'n dewis ac sy'n peidio dewis anwybyddu rheolau hylendid neu sy'n dewis peidio gwisgo gorchudd wyneb. - Nid yw'n hawdd adnabod unigolion, a allai annog unigolion i ymgysylltu ag ymddygiad treisgar, gwrthgymdeithasol neu droseddol. Mae troseddwyd cudd yn fwy tebygol o achosi niwed corfforol difrifol ac ymosod ar fwy o bobl [61]. - Ni ellir gweld cegau pobl. Felly, gall fod yn anodd deall pobl, yn enwedig o ystyried lefelau sŵn uchel amgylchedd bywyd nos. Gall llai o allu i glywed a deall unigolion arwain at gamgyfleu neu rhwystredigaeth, gan achosi ymddygiad ymosodol [57].

		• Ar hyn o bryd, ni chaniateir i berfformwyr cerddoriaeth byw berfformio a gellir gostwng lefel sain cerddoriaeth y tu mewn i leoliadau er mwyn atal canu yn uchel ac achosion posibl o drosglwyddo COVID-19. O ganlyniad, gall diffyg adloniant greu teimladau o ddiflastod, a all arwain at gasineb ac yfed mwy o alcohol [62,63]. Gall y ffactorau hyn arwain at fwy o ymddygiad ymosodol a thrais [58]. • Mae'r rhan fwyaf o gwmnïau trafndiaeth (taxis, bysiau, tramiau a threnau) yn Lloegr yn gwrthod cludo pobl heb orchuddion wyneb. Gall pobl hefyd osgoi trafndiaeth gyhoeddus am eu bod yn ofni cael eu heintio. Yn y ddau achos, gall hyn arwain at unigolion yn cerdded adref ar eu pen eu hunain, gan roi eu hunain mewn perygl o drais ac ymosodiadau rhywiol [64]. • Mae rhai cwmnïau trafndiaeth (e.e. yng Nghymru) wedi gwneud gwisgo gorchuddion wyneb yn orfodol. Gall rhwystredigaeth neu wrthdaro ddigwydd rhwng gyrwyr a theithwyr os na wisgir gorchuddion wyneb. Yn ogystal, gall rhai unigolion nad yw cwmnïau trafndiaeth gyhoeddus yn fodlon eu cludo gerdded adref ar eu pen eu hunain ac felly gallent wynebu risg uwch o drais rhywiol [4].
Trafnidiaeth	• Ni nodwyd unrhyw dystiolaeth	• Mae gwasanaethau trafndiaeth gyhoeddus a chynlluniau swyddogion tacsï wedi cael eu lleihau'n fawr o ganlyniad i COVID-19, a allai arwain at: ○ Wrthdaro a thrais rhwng grwpiau o gwsmeriaid bywyd nos yn cystadlu am gyfleusterau trafndiaeth cyfyngedig [65]. ○ Grwpiau o bobl ar y strydoedd wrth i sefydliadau bywyd nos gau, gan gynyddu'r posibilrwydd o drais [47]. ○ Y tebygolrwydd o unigolion yn ymddwyn mewn ffordd sy'n creu risg traffig megis gyrru dan ddylanwad cyffuriau neu alcohol neu dderbyn lifft gan yrrwr meddw [43]. Mae'r ymddygiad hwn yn debygol o gynyddu gyda gostyngiadau pellach i ddarpariaethau trafndiaeth gyhoeddus o ganlyniad i COVID-19. ○ Unigolion yn cerdded adref a rhoi eu hunain mewn perygl. ○ Unigolion yn gyrru adref a rhoi eu hunain a phobl eraill mewn perygl. • Gall diffyg trafndiaeth gyhoeddus mewn ardaloedd lle y cynhelir partïon anghyfreithlon arwain at bobl yn cerdded adref dan ddylanwad alcohol/cyffuriau neu dderbyn lifftiau gan bobl ddieithr, sy'n cyflwyno risg iddyn nhw eu hunain a phobl eraill a gall fod yn ffactor risg ar gyfer trais rhywiol [4].

Asesiad cyflym o agor amgylcheddau bywyd nos wrth gynnal COVID-19 ac atal trais:
Crynodeb gweithredol

Gwiriadau iechyd ac olrhain cysylltiadau	Gall unigolion fod yn llai tebygol o ymddwyn yn dreisgar os bydd eu manylion cyswllt wedi cael eu cofnodi.	- Gall gorfod darparu manylion a gwybodaeth bersonol achosi i rai unigolion deimlo'n rhwystredig. Os na fydd unigolyn yn dewis cydymffurfio a gwrthodir rhoi gwasanaeth iddo o ganlyniad i hynny, gall y rhwystredigaeth hon gynyddu gan arwain at ymddygiad ymosodol [57]. - Efallai na fydd partïon anghyfreithlon na chânt eu rheoli yn ystyried bod angen olrhain cysylltiadau ac felly efallai na fyddant yn nodi manylion cyswllt. Ni fydd unrhyw gofnod o bwy sy'n bresennol.
--	--	---

5. Ystyriaethau ar gyfer ailagor amgylcheddau bywyd nos yn dilyn COVID-19

Wrth i'r economi liw nos ailddechrau yn dilyn llacio cyfyngiadau COVID-19 yng Nghymru, mae posibilrwydd y bydd clwstwr o achosion o COVID-19 a chynnydd mewn ymddygiad gwrthgymdeithasol, treisgar a throseddol. Ar gyfer ailagor yr economi liw nos, mae ffocws ar waith cydweithredol amlasiantaethol, hyfforddiant effeithiol ar gyfer staff a negeseuon cyson ar aros yn ddiogel yn ffafrïol er mwyn atal trais, lleihau lledaeniad COVID-19 a'r effaith gysylltiedig ar wasanaethau brys. Wrth symud ymlaen, mae'r mesurau hyn yn berthnasol o hyd ar gyfer darparu profiad bywyd nos diogel, hapus ac iach.

Cynigir nifer o ystyriaethau o'r canfyddiadau ar gyfer cynllunio ac ailagor amgylcheddau bywyd nos yng Nghymru (gweler Blwch 2). Mae'r ystyriaethau hyn wedi'u bwriadu ar gyfer amrywiaeth o sefydliadau gan gynnwys y sectorau iechyd, cyfiawnder troseddol, y diwydiant economi liw nos a'r trydydd sector, ac maent wedi cael eu datblygu i sicrhau bod unrhyw argymhellion yn y dyfodol yn addas at y diben ac yn briodol er mwyn helpu i gynnal unrhyw achosion cyfredol ac atgyfodol o COVID-19 ac atal trais. At hynny, dylai unrhyw newidiadau mewn proses neu ymarfer fod yn seiliedig ar dystiolaeth a chael eu gwerthuso yn briodol mewn fforwm amlasiantaethol.

Blwch 2: Ystyriaethau ar gyfer ailagor amgylcheddau bywyd nos wrth gynnal COVID-19 ac atal trais

1. **Gweithio mewn partneriaeth** – Ystyried dull amlasiantaethol lle mae busnesau liw nos, awdurdodau cyfiawnder troseddol, awdurdodau iechyd ac awdurdodau lleol yn cydweithio er mwyn rheoli'r gwaith o ailagor amgylcheddau bywyd nos, gan gynnwys monitro data amlasiantaethol er mwyn nodi tueddiadau mewn trais.

Mae gwaith amlasiantaethol er mwyn atal trais a rheoli amgylcheddau bywyd nos eisoes yn sefydledig yng Nghymru, a bydd gwella hyn yn hanfodol wrth ailagor yr economi liw nos yn ddiogel. Bydd cydweithio rhwng amrywiaeth o asiantaethau yn galluogi i'r gweithdrefnau mwyaf effeithiol gael eu rhoi ar waith er mwyn atal trais, ac er mwyn ymyrryd yn gyflym os bydd clwstwr o achosion o COVID-19 yn digwydd [46,66].

2. **Hyfforddiant diwygiedig COVID-19** – Ystyried rhoi rhaglen hyfforddi ddiwygiedig ar waith i staff sy'n ystyried gorchuddion wyneb, cadw pellter cymdeithasol, ymdrin â chiwiau, yfed yn yr awyr agored, olrhain cysylltiadau a mesurau COVID-19 ac atal trais eraill er mwyn sicrhau bod eu dealltwriaeth, eu gwybodaeth a'u dull o weithredu yn gyson. Yn ogystal, sut i isgyfeirio digwyddiadau gan ddefnyddio sgiliau llafar cryf a chlr ac ystumiau eraill. Gall asesiadau risg newydd yn cwmparu newidiadau i brosesau ac arferion yn unol â chyfyngiadau COVID-19 hefyd helpu i liniaru lledaeniad y feirws a thrais.

Credir bod hyfforddiant COVID-19 yn rhan hanfodol o baratoi'r economi liw nos ar gyfer ailagor oherwydd nifer y newidiadau i brosesau ac arferion [64]. Yn ogystal, gall parhau i hyfforddi, ac ailhyfforddi, staff y diwydiant mewn meysydd o ddatrys gwrthdaro a gwasanaeth diodydd cyfrifol helpu i atal digwyddiadau treisgar rhag digwydd [46,66]. Gall hyfforddi staff i ddefnyddio sgiliau llafar cryf a chlr ac ystumiau eraill er mwyn isgyfeirio sefyllfaoedd fod yn ddull effeithiol o atal trais a'r risg o heintio, yn enwedig gan y gall y staff fod yn gwisgo gorchuddion wyneb sy'n ei gwneud yn anoddach eu clywed a'u deall [66]. Gall cyfathrebu rhwng nifer o leoliadau lleol am ymddygiad gwrthgymdeithasol neu ddigwyddiadau treisgar wrth iddynt ddigwydd hefyd atal trais rhag gwaethygu drwy alluogi staff drws gerllaw gadw digwyddiadau dan reolaeth, gwrthod mynediad i'r cwsmeriaid dan sylw a rhoi gwybod i'r heddlu os oes angen [46].

3. **Rheoli ciwiau a thorfeydd** – Ystyried cael nifer uchel o ffigurau swyddogol ar batrôl ar y strydoedd gyda mesurau rheoli llif yn yr awyr agored er mwyn gwasgaru torfeydd mawr a helpu i reoli ciwiau.

Mae profiad rhyngwladol yn awgrymu bod problemau ymddygiad gwrthgymdeithasol a thrais wedi bod yn fwy amlwg yn y strydoedd o amgylch ardaloedd bywyd nos nac o fewn safleoedd trwyddedig eu hunain [44,46–48,67]. Gall niferoedd cyfyngedig mewn lleoliadau arwain at dorfeydd a chiwiau yn y strydoedd, gan gynyddu'r risgiau o wrthdaro. Felly, gall ffocws ar y llwybrau mwyaf priodol ar gyfer gwasgaru torfeydd a rheoli ciwiau fod yn fuddiol.

4. **Negeseuon clir am gyfyngiadau, ymddygiad ac aros yn ddiogel** – Ystyried darparu negeseuon clir, cyson ac amserol i'r cyhoedd am gyfyngiadau COVID-19 a disgwyliadau o ran ymddygiad wrth gael mynediad i safleoedd a thu mewn, a beth fydd yr effeithiau os na chânt eu dilyn, yn enwedig mewn ardaloedd lle gall fod yn anoddach clywed a gweld a gall pobl fod yn feddw. Yn ogystal, negeseuon clir i'r cyhoedd am yfed alcohol, atal trais rhywiol a gyrru dan ddylanwad alcohol/cyffuriau.

Mae negeseuon clir, cyson ac amserol am gyfyngiadau ac aros yn ddiogel wedi cael eu nodi fel ffactor allweddol wrth baratoi'r cyhoedd i ymweliad â'r economi liw nos ddiwygiedig ac er mwyn lleihau trais [12,64,68]. Gall awgrymiadau gynnwys y canlynol: chwistrellu glanhawr alcohol ar ddwylo cwsmeriaid wrth iddynt gael mynediad i'r safle, negeseuon clir ar waliau sy'n weladwy yng ngoleuadau'r amgylchedd ac arwyddion cadw pellter cymdeithasol mewn toiledau/wrinalau. Bydd cydweithredu yn galluogi i negeseuon fod yn gyson ar draws asiantaethau. Gellid darparu negeseuon drwy nifer o lwyfannau er mwyn i fwy o bobl eu gweld, gan gynnwys arwyddion, cyfryngau cymdeithasol, hysbysebion ar-lein a llwybrau amgen (e.e. celf a cherddoriaeth).

5. **Hylendid a golchi dwylo** – Ystyried darparu mynediad hawdd i hylif diheintio dwylo a chyfleusterau golchi yn y safle sy'n osgoi tagfeydd yn y safle.

Gall 'gorsafoedd hylendid' hygyrch arwain at lai o orbryder a llai o rwystredigaeth, gwrthdaro a/neu drais rhwng pobl yn aros mewn ciwiau hir [57], yn ogystal â lleihau achosion o drosglwyddo COVID-19.

6. **Mannau cul (lleoliadau bwyd tecawê a siopau diodydd trwyddedig)** – Ystyried sicrhau trefniadau rheoli lleoliadau bwyd tecawê a siopau diodydd trwyddedig yn ddiogel gan gynnwys rheoli cadw pellter cymdeithasol a thorfeydd y tu mewn a'r tu allan i safleoedd.

Gall mesurau gan gynnwys staff diogelwch, arwyddion clir a rheoli llif er mwyn annog rheolau cadw pellter cymdeithasol a disgwyliadau o ran ymddygiad y tu mewn a thu allan i leoliadau bwyd tecawê a siopau diodydd trwyddedig leihau torfeydd a thrais cysylltiedig [47].

7. **Trafnidiaeth ddiogel** – Ystyried darparu negeseuon i'r cyhoedd am gario gorchudd wyneb ac arian er mwyn teithio adref, gan sicrhau bod gwasanaethau nos digonol, swyddogion tacsï a goleuadau stryd da ar gyfer pobl sy'n cerdded adref.

Mae swyddogion tacsï wedi profi eu bod yn effeithiol iawn mewn trefi a dinasoedd (gan gynnwys yng Nghymru) o ran lleihau tacsï anghyfreithlon, rheoli ciwiau tacsï, gwella diogelwch pobl sy'n agored i niwed a delio â sefyllfaoedd gwrthdrawol [69].

8. **Profi, Orlhain a Diogelu** – Ystyried cynnal cofnodion a manylion cyswllt staff, cwsmeriaid ac ymwelwyr er mwyn eu rhannu a gwasanaeth Profi, Orlhain a Diogelu GIG Cymru pan ofynnir amdanynt.

Bydd cefnogi prosesau olrhain cysylltiadau drwy gadw cofnod o bawb ar y safle, yn ddelfrydol o ddogfen adnabod, nid yn unig yn helpu i nodi pobl a allai fod wedi dod i gysylltiad â'r feirws ac sy'n asymptomatig (h.y. nid ydynt yn dangos symptomau eto) [70] ond gall hefyd helpu i leihau trais mewn sefydliadau bywyd nos a reolir. Gall cwsmeriaid fod yn llai tebygol o ymddwyn yn dreisgar neu'n droseddol os oes gan sefydliadau bywyd nos fynediad i'w manylion cyswllt, sy'n golygu y gellir eu hadnabod. Fodd bynnag, mae rhai gwledydd wedi bod yn profi problemau lle mae cwsmeriaid yn rhoi gwybodaeth anghywir neu anghyflawn [21].

9. **Partïon/rêfs anghyfreithlon** – Parhau i gasglu cudd-wybodaeth am bartïon/rêfs anghyfreithlon wedi'u cynllunio er mwyn eu hatal rhag digwydd.

Er bod trais bywyd nos mewn trefi a dinasoedd yng Nghymru yn isel ar hyn o bryd oherwydd nifer o ffactorau yn gysylltiedig â llacio cyfyngiadau [68], cafwyd adroddiadau ynglŷn â chario arfau, troseddau cyfundrefnol a thrais rhywiol mewn partïon a rêfs anghyfreithlon [35,54,64,71]. Mae partïon a rêfs anghyfreithlon yn cyflwyno risg uchel o ran trosglwyddo COVID-19, yn enwedig am nad yw'n debygol y bydd manylion cyswllt yn cael eu cymryd, gan olygu na fydd cofnod o bwy sy'n bresennol er mwyn cefnogi prosesau olrhain cysylltiadau. Felly, gall ffocws ar fynd i'r afael â digwyddiadau o'r fath er mwyn lleihau'r materion cysylltiedig fod yn fuddiol. Gall monitro'r cyfryngau cymdeithasol [67] ac apelio i gymunedau lleol helpu swyddogion yr heddlu i gael cudd-wybodaeth am leoliadau rêfs sydd ar y gweill, gan eu galluogi i gymryd mesurau rhagweithiol ac ataliol. Fodd bynnag, gall ffocws trwm ar bartïon anghyfreithlon arwain at anfon mwy o heddlu i ddigwyddiadau gwledig, gan olygu bod llai o bresenoldeb mewn trefi a dinasoedd.

6. Cyfeiriadau

1. Night Time Industries Association. (2020). About Us [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 06/24/2020]. Ar gael yn: <https://www.ntia.co.uk/#ABOUTUS>
2. Hughes K, Quigg Z, Ford K, Bellis MA. (2019). Ideal, expected and perceived descriptive norm drunkenness in UK nightlife environments: a cross-sectional study. BMC Public Health [Rhynggrwyd]. 19(1):442. Ar gael yn: <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6802-5>
3. Ashton K, Roderick J, Parry Williams L, Green L. (2018). Developing a framework for managing the night-time economy in Wales: a Health Impact Assessment approach. Impact Assess Proj Apprais [Rhynggrwyd]. 36(1):81–9. Ar gael yn: <http://doi.org/10.1080/14615517.2017.1364024>
4. Quigg Z, Biglanda C, Hughes K, Duch M, Juan M, Bigland C, Hughes K, Duch M, Juan M. (2020). Sexual violence and nightlife: A systematic literature review. Aggress Violent Behav [Rhynggrwyd]. 51:101363. Ar gael yn: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1359178919300527>
5. Heren K. (2020). Coronavirus hospital admissions have halved since peak in April, says NHS chief [Rhynggrwyd]. Evening Standard. Llundain; 2020 [cyrchwyd 07/14/2020]. Ar gael yn: <https://www.standard.co.uk/news/health/coronavirus-hospital-admission-halve-peak-nhs-a4442366.html>
6. Knapman J. (2020). A&E staff “faced verbal abuse most nights” before lockdown [Rhynggrwyd]. Wales Online. 2020 [cyrchwyd 07/03/2020]. Ar gael yn: <https://www.walesonline.co.uk/news/wales-news/ae-staff-faced-verbal-abuse-18256874>
7. Snowdon LC, Barton ER, Newbury A, Parry B, Bellis MA, Hopkins JC. (2020). Addressing the “shadow pandemic” through a public health approach to violence prevention. J Community Saf Well-Being [Rhynggrwyd]. 5(2):60–5. Ar gael yn: <https://journalcswb.ca/index.php/cswb/article/view/141>
8. Gregory A. (2020). Coronavirus: Alcohol is ‘unhelpful coping strategy’ for lockdown, WHO says [Rhynggrwyd]. The Independent. Llundain; 2020 [cyrchwyd 07/14/2020]. Ar gael yn: <https://www.independent.co.uk/news/health/coronavirus-alcohol-world-health-organisation-drugs-addiction-mental-health-lockdown-a9428546.html>
9. Resident Advisor. (2020). The latest on club reopenings, closings and music festivals affected by COVID-19. [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/20/2020]. Ar gael yn: <https://www.residentadvisor.net/news/72624>
10. KCRW. (2020). COVID-19 in Berlin and Germany: What you need to know [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/09/2020]. Ar gael yn: <https://kcrwberlin.com/2020/06/covid-19-in-berlin-and-germany-what-you-need-to-know/>
11. Jones L. (2020). Coronavirus: What are the new rules when pubs reopen? [Rhynggrwyd]. BBC News. Llundain; 2020 [cyrchwyd 07/03/2020]. Ar gael yn: <https://www.bbc.co.uk/news/business-52977388>
12. Llywodraeth Cymru. (2020). Coronafeirws: canllawiau i fusnesau twristiaeth a lletygarwch ar gyfer ailagor yn raddol ac yn ddiogel [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/29/2020]. Ar gael yn: <https://llyw.cymru/busnesau-twristiaeth-lletygarwch-canllawiau-i-ailagor-yn-raddol-html>
13. Llywodraeth EM. (2020). Our Plan to Rebuild: The UK Government’s COVID-19 recovery strategy [Rhynggrwyd]. Llundain; Ar gael yn:

- <https://www.gov.uk/government/publications/our-plan-to-rebuild-the-uk-governments-covid-19-recovery-strategy/our-plan-to-rebuild-the-uk-governments-covid-19-recovery-strategy>
14. Y Gyfarwyddiaeth Iechyd, yr Adran Diogelwch Sifil a Rheoli Argyfyngau. (2020). Government objectives and actions [Internet]. 2020 [cyrchwyd 07/09/2020]. Ar gael yn: <https://www.covid.is/sub-categories/icelands-response>
15. Y Gyfarwyddiaeth Iechyd, yr Adran Diogelwch Sifil a Rheoli Argyfyngau. (2020). Restrictions in effect during ban on gatherings [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/09/2020]. Ar gael yn: <https://www.covid.is/sub-categories/what-is-ban-on-public-events>
16. CBS News. (2020). South Korea unveils new coronavirus rules, including bars registering all patrons [Rhynggrwyd]. Efrog Newydd, NY; 2020 [cyrchwyd 07/07/2020]. Ar gael yn: <https://www.cbsnews.com/news/coronavirus-south-korea-unveils-new-covid-rules-travel-face-masks-high-risk-businesses/>
17. Swyddfeydd Llywodraeth Sweden (2020). Social distancing and markedly reduced travel in Sweden [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/03/2020]. Ar gael yn: <https://www.government.se/articles/2020/06/social-distancing-and-markedly-reduced-travel-in-sweden/>
18. Swyddfeydd Llywodraeth Sweden. (2020). Decisions and guidelines in the Ministry of Health and Social Affairs' policy areas to limit the spread of the COVID-19 virus [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/03/2020]. Ar gael yn: <https://www.government.se/articles/2020/04/s-decisions-and-guidelines-in-the-ministry-of-health-and-social-affairs-policy-areas-to-limit-the-spread-of-the-covid-19-virusny-sida/>
19. Llywodraeth De Cymru Newydd (2020). Four square metre rule [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/31/2020]. Ar gael yn: <https://www.nsw.gov.au/covid-19/what-you-can-and-cant-do-under-rules/four-square-metre-rule>
20. The Local. (2020). Sweden introduces one-metre rule for restaurants, bars and cafes [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/03/2020]. Ar gael yn: <https://www.thelocal.se/20200702/sweden-introduces-one-metre-rule-for-restaurants-bars-and-cafes>
21. Choi H, Cho W, Kim M-H, Hur J-Y, Min-Hyu K, Hur J-Y. (2020). Public Health Emergency and Crisis Management: Case Study of SARS-CoV-2 Outbreak. Int J Environ Res Public Health [Rhynggrwyd]. 17(11):3984. Ar gael yn: <https://search.proquest.com/docview/2410799029?accountid=14874>
22. Packham C. (2020). Australian pub cluster adds to second-wave coronavirus fears [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/13/2020]. Ar gael yn: <https://uk.reuters.com/article/uk-health-coronavirus-australia/australian-pub-cluster-adds-to-second-wave-coronavirus-fears-idUKKCN24E079>
23. The Australian. (2020). NSW debates harsher rules for rogue pubs [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/13/2020]. Ar gael yn: https://www.theaustralian.com.au/subscribe/news/1/?sourceCode=TAWEB_WRE170_a_GGL&dest=https%3A%2F%2Fwww.theaustralian.com.au%2Fnation%2Fcoronavirus-australia-live-news-vaccines-human-trials-start-today%2Fnews-story%2Fb50b1853045e3c9212de3fd07143320a&memy
24. Visontay E. (2020). NSW on "extra high alert" for Covid-19 resurgence as hotel crackdown announced [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/15/2020]. Ar gael yn:

- <https://www.theguardian.com/australia-news/2020/jul/14/nsw-on-extra-high-alert-for-covid-19-resurgence-as-hotel-crackdown-announced>
25. Mazzoni A. (2020). Here we go again: Tough new restrictions are announced for pubs in New South Wales as state battles to fight off COVID-19 second wave [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/14/2020]. Ar gael yn: <https://www.dailymail.co.uk/news/article-8517203/New-restrictions-announced-pubs-New-South-Wales-state-battles-COVID-19.html>
 26. Llywodraeth De Cymru Newydd (2020). Tough new COVID-19 compliance measures for pubs [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/15/2020]. Ar gael yn: <https://www.nsw.gov.au/media-releases/tough-new-covid-19-compliance-measures-for-pubs>
 27. Llywodraeth De Cymru Newydd (2020). Pubs, clubs, small bars, breweries, casinos [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/03/2020]. Ar gael yn: <https://www.nsw.gov.au/covid-19/industry-guidelines/pubs-and-clubs-including-small-bars-cellar-doors-breweries-and-casinos>
 28. Brown T. (2020). Tony Brown: Too much at stake to water down Newcastle's liquor laws [Rhynggrwyd]. Newcastle Herald. 2020 [cyrchwyd 08/04/2020]. Ar gael yn: <https://www.newcastleherald.com.au/story/6861285/too-much-at-stake-to-water-down-conditions/>
 29. Deakin University. (2020). Cyfathrebu personol. 2020.
 30. Menéndez P, Tusell F, Weatherburn D. (2015). The effects of liquor licensing restriction on alcohol-related violence in NSW, 2008–13. *Addiction* [Rhynggrwyd]. 110(10):1574–82. Ar gael yn: <https://doi.org/10.1111/add.12951>
 31. Triscari C. (2020). NSW Government confirms tougher restrictions on pubs [Rhynggrwyd]. NME. 2020 [cyrchwyd 07/31/2020]. Ar gael yn: https://www.nme.com/en_au/news/music/nsw-police-warn-large-gatherings-could-lead-to-reinstating-restrictions-2706428
 32. BBC News. (2020). Brixton street party: Met Police officers injured in violence [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/03/2020]. Ar gael yn: <https://www.bbc.co.uk/news/uk-england-london-53176472>
 33. Grant P, Okpattah K. (2020). Coronavirus: Secret raves in London “put lives at risk” [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/03/2020]. Ar gael yn: <https://www.bbc.co.uk/news/uk-52923321>
 34. Duffy T, King L. (2020). Hundreds ignore coronavirus lockdown to party at illegal rave in the woods [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/03/2020]. Ar gael yn: <https://www.mirror.co.uk/news/uk-news/hundreds-ignore-coronavirus-lockdown-party-22151128>
 35. Kale S. (2020). Off their heads: the shocking return of the rave [Rhynggrwyd]. *The Guardian* (Ar-lein). 2020 [cyrchwyd 07/24/2020]. Ar gael yn: <https://www.theguardian.com/music/2020/jun/30/off-their-heads-the-shocking-return-of-the-rave>
 36. BBC News. (2020). Coronavirus lockdown: Warning after Ogmores-by-Sea mass brawl [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/15/2020]. Ar gael yn: <https://www.bbc.co.uk/news/uk-wales-53186920>
 37. Gupwell K-A. (2020). Anger and disbelief over the Ogmores-by-Sea beach party that brought shame to Wales [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/15/2020]. Ar gael yn:

- <https://www.walesonline.co.uk/news/wales-news/ogmore-beach-bridgend-coronavirus-lockdown-18493861>
38. Trimbos Instituut. (2020). Cyfathrebu personol. 2020.
39. Kassam A. (2020). Parties and raves across Europe spark fears of Covid-19 surge [Rhynggrwyd]. The Guardian (Ar-lein). 2020 [cyrchwyd 07/30/2020]. Ar gael yn: <https://www.theguardian.com/world/2020/jun/26/parties-and-raves-across-europe-spark-fears-of-covid-19-surge>
40. Heddlu Yr Hag (2020). Cyfathrebu personol. 2020.
41. Liverpool BID company. (2020). £450,000 outdoor spaces plan to aid Liverpool's COVID-19 recovery [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/20/2020]. Ar gael yn: <https://www.liverpoolbidcompany.com/450000-outdoor-spaces-plan-to-aid-liverpools-covid-19-recovery/>
42. Love your Liverpool. (2020). Eating and drinking [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/20/2020]. Ar gael yn: <https://loveyourliverpool.com/eating-drinking/>
43. Calafat A, Blay N, Juan M, Adrover D, Bellis MA, Hughes K, Bohrn K, Stocco P, Siamou I, Mendes F, Bohrn K. (2009). Traffic Risk Behaviors at Nightlife: Drinking, Taking Drugs, Driving, and Use of Public Transport by Young People. Traffic Inj Prev [Rhynggrwyd]. 10(2):162–9. Ar gael yn: https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/15389580802597054?casa_token=g_t27mV88iFUAAAAA:b4sZnJ8-SK3iAGaSWyKQtOmlKXk8OjIzdkK9mDCIJxoJK8Q_tVTbbHLUeW-oT4GTQqv2Lbf5LCnROw
44. Townsley M, Grimshaw R. (2013). The Consequences of Queueing: Crowding, Situational Features and Aggression in Entertainment Precincts. Crime Prev Community Saf [Rhynggrwyd]. 15(1):23–47. Ar gael yn: <https://core.ac.uk/download/pdf/143905087.pdf>
45. Collins R. (2020). If social distancing in pubs works, it may also end sexual harassment of bar staff [Rhynggrwyd]. The Independent. 2020 [cyrchwyd 07/31/2020]. Ar gael yn: <https://www.independent.co.uk/voices/social-distancing-pubs-sexual-harassment-staff-a9601576.html>
46. Scott M, Dedel K. (2006). Assaults in and around bars. [Rhynggrwyd]. 2il argraffiad. Washington DC; 2006. Ar gael yn: http://www.iapsonline.com/sites/default/files/Assaults In and Around Bars, 2nd Edition_0.pdf
47. Haleem M, Do Lee W, Ellison M, Bannister J. (2020). The 'Exposed' Population, Violent Crime in Public Space and the Night-time Economy in Manchester, UK. Eur J Crim Policy Res [Rhynggrwyd]. :1–18. Ar gael yn: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10610-020-09452-5>
48. Taylor N, Mayshak R, Curtis A, Coomber K, Chikritzhs T, Miller P. (2019). Investigating and validating methods of monitoring foot-traffic in night-time entertainment precincts in Australia. Int J Drug Policy [Rhynggrwyd]. 66:23–29. Ar gael yn: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0955395919300179>
49. Wickham M. (2012). Alcohol consumption in the night-time economy [Rhynggrwyd]. Ar gael yn: <http://www.ias.org.uk/uploads/pdf/News stories/gla-economics-alcohol-paper55.pdf>
50. Ramstedt M, Leifman H, Müller D, Sundin E, Norström T. (2013). Reducing youth violence related to student parties: Findings from a community intervention project

- in Stockholm [Rhynggrwyd]. Ar gael yn:
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/dar.12069>
51. Llywodraeth Cymru. (2020). Paid cadw'n dawel am gam-drin a thrais – dyma sut y gelli di helpu 2020 [cyrchwyd 07/31/2020]. Ar gael yn: <https://llyw.cymru/paid-cadwn-dawel>
 52. Cymorth i Ferched Cymru. (2020). Pecyn Cymorth ar gyfer Gwylwyr COVID 19 [Rhynggrwyd]. Ymgyrchu a Dylanwadu. 2020 [cyrchwyd 07/28/2020]. Ar gael yn: <https://www.welshwomensaid.org.uk/cy/campaigning/pecyn-cymorth-ar-gyfer-gwylwyr-covid-19/>
 53. Hughes K, Anderson Z, Morleo M, Bellis MA. (2007). Alcohol, nightlife and violence: the relative contributions of drinking before and during nights out to negative health and criminal justice outcomes [Rhynggrwyd]. Ar gael yn: https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1360-0443.2007.02030.x?casa_token=ARVeRmch4DEAAAAA%3A0J8j19UhkAAORXJkZuuhd2qOhYKXLRPRzSdHUGpZX76qeU775kVnpAqI7hOLcCOktYFRJFrse3WA9btu
 54. BBC News. (2020). Greater Manchester illegal raves: Man dies, woman raped and three stabbed [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/15/2020]. Ar gael yn: <https://www.bbc.co.uk/news/uk-england-manchester-53040827>
 55. Beaumont P. (2020). More young people infected with Covid-19 as cases surge globally [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/15/2020]. Ar gael yn: <https://www.theguardian.com/world/2020/jun/26/more-young-people-infected-with-covid-19-as-cases-surge-globally>
 56. Fiorillo C. (2020). Police attacked by revellers while dispersing more illegal raves 24 hours after Brixton [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/15/2020]. Ar gael yn: <https://www.mirror.co.uk/news/uk-news/breaking-violence-police-forced-disburse-22254873>
 57. Dollard J, Miller N, Doob L, Mowrer O, Sears R. (1939). Frustration and aggression. [cyrchwyd 07/29/2020]; Ar gael yn: <https://psycnet.apa.org/record/2004-16227-000>
 58. Calafat A, Blay N, Bellis M, Hughes K, Kokkevi A, Mendes F, Cibin B, Lazarov P, Bajcarova L, Boyiadjis G, Duch M. (2010). Tourism, nightlife and violence: a cross cultural analysis and preventive recommendations [Rhynggrwyd]. Ar gael yn: https://www.researchgate.net/profile/Mark_Bellis2/publication/265144907_Tourism_nightlife_and_violence_a_cross_cultural_analysis_and_preventive_recommendations/links/540818860cf23d9765ae3c44.pdf
 59. Burnett J. (2011). UK: racial violence and the night-time economy. *Race Cl* [Rhynggrwyd]. 53(1):100–6. Ar gael yn: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0306396811406790>
 60. Human rights watch. (2020). Covid-19 Fueling Anti-Asian Racism and Xenophobia Worldwide [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/29/2020]. Ar gael yn: <https://www.hrw.org/news/2020/05/12/covid-19-fueling-anti-asian-racism-and-xenophobia-worldwide>
 61. Silke A. (2003). Deindividuation, Anonymity, and Violence: Findings From Northern Ireland. *J Soc Psychol* [Rhynggrwyd]. 143(4):493–9. Ar gael yn: https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/00224540309598458?casa_token=S126TYTUUXSAAAA:OLJvTqCptWo2g0INvhmi_ByGZ0uRREx1NiCdGACap1AfsSPHLa6ir8myFYXLxZ_NzmdCY38KzSwf

62. Homel R, Tomsen S. (1993). HOT SPOTS FOR VIOLENCE: THE ENVIRONMENT OF PUBS AND CLUBS. Canberra Aust Inst Criminol. :53–66.
63. Duch M, Calafat A, Juan M. (2011). Set of standards to improve the health and safety of recreational nightlife venues [Rhynggrwyd]. Ar gael yn: https://www.club-health.eu/docs/EN/Club_Health_standards_factsheet_EN.pdf
64. Night Time Economy Solutions. (2020). Cyfathrebu personol. 2020.
65. Finney A. (2004). Violence in the Night-time Economy: Key Findings From the Research [Rhynggrwyd]. Ar gael yn: <https://search.proquest.com/docview/9734774?accountid=14874>
66. Best Bar None. (2020). Cyfathrebu personol. 2020.
67. Heddlu De Cymru. (2020). Cyfathrebu personol. 2020.
68. Cyngor Abertawe. (2020). Cyfathrebu personol. 2020.
69. Frontline Security 24/7 Ltd. Taxi Marshalls [Rhynggrwyd]. [cyrchwyd 07/28/2020]. Ar gael yn: <https://frontlinesecurity247ltd.co.uk/taxi-marshalls/>
70. Llywodraeth Cymru. (2020). Cadw cofnodion o staff, cwsmeriaid ac ymwelwyr: profi, olrhain, diogelu [Rhynggrwyd]. 2020 [cyrchwyd 07/22/2020]. Ar gael yn: <https://llyw.cymru/cadw-cofnodion-o-staff-cwsmeriaid-ac-ymwelwyr-profi-olrhain-diogelu>
71. Brown F. (2020). Boy, 15, stabbed and pulled from river after gangs clash at illegal rave [Rhynggrwyd]. Metro. 2020 [cyrchwyd 07/28/2020]. Ar gael yn: <https://metro.co.uk/2020/07/25/boy-15-stabbed-pulled-river-gangs-clash-illegal-rave-13037739/>