



BWRDD PARTNERIAETH RHANBARTHOL
GOGLEDD CYMRU
NORTH WALES
REGIONAL PARTNERSHIP BOARD

Asesiad Anghenion y Boblogaeth Gogledd Cymru 2027

Prif adroddiad – drafft
ymgynggori

Gorffennaf 2026

This document is available in English. Mae'r ddogfen hon ar gael yn Saesneg.



Cysylltwch â ni

Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Gogledd Cymru

Neuadd y Sir, Ffordd Wynnstay, Rhuthun, LL15 1YN

Ebost: hcargc@sirddinbych.gov.uk

Ffôn: 01824 712432

Gwefan: www.cydweithredfagogleddcymru.cymru



Cynnwys

Cyflwyniad cryno	4
Prif negeseuon a blaenoriaethau	5
Argymhellion ar gyfer pob grŵp poblogaeth	7
Cyflwyniad	9
01 Babanod, plant a phobl ifanc	19
02 Pobl hŷn	30
03 Pobl sy'n byw gyda dementia	37
04 Oedolion sy'n anabl gan gynnwys nam ar y synhwyrâu neu sydd â chyflyrau iechyd hirdymor	41
05 Oedolion ag anabledd dysgu	48
06 Oedolion sy'n niwroamrywiol	53
07 Oedolion ag anghenion iechyd meddwl	57
08 Gofalwyr sydd angen cymorth	62
09 Pobl sydd wedi profi trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig, a thrais rhywiol	66
10 Pobl sy'n profi digartrefedd	71

Cyflwyniad cryno

Dyma fersiwn ymgynghori'r adroddiad. Bydd fersiwn derfynol yr adroddiad yn cynnwys newidiadau a wnawn o'r adborth a dderbyniwn, a gwybodaeth am sut y gwnaethom gynnal yr ymgynghoriad.

Mae Asesiad Anghenion y Boblogaeth Gogledd Cymru yn darparu gwybodaeth am anghenion gofal a chymorth pobl yng Ngogledd Cymru ac anghenion cymorth gofalwyr. Rydym yn ei ddefnyddio i helpu i gynllunio ein gwasanaethau a gosod blaenoriaethau ar gyfer y rhanbarth. Mae hyn yn gweithio ochr yn ochr ag asesiadau iechyd, asesiadau lles, ac asesiadau eraill.

Rydym yn cyhoeddi asesiad bob pum mlynedd, cyhoeddwyd y [fersiwn ddiwethaf yn 2022](#). Crynodeb o'r prif negeseuon o adborth ymgysylltu, data ac ymchwil yw fersiwn 2027 o'r asesiad, a wiriwyd gennym trwy ymgynghori â phobl sy'n defnyddio ac yn darparu gwasanaethau gofal a chymorth.

Rydym wedi cyhoeddi'r holl [ddata ac ymchwil cefndirol](#) a ddefnyddiwyd yn yr Asesiad Anghenion y Boblogaeth ar wahân. Mae'r adroddiadau hyn yn darparu siartiau a thablau manwl ac yn egluro unrhyw broblemau gydag ansawdd neu argaeledd data, ac yn cynnwys gwybodaeth am ffynonellau a methodolegau.

Mae fersiwn Hawdd ei Darllen o'r adroddiad hwn ar gael ar ein gwefan.

Prif negeseuon a blaenoriaethau

Dyma'r prif negeseuon a blaenoriaethau yn seiliedig ar y dystiolaeth a adolygwyd gennym ar gyfer yr adroddiad ond rydym yn cydnabod bod pethau'n newid, yn enwedig pan fyddwn yn gweithio gyda phobl i gyd-gynhyrchu cefnogaeth yn seiliedig ar yr hyn sy'n bwysig iddynt. Mae'r gwaith hwn yn parhau ac rydym yn croesawu adborth pellach am faterion sy'n dod i'r amlwg wedi i'r adroddiad gael ei gyhoeddi.

Mae nifer y bobl hŷn yn y boblogaeth yn cynyddu

Mae poblogaeth Gogledd Cymru yn newid. Disgwyliwn gael mwy o bobl hŷn yn y boblogaeth, sef y grŵp sydd fwyaf tebygol o fod angen gofal a chymorth. Mae hyn oherwydd bod mwy ohonom yn byw'n hirach oherwydd gwelliannau iechyd a'r genhedlaeth fawr a anwyd ar ôl yr Ail Ryfel Byd, y 'baby boomers', yn cyrraedd oedran hŷn. Mae'r newidiadau hyn yn y boblogaeth hefyd yn golygu nad oes cymaint o oedolion o oedran gweithio i ddarparu gofal cymdeithasol i'r rhai sydd ei angen. Bu newid hefyd i ddarparu mwy o ofal yng nghartrefi pobl yn hytrach na mewn llety a rennir fel cartrefi gofal. Mae angen inni gynllunio gwasanaethau sy'n ymateb i'r newidiadau hyn ac anghenion a chryfderau ein poblogaeth hŷn.

Mae angen cymorth ar fwy o bobl gyda'u hiechyd meddwl a niwroamrywioldeb

Mae mwy o bobl angen cymorth gyda'u hiechyd meddwl (gan gynnwys cyflyrau iechyd meddwl difrifol), a niwro-wahaniaeth (fel awtistiaeth ac ADHD). Mae'r cynnydd yn arbennig o uchel ar gyfer pobl ifanc. Gall hyn fod oherwydd ein bod yn well am nodi pwy sydd angen cymorth, felly mae hwn yn gyfle i wneud yn siŵr bod pobl yn cael y gofal sydd ei angen arnynt cyn gynted â phosibl cyn i bethau waethygu. Mae pobl ag anghenion gofal a chymorth hefyd yn fwy tebygol o fod angen cymorth gyda'u hiechyd meddwl. Mae angen gwneud gwaith i wella gweithio mewn partneriaeth o fewn gwasanaethau iechyd meddwl.

Darperir llawer o'r gofal a'r gefnogaeth yng Ngogledd Cymru gan ofalwyr di-dâl

Mae llawer o'r gofal a'r gefnogaeth yng Ngogledd Cymru yn cael eu darparu gan ofalwyr di-dâl, megis ffrindiau a theulu. Rydym yn amcangyfrif y byddai'n costio £2.3 biliwn i ddisodli oriau gofal di-dâl gyda gofal â thâl yng Ngogledd Cymru, sydd bron cymaint ag yr ydym yn ei wario ar yr holl wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol

yng Ngogledd Cymru gyda'i gilydd. Gall darparu gofal di-dâl fod yn werth chweil ac yn heriol. Gall ei gwneud hi'n anodd i bobl aros mewn gwaith, a all olygu bod gan bobl lai o arian yn dod i mewn, a gall effeithio ar eu hiechyd. Mae darparu cefnogaeth i ofalwyr di-dâl yn bwysig i gefnogi eu lles, lles y person y maent yn gofalu amdano, ac i wneud yn siŵr bod y system ofal ehangach yn gynaliadwy.

Mae pobl wedi dweud wrthym eu bod eisiau i ni wrando ar eu hanghenion, gan gynnwys darparu cymorth yn gynt, cyn iddynt gyrraedd argyfwng

Ym mhob grŵp poblogaeth a edrychon ni arno yn yr asesiad anghenion, mae pobl wedi dweud wrthym eu bod nhw eisiau i bobl wrando a darparu cymorth yn gynt, cyn iddyn nhw gyrraedd argyfwng. Gall hyn helpu i atal problemau rhag gwaethygu. Weithiau, mae'r angen hwn yn ymestyn y tu hwnt i ofal cymdeithasol a gwasanaethau iechyd a gellid mynd i'r afael ag ef drwy sicrhau bod pobl yn cael y tai, yr addysg, y cyflogaeth a'r cyfleoedd eraill cywir sydd eu hangen arnyn nhw i ffynnu.

Mae angen cefnogaeth y tu hwnt i wasanaethau gofal cymdeithasol

Y prif neges o'r asesiad anghenion hwn, y tu hwnt i'r sector gofal cymdeithasol, yw'r angen i chwalu rhwystrau yn ein cymdeithas y mae pobl ag anghenion gofal a chymorth a gofalwyr di-dâl yn eu hwynebu:

- Trafnidiaeth hygyrch fel y gall pobl gyrraedd lle mae angen iddynt fynd, fel gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol, gwaith a gweithgareddau hamdden.
- Cartrefi hygyrch ac addasadwy fel y gall pobl fwy lle mae nhw'n dewis.
- Mynediad gwell at gyflogaeth â thâl fel y nodir yn y [Strategaeth Cyflogaeth â Chymorth ar gyfer pobl ag anableddau dysgu yng Ngogledd Cymru](#).
- Mynediad gwell at ofal iechyd. Mae hyn yn cynnwys sicrhau bod staff gofal iechyd yn ystyried achosion posibl eraill wrth drin rhywun sydd â diagnosis presennol (er mwyn osgoi'r hyn a elwir yn 'gysgodi diagnostig') yn ogystal â darparu gwybodaeth hygyrch a gwiriadau iechyd rheolaidd i bobl ag anableddau dysgu. Gall hyn leihau anghydraddoldebau iechyd a helpu pobl i fyw bywydau hirach ac iachach.
- Mae tlodi ac amddifadedd yn cynyddu'r risg o fod angen gofal a chymorth, ac yn effeithio ar anghenion gofal a lles pobl. Gall tlodi hefyd fod yn ganlyniad i iechyd

gwael. Gall byw mewn tlodi olygu bod person yn fwy tebygol o brofi triniaeth annheg, yn llai tebygol o geisio cymorth, ac yn llai tebygol o wella ar ôl triniaeth.

- Mae'r sector iechyd a gofal yn gyflogwr mawr yn y rhanbarth y dylid ei ystyried wrth gynllunio'r gweithlu, sgiliau, a datblygiad economaidd.

Argymhellion ar gyfer pob grŵp poblogaeth

Dyma'r prif argymhellion yn seiliedig ar y dystiolaeth a adolygwyd gennym ar gyfer yr adroddiad ond rydym yn cydnabod bod pethau'n newid, yn enwedig pan fyddwn yn gweithio gyda phobl i gyd-gynhyrchu cefnogaeth yn seiliedig ar yr hyn sy'n bwysig iddynt. Mae'r gwaith hwn yn parhau ac rydym yn croesawu adborth pellach am faterion sy'n dod i'r amlwg wedi i'r adroddiad gael ei gyhoeddi.

- **Babanod, plant a phobl ifanc:** Mae'r asesiad yn cefnogi blaenoriaethau Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Plant o ran niwroamrywiaeth, cefnogi iechyd meddwl plant a gweithio ar y flaenoriaeth genedlaethol i gael gwared ar elw o ofal plant sy'n derbyn gofal gan gynghorau lleol.
- **Pobl hŷn:** [Helpu pobl i heneiddio'n dda](#), byw y bywyd y maent yn ei ddewis a chydabod eu cyfraniadau. Darparu gofal gartref ac osgoi gofal ysbyty lle bo modd. Darparu digon o ofal cartref da a lleoedd mewn cartrefi gofal.
- **Pobl sy'n byw gyda dementia:** Cyflawni'r strategaeth dementia drwy gydweithio i ddarparu gofal hygyrch o ansawdd da yn seiliedig ar yr hyn sy'n bwysig i bobl, creu cymunedau sy'n gyfeillgar i ddementia, cefnogi gofalwyr di-dâl, gwella trafnidiaeth, a mwy.
- **Oedolion anabl:** Chwalu'r rhwystrau y mae pobl anabl o oedran gweithio yn eu hwynebu mewn trafnidiaeth, tai, cyflogaeth, incwm, gwybodaeth, a gofal iechyd. Darparu gofal cymdeithasol yn seiliedig ar yr hyn sy'n bwysig i bobl.
- **Oedolion ag anabledd dysgu:** Rhoi Strategaeth Anabledd Dysgu Gogledd Cymru ar waith i helpu pobl i gyrraedd eu potensial, mynd i'r afael â phroblemau trafnidiaeth, hyrwyddo perthnasoedd cadarnhaol, cefnogi pobl ag anableddau dysgu dwys a lluosog, a mwy.
- **Oedolion sy'n niwroamrywiol:** Creu amgylcheddau cynhwysol i fynd i'r afael â'r heriau y mae oedolion niwroamrywiol yn eu hwynebu. Gwnewch yn siŵr bod gofal a chymorth wedi'u teilwra i anghenion pob person.
- **Oedolion ag anghenion iechyd meddwl:** Darparu cymorth iechyd meddwl drwy wasanaethau iCAN y bwrdd iechyd. Gweithio gyda'n gilydd i atal hunanladdiad a

hunan-niweidio drwy Fforwm Gogledd Cymru. Cefnogi pobl cyn iddynt gyrraedd argyfwng a pharhau â chymorth am ddigon hir i osgoi argyfyngau yn y dyfodol. Mae angen gwneud gwaith i wella gweithio mewn partneriaeth o fewn gwasanaethau iechyd meddwl.

- **Gofalwyr sydd angen cymorth (gofalwyr di-dâl):** Sicrhau bod y gefnogaeth gywir ar waith i'r person maen nhw'n gofalu amdano. Darparu cefnogaeth i ofalwyr, gan gynnwys seibiannau o ofalu wedi'u cynllunio o amgylch yr hyn sy'n bwysig iddyn nhw.
- **Trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol:** Cefnogi gwaith rhanbarthol i fynd i'r afael â thrais a'i atal.
- **Pobl sy'n profi digartrefedd:** Cefnogi pobl sydd mewn perygl o fod yn ddigartref neu sy'n profi digartrefedd. Darparu'r tai cywir yn y lleoliad cywir i ddiwallu anghenion gofal a chymorth, a hyrwyddo lles.

Dyma fersiwn ymgynghori'r adroddiad. Bydd fersiwn derfynol yr adroddiad yn cynnwys newidiadau a wnawn o'r adborth a dderbyniwn, a gwybodaeth am sut y gwnaethom gynnal yr ymgynghoriad.

Cyflwyniad

Dyma fersiwn ymgynghori'r adroddiad. Bydd fersiwn derfynol yr adroddiad yn cynnwys newidiadau a wnawn o'r adborth a dderbyniwn, a gwybodaeth am sut y gwnaethom gynnal yr ymgynghoriad.

Ysgrifennwyd yr adroddiad hwn gan [Fwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Gogledd Cymru](#). Mae'r partneriaid yn cynnwys y chwe awdurdod lleol yng ngogledd Cymru, Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr a phartneriaid statudol a gwirfoddol eraill, gan gynnwys y gwasanaeth tai, yr heddlu a'r gwasanaeth tân. Mae'r Bwrdd yn goruchwyllo'r gwaith o gynllunio ac integreiddio gwasanaethau i sicrhau bod gofal a chymorth effeithiol ar gael i fodloni anghenion y boblogaeth.

Mae asesiad anghenion y boblogaeth Gogledd Cymru yn darparu gwybodaeth am anghenion gofal a chefnogaeth pobl yng Ngogledd Cymru ac anghenion cefnogaeth gofalwyr. Rydym yn ei ddefnyddio i helpu i gynllunio ein gwasanaethau a gosod blaenoriaethau ar gyfer y rhanbarth. Mae hyn yn gweithio ochr yn ochr ag asesiadau iechyd, asesiadau lles, ac asesiadau eraill.

Mae **gofal a chymorth** yn ymwneud â helpu pobl i fyw'r bywydau maen nhw eisiau eu harwain. Mae'n cynnwys cymorth i ddiwallu anghenion ymarferol, cynnal annibyniaeth, adeiladu ar gryfderau, datblygu perthnasoedd a chymryd rhan mewn bywyd teuluol, cymunedol a gwaith. Gall hyn gymryd sawl ffurf. Mae enghreifftiau'n cynnwys cymorth gartref gyda gofal personol, prydau bwyd neu dasgau cartref; cymorth i gael mynediad at waith, addysg neu weithgareddau cymunedol; seibiannau byr i ofalwyr; gwasanaethau byw â chymorth; cyfleoedd dydd; gwasanaethau gwybodaeth a chynghor; eiriolaeth; neu offer ac addasiadau i helpu pobl i aros yn annibynnol. Gall teuluoedd, ffrindiau, busnesau, grwpiau cymunedol, elusennau, neu wasanaethau gofal cymdeithasol gan y cynghor lleol ddarparu gofal a chymorth.

Rydym yn cyhoeddi asesiad bob pum mlynedd, [cyhoeddwyd y fersiwn ddiwethaf yn 2022](#). Ers hynny, [rydym wedi cyhoeddi diweddariadau rheolaidd ar ein gwefan](#). Mae'r rhain yn darparu'r wybodaeth gefndirol a'r manylion ar gyfer yr asesiad diweddaraf.

Dyma'r trydydd Asesiad Anghenion y Boblogaeth y mae'r Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol wedi'i gynhyrchu felly mae'r broses wedi aeddfedu. Er ei bod hi'n dal yn bwysig gwirio ein rhagdybiaethau, ychydig o'r canfyddiadau sydd bellach yn newydd

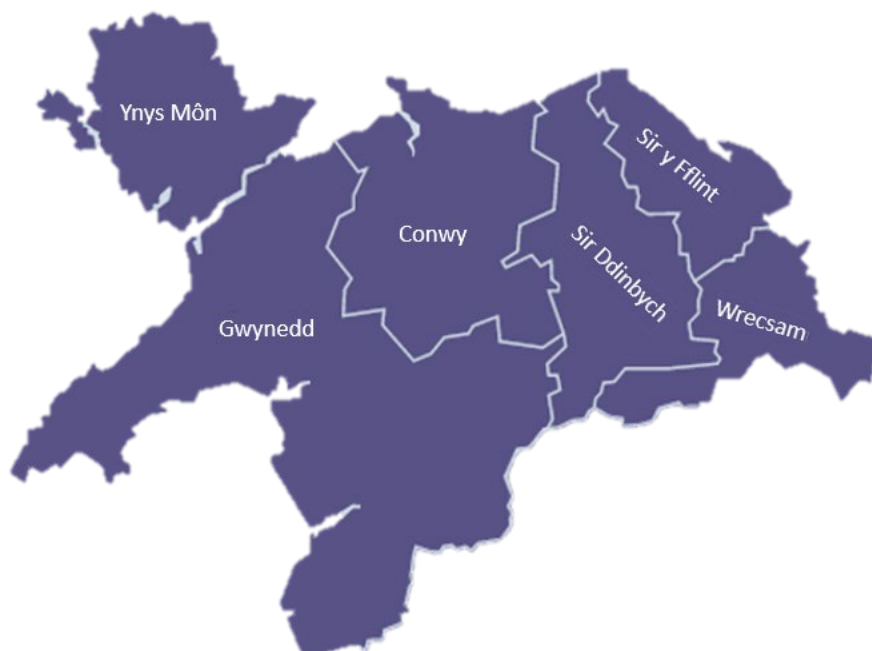
neu'n annisgwyl. Mae'r asesiad diweddaraf yn adeiladu ar waith rhanbarthol sydd wedi digwydd yn ystod y pum mlynedd blaenorol, er enghraifft, cafodd y strategaeth dementia ranbarthol a'r strategaeth anabledd dysgu eu llywio gan yr asesiad anghenion ac maent bellach yn rhan o'r sylfaen dystiolaeth sy'n ei lywio.

Crynodeb o brif negeseuon y diweddariadau hyn yw fersiwn 2027 o'r asesiad, a wiriwyd gennym drwy ymgynghori â phobl sy'n defnyddio ac yn darparu gwasanaethau gofal a chymorth.

Am Ogledd Cymru

Gogledd Cymru yw'r rhanbarth mwyaf yng Nghymru, gan gwmpasu bron i draean o arwynebedd tir y wlad ac yn gartref i ychydig dros un rhan o bump o'i phoblogaeth. Mae tua 697,100 o bobl yn byw yma, wedi'u gwasanaethu gan un bwrdd iechyd, chwe chynghor lleol a rhwydwaith eang o gynghorau tref a chymuned, busnesau, elusennau, a sefydliadau cymunedol.

Mae gan y rhanbarth broffil poblogaeth hŷn na Chymru a'r DU gyfan. Mae nifer y plant a'r bobl ifanc yn gostwng, tra bod nifer y bobl hŷn yn cynyddu. Disgwylir i'r boblogaeth 85 oed a throsodd, y grŵp sydd fwyaf tebygol o fod angen gofal a chymorth, dyfu dros y degawd nesaf, a fydd yn effeithio ar wasanaethau cyhoeddus, economïau lleol, a gofaluwr di-dâl.



Mae Gogledd Cymru yn gartref i rai o'r cymunedau mwyaf Cymraeg eu hiaith. Mae tua 81% o bobl tair oed a throsodd yn siarad Cymraeg yng Nghaernarfon yn y gorllewin, gyda llai o siaradwyr Cymraeg tua'r ffin â Lloegr yn y dwyrain.

Mae'r rhanbarth yn cynnwys ardaloedd o amddifadedd dwfn a pharhaus, yn enwedig mewn rhannau o'r Rhyl, yn ogystal â thlodi ac arwahanrwydd gwledig a all fod yn llai gweladwy mewn data cenedlaethol.

Mae Gogledd Cymru wedi'i llunio gan ei hamgylchedd naturiol a'i hanes economaidd. Mae'n cynnwys Parc Cenedlaethol Eryri, arfordiroedd helaeth a chymunedau gwledig, ochr yn ochr ag ardaloedd sydd wedi'u dylanwadu gan ddiwydiant a gweithgynhyrchu uwch, yn enwedig yn y dwyrain. Mae gwasanaethau cyhoeddus yn gyflogwyr mawr ar draws y rhanbarth, gydag amaethyddiaeth a thwristiaeth yn brif ysgogwyr economaidd mewn ardaloedd mwy gwledig.

Mae cysylltiadau ffyrdd a rheilffyrdd ar hyd yr arfordir yn gymharol gryf, ond yn llai felly yng ngweddill y rhanbarth. Nid yw llwybrau trafnidiaeth gyhoeddus bob amser yn gyflym nac wedi'u hintegreiddio'n dda. I lawer o bobl, gall pellteroedd byr mewn theori olygu teithiau hir yn ymarferol, gan lunio mynediad at wasanaethau, gwaith a chymorth.

Grwpiau poblogaeth

Mae'r asesiad wedi'i drefnu o amgylch y grwpiau poblogaeth a restrir yng nghanllawiau Llywodraeth Cymru. Dyma nhw:

1. Babanod, plant a phobl ifanc
2. Pobl hŷn
3. Pobl sy'n byw gyda dementia
4. Oedolion sy'n anabl gan gynnwys nam ar y synhwyrdd neu sydd â chyflyrau iechyd hirdymor
5. Oedolion ag anabledd dysgu
6. Oedolion sy'n niwroamrywiol
7. Oedolion ag anghenion iechyd meddwl
8. Gofalwyr sydd angen cymorth
9. Pobl sydd wedi profi trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol
10. Pobl sy'n profi digartrefedd

Mae pob pennod yn cynnwys asesiad o angen y grŵp poblogaeth a gwybodaeth am yr ystod a lefel o wasanaethau sydd eu hangen i ddiwallu'r angen hwnnw.

Ar gyfer gwasanaethau atal ac ymyrraeth gynnar, rydym hefyd wedi cynnal adolygiad o dystiolaeth ynghylch effeithiolrwydd yr ymyriadau sydd ar gael, a byddwn yn ei gyhoeddi fel atodiad i'r adroddiad.

Materion sy'n effeithio ar bob grŵp o'r boblogaeth

Y gweithlu gofal cymdeithasol

Mae'r heriau sy'n wynebu'r gweithlu gofal cymdeithasol yn cynnwys:

- Galw cynyddol am ofal
- Denu a recriwtio pobl i weithio ym maes gofal cymdeithasol
- Cadw'r staff sy'n gweithio ar hyn o bryd ym maes gofal cymdeithasol
- Lles meddyliol ac emosiynol y staff.

Gyrrir y galw cynyddol am ofal gan:

- Newidiadau demograffig gyda mwy o bobl hŷn a llai o bobl o oedran gweithio yn y boblogaeth
- Anghydraddoldebau iechyd yn cael eu gwaethygu ymhellach gan etifeddiaeth pandemig COVID-19
- Problemau iechyd meddwl cynyddol
- Niferoedd cynyddol o bobl yn byw gyda chyflyrau iechyd hirdymor lluosog oherwydd newidiadau demograffig a gwelliannau mewn gofal iechyd.

Mae rhagor o wybodaeth, gan gynnwys adnoddau i helpu i fynd i'r afael â'r heriau hyn yn y gweithlu gofal cymdeithasol, ar gael yn ein [crynodedb o dystiolaeth y gweithlu](#).

Comisiynu a sefydlogrwydd y farchnad

Comisiynu yw sut mae sefydliadau iechyd a gofal yn cynllunio, prynu ac adolygu gwasanaethau i ddiwallu anghenion pobl. Bydd yr asesiad hwn yn ein helpu i ddeall y galw presennol a'r galw yn y dyfodol, tra bydd yr Adroddiad Sefydlogrwydd Marchnad yn ein helpu i ddeall a oes digon o wasanaethau a darparwyr ar gael i ddiwallu'r galw hwnnw. Bydd hyn yn helpu i lywio penderfyniadau comisiynu yn y dyfodol a chefnogi marchnad darparwyr gofal sefydlog a chynaliadwy.

Mae'r Adroddiad Sefydlogrwydd y Farchnad i'w gyhoeddi gan y Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol ym mis Hydref 2027.

Gofal lliniarol a diwedd oes

Mae lliniaru a diwedd oes yn rhywbeth y mae angen i ni ei ystyried ar gyfer ein holl grwpiau poblogaeth ac mae wedi cael ei godi yn ein hymgyngoriad a'n hymgysylltiad. Mae asesiad anghenion cenedlaethol sy'n cael ei ddatblygu. Byddwn yn cynnwys dolen i hyn yn ein hadroddiad terfynol.

Technoleg digidol

Mae gan dechnoleg ddigidol y potensial i drawsnewid sut mae gwasanaethau iechyd a gofal yn cael eu darparu, gan wella mynediad at gymorth, helpu pobl i fyw'n fwy annibynnol, a galluogi gwasanaethau i weithio'n fwy effeithlon. Wrth i dechnolegau newydd gael eu datblygu a'u mabwysiadu, mae'n bwysig sicrhau eu bod yn ddiogel, yn gynhwysol ac yn diwallu anghenion y bobl sy'n eu defnyddio. Bwrdd Partneriaeth Digidol, Data a Thechnoleg Gogledd Cymru sy'n arwain y gwaith hwn.

Rhannu data

Nid yw data ynghylch ble mae pobl agored i niwed yn byw bob amser yn cael ei rannu rhwng gwasanaethau a gallai gwneud hynny helpu, yn enwedig mewn argyfyngau (er enghraifft rhannu gyda gwasanaethau tân, gwasanaethau cynllunio argyfyngau'r cyngor, darparwyr dŵr ac ynni).

Diogelu

Mae [Bwrdd Diogelu Plant ac Oedolion Gogledd Cymru](#) ar y cyd yn arwain ar ddiogelu ar draws y rhanbarth.

Effaith pandemig COVID-19

Cafodd pandemig COVID-19 effaith ddofn ar iechyd, lles a darpariaeth gwasanaethau gofal a chymorth ledled Gogledd Cymru. Er bod yr effeithiau uniongyrchol ar iechyd yn sylweddol, rhai o'r canlyniadau hiraf eu parhad yw mwy o ynysu cymdeithasol, lles meddwl gwaeth, pwysau ar ofalwyr di-dâl, tarfu ar addysg a gwasanaethau cymorth ac anghydraddoldebau cynyddol. Mae hyn yn arbennig o amlwg mewn tystiolaeth am les meddwl plant ac ymgysylltiad ag addysg. Cyflymmodd y pandemig hefyd newidiadau yn y defnydd o dechnoleg ddigidol a thynnu sylw at bwysigrwydd mynd i'r afael ag allgáu digidol fel bod gwasanaethau'n hygyrch i bawb. Mae llawer o effeithiau uniongyrchol y pandemig wedi lleihau dros amser, ond mae ei effeithiau'n parhau i lunio anghenion ar draws iechyd a gofal cymdeithasol.

Grwpiau poblogaeth ac asesiadau eraill

Mae rhai grwpiau ag anghenion gofal a chymorth nad oes ganddynt eu pennod eu hunain yn yr asesiad oherwydd bod asesiadau a strategaethau anghenion eisoes ar waith ar gyfer Gogledd Cymru. Mae hyn er mwyn i ni osgoi dyblygu gwaith sydd eisoes wedi'i wneud.

Gofal iechyd a gofal cyhoeddus

Gellir dod o hyd i wybodaeth am iechyd y cyhoedd, gwasanaethau gofal iechyd, rhaglenni i atal afiechyd, a chynghor ar ffordd iach o fyw (gan gynnwys y [pum ffordd at lles](#)) drwy [Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr](#). Mae [Adroddiad Blyneddol y Cyfarwyddwr Iechyd Cyhoeddus 2025](#) yn cynnwys gwybodaeth am flociau adeiladu iechyd a lles sy'n llunio ein bywydau ni i gyd a sut y gallwn gydweithio i gryfhau'r rhain. Mae rhagor o wybodaeth am ddull Gogledd Cymru wedi'i nodi yn ein Fframwaith Siarter Llesiant, Atal ac Angori..

Pobl a phroblemau cyffuriau ac alcohol

Rydym wedi cynnwys rhywfaint o wybodaeth yn y bennod iechyd meddwl. Mae rhagor o wybodaeth ar gael gan Fwrdd Cynllunio Ardal Gogledd Cymru. Mae'r bwrdd yn bartneriaeth sy'n cefnogi cynllunio, comisiynu a rheoli perfformiad gwasanaethau camddefnyddio sylweddau ar draws Gogledd Cymru gyfan. Nhw a gynhyrchodd [Strategaeth Lleihau Niwed Alcohol Gogledd Cymru 2025 i 2028](#).

Cyn-filwyr

Mae rhagor o wybodaeth am gyn-filwyr yng Ngogledd Cymru wedi'i chynnwys yn ein [chwiliadau data cefndir a llenyddiaeth](#).

Llesiant cenedlaethau'r dyfodol

Ochr yn ochr â'r asesiad hwn o anghenion gofal a chymorth, mae Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus yn cynhyrchu asesiadau lles ar gyfer ardal Gogledd Cymru yn seiliedig ar y saith nod lles cysylltiedig ar gyfer Cymru.

- Cymru lewyrchus
- Cymru gydnerth
- Cymru iachach
- Cymru sy'n fwy cyfartal
- Cymru o gymunedau cydlynus
- Cymru â diwylliant bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu

Rydym yn gweithio'n agos gyda'r Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus i rannu gwybodaeth am anghenion gofal a chymorth pobl i lywio eu hasesiadau lles. Mae'r asesiadau'n nodi'r hyn sydd ei angen ar bawb, gan gynnwys pobl ag anghenion gofal a chymorth, i fyw'n dda, nawr ac ar gyfer cenedlaethau'r dyfodol. Maent yn cwmpasu materion fel yr economi, diwylliant, hinsawdd a natur, sy'n hanfodol ar gyfer lles y grwpiau sydd wedi'u cynnwys yn yr asesiad anghenion hwn, ond sydd y tu hwnt i'n cwmpas ni.

Cyd-destun bywydau pobl

I drefnu'r adroddiad hwn, rydym wedi rhannu pobl yn wahanol grwpiau, wedi edrych ar y data sydd gennym am bob grŵp ac wedi ystyried y gefnogaeth sydd ei hangen arnynt. Fodd bynnag, neges allweddol a ddaeth i'r amlwg o'n hymchwiliad yw na ellir rhannu a chyfrif bywydau go iawn pobl yn daclus fel hyn. Mae llawer o'r problemau y mae pobl yn eu hwynebu yn dod i'r amlwg pan nad yw gwasanaethau wedi'u trefnu o amgylch yr hyn sy'n bwysig i'r bobl sy'n eu defnyddio.

Mae gofal a chymorth da yn ymwneud â helpu pobl i fyw bywydau cyffredin gogoneddus¹. Mae'n ymwneud â chydabod cryfderau pobl a diwallu anghenion sylfaenol yn ogystal â chefnogi cyfleoedd am gariad, cysylltiad ac ystyr. Mae'n ymwneud â llunio'r lleoedd y mae pobl yn byw ynddynt i wneud yn siŵr eu bod yn gynhwysol ac yn hygyrch, gan gynnwys cartrefi, swyddi ac addysg dda, a mannau diogel i chwarae, ymarfer corff, a chymdeithasu ynddynt.

Cynnwys pobl wrth ddylunio gwasanaethau

I symud y tu hwnt i ddulliau 'ni a nhw', mae angen i ni weithio ochr yn ochr â phobl a chymunedau i ddylunio'r gwasanaethau a'r gefnogaeth sy'n effeithio arnynt. Mae'r asesiad anghenion hwn yn helpu i nodi'r materion a'r tueddiadau ehangach sy'n llunio cymdeithas, ond bydd sut mae pobl yn profi'r materion hyn a'r hyn sydd bwysicaf iddynt yn amrywio. Dyna pam y dylid gwneud penderfyniadau am ofal a chefnogaeth gyda phobl, nid ar eu cyfer. Disgrifir y dull hwn yn aml fel cyd-gynhyrchu, lle mae pobl, teuluoedd, cymunedau a gweithwyr proffesiynol yn rhannu pŵer a chyfrifoldeb wrth ddylunio a darparu gofal a chefnogaeth.

Sut y gwnaethom gynnwys pobl yn y gwaith o ysgrifennu'r adroddiad

Arweiniwyd y gwaith hwn gan grŵp llywio a oedd yn cynnwys cynrychiolwyr o bob un o'r chwe chynghor a'r bwrdd iechyd, a gysylltodd eu gweithgareddau casglu data ac ymgysylltu lleol â'r gwaith rhanbarthol.

Bu inni ddysgu o brofiadau bywyd pobl drwy:

- Gasglu straeon pobl o weithgareddau ymgysylltu ledled Gogledd Cymru.

¹ Shannon, B and Nicoll, T. [Gloriously Ordinary Lives](#). (ar gael yn Saesneg yn unig)

- Grynhoi [tystiolaeth yr ymchwiliad](#) am yr anghenion gwahanol sydd gan bobl am ofal a chymorth.
- [Rhannu arolwg](#) i ddarganfod beth sy'n bwysig i bobl sydd angen gofal a chymorth. Rhannwyd yr arolwg mewn gwahanol fformatau a fersiynau er mwyn bod mor hygyrch â phosibl.

Un o negeseuon allweddol y gwaith hwn oedd bod angen i wrando a dysgu o brofiadau bywyd pobl fod yn rhan barhaus o'r ffordd rydym yn darparu cefnogaeth. Mae angen inni ofalu bod hyn yn cael ei wneud yn feddylgar, yn barchus ac yn foesebol.

Dyma fersiwn ymgynghori'r adroddiad. Bydd fersiwn derfynol yr adroddiad yn cynnwys newidiadau a wnawn o'r adborth a dderbyniwn, a gwybodaeth am sut y gwnaethom gynnal yr ymgynghoriad.

Y geiriau rydyn ni'n eu defnyddio

Mae'r cod ymarfer ar gyfer ysgrifennu Asesiadau Anghenion y Boblogaeth yn dweud y dylid drafftio'r adroddiad gan ddefnyddio iaith hygyrch fel y gall aelodau'r cyhoedd ei ystyried. Rydym wedi ceisio defnyddio'r iaith gliriaf y gallwn yn yr adroddiad hwn ac wedi cynnwys mwy o dermau technegol ac esboniadau yn y papurau cefndir i'r rhai sydd eu hangen. Dyma hefyd pam rydym wedi cynnwys ffynonellau data a chyfeiriadau yn y papurau cefndir yn hytrach nag yn yr adroddiad hwn.

Mabwysiadwyd y Model Cymdeithasol o Anabledd yn ffurfiol gan Lywodraeth Cymru yn 2022. Mae'r model cymdeithasol yn pwysleisio bod pobl anabl yn profi problemau oherwydd y ffordd y mae cymdeithas wedi'i threfnu yn hytrach nag oherwydd eu nam. Fel arfer mae'n cynnwys newid i ddefnyddio iaith gyntaf hunaniaeth fel 'person anabl' yn hytrach nag iaith gyntaf person fel 'person ag anabledd', i dynnu sylw at y rhwystrau y mae pobl anabl yn eu hwynebu yn y gymdeithas.

Lle bo modd, rydym wedi dilyn canllawiau a ysgrifennwyd am eu dewis iaith gan aelodau o grwpiau poblogaeth eu hunain, er weithiau mae'r iaith a ddefnyddir yn wahanol i adlewyrchu'r termau a ddefnyddir gan y deunydd ffynhonnell.

Rydym wedi parhau i ddefnyddio'r term 'pobl ag anableddau dysgu' gan mai dyma'r term y mae grwpiau cymunedol a hunan-eiriolaeth yn dewis ei ddefnyddio. Fodd bynnag, rydym yn cydnabod nad yw'r iaith hon o bosibl yn adlewyrchu egwyddorion

y model cymdeithasol yn llawn, a bod gan bobl wahanol farnau am yr iaith y maent yn ei ffafrio i ddisgrifio eu hunain a all newid dros amser.

Mae'r dadleuon hyn yn parhau i fod yn groesawgar ar draws ein trafodaethau gyda phobl sy'n defnyddio gwasanaethau a'u teuluoedd.

Rydym hefyd wedi ystyried sut rydym yn diffinio ac yn defnyddio'r term 'atal' drwy gydol yr adroddiad hwn. Mae canllawiau Llywodraeth Cymru² yn nodi 'Nid oes un diffiniad ar gyfer yr hyn sy'n cyfrif fel gweithgaredd ataliol. Gall fod yn unrhyw beth sy'n helpu i ddiwallu angen a nodwyd a gallai amrywio o fesurau ar raddfa eang sydd wedi'u hanelu at y boblogaeth gyfan i ymyriadau unigol mwy targedig, gan gynnwys mecanweithiau i alluogi pobl i gymryd rhan weithredol mewn gwneud penderfyniadau am eu bywydau.' Mae rhai'n dadlau y dylem osgoi'r term yn gyfan gwbl 'a chanolbwyntio yn lle hynny ar yr hyn yr ydym am ei hyrwyddo a thyfu a ffynnu³. beingYn gyffredinol, lle mae pobl wedi dweud wrthym fod atal yn bwysig ar gyfer diwallu eu hanghenion gofal a chymorth, maent yn sôn am gael cymorth gan wasanaethau'n gynnar, cyn iddynt gyrraedd argyfwng. Lle rydym wedi defnyddio'r term, rydym wedi ceisio egluro'r cyd-destun a chanolbwyntio ar lesiant pobl.

Y data rydyn ni'n ei ddefnyddio

Rydym wedi cyhoeddi'r holl [ddata ac ymchwil cefndirol](#) a ddefnyddiwyd yn yr Asesiad Anghenion y Boblogaeth ar wahân. Mae'r adroddiadau hyn yn darparu siartiau a thablau manwl ac yn egluro unrhyw broblemau gydag ansawdd neu argaeledd data, ac yn cynnwys gwybodaeth am ffynonellau a methodolegau.

Y Gymraeg, cydraddoldeb a hawliau dynol

Ar gyfer pob un o'r grwpiau poblogaeth rydym wedi ystyried y proffil cydraddoldeb, gwybodaeth am nodweddion gwarchodedig, y ddyletswydd gymdeithasol-economaidd ac wedi cynnal chwiliadau llenyddiaeth cydraddoldeb a hawliau dynol i lywio'r asesiad anghenion hwn. Mae'r wybodaeth hon wedi'i phlygu drwy'r adroddiad a'i ddata cefndirol a'i ymchwil ategol yn hytrach na'i chyhoeddi fel Asesiad Effaith Cydraddoldeb ar wahân. Gwnaethom y penderfyniad hwn yn dilyn trafodaethau gyda swyddogion Llywodraeth Cymru.

² Llywodraeth Cymru (2024) [Cod ymarfer Rhan 2 ar swyddogaethau gofal cymdeithasol cyffredinol awdurdodau lleol](#).

³ Shannon, B (2023). [Words that make me go hmmm: Prevention – Rewriting social care](#) (ar gael yn Saesneg yn unig)

Helpodd y dull hwn ni i asesu'r effaith ar wahanol grwpiau â nodweddion gwarchodedig a gall helpu i lywio asesiadau effaith cydraddoldeb ar gyfer unrhyw benderfyniadau, polisiâu neu strategaethau a ddatblygwyd mewn ymateb i'r asesiad anghenion hwn.

Rydym wedi ystyried y ddeddfwriaeth cydraddoldeb a hawliau dynol canlynol:

- Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (UNCRC)
- Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl ag Anableddau (CRPD)
- Egwyddorion y Cenhedloedd Unedig ar gyfer Pobl Hŷn
- Datganiad Hawliau Dynol i Bobl Hŷn yng Nghymru 2014
- Deddf Hawliau Dynol 1998
- Deddf Cyraddoldeb 2010
- Deddf Gofal Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014
- Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015
- Llywodraeth Cymru (2022) Mwy na Geiriau: Cynllun iaith Gymraeg mewn iechyd a gofal cymdeithasol

“Mae'r hawliau hyn – a'r bwriadau y tu ôl iddynt – wrth wraidd yr hyn y dylai gofal a chymorth da ei olygu o ddydd i ddydd. Er y gallant ymddangos yn haniaethol weithiau, maent mewn gwirionedd yn ymwneud â phethau mor gyffredin â bwyta pryd o fwyd pan fyddwch chi'n llwglyd yn hytrach na phan fydd gwasanaeth eisiau ei ddarparu; cael bath mewn preifatrwydd a chysur; gallu chwarae gyda'ch plant neu fynd i'r eglwys neu i'r dafarn yn yr un ffordd â phawb arall.”

Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol

Defnydd Deallusrwydd Artiffisial (AI) yn yr adroddiad

Ysgrifennwyd y rhan fwyaf o'r adroddiad hwn gan fodau dynol gyda rhywfaint o gymorth AI wrth grynhoi a llunio ymadrodd. Mae Tîm y Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol wedi gwirio hyn am gywirdeb ac yn cymryd cyfrifoldeb am y cynnwys.

Dyma fersiwn ymgynghori'r adroddiad. Bydd fersiwn derfynol yr adroddiad yn cynnwys newidiadau a wnawn o'r adborth a dderbyniwn, a gwybodaeth am sut y gwnaethom gynnal yr ymgynghoriad.

01 Babanod, plant a phobl ifanc

Dyma fersiwn ymgynghori'r adroddiad. Bydd fersiwn derfynol yr adroddiad yn cynnwys newidiadau a wnawn o'r adborth a dderbyniwn, a gwybodaeth am sut y gwnaethom gynnal yr ymgynghoriad.

Rydym wedi cyhoeddi'r holl [ddata ac ymchwil cefndirol](#) a ddefnyddiwyd yn yr Asesiad Anghenion y Boblogaeth ar wahân. Mae'r adroddiadau hyn yn darparu siartiau a thablau manwl ac yn egluro unrhyw broblemau gydag ansawdd neu argaeledd data, ac yn cynnwys gwybodaeth am ffynonellau a methodolegau.

Grŵp poblogaeth

Babanod, plant a phobl ifanc, 0 i 24 oed, sydd angen gofal a chymorth gan gynnwys:

- Plant a phobl ifanc sydd wedi profi bod mewn gofal
- Plant a phobl ifanc â chyflyrau iechyd hirdymor
- Plant a phobl ifanc anabl
- Plant a phobl ifanc ag anghenion iechyd emosiynol a meddyliol
- Pobl ifanc sy'n feichiog neu'n rhieni
- Plant a phobl ifanc sydd â phrofiad o'r system cyfiawnder ieuencid.

Am ragor o wybodaeth am lesiant plant a phobl ifanc yn gyffredinol, gan gynnwys yn y blynyddoedd cynnar, gweler y bwletin [Canolbwyntio ar y blynyddoedd cynnar](#) ac Asesiadau Llesiant Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus.

Mae llawer o'r problemau a'r cyflyrau sy'n effeithio ar blant sydd angen gofal a chymorth yn parhau i fod yn oedolion. Mae'r rhain wedi'u trafod yn fanylach yn y penodau perthnasol o'r asesiad hwn.

Argymhellion

Mae'r asesiad yn cefnogi blaenoriaethau Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Plant o ran niwroamrywiaeth, cefnogi iechyd meddwl plant a gweithio ar y flaenoriaeth genedlaethol i gael gwared ar elw o ofal plant sy'n derbyn gofal gan gynghorau lleol.

Negeseuon allweddol

- Gall plant a phobl ifanc sydd ag anghenion gofal a chymorth ffynnu pan fydd ganddyn nhw'r cymorth cywir ac amgylchedd cadarnhaol a chefnogol o'u cwmpas.
- Mae gan pob plentyn hawl i addysg a chwarae, i fod yn ddiogel, yn iach, i gael dweud eu dweud, a pheidio â byw mewn tlodi. Mae angen i ni gael gwared ar unrhyw rwystrau sy'n atal plant ag anghenion gofal a chymorth rhag cael mynediad llawn at yr hawliau hynny.
- Mae nifer y plant sydd ag anghenion gofal a chymorth yn cynyddu ar yr un pryd ag y mae cyfanswm nifer y plant yn y boblogaeth yn lleihau.
- Mae nifer y plant a'r bobl ifanc sydd ag anghenion gofal a chymorth wedi cynyddu i tua 3,720.
- Cynyddodd nifer y plant a'r bobl ifanc sydd â chyflwr iechyd meddwl tebygol o un o bob naw i un o bob pump rhwng 2017 a 2023.
- Mae tua 4,410 o ofalwyr ifanc rhwng 5 a 24 oed yng Ngogledd Cymru.
- Mae o leiaf 8,100 o blant anabl yng Ngogledd Cymru ac mae'r nifer hwn yn cynyddu.
- Mae nifer y plant y gwyddys bod ganddynt gyflyrau niwroddatblygiadol fel awtistiaeth ac ADHD yn cynyddu.
- Mae teuluoedd plant anabl a phlant â chyflyrau iechyd hirdymor yn wynebu heriau ychwanegol.
- Mae tua 165 o fewnfudwyr a ffoaduriaid ifanc ar eu pen eu hunain sy'n gyfrifoldeb cynghorau lleol Gogledd Cymru.
- Mae nifer y bobl ifanc yn y system cyfiawnder troseddol yn lleihau.
- I bobl ifanc sydd ag anghenion gofal a chymorth, mae symud i fod yn oedolion yn aml yn golygu llywio newidiadau nid yn unig yn eu bywydau, ond hefyd yn y gwasanaethau sydd ar gael iddynt (a elwir yn aml yn drawsnewid). Gall hyn fod yn anodd pan nad yw gwasanaethau plant ac oedolion wedi'u cydlynyn'n dda.
- Mae tlodi plant yn cynyddu.

Yr hyn mae plant a phobl ifanc yn ei ddweud wrthym

- Mae'r plant ieuengaf yn dweud eu bod eisiau treulio amser gyda theulu a ffrindiau, chwarae y tu allan, gwneud pethau sy'n eu cadw'n iach, a chael eu cadwn ddiogel gan yr oedolion o'u cwmpas. Er mwyn gwneud bywyd yn well, roeddent eisiau gweld anghenion sylfaenol plant (bwyd a dŵr) yn cael eu diwallu,

sicrhau bod pobl yn garedig, cynyddu cyfleoedd i chwarae, a sicrhau bod gan bawb dai.

- Dywedodd rhieni wrthym eu bod eisiau mwy o ddosbarthiadau cyn-enedigol, gofal plant mwy fforddiadwy gan gynnwys opsiynau cyfrwng Cymraeg, gwybodaeth fwy hygyrch, cefnogaeth ar gyfer eu hiechyd meddwl a'u lles a lles eu plant, cyfathrebu gwell rhwng gwasanaethau i helpu pobl i gael y gefnogaeth gywir pan fydd ei hangen arnynt, cefnogaeth i dadau, a chyfleoedd i'w plant chwarae.
- Dywedodd gofalmwr ifanc wrthym eu bod eisiau mwy o wasanaethau iechyd meddwl a lles, mwy o ymwybyddiaeth a mwy o seibiannau o ofalu. Mae'n bwysig bod eu rôl ofalu yn cael ei chydabod gan ysgolion ac ysbytai, fel y gellir ymddiried ynddynt, eu parchu a'u cefnogi.

Nododd y plant bethau yr oeddent yn teimlo y byddent yn helpu i gefnogi eu hiechyd meddwl yn well.

- Mannau diogel yn y gymuned lle gall pobl ifanc siarad â rhywun neu ymlacio gan wybod eu bod yn ddiogel pan fyddant yn mynd trwy sefyllfa anodd ac angen cymorth yn gyflym (Mannau Diogel Argyfwng). Lle tawel gyda gweithwyr proffesiynol parchus, medrus a hyfforddedig.
- Mynediad gwell at ddarpariaeth gymunedol sy'n cefnogi lles, gan gynnwys y rhai ag anableddau a grwpiau cymorth lesbiaidd, hoyw, deurywiol, traws a chwîr (LGBTQ+).
- Cymorth ysgol – hyfforddiant ac adnoddau i staff, preifatrwydd wrth gael mynediad at gymorth, gwell cymorth ar gyfer anableddau corfforol, gwell cymorth i'r rhai nad ydynt yn mynychu'r ysgol yn rheolaidd, cydnabod niwroamrywiaeth cyn diagnosis, cysylltiadau rhwng gwasanaethau, ac ymyriadau yn yr ysgol.
- Lleihau stigma / barn ynghylch cyflyrau iechyd meddwl .
- Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a Phobl Ifanc (CAMHS) i werthfawrogi a gweithredu ar lais y person ifanc.
- Trosglwyddo llyfnach o wasanaethau plant i wasanaethau oedolion .
- Dulliau sy'n canolbwyntio ar y person ar draws gofal iechyd meddwl .
- Gwasanaethau i blant yn y 'canol coll' nad ydyn nhw'n ddigon 'ddrwg' ar gyfer gwasanaeth, ond yn 'rhy ddrwg' ar gyfer un arall er mwyn iddyn nhw allu cael y gefnogaeth gywir.

Yr hyn y mae oedolion sy'n cefnogi plant a phobl ifanc yn ei ddweud wrthym

- Mae rhestrau aros hir ar gyfer asesiad a diagnosis ar gyfer cyflyrau niwroddatblygiadol a chymorth iechyd meddwl, sy'n cael effaith ar blant a theuluoedd ac yn golygu efallai nad ydym yn ymwybodol o'r holl blant sydd angen cymorth.
- Mae heriau i gael gwared ar elw o ofal plant sy'n derbyn gofal gan eu cyngor lleol. Mae'r rhain yn cynnwys sicrhau bod digon o leoedd gofal maeth a lleoedd plant ar gael gan sefydliadau dielw, cefnogi busnesau i newid eu modelau gweithredu, a sicrhau bod anghenion a hawliau plant a phobl ifanc yn cael eu cefnogi drwy gydol y broses.

Yr hyn mae'r data a'r ymchwil yn ei ddweud wrthym

Mae nifer y plant yn y boblogaeth yn gostwng

- Mae cyfanswm nifer y genedigaethau a chyfraddau genedigaethau wedi bod yn gostwng ers peth amser.
- Mae allfudiad net oedolion ifanc mewn rhai ardaloedd wedi cael effaith ar nifer y plant hefyd, gan ei fod yn lleihau nifer y menyw o oed cael plant yn y boblogaeth.
- Mae'n debygol y bydd y tueddiadau hyn yn parhau yn y dyfodol.

Mae nifer y plant a'r bobl ifanc sydd ag anghenion gofal a chymorth wedi cynyddu i tua 3,720

- Mae 3,720 o blant yn derbyn gofal a chymorth ledled Gogledd Cymru. Mae hyn yn 28.0 fesul 1,000 o blant rhwng 0 a 17 oed ac mae'n is na chyfradd Cymru o 32.7 fesul 1,000 o blant..
- Yn gyffredinol, mae nifer y plant sy'n derbyn gofal a chymorth wedi bod ar duedd ar i fyny, gan gynyddu tua 500 ar draws Gogledd Cymru ers 2020. Mae'r cynnydd hwn yn bennaf oherwydd y cynnydd yn nifer y plant sy'n derbyn gofal.
- Gall plant a phobl ifanc wneud yn dda mewn gofal gyda chanlyniadau addysgol, cymdeithasol ac iechyd cadarnhaol. Maent yn wynebu llawer o heriau, fel symud cartrefi neu ysgolion, teimlo'n ansefydlog, a cholli ffrindiau neu deulu, ac maent yn fwy tebygol o brofi anawsterau gydag iechyd, addysg, ac adeiladu perthnasoedd. Er y gall canlyniadau ymddangos yn waeth o'u cymharu â'r boblogaeth gyffredinol, nid yw hyn bob amser yn wir o'u cymharu â phlant eraill sydd wedi cael profiadau tebyg. Mae pethau a all helpu yn cynnwys gofal gan

berthnasau (neiniau a theidiau, brodyr a chwiorydd hŷn) tra gall newidiadau lleoliad mynych, treulio mwy o amser mewn gofal, ac ymdrechion ailuno aflwyddiannus wneud pethau'n anoddach.

- Mae plant sy'n agored i gamddefnyddio sylweddau yn fwy tebygol o fod angen gofal a chefnogaeth gan y gwasanaethau cymdeithasol gyda hyrwyddo cyswllt â rhieni, problemau datblygiadol, iechyd meddwl, heriau cymdeithasol a sgîl-ffeithiau sylweddau, fel diddyfnu.
- Gall pobl ifanc mabwysiedig brofi teimladau o foddhad gyda pherthnasoedd da gyda rhieni geni a rhieni maeth / mabwysiedig. Fodd bynnag, gall llawer o blant sy'n cael eu mabwysiadu ar ôl bod mewn gofal brofi problemau gyda theimladau ac emosiynau cymysg am eu rhieni geni.
- I bobl ifanc sydd ag anghenion gofal a chymorth, mae symud i fod yn oedolion yn aml yn golygu llywio newidiadau nid yn unig yn eu bywydau, ond hefyd yn y gwasanaethau sydd ar gael iddynt (a elwir yn aml yn drawsnewid). Gall hyn fod yn anodd pan nad yw gwasanaethau plant ac oedolion wedi'u cydlynu'n dda.

Cynyddodd nifer y plant a'r bobl ifanc sydd â chyflwr iechyd meddwl tebygol o un o bob naw i un o bob pump rhwng 2017 a 2023

Daw'r data hwn o arolwg [‘The Mental Health of Children and Young People’](#) a gynhyrchwyd gan GIG Lloegr (ar gael yn Saesneg yn unig).

- Amcangyfrifir bod gan 28,600 o blant a phobl ifanc rhwng 8 a 25 oed yng Ngogledd Cymru anhwylder iechyd meddwl tebygol.
- Canfu [arolwg mwy cyffredinol o holl blant ysgol yng Nghymru](#) fod 37% o'r rhai rhwng 11 a 16 oed wedi sgorio'n uchel neu'n uchel iawn am broblemau emosiynol.
- Gall rhai grwpiau o blant fod yn fwy tebygol o brofi iechyd meddwl gwael. Mae'r grwpiau hyn yn cynnwys plant niwroamrywiol, plant sydd wedi cael plentyndod trawmatig, gofalwyr ifanc, plant ag anableddau dysgu, plant sydd wedi bod mewn gofal, plant sy'n profi tlodi, ffoaduriaid ifanc a cheiswyr lloches, plant sy'n profi digartrefedd, plant sy'n hysbys i'r system cyfiawnder ieuenctid, oedolion ifanc nad ydynt mewn addysg, cyflogaeth na hyfforddiant (NEET), plant sy'n LGBTQ+, a phlant o rai cefndiroedd lleiafrifol ethnig.
- Mae menywod ifanc 16 i 24 oed tua thair gwaith yn fwy tebygol o brofi cyflyrau iechyd meddwl cyffredin na dynion ifanc o'r un oedran.

- Gall yr amgylcheddau y mae plant yn tyfu i fyny ynddynt effeithio ar eu hiechyd meddwl.
- Bu cynnydd sylweddol mewn anhwylderau bwyta ymhlith pobl ifanc. Mae hyn ochr yn ochr â chynnydd sydyn mewn problemau bwyta yn ystod y blynyddoedd diwethaf, yn enwedig ymhlith pobl ifanc y mae eu prif bryderon yn ymwneud â phwysau a delwedd y corff.
- Gall fod yn anodd cael mynediad at y gefnogaeth iechyd meddwl gywir ar yr amser iawn.

Mae tua 4,410 o ofalwyr ifanc rhwng 5 a 24 oed yng Ngogledd Cymru

- Mae 14.0 allan o bob 1,000 o blant rhwng 5 a 15 oed a 49.8 allan o bob 1,000 o bobl ifanc rhwng 16 a 24 oed yn ofalwyr ifanc.
- Roedd gan tua 710 o ofalwyr ifanc gynllun cymorth yn ystod 2024/25 ond mae rhai bylchau yn y data felly mae'n debygol bod hyn yn dangyfrif.
- Gall fod yn anodd adnabod gofalwyr ifanc. Efallai na fyddant yn gweld eu hunain fel gofalwyr, a gall gymryd blynyddoedd lawer cyn i ofalwyr ifanc gael eu hadnabod fel y cyfryw.
- Mae rhai gofalwyr ifanc yn adrodd am ganlyniadau cadarnhaol o fod yn ofalwr ifanc megis cysylltiadau teuluol cryf, datblygu sgiliau / twf personol a mwy o empathi, tosturi ac awydd i helpu eraill.
- Yn aml, mae gofalwyr ifanc yn wynebu ystod eang o heriau emosiynol, corfforol, addysgol, cymdeithasol ac ariannol a all gyfyngu ar eu lles, eu cyfleoedd a'u mynediad at gymorth.

Mae o leiaf 8,100 o blant anabl yng Ngogledd Cymru ac mae'r nifer hwn yn cynyddu

- Mae gan tua un o bob deg o blant sy'n anabl anghenion cymhleth ac maen nhw fwyaf tebygol o fod ag anghenion gofal a chymorth.
- Roedd bron i 800 o blant ag anabledau yn derbyn gofal a chymorth gan gynghorau Gogledd Cymru yn 2022/23.
- Mae tua dwy ran o dair o blant ag anabledau yn fechgyn.
- Mae tri o bob pump o blant ag anabledau rhwng 10 a 15 oed.
- Y prif gyflyrau ar gyfer plant sy'n hawlio budd-daliadau anabled yw anhwylderau ymddygiadol ac anawsterau dysgu.
- Efallai y bydd nifer y plant anabl yn cynyddu yn y dyfodol, hyd yn oed os bydd nifer y plant yn y boblogaeth yn lleihau.

Profiadau plant sy'n byw gyda chyflyrau iechyd hirdymor

- Gall plant a phobl ifanc sy'n byw gyda chyflyrau iechyd hirdymor ddangos defnydd gwych o fecanweithiau ymdopi, hunan-effeithiolrwydd, addasrwydd, a gwydnwch. Teimlai rhai fod byw gyda chyflwr iechyd wedi cryfhau eu perthnasoedd teuluol a'u gwneud yn fwy aeddfed.
- Mae llawer o blant a phobl ifanc yn profi problemau oherwydd byw gyda chyflwr iechyd. Gall hyn gynnwys byw gyda phoen a symptomau eraill, gwahaniaethu, a rhwystrau i addysg a chyfranogiad cymdeithasol. Gall y profiadau hyn effeithio ar eu lles emosiynol, eu hunan-barch, ac ansawdd bywyd, a gallant arwain at straen, pryder, neu iselder.
- Mae heriau eraill yn cynnwys pontio rhwng gwasanaethau, diffyg cefnogaeth, a theimlo nad oes neb yn eu clywed.

Profiadau plant anabl

- Gall plant a phobl ifanc anabl sy'n cael amgylcheddau cadarnhaol a chefnogol mewn gofal plant neu ysgol newid bywydau.
- Gall plant a phobl ifanc anabl wynebu problemau ynghylch gwahaniaethu a rhwystrau i gael mynediad at gymorth, ysgol, trafndiaeth, gwaith a chyfleoedd cymdeithasol. Gall hyn arwain at unigrwydd, teimlo'n anniogel, ac effeithio ar eu hiechyd meddwl a'u lles.
- Mae'n bwysig bod eu barn yn cael ei gwrando a'u bod yn cael y gefnogaeth gywir i gyfleu eu hanghenion.
- Gall plant sy'n ddall ac yn rhannol ddall wynebu heriau gydag anghenion uchel ond heb ddeall eu hanghenion ac anghydraddoldeb o ran mynediad at gymorth arbenigol.

Profiadau teuluoedd

- Gall teuluoedd plant â chyflyrau iechyd hirdymor wynebu heriau gydag ynysu cymdeithasol; iechyd emosiynol, meddyliol a chorfforol, cefnogi brodyr a chwiorydd, llywio'r system – gall gofal fod yn dameidiog gyda chyfathrebu gwael, effaith ar waith a chyllid, ac ofn barn neu ddiffyg cydymdeimlad ac empathi.
- Gall teuluoedd plant anabl wynebu heriau gyda dod o hyd i dai priodol, anawsterau wrth gael mynediad at gymorth ac addysg a gorfod ymladd dros anghenion eu plentyn, mynediad cyfyngedig at ddarpariaeth iaith Gymraeg, anawsterau ariannol a chyflogaeth, iechyd corfforol a meddyliol, ynysu cymdeithasol, stigma a gwahaniaethu, bai rhieni, chwalfa deuluol, effaith ar frodyr a chwiorydd a pheidio â chael eu gwrando arnynt na'u cymryd o ddifrif.

- Nododd yr ymchwil hefyd y gall mynediad at y gefnogaeth gywir a digonol helpu i leihau'r heriau hyn i blant a phobl ifanc a'u teuluoedd.

Mae nifer y plant sy'n cael diagnosis o gyflyrau niwroddatblygiadol fel awtistiaeth ac ADHD neu sy'n ceisio cael diagnosis ohonynt yn cynyddu

- Amcangyfrifir bod tua 2,300 o plant a'r bobl ifanc yng Ngogledd Cymru yn awtistig. Mae ymwybyddiaeth well a diagnosis cynyddol o'r cyflwr yn golygu bod cyfraddau awtistiaeth wedi cynyddu, er y gallai cyfraddau'n dal i gael eu tanamcangyfrif, yn enwedig ar gyfer merched.
- Gall rhwng 6,650 a 13,310 o blant yng Ngogledd Cymru fod ag anhwylder diffyg canolbwytio a gorfywiogrwydd (ADHD) er bod hyn yn anoddach i'w amcangyfrif.
- Mae nifer y plant ag awtistiaeth sydd ag anghenion dysgu ychwanegol yn cynyddu.
- Gall nifer y plant niwroamrywiol sydd angen cefnogaeth gynyddu yn y dyfodol, hyd yn oed os bydd nifer y plant yn y boblogaeth yn lleihau.

Mae tua 165 o fewnfudwyr a ffoaduriaid ifanc heb eu hebrwng sy'n gyfrifoldeb cyngorau lleol Gogledd Cymru

- Mae nifer y ceiswyr lloches ifanc heb eu hebrwng sy'n gyfrifoldeb cyngorau lleol Gogledd Cymru wedi codi ers yr Asesiad Anghenion y Boblogaeth diwethaf i tua 40 o blant sy'n derbyn gofal a 125 o bobl sy'n gadael gofal (y rhai dros 18 oed sydd wedi dewis aros mewn cysylltiad â'r awdurdod lleol). Efallai bod rhai o'r plant a'r bobl ifanc hyn yn byw mewn rhannau eraill o'r DU ond mae gan ein cyngorau gyfrifoldeb o hyd am eu lles.

Mae nifer y bobl ifanc yn y system cyfiawnder troseddol yn lleihau

- Roedd nifer y plant yn y system cyfiawnder troseddol (10 i 17 oed a gafodd rybudd neu ddedfryd) yn 196 yn 2024/25, i lawr o 523 yn 2014/15.
- Efallai bod llai o bobl ifanc yn y system cyfiawnder ieuencid oherwydd polisïau i leihau troseddoli pobl ifanc, yn enwedig pobl ifanc sydd wedi bod mewn gofal a'r rhai sydd mewn perygl o gael eu camfanteisio.

Mae tlodi plant yn cynyddu

- Mae tua 10,650 o bobl ifanc 0 i 17 oed, a 3,350 o bobl ifanc 18 i 24 oed yn byw mewn ardaloedd difreintiedig yng Ngogledd Cymru. Mae hyn tua 8.0% o bob person ifanc 0 i 17 oed yn y rhanbarth a 6.9% o bobl ifanc 18 i 24 oed.

- Mae gan Sir Ddinbych gyfran arbennig o uchel o bobl ifanc sy'n byw mewn ardaloedd difreintiedig, wedi'i ganolbwyntio fwyaf yn y Rhyl.
- Mae cyfran y plant sy'n byw mewn teuluoedd incwm isel yng Ngogledd Cymru yn uchel o'i gymharu â chyfartaledd Prydain Fawr o 23.9%. Mae 31,350 (26.9%) o blant rhwng 0 a 15 oed yn byw mewn teuluoedd incwm isel.
- Mae cyfran y plant sy'n byw mewn teuluoedd incwm isel wedi bod ar duedd ar i fyny ers 2016/17 yn gyffredinol. Ledled Gogledd Cymru, mae tua saith o bob deg plentyn a nodwyd gan y mesur hwn mewn teuluoedd sydd mewn gwaith.
- Amcangyfrifir bod 15.1% o bobl 16 i 24 oed heb fod mewn addysg, cyflogaeth na hyfforddiant (NEET), sy'n cyfateb i tua 9,800 o bobl ifanc yng Ngogledd Cymru.

Adolygiad gwasanaethau: beth sy'n gweithio a beth sydd angen ei wella

Mae Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Plant yn canolbwyntio ar dair maes blaenoriaeth.

1. Niwroamrywiaeth
2. Cefnogi lles meddyliol
3. Tynnu elw o ofal plant sy'n derbyn gofal gan gynghorau lleol.

Mae blaenoriaethau penodol ar gyfer gwella cefnogaeth i blant a phobl ifanc ag anghenion iechyd meddwl a niwroddatblygiadol yn cynnwys y canlynol.

- Datblygu dull mynediad agored fel bod plant, pobl ifanc a theuluoedd yn cael cefnogaeth ac ymyrraeth pan fyddant ei angen. Gelwir hyn yn 'ddull dim drws anghywir'. Dylai cymorth fod ar gael i bawb sydd ei angen, hyd yn oed os nad oes ganddynt ddiagnosis. Ni ddylai neb orfod aros i fynd yn fwy sâl cyn iddynt fod yn gymwys i gael gwasanaeth. Mae rhagor o wybodaeth yn ein strategaeth, [Y Drws Cywir](#)
- Ehangu cefnogaeth ymyrraeth gynnar.
- Ehangu cefnogaeth i blant a phobl ifanc sy'n rhy sâl ar gyfer gwasanaethau ymyrraeth gynnar ond nid yn ddigon sâl i fod yn gymwys i gael cefnogaeth iechyd meddwl arbenigol. Gelwir y grŵp hwn weithiau'r 'canol coll'.
- Lleihau amseroedd aros am asesiadau niwroddatblygiadol gan sicrhau y gall plant a phobl ifanc gael mynediad at gefnogaeth briodol cyn diagnosis, yn seiliedig ar broffil o'u hanghenion.
- Cynyddu cefnogaeth ar ôl diagnosis i blant, pobl ifanc a theuluoedd.

- Cryfhau dulliau a gwasanaethau sy'n seiliedig ar drawma ar gyfer plant a phobl ifanc sydd wedi cael profiad o ofal.
- Gwella llwybrau trosglwyddo rhwng Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a Phobl Ifanc (CAMHS), gwasanaethau niwroddatblygiad plant a gwasanaethau oedolion drwy gynllunio ar y cyd.
- Cynyddu canolfannau argyfwng cymunedol a thriniaeth ddwys yn y cartref lle bo'n briodol.
- Cynnwys cynllunio'r gweithlu i sicrhau darpariaeth gynaliadwy o wasanaethau iechyd meddwl a niwroddatblygiad.
- Cryfhau mesur canlyniadau i ddangos effaith gwasanaethau.

Mae Grŵp Llywio Integreiddio a Thrawsnewid Blynnyddoedd Cynnar Gogledd Cymru hefyd sy'n cydweithio i beilota ffyrdd newydd o weithio a rhannu dysgu i drawsnewid gwasanaethau a gwella canlyniadau.

Mae'r gwaith hwn yn seiliedig ar hawliau plant i addysg a chwarae, i fod yn ddiogel, yn iach, cael dweud eu dweud a pheidio â byw mewn tlodi fel y nodir yng Nghonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn. Mae hefyd yn seiliedig ar [fframwaith Nyth/Nest Llywodraeth Cymru](#), sy'n nodi egwyddorion allweddol iechyd meddwl a lles babanod, plant, pobl ifanc, a'u teuluoedd.

Mwy o wybodaeth

- [Chwiliadau am lenyddiaeth a chrynodebau o dystiolaeth](#)
- [Bwletinau ymchwil](#)
- [Cyfeiriadur ymgysylltu](#)
- [Canolbwyntio ar blant a phobl ifanc](#)
- [\(Asesiad o Anghenion Iechyd: Iechyd Meddwl Babanod, Plant a Phobl Ifanc yng Nghymru \(Iechyd Cyhoeddus Cymru\)\)](#)
- [Dangosfwrdd iechyd a lles plant ysgolion uwchradd: data arolwg Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion](#)

Partneriaethau, strategaethau a pholisi

- [Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Plant](#)
- [Y Drws Cywir](#). Strategaeth ranbarthol Gogledd Cymru ar gyfer plant a phobl ifanc. Mae'r Drws Cywir yn golygu ble bynnag y byddwch yn mynd i ganfod cefnogaeth – yn yr ysgol, gwasanaeth cymunedol, gwasanaethau cymdeithasol, neu wasanaeth iechyd – byddwch yn cael cymorth.

- [Fframwaith iechyd, lles a gwytnwch emosiynol](#). Fframwaith ar gyfer Gogledd Cymru yn seiliedig ar y pum ffordd o lesiant. Mae'r fframwaith yn dangos yr hyn y gall rhieni, oedolion eraill a gwasanaethau cymorth dibynadwy helpu plant a phobl ifanc i gysylltu, bod yn actif, rhoi, parhau i ddysgu a chymryd sylw ar wahanol oedrannau.
- [Fframwaith Nyth/Nest Llywodraeth Cymru ar gyfer gwella iechyd meddwl a lles](#)
- Asesiadau digonolrwydd chwarae cynghorau lleol

02 Pobl hŷn

Dyma fersiwn ymgynghori'r adroddiad. Bydd fersiwn derfynol yr adroddiad yn cynnwys newidiadau a wnawn o'r adborth a dderbyniwn, a gwybodaeth am sut y gwnaethom gynnal yr ymgynghoriad.

Rydym wedi cyhoeddi'r holl [ddata ac ymchwil cefndirol](#) a ddefnyddiwyd yn yr Asesiad Anghenion y Boblogaeth ar wahân. Mae'r adroddiadau hyn yn darparu siartiau a thablau manwl ac yn egluro unrhyw broblemau gydag ansawdd neu argaeledd data, ac yn cynnwys gwybodaeth am ffynonellau a methodolegau.

Grŵp poblogaeth

Mae'r bennod hon yn edrych ar bobl hŷn sydd ag anghenion gofal a chymorth. Nid oes diffiniad cytunedig o berson hŷn. Mae'r cyd-destun yn pennu'r ystod oedran, er enghraifft: cynnwys pobl 50 oed neu hŷn wrth edrych ar gynllunio'r gweithlu; pobl 65 oed neu hŷn mewn llawer o ystadegau'r llywodraeth; pobl dros oedran pensiwn y wladwriaeth, sydd ar hyn o bryd yn 67 oed neu hŷn; a phobl 85 oed neu hŷn wrth edrych ar debygolrwydd cynyddol o fod angen gofal a chymorth.

Mae rhagor o wybodaeth am bobl hŷn wedi'i chynnwys yn y bennod ar ddementia.

Argymhellion

[Helpu pobl i heneiddio'n dda](#), byw y bywyd y maent yn ei ddewis a chydabod eu cyfraniadau. Darparu gofal gartref ac osgoi gofal ysbyty lle bo modd. Darparu digon o ofal cartref da a lleoedd mewn cartrefi gofal.

Negeseuon allweddol

- Mae mwy ohonom yn byw'n hirach felly mae angen i ni gynllunio gwasanaethau sy'n ymateb i anghenion a chryfderau ein poblogaeth hŷn.
- Pobl hŷn sydd fwyaf tebygol o dderbyn gofal a hefyd o ddarparu'r nifer uchaf o oriau o ofal di-dâl i eraill.
- Mae cymhareb dibyniaeth yn uchel yng Ngogledd Cymru, sy'n golygu nad oes cymaint o oedolion o oedran gweithio i ddarparu gofal cymdeithasol i'r rhai sydd ei angen.

- Mae cyfran y bobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal wedi bod yn lleihau ers o leiaf 2001, yn ôl pob tebyg oherwydd tueddiadau polisi tymor hwy tuag at ddarparu mwy o ofal gartref, a gwelliannau cyffredinol yn iechyd y boblogaeth.
- Er bod pobl 85 oed a hŷn yn fwy tebygol o fod angen gofal a chymorth, mae bron i dri chwarter o bobl 85 oed neu hŷn sy'n byw gartref yn byw'n annibynnol heb ofal â thâl nac yn ddi-dâl.
- Mae'n debygol y bydd angen gofal gartref ar fwy o bobl hŷn, ac mae'r sector yn wynebu heriau wrth ddiwallu'r galw hwn.
- Gallai rhannu data gwell rhwng gwasanaethau allweddol helpu i wella cefnogaeth i bobl agored i niwed.

Yr hyn mae pobl yn ei ddweud wrthym

Yn seiliedig ar y materion a'r pryderon a godwyd gyda Chomisiynydd Pobl Hŷn Cymru, maent wedi nodi pedwar canlyniad allweddol.

Mae angen i bobl hŷn yn:

- gallu cael gafael ar yr wybodaeth a'r cyngor sydd eu hangen arnynt
- teimlo'n ddiogel yn eu cartrefi, yn eu cymunedau ac yn eu perthnasoedd
- cael eu trin yn deg a bod eu cyfraniad yn cael ei gydnabod a'i werthfawrogi
- sicrhau bod eu lleisiau yn cael eu clywed a bod ganddynt ddewis a rheolaeth dros eu bywydau.

Gellid gwneud mwy hefyd i archwilio'r potensial ar gyfer gweithio rhyng-genhedlaeth mewn grwpiau cymdeithasol a chymunedol. Gweithio rhyng-genhedlaeth yw pan fydd pobl o wahanol grwpiau oedran a chyfnodau bywyd yn cydweithio, yn dysgu, ac yn rhannu profiadau â'i gilydd.

Dywedodd darparwyr gwasanaethau wrthym nad yw data ynghylch ble mae pobl agored i niwed yn byw bob amser yn cael ei rannu rhwng gwasanaethau ac y gallai gwneud hynny helpu, yn enwedig mewn argyfyngau (er enghraifft rhannu â gwasanaethau tân, gwasanaethau cynllunio argyfyngau'r cyngor, darparwyr dŵr ac ynni).

Yr hyn mae'r data a'r ymchwil yn ei ddweud wrthym

Mae nifer y bobl hŷn yn y boblogaeth yn cynyddu

- Mae'r amcangyfrifon poblogaeth diweddaraf (2024) yn nodi bod cyfanswm nifer y bobl 65 oed a throsodd yng Ngogledd Cymru yn oddeutu 167,550. Mae'r ffigur hwn yn cynnwys 83,750 o bobl 65-74 oed, 62,200 o bobl 75-84 oed a 21,600 o bobl 85 oed a throsodd.
- Mae mwy o fenywod nag o ddynion 65 oed a hŷn. Mae cyfran y menywod yn y boblogaeth yn cynyddu yn y grwpiau oedran hŷn – mae menywod yn cyfrif am 51% o'r boblogaeth 65-69 oed a 67% o'r boblogaeth 90 oed a throsodd.
- Rhwng 2014 a 2024, cynyddodd y boblogaeth 65 oed a throsodd yng Ngogledd Cymru gan 16,600 – gan gynyddu o 21.9% o gyfanswm y boblogaeth i 24.0%. Yn yr un cyfnod, cynyddodd y boblogaeth 85 oed a throsodd gan 1,900 (2.9% o'r boblogaeth yn 2014 o'i chymharu â 3.1% yn 2024).
- Mae gan Ogledd Cymru gyfran uwch o'i phoblogaeth sy'n 65 oed neu'n hŷn nag ar draws Cymru (21.7%) neu'r DU ar y cyfan (19.0%).
- Mae'r cyfrannau o bobl hŷn yn y boblogaeth ar eu huchaf yng Nghonwy ac Ynys Môn.
- Disgwylir i gyfran a nifer y bobl hŷn yn y boblogaeth gynyddu tan ganol y 2040au, pan fydd y garfan fawr a aned yn ystod y twf babanod yn dechrau lleihau o ran maint wrth i fwy o bobl yn y grŵp oedran hwn farw. Disgwylir i nifer y bobl 85 oed a throsodd (y grŵp oedran sydd fwyaf tebygol o fod angen gofal a chymorth) gynyddu 11,150 rhwng 2024 a 2034.

Pobl hŷn sydd fwyaf tebygol o dderbyn gofal

Mae hyn yn cynnwys gofal â thâl a gofal di-dâl yn y cartref ac nid yw'n cynnwys pobl mewn cartrefi gofal neu gartrefi nyrsio.

- Mae cyfran gyffredinol y bobl sy'n derbyn gofal o leiaf unwaith yr wythnos wedi bod yn sefydlog yn ystod y blynyddoedd diwethaf, tua phump y cant.
- Cynyddodd y tebygolrwydd o dderbyn gofal o leiaf unwaith yr wythnos gydag oedran, gyda 27% o bobl 85 oed a throsodd yn derbyn gofal bob wythnos. Mae hyn yn golygu bod bron i dri chwarter o bobl 85 oed neu hŷn sy'n byw gartref yn byw'n annibynnol heb ofal â thâl nac yn ddi-dâl.
- Mae cymhareb dibyniaeth yn uchel yng Ngogledd Cymru, sy'n golygu nad oes cymaint o oedolion o oedran gweithio i ddarparu gofal cymdeithasol neu ofal di-dâl i'r rhai sydd ei angen.

Pobl hŷn sy'n darparu'r nifer uchaf o oriau o ofal di-dâl

- Ledled Cymru, er bod pobl 50 i 64 oed yn fwyaf tebygol o fod yn darparu gofal di-dâl, y grwpiau oedran hŷn sy'n darparu'r nifer uchaf o oriau o ofal di-dâl.
- I fenywod, y rhai rhwng 75 a 79 oed oedd fwyaf tebygol o ddarparu 50 awr neu fwy o ofal bob wythnos.
- I ddynion, y rhai rhwng 85 ac 89 oed oedd fwyaf tebygol o ddarparu 50 awr neu fwy o ofal bob wythnos.

Mae cyfran y bobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal wedi bod yn lleihau ers o leiaf 2001

- Mae'r polisi hirdymor yn tueddu i ogwyddo tuag at ddarparu mwy o ofal yn y cartref ac mae gwelliannau cyffredinol yn iechyd y boblogaeth yn golygu nad yw'r galw am ofodau mewn cartrefi gofal wedi cynyddu ar yr un gyfradd â thwf yn y boblogaeth.
- Mae nifer y bobl sy'n byw mewn sefydliadau sefydliadau cymunedol (megis cartrefi gofal ac ysbytai) wedi bod yn sefydlog ar lefel Gogledd Cymru yn y degawd diwethaf, er bod patrymau newid yn amrywio ar lefel awdurdodau lleol.
- Mae oddeutu 3.1% o bobl 65 oed a throsodd yn byw mewn sefydliadau cymunedol yng Ngogledd Cymru, gan godi i tua 13.1% o'r rhai 85 oed a throsodd.
- Yn seiliedig ar newidiadau yn y boblogaeth, rydym yn amcangyfrif y gallai fod gennym 1,740 o bobl eraill yn byw mewn ysbytai, cartrefi nyrsio a chartrefi gofal yng Ngogledd Cymru erbyn 2036. Gall hyn amrywio oherwydd newidiadau polisi ac argaeledd llety addas.

Mae'n debygol y bydd angen gofal cartref ar fwy o bobl hŷn, ac mae'r sector yn wynebu heriau wrth ddiwallu'r galw hwn

- Gall gofal cartref (cymorth gofal cartref) gynnwys cymorth gyda thasgau byw bob dydd, gofal personol, a gweithgareddau eraill i gynnal annibyniaeth a lles.
- Mae gwasanaethau gofal cartref dan bwysau sylweddol oherwydd galw cynyddol, prinder gweithlu, a heriau ariannol i ddarparwyr.
- Mae recriwtio a chadw staff yn parhau i fod yn anodd, yn gysylltiedig â chyflog isel, oriau ansicr, pwysau llwyth gwaith, newidiadau i bolisi'r llywodraeth sy'n effeithio ar recriwtio tramor, a'r risgiau sy'n gysylltiedig â gweithio ar eich pen eich hun.
- Gall pobl sy'n dibynnu ar ofal cartref brofi oediadau, ymweliadau wedi'u canslo neu eu byrhau, a pharhad gofal cyfyngedig oherwydd prinder gweithlu.

- Yn aml, mae teuluoedd a gofawyr di-dâl yn camu i mewn i reoli bylchau mewn cymorth, sy'n effeithio ar eu lles eu hunain.
- Mae gan dechnoleg mewn gofal cartref y potensial i wella cydlynw gwasanaethau, effeithlonrwydd ac annibyniaeth, ond mae ei defnydd effeithiol wedi'i gyfyngu gan faterion fel mynediad at offer a chysylltedd, defnyddioldeb, sgiliau digidol, costau, cymorth sefydliadol, a phryderon ynghylch preifatrwydd, moeseg, a rheoleiddio.
- Mae rhai grwpiau'n wynebu rhwystrau ychwanegol i gael mynediad at ofal cyson a phriodol, gan gynnwys rhai grwpiau lleiafrifoedd ethnig, pobl lesbiaidd, hoyw, deurywiol, traws a chwîr (LGBTQ+), a phobl sy'n byw mewn ardaloedd gwledig.

Adolygiad gwasanaethau: beth sy'n gweithio a beth sydd angen ei wella

Mae ystod eang o wasanaethau ataliol yng Ngogledd Cymru wedi'u cynllunio i helpu pobl hŷn i osgoi arosiadau diangen yn yr ysbyty a chadw pobl yn egnïol ac yn annibynnol i fyw'r bywydau maen nhw'n eu dewis.

Mae'r Gronfa Integreiddio Rhanbarthol yn cefnogi pobl hŷn ag anghenion gofal cymhleth, yn agosach at adref trwy rwydwaith o wasanaethau integredig gan gynnwys y Timau Adnoddau Cymunedol. Mae Timau Adnoddau Cymunedol yn gweithredu ledled Gogledd Cymru mewn gwahanol ffyrdd. Mae'r gwasanaethau'n cynnwys meddygon teulu, gweithwyr cymdeithasol, nyrsys, gweithwyr cymorth, gweithwyr iechyd proffesiynol cysylltiedig, a chlinigwyr arbenigol eraill sy'n gweithio gyda'i gilydd i ddarparu cefnogaeth amlapiol i bobl ag anghenion iechyd a gofal cymdeithasol yn y gymuned. Y nod yw atal pobl rhag gorfod mynd i'r ysbyty yn y lle cyntaf, neu os ydynt, i'w helpu i gyrraedd adref yn gyflymach. Maent yn gweithio'n agos gyda gwasanaethau eraill i wneud i hyn ddigwydd, gan gynnwys Cartref yn Gyntaf a thimau ymateb eraill ledled y rhanbarth. Mae'r prosiect Cwmpadau ac Eiddilwch dan arweiniad Ymddiriedolaeth Gwasanaethau Ambiwlans Cymru (WAST) yn cefnogi pobl sydd wedi cwmpo i gael mynediad at y gwasanaethau hyn yn lle mynd i'r ysbyty. Mae hyn yn lleihau eu hamser yn aros am ambiwlansys ac yn golygu eu bod yn derbyn gofal yn lleol yn lle mynd i'r ysbyty. Mae pobl wedi dweud wrthym y gallai'r gwasanaethau hyn fod yn fwy cyson ledled Gogledd Cymru.

Mae gan bobl hŷn hefyd fynediad at gefnogaeth gan y Gronfa Integreiddio Rhanbarthol i wasanaethau sy'n cydlynw cannoedd o weithgareddau mewn cymunedau ledled Gogledd Cymru i gefnogi pobl i fyw bywydau da ac iach. Er

enghraifft, mae [Nifty 60s](#) ar Ynys Môn wedi creu cymuned o bobl rhwng 60 a thros 90 oed sy'n ymarfer corff yn rheolaidd i gyflawni eu nodau o gasglu wyrion, mynd ar wyliau a chodi oddi ar y sofa yn haws. Gyda phresenoldeb wythnosol o dros 350 o bobl (ac yn tyfu) ar draws wyth lleoliad, gall pobl hŷn gael mynediad at ddosbarthiadau ymarfer corff cost isel, sy'n seiliedig ar dystiolaeth a chysylltu ag eraill.

Gofal cartref

Nod y gwahoddiad i dendro a gyhoeddwyd ynghyd ag adnewyddu Cytundeb Gofal Cartref Gogledd Cymru yn 2025 oedd mynd i'r afael â rhai o'r anghenion a nodwyd gan gynnwys:

- Ymrwymiad i sicrhau bod gweithwyr yn cael cyflog byw go iawn
- Camau i fynd i'r afael â recriwtio dioddefwyr caethwasiaeth fodern
- Ymrwymiad i arferion gwaith teg
- Edrych ar yr hyfforddiant sydd ar gael i staff
- Prosesau i sicrhau gofal a chymorth parhaus, gyda'r aflonyddwch lleiaf.

Ers i'r cytundeb newydd fod ar waith, mae partneriaid wedi nodi bod rhestrau aros wedi lleihau.

Canfu ein hymchwil botensial ar gyfer gwelliannau i ofal cartref gan gynnwys:

- Gofal iechyd a chymdeithasol mwy cydgysylltiedig lle mae gofal cymdeithasol yn bartner cyfartal
- Ailgynllunio rolau, a thelerau ac amodau
- Ymgorffori technolegau newydd
- Gweithredu atal effeithiol
- Mwyafhau annibyniaeth
- Cofleidio a defnyddio asedau cymunedol
- Cyfranogiad / ymgysylltiad cymdeithasol wedi'i deilwra i anghenion a dewisiadau'r person
- Strategaethau i leihau trais – hyfforddiant, prosesau adrodd, gweithio gyda theulu, cefnogaeth gan gymheiriaid
- Pecynnau gofal cyflym ar gyfer gofal diwedd oes.

Am ragor o wybodaeth gan gynnwys enghreifftiau o arfer da, canllawiau ac adnoddau ar gyfer gwella gofal cartref, gweler y [crynodeb tystiolaeth gofal cartref](#) ('Dod â gofal yn nes at adref').

Mwy o wybodaeth

- [Chwiliadau am lenyddiaeth a chrynodebau o dystiolaeth](#)
- [Bwletinau ymchwil](#)
- [Cyfeiriadur ymgysylltu](#)

Partneriaethau, strategaethau a pholisi

- [Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru](#)

03 Pobl sy'n byw gyda dementia

Dyma fersiwn ymgynghori'r adroddiad. Bydd fersiwn derfynol yr adroddiad yn cynnwys newidiadau a wnawn o'r adborth a dderbyniwn, a gwybodaeth am sut y gwnaethom gynnal yr ymgynghoriad.

Rydym wedi cyhoeddi'r holl [ddata ac ymchwil cefndirol](#) a ddefnyddiwyd yn yr Asesiad Anghenion y Boblogaeth ar wahân. Mae'r adroddiadau hyn yn darparu siartiau a thablau manwl ac yn egluro unrhyw broblemau gydag ansawdd neu argaeledd data, ac yn cynnwys gwybodaeth am ffynonellau a methodolegau.

Grŵp poblogaeth

Mae'r term dementia yn disgrifio symptomau a all gynnwys colli cof ac anawsterau gyda meddwl, datrys problemau neu iaith. Mae yna lawer o wahanol fathau o ddementia. Y mwyaf cyffredin yw clefyd Alzheimer ond mae mathau eraill fel dementia fasgwlaidd neu ddementia gyda chyrff Lewy.

Argymhellion

Cyflawni'r strategaeth dementia drwy gydweithio i ddarparu gofal hygyrch o ansawdd da yn seiliedig ar yr hyn sy'n bwysig i bobl, creu cymunedau sy'n gyfeillgar i ddementia, cefnogi gofalmwyr di-dâl, gwella trafndiaeth, a mwy.

Negeseuon allweddol

- Mae pobl eisiau gofal hygyrch o ansawdd da yn seiliedig ar yr hyn sy'n bwysig iddyn nhw a'u teuluoedd. Gall cymunedau helpu drwy godi ymwybyddiaeth a dod yn gyfeillgar i ddementia.
- Mae nifer y bobl sy'n byw gyda dementia wedi bod yn cynyddu ac mae'n debygol o barhau i gynyddu.
- Darperir y rhan fwyaf o ofal dementia gan ofalmwyr di-dâl, sydd angen cefnogaeth. Mae'r [Strategaeth Dementia Gogledd Cymru a'r cynllun gweithredu](#) yn nodi sut y byddwn yn cydweithio i wella gofal dementia yng Ngogledd Cymru.

Yr hyn mae pobl yn ei ddweud wrthym

- Dylai pawb gael mynediad hawdd at ofal o ansawdd da pan fydd ei angen arnynt.
- Dylai gofal fod yn seiliedig ar yr hyn sy'n bwysig i'r unigolyn a'i deulu.

- Dylai gwasanaethau fod yn hawdd eu cyrchu, ac efallai y bydd angen cymorth i lywio'r gefnogaeth sydd ar gael.
- Dylai fod amrywiaeth o grwpiau a gweithgareddau, fel bod rhywbeth o ddiddordeb i bawb.
- Dylai ymwybyddiaeth a hyfforddiant dementia fod ar gael i'r gymuned ehangach, i helpu pobl i ddeall a chefnogi'r rhai sy'n byw gyda dementia, fel y cynllun Cymunedau sy'n Deall Dementia.
- Dylai mynediad at drafnidiaeth sy'n gyfeillgar i ddementia fod ar gael, gan ddarparu cludiant am ddim neu gost isel i apwyntiadau, gweithgareddau, siopa a lleoedd o ddiddordeb.
- Yr iaith Gymraeg: Dylai gwasanaethau fod ar gael yn iaith ddewisol y person.

Yr hyn mae'r data a'r ymchwil yn ei ddweud wrthym

- Mae dementia yn gyflwr sy'n gysylltiedig yn bennaf â henaint.
- Mae nifer y bobl sy'n byw gyda dementia yng Ngogledd Cymru yn cynyddu.
- Amcangyfrifir bod tua 12,150 o bobl yng Ngogledd Cymru yn byw gyda dementia, yn cynnwys tua 300 o bobl gyda dementia cynnar.
- Nid yw pawb sydd â dementia yn cael diagnosis. Mae tua 5,800 o bobl yng Ngogledd Cymru wedi cael diagnosis o ddementia, sef tua hanner y nifer a amcangyfrifir sydd â dementia.
- Mae menywod yn fwy tebygol na dynion o gael eu heffeithio gan ddementia.
- Mae nifer y bobl â dementia yn debygol o gynyddu yn y dyfodol.

Amrywiaeth a chynhwysiant mewn profiadau o ddementia 18

- Darperir y rhan fwyaf o ofal dementia gan ofalwyr di-dâl, sydd angen cefnogaeth.
- Mae'n bwysig sicrhau bod gwasanaethau ar gael yn y Gymraeg.
- Gall fod gan bobl â dementia cynnar anghenion gofal gwahanol cynnar.
- Mae mwy o risg fod pobl ag anableddau dysgu yn datblygu dementia.
- Gall grŵp ethnig effeithio ar gyffredinolrwydd, diagnosis, triniaeth a gofal.
- Gall pobl lesbiaidd, hoyw, deurywiol, traws a chwîr (LGBTQ+) wynebu heriau ychwanegol wrth fyw gyda dementia.

Ffactorau risg a phethau eraill i edrych amdanynt

- [Gallai rhai pethau helpu i leihau'r risg ac oedi dechrau dementia](#) er nad oes unrhyw ymddygiad unigol wedi'i warantu i atal dementia, ac mae rhai'n haws i'w newid nag eraill.

- Mae nam gwybyddol ysgafn yn cynyddu'r risg o ddementia ond ni fydd pawb yn datblygu dementia.
- Mae cysylltiadau rhwng colli golwg a chlyw a risg dementia.
- Mae angen monitro materion iechyd eraill o hyd gan nad yw pob problem iechyd yn gysylltiedig â dementia. Pan gaiff achosion eraill eu methu, fe'i gelwir yn 'gysgodi diagnostig'.
- Mae tlodi ac amddifadedd yn cynyddu risg, ac yn effeithio ar ofal

Sut mae gofal dementia yn cael ei ariannu

- Mae'r rhan fwyaf o'r costau ariannol yn cael eu talu gan bobl sy'n byw gyda dementia a'u teuluoedd.
- Cynyddodd gwariant ar wasanaethau i bobl hŷn yn ystod y 10 mlynedd diwethaf, sy'n cynnwys gwariant ar gefnogi pobl sy'n byw gyda dementia.

Adolygiad gwasanaethau: beth sy'n gweithio a beth sydd angen ei wella

Enghreifftiau o arfer dda

- [Llwybr Cymorth Cof Gogledd Cymru](#)
- [Cynllun Achredu Cymunedau sy'n Deall Dementia](#)

Beth sydd angen ei wella

Mae [Strategaeth Dementia Gogledd Cymru](#) yn nodi blaenoriaethau ar gyfer gwella.

- Gweithio tuag at statws sy'n gyfeillgar i ddementia ar gyfer ein sefydliadau a'n cymunedau.
- Datblygu'r Llwybr Cymorth Cof ymhellach.
- Nodi nam ar y clyw mewn pobl â dementia.
- Cynyddu cefnogaeth yn y gymuned fel nad oes angen derbyniadau i'r ysbyty a gweithio gyda'r gwasanaethau brys i wella gofal i bobl yr effeithir arnynt gan ddementia.
- Archwilio atebion trafndiaeth i bobl sy'n byw gyda dementia.

Mwy o wybodaeth

- [Chwiliadau am lenyddiaeth a chrynodebau o dystiolaeth](#)
- [Bwletinau ymchwil](#)
- [Cyfeiriadur ymgysylltu](#)

Partneriaethau, strategaethau a pholisi

- [Strategaeth Dementia Gogledd Cymru a chynllun gweithredu](#)
- [Strategaeth ddrafft dementia Cymru 2026 i 2036](#)

04 Oedolion sy'n anabl gan gynnwys nam ar y synhwyrau neu sydd â chyflyrau iechyd hirdymor

Dyma fersiwn ymgynghori'r adroddiad. Bydd fersiwn derfynol yr adroddiad yn cynnwys newidiadau a wnawn o'r adborth a dderbyniwn, a gwybodaeth am sut y gwnaethom gynnal yr ymgynghoriad.

Rydym wedi cyhoeddi'r holl [ddata ac ymchwil cefndirol](#) a ddefnyddiwyd yn yr Asesiad Anghenion y Boblogaeth ar wahân. Mae'r adroddiadau hyn yn darparu siartiau a thablau manwl ac yn egluro unrhyw broblemau gydag ansawdd neu argaeledd data, ac yn cynnwys gwybodaeth am ffynonellau a methodolegau.

Grŵp poblogaeth

Gan ddefnyddio diffiniad Deddf Cydraddoldeb 2010, mae pobl yn anabl os oes ganddynt nam corfforol neu feddyliol sydd ag effaith negyddol sylweddol a hirdymor ar eu gallu i wneud gweithgareddau dyddiol arferol. Yn yr adran hon, rydym yn canolbwyntio ar oedolion 16 i 64 oed sydd â nam corfforol gan gynnwys nam ar y synhwyrau a chyflyrau iechyd corfforol hirdymor sy'n bodloni'r diffiniad hwn.

Yn y bennod hon rydym yn canolbwyntio ar oedolion o oedran gweithio sydd angen gofal a chymorth. Mae rhagor o wybodaeth am y mater hwn yn y bennod am blant a phobl ifanc, a'r bennod am bobl hŷn.

Argymhellion

Chwalu'r rhwystrau y mae pobl anabl o oedran gweithio yn eu hwynebu mewn trafndiaeth, tai, cyflogaeth, incwm, gwybodaeth, a gofal iechyd. Darparu gofal cymdeithasol yn seiliedig ar yr hyn sy'n bwysig i bobl.

Negeseuon allweddol

- Mae gan o leiaf 73,800 o bobl 16 a 64 oed yng Ngogledd Cymru anabledd, gan gynyddu o 15.3% o oedolion oedran gweithio yn 2011 i 18.1% yn 2021.
- Mae hyn yn cynnwys tua 30,950 o bobl y cyfyngwyd llawer ar eu gweithgareddau dyddiol.
- Mae'r tebygolrwydd o fod yn anabl yn cynyddu gydag oedran.

- Mae offeryn amcangyfrif colli golwg Sefydliad Cenedlaethol Brenhinol y Deillion yn dangos bod 29,200 o bobl yng Ngogledd Cymru yn ddall neu wedi colli eu golwg, gan gynnwys tua 4,000 â cholled golwg difrifol.
- Amcangyfrifir bod 216,150 o bobl yng Ngogledd Cymru yn byw gyda cholled clyw, gan gynnwys tua 21,600 â cholled clyw difrifol.
- Amcangyfrifir bod gan 5,550 o bobl yng Ngogledd Cymru golled golwg a chlyw.
- Rhagwelir y bydd nifer y bobl â cholled golwg, colli clyw neu'r ddau yn cynyddu yn y deng mlynedd nesaf, wrth i nifer y bobl hŷn yn y boblogaeth dyfu.
- O'i gymharu â'r boblogaeth gyffredinol, mae pobl anabl yn fwy tebygol o fod ag iechyd gwael neu o fod yn ofalwyr di-dâl. Maent yn llai tebygol o fod mewn gwaith â thâl, mewn gwaith llawn amser, ac yn fwy tebygol o gael trafferthion ariannol a phrofi amddifadedd. Maent yn debygol o wynebu heriau ychwanegol os ydynt o gefndir lleiafrifol ethnig ac os ydynt o'r gymuned lesbiaidd, hoyw, deurywiol, traws a chwîr (LGBTQ+).
- Y tu hwnt i'r sector gofal cymdeithasol, mae angen i ni chwalu'r rhwystrau y mae pobl anabl o oedran gweithio yn eu hwynebu mewn trafndiaeth, tai, cyflogaeth, incwm a gofal iechyd.

Yr hyn mae pobl yn ei ddweud wrthym

Mae rhai o'r themâu sy'n dod i'r amlwg o'n gwaith ymgysylltu yn cynnwys:

- **Gofal lliniarol a diwedd oes:** dywedodd rhai pobl fod y nyrsys a'r gofalwyr gofal lliniarol yn rhagorol, dywedodd eraill fod diffyg gofal nyrsio dros nos i'w galluogi i ofalu am y person gartref.
- **Anaf i'r ymennydd a gafwyd:** nododd rhai pobl fwch yn y ffordd y cefnogir anghenion gofal cymdeithasol cleifion ag anafiadau i'r ymennydd a gafwyd ac argymhellwyd dull yn seiliedig ar gydweithio rhwng cynghorau iechyd a lleol gyda'r claf wrth wraidd y broses o wneud penderfyniadau.
- **Cymorth ar ôl gofal iechyd:** soniodd rhai am bwysigrwydd cymorth adsefydlu ar ôl rhyddhau cleifion â salwch cronig ac anabl o'r ysbyty a gorfod ymladd am ofal cymdeithasol sy'n diwallu eu hanghenion.

Crybwyllwyd pobl â cholled golwg yn wynebu risgiau sylweddol i'w diogelwch corfforol, eu hiechyd a'u lles. Mae'r heriau mawr yn cynnwys risg uwch o gwmpo, mwy o berygl o draffig stryd ac e-sgwteri, ynysu cymdeithasol, a chyfraddau uwch o iselder a phryder.

Mae pobl â cholled golwg a chlyw (nam synhwyrdd deul neu fyddarddallineb) yn wynebu risgiau sylweddol uwch o gwmpo, ynysu cymdeithasol, dirywiad gwybyddol (gan gynnwys dementia), problemau cardiofasgwlaidd, ac iselder. Mae colli'r synhwyrdd cynradd hyn yn effeithio'n ddwfn ar gyfathrebu dyddiol, ymwybyddiaeth ofodol, a symudedd annibynnol.

Mae pobl sy'n darparu gwasanaethau yn dweud wrthym fod y galw a'r cymhlethdod yn cynyddu, nid dim ond nifer yr achosion. Mae heriau gyda'r pontio rhwng gwasanaethau plant ac oedolion. Mae yna hefyd broblemau ynghylch integreiddio ag iechyd, gan gynnwys heriau ynghylch a yw cyllid yn cael ei ddarparu gan iechyd neu ofal cymdeithasol mewn rhai achosion, a elwir yn Ofal Iechyd Parhaus (GIP).

“Mae'n gymhleth. Neidio drwy hwps i gyrraedd y person iawn. Cael eich trim fel claf yn hytrach na fel person. Bysa cael un person neu un pwynt cyswllt yn brofiad llawer mwy positif, rhywun i edrych ar fy ôl neu afael fy llaw tra dwi'n mynd drwy y system.”

Cyfranogwr yn yr arolwg

Fe wnaethon ni gynnal ymgysylltiad â grŵp o bobl â cholled clyw fel rhan o'n hymarfer gwrandio ar ddementia. Dywedon nhw wrthym am bwysigrwydd ymwybyddiaeth, cyfathrebu ac ymgysylltu â byddardod, yn enwedig yn laith Arwyddion Prydain.

Nododd yr adroddiad darganfod a osododd y sylfeini ar gyfer Cynllun Iechyd Menywod Cymru themâu o'u harolwg a'u grwpiau ffocws. Roedd y themâu'n cynnwys menywod yn dweud nad oeddent yn cael eu gwrandio arnynt, eu credu na'u cymryd o ddifrif am eu hiechyd. Dywedon nhw hefyd eu bod nhw'n teimlo na allwch chi gysylltu â meddyg teulu am unrhyw beth nad yw'n frys, sy'n golygu aros nes bod y symptomau'n ddrwg yn hytrach na chael cymorth yn gynnar. Siaradodd rhai am yr effaith a gafodd hyn ar eu gallu i gyflawni eu rolau gofalu. Gall cefnogaeth yn y gweithle, gan gynnwys empathi, dealltwriaeth a hyblygrwydd, helpu menywod i fyw gyda chyflyrau iechyd cronig.

Yr hyn mae'r data a'r ymchwil yn ei ddweud wrthym

Mae gan o leiaf 73,800 o bobl 16 i 64 oed yng Ngogledd Cymru anabledd fel y'i diffinnir yn Neddf Cydraddoldeb.

- Cynyddodd nifer yr oedolion anabl yn y grŵp oedran hwn tua 8,850 rhwng Cyfrifiad 2011 a 2021, o 15.3% i 18.1% o oedolion o oedran gweithio.
- Mae bron i 2,100 o bobl oedran gweithio yng Ngogledd Cymru sydd ag anabledd yn derbyn gofal a chymorth gan gynghorau lleol.
- Mae dynion yn fwy tebygol o dderbyn gofal a chymorth gan gynghorau lleol na menywod.
- Mae'r tebygolrwydd o fod yn anabl yn cynyddu gydag oedran.
- Y prif gyflyrau ar gyfer oedolion o oedran gweithio sy'n hawlio budd-daliadau anabledd yw cyflyrau seiciatrig, cyhyrsgerberbydol a niwrolegol.
- Mae gan tua un o bob deg o bobl sy'n anabl anghenion cymhleth. Mae pobl anabl ag anghenion cymhleth yn tueddu i gael dau neu fwy o'r cyflyrau canlynol – byddar neu nam ar y clyw; dall neu nam ar y golwg; anabledd dysgu; awtistiaeth.

O'i gymharu â'r boblogaeth gyffredinol mae pobl anabl yn:

- Mwy tebygol o gael iechyd gwael.
- Mwy tebygol o fod yn ofalwyr di-dâl.
- Llai tebygol o fod mewn gwaith â thâl, llai tebygol o fod mewn gwaith llawn amser a mwy tebygol o gael trafferthion ariannol.
- Llai tebygol o fod â chymwysterau addysgol.
- Mwy tebygol o brofi amddifadedd.

Gall nifer yr oedolion o oedran gweithio sydd angen cymorth ar gyfer anabledd a chyflyrau iechyd gynyddu yn y dyfodol, hyd yn oed os nad yw'r boblogaeth o oedran gweithio yn tyfu llawer iawn.

Amcangyfrifir bod 29,200 o bobl yng Ngogledd Cymru yn ddall neu wedi colli eu golwg, gan gynnwys tua 4,000 â cholled golwg difrifol.

- Rhagwelir y bydd nifer y bobl sydd wedi colli eu golwg yn cynyddu tua 4,900 neu 17% yn y deng mlynedd nesaf.
- Rhai o achosion mwyaf cyffredin colli golwg yw cataractau, glawcoma a dirywiad macwlaidd sy'n gysylltiedig ag oedran.
- Mae'r risg o gwmpo yn uwch mewn pobl sydd wedi colli eu golwg.

Amcangyfrifir bod 216,150 o bobl yng Ngogledd Cymru yn byw gyda cholled clyw, gan gynnwys tua 21,600 â cholled clyw difrifol.

- Rhagwelir y bydd nifer y bobl sydd â cholled clyw yn cynyddu tua 10,000 neu 5% yn y deng mlynedd nesaf.
- Mae colli clyw yn gysylltiedig â chynnydd mewn cyflyrau iechyd cronig eraill.

Amcangyfrifir bod gan 5,550 o bobl yng Ngogledd Cymru golled golwg a chlyw.

Mae cysylltiadau rhwng colli golwg a chlyw a risg dementia.

Mae ymchwil yn nodi'r heriau canlynol y mae pobl anabl yn eu hwynebu, gan gynnwys pobl â nam ar y synhwyrâu neu gyflyrau iechyd hirdymor.

- Gall **pobl â chyflyrau cronig** brofi diffyg cymorth hirdymor, sy'n canolbwyntio ar y person, ochr yn ochr â materion cymdeithasol ehangach fel straen ariannol, tai, a diffyg gwybodaeth hygyrch a chyfleoedd cyflogaeth. Gallant wynebu rhwystrau o fewn gofal iechyd, gan gynnwys peidio â chael eu gwranddo, cysgodi diagnostig (lle mae un cyflwr yn cael ei feio am yr holl symptomau), a mynediad gwael at gymorth iechyd meddwl. Gall cyflyrau lluosog waethygu anawsterau gan gynnwys cael mynediad at wasanaethau, a theimladau o unigrwydd ac ynysu.
- Gall **pobl sy'n derbyn gofal lliniarol a gofal diwedd oes** a'u teuluoedd ganfod bod gofal yn aml wedi'i gydlynyn'n wael, gyda mynediad cyfyngedig at gymorth cymunedol ac arbenigol priodol. Gall unigolion wynebu derbyniadau i'r ysbyty y gellir eu hosgoi, rheoli symptomau annigonol, a diffyg ymwybyddiaeth neu gyfranogiad mewn penderfyniadau am eu gofal. Mae problemau mynediad yn cael eu gwaethygu gan brinder gweithlu, gwledigrwydd, amddifadedd, a darpariaeth iaith Gymraeg gyfyngedig.
- Mae **pobl anabl** yn gyffredinol yn wynebu rhwystrau systemig gan gynnwys gwasanaethau anhygyrch, trafnidiaeth, tai, gweithleoedd a manau cyhoeddus. Gallant brofi stigma, gwahaniaethu, canlyniadau iechyd gwaeth, ac ynysu cymdeithasol. Gall oedi neu fylchau mewn gofal waethygu anghenion a lles meddyliol yn y dyfodol.
- Mae **pobl ag anableddau corfforol** yn wynebu rhwystrau sy'n gysylltiedig yn bennaf â'r amgylchedd adeiledig a thrafnidiaeth (er enghraifft: adeiladau, strydoedd a thrafnidiaeth gyhoeddus anhygyrch). Mae'r problemau hyn yn cyfyngu ar symudedd, yn lleihau cyfranogiad cymdeithasol, ac yn cynyddu dibyniaeth ar eraill.
- **Pobl ag anableddau synhwyrdd.** Gall pobl fyddar neu drwm eu clyw wynebu: rhwystrau cyfathrebu, mynediad cyfyngedig at ddehongli iaith Arwyddion Prydain (BSL), a diffyg systemau hygyrch a all arwain at ofal gwaeth a llai o ymreolaeth.

Gall pobl sy'n ddall neu sydd â golwg gwan wynebu anawsterau gyda thrafnidiaeth, fformatau cyfathrebu, a risg uwch o dlodi a diweithdra. Mae pobl sy'n fyddar ac yn ddall yn wynebu heriau sylweddol gyda chyfathrebu, symudedd, cael mynediad at wasanaethau, ac ynysu cymdeithasol, a waethygir yn aml gan ddiffyg cefnogaeth arbenigol

- Gall **pobl ag anableddau anweledig** ei chael hi'n anodd cael mynediad at gefnogaeth oherwydd diffyg cydnabyddiaeth neu ddealltwriaeth. Gall ofn stigma neu anghrediniaeth arwain at beidio â datgelu, ynysu, a heriau mewn gweithleoedd a mannau cyhoeddus.
- **Gall pobl wynebu anfantais lluosog.** Er enghraifft, gall rhai grwpiau lleiafrifoedd ethnig wynebu risg uwch o rai cyflyrau, a waethygir gan anfantais, gwahaniaethu, a diffyg cefnogaeth sy'n briodol yn ddiwylliannol. Yn aml, nid oes llawer o ymchwil i gyflyrau menywod, nid yw symptomau bob amser yn cael eu credu, gallant fod yn destun beio pwysau, gwrthod triniaeth, a gallant wynebu canlyniadau iechyd gwaeth. Gall pobl lesbiaidd, hoyw, deurywiol, traws a chwîr (LGBTQ+) fod yn fwy agored i wahaniaethu, canlyniadau iechyd gwaeth, ac allgáu o fewn gwasanaethau ac amgylcheddau gofal.
- **Mae angen monitro materion iechyd eraill o hyd.** Nid yw pob mater iechyd yn gysylltiedig ag anableddau presennol neu gyflyrau hirdymor. Pan gollir achosion eraill, fe'i gelwir yn 'gysgodi diagnostig'.

Adolygiad gwasanaethau: beth sy'n gweithio a beth sydd angen ei wella

Y themâu sy'n dod i'r amlwg o'r asesiad yw gofal lliniarol a gofal diwedd oes, ymchwilio i fylchau mewn cefnogaeth i bobl ag anafiadau i'r ymennydd a gafwyd a darparu cefnogaeth emosiynol ac adsefydlu yn dilyn gofal iechyd. Mae thema hefyd am bwysigrwydd gwrandio a deall beth sy'n bwysig i bobl fel y gallwn gydweithio i ddarparu gofal a chefnogaeth effeithiol cyn gynted â phosibl.

Y tu hwnt i'r sector gofal cymdeithasol, mae angen i ni chwalu'r rhwystrau y mae pobl anabl o oedran gweithio yn eu hwynebu mewn trafndiaeth, tai, cyflogaeth, incwm a gofal iechyd. Mae'r [Cynllun Iechyd Menywod Cymru](#) osod gweledigaeth 10 mlynedd o hyd i wella gwasanaethau gofal iechyd i fenywod.

Mwy o wybodaeth

- [Chwiliadau am lenyddiaeth a chrynodebau o dystiolaeth](#)
- [Bwletinau ymchwil](#)

- [Cyfeiriadur ymgysylltu](#)

Partneriaethau, strategaethau a pholisi

- [Iechyd Menywod yng Nghymru: Adroddiad Darganfod](#)
- [Chronic Women – Menywod Cronig. Poetry by Women Living with Ongoing Health Conditions – Cerddi Gan Fenywod Sy'n Byw Gyda Chyflyrau Iechyd Parhaus](#)
- Asesiad Anghenion Iechyd y Boblogaeth ar gyfer gofal lliniarol a gofal diwedd oes **[dan ddatblygiad]**
- [National Audit of Care at the End of Life](#) (gwefan ar gael yn Saesneg yn unig)

05 Oedolion ag anabledd dysgu

Dyma fersiwn ymgynghori'r adroddiad. Bydd fersiwn derfynol yr adroddiad yn cynnwys newidiadau a wnawn o'r adborth a dderbyniwn, a gwybodaeth am sut y gwnaethom gynnal yr ymgynghoriad.

Rydym wedi cyhoeddi'r holl [ddata ac ymchwil cefndirol](#) a ddefnyddiwyd yn yr Asesiad Anghenion y Boblogaeth ar wahân. Mae'r adroddiadau hyn yn darparu siartiau a thablau manwl ac yn egluro unrhyw broblemau gydag ansawdd neu argaeledd data, ac yn cynnwys gwybodaeth am ffynonellau a methodolegau.

Grŵp poblogaeth

Ein gweledigaeth yw bod pobl ag anableddau dysgu yn cael eu gwerthfawrogi a'u cefnogi i fyw bywydau hapus, diogel a chyflawn o fewn eu cymuned yng Ngogledd Cymru.

Mae anabledd dysgu yn gallu deallusol is ac anhawster gyda gweithgareddau bob dydd. Mae hyn yn wahanol i anhawster dysgu sy'n derm ehangach sy'n cynnwys pobl ag anawsterau dysgu penodol fel dyslecsia.

Yn y bennod hon rydym yn canolbwyntio ar oedolion o oedran gweithio sydd angen gofal a chymorth. Mae rhagor o wybodaeth am y mater hwn yn y bennod am blant a phobl ifanc, a'r bennod am bobl hŷn.

Argymhellion

Rhoi Strategaeth Anabledd Dysgu Gogledd Cymru ar waith i helpu pobl i gyrraedd eu potensial, mynd i'r afael â phroblemau trafnidiaeth, hyrwyddo perthnasoedd cadarnhaol, cefnogi pobl ag anableddau dysgu dwys a lluosog, a mwy.

Negeseuon allweddol

- Mae pobl ag anableddau dysgu eisiau cymorth i gyrraedd eu potensial, gan gynnwys mewn addysg a chyflogaeth.
- Mae cael eich barn wedi'i chlywed yn allweddol i lesiant ac annibyniaeth.
- Mae'n bwysig cael mynediad at drafnidiaeth, teimlo'n ddiogel a chael cefnogaeth, bod yn rhan o'ch cymuned a'ch gweithgareddau (gan gynnwys yn hwyr yn y nos), a'r hawl i fywyd cariadus.

- Mae angen i bobl ag anableddau dysgu gael mynediad cyfartal at bob math o ofal iechyd.
- Mae tîm rhanbarthol Gogledd Cymru Gyda'i Gilydd, cynghorau lleol, y bwrdd iechyd, a phobl ag anableddau dysgu wedi cydweithio i wella cefnogaeth ers yr asesiad anghenion diwethaf.
- Mae [Strategaeth Anabledd Dysgu Gogledd Cymru](#) yn dweud beth fyddwn ni'n gweithio arno gyda'n gilydd i barhau i wella cefnogaeth i bobl ag anableddau dysgu.
- Gwellu mynediad at ofal iechyd i bobl ag anableddau dysgu. Mae hyn yn cynnwys sicrhau bod meddygon yn ystyried achosion posibl eraill wrth drin rhywun sydd â diagnosis presennol (er mwyn osgoi'r hyn a elwir yn 'gysgodi diagnostig') yn ogystal â darparu gwybodaeth hygyrch a gwiriadau iechyd rheolaidd. Gall hyn leihau anghydraddoldebau iechyd a helpu pobl i fyw bywydau hirach ac iachach.

Yr hyn mae pobl yn ei ddweud wrthym

Y neges gyffredinol o ymgynghoriad strategaeth anabledd dysgu Gogledd Cymru yw y dylem fod yn helpu pobl ag anableddau dysgu i gyrraedd eu potensial. Dyma rai o'r pethau eraill y dywedodd pobl eu bod yn bwysig iddynt.

- **Hunan-eiriolaeth.** Mae cael eich barn wedi'i chlywed yn allweddol i lesiant ac annibyniaeth.
- **Trafnidiaeth.** Mae tocynnau bws yn cael eu gwerthfawrogi ac mae trafndiaeth annibynadwy yn achosi heriau.
- **Teimlo'n ddiogel a chael cefnogaeth.** Mae pobl yn gwerthfawrogi'r gefnogaeth maen nhw'n ei derbyn, ac mae recriwtio sy'n seiliedig ar werthoedd yn helpu. Mae recriwtio sy'n seiliedig ar werthoedd yn ymwneud â dod o hyd i bobl â'r gwerthoedd a'r ymddygiadau cywir, nid dim ond y cymwysterau cywir, a chynnwys pobl mewn penderfyniadau ynghylch pwy fydd yn eu cefnogi. Mae pobl eisiau gwybodaeth hygyrch, hawdd ei darllen, yn enwedig gydag apwyntiadau iechyd, ac i deimlo'n ddiogel yn eu cymunedau lleol.
- **Gweithgareddau cymunedol a hamdden.** Mae pobl yn mwynhau llawer o wahanol weithgareddau ac mae llawer eisiau gallu aros allan yn hwyr a mynychu gweithgareddau fel clybiau nos yn ddiogel.
- **Hyrwyddo'r hawl i gael perthnasoedd.** Mae llawer o bobl eisiau'r cyfle i gael 'bywyd cariad'. Mae hyn yn mynd yn dda i rai pobl tra bod eraill yn wynebu rhwystrau gan gynnwys diffyg preifatrwydd, lle a dealltwriaeth.

- **Addysg a chyflogaeth.** Cynllunio a dewisiadau gwell ar gyfer bywyd ar ôl ysgol i gyd-fynd ag anghenion ac uchelgeisiau. Helpu i gael mynediad at gyflogaeth â thâl a chreu cyflogwyr sy'n hyderus o ran anabledd.
- **Pobl ag anableddau dysgu lluosog a dwys.** Mae angen i ni wneud mwy o waith i hyrwyddo annibyniaeth a dewis i'r grŵp hwn a gwella ein dealltwriaeth o'r gefnogaeth sydd ei hangen, gan gynnwys cefnogaeth i ofalwyr di-dâl.
- **Archwiliadau iechyd.** Mae'r gwaith i hyrwyddo archwiliadau iechyd rheolaidd a hygyrch wedi bod yn dda ac mae pobl eisiau i hyn barhau.

Soniodd adborth gan y bwrdd iechyd hefyd am yr angen i gynyddu nifer y bobl sy'n manteisio ar y rhaglenni sgrinio cenedlaethol a sicrhau bod pobl wedi cofrestru gyda'u meddyg teulu fel y gallant gael mynediad at wiriadau iechyd rheolaidd. Soniasant hefyd am yr angen i gynyddu ymwybyddiaeth o gysgodi diagnostig ymhlith staff iechyd a gofal (gan sicrhau bod pobl yn ystyried achosion posibl eraill wrth drin rhywun sydd â diagnosis presennol). Mae angen monitro materion iechyd eraill o hyd gan nad yw pob problem iechyd yn gysylltiedig ag anableddau dysgu.

Yr hyn mae'r data a'r ymchwil yn ei ddweud wrthym

- [Mae amcangyfrifon yn seiliedig ar wybodaeth a gyhoeddwyd gan Mencap](#) yn awgrymu bod tua 15,500 o bobl ag anabledd dysgu yng Ngogledd Cymru
- Amcangyfrifir bod 8,575 o bobl o oedran gweithio gydag anabledd dysgu yng Ngogledd Cymru.
- Mae tua 3,325 o blant ag anableddau dysgu.
- Rydym yn llai sicr ynglŷn ag amcangyfrifon ar gyfer pobl hŷn (3,625) gan y byddem yn disgwyl gweld niferoedd is oherwydd disgwyliad oes is i bobl ag anableddau dysgu.. Mae gan bobl ag anableddau dysgu ddisgwyliad oes sydd tua 19.5 mlynedd yn fyrrach na'r boblogaeth gyffredinol.
- Disgwylir i'r niferoedd gynyddu ychydig i tua 15,900 erbyn 2034 a 16,250 erbyn 2044, wedi'i yrru gan dwf y boblogaeth yn gyffredinol..
- Mae tua 3,950 sydd â diagnosis o anabledd dysgu wedi cofrestru gyda meddygon teulu Gogledd Cymru (pob oed) – dim ond tua 25% o gyfanswm amcangyfrifedig y bobl ag anabledd dysgu yw hyn.
- Mae gan bobl ag anableddau dysgu ganlyniadau iechyd gwaeth na'r boblogaeth gyffredinol.
- Mae tua 3,025 o bobl yn hysbys i wasanaeth anabledd dysgu oedolion y bwrdd iechyd a gwnaed bron i 1,800 o wiriadau iechyd yn 2024/25.

Mae'r data diweddaraf sydd gennym o'r Gofrestr Anableddau Dysgu yn eithaf hen (2020/21) ond mae'n dangos:

- tua 3,670 o bobl ag anableddau dysgu wedi'u cofrestru gyda'r Gwasanaethau Cymdeithasol ar draws y rhanbarth – roedd hyn tua 53 o bobl fesul 10,000 o'r boblogaeth ac yn uwch na chyfartaledd Cymru o 44 o bobl fesul 10,000.
- tua 600 o bobl ar y gofrestr oedd plant (18%), 2,670 o oedran gweithio (73%) a 320 yn 65 oed neu'n hŷn (9%).
- roedd y rhan fwyaf o bobl yn byw mewn lleoliad cymunedol (2,910), yn bennaf yn eu cartref eu hunain neu gartref eu rhieni. Roedd 390 mewn llety preswyl preifat neu wirfoddol, 40 mewn llety awdurdod lleol neu wasanaeth iechyd a 340 mewn llety arall.

Adolygiad gwasanaethau: beth sy'n gweithio a beth sydd angen ei wella

Cynhaliwyd Strategaeth Anabledd Dysgu Gogledd Cymru 2019 gan dîm rhanbarthol Gogledd Cymru Gyda'n Gilydd. Fe wnaethon nhw greu'r [Strategaeth Cyflogaeth â Chymorth Gogledd Cymru](#), [sef lleoliadau technoleg galw heibio i helpu pobl i ddefnyddio technoleg ddigidol](#), [chymorth ymddygiad cadarnhaol](#) i bobl ag anghenion cymhleth, a mwy. [Gweler y strategaeth ddiwygiedig a gyhoeddwyd yn 2025 am fanylion](#). Mae angen i ni feddwl am sut y bydd y gwaith hwn yn parhau ar ôl i'r cyllid ddod i ben yn 2027.

Mae'r strategaeth ddiweddaraf yn dweud y dylem ganolbwyntio ar:

1. Helpu pobl i gyrraedd eu potensial.
2. Heriau trafnidiaeth, yn enwedig mewn ardaloedd gwledig.
3. Cymorth da sy'n canolbwyntio ar yr hyn y gall pobl ei wneud.
4. Lle da i fyw. Cynllunio'r tai a'r fflatiau sydd eu hangen nawr ac yn y dyfodol. Cael eich tenantiaeth eich hun, byw â chymorth sy'n teimlo fel cartref a chymryd risgiau rhesymol yn eich cartref eich hun.
5. Rhywbeth ystyrlon i'w wneud. Mae angen mwy o gyflogaeth â chymorth a phethau ystyrlon i bobl eu gwneud yn ystod y dydd. Mae angen i ni weithio gyda cholegau arbenigol i ganolbwyntio ar gryfderau a nodau pobl.
6. Pobl ag anableddau dwys a lluosog. Sicrhau bod pobl yn deall anghenion cymhleth i ddarparu'r cymorth cywir.

7. Llais, dewis a rheolaeth. Cynnwys a gwrando ar bobl fel y gallant wneud eu dewisiadau eu hunain am eu bywydau. Hyrwyddo hunan-eiriolaeth a helpu pobl ag anableddau dwys a lluosog i gael mynediad at gymorth eiriolaeth.
8. Cefnogi plant a phobl ifanc i ddatblygu sgiliau a chyrraedd eu nodau.
9. Cymorth i bobl o bob oed. Gwnewch yn siŵr bod gan bobl gefnogaeth drwy gydol gwahanol gyfnodau bywyd. Parhewch i hyrwyddo archwiliadau iechyd rheolaidd a hygyrch. Gwnewch yn siŵr bod gan ofalwyr di-dâl gefnogaeth, eiriolaeth ac opsiynau ar gyfer seibiannau.
10. Hyrwyddo perthnasoedd cadarnhaol. Grymuso pobl i ddatblygu eu bywyd cymdeithasol, cael perthnasoedd iach a chyfleoedd i fwynhau gweithgareddau gan gynnwys ymarfer corff, dawnsio, clwb drama, crefftau, clybiau ieuenctid, digwyddiadau cerddoriaeth a mwy.

Mwy o wybodaeth

- [Chwiliadau am lenyddiaeth a chrynodebau o dystiolaeth](#)
- [Bwletinau ymchwil](#)
- [Cyfeiriadur ymgysylltu](#)

Partneriaethau, strategaethau a pholisi

- [Gogledd Cymru Gyda'n Gilydd](#)
- [Strategaeth Anabledd Dysgu Gogledd Cymru 2025-2035](#)

06 Oedolion sy'n niwroamrywiol

Dyma fersiwn ymgynghori'r adroddiad. Bydd fersiwn derfynol yr adroddiad yn cynnwys newidiadau a wnawn o'r adborth a dderbyniwn, a gwybodaeth am sut y gwnaethom gynnal yr ymgynghoriad.

Rydym wedi cyhoeddi'r holl [ddata ac ymchwil cefndirol](#) a ddefnyddiwyd yn yr Asesiad Anghenion y Boblogaeth ar wahân. Mae'r adroddiadau hyn yn darparu siartiau a thablau manwl ac yn egluro unrhyw broblemau gydag ansawdd neu argaeledd data, ac yn cynnwys gwybodaeth am ffynonellau a methodolegau.

Grŵp poblogaeth

Diffinnir **niwroamrywiad** fel cael ymennydd sy'n gweithio'n wahanol ac mae **niwroamrywiol** yn derm a ddefnyddir i ddisgrifio person sydd ag ymennydd sy'n gweithio'n wahanol. Mae hyn yn cynnwys y rhai sy'n awtistig, sydd ag anhwylder diffyg canolbwytio a gorfywiogrwydd (ADHD), anhwylder cydlyniad datblygiadol (dyspracsia), a syndrom Tourette neu anhwylderau tic. Canolbwyntiodd y bennod hon ar oedolion â chyflyrau niwroddatblygiadol sydd angen cymorth neu a allai fod angen cymorth.

Mae gwybodaeth am blant a phobl ifanc niwroamrywiol ar gael yn y bennod blant.

Argymhellion

Creu amgylcheddau cynhwysol i fynd i'r afael â'r heriau y mae oedolion niwroamrywiol yn eu hwynebu. Gwnewch yn siŵr bod gofal a chymorth wedi'u teilwra i anghenion pob person.

Negeseuon allweddol

- Mae mwy o ymwybyddiaeth o awtistiaeth ac ADHD yn golygu bod mwy o bobl yn ceisio diagnosis. Mae gwell dealltwriaeth o awtistiaeth yn golygu bod cyfraddau cyffredinolrwydd wedi cynyddu.
- Mae'n anoddach amcangyfrif cyfraddau cyffredinolrwydd ar gyfer anhwylderau dysgu penodol, fel ADHD, dyslecsia neu anhwylder cydlyniad datblygiadol (dyspracsia).

- Gall nifer y bobl rhwng 18 a 65 oed sydd angen cymorth ar gyfer cyflyrau niwroddatblygiadol gynyddu yn y dyfodol, hyd yn oed os nad yw'r boblogaeth o oedran gweithio yn tyfu llawer iawn.
- Gall creu amgylcheddau niwro-gynhwysol helpu i fynd i'r afael â llawer o'r heriau y mae oedolion niwroamrywiol yn eu hwynebu.

Yr hyn mae pobl yn ei ddweud wrthym

"The saddest thing for me as a late diagnosed person is that I spent 35 years feeling like everything was my fault. I'm sad for the person I was as I should never have been made to feel like that for being different."

[Y peth mwyaf trist i mi fel person sydd wedi cael diagnosis hwyr yw fy mod i wedi treulio 35 mlynedd yn teimlo mai fy mai i oedd popeth. Dw i'n drist dros y person oeddwn i gan na ddylwn i byth fod wedi cael fy ngwneud i deimlo fel 'na am fod yn wahanol.]

Kris, oedolyn awtistig

Yr hyn mae'r data a'r ymchwil yn ei ddweud wrthym

Mae mwy o ymwybyddiaeth o awtistiaeth ac ADHD yn golygu bod mwy o bobl yn ceisio diagnosis

- Efallai bod y cyfraddau awtistiaeth yn dal i gael eu tanamcangyfrif, yn enwedig ar gyfer menywod a merched.
- Mae cyfraddau awtistiaeth yn ymddangos yn uwch i blant nag i oedolion, yn rhannol oherwydd ymchwil fwy diweddar ar gyfer plant a mwy o ymwybyddiaeth o'r cyflwr.
- Amcangyfrifir bod tua 4,600 o bobl rhwng 18 a 65 oed yng Ngogledd Cymru yn awtistig.

Mae'n anoddach amcangyfrif cyfraddau cyffredinolrwydd ar gyfer mathau eraill o niwroamrywiaeth

- Mae'n bosibl bod gan tua 16,250 o bobl 18 a 65 oed yng Ngogledd Cymru anhwylder diffyg canolbwyntio a gorfywiogrwydd (ADHD).
- Mae amcangyfrifon ar gyfer nifer y bobl â dyslecsia yn amrywio o 3% i 20% o'r boblogaeth gyda Chymdeithas Dyslecsia Prydain yn amcangyfrif bod 10% o

boblogaeth y DU yn ddyslecsig, gan gynnwys 4% o'r boblogaeth sydd â dyslecsia difrifol.

- Mae'r Sefydliad Dyspracsia'n amcangyfrif bod dyspracsia yn effeithio ar tua 5% o blant oedran ysgol, sy'n cynnwys tua 2% o blant â dyspracsia mwy difrifol. Yn y rhan helaeth o achosion, mae'r problemau'n parhau nes bod y plant yn eu harddegau ac yn tyfu'n oedolion, gydag amcangyfrifon yn yr ystod o 3% i 5% o oedolion yn cael eu heffeithio.
- Mae Cymdeithas Dyslecsia Prydain yn amcangyfrif bod 6% o bobl â dyscalcwlia.

Gall nifer y bobl rhwng 18 a 65 oed sydd angen cymorth ar gyfer cyflyrau niwroddatblygiadol gynyddu yn y dyfodol, hyd yn oed os nad yw'r boblogaeth o oedran gweithio yn tyfu llawer iawn

- Mae dros 1,300 o bobl oedran gweithio yng Ngogledd Cymru sydd â chyflwr niwroddatblygiadol yn derbyn gofal a chymorth gan gynghorau lleol.
- Mae nifer y Taliadau Annibyniaeth Personol ar gyfer cyflyrau niwroddatblygiadol yn cynyddu.

Gall creu amgylcheddau niwro-gynhwysol helpu i fynd i'r afael â llawer o'r heriau y mae oedolion niwroamrywiol yn eu hwynebu

Mae cymuned gynhwysol yn un lle mae croeso i bawb, ni waeth beth fo'u gwahaniaethau. Yn aml, mae pobl sy'n niwroamrywiol yn wynebu heriau sylweddol sy'n gysylltiedig â stigma, diffyg dealltwriaeth, a chefnogaeth annigonol. Gall y rhain gynnwys gofid a thrawma, pwysau i guddio eu gwahaniaethau, oedi neu fylchau mewn diagnosis a gwasanaethau (gan gynnwys mynediad yn y Gymraeg), ac anawsterau symud o wasanaethau cymorth i blant i wasanaethau cymorth i oedolion. Gall anghenion heb eu diwallu, amgylcheddau synhwyrdd, effeithiau ar iechyd meddwl, ac arferion recriwtio neu weithle anhygyrch i gyd leihau lles, hyder a chyfleoedd mewn addysg, iechyd a chyflogaeth.

Bydd y math cywir o addasiadau yn wahanol i bob person a bydd angen eu cydbwysu â chymhlethdod ac anhawster gwneud mannau a gwasanaethau cyhoeddus yn hygyrch i bawb. Mae'r rhain yn faterion i'n cymdeithas gyfan eu hystyried, nid yn unig ar gyfer gwasanaethau gofal a chymorth.

Mae angen monitro materion iechyd eraill o hyd gan nad yw pob mater iechyd yn gysylltiedig â niwroamrywiol. Pan gollir achosion eraill, fe'i gelwir yn 'gysgodi diagnostig'.

Adolygiad gwasanaethau: beth sy'n gweithio a beth sydd angen ei wella

Mae [Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig Gogledd Cymru](#) yn darparu asesiadau diagnostig awtistiaeth i bobl 18 oed a hŷn ynghyd â gwybodaeth, cefnogaeth, a chyfeirio pobl at leoedd y gallant gael mynediad atynt i gael cefnogaeth ychwanegol. Nid ydynt yn wasanaeth argyfwng, felly mewn argyfwng cynghorir pobl i gysylltu â'u cyngor lleol.

Mwy o wybodaeth

- [Chwiliadau am lenyddiaeth a chrynodebau o dystiolaeth](#)
- [Bwletinau ymchwil](#)
- [Cyfeiriadur ymgysylltu](#)

Partneriaethau, strategaethau a pholisi

- [Nirowahaniaeth Cymru](#)

07 Oedolion ag anghenion iechyd meddwl

Dyma fersiwn ymgynghori'r adroddiad. Bydd fersiwn derfynol yr adroddiad yn cynnwys newidiadau a wnawn o'r adborth a dderbyniwn, a gwybodaeth am sut y gwnaethom gynnal yr ymgynghoriad.

Rydym wedi cyhoeddi'r holl [ddata ac ymchwil cefndirol](#) a ddefnyddiwyd yn yr Asesiad Anghenion y Boblogaeth ar wahân. Mae'r adroddiadau hyn yn darparu siartiau a thablau manwl ac yn egluro unrhyw broblemau gydag ansawdd neu argaeledd data, ac yn cynnwys gwybodaeth am ffynonellau a methodolegau.

Grŵp poblogaeth

Mae'r bennod hon yn canolbwyntio ar oedolion o oedran gweithio sydd ag anghenion iechyd meddwl sydd angen cymorth neu a allai fod angen cymorth arnynt.

Mae rhagor o wybodaeth ar gael am:

- iechyd meddwl plant yn y bennod ar blant a phobl ifanc.
- materion cyffuriau ac alcohol gan Fwrdd Cynllunio Ardal Gogledd Cymru.
- lles meddwl i'r boblogaeth gyfan gan gynnwys pobl sy'n cynnal neu'n ceisio cynnal iechyd meddwl da yn Asesiadau Llesiant y Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus.

Argymhellion

Darparu cymorth iechyd meddwl drwy wasanaethau iCAN y bwrdd iechyd. Gweithio gyda'n gilydd i atal hunanladdiad a hunan-niweidio drwy Fforwm Gogledd Cymru. Cefnogi pobl cyn iddynt gyrraedd argyfwng a pharhau â chymorth am ddigon hir i osgoi argyfyngau yn y dyfodol. Mae angen gwneud gwaith i wella gweithio mewn partneriaeth o fewn gwasanaethau iechyd meddwl.

Negeseuon allweddol

- Cofnodwyd bod gan un o bob pedwar claf cofrestredig unrhyw gyflwr iechyd meddwl ar lefel Gogledd Cymru. Mae'r ffigur hwn yn cynnwys ystod eang o gyflyrau iechyd meddwl gan gynnwys dementia, iselder a gorbryder.
- Mae niferoedd a chyfraddau cyffredinolrwydd wedi cynyddu ar gyfer cyflyrau iechyd meddwl difrifol yn ystod y pum mlynedd diwethaf i tua 7,900 o bobl neu 1.1% o'r holl bobl sydd wedi cofrestru gyda meddyg teulu yng Ngogledd Cymru.

- Drwy gydol yr asesiad anghenion rydym wedi nodi cysylltiadau rhwng anghenion gofal a chymorth eraill a risgiau i iechyd meddwl a lles.
- Yn aml, mae pobl â phroblemau iechyd meddwl yn wynebu heriau eang sy'n effeithio ar iechyd, gwaith, cyllid a chysylltiadau cymdeithasol, gyda salwch meddwl yn cael ei ddylanwadu gan amgylchiadau cymdeithasol ehangach ac yn dylanwadu arnynt.
- Mae'n bwysig i bobl y gallant gael mynediad at gymorth iechyd meddwl pan fyddant yn gofyn a chyn iddynt gyrraedd pwynt argyfwng.
- Yr adborth gan staff a'r Bwrdd Partneriaeth oedd y byddent yn hoffi gweld mwy o gydweithio rhwng iechyd a gofal cymdeithasol ar draws y rhanbarth ar gyfer gwasanaethau iechyd meddwl.
- Yn aml, mae gan bobl sydd ag anghenion cymorth iechyd meddwl fywydau anhrefnus ac ni allant bob amser ffitio i mewn i systemau a gynlluniwyd o amgylch apwyntiadau neu reolau sefydlog. Mae angen i wasanaethau fod yn hyblyg i wneud lwfansau ar gyfer hyn.

Yr hyn mae pobl yn ei ddweud wrthym

Y prif thema sy'n dod i'r amlwg ynglŷn ag iechyd meddwl o'r ymatebion i'n harolwg yw'r angen i ddarparu cymorth iechyd meddwl pan fydd pobl yn gofyn a chyn iddynt gyrraedd pwynt argyfwng. Mae ymatebion eraill yn cynnwys yr angen am gymorth cydgysylltiedig fel nad yw pobl yn teimlo eu bod yn cael eu pasio o gwmpas rhwng gwasanaethau ac yn gorfod adrodd eu stori sawl gwaith. Roedd pryderon ynghylch y diffyg cymorth person-i-person sydd ar gael i bobl ag anghenion iechyd meddwl a symudiad i ddarparu cyrsiau hunan-dywys ar-lein yn lle hynny, a ddisgrifiwyd yn yr adborth fel 'ymdrech isel' a 'bron dim cymorth'.

Cynhaliwyd ymgysylltiad yng Ngogledd Cymru i lywio datblygiad Coleg Adferiad. Mae Coleg Adferiad yn lle lle gall unrhyw un ddod i ddysgu am adferiad a lles iechyd meddwl. Maent yn darparu cyrsiau sy'n cael eu cyd-gynhyrchu a'u harwain gan bobl sydd â phrofiad byw o heriau iechyd meddwl. Canfu'r ymgysylltiad y byddai pobl yn hoffi gweld gwasanaeth sy'n edrych y tu hwnt i ddiagnosis ac yn ategu arbenigedd sensitif i brofiad presennol y trydydd sector. Y themâu allweddol sy'n dod i'r amlwg o'r dadansoddiad yw:

- **Dull sy'n seiliedig ar y gymuned:** Coleg Adferiad lleol iawn gyda chysylltiadau cryf â sefydliadau ac arweinwyr cymunedol uchel eu parch.

- **Hygyrchedd a chynhwysiant:** darpariaeth yn y Gymraeg a'r Saesneg, oriau agor hyblyg, opsiynau corfforol ac ar-lein, ac amgylchedd croesawgar, heb stigma.
- **Dan arweiniad cyfoedion ac yn canolbwyntio ar y person:** wedi'i staffio gan weithwyr proffesiynol â phrofiad byw a all feithrin diogelwch seicolegol, empathi ac ymddiriedaeth.
- **Cefnogaeth eang, gyfannol:** cyrsiau ac adnoddau sy'n mynd i'r afael ag adferiad iechyd meddwl ochr yn ochr â materion ehangach fel tai, iechyd corfforol a chysylltiad cymunedol.
- **Seilwaith cynaliadwy:** cyllid cyson, llywodraethu clir, cyd-gynhyrchu gyda defnyddwyr gwasanaeth, ac ymarfer myfyriol i sicrhau perthnasedd ac effaith barhaus.

Yr adborth gan staff a'r Bwrdd Partneriaeth oedd y byddent yn hoffi gweld mwy o gydweithio rhwng iechyd a gofal cymdeithasol ar draws y rhanbarth ar gyfer gwasanaethau iechyd meddwl. Roedd gwahanu gwasanaethau oedolion a phlant o fewn y bwrdd iechyd yn bryder penodol.

Oherwydd rhestrau aros hir ar gyfer gwasanaethau iechyd meddwl plant, gall plant gael eu symud i wasanaethau oedolion cyn cael eu gweld ac yna mae'n rhaid iddynt lywio gwasanaethau oedolion a rhestrau aros oedolion.

Mae bwlch mewn gwasanaethau iechyd meddwl perinatal (mamau newydd), gan fod cyfaddawd weithiau rhwng pwy sy'n gyfrifol (gynaecoleg neu iechyd meddwl) hyd yn oed pan nad yw'r mater iechyd meddwl yn gysylltiedig â beichiogrwydd.

Mae adborth gan gomisiynwyr yn nodi y gall fod yn heriol dod o hyd i gartrefi addas i bobl ag anghenion iechyd meddwl pan fyddant mewn perygl o fod yn ddigartref. Er enghraifft, os mai'r unig gartrefi sydd ar gael yw mewn amgylcheddau swmlyd, anhrefnus, byddai hynny'n cael effaith andwyol bellach ar eu hiechyd meddwl.

Yn aml, mae gan bobl sydd ag anghenion cymorth iechyd meddwl fywydau anhrefnus ac ni allant bob amser ffio i mewn i systemau a gynlluniwyd o amgylch apwyntiadau neu reolau sefydlog. Gall methu dau apwyntiad iechyd meddwl arwain at dynnu cymorth y GIG yn ôl, tra gall methu apwyntiadau budd-daliadau arwain at sancsiynau, gan adael rhai o'r bobl fwyaf agored i niwed heb y cymorth sydd ei angen arnyn. Mae angen i wasanaethau fod yn hyblyg i wneud lwfansau ar gyfer hyn.

Yr hyn mae'r data a'r ymchwil yn ei ddweud wrthym

- Yn aml, mae pobl â phroblemau iechyd meddwl yn wynebu heriau amrywiol sy'n effeithio ar iechyd, gwaith, cyllid a chysylltiadau cymdeithasol, gyda salwch meddwl yn cael ei ddylanwadu gan amgylchiadau cymdeithasol ehangach ac yn dylanwadu arnynt. Er enghraifft, gall caledi ariannol waethygu problemau iechyd meddwl a gall iechyd meddwl gwael ei gwneud hi'n anoddach dianc rhag tlodi.
- Cofnodwyd bod gan un o bob pedwar claf cofrestredig unrhyw gyflwr iechyd meddwl ar lefel Gogledd Cymru. Mae hyn tua 191,650 o gleifion i gyd, ac mae'n cynnwys pobl o bob oed. Mae'r ffigur hwn yn cynnwys ystod eang o gyflyrau iechyd meddwl gan gynnwys dementia, iselder a gorbryder.
- Mae niferoedd a chyfraddau cyffredinolrwydd wedi cynyddu ar gyfer cyflyrau iechyd meddwl difrifol yn ystod y pum mlynedd diwethaf. Mae tua 7,900 o bobl â chyflyrau iechyd meddwl difrifol wedi cofrestru gyda meddygon teulu yng Ngogledd Cymru ar hyn o bryd, sef tua 1.1% o'r holl gleifion. Mae niferoedd a chyfraddau wedi cynyddu ym mhob ardal cyngor lleol yn ystod y pum mlynedd diwethaf pan oedd y ffigurau tua 7,050 o bobl neu 1.0% o gleifion. Mae cyflyrau difrifol yn cynnwys sgitsoffrenia, anhwylder affeithiol deubegwn a seicosis eraill.
- Cofrestrwyd 436 o hunanladdiadau yn 2024 ledled Cymru, sef 15.7 fesul 100,000 o bobl. Roedd 124 o'r hunanladdiadau hyn yng Ngogledd Cymru. Mae dynion dair gwaith yn fwy tebygol o farw trwy hunanladdiad yng Nghymru na menywod. Mae hunanladdiad yn ddigwyddiad anghyffredin, felly mae'r niferoedd yn rhy fach a sensitif i'w hadrodd yn fanwl ar gyfer Gogledd Cymru, er bod data lleol yn cael ei adolygu gan Fforwm Atal Hunanladdiad a Hunan-niwed Gogledd Cymru. Mae achosion hunanladdiad yn gymhleth gan gynnwys amddifadedd economaidd-gymdeithasol, salwch seiciatrïg gan gynnwys iselder difrifol, anhwylder deubegwn, anhwylderau pryder, salwch corfforol fel canser, hanes o hunan-niwed, a hanes teuluol o hunanladdiad.
- Mae'r heriau y mae pobl â chyflyrau iechyd meddwl yn eu hwynebu yn cynnwys anawsterau wrth gael mynediad at gymorth iechyd meddwl amserol a phriodol, gyda phroblemau fel arosiadau hir, llwybrau dameidiog, a gwasanaethau nad ydynt bob amser yn cyd-fynd yn dda ag anghenion neu amgylchiadau pobl.
- Mae angen monitro materion iechyd eraill o hyd gan nad yw pob mater iechyd yn gysylltiedig ag afiechyd meddwl. Pan gollir achosion eraill, fe'i gelwir yn 'gysgodi diagnostig'.

Adolygiad gwasanaethau: beth sy'n gweithio a beth sydd angen ei wella

Mae gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr Hwb [Hwb Iechyd Meddwl](#) sy'n darparu cyngor a gwybodaeth am gymorth iechyd meddwl. Mae hyn yn cynnwys [gwasanaethau Fedra'i](#) across ledled Gogledd Cymru sy'n darparu cymorth gyda materion sy'n effeithio ar iechyd meddwl a lles gan gynnwys adnoddau hunangymorth ar-lein, a Chanolfannau iCAN lle gall unrhyw un alw heibio am gymorth. Maent yn gweithio'n agos gyda sefydliadau gwirfoddol i ddarparu cymorth un i un a gweithgareddau grŵp. Canfuwyd bod hyn yn gwella lles pobl, yn lleihau unigedd ac yn helpu i atal pobl rhag gwaethygu trwy gamu i mewn i ddarparu cymorth cynnar. Mae'r gwaith hwn yn cael ei ariannu gan y bwrdd iechyd a'r Gronfa Integreiddio Rhanbarthol.

Mae Fforwm Atal Hunanladdiad a Hunan-niwed amlasiantaeth yng Ngogledd Cymru. Nid yw tua 70% o bobl sy'n marw trwy hunanladdiad yn hysbys i wasanaethau iechyd meddwl. Mae atal hunanladdiad yn gofyn am ddull amlasiantaeth, ar y cyd. Mae [Enfys Alice](#) yn darparu cymorth i unigolion sydd wedi cael galar neu wedi'u heffeithio gan hunanladdiad yng Ngogledd Cymru.

Mae Bwrdd Partneriaeth Gyda'n Gilydd dros Iechyd Meddwl yn rhoi strategaeth iechyd meddwl Llywodraeth Cymru ar waith yng Ngogledd Cymru. Mae hyn yn cynnwys y model mynediad agored ar gyfer gwasanaethau iechyd meddwl a ddarperir gan y bwrdd iechyd.

Mwy o wybodaeth

- [Chwiliadau am lenyddiaeth a chrynodebau o dystiolaeth](#)
- [Bwletinau ymchwil](#)
- [Cyfeiriadur ymgysylltu](#)

Partneriaethau, strategaethau a pholisi

- [Llywodraeth Cymru: Strategaeth iechyd meddwl a llesiant meddyliol 2025 i 2035](#)
- [Dealltwriaeth: strategaeth atal hunanladdiad a hunan-niweidio, Llywodraeth Cymru](#)
- [Atal hunanladdiad a gwyliadwriaeth, Iechyd Cyhoeddus Cymru](#)
- [Samaritans: latest suicide data](#) (gwefan ar gael yn Saesneg yn unig)
- Proffiliau iechyd meddwl a lles a gynhyrchwyd gan Gyfarwyddiaeth Iechyd y Cyhoedd ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr

08 Gofalwyr sydd angen cymorth

Dyma fersiwn ymgynghori'r adroddiad. Bydd fersiwn derfynol yr adroddiad yn cynnwys newidiadau a wnawn o'r adborth a dderbyniwn, a gwybodaeth am sut y gwnaethom gynnal yr ymgynghoriad.

Rydym wedi cyhoeddi'r holl [ddata ac ymchwil cefndirol](#) a ddefnyddiwyd yn yr Asesiad Anghenion y Boblogaeth ar wahân. Mae'r adroddiadau hyn yn darparu siartiau a thablau manwl ac yn egluro unrhyw broblemau gydag ansawdd neu argaeledd data, ac yn cynnwys gwybodaeth am ffynonellau a methodolegau.

Grŵp poblogaeth

Daw gofalwyr o bob cefndir a gallant fod o unrhyw oedran. Nid yw llawer o bobl yn cydnabod eu hunain fel gofalwyr, ond maent yn gofalu am bobl â salwch, anabledd, bregusrwydd, caethiwed, neu broblem iechyd meddwl, neu gallant fod yn rhieni sy'n gofalu am eu plant anabl (a elwir weithiau'n ofalwyr rhiant). Mae'r adran hon yn canolbwyntio ar bobl sy'n darparu gofal di-dâl i deulu, ffrindiau, ac eraill yn hytrach na'r rhai sy'n darparu gofal fel rhan o waith â thâl neu wirfoddol, gyda rhai eithriadau yn dibynnu ar natur y berthynas ofalu. Pan fydd aelod o'r teulu yn derbyn taliad uniongyrchol neu Lwfans Gofalwr, maent yn dal i gael eu dosbarthu fel gofalwyr di-dâl.

Mae gofal di-dâl yn cael ei ddarparu'n gyffredin gan aelodau o'r teulu, ffrindiau, neu gymdogion, gellir ei ddarparu gartref, yng nghartref rhywun arall neu o bell. Gall gofalwyr di-dâl ddarparu gofal dros dro neu barhaol a gall gofalu gynnwys cefnogaeth gorfforol, ymarferol, emosiynol, ac iechyd meddwl. Yn aml, bydd gofalwyr rhiant yn gweld eu hunain fel rhieni yn hytrach na gofalwyr, ond efallai y bydd angen gwasanaethau a chefnogaeth ychwanegol arnynt i ddiwallu anghenion eu plentyn.

Argymhellion

Sicrhau bod y gefnogaeth gywir ar waith i'r person maen nhw'n gofalu amdano. Darparu cefnogaeth i ofalwyr, gan gynnwys seibiannau o ofalu wedi'u cynllunio o amgylch yr hyn sy'n bwysig iddyn nhw.

Negeseuon allweddol

- Mae angen i ofalwyr gael y gefnogaeth gywir ar waith i'r person maen nhw'n gofalu amdano yn ogystal â chefnogaeth ychwanegol iddyn nhw eu hunain ar adegau, gan gynnwys seibiannau o'u rôl ofalu.
- Mae un o bob deg o bobl yng Ngogledd Cymru yn darparu gofal di-dâl, a allai gostio £2.3 biliwn bob blwyddyn pe bai'n cael ei ddisodli gan ofal â thâl tebyg.
- Mae gofalwyr yn fwy tebygol o fod ag iechyd gwael ac o gael trafferthion ariannol. Maent yn llai tebygol o fod mewn gwaith â thâl.

Yr hyn mae pobl yn ei ddweud wrthym

Gan adeiladu ar waith a gwblhawyd ar gyfer strategaeth y gofalwyr, rydym wedi cynnwys y prif negeseuon isod ac wedi'u gwirio yn erbyn ymgynghoriadau, ymgysylltu a straeon gofalwyr mwy diweddar.

- Mae lles gofalwyr yn gysylltiedig yn agos â lles y person y maent yn gofalu amdano. Yn aml, mae gofalwyr yn dweud, os yw anghenion y person y maent yn gofalu amdano yn cael eu diwallu, eu bod hefyd yn teimlo eu bod yn cael eu cefnogi fel gofalwyr.
- Mae gofalwyr yn gwerthfawrogi'r gefnogaeth sydd ar gael gan grwpiau gwirfoddol a chynghorau lleol.
- Gall darparu gofal deimlo'n ynysig ac yn llawn straen.
- Mae angen cyfle ar ofalwyr i gael seibiannau o'u rôl ofalu. Dylai'r rhain fod yn hyblyg ac yn seiliedig ar yr hyn sy'n bwysig iddynt.
- Mae angen gwybodaeth ar ofalwyr am eu hawliau a'r gefnogaeth sydd ar gael iddynt.
- Mae gofalwyr yn ei chael hi'n anodd cydbwyso gwaith â chyfrifoldebau gofalu neu ddychwelyd i waith â thâl.
- Mae gofalwyr sy'n byw mewn ardaloedd gwledig eisiau'r un lefel o wasanaethau â'r rhai sy'n byw mewn trefi. Gall fod yn anodd cael mynediad at gefnogaeth neu seibiannau o ofalu, yn aml ni ystyrir amser teithio pan drefnir gofal yn lle'r henoed, a gall gofalwyr sy'n byw mewn ardaloedd gwledig deimlo'n ynysig.
- Nid yw gofalwyr sydd mewn cyflogaeth bob amser yn gallu derbyn cynigion o gefnogaeth a ddarperir yn ystod yr wythnos waith.
- Mae adborth gan wasanaethau yn y rhanbarth yn awgrymu eu bod yn cael eu gwerthfawrogi'n fawr.

Yr hyn mae'r data a'r ymchwil yn ei ddweud wrthym

- Mae un o bob deg o'n poblogaeth yn ofalwyr di-dâl.
- Mae un o bob tri gofalwr yn darparu 50 awr neu fwy o ofal bob wythnos.
- Menywod yw'r rhan fwyaf o ofalwyr di-dâl.
- Pobl 50 i 64 oed yw'r rhai mwyaf tebygol o fod yn darparu gofal di-dâl.
- Mae o leiaf 4,400 o blant a phobl ifanc yng Ngogledd Cymru yn ofalwyr di-dâl.
- O'i gymharu â'r boblogaeth gyffredinol mae gofalwyr di-dâl yn:
 - fwy tebygol o gael iechyd gwael.
 - fwy tebygol o fod yn anabl.
 - llai tebygol o fod mewn gwaith â thâl a mwy tebygol o gael trafferthion ariannol.
 - fwy tebygol o brofi amddifadedd.
 - debygol o wynebu heriau ychwanegol os o gefndir lleiafrifol ethnig.
 - debygol o wynebu heriau ychwanegol os o'r gymuned lesbiaidd, hoyw, deurywiol, traws a chwîr/cwestiynol (LHDT+).
- Mae un o bob tri gofalwr di-dâl yn gofalu am rieni nad ydynt yn byw gyda nhw.
- Mae tua un o bob pump o ofalwyr di-dâl yn ofalwyr rhyngosod. Mae gofalwyr rhyngosod yn darparu gofal i berthnasau sâl, anabl neu oedolion hŷn yn ogystal â phlant dibynnol.
- Pobl hŷn sydd fwyaf tebygol o dderbyn gofal.
- Mae nifer y bobl sy'n darparu gofal di-dâl yn debygol o gynyddu yn y dyfodol.
- Roedd gan dros 2,700 o ofalwyr yng Ngogledd Cymru gynllun cymorth yn 2023/24.
- Mae gofalwyr di-dâl yng Ngogledd Cymru yn darparu £2.3 biliwn o ofal bob blwyddyn.
- Mae hawliadau am Lwfans Gofalwyr yn cynyddu.

Adolygiad gwasanaethau: beth sy'n gweithio a beth sydd angen ei wella

Ar draws Gogledd Cymru, mae chwe chyingor lleol yn gweithio mewn partneriaeth â Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr a sefydliadau trydydd sector i gefnogi gofalwyr. Mae pob awdurdod lleol yn cynnig ystod o wasanaethau a chymorth wedi'u teilwra i ofalwyr lle maen nhw'n byw. Mae rhagor o wybodaeth ar gael ar [dudalennau gwe gofalwyr y Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol](#).

Mae adborth gan wasanaethau yn y rhanbarth yn awgrymu eu bod yn cael eu gwerthfawrogi'n fawr gan y rhai sy'n eu defnyddio.

Mwy o wybodaeth

- [Chwiliadau am lenyddiaeth a chrynodebau o dystiolaeth](#)
- [Bwletinau ymchwil](#)
- [Cyfeiriadur ymgysylltu](#)

Partneriaethau, strategaethau a pholisi

- [Drafft Strategaeth Genedlaethol ar gyfer Gofalwyr Di-dâl 2026, Llywodraeth Cymru](#)

09 Pobl sydd wedi profi trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig, a thrais rhywiol

Dyma fersiwn ymgynghori'r adroddiad. Bydd fersiwn derfynol yr adroddiad yn cynnwys newidiadau a wnawn o'r adborth a dderbyniwn, a gwybodaeth am sut y gwnaethom gynnal yr ymgynghoriad.

Rydym wedi cyhoeddi'r holl [ddata ac ymchwil cefndirol](#) a ddefnyddiwyd yn yr Asesiad Anghenion y Boblogaeth ar wahân. Mae'r adroddiadau hyn yn darparu siartiau a thablau manwl ac yn egluro unrhyw broblemau gydag ansawdd neu argaeledd data, ac yn cynnwys gwybodaeth am ffynonellau a methodolegau.

Grŵp poblogaeth

Mae'r bennod hon yn ymwneud â phobl sydd wedi profi trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig, neu drais rhywiol, a'u hanghenion gofal a chymorth.

Mae llawer mwy o wybodaeth am drais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol yn Strategaeth Bregusrwydd a Chanfanteisio Gogledd Cymru [\[dan adolygiad\]](#) a [strategaeth Gogledd Cymru heb drais](#). Rydym wedi ceisio peidio â dyblygu'r gwaith hwn ac wedi cynnwys dim ond materion allweddol y daethom ar eu traws drwy gydol gweddill yr asesiad anghenion.

Argymhellion

Cefnogi gwaith rhanbarthol i fynd i'r afael â thrais a'i atal.

Negeseuon allweddol

- Mae pobl sydd ag anghenion gofal a chymorth yn cael eu heffeithio'n anghymesur gan drais yn erbyn menywod, cam-drin domestig, a thrais rhywiol.
- Gall profi trais a cham-drin arwain at anghenion gofal a chymorth ychwanegol, yn enwedig o ran iechyd meddwl a thai.

Yr hyn mae pobl yn ei ddweud wrthym

Ynglŷn â menywod

- Mae'r heriau y mae menywod sydd wedi profi trais yn eu hwynebu yn cynnwys mynediad cyfyngedig at lety diogel oherwydd prinder lleoedd lloches a thai fforddiadwy, problemau iechyd meddwl, ac arosiadau hir am gymorth ar gyfer problemau iechyd meddwl.
- Mae menywod sydd wedi profi cam-drin domestig mewn mwy o berygl o fod yn ddigartref ac efallai y byddant yn ei chael hi'n anodd adrodd am y cam-drin neu ei ddatgelu a chael mynediad at gymorth.
- Gall profi treisio a/neu drais rhywiol effeithio ar lawer o feysydd bywyd gan gynnwys iechyd corfforol a meddyliol, y gallu i ofalu amdany'n nhw eu hunain ac eraill, gwaith, addysg a pherthnasoedd. Efallai y byddant hefyd yn amharod i gael mynediad at gymorth ac yn wynebu rhwystrau eraill i gael mynediad at gymorth.
- Gall profi stelcio gael effaith negyddol ar iechyd a lles meddyliol a chorfforol yn ogystal â theimlo'n cael eu gorfodi i newid eu bywydau neu eu gweithgareddau.
- Mae menywod sydd mewn priodas dan orfod mewn mwy o berygl o fathau eraill o drais a cham-drin a gallant wynebu heriau pellach wrth adael priodas dan orfod.
- Gall menywod sydd wedi profi trais ar sail anrhydedd wynebu heriau gydag iechyd meddwl yn ogystal â rhwystrau iaith a statws mewnfudo gan ei gwneud hi'n anoddach cael mynediad at gymorth. Mae'r materion hyn hefyd yn ymwneud ag anffurfio organau cenhedlu ynghyd â niwed corfforol a meddyliol ychwanegol. Fel arfer, disgrifir trais ar sail anrhydedd fel troseddau sydd wedi'u cyflawni gan bobl sy'n credu eu bod yn amddiffyn 'anrhydedd' teulu neu gymuned.
- Gall menywod sydd wedi profi masnachu pobl a chamfanteisio rhywiol wynebu problemau iechyd meddwl ac arosiadau hir am driniaeth, diffyg llety addas, a bod yn agored i gamfanteisio pellach.
- Gall menywod o leiafrifoedd ethnig, menywod anabl, pobl lesbiaidd, hoyw, deurywiol, traws a chwîr (LGBTQ+), a menywod hŷn sydd wedi profi trais wynebu heriau penodol.

Ynglŷn â dynion

- Yn aml, mae dynion sy'n profi cam-drin domestig, trais rhywiol, a mathau eraill o gam-drin yn wynebu rhwystrau sylweddol i gydnabod eu profiadau fel cam-drin a cheisio cymorth.
- Mae heriau cyffredin yn cynnwys stigma, cywilydd, ofnau o beidio â chael eu credu, stereoteipiau am wrywod, pryderon ynghylch cael eu gweld fel y

troseddwr, ac ymwybyddiaeth neu argaeledd cyfyngedig o wasanaethau wedi'u teilwra i ddynion sy'n profi cam-drin.

- Gall y rhwystrau hyn arwain at oedi wrth adrodd am gam-drin a gallant gael effeithiau difrifol ar iechyd corfforol, lles meddyliol, perthnasoedd, cyflogaeth, a diogelwch ariannol.
- Gall rhai grwpiau wynebu rhwystrau ychwanegol sy'n gysylltiedig â gwahaniaethu, disgwyliadau diwylliannol, unigedd, neu anawsterau wrth gael mynediad at gymorth priodol, gan gynnwys dynion hoyw, deurywiol, traws a chwîr (GBTQ+), dynion o gymunedau lleiafrifoedd ethnig, dynion hŷn, a dynion anabl.

Yr hyn mae'r data a'r ymchwil yn ei ddweud wrthym

Mae Grŵp Llywio Atal Trais Difrifol Gogledd Cymru wedi cynhyrchu asesiad anghenion am drais difrifol yng Ngogledd Cymru. Mae'r ffigurau hyn yn seiliedig ar wybodaeth a adroddir i'r heddlu. Gellir edrych ar y rhain ochr yn ochr â gwybodaeth o'r Arolwg Troseddau ar gyfer Cymru a Lloegr, sy'n mesur troseddu drwy ofyn i aelodau'r cyhoedd am eu profiadau a'u canfyddiadau o droseddu. Fodd bynnag, canfu [Cymorth i Fenywod](#) nad yw menywod yn aml yn adrodd nac yn datgelu cam-drin domestig i'r heddlu ac efallai eu bod yn tan-adrodd cam-drin domestig mewn arolygon.

Mae canfyddiadau o'r asesiad anghenion trais difrifol yn cynnwys y canlyno:

- Mae cam-drin domestig yn ffactor parhaus sy'n achosi'r trais mwyaf difrifol. Mae bron i hanner y trais mwyaf difrifol yn digwydd yng nghartref rhywun (47%).
- Er bod troseddau treisgar a adroddwyd ac a gofnodwyd wedi bod yn gostwng yn ystod y pedair blynedd diwethaf – gan gynnwys cam-drin domestig, ymosodiad rhywiol, a threisio – mae digwyddiadau domestig nad ydynt yn droseddau wedi cynyddu. Mae'r adroddiad yn dod i'r casgliad bod hyn yn awgrymu bod amodau cymdeithasol ac amgylcheddol sylfaenol yn parhau i fod yn ffafriol i drais domestig.
- Cam-drin domestig yw'r ail ffactor dylanwadol mwyaf mewn troseddau treisgar difrifol, gan fod yn gysylltiedig â thua chwarter (26%) o'r holl achosion.
- Er mai trais rhwng dynion a dynion yw'r trais mwyaf difrifol, mae tua un o bob tri dioddefwr trais difrifol yn fenywod neu'n ferched, er mai dim ond tua un o bob pump o'r rhai a ddrwgdybir sy'n fenywod neu'n ferched.

- Mae dioddefwyr stelcio ac aflonyddu yn llawer mwy tebygol o fod yn fenywod (75% o droseddau stelcio yn 2025, a 63% o achosion aflonyddu). Mae bron i naw o bob deg trosedd stelcio (87%) yn gysylltiedig â cham-drin domestig.
- Bregusrwydd yw'r prif ysgogydd ymddygiad ymosodol mewn pobl ifanc. Nifer fach iawn o bobl ifanc sy'n cyfrif am y rhan fwyaf o drais ieuenctid..

Yn ôl Cymorth i Fenywod, nid oes data dibynadwy ar gyffredinolrwydd cam-drin domestig, ond mae [Arolwg Troseddau Cymru a Lloegr \(Crime Survey for England and Wales – CSEW\)](#) (ar gael yn Saesneg yn unig) n cynnig y data gorau sydd ar gael. Ym mis Tachwedd 2025, canfu'r ffigurau diweddaraf, i'r flwyddyn a ddaeth i ben ym mis Mawrth 2025:

- bod bron i draean o fenywod (30%) wedi profi cam-drin domestig ers 16 oed. I ddynion, roedd y ffigur tua un o bob pump (22%).
- tua 78% o ddioddefwyr cam-drin domestig yn fenywod a 22% yn wrywod.
- cyfran sylweddol uwch o bobl 16 i 19 oed a 20 i 24 oed oedd dioddefwyr cam-drin domestig yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, o'i gymharu â'r rhai 25 oed a hŷn.
- cyfran sylweddol uwch o bobl sydd wedi bod yn ddigartref yn eu hoes wedi profi cam-drin domestig yn ystod y flwyddyn ddiwethaf.

[Cyflwynodd y Swyddfa Ystadegau Gwladol raddfeydd cam-drin, a gyhoeddwyd ym mis Tachwedd 2025](#), (ar gael yn Saesneg yn unig) i grwpio gwahanol fathau o ddioddefwyr sy'n profi cam-drin domestig yn seiliedig ar yr ymddygiadau cam-drin a'u heffeithiau, gan roi'r darlun mwyaf cywir inni o gam-drin domestig hyd yn hyn. Mae'r graddfeydd cam-drin yn dangos bod menywod wedi profi cyfraddau sylweddol uwch o gam-drin domestig na dynion yn y categorïau mwyaf difrifol. Ar gyfer cam-drin gan bartner yn benodol, roedd menywod dros dair gwaith yn fwy tebygol o brofi niferoedd uwch o ymddygiadau ac effeithiau cam-drin – cofnodwyd bod 4.1% o fenywod wedi profi cam-drin gan bartner yn y categori uchaf (Clwstwr 3) o'i gymharu ag 1.3% o ddynion.

Adolygiad gwasanaethau: beth sy'n gweithio a beth sydd angen ei wella

Mae grwpiau rhanbarthol sy'n gweithio ledled Gogledd Cymru i fynd i'r afael â thrais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol, yn cynnwys:

- [Bwrdd Diogelu Gogledd Cymru ar y Cyd](#)
- Grŵp Llywio Atal Trais Difrifol Gogledd Cymru

Mae sefydliadau ledled Gogledd Cymru wedi bod yn cyflwyno hyfforddiant Gofyn a Gweithredu fel rhan o Strategaeth Genedlaethol Trais yn Erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol.

Mwy o wybodaeth

- [Chwiliadau am lenyddiaeth a chrynodebau o dystiolaeth](#)
- [Bwletinau ymchwil](#)
- [Cyfeiriadur ymgysylltu](#)

Partneriaethau, strategaethau a pholisi

- [Strategaeth Gogledd Cymru heb drais](#)
- Asesiad Anghenion Trais Difrifol Gogledd Cymru (2026), Grŵp Llywio Atal Trais Difrifol Gogledd Cymru
- [Women's Aid – how common is domestic abuse?](#) (ar gael yn Saesneg yn unig)

10 Pobl sy'n profi digartrefedd

Dyma fersiwn ymgynghori'r adroddiad. Bydd fersiwn derfynol yr adroddiad yn cynnwys newidiadau a wnawn o'r adborth a dderbyniwn, a gwybodaeth am sut y gwnaethom gynnal yr ymgynghoriad.

Rydym wedi cyhoeddi'r holl [ddata ac ymchwil cefndirol](#) a ddefnyddiwyd yn yr Asesiad Anghenion y Boblogaeth ar wahân. Mae'r adroddiadau hyn yn darparu siartiau a thablau manwl ac yn egluro unrhyw broblemau gydag ansawdd neu argaeledd data, ac yn cynnwys gwybodaeth am ffynonellau a methodolegau.

Grŵp poblogaeth

Mae pobl sy'n profi digartrefedd yn cynnwys y rhai sy'n byw mewn llety dros dro, er enghraifft y rhai sy'n byw mewn llochesi, gyda theulu / ffrindiau, neu lety dros dro arall, yn ogystal â phobl sy'n cysgu "ar y strydoedd".

Mae'r bennod hon hefyd yn cynnwys gwybodaeth am dai yn fwy cyffredinol. Mae'r tai cywir yn y lleoliad cywir yn darparu diogelwch cymdeithasol ac economaidd i unigolion, teuluoedd a'r gymuned ehangach. Mae'n allweddol i lesiant meddyliol, corfforol ac emosiynol pobl, ac i benderfyniadau ynghylch gofal a chymorth.

Argymhellion

Cefnogi pobl sydd mewn perygl o fod yn ddigartref neu sy'n profi digartrefedd. Darparu'r tai cywir yn y lleoliad cywir i ddiwallu anghenion gofal a chymorth, a hyrwyddo lles.

Negeseuon allweddol

- Mae gan bobl sy'n profi digartrefedd anghenion a rhesymau unigryw dros fod yn ddigartref. Mae ffactorau sy'n cynyddu'r risg o ddod yn ddigartref yn cynnwys chwalfa perthynas, tlodi, diweithdra, problemau iechyd meddwl, camddefnyddio cyffuriau neu alcohol, trais a cham-drin domestig, profiad gofal, a chyfranogiad mewn cyfiawnder troseddol.
- Mae pobl sy'n profi digartrefedd yn wynebu llawer o heriau gydag effeithiau hirdymor ar iechyd, lles, a mynediad at gymorth

- Yn aml, mae gan bobl sy'n ddigartref fywydau anhrefnus ac ni allant bob amser ffitio i mewn i systemau a gynlluniwyd o amgylch apwyntiadau neu reolau sefydlog. Mae angen i wasanaethau fod yn hyblyg i wneud lwfansau ar gyfer hyn.
- Mae nifer y bobl sy'n ceisio cymorth i ryddhau digartrefedd wedi cynyddu yng Ngogledd Cymru yn ystod y pum mlynedd diwethaf.
- Mae nifer yr aelwydydd mewn llety dros dro bron wedi treblu dros y pum mlynedd diwethaf. Gall y diffyg sefydlogrwydd hwn achosi aflonyddwch i ysgol a gwaith a chymryd pobl i ffwrdd o deulu a chymunedau a oedd wedi darparu cefnogaeth.
- Mae costau tai yn codi ac mae pwysau cyffredinol ar y stoc tai o ran cyflenwad, ansawdd a diogelwch deiliadaeth. Mae llawer o aelwydydd incwm isel yn wynebu diffygion rhwng rhent a chymorth budd-daliadau. Mae prynu cartref yn gynyddol anfforddiadwy i lawer o breswylwyr.

Yr hyn mae pobl yn ei ddweud wrthym

Mae adborth gan gomisiynwyr yn dangos y gall fod yn heriol dod o hyd i gartrefi addas i bobl ag anghenion iechydd meddwl pan fyddant mewn perygl o fod yn ddigartref. Er enghraifft, os mai'r unig gartrefi sydd ar gael yw mewn amgylcheddau swmlyd, anhrefnus, byddai hynny'n cael effaith andwyol bellach ar eu hiechydd meddwl.

Canfu asesiad anghenion cymorth tai Conwy fod tua thraean o'r cyfranogwyr yn teimlo na fyddent yn ymdopi heb gymorth, hyd yn oed ar ôl cael eu hailgartrefu. Roedd hyn oherwydd eu bod yn ofni bod ar eu pennau eu hunain oherwydd y risg o ailwaelu neu aildroseddu, diffyg cysylltiadau cymdeithasol, neu oherwydd nad ydynt erioed wedi byw'n annibynnol.

Canfu asesiad anghenion cymorth tai Sir y Fflint fod tua un o bob pump o aelwydydd a oedd yn cyflwyno fel digartref wedi cysylltu â'r cyngor o'r blaen am gymorth digartrefedd. Nododd yr asesiad mai dynion sengl oedd y grŵp mwyaf yr effeithir arnynt gan ddigartrefedd, ac efallai nad oedd llawer ohonynt wedi ymgysylltu â gwasanaethau cymorth o'r blaen.

Pobl sengl yw'r prif bwysau ar wasanaethau digartrefedd ar hyn o bryd ond mae angen i ni fod yn ymwybodol bod pobl sengl yn ffurfio perthnasoedd ac yn magu teuluoedd hefyd, felly mae angen i ni sicrhau y gall stoc tai a systemau cymorth tai (gan gynnwys budd-daliadau) gefnogi'r newid hwnnw.

Dywedodd staff tai wrthym fod angen mynd i'r afael ag achosion sylfaenol digartrefedd, gan fod gan y rhai sydd angen gofal a chymorth broblemau eraill yn aml sy'n effeithio ar y gallu i gadw cartref/tenantiaeth gyda'i gilydd. Mae hyn yn cynnwys sicrhau bod gwasanaethau eraill yn parhau i fod yn gysylltiedig â phobl ag anghenion gofal, yn hytrach na phobl yn cael eu 'trosglwyddo' i gymorth digartrefedd unwaith y bydd hynny'n ymddangos fel yr argyfwng uniongyrchol.

Yn aml, mae gan bobl sy'n ddigartref fywydau anhrefnus ac ni allant bob amser ffitio i mewn i systemau a gynlluniwyd o amgylch apwyntiadau neu reolau sefydlog. Gall methu dau apwyntiad iechyd meddwl arwain at dynnu cymorth y GIG yn ôl, tra gall methu apwyntiadau budd-daliadau arwain at sancsiynau, gan adael rhai o'r bobl fwyaf agored i niwed heb y cymorth sydd ei angen arnyn. Mae angen i wasanaethau fod yn hyblyg i wneud lwfansau ar gyfer hyn.

[Mae ymgysylltu ar gyfer asesiadau o anghenion cymorth tai ar y gweill ar hyn o bryd, felly byddwn yn gallu cynnwys y rhain yn ddiweddarach yn y flwyddyn.]

Yr hyn mae'r data a'r ymchwil yn ei ddweud wrthym

Mae gan bobl sy'n profi digartrefedd anghenion a rhesymau unigryw dros fod yn ddigartref gyda rhai ffactorau sy'n cynyddu'r risg

Mae rhai o'r ffactorau sy'n cynyddu'r risg o ddod yn ddigartref yn cynnwys chwalfa perthynas, tlodi, diweithdra, problemau iechyd meddwl, camddefnyddio cyffuriau neu alcohol, trais a cham-drin domestig, profiad gofal, a chyfranogiad mewn cyfiawnder troseddol.

Mae pobl sy'n profi digartrefedd yn wynebu llawer o heriau gydag effeithiau hirdymor ar iechyd, lles, a mynediad at gymorth

- Mae'r heriau a wynebir wrth brofi digartrefedd yn cynnwys prinder tai, stigma, ansicrwydd ariannol, rhwystrau wrth gael mynediad at gyflogaeth a gwasanaethau, allgáu digidol, a mwy o amlygiad i niwed.
- Mae digartrefedd yn gysylltiedig ag iechyd corfforol a meddyliol gwaeth, cyfraddau marwolaethau uwch, ac anawsterau wrth gael mynediad at ofal iechyd amserol, cydlynol.
- Gall llety dros dro ddarparu cyfleoedd cadarnhaol ond gall arosiadau hir, amodau gwael, anhygyrchedd, a phellter o rwydweithiau cymorth danseilio lles ac achosi aflonyddwch i'r ysgol a'r gwaith.

- Mae staff cymorth tai yn chwarae rhan hanfodol a medrus wrth gefnogi pobl trwy argyfwng ond maent yn wynebu straen uchel, llwythi gwaith trwm, contractau tymor byr, ac adnoddau cyfyngedig.
- Gall pobl nad ydynt yn ddigartref mwyach ond sydd â phrofiad blaenorol o ddigartrefedd hefyd wynebu heriau tebyg.
- Gall rhai grwpiau (gan gynnwys lleiafrifoedd ethnig, pobl anabl, pobl awtistig, pobl lesbiaidd, hoyw, deurywiol, traws a chwîr (LGBTQ+), pobl hŷn, plant a phobl ifanc, ffoaduriaid, cyn-filwyr milwrol a Sipsiwn a Theithwyr) wynebu rhwystrau penodol fel gwahaniaethu, llety anaddas, neu anghenion cymorth heb eu diwallu.
- Mae atal digartrefedd yn cynnwys gweithredu'n gynnar a darparu cefnogaeth barhaus, drwy fynd i'r afael ag achosion sylfaenol fel trawma, tlodi a thrawsnewidiadau aflonydd, gan ddarparu cefnogaeth sy'n canolbwyntio ar y person. Mae cynnal cefnogaeth briodol hyd yn oed ar ôl ailgartrefu yn bwysig, er mwyn lleihau'r risg o ddigartrefedd yn digwydd neu'n digwydd eto.

Mae nifer y bobl sy'n ceisio cymorth i ryddhau digartrefedd wedi cynyddu yng Ngogledd Cymru yn ystod y pum mlynedd diwethaf

- Mae twf wedi bod yn bennaf ymhlith aelwydydd mewn angen blaenoriaeth, sy'n cynnwys rhai o'r grwpiau mwyaf agored i niwed yn ein cymdeithas, ac yn cynnwys llawer o bobl ag anghenion gofal a chymorth.
- Mae tua thraean o'r holl aelwydydd mewn angen blaenoriaeth yn cynnwys aelod sy'n cael ei ddosbarthu fel un sy'n fregus ar lefel Cymru gyfan, gan gynnwys pobl sy'n fregus o ganlyniad i henaint, anabledd corfforol, salwch meddwl neu anableddau neu anawsterau dysgu. Mae tua chwarter yn aelwydydd sy'n cynnwys plant. Mae digartrefedd ar y stryd yn cyfrif am 17% o achosion. Mae anghenion blaenoriaeth eraill yn cynnwys y rhai sy'n gadael gofal, pobl sy'n ffoi am drais domestig, pobl sy'n gadael y lluoedd arfog, a phobl sy'n gadael y carchar.
- Mae tua dwy ran o dair o'r achosion sy'n ceisio cymorth gyda digartrefedd yn aelwydydd un person. Mae'r rhan fwyaf o'r rhain yn ddynion, sy'n llai tebygol o ddod i gysylltiad â gwasanaethau cymorth na menywod, oherwydd eu bod yn llai tebygol o ofyn am gymorth yn gyffredinol. Maent yn llai tebygol o gael mynediad at wasanaethau iechyd, ac yn llai tebygol o fod â chyfrifoldeb dros blant, ac felly'n llai tebygol o gysylltu â gwasanaethau addysg a chymorth i deuluoedd. Mae gwasanaethau cymorth tai yn gyfle i ddarparu cymorth ehangach i'r grŵp hwn.

Mae cyfradd yr aelwydydd digartref mewn llety dros dro yn uchel yng Ngogledd Cymru o'i gymharu â chyfartaleddau Cymru

- Tyfodd y niferoedd o 600 o aelwydydd mewn llety dros dro ym mis Mawrth 2020 i 1,700 ym mis Mawrth 2025. Mae'r twf hwn yn rhannol oherwydd newidiadau yng nghyfrifoldebau llywodraeth leol yn dilyn pandemig Covid-19.
- Mae tua hanner yr holl aelwydydd mewn llety dros dro yn byw mewn llety gwely a brecwast. Gall byw mewn llety dros dro – yn enwedig llety heb gyfleusterau coginio, mannau teulu cymunedol, neu fannau preifat – arwain at broblemau iechyd a lles hirdymor.
- Gall y diffyg sefydlogrwydd hwn achosi aflonyddwch i ysgol a gwaith a chymryd pobl i ffwrdd o deulu a chymunedau a oedd wedi darparu cefnogaeth.

Mae costau tai yn codi

- Er bod prisiau tai yng Ngogledd Cymru yn tueddu i fod yn is na chyfartaleddau'r DU, maent wedi cynyddu'n llawer cyflymach na chyflogau a chwyddiant dros y degawd diwethaf, felly mae perchnogaeth tai yn gynyddol anfforddiadwy i lawer o drigolion.
- Mae costau rhent yn y sectorau cymdeithasol a phreifat hefyd wedi codi'n sylweddol, gan gyfrannu at ddibyniaeth uchel ar fudd-daliadau sy'n gysylltiedig â thai a gadael llawer o aelwydydd incwm isel yn wynebu diffygion rhwng cefnogaeth rhent a budd-daliadau.
- Yn aml nid yw budd-daliadau tai yn talu costau tai llawn. Mae budd-daliadau tai yn cael eu hawlio'n anghymesur gan aelwydydd un person ac aelwydydd â phlant.

Mae pwysau cyffredinol ar y stoc tai o ran cyflenwad, ansawdd a diogelwch deiliadaeth

- Nid yw cyfraddau adeiladu tai newydd yn cadw i fyny â thwf y boblogaeth a thwf aelwydydd, ac nid yw tai newydd yn ymddangos yn bodloni'r galw am dai ar gyfer aelwydydd un a dau berson.
- Mae llawer o'n stoc tai yng Ngogledd Cymru yn eithaf hen ac nid yw bob amser yn cyd-fynd ag anghenion aelwydydd, gan gynnwys anghenion hygrychedd ac effeithlonrwydd ynni.
- Fel arfer, stoc tai cymdeithasol yw'r llety y mae gan wasanaethau cyhoeddus y mynediad mwyaf uniongyrchol iddo a rheolaeth drosto wrth chwilio am atebion tai ar gyfer rhai o'n grwpiau poblogaeth mwyaf agored i niwed, ond mewn rhai ardaloedd mae gennym ddarpariaeth is na'r cyfartaledd o'r math hwn o

ddaliadaeth. Gostyngodd nifer yr aelwydydd sy'n byw mewn tai cymdeithasol yn y rhanbarth tua 1,600 rhwng 2011 a 2021.

- Gall dibyniaeth gynyddol ar y sector preifat i gartrefu pobl ddigartref olygu tai llai diogel a sefydlog a chostau uwch o'i gymharu â thai cymdeithasol, yn enwedig i bobl ag anghenion cymorth ychwanegol.
- Mewn rhai rhannau o Ogledd Cymru gall presenoldeb ail gartrefi, llety gwyliau neu lety tebyg i Airbnb roi pwysau ychwanegol ar y stoc tai ar gyfer anghenion lleol.

Adolygiad gwasanaethau: beth sy'n gweithio a beth sydd angen ei wella

Nod Grant Cymorth Tai Llywodraeth Cymru yw atal digartrefedd a chefnogi pobl i gael a/neu gynnal cartref sefydlog ac addas. Darperir y grant gan gynghorau lleol sy'n cydweithio ledled Gogledd Cymru ynghyd â phartneriaid eraill i ddeall sut i ddefnyddio'r cyllid orau.

[Byddwn yn ychwanegu dolenni i asesiadau o anghenion cymorth tai pan fyddant wedi'u cwblhau]

Mae Deddf Digartrefedd a Dyrannu Tai Cymdeithasol (Cymru) newydd yn cynnwys dyletswydd ar y sector cyhoeddus i ofyn, gweithredu a chydweithio i atal a lleddfu digartrefedd.

Mae Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Gogledd Cymru wedi bod yn gweithio gyda rhwydwaith Hwb Cydlynu Arloesi Rhanbarthol, y bwrdd iechyd, awdurdodau lleol, a sefydliadau trydydd sector ar brosiect cartrefi cynhesach. Maent yn archwilio sut y gall data iechyd helpu i nodi pobl a fyddai'n elwa fwyaf o gymorth ychwanegol i aros yn gynnes ac yn iach.

Mwy o wybodaeth

- [Chwiliadau am lenyddiaeth a chrynodebau o dystiolaeth](#)
- [Bwletinau ymchwil](#)
- [Cyfeiriadur ymgysylltu](#)

Partneriaethau, strategaethau a pholisi

- [Deddf Digartrefedd a Dyrannu Tai Cymdeithasol \(Cymru\) 2026](#)

[Byddwn yn ychwanegu dolenni i asesiadau o anghenion cymorth tai pan fyddant wedi'u cwblhau, neu ddolenni i strategaethau tai cyngor lleol]