



**Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru**  
**Older People's Commissioner for Wales**

**Adroddiad ar  
Ymgynghoriad y  
Comisiynydd i Dair Prif  
Flaenoriaeth Tymor Hir**

**Ebrill 2019**

## Cyflwyniad

Mae'r adroddiad hwn yn rhoi trosolwg thematig o'r ymatebion a gafwyd fel rhan o ymgynghoriad y Comisiynydd i'w blaenoriaethau ar gyfer y tair blynedd nesaf. Cafodd yr ymgynghoriad ei strwythuro er mwyn gofyn i bobl hŷn a rhanddeiliaid am eu barn ar dri maes y mae'r Comisiynydd wedi'u nodi fel y prif flaenoriaethau tymor hir ar gyfer Cymru ac y bydd yn cyflawni amrywiaeth o waith arnynt yn ystod y tair blynedd nesaf:

- Gwneud yn siŵr bod pawb yn gallu heneiddio'n dda
- Rhoi diwedd ar oedraniaeth a gwahaniaethu
- Atal cam-drin pobl hŷn

Ers iddi ddechrau yn y swydd, mae'r Comisiynydd wedi teithio ar hyd a lled Cymru yn cwrdd â phobl hŷn a sefydliadau ac yn siarad â nhw am beth fyddai'n gwneud Cymru'r lle gorau yn y byd i dyfu'n hŷn ynddo.

Mae hyn wedi helpu'r Comisiynydd i nodi tair prif flaenoriaeth tymor hir ar gyfer Cymru. Cafodd y blaenoriaethau hyn eu hasesu yn erbyn set o feini prawf, a oedd yn pwysu a mesur y canlynol:

- Mae'r mater o fewn cylch gwaith y Comisiynydd, fel y nodir yn Neddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru) 2006.
- Mae swyddfa'r Comisiynydd mewn sefyllfa arbennig o dda i fwrw ymlaen â'r mater oherwydd natur y rôl a'r proffil, neu oherwydd natur y mater.
- Mae angen i'r Comisiynydd fynd i'r afael â'r mater, oherwydd heb wneud hynny, mae yna berygl i leisiau pobl hŷn beidio â chael eu clywed.
- Nid ydym yn dyblygu gwaith – nid oes rhaglen waith fawr ar y mater yn cael ei harwain gan unigolyn neu sefydliad arall, neu os oes un, mae'n amlwg sut byddwn yn ychwanegu gwerth.
- Byddai cyflawni'r nod, neu wneud cynnydd pendant tuag ato, yn ymarferol o fewn cyfnod o 3-4 blynedd.

Yn ogystal â'r meini prawf ar gyfer pwysu a mesur pob blaenoriaeth unigol, fe nododd y Comisiynydd feini prawf i ystyried y blaenoriaethau

gyda'i gilydd. Mae'r meini prawf hyn yn nodi bod rhaid i'r blaenoriaethau wneud y canlynol:

- Ceisio gwella ansawdd bywyd y bobl hŷn fwyaf agored i niwed, y rhai sy'n cael eu clywed leiaf, a'r rhai sydd mewn perygl.
- Gallu cynhyrchu canlyniadau cadarnhaol ar gyfer pob person hŷn.
- Cynorthwyo pobl hŷn i heneiddio'n dda, gan gydnabod y cyfraniad y mae pobl hŷn yn gallu ei wneud, ac yn ei wneud, i'n cymunedau.
- Ymateb i'r problemau rydym yn clywed amdanynt gan bobl hŷn a/neu sy'n cael eu canfod wrth wneud ymchwil.
- Cydnabod ac ymateb i'r amrywiaeth o fewn y boblogaeth hŷn, a'r anghydraddoldebau sy'n bodoli o fewn y boblogaeth honno.

## Ymgynghoriad

Ym mis Ionawr 2019, fe wnaeth y Comisiynydd lansio ymgynghoriad er mwyn rhoi cyfle i bobl hŷn a sefydliadau sy'n rhanddeiliaid roi eu barn am beth dylid canolbwyntio arno yn ystod y tair blynedd nesaf. Mae copi o'r ymgynghoriad ar gael ar ddiwedd y ddogfen hon yn Atodiad A.

Cafodd y Comisiynydd dros 260 o ymatebion i'r ymgynghoriad. Roedd yr ymatebion yn gymysgedd o fersiynau ar-lein a chopïau caled, ac fe gafodd y Comisiynydd un ymateb a oedd yn defnyddio fersiwn hawdd ei ddeall yr ymgynghoriad. Aeth y Comisiynydd a'i thîm hefyd ati i gynnal digwyddiadau ymgysylltu uniongyrchol gyda phobl hŷn er mwyn casglu eu safbwyntiau. Fe wnaeth rhai grwpiau o bobl hŷn ymateb i'r ymgynghoriad fel grŵp, yn hytrach nag unigolion.

Roedd y rhan fwyaf (78%) o'r ymatebion gan bobl hŷn. Roedd yr ymatebion yn cwmpasu ystod oedran dda o'r bobl mae'r Comisiynydd yn eu cynrychioli, ac roedd bron i 1 o bob 3 ymatebydd yn ymgymryd â chyfrifoldebau gofalu am blant neu berson hŷn arall.

Cafwyd ymatebion gan bobl o bob un o 22 awdurdod lleol Cymru. Mae'r map isod yn dangos dosbarthiad yr ymatebion ledled Cymru, ond oherwydd bod nifer fawr o ymatebwyr heb roi eu lleoliad, mae'r gwasgariad daearyddol yn debygol o fod yn llawer mwy.



Fel rhan o'r ymgynghoriad, mae'r Comisiynydd a'i thîm wedi bod yn cynnal cyfarfodydd gyda rhanddeiliaid i sicrhau bod eu safbwyntiau'n cael eu cyfleu fel rhan o'r broses ymgynghori. Mae rhestr o'r sefydliadau sy'n rhanddeiliaid a ymatebodd i'r ymgynghoriad i'w gweld yn Atodiad B.

Cafodd yr ymgynghoriad ei hyrwyddo ymysg pobl hŷn a sefydliadau sy'n rhanddeiliaid drwy nifer o sianelau, gan gynnwys cyfryngau cymdeithasol, cylchlythyr y Comisiynydd, sefydliadau'n rhannu'r ymgynghoriad â'u haelodau, cyfryngau lleol ac aelodau o dîm y Comisiynydd yn cwrdd â grwpiau o bobl hŷn.

# Gwneud yn siŵr bod Pawb yn gallu Heneiddio'n Dda

Fe wnaeth y rhan fwyaf o'r ymatebwyr roi eu barn ar flaenoriaeth y Comisiynydd o wneud yn siŵr bod pawb yn gallu heneiddio'n dda. Gofynnwyd i ymatebwyr roi sylwadau ar bum maes a nodir yn yr ymgynghoriad er mwyn helpu pobl hŷn i wneud y canlynol:

- mynd a dod
- fforddio gwneud y pethau maen nhw'n dymuno eu gwneud
- byw bywydau iach a gweithgar
- bod yn ymwybodol o'r wybodaeth ddiweddaraf
- dweud eu dweud

Thema a oedd i'w gweld drwy'r ymatebion oedd bod angen mynd i'r afael ag unigrwydd ac arwahanrwydd ymysg pobl hŷn ledled Cymru, a drwy weithio yn y pum maes mae'r Comisiynydd wedi'u hawgrymu, byddai modd gwneud cynnydd o ran mynd i'r afael â'r maes hwn. Fe wnaeth nifer o ymatebwyr dynnu sylw at strategaeth unigrwydd Llywodraeth Cymru, a fydd yn cael ei chyhoeddi yn ystod y misoedd nesaf, fel dogfen allweddol i graffu arni yn y dyfodol.

Thema arall a oedd i'w gweld yn yr ymatebion oedd bod angen amlygu pwysigrwydd grwpiau a gweithgareddau sy'n pontio'r cenedlaethau. Fe soniodd ymatebwyr am fanteision gwneud pethau gyda'i gilydd i bobl hŷn a phobl ifanc, ac awgrymwyd y dylai cynlluniau fel cymwysterau Dug Caeredin a Bagloriaeth Cymru gynnwys elfennau sy'n ymwneud â phontio'r cenedlaethau ac annog pobl ifanc i fod yn 'Gyfeillion Dementia'.

Roedd yr ymatebwyr hefyd yn cydnabod yn glir pa mor bwysig yw gwasanaeth ataliol yn y gymuned er mwyn galluogi pobl i gael gwasanaethau cost isel ac effaith uchel i'w galluogi nhw i heneiddio'n dda.

“Mae'n bwysig bod gwerth gwasanaethau ataliol ddim yn mynd yn angof a'n bod ni'n mynd ati i newid o ddifrif...gan gynnwys ariannu

gwasanaethau argyfwng ac ariannu gwasanaethau ataliol a fydd yn helpu i atal argyfwng” **Rhanddeiliad, Bro Morgannwg**

## **Mynd a Dod**

Roedd yr ymatebion yn canolbwyntio'n gryf ar y maes hwn o ran argaeledd trafndiaeth, a gwasanaethau bysiau a chludiant cymunedol yn benodol. Dywedodd llawer o ymatebwyr eu bod yn ei chael yn anodd cael mynediad at gludiant cyhoeddus am nifer o resymau, gan gynnwys hygyrchedd i bobl anabl; diffyg cyhoeddiadau gweledol neu glywedol; safleoedd bysiau gwael, heb seddi na lloches; a gwasanaethau ddim yn rhedeg yn rheolaidd gyda'r nos. Fe wnaeth llawer o ymatebwyr gyfeirio at bwysigrwydd y tocyn bysiau rhatach hefyd, gan dynnu sylw at newidiadau arfaethedig a fyddai'n golygu cynyddu'r oedran cymwys i gael y tocyn i 66 oed, ac awgrymu y dylai'r tocynnau teithio rhatach gael eu hystyngiadau i gynnwys cludiant cymunedol. Fe nododd rhai ymatebwyr bod angen i bobl hŷn allu cael mynediad at wasanaethau tacsï a pha mor ddrud y gallai hynny fod. Fe wnaeth nifer o bobl awgrymu y gallai cynlluniau rhannu car gwirfoddol fod yn ased defnyddiol.

“Mae trafndiaeth addas yn hollbwysig er mwyn sicrhau bod pobl hŷn yn gallu mynd i'r digwyddiadau maen nhw'n dymuno mynd iddynt.”

**Rhanddeiliad, Cymru Gyfan**

Fe wnaeth yr ymatebwyr hefyd siarad am yr amgylchedd y maent yn byw ynddo, gan gynnwys cyflwr palmentydd a goleuadau stryd; cyfleusterau cymunedol sy'n cau, fel banciau a swyddfeydd post; cael gwared â meinciau; diffyg toiledau cyhoeddus sydd ar gael; a phrinder mannau parcio anabl. Fe wnaeth rhai ymatebwyr awgrymu y dylid rhoi mwy o ystyriaeth i gerddwyr wrth gynllunio trefi ac y dylai'r terfynau cyflymder mewn ardaloedd adeiledig gael eu gostwng i 20mya.

Trafodwyd gweithgareddau yn y gymuned, gan gynnwys yr anawsterau y mae pobl yn eu hwynebu o ran archebu lleoliadau cymunedol oherwydd costau. Hefyd, nid oedd yr ymatebwyr yn teimlo bod digon o weithgareddau gyda'r nos ar gyfer pobl hŷn sy'n dal yn gweithio, a bod gweithgareddau yn ystod y dydd yn dechrau'n rhy fuan. Roedd llawer o ymatebwyr yn teimlo bod llawer o bobl hŷn ddim yn gallu mynd i unrhyw

weithgareddau o gwbl oherwydd bod dim gwasanaethau trafndiaeth digonol. Fe wnaeth nifer o ymatebwyr sôn am fynediad at gyfleoedd gwirfoddoli hefyd, ac nid oeddent yn teimlo eu bod yn gallu gwneud cymaint o gyfraniad ag yr hoffen nhw ei wneud yn eu cymunedau.

“Yn aml, mae oes o brofiad gwaith a sgiliau yn cael ei wastraffu, ond gydag ychydig o gymorth a chefnogaeth, gallai pobl sydd wedi ymddeol fwynhau bod yn rhan o’u cymuned.” **Unigolyn, 60-69 oed, Benyw**

Roedd pwyslais penodol ar yr anawsterau o ran mynd a dod sy’n wynebu pobl hŷn sy’n byw mewn cymunedau gwledig. Roedd hyn yn cynnwys prinder gwasanaethau trafndiaeth cyhoeddus, a fyddai’n golygu bod rhaid i lawer o bobl hŷn dreulio oriau yn aros am fws adref yng nghanol y dref. Hefyd, fe nododd ymatebwyr bod cyfleusterau’n cau mewn ardaloedd gwledig yn cael effaith negyddol o ganlyniad i’r pellteroedd maith y byddai’n rhaid i bobl deithio er mwyn cael mynediad at y gwasanaethau hyn mewn trefi mwy.

“I lawer o bobl hŷn yng Nghymru, mae mynd a dod – i fynd i apwyntiadau iechyd, i wneud y neges wythnosol yn yr archfarchnad, i gwrdd â theulu a ffrindiau, i fynd i grwpiau a gweithgareddau – yn gallu bod yn heriol os ydynt yn byw mewn ardal wledig lle mae darpariaeth cludiant cyhoeddus gyfyngedig.” **Rhanddeiliad, Rhyl**

## **Fforddio gwneud y pethau maen nhw’n dymuno eu gwneud**

“Mae’n debygol mai gallu fforddio’r pethau mae pobl yn dymuno eu gwneud yw’r thema gyffredinol – mae’n caniatáu i bobl gael mynediad at weithgareddau, trafndiaeth, technoleg, addysg, tai da, ac ati. Byddai hyn yn helpu i roi diwedd ar broblemau eraill fel unigrwydd.” **Rhanddeiliad, Cymru Gyfan**

Fe nododd nifer fawr o ymatebwyr fod hwn yn faes pwysig i ganolbwyntio arno. Amlygodd pobl hŷn fod mynediad at bensiwn digonol yn bryder, gyda llawer ohonynt yn dweud nad oedd yn ddigon i fyw arno

a bod rhai (merched yn enwedig) ddim yn gallu cael mynediad at y pensiwn a gafodd ei addo iddynt.

Fe nododd llawer o ymatebwyr fod pobl hŷn ddim yn hawlio digon o hawliadau ar gyfer pobl hŷn a bod angen rhagor o wybodaeth arnynt am y cymorth ariannol y mae ganddyn nhw hawl i'w gael. Roedd hyn yn cynnwys bod angen i bobl hawlio credyd pensiwn, os ydynt yn gymwys i'w gael. Hefyd, fe wnaeth nifer o ymatebwyr dynnu sylw at y bryder ei bod yn bosib y bydd y drwydded deledu am ddim i bobl dros 75 oed yn newid.

“Rydyn ni'n cynllunio ymgyrch Credyd Pensiwn ar Ynys Môn i godi ymwybyddiaeth ohono a chynyddu nifer y bobl sy'n ei ddefnyddio. A fyddai modd rhoi sylw cenedlaethol i hyn er mwyn codi proffil y budd-dal/hawl pwysig yma? **Cynghorydd Sir, Ynys Môn**

Awgrymodd ymatebwyr y dylai canolfannau dydd, addysg i oedolion, dosbarthiadau ffitrwydd a gweithgareddau eraill fod yn rhatach, neu am ddim, i bobl hŷn.

Hefyd, codwyd pryderon am y diffyg cymorth sydd ar gael i bobl hŷn aros mewn cyflogaeth os ydynt yn dymuno gwneud hynny, neu fod angen iddyn nhw wneud hynny, a'u bod yn grŵp sy'n aml yn cael eu hanghofio.

## **Byw Bywydau Iach a Gweithgar**

“Mae gofal iechyd da a phrydlon yn un o'r ffactorau mwyaf sylfaenol sy'n pennu ansawdd bywyd pobl hŷn, ac felly dylai fod yn un o'r prif flaenoriaethau” **Unigolyn, 50-59 oed, Gwryw**

Roedd hwn yn faes a oedd o ddiddordeb i'r rhan fwyaf o'r ymatebwyr, a rhoddwyd pwyslais benodol ar wasanaethau iechyd a gofal, yn enwedig meddygon teulu a gwasanaethau gofal sylfaenol eraill. Nododd nifer o ymatebwyr pa mor anodd oedd cael apwyntiad â'u meddyg teulu, yn ogystal â nodi pa mor anhygyrch oedd lleoliad meddygfeydd a chanolfannau iechyd newydd i bobl hŷn. Tynnwyd sylw at y gwasanaethau iechyd cymunedol eraill sydd ar gael, gan nodi bod pobl



hŷn yn aml eisiau gweld eu meddyg teulu pan fyddai gweithiwr gofal iechyd proffesiynol arall mewn lle gwell i'w helpu.

Trafodwyd safon y gofal iechyd a gafwyd gan nifer o ymatebwyr – roedd rhai'n anfodlon â lefel yr urddas a'r parch a roddwyd iddyn nhw yn yr ysbyty, a doedd eraill ddim yn fodlon â safon y gofal a gawsant. Roedd rhai o'r farn nad oedd staff clinigol yn deall anghenion pobl hŷn yn iawn. Fe wnaeth nifer fechan o ymatebwyr sôn am sgil-ffeithiau cau ysbytai.

Nodwyd nad oes digon o bobl hŷn yn rhoi gwybod am faterion iechyd meddwl, ac y gallai llawer o bobl hŷn fod yn byw gydag iselder, gorbryder a chyflyrau iechyd meddwl eraill nad ydynt yn cael ei cydnabod ac nad yw pobl hŷn cael y cymorth y mae ei angen arnynt.

Trafodwyd cymorth i ofalwyr di-dâl gan nifer o ymatebwyr, a oedd o'r farn bod y sefyllfa'n cael effaith negyddol ar iechyd a lles gofalwyr. Codwyd materion yng nghyswllt y diffyg cymorth a gwasanaethau seibiant i ofalwyr, a bod rhai gofalwyr yn cael eu hynysu.

“Mae angen amser iddyn nhw eu hunain ar ofalwyr, a'r unig ffordd o wneud hyn yw cael cymorth 1-i-1 i'w hanwyliaid, er mwyn i'r gofalwyr allu bod yn dawel eu meddwl bod rhywun yn gofalu am eu hanwyliaid tra maen nhw allan.” **Unigolyn, 50-59 oed, Benyw, Caerdydd**

O ran cadw'n heini, fe gyflwynodd yr ymatebwyr lawer o syniadau am sut byddai modd gwella hyn. Roedd y rhain yn cynnwys agor parciau ffitrwydd y gallai pobl hŷn eu defnyddio, rhoi aelodaeth campfa am ddim i bobl hŷn, presgripsiwn cymdeithasol ar gyfer Park Run, dosbarthiadau am fyw'n iach, a dosbarthiadau ffitrwydd cymunedol.

Codwyd nifer o faterion eraill cysylltiedig ag iechyd hefyd, gan gynnwys atal cwmpadau, mynediad at wasanaethau sgrinio iechyd i bobl dros 70 oed, galw am well gofal yn y cartref, a chael meddygon teulu a gweithwyr iechyd proffesiynol eraill i hybu presgripsiwn cymdeithasol.

## **Bod yn ymwybodol o'r Wybodaeth Ddiweddaraf**

Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebion yn y maes hwn yn ymwneud ag allgáu digidol ymhlith pobl hŷn a symud tuag at wybodaeth ac ymgynghoriadau

ar-lein yn unig. Nododd ymatebwyr fod angen darparu rhagor o hyfforddiant i bobl hŷn sydd eisiau mynd ar-lein, yn ogystal â pha mor angenrheidiol yw parhau i ddarparu gwybodaeth a gwasanaethau i bobl nad ydynt eisiau defnyddio'r rhyngwrdd. Awgrymwyd y dylai'r hyfforddiant hwn ganolbwyntio ar alluogi pobl hŷn i ddefnyddio safleoedd cyfryngau cymdeithasol i gadw mewn cysylltiad â'u teulu a'u ffrindiau, a'u helpu nhw i gael mynediad at gynigion ar-lein yn unig ar gyfer cyfleustodau, sy'n aml yn rhatach.

“Mae Cyngorau Lleol a Llywodraeth Cymru yn cymryd arnynt bod rhoi rhywbeth ar wefan yn ddigonol. Mae gan lawer o bobl hŷn gysylltiad rhyngwrdd ond dim ond at ddibenion sylfaenol, fel e-bost, y maent yn ei ddefnyddio.” **Unigolyn, 70-79 oed, Gwryw, Wrecsam**

Hefyd, fe nodwyd bod angen i wybodaeth fod mewn fformat y mae pobl yn gallu ei ddeall pan fydd yn cael ei gyflwyno i bobl. Dylai hyn gynnwys anghenion unigolion, gan gynnwys p'un ai a oes ganddynt anabledd dysgu neu beidio.

“Mae angen i wybodaeth fod ar gael mewn fformatau hygyrch (e.e. print bras ac iaith syml). Bydd darparu gwybodaeth yn y modd hwn yn galluogi pobl hŷn i gael yr holl wybodaeth angenrheidiol a mynd ati i ymgysylltu.” **Fforwm 50+ Lleol**

Hefyd, roedd ymatebwyr yn dweud nad oeddent yn gwybod beth oedd yn digwydd yn eu hardal leol ac nad oedden nhw'n gwybod lle i fynd i gael yr wybodaeth hon, neu'n dweud mai dim ond mewn ychydig o leoedd oedd yr wybodaeth ar gael. Cododd rhai ymatebwyr y mater o newid wardeiniaid mewn tai gwarchod, sy'n golygu nad ydynt yn gallu cael mynediad at yr un lefel o wybodaeth ag oedden nhw pan oedd warden amser llawn yno.

“Hoffwn wybod beth sydd ar y gweill yn fy nhref. Does dim gwybodaeth o gwmpas, dim ond mewn meddygfeydd a llyfrgelloedd, ond os nad ydych chi angen mynd at y meddyg neu mynd i'r llyfrgell, mae hi ar ben arnoch chi.” **Unigolyn, 70-79 oed, Benyw**

## Dweud eu Dweud

Roedd llawer o ymatebwyr yn cydnabod pa mor bwysig oedd helpu pobl hŷn i ddweud eu dweud ac yn awgrymu bod angen i gyrff gyhoeddus wneud mwy i ymgysylltu â phobl hŷn a gwrando ar eu pryderon a'u safbwyntiau. Roedd llawer o gefnogaeth i'r Fforymau 50+ sydd wedi cael eu sefydlu ym mhob awdurdod lleol, ond codwyd pryderon ynglŷn ag a ydynt yn cynrychioli amrywiaeth lawn y bobl hŷn yng Nghymru, gan gynnwys pobl â phrofiadau bywyd amrywiol. Yn ogystal â hynny, awgrymodd ymatebwyr y dylai'r Fforymau 50+ hyn gael rhagor o gyllid a chael eu hysbysebu'n fwy helaeth er mwyn i ragor o bobl hŷn fod yn ymwybodol ohonynt.

“Nid yw'r strwythurau presennol yn cynrychioli realiti'r amrywiaeth ymysg pobl hŷn. Mae'n ymddangos mai profiadau bywyd cyfyngedig sy'n cael eu cynrychioli ac mae angen gwneud llawer mwy o ran cynrychioli pobl â nodweddion gwarchoddedig, yn ogystal â dod o hyd i bobl sy'n dal yn gweithio, sy'n byw mewn tloidi, ac ati.” **Rhanddeiliad, Cymru Gyfan**

Yng nghyswllt yr adran flaenorol, fe wnaeth ymatebwyr nodi pa mor bwysig oedd cynnal ymgynghoriadau all-lein er mwyn sicrhau bod pobl hŷn nad oes ganddynt fynediad i'r rhyngrwyd yn dal yn gallu dweud eu dweud. Hefyd, roedd galw am sicrhau bod rhagor o gymorth eirioli ar gael i bobl hŷn y mae angen cymorth arnynt i ddweud eu dweud.

# Rhoi Diwedd ar Oedraniaeth a Gwahaniaethu

Roedd yr ymatebion ynglŷn â'r rhan hon o'r ymgynghoriad yn canolbwyntio'n gyffredinol ar bedair prif thema: y syniad bod pobl hŷn yn "faich" a bod angen herio hyn; gwahaniaethu ar sail oed wrth gael mynediad at wasanaethau, yn enwedig ym maes iechyd a gofal; gwahaniaethu ar sail oed mewn cyflogaeth; a'r galw am ragor o weithgareddau sy'n pontio'r cenedlaethau er mwyn chwalu'r rhwystrau rhwng pobl iau a phobl hŷn.

## Herio'r naratif ynghylch pobl hŷn

Fe wnaeth nifer fawr o ymatebwyr ysgrifennu am sut mae'r cyfryngau, a chymdeithas yn fwy cyffredinol, yn trafod pobl hŷn mewn modd difriol, gan eu beio nhw am roi pwysau ar gyllid y GIG ac ar wasanaethau cyhoeddus eraill. Roedd amlwg o'r ymatebion bod hyn yn cael effaith negyddol ar hunan-barch a hunan-werth pobl.

"Rydych chi'n gweld yn aml yn y wasg ein bod ni'n faich ar gymdeithas, boed hynny'n ariannol neu'n ymwneud â defnyddio holl adnoddau'r GIG, yn sgil adroddiadau sy'n honni ein bod ni'n gyfrifol am flocio gwelyau ac ati." **Unigolyn, 70-79 oed, Benyw**

Roedd pwyslais cryf ar rôl y cyfryngau mewn nifer o ymatebion, a sut mae'r naratif yn aml yn canolbwyntio ar bobl hŷn fel 'cost' yn hytrach nag amlygu straeon cadarnhaol am gyfraniad pobl hŷn yn eu cymunedau a'u cymdeithas. Fe wnaeth rhai ymatebwyr alw ar y Comisiynydd i weithredu yn y maes hwn ac arwain ymgyrch i herio'r stereoteipiau negyddol o bobl hŷn sy'n cael eu cyfleu, ac amlygu eu cyfraniadau cadarnhaol.

"Parchu cyfraniad pobl hŷn i gymdeithas a chydabod y cyfraniad y gallant barhau i'w wneud, gan barchu eu gwybodaeth, eu doethineb a'u sgiliau bywyd" **Gweithiwr iechyd proffesiynol, 50-59 oed, Benyw**

Roedd rhai ymatebwyr o'r farn y dylai pobl hŷn gael eu grymuso a'u hannog i herio ymddygiad sy'n rhagfarnu ac yn gwahaniaethu ar sail

oedran pan maent wynebu hynny. Roedd hyn yn cynnwys sefyllfaoedd lle roeddent yn teimlo nad oedd eu lleisiau'n cael eu clywed ac y dylent gael cymorth i sicrhau bod eu barn yn cael ei glywed. Amlygwyd bod gwasanaethau eirioli yn hollbwysig er mwyn helpu pobl hŷn i herio oedraniaeth a gwahaniaethu ar sail oedran.

“Byddwn ni i gyd yn heneiddio, ac os ydyn ni eisiau cael ein gwerthfawrogi, mae angen i ni wneud yn siŵr nad yw pobl yn gwahaniaethu yn erbyn pobl hŷn ac yn siarad yn nawddoglyd â nhw. Mae eu barn nhw yn bwysig” **Unigolyn, 50-59 oed, Benyw, Conwy**

Mae herio'r naratif yng nghyswllt pobl hŷn yn cynnwys mynd i'r afael â'r syniad bod pobl hŷn yn un grŵp unffurf, yn hytrach nag unigolion amrywiol. Fe wnaeth rhai ymatebwyr dynnu sylw at y diffyg cymorth a gwasanaethau sydd ar gael i bobl hŷn sydd â nodweddion gwarchoddedig.

“Rydw i wedi canfod mai ychydig iawn o adnoddau sydd ar gael ar gyfer pobl hŷn LGBT+ yng Nghymru. Rydw i wedi dod ar draws sylwadau homoffobig gan rai o'n tenantiaid ni... Tybed a fyddai modd ymchwilio i'r maes hwn neu sicrhau bod pobl hŷn yn cael eu cynnwys yn fwy helaeth mewn digwyddiadau LGBT+ fel Pride?” **Gweithiwr Tai Proffesiynol, 30-49 oed, Benyw**

“Rhoi rhagor o sylw i bobl hŷn dduon a lleiafrifoedd ethnig (BME), a allai fod yn teimlo dan fygythiad yn sgil datblygiadau nawr ac yn y dyfodol... Gallai hyn fod yn eu gwneud yn fwyfwy unig ac ynysig. Maen nhw'n darged rhwydd ar gyfer trosedd casineb a throsedd cyfeillio.” **Unigolyn, 80+ oed, Gwryw, Sir y Fflint**

## **Gwahaniaethu ar sail oedran yng nghyswllt cael mynediad at wasanaethau**

Roedd llawer o'r ymatebion yn y maes hwn yn canolbwyntio ar sut mae pobl yn dirnad gwahaniaethu ar sail oedran yn y gwasanaeth iechyd;

fodd bynnag, fe soniodd rhai ymatebwyr am wasanaethau cyhoeddus a phreifat yn fwy cyffredinol.

“Nid mewn cymdeithas yn unig y mae oedraniaeth yn gyffredin, ond yn y gofal mae pobl hŷn yn ei gael gan wasanaethau cymdeithasol, cartrefi gofal, meddygon ac ysbytai” **Unigolyn, 70-79 oed, Gwryw, Sir Gaerfyrddin**

Yng nghyswllt y naratif ynghylch pobl hŷn, fe wnaeth llawer o ymatebwyr amlygu sylwadau sy'n beio pobl hŷn am broblemau yn y GIG yn gyson ac yn dweud bod y ffaith fod pobl yn byw'n hirach yn beth drwg, sy'n golygu problemau o ran cyllideb y gwasanaeth iechyd.

“Dylai'r GIG fod yn gyfartal i bawb. Clywais yn ddiweddar bod [y ffaith bod pobl yn] byw'n hirach yn costio i'r GIG. Achosodd y sylw hwnnw i mi deimlo'n euog am fod yn fyw.” **Unigolyn, 60-69 oed, Benyw**

Yn ogystal â hyn, roedd llawer o ymatebwyr yn teimlo nad oedd gweithwyr meddygol proffesiynol yn eu trin yn gyfartal na gyda'r parch maen nhw'n ei haeddu. Fe wnaethant amlygu eu bod yn teimlo nad oedd eu cwynion yn cael eu hystyried o ddifrif, neu eu bod yn cael eu hannog i beidio â chwyno. Hefyd, dywedwyd bod pobl ddim yn ymddiried mewn pobl hŷn i wneud penderfyniadau am eu triniaethau eu hunain, a phan fyddant yn ymweld ag aelodau agos o'r teulu, eu bod nhw ddim yn cael eu cynnwys yn y penderfyniadau ynglŷn â'u triniaeth.

“Mae llawer o bobl rydw i'n eu hadnabod wedi mynd at eu meddyg teulu gyda chŵyn ac wedi cael yr ateb 'mae'n ymwneud â'ch oedran, does dim byd y gallwn ni ei wneud'.” **Unigolyn, 70-79 oed, Benyw**

“Mae angen i weithwyr meddygol proffesiynol esbonio pam na ellir cynnal triniaethau penodol; mae gan bawb hawl i wybod beth yw'r risgiau a chael cyfle i benderfynu a ydyn nhw am gymryd y risg honno neu beidio.” **Unigolyn, 50-59 oed, Benyw, Caerdydd**

“Pan fŷm yn ymweld â fy ngŵr yn yr ysbyty gyda fy merch, roedd y staff meddygol yn cyfeirio gwybodaeth am ei gynnydd at fy merch, gan

anwybyddu fy rôl i fel ei berthynas agosaf. Roedden nhw'n cymryd yn ganiataol nad oeddwn i'n gallu deall/ymateb." **Unigolyn, 80+ oed, Benyw, Bro Morgannwg**

Fe wnaeth nifer o randdeiliaid, yn enwedig rhai sy'n arbenigo yn y maes, nodi bod mynediad pobl hŷn at ofal iechyd meddwl yn faes lle ceir gwahaniaethu ar sail oedran. Nodwyd bod lefel anghymesur o isel o bobl hŷn yng Nghymru yn cael mynediad at driniaethau ar gyfer salwch meddwl a bod gweithwyr proffesiynol ddim bob amser yn cydnabod y cyflyrau hyn a'u trin yn briodol.

"Mae tystiolaeth yn dangos bod pobl hŷn sydd â symptomau problemau iechyd meddwl yn wynebu anghydraddoldeb a gwahaniaethu o ran y driniaeth maen nhw'n ei chael." **Rhanddeiliad, y DU**

"Rydyn ni'n gwybod bod meddygon teulu a chlinigwyr eraill yn tueddu i roi presgripsiwn am feddyginiaeth gwrth-iselder, yn hytrach na chyfeirio [pobl hŷn] i gael therapi seicolegol (er gwaethaf canllawiau NICE a... Matrics Cymru)." **Gweithiwr Gofal Iechyd Proffesiynol, 30-49 oed, Caerdydd**

Hefyd, fe wnaeth nifer o ymatebwyr dynnu sylw at yr anawsterau y maent wedi'u hwynebu o ran cael mynediad at wasanaethau yn y lle cyntaf, ac roedd llawer ohonynt o'r farn bod y rhwystrau hyn yn ymwneud â gwahaniaethu ar sail oedran. Roedd y rhain yn cynnwys gweithdrefnau mewn meddygfeydd teulu lle roedd rhaid gwneud apwyntiadau ar-lein neu dros y ffôn, heb opsiwn i drefnu wyneb-yn-wyneb. Fe gafodd hyn effaith ar ymatebydd â nam ar ei glyw yn enwedig. Tynnodd nifer o ymatebwyr sylw at natur 'ar-lein yn unig' gwasanaethau eraill fel bancio ac yswiriant hefyd, a'i fod yn arfer gwahaniaethol sy'n cymryd yn ganiataol bod gan bawb fynediad at gyfrifiadur a/neu ffôn symudol a'u bod yn gwybod sut i'w defnyddio.

Trafododd nifer o ymatebwyr leoliad gwasanaethau iechyd a mynediad i bobl anabl at ardaloedd hefyd, ac roeddent yn teimlo bod canoli

gwasanaethau iechyd yn achosi problemau i bobl heb geir na mynediad at wasanaethau cludiant cyhoeddus rheolaidd.

Codwyd mater arall yng nghyswllt mynediad pobl hŷn at iechyd a gwasanaethau eraill yn yr iaith o'u dewis, yn enwedig yr iaith Gymraeg, oherwydd bod diffyg staff a sefydliadau sy'n darparu'r gwasanaeth hwnnw.

## **Gwahaniaethu ar Sail Oedran ym maes Cyflogaeth**

Roedd hwn yn faes roedd nifer o ymatebwyr yn teimlo'n gryf yn ei gylch. Fe amlygwyd y cyfreithiau a'r confensiynau sydd eisoes mewn grym i atal gwahaniaethu ar sail oedran yn y gweithle, ond mae hynny'n parhau i ddigwydd. Soniodd nifer o ymatebwyr am yr effaith gadarnhaol y gall cyflogi pobl hŷn ei chael ar sefydliad yn sgil eu profiad helaeth a'u gallu i rannu sgiliau a gwybodaeth ag aelodau eraill o staff.

“Mae cymaint o arbenigedd a phrofiad yn cael eu colli o ganlyniad oedraniaeth ym maes cyflogaeth” **Rhanddeiliad, Caerffili**

Awgrymwyd y byddai modd addasu polisïau gweithio'n hyblyg mewn sefydliadau er mwyn iddynt gyfeirio at ofalu am berthnasau hŷn, yn ogystal â gofalu am blant. Gallai hyn annog rhagor o sefydliadau i ystyried anghenion pobl hŷn a allai fod yn gofalu am eu partner neu eu rhieni, ond sy'n dymuno dal ati i weithio.

Amlygwyd hefyd sut dydy pobl hŷn yn y gweithle ddim yn cael yr un cyfleoedd ag aelodau eraill o staff i ddatblygu'n broffesiynol. Fe wnaeth un ymatebydd rannu stori am fenyw a oedd wedi ymddeol yn rhannol ac nad oedd yn cael cynnig cyfleoedd i wella.

“O oedran penodol ymlaen, mae menywod yn mynd yn anweledig [yn y gweithle]. Fe wnaeth un aelod o staff ymddeol yn rhannol yn ddiweddar...does dim un o'i rheolwyr wedi trafod datblygu gyrfa [â hi]. Gallai weithio am ddeng mlynedd arall pe bai'n dewis gwneud hynny.”  
**Cyngor Cymuned**

Yn ogystal ag amlygu rhai o'r rhwystrau maen nhw wedi'u hwynebu o ran cael mynediad at gyflogaeth, roedd pobl hŷn hefyd yn galw am



sicrhau bod rhagor o wybodaeth ar gael i gyflogwyr ynglŷn â sut gallant gefnogi eu gweithwyr hŷn a dylunio eu sefydliad i fod yn fwy addas i weithwyr hŷn.

“Fel cyflogwr, hoffwn gael rhagor o wybodaeth am sut mae gweithio'n effeithio ar bobl hŷn. Mae'n amlwg bod rhai pobl yn tueddu i weithio'n hŷn dyddiau hyn, ac mae'r duedd hon yn debygol o gynyddu. Beth ddylwn i ganolbwyntio arno er mwyn paratoi fy ngweithle ar gyfer gweithwyr hŷn?” **Rhanddeiliad, Canolbarth a Gorllewin Cymru**

## **Gweithgareddau sy'n Pontio'r Cenedlaethau**

Y thema olaf a gafodd ei phwysleisio'n gryf yn y rhan fwyaf o'r ymatebion oedd y galw am sicrhau bod rhagor o gyfleoedd ar gael i bobl o bob oedran dreulio amser gyda'i gilydd, yn enwedig y genhedlaeth hŷn a'r genhedlaeth iau. Nodwyd y gallai hyn helpu i wella dealltwriaeth y ddau grŵp o'r heriau mae'r naill a'r llall yn eu hwynebu yn eu bywydau, yn ogystal â dysgu am ffyrdd cadarnhaol o gyfrannu at eu bywydau ei gilydd.

“Rhogor o gyfleoedd o bobl hŷn a phobl ifanc weithio gyda'i gilydd mewn cymunedau er mwyn gallu cefnogi a deall ei gilydd.” **Unigolyn, 60-69 oed, Benyw, Sir Gaerfyrddin**

Awgrymwyd y gallai pobl hŷn fynd i ysgolion cynradd ac uwchradd i wneud gweithgareddau gyda phlant, ac y gallai plant fynd i leoliadau gofal. Dywedodd nifer o ymatebwyr y bydden nhw'n bersonol yn mwynhau treulio mwy o amser gyda phlant a bod rhai yn mynd ati i chwilio am gyfleoedd i wneud hynny'n wirfoddol. Gwnaeth rhai pobl sylwadau am raglenni teledu diweddar sydd wedi dangos plant ifanc mewn cartrefi gofal gyda phobl hŷn. Fodd bynnag, fe nodwyd na ddylai gweithgareddau sy'n pontio'r cenedlaethau fod wedi'u cyfyngu i bobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal, gofal ychwanegol neu dai gwarchod, ond yn hytrach yn agored i bawb.

“Cynhaliwyd arbrawf hyfryd lle cafodd pobl hŷn eu gwahodd i ysgol gynradd i sgwrsio â'r plant. Roedd yn ymddangos bod hyn o fudd i'r ddwy garfan.” **Unigolyn, 60-69 oed, Benyw, Rhondda Cynon Taf**

Yn ogystal â threulio amser gyda'i gilydd, amlygodd nifer o ymatebwyr bod angen rhagor o addysg ynghylch pobl hŷn a'u bywydau, gan gynnwys ymgorffori hynny yn y cwricwlwm mewn ysgolion. Roedden nhw'n teimlo y byddai hynny'n helpu pobl ifanc i ddeall yr heriau a'r cyfleoedd sy'n dod yn sgil mynd yn hŷn.

## Atal Cam-drin Pobl Hŷn

Roedd yr ymatebion i'r rhan hwn o'r ymgynghoriad yn canolbwyntio ar bedair prif thema: codi ymwybyddiaeth o gam-drin; darparu rhagor o hyfforddiant a chymorth i weithwyr proffesiynol; sicrhau bod pobl hŷn yn cael mynediad at y cymorth y mae ei angen arnynt os ydynt yn cael eu cam-drin, neu mewn perygl o hynny; a sicrhau bod y troseddwr yn mynd o flaen eu gwell.

Roedd cysylltiad cyffredin rhwng ymatebion yr ymatebwyr, sef eu bod yn teimlo nad yw cam-drin yn cael ei gydnabod bob amser gan bobl hŷn a gweithwyr proffesiynol, a bod pobl hŷn yn gyndyn o roi gwybod i rywun eu bod yn cael eu cam-drin, yn enwedig os mai aelod o'r teulu neu ofalwr oedd yn gyfrifol am hynny.

“Mae nifer o bobl sydd wedi cael eu cam-drin yn dewis peidio ei riportio, ac yn gwrthod cadarnhau unrhyw amheuon ynglŷn â cham-drin sydd gan bobl eraill, am amryw o resymau. Gall y rhesymau hyn gynnwys eu bod nhw'n teimlo na fydd unrhyw un yn eu credu, neu y byddai'n rhaid iddynt ail-fyw'r trawma wrth i lu o bobl wahanol eu cwestiynu nhw am y gamdriniaeth. Ond, yn bwysicaf oll, mae llawer yn poeni y byddai riportio'r sawl sydd wedi eu cam-drin yn golygu y byddant yn cael eu trin yn waeth yn y tymor hir.” **Unigolyn, 60-69 oed, Benyw, Conwy**

Roedd llawer o ymatebwyr yn cefnogi gwaith y Comisiynydd i barhau i weithio ar fynd i'r afael â sgamiau, yn enwedig ar-lein, dros y ffôn a galwyr digroeso wrth y drws. Amlygwyd bod pobl hŷn sy'n unig ac ynysig yn aml yn croesawu'r cyfle i siarad â rhywun, hyd yn oed os mai ei fwriad yw cymryd arian ganddyn nhw. Drwy fynd i'r afael ag unigrwydd ac arwahanrwydd, awgrymwyd y byddai llai o bobl mewn perygl o gael eu cam-drin neu eu sgamio.

Codwyd y mater bod unigrwydd ac arwahanrwydd yn broblem i bobl sydd wedi cael eu cam-drin hefyd, yn enwedig cam-drin domestig a rheoli gorfodol.

“Mae cam-drin domestig a rheoli gorfodol yn eich gwneud chi'n fwy unig ac ynysig, gan eich bod chi ddim yn ymddiried yn unrhyw un”  
**Unigolyn, 60-69 oed, Benyw, Powys**

## Codi Ymwybyddiaeth

Yn yr ymatebion, roedd lefel uchel o gefnogaeth o ran codi ymwybyddiaeth o gam-drin pobl hŷn ar lefel leol a chenedlaethol. Roedd llawer o ymatebwyr yn galw am ymgyrch Cymru gyfan, gan weithio gyda'r cyfryngau a gwasanaethau eraill i godi ymwybyddiaeth pobl o'r hyn y dylid cadw llygad amdano os yw rhywun yn cael ei gam-drin, a pha lwybrau sydd ar gael os ydyn nhw am riportio achos o gam-drin.

“Codi ymwybyddiaeth ledled cymdeithas... Dydy pobl ddim yn meddwl ddwywaith os ydyn nhw'n gweld plentyn yn cael ei gam-drin, ond os mai person hŷn sydd dan sylw, maen nhw'n meddwl y gallen nhw frwydro'n ôl a gofalu am eu hunain. Mae'n rhaid i bobl ddeall nad dyna'r sefyllfa bob amser.” **Unigolyn, 70-79 oed, Benyw**

Nodwyd nad yw pob math o gam-drin, gan gynnwys cam-drin ariannol, yn cael ei gydnabod ac y dylid cael ymgyrch i dynnu sylw pobl at fathau gwahanol o gam-drin.

## Hyfforddiant i Weithwyr Proffesiynol

Thema arall a oedd i'w gweld yn yr ymatebion oedd rôl gweithwyr proffesiynol o ran atal cam-drin, yn ogystal â rhoi cymorth i bobl hŷn sydd wedi dioddef camdriniaeth. Roedd hyn yn canolbwyntio'n gyffredinol ar gynyddu lefel yr hyfforddiant ar gyfer gweithwyr proffesiynol rheng flaen, ond roedd nifer o ymatebion hefyd yn hybu'r broses barhaus o wneud y gweithlu gofal yn fwy proffesiynol drwy roi cymorth a hyfforddiant i staff, yn ogystal â chyflog sy'n cydnabod eu gwaith. Cafwyd awgrym cysylltiedig â hyn, sef cael proses well o archwilio pobl sy'n gweithio neu'n gwirfoddoli gyda phobl hŷn sy'n agored i niwed er mwyn lleihau'r risg o gam-drin.

Nododd rhai ymatebwyr bod angen gwella systemau cwyno er mwyn galluogi pobl hŷn sydd wedi cael eu cam-drin i sicrhau bod rhywun yn

mynd i'r afael â'u hachosion. Fe wnaeth rhai ymatebwyr rannu eu profiadau eu hunain o fethu defnyddio'r system gwyno, neu rywun yn rhoi pwysau arnyn nhw i beidio â bwrw ymlaen â chwyn.

Roedd ymatebwyr yn cydnabod bod angen i sefydliadau statudol fynd ati'n well i gasglu data am bobl hŷn sy'n cael eu cam-drin ac y dylid rhannu'r data hwn ar draws sefydliadau er mwyn sicrhau bod asiantaethau gwahanol yn ymwybodol o'r achosion hyn o gam-drin. Roedd yr ymatebwyr o'r farn y dylid cyhoeddi'r data er mwyn i sefydliadau fel y Comisiynydd allu cael mynediad at gynnydd a chraffu ar hynny.

“Mae'n hollbwysig casglu data manwl gywir ynglŷn â graddfa'r gamdriniaeth a'r troseddau yn erbyn pobl hŷn er mwyn lobio dros sicrhau bod adnoddau digonol ar gael i amddiffyn pobl hŷn. Fodd bynnag, nid nifer yr achosion yn unig sy'n bwysig, ond ymateb yr asiantaethau a sut maen nhw'n craffu ar yr ymatebion hynny.”

#### **Rhanddeiliad, Cymru Gyfan**

Roedd teimlad ymysg rhai ymatebwyr bod lleihau cyllidebau gwasanaethau'r heddlu yn cael effaith niweidiol ar eu gallu i adnabod troseddau yn erbyn pobl hŷn a bwrw ymlaen ag ymchwiliadau.

### **Gwasanaethau ar gyfer Pobl Hŷn**

Yn ogystal â rhagor o gymorth i weithwyr proffesiynol, fe wnaeth nifer o ymatebwyr amlygu pa mor bwysig oedd gwneud yn siŵr bod pobl hŷn yn gallu cael mynediad at wasanaethau i'w helpu nhw os ydyn nhw'n cael eu cam-drin neu mewn perygl o hynny. Roedd hyn yn cynnwys mynediad at wasanaethau eirioli yn enwedig, gyda nifer o ymatebwyr yn pwysleisio pa mor bwysig yw gwasanaethau eirioli i'r bobl hŷn fwyaf agored i niwed y mae angen cymorth arnynt i ddweud eu dweud.

“Dylai gwasanaethau cymorth 50+ fod ar gael i bobl hŷn sydd wedi cael eu cam-drin, a dylid eu hyrwyddo'n helaeth drwy'r sianelau priodol er mwyn sicrhau bod pobl hŷn yn gwybod at bwy i droi yng nghyswllt cam-drin. Dylai gwasanaethau gael eu teilwra yn unol ag anghenion y mathau o gam-drin y mae pobl hŷn yn eu hwynebu, mewn lleoliadau

cyfleus, gyda staff sydd wedi cael hyfforddiant priodol.” **Rhanddeiliad, Blaenau Gwent**

Roedd llawer o ymatebion yn awgrymu y dylai llinell gymorth, fel ChildLine, gael ei sefydlu er mwyn i bobl hŷn ei defnyddio os ydynt yn cael eu cam-drin. Gallai aelodau o'r teulu, ffrindiau a gofalwyr ddefnyddio'r llinell hefyd, pe baent yn poeni bod rhywun mewn perygl o gael ei gam-drin.

Soniodd nifer o ymatebwyr am ba mor bwysig yw cefnogi gofalwyr, gan eu bod yn aml yn cael eu rhoi dan bwysau sylweddol mewn sefyllfaoedd anodd, a allai arwain atynt yn cam-drin rhywun neu'n cael eu cam-drin. Nododd rhai ymatebwyr y byddai angen gofal ychwanegol ar y bobl hŷn, yn unol â'u hanghenion o ran gofal a chymorth, pe bai ymchwiliad i gŵyn yn cael ei gynnal yn erbyn gofalwr neu aelod o'r teulu.

Fe wnaeth rhai ymatebwyr hefyd awgrymu y dylid cynnig nodweddion diogelwch ychwanegol i bobl hŷn, gan gynnwys tyllau ysbïo a chloeon mwy effeithiol, ac y dylid rhoi mesurau diogelwch mwy llym ar waith yng nghyswllt arian pobl hŷn er mwyn atal cam-drin ariannol.

## **Mynediad at Gyfiawnder**

Roedd thema olaf yr ymatebion yn ymwneud â gwella mynediad pobl hŷn at gyfiawnder ar ôl cael eu cam-drin. Roedd hyn yn cynnwys gwella'r gweithdrefnau diogelwch a ddefnyddir gan y gwasanaethau cymdeithasol, yn ogystal â sicrhau bod pobl hŷn yn cael cymorth i erlyn y rheini sydd wedi troseddu yn eu herbyn, ac y dylai dedfrydau fod yn fwy llym ac yn fwy cymesur ag effaith y drosedd.

Dylid annog y system gyfiawnder i ddelio'n fwy cadarn â throseddau sy'n ymwneud â cham-drin pobl hŷn.” **Unigolyn, 70-79 oed, Benyw, Rhondda Cynon Taf**

Roedd rhai ymatebwyr yn teimlo bod angen cymorth ychwanegol ar rai pobl hŷn i gael mynediad at gyfiawnder, a bod angen eu sicrhau nad ydynt yn “faich” nac yn “creu helynt” drwy riportio achos o cam-drin a mynd ar drywydd erlyniad.

“Mae dyletswydd ar bob un ohonom i sicrhau eu bod [pobl hŷn] yn ddiogel a’u bod yn cael y cyfiawnder mae ganddynt hawl i’w gael, a’u bod – yn fwy na dim – yn ddiogel rhag niwed ac yn rhydd o gamdriniaeth.” **Rhanddeiliad, Pen-y-bont ar Ogwr**

Roedd rhanddeiliad sy’n gweithio yn y maes yn galw ar y Comisiynydd i fynd ati i lunio trosedd waethygedig benodol ar gyfer “cam-drin pobl hŷn” er mwyn cydnabod pa mor ddifrifol ac unigryw yw’r ddeinameg sy’n rhan o hynny.

## Casgliad

Mae'r Comisiynydd a'i thîm wedi bod yn dadansoddi'r ymatebion i'r ymgynghoriad drwy gydol yr amser y mae wedi bod yn weithredol, ac wedi bod yn defnyddio'r ymatebion i lywio'r meysydd mae'n canolbwyntio arnynt yn ei thair blaenoriaeth: Gwneud yn siŵr bod pawb yn gallu heneiddio'n dda; Rhoi diwedd ar oedraniaeth a gwahaniaethu; ac Atal cam-drin pobl hŷn.

Yn ogystal â chyflwyno ymatebion i'r tair blaenoriaeth, roedd ymatebwyr yn gallu rhoi sylwadau ychwanegol ar unrhyw feysydd arall roeddent o'r farn ei bod yn bwysig canolbwyntio arnynt. Roedd y materion a godwyd yn cynnwys pynciau fel profiadau pobl hŷn mewn cartrefi gofal, gofal dementia, darpariaeth tai a chostau gofal cymdeithasol yn y dyfodol. Mae'r holl feysydd hyn yn cael effaith arwyddocaol ar fywydau pobl hŷn a byddant yn parhau i fod yn rhan o waith y Comisiynydd.

Ym mis Ebrill, bydd y Comisiynydd yn cyhoeddi ei strategaeth tair blynedd, a fydd yn nodi ei blaenoriaethau ar gyfer gweddill ei chyfnod yn y swydd, yn ogystal â chyhoeddi rhaglen waith fanwl ar gyfer y flwyddyn 2019-20. Bydd y Comisiynydd yn parhau i ymgysylltu â phobl hŷn a rhanddeiliaid drwy gydol ei chyfnod yn y swydd a bydd yn defnyddio barn pobl hŷn i lywio ei gwaith.



# Atodiad A: Ymgynghoriad

## Cyfle i ddweud eich dweud ar sut gallwn ni wneud Cymru'r lle gorau yn y byd i dyfu'n hŷn ynddo

Mae Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru am i Gymru fod y lle gorau yn y byd i dyfu'n hŷn ynddo, ac mae wrthi'n pennu'r gwaith y bydd yn ei wneud dros y tair blynedd nesaf i wella bywydau pobl hŷn.

Ers iddi ddechrau yn y swydd, mae'r Comisiynydd wedi teithio ar hyd a lled Cymru yn cwrdd ac yn siarad â phobl hŷn a sefydliadau i wrando ar beth fyddai'n gwneud Cymru'r lle gorau yn y byd i dyfu'n hŷn ynddo.

Mae hyn wedi helpu'r Comisiynydd i nodi tri phrif flaenoriaeth tymor hir i Gymru. Bydd yn cyflawni ystod eang o waith yn erbyn y blaenoriaethau hyn yn ystod y tair blynedd nesaf:

- Gwneud yn siŵr bod pawb yn gallu heneiddio'n dda
- Rhoi diwedd ar oedraniaeth a gwahaniaethu
- Atal cam-drin pobl hŷn

Mae'r Comisiynydd yn awyddus i safbwyntiau a phrofiadau cynifer â phosib o bobl hŷn a rhanddeiliaid ddylanwadu ar ei gwaith a byddai'n croesawu eich barn ar beth dylai ganolbwyntio arno dan y meysydd blaenoriaeth hyn, yn arbennig y newidiadau rydych chi am eu gweld a'ch syniadau o ran sut mae cyflawni'r newidiadau hyn. Yn eich ymateb gallech dynnu sylw at rywbeth sy'n peri pryder i chi, neu rannu esiampl o rywbeth cadarnhaol sy'n gweithio'n dda a fyddai'n gallu cael ei wneud mewn rhannau eraill o Gymru hefyd.

Mae'r Comisiynydd yn arbennig o awyddus i ganolbwyntio ar waith a fydd yn gwella ansawdd bywyd y bobl hŷn mwyaf agored i niwed, y rheini mae eu lleisiau'n cael eu hanwybyddu'n aml a'r rheini sydd mewn perygl o niwed. Yn ogystal, mae'r Comisiynydd am ddefnyddio ei gwaith i dynnu sylw at y cyfraniad mae pobl hŷn yn ei wneud i'w cymunedau ac i gymdeithas, ac i helpu pobl i heneiddio'n dda.

Ar ôl i chi lenwi'r ffurflen sydd wedi'i hatodi, a fydddech cystal â'i dychwelyd i swyddfa'r Comisiynydd yn yr amlen Radbost sydd wedi'i darparu. Y dyddiad cau ar gyfer ymatebion yw **dydd Gwener 22 Chwefror 2019**.

**Diolch yn fawr am eich help!**

## Gwneud yn siŵr bod pawb yn gallu heneiddio'n dda

Fe ddylai pawb yng Nghymru gael yr hawl i heneiddio'n dda, ond mae llawer yn ei chael hi'n amhosib gwneud y pethau sy'n bwysig iddyn nhw wrth iddyn nhw dyfu'n hŷn. Fe ddylid ystyried pobl hŷn yn rhan hollbwysig o gymdeithas a dylen nhw allu cael rhagor o gyfleoedd i gymryd rhan yn ein heconomi a'n cymunedau, a chyfrannu atynt.

Mae angen i ni weithio gyda'n gilydd i wneud Cymru'n genedl o gymunedau sy'n ystyriol o oedran lle mae pobl hŷn yn teimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi, eu cynnwys a'u parchu, ac yn gallu:

- mynd a dod
- fforddio gwneud y pethau maen nhw'n dymuno eu gwneud
- byw bywydau iach a gweithgar
- bod yn ymwybodol o'r wybodaeth ddiweddaraf
- dweud eu dweud

**Ar beth ddylai'r Comisiynydd ganolbwyntio yn y maes blaenoriaeth hwn?**

**Pa newidiadau sydd eu hangen a sut gallwn ni gyflawni'r newidiadau hyn?**

## Rhoi diwedd ar oedraniaeth a gwahaniaethu

Oedraniaeth ydy rhagfarn neu wahaniaethu ar sail oedran unigolyn, ac mae'n dal yn gyffredin iawn ymysg cymdeithas.

Mae oedraniaeth yn sail i nifer o'r problemau mae pobl hŷn yn eu hwynebu ar hyn o bryd ac yn arwain at stereoteipiau negyddol, at bobl hŷn yn cael eu trin yn annheg ac at beidio â pharchu a chynnal eu hawliau. Gall oedraniaeth gael dylanwad negyddol ar y penderfyniadau mae cymdeithas yn eu gwneud hefyd, gan olygu bod y gwasanaethau, y cyfleusterau a'r cyfleoedd sydd eu hangen ar bobl i'w helpu i heneiddio'n well yn gallu bod yn annigonol ac yn gwahaniaethu yn erbyn pobl hŷn.

Mae mynd i'r afael ag oedraniaeth a gwahaniaethu ar sail oedran yn hanfodol er mwyn sicrhau cydraddoldeb i bobl hŷn, a gwneud yn siŵr eu bod yn cael eu trin ag urddas a pharch a bod y cyfraniad maen nhw'n ei wneud i gymdeithas yn cael ei gydnabod a'i glodfori.

**Ar beth ddylai'r Comisiynydd ganolbwyntio yn y maes blaenoriaeth hwn?**

**Pa newidiadau sydd eu hangen a sut gallwn ni gyflawni'r newidiadau hyn?**

## Atal cam-drin pobl hŷn

Mae miloedd o bobl hŷn yng Nghymru yn cael eu cam-drin – gweithred sy'n digwydd unwaith neu drosodd a throsodd, neu ddiffyg camau gweithredu priodol, sy'n achosi niwed neu ofid – ac nid yw troseddau yn erbyn pobl hŷn yn cael eu hysbysu'n ddigon aml. Ymysg y mathau o gam-drin pobl hŷn mae cam-drin corfforol; cam-drin domestig; cam-drin rhywiol; cam-drin seicolegol neu emosiynol; cam-drin ariannol neu ddeunyddiau; cam-drin sefydliadol neu gyfundrefnol; esgeulustod; a rheoli dan orfodaeth.

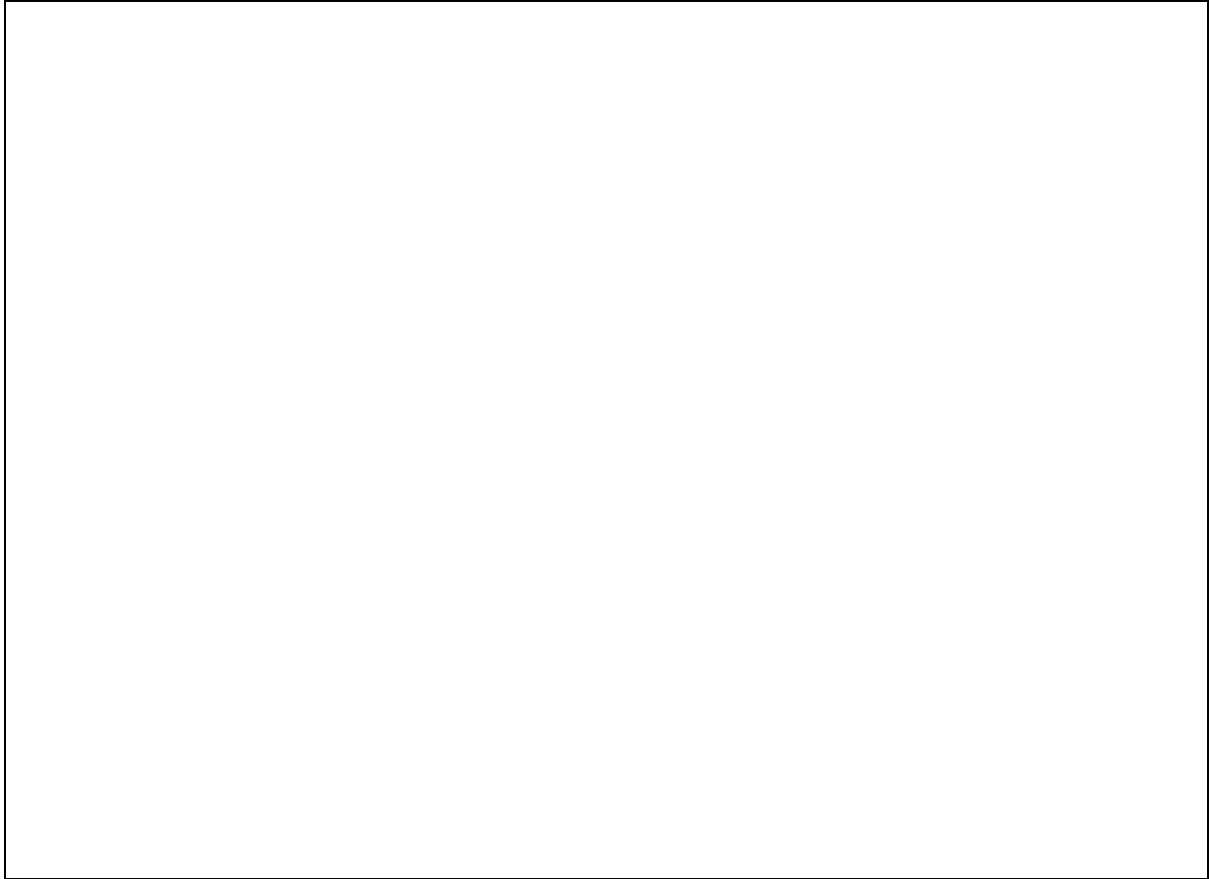
Er bod y ddealltwriaeth o hyd a lled a natur cam-drin a throseddau yn erbyn pobl hŷn yn tyfu, mae diffyg data ystyrlon o hyd am y lefelau o gam-drin yng Nghymru ac mae'r ymwybyddiaeth o'r materion hyn yn dal yn rhy isel o lawer ar draws ein gwasanaethau cyhoeddus a chymdeithas yn gyffredinol.

Blaenoriaeth y Comisiynydd ydy rhoi diwedd ar y cam-drin hyn drwy gynyddu ymwybyddiaeth ar draws cymdeithas, gwella camau ataliol ar draws cyrff cyhoeddus a sicrhau mynediad at gyfiawnder i'r rheini sydd mewn perygl o gamdriniaeth, a'u helpu i deimlo'n ddiogel.

**Ar beth ddylai'r Comisiynydd ganolbwyntio yn y maes blaenoriaeth hwn?**

**Pa newidiadau sydd eu hangen a sut gallwn ni gyflawni'r newidiadau hyn?**

Os oes unrhyw feysydd gwaith eraill yr ydych chi'n meddwl dylai'r Comisiynydd ganolbwyntio arnynt dros y tair blynedd nesaf, nodwch nhw yn y blwch isod. Gallwch chi hefyd ddefnyddio'r blwch hwn i roi gwybod i'r Comisiynydd am unrhyw newidiadau eraill a fyddai'n gwneud Cymru'r lle gorau i dyfu'n hŷn ynddo a sut gallwn ni gyflawni'r newidiadau hyn.



Diolch i chi am roi o'ch amser i rannu eich safbwyntiau a'ch syniadau a fydd yn helpu i lywio a llunio gwaith y Comisiynydd dros y tair blynedd nesaf.

Mae'n bosib y bydd y Comisiynydd yn dymuno cysylltu â chi i ofyn am ragor o wybodaeth am yr hyn rydych chi wedi'i rannu uchod, i gael eich safbwyntiau fel rhan o unrhyw ymgynghoriad ar ei gwaith a'i blaenoriaethau yn y dyfodol, neu i roi diweddariad i chi ar sut mae hi wedi defnyddio'r wybodaeth rydych chi wedi'i darparu. Caiff eich gwybodaeth bersonol ei phrosesu at y dibenion hyn ac ni fydd yn cael ei rhannu ag unrhyw drydydd parti. I gael rhagor o fanylion am sut byddwn yn prosesu eich gwybodaeth bersonol, darllenwch ein hysbysiad preifatrwydd yn [www.olderpeoplewales.com/wl](http://www.olderpeoplewales.com/wl) neu gofynnwch am gopi.

Os ydych chi'n fodlon i ni gysylltu â chi yn y dyfodol, nodwch eich manylion cyswllt isod:

**Rwy'n ymateb: (ticiwch un)**

- Fel unigolyn
- Ar ran sefydliad

**Enw:** .....

**Sefydliad (os yw'n berthnasol):** .....

**Cyfeiriad e-bost:** .....

**Rhif ffôn:** .....

**Cyfeiriad:** .....

.....

.....

Byddai'n ddefnyddiol hefyd pe baech yn llenwi'r ffurflen monitro amrywiaeth sydd wedi'i hatodi a'i dychwelyd gyda'ch ffurflen.

**Dychwelwch y ffurflen hon at y Comisiynydd yn yr amlen Radbost sydd wedi'i darparu. Y dyddiad cau ar gyfer ymatebion yw dydd Gwener 22 Chwefror 2019.**

**Diolch yn fawr am eich help!**

# Atodiad B: Ymatebion gan sefydliadau sy'n rhanddeiliad

Action on Elder Abuse Cymru	Diverse Cymru
Amgueddfa Cymru - National Museum Wales	Heddlu Dyfed-Powys
Age Connects Caerdydd a'r Fro	Cyngor Sir y Fflint
Age Connects Canol Gogledd Cymru	Gwasanaethau Gwirfoddol Morgannwg
Cymdeithas Alzheimer's, Gorllewin Cymru	Gwasanaeth Alcohol a Chyffuriau Gwent
Cyngor Iechyd Cymuned Aneurin Bevan	Cyngor Cymuned Henllys
Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan	Ysgol Lewis, Pengam
Canolfan Gofal Dydd Aneurin	Cyngor Cymuned Llanbedr
Cyngor Pobl Hŷn Ynys Môn	Men's Sheds Cymru
Cyngor Bwrdeistref Sirol Blaenau Gwent	Merched y Wawr
Awdurdod Parc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog	Cyngor Gwasanaethau Gwirfoddol Castell-nedd Port Talbot
Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain (BACP)	Fforwm 50+ Casnewydd
Cymdeithas Seicolegol Prydain	Cymdeithas Bresbyteriaid Gogledd-Ddwyrain Cymru
Fforwm 50+ Caerffili	Cyngor Iechyd Cymuned Gogledd Cymru
Ymgyrch i roi Terfyn ar Unigrwydd	POBL
Gofal yn y Fro	Cyngor Bwrdeistref Sirol Rhondda Cynon Taf
Cyngor Sir Caerfyrddin	Y Lleng Brydeinig Frenhinol Shine
Panel Defnyddwyr Gwasanaethau Cyfathrebu	Gofal Solfach
Cymdeithas Cludiant Cymunedol	Cyngor Bwrdeistref Sirol Abertawe
Contact the Elderly	Fforwm 50+ Taf-Elái
Cyngor Bwrdeistref Sirol Conwy	Cynghrair Gwirfoddol Torfaen
Cynghrair Pobl Hŷn Cymru	Fforwm 50+ Blaenau'r Rhondda
Deall Dementia – Maerdy Derwen	Tai Wales and West
	Gwasanaeth Cam-drin Domestig Gorllewin Cymru
	Fforwm Dros 50 Wrecsam