Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Older People's Commissioner for Wales

Gwneud Cymru y lle gorau yn y byd i heneiddio

Strategaeth 2019-22

Llais ac eiriolwr annibynnol
ar gyfer pobl hŷn

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Mae Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru'n gwarchod ac yn hybu hawliau pobl hŷn ledled Cymru, gan graffu a dylanwadu ar amrywiaeth eang o bolisïau ac arferion i wella eu bywydau. Mae'n darparu help a chefnogaeth yn uniongyrchol i bobl hŷn drwy ei thîm gwaith achosion ac mae'n gweithio i rymuso pobl hŷn i sicrhau bod eu llais yn cael ei glywed ac y gweithredir yn ei gylch. Mae rôl y Comisiynydd yn seiliedig ar gyfres o bwerau cyfreithiol unigryw i'w chefnogi gydag adolygu gwaith cyrff cyhoeddus a'u dal yn atebol pan fo angen.

Mae'r Comisiynydd yn gweithredu i roi terfyn ar wahaniaethu a rhagfarn ar sail oedran, i atal cam-drin pobl hŷn ac i alluogi i bawb heneiddio'n dda.

Mae'r Comisiynydd eisiau i Gymru fod y lle gorau yn y byd i bobl heneiddio ynddo.

Sut mae cysylltu â'r Comisiynydd:

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Adeiladau Cambrian
Sgwâr Mount Stuart
Caerdydd
CF10 5FL

Ffôn: 03442 640 670
E-bost: gofyn@olderpeoplewales.com
Gwefan: www.olderpeoplewales.com
Twitter: @comisiwnphcymru

Fformatau Hygyrch

Os hoffech dderbyn y cyhoeddiad hwn mewn fformat arall ac/neu iaith arall, cysylltwch â ni. Mae pob un o'n cyhoeddiadau hefyd ar gael i'w lawrlwytho a'u harchebu mewn nifer o fformatau gwahanol oddi ar ein gwefan.

Cynnwys

Cyflwyniad	04
Fy rôl fel Comisiynydd	05
Pobl Hŷn yng Nghymru	06
Fy Ngweledigaeth	08
Datblygu fy mlaenoriaethau	10
Fy mlaenoriaethau fel Comisiynydd	11
Rhoi diwedd ar oedraniaeth a gwahaniaethu ar sail oedran	12
Atal cam-drin pobl hŷn	14
Galluogi pawb i heneiddio'n dda	16
Cyflawni fy rhaglen waith	18
Adrodd	19
Atodiad A: Mesurau a Dangosyddion	21

Cyflwyniad

Braint yw bod yn Gomisiynydd Pobl Hŷn Cymru, swydd y dechreuais ym mis Awst 2018. Rwyf wedi bod yn gweithio gyda phobl hŷn ers 30 mlynedd, yn ceisio gwella'r profiad o heneiddio, a'r profiad o fod yn berson hŷn. Ac fel y rhan fwyaf ohonom, mae gen i hefyd brofiad o adnabod ac o ofalu am bobl hŷn yn fy nheulu ac o blith fy ffrindiau.

Mae mynd yn hŷn a byw mewn cymdeithas sy'n mynd yn hŷn yn rhywbeth y bydd y rhan fwyaf ohonom yn cael profiad ohono, a bydd gwella hyn o fudd i ni gyd.

Mae gan Gymru le i fod yn falch ohono o ran y gwaith mae'n ei wneud i wella bywydau pobl hŷn, ac mae mynd yn hŷn wedi bod yn brofiad cadarnhaol, ac sydd wedi cynnig amryw o gyfleoedd newydd i lawer o bobl rwyf wedi cwrdd â nhw ers i mi ddechrau yn fy swydd.

Ond, nid yw hyn yn wir i bawb, yn enwedig i'r rhai sydd fwyaf agored i niwed. Mae angen gwneud llawer mwy i sicrhau bod pob person hŷn yn gallu cael yr ansawdd bywyd gorau, yn gallu cadw'n heini a chymryd rhan, a chael mynediad at y gwasanaethau a'r cymorth sydd ei angen arnynt, ac i wneud y pethau sy'n bwysig iddyn nhw.

Yn 2006, roedd Cymru'n arwain y byd pan gyflwynwyd deddfwriaeth yma i sefydlu Comisiynydd Pobl Hŷn annibynnol ag ystod o bwerau cyfreithiol unigryw. Mae gennym ni gyfle i arwain y ffordd unwaith eto, ac yn y strategaeth hon, rwy'n amlinellu'r blaenoriaethau sydd angen eu gweithredu er mwyn gwneud i hyn ddigwydd, yn ogystal ag amlinellu fy rhan i mewn gwneud Cymru y lle gorau yn y byd i fynd yn hŷn.

Heléna Herklots CBE
Older People's Commissioner for Wales

"Mae cymdeithas nad yw'n gwerthfawrogi ei phobl hŷn yn gwrthod ei gwreiddiau ac yn peryglu ei dyfodol."

Nelson Mandela

Fy rôl fel Comisiynydd

Rôl Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru yw gwarchod a hybu hawliau pobl hŷn, ac mae'r rôl wedi ei seilio ar bwerau cyfreithiol i adolygu a chraffu ar gyrff cyhoeddus, ac i gefnogi pobl hŷn.

Fel y nodwyd yn Neddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru) 2006, a sefydlodd y swydd, cylch gwaith y Comisiynydd yw:

- Hybu ymwybyddiaeth o fuddiannau pobl hŷn yng Nghymru a'r angen i ddiogelu'r buddiannau hynny;
- Hyrwyddo'r cyfleoedd a ddarperir i bobl hŷn yng Nghymru, a dileu rhagfarn yn eu herbyn;
- Hybu'r arferion gorau o ran y ffordd y mae pobl hŷn yn cael eu trin yng Nghymru;
- Parhau i adolygu digonolrwydd ac effeithiolrwydd y gyfraith sy'n effeithio ar fuddiannau pobl hŷn yng Nghymru

Gyda chymorth tîm bach, rwy'n craffu ac yn dylanwadu ar amryw o bolisïau, deddfwriaethau, canllawiau a rheoliadau er mwyn sicrhau bod gwneuthurwyr polisi a phenderfyniadau, ar lefel cenedlaethol a lleol, yn deall anghenion pobl hŷn, a phwysigrwydd cynnal eu hawliau. Ochr yn ochr â hyn, rwy'n ymgysylltu â gwaith cyrff cyhoeddus, ac yn monitro'r gwaith hwnnw, gan eu dal yn atebol lle y bo angen, a thynnu sylw at, a hyrwyddo arferion da sy'n gwneud gwahaniaeth cadarnhaol i fywydau pobl hŷn.

Rwyf hefyd yn darparu gwasanaeth gwaith achos, gan gynnig cymorth, cyngor a chefnogaeth ar amryw o faterion i gannoedd o bobl hŷn bob blwyddyn, gan eu helpu nhw i ddeall ac i ddefnyddio eu hawliau cyfreithiol, ac i herio arferion drwg a phenderfyniadau gwael. Mae'r gefnogaeth y mae fy nhîm gwaith achos yn ei gynnig yn rhoi syniad i ni am yr heriau sy'n wynebu pobl hŷn, gan helpu i arwain ac i siapio fy ngwaith, ac i gydnabod yr heriau sydd angen i mi weithio arnynt, neu sydd angen i mi eu codi â phobl eraill.

Mae ymgysylltu â phobl hŷn yn rhan allweddol arall o fy ngwaith, ac mae fy nhîm a minnau'n cwrdd ac yn siarad â phobl hŷn ledled Cymru yn gyson er mwyn clywed yn uniongyrchol ganddynt am eu profiadau a'u pryderon, ac er mwyn gweld yr amrywiaeth o brosiectau a mentrau sy'n rhoi gwasanaethau a chymorth hanfodol i bobl hŷn yn ein cymunedau. Yn ystod fy nghyfnod fel Comisiynydd, byddaf yn parhau i ymgysylltu ag amrywiaeth eang o bobl hŷn i gael cyswllt o ddydd i ddydd â nhw, a byddaf yn sicrhau bod eu lleisiau, eu profiadau, a'u syniadau yn arwain ac yn cyfrannu at fy ngwaith..

Pobl Hŷn yng Nghymru

Rydym yn gymdeithas sy'n mynd yn hŷn. Mae 877,000 o bobl dros 60 oed yng Nghymru, sydd tua 30% o'r boblogaeth. Mae disgwyl i hyn gynyddu i dros filiwn o bobl erbyn 2030, ac mae disgwyl i nifer y bobl sydd dros 85 oed fwy na dyblu erbyn 2040.

Mae pobl hŷn yn aelodau hanfodol o'n teuluoedd a'n cymunedau, sy'n gwneud cyfraniad enfawr i Gymru – trwy weithio, gwirfoddoli, a gofalu'n ddi-dâl am bobl eraill – sydd werth dros £2biliwn i'r economi bob blwyddyn.

Fodd bynnag, mae anghydraddoldebau sylweddol yn bodoli rhwng unigolion a chymunedau ledled Cymru, fel y dangosir gan lefelau cynyddol o dlodi ymysg pobl hŷn, a'r ffaith bod gwahaniaeth mewn disgwyliad oes iach rhwng yr ardaloedd lleiaf difreintiedig a'r ardaloedd mwyaf difreintiedig yng Nghymru. Mae'r gwahaniaeth hwn yn gallu amrywio cymaint â 18 o flynyddoedd i fenywod, ac 19 o flynyddoedd i ddynion.

Ar ben hynny, rwy'n clywed gan bobl hŷn eu bod yn teimlo nad oes neb yn clywed nac yn gwrando ar eu barn bob amser pan fo penderfyniadau'n cael eu gwneud a fydd yn effeithio ar eu bywydau. Maent hefyd yn dweud nad yw'r gwasanaethau sydd ar gael i'w cefnogi wrth iddynt fynd yn hŷn yn adlewyrchu eu hanghenion, nac yn adlewyrchu'r cynnydd bob amser mewn amrywiaeth o bobl hŷn sy'n byw yng Nghymru.

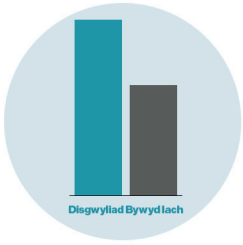
Mae llawer o wahaniaeth rhwng unigolion a chymunedau yng Nghymru

Pobl Hŷn yng Nghymru
Ffeithiau a Ffigurau

877,000
nifer y bobl dros 60 oed yng Nghymru
// Tua 30% o'r boblogaeth

Mae disgwyl y bydd dros
1 filiwn
erbyn 2030
// Mae disgwyl i nifer y bobl dros 85 ddyblu erbyn 2040

80.15 oed
Y disgwyliad oes cyfartalog yng Nghymru
// 82.2 i fenywod, 78.1 i ddynion



Rhwng yr ardaloedd mwyaf a lleiaf difreintiedig yng Nghymru mae bwlch o hyd at
19 mlynedd
mewn disgwyliad oes iach

£2.19 biliwn
Gwerth cyfraniad pobl hŷn at economi Cymru pob blwyddyn
// i fyny o £1 biliwn yn 2012

Mae
20%
o bobl hŷn Cymru yn byw mewn tlodi incwm cymharol
// roedd £170 miliwn o gredyd pensiwn heb ei hawlio yn 2016-17

Mae
74%
o bobl hŷn yn teimlo'n bositif am heneiddio yng Nghymru

Dydy
34%
o bobl hŷn ddim yn deall eu hawliau cyfreithiol

Fy Ngweledigaeth

Rwyf eisiau i Gymru fod y lle gorau yn y byd i fynd yn hyn.

Mae hyn yn golygu dathlu'r ffaith ein bod ni'n gymdeithas sy'n mynd yn hŷn, a sicrhau bod pob un ohonom yn gallu mwynhau'r cyfleoedd y mae hynny'n ei gyflwyno. Mae'n golygu bod yn barod i ddatrys yr heriau y gallem eu hwynebu wrth i ni fynd yn hŷn, a sicrhau bod pobl hŷn, yn enwedig y rhai sydd fwyaf agored i niwed, yn gallu cael gafael ar y cymorth a'r gwasanaethau sydd eu hangen arnynt.

Mae'n golygu croesawu a hybu arloesedd ac arferion da er mwyn ysbrydoli pobl i weithredu, gan ddal pobl yn atebol pan fo angen.

Ac mae'n golygu grymuso pobl hŷn drwy sicrhau eu bod nhw'n deall eu hawliau cyfreithiol, a sut y gallent ddefnyddio'r hawliau hynny er mwyn sicrhau bod eu lleisiau'n cael eu clywed, ac er mwyn herio arferion drwg.

Rwyf eisiau i Gymru fod y lle gorau yn y byd i fynd yn hyn

Cyflawni fy ngweledigaeth

Mae'n wir fod gennym weledigaeth uchelgeisiol i weithio tuag ati. Mae'n golygu ein bod nid yn unig yn canolbwyntio ar wella pethau a delio â'r anawsterau y gall pobl hŷn eu profi, ond ein bod hefyd yn canolbwyntio ar newid y profiad o fynd yn hŷn i bob un ohonom, gan ddelio ag achosion sylfaenol y problemau y gallem ddod ar eu traws wrth i ni fynd yn hŷn, a gweithio ar draws cymdeithas i gyflawni newid.

Ni fydd gwireddu'r weledigaeth hon yn hawdd, gan fod llawer o'r materion y mae pobl hŷn yn eu hwynebu wedi gwreiddio, ac yn bodoli ers sawl blynedd. Felly, mae'n rhaid i ni gydweithio er mwyn cyflawni'r newid sydd ei angen.

Fel comisiynydd, rwy'n ymrwymo i weithio gydag eraill – pobl hŷn, y llywodraeth, cyrff cyhoeddus, Comisiynwyr eraill, sefydliadau gwirfoddol a'r trydydd sector, ymchwilwyr, a busnesau – er mwyn gwella bywydau pobl hŷn ledled Cymru. Bydd hyn yn golygu defnyddio tystiolaeth o'r hyn sy'n gweithio, neu ei ddatblygu lle nad yw'n bodoli; rhannu a dathlu dysgu ac arferion da, yng Nghymru ac yn rhyngwladol; ac adnabod a defnyddio'r amrywiaeth lawn o arfau ar gyfer newid, gan gynnwys fy mhwerau cyfreithiol fy hun.

Trwy gydweithio, mae gennym gyfle i wneud Cymru y lle gorau yn y byd i fynd yn hŷn.

Datblygu fy mlaenoriaethau

Pan ddechreuais fy swydd ym mis Awst 2018, dechreuodd fy nhîm a minnau raglen helaeth i ymgysylltu â phobl hŷn ledled Cymru – gan ymweld ag 82 grŵp, ac ymgysylltu â dros 3,000 o bobl – er mwyn clywed am eu profiadau cadarnhaol a negyddol o fynd yn hŷn, ac am y newidiadau yr hoffant eu gweld yn digwydd er mwyn gwneud Cymru y lle gorau yn y byd i fynd yn hŷn. Ochr yn ochr â hyn, bues i hefyd yn ymgysylltu ac yn ymgynghori ag amryw o sefydliadau a rhanddeiliaid eraill, yn ogystal ag adolygu a chydnabod bylchau mewn tystiolaeth a pholisi cyfredol, a defnyddio gwerth 10 mlynedd o wybodaeth, profiad ac ymchwil fy swyddfa.

Fe wnaeth y gwaith hwn fy helpu i nodi tair blaenoriaeth, a byddaf yn cyflwyno ystod eang o waith sy'n cyd-fynd â'r blaenoriaethau hynny dros y tair blynedd nesaf. Wrth benderfynu ar y blaenoriaethau y byddaf yn canolbwyntio arnynt fel Comisiynydd, defnyddiais y meini prawf canlynol:

- Mae'r mater o fewn fy nghylch gwaith, fel y nodir yn Neddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru) 2006.
- Mae fy swyddfa 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 mi fynd i'r afael â'r mater, oherwydd heb wneud hynny, mae yna berygl i leisiau pobl hŷn beidio cael eu clywed.
- Nid yw fy swyddfa'n dyblygu gwaith – nid oes rhaglen waith fawr ar y mater yn cael ei harwain gan unigolyn neu sefydliad arall, neu os oes, mae'n amlwg sut y bydd fy ngwaith i yn ychwanegu gwerth.
- Byddai cyflawni'r nod, neu wneud cynnydd pendant tuag ato, yn ymarferol o fewn cyfnod amser o 3-4 blynedd.

Yn ogystal â defnyddio'r meini prawf uchod i bennu pob blaenoriaeth unigol, ystyriais hefyd y meini prawf canlynol – bod yn rhaid i fy mlaenoriaethau fodloni'r canlynol:

- Ceisio gwella ansawdd bywyd y bobl hŷn sydd fwyaf agored i niwed, y rhai sy'n cael eu clywed lleiaf, 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, 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 sydd o fewn y boblogaeth hŷn, a'r anghydraddoldebau sy'n bodoli o fewn y boblogaeth honno.

Fy mlaenoriaethau fel Comisiynydd

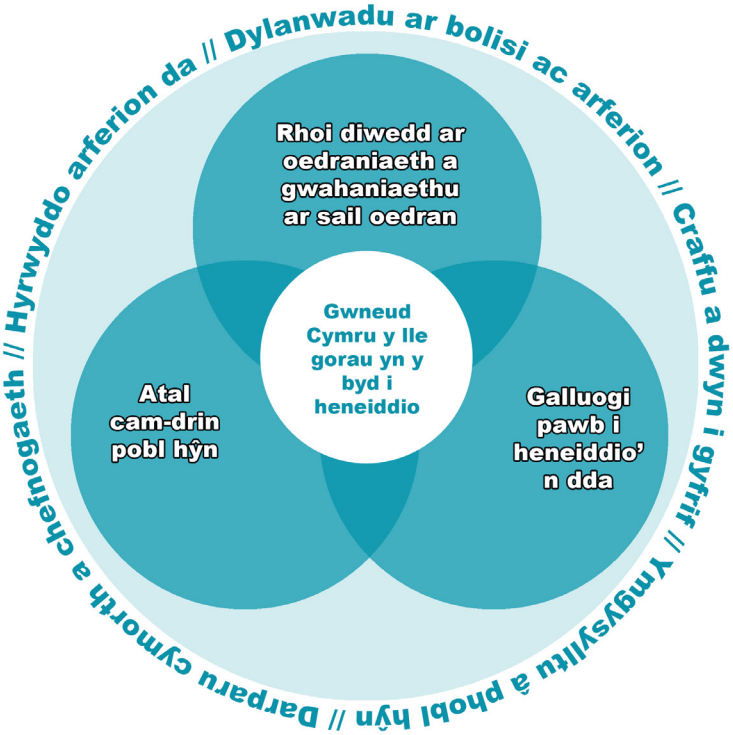
Bydd fy ngwaith dros y tair blynedd nesaf yn canolbwyntio ar 3 blaenoriaeth a fydd yn helpu i drawsnewid y profiad o fynd yn hŷn yng Nghymru. Byddaf yn gweithio i wneud y canlynol:

- Rhoi diwedd ar oedraniaeth a gwahaniaethu ar sail oedran
- Atal cam-drin pobl hŷn
- Galluogi pawb i heneiddio'n dda

Fel Comisiynydd, mae gen i rôl unigryw i'w gyflawni wrth fynd i'r afael â'r blaenoriaethau hyn, a byddaf yn cyflawni amrywiaeth o waith yn unol â phob un ohonynt. Ond fy rôl hefyd yw annog eraill i fynd i'r afael â'r materion hyn, ac i gydweithio i gyflawni'r newidiadau angenrheidiol, rhywbeth na fydd ond yn cael ei gyflawni trwy ymdrech gydunol a chyson ar draws cymdeithas.

Byddaf yn defnyddio cyfres helaeth o ddangosyddion er mwyn asesu'r datblygiadau sy'n cael eu gwneud er mwyn cyflawni'r blaenoriaethau hyn, a byddaf yn cyhoeddi diweddariad blynyddol fel rhan o fy adroddiad 'Cyflwr y Genedl' (gweler tudalen 19). Mae'r dangosyddion byddaf yn eu defnyddio er mwyn mesur datblygiad wedi eu nodi yn Atodiad A.

Blaenoriaethau'r Comisiynydd



Rhoi diwedd ar oedraniaeth a gwahaniaethu ar sail oedran

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

Mae oedraniaeth yn sail i nifer o'r problemau mae pobl hŷn yn eu hwynebu ar hyn o bryd, ac mae'n 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 corff cynyddol o ymchwil yn dangos bod gan oedraniaeth ystod eang o effeithiau negyddol ar bobl hŷn, gan effeithio ar eu hiechyd corfforol a meddyliol, ffwythiant cof, y ffordd maent yn adfer o salwch, lefelau allgáu cymdeithasol, a hyd yn oed disgwyliad oes.

Mae mynd i'r afael ag oedraniaeth a gwahaniaethu ar sail oedran yn hanfodol er mwyn cefnogi iechyd a lles pobl hŷn, ac er mwyn sicrhau cydraddoldeb iddynt, yn ogystal â'u 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.

Mae hefyd yn bwysig mynd i'r afael ag oedraniaeth os ydym am wneud gwelliannau cynaliadwy mewn rhannau eraill o fywydau pobl.

"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. Gwnaeth y sylw hwnnw i mi deimlo'n euog am fod yn fyw."

Byddaf yn gweithredu er mwyn:

- Cynyddu'r gydnabyddiaeth a'r ddealltwriaeth o ddylanwad oedraniaeth ar bobl hŷn ac ar gymdeithas
- Grymuso pobl i herio oedraniaeth a gwahaniaethu ar sail oedran
- Sicrhau bod lleisiau pobl hŷn yn cael eu clywed, a'n bod yn gweithredu ar eu barn, a sicrhau bod eu hawliau cyfreithiol yn cael eu cynnal
- Gwella mynediad pobl hŷn at hyfforddiant a chyflogaeth
- Mynd i'r afael â gwahaniaethu yn erbyn pobl hŷn yn y gweithle
- Gwella mynediad pobl hŷn at iechyd, gofal, a gwasanaethau cyhoeddus eraill o safon uchel

Canlyniadau

Er mwyn Rhoi diwedd ar oedraniaeth a gwahaniaethu ar sail oedran, mae angen cwblhau'r canlyniadau canlynol:

Dylanwad oedraniaeth ar bobl hŷn ac ar gymdeithas yn cael ei gydnabod a'i ddeall

Pobl hŷn â gwell mynediad at iechyd, gofal, a gwasanaethau cyhoeddus eraill o safon uchel

Pobl wedi eu grymuso i herio oedraniaeth a gwahaniaethu ar sail oedran

Lleisiau pobl hŷn yn cael eu clywed, ein bod ni'n gweithredu ar hynny, a bod eu hawliau cyfreithiol yn cael eu cynnal

Pobl hŷn â mynediad i hyfforddiant a chyflogaeth

Dim gwahaniaethu yn erbyn pobl hŷn yn y gweithle

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 riportio'n ddigon aml. Maw'r mathau o gam-drin mae pobl hŷn yn ei wynebu yn cynnwys 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, ac o 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.

Byddaf yn gweithio er mwyn rhoi diwedd ar y gamdriniaeth hon 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.

"Mae nifer o bobl sydd wedi cael eu cam-drin yn dewis peidio â dweud wrth neb am hynny, neu yn gwrthod cadarnhau unrhyw amheuon ynglŷn â cham-drin sydd gan bobl eraill, a hynny am amryw o resymau... ond, yn bwysicaf oll, mae llawer yn poeni y byddai dweud wrth rywun yn golygu y byddent yn cael eu trin yn waeth yn y tymor hir."

Byddaf yn gweithredu er mwyn:

- Codi ymwybyddiaeth o gam-drin pobl hŷn ymhlith gweithwyr proffesiynol ac ar draws y gymdeithas ehangach
- Gwella mynediad at wasanaethau cefnogaeth i bobl hŷn sydd â risg o gael eu cam-drin
- Galluogi mwy o bobl hŷn sy'n cael eu cam-drin i gael mynediad at gyfiawnder cyfreithiol
- Atal cam-drin pobl hŷn

Canlyniadau

Er mwyn rhoi diwedd ar gam-drin pobl hŷn, mae angen cwblhau'r canlyniadau canlynol:

Pobl broffesiynol a'r gymuned ehangach yn ymwybodol o gamdriniaeth yn erbyn pobl hŷn

Pobl hŷn sydd â risg o gael eu cam-drin yn cael mynediad at wasanaethau cymorth

Pobl hŷn sy'n cael eu cam-drin yn cael mynediad at gyfiawnder cyfreithiol, a bod y rhai sy'n cam-drin yn cael eu dal yn atebol

Camdriniaeth o bobl hŷn yn cael ei atal

Galluogi pawb i heneiddio'n dda

Mae heneiddio'n dda – 'ychwanegu bywyd at flynyddoedd, nid blynyddoedd at fywyd yn unig' – yn bwysig i bob un ohonom, ac i'n gwlad ar y cyfan. Dylai fod yn rhywbeth y gall pawb yng Nghymru ei wneud. 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, ac i gyfrannu atynt.

Ond, mae llawer o bobl yn methu â gwneud y pethau sy'n bwysig iddynt wrth iddynt fynd yn hŷn. Mae problemau â thrafnidiaeth gyhoeddus, er enghraifft, yn golygu bod rhai pobl hŷn yn methu mynd allan o'r tŷ – er mwyn gwirfoddoli, treulio amser gyda theulu a ffrindiau, gofalu am eraill, neu er mwyn cyrraedd apwyntiadau meddygol. Mae llawer o bobl hŷn – 60% o'r bobl sydd dros 75 oed – sydd heb fynediad at y rhyngrwyd, ac maent â risg o gael eu gadael ar ôl wrth i fwy a mwy o wasanaethau symud i fod yn wasanaethau ar-lein.

Nid yw rhai o'r bobl hŷn sydd dlotaf yn derbyn y gefnogaeth ariannol y mae ganddynt hawl iddo. Gallai derbyn y gefnogaeth hon, e.e. Credyd Pensiwn, wneud newid cadarnhaol i'w bywydau. Roedd £170 miliwn o Gredyd Pensiwn na chafodd ei hawlio yng Nghymru yn 2018.

Byddaf yn gweithio er mwyn gwneud 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 allan o'r tŷ
- 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

Yn aml, mae oes o brofiad gwaith a sgiliau yn cael eu gwastraffu, ond gydag ychydig o gymorth a chefnogaeth, gallai pobl sydd wedi ymddeol fwynhau bod yn rhan o'u cymuned."

Byddaf yn gweithredu er mwyn:

- Annog a chefnogi sefydlu cymunedau sy'n ystyriol o oedran ledled Cymru
- Galluogi mwy o bobl gyrraedd y llefydd y maen nhw eisiau mynd, ac i allu gwneud y pethau sy'n bwysig iddyn nhw
- Gwella mynediad at gyngor a chymorth i heneiddio'n dda
- Gwella mynediad pobl hŷn at y gwasanaethau iechyd sydd eu hangen arnynt er mwyn heneiddio'n dda
- Gwella mynediad at y cymorth ariannol sydd ei angen ar bobl hŷn er mwyn heneiddio'n dda
- Grymuso mwy o bobl hŷn i greu newid

Canlyniadau

Er mwyn galluogi pawb i heneiddio'n dda, mae angen cwblhau'r canlyniadau canlynol:

Cymunedau yn cael eu sefydlu ledled Cymru sy'n ystyriol o oedran sy'n cefnogi pobl i heneiddio'n dda, ac i wneud yr hyn sy'n bwysig iddynt

Pobl hŷn yn gallu cyrraedd y llefydd y maent eisiau mynd, ar yr adegau y maent eisiau gwneud hynny, ac yn gallu gwneud yr hyn sy'n bwysig iddynt

Pobl hŷn yn gallu cael mynediad at y cyngor a chymorth sydd ei angen arnynt er mwyn heneiddio'n dda

Pobl hŷn yn gallu cael mynediad at y gwasanaethau iechyd sydd eu hangen arnynt er mwyn heneiddio'n dda

Pobl hŷn yn gallu derbyn y cyngor a chymorth ariannol sydd ei angen arnynt er mwyn heneiddio'n dda

Grymuso mwy o bobl hŷn i greu newid

Cyflawni fy rhaglen waith

Er mwyn penderfynu ar y gwaith a fydd yn cael ei gyflawni yn unol â'r blaenoriaethau yn fy strategaeth dros y tair blynedd nesaf, ymgynghorais â phobl hŷn a gyda rhanddeiliaid ledled Cymru er mwyn clywed eu syniadau am y gwaith y dylwn ganolbwyntio arno rhwng 2019 a 2022, ac am y ffyrdd y gallem gyflawni newid

Bu ymateb cadarnhaol i'r ymgynghoriad – cafwyd dros 250 o ymatebion. Yn ogystal â'r ymgynghoriad, fe glywodd fy nhîm a minnau farn a syniadau pobl hŷn mewn cyfres o ddigwyddiadau ymgysylltu ledled Cymru, a chynhaliwyd cyfarfodydd gyda rhanddeiliaid i sicrhau y gallent hwythau hefyd gyfrannu at yr ymgynghoriad a datblygiad fy rhaglen waith.

Byddaf yn cyhoeddi fy rhaglen waith am y flwyddyn sydd i ddod bob mis Ebrill, gan nodi'r prosiectau a'r amcanion y byddaf yn gweithio arnynt. Byddaf hefyd yn parhau i ymateb i'r materion y mae pobl hŷn yn eu codi gyda mi; dadansoddi, craffu a dylanwadu ar newidiadau polisi a deddfwriaeth arfaethedig; cefnogi a hyrwyddo gwaith unigolion a sefydliadau sy'n gweithio i wella bywydau pobl hŷn; a hyrwyddo hawliau pobl hŷn yn fy holl waith.

Bydd fy rhaglen waith yn canolbwyntio ar wneud y newidiadau sydd eu hangen er mwyn gwneud Cymru y lle gorau yn y byd i fynd yn hŷn.

I ddarllen fy rhaglen waith ar gyfer y flwyddyn sydd i ddod, ewch i: https://bit.ly/2uGK8bm

Pob blwyddyn, byddaf yn cyhoeddi rhaglen waith, yn nodi'r gwaith amrywiol y byddaf yn ei gyflawni ar gyfer pob un o'r tair blaenoriaeth

Adrodd

Bob blwyddyn, byddaf yn cyhoeddi adroddiad sy'n nodi'r gwaith rwyf wedi ei gwblhau er mwyn newid a gwella bywydau pobl hŷn.

Yn ychwanegol, byddaf yn cyhoeddi adroddiad 'Cyflwr y Genedl', a fydd yn rhoi trosolwg o'r profiad o fynd yn hŷn yng Nghymru, a'r cynnydd sy'n cael ei wneud yn unol â fy mlaenoriaethau ac mewn meysydd allweddol eraill sy'n effeithio ar fywydau pobl hŷn.

Bydd yr adroddiad yn defnyddio ystod eang o fesurau a dangosyddion (Atodiad A) i gydnabod beth sy'n gweithio'n dda, a'r arferion da sy'n gwneud gwahaniaeth cadarnhaol i fywydau pobl hŷn, yn ogystal â chydnabod meysydd neu faterion lle mae angen gwaith pellach.

Atodiad A: Mesurau a Dangosyddion

Rhoi terfyn ar wahaniaethu a rhagfarn ar sail oedran

Pobl hŷn yn cael mynediad at hyfforddiant a chyflogaeth	Dim gwahaniaethu yn erbyn pobl hŷn yn y gweithle	Cydnabod a deall dylanwad gwahaniaethu ar sail oedran ar bobl hŷn ac ar gymdeithas	Gwrando ar leisiau pobl hŷn, gweithredu ar hynny, a sicrhau bod eu hawliau cyfreithiol yn cael eu cynnal	Pobl yn cael eu grymuso i herio gwahaniaethu a rhagfarn ar sail oedran	Pobl yn cael eu grymuso i herio gwahaniaethu a rhagfarn ar sail oedran

I gael tystiolaeth o gynnydd Cymru tuag at y canlyniad hwn, byddwn yn mesur i ba raddau:

- Mae gan bobl hŷn fynediad cyfartal at gyfleoedd dysgu sy'n seiliedig ar waith
- Mae gan bobl hŷn fynediad cyfartal at addysg
- Mae gan bobl hŷn fynediad cyfartal at gyfleoedd i gael eu cyflogi
- Mae pobl hŷn yn cael eu gorfodi i roi'r gorau i weithio yn groes i'w hewyllys
- Mae pobl hŷn yn gallu gweithio mewn gweithle hygyrch sy'n deall eu hanghenion
- Mae gan bobl hŷn fynediad cyfartal at driniaethau a gwasanaethau iechyd
- Mae gan bobl hŷn fynediad cyfatal at ofal a chymorth
- Mae pobl hŷn yn cael eu trin ag urddas a pharch gan weithwyr proffesiynol yn y maes iechyd a gofal
- Mae pobl hŷn yn deall eu hawliau ac yn gallu cael mynediad at y cymorth sydd ei angen arnynt er mwyn sicrhau eu bod yn cael eu clywed
- Mae pobl hŷn yn gallu rheoli'r penderfyniadau sy'n cael eu gwneud am eu bywydau ac yn gallu gwneud y pethau sy'n bwysig iddyn nhw
- Mae pobl hŷn, a'r gymuned ehangach, yn ymwybodol o ba mor gyffredin yw gwahaniaethu a rhagfarn ar sail oedran, beth yw effaith hynny, a sut mae mynd i'r afael â'r broblem
- Mae pobl hŷn yn debygol o ddioddef gwahaniaethu a rhagfarn ar sail oedran
- Mae pobl hŷn, a'r gymuned yn ehangach, yn gallu elwa o gyfleoedd ar gyfer digwyddiadau sy'n pontio'r cenedlaethau

Rhoi terfyn ar gam-drin pobl hŷn

Mae gweithwyr proffesiynol, ar gymuned yn ehangach, yn ymwybodol bod pobl hŷn yn cael eu cam-drin	Mae gan bobl hŷn sy'n cael eu cam-drin fynediad at wasanaethau cynnal	Mae gan bobl hŷn sy'n cael eu cam-drin fynediad gwell at gyfiawnder troseddol gyda'r rhai sy'n cam-drin yn gorfod bod yn atebol am hynny	Atal achosion o gam-drin pobl hŷn

I gael tystiolaeth o gynnydd Cymru tuag at y canlyniad hwn, byddwn yn mesur i ba raddau:

- Mae gweithwyr proffesiynol yn nodi pobl hŷn sy'n cael eu cam-drin , ac yn cymryd camau priodol i fynd i'r afael â'r broblem
- Mae pobl hŷn, a'r gymdeithas yn ehangach, yn ymwybodol fod pobl hŷn yn cael eu cam-drin ac yn gwybod sut i ddweud wrth rywun am hynny.
- Mae pobl hŷn sydd mewn perygl o gael eu cam-drin, neu yn cael eu cam drin, yn gwybod sut i gael mynediad at y gwasanaethau cynnal sydd eu hangen arnynt, gan gynnwys gwasanaethau eirioli
- Mae pobl hŷn sy'n cael eu cam-drin yn gallu cael mynediad at gyfiawnder
- Mae pobl hŷn yn llai tebygol o fod mewn perygl o gael eu cam-drin neu o ddioddef ohono

Gwneud yn siŵr bod pawb yn gallu heneiddio'n dda

Cymunedau'n cael eu sefydlu ledled Cymru sy'n ystyriol o oedran, yn cefnogi pobl i heneiddio'n dda, ac yn gwneud yr hyn sy'n bwysig iddynt	Pobl hŷn wedi eu grymuso i greu newid	Pobl hŷn yn gallu cael mynediad at y cyngor a chymorth sydd eu hangen arnynt er mwyn heneiddio'n dda	Pobl hŷn yn gallu cael mynediad at y gwasanaethau iechyd cymunedol sydd eu hangen arnynt er mwyn heneiddio'n dda	Pobl hŷn yn gallu mynd i le maen nhw eisiau mynd, pan maen nhw eisiau mynd yno	Pobl hŷn yn derbyn y cymorth ariannol sydd ei angen arnynt er mwyn heneiddio'n dda

I gael tystiolaeth o gynnydd Cymru tuag at y canlyniad hwn, byddwn yn mesur i ba raddau mae:

- Pobl hŷn yn byw mewn cymunedau sy'n ystyriol o oedran yn ôl safonau'r Comisiynydd a Sefydliad Iechyd y Byd
- Pobl hŷn yn gallu teithio i'r llefydd y maen nhw am ymweld â nhw
- Pobl hŷn yn teimlo'n ddiogel yn eu hardal leol
- Pobl hŷn yn gallu gwneud y pethau sy'n bwysig iddyn nhw yn eu hardal leol
- Pobl hŷn yn gallu dylanwadu ar benderfyniadau am eu hardal leol
- Pobl hŷn yn gallu cael mynediad at y wybodaeth a'r cyngor sydd eu hangen arnynt
- Pobl hŷn yn byw bywydau iachach ac yn gallu cael mynediad at y gofal iechyd sydd ei angen arnynt
- Pobl hŷn yn fodlon gyda'r gofal iechyd y maen nhw'n ei dderbyn
- Pobl hŷn yn gallu cael mynediad at y cymorth ariannol y mae ganddyn nhw hawl i'w gael
- Pobl hŷn yn byw mewn tlodi neu gyda dyledion nad ydynt yn gallu eu rheoli
- Pobl hŷn yn gallu fforddio i gynhesu eu cartrefi, bod â deiet iach a thalu eu biliau