Comisiynydd
Pobl Hŷn
Cymru

Older People's
Commissioner
for Wales

Gwella'r ffordd rydym yn ymateb i Brofiadau Pobl Hŷn o Gam-drin Rhywiol a Thrais Rhywiol

Crynodeb o ddigwyddiad bwrdd crwn Medi 2025

Llais ac eiriolwr annibynnol
ar gyfer pobl hŷn

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Mae Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru yn llais ac yn eiriolwr annibynnol ar gyfer pobl hŷn ledled Cymru.

Mae'r Comisiynydd yn gweithio tuag at Gymru sy'n arwain y gad o ran grymuso pobl hŷn, mynd i'r afael ag anghydraddoldeb a galluogi pawb i fyw a heneiddio'n dda.

Sut i gysylltu â'r Comisiynydd:

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

Ffôn: 03442 640670

E-bost: gofyn@comisiynyddph.cymru
Trydar: @comisiwnphcymru

Gwefan: www.comisiynyddph.cymru

Fformatau Hygyrch

Of hoffech dderbyn y cyhoeddiad hwn mewn fformat arall, cysylltwch â ni.

Cynnwys

Cefndir a Chyd-destun 04
Yr Heriau 05
Crynodeb 11
Elfennau Gweithredu a Chyfleoedd Posibl 12
Ymrwymiadau 14
Y Camau Nesaf 15

Cefndir a Chyd-destun

Mae'r strategaeth a ddatblygwyd gan Gomisiynydd Pobl Hŷn Cymru yn cynnwys ymrwymiad i weithredu i sicrhau bod pobl hŷn yn teimlo'n ddiogel yn eu cartrefi, eu cymunedau a'u perthnasoedd. Mae rhoi diwedd ar gam-drin pobl hŷn yng Nghymru yn hollbwysig er mwyn cyflawni'r nod hwn, ac er mwyn gwarchod lles emosiynol pobl hŷn a sicrhau eu bod yn ddiogel o safbwynt corfforol.

Mae pobl hŷn yn profi'r un mathau o gam-drin â phobl mewn grwpiau oedran iau, ond maen nhw'n aml yn cael trafferth siarad am eu profiadau, a chael gafael ar gymorth a gwasanaethau priodol. Mae'r heriau hyn yn amlwg iawn mewn perthynas â cham-drin rhywiol a thrais rhywiol.

Roedd nifer o ffactorau wedi dylanwadu ar benderfyniad y Comisiynydd i ganolbwyntio ar y camau y mae angen eu cymryd i wella'r ffordd rydym yn ymateb i bobl hŷn sydd wedi profi cam-drin a thrais rhywiol. Yn 2024, cymerodd y Comisiynydd ran mewn digwyddiad trafod rhyngwladol a oedd yn canolbwyntio ar brofiadau pobl hŷn o gam-drin neu drais rhywiol, a'r ymatebion cenedlaethol, strategol a gweithredol sydd eu hangen i ymateb yn effeithiol i hynny. Drwy sgwrsio ag aelodau o'i Grŵp Gweithredu ar Atal Cam-drin, daeth y Comisiynydd hefyd yn ymwybodol o gynnydd posibl yn nifer y bobl hŷn sy'n gofyn am gymorth (ee, yn cysylltu â llinellau cymorth) oherwydd profiadau o gam-drin a thrais rhywiol. Roedd ymchwil a gynhaliwyd gan Uned Atal Trais Cymru yn 2024 hefyd yn rhoi cipolwg pwysig ar nifer yr adroddiadau a wnaed i wasanaethau'r heddlu - gyda'r nifer hwnnw'n destun pryder - am droseddau rhywiol yng Nghymru, lle'r oedd pobl hŷn wedi dioddef mewn amrywiaeth o leoliadau.

Ym mis Medi 2025 cynhaliodd y Comisiynydd ddigwyddiad trafod i ystyried y camau y mae angen eu cymryd i wella'r ffordd rydym yn ymateb i brofiadau pobl hŷn o gam-drin a thrais rhywiol. Roedd cynrychiolwyr o gyrff cyhoeddus a mudiadau trydydd sector o bob cwr o Gymru yn bresennol yn y digwyddiad trafod; a phob un ohonynt â phrofiad uniongyrchol o weithio gyda phobl hŷn a oedd wedi dioddef yn sgil cam-drin neu drais rhywiol. Roedd hyn yn hanfodol i sicrhau bod lleisiau pobl hŷn yn dal yn rhan ganolog o'r drafodaeth, a bod unrhyw benderfyniadau i weithredu wedi'u seilio'n gadarn ar eu profiadau uniongyrchol. Rhannodd cydweithwyr a fu yn y digwyddiad trafod nifer o enghreifftiau o brofiadau pobl hŷn o ddefnyddio a chael gafael ar wasanaethau. Roedd y ddealltwriaeth a ddaeth yn sgil y trafodaethau hyn yn hanfodol er mwyn pennu'r 'elfennau gweithredu' a amlygwyd yn y papur hwn.

Mae'r papur briffio hwn wedi'i rannu'n dair adran. Mae'r adran gyntaf yn canolbwyntio ar ganfyddiadau cyfranogwyr o heriau ymateb yn effeithiol i brofiadau pobl hŷn o gam-drin neu drais rhywiol. Mae'r ail adran yn tynnu sylw at yr hyn y mae angen ei newid o safbwynt cyfranogwyr, elfennau gweithredu, a'r ffactorau sy'n ysgogi newid. Mae'r adran olaf yn amlinellu'r ymrwymiadau a wnaed gan Gomisiynydd Pobl Hŷn Cymru yn dilyn y digwyddiad trafod.

Yr Heriau

Soniodd cyfranogwyr am yr heriau a ddaw wrth geisio ymateb yn effeithiol i brofiadau pobl hŷn o gam-drin neu drais rhywiol, gan ganolbwyntio ar y canlynol:

Cymhlethdod y Mater

Roedd cyfranogwyr yn gwbl bendant bod cam-drin neu drais rhywiol yn fater amlochrog, a bod y bobl hŷn hynny sy'n troi at wasanaethau yn aml wedi cael profiadau eang ac amrywiol. Bydd rhai pobl hŷn wedi cael eu cam-drin yn rhywiol ddegawdau lawer yn ôl (yn ystod eu plentyndod, er enghraifft) ac yn dal i fyw gyda thrallod a thrawma eu profiadau. Mae tystiolaeth gredadwy yn dangos bod profi cam-drin yn ystod plentyndod yn cynyddu'r risg o gam-drin yn nes ymlaen mewn bywyd, yn enwedig mewn perthynas agos neu leoliadau gofal. Mae cam-drin rhywiol yn ystod plentyndod yn amharu'n sylweddol ar deimladau o ymddiriedaeth a hunanwerth; gall normaleiddio trais, sy'n golygu ei bod yn anoddach i unigolion ddatgysylltu eu hunain oddi wrth berthnasoedd treisgar a chamdriniol pan fyddant yn oedolion. Mae'n bwysig cydnabod y posibilrwydd bod rhai pobl hŷn yn byw gyda thrawma blynyddoedd o brofiadau niferus o gael eu cam-drin, a hynny gan wahanol bobl.

I eraill, mae'n bosibl bod y cam-drin neu'r trais rhywiol wedi digwydd yn fwy diweddar. Gall cam-drin neu drais rhywiol ddigwydd mewn unrhyw leoliad a gall y bobl sy'n cyflawni hynny fod yn bartneriaid agos, yn aelodau o'r teulu, yn staff gofal ffurfiol, yn 'ddieithriaid' neu'n bobl hŷn eraill (hynny yw, cam-drin rhwng cyfoedion). Trafododd y cyfranogwyr y ffaith ei bod yn arbennig o anodd mynd i'r afael â cham-drin rhwng cyfoedion mewn cartrefi preswyl neu nyrsio (yn enwedig os oes gan un o'r bobl hŷn hynny / y naill a'r llall ddementia). Roedd yn amlwg y gall rhai pobl hŷn, oherwydd eu hamgylchiadau (mwy unig, neu fwy ynysig yn gymdeithasol, er enghraifft, neu oherwydd salwch sy'n golygu bod angen gofal personol arnynt) fod mewn mwy o berygl o gael eu cam-drin yn rhywiol neu brofi trais rhywiol. I'r bobl hŷn hynny sy'n byw gyda dementia, teimlwyd bod y risg hon yn arbennig o uchel; roedd teimlad y gallai rhai pobl sy'n cam-drin neu'n defnyddio trais rhywiol dargedu'n benodol y rheini sydd â phroblemau gyda'r cof, neu sydd â diffyg galluedd, gan ei bod wedyn yn anodd iawn 'profi' bod yr ymddygiad camdriniol wedi digwydd.

Roedd y cyfranogwyr yn gwbl bendant bod cam-drin neu drais rhywiol, boed y profiadau hynny yn rhai diweddar ai peidio, yn cael effeithiau sylweddol a pharhaol ar fywyd person hŷn.

Ymchwil a Data Annigonol

Roedd cyfranogwyr yn gwbl bendant nad yw profiadau pobl hŷn o gam-drin neu drais rhywiol wedi bod yn flaenoriaeth yn y byd ymchwil academaidd. O'r herwydd, mae llawer o fylchau o hyd yn ein dealltwriaeth. Dywedodd un cyfranogwr hefyd fod prinder gwaith ymchwil sy'n canolbwyntio ar y bobl hynny sy'n cyflawni'r math hwn o gam-drin.

Trafododd y cyfranogwyr yr heriau a ddaw yn sgil data annigonol, sy'n golygu ei bod yn amhosibl gwybod ar faint o bobl hŷn mae cam-drin neu drais rhywiol yn effeithio. Mae data cyfyngedig yn broblemus, yn enwedig pan fydd gwasanaethau'n cael eu comisiynu yn ôl yr angen a bennwyd yn ystadegol. Gellir dehongli ffigurau cyffredinrwydd isel i olygu 'lefel isel o angen', sy'n arwain at ddiffyg cyllid ar gyfer gwasanaethau arbenigol yn y maes hwn.

Teimlwyd hefyd, hyd yn oed pan fydd data'n cael ei gasglu, mai cyfyngedig oedd y posibilrwydd y gallai'r data gynyddu dealltwriaeth o gyffredinrwydd a dangos elfennau risg penodol. Nid yw data bob amser yn rhannu'n gategorïau oedran penodol. Mae hyn yn golygu na wahaniaethir rhwng profiadau ac anghenion pobl yn eu 60au, er enghraifft, wrth gymharu â phobl yn eu 80au neu 90au.

Nid yw data chwaith yn cael ei rannu'n gyson ar sail nodweddion gwarchodedig. O ganlyniad, nid yw'n bosibl wedyn pennu lefelau trais rhywiol ymysg pobl hŷn o grwpiau penodol: menywod hŷn, dynion hŷn, pobl hŷn Du, Asiaidd ac Ethnig Leiafrifol, er enghraifft, neu bobl o gymuned LHDTC+.

Dywedodd y cyfranogwyr eu bod yn teimlo na wneir yn fawr o'r cyfleoedd i gynyddu dealltwriaeth drwy gyfuno ffynonellau data sydd eisoes yn bodoli. Teimlwyd bod llawer o sefydliadau'n casglu data, ond nad yw'n cael ei gronni'n ganolog na'i rannu'n ehangach mewn ffyrdd a allai gynyddu dealltwriaeth o gyffredinrwydd a thueddiadau neu batrymau. Teimlwyd bod angen gweithio i ddeall i ba raddau y mae gwahanol ffynonellau data'n bodoli, ac i ddod â'r rhain at ei gilydd i lywio polisïau a gwasanaethau'n well.

Mynegodd un cyfranogwr bryder bod rhai ffynonellau data a allai fod yn ddefnyddiol yn cael eu diystyru oherwydd ansawdd ymddangosiadol y data hwnnw. Cyfeiriwyd at y 'Dangosyddion Cenedlaethol' a sefydlwyd o dan y 'Deddf Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (Cymru) 2015', a'u bwriad i fesur cynnydd a wneir yn erbyn dibenion y Ddeddf. Mae'r dangosyddion yn rhagnodi safonau ar gyfer data derbyniol. Er na fydd pob darn o ddata yn cyrraedd y safonau hyn, dywedodd y cyfranogwr yma y byddai'r data yn dal yn gallu bod yn werthfawr a chynnig gwybodaeth bwysig.

Yn gyffredinol, teimlai cyfranogwyr nad yw nifer y bobl hŷn hynny sy'n derbyn cymorth gan sefydliadau arbenigol yn adlewyrchu'r darlun i gyd o bell ffordd.

Heriau Datgelu

Roedd y cyfranogwyr yn cytuno ei bod yn gallu cymryd llawer iawn o amser i bobl hŷn ddatgelu eu bod wedi cael eu cam-drin yn rhywiol neu wedi dioddef trais rhywiol. Soniodd un cyfranogwr am weithio gyda phobl hŷn a oedd wedi byw gydag effeithiau eu profiadau am ddegawdau cyn datgelu i unrhyw un. Mewn rhai sefyllfaoedd, mae'n bosibl na fydd pobl hŷn yn datgelu hynny tan cyrraedd diwedd eu hoes, oherwydd eu bod eisiau rhyddhau eu hunain o'u baich emosiynol.

Mae llawer o resymau pam y gallai fod yn anodd iawn i bobl hŷn ddatgelu eu bod wedi cael eu cam-drin. Mae'n bosibl na fydd rhai pobl hŷn yn gweld bod ymddygiad penodol yn gamdriniol - yn enwedig os ydyn nhw wedi byw gyda'r ymddygiad hwnnw am gyfnod hir. Soniodd y cyfranogwyr am effeithiau posibl 'agweddau'r genhedlaeth' ar ddatgelu - agweddau ynghylch rolau a chyfrifoldebau priodasol, er enghraifft, lle gallai menywod hŷn yn benodol deimlo bod rhaid iddynt gymryd rhan mewn gweithgarwch rhywiol i 'blesio' partner. Roedd hefyd yn amlwg, fodd bynnag, nad yw ymddygiad o'r fath o reidrwydd yn gydsyniol.

Gwnaeth un cyfranogwr y pwynt y gall fod natur gylchol i gam-drin - efallai y bydd rhai pobl hŷn yn cymharu eu profiadau eu hunain o gam-drin neu drais rhywiol â phrofiadau cenedlaethau cynharach. Gall hyn arwain at ddiystyru neu wneud yn fach o brofiadau o gam-drin neu drais rhywiol (profiadau sy'n cael eu hystyried 'ddim mor ddrwg' â phrofiadau eu rhieni eu hunain neu aelodau eraill o'r teulu). Tynnodd y cyfranogwr yma sylw at werth deall hanes bywyd pobl hŷn; gall hyn roi cipolwg pwysig ar ffyrdd o feddwl, a dulliau ymyrryd.

Gwnaeth cyfranogwyr y pwynt bod llawer o bobl hŷn wedi byw mewn cyfnodau lle'r oedd rhyw a cham-drin rhywiol yn bynciau tabŵ. Lle'r oedd yr agweddau hyn yn parhau, roedd yn amlwg ei bod yn debygol y byddai mwy o heriau datgelu. Cytunodd y cyfranogwyr fod llawer o bobl hŷn ddim yn datgelu cam-drin na thrais rhywiol oherwydd eu bod yn teimlo cywilydd neu embaras.

Roedd y ffaith bod pobl hŷn yn hŷn hefyd yn cael ei ystyried yn rhwystr arall rhag datgelu. Soniodd y cyfranogwyr am effeithiau oedraniaeth, sy'n aml yn arwain at dybio nad oes gan bobl hŷn ddiddordeb mewn rhyw ac felly na allent fod wedi cael eu cam-drin yn rhywiol neu ddioddef trais rhywiol. Teimlwyd bod llawer o bobl hŷn yn peidio â datgelu eu profiadau o gam-drin neu drais rhywiol oherwydd bod ganddynt ofn na fydd neb yn eu credu.

Pan fydd pobl hŷn yn cael eu hystyried yn arywiol a'u bod felly'n annhebygol o gael eu cam-drin yn rhywiol neu ddioddef trais rhywiol, mae dangosyddion cam-drin neu drais rhywiol yn aml yn cael eu hanwybyddu. Soniodd cyfranogwyr am effeithiau negyddol rhagdybiaethau ac agweddau oedraniaethol ar waith ymarferwyr. Pan na fydd ymarferwyr yn cydnabod pobl hŷn fel pobl a allai fod wedi cael eu cam-drin yn rhywiol neu ddioddef trais rhywiol, nid ydynt yn debygol o ofyn cwestiynau am brofiadau o'r math hwn o gam-drin. Wrth weithio mewn ffyrdd o'r fath, mae ymarferwyr yn cyfyngu'n sylweddol ar gyfleoedd pobl hŷn i ddatgelu eu profiadau, ac o bosibl yn cynyddu'r risg y bydd y niwed yn parhau.

Soniodd un cyfranogwr am weithio gyda pherson hŷn a oedd wedi aros am flynyddoedd lawer i gael cyfle i rannu ei brofiadau. Disgrifiodd y person hŷn hwn ei fod wedi bod eisiau i rywun ei holi am y posibilrwydd o gam-drin neu drais rhywiol, er mwyn rhoi'r cyfle iddo ddatgelu.

Teimlai cyfranogwyr nad oedd yr iaith a ddefnyddir weithiau gan weithwyr proffesiynol i siarad am brofiadau o gam-drin neu drais rhywiol o reidrwydd yn taro tant â phobl hŷn. Efallai na fydd pobl hŷn o reidrwydd yn siarad am eu profiadau yn nhermau 'cam-drin domestig', er enghraifft. Mae llawer o bobl hŷn hefyd wedi dod i lai o gysylltiad â thermau fel 'cydsyniad' a 'trawma'. Pan fydd ymarferwyr yn fframio eu cwestiynau mewn ffyrdd o'r fath mae perygl o gamddeall, a gallai'r cyfleoedd i ddatgelu fod yn brin.

Teimlai cyfranogwyr nad oes gan ymarferwyr yr hyder yn aml i ymateb yn effeithiol i ddatgeliadau pobl hŷn o gael eu cam-drin yn rhywiol neu ddioddef trais rhywiol - gallai'r diffyg hyder hwn hefyd atal ymarferwyr rhag gofyn y cwestiynau 'iawn'. Teimlai cyfranogwyr nad yw'r hyfforddiant yn y maes hwn wedi bod yn foddhaol bob amser - mae'r hyfforddiant wedi bod yn rhy syml ar brydiau, heb fod yn ddim mwy nag ymarfer 'ticio'r bocs'. Roedd consensws ymysg cyfranogwyr bod rhaid datblygu hyfforddiant ymhellach er mwyn cyfleu cynildeb a chymhlethdodau profiadau pobl hŷn o gam-drin a thrais rhywiol, ac y dylai mwy o adnoddau a chanllawiau ymarfer fod ar gael i helpu ymarferwyr.

Roedd yr heriau o weithio yn y maes hwn yn cael eu cydnabod, ynghyd â'r risg o drawma mechnïol. Mae angen i ymarferwyr weithio mewn amgylcheddau diogel a chefnogol, lle mae croeso iddynt ofyn cwestiynau a thrafod eu pryderon eu hunain ynghylch profiadau pobl hŷn o gam-drin a thrais rhywiol. Trafodwyd hefyd werth ffynhonnell hwylus o gyngor 'arbenigol' i ymarferwyr ('eiriolwr' yn y maes gwaith hwn).

Gwasanaethau a dulliau gweithredu

Roedd teimlad cyffredinol nad yw gwasanaethau'n cyrraedd pobl hŷn sydd wedi cael eu cam-drin yn rhywiol neu ddioddef trais rhywiol. Disgrifiodd un cyfranogwr ei fod yn teimlo bod pobl hŷn yn cael cymorth yn anffurfiol (gyda phobl hŷn yn siarad â'i gilydd drwy eu rhwydweithiau anffurfiol), yn hytrach na thrwy wasanaeth ffurfiol.

Mae llawer o resymau dros yr ymgysylltiad cyfyngedig hwn: er enghraifft, gall ymarferoldeb gofyn am gymorth deimlo'n rhy anodd i berson hŷn, oherwydd problemau iechyd, trefniadau llety presennol neu'r angen am sicrwydd ariannol, er enghraifft. Teimlai cyfranogwyr fod rhai pobl hŷn yn mewnoli stereoteipiau negyddol ynghylch henaint a heneiddio. Mae hyn, yn ei dro, yn gwneud i bobl hŷn gwestiynu eu hunanwerth, ac yn cyfrannu at deimladau o ddiffyg hunan-barch. Efallai na fydd y bobl hŷn hynny'n credu bod eu hanghenion yn ddigon pwysig i droi at wasanaethau neu weithwyr proffesiynol am gymorth; mae'n bosibl eu bod yn teimlo nad ydynt yn haeddu sylw, ac na ddylent roi baich ar eraill gyda'u pryderon.

Roedd rhai cyfranogwyr yn poeni bod llawer o bobl hŷn ddim yn gwybod ble na sut i gael gafael ar gymorth; gyda phwy y dylent siarad am gam-drin a thrais rhywiol; rôl a chyfrifoldeb pwy yw ymateb. Roedd teimlad hefyd nad yw llawer o bobl hŷn yn gofyn am gymorth nac yn cael gafael ar gymorth oherwydd nad ydynt yn ymddiried yn y 'system'. Weithiau, mae pobl hŷn wedi cael profiadau negyddol o wasanaethau neu wrth ddatgelu yn y gorffennol, sy'n gallu golygu eu bod yn gyndyn o ofyn am gymorth.

Tynnodd y cyfranogwyr sylw at wahanol fodelau o ddarparu gwasanaethau sydd ar gael ledled Cymru. Yn gyffredinol, teimlwyd bod dulliau ad hoc ac anghyson yn cael eu defnyddio i ymateb i ddioddefwyr hŷn. Teimlwyd hefyd, wrth weithio gyda phobl hŷn, bod tuedd o bosibl i wasanaethau ganolbwyntio ar ddiwallu anghenion corfforol (yn hytrach nag anghenion emosiynol neu seicolegol).

Codwyd pryderon ynghylch 'datgysylltiad' rhwng y gwasanaethau hynny ym maes Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (VAWDASV) a gwasanaethau diogelu. Dylai person hŷn sydd wedi cael ei ddynodi'n 'oedolyn mewn perygl', mewn theori, allu cael gafael ar gymorth a gwasanaethau diogelu ac, fel y bo'n briodol, ar gymorth a darpariaeth arbenigol yn y sector VAWDASV. Roedd yn amlwg, fodd bynnag, nad yw gwahanol elfennau'r ddarpariaeth bob amser yn cydweithredu ac yn gweithio gyda'i gilydd, a bod llawer o bobl hŷn yn methu cael gafael ar yr holl wasanaethau y mae ganddynt hawl iddynt o bosibl. Weithiau roedd diffyg eglurder ynghylch rolau a chyfrifoldebau darparwyr gwasanaethau, a thynnodd cyfranogwyr sylw hefyd at yr heriau sy'n codi yn sgil llwybrau atgyfeirio aneffeithiol, a allai 'arafu' neu hyd yn oed rwystro person hŷn rhag cael gafael ar gymorth arbenigol. Roedd hefyd yn wir bod gwasanaethau, yn gyffredinol, yn cael eu hystyried yn adweithiol yn hytrach nag yn rhagweithiol ac yn ataliol.

Trafododd un cyfranogwr 'Fframwaith Cymru sy'n Ystyriol o Drawma': model atal sylfaenol sydd, ar hyn o bryd, yn tueddu i ganolbwyntio ar brofiadau plant - tynnodd y cyfranogwr yma sylw at yr angen i newid pwyslais y model fel ei fod yn cynnwys profiadau pobl hŷn.

Dywedodd un cyfranogwr fod y ffyrdd o weithio gyda phobl hŷn sydd wedi cael eu cam-drin yn rhywiol neu ddioddef trais rhywiol yn wahanol i'r dulliau y mae ymarferwyr yn eu defnyddio wrth weithio gyda phobl iau. Y ddadl oedd bod ymarferwyr, pan fydd pobl iau yn profi cam-drin neu drais rhywiol, yn canolbwyntio ar ymyriadau sy'n grymuso - eu nod yw sicrhau bod unigolyn yn dal yn gallu bod â rheolaeth dros benderfyniadau, prosesau a chanlyniadau.

Ond wrth weithio gyda pherson hŷn, mae dull sy'n canolbwyntio mwy ar les yn cael ei fabwysiadu; mae'n anochel bod pobl hŷn yn aml yn cael eu hystyried yn agored i niwed a bod angen gofal, cefnogaeth a gwarchodaeth arnynt. Teimlwyd bod rhagdybiaethau'n cael eu gwneud weithiau ynghylch gallu person hŷn i gymryd rhan yn y broses o wneud penderfyniadau ac i wneud dewisiadau ynghylch risg, cymorth a gwasanaethau. Roedd teimlad cyffredinol bod gwasanaethau yn rhywbeth sy'n digwydd i bobl hŷn, yn hytrach na'u bod yn cael eu creu law yn llaw â phobl hŷn; gall hyn gynyddu teimladau o ddiffyg diogelwch ymysg pobl hŷn, a gall wneud iddynt ddewis peidio â derbyn cymorth. Rhaid i ni ymateb i ddioddefwyr hŷn mewn ffordd sy'n parchu dymuniadau'r unigolyn - weithiau mae'n bosibl mai'r unig beth y bydd dioddefwr/goroeswr eisiau ei wneud fydd rhannu neu siarad am eu profiad, heb unrhyw gamau pellach.

Mae canolbwyntio ar les wrth ymateb i brofiadau pobl hŷn o gam-drin neu drais rhywiol hefyd yn gallu golygu nad yw pobl hŷn yn cael cyfiawnder troseddol. Roedd y cyfranogwyr yn gwbl bendant bod y broses yn hirfaith ac yn ddiangen o hir i'r bobl hŷn hynny sydd yn dewis troi at y system cyfiawnder troseddol.

Roedd cyfranogwyr yn gwbl bendant, ar sail eu profiadau o weithio yn y maes hwn, bod person hŷn yn llawer mwy tebygol o siarad am brofiad o gam-drin neu drais rhywiol pan fydd ganddyn nhw berthynas llawn ymddiriedaeth ag ymarferydd. Mae'r perthnasoedd hyn yn cymryd amser i ddatblygu. Soniodd rhai cyfranogwyr am y ffyrdd y gall person hŷn 'brofi' cryfder perthynas broffesiynol dros amser, a mesur ymateb ymarferydd i'w sefyllfa cyn datgelu'n llawn. Nid yw'n anghyffredin i bobl hŷn ddatgelu eu profiadau fesul tipyn, dros gyfnod y cyswllt rhyngddynt. Roedd perthnasoedd parhaus, dros amser maith, yn cael eu hystyried yn hanfodol i ddealltwriaeth ymarferwyr; maent yn galluogi ymarferwyr i roi'r darnau o wybodaeth a gafwyd drwy sgyrsiau parhaus at ei gilydd mewn ffyrdd sydd wedyn yn eu helpu i ddeall yn well beth yw sefyllfa unigolyn a'i lefelau posibl o risg. Roedd pryderon y gallai ymarferwyr, os nad oes ganddynt y perthnasoedd parhaus hyn, beidio â sylweddoli pwysigrwydd y darnau bach o wybodaeth a ddarperir gan berson hŷn. Wrth eu hystyried ar eu pen eu hunain, efallai na fydd y darnau hyn o wybodaeth yn awgrymu sefyllfa lle mae lefelau sylweddol o risg, ac efallai na fyddant yn arwydd o bryderon diogelu. Ond wrth eu rhoi at ei gilydd, mae'n bosibl y byddant yn dechrau datgelu lefelau llawer uwch o risg ac yn amlygu pryderon mawr.

Dadleuwyd bod y system bresennol yn ei gwneud yn anoddach i ddatblygu perthynas o ymddiriedaeth. Mae gofynion llwyth gwaith, pwysau amser, a phroblemau recriwtio a chadw staff i gyd yn golygu bod perthnasoedd yn aml yn rhai tymor byr ac achlysurol, sy'n tanseilio datblygiad ymddiriedaeth ac yn cyfyngu ar gyfleoedd i ddatgelu a deall. Trafododd y cyfranogwyr y manylebau gwasanaeth y mae'n rhaid iddynt gydymffurfio â nhw ar gyfer cyllid gwasanaeth. Nid oedd y manylebau gwasanaeth hyn yn cael eu gweld fel rhai sy'n hybu'r math o ymarfer perthynol y mae ei angen ar bobl hŷn sy'n profi cam-drin neu drais rhywiol. Yn hytrach, roeddent yn cael eu hystyried yn aml fel ffyrdd rhagnodol o weithio a oedd yn canolbwyntio ar dasgau ac yn weithdrefnol eu natur, ac a oedd yn gofyn am gyflawni allbynnau materol o fewn cyfnodau penodol o amser.

Soniodd un cyfranogwr am bwysigrwydd perthnasoedd o ansawdd gyda meddygon teulu er mwyn hwyluso'r broses ddatgelu. Mae gan lawer o bobl hŷn lefel o gyswllt â'u meddyg teulu, ac felly mae'r perthnasoedd hyn yn hanfodol o ran canfod a chynnig cyfleoedd i bobl hŷn ddatgelu profiadau o gam-drin neu drais rhywiol. Soniodd y cyfranogwr yma am bwysigrwydd meddygon teulu yn treulio amser yn gwrando'n ofalus ar y materion y mae person hŷn yn eu codi, ac yn defnyddio'r mathau o ddulliau cyfathrebu sy'n hwyluso'r broses ddatgelu. Ond, mae amser yn

brin iawn mewn apwyntiadau meddygon teulu; nid ydynt bob amser yn rhoi cyfle i gael y mathau o sgyrsiau a allai fod yn arwydd o brofiadau o gam-drin neu drais rhywiol. Mae hefyd yn wir nad yw cleifion bob amser yn gweld yr un meddyg teulu mewn apwyntiadau dilynol. Nid yw'r diffyg dilyniant yn y berthynas rhwng meddygon teulu a chleifion yn rhoi cyfle i ymddiriedaeth ddatblygu. Tynnodd un cyfranogwr sylw at lwyddiant y rhaglen IRIS o ran diwallu anghenion pobl hŷn y mae cam-drin domestig yn effeithio arnynt (rhaglen hyfforddi, cefnogi ac atgyfeirio arbenigol ar faterion trais a cham-drin domestig ar gyfer Practisau Cyffredinol yw IRIS, sydd wedi derbyn gwerthusiad cadarnhaol). Fodd bynnag, mae'r cyllid ar gyfer prosiect Iris wedi cael ei ddarparu ar lefel leol bob amser, ac mae felly'n anghyson. Mae hefyd wedi cael ei leihau'n raddol, sy'n golygu mai dim ond mewn nifer bach o ardaloedd yng Nghymru y mae'r gwasanaeth yn bodoli erbyn hyn.

Soniodd cyfranogwyr am bwysigrwydd chwilfrydedd proffesiynol wrth weithio gyda phobl hŷn y mae cam-drin neu drais rhywiol yn effeithio arnynt o bosibl; darllen rhwng y llinellau o ran yr hyn sy'n cael ei ddweud neu ei gyflwyno weithiau fel y prif fater sy'n peri pryder. Nodwyd y gallai hyn gael ei gyfleu drwy ymddygiad ar brydiau, yn hytrach na thrwy'r hyn a ddywedir - fodd bynnag, gallai hyn gael ei gamddehongli gan eraill fel ymddygiad anodd neu heriol.

Soniodd cyfranogwyr hefyd am y diffyg perthnasoedd cyson a pharhaus sy'n golygu, hyd yn oed pan fydd pobl hŷn yn datgelu, bod rhaid i lawer ohonynt wedyn rannu eu profiadau dro ar ôl tro, gan gynyddu'r posibilrwydd o wneud iddyn nhw ail-fyw'r trawma.

Dadleuwyd hefyd nad yw ymarferwyr a gwasanaethau bob amser yn rhannu gwybodaeth yn briodol â'i gilydd, sy'n golygu bod rhai pobl hŷn yn gorfod ailadrodd gwybodaeth pan fyddan nhw'n dod i gysylltiad â gwahanol asiantaethau.

Siaradodd rhai cyfranogwyr hefyd am gymhlethdod y system o safbwynt ymarferwyr a gwasanaethau. Teimlai cyfranogwyr fod trothwyon diogelu yn aml yn cael eu dehongli mewn ffordd anghyson, sy'n arwain at anghysonderau o ran ymatebion ymarferwyr a'r cymorth a gynigir. Teimlwyd nad oedd y llinellau cyfrifoldeb bob amser yn glir (pa asiantaeth ddylai fod yn gwneud beth, er enghraifft), a bod angen cydweithio a chydweithredu rhyngasiantaethol gwell o lawer rhwng sefydliadau er mwyn datrys y problemau hyn. Gwnaed y pwynt bod angen symleiddio prosesau, a bod angen un pwynt cyswllt ar bobl hŷn; rhywun i'w harwain drwy ddrysni gwasanaethau a gweithwyr proffesiynol y bydd ganddynt gyswllt â nhw, ar ôl datgelu.

Soniodd cyfranogwyr hefyd am heriau'r cyd-destun deddfwriaethol a pholisi o safbwynt ymarferwyr. Tynnwyd sylw at y diffyg cymesuredd rhwng Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 a Deddf Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (Cymru) 2015. Roedd hyn yn golygu bod pobl hŷn weithiau'n llithro drwy'r bylchau rhwng y gwasanaethau, neu nad oeddent yn gallu cael gafael ar yr holl wasanaethau a allai fod ar gael iddynt yn y meysydd diogelu a VAWDASV.

Soniodd un cyfranogwr am bwysigrwydd Strategaeth Trawslywodraethol i fynd i'r afael â cham-drin a thrais rhywiol. Nodwyd hefyd werth cynnwys profiadau pobl hŷn o gam-drin a thrais rhywiol mewn cynlluniau ehangach sydd eisoes yn bodoli; er enghraifft, Strategaeth Iechyd Meddwl a Llesiant Llywodraeth Cymru (2025-2035). Tynnodd y Comisiynydd Pobl Hŷn sylw at yr ymgynghoriad diweddar ar fersiwn ddrafft Llywodraeth Cymru o'r Strategaeth ar Atal ac Ymateb i Gam-drin Plant yn Rhywiol, y mae'r Comisiynydd wedi ymateb iddo. Mae'r strategaeth yn cydnabod yr effeithiau gydol oes a ddaw yn sgil cael eich cam-drin yn rhywiol yn blentyn, ac yn cydnabod yr angen am wasanaethau hygyrch sy'n seiliedig ar drawma ar gyfer oedolion o bob oed.

Crynodeb

Mae'r drafodaeth yn y digwyddiad trafod yn awgrymu bod llawer o ffactorau sydd, gyda'i gilydd, yn lleihau effeithiolrwydd y dulliau a ddefnyddir ar hyn o bryd i ymateb i ddatgeliadau pobl hŷn o gam-drin a thrais rhywiol. Yn systemig, tynnodd cyfranogwyr sylw at effeithiau oedraniaeth, sy'n golygu nad yw cam-drin pobl hŷn yn rhywiol, na thrais rhywiol yn erbyn pobl hŷn, yn derbyn sylw mewn polisïau nag ymarfer. Ym maes darparu gwasanaethau, soniodd cyfranogwyr am yr elfennau niferus sy'n rhwystro arferion effeithiol yn y maes hwn; trafodwyd effeithiau cyfyngiadau ariannol, er enghraifft, sy'n arwain at bwysau amser ac yn lleihau cyfleoedd i wneud y gwaith perthynol sydd ei angen ar bobl hŷn y mae cam-drin neu drais rhywiol yn effeithio arnynt. Tynnodd y cyfranogwyr sylw at gymhlethdodau'r system, y teimlwyd sy'n ei gwneud yn anodd dilyn arferion effeithiol: mae'r cymhlethdodau hyn yn cynnwys prosesau a gweithdrefnau cymhleth, diffyg eglurder ynghylch rolau a chyfrifoldebau, a systemau a phrosesau annigonol ac anghyson ar gyfer rhannu gwybodaeth yn amserol. Teimlwyd bod diffyg cydweithio rhwng VAWDASV a gwasanaethau diogelu yn cyfyngu ar allu person hŷn i gael gafael ar y mathau o wasanaethau holistaidd a chymorth arbenigol a allai hybu llesiant emosiynol. Teimlwyd hefyd bod annigonolrwydd hyfforddiant ymarferwyr, a oedd yn arwain at ddiffyg cymhwysedd a hyder yn y maes gwaith hwn, yn tanseilio effeithiolrwydd ymateb ymarferwyr.

Mae'r pwyntiau trafod a amlygwyd yn yr adran hon yn dangos bod llawer o waith i'w wneud er mwyn gwella'r ffordd rydym yn ymateb i bobl hŷn y mae cam-drin neu drais rhywiol yn effeithio arnynt. Mae'r adran ganlynol yn trafod yr elfennau lle gellid cymryd camau.

Elfennau Gweithredu a Chyfleoedd Posibl

Dywedodd cyfranogwyr fod nifer o elfennau a chamau gweithredu y gellid eu datblygu i wella dealltwriaeth o brofiadau pobl hŷn o gam-drin a thrais rhywiol, a'r ffordd rydym yn ymateb iddynt.

Roedd y rhain yn cynnwys y canlynol:

- Ymchwil benodol er mwyn deall yn well brofiadau pobl hŷn o gam-drin a thrais rhywiol. Mae ymchwil sy'n defnyddio profiadau uniongyrchol pobl hŷn y mae cam-drin a thrais rhywiol yn effeithio arnynt yn hollbwysig er mwyn gwella ein dealltwriaeth o 'beth sy'n gweithio' i atal y math hwn o gam-drin; mae hefyd yn hollbwysig wrth ddatblygu modelau arferion gorau; y gellir wedyn eu defnyddio i fonitro a gwerthuso effeithiolrwydd cymorth a gwasanaethau.

- Rhaid defnyddio canfyddiadau ymchwil o'r fath i sicrhau bod profiadau uniongyrchol pobl hŷn y mae cam-drin neu drais rhywiol yn effeithio arnynt yn dal yn rhan ganolog o'r broses o gynllunio a darparu gwasanaethau.

- Systemau gwell a chyson i gasglu data sy'n help i ddeall pa mor gyffredin yw profiadau pobl hŷn o gam-drin a thrais rhywiol. Rhaid dadgyfuno data i amlygu profiadau nid yn unig y bobl hŷn hynny sy'n perthyn i wahanol 'gategorïau oedran', ond hefyd i ddangos tystiolaeth o anghenion y bobl hynny yn unol â nodweddion gwarchodedig eraill: rhywedd, ethnigrwydd a rhywioldeb, er enghraifft.

- Mae'n hanfodol bod gwahanol ffynonellau data yn cael eu cyfuno a'u canoli. Bydd dod â data at ei gilydd fel hyn yn helpu i sicrhau ein bod yn dod o hyd i fylchau mewn dealltwriaeth. Bydd hyn, yn ei dro, yn help i ddatblygu systemau penodol ar gyfer casglu data. Bydd hefyd yn helpu i lunio a dylanwadu ar agendâu ymchwil y dyfodol. Yn hollbwysig, drwy ganoli data, byddwn yn gallu amlygu patrymau a thueddiadau o ran y cam-drin neu'r trais rhywiol sy'n effeithio ar wahanol grwpiau o bobl hŷn ledled Cymru. Bydd hyn yn sicrhau bod y dulliau o gynllunio a darparu gwasanaethau yn cael eu seilio ar dystiolaeth briodol. Fel rhan o'r drafodaeth, nodwyd ymrwymiad Llywodraeth Cymru i ymchwil ac i well systemau casglu data yn y Cynllun Gweithredu Cenedlaethol i Atal Cam-drin Pobl Hŷn, yn ogystal â'r ffrwd waith Pobl Hŷn (sy'n gweithredu o fewn Glasbrint VAWDASV).

- Codi Ymwybyddiaeth - yn gyhoeddus ac yn broffesiynol. Mae'n hanfodol ein bod yn dechrau trafod cam-drin neu drais rhywiol ymysg pobl hŷn. Ar hyn o bryd, ystyrir bod pobl hŷn yn annhebygol o gael eu cam-drin yn rhywiol neu ddioddef trais rhywiol; yn sgil y safbwynt hwn, nid yw eu profiadau'n cael sylw mewn polisïau ac ymarfer. Rhaid herio hynny. Rhaid gwneud gwaith i dynnu sylw at y ffaith y gall unrhyw berson - o unrhyw oedran - gael eu cam-drin yn rhywiol neu ddioddef trais rhywiol. Trafodwyd ymgyrch bresennol Llywodraeth Cymru i godi ymwybyddiaeth o gam-drin neu drais rhywiol ymysg pobl hŷn. Mae'r Comisiynydd yn dal i weithio'n agos gyda Llywodraeth Cymru wrth i negeseuon yr ymgyrch hon gael eu datblygu.

- Dylid gweithio i ganfod pa mor fedrus a pha mor hyderus yw ymarferwyr ar hyn o bryd wrth ymateb i bobl hŷn sydd wedi cael eu cam-drin yn rhywiol neu sydd wedi dioddef trais rhywiol. Ar sail yr wybodaeth hon, rhaid i ymarferwyr gael hyfforddiant i gynyddu lefelau hyder a gallu. Dylai'r hyfforddiant ganolbwyntio'n benodol ar oedraniaeth a'r berthynas rhwng hynny a cham-drin pobl hŷn (y ffyrdd y mae oedraniaeth yn creu'r mathau o amgylcheddau lle gall cam-drin neu drais rhywiol ddigwydd, er enghraifft, a sut mae'n siapio ymatebion ymarferwyr i'r cam-drin hwnnw). Dylai hefyd gynnwys ystyriaeth benodol o faterion fel cefnogi dioddefwyr hŷn a allai fod â dementia, er enghraifft, a lle gallai fod problemau o ran galluedd meddyliol. Byddai hyfforddiant ym maes 'cam-drin rhwng cyfoedion' hefyd yn fuddiol. Lle bo modd dylai'r hyfforddiant fod yn amlasiantaethol ei natur, er mwyn helpu i feithrin dealltwriaeth o rolau a chyfrifoldebau'r naill ochr a'r llall ac i hwyluso'r gwaith o ddatblygu cysylltiadau rhyngddisgyblaethol, lleol, effeithiol a chynhyrchiol. Trafodwyd y gwaith mae Gofal Cymdeithasol Cymru yn ei wneud i ddatblygu'r Safonau Hyfforddiant Diogelu, ynghyd â'u gwaith gydag Arolygiaeth Gofal Cymru i hybu diwylliant cadarnhaol ym maes gofal cymdeithasol.

- Dylid hefyd ystyried effeithiolrwydd y llwybrau atgyfeirio presennol. Lle gwelir rhwystrau rhag prosesau a llwybrau atgyfeirio effeithiol, dylid cymryd camau i fynd i'r afael â'r rhwystrau hyn. Dylai llwybrau atgyfeirio fod yn glir ac yn bendant, dylent osgoi oedi diangen cyn bod modd cael gafael ar ddarpariaeth - mewn ffyrdd a allai beryglu diogelwch person hŷn - a dylent ddefnyddio'r adnoddau presennol yn y ffordd orau bosibl. Rhaid gofalu nad yw'r prosesau asesu sy'n aml yn digwydd cyn atgyfeirio yn gwahaniaethu yn erbyn pobl hŷn nac yn eu rhoi o dan anfantais. Yn ddiweddar, mae Llywodraeth Cymru wedi gwneud gwaith i ystyried pa mor addas yw DASH RIC i bobl hŷn. Mae rhagor o waith yn cael ei wneud yn awr i archwilio egwyddorion asesiadau risg effeithiol ar gyfer yr ymarferwyr a'r asiantaethau hynny, gan weithio gyda phobl hŷn sydd wedi cael profiad o gael eu cam-drin.

- Rhaid i'r gwasanaethau presennol ystyried i ba raddau y maen nhw'n gallu diwallu anghenion unigolion y mae cam-drin neu drais rhywiol yn effeithio arnynt gydol eu hoes, ac i ba raddau y maen nhw'n diwallu'r anghenion hynny ar hyn o bryd. Fel rhan o fodelau gwerthuso, dylid ystyried i ba raddau mae eu harferion yn gyson â'r hyn mae pobl hŷn wedi dweud sy'n bwysig er mwyn ymateb yn effeithiol i'w hanghenion (ee, faint o bwyslais sydd ar waith wyneb yn wyneb, penagored, sy'n rhoi cyfle i bobl hŷn wneud dewisiadau, a pharhau i reoli cyflymder yr ymyrraeth?) Dylai'r broses o fonitro a gwerthuso gwasanaethau hefyd fod yn seiliedig ar brofiadau uniongyrchol pobl hŷn y mae cam-drin neu drais rhywiol yn effeithio arnynt.

- Rhaid buddsoddi rhagor hefyd mewn gwasanaethau arbenigol i helpu'r bobl hŷn hynny y mae cam-drin neu drais rhywiol yn effeithio arnynt. Rhaid rhoi sylw i'r prosesau a ddefnyddir i gomisiynu a chaffael gwasanaethau a chymorth o'r fath. Nid yw manylebau gwasanaeth sy'n canolbwyntio ar dasgau, ac sy'n ceisio sicrhau'r canlyniadau a'r allbynnau gorau posibl mor gyflym â phosibl, yn debygol o ddiwallu anghenion pobl hŷn y mae cam-drin neu drais rhywiol yn effeithio arnynt. Mae'n ddigon posibl y bydd cymorth a ddarperir mewn ffyrdd o'r fath yn gwneud i bobl hŷn ail-fyw'r trawma, ac yn gwneud iddyn nhw beidio â defnyddio gwasanaethau.

- Adolygu'r ffyrdd mae gwasanaethau'n cael eu hysbysebu, a'r delweddau a'r iaith a ddefnyddir: dylai gwybodaeth fod ar gael mewn amrywiaeth o fformatau, a dylai adlewyrchu'r ffaith bod gwasanaeth ar gael ac yn hygyrch i bobl hŷn. Efallai y bydd angen gwneud trefniadau ymarferol i sicrhau bod gwasanaethau yn hygyrch i bobl hŷn a allai fod â phroblemau symudedd, neu a allai fod yn byw mewn ardaloedd daearyddol anghysbell.

- Dylai gwasanaethau fod yn ystyriol o drawma, a dylid eu dylunio i ddiwallu anghenion y 'person cyfan' - gan gynnig amrywiaeth o wahanol fathau o gymorth: (ee, cymorth meddygol, seicolegol a chyfreithiol i fynd i'r afael ag anghenion amrywiol dioddefwyr hŷn). Awgrymodd rhai cyfranogwyr y gallai fod yn well datblygu gwasanaeth 'siop un stop', lle gallai person hŷn gael yr holl gefnogaeth angenrheidiol 'mewn un lle'. Dadleuwyd y gallai hyn hefyd helpu i sicrhau gwell proses o rannu gwybodaeth rhwng gweithwyr proffesiynol.

- Rhaid i bobl hŷn y mae cam-drin neu drais rhywiol yn effeithio arnynt gael mynediad cyson at eiriolaeth (boed yn eiriolaeth ar ffurf ISVA arbenigol neu'n eiriolaeth drwy sefydliadau a phrosesau diogelu).

- Herio'r diffyg sylw a roddir i bobl hŷn mewn deddfwriaethau a pholisïau sy'n canolbwyntio ar gam-drin a thrais rhywiol. Tynnwyd sylw at strategaeth Trais yn erbyn Menywod a Merched (VAWG) - sydd ar fin cael ei gyhoeddi gan Lywodraeth y DU - a'r cyfle i ddylanwadu ar y gwaith o adnewyddu strategaeth Cymru ar Drais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (2026) fel cyfleoedd. Mae cyfleoedd hefyd ar gael ar hyn o bryd i ddylanwadu ar waith a wneir i ymateb i Gynllun Gweithredu Cenedlaethol i Atal Cam-drin Pobl Hŷn yng Nghymru, a gyhoeddir gan Lywodraeth Cymru

Ymrwymiadau

Gwnaeth cyfranogwyr nifer o ymrwymiadau penodol i gefnogi'r elfennau gweithredu a nodwyd. Roedd hyn yn cynnwys casglu gwybodaeth er mwyn deall yn well pa mor gyffredin yw cam-drin neu drais rhywiol mewn lleoliadau ac ardaloedd daearyddol penodol, canolbwyntio ar ddatblygu hyfforddiant ac adnoddau i ymarferwyr, a chynnwys cwestiynau am ymwybyddiaeth o gam-drin neu drais rhywiol mewn ymchwil sydd eisoes yn bodoli. Mae'r Comisiynydd yn edrych ymlaen at drafod cynnydd sefydliadau a oedd yn bresennol yn y digwyddiad trafod cychwynnol.

Mae Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru yn gwneud yr ymrwymiadau canlynol:

- Bydd y Comisiynydd yn parhau i gydweithio â gwasanaethau arbenigol, y Grŵp Gweithredu ar Atal Cam-drin, a phobl hŷn eu hunain i sicrhau bod eu profiadau uniongyrchol yn dal yn rhan ganolog o'r broses o siapio a llywio'r gwaith hwn. Drwy waith partneriaeth ac ymgysylltu parhaus, bydd y Comisiynydd yn ceisio rhoi mwy o lais i bobl hŷn, gan sicrhau bod eu safbwyntiau'n dylanwadu'n uniongyrchol ar gamau gweithredu, blaenoriaethau ac ymatebion yn y dyfodol mewn ymarfer a pholisi ar bob lefel.

- Bydd y Comisiynydd yn parhau i gwrdd â Gweinidogion priodol Llywodraeth Cymru i drafod gwaith ar brofiadau pobl hŷn o gam-drin a thrais rhywiol, ac i dynnu sylw at y camau ymatebol y mae angen eu cymryd ar lefel genedlaethol, weithredol ac ymarferol. Bydd y Comisiynydd yn tynnu sylw at gyfleoedd i wneud gwaith yn y meysydd hyn drwy'r Cynllun Gweithredu Cenedlaethol a'r Glasbrint Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol.

- Bydd y Comisiynydd yn gweithio gyda chyrff statudol, darparwyr arbenigol ac arolygiaethau i ddatblygu dealltwriaeth gliriach o'r ymatebion presennol i brofiadau pobl hŷn o gam-drin a thrais rhywiol. Bydd y gwaith ymgysylltu hwn yn help i ddod o hyd i arferion da ac i weld ym mhle mae angen gwelliannau, gan sicrhau bod y gwersi a ddysgir yn llywio polisïau a ddatblygir yn y dyfodol, dyluniad gwasanaethau, ac ymatebion gweithredol ledled Cymru.
- Ar hyn o bryd mae'r Comisiynydd yn cynnal trafodaethau â chydweithwyr rhyngwladol ynghylch eu gwaith a'r ffordd maen nhw'n ymateb eu hunain i bobl hŷn y mae trais neu gam-drin rhywiol yn effeithio arnynt. Bydd y Comisiynydd yn dal i sôn am y gwaith hwn (cynnydd y gwaith a'i ddatblygiadau), a bydd yn ystyried sut gall gwybodaeth ryngwladol siapio ac ategu ein gwaith ein hunain yng Nghymru.
- Bydd y Comisiynydd a'i thîm yn parhau i archwilio cyfleoedd i godi ymwybyddiaeth o gam-drin pobl hŷn yn rhywiol, neu drais rhywiol yn erbyn pobl hŷn, wrth iddyn nhw weithio gyda sefydliadau a chydweithwyr amlsector. Drwy'r broses hon, bydd y Comisiynydd yn ystyried pa sefydliadau eraill y gallai fod angen eu cynnwys mewn gwaith yn y maes hwn yn y dyfodol.

Y Camau Nesaf

Bydd y Comisiynydd yn cynnal digwyddiad trafod ar-lein dilynol ym mis Mawrth 2026 i edrych ar ddatblygiadau, trafod y cynnydd a wnaed i gyflawni'r ymrwymiadau a bennwyd yn y digwyddiad trafod, ac ystyried camau pellach y mae angen eu cymryd yn y maes hwn.

Comisiynydd
Pobl Hŷn
Cymru

Older People's
Commissioner
for Wales