Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Older People's Commissioner for Wales

Afan Ogwr Rhondda

Proffil Etholaeth y Senedd

Llais annibynnol ac eiriolydd
ar ran pobl hŷn

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Mae Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru yn llais annibynnol ac yn eiriolydd ar ran pobl hŷn ledled Cymru.

Mae'r Comisiynydd eisiau Cymru i arwain y ffordd o ran grymuso pobl hŷn, mynd i'r afael ag anghydraddoldeb, a galluogi pawb i fyw a heneiddio'n dda.

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@comisiynyddph.cymru
Gwefan: www.comisiynyddph.cymru

X: @comisiwnphcymru

Fformatau hygyrch

Os ydych chi eisiau cael y cyhoeddiad hwn mewn fformat arall, cysylltwch â ni.

Cyflwyniad

Fel Aelod o'r Senedd, mae gennych chi rôl hollbwysig i'w chwarae yn y gwaith o greu Cymru sy'n arwain y ffordd i bobl hŷn, drwy roi llais i bobl hŷn, sicrhau bod y materion sy'n effeithio ar eu bywydau yn rhan o'r agenda, a dal Llywodraeth Cymru yn atebol.

Mae'r rhain yn elfennau allweddol o fy rôl fy hun fel Comisiynydd Pobl Hŷn, llais annibynnol ac eiriolydd ar ran pobl hŷn ledled Cymru, ac rwy'n edrych ymlaen at weithio gyda'n gilydd i sicrhau bod eich etholwyr yn cael y cyfleoedd sydd eu hangen arnynt i fyw a heneiddio'n dda.

Mae fy swyddogaethau fel Comisiynydd wedi'u nodi yn Neddf Comisiynydd Pobl Hŷn (Cymru) 2006, sydd hefyd yn rhoi pwerau cyfreithiol unigryw i mi gynnal adolygiadau ffurfiol, cyhoeddi canllawiau i gyrff cyhoeddus, a darparu cymorth i bobl hŷn.

CAEL RHAGOR O WYBODAETH AM RÔL A PHWERAU CYFREITHIOL Y COMISIYNYDD

Bob blwyddyn, rwy'n cyflawni amrywiaeth o gamau gweithredu drwy Raglen Waith gadarn ac ymatebol, sy'n cael ei siapio gan leisiau a phrofiadau pobl hŷn.

Mae hyn yn fy ngalluogi i wneud fy rhan yn y gwaith o sicrhau cynnydd tuag at bedwar canlyniad cenedlaethol allweddol ar gyfer pobl hŷn a nodwyd gennyf, y dylid eu defnyddio fel fframwaith i lywio gweithredoedd a phenderfyniadau cyrff cyhoeddus a gwasanaethau ledled Cymru sy'n ymwneud â phobl hŷn.

DARLLEN RHAGLEN WAITH 2026-27 Y COMISIYNYDD

Mae data sy'n ymwneud â phobl hŷn yn rhoi cipolwg pwysig ar eu profiadau, yn ogystal â'r problemau a'r rhwystrau maen nhw'n eu hwynebu, gan ddarparu tystiolaeth hanfodol i lywio trafodaethau a dadleuon, yn y Senedd a thu hwnt.

Dyna pam rwyf wedi creu'r papur briffio hwn, sy'n darparu dolenni at ymchwil, adroddiadau ac adnoddau allweddol a gyhoeddwyd gan fy swyddfa, yn ogystal â data demograffig ar lefel Cymru a ffocws manylach ar nodweddion pobl hŷn sy'n byw yn eich etholaeth.

Rwy'n gobeithio y bydd hyn yn eich helpu i ddeall yn well brofiadau'r bobl hŷn rydych chi'n eu cynrychioli, yn ogystal â phobl hŷn yng Nghymru yn ehangach, ac y bydd yn ategu eich gwaith fel Aelod o'r Senedd i sbarduno newid a gwelliannau ar ran eich etholwyr hŷn.

Os hoffech chi gael rhagor o wybodaeth am unrhyw agwedd ar y briff hwn, neu os bydd gennych chi unrhyw ymholiadau yn y dyfodol sy'n berthnasol i bobl hŷn yn eich etholaeth, mae croeso i chi gysylltu â'm swyddfa.

Rwy'n edrych ymlaen at weithio gyda chi drwy gydol Tymor nesaf y Senedd.

Rhian Bowen-Davies
Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Ymchwil ac adroddiadau

Isod fe welwch ddolenni at amrywiaeth o adroddiadau a gyhoeddwyd yn ddiweddar gan y Comisiynydd, sy'n tynnu sylw at faterion allweddol sy'n effeithio ar wahanol agweddau ar fywydau pobl hŷn, ac yn argymell camau gweithredu i gyflawni'r newid a'r gwelliannau angenrheidiol.

Amser i Addasu: Archwilio'r amseroedd aros am Grantiau Cyfleusterau i Bobl Anabl yng Nghymru (Mawrth 2026)

Wedi edrych ar amseroedd aros o'r dechrau i'r diwedd am addasiadau i'r cartref a ariennir gan Grantiau Cyfleusterau i Bobl Anabl, gan ganfod ei bod yn ymddangos bod amseroedd aros cyfartalog wedi dyblu bron ers 2019, gydag unigolion mewn un ardal yn aros bron i ddwy flynedd i waith gael ei gwblhau (bron i flwyddyn yn hwy na'r cyfartaledd, sef 370 o ddiwrnodau).

Lle i bawb? Barn pobl hŷn ar fynediad i gyfleusterau parcio ceir yng Nghymru (Rhagfyr 2025)

Wedi datgelu'r rhwystrau y mae llawer o bobl hŷn yn eu hwynebu bellach wrth geisio parcio'r car wrth i systemau talu drwy ddulliau digidol ac apiau gael eu defnyddio fwy a mwy, gan gynnwys gorfod defnyddio nifer o apiau, pryderon am sgamiau, a chysylltedd gwael. Roedd yr adroddiad hefyd yn dadansoddi data gan awdurdodau lleol er mwyn creu darlun o'r opsiynau a'r systemau talu sydd ganddynt ar waith ledled Cymru ar hyn o bryd, a sut mae hyn yn debygol o newid yn y dyfodol.

Pobl Hŷn a Thlodi yng Nghymru (Tachwedd 2025)

Wedi defnyddio geiriau pobl hŷn eu hunain, a gasglwyd drwy waith ymchwil ac ymgysylltu, i dynnu sylw at realiti heneiddio mewn tlodi a'r dewisiadau amhosibl y mae unigolion yn aml yn cael eu gorfodi i'w gwneud, fel mynd heb wres neu beidio bwyta er mwyn ceisio cael dau ben llinyn ynghyd. Canfu'r adroddiad fod 1 o bob 6 pherson hŷn yng Nghymru bellach yn byw mewn tlodi – ffigur sy'n codi'n sydyn ar gyfer rhai grwpiau, gan gynnwys menywod a phobl hŷn Du, Asiaidd ac Ethnig Leiafrifol.

Archwilio Oedraniaeth Ddigidol (Hydref 2025)

Wedi archwilio sut mae anfantais, rhagfarn a stereoteipio ar sail oedran mewn cyd-destunau digidol yn effeithio ar bobl hŷn, gan ganfod bod systemau digidol, arferion yn y gweithle, a thechnolegau deallusrwydd artiffisial yn aml yn ymgorffori rhagfarnau ar sail oedran sy'n cau pobl hŷn allan o wasanaethau a byd gwaith, ac yn eu hatal rhag cymryd rhan lawn mewn cymdeithas.

Heneiddio yng Nghymru: Cipolwg ar brofiadau pobl hŷn (Medi 2025)

Wedi dadansoddi'r data a'r ymchwil sydd ar gael, gan gadw golwg ar dueddiadau dros amser, i roi cipolwg ar brofiadau pobl o fynd yn hŷn mewn elfennau allweddol, gan ganfod bod anghydraddoldebau sylweddol yn effeithio ar iechyd, llesiant ac annibyniaeth llawer o bobl hŷn ledled Cymru, sy'n creu rhwystrau yn eu bywydau bob dydd ac yn cyfyngu ar gyfleoedd i fyw a heneiddio'n dda.

Pobl Hŷn Heb Blant (Mehefin 2025)

Wedi tynnu sylw at y ffaith bod heneiddio heb blant – rhywbeth sy'n siŵr o gynyddu'n sylweddol yn y blynyddoedd i ddod – yn gallu arwain at lawer o fanteision, ond ei fod hefyd yn gallu arwain at ymyleiddio ac allgáu, mynediad cyfyngedig at wasanaethau sy'n tybio bod cefnogaeth deuluol ar gael, a rhwystrau rhag heneiddio'n dda.

Gwybodaeth ac adnoddau i bobl hŷn

Mae'r Comisiynydd yn cynhyrchu amrywiaeth o adnoddau defnyddiol ar gyfer pobl hŷn, a allai ddarparu gwybodaeth, cyngor a chymorth y mae mawr eu hangen ar eich etholwyr.

Mae'r holl adnoddau a restrir isod ar gael fel copïau papur, ac mewn fersiynau hygyrch (Hawdd eu Deall, Iaith Arwyddion Prydain, Sain). Os hoffech chi gael copïau i'w dosbarthu drwy'ch swyddfa etholaethol, cysylltwch â ni.

Cynllunio Gofal y Dyfodol

Gwybodaeth am y camau y gall pobl hŷn eu cymryd i sicrhau bod eu hanghenion a'u dymuniadau'n cael eu diwallu os bydd angen gofal a chymorth arnynt, neu os nad ydynt yn gallu gwneud penderfyniadau mwyach.

Gwybodaeth am yr hyn y gallwch ei wneud os gofynnir i chi adael eich cartref gofal

Gwybodaeth am hawliau pobl hŷn, a'r camau y gall pobl eu cymryd os gofynnir iddynt adael eu cartref gofal.

Practisau Meddygon Teulu yng Nghymru: Canllaw i Bobl Hŷn

Gwybodaeth am y gwasanaethau a'r safonau y dylai pobl hŷn eu disgwyl wrth ddefnyddio eu practis meddyg teulu.

Rhyddhau o'r Ysbyty: Gwybodaeth ddefnyddiol am beth i'w ddisgwyl pan fyddwch yn barod i adael yr ysbyty

Gwybodaeth am y trefniadau a ddylai fod ar waith pan fydd person hŷn yn barod i adael yr ysbyty, a'r hawliau sydd gan bobl i dderbyn gofal a chymorth mewn rhai amgylchiadau.

Byw mewn cartref gofal yng Nghymru: Canllaw i'ch hawliau

Gwybodaeth i helpu pobl hŷn a'u teuluoedd i ddeall yn well yr hawliau sydd ganddynt wrth symud i gartref gofal neu fyw mewn cartref gofal, a beth y gallant ei wneud os ydynt yn poeni nad yw eu hawliau'n cael eu cynnal.

Canllawiau Hwylus ar Atwrneiaeth Arhosol

Gwybodaeth am sefydlu Atwrneiaethau Arhosol er mwyn gallu rheoli materion ariannol, iechyd a lles ar ran person hŷn os bydd angen (a ddatblygir mewn partneriaeth â Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus).

Gweithredu yn Erbyn Oedraniaeth

Gwybodaeth ac awgrymiadau ymarferol i helpu pobl hŷn i adnabod a herio oedraniaeth mewn lleoliadau allweddol, gan gynnwys byd gwaith, gwasanaethau a busnesau, a'r cyfryngau.

Mynnwch Help Cadwch yn Ddiogel

Gwybodaeth i helpu pobl hŷn a'u hanwyliaid i adnabod arwyddion o gam-drin posibl, sy'n gallu digwydd ar sawl ffurf, a manylion sefydliadau sy'n gallu darparu gwybodaeth a chymorth.

Cyngor a Chymorth i Bobl Hŷn

Gwybodaeth am y ffyrdd y mae'r Comisiynydd yn darparu cymorth a chefnogaeth i bobl hŷn drwy ei thîm Cyngor a Chymorth, a sut gall pobl hŷn gysylltu â'r tîm.

Pobl hŷn yng Nghymru: Ffeithiau ac ystadegau allweddol

Poblogaeth

Mae'r amcangyfrifon diweddaraf yn dangos bod 908,728 o bobl dros 60 oed yn byw yng Nghymru, a rhagwelir y bydd y ffigur hwn yn codi i 1,069,316 erbyn 2040.[1] Yr amcangyfrif presennol yw bod 331,023 o bobl dros 75 oed, 179,635 dros 80 oed ac 86,057 dros 85 oed.

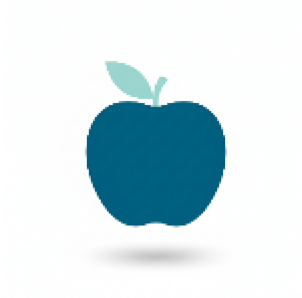
Mae 53% o'r boblogaeth hŷn yn fenywod, a 47% yn ddynion. Rhwng 60 a 69 oed, mae'r rhaniad bron yn gyfartal (51% a 49%) ond mae hyn yn newid ar gyfer grwpiau hŷn. Mae'r grwpiau oedran 85-89 oed a 90 oed a hŷn yn cynnwys 59% a 67% o fenywod yn y drefn honno.[2]

Ychydig iawn o amrywiaeth ethnig sydd yn y boblogaeth hŷn ar hyn o bryd, gyda 97.8% o bobl hŷn yng Nghymru yn nodi eu bod yn Wyn Prydeinig.[3] Fodd bynnag, mae amcanestyniadau'n dangos y bydd hyn yn newid dros amser: mae 98.8% o bobl dros 75 oed yn nodi eu bod yn Wyn Prydeinig, o'i gymharu â 97.2% o bobl 60-74 oed a 94.6% o bobl 16-64 oed.

Yn ôl Cyfrifiad 2021, mae 116,788 o bobl dros 60 oed yn gallu siarad Cymraeg (13.6%).[4] Mae 28% o siaradwyr Cymraeg rhugl dros 65 oed – amcangyfrif o 21,000 o bobl hŷn – yn teimlo'n fwy cyfforddus yn siarad Cymraeg na Saesneg.[5]

Iechyd

Y disgwyliad oes cyfartalog ar enedigaeth yng Nghymru yw 78.3 i ddynion ac 82.2 i fenywod.



Fodd bynnag, dim ond 59.2 (gwahaniaeth o 19 mlynedd) yw disgwyliad oes iach (nifer y blynyddoedd ar gyfartaledd yn byw mewn iechyd cyffredinol da) dynion, a 58.5 yw disgwyliad oes iach menywod (gwahaniaeth o dros 23 mlynedd). Mae disgwyliad oes iach ar ei isaf ledled Cymru ers cyn 2011.

Yn ôl Cyfrifiad 2021, mae cyfran y bobl anabl yn uwch mewn grwpiau oedran hŷn. O'r bobl 50 oed a hŷn, dywedodd 32.9% eu bod yn anabl, o'i gymharu ag 13.4% o'r rheini o dan 50 oed.[6]

Roedd pobl anabl hŷn hefyd yn fwy tebygol na phobl anabl iau o ddweud bod eu gweithgareddau o ddydd i ddydd yn cael eu cyfyngu'n helaeth: o blith y bobl anabl 50 oed neu hŷn, dywedodd 50% fod eu cyflyrau neu eu salwch yn cyfyngu'n fawr ar eu gweithgareddau o ddydd i ddydd, o'i gymharu â 42% o bobl anabl o dan 50 oed.

Yn 2023, dywedodd 67% o bobl dros 65 oed eu bod yn byw gydag un salwch hirdymor (wedi gostwng o 71% yn 2020), gyda 32% yn dweud eu bod yn byw gyda dwy broblem neu fwy – yn bennaf, problemau cyhyrysgerbydol neu broblemau'n ymwneud â'r galon neu'r cylchrediad (wedi gostwng o 39% yn 2020). Mae'r ffigur hwn yn codi o 62% o'r grŵp 65-74 oed i 72% o'r rheini dros 75 oed.[7]

Tai

Yn ôl Cyfrifiad 2021, mae 196,056 o bobl dros 65 oed yn byw ar eu pen eu hunain yng Nghymru.[8]

Mae 87% o bobl dros 65 oed yn berchen ar eu cartref eu hunain (tua 790,600 o bobl), gyda 10% yn byw mewn tai cymdeithasol (90,870 o bobl) a 4% yn rhentu'n breifat (36,330 o bobl).

Mae cyfran y perchen-feddianwyr ymysg y grŵp dros 65 oed yn uwch nag unrhyw grŵp oedran arall (57% o bobl 16-24 oed, 63% o bobl 25-44 oed ac 81% o bobl 49-64 oed).[9] Mae'r niferoedd hyn wedi aros yn debyg ers 2018-19. Mae Canolfan Gydweithredol y DU ar gyfer Tystiolaeth ym maes Tai (CaCHE) yn rhagamcanu y gallai 18% o bobl hŷn yng Nghymru fod yn byw mewn cartrefi rhent preifat erbyn 2040, sy'n fwy o lawer na'r lefel bresennol, sef 4%.[10]

Tlodi

Mae bron i 1 o bob 6 pherson hŷn yng Nghymru yn byw mewn tlodi incwm cymharol (15%).[i] Mae hyn yn codi o 13% o berchen-feddianwyr hŷn, i 32% o rentwyr cymdeithasol.[11]

Mae cyfraddau tlodi incwm cymharol yn cynyddu gydag oedran, gydag 15% o bobl 65-69 oed ac 17% o bobl 75-79 oed yn byw mewn tlodi incwm cymharol.[12] Mae'r ffigurau sydd ar gael ar gyfer y rheini sydd dros 80 oed yn seiliedig ar samplau bach iawn, felly dylid cymryd gofal wrth eu defnyddio – 17% ar gyfer pobl 80-84 oed a 22% ar gyfer pobl 85 oed a hŷn.

Ym mis Rhagfyr 2025, hawliodd 81,649 o bobl hŷn Gredyd Pensiwn yng Nghymru, sy'n cynrychioli cyfradd hawlio o 64% yn ôl amcangyfrifon gan yr Adran Gwaith a Phensiynau.[13]

Mae hyn yn golygu bod bron i 50,000 o bobl yn colli allan ar gymorth ariannol hanfodol y mae ganddynt hawl iddo, sy'n werth dros £4,000 y flwyddyn ar gyfartaledd. Amcangyfrifir bod dros £100m wedi cael ei adael heb ei hawlio yng Nghymru'r llynedd, arhosodd yr arian yn San Steffan yn hytrach na chyrraedd pocedi pobl hŷn.

Hawliodd 49,061 o bobl 60 oed a hŷn Gredyd Cynhwysol yn 2025, mae'r ffigur hwn wedi codi'n sylweddol yn ystod y blynyddoedd diwethaf.[14]

[i] Y diffiniad o dlodi incwm cymharol yw byw mewn aelwyd lle mae cyfanswm yr incwm o bob ffynhonnell yn llai na 60 y cant o incwm cyfartalog aelwydydd yn y DU.

Cyflogaeth

Roedd 499,000 o bobl dros 50 oed yng Nghymru yn cael eu cyflogi yn ystod misoedd Hydref-Rhagfyr 2025, sy'n 34% o gyfanswm gweithlu Cymru. Mae hyn yn cynnwys 75,000 o bobl dros 65 oed.[15]

Mae'r ffigurau diweddaraf (Hyd-Rhag 25) yn dangos mai 67.3% yw lefel cyflogaeth pobl rhwng 50 a 64 oed yng Nghymru, sef yr isaf o holl wledydd a rhanbarthau Cymru a Lloegr.[16] Mae 66.8% o ddynion yn y grŵp oedran hwn mewn gwaith, o'i gymharu â 67.8% o fenywod.

Yng Nghymru, 10.9% o bobl dros 65 oed yng Nghymru sydd mewn gwaith, yr ail isaf o blith rhanbarthau'r DU. Mae 14.3% o ddynion dros 65 oed mewn gwaith, o gymharu â 7.8% o fenywod.

Y gyfradd Gweithgarwch Economaidd ar gyfer pobl dros 65 oed yng Nghymru yw 9.6%.

Chwaraeon a Gweithgarwch Corfforol

Ychydig llai na dau o bob tri (66%) o oedolion 55 oed a hŷn sy'n credu eu bod yn cael y cyfle i fod yn gorfforol egnïol, sy'n llai nag oedolion 16-34 oed (77%) a 35-54 oed (77%).[17]

Oedolion 55 oed a hŷn sydd lleiaf tebygol o gytuno y gallant gyrraedd y cyfleusterau chwaraeon a gweithgarwch corfforol lleol sy'n apelio atynt:

- Pobl 16-34 oed – 61%
- Pobl 35-54 oed – 62%
- Oedolion 55 oed a hŷn – 51%

Fodd bynnag, mae oedolion 55 oed a hŷn yn llawer mwy tebygol o gerdded at ddibenion hamdden na'r grwpiau oedran eraill – 44% (16-34 oed) o'i gymharu â 61% (35-54 oed) o'i gymharu â 66% (55 oed a hŷn).

Data'r Etholaeth

Afan Ogwr Rhondda

Gan fod etholaethau newydd wedi'u cyflwyno yng Nghymru, does dim llawer o ddata ar gael ar y lefel hon ar hyn o bryd, er bod Llywodraeth Cymru wedi cynhyrchu rhywfaint o ystadegau sy'n canolbwyntio ar bobl dros 65 oed.

Sylwch: bras amcan yw'r data a nodir isod, ar sail amcangyfrifon o batrymau daearyddol a phoblogaeth.

Poblogaeth hŷn

	Afan Ogwr Rhondda		Cymru
Poblogaeth dros 60 oed (% o'r boblogaeth gyfan)	55,830	29%	29%

Iechyd y Boblogaeth

	Afan Ogwr Rhondda	Cymru
Disgwyliad Oes dynion	76	78.3
Disgwyliad Oes Iach yn 65 i ddynion[18]	8.8	9.6
Disgwyliad Oes menywod	80.6	82.2
Disgwyliad Oes Iach yn 65 i fenywod	9.5	10.3

Credyd Pensiwn

	Afan Ogwr Rhondda	Cymru
Nifer y Buddiolwyr Credyd Pensiwn	4,880	81649
Buddiolwyr fel canran o'r holl bobl dros 60 oed	8.7%	8.6%

Cyflogaeth a Chredyd Cynhwysol

	Afan Ogwr Rhondda	Cymru
Cyfradd Gweithgarwch Economaidd (50-64 oed)	67%	69.8%
Cyfradd Gweithgarwch Economaidd (65 oed a hŷn)	7.7%	9.6%
Nifer y bobl 60 oed a hŷn sy'n hawlio Credyd Cynhwysol	3,160	49,061

Awdurdodau lleol sy’n rhan o'ch etholaeth

Castell-nedd Port Talbot

Poblogaeth hŷn

	Castell-nedd Port Talbot	Cymru
Poblogaeth dros 60 oed (% o’r boblogaeth gyfan)[19]	41,319 (29%)	29%
Poblogaeth amcanestynedig dros 60 oed yn 2041 (% y cynnydd)[20]	46,646 (31%)	18%
Nifer y bobl hŷn Du, Asiaidd ac Ethnig Leiafrifol[21]	426	15,520

Iechyd y Boblogaeth

	Castell-nedd Port Talbot	Cymru
Disgwyliad Oes dynion[22]	77.5	78.3
Disgwyliad Oes Iach yn 65 i ddynion	8.8	9.6
Disgwyliad Oes menywod	81.4	82.2
Disgwyliad Oes Iach yn 65 i fenywod	9.7	10.3

Credyd Pensiwn

	Castell-nedd Port Talbot	Cymru
Nifer y Buddiolwyr Credyd Pensiwn[23]	4,290	81,649
Buddiolwyr fel canran o’r holl bobl dros 60 oed	10.4%	8.6%
Lefel y Credyd Pensiwn sydd heb ei hawlio yng Nghymru:	27%	36%

Cyflogaeth a Chredyd Cynhwysol

	Castell-nedd Port Talbot	Cymru
Cyfradd Gweithgarwch Economaidd (50-64 oed)[24]	64.3%	69.8%
Cyfradd Gweithgarwch Economaidd (65 oed a hŷn)	8.5%	9.6%
Nifer y bobl dros 60 oed sy'n hawlio Credyd Cynhwysol[25]	2,810	49,061

Gofal Cymdeithasol, Cam-drin a Diogelu

	Castell-nedd Port Talbot	Cymru
Nifer yr asesiadau newydd o'r angen am ofal a chymorth a gynhaliwyd ar gyfer oedolion yn 2022/23[26]	1,954	74,417
Nifer y bobl dros 65 oed oedd yn derbyn gofal a chymorth yn 2023-4[27]	1,755	43,495
Nifer yr adroddiadau o gam-drin lle mae'r dioddefwr yn 65 oed neu'n hŷn[28]	955	14,500
% o'r holl achosion o gam-drin	51.5%	51.3%

Gofalwyr Di-dâl

	Castell-nedd Port Talbot	Cymru
Nifer y gofalwyr di-dâl 60 oed a hŷn[29]	6,025	115,290
% y boblogaeth sy'n ofalwyr di-dâl	15.2%	13.4%

Pen-y-bont ar Ogwr

Poblogaeth hŷn

	Pen-y-bont ar Ogwr	Cymru
Poblogaeth dros 60 oed (% o'r boblogaeth gyfan)[30]	42,005 (28%)	29%
Poblogaeth amcanestynedig dros 60 oed yn 2041 (% y cynnydd)[31]	51,167 (32%)	18%
Nifer y bobl hŷn Du, Asiaidd ac Ethnig Leiafrifol[32]	328	15,520

Iechyd y Boblogaeth

	Pen-y-bont ar Ogwr	Cymru
Disgwyliad Oes dynion[33]	78.1	78.3
Disgwyliad Oes Iach yn 65 i ddynion	9.1	9.6
Disgwyliad Oes menywod	81.9	82.2
Disgwyliad Oes Iach yn 65 i fenywod	9.8	10.3

Credyd Pensiwn

	Pen-y-bont ar Ogwr	Cymru
Nifer y Buddiolwyr Credyd Pensiwn[34]	3,608	81,649
Buddiolwyr fel canran o'r holl bobl dros 60 oed	8.6%	8.6%
Lefel y Credyd Pensiwn sydd heb ei hawlio yng Nghymru:	33%	36%

Cyflogaeth a Chredyd Cynhwysol

	Pen-y-bont ar Ogwr	Cymru
Cyfradd Gweithgarwch Economaidd (50-64 oed)[35]	68.1%	69.8%
Cyfradd Gweithgarwch Economaidd (65 oed a hŷn)	8.1%	9.6%
Nifer y bobl dros 60 oed sy'n hawlio Credyd Cynhwysol[36]	2,334	49,061

Gofal Cymdeithasol, Cam-drin a Diogelu

	Pen-y-bont ar Ogwr	Cymru
Nifer yr asesiadau newydd o'r angen am ofal a chymorth a gynhaliwyd ar gyfer oedolion yn 2022/23[37]	1,815	74,417
Nifer y bobl dros 65 oed oedd yn derbyn gofal a chymorth yn 2023-4[38]	1,945	43,495
Nifer yr adroddiadau o gam-drin lle mae'r dioddefwr yn 65 oed neu'n hŷn[39]	405	14,500
% o'r holl achosion o gam-drin	54%	51.3%

Gofalwyr Di-dâl

	Pen-y-bont ar Ogwr	Cymru
Nifer y gofalwyr di-dâl 60 oed a hŷn[40]	5,480	115,290
% y boblogaeth sy'n ofalwyr di-dâl	14%	13.4%

Rhondda Cynon Taf

Poblogaeth hŷn

	Rhondda Cynon Taf	Cymru
Poblogaeth dros 60 oed (% o'r boblogaeth gyfan)[41]	64,146 (26%)	29%
Poblogaeth amcanestynedig dros 60 oed yn 2041 (% y cynnydd)[42]	73,860 (29%)	18%
Nifer y bobl hŷn Du, Asiaidd ac Ethnig Leiafrifol[43]	622	15,520

Iechyd y Boblogaeth

	Rhondda Cynon Taf	Cymru
Disgwyliad Oes dynion[44]	77	78.3
Disgwyliad Oes Iach yn 65 i ddynion	8.4	9.6
Disgwyliad Oes menywod	81.3	82.2
Disgwyliad Oes Iach yn 65 i fenywod	8.9	10.3

Credyd Pensiwn

	Rhondda Cynon Taf	Cymru
Nifer y Buddiolwyr Credyd Pensiwn[45]	6,573	81,649
Buddiolwyr fel canran o'r holl bobl dros 60 oed	10.2%	8.6%
Lefel y Credyd Pensiwn sydd heb ei hawlio yng Nghymru:	31%	36%

Cyflogaeth a Chredyd Cynhwysol

	Rhondda Cynon Taf	Cymru
Cyfradd Gweithgarwch Economaidd (50-64 oed)[46]	68.5%	69.8%
Cyfradd Gweithgarwch Economaidd (65 oed a hŷn)	6.5%	9.6%
Nifer y bobl dros 60 oed sy'n hawlio Credyd Cynhwysol[47]	4,224	49,061

Gofal Cymdeithasol, Cam-drin a Diogelu

	Rhondda Cynon Taf	Cymru
Nifer yr asesiadau newydd o'r angen am ofal a chymorth a gynhaliwyd ar gyfer oedolion yn 2022/23[48]	8,315	74,417
Nifer y bobl dros 65 oed oedd yn derbyn gofal a chymorth yn 2023-4[49]	3,860	43,495
Nifer yr adroddiadau o gam-drin lle mae'r dioddefwr yn 65 oed neu'n hŷn[50]	705	14,500
% o'r holl achosion o gam-drin	58.3%	51.3%

Gofalwyr Di-dâl

	Rhondda Cynon Taf	Cymru
Nifer y gofalwyr di-dâl 60 oed a hŷn[51]	8,720	115,290
% y boblogaeth sy'n ofalwyr di-dâl	14.2%	13.4%

Cyfeiriadau

[1] SYG (2025) Amcangyfrifon o'r boblogaeth ar gyfer y DU, Lloegr a Chymru, yr Alban a Gogledd Iwerddon. www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/populationandmigration/populationestimates/datasets/populationestimatesforukenglandandwalesscotlandandnorthernireland. Prif amcanestyniad – Crynodeb Cymru a Lloegr – Y Swyddfa Ystadegau Gwladol. Ar gael yn: https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/populationandmigration/populationprojections/datasets/tablea13principalprojectionenglandandwalessummary

[2] SYG (2025) Amcangyfrifon o'r boblogaeth ar gyfer y DU, Lloegr a Chymru, yr Alban a Gogledd Iwerddon. www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/populationandmigration/populationestimates/datasets/populationestimatesforukenglandandwalesscotlandandnorthernireland

[3] Llywodraeth Cymru (2022) Arolwg Cenedlaethol Cymru Ebrill 2021 – Mawrth 2022 https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-dangosydd-canlyniadau

[4] SYG (2023) Y Gymraeg yn ôl nodweddion y boblogaeth (Cyfrifiad 2021): https://www.llyw.cymru/y-gymraeg-yn-ol-nodweddion-y-boblogaeth-cyfrifiad-2021-html.

[5] Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru (2025) Heneiddio yng Nghymru: Cipolwg ar brofiadau pobl hŷn. Ar gael yn: https://comisiynyddph.cymru/adnodd/tyfu-yn-hyn-yng-nghymru-ciplun-o-brofiadau-pobl-hyn/

[6] Llywodraeth Cymru (2023) Canlyniadau pobl anabl mewn iechyd, tai, addysg a statws economaidd (Cyfrifiad 2021): https://www.llyw.cymru/canlyniadau-pobl-anabl-mewn-iechyd-tai-addysg-statws-economaidd-cyfrifiad-2021-html

[7] https://statswales.gov.wales/Catalogue/National-Survey-for-Wales/Population-Health/Adult-general-health-and-illness/generalhealthillness-by-age-gender

[8] https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/populationandmigration/populationestimates/datasets/censusbasedstatisticsuk2021

[9] Llywodraeth Cymru (2022) Arolwg Cenedlaethol Cymru Ebrill 2021 - Mawrth 2022 https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru-dangosydd-canlyniadau

[10] Williams, R. & Robinson, D. (2024) Projections of housing tenure and poverty in older age in Great Britain, 2022-2040. Prifysgol Sheffield. Ar gael yn: https://housingevidence.ac.uk/wp-content/uploads/2024/07/IAReport-FINAL-19.07.pdf

[11] Llywodraeth Cymru. (2024) Tlodi incwm cymharol. https://statscymru.llyw.cymru/Catalogue/Community-Safety-and-Social-Inclusion/Poverty/householdbelowaverageincome-by-year

[12] StatsCymru (2024) Pensiynwyr mewn tlodi incwm cymharol yn ôl oedran y penteulu. Mawrth 2024. Ar gael yn: https://statswales.gov.wales/Catalogue/Community-Safety-and-Social-Inclusion/Poverty/pensioners/pensionersinrelativeincomepoverty-by-ageoftheheadofhousehold

[13] https://stat-xplore.dwp.gov.uk/webapi/jsf/dataCatalogueExplorer.xhtml

[14] Ibid

[15] https://www.ons.gov.uk/employmentandlabourmarket/peopleinwork/employmentandemployeetypes/datasets/regionalemploymentbyagex01/current

[16] Y Swyddfa Ystadegau Gwladol (2025) X01 Y farchnad lafur ranbarthol: Amcangyfrifon cyflogaeth yn ôl oedran. Ar gael yn: https://www.ons.gov.uk/employmentandlabourmarket/peopleinwork/employmentandemployeetypes/datasets/regionalemploymentbyagex01/current

[17] https://sport.wales/sites/default/files/2026-03/Sport%20and%20Active%20Lifestyles%20Report%20_%20NSW%202024-25.pdf

[18] Mae Disgwyliad Oes Iach yn 65 oed yn amcangyfrif y blynyddoedd y gall rhywun 65 oed ddisgwyl byw heb gyflwr iechyd corfforol neu feddyliol hirdymor cyfyngol.

[19] SYG (2025) Amcangyfrifon o'r boblogaeth ar gyfer y DU, Lloegr a Chymru, yr Alban a Gogledd Iwerddon. www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/populationandmigration/populationestimates/datasets/populationestimatesforukenglandandwalesscotlandandnorthernireland

[20] Prif amcanestyniad - Crynodeb Cymru a Lloegr - Y Swyddfa Ystadegau Gwladol. Ar gael yn: https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/populationandmigration/populationprojections/datasets/tablea13principalprojectionenglandandwalessummary

[21] SYG (2023) Cyfrifiad 2021 Ethnigrwydd, hunaniaeth genedlaethol a chrefydd yn y boblogaeth a aned yn y DU ac fel arall. https://cy.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/culturalidentity/ethnicity?_gl=1*1rzoqfq*_ga*NTQzNTY1MjM3LjE3NzI1NTc1OTE.*_ga_W804VY6YKS*czE3NzI1NTc1OTEkbzEkZzAkdDE3NzI1NTc1OTEkajYwJGwwJGgw

[22] SYG (2024) Disgwyliad Oes Iach yn y DU, Pob Oed. https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/healthandlifeexpectancies/datasets/healthstatelifeexpectancyallagesuk SYG (2020) Disgwyliad oes iach adeg geni ac yn 65 oed yn ôl ardaloedd lleol, y DU

https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/healthandlifeexpectancies/datasets/healthstatelifeexpectancyatbirthandatage65bylocalareasuk

[23] Yr Adran Gwaith a Phensiynau (2025) Credyd Pensiwn (Mai 2025) Ar gael yn: https://statxplore.dwp.gov.uk/webapi/jsf/tableView/tableView.xhtm

[24] Llywodraeth Cymru (2025) https://stats.gov.wales/en-GB/3a324dc0-3594-447f-9b4a-1a08bb923bf8/filtered/rs104gyybp82?page_size=25#downloads

[24] Llywodraeth Cymru (2025) Gweithgarwch economaidd yn ôl ardal leol yng Nghymru, blwyddyn a rhywedd. https://stats.gov.wales/en-GB/3a324dc0-3594-447f-9b4a-1a08bb923bf8/filtered/rs104gyybp82?page_size=25#downloads

[25] Yr Adran Gwaith a Phensiynau (2025) People on Universal Credit 60+, StatExplore. Ar gael yn:https://stat-xplore.dwp.gov.uk/webapi/jsf/dataCatalogueExplorer.xhtml

[26] Gofal Cymdeithasol Cymru (2025) Asesiadau o angen am ofal a chymorth. https://www.socialcaredata.wales/dataset?c=186&p=4,40&i=72460&d=&dig=&g=1,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,2,20,21,22,3,4,5,6,7,8,9&v=

[27] Oedolion sy'n derbyn gofal a chymorth yn ystod y flwyddyn yn ôl grŵp oedran a rhywedd. https://stats.llyw.cymru/cy-GB/c383e57b-2356-4014-b58a-52a1b2d54d02

[28] Llywodraeth Cymru (2025), Mathau o gam-drin honedig yn ôl awdurdod lleol, mesur ac oedran y dioddefwyr honedig https://statswales.gov.wales/Catalogue/Health-and-Social-Care/Social-Services/Adult-Services/Adult-Safeguarding/typesofabuse-by-localauthority-measure-age

[29] SYG (2023) Gofal di-dâl yn ôl oedran, rhywedd ac amddifadedd, Cymru https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/socialcare/datasets/unpaidcarebyagesexanddeprivationwales

[30] SYG (2025) Amcangyfrifon o'r boblogaeth ar gyfer y DU, Lloegr a Chymru, yr Alban a Gogledd Iwerddon. www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/populationandmigration/populationestimates/datasets/populationestimatesforukenglandandwalesscotlandandnorthernireland

[31] Prif amcanestyniad - Crynodeb Cymru a Lloegr - Y Swyddfa Ystadegau Gwladol. Ar gael yn: https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/populationandmigration/populationprojections/datasets/tablea13principalprojectionenglandandwalessummary

[32] SYG (2023) Cyfrifiad 2021 Ethnigrwydd, hunaniaeth genedlaethol a chrefydd yn y boblogaeth a aned yn y DU ac fel arall. https://cy.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/culturalidentity/ethnicity?_gl=1*1rzoqfq*_ga*NTQzNTY1MjM3LjE3NzI1NTc1OTE.*_ga_W804VY6YKS*czE3NzI1NTc1OTEkbzEkZzAkdDE3NzI1NTc1OTEkajYwJGwwJGgw

[33] SYG (2024) Disgwyliad Oes Iach yn y DU, Pob Oed. https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/healthandlifeexpectancies/datasets/healthstatelifeexpectancyallagesuk SYG (2020) Disgwyliad oes iach adeg geni ac yn 65 oed yn ôl ardaloedd lleol, y DU

https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/healthandlifeexpectancies/datasets/healthstatelifeexpectancyatbirthandatage65bylocalareasuk

[34] Yr Adran Gwaith a Phensiynau (2025) Credyd Pensiwn (Mai 2025) Ar gael yn: https://statxplore.dwp.gov.uk/webapi/jsf/tableView/tableView.xhtm

[35] Llywodraeth Cymru (2025) https://stats.gov.wales/en-GB/3a324dc0-3594-447f-9b4a-1a08bb923bf8/filtered/rs104gyybp82?page_size=25#downloads

[35] Llywodraeth Cymru (2025) Gweithgarwch economaidd yn ôl ardal leol yng Nghymru, blwyddyn a rhywedd. https://stats.gov.wales/en-GB/3a324dc0-3594-447f-9b4a-1a08bb923bf8/filtered/rs104gyybp82?page_size=25#downloads

[36] Yr Adran Gwaith a Phensiynau (2025) People on Universal Credit 60+, StatExplore. Ar gael yn:https://stat-xplore.dwp.gov.uk/webapi/jsf/dataCatalogueExplorer.xhtml

[37] Gofal Cymdeithasol Cymru (2025) Asesiadau o angen am ofal a chymorth. https://www.socialcaredata.wales/dataset?c=186&p=4,40&i=72460&d=&dig=&g=1,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,2,20,21,22,3,4,5,6,7,8,9&v=

[38] Oedolion sy'n derbyn gofal a chymorth yn ystod y flwyddyn yn ôl grŵp oedran a rhywedd. https://stats.llyw.cymru/cy-GB/c383e57b-2356-4014-b58a-52a1b2d54d02

[39] Llywodraeth Cymru, (2025), Mathau o gam-drin honedig yn ôl awdurdod lleol, mesur ac oedran y dioddefwyr honedig https://statswales.gov.wales/Catalogue/Health-and-Social-Care/Social-Services/Adult-Services/Adult-Safeguarding/typesofabuse-by-localauthority-measure-age

[40] SYG (2023) Gofal di-dal yn ôl oedran, rhywedd ac amddifadedd, Wales

https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/socialcare/datasets/unpaidcarebyagesexanddeprivationwales

[41] SYG (2025) Amcangyfrifon o'r boblogaeth ar gyfer y DU, Lloegr a Chymru, yr Alban a Gogledd Iwerddon. www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/populationandmigration/populationestimates/datasets/populationestimatesforukenglandandwalesscotlandandnorthernireland

[42] Prif amcanestyniad - Crynodeb Cymru a Lloegr - Y Swyddfa Ystadegau Gwladol. Ar gael yn: https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/populationandmigration/populationprojections/datasets/tablea13principalprojectionenglandandwalessummary

[43] SYG (2023) Cyfrifiad 2021 Ethnigrwydd, hunaniaeth genedlaethol a chrefydd yn y boblogaeth a aned yn y DU ac fel arall. https://cy.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/culturalidentity/ethnicity?_gl=1*1rzoqfq*_ga*NTQzNTY1MjM3LjE3NzI1NTc1OTE.*_ga_W804VY6YKS*czE3NzI1NTc1OTEkbzEkZzAkdDE3NzI1NTc1OTEkajYwJGwwJGgw

[44] SYG (2024) Disgwyliad Oes Iach yn y DU, Pob Oed. https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/healthandlifeexpectancies/datasets/healthstatelifeexpectancyallagesuk SYG (2020) Disgwyliad oes iach adeg geni ac yn 65 oed yn ôl ardaloedd lleol, y DU

https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/healthandlifeexpectancies/datasets/healthstatelifeexpectancyatbirthandatage65bylocalareasuk

[45] Yr Adran Gwaith a Phensiynau (2025) Credyd Pensiwn (Mai 2025) Ar gael yn: https://statxplore.dwp.gov.uk/webapi/jsf/tableView/tableView.xhtm

[46] Llywodraeth Cymru (2025) https://stats.gov.wales/en-GB/3a324dc0-3594-447f-9b4a-1a08bb923bf8/filtered/rs104gyybp82?page_size=25#downloads

[46] Llywodraeth Cymru (2025) Gweithgarwch economaidd yn ôl ardal leol yng Nghymru, blwyddyn a rhywedd. https://stats.gov.wales/en-GB/3a324dc0-3594-447f-9b4a-1a08bb923bf8/filtered/rs104gyybp82?page_size=25#downloads

[47] Yr Adran Gwaith a Phensiynau (2025) People on Universal Credit 60+, StatExplore. Ar gael yn:https://stat-xplore.dwp.gov.uk/webapi/jsf/dataCatalogueExplorer.xhtml

[48] Gofal Cymdeithasol Cymru (2025) Asesiadau o angen am ofal a chymorth. https://www.socialcaredata.wales/dataset?c=186&p=4,40&i=72460&d=&dig=&g=1,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,2,20,21,22,3,4,5,6,7,8,9&v=

[49] Oedolion sy'n derbyn gofal a chymorth yn ystod y flwyddyn yn ôl grŵp oedran a rhywedd. https://stats.llyw.cymru/cy-GB/c383e57b-2356-4014-b58a-52a1b2d54d02

[50] Llywodraeth Cymru, (2025), Mathau o gam-drin honedig yn ôl awdurdod lleol, mesur ac oedran y dioddefwyr honedig https://statswales.gov.wales/Catalogue/Health-and-Social-Care/Social-Services/Adult-Services/Adult-Safeguarding/typesofabuse-by-localauthority-measure-age

[51] SYG (2023) Gofal di-dal yn ôl oedran, rhywedd ac amddifadedd, Wales

https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/socialcare/datasets/unpaidcarebyagesexanddeprivationwales