ASESIAD O ANGHENION Y BOBLOGAETH

Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol

Iechyd a Gofal Cymdeithasol

Mawrth 2022

Cysylltwch â ni

Os hoffech gael rhagor o wybodaeth neu os oes gennych unrhyw gwestiynau am yr Asesiad hwn o Anghenion y Boblogaeth, mae sawl ffordd o gysylltu â ni:

E-bost: Business_intelligence@powys.gov.uk

Post: At sylw Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Powys, Yr Uned Gomisiynu, Cyngor Sir Powys, Neuadd y Sir, Llandrindod, Powys. LD1 5LG.

Ffôn: 01597 826 000

Corff cyfreithiol statudol a sefydlwyd ym mis Ebrill 2016 gan Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) yw Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Powys. Ei swyddogaeth allweddol yw nodi meysydd allweddol i'w gwella ar gyfer gwasanaethau gofal a chymorth ym Mhowys. Mae Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Powys hefyd wedi cael y dasg gyfreithiol o nodi cyfleoedd i integreiddio gofal cymdeithasol a gwasanaethau iechyd.

Amlasiantaeth yw Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Powys ac mae'n dwyn ynghyd:

- Cyngor Sir Powys - https://cy.powys.gov.uk/
- Bwrdd Iechyd Addysgu Powys - https://biap.gig.cymru/
- Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol Powys - www.pavo.org.uk/cy/hafan.html
- Iechyd Cyhoeddus Cymru – https://icc.gig.cymru/
- Gweithredu dros Blant - www.actionforchildren.org.uk
- Fforwm Gofal Cymru - www.careforumwales.co.uk
- Cynrychiolaeth Landlordiaid Cofrestredig Cymdeithasol
- Cynrychiolwyr dinasyddion a gofalwyr

Cynnwys

Cysylltwch â ni ... 2

Cynnwys ... 3

Cyflwyniad ... 4

Ynglŷn â phobl Powys ... 7

- 1. Plant a Phobl Ifanc ... 21
- 2. Pobl hŷn ... 35
- 3. Iechyd ... 45
- 4. Anableddau corfforol a Nam ar y Synhwyrau ... 59
- 5. Anabledd dysgu ac awtistiaeth ... 65
- 6. Iechyd meddwl ... 78
- 7. Gofalwyr y mae angen cymorth arnynt ... 94
- 8. Trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol ... 103

Cydraddoldeb ... 105

Methodoleg ... 106

Gwersi a ddysgwyd ... 109

Bylchau Data ... 110

Tabl o'r ffigurau ... 113

Cyfeiriadau ... 115

Cyflwyniad

Diben yr Asesiad o Anghenion y Boblogaeth

Ers mis Ebrill 2017, mae rhanbarthau ledled Cymru wedi cyhoeddi asesiad o'r anghenion gofal a chymorth yn eu hardal. Mae'r asesiadau hyn o anghenion y boblogaeth yn un o ofynion Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014.

Yr asesiad hwn yw'r ail a gyhoeddwyd ar gyfer Powys, ac ymarfer ar y cyd ydyw a gynhelir gan Fwrdd Iechyd Addysgu Powys a Chyngor Sir Powys, mewn partneriaeth â'r trydydd sector a'r sector annibynnol. Fe'i goruchwylir gan Fwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Powys a'i ddiben yw llywio'r gwaith o ddarparu gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol integredig.

Nod yr Asesiad o Anghenion y Boblogaeth hwn yw darparu barn â phwyslais o'r anghenion iechyd a gofal cymdeithasol presennol ac yn y dyfodol ym Mhowys o dri safbwynt allweddol:

1. nodi'r anghenion gofal a chymorth presennol ac yn y dyfodol (gan gynnwys anghenion gofalwyr)
2. edrych ar y gwasanaethau a'r asedau sydd ar gael i ddiwallu'r anghenion hynny
3. nodi'r camau sydd eu hangen i fynd i'r afael ag unrhyw fylchau mewn gwasanaethau neu anghenion nas diwellir

Mae'r **Asesiad o Anghenion y Boblogaeth hwn yn edrych ar angen yn y modd hwn ar draws wyth thema graidd**:

1. Plant a phobl ifanc
2. Pobl hŷn
3. Iechyd
4. Anableddau corfforol a Nam ar y synhwyrau
5. Anabledd dysgu ac awtistiaeth
6. Iechyd meddwl
7. Gofalwyr y mae angen cymorth arnynt
8. Trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol

Diben yr Asesiad o Anghenion y Boblogaeth yw galluogi Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Powys i ddeall safbwyntiau neu drigolion Powys, a bydd hyn yn galluogi'r Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol i ganolbwyntio ar y gwasanaethau cywir yn y tymor byr i ganolig. Mae angen inni adeiladu ar y dystiolaeth a gasglwyd gennym yn ystod ein Hasesiad o Anghenion y Boblogaeth cyntaf, a rhoi cyfrif gonest o'r hyn a wyddom. Fodd bynnag, mae pethau hefyd nad ydym yn eu gwybod, neu efallai mai dim ond ar lefel Powys yr ydym yn eu gwybod yn hytrach nag i lawr i lefel is, a rhestrir y rhain yn glir fel bylchau data.

Gwyddom fod bylchau data clir y mae angen inni eu llenwi, ac mae angen canolbwyntio ar y gwaith o fynd i'r afael â'r bylchau hyn yn ystod y blynyddoedd nesaf. Mae pandemig COVID-19 wedi ei gwneud yn ofynnol inni weithio a byw'n wahanol; mae wedi effeithio ar y

gwasanaethau a ddarperir gennym; mae wedi cynyddu ansicrwydd ynghylch sut yr ydym yn nodi anghenion, yn cynllunio gwasanaethau ac yn darparu gofal – y mae pob un o'r rhain wedi effeithio ar y broses o baratoi'r asesiad hwn. Er nad pandemig COVID-19 yw unig bwyslais yr Asesiad o Anghenion y Boblogaeth hwn, mae'n anochel ei fod wedi effeithio ar yr hyn a gynhwysir, oherwydd bod cynnwys sy'n gysylltiedig â COVID-19 y bu rhaid ei ymgorffori, a hefyd oherwydd bod y pandemig wedi effeithio ar feysydd nad ydynt yn gysylltiedig â COVID-19. Un o flaenoriaethau'r holl wasanaethau fydd adfer yn sgil pandemig y coronafeirws a chefnogi anghenion ein trigolion.

Mae'r Asesiad o Anghenion y Boblogaeth yn cysylltu â'r Asesiad Llesiant – asesiad ar wahân sy'n ddyletswydd ar Fyrddau Gwasanaethau Cyhoeddus o dan Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015, ond mae'n wahanol iddo. Mae gan yr Asesiad Llesiant gwmpas ehangach na'r Asesiad o Anghenion y Boblogaeth, sy'n edrych y tu hwnt i wasanaethau gofal cymdeithasol iechyd ar anghenion cyffredinol poblogaeth Powys o ran materion cymdeithasol, diwylliant, yr economi a'r amgylchedd.

Y Camau Nesaf

Yn dilyn cyhoeddiad ein Hasesiad o Anghenion y Boblogaeth, byddwn yn llunio cynllun ardal sy'n amlinellu ein blaenoriaethau integredig am y pum mlynedd nesaf. **Cyhoeddir y cynllun ym mis Mai 2023**.

Bydd yr Asesiad o Anghenion y Boblogaeth yn cael ei ddefnyddio i lywio **Adroddiad ar Sefydlogrwydd y Farchnad** rhanbarthol sydd ar y gweill **y dylid ei gyhoeddi ym mis Mehefin 2022.** Bydd yr Adroddiad ar Sefydlogrwydd y Farchnad yn asesu sefydlogrwydd a digonolrwydd y farchnad gofal cymdeithasol gan ystyried y canfyddiadau a'r anghenion a nodir yn yr asesiad hwn.

Mae'n bwysig nodi bod y mewnwelediad data a'r wybodaeth sydd ar gael inni yn cael eu defnyddio'n rheolaidd i helpu i lywio'r gwasanaethau a ddarperir, gan wella'n barhaus.

Ein dull gweithredu 13 ardal

Ffigur 1 Map o ardaloedd Powys

Mae Powys yn cwmpasu chwarter ehangdir Cymru, felly, i gael gwell dealltwriaeth o anghenion ein trigolion, rydym yn defnyddio dadansoddiad geo-ofodol.

Casglu data a defnyddio mapiau i ddelweddu'r data yw dadansoddiad geo-ofodol.

Rydym wedi rhannu'r sir yn 13 ardal, a chanolir o amgylch trefi mwyaf Powys a'r ardaloedd cyfagos, gan ddefnyddio ffiniau a bennwyd gan y Swyddfa Ystadegau Gwladol. (ONS, 2020)

Mae hyn yn ein galluogi i ddeall a chymharu ardaloedd o'r sir â'i gilydd ac i dargedu cymorth.

Pan fo hynny'n bosibl, byddwn yn edrych ar ddata gan ddefnyddio'r dull 13 ardal hwn.

Dyma ein 13 ardal

- Ardal Aberhonddu
- Ardal Llanfair-ym-Muallt a Llanwrtyd
- Ardal Crucywel
- Ardal y Gelli Gandryll a Thalgarth
- Ardal Trefyclo a Llanandras
- Ardal Llandrindod a Rhaeadr Gwy
- Ardal Llanfair Caereinion
- Ardal Llanfyllin
- Ardal Llanidloes
- Ardal Machynlleth
- Ardal y Drenewydd
- Ardal y Trallwng a Threfaldwyn
- Ardal Ystradgynlais

Ynglŷn â phobl Powys

Ynglŷn â phobl Powys **7**
Poblogaeth Powys 8
Grwpiau oedran ym Mhowys 8
Ethnigrwydd a man geni 9
Y Gymraeg 10
Poblogaeth Powys yn y gorffennol a’r dyfodol 11
Ble mae pobl Powys yn byw **15**
Tai a maint aelwydydd 16
Cael Gafael ar Wasanaethau a Mynd o Le i Le **19**

Mae deall nodweddion y boblogaeth sy’n byw ym Mhowys yn hanfodol i asesu anghenion. Mae sawl pwynt allweddol am bobl Powys:

- Mae’r amcangyfrifon diweddaraf o’r boblogaeth yn dangos bod 133,030 o bobl yn byw ym Mhowys (ONS, 2020)
- Mae oedran cyfartalog poblogaeth Powys yn uwch na’r hyn ar gyfer poblogaeth Cymru a phoblogaeth y DU yn gyffredinol (ONS, 2020)
- Rhagwelir y bydd poblogaeth Powys yn parhau i gynyddu o ran oedran cyfartalog a maint yn y blynyddoedd i ddod (Llywodraeth Cymru, 2018)
- Yn sir ac iddi natur wledig, mae gan ddwysedd poblogaeth isel a strwythur oedran Powys oblygiadau pwysig o ran sut yr ydym yn darparu gwasanaethau (ONS, 2020)
- Mae gan Bowys 58,345 o aelwydydd (ONS, 2011), a maint yr aelwyd gyfartalog yw 2.2 o bobl (Llywodraeth Cymru, 2018)
- Mae Mynediad at Wasanaethau MALlC yn dangos yn gyffredinol bod 75% (59) o’r Ardaloedd Cynnyrch Ehangach Haen Is ym Mhowys ymhlith y 30% mwyaf difreintiedig yng Nghymru gyfan (Llywodraeth Cymru, 2019)
- Mae angen i newidiadau i’r boblogaeth a’r gweithlu fod yn bwyslais allweddol, oni fyddwn yn gwneud rhywbeth, bydd argyfwng gofal yn y tymor byr i ganolig

Poblogaeth Powys

Mae Powys yn cynnwys 133,030 o bobl.

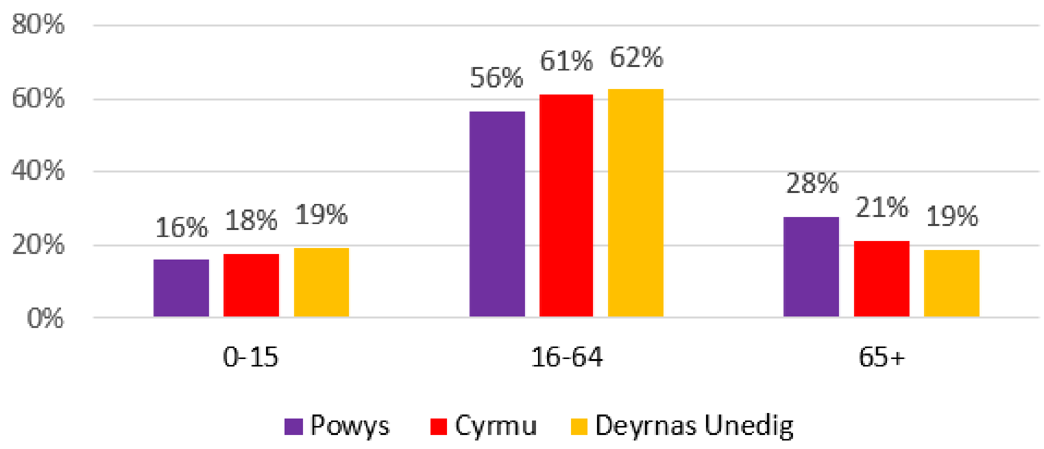
(ONS, 2020)

Ceir y niferoedd poblogaeth uchaf ym Mhowys yn ardal y Trallwng a Threfaldwyn (mae 14% o drigolion Powys yn byw yn yr ardal hon); dilynir hon gan ardaloedd y Drenewydd (13%) ac Aberhonddu (11%).

Mae gan ardaloedd Llanfair Caereinion, Machynlleth, Llanidloes, Llanfair-ym-Muallt a Llanwrtyd, a Chrucywel boblogaethau bach (y mae pob un ohonynt yn cyfrif am 5% o'r boblogaeth gyfan).

Dilynwch y ddolen **hon i archwilio poblogaeth Powys â'n hadroddiad rhyngweithiol.**

Grwpiau oedran ym Mhowys



Ffigur 1 Dadansoddiad fesul canran a bandiau oedran o amcangyfrifon canol y flwyddyn (Y Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2020)

Mae gan Bowys boblogaeth oedran sy'n hŷn na chyfartaledd Cymru a'r DU. Mae trigolion Powys sy'n 65 oed a hŷn yn cyfrif am 28% o'n poblogaeth; cyfartaledd Cymru yw 21% a 19% yw cyfartaledd y DU.

Oherwydd y boblogaeth hŷn hon, mae gan Bowys boblogaeth oedran gweithio sy'n is na chyfartaledd Cymru a'r DU, ac mae pobl 16 i 64 oed yn cyfrif am 57% o boblogaeth

gyffredinol Powys (Cymru 61%, DU 62%). Mae'r grŵp oedran 0–15 yn cyfrif am 16% o drigolion Powys; unwaith eto, mae hyn yn is na chyfartaledd Cymru a'r DU o 18% a 19% yn y drefn honno.

Mae dosbarthiad y rhai sy'n 0–15 oed yn amrywio ar draws 13 ardal Powys; y Drenewydd sydd â'r nifer uchaf o drigolion 0–15 oed a Machynlleth sydd â'r nifer isaf.

Hanner cant a saith y cant o drigolion Powys sy'n 16–64 oed, sy'n golygu, fel gyda phobl ifanc 0–15 oed, fod y rhan hon o'r boblogaeth yn ganran lai o boblogaeth Powys na'r hyn a welwn pe byddem yn edrych ar gyfartaledd Cymru (61%) neu gyfartaledd y DU (62%).

Ardal y Trallwng a Threfaldwyn sydd â'r nifer fwyaf o drigolion 16–64 oed a Llanfair Caereinion sydd â'r nifer isaf.

Saith ar hugain y cant o drigolion Powys sy'n 65 oed a hŷn, sy'n ganran sylweddol uwch o boblogaeth Powys o'i chymharu â'r cyfartaledd cenedlaethol. Cyfartaledd Cymru yw 21% a chyfartaledd y DU yw 19%.

Y Trallwng a Threfaldwyn sydd â'r nifer uchaf o drigolion 65 oed a hŷn a Machynlleth sydd â'r nifer isaf (ONS, 2020).

Dilynwch y ddolen hon i gael rhagor o fewnweledについては demograffeg ac i weld sut mae ein 13 ardal yn cymharu â'i gilydd gan ddefnyddio ein hadroddiad rhyngweithiol

Ethnigrwydd a man geni

Yn ôl y cyfrifiad 2011 (ONS, 2020), **ganwyd 94% o drigolion Powys yn y DU.**

O'r rhai na anwyd yn y DU:

- Ganwyd 0.3% (418) ohonynt yn Iwerddon
- Ganwyd 3.4% (4,638) ohonynt yng ngwledydd yr UE
- Ganwyd 2.1% (2,855) ohonynt mewn gwledydd eraill (y tu allan i'r UE).

Mae ethnigrwydd ym Mhowys yn dangos y canlynol:

- Mae 98% (130,827) yn Wyn
- Mae 0.86% (1,142) yn Asiaidd/Asiaidd Prydeinig
- Mae 0.57% (760) yn grwpiau ethnig Cymysg/ lluosog
- Mae 0.1% (132) yn Ddu/Affricanaidd/Caribïaidd/Du Prydeinig
- 0.09% (115) yw grwpiau ethnig eraill

Oherwydd mai yng nghyfrifiad 2011 y casglwyd y data, ychydig a wyddys am y newidiadau mewn ethnigrwydd a gwybodaeth am fan geni ein preswylwyr dros y 10 mlynedd ddiwethaf. Byddwn yn gallu deall sut mae hyn wedi newid a diweddaru'r wybodaeth pan fydd data newydd cyfrifiad 2021 yn cael eu rhyddhau yn ystod 2022/23.

Dilynwch y ddolen hon i weld rhagor o wybodaeth am Ethnigrwydd a Man geni poblogaeth Powys ac i ddeall y gwahaniaethau fesul ardal yn ein hadroddiad rhyngweithiol.

Y Gymraeg

Mae Powys wedi ymrwymo i sicrhau bod y Gymraeg yn cael ei hybu ac nad yw'n cael ei thrin yn llai ffafriol na'r Saesneg, a bod pobl yn gallu byw eu bywydau drwy gyfrwng y Gymraeg os ydynt yn dewis gwneud hynny.

Wrth ddarparu ein gwasanaethau, mae gennym ddyletswydd i sicrhau bod ein preswylwyr yn gallu defnyddio gwasanaethau yn eu dewis iaith. Mae'r "cynnig gweithredol" yn rhan o fframwaith gwasanaethau Cymraeg "mwy na geiriau" Llywodraeth Cymru, sy'n golygu y dylid cynnig gwasanaethau Cymraeg i breswylwyr heb iddynt orfod gofyn amdanynt.

Mae defnyddio gwasanaethau yn Gymraeg yn hanfodol i'r trigolion hynny ym Mhowys sy'n dymuno cyfathrebu yn eu dewis iaith.

Mae'r Gymraeg yn rhan bwysig o lesiant diwylliannol yng Nghymru. Mae cyfran y siaradwyr Cymraeg ym Mhowys yn debyg iawn i gyfran weddill Cymru, ac mae 19% o drigolion Powys yn gallu siarad Cymraeg (ONS, 2011).

Dengys Cyfrifiad 2011 y canlynol am Bowys:

- Nid oedd gan **72%** o drigolion Powys unrhyw sgiliau Cymraeg
- Roedd **14%** o drigolion Powys yn gallu siarad, darllen ac ysgrifennu yn Gymraeg
- Roedd gan **14%** ohonynt gyfuniadau eraill o sgiliau Cymraeg, gan gynnwys siarad a darllen Cymraeg, a siarad a deall Cymraeg llafar

Mae gwahaniaeth yng nghanran y siaradwyr Cymraeg yn ein hardaloedd ym Mhowys.

Y tair ardal â'r ganran uchaf o siaradwyr Cymraeg[1] yw

- Ardal Machynlleth: 54%

[1] Cyfrifir siaradwyr Cymraeg drwy gymryd cyfanswm y bobl yn y categorïau canlynol: Categori 'Gallu siarad, darllen ac ysgrifennu Cymraeg' a chategori 'Gallu siarad ond methu darllen ac ysgrifennu Cymraeg'.

- Ardal Ystradgynlais: 39%
- Ardal Llanfyllin: 35%

Fodd bynnag, mae'n bwysig cydnabod bod siaradwyr Cymraeg ym mhob ardal ym Mhowys a bod yr iaith yn cael ei defnyddio ym mhob un o'n cymunedau.

Dilynwch y ddolen i weld mwy o [wybodaeth am y Gymraeg ym Mhowys, sut mae hyn yn wahanol ar draws ein 13 hardal a'n Hardaloedd Cynnyrch Ehangach Haen Is drwy ein hadroddiad rhyngweithiol.]

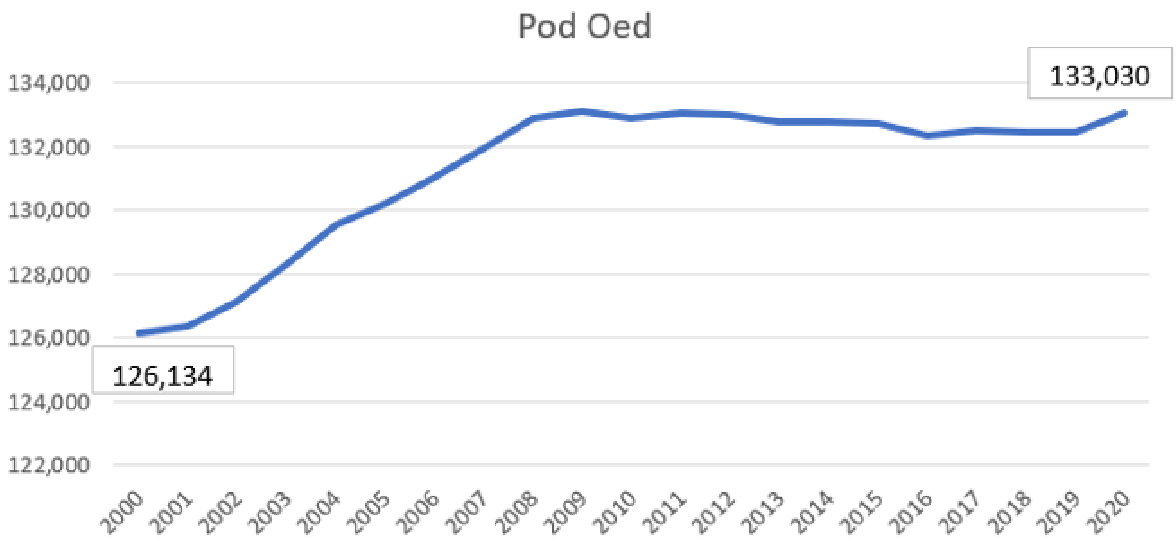
Yn ôl Adroddiad Tueddiadau'r Dyfodol dros amser, rhagwelir y bydd nifer y siaradwyr Cymraeg yng Nghymru yn cynyddu'n sylweddol. (Llywodraeth Cymru, 2021) Amcangyfrifa amcanestyniadau ar sail data cyfrifiad 2011 a gyfrifwyd yn 2017 gan Lywodraeth Cymru y bydd oddeutu 666,000 o bobl yn siarad Cymraeg 2050. Mae hyn yn cyfateb i 21% o'r boblogaeth ac yn gynnydd o 100,000 o siaradwyr Cymraeg yng Nghymru dros y cyfnod o 40 mlynedd. Ym Mhowys, mae hyn yn golygu y gallem gael cynifer ag 28,000 o siaradwyr Cymraeg, fodd bynnag, mae adroddiad tueddiadau'r dyfodol yn amlygu hefyd y disgwylir rhagori ar y ffigurau hyn erbyn 2030; tybir bod y cynnydd cyffredinol yn cael ei sbarduno gan grwpiau oedran iau a'i gynnal drwy genedlaethau'r dyfodol.

Poblogaeth Powys yn y gorffennol a'r dyfodol

Poblogaeth y gorffennol (pob oedran)

Yn ystod yr 20 mlynedd ddiwethaf, mae nifer y bobl sy'n byw ym Mhowys wedi cynyddu 5%, o 126,134 o bobl yn 2000 i 133,030 yn 2020. Mae hyn yn is na'r cynnydd o 9% yn y boblogaeth ledled Cymru gyfan.

Yn ystod 10 mlynedd gyntaf y cyfnod y digwyddodd y cynnydd hwn i raddau helaeth, a dim ond cynnydd o 0.1% a welwyd yn ystod y 10 mlynedd ddiwethaf (4% oedd cyfartaledd Cymru dros yr un cyfnod).



Ffigur 2 tuedd y boblogaeth dros 20 mlynedd (Y Swyddfa Ystadegau Gwladol, Amcangyfrifon Canol Blwyddyn 2020)

Nid yw newidiadau mewn twf poblogaeth wedi eu lledaenu'n gyfartal ar draws pob grŵp oedran.

15 ac Iau

Bu gostyngiad o 7% (Cymru -6%) ym mhoblogaeth y grŵp 15 oed ac iau rhwng 2000-2010, ac yn ystod y 10 mlynedd ddiwethaf, bu gostyngiad ychwanegol o 8% (cynnydd o 1% yng Nghymru).

Bu gostyngiad o 14% yn y grŵp 15 oed ac iau ym Mhowys yn ystod yr 20 mlynedd ddiwethaf, o 24,528 yn 2000 i 21,069 yn 2020 (gostyngiad o 5% yng Nghymru).

Y grŵp 16 i 64 oed

Bu cynnydd a gostyngiad yn y grŵp oedran 16–64 ym Mhowys dros yr 20 mlynedd ddiwethaf, gyda chynnydd o 4% rhwng 2000–2010 (Cymru 7%), ond rhwng 2010–2020, bu gostyngiad cyffredinol o 6% (Cymru 0%).

Bu gostyngiad o 2% yn y grŵp 16–64 oed ym Mhowys yn ystod yr 20 mlynedd ddiwethaf, o 76,607 yn 2000 i 75,160 yn 2020. Yn ystod yr un cyfnod, bu cynnydd o 7% yng Nghymru.

65 a hŷn

Bu cynnydd sylweddol ledled Powys yn y grŵp oedran 65 oed a hŷn. Yn ystod 2000–2010, bu cynnydd o 20% (Cymru 11%) ym mhoblogaeth y band oedran hwn; rhwng 2010–2020, bu cynnydd o 23% (Cymru 20%).

Bu cynnydd sylweddol o 47% yn y grŵp 65 oed a hŷn ym Mhowys yn ystod yr 20 mlynedd ddiwethaf, o 24,999 yn 2000 i 36,801 yn 2021. (Cynnydd o 33% yng Nghymru).

80 mlwydd oed a hŷn

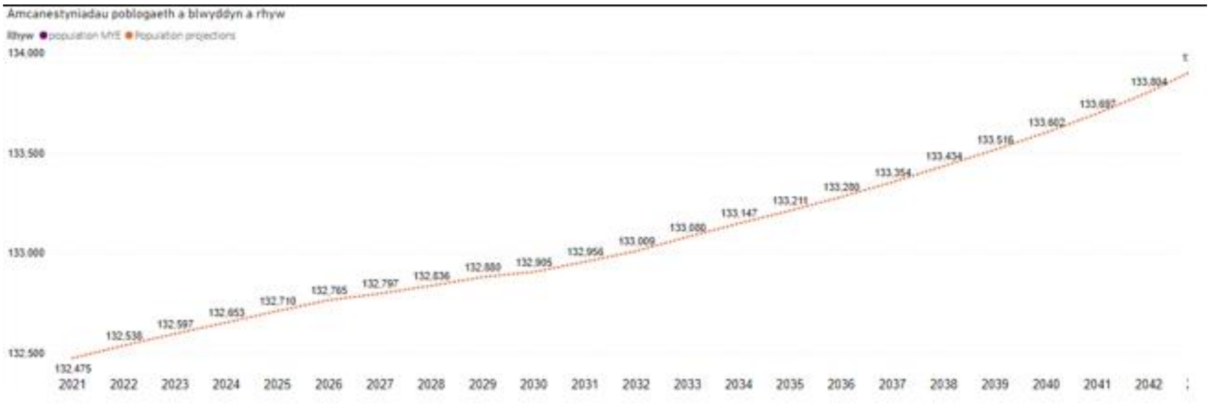
Y grŵp poblogaeth 80 mlwydd oed a hŷn sydd â'r cynnydd mwyaf o bob grŵp oedran; rhwng 2000–2010, bu cynnydd o 29% yn y grŵp oedran hwn (Cymru 20%) ac yn ystod y 10 mlynedd ddiwethaf, bu cynnydd arall o 19% (Cymru 15%).

Yn y grŵp oedran 80 oed a hŷn y bu'r cynnydd mwyaf ym Mhowys yn ystod yr 20 mlynedd ddiwethaf, gyda chynnydd o 53%, o 6,361 yn 2000 i 9,737 yn 2020 (cynnydd o 39% yng Nghymru).

(ONS, 2020)

Dilynwch y ddolen hon i weld rhagor o [wybodaeth am boblogaeth hanesyddol Powys ac i ddeall y gwahaniaethau fesul ardal a blwyddyn sengl o oedran yn ein hadroddiad rhyngweithiol.]()

Amcanestyniadau poblogaeth



Ffigur 2 Amcanestyniadau poblogaeth fesul blwyddyn (Llywodraeth Cymru, 2018)

Rhwng 2021 a 2043, rhagwelir y bydd poblogaeth Powys yn cynyddu 1%, o 132,475 i 133,927. Mae hyn yn is na'r cynnydd o 4.6% yn y boblogaeth a ragwelir ledled Cymru gyfan.

Ni ledaenir amcanestyniadau poblogaeth yn gyfartal ar draws pob grŵp oedran.

Y grŵp 15 mlwydd oed ac iau

Bu gostyngiad yn y grŵp 15 mlwydd oed ac iau ym Mhowys yn ystod yr 20 mlynedd ddiwethaf, a disgwylir i'r duedd hon barhau gyda **gostyngiad arall o 6.5% (1,382 o bobl) a ragwelir erbyn 2043 (Cymru -3.8%).**

Blwyddyn 2037 sy'n dangos y ffigur isaf ar gyfer grŵp oedran dan 15 oed, sef 19,589, cyn cynyddu'n araf i 20,473 erbyn 2043.

Y grŵp 16 i 64 oed

Rhagwelir y bydd grŵp oedran 16–64 yn gostwng yn gyson ym Mhowys rhwng 2021 a 2043. **Mae hyn yn cyfateb i ostyngiad o 8.8% (6,512) yn y bobl o oedran gweithio (Cymru -0.5%)**

65 a hŷn

Rhagwelir y bydd cynnydd mawr o 25.2% (9,346 o bobl) yn y grŵp oedran 65 oed a hŷn ym Mhowys; yn ystod yr un cyfnod, bydd grŵp oedran 65+ Cymru yn gweld cynnydd tebyg o 26.5%.

80 mlwydd oed a hŷn

Rhagwelir y bydd cynnydd mawr o 63.7% (6,318 o bobl) yn y grŵp oedran 80 oed a hŷn ym Mhowys; yn ystod yr un cyfnod, bydd grŵp oedran 85+ Cymru yn gweld cynnydd tebyg o 61%.

Bydd y cynnydd yn nifer y bobl oedrannus ym Mhowys yn digwydd wrth i nifer y bobl o oedran gweithio ostwng.

Erbyn 2043, rhagwelir y bydd nifer y bobl oedrannus (65 oed a hŷn) yn codi 25.2% (+9,346), ac ar yr un pryd, rhagwelir y bydd y boblogaeth oedran gweithio yn gostwng 8.8% (-6,152).

Bydd y newid yn y boblogaeth yn creu bwlch rhwng y rhai y bydd angen cymorth a chefnogaeth arnynt yn ystod eu blynyddoedd diweddarach, a'r bobl o oedran gweithio a fydd yn eu darparu.

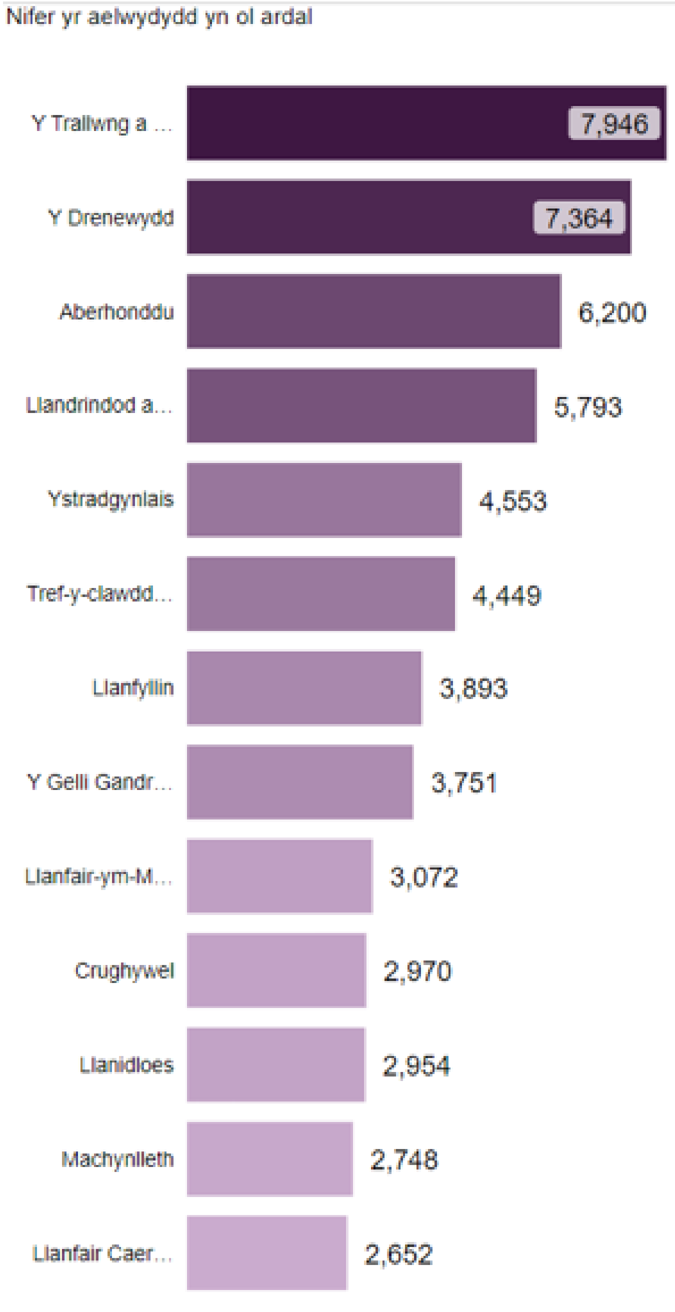
(Llywodraeth Cymru, 2018)

Dilynwch y ddolen hon i weld rhagor o [wybodaeth am amcanestyniadau poblogaeth Powys fesul bandiau oedran penodol yn ein hadroddiad rhyngweithiol.]

Dilynwch y ddolen hon i weld rhagor o [wybodaeth am amcanestyniadau poblogaeth Powys fesul blwyddyn oedran sengl (neu gallwch greu eich bandiau oedran eich hun) yn ein hadroddiad rhyngweithiol.]

Ble mae pobl Powys yn byw

Powys yw'r awdurdod lleol mwyaf prin ei phoblogaeth yng Nghymru a Lloegr.



Ffigur 3 Nifer yr Aelwydydd fesul ardal (Y Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2011)

Mae dros hanner poblogaeth Powys yn byw mewn pentrefi, pentrefannau, neu aneddiadau gwasgaredig (Powys: 58.7%, Cymru: 17.1%) (ONS, 2011)

Mae Powys yn cwmpasu chwarter ehangdir Cymru. Mae gan Bowys boblogaeth fach a chwmpas daearyddol mawr, sy'n golygu mai dim ond 26 o bobl fesul cilomedr sgwâr yw dwysedd poblogaeth cyfartalog Powys (153 o bobl fesul km^2 yw cyfartaledd Cymru). I roi hyn mewn persbectif, 2,620 o bobl fesul km^2 yw dwysedd poblogaeth Caerdydd, a 5,727 o bobl fesul km^2 yw dwysedd poblogaeth Llundain.

Mae dwysedd y boblogaeth yn wahanol ar draws ein 13 ardal. Mae'r dwysedd uchaf yn ardal y Drenewydd gyda 78 o bobl fesul km^2; daw ardal y Trallwng a Threfaldwyn yn ail uchaf gyda dwysedd o 64, ac Ystradgynlais yw'r 3^{ydd} uchaf gyda 61 o bobl fesul km^2.

Llanfair-ym-Muallt a Llanwrtyd yw'r ardaloedd mwyaf prin eu poblogaeth o'n 13 ardal, gydag 11 o bobl fesul km^2. Machynlleth yw'r isaf ond un, gyda dwysedd poblogaeth o 12, a'r 3^{ydd} isaf yw Llanfyllin gyda 17 unigolyn fesul km^2. (ONS, 2020)

Dilynwch y ddolen i gael rhagor o wybodaeth am ddwysedd poblogaeth Powys â'n hadroddiad rhyngweithiol.

Tai a maint aelwydydd

Mae tai yn fwy na strwythurau ffisegol sy'n darparu cysgod. Maen nhw'n gartrefi – lle'r ydym ni'n magu ein teuluoedd, yn cymdeithasu gyda ffrindiau, maent yn darparu lle y gallwn ni ymlacio ynddynt a chael seibiant oddi wrth weddill y byd. Dyma ble'r ydym yn treulio'r rhan fwyaf o'n hamser ac maent yn dylanwadu ar ein hiechyd.

Yn ôl adroddiad gan The Health Foundation, "Mae angen i gartref iach fod yn fforddiadwy, gan ddarparu ar gyfer holl anghenion y cartref, rhywle yr ydym yn teimlo'n ddiogel ynddo ac yn teimlo bod gennym gysylltiad â'n cymuned" (The Health Foundation, 2017)

Mae **58,345 o aelwydydd** ym Mhowys a ddosberthir ledled y sir. (ONS, 2011)

Mae gwahaniaethau yn nifer yr aelwydydd ar draws ein 13 ardal:

Y Trallwng a Threfaldwyn (7,946), y Drenewydd (7,364) ac Aberhonddu (6,200) yw'r ardaloedd sy'n dod yn 1af, yn 2il ac yn 3ydd o ran y nifer mwyaf o aelwydydd fesul ardal yn y sir.

O gyfrifiad 2011 y daw data yr aelwydydd fesul ardal yma ac felly maent yn hen. Byddwn yn gallu darparu'r wybodaeth ddiweddaraf am y ffigurau hyn a deall sut mae aelwydydd yn ardaloedd Powys wedi newid yn ystod y 10 mlynedd ddiwethaf pan ryddheir data cyfrifiad 2021.

Yn genedlaethol, mae nifer yr aelwydydd yn y DU wedi parhau i gynyddu ac mae maint yr aelwyd gyfartalog (2.4 o bobl) wedi aros yn sefydlog dros y ddau ddegawd diwethaf, mae cyfran y bobl sy'n byw ar eu pen eu hunain wedi cynyddu.

Maint yr aelwyd gyfartalog ym Mhowys yw 2.2 o bobl fesul aelwyd. (Llywodraeth Cymru, 2018)

Dilynwch y ddolen hon i [weld rhagor o wybodaeth o gyfrifiad 2011 am nifer a maint yr aelwydydd fesul ein 13 ardal.]()

Yn 2021, mae 36% o aelwydydd Powys yn aelwydydd 2 berson (dim plant) (21,584) ac **mae 34% o'r aelwydydd yn aelwydydd un person** (DU: Mae 28% o'r aelwydydd yn aelwydydd un person). (Llywodraeth Cymru, 2018)

Yn ôl adroddiad Tueddiadau'r Dyfodol (Llywodraeth Cymru, 2021), mae nifer y bobl sy'n byw mewn aelwydydd un person yn debygol o gynyddu yn y dyfodol.

Mae amcanestyniadau tai yn dangos bod 20,085 o aelwydydd un person ym Mhowys yn 2021, **yn y 10 mlynedd nesaf, bydd nifer yr aelwydydd un person ym Mhowys yn cynyddu 4.2%** i 20,940. (Llywodraeth Cymru, 2018)

- Mae gan Bowys eisoes lefel uwch o aelwydydd un person o'i chymharu â'r cyfartaledd cenedlaethol, a disgwylir i'r duedd hon gynyddu. Gallai hyn roi **mwy o bwysau ar stoc tai sengl sydd eisoes yn gyfyngedig ym Mhowys ar gyfer cenedlaethau'r dyfodol.**

Ceir tystiolaeth anecdotaidd sy'n awgrymu bod pobl yn symud i Bowys o rannau mwy trefol o Gymru a Lloegr. Mae llawer o'r symudiad hwn yn deillio o weithio hyblyg a gallu pobl i weithio gartref gan gadw eu swyddogaeth bresennol. Bydd hyn yn effeithio ar y cartrefi sydd ar gael, a'u fforddiadwyedd i breswylwyr presennol Powys.

Dilynwch y ddolen hon i weld rhagor o wybodaeth am yr aelwydydd a ragwelir a'r mathau o aelwydydd, a niferoedd yr aelwydydd hanesyddol ym Mhowys.

Mae angen tai mwy fforddiadwy sy'n defnyddio ynni'n effeithlon. Ym Mhowys, **rhestrir 3,500 o bobl ar gofrestr dai y Cyngor**. Mae chwarter y rheini eisoes yn denantiaid tai cymdeithasol. Mae angen llety llai ar lawer ohonynt, un neu ddwy ystafell wely yn aml, ac mae angen cartrefi mwy i ddarparu ar gyfer eu teuluoedd sy'n tyfu ar bobl eraill. (Tai CSP, 2021)

Am y tro cyntaf, rydym wedi casglu data[2] landlordiaid cymdeithasol cofrestredig ac wedi darparu cipolwg ar dai cymdeithasol ledled y sir.

Tai cymdeithasol ym Mhowys

Mae bron i **9,000 o gartrefi landlordiaid cymdeithasol cofrestredig** a Chyngor Sir Powys sy'n berchen ar 61% o'r rhain. Ynghyd â'r cyngor, mae naw cymdeithas dai sy'n cynnig tai cymdeithasol ym Mhowys. Mae nifer y cartrefi ym mhob ardal yn amrywio; mae 22% o'r holl dai cymdeithasol a ddarperir yn ardal y Drenewydd, ac mae niferoedd is mewn ardaloedd eraill. (Tai CSP, 2021)

Mae mwyafrif y tai yn cynnig dwy a thair ystafell wely, mae **gennym 1,890 eiddo un ystafell wely**; dengys ein cofrestr dai fod gennym 2,065 o bobl sy'n aros am eiddo ag un ystafell wely.

Adroddiad Tueddiadau'r Dyfodol (Llywodraeth Cymru, 2021), bydd angen unedau tai ychwanegol yn y dyfodol i fodloni'r galw cynyddol ar gyfer cenedlaethau'r dyfodol. Gellir gweld hyn mewn amcanestyniadau tai sy'n rhagweld y bydd cynnydd yn nifer yr aelwydydd ym Mhowys, i 60,034 o aelwydydd yn 2026. (Llywodraeth Cymru, 2018)

O ystyried pob eiddo, mae gan 48% ohonynt sgôr Tystysgrif Perfformiad Ynni gwael (sgôr D–G). Mae hyn yn rhywbeth y mae angen inni ganolbwyntio arno er mwyn mynd i'r afael â newid yn yr hinsawdd.

---

[2] Mae'r cipolwg yn cynnwys gwybodaeth gan wyth o'r naw darparwr ym Mhowys, Medi 2021.

Mae'r rhent cyfartalog yn amrywio, gan ddibynnu ar faint yr eiddo. Mae ychydig o wahaniaethau ym mhris y rhent wythnosol ar draws ein 13 ardal, fodd bynnag, nid ydynt yn arwyddocaol o safbwynt ystadegol.

Mae gennym fewnwelediad ar ble yr hoffai'r rhai sydd ar y gofrestr dai fyw, a dengys y data fod galw nas bodlonir am dai fforddiadwy yn y cymunedau y mae pobl yn dod ohonynt. **Dengys ymchwil y gallai nifer y bobl y mae angen tai cymdeithasol arnynt gynyddu'n sydyn o ganlyniad i bandemig y coronafeirws, a bod enillwyr incwm isel ddwywaith yn fwy tebygol o golli eu swyddi** (National Housing Federation, 2020).

Dilynwch y ddolen hon i weld rhagor o wybodaeth am dai cymdeithasol ym Mhowys.

Cael Gafael ar Wasanaethau a Mynd o Le i Le

Mae Powys yn sir wledig sy’n cynnig digon o fannau gwyrdd, fodd bynnag, un anfantais yw bod llawer o drigolion sy’n byw ymhell oddi wrth wasanaethau yn aml. Mae Powys yn unigryw gan nad oes ganddi ysbyty cyffredinol dosbarth a bod rhaid i breswylwyr deithio y tu allan i’r sir, i rannau eraill o Gymru neu dros y ffin i Loegr, i gael gafael ar fathau penodol o wasanaethau iechyd.

Mae gwahaniaethau mawr o ran pellteroedd at Ysbyty Cyffredinol Dosbarth ledled Powys, er enghraifft, Ardal Gynnyrch Ehangach Haen Is Bugeildy (yn ardal Trefyclo a Llanandras) sydd â’r pellaf i deithio, byddai’n cymryd oddeutu 86 munud i gyrraedd ei Hysbyty Cyffredinol Dosbarth agosaf (noder: Bugeildy yw’r ail uchaf yng Nghymru o ran mynediad cyfyngedig at wasanaethau).

Ar y llaw arall, dim ond naw munud o amser teithio sydd gan drigolion sy’n byw yn Ardal Gynnyrch Ehangach Haen Is Crucywel (yn ardal Crucywel) i fynd i’w Hysbyty Cyffredinol Dosbarth agosaf.

Dilynwch y ddolen i weld rhagor o wybodaeth am Gludiant ac amseroedd teithio i Ysbytai Cyffredinol Dosbarth ar gyfer trigolion Powys.

Mae 68% (65,000) o’r bobl o oedran gweithio yn teithio i’r gwaith gan ddefnyddio eu cerbyd eu hunain; mae 16% (15,000 o bobl) ohonynt yn cerdded neu’n beicio ac mae 2% (2,000 o bobl) yn teithio ar drafnidiaeth gyhoeddus (ONS, 2011).

Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (Llywodraeth Cymru, 2019) yw dull swyddogol Llywodraeth Cymru o fesur amddifadedd cymharol mewn ardaloedd bach yng Nghymru. Ei nod yw dangos yr ardaloedd bach hynny lle mae’r crynodiadau uchaf o nifer o wahanol fathau o amddifadedd. Mae MALIC yn rhoi graddfa rhwng 1 (mwyaf difreintiedig) a 1,909 (lleiaf difreintiedig) i’r holl ardaloedd bach yng Nghymru.

Mae gan Bowys 79 o Ardaloedd Cynnyrch Ehangach Haen Is. Mae’r ardaloedd bach hyn wedi eu rhestru yn ôl categori **Mynediad at Wasanaethau** MALlC, sy’n dangos yn gyffredinol bod 75% (59) o Ardaloedd Cynnyrch Ehangach Haen Is ym Mhowys ymhlith y 30% mwyaf difreintiedig yng Nghymru gyfan, gyda:

- 51% (40) o’r Ardaloedd Cynnyrch Ehangach Haen Is ym Mhowys Powys ymhlith y 10% mwyaf difreintiedig
- 18% (14) o’r Ardaloedd Cynnyrch Ehangach Haen Is ym Mhowys Powys ymhlith y 20% mwyaf difreintiedig
- 6% (5) o’r Ardaloedd Cynnyrch Ehangach Haen Is ym Mhowys Powys ymhlith y 30% mwyaf difreintiedig

Yn nodedig, mae gennym 9 Ardal Gynnyrch Ehangach Haen Is sydd yn y 30 Ardal Gynnyrch Ehangach Haen Is uchaf yng Nghymru o ran y mwyaf difreintiedig o ran **mynediad at wasanaethau.** Mae’r rhain yn cynnwys:

- Bugeildy, yr ardal fwyaf difreintiedig ond un yng Nghymru gyfan
- Llanbryn-mair a Banwy, sydd 8[fed]
- Diserth a Thre-coed, sydd 9[fed]
- Llansilin, sydd 12[fed]
- Llangynllo, sydd 17[eg]
- Ysgir, sydd 19[eg]
- Nantmel, sydd 21[ain]
- Llanelwedd, sydd 22[ain]
- Llanrhaeadr-ym-Mochnant, sydd 24[ain]

Nid yw Powys yn cynnwys unrhyw Ardal Gynnyrch Ehangach Haen Is sydd yn y 10% lleiaf difreintiedig o ran mynediad at wasanaethau yng Nghymru, fodd bynnag, mae gennym bum Ardal Gynnyrch Ehangach Haen Is sydd yn yr 20% lleiaf difreintiedig, gan gynnwys Llanidloes 1, Llanidloes 2 a Ward y Santes Fair 1. Ac yn y 30% lleiaf difreintiedig, mae gennym ddwy Ardal Gynnyrch Ehangach Haen Is arall gan gynnwys y Gelli Gandryll ac Ynyscedwyn. (Llywodraeth Cymru, 2019)

Dilynwch y ddolen hon i ddeall mwy am MALlC ym Mhowys a sut yr ydym yn sefyll o’i gymharu â Chymru gan ddefnyddio ein hadroddiad rhyngweithiol.

Canran y bobl ym Mhowys a oedd fodlon ar eu gallu i deithio at y cyfleusterau a’r gwasanaethau a oedd eu hangen arnynt, a’u gallu i’w defnyddio nhw, **yn 2020–21 oedd 85%, sy’n gynnydd o 17% o’i gymharu â 2017–18.** Nid yw hyn ond ychydig y tu ôl i Gymru yn gyffredinol gyda 87% ar gyfer 2020–21. (Llywodraeth Cymru, 2021)

1. Plant a Phobl Ifanc

1. Plant a Phobl Ifanc ... 21
Addysg ... 22
Prydau ysgol am ddim a chyrhaeddiad addysgol ... 23
Tlodi plant ... 25
Dechrau'n Deg ... 27
Plant sy'n Agored i Niwed ... 28
Cymorth Cynnar ... 28
Plant sy'n derbyn Gofal a Chymorth ... 28
Plant sy'n Derbyn Gofal ... 30
Y Gofrestr Amddiffyn Plant ... 32
Yr hyn y mae pobl wedi ei ddweud. ... 33

Mae'r adran hon yn ystyried materion sy'n ymwneud â thrigolion iau Powys.

Mae 24% (32,376) o boblogaeth Powys **rhwng 0 a 24 oed.**

Erbyn 2043, rhagwelir **y bydd nifer y plant 0 i 24 oed ym Mhowys yn gostwng 6%** (i 29,634). (Llywodraeth Cymru, 2018)

Yn ein Hasesiad o'r Boblogaeth diwethaf, adroddwyd ein bod yn disgwyl gostyngiad o 18% yn nifer y bobl 0 i 24 oed erbyn y flwyddyn 2039, fodd bynnag, mae amcanestyniad poblogaeth diweddaraf Llywodraeth Cymru wedi diwygio'r rhagolwg hwn gan ddarparu darlun llawer llai dramatig. Gwyddom, **wrth i ganran y preswylwyr iau ostwng, fod ganddi'r potensial o hyd i effeithio ar lawer o'r gwasanaethau a ddarperir gennym**.

Mae'r gostyngiad hwn yn nifer y preswylwyr iau yn ganlyniad i duedd barhaus lle mae pobl ifanc yn gadael y sir i fynd i ardaloedd mwy trefol.

Mae'r nifer llai o oedolion ifanc a theuluoedd sy'n byw ym Mhowys yn arwain at nifer is o enedigaethau yn y sir ac mae effeithiau hyn eisoes yn dod i'r amlwg, gydag oedran cyfartalog y boblogaeth yn cynyddu'n gyflym. Er bod rhai gwasanaethau, megis ysgolion, wedi dechrau paratoadau i liniaru effaith y ddemograffeg newidiol hon, mae'n debygol iawn y bydd angen i wasanaethau eraill addasu i boblogaeth sy'n cynnwys llai o blant.

Addysg

Ar adeg ysgrifennu'r asesiad hwn, mae **17,148 o blant yn ysgolion Powys**,

- mae 9,709 yn mynychu ysgol gynradd
- mae 7,158 yn mynychu ysgol uwchradd
- Mae 281 yn mynychu Ysgolion Arbennig.

Ym Mhowys, mae 77 o ysgolion cynradd sydd wedi eu rhannu yn 13 dalgylch.

Dalgylchoedd ysgolion Powys yw:

- Llanfyllin
- Y Trallwng
- Llanfair Caereinion
- Machynlleth
- Llanidloes
- Y Drenewydd
- Llandrindod
- Llanandras
- Llanfair-ym-Muallt
- Aberhonddu
- Y Gelli Gandryll a Thalgarth
- Crucywel
- Ystradgynlais

Ar gyfer 2021–22, y gyfran gyfartalog o'r gyllideb fesul disgybl ar gyfer ysgolion cynradd Powys yw £4,857, sy'n uwch na chyfartaledd Cymru, sef £4,613. Ym Mhowys, mae 46 o'n hysgolion cynradd yn is na chyfartaledd Cymru.

Mae gennym 11 o ysgolion uwchradd dros 13 adeilad a dalgylch. Ar gyfer 2021/22, y gyfran gyfartalog o'r gyllideb fesul disgybl ar gyfer ysgolion uwchradd Powys yw £5,471, sy'n is na chyfartaledd Cymru, sef £5,488. Mae 9 o'n 11 o ysgolion cynradd yn is na chyfartaledd Cymru. (Llywodraeth Cymru, 2021-22)

Mae gan Bowys dair ysgol arbennig, mae dwy o'r ysgolion (Neuadd Brynllywarch ac Ysgol Cedewain) yn ardal y Drenewydd ac mae un (Ysgol Penmaes) yn ardal Aberhonddu. (CSP, 2020)

Ar 31 Awst 2021, roedd 214 o ddisgyblion gweithredol ar y gofrestr Addysg Ddewisol yn y Cartref sy'n golygu y bu **cynnydd o 54% yn nifer y disgyblion sy'n cael eu cofrestru ar gyfer**

Addysg Ddewisol yn y Cartref yn ystod 20/21. Mae cysylltiad rhwng COVID-19 a'r cynnydd yn nifer y myfyrwyr sy'n cael eu haddysgu gartref. Ardal y Trallwng a Threfaldwyn sydd â'r nifer uchaf o ddisgyblion sy'n cael eu haddysgu gartref gyda 33 o ddisgyblion wedi eu cofrestru; Crucywel sydd â'r nifer isaf gyda dim ond pedwar disgybl sy'n cael ei addysgu gartref yn yr ardal.

Mae Taith at Ddwy Iaith: deunyddiau sy'n amlinellu manteision dewis addysg Gymraeg wedi ei chreu i roi'r wybodaeth ddiweddaraf i rieni am addysg cyfrwng Cymraeg a manteision dwyieithrwydd.

Canran gyfartalog **y myfyrwyr a addysgir drwy gyfrwng y Gymraeg yn ysgolion cynradd Powys yw 21%** (Llywodraeth Cymru, 2021). Y dalgylch uchaf o ran myfyrwyr sy'n cael eu haddysgu drwy gyfrwng y Gymraeg yw Machynlleth, gydag **84%.** Mae tair o'r pedair ysgol yn y dalgylch yn cynnig darpariaeth cyfrwng Cymraeg lawn. Nid oes darpariaeth cyfrwng Cymraeg ar gael yn y pum dalgylch sy'n ffinio ar Loegr (y Trallwng, y Drenewydd, Llanandras, y Gelli Gandryll a Thalgarth a Chrucywel).

Canran gyfartalog **y myfyrwyr a addysgir drwy gyfrwng y Gymraeg yn ysgolion uwchradd Powys yw 12%** (Llywodraeth Cymru, 2021)**.** Y dalgylch uchaf o ran myfyrwyr sy'n cael eu haddysgu drwy gyfrwng y Gymraeg yw Machynlleth, gydag **68%.** Nid oes darpariaeth cyfrwng Cymraeg ar gael mewn chwe dalgylch (y Trallwng, y Drenewydd, Llanandras, y Gelli Gandryll a Thalgarth, Crucywel ac Ystradgynlais).

Dilynwch y ddolen i weld rhagor o wybodaeth am Feincnodi Ysgolion ym Mhowys a sut yr ydym yn cymharu â Chymru drwy ein hadroddiad rhyngweithiol.

Prydau ysgol am ddim a chyrhaeddiad addysgol

Mae cymhwyster i gael Prydau Ysgol am Ddim yn fesur procsi allweddol ar gyfer incwm y cartref. Ym mhob cyfnod allweddol, **mae dysgwyr sy'n gymwys i gael prydau ysgol am ddim yn tueddu i berfformio'n llawer llai da na'r rhai nad ydynt yn gymwys.** (Llywodraeth Cymru, 2021).

Yn ystod y ddwy flynedd ddiwethaf o 2018–19 hyd 2020–21, ym Mhowys y bu'r cynnydd mwyaf ond un (cynnydd o 46%) ymhlith holl Awdurdodau Lleol Cymru yn nifer y plant sy'n gymwys i gael Prydau Ysgol am Ddim. Cynyddodd nifer y plant sy'n gymwys o 1,820 i 2,651 o blant.

Yn Ysgolion **Cynradd** Powys, **mae 15% o'r holl ddisgyblion yn cael Prydau Ysgol am Ddim**, a'r uchaf yw Ysgol Gynradd Maesyrhandir yn nalgylch y Drenewydd lle mae 46% o'r disgyblion yn cael Prydau Ysgol am Ddim. Dalgylch y Drenewydd sydd â'r nifer uchaf o ddisgyblion sy'n cael Prydau Ysgol am Ddim (23%).

Nid oes gan y tair ysgol gynradd a ganlyn unrhyw ddisgybl sy'n cael Prydau Ysgol am Ddim;

- Ysgol Pontrobert
- Ysgol Gynradd Carno
- Ysgol Gynradd Llanfihangel Rhydithon

Y dalgylch sydd â'r nifer isaf o ddisgyblion sy'n cael Prydau Ysgol am Ddim yw Crucywel, gyda dim ond 7% o'r disgyblion yn cael Prydau Ysgol am Ddim.

Yn Ysgolion **Uwchradd** Powys, **mae 14% o'r holl ddisgyblion yn cael Prydau Ysgol am Ddim**, a'r uchaf yw Ysgol Maesydderwen yn nalgylch Ystradgynlais lle mae 23% o'r disgyblion yn cael Prydau Ysgol am Ddim. Dilynir hyn gan Ysgol Uwchradd y Drenewydd lle mae 19% o'r disgyblion yn cael Prydau Ysgol am Ddim.

Ysgol Uwchradd Crucywel sydd â'r nifer isaf o ddisgyblion sy'n cael Prydau Ysgol am Ddim, gyda dim ond 7% o'r disgyblion yn cael Prydau Ysgol am Ddim.

Mae cyrhaeddiad addysgol gwael yn debygol o effeithio i gyfleoedd bywyd plant a phobl ifanc yn y dyfodol ac achosi i'r cylch tlodi barhau.

- **Mae 15% o'r disgyblion ym Mhowys yn gymwys i gael Prydau Ysgol am Ddim**, sy'n is na'r Cyfartaledd cenedlaethol, sef 22%.
- Nid yw **33%** o blant a phobl ifanc Powys sy'n gymwys i gael Prydau Ysgol am Ddim yn eu derbyn ar hyn o bryd (Cymru 35%).

(Welsh Gov, 2021)

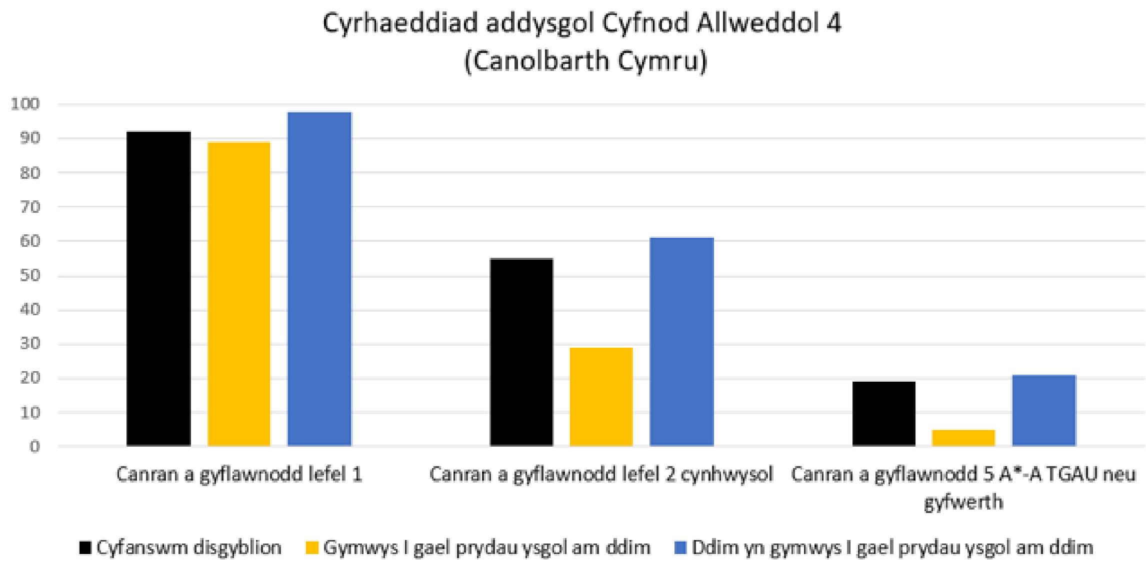
Dilynwch y ddolen i weld rhagor o [wybodaeth am Feincnodi Ysgolion (gan gynnwys prydau ysgol am ddim a'r nifer sy'n manteisio ar hyn) ym Mhowys a sut yr ydym yn cymharu â Chymru drwy ein hadroddiad rhyngweithiol.]

Mae cyrhaeddiad addysgol disgyblion Cyfnod Allweddol 4 yng Nghanolbarth Cymru yn dangos bod gan y **rhai sy'n gymwys i gael prydau ysgol am ddim ganlyniadau is na gweddill y boblogaeth.**

Y bwlch rhwng y rhai sy'n cael Prydau Ysgol am Ddim a'r rhai nad ydynt yn cyflawni Lefel 1[3] **yw 8%.** Yn Lefel 2[4] roedd hyn yn **33%** a'r rhai a gyflawnodd 5 gradd A*-A **oedd 17%.**

(Welsh Gov, 2018-19) (Llywodraeth Cymru, 2021)

[3] Lefel 1 – 5 TGAU A*-G
[4] Lefel 2 – 5 TGAU A*-C



Ffigur 4 Cyrhaeddiad Addysgol cyfnod allweddol 4 ar gyfer lefel 1, lefel 2 a TGAU (Llywodraeth Cymru, 2018/19)

Ar gyfer blwyddyn academaidd 2018–19 y mae'r cyrhaeddiad addysgol uchod. Ar 18 Mawrth 2020, penderfynodd Llywodraeth Cymru (ynghyd â gwledydd datganoledig eraill y DU) ganslo arholiadau haf 2020. O ganlyniad i hynny, darparodd pob ysgol raddau a aseswyd gan y ganolfan i ddisgyblion ac roedd deddfwriaeth wedi diddymu'r rhwymedigaethau ar ysgol i ddarparu'r data.

Roedd hyn yn golygu nad oedd proses ddilysu ar gyfer graddau arholiadau ac nad data cymharol ar gael i awdurdodau lleol. Hefyd, gwnaeth deddfwriaeth Llywodraeth Cymru a oedd yn dwyn dyddiad 3 Gorffennaf 2020 ddiddymu'r dyletswyddau ar gyrff llywodraethu ac awdurdodau lleol i ddarparu data i awdurdodau lleol a Llywodraeth Cymru, yn y drefn honno, ar ganlyniadau asesu athrawon.

Oherwydd pandemig COVID-19 a'r effaith ar ddysgu dros flwyddyn academaidd 2020–21, dileodd Llywodraeth Cymru arholiadau ar gyfer TGAU a Safon Uwch. Defnyddiodd pob ysgol Raddau a Bennwyd gan y Ganolfan i ddyfarnu graddau cyffredinol i ddisgyblion ar gyfer eu TGAU a'u Safon Uwch. Fodd bynnag, nid yw Graddau a Bennwyd gan y Ganolfan yn cael eu dilysu na'u cyhoeddi gan Lywodraeth Cymru.

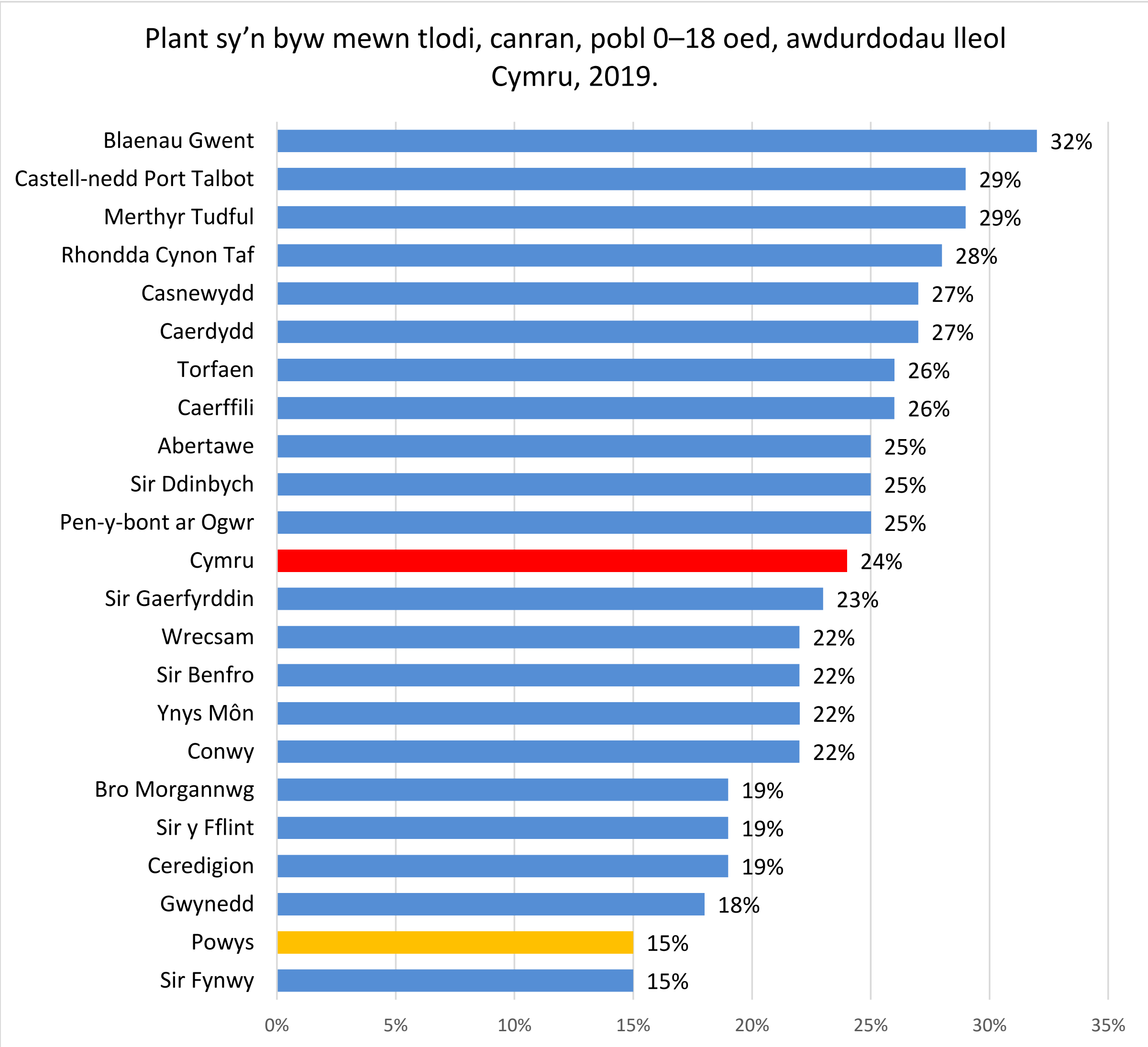
Tlodi plant

Mae tlodi plant yn sbardun pwysig iawn i iechyd y boblogaeth am ddau reswm: yn gyntaf, gall effeithiau andwyol ar iechyd yn ystod plentyndod fod yn bwerus iawn gan roi plant ar lwybr tuag at iechyd gwael drwy gydol eu hoes; yn ail, mae tlodi ei hun yn gysylltiedig â llu o ffactorau risg andwyol, a ystyrir yn 'ffactor risg ar gyfer ffactorau risg' o bryd i'w gilydd, sy'n golygu ei fod yn gallu dod â llawer o effeithiau negyddol ar iechyd gydag ef.

Mae'r siart isod yn dangos canrannau'r plant a oedd yn byw mewn tlodi mewn gwahanol ardaloedd awdurdodau lleol yng Nghymru ym mlwyddyn 2019.

Roedd 24% o blant yng Nghymru gyfan yn byw mewn tlodi y flwyddyn honno, a 15% oedd y ffigur ar gyfer Powys, sy'n is na Chymru gyfan, ond sy'n dal i fod **yn 1 o bob 6 phlentyn yn y sir**, sy'n frawychus.

Powys oedd isaf (ochr yn ochr â Sir Fynwy) o'i chymharu â'r 22 Awdurdod Lleol arall yng Nghymru. (Llywodraeth Cymru, 2019)



Ffigur 5 Siart Bar sy'n dangos % y plant sy'n byw mewn tlodi fesul awdurdod lleol (Llywodraeth Cymru, 2019)

Ers rhyddhau data MALlC 2019, mae pandemig COVID-19 wedi effeithio ar bob agwedd ar gymdeithas ac wedi gwaethygu tlodi plant ym Mhowys. Gwyddom y canlynol:

- **Roedd 4,088 o deuluoedd â phlant mewn tlodi absoliwt** (incwm sy'n is na 60% o'r incwm canolrifol) ym Mhowys yn 2019/20, ac o'r rhain, **roedd 1,248 (31%) ohonynt yn aelwydydd unig riant.**

- **Roedd 20% (4,324) o'r plant (o dan 16 oed) yn byw mewn teuluoedd incwm isel cymharol yn 2020**. Mae Powys yn y 14eg safle allan o 22 ymhlith Awdurdodau Lleol Cymru.
- **Roedd 15% (3,207) o'r plant (o dan 16 oed) yn byw mewn teuluoedd incwm isel cymharol yn 2020.** Powys yw'r 7fed uchaf ymhlith y 22 Awdurdod Lleol yng Nghymru.

(Department for Work and Pension, 2019-2020)

Ym Mhowys, mae 55% (33,149) o'r aelwydydd yn ennill llai nag incwm aelwyd **cyfartalog Cymru**, sef £34,700 (mae 37% ohonynt yn ennill mwy). Fodd bynnag, **mae 70% (42,107) o'r aelwydydd yn ennill llai nag** incwm aelwyd **cyfartalog y DU**, sef £40,257 (mae 24% ohonynt yn ennill mwy). (CACI, 2021)

Dilynwch y ddolen hon i weld rhagor o wybodaeth am incwm aelwydydd ym Mhowys a sut mae hyn yn wahanol ar draws ein 13 ardal.

Mae ymchwil wedi dangos, yn ystod y cyfyngiadau symud, fod **30% o aelwydydd sydd â phlant, sy'n rhentu'n breifat yn bennaf, wedi cael problemau yn y cartref megis lleithder, llwydni, peryglon trydanol, a thoeau neu ffenestri sy'n gollwng,** gyda llai na thraean ohonynt yn llwyddo i ddatrys problemau o'r fath (CSP, 2021). Gall byw yn y cyflyrau hyn arwain at lawer o broblemau afiechyd ac felly gallant roi'r plant hyn ar lwybr tuag at iechyd gwael drwy gydol eu hoes.

Dechrau'n Deg

Rhaglen a ariennir gan Lywodraeth Cymru a gynigir i ardaloedd cod post sydd wedi eu targedu yn yr ardaloedd mwyaf difreintiedig yng Nghymru yw Dechrau'n Deg. Cofrestrir plant a'u teuluoedd yn ystod y cyfnod cyn geni ac maent yn parhau yn rhan o'r gwasanaeth nes bod y plentyn yn bedair oed.

Mae'r cymorth yn cynnwys:

- Gofal plant rhan-amser a ariennir, ac sydd o ansawdd uchel ar gyfer plant 2 i 3 oed
- Gwell gwasanaeth Ymweliadau Iechyd
- Cymorth i blant ddysgu siarad a chyfathrebu
- Y gallu i ddefnyddio rhaglenni magu plant

Ar hyn o bryd (Ionawr 2022), mae 836 o blant cymwys ar lwyth achosion Ymwelwyr Iechyd Dechrau'n Deg yn y pum ardal Dechrau'n Deg cymwys ym Mhowys.

O'r 836 o blant cymwys ym Mhowys, dyma'r canrannau sydd yn y pum ardal gymwys:

- Mae 42% ohonynt yn y Drenewydd
- Mae 16% ohonynt yn Llandrindod
- Mae 15% ohonynt yn Aberhonddu
- Mae 12% ohonynt yn Ystradgynlais

- Mae 15% ohonynt yn y Trallwng

(PCC, 2022)

Mae'r ddarpariaeth hon yn targedu'r codau post mwyaf difreintiedig ym Mhowys, fodd bynnag, mae llawer o aelwydydd sydd mewn tlodi ledled Powys a bydd plant sy'n byw mewn ardaloedd "nad ydynt o dan anfantais" a fydd yn colli allan ar y ddarpariaeth hon. Mae angen gwneud mwy o waith i ddeall tlodi cudd ledled Powys ac i sicrhau bod pawb sy'n gymwys yn cael y lefel gywir o wasanaethau, er gwaethaf lle maent yn byw. Hyd yn oed yn fwy yn awr, oherwydd y bydd y cynnydd mewn costau byw yn golygu bod mwy o deuluoedd yn wynebu anawsterau.

Plant sy'n Agored i Niwed

Mae data ychwanegol ar gael ar lefel fwy lleol am y plant hyn sy'n agored i niwed, ond er mwyn eu cadw'n anhysbys, rydym yn cyhoeddi hyn ar lefel data Powys.

Cymorth Cynnar

Ers yr asesiad diwethaf, bu cynnydd sylweddol yn y galw am Gymorth Cynnar,sef gwasanaeth sy'n ystyried sut y gall gwasanaethau, asiantaethau partner a chymunedau weithio gyda phlant a theuluoedd, gan edrych ar faterion wrth iddynt ddigwydd i sicrhau eu bod yn cael 'y cymorth cywir ar yr adeg gywir' cyn bod angen gofal a chymorth ychwanegol arnynt. Gellir gweld dadansoddiad o nifer yr atgyfeiriadau newydd at y gwasanaeth isod:

Blwyddyn	Nifer yr Atgyfeiriadau	% Cynnydd o'i gymharu â 2018/19
Ebrill 2018 – Mawrth 2019	682	
Ebrill 2019 – Mawrth 2020[5]	954	40%
Ebrill 2020 – Mawrth 2021[4]	795	17%

O'r rhain, y grwpiau oedran yr effeithiwyd arnynt fwyaf oedd grŵp oedran 0–4 oed, a gynyddodd o 4% o'r atgyfeiriadau yn 2018/19 i 10% o'r atgyfeiriadau yn 2021, a grŵp oedran 5–9 oed, a gynyddodd o 23% o'r atgyfeiriadau yn 2018/19 i 29% o'r atgyfeiriadau yn 2021.

(PCC, 2021)

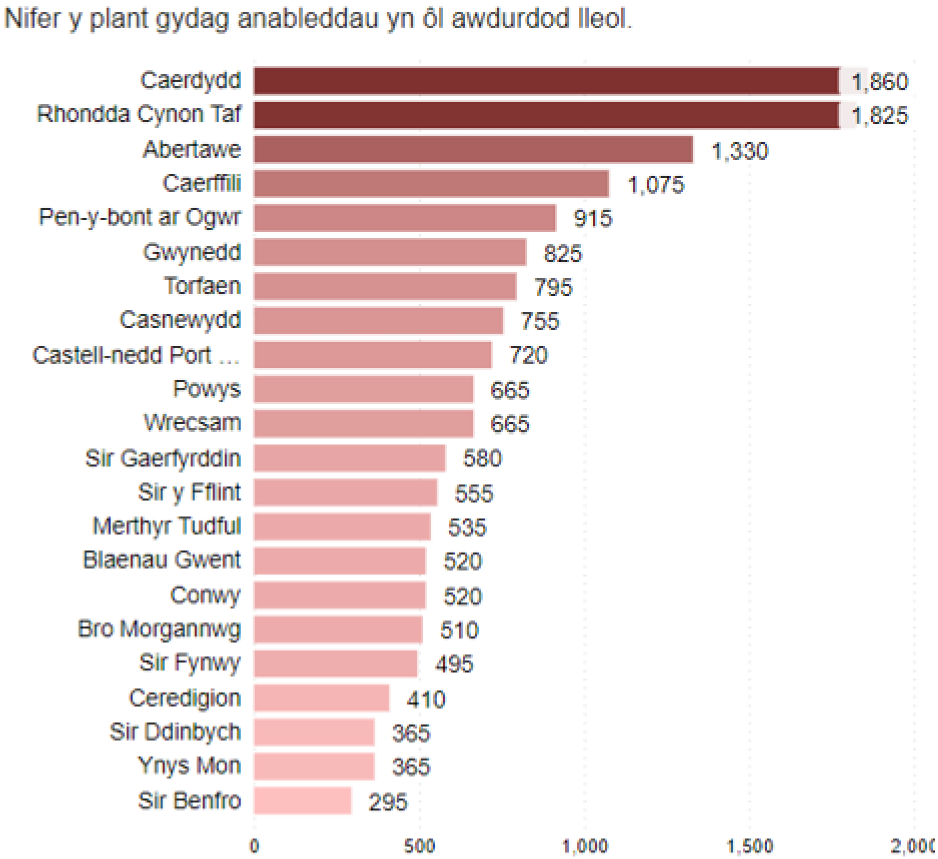
Plant sy'n derbyn Gofal a Chymorth

Mae nifer y plant a oedd yn derbyn gofal a chymorth yng Nghymru ym mlwyddyn 2020 yn dangos mai Powys yw'r 10^fed^ awdurdod lleol uchaf yng Nghymru (allan o 22), gyda 665 o

[5] Mae'n bwysig nodi bod gwasanaeth Cymorth Cynnar wedi ei ohirio rhwng mis Mawrth a mis Mehefin 2020 oherwydd COVID-19.

blant. Caerdydd yw'r uchaf gyda 1,860, a ddilynir yn agos gan Rondda Cynnon Taf gyda 1,825.

Yr awdurdod lleol â'r nifer isaf o blant sy'n derbyn gofal a chymorth yw Sir Benfro gyda 295, a ddilynir gan Ynys Môn gyda 365. (Llywodraeth Cymru, 2021)



Ffigur 6 Siart bar sy'n dangos nifer y plant sy'n derbyn gofal a chymorth fesul Awdurdod Lleol (Llywodraeth Cymru, 2021)

Yn ystod y tair blynedd ddiwethaf yng Nghymru, bu cynnydd o 5% yn nifer y plant sy'n derbyn gofal a chymorth. **Fodd bynnag, bu cynnydd o 20% ym Mhowys yn ystod yr un cyfnod**. (PCC, 2021)

Dengys demograffeg oedran y canlynol am blant a fu'n derbyn gofal a chymorth ym Mhowys ym mlwyddyn 2020

- Roedd 3% (30) ohonynt o dan 1 oed
- Roedd 15% (100) ohonynt rhwng 1 a 4 oed
- Roedd 24% (160) ohonynt rhwng 5 a 9 oed
- Roedd 41% (265) ohonynt rhwng 10 a 15 oed
- Roedd 16% (115) ohonynt yn 16 oed neu'n hŷn
- Roedd 56% ohonynt yn wrywod ac roedd 44% ohonynt yn fenywod.

Dilynwch y ddolen i [ddarllen mwy am blant sy'n derbyn gofal a chymorth ym Mhowys a Chymru drwy edrych ar ein hadroddiad rhyngweithiol.]

Cynigir cymorth lefel is drwy wasanaeth Cymorth Cynnar er mwyn cefnogi pobl ifanc, a chafodd dros 1,400 o bobl ifanc eu hatgyfeirio rhwng mis Ebrill 2019 a mis Mawrth 2021. Mae hyn yn cynnwys cymorth unigol i deuluoedd, cymorth magu plant a gwasanaethau gwybodaeth.

Mae nifer o bobl ifanc ledled Powys sydd ag anghenion cymorth iechyd a llesiant emosiynol. Mae llawer ohonynt nad ydynt yn bodloni meini prawf Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS), fodd bynnag, mae arnynt angen cymorth ychwanegol o hyd â'u hiechyd a'u llesiant emosiynol.

Cyfeiriodd CAMHS 207 o bobl ifanc at wasanaethau eraill i dderbyn cymorth arall rhwng 30 Medi 2020 ac 1 Hydref 2021.

Rhwng mis Rhagfyr 2020 a mis Rhagfyr 2021**, cafodd 11 o bobl ifanc ofal Awdurdod Lleol ym Mhowys** yn dilyn pryderon am ymddygiad a oedd yn gwaethygu nad oedd rhieni'n teimlo eu bod yn gallu eu rheoli, a chynyddodd hyn y risg y byddai'r bobl ifanc hyn mewn perygl o niwed sylweddol.

Cynigiwyd darpariaethau i'r teuluoedd a roddwyd ar waith drwy Wasanaethau Ar Ffiniau Gofal a oedd yn cynnal y bobl ifanc hyn gartref am fwy o amser. Fodd bynnag, pe gallem fod wedi cynnig triniaethau therapiwtig i'r person ifanc drwy roi sgiliau i staff o bob rhan o'i becyn cymorth (gan gynnwys rhieni), gallem fod wedi sefydlogi materion yn llawer cynt er mwyn atal gwaethygiad hyd y lefel hon.

Rhwng 2020–2021, **roedd 61% o'r plant a atgyfeiriwyd at y Gwasanaeth Cyfiawnder Ieuenctid wedi cyflawni troseddau yn ymwneud â thrais, camddefnyddio sylweddau a threfn gyhoeddus**. Gallai pob maes y mae triniaethau therapiwtig ar waith ynddo fel mesur ataliol helpu pobl ifanc i reoleiddio eu hemosiynau yn well ac atal ymddygiad sy'n gwaethygu a all eu harwain i'r system cyfiawnder troseddol.

Plant sy'n Derbyn Gofal

Gelwir plentyn sydd wedi bod yng ngofal ei awdurdod lleol am fwy na 24 awr yn Blentyn sy'n Derbyn Gofal. Hefyd, cyfeirir yn aml at Blant sy'n Derbyn Gofal fel plant mewn gofal, term a ffefrir gan lawer o blant a phobl ifanc.

Ar 31 Hydref 2021, mae 224 o Blant unigol sy'n Derbyn Gofal ym Mhowys. Roedd **55.6%** o'r Plant a oedd yn Derbyn Gofal ym Mhowys ar 31 Hydref 2021 **yn Wrywod**, **roedd 43.6% yn fenywod** a **chofnododd y 0.9% sy'n weddill eu rhywedd fel 'arall'.**

Mae demograffeg oedran Plant sy'n Derbyn Gofal yn dangos yr hyn a ganlyn

- Mae **24%** (55) ohonynt rhwng 0 a 4 oed
- Mae **28%** (62) ohonynt rhwng 5 a 9 oed
- Mae **40%** (90) ohonynt rhwng 10 a 15 oed

- Mae **8%** (17) ohonynt rhwng 16 a 18 oed

Dengys y canlynol wrth ddadansoddi nifer y Plant sy'n Derbyn Gofal gan Bowys fesul y lleoliad y maent yn derbyn gofal ynddo

- Mae **55%** (124) ohonynt y tu mewn i ffiniau Powys
- Mae **26%** (58) ohonynt y tu allan i ffiniau Powys ond yn dal i fod yng Nghymru
- Mae **19%** (42) o'r Plant sy'n Derbyn Gofal y tu allan i Bowys a Chymru

(PCC, 2021)

Cefnogir Pobl Ifanc sydd wedi bod mewn gofal er mwyn sicrhau trawsnewidiad sydd mor rhwydd â phosibl i oedolaeth, naill ai drwy eu symud i wasanaethau i oedolion fel y gallant gael cymorth ychwanegol, neu gyda chymorth mewn meysydd megis tai, addysg a chyflogaeth. Fodd bynnag, gwyddom fod llawer o oedolion ifanc sy'n gadael gofal yn fwy tebygol o ddod yn ddigartref, ac roedd **13% o'r holl bobl a adawodd ofal yn ddigartref yn ystod 2020/21.**

Gan weithio gyda phobl ifanc, rydym yn parhau i'w cefnogi â'n 'Strategaeth Agosach at y Cartref' a'r defnydd o leoliadau preswyl yw'r dewis a ffefrir leiaf os oes lleoliad gofalwr maeth ar gael sy'n addas.

Ar hyn o bryd, mae 81 o rieni maeth cymeradwy ar gofrestr Powys. Fodd bynnag, mae angen recriwtio Gofalwyr Maeth ychwanegol, a'u cefnogi gyda hyfforddiant ac adnoddau eraill (o ystyried y sefyllfa ar 31 Hydref 2021).

Mae'r Fframwaith Strategol ar gyfer Plant sy'n Derbyn Gofal ym Mhowys yn nodi dyheadau, bwriad a gweledigaeth Powys o ran gwella canlyniadau i Blant sy'n Derbyn Gofal. I'r plant hynny sydd o dan ein gofal, mae angen i ni, Rhieni Corfforaethol, fagu plant yn gadarnhaol a darparu cymorth arbenigol. Ym Mhowys, mae'r galw am leoliadau o ansawdd ar gyfer ein Plant sy'n Derbyn Gofal yn fwy na'r cyflenwad.

Mae'r lleoliadau'n cynnwys:

- Gofal Maeth Mewnol
- Gofal Maeth Annibynnol
- Gofal Preswyl
- Tŷ Llety â Chymorth a Llety Lled-annibynnol
- Seibiannau Byr a Gofal Seibiant
- Mabwysiadu.

Cartrefi Preswyl i Blant

Mae 18 o Gartrefi Gofal Preswyl i Blant ym Mhowys sydd wedi eu cofrestru gydag Arolygiaeth Gofal Cymru; mae'r Cyngor yn berchen ar 1 ohonynt ac mae'n cael ei gynnal yn

fewnol, ac mae 17 ohonynt yn Gartrefi annibynnol sy'n cael eu cynnal gan 12 darparwr allanol.

- Mae 12 cartref yn darparu gofal preswyl prif ffrwd (34 gwely gan gynnwys 1 ddarpariaeth unigol)
- Mae 1 cartref yn darparu gofal preswyl arbenigol i wrywod yn unig mewn cysylltiad ag ymddygiad rhywiol (12 gwely)
- Mae 3 chartref yn darparu gofal preswyl arbenigol i blant a phobl ifanc sydd ag anghenion cymhleth (34 gwely)
- Mae 1 cartref yn darparu adnodd asesu 26 wythnos ar gyfer gwrywod sy'n dangos ymddygiad cymhleth a heriol sy'n effeithio ar eu hanghenion datblygu cymdeithasol, emosiynol ac addysgol (4 gwely)
- Mae 1 cartref yn darparu adnodd asesu 12 wythnos ar gyfer plant a phobl ifanc sydd ag anghenion emosiynol ac ymddygiadol cymhleth (3 gwely)
- Mae'r 18 cartref hyn yn cyfateb i 87 o welyau ledled Gogledd, Canolbarth a De Powys
- O'r 18 cartref hyn, mae 4 cartref sydd hefyd yn darparu addysg ar y safle.

Seibiannau Byr

Mae amrywiaeth o seibiannau byr ar gael i blant a phobl ifanc ledled Powys, gan gynnwys:

- seibiannau byr preswyl hyd at 28 noson y flwyddyn gyda darparwr allanol yn y sir
- seibiannau byr preswyl dros 28 noson y flwyddyn gyda darparwr allanol sydd y tu allan i'r sir.
- Seibiannau byr gyda gofalwyr maeth mewnol
- Taliadau uniongyrchol i blant a phobl ifanc.

Llety Lled-Annibynnol

Datblygwyd ystod o lety a chymorth 16+ gydag amrywiaeth o lefelau cymorth pwrpasol ar y safle neu gymorth fel y bo'r angen gyda darparwyr mewnol ac allanol.

- 3 Thŷ Dros Dro a Rennir yn y Drenewydd, Llandrindod ac Aberhonddu (6 gwely)
- 1 Fflat Hyfforddi yn y Drenewydd (1 gwely)
- 3 Thŷ a Rennir gyda chymorth 24/7 ar y safle yng Ngogledd, Canolbarth a De Powys (12 gwely)
- Fflatiau unigol yng Ngogledd, Canolbarth a De Powys (3 gwely)

Y Gofrestr Amddiffyn Plant

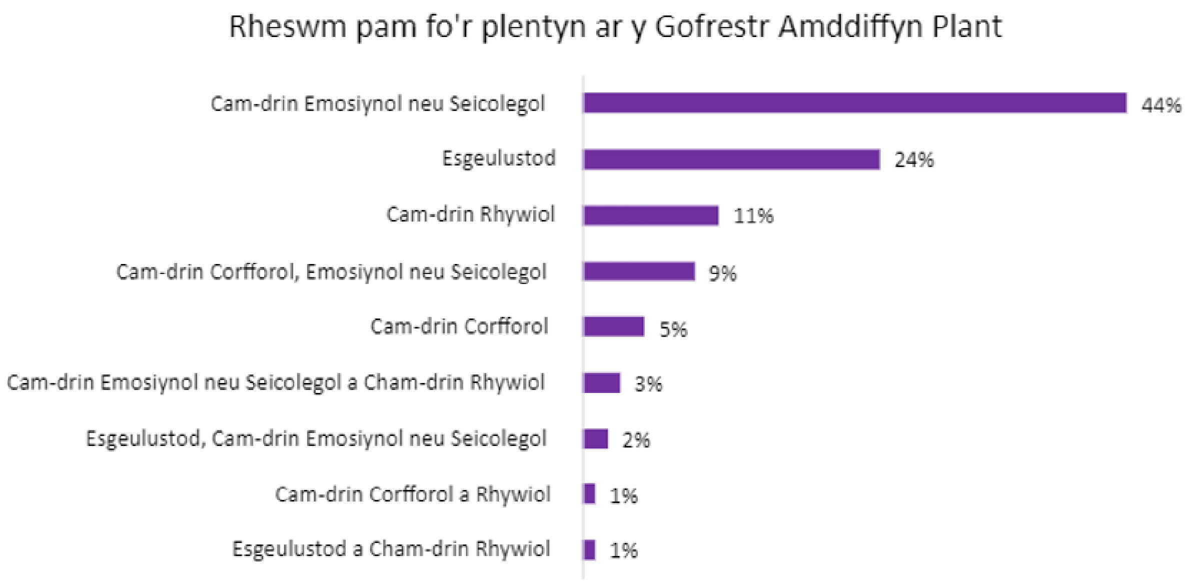
Rhestr gyfrinachol o'r holl blant yn yr ardal leol y nodwyd eu bod mewn perygl o niwed sylweddol yw'r gofrestr amddiffyn plant. Mae'r gofrestr yn caniatáu i unigolion awdurdodedig mewn gwaith cymdeithasol, addysg, iechyd, yr heddlu a'r sector gwirfoddol wirio a yw plentyn y maent yn gweithio gydag ef yn hysbys fel plentyn sydd mewn perygl.

Ar 31 Hydref 2021, mae **107 o blant ar Gofrestr Amddiffyn Plant Powys.**

Dengys demograffeg oedran y Plant sydd ar y Gofrestr Amddiffyn Plant yr hyn a ganlyn

- Mae **38%** (41) ohonynt rhwng 0 a 4 oed
- Mae **23%** (25) ohonynt rhwng 5 a 9 oed
- Mae **33%** (35) ohonynt rhwng 10 a 15 oed
- Mae **6%** (6) ohonynt rhwng 16 a 18 oed

Y rheswm pennaf dros roi plant ar y Gofrestr Amddiffyn Plant yw **Cam-drin emosiynol neu seicolegol, gyda 44% (47).** Y prif reswm ond un yw **Esgeulustod gyda 24%** (26), a dilynir hyn gan **Gam-drin Rhywiol, 11%** (14).



Ffigur 7 Siart Bar sy'n dangos % y plant sydd ar y Gofrestr Amddiffyn Plant fesul rheswm

Term ymbarél yw camfanteisio ar blant; mae'n cynnwys (ond nid yw'n gyfyngedig i) gamfanteisio rhywiol, troseddol ac ariannol, priodas dan orfod, gwasanaeth domestig a llafur gorfodol.

Crëwyd Canolfan Camfanteisio ar Blant Powys ym mis Gorffennaf 2020 i gefnogi plant hyd at 18 oed y nodir eu bod mewn risg uwch o gamfanteisio ar blant.

Mae'r rhaglen hon yn canolbwyntio ar Atal, gan gynnwys digwyddiadau sy'n wynebu'r gymuned ac Amddiffyn. Ar hyn o bryd, mae **Cyngor Sir Powys yn cefnogi 37 o blant sydd mewn risg uwch o gamfanteisio ar blant** ac yn cynnig cymorth i deuluoedd ac ymarferwyr gwaith cymdeithasol.

(PCC, 2021)

Yr hyn y mae pobl wedi ei ddweud.

Mae'r Gwasanaethau i Blant wedi ymuno â Coram Voice a Phrifysgol Rhydychen i ymgymryd â rhaglen Bright Spots rhwng mis Tachwedd 2021 a mis Mehefin 2022 i gasglu safbwyntiau Plant sy'n Derbyn Gofal a Phobl Ifanc sydd wedi bod mewn Gofal hyd at 25 oed.

Mae'r arolygon wedi gofyn i bobl ifanc roi eu safbwyntiau ar eu gofal, eu llesiant, y bobl y maent yn eu hadnabod a'u hawliau a'u cyfleoedd.

Cyhoeddir canlyniadau'r arolwg ym mis Ebrill 2022 ar gyfer Plant sy'n Derbyn Gofal (0 i 18 oed) ac ym mis Mehefin 2022 ar gyfer Pobl Ifanc sydd wedi bod mewn Gofal (18 i 25 oed). Gellir cael rhagor o wybodaeth am yr arolwg ar-lein yn www.coramvoice.org.uk/brightspots

Cynhaliwyd arolwg ar gyfer **pobl ifanc a'u safbwyntiau ar iechyd emosiynol a gwasanaethau** ym Mhowys rhwng 9 Mehefin 2021 a 5 Tachwedd 2021. Cynhaliwyd yr arolwg ar-lein a derbyniwyd cyfanswm o **233 o ymatebion**.

Nid oedd y mwyafrif o'r ymatebwyr (119) wedi defnyddio unrhyw wasanaethau ym Mhowys o'r blaen (e.e., CAMHS, Gwasanaeth Ymyrraeth Ieuenctid, Credu, Kooth) ac roedd 114 ohonynt wedi gwneud hynny. O ystyried y rhai hynny a oedd wedi defnyddio gwasanaethau, roedd 40% ohonynt wedi defnyddio Nyrs yr Ysgol, a ddilynir gan Kooth Ar-lein (18%) a CAMHS (16%) (JSWB, 2021).

Wrth ymateb i'r hyn y gellid ei wella am y gwasanaethau ym Mhowys, nodwyd mai 'gwybod pa wasanaethau sydd ar gael' (41%) a 'gwell cyfathrebu ynghylch y gwasanaethau hyn' (16%) oedd y prif feysydd i'w gwella.

Dyma'r meysydd eraill y soniwyd amdanynt:

- Diffyg cyfle i gymdeithasu
- Colli addysg
- Mynediad amserol at wybodaeth a gwasanaethau
- Yr angen i deimlo bod rhywun yn gwrando arnynt
- Y Stigma o siarad am Iechyd Meddwl

Yr angen i weithwyr proffesiynol gael eu huwchsgilio fel eu bod yn deall ac yn gallu cefnogi pobl ifanc os ydynt yn sôn am faterion sy'n ymwneud ag iechyd meddwl.

Mae'n amlwg bod nyrsys ysgol yn darparu gwasanaeth gwerthfawr mewn ysgolion i bobl ifanc. Mae hyn yn codi pryderon, oherwydd bod nyrsys ysgol ar amserlenni llai mewn ysgolion ar hyn o bryd felly nid yw'n amlwg pwy y mae pobl ifanc yn eu gweld yn eu habsenoldeb. Mae'n eglur nad yw pobl ifanc Powys yn gwybod am y gwasanaethau sydd ar gael iddynt ac felly mae'n hanfodol ein bod yn sicrhau bod gwybodaeth hygyrch ac ar gael. Mae pobl ifanc yn dymuno i weithwyr proffesiynol wrando arnynt yn hytrach na chymryd yn ganiataol eu bod yn gwybod orau, a hoffent i gymorth fod ar gael yn ystod amseroedd aros, a strategaethau ymadael cliriach. Teimlwn hefyd ei bod yn bwysig i'r wybodaeth hon gael ei throsglwyddo i feddygon teulu (JSWB, 2021).

2. Pobl hŷn

2. Pobl hŷn 35
Cymorth gartref 36
Gofal yn y cartref 36
Ailalluogi 37
Llety 41
Cartrefi Gofal 41
Unedau Gofal Ychwanegol 43
Tai gwarchod 43

Rydym yn dymuno cefnogi pobl hŷn i fyw bywydau annibynnol. Mae hyn yn cynnwys cefnogi pobl i fyw gartref neu ddarparu dewisiadau llety addas. Wrth i'r boblogaeth oedrannus gynyddu (gan gynnwys nifer y bobl sydd â dementia), bydd yn creu mwy o alw ar y gwasanaethau a ddarperir gennym. Mae rhai trigolion oedrannus yn byw mewn tai cymdeithasol ar hyn o bryd ac efallai y bydd llawer o'r rhain yn dymuno aros yn eu cartref eu hunain cyhyd ag y bo hynny'n bosibl. Pan fo pobl yn cael eu symud i fyw mewn cartref gofal, cânt eu lleoli weithiau yn rhywle nad yw'n agos at eu cartref.

Mae nifer y bobl a gefnogir gennym drwy ofal yn y cartref yn cynyddu. Mae heriau o ran byw'n annibynnol, yn enwedig ynysigrwydd ac unigrwydd, a all gynyddu wrth i bobl fynd yn hŷn. Gall ardaloedd gwledig wynebu heriau ychwanegol o ran cefnogi pobl i fyw gartref, er enghraifft, mae nifer y bobl a gefnogir gennym drwy ofal yn y cartref yn amrywio ledled y sir.

Erbyn 2030, rhagwelir y bydd **cynnydd o 15% yn nifer y bobl oedrannus ym Mhowys, ac ar yr un pryd, rhagwelir y bydd gostyngiad o 3,200 (4%) yn y boblogaeth oedran gweithio.** (Llywodraeth Cymru, 2018)

Bydd y newid yn y boblogaeth yn y 10 mlynedd nesaf **yn creu bwlch rhwng y rhai y bydd angen cymorth a chefnogaeth arnynt yn ystod eu blynyddoedd diweddarach, a'r rhai o oedran gweithio a fydd yn eu darparu.** Yn hanesyddol, mae cymhareb dibyniaeth yr oedrannus yng Nghymru wedi bod yn uwch na chyfartaledd y DU. Oherwydd bod gan Bowys gyfartaledd uwch o bobl hŷn o'i gymharu â Chymru, **bydd y gymhareb ddibyniaeth hon yn achosi pwysau cynyddol ar genedlaethau'r dyfodol ym Mhowys.**

Bydd amcangyfrifon yr Arolwg Poblogaeth Cenedlaethol (Llywodraeth Cymru, 2020) ar gyfer pob blwyddyn yn amrywio, ond cyflogir oddeutu **7,000 o bobl yn y sector gofal ym Mhowys.** Mae gostyngiad o 4% yn y boblogaeth oedran gweithio yn awgrymu gostyngiad o 280 o gyflogeion o'r Sector Gofal ym Mhowys. Mae cynnydd o 15% yn y boblogaeth

oedrannus yn awgrymu y bydd angen ar gyfer 1,050 o bobl ychwanegol y mae'n bosibl y bydd angen cymorth Gofal Cymdeithasol i Oedolion arnynt. **Cyfanswm bwlch o 1,330 o bobl erbyn 2030**.

Mae'r adran hon yn asesu'r boblogaeth hŷn ym Mhowys, gan gyfeirio at bobl 65 oed a hŷn.

Cymorth gartref

Ym Mhowys, rydym yn cefnogi pobl hŷn i aros yn eu cartrefi eu hunain gymaint â phosibl. Trwy gymorth ataliol y mae hyn i ddechrau, gan ddefnyddio offer megis Gofal a Alluogir gan Dechnoleg a chymhorthion ac addasiadau Therapi Galwedigaethol.

Ochr yn ochr â'r rhain, mae amrywiaeth o wasanaethau ar gael i ddarparu cymorth, gan gynnwys:

- Gofal yn y cartref
- Ailalluogi
- Taliadau Uniongyrchol
- Gofal a Alluogir gan Dechnoleg

Ym mis Medi 2021, mae oddeutu dwy ran o dair o bobl hŷn sydd â phecyn gofal yn cael cymorth yn eu cartrefi eu hunain.

Rydym yn cefnogi pobl i fyw gartref drwy wasanaethau sy'n cynnwys gofal yn y cartref a thechnoleg gynorthwyol.

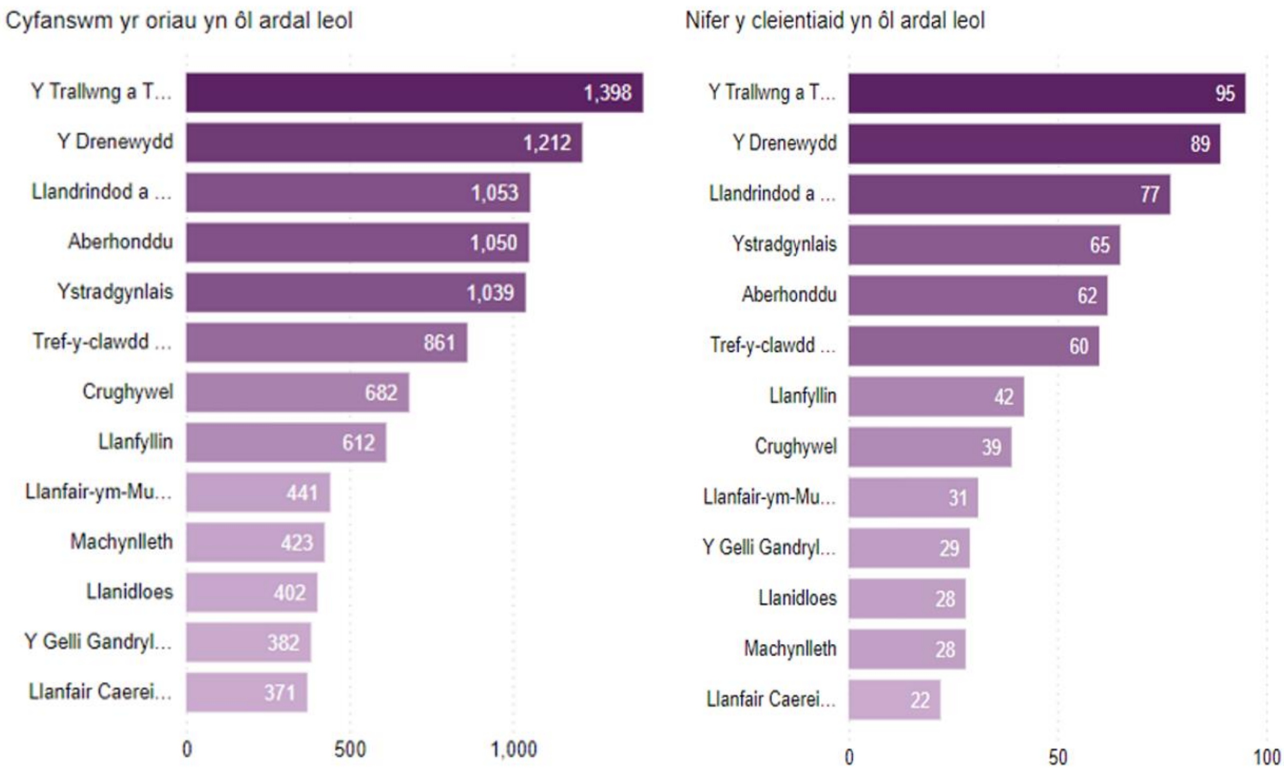
Gofal yn y cartref

Ystod y gwasanaethau a roddir ar waith i gefnogi unigolyn yn ei gartref ei hun yw gofal yn y cartref. Gallai'r gwasanaethau gynnwys tasgau cartref arferol yn y cartref neu'r tu allan iddo, gofal personol y person a gwasanaethau domestig cysylltiedig eraill sy'n angenrheidiol i gynnal lefel dderbyniol o iechyd, hylendid, urddas, diogelwch a rhwyddineb yn ei gartref.

Mae **713 o dderbynwyr sy'n derbyn 10,200 awr o ofal yn y cartref fesul wythnos ym Mhowys** (1 Hydref 2021). (PCC, 2021)

Ceir y nifer uchaf o dderbynwyr gofal yn y Cartref yn ardal y Trallwng a Threfaldwyn gyda 105 o gleientiaid; dilynir hyn gan ardal y Drenewydd gyda 102 o gleientiaid.

Ardal Llanidloes sydd â'r nifer isaf o gleientiaid gofal yn y Cartref gyda 25 o gleientiaid; dilynir hyn gan Lanfair Caereinion gyda 27 o gleientiaid gofal yn y Cartref.



Ffigur 8 Siartiau Bar yn dangos nifer y cleientiaid Gofal yn y cartref ac oriau fesul ardal (Cyngor Sir Powys, 2021)

Er hynny, ardal y Trallwng a Threfaldwyn a gafodd y nifer uchaf o oriau, gan ddarparu 1,549 awr o ofal yn y Cartref. Y Drenewydd oedd nesaf gyda 1,408 awr o ofal a'r 3ydd uchaf oedd ardal Llandrindod a Rhaeadr Gwy gyda 1,294 awr o ofal.

Ardal Llanidloes oedd â'r nifer isaf o oriau a ddarperid yn y Cartref gyda 320 awr; yr ail isaf oedd ardal Llanfair Caereinion gyda 365 awr a Machynlleth yw eu hisaf gan ddarparu 384 awr o ofal yn y Cartref i breswylwyr.

Rhwng mis Hydref 2019 a mis Hydref 2021, bu **cynnydd o 5%** (+34) mewn cleientiaid, ond bu **gostyngiad o 6.5%** mewn oriau (-669 awr).

(PCC, 2021)

[Dilynwch y ddolen hon i weld rhagor o wybodaeth am Ofal yn y Cartref ym Mhowys, gan ddefnyddio ein hadroddiad rhyngweithiol.]()

Ailalluogi

Ailalluogi yw'r teitl swyddogol a roddir ar gyfer **gofal tymor byr yn y cartref** i helpu pobl i wella ar ôl iddynt gael eu rhyddhau o'r ysbyty. Er bod gofal ôl-weithredol a gofal ar ôl anfon claf adref yn dermau mwy cyffredinol wrth gyfeirio at y gofal a gynigir am ba hyd bynnag y mae'n ei gymryd i'r unigolyn godi'n ôl ar ei draed, mae ailalluogi yn fwy penodol. Manteision ailalluogi yw:

- mae’n arwain at well iechyd a llesiant
- mae’n defnyddio dull sy’n seiliedig ar gryfderau, sy’n canolbwyntio ar yr unigolyn
- mae’n cefnogi anfon claf adref o’r ysbyty’n brydlon neu’n galluogi unigolyn i barhau i fyw gartref os, oherwydd salwch neu anabledd, yw’n cael anhawster cynyddol gyda gweithgareddau bywyd bob dydd
- mae’n gyfyngedig o ran amser, gan ddarparu cymorth tymor byr am hyd at chwe wythnos fel arfer, ond am gyfnod byrrach o bosibl gan ddibynnu ar y cynnydd
- dylid canolbwyntio ar gyflawni canlyniadau yn hytrach na chwblhau tasgau gofal

Rhwng mis Ebrill 2019 a mis Medi 2021, **cwblhawyd dros 600 o gyfnodau ailalluogi,** ac **roedd 82% o’r unigolion hyn yn 65 oed a hŷn.** (PCC, 2021)

Yr ardal sydd â’r nifer uchaf o gleifion sy’n cael eu rhyddhau o’r ysbyty gan dderbyn cymorth ailalluogi yn sgil hynny yw ardal y Trallwng a Threfaldwyn gyda 93 o gleifion a ryddhawyd; ardal Llandrindod a Rhaeadr Gwy yw’r uchaf ond un gyda 90 o gleifion a ryddhawyd.

Yr ardal isaf yw ardal Machynlleth gyda 24 o gleifion a ryddhawyd o’r ysbyty gan dderbyn cymorth ailalluogi yn sgil hynny, a ddilynir yn agos gan ardal Llanidloes, gydag 28.

O’r 656 o gleifion a ryddhawyd o’r ysbyty gan dderbyn cymorth ailalluogi yn sgil hynny ers mis Ebrill 2019,

- Roedd 290 o gleientiaid wedi cyflawni eu holl nodau a nodwyd
- Roedd 226 wedi cyflawni eu nodau yn rhannol
- Ni chyflawnodd 115 eu nodau
- Roedd 33 yn anhysbys

Roedd 115 o gleientiaid na chyflawnodd eu nodau a nodwyd drwy ailalluogi yn unig.

Roedd dros hanner y cleientiaid a ryddhawyd o’r ysbyty gan dderbyn cymorth ailalluogi yn sgil hynny rhwng mis Ebrill 2019 a mis Medi 2021 yn fenywod (67%), ac roedd 33% o’r cleientiaid yn wrywod.

Mae taliadau uniongyrchol yn caniatáu i unigolion dderbyn taliadau gan yr awdurdod lleol yn hytrach na phecynnau gofal traddodiadol. Mae hyn yn caniatáu llawer mwy o hyblygrwydd a mwy o reolaeth, ac mae’n caniatáu i’r unigolyn weithredu fel cyflogwr, gan ddefnyddio’r taliad fel y gwêl yn dda i ddiwallu ei anghenion. Ym mis Tachwedd 2021, roedd **481 o dderbynwyr Taliadau Uniongyrchol** ym Mhowys a dderbyniodd **dros 11,000 o oriau fesul wythnos.** (PCC, 2021)

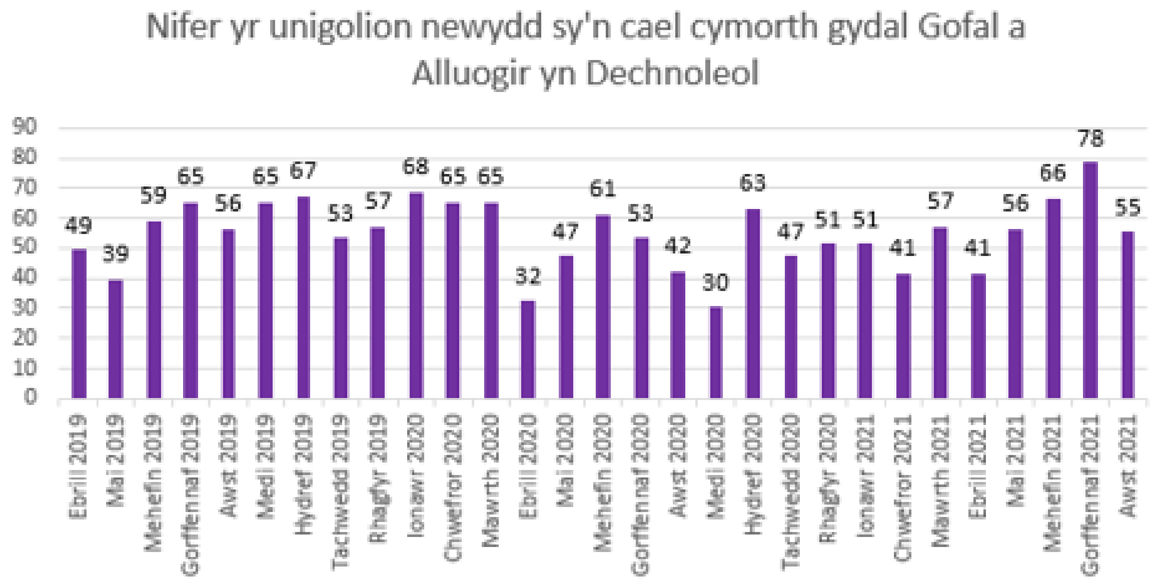
Rhwng mis Tachwedd 2019 a mis Tachwedd 2021, bu cynnydd o **25% (124 cleient)** a **chynnydd o 15% mewn oriau (1,720 awr).** Bu gostyngiad bach iawn y llynedd (mis Tachwedd 2020 hyd fis Tachwedd 2021) o 17 o gleientiaid a 229 o oriau. (PCC, 2021)

Ardal y Trallwng a Threfaldwyn sydd â'r nifer fwyaf o daliadau uniongyrchol (96 cleient), a dilynir hyn gan ardal Llandrindod a Rhaeadr Gwy (68 cleient). Ardal Aberhonddu ac ardal y Drenewydd ill dwy yw'r drydedd uchaf (65 cleient).

Yr ardal sydd â'r nifer isaf o Daliadau Uniongyrchol yw ardal Machynlleth (27 cleient), a ddilynir yn agos gan ardal Ystradgynlais (28 cleient).

Mae'r cynnydd yn nifer y bobl sy'n derbyn taliadau uniongyrchol wedi cefnogi'r farchnad gofal yn y cartref, gyda rhai unigolion yn sefydlu microfentrau yn eu cymunedau eu hunain i gefnogi unigolion i ddiwallu eu hanghenion. Ers mis Tachwedd 2020 hyd fis Medi 2021, bu **cynnydd o 55% mewn microfentrau gofal yn y cartref**, o 16 i 29 (mis Tachwedd 2020 hyd fis Medi 2021). (PCC, 2021)

Mae Gofal a Alluogir gan Dechnoleg yn ffordd fwy newydd o siarad am ofal sy'n cynnwys gwasanaethau megis teleofal, teleiechyd, telefonitro, iechyd digidol a dyfeisiau megis larymau, monitorau, apiau neu ddyfeisiau y gellir eu gwisgo – hynny yw unrhyw ateb sy'n seiliedig ar dechnoleg sy'n gwella gofal yn ein cartrefi a'n cymunedau.

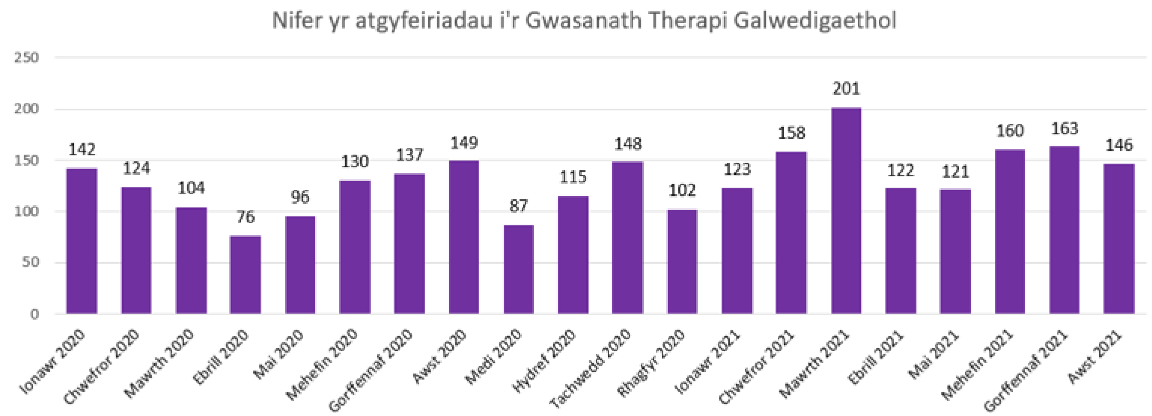


Ffigur 9 Siart Bar yn dangos nifer yr unigolion newydd a gefnogir gan Ofal a Alluogir gan Dechnoleg fesul mis. (Cyngor Sir Powys, 2021)

Bu defnydd cyson o ofal a alluogir gan dechnoleg bob mis ers mis Ebrill 2019.

Yn ystod y cyfnod rhwng Ebrill 2019 a Mawrth 2020, cafwyd cyfanswm o 708 o unigolion newydd, fodd bynnag, yn ystod yr un cyfnod y flwyddyn ganlynol (mis Ebrill 2020 hyd fis Mawrth 2021), bu gostyngiad o 133 gyda 575 o unigolion newydd. Mae hyn i'w ddisgwyl, ar ôl i unigolion dderbyn yr offer, mae'n annhebygol y bydd angen mwy arnynt yn y dyfodol.

Mae **therapi galwedigaethol** yn canolbwyntio ar ddatblygu, adfer neu gynnal sgiliau byw a gweithio beunyddiol pobl sydd â namau corfforol, meddyliol neu wybyddol. Eu nod yw helpu pobl i wella eu gallu i weithredu mor annibynnol â phosibl fel y gallant gymryd rhan ym mha weithgareddau bynnag sy'n ystyrlon ac yn bwysig iddynt. Mae therapyddion galwedigaethol yn gwneud hyn yn bennaf drwy nodi a dileu rhwystrau amgylcheddol i annibyniaeth a chyfranogi mewn bywyd arferol bob dydd. Mae enghreifftiau o ddulliau cymorth yn cynnwys pethau megis codwyr seddau toiled, canllawiau a rampiau. Ym Mhowys, bu galw cynyddol am Wasanaethau Therapi Galwedigaethol. Bu **cynnydd o 40%** yn nifer yr atgyfeiriadau am therapi Galwedigaethol rhwng y cyfnodau o fis Ionawr hyd fis Awst yn 2020 a 2021. Mae hyn yn gyson â'r cynnydd ehangach yn y galw am Ofal Cymdeithasol i Oedolion. (PCC, 2021)



Ffigur 10 Siart Bar yn dangos nifer yr atgyfeiriadau newydd am Therapi Galwedigaethol fesul mis (Cyngor Sir Powys, 2021)

Mae **cysylltwyr cymunedol (Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol Powys)** yn helpu pobl (18+ oed) ym Mhowys a'u teuluoedd neu ofalwyr i gael gafael ar wasanaethau a gweithgareddau ar lefel gymunedol a fydd yn eu helpu i gynnal bywydau annibynnol ac sy'n helpu i atal eu hamgylchiadau rhag gwaethygu nes cyrraedd pwynt pan fo angen gwasanaethau iechyd neu ofal cymdeithasol lefel uwch arnynt. Gall y gwasanaeth helpu i gefnogi pobl pan fônt yn dychwelyd adref o'r ysbyty hefyd drwy helpu gwasanaethau eraill y Trydydd Sector, megis y Groes Goch, i nodi gwasanaethau lleol ychwanegol y mae'n bosibl y bydd eu hangen.

Mae'r gwasanaeth wedi gweld cynnydd mawr mewn cysylltiadau yn ystod blwyddyn 2021/21 o'i chymharu â'r 3 blynedd ddiwethaf. Derbyniodd cysylltwyr cymunedol 2,180 o gysylltiadau yn 2018/19, a gynyddodd ychydig i 2,945 yn 2019/20 ond, yn 2020/21, gwelsom gynnydd enfawr o 7,385 o gysylltiadau i'r gwasanaeth. Mae blwyddyn 20/21 yn cynnwys 65% o'r holl gysylltiadau a gafwyd. (PAVO, 2021)

Y 3 phrif reswm dros gael cysylltiadau oedd:

- **3,787 Galwad gwarchod COVID-19 (36%)**
- **1,937 Presgripsiwn/casglu/pigiad (16%)**

- **672 Siopa (6%)**

Mae blwyddyn 2020/21 yn dangos y bu mewnlifiad mawr o gysylltiadau ym mis Ebrill 2020 a mis Mai 2020, gallwn weld bod pandemig y coronafeirws wedi cyfrannu'n helaeth at hyn.

Wrth edrych ar ba gymunedau ym Mhowys sy'n defnyddio cysylltwyr Cymunedol amlaf, gallwn weld mai **ardal Llandrindod a Rhaeadr Gwy sydd 1af gydag 20% (1,439)** o'r cysylltiadau yn ystod cyfnod 2020/21. **Ardal y Drenewydd yw'r 2il uchaf gydag 11% (793) o'r cysylltiadau,** a dilynir hyn gan **ardal Aberhonddu sydd â 10% (746) o'r cysylltiadau.**

Ardal Llanfair Caereinion yw'r isaf gyda dim ond 2% (176) o'r holl gysylltiadau, a ddilynir gan **ardal Crucywel sydd ag ychydig o dan 3%** (206) ohonynt, yna **ardal Machynlleth yw'r 3ydd isaf gydag ychydig dros 3%** (250) ohonynt. (PAVO, 2021)

Llety

Mae gan bobl hŷn ym Mhowys hawl i gael cymorth mewn sawl lleoliad llety, sy'n amrywio rhwng tai gwarchod, gofal ychwanegol, neu gartrefi gofal.

Oherwydd gwledigrwydd Powys, mae'n anodd iawn rhoi pobl mewn cartref gofal sydd yn eu cymuned, neu'n agos ati, weithiau. Mae heriau o ran byw'n annibynnol, yn enwedig ynysigrwydd ac unigrwydd, a all gynyddu wrth i bobl fynd yn hŷn.

Cartrefi Gofal

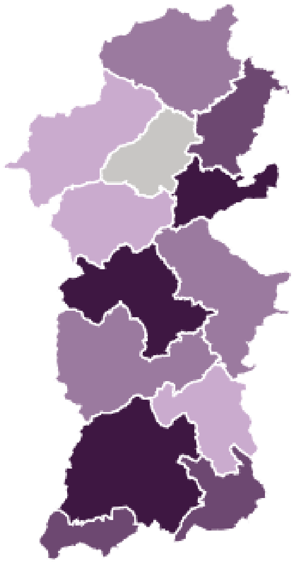
Ym Mhowys ar hyn o bryd, mae gennym dri phrif fath o lety â chymorth: tai gwarchod, cartrefi gofal (preswyl neu nyrsio) ac Unedau Gofal Ychwanegol.

Mae **29 o gartrefi gofal** ym Mhowys sydd wedi cofrestru ag **Arolygiaeth Gofal Cymru** y mae 12 ohonynt yn gartrefi sy'n eiddo i'r cyngor a gynhelir gan Shaw Homes, cynhelir 17 ohonynt yn breifat, ac mae 1 uned ailalluogi a gynhelir gan Shaw Homes.

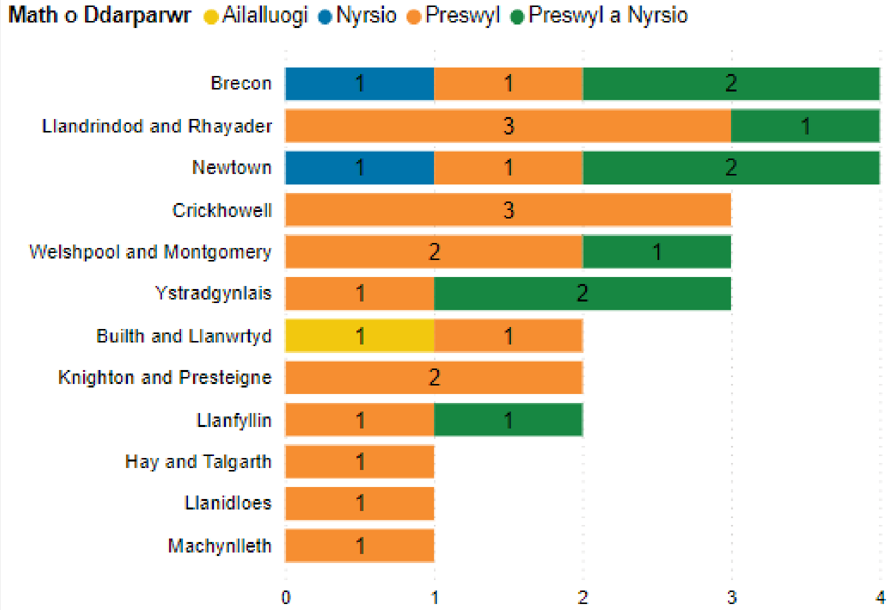
- Mae tri chartref sydd ond yn darparu gofal nyrsio
- Mae 18 cartref sydd ond yn darparu gofal preswyl
- Mae wyth cartref sy'n darparu gofal preswyl a nyrsio
- Un darparwr ailalluogi

(PCC, 2021)

Nifer y Cartrefi Gofal yn ôl ardal



Nifer y Cartrefi Gofal yn ôl ardal



Mae gan ardaloedd Aberhonddu, Llandrindod a Rhaeadr, a'r Drenewydd bedwar cartref gofal yr un. Mae'r cartrefi gofal yn y tair ardal hyn yn gymysgedd o gartrefi Gofal Nyrsio, cartrefi Gofal Preswyl a chartrefi Gofal Deuol (sef Nyrsio a Phreswyl).

Noder – nid yw'r uned Ailalluogi yn Llanfair-ym-Muallt yn gartref Gofal. Uned benodol yw hon sy'n gysylltiedig â chartref Gofal Brynhyfryd ac mae'n darparu 12 gwely ailalluogi (ariennir chwech gan Gyngor Sir Powys ac ariennir chwech gan Fwrdd Iechyd Addysgu Powys).

Mae gan ardaloedd y Gelli Gandryll a Thalgarth, Llanidloes a Machynlleth un cartref gofal yr un ac mae'r tri o'r rhain yn ddarparwyr cartrefi Gofal Preswyl.

Llanfair Caereinion yw'r unig ardal nad oes cartref gofal ynddi.

Ym Mhowys mae:

- 571 gwely gofal preswyl sydd wedi cofrestru ag Arolygiaeth Gofal Cymru
- 12 gwely ailalluogi
- 118 gwely gofal Dementia Preswyl
- 280 gwely gofal nyrsio a
- 139 gwely gofal Nyrsio Dementia.

Ardal y Drenewydd sydd â'r nifer uchaf o welyau cofrestredig gyda 202; yr 2[il] uchaf yw Ystradgynlais gyda 183 o welyau ac ardal y Trallwng a Threfaldwyn yw'r 3[ydd] uchaf gyda 164 o welyau.

Fel y nodir uchod, Cyngor Sir Powys sy'n berchen ar 12 o'r cartrefi gofal hyn, fodd bynnag, mae Powys yn comisiynu rhai gwelyau mewn cartrefi gofal preifat hefyd.

Mae Cyngor Sir Powys yn ariannu 49% (553) o'r gwelyau cartrefi gofal yn y sir, mae Bwrdd Iechyd Addysgu Powys yn ariannu 7% (80) ohonynt gyda chyllid **Gofal Iechyd Parhaus y GIG** (mae parhaus yn golygu gofal bywyd hirdymor) ac mae'r gweddill naill ai'n lleoliadau y tu allan i'r sir (preswylwyr o'r tu allan i'r sir a leolir mewn cartref Gofal ym Mhowys) neu'n breswylwyr cartrefi gofal a ariennir yn breifat. (Tachwedd 2021).

Mae Cyngor Sir Powys a Bwrdd Iechyd Addysgu Powys hefyd yn ariannu lleoliadau ar gyfer trigolion Powys mewn cartrefi gofal y tu allan i'r sir.

(PCC, 2021)

Unedau Gofal Ychwanegol

Mae **58 o unedau gofal ychwanegol**, ar hyn o bryd mae un cyfleuster Tai Gofal Ychwanegol 10 uned sy'n gysylltiedig â chynllun Tai Gwarchod (Bodlondeb) yn Llanidloes (ardal Llanidloes) a chynllun Tai Gofal Ychwanegol 48 uned yn Llys Glan yr Afon yn y Drenewydd (ardal y Drenewydd). Dim ond i'w rhentu y mae'r cynlluniau hyn ar gael ar hyn o bryd.

Disgwylir i ddwy uned gofal ychwanegol arall agor yng nghanol 2023. Neuadd Maldwyn, yn y Trallwng (ardal y Trallwng a Threfaldwyn), a fydd yn cynnwys 66 o unedau gofal ychwanegol a Phont Aur, Ystradgynlais (ardal Ystradgynlais) y bydd ganddi 41 o unedau y bydd 10 ohonynt yn fflatiau gofal ychwanegol newydd.

(PCC, 2021)

Tai gwarchod

Llety i bobl oedrannus neu anabl sy'n cynnwys unedau annibynnol preifat gyda rhai cyfleusterau a rennir a warden yw Tai Gwarchod. Dewis gwych i bobl sy'n dymuno byw'n annibynnol ond bod angen ychydig mwy o gefnogaeth arnynt, neu i bobl sydd angen byw mewn cartref llai a haws ei reoli.

Mae 2,170 o gartrefi tai gwarchod ym Mhowys.

I ddangos hynny'n gyfartal ledled y sir, rydym wedi trosi hyn yn gyfradd fesul 1,000 o boblogaeth trigolion Powys sy'n 75+ oed.

Mae gan Bowys gyfradd o 94 o dai gwarchod fesul 1,000 o'r boblogaeth 75+ oed. Yr ardal uchaf a'r uchaf ond un yw ardal Trefyclo a Llanandras (213) ac ardal Llanfair Caereinion (209) sydd â mwy na dwbl cyfartaledd Powys.

Ardal y Drenewydd sydd â'r gyfradd isaf gyda dim ond 30 o dai gwarchod fesul 1,000 o'r boblogaeth 75+ oed.

Mae 6 ardal sy'n uwch na Chyfartaledd Powys (94 o dai gwarchod) sef:

1. Ardal Trefyclo a Llanandras (213)
2. Ardal Llanfair Caereinion (209)
3. Ardal Llanfair-ym-Muallt a Llanwrtyd (177)
4. Ardal Llanidloes (156)
5. Ardal Llanfyllin (123)
6. Ardal Crucywel (114)

(PCC, 2021)

3. Iechyd

3. Iechyd 45
Disgwyliad oes 46
Disgwyliad oes 46
Disgwyliad oes iach 47
Y bwlch disgwyliad oes 47
Ffactorau risg ar gyfer iechyd gwael 49
Ysmygu 50
Yfed alcohol 51
Deiet a gweithgarwch corfforol 51
Gordewdra a gorbwysau 52
Ansawdd yr aer 53
Unigrwydd ac ynysigrwydd cymdeithasol 54
COVID-19 55
Crynodeb o iechyd y boblogaeth ym Mhowys 58

Un pwyslais allweddol ar gyfer gweithio mewn partneriaeth ym Mhowys yw iechyd pobl sydd yn y sir. Mae deall iechyd ar lefel poblogaeth Powys yn bwysig inni fel y gallwn weld sut yr ydym yn gwneud a sut y gellid gwella iechyd. Yn yr adran hon, rydym wedi canolbwyntio ar dri mesur pwysig a all helpu i roi safbwynt poblogaeth inni ar iechyd cyffredinol ym Mhowys: disgwyliad oes; disgwyliad oes iach; a’r bwlch disgwyliad oes.

Mae hefyd yn bwysig ystyried y dylanwadau ar iechyd poblogaethau (peidio â chanolbwyntio ar effeithiau iechyd a gwasanaethau cymdeithasol yn unig). Mae effeithiau ffactorau risg ffyrdd o fyw (er enghraifft deiet neu ysmygu) yn enwedig o bwysig. Felly, rydym hefyd wedi crynhoi gwybodaeth bwysig isod am y rhain a ffactorau risg eraill ym Mhowys.

Mae pandemig COVID-19 a ddechreuodd yn 2020 wedi cael goblygiadau mawr ar iechyd y bobl sydd yn y sir. Yn rhan olaf yr adran hon ar iechyd y boblogaeth, rydym wedi edrych yn fanylach ar yr effeithiau hyn ym Mhowys.

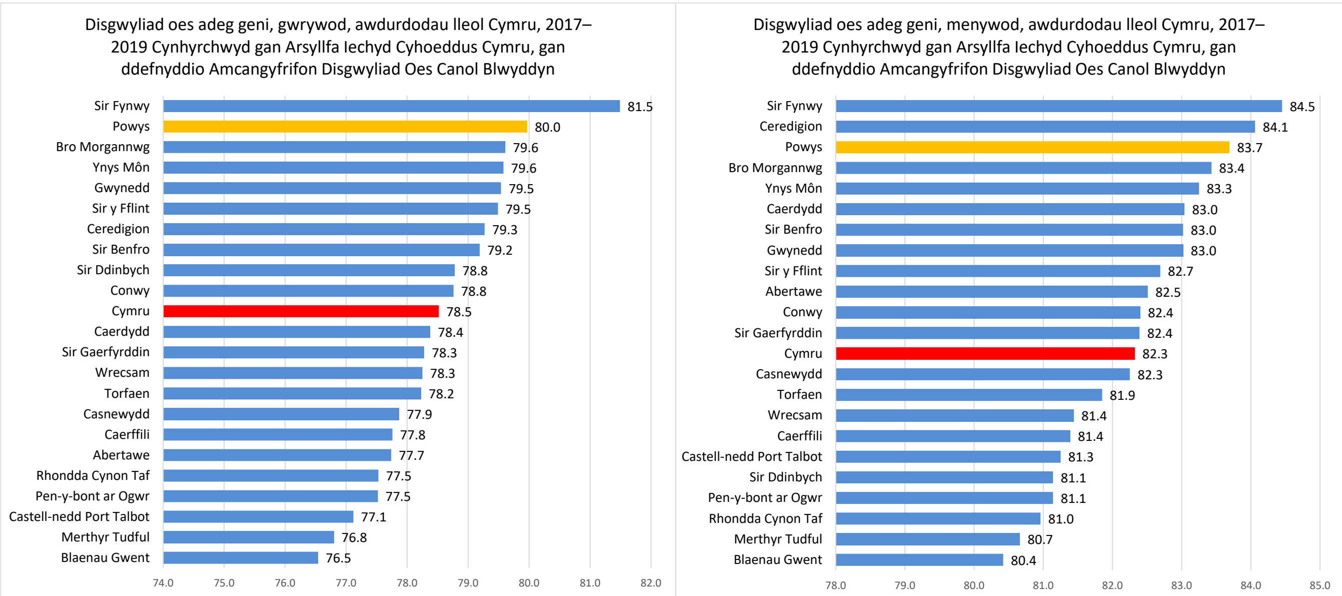
Disgwyliad oes

Disgwyliad oes

Amcangyfrif o nifer cyfartalog y blynyddoedd y gallai babanod newydd-anedig ddisgwyl byw, gan dybio bod y cyfraddau marwolaeth cyfredol ar gyfer yr ardal lle cawsant eu geni yn cael eu cymhwyso drwy gydol eu bywyd yw disgwyliad oes. (Public Health Wales NHS Trust, 2020)

Mae'r data diweddaraf sydd ar gael (2017–2019) yn dangos bod disgwyliad oes ym Mhowys yn **83.7 mlynedd i fenywod ac 80.0 i ddynion.** I fenywod a dynion, mae hyn yn uwch na disgwyliad oes cyffredinol Cymru (Cymru 82.3 i fenywod; 78.5 i ddynion).

Dangosir disgwyliad oes menywod a dynion ar gyfer gwahanol awdurdodau lleol yng Nghymru yn y siart isod.



Ffigur 11 Siartiau Bar sy'n dangos disgwyliad oes adeg geni ar gyfer Gwrywod a Benywod (Y Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2020)

Mae adroddiad gan Iechyd Cyhoeddus Cymru yn 2020 yn dangos y gallai disgwyliad oes yng Nghymru fod yn lefelu. Gwyddom hefyd fod hyn yn digwydd mewn llawer o wledydd datblygedig eraill hefyd. (Public Health Wales NHS Trust, 2020)

Mae tystiolaeth o 2018 (Public Health Wales NHS Trust, 2018) yn awgrymu bod lefelu mewn disgwyliad oes yng Nghymru (a oedd wedi bod yn gwella ers degawdau lawer) yn amlwg o oddeutu 2011 – ffenomen a welwyd ar draws llawer o Orllewin Ewrop – ond a ddigwyddodd yn gynharach yng Nghymru. (Public Health Wales NHS Trust, 2018)

Mae'r arafu hwn mewn gwelliannau mewn marwolaethau wedi ei sbarduno'n bennaf gan farwolaethau yn y grwpiau oedran 85 a hŷn; fodd bynnag, mae hefyd yn wir nad yw marwolaethau ymhlith pobl 55 i 84 oed yn gostwng mwyach (Public Health Wales NHS

Trust, 2018). Mae'n ymddangos bod yr un patrwm yn digwydd ar lefel Powys, lle mae'n ymddangos bod gwelliannau mewn disgwyliad oes adeg geni wedi arafu yn ystod y blynyddoedd diwethaf, i ddynion a menywod.

Mae disgwyliad oes ym Mhowys yn uwch nag ydyw yng Nghymru yn gyffredinol, ond mae angen ystyried hyn yn rhan o ddarlun ehangach: 79.0 mlynedd i wrywod a 82.9 mlynedd i fenywod (ONS, 2018) oedd y disgwyliad oes adeg geni yn y DU yn 2018 i 2020 – yn unol â'r ffigurau ar gyfer Powys – ond mae cymhariaeth ryngwladol yn dangos bod y DU y tu ôl i sawl gwlad ddatblygedig ar y mesur hwn yn gyffredinol, yn enwedig i fenywod. Er enghraifft, 81.5 i ddynion ac 86.9 i fenywod oedd y disgwyliad oes adeg geni yn Japan yn 2019; ar gyfer y Swistir, roedd hyn yn 81.75 i ddynion ac 85.08 i fenywod. (WHO, 2021)

Disgwyliad oes iach

Y nifer cyfartalog o flynyddoedd y gall person ddisgwyl byw mewn iechyd da, gan dybio bod cyfraddau marwolaethau cyfredol a lefelau iechyd da ar gyfer yr ardal lle cawsant eu geni yn cael eu cymhwyso drwy gydol eu bywyd yw disgwyliad oes iach. (Public Health Wales NHS Trust, 2020)

Ar gyfer y cyfnod rhwng 2017 a 2019, **roedd disgwyliad oes iach (adeg geni) Powys yn 66.3 o flynyddoedd i fenywod a 63.3 o flynyddoedd i ddynion.**

Gall pobl ym Mhowys ddisgwyl byw'n hirach mewn iechyd da o'u cymharu â phoblogaeth Cymru yn gyffredinol, a'r disgwyliad oes iach ar eu cyfer yw 62.1 i fenywod; 61.2 i ddynion.

Mae'r disgwyliad oes iach yng Nghymru hefyd yn cymharu'n ffafriol â'r dangosydd hwn ar gyfer y DU yn ei chyfanrwydd: ar gyfer y cyfnod cyfatebol, disgwyliad oes iach adeg geni y DU yn gyffredinol oedd 62.9 o flynyddoedd i ddynion a 63.3 o flynyddoedd i fenywod. (ONS, 2018)

Fodd bynnag, nid yw'r ffigurau cyffredinol hyn yn cynnwys anghydraddoldeb mewn disgwyliad oes rhwng grwpiau, a drafodir isod.

Y bwlch disgwyliad oes

Mae Llywodraeth Cymru'n cynhyrchu mesur amddifadedd cymharol o'r enw Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (Llywodraeth Cymru, 2019). Mae mesur ar draws wyth maes amddifadedd (gan gynnwys incwm, cyflogaeth a thai er enghraifft) yn caniatáu cymharu amddifadedd cymharol ar lefel ardal fach yng Nghymru. Mae MALlC yn rhestru 1,909 o ardaloedd bach yng Nghymru a enwir yn Ardaloedd Cynnyrch Ehangach Haen Is, o 1 (y mwyaf difreintiedig) hyd 1,909 (y lleiaf difreintiedig). (Llywodraeth Cymru, 2019) Gellir defnyddio'r safleoedd hyn i ddeall amddifadedd cymharol ardaloedd bach ym Mhowys.

Mae gan Bowys 79 o Ardaloedd Cynnyrch Ehangach Haen Is: Mae 11% (9) o'r rhain ymhlith y 30% o'r ardaloedd mwyaf difreintiedig yng Nghymru, gan gynnwys

- Ystradgynlais 1 (sydd ymhlith y 10% o'r ardaloedd mwyaf difreintiedig yng Nghymru)
- Mae Dwyrain/Gorllewin Llandrindod, Dwyrain y Drenewydd, De'r Drenewydd a Chastell y Trallwng i gyd ymhlith yr 20% o'r ardaloedd mwyaf difreintiedig yng Nghymru
- Mae Canol y Drenewydd 1, Canol y Drenewydd 2, Ward Sant Ioan 2 (Aberhonddu) a'r Trallwng Gungrog 1 ymhlith y 30% o'r ardaloedd mwyaf difreintiedig

Nid yw Powys yn cynnwys unrhyw Ardal Cynnyrch Ehangach Haen Is sydd yn y 10% lleiaf difreintiedig yng Nghymru, ond mae 10 Ardal Cynnyrch Ehangach Haen Is sydd yn yr 20% lleiaf difreintiedig gan gynnwys Llanfair-ym-Muallt 2, Ffordun a Chedigfa. Ac yn y 30% lleiaf difreintiedig, mae gennym 16 Ardal Cynnyrch Ehangach Haen Is arall gan gynnwys Crucywel, Trefyclo 2 a'r Drenewydd Gogledd Llanllwchaearn. (Llywodraeth Cymru, 2019)

Dilynwch y ddolen i [ddeall mwy am MALlC ym Mhowys a sut yr ydym yn sefyll o'i gymharu â Chymru.]()

Mae cael mesurau amddifadedd lleol megis MALlC yn bwysig wrth feddwl am iechyd poblogaethau, oherwydd eu bod yn caniatáu inni edrych ar y berthynas rhwng iechyd ac amddifadedd (gwyddys bod amddifadedd yn cael sawl effaith bwysig ar iechyd). Yn benodol, gallwn archwilio'r bwlch disgwyliad oes (y gwahaniaeth rhwng amcangyfrifon disgwyliad oes ar gyfer gwahanol grwpiau) (Public Health Wales NHS Trust, 2020), i'n galluogi i wneud cymariaethau rhwng ardaloedd â gwahanol lefelau o amddifadedd.

Dengys dadansoddiad o'r math hwn, er bod disgwyliad oes ym Mhowys yn cymharu'n ffafriol â'r hyn ar gyfer Cymru yn gyffredinol**, fod anghydraddoldeb yn parhau ym Mhowys ei hun rhwng yr ardaloedd mwyaf a lleiaf cyfoethog:**

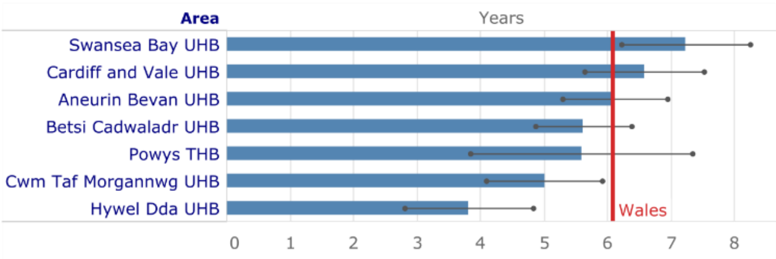
- gall merch a anwyd yn y rhannau lleiaf cefnog o Bowys **ddisgwyl byw 5.6 mlynedd yn llai** na merch a anwyd yn yr ardaloedd mwyaf cyfoethog
- gall bachgen sy'n cael ei fagu yn yr ardal **lleiaf cyfoethog ddisgwyl byw 6.5 mlynedd yn llai mewn iechyd da**

Dangosir y bwlch disgwyliad oes ar gyfer ardal pob bwrdd iechyd yng Nghymru yn y siart isod.

Gap in life expectancy at birth between the most and least deprived fifth, 2015 to 2017

Years, females, health boards

--- 95% confidence interval



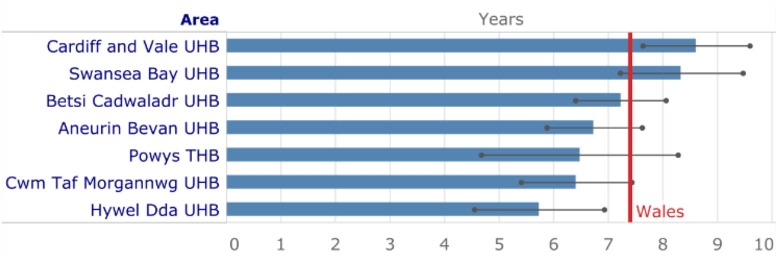
Area	Value	95% Confidence Interval
Swansea Bay UHB	7.2	(6.2 to 8.2)
Cardiff and Vale UHB	6.6	(5.6 to 7.5)
Aneurin Bevan UHB	6.1	(5.3 to 6.9)
Betsi Cadwaladr UHB	5.6	(4.9 to 6.4)
Powys THB	5.6	(3.8 to 7.3)
Cwm Taf Morgannwg UHB	5.0	(4.1 to 5.9)
Hywel Dda UHB	3.8	(2.8 to 4.8)
Wales	6.1	(5.7 to 6.4)

Produced by Public Health Wales Observatory, using WIMD 2014 (WG), PHM and MYE (ONS).

Gap in life expectancy at birth between the most and least deprived fifth, 2015 to 2017

Years, males, health boards

--- 95% confidence interval



Area	Value	95% Confidence Interval
Cardiff and Vale UHB	8.6	(7.6 to 9.6)
Swansea Bay UHB	8.3	(7.2 to 9.4)
Betsi Cadwaladr UHB	7.2	(6.4 to 8.0)
Aneurin Bevan UHB	6.7	(5.9 to 7.6)
Powys THB	6.5	(4.7 to 8.3)
Cwm Taf Morgannwg UHB	6.4	(5.4 to 7.4)
Hywel Dda UHB	5.7	(4.5 to 6.9)
Wales	7.4	(7.0 to 7.8)

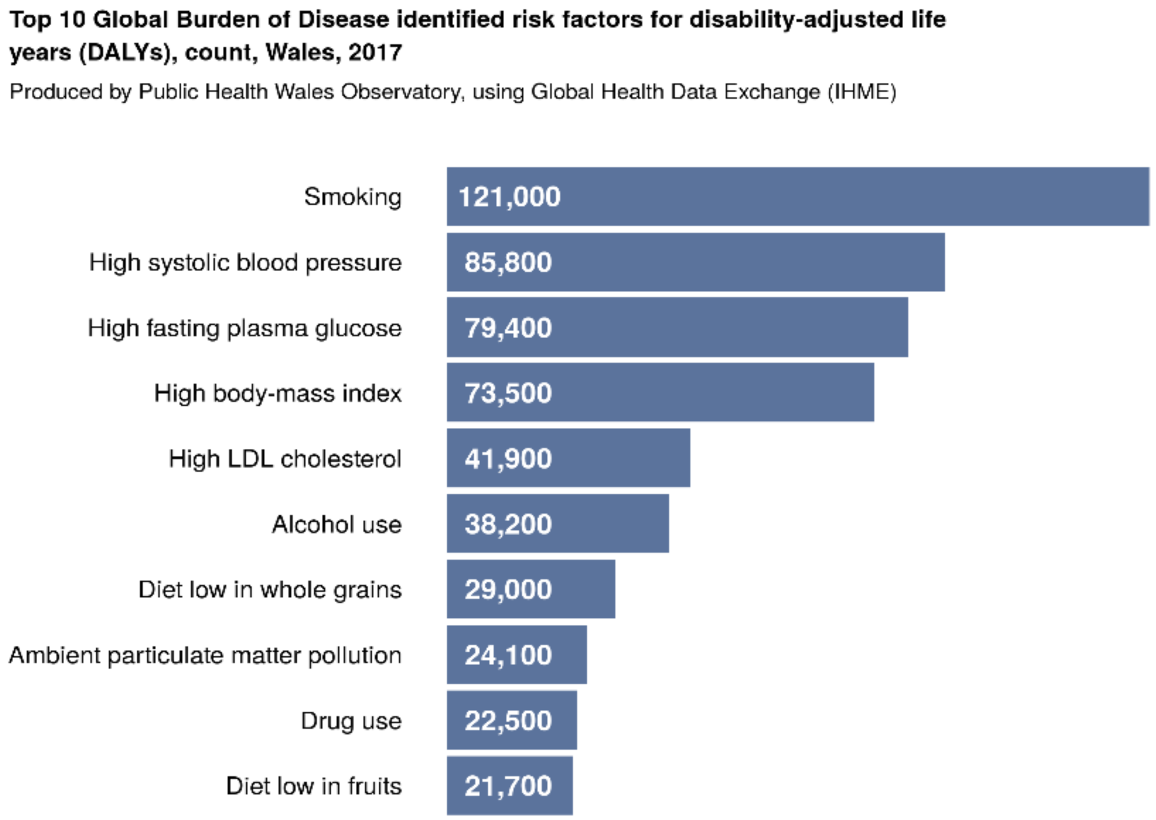
Produced by Public Health Wales Observatory, using WIMD 2014 (WG), PHM and MYE (ONS).

Ffigur 12 Y bwlch mewn disgwyliad oes ar adeg geni rhwng y mwyaf a lleiaf difreintiedig, fesul awdurdod lleol (Iechyd Cyhoeddus Cymru 2015–17)

Ffactorau risg ar gyfer iechyd gwael

Sut y gallwn esbonio'r gwahaniaethau mewn disgwyliad oes a disgwyliad oes iach, rhwng Powys ac ardaloedd eraill ac ym Mhowys? Daw'r siart isod o adroddiad Iechyd Cyhoeddus Cymru yn 2020. (Public Health Wales NHS Wales Trust, 2019). Mae'n dangos i ba raddau y mae gwahanol ffactorau risg yn bwysig o ran hybu afiechyd – gan nodi pa ffactorau risg sy'n cyfrannu fwyaf at faich clefydau ym mhoblogaeth Cymru.

Mae'r rhan fwyaf o'r ffactorau risg hyn yn ymwneud â ffordd o fyw (ysmygu, deiet, alcohol a defnyddio cyffuriau) neu mae ffordd o fyw yn dylanwadu arnynt eu hunain yn uniongyrchol (gordewdra a gorbwysau, glwcos plasma uchel ar ôl ymprydio, pwysedd gwaed systolig uchel, lefel uchel o golesterol Lipoprotein Dwysedd Uchel). Neges allweddol yma yw'r effaith bwysig y mae ffactorau risg sy'n ymwneud â ffordd o fyw yn eu chwarae wrth ddylanwadu ar iechyd.



Ffigur 13 Y 10 prif faich clefydau byd-eang o ran ffactorau risg bywyd a addesir gan anabledd a ganfuwyd (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2017)

Mae ffyrdd o fyw a'r amgylchedd o'n cwmpas yn sbardunau allweddol i iechyd ein poblogaeth. Mae ganddynt swyddogaeth lawer mwy o ran pennu iechyd y boblogaeth o'i chymharu â dylanwadau eraill megis y ddarpariaeth gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol. Mae deall sut mae'r ffactorau risg hyn yn effeithio ar boblogaeth Powys yn bwysig os ydym yn dymuno gwella iechyd ein poblogaeth yn systematig.

O'u cymharu â gweddill Cymru, mae oedolion Powys yn tueddu i fod ag ymddygiadau ffordd o fyw iachach (er nad yw hyn yn wir am bob ffactor risg). Gan ddefnyddio data Arolwg Cenedlaethol Cymru (2020), gallwn ddeall sut mae Powys yn cymharu â'r 22 Awdurdod Lleol arall ac yn cymharu â chyfartaledd Cymru ar gyfer nifer o'r ffactorau risg hyn.

Ysmygu

Mae **ysmygu** yn un o brif benderfynyddion iechyd y boblogaeth, gan fod yr **un achos mwyaf o farwolaeth y gellir ei hatal.** Mae ysmygu'n achosi amrywiaeth o ganserau, clefydau cardiofasgwlaidd a chyflyrau anadlol (er enghraifft, clefyd rhwystrol cronig yr ysgyfaint ac emffysema).

- **Mae 14.5% o oedolion Powys yn ysmygu ar hyn o bryd** (Cymru 17.4%). Powys yw'r 4ydd isaf o ran ysmygwyr ymhlith y 22 awdurdod lleol yng Nghymru. (Llywodraeth Cymru, 2020)

- **Mae 27.3% o oedolion Powys yn gyn-ysmygwyr** (Cymru 29.3%), sy'n gwneud Powys y 6ed isaf ymhlith y 22 Awdurdod Lleol yng Nghymru. (Llywodraeth Cymru, 2020)

Yfed alcohol

Mae cyfran yr oedolion dros 16 oed y mae eu **defnydd cyfartalog wythnosol o alcohol** yn fwy na'r canllawiau yn uwch na'r ganran ar gyfer Cymru ar y cyfan.

- **Mae 19.7% o oedolion Powys** yn yfed cyfaint wythnosol cyfartalog o alcohol **sy'n fwy na'r canllawiau (mwy na 14 uned).** Mae hyn yn uwch na'r cyfartaledd ar gyfer Cymru, sef 18.6%. Powys yw'r 8fed uchaf ymhlith y 22 awdurdod lleol yng Nghymru.
- **Mae 17.4% o oedolion Powys** yn yfed cyfaint wythnosol cyfartalog o alcohol **sy'n beryglus (rhwng 14 a 50 uned).** Mae hyn yn uwch na'r cyfartaledd ar gyfer Cymru, sef 16.1%. Powys yw'r 9fed uchaf ymhlith y 22 awdurdod lleol yng Nghymru.
- **Mae 2.3% o oedolion Powys** yn yfed cyfaint wythnosol cyfartalog o alcohol **sy'n niweidiol (mwy na 50 uned).** Mae hyn yn is na'r cyfartaledd ar gyfer Cymru, sef 2.5%. Powys yw'r 10fed uchaf ymhlith y 22 awdurdod lleol yng Nghymru. (Llywodraeth Cymru, 2020)

Deiet a gweithgarwch corfforol

Yn ogystal â bod yn ffactorau risg pwysig ynddynt eu hunain, mae deiet a gweithgarwch corfforol yn y boblogaeth yn sbardunau allweddol ar gyfer gordewdra. Yn yr asesiad hwn, rydym wedi edrych ar fwyta ffrwythau a llysiau fel dangosydd defnyddiol o ansawdd deiet person. Mae canran yr oedolion **a fwytodd o leiaf 5 dogn o ffrwythau a llysiau** (y diwrnod blaenorol) yn uwch na'r cyfartaledd ar gyfer Cymru, ac mae'r ganran a fwytodd lai na hyn neu ddim ffrwythau neu lysiau (y diwrnod blaenorol) yn is na chyfartaledd Cymru.

- Bwytodd **27.3% o oedolion Powys** o leiaf 5 dogn o ffrwythau a llysiau (y diwrnod blaenorol). Mae hyn yn uwch na'r cyfartaledd ar gyfer Cymru, sef 24.3%. Powys yw'r 6ed uchaf ymhlith y 22 awdurdod lleol yng Nghymru.
- Bwytodd **65.9% o oedolion Powys** beth, ond llai na 5 dogn o ffrwythau a llysiau (y diwrnod blaenorol). Mae hyn yn is na'r cyfartaledd ar gyfer Cymru, sef 67.8%. Powys yw'r 5ed isaf ymhlith y 22 awdurdod lleol yng Nghymru.
- Ni fwytodd **6.7% o oedolion Powys** ffrwyth na llysiau (y diwrnod blaenorol). Mae hyn yn is na'r cyfartaledd ar gyfer Cymru, sef 7.9%. Powys yw'r 8fed isaf ymhlith y 22 awdurdod lleol yng Nghymru. (Llywodraeth Cymru, 2020)

Mae lefel y **gweithgarwch corfforol** ym Mhowys hefyd yn well o'i gymharu â Chymru yn gyffredinol.

- Roedd **60.8% o oedolion Powys** yn egnïol am o leiaf 150 munud (yn ystod yr wythnos flaenorol), gan fodloni'r canllawiau gofynnol ar gyfer gweithgarwch. Mae hyn yn uwch na'r cyfartaledd ar gyfer Cymru, sef 53.2%. Powys yw'r 4ydd uchaf ymhlith y 22 awdurdod lleol yng Nghymru.
- Roedd **12.7% o oedolion Powys** yn egnïol rhwng 30 a 149 munud (yn ystod yr wythnos flaenorol), sy'n llaw na'r canllawiau. Mae hyn yn is na'r cyfartaledd ar gyfer Cymru, sef 13.9%. Powys yw'r 10fed isaf ymhlith y 22 awdurdod lleol yng Nghymru.
- Roedd **26.4% o oedolion Powys** yn egnïol am lai na 30 (yn ystod yr wythnos flaenorol), sy'n llaw na'r canllawiau. Mae hyn yn is na'r cyfartaledd ar gyfer Cymru, sef 33%. Powys yw'r 2il isaf ymhlith y 22 awdurdod lleol yng Nghymru. (Llywodraeth Cymru, 2020)

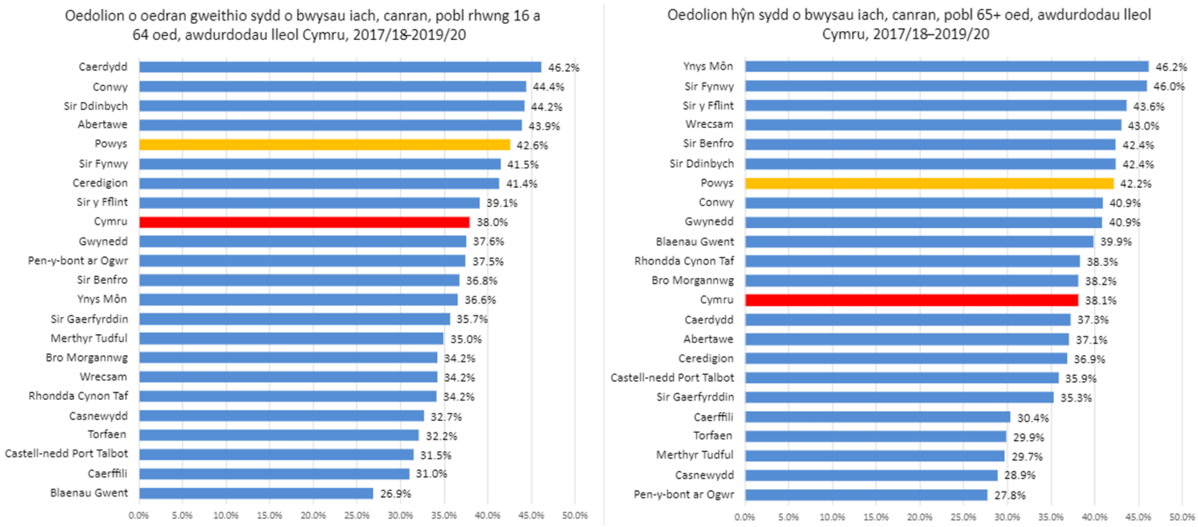
I edrych ar ragor o ffactorau ffordd o fyw a sut mae Powys yn gwneud o'i chymharu â Chymru, cliciwch yma i archwilio ein hadroddiad rhyngweithiol.

Gordewdra a gorbwysau

Ym Mhowys, **mae bron i 6 o bob 10 oedolyn yn rhy drwm neu'n ordew a rhagwelir y bydd hyn yn parhau i gynyddu.**

Mae gordewdra a gorbwysau yn gysylltiedig â nifer o gyflyrau difrifol, gan gynnwys diabetes math 2, gorbwysedd, clefyd coronaidd y galon, strôc, osteoarthritis a chanser. (Dixon, John B., 2010) Mae gorbwysau a gordewdra yn bwysig yn ystod oes unigolyn, ac mae patrymau pwysau plentyndod yn cael eu cario drosodd i oedolaeth yn aml. (Inge, Thomas H, 2013) (International journal of obesity, 2011) Mae'r siart isod yn dangos canrannau'r bobl ym Mhowys a oedd o bwysau iach (gan ddefnyddio'r data diweddar sydd ar gael) ar gyfer dau grŵp gwahanol: oedolion o oedran gweithio ac oedolion hŷn. Mae gan y ddau grŵp ym Mhowys gyfran uwch o bobl sydd o bwysau iach o'u cymharu â phoblogaeth Cymru yn gyffredinol.

- **Mae 42.6% o'r oedolion o oedran gweithio (16–64 oed) ym Mhowys o bwysau iach**. Mae hyn yn uwch na chyfartaledd Cymru, sef 38%. Powys yw'r 7fed uchaf ymhlith y 22 Awdurdod Lleol yng Nghymru.
- **Mae 42.2% o oedolion hŷn (65+ oed) Powys o bwysau iach.** Mae hyn yn uwch na chyfartaledd Cymru, sef 38.1%. Powys yw'r 7fed uchaf ymhlith y 22 Awdurdod Lleol yng Nghymru.

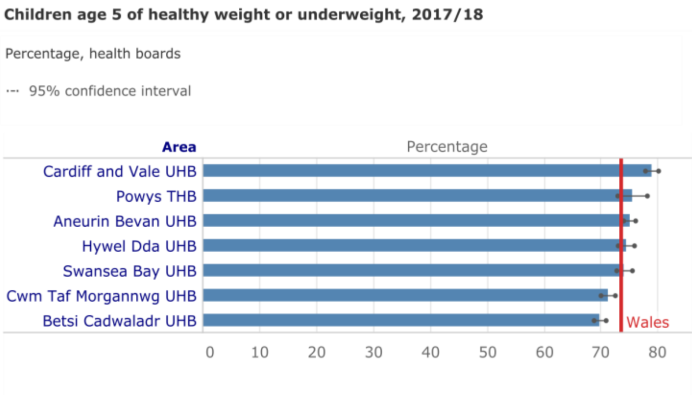


Ffigur 14 Oedolion o oedran gweithio sydd o bwysau iach (Iechyd Cyhoeddus Cymru 2017/18–2019/20)

Dengys y siart isod ffigurau ar gyfer gordewdra ymhlith plant ar gyfer gwahanol fyrddau iechyd yng Nghymru. Ym Mhowys ym mlwyddyn 2017/18

- Roedd **75.5%** o'r plant 5 oed yn iach neu dan bwysau. Mae hyn yn uwch na chyfartaledd Cymru, sef 73.6%.
- Roedd **24.5%**[6] dros bwysau neu'n ordew, sy'n is na chyfartaledd Cymru o 24.5%

(Public Health Wales, 2017/18)



Area	Value	95% Confidence Interval	Count
Cardiff and Vale UHB	78.9	(77.7 to 80.0)	3,811
Powys THB	75.5	(72.8 to 78.0)	793
Aneurin Bevan UHB	74.9	(73.9 to 76.0)	4,908
Hywel Dda UHB	74.4	(72.9 to 75.8)	2,671
Swansea Bay UHB	74.0	(72.6 to 75.4)	2,890
Cwm Taf Morgannwg UHB	71.2	(69.9 to 72.4)	3,523
Betsi Cadwaladr UHB	69.7	(68.7 to 70.8)	5,078
Wales	73.6	(73.1 to 74.1)	23,674

Produced by Public Health Wales Observatory, using CMP (NWIS).

Ffigur 15 Plant 5 oed sydd o bwysau iach neu dan bwysau 2017–18 (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2017/18)

Ansawdd yr aer

[6] canran a awgrymwyd o'r gwahaniaeth yn y rhai a oedd o bwysau iach

Un ffactor risg amgylcheddol pwysig ar gyfer afiechyd yw ansawdd yr aer yr ydym yn ei anadlu, oherwydd bod ansawdd aer gwael yn effeithio ar glefyd anadlol a chlefyd y galon a gall arwain at ganser yr ysgyfaint a strôc. (Environmental pollution 151.2, 2011) Llygrydd nwyol yw nitrogen deuocsid (NO_2) ac mae amlygiad i NO_2 yn yr awyr agored yn ymwneud ag allyriadau traffig ffyrdd yn bennaf. Mae lefelau nitrogen deuocsid cyfartalog yn ddangosydd procsi defnyddiol ar gyfer ansawdd cyffredinol yr aer.

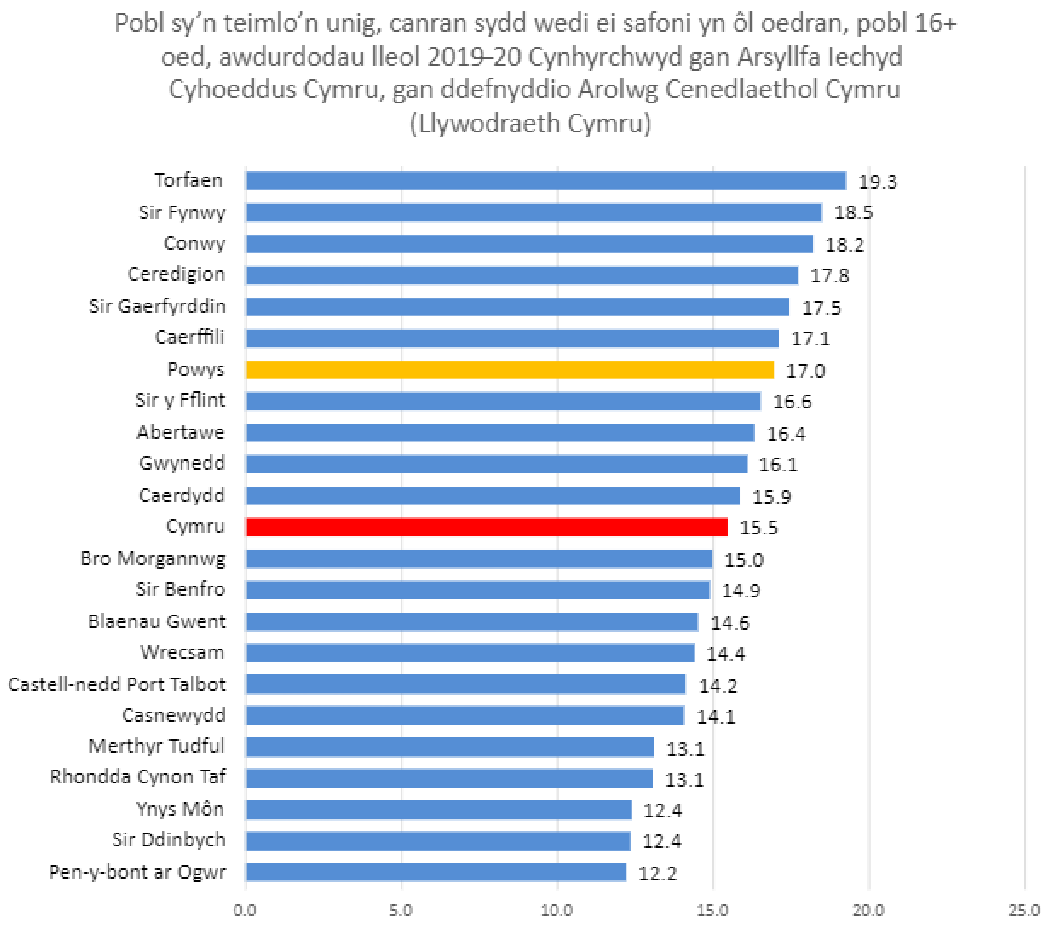
O ran y dangosydd hwn, Powys yw'r 2il isaf ymhlith awdurdodau lleol Cymru. Y cyfartaledd NO_2 ym Mhowys yw 4.4, o'i gymharu â chyfartaledd Cymru, sef 9.2. Gellir egluro hyn yn bennaf gan natur wledig y sir. Mae llygrydd NO_2 wedi gostwng ym Mhowys dros y blynyddoedd, ers 2007 mae hyn bron â haneru o 7.92 i 4.38 yn 2019.

I ddeall mwy am lygryddion aer ym Mhowys a sut yr ydym yn sefyll o'i gymharu â Chymru, cliciwch yma i archwilio ein hadroddiad rhyngweithiol.

Unigrwydd ac ynysigrwydd cymdeithasol

Mae unigrwydd ac ynysigrwydd cymdeithasol yn effeithio ar iechyd corfforol – mae eu heffeithiau'n cynnwys clefyd cardiofasgwlaidd, llid a dirywiad gweithredol, yn ogystal ag ar iechyd meddwl – mae eu heffeithiau'n cynnwys iselder, risg uwch o hunanladdiad a dirywiad gwybyddol. (International psychogeriatrics, 2019) (International psychogeriatrics, 2019) (Journal of Ageing life care, 2018) Maent hefyd yn gysylltiedig â risg uwch gyffredinol o farw. Mae effeithiau unigrwydd yn digwydd ar bob cam o fywyd, ond mae pobl hŷn yn enwedig mewn perygl oherwydd hyn. (International journal of obesity, 2011) (Journal of Ageing life care, 2018)

Mae 17% o bobl Powys yn dweud eu bod yn teimlo'n unig yn y data diweddaraf sydd ar gael – byddai cymhwyso hyn i'r boblogaeth bresennol yn golygu oddeutu 22,600 o drigolion ledled Powys. Mae'r ganran hon yn uwch na chyfartaledd Cymru, sef **15.5%** (er nad yw'r gwahaniaeth hwn yn arwyddocaol o safbwynt ystadegol). Dangosir y ffigurau ar gyfer pob un o ardaloedd awdurdodau lleol Cymru yn y ddelwedd isod.



Ffigur 16 Pobl sy'n teimlo'n unig fesul awdurdod lleol (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2021)

COVID-19

Mae pandemig y coronafeirws wedi taro pobl hŷn a'r rhai sydd â chyflyrau iechyd isorweddol yn anghymesur. Ym mron i bob gwlad, **roedd o leiaf 90% o'r marwolaethau COVID-19 ymhlith pobl 60 oed a hŷn.** Mewn llawer o'r rhain, roedd oddeutu hanner neu fwy o'r marwolaethau ymhlith preswylwyr a oedd mewn cyfleusterau gofal hirdymor. Bu graddiant cymdeithasol clir mewn marwolaethau COVID-19. **Effeithiwyd yn anghymesur ar bobl nas gwasanaethir yn ddigonol, ar bobl sy'n byw mewn ardaloedd difreintiedig ac ar leiafrifoedd ethnig. Y grwpiau hynny yr effeithiwyd arnynt fwyaf oedd y rhai a oedd eisoes fwyaf agored i iechyd a llesiant gwael.** (PTHB, 2021)

Tabl 1 Bod yn agored i niwed mewn cysylltiad â COVID-19: y rhai yr effeithir arnynt fwyaf, Ffynhonnell: Iechyd Cyhoeddus Cymru

Effaith uniongyrchol ar iechyd – Dal haint, salwch difrifol, marwolaeth.	**Effaith anuniongyrchol –** Trwy'r pum cyflwr hanfodol (Penderfynyddion ehangach iechyd)
Pobl gyda chyflyrau neu anabledd cronig oedd yn bodoli'n barod. Grwpiau lleiafrifoedd ethnig, yn arbennig Du ac Asiaidd. Pobl yn byw mewn ardaloedd o amddifadedd economaidd-gymdeithasol uwch. Pobl yn byw mewn, ac mewn perygl o dlodi ac eithrio cymdeithasol. Hunangyflogedig, y rhai mewn swyddi anniogel/anffurfiol/incwm isel (yn aml yn swyddi allweddol) Gweithwyr gofal cymdeithasol neu iechyd rheng flaen. Yn byw neu'n gweithio mewn amodau llawn, megis gwaith prosesu cig. Grwpiau ar y cyrion neu grwydrol megis pobl ddigartref, ffoaduriaid a gweithwyr mudol, carcharorion. Y rhai sydd heb gyfleusterau dŵr, golchi na hylendid sylfaenol.	
Pobl hŷn Dynion Byw mewn cartref gofal	Plant a phobl ifanc Menywod, yn arbennig mamau Gweithwyr heb sgiliau

Ochr yn ochr â'r henoed, mae'r pandemig wedi effeithio ar bobl ifanc. Mae mesurau ymateb i COVID-19 wedi cynnwys cau ysgolion am gyfnodau estynedig ar raddfa fawr, **a arweiniodd at effeithiau negyddol ar ddatblygiad plant, iechyd a llesiant, cyrhaeddiad addysgol, rhagolygon addysgol a rhagolygon o ran cyflogaeth yn y dyfodol, incwm teuluoedd a'r economi yn gyffredinol.** Mae cyfyngiadau symud wedi eu cysylltu ag effeithiau seicogymdeithasol negyddol uniongyrchol, gan gynnwys diffyg cyswllt cymdeithasol, er enghraifft, i'r rhai sydd rhwng 12 a 18 oed; a phrofi unigrwydd i'r rhai sydd rhwng 16 a 24 oed.

I lawer o bobl, **profwyd COVID-19 fel 'syndemig'** – hynny yw, pandemig synergyddol sy'n cyd-ddigwydd, sy'n rhyngweithio â chlefydau cronig a chyflyrau cymdeithasol sydd eisoes yn bodoli, gan eu gwaethygu.

Nodir effaith gyffredinol amcangyfrifedig COVID-19 ar rai cyflyrau penodol isod:

- Rhagwelir y bydd cyfran yr oedolion o oedran gweithio *y cyfyngir arnynt gan salwch hirdymor* yn cynyddu o 18.1% yn 2019/20, i 24.4% yn 2022/23: **Ym Mhowys, mae hyn yn 4,719 o oedolion ychwanegol**
- Rhagwelir y bydd cyfran yr oedolion o oedran gweithio sydd â *phroblemau cyhyrysgerbydol* yn cynyddu o 17.1% yn 2019/20 i 19.4% yn 2022/23: **Ym Mhowys, mae hyn yn 1,723 o oedolion ychwanegol**
- Rhagwelir y bydd cyfran yr oedolion o oedran gweithio sydd â *phroblemau cylchrediad y gwaed* yn cynyddu o 12.8% yn 2019/20 i 15.5% yn 2022/23: **Ym Mhowys, mae hyn yn 2,023 o oedolion ychwanegol**

- Rhagwelir y bydd cyfran yr oedolion o oedran gweithio sydd â *phroblemau anadlol* yn cynyddu o 8.2% yn 2019/20 i 10.6% yn 2022/23: **Ym Mhowys, mae hyn yn 1,797 o oedolion ychwanegol**
- Rhagwelir y bydd cyfran yr oedolion o oedran gweithio sydd â *phroblemau endocrinaidd a metabolaidd* yn cynyddu o 7.9% yn 2019/20 i 10.9% yn 2022/23: **Ym Mhowys, mae hyn yn 2,247 o oedolion ychwanegol**
- Rhagwelir y bydd cyfran yr oedolion o oedran gweithio sydd â *phroblemau iechyd meddwl* yn cynyddu o 8.8% yn 2019/20 i 11.9% yn 2022/23: **Ym Mhowys, mae hyn yn 2,322 o oedolion ychwanegol**

Effaith COVID-19 ar gyflyrau cyffredin (Public Health Wales, 2021)

Bydd y **pedwar niwed sy'n deillio o COVID-19** yn parhau i gael effaith yn y tymor byr a'r hirdymor.

1. Niwed uniongyrchol sy'n deillio o'r haint	**Heintiau acíwt, mynd i'r ysbyty a marwolaethau.** **Cymhlethdodau tymor hwy sy'n deillio o haint COVID-19 ac yn sgil mynd i'r ysbyty** **COVID hir**
2. Niwed anuniongyrchol yn sgil gwasanaethau sydd wedi eu llethu	**Sioc fawr i'r GIG a systemau gofal cymdeithasol:** Bu gostyngiad mawr yn nifer y derbyniadau dewisol a'r derbyniadau brys i'r ysbyty yng Nghymru yn 2020 o'i chymharu â 2019 • Bu **gostyngiad o 55%** yn nifer y derbyniadau dewisol • Bu **gostyngiad o** 30% yn nifer y derbyniadau brys
3. Niwed anuniongyrchol yn sgil newidiadau mewn ymddygiad wrth geisio iechyd	**Gallu cyfyngedig i ddefnyddio gwasanaethau atal, trin ac adsefydlu,** megis: • Sgrinio am ganser a thriniaeth • Atgyfeiriadau iechyd meddwl, er gwaethaf y cynnydd yn y galw Gallai newidiadau mewn ymddygiad wrth geisio iechyd a'r gallu i ddefnyddio gwasanaethau diagnostig hanfodol sydd ar gael **arwain at farwolaethau ychwanegol oherwydd canserau** (gan gynnwys canser y fron, canser y colon a'r rhefr, canser yr ysgyfaint a chanser sefnigol) yn y tymor canolig (1 flwyddyn) a'r hirdymor (5 mlynedd).
4. Niwed economaidd-gymdeithasol anuniongyrchol	**Collodd 22% o'r aelwydydd yng Nghymru o leiaf 20% o'u hincwm wythnosol** rhwng mis Chwefror a mis Ebrill 2020.
5. Niwed sy'n deillio o'r ffordd y mae COVID-19	**Graddiant economaidd-gymdeithasol mewn ysbytai a marwolaethau:**

wedi gwaethygu anghydraddoldeb a oedd eisoes yn bodoli, neu wedi cyflwyno anghydraddoldeb newydd yn ein cymdeithas	Mae cyfradd y derbyniadau i'r ysbyty a'r marwolaethau sy'n deillio o COVID-19 yn yr **20% o'r ardaloedd mwyaf difreintiedig yng Nghymru ddwywaith** yr hyn ar gyfer yr 20% lleiaf difreintiedig

(Llywodraeth Cymru, 2021)
(Grŵp Cynghori Technegol Llywodraeth Cymru, 2021)

Mae ein dealltwriaeth o effaith y pandemig ar iechyd y boblogaeth yn dal i ddatblygu, a bydd angen adolygu hyn yn barhaus wrth i ymchwil a gwybodaeth newydd gael eu cyhoeddi, yn enwedig mewn cysylltiad â COVID hir.

Crynodeb o iechyd y boblogaeth ym Mhowys

Yn gyffredinol, mae Powys yn cymharu'n ffafriol â Chymru gyfan o ran dangosyddion allweddol iechyd y boblogaeth megis disgwyliad oes a disgwyliad oes iach. Fodd bynnag, nid oes lle am hunanfodlonrwydd: dengys cymhariaeth ryngwladol fod Cymru a Phowys yn cyflawni'n wael o'u cymharu â'r gwledydd iachaf ar y dangosyddion hyn; mae'r degawd diwethaf wedi gweld oediadau sy'n peri pryder yn y gwelliannau mewn disgwyliad oes a welodd y degawdau blaenorol; mae'n nodedig bod y rhannau mwyaf difreintiedig o Bowys yn llai iach na'r rhannau lleiaf difreintiedig – mae anghydraddoldeb o ran canlyniadau yn parhau i fod yn her sylweddol.

Yn yr un modd, mae llawer o lefelau poblogaeth y ffactorau risg allweddol ym Mhowys yn edrych yn dda o'u cymharu â Chymru gyfan, ond wrth fynd i'r afael ag anghydraddoldeb ym Mhowys a symud disgwyliad oes tuag at yr hyn sy'n berthnasol i'r cenhedloedd iachaf, mae'n anochel y bydd angen canolbwyntio'n barhaus ar wella ffactorau risg y boblogaeth – yn rhannol drwy'r ffordd yr ydym yn darparu gwasanaethau, ond hefyd drwy ein hymdrechion partneriaeth ehangach.

Mae cyflawni'r effeithiau yr ydym yn dymuno eu gweld wedi dod yn anos yn wyneb y pandemig byd-eang: mae ein dealltwriaeth o'i effeithiau niferus ar iechyd y boblogaeth yn dal i ddatblygu, ond mae eisoes yn amlwg bod COVID-19 wedi dod ag effeithiau eang a rhyngweithiol ar lawer o ffactorau sy'n dylanwadu ar iechyd y boblogaeth.

4. Anableddau corfforol a Nam ar y Synhwyrau

4. Anableddau corfforol a Nam ar y Synhwyrau 59
Anabledd Corfforol..59
Yr hyn y mae pobl wedi ei ddweud 61
Nam ar y Synhwyrau 62
Yr hyn y mae pobl wedi ei ddweud 64

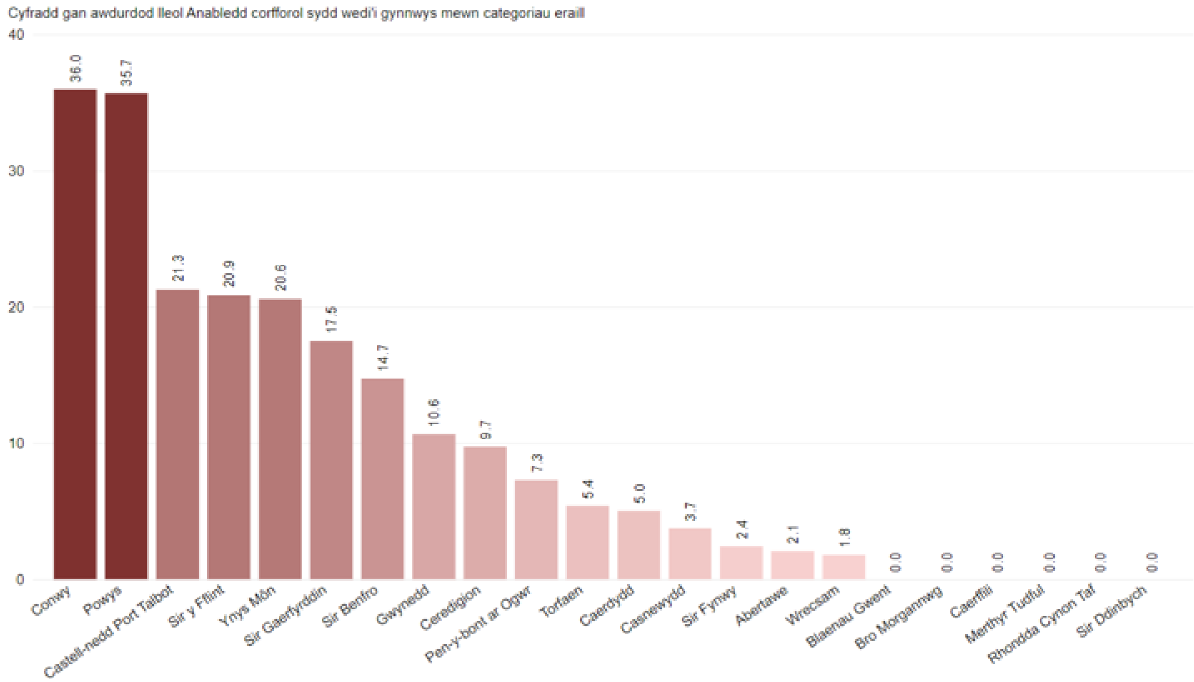
Anabledd Corfforol

Cyfyngiad ar weithrediad corfforol, symudedd, deheurwydd neu stamina person yw anabledd corfforol. Mae anableddau corfforol eraill yn cynnwys namau sy'n cyfyngu ar agweddau eraill ar fywyd bob dydd, megis anhwylderau anadlol, dallineb, epilepsi ac anhwylderau cysgu.

Ym Mhowys, cofnodir bod gan 35.67 o bobl fesul pob 1,000 o'r boblogaeth anabledd corfforol (9.17 fesul pob 1,000 o'r boblogaeth oedd y ffigur hwn ar gyfer Cymru yn ei chyfanrwydd ym mis Mawrth 2018). Powys yw'r Awdurdod Lleol uchaf ond un yng Nghymru, a dim ond Conwy sy'n uwch gyda 35.97 o drigolion fesul pob 1,000 o'r boblogaeth.

(Llywodraeth Cymru, 2019)

Noder: Mae'r cofrestrau ar gyfer pobl ag anableddau corfforol neu synhwyraidd yn cynnwys pawb sydd wedi ei gofrestru o dan Adran 29 o Ddeddf Cymorth Gwladol 1948. Fodd bynnag, mae cofrestru'n wirfoddol, ac felly gallai'r ffigurau amcangyfrif yn rhy isel nifer y bobl sydd ag anableddau corfforol neu synhwyraidd.



Ffigur 17 Cyfradd y bobl (fesul pob 1,000 o'r boblogaeth) sydd ag anabledd corfforol fesul awdurdod lleol (Llywodraeth Cymru, 2019)

Dilynwch y ddolen i weld mwy o wybodaeth am anabledd ac amhariad ar y synhwyrau drwy ein hadroddiad rhyngweithiol.

Mae tri math o daliadau y gallwch eu derbyn os ydych wedi cofrestru fel rhywun sydd ag anabledd, y rhain yw:

- Lwfans Byw i'r Anabl
- Taliad Annibyniaeth Personol
- Lwfans gweini

Mae'r Llywodraeth wedi rhoi'r gorau i ddefnyddio Lwfans Byw i'r Anabl, ac mae'n cael ei ddisodli'n raddol gan Daliad Annibyniaeth Personol. (UK Gov, 2021)

Ym Mhowys, mae gan 20% o'r bobl o oedran gweithio anabledd craidd neu anabledd sy'n cyfyngu ar eu gallu i weithio yn unol â'r Ddeddf Cydraddoldeb (23% yw hyn yng Nghymru, 2015).

Roedd 5% o'r bobl o oedran gweithio yn hawlio Lwfans Byw i'r Anabl.

Ym mis Chwefror 2021, roedd 2,577 o drigolion Powys yn hawlio Lwfans Byw i'r Anabl; Ystradgynlais oedd yr ardal uchaf gyda 466 o drigolion, a ddilynir gan ardal y Drenewydd gyda 341 o drigolion a oedd yn ei hawlio. Yr ardal â'r nifer lleiaf o drigolion a oedd yn hawlio Lwfans Byw i'r Anabl, gyda 97 o hawlwyr ym mis Chwefror 2021, oedd ardal Llanidloes ac ardal y Gelli Gandryll a Thalgarth.

Yn ystod yr un cyfnod, roedd 6,270 o drigolion Powys yn hawlio Taliad Annibyniaeth Personol; y Drenewydd oedd yr ardal uchaf gyda 1,032 o drigolion, a ddilynir gan ardal Ystradgynlais gyda 860 o drigolion a oedd yn ei hawlio.

Crucywel oedd yr ardal leol â'r nifer lleiaf o breswylwyr yn hawlio Taliad Annibyniaeth Personol, gyda 199 o drigolion ym mis Chwefror 2021.

Ym mis Hydref 2021, roedd cyfanswm o **3,437 o ofalwyr a oedd wedi cofrestru gyda CREDU** ym Mhowys. Mae 2,390 ohonynt yn oedolion sy'n ofalwyr a ddiffinnir fel pobl 26 oed a throsodd, ac mae 870 ohonynt yn ofalwyr ifanc. (*Mae 177 o'r gofalwyr sydd wedi cofrestru o oedran anhysbys).

O'r oedolion hynny sy'n ofalwyr, roedd gan 22% (518) **ohonynt anabledd/salwch corfforol fel y math uchaf a gofnodwyd. O'r gofalwyr ifanc hynny, roedd gan 6%** (48) **ohonynt anabledd/salwch corfforol fel y math uchaf a gofnodwyd.** I gael rhagor o wybodaeth am Ofalwyr ym Mhowys, gweler y bennod ar Ofalwyr.

Yr hyn y mae pobl wedi ei ddweud

Cymerodd aelodau Cynghrair Niwrolegol Cymru ym Mhowys ran mewn grŵp ffocws rhithwir bach (Ionawr 2022) a dywedodd yr hyn a ganlyn wrthym:

Mae angen cymorth â'r asesiadau Taliad Annibyniaeth Personol gan rywun sydd â dealltwriaeth o'r materion hirdymor sy'n deillio o fyw gyda chyflwr cronig penodol. Mae angen eiriolaeth a chymorth o ran mynd i'r apwyntiad Taliad Annibyniaeth Personol. Roedd pryder mai dim ond am dair blynedd y mae'r Taliad Annibyniaeth Personol yn ddilys ac yna bod ailasesiad yn angenrheidiol.

Dywedodd Sian, sydd â Sglerosis Ymledol: "Roedd yr asesiad Taliad Annibyniaeth Personol a'r broses yn peri llawer o straen i mi, ac roedden nhw'n gymhleth ac yn frawychus iawn. Roedd y ffurflen yn ofnadwy. Heb gefnogaeth Multiple Sclerosis Society, ni fyddwn i wedi gallu ei chwblhau ar fy mhen fy hun. Rwy'n poeni bod llawer o bobl eraill nad ydynt yn cael y gefnogaeth yr oeddwn i'n ffodus i'w chael drwy brosiect Multiple Sclerosis Society."

Mae'r pandemig wedi arwain at amhariad enfawr i ofal a thriniaeth pobl sydd ag anableddau. Mae oediadau gyda sganiau a phrofion a chynlluniau triniaeth yn enghreifftiau o hyn

Cododd sylwadau gan deulu yng Ngogledd Powys sy'n gofalu am ei blentyn sydd â salwch hirdymor a chronig bryderon am:

- Gyllid oherwydd costau teithio am y teithiau hir i'r ysbyty ac er nad oedd yn gallu gweithio oherwydd cyfrifoldebau gofalu, mae un teulu wedi gorfod ailforgeisio ei dŷ er mwyn talu am y costau uwch.
- Iechyd meddwl ei blentyn a gweddill y teulu oherwydd y sefyllfa ingol y mae ynddi.

Integreiddio'r gwasanaethau sydd eu hangen i gefnogi'r teuluoedd hyn, o Wasanaethau Cymdeithasol, Addysg, gofal iechyd a CAMHS.

Yn arolwg llesiant Byw ym Mhowys, gofynnwyd i ymatebwyr a oeddent *yn ystyried eu hunain yn anabl,* a dywedodd 13% ohonynt eu bod nhw. O blith y rheini

- Pwysleisiodd 23% ohonynt fod ganddynt broblemau iechyd meddwl
- Roedd gan 9% ohonynt anabledd neu anhawster dysgu
- **Roedd gan 39% ohonynt nam corfforol/symudedd**
- Mae gan 13% ohonynt nam ar y clyw
- Mae gan 1% ohonynt nam ar y golwg
- Mae gan 2% ohonynt nam ar y lleferydd

Nam ar y Synhwyrau

Nam ar y Synhwyrau yw'r term cyffredin a ddefnyddir i ddisgrifio byddardod, dallineb, nam ar y golwg, nam ar y clyw a byddardod ddall.

Gall nam ar y synhwyrau fod yn gyflwr sylweddol sy'n cyfyngu ar fywyd ac mae'n digwydd yn amlach gydag oedran. Mae hyn yn golygu bod yr heriau sy'n gysylltiedig â'r cyflwr yn debygol o gynyddu yn ystod y degawdau nesaf. Mae'r ffactorau cyflymu mewn cysylltiad â cholli golwg yn cynnwys diabetes a gordewdra.

Mae gan bobl sydd â nam ar y synhwyrau amrywiaeth o anghenion gofal a chymorth. Mae'n hanfodol nodi'n gynnar, yn ogystal ag atal, darparu cymorth i leihau unigrwydd, ynysigrwydd a hybu iechyd meddwl, llesiant a mesurau i gefnogi'r gallu i gael gafael ar gyflogaeth.

Mae gofal a chymorth effeithiol yn debygol o leihau risgiau eraill sy'n gysylltiedig ag oedran ac eiddilwch, megis codymau. Mae amrywiaeth o wasanaethau ar gael ledled Cymru. Mae'r rhain yn darparu sylfaen ar gyfer gwelliant yn y dyfodol. Mae angen i welliannau ganolbwyntio ar ddatblygu gwasanaethau generig ac arbenigol ymhellach ac ar wella mynediad at wasanaethau eraill i bobl sydd â nam ar y synhwyrau. Bydd hyn yn gofyn am ddulliau cydweithredol er mwyn sicrhau cysondeb a sicrhau yr eir i'r afael â heriau cyffredin.

Mae Cyngor Sir Powys yn cyflogi swyddogion adsefydlu cwbl gymwysedig a fydd yn asesu anghenion pobl â nam ar y synhwyrau, byddant yn helpu'r unigolion i ddysgu sgiliau newydd ac yn darparu gwybodaeth i ofalwyr. Nod asesiad yw nodi problemau y mae nam ar y synhwyrau yn eu hachosi o ddydd i ddydd. Mae'r swyddogion adsefydlu yn gweithio gydag unigolion i lunio cynllun adsefydlu a fydd yn rhestru'r cymorth sydd ei angen arnynt i fyw'n annibynnol.

Mae Cyngor Cymru i'r Deillion a'r sector colli golwg ehangach yn pryderu am y gostyngiad yn nifer y Swyddogion Adfer ar gyfer Pobl sydd â Nam ar eu Golwg yng Nghymru. Y nifer argymelledig yw 1 ar gyfer pob 70,000 o drigolion. Ceir 30.3 FTE yng Nghymru o'u cymharu

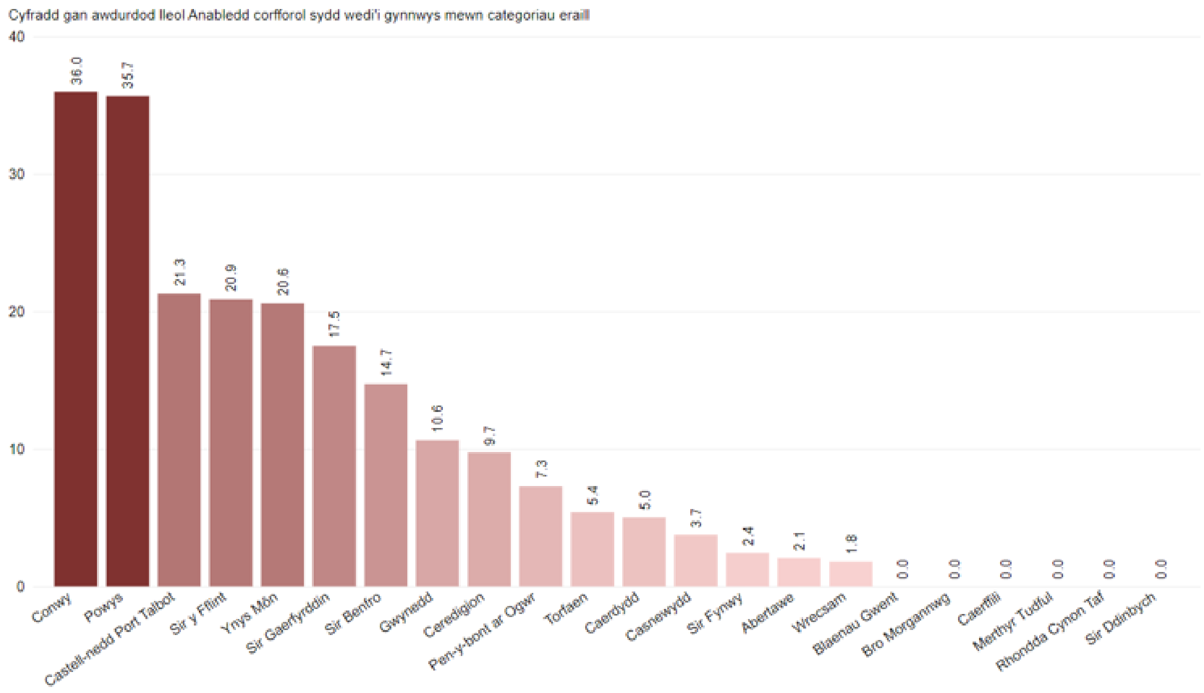
â'r 44.9 FTE argymelledig. Bydd y diffyg hwn yn gwaethygu sefyllfa sydd eisoes yn heriol, gydag ôl-groniad o achosion a grëwyd gan gyfyngiadau COVID-19 ac achosion ychwanegol oherwydd sgiliau a gollwyd ac effaith gostyngiad mewn gwasanaethau gofal iechyd sylfaenol ac eilaidd.

Swyddogion Adfer ar gyfer Pobl sydd â Nam ar eu Golwg yw'r unig arbenigwyr sy'n gymwys i weithio ym maes gofal cymdeithasol gydag oedolion sydd wedi colli eu golwg. Mae hyn yn bygwth annibyniaeth a llesiant pobl ddall a rhannol ddall yng nghenedlaethau'r dyfodol yng Nghymru

Dim ond chwe awdurdod lleol allan o 22 sy'n bodloni safon ofynnol o ran cyflogi Swyddogion Adfer ar gyfer Pobl sydd â Nam ar eu Golwg. Cyngor Sir Powys yw'r 7fed allan o'r 22 o awdurdodau lleol gydag 1.8 FTE, ac 1.9 FTE (-0.5%) a argymhellir. Y gwaethaf ymhlith yr awdurdodau lleol yw Caerdydd gyda dim ond 1 FTE allan o'r 5.2 FTE a argymhellir (-81%).

Mae'r data diweddaraf sydd ar gael (2018) yn **dangos bod 11.83 o bobl fesul pob 1,000 o'r boblogaeth yng Nghymru wedi cofrestru fel pobl sydd â nam ar y synhwyrau.** Powys yw'r awdurdod lleol uchaf yng Nghymru gyda **22.36 o bobl fesul pob 1,000 o'r boblogaeth sydd wedi cofrestru fel pobl sydd â nam ar y synhwyrau.**

Cyfradd y bobl sydd wedi cofrestru fel rhai sydd â nam difrifol ar eu golwg yng **Nghymru yw 2.07 o bobl fesul pob 1,000 o'r boblogaeth.** Powys sydd â'r gyfradd uchaf allan o'r 22 o awdurdodau lleol, gyda **3.56 o bobl fesul pob 1,000 o'r boblogaeth sydd wedi cofrestru fel rhai sydd â nam difrifol ar eu golwg**. (Llywodraeth Cymru, 2019)



Ffigur 18 Cyfradd y bobl (fesul pob 1,000 o'r boblogaeth) sydd â nam difrifol ar eu golwg (Llywodraeth Cymru, 2019)

Noder: Mae'r cofrestrau ar gyfer pobl ag anableddau corfforol neu synhwyraidd yn cynnwys pawb sydd wedi ei gofrestru o dan Adran 29 o Ddeddf Cymorth Gwladol 1948. Fodd bynnag, mae cofrestru'n wirfoddol, ac felly gallai'r ffigurau amcangyfrif yn rhy isel nifer y bobl sydd ag anableddau corfforol neu synhwyraidd.

Dilynwch y ddolen i weld mwy o wybodaeth am anabledd ac amhariad ar y synhwyrau drwy ein hadroddiad rhyngweithiol.

Yr hyn y mae pobl wedi ei ddweud

Yn arolwg llesiant Byw ym Mhowys, gofynnwyd i ymatebwyr a oeddent *yn ystyried eu hunain yn anabl,* a dywedodd 13% ohonynt eu bod nhw. O blith y rheini

- Pwysleisiodd 23% ohonynt fod ganddynt broblemau iechyd meddwl
- Roedd gan 9% ohonynt anabledd neu anhawster dysgu
- Roedd gan 39% ohonynt nam corfforol/symudedd
- **Mae gan 13% ohonynt nam ar y clyw**
- **Mae gan 1% ohonynt nam ar y golwg**
- Mae gan 2% ohonynt nam ar y lleferydd

5. Anabledd dysgu ac awtistiaeth

5. Anabledd dysgu ac awtistiaeth 65
Anabledd Dysgu 65
Plant ag anableddau Dysgu 66
Tîm Cynhwysiant Cyngor Sir Powys 69
Panel Cynhwysiant Powys 69
Pobl hŷn sydd ag anableddau dysgu ac awtistiaeth 70
Yr hyn y mae pobl wedi ei ddweud 72
Tai â Chymorth 72
Yr hyn y mae pobl wedi ei ddweud. 74
Pa faterion y mae angen inni fynd i'r afael â nhw yn y cynllun nesaf? 75
Anhwylder Sbectrwm Awtistiaeth 75

Anabledd Dysgu

Mae pobl sydd ag anabledd dysgu a'u teuluoedd yn dymuno byw mor annibynnol â phosibl, cymdeithasu yn eu cymuned leol a byw bywyd mor llawn â phosibl.

Mae gan Bowys sawl system ar waith i gefnogi pobl i gael gafael ar wasanaethau a chymorth. Mae'r rhain yn cynnwys systemau asesu a rheoli gofal, systemau dyrannu adnoddau, gofal iechyd parhaus, gwiriadau iechyd, taliadau uniongyrchol, trefniadau pontio, ymgynghori parhaus, cynllunio a systemau strategaeth.

Darperir gwasanaethau anabledd dysgu ym Mhowys gan y ddau awdurdod statudol a chan ddarparwyr y sector annibynnol. Mae'r gwasanaethau anabledd dysgu ar y cyd ym Mhowys yn cynnwys Seiciatrydd Ymgynghorol, Seicolegydd, Gweithwyr Cymdeithasol, Therapydd Lleferydd ac Iaith, Therapydd Galwedigaethol, Swyddogion Cymorth Cymunedol, Cynorthwywyr Gofal Iechyd, Nyrsys Anabledd Dysgu Cymunedol, Ffisiotherapydd, Nyrs Glinigol Arbenigol ac Arweinwyr Tîm.

Comisiynir amrywiaeth o wasanaethau llety hirdymor a thymor byr ym Mhowys, gan gynnwys lleoliadau gofal preswyl, a thenantiaethau byw â chymorth. Fodd bynnag, mae pobl sy'n cael eu lleoli y tu allan i'r sir hefyd. Mae'r lleoliadau hyn yn cynnwys lleoliadau domestig bach, cartrefi preswyl, colegau arbenigol preswyl, cyfleusterau ymddygiad arbenigol a chymunedau preswyl mwy sy'n darparu ar gyfer amrywiaeth o ddefnyddwyr gwasanaeth sydd ag anableddau, anghenion gofal ac ymddygiad gwahanol sy'n herio gwasanaethau. Er

mwyn galluogi'r bobl hyn i ddychwelyd adref, byddai angen cymorth priodol ym maes iechyd a gofal cymdeithasol i gynnal lleoliadau lleol.

Dengys ymchwil genedlaethol y bydd gan oddeutu **2.16% o'r boblogaeth sy'n oedolion** anableddau dysgu a chredir bod gan oddeutu **2.5% o'r plant sydd yn y DU** anabledd dysgu (Mencap, 2019)

Cofnodwyd bod 401 o bobl ag anabledd dysgu ym Mhowys ar 31 Mawrth 2021. Mae 380 (94%) o'r rhain yn byw yn eu cymunedau. (PCC, 2021)

- **Mae 15% ohonynt yn byw yn eu cartref eu hunain**
- **Mae 34% ohonynt yn byw gyda rhieni neu deulu**
- **Mae 0.5% ohonynt yn byw mewn cartrefi maeth**
- **Mae 45% ohonynt yn byw mewn tŷ llety ac â threfniadau byw â chymorth**
- **Mae 5% ohonynt yn llety preswyl yr awdurdod lleol**

Tabl 2 Nifer y bobl oedd ar y gofrestr ar gyfer pobl ag anabledd dysgu ar 31 Mawrth 2021.

Man preswylio	**O dan 16 oed**	**Rhwng 16 a 64 oed**	**65 oed a hŷn**	**CYFANSWM 2021**
Lleoliadau cymunedol a. eu cartref eu hunain		42	20	62
Lleoliadau cymunedol b. rhieni/teulu	30	99	6	135
Lleoliadau cymunedol c. cartref maeth	2	2	0	4
Lleoliadau cymunedol d. tŷ llety/byw â chymorth	0	132	47	179
Lleoliadau cymunedol e. is-gyfanswm (a–d)	32	275	73	380
Llety gwasanaeth iechyd (gan gynnwys ysbytai/hosteli ac ati)	0	0	0	0
Llety preswyl yr awdurdod lleol (yn rhai â staff a heb staff)	1	8	12	21
Llety preswyl preifat neu wirfoddol (yn rhai â staff a heb staff)	0	0	0	0
Llety arall	0	0	0	0
CYFANSWM 2021	33	283	85	401

Plant ag anableddau Dysgu

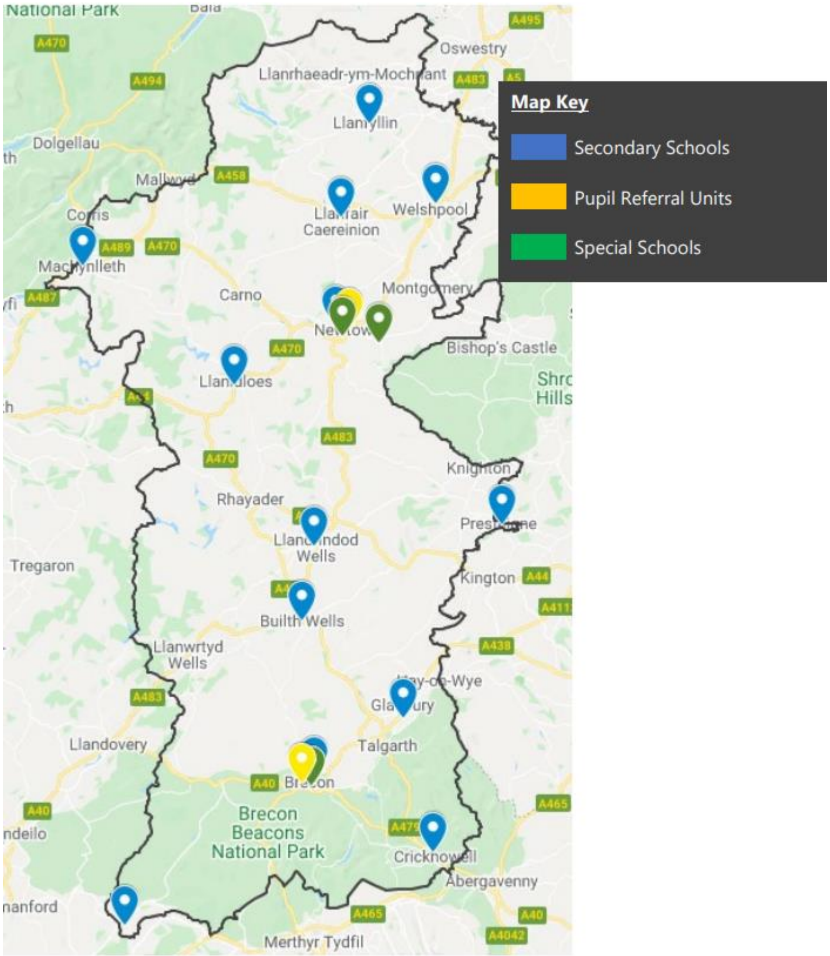
Defnyddir 3 chynllun datblygu unigol gwahanol yn Ysgolion Cyngor Sir Powys, sef:

- **Gweithredu gan yr Ysgol:** Diffinnir Gweithredu gan yr Ysgol fel darpariaeth sy'n ychwanegol at y ddarpariaeth gwahaniaethol disgwyliedig prif ffrwd neu'n wahanol iddi fel arall. Bydd ar gael cyn gynted â phosibl i unrhyw ddisgybl sy'n cael mwy o anhawster wrth ddysgu na'r rhan fwyaf o'i gyfoedion.
- **Gweithredu gan yr Ysgol a Mwy:** Bydd gwasanaethau cymorth allanol Gweithredu gan yr Ysgol a Mwy, y rhai a ddarperir gan yr Awdurdod Addysg Lleol a'r rhai a ddarperir gan asiantaethau allanol, yn arfer yn gweld y plentyn yn yr ysgol os yw hynny'n briodol ac yn ymarferol fel y gallant gynghori athrawon ar Gynlluniau Addysg Unigol newydd gyda thargedau newydd a strategaethau cysylltiedig, darparu asesiadau mwy arbenigol a all lywio'r gwaith o gynllunio a mesur cynnydd y disgybl, rhoi cyngor ar ddefnyddio strategaethau neu ddeunyddiau newydd neu arbenigol, ac mewn rhai achosion, darparu cymorth ar gyfer gweithgareddau penodol.
- **Datganiad:** I nifer fach o ddisgyblion, gan gynnwys pawb y mae angen ysgol arbennig neu leoliad ysgol arbennig y tu allan i'r sir arnynt, mae'n bosibl i'r cyngor gynnal Datganiad o Anghenion Addysgol Arbennig.

Ar hyn o bryd, mae 3,545 (21%) o ddisgyblion ag Anghenion Addysgol Arbennig/Anghenion Dysgu Ychwanegol ym Mhowys. O'r rhain,

- mae 57% (2,011) o'r disgyblion ar Gweithredu gan yr Ysgol
- mae 32% (1,119) ohonynt ar Gweithredu gan yr Ysgol a Mwy
- mae gan 12% (415) o'r disgyblion ddatganiad Anghenion Addysgol Arbennig
- mae 279 disgyblion yn mynychu un o'r tair ysgol arbennig a leolir yn y sir
- mae 138 ohonynt yn mynychu canolfannau arbenigol cynradd neu uwchradd a leolir mewn ysgolion lleol.

Ar hyn o bryd, mae gan Bowys dair ysgol arbennig a dau leoliad uned cyfeirio disgyblion, fel y dangosir ar y map isod.



Ffigur 19 Lleoliadau ysgolion arbennig ac unedau cyfeirio disgyblion ym Mhowys (Cyngor Sir Powys, 2021)

Yn ogystal â hyn, mae 23 o ganolfannau arbenigol ym Mhowys ar hyn o bryd. Mae 19 o'r rhain sy'n darparu'n bennaf ar gyfer disgyblion sydd ag anawsterau dysgu cymedrol ac anhwylder sbectrwm awtistig, ac fe'u lleolir mewn ysgolion cynradd ac uwchradd. Mae pedwar ohonynt sydd hefyd yn ganolfannau asesu cyn ysgol.

Er mwyn cefnogi'r gwaith o weithredu Deddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) 2018, mae gan Gyngor Sir Powys raglen cynhwysiant newydd, Tyfu, a fydd yn cefnogi ysgolion a lleoliadau i weithio mewn partneriaeth â disgyblion, rhieni a gweithwyr proffesiynol i gefnogi anghenion dysgu disgyblion. Bydd y system electronig ddwyieithog yn caniatáu dull cydgysylltiedig o ymdrin ag anghenion dysgu ychwanegol, gan sicrhau bod disgyblion yn cael y cymorth sydd ei angen arnynt cyn gynted â phosibl.

Ar 5 Tachwedd 2020, gwnaeth Cabinet Cyngor Sir Powys ystyried a chymeradwyo strategaeth ar gyfer [Dyfodol Anghenion Addysgol Arbennig / Anghenion Dysgu Ychwanegol ym Mhowys](). Y weledigaeth ar gyfer disgyblion sydd ag anghenion dysgu ychwanegol ym Mhowys yw:

- Bydd pob disgybl ledled Powys yn cael darpariaeth o ansawdd uchel sy'n diwallu ei anghenion, ni waeth ble mae'n byw
- Bydd y mwyafrif o'r disgyblion sydd ag Anghenion Addysgol Arbennig/Anghenion Dysgu Ychwanegol yn cael eu haddysgu yn eu hysgol prif ffrwd leol
- Bydd pob disgybl sydd ag Anghenion Addysgol Arbennig/Anghenion Dysgu Ychwanegol yn cael ei roi mewn darpariaeth sy'n diwallu ei anghenion sydd cyn agosed at ei gartref ag sy'n ymarferol bosibl, gyda'r addysgu arbenigol, y cymorth a'r cyfleusterau priodol sy'n galluogi pob dysgwr i gyflawni ei botensial
- Bydd ystod gynhwysfawr o ddarpariaethau arbenigol, gan gynnwys ysgolion arbennig, uned cyfeirio disgyblion, canolfannau arbenigol, canolfannau lloeren a darpariaeth asesu cynnar
- Bydd hyn yn cynnwys darpariaeth cyfrwng Cymraeg a Saesneg
- Bydd ysgolion arbennig yn darparu ar gyfer y disgyblion hynny sydd â'r anghenion mwyaf cymhleth, er enghraifft anawsterau dysgu difrifol, anawsterau dysgu dwys a lluosog ac anhwylder cymhleth ar y sbectrwm awtistig
- Bydd ysgolion mewn a ledled ardaloedd daearyddol yn cefnogi ei gilydd ac yn rhannu arferion effeithiol

(PCC, 2021)

Tîm Cynhwysiant Cyngor Sir Powys

Mae'r tîm canolog ar gyfer cynhwysiant wedi ei gryfhau ymhellach gyda phenodiadau ychwanegol ac ystod o hyfforddiant a chyngor i uwchsgilio swyddogion. O ganlyniad i hynny, mae ysgolion ym Mhowys yn cael eu cefnogi'n dda gan dîm cynhwysiant profiadol a gwybodus sy'n darparu canllawiau o ansawdd da i ysgolion ar gyfer disgyblion sydd ag Anghenion Dysgu Ychwanegol.

Panel Cynhwysiant Powys

Panel atgyfeirio amlasiantaethol a ddechreuodd ym mis Medi 2019 yn dilyn ymgynghoriad ag ysgolion yw Panel Cynhwysiant Powys. Egwyddor allweddol Panel Cynhwysiant Powys yw nad oes 'drws ffrynt anghywir'. Ceir cylch gorchwyl clir a adolygir yn flynyddol gyda rhanddeiliaid er mwyn sicrhau bod y system atgyfeirio yn bodloni'r gofynion. Mynychir Panel Cynhwysiant Powys gan amrywiaeth o weithwyr proffesiynol amlasiantaethol gan gynnwys ysgolion, gwasanaethau plant, gwasanaeth seicoleg addysg, gwasanaeth synhwyraidd, gwasanaeth niwroddatblygiadol, CAMHS, Gwasanaethau Ieuenctid.

Penodwyd Swyddog Arweiniol Anghenion Dysgu Ychwanegol y Blynyddoedd Cynnar i gefnogi'r gwaith o nodi ac ymyrryd yn gynnar dros blant ledled Powys. Mae Swyddog Arweiniol Anghenion Dysgu Ychwanegol y Blynyddoedd Cynnar wedi meithrin perthnasoedd effeithiol iawn gyda chydweithwyr ym maes iechyd a gwasanaethau plant a chydag ysgolion a lleoliadau. Mae hyn yn un o gryfderau'r gwasanaeth. Penodwyd athro cyfnod sylfaen ymgynghorol profiadol yn athro Blynyddoedd Cynnar arbenigol i gryfhau'r gefnogaeth ar

gyfer lleoliadau Anghenion Dysgu Ychwanegol ar gyfer plant 3+ oed. O ganlyniad i hynny, darperir hyfforddiant a chanllawiau o ansawdd da ac mae cysylltiadau gwaith agos â thîm cynghori y cyfnod sylfaen.

Yn dilyn adolygiad diweddar gyda rhanddeiliaid, gwnaed gwelliannau ychwanegol i wella'r system atgyfeirio, gan gynnwys datblygu blaenoriaethau Panel Cynhwysiant Powys. Oherwydd pandemig COVID-19, **mae nifer yr atgyfeiriadau, mewn cysylltiad â disgyblion â gorbryder a diffyg presenoldeb yn enwedig, wedi cynyddu'n sylweddol,** a derbyniodd y panel 90 o atgyfeiriadau ar un achlysur. Mae Cynhwysiant a Gwasanaethau Ieuenctid yn rhagweithiol iawn wrth geisio atebion o ran cymorth i ysgolion, drwy gydweithredu â phartneriaid ym maes iechyd a Gwasanaethau Plant. O ganlyniad i hynny, mae cydweithwyr ar draws y gwasanaethau hyn wedi sefydlu mynediad integredig at wasanaethau a chynllun peilot 'cymorth cynnar' i gefnogi disgyblion sydd â gorbryder, disgyblion sy'n osgoi'r ysgol a materion sy'n ymwneud â theuluoedd. Mae'r prosiectau hyn ar gam cynnar yn eu datblygiad ac nid ydynt wedi eu gwerthuso. Mae 73% o'r penaethiaid yn cytuno neu'n cytuno'n gryf bod y broses atgyfeirio ar gyfer disgyblion sydd ag Anghenion Addysgol Arbennig/Anghenion Dysgu Ychwanegol yn glir ac yn effeithiol.

Mae dull mwy cydgysylltiedig o ddarparu ar gyfer disgyblion Anghenion Addysgol Arbennig/Anghenion Dysgu Ychwanegol ôl-16 drwy'r ffrwd waith ôl-16, sy'n dangos dull mwy cydgysylltiedig rhwng gwella ysgolion, ysgolion, y tîm Anghenion Addysgol Arbennig/Anghenion Dysgu Ychwanegol a swyddogion eraill. Mae gwell cydgysylltu rhwng y tîm derbyn a rheolwyr Anghenion Dysgu Ychwanegol yn sicrhau bod pob disgybl yn cael ei roi yn y ddarpariaeth briodol yn ysgolion Powys.

Yn ddiweddar, mae rheolwyr Anghenion Dysgu Ychwanegol wedi darparu hyfforddiant ar Ddeddf newydd Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) 2018 a chod ar gyfer cydweithwyr yn y gwasanaethau i blant ac iechyd ac ar gyfer y cabinet. Darperir yr wybodaeth ddiweddaraf yn rheolaidd i uwch-arweinwyr, ysgolion a llywodraethwyr, gyda hyfforddiant penodol ar gyfer Cydgysylltwyr Anghenion Dysgu Ychwanegol. Mae hyn wedi arwain at ddealltwriaeth gyffredin ar draws y cyngor ynghylch gofynion a chyfrifoldebau allweddol swyddogion mewn cysylltiad â'r ddeddf. Mae therapyddion lleferydd ac iaith wedi cymryd rhan yn y prosiect cyn ysgol yn ddiweddar, sy'n cael ei ddatblygu er mwyn sicrhau bod gwaith nodi ac ymyrryd yn digwydd yn gynnar. Rydym wedi gweithio gyda'r Gwasanaethau Iechyd a Phlant i fapio'r ddarpariaeth sydd ar waith ar hyn o bryd i ddatblygu dull cydgysylltiedig o gefnogi plant ifanc sydd ag Anghenion Addysgol Arbennig/Anghenion Dysgu Ychwanegol. Rydym wedi dechrau cydgynllunio hyfforddiant CAMHS, Iechyd (yn rhanbarthol ac yn lleol), a Gwasanaethau Awtistiaeth Integredig.

(PCC, 2021)

Pobl hŷn sydd ag anableddau dysgu ac awtistiaeth

Mae pobl sydd ag anableddau dysgu yn byw'n hirach nag oeddent yn y gorffennol ac o ganlyniad i hynny, mae nifer y bobl hŷn sydd ag anabledd dysgu yn cynyddu. Mae gan oddeutu 1.5 miliwn o bobl yn y DU anabledd dysgu. Mae hyn er bod pobl ag anableddau dysgu 58 gwaith yn fwy tebygol o farw cyn eu bod yn 50 oed o'u cymharu â gweddill y boblogaeth.

Mae angen mwy o gymorth ar bobl hŷn sydd ag anabledd dysgu i heneiddio'n dda, i barhau i fod yn egnïol ac i aros yn iach cyhyd ag y bo modd. Canfu ymchwil gan y Comisiwn Hawliau Anabledd yn 2006 fod pobl sydd ag anabledd dysgu 2.5 gwaith yn fwy tebygol o fod â phroblemau iechyd o'u cymharu â gweddill y gymuned.

- Mae 29,000 o oedolion ag anabledd dysgu sy'n byw gyda rhieni 70 oed a throsodd y mae llawer ohonynt yn rhy hen neu'n rhy eiddil i barhau â'u swyddogaethau gofalu. Dim ond mewn 25% o'r achosion hyn y mae Awdurdod Lleol wedi cynllunio tai eraill.
- Mae llai nag 20% o'r bobl sydd ag anabledd dysgu yn gweithio, ond mae o leiaf 65% o'r bobl sydd ag anabledd dysgu yn dymuno gweithio. O ystyried y bobl hynny ag anabledd dysgu sy'n gweithio, mae'r mwyafrif ohonynt yn gweithio'n rhan-amser ac yn gyflog isel.
- Mae pobl ag anabledd dysgu bedair gwaith yn fwy tebygol o farw o achosion y gellir eu hatal o'u cymharu â'r bobl yn y boblogaeth gyffredinol.
- Mae pobl ag anabledd dysgu ddeng waith yn fwy tebygol o fod â phroblemau difrifol ar eu golwg ac mae angen i chwech o bob deg o bobl sydd ag anabledd dysgu wisgo sbectol.

(Powys Teaching Health Board, 2021)

Ar 31 Hydref 2021, mae Powys yn darparu taliadau uniongyrchol i 128 o oedolion sydd ag anableddau dysgu i'w helpu i fyw bywydau annibynnol.

- Mae 62.4% o'r derbynwyr yn wrywod
- Mae 37% ohonynt yn fenywod
- Mae 0.6% ohonynt yn Drawsryweddol

Mae bandiau oedran yr oedolion hynny ag anableddau dysgu sy'n derbyn taliadau uniongyrchol fel a ganlyn

- Mae 32% ohonynt o dan 25 oed
- Mae 35% ohonynt yn 25–34 oed
- Mae 24% ohonynt yn 35–54 oed
- Mae 5% ohonynt yn 55–64 oed
- Mae 4% ohonynt yn 65 oed a hŷn

(PCC, 2021)

Yr hyn y mae pobl wedi ei ddweud

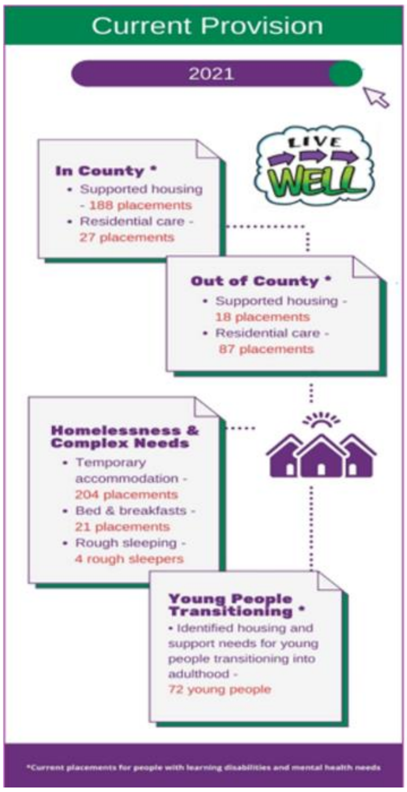
Yn arolwg llesiant Byw ym Mhowys, gofynnwyd i ymatebwyr a oeddent *yn ystyried eu hunain yn anabl,* a dywedodd 13% ohonynt eu bod nhw. O blith y rheini

- Pwysleisiodd 23% ohonynt fod ganddynt broblemau iechyd meddwl
- **Roedd gan 9% ohonynt anabledd neu anhawster dysgu**
- Roedd gan 39% ohonynt nam corfforol/symudedd
- Mae gan 13% ohonynt nam ar y clyw
- Mae gan 1% ohonynt nam ar y golwg
- Mae gan 2% ohonynt nam ar y lleferydd

Tai â Chymorth

Mae cynllun cyflawni Llety a Chymorth Powys yn rhagweld datblygiad tebygol y gwasanaethau llety a chymorth dros y 5 mlynedd nesaf. Er ei bod yn anodd rhagweld y galw yn y dyfodol, disgwylir y bydd y niferoedd yn codi a gostwng oherwydd angen, asesiadau sy'n seiliedig ar gryfderau ac mae'r model dilyniant sy'n llywio'r galw am lety arbenigol ym Mhowys yn y dyfodol yn dangos y bydd angen 72 o leoedd erbyn 2026.

Dangosir yr ardaloedd sydd â'r galw mwyaf yn y ddelwedd Rhagolwg o'r Galw, gyda manylion ychwanegol isod.



Darpariaeth bresennol 2021:

<u>Yn y sir</u>

- tai â chymorth – 188 lleoliad
- Gofal preswyl – 27 lleoliad

<u>Y tu allan i'r sir</u>

- tai â chymorth – 18 lleoliad
- Gofal preswyl – 87 lleoliad

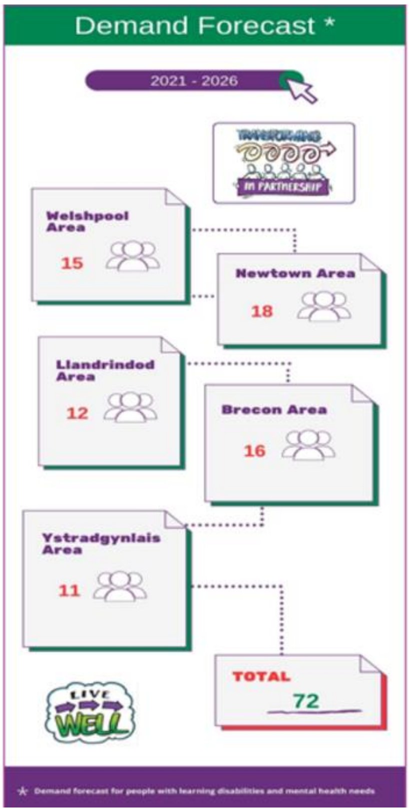
Digartrefedd ac anghenion cymhleth

- Llety dros dro – 204 lleoliad
- Gwely a brecwast – 21 lleoliad
- Cysgu allan – 4 lleoliad

<u>Pobl ifanc a phontio</u>

- Nodwyd anghenion tai a chymorth ar gyfer pobl ifanc sy'n pontio i oedolaeth – 72 o bobl ifanc

Rhagolwg o’r galw rhwng 2021 a 2026



- Ardal y Trallwng 15
- Ardal y Drenewydd 18
- Ardal Llandrindod 12
- Ardal Aberhonddu 16
- Ardal Ystradgynlais 11
- Cyfanswm 72

Rydym wedi nodi pedair ffordd y byddwn yn sbarduno bwriad strategol Cynllun Llety a Chymorth ar gyfer pobl sy’n byw gydag anableddau dysgu, cyflyrau iechyd meddwl, anghenion lluosog a chymhleth, ac anableddau corfforol a synhwyraidd.

Ffigur 20 Yr hyn y byddwn yn ei wneud. Llety a Chymorth (Cyngor Sir Powys, 2021)

(PCC, 2021)

Yr hyn y mae pobl wedi ei ddweud.

Ym mis Mehefin 2021, ymgynghorodd BCA â phobl sy'n mynychu ein cyfarfodydd hunaneiriolaeth wythnosol ar Zoom i ganfod pa wasanaethau a gweithgareddau yr hoffent eu cael yn y dyfodol. Llywiodd yr atebion ymgynghoriad ehangach a anfonwyd yn y post i 77 o bobl ag anabledd dysgu yn ne a chanolbarth Powys. Cawsom 55 o ymatebion: Roedd 71% o'r bobl a atebodd yn gallu defnyddio Zoom, gan adael 29% sylweddol nad oeddent yn gallu gwneud hynny; o'r rhai a oedd yn defnyddio Zoom, nid oedd 36% ohonynt yn ei hoffi, roedd 70% o'r ymatebwyr yn dymuno cael rhagor o weithgareddau cymdeithasol. Roedd atebion o'r ymgynghoriad yn adleisio'r hyn y bu pobl yn ei ddweud wrthym yn y cyfarfodydd Zoom, sef y gwerthfawrogir cyswllt wyneb yn wyneb â phobl eraill yn fawr ond bod pobl hefyd yn dymuno cael gweithgareddau ystyrlon.

Mae cleientiaid Cymdeithas Ddeintyddol Prydain yn dangos bod galw am weithgareddau, fel y dangoswyd gan brosiect celf cyfyngiadau symud a gynhaliwyd gennym ym mis Chwefror/Mawrth 2021 – roeddem yn disgwyl 30 o gyfranogwyr, ond gofynnodd 65 o bobl am becynnau celf, gan gymryd rhan mewn gweithdai celf Zoom a/neu gwblhau gwaith celf gartref. Mae ein haelodau'n dweud wrthym yn gyson eu bod yn gwerthfawrogi cyswllt wyneb yn wyneb. Daeth dyn ifanc a oedd yn methu/amharod i gael mynediad i Zoom i'n grŵp canu Choir Cats cyntaf a gynhaliwyd ym mis Mai 2021 yn yr awyr agored; dim ond y

trydydd tro iddo adael ei dŷ ers mis Medi 2020 oedd hyn, ac mae bellach yn edrych ymlaen at fynychu'r grŵp bob wythnos.

Pa faterion y mae angen inni fynd i'r afael â nhw yn y cynllun nesaf?

Mae'r materion sy'n wynebu Powys ar hyn o bryd yn cynnwys:

- Tan yn ddiweddar, nid yw'r awdurdod lleol wedi bod â gweledigaeth ddigon clir ar gyfer dysgwyr sydd ag Anghenion Addysgol Arbennig/Anghenion Dysgu Ychwanegol
- Roedd diben rhywfaint o'r ddarpariaeth arbenigol yn aneglur
- Gan ddibynnu ar ble mae disgyblion yn byw, mae ganddynt fynediad at ddarpariaeth o ansawdd a math gwahanol
- Mae'n rhaid i rai disgyblion deithio'n bell i gyrraedd darpariaeth sy'n diwallu eu hanghenion
- Gellid addysgu rhai disgyblion a leolir mewn darpariaeth arbenigol ar hyn o bryd (ysgolion arbennig neu ganolfannau arbenigol) mewn ysgol prif ffrwd
- Mae'r ddarpariaeth cyfrwng Cymraeg yn anghyson
- Nid oes gan bob ysgol prif ffrwd y cyfleusterau na'r arbenigedd angenrheidiol i gefnogi disgyblion sydd ag ystod eang o anghenion dysgu
- Mae'r prosesau ar gyfer nodi a darparu ymyrraeth ar gyfer plant cyn oed ysgol sydd ag Anghenion Addysgol Arbennig/Anghenion Dysgu Ychwanegol yn anghyson ledled Powys

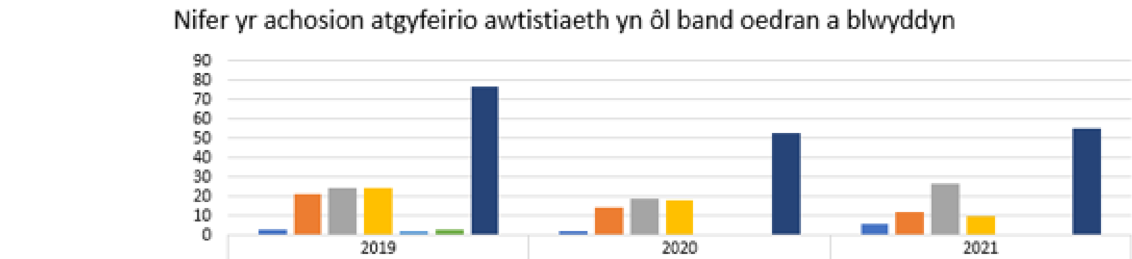
Anhwylder Sbectrwm Awtistiaeth

Anabledd datblygiadol gydol oes sy'n effeithio ar sut mae pobl yn cyfathrebu ac yn rhyngweithio â'r byd yw awtistiaeth (NAS, 2022). Sbectrwm yw awtistiaeth. Mae hyn yn golygu bod pawb sydd ag awtistiaeth yn wahanol. Nid oes angen llawer o gymorth ar rai pobl awtistig, os o gwbl. Efallai y bydd angen cymorth bob dydd gan riant neu ofalwr ar eraill. Nid yw bod yn awtistig yn golygu bod gennych salwch neu glefyd. Mae'n golygu bod eich ymennydd yn gweithio mewn ffordd sy'n wahanol i bobl eraill. Rhywbeth yr ydych yn cael eich geni gydag ef neu rywbeth sy'n ymddangos gyntaf pan eich bod yn ifanc iawn yw ef. Os ydych chi'n awtistig, rydych yn awtistig drwy gydol eich oes. (NHS, 2019). Ceir amrywiaeth o driniaethau therapiwtig a dulliau amgylcheddol a all gefnogi unigolion awtistig i wneud y gorau o'u potensial.

Amcangyfrifir bod **anhwylder sbectrwm awtistiaeth yn effeithio ar un o bob 100 o bobl yn y DU** (NAS, 2022) ac ym **Mhowys**, anhwylder sbectrwm awtistiaeth yw'r **anabledd mwyaf cyffredin ymhlith plant.** (Integrated Autism Service, 2021)

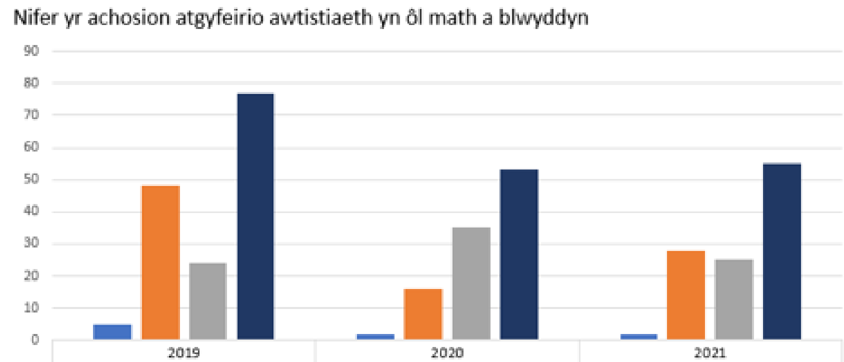
Mae gan 3.44% o'r holl ddisgyblion prif ffrwd ddiagnosis o anhwylder sbectrwm awtistiaeth, neu nodweddion sy'n gysylltiedig ag awtistiaeth (PCC, 2022). Mae 5.9% o'r holl ddisgyblion

anghenion dysgu ychwanegol ledled y sir yn cael diagnosis anhwylder sbectrwm awtistiaeth, neu nodweddion sy'n gysylltiedig ag awtistiaeth. (PCC, 2022)



	2019	2020	2021
16-17	3	2	6
18-25	21	14	12
26-45	24	19	27
46-64	24	18	10
65+	2	0	0
gwell gen i beidio â dweud	3	0	0
cyfanswm	77	53	55

Ffigur 21 Siart Bar sy'n dangos nifer yr atgyfeiriadau awtistiaeth fesul oedran a blwyddyn (Y Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig, 2021)



	2019	2020	2021
atgyfeiriwyd gan rieni / gofalwyr	5	2	2
atgyfeiriwyd gan weithwyr proffesiynol	48	16	28
atgyfeirio ei hun	24	35	25
cyfanswm	77	53	55

Ffigur 22 Siart Bar sy'n dangos nifer yr atgyfeiriadau awtistiaeth fesul math o atgyfeiriad a blwyddyn (Y Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig, 2021)

Sefydlwyd **y Tîm Awtistiaeth Integredig** ym Mhowys i gynnig cymysgedd o arbenigedd iechyd a gofal cymdeithasol.

Mae'r awdurdod lleol yn gweithio gyda rhanddeiliaid ac asiantaethau partner i sicrhau ei fod yn gallu darparu gwasanaethau i'r holl bobl awtistig a'u teuluoedd ac i sicrhau bod eu llais yn cael ei glywed ym mhob agwedd ar gynllunio a'r broses o'u cyflwyno. Rydym yn gweithio i weithredu'r Cod Ymarfer Anhwylder Sbectrwm Awtistiaeth ac rydym yn datblygu systemau

a phrosesau gyda phobl awtistig er mwyn sicrhau bod y cymorth a’r cyfleusterau yn addas i’r diben ac wedi eu targedu i ddiwallu anghenion.

Dengys data hanesyddol fod oedolion yn cael anawsterau wrth geisio cael asesiadau a diagnosis. Er bod y Tîm Awtistiaeth Integredig wedi gwella o ran perfformiad, ni chyflawnwyd yr amcanion oherwydd cyfuniad o ymddiswyddiadau staff a COVID-19 pan ohiriwyd y gwasanaeth, gyda rhai staff yn cael eu hadleoli er mwyn cyflawni dyletswyddau COVID-19 eraill.

Ers mis Ionawr 2020, mae’r Tîm Awtistiaeth Integredig wedi ailstrwythuro’r gwasanaeth er mwyn gwella’r gallu i gael asesiad a diagnosis ac, erbyn hyn, mae ganddo nifer llawn o aseswyr cymwysedig.

Mae 110 o gleientiaid ar y rhestr aros i gael asesiad ac mae’r **amseroedd aros** (a waethygwyd gan y penderfyniad i ohirio’r gwasanaeth oherwydd COVID-19) **yn 12 mis ar hyn o bryd**. Nid oes rhestr aros am gymorth ar hyn o bryd, ond rhagwelir y bydd hyn yn cynyddu.

6. Iechyd meddwl

6. Iechyd meddwl 78
Iechyd Meddwl mewn oedolion..... 78
Yr hyn y mae pobl wedi ei ddweud. 82
Tystiolaeth o Effaith COVID-19 ar Iechyd Meddwl..... 85
Iechyd Meddwl mewn plant..... 87
Yr hyn y mae pobl wedi ei ddweud. 90

Iechyd Meddwl mewn oedolion

Mae iechyd meddwl cadarnhaol yn ffactor allweddol o ran iechyd da ac mae'n berthnasol i'r boblogaeth gyfan. Yn 2007, dywedodd Sefydliad Iechyd y Byd nad oes iechyd heb iechyd meddwl, sy'n golygu bod iechyd meddwl y cyhoedd yn rhan annatod o'r holl waith iechyd cyhoeddus. Mae gwella iechyd meddwl yn fater hollbwysig i bobl o bob oed ac mae ei effaith yn drawsbynciol, gan effeithio ar gyfleoedd bywyd, dysgu, bywyd y cartref, cyflogaeth, diogelwch, iechyd corfforol, annibyniaeth a disgwyliad oes (Powys Teaching Health Board, 2021).

Mae pandemig y coronafeirws wedi cael effaith sylweddol ar iechyd a llesiant meddyliol ac emosiynol. Ym mis Ionawr 2022, mae gwasanaethau iechyd meddwl ac emosiynol, gan gynnwys gofal a chymorth sylfaenol, eilaidd a'r Trydydd Sector, yn profi ceisiadau digynsail am gymorth ledled Cymru, ar gyfer iselder ysgafn i gymedrol, pryder, profedigaeth ac effeithiau hir-barhaol galar, ynysigrwydd cymdeithasol ac unigrwydd. Mae nifer y bobl sy'n defnyddio gwasanaethau argyfwng yn cynyddu hefyd, ac mae anghenion yn dod i'r amlwg sy'n ymwneud ag anhwylderau bwyta, seicosis, ac anghenion cymhleth (gan gynnwys camddefnyddio sylweddau a risg o ddigartrefedd a dyled) i gyd yn dod yn fwy cyffredin.

Iselder yw'r broblem iechyd meddwl fwyaf cyffredin i bobl hŷn ac mae nifer yr achosion yn codi gydag oed (Powys Teaching Health Board, 2021).

Mae menywod yn cael diagnosis o iselder yn amlach na dynion. **Ar unrhyw adeg benodol, bydd gan oddeutu 10–15% o'r boblogaeth genedlaethol sydd dros 65 oed iselder a bydd 25% ohonynt yn dangos symptomau iselder.** Naw ar hugain y cant yw mynychder yr achosion o iselder ymhlith pobl hŷn mewn ysbytai acíwt ac mae'r ffigur hwn ymhlith y rhai sy'n byw mewn cartrefi gofal yn 40%. **Mae iselder mwy difrifol yn llai cyffredin, gan effeithio ar 3–5% o bobl hŷn.**

Dengys data a gyhoeddwyd gan Lywodraeth Cymru fod gan 22.2% o'r holl fenywod beichiog o dan Fwrdd Iechyd Addysgu Powys gyflyrau Iechyd Meddwl pan aethant i'w hapwyntiad beichiogrwydd cyntaf yn 2020. Mae hyn gynnydd bach o'i gymharu â'r flwyddyn flaenorol

(21.6%). Fodd bynnag, mae'n ostyngiad eithaf sylweddol o'i gymharu â 2018 (29.6%) (Llywodraeth Cymru, 2020).

Mae data y Swyddfa Ystadegau Gwladol a gymerwyd yn ystod 2020 yn dangos cynnydd mewn materion iechyd meddwl ac emosiynol. **Roedd 19% o oedolion yn debygol o fod yn profi rhyw fath o iselder yn ystod pandemig y coronafeirws** ym mis Mehefin 2020; roedd hyn bron â dyblu o fod oddeutu 1 allan o bob 10 cyn y pandemig (mis Gorffennaf 2019 hyd fis 2Mawrth 2020) (ONS, 2020). **Datblygodd 13% o oedolion symptomau iselder cymedrol i ddifrifol yn ystod pandemig y coronafeirws.**

Gall pobl sydd ag anghenion iechyd meddwl ofyn am gyngor a chymorth gan eu meddyg teulu. Gostyngodd y gallu i ddefnyddio meddygfeydd meddygon teulu yn ystod y pandemig, gyda llawer o bobl yn dewis peidio â chysylltu â'u meddyg teulu, yn rhannol oherwydd y cyfyngiadau symud cenedlaethol a phwysau eraill sy'n ymwneud â gwasanaethau'r GIG. Ym mis Ionawr 2022, mae nifer y bobl sy'n defnyddio gwasanaethau meddygon teulu yn gyson â nifer y ceisiadau am gymorth a gafwyd cyn y pandemig (ac mae'r niferoedd yn cynyddu) (Powys Teaching Health Board, 2020-2022).

Fodd bynnag, nid yw dwy ran o dair o'r bobl hŷn sydd ag iselder byth yn trafod y mater â'u meddyg teulu, ac ymhlith y traean sydd yn trafod y mater, dim ond hanner y rhain sy'n cael diagnosis a thriniaeth. **Mae hyn yn golygu, o ystyried y rhai sydd ag iselder, dim ond 15% neu un o bob saith ohonynt sy'n cael diagnosis ac unrhyw fath o driniaeth.** Hyd yn oed pan maent yn cael diagnosis, mae pobl hŷn yn llai tebygol o gael cynnig triniaeth na'r rhai sydd rhwng 16 a 64 oed.

Amcangyfrifwyd bod **rhwng 10–15% o fenywod yn dioddef o iselder ôl-enedigol**. Mae oddeutu 1,000 o enedigaethau bob blwyddyn ym Mhowys. Byddai hyn yn dangos y bydd oddeutu 100 o fenywod yn dioddef o iselder ôl-enedigol.

Gorbryder ac iselder yw'r anhwylderau iechyd meddwl mwyaf cyffredin ymhlith y boblogaeth oedran gweithio. (Social Care Wales, 2017)

Yn ôl yr asesiad anghenion fferyllol (Powys Teaching Health Board, 2021), yn y DU;

- mae gan 25% o oedolion hŷn iselder sydd angen triniaeth
- effeithir dros 40% o'r rhai sydd yn eu 80au gan iselder.
- iselder yw prif achos hunanladdiadau yng Nghymru a Lloegr bob blwyddyn.
- Mae hunanladdiad yn fwy cyffredin ymhlith dynion
- Mae camddefnyddio sylweddau yn fwy cyffredin ymhlith dynion

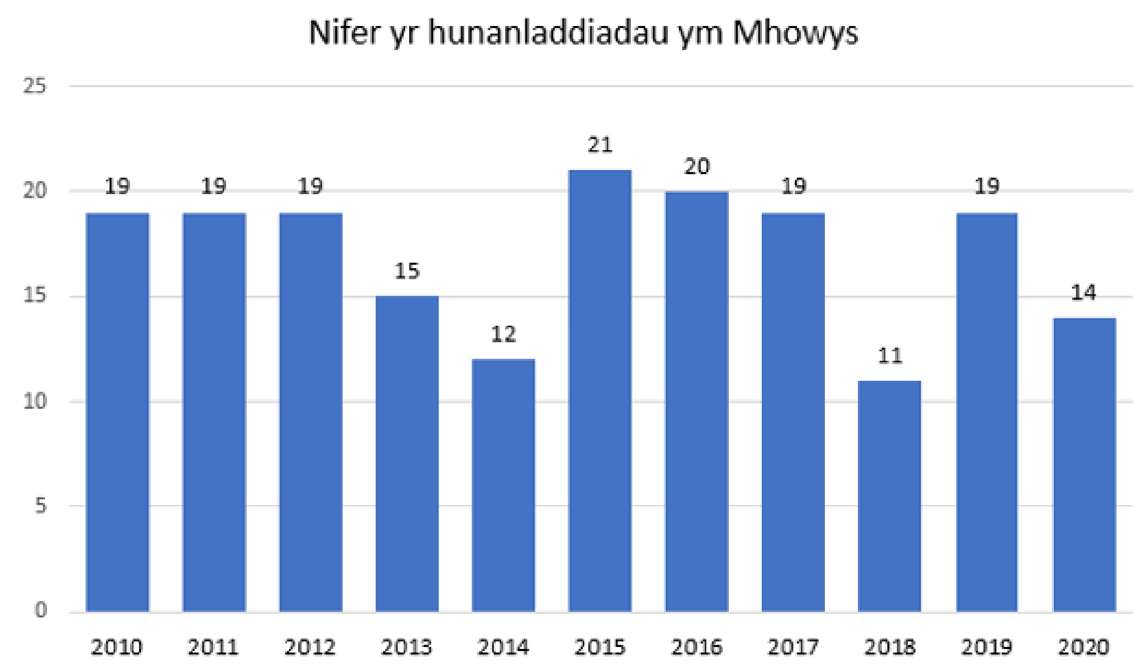
Cafodd **250 o bobl eu derbyn i gyfleuster iechyd meddwl** ym Mhowys **yn 2019–20.** Dengys y data fod derbyniadau i gyfleusterau iechyd meddwl ym Mhowys wedi **gostwng 23%** ers 2014–15; mae hyn yn cyfateb i'r gostyngiad ar gyfer Cyfartaledd Cymru (23.5%).

Mae’r ffigur ar gyfer Powys yn is na chyfartaledd Cymru yn gyson. Er ei bod yn ymddangos bod y niferoedd yn gostwng, nid yw’n hysbys a yw hyn oherwydd gwaith atal yn fuan neu a oes ffactorau eraill sy’n effeithio ar hyn. (Llywodraeth Cymru, 2021)

Bu **285 achos o hunanladdiad yng Nghymru** ym mlwyddyn 2020. (Office for National Statistics, 2021)

Powys yw’r **6ed Awdurdod Lleol uchaf** gyda **chyfradd marwolaethau drwy hunanladdiad o 1.05 fesul 10,000 o’r boblogaeth yn 2020**, sy’n cyfrif am 4.9% o’r holl farwolaethau drwy hunanladdiad yng Nghymru yn 2020.

Yn ystod y 10 mlynedd ddiwethaf, mae nifer yr hunanladdiadau ym Mhowys wedi amrywio rhwng 19 a 21 o farwolaethau drwy hunanladdiad a gofnodwyd bob blwyddyn. Rhwng 2015 a 2019, roedd 5.6% o’r holl achosion o hunanladdiad ym Mhowys yn bobl 25 oed ac iau.



Ffigur 23 Nifer yr achosion o hunanladdiad ym Mhowys dros amser (Y Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2021)

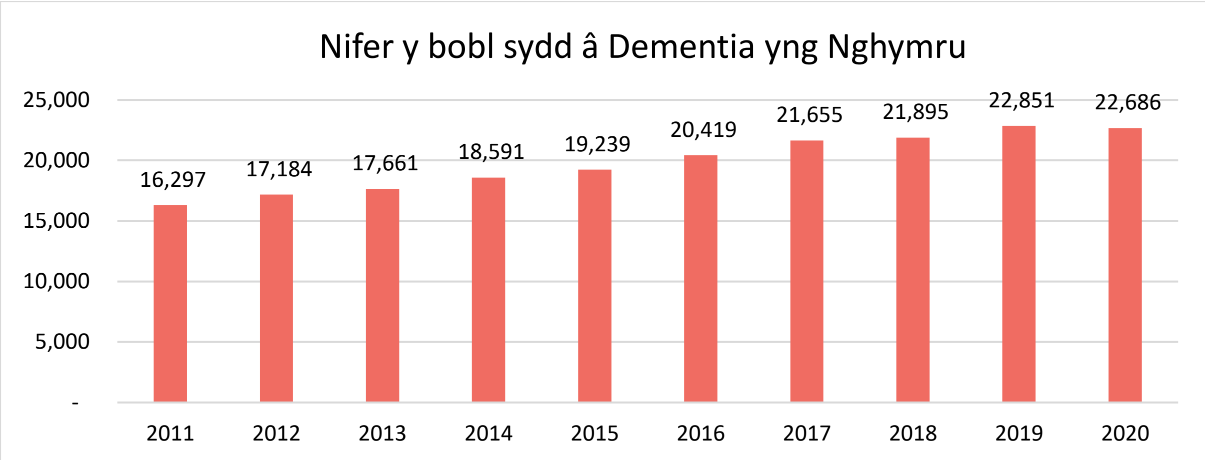
Yr hyn a wyddom am iechyd meddwl pobl ifanc. (Social Care Wales, 2017)

- mae hunanladdiad yn un o brif achosion marwolaeth ar gyfer pobl 15–44 oed
- mae un o bob pum marwolaeth ar gyfer dynion 15–24 oed yn ganlyniad i hunanladdiad
- Mae rhanbarthau’n cydnabod y rhai sydd mewn mwy o berygl o hunanladdiad, yn enwedig dynion ifanc. Mae un rhanbarth yn nodi lefelau hunan-niweidio uwch yn y gymuned Pobl Lesbiaidd, Hoyw, Ddeurywiol a Thrawsryweddol ac mae un eraill yn nodi’r ffactorau risg, megis camddefnyddio sylweddau a’r rhai sy’n fwy difreintiedig yn economaidd-gymdeithasol

Mae **dementia** yn fater iechyd cyhoeddus o bwys yng Nghymru. Mae oddeutu **42,000 o bobl yng Nghymru** sydd â dementia, ond dim ond 22,686 o bobl sydd â diagnosis o ddementia. Ymhlith pobl hŷn y mae'n fwyaf cyffredin - mae dementia yn effeithio ar un o bob ugain sydd dros 65 oed ac **un o bob pump sydd dros 80 oed.**

Source: Wales: General medical services contract: Quality and outcomes framework Sept 2020

Wrth i ddisgwyliad oes gynyddu, bydd rhagor o bobl hŷn ac felly bydd rhagor o bobl â dementia (NHS Wales, n.d.) (Health Challenge Wales, n.d.)).



Ffigur 24 Siart Bar sy'n dangos nifer y bobl yng Nghymru sydd wedi cael diagnosis o Ddementia rhwng 2011 a 2020 (Alzheimer's Research UK, 2021)

Yng **Nghymru,** rhwng 2015 a 2020, bu **cynnydd o 18%** yn nifer y bobl sydd ar y gofrestr dementia, o 19,239 i 22,686 (Alzheimer's Research UK, 2021).

Rhwng 2010 a 2018, o'r saith bwrdd iechyd yng Nghymru, Bwrdd Iechyd Addysgu Powys oedd â'r gyfradd uchaf o achosion o ddementia. Cyfrifir y gyfradd ddiagnosis hon drwy rannu nifer y bobl a gafodd ddiagnosis o ddementia (fel yr adroddir mewn ystadegau iechyd gwladol) â chyfanswm amcangyfrifedig y bobl sy'n byw â dementia. Ar gyfer Bwrdd Iechyd Addysgu Powys, roedd y gyfradd hon yn amrywio o 59% i 76% rhwng 2010 a 2020.

Yn 2019, disgynnodd Bwrdd Iechyd Addysgu Powys i'r 2^{il} safle y tu ôl i Fwrdd Iechyd Betsi Cadwaladr gyda 76%, gan barhau i ostwng yn 2020 pan ostyngodd Bwrdd Iechyd Addysgu Powys i fod yn 4^{ydd} uchaf gyda chyfradd ddementia o 72%.

Mae COVID-19 wedi effeithio ar y cyfraddau diagnostig yn ystod y 18 mis diwethaf, oherwydd nad chynhelid clinigau diagnostig. Pedwar ar ddeg ar hugain y cant yw'r gyfradd ddiagnostig bresennol ym Mhowys, ond rhagwelir y bydd hyn yn cynyddu pan fydd y bobl sydd ar y rhestr aros yn mynd i'w hapwyntiad ac yn cael diagnosis posibl.

Lansiwyd Llwybr Safonau Gofal Dementia ym mis Mawrth 2021 yn sgil ymgynghoriad â thros 1,800 o bobl. Ar ôl cyfyngu ar dros gant o safonau posibl, mae ugain o safonau sy'n archwilio yn fanylach fanylion yr hyn y mae pobl yn credu a fydd yn gwneud gwahaniaeth cadarnhaol i ofal dementia yng Nghymru. Mae Powys wedi arwain y ffordd wrth drefnu gweithdy i gyflwyno'r Safonau i staff gofal iechyd, yr awdurdod lleol a phartneriaid yn y trydydd sector.

Yn dilyn y gweithdy, datblygwyd pedair ffrwd waith i wneud cynnydd â'r safonau ym Mhowys ac mae gwasanaethau asesu Cof yn ymddangos mewn deg allan o'r ugain o safonau, gan gynnwys gwella'r cyfraddau diagnostig. Mae gan Siarter Ysbyty sy'n Ystyriol o Ddementia safon i roi egwyddorion ar waith sy'n adlewyrchu dyheadau Cynllun Gweithredu Cymru ar gyfer Dementia sy'n cwmpasu nifer o ddulliau sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn ac sy'n seiliedig ar hawliau, a fydd yn gwella gofal dementia pan mae cleifion yn cael eu derbyn i'r ysbyty.

Bydd sefydlu Llwybr Safonau Gofal Dementia ym Mhowys yn golygu bod pwyslais clir ar ddatblygu darpariaeth gofal dementia cadarn.

Yr hyn yr ydym yn ei wneud i gefnogi Iechyd Meddwl.

Ym mis Mawrth 2020, ataliodd holl elusennau iechyd meddwl Powys eu gwasanaethau wyneb yn wyneb, gan gynnwys grwpiau galw heibio a sesiynau cwnsela unigol. Ailddechreuodd rhai sesiynau wyneb yn wyneb ar ôl i'r cyfyngiadau symud cyntaf gael eu llacio, ac roeddent wedi gallu rhoi gweithdrefnau ac offer ar waith i ganiatáu cadw pellter cymdeithasol.

Ledled y sir, mae mwyafrif y canolfannau cymunedol ar gyfer iechyd meddwl a llesiant wedi cadw at ganllawiau Llywodraeth Cymru ac maent ar agor ar gyfer cymorth wyneb yn wyneb, drwy apwyntiad ymlaen llaw yn hytrach na "galw heibio". Pan fo hynny'n bosibl, mae gwaith grŵp yn digwydd, naill ai yn yr awyr agored neu pan fo'r cyfleusterau'n eu galluogi i gadw at ganllawiau cadw pellter cymdeithasol ac awyru. Mae'r Trydydd Sector hefyd wedi croesawu'r broses o ddarparu cymorth o bell, dros y ffôn, fideo neu drwy Facebook a/neu ddulliau cyfryngau cymdeithasol eraill. Nid yw'r cyfyngiadau wedi atal sefydliadau rhag cefnogi eu cymunedau ym mha bynnag ffordd y mae hynny'n bosibl, ac mae nifer y bobl sy'n ceisio cymorth oddi wrth elusennau iechyd meddwl yn parhau i gynyddu. (PAVO, 2021)

Yr hyn y mae pobl wedi ei ddweud.

Mae gan Partneriaeth Cynllunio a Datblygu Iechyd Meddwl Powys is-grŵp ar gyfer ymgysylltu â gwahanol gynrychiolwyr defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr, ynghyd â'r Trydydd Sector a staff amlasiantaethol ac mae'n ceisio sicrhau yn gyson fod llais rhanddeiliaid yn llywio'r ffordd y caiff ein gwasanaethau iechyd meddwl eu datblygu.

Engage2Change Adroddiad Iechyd Meddwl Powys 2020–21

Ar ôl ymgysylltu â gwahanol grwpiau poblogaeth ym Mhowys, gwerthfawrogir yn fawr y gallu i gael gwasanaethau iechyd meddwl amserol yn y sir i blant ac i oedolion. Mae preswylwyr yn dymuno cael diagnosis ac atgyfeiriad cyflymach gydag amseroedd aros llai, ynghyd â gwasanaethau mwy arbenigol a ddarperir yn nes at eu cartrefi. Yn ystod ymgysylltiad â'r cyhoedd ar gyfer Rhaglen Lles Gogledd Powys yn 2019, roedd consensws ar draws pob grŵp am wasanaethau iechyd meddwl integredig i bob oedran a ddarperir yn y sir.

Pan ddaeth y cyfyngiadau symud COVID-19 cyntaf i rym (mis Mawrth 2020), bu cynnydd mewn atgyfeiriadau i wasanaeth SilverCloud o 130 y mis i 550, a fu bron a digwydd dros nos. Roedd angen ehangu tîm cymorth SilverCloud yn gyflym - roedd secondiadau o dimau eraill Bwrdd Iechyd Addysgu Powys ac Iechyd Cyhoeddus Cymru yn llenwi'r bwlch i ateb y galw cynyddol.

Trwy gydol 2020–21, mae Engage to Change wedi ymgymryd â sawl menter i godi ymwybyddiaeth o iechyd meddwl ym Mhowys. Yn y gwanwyn yn 2020, rhyddhawyd arolwg i gasglu profiadau pobl o gael gafael ar wasanaethau iechyd meddwl Powys yn ystod y pandemig. Roedd y sylwadau'n amrywiol, ond roeddent yn darparu mewnwelediad gwerthfawr i anghenion y boblogaeth. Helpodd y canlyniadau ni i nodi meysydd buddsoddiad ar gyfer y dyfodol, megis cyfeillio a gwasanaethau cymorth i bobl iau.

Prosiect a hwylusir gan Gymdeithas Mudiadau Gwirfoddol Powys yw'r Cyngor Cleifion. Ei nod yw rhoi llais i gleifion sydd yn Ward Felindre ar hyn o bryd y cynigir gwasanaethau iechyd meddwl cleifion mewnol acíwt iddynt. Mae'r Cyngor yn cynnal cyfarfodydd cleifion yn unig yn rheolaidd, sy'n rhoi cyfle i bobl fynegi eu safbwyntiau ar y gwasanaethau y maent yn eu derbyn pan fônt yn yr ysbyty. Rydym wedi gweld nifer o fentrau a gyflwynwyd o ganlyniad uniongyrchol i'r Cyngor Cleifion yn tynnu sylw at angen. Mae Canolfan Cyngor ar Bopeth Powys wedi bod yn darparu gwasanaeth mewngymorth peilot i Ward Felindre, Ysbyty Bronllys er mwyn cynorthwyo cleifion i reoli eu hamgylchiadau ariannol a chymdeithasol i'w helpu i wella ac i alluogi cyfnod pontio rhwydd wrth iddynt fynd adref.

Nododd sylwadau cleifion y gellir derbyn cleifion yn sydyn heb fawr o rybudd, (megis drwy Adran 136) sy'n eu gadael heb ddim heblaw y dillad sydd amdanynt. Roedd llawer o bobl a oedd yn cyrraedd y ward **yn teimlo nad oeddent yn barod** ac nad oeddent wedi llwyddo i ddod â dim o'u pethau angenrheidiol gyda nhw. Mae pecynnau croeso (mewnosod) wedi eu cyflwyno ar Ward Felindre erbyn hyn. Nod y pecynnau croeso yw gwneud i gleifion mewnol Felindre deimlo'n gartrefol ar y ward drwy fynd i'r afael â rhai o'u hanghenion gofal personol uniongyrchol. Mae'r pecynnau'n cynnwys eitemau megis taflenni gwybodaeth, brws dannedd, past dannedd, dillad isaf, clytiau ymolchi a chrib. Yn 2021–22, pwyslais y Cyngor ar gyfer y dyfodol yw **cynyddu'r gweithgareddau** sydd ar gael ar y Ward cyn atal ysmygu mewn ysbytai iechyd meddwl ym mis Medi 2022.

Prosiect ymchwilio arloesedd gwasanaeth a gynlluniwyd i fynd â phobl sydd ag anawsterau iechyd meddwl cymedrol i ddifrifol sy'n defnyddio gwasanaethau iechyd meddwl eilaidd ar

gyfer gweithgareddau wythnosol ym Mharc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog yw 'Camau Bach'. Nod y prosiect oedd gwerthuso'r manteision iechyd meddwl a llesiant sy'n gysylltiedig â gweithgareddau awyr agored ar gyfer y grŵp cleientiaid hwn. Mae llawer o astudiaethau ymchwil wedi dangos y manteision i iechyd corfforol, iechyd meddwl a llesiant sy'n deillio yn sgil ymgysylltu â'r byd naturiol a mannau gwyrdd. Gall gweithgarwch corfforol mewn amgylcheddau naturiol leddfu straen, gorbryder ac iselder, gan wella hwyliau a hunan-barch. Ar ôl cynnig sesiynau rhagflas i bobl sy'n defnyddio gwasanaethau iechyd meddwl yn Nhîm Iechyd Meddwl Cymunedol Tŷ Illtyd yn Aberhonddu, nodwyd grŵp o gyfranogwyr i ymuno â'r prosiect ac i gymryd rhan yn y sesiynau gweithgareddau grŵp wythnosol, 2–3 awr o hyd, ym Mharc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog dan arweiniad staff o dîm Cymunedau y Parc Cenedlaethol. Cynhyrchwyd y rhaglen ar y cyd o restr o'r gweithgareddau a oedd ar gael, a oedd yn cynnwys teithiau cerdded bryniau a natur yn y Parc Cenedlaethol ac o amgylch camlas Aberhonddu; teithiau cerdded synhwyraidd a theithiau cerdded sy'n ymwneud â diddordeb e.e., dysgu am blanhigion, daearyddiaeth leol, a hanes; geogelcio; arolygon bywyd gwyllt; nodi coed; ymarfer dod o hyd i'r ffordd; sgiliau gwledig a goroesi; celf a ffotograffiaeth. Dywedodd cyfranogwyr bod ganddynt **fwy o hyder**, **ymdeimlad o bwrpas** a **chymhelliant**, a buont y myfyrio ar **agweddau cymdeithasol defnyddiol** y grŵp – er enghraifft cael eu hysgogi i fynd i'r grŵp er eu bod yn teimlo'n bryderus, a ddaeth â **manteision mawr i'w hiechyd meddwl** pan fyddent wedi canslo apwyntiad fel arall oherwydd gorbryder. Soniodd rhai yn benodol am y manteision o deimlo eu bod yn gallu cael mynediad i'r Parc Cenedlaethol i wneud gweithgareddau awyr agored yn ystod cyfyngiadau symud COVID-19, a'u helpodd i **deimlo yn llai sownd** a'u bod dal yn gallu **cymryd rhan mewn gweithgareddau ystyrlon.**

Bydd meysydd blaenoriaeth newydd eraill y canolbwyntir arnynt eleni yn cynnwys:

Anhwylderau Bwyta - gwasanaeth cymharol newydd ym Mhowys, ond gyda'r cynnydd mewn atgyfeiriadau at y gwasanaeth, gwnaethom gynnwys capasiti ychwanegol ar gyfer cymorth clinigol yn ein cyllideb(au) o ran gwelliannau i'r gwasanaethau eleni.

Mae'r gwaith o ddatblygu **un pwynt mynediad** ar gyfer galwadau iechyd meddwl ym Mhowys, sy'n darparu cymorth y tu allan i oriau, gan gynnwys datblygiad arfaethedig ein gwasanaethau "Noddfa" y tu allan o oriau swyddfa gyda'r Trydydd Sector i gefnogi pobl sy'n profi argyfyngau, ar y gweill.

Y cysylltiadau rhwng tai/digartrefedd, camddefnyddio sylweddau ac anghenion iechyd meddwl a chydgysylltu gwasanaethau a llwybrau i gefnogi pobl y mae ganddynt anghenion cymhleth

Blaenoriaethau iechyd meddwl Plant a Phobl Ifanc, gan gynnwys "Dull Ysgol Gyfan" o ymdrin ag anghenion teuluoedd a/neu blant/pobl ifanc, pan fo addysg yn borth ar gyfer gwybodaeth a chymorth

Gwasanaethau seicolegol gwybodus, gan gynnwys gwasanaeth cymorth seicoleg newydd sy'n seiliedig ar drawma i bobl y mae ganddynt anghenion cymhleth

Parhau i ddarparu ein gwasanaeth **Therapi Ymddygiad Gwybyddol Silvercloud**, gan gynnwys ein "Dull Cyfunol" o gefnogi pobl i gael gafael ar y gwasanaeth ar-lein os yw pobl yn cael trafferth wrth geisio gwneud hynny drwy ein darparwyr Trydydd Sector a gomisiynwyd ym Mhowys

Parhau i ganolbwyntio ar ein proses o wella gwasanaethau drwy gynyddu ein Hymyriad Cynnar mewn Seicosis, Anhwylderau Bwyta, Trawma Amenedigol, Cymhleth a chymorth arbenigol i'n CAMHS (Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed), gyda phwyslais amlasiantaethol ar gymorth ychwanegol i bobl sy'n byw â'r camddefnydd o sylweddau ac sydd mewn perygl o ddod yn ddigartref.

Mae cymorth mewn cysylltiad â Hunanladdiad a hunan-niwed yn faes blaenoriaeth allweddol inni eleni ac rydym yn bwriadu lansio gwasanaethau newydd sy'n cefnogi pobl sy'n brofedigaethus oherwydd Hunanladdiad.

Mae Celfyddydau mewn Iechyd a'n pwyslais ar driniaethau Eco-Therapi, sy'n cysylltu â'r angen i gael gafael ar "bresgripsiynu cymdeithasol" hefyd yn faes datblygu allweddol. Rydym yn gweithio'n agos gyda darparwyr Trydydd Sector, megis Ymddiriedolaeth Natur Maldwyn ac Ymddiriedolaethau eraill, er mwyn cefnogi llwybrau atgyfeirio i gleifion, defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr

Tystiolaeth o Effaith COVID-19 ar Iechyd Meddwl

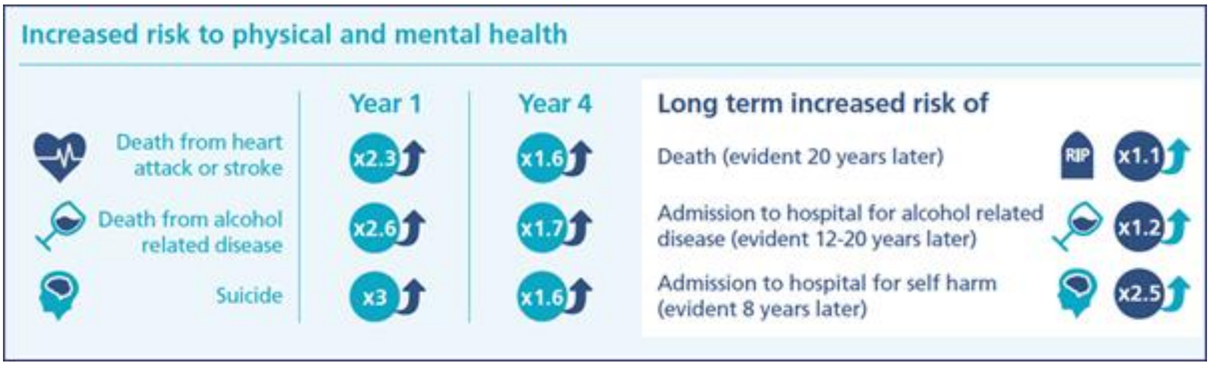
Mae COVID-19 wedi cael effaith uniongyrchol ar weithgareddau nad ydynt yn gysylltiedig â COVID-19 yn y GIG, ar nifer yr achosion, y gofynion sy'n gysylltiedig â mesurau atal a rheoli heintiau ac mae wedi effeithio ar y gweithlu. Mae cyfyngiadau symud a mesurau ymbellhau cymdeithasol hefyd wedi amharu yn ddifrifol ar wasanaethau iechyd, ac maent wedi effeithio ar weithgareddau nad ydynt yn ymwneud â COVID-19.

Mae'r niweidiau sy'n gysylltiedig â lleihau gweithgareddau'r GIG nad ydynt yn ymwneud â COVID-19 yn cynnwys (ond nid ydynt yn gyfyngedig i) gynnydd mewn ymddygiad sy'n peryglu iechyd (er enghraifft, yfed alcohol), oherwydd bod gwasanaethau ataliol sylfaenol wedi dod i ben; oedi cyn cael diagnosis (oherwydd amrywiaeth o ffactorau); ac oedi ac amhariadau eraill mewn llwybrau triniaeth gofal iechyd (Powys Teaching Health Board, 2021).

Rhagwelir y bydd cyfran yr oedolion o oedran gweithio sydd â phroblemau iechyd meddwl yn cynyddu o 8.8% yn 2019/20 i 11.9% yn 2022/23. I Fwrdd Iechyd Addysgu Powys, gallai hyn olygu cynnydd o 2,322 mewn oedolion o oedran gweithio sydd wedi cael diagnosis o broblem iechyd meddwl ym Mhowys, yn ystod y cyfnod hwn.

Mae menywod yn fwy tebygol o adrodd, ymgynghori a chael diagnosis o iselder a gorbryder. Mae'n bosibl nad yw iselder a gorbryder yn cael eu diagnosio'n ddigonol mewn dynion. Yn draddodiadol, mae dynion wedi bod yn fwy difynegiant o ran eu hiechyd a'u llesiant emosiynol, fodd bynnag, rydym yn dechrau gweld mwy o fentrau y gall dynion siarad ag eraill ynddynt, a ddylai eu hannog i fod yn agored am eu llesiant.

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru wedi darparu rhagor o wybodaeth sy'n dangos y risg gynyddol bosibl i iechyd corfforol a meddyliol oherwydd y pandemig.



Ffigur 25 Llun gweledol sy'n dangos y risg i Iechyd Corfforol a Meddyliol (Iechyd Cyhoeddus Cymru)

Mae tystiolaeth ryngwladol bod amhariad ar wasanaethau iechyd, oherwydd y coronafeirws, wedi effeithio ar y rhai sy'n byw gyda chlefydau nad ydynt yn drosglwyddadwy megis iechyd meddwl. Mae tystiolaeth y rhagwelir y bydd canran yr oedolion o oedran gweithio sydd â chyflyrau iechyd cronig yn cynyddu yn sgil pandemig COVID-19.

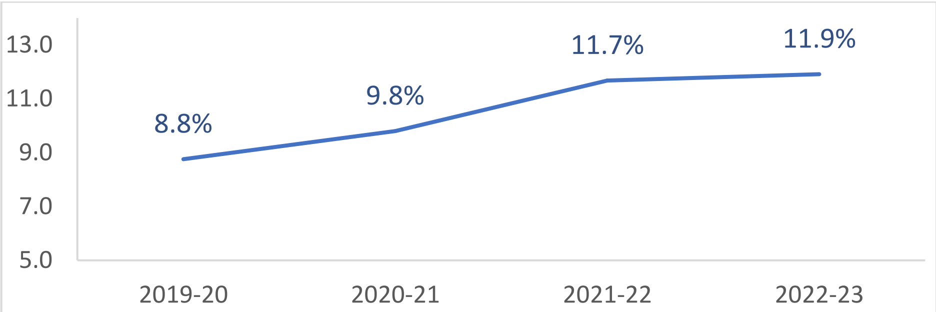
Yn rhyngwladol, ceir tystiolaeth bod iechyd meddwl oddeutu 60% o oedolion (gan gynnwys oddeutu thri chwarter y bobl 18–24 oed) wedi dirywio rhwng mis Ebrill a mis Mai 2020. Ceir tystiolaeth bod y risg o ddirywiad o'r fath yn uwch ymhlith pobl sydd â hanes o broblemau iechyd meddwl. Ceir risgiau a phatrymau penodol ymhlith pobl iau ac oedolion hŷn hefyd (Powys Teaching Health Board, 2021) (NHS Wales, 2020).

Er bod y darlun cyffredinol yn gymhleth, mae tystiolaeth bod COVID-19 ac ymyriadau cysylltiedig – gan gynnwys cau ysgolion – wedi cael effaith negyddol ar iechyd meddwl a llesiant plant a phobl ifanc yn y DU, yn ystod y cyfyngiadau symud cyntaf (Powys Teaching Health Board, 2021) (Llywodraeth Cymru, 2020).

Mynegwyd pryder y bydd ton o salwch meddwl sydd wedi gwaethygu ac nad yw wedi ei drin ar ôl y pandemig (Powys Teaching Health Board, 2021) (Champs Public Health Collaborative, 2020).

Rhagwelir y bydd cyfran yr oedolion o oedran gweithio sydd â phroblemau iechyd meddwl yn cynyddu o 8.8% yn 2019/20 i 11.9% yn 2022/23. I Fwrdd Iechyd Addysgu Powys, gallai

hyn olygu cynnydd o 2,322 mewn oedolion o oedran gweithio sydd â phroblem iechyd meddwl ym Mhowys, yn ystod y cyfnod hwn.



Ffigur 26 Graff llinell sy'n dangos canran amcanestynedig yr oedolion sydd ag anhwylderau meddwl (Bwrdd Iechyd Addysgu Powys)

Iechyd Meddwl mewn plant

"Mae 1 o bob 10 plentyn wedi cael diagnosis o anhwylder iechyd meddwl, a'r mwyaf cyffredin o'r rhain yw anhwylder ymddygiad" (Gofal Cymdeithasol Cymru, 2017)

Wrth i'r pandemig fynd rhagddo, mae darlun cymysg yn dod i'r amlwg o'r effeithiau y mae'r cyfyngiadau symud, sylw yn y cyfryngau ac aflonyddwch i arferion arferol yn eu cael ar lesiant plant a phobl ifanc.

Ar lefel leol, mae'n dod yn fwy amlwg bod digwyddiadau diweddar wedi cael effaith negyddol ar iechyd meddwl a llesiant rhai plant a phobl ifanc ym Mhowys, gan arwain at gynnydd sylweddol yn y galw am wasanaethau cwnsela ledled y Sir.

Ochr yn ochr â hyn, mae iechyd meddwl hefyd yn effeithio ar y galw am ofal cymdeithasol i blant, ac mae afiechyd meddwl rhieni yn ffactor i 39% o'r plant sy'n derbyn gofal a chymorth (cyfartaledd cenedlaethol: 36%). Mae'n bwysig nodi bod hyn wedi codi dros 9% ers 2017, tuedd a welir yn genedlaethol.

Adroddwyd bod gan 17% o'r plant (10 oed a hŷn) sy'n derbyn gofal a chymorth broblem iechyd meddwl, sy'n uwch na'r cyfartaledd cenedlaethol o 14%. Mae hyn yn debyg i ffigur 2017, sef 18%. (Llywodraeth Cymru, 2017)

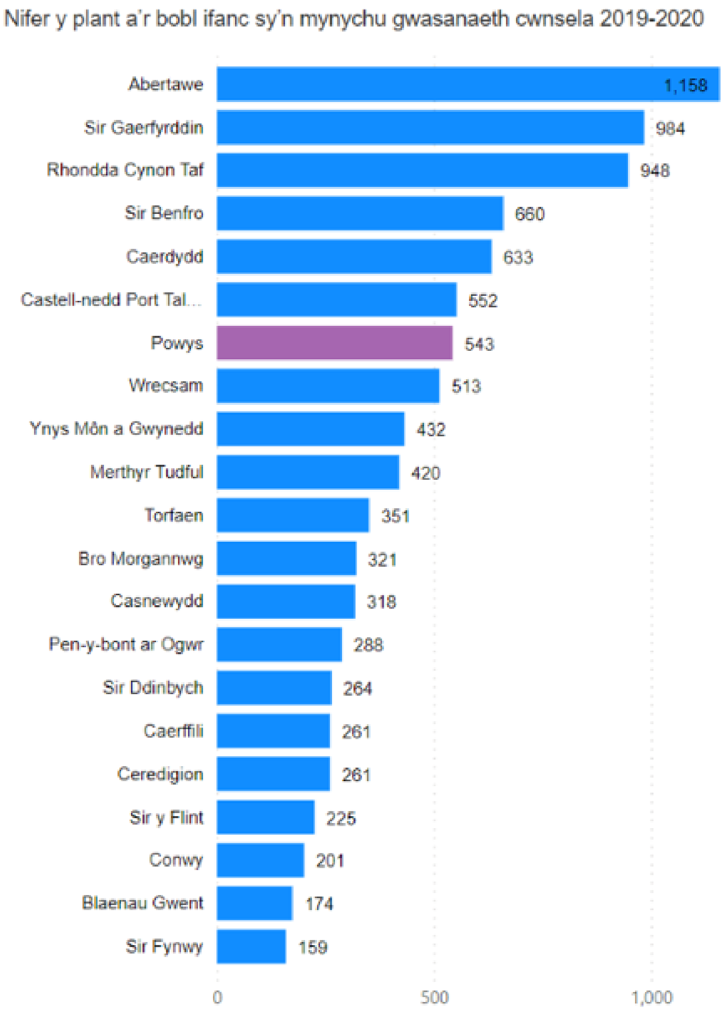
Rhagwelir hefyd y bydd effaith ar iechyd meddwl pobl ifanc, gyda chynnydd tebygol yn nifer yr atgyfeiriadau at Wasanaethau Iechyd Meddwl Plant a Phobl Ifanc i'w cefnogi i reoli eu sefyllfa. Mis Mai 2020 a welodd y nifer isaf o atgyfeiriadau (24) yn y 18 mis blaenorol, ac mae hyn bron yn ostyngiad o 50% o'i gymharu â mis Mai 2019 (46). Mae hyn yn codi pryderon efallai nad yw pobl ifanc yn cael gafael ar y cymorth angenrheidiol ar yr adeg

gywir, a allai effeithio ar eu llesiant ac mae hefyd awgrymu efallai y bydd mwy o alw am y Gwasanaeth ar ôl COVID-19.

Mae'r ddarpariaeth bresennol yn cynnwys:

- datblygu un pwynt mynediad ar gyfer Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a Phobl Ifanc
- gwasanaethau cwnsela mewn ysgolion
- codi ymwybyddiaeth o iechyd meddwl mewn ysgolion a hybu cymorth cyntaf iechyd meddwl ieuenctid
- llwybr hunan-niweidio rhwng iechyd ac addysg a gwersi addysg bersonol a chymdeithasol sy'n mynd i'r afael â hunan-niweidio
- addysgu'r rhai sy'n gweithio gyda phobl ifanc ar ymdrin â rhywun sy'n hunan-niweidio neu sy'n profi gorbryder ac iselder
- gwasanaethau llesiant emosiynol

(Social Care Wales, 2017)

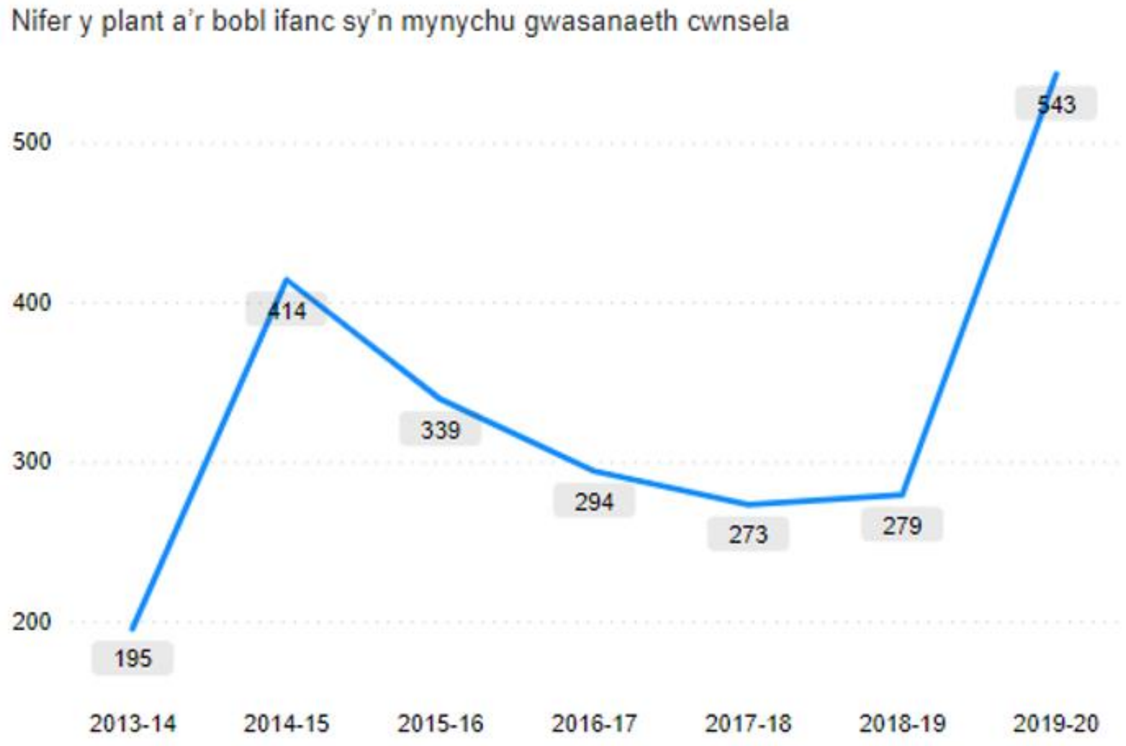


Ffigur 27 Siart Bar sy'n dangos nifer y plant a'r bobl ifanc a oedd yn mynd i sesiynau cwnsela fesul Awdurdod Lleol ym mlwyddyn 2019 – 2020 (Llywodraeth Cymru, 2021)

Dengys y siart uchod mai Powys yw'r 7fed awdurdod lleol uchaf o ran nifer y plant a phobl ifanc a oedd yn mynd i sesiynau cwnsela yn ystod blwyddyn 2019–20, gyda 543 o unigolion a oedd yn mynd i'r rhain.

Abertawe yw'r uchaf gyda 1,158 a Sir Fynwy yw'r isaf gyda 159.

(Llywodraeth Cymru, 2021)



Ffigur 28 Siart llinell sy'n dangos nifer y plant a'r bobl ifanc ym Mhowys sydd wedi bod yn mynd i sesiynau cwnsela dros amser (Llywodraeth Cymru, 2021)

Dengys y siart uchod nifer y plant a'r bobl ifanc sydd wedi bod yn mynd i sesiynau cwnsela ym Mhowys dros gyfnod o 6 blynedd. Yn 2019–20 y bu'r uchafbwynt, sef 543, sy'n gynnydd o 48% o'i chymharu â'r flwyddyn flaenorol (2018–19, 279) (Llywodraeth Cymru, 2021).

Yn 2014–15 y bu'r brig uchaf ond un, gyda 414 o unigolion. Fodd bynnag, mae hyn yn dal i ddangos cynnydd o 23% rhwng 2014–15 a 2019–20. (Llywodraeth Cymru, 2021)

Cafodd y "rheolau aros gartref a chadw pellter cymdeithasol" effeithiau cadarnhaol a negyddol ar boblogaeth Cymru. Mae tystiolaeth bod y cyfyngiadau symud cyntaf wedi effeithio'n negyddol ar lesiant meddyliol y "... boblogaeth gyfan." Fodd bynnag, mae'n bosibl bod yr effaith o bwysigrwydd arbennig i blant a phobl ifanc, pobl hŷn, gweithwyr allweddol, pobl a oedd ar incwm isel ac a oedd mewn perygl o ddiweithdra, pobl a oedd eisoes ag iechyd meddwl gwael a'r rhai a oedd yn gwarchod (Powys Teaching Health Board, 2021).

O'r rhai sy'n hunan-niweidio'n Fwriadol ac yn cael mynediad at Wasanaethau Iechyd Meddwl Plant a Phobl Ifanc, atgyfeiriadau annigonol ac amseroedd aros, gwyddys yr hyn a ganlyn:

- Dim ond 50% o'r plant a phobl ifanc sy'n hunan-niweidio sy'n ceisio cymorth – merched yn bennaf
- Mae 36% o bobl ifanc 16–25 oed wedi hunan-niweidio ar ryw adeg
- Atgyfeiriadau o Ionawr 2020 – 28 Awst, 2021 – 247
- Oedran cyfartalog Person Ifanc sy'n defnyddio CAHMS Powys yw 15; 13 yw hyn yn y DU
- Cyfeiriwyd 15 a oedd wedi gwrthod mynd rhagddynt
- Amseroedd aros – gwelir a derbynnir 85% o'r rhai a atgyfeirir o fewn 7 niwrnod (7 apwyntiad dilynol), gwelir y gweddill o fewn 10 niwrnod gwaith

(Powys Teaching Health Board, 2021)

O ganlyniad i gyfnodau dilynol o gyfyngiadau symud, bu cynnydd sylweddol mewn achosion a gofnodwyd o blant a phobl ifanc yn y sir sy'n profi pryder ac amrywiaeth o faterion iechyd meddwl eraill. Mae cynnydd cyfatebol yn y galw am gwnsela wedi gweld cynnydd o 64% mewn atgyfeiriadau newydd o gymharu mis Medi 2020 â mis Medi 2021; ar hyn o bryd, mae gan Xenzone, ein gwasanaeth cwnsela a gomisiynwyd, 245 o achosion gweithredol. Gan gydweithredu'n agos â phartneriaid allweddol, mae'r Gwasanaeth Ysgolion yn gwneud defnydd effeithiol o gyllid ychwanegol a dderbynnir gan Lywodraeth Cymru er mwyn lleihau nifer y plant a'r bobl ifanc sydd ar y rhestr aros am gwnsela a chynyddu'r nifer o sesiynau sydd ar gael. (PCC, 2021)

Yr hyn y mae pobl wedi ei ddweud.

(Engage2Change, 2021)

Mae pobl ifanc wedi eu taro'n galed gan Bandemig COVID-19. Nid o reidrwydd yn y ffyrdd sy'n bygwth bywyd yr adroddir amdanynt yn gyffredinol yn ein poblogaethau hŷn, ond yn y cyfyngiadau a'r effeithiau yn eu bywydau cymdeithasol, eu haddysg a'u perthnasoedd, yn ogystal â phryderon ac ofnau ynghylch aelodau eu teulu.

Mae Powys wedi gweld cynnydd mewn aciwtedd mewn gwasanaethau iechyd meddwl plant yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, wrth i'r pandemig barhau i ddatgelu ei hun. Mae Powys wedi cynnal gwasanaeth drwy gydol y pandemig ac wedi elwa o'r gwaith partneriaeth amlasiantaethol arbennig a'r perthnasau yr ydym wedi parhau i'w meithrin.

Mae datblygiadau mewn technoleg ddigidol yn golygu y gellir cynnal llawer o gyfarfodydd ar ffurf rithwir, gan arbed amser a bod yn fwy effeithlon ledled y sir. Cafodd rhaglen rithwir, Mynychu Unrhyw Le, ei chyflwyno hefyd er mwyn galluogi apwyntiadau drwy ffôn clyfar neu gyfrifiadur. Trwy gydol y pandemig, mae Powys wedi parhau i ddarparu apwyntiadau wyneb yn wyneb i'r rhai sydd â'r anghenion mwyaf, y materion mwyaf cymhleth a risgiau cynyddol.

'Timau o amgylch y Clwstwr' – dod â'r holl asiantaethau perthnasol at ei gilydd ledled y 13 clwstwr ysgol ym Mhowys, ac mae gan bob un Ymarferydd Iechyd Meddwl Sylfaenol dynodedig o CAMHS. Mae'r datblygiad hwn wedi parhau gyda phartneriaid ar y Canolfannau Cymorth Cynnar a'r broses o ddatblygu un pwynt mynediad ar gyfer pob atgyfeiriad i bobl ifanc sydd â phroblemau iechyd emosiynol a llesiant ledled Powys, a fyddai'n golygu na fydd atgyfeiriadau'n cael eu symud rhwng asiantaethau mwyach, yn hytrach, byddai penderfyniadau'n cael eu gwneud mewn un pwynt canolog ac mae hyn yn cefnogi argymhellion yr adroddiad canol coll, gan gynnwys yr adroddiad dim drws anghywir.

Prosiect Ysgolion Mewngymorth CAMHS – Mae'r peilot wedi bod yn hynod lwyddiannus ac mae wedi arwain at arian newydd yn dod o Lywodraeth Cymru i Bowys fel y gallwn Ddatblygu ein gwasanaeth mewngymorth ein hunain yn ystod y misoedd / blwyddyn nesaf a fydd yn gweld pob ysgol ym Mhowys yn elwa o gymorth a chyswllt iechyd meddwl arbenigol. Erbyn hyn, mae gan CAMHS Powys fynediad i wely sy'n briodol o ran oedran yn Ward Felindre, Ysbyty Bronllys. Mae hyn yn darparu darpariaeth ddiogel y mae ei hangen yn fawr i'n pobl ifanc pan fyddant fwyaf agored i niwed ym Mhowys.

(PCC, 2019)

Soniodd trigolion am bwysigrwydd ymwybyddiaeth ofalgar a hoffent weld mwy o ddosbarthiadau, gan gynnwys sesiynau ymwybyddiaeth ofalgar i blant, y mae mwy ohonynt yn cael eu cyflwyno ar hyn o bryd ar draws ysgolion ym Mhowys.

Ystyriwyd bod y gweithgareddau ar gyfer plant a phobl ifanc yn annigonol, a bod diffyg amrywiaeth ynddynt. Rhannwyd safbwyntiau ynghylch diffyg canolfannau ieuenctid lleol ym Mhowys ac y byddai'n dda uwchraddio i 'ganolfan dysgu ieuenctid' ar gyfer pobl ifanc ddifreintiedig. Ystyriwyd hefyd fod dosbarthiadau chwarae rhydd i blant, gan gynnwys gwell mynediad i ddosbarthiadau nofio am ddim, mannau chwarae awyr agored sy'n glir ac yn ddiogel, yn ogystal â mynediad i weithgareddau celfyddydol a diwylliannol i blant a phobl ifanc, yn gam cadarnhaol ymlaen o ran cynnig mwy o amrywiaeth.

Cyngor Iechyd Cymuned Powys, Iechyd Meddwl Pobl ifanc yn ystod COVID-19 – Medi 2021

Ym mis Medi 2021, cyhoeddodd Cyngor Iechyd Cymuned Powys ganlyniadau arolwg a ddosbarthwyd ym mis Mehefin/Gorffennaf 2021 er mwyn cael gwybod gan bobl ifanc ym Mhowys am y cymorth iechyd meddwl a llesiant a oedd ar gael iddynt yn ystod y pandemig. Gofynnodd yr arolwg hefyd sut yr oedd pobl ifanc yn meddwl y gellid gwella'r gwasanaethau hynny. Cafwyd 337 o ymatebion, ac roedd y mwyafrif (91%) ohonynt gan y grŵp oedran 11 i 17 oed.

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oeddent yn teimlo eu bod yn gallu siarad ag unrhyw un am eu teimladau ac, os felly, â phwy oeddent yn siarad.

- Rhiant neu Ofalwr 203 (60%)
- Brawd/Chwaer/Aelod Arall o'r Teulu 106 (31%)

- Ffrind 205 (61%)
- Athro/Tiwtor/Aelod Arall o Staff yn yr ysgol/coleg/ prifysgol 69 (20%)
- Cwnselydd Ysgol/Nyrs Ysgol 23 (7%)
- Meddyg Teulu/Meddyg 25 (7%)
- Llinell Gymorth dros y Ffôn (ee Childline, Young Minds, Y Samariaid) 10 (3%)
- Nid wyf wedi teimlo fy mod i'n gallu siarad â neb 34 (10%)

Gweler yr adroddiad llawn yma [Iechyd Meddwl Pobl ifanc yn ystod COVID-19 - Cyngor Iechyd Cymuned Powys (gig.cymru)]

Yn arolwg llesiant Byw ym Mhowys, gofynnwyd i ymatebwyr a oeddent *yn ystyried eu hunain yn anabl,* a dywedodd 13% ohonynt eu bod nhw. O blith y rheini

- Pwysleisiodd 23% ohonynt fod ganddynt broblemau iechyd meddwl
- Roedd gan 9% ohonynt anabledd neu anhawster dysgu
- Roedd gan 39% ohonynt nam corfforol/symudedd
- Mae gan 13% ohonynt nam ar y clyw
- Mae gan 1% ohonynt nam ar y golwg
- Mae gan 2% ohonynt nam ar y lleferydd

Yn yr un arolwg, gofynnwyd i'r ymatebwyr pa mor fodlon oeddent â'u bywyd y dyddiau hyn:

- Roedd 61% ohonynt yn hapus iawn neu'n hapus
- Roedd 26% ohonynt yn niwtral
- 13% yn anhapus neu'n anhapus iawn

A *pha mor hapus oedden nhw'n teimlo ddoe*,

- Roedd 61% ohonynt yn hapus iawn neu'n hapus
- Roedd 25% ohonynt yn niwtral
- Roedd 14% ohonynt yn anhapus neu'n anhapus iawn

Pan ofynnwyd iddynt ba flaenoriaethau y byddent yn eu rhoi mewn cynllun llesiant, roedd yr atebion yn cynnwys:

- "Gwella iechyd meddwl trigolion drwy amrywiaeth o driniaethau a arweinir gan bobl."
- "Gwneud gofal iechyd yn fwy hygyrch i feddygon teulu ac amseroedd aros byrrach ar gyfer asesiadau Iechyd Meddwl/Awtistiaeth."
- "Gwell gofal a darpariaeth iechyd meddwl - mae'n wael iawn ar hyn o bryd."
- "Y gallu i gael asesiadau cyflymach ar gyfer iechyd meddwl (mae'r amser aros dros 14 mis)."

- "Y gallu i fforddio cartref braf gyda gardd (nid bocs esgidiau y mae llawer o bobl eraill yn edrych heibio iddo, bydd pobl sy'n byw fel hyn yn ei chael hi'n anodd cael iechyd meddwl da. Mae'r adeiladau newydd presennol megis Tai Newydd yn enghraifft wych o dai a fydd yn ddrwg ar gyfer iechyd meddwl ac emosiynol)."

7. Gofalwyr y mae angen cymorth arnynt

7. Gofalwyr y mae angen cymorth arnynt 94
Nifer y gofalwyr di-dâl 94
Cyfradd y gofalwyr di-dâl.. 95
Yr hyn y mae pobl wedi ei ddweud. 96
Oedolion sy'n Ofalwyr.. 97
Gofalwyr Ifanc 99
Yr hyn y mae pobl wedi ei ddweud. 101

Mae Llywodraeth Cymru yn diffinio gofalwr fel "unrhyw un, o unrhyw oed, sy'n darparu gofal a chefnogaeth yn ddi-dâl i berthynas, cyfaill neu gymydog sy'n anabl, sydd â salwch corfforol neu feddyliol, neu sydd wedi'i effeithio gan gamddefnyddio sylweddau".

Gall gofalwyr gymryd rhan mewn ystod eang o dasgau; o goginio, gwaith tŷ; codi, golchi a gwisgo'r person y gofelir amdano, gan helpu gydag anghenion toiled, rhoi meddyginiaeth, a darparu cymorth emosiynol.

Ar sail Cyfrifiad 2011, roedd **16,154 o bobl yn byw ym Mhowys a oedd yn darparu gofal di-dâl, sef 12.1% o boblogaeth Powys** (ONS, 2011).

Mae gofalwyr ym Mhowys yn darparu oriau lawer o ofal:

- Roedd **63%** ohonynt yn darparu gofal di-dâl am **un i 19 awr** yr wythnos
- Roedd **13%** ohonynt yn darparu gofal di-dâl am **20 i 49 awr** yr wythnos, ac
- Roedd **24%** ohonynt yn darparu gofal di-dâl am **50 awr neu fwy** yr wythnos

Mae mwyafrif yr oedolion sy'n ofalwyr wedi ymddeol (39%), mae 23% ohonynt yn gofalu llawn amser ac nid oes ganddynt gyflogaeth â thâl, ac mae gan 12% ohonynt gyflogaeth ran-amser â thâl. Mae demograffeg oedran ein gofalwyr fel a ganlyn: -

- Mae 57% ohonynt yn fenywod ac mae 43% ohonynt yn ddynion.
- **Bandiau oedran**
    - 27% (4,304) 65 oed a hŷn
    - 38% (6,096) rhwng 50 a 64 oed
    - 23% (3,736) rhwng 35 a 49 oed
    - 6% (942) rhwng 25 a 34 oed
    - 4% (698) rhwng 16 a 24 oed
    - 2% (378) rhwng 0 a 15 oed (ONS, 2011)

Nifer y gofalwyr di-dâl

Mae gwahaniaethau mawr yn nifer a chyfradd y gofalwyr di-dâl ledled ein 13 ardal.

Ardaloedd y Trallwng a Threfaldwyn (2,080), y Drenewydd (1,885) ac Aberhonddu (1,745) sy'n gyntaf, yn ail ac yn drydydd o ran y nifer uchaf o ofalwyr di-dâl yn y sir.

Cyfradd y gofalwyr di-dâl

Ardaloedd Ystradgynlais (150 fesul 1,000), Crucywel (134 fesul 1,000) a Threfyclo a Llanandras (128 fesul 1,000), y Gelli Gandryll a Thalgarth (123 fesul 1,000) sydd â'r gyfradd uchaf, yr 2^{il} uchaf, a'r 3^{edd} a'r 4^{edd} uchaf o ofalwyr fesul pob 1,000 o'r boblogaeth.

Cyfradd y gofalwyr di-dâl ym Mhowys yw 122 o bobl fesul 1,000. Mae pedair o'n 13 ardal yn uwch na chyfartaledd Powys.

Mae'n bwysig nodi bod gan rai Ardaloedd Cynnyrch Ehangach Haen Is yn ein hardaloedd gyfraddau sylweddol uwch o ofalwyr na'r ardal gyffredinol. Er enghraifft, mae gan Ardal Gynnyrch Ehangach Haen Is Ystradgynlais 2 (yn ardal Ystradgynlais) 53 yn fwy o ofalwyr fesul 1,000 o'i chymharu â chyfartaledd Powys ac mae ganddi gyfradd uwch o ofalwyr na phob un o'r 79 o Ardaloedd Cynnyrch Ehangach Haen Is ym Mhowys, gyda 175 o ofalwyr fesul 1,000.

Yr Ardal Gynnyrch Ehangach Haen Is uchaf ond un yw Aber-craf (ardal Ystradgynlais) gyda 171 o ofalwyr fesul 1,000 a'r 3^{edd} Ardal Gynnyrch Ehangach Haen Is uchaf yw Ysgir (Ardal Aberhonddu) gyda 164 o ofalwyr fesul 1,000.

Dilynwch y ddolen hon i [weld rhagor o wybodaeth am ofalwyr di-dâl ym Mhowys, gan ddefnyddio ein hadroddiad rhyngweithiol.]

Fodd bynnag, mae'n bwysig nodi bod y ffigurau hyn wedi dyddio'n sylweddol. Yn ystod y 10 mlynedd ddiwethaf, mae'r boblogaeth sy'n heneiddio ym Mhowys wedi gweld cynnydd mawr yn nifer y gofalwyr yn y sir, a chyda phwysau ychwanegol oherwydd COVID-19, bydd nifer y gofalwyr wedi cynyddu hyd yn oed yn fwy. Yn ystod yr asesiad diwethaf, rhagwelwyd y byddai nifer y gofalwyr yn codi hyd at 40%, oherwydd y boblogaeth sy'n heneiddio ym Mhowys. Mae adroddiad a gynhaliwyd gan Carers UK ym mis Mehefin 2020 yn dangos bod **cynnydd amcangyfrifedig o 50% yn nifer y gofalwyr** ledled y DU **ers cyfrifiad 2011.**

Yng Nghymru, dywedodd 19% o'r boblogaeth sy'n oedolion eu bod eisoes yn darparu gofal cyn yr achosion o COVID-19 (487,000 o bobl), a dywedodd 8% arall eu bod wedi dechrau gofalu ers yr achosion o COVID-19 (196,000 o bobl). Mae hyn yn awgrymu bod cynifer â 683,000 o ofalwyr di-dâl yng Nghymru ar hyn o bryd (Carers UK, 2020)

Mae ymchwil Carers UK yn dangos y bu cynnydd o 7% mewn gofalwyr di-dâl yn ystod y 10 mlynedd ddiwethaf, o 12% i 19%. Ynghyd â'r 8% ychwanegol sydd wedi dechrau gofalu ers COVID-19, mae bron i draean (27%) poblogaeth Cymru yn darparu gofal di-dâl ar hyn o bryd.

Proffil gofalwyr yng Nghymru (Carers UK, 2020)

- Mae 57% ohonynt yn fenywod ac mae 43% ohonynt yn ddynion.
- Mae hanner y gofalwyr di-dâl mewn cyflogaeth â thâl (50%)

- Mae 31% ohonynt mewn gwaith llawn amser
- Mae 19% ohonynt mewn gwaith rhan-amser
- Bandiau oedran
    - Mae 17% ohonynt dros 65 oed
    - Mae 28% ohonynt yn 55–64
    - Mae 19% ohonynt yn 44–54
    - Mae 25% ohonynt yn 35–44
    - Mae 5% ohonynt yn 25–34
    - Mae 6% ohonynt yn 18–24

Pe byddem yn cymhwyso cyfartaledd cenedlaethol Cymru, o ran canran y gofalwyr o'i chymharu â phoblogaeth Powys heddiw, amcangyfrifwn fod nifer y gofalwyr di-dâl ym Mhowys (cyn COVID-19) yn **25,275. Mae hyn yn gynnydd o 56% (9,121) o'i gymharu â 2011.**

Gyda phwysau ychwanegol COVID-19, cododd canran gyfartalog y gofalwyr yng Nghymru hyd 27%. Ym Mhowys, byddai hyn yn golygu cynnydd hyd **35,918 o ofalwyr. Mae hyn yn gynnydd ychwanegol o 10,643 o ofalwyr ers dechrau COVID-19.** Fodd bynnag, yn 2022, bydd gennym ffigurau mwy diweddar ar ôl i ddata cyfrifiad 2021 gael eu rhyddhau.

Mae'n bwysig nodi mai dim ond gofalwyr 18 oed a hŷn y mae'r ymchwil a wnaed gan Carers UK yn eu cynnwys ac nad yw gofalwyr o dan 18 oed wedi eu cynnwys yn yr amcangyfrifon hyn.

Yr hyn y mae pobl wedi ei ddweud.

Yn arolwg llesiant 'Byw ym Mhowys', allan o 470 o ymatebion, nododd 45% eu bod (neu wedi bod) yn ofalwr i ffrind, cymydog neu aelod o'r teulu. O'r ymatebwyr hyn, nid oedd 59% ohonynt erioed wedi cael cyswllt am eu cyfrifoldebau gofalu gyda'r Cyngor, yr Adran Gwaith a Phensiynau, sefydliadau gofalwyr na'u meddyg teulu.

Yr heriau a wynebir gan ofalwyr di-dâl yng Nghymru (Carers UK, 2020)

Pan ofynnwyd pa heriau y mae gofalwyr di-dâl yn eu hwynebu, dywedodd y cyhoedd mai'r hyn a ganlyn oedd y prif heriau:

- methu â chymryd amser i ffwrdd oddi wrth eu cyfrifoldebau gofalu **(78%)**
- rheoli'r straen a'r cyfrifoldeb **(77%)**
- effaith ariannol y costau gofal ychwanegol **(72%)**
- yr effaith y mae'n ei chael ar berthnasoedd personol eraill (ee gyda theulu, ffrindiau, partneriaid ac ati) **(70%).**

Ond ymatebodd gofalwyr di-dâl wedi gyda'r heriau canlynol:

- methu â chymryd amser i ffwrdd oddi wrth eu cyfrifoldebau gofalu **(74%)**
- rheoli'r straen a'r cyfrifoldeb **(73%)**
- yr effeithiau negyddol ar eu hiechyd corfforol a meddyliol **(73%)**
- yr effaith y mae'n ei chael ar berthnasoedd personol eraill (ee gyda theulu, ffrindiau, partneriaid ac ati) **(65%)**
- effaith ariannol y costau gofal ychwanegol **(53%)**
- yr effaith negyddol y mae'n ei chael ar eu gallu i wneud gwaith cyflogedig **(50%)**
- peidio â chael neb i siarad ag ef am heriau gofalu **(46%).**

Oedolion sy'n Ofalwyr

Ym mis Hydref 2021, roedd cyfanswm o **3,437 o ofalwyr a oedd wedi cofrestru gyda CREDU**. Yn ôl yr amcangyfrifon uchod, mae hyn yn dangos y posibilrwydd mai dim ond 10% o'r gofalwyr sy'n cael cymorth, gan adael hyd at 90% o'r gofalwyr ym Mhowys heb unrhyw gyngor na chymorth swyddogol mewn cysylltiad â'u cyfrifoldebau gofalu.

Mae 70% o'r rheini (2,390) yn oedolion sy'n ofalwyr*, diffinnir oedolion sy'n ofalwyr fel pobl 26 oed a hŷn. (*Mae 177 o'r gofalwyr sydd wedi cofrestru o oedran anhysbys).

Mae dosbarthiad yr oedolion sy'n ofalwyr sy'n hysbys i CREDU (o oedran hysbys) ar draws bandiau oedran yn dangos yr hyn a ganlyn:

- Mae 6% (190) o'r gofalwyr yn 80 oed a hŷn
- Mae 17% (594) ohonynt rhwng 65 a 79 oed
- **Mae 24% (829) ohonynt yn 50–64 oed, hwn yw'r band oedran mwyaf o ran gofalwyr**
- Mae 17% (584) ohonynt rhwng 36 a 49 oed
- Mae 6% (193) ohonynt rhwng 26 a 39

Mae 71% o'r oedolion sy'n ofalwyr yn fenywod, mae 29% ohonynt yn wrywod ac mae llai nag 1% ohonynt yn drawsryweddol neu'n 'arall'.

O'r oedolion hynny sy'n ofalwyr, dywedodd 31% (742) ohonynt fod ganddynt anabledd.

- **Gyda 22%** (518) **ohonynt, anabledd corfforol/salwch oedd y math uchaf a gofnodwyd.**
- **Dywedodd 5.5%** (132) o'r oedolion sy'n ofalwyr fod ganddynt **broblem iechyd meddwl/emosiynol.**
- Mae'r 3.5% o ofalwyr sy'n weddill wedi nodi anableddau eraill gan gynnwys, Anabledd Dysgu, Niwrolegol, Nam ar y Synhwyrau, Camddefnyddio Sylweddau, Anhwylder Sbectrwm Awtistiaeth, Dementia, Cyflwr iechyd hirdymor, cynllunio Ymddygiadol neu Ddiwedd oes.

Mae statws cyflogaeth yr oedolion hynny sy’n ofalwyr ac sy’n hysbys i CREDU fel a ganlyn:

- **Mae 32% (442) ohonynt yn ofalwyr llawn amser**
- Mae 22% (319) ohonynt mewn cyflogaeth lawn amser neu ran-amser, neu maent yn hunangyflogedig
- Mae 9% (122) ohonynt mewn addysg lawn amser neu ran-amser
- Mae gan 5% (68) ohonynt salwch hirdymor, ac mae 3% (38) ohonynt yn ddi-waith neu’n chwilio am waith

O’r rhai hynny y mae eu perthynas â’u gofalwr yn hysbys,

- **Mae 38% o’r gofalwyr yn gofalu am eu partner/priod**
- Mae 30% ohonynt yn gofalu am eu mab/merch (llysfab neu lysferch neu fab/merch yng nghyfraith)
- Mae 24% ohonynt yn gofalu am eu mam/tad (llysfam neu lystad neu fam/tad yng nghyfraith)
- Mae 3% ohonynt yn gofalu am eu brawd/chwaer (llysfrawd neu lyschwaer neu frawd/chwaer yng nghyfraith)
- Mae’r 5% sy’n weddill yn gofalu am ffrind, taid neu nain, cyn-bartner/priod, ŵyr neu wyres, cymydog neu aelod arall o’r teulu.

Mae nifer yr oedolion sy’n ofalwyr cofrestredig yn wahanol ar draws ein 13 ardal. Y Drenewydd sydd â’r nifer uchaf o ofalwyr cofrestredig gyda 369, Llandrindod a Rhaeadr Gwy yw’r ail uchaf gyda 307 a’r Trallwng a Threfaldwyn yw’r trydydd uchaf gyda 266 o ofalwyr cofrestredig.

Crucywel sydd â’r nifer isaf o ofalwyr cofrestredig gydag 85, yr ail leiaf yw Llanidloes gydag 88, a Llanfair Caereinion yw’r trydydd lleiaf gyda 113. Nid yw ardal 104 o’r oedolion sy’n ofalwyr cofrestredig yn hysbys.

Rhwng mis Ionawr 2020 a mis Mawrth 2020, cofnododd CREDU fod gofalwyr wedi cysylltu ag ef i gael cymorth a chyngor ar nifer o bynciau, yn nodedig:

- Cysylltodd 133 o oedolion sy’n ofalwyr â’r gwasanaeth i gael cyngor ar gymorth emosiynol
- Cysylltodd 107 ohonynt i gael cyngor ar iechyd a llesiant
- Cysylltodd 89 ohonynt i gael cyngor ar reoli’r swyddogaeth/effaith gofalu
- Cysylltodd 85 ohonynt i gael cyngor ar gyllid/budd-daliadau

Roedd angen cymorth a chyngor ynghylch pynciau eraill ar gysylltiadau eraill megis Eiriolaeth, Cymdeithasol/Cysylltu/Cyfeillgarwch, Cyflogaeth, Addysg a chymorth ymarferol (i enwi rhai ohonynt).

Ym mis Tachwedd 2021, mae 94 o achosion gofalwyr agored sy'n hysbys i'r Gwasanaethau i Oedolion yng Nghyngor Sir Powys. Mae'r cyngor yn cynnig sawl gwasanaeth i helpu i gefnogi'r gofalwyr hyn, gan gynnwys seibiannau byr.

Cysylltodd 262 o ofalwyr â'r Gwasanaeth Gwybodaeth Gofal Cymdeithasol i Oedolion rhwng mis Ebrill 2021 a mis Tachwedd 2021. Ar gyfer yr un cyfnod yn 2019, roedd 188 o gysylltiadau, mae hyn yn **gynnydd o 39% mewn cysylltiadau gan ofalwyr o'i chymharu â'r un cyfnod yn y flwyddyn ddiwethaf**.

Gofalwyr Ifanc

Plant a phobl ifanc 25 oed ac iau y mae ganddynt gyfrifoldebau gofalu, o rywun sydd â salwch corfforol neu feddyliol, anabledd corfforol neu ddysgu neu broblem cyffuriau neu alcohol, yw Gofalwyr Ifanc .

Gall bod yn ofalwr ifanc gael effaith fawr ar y pethau sy'n bwysig wrth dyfu i fyny. Ar gyfartaledd, mae gofalwyr ifanc yn cyflawni graddau is mewn TGAU ac yn gorffen 48 niwrnod o ysgol yn gynnar bob blwyddyn. Mae oedolion ifanc sy'n ofalwyr bedair gwaith yn fwy tebygol o roi'r gorau i'w haddysg uwch. Mewn arolwg gan Carers Trust, dywedodd 39% o'r ymatebwyr nad oedd neb yn eu hysgol yn ymwybodol o'u swyddogaeth ofalu, roedd 26% ohonynt wedi cael eu bwlio yn yr ysgol oherwydd eu swyddogaeth ofalu ac mae un o bob 20 yn absennol o'r ysgol oherwydd eu swyddogaeth ofalu. (Social Care Wales, 2017).

Ym mis Hydref 2021, roedd cyfanswm o **3,437 o ofalwyr a oedd wedi cofrestru gyda CREDU**.

Mae 25%* o'r rheini (870) yn ofalwyr ifanc (*mae 177 o'r gofalwyr cofrestredig o oedran anhysbys).

Mae dosbarthiad y gofalwyr ifanc sy'n hysbys i CREDU (o oedran hysbys) ar draws bandiau oedran yn dangos yr hyn a ganlyn:

- Mae 2% (69) o'r gofalwyr o dan 8 oed
- **Mae 7% (236) ohonynt rhwng 8 ac 11 oed, hwn yw'r band oedran mwyaf o ran gofalwyr ifanc**
- Mae 4% (147) ohonynt rhwng 12 a 13 oed
- Mae 4% (143) ohonynt rhwng 14 a 15 oed
- Mae 4% (134) ohonynt rhwng 16 a 18 oed
- Mae 4% (141) ohonynt rhwng 19 a 25 oed

Mae 56% o'r gofalwyr ifanc yn fenywod, mae 44% ohonynt yn wrywod ac mae llai nag 1% ohonynt yn drawsryweddol neu'n 'arall'.

O’r gofalwyr ifanc hynny, dywedodd 16% (139) ohonynt fod ganddynt anabledd.

- **Gyda 6%** (48) **ohonynt, anabledd corfforol/salwch oedd y math uchaf a gofnodwyd**
- **Dywedodd 3%** (29) o’r gofalwyr ifanc fod ganddynt **anhwylder sbectrwm awtistiaeth**
- **Mae gan 3%** (25) ohonynt **broblemau iechyd meddwl/emosiynol**
- Mae’r 4% o ofalwyr ifanc sy’n weddill wedi nodi anableddau eraill gan gynnwys, Anabledd dysgu, Ymddygiadol, Niwrolegol, nam ar y Synhwyrau, Cyflwr iechyd hirdymor neu faterion camddefnyddio/caethiwed i Sylweddau neu adfer yn sgil Sylweddau.

Mae statws cyflogaeth/addysg y gofalwyr ifanc hynny sy’n hysbys i CREDU fel a ganlyn:

- **Mae 87% (523) ohonynt mewn addysg amser llawn**
- Mae 2% (14) ohonynt yn cael eu haddysgu gartref
- Mae 1% (6) ohonynt yn ofalwyr llawn amser
- Mae 4% (25) ohonynt mewn cyflogaeth lawn amser neu ran-amser, neu maent yn hunangyflogedig
- Nid yw’r gweddill ohonynt mewn addysg, cyflogaeth na hyfforddiant, neu maent yn chwilio am waith neu’n ddi-waith.

O’r rhai hynny y mae eu perthynas â’u gofalwr yn hysbys,

- **Mae 55% ohonynt yn gofalu am eu mam/tad (llysfam neu lystad neu fam/tad yng nghyfraith)**
- Mae 36% ohonynt yn gofalu am eu brawd/chwaer (llysfrawd neu lyschwaer neu frawd/chwaer yng nghyfraith)
- Mae 4% ohonynt yn gofalu am eu mab/merch (llysfab neu lysferch neu fab/merch yng nghyfraith)
- Mae 2% o’r gofalwyr ifanc yn gofalu am eu taid neu nain
- Mae 2% o’r gofalwyr ifanc yn gofalu am eu partner/priod
- Mae’r 1% sy’n weddill yn gofalu am aelodau eraill o’r teulu/eraill.

Mae nifer y gofalwyr ifanc cofrestredig yn wahanol ar draws ein 13 ardal. Y Drenewydd sydd â’r nifer uchaf o ofalwyr ifanc cofrestredig gyda 174, Llandrindod a Rhaeadr Gwy yw’r ail uchaf gyda 134 a’r Trallwng a Threfaldwyn yw’r trydydd uchaf gyda 115 o ofalwyr ifanc cofrestredig.

Crucywel sydd â’r nifer lleiaf ofalwyr ifanc cofrestredig gyda 13, Llanidloes yw’r ail leiaf gyda 29, a’r Gelli Gandryll a Thalgarth yw’r trydydd lleiaf gyda 30 o ofalwyr ifanc. Nid yw lleoliad 44 o’r gofalwyr ifanc cofrestredig yn hysbys.

Rhwng mis Ionawr 2020 a mis Mawrth 2020, cofnododd CREDU fod gofalwyr ifanc wedi cysylltu ag ef i gael cymorth a chyngor ar nifer o bynciau, yn nodedig:

- Cysylltodd 48 o oedolion sy'n ofalwyr â'r gwasanaeth i gael cyngor ar gymorth emosiynol
- 43 ynghylch addysg a 6 ynghylch cyflogaeth
- 42 ynghylch materion cymdeithasol/ cysylltu a chyfeillgarwch
- 39 ynghylch rheoli'r swyddogaeth ofalu a'i heffaith
- 30 ynghylch seibiant

Roedd cysylltiadau eraill angen cymorth a chyngor ar bynciau eraill megis Eiriolaeth, cefnogi perthnasoedd teuluol, llais/dylanwad, cymorth ymarferol, cyllid a budd-daliadau a diogelu (i enwi rhai ohonynt).

Rhwng mis Ebrill 2021 a mis Tachwedd 2021, cyflwynwyd 40 o ofalwyr ifanc i Wasanaethau Plant Cyngor Sir Powys drwy ei ddrws ffrynt. Mae angen gwybodaeth a chyngor ar 27 o'r rheini, mae 6 ohonynt wedi mynd i gael cymorth a chefnogaeth gynnar, mae 7 ohonynt wedi mynd rhagddynt i gael asesiad ychwanegol. Nid oes data tueddiadau ar gael oherwydd bylchau data wrth adrodd yn hanesyddol.

Yr hyn y mae pobl wedi ei ddweud.

Yn ôl arolwg a gynhaliwyd gan Carers Trust UK (My Future, My feelings, My family) ym mis Gorffennaf 2020 ynghylch effaith COVID-19 ar ofalwyr ifanc, canfuwyd (yn y DU) yr hyn a ganlyn,

- Roedd 58% o ofalwyr ifanc a 64% o oedolion ifanc sy'n ofalwyr yn teimlo bod yr amser y maent yn ei dreulio'n gofalu wedi cynyddu ers COVID-19.
- Roedd 8% o ofalwyr ifanc a 15% o oedolion ifanc sy'n ofalwyr yn gofalu am dros 90 awr yr wythnos yn ystod y pandemig
- Nid oedd 42% o oedolion ifanc sy'n ofalwyr yn gallu cymryd seibiant oddi wrth eu cyfrifoldebau gofalu
- Dywedodd 19% o ofalwyr ifanc a 21% o oedolion ifanc sy'n ofalwyr wrthym fod amser i oddi wrth y maent yn gofalu amdano yn ddull ymdopi pwysig yn ystod y cyfyngiadau symud
- Mae 40% o ofalwyr ifanc a 59% o oedolion ifanc sy'n ofalwyr yn dweud bod eu hiechyd meddwl yn waeth (ers y coronafeirws)
- Mae 30% o ofalwyr ifanc a hanner yr oedolion ifanc sy'n ofalwyr yn dymuno cael cymorth iechyd meddwl
- Mae 19% o oedolion ifanc sy'n ofalwyr yn yfed mwy o alcohol ac mae 4% ohonynt yn defnyddio cyffuriau anghyfreithlon i'w helpu i ymdopi
- Dywedodd 56% o ofalwyr ifanc a 39% o oedolion ifanc sy'n ofalwyr fod eu haddysg yn dioddef
- Dywedodd 41% o ofalwyr ifanc nad oedd ganddynt ddigon o amser i'w dreulio ar waith ysgol

- Mae 69% o ofalwyr ifanc ac oedolion ifanc sy’n ofalwyr yn dweud eu bod yn teimlo’n llai o gysylltiad ag eraill o’i gymharu â chyn y pandemig

Comisiynodd CREDU gyfres fideo ar gyfer Wythnos Gofalwyr 2021 i dynnu sylw at amrywiaeth y maes gofalu. Mae pob gofalwr yn byw mewn rhan wahanol o Bowys ac mae ganddo swyddogaeth ofalu wahanol.

Dilynwch y ddolen i weld yr holl fideos yn y gyfres trwy sianel YouTube CREDU.

Rhan o drawsgrifiad a gymerwyd o, “I care” - Ffion am ofalwr ifanc o’r enw Ffion sy’n byw yn y Drenewydd ym Mhowys ac sy’n gofalu am ei rhieni.

“Oddeutu blwyddyn 8 oedd hi pan wnaeth rhywun o’r ysgol fy nghyfeirio i at CREDU, a dyna pryd wnes i sylweddoli mewn gwirionedd, fy mod i’n ofalwr ifanc.”

“Gall gwaith cartref a bod yn yr ysgol drwy’r amser a chanolbwyntio fod yn anodd iawn, rwy’n teimlo bod llawer o ofalwyr ifanc yn ei chael hi’n anodd gyda hynny. Gan fy mod i’n ofalwr ifanc, mae’r ysgol yn eithaf cefnogol. Rwy’n ofalwr ifanc eithaf adnabyddus. Rwy’n aelod o grŵp llywio y gofalwyr, y bwrdd dechrau’n dda iau, cyngor ieuenctid Ymddiriedolaeth Gofalwyr a llysgenhadon Powys dros ddiogelu ieuenctid.

Rwy’n teimlo bod pryder yn rhywbeth sydd gennyf yn gyffredin â phob gofalwr ifanc. Rydych chi’n poeni drwy’r amser pan yr ydych chi yn yr ysgol, mae pryder bob amser yng nghefn eich meddwl, rydych chi’n poeni am rywbeth bob amser boed yn ysgol neu’r sawl yr ydych chi’n gofalu amdano. Rydych chi’n poeni am rywbeth bob amser.

O ran bod yn ofalwr ifanc, mae cymuned o’r fath, rwyf wedi gwneud llawer o ffrindiau ac mae rhai o’m ffrindiau agosaf yn ofalwyr ifanc oherwydd eu bod nhw’n deall yr hyn yr wyf yn mynd drwyddo yn well nag eraill. Bydd fy ffrindiau’n fy wfftio os ydw i’n cael diwrnod gwael, ond bydd fy ffrindiau sy’n ofalwyr ifanc yn fy nghofleidio i ac yn rhoi sicrwydd i mi.

Nid yw bod yn ofalwr ifanc yn fy nghyfyngu i, mae’n fy ngwneud i’n well, mewn ffordd. Fy neges i ofalwyr ifanc fyddai peidiwch â chywilyddio oherwydd eich bod yn ofalwyr ifanc. Peidiwch â chyfyngu arnoch eich hunain. Byddwch yn chi eich hun, byddwch yn unigryw ac fe fyddwch chi’n iawn, a bydd popeth yn iawn.” Ffion.

8. Trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol

"Amcangyfrifir y bydd ***un o bob pedair menyw ac un o bob chwe dyn yn profi trais yn ystod eu hoes.***

Menywod yw'r mwyafrif o'r rhai a fydd yn profi trais a chamdriniaeth. *Fodd bynnag, mae rhai rhanbarthau'n nodi, er bod y mwyafrif o'r bobl sy'n profi trais a chamdriniaeth yn fenywod, fod materion penodol i ddynion y mae angen mynd i'r afael â nhw.* ***Mae dynion dair gwaith yn fwy tebygol o beidio â dweud wrth rywun eu bod yn profi camdriniaeth.***

Bu cynnydd o ran adrodd am gamdriniaeth rywiol hanesyddol yn ystod y blynyddoedd diwethaf, ond mae llawer o gamdriniaeth o hyd nad yw'n cael ei adrodd. Mae angen i ni wneud i bob cyswllt gyfrif fel bod pobl yn cael eu cefnogi i ddianc oddi wrth gamdriniaeth. Mae'r rhesymau dros ei chadw'n gyfrinachol yn cynnwys teimlo cywilydd, peidio â sylweddoli mai camdriniaeth ydoedd, a meddwl na fydd yn cael ei chymryd o ddifrif."

(Gofal Cymdeithasol Cymru, 2017)

Deddf Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (Cymru) 2015 oedd y gyfraith gyntaf o'i math yn y DU. Mae'n mynd i'r afael â cham-drin domestig a thrais rhywiol heb ystyried rhywedd na chyfeiriadedd rhywiol. Nid oes terfyn oedran yn y Ddeddf ychwaith, felly mae hefyd yn cynnwys plant a phobl hŷn.

Rhwng mis Ionawr 2018 a mis Rhagfyr 2020, adroddwyd cyfanswm o 2,152 o ddigwyddiadau i'r heddlu a oedd yn ymwneud â cham-drin domestig yn erbyn menywod (Heddlu Dyfed-Powys, 2021). Dylid nodi'r posibilrwydd nad yw'r ffigur hwn yn adlewyrchu gwir nifer y digwyddiadau yn gywir oherwydd bod llawer o achosion o drais domestig sy'n parhau i fynd heb eu hadrodd. Yn ystod yr un cyfnod, adroddwyd 1,681 achos o drais yn erbyn y person i'r heddlu a oedd yn gysylltiedig â cham-drin domestig, a oedd yn ymwneud â menywod (Heddlu Dyfed-Powys, 2016), sy'n gynnydd o 50% o fis Ionawr i fis Awst 2016.

Heddlu Dyfed-Powys sy'n adrodd y ffigurau isod (2018–2020)

- Nifer y bobl 18–64 oed a honnodd eu bod wedi dioddef trais yn erbyn y person: 1,618 o fenywod; 2,156 (pob rhywedd)
- Nifer y bobl 65 oed a hŷn a honnodd eu bod wedi dioddef trais yn erbyn y person: 63 o fenywod; 107 (pob rhywedd)
- Nifer y bobl 18–64 oed a honnodd eu bod wedi dioddef trosedd rhywiol: 102 o fenywod; 106 (pob rhywedd)
- Nifer y bobl 65 oed a hŷn a honnodd eu bod wedi dioddef troseddau rhywiol: 2 o fenywod; 2 (pob rhywedd)
- Nifer y bobl 18–64 oed a honnodd eu bod wedi dioddef cam-drin domestig: 2,071 o fenywod; 2,707 (pob rhywedd)

- Nifer y bobl 65 oed a hŷn a honnodd eu bod wedi dioddef cam-drin domestig: 81 o fenywod; 139 (pob rhywedd)
- Achosion o gam-drin domestig: 2,152 o fenywod; 2,973 (pob rhywedd)
- Achosion o droseddau rhywiol (gan gynnwys y rhai nad ydynt yn Gysylltiedig â Cham-drin Domestig): 818 o fenywod; 983 (pob rhywedd)

Cafeat: Mae'n bosibl y bydd nifer o adroddiadau trosedd nad ydynt yn cofnodi oedran y dioddefwr ac felly mae'n bosibl bod y ffigur uchod wedi ei amcangyfrif ychydig yn rhy isel. Er gwaethaf hyn, mae'r niferoedd wedi cynyddu'n sylweddol o'u cymharu â'r asesiad blaenorol.

Dengys y data a ddarparwyd gan Heddlu Dyfed-Powys ar gyfer y cyfnod rhwng mis Ionawr 2018 a mis Gorffennaf 2021 yr hyn a ganlyn:

Y tair ardal â'r gyfradd troseddu uchaf yw: -

- Ardal y Drenewydd: 3,180 o droseddau fesul pob 10,000 o'r boblogaeth
- Ardal Llandrindod a Rhaeadr Gwy: 2,742 o droseddau fesul pob 10,000 o'r boblogaeth
- Ardal Aberhonddu: 2,388 o droseddau fesul pob 10,000 o'r boblogaeth

Y tair ardal â'r gyfradd troseddu isaf yw: -

- Ardal Llanfair Caereinion: 854 o droseddau fesul pob 10,000 o'r boblogaeth
- Ardal Llanfyllin gyda 967 o droseddau fesul pob 10,000 o'r boblogaeth
- Ardal Llanidloes gyda 1,235 o droseddau fesul pob 10,000 o'r boblogaeth

Nodwyd bod 14.1% o'r troseddau yn ystod y cyfnod hwn yn ymwneud â Cham-drin Domestig.

Cydraddoldeb

I'n helpu i benderfynu a fydd yr asesiad o'r boblogaeth hwn a'r cynllun dilynol yn helpu neu'n llesteirio ein gallu i ddileu gwahaniaethu;
yn hybu cydraddoldeb; ac yn meithrin cysylltiadau da, cynhaliwyd Asesiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb. Y canlyniad yw sicrhau bod
gwasanaethau Cyngor Sir Powys a Bwrdd Iechyd Addysgu Powys yn cael eu darparu'n deg.

Mae cynnal Asesiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb yn golygu asesu mewn modd systematig effeithiau tebygol (neu wirioneddol) polisi neu arfer ar bobl mewn cysylltiad â'r 9 Nodwedd warchodedig: Anabledd, Rhywedd, Hunaniaeth Rhywedd, Hil, Oedran, Crefydd a Chred, Cyfeiriadedd Rhywiol a Phriodas/Partneriaeth
Sifil. Hefyd, wrth asesu'r effaith, rydym wedi ceisio edrych ar amrywiaeth yn y grwpiau, yn ogystal â rhyngddynt e.e. pobl anabl
sydd â namau gwahanol.

Ar gyfer pob un o'r 8 thema graidd, rydym wedi crynhoi sut yr ydym wedi:

- Ymgysylltu â'r 9 nodwedd warchodedig ac unrhyw fylchau
- Sicrhau ein bod wedi ystyried y grwpiau hyn yn yr asesiad o'r boblogaeth ei hun
- Adlewyrchu eu hanghenion yn y data a gasglwyd.
- Nodi a oes unrhyw grwpiau o bobl nad ydym yn gwybod digon amdanynt a rhoi camau ar waith i ddatrys hyn.

Cynhelir Asesiad llawn o'r Effaith ar Gydraddoldeb ar ein cynlluniau ardal leol.

Methodoleg

Cynhaliwyd yr Asesiad o Anghenion y Boblogaeth ar y cyd ac mae Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Powys wedi cytuno arno; mae hyn yn arwydd o ymrwymiad a rennir i fynd i'r afael â'r holl faterion a amlygir yn yr adroddiad hwn. Mae ein hasesiad yn cyfuno data meintiol a mewnwelediad, ochr yn ochr â sylwadau ansoddol gan ddefnyddwyr.

Rydym wedi defnyddio data sydd ar gael i'r cyhoedd, gwybodaeth ymgysylltu (Iechyd Cyhoedd Cymru, Bwrdd Iechyd Addysgu Powys, Cyngor Sir Powys a Chymdeithas Mudiadau Gwirfoddol Powys), yn ogystal ag ymchwil, adroddiadau a thystiolaeth genedlaethol i'n helpu i ddeall sefyllfa a phrofiadau trigolion a defnyddwyr gwasanaethau.

Ymgysylltodd partneriaid â phobl ledled y sir, gan annog pawb i rannu meddyliau a syniadau. Strwythurwyd yr holl weithgarwch ymgysylltu o amgylch yr wyth thema graidd ac roedd y data a'r wybodaeth a gasglwyd yn gymysgedd o ymgysylltu newydd â phobl yr oedd angen gofal a chymorth arnynt, yn ogystal â defnyddio sylwadau gan ddefnyddwyr a oedd eisoes yn bodoli a gwybodaeth ymgynghori ac ymgysylltu blaenorol.

Cynhaliwyd yr asesiad mewn tri cham:

Cam 1 – Casglu Data (Mehefin – Medi 2021)

Nodwyd pa ddata oedd ar gael yn rhwydd a'r bylchau data a oedd gennym o'n hasesiad blaenorol. Ystyriwyd yr holl dystiolaeth feintiol ac ansoddol berthnasol o unrhyw ymgynghoriadau diweddar y bu partneriaid yn ymwneud â nhw. Datblygodd y tîm restr o randdeiliaid i ymgysylltu â nhw, yn ogystal â'r dulliau gorau ar gyfer gwneud hynny, e.e. defnyddio grwpiau sydd eisoes yn bodoli er mwyn ymgysylltu'n well. Sylweddolodd y tîm y byddai'r coronafeirws yn nodwedd o'r Asesiad o Anghenion y Boblogaeth, ond nid hyn fyddai'r unig nodwedd y canolbwyntir arni.

Cam 2 – Data Ymgysylltu a Phrofi (Medi – Tachwedd 2021)

Mae partneriaid yn gweithio gyda'i gilydd i gynnal ymgynghoriad ac i ymgysylltu ynghylch y bylchau data sy'n dod i'r amlwg, gan ddefnyddio ystod o sianeli a thechnegau i gasglu mewnwelediadau pellach. Roedd hyn yn cynnwys cymysgedd o gyfleoedd digidol a chyfleoedd i ddefnyddio yr hyn a oedd eisoes yn bodoli. Gwnaethom ymgysylltu â grwpiau anodd eu cyrraedd a'r cyhoedd ar ein mewnwelediad, gan brofi y rhain.

Cam 3 – Dadansoddi (Tachwedd 2021 – Ionawr 2022)

Cynhaliwyd dadansoddiad manwl o'r canlyniadau a gasglwyd ac roedd yn cynnwys cymysgedd o ddata ansoddol a mewnwelediadau (e.e. agweddau a theimladau preswylwyr) a ategodd yr wybodaeth feintiol fwy traddodiadol a gasglwyd gennym (e.e. nifer y preswylwyr a oedd yn fodlon ar wasanaeth). Trwy groesgyfeirio'r ddau fath o ddata i bob pwrpas, gwnaethom sicrhau bod gennym asesiad cadarn.

Datblygodd yr Asesiad o Anghenion y Boblogaeth ysgrifenedig yn ystod y broses hon ac fe'i mireiniwyd yn ystod pob cam oherwydd ein bod yn gallu cael gafael ar fewnwelediadau cyfoethocach gan ein preswylwyr a'n defnyddwyr gwasanaethau.

Gwnaethom ymgysylltu â nifer fawr o randdeiliaid ar draws ardal enfawr a chyfres gyffredin o grwpiau, gwnaethom gynnal ymarfer mapio rhanddeiliaid manwl er mwyn sicrhau bod ein hasesiad yn adlewyrchu anghenion pobl mor gywir â phosibl.

Arolwg Byw ym Mhowys

Gwnaethom gynnal arolwg Byw ym Mhowys dros gyfnod o 8 wythnos ym mis Mehefin/Gorffennaf 2021.

Oherwydd pandemig COVID-19, a rheoliadau Llywodraeth Cymru, nid oedd yn bosibl cynnal grwpiau ffocws wyneb yn wyneb, arolygon ar y stryd, na digwyddiadau cyhoeddus, ac ar-lein y gwnaed ein hymarferion ymgysylltu llesiant yn bennaf, gan ddosbarthu copïau printiedig dim ond os/pan oedd angen.

Roedd yr ymgyrch ymgysylltu hon yn targedu poblogaeth Powys, ac er nad oedd yn bosibl casglu gwybodaeth gan y boblogaeth gyfan, defnyddiwyd sampl o'r rhai yr oedd eu nodweddion allweddol yn cynrychioli'r grŵp targed. Er mwyn sicrhau bod gennym ganlyniadau sy'n cynrychioli poblogaeth Powys, roedd angen 384 o ymatebion arnom i gael lefel hyder o 95% (gydag
ffin cyfeiliornad o +/-5%). Derbyniodd ein harolwg 'Byw ym Mhowys' cychwynnol 475 o ymatebion a derbyniodd ein harolwg 'Asesiad Llesiant' dilynol 614 o ymatebion.

Hyrwyddwyd yr arolwg drwy: Gyfrifon cyfryngau cymdeithasol Cyngor Sir Powys a Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus partner; y wasg leol; e-byst uniongyrchol i Fyrddau Gwasanaethau Cyhoeddus partner, at eu staff a'u rhanddeiliaid, Panel Pobl Powys 1,000+ o aelodau, Cynghorwyr Sir, Cynghorau Tref a Chymuned; cyfathrebu mewnol â staff y Cyngor; ac ar arosfannau bysiau ledled Powys.

Rhanddeiliaid y gwnaethom ymgysylltu â nhw, *noder nad yw hon yn rhestr gynhwysfawr:*

- Fforymau Ymgysylltu â Phartneriaethau'r Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol
- Cynghorau tref a chymuned
- Y gweithlu
- Grwpiau defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr
- Paneli dinasyddion
- Fforymau Gofalwyr
- Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus partner
- Grwpiau anabledd / mynediad
- Grwpiau amgylcheddol
- Grwpiau gweithredu dementia
- Cymdeithasau tenantiaid

- Tenantiaid tai Cyngor Sir Powys
- Grwpiau cydraddoldeb eraill
- Grwpiau ieuenctid
- Sefydliad y Merched
- Grwpiau 50+
- Grwpiau pensiynwyr
- Aelodau'r Grŵp Rhianta Corfforaethol
- Ysgolion
- Cymdeithasau chwaraeon
- Cyrff llywodraethu
- Grwpiau gwirfoddoli ac elusennau (drwy Gymdeithas Mudiadau Gwirfoddol Powys)
- Busnesau

Er mwyn sicrhau bod y gweithgareddau ymgysylltu yn llwyddiannus, gwnaethom ddefnyddio'r tactegau canlynol:

- Bod yn glir am yr hyn rydym yn ei ofyn a pham
- Canolbwyntio ar 'yr hyn sy'n bwysig' i bobl
- Sicrhau bod unrhyw ddeunyddiau ymgysylltu neu ddigwyddiadau yn ystyrlon, yn hygyrch ac yn rhwydd eu deall
- Defnyddio rhwydweithiau sydd eisoes yn bodoli gymaint â phosibl i osgoi dyblygu (defnyddio'r hyn sydd eisoes yn bodoli)
- Defnyddio ystod eang o dechnegau a dull amlsianel
- Sicrhau cyfathrebu di-dor rhwng partneriaid drwy gydol y broses

Roedd y sianeli'n cynnwys:

- Arolygon – ar-lein yn bennaf
- Grwpiau ffocws
- Datganiadau i'r wasg
- Y cyfryngau cymdeithasol
- Mewnrwydi
- Fideo
- Fforymau rhithwir
- Digwyddiadau a chyfarfodydd a ychwanegwyd at yr hyn a oedd eisoes yn bodoli
- E-bost

Pryd bynnag yr oedd hynny'n bosibl, gwnaethom ddarparu darlun ar lefel ardal. Oherwydd bod Powys yn sir mor fawr, gydag ehangdir sy'n cwmpasu chwarter Cymru, mae'r dull 13 ardal yn ei gwneud yn haws deall gwahaniaethau ar draws lle.

Gwersi a ddysgwyd

Mae cynhyrchu'r Asesiad o Anghenion y Boblogaeth o fewn yr amserlenni wedi bod yn heriol. Teimlwyd effaith pandemig y coronafeirws ar draws yr holl wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol ac mae wedi cyfyngu ar y cyfle i'r staff ymgysylltu'n llawn yn natblygiad yr Asesiad o Anghenion y Boblogaeth fel y gwnaethant o'r blaen. Y gwaith iechyd a gofal cymdeithasol sy'n canolbwyntio ar ddarparu gwasanaethau hanfodol i bobl sy'n agored i niwed drwy bandemig y coronafeirws sy'n gyfrifol am hyn.

Un o'r prif gyfyngiadau fu'r gallu i gael gafael ar ddata o ansawdd da am y boblogaeth, gwasanaethau a'r galw "arferol" am y gwasanaethau hynny. Mae'r cyfyngiadau symud a'r ddarpariaeth gyfyngedig o wasanaethau wedi effeithio ar ddata tueddiadau. Ni fydd data cyfrifiad 2021 yn cael eu cyhoeddi mewn pryd i'w cynnwys yn yr asesiad ac nid oedd llawer o ddangosyddion ar gael oherwydd pwysau cynyddol ar wasanaethau.

Mae diffyg data ar lefel ardal mewn rhai themâu, yn enwedig anabledd a nam ar y synhwyrau, iechyd, iechyd meddwl ac awtistiaeth, sy'n ei gwneud yn anodd deall anghenion ar lefel is na Chymru/Powys. Er ein bod yn gwybod am oedran a rhywedd ein defnyddwyr gwasanaeth, cyfyngedig yw ein gwybodaeth am rai o'r nodweddion gwarchodedig eraill ym Mhowys, neu nid oes gennym wybodaeth amdanynt o gwbl.

Pan fo hynny'n bosibl, rydym wedi cysoni canfyddiadau yr Asesiad o Anghenion y Boblogaeth a'r Asesiad Llesiant, ac i'r gwrthwyneb. O edrych ar eu ffactorau iechyd, economi, cymuned ac amgylchedd, mae anghenion cyffredinol y boblogaeth o ran iechyd a gofal yn cysylltu â llesiant cyffredinol trigolion.

Bylchau Data

Themâu Asesiad o Anghenion y Boblogaeth	Bylchau Data
Nodweddion Gwarchodedig	• Er nad yw Powys yn amrywiol iawn o safbwynt ethnig, byddai'n werth cydnabod sut mae anghydraddoldeb yn effeithio ar bobl ym Mhowys. Er enghraifft, gall gorthrymder ar sail ethnigrwydd a rhywedd arwain at anghydraddoldeb iechyd sylweddol. Ni chaiff rhai data nodweddion eu casglu yn gyffredinol (yn wahanol i oedran a rhywedd, sy'n fwy cyffredin ymhlith setiau data). • Profiadau LGBT+ – Ar hyn o bryd, nid oes cyfeiriad yn yr asesiad. Ni chasglwyd data yn gyffredinol • Anabledd – Gallai mwy o waith dadansoddi (mynd y tu hwnt i gyfraddau anabledd) fod yn ddefnyddiol o ran deall lefelau hygyrchedd a'r profiad o ddefnyddio gwasanaethau ym Mhowys. • Ymwybyddiaeth – Cynllun Gweithredu Cydraddoldeb Hiliol Llywodraeth Cymru, Cynllun Gweithredu LGBTQ+, Tasglu Hawliau Pobl Anabl a sut y gallai'r rhain effeithio ar Bowys a sefydliadau sydd ar y Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus.
Demograffeg	• Ethnigrwydd a Man Geni – Daw'r data diweddaraf sydd ar gael o'r cyfrifiad, 2011. Mae hyn dros 10 mlwydd oed bellach • Sgiliau Cymraeg – Daw'r data diweddaraf sydd ar gael o'r cyfrifiad, 2011. Mae hyn dros 10 mlwydd oed bellach • Nifer y Siaradwyr Cymraeg a Ragwelir – Dim ond data ar lefel genedlaethol (Cymru) a wnaed ar gael inni. • Y Gymraeg – Archwilio ymhellach ddyfodol tymor hwy y Gymraeg ym Mhowys, ar y cyd â rhagfynegiadau ar lefel genedlaethol a pherthnasedd i'ch ardal. • Nifer yr aelwydydd – Daw'r data diweddaraf sydd ar gael o'r cyfrifiad, 2011. Mae hyn dros 10 mlwydd oed bellach
Plant a phobl Ifanc	• Cyrhaeddiad addysgol – o 2018/19 y mae'r data diweddaraf oherwydd bod arholiadau wedi eu canslo oherwydd COVID-19 yn 2020. • Anghenion cudd – Mae plant a phobl ifanc nad ydynt wedi eu hadnabod a dylai gwneuthurwyr penderfyniadau gofio efallai fod ganddynt angen gofal a chymorth • Plant sydd ag anableddau - Mae rhywfaint o ddata ar lefel leol sy'n hysbys (dim ond yr hyn sy'n hysbys i ofal cymdeithasol) ond

Themâu Asesiad o Anghenion y Boblogaeth	Bylchau Data
	nid yw hyn yn cynrychioli anghenion y boblogaeth. Ni chynhwysir hyn yn yr asesiad hwn.
Pobl Hŷn	• Anghenion cudd – Mae pobl hŷn nad ydynt wedi eu hadnabod a dylai gwneuthurwyr penderfyniadau gofio efallai fod ganddynt angen gofal a chymorth
Iechyd	• Unigrwydd ac ynysigrwydd – Daw'r data diweddaraf sydd ar gael o'r cyfrifiad, 2011. Mae hyn dros 10 mlwydd oed bellach • Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (MALlC) – mae maes bach (data Ardal Cynnyrch Ehangach Haen Is) ar gael ond lefelau amddifadedd cymharol yn unig y mae'n eu rhoi, nid niferoedd gwirioneddol. • Cadw'n Iach – Dim ond ar lefel Powys y mae'r data sydd ar gael inni. • Gordewdra – Dim ond ar lefel Powys y mae'r data sydd ar gael inni
Anableddau corfforol a nam ar y synhwyrau	• Anghenion cudd – Mae pobl sydd ag anabledd corfforol a nam ar y synhwyrau nad ydynt wedi eu hadnabod a dylai gwneuthurwyr penderfyniadau gofio efallai fod ganddynt angen gofal a chymorth • Anableddau corfforol – Dim ond ar lefel Powys y mae'r data sydd ar gael inni. • Nam ar y Synhwyrau – Dim ond ar lefel Powys y mae'r data sydd ar gael inni.
Anabledd dysgu ac awtistiaeth	• Anghenion cudd – Mae pobl sydd ag anableddau dysgu a/neu Awtistiaeth nad ydynt wedi eu hadnabod a dylai gwneuthurwyr penderfyniadau gofio efallai fod ganddynt angen gofal a chymorth • Plant sy'n aros am ddiagnosis awtistiaeth – Tîm Niwroddatblygiadol
Iechyd meddwl	• Iechyd Meddwl – Ar lefel genedlaethol (Cymru) neu ar lefel Powys yn unig y mae rhywfaint o'r data a wnaed ar gael inni. • Anghenion cudd – Mae pobl â phroblemau iechyd meddwl nad ydynt wedi eu hadnabod a dylai gwneuthurwyr penderfyniadau gofio efallai fod ganddynt angen gofal a chymorth
Gofalwyr	• Gofalwyr – Daw'r data diweddaraf sydd ar gael o'r cyfrifiad, 2011. Mae hyn dros 10 mlwydd oed bellach.

Themâu Asesiad o Anghenion y Boblogaeth	Bylchau Data
Trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig, trais rhywiol	• Anghenion cudd – Mae pobl sydd wedi bod yn ddioddefwyr nad ydynt wedi eu hadnabod a dylai gwneuthurwyr penderfyniadau gofio efallai fod ganddynt angen gofal a chymorth

Tabl o'r ffigurau

Ffigur 1 Map o ardaloedd Powys 6

Ffigur 2 Amcanestyniadau poblogaeth fesul blwyddyn (Llywodraeth Cymru, 2018) 13

Ffigur 3 Nifer yr Aelwydydd fesul ardal (Y Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2011) 15

Ffigur 4 Cyrhaeddiad Addysgol cyfnod allweddol 4 ar gyfer lefel 1, lefel 2 a TGAU (Llywodraeth Cymru, 2018/19) 25

Ffigur 5 Siart Bar sy'n dangos % y plant sy'n byw mewn tlodi fesul awdurdod lleol (Llywodraeth Cymru, 2019) 26

Ffigur 6 Siart bar sy'n dangos nifer y plant sy'n derbyn gofal a chymorth fesul Awdurdod Lleol (Llywodraeth Cymru, 2021) 29

Ffigur 7 Siart Bar sy'n dangos % y plant sydd ar y Gofrestr Amddiffyn Plant fesul rheswm 33

Ffigur 8 Siartiau Bar yn dangos nifer y cleientiaid Gofal yn y cartref ac oriau fesul ardal (Cyngor Sir Powys, 2021) 37

Ffigur 9 Siart Bar yn dangos nifer yr unigolion newydd a gefnogir gan Ofal a Alluogir gan Dechnoleg fesul mis. (Cyngor Sir Powys, 2021) 39

Ffigur 10 Siart Bar yn dangos nifer yr atgyfeiriadau newydd am Therapi Galwedigaethol fesul mis (Cyngor Sir Powys, 2021) 40

Ffigur 11 Siartiau Bar sy'n dangos disgwyliad oes adeg geni ar gyfer Gwrywod a Benywod (Y Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2020) 46

Ffigur 14 Y bwlch mewn disgwyliad oes ar adeg geni rhwng y mwyaf a lleiaf difreintiedig, fesul awdurdod lleol (Iechyd Cyhoeddus Cymru 2015–17) 49

Ffigur 15 Y 10 prif faich clefydau byd-eang o ran ffactorau risg bywyd a addesir gan anabledd a ganfuwyd (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2017) 50

Ffigur 16 Oedolion o oedran gweithio sydd o bwysau iach (Iechyd Cyhoeddus Cymru 2017/18–2019/20) 53

Ffigur 17 Plant 5 oed sydd o bwysau iach neu dan bwysau 2017–18 (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2017/18) 53

Ffigur 18 Pobl sy'n teimlo'n unig fesul awdurdod lleol (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2021) 55

Ffigur 19 Cyfradd y bobl (fesul pob 1,000 o'r boblogaeth) sydd ag anabledd corfforol fesul awdurdod lleol (Llywodraeth Cymru, 2019) 60

Ffigur 20 Cyfradd y bobl (fesul pob 1,000 o'r boblogaeth) sydd â nam difrifol ar eu golwg (Llywodraeth Cymru, 2019) 64

Ffigur 21 Lleoliadau ysgolion arbennig ac unedau cyfeirio disgyblion ym Mhowys (Cyngor Sir Powys, 2021) 68

Ffigur 22 Yr hyn y byddwn yn ei wneud. Llety a Chymorth (Cyngor Sir Powys, 2021) 74

Ffigur 23 Siart Bar sy’n dangos nifer yr atgyfeiriadau awtistiaeth fesul oedran a blwyddyn (Y Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig, 2021) 76

Ffigur 24 Siart Bar sy’n dangos nifer yr atgyfeiriadau awtistiaeth fesul math o atgyfeiriad a blwyddyn (Y Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig, 2021) 76

Ffigur 25 Nifer yr achosion o hunanladdiad ym Mhowys dros amser (Y Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2021) 80

Ffigur 26 Siart Bar sy’n dangos nifer y bobl yng Nghymru sydd wedi cael diagnosis o Ddementia rhwng 2011 a 2020 (Alzheimer’s Research UK, 2021) 81

Ffigur 27 Llun gweledol sy’n dangos y risg i Iechyd Corfforol a Meddyliol (Iechyd Cyhoeddus Cymru) 86

Ffigur 28 Graff llinell sy’n dangos canran amcanestynedig yr oedolion sydd ag anhwylderau meddwl (Bwrdd Iechyd Addysgu Powys) 87

Ffigur 29 Siart Bar sy’n dangos nifer y plant a’r bobl ifanc a oedd yn mynd i sesiynau cwnsela fesul Awdurdod Lleol ym mlwyddyn 2019 – 2020 (Llywodraeth Cymru, 2021) 88

Ffigur 30 Siart llinell sy’n dangos nifer y plant a’r bobl ifanc ym Mhowys sydd wedi bod yn mynd i sesiynau cwnsela dros amser (Llywodraeth Cymru, 2021) 89

Cyfeiriadau

Alzheimer's Research UK, 2021. [Ar lein]
Available at: https://www.alzheimersresearchuk.org/

Alzheimer's Research UK, 2021. *Dementia Statistics Hub.* [Ar lein]
Available at: https://www.dementiastatistics.org/
[Cyrchwyd November 2021].

CACI, 2021. *CACI Disposable Income,* s.l.: CACI.

Carers UK, 2020. *Carers Week 2020 Research Report.* [Ar lein]
Available at:
https://www.carersuk.org/images/CarersWeek2020/CW_2020_Research_Report_WEB.pdf
[Cyrchwyd 20 January 2022].

Champs Public Health Collaborative, 2020. *Direct and indirect impacts of COVID-19 on health and wellbeing. Rapid Evidence Review,* s.l.: Liverpool John Moores University.

CSP, 2020. *Powys County Coucnil,* s.l.: Schools Service.

CSP, 2021. *Housing,* s.l.: Powys County Council.

Department for Work and Pension, 2019-2020. *Households Below Average Income,* s.l.: UK Government.

Dixon, John B., 2010. *The effect of obesity on health outcomes,* s.l.: Molecular and cellular endocrinology 316.2 (2010): 104-108.

Engage2Change, 2021. *Mental Health in Children,* s.l.: Engage2Change Powys Mental Health Report.

Environmental pollution 151.2, 2011. *Human health effects of air pollution,* s.l.: Kampa, Merilena, and Elias Castanas.

Gofal Cymdeithasol Cymru, 2017. *Care and support in Wales: national population assessment report,* s.l.: s.n.

Grŵp Cynghori Technegol Llywodraeth Cymru, 2021. *Five harms arising from COVID-19: consideration of potential baseline measures,* s.l.: Welsh Government Technical Advisory Group © Crown Copyright.

Health Challenge Wales, diddyddiad *Dementia, How to reduce the risk,* s.l.: s.n.

Inge, Thomas H, 2013. *The effect of obesity in adolescence on adult health status,* s.l.: Pediatrics 132.6 (2013): 1098-1104.

Integrated Autism Service, 2021. *Integrated Autism Service data collection,* s.l.: s.n.

International journal of obesity, 2011. *long term impact of overweight and obesity in childhood and adolescence on morbidity and premature mortality in adulthood: systematic review.,* s.l.: Reilly, John J and Joanna Kelly.

International psychogeriatrics, 2019. *High prevelance and adverse health effects of lonliness in community-dwelling adultsaccross the lifespan: role of wisom as a protective factor.,* s.l.: Lee E.E,, Depp C, Palmer B.W, Glorioso D, Daly R, Liu J, Tu X.M, Kim H.C, Tarr P, Yamada Y and Jeste D.V .

International psychogeriatrics, 2019. *The effects of lonliness and social isolation on cognitive functioning in older adults: a need for nuanced assessments,* s.l.: Palmer, Barton W.

Journal of Ageing life care, 2018. *Health effects of social isolation and lonliness,* s.l.: Singer, Clifford.

JSWB, 2021. *Junior start well board. Report on the survey for young people on access to ,* s.l.: s.n.

Llywodraeth Cymru, 2017. *Children Receiving Care and Support census,* s.l.: Welsh Government © Crown Copyright.

Llywodraeth Cymru, 2018. *2018 based household projections for Wales,* s.l.: Welsh Government © Crown Copyright.

Llywodraeth Cymru, 2018. *population projections for local authorities in Wales,* s.l.: Welsh Government.

Llywodraeth Cymru, 2019. *Local authority register of persons with physical or sesory disabilities,* s.l.: Welsh Government © Crown Copyright.

Llywodraeth Cymru, 2019. *Welsh Index of Deprivation (WIMD),* s.l.: Welsh Government © Crown Copyright.

Llywodraeth Cymru, 2020. *COVID-19 Mental Health and Wellbeing Surveillance: Children and Young People,* s.l.: s.n.

Llywodraeth Cymru, 2020. *Maternity and birth statistics.* [Ar lein]
Available at: https://gov.wales/maternity-and-birth-statistics

Llywodraeth Cymru, 2020. *National survey for Wales,* s.l.: Welsh Government © Crown Copyright.

Llywodraeth Cymru, 2021. *(PLASC) Pupil Level Annual School Census,* s.l.: Welsh Government © Crown Copyright.

Llywodraeth Cymru, 2021-22. *Local Authority Budgedted expenditure on Schools,* s.l.: Welsh Government © Crown Copyright.

Llywodraeth Cymru, 2021. *Admissions, changes in status and detentions under the Mental Health Act 1983 data collection (KP90),* s.l.: Welsh Government © Crown Copyright.

Llywodraeth Cymru, 2021. *Children Receiving Care and Support Census,* s.l.: Welsh Government © Crown Copyright.

Llywodraeth Cymru, 2021. *Future Trends 2021, Narrative summary.* [Ar lein]
Available at: https://gov.wales/future-trends-2021
[Cyrchwyd 10 January 2022 2022].

Llywodraeth Cymru, 2021. *Leading Wales out of the coronavirus pandemic: A framework for recovery,* s.l.: Welsh Government © Crown Copyright.

Llywodraeth Cymru, 2021. *Local Authority School Counselling Services collection,* s.l.: Welsh Government, Crown Copyright.

Llywodraeth Cymru, 2021. *National Survey for Wales,* s.l.: Welsh Government © Crown Copyright.

Mencap, 2019. *How common is learning disability?.* [Ar lein]
Available at: https://www.mencap.org.uk/learning-disability-explained/research-and-statistics/how-common-learning-disability
[Cyrchwyd 2022 January 27].

NAS, 2022. *National Autistic Society.* [Ar lein]
Available at: https://www.autism.org.uk/advice-and-guidance/what-is-autism

National Housing Federation, 2020. *People in housing need.* [Ar lein]
Available at: https://www.housing.org.uk/resources/people-in-housing-need/

NHS Wales, 2020. *Beyond the Call – National Review of Access to Emergency Services for those experiencing mental health or welfare concerns..* [Ar lein]
Available at: https://gov.wales/sites/default/files/publications/2020-12/beyond-the-call.pdf

NHS Wales, 2020. *International Horizon Scanning and Learning to Inform Wales' COVID-19 Public Health Response and Recovery Report 15; 2/9/20,* s.l.: PHW and WHO Collaborating Centre on Investment for Health and Well-being.

NHS Wales, diddyddiad *Dementia.* [Ar lein]
Available at: http://www.wales.nhs.uk/healthtopics/conditions/dementia

NHS, 2019. *NHS What is Autism?.* [Ar lein]
Available at: https://www.nhs.uk/conditions/autism/what-is-autism/

Office for National Statistics, 2021. *Suicides in England and Wales by local authority.* [Ar lein]
Available at:

https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/birthsdeathsandmarriages/deaths/datasets/suicidesbylocalauthority

ONS, 2011. *Census,* s.l.: Office for National Statistics (ONS) © Crown Copyright.

ONS, 2011. *Census, Office for National Statistics,* s.l.: s.n.

ONS, 2018. *Office of National Statistics, Life expectancy in the UK 2018 to 2020..* [Ar lein] Available at: https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/birthsdeathsandmarriages/lifeexpectancies/bulletins/nationallifetablesunitedkingdom/2018to2020

ONS, 2020. *Coronavirus and depression in adults, Great Britain: June 2020.* [Ar lein] Available at: https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/wellbeing/articles/coronavirusanddepressioninadultsgreatbritain/june2020

ONS, 2020. *landmass per KM2,* s.l.: Office for National Statistics © Crown Copyright.

ONS, 2020. *Mid-Year Esimates,* s.l.: Office for National Statistics.

ONS, 2020. *Mid-Year Estimates,* s.l.: Office for National Statistics © Crown Copyright.

ONS, 2020. *Office for National Statistics,* s.l.: s.n.

PAVO, 2021. *Mental Health in Powys,* s.l.: Powys Association of Voluntary Organisations.

PAVO, 2021. *PAVO,* s.l.: Powys Association of Voluntary Organisations.

PCC, 2019. *North Powys Well-being Engagement Report,* s.l.: s.n.

PCC, 2021. *Children Services,* s.l.: Powys County Council.

PCC, 2021. *Childrens and Adult Services,* s.l.: Powys County Council.

PCC, 2021. *Housing,* s.l.: Powys County Coucil.

PCC, 2021. *Schools Service,* s.l.: Powys County Council.

PCC, 2022. *Autism in schools Jan 2022, Schools service ,* s.l.: Powys County Council .

PCC, 2022. *Commissioning Team (Childrens and Adults),* s.l.: Powys County Council .

Powys Teaching Health Board, 2020-2022. s.l.:Mental Health Department.

Powys Teaching Health Board, 2021. *Deliberate Self Harm and CAHMS,* s.l.: s.n.

Powys Teaching Health Board, 2021. *IMTP 21-22 Plannign ahead analysis evidence relating to impact of pandemic key points,* s.l.: s.n.

Powys Teaching Health Board, 2021. *Pharmaceutical needs assessment.* [Ar lein]
Available at: https://pthb.nhs.wales/about-us/key-documents/needs-assessments/

Powys Teaching Health Board, 2021. *Pharmaceutical Needs Assessment,* s.l.: s.n.

Powys Teaching Health Board, 2021. *PTHB Annual Plan Development - Planning Ahead - Ananlysis of Evidence relating to impact of Pandemic ,* s.l.: s.n.

PTHB, 2021. *Internal reporting ,* s.l.: Powys Teaching Health Board .

Public Health Wales NHS Trust, 2018. *Mortality in Wales 2002 to 2016.* [Ar lein]
Available at: https://phw.nhs.wales/services-and-teams/observatory/data-and-analysis/mortality-in-wales-2002-to-2016/

Public Health Wales NHS Trust, 2020. *Life expectancy and mortality in Wales Little K..* [Ar lein]
Available at: www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/

Public Health Wales NHS Wales Trust, 2019. *Public health outcomes framework.* [Ar lein]
Available at: https://phw.nhs.wales/services-and-teams/observatory/data-and-analysis/public-health-outcomes-framework/

Public Health Wales, 2017/18. *Child measurement programme,* s.l.: Public Health Wales.

Public Health Wales, 2021. *Impact of COVID-19 on common conditions,* s.l.: s.n.

Social Care Wales, 2017. *Care and support in Wales,* s.l.: Welsh Government © Crown Copyright.

Social Care Wales, 2017. *Care and support in Wales: national population assessment report,* s.l.: s.n.

Social Care Wales, 2017. *Care and support in Wales: national population assessment report.* [Ar lein]
Available at: https://socialcare.wales/cms_assets/file-uploads/H-Item-10-Appendix-1-Population-Needs-Assessment-Report.pdf

Tai CSP, 2021. *Powys County Council,* s.l.: Powys social landlords.

The Health Foundation, 2017. *How does housing influence our health?.* [Ar lein]
Available at: https://www.health.org.uk/infographic/how-does-housing-influence-our-health

UK Gov, 2020. *COVID-19 Mental Health and Wellbeing Surveillance: Children and Young People,* s.l.: UK Government © Crown Copyright.

UK Gov, 2021. *Disability Living Allowance,* s.l.: Department of Work and Pensions, UK Government .

Welsh Gov, 2017. *Care and support in Wales: national population assessment report,* s.l.: Welsh Government © Crown Copyright.

Welsh Gov, 2018-19. *Welsh Examinations Database,* s.l.: Welsh Government.

Welsh Gov, 2021. *(PLASC) Pupil Level Annual School Census ,* s.l.: Welsh Government © Crown Copyright.

Welsh Government, 2021. *Admissions to mental health facilities by local health board.* [Ar lein]
Available at: https://statswales.gov.wales/Catalogue/Health-and-Social-Care/Mental-Health/Admissions-to-Mental-Health-Facilities/admissionstomentalhealthfacilitiesbylhb

WHO, 2021. *Life expectancy at birth, World Health Organisation,.* [Ar lein]
Available at: https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/life-expectancy-at-birth-(years)