



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales



PRIFYSGOL
BANGOR
UNIVERSITY

Costau byw cynyddol ac iechyd a llesiant yng Nghymru: arolwg cenedlaethol



Rebecca Hill, Karen Hughes, Katie Cresswell, Kat Ford a Mark A. Bellis

Costau byw cynyddol ac iechyd a llesiant yng Nghymru: arolwg cenedlaethol

Rebecca Hill¹, Karen Hughes^{1,2}, Katie Cresswell², Kat Ford² a Mark A. Bellis^{1,3}

¹ Polisi ac Iechyd Rhyngwladol, Canolfan Gydweithredol WHO ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant, Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru

² Uned Cydweithio ar Iechyd Cyhoeddus, Ysgol Gwyddorau Iechyd, Prifysgol Bangor

³ Cyfadran Iechyd, Prifysgol John Moores Lerpwl

Diolchiadau

Mynegwn ein diolch i'r rhai sydd wedi cyfrannu at ddatblygiad yr adroddiad hwn, gan gynnwys Sumina Azam a Philip Daniels am adolygiadau cymheiriaid a Natasha Judd am brawfddarllen. Rydym yn ddiolchgar iawn i drigolion Cymru a roddodd o'u hamser gwerthfawr i gymryd rhan yn yr arolwg.

Mae'r ddogfen hon ar gael yn Saesneg / This document is available in English



Polisi ac Iechyd Rhyngwladol,
Canolfan Gydweithredu Sefydliad Iechyd y
Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant,
Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru,
Tŷ Clwydian, Parc Technoleg Wrecsam,
Wrecsam
LL13 7YP



Uned Cydweithio ar Iechyd Cyhoeddus,
Ysgol Gwyddorau Iechyd,
Prifysgol Bangor,
Bangor,
LL57 2DG

ISBN 978-1-83766-254-8

© 2023 Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru a Phrifysgol Bangor. Gellir atgynhyrchu'r deunydd a gynhwysir yn y ddogfen hon o dan delerau'r Drwydded Llywodraeth Agored (OGL) www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/ cyn belled â'i fod yn cael ei wneud yn gywir ac nad yw'n cael ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol.

Cydnabyddiaeth i'w nodi i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Mae hawlfraint yn y drefn deipograffyddol, y dyluniad a'r gosodiad yn perthyn i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Hydref 2023

Costau byw cynyddol ac iechyd a llesiant yng Nghymru

Mae cartrefi ledled Cymru yn profi cynnydd mewn costau byw. Er mwyn deall sut mae costau byw cynyddol yn effeithio ar bobl yng Nghymru, cynhaliwyd arolwg cenedlaethol o dros 2,000 o drigolion 18 oed a hŷn yng Nghymru rhwng Tachwedd 2022 a Mawrth 2023.

Sefyllfa ariannol ac ymdopi

- 43% Yn adrodd am sefyllfa ariannol y cartref yn gwaethygu
- 23% Ddim yn meddwl y bydden nhw'n gallu ymdopi'n ariannol
- 28% Yn bryderus iawn am gostau byw cynyddol
- 36% Wedi defnyddio cynilion i dalu costau cynyddol
- 23% Wedi cynyddu benthyca arian i dalu costau cynyddol



Effeithiau ar iechyd a llesiant

% yn dweud bod costau byw cynyddol yn cael effaith negyddol ar:

Iechyd meddwl



Iechyd corfforol



Perthnasoedd



19% yn dweud bod costau byw cynyddol yn cael effaith gadarnhaol ar gymorth cymunedol



Newidiadau mewn ymddygiad



20% yn bwyta llai o fwyd



68% wedi gorfod torri i lawr ar bethau nad ydynt yn hanfodol



70% yn defnyddio llai ar offer trydanol

Grwpiau agored i niwed

Roedd poblogaethau penodol mewn risg uwch o niwed o gostau byw cynyddol. Dangosir risgiau uwch canlyniadau dethol gyda ↑

| | Oedolion iau | Incwm cartref isel | Anweithgarwch economaidd | Plant yn y cartref | Cyfyngiad ar weithgarwch | Lleiafrifoedd ethnig |
|--|--------------|--------------------|--------------------------|--------------------|--------------------------|----------------------|
| Teimlo anallu i ymdopi'n ariannol | ↑ | ↑ | ↑ | ↑ | ↑ | |
| Pryderus iawn am gostau byw | ↑ | ↑ | ↑ | ↑ | ↑ | ↑ |
| Effaith negyddol: iechyd meddwl | ↑ | ↑ | ↑ | | ↑ | |
| Effaith negyddol: iechyd corfforol | ↑ | ↑ | ↑ | | ↑ | ↑ |
| Effaith negyddol: perthnasoedd teuluol | ↑ | ↑ | ↑ | ↑ | ↑ | |

Cyflwyniad

Mae cartrefi ledled Cymru a ledled y byd yn profi cynnydd mewn costau byw (1). Ers diwedd 2021, mae cynnydd mewn prisiau ar gyfer eitemau sylfaenol fel bwyd ac ynni wedi bod yn fwy na'r cynnydd mewn cyflogau cyfartalog a thaliadau lles, gan arwain at ostyngiad mewn incwm gwario gwirioneddol^a. O ganlyniad, mae pwysau cynyddol ar gyllidebau cartrefi yn ei gwneud yn anoddach i bobl fforddio'r pethau sylfaenol a chyfeirir ato'n aml fel 'argyfwng costau byw' (2). Mae hyn yn bryder arbennig yng Nghymru, lle mae incwm gwario cartrefi yn is nag yn y rhan fwyaf o ardaloedd eraill y DU (3).

Yn y DU, mae'r argyfwng costau byw wedi'i ddisgrifio fel 'argyfwng iechyd y cyhoedd' (4) ac yn 'argyfwng iechyd y cyhoedd y gellir ei osgoi' (5); un sy'n cynyddu graddfa a difrifoldeb tlodi hirsefydlog yng Nghymru ac yn ehangu anghydraddoldebau iechyd (4). Disgwylir iddo gael effeithiau pellgyrhaeddol a hirhoedlog, a welir yn fwyaf amlwg mewn gostyngiad mewn safonau byw i lawer. (6). Ym mis Mai 2023, dywedodd dros 9 o bob 10 (93%) o bobl ym Mhrydain Fawr fod eu costau byw wedi cynyddu o gymharu â'r flwyddyn flaenorol (7).

Fodd bynnag, mae costau byw cynyddol yn cael eu teimlo'n arbennig ymhlith grwpiau y gwyddys eu bod dan anfantais (8). Mae'r cartrefi hynny a oedd eisoes yn profi caledi ariannol cyn yr argyfwng costau byw mewn perygl o gael eu gwthio i dlodi (9). Yn benodol, mae'r argyfwng costau byw wedi dod ar adeg o ehangu anghydraddoldebau iechyd ac incwm o ganlyniad i bandemig COVID-19 (10) a fyddai, i rai, wedi erydu gwytnwch i ergydion ariannol yn y dyfodol (11). Yn wir, roedd llawer o'r unigolion sy'n wynebu risg uwch o straen ariannol oherwydd costau byw cynyddol hefyd ymhlith y rhai yr effeithiwyd arnynt fwyaf yn ariannol yn ystod y pandemig (12), yn cynnwys cartrefi incwm isel (13).

Yng Nghymru, mae costau byw cynyddol yn cael effeithiau pellgyrhaeddol, gyda chanlyniadau hirdymor i'r bobl yr effeithir arnynt a'r systemau a'r gwasanaethau sydd eu hangen i'w cefnogi. (4). Adroddodd Sefydliad Bevan fod mwy nag un o bob wyth (14%) o gartrefi yng Nghymru yn ystod gaeaf 2023 naill ai weithiau, yn aml neu bob amser heb ddigon ar gyfer yr holl bethau sylfaenol; dywedodd bron i hanner (48%) fod eu sefyllfa ariannol bresennol wedi cael effaith negyddol ar eu hiechyd meddwl; a dywedodd 30% ei fod wedi cael effaith negyddol ar eu hiechyd corfforol (14). Gall poeni am gyllid yn y dyfodol effeithio ar iechyd meddwl hefyd (15).

Mae effeithiau iechyd a llesiant yn debygol o gael eu teimlo yn y tymor hir ac ar draws cenedlaethau (4). Mae iechyd gwael yn cyfyngu ar gyfleoedd ar gyfer gwaith da a rhagolygon cyflogaeth yn y dyfodol, gydag effeithiau parhaus posibl ar gyfraddau cyflogaeth (8). Rhagwelir hefyd effeithiau ar iechyd meddwl plant a'r glasoed, trwy ddylanwad straen ariannol ar iechyd meddwl rhieni, perthasoedd teuluol a rhianta (12). Gall deall effeithiau'r argyfwng costau byw ar iechyd a llesiant, gwneud penderfyniadau yn y cartref, ac ymwybyddiaeth y cyhoedd o gymorth a mynediad at gymorth, helpu i lywio ymatebion iechyd y cyhoedd sy'n gynaliadwy a theg.

Mae'r adroddiad hwn yn cyflwyno canfyddiadau arolwg a ddatblygwyd i ddeall sut mae'r argyfwng costau byw yn effeithio ar iechyd a llesiant y cyhoedd yng Nghymru; eu hymagweddau a'u penderfyniadau yn ymwneud â chostau byw cynyddol; a'u hymwybyddiaeth o gymorth a chynlluniau ariannol a mynediad iddynt.

^a Incwm gwario yw faint o incwm sydd ar gael i bobl ei wario neu ei gynilo ar ôl i drethi, fel yswiriant gwladol a threth incwm, gael eu didynnu.

Methodoleg

Cynhaliwyd arolwg cartrefi cenedlaethol rhwng Tachwedd 2022 a Mawrth 2023. Roedd trigolion Cymru 18 oed a hŷn yn gymwys i gymryd rhan. Defnyddiwyd methodoleg samplu cwota haenedig i gael sampl gynrychioliadol gydag Ardal Cynnyrch Ehangach Haen Is (ACEHI) fel yr uned samplu, wedi'i haenu yn ôl Bwrdd Iechyd a chwintel amddifadedd (gan ddefnyddio Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru(16)). Gosodwyd targedau cwota ar gyfer pob ACEHI a ddewiswyd ar hap yn ôl oedran, rhyw a gweithgarwch economaidd. Dim ond un person o bob cartref oedd yn gallu cymryd rhan.

Comisiynwyd cwmni ymchwil i'r farchnad proffesiynol i gasglu data gan ddefnyddio holiadur a ddatblygwyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru (gweler Blwch 1). Datblygwyd hyfforddiant i gyfwelwyr gan y cwmni ymchwil i'r farchnad ac Iechyd Cyhoeddus Cymru i sicrhau bod cyfweiliadau'n cael eu cynnal yn sensitif ac yn wrthrychol. Ymwelodd cyfwelwyr hyfforddedig â chartrefi yn ardaloedd yr astudiaeth i wahodd preswylwyr i gymryd rhan yn yr arolwg. Er mwyn cael caniatâd gwybodus, cyflwynwyd llythyr awdurdod gan Iechyd Cyhoeddus Cymru i aelodau cartrefi a thaflen wybodaeth, a oedd yn amlinellu pwrpas a chynnwys yr arolwg; ei natur wirfoddol, gyfrinachol a dienw; a sut y byddai canfyddiadau'n cael eu defnyddio. Darparwyd holl ddeunyddiau'r astudiaeth yn Gymraeg a Saesneg a gallai cyfranogwyr ddewis llenwi'r holiadur yn eu dewis iaith. Cynhaliwyd cyfweiliadau wyneb yn wyneb gan ddefnyddio technoleg Cyfwelydd Personol â Chymorth Cyfrifiadur (CAPI). Ar ddiwedd yr holiadur, rhoddwyd taflen ddiolch i'r cyfranogwyr a oedd yn cynnwys gwybodaeth am wasanaethau cymorth yn gysylltiedig â'r pynciau yn yr arolwg.

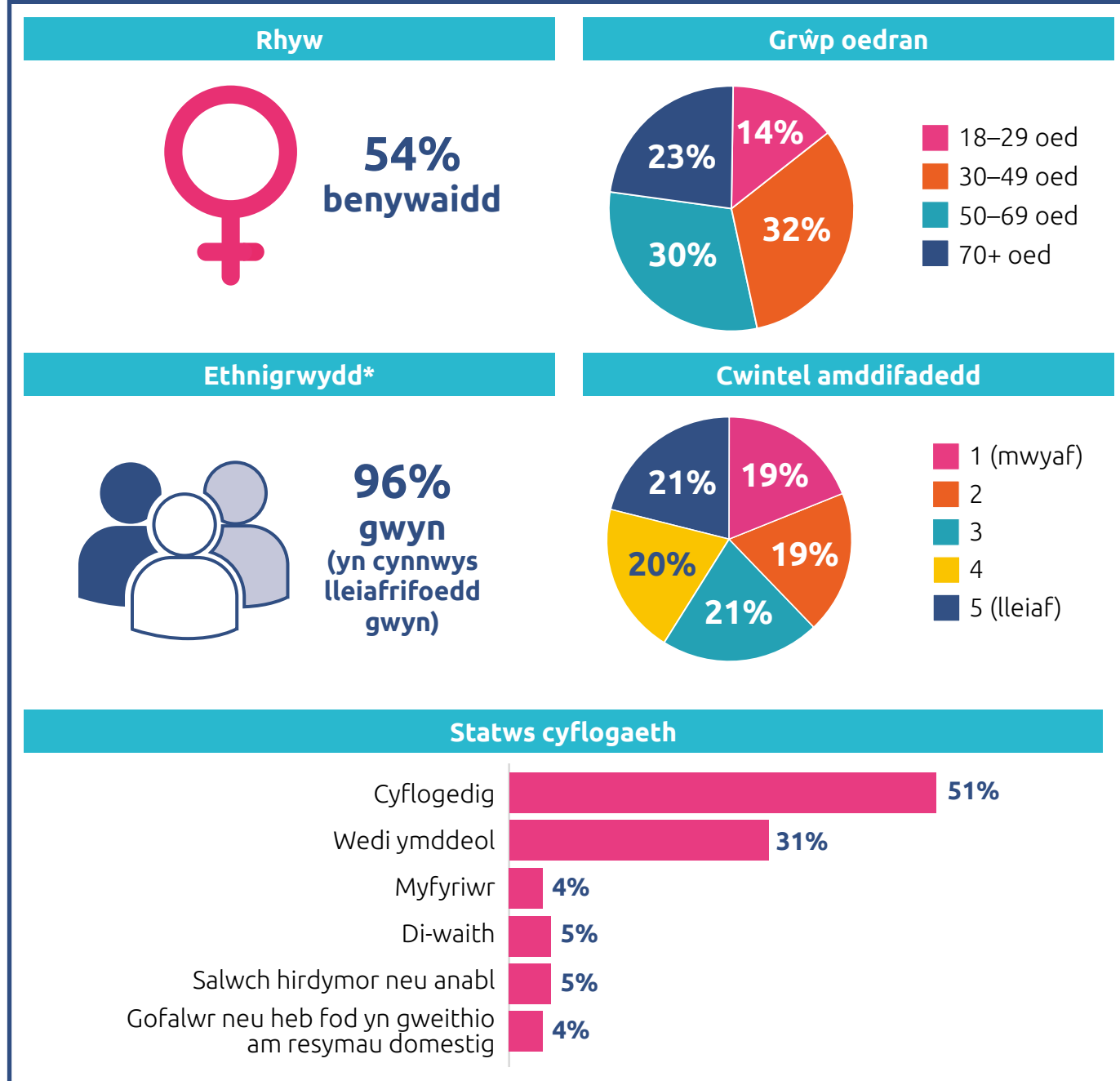
Cwblhawyd cyfanswm o 2,007 o holiaduron, gyda 49% o gartrefi a wahoddwyd i gymryd rhan yn gwneud hynny. Mae Blwch 2 yn rhoi crynodeb o ddemograffeg y cyfranogwyr (gweler Tabl A1 yr Atodiad am fanylion pellach).

Adolygwyd yr astudiaeth trwy'r System Cymhwyso Ymchwil Integredig (IRAS) a rhoddwyd cymeradwyaeth foeseg gan Bwyllgor Moeseg Academaidd Gofal Iechyd a Gwyddorau Meddygol Prifysgol Bangor (cyfeirnod: 2022-17225).

Blwch 1. Ynglŷn â'r holiadur

Roedd yr holiadur yn ymdrin â demograffeg y cyfranogwyr, eu sefyllfa ariannol, pryderon am gostau byw cynyddol, ymwybyddiaeth o'r cymorth sydd ar gael trwy gydol yr argyfwng costau byw, llesiant meddwl ac ystod o gwestiynau eraill am brofiadau iechyd a bywyd. Tynnwyd cwestiynau o offer presennol a dilys lle'r oedd hynny'n bosibl. Cwblhawyd yr holiadur gan y cyfwelydd, gyda chyfranogwyr yn gallu cwblhau cwestiynau mwy personol eu hunain. Cymerodd gyfartaledd o 22 munud i'w gwblhau.

Blwch 2. Trosolwg o ddemograffeg y cyfranogwyr*



*Rhoddir manylion demograffig pellach yn Nhabl A1 yr Atodiad.

Dadansoddi data

Cafodd data eu dadansoddi gan ddefnyddio meddalwedd SPSS fersiwn 24. Pwysolwyd data amllder cyffredinol i ddemograffeg poblogaeth genedlaethol yn ôl rhyw, grŵp oedran a chwintel amddifadedd.^b Oherwydd niferoedd isel o fewn grwpiau ethnig heblaw gwyn (gweler Tabl A1 yr Atodiad), cafodd ethnigrwydd ei grwpio i ddau gategori: gwyn (gan gynnwys lleiafrifoedd gwyn) a lleiafrifoedd ethnig (ac eithrio lleiafrifoedd gwyn). Cafodd ystod o newidynnau demograffig eraill eu cynnwys mewn dadansoddiadau a disgrifir y rhain yn Nhabl 1. Mesurwyd llesiant meddwl gan ddefnyddio Graddfa Llesiant Meddwl Byr Warwick-Caeredin (SWEMWBS).^c

^b Trwy gydol yr adroddiad, efallai na fydd ffigurau yn dod yn gyfanswm o 100% oherwydd talgrynnu.

^c Short Warwick-Edinburgh Mental Wellbeing Scale (SWEMWBS) © NHS Health Scotland, University of Warwick and University of Edinburgh, 2008, all rights reserved.

Roedd dadansoddiadau yn archwilio gwahaniaethau mewn ymatebion ar draws grwpiau demograffig yn defnyddio data heb ei bwysoli. Mesurwyd cydberthnasau deunewidiol gan ddefnyddio dadansoddiad sgwâr Chi, a darperir y canlyniadau yn Nhablau'r Atodiad. Defnyddiodd dadansoddiadau aml-newidiol fodolau llinol cyffredinol (logisteg deuaidd) i reoli'r dryswch rhwng ffactorau demograffig. Darperir cymarebau ods wedi'u haddasu a chyfyngau hyder 95% yn Nhablau'r Atodiad, gyda pherthnasoedd arwyddocaol ar gyfer mesurau allweddol wedi'u hamlinellu yn y canlyniadau. Er mwyn rhoi syniad o sut y gallai'r argyfwng costau byw effeithio ar wahanol grwpiau poblogaeth, cynhyrwyd dulliau ymylol amcangyfrifedig (cyfrannau wedi'u haddasu yn ôl sampl) mewn modelau aml-amrywedd ar gyfer detholiad o gwestiynau a phroffiliau poblogaeth, a chyflwynir y canfyddiadau hyn yn y canlyniadau. Defnyddiwyd yr un proffiliau poblogaeth ar gyfer pob cwestiwn ac nid ydynt o reidrwydd yn cynrychioli'r grwpiau yr effeithiwyd fwyaf a lleiaf arnynt, ond yn hytrach y nod yw amlygu sut y gall ffactorau risg effeithio ar fregusrwydd ar draws grwpiau poblogaeth.

Tabl 1. Categoriadau ac amllder newidynnau demograffig ychwanegol

| Newidyn | Amllder | |
|---|----------------|------------|
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | |
| Gofynnwyd i'r cyfranogwyr: <i>A yw eich gweithgareddau o ddydd i ddydd yn gyfyngedig oherwydd problem iechyd neu anabledd sydd wedi para neu y disgwylir iddo bara am o leiaf 12 mis?</i> gydag opsiynau ymateb o 'na', 'ydyn, wedi'u cyfyngu ychydig' ac 'ydyn, wedi'u cyfyngu llawer'. | Na | 67% |
| | Ychydig | 18% |
| | Llawer | 15% |
| Plant yn y cartref | | |
| Gofynnwyd i'r cyfranogwyr: <i>Faint o bobl sy'n byw yn eich cartref ar hyn o bryd sy'n blant o dan 18 oed?</i> Cafodd y rhai a ymatebodd ≥ 1 eu categorio fel 'ie' a 0 i 'na'. Cafodd achosion â data coll (n=177) eu codio fel dirprwy i 'ie' os gwnaethant roi ymateb heblaw 'amherthnasol' i'r cwestiwn: <i>Pa effaith, os o gwbl, y mae costau byw cynyddol wedi'i chael ar allu eich plentyn i gymryd rhan mewn chwaraeon neu weithgareddau eraill?</i> | Na | 67% |
| | Ie | 33% |
| Incwm cartref isel | | |
| Gofynnwyd i'r cyfranogwyr: <i>Yn fras beth fydddech chi'n ei ddweud yw cyfanswm incwm blynyddol eich cartref (gan gynnwys yr holl fudd-daliadau) cyn treth a didyniadau?</i> Cafodd y rhai a ddewisodd categorïau <£20,000 eu codio i 'incwm cartref isel' (ie). Rhoddwyd y cod 'na' i'r rhai a ymatebodd 'mae'n well gen i beidio â dweud' (n=215) neu 'dydw i ddim yn gwybod' (n=391) i alluogi eu cynnwys yn y dadansoddiadau; felly mae'r newidyn yn ymwneud â chyfranogwyr fu'n hunan-adrodd incwm cartref isel. | Na | 76% |
| | Ie | 24% |
| Anweithgarwch economaidd | | |
| Gofynnwyd i'r cyfranogwyr: <i>Pa un o'r canlynol sy'n disgrifio eich statws cyflogaeth orau?</i> Cafodd y rhai a ymatebodd 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' neu 'ofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig' eu categorio i anweithgarwch economaidd (ie). Cafodd pob ymateb arall ei godio i 'na'. | Na | 86% |
| | Ie | 14% |

Canfyddiadau

Amgylchiadau ariannol ac ymdopi

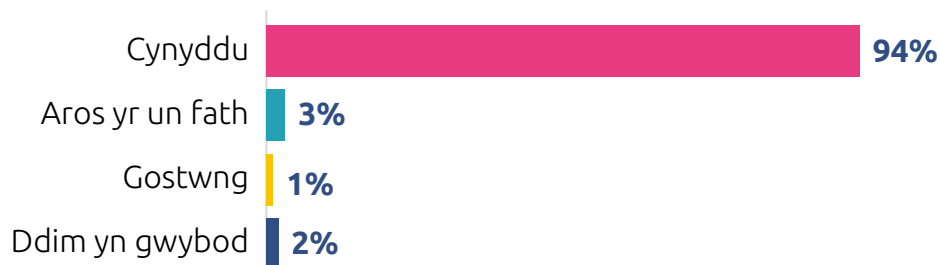
Gofynnwyd i'r cyfranogwyr sut yr effeithiwyd ar eu cyllid dros y chwe mis diwethaf ac a oeddent yn meddwl y gallent ymdopi'n ariannol yn ystod yr argyfwng costau byw.

- Dywedodd y rhan fwyaf o bobl fod eu costau byw wedi cynyddu dros y chwe mis diwethaf (94%) tra bod eu hincwm wedi aros yr un fath (72%) (Ffigur 1).
- Yn gyffredinol, roedd 43% o bobl yn categoreiddio sefyllfa ariannol eu cartref presennol yn waeth nag yr oedd chwe mis yn ôl (Ffigur 2a).
- Er bod y rhan fwyaf o bobl (77%) yn credu y gallent ymdopi'n ariannol yn ystod yr argyfwng costau byw, nid oedd dros un rhan o bump (23%) o bobl yn meddwl y byddent yn gallu ymdopi (Ffigur 3).
- Roedd anallu canfyddedig i ymdopi yn gysylltiedig ag oedran iau, amddifadedd preswyl, incwm cartref isel, cyfyngiad ar weithgarwch, anweithgarwch economaidd a chael plant yn y cartref (Tabl A3 yr Atodiad).

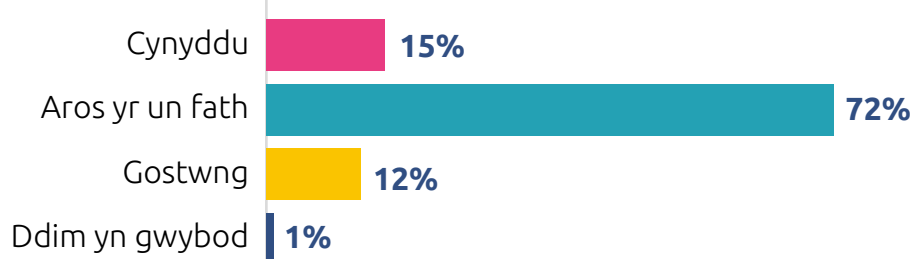
Ffigur 1: A allwch ddweud wrthym sut yr effeithiwyd ar eich cyllid dros y chwe mis diwethaf?

Canran wedi'i phwysoli* o ymatebwyr a roddodd bob ymateb.

Mae fy nghostau byw wedi...



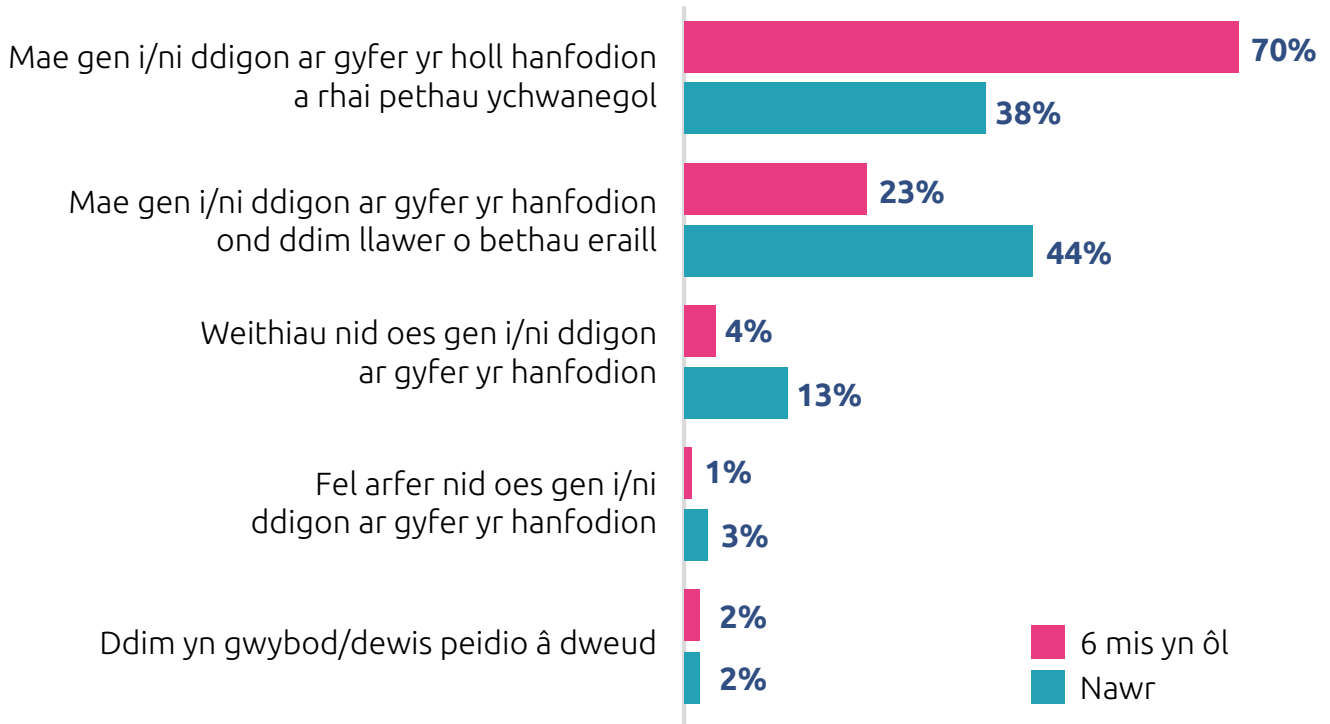
Mae fy incwm wedi...



* Wedi'i bwysoli i ddemograffeg y boblogaeth genedlaethol yn ôl rhyw, grŵp oedran a chwintel amddifadedd.

Ffigur 2: Gan feddwl am gyllid eich cartref nawr a chwe mis yn ôl, pa un o'r datganiadau canlynol sy'n disgrifio orau sut yr ydych yn ymdopi?

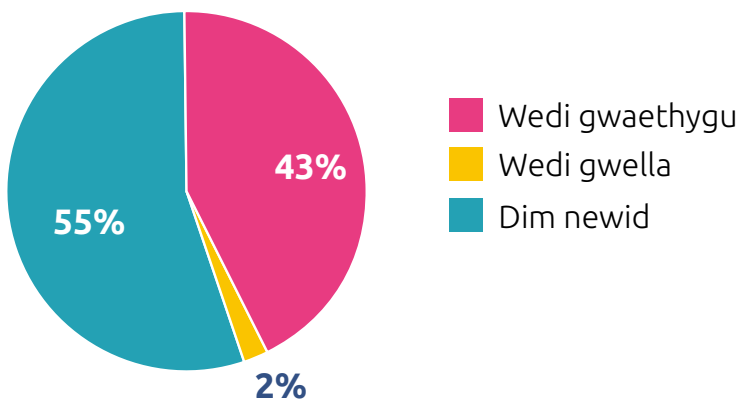
Canran wedi'i phwysoli* o ymatebwyr a roddodd bob ymateb.



* Wedi'i bwysoli i ddemograffeg y boblogaeth genedlaethol yn ôl rhyw, grŵp oedran a chwintel amddifadedd.

Ffigur 2a: Canran wedi'i phwysoli* sy'n asesu bod sefyllfa ariannol eu cartref wedi gwaethygu, gwella neu aros yr un fath yn ystod y chwe mis diwethaf.

Yn seiliedig ar ymatebion i gwestiynau yn Ffigur 2, gweler Tabl 2 yr Atodiad



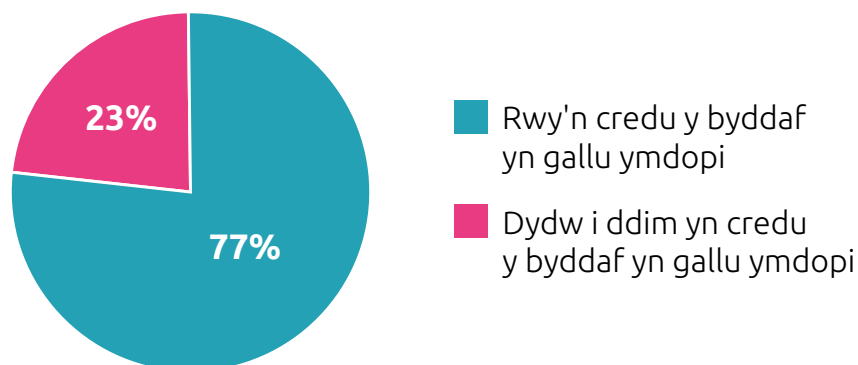
Roedd adrodd am sefyllfa ariannol waeth yn gysylltiedig â:

- Bod yn <70 mlwydd oed
- Cael plant yn y cartref
- Incwm cartref isel
- Anweithgarwch economaidd

Gweler Tabl A2 yr Atodiad

* Wedi'i bwysoli i ddemograffeg y boblogaeth genedlaethol yn ôl rhyw, grŵp oedran a chwintel amddifadedd.

Ffigur 3: Pa mor hyderus ydych chi yn eich gallu i ymdopi'n ariannol drwy'r argyfwng costau byw?
Canran wedi'i phwysoli* o ymatebwyr a roddodd bob ymateb.



Roedd anallu canfyddedig i ymdopi yn gysylltiedig â:

- Bod yn <50 mlwydd oed
- Y pumed amddifadedd uchaf
- Cyfyngiad ar weithgarwch
- Cael plant yn y cartref
- Incwm cartref isel
- Anweithgarwch economaidd

Gweler Tabl A3 yr Atodiad

*Wedi'i bwysoli i ddemograffeg y boblogaeth genedlaethol yn ôl rhyw, grŵp oedran a chwintel amddifadedd.

Tabl 2. Amcangyfrif o'r gyfran yn meddwl na fyddant yn gallu ymdopi'n ariannol drwy'r argyfwng costau byw o fewn grwpiau poblogaeth dethol*

| Proffil | | % |
|-----------|--|-----|
| 18-29 oed | Menyw gefnog sy'n gweithio | 14% |
| | Gwryw di-waith difreintiedig | 80% |
| 30-49 oed | Gwryw cefnog sy'n gweithio heb unrhyw blant yn y cartref | 9% |
| | Menyw ddifreintiedig sy'n gweithio gyda phlant yn y cartref | 63% |
| 50-69 oed | Menyw gefnog sy'n gweithio heb unrhyw gyfyngiad ar weithgarwch | 5% |
| | Gwryw di-waith difreintiedig gyda chyfyngiad ar weithgarwch | 78% |
| 70+ oed | Gwryw cefnog heb unrhyw gyfyngiad ar weithgarwch | 4% |
| | Menyw ddifreintiedig gyda chyfyngiad ar weithgarwch | 51% |

*Cymedrau ymylol amcangyfrifedig (gweler dulliau). Difreintiedig = preswlydd yn y cwintel mwyaf difreintiedig AC incwm cartref isel; Cefnog = preswlydd yn y cwintel lleiaf difreintiedig A dim incwm cartref isel. Cyfrannau yn seiliedig ar absenoldeb ffactorau risg eraill (ee 'gwryw 18-29 oed difreintiedig, di-waith' heb unrhyw blant yn y cartref a dim cyfyngiad ar weithgarwch).

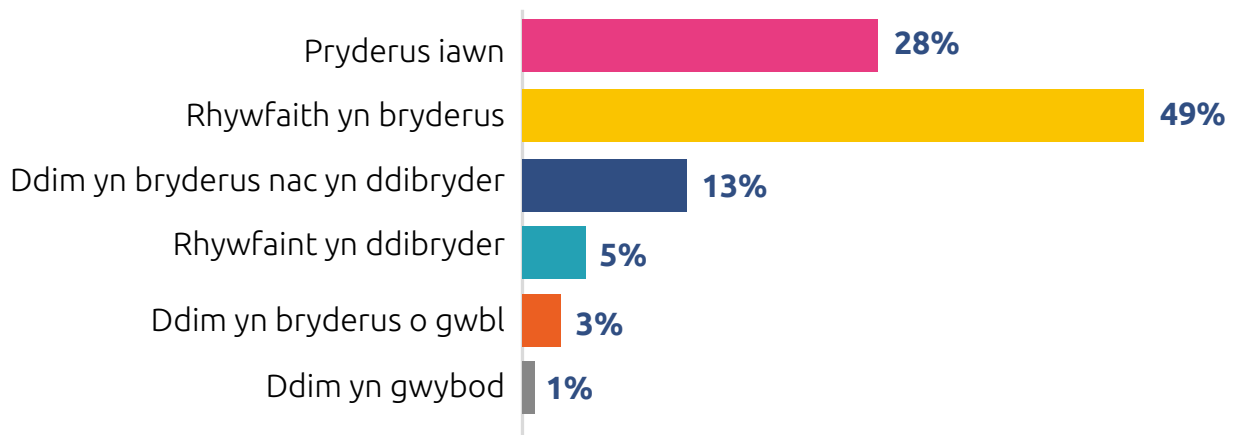
Pryder am gostau byw cynyddol a'r effaith ar iechyd

Gofynnwyd i'r cyfranogwyr pa mor bryderus oeddent ynghylch costau byw cynyddol a pha effaith yr oedd hyn wedi'i chael ar eu hiechyd a'u llesiant.

- Roedd dros chwarter (28%) o oedolion yn 'bryderus iawn' am gostau byw cynyddol (Ffigur 4), a dywedodd dros chwarter (27%) fod costau byw cynyddol yn achosi trallod a gorbryder sylweddol iddynt (Ffigur 5).
- Dywedodd 44% o oedolion fod costau byw cynyddol yn cael effaith negyddol ar eu hiechyd meddwl ac 19% ar eu hiechyd corfforol (Tabl 4).
- Dywedodd 22% o oedolion fod costau byw cynyddol yn cael effaith gadarnhaol ar sut mae pobl yn cefnogi ei gilydd yn eu cymuned (Tabl 4).
- Roedd adrodd am effeithiau negyddol ar iechyd a llesiant yn sgil costau byw cynyddol yn tueddu i fod yn gysylltiedig ag oedran iau, incwm cartref isel, anweithgarwch economaidd a chyfyngiadau ar weithgarwch (Tablau A6a-d yr Atodiad).

Ffigur 4: Ar hyn o bryd, pa mor bryderus, os o gwbl, ydych chi am gostau byw cynyddol?

Canran wedi'i phwysoli* o ymatebwyr a roddodd bob ymateb.



* Wedi'i bwysoli i ddemograffeg y boblogaeth genedlaethol yn ôl rhyw, grŵp oedran a chwintel amddifadedd.

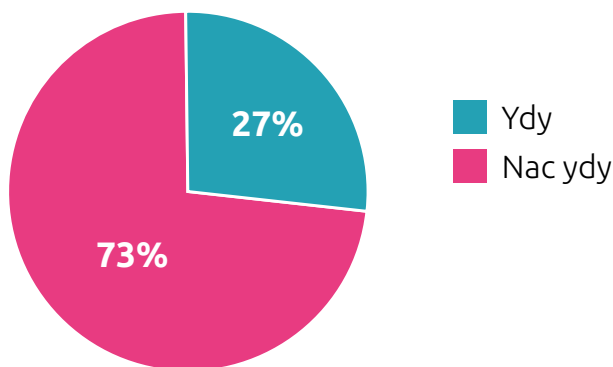
Roedd bod yn 'bryderus iawn' am gostau byw cynyddol yn gysylltiedig â:

- Bod yn fenyw
- Ethnigrwydd heblaw am wyn
- Amddifadedd uwch
- Cyfyngiad ar weithgarwch
- Cael plant yn y cartref
- Incwm cartref isel
- Anweithgarwch economaidd

Gweler Tabl A4 yr Atodiad

Ffigur 5. I rai pobl, bydd costau byw cynyddol yn achosi tralod neu orbryder sylweddol. A fydddech chi'n dweud bod hyn yn wir i chi?

Canran wedi'i phwysoli* o ymatebwyr a roddodd bob ymateb.



Roedd adrodd am dralod neu orbryder sylweddol yn gysylltiedig â:

- Bod yn fenyw
- Bod yn <70 mlwydd oed
- Ethnigrwydd heblaw am wyn
- Y pumed amddifadedd uchaf
- Cyfyngiad ar weithgarwch
- Incwm cartref isel
- Anweithgarwch economaidd

Gweler Tabl A5 yr Atodiad

* Wedi'i bwysoli i ddemograffeg y boblogaeth genedlaethol yn ôl rhyw, grŵp oedran a chwintel amddifadedd.

Tabl 3. Amcangyfrif o'r gyfran yn dweud bod costau byw cynyddol yn achosi tralod neu orbryder sylweddol iddynt o fewn grwpiau poblogaeth dethol*

| Proffil | | % |
|-----------|--|-----|
| 18-29 oed | Menyw gefnog sy'n gweithio | 29% |
| | Gwryw di-waith difreintiedig | 69% |
| 30-49 oed | Gwryw cefnog sy'n gweithio heb unrhyw blant yn y cartref | 19% |
| | Menyw ddifreintiedig sy'n gweithio gyda phlant yn y cartref | 58% |
| 50-69 oed | Menyw gefnog sy'n gweithio heb unrhyw gyfyngiad ar weithgarwch | 15% |
| | Gwryw di-waith difreintiedig gyda chyfyngiad ar weithgarwch | 81% |
| 70+ oed | Gwryw cefnog heb unrhyw gyfyngiad ar weithgarwch | 6% |
| | Menyw ddifreintiedig gyda chyfyngiad ar weithgarwch | 61% |

*Cymedrau ymylol amcangyfrifedig (gweler dulliau). Difreintiedig = preswyllydd yn y cwintel mwyaf difreintiedig AC incwm cartref isel; Cefnog = preswyllydd yn y cwintel lleiaf difreintiedig A dim incwm cartref isel. Cyfrannau yn seiliedig ar absenoldeb ffactorau risg eraill (ee 'gwryw 18-29 oed difreintiedig, di-waith' heb unrhyw blant yn y cartref a dim cyfyngiad ar weithgarwch).

Tabl 4. Hyd yn hyn, pa effaith, os o gwbl, y mae costau byw cynyddol wedi'i chael ar y canlynol? Canran wedi'i phwysoli* o ymatebwr a roddodd bob ymateb.

| | Effaith Gadarnhaol | Dim Effaith | Effaith Negyddol | Amherthnasol |
|--|--------------------|-------------|------------------|--------------|
| Eich iechyd meddwl | <1% | 55% | 44% | - |
| Eich iechyd corfforol | 1% | 79% | 19% | - |
| Eich perthynas â'ch teulu | 4% | 80% | 17% | - |
| Lefelau lleol o drais ac ymddygiad gwrthgymdeithasol | 2% | 83% | 15% | - |
| Sut mae pobl yn cefnogi ei gilydd yn eich cymuned | 22% | 71% | 8% | - |
| Gallu eich plentyn i gymryd rhan mewn chwaraeon neu weithgareddau eraill | 1% | 28% | 9% | 63% |
| Y cydbwysedd rhwng faint y mae'n rhaid i chi weithio a'ch amser rhydd | 1% | 34% | 18% | 47% |

*Wedi'i bwysoli i ddemograffeg y boblogaeth genedlaethol yn ôl rhyw, grŵp oedran a chwintel amddifadedd. Mae Tablau A6a-A6e yr Atodiad yn darparu cyfrannau ac ods wedi'u haddasu ar gyfer yr effeithiau canfyddedig ar iechyd meddwl, iechyd corfforol, perthnasoedd teuluol, trais ac ymddygiad gwrthgymdeithasol, a chymorth yn y gymuned fesul grwpiau demograffig.

Roedd adrodd am effaith negyddol ar iechyd meddwl yn gysylltiedig â:

- Bod yn <70 mlwydd oed (uchaf, 30-49 oed)
- Incwm cartref isel
- Anweithgarwch economaidd
- Cyfyngiad ar weithgarwch

Gweler Tabl A6a yr Atodiad

Roedd adrodd am effaith negyddol ar iechyd corfforol yn gysylltiedig â:

- Bod yn fenyw
- Oed iau (uchaf, 18-29 oed)
- Ethnigrwydd heblaw am wyn
- Cyfyngiad ar weithgarwch
- Incwm cartref isel
- Anweithgarwch economaidd

Gweler Tabl A6b yr Atodiad

Roedd adrodd am effaith gadarnhaol ar sut mae pobl yn cefnogi ei gilydd yn y gymuned yn gysylltiedig â:

- Bod yn fenyw
- Peidio â bod yn y categori anweithgarwch economaidd

Gweler Tabl A6e yr Atodiad

Llesiant meddyliol

Llenwodd cyfranogwyr Raddfa Llesiant Meddyliol 7 eitem Fer Warwick-Caeredin (SWEMWBS) Cafodd y rhai a sgoriodd >1 gwyriad safonol o dan y cymedrig (gweler Blwch 3) eu categoreiddio fel rhai â llesiant meddyliol isel.

- Roedd gan 21% o bobl yr oedd eu cyllid wedi gwaethygu dros y 6 mis diwethaf lesiant meddyliol isel, o gymharu â 13% o'r rhai nad oedd eu cyllid wedi gwaethygu (Ffigur 6).
- Roedd gan 42% o'r bobl a ganfu nad oeddent yn gallu ymdopi'n ariannol yn ystod yr argyfwng costau byw lesiant meddyliol isel, o gymharu â 9% a gredai y gallent ymdopi (Ffigur 6).

Tabl 5. SWEMWBS[§]: Dewiswch yr opsiwn sy'n disgrifio orau eich profiad dros y pythefnos diwethaf. Canran wedi'i phwysoli* o ymatebwyr a roddodd bob ymateb..

| SWEMWBS [§] item | Dim o'r amser | Yn anaml | Peth o'r amser | Yn aml | Drwy'r amser |
|--|---------------|----------|----------------|--------|--------------|
| Rydw i wedi bod yn teimlo'n obeithiol am y dyfodol | 10% | 22% | 37% | 23% | 8% |
| Rydw i wedi bod yn teimlo'n ddefnyddiol | 6% | 12% | 29% | 34% | 18% |
| Rydw i wedi bod yn teimlo wedi ymlacio | 7% | 20% | 37% | 26% | 10% |
| Rydw i wedi bod yn delio â phroblemau yn dda | 3% | 10% | 30% | 34% | 23% |
| Rydw i wedi bod yn meddwl yn glir | 2% | 7% | 25% | 36% | 30% |
| Rydw i wedi bod yn teimlo'n agos at bobl eraill | 2% | 8% | 23% | 33% | 34% |
| Rydw i wedi gallu gwneud fy meddwl fy hun i fyny am bethau | 1% | 6% | 19% | 33% | 41% |

§ Short Warwick-Edinburgh Mental Wellbeing Scale (SWEMWBS) © NHS Health Scotland, University of Warwick and University of Edinburgh, 2008, all rights reserved. * Wedi'i bwysoli i ddemograffeg y boblogaeth genedlaethol yn ôl rhyw, grŵp oedran a chwintel amddifadedd.

Blwch 3. Sgorio SWEMWBS

Mae ymatebion i bob un o saith eitem SWEMWBS (gweler Tabl 3) yn cael eu sgorio o 1 (dim o'r amser) i 5 (drwy'r amser). Yna caiff y sgorau hyn eu crynhoi i roi sgôr grai cyffredinol, a gaiff ei thrawsnewid yn unol â chanllawiau sefydledig (17). Gall sgorau amrywio o 7 i 35 gyda sgorau uwch yn dynodi llesiant meddyliol positif uwch. Fe wnaethom categoreiddio cyfranogwyr fel rhai â llesiant meddyliol isel os oeddent yn sgorio >1 gwyriad safonol (SD) yn is na chymedr y sampl (data heb ei bwysoli). Sgôr cymedrig SWEMWBS oedd 23.1 (SD 4.9) ac roedd 17% o'r sampl yn y categori â llesiant meddyliol isel.

Roedd llesiant meddyliol isel yn gysylltiedig â:

- Bod yn fenyw
- Oed iau (uchaf 18-29 oed)
- Amddifadedd uwch
- Ethnigrwydd heblaw am wyn
- Cyfyngiad ar weithgarwch
- Incwm cartref isel
- Anweithgarwch economaidd

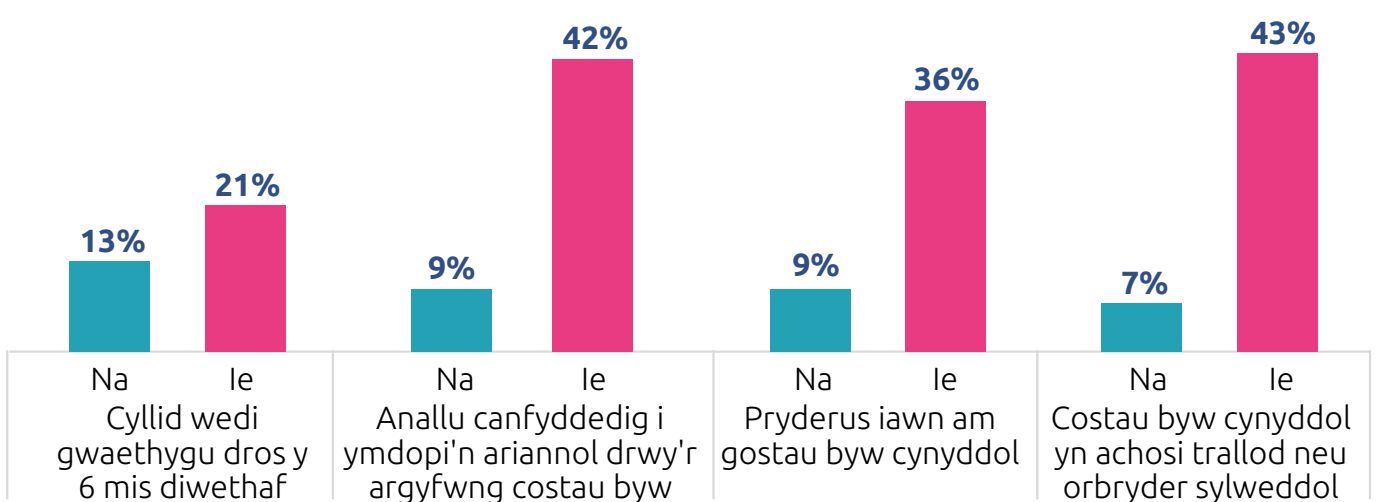
Tabl A7 yr Atodiad

Tabl 6. Amcangyfrif o'r gyfran â llesiant meddyliol isel o fewn grwpiau poblogaeth dethol*

| Proffil | | % |
|-----------|--|-----|
| 18-29 oed | Menyw gefnog sy'n gweithio | 12% |
| | Gwryw di-waith difreintiedig | 44% |
| 30-49 oed | Gwryw cefnog sy'n gweithio heb unrhyw blant yn y cartref | 5% |
| | Menyw ddifreintiedig sy'n gweithio gyda phlant yn y cartref | 20% |
| 50-69 oed | Menyw gefnog sy'n gweithio heb unrhyw gyfyngiad ar weithgarwch | 7% |
| | Gwryw di-waith difreintiedig gyda chyfyngiad ar weithgarwch | 76% |
| 70+ oed | Gwryw cefnog heb unrhyw gyfyngiad ar weithgarwch | 3% |
| | Menyw ddifreintiedig gyda chyfyngiad ar weithgarwch | 53% |

*Cymedrau ymylol amcangyfrifedig (gweler dulliau). Difreintiedig = preswlydd yn y cwintel mwyaf difreintiedig AC incwm cartref isel; Cefnog = preswlydd yn y cwintel lleiaf difreintiedig A dim incwm cartref isel. Cyfrannau yn seiliedig ar absenoldeb ffactorau risg eraill (ee 'gwryw 18-29 oed difreintiedig, di-waith' heb unrhyw blant yn y cartref a dim cyfyngiad ar weithgarwch).

Ffigur 6. Cyfran y cyfranogwyr â llesiant meddyliol isel yn seiliedig ar ymatebion i gwestiynau costau byw allweddol. Data heb ei bwysoli, p<0.001

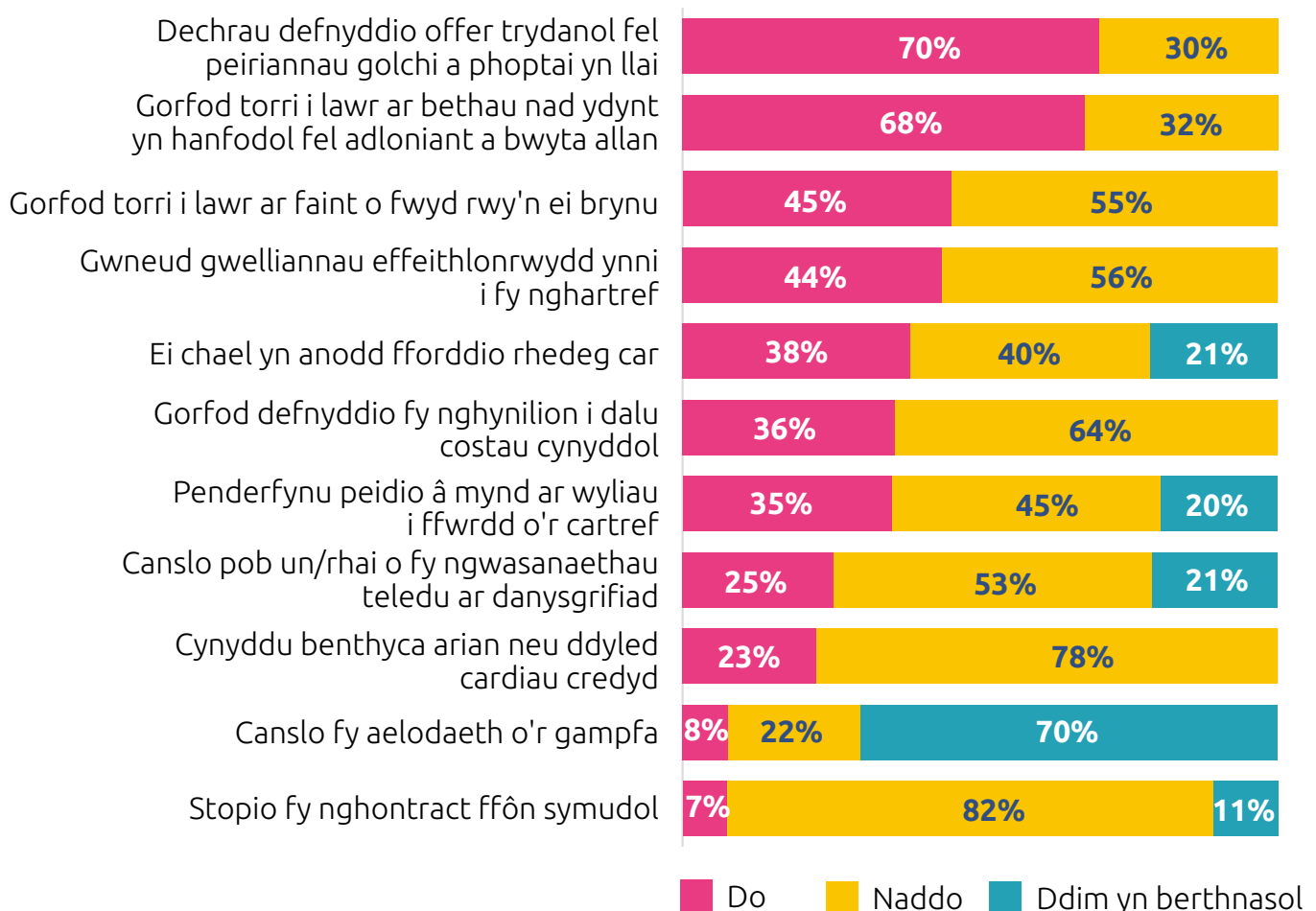


Effeithiau newid ymddygiadol yr argyfwng costau byw

Holwyd y cyfranogwyr am y newidiadau yr oeddent wedi'u gwneud yn eu bywydau o ganlyniad i gostau byw cynyddol.

- Y newidiadau mwyaf cyffredin a adroddwyd oedd defnyddio llai ar offer trydanol (70%) a thorri i lawr ar bethau nad ydynt yn hanfodol (ee adloniant) (68%). Y newid lleiaf cyffredin oedd atal contract ffôn symudol (7%) (Ffigur 7).
- Dywedodd 36% o bobl eu bod wedi gorfod defnyddio cynilion i dalu costau cynyddol a dywedodd dros un rhan o bump (23%) eu bod yn benthycu mwy o arian (Ffigur 7).
- Roedd defnyddio cynilion a benthycu arian ill dau yn gysylltiedig ag oedran iau, incwm cartref isel a chyfyngiadau ar weithgarwch. Roedd benthycu hefyd yn gysylltiedig â chael plant yn y cartref ac anweithgarwch economaidd, tra bod defnyddio cynilion yn gysylltiedig ag ethnigrwydd heblaw gwyn a heb fod yn y categori anweithgarwch economaidd (Tablau A8e-f yr Atodiad).
- Dywedodd 76% o bobl fod eu harferion prynu bwyd wedi newid mewn rhyw ffordd, yn fwyaf aml trwy fwyta allan yn llai aml (53%) a newid i frandiau (57%) neu eitemau bwyd (47%) rhatach. Dywedodd ugain y cant eu bod yn bwyta llai o fwyd yn gyffredinol (Ffigur 8).

Ffigur 7: Yn y chwe mis diwethaf, o ganlyniad i gostau byw cynyddol, rwyf wedi... Canran wedi'i phwysoli* o ymatebwyr a roddodd bob ymateb. .



*Wedi'i bwysoli i ddemograffeg y boblogaeth genedlaethol yn ôl rhyw, grŵp oedran a chwintel amddifadedd. Mae Tablau A8a-A8f yr Atodiad yn darparu cyfrannau ac ods wedi'u haddasu ar gyfer newidiadau ffordd o fyw dethol fesul grwpiau demograffig.

Roedd gorfod defnyddio cynilion i dalu costau cynyddol yn gysylltiedig â:

- Bod yn <70 mlwydd oed
- Ethnigrwydd heblaw am wyn
- Cyfyngiad ar weithgarwch
- Incwm cartref isel
- Peidio â bod yn y categori anweithgarwch economaidd

Tabl A8e yr Atodiad

Roedd cynyddu benthyca arian neu ddyled cardiau credyd yn gysylltiedig â:

- Bod yn <70 mlwydd oed (cynnydd cryf wrth i oedran ostwng)
- Cyfyngiad ar weithgarwch (llawer)
- Cael plant yn y cartref
- Incwm cartref isel
- Anweithgarwch economaidd

Tabl A8f yr Atodiad

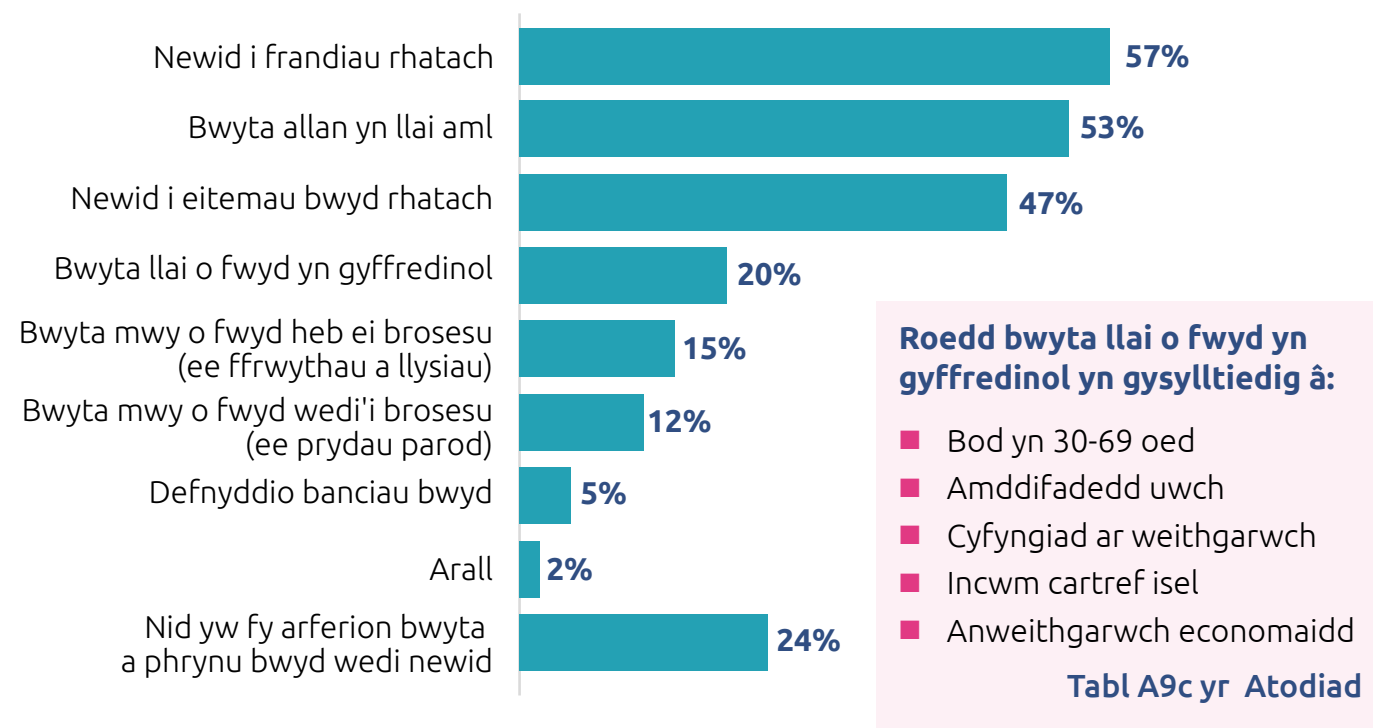
Tabl 7. Amcangyfrif o'r gyfran a ddywedodd eu bod 'wedi gorfod defnyddio fy nghynilion i dalu costau cynyddol' neu 'gynyddu benthyca arian neu ddyled cardiau credyd' yn y chwe mis diwethaf o fewn gwahanol grwpiau poblogaeth*

| Proffil | | Wedi defnyddio cynilion % | Benthyca arian % |
|-----------|--|------------------------------|---------------------|
| 18-29 oed | Menyw gefnog sy'n gweithio | 35% | 28% |
| | Gwryw di-waith difreintiedig | 36% | 60% |
| 30-49 oed | Gwryw cefnog sy'n gweithio heb unrhyw blant yn y cartref | 30% | 18% |
| | Menyw ddifreintiedig sy'n gweithio gyda phlant yn y cartref | 50% | 47% |
| 50-69 oed | Menyw gefnog sy'n gweithio heb unrhyw gyfyngiad ar weithgarwch | 35% | 9% |
| | Gwryw di-waith difreintiedig gyda chyfyngiad ar weithgarwch | 60% | 38% |
| 70+ oed | Gwryw cefnog heb unrhyw gyfyngiad ar weithgarwch | 23% | 4% |
| | Menyw ddifreintiedig gyda chyfyngiad ar weithgarwch | 64% | 15% |

*Cymedrau ymylol amcangyfrifedig (gweler dulliau). Difreintiedig = preswlydd yn y cwintel mwyaf difreintiedig AC incwm cartref isel; Cefnog = preswlydd yn y cwintel lleiaf difreintiedig A dim incwm cartref isel. Cyfrannau yn seiliedig ar absenoldeb ffactorau risg eraill (ee 'gwryw 18-29 oed difreintiedig, di-waith' heb unrhyw blant yn y cartref a dim cyfyngiad ar weithgarwch).

Ffigur 8. A yw costau byw cynyddol yn effeithio ar eich arferion bwyta a phrynu bwyd mewn unrhyw un o'r ffyrdd canlynol?

Canran wedi'i phwysoli* o ymatebwyr a ymatebodd yn gadarnhaol i bob eitem.



*Wedi'i bwysoli i ddemograffeg y boblogaeth genedlaethol yn ôl rhyw, grŵp oedran a chwintel amddifadedd. Mae Tablau A9a-A9c yr Atodiad yn darparu cyfrannau ac ods wedi'u haddasu ar gyfer arferion prynu bwyd fesul grwpiau demograffig.

Tabl 8. Amcangyfrif o'r gyfran a ddywedodd eu bod yn bwyta llai o fwyd yn gyffredinol o fewn grwpiau poblogaeth dethol*

| Proffil | | % |
|-----------|--|-----|
| 18-29 oed | Menyw gefnog sy'n gweithio | 9% |
| | Gwryw di-waith difreintiedig | 40% |
| 30-49 oed | Gwryw cefnog sy'n gweithio heb unrhyw blant yn y cartref | 10% |
| | Menyw ddifreintiedig sy'n gweithio gyda phlant yn y cartref | 36% |
| 50-69 oed | Menyw gefnog sy'n gweithio heb unrhyw gyfyngiad ar weithgarwch | 10% |
| | Gwryw di-waith difreintiedig gyda chyfyngiad ar weithgarwch | 65% |
| 70+ oed | Gwryw cefnog heb unrhyw gyfyngiad ar weithgarwch | 5% |
| | Menyw ddifreintiedig gyda chyfyngiad ar weithgarwch | 45% |

*Cymedrau ymylol amcangyfrifedig (gweler dulliau). Difreintiedig = preswlydd yn y cwintel mwyaf difreintiedig AC incwm cartref isel; Cefnog = preswlydd yn y cwintel lleiaf difreintiedig A dim incwm cartref isel. Cyfrannau yn seiliedig ar absenoldeb ffactorau risg eraill (ee 'gwryw 18-29 oed difreintiedig, di-waith' heb unrhyw blant yn y cartref a dim cyfyngiad ar weithgarwch).

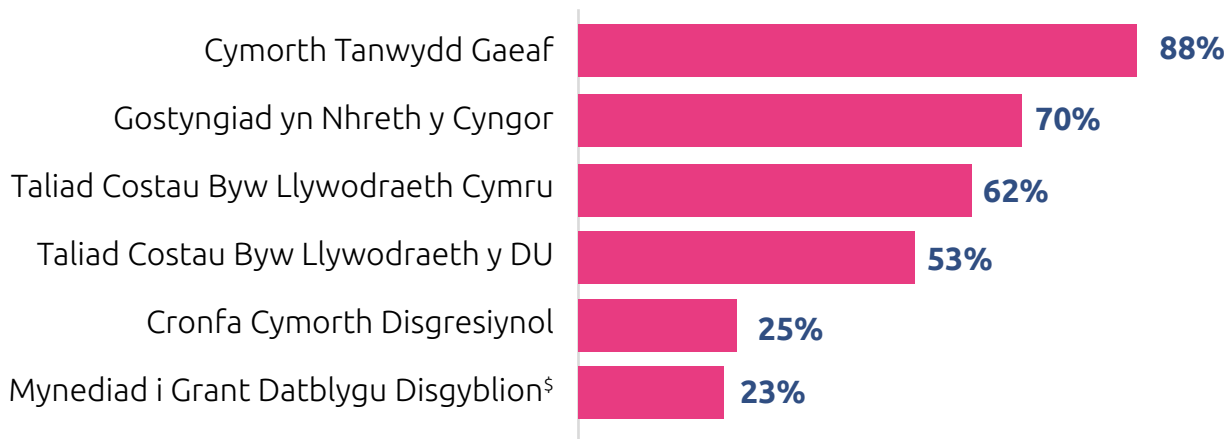
Gwybodaeth a mynediad i gymorth

Holwyd y cyfranogwyr am eu hymwybyddiaeth o'r cymorth sydd ar gael i helpu gyda chostau byw cynyddol..

- Cymorth Tanwydd Gaeaf oedd y cynllun y clywodd y gyfran fwyaf o bobl amdano (88%) (Ffigur 9).
- Roedd llai na hanner (45%) y bobl yn cytuno â'r datganiad 'Rwy'n gwybod pa gymorth ariannol sydd ar gael i mi yn ystod yr argyfwng costau byw' (Tabl 9).
- Roedd tua un rhan o bump o bobl wedi defnyddio gwybodaeth gan Lywodraeth Cymru (22%) neu eu cyngor lleol (18%) i wirio eu bod yn cael yr holl gymorth yr oeddent yn gymwys i'w gael. Fodd bynnag, dywedodd 63% o bobl nad oeddent wedi gwirio a oeddent yn gymwys i gael cymorth (Ffigur 10).

Ffigur 9: Mae Llywodraeth Cymru, Llywodraeth y DU, ac awdurdodau lleol (cynghorau) wedi rhoi nifer o gynlluniau ar waith i helpu pobl gyda chostau byw cynyddol. Dywedwch a ydych wedi clywed am bob un o'r canlynol.

Canran wedi'i phwysoli* o ymatebwyr a roddodd bob ymateb.



[§]Grant gwisg ysgol

*Wedi'i bwysoli i ddemograffeg y boblogaeth genedlaethol yn ôl rhyw, grŵp oedran a chwintel amddifadedd. Mae Tabl A10 yr Atodiad yn darparu cyfrannau ac ods wedi'u haddasu am beidio â chlywed am Gymorth Tanwydd Gaeaf fesul grwpiau demograffig.

Tabl 9. Faint ydych chi'n cytuno neu'n anghytuno â'r datganiadau hyn? Canran wedi'i phwysoli* o ymatebwyr a roddodd bob ymateb.

| | Cytuno'n gryf | Cytuno | Ddim yn cytuno/ anghytuno | Anghytuno | Anghytuno'n gryf |
|---|---------------|--------|---------------------------|-----------|------------------|
| Rwy'n gwybod pa gymorth ariannol sydd ar gael i mi yn ystod yr argyfwng costau byw | 12% | 33% | 24% | 22% | 9% |
| Rwy'n hyderus fy mod yn cael mynediad at yr holl gymorth ariannol sydd ar gael i mi | 13% | 29% | 29% | 21% | 9% |

*Wedi'i bwysoli i ddemograffeg y boblogaeth genedlaethol yn ôl rhyw, grŵp oedran a chwintel amddifadedd. Mae Tablau A11 ac A12 yr Atodiad yn darparu cyfrannau ac ods wedi'u haddasu am ddiffyg gwybodaeth am gymorth a hyder mewn cymorth fesul grwpiau demograffig.

Roedd diffyg gwybodaeth am y cymorth sydd ar gael a hyder i gael mynediad i'r holl gymorth sydd ar gael (anghytuno neu anghytuno'n gryf) yn gysylltiedig â'r canlynol:

- Amddifadedd uwch
- Cyfyngiad ar weithgarwch (llawer)
- Peidio â bod yn y categori anweithgarwch economaidd
- Ethnigrwydd heblaw am wyn
- Peidio â chael plant yn y cartref

Roedd diffyg hyder hefyd yn gysylltiedig â:

- Incwm cartref isel

Tablau A11 ac A12 yr atodiad

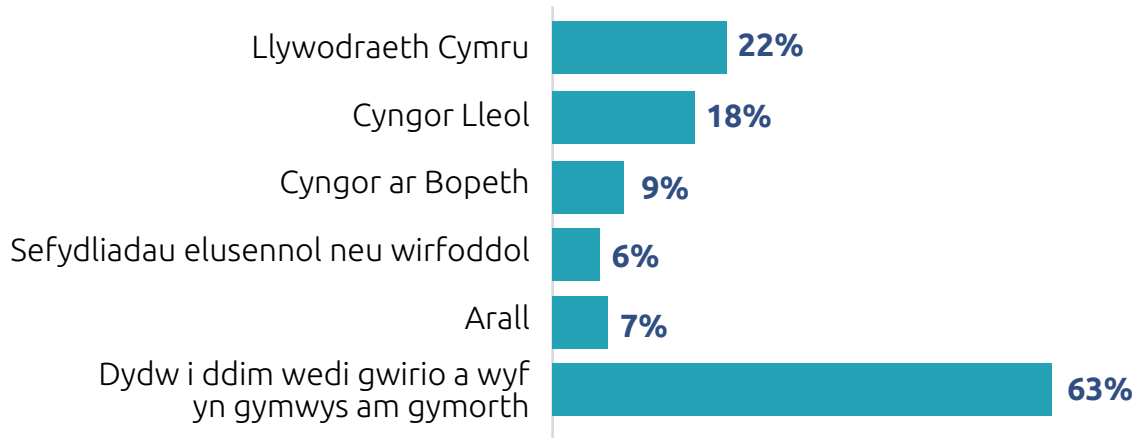
Tabl 10. Amcangyfrif o'r gyfran yn anghytuno eu bod yn gwybod pa gymorth ariannol oedd ar gael iddynt yn ystod yr argyfwng costau byw o fewn gwahanol grwpiau poblogaeth*

| Proffil | % | |
|-----------|--|-----|
| 18-29 oed | Menyw gefnog sy'n gweithio | 38% |
| | Gwryw di-waith difreintiedig | 32% |
| 30-49 oed | Gwryw cefnog sy'n gweithio heb unrhyw blant yn y cartref | 35% |
| | Menyw ddifreintiedig sy'n gweithio gyda phlant yn y cartref | 31% |
| 50-69 oed | Menyw gefnog sy'n gweithio heb unrhyw gyfyngiad ar weithgarwch | 30% |
| | Gwryw di-waith difreintiedig gyda chyfyngiad ar weithgarwch | 37% |
| 70+ oed | Gwryw cefnog heb unrhyw gyfyngiad ar weithgarwch | 32% |
| | Menyw ddifreintiedig gyda chyfyngiad ar weithgarwch | 51% |

*Cymedrau ymylol amcangyfrifedig (gweler dulliau). Difreintiedig = preswlydd yn y cwintel mwyaf difreintiedig AC incwm cartref isel; Cefnog = preswlydd yn y cwintel lleiaf difreintiedig A dim incwm cartref isel. Cyfrannau yn seiliedig ar absenoldeb ffactorau risg eraill (ee 'gwryw 18-29 oed difreintiedig, di-waith' heb unrhyw blant yn y cartref a dim cyfyngiad ar weithgarwch).

Ffigur 10. Ydych chi wedi defnyddio gwybodaeth gan unrhyw un o'r sefydliadau canlynol i ganfod a ydych yn cael mynediad at yr holl gymorth yr ydych yn gymwys i'w gael?

Canran wedi'i phwysoli* o ymatebwyr a roddodd bob ymateb..



* Wedi'i bwysoli i ddemograffeg y boblogaeth genedlaethol yn ôl rhyw, grŵp oedran a chwintel amddifadedd.

Roedd gwirio cymhwysedd ar gyfer cymorth gydag o leiaf un sefydliad yn gysylltiedig â:

- Oed iau
- Cyfyngiad ar weithgarwch
- Cael plant yn y cartref
- Incwm cartref isel
- Anweithgarwch economaidd

Tabl A13 yr Atodiad

Trafodaeth

Mae'r argyfwng costau bywyn argyfwng iechyd cyhoedd (4). Mae'n cael effeithiau parhaol ar iechyd a llesiant a fydd yn cael eu teimlo ar draws cymdeithas, ond yn anghymesur felly ymhlith grwpiau sy'n wynebu anfantais economaidd-gymdeithasol (8,18) sydd, yn ei dro, yn dod â risg sylweddol i iechyd y boblogaeth ac anghydraddoldebau iechyd (9). Mae ymchwil blaenorol wedi nodi'r effeithiau sylweddol ac eang y mae costau byw cynyddol yn eu cael ar iechyd a llesiant pobl yng Nghymru ac wedi nodi meysydd gweithredu polisi i liniaru ei effeithiau negyddol (4).

Mae'r arolwg hwn gyda phreswylwyr sy'n oedolion yn rhoi dealltwriaeth o amgylchiadau ariannol pobl a'u gallu i ymdopi'n ariannol; eu pryderon am gostau byw cynyddol a'i effaith ar iechyd a llesiant meddwl; yr effeithiau ar eu hymddygiad; a'u gwybodaeth am gymorth a'u mynediad at gymorth. Gellir defnyddio canfyddiadau'r arolwg i lywio'r ymateb i'r argyfwng costau byw a'r ergydion ariannol yn y dyfodol ac adferiad o hynny.

Effeithiau ariannol yr argyfwng costau byw

Dyweddodd y mwyafrif helaeth (94%) o ymatebwyr yr arolwg fod eu costau byw wedi cynyddu dros y chwe mis blaenorol, tra bod eu hincwm wedi aros yr un fath i'r rhan fwyaf (72%) dros yr un cyfnod. Nid oedd dros un rhan o bump (23%) yn meddwl y byddent yn gallu ymdopi'n ariannol.

Mae'r canfyddiadau hyn yn adlewyrchu'r rhai a adroddwyd yn flaenorol ledled Prydain Fawr; ym mis Mawrth 2022, adroddodd 87% o oedolion ym Mhrydain Fawr gynnydd yn eu costau byw dros y mis blaenorol ac adroddodd 23% am anhawster talu eu biliau cartref arferol, o gymharu â'r flwyddyn flaenorol (19). Gwnaed holl gartrefi'r DU yn dlotach yn 2022 o ganlyniad i chwyddiant cynyddol (6). Amlygodd ein harolwg effeithiau anghymesur costau byw cynyddol ar grwpiau cymdeithasol-economaidd difreintiedig, gydag anallu canfyddedig i ymdopi'n ariannol sy'n gysylltiedig ag amddifadedd preswyl, anweithgarwch economaidd ac incwm cartref isel. Amlygodd ein hamcangyfrifon proffil wahaniaethau mawr yn y ffordd y gall costau byw cynyddol fod yn effeithio ar wahanol grwpiau poblogaeth. Er enghraifft, tra roedd amcangyfrif o 14% o fenywod cefnog 18-29 oed sy'n gweithio yn canfod na fyddent yn gallu ymdopi'n ariannol, cynyddodd hyn i 80% mewn dynion di-waith difreintiedig yn yr un grŵp oedran.

Rhwng y blynyddoedd ariannol yn diweddu 2020 a 2022, roedd mwy nag un o bob pump (21%) o bobl yng Nghymru yn byw mewn tldi incwm cymharol (20). Mae cartrefi incwm isel yn cael eu heffeithio'n arbennig gan gostau byw cynyddol oherwydd eu bod yn gwario cyfran fwy o gyllideb y cartref ar nwyddau (21) gyda'r cyfraddau chwyddiant uchaf megis bwyd ac ynni (1). Mae hyn yn cyfrannu at raddiant cymdeithasol yn effeithiau costau byw cynyddol, sy'n debygol o adlewyrchu'r graddiant cymdeithasol mewn iechyd (22).

Ynghyd ag amddifadedd economaidd-gymdeithasol, roedd anallu canfyddedig i ymdopi'n ariannol yn gysylltiedig â chael plant yn y cartref.

Mae costau byw cynyddol yn chwarae allan yn erbyn cefndir o gyfraddau tldi plant uchel yng Nghymru. Hyd yn oed cyn yr argyfwng costau byw, roedd amcangyfrif bod 31% o blant Cymru yn byw mewn tldi incwm cymharol (ar ôl costau tai), sef tua 190,000 o blant dibynnol dan 19

oed (23). Mae gan dlodi oblygiadau hirdymor ar gyfer iechyd a chyfleoedd bywyd plant. Mae'n gysylltiedig â phwysau geni isel, disgwylad oes byrrach, risg uwch o farwolaeth yn ystod blwyddyn gyntaf bywyd, clefydau cronig, problemau sy'n gysylltiedig â diet a datblygiad gwybyddol is (24).

Gall straen ariannol effeithio ar blant drwy effeithiau ar iechyd meddwl rhieni, perthnasoedd teuluol a rhianta (12). Mae straen ariannol yn aml yn effeithio'n uniongyrchol ar blant (25); mewn arolwg yn y DU yn 2022, dywedodd chwech o bob deg (61%) o bobl ifanc 11-18 oed eu bod yn poeni nad oedd gan eu rhieni neu warcheidwaid ddigon o arian i wneud y pethau y maent eu heisiau neu gael y pethau sydd eu hangen arnynt (26).

Roedd ymatebwyr yr arolwg â llesiant meddwl isel yn fwy tebygol na'r rhai â llesiant meddwl uwch o adrodd na fyddent yn gallu ymdopi'n ariannol yn ystod yr argyfwng costau byw (42% a 9% yn y drefn honno).

Roedd unigolion â llesiant meddwl isel hefyd yn fwy tebygol na'r rhai â llesiant meddwl gwell o adrodd bod eu sefyllfa ariannol yn gwaethygu, yn bryderus iawn am gostau byw cynyddol a bod hyn yn achosi trallod a phryder sylweddol iddynt. Er na allai'r arolwg hwn bennu achos ac effaith, mae'r berthynas rhwng llesiant meddwl isel ac ymdopi yn ystod yr argyfwng costau byw yn debygol o weithredu i'r ddau gyfeiriad. Er y gallai fod gan unigolion sydd â llesiant meddwl isel ar hyn o bryd lai o wydnwch i gostau byw cynyddol, gall straen ariannol a themlo na allant ymdopi niweidio llesiant meddwl unigolion.

Pryder am gostau byw cynyddol a'r effaith ar iechyd

Roedd dros chwarter (28%) o'r ymatebwyr yn 'bryderus iawn' am gostau byw cynyddol a dywedodd dros chwarter (27%) ei fod yn achosi gorbryder a straen sylweddol iddynt. Dywedodd bron i hanner (44%) fod costau byw cynyddol wedi effeithio'n negyddol ar eu hiechyd meddwl.

Oherwydd costau byw cynyddol, mae rhai cartrefi yn ei chael hi'n anodd cael mynediad at wasanaethau hanfodol ac yn mynd heb hanfodion byw sylfaenol fel bwyd a chartref cynnes (14). Gall hyn achosi straen ariannol, a all gynyddu'r risg o broblemau iechyd meddwl a lleihau llesiant meddyliol (12). Mae newidiadau incwm wedi'u cysylltu ag effeithiau bach ond cyson ar ganlyniadau iechyd meddwl a llesiant dilynol mewn oedolion o oedran gweithio (16-64 oed) (27). Yn ei dro, gall incwm gael sgil-ffaith ar benderfyniadau cymdeithasol eraill iechyd (28).

Roedd y ffactorau sy'n gysylltiedig â rhoi gwybod am effeithiau negyddol ar iechyd meddwl yn cynnwys anweithgarwch economaidd ac incwm cartref isel.

I lawer, nid yw straen ariannol a'i effeithiau ar iechyd a llesiant meddwl yn newydd ond yn ganlyniad i galedi neu dlodi hirsefydlog. Mae amddifadedd materol^d yn fesur pwysig o dlodi a'i effeithiau. Yng Nghymru, mae pobl mewn amddifadedd materol yn fwy tebygol o fod yn unig a chael lefelau boddhad bywyd is na'r rhai nad ydynt yn ddifreintiedig (29). Mae llawer o'r ffactorau sy'n gysylltiedig ag amddifadedd materol hefyd wedi'u cysylltu â thlodi bwyd yng Nghymru (29). Mae cynnydd yng nghostau bwyd, ynni a hanfodion eraill yn digwydd ar adeg pan fo llawer o bobl eisoes yn agored i niwed yn ariannol ac yn cael eu gwthio i (neu ymhellach i) galedi neu dlodi. Mae'r rhai sy'n byw mewn tlodi mewn perygl o iechyd gwaeth ar bob cam o'u bywyd ac maent dros deirgwaith yn fwy tebygol o brofi problemau iechyd meddwl (24).

^d Anallu i fforddio adnoddau sylfaenol ee bwyd a gwres.

I rai pobl, mae'r argyfwng costau byw hefyd yn cael effaith negyddol ar iechyd corfforol (19%) a pherthnasoedd teuluol (17%).

Gall anawsterau ariannol a straen effeithio'n negyddol ar ansawdd perthnasoedd o fewn teuluoedd (30,31). Gall cael llai o arian gyfyngu ar allu pobl i gymdeithasu a chymryd rhan mewn gweithgareddau a allai gael effeithiau llesol ar iechyd corfforol, fel mynd i'r gampfa (32,33). Gall straen hefyd effeithio ar iechyd corfforol (ee trwy achosi anawsterau anadlu a phwysau gwaed uchel)(34)), tra y gall torri'n ôl ar hanfodion fel gwres a bwyd adael pobl yn agored i effeithiau iechyd corfforol cartrefi oer a diffyg maeth (35,36).

Roedd cyfranogwyr a ddywedodd fod eu gweithgarwch wedi'i gyfyngu 'llawer' gan broblem iechyd neu anabledd (cyfyngiad ar weithgarwch) bron i saith gwaith yn fwy tebygol o adrodd bod eu hiechyd corfforol wedi gwaethgu a dwywaith yn fwy tebygol o ddweud bod eu perthynas â'r teulu wedi'i heffeithio.

Mae nifer y bobl ag anableddau sydd mewn cyflogaeth wedi codi dros y degawd diwethaf (37). Fodd bynnag, mae'r 'bwlch cyflogaeth anabledd' (38) ac incwm cartref is ymhlith pobl ag anableddau (39) yn awgrymu eu bod yn arbennig o agored i gostau byw cynyddol. Datgelodd data o'r Arolwg Barn a Ffordd o Fyw (Prydain Fawr, Mehefin 2022) fod pobl ag anableddau, oherwydd costau byw uwch, yn fwy tebygol na phobl heb anableddau o fod wedi lleihau eu gwariant ar fwyd a hanfodion, wedi lleihau eu defnydd o nwy a thrydan, a lleihau nifer eu teithiau nad oeddent yn hanfodol (40).

Mae byw gydag anabledd yn aml yn golygu costau ychwanegol; er enghraifft, efallai y bydd angen i bobl â gweithgarwch cyfyngedig wario mwy ar ynni, yn ogystal â meddyginiaethau, gofal ac offer (41,42). Mae'r costau sydd eisoes yn uwch, ynghyd â chostau byw cynyddol, yn gwneud byw o ddydd i ddydd hyd yn oed yn anoddach i'r rhai ag anableddau, ac yn gadael llai o arian i'w wario ar hanfodion a phethau nad ydynt yn hanfodol. (41,42). Gall hyn wedyn gyfyngu ar eu gallu i gadw'n actif a cheisio cymorth, a all effeithio'n negyddol ar iechyd corfforol a pherthnasoedd.

Nododd dros un rhan o bump (22%) o ymatebwyr yr arolwg effaith gadarnhaol y cynnydd mewn costau byw ar sut mae pobl yn cefnogi ei gilydd yn eu cymuned.

Roedd canfod effaith gadarnhaol ar gymorth cymunedol yn gysylltiedig â bod yn fenyw a heb fod yn y categori anweithgarwch economaidd. Mae ysbryd cymunedol yn cael ei gydnabod fwyfwy fel un sydd â pherthynas ag iechyd a llesiant ac yn cael effaith fuddiol ar anghydraddoldebau iechyd (18). I'r gwrthwyneb, mae arwahanrwydd cymdeithasol ac unigrwydd wedi'u cysylltu ag afiechyd, gan gynnwys tystiolaeth gyson ar ganlyniadau iechyd cardiofasgwlaidd ac iechyd meddwl gwaeth (43).

Effeithiau newid ymddygiadol yr argyfwng costau byw

Roedd ymatebwyr i'r arolwg yn gwneud newidiadau i'w hymddygiad mewn ymateb i gostau byw cynyddol, gan amlaf yn newid arferion prynu bwyd (76%), yn defnyddio llai ar offer trydanol (70%) ac yn torri'n ôl ar bethau nad ydynt yn hanfodol fel adloniant (68%).

Roedd bwyta llai o fwyd yn gyffredinol yn gysylltiedig â byw mewn ardal ag amddifadedd uchel, anweithgarwch economaidd, cyfyngu ar weithgarwch ac incwm cartref isel. Mae diffyg arian yn ddylanwad pwysig ar ddewis bwyd (44). Mae cartrefi incwm isel yn fwy tebygol o fod eisoes yn dewis y bwydydd cost isaf ac, o'r herwydd, mae ganddynt ddewisiadau cyfyngedig i newid i fwydydd rhatach pan fydd prisiau'n codi. Yn lle hynny, mae cartrefi incwm isel yn dweud eu bod yn bwyta llai (21).

Dywedodd llawer o bobl eu bod yn gorfod defnyddio cynilion (36%) neu gynyddu benthyca arian (23%) i dalu costau byw cynyddol.

Gall dewisiadau anodd a wneir gan deuluoedd dan bwysau leihau eu gwytnwch ariannol yn y dyfodol, megis cynyddu dyled neu leihau cynilion (8). Disgwylir i gymaint â saith miliwn o gartrefi yn y DU (un o bob pedwar) wynebu biliau ynni a bwyd sy'n fwy na'u hincwm gwario yn 2023-24 ac, o ganlyniad, mae angen i lawer ddefnyddio eu cynilion neu ddibynnu mwy ar fenthyca i gael dau ben llinyn ynghyd (6).

Mae data diweddar y DU yn awgrymu bod y gallu i gynilo yn gwaethygu ar gyfer grwpiau incwm isel o gymharu â grwpiau incwm uchel (19) ac mae rhagolygon yn awgrymu y bydd bron i un o bob pedwar cartref ar draws y DU yn rhedeg allan o gynilion erbyn Ebrill 2024 (6). Mae'n bosibl y bydd y rhai sy'n economaidd anweithgar yn ei chael hi'n anodd creu cynilion a gallant ddibynnu ar fenthyca arian. Yn eu tro, gall benthyca ariannol a dyled gynyddu bregusrwydd i fgythyadau yn y dyfodol (45). Ledled y DU, mae pedwar o bob pump o oedolion wedi dweud eu bod yn dechrau 2023 mewn dyled, i fyny o dri o bob pump yn 2021 (46), ar adeg pan fyddai dyled yn cronni yn erbyn cyfraddau llog uwch (6).

Gall dyled arwain at effeithiau ar iechyd pan fydd unigolion yn dechrau cael problemau gyda maint y ddyled neu raddfa ad-daliadau (11). Mae'r berthynas rhwng dyled ac iechyd yn ddwy ffordd: gall problemau dyled arwain at ddirywiad mewn iechyd meddwl a chorfforol, a gall problemau iechyd fod yn sbardun i ddyledion cynyddol (11). Mae astudiaethau wedi nodi cysylltiadau cadarnhaol rhwng iselder a dangosyddion amrywiol o straen ariannol megis dyled, straen dyled neu anawsterau ariannol (47,48), yn enwedig ymhlith grwpiau economaidd-gymdeithasol isel (15). Hefyd, mae'r defnydd o fenthyciadau tymor byr wedi bod yn gysylltiedig â lefelau uwch o bryder, llid ac iechyd gwael (48).

Gwybodaeth am gymorth a mynediad ato

Roedd llai na hanner (45%) yr ymatebwyr yn cytuno eu bod yn ymwybodol o'r cymorth ariannol oedd ar gael yn ystod yr argyfwng costau byw.

Mae amrywiaeth o gymorth a chynngor ariannol ar gael i helpu cartrefi gyda chostau byw uwch (49,50). Fodd bynnag, teimlai cyfran sylweddol o bobl nad oeddent yn ymwybodol o'r cymorth oedd ar gael iddynt ac roedd hyn yn gysylltiedig â ffactorau ar wahân i ethnigrwydd gwyn, amddifadedd preswyl uwch a chyfyngiad ar weithgarwch (llawer). Er na wnaeth yr arolwg asesu pa gymorth yr oedd pobl wedi'i gael, gallai hyn olygu bod cartrefi yn colli allan ar gymorth hanfodol.

Casgliadau

Nod yr arolwg hwn oedd deall effeithiau'r argyfwng costau byw ar iechyd a llesiant y boblogaeth a phenderfyniadau cyhoeddus yn ymwneud â chostau byw cynyddol yng Nghymru. Ei nod hefyd oedd deall ymwybyddiaeth y cyhoedd o'r cymorth sydd ar gael. Gall gwybodaeth am y materion hyn helpu i lywio ymatebion iechyd cyhoeddus cynaliadwy a theg i gostau byw cynyddol ac ergydion ariannol yn y dyfodol.

Mae canlyniadau'r arolwg yn cefnogi'r dystiolaeth gynyddol bod costau byw cynyddol yn achosi i lawer o bobl ddiodef, yn enwedig y rhai sydd eisoes yn agored i niwed, gydag amcangyfrifon yn awgrymu gwahaniaethau amlwg mewn effaith rhwng grwpiau poblogaeth. Mae'r argyfwng costau byw yn achosi trallod a phryder, ac o ganlyniad, mae llawer o bobl yng Nghymru yn gorfod newid eu hymddygiad er mwyn ymdopi; gan gynnwys mewn rhai achosion cwtagi ar eitemau hanfodol fel bwyd a gwres. Gallai'r newidiadau ymddygiad hyn gael goblygiadau negyddol pellach i iechyd a llesiant, megis diffyg maeth a llai o allu i gymdeithasu.

Mae'n bwysig bod mynd i'r afael ag achosion sylfaenol anghydraddoldebau yn parhau i fod ar flaen yr agenda iechyd a llesiant yng Nghymru. Bydd lleihau'r bwlch iechyd annheg sy'n bodoli ar hyn o bryd yng Nghymru yn cryfhau'r gallu i ymateb i'r argyfwng presennol a'r heriau a all godi yn y dyfodol.

Cyfeiriadau

1. Clark E, Stielke A, Malcolm, A, Allen J, Dyakova, M. Adroddiad sganio a dysgu gorwelion rhyngwladol: yr argyfwng costau byw. Adroddiad 40, Awst 2022. Ar gael o: <https://phwwhocc.co.uk/adnoddau/international-horizon-scanning-and-learning-report-the-cost-of-living-crisis/?lang=cy>
2. Hourston P. Cost of living crisis. 2022 [dyfynnwyd 2023 Gorff 26]. Ar gael o: <https://www.instituteforgovernment.org.uk/explainer/cost-living-crisis>
3. Office for National Statistics. Incwm gwario gros cartrefi rhanbarthol, DU: 1997 i 2021. 2022. [dyfynnwyd 21 Medi 2023]. Ar gael o: <https://www.llyw.cymru/arolwg-blynyddol-o-oriau-ac-enillion-2022>
4. Roberts M, Petchey L, Challenger A, Azam S, Masters R, Peden J. Yr argyfwng costau byw yng Nghymru: drwy lens iechyd cyhoeddus. 2022 [dyfynnwyd 2023 Gorff 26]. Ar gael o: <https://phwwhocc.co.uk/adnoddau/yr-argyfwng-costau-byw-yng-nghymru-drwy-lens-iechyd-cyhoeddus/?lang=cy>
5. The Lancet Public Health. The cost of living: an avoidable public health crisis. The Lancet Public Health 2022; 7(6): e485.
6. National Institute of Economic and Social Research. National Institute UK economic outlook. 2023 [dyfynnwyd 2023 Gorff 26]. Ar gael o: <https://www.niesr.ac.uk/wp-content/uploads/2023/02/NIESR-Outlook-Winter-2023-UK.pdf>
7. Office for National Statistics. Public opinions and social trends, Great Britain: 4 to 14 Mai 2023. 2023 [dyfynnwyd 2023 Mai 24]. Ar gael o: <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/wellbeing/bulletins/publicopinionsandsocialtrendsgreatbritain/latest>
8. Brewer M, Fry E, Try L. The living standards outlook 2023. 2023 [dyfynnwyd 2023 Mai 24]. Ar gael o: <https://www.resolutionfoundation.org/publications/the-living-standards-outlook-2023/>
9. Broadbent P, Thomson R, Kopasker D, McCartney G, Meier P, Richiardi M, et al. The public health implications of the cost-of-living crisis: outlining mechanisms and modelling consequences. The Lancet Regional Health - Europe 2023; 27:100585.
10. Dyakova M, Couzens L, Allen J, Van Eimeren M, Stielke A, Cotter-Roberts A, et al. Adroddiad Statws Tegwch Iechyd Cymru – WHESRI. 2021 [dyfynnwyd 2023 Awst 15]. Ar gael o: <https://phwwhocc.co.uk/adnoddau/welsh-health-equity-status-report-whesri/?lang=cy>
11. Tinson A, Bunbury S. Debt and health Preventing 'problem debt' during the pandemic recovery. 2022 [dyfynnwyd 2023 Gorff 26]. Ar gael o: <https://www.health.org.uk/sites/default/files/pdf/2022-02/2022%20-%20Debt%20and%20health.pdf>
12. Mental Health Foundation. Mental Health and the Cost of-Living Crisis: Another pandemic in the making? Glasgow: The Mental Health Foundation; 2023.
13. Earwaker R. Going under and without: JRF's cost of living tracker, winter 2022/23. 2022 [dyfynnwyd 2023 Mai 24]. Ar gael o: <https://www.jrf.org.uk/report/going-under-and-without-jrfs-cost-living-tracker-winter-202223>
14. Bevan Foundation. A snapshot of poverty in winter 2023. 2023 [dyfynnwyd 2023 Mai 24]. Ar gael o: www.bevanfoundation.org/wp-content/uploads/2023/02/Snapshot-of-poverty-in-winter-2023.pdf
15. Guan N, Guariglia A, Moore P, Xu F, Al-Janabi H. Financial stress and depression in adults: A systematic review. PLoS One 2022; 17(2):e0264041.
16. StatsCymru. Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru. [dyfynnwyd 2023 Awst 21]. Ar gael o: <https://statscymru.llyw.cymru/Catalogue/Community-Safety-and-Social-Inclusion/Welsh-Index-of-Multiple-Deprivation>
17. NHS Health Scotland, University of Warwick, University of Edinburgh. Short Warwick Edinburgh Mental Wellbeing Scale (SWEMWBS). 2008.

18. Royal Society for Public Health. Socially distant? Community spirit in the age of COVID-19. 2021 [dyfynnwyd 2023 Gorff 26]. Ar gael o: <https://trfthealthweeklydigest.wordpress.com/2021/03/05/socially-distant-community-spirit-in-the-age-of-covid-19/>
19. Office for National Statistics. The rising cost of living and its impact on individuals in Great Britain: November 2021 to March 2022. 2022 [dyfynnwyd 2023 Gorff 26]. Ar gael o: <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/personalandhouseholdfinances/expenditure/articles/therisingcostoflivinganditsimpactonindividualsingreatbritain/november2021tomarch2022>
20. Llywodraeth Cymru. Tlodi incwm cymharol: Ebrill 2021 i Fawrth 2022. 2023 [dyfynnwyd 2023 Awst 31]. Ar gael o: <https://www.llyw.cymru/tlodi-incwm-cymharol-ebryll-2021-i-fawrth-2022-html>
21. Harari D, Francis-Devine B, Bolton P, Keep M. Rising cost of living in the UK. 2023 [dyfynnwyd 2023 Gorff 26]. Ar gael o: <https://researchbriefings.files.parliament.uk/documents/CBP-9428/CBP-9428.pdf>
22. Institute of Health Equity. Impacts of rising cost of living on London. 2023 [dyfynnwyd 2023 Gorff 26]. Ar gael o: <https://www.instituteofhealthequity.org/resources-reports/evidence-review-cost-of-living-and-health-inequalities-in-london/click-here-to-view-the-slides.pdf>
23. Llywodraeth Cymru. Strategaeth tlodi plant: 2022 adroddiad cynnydd. 2023 [dyfynnwyd 2023 Gorff 26]. Ar gael o: <https://www.llyw.cymru/strategaeth-tlodi-plant-adroddiad-cynnydd-2022-html>
24. British Medical Association. Health at a price. Reducing the impact of poverty. 2017 [dyfynnwyd 2023 Gorff 26]. Ar gael o: <https://www.bma.org.uk/media/2084/health-at-a-price-2017.pdf>
25. Barnardos. At what cost? The impact of the cost-of-living crisis on children and young people. 2022 [dyfynnwyd 2023 Gorff 26]. Ar gael o: https://www.barnardos.org.uk/sites/default/files/2022-10/At%20what%20cost_impact%20of%20cost%20of%20living%20final%20report.pdf
26. Yorkshire Building Society. Cost of living crisis worrying children. 2022 [dyfynnwyd 2023 Gorff 26]. Ar gael o: <https://www.ybs.co.uk/w/media-centre/cost-of-living-worrying-children>
27. Thomson RM, Igelström E, Purba AK, Shimonovich M, Thomson H, McCartney G, et al. How do income changes impact on mental health and wellbeing for working-age adults? A systematic review and meta-analysis. *Lancet Public Health* 2022; 7(6):e515–28.
28. Public Health England. Health profile for England 2017. Chapter 6: social determinants of health. 2017 [dyfynnwyd 2023 Gorff 26]. Ar gael o: <https://www.gov.uk/government/publications/health-profile-for-england/chapter-6-social-determinants-of-health>
29. Llywodraeth Cymru. Tlodi ac amddifadedd (Arolwg Cenedlaethol Cymru): Ebrill 2021 i Fawrth 2022. 2023 [dyfynnwyd 2023 Gorff 26]. Ar gael o: <https://www.llyw.cymru/tlodi-ac-amddifadedd-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebryll-2021-i-fawrth-2022-html>
30. Booth AL, Van Ours JC. Job satisfaction and family happiness: the part-time work puzzle. *The Economic Journal* 2008; 118(526):F77–99.
31. Maitoza R. Family challenges created by unemployment. *Journal of Family Social Work* 2019; 22(2):187–205.
32. Sequeira S, Cruz C, Pinto D, Santos L, Marques A. Prevalence of barriers for physical activity in adults according to gender and socioeconomic status. *British Journal of Sports Medicine* 2011; 45(15):A18–9.
33. Kung CSJ, Pudney SE, Shields MA. Economic gradients in loneliness, social isolation and social support: Evidence from the UK Biobank. *Social Science and Medicine* 2022; 306:115122.
34. American Psychological Association. Stress effects on the body. 2018 [dyfynnwyd 2023 Awst 15]. Ar gael o: <https://www.apa.org/topics/stress/body>
35. Janssen H, Gascoyne B, Ford K, Hill R, Roberts M, Azam S. Cartrefi oer a'u cysylltiad ag iechyd a llesiant: adolygiad llenyddiaeth systematig. *Wreccsam: Iechyd Cyhoeddus Cymru*, 2022.
36. Ymchwil y Senedd. Cost bywyd: sut mae'r cynnydd aruthrol mewn costau byw yn effeithio ar iechyd a llesiant pobl. 2023 [dyfynnwyd 2023 Awst 15]. Ar gael o: <https://ymchwil.senedd.cymru/>

[erthyglau-ymchwil/cost-bywyd-sut-mae-r-cynnydd-aruthrol-mewn-costau-byw-yn-ffeithio-ar-iechyd-a-llesiant-pobl/](#)

37. Llywodraeth y DU. The employment of disabled people 2021. 2022 [dyfynnwyd 2023 Awst 31]. Ar gael o: <https://www.gov.uk/government/statistics/the-employment-of-disabled-people-2021/the-employment-of-disabled-people-2021>
38. Powell A. Disabled people in employment. 2023 [dyfynnwyd 2023 Awst 31]. Ar gael o: <https://researchbriefings.files.parliament.uk/documents/CBP-7540/CBP-7540.pdf>
39. El Dessouky O, McCurdy C. Costly differences: Living standards for working-age people with disabilities. 2023 [dyfynnwyd 2023 Awst 31]. Ar gael o: <https://www.resolutionfoundation.org/app/uploads/2023/01/Costly-differences.pdf>
40. Office for National Statistics. What actions are people taking because of the rising cost of living? 2022 [dyfynnwyd 2023 Awst 31]. Ar gael o: <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/personalandhouseholdfinances/expenditure/articles/whatactionsarepeopletakingbecauseoftherisingcostofliving/2022-08-05>
41. Disability Rights UK. DWP confirms issue date of £150 Disability Cost of Living payment. 2023 [dyfynnwyd 2023 Awst 15]. Ar gael o: <https://www.disabilityrightsuk.org/news/dwp-confirms-issue-date-%C2%A3150-disability-cost-living-payment#:~:text=%E2%80%9CLiving%20with%20a%20disability%20often,us%20without%20enough%20for%20essentials>
42. Weston T. Cost of living: Impact of rising costs on disabled people. 2022 [dyfynnwyd 2023 Awst 15]. Ar gael o: <https://lordslibrary.parliament.uk/cost-of-living-impact-of-rising-costs-on-disabled-people/>
43. Leigh-Hunt N, Bagguley D, Bash K, Turner V, Turnbull S, Valtorta N, et al. An overview of systematic reviews on the public health consequences of social isolation and loneliness. Public Health 2017; 152:157–71.
44. Marmot M, Bell R. Social determinants and non-communicable diseases: time for integrated action. BMJ 2019; 28:l251.
45. Chambers R. Vulnerability, coping and policy (editorial introduction). Institute of Development Studies Bulletin 2006; 37(4):33-40.
46. Open Access Government. Monthly bills raise UK personal debt by a third. 2023 [dyfynnwyd 2023 Gorff 26]. Ar gael o: <https://www.openaccessgovernment.org/monthly-bills-raise-uk-personal-debt-third/151197/#:~:text=Due%20to%20soaring%20bills%20and%20costs%20in%20shops%2C,debt%2C%20up%20from%20three%20in%20five%20in%202021.>
47. Bridges S, Disney R. Debt and depression. Journal of Health Economics 2010; 29(3):388–403.
48. Sweet E, Nandi A, Adam EK, McDade TW. The high price of debt: household financial debt and its impact on mental and physical health. Social Science and Medicine 2013; 91:94–100.
49. Llywodraeth Cymru. Cynllun cymorth tanwydd Cymru: asesiad effaith integredig. 2023 [dyfynnwyd 2023 Med 5]. Ar gael o: <https://www.gov.wales/wales-fuel-support-scheme-integrated-impact-assessment-html>
50. Llywodraeth Cymru. Cael help gyda chostau byw. 2022 [dyfynnwyd 2023 Med 11]. Ar gael o: <https://www.llyw.cymru/help-gyda-chostau-byw>

Costau byw cynyddol ac iechyd a llesiant yng Nghymru: arolwg cenedlaethol

Tablau'r Atodiad



Tabl A1: Demograffeg cyfranogwyr a demograffeg y boblogaeth genedlaethol. Data heb ei bwysoli.

| Sampl | | | | Poblogaeth genedlaethol* |
|--------------------------------|--|------|-----|--------------------------|
| | | | | % |
| | | | | n |
| | | | | % |
| Rhyw | | | | |
| | Gwrywaidd | 926 | 46% | 49% |
| | Benywaidd | 1081 | 54% | 51% |
| Grŵp oedran | | | | |
| | 18-29 | 290 | 14% | 19% |
| | 30-49 | 647 | 32% | 29% |
| | 50-69 | 609 | 30% | 32% |
| | 70+ | 460 | 23% | 19% |
| Cwintel amddifadedd | | | | |
| | (mwyaf difreintiedig) 1 | 390 | 19% | 19% |
| | 2 | 387 | 19% | 20% |
| | 3 | 412 | 21% | 21% |
| | 4 | 402 | 20% | 21% |
| | (lleiaf difreintiedig) 5 | 416 | 21% | 20% |
| Ethnigrwydd[^] | | | | |
| | Gwyn | 1917 | 96% | 95% |
| | Grwpiau Ethnig Cymysg/Lluosog | 16 | 1% | 1% |
| | Asiaidd, Asiaidd Cymreig neu Asiaidd Prydeinig | 43 | 2% | 2% |
| | Du, Affricanaidd, Caribiaidd, Du Cymreig neu Ddu Prydeinig | 21 | 1% | 1% |
| | Grŵp Ethnig Arall | 9 | <1% | 1% |
| Cyfngiad ar weithgarwch | | | | |
| | Na | 1347 | 67% | |
| | Ychydig | 353 | 18% | |
| | Llawer | 307 | 15% | |
| Plant yn y cartref | | | | |
| | Na | 1348 | 67% | |
| | Ie | 659 | 33% | |
| Incwm cartref isel* | | | | |
| | Na | 1531 | 76% | |
| | Ie | 476 | 24% | |
| Cyflogaeth | | | | |
| | Mewn cyflogaeth | 1022 | 51% | |
| | Wedi ymddeol | 614 | 31% | |
| | Myfyriwr | 82 | 4% | |
| | Di-waith | 107 | 5% | |
| | Sâl tymor hir neu'n anabl | 99 | 5% | |
| | Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig | 74 | 4% | |
| | Arall/dewis peidio â dweud | 9 | <1% | |

*Diffinnir fel unrhyw incwm blynyddol cartref o dan £20,000 (cyn treth a didyniadau). [^]Mae ffigurau ethnigrwydd y boblogaeth genedlaethol ar gyfer pob oed (hy gan gynnwys plant) gan na chyhoeddir ffigurau ac eithrio ar gyfer grwpiau ethnig gwyn 65+ oed oherwydd niferoedd bach; StatsCymru, <https://statswales.gov.wales/Catalogue/Equality-and-Diversity/Ethnity>. #Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru 2019 <https://gov.wales/welsh-index-multiple-deprivation-full-index-update-ranks-2019>

Tabl A2. Cyfran sy'n asesu bod eu sefyllfa ariannol wedi gwaethygu dros y chwe mis diwethaf yn ôl demograffeg y cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu ar gyfer sefyllfa ariannol gwaeth* Data heb ei bwysoli.

| Cyfran ym mhob categori | | | | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer statws ariannol gwaeth^ | | |
|---------------------------------|-------------------------------------|-----|--------------------------|-----|----------------|--------|--|-----------|--------|
| | Sefyllfa ariannol isaf 6 mis yn ôl# | | Sefyllfa ariannol gwaeth | | X ² | P | AOR | 95% CIs | P |
| | Ie | Na | Ie | Na | | | | | |
| Rhyw | | | | | | | | | |
| | Gwrywaidd | 1% | 41% | 58% | 5.013 | 0.082 | Cyf | | |
| | Benywaidd | 1% | 46% | 54% | | | 1.10 | 0.91-1.32 | 0.338 |
| Grŵp oedran | | | | | | | | | |
| | 18-29 | 3% | 44% | 53% | 45.967 | <0.001 | 1.48 | 1.04-2.11 | 0.030 |
| | 30-49 | 1% | 51% | 48% | | | 1.70 | 1.23-2.34 | 0.001 |
| | 50-69 | 1% | 42% | 57% | | | 1.48 | 1.12-1.95 | 0.005 |
| | 70+ | <1% | 33% | 67% | | | Cyf | | 0.010 |
| Cwintel amddifadedd | | | | | | | | | |
| | (mwyaf difreintiedig) 1 | 2% | 48% | 49% | 24.863 | 0.002 | 1.27 | 0.94-1.71 | 0.117 |
| | 2 | 1% | 47% | 52% | | | 1.26 | 0.94-1.70 | 0.123 |
| | 3 | 1% | 44% | 56% | | | 1.21 | 0.90-1.62 | 0.209 |
| | 4 | 1% | 42% | 58% | | | 1.14 | 0.85-1.53 | 0.378 |
| | (lleiaf difreintiedig) 5 | 1% | 36% | 63% | | | Cyf | | 0.503 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | | | | |
| | Ie | 1% | 43% | 56% | 21.711 | <0.001 | Cyf | | |
| | Na | 6% | 51% | 43% | | | 1.13 | 0.72-1.78 | 0.593 |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | | | | |
| | Na | 1% | 42% | 57% | 20.332 | <0.001 | Cyf | | 0.260 |
| | Ychydig | 1% | 42% | 57% | | | 1.03 | 0.79-1.33 | 0.849 |
| | Llawer | 3% | 50% | 47% | | | 1.27 | 0.95-1.71 | 0.107 |
| Plant yn y cartref | | | | | | | | | |
| | Na | 1% | 39% | 61% | 43.322 | <0.001 | Cyf | | |
| | Ie | 2% | 53% | 45% | | | 1.60 | 1.26-2.03 | <0.001 |
| Incwm cartref isel | | | | | | | | | |
| | Na | 1% | 39% | 60% | 64.231 | <0.001 | Cyf | | |
| | Ie | 3% | 56% | 41% | | | 1.94 | 1.54-2.44 | <0.001 |
| Cyflogaeth | | | | | | | | | |
| | Mewn cyflogaeth | <1% | 44% | 55% | 151.368 | <0.001 | | | |
| | Wedi ymddeol | <1% | 33% | 67% | | | | | |
| | Myfyriwr | 3% | 42% | 55% | | | | | |
| | Di-waith | 10% | 59% | 32% | | | | | |
| | LTS/Anabl | 1% | 64% | 35% | | | | | |
| | Gofalwr/Domestig [§] | 1% | 61% | 38% | | | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | | | | |
| | Na | 1% | 40% | 59% | 80.114 | <0.001 | Cyf | | |
| | Ie~ | 4% | 61% | 34% | | | 1.57 | 1.16-2.11 | 0.003 |

*Yn seiliedig ar ymatebion i'r cwestiwn "Wrth feddwl am gyllid eich cartref nawr a chwe mis yn ôl, pa un o'r datganiadau canlynol sy'n disgrifio orau sut rydych chi'n ymdopi?" (gweler ffigur 2 ar gyfer opsiynau ymateb). Cafodd y cyfranogwyr eu categoreiddio fel rhai oedd â **Gwaeth sefyllfa ariannol** pe baent yn dewis sefyllfa ariannol is ar gyfer 'nawr' nag ar gyfer 'chwe mis yn ôl'. #Cyfran yn adrodd y sefyllfa ariannol isaf chwe mis yn ôl, ac felly ddim yn gallu gwaethygu. ^O'i gymharu â'r holl ymatebwyr eraill; LTS = salwch hirdymor neu anabl. §Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A3. Gallu canfyddedig i ymdopi'n ariannol drwy'r argyfwng costau byw yn ôl demograffeg y cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu ar gyfer anallu canfyddedig i ymdopi* Data heb ei bwysoli.

| Cyfran ym mhob categori | | | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer anallu canfyddedig i ymdopi'n ariannol | | |
|--|--------------------------------------|--|----------------|--------|------|---|--------|--|
| | Rwy'n credu y byddaf yn gallu ymdopi | Dydw i ddim yn meddwl y byddaf yn gallu ymdopi | X ² | P | AOR | 95% CIs | P | |
| Rhyw | | | | | | | | |
| Gwrywaidd | 80% | 20% | 6.612 | 0.010 | Cyf | | | |
| Benywaidd | 75% | 25% | | | 1.12 | 0.88-1.42 | 0.376 | |
| Grŵp oedran | | | | | | | | |
| 18-29 | 68% | 32% | 42.193 | <0.001 | 3.92 | 2.48-6.19 | <0.001 | |
| 30-49 | 73% | 27% | | | 2.57 | 1.66-3.97 | <0.001 | |
| 50-69 | 81% | 19% | | | 1.42 | 0.97-2.08 | 0.074 | |
| 70+ | 85% | 15% | | | Cyf | | <0.001 | |
| Cwintel amddifadedd (mwyaf difreintiedig) | | | | | | | | |
| 1 | 65% | 35% | 63.299 | <0.001 | 2.18 | 1.47-3.24 | <0.001 | |
| 2 | 75% | 25% | | | 1.40 | 0.93-2.11 | 0.105 | |
| 3 | 79% | 21% | | | 1.32 | 0.88-1.99 | 0.187 | |
| 4 | 80% | 20% | | | 1.37 | 0.91-2.07 | 0.135 | |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 88% | 12% | | | Cyf | | 0.002 | |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | | | |
| Ie | 78% | 22% | 6.245 | .012 | Cyf | | | |
| Na | 67% | 33% | | | 1.39 | 0.84-2.31 | 0.205 | |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | | | |
| Na | 83% | 17% | 72.422 | <0.001 | Cyf | | <0.001 | |
| Ychydig | 71% | 29% | | | 2.07 | 1.49-2.86 | <0.001 | |
| Llawer | 62% | 38% | | | 2.54 | 1.79-3.62 | <0.001 | |
| Plant yn y cartref | | | | | | | | |
| Na | 81% | 19% | 27.661 | <0.001 | Cyf | | | |
| Ie | 70% | 30% | | | 1.66 | 1.23-2.23 | 0.001 | |
| Incwm cartref isel | | | | | | | | |
| Na | 85% | 15% | 203.225 | <0.001 | Cyf | | | |
| Ie | 54% | 46% | | | 4.58 | 3.50-5.99 | <0.001 | |
| Cyflogaeth | | | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 82% | 18% | 210.223 | <0.001 | | | | |
| Wedi ymddeol | 86% | 14% | | | | | | |
| Myfyriwr | 76% | 24% | | | | | | |
| Di-waith | 37% | 63% | | | | | | |
| LTS/Anabl | 48% | 53% | | | | | | |
| Gofalwr/Domestig [§] | 53% | 47% | | | | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | | | |
| Na | 83% | 17% | 195.806 | <0.001 | Cyf | | | |
| Ie~ | 45% | 55% | | | 2.74 | 1.97-3.80 | <0.001 | |

*Gofynnwyd i gyfranogwyr "Pa mor hyderus ydych chi yn eich gallu i ymdopi'n ariannol drwy'r argyfwng costau byw?" LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl [§]Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A4. Cyfran sy'n poeni am gostau byw cynyddol yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu ar gyfer y rhai sy'n bryderus iawn* *Data heb ei bwysoli.*

| Cyfran ym mhob categori | | | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) am fod yn bryderus iawn | | | |
|--|-------------------------------|------------------|-----------------------|-----------------------------------|----------------|---|-------------|-----------|--------|
| | | Yn bryderus iawn | Rhwyfaint yn bryderus | Ddim yn bryderus nac yn ddibryder | X ² | P | AOR | 95% CIs | P |
| Rhyw | | | | | | | | | |
| | Gwrywaidd | 23% | 50% | 27% | 34.276 | <0.001 | Cyf 1.49 | 1.20-1.85 | <0.001 |
| | Benywaidd | 33% | 49% | 18% | | | | | |
| Grŵp oedran | | | | | | | | | |
| | 18-29 | 29% | 47% | 24% | 37.044 | <0.001 | 1.53 | 1.02-2.31 | 0.041 |
| | 30-49 | 32% | 53% | 16% | | | 1.45 | 1.00-2.12 | 0.053 |
| | 50-69 | 29% | 49% | 22% | | | 1.45 | 1.05-2.00 | 0.023 |
| | 70+ | 24% | 45% | 31% | | | Cyf | | 0.105 |
| Cwintel amddifadedd (mwyaf difreintiedig) | | | | | | | | | |
| | 1 | 40% | 41% | 20% | 57.858 | <0.001 | 1.88 | 1.33-2.66 | <0.001 |
| | 2 | 34% | 49% | 17% | | | 1.68 | 1.19-2.37 | 0.003 |
| | 3 | 27% | 49% | 24% | | | 1.24 | 0.87-1.77 | 0.227 |
| | 4 | 25% | 50% | 25% | | | 1.20 | 0.84-1.71 | 0.323 |
| | (lleiaf difreintiedig) 5 | 19% | 56% | 25% | | | Cyf | | 0.001 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | | | | |
| | le | 28% | 49% | 23% | 14.502 | 0.001 | Cyf | | |
| | Na | 43% | 48% | 9% | | | 1.93 | 1.21-3.07 | 0.006 |
| Cyfngiad ar weithgarwch | | | | | | | | | |
| | Na | 22% | 52% | 25% | 104.582 | <0.001 | Cyf | | <0.001 |
| | Ychydig | 34% | 49% | 17% | | | 1.77 | 1.32-2.36 | <0.001 |
| | Llawer | 50% | 36% | 14% | | | 2.94 | 2.15-4.02 | <0.001 |
| Plant yn y cartref | | | | | | | | | |
| | Na | 26% | 49% | 25% | 29.806 | <0.001 | Cyf | | |
| | le | 35% | 50% | 16% | | | 1.65 | 1.26-2.17 | <0.001 |
| Incwm cartref isel | | | | | | | | | |
| | Na^ | 22% | 53% | 25% | 137.191 | <0.001 | Cyf | | |
| | le | 50% | 37% | 13% | | | 2.74 | 2.14-3.49 | <0.001 |
| Cyflogaeth | | | | | | | | | |
| | Mewn cyflogaeth | 26% | 54% | 20% | 154.728 | <0.001 | | | |
| | Wedi ymddeol | 22% | 49% | 29% | | | | | |
| | Myfyriwr | 18% | 49% | 33% | | | | | |
| | Di-waith | 59% | 32% | 9% | | | | | |
| | LTS/Anabl | 59% | 29% | 12% | | | | | |
| | Gofalwr/Domestig [§] | 53% | 35% | 12% | | | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | | | | |
| | Na | 24% | 52% | 24% | 129.159 | <0.001 | Cyf | | |
| | le~ | 57% | 32% | 11% | | | 2.09 | 1.54-2.84 | <0.001 |

*Gofynnwyd i gyfranogwyr "Ar hyn o bryd, pa mor bryderus, os o gwbl, ydych chi am gostau byw cynyddol?" LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl [§]Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A5. Cyfran yn ymateb bod costau byw yn achosi tralod neu orbryder sylweddol iddynt yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu ar gyfer y rhai sy'n profi tralod sylweddol* *Data heb ei bwysoli.*

| Cyfran ym mhob categori | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer tralod a gorbryder sylweddol | | |
|---------------------------------|-----|----------------|--------|---|-----------|--------|
| | le | X ² | P | AOR | 95% CIs | P |
| Rhyw | | | | | | |
| Gwrywaidd | 22% | | | Cyf | | |
| Benywaidd | 31% | 23.321 | <0.001 | 1.58 | 1.26-1.99 | <0.001 |
| Grŵp oedran | | | | | | |
| 18-29 | 33% | | | 4.15 | 2.70-6.37 | <0.001 |
| 30-49 | 32% | | | 3.85 | 2.57-5.78 | <0.001 |
| 50-69 | 24% | | | 1.80 | 1.27-2.56 | 0.001 |
| 70+ | 18% | 38.087 | <0.001 | Cyf | | <0.001 |
| Cwintel amddifadedd | | | | | | |
| (mwyaf difreintiedig) 1 | 38% | | | 1.67 | 1.17-2.40 | 0.005 |
| 2 | 27% | | | 1.15 | 0.79-1.66 | 0.468 |
| 3 | 28% | | | 1.35 | 0.94-1.93 | 0.105 |
| 4 | 24% | | | 1.11 | 0.77-1.61 | 0.579 |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 17% | 45.042 | <0.001 | Cyf | | 0.039 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | |
| le | 26% | | | Cyf | | |
| Na | 48% | 21.247 | <0.001 | 2.49 | 1.56-3.97 | <0.001 |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | |
| Na | 19% | | | Cyf | | <0.001 |
| Ychydig | 36% | | | 3.12 | 2.31-4.21 | <0.001 |
| Llawer | 48% | 122.875 | <0.001 | 4.26 | 3.05-5.95 | <0.001 |
| Plant yn y cartref | | | | | | |
| Na | 25% | | | Cyf | | |
| le | 31% | 8.830 | 0.003 | 1.00 | 0.75-1.32 | 0.998 |
| Incwm cartref isel | | | | | | |
| Na^ | 21% | | | Cyf | | |
| le | 44% | 95.972 | <0.001 | 2.28 | 1.76-2.94 | <0.001 |
| Cyflogaeth | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 24% | | | | | |
| Wedi ymddeol | 17% | | | | | |
| Myfyriwr | 28% | | | | | |
| Di-waith | 64% | | | | | |
| LTS/Anabl | 62% | | | | | |
| Gofalwr/Domestig [§] | 45% | 188.331 | <0.001 | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | |
| Na | 22% | | | Cyf | | |
| le~ | 58% | 164.315 | <0.001 | 2.33 | 1.70-3.19 | <0.001 |

* Gofynnwyd i gyfranogwyr "I rai pobl, bydd costau byw cynyddol yn achosi tralod neu orbryder sylweddol. A fydddech chi'n dweud bod hyn yn wir i chi?" LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl [§]Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A6a. Cyfran y rhai a ddywedodd fod costau byw wedi cael effaith negyddol ar eu hiechyd meddwl yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu* Data heb ei bwysoli.

| Cyfran ym mhob categori | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer canfod effaith negyddol ar iechyd meddwl | | |
|--|-----|----------------|--------|---|-----------|--------|
| | le | X ² | P | AOR | 95% CIs | P |
| Rhyw | | | | | | |
| Gwrywaidd | 40% | 11.160 | 0.001 | Cyf | | |
| Benywaidd | 47% | | | 1.20 | 0.99-1.46 | 0.061 |
| Grŵp oedran | | | | | | |
| 18-29 | 49% | 60.698 | <0.001 | 3.33 | 2.30-4.83 | <0.001 |
| 30-49 | 54% | | | 3.95 | 2.79-5.59 | <0.001 |
| 50-69 | 42% | | | 2.06 | 1.53-2.77 | <0.001 |
| 70+ | 30% | | | Cyf | | <0.001 |
| Cwintel amddifadedd (mwyaf difreintiedig) | | | | | | |
| 1 | 51% | 36.916 | <0.001 | 1.31 | 0.96-1.78 | 0.092 |
| 2 | 52% | | | 1.56 | 1.15-2.12 | 0.004 |
| 3 | 43% | | | 1.17 | 0.86-1.58 | 0.325 |
| 4 | 41% | | | 1.16 | 0.85-1.56 | 0.353 |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 33% | | | Cyf | | 0.060 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | |
| le | 43% | 2.685 | 0.101 | Cyf | | |
| Na | 52% | | | 1.11 | 0.70-1.74 | 0.665 |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | |
| Na | 38% | 59.680 | <0.001 | Cyf | | <0.001 |
| Ychydig | 50% | | | 2.07 | 1.57-2.72 | <0.001 |
| Llawer | 61% | | | 2.88 | 2.10-3.93 | <0.001 |
| Plant yn y cartref | | | | | | |
| Na | 39% | 33.091 | <0.001 | Cyf | | |
| le | 53% | | | 1.27 | 0.99-1.62 | 0.057 |
| Incwm cartref isel | | | | | | |
| Na^ | 38% | 83.287 | <0.001 | Cyf | | |
| le | 62% | | | 2.44 | 1.91-3.12 | <0.001 |
| Cyflogaeth | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 45% | 163.072 | <0.001 | | | |
| Wedi ymddeol | 29% | | | | | |
| Myfyriwr | 35% | | | | | |
| Di-waith | 75% | | | | | |
| LTS/Anabl | 79% | | | | | |
| Gofalwr/Domestig [§] | 68% | | | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | |
| Na | 39% | 122.452 | <0.001 | Cyf | | |
| le~ | 74% | | | 2.18 | 1.58-3.00 | <0.001 |

*Y rhai a ddewisodd 'effaith negyddol' ar gyfer y cwestiwn "Hyd yma, pa effaith, os o gwbl, y mae costau byw cynyddol wedi'i chael ar y canlynol... Eich iechyd meddwl?" LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl [§]Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A6b. Cyfran y rhai a ddywedodd fod costau byw wedi cael effaith negyddol ar eu hiechyd corfforol yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu* Data heb ei bwysoli.

| Cyfran ym mhob categori | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer canfod effaith negyddol ar iechyd corfforol | | |
|--|-----|----------------|--------|--|-----------|--------|
| | le | X ² | P | AOR | 95% CIs | P |
| Rhyw | | | | | | |
| Gwrywaidd | 15% | | | Cyf | | |
| Benywaidd | 22% | 16.165 | <0.001 | 1.49 | 1.16-1.91 | 0.002 |
| Grŵp oedran | | | | | | |
| 18-29 | 21% | | | 2.72 | 1.69-4.36 | <0.001 |
| 30-49 | 19% | | | 1.06 | 1.32-3.21 | 0.002 |
| 50-69 | 21% | | | 1.75 | 1.21-2.54 | 0.003 |
| 70+ | 16% | 4.236 | 0.237 | Cyf | | <0.001 |
| Cwintel amddifadedd (mwyaf difreintiedig) | | | | | | |
| 1 | 23% | | | 1.21 | 0.80-1.83 | 0.374 |
| 2 | 20% | | | 1.21 | 0.80-1.83 | 0.365 |
| 3 | 19% | | | 1.12 | 0.74-1.70 | 0.580 |
| 4 | 21% | | | 1.43 | 0.95-2.15 | 0.084 |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 13% | 17.454 | 0.002 | Cyf | | 0.514 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | |
| le | 19% | | | Cyf | | |
| Na | 27% | 3.563 | 0.059 | 1.83 | 1.08-3.12 | 0.025 |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | |
| Na | 11% | | | Cyf | | <0.001 |
| Ychydig | 28% | | | 3.69 | 2.67-5.09 | <0.001 |
| Llawer | 45% | 214.448 | <0.001 | 6.91 | 4.89-9.76 | <0.001 |
| Plant yn y cartref | | | | | | |
| Na | 18% | | | | | |
| le | 20% | 1.077 | 0.299 | 1.25 | 0.91-1.72 | 0.165 |
| Incwm cartref isel | | | | | | |
| Na [^] | 15% | | | | | |
| le | 34% | 86.075 | <0.001 | 2.08 | 1.58-2.73 | <0.001 |
| Cyflogaeth | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 14% | | | | | |
| Wedi ymddeol | 16% | | | | | |
| Myfyriwr | 22% | | | | | |
| Di-waith | 38% | | | | | |
| LTS/Anabl | 57% | | | | | |
| Gofalwr/Domestig [§] | 30% | 142.594 | <0.001 | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | |
| Na | 15% | | | Cyf | | |
| le~ | 43% | 116.277 | <0.001 | 1.73 | 1.24-2.43 | 0.001 |

*Y rhai a ddewisodd 'effaith negyddol' ar gyfer y cwestiwn "Hyd yma, pa effaith, os o gwbl, y mae costau byw cynyddol wedi'i chael ar y canlynol... Eich iechyd corfforol?" LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl [§]Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A6c. Cyfran y rhai a ddywedodd fod costau byw wedi cael effaith negyddol ar eu perthasoedd teuluol yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu*
Data heb ei bwysoli.

| Cyfran ym mhob categori | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer canfod effaith negyddol ar berthasoedd teuluol | | |
|--|-----|----------------|--------|---|-----------|--------|
| | le | X ² | P | AOR | 95% CIs | P |
| Rhyw | | | | | | |
| Gwrywaidd | 14% | | | Cyf | | |
| Benywaidd | 18% | 7.691 | 0.006 | 1.18 | 0.91-1.54 | 0.209 |
| Grŵp oedran | | | | | | |
| 18-29 | 23% | | | 3.97 | 2.33-6.77 | <0.001 |
| 30-49 | 24% | | | 3.30 | 1.98-5.48 | <0.001 |
| 50-69 | 12% | | | 1.67 | 1.04-2.68 | 0.035 |
| 70+ | 7% | 74.368 | <0.001 | Cyf | | <0.001 |
| Cwintel amddifadedd (mwyaf difreintiedig) | | | | | | |
| 1 | 22% | | | 1.73 | 1.11-2.70 | 0.016 |
| 2 | 20% | | | 1.69 | 1.08-2.63 | 0.020 |
| 3 | 15% | | | 1.31 | 0.83-2.07 | 0.247 |
| 4 | 16% | | | 1.57 | 1.00-2.47 | 0.049 |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 9% | 32.183 | <0.001 | Cyf | | 0.101 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | |
| le | 16% | | | | | |
| Na | 19% | 0.466 | 0.495 | 0.85 | 0.47-1.51 | 0.568 |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | |
| Na | 14% | | | Cyf | | <0.001 |
| Ychydig | 16% | | | 1.44 | 0.99-2.08 | 0.055 |
| Llawer | 27% | 29.527 | <0.001 | 2.34 | 1.60-3.43 | <0.001 |
| Plant yn y cartref | | | | | | |
| Na | 12% | | | Cyf | | |
| le | 26% | 60.894 | <0.001 | 1.89 | 1.39-2.58 | <0.001 |
| Incwm cartref isel | | | | | | |
| Na^ | 14% | | | Cyf | | |
| le | 25% | 33.033 | <0.001 | 1.78 | 1.32-2.40 | <0.001 |
| Cyflogaeth | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 16% | | | | | |
| Wedi ymddeol | 7% | | | | | |
| Myfyriwr | 10% | | | | | |
| Di-waith | 44% | | | | | |
| LTS/Anabl | 37% | | | | | |
| Gofalwr/Domestig [§] | 43% | 173.197 | <0.001 | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | |
| Na | 12% | | | | | |
| le~ | 41% | 150.740 | <0.001 | 2.64 | 1.89-3.71 | <0.001 |

*Y rhai a ddewisodd 'effaith negyddol' ar gyfer y cwestiwn "Hyd yma, pa effaith, os o gwbl, y mae costau byw cynyddol wedi'i chael ar y canlynol... Eich perthynas â'ch teulu?" LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl
[§]Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A6d. Cyfran y rhai a ddywedodd fod costau byw wedi cael effaith negyddol ar lefelau trais ac ymddygiad gwrthgymdeithasol lleol yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu* Data heb ei bwysoli.

| Cyfran ym mhob categori | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer canfod effaith negyddol ar lefelau trais ac ymddygiad gwrthgymdeithasol lleol | | |
|--|-----|----------------|--------|--|-----------|--------|
| | le | X ² | P | AOR | 95% CIs | P |
| Rhyw | | | | | | |
| Gwrywaidd | 13% | | | Cyf | | |
| Benywaidd | 16% | 3.426 | 0.064 | 1.19 | 0.92-1.54 | 0.181 |
| Grŵp oedran | | | | | | |
| 18-29 | 19% | | | 1.83 | 1.16-2.90 | 0.010 |
| 30-49 | 17% | | | 1.54 | 1.00-2.38 | 0.050 |
| 50-69 | 12% | | | 0.90 | 0.61-1.33 | 0.592 |
| 70+ | 14% | 11.216 | 0.011 | Cyf | | 0.003 |
| Cwintel amddifadedd (mwyaf difreintiedig) | | | | | | |
| 1 | 18% | | | 0.93 | 0.63-1.39 | 0.739 |
| 2 | 15% | | | 0.83 | 0.56-1.25 | 0.379 |
| 3 | 15% | | | 0.88 | 0.59-1.31 | 0.521 |
| 4 | 13% | | | 0.80 | 0.53-1.21 | 0.290 |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 14% | 3.648 | 0.456 | Cyf | | 0.831 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | |
| le | 15% | | | Cyf | | |
| Na | 18% | 0.528 | 0.467 | 1.13 | 0.64-2.01 | 0.676 |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | |
| Na | 13% | | | Cyf | | 0.001 |
| Ychydig | 21% | | | 1.89 | 1.36-2.63 | <0.001 |
| Llawer | 20% | 20.876 | <0.001 | 1.53 | 1.05-2.23 | 0.027 |
| Plant yn y cartref | | | | | | |
| Na | 14% | | | Cyf | | |
| le | 17% | 2.335 | 0.126 | 1.01 | 0.74-1.39 | 0.933 |
| Incwm cartref isel | | | | | | |
| Na^ | 13% | | | Cyf | | |
| le | 22% | 20.831 | <0.001 | 1.53 | 1.14-2.04 | 0.004 |
| Cyflogaeth | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 13% | | | | | |
| Wedi ymddeol | 13% | | | | | |
| Myfyriwr | 12% | | | | | |
| Di-waith | 33% | | | | | |
| LTS/Anabl | 24% | | | | | |
| Gofalwr/Domestig | 23% | 41.102 | <0.001 | | | |
| Anweithgarwch economaidd[§] | | | | | | |
| Na | 13% | | | Cyf | | |
| le~ | 27% | 36.835 | <0.001 | 1.84 | 1.29-2.63 | 0.001 |

*Y rhai a ddewisodd 'effaith negyddol' ar gyfer y cwestiwn "Hyd yma, pa effaith, os o gwbl, y mae costau byw cynyddol wedi'i chael ar y canlynol... Lefelau trais ac ymddygiad gwrthgymdeithasol lleol?" LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl [§]Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A6e. Cyfran y rhai a ddywedodd fod costau byw wedi cael effaith gadarnhaol ar gymorth cymunedol yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu* Data heb ei bwysoli.

| Cyfran ym mhob categori | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer canfod effaith gadarnhaol ar gymorth cymunedol | | |
|--|-----|----------------|-------|---|-----------|-------|
| | le | X ² | P | AOR | 95% CIs | P |
| Rhyw | | | | | | |
| Gwrywaidd | 19% | 11.171 | 0.001 | Cyf | | |
| Benywaidd | 25% | | | 1.47 | 1.18-1.83 | 0.001 |
| Grŵp oedran | | | | | | |
| 18-29 | 19% | 6.762 | 0.080 | 0.82 | 0.55-1.23 | 0.333 |
| 30-49 | 20% | | | 0.88 | 0.61-1.28 | 0.512 |
| 50-69 | 24% | | | 1.06 | 0.78-1.43 | 0.712 |
| 70+ | 25% | | | Cyf | | 0.521 |
| Cwintel amddifadedd (mwyaf difreintiedig) | | | | | | |
| 1 | 19% | 2.553 | 0.635 | 0.95 | 0.66-1.35 | 0.754 |
| 2 | 22% | | | 1.11 | 0.79-1.56 | 0.556 |
| 3 | 24% | | | 1.18 | 0.84-1.64 | 0.341 |
| 4 | 23% | | | 1.16 | 0.83-1.62 | 0.380 |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 21% | | | Cyf | | 0.662 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | |
| le | 22% | 0.539 | 0.463 | Cyf | | |
| Na | 19% | | | 0.93 | 0.53-1.61 | 0.782 |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | |
| Na | 21% | 2.536 | 0.281 | Cyf | | 0.563 |
| Ychydig | 25% | | | 1.17 | 0.87-1.57 | 0.296 |
| Llawer | 23% | | | 1.10 | 0.79-1.54 | 0.579 |
| Plant yn y cartref | | | | | | |
| Na | 23% | 2.268 | 0.132 | Cyf | | |
| le | 20% | | | 0.93 | 0.70-1.23 | 0.610 |
| Incwm cartref isel | | | | | | |
| Na^ | 22% | 0.825 | 0.364 | Cyf | | |
| le | 24% | | | 1.10 | 0.84-1.43 | 0.485 |
| Cyflogaeth | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 22% | 10.297 | 0.067 | | | |
| Wedi ymddeol | 24% | | | | | |
| Myfyriwr | 22% | | | | | |
| Di-waith | 11% | | | | | |
| LTS/Anabl | 23% | | | | | |
| Gofalwr/Domestig | 18% | | | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | |
| Na | 23% | 4.513 | 0.034 | Cyf | | |
| le~ | 17% | | | 0.66 | 0.46-0.96 | 0.028 |

*Y rhai a ddewisodd 'effaith negyddol' ar gyfer y cwestiwn "Hyd yma, pa effaith, os o gwbl, y mae costau byw cynyddol wedi'i chael ar y canlynol... Sut mae pobl yn cefnogi ei gilydd yn eich cymuned?" LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl ^Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A7. Cyfran y rhai sy'n profi llesiant meddyliol isel yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu* *Data heb ei bwysoli.*

| Cyfran ym mhob categori | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer llesiant meddwl isel | | | |
|---------------------------------|-----|----------------|--------|---|------------|-----------|--------|
| | le | X ² | P | AOR | 95% CIs | P | |
| Rhyw | | | | | | | |
| Gwrywaidd | 14% | 8.097 | 0.004 | Cyf | 1.01-1.72 | 0.044 | |
| Benywaidd | 19% | | | | | | |
| Grŵp oedran | | | | | | | |
| 18-29 | 21% | 9.128 | 0.028 | 2.93 | 1.79-4.80 | <0.001 | |
| 30-49 | 15% | | | 1.53 | 0.95-2.47 | 0.083 | |
| 50-69 | 18% | | | 1.51 | 1.02-2.24 | 0.038 | |
| 70+ | 14% | | | Cyf | <0.001 | | |
| Cwintel amddifadedd | | | | | | | |
| (mwyaf difreintiedig) 1 | 24% | 36.185 | <0.001 | 1.78 | 1.13-2.79 | 0.013 | |
| 2 | 20% | | | 1.77 | 1.13-2.77 | 0.013 | |
| 3 | 15% | | | 1.20 | 0.75-1.91 | 0.445 | |
| 4 | 15% | | | 1.28 | 0.81-2.04 | 0.295 | |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 9% | | | Cyf | 0.036 | | |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | | |
| le | 16% | 4.198 | 0.040 | Cyf | 1.15-3.52 | 0.014 | |
| Na | 24% | | | | | | |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | | |
| Na | 9% | 240.547 | <0.001 | Cyf | 5.40-11.07 | <0.001 | |
| Ychydig | 23% | | | 3.23 | | 2.28-4.58 | <0.001 |
| Llawer | 44% | | | 7.73 | | <0.001 | |
| Plant yn y cartref | | | | | | | |
| Na | 17% | 0.029 | 0.864 | Cyf | 0.78-1.54 | 0.612 | |
| le | 16% | | | | | | |
| Incwm cartref isel | | | | | | | |
| Na^ | 13% | 74.104 | <0.001 | Cyf | 1.33-2.37 | <0.001 | |
| le | 29% | | | | | | |
| Cyflogaeth | | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 10% | 196.458 | <0.001 | | | | |
| Wedi ymddeol | 15% | | | | | | |
| Myfyriwr | 16% | | | | | | |
| Di-waith | 48% | | | | | | |
| LTS/Anabl | 51% | | | | | | |
| Gofalwr/Domestig | 27% | | | | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | | |
| Na | 12% | 166.648 | <0.001 | Cyf | 1.68-3.35 | <0.001 | |
| le~ | 43% | | | | | | |

Mesurwyd llesiant meddwl gan ddefnyddio Graddfa Llesiant Meddwl Byr Warwick-Caeredin (SWEMWBS) Cyfrifwyd sgorau cyfansawdd crai a'u trawsnewid yn sgorau metrig yn unol â chanllawiau prosesu data'r raddfa. Cafodd llesiant meddwl isel ei gategoreiddio fel >1 gwriad safonol yn is na chymedr y sampl (23.1; gwriad safonol 4.9). LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl ⁵Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A8a. Cyfran y rhai a ddywedodd eu bod wedi gorfod torri i lawr ar brynu bwyd o ganlyniad i'r argyfwng costau byw yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu* *Data heb ei bwysoli.*

| Cyfran ym mhob categori | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer torri lawr ar brynu bwyd | | |
|--|-----|----------------|--------|---|-----------|--------|
| | le | X ² | P | AOR | 95% CIs | P |
| Rhyw | | | | | | |
| Gwrywaidd | 39% | 19.144 | <0.001 | Cyf | | |
| Benywaidd | 49% | | | 1.38 | 1.14-1.67 | 0.001 |
| Grŵp oedran | | | | | | |
| 18-29 | 54% | 41.426 | <0.001 | 3.41 | 2.37-4.91 | <0.001 |
| 30-49 | 49% | | | 2.47 | 1.76-3.47 | <0.001 |
| 50-69 | 44% | | | 2.00 | 1.49-2.67 | <0.001 |
| 70+ | 33% | | | Cyf | | <0.001 |
| Cwintel amddifadedd (mwyaf difreintiedig) | | | | | | |
| 1 | 52% | 41.414 | <0.001 | 1.30 | 0.96-1.77 | 0.092 |
| 2 | 53% | | | 1.58 | 1.17-2.13 | 0.003 |
| 3 | 45% | | | 1.23 | 0.91-1.65 | 0.181 |
| 4 | 39% | | | 0.96 | 0.71-1.30 | 0.805 |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 35% | | | Cyf | | 0.009 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | |
| le | 44% | 6.784 | 0.009 | Cyf | | |
| Na | 58% | | | 1.48 | 0.94-2.33 | 0.092 |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | |
| Na | 39% | 72.380 | <0.001 | Cyf | | <0.001 |
| Ychydig | 49% | | | 1.74 | 1.33-2.28 | <0.001 |
| Llawer | 65% | | | 3.09 | 2.26-4.22 | <0.001 |
| Plant yn y cartref | | | | | | |
| Na | 41% | 19.455 | <0.001 | Cyf | | |
| le | 51% | | | 1.32 | 1.04-1.69 | 0.025 |
| Incwm cartref isel | | | | | | |
| Na^ | 39% | 89.233 | <0.001 | Cyf | | |
| le | 63% | | | 2.42 | 1.90-3.07 | <0.001 |
| Cyflogaeth | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 43% | 132.805 | <0.001 | | | |
| Wedi ymddeol | 33% | | | | | |
| Myfyriwr | 45% | | | | | |
| Di-waith | 73% | | | | | |
| LTS/Anabl | 81% | | | | | |
| Gofalwr/Domestig | 64% | | | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | |
| Na | 40% | 109.079 | <0.001 | Cyf | | |
| le~ | 73% | | | 1.98 | 1.44-2.72 | <0.001 |

*Y rhai a ddewisodd 'le' i'r cwestiwn "Yn ystod y chwe mis diwethaf, o ganlyniad i gostau byw cynyddol, rwyf wedi gorfod cwthgi ar faint o fwyd rwy'n ei brynu". LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl ⁵Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A8b. Cyfran y rhai a ddywedodd eu bod wedi gorfod torri i lawr ar bethau nad ydynt yn hanfodol o ganlyniad i'r argyfwng costau byw yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu* Data heb ei bwysoli.

| Cyfran ym mhob categori | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer torri lawr ar bethau nad ydynt yn hanfodol | | |
|--|-----|----------------|--------|---|-----------|--------|
| | ie | X ² | P | AOR | 95% CIs | P |
| Rhyw | | | | | | |
| Gwrywaidd | 64% | | | | | |
| Benywaidd | 70% | 9.869 | 0.002 | 1.20 | 0.99-1.47 | 0.070 |
| Grŵp oedran | | | | | | |
| 18-29 | 75% | | | 3.65 | 2.52-5.29 | <0.001 |
| 30-49 | 79% | | | 4.02 | 2.85-5.67 | <0.001 |
| 50-69 | 66% | | | 2.41 | 1.83-3.18 | <0.001 |
| 70+ | 47% | 141.170 | <0.001 | | | <0.001 |
| Cwintel amddifadedd (mwyaf difreintiedig) | | | | | | |
| 1 | 73% | | | 1.23 | 0.89-1.70 | 0.203 |
| 2 | 74% | | | 1.41 | 1.02-1.94 | 0.037 |
| 3 | 67% | | | 1.12 | 0.83-1.52 | 0.472 |
| 4 | 61% | | | 0.85 | 0.63-1.14 | 0.277 |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 61% | 28.348 | <0.001 | | | 0.023 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | |
| ie | 67% | | | | | |
| Na | 76% | 3.008 | 0.083 | 0.95 | 0.56-1.59 | 0.833 |
| Cyfngiad ar weithgarwch | | | | | | |
| Na | 66% | | | | | 0.005 |
| Ychydig | 68% | | | 1.51 | 1.14-2.01 | 0.005 |
| Llawer | 70% | 1.264 | 0.532 | 1.47 | 1.06-2.02 | 0.020 |
| Plant yn y cartref | | | | | | |
| Na | 61% | | | | | |
| ie | 81% | 80.026 | <0.001 | 1.75 | 1.33-2.29 | <0.001 |
| Incwm cartref isel | | | | | | |
| Na^ | 64% | | | | | |
| ie | 76% | 24.502 | <0.001 | 2.05 | 1.57-2.67 | <0.001 |
| Cyflogaeth | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 73% | | | | | |
| Wedi ymddeol | 50% | | | | | |
| Myfyriwr | 66% | | | | | |
| Di-waith | 82% | | | | | |
| LTS/Anabl | 86% | | | | | |
| Gofalwr/Domestig [§] | 89% | 142.323 | <0.001 | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | |
| Na | 64% | | | | | |
| ie~ | 85% | 48.832 | <0.001 | 1.74 | 1.19-2.55 | 0.005 |

*Y rhai a ddewisodd 'ie' i'r cwestiwn "Yn ystod y chwe mis diwethaf, o ganlyniad i gostau byw cynyddol, rwyf wedi gorfod torri lawr ar bethau nad ydynt yn hanfodol fel adloniant a bwyta allan". LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl [§]Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A8c. Cyfran y rhai a ddywedodd eu bod wedi gwneud gwelliannau effeithlonrwydd ynni i'w cartrefi o ganlyniad i'r argyfwng costau byw yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu* *Data heb ei bwysoli.*

| Cyfran ym mhob categori | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer gwneud gwelliannau effeithlonrwydd ynni | | |
|--|-----|----------------|--------|--|-----------|--------|
| | le | X ² | P | AOR | 95% CIs | P |
| Rhyw | | | | | | |
| Gwrywaidd | 44% | | | Cyf | | |
| Benywaidd | 44% | 0.001 | 0.982 | 0.99 | 0.82-1.19 | 0.894 |
| Grŵp oedran | | | | | | |
| 18-29 | 39% | | | 1.66 | 1.17-2.35 | 0.004 |
| 30-49 | 52% | | | 2.93 | 2.13-4.04 | <0.001 |
| 50-69 | 47% | | | 2.37 | 1.80-3.11 | <0.001 |
| 70+ | 30% | 58.889 | <0.001 | | | <0.001 |
| Cwintel amddifadedd (mwyaf difreintiedig) | | | | | | |
| 1 | 39% | | | 0.74 | 0.55-1.00 | 0.049 |
| 2 | 41% | | | 0.85 | 0.63-1.13 | 0.261 |
| 3 | 47% | | | 1.08 | 0.81-1.43 | 0.592 |
| 4 | 46% | | | 1.01 | 0.76-1.34 | 0.951 |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 44% | 7.645 | 0.105 | | | 0.082 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | |
| le | 43% | | | | | |
| Na | 63% | 15.005 | <0.001 | 2.15 | 1.37-3.38 | 0.001 |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | |
| Na | 44% | | | | | 0.002 |
| Ychydig | 46% | | | 1.54 | 1.19-1.99 | 0.001 |
| Llawer | 41% | 1.395 | 0.498 | 1.40 | 1.05-1.88 | 0.023 |
| Plant yn y cartref | | | | | | |
| Na | 41% | | | | | |
| le | 49% | 11.925 | 0.001 | 1.05 | 0.83-1.33 | 0.684 |
| Incwm cartref isel | | | | | | |
| Na^ | 45% | | | | | |
| le | 38% | 8.341 | 0.004 | 0.83 | 0.66-1.05 | 0.115 |
| Cyflogaeth | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 50% | | | | | |
| Wedi ymddeol | 36% | | | | | |
| Myfyriwr | 27% | | | | | |
| Di-waith | 31% | | | | | |
| LTS/Anabl | 43% | | | | | |
| Gofalwr/Domestig [§] | 47% | 51.692 | <0.001 | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | |
| Na | 44% | | | | | |
| le~ | 40% | 2.018 | 0.155 | 0.67 | 0.50-0.90 | 0.008 |

*Y rhai a ddewisodd 'ie' i'r cwestiwn "Yn ystod y chwe mis diwethaf, o ganlyniad i gostau byw cynyddol, rwyf wedi gwneud gwelliannau effeithlonrwydd ynni i fy nghartref". LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl [§]Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A8d. Cyfran y rhai a ddywedodd eu bod wedi dechrau defnyddio offer trydanol yn llai o ganlyniad i'r argyfwng costau byw yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu* *Data heb ei bwysoli.*

| Cyfran ym mhob categori | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer defnyddio llai o offer trydanol | | | | |
|---------------------------------|-----|----------------|--------|--|-----------|--------|-----------|-------|
| | le | X ² | P | AOR | 95% CIs | P | | |
| Rhyw | | | | | | | | |
| Gwrywaidd | 65% | 19.103 | <0.001 | Cyf | 1.20-1.77 | <0.001 | | |
| Benywaidd | 74% | | | | | | | |
| Grŵp oedran | | | | | | | | |
| 18-29 | 66% | 5.639 | 0.131 | 1.01 | 0.71-1.44 | 0.957 | | |
| 30-49 | 72% | | | 1.22 | 0.88-1.70 | 0.237 | | |
| 50-69 | 72% | | | 1.32 | 1.00-1.75 | 0.054 | | |
| 70+ | 67% | | | Cyf | 0.147 | | | |
| Cwintel amddifadedd | | | | | | | | |
| (mwyaf difreintiedig) 1 | 73% | 9.628 | 0.047 | 1.20 | 0.88-1.65 | 0.245 | | |
| 2 | 73% | | | 1.29 | 0.95-1.77 | 0.104 | | |
| 3 | 71% | | | 1.22 | 0.90-1.65 | 0.198 | | |
| 4 | 68% | | | 1.06 | 0.79-1.43 | 0.689 | | |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 65% | | | Cyf | 0.459 | | | |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | | | |
| le | 70% | 2.679 | 0.102 | Cyf | 0.89-2.53 | 0.126 | | |
| Na | 78% | | | | | | | |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | | | |
| Na | 68% | 11.379 | 0.003 | Cyf | 1.01-1.93 | 0.045 | | |
| Ychydig | 72% | | | 1.17 | | | 0.88-1.55 | 0.277 |
| Llawer | 77% | | | 1.40 | | | | |
| Plant yn y cartref | | | | | | | | |
| Na | 69% | 4.028 | 0.045 | Cyf | 0.95-1.59 | 0.112 | | |
| le | 73% | | | | | | | |
| Incwm cartref isel | | | | | | | | |
| Na | 67% | 34.872 | <0.001 | Cyf | 1.47-2.52 | <0.001 | | |
| le | 81% | | | | | | | |
| Cyflogaeth | | | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 70% | 30.940 | <0.001 | | | | | |
| Wedi ymddeol | 68% | | | | | | | |
| Myfyriwr | 51% | | | | | | | |
| Di-waith | 72% | | | | | | | |
| LTS/Anabl | 86% | | | | | | | |
| Gofalwr/Domestig [§] | 80% | | | | | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | | | |
| Na | 69% | 12.214 | <0.001 | Cyf | 0.84-1.67 | 0.328 | | |
| le~ | 79% | | | | | | | |

*Y rhai a ddewisodd 'ie' i'r cwestiwn "Yn ystod y chwe mis diwethaf, o ganlyniad i gostau byw cynyddol, rwyf wedi dechrau defnyddio llai ar offer trydanol fel peiriannau golchi a phoptai". LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl

[§]Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A8e. Cyfran y rhai a ddywedodd eu bod wedi gorfod defnyddio cynilion i dalu costau cynyddol o ganlyniad i'r argyfwng costau byw yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu* *Data heb ei bwysoli.*

| Cyfran ym mhob categori | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer defnyddio cynilion | | |
|---------------------------------|-----|----------------|--------|---|-----------|--------|
| | le | X ² | P | AOR | 95% CIs | P |
| Rhyw | | | | | | |
| Gwrywaidd | 34% | | | Cyf | | |
| Benywaidd | 37% | 2.943 | 0.086 | 1.14 | 0.94-1.38 | 0.178 |
| Grŵp oedran | | | | | | |
| 18-29 | 36% | | | 1.60 | 1.12-2.28 | 0.010 |
| 30-49 | 34% | | | 1.45 | 1.04-2.01 | 0.028 |
| 50-69 | 38% | | | 1.56 | 1.18-2.06 | 0.002 |
| 70+ | 34% | 2.245 | 0.523 | Cyf | | 0.012 |
| Cwintel amddifadedd | | | | | | |
| (mwyaf difreintiedig) 1 | 39% | | | 1.17 | 0.86-1.59 | 0.309 |
| 2 | 36% | | | 1.08 | 0.80-1.46 | 0.613 |
| 3 | 41% | | | 1.31 | 0.98-1.76 | 0.071 |
| 4 | 32% | | | 0.92 | 0.68-1.24 | 0.583 |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 32% | 11.208 | 0.024 | Cyf | | 0.156 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | |
| le | 35% | | | Cyf | | |
| Na | 47% | 4.961 | 0.026 | 1.59 | 1.02-2.46 | 0.040 |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | |
| Na | 31% | | | Cyf | | <0.001 |
| Ychydig | 40% | | | 1.63 | 1.26-2.12 | <0.001 |
| Llawer | 52% | 51.833 | <0.001 | 2.79 | 2.09-3.74 | <0.001 |
| Plant yn y cartref | | | | | | |
| Na | 36% | | | Cyf | | |
| le | 36% | 0.036 | 0.850 | 1.11 | 0.87-1.41 | 0.418 |
| Incwm cartref isel | | | | | | |
| Na | 33% | | | Cyf | | |
| le | 45% | 24.504 | <0.001 | 1.55 | 1.23-1.95 | <0.001 |
| Cyflogaeth | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 35% | | | | | |
| Wedi ymddeol | 36% | | | | | |
| Myfyriwr | 35% | | | | | |
| Di-waith | 39% | | | | | |
| LTS/Anabl | 40% | | | | | |
| Gofalwr/Domestig [§] | 32% | 2.441 | 0.785 | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | |
| Na | 35% | | | Cyf | | |
| le~ | 38% | 0.675 | 0.411 | 0.63 | 0.46-0.86 | 0.003 |

*Y rhai a ddewisodd 'ie' i'r cwestiwn "Yn ystod y chwe mis diwethaf, o ganlyniad i gostau byw cynyddol, rwyf wedi gorfod defnyddio fy nghynilion i dalu costau cynyddol". LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl [§]Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A8f. Cyfran y rhai a ddywedodd eu bod wedi cynyddu eu benthyca arian neu ddyled cardiau credyd o ganlyniad i'r argyfwng costau byw yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu* *Data heb ei bwysoli.*

| Cyfran ym mhob categori | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer mwy o fenthyca arian | | |
|---------------------------------|-----|----------------|--------|---|------------|--------|
| | Ie | X ² | P | AOR | 95% CIs | P |
| Rhyw | | | | | | |
| Gwrywaidd | 20% | | | Cyf | | |
| Benywaidd | 23% | 2.043 | 0.153 | 1.04 | 0.82-1.31 | 0.750 |
| Grŵp oedran | | | | | | |
| 18-29 | 40% | | | 8.78 | 5.41-14.26 | <0.001 |
| 30-49 | 31% | | | 5.15 | 3.21-8.25 | <0.001 |
| 50-69 | 15% | | | 2.24 | 1.43-3.51 | <0.001 |
| 70+ | 7% | 163.991 | <0.001 | Cyf | | <0.001 |
| Cwintel amddifadedd | | | | | | |
| (mwyaf difreintiedig) 1 | 26% | | | 1.32 | 0.89-1.94 | 0.165 |
| 2 | 26% | | | 1.44 | 0.98-2.10 | 0.062 |
| 3 | 24% | | | 1.47 | 1.01-2.14 | 0.046 |
| 4 | 19% | | | 1.18 | 0.80-1.75 | 0.403 |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 14% | 23.270 | <0.001 | Cyf | | 0.265 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | |
| Ie | 21% | | | Cyf | | |
| Na | 39% | 16.326 | <0.001 | 1.51 | 0.95-2.41 | 0.081 |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | |
| Na | 22% | | | Cyf | | 0.048 |
| Ychydig | 19% | | | 1.21 | 0.87-1.71 | 0.262 |
| Llawer | 25% | 3.223 | 0.200 | 1.58 | 1.09-2.28 | 0.015 |
| Plant yn y cartref | | | | | | |
| Na | 16% | | | Cyf | | |
| Ie | 33% | 76.417 | <0.001 | 1.56 | 1.19-2.05 | 0.001 |
| Incwm cartref isel | | | | | | |
| Na | 20% | | | Cyf | | |
| Ie | 29% | 17.206 | <0.001 | 1.87 | 1.42-2.48 | <0.001 |
| Cyflogaeth | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 23% | | | | | |
| Wedi ymddeol | 7% | | | | | |
| Myfyriwr | 46% | | | | | |
| Di-waith | 47% | | | | | |
| LTS/Anabl | 33% | | | | | |
| Gofalwr/Domestig [§] | 39% | 170.160 | <0.001 | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | |
| Na | 19% | | | Cyf | | |
| Ie~ | 40% | 63.916 | <0.001 | 1.63 | 1.17-2.26 | 0.004 |

*Y rhai a ddewisodd 'ie' i'r cwestiwn "Yn ystod y chwe mis diwethaf, o ganlyniad i gostau byw cynyddol, rwyf wedi cynyddu benthyca arian neu ddyled cardiau credyd". LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl [§]Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A9a. Cyfran y rhai a ddywedodd eu bod yn bwyta mwy o fwyd wedi'i brosesu o ganlyniad i'r argyfwng costau byw yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu*
Data heb ei bwysoli.

| Cyfran ym mhob categori | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer bwyta mwy o fwyd wedi'i brosesu | | |
|---------------------------------|-----|----------------|--------|--|------------|--------|
| | le | X ² | P | AOR | 95% CIs | P |
| Rhyw | | | | | | |
| Gwrywaidd | 11% | | | Cyf | | |
| Benywaidd | 12% | 0.203 | 0.652 | 0.97 | 0.72-1.29 | 0.812 |
| Grŵp oedran | | | | | | |
| 18-29 | 21% | | | 6.55 | 3.78-11.35 | <0.001 |
| 30-49 | 13% | | | 3.55 | 2.07-6.10 | <0.001 |
| 50-69 | 8% | | | 1.61 | 0.97-2.66 | 0.064 |
| 70+ | 7% | 45.418 | <0.001 | Cyf | | <0.001 |
| Cwintel amddifadedd | | | | | | |
| (mwyaf difreintiedig) 1 | 13% | | | 1.06 | 0.65-1.72 | 0.809 |
| 2 | 15% | | | 1.43 | 0.90-2.26 | 0.133 |
| 3 | 11% | | | 0.99 | 0.61-1.61 | 0.978 |
| 4 | 9% | | | 0.87 | 0.52-1.43 | 0.570 |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 8% | 13.221 | 0.010 | Cyf | | 0.240 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | |
| le | 11% | | | Cyf | | |
| Na | 12% | 0.070 | 0.792 | 0.84 | 0.43-1.64 | 0.599 |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | |
| Na | 10% | | | Cyf | | <0.001 |
| Ychydig | 12% | | | 1.49 | 0.99-2.24 | 0.056 |
| Llawer | 19% | 19.764 | <0.001 | 2.56 | 1.69-3.88 | <0.001 |
| Plant yn y cartref | | | | | | |
| Na | 10% | | | Cyf | | |
| le | 13% | 3.305 | 0.069 | 0.92 | 0.65-1.30 | 0.625 |
| Incwm cartref isel | | | | | | |
| Na | 9% | | | Cyf | | |
| le | 19% | 35.298 | <0.001 | 2.33 | 1.69-3.23 | <0.001 |
| Cyflogaeth | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 11% | | | | | |
| Wedi ymddeol | 7% | | | | | |
| Myfyriwr | 18% | | | | | |
| Di-waith | 28% | | | | | |
| LTS/Anabl | 16% | | | | | |
| Gofalwr/Domestig [§] | 19% | 55.010 | <0.001 | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | |
| Na | 10% | | | Cyf | | |
| le~ | 21% | 32.758 | <0.001 | 1.18 | 0.79-1.76 | 0.423 |

*Y rhai a ddewisodd 'ie' i'r cwestiwn "A yw costau byw cynyddol yn effeithio ar eich arferion bwyta a phrynu bwyd mewn unrhyw un o'r ffyrdd canlynol... Bwyta mwy o fwyd wedi'i brosesu (e.e. prydau parod)?" LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl [§]Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A9b. Cyfran y rhai a ddywedodd eu bod yn bwyta mwy o fwyd heb ei brosesu o ganlyniad i'r argyfwng costau byw yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu* *Data heb ei bwysoli.*

| Cyfran ym mhob categori | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer bwyd heb ei brosesu | | |
|---------------------------------|-----|----------------|-------|--|-----------|-------|
| | le | X ² | P | AOR | 95% CIs | P |
| Rhyw | | | | | | |
| Gwrywaidd | 14% | | | Cyf | | |
| Benywaidd | 16% | 2.178 | 0.140 | 1.17 | 0.91-1.51 | 0.211 |
| Grŵp oedran | | | | | | |
| 18-29 | 14% | | | 1.45 | 0.89-2.36 | 0.135 |
| 30-49 | 15% | | | 1.51 | 0.97-2.37 | 0.070 |
| 50-69 | 18% | | | 1.78 | 1.22-2.59 | 0.003 |
| 70+ | 12% | 7.099 | 0.069 | Cyf | | 0.030 |
| Cwintel amddifadedd | | | | | | |
| (mwyaf difreintiedig) 1 | 13% | | | 0.94 | 0.61-1.44 | 0.780 |
| 2 | 18% | | | 1.45 | 0.97-2.16 | 0.070 |
| 3 | 17% | | | 1.27 | 0.85-1.89 | 0.244 |
| 4 | 15% | | | 1.25 | 0.84-1.87 | 0.278 |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 12% | 6.930 | 0.140 | Cyf | | 0.181 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | |
| le | 15% | | | Cyf | | |
| Na | 22% | 3.732 | 0.053 | 1.71 | 1.00-2.90 | 0.049 |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | |
| Na | 15% | | | Cyf | | 0.024 |
| Ychydig | 12% | | | 0.80 | 0.55-1.16 | 0.233 |
| Llawer | 20% | 8.733 | 0.013 | 1.45 | 1.01-2.09 | 0.047 |
| Plant yn y cartref | | | | | | |
| Na | 15% | | | Cyf | | |
| le | 15% | 0.111 | 0.739 | 1.00 | 0.72-1.37 | 0.981 |
| Incwm cartref isel | | | | | | |
| Na | 14% | | | Cyf | | |
| le | 20% | 11.502 | 0.001 | 1.64 | 1.22-2.20 | 0.001 |
| Cyflogaeth | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 16% | | | | | |
| Wedi ymddeol | 13% | | | | | |
| Myfyriwr | 15% | | | | | |
| Di-waith | 13% | | | | | |
| LTS/Anabl | 23% | | | | | |
| Gofalwr/Domestig [§] | 18% | 9.098 | 0.105 | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | |
| Na | 15% | | | Cyf | | |
| le~ | 18% | 1.934 | 0.164 | 0.87 | 0.59-1.28 | 0.473 |

* Y rhai a ddewisodd 'ie' i'r cwestiwn "A yw costau byw cynyddol yn effeithio ar eich arferion bwyta a phrynu bwyd mewn unrhyw un o'r ffyrdd canlynol... bwyta mwy o fwyd heb ei brosesu (e.e. ffrwythau a llysiau)?" LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl [§]Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A9c. Cyfran y rhai a ddywedodd eu bod yn bwyta llai o fwyd yn gyffredinol o ganlyniad i'r argyfwng costau byw yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu*
Data heb ei bwysoli.

| Cyfran ym mhob categori | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer bwyta llai o fwyd yn gyffredinol | | |
|---------------------------------|-----------|----------------|---------|---|-----------|--------|
| | le | X ² | P | AOR | 95% CIs | P |
| Rhyw | | | | | | |
| | Gwrywaidd | 18% | | Cyf | | |
| | Benywaidd | 22% | 6.191 | 1.19 | 0.94-1.51 | 0.143 |
| Grŵp oedran | | | | | | |
| | 18-29 | 18% | | 1.52 | 0.96-2.41 | 0.072 |
| | 30-49 | 22% | | 1.92 | 1.27-2.90 | 0.002 |
| | 50-69 | 22% | | 1.56 | 1.10-2.21 | 0.013 |
| | 70+ | 17% | 5.770 | Cyf | | 0.017 |
| Cwintel amddifadedd | | | | | | |
| (mwyaf difreintiedig) 1 | 28% | | | 1.80 | 1.23-2.66 | 0.003 |
| 2 | 26% | | | 1.83 | 1.25-2.69 | 0.002 |
| 3 | 19% | | | 1.21 | 0.81-1.81 | 0.343 |
| 4 | 16% | | | 1.06 | 0.71-1.60 | 0.764 |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 13% | 42.805 | <0.001 | Cyf | | 0.001 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | |
| | le | 20% | | Cyf | | |
| | Na | 20% | 0.003 | 0.96 | 0.55-1.69 | 0.894 |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | |
| | Na | 15% | | Cyf | | <0.001 |
| | Ychydig | 25% | | 1.72 | 1.26-2.36 | 0.001 |
| | Llawer | 38% | 87.956 | 2.72 | 1.96-3.78 | <0.001 |
| Plant yn y cartref | | | | | | |
| | Na | 20% | | Cyf | | |
| | le | 20% | 0.040 | 0.97 | 0.71-1.31 | 0.818 |
| Incwm cartref isel | | | | | | |
| | Na | 15% | | Cyf | | |
| | le | 37% | 105.728 | 2.45 | 1.89-3.17 | <0.001 |
| Cyflogaeth | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 16% | | | | | |
| Wedi ymddeol | 18% | | | | | |
| Myfyriwr | 15% | | | | | |
| Di-waith | 39% | | | | | |
| LTS/Anabl | 49% | | | | | |
| Gofalwr/Domestig [§] | 36% | 106.039 | <0.001 | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | |
| | Na | 17% | | Cyf | | |
| | le~ | 42% | 96.832 | 1.78 | 1.29-2.45 | <0.001 |

* Y rhai a ddewisodd 'ie' i'r cwestiwn "A yw costau byw cynyddol yn effeithio ar eich arferion bwyta a phrynu bwyd mewn unrhyw un o'r ffyrdd canlynol... Bwyta llai o fwyd yn gyffredinol?". LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl

[§]Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A10. Cyfran sydd heb glywed am gynllun Cymorth Tanwydd Gaeaf Llywodraeth Cymru yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu* *Data heb ei bwysoli.*

| Cyfran ym mhob categori | | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) am beidio â bod wedi clywed am Gymorth Tanwydd Gaeaf | | |
|---------------------------------|------------|----------------|--------|--|--|-------------|--------|
| | Heb glywed | X ² | P | | AOR | 95% CIs | P |
| Rhyw | | | | | | | |
| Gwrywaidd | 13% | | | | Cyf | | |
| Benywaidd | 9% | 9.086 | 0.003 | | 0.66 | 0.48-0.90 | 0.008 |
| Grŵp oedran | | | | | | | |
| 18-29 | 33% | | | | 26.88 | 12.26-58.94 | <0.001 |
| 30-49 | 11% | | | | 7.08 | 3.17-15.81 | <0.001 |
| 50-69 | 5% | | | | 3.31 | 1.49-7.35 | 0.003 |
| 70+ | 2% | 212.949 | <0.001 | | Cyf | | <0.001 |
| Cwintel amddifadedd | | | | | | | |
| (mwyaf difreintiedig) 1 | 11% | | | | 1.58 | 0.92-2.71 | 0.096 |
| 2 | 9% | | | | 1.26 | 0.73-2.18 | 0.413 |
| 3 | 14% | | | | 1.99 | 1.20-3.30 | 0.008 |
| 4 | 11% | | | | 1.75 | 1.04-2.96 | 0.035 |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 7% | 13.393 | 0.010 | | Cyf | | 0.066 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | | |
| Ie | 10% | | | | Cyf | | |
| Na | 27% | 26.134 | <0.001 | | 1.99 | 1.15-3.44 | 0.013 |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | | |
| Na | 13% | | | | Cyf | | 0.433 |
| Ychydig | 6% | | | | 0.76 | 0.45-1.28 | 0.307 |
| Llawer | 7% | 20.849 | <0.001 | | 1.18 | 0.67-2.10 | 0.563 |
| Plant yn y cartref | | | | | | | |
| Na | 9% | | | | Cyf | | |
| Ie | 14% | 10.308 | 0.001 | | 0.97 | 0.68-1.37 | 0.858 |
| Incwm cartref isel | | | | | | | |
| Na^ | 12% | | | | Cyf | | |
| Ie | 6% | 14.224 | <0.001 | | 0.69 | 0.44-1.09 | 0.110 |
| Cyflogaeth | | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 13% | | | | | | |
| Wedi ymddeol | 2% | | | | | | |
| Myfyriwr | 55% | | | | | | |
| Di-waith | 12% | | | | | | |
| LTS/Anabl | 7% | | | | | | |
| Gofalwr/Domestig ⁵ | 4% | 229.050 | <0.001 | | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | | |
| Na | 11% | | | | Cyf | | |
| Ie~ | 8% | 1.828 | 0.176 | | 0.57 | 0.34-0.98 | 0.040 |

*Y rhai na ddewisodd 'Cymorth Tanwydd Gaeaf' fel cynllun yr oeddent wedi clywed amdano mewn ymateb i'r cwestiwn "Mae Llywodraeth Cymru, Llywodraeth y DU, ac awdurdodau lleol (cyngorau) wedi rhoi nifer o gynlluniau ar waith i helpu pobl gyda chostau byw cynyddol. Dywedwch a ydych wedi clywed am bob un o'r canlynol". LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl ⁵Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A11. Cyfran y rhai sy'n cytuno neu'n anghytuno eu bod yn gwybod pa gymorth ariannol sydd ar gael yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu ar gyfer diffyg gwybodaeth cymorth* *Data heb ei bwysoli.*

| Cyfran ym mhob categori | | | | | | | ^Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer diffyg gwybodaeth am gymorth | | |
|--|-------------------------------|--|-----------------------------------|----------------|--------|--------|--|-----------|--------|
| | Cytuno/ Cytuno'n gryf | Ddim yn cytuno nac yn anghytuno | Anghytuno/ anghytuno'n gryf | X ² | P | AOR | 95% CIs | P | |
| Rhyw | | | | | | | | | |
| | Gwrywaidd | 43% | 24% | 33% | | | | | |
| | Benywaidd | 47% | 24% | 29% | 3.409 | 0.182 | 0.89 | 0.73-1.08 | 0.229 |
| Grŵp oedran | | | | | | | | | |
| | 18-29 | 39% | 25% | 36% | | | 1.44 | 1.01-2.05 | 0.042 |
| | 30-49 | 46% | 26% | 28% | | | 1.12 | 0.80-1.56 | 0.516 |
| | 50-69 | 49% | 22% | 30% | | | 1.03 | 0.77-1.36 | 0.865 |
| | 70+ | 43% | 24% | 33% | 12.683 | 0.048 | Cyf | | 0.146 |
| Cwintel amddifadedd (mwyaf difreintiedig) | | | | | | | | | |
| | 1 | 46% | 22% | 32% | | | 1.44 | 1.05-1.98 | 0.024 |
| | 2 | 46% | 22% | 32% | | | 1.46 | 1.07-2.00 | 0.018 |
| | 3 | 42% | 24% | 35% | | | 1.51 | 1.12-2.05 | 0.008 |
| | 4 | 45% | 26% | 29% | | | 1.18 | 0.86-1.62 | 0.296 |
| | (lleiaf difreintiedig) 5 | 47% | 28% | 25% | 13.239 | 0.104 | Cyf | | 0.045 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | | | | |
| | Ie | 46% | 24% | 30% | | | Cyf | | |
| | Na | 34% | 24% | 41% | 5.781 | 0.056 | 1.63 | 1.04-2.56 | 0.032 |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | | | | |
| | Na | 45% | 25% | 30% | | | Cyf | | <0.001 |
| | Ychydig | 46% | 28% | 26% | | | 0.85 | 0.64-1.12 | 0.248 |
| | Llawer | 43% | 18% | 39% | 17.072 | 0.002 | 1.81 | 1.35-2.44 | <0.001 |
| Plant yn y cartref | | | | | | | | | |
| | Na | 43% | 24% | 33% | | | Cyf | | |
| | Ie | 49% | 25% | 26% | 10.406 | 0.005 | 0.69 | 0.54-0.90 | 0.005 |
| Incwm cartref isel | | | | | | | | | |
| | Na | 44% | 25% | 31% | | | Cyf | | |
| | Ie | 50% | 20% | 30% | 8.182 | 0.017 | 0.95 | 0.75-1.22 | 0.687 |
| Cyflogaeth | | | | | | | | | |
| | Mewn cyflogaeth | 44% | 25% | 31% | | | | | |
| | Wedi ymddeol | 43% | 24% | 32% | | | | | |
| | Myfyriwr | 32% | 28% | 40% | | | | | |
| | Di-waith | 58% | 21% | 21% | | | | | |
| | LTS/Anabl | 56% | 20% | 24% | | | | | |
| | Gofalwr/Domestig [§] | 62% | 16% | 22% | 28.142 | 0.002 | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | | | | |
| | Na | 43% | 25% | 32% | | | Cyf | | |
| | Ie~ | 58% | 19% | 23% | 22.458 | <0.001 | 0.49 | 0.35-0.69 | <0.001 |

*Gofynnwyd i'r cyfranogwyr i ba raddau yr oeddent yn cytuno neu'n anghytuno â'r datganiad "Rwy'n gwybod pa gymorth ariannol sydd ar gael i mi yn ystod yr argyfwng costau byw." ^AOR ar gyfer y rhai sy'n anghytuno/anghytuno'n gryf eu bod yn gwybod pa gymorth ariannol sydd ar gael. LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl [§]Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A12. Cyfran y rhai sy'n cytuno neu'n anghytuno eu bod yn hyderus eu bod yn cael mynediad at yr holl gymorth ariannol sydd ar gael iddynt yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu ar gyfer diffyg hyder cymorth* *Data heb ei bwysoli.*

| Cyfran ym mhob categori | | | | | | ^Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) ar gyfer diffyg hyder | | | |
|---------------------------------|--------------------------|--|-----------------------------------|----------------|-------|--|---------|-----------|-------|
| | Cytuno/ Cytuno'n gryf | Ddim yn cytuno nac yn anghytuno | Anghytuno/ anghytuno'n gryf | X ² | P | AOR | 95% CIs | P | |
| Rhyw | | | | | | | | | |
| Gwrywaidd | 40% | 30% | 30% | 1.690 | 0.430 | Cyf | 0.98 | 0.81-1.20 | 0.861 |
| Benywaidd | 43% | 28% | 29% | | | | | | |
| Grŵp oedran | | | | | | | | | |
| 18-29 | 36% | 31% | 33% | 8.641 | 0.195 | Cyf | | | 0.239 |
| 30-49 | 41% | 30% | 29% | | | | | | |
| 50-69 | 45% | 26% | 29% | | | | | | |
| 70+ | 41% | 28% | 31% | | | | | | |
| Cwintel amddifadedd | | | | | | | | | |
| (mwyaf difreintiedig) 1 | 41% | 27% | 33% | 16.021 | 0.042 | Cyf | | | 0.018 |
| 2 | 40% | 27% | 33% | | | | | | |
| 3 | 41% | 26% | 33% | | | | | | |
| 4 | 43% | 31% | 26% | | | | | | |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 44% | 32% | 24% | | | | | | |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | | | | |
| Ie | 42% | 29% | 29% | 7.078 | 0.029 | Cyf | 1.67 | 1.06-2.60 | 0.025 |
| Na | 30% | 29% | 41% | | | | | | |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | | | | |
| Na | 42% | 29% | 29% | 15.455 | 0.004 | Cyf | 0.87 | 0.66-1.16 | 0.346 |
| Ychydig | 41% | 33% | 26% | | | | | | |
| Llawer | 40% | 22% | 38% | | | | | | |
| Plant yn y cartref | | | | | | | | | |
| Na | 41% | 28% | 31% | 5.412 | 0.067 | Cyf | 0.72 | 0.56-0.93 | 0.013 |
| Ie | 43% | 30% | 26% | | | | | | |
| Incwm cartref isel | | | | | | | | | |
| Na | 41% | 30% | 28% | 11.599 | 0.003 | Cyf | 1.36 | 1.07-1.73 | 0.011 |
| Ie | 42% | 23% | 35% | | | | | | |
| Cyflogaeth | | | | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 41% | 29% | 30% | 19.858 | 0.031 | | | | |
| Wedi ymddeol | 42% | 27% | 31% | | | | | | |
| Myfyriwr | 27% | 40% | 33% | | | | | | |
| Di-waith | 43% | 28% | 29% | | | | | | |
| LTS/Anabl | 48% | 26% | 25% | | | | | | |
| Gofalwr/Domestig [§] | 58% | 19% | 23% | | | | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | | | | |
| Na | 40% | 29% | 30% | 7.286 | 0.026 | Cyf | 0.59 | 0.42-0.82 | 0.002 |
| Ie~ | 49% | 25% | 26% | | | | | | |

*Gofynnwyd i'r cyfranogwyr i ba raddau yr oeddent yn cytuno neu'n anghytuno â'r datganiad "Rwy'n hyderus fy mod yn cael mynediad at yr holl gymorth ariannol sydd ar gael i mi." ^AOR ar gyfer y rhai sy'n anghytuno eu bod yn hyderus eu bod yn cael mynediad at yr holl gymorth ariannol sydd ar gael. LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl [§]Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A13. Cyfran y rhai sydd wedi gwirio a ydynt yn gymwys i gael cymorth yn ôl demograffeg cyfranogwyr, a chymarebau ods wedi'u haddasu* *Data heb ei bwysoli.*

| Cyfran ym mhob categori | | | | Cymhareb ods wedi'i haddasu (AOR) am fod wedi gwirio a ydynt yn gymwys i gael cymorth | | |
|--|-----|----------------|--------|---|-----------|--------|
| | le | X ² | P | AOR | 95% CIs | P |
| Rhyw | | | | | | |
| Gwrywaidd | 34% | | | Cyf | | |
| Benywaidd | 39% | 5.769 | 0.016 | 1.14 | 0.94-1.38 | 0.197 |
| Grŵp oedran | | | | | | |
| 18-29 | 42% | | | 2.04 | 1.42-2.93 | <0.001 |
| 30-49 | 40% | | | 1.66 | 1.19-2.33 | 0.003 |
| 50-69 | 39% | | | 1.67 | 1.25-2.22 | 0.001 |
| 70+ | 27% | 27.914 | <0.001 | Cyf | | 0.001 |
| Cwintel amddifadedd (mwyaf difreintiedig) | | | | | | |
| 1 | 43% | | | 1.28 | 0.94-1.74 | 0.117 |
| 2 | 40% | | | 1.19 | 1.88-1.62 | 0.259 |
| 3 | 35% | | | 1.08 | 0.80-1.47 | 0.607 |
| 4 | 36% | | | 1.15 | 0.85-1.56 | 0.362 |
| (lleiaf difreintiedig) 5 | 30% | 17.404 | 0.002 | Cyf | | 0.582 |
| Ethnigrwydd gwyn | | | | | | |
| le | 37% | | | Cyf | | |
| Na | 37% | 0.003 | 0.959 | 0.84 | 0.53-1.33 | 0.461 |
| Cyfyngiad ar weithgarwch | | | | | | |
| Na | 33% | | | Cyf | | 0.001 |
| Ychydig | 43% | | | 1.63 | 1.25-1.13 | <0.001 |
| Llawer | 46% | 25.019 | <0.001 | 1.43 | 1.06-1.93 | 0.019 |
| Plant yn y cartref | | | | | | |
| Na | 34% | | | Cyf | | |
| le | 43% | 16.863 | <0.001 | 1.42 | 1.11-1.81 | 0.005 |
| Incwm cartref isel | | | | | | |
| Na [^] | 33% | | | Cyf | | |
| le | 49% | 41.523 | <0.001 | 1.70 | 1.35-2.15 | <0.001 |
| Cyflogaeth | | | | | | |
| Mewn cyflogaeth | 35% | | | | | |
| Wedi ymddeol | 28% | | | | | |
| Myfyriwr | 29% | | | | | |
| Di-waith | 69% | | | | | |
| LTS/Anabl | 63% | | | | | |
| Gofalwr/Domestig [§] | 59% | 115.507 | <0.001 | | | |
| Anweithgarwch economaidd | | | | | | |
| Na | 32% | | | Cyf | | |
| le~ | 64% | 104.627 | <0.001 | 2.45 | 1.82-3.30 | <0.001 |

*Y rhai a ddewisodd o leiaf un opsiwn i'r cwestiwn "Ydych chi wedi defnyddio gwybodaeth gan unrhyw un o'r sefydliadau canlynol i ganfod a ydych chi'n cael mynediad at yr holl gymorth rydych chi'n gymwys i'w gael?" LTS = Sâl tymor hir neu'n anabl [§]Gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig. ~ Yn cynnwys y categorïau 'di-waith', 'salwch hirdymor neu anabl' a 'gofalwr neu ddim yn gweithio am resymau domestig'.

Tabl A14. Cyfran wedi'i haddasu* yn adrodd am ganlyniadau yn ymwneud â chostau byw cynyddol, yn ôl Bwrdd Iechyd

| Cyfran wedi'i haddasu* canlyniadau adrodd yn ymwneud â chostau byw cynyddol, fesul Bwrdd Iechyd | | Bwrdd Iechyd | | | | | |
|---|-----------------|--------------------------------------|--|---|--|---------------|------------------|
| | Maint sampl (n) | Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan | Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr | Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro | Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg | BIP Hywel Dda | BIP Bae Abertawe |
| Anallu canfyddedig i ymdopi'n ariannol ¹ | 382 | 26% | 21% | 27% | 20% | 22% | 19% |
| Yn bryderus iawn am gostau byw cynyddol ² | 382 | 33% | 25% | 28% | 21% | 32% | 30% |
| Costau byw cynyddol yn cael effaith negyddol ar ³ : | | | | | | | |
| Iechyd meddwl | | 47% | 43% | 49% | 41% | 33% | 49% |
| Iechyd corfforol | | 23% | 13% | 27% | 19% | 18% | 16% |
| Perthynas ag aelodau'r teulu | | 19% | 15% | 18% | 14% | 15% | 18% |
| O ganlyniad i gostau byw cynyddol rydw i wedi gorfod: | | | | | | | |
| Defnyddio fy nghynilion i dalu costau cynyddol | | 32% | 34% | 40% | 43% | 30% | 37% |
| Cynyddu benthyca arian neu ddyled cardiaid credyd | | 23% | 17% | 30% | 14% | 25% | 26% |
| Cwtogi ar faint o fwyd dwi'n ei brynu | | 48% | 43% | 49% | 44% | 36% | 44% |
| O ganlyniad i gostau byw cynyddol rydw i'n: | | | | | | | |
| Bwyta llai o fwyd yn gyffredinol | | 26% | 17% | 15% | 25% | 16% | 21% |

*Defnyddiodd y dadansoddiadau Fodelau llinol cyffredinol yn addasu ar gyfer oedran, rhyw a chwintel amddifadedd i gynhyrchu dulliau ymylol amcangyfrifedig, a addaswyd ymhellach i ddemograffeg poblogaeth byrddau Iechyd (oedran, rhyw, cwintel amddifadedd). ¹Y rhai a ymatebodd 'Dydw i ddim yn meddwl y byddaf yn gallu ymdopi'n ariannol' i'r cwestiwn "Pa mor hyderus ydych chi yn eich gallu i ymdopi'n ariannol drwy'r argyfwng costau byw?". ²Y rhai a ymatebodd 'yn bryderus iawn' i'r cwestiwn "ar hyn o bryd, pa mor bryderus, os o gwbl, ydych chi am gostau byw cynyddol?". ³Y rhai a ddewisodd 'effaith negyddol' ar gyfer y cwestiynau "Hyd yma, pa effaith, os o gwbl, y mae costau byw cynyddol yn ei chael ar y canlynol... Eich iechyd meddwl; iechyd corfforol; a'ch perthynas a'ch teulu" ⁴Y rhai a ddewisodd 'ie' i'r cwestiynau "Yn y chwe mis diwethaf, o ganlyniad i gostau byw, rwyf wedi gorfod defnyddio fy nghynilion i dalu costau cynyddol; Rwyf wedi cynyddu benthychiadau arian neu ddyledion cardiaid credyd; ac rydw i wedi gorfod cwtogi ar faint o fwyd rydw i'n ei brynu" ⁵Y rhai a ddewisodd 'ie' i'r cwestiwn "A yw costau byw cynyddol yn effeithio ar eich arferion bwyta a phrynu bwyd mewn unrhyw un o'r ffyrdd canlynol... bwyta llai o fwyd yn gyffredinol".

SYLWER: mae amcangyfrifon yn seiliedig ar feintiau sampl isel ar gyfer byrddau Iechyd unigol, yn enwedig BIP Addysgu Powys.



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales



PRIFYSGOL
BANGOR
UNIVERSITY

Polisi ac Iechyd Rhyngwladol,
Canolfan Gydwethredol Sefydliad Iechyd y
Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant,
Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru,
Tŷ Clwydian, Parc Technoleg Wrecsam,
Wrecsam
LL13 7YP

Uned Cydweithio ar Iechyd Cyhoeddus,
Ysgol Gwyddorau Iechyd,
Prifysgol Bangor,
Bangor,
LL57 2DG

 @IechydCyhoeddus

phwwhocc.co.uk