Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

World Health Organization Collaborating Centre on Investment for Health and Well-being

Llunio dyfodol cartrefi yng Nghymru sy’n iach i blant a theuluoedd fyw ynddynt

Crynodeb o’r gwaith ymgysylltu â rhanddeiliaid

Awst 2025

Joe Rees, Menna Thomas

Cynnwys

Cynnwys		2
1.	Pwrpas yr Adroddiad	3
2.	Gweledigaeth ar gyfer cartrefi iach yng Nghymru	3
3.	Heriau cyfredol i gartrefi iach yng Nghymru	4
4.	Symud tuag at gartrefi iachach	6
4.1.	Ble rydym ni ar hyn o bryd? (Gorwel 1)	8
4.2.	Sut olwg ddylai fod ar y dyfodol? (Gorwel 3)	9
4.3.	Beth allwn ni ei wneud yn wahanol? (Gorwel 2)	10
4.4.	Hadau newid	11
5.	Meysydd sy'n dod i'r amlwg ar gyfer gweithredu	14
5.1.	Y camau nesaf	14
Cyfeiriadau		15

Diolchiadau

Hoffem ddiolch i bawb a ddaeth i'r gweithdy ar Ddyfodol Cartrefi Iach yng Nghymru, ar 27 Tachwedd, 2024, yng Ngerddi Sophia, Caerdydd. Hoffem ddiolch yn arbennig i'r siaradwyr gwadd oedd yn cynnwys Pep Malcheva a Natalie Blakeborough (Iechyd Cyhoeddus Cymru), Dr Gareth Morgan (Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda) a James Hooker (Llywodraeth Cymru). Diolch hefyd i Tai Pawb am roi caniatâd i ddefnyddio Stori Samson.

Diolch i gydweithwyr yn Iechyd Cyhoeddus Cymru am roi adborth a chyfrannu at ddatblygiad yr adroddiad: Ishika Patel, Leah Wargent, Rebecca Hill, Hayley Janssen, Catherine Sharp, Cheryl Williams, Louisa Petchey, Jo Peden a Sumina Azam. Hoffem hefyd ddiolch i Julie Sloan, Carys Dale a David Symonds am y gwaith prawfddarllen.

ISBN: 978-1-83766-618-8

©2025 Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru. Gellir atgynhyrchu'r ddogfen hon o dan delerau'r Drwydded Llywodraeth Agored (OGL) ar yr amod ei fod yn cael ei wneud yn gywir ac nad yw'n cael ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol. Dylid rhoi cydnabyddiaeth i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru. Mae hawlfraint o ran y trefniant teipograffyddol, y dyluniad a'r cynllun yn perthyn i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

1 Pwrpas yr Adroddiad

Gall ein cartrefi lunio ein hiechyd a’n llesiant corfforol a meddyliol yn sylweddol.

Mae’r papur hwn yn nodi’r gwaith y mae Iechyd Cyhoeddus Cymru wedi’i wneud ochr yn ochr â rhanddeiliaid tai eraill i ddychmygu dyfodol o gartrefi iachach, yn enwedig i’r rhai sy’n byw mewn tlodi. Mae’n crynhoi mewnwelediadau a gafwyd o sgyrsiau â rhanddeiliaid a gweithdy yn canolbwyntio ar y dyfodol, a gynhaliwyd ym mis Tachwedd 2024.

Mae’r gwaith hwn yn adeiladu ar ddau adroddiad blaenorol gan Iechyd Cyhoeddus Cymru – sef adroddiad cyffredinol, cartrefi ar gyfer iechyd a llesiant, ac ail adroddiad ar fforddiadwyedd. Yma, rydym yn mynd gam ymhellach ac yn taflu goleuni ar ansawdd tai, fforddiadwyedd a diogelwch, a’r effaith y mae hyn yn ei chael yn benodol ar lesiant plant a theuluoedd.

Drwy nodi ein dealltwriaeth sy’n dod i’r amlwg o’r heriau a’r cyfleoedd brys hyn, rydym yn gobeithio y bydd y papur hwn yn darparu sylfaen hanfodol ar gyfer archwiliad dyfnach, ac yn cefnogi polisi a gweithredu sy’n canolbwyntio ar y dyfodol i bawb sy’n gweithio i greu cartrefi iachach i bobl

2 Gweledigaeth ar gyfer cartrefi iach yng Nghymru

Rydyn ni’n gwybod bod cartref yn fwy na dim ond brics a morter a tho uwch eich pen. Mae’n lle a all ein cadw’n iach a gwella ein llesiant.

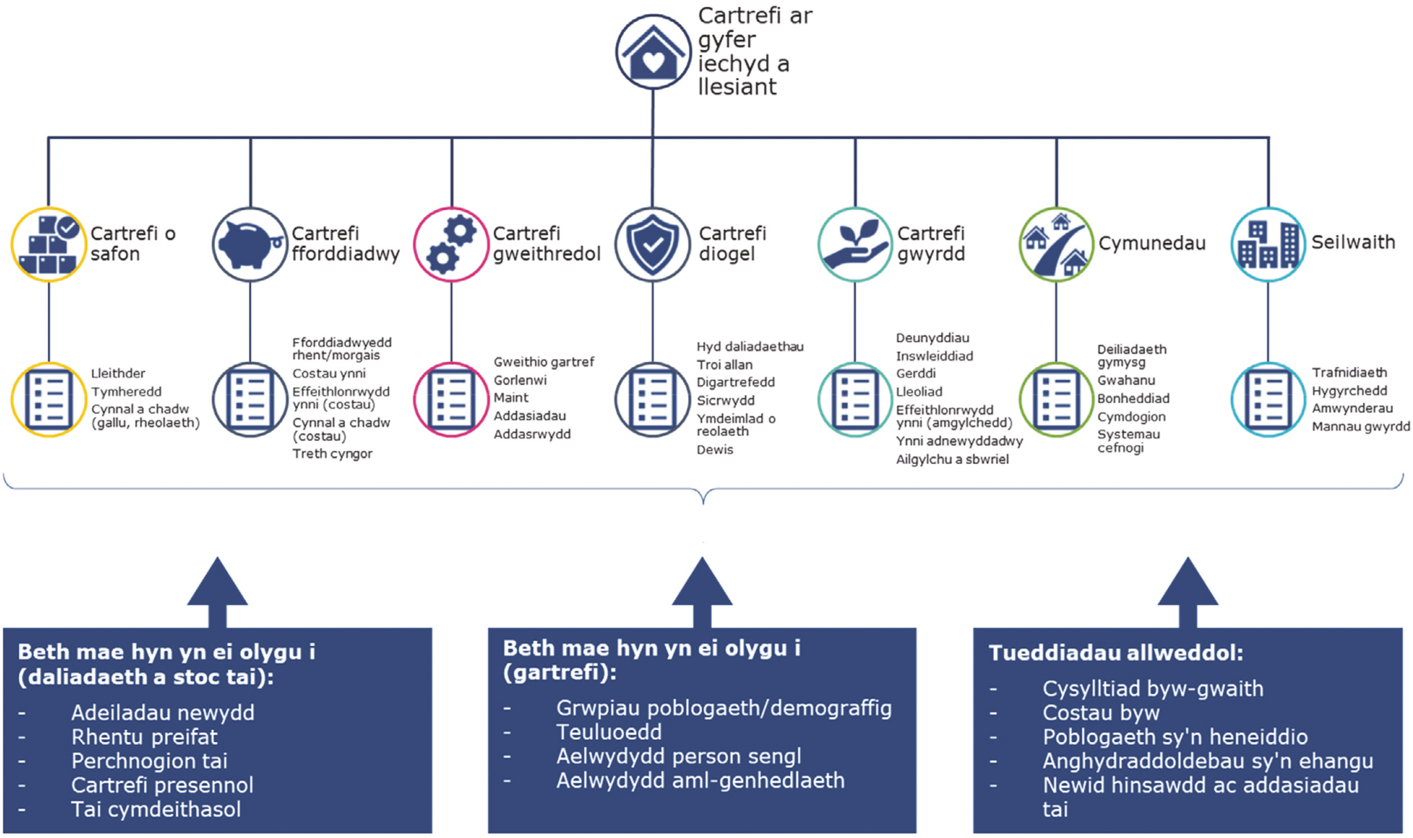
Pan rydyn ni’n siarad am ‘gartrefi iach’ rydyn ni’n golygu cartref sy’n ddiogel, yn fforddiadwy[1], o ansawdd da, ac yn gynaliadwy yn amgylcheddol. Dylai cartrefi fod mewn ardal lle gall pobl gael mynediad at gyfleoedd cyflogaeth, amrywiaeth o siopau a gwasanaethau, a lle i wneud ymarfer corff a chwarae, yn enwedig i blant. Mae cartrefi sy’n bodloni’r safonau hyn yn fwy tebygol o deimlo’n gyfforddus, yn ddiogel ac yn sefydlog. Byddant yn caniatáu i deuluoedd sefydlu gwreiddiau yn eu cymuned, cymryd rhan yn gymdeithasol a datblygu ymdeimlad o berthyn. Mae’r rhain i gyd yn hanfodol ar gyfer iechyd a llesiant da.[2](gweler Ffigur 1).

Gellir disgrifio cartrefi fel “penderfynydd cymdeithasol iechyd”[3]. Gall yr amodau tai y mae plant yn eu profi ddylanwadu ar eu hiechyd corfforol a meddyliol drwy gydol eu hoes. Gall dod i gysylltiad â thai gwael a phroblemau megis gorlenwi, lleithder, oerfel, llwydni a sŵn arwain at iechyd gwael, yn cynnwys afiechydon cardiofasgwlaidd ac anadlol, lledaeniad mwy o heintiau, a straen, iselder a gorbryder[4].

Mae hyn yn golygu bod polisi tai da yn bolisi iechyd da. Mae’n dechrau trwy gydnabod nad rhywbeth moethus yw cartref iach - mae’n anghenraid.

Dyna pam mai ein gweledigaeth ar gyfer cartrefi iach yng Nghymru yw y **dylai pawb allu byw mewn cartref sy’n diogelu ac yn hyrwyddo eu hiechyd a’u llesiant;** a bod pob penderfyniad ynghylch polisi tai yn cael ei ddefnyddio i alluogi’r weledigaeth hon yn y tymor byr ac ar gyfer cenedlaethau’r dyfodol.

Ffigur 1 Cartrefi ar gyfer Iechyd a Llesiant[5]



3 Heriau cyfredol i gartrefi iach yng Nghymru

Er mwyn gwneud cynnydd tuag at gyflawni ein gweledigaeth gyffredin ar gyfer cartrefi iach yng Nghymru, mae angen i ni ddeall pa faterion sy’n ein rhwystro ar hyn o bryd a pha newid sydd ei angen i greu’r dyfodol yr ydym ei eisiau.

I wneud hyn, mae Iechyd Cyhoeddus Cymru wedi ymgysylltu’n helaeth â rhanddeiliaid, mewn cyfweliadau unigol a thrwy weithdy oedd yn canolbwyntio ar y dyfodol. Gwnaethom ganolbwyntio yn y cyfweliadau ar nodi’r heriau allweddol sy’n atal cartrefi iach yng Nghymru heddiw. Mae Ffigur 2 yn rhoi crynodeb o’r hyn a glywsom.

Yn ein sgyrsiau, nododd rhanddeiliaid hefyd feysydd gweithredu cyfredol mewn polisi ac ymarfer iechyd a thai a oedd yn cynnig cyfleoedd ar gyfer newid. Roedd y rhain yn cynnwys:

- Y Papur Gwyn[6] ar sicrhau llwybr tuag at dai digonol, rhenti teg a fforddiadwyedd.
- Rhaglen Enghreifftiol Bevan Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda (BIPHDd), sy’n dod â rhanddeiliaid tai ac iechyd ynghyd mewn cymuned ymarfer.
- Rhwydwaith ymchwil tai ac iechyd dan ofal Prifysgol De Cymru.
- Yr ymgyrch Cefnogi’r Bil dan arweiniad Tai Pawb, Shelter Cymru, a Sefydliad Siartredig Tai Cymru.

Mae’r materion dybryd hyn a’r awydd clir am newid yn dangos bod nawr yn amser hollbwysig i adeiladu ar dystiolaeth sy’n dadlau dros fuddsoddi mewn cartrefi iachach i deuluoedd yng Nghymru, ac i randdeiliaid gydweithio.

Ffigur 2: Heriau allweddol i gartrefi iach yng Nghymru fel y'u nodwyd gan randdeiliaid

Tirwedd polisi dameidiog

Er bod gwaith yn cael ei wneud ar adeiladu cartrefi cymdeithasol carbon isel, mae angen mynd ymhellach gyda pholisïau i fynd i'r afael â fforddiadwyedd, hygyrchedd a deiliadaethau tai amrywiol. Byddai polisi tai hefyd yn elwa ar fwy o integreiddio â meysydd polisi perthnasol eraill megis y rhai i gefnogi teuluoedd incwm isel.

Mynd i'r afael â phob sector

Ar hyn o bryd, mae'r sector rhentu preifat yn llusgo'n sylweddol y tu ôl i'r sector rhentu cymdeithasol o ran ansawdd. Mae angen gwella ansawdd tai'r sector preifat drwy flaenoriaethu casglu data a gweithredu safonau i wella dangosyddion tai allweddol fel deiliadaeth ac addasrwydd ar draws pob sector tai.

Niferoedd cynyddol sy'n byw mewn llety dros dro

Mae'r nifer cynyddol o deuluoedd sy'n byw mewn llety dros dro yn adlewyrchu prinder tai fforddiadwy, digartrefedd cynyddol, pwysau ariannol, a heriau o ran polisi a chyllid tai. Mae'r ffactorau hyn, ynghyd ag effaith COVID-19, yn tynnu sylw at yr angen i weithredu i fynd i'r afael â materion tymor byr a thymor hwy.

Cartrefi ymarferol

Nid yw anghenion tai pobl hŷn a'r rhai sy'n byw ag anableddau yn cael eu diwallu'n ddigonol. Mae angen datrysiadau mwy teilwredig gyda nodweddion fel mynediad heb risiau, drysau mwy llydan ac ystafelloedd ymolchi oed-gyfeillgar. Mae angen tai hefyd yn agos at wasanaethau gofal iechyd, gwasanaethau cymdeithasol a thrafnidiaeth, yn ogystal ag opsiynau hyblyg fel tai gofal ychwanegol neu lety gwarchodol i gefnogi byw'n annibynnol.

Ymwybyddiaeth ac ymddiriedaeth y cyhoedd

Y canfyddiad cyffredinol ymhlith rhanddeiliaid yw bod diffyg ymwybyddiaeth ac ymddiriedaeth gan y cyhoedd o ran cael mynediad at y cymorth a'r gwasanaethau cywir ar gyfer anghenion tai.

Fframio ac iaith

Mae angen gwell fframio ac iaith wrth ddatblygu polisïau a mentrau tai er mwyn sicrhau eglurder, dealltwriaeth ac ymgysylltiad gan rai sydd â phrofiad bywyd.

4 Symud tuag at gartrefi iachach

Un peth y cytunodd yr holl randdeiliaid ym maes tai arno yw bod cydweithio yn hanfodol i fynd i'r afael â heriau iechyd sy'n gysylltiedig â thai. I hwyluso hyn, cydlynodd Iechyd Cyhoeddus Cymru weithdy ym mis Tachwedd 2024 ar ddyfodol cartrefi iach (gweler yr agenda ym Mlwch 1).

Yn dilyn adborth gan randdeiliaid, a'r gydnabyddiaeth gynyddol o bwysigrwydd y blynyddoedd cynnar mewn iechyd a llesiant gydol oes, canolbwyntiodd y gweithdy ar blant a theuluoedd sy'n byw mewn tlodi. Gall ymdrechion ataliol a rhagweithiol i gefnogi iechyd plant nawr alluogi pob plentyn yng Nghymru i gyrraedd ei botensial llawn a lleihau'r risg o heriau iechyd cymhleth a chostus yn y dyfodol.

Gwnaethom hefyd ddewis rhoi meddwl hirdymor ar waith yn y gweithdy, trwy ddefnyddio model y Tri Gorwel (gweler Blwch 2 i gael rhagor o fanylion am y fethodoleg). Gwnaethom hyn am sawl rheswm. Yn gyntaf, rhaid i randdeiliaid ar draws sectorau gael gweledigaeth gyffredin o ble rydym yn mynd a chydlynu'r gwahanol safbwyntiau o ba olwg sydd ar 'dda' er mwyn eiriol yn effeithiol dros ddyfodol cartrefi iach.

Mae mabwysiadu dull hirdymor hefyd yn ein galluogi i atal niwed posibl a manteisio ar gyfleoedd i wneud y mwyaf o ganlyniadau iechyd a llesiant ar gyfer cenedlaethau'r presennol a'r dyfodol. Er enghraifft, drwy ystyried sut y gallai tueddiadau'r dyfodol, fel newid hinsawdd, poblogaeth sy'n heneiddio, newidiadau gwleidyddol byd-eang, a datblygiadau technolegol newydd, effeithio ar ddyfodol cartrefi iach.

Mae archwilio sut y gallai'r dyfodol ddatblygu'n wahanol i wahanol bobl hefyd yn angenrheidiol er mwyn sicrhau nad oes neb yn cael ei adael ar ôl mewn polisïau sy'n ceisio cyflawni dyfodol iachach a mwy cyfartal. Mae adeiladu dyfodol cydweithredol a gobeithiol yn rhoi'r gallu inni weithio'n ddiwyd tuag at eu creu, ac osgoi'r perygl o ganlyniadau di-fudd yn y dyfodol.

Gwnaethom ddefnyddio'r model Tri Gorwel er mwyn mabwysiadu dull edrych tua'r dyfodol.

Gwnaeth bron i hanner cant o randdeiliaid sy'n gweithio ym maes iechyd a thai gymryd rhan yn y gweithdy, yn cynnwys cynrychiolwyr o Lywodraeth Cymru, byrddau iechyd lleol, y trydydd sector a'r byd academaidd. Crynhoir canlyniadau'r diwrnod isod.

Blwch 1: Agenda'r gweithdy meddwl yn y tymor hir

- Cyn y gweithdy, gofynnwyd i'r cyfranogwyr rannu enghreifftiau o arferion da drwy ymarfer Hadau Newid, a gafodd ei anfon at bob cyfranogwr trwy e-bost.
- Dechreuodd y gweithdy gyda chyflwyniad ar Bapur Gwyn Llywodraeth Cymru ar sicrhau llwybr tuag at dai digonol, yn cynnwys rhenti teg a fforddiadwyedd, a oedd allan i ymgynghoriad ar y pryd.
- Dilynwyd hyn gan ddigwyddiad Caffi'r Byd, a oedd yn cynnwys cyfleoedd i ddysgu am Rhaglen Enghreifftiol Bevan BIP Hywel Dda[7] ar iechyd a thai, fframwaith Cymru sy'n Ystyriol o Drawma Hyb Ace Cymru[8], a fideo profiad bywyd[9] wedi'i rannu'n garedig gan Tai Pawb.
- Roedd y gweithdy hefyd yn cynnwys ymarfer Tri Gorwel.

Blwch 2: Dull y Tri Gorwel

Mae'r model tri gorwel yn ffordd strwythuredig o feddwl am gynllunio ar gyfer y dyfodol. Mae'n ystyried:

- Ein sefyllfa ar hyn o bryd (gorwel 1)
- Y dyfodol yr ydym ei eisiau (gorwel 3),
- Pa gamau sy'n digwydd eisoes, neu y bydd angen iddynt ddigwydd, i wireddu'r dyfodol yr hoffem ei weld (gorwel 2).

Gellir defnyddio'r model ar lefel uchel, i roi cipolwg cyflym i ni, ac yna ei ddatblygu'n ailadroddus i archwilio pob gorwel yn fanylach.

Gall fod yn ymarfer defnyddiol yn ystod sawl cam o brosiect – i helpu i wneud diagnosis o faterion cyfredol a chytuno pam mae angen newid, i ddatblygu gweledigaeth gyffredin ar gyfer y dyfodol, neu i ddechrau datblygu cynllun newid trawsnewidiol.

4.1 Ble rydym ni ar hyn o bryd? (Gorwel 1)

Gofynnwyd i'r rhai a oedd yn bresennol yn gyntaf adolygu'r heriau presennol i gartrefi iach yng Nghymru. Yn ogystal â'r materion a nodwyd yn ein cyfweliadau â rhanddeiliaid, nododd y rhai oedd yn bresennol dair her ychwanegol, a ddangosir yn Ffigur 3.

Ffigur 3: Crynodeb o'r heriau ychwanegol i gartrefi iach a nodwyd gan gyfranogwyr y gweithdy

Yr argyfwng costau byw
Mae hyn yn parhau i effeithio ar allu pobl i fforddio tai addas, yn enwedig yn y farchnad rhentu preifat. Mae costau byw cynyddol yn gwaethygu problemau fel tlodi tanwydd ac ansicrwydd tai.

Yr argyfwng hinsawdd
Effaith newid hinsawdd ar dai, yn enwedig o ran gwydnwch i ddigwyddiadau tywydd eithafol, effeithlonrwydd ynni, a'r angen am atebion tai cynaliadwy.

Cymru fel cenedl noddfa
Roedd y niferoedd cynyddol o bobl sy'n byw mewn llety dros dro eisoes wedi'i nodi fel problem. Yma cydnabuwyd bod angen cynyddol hefyd am ddatrysiadau tai i ffoaduriaid a cheiswyr lloches, a sicrhau bod cartrefi'n ddiogel, yn hygyrch, ac wedi'u hintegreiddio o fewn cymunedau.

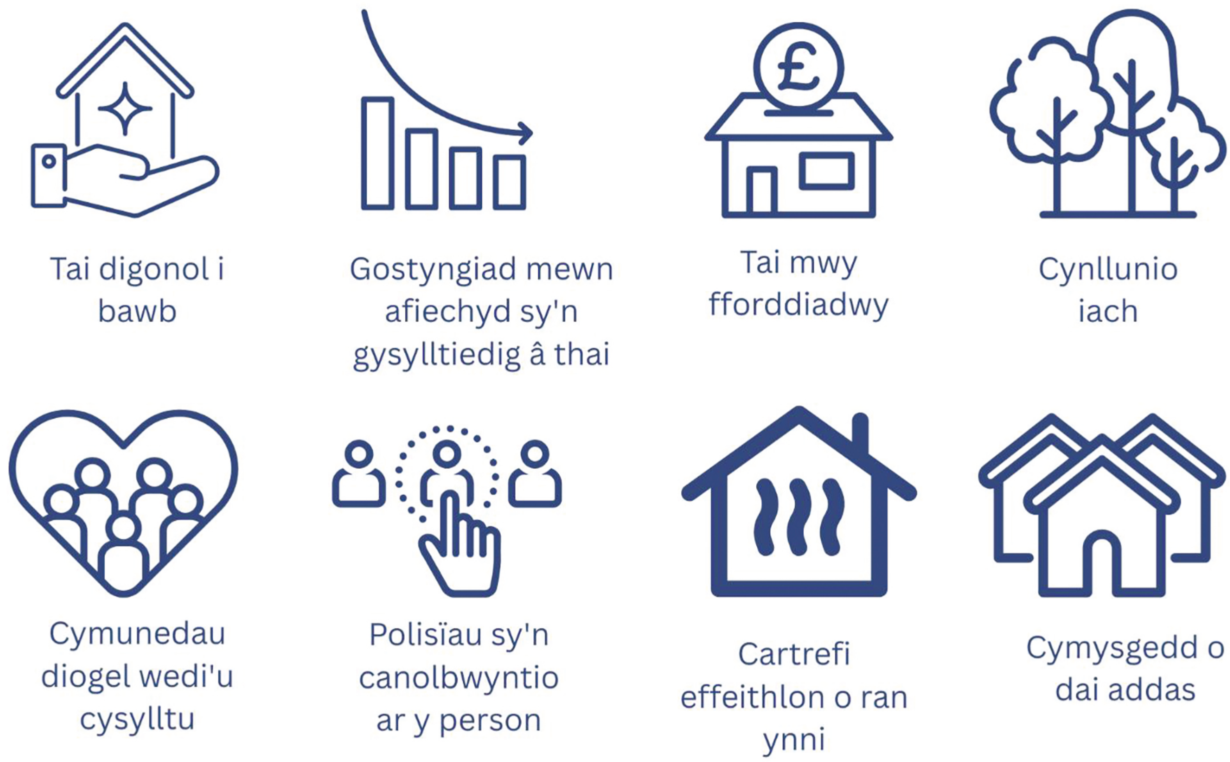
Nododd rhanddeiliaid hefyd nifer o faterion mwy manwl, uniongyrchol sy'n rhyngweithio â'r heriau ehangach y mae angen i'r sector yng Nghymru fynd i'r afael â nhw:

- Sector rhentu preifat mawr heb ddigon o reoleiddio.
- Cydweithio anhrefnus rhwng sefydliadau iechyd a thai.
- Prinder cyflenwad tai, o ran maint ac amrywiaeth.
- Bwlch cynyddol rhwng lwfansau tai lleol a chostau rhentu.
- Ffocws ar ddatrysiadau tymor byr, fel cronfeydd brys, yn hytrach na mynd i'r afael ag achosion sylfaenol problemau tai.

4.2 Sut olwg ddylai fod ar y dyfodol? (Gorwel 3)

Cyn edrych ar gamau gweithredu pendant i'w dilyn yn y presennol, gofynnwyd i'r cyfranogwyr symud ymlaen a nodi elfennau dyfodol yn cynnwys cartrefi iach. Mae'r wyth blaenoriaeth a nodwyd ganddynt wedi'u crynhoi yn Ffigur 4.

Ffigur 4 Y weledigaeth ar gyfer tai yng Nghymru yn y dyfodol



Galluogodd eglurder ynghylch y weledigaeth ar gyfer y dyfodol y gweithdy i nodi meysydd blaenoriaeth ar gyfer gweithredu yn y presennol. Mae'r adrannau canlynol yn amlinellu'r camau allweddol, y cyfleoedd a'r partneriaethau sydd eu hangen i ddechrau symud tuag at y weledigaeth hon, a sicrhau bod tai yng Nghymru yn cefnogi iechyd, llesiant a thegwch i bawb.

4.3 Beth allwn ni ei wneud yn wahanol? (Gorwel 2)

Ar gyfer rhan olaf yr ymarfer, gofynnwyd i'r rhanddeiliaid feddwl am syniadau trawsnewidiol ac arloesol a allai ein helpu i gyflawni'r weledigaeth a ddymunir ar gyfer y dyfodol (a elwir yn ymyriadau gorwel 2 'plws'). Gofynnwyd iddynt hefyd nodi a bod yn ofalus o weithgarwch a allai fod yn ateb dros dro, yn hytrach na gweithgarwch sy'n helpu i baratoi'r ffordd tuag at y dyfodol a ddymunir (a elwir yn ymyriadau gorwel 2 'minws'). Crynhoir eu meddyliau yn Nhabl 1.

Tabl 1: Crynodeb o ymyriadau 'plws' a 'minws' gorwel 2 a nodwyd gan gyfranogwyr y gweithdy

Ymyriadau Gorwel 2 'minws'	Ymyriadau Gorwel 2 'plws'
✘ Ffrydiau cyllid brys sy'n helpu unigolion dros dro ond nad ydynt yn delio â'r achosion sylfaenol. ✘ Mwy o ddefnydd o lety dros dro, e.e. hosteli, llety gwely a brecwast, i gartrefu pobl sy'n ddigartref neu sydd angen tai ar frys. ✘ Llacio rheolau cynllunio dros dro, sy'n cyflymu datblygu tai ond a all arwain at ddatblygiadau o ansawdd gwael sydd ddim bob amser yn diwallu anghenion teuluoedd.	✓ **Cyd-gynhyrchu strategaeth dai** wedi'i llywio gan randdeiliaid yn y sector cyhoeddus a'r trydydd sector a'r rhai sydd â phrofiad bywyd. ✓ **Diwygio budd-daliadau** (yn gyfrifoldeb i Lywodraeth y DU) megis newidiadau i'r lwfans tai lleol a dileu'r dreth ystafell wely. ✓ **Rheolaethau rhent** a sefydlogi a fyddai'n lleihau'r costau cynyddol yn y farchnad rhentu preifat, ac yn sicrhau bod rhenti'n parhau'n fforddiadwy i'r rhai ar incwm is. ✓ **Symleiddio caniatâd cynllunio** ar gyfer prosiectau tai fforddiadwy i leihau oedi a chostau sy'n gysylltiedig ag adeiladu. ✓ **Gofyn am Asesiadau o'r Effaith ar Iechyd (AEIau)** gan bob awdurdod lleol yng Nghymru i sicrhau bod datblygiadau'n cael effaith gadarnhaol ar iechyd y boblogaeth leol. ✓ **Buddsoddi mewn rhaglenni atal digartrefedd** sy'n canolbwyntio ar fynd i'r afael ag achosion sylfaenol digartrefedd, fel tlodi, problemau iechyd meddwl, a thor-perthnasoedd. Gallai hyn gynnwys cymorthdaliadau rhent, cymorth cyfreithiol, a mynediad at wasanaethau cymorth. ✓ **Ehangu dull 'tai yn gyntaf'**, sy'n darparu tai sefydlog i unigolion digartref yn gyntaf, wedi'i ddilyn gan gymorth ar gyfer problemau fel caethiwed neu iechyd meddwl. Dangoswyd bod y model hwn yn lleihau digartrefedd ac yn gwella canlyniadau hirdymor.

4.4 Hadau newid

Gofynnwyd i'r cyfranogwyr hefyd rannu enghreifftiau o 'hadau newid' cyn y gweithdy – y syniadau presennol hynny, sydd â'r potensial i lunio'r dyfodol, os cânt eu meithrin.

Mae'n debyg nad ydyn nhw'n gyffredin nac yn adnabyddus a gallant gynnwys mentrau cymdeithasol, offer economaidd, neu dechnolegau; prosiectau, mudiadau neu sefydliadau cymdeithasol-ecolegol; neu ffyrdd newydd o weithredu a all gyfrannu at greu dyfodol sy'n gyfiawn, yn ffyniannus, ac yn gynaliadwy.

Yn ystod y gweithdy, gofynnwyd i'r cyfranogwyr ystyried yr enghreifftiau o 'hadau newid' a gyflwynwyd ac asesu eu heffaith a'u gallu i dyfu yn unol â'r anghenion. Mae dwy enghraifft a nodwyd fel rhai arbennig o gyffrous o ran effaith bosibl wedi'u manylu ym Mlwch 3 a Blwch 4.

Blwch 3: Cymru Gynnes -Astudiaeth achos Cartrefi Iach, Pobl Iach

Mae Cartrefi Iach, Pobl Iach (HHHP) yn mynd i'r afael â thlodi tanwydd ac anghydraddoldebau iechyd drwy gynnig cymorth ymarferol ar effeithlonrwydd ynni ac iechyd i aelwydydd sy'n agored i niwed ledled Cymru.

Nodau Allweddol:

- Nodi aelwydydd sy'n agored i niwed a darparu cymorth uniongyrchol, sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn.
- Cynnig gwasanaethau ym maes diogelwch cartref, effeithlonrwydd ynni, fforddiadwyedd tanwydd, uchafu incwm aelwydydd, a gwelliannau gwresogi.

Cyflawniad:

- Mae Cymru Gynnes yn recriwtio, rheoli a hyfforddi gweithwyr cymunedol yn benodol i adnabod arwyddion amgylchedd cartref afiach. Y nod yw darparu cymorth a gwasanaethau perthnasol i sicrhau bod gan drigolion gartref cynnes a diogel.
- Mae gweithwyr achos yn gweithio'n agos gyda phartneriaid lleol (e.e. meddygon teulu, elusennau lleol) i sicrhau gofal holistaidd.
- Mae'r cymorth yn cynnwys diogelwch cartref, uchafu incwm aelwydydd, cyngor ar arbed ynni, gwiriadau budd-daliadau, a gwelliannau i systemau wresogi.
- Yn hyrwyddo iechyd a llesiant drwy sicrhau bod gan drigolion gartrefi diogel a chynnes.

Beth yw'r effaith?

- Rhoddwyd cefnogaeth i ardaloedd sy'n hynod o agored i niwed, trwy ddefnyddio mapio bregusrwydd.
- Cefnogwyd dros 3,700 o aelwydydd, a'u helpu i gyflawni amodau byw cynhesach, mwy diogel ac iachach. Arweiniodd at arbedion ariannol o dros £2.75 miliwn.
- Mae cyllid gan Gronfa Lwfans Bregusrwydd a Charbon Monocsid (VCMA) drwy Wales & West Utilities wedi ei gwneud yn bosib ehangu'r gwaith fel bod cymorth yn cael ei ddarparu ledled Cymru gyfan ac yn Ne-orllewin Lloegr.

[1] I gael rhagor o wybodaeth am yr ymarfer hadau newid gweler Pecyn Cymorth Adeiladu Dyfodol Gwell CGGC (2021)

Sut gall hyn ddylanwadu ar bolisi?

- Mae hyn yn cefnogi polisïau allweddol ar aelwydydd sy’n agored i niwed ac effeithlonrwydd ynni. Mae mapio bregusrwydd yn galluogi adnoddau i gael eu targedu’n effeithiol. Mae’n ddull y gall llunwyr polisi ei efelychu er mwyn dyrannu cymorth yn fwy effeithlon.
- Mae’r bartneriaeth rhwng gwasanaethau tai, iechyd a llesiant yn creu system gymorth gynhwysfawr a allai lywio cyflenwi gwasanaethau integredig ar lefel polisi.
- Mae llwyddiant y fenter o ran ehangu ar draws rhanbarthau yn darparu model ar gyfer ei chymhwyso’n ehangach.
- Mae arbedion ariannol o £2.75 miliwn yn dangos yr effaith economaidd a manteision uniongyrchol a hirdymor.
- Mae cydweithio â chyllid VCMA Wales & West Utilities hefyd yn cynnig model gwerthfawr ar gyfer integreiddio seilwaith presennol i ehangu gwasanaethau.

Blwch 4: Astudiaeth achos Dull sy’n Ystyriol o Drawma - Caredig

Yn 2019, cychwynnodd Caredig (cymdeithas dai) symudiad tuag at ddod yn fwy ystyriol o drawma wrth gyflenwi gwasanaethau a chefnogi tenantiaid, defnyddwyr gwasanaethau a staff.

Prif amcanion:

- Defnyddio dull sy’n ystyriol o drawma sy’n cydnabod effaith eang trawma ar fywydau unigolion a newid ffocws tuag at greu amgylcheddau diogel, dibynadwy ac ymddiriedus. Yng nghyd-destun tai, mae hyn yn golygu creu mannau ffisegol sy’n ddiogel, yn groesawgar ac yn sefydlog. Dylai’r amgylchedd (boed yn uned dai ei hun neu’r rhyngweithio rhwng tenantiaid a staff) leihau straen, darparu rhagweladwyedd, a rhoi ymdeimlad o ddiogelwch i denantiaid. Mae hyn yn hanfodol i unigolion sydd â hanes o drawma.
- Mae’r dull yn blaenoriaethu diogelwch, ymddiriedaeth, dibynadwyedd, dewis ac asiantaeth ym mhob rhyngweithiad. I denantiaid, gall mynegi barn ar eu hamodau byw - fel bod yn rhan o benderfyniadau am eu tai, cael tenantiaeth ddiogel, a gwybod bod eu hanghenion yn cael eu deall leihau effaith trawma yn fawr. Y nod yw grymuso tenantiaid i gael rheolaeth dros eu sefyllfa fyw, a hyrwyddo eu llesiant meddyliol ac emosiynol.
- Gweithredu dull sy’n ystyriol o drawma fel ffordd o fod, nid dim ond rhestr o ddulliau neu strategaethau i’w gweithredu.

Cyflawniad:

- Yn ystod haf 2021, cyfwelwyd â chyfanswm o 31 o denantiaid a 40 o aelodau staff fel rhan o werthusiad cynhwysfawr i gael dealltwriaeth ddyfnach o’u profiadau o’r dull tai sy’n ystyriol o drawma a weithredwyd gan gymdeithas dai Caredig.
- Nod y cyfweliadau oedd cael cipolwg ar sut y canfuwyd y dull hwn gan breswylwyr a gweithwyr, gan ganolbwyntio ar ei effaith ar eu llesiant, effeithiolrwydd gwasanaethau cymorth, ac ansawdd cyffredinol tai.

- Drwy gasglu safbwyntiau tenantiaid a staff, roedd yr ymchwil yn ceisio nodi meysydd llwyddiant yn ogystal â chyfleoedd i wella wrth greu amgylchedd cefnogol o fewn y gymuned dai.
- Bellach mae ffocws ac ymdrechion parhaus i ymgorffori'r dull hwn ar draws y sefydliad.

Beth yw'r effaith?

- Gwelodd staff fod arferion sy'n ystyriol o drawma yn ddefnyddiol wrth wella rhyngweithiadau â thenantiaid, yn enwedig wrth gynnig cymorth wedi'i dargedu yn seiliedig ar ddealltwriaeth o drawma. Arweiniodd y rhain at ymyriadau mwy effeithiol, a chynyddu hyder tenantiaid. Roedd elfennau allweddol yn cynnwys cyfathrebu diogel a chefnogol, rheoli achosion yn hyblyg ac empathig, a hyfforddi staff i adnabod sbardunau trawma.
- Mynegodd tenantiaid ymdeimlad cryf o foddhad â'u perthnasoedd â staff Caredig. Roeddynt yn nodi eu bod yn teimlo eu bod yn cael eu clywed, eu gwerthfawrogi a'u parchu. Er na wnaeth tenantiaid sôn yn benodol am y newidiadau a oedd yn ystyriol o drawma, roedd eu teimladau cadarnhaol yn adlewyrchu effaith y dull ar eu profiad cyffredinol o gymorth. Teimlai llawer o denantiaid eu bod yn cael mwy o gefnogaeth emosiynol a'u bod yn cael eu clywed. Mae hyn yn dangos bod y dull ystyriol o drawma wedi cyfrannu at feithrin ymddiriedaeth a diogelwch yn yr amgylchedd gwasanaeth.
- Fodd bynnag, mae'r broses o weithredu'r dull hwn wedi tynnu sylw at heriau i staff, yn enwedig o ran teimlo nad oes ganddynt gymorth yn ystod cyfnodau pontio.

Sut gall hyn ddylanwadu ar bolisi?

- Mae effaith gadarnhaol arferion sy'n ystyriol o drawma yn Caredig yn tynnu sylw at yr angen am bolisïau cyhoeddus sy'n ei gwneud yn ofynnol i ddarparwyr tai a gwasanaethau cymdeithasol integreiddio gofal sy'n sensitif i drawma yn eu gweithrediadau, a hyrwyddo amgylcheddau mwy diogel a chefnogol i staff a defnyddwyr gwasanaethau. Gellid ehangu hyn ledled y wlad gyda hyfforddiant parhaus, adnoddau digonol, a chymorth iechyd meddwl i weithwyr, i sicrhau eu bod wedi'u paratoi i weithredu arferion sy'n ystyriol o drawma yn effeithiol ar draws sectorau gwasanaethau cyhoeddus.

5 Meysydd sy'n dod i'r amlwg ar gyfer gweithredu

Mae tystiolaeth gref yn cysylltu cartrefi ac iechyd, a'r risg uchel o effeithiau negyddol cartrefi ansicr ac is-safonol ar blant . Mae angen i ni nawr ganolbwyntio ar weithredu.

Mae pedwar maes gweithredu wedi dod i'r amlwg o'r gwaith cydweithredol gyda rhanddeiliaid, fel y'i crynhoir yn yr adroddiad hwn. Mae'r rhain yn cynnwys:

1. **Cefnogaeth i strategaeth dai:** Byddai'r strategaeth hon yn mynd i'r afael â'r heriau systemig a nodwyd yn yr adroddiad cryno hwn, megis amodau byw afiach, pwysau fforddiadwyedd, a digartrefedd, yn cynnwys nifer y teuluoedd sy'n byw mewn llety dros dro. Bydd hyn yn gofyn am gamau cydlynol ar draws sectorau yn cynnwys iechyd, tai, addysg a chyfiawnder cymdeithasol i ddarparu cartrefi iachach i blant a theuluoedd yn y tymor byr a'r tymor hwy.

2. **Archwilio cyfleoedd i integreiddio data ar amodau tai yn well:** Mae casglu ac integreiddio data iechyd y cyhoedd yn gadarn yn hanfodol ar gyfer nodi canlyniadau iechyd cartrefi afiach fel amgylcheddau byw oer, llaith a gorlawn. Byddai data'n elwa o gael ei wahanu i amlygu'r effeithiau gwahanol ar blant, aelwydydd incwm isel a phoblogaethau risg uchel eraill. Mae llunio polisïau sy'n cael eu seilio ar dystiolaeth yn sicrhau bod ymyriadau'n cael eu targedu, eu bod yn gymesur a'u bod yn canolbwyntio ar leihau anghydraddoldebau iechyd sydd wedi'u gwreiddio mewn amodau tai.

3. **Ymgysylltu â rhai sydd â phrofiad bywyd o gartrefi afiach wrth ddatblygu polisïau:** Mae ymgysylltu ystyrlon yn golygu bod polisïau wir yn adlewyrchu anghenion pobl sy'n wynebu heriau tai. Drwy feithrin partneriaethau, yn enwedig gyda theuluoedd sydd â phlant sy'n byw mewn tlodi, gellir llywio datblygiad polisi gan brofiadau o'r byd go iawn, a fydd yn arwain at fynediad mwy cyfartal at dai iach, diogel a fforddiadwy.

4. **Defnyddio Asesiadau o'r Effaith ar Iechyd (AEIau):** Hyrwyddo ymwybyddiaeth, dealltwriaeth a chymhwyso AEIau i annog mwy o ddefnydd gan gynllunwyr ac awdurdodau lleol. Mae AEIau yn offer gwerthfawr ar gyfer nodi effeithiau penodol posibl penderfyniadau cynllunio tai a phenderfyniadau polisi ar blant, eu teuluoedd a chymunedau incwm isel – sy'n helpu i wneud y mwyaf o fuddion a lliniaru effeithiau negyddol.

5.1 Y camau nesaf

Byddwn yn canolbwyntio ar drosi'r syniadau hyn i gefnogi llunio a gweithredu polisïau. Bydd hyn yn sicrhau bod rhanddeiliaid allweddol, yn cynnwys teuluoedd sydd â phrofiad bywyd o dlodi a chartrefi afiach, yn parhau i fod yn rhan o lunio'r camau nesaf.

Gobeithiwn y bydd cyfranogwyr ein gweithdy, a'r rhai sy'n darllen y crynodeb hwn, yn cael ymdeimlad cryfach o'u rôl wrth lunio dyfodol cartrefi iach yng Nghymru, yn ogystal â dealltwriaeth ddyfnach o'r ymdrech gydweithredol sydd ei hangen ar draws sectorau i sicrhau newid ystyrlon.

Cyfeiriadau

[1] Conffederasiwn y GIG. (2021). Good quality affordable homes can help improve public health and reduce widening health inequalities. Conffederasiwn y GIG. https://www.nhsconfed.org/articles/good-quality-affordable-homes-can-help-improve-public-health-and-reduce-widening-health (Saesneg yn unig)

[2] Y Sefydliad Iechyd. (2021). Better housing is crucial for our health and the COVID-19 recovery. Y Sefydliad Iechyd. https://www.health.org.uk/reports-and-analysis/briefings/better-housing-is-crucial-for-our-health-and-the-covid-19-recovery (Saesneg yn unig)

[3] Marmot, M. (2020). Health Equity in England: The Marmot review 10 years on. (Saesneg yn unig) Sefydliad Ecwiti Iechyd. https://www.health.org.uk/publications/reports/the-marmot-review-10-years-on

[4] Sefydliad Iechyd y Byd (WHO). (2018). Housing and Health Guidelines. Geneva: Sefydliad Iechyd y Byd. https://www.who.int/publications/i/item/9789241550376 (Saeneg yn unig)

[5] Iechyd Cyhoeddus Cymru. (2024). Cartrefi fforddiadwy ar gyfer Iechyd a Llesiant. https://phwwhocc.co.uk/wp-content/uploads/2024/01/Cartrefi-fforddiadwy-ar-gyfer-iechyd-a-llesiant.pdf

[6] Llywodraeth Cymru. (2024). Papur Gwyn: Papur Gwyn ar sicrhau llwybr tuag at dai digonol, gan gynnwys rhenti teg a fforddiadwyedd.https://www.llyw.cymru/papur-gwyn-ar-creu-llwybr-tuag-dai-digonol-gan-gynnwys-rhenti-teg-fforddiadwyedd?_gl=1*9rhlfh*_ga*NDQ4NDAwMTIwLjE3MzcxMjg3OTQ.*_ga_L1471V4N02*czE3NTE4OTIzNjIkbzUwMCRnMSR0MTc1MTg5NDA4NiRqNjAkbDAkaDA.

[7] Morgan, G. (2023). Good practice guide: Housing and Health. Comisiwn Bevan. https://bevancommission.org/wp-content/uploads/2023/08/Good-practice-guide-short-version-Bevan-Exevplar-.pdf (Saesneg yn unig)

[8] Hyb ACE Cymru. (2022). Cymru sy'n Ystyriol o Drawma: Dull Cymdeithasol o Ddeall, Atal a Chefnogi Effeithiau Trawma ac Adfyd. https://traumaframeworkcymru.com/wp-content/uploads/2022/07/Cymru-syn-Ystyriol-o-Drawma.pdf

[9] Tai Pawb. (2022). Samson's Story. https://www.youtube.com/watch?v=Q1aCtviRkVQ

[10] Hock, ES, Blank, L., a Fairbrother, H. (2024). Exploring the impact of housing insecurity on the health and wellbeing of children and young people in the United Kingdom: A qualitative systematic review. BMC Public Health, 24, 2453. https://doi.org/10.1186/s12889-024-19735-9 (Saesneg yn unig)

Llunio dyfodol cartrefi yng Nghymru sy'n iach i blant a theuluoedd fyw ynddynt

Crynodeb o'r gwaith ymgysylltu â rhanddeiliaid

Awst 2025