



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales



Lle i ffynnu: Creu cartrefi iachach i blant a theuluoedd mewn tloedi ledled Cymru

Dr Joe Rees, Menna Thomas, Dr Hayley Janssen, Dr Louisa Petchey
Mawrth 2026



Cynnwys

Cydnabyddiaethau	2
1 Diben	3
2 Pwyntiau allweddol	4
3 Effaith cartrefi afiach ar blant a theuluoedd sy'n byw mewn tlodi	5
4 Lleisiau o brofiad bywyd	7
5 Mewnwelediadau estynedig i randdeiliaid	13
6 Meysydd blaenoriaeth ar gyfer gweithredu	14
7 Casgliad a'r camau nesaf	22
Cyfeiriadau	23
Atodiad	24

Cydnabyddiaethau

Hoffem estyn ein diolch diffuant i'r holl randdeiliaid a fynychodd y gweithdy Dyfodol Cartrefi Iach yng Nghymru yn Venue Cymru yn Llandudno ar 18 Tachwedd 2025. Rydym yn arbennig o ddiolchgar i'r rhai sydd â phrofiad personol o dai afiach a thlodi a gyfrannodd at ddatblygu'r adroddiad hwn, yn ogystal ag i Shelter Cymru ac Opinion Research Services am eu cefnogaeth gyda'r ymchwil.

Diolch hefyd i gydweithwyr yn Iechyd Cyhoeddus Cymru am roi adborth a chyfrannu at ddatblygiad yr adroddiad: Cheryl Williams, Dr Catherine Sharp, Petranka Malcheva, Kristelle Tagaro, Elahi Dhanani. Hoffem hefyd ddiolch i Julie Sloan, Dave Symons a Carys Dale am brawfddarllen.

Cyswllt: lechydcyhoeddus.polisi@wales.nhs.uk



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

1 Diben

Mae cartrefi iach yn floc adeiladu allweddol ar gyfer iechyd, llesiant a chyfle. Ac eto ar draws Cymru, mae gormod o deuluoedd yn byw mewn tai sy'n oer, yn llaith, yn ansicr, yn orlawn neu'n anfforddiadwy. Gall yr amodau hyn niweidio iechyd corfforol a meddyliol plant, eu deilliannau addysgol, a'u cyfleoedd hirdymor mewn bywyd.

Mae'r cyhoeddiad hwn yn dwyn ynghyd lleisiau teuluoedd sy'n byw mewn cartrefi afiach gyda thystiolaeth a mewnwlediadau rhanddeiliaid er mwyn:

- Llywio polisi ar adeg hollbwysig wrth i'r llywodraeth yng Nghymru edrych i ddatblygu Strategaeth Tai ac Adfywio newydd.
- Helpu i roi profiadau bywyd a mewnwlediadau rhanddeiliaid, o iechyd y cyhoedd, tai, a chymunedau lleol, wrth wraidd penderfyniadau i fynd i'r afael ag anghydraddoldebau tai ac iechyd gwael.
- Meithrin dealltwriaeth gyfannol a rennir o "gartrefi iach" sy'n cydnabod ac yn adlewyrchu anghenion teuluoedd sy'n byw mewn tlodi.
- Tynnu sylw at enghreifftiau go iawn o atebion gan randdeiliaid sy'n dangos sut y gall tai hyrwyddo iechyd a llesiant i bawb yng Nghymru.



2 Pwyntiau allweddol

Mae **ymchwil newydd i brofiadau bywyd** a gynhaliwyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru yn dangos bod **plant a theuluoedd mewn tlodi yng Nghymru yn parhau i fyw mewn cartrefi afiach, ac mae'n cael effaith uniongyrchol, negyddol ar eu hiechyd**, eu datblygiad, eu llesiant, eu haddysg a'u cyfleoedd bywyd. Mae rhai o'r problemau maen nhw'n eu hwynebu yn cynnwys lleithder, gorlenwi, costau uchel ac ansicrwydd.

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru wedi cyfuno'r mewnwelediadau profiad bywyd hyn â barn rhanddeiliaid i nodi pedwar maes blaenoriaeth ar gyfer newid:

1. Ymgorffori iechyd a llesiant yn Strategaeth Tai ac Adfywio Cymru

2. Cynnwys y rhai y mae polisi tai yn effeithio arnynt yn ystyrllon yn ei ddatblygiad, yn enwedig teuluoedd sy'n byw mewn tlodi

3. Gweithio ar draws sectorau a rhannu data i ddarparu cefnogaeth gydlynol a chanolbwyntio ar atal

4. Dysgu o gymhwyso Asesiadau o'r Effaith ar Iechyd (HIAs)

Fe wnaethon ni ymgysylltu'n flaenorol ag amrywiaeth o randdeiliaid i ddeall eu gweledigaeth ar gyfer dyfodol tai iach a'r hyn y gellir ei ddysgu o arferion da presennol. Fe wnaethom grynhoi hyn yn ein [hadroddiad blaenorol](#), a gan nodi meysydd sy'n dod i'r amlwg ar gyfer gweithredu. Mae'r adroddiad hwn wedi datblygu'r meddylfryd hwnnw ymhellach drwy fabwysiadu dull cydweithredol, traws-sector sydd wedi'i seilio ar brofiad bywyd go iawn a thystiolaeth o'r hyn a all weithio.

Ar adeg hollbwysig ym mholisi a gwleidyddiaeth Cymru, mae gennym gyfle i **roi iechyd a llesiant wrth wraidd y penderfyniadau a wnawn am ddyfodol tai** yng Nghymru. Mae gweithredu cydlynol pellach ar draws tai, iechyd, llywodraeth leol a'r trydydd sector yn hanfodol i gyflawni hyn.

Mae tai yn floc adeiladu allweddol ar gyfer iechyd. Bydd gwella fforddiadwyedd, ansawdd a diogelwch ein cartrefi yn helpu i **adeiladu Cymru iachach a thecach i bawb, yn enwedig plant a theuluoedd sy'n byw mewn tlodi**.

Mae angen gweithredu ar unwaith ac yn ymarferol i fynd i'r afael â'r niwed i iechyd y gellir ei osgoi a achosir gan dai afiach. Mae'r adroddiad hwn yn darparu rhai atebion ymarferol i lunwyr polisi, rhanddeiliaid a phartneriaid ar draws sectorau ar sut i weithredu newid.

3 Effaith cartrefi afiach ar blant a theuluoedd sy'n byw mewn tlodi

Mae llawer o blant a theuluoedd yng Nghymru yn parhau i wynebu heriau o ganlyniad i dai llaith, gorlawn, anfforddiadwy ac ansicr. Nid problemau tai yn unig yw'r rhain; maent yn effeithio ar iechyd, llesiant, addysg a chanlyniadau cymdeithasol. Os ydym am atal iechyd gwael, mae sicrhau bod pawb yn byw mewn cartref sy'n gwarchod ac yn hyrwyddo iechyd yn gam sylfaenol.

Mae gweithredu ar dai yn cael ei gefnogi gan y cyhoedd yng Nghymru. Mewn arolwg, '[Amser i Siarad Iechyd Cyhoeddus](#) (TTPH)' ym mis Tachwedd 2024 o dros 1,000 o bobl sy'n cynrychioli poblogaeth Cymru, dywedodd 78% fod eu cartrefi a'u cymunedau wedi dylanwadu ar eu hiechyd¹. Pan ofynnwyd mewn arolwg TTPH arall (2023) pa faterion tai y dylid rhoi blaenoriaeth iddynt ar gyfer gweithredu, y meysydd a gafodd eu graddio yn y 3 uchaf oedd fforddiadwyedd tai (84%), ansawdd (80%) a diogelwch (44%)².

Mae hyn yn cyd-fynd yn gryf â'n [gweledigaeth ar gyfer tai iach](#) yng Nghymru: Cartref iach yw un sydd wedi'i adeiladu a'i gynnal a'i gadw'n dda, yn fforddiadwy, yn ddiogel, ac yn addas ar gyfer anghenion yr aelwyd. Rydym hefyd yn gweld cartref iach fel un sydd wedi'i leoli o fewn cymuned gefnogol, sydd â mynediad at fannau gwyrdd, cysylltiadau trafnidiaeth ac amwynderau, ac sy'n sensitif i'r amgylchedd.

Gyda chostau byw yn codi, pwysau ar wasanaethau iechyd, demograffeg poblogaeth sy'n newid, a'r tebygolrwydd cynyddol o dywydd mwy eithafol, mae mynd i'r afael â chroestoriad amlochrog tai ac iechyd yn faes lle byddai ymyrraeth tymor byr a chynllunio strategol tymor hir yn fuddiol. Os caiff ei wneud yn dda, bydd y rhai sydd fwyaf agored i niwed o gartrefi afiach—yn enwedig plant a theuluoedd sy'n byw mewn tlodi—yn gweld gwelliannau sydd eu hangen ar frys yn eu hiechyd a'u llesiant, gan helpu i atal argyfyngau yn y dyfodol.

3.1 Fforddiadwyedd tai ac iechyd

Mae costau tai uchel yn chwarae rhan sylweddol wrth sbarduno tlodi. Yn 2023, gwariodd chwarter tlotaf aelwydydd Cymru bron i 40% o'u hincwm ar rent, ymhell uwchlaw'r trothwy o 30% o incwm a ddefnyddir ar hyn o bryd i benderfynu a yw tai yn fforddiadwy³. Mae bod ar ei hôl hi gyda rhent yn achosi straen tebyg i ddiweithdra, gan arwain at bwysedd gwaed uwch, gorbryder ac iselder⁴.

Fodd bynnag, nid yw pryderon ariannol yn effeithio ar oedolion yn unig. Mae plant yn yr aelwydydd gwaethaf eu byd dros bedair gwaith yn fwy tebygol o gael problem iechyd meddwl ddifrifol o'i gymharu â'r rhai yn yr aelwydydd mwyaf cefnog (17% yn erbyn 4%)⁵ ac yn fwy tebygol o brofi un neu fwy o Brofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACE*)⁶. Mae tystiolaeth o Gymru yn cadarnhau bod plant yn ymwybodol o bryderon ariannol yn eu teuluoedd⁷, ac mae hyn yn gysylltiedig ag iselder ymhlith merched a chamddefnyddio alcohol mewn bechgyn yn eu harddegau, yn ogystal â theimladau o ddiymadferthwch, cywilydd ac israddoldeb⁸.

* Mae Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACEs) yn brofiadau llawn straen sy'n digwydd yn ystod plentyndod ac sy'n gwneud niwed uniongyrchol i'r plentyn (e.e. cam-drin rhywiol neu gorfforol) neu'n effeithio ar yr amgylchedd y maen nhw'n byw ynddo (e.e. magwraeth mewn cartref lle mae trais domestig). (Bellis et al 2016).

Pan fo'n rhaid i fwy o arian fynd ar gostau tai, mae llai ar gyfer hanfodion eraill fel gwresogi a bwyd maethlon, gan waethygu'r effeithiau negyddol ar iechyd⁹. Nododd bron i 70% o'r aelwydydd a holwyd eu bod yn teimlo dan straen neu'n bryderus ynghylch costau gwresogi yn 2023¹⁰. Yn aml, mae cartrefi â phlant anabl yn wynebu anghenion ynni uwch¹¹.

3.2 Ansawdd tai ac iechyd

Gall lleithder a llwydni mewn cartrefi fod yn arbennig o niweidiol i blant a babanod. Mae problemau'n cynnwys alergeddau, datblygu neu waethygu asthma, a phroblemau croen, fel ecsema¹². [Mae tystiolaeth](#) yn awgrymu y gellid atal bron i 1 o bob 5 derbyniad difrifol i'r ysbyty oherwydd problemau ysgyfaint ymhlith plant dan ddwy oed pe bai cartrefi'n rhydd o leithder a llwydni¹³.

Mae cymhwyso [Safon Ansawdd Tai Cymru](#) i'r sector tai cymdeithasol wedi cyfrannu at welliannau yng nghyflwr cyffredinol y tai hynny yng Nghymru. Fodd bynnag, dim ond tua 16% o gyfanswm y stoc tai y mae tai cymdeithasol yn cyfrif amdano, sy'n golygu bod y rhan fwyaf o blant yn byw mewn cartrefi nad ydynt wedi'u cynnwys yn y safonau hyn. Mae'n arbennig o annhebygol y bydd plant sy'n byw mewn cartrefi sy wedi'u rhentu'n breifat yn elwa ar safonau cyson, gorfodadwy, gan adael llawer yn agored i amodau byw anniogel ac afiach.

Ar yr un pryd, mae'n bwysig cydnabod y gall problemau fel lleithder a llwydni ddigwydd a'u bod yn dal i ddigwydd mewn tai cymdeithasol, ac nad oes unrhyw ddeiliadaeth tai yn gallu osgoi'r risgiau hyn. Mae timau Iechyd yr Amgylchedd yn chwarae rhan hanfodol, gan archwilio eiddo, gorfodi safonau cyfreithiol, a chynghori teuluoedd a landlordiaid ar sut i leihau risgiau iechyd a gwella amodau tai.

3.3 Diogelwch tai ac iechyd

Gellir diffinio tai ansicr fel "byw gyda'r ansicrwydd cyson o beidio â chael lle sefydlog i aros". Gallai hyn fod oherwydd y bygythiad o gael eich troi allan o ganlyniad i gostau rhent cynyddol neu orfod byw mewn llety dros dro neu anaddas¹⁴. Mae ansicrwydd tai yn arwain at ofid seicolegol i blant a theuluoedd.

Mewn [arolwg](#) mawr o blant yng Nghymru gan y Comisiynydd Plant yn 2022, tai oedd un o'u pedwar prif bryder. Roedd tua chwarter o bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed yn poeni am gael rhywle i fyw a chael digon i'w fwyta. Roedd dwy ran o dair o rieni a gofalwyr bob amser yn poeni bod gan eu plant rywle i fyw.

Mae ansicrwydd tai wedi cynyddu yn unol â'r cynnydd mewn cost a'r gostyngiad mewn argaeledd tai. Canfu [dadansoddiad](#) gan Sefydliad Bevan fod bron i 6 o bob 1,000 o blant yng Nghymru yn byw mewn llety dros dro yn 2024 – cyfanswm o dros 3,000 o blant.

4 Lleisiau o brofiad bywyd

Nododd ein hadroddiad blaenorol fod angen ymgysylltu cynhwysol â'r rhai sydd â phrofiad bywyd o gartrefi afiach fel peth hanfodol ar gyfer datblygu polisi tai sy'n gweithio.

I roi hyn ar waith, fe wnaethon ni weithio gyda Opinion Research Services a Shelter Cymru i gynnal cyfweiliadau manwl gyda rhieni o bymtheg o deuluoedd yng Nghymru sydd ar incwm isel ar hyn o bryd** i ddeall sut maen nhw'n profi effaith tai ar eu hiechyd a'u llesiant.

Rydym wedi crynhoi canfyddiadau'r gwaith hwnnw mewn dwy ffordd:

Yn gyntaf trwy gynhyrchu cyfres o straeon; rhai Amira, Shauna, Sarah ac Ethan, a Leila. Nid straeon unigolion unigol yw'r rhain ond dyfyniadau cyfunol gan unigolion lluosog (mae pob dyfyniad wedi'i anodi gyda chyfeiriad dienw ar gyfer yr unigolyn y daeth ganddo).

Nod cyflwyno'r canfyddiadau fel hyn yw adlewyrchu realiti a rennir a thynnu allan effaith themâu penodol (ansawdd, diogelwch, fforddiadwyedd a swyddogaeth) ar iechyd a llesiant plant a theuluoedd sy'n byw mewn tlodi yng Nghymru.

Yn ail, drwy ddatblygu ffeithlun i grynhoi'r themâu allweddol a ddaeth i'r amlwg o'r ymchwil profiad bywyd (Ffigur 1)***.

Mae'r wybodaeth a gasglwyd o'r ymchwil profiad bywyd hwn yn dangos **nad yw tai afiach yn fater polisi haniaethol ond yn realiti dyddiol i deuluoedd mewn tlodi yng Nghymru** sy'n tanseilio iechyd, llesiant a chyfleoedd bywyd plant. Felly, rhaid i wrando ar brofiadau bywyd fod yn ganolog i lunio atebion i sicrhau bod polisiâu tai yn y dyfodol yng Nghymru wedi'u seilio ar anghenion gwirioneddol y teuluoedd y maent wedi'u cynllunio i'w cefnogi.

Yn adran 6, gallwch weld sut rydym wedi cysylltu'r hyn a ddysgwyd o'r ymchwil profiad bywyd hwn i lywio'r meysydd blaenoriaeth ar gyfer gweithredu.

** Yn byw mewn aelwyd gyda chyfanswm incwm sy'n llai na 60% o incwm canolrifol aelwydydd y DU, ar ôl ystyried costau tai

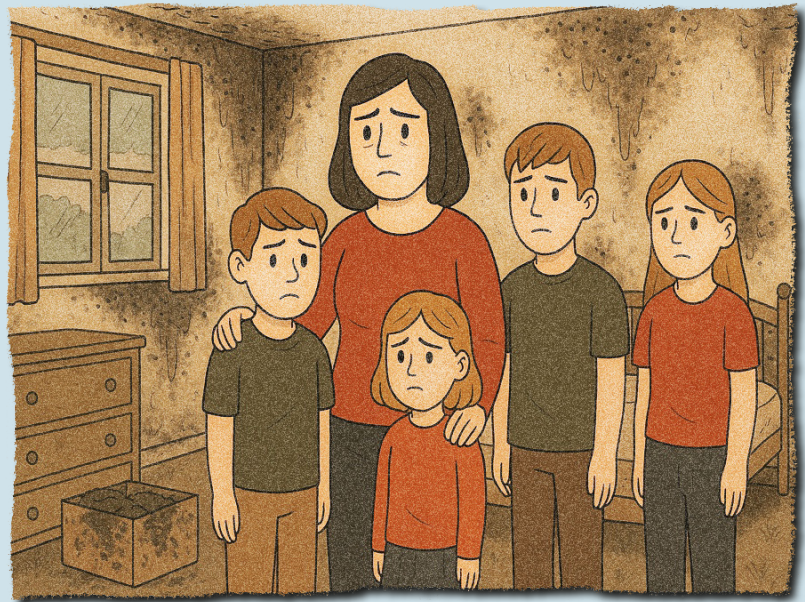
***Darperir gwybodaeth ychwanegol yn yr Atodiad

Stori Amira

Prif thema: Ansawdd

Is-themâu: Lleithder, llwydni, diffyg trwsio, cyflyrau anadlol

Mae Amira yn rhentu ei chartref gan gymdeithas tai. Mae ganddi bedwar o blant, mae gan ei mab naw oed gyflwr ar y galon ac mae gan ei mab saith oed barlys yr ymennydd. Mae ganddi ddwy ferch 12 a 14 oed, ac mae un ohonyn nhw wedi cael symptomau tebyg i asthma tra'n byw yn eu cartref presennol.



Prif bryder Amira yw lleithder a llwydni sy'n digwydd dro ar ôl tro: *"Ystafell wely'r plant a'r ystafell ymolchi ydyw'n bennaf...o amgylch ffenestri, y nenfwd, yn dod trwy'r waliau."* (C1) Er gwaethaf gwaith trwsio, *"mae'n dod trwodd yn syth eto."* (C1)

"Pan symudon ni i mewn, roedd y tŷ hwn yn llawn llwydni a lleithder... roedd ar ddillad gwely fy mhlant, ac roedd yn rhaid i mi symud fy nwy ferch hŷn allan o'u hystafell wely." (C6) Mae Amira'n glanhau'n gyson i'w gadw'n addas i fyw ynddo: *"Mae'n rhaid i mi drin y lleithder a'r llwydni bob pedair wythnos neu fwy."* (C1)

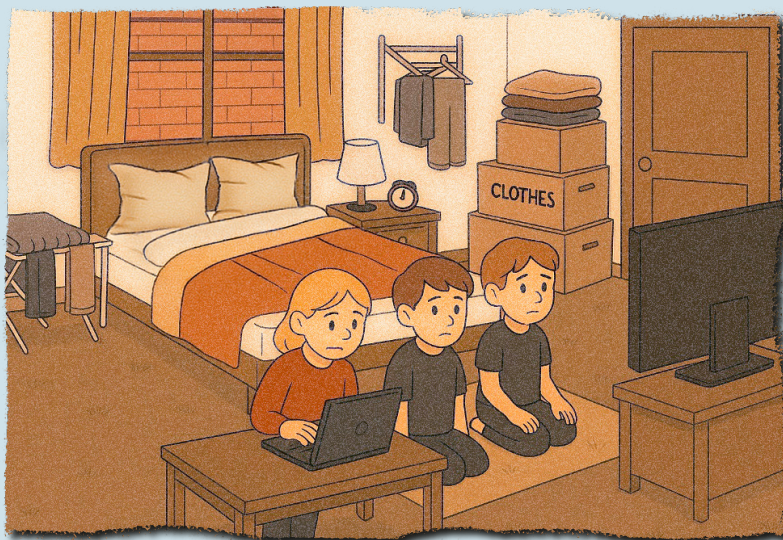
Mae'r lleithder wedi effeithio ar iechyd ei phlant: *"Unwaith y byddai'n gorffen un cwrs o feddyginiaeth, byddai un arall."* (C6) Roedd rhaid i un plentyn *"gael anadlydd... yn y gaeaf roedd rhaid iddi gymryd anadlydd ar gyfer yr oerfel."* (C9) Mae ceisio rheoli'r llwydni hefyd yn effeithio ar eu llesiant: *"Dydwi i ddim yn meddwl ei fod yn dda i'w hiechyd meddwl gorfod symud dodrefn ac ystafelloedd o gwmpas trwy'r amser."* (C2)

Stori Shauna

Prif thema: Ymarferoldeb

Is-themâu: Gorlenwi, gofod awyr agored anhygyrch, preifatrwydd, ynysigrwydd cymdeithasol, llesiant meddyliol gwael.

Mae gan Shauna dri o blant, dau ohonynt yn awtistig, ac mae'r teulu wedi profi cam-drin domestig gan dad y plant yn y gorffennol ac mae ganddyn nhw brofiad o symud sawl gwaith. Pan gollodd Shauna ei swydd, nid oeddent bellach yn gallu fforddio rhent eu tŷ sydd wedi'i rentu'n breifat ac fe'u rhoddwyd mewn llety gwesty dros dro. Yn y pen draw, symudwyd Shauna a'r plant i dŷ sy'n fach o'i gymharu â'u tŷ rhent blaenorol.



I Shauna, mae diffyg lle yn effeithio ar bob rhan o fywyd teuluol: *"Mae'r tŷ yma'n orlawn"* (C5). Mae rhannu cyfleusterau yn ychwanegu straen wrth iddi ddatgan *"Un ystafell ymolchi ac un toiled. Mae hynny'n hunllef llwyr yn y boreau."* (C5) Mae ei phlant *"angen lle i roi rhywfaint o'u pethau... dydyn nhw ddim yn ei fwynhau"* (C7), ac mae ei phlant awtistig *"angen eu lle eu hunain... a dydyn nhw ddim yn ei gael yn y tŷ hwn."* (C1)

Gyda'r lolfaf hefyd yn ystafell wely, mae lle astudio tawel yn brin: *"Os yw un ohonyn nhw'n chwarae cerddoriaeth... byddai'n braf pe bai ganddyn nhw ystafell fyw y gallen nhw ei defnyddio."* (C5) Mae gorlenwi hefyd yn cyfyngu ar fywyd cymdeithasol: *"Mae'n anodd dod â ffrindiau adref... mae yna lawer o gywilydd mewn gwirionedd am nad yw eu cartref yn cyrraedd y safon."* (C5)

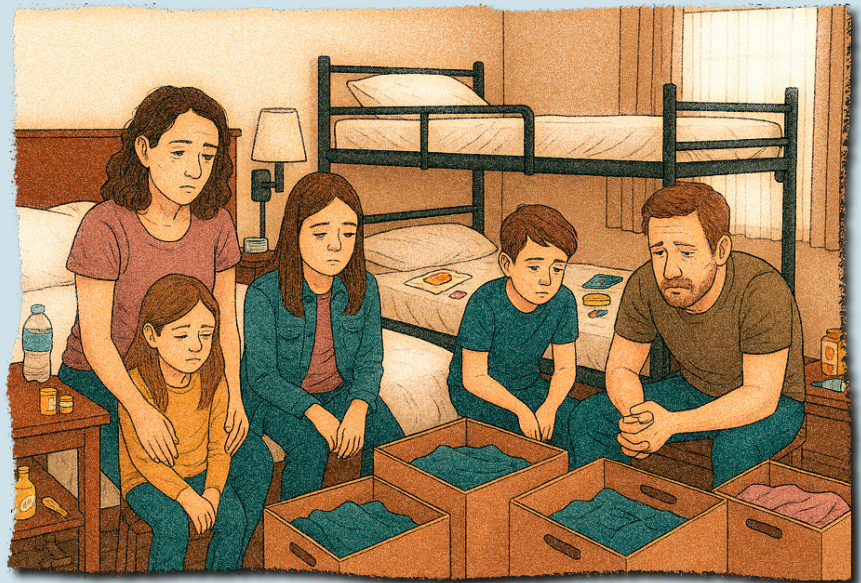
Er bod rhywfaint o le awyr agored, mae'n anniogel ac yn anhygyrch: *"Mae'r ardd yn y blaen ar ogwydd... mae'r ardd gefn wedi cael ei gadael i dyfu ac yn llawn mieri."* (C3) Nid yw ei phlant *"erioed wedi gallu chwarae y tu allan"* (C2), ac mae Shauna'n teimlo bod hynny wedi niweidio eu llesiant: *"Dydy o ddim wedi bod yn dda i'w hiechyd meddwl methu â gallu chwarae y tu allan."* (C2) Mae hi'n dymuno pe bai'r gymdeithas tai wedi'i chefnogi i *"ail-dirlunio'r ardd gefn fel ei bod hi'n addas i chwarae ynddi."* (C2)

Stori Sarah ac Ethan

Prif thema: Diogelwch

Is-themâu: Risg troi allan, deiliadaeth dros dro, dadleoli anwirfoddol, straen a gorbryder, diffyg gweithrediaeth.

Mae gan Sarah ac Ethan dri o blant, dwy ferch a bachgen, rhwng 12 a 7 oed. Roedden nhw'n byw mewn cartref sydd wedi'i rentu'n breifat am naw mlynedd cyn iddyn nhw gael eu troi allan yn dilyn gwerthu'r tŷ. Aethant i lety dros dro, lle buont yn byw am bron i ddwy flynedd cyn cael eu hailgartrefu yn y pen draw.



Cafodd Sarah ac Ethan eu gwneud yn ddigartref pan werthodd eu landlord y tŷ. Roedd Sarah yn deall bod anawsterau o ran argaeledd tai cymdeithasol, ond byddai wedi lleihau llawer o straen pe bai'r awdurdod lleol wedi gallu dweud: *"Byddwch chi'n cael eich cartrefu cyn i chi gael eich troi allan"* (C2), nad oedd yn bosibl. Disgrifiodd Ethan yr effaith ar y plant fel *"trawmatig iddyn nhw, wyddoch chi, oherwydd dyna'r cyfan roedden nhw erioed wedi'i wybod mewn gwirionedd... methu â dweud wrthyn nhw ble neu pryd neu unrhyw beth felly, wyddoch chi, roedd yn anodd."* (C4)

Aeth y teulu i lety dros dro mewn gwesty a oedd yn golygu bod y teulu cyfan yn byw mewn un ystafell: *"roedd yn eu trawmateiddio nhw (y plant)... doedden ni ddim yn cael mynd â theganau a phethau oherwydd nad oedd lle... yn y bôn, fe wnaethon ni gymryd yr hyn oedd yn golygu rhywbeth i ni a'n pethau personol"*. (C4)

Disgrifiodd Ethan y plant yn dod yn *"encilgar iawn ac yn isel eu hysbryd ac, yn y bôn, nid oeddent eisiau mynd allan na gweld neb. Roedd y gwaith ysgol yn brin, roedd hylendid personol yn brin, popeth."* (C4)

Wrth i'r misoedd fynd heibio cafodd effaith ddofn ar iechyd meddwl Sarah hefyd: *"roedd yn anodd, cefais ddau waeledd nerfol tra roeddwn i yno."* (C4)

Stori Leila

Prif thema: Fforddiadwyedd

Is-themâu: Costau rhent a chyfleustodau uchel, diffyg diogeledd bwyd, incwm gwario cyfyngedig, stigma, addysg, gorbryder a straen..

Mae gan Leila ddau o blant; maen nhw'n byw mewn cartref sy'n cael ei ystyried yn "fforddiadwy" maen nhw'n ei rentu gan ddarparwr tai cymdeithasol ar ôl cael eu priso allan o'u cartref a oedd yn cael ei rentu'n breifat blaenorol. Mae eu tŷ presennol yn eithaf hen ac mae ganddo rai problemau adeileddol, sydd wedi cael sylw ond heb eu datrys, ac mae'r gegin yn gollwng dŵr mewn tywydd gwlyb iawn. Gall Leila gael mynediad at Gredyd Cynhwysol fel rhiant sengl mewn gwaith rhan-amser.



Byddai'n well gan Leila beidio â bod angen tai cymdeithasol, yn rhannol oherwydd ei bod hi'n teimlo bod *"clwb perchnogion tai yn tueddu i drin pobl fel fi fel dinasyddion eilradd...yn enwedig ym muarth yr ysgol"* (C8).

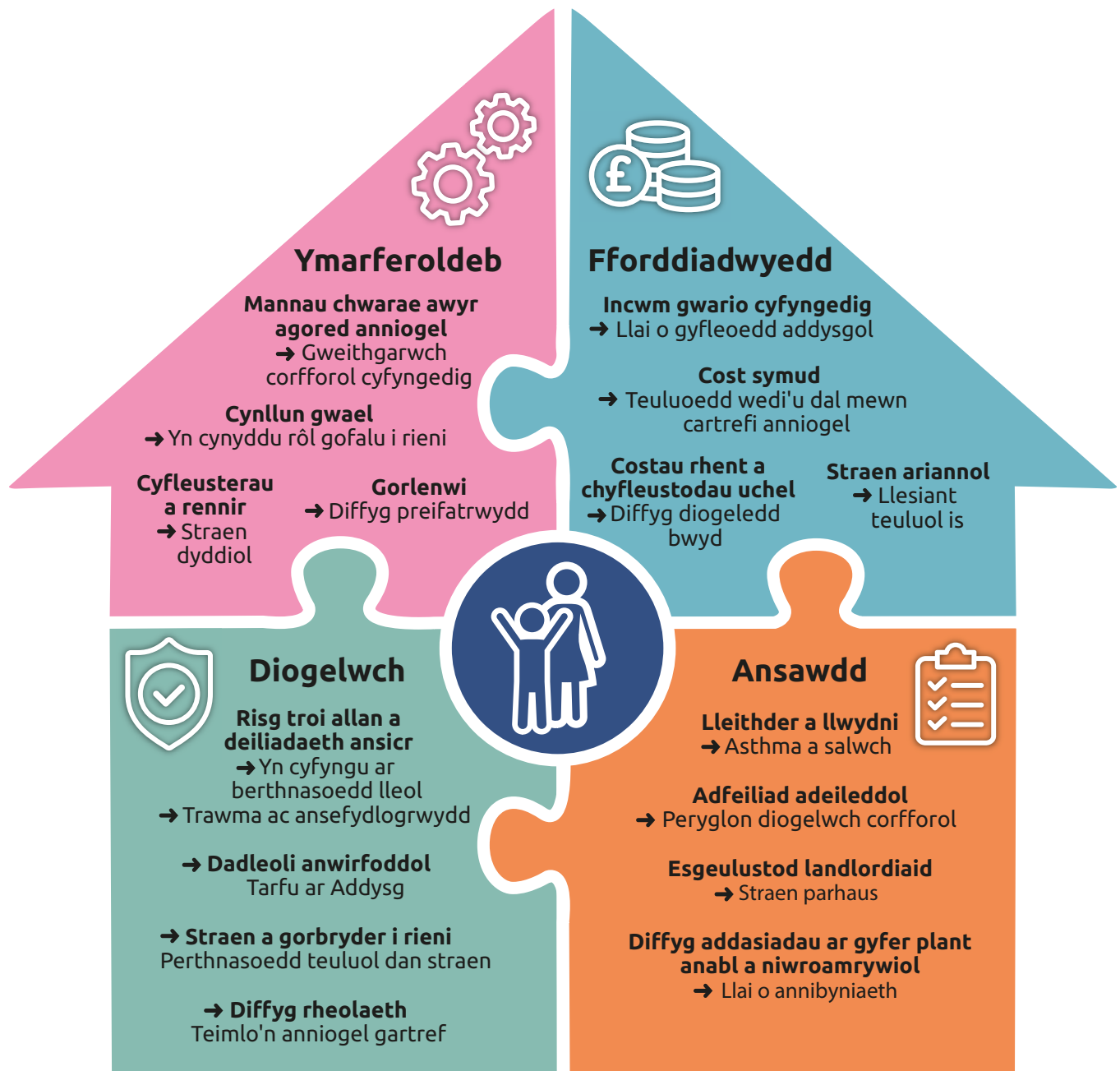
Er gwaethaf budd-daliadau, mae ei rhent a'i threuliau sylfaenol yn rhoi straen ar gyllideb y cartref *"Alla i ddim hyd yn oed dalu'r holl filiau, a dweud y gwir...Dw i'n benthyca arian gan fy mam yn rheolaidd.... ac yn cael help gan fy mam... Alla i ddim hyd yn oed ddod o hyd i ddigon i ddechrau'r rhan fwyaf o'r amser."* (C5)

Mae hi'n aml yn hepgor prydau bwyd: *"yn amlach na pheidio dydw i ddim yn bwyta mewn diwrnod er mwyn i'r plant allu bwyta."* (C2). Mae biliau cyfleustodau yn llethol, ac mae biliau eraill i'w talu hefyd: *"Gwasanaeth ffrydio i'r plant allu gwyllo rhywbeth. Wyddoch chi, mynediad i'r rhynggrwyd sy'n hanfodol yn enwedig gyda fy merch yn yr ysgol uwchradd nawr ac yn gwneud gwaith ysgol trwy ei Chromebook a phethau fel 'na. Mae'n rhaid i'r pethau hynny ddod allan o fy Nghredyd Cynhwysol beth bynnag."* (C2)

Mae hi'n teimlo'n gaeth gan wybod y gallai symud wthio ei theulu i ddyfnder o ddyled: *"Pe bawn i'n mynd i lety preifat arall... Byddai'n rhaid i mi dalu o leiaf £250 yn fwy y mis"*. (C2)

Mae yna lawer o bethau y mae'n rhaid i'w phlant fynd hebddynt, meddai: *"Dydyn ni ddim yn cael gwyliau"* ac mae hyd yn oed diwrnodau allan yn aml allan o gyrraedd gan fod *"prisiau mynediad pan fydd gennych chi...deulu, rydych chi'n edrych ar £50"*. (C2)

**** (Cynhyrchir y delweddau hyn drwy ddefnyddio Copilot, yn seiliedig ar awgrymiadau a ddatblygwyd o ddyfyniadau profiad byw cyfranogwyr.)



Ffigur 1: Crynodeb Ffeithlun o themâu allweddol o ymchwil profiad bywyd

Mae'r crynodeb hwn yn dangos sut mae ffactorau tai fel diogelwch, fforddiadwyedd, ansawdd a swyddogaeth yn croestorri ac yn dwysáu ei gilydd i niweidio iechyd a llesiant plant a theuluoedd sy'n byw mewn tldi yng Nghymru heddiw.

5 Mewnwelediadau estynedig i randdeiliaid

Ym mis Tachwedd 2025, cynullodd Iechyd Cyhoeddus Cymru weithdy rhanddeiliaid yn Llandudno i archwilio gweledigaeth ar gyfer cartrefi iachach, gyda ffocws ar blant a theuluoedd mewn tlodi. Pwrpas y gweithdy hwn oedd archwilio'n fanylach y pedwar maes gweithredu sy'n dod i'r amlwg a nodwyd gan ein hymgysylltiad â rhanddeiliaid a'n casgliad blaenorol o fewnwelediadau (a grynhowyd yn ein [hadroddiad](#) blaenorol).

Daeth y gweithdy â thai, iechyd, llywodraeth leol, y trydydd sector, a'r rhai sydd â phrofiad bywyd ynghyd. Defnyddiwyd ôl-gastio fel methodoleg ar gyfer y dyfodol i gysylltu gweledigaeth cyfranogwyr o dai (ar gyfer 2035) â realiti'r dirwedd tai gyfredol yng Nghymru.

Yn gryno, gofynnwyd i gyfranogwyr gydweithio yn gyntaf i ddisgrifio eu gweledigaeth ar gyfer tai iach yng Nghymru erbyn 2035, ac yna'r sefyllfa bresennol. Yna roedd angen iddyn nhw nodi'r hyn yr oedden nhw'n cytuno y byddai angen ei gyflawni erbyn canol y cyfnod (2030) er mwyn sicrhau eu bod nhw ar y trywydd iawn i gyflawni'r weledigaeth. Yna fe wnaethant archwilio pa gamau gweithredu fyddai angen eu cymryd rhwng 2030 a 2035 i gyflawni'r weledigaeth, a pha gamau gweithredu fyddai angen eu cymryd nawr i gyflawni eu cerrig milltir canol cyfnod yn 2030. Drwy weithio'n ôl o 2035 i 2030 ac yna i'r presennol, gwnaeth y gweithdy helpu'r cyfranogwyr i dorri nodau hirdymor i lawr i gamau ymarferol, y gellir eu rheoli.

Yn adran 6, gallwch weld sut y gwnaeth y mewnwelediadau ychwanegol a gawsom o'r gweithdy rhanddeiliaid hwn ein galluogi i ehangu ar ein meysydd gweithredu sy'n dod i'r amlwg er mwyn datblygu cynigion cliriach a mwy manwl.

6 Meysydd blaenoriaeth ar gyfer gweithredu

Mae ein hymgysylltiad â rhanddeiliaid a theuluoedd wedi ein helpu i nodi a mireinio pedwar maes gweithredu a fydd yn bwysig i lunio dyfodol iachach ar gyfer tai yng Nghymru. Nodir hyn isod ochr yn ochr â'r mewnwelediadau gan randdeiliaid a'r rhai â phrofiad personol a lywiodd bob maes. Mae'r blychau'n cynnwys enghreifftiau o astudiaethau achos i ddangos sut mae'r cynigion hynny wedi dechrau cael eu rhoi ar waith yng Nghymru a thu hwnt.

1. Ymgorffori iechyd a llesiant yn Strategaeth Tai ac Adfywio Cymru

Yr hyn a glywsom:

Gan bobl sydd â phrofiad bywyd:

Tynnodd pobl sylw at y ffaith bod tai o ansawdd gwael, ansefydlogrwydd, a rhenti anfforddiadwy yn brif ffactorau sy'n achosi straen, iechyd meddwl gwael, a gwaethygu iechyd corfforol.

Fe wnaethon nhw bwysleisio'r angen am y canlynol:

- Mynediad at dai fforddiadwy sy'n diwallu eu hanghenion hygyrchedd, gan roi hyder i deuluoedd y gall eu plant dyfu i fyny mewn cartrefi diogel ac addas.
- Llwybrau cliriach a mwy dibynadwy drwy'r system dai, gydag amseroedd aros byrrach a mwy rhagweladwy fel nad yw unigolion a theuluoedd yn byw gydag ofn parhaus o fod yn ddigartref.

Gan randdeiliaid:

Mae rhanddeiliaid wedi galw am ddull sy'n canolbwyntio'n sylfaenol ar iechyd a llesiant pobl. Fe wnaethon nhw bwysleisio'r angen am y canlynol:

- Cyflenwad mwy o gartrefi iach, fforddiadwy a phriodol ar gyfer eu hanghenion, ochr yn ochr â phrosesau clir gan gynnwys camau ymgeisio tryloyw gyda chanllawiau ar yr hyn sydd ei angen a pham.
- Ymyrraeth gynnar i atal digartrefedd, cefnogaeth ac ymarfer parhaus sy'n ystyriol o drawma*****, sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn ac sy'n cydnabod yr anghenion cymhleth y mae llawer o unigolion yn eu hwynebu.
- Cydweithio cryfach rhwng tai, iechyd, gofal cymdeithasol a gwasanaethau cymunedol, wedi'i gefnogi gan gyfathrebu cliriach, cyfrifoldeb a rennir a gweithlu medrus i gyflawni.
- Cydnabod rôl gwasanaethau iechyd yr Amgylchedd fel partner craidd mewn gorfodi a gweithgarwch ataliol, gan gynnwys ymyrraeth gynnar, archwiliadau eiddo ac addysg gymunedol.

***** Mae [Fframwaith Cymru sy'n ystyriol o Drawma](#) yn darparu diffiniad Cymru o ddull sy'n ystyriol o drawma, ac mae'n Fframwaith cymdeithas gyfan i gefnogi dull cydlynol a chyson o ddatblygu a gweithredu arfer sy'n ystyriol o drawma ledled Cymru.



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales



Meysydd gweithredu:

Mae'r Strategaeth Tai ac Adfywio Cymru arfaethedig yn cynnig cyfle gwerthfawr i roi iechyd a thegwch wrth wraidd polisi tai ar gyfer cenedlaethau heddiw ac yfory.

I gyflawni hyn, byddai angen iddo wneud y canlynol:

- Defnyddio proses ddatblygu gynhwysol a chydweithredol sy'n dod â phartneriaid perthnasol ynghyd, ac mae'n rhaid iddi gynnwys lleisiau'r rhai sydd â phrofiad personol.
- Cryfhau diogelu tenantiaeth i leihau ansicrwydd a risgiau troi allan.
- Ehangu'r cyflenwad o gartrefi iach drwy wneud y canlynol:
 - cynyddu buddsoddiad mewn tai cymdeithasol i ddiwallu'r galw;
 - defnyddio rhaglenni adfywio i ailwampio cartrefi o ansawdd gwael a chreu amgylcheddau byw iachach; ac
 - archwilio sut y gellid ymestyn Safonau Ansawdd Tai Cymru (SATC) y tu hwnt i dai cymdeithasol i'r sector rhentu preifat, lle mae llawer o blant a theuluoedd mewn tlodi yng Nghymru yn byw ar hyn o bryd.

Byddai angen i estyniad o SATC i gartrefi sy wedi'u rhentu'n breifat fynd law yn llaw â chefnogaeth a chyllid cynaliadwy ar gyfer timau Iechyd yr Amgylchedd a datblygu'r gweithlu sy'n cyfateb i'r dull a gymerir yn y sector tai cymdeithasol er mwyn sicrhau bod disgwyliadau'n realistig ac yn gyraeddadwy.

Byddai Iechyd Cyhoeddus Cymru yn croesawu cydweithio â Llywodraeth Cymru i sicrhau bod canfyddiadau'r adroddiad hwn yn llywio datblygiad polisi tai sy'n hyrwyddo iechyd, tegwch a llesiant i bawb, gan gynnwys plant a theuluoedd sy'n byw mewn tlodi.



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

2. Cynnwys yn ystyrlon y rhai y mae polisi tai yn effeithio arnynt yn ei ddatblygiad, yn enwedig teuluoedd sy'n byw mewn tlodi

Yr hyn a glywsom:

Mae safbwyntiau o brofiad bywyd yn cwmpasu'r hyn a glywsom o'n hymchwil profiad bywyd a'r rhai â phrofiad bywyd a gyfrannodd at ein trafodaethau gweithdy i randdeiliaid.

Gan bobl sydd â phrofiad bywyd:

Disgrifiodd pobl â phrofiad bywyd o dai afiach a thlodi eu bod:

- Eisiau gweld gwelliannau i ansawdd a diogelwch tai. Fe wnaethant ddisgrifio realiti beunyddiol tai afiach (e.e. anfforddiadwy, o ansawdd isel) fel ffactor sy'n achosi straen parhaus sy'n niweidio iechyd corfforol, llesiant meddyliol a datblygiad plant.
- Angen i bobl sydd â phrofiad personol ddal rolau gwneud penderfyniadau strategol, yn hytrach nag ymgynghori â nhw'n achlysurol yn unig, gan sicrhau bod eu safbwyntiau'n llywio polisiau ac atebion.
- Heriau cynyddol stigma, biwrocratiaeth gymhleth, ac allgáu digidol; ac awydd i deimlo fel eu bod wedi'u grymuso ac yn fwy sicr am eu dyfodol.
- Pwysigrwydd trafndiaeth, mannau gwyrdd ac amgylcheddau lleol diogel ar gyfer llesiant teuluoedd.

Yn bwysig, fe wnaethant ofyn nid yn unig am fod yn rhan o'r ymgynghori ond i fod yn rhan weithredol o lunio atebion, gan alw am ymddiriedaeth, urddas, a pherthnasoedd hirdymor â gwasanaethau.

Gan randdeiliaid:

Mae prosesau ymgynghori, sy'n aml yn brif fecanwaith cynnwys rhanddeiliaid mewn datblygu polisiau, fel arfer yn digwydd yn rhy hwyr i ddylanwadu ar benderfyniadau'n ystyrlon ac yn aml nid ydynt yn addas iawn ar gyfer casglu safbwyntiau'r rhai sy'n profi cartrefi afiach, yn enwedig teuluoedd sy'n byw mewn tlodi. Mae angen ymgorffori profiad bywyd drwy ymgysylltiad cynnar ac ystyrlon er mwyn sicrhau bod polisiau'n adlewyrchu'r heriau y mae pobl yn eu profi a'u bod yn ymarferol i'w cyflawni.



Meysydd gweithredu:

I gyflawni hyn, mae angen i brofiad bywyd:

- Gael ei ymgorffori ar draws dylunio a chyflawni polisiâu drwy gyflogi pobl sydd â phrofiad bywyd mewn rolau strategol, paneli cyd-gynhyrchu, ac ymgysylltu hirdymor â theuluoedd. Mae angen i hyn fod yn arfer craidd gyda'r rhwystrau lleiaf posibl i gyfranogiad.
- Cael ei integreiddio i fframweithiau monitro a gwerthuso i asesu effaith ymyriadau tai ar iechyd a llesiant.
- Blaenoriaethu ymyrraeth gynnar ac atal drwy gydweithio â theuluoedd a chymunedau i ddylunio gwasanaethau integredig sy'n seiliedig ar leoedd. Mae tynnu ar brofiad bywyd yn sicrhau bod cefnogaeth yn ymatebol, gan helpu i atal argyfyngau a chreu amgylcheddau lle mae preswylwyr yn teimlo'n hyderus yn adrodd problemau heb ofni canlyniadau negyddol.
- Bod yn sensitif i'r stigma a all fod ynghlwm wrth dai gwael a thlodi drwy ddefnyddio [ymarfer sy'n ystyriol o drawma](#) ac ymgymryd â hyfforddiant perthnasol.

Blwch 1: Grŵp ymchwilwyr cymheiriaid profiad bywyd Shelter Cymru

Mae [Shelter Cymru](#) yn cyflogi ac yn cefnogi tîm medrus ac angerddol o ymchwilwyr cymheiriaid sydd â phob un ei brofiad ei hun o'r argyfwng tai. Mae hyn yn sicrhau bod ymchwil tai a digartrefedd wedi'i seilio ar brofiad bywyd.

Aelodau cyflogedig o staff Shelter Cymru sy'n cynhyrchu ac yn adolygu cyhoeddiadau yw Ymchwilwyr Cymheiriaid. Maent yn derbyn hyfforddiant parhaus, yn ogystal â chefnogaeth gan y Cydlynnydd Ymchwil Cymheiriaid. Maent hefyd yn cydweithio'n rheolaidd â phartneriaid ymchwil allanol ac yn mynd i gyfleoedd rhwydweithio mewn rhinwedd broffesiynol. Yn y pen draw, mae'r Tîm Ymchwil Cymheiriaid yn dod â sgiliau, safbwyntiau, gwybodaeth, mewnwelediad a dealltwriaeth unigryw ac amhrisiadwy i bob cam o'r broses ymchwil.

3. Gweithio ar draws sectorau a rhannu data i ddarparu cefnogaeth gydlynol a chanolbwyntio ar atal

Yr hyn a glywsom:

Gan bobl sydd â phrofiad bywyd:

Mae pobl sydd â phrofiad bywyd:

- Eisiau rhannu eu gwybodaeth unwaith a chael gwasanaethau i gydweithio, fel bod eu stori'n cael ei chofio, ei pharchu, a'i defnyddio i ddarparu cefnogaeth fwy llyfn a chyd-gysylltiedig.
- Eisiau eglurder, rheolaeth a hyder yn y ffordd y mae eu gwybodaeth yn cael ei defnyddio, gwybod pwy all gael mynediad ati, pam ei bod yn cael ei rhannu, a sut mae'n arwain at ganlyniadau gwell iddyn nhw.

Gan randdeiliaid:

Gwnaeth rhanddeiliaid bwysleisio:

- Bod y data mwy cyd-gysylltiedig a chyson hwnnw ar gyflwr tai yn galluogi dealltwriaeth gliriach o'r cysylltiadau rhwng tai ac iechyd, gyda gwybodaeth yn cael ei dwyn ynghyd ar draws awdurdodau lleol, darparwyr tai, gwasanaethau iechyd a'r trydydd sector trwy'r gallu i ryngweithredu ac ansawdd data gwell.
- Bod yr integreiddio gwell hwnnw'n cryfhau'r gallu i nodi risg yn gynnar, targedu camau ataliol, a gwerthuso effeithiau gwirioneddol polisi tai ar iechyd, gan gefnogi ymyrraeth gynharach a gwneud penderfyniadau mwy effeithiol.
- Pwysigrwydd arweinyddiaeth genedlaethol glir, safonau cyffredin, a phwrrpas a rennir, gan sicrhau bod integreiddio data wedi'i lywodraethu'n dda, yn gyson, ac yn canolbwyntio ar wella canlyniadau i bobl a chymunedau.



Meysydd gweithredu:

Mae sawl menter fach addawol ledled Cymru eisoes yn mynd i'r afael â'r her hon, gan ddarparu mewnwelediadau a chyfleoedd dysgu defnyddiol.

Byddai angen i ddatblygu hyn ymhellach gynnwys:

- Sicrhau bod profiad bywyd yn llywio blaenoriaethau data, fel bod yr hyn a fesurir yn adlewyrchu'r hyn sydd bwysicaf i bobl yn eu bywydau bob dydd.
- Cryfhau cytundebau rhannu data lleol a chenedlaethol, gyda llywodraethu clir, prosesau cydsynio, a thryloywder cyhoeddus.
- Cynyddu capasiti ac adnoddau ar gyfer data ac arloesi digidol i nodi, cefnogi ac olrhain canlyniadau'n well, wedi'i gefnogi gan fuddsoddiad cynaliadwy mewn seilwaith TG a rhannu cofnodion gwell ar draws sectorau¹⁵.
- Sicrhau bod cynnydd technolegol yn cael ei gyflwyno drwy systemau TG rhyngweithredol ar draws pob corff cyhoeddus, gyda ffocws ar ledaeniad a graddfa gyson er mwyn adeiladu system gwbl integredig a lleihau amrywiad.
- Defnyddio data integredig i nodi aelwydydd sydd mewn perygl o iechyd gwael yn gynharach a thargedu ymyriadau ataliol e.e. salwch sy'n gysylltiedig â lleithder, tlodi tanwydd, neu orlenwi. Byddai hyn yn cefnogi'r ddyletswydd "gofyn a gweithredu" newydd ar wasanaethau cyhoeddus yn y [Bil Digartrefedd a Dyrannu Tai Cymdeithasol \(Cymru\)](#).

Mae ymyriadau ataliol yn cynnwys atal y rhai sydd eisoes yn sâl rhag dirywio yn ogystal ag atal salwch cyn iddo ddatblygu.

Blwch 2: Prosiect Cartrefi Cynhesach Gwent i atal iechyd gwael o gartrefi oer

Mae prosiect Cartrefi Cynhesach Gwent yn defnyddio data iechyd gofal eilaidd Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan wedi'i gysylltu ar lefel yr unigolyn a'r cyfeiriad â data Tystysgrif Perfformiad Ynni (EPC) genedlaethol i nodi trigolion ar draws Gwent â chyflyrau anadlol a chardiofasgwlaidd a allai fod yn byw mewn cartrefi oer neu gartrefi sydd wedi'u hinswleiddio'n wael.

Drwy gysylltu dangosyddion clinigol â deallusrwydd tai, mae'r prosiect yn blaenoriaethu unigolion y mae eu hiechyd fwyaf tebygol o elwa ar amgylcheddau byw cynhesach a mwy diogel. Efallai y bydd llawer o'r rhai a nodwyd hefyd yn gymwys ar gyfer cyllid Rhwymedigaeth Cwmni Ynni (ECO), gan alluogi gwelliannau effeithlonrwydd ynni i'w heiddo.

Fel rhan o'r llwybr, mae Tîm Iechyd Cyhoeddus Gwent yn gweithio mewn partneriaeth â chydweithwyr mewn awdurdodau lleol, cymdeithasau tai, a phartneriaid yn y trydydd sector, fel Cymru Gynnes a Hafren Gwy, sy'n cynnig cyngor ac arweiniad wedi'u teilwra, gan helpu cyfranogwyr i ddeall eu hopsiynau, cael mynediad at y gefnogaeth sydd ar gael, a gwella cyfforddusrwydd a llesiant cyffredinol eu cartref.

4. Dysgu o gymhwyso Asesiadau o'r Effaith ar Iechyd (HIAs)

Bydd [Rheoliadau Asesiad o'r Effaith ar Iechyd \(Cymru\) 2025](#) yn ei gwneud yn ofynnol i rai cyrff cyhoeddus gynnal Asesiadau o'r Effaith ar Iechyd wrth wneud penderfyniadau pwysig ynghylch sut maent yn gweithredu. Mae'r rheolau hyn yn rhan o Ddeddf Iechyd y Cyhoedd (Cymru) 2017 a byddant yn dod i rym ym mis Ebrill 2027.

Mae HIAs wedi cael eu cynnal yn wirfoddol ers blyneddau lawer ledled y DU a thu hwnt gan lawer o wahanol fathau o sefydliadau ar ystod eang o bolisiâu, cynlluniau a rhaglenni. Mae HIAs yn galluogi ystyried yr effeithiau iechyd posibl, cadarnhaol a negyddol anfwriadol, ar iechyd corfforol a meddyliol pobl, ac ar wahanol grwpiau o bobl. Mae HIAs yn offeryn cefnogol ar gyfer gwella gwneud penderfyniadau sy'n gysylltiedig ag iechyd a gellir eu defnyddio mewn llawer mwy o senarios nag a fandadir yn benodol gan y Rheoliadau newydd.

Yr hyn a glywsom:

Gan bobl sydd â phrofiad bywyd:

Siaradodd pobl sydd â phrofiad personol o dai gwael â ni am sut:

- Gall methu ag ystyried effeithiau ar iechyd mewn penderfyniadau gael effaith gwirioneddol ac uniongyrchol ar fywyd bob dydd gan effeithio ar iechyd meddwl, lefelau straen, sefydlogrwydd teuluol, a mynediad at wasanaethau hanfodol.
- Mae eu profiad eu hunain yn dangos sut mae lleoliad tai, trafnidiaeth, manau gwyrdd, ansawdd aer, a hygyrchedd gwasanaethau i gyd yn llunio'n uniongyrchol eu llesiant corfforol ac emosiynol nhw a'u teulu.
- Mae'n teimlo'n rhwystredig pan fydd polisiâu'n ymddangos yn ddatgysylltiedig â realiti bywyd, gyda chanlyniadau anfwriadol sy'n effeithio'n anghymesur ar deuluoedd fel eu rhai hwy, ar incwm isel.

Gan randdeiliaid:

Amlygwyd y canlynol:

- Er bod HIAs yn annog asesiadau o'r effaith ar iechyd ac yn cael eu cydnabod fel rhai sy'n gwneud cyfraniad gwerthfawr at lunio cynlluniau gan [Polisi Cynllunio Cymru](#), nid ydynt yn cael eu cynnal yn gyson yn y sector tai.
- Mae HIAs yn ddull gwerthfawr o nodi ac ystyried effeithiau ac anghydraddoldebau posibl, ac o argymhell atebion i fynd i'r afael â'r effeithiau hyn. Felly, maent fwyaf effeithiol pan gânt eu gwneud yn gynnar mewn proses gwneud penderfyniadau, er enghraifft yn y cyfnod cyn-ymgeisio yn y broses gynllunio, yn hytrach na'u cymhwyso'n ôl-weithredol.
- Elfen allweddol o wneud Asesiad o'r Effaith ar Iechyd (HIA) yw ymgysylltu â rhanddeiliaid, er mwyn nodi'r dystiolaeth o effaith ar wahanol grwpiau o bobl a phenderfynyddion iechyd. Felly, mae HIAs yn cynnig mecanwaith ar gyfer cynnwys pobl sydd â phrofiad bywyd a datblygu cydweithio traws-sector.

Meysydd gweithredu:

O fis Ebrill 2027 ymlaen, bydd HIAs yn orfodol i rai cyrff cyhoeddus wrth wneud penderfyniadau strategol, gan gynnwys penderfyniadau sy'n ymwneud â thai¹⁶. Byddai cymhwyso HIAs yn rheolaidd yn sicrhau bod polisiau a datblygiadau tai yn mynd i'r afael ag iechyd gwael ac anghydraddoldeb yn hytrach na mentro eu gwaethygu, a chreu cymunedau sydd nid yn unig yn atal salwch ond yn hyrwyddo llesiant yn weithredol ar gyfer cenedlaethau'r presennol a'r dyfodol.

I gyflawni hyn:

- Dylid annog sefydliadau eraill ac ar draws ystod ehangach o brosesau gwneud penderfyniadau i ddefnyddio HIAs er mwyn helpu i asesu effeithiau posibl ar iechyd.
- Dylid defnyddio HIAs fel mecanwaith ar gyfer galluogi cyfranogiad pobl sydd â phrofiad bywyd neu a fydd yn cael eu heffeithio gan y penderfyniad, yn ogystal â chydweithio traws-sector. Byddai hyn yn helpu i sicrhau bod polisiau tai, tlodi plant, a pholisiau eraill yn cael eu hintegreiddio â'i gilydd ac yn cyd-fynd â nodau iechyd y cyhoedd.
- Yn ddelfrydol, dylid cynnal HIAs yn gynnar yn y broses o wneud penderfyniadau. Dylent yn amlwg lywio penderfyniadau a chynlluniau. Gellir eu defnyddio hefyd i adolygu rhaglenni hanesyddol fel ôl-osod a datgarboneiddio er mwyn sicrhau bod y manteision a fwriadwyd yn cael eu gwireddu a'u rhannu'n deg, a bod unrhyw effeithiau negyddol posibl yn cael eu lliniaru.
- Mae angen meithrin capasiti drwy hyfforddiant, offer a chanllawiau ar ymgorffori iechyd mewn polisi tai a chynllunio, ac wrth gynnal HIA ar gyfer datblygiadau tai¹⁷.

Blwch 3: Ymgorffori HIAs mewn polisi ac ymarfer awdurdodau lleol

Mae [TRUUD](#) (Tackling Root Causes Upstream of Unhealthy Urban Development) wedi creu cyfres o ffilmiau i roi darluniau ymarferol o sut mae Asesiadau o'r Effaith ar Iechyd yn cael eu hymgorffori mewn polisiau lleol a'u defnyddio'n ymarferol gan awdurdodau lleol yn Darlington, Doncaster, Luton, Tower Hamlets a Wakefield.





7 Casgliad a'r camau nesaf

Mae'r cartrefi maent yn byw ynddynt yn dylanwadu ar iechyd plant yng Nghymru bob dydd. Heb gamau gweithredu tymor byr brys a chynllunio strategol ar gyfer gwelliannau yn y dyfodol, bydd tai afiach yn parhau i ddyfnhau anghydraddoldebau, rhoi baich ar wasanaethau cyhoeddus, a niweidio iechyd plant a'u gallu i gyflawni eu potensial.

- Mae tai ac iechyd yn anwahanadwy: mae cartref sefydlog, cynnes ac o ansawdd da yn un o'r blociau adeiladu mwyaf sylfaenol ar gyfer bywyd iach. Mae Cymru mewn cyfnod hollbwysig. Mae teuluoedd yn wynebu pwysau cyfunol prinder tai ac argyfwng costau byw, ond mae yna gyfle unigryw hefyd.
- Mae Strategaeth Tai ac Adfywio Cymru sydd ar ddod gan lywodraeth nesaf Cymru yn cynnig y cyfle i osod gweledigaeth feiddgar: un lle mae pob plentyn yn tyfu i fyny mewn cartref iach. Mae angen i hyn ddechrau drwy ymgorffori iechyd mewn polisi tai strategol drwy gydweithio gwell ar draws sectorau, data integredig, cynnwys y rhai sydd â phrofiad personol yn ystyrlon, a defnyddio Asesiadau o'r Effaith ar Iechyd yn rheolaidd.

Drwy sicrhau bod pob plentyn yng Nghymru yn tyfu i fyny mewn cartref iach, gallwn helpu i roi'r dechrau gorau mewn bywyd i bob plentyn, adeiladu cymunedau iachach, a datgloi dyfodol iachach a thecach i bawb.

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn edrych ymlaen at barhau i gydweithio â rhanddeiliaid a Llywodraeth Cymru i helpu i roi iechyd a llesiant wrth wraidd polisi tai yng Nghymru.



Cyfeiriadau

- 1 Iechyd Cyhoeddus Cymru. (2024). Canlyniadau Arolwg Amser i siarad Iechyd Cyhoeddus Cymru Tachwedd 2024. <https://icc.gig.cymru/pynciau/amser-i-siarad-iechyd-cyhoeddus/cyhoeddiadau-panel-amser-i-siarad-iechyd-cyhoeddus/cyhoeddiadau/amser-i-siarad-iechyd-cyhoeddus-tachwedd-2024-canfyddiadau-arolwg/?ts=1772031316902>
- 2 Iechyd Cyhoeddus Cymru. (2023). Amser i Siarad Iechyd Cyhoeddus Canfyddiadau Arolwg Panel Mehefin 2023: Yn cwmpasu Rhestrau Aros y GIG, Tai, Tyst i Drais, Llesiant Meddyliol a Gofal Sylfaenol <https://icc.gig.cymru/pynciau/amser-i-siarad-iechyd-cyhoeddus/cyhoeddiadau-panel-amser-i-siarad-iechyd-cyhoeddus/cyhoeddiadau/amser-i-siarad-iechyd-cyhoeddus-mehefin-2023-canfyddiadau-arolwg-panel/?ts=1772031396027>
- 3 Y Swyddfa Ystadegau Gwladol (2024). *Private rental affordability, England and Wales: 2023*. <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/housing/bulletins/privaterentalaffordabilityengland/2023>
- 4 Marmot, M. (2010). *Fair society, healthy lives: The Marmot Review — strategic review of health inequalities in England post-2010*. Institute of Health Equity. <https://www.instituteofhealthequity.org/resources-reports/fair-society-healthy-lives-the-marmot-review>
- 5 Morrison Gutman, L., Joshi, H., and Schoon, I. (2015). *Children of the new century: Mental health findings from the Millennium Cohort Study*. London: Centre for Mental Health.
- 6 Marmot, M., Allen, J., Boyce, T., Goldblatt, P., and Morrison, J. (2020). *Health Equity in England: The Marmot Review 10 years on*. London: Institute of Health Equity. <https://www.health.org.uk/reports-and-analysis/reports/health-equity-in-england-the-marmot-review-10-years-on-0>
- 7 Comisiynydd Plant Cymru. (2022). Plant yn pryderu am gael digon i'w fwyta. 16 Tachwedd 2022 Port Talbot: Comisiynydd Plant Cymru. <https://www.complantcymru.org.uk/2022/11/plant-yn-pryderu-am-gael-digon-iw-fwyta/>.
- 8 Elliott, I. (2016). *Poverty and Mental Health: A review to inform the Joseph Rowntree Foundation's Anti-Poverty Strategy*. London: Mental Health Foundation.
- 9 Iechyd Cyhoeddus Cymru (2023). Plant a'r argyfwng costau byw yng Nghymru. <https://phwwhocc.co.uk/wp-content/uploads/2023/09/PHW-Children-and-cost-of-living-report-CYM-1-1.pdf>
- 10 Ford, K., Carella, N., Hill, R., Janssen, H., Heywood, L., Griffiths, D., ac Azam, S. (2024). *Cadw'n gynnes gartref yn ystod y gaeaf yng Nghymru Gwahaniaethau mewn ymddygiad gwresogi, strategaethau ymdopi a llesiant o 2022 i 2023*. Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru; Prifysgol Bangor. <https://phwwhocc.co.uk/wp-content/uploads/2024/03/Cadwn-gynnes-gartref-yn-ystod-y-gaeaf-yng-Nghymru.pdf>
- 11 Ymchwil y Senedd. (2024). Effaith "seismig" yr argyfwng costau byw ar bobl anabl. <https://ymchwil.senedd.cymru/erthyglau-ymchwil/effaith-seismig-yr-argyfwng-costau-byw-ar-bobl-anabl/>



- 12 Gray-Ffrench, M., Fernandes, R. M., Sinha, I. P., and Abrams, E. M. (2022). Allergen Management in Children with Type 2-High Asthma. *Journal of Asthma and Allergy*, 381-394.
- 13 Ingham, T., Keall, M., Jones, B., Aldridge, D. R. T., Dowell, A. C., Davies, C., Crane, J., Draper, J. B., Bailey, L. O., Viggers, H., Stanley, T. V., Leadbitter, P., Latimer, M., & Howden-Chapman, P. (2019). *Damp mouldy housing and early childhood hospital admissions for acute respiratory infection: a case control study*. *Thorax*, 74(9), 849–857.
<https://thorax.bmj.com/content/74/9/849>
- 14 Crisis. (n.d.). *What is insecure housing?* Crisis. Adalwyd Awst 15, 2025, from <https://www.crisis.org.uk/ending-homelessness/about-homelessness/insecure-housing/>
- 15 Coleg Brenhinol Pediatreg ac Iechyd Plant (Cymru) 2026 *Rhoi plant yn gyntaf: Blaenoriaethu dyfodol Cymru – manifesto etholiad RCPCH Cymru 2026*. Coleg Brenhinol Pediatreg ac Iechyd Plant. <https://www.rcpch.ac.uk/resources/wales-manifesto-senedd-election-2026#-embrace-data-and-digital-innovation>
- 16 Llywodraeth Cymru. (2025). Datganiad Ysgrifenedig: Rheoliadau Asesiadau o'r Effaith ar Iechyd (Cymru) 2025. [Datganiad Ysgrifenedig: Rheoliadau Asesiadau o'r Effaith ar Iechyd \(Cymru\) 2025 \(25 Tachwedd 2025\) | LLYW.CYMRU](#)
- 17 Iechyd Cyhoeddus Cymru (2025). Cynllunio Lleoedd Iach: Canllaw i awdurdodau lleol yng Nghymru i ymgorffori iechyd mewn polisi cynllunio lleol. <https://icccgsib.co.uk/adnoddau/cynllunio-lleoedd-iach-canllaw-i-awdurdodau-lleol-yng-nghymru-i-ymgorffori-iechyd-mewn-polisi-cynllunio-lleol/>

Atodiad

Gwnaethom ymchwil profiad bywyd o fis Chwefror i fis Ebrill 2025 gyda rhieni o deuluoedd ar incwm isel i archwilio eu profiad o dai afiach. Cefnogwyd recriwtio gan Shelter Cymru, a nododd a gwahoddodd gyfranogwyr yn seiliedig ar eu hymgysylltiad â gwasanaethau Shelter Cymru.

Cynhaliwyd yr holl gyfweiliadau gan Opinion Research Services (ORS), sefydliad ymchwil marchnad annibynnol, i gefnogi cyfrinachedd cyfranogwyr a lleihau rhagfarn bosibl. Cafodd ORS gydsyniad gwybodus gan bob un o'r 15 cyfranogwr a chynhaliodd gyfweiliadau lled-strwythuredig, naill ai wyneb yn wyneb neu dros y ffôn, gan ddefnyddio canllaw pwnc y cytunwyd arno ar y cyd ag Iechyd Cyhoeddus Cymru (ICC).

Cafodd recordiadau cyfweiliadau eu trawsgrifio gan ORS a'u darparu i ICC ar ffurf ddiennw. Cynhaliodd ICC ddadansoddiad thematig o'r trawsgrifiadau i nodi themâu allweddol ar draws profiadau'r cyfranogwyr. Yna defnyddiwyd y themâu hyn i ddatblygu dyfyniadau cyfansawdd, sy'n cyfuno elfennau o gyfrifon nifer o gyfranogwyr i ddangos profiadau cyffredin wrth warchod anhysbysrwydd unigolion. Cafodd yr holl ganlyniadau eu sicrhau o ran ansawdd.

Gweithio gyda'n gilydd i greu Cymru iachach

Working together for a healthier Wales

ISBN: 978-1-83766-804-5

© 2026 Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru. Caniateir atgynhychu deunydd a gynhwysir yn y ddogfen hon o dan delerau'r Drwydded Llywodraeth Agored (OGL) ar yr amod y gwneir hynny'n fanwl gywir ac na chaiff ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol. Rhaid nodi cydnabyddiaeth i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru. Mae hawlfraint y trefniant teipograffyddol, y dyluniad a'r cynllun yn eiddo i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.