



ar blant a phobl ifanc yng Nghymru

“Ddylech chi ddim teimlo cywilydd oherwydd tlodi, achos mae llawer o bobl yn mynd yn dlawd heb wneud dim o'i l.” (14-16oed)

Mae byw mewn tlodi yn golygu bod heb ddigon o arian i brynu'r pethau rydych chi angen bob dydd, fel digon o fwyd neu wres. Mae llawer iawn o blant yn byw mewn tlodi yng Nghymru.

Fe ofynnwn ni i blant a phobl ifanc sut mae tlodi'n gallu effeithio ar rai plant. Dyma beth ddwedson nhw:

Bwyd a bod yn llwglyd

**Beth sydd angen newid?
Fe ddwedson nhw:**

✓ Prydau Ysgol am ddim i bawb

✓ Mwy o fynediad i fanciau
bwyd

✓ Pay people properly for their
jobs

Fe ddwedson nhw y dylai plant sy'n byw yng Nghymru ddim bod yn llwglyd. Dylai pobl ifanc ddim gorfod delio â hynny

Gall bod yn llwglyd wneud **canolbwyntio'n anodd** yn yr ysgol. Mae'n gallu gwneud i chi deimlo'n flinedig.

Falle bydd rhai plant yn teimlo'n **bryderus neu dan straen** oherwydd bod dim digon i'w fwyta gan eu teulu.

Nid bai'r rhieni yw hyn. Mae rhieni'n aml yn poeni am hyn, ac mae'n gallu ypsedio nhw.

*“Rhoi rhagor o arian i bobl fel fy mam sy'n gweithio'n galed ond ddim yn cael digon o dâl.”
(10-13 oed)*

Yr Ysgol

Gall yr ysgol fod yn anodd i lawer o blant sy'n byw mewn tlodi. Falle bydd ganddyn nhw ddim digon o arian i gael y **wisg ysgol** gywir. Falle byddan nhw'n methu talu am **deithiau ysgol** neu glybiau.

Dywedodd plant a phobl ifanc y gallai hyn wneud iddyn nhw **deimlo eu bod yn cael eu gadael allan** neu ar eu pen eu hunain. Fydden nhw ddim yn gallu cymryd rhan a chael yr un profiad â phlant eraill yn yr ysgol. **Doedd hyn ddim yn deg.**

“Falle gallen ni i gyd ddysgu am dlodi a'i effeithiau.” (10-13 oed)

✓ Dylai pob plentyn gael cyfle cyfartal i ddysgu

✓ Teithiau ysgol am ddim

✓ Dylai trafndiaeth i'r ysgol a bysus fod ar gael am ddim i'r rhai sy'n byw mewn tlodi

✓ Gwisg Ysgol am ddim

✓ Dylai ysgolion addysgu sut mae tlodi'n effeithio ar blant

Bwlio

Mae llawer o blant sy'n byw mewn tlodi yn cael eu bwlio.

Dyw hyn ddim yn deg.

Dyma sut mae'n gwneud i rai plant deimlo.

"Mae pobl yn siarad amdanoch chi a dydyn nhw ddim eisiau bod yn ffrind i chi. Allwch chi ddim gwneud beth mae pobl eraill yn gwneud, felly dydyn nhw ddim yn gweld chi fel ffrind."
(O dan 10 oed).



Beth sydd angen newid?

Fe ddwedson nhw:

- ✓ Mae pawb yn bwysig
- ✓ Dylai pawb gael eu trin yr un fath
- ✓ Mae angen i ni fod yn fwy caredig
- ✓ Nid eu bai nhw yw tlodi
- ✓ Dim rhagor o fwlio

Dywedodd y plant a'r bobl ifanc fod tlodi yn effeithio ar iechyd meddwl. Mae'n gallu gwneud i blant deimlo embaras ynghylch bod heb ddigon i'w fwyta neu fod heb arian i fynd allan gyda ffrindiau.

"Gorfod cerdded i bobman, methu mynd i leoedd sy'n costio arian. Methu ymuno â ffrindiau sydd ag arian." (10-13 yrs)

Fe ddwedson nhw y gallen nhw deimlo'n **unig, wedi ypsedio neu'n isel**. Gallai hynny wneud iddyn nhw deimlo'n grac, a'u bod nhw ddim cystal â phawb arall.

"Dylai pawb ohonyn ni gael ein trin yr un fath." (10-13 oed)

Dywedodd y plant a'r bobl ifanc fod angen i bethau newid.

Fe ddwedson nhw:

- ✓ Bod angen trin pawb â pharch
- ✓ Dylai pawb ohonon ni ddeall sut mae'n teimlo
- ✓ Gwisg Ysgol am ddim
- ✓ Ddylai neb fwlio unrhyw un

Iechyd Meddwl

Diolch anferth i'r holl blant a phobl ifanc a fu'n rhan o'r arolwg yma am dlodi. Mae'n bwysig ein bod ni'n clywed beth sydd gennych chi i'w ddweud.

Byddwn ni'n rhannu eich holl sylwadau gyda'r bobl sydd â gofal am Gymru. Mae hynny'n golygu bydd eich lleisiau'n cael eu clywed.



PLANT YNG NGHYMRU
CHILDREN IN WALES