Adroddiad Cymru Ifanc i Bwyllgor y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn

Ymchwilwyr Gwirfoddol Ifanc: Arthur Templeman-Lilley, Ayse Gulcimen, Brandon Gale, Charlie Farr, Farrah Earl, Safiyah Hicks

Cefnogwyd gan Staff Cymru Ifanc: Bethany Turner, Elaine Speyer, Gareth Hicks, Juhela Rahman-Daultrey, Rebecca Bennett-Wilding, Tegan Waites

Golygwyd gan: Tegan Waites

Rhagfyr 2022

childreninwales.org.uk / www.plantyngnghymru.org.uk

@YoungWalesCIW

PLANT YNG NGHYMRU
CHILDREN IN WALES

Ariennir gan Llywodraeth Cymru
Funded by Welsh Government

Crynodeb Gweithredol

Mae Cymru Ifanc yn rhan o Plant yng Nghymru, y corff trosfwaol cenedlaethol ar gyfer sefydliadau sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc, ac yn cael ei ariannu gan Lywodraeth Cymru. Nod Cymru Ifanc yw rhoi llais i blant a phobl ifanc yng Nghymru ar faterion sy'n effeithio arnyn nhw, fel bod modd i'w barn gael ei chlywed.

Mae dyletswydd ar Lywodraeth Cymru i roi sylw dyledus i Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn fel rhan o 'Fesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) 2011.'

'Rydyn ni eisiau i Gymru fod yn lle gwych i dyfu i fyny, byw a gweithio ynddo, nawr ac yn y dyfodol.'

Yn 2022 lansiodd Llywodraeth Cymru'r 'Cynllun Plant a Phobl Ifanc', gydag ymrwymiad i egwyddorion CCUHP ac i saith blaenoriaeth trawslywodraethol a ddatblygwyd gyda Cymru Ifanc mewn ymgynghoriad â mwy na 200 o blant a phobl ifanc.

Cynhyrchwyd yr adroddiad hwn ar y cyd gan yr Ymchwilwyr Gwirfoddol Ifanc a staff Cymru Ifanc, ac mae'n trafod profiadau pobl ifanc a'u hawliau dynol yng Nghymru. Bydd yn cael ei anfon at Bwyllgor y CU ar Hawliau'r Plentyn.

Buon ni'n gweithio gyda Cymru Ifanc i ddeall yn well beth yw hawliau plant, a beth maen nhw'n ei olygu i blant a phobl ifanc. Buon ni'n edrych ar yr adroddiad blaenorol, yn cynnal adolygiad o'r llenyddiaeth, yn penderfynu ar gwestiynau i'w gofyn, ac yn cysylltu â grwpiau eraill i weld beth roedd plant a phobl ifanc yn eu gweld fel blaenoriaethau yng Nghymru. Fe wnaethon ni gysylltu â phob un o'r 22 awdurdod lleol yng Nghymru, ac ystod o sefydliadau eraill, gan gynnwys Senedd Ieuenctid Cymru, Swyddfa Comisiynydd Plant Cymru, y Rhwydwaith Gofalwyr Ifanc, y Rhwydwaith Gweithwyr Cyfranogiad Cenedlaethol, Cefnogi Plant y Lluoedd ym myd addysg yng Nghymru, Rhaglen Ffoaduriaid a Cheiswyr Lloches TGP Cymru, a llawer o rai eraill, er mwyn deall y meysydd blaenoriaeth yn well ar lefel leol a chenedlaethol.

Buon ni'n gweithio gyda Cymru Ifanc i goladu'r data o 41 ymgynghoriad â phobl ifanc a gyflwynwyd gan Cymru Ifanc rhwng 2020 a 2022, y cyfrannodd dros 1000 o bobl ifanc atyn nhw. Fe wnaethon ni ddefnyddio data a gafwyd mewn digwyddiadau y bu Cymru Ifanc yn eu mynychu rhwng 2020 a 2022, gan gynnwys Gŵyl Cymru gofalwyr ifanc 2022, gŵyl flynyddol newydd ei ffurfio, a Gŵyl flynyddol Cymru Ifanc, ac roedd cyfanswm o fwy na 200 o bobl ifanc yn bresennol ar draws y ddau ddigwyddiad. Buon ni hefyd yn ymgynghori â grwpiau ymgynghorol pobl ifanc Cymru Ifanc, sydd â 56 o aelodau ifanc sy'n cynnwys: Grŵp Diddordeb Arbennig Addysg a Chyfiawnder Cymdeithasol, Grŵp Diddordeb Arbennig Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol, Grŵp Diddordeb Arbennig Newid yn yr Hinsawdd a Materion Gwledig, Bwrdd Prosiectau Cymru Ifanc a Grŵp Rhanddeiliaid Ieuenctid Cenedlaethol; er mwyn llywio'r adroddiad hwn ymhellach.

Fe wnaethon ni ofyn i sefydliadau a phobl ifanc nodi eu meysydd blaenoriaeth ar hyn o bryd, ac yna gofyn i bobl ifanc roi'r meysydd blaenoriaeth yn nhrefn pwysigrwydd fel a ganlyn:

1. Costau Byw
2. Iechyd Meddwl a Llesiant
3. Bod yn Gaeth i Sylweddau a'u Camddefnyddio
4. Cydraddoldeb, Amrywiaeth a Chynhwysiad
5. Cyfranogiad a Hawliau Plant
6. Addysg
7. Trosedd
8. Profiadau Bywyd
9. Chwarae
10. Trafnidiaeth
11. Diogelwch Ar-lein
12. COVID-19
13. Newid yn yr Hinsawdd

Fe wnaethon ni wrando ar beth ddwedodd plant a phobl ifanc wrthyn ni, ac rydyn ni wedi cynnig rhai argymhellion ar gyfer pob un o'r meysydd blaenoriaeth, fel a ganlyn:

Argymhellion
Costau Byw

- Prydau ysgol am ddim i bawb
- Gwneud cyrff fel darparwyr ynni a thrafnidiaeth yn rhai Gwladol unwaith yn rhagor
- Gwell safonau byw
- Gweithgareddau am ddim i blant a phobl ifanc
- Mwy o gefnogaeth ariannol i bobl sy'n byw mewn tlodi

Iechyd Meddwl a Llesiant

- Lefelau uwch o gefnogaeth ac ymyrraeth gynharach
- Sicrhau gwell mynediad at wasanaethau
- Cynnig ystod ehangach o wasanaethau
- Cynyddu gwelededd a normaleiddio iechyd meddwl
- Creu Mannau Diogel

Bod yn Gaeth i Sylweddau a'u Camddefnyddio

- Camau gorfodi cryfach ar gyfer cynnyrch â chyfyngiad oed
- Mwy o gefnogaeth i'r rhai sydd eisoes yn gaeth i sylweddau
- Sicrhau bod cyffuriau a sylweddau ddim yn 'cŵl' trwy strategaethau cynyddu ymwybyddiaeth
- Cynnwys ymwybyddiaeth o gyffuriau a sylweddau yn y cwricwlwm newydd ac mewn hyfforddiant i athrawon

Cydraddoldeb, Amrywiaeth a Chynhwysiad

- Sicrhau bod pobl ifanc yn teimlo’n ddiogel trwy gyflwyno mwy o gyfreithiau i’n hamddiffyn ni i gyd
- Cynnwys Cydraddoldeb, Amrywiaeth a Chynhwysiad yn y Cwricwlwm Newydd i bobl ifanc ac mewn hyfforddiant i athrawon

Cyfranogiad a Hawliau Plant

- Cynyddu gweithgareddau ymwybyddiaeth ac adnoddau, fel bod pob plentyn a pherson ifanc yn gwybod bod ganddyn nhw hawliau a sut i gael mynediad i’w hawliau
- Creu mwy o gyfleoedd i bobl ifanc leisio barn
- Sicrhau bod pob plentyn a pherson ifanc yn cael cyfle i gael eu clywed, gan gynrychioli amrywiaeth a diwylliant Cymru
- Sicrhau bod cyfleoedd i gyfranogi yn hygyrch ac yn gynhwysol i bob plentyn a pherson ifanc
- Cynyddu hyfforddiant ac adnoddau ymwybyddiaeth i oedolion

Addysg

- Gwella ymwybyddiaeth o’r cwricwlwm newydd
- Gwneud addysg yn fwy perthnasol i’r byd go iawn. Darparu profiad gwaith sydd o ddiddordeb i bobl ifanc ac yn eu hysgogi
- Darparu mwy o gyllid ym myd addysg ar gyfer adnoddau a phrofiadau a chyfleoedd ystyrlon i bob person ifanc
- Gwneud addysg yn hygyrch a chynhwysol i bob plentyn a pherson ifanc yng Nghymru
- Darparu hyfforddiant a chefnogaeth iechyd meddwl o safon i athrawon a phobl ifanc er mwyn dileu’r stigma sy’n gysylltiedig â iechyd meddwl
- Newid y rheolau ynghylch gwisgoedd ysgol fel eu bod yn fforddiadwy i bob teulu

Trosedd

- Cynyddu niferoedd yr heddlu a’u gweleded ac ystyried cyflwyno cosbau llymach er mwyn atal trosedd a lleihau cyfraddau troseddu
- Mae angen newid yn y system er mwyn atal troseddu, cefnogi’r rhai sy’n cyflawni troseddau a chefnogi dioddefwyr troseddau
- Cynyddu ymwybyddiaeth ac addysg ynghylch trosedd a ble mae help ar gael
- Creu mannau mwy diogel i blant a phobl ifanc
- Dylai fod gan Gymru fwy o bwerau datganoledig yng nghyswllt y system gyfiawnder, gan y byddai’n canolbwyntio’n benodol ar faterion Cymreig
- Megis y problemau parhaus o ran bod yn gaeth i sylweddau a’u camddefnyddio a’r troseddau cyllyll sy’n amlwg yma

Profiadau Bywyd

- Mae angen gwasanaethau a chefnogaeth mwy penodol ac wedi'u teilwra'n fwy ar gyfer plant a phobl ifanc sy'n cael profiadau negyddol mewn bywyd, gan gynnwys ymyriadau iechyd meddwl cynharach a dulliau ataliol o gefnogi iechyd meddwl
- Mae angen mwy o gyllid i sicrhau bod modd cynnig cefnogaeth a gwasanaethau ar yr adeg gywir ac mewn modd priodol ar gyfer anghenion y plentyn neu'r person ifanc

Chwarae

- Mae angen mwy o opsiynau, cyfleoedd ac amser i chwarae arnon ni
- Dylai fod mynediad agored a chyfleoedd rhydd i chwarae ar gyfer holl blant a phobl ifanc Cymru
- Dylai mannau chwarae fod yn hygyrch, yn gynhwysol ac yn ddiogel

Trafnidiaeth

- Sicrhau bod trafnidiaeth gyhoeddus ar gael am ddim i bob plentyn a pherson ifanc
- Gwella dibynadwyedd, amlder a hygyrchedd trafnidiaeth gyhoeddus, fel bod plant a phobl ifanc yn teimlo'n ddiogel
- Estyn dalgylchoedd fel bod mwy o bobl ifanc yn gallu cael mynediad i drafnidiaeth ysgol am ddim
- Gwella'r seilwaith trafnidiaeth cyhoeddus fel ei fod yn hygyrch ym mhob ardal, gan gynnwys ardaloedd gwledig Cymru

Diogelwch Ar-lein

- Cyflwyno mwy o reolau a gwneud darparwyr yn fwy atebol am wirio oed defnyddwyr sy'n cyrchu'r we, fel ei fod yn fwy diogel i bawb
- Gwneud plant a phobl ifanc yn fwy ymwybodol o ddiogelwch ar-lein, gan ddefnyddio profiadau bywyd go iawn yn enghreifftiau
- Darparu mwy o hyfforddiant ac adnoddau i oedolion ar ddiogelwch ar-lein

COVID-19

- Darparu cefnogaeth ychwanegol 1 i 1 ac adnoddau i blant a phobl ifanc sydd angen hynny wedi'r pandemig
- Parhau i gydnabod effeithiau hirdymor y pandemig ar blant a phobl ifanc, yn benodol yng nghyswllt iechyd meddwl a llesiant, a darparu cefnogaeth i liniaru'r effeithiau hirdymor
- Darparu cyfleoedd diogel, ystyrlon i blant a phobl ifanc gymdeithasu ac adennill eu sgiliau cymdeithasol a'u rhyngweithio wyneb yn wyneb gyda'u ffrindiau a'u cyfoedion

Newid yn yr Hinsawdd

- Gwreiddio gwersi, adnoddau a mwy o ymgyrchoedd ar y newid yn yr hinsawdd yn y cwricwlwm er mwyn cynyddu ymwybyddiaeth o'r realiti nawr, beth sy'n cael ei wneud, a beth mae modd ei wneud, gyda chyngor ymarferol ar sut gall plant a phobl ifanc wneud gwahaniaeth
- Darparu biniau ailgylchu cliriach, llwybrau mwy diogel i gerdded i'r ysgol, a chefnogi mwy o weithgareddau awyr agored fel garddio a chasglu sbwriel
- Lleihau effaith diwydiant ar yr hinsawdd a chynnig mwy o gymhellion ar gyfer diwydiannau sy'n gofalu am yr amgylchedd
- Gwrando ar blant a phobl ifanc ar y newid yn yr hinsawdd

Mae pobl ifanc yn defnyddio'u lleisiau, yn gwneud yn fawr o'u hawl i gael eu clywed, ac yn dweud wrthyn ni pa faterion sy'n bwysig iddyn nhw. Mae'n hanfodol ein bod yn gwrando, yn deall ac yn gweithredu ar y pryderon a'r awgrymiadau a amlinellir yn yr adroddiad hwn.

Mae cynhyrchu'r adroddiad hwn ar y cyd â Cymru Ifanc wedi bod yn gyfle gwych i ni fel gwirfoddolwyr. Yn ogystal â rhannu ein barn ein hunain rydyn ni wedi gallu chwyddo lleisiau pobl ifanc eraill, a bod yn eiriolwyr drostyn nhw.

Yng Nghymru, mae hawliau plant yn cael eu cynnal at ei gilydd, ond mae rhai gwelliannau i'w gwneud. Mae CCUHP yn gweithio law yn llaw â syniadau ynghylch cydraddoldeb, amrywiaeth a chynhwysiad. Pan gymerir camau gweithredu yn dilyn yr adolygiad hwn, rhaid i'r ethos hon barhau'n ffactor canolog. Dylai hawliau plant fod ar y blaen wrth wneud penderfyniadau, gyda lleisiau pobl ifanc yn gweithredu fel sbardun i yrru newid a chynnydd.

Cynnwys

Contents

Crynodeb Gweithredol 1
Cyflwyniad 7
Amdanon ni 8
Beth wnaethon ni 10
Meysydd Blaenoriaeth 11
Costau Byw 12
Iechyd Meddwl a Llesiant 15
Bod yn Gaeth i Sylweddau a'u Camddefnyddio 19
Cydraddoldeb, Amrywiaeth a Chynhwysiad 22
Cyfranogiad a Hawliau Plant 26
Trosedd 34
Profiadau Bywyd 37
Chwarae 40
Trafnidiaeth 46
Diogelwch Ar-lein 49
COVID-19 54
Newid yn yr Hinsawdd 57
Taset ti'n Brif Weinidog Cymru am ddiwrnod… 62
Argymhellion 64
Diweddglo 69
Atodiadau 70

Cyflwyniad

Mae Cymru Ifanc yn rhan o Plant yng Nghymru, y corff trosfwaol cenedlaethol ar gyfer sefydliadau sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc, ac yn cael ei ariannu gan Lywodraeth Cymru. Nod Cymru Ifanc yw rhoi llais i blant a phobl ifanc yng Nghymru ar faterion sy'n effeithio arnyn nhw, fel bod modd i'w barn gael ei chlywed, yn arbennig gan Weinidogion yn Llywodraeth Cymru a llunwyr polisi eraill. Gwefan y prosiect yw https://www.childreninwales.org.uk/cy/plant_a_phobl_ifanc/

Mae dyletswydd ar Lywodraeth Cymru i roi sylw dyledus i Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn fel rhan o 'Fesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) 2011.'

'Rydyn ni eisiau i Gymru fod yn lle gwych i dyfu i fyny, byw a gweithio ynddo, nawr ac yn y dyfodol.'

Yn 2022 lansiodd Llywodraeth Cymru'r 'Cynllun Plant a Phobl Ifanc', gydag ymrwymiad i egwyddorion CCUHP ac i saith blaenoriaeth trawslywodraethol a ddatblygwyd gyda Cymru Ifanc mewn ymgynghoriad â mwy na 200 o blant a phobl ifanc.

Cynhyrchwyd yr adroddiad hwn ar y cyd gan yr Ymchwilwyr Gwirfoddol Ifanc a staff Cymru Ifanc, ac mae'n trafod profiadau pobl ifanc a'u hawliau dynol yng Nghymru. Bydd yn cael ei anfon at Bwyllgor y CU ar Hawliau'r Plentyn. Bydd yn cael ei anfon at Bwyllgor y CU ar Hawliau'r Plentyn. Hoffem ddiolch i'r holl bobl ifanc, sefydliadau a grwpiau a gyfrannodd at yr adroddiad hwn.

Cytundeb Rhyngwladol yw Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP) ynghylch sut dylai gwledydd drin plant. Mae cyfanswm o 54 Erthygl, pob un ohonyn nhw'n cynnwys hawl sydd gan blant: mae gan bawb Hawliau o ganlyniad i gael eu geni. Does gan neb bŵer i'w rhoi i bobl na'u cymryd i ffwrdd. Enghreifftiau o hawliau: hawl i fywyd, hawl i enw, hawl i gael gwrandawiad a hawl i gael gwybodaeth. (Hawliau Plant Cymru, CCUHP) http://www.childrensrights.wales/images/PDF/ActivityToolkits/RaisingAwareness/UNCRCTheUNCRCDecodedEnglish.pdf)

Bob 5 i 7 mlynedd mae rhaid i bob gwlad (neu barti Gwladol, fel maen nhw'n cael eu galw) gyflwyno adroddiad yn dangos i ba raddau mae'n llwyddo i hyrwyddo Erthyglau CCUHP. Mae llawer o adroddiadau'n cael eu cyflwyno, gan bobl fel Llywodraeth y Deyrnas Unedig a'r Comisiynwyr Plant.

Cynhyrchwyd adroddiad blaenorol Cymru Ifanc i Bwyllgor y CU ar Hawliau'r Plentyn yn 2017 ac roedd yn cynnwys 6 argymhelliad. Mae'r adroddiad ar y ddolen yma https://www.childreninwales.org.uk/application/files/4616/1972/4935/YW-Report-for-UN-Final1_1.pdf

Amdanon ni

Ein henwau ni yw Arthur, Ayse, Brandon, Charlie, Farrah a Safiyah, ac yn ystod y flwyddyn ddiwetha rydyn ni wedi gwirfoddoli trwy roi ein hamser i weithio gydag aelodau staff Cymru Ifanc i wneud y gwaith ymchwil yma – rydyn ni'n gobeithio byddwch chi'n mwynhau darllen ein hadroddiad.

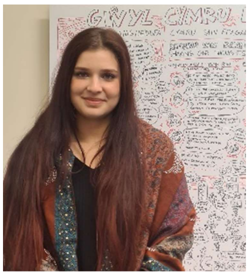
Fy enw i yw Arthur, rydw i'n 15 oed, ac rydw i'n gwirfoddoli gyda Cymru Ifanc. Yn ystod y flwyddyn ddiwetha, rydw i wedi gweithio ar lawer o brosiectau gyda Cymru Ifanc, gan gynnwys adroddiad CCUHP. Mae wedi bod yn brofiad gwych, gyda digon o gyfleoedd i gydweithio â thîm Cymru Ifanc a'm cyd-wirfoddolwyr ar amrywiaeth o feysydd gwahanol, o ymgyngoriadau i gyflwyniadau, gan roi cyfle i fi ddatblygu amrywiaeth o sgiliau. Yn ddiweddar, mae Cymru Ifanc wedi cefnogi fi hefyd i gychwyn fy ngrŵp llais ieuenctid fy hun, *Future Youth Impact* (fyi_change). Rydw i wedi gwneud rhai ffrindiau da trwy'r gwaith yma; mae'r cyfarfodydd bob amser yn anffurfiol ond yn gynhyrchiol, ac mae pawb yn teimlo'n gyfforddus ac yn agored i rannu eu barn. Fe wnes i ymuno â Cymru Ifanc er mwyn rhannu fy marn fy hun a chwyddo lleisiau pobl ifanc eraill yn fy nghymuned, y cyfan trwy lens CCUHP. Rwy'n credu bod hawliau plant yn rhan hanfodol o ddatblygiad meddyliol, corfforol a chymdeithasol plentyn, ac rwy'n teimlo bod rhaid grymuso pobl ifanc i sicrhau eu bod yn derbyn eu hawliau. Yn fy amser rhydd, rwy'n mwynhau dysgu am hanes canoloesol, yn arbennig cymharu systemau gwleidyddol ar draws y canrifoedd. Rydw i hefyd yn gwrando ar lawer o gerddoriaeth o'r 80au (rydw i wrth fy modd gyda Genesis) ac yn pobi pob cyfle gaf fi.

Helô, fy enw i yw Ayse. Rwy'n gwirfoddoli gyda Cymru Ifanc ac rwy'n aelod o Grŵp Gwirfoddolwyr CCUHP. Rydw i'n 13 oed, a'm nod yw sicrhau bod fy llais yn cael ei glywed fel person ifanc yng Nghymru. Rydw i'n mwynhau mynd i holl gyfarfodydd a sesiynau preswyl Cymru Ifanc. Rydw i'n hoffi gwneud ffrindiau newydd a dysgu pethau newydd. Rydw i wrth fy modd yn darllen ac yn gwrando ar gerddoriaeth. Rydw i'n mwynhau gwirfoddoli gyda Cymru Ifanc achos mod i'n hoffi cwrdd â phobl ifanc eraill fel fi (a chael bwyd am ddim).

Helô, fy enw i yw Safiyah, rydw i'n 14 oed ac yn gwirfoddoli gyda Cymru Ifanc. Rydw i'n hoffi celf, nofio a'r haf. Fy nod yw gwneud yn siŵr bod fy llais yn cael ei glywed a bod pobl ifanc eraill yng Nghymru yn cael cyfleoedd i gael eu cynrychioli. Mae ymuno â Cymru Ifanc wedi bod yn hwb mawr i'm hyder, ac rydw i wedi cwrdd â llwyth o bobl newydd a gwneud llwyth o ffrindiau.

Shwmae, Brandon ydw i. Rwy'n gwirfoddoli gyda Cymru Ifanc. Rwy'n gwneud llawer o waith fel Arolygydd Ifanc i'r Safonau Cyfranogiad Cenedlaethol, ac rwy'n aelod o Fwrdd Prosiectau Cymru Ifanc, y Grŵp Diddordeb Arbennig Addysg a Chyfiawnder Cymdeithasol, y Grŵp Diddordeb Arbennig Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol, y Grŵp Rhanddeiliaid Ieuenctid Cenedlaethol a Grŵp Gwirfoddolwyr CCUHP. Rydw i hefyd yn helpu gyda'r prosiect amgueddfa a'r amrywiol brosiectau ac ymgyngoriadau eraill i Lywodraeth Cymru gyda Cymru Ifanc. Rydw i'n 17 oed, ac yn fyfyriwr yng Ngholeg Caerdydd a'r Fro. Rydw i'n mwynhau llawer o bethau, fel gwleidyddiaeth a phêl-droed. Fe wnes i ymuno â Cymru Ifanc i wneud gwahaniaeth er gwell i holl bobl ifanc Cymru. Byddwn i'n argymell bod pawb a phobun yn ymuno ac yn cymryd rhan, achos bod gan bob person ifanc gyfle cyfartal a hawl i gael eu clywed (erthygl 12 CCUHP). Mae hyn ar gyfer pawb, o bobl sydd am ychwanegu at eu CV i rai sydd am fod o fudd i'w cymunedau a'r wlad. Galla i'ch sicrhau, byddwch chi'n dysgu pob un o 54 erthygl CCUHP i'r 7 Safon Cyfranogiad Cenedlaethol, a llawer, llawer mwy!

Helô, Charlie ydw i, rydw i'n 17 oed ac yn aelod o Grŵp Gwirfoddolwyr CCUHP Cymru Ifanc. Rydw i hefyd yn cyflawni rolau eraill yn Cymru Ifanc fel bod yn Arolygydd Safonau Cyfranogiad Cenedlaethol ac yn aelod o'r Grŵp Diddordeb Arbennig Addysg a Chyfiawnder Cymdeithasol. Mae Cymru Ifanc wedi rhoi cyfle i mi wneud gwahaniaeth fel person ifanc. Mae fy mhrofiadau gyda Cymru Ifanc wedi helpu i wella fy hyder, fy sgiliau tîm a'm dysgu am hawliau plant. Rydw i wedi cwrdd â chynifer o bobl unigryw, anhygoel, ac allwn i ddim bod yn fwy balch mod i wedi dewis ymuno llynedd.



Shwmae! Farrah yw fy enw i, rydw i'n 17 oed, ac rwy'n gwirfoddoli gyda Cymru Ifanc. Rydw i wedi bod yn ymwneud â phrosiectau Cymru Ifanc ers 3 blynedd, ac rydw i wedi mwynhau pob munud o hynny. Rydw i'n credu'n bendant bod pobl ifanc yn gallu newid y byd pan gawn ni wybodaeth a'n grymuso i siarad. Mae cydraddoldeb, cynhwysiad ac amrywiaeth yn arbennig o bwysig i fi – rhaid i bawb deimlo bod ganddyn nhw blatfform i gael eu clywed.

Beth wnaethon ni

Buon ni'n gweithio gyda Cymru Ifanc i ddeall yn well beth yw hawliau plant, a beth maen nhw'n ei olygu i blant a phobl ifanc. Buon ni'n edrych ar yr adroddiad blaenorol, yn cynnal adolygiad o'r llenyddiaeth, yn penderfynu ar gwestiynau i'w gofyn, ac yn cysylltu â grwpiau eraill i weld beth roedd plant a phobl ifanc yn eu gweld fel blaenoriaethau yng Nghymru. Fe wnaethon ni gysylltu â phob un o'r 22 awdurdod lleol yng Nghymru, ac ystod o sefydliadau eraill, gan gynnwys Senedd Ieuenctid Cymru, Swyddfa Comisiynydd Plant Cymru, y Rhwydwaith Gofalwyr Ifanc, y Rhwydwaith Gweithwyr Cyfranogiad Cenedlaethol, Cefnogi Plant y Lluoedd ym myd addysg yng Nghymru, Rhaglen Ffoaduriaid a Cheiswyr Lloches TGP Cymru, a llawer o rai eraill, er mwyn deall y meysydd blaenoriaeth yn well ar lefel leol a chenedlaethol.

Buon ni'n gweithio gyda Cymru Ifanc i goladu'r data o 41 ymgynghoriad â phobl ifanc a gyflwynwyd gan Cymru Ifanc rhwng 2020 a 2022, y cyfrannodd dros 1000 o bobl ifanc atyn nhw. Fe wnaethon ni ddefnyddio data a gafwyd mewn digwyddiadau y bu Cymru Ifanc yn eu mynychu rhwng 2020 a 2022, gan gynnwys Gŵyl Cymru gofalwyr ifanc 2022, gŵyl flynyddol newydd ei ffurfio, a Gŵyl flynyddol Cymru Ifanc, ac roedd cyfanswm o fwy na 200 o bobl ifanc yn bresennol ar draws y ddau ddigwyddiad. Buon ni hefyd yn ymgynghori â grwpiau ymgynghorol pobl ifanc Cymru Ifanc, sydd â 56 o aelodau ifanc sy'n cynnwys: Grŵp Diddordeb Arbennig Addysg a Chyfiawnder Cymdeithasol, Grŵp Diddordeb Arbennig Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol, Grŵp Diddordeb Arbennig Newid yn yr Hinsawdd a Materion Gwledig, Bwrdd Prosiectau Cymru Ifanc a Grŵp Rhanddeiliaid Ieuenctid Cenedlaethol; er mwyn llywio'r adroddiad hwn ymhellach.

Fe greon ni hefyd arolwg ar-lein gyda chwestiynau ar hawliau plant ac ar y meysydd blaenoriaeth yr oedd plant a phobl ifanc o bob rhan o Gymru wedi penderfynu arnynt. Roedden ni eisiau gwybod a oedd pethau wedi newid ers yr adroddiad diwethaf, felly roedd rhai cwestiynau'n holi a yw pethau'n well neu'n waeth nag oedden nhw ers yr adroddiad diwethaf. Fe wnaethon ni benderfynu ar arolwg ar-lein, oherwydd ein bod ni'n credu mai dyna'r ffordd orau o gael gwybodaeth gan blant a phobl ifanc ledled Cymru, nad oedden ni o bosib wedi clywed ganddyn nhw eisoes, ac roedden ni eisiau clywed gan gynifer o bobl ifanc â phosib i gefnogi ein canfyddiadau a'n gwaith uniongyrchol gyda grwpiau o bobl ifanc.

Cynhaliwyd yr arolwg rhwng 19 Tachwedd a 5 Rhagfyr, a chawson ni gyfanswm o 26 o ymatebion. Roedd yr arolwg yn ddienw, sy'n golygu nad ydyn ni'n gwybod enwau na manylion cyswllt y bobl a atebodd, ond rydyn ni yn gwybod eu hoed, ac ym mha ran o Gymru maen nhw'n byw. Roedden ni eisiau gwybod oed pobl i weld oedd yna faterion penodol yn effeithio ar grwpiau oed arbennig, ac a oedd angen cefnogaeth wahanol yn ôl oed. Fe wnaethon ni holi ble yng Nghymru roedden nhw'n byw oherwydd ein bod ni eisiau deall materion lleol a chenedlaethol yn well.

Fe wnaethon ni gynhyrchu, ysgrifennu a golygu'r adroddiad yma gyda chefnogaeth staff Cymru Ifanc.

Meysydd Blaenoriaeth

Nodwyd y meysydd blaenoriaeth yn yr adroddiad hwn gan bobl ifanc a sefydliadau sy’n gweithio’n uniongyrchol gyda phlant a phobl ifanc o bob rhan o Gymru. Fe wnaethon ni ofyn i sefydliadau a phobl ifanc nodi eu meysydd blaenoriaeth ar hyn o bryd, ac yna gofyn i’r bobl ifanc roi’r meysydd blaenoriaeth yn eu trefn yn ôl pwysigrwydd. Dyma oedd y canlyniadau ar y brig:

Costau Byw

Iechyd meddwl a llesiant

Bod yn gaeth i sylweddau a’u camddefnyddio

Cydraddoldeb, Amrywiaeth a Chynhwysiad

Ymhlith y meysydd blaenoriaeth eraill a nodwyd roedd:

Cyfranogiad a Hawliau Plant

Addysg

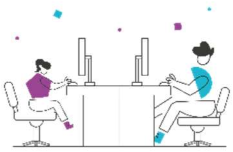
Trosedd

Profiadau Bywyd

Chwarae

Trafnidiaeth

Diogelwch ar-lein



COVID-19

Newid yn yr hinsawdd

Costau Byw

Ar hyd y flwyddyn ddiwethaf mae'r argyfwng costau byw wedi cael effaith sylweddol ar blant a phobl ifanc yng Nghymru, ac mae'n thema sy'n croesdorri'r meysydd blaenoriaeth a gafodd eu cynnwys yn yr adroddiad hwn. Nodwyd costau byw yn ein harolwg fel prif flaenoriaeth i bobl ifanc yng Nghymru, ac fe'u hamlygwyd hefyd yn ein gwaith ymgynghori ar ran Llywodraeth Cymru ar ymgynghoriad arfaethedig ynghylch Tariff Dŵr Cymdeithasol ac ymgynghoriad ynghylch Mynediad at y Gronfa Ymddiriedolaeth i Blant.

'Mae biliau'n uchel iawn ac yn ddrud dros ben'

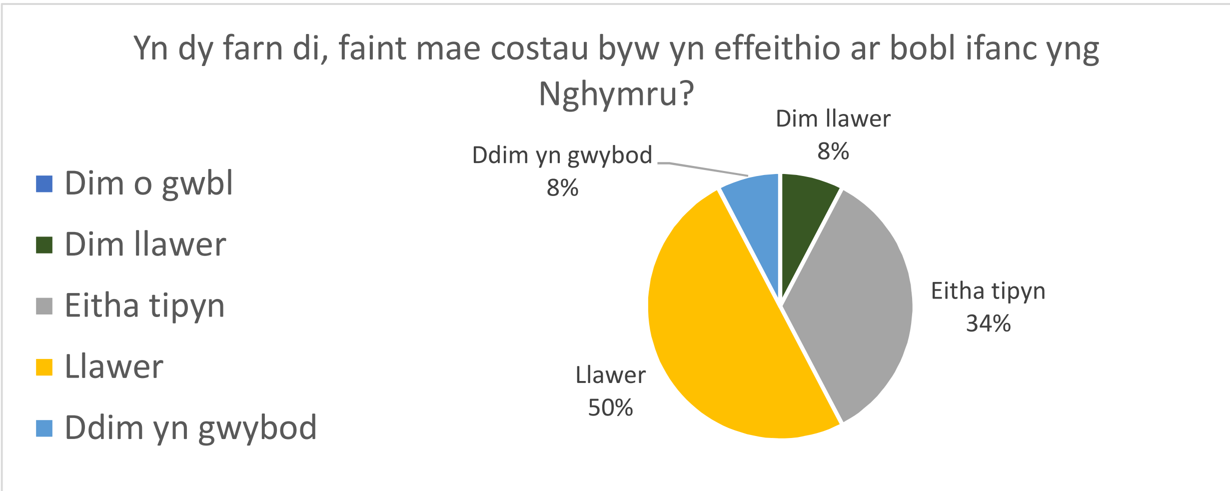
'Mae mwy o deuluoedd mewn trafferthion oherwydd yr argyfwng costau byw'

'Mae'n bryder mawr gan fod biliau wedi cynyddu'n ddramatig'

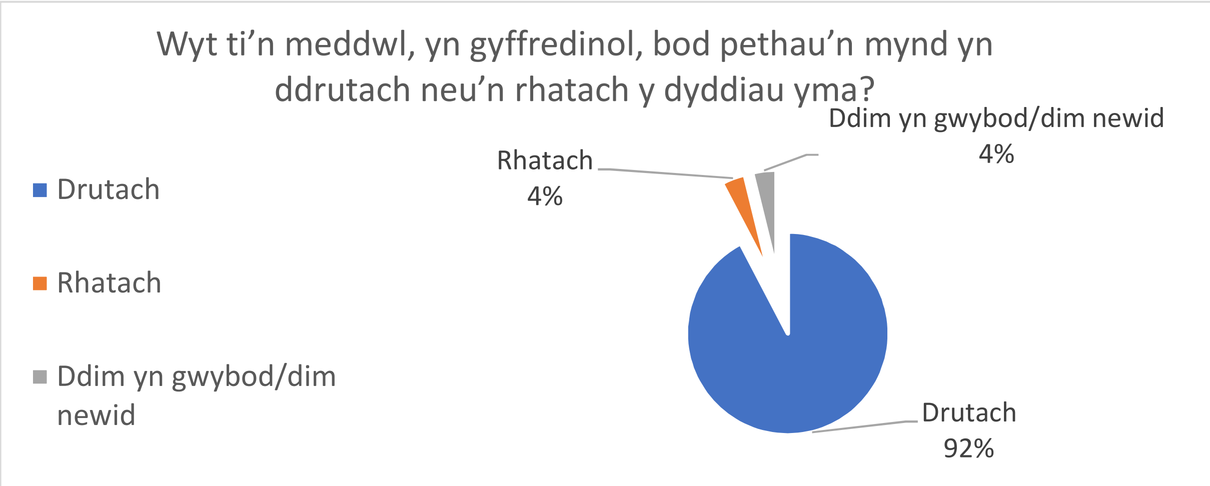
'Mae llawer o bobl ifanc yn teimlo'n bryderus, a bydd problemau iechyd meddwl yn cynyddu i bobl ifanc a'u teuluoedd'

'Mae bwlch yn ehangu, gyda mwy o bobl ifanc a theuluoedd yn byw mewn tlodi'

<u>Data Arolwg</u>



Pan ofynnwyd am effaith costau byw ar bobl ifanc sy'n byw yng Nghymru, atebodd 84% naill ai 'llawer iawn' neu 'eitha tipyn'. Dim ond 8% atebodd 'dim llawer.'



Pan ofynnwyd i bobl ifanc ystyried a oedd pethau'n mynd yn ddrutach neu'n rhatach, atebodd 92% ohonyn nhw fod pethau'n mynd yn ddrutach.

<u>Beth ddywedodd pobl ifanc wrthyn ni am sut mae costau byw yn effeithio arnyn nhw</u>

Llai o gyfleoedd i gael hwyl – Un o'r atebion mwyaf poblogaidd oedd bod llai o gyfleoedd i fynd allan gyda ffrindiau neu gael hwyl.

'Oherwydd yr effaith ar ein rhieni/gwarcheidwaid mae'n effeithio arnon ni. Rydyn ni'n cael llai o arian i fynd allan gyda'n ffrindiau.'

Effeithio ar rieni/fywyd cartref – Soniodd llawer o'r bobl ifanc fod gan eu rhieni lai o arian, neu eu bod nhw'n rhoi'r un arian i'w plant, ond bod pethau'n costio mwy.

'Rydw i'n gweld fy rhieni'n gwneud newidiadau mawr ac rydyn ni'n cael trêt yn llai aml.'

Soniodd pobl ifanc yn aml sut mae costau byw yn effeithio ar amgylcheddau cartref neu'n golygu bod diwallu anghenion sylfaenol yn anoddach.

'Efallai bod eu hamgylchedd gartre ddim yn braf, ac efallai bod ganddyn nhw ddim beth maen nhw angen ar gyfer bywyd pob dydd.'

Effaith ar faterion mwy cyffredinol – Roedd yr atebion eraill i'r cwestiwn yma'n cynnwys bod rhieni o dan fwy o straen, yr effaith ar iechyd corfforol a meddyliol pobl ifanc, a phryderon ynghylch y dyfodol.

'Falle bod e ddim yn effeithio'n uniongyrchol arnon ni nawr, ond mae'n cael llawer o effaith ar ein dyfodol.'

Soniwyd hefyd am anghydraddoldeb cyffredinol, pryderon ynghylch y penderfyniadau mae'r Llywodraeth yn eu gwneud, cost mentrau gwyrdd, a'r ffaith bod plant anabl yn fwy tebygol o brofi tlodi, a chost cyfarpar arbenigol i blant ag anableddau.

Lleisiau Eraill

Dywedodd Karen McFarlane, Swyddog Polisi ar gyfer Tlodi ac awdur 6ed arolwg ac adroddiad blynyddol Plant yng Nghymru ar dlodi, fod:

'Tua 34% o blant a phobl ifanc yng Nghymru nawr yn byw mewn tlodi. Gall effeithiau tlodi fod yn bellgyrhaeddol a chyffwrdd â phob agwedd ar fywydau plant. Y funud hon, wrth i chi ddarllen, mae llawer o deuluoedd yng Nghymru yn gorfod dewis rhwng bwydo'u plant neu ddefnyddio trydan. Nid yw'n syndod, felly, bod y canfyddiadau'n dangos cynnydd o ran dyled, tlodi bwyd a thanwydd, a chynnydd dramatig mewn iechyd emosiynol gwael, nid yn unig ymysg rhieni, ond hefyd plant a phobl ifanc eu hunain.'

Mae adroddiad crynodol o ganfyddiadau'r arolwg plant a phobl ifanc ar gael yma: Child_Poverty_Survey_Report_2021_Welsh.pdf (childreninwales.org.uk)

Rydyn ni'n meddwl (meddyliau'r gwirfoddolwyr)

Mae'r ffaith bod y maes hwn wedi cael ei ddewis yn brif flaenoriaeth yn profi difrifoldeb y sefyllfa. Mae'r rhan fwyaf o bobl ifanc yn pryderu'n fawr, ac mae'r argyfwng costau byw yn effeithio'n uniongyrchol arnyn nhw.

Ein Hargymhellion

Prydau Ysgol am ddim: Rydyn ni'n cydnabod bod Llywodraeth Cymru wedi dechrau estyn y ddarpariaeth prydau ysgol am ddim. Er mwyn gwella'r argyfwng costau byw, dylid cyflwyno prydau ysgol am ddim yn gyflymach a'u cynnig i bob plentyn a pherson ifanc yng Nghymru. Bydd hynny'n ysgafnhau peth o'r pwysau ar rieni/ofalwyr ac yn sicrhau bod pob plentyn yn cael pryd iach bob dydd.

Ail-Wladoli: Rydyn ni'n argymell y dylid ystyried ail-wladoli sefydliadau allweddol fel cyflenwyr ynni a darparwyr trafnidiaeth, er mwyn lleihau'r costau i bobl gyffredin.

Safonau byw: Dylai fod isafswm safon byw i bawb yng Nghymru.

Gweithgareddau am ddim: Mwy o weithgareddau mynediad agored ac am ddim i blant a phobl ifanc.

Cefnogaeth Ariannol: Darparu cefnogaeth ychwanegol i'r rhai sydd â'r angen mwyaf, gan gynnwys cymorth ariannol a chefnogaeth gyda iechyd corff a meddwl.

Iechyd Meddwl a Llesiant

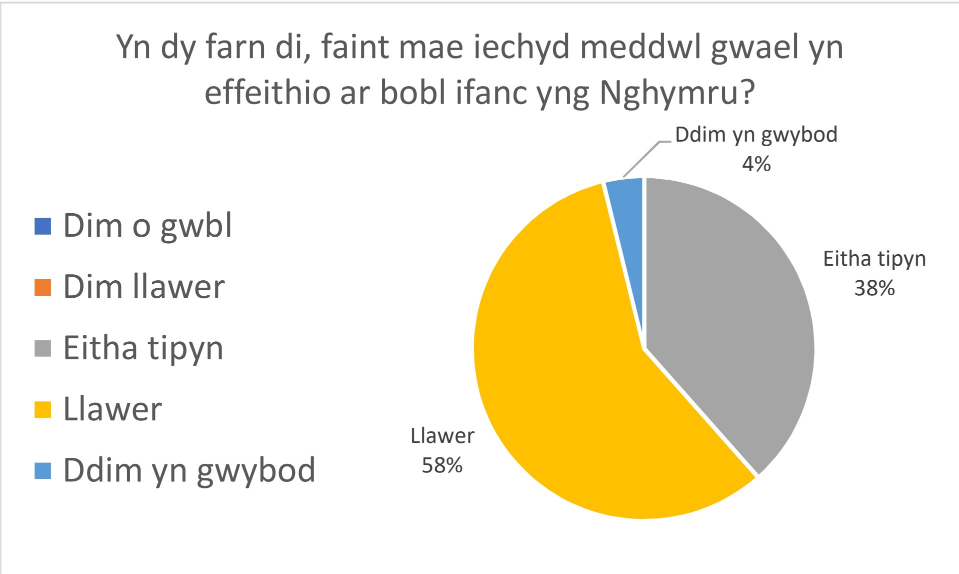
Mae iechyd meddwl a llesiant yn dod yn fwyfwy heriol i blant a phobl ifanc ac mae'n thema sy'n croesdorri'r meysydd blaenoriaeth a gafodd eu cynnwys yn yr adroddiad hwn. Mae diffyg gwasanaethau cymorth cynnar, ac mae sefyllfa llawer yn troi'n argyfwng cyn iddynt dderbyn y gefnogaeth angenrheidiol. Mae'r Grŵp Rhanddeiliaid Ieuenctid Cenedlaethol Pobl Ifanc (NYSG) a'r Grŵp Diddordeb Arbennig Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol wedi nodi argymhellion allweddol i wella gwasanaethau a mynediad:

- Parhau i ymgynghori â'r NYSG a'r Grŵp Diddordeb Arbennig Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol
- Ystyried effeithiau parhaus COVID-19 ar bobl ifanc a mynediad at wasanaethau
- Gwella amserau aros ar gyfer gwasanaethau
- Cyflwyno mwy o wasanaethau llesiant yn yr ysgol a'r tu allan i'r ysgol i blant a phobl ifanc
- Gwella'r pontio rhwng gwasanaethau plant ac oedolion

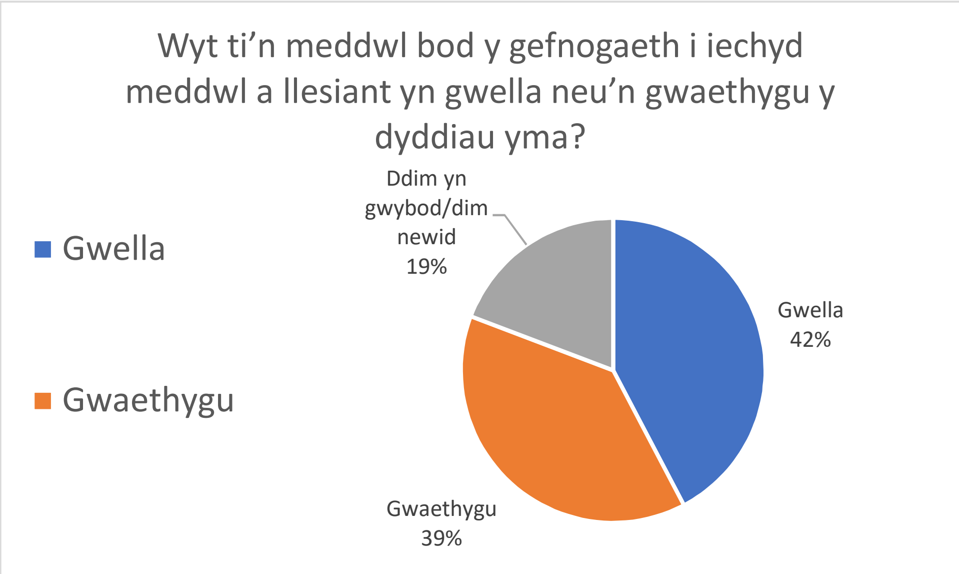
Mae iechyd meddwl a llesiant wedi cael eu hamlygu'n gyson ar draws ystod o ymgyngoriadau Cymru Ifanc gyda phlant a phobl ifanc.

Adroddodd yr ymgynghoriad ar Fynediad Plant a Phobl Ifanc at Wasanaethau Iechyd yn ystod Pandemig COVID-19 ar brofiadau a heriau plant a phobl ifanc wrth gyrchu gofal iechyd, gan gynnwys rhestrau aros hwy, amserau aros, ac oedi gyda gwiriadau neu apwyntiadau.

Data Arolwg



Mae'r ymatebion i'r cwestiwn yma yn dangos bod iechyd meddwl gwael yn effeithio'n sylweddol ar bobl ifanc, gyda phob ymatebydd heblaw un yn ateb 'Llawer' neu 'Eitha tipyn' i'r cwestiwn yma.



Y tu allan i'r rhai a ddywedodd 'Ddim yn gwybod/dim newid', roedd y bobl ifanc bron wedi'u rhannu 50/50 o ran oedden nhw'n meddwl bod y gefnogaeth i iechyd meddwl a llesiant yn gwella neu'n gwaethygu.

Beth ddywedodd pobl ifanc wrthyn ni am sut mae iechyd meddwl a llesiant yn effeithio arnyn nhw

Roedd 3 prif thema o ran sut mae iechyd meddwl a llesiant yn effeithio ar bobl ifanc.

Addysg: Soniodd pobl ifanc eu bod yn teimlo straen fwyfwy ynghylch arholiadau, a chyfeiriwyd yn benodol at TGAU:

'Wrth ddewis pynciau TGAU mae pobl dan bwysau gan eu rhieni, oedd i bob pwrpas wedi gorfodi nhw i ddewis y pynciau, a nawr maen nhw'n nerfus am yr arholiadau oherwydd hynny.'

Soniwyd hefyd bod:

'Angen addysg am iechyd meddwl pobl ifanc ar ysgolion.'

Diffyg cefnogaeth: Dywedodd pobl ifanc eu bod yn teimlo bod diffyg cefnogaeth i'w hiechyd meddwl a'u llesiant, a bod rhai technegau ddim yn gweithio.

'Fel arfer mae plant yn cael eu beirniadu am beidio â theimlo'n iawn yn feddyliol.'

Fe sonion nhw fod angen mwy o gefnogaeth fel bod:

'...pobl ifanc yn deall nad oes dim o'i le ar fod â salwch meddwl.'

Materion yn cyfuno/gwaethygu: Dywedwyd bod ystod o faterion yn effeithio ar iechyd meddwl pobl ifanc a'u gallu i gyrraedd help a chefnogaeth, gan gynnwys COVID a materion anabledd. Canolbwyntiodd un person ifanc ar sut mae iechyd meddwl gwael yn gwaethygu:

'Mae iechyd meddwl gwael yn arwain at golli ysgol a bywyd gwael yn ddiweddarach (o bosib yn achosi hunan-niweidio neu hunanladdiad) ac at fod yn gaeth i sylweddau neu eu camddefnyddio.'

Lleisiau Eraill

Bu Cymru Ifanc yn gweithio mewn partneriaeth â Iechyd Cyhoeddus Cymru ar Asesiad Effaith Llesiant Meddwl; cewch fynediad i'r adroddiad llawn yma: https://phw.nhs.wales/news/learnings-from-pandemic-can-help-young-people-in-wales-mental-health-and-wellbeing-in-the-future/.

Ymhlith yr argymhellion roedd:

- Gwrando ar bobl ifanc a sicrhau bod eu barn a'u hanghenion yn llywio polisi a mesurau adfer.
- Rhoi sylw i effeithiau hirdymor ac anghydraddoldeb ym maes iechyd meddwl a llesiant
- Lliniaru'r effeithiau negyddol a nodwyd ar y ffactorau sy'n amddiffyn llesiant meddyliol
- Cynyddu'r pwyslais ar iechyd meddwl a llesiant ym myd addysg
- Cefnogi perthnasoedd teuluol a rhieni
- Darparu cyfathrebu a gwybodaeth
- Defnyddio offer digidol a chysylltedd y rhyngrwyd a mynediad atynt
- Gwella mynediad at gefnogaeth llesiant a iechyd meddwl
- Cymunedau, tai, a'r amgylchedd naturiol ac adeiledig
- Adeiladu'r sylfaen o dystiolaeth ar effaith mesurau diogelu iechyd ar lesiant meddyliol

Rydyn ni'n meddwl (meddyliau'r gwirfoddolwyr)

Gallai'r rhaniad 50/50 ynghylch a yw'r gefnogaeth i iechyd meddwl wedi gwella neu waethygu fod oherwydd diffyg dealltwriaeth ynghylch iechyd meddwl, ac a yw estyn allan am gefnogaeth yn cael ei weld fel gwendid.

Yn achos profion ac arholiadau, os ydych chi'n berson ifanc sy'n cael trafferth ymdopi ag arholiadau, mae hynny'n gallu achosi straen, yn arbennig os bydd diffyg dealltwriaeth, a gall hynny achosi mwy o bryder i bobl ifanc.

Gall plant gael eu beirniadu neu eu bwlio am beidio â theimlo'n iawn yn feddyliol. Rydyn ni'n meddwl os yw llawer o bobl yn cael eu bwlio am hyn, neu'n ei weld fel gwendid, neu os ydyn nhw'n gweld pobl eraill yn cael eu bwlio, falle byddan nhw'n ei guddio, ac fe allai waethygu iddyn nhw.

Ein Hargymhellion

Cynyddu lefelau cefnogaeth: Mae angen mwy o gefnogaeth ac ymyrraeth gynnar ar bobl ifanc, gan gynnwys cwnsela am ddim.

‘Er bod gwasanaethau’n gwella mewn egwyddor, yn ymarferol... dydyn nhw ddim yn datblygu mor gyflym â’r cynnydd mawr yn y galw.’

Sicrhau gwell mynediad: mae ar bobl ifanc angen mwy o wasanaethau a llai o amser yn aros i gael mynediad i wasanaethau, mewn ymgynghoriad â phobl ifanc.

‘Gwneud hyn yn fwy hygyrch, a gofyn i bobl ifanc sut.’

Cynnig ystod o wasanaethau: Bydd ystod ehangach o wasanaethau yn diwallu eu hanghenion ac yn cefnogi rhagor o bobl ifanc.

‘...Falle dylen nhw roi cynnig ar dechnegau mwy newydd... dyw rhai o’r technegau presennol ddim o gymorth i rai unigolion... dydyn nhw ddim yn cymryd i ystyriaeth bobl ag anawsterau niwrolegol, ac felly gallai’r technegau weithio i un person, ond nid i un arall.’

Cynyddu gwelededd: Dylai iechyd meddwl gael ei normaleiddio’n fwy, fel bod pobl yn fwy parod i geisio’r cymorth mae arnyn nhw ei angen yn y lle cyntaf, cyn i’r sefyllfa waethygu’n argyfwng.

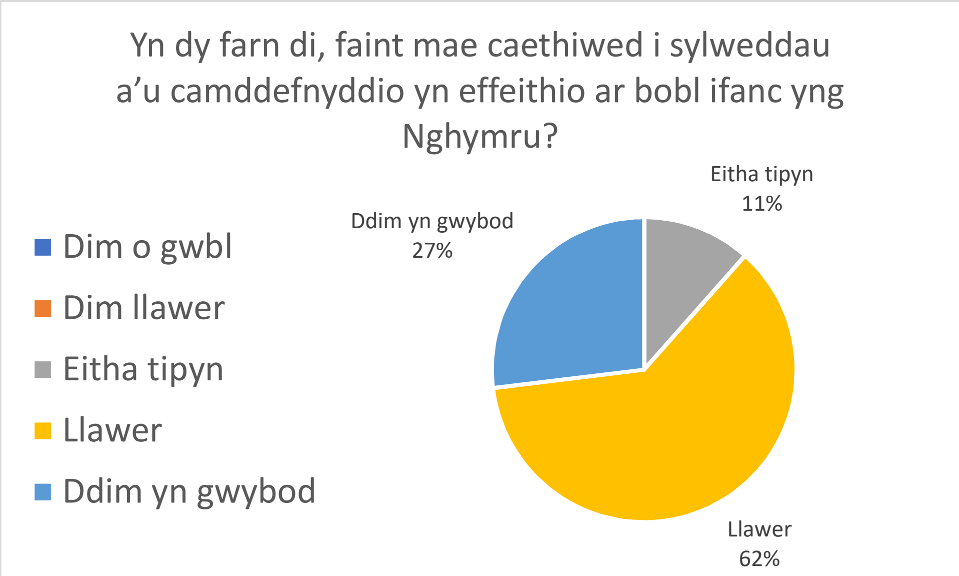
‘Rhoi gwybod i bobl ifanc nad dim ond nhw sy’n teimlo fel y maen nhw.’

Mannau Diogel: Darparu mannau diogel ar gyfer iechyd meddwl. Gallai’r rhain gael eu creu mewn mannau cyhoeddus i unrhyw un sydd angen ychydig o amser tawel.

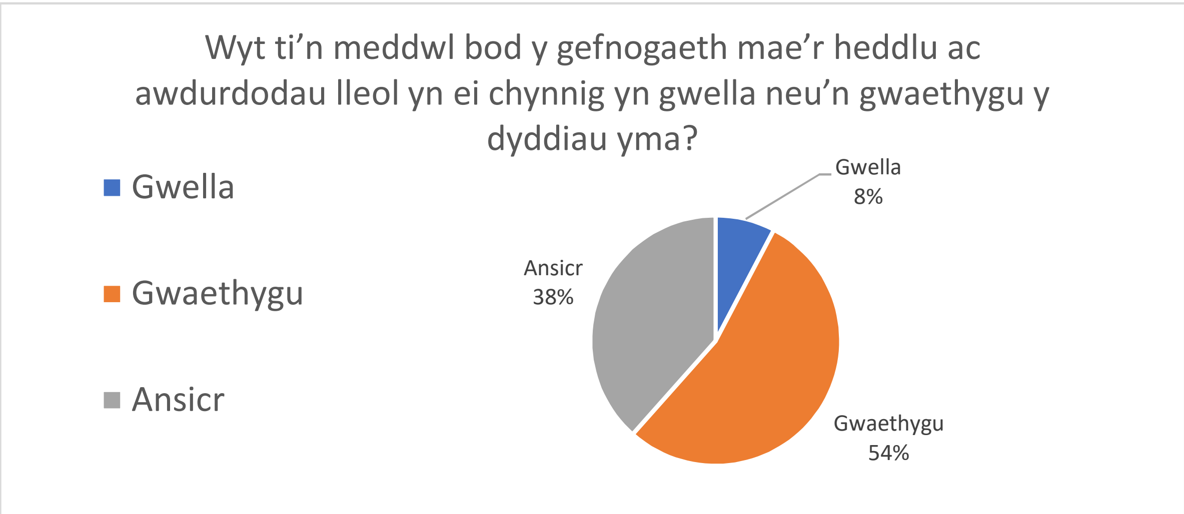
Bod yn Gaeth i Sylweddau a'u Camddefnyddio

Mae'r data'n awgrymu bod camddefnyddio alcohol a sylweddau wedi bod yn lleihau'n gyson ymhlith pobl ifanc yng Nghymru yn ystod y blynyddoedd diwethaf. Fodd bynnag, o bersbectif person ifanc, mae'r mwyafrif wedi dweud eu bod yn teimlo cynnydd yn y plant a'r bobl ifanc sy'n gaeth i sylweddau ac yn eu camddefnyddio wedi'r pandemig. Fe ddwedson nhw fod cynnydd hefyd yn y plant a'r bobl ifanc sy'n 'fêpio', ac adroddwyd bod hynny'n bryder penodol i'r bobl ifanc sy'n rhoi blaenoriaeth i'r mater hwn.

<u>Data Arolwg</u>



Atebodd ychydig dros chwarter (27%) 'Ddim yn gwybod.' O'r gweddill, dywedodd 62% 'Llawer' a dywedodd 11% 'Eitha tipyn.'



Atebodd bron 40% o'r bobl ifanc eu bod yn ansicr. O'r gweddill, 8% yn unig ddywedodd fod y gefnogaeth wedi gwella.

<u>Beth ddywedodd pobl ifanc wrthyn ni am sut mae bod yn gaeth i sylweddau a'u camddefnyddio yn effeithio arnyn nhw</u>

Cael ei weld fel rhywbeth 'cŵl': Soniodd sawl person ifanc fod cyffuriau'n cael eu gweld fel rhywbeth 'cŵl' a/neu wedi'i normaleiddio ymhlith pobl ifanc.

'Mae llawer o bobl yn meddwl bod hyn yn cŵl, ond dyw e ddim.'

Lefelau uchel ar draws Cymru: Soniodd pobl ifanc fod mwy a mwy o bobl ifanc yn cymryd cyffuriau, a bod angen cymorth arnyn nhw.

'Mae cyffuriau ym mhobman'

Diffyg cefnogaeth: Soniwyd bod angen mwy o fuddsoddiad ar ysgolion i gefnogi a meithrin pobl ifanc. Soniodd un person ifanc sut gall cymryd cyffuriau effeithio ar fywydau cyfan pobl ifanc:

'Nid yn unig mae rhieni'n gaeth i sylweddau ac yn eu camddefnyddio... mae hynny'n wir am bobl ifanc hefyd, ac mae'n gallu llesteirio'u haddysg... ond hefyd mae'n gallu amharu ar eu bywyd cymdeithasol oherwydd bydden nhw gyda phobl sy'n camddefnyddio sylweddau.'

<u>Lleisiau Eraill</u>

Yn ôl adroddiad 'The Mix' 2022 ar 'A post-pandemic spike in substance use amongst young people and barriers to accessing support':

Mae 1 o bob 5 sy'n defnyddio sylweddau yn awr yn cymryd cyffuriau neu alcohol i ddianc rhag problemau yn eu bywyd, ac mae niferoedd cynyddol yn profi heriau oherwydd defnydd o sylweddau, ac mae angen cymorth arnyn nhw. Fodd bynnag, mae'r agweddau yn y gymdeithas at ddefnydd o sylweddau a bod yn gaeth iddynt, diffyg ymwybyddiaeth o'r gwasanaethau sydd ar gael, neu gred nad oes gwasanaethau addas ar gael yn atal llawer rhag ceisio cymorth. O ganlyniad, mae cannoedd o filoedd o bobl ifanc yn dioddef mewn distawrwydd yn hytrach nag estyn allan am gefnogaeth.'

Mae'r adroddiad hefyd yn amlygu'r cynnydd yn y bobl ifanc sy'n 'fêpio', sy'n cyfateb i'r data a ddarparwyd gan y bobl ifanc yn ein gwaith ymchwil ar gyfer yr adroddiad hwn.

'Mae cyfran y bobl ifanc sy'n 'fêpio' bron wedi treblu yn ystod y 12 mis diwethaf, i 44%, o 15% yn 2021.'

Cewch hyd i adroddiad 'The Mix' yma: [DRUGS_ALCOHOL_REPORT_2022_DRAFT (themix.org.uk)]

__Rydyn ni’n meddwl (meddyliau’r gwirfoddolwyr)__

Mae hyn yn amlygu bod camddefnyddio cyffuriau wedi cael ei normaleiddio’n ormodol. Dylid rhoi mwy o gymorth i’r rhai sydd eisoes yn gaeth, a sefydlu ataliaeth a chyfreithiau cryfach i atal pobl ifanc rhag cael gafael arnyn nhw.

__Ein Hargymhellion__

Gorfodi: Mesurau gorfodi cryfach ar gyfer cynnyrch â chyfyngiad oed.

Gwasanaethau Cefnogi: Mwy o gefnogaeth i’r rhai sydd eisoes yn gaeth i sylweddau.

Newid y ‘norm’: Dangos bod cyffuriau a sylweddau ddim yn ‘cŵl’ trwy strategaethau cynyddu ymwybyddiaeth.

Addysg: Cynnwys ymwybyddiaeth o gyffuriau a sylweddau yn y cwricwlwm newydd ac mewn hyfforddiant i athrawon.

Cydraddoldeb, Amrywiaeth a Chynhwysiad

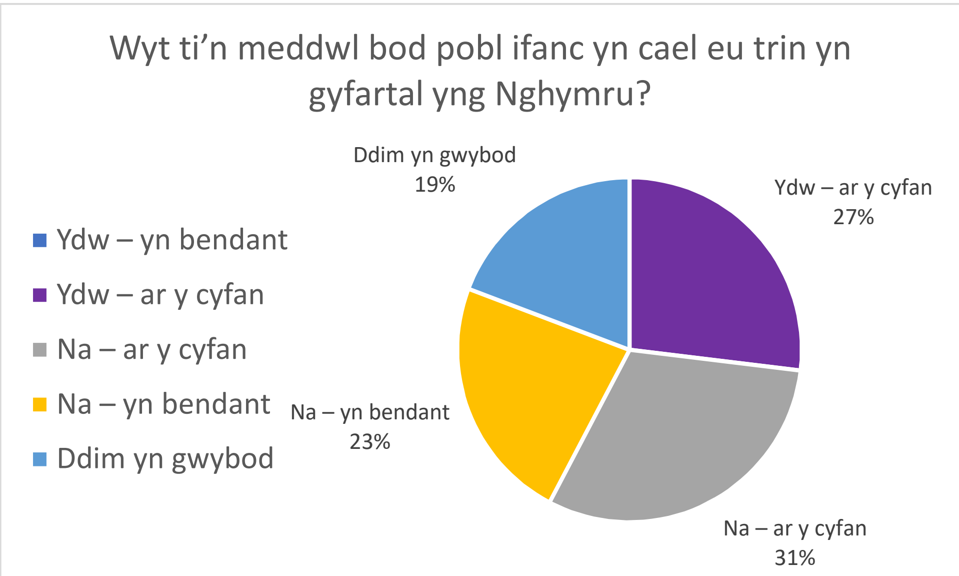
Mae Cydraddoldeb, Amrywiaeth a Chynhwysiad yn thema sy'n croesdorri'r holl feysydd blaenoriaeth sydd wedi'u cynnwys yn yr adroddiad hwn. Mae Deddf Cydraddoldeb 2010 yn dweud y dylai pawb gael eu hamddiffyn rhag camwahaniaethu, ac mae'n cynnwys naw nodwedd sy'n warchodedig.

Ar hyd y blynyddoedd diwethaf, mae pobl ifanc wedi rhannu'n gyson eu bod wedi profi anghydraddoldeb a gwahaniaethu yn eu herbyn yn aml yng Nghymru. Mae'r Grŵp Diddordeb Arbennig Addysg a Chyfiawnder Cymdeithasol wedi nodi rhai meysydd i ganolbwyntio arnynt fel a ganlyn:

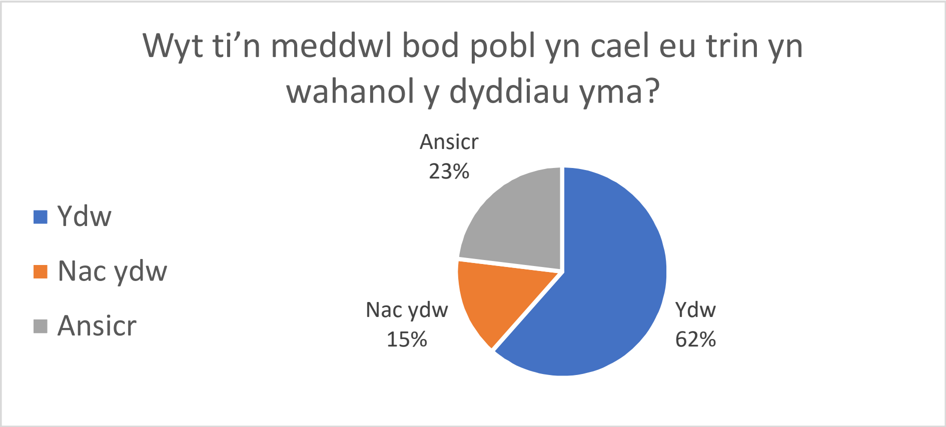
- Iechyd Meddwl a Llesiant
- Tlodi
- Rhywedd a Hunaniaeth
- Camwahaniaethu a'r nodweddion gwarchodedig

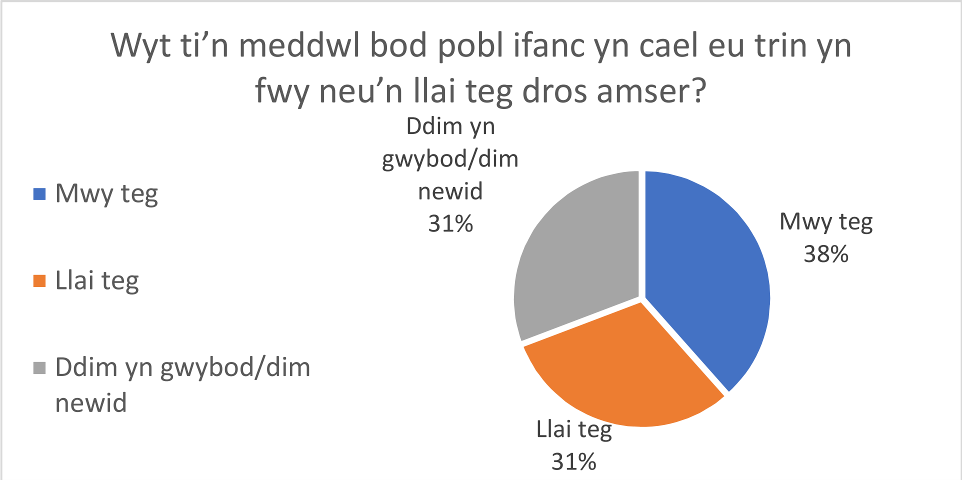
Mae Cymru Ifanc hefyd wedi bod yn cydweithio'n agos â Rhaglen Ffoaduriaid a Cheiswyr Lloches TGP Cymru a'u Rhaglen Teithio Mlaen, ac maen nhw wedi nodi anghydraddoldeb a chamwahaniaethu pellach yn y grwpiau hyn o ran sut gallan nhw gael mynediad i'w hawliau yng Nghymru.

Data Arolwg



Roedd yr atebion yn weddol ranedig ar y cwestiwn hwn, ond dewisodd y mwyafrif (54%) 'na yn bendant' neu 'na – ar y cyfan', heb unrhyw bobl ifanc yn dewis 'ydw – yn bendant.' Dewisodd 19% o'r bobl ifanc 'Ddim yn gwybod.'





Dywedodd y mwyafrif o'r bobl ifanc (62%) eu bod yn teimlo bod pobl ifanc yn cael eu trin yn wahanol, ond roedd gwahaniaeth barn ymhlith y bobl ifanc o ran a oedden nhw'n teimlo bod pobl ifanc yn cael eu trin yn fwy neu'n llai teg dros amser. Roedden nhw wedi'u rhannu bron yn gyfartal rhwng 'mwy teg', 'llai teg', a 'ddim yn gwybod/dim newid.'

Beth ddywedodd pobl ifanc wrthyn ni am gael eu trin yn deg a sut mae'n effeithio arnyn nhw

Trin yn wahanol ar sail oed: Soniodd pobl ifanc am sawl ffordd o'u trin yn wahanol, gan gynnwys bod heb hawl i bleidleisio, cael eu hystyried yn israddol, teimlo bod ganddyn nhw ddim llais:

'Cael eu gweld fel 'plant' heb farn go iawn na phrofiad o'r byd.'

Soniodd un person ifanc fod y rhai sydd â barn gref yn cael eu galw'n ymosodol.

Hiliaeth a gwrthsemitiaeth: Soniodd sawl person ifanc am hiliaeth a gwrthsemitiaeth yn eu hymatebion:

'Mae pobl yn cael eu bwlio ar sail eu taldra a'u hil.'

‘Mae Iddewon yn cael eu sarhau’n fwy.’

Gwahaniaethau rhwng grwpiau lleiafrifol: Dywedodd un person ifanc:

‘Er bod hiliaeth mewn rhai meysydd wedi lleihau’n sylweddol, mae lefelau uchel o homoffobia, trawsffobia etc.’

Dywedodd un arall:

‘Mae rhai grwpiau’n cael mwy o gefnogaeth nag eraill.’

Mesurau Cydraddoldeb, Amrywiaeth a Hunaniaeth yn ddiangen: Awgrymodd lleiafrif o’r bobl ifanc fod pobl yn cael eu trin yn deg, a bod gorddweud ynghylch y mater yma. Dywedodd un person ifanc

‘Mae pobl wedi mynd yn sofft.’

Dywedodd un person ifanc ei fod yn teimlo, fel bachgen gwyn, ei fod yn cael ei drin fel gelyn, ac y dylai hynny stopio.

Dywedodd rhiant ar ran eu mab anabl ei fod yn:

‘Cael ei osod o’r neilltu yn systematig a ddim yn cael tegwch oherwydd ei fod yn cael ei hidlo i gyrsiau neu ysgolion arbennig, yn hytrach na mynd i’r coleg gyda’i ffrindiau fel mae’n gobeithio gwneud.’

Lleisiau Eraill

Cynhyrchodd Cymru Ifanc adroddiad yn 2020 ar ran Prifysgol Abertawe a Llywodraeth Cymru, sef ‘Hybu a Chryfhau Cydraddoldeb a Hawliau Dynol yng Nghymru: Ymgynghoriad â Phlant a Phobl Ifanc.’ Dywedodd yr adroddiad fod:

Pobl ifanc yn glir iawn eu bod yn teimlo dyletswydd i herio camwahaniaethu yn benodol o ran pobl ifanc sydd ar y cyrion, sydd â nodwedd warchodedig, neu sy’n agored i niwed. Ymhellach, teimlid yn gryf iawn fod angen llawer mwy o gefnogaeth ac arweiniad ar bobl ifanc ar y cyrion o ran cynyddu ymwybyddiaeth o’u hawliau a’u grymuso i ymarfer yr hawliau hynny. Bu’r grŵp yn cwestiynu’r prosesau o ran adrodd, monitro a rheoleiddio gweithredoedd o gamwahaniaethu, a sut gall rôl y cyfryngau ddylanwadu ar gamwahaniaethu, yn arbennig mewn perthynas â hiliaeth a’r Ymgyrch Mae Bywydau Du o Bwys (BLM), hawliau LHDTC, anabledd a chydraddoldeb, gwahaniaethu ar sail oed, a’r portread annheg o bobl ifanc a gafwyd gan y cyfryngau ar hyd y pandemig.’

<u>Rydyn ni’n meddwl (meddyliau gwirfoddolwyr)</u>

Mae rhai pobl ifanc yn meddwl bod creu mwy o gyfleoedd i rai grwpiau nag eraill yn creu anghydraddoldeb. Rydyn ni’n meddwl bod diffyg addysg yn gallu arwain at anghydraddoldeb neu hiliaeth. Dylai fod mwy o addysg ar gydraddoldeb, amrywiaeth a chynhwysiad. Mae llawer o gyfleoedd i roi sylw i’r mater hwn; gallai fod yn rhan o sgiliau bywyd yn y cwricwlwm, neu ddod o dan hanes, er enghraifft. Os yw person ifanc anabl eisiau mynd i’r coleg gyda’i ffrindiau, dylai allu gwneud hynny. Dyw ei hidlo ddim wir yn deg. Y thema sy’n codi’n gyson o ran bygythiadau i gydraddoldeb, amrywiaeth a chynhwysiad yw bod y cyhoedd heb gael eu haddysgu ar y mater. Rydyn ni’n credu y byddai addysg gryfach o ran diwylliant, hanes a chydraddoldeb yn creu cymdeithas sy’n fwy goddefgar yn gyffredinol.

<u>Ein Hargymhellion</u>

Diogelwch: Sicrhau bod pobl ifanc yn teimlo’n ddiogel trwy gyflwyno mwy o gyfreithiau i amddiffyn pawb ohonon ni.

‘Gwneud chwerthin am ben pobl mewn ysgolion yn anghyfreithlon, a gorfodi hynny’n gywir.’

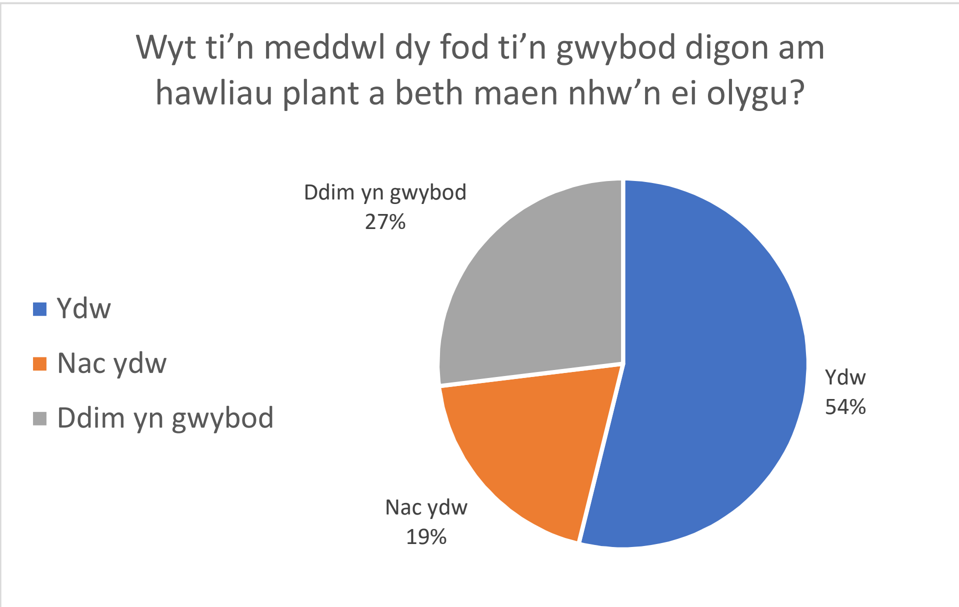
Addysg: Cynnwys Cydraddoldeb, Amrywiaeth a Chynhwysiad yn y Cwricwlwm Newydd i bobl ifanc ac mewn hyfforddiant i athrawon.

Cyfranogiad a Hawliau Plant

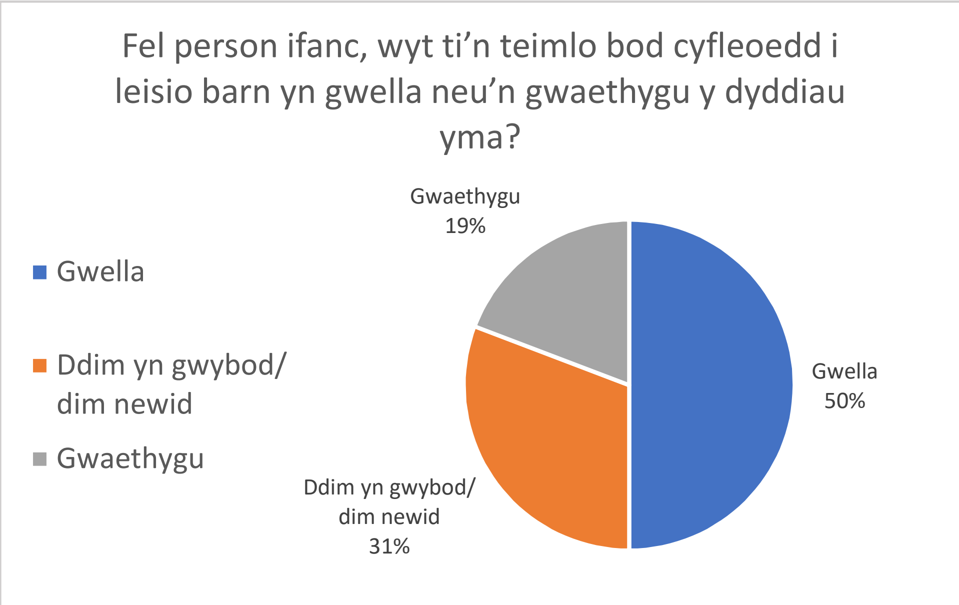
Mae Cymru Ifanc wedi bod yn ymroddedig i gynyddu’r ymwybyddiaeth o hawliau plant a darparu cyfleoedd ar gyfer cyfranogiad yn ystod y blynyddoedd diwethaf, ac mae wedi sefydlu nifer o grwpiau diddordeb arbennig a grwpiau ymgynghorol pobl ifanc. Rydyn ni hefyd wedi cynnal llawer iawn o ymgyngoriadau ar ran Llywodraeth Cymru a phartneriaid allanol er mwyn sicrhau bod lleisiau pobl ifanc yn cael eu gwrando ar faterion sy’n effeithio ar eu bywydau, yn ogystal â darparu cyfleoedd i bobl ifanc gwrdd yn uniongyrchol â llunwyr penderfyniadau, a dylanwadu ar bolisi a phenderfyniadau.

Arweiniodd Cymru Ifanc ymgynghoriad ar ran Llywodraeth Cymru yn 2022, a hynny gyda mwy na 200 o blant a phobl ifanc, er mwyn llywio’u Cynllun Plant a Phobl Ifanc. Mae’n cyflwyno ymrwymiad Llywodraeth Cymru i egwyddorion CCUHP a saith blaenoriaeth trawslywodraethol. Nod Llywodraeth Cymru yw mesur eu cynnydd yn flynyddol a chynnwys plant a phobl ifanc bob cam o’r ffordd er mwyn llywio eu cynllun gweithredu; eu nod yw cyflawni eu cerrig milltir erbyn 2050.

<u>Data Arolwg</u>



Fe ofynnon ni i bobl ifanc oedden nhw’n teimlo eu bod nhw’n gwybod digon am hawliau plant a’u hystyr. Atebodd dros hanner y cwestiwn yma’n gadarnhaol, roedd ychydig dros chwarter yn ansicr, a dywedodd 19% nad oeddent.



Yna fe wnaethon ni ofyn mwy am Erthygl 12 i’r bobl ifanc, sef eu hawl i leisio barn a chael gwrandawiad. Fe ofynnon ni a oedd pobl ifanc yn teimlo bod cyfleoedd i leisio barn yn well neu’n waeth nag oedden nhw o’r blaen. Dywedodd hanner o’r holl bobl ifanc fod y cyfleoedd yn well, dywedodd 31% eu bod nhw ddim yn gwybod, neu bod dim newid, a dywedodd 19% eu bod wedi gwaethygu.

Beth ddywedodd pobl ifanc wrthyn ni am gyfleoedd i leisio barn a sut mae hynny’n effeithio arnyn nhw

Fe wnaethon ni ofyn cwestiwn agored i bobl ifanc ynghylch pam maen nhw’n meddwl bod cyfleoedd i leisio barn yn gwella neu’n gwaethygu. Roedd cymysgedd o atebion, rhai cadarnhaol, negyddol neu gyfuniad o’r ddau. Roedd mwy o atebion cadarnhaol na negyddol.

Ymatebion cadarnhaol: Dywedodd rhai pobl ifanc fod mwy o ymwybyddiaeth o hawliau plant a mwy o gyfleoedd i leisio barn.

‘Mae llawer mwy o bobl yn ymwybodol o CCUHP a bod gennym ni Gomisiynydd Plant.’

Soniwyd hefyd fod Llywodraeth Cymru, ac asiantaethau eraill, gan gynnwys ysgolion, wedi newid sut roedden nhw’n gweithio gyda phobl ifanc er gwell.

‘Mae fy llais yn cael ei glywed ac yn gwneud gwahaniaeth i’r pethau sy’n effeithio ar bobl ifanc.’

Ymatebion cymysg: Dywedodd eraill fod mwy o gyfleoedd, ond ei fod weithiau’n anodd manteisio ar y cyfleoedd hynny a chyflwyno’ch pwynt. Atebion cymysg eraill oedd bod mwy o ymwybyddiaeth, ond bod hawliau’n cael eu hanwybyddu, neu bod hawliau’n cael eu gwireddu, ond nid i bawb.

Ymatebion negyddol: Dywedodd un person ifanc:

'Dyw oedolion ddim yn ein gweld ni fel pobl digon aeddfed neu glyfar i wneud penderfyniadau neu gyfrannu syniadau i gymdeithas.'

Dywedodd un arall fod dim cymaint o ryddid i blant a phobl ifanc, a bod diffyg cynhwysiad ar gyfer plant a phobl ifanc anabl, yn arbennig ym myd addysg.

Lleisiau Eraill

Bu Cymru Ifanc yn gweithio mewn partneriaeth â'r Ganolfan Effaith Ieuenctid i gefnogi sefydliadau sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc yng Nghymru i rannu eu modelau a'u harferion cyfranogiad. Mae'r data yma wedi cael ei gynnwys yn adroddiad y Ganolfan Effaith Ieuenctid: *Young People's Participation in Decision Making: UK 2022 Survey Report*. Canfu'r adroddiad yn gyffredinol fod:

'Pobl ifanc yn cael eu cefnogi i gyfranogi mewn penderfyniadau ar amrywiaeth o lefelau, gan gynnwys ar lefelau uwch ynghylch 'gosod yr agenda' yn hytrach na chyfrannu at yr agenda neu wneud sylwadau arni ar ôl iddi gael ei 'gosod', ac mae hynny wedi gwella ers 2010. Y prif ddulliau mae sefydliadau'n eu defnyddio gyda phobl ifanc i'w galluogi i gyfranogi mewn penderfyniadau yw trafodaethau anffurfiol parhaus, sesiynau ymgynghori, arolygon, a chynghorau neu fforymau ieuenctid.'

Mae adroddiad y Ganolfan Effaith Ieuenctid ar gael yma: youth power survey_FINAL PUBLISHED_24.11.22.pdf (youthimpact.uk)

Rydyn ni'n meddwl (meddyliau'r gwirfoddolwyr)

Mae'n wirioneddol dda bod dros hanner y bobl y buon ni'n eu holi yn gwybod am eu hawliau a beth maen nhw'n ei olygu mewn gwirionedd. Mae'n bwysig i ni bod ystod amrywiol o bobl ifanc, yn arbennig y rhai sy'n teimlo eu bod yn y lleiafrif, neu sydd â nodwedd gwarchodedig, yn teimlo eu bod wedi'u cynnwys yn y sgwrs ac yn cael eu clywed. Mae'n bwysig bob plant a phobl ifanc anabl yn cael eu cynnwys mewn gwasanaethau prif ffrwd, gan gynnwys addysg, fel eu bod yn gallu cyfranogi yr un fath â'u cyfoedion.

Ein Hargymhellion

Ymwybyddiaeth: Cynyddu gweithgareddau ac adnoddau ymwybyddiaeth fel bod pob plentyn a pherson ifanc yn gwybod bod ganddyn nhw hawliau, a sut mae cael mynediad i'w hawliau.

'Annog trwy'r cyfryngau cymdeithasol i ddangos ymwybyddiaeth.'

'Rhoi posteri i fyny mewn ardaloedd gyda gwybodaeth am ein hawliau.'

‘Dylai hawliau gael eu haddysgu mewn gwersi a’u rhannu ar draws yr ysgol gyfan, gyda chyfran fwy o’r myfyrwyr yn cynrychioli’r corff o fyfyrwyr.’

Cyfleoedd: Creu mwy o gyfleoedd i bobl ifanc leisio barn.

‘Mwy o arolygon ar-lein y mae’n hawdd i bobl ifanc gael mynediad iddyn nhw, yn gofyn am ein barn (eu rhannu gyda’r holl ysgolion o bosib).’

‘Rwy’n credu bod dod yn llysgennad hawliau yn bendant yn helpu i roi gwybod i eraill, ac i chi’ch hunan, am hawliau, felly falle annog dod yn llysgennad hawliau ychydig yn fwy.’

‘Cymhwyster Lefel 2 neu 3 yn cael ei… ddarparu ar CCUHP.’

Cynrychiolaeth: Sicrhau bod pob plentyn a pherson ifanc yn cael cyfle i gael eu clywed, gan gynrychioli’r amrywiaeth a’r diwylliant sydd yng Nghymru.

‘Bod â phobl eraill i godi llais ar eu rhan. Siarad â phobl mewn sefyllfaoedd tebyg a gwneud yn siŵr bod pobl yn cael eu haddysgu’n briodol ynghylch beth yw eu hawliau mewn gwirionedd.’

Hygyrchedd a chyfathrebu: Sicrhau bod cyfleoedd i gyfranogi yn hygyrch ac yn gynhwysol i bob plentyn a pherson ifanc.

‘Mae arnon ni angen i CCUHPA gael ei ddefnyddio ochr yn ochr â CCUHP. Mae angen rhoi llawer o sylw i’r hawl i gyfathrebu... mwy rhyngweithiol – chwarae – defnyddio technoleg – gêmau etc. Eto mae angen gwneud hyn ochr yn ochr â phlant a phobl ifanc heb anabledd.’ (Rhiant ar ran eu mab anabl)

Cynyddu ymwybyddiaeth i oedolion: Cynyddu ymwybyddiaeth, adnoddau a hyfforddiant i oedolion.

‘Mwy o addysg i oedolion ar hawliau plant.’

‘Gwneud yn siŵr bod ysgolion, gweithwyr ieuenctid a rhieni’n gwybod am hyn.’

Addysg

Mae'r broses o gyflwyno'r Cwricwlwm Newydd i Gymru yn mynd rhagddi'n dda, ac mae disgwyl iddi gael ei chwblhau erbyn 2026. Mae pedwar diben i hyn, sef galluogi plant a phobl ifanc i fod:

- Yn ddysgwyr uchelgeisiol, galluog, sy'n barod i ddysgu ar hyd eu hoes
- Yn gyfranwyr mentrus, creadigol, sy'n barod i chwarae rhan lawn mewn bywyd a gwaith
- Yn ddinasyddion gwybodus, egwyddorol i Gymru a'r byd
- Yn unigolion iach, hyderus, sy'n barod i fyw bywydau llawn boddhad fel aelodau gwerthfawr o'r gymdeithas

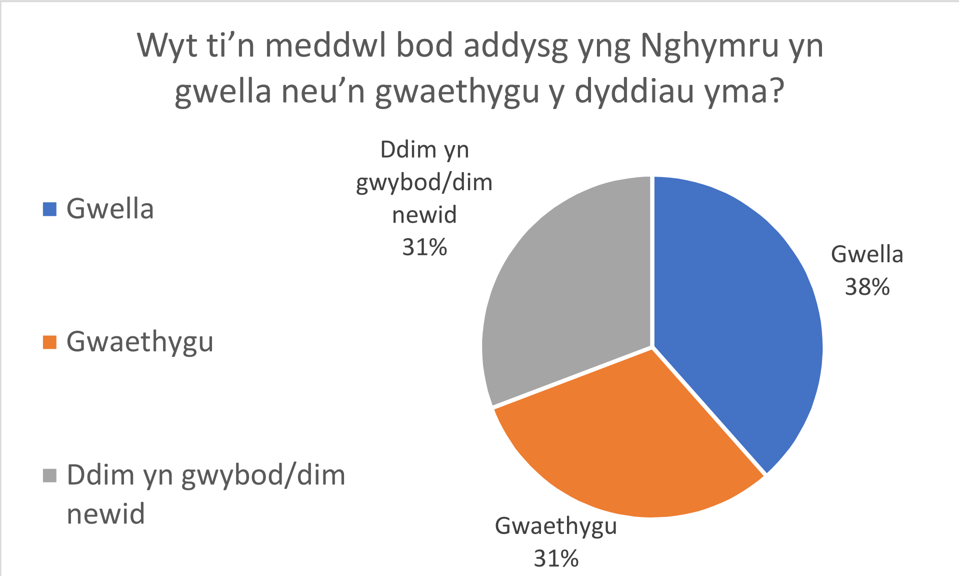
Mae'r data o'n gwaith ymchwil yn awgrymu ymateb cymysg gan bobl ifanc i ddatblygiadau ym myd addysg. Efallai mai'r rheswm am hyn yw bod y Cwricwlwm Newydd ar gyfnod mor gynnar yn ei hanes ar hyn o bryd. Mae pobl ifanc wedi dweud wrthyn ni y bydden nhw'n hoffi cael mwy o wybodaeth am y Cwricwlwm Newydd mewn fformatau hygyrch, er mwyn iddyn nhw fedru deall yn well y newidiadau sy'n digwydd, a myfyrio ar y newidiadau neu rannu barn wybodus arnyn nhw.

Mae addysg yn thema sy'n croesdorri'r meysydd blaenoriaeth yn yr adroddiad hwn, ac mae plant a phobl ifanc wedi dweud wrthyn ni'n gyson fod addysg yn allweddol os ydyn nhw i gael mynediad i'w holl hawliau. Mae'r pandemig wedi cael effaith sylweddol ar addysg plant a phobl ifanc, ac mae llawer o bobl ifanc wedi dweud wrthyn ni yr hoffen nhw weld dull mwy crwn a chyfannol i'w cefnogi ar hyd eu taith addysgol. Yn ystod y ddwy flynedd ddiwethaf mae Cymru Ifanc wedi cynnal nifer o ymgyngoriadau gyda phlant a phobl ifanc ar ran Llywodraeth Cymru a phartneriaid allanol, i lywio polisi Addysg yng Nghymru, ac mae wedi cefnogi'r Grŵp Diddordeb Arbennig pobl ifanc ar Addysg a Chyfiawnder Cymdeithasol.

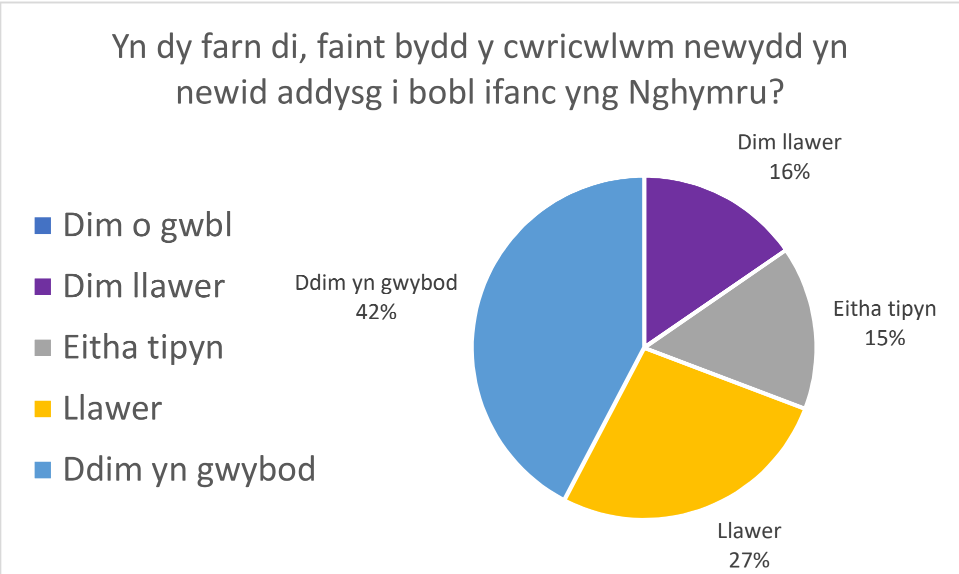
Mae'r Grŵp Diddordeb Arbennig Addysg a Chyfiawnder Cymdeithasol wedi cyflwyno rhai argymhellion i gefnogi profiadau plant a phobl ifanc ym myd addysg o dan eu 4 maes ffocws fel a ganlyn:

- Iechyd Meddwl a Llesiant
  - Newid y stigma sy'n gysylltiedig â iechyd meddwl yn y system addysg
  - Darparu cwnselwyr ysgol hygyrch, o safon ym mhob ysgol
- Tlodi
  - Darparu cefnogaeth ychwanegol i blant a phobl ifanc sy'n byw mewn tlodi gael mynediad i'w haddysg
  - Newid y rheolau ynghylch gwisgoedd ysgol fel eu bod yn fforddiadwy i bawb
- Rhywedd a Hunaniaeth
  - Darparu cyfleusterau niwtral o ran rhywedd
  - Darparu lleoedd diogel i fyfyrwyr, heb farnu
- Camwahaniaethu a'r nodweddion gwarchodedig
  - Dysgu am oddefgarwch a derbyn gwahanol hunaniaethau
  - Croesawu cymunedau a rhannu ein diwylliannau

Data Arolwg



Roedd y cwestiwn hwn wedi'i rannu'n weddol gyfartal rhwng 'gwell', 'gwaeth' a 'ddim yn gwybod/dim newid'.



Yn achos y cwestiwn yma, dewisodd bron hanner (42%) y bobl ifanc 'ddim yn gwybod.' O'r rhai a atebodd â gosodiad heblaw 'ddim yn gwybod', dywedodd 32% 'Llawer' neu 'Eitha tipyn.'

Beth ddywedodd pobl ifanc wrthyn ni am addysg a sut mae'n effeithio arnyn nhw

Cyllid: Mae pobl ifanc yn teimlo bod dim digon o gyllid ym myd addysg, a bydden nhw'n hoffi gweld mwy o gyfleoedd ar gael iddyn nhw i gael profiadau ystyrlon.

'Mwy o gyllid fel bod modd cael mwy o brofiadau ymarferol, e.e. ymweliadau â busnes i ddysgu am entrpreneuriaid.'

Cynhwysedd: Mae pobl ifanc yn teimlo'n gryf y dylai addysg ddod yn fwy cynhwysol ac amrywiol.

'Tase na ffordd i ddysgu pawb yn ôl eu gallu eu hunain.'

'Creu gwell amgylchedd i bobl ifanc sydd ar y cyrion fel bod dim rhaid iddyn nhw wynebu atgasedd bob dydd.'

Dywedodd person ifanc arall ei fod yn teimlo ei fod yn cael ei drin yn wael fel bachgen ifanc yn y system addysg.

Amodau dysgu: Soniodd ambell berson ifanc y dylen nhw fedru mwynhau dysgu'n fwy, gan ddweud ar hyn o bryd bod:

'...athrawon ddim yn trafferthu.'

Dywedodd un person ifanc y dylen ni:

'Wneud dysgu'n fwy difyr, ond fel bod modd dysgu o hyd.'

Lleisiau Eraill

Bu Cymru Ifanc yn gweithio mewn partneriaeth â Rhaglen Ffoaduriaid a Cheiswyr Lloches TGP Cymru i gynnal ymgynghoriad ar y Gwarant Pobl Ifanc yn 2022. Daeth ffoaduriaid a cheiswyr lloches i'r ymgynghoriad a rhannu adborth ar yr heriau y buon nhw'n eu hwynebu wrth gael mynediad i addysg a chyflogaeth yng Nghymru. Mae statws ffoaduriaid a cheiswyr lloches yn cael ei reoli gan Lywodraeth y Deyrnas Unedig, ond mae Llywodraeth Cymru wedi ymrwymo i fod yn 'Genedl Noddfa', ac mae dyletswydd arni i roi sylw dyledus i Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn fel rhan o 'Fesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) 2011.' Daeth yr adroddiad i'r casgliad canlynol:

'Ategwyd yn gyson ar hyd y sesiwn fod diffyg statws y bobl ifanc yn destun pryder a straen iddyn nhw. Dywedodd llawer fod hynny'n eu hatal rhag gallu cael mynediad at addysg, a'u bod yn pryderu am sut byddai hynny'n effeithio ar eu rhagolygon swyddi yn y dyfodol.'

Rydyn ni'n meddwl (meddyliau'r gwirfoddolwyr)

Dywedodd 42 y cant o bobl eu bod nhw ddim yn gwybod sut byddai'r cwricwlwm yn newid addysg i bobl ifanc yng Nghymru. Mae hyn yn dangos nad oes digon o ymwybyddiaeth na thrafodaeth ynghylch y cwricwlwm newydd. Nid yw pobl ifanc wir yn gwybod beth yw e na sut mae'n effeithio arnyn nhw. Rydyn ni'n meddwl bod pobl ifanc eisiau cael mwy o addysg am brofiadau byd go iawn, fel entrepreneuriaeth, a gall hynny gael ei gysylltu â sgiliau a chyfleoedd gwaith i'r dyfodol. Dylai addysg fod yn benodol i bob person ifanc, gan gydnabod bod pob person ifanc yn wahanol ac yn dysgu mewn ffyrdd gwahanol.

Ein Hargymhellion

Ymwybyddiaeth: Gwella ymwybyddiaeth o'r cwricwlwm newydd, gan sicrhau bod y newidiadau a'r rhesymau drostynt yn ddealladwy i bawb.

Diwygio: Gwneud addysg yn fwy perthnasol i'r byd go iawn. Darparu profiad gwaith sydd o ddiddordeb i bobl ifanc ac yn eu hysgogi.

Cyllid: Darparu mwy o gyllid ym myd addysg ar gyfer adnoddau a phrofiadau a chyfleoedd ystyrlon i bob person ifanc.

Cynhwysedd: Gwneud addysg yn hygyrch a chynhwysol i bob plentyn a pherson ifanc yng Nghymru.

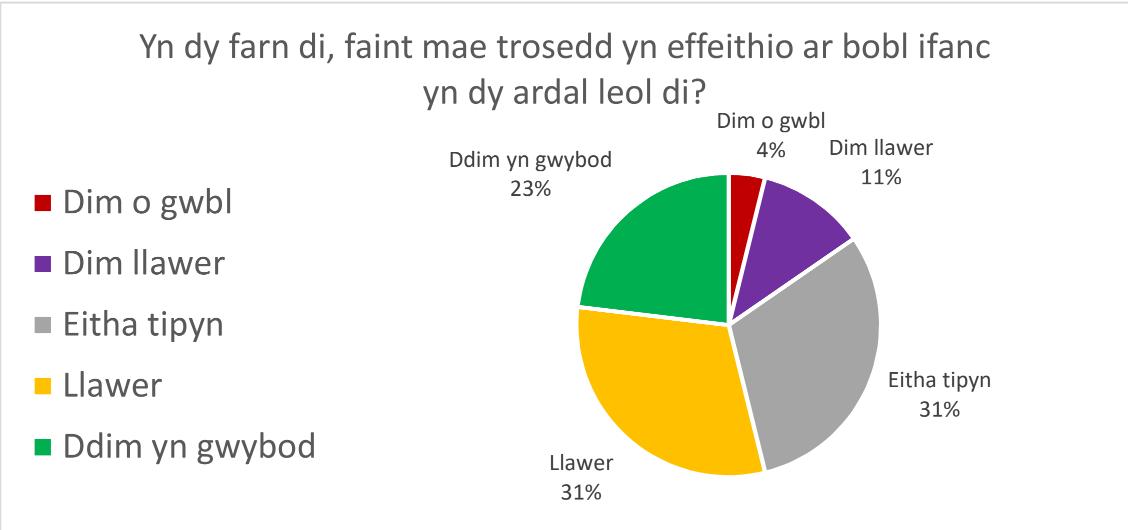
Gwasanaethau: Darparu cefnogaeth a hyfforddiant iechyd meddwl o safon i athrawon a phobl ifanc, er mwyn newid y stigma sy'n gysylltiedig â iechyd meddwl.

Gwisg Ysgol: Newid y rheolau ynghylch gwisgoedd ysgol fel eu bod yn fforddiadwy i bob teulu.

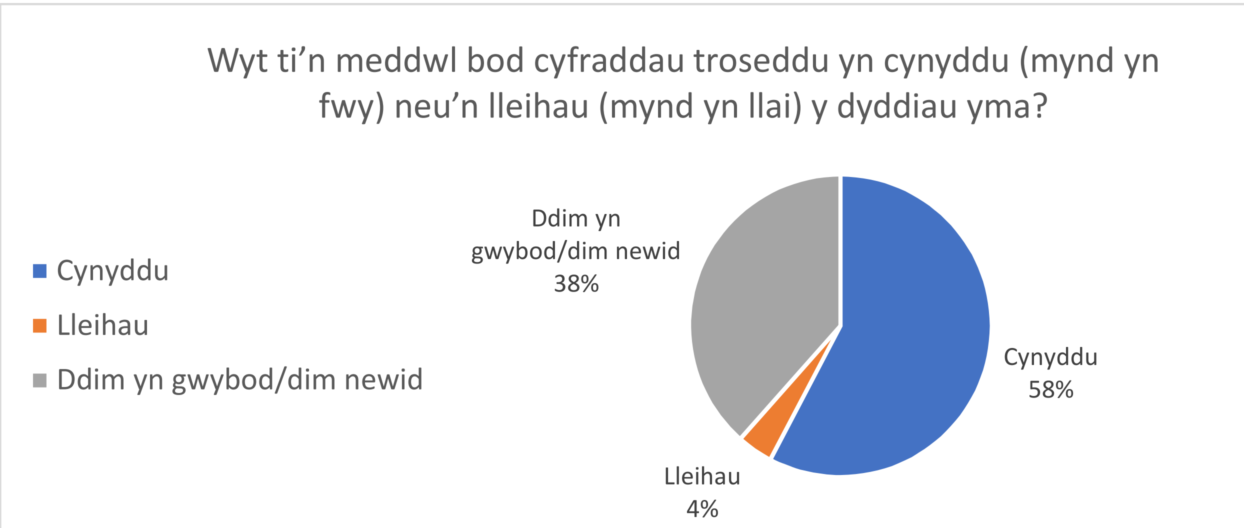
Trosedd

Fel rhan o'n gwaith ymchwil ar y meysydd blaenoriaeth, dywedodd sawl awdurdod lleol wrthyn ni fod troseddau cyllyll wedi cynyddu yn eu hardaloedd, a'u bod wedi bod yn gweithio ar raglenni penodol i roi sylw i'r her hon yn lleol. Mae hyn yn cyfateb hefyd i'r data a gawsom gan bobl ifanc ynghylch cynnydd yn nifer y bobl ifanc sy'n gaeth i sylweddau ac yn eu camddefnyddio.

Data Arolwg



Fe ofynnon ni i bobl ifanc i ba raddau maen nhw'n meddwl bod trosedd yn effeithio ar bobl ifanc. Dywedodd 62% eu bod yn teimlo bod trosedd yn effeithio 'llawer' neu 'eitha tipyn' arnyn nhw. Dywedodd 23% eu bod nhw ddim yn gwybod.



Roedd y rhai a ddywedodd 'cynyddu' a'r rhai a ddywedodd 'ddim yn gwybod/dim newid' bron wedi'u rhannu 60/40, gan mai un ymatebydd yn unig ddywedodd eu bod yn credu bod cyfraddau troseddu yn gostwng.

<u>Beth ddywedodd pobl ifanc wrthyn ni am drosedd a sut mae'n effeithio arnyn nhw</u>

Pobl ifanc yn cyflawni troseddau: Ffocws rhai o'r bobl ifanc oedd troseddau'n cael eu cyflawni gan bobl ifanc eu hunain. Soniodd llawer am fathau penodol o droseddau fel ymddygiad gwrthgymdeithasol, trais a chyffuriau. Dywedodd rhai fod ymdeimlad o bwysau gan gyfoedion i gyflawni troseddau:

'Mae pobl yn cael eu perswadio i droseddu.'

Pobl ifanc yn ddioddefwyr: Soniodd rhai pobl ifanc wrthyn ni am ddioddef troseddau. Dywedodd un person ifanc:

'Mae trosedd yn effeithio ar lawer o bobl ifanc mewn ffordd negyddol ac mae'n gallu achosi llawer o fathau o salwch meddwl a welir mewn pobl ifanc.'

Dywedodd person ifanc arall fod hyn yn cael effaith negyddol ar fechgyn yn arbennig:

'Mae trais yn digwydd bob dydd i fechgyn.'

<u>Lleisiau Eraill</u>

Cyhoeddodd y Bwrdd Cyfiawnder Ieuenctid i Gymru a Lloegr adroddiad yn 2022, Dyfodol mwy Disglair: dadansoddiad o'r system cyfiawnder ieuenctid; yn manylu ar eu cynlluniau i gyflwyno dull gweithredu plentyn yn gyntaf. Ymhlith yr argymhellion roedd:

- Cydnabod bod y system cyfiawnder ieuenctid yn rhan o system ehangach, a gwneud newidiadau y tu hwnt i hynny – fel gwella dealltwriaeth o pam mae plant yn troseddu.
- Casglu'r data cywir a'i rannu'n effeithiol gydag asiantaethau.
- Galluogi mwy o gyfranogiad a chydweithio ymhlith plant a'r gweithlu.
- Herio diwygiadau cyfredol i fynd ymhellach, gan gynnwys yr heddlu a'r llysoedd, ac adlewyrchu hynny mewn newidiadau arolygu.
- Adolygu'r hyfforddiant i staff cyfiawnder ieuenctid, gan gynnwys cefnogi staff i ddelio â thrawma, ac yng Nghymru i adeiladu ar hyfforddiant manwl gwybodus am drawma a gyflwynwyd eisoes.

Cewch hyd i'r adroddiad llawn yma: <u>Child First: Identifying Progress and Priorities Using a System Map – Youth Justice Board for England and Wales (October 2022) - Youth Justice Resource Hub (yjresourcehub.uk)</u>

<u>Rydyn ni'n meddwl (meddyliau'r gwirfoddolwyr)</u>

Rydyn ni'n meddwl bod cysylltiad agos rhwng trosedd a iechyd meddwl, bod pobl ifanc yn fwy tebygol o ddioddef trosedd, a bod rhoi sylw i hyn a chefnogi dioddefwyr ifanc gyda'u hiechyd meddwl yn bwysig hefyd. Rydyn ni hefyd yn meddwl y gall methiant yr heddlu i weithredu ynghylch troseddau llai arwain at fwy o bobl yn cyflawni troseddau, os gwelan nhw fod dim yn cael ei wneud. Rydyn ni'n credu, er mwyn gwrthweithio cyfraddau troseddu ymhlith pobl ifanc, y dylai fod mwy o ffocws ar roi sylw i'r pwysau mae pobl ifanc yn ei deimlo gan gyfoedion i gyflawni gweithredoedd troseddol.

<u>Ein Hargymhellion</u>

Mwy o heddlu a lefelau uwch o gosb: Cynyddu niferoedd yr heddlu a'u gweledededd ac ystyried cyflwyno cosbau llymach yn ddull ataliol o leihau cyfraddau troseddu.

'Mwy o swyddogion cymunedol, ac mae angen i'r heddlu weithredu mwy a mwy ynghylch y troseddau llai.'

Diwygio: Mae angen newid yn y system i atal trosedd, i gefnogi'r rhai sy'n cyflawni troseddau, ac i gefnogi dioddefwyr troseddau.

'Cynnig mwy o help i'r bobl sy'n cyflawni troseddau... gyda chosbau sy'n gryfach, ond yn deg.'

'Diwygio yng nghyswllt cyffuriau, er enghraifft trwy geisio lleihau niwed... rhoi gwell cyfleoedd i bobl os buon nhw'n methu llwyddo ym myd addysg neu os ydyn nhw wedi gadael y carchar.'

Addysg: Cynyddu ymwybyddiaeth ac addysg ynghylch troseddu a ble mae help ar gael.

'Stopio gwahardd plant o'r ysgol, gweithio gyda phobl ifanc i gael gwybod beth yw eu stori.'

Lleoedd diogel: Creu lleoedd mwy diogel i blant a phobl ifanc.

'Lleoedd diogel a goleuo gwell" a "CCTV Cymdogaeth" '.

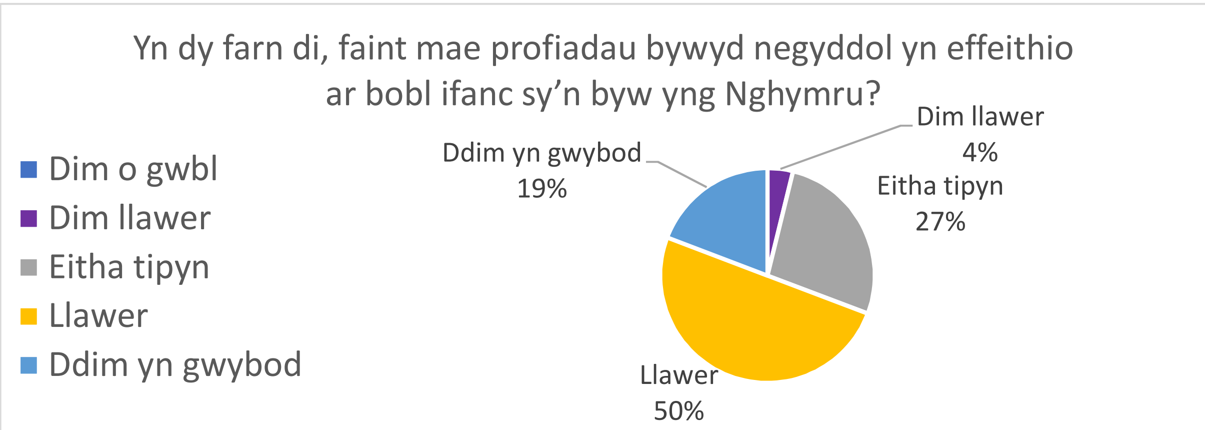
Pwerau: Dylai fod gan Gymru fwy o bwerau datganoledig ar gyfer y system gyfiawnder, gan y byddai hynny'n sicrhau ffocws penodol ar faterion Cymreig fel y problemau parhaus sy'n amlwg yma, fel caethiwed i sylweddau a'u camddefnyddio, a throseddau cyllyll.

Profiadau Bywyd

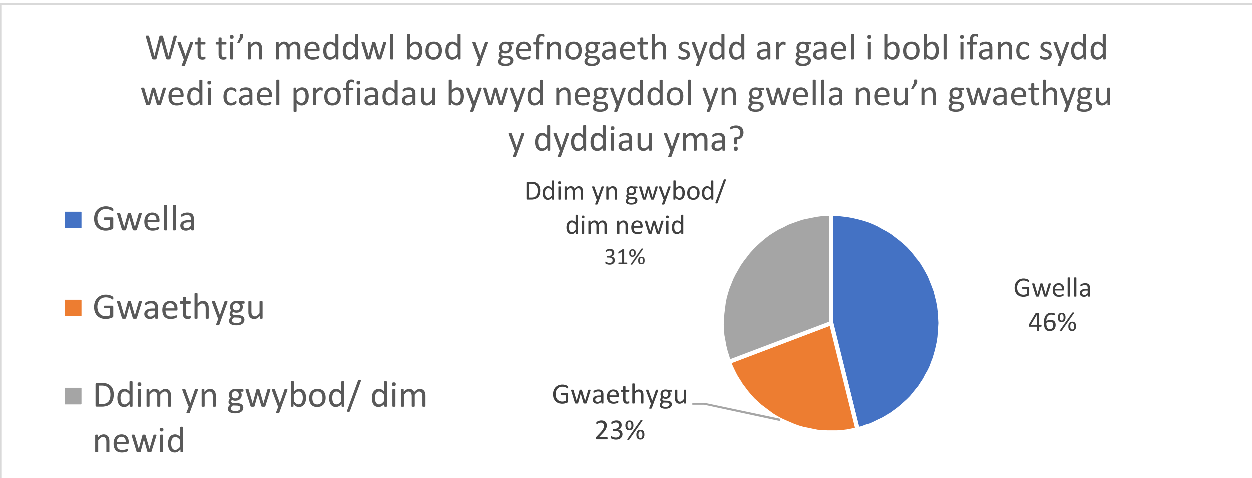
Gall profiadau bywyd negyddol gael effaith ar blant a phobl ifanc ar hyd eu hoes. Digwyddiadau trawmatig yw'r rhain sy'n gallu effeithio'n sylweddol ar iechyd a llesiant plant a phobl ifanc. Gallen nhw amrywio o ddioddef cam-drin geiriol, meddyliol, rhywiol a chorfforol, i gael eu magu ar aelwyd lle ceir trais domestig, camddefnyddio alcohol, ymwahaniad rhieni neu gamddefnyddio cyffuriau. Dylai plant a phobl ifanc gael eu hamddiffyn rhag cael profiadau bywyd negyddol o dan CCUHP, a chael cefnogaeth briodol os cân nhw unrhyw brofiadau bywyd negyddol.

Rydyn ni'n credu bod cyflwyno Deddf Diddymu Amddiffyniad Cosb Resymol (Cymru) 2020 gan Lywodraeth Cymru yn cynnig haen ychwanegol o amddiffyniad i blant a phobl ifanc yn erbyn profiadau bywyd negyddol.

Data Arolwg



Dywedodd dros dri chwarter, 77%, o'r bobl ifanc a atebodd 'Llawer' neu 'Eitha tipyn'. Dywedodd bron 20% o'r bobl ifanc a atebodd 'Ddim yn gwybod.'



Roedd y rhai ddywedodd 'Gwell' a'r rhai ddywedodd 'Gwaeth' neu 'Ddim yn gwybod/Dim newid' yn rhaniad bron 50/50, felly.

<u>Beth ddywedodd pobl ifanc wrthyn ni am brofiadau bywyd negyddol a sut mae hynny'n effeithio arnyn nhw</u>

Effaith: Soniodd pobl ifanc fod profiadau bywyd negyddol yn effeithio ar:

'Gynifer o bobl ifanc.'

Soniodd pobl ifanc yn benodol am iechyd meddwl; a chyfeiriwyd at iselder, gorbryder, a meddyliau ynghylch hunanladdiad:

'Gall llai o weithredu arwain at iselder neu rywbeth gwaeth.'

Cefnogaeth: Soniodd pobl ifanc fod angen mwy o gefnogaeth, a bod angen i ysgolion

'Ystyried... bod angen amser arnon ni i brosesu gwahanol bethau.'

Soniodd un fod:

'Llawer mwy o linellau cymorth a stwff arall fel yna i roi help a chefnogaeth.'

Soniodd un person ifanc ei fod yn teimlo ei fod yn cael ei drin yn wael oherwydd ei fod yn wryw gwyn. Roedd hefyd yn pryderu am fewnfudo, cyffuriau, trais a throseddu.

<u>Lleisiau Eraill</u>

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn disgrifio effeithiau plant yn cael profiadau niweidiol yn ystod eu plentyndod fel a ganlyn:

'Mae plant sy'n cael plentyndod o safon isel, gyda llawer o straen, yn fwy tebygol o brofi iechyd meddwl gwael o ganlyniad i hunan-ddelwedd negyddol a diffyg hunan-werth. Maen nhw'n fwy tebygol o fabwysiadu ymddygiad sy'n niweidio iechyd yn ystod y glasoed, a gall hynny arwain at afiechydon fel canser, clefyd y galon a diabetes yn ddiweddarach mewn bywyd.

Nid pryder o safbwynt iechyd yn unig yw profiadau niweidiol yn ystod plentyndod; gall profi'r rhain olygu bod unigolion yn fwy tebygol o gyflawni'n wael yn yr ysgol, a'u bod yn fwy tebygol o ymwneud â throsedd, fel dioddefwyr a chyflawnwyr.

Mae pobl sy'n cael profiadau niweidiol lluosog yn ystod eu plentyndod eu hunain yn aml yn magu eu plant hwythau ar aelwydydd lle mae profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn fwy cyfarwydd. Gall y cylch hwn o niwed yn ystod plentyndod olygu bod cenedlaethau o deuluoedd yn cael eu dal mewn cylch o iechyd gwael ac ymddygiad gwrthgymdeithasol.'

Sefydlwyd Hwb Cefnogaeth ACE yng Nghymru i dorri'r cylchoedd y cyfeiriwyd atynt uchod. Ei nodau yw:

- Lledaenu gwybodaeth a dealltwriaeth, gan alluogi lleisiau cymunedau, plant a theuluoedd i gyd-ddylunio atebion fydd yn gweithio iddyn nhw.
- Rhannu tystiolaeth am beth gall sefydliadau ei wneud yn wahanol i helpu i atal a lliniaru Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod.
- Datblygu gwybodaeth a sgiliau ymhlith gweithwyr proffesiynol, gan ddarparu hyfforddiant ar eu cyfer i'w galluogi eu hunain a'u sefydliadau i ehangu eu rhwydweithiau mewnol ac allanol er mwyn newid ymarfer.
- Crynhoi dysgu gan unigolion, cymunedau, sefydliadau a'r system ehangach a'i rannu trwy ystod o setiau dysgu gweithredol a chymunedau o ymarfer.
- Sbarduno newid a thrawsffurfio systemau ar lefel leol a chenedlaethol.

Rydyn ni'n meddwl (meddyliau gwirfoddolwyr)

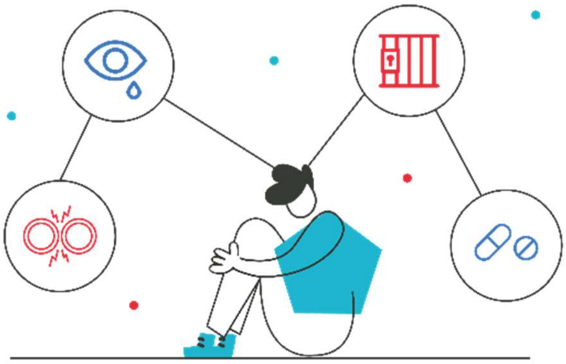
Mae cyfatebiaeth rhwng profiadau bywyd negyddol, iechyd meddwl, a diffyg cefnogaeth. Dylai mwy o wasanaethau fod ar gael i gefnogi pobl gyda hyn yn eu cymunedau. Gall y profiadau bywyd hyn gael eu cysylltu hefyd ag addysg a theimladau o gysylltiad â chymunedau.

Ein Hargymhellion

Cefnogaeth: Mae gwasanaethau a chefnogaeth mwy penodol ac wedi'u teilwra'n fwy yn angenrheidiol ar gyfer plant a phobl ifanc sy'n cael profiadau bywyd negyddol. Mae hyn yn cynnwys ymyriadau iechyd meddwl cynharach a dulliau gweithredu ataliol i gefnogi iechyd meddwl.

'Mwy o therapi di-dâl a chyfleoedd i ymadfer wedi trawma.'

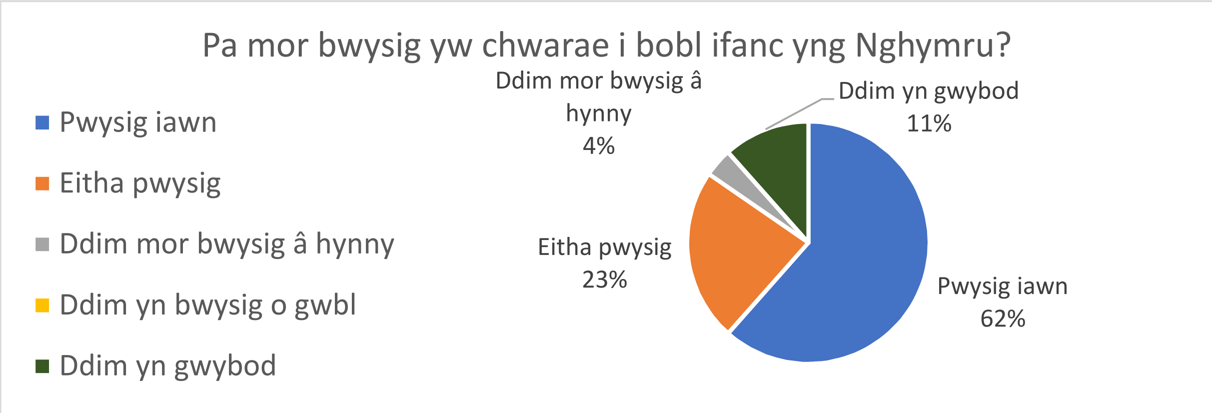
Cyllid: Mae angen mwy o gyllid i sicrhau bod modd cynnig cefnogaeth a gwasanaethau ar yr adeg gywir ac mewn modd sy'n briodol ar gyfer anghenion y plentyn neu'r person ifanc.



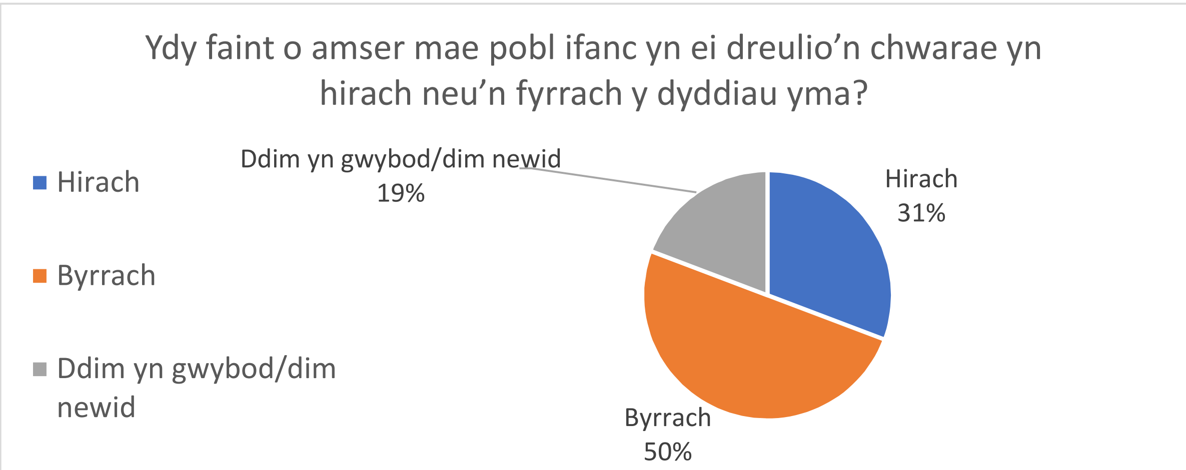
Chwarae

Yn 2020 cyhoeddodd Llywodraeth Cymru y byddai Adolygiad Chwarae Gweinidogol yn cael ei gynnal i asesu polisi chwarae cyfredol Llywodraeth Cymru, a llywio datblygiad a chynnydd y polisïau hynny. Bu'n ystyried cynnydd Llywodraeth Cymru o ran cyflawni ei gweledigaeth ar gyfer chwarae, fel y nodwyd ym Mholisi Chwarae Llywodraeth Cymru 2002 a Chynllun Gweithredu'r Polisi Chwarae 2006, i greu Cymru lle ceir cyfleoedd i chwarae. Ar ben hynny, mae Mesur Plant a Theuluoedd (Cymru) 2010 yn cynnwys adran ar Gyfleoedd Chwarae sydd wedi'i bwriadu ar gyfer Awdurdodau Lleol, partneriaid a rhanddeiliaid, ac mae Cymru – Gwlad sy'n creu Cyfleoedd i Chwarae 2014 yn cyflwyno canllawiau statudol o ran dyletswydd Awdurdodau Lleol i asesu a sicrhau cyfleoedd chwarae digonol.

<u>Data Arolwg</u>



Teimlai'r rhan fwyaf o'r bobl ifanc fod chwarae yn bwysig i bobl ifanc, gydag 85% yn dweud bod chwarae yn 'bwysig iawn' neu'n 'eitha pwysig.'



Roedd yr ymatebion wedi'u rhannu 50/50 rhwng y rhai a ddywedodd 'byrrach' a'r rhai a ddywedodd 'hirach' neu 'ddim yn gwybod/dim newid.'

<u>Beth ddywedodd pobl ifanc wrthyn ni am bwysigrwydd chwarae a sut mae'n effeithio arnyn nhw</u>

Pwyslgrwydd mawr chwarae: Soniodd pobl ifanc fod chwarae yn wirioneddol bwysig iddyn nhw, i roi hoe iddyn nhw a chyfle i fynegi eu hunain.

'Mae angen egwyl ar bobl i chwarae.'

Rhesymau dros dreulio llai o amser yn chwarae: Soniodd pobl ifanc am amrywiaeth o resymau pam roedden nhw'n teimlo bod llai o amser yn cael ei dreulio ar chwarae. Cyfeiriwyd at COVID-19 a'r argyfwng costau byw, yn ogystal â thechnoleg.

'Roedd pobl ifanc yn treulio llai o amser yn chwarae oherwydd eu bod nhw ar ffôn/dabled/etc. o hyd'.

Mannau lle gall pobl ifanc chwarae: Soniodd pobl ifanc eu bod nhw'n gallu chwarae mewn parciau, clybiau ieuenctid a gwasanaethau ieuenctid eraill. Ar ran ei mab anabl, dywedodd un rhiant:

'O safbwynt plant a phobl ifanc anabl, mae angen i'r gweithgareddau sydd wedi'u bwriadu ar gyfer plant a phobl ifanc fod yn hygyrch.'

Dywedodd un person ifanc yn syml:

'Fy unig bryder i yw cyrraedd adre'n ddiogel.'

<u>Lleisiau Eraill</u>

Arweiniodd Cymru Ifanc ymgynghoriad ar ran Llywodraeth Cymru yn 2021 ar yr Adolygiad Chwarae Gweinidogol, y bu mwy na 200 o blant a phobl ifanc yn cyfranogi ynddo. Cynhwysodd Cymru Ifanc adran ar COVID-19 a'i effaith ar chwarae, ochr yn ochr â ffocws ar bum maes allweddol o ran polisi a datblygu:

- Cofrestru lleoliadau, eu rheoleiddio, ac eithriadau
- Dyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae a chyllid
- Y gweithlu a chymwysterau
- Gweithio ar draws meysydd polisi
- Cyfiawnder gofodol ac ymwneud y gymdeithas

COVID-19 a Chwarae
Roedd yr argymhellion yn cynnwys:
- Agor ysgolion cyn gynted ag y bydd hynny'n ddiogel.
- Agor darpariaethau chwarae cyn gynted ag y bydd hynny'n ddiogel.

- Ystyried faint o waith cartref sy'n cael ei roi yn ystod cyfnodau clo.
- Mae angen cefnogaeth ychwanegol i blant, pobl ifanc a theuluoedd ar adegau o argyfwng. Mae angen cefnogaeth ychwanegol ar gyfer gwasanaethau iechyd meddwl, llesiant pobl ifanc a phlant.
- Ystyried plant a phobl ifanc wrth lacio cyfyngiadau o ran eu hanghenion chwarae a chymdeithasu.
- Mae angen cefnogaeth ychwanegol i blant a phobl ifanc wrth ddychwelyd at gysyniad o 'normal newydd'.
- Mae angen i'r cyfyngiadau fod yn fwy gwybodus, gyda chynllun clir ar gyfer eu llacio, sy'n cael ei gyfleu'n briodol a'i lywio gan anghenion plant a phobl ifanc.
- Wrth orfodi'r cyfyngiadau, dylid ystyried a deall effeithiau ehangach COVID-19 ac effeithiau uniongyrchol cyfyngiadau ar blant a phobl ifanc.

Cofrestru lleoliadau, eu rheoleiddio, ac eithriadau
Roedd yr argymhellion yn cynnwys:

- Dylai lleoedd chwarae geisio bod yn fannau hapus a diogel.
- Mae angen gwella'r ddarpariaeth chwarae mewn ardaloedd gwledig.
- Dylid cynyddu gwasanaethau ieuenctid.
- Mae angen gwella sut mae'r ddarpariaeth sydd eisoes yn bodoli yn cael ei hyrwyddo a'i chyfathrebu.
- Dylid datblygu rheolau ar gyfer lleoedd chwarae, a gweithgareddau ar gyfer diogelu, ond ni ddylai fod rheolau ynghylch y chwarae ei hun.
- Dylid datblygu côd ymddygiad ar gyfer yr holl staff sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc yn y sector chwarae.
- Dylai penderfyniadau ynghylch beth yw'r darpariaethau chwarae gael eu llywio gan rieni neu ofalwyr a phlant a phobl ifanc, gan gymryd i ystyriaeth y math o weithgaredd sy'n cael ei gynnig, fforddiadwyedd a phris, y lleoliad, enw da'r darparwr a'r ymddiriedaeth yn y darparwr.
- Dylid dilyn polisïau diogelu, a gwneud darparwyr yn atebol os na ddilynir y rheoliadau'n gywir.
- Dylai fod yn ofynnol i bob clwb a darpariaeth, gan gynnwys y rhai sy'n cynnig hyfforddiant a mentora, gael eu cofrestru.
- Dylai fod yn ofynnol i bob clwb a darpariaeth sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc, sy'n cynnig sesiynau llai na 2 awr o hyd, gael eu cofrestru.

Dyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae a chyllid
Roedd yr argymhellion yn cynnwys:

- Ystyried yr heriau i blant a phobl ifanc yng nghyswllt seilwaith trafnidiaeth a mynediad at leoedd chwarae, a gwneud gwelliannau lle bo modd.
- Creu mwy o gyfleoedd a lleoedd i chwarae.
- Creu mwy o fannau agored sy'n ddiogel i blant a phobl ifanc.
- Mae angen gwella sut mae lleoedd chwarae sydd eisoes yn bodoli yn cael eu hyrwyddo a'u cyfathrebu.

- Dylai chwarae gael ei hyrwyddo a'i gefnogi ar draws holl ystod oed plant a phobl ifanc.
- Dylai plant a phobl ifanc gael eu cefnogi a'u hannog i gyfrannu at gynllunio cyfleoedd chwarae a gwasanaethau mewn Awdurdodau Lleol.
- Llywodraeth Cymru, Awdurdodau Lleol a'u staff, Ysgolion a'r sector addysg sy'n gyfrifol am sicrhau bod cyfleoedd chwarae digonol i blant a phobl ifanc yng Nghymru.
- Dylai plant a phobl ifanc, yn ogystal â rhieni neu ofalwyr, gael cyfle i gyfrannu a chael gwrandawiad bob tro y datblygir cyfleoedd chwarae yn eu hardaloedd Awdurdod Lleol.
- Dylai Llywodraeth Leol a Chenedlaethol ddyrannu a neilltuo cyllid hirdymor ar gyfer cyfleoedd chwarae.
- Dylai Llywodraeth Cymru ddarparu arian ar gyfer chwarae i Awdurdodau Lleol.
- Dylai mannau i blant a phobl ifanc dreulio amser yn ddiogel gael blaenoriaeth wrth fuddsoddi, ynghyd â buddsoddiadau pellach yn y canlynol: mwy o fannau chwarae, mwy o weithgareddau chwarae, mwy o leoliadau chwarae dan do, mwy o weithwyr ieuenctid annibynnol, mwy o staff chwarae, a mwy o gyfleoedd hyfforddi, cyfarpar chwarae newydd, mwy o glybiau ieuenctid a chwarae mynediad agored.
- Dylid ymgynghori â phlant a phobl ifanc ar unrhyw benderfyniadau o ran cyfleoedd chwarae neu fuddsoddiadau.

Y gweithlu a chymwysterau
Roedd yr argymhellion yn cynnwys:

- Dylai gweithwyr chwarae fod wedi'u cofrestru gyda chorff sy'n gwirio'u cymwysterau a'u datblygiad.
- Dylid rhoi cyfleoedd i blant hŷn a phobl ifanc gefnogi a dylid eu hannog i chwarae rôl weithredol wrth gynllunio ac arwain ar wasanaethau chwarae a gweithgareddau i blant iau.
- Dylai fod gan bob gweithiwr chwarae wiriad DBS manwl, ac ni ddylai fod ganddyn nhw gofnod troseddol.
- Dylai fod gan bob gweithiwr chwarae ymwybyddiaeth o faterion sy'n effeithio ar blant a phobl ifanc, a lefel o brofiad perthnasol.
- Dylai pob gweithiwr chwarae ddilyn yr hyfforddiant canlynol:
    - Diogelu,
    - Cymorth Cyntaf,
    - Iechyd a Diogelwch,
    - Diogelwch Tân,
    - Datrys gwrthdaro,
    - Iechyd Meddwl a Llesiant ymhlith plant a phobl ifanc,
    - Tuedd,
    - Cyfranogiad, a
    - Gwaith Chwarae.
- Dylai fod gan bob gweithiwr chwarae y cymwysterau canlynol:
    - O leiaf 4 TGAU gradd C neu uwch, ac

- O leiaf gymhwyster lefel 2 mewn gwaith chwarae neu waith ieuenctid.

Gweithio ar draws meysydd polisi
Roedd yr argymhellion yn cynnwys:

- Ystyried yr heriau i blant a phobl ifanc yng nghyswllt seilwaith trafnidiaeth a mynediad at fannau chwarae, a gwneud gwelliannau lle bo modd.
- Dylai chwarae gael ei hyrwyddo a'i gefnogi ar draws holl ystod oed plant a phobl ifanc ac ar draws pob sector.
- Dylai plant a phobl ifanc gael eu cefnogi a'u hannog i gyfrannu at gynllunio cyfleoedd chwarae a gwasanaethau mewn Awdurdodau Lleol ac ar draws sectorau. Mae Llywodraeth Cymru, Awdurdodau Lleol a'u staff, Ysgolion a'r sector addysg yn gyfrifol am sicrhau bod cyfleoedd chwarae digonol ar gael i blant a phobl ifanc yng Nghymru.
- Dylai plant a phobl ifanc, yn ogystal â rhieni neu ofalwyr, gael cyfle i gyfrannu a chael gwrandawiad bob tro y bydd cyfleoedd chwarae yn cael eu datblygu yn eu hardaloedd Awdurdod Lleol, ac ar draws sectorau.
- Adolygu amser chwarae neu egwyl treulio amser gyda ffrindiau ar gyfer pobl ifanc 11-18 oed mewn ysgolion a cholegau.

Cyfiawnder gofodol ac ymwneud cymdeithasol
Roedd yr argymhellion yn cynnwys:

- Codi'r cyfyngiadau ar fannau chwarae pan fydd modd gwneud hynny'n ddiogel.
- Parhau i gynnig y rhaglen frechiadau.
- Codi'r cyfyngiadau sy'n atal plant a phobl ifanc rhag chwarae y tu allan cyn gynted ag y bydd yn ddiogel gwneud hynny.
- Ystyried swigod teulu ac ysgol a sut gall y rhain ymateb yn well i anghenion plant a phobl ifanc.
- Datblygu gwell dealltwriaeth o blant a phobl ifanc a'u hanghenion chwarae yn yr heddlu.
- Mae angen cefnogaeth i newid y canfyddiad o bobl ifanc, a dylai hynny gynnwys gweithio gyda gwasanaethau a chynnig hyfforddiant ar sut i wella'r ymgysylltu â phobl ifanc.
- Sicrhau bod cyfleoedd chwarae digonol sy'n ddiogel, wedi'u trefnu'n dda ac yn hygyrch.
- Dyrannu mwy o amser ar gyfer chwarae a mwy o gyfleoedd i blant a phobl ifanc dreulio amser gyda'u ffrindiau yn ystod y diwrnod ysgol.

<u>Rydyn ni'n meddwl (meddyliau'r gwirfoddolwyr)</u>
Er mwyn hybu cyfleoedd i chwarae, mae'n wirioneddol bwysig bod amser i chwarae yn cael ei ddarparu, yn arbennig gan fod pobl ifanc o dan gymaint o wahanol fathau o straen. Efallai bydd pobl ifanc yn diffinio chwarae'n wahanol i blant iau, a gallai hynny effeithio ar eu hymateb. Mae cysylltiad diddorol rhwng cyfleoedd i chwarae a theimladau o fod yn ddiogel. Mae'n bwysig bod amgylcheddau yn croesawu plant ac yn hwylus ar gyfer chwarae. Mae hynny'n cynnwys clirio sbwriel a gwneud mannau'n ddiogel.

Mae'n wirioneddol bwysig bod chwarae yn hygyrch i bob plentyn a pherson ifanc, mae hyn yn cynnwys cyfleoedd i ymuno â grwpiau. Yn ogystal â'r hawl i chwarae, rydyn ni'n credu bod hyn yn cysylltu hefyd â'r hawl i fod yn rhydd i gymdeithasu.

Ein Hargymhellion

Cyfleoedd ac Amser: Mae angen mwy o opsiynau, cyfleoedd ac amser i chwarae.

'Mwy o leoedd i fynd iddyn nhw fel parciau neu ganolfannau sy'n gallu cael eu defnyddio fel lleoedd i dreulio amser.'

Cyllid: Dylai fod mynediad agored a chyfleoedd am ddim i chwarae ar gyfer holl blant a phobl ifanc Cymru.

'Cael eu hariannu gan y Llywodraeth, y Cyngor neu Elusennau.'

Lleoedd: Dylai lleoedd chwarae fod yn hygyrch, yn gynhwysol ac yn ddiogel. Ar ran ei mab anabl, dywedodd rhiant:

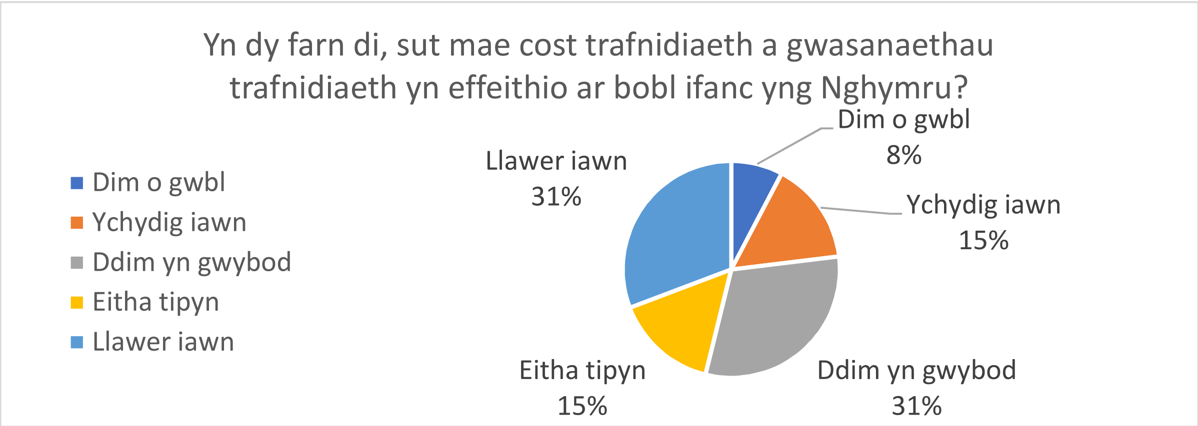
'Gweithgareddau sy'n annog pobl ifanc ag anabledd a rhai heb anabledd i chwarae gyda'i gilydd.'

Trafnidiaeth

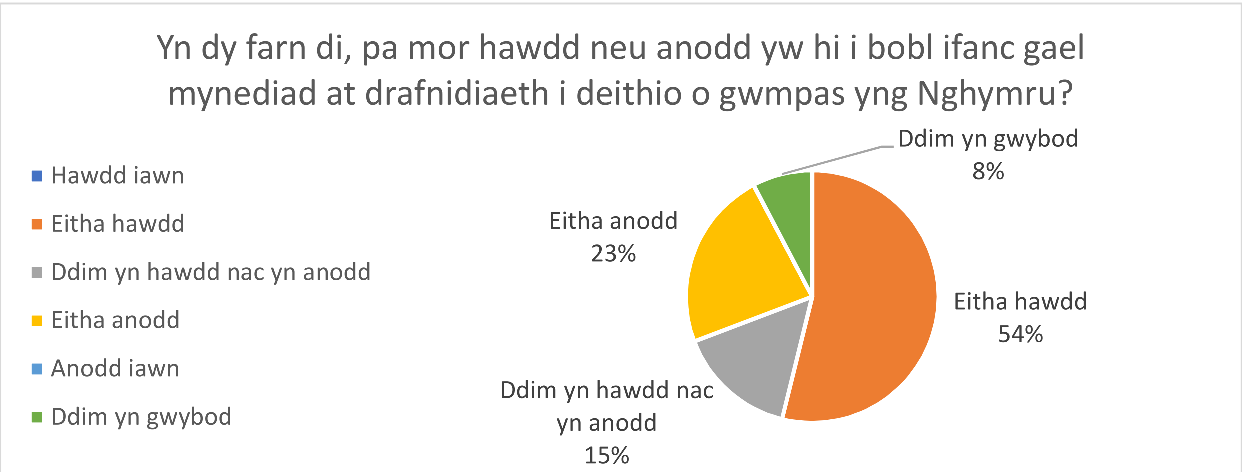
Mae pobl ifanc wedi dweud wrthyn ni'n gyson bod angen sicrhau ffocws ar faterion daearyddol, costau a'r seilwaith cyfredol er mwyn cefnogi hygyrchedd trafnidiaeth i bobl ifanc yng Nghymru. Yn ogystal â hygyrchedd corfforol, mae hyn hefyd yn cynnwys teimlo eu bod yn ddiogel ac yn cael eu hamddiffyn wrth ddefnyddio trafnidiaeth gyhoeddus.

Yng Ngŵyl Gofalwyr Ifanc Cymru 2022 dywedodd pobl ifanc wrthyn ni y gallai trafnidiaeth fod yn rhwystr i ofalwyr ifanc o ran hygyrchedd a chost wrth gefnogi'r aelod o'u teulu, ond hefyd o ran cael mynediad at weithgareddau hamdden.

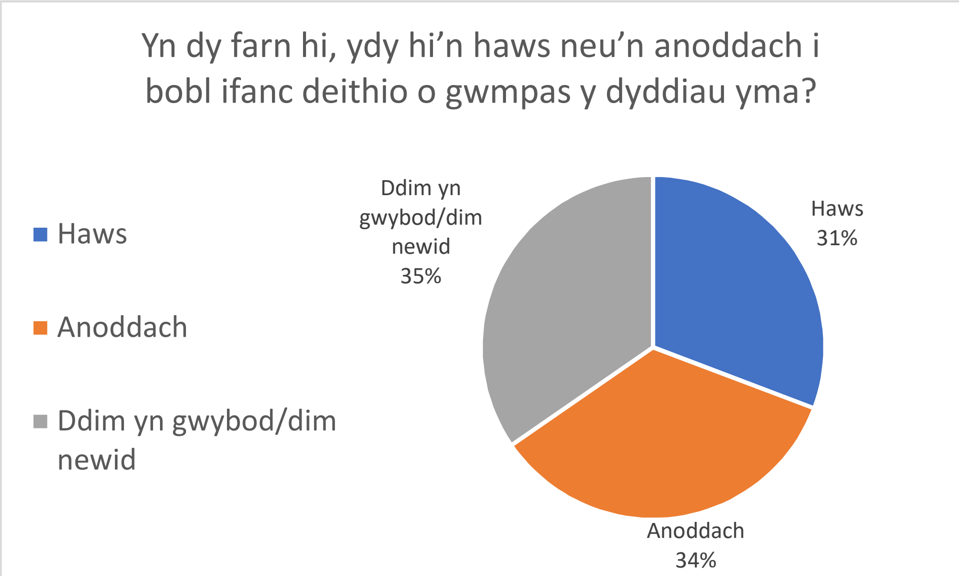
<u>Data Arolwg</u>



Roedd pobl ifanc yn eitha rhanedig ynghylch i ba raddau roedden nhw'n teimlo bod cost trafnidiaeth a gwasanaethau trafnidiaeth yn effeithio ar bobl ifanc yng Nghymru. Dywedodd rhyw 30% eu bod nhw ddim yn siŵr am hyn. O'r gweddill, dywedodd traean 'ddim o gwbl' neu 'ychydig iawn', a dywedodd dau draean 'eitha tipyn' neu 'llawer iawn'.



Dywedodd dros hanner y bobl ifanc (53%) ei fod yn 'eitha hawdd'. Dywedodd 15% ei fod 'ddim yn hawdd nac yn anodd', a dywedodd 23% ei fod yn 'eitha anodd'.



Eto roedd y bobl ifanc yn eitha rhanedig ar y mater hwn. Nid oedd 35% o'r bobl ifanc yn gwybod, neu roedden nhw'n teimlo nad oedd newid yn eu gallu i symud o gwmpas. O ran y gweddill, teimlai cyfran ryw fymryn yn fwy (34%) o'r ymatebwyr ei fod yn fwy anodd, ac roedd cyfran fymryn yn llai yn teimlo ei fod yn haws.

Beth ddywedodd pobl ifanc wrthyn ni am bwysigrwydd trafnidiaeth a sut mae'n effeithio arnyn nhw

Cost: Soniodd pobl ifanc fod trafnidiaeth yn ddrud ar brydiau, a'u bod nhw'n meddwl:

'Dylai trafnidiaeth gyhoeddus fod yn ddi-dâl i blant a phobl ifanc.'

Dywedodd un arall:

'Dylai prisiau trafnidiaeth plant fod yn berthnasol nes eich bod chi'n 18.'

Amlder: Amlygwyd dibynadwyedd ac amlder trafnidiaeth gyhoeddus hefyd, gydag un person ifanc yn dweud:

'Mae angen i drafnidiaeth fod yn fwy cyson.'

Hygyrchedd: Dywedodd rhiant ar ran eu mab anabl fod bysus a threnau wedi dod yn fwy hygyrch:

'Ond bod gwaith i'w wneud o hyd o ran hygyrchedd.'

Lleisiau Eraill

Yn 2022 galwodd Sophie Howe, Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol i Gymru, am drafnidiaeth gyhoeddus ddi-dâl i bawb o dan 25 oed mewn ymateb i'w chynllun pum pwynt ar gyfer yr argyfwng costau byw. Ar hyn o bryd gall pobl ifanc ddefnyddio trafnidiaeth gyhoeddus am bris gostyngol, ond mae 40% o bobl ifanc yn meddwl bod trafnidiaeth gyhoeddus wael yn eu rhwystro rhag cael swydd, yn ôl data gan Sustrans.

Rydyn ni'n meddwl (meddyliau'r gwirfoddolwyr)

Rydyn ni'n meddwl dylai trafnidiaeth gyhoeddus fod yn ddi-dâl i blant a phobl ifanc, oherwydd os ydych chi'n byw mewn tlodi, ac mae costau byw yn codi, mae'n wirioneddol anodd gallu fforddio mynd o gwmpas. Rydyn ni'n gwybod am bobl sy'n cael trafferth ymdopi gyda hyn.

Mae rhai pobl ifanc heb drafnidiaeth addas i'r ysgol, felly mae rhaid iddyn nhw ddal tacsi, sy'n ddrud iawn. Ar ben hynny, mae rhai pobl ifanc yn methu cael mynediad at drafnidiaeth ysgol oherwydd eu bod yn byw tu allan i ardaloedd dalgylch, rydyn ni'n meddwl bod hyn yn annheg ac yn gallu effeithio ar ein haddysg.

Mewn perthynas ag ardaloedd gwledig yng Nghymru, rydyn ni'n gwybod bod problemau gyda thrafnidiaeth yno. Mae rhai o'n gwirfoddolwyr yn byw mewn ardaloedd gwledig yng Nghymru, sy'n golygu ei fod yn fwy heriol iddyn nhw gael mynediad i gyfleoedd a chyfranogi.

Mae pryderon diogelwch go iawn ar gyfer pobl ifanc ar drafnidiaeth gyhoeddus, yn enwedig pan fydd eu bysus neu eu trenau'n cael eu canslo, yn arbennig yn achos menywod ifanc, ond gall hyn effeithio ar ddynion ifanc hefyd.

Ein Hargymhellion

Cost: Darparu trafnidiaeth gyhoeddus am ddim i bob plentyn a pherson ifanc.

Diogelwch: Gwella dibynadwyedd, amlder a hygyrchedd trafnidiaeth gyhoeddus, fel bod plant a phobl ifanc yn teimlo'n ddiogel.

Trafnidiaeth Ysgol: Estyn dalgylchoedd fel bod mwy o bobl ifanc yn gallu cael mynediad at drafnidiaeth am ddim i'r ysgol.

Seilwaith: Gwella'r seilwaith trafnidiaeth gyhoeddus fel ei fod yn hygyrch ym mhob ardal, gan gynnwys ardaloedd gwledig Cymru.

Diogelwch Ar-lein

Mae plant a phobl ifanc yng Nghymru yn wynebu risgiau cynyddol wrth gyrchu’r rhyngrwyd, gan fod defnydd a hygyrchedd wedi’r pandemig wedi cynyddu’n sylweddol. Gall y rhyngrwyd fod yn offeryn defnyddiol i bobl ifanc gael mynediad i wybodaeth, adloniant a chysylltu â ffrindiau, ond nid yw bob amser yn lle diogel.

Cyhoeddodd Llywodraeth Cymru y Cynllun Gweithredu Diogelwch Ar-lein i blant a phobl ifanc yng Nghymru yn 2019, gyda’r camau gweithredu canlynol:

- Cyngor a chefnogaeth – rhoi gwybodaeth a dealltwriaeth i blant a phobl ifanc, ymarferwyr addysg, rhieni a gofalwyr er mwyn hybu diogelwch ar-lein i bobl ifanc.

- Cydweithio – gweithio ar y cyd â phartneriaid ar draws y Deyrnas Unedig a sefydliadau eraill i gymryd camau cydlynus i gyflawni ein nodau cyffredin.

- Cyfathrebu a hyrwyddo – codi proffil diogelwch ar-lein i gyrraedd cynulleidfa eang ac ategu pwysigrwydd defnyddio’r rhyngrwyd yn ddiogel ac yn gyfrifol.

- Canllawiau a pholisi – cynnal canllawiau statudol ac anstatudol i adlewyrchu datblygiadau technolegol a newidiadau o ran sut mae’r rhyngrwyd yn cael ei ddefnyddio.

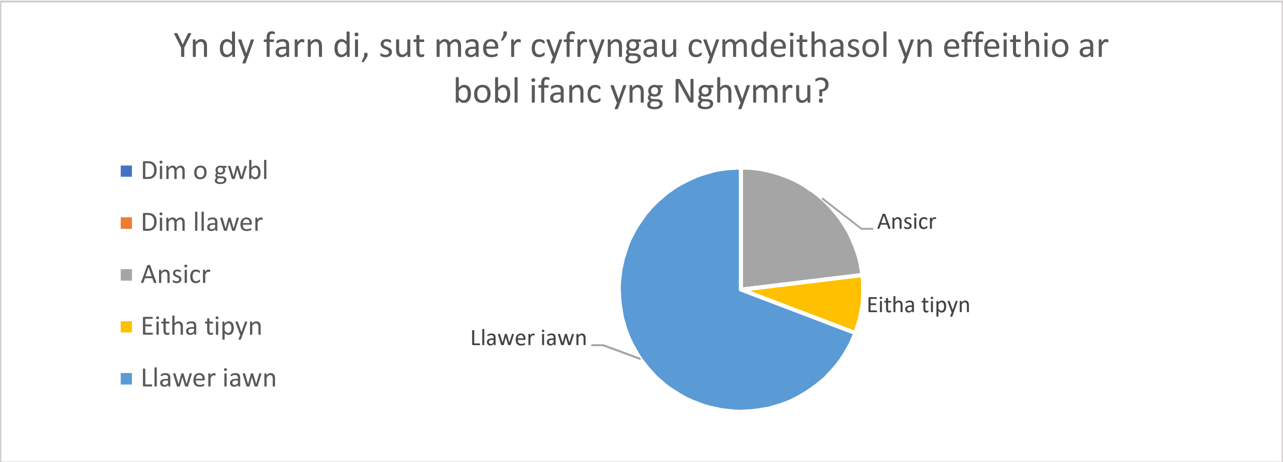
- Ymchwil – cefnogi ymchwil ar y defnydd o’r rhyngrwyd gan blant a phobl ifanc fel ein bod ni’n cael yr wybodaeth ddiweddaraf am y bygythiadau sy’n esblygu ac yn parhau i lywio datblygiad polisi a’r camau gweithredu sy’n angenrheidiol i hybu diogelwch ar-lein.

- Adnoddau – darparu ystod o adnoddau ar gyfer plant a phobl ifanc, ymarferwyr addysg, gweithwyr addysg proffesiynol, rhieni a gofalwyr i gefnogi cyflwyno addysg diogelwch ar-lein a’i hyrwyddo.

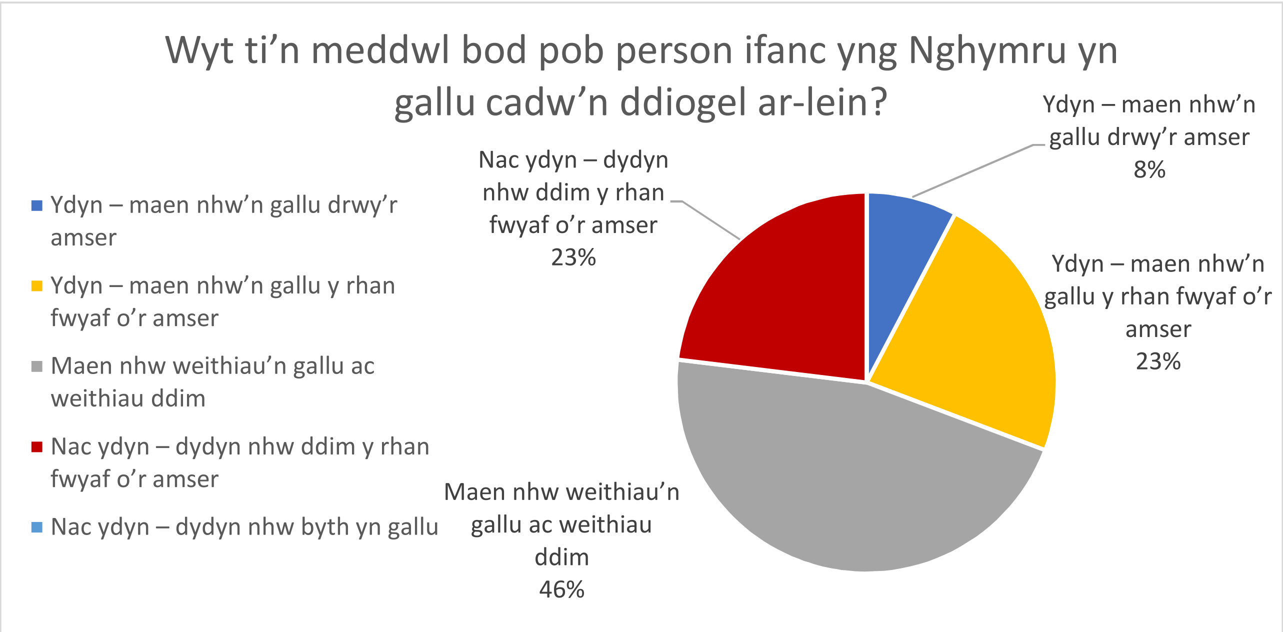
- Hyfforddi a datblygu – darparu hyfforddiant perthnasol i ymarferwyr addysg, gweithwyr addysg proffesiynol, ysgolion a phartneriaid eraill i gefnogi cyflwyno addysg diogelwch ar-lein i blant a phobl ifanc.

Yn ddiweddar mae Cymru Ifanc wedi sefydlu grŵp ymgynghorol pobl ifanc ar ran Llywodraeth Cymru, Cadw’n Ddiogel Ar-lein. Bydd y grŵp ymgynghorol, sydd â 20 cynrychiolydd o bob rhan o Gymru, yn cael cyfle i ddylanwadu ar y canllawiau a’r gefnogaeth ynghylch diogelwch ar-lein sy’n cael eu cynnig i blant a phobl ifanc trwy Hwb Diogelwch Ar-lein Llywodraeth Cymru.

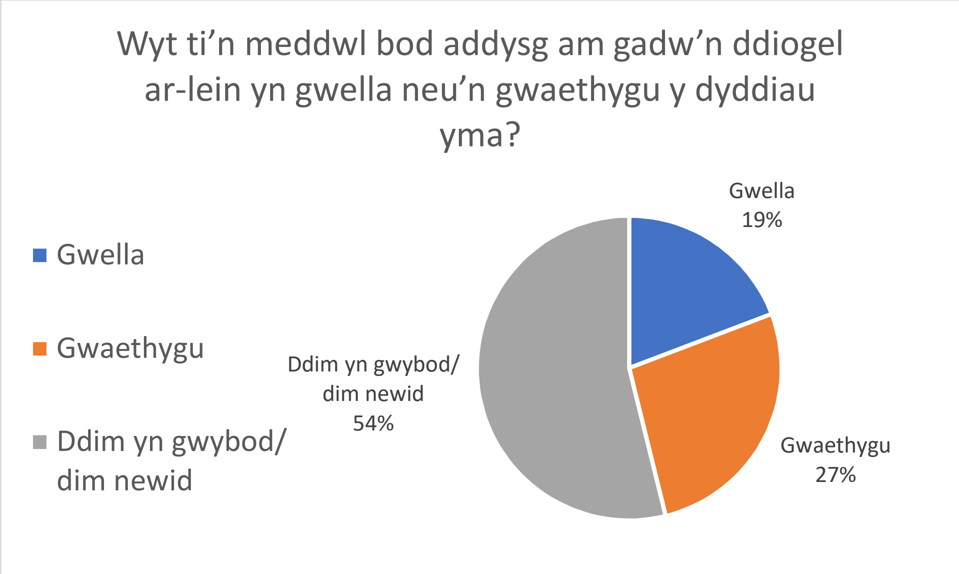
Data Arolwg



Dywedodd 15% eu bod nhw'n ansicr i ba raddau roedd cyfryngau cymdeithasol yn effeithio ar bobl ifanc. O'r gweddill, dywedodd 80% fod cyfryngau cymdeithasol yn effeithio 'Llawer iawn' arnyn nhw, a dywedodd 5% eu bod yn effeithio 'eitha tipyn' arnyn nhw.



Dywedodd bron 25% fod pobl ifanc yn methu cadw'n ddiogel ar-lein ar rai adegau. Dywedodd 50% eu bod 'weithiau'n gallu ac weithiau ddim', gyda'r gweddill, bron 25%, wedi'u rhannu rhwng 'Na – allan nhw ddim y rhan fwyaf o'r amser' ac 'Ydyn – maen nhw'n gallu y rhan fwyaf o'r amser.' Dim ond un person ifanc ddywedodd 'Ydyn – maen nhw'n gallu drwy'r amser.'



Dywedodd tua hanner eu bod nhw ddim yn gwybod neu bod dim newid o ran addysg am gadw'n ddiogel ar-lein. O'r gweddill, dywedodd tua 27% fod addysg yn waeth, a dywedodd 19% ei bod yn well.

<u>Beth ddywedodd pobl ifanc wrthyn ni am pa mor bwysig yw diogelwch ar-lein a sut mae'n effeithio arnyn nhw</u>

Addysg: Soniodd pobl ifanc eu bod yn teimlo bod angen mwy o addysg ar y pwnc, a hynny o ran diogelwch a gwybod sut i ddefnyddio cyfrifiadur. Mae angen mwy o gefnogaeth a hyfforddiant arnyn nhw yn y maes yma:

'Pan fyddwn ni'n dysgu am ddiogelwch ar-lein mae'n cael ei weld fel jôc... dylai gynnwys enghreifftiau bywyd go iawn am ddioddefwyr troseddu ar-lein.'

Enghreifftiau o effeithiau negyddol bod ar-lein: Soniodd pobl ifanc am effeithiau negyddol difrifol bod ar-lein, gan gynnwys bwlio ar-lein a diffyg hunan-barch.

'Mae delwedd negyddol o'r corff a chyfathrebu cynyddol yn arwain at fwlio ar-lein.'

Soniodd person ifanc arall fod pwysau i edrych yn 'cŵl' trwy fod ar y cyfryngau cymdeithasol.

Cefnogaeth i bawb: soniwyd bod angen help, cefnogaeth ac arweiniad ar rieni a phobl ifancach i gadw'n ddiogel ar-lein.

'Mae angen i bawb fod yn ddiogel.'

Lleisiau Eraill

Mae adroddiad y Swyddfa Ystadegau Gwladol ar ymddygiad Plant ar-lein yng Nghymru a Lloegr: y flwyddyn yn diweddu ym mis Mawrth 2020, yn nodi:

- Dywedodd bron 9 o bob 10 o blant (89%) 10-15 oed eu bod yn mynd ar-lein bob dydd.
- Er bod y rhan fwyaf o blant yn dweud eu bod yn siarad neu'n cyfnewid negeseuon â phobl ar-lein yr oedden nhw'n eu hadnabod yn bersonol, roedd tua un o bob chwech o blant (17%) 10-15 oed wedi siarad â rhywun doedden nhw erioed wedi cwrdd â nhw (mae hyn yn cyfateb i 682,000 o blant) yn ystod y 12 mis blaenorol.
- Amcangyfrifir bod 1 o bob 50 o blant (2%) wedi dweud eu bod wedi siarad neu anfon neges at rywun ar-lein yn ystod y 12 mis blaenorol gan feddwl eu bod nhw'r un oed, ond wedi darganfod yn nes ymlaen eu bod yn llawer hŷn.
- Amcangyfrifir bod 5% o blant 10-15 oed wedi cwrdd wyneb yn wyneb â rhywun roedden nhw wedi siarad â nhw ar-lein yn unig (mae hyn yn cyfateb i 212,000 o blant) yn ystod y 12 mis blaenorol.
- Dywedodd tua 1 o bob 10 o blant (11%) 13-15 oed eu bod wedi derbyn neges rywiol, tra dywedodd 1 o bob 100 eu bod wedi anfon neges rywiol, yn ystod y 12 mis blaenorol.
- Roedd merched 13-15 oed yn sylweddol fwy tebygol o ddweud eu bod wedi derbyn negeseuon rhywiol na bechgyn (16% o gymharu â 6%) yn ystod y 12 mis blaenorol.
- Roedd gan y rhan fwyaf o rieni neu warcheidwaid plant 10-15 oed (64%) rywfaint o reolau ynghylch faint o amser mae eu plant yn gallu treulio ar-lein a phryd maen nhw'n gallu gwneud hynny.

Rydyn ni'n meddwl (meddyliau'r gwirfoddolwyr)

Rydyn ni'n meddwl bod y cyfryngau cymdeithasol a defnydd o'r rhyngrwyd yn gallu effeithio a dylanwadu arnon ni mewn cynifer o ffyrdd, er enghraifft sut rydyn ni'n edrych, yn ymddwyn ac yn cysylltu ag eraill. Yn ein profiad ni mae angen gwella addysg am ddiogelwch ar-lein yng Nghymru. Rydyn ni'n meddwl y byddai defnyddio mwy o brofiadau ac enghreifftiau bywyd go iawn am risg a niwed ar-lein yn helpu mwy o blant a phobl ifanc i ddeall y risgiau a chadw'n ddiogel ar-lein. Gallai rhieni ac ysgolion wneud llawer mwy i'n cefnogi i gadw'n ddiogel ar-lein hefyd, gyda hyfforddiant a chefnogaeth priodol i oedolion i'w galluogi nhw i'n cynghori ni.

<u>Ein Hargymhellion</u>

Diogelwch: Cyflwyno mwy o reolau ac atebolrwydd i ddarparwyr o ran gwirio oed defnyddwyr sy'n cyrchu'r we, fel ei fod yn fwy diogel i bawb.

'Gwiriadau llymach a gwell o ran terfynau oed.'

Addysg: Gwneud plant a phobl ifanc yn fwy ymwybodol o ddiogelwch ar-lein gan ddefnyddio profiadau bywyd go iawn yn enghreifftiau.

Hyfforddiant: Darparu mwy o hyfforddiant ac adnoddau ar ddiogelwch ar-lein i oedolion.

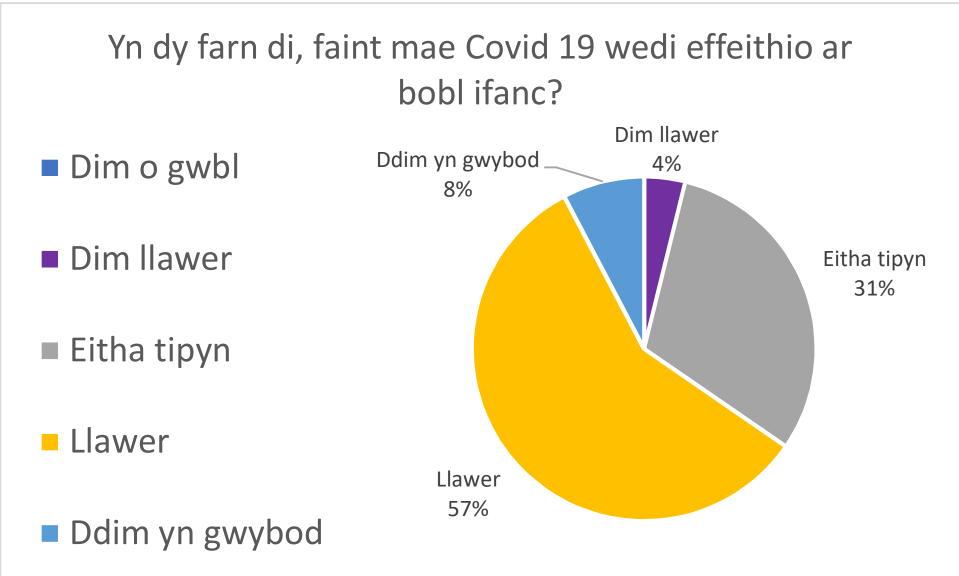
COVID-19

Ar hyd pandemig COVID-19 bu Cymru Ifanc yn cefnogi plant a phobl ifanc i gael eu gwrando mewn tirlun oedd yn newid yn barhaus ynghylch effeithiau cyfyngiadau, cyflwyno'r brechlyn, profi, hunanynysu, mygydau wyneb ac effeithiau addysgol. Fe wnaethon ni gyflwyno 7 ymgynghoriad ar ran Llywodraeth Cymru yn ystod y pandemig, i lywio'r rheoliadau.

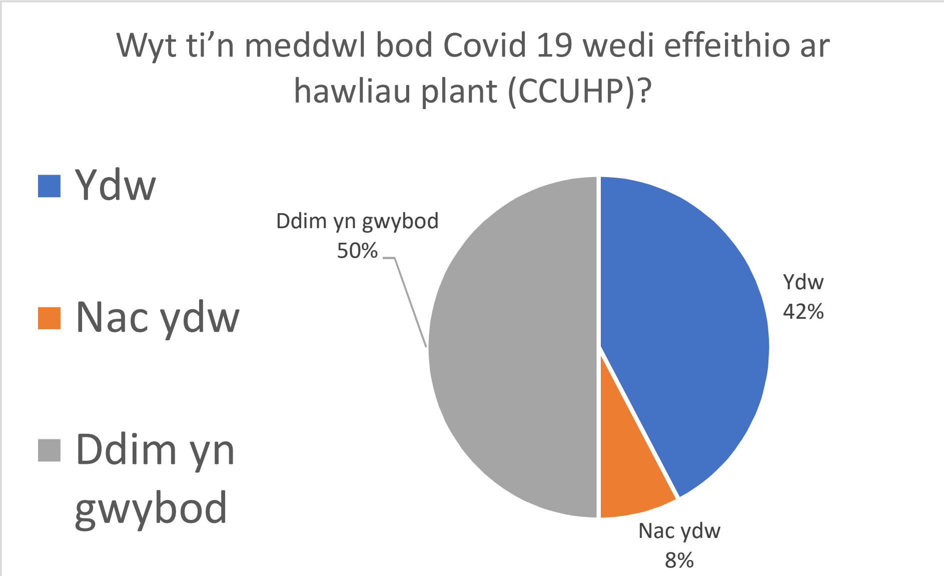
Yn ystod y pandemig ac o ganlyniad uniongyrchol i'r broses ymgynghori a gyflwynwyd gan Cymru Ifanc gyda phlant a phobl ifanc, newidiodd Llywodraeth Cymru eu canllawiau ar gyfyngiadau i alluogi pobl ifanc i gwrdd mewn grwpiau o 6 mewn lleoliadau lletygarwch. Mae hyn yn dangos sut llwyddodd pobl ifanc yng Nghymru i ddylanwadu ar bolisi a chael eu gwrando mewn amgylchedd bythol-newidiol, er mwyn diwallu eu hanghenion a chynnal eu hawliau yn y ffordd orau bosibl ar adeg pan nad oedd modd cyflawni cynifer o hawliau yn llwyr.

Mae pobl ifanc wedi dweud wrthyn ni y bydd angen cefnogaeth sylweddol ar gyfer effeithiau hirdymor COVID-19 ar blant a phobl ifanc yn ystod y blynyddoedd nesaf. Maen nhw wedi dweud mai ar iechyd meddwl a llesiant, iechyd, addysg a rhyngweithio cymdeithasol y cafwyd yr effaith fwyaf.

<u>Data Arolwg</u>



Yn ôl y canlyniadau hyn, mae COVID-19 wedi cael effaith sylweddol ar bobl ifanc. Dywedodd 88% o bobl ifanc ei fod wedi effeithio 'Llawer' neu 'Eitha tipyn' ar bobl ifanc.



Dywedodd yn union hanner eu bod nhw ddim yn gwybod, gyda 42% yn cytuno bod effaith ar hawliau plant.

<u>Beth ddywedodd pobl ifanc wrthyn ni am sut mae COVID-19 yn effeithio arnyn nhw</u>

'Mae COVID-19 wedi effeithio ar bob rhan o'n bywydau.'

Iechyd Meddwl: Soniodd llawer o bobl ifanc am effaith COVID-19 ar iechyd meddwl pobl ifanc, gan sôn am hunan-barch a phryder cymdeithasol, gydag un person ifanc yn dweud:

'Dim digon o amser cymdeithasol, ar ddyfeisiau trwy'r amser, effaith feddyliol wael iawn oherwydd diffyg cymdeithasu.'

Addysg: Soniodd eraill am effaith COVID-19 ar addysg pobl ifanc, gydag un yn sôn eu bod wedi gorfod ynysu a chael addysg gartre. Dywedodd rhiant ar ran eu mab anabl:

'Chafodd e ddim cefnogaeth i wneud gwaith ysgol yn ystod COVID-19 nac i gael mynediad at wersi... dim help i gynnal iechyd corfforol... dim cefnogaeth i gynnal cyfeillgarwch.'

<u>Lleisiau Eraill</u>

Bu Cymru Ifanc yn gweithio mewn partneriaeth â Chomisiynydd Plant Cymru a phartneriaid eraill ar yr ymgynghoriad Coronfeirws a Fi yn ystod y pandemig. Ymatebodd dros 23,000 o blant a phobl ifanc 3-18 oed yng Nghymru i'r arolwg, gan amlygu effeithiau COVID-19 a'u pryderon yn ei gylch. Dyma mae'r adroddiad ar y canfyddiadau yn ei ddweud:

Er bod y cyfyngiadau wedi effeithio ar bawb, mae'r ymgynghoriad hwn yn dangos bod profiadau plant wedi bod yn wahanol iawn i'w gilydd. Mae rhai wedi mynd trwy brofedigaeth, trallod a phryder. Mae llawer wedi gweld eisiau eu ffrindiau, eu teuluoedd, ac yn teimlo eu bod yn colli cyfleoedd addysg. Ar yr un pryd, mae llawer o blant yn sôn am werthfawrogi cyfle i dreulio mwy o amser gyda'u teulu, i chwarae ac ymlacio mwy, neu i ddysgu mewn ffordd wahanol.

Yn ystod y cyfnod hwn, mae plant a phobl ifanc wedi profi cyfyngu ar eu hawliau dynol, sydd wedi'u gwarantu yng Nghonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP). Ond nid yw'r hawliau dynol hyn wedi mynd i ffwrdd, a chyn gynted ag y bydd hynny'n ddiogel, bydd plant yn gallu profi eu hawliau eto.

Cewch hyd i'r adroddiad llawn yma: Canlyniadau Coronafeirws a Fi – Comisiynydd Plant Cymru (complantcymru.org.uk)

Rydyn ni'n meddwl (meddyliau'r gwirfoddolwyr)

Gallai'r ffaith bod 50% o'r bobl a ymatebodd yn dweud eu bod nhw ddim yn gwybod a oedd COVID-19 wedi effeithio ar hawliau plant fod yn arwydd, er bod plant a phobl ifanc yn gwybod beth yw hawliau, nad ydyn nhw o reidrwydd yn deall y berthynas rhyngddyn nhw a'u bywydau pob dydd, a sut effeithiodd COVID-19 ar ein hawliau. Nid yw'r cyfryngau mewn gwirionedd yn adrodd am COVID-19 bellach, felly efallai nad yw'n cael lle mor amlwg ym meddyliau pobl ifanc. Ym maes addysg a iechyd meddwl yn benodol, mae pobl ifanc yn dal i deimlo effeithiau COVID-19 a'r cyfnodau clo.

Ein Hargymhellion

Addysg: Darparu cefnogaeth ychwanegol 1 i 1 ac adnoddau ar gyfer plant a phobl ifanc sydd angen hynny wedi'r pandemig.

Cefnogaeth: Parhau i gydnabod effeithiau hirdymor y pandemig ar blant a phobl ifanc, yn benodol yng nghyswllt iechyd meddwl a llesiant, a darparu cefnogaeth i liniaru'r effeithiau hirdymor.

Cyfleoedd: Darparu cyfleoedd diogel ac ystyrlon i blant a phobl ifanc gymdeithasu ac adennill eu sgiliau cymdeithasol a'u rhyngweithio wyneb yn wyneb gyda ffrindiau a chyfoedion.

Newid yn yr Hinsawdd

Mae llawer o blant a phobl ifanc wedi dweud wrthyn ni eu bod nhw'n pryderu am yr hinsawdd, yn ansicr am y dyfodol, ac yn poeni am effaith y newid yn yr hinsawdd ar eu dyfodol ac ar genedlaethau'r dyfodol. Mae Grŵp Diddordeb Arbennig Cymru Ifanc ar y Newid yn yr Hinsawdd a Materion Gwledig wedi bod yng weithio ar dri ymgynghoriad gyda Llywodraeth Cymru yn ystod y flwyddyn ddiwethaf:

- Nod **Coedwig Genedlaethol i Gymru** yw:
    - creu ardaloedd coetir newydd
    - helpu i adfer a chynnal rhai o'n coetiroedd hynafol amhrisiadwy
    - dros amser, ffurfio rhwydwaith cysylltiedig o goetir ar draws Cymru. Bydd hyn yn creu manteision cymdeithasol, economaidd ac amgylcheddol
    - darparu lleoedd ar gyfer hamdden a byd natur
    - helpu i ddal a storio carbon
    - darparu pren – adnodd cynaliadwy ar gyfer adeiladu

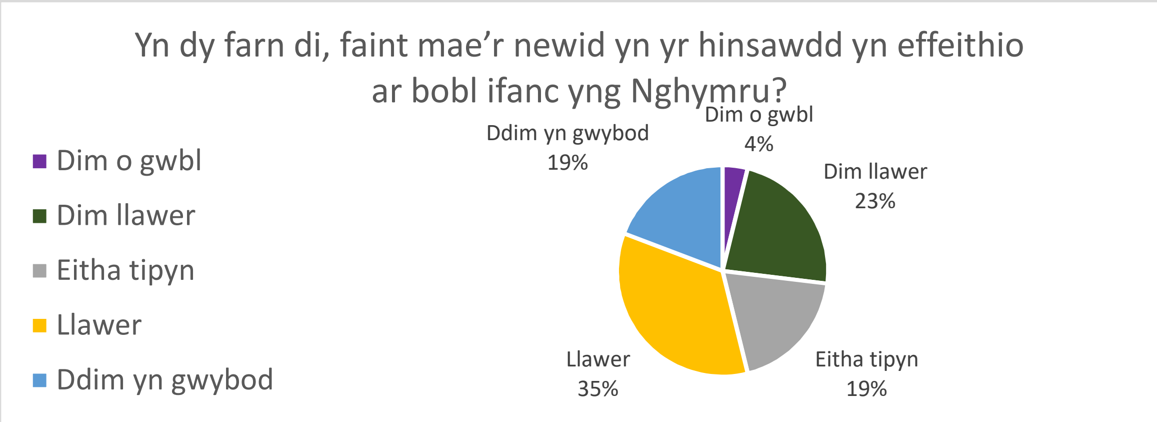
- **Plastig Untro.** Pasiwyd Bil Diogelu'r Amgylchedd (Cynhyrchion Plastig Untro)(Cymru) yn 2022 ac mae'n gwneud cyflenwi neu gynnig cyflenwi'r eitemau canlynol yn drosedd:
    - cytleri
    - platiau
    - trowyr diodydd
    - gwelltynnau yfed – mae gan y cynnyrch hwn esemptiad anghenion iechyd
    - ffyn cotwm â choesyn plastig
    - ffyn balwnau
    - cynwysyddion cludfwyd polystyren ehangedig neu bolystyren allwthiedig ewynnog
    - cwpanau polystyren ehangedig neu bolystyren allwthiedig ewynnog
    - caeadau polystyren ar gyfer pob cwpan a chynhwysydd cludfwyd
    - bagiau siopa plastig tenau untro – mae gan y cynnyrch hwn esemptiad anghenion iechyd neu ddiogelwch
    - unrhyw gynhyrchion a wnaed o blastig ocso-ddiraddadwy

- **Diogelwch Tomenni Glo.** Mae bron 2,500 o hen domenni glo yng Nghymru, wedi'u gadael gan y diwydiant mwyngloddio. Mae llawer o'r tomenni hyn yn agos at gymunedau, ffyrdd, rheilffyrdd, a hefyd safleoedd hanesyddol a chynefinoedd dynodedig. Mae digwyddiadau diweddar, fel y tirlithriad yn Tylorstown yn 2020, yn dangos effaith bosibl stormydd a glaw trwm ar y tomenni hyn. Mae'r amcangyfrifon presennol yn dangos y gallai'r newid yn yr hinsawdd gael effaith ar seilwaith ein hetifeddiaeth fwyngloddio oherwydd bod disgwyl i'r glawiad gynyddu.

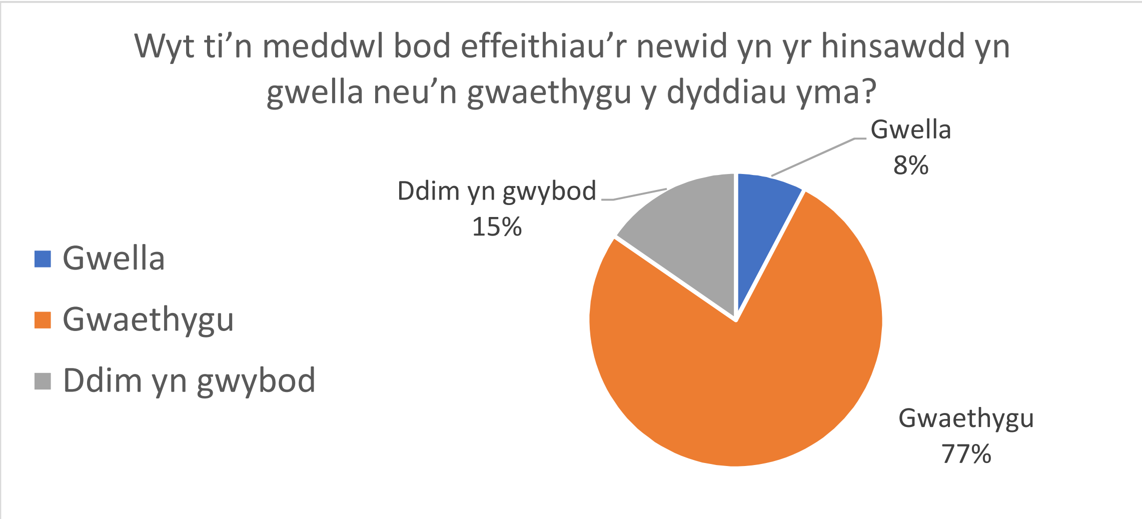
Mae 85% o’r tomenni yn rhanbarth Cymoedd De Cymru, sy’n cynnwys rhai o gymunedau mwyaf difreintiedig Cymru. Hoffai Llywodraeth Cymru gyflwyno deddfwriaeth newydd ynghylch y mater hwn, i sicrhau bod y tomenni’n cael eu rheoli’n gywir, ac yn bwysicach fyth, yn ddiogel.

Dywedodd y bobl ifanc a fu’n rhan o’r ymgynghoriad hwn y dylid symud pob tomen, ond roedden nhw’n ymwybodol y gallai hynny gymryd peth amser. Cyn eu clirio’n llwyr, fe ddywedon nhw ei fod yn bwysig sicrhau eu bod yn cael eu monitro a’u rheoli’n dda, a rhoi blaenoriaeth i symud tomenni risg uchel gynta, gan y gallai hynny leihau risg digwyddiad yn sylweddol. Roedd y bobl ifanc hefyd yn cydnabod etifeddiaeth a hanes mwyngloddio yng Nghymru, ac yn teimlo dylai hynny gael ei gydnabod yn ehangach mewn rhyw ffordd, er enghraifft mewn amgueddfeydd neu safleoedd gweithgareddau hamdden.

<u>Data Arolwg</u>



Roedd eu hymatebion yn eitha rhanedig, ond yr ymateb mwyaf poblogaidd oedd ‘Llawer’, gyda 35% o’r ymatebwyr yn dewis yr ateb hwn.



Ymddangosai fod y rhan fwyaf o bobl ifanc yn cytuno ar y mater hwn, gyda 77% yn dweud bod effeithiau’r newid yn yr hinsawdd yn gwaethygu.

Beth ddywedodd pobl ifanc wrthyn ni am sut mae'r newid yn yr hinsawdd yn effeithio arnyn nhw

Diffyg dyfodol oherwydd diffyg gweithredu: Soniodd pobl ifanc eu bod, oherwydd y newid yn yr hinsawdd:

'Ddim yn gweld dyfodol iddyn nhw eu hunain.'

Soniodd un arall

'Ychydig iawn mae cyrff y Llywodraeth a grwpiau eraill yn ei wneud ar y pwnc, felly mae'n cael ei adael i'n cenhedlaeth ni.'

Dywedodd un arall yn syml

'Brawychus.'

Ymwybyddiaeth: Soniodd pobl ifanc eu bod yn sylwi ar bobl yn siarad ac yn gweithredu ynghylch y newid yn yr hinsawdd yn amlach:

'Mae pobl yn protestio.'

'Mae pobl yn cwyno mwy.'

Diffyg consyrn: Mewn cyferbyniad, dangosodd dau berson ifanc ddiffyg consyrn ynghylch y newid yn yr hinsawdd, gydag un yn dweud:

'Dydw i ddim wir yn meddwl am y newid yn yr hinsawdd.'

Dywedodd un arall eu bod nhw ddim yn credu yn y newid yn yr hinsawdd na beth sy'n cael ei ddysgu yn yr ysgol. Soniwyd am hyn hefyd gan riant ar ran ei mab anabl:

'Mae'r rhan fwyaf o blant sydd â label Anghenion Dysgu Ychwanegol yn cael eu cludo ar draws y ddinas mewn tacsi – yn aml ar deithiau pellach. Mae hynny'n costio arian ac yn effeithio ar yr amgylchedd.'

Lleisiau Eraill

Yng Ngŵyl flynyddol Cymru Ifanc 2022 rhoddodd Size of Wales gyflwyniad i fwy nag 80 o blant a phobl ifanc ar effeithiau datgoedwigo, sut mae'r gadwyn fwyd yn effeithio ar y blaned, a sut gall ymgysylltu â byd natur a'r byd y tu allan gael effaith gadarnhaol ar ein hiechyd a'n llesiant.

'Gall diogelu ein hamgylchedd a ni'n hunain fod o fudd i ni ac i'r blaned.'

Mae rhagor o wybodaeth am Size of Wales yma: [Home - Size of Wales]

Ar hyn o bryd mae Size of Wales yn ymgyrchu i Gymru ddod yn genedl heb ddatgoedwigo:

Yn 2020, ymunodd Size of Wales â WWF Cymru ac RSPB Cymru i alw am droi Cymru'n Genedl heb Ddatgoedwigo. Rydyn ni am i Lywodraeth Cymru a'r Senedd weithredu i ddileu datgoedwigo a fewnforiwyd o'n heconomi.

Maen nhw hefyd wedi sefydlu grŵp Llysgenhadon Hinsawdd Ifanc sydd wedi nodi'r meysydd blaenoriaeth canlynol ar gyfer 2022 i 2023:

- Cynyddu ymwybyddiaeth o ffoaduriaid hinsawdd.
- Cefnogi cenhedloedd a Phobloedd Brodorol.
- Cynyddu ymwybyddiaeth o fioamrywiaeth ymhlith pobl ifanc Cymru.

Rydyn ni'n meddwl (meddyliau'r gwirfoddolwyr)

Ymddengys bod diffyg addysg ynghylch y newid yn yr hinsawdd. Mae'n ddiddorol bod llawer o bobl ifanc yn dweud bod y newid yn yr hinsawdd yn effeithio llawer arnyn nhw, ond mae llawer o bobl ifanc hefyd wedi dweud wrthyn ni eu bod nhw'n ansicr am y mater yma. Rydyn ni'n meddwl bod hyn yn cyfateb i ymchwil arall yn y maes, sy'n awgrymu bod effaith arbennig ar Gaerdydd yn sgîl y newid yn yr hinsawdd oherwydd ei statws fel dinas, ei phoblogaeth a'i diwydiant. Rydyn ni'n meddwl y gallai pobl fod yn derbyn lefelau gwahanol o addysg a phrofiad o'r newid yn yr hinsawdd yn ôl ble maen nhw'n byw yng Nghymru, a gallai hynny'n esbonio peth o'r amrywiad yn y data. Bydden ni'n hoffi gweld cynyddu ymwybyddiaeth o'r newid yn yr hinsawdd yn fwy cyson ar draws Cymru.

Ein Hargymhellion

Addysg: Gwreiddio gwersi, adnoddau a mwy o ymgyrchoedd ar y newid yn yr hinsawdd yn y cwricwlwm i gynyddu ymwybyddiaeth o'r realiti nawr, beth sy'n cael ei wneud, a beth mae modd ei wneud, gyda chyngor ymarferol ar sut gall plant a phobl ifanc wneud gwahaniaeth.

'Dylai pobl ifanc gael eu dysgu'n ifanc am beryglon newid yn yr hinsawdd.'

'Dysgu am effeithiau newid yn yr hinsawdd nawr ac i'r dyfodol.'

Adnoddau a gweithgareddau: Darparu biniau ailgylchu cliriach, llwybrau cerdded mwy diogel i'r ysgol a chefnogi mwy o weithgareddau awyr agored fel garddio a chasglu sbwriel.

Tymor hwy: Lleihau effaith diwydiant ar yr hinsawdd a chynnig mwy o gymhellion i ddiwydiannau eco-gyfeillgar.

'Dileu diwydiannau sy'n creu llawer o lygredd a'u gwneud yn eco-gyfeillgar.'

'Lleihau faint o olew palmwydd sy'n cael ei fewnforio.'

Llais plant: Gwrando ar blant a phobl ifanc ynghylch y newid yn yr hinsawdd.
'Mae plant yn fwy creadigol ac yn cynnig syniadau newydd.'

Taset ti’n Brif Weinidog Cymru am ddiwrnod…

Holwyd pobl ifanc beth bydden nhw’n ei wneud petaen nhw’n Brif Weinidog Cymru am ddiwrnod. Roedd ganddyn nhw amrywiaeth o syniadau ynghylch beth fyddai orau i bobl ifanc, gan roi sylw i lawer o’r meysydd blaenoriaeth:

Costau Byw

‘Cynyddu cyllid ar gyfer rhaglenni sy’n helpu i ddelio â thlodi, iechyd meddwl, bod yn gaeth i sylweddau a’u camddefnyddio, ac addysg.’

‘Help gyda gwell heddlu a rhoi mwy o fudd-daliadau ar gyfer costau byw.’

Iechyd Meddwl a Llesiant:

‘Mwy o gefnogaeth iechyd meddwl yn ei lle, gwyliau i ymlacio ar ôl anawsterau iechyd meddwl a chyfle i bobl fynegi ei hunain yn lle bod pawb yn gorfod gwisgo ac ymddwyn yr un fath.’

‘Sicrhau bod iechyd meddwl yn dod gynta.’

‘Darparu cefnogaeth iechyd meddwl hwylus yn yr ysgol.’

‘Help gyda iechyd meddwl a help gyda chostau byw.’

Bod yn Gaeth i Sylweddau a’u Camddefnyddio

‘Byddwn i’n gwahardd plant o dan 18 rhag ‘fêpio’ neu gymryd cyffuriau.’

Cydraddoldeb, Amrywiaeth a Chynhwysiad

‘Cael gwared o’r holl hiliaeth.’

Cyfranogiad a Hawliau Plant:

‘Sicrhau ein bod ni’n cael ein clywed gymaint ag oedolion: mae ein barn yr un mor bwysig.’

‘Esbonio wrth bobl ifanc bod syniadau gwahanol yn iawn, a chreu mannau diogel i drafod pethau, lle dydyn nhw ddim yn mynd i drwbwl.’

‘Creu arolwg i weld beth yw’r problemau.’

‘Creu holiadur i weld beth maen nhw eisiau dysgu.’

‘Ceisio siarad â phlant a chasglu eu barn, a defnyddio cymaint o’u syniadau ag y gallaf fi.’

'Gwthio am bleidlais i bobl ifanc 16-17 oed mewn etholiad cyffredinol, gwella addysg.'

'Gwneud unrhyw fath o help yn hysbys trwy osod posteri, hysbysebion etc. a thynnu sylw pobl at hawliau plant.'

Addysg:

'Mwy o athrawon gwryw.'

'Dechrau System Addysg Gynhwysol – byddai hyn yn newid popeth.' (Rhiant plentyn anabl)

'Gwella addysg trwy gynyddu cyflog athrawon a'r cyllid i ysgolion.'

'Symud yr ysgol i amser hwyrach, sicrhau bod staff cymorth yn gwneud eu gwaith.'

Profiadau Bywyd

'Cynnig help a chefnogaeth am ddim y tu mewn i'r ysgol a'r tu allan, canolfan ailsefydlu i blant, adeilad dienw i blant (lle gall plant ysgrifennu sut maen nhw'n teimlo neu beth sy'n digwydd yn eu bywyd sydd wedi cael effaith wael arnyn nhw), a gwneud ein gorau i helpu.'

'Byddwn i'n gwneud yn siŵr bod pob person ifanc yn cael eu hystyried, a bod pawb ohonyn nhw'n cael y gefnogaeth gywir a'r help mae arnyn nhw ei angen.'

'Cynnig mwy o gefnogaeth.'

Newid yn yr Hinsawdd

'Cynyddu'r busnesau eco-gyfeillgar a'r ffyrdd o gynhyrchu trydan mewn ffyrdd eco-gyfeillgar.'

Argymhellion

Costau Byw

Prydau Ysgol am ddim: Rydyn ni'n cydnabod bod Llywodraeth Cymru wedi dechrau estyn y ddarpariaeth prydau ysgol am ddim. Er mwyn gwella'r argyfwng costau byw, dylid cyflwyno prydau ysgol am ddim yn gyflymach a'u cynnig i bob plentyn a pherson ifanc yng Nghymru. Bydd hynny'n ysgafnhau peth o'r pwysau ar rieni/ofalwyr ac yn sicrhau bod pob plentyn yn cael pryd iach bob dydd.

Ail-Wladoli: Rydyn ni'n argymell y dylid ystyried ail-wladoli sefydliadau allweddol fel cyflenwyr ynni a darparwyr trafnidiaeth, er mwyn lleihau'r costau i bobl gyffredin.

Safonau byw: Dylai fod isafswm safon byw i bawb yng Nghymru.

Gweithgareddau am ddim: Mwy o weithgareddau mynediad agored ac am ddim i blant a phobl ifanc.

Cefnogaeth Ariannol: Darparu cefnogaeth ychwanegol i'r rhai sydd â'r angen mwyaf, gan gynnwys cymorth ariannol a chefnogaeth gyda iechyd corff a meddwl.

Iechyd Meddwl a Llesiant

Cynyddu lefelau cefnogaeth: Mae angen mwy o gefnogaeth ac ymyrraeth gynnar ar bobl ifanc, gan gynnwys cwnsela am ddim.

Sicrhau gwell mynediad: mae ar bobl ifanc angen mwy o wasanaethau a llai o amser yn aros i gael mynediad i wasanaethau, mewn ymgynghoriad â phobl ifanc.

Cynnig ystod o wasanaethau: Bydd ystod ehangach o wasanaethau yn diwallu eu hanghenion ac yn cefnogi rhagor o bobl ifanc.

Cynyddu gwelededd: Dylai iechyd meddwl gael ei normaleiddio'n fwy, fel bod pobl yn fwy parod i geisio'r cymorth mae arnyn nhw ei angen yn y lle cyntaf, cyn i'r sefyllfa waethygu'n argyfwng.

Mannau Diogel: Darparu mannau diogel ar gyfer iechyd meddwl. Gallai'r rhain gael eu creu mewn mannau cyhoeddus i unrhyw un sydd angen ychydig o amser tawel.

Bod yn Gaeth i Sylweddau a'u Camddefnyddio

Gorfodi: Mesurau gorfodi cryfach ar gyfer cynnyrch â chyfyngiad oed.

Gwasanaethau Cefnogi: Mwy o gefnogaeth i'r rhai sydd eisoes yn gaeth i sylweddau.

Newid y 'norm': Dangos bod cyffuriau a sylweddau ddim yn 'cŵl' trwy strategaethau cynyddu ymwybyddiaeth.

Addysg: Cynnwys ymwybyddiaeth o gyffuriau a sylweddau yn y cwricwlwm newydd ac mewn hyfforddiant i athrawon.

<u>Cydraddoldeb, Amrywiaeth a Chynhwysiad</u>

Diogelwch: Sicrhau bod pobl ifanc yn teimlo'n ddiogel trwy gyflwyno mwy o gyfreithiau i amddiffyn pawb ohonon ni.

Addysg: Cynnwys Cydraddoldeb, Amrywiaeth a Chynhwysiad yn y Cwricwlwm Newydd i bobl ifanc ac mewn hyfforddiant i athrawon.

<u>Cyfranogiad a Hawliau Plant</u>

Ymwybyddiaeth: Cynyddu gweithgareddau ac adnoddau ymwybyddiaeth fel bod pob plentyn a pherson ifanc yn gwybod bod ganddyn nhw hawliau, a sut mae cael mynediad i'w hawliau.

Cyfleoedd: Creu mwy o gyfleoedd i bobl ifanc leisio barn.

Cynrychiolaeth: Sicrhau bod pob plentyn a pherson ifanc yn cael cyfle i gael eu clywed, gan gynrychioli'r amrywiaeth a'r diwylliant sydd yng Nghymru.

Hygyrchedd a chyfathrebu: Sicrhau bod cyfleoedd i gyfranogi yn hygyrch ac yn gynhwysol i bob plentyn a pherson ifanc.

Cynyddu ymwybyddiaeth i oedolion: Cynyddu ymwybyddiaeth, adnoddau a hyfforddiant i oedolion.

<u>Addysg</u>

Ymwybyddiaeth: Gwella ymwybyddiaeth o'r cwricwlwm newydd, gan sicrhau bod y newidiadau a'r rhesymau drostynt yn ddealladwy i bawb.

Diwygio: Gwneud addysg yn fwy perthnasol i'r byd go iawn. Darparu profiad gwaith sydd o ddiddordeb i bobl ifanc ac yn eu hysgogi.

Cyllid: Darparu mwy o gyllid ym myd addysg ar gyfer adnoddau a phrofiadau a chyfleoedd ystyrlon i bob person ifanc.

Cynhwysedd: Gwneud addysg yn hygyrch a chynhwysol i bob plentyn a pherson ifanc yng Nghymru.

Gwasanaethau: Darparu cefnogaeth a hyfforddiant iechyd meddwl o safon i athrawon a phobl ifanc, er mwyn newid y stigma sy'n gysylltiedig â iechyd meddwl.

Gwisg Ysgol: Newid y rheolau ynghylch gwisgoedd ysgol fel eu bod yn fforddiadwy i bob teulu.

Trosedd

Mwy o heddlu a lefelau uwch o gosb: Cynyddu niferoedd yr heddlu a'u gweledеdd ac ystyried cyflwyno cosbau llymach yn ddull ataliol o leihau cyfraddau troseddu.

Diwygio: Mae angen newid yn y system i atal trosedd, i gefnogi'r rhai sy'n cyflawni troseddau, ac i gefnogi dioddefwyr troseddau.

Addysg: Cynyddu ymwybyddiaeth ac addysg ynghylch troseddu a ble mae help ar gael.

Lleoedd diogel: Creu lleoedd mwy diogel i blant a phobl ifanc.

Pwerau: Dylai fod gan Gymru fwy o bwerau datganoledig ar gyfer y system gyfiawnder, gan y byddai hynny'n sicrhau ffocws penodol ar faterion Cymreig fel y problemau parhaus sy'n amlwg yma, fel caethiwed i sylweddau a'u camddefnyddio, a throseddau cyllyll.

Profiadau Bywyd

Cefnogaeth: Mae gwasanaethau a chefnogaeth mwy penodol ac wedi'u teilwra'n fwy yn angenrheidiol ar gyfer plant a phobl ifanc sy'n cael profiadau bywyd negyddol. Mae hyn yn cynnwys ymyriadau iechyd meddwl cynharach a dulliau gweithredu ataliol i gefnogi iechyd meddwl.

Cyllid: Mae angen mwy o gyllid i sicrhau bod modd cynnig cefnogaeth a gwasanaethau ar yr adeg gywir ac mewn modd sy'n briodol ar gyfer anghenion y plentyn neu'r person ifanc.

Chwarae

Cyfleoedd ac Amser: Mae angen mwy o opsiynau, cyfleoedd ac amser i chwarae.

Cyllid: Dylai fod mynediad agored a chyfleoedd am ddim i chwarae ar gyfer holl blant a phobl ifanc Cymru.

Lleoedd: Dylai lleoedd chwarae fod yn hygyrch, yn gynhwysol ac yn ddiogel. Ar ran ei mab anabl, dywedodd rhiant:
'Gweithgareddau sy'n annog pobl ifanc ag anabledd a rhai heb anabledd i chwarae gyda'i gilydd.'

Trafnidiaeth

Cost: Darparu trafnidiaeth gyhoeddus am ddim i bob plentyn a pherson ifanc.

Diogelwch: Gwella dibynadwyedd, amlder a hygyrchedd trafnidiaeth gyhoeddus, fel bod plant a phobl ifanc yn teimlo'n ddiogel.

Trafnidiaeth Ysgol: Estyn dalgylchoedd fel bod mwy o bobl ifanc yn gallu cael mynediad at drafnidiaeth am ddim i'r ysgol.

Seilwaith: Gwella'r seilwaith trafnidiaeth gyhoeddus fel ei fod yn hygyrch ym mhob ardal, gan gynnwys ardaloedd gwledig Cymru.

Diogelwch Ar-lein

Diogelwch: Cyflwyno mwy o reolau ac atebolrwydd i ddarparwyr o ran gwirio oed defnyddwyr sy'n cyrchu'r we, fel ei fod yn fwy diogel i bawb.

Addysg: Gwneud plant a phobl ifanc yn fwy ymwybodol o ddiogelwch ar-lein gan ddefnyddio profiadau bywyd go iawn yn enghreifftiau.

Hyfforddiant: Darparu mwy o hyfforddiant ac adnoddau ar ddiogelwch ar-lein i oedolion.

COVID-19

Addysg: Darparu cefnogaeth ychwanegol 1 i 1 ac adnoddau ar gyfer plant a phobl ifanc sydd angen hynny wedi'r pandemig.

Cefnogaeth: Parhau i gydnabod effeithiau hirdymor y pandemig ar blant a phobl ifanc, yn benodol yng nghyswllt iechyd meddwl a llesiant, a darparu cefnogaeth i liniaru'r effeithiau hirdymor.

Cyfleoedd: Darparu cyfleoedd diogel ac ystyrlon i blant a phobl ifanc gymdeithasu ac adennill eu sgiliau cymdeithasol a'u rhyngweithio wyneb yn wyneb gyda ffrindiau a chyfoedion.

Y Newid yn yr Hinsawdd

Addysg: Gwreiddio gwersi, adnoddau a mwy o ymgyrchoedd ar y newid yn yr hinsawdd yn y cwricwlwm i gynyddu ymwybyddiaeth o'r realiti nawr, beth sy'n cael ei wneud, a beth mae modd ei wneud, gyda chyngor ymarferol ar sut gall plant a phobl ifanc wneud gwahaniaeth.

Adnoddau a gweithgareddau: Darparu biniau ailgylchu cliriach, llwybrau cerdded mwy diogel i'r ysgol a chefnogi mwy o weithgareddau awyr agored fel garddio a chasglu sbwriel.

Tymor hwy: Lleihau effaith diwydiant ar yr hinsawdd a chynnig mwy o gymhellion i ddiwydiannau eco-gyfeillgar.

Llais plant: Gwrando ar blant a phobl ifanc ynghylch y newid yn yr hinsawdd.

Diweddglo

Mae'r prosiect yma wedi amlygu'r materion sy'n codi ar hyn o bryd yng Nghymru trwy fesur barn pobl ifanc Cymru trwy'r arolwg, byrddau a grwpiau Cymru Ifanc, digwyddiadau Cymru Ifanc ac ymgyngoriadau Cymru Ifanc, ac mae wedi rhoi blaenoriaeth i'r pynciau trwy'r canfyddiadau ac mewn ymgynghoriad ag awdurdodau lleol a sefydliadau yng Nghymru. Mae hyn wedi cynhyrchu rhai canlyniadau annisgwyl megis y diffyg codi llais ynghylch y newid yn yr hinsawdd gan bobl ifanc, fodd bynnag, pleidleisiodd pobl ifanc yng Nghymru dros yr argyfwng costau byw fel prif flaenoriaeth. Mae pobl ifanc yn defnyddio'u lleisiau, yn gwneud yn fawr o'u hawl i gael eu clywed, ac yn dweud wrthyn ni pa faterion sy'n bwysig iddyn nhw. Mae'n hanfodol ein bod yn gwrando, yn deall ac yn gweithredu ar y pryderon a'r awgrymiadau a amlinellir yn yr adroddiad hwn.

Wrth ddadansoddi'r canfyddiadau, fe wnaethon ni nodi sawl cysylltiad rhwng y meysydd blaenoriaeth. Er enghraifft, trafodwyd straen arholiadau a'r ymrwymiadau amser cysylltiedig yn adran chwarae yr adroddiad hwn, yn ogystal â iechyd meddwl oedd yn gysylltiedig â meysydd fel profiadau bywyd a COVID-19. Mae hyn yn dangos i ni fod dull cyfannol yn angenrheidiol wrth weithio i ddatrys y materion a amlinellwyd.

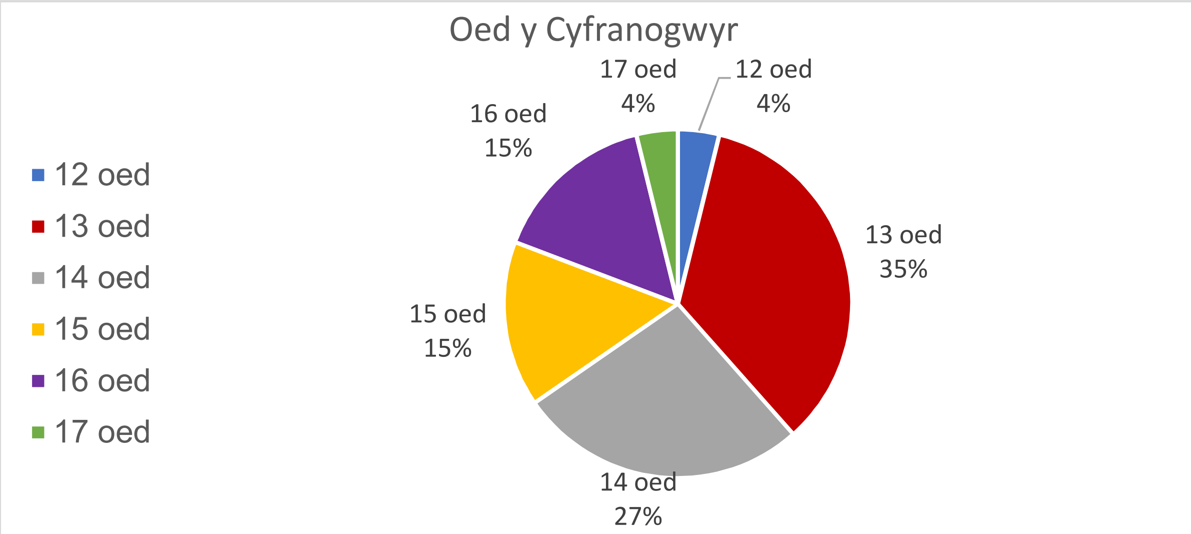
Mae cynhyrchu'r adroddiad hwn ar y cyd â Cymru Ifanc wedi bod yn gyfle gwych i ni fel gwirfoddolwyr. Yn ogystal â rhannu ein barn ein hunain rydyn ni wedi gallu chwyddo lleisiau pobl ifanc eraill, a bod yn eiriolwyr drostyn nhw. Fel rhan o'r broses hon, rydyn ni wedi datblygu amrywiaeth o sgiliau a chael rhai cyfleoedd anhygoel, fel cyfle i gyflwyno yng Ngŵyl Cymru Ifanc. Hoffen ni ddiolch i'r tîm sydd wedi'n cefnogi ar hyd y broses hon.

Yng Nghymru, mae hawliau plant yn cael eu cynnal at ei gilydd, ond mae rhai gwelliannau i'w gwneud. Mae CCUHP yn gweithio law yn llaw â syniadau ynghylch cydraddoldeb, amrywiaeth a chynhwysiad. Pan gymerir camau gweithredu yn dilyn yr adolygiad hwn, rhaid i'r ethos hon barhau'n ffactor canolog. Dylai hawliau plant fod ar y blaen wrth wneud penderfyniadau, gyda lleisiau pobl ifanc yn gweithredu fel sbardun i yrru newid a chynnydd.

Atodiadau

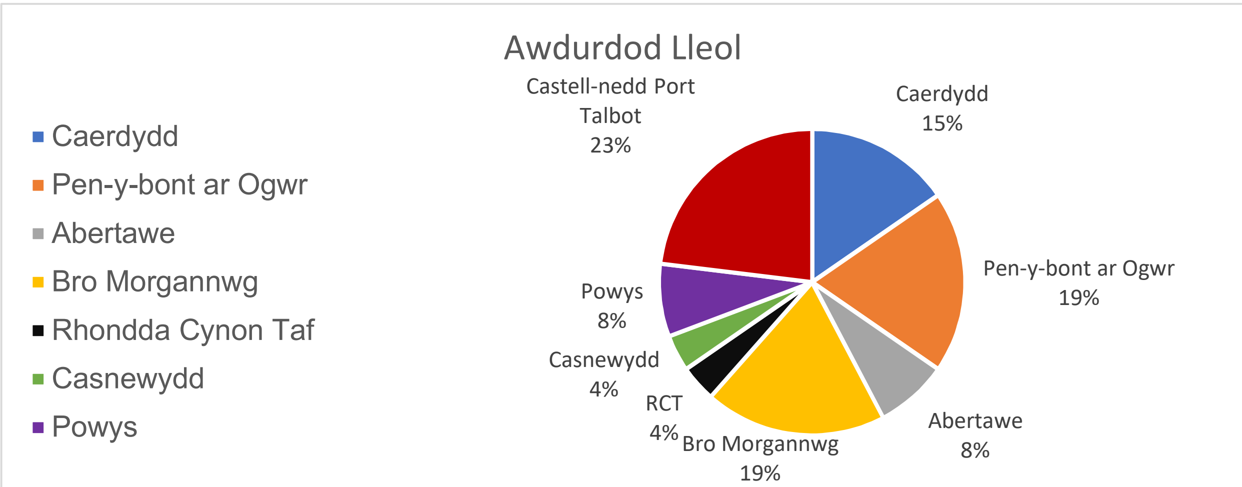
Data Cyfranogwyr Arolwg

<u>Faint oedd oed y bobl a atebodd ein harolwg?</u>



Bu cryn amrywiaeth o bobl ifanc yn ymateb i'r arolwg. Yr oed mwyaf cyffredin ymhlith y bobl ifanc a lanwodd yr arolwg oedd 13 oed, sef 35% o'r ymatebwyr. Ni wnaeth neb 11 oed na 18 oed lenwi'r arolwg, ac roedd dros hanner (62%) yn 13 neu'n 14 oed.

<u>O ble yng Nghymru roedd y bobl a atebodd ein harolwg yn dod?</u>



Cynrychiolwyd 8 o'r 22 awdurdod lleol yng Nghymru yn ein harolwg, a'r dewis mwyaf poblogaidd oedd Castell-nedd Port Talbot, 23% o'r ymatebwyr. Dim ond 8% o'n hymatebwyr oedd yn dod o'r Canolbarth neu Ogledd Cymru, ac roedd y rhain i gyd o Bowys.

Ymateb oedd yn destun pryder

Bu un person ifanc a ymatebodd i'r arolwg yn rhannu barn oedd yn destun pryder ar brydiau, barn a oedd weithiau'n hiliol ac yn rhywiaethol. Ymddangosai fod hyn mewn ymateb i deimladau o ddicter ynghylch triniaeth annheg fel gwryw ifanc, gwyn, dosbarth gweithiol, yn ogystal â phryderon ynghylch trosedd, tlodi a iechyd meddwl. Mae cyfraniadau'r person yma wedi cael eu dehongli drwy'r lens honno. Mae eu pryderon ynghylch cael eu trin yn annheg, lefelau troseddu'n codi, a iechyd meddwl wedi cael eu cynnwys yng nghanfyddiadau'r arolwg, ond nid ydym wedi defnyddio unrhyw ddyfyniadau tramgwyddus. Gwaetha'r modd, gan fod ein harolwg yn ddienw, ni allwn gael hyd i'r person yma i drafod unrhyw bryderon a darparu cefnogaeth.

Mae hanner yr ymchwilwyr gwirfoddol ifanc yn ferched â chefndir ethnig lleiafrifol. Er bod rhai o'r sylwadau gan un unigolyn yn destun pryder, ac o bosib yn dramgwyddus ar brydiau, rydyn ni wedi penderfynu cynnwys eu hymatebion gan fod hynny'n amlygu materion lle gallai pobl ifanc fod yn teimlo wedi'u llethu ac yn chwilio am rywun i'w feio.
Fel tîm cyfan dydyn ni ddim yn cytuno â'r holl sylwadau. Mae hwn wedi bod yn brofiad dysgu fel ymchwilydd. Fe ddaethon ni i gytundeb y dylen nhw barhau i gael eu cynrychioli, sy'n cysylltu â CCUHP o ran lleisio barn a chael gwrandawiad.

Ymateb rhiant

Roedd un ymateb gan riant person ifanc anabl, ac fe ddefnyddion nhw'r arolwg i gynrychioli eu mab yn eu hatebion. Lle mae dyfyniadau'n cyfeirio at yr ymateb yma, rydyn ni wedi'u nodi mewn cromfachau wedyn.

CYMRU
IFANC
YOUNG
WALES

OUR RIGHTS