

# Profiadau pobl 50 oed neu hŷn yng Nghymru yn ystod y cyfnod clo Covid-19 presennol



Mae'r arolwg hwn ar gyfer pobl sy'n 50 oed neu hŷn yng Nghymru, ac mae'n cael ei gynnal gan sefydliadau allweddol sy'n cynrychioli pobl hŷn. Mae'n ddilyniant i'r arolwg a gynhaliwyd gennym yn ystod Haf 2020.

Mae'n bwysig bod Llywodraeth Cymru, ac eraill, yn clywed am brofiadau pobl hŷn yn ystod y cyfnod clo, a'r effaith mae wedi'i chael arnynt.

Bydd yr arolwg hwn yn cymryd oddeutu **15 munud** i'w gwblhau.

Mae eich ymateb yn ddienw.

**Diolch i chi am eich cefnogaeth drwy gwblhau'r arolwg hwn.**

## A. Y Cyfnod Clo

- A1. Yn ystod y cyfnodau clo, roeddwn yn rhan o grŵp gwarchod  Oeddwn  Nac Oeddwn
- A2. Yn ystod y cyfnodau clo, roeddwn yn byw gyda rhywun a oedd yn rhan o grŵp gwarchod  Oeddwn  Nac Oeddwn
- A3. Yn ystod y cyfnodau clo, roeddwn yn hunanynysu  Oeddwn  Nac Oeddwn
- A4. Rwy'n byw ar fy mhen fy hun  Oeddwn  Nac Oeddwn
- A5. A ydych wedi cymryd arnoch ragor o gyfrifoldebau gofalu neu wedi dechrau gwarchod rhywun yn ystod y flwyddyn ddiwethaf?  Oeddwn  Nac Oeddwn

.....

## B. Eich profiadau yn ystod y cyfnod clo

**B1.** Sut ydych chi wedi bod yn dod o hyd i wybodaeth a diweddariadau ynghylch y cyfnod clo diweddaraf? (Dewiswch bob un sy'n berthnasol)

- |  |  |  |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Newyddion ar y teledu     | <input type="checkbox"/> Ar-lein                             | <input type="checkbox"/> Radio                     |
| <input type="checkbox"/> Papur newydd lleol        | <input type="checkbox"/> Drwy gyfeillion / teulu             | <input type="checkbox"/> Drwy eich gweithiwr gofal |
| <input type="checkbox"/> Papur newydd cenedlaethol | <input type="checkbox"/> Nid wyf yn cael gwybodaeth reolaidd |  |
| <input type="checkbox"/> Arall, nodwch: _____      |  |  |

**B2.** Yn eich barn chi, beth a ellir ei wneud i wella cyfathrebu ynghylch Covid-19 a'r cyfnod clo presennol yng Nghymru?

---

---

---

**B3.** Pa brofiadau cadarnhaol ydych chi wedi'u cael yn ystod y cyfnod clo?

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Cymorth gan deulu / cyfeillion | <input type="checkbox"/> Cymorth gan y gymuned leol / Cyngor lleol |
| <input type="checkbox"/> Ansawdd bywyd gwell            | <input type="checkbox"/> Mwy o amser                               |
| <input type="checkbox"/> Llai o bwysau                  | <input type="checkbox"/> Arall, nodwch: _____                      |

**Eglurwch os gwelwch yn dda:**

---

---

---

**B4.** Pa brofiadau heriol ydych chi wedi'u profi yn ystod y cyfnod clo presennol? (Ticiwch bob un sy'n berthnasol)

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Methu â gweld teulu / cyfeillion | <input type="checkbox"/> Gofalu am briod / cyfaill / perthynas |
| <input type="checkbox"/> Profedigaeth neu alar            | <input type="checkbox"/> Unigedd                               |
| <input type="checkbox"/> Effaith ar iechyd emosiynol      | <input type="checkbox"/> Effaith ar iechyd corfforol           |
| <input type="checkbox"/> Ceisio bwyd                      | <input type="checkbox"/> Ceisio presgripsiynau                 |
| <input type="checkbox"/> Cost byw                         | <input type="checkbox"/> Defnyddio hawliau unigol              |
| <input type="checkbox"/> Trafnidiaeth                     | <input type="checkbox"/> Sgamiau neu gam-drin                  |
| <input type="checkbox"/> Mynediad at arian parod          | <input type="checkbox"/> Arall, nodwch: _____                  |

**B5.** Pa brofiadau ydych chi wedi'u cael o ran ceisio gwasanaethau iechyd neu ofal cymdeithasol yn ystod y cyfnod clo presennol?

---

---

---

**B6.** Pa effaith mae eich profiadau yn ystod y cyfnod clo wedi'i chael arnoch chi?

- |   |  |                                      |
|---|--|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Cardarnhaol iawn | <input type="checkbox"/> Cardarnhaol   | <input type="checkbox"/> Wedi ymdopi |
| <input type="checkbox"/> Negyddol         | <input type="checkbox"/> Negyddol iawn |                                      |

.....

## C. Dod allan o'r cyfnod clo

**C1.** Beth ydych chi'n edrych ymlaen ato pan fydd y cyfnod clo presennol yn llacio?  
(Ticiwch bob un sy'n berthnasol)

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Gweld teulu / cyfeillion | <input type="checkbox"/> Torri eich gwallt                      |
| <input type="checkbox"/> Mynd allan               | <input type="checkbox"/> Podiatreg, apwyntiadau cyffelyb eraill |
| <input type="checkbox"/> Siopa                    | <input type="checkbox"/> Teithio                                |
| <input type="checkbox"/> Cymorth gyda garddio     | <input type="checkbox"/> Cynnal a chadw'r tŷ                    |
| <input type="checkbox"/> Arall, nodwch: _____     |   |

**C2.** Wrth i ni ddod allan o'r cyfnod clo, beth sy'n debygol o fod yr heriau mwyaf i chi?

---

---

---

**C3.** Beth fyddai'n eich cefnogi chi i ymgysylltu â'ch cymuned leol wrth i'r cyfnod clo lacio?

---

---

---

**C4.** Pa newid hoffech chi ei wneud o ran mynd yn ôl i fywyd normal?

---

---

---

.....

## C. Eich cefndir (ticiwch fel sy'n briodol)

**E1.** Rwy'n byw yn:

- |  |   |   |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> Blaenau Gwent     | <input type="checkbox"/> Pen-y-bont ar Ogwr       | <input type="checkbox"/> Caerffili      |
| <input type="checkbox"/> Caerdydd          | <input type="checkbox"/> Sir Gaerfyrddin          | <input type="checkbox"/> Ceredigion     |
| <input type="checkbox"/> Conwy             | <input type="checkbox"/> Sir Ddinbych             | <input type="checkbox"/> Sir y Fflint   |
| <input type="checkbox"/> Gwynedd           | <input type="checkbox"/> Ynys Môn                 | <input type="checkbox"/> Merthyr Tydfil |
| <input type="checkbox"/> Sir Fynwy         | <input type="checkbox"/> Castell-nedd Port Talbot | <input type="checkbox"/> Casnewydd      |
| <input type="checkbox"/> Sir Benfro        | <input type="checkbox"/> Powys                    |   |
| <input type="checkbox"/> Rhondda Cynon Taf | <input type="checkbox"/> Abertawe                 | <input type="checkbox"/> Torfaen        |
| <input type="checkbox"/> Bro Morgannwg     | <input type="checkbox"/> Wrecsam                  |   |

**E2.** Rwy'n disgrifio fy ethnigrwydd fel:

**Gwyn**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Saesneg/ Cymraeg/<br>Albanaidd/ O Ogledd/ Prydeinig | <input type="checkbox"/> Gwyddelig                 |
| <input type="checkbox"/> Sipsi neu Deithiwr Gwyddelig                        | <input type="checkbox"/> Unrhyw gefndir Gwyn arall |

**Asiaidd / Asiaidd Prydeinig**

- |   |                                      |
|---|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Indiaidd                     | <input type="checkbox"/> Pacistanaid |
| <input type="checkbox"/> Bangladeshaid                | <input type="checkbox"/> Tsieinaidd  |
| <input type="checkbox"/> Unrhyw gefndir Asiaidd arall |                                      |

## Du / Affricanaidd / Caribïaidd / Du Prydeinig

Affricanaidd

Caribïaidd

Unrhyw gefndir Du/ Affricanaidd / Caribïaidd arall

## Grŵp ethnig arall

Arabaidd

Unrhyw gefndir grŵp ethnig arall

### E3. Rwy'n:

Gwryw

Benyw

Trawsryweddol

Byddai'n well gennyf beidio  
â dweud

Arall, nodwch: \_\_\_\_\_

### E4. Rwy'n perthyn i'r ystod oedran:

50-54

55-59

60-64

65-69

70-74

75-79

80-84

85-89

90-94

95-99

100 neu hŷn

### E5. Rwy'n:

Deurywiol

Dyn Hoyw

Lesbiad / Merch Hoyw

Heterorywiol

Byddai'n well gennyf beidio

Arall, nodwch: \_\_\_\_\_

â dweud

### E6. A ydych chi'n ystyried eich hun yn anabl yn ôl y termau a nodwyd yn Neddf Cydraddoldeb 2010?

Ydw

Nac Ydw

Mae Deddf Cydraddoldeb 2010 yn diffinio unigolyn yn anabl os oes ganddo nam corfforol neu feddyliol, sy'n cael effaith niweidiol sylweddol a hirdymor ar ei allu i wneud gweithgareddau arferol, dyddiol.

## Dychwelwch y ffurflen arolwg wedi'i chwblhau at

Age Cymru, Rhadbost RLTL-KJTR-BYTT, Llawr Gwaelod, Tŷ Mariners, Llys Trident, Heol East Moors, Caerdydd CF24 5TD neu drwy e-bost at [enquiries@agecymru.org.uk](mailto:enquiries@agecymru.org.uk)

## Os oes angen rhagor o gymorth arnoch, cysylltwch â:

### Cyngor Age Cymru:

08000 223 444

### C.A.L.L.:

0800 132 737

### Cruse:

0808 808 1677

### Hourglass Cymru:

0808 808 8141

### Y Samariaid:

116 123

### Silverline:

0808 4 70 80 90



## Cedwir eich manylion ar gronfa ddata ddiogel ac ni fyddwn yn rhannu'ch manylion ag unrhyw sefydliad oni bai bod angen cyfreithiol i wneud hynny.

Mae Age Cymru yn elusen gofrestredig 1128436. Cwmni cyfyngedig drwy warant ac yn gofrestredig yng Nghymru a Lloegr 6837284. Cyfeiriad cofrestredig y swyddfa Llawr Gwaelod, Tŷ Mariners, Llys Trident, Heol East Moors, Caerdydd, CF24 5TD. © Age Cymru 2021

