

# Profiadau presennol pobl 50 oed a throsodd yng Nghymru o bandemig Covid-19

Mae'r arolwg hwn yn dilyn yr ail arolwg a gynhaliwyd gennym rhwng mis Chwefror a mis Ebrill 2021 ar gyfer pobl 50 oed a throsodd ledled Cymru. Mae'n cael ei wneud gan sefydliadau allweddol sy'n cynrychioli pobl hŷn.

Mae'n bwysig bod Llywodraeth Cymru ac eraill yn clywed gan bobl hŷn am eu profiadau o bandemig Covid-19 a'r effaith y mae hyn wedi'i gael arnynt.

Roedd ein dau arolwg blaenorol yn canolbwyntio ar brofiadau yn ystod cyfnodau clo pandemig Covid-19. Drwy'r arolwg hwn, rydym am gasglu profiadau presennol pobl 50 oed a throsodd yng Nghymru yn ystod y pandemig parhaus a'r hyn sydd ei angen arnynt er mwyn symud ymlaen.

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

Mae eich ymateb yn ddiennw.

Diolch am eich cefnogaeth wrth gwblhau'r arolwg hwn.



## A. Eich profiadau presennol o bandemig Covid-19

**A1.** Sut ydych chi'n mynychu gwybodaeth a diweddariadau cyfredol am bandemig Covid-19? (Dewiswch bob un sy'n berthnasol)

Newyddion teledu

Radio

Trwy ffrindiau/teulu

Papur newydd cenedlaethol

Papur newydd lleol

Cyfryngau cymdeithasol

Ar-lein  Drwy eich gweithiwr gofal

Dydw i ddim yn derbyn gwybodaeth reolaidd

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

**A2.** Beth, yn eich barn chi, y gellid ei wneud er mwyn gwella cyfathrebu a diweddariadau ynghylch pandemig Covid-19?

---

---

---

**A3.** Beth fu'r profiadau cadarnhaol i chi o bandemig Covid-19 yn ystod y tri mis diwethaf? (Dewiswch y cyfan sy'n berthnasol)

Help gan deulu/ ffrindiau

Help gan wirfoddolwyr cymunedol lleol/cyngor lleol

Gwell ansawdd bywyd

Mwy o amser

Llai o bwysau

Dysgais sgil newydd

Help i gael mynediad ar-lein i wasanaethau/cyfathrebu ar-lein

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

Esboniwch:

---

---

---

**A4.** Beth fu'r profiadau heriol i chi yn ystod y tri mis diwethaf? (Dewiswch y cyfan sy'n berthnasol)

Peidio â gweld teulu/ ffrindiau

Gofalu am briod/ffrind/perthynas

Profedigaeth neu alar

Unigrwydd

Arwahanrwydd

Effaith ar iechyd emosiynol

Effaith ar iechyd corfforol

Mynediad i fwyd

Mynediad i bresgripsiynau

Costau byw

Arfer hawliau unigol

Trafnidiaeth

Sgamiau

Camdriniaeth

Mynediad i arian parod

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

Esboniwch:

---

---

---

**A5.** Beth yw eich profiad o gael mynediad i ofal iechyd yn ystod y tri mis diwethaf?  
(e.e. apwyntiadau meddygon teulu, archwiliadau iechyd parhaus a thriniaeth arall drwy wasanaethau meddygon teulu ac ysbytai, ffisiotherapi, cymorth ar gyfer eich iechyd meddwl neu rywun rydych yn gofalu amdano, llawdriniaeth, deintyddiaeth, gofal iechyd a dderbynnir gartref, gwasanaethau fferyllol, archwiliadau golwg, a phoditreg.)

---

---

---

**A6.** Beth yw eich profiad o gael mynediad i ofal cymdeithasol yn ystod y tri mis diwethaf os oes angen?  
(e.e. cael asesiad ar gyfer eich anghenion, anghenion fel gofalwr, cymorth canolfan ddydd, cymorth gartref gyda thasgau bywyd bob dydd, cael cymorth i adael yr ysbyty, gofal seibiant a gofal preswyl.)

---

---

---

**A7.** Ar hyn o bryd, ydych chi'n gofalu am neu'n rhoi unrhyw gymorth neu gymorth di-dâl i aelodau o'r teulu, ffrindiau, cymdogion, neu eraill oherwydd salwch neu anabledd corfforol neu feddyliol hirdymor, neu broblemau sy'n gysylltiedig ag oedran hŷn?

Ydw

Nac ydw (Ewch i Gwestiwn 8)

**a) Os ydych,** a ydych wedi rhoi gofal cynyddol dros y tri mis diwethaf?

Ydw

Nac ydw

Os gwnaethoch chi ateb Ydw i gwestiwn A7, efallai yr hoffech wybod bod gan Age Cymru ac Ymddiriedolaeth Gofalwyr brosiect sydd â'r nod o gynorthwyo pobl yn union fel chi. Am fwy o wybodaeth gweler [agecymru.org.uk/carers](http://agecymru.org.uk/carers), neu ffoniwch 0300 303 44 98 a gofynnwch am Catrin Edwards neu Ceri Machlab

**A8.** Ydych chi wedi cael Covid?

Ydw

Nac ydw (Os na, ewch i A9)

**a) Os Ydw, a wnaethoch dreulio cyfnod yn yr Ysbyty?**

Do

Naddo

**b) Oes gennych chi unrhyw effeithiau Covid hir?**

Oes

Nac oes

**A9. Os ydych wedi cael eich brechu, a gawsoch unrhyw adwaith i'r pigladau Covid?**

Do

Naddo

Dydw i ddim wedi cael brechiad

**A10. Pa effaith y mae eich profiadau presennol o'r pandemig wedi'i chael arnoch chi? (Dewiswch un opsiwn)**

Cadarnhaol iawn

Cadarnhaol

Mi wnes i ymdopi

Negyddol

Negyddol iawn

Esboniwch:

---

---

---

## B. Cyflogaeth

**B1. Ydych chi wedi gorfod rhoi'r gorau i weithio ers dechrau'r argyfwng Covid-19 (Mawrth 2020)? (Dewiswch un opsiwn)**

Ydw

Nac ydw

Rwyf wedi ymddeol

Doeddwn i ddim yn gweithio ar ddechrau'r argyfwng

Ddim yn berthnasol

**a) Os ydych, pam wnaethoch chi roi'r gorau i weithio rhwng dechrau'r argyfwng Covid-19 ac yn awr? (Dewiswch un opsiwn)**

Fe'm cynghorwyd i hunanyysu

Yr oeddwn yn poeni am fy iechyd

Roedd angen i mi ofalu am eraill (plant neu oedolion)

Cefais fy niswyddo neu fy rhoi ar ffyrlo gorfodol

Caeodd fy nghyflogwr neu fusnes

Yr oeddwn yn bwriadu ymddeol o gwmpas yr adeg hon beth bynnag

Rheswm arall

Esboniwch:

---

---

---

**b)** Ydych chi bellach wedi dychwelyd i'r gwaith?

Ydw

Nac ydw

**b) i) Os** ydych, ydych chi'n gweithio yn yr un swydd ag yr oeddech chi ynndi cyn dechrau'r argyfwng Covid-19 neu a ydych chi wedi newid swyddi?

Mae gen i'r un swydd

Rwyf wedi newid swyddi

**b) ii) Os Na**, pa mor debygol yw hi y byddwch yn gallu dychwelyd i'ch cyflogaeth flaenorol? (Dewiswch un opsiwn)

Yn debygol iawn

Gweddol debygol

Ddim yn debygol iawn

Ddim yn debygol o gwbl

Esboniwch:

---

---

---

**B2.** Os ydych chi'n gweithio, a yw'r oedran yr ydych yn disgwyl ymddeol o waith cyflogedig wedi newid o ganlyniad i'r argyfwng coronafeirws? (Dewiswch un opsiwn)

Ydy – rwyf nawr yn bwriadu ymddeol yn gynharach

Ydy – rwyf nawr yn bwriadu ymddeol yn hwyrach

Nac ydy

Ddim yn berthnasol

**B3.** Os ydych chi'n gyflogedig, a oedd yn ofynnol i chi weithio gartref oherwydd cyfyngiadau Covid-19?

Oedd

Nac oedd

Ddim yn berthnasol

**a) Os oedd**, hoffem gael gwybod ychydig mwy am unrhyw gamau y gallai eich cyflogwr fod wedi'u cymryd i sicrhau bod eich amgylchedd gwaith gartref yn ddiogel ac yn gyfforddus.

**a) i)** A yw eich cyflogwr erioed wedi cynnig asesu eich amodau gwaith gartref?

Ydy

Nac ydy

**a) ii)** A yw eich cyflogwr yn hyblyg o ran eich anghenion iechyd, hyd yn oed os oes gennych anghenion lluosog?

Ydy

Nac ydy

**a) iii)** A yw eich cyflogwr yn ystyriol os oes gennych rôl yn gofalu am eraill a allai hefyd fod yn byw yn y cartref?

Ydy

Nac ydy

**a) iv)** A yw eich cyflogwr yn cynnig unrhyw dechnoleg gynorthwyol i chi i'ch helpu i weithio gartref?

Ydy

Nac ydy

Dywedwch unrhyw beth arall wrthym am weithio gartref sy'n effeithio arnoch chi – naill ai'n gadarnhaol neu'n negyddol

---

---

---

.....

## C. Y dyfodol

**C1.** Beth ydych chi'n edrych ymlaen ato eleni?

---

---

---

**C2.** Beth ydych chi'n ei weld yn debygol o fod yn fwyaf heriol i chi yn y flwyddyn i ddod?

---

---

---

**a)** Pa gymorth a allai eich helpu i fynd i'r afael â hyn/yr her/heriau hyn?

---

---

---

**C3.** Ydych chi'n teimlo'n hyderus am fynd yn ôl allan i'ch cymuned leol?

Ydy

Nac ydw

**a) Os Na:** rhowch wybod i ni pam a beth fyddai'n eich helpu i deimlo'n fwy hyderus

---

---

---

**C4.** Ydych chi'n hyderus y bydd gennych chi ddigon o arian i'ch cynnal chi eleni?

Ydy

Nac ydw

**a) Os Na,** allwch chi ddweud mwy wrthym:

---

---

---

**C5.** A oes unrhyw beth arall a fyddai'n helpu i wneud bywyd yn well i chi eleni?

---

---

---

.....

## D. Ymholiad

**D1.** Hoffech chi gael y cyfle i rannu eich profiadau o'r pandemig i helpu Ymchwiliad Covid-19?

Hoffwn

Na

.....

## E. Amdanoch chi (Dewiswch fel y bo'n briodol)

**E1.** Rydw i'n byw yn:

Blaenau Gwent

Pen-y-Bont ar Ogwr

Caerffili

Caerdydd

Sir Gaerfyrddin

Ceredigion

Conwy

Sir Ddinbych

Sir y Fflint

Gwynedd

Ynys Môn

Merthyr Tudful

Sir Fynwy

Castell-nedd Port Talbot

Casnewydd

Sir Benfro

Powys

Rhondda Cynon Taff

Abertawe

Torfaen

Bro Morgannwg

Wrecsam

**E2.** Rydw i ar y rhestr warchod

- Ydw  Nac ydw

**E3.** Rwy'n byw ar fy mhen fy hun

- Ydw  Nac ydw

**E4.** Rwy'n disgrifio fy ethnigrwydd fel a ganlyn:

**Gwyn**

- Saesneg/ Cymraeg Albanaidd
- Gwyddelig
- Gwyddel/Gwyddeles o Ogledd Iwerddon Prydeinig
- Sipsi neu Deithiwr Gwyddelig
- Unrhyw gefndir Gwyn arall

**Asiaidd/ Asiaidd Prydeinig**

- Indiaidd
- Pacistanaidd
- Bangladeshaidd
- Tseiniaidd
- Unrhyw gefndir Asiaidd arall

**Grŵp Ethnig Arall**

- Arabaidd
- Unrhyw grŵp Ethnig arall

**Du/ Affricanaidd/ Caribiaidd/ Du Prydeinig**

- Affricanaidd
- Caribiaidd
- Unrhyw gefndir Du/ Affricanaidd/ Caribiaidd arall

**Cymysg**

- Gwyn a Du Caribiaidd
- Gwyn a Du Affricanaidd
- Gwyn ac Asiaidd
- Cefndir ethnig Cymysg/ Aml ethnig arall

**E5.** Rydw i'n:

- Gwryw  Benyw  Anneuaidd  Trawsryweddol
- Mae'n well gen i beidio â dweud
- Arall, nodwch: \_\_\_\_\_

**E6.** Rwy'n:

- 50-54  55-59  60-64  65-69  70-74  75-79  80-84
- 85-89  90-94  95-99  100 neu hŷn

**E7. Rydw i'n:**

- Deurywiol  Dyn hoyw  Menyw lesbiaidd/ hoyw
- Heterorywiol  Mae'n well gen i beidio â dweud
- Arall, nodwch: \_\_\_\_\_



**E8.** Ydych chi'n ystyried bod gennych anabledd yn unol â'r telerau a roddir yn y Deddf Cydraddoldeb 2010?

Ydw       Nac ydw

Mae Deddf Cydraddoldeb 2010 yn diffinio person fel person anabl os oes ganddynt nam, sy'n cael effaith andwyol sylweddol a hirdymor ar allu'r personi gynnal gweithgareddau arferol o ddydd i ddydd.

**E9.** Rwyf wedi Gwasanaethu yn y Lluoedd Arfog (Gallai hyn gynnwys gwasanaeth rheolaidd, wrth gefn neu wasanaeth cenedlaethol) (Dewiswch un opsiwn)

Ydw       Nac ydw

**E10.** Ble glywsoch chi am yr arolwg hwn?

---

---

**E11.** Pa un o'r canlynol sy'n berthnasol i chi? (Dewiswch unrhyw flychau sy'n berthnasol)

- Wedi ymddeol
- Cyflogedig llawn amser
- Cyflogedig yn rhan-amser (gweithio 30 awr neu lai)
- Hunangyflogedig yn llawn amser
- Hunangyflogedig yn rhan-amser
- Ddim mewn gwaith cyflogedig
- Gwneud gwaith gwirfoddol
- Arall (Nodwch) \_\_\_\_\_

**E12.** Pa un o'r canlynol sy'n berthnasol i chi? (Dewiswch y cyfan sy'n berthnasol) Gallaf:

- Siarad Cymraeg       Ysgrifennu yn Gymraeg
- Darllen yn Gymraeg

**Diolch am eich amser a'ch cyfraniad i'r arolwg hwn**

**Dychwelwch y ffurflen arolwg wedi'i chwblhau i**

Age Cymru, Freepost RLTL-KJTR-BYTT, Ground Floor, Mariners House,  
Trident Court, East Moors Road, Caerdydd CF24 5TD  
neu drwy e-bost i enquiries@agecymru.org.uk

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

**Age Cymru Advice: 0300 303 44 98**

cyngor i bobl hŷn, eu teuluoedd, ffrindiau, gofalgwyr a gweithwyr proffesiynol

**C.A.L.L: 0800 132 737** cymorth emosiynol a gwybodaeth am iechyd meddwl

**Cruse: 0808 808 1677** cymorth profedigaeth

**Hourglass Cymru: 0808 808 8141** cymorth i bobl hŷn sy'n profi (neu mewn perygl) o niwed

**Samaritans: 116 123** cefnogaeth emosiynol i unrhyw un sydd yn profi anhawster emosiynol, sy'n ei chael hi'n anodd ymdopi, neu sydd mewn perygl o hunanladdiad

**Silverline: 0800 4 70 80 90** llinell gymorth gyfrinachol am ddim sy'n darparu gwybodaeth, cyfeillgarwch a chefnogaeth i bobl hŷn, 24 awr y dydd.

**Pensioners Forum Wales**  
Pensioners Forum Wales is a national forum of older people made up of representatives from various national pensioners organisations and retired members' sections of trade union organisations.



Bydd eich manylion yn cael eu cadw ar gronfa ddata ddiogel, ac ni fyddwn yn rhannu eich manylion gydag unrhyw sefydliadau oni bai bod hynny'n ofynnol yn ôl y gyfraith.

Mae Age Cymru yn elusen gofrestrdig 1128436. Cwmni cyfyngedig drwy warant ac wedi'i gofrestru yng Nghymru a Lloegr 6837284. Cyfeiriad swyddfa gofrestrdig Llawr Gwaelod, Mariners House, Trident Court, East Moors Road, Caerdydd CF24 5TD. © Age Cymru 2022