

Adroddiad i Lywodraeth Cymru yn amlinellu'r argymhellion ar gyfer hyrwyddo cydraddoldeb LHDTC+ yng Nghymru

Argymhellion Panel Arbenigwyr
Annibynnol LHDTC+

Mawrth 2021

**Adroddiad i Lywodraeth
Cymru yn amlinellu'r
argymhellion ar gyfer
hyrwyddo
cydraddoldeb LHDTC+
yng Nghymru**

Argymhellion
Panel Arbenigwyr Annibynnol LHDTC+

Cynnwys

Rhagair gan Banel Arbenigwyr Annibynnol LHDTG+	1
Cyflwyniad.....	2
Methodoleg.....	2
Y Llwybr Bywyd	3
Croestoriadedd	3
Y Prif Argymhellion.....	3
Argymhellion Thematig.....	5
Hawliau Dynol a Chydnabyddiaeth	5
Diogelwch.....	8
Y Cartref a Chymunedau	11
Iechyd a Gofal Cymdeithasol.....	17
Addysg.....	28
Y gweithle.....	32
Ystyriaethau o ran yr ymateb i COVID-19 yng Nghymru.....	34
Crynodeb.....	36
Atodiad 1: Tabl argymhellion	38
Atodiad 2: Rhestr Termau a Chysyniadau Allweddol.....	44
Atodiad 3: Aelodau Panel Arbenigwyr LHDTG+	46
Atodiad 4: Cylch Gorchwyl Panel Arbenigwyr LHDTG+	47
Atodiad 5: Trosolwg o'r Gwaith Allgymorth a Chrynodeb o'r Broses Ymgynghori.....	49
Atodiad 6: Argymhellion Traws Benodol	50

Rhagair gan Banel Arbenigwyr Annibynnol LHDTTC+

Cafodd Panel Arbenigwyr Annibynnol LHDTTC+ ei sefydlu ym mis Ionawr 2021 i ddatblygu argymhellion ar gyfer Cynllun Gweithredu LHDTTC+ drafft Llywodraeth Cymru. Mae'r Panel yn cynnwys nifer o arweinwyr cymunedol ac arweinwyr grwpiau LHDTTC+ o bob cwr o Gymru sy'n rhannu eu harbenigedd a'u profiad annibynnol. Drwy fynd ati i ddatblygu Cynllun Gweithredu drafft LHDTTC+ ar y cyd, mae Llywodraeth Cymru yn rhoi ar waith systemau i lunio Cynllun Gweithredu sy'n addas at y diben ac a allai wella bywydau pobl LHDTTC+ yng Nghymru. Ar ran y Panel Arbenigwyr, hoffem ddangos ein gwerthfawrogiad o'r cychwyn cyntaf o gael ein cynnwys yn y broses hyd yma.

Mae'r Panel Arbenigwyr yn llwyr gefnogi penderfyniad Llywodraeth Cymru i lunio Cynllun Gweithredu LHDTTC+ cynhwysfawr i Gymru. Dengys ymrwymiad clir i weithio tuag at gydraddoldeb i bawb yng Nghymru. Rydym hefyd yn gwerthfawrogi'r cyfle i baratoi'r argymhellion hyn, sydd wedi rhoi'r cyfle i bobl LHDTTC+ o bob cwr o Gymru chwarae rhan yn y broses o ddrafftio'r cynllun hwn. Mae'r Panel Arbenigwyr yn hyderus bod yr argymhellion a geir yma yn cynrychioli safbwyntiau a phrofiadau pobl LHDTTC+ o bob cwr o Gymru, a nodwyd yn dilyn proses ymgysylltu helaeth â phobl LHDTTC+ sy'n cynrychioli nifer o wahanol hunaniaethau ac ardaloedd. Mae'r argymhellion hyn gan ac ar gyfer pobl LHDTTC+ yng Nghymru.

Gwnaeth y broses ymgysylltu helpu i feithrin dealltwriaeth go iawn o fywydau pobl LHDTTC+ yng Nghymru heddiw, gan daflu goleuni ar eu profiadau a'r hyn yr hoffent weld Llywodraeth Cymru yn ymrwmo iddo fel rhan o Gynllun Gweithredu LHDTTC+. Nododd llawer fod bywyd fel person LHDTTC+ yng Nghymru wedi gwella dros y blynyddoedd diwethaf. Mae'n bwysig cydnabod y camau cadarnhaol y mae Llywodraeth Cymru wedi eu cymryd dros y blynyddoedd diwethaf, gan gynnwys gwelliannau i wneud y cwricwlwm cenedlaethol yn fwy amrywiol ac i wneud Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb yn statudol i bob dysgwr (3-16 oed), adolygu'r polisi ar y cyfnod o oedi cyn y gall dynion sy'n cael rhyw gyda dynion roi gwaed, lansio Gwasanaeth Rhywedd Cymru ac amddiffyn yn llafar hawliau pobl draws yng Nghymru. Mae'r rhain wir yn llwyddiannau i'w dathlu.

Eto i gyd, er gwaethaf y cynnydd hwn, datgelodd y gwaith allgymorth fod pobl LHDTTC+ yng Nghymru yn parhau i wynebu rhwystrau sylweddol sy'n eu hatal rhag chwarae rhan lawn a chyfartal mewn cymdeithas yng Nghymru. Nododd arolwg a gomisiynwyd i ategu'r cynllun fod 78 y cant o bobl LHDTTC+ yng Nghymru wedi osgoi bod yn agored am eu cyfeiriadedd rhywiol neu eu hunaniaeth rhywedd am eu bod ofn ymateb negyddol gan bobl eraill. At hynny, mae 46 y cant o bobl LHDTTC+ yng Nghymru wedi profi aflonyddu geiriol dros y flwyddyn ddiwethaf. Mae canfyddiadau o'r fath yn dangos yr hyn y mae pobl LHDTTC+ yn ei brofi o hyd yng Nghymru heddiw a faint o waith sydd ar ôl i'w wneud i gyflawni cydraddoldeb. Mae'r argymhellion a wneir isod yn anelu at ddatrys y problemau hyn, ac awgrymir camau gweithredu y gellir eu cymryd i wella bywydau pobl LHDTTC+ yng Nghymru.

Edrychwn ymlaen at y cyfle i drafod yr argymhellion hyn â Llywodraeth Cymru wrth inni weithio tuag at y nod o greu Cymru sy'n fwy cyfartal a llewyrchus i bawb.

Cyflwyniad

Daw'r argymhellion isod gan y Panel Arbenigwyr Annibynnol ar gyfer Cynllun Gweithredu LHDTTC+ drafft Llywodraeth Cymru yn sgil ymarfer cwmpasu gan Stonewall Cymru a gyflwynwyd i Lywodraeth Cymru ac a gymeradwywyd ganddi. Mae'r argymhellion a geir isod yn nodi sut y gall Llywodraeth Cymru wneud gwelliannau gwirioneddol i fywydau pobl LHDTTC+ yng Nghymru, mewn meysydd lle mae ganddi gyfrifoldeb uniongyrchol a rôl i'w chwarae. Mae'r argymhellion yn cwmpasu holl feysydd Llywodraeth Cymru ac yn darparu camau clir a chyflawnadwy i ddatblygu cydraddoldeb LHDTTC+ yng Nghymru. Dylai'r Cynllun Gweithredu LHDTTC+ i Gymru fod yn ymrwymiad hirdymor i fynd i'r afael â'r problemau systemig sy'n wynebu pobl LHDTTC+ o hyd.

Er mai ar ran y Panel Arbenigwyr Annibynnol y cyflwynir yr argymhellion yma, mae'n bwysig cydnabod eu bod yn ffrwyth llafur nifer o sefydliadau LHDTTC+ o bob cwr o Gymru, yn ogystal â llawer o unigolion LHDTTC+ yng Nghymru a fu'n ddigon caredig i rannu eu profiadau a'u hargymhellion drwy grwpiau ffocws, cyfarfodydd unigol ac arolwg.

Mae'r argymhellion wedi'u categorio fesul thema yn feysydd polisi a nodwyd yn ystod y gwaith allgymorth gyda phobl LHDTTC+. Dyma'r meysydd dan sylw: Hawliau Dynol a chydabyddiaeth; diogelwch; y cartref a chymunedau; iechyd a gofal cymdeithasol; addysg; y gweithle; a'r hyn i'w ystyried fel rhan o adferiad COVID-19 Cymru. Wrth ddrafftio'r argymhellion, ceisiodd y Panel Arbenigwyr feddwl am 'lwybr bywyd' drwy gynnig argymhellion sy'n cwmpasu profiadau pobl LHDTTC+ ar bob cam o'u bywydau ac argymhellion ar gyfer Cymru sy'n cynnwys pobl LHDTTC+.

Methodoleg

Roedd y dystiolaeth a gasglwyd i lywio'r adroddiad yn ansoddol ac yn feintiol er mwyn creu darlun llawn o fywydau pobl LHDTTC+ yng Nghymru heddiw a sut y gall Llywodraeth Cymru eu gwella.

Cafodd Stonewall Cymru ei gomisiynu gan Lywodraeth Cymru i lunio a chyhoeddi arolwg yn dwyn ynghyd ystadegau ar brofiadau pobl LHDTTC+ yng Nghymru. Roedd yr arolwg hwn hefyd yn cynnwys y cyfle i nodi argymhellion unigolion ar gyfer Cynllun Gweithredu LHDTTC+ yn y dyfodol. Mae'r awgrymiadau hyn wedi cael eu hadlewyrchu ac, mewn rhai achosion, eu cynnwys yn uniongyrchol yn argymhellion y Panel Arbenigwyr. Cafodd yr arolwg ei hyrwyddo ar nifer o lwyfannau cyfryngau cymdeithasol sefydliadau ledled Cymru (yn cwmpasu sefydliadau LHDTTC a sefydliadau nad ydynt yn rhai LHDTTC). Ymatebodd 532 o bobl i'r arolwg.

Hefyd, cafodd Stonewall Cymru ei gomisiynu i gynnal 12 o grwpiau ffocws gyda 90 o bobl a oedd yn cynrychioli'r gymuned LHDTTC yng Nghymru, ac yn cwmpasu nifer o hunaniaethau croestoriadol. Ceir trosolwg o'r gwaith allgymorth yn yr adran "Trosolwg o'r Gwaith Allgymorth" sy'n dilyn yr argymhellion.

Ym marn y Panel Arbenigwyr mae'r fethodoleg yn cynrychioli gwaith ymgysylltu cynhwysfawr â phobl a sefydliadau LHDTTC+. Yn ystod y broses, llwyddodd y Panel Arbenigwyr i greu darlun manwl o fywyd LHDTTC+ yng Nghymru, sydd wedi bwydo i mewn yn uniongyrchol i'r argymhellion isod. Mae'r Panel Arbenigwyr yn gobeithio y bydd yr hyn a ddysgwyd yn cael sylw priodol wrth lunio'r Cynllun Gweithredu LHDTTC+ i Gymru.

Cyn nodi'r argymhellion, rhestrir rhai ystyriaethau pwysig isod, sy'n darparu'r cyd-destun y cafodd yr adroddiad hwn ei lunio ynddo ac y dylid ei ddarllen ynddo. Cred y Panel Arbenigwyr ei bod hi'n hollbwysig nodi'r ystyriaethau hyn ar ddechrau'r adroddiad er mwyn fframio'r argymhellion a sut y dylai Llywodraeth Cymru eu rhoi ar waith mewn termau polisi dros y blynyddoedd i ddod.

Y Llwybr Bywyd

Wrth lunio'r argymhellion canlynol ar gyfer Llywodraeth Cymru, ystyriwyd llwybr bywyd pobl LHDTC+ yng Nghymru. Mae hyn yn golygu y rhoddwyd sylw priodol, ym mhob rhan o'r argymhellion, i wahanol gamau mewn bywyd pobl LHDTC+ ac, felly, ymhle y ceir profiadau gwahanol yn y meysydd hyn siŵr o fod. Er enghraifft, wrth ystyried argymhellion addysg, cwmpeisir pob agwedd ar ddysgu, gan gynnwys yr ysgol, coleg, prifysgol ac addysg a hyfforddiant ôl-orfodol. Felly, dylid ystyried bod y cynllun gweithredu yn cefnogi bywydau pobl LHDTC+ yng Nghymru, gan geisio cyfyngu ar anghydraddoldebau a gwahaniaethu a hefyd ddatlu eu hunaniaeth ar bob cam o'u bywydau.

Mae hyn yn galluogi'r gwaith i fod yn fwy cyson â strategaethau Comisiynwyr Pobl Hŷn, Plant a Phobl Ifanc a Chenedlaethau'r Dyfodol Llywodraeth Cymru, y mae pob un ohonynt wedi dechrau llunio polisi ar sail model llwybr bywyd yng Nghymru. Dylai hyn alluogi'r Cynllun Gweithredu i weithio ar y cyd â fframweithiau polisi a strategaethau presennol mewn ffordd hwylusach.

Croestoriadedd

Ystyrir dull croestoriadol drwy gydol adroddiad y Panel Arbenigwyr, yn unol â Chynlluniau Cydraddoldebau eraill Llywodraeth Cymru, fel y cynllun i ddatblygu cydraddoldeb rhywiol yng Nghymru.¹ Ystyr croestoriadedd yw cydnabod y ffordd y mae strwythurau pŵer sy'n seiliedig ar ryw, rhywedd, hil, rhywioldeb, anabledd, dosbarth, oedran, iaith a ffydd yn rhyngweithio â'i gilydd ac yn creu anghydraddoldebau, gwahaniaethu a gormes. Yn hanfodol, mae a wnelo â deall y ffyrdd y gall nodweddion o'r fath rhyngweithio ac esgor ar anafanteision a phrofiadau unigryw, ond lluosog yn aml, mewn sefyllfaoedd penodol. Ni all un math o wahaniaethu gael ei ddeall ar wahân i un arall, ac ni ddylai ychwaith. Mae dull croestoriadol gwirioneddol yn sicrhau nad yw hyn yn digwydd. Ym marn y Panel Arbenigwyr, rhaid arddel dull croestoriadol er mwyn creu cynllun sy'n gweithio i bobl LHDTC+ yng Nghymru. Mae hyn yn gysylltiedig ag ymchwil sy'n nodi nad yw Cynllun Gweithredu LHDT Llywodraeth San Steffan yn cyfrif am nifer o bobl LHDTC+, gan gynnwys y rhai sy'n ceisio lloches, a'i fod yn anwybyddu materion cydraddoldeb dybryd yn y gwledydd datganoledig.² Felly, mae'r Panel Arbenigwyr am greu Cynllun Gweithredu sydd ben ac ysgwydd uwchben Cynllun Llywodraeth San Steffan o ran amddiffyn a datblygu hawliau LHDTC+.

Y Prif Argymhellion

Bwrriedir i'r prif argymhellion isod greu cysylltiad strategol a chyffredin â'r argymhellion mwy

¹ Llywodraeth Cymru, 2020, Cynllun Hyrwyddo Cydraddoldeb rhwng y Rhywiau yng Nghymru, ar gael ar-lein yn: <https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2020-03/cynllun-hyrwyddo-cydraddoldeb-rhwng-y-rhywiau.pdf>

² Lawrence, M a Taylor, Y. The UK Government LGBTQ Action Plan: Discourses of progress, enduring stasis, and LGBTQI+ lives 'getting better'. Ar gael ar-lein yn: https://strathprints.strath.ac.uk/69597/1/Lawrence_Taylor_CSP2019_The_UK_Government_LGBTQ_Action_Plan_discourses_of_progress.pdf

penodol sy'n dilyn. Maent yn ymgais o'r cychwyn cyntaf i nodi'r hyn sy'n gyffredin rhwng yr argymhellion yn y cynllun cyfan.

- Dylai Llywodraeth Cymru adeiladu ar y bwriadau i atgyfnerthu cydraddoldeb a chyflwyno deddfwriaeth sy'n llawn ymgorffori cytuniadau hawliau dynol rhyngwladol mewn cyfraith gwlad. Dylai Llywodraeth Cymru hefyd weithio gyda Llywodraeth San Steffan i atgyfnerthu, hyd y gellir, y cydnabyddiaethau a'r amddiffyniad a roddir i bobl draws ac anneauidd o dan y gyfraith, gan gynnwys ffoaduriaid a cheiswyr lloches.
- Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod hawliau pobl LHDTTC+ yn cael eu cydnabod a'u prif ffrydio yn y sector cyhoeddus yng Nghymru. Dylai Gweinidog Cydraddoldebau neu bwyllgor rhyng-Weinidogol oruchwylio'r cynllun er mwyn sicrhau bod cydlynu effeithiol rhwng adrannau a bod lefelau digonol o integreiddio â chynlluniau eraill, gan gynnwys y Cynllun Gweithredu ar Gydraddoldeb Hiliol, yr Adolygiad ar Weithredu Strategaeth Rhywedd, y Fframwaith Anabledd, a Chynllun Gweithredu Cenedl Noddfa.
- Mae'r Panel Arbenigwyr Annibynnol yn croesawu ymrwymiad Llywodraeth Cymru i ddatblygu cynllun i hyrwyddo cydraddoldeb LHDTTC+ yng Nghymru. Fodd bynnag, dylai'r cynllun gael ei ariannu a'i staffio'n ddigonol fel ei fod yn cael cymaint o effaith â phosibl ar greu Cymru fwy cyfartal.
- Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod hyfforddiant cynhwysfawr ar gydraddoldebau a rhaglenni datblygu proffesiynol yn cael eu cyflwyno ar gyfer pob gwasanaeth cyhoeddus. Dylai hyn ganolbwyntio ar ddeall anghenion LHDTTC+, profiadau o groestoriadedd a mynd i'r afael â rhagfarn ddiarwybod. Dylai hyfforddiant o'r fath gael ei ddatblygu a'i gyflwyno ar y cyd â sefydliadau partner ac arbenigwyr sydd â phrofiad bywyd.
- Dylai Llywodraeth Cymru helpu i herio tybiaethau heteronormadol a cisnormadol a'i gwneud hi'n ofynnol i gyrff cyhoeddus nodi a chofnodi'n briodol hunaniaethau LHDTTC+ ar y pwynt mynediad. Dylai anghenion cymunedau LHDTTC+ chwarae rhan amlwg wrth gynllunio gwasanaethau a dadansoddi'r boblogaeth. Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod dangosyddion cenedlaethol yn ei gwneud hi'n bosibl i gasglu lefelau digonol o ddata wedi'u dadgyfuno yn rheolaidd, sy'n nodi'r gwahaniaethu a'r gwahaniaethau o ran llesiant a brofir gan ein cymunedau LHDTTC+.
- Dylai Llywodraeth Cymru benodi Cynghorydd Cenedlaethol ar gyfer Cydraddoldeb LHDTTC+ a pharhau i gefnogi'r Panel Arbenigwyr Annibynnol i lywio, monitro a gwerthuso'r broses o roi'r cynllun ar waith. Dylai Llywodraeth Cymru gyhoeddi adroddiad blynyddol ar hyn y broses o roi'r cynllun ar waith.

Argymhellion Thematig

Hawliau Dynol a Chydnabyddiaeth

- **Gan adeiladu ar ei gwaith ymgysylltu cadarnhaol yn ddiweddar, dylai Llywodraeth Cymru barhau i amddiffyn a hyrwyddo ar lafar hawliau ac urddas pobl draws ac anneauidd yng Nghymru fel eu bod yn chwarae rhan lawn a chyfartal mewn cymdeithas ar bob lefel.**

Roedd y bobl draws a gymerodd ran yn y broses ymgysylltu yn gwerthfawrogi datganiad Llywodraeth Cymru yn cefnogi pobl draws yng Nghymru. Teimlwyd bod gwneud hyn yn arwydd ystyrion lle cefnwyd ar drywydd polisi Llywodraeth San Steffan a'r ymddiddan yn y cyfryngau a oedd yn fwyfwy cas wrth drafod hunaniaethau traws. Mae'r ymateb i'r datganiad hwn yn dangos bod datganiadau o'r fath sy'n cefnogi cymunedau traws Cymru yn ffordd ystyrion o sicrhau bod pobl draws yn teimlo bod Llywodraeth Cymru yn cefnogi eu hawliau.
- **Dylai Llywodraeth Cymru gydnabod pobl anneauidd mewn meysydd polisi datganoledig, gan gynnwys addysg, tai ac iechyd hyd y gellir o dan y gyfraith.**

Problem a godwyd yn barhaus yn y grwpiau ffocws a'r arolwg a gomisiynwyd ar gyfer y cynllun hwn oedd diffyg cydnabyddiaeth pobl anneauidd. Tanlinellodd pobl anneauidd dro ar ôl tro eu bod yn teimlo bod eu hunaniaeth yn cael ei dileu yn sgil y ffaith na ellir eu cydnabod fel pobl anneauidd. Er bod cydnabod rhywedd cyfreithiol yn faes a gedwir yn ôl, dylai Llywodraeth Cymru gymryd camau ymarferol cadarnhaol drwy gydnabod hunaniaethau anneauidd ar bob achlysur lle nad oes angen rhywedd cyfreithiol. Yn ymarferol, dylai Llywodraeth Cymru ystyried opsiynau fel adolygu systemau cadw cofnodion a rheoli data er mwyn sicrhau bod opsiynau anneauidd penagored yn cael eu cynnwys yn y senarios hyn, yn ogystal â'r opsiwn i gael 'Mx' fel teitl neu ddim teitl o gwbl. Sgil-effaith gwneud y newidiadau hyn yw bod llesiant pobl anneauidd a'r graddau y cânt eu derbyn mewn cymdeithas yn gwella, a gallant uniaethu â'u hunaniaethau gwirioneddol yn hytrach na chael eu gosod mewn cyfundrefn ddeuaidd o ran rhywedd. Gall y fath gydnabyddiaeth fynd ati ar unwaith i atal pobl rhag teimlo eu bod yn cael eu hepgor o fywyd cyhoeddus, sy'n rhywbeth a deimlir gan y bobl anneauidd yng Nghymru a gymerodd ran yn y broses allgymorth. Gall y gwaith hwn gael ei wneud ar ffurf adolygiad trawsadrannol o'r ffordd y mae Llywodraeth Cymru, a'r sector cyhoeddus yng Nghymru yn ehangach, yn casglu data o'r fath. Mae'n bwysig nodi, fel data personol sensitif, y dylai gwybodaeth am rywedd ond cael ei chasglu mewn cyd-destunau lle gellir cyfiawnhau hynny, a ddim heb fod angen.
- **Dylai Llywodraeth Cymru barhau i ofyn i Lywodraeth San Steffan ddiwygio'r Ddeddf Cydnabod Rhywedd yn unol ag egwyddor hunanbennu ac arferion gorau rhyngwladol, ac ystyried y camau y gellir eu cymryd o fewn pwerau Llywodraeth Cymru i wneud cynnydd yn y maes hwn.**

Hoffai pobl draws yng Nghymru weld Llywodraeth Cymru yn mynd ymhellach na Llywodraeth San Steffan wrth ddiogelu a datblygu hawliau pobl draws. Er bod rhywedd cyfreithiol yn faes a gedwir yn ôl, gall Llywodraeth Cymru drafod pwysigrwydd diwygiadau â Llywodraeth San Steffan. Dylai trafodaethau o'r fath ganolbwyntio ar ymgorffori egwyddorion hunanbennu ac ymreolaeth, fel ym Malta, Iwerddon, Norwy, yr Ariannin a llawer o wledydd eraill. Nododd llawer o'r bobl draws

a gymerodd ran yn y broses fod ganddynt, ar y cyfan, fwy o ffydd yn Llywodraeth Cymru i weithredu er eu budd na Llywodraeth San Steffan, a byddai siarad ar eu rhan yn y ffordd hon yn ddatganiad pwerus o gefnogaeth.

- **Dylai Llywodraeth Cymru wahardd therapi trosi yng Nghymru a dylai barhau i weithio gyda Llywodraeth San Steffan i ddileu therapi trosi, drwy ei wahardd yn ddeddfwriaethol.**

Mae pobl LHDTIC+ ledled y DU yn cael therapi trosi o hyd. Mae therapi trosi yn cynnwys ymyriadau meddygol, seiciatrig, seicolegol, crefyddol a diwylliannol, neu unrhyw ymyriadau eraill sy'n ceisio dileu, ffrwyno neu newid cyfeiriadedd rhywiol a/neu hunaniaeth rhywedd person. Dengys ymchwil³ fod un o bob ugain o bobl LHDTIC+ (5 y cant) wedi cael eu rhoi dan bwysau i ddefnyddio gwasanaethau i gwestiynu neu newid eu cyfeiriadedd rhywiol wrth ddefnyddio gwasanaethau gofal iechyd. Felly mae pobl LHDTIC+ yng Nghymru hefyd yn destun arferion o'r fath. Dylai Llywodraeth Cymru arwain y broses o wahardd therapi trosi yng Nghymru a pharhau i wneud popeth y gall i annog y gwledydd datganoledig eraill a San Steffan i gyflwyno gwaharddiad deddfwriaethol llawn ar therapi trosi ledled y DU.

- **Archwilio ffyrdd y gall nodau adnabod personol diangen fel enw, oedran a dynodwyr rhywedd gael eu dileu o ddogfennaeth.**

Tanlinellodd aelodau'r grwpiau ffocws y ffordd y mae dynodwyr rhywedd diangen yn atgyfnerthu ymhellach ddisgwyliaid ac arferion cisnormadol. Mewn nifer mawr o achosion, nid yw dynodwyr rhywedd yn gwneud dim mwy nag atgyfnerthu anghydraddoldebau sy'n bodoli eisoes, yn ogystal â dileu ac anwybyddu pobl anneauidd a phobl sydd ag ymdeimlad cyfnewidiol o'u rhywedd eu hunain. Er bod rhai adegau pan mae'n bwysig casglu data ar rywedd, dylai'r arfer ddod i ben pan nad yw hynny'n wir. Os caiff data ar rywedd eu casglu, dylai pobl anneauidd gael opsiynau penagored i ddisgrifio eu hunaniaeth. Dylai Llywodraeth Cymru ymdrin â'r mater hwn o safbwynt croestoriadol a dileu ymhellach bob nod adnabod personol diangen fel enw, oedran, cymwysterau; mae hyn yn arbennig o wir, ond nid yn gyfyngedig i, arferion recriwtio.

- **Helpu pobl LHDTIC+ i feithrin gwell dealltwriaeth o'u hawliau dynol, beth maent yn ei olygu, sut maent yn croestorri â'i gilydd, neu pan y mae eu hawliau wedi eu torri, a sut i geisio unioni'r sefyllfa pan fydd hyn yn digwydd.**

Nid yw llawer o bobl LHDTIC+ yn ymwybodol o'u hawliau ac felly efallai na fyddant yn gwybod eu bod yn profi gwahaniaethu. O ganlyniad, rhaid i unrhyw ymgais i hyrwyddo diogelwch ddechrau drwy egluro hawliau a chyfrifoldebau dinasyddion i'w gilydd. Mae hyn yn arbennig o bwysig i unigolion o grwpiau gwarchodedig. Dylai unrhyw gyngor gael ei roi mewn sawl iaith ac mewn fersiynau hygyrch er mwyn bod yn wirioneddol gynhwysol ac yn hygyrch i bawb. Mae'r argymhelliad hwn yn atgyfnerthu nodau ac amcanion hirdymor Cynllun Cydraddoldeb Strategol

³ Stonewall, 2018, LGBTQ in Britain: Health Report: <https://www.stonewall.org.uk/LGBTQ-britain-health>

Llywodraeth San.⁴ Dylai'r gwaith hwn fynd law yn llaw â gwaith y mae Llywodraeth Cymru yn ei wneud i gryfhau a hyrwyddo cydraddoldeb a hawliau dynol.⁵

⁴ Llywodraeth Cymru, 2020, Cynllun Cydraddoldeb Strategol, ar gael ar-lein yn: <https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2020-04/cynllun-cydraddoldeb-strategol-nodau-amcanion-a-chamau-gweithredu-ym-maes-cydraddoldeb-20202024.pdf>

⁵ Llywodraeth Cymru, 2020, Ymchwil ar gryfhau a hyrwyddo cydraddoldeb a hawliau dynol yng Nghymru: gweithdai, ar gael ar-lein yn: <https://llyw.cymru/ymchwil-ar-gryfhau-hyrwyddo-cydraddoldeb-hawliau-dynol-yng-nghymru-gweithdai-html>

Diogelwch

Drwy'r ymchwil sylfaenol sy'n ategu'r adroddiad hwn, nodwyd, er y bu gwelliannau mewn rhai meysydd, fod llawer o bobl LHDTTC+ yng Nghymru yn parhau i deimlo'n anniogel ac yn wynebu risg uwch o gam-drin neu wahaniaethu.⁶ Gyda throsteddau casineb a gofnodir yn erbyn pobl LHDTTC+ yn parhau i gynyddu, yn enwedig ymhlith pobl draws (mae nifer yr achosion wedi mwy na dyblu ers 2017 sy'n cyfateb i 106 y cant⁷), mae'n hanfodol bod y llywodraeth yn cymryd camau i fynd i'r afael â hyn a sicrhau bod pobl LHDTTC+ yng Nghymru yn ddiogel. Mae'r argymhellion isod yn ceisio gwneud Cymru yn lle mwy diogel i fod yn berson LHDTTC+.

Trosteddau Casineb

- **Dylai Comisiynwyr Heddlu a Throsedd adeiladu ar y gwaith ymgysylltu parhaus sydd eisoes yn digwydd gyda chymunedau a ymleiddiwyd, er mwyn sicrhau bod eu cydberthynas â'r heddlu yn adlewyrchu eu hanghenion yn well. Bydd hyn yn cynnwys cymunedau LHDTTC+, cymunedau anabl a chymunedau Du, Asiaidd ac Ethnig Leiafrifol.**

Yn ystod y gwaith allgymorth, clywyd yn gyson am brofiadau andwyol llawer o bobl LHDTTC+ o'r heddlu, a nodwyd ganddynt wedyn fod hyn yn golygu y byddent yn llai tebygol o roi gwybod i'r heddlu am droseddau casineb yn y dyfodol. Mynegodd unigolion fod "diffyg dealltwriaeth", a oedd yn arwain at ddiffyg ymddiriedaeth. Cafodd y diffyg ymddiriedaeth hwn ei fynegi'n arbennig mewn gwaith allgymorth gyda phobl LHDTTC+ o liw. Dywedodd person LHDTTC+ o liw a oedd yn cymryd rhan mewn grŵp ffocws nad oedd yr heddlu yn gwneud eu gwaith o ran trosteddau casineb, a bod hyn yn creu'r ymdeimlad o fod yn ddiymadferth. Credwyd bod hyn yn seiliedig ar broffilio hiliol a systemig. Dywedodd person LHDTTC+ o liw arall eu bod yn profi trosteddau casineb yn rheolaidd, a soniwyd yn benodol am ymateb annigonol gan yr heddlu a oedd yn gweithredu yn unol â'u rhagfarn ddarwybod. Credai rhai aelodau o'r grŵpiau ffocws fod yn rhaid i'r llywodraethau datganoledig wneud mwy i sicrhau bod yr heddlu yn ennill ymddiriedaeth pobl LHDTTC+ o liw. Ni ellir cael mwy o bobl i roi gwybod am droseddau casineb hyd nes y caiff y cydberthnasau hyn eu gwella, yn enwedig i bobl LHDTTC+ o liw. Mae angen gwneud mwy i ddeall sut mae gwahanol fathau o droseddau casineb yn croestorri â'i gilydd.

- **Dylai Comisiynwyr Heddlu a Throsedd adolygu'r rhesymau pam nad yw mwy o bobl yn rhoi gwybod am droseddau casineb LHDTTC+ gyda'r nod o fynd ati i sicrhau y rhoddir gwybod am fwy ohonynt.**

Yn y gwaith allgymorth cymunedol, nodwyd yn fynych na roddwyd gwybod am droseddau casineb yn erbyn pobl LHDTTC+. Nododd yr arolwg a luniwyd ar gyfer yr adroddiad hwn, o'r 532 o ymatebwyr a ddywedodd eu bod wedi profi trosteddau casineb yn y flwyddyn ddiwethaf, nad oedd 71 y cant wedi rhoi gwybod am hynny.

⁶ LHDT yng Nghymru - Trosteddau Casineb a Gwahaniaethu, 2018, <https://www.stonewallcymru.org.uk/cy/resources/lhdt-yng-nghymru-trosteddau-casineb-gwahaniaethu>

⁷ Mae ffigurau trosteddau casineb ar gael ar-lein yn: <https://www.gov.uk/government/statistics/hate-crime-england-and-wales-2017-to-2018>; <https://www.gov.uk/government/statistics/hate-crime-england-and-wales-2018-to-2019>; <https://www.gov.uk/government/statistics/hate-crime-england-and-wales-2019-to-2020>

Wrth egluro'r rheswm dros beidio â rhoi gwybod am droseddau casineb, dywedodd un ymatebydd fod hyn yn rhan o fod yn LHDTTC+, a'ch bod yn dod i'r arfer ag ef am nad oes dim y gallwch chi ei wneud am y peth. Er mwyn mynd i'r afael â throeddau casineb yn llawn, rhaid inni wybod pa mor fawr yw'r broblem a nodi'r hyn sy'n rhwystro pobl rhag rhoi gwybod amdanynt ar hyn o bryd. Dim ond os bydd pobl LHDTTC+ yn teimlo'n fwy hyderus y caiff eu profiadau a'u hunaniaethau eu parchu, ac yr ymdrinnir â nhw mewn ffordd ddifrifol a pharchus, y gwneir hyn. Nododd rhai aelodau o'r grwpiau ffocws eu bod yn aml yn teimlo'n fwy cyfforddus yn rhoi gwybod am eu profiadau i drydydd partïon fel Cymorth i Ddiodefwyr, yn hytrach na'r heddlu, a allai fod yn ffordd o gynyddu nifer y bobl sy'n rhoi gwybod am ddigwyddiadau.

- **Dylai Llywodraeth Cymru weithio gyda Llywodraeth San Steffan a'r Ilwyfannau cyfryngau cymdeithasol i ymchwilio i ddatrysiadau posibl i atal troseddau casineb ar-lein a mynd i'r afael â nhw.**

Yn ystod y gwaith allgymorth cymunedol cydnabuwyd bod mwy o gam-drin ac aflonyddu ar-lein wedi bod, yn enwedig yn ystod y cyfyngiadau symud. Ategwyd hyn gan ddata'r arolwg a nododd fod 26 y cant o'r ymatebwyr wedi profi cam-drin neu aflonyddu ar-lein yn ystod y flwyddyn ddiwethaf. Dywedodd unigolion a sefydliadau yn gyson nad oeddent yn teimlo bod yr heddlu yn cymryd troseddau casineb ar-lein o ddifrif nac yn mynd ar eu trywydd yn aml. Nododd un aelod o'r grwpiau ffocws eu bod wedi profi mwy o droseddau casineb ar-lein yn ystod y cyfyngiadau, ond nid oeddent yn teimlo bod deddfwriaeth yn eu diogelu, ac nid oeddent yn siŵr â phwy y dylent gysylltu amdanynt. Dylai Llywodraeth Cymru fynd i'r afael â'r broblem drwy gydweithio â Llywodraeth San Steffan a'r Ilwyfannau cyfryngau cymdeithasol i ymchwilio i ddatrysiadau i gasineb ar-lein.

- **Dylai Llywodraeth Cymru weithio gyda Chomisiynwyr Heddlu a Throsedd i sicrhau bod heddwesion a'r rhai sy'n ateb galwadau 111/999, ynghyd ag aelodau eraill o staff, wedi cael hyfforddiant cynhwysfawr ar droseddau casineb, hawliau dynol a sut y caiff y rhai â nodweddion gwarchoddedig eu targedu.**

Yn unol â chynnydd mewn troseddau casineb a gofnodir yng Nghymru,⁸ datgelodd yr ymatebion a gasglwyd fel rhan o'r broses allgymorth broblemau mawr, gyda llawer o bobl LHDTTC+ yn dweud eu bod yn teimlo bod hyd yn oed y lefel fwyaf sylfaenol o ddiogelwch yn brin. Hefyd, tynnwyd sylw at y gwahaniaeth rhwng y ffordd yr ymdrinnir â throeddau casineb a'r ffordd y caiff diodefwyr eu cefnogi o fewn heddluoedd gwahanol yng Nghymru. . Roedd profiadau'n anghyson ac, i bob diben, roeddent yn gyfystyr â 'loteri cod post'. Yn arbennig, nododd pobl draws mai nhw oedd yn wynebu'r risg fwyaf o ddiffyg dealltwriaeth ymhlith heddwesion a'r rhai sy'n ateb galwadau 111/999. Fel y nododd un aelod o'r grwpiau ffocws, bu'n rhaid iddynt egluro beth oedd trawsffobia wrth heddwes wrth roi gwybod am drosedd gasineb, a fu'n beth anodd iawn ar ôl profi gwahaniaethu. Mae hyn yn fwy gwir mewn cymunedau gwledig. Dywedodd un aelod o'r grwpiau ffocws nad oedd fawr ddim dealltwriaeth o effaith trawsffobia ymhlith yr heddlu ac nad oedd unrhyw ddealltwriaeth o'r bygythiadau nac effaith byw mewn cymuned fechan lle nad oes fawr ddim amrywiaeth. Mae profiadau o'r fath yn arwain at ddiffyg ymddiriedaeth nodedig rhwng pobl LHDTTC+ a'r heddlu. Fodd bynnag, rhaid cydnabod bod gwaith

⁸ Mae ffigurau troseddau casineb ar gael ar-lein yn: <https://www.gov.uk/government/statistics/hate-crime-england-and-wales-2017-to-2018>; <https://www.gov.uk/government/statistics/hate-crime-england-and-wales-2018-to-2019>; <https://www.gov.uk/government/statistics/hate-crime-england-and-wales-2019-to-2020>

Swyddogion Amrywiaeth dynodedig wedi bod wrth wraidd plismona effeithiol yng Nghymru. Rhaid nawr sicrhau bod staff rheng flaen yn gwneud yr un peth â Swyddogion Amrywiaeth. Yn ogystal â sicrhau bod heddweision a'r rhai sy'n ateb galwadau 111/999 yn cael hyfforddiant cynhwysfawr ar gydraddoldebau ar ddechrau eu gyrfa, dylai hefyd fod yn ofynnol iddynt gael hyfforddiant gloywi cynhwysfawr er mwyn gwella safonau. Yn bwysig, ni ddylai'r hyfforddiant hwn gael ei ddefnyddio i gosbi ymddygiad gwael, ond yn hytrach dylai fod yn gam ataliol er mwyn gwella'r cydberthnasau rhwng cymunedau a ymyleiddiwyd a'r heddlu. Mae hyfforddiant o'r fath yn gofyn am gyllid canolog sydd wedi'i neilltuo sydd ar gael i bob heddlu yng Nghymru.

Trais a Cham-drin Domestig

- **Dylai Llywodraeth Cymru fynd ati'n benodol i dargedu trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol yn y gymuned LHDTC+ er mwyn gwella ei dealltwriaeth o'r rhesymau dros y cyfraddau hanesyddol isel o roi gwybod am achosion o'r fath ymhlith y gymuned, gan sicrhau bod yr holl lenyddiaeth, negeseuon a mentrau codi ymwybyddiaeth yn gynhwysol, a lle y bo angen yn benodol i'r gymuned LHDTC+. Dylai'r data a gaiff eu casglu gan ddarparwyr gwasanaethau trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol, ynghyd â gwasanaethau proffesiynol a gwasanaethau cyhoeddus, yn cynnwys data'r heddlu, nodi achosion lle mae pobl LHDTC+ yn rhoi gwybod am y digwyddiadau hyn, ynghyd ag atgyfeiriadau ac ati**

Gwyddom fod gwasanaethau yng Nghymru yn diwallu anghenion y gymuned LHDTC+, ond mae'r ffaith na chofnodir pob digwyddiad a bod diffyg data yn llesteirio ein gallu i ddangos tystiolaeth o'r darlun llawn yng Nghymru. Mae'r rhan fwyaf o astudiaethau cydnabyddedig yn dynodi y bydd hyd at 40% o'r boblogaeth LHDTC+ yn profi cam-drin domestig o ryw fath yn ystod eu bywydau, sy'n cynyddu i tua 80% ar gyfer y gymuned draws⁹. Mae adroddiad LGBT in Britain: Home and Communities¹⁰ Stonewall yn nodi bod mwy nag un o bob deg o bobl LGBT (11 y cant) wedi wynebu cam-drin domestig gan bartner yn y flwyddyn ddiwethaf o gymharu â 6 y cant o fenywod a 3 y cant o ddynion yn y boblogaeth gyffredinol sydd wedi profi cam-drin domestig gan bartner. Dengys ymchwil bellach Stonewall fod nifer y bobl draws ac anneuaidd sydd wedi wynebu cam-drin domestig gan bartner yn y flwyddyn ddiwethaf yn sylweddol uwch (19 y cant).

⁹ <https://www.kssrc.co.uk/2020/04/30/research-domestic-abuse-in-lgbt-communities/>

¹⁰ Stonewall, LGBT in Britain: Home and Communities (2018), <https://www.stonewall.org.uk/lgbt-britain-home-and-communities>

Y Cartref a Chymunedau

Mae Cymru yn wlad o gymunedau, ieithoedd, hunaniaethau a diwylliannau amrywiol. Mae pobl LHDTC+ yn byw yn ein holl gymunedau: o gymunedau gwledig a threfol i gymunedau ffydd, diwylliant a'r celfyddydau. Dylai pawb, gan gynnwys pobl LHDTC+, allu teimlo eu bod yn perthyn i'w cymuned ac i Gymru. Er bod mwyafrif y bobl LHDTC+ yng Nghymru yn byw bywydau bodlon a chadarnhaol, rydym hefyd yn gwybod bod gormod o lawer yn ofni gwahaniaethu a rhagfarn. Datgelodd y gwaith allgymorth cynhwysfawr sy'n ategu'r adroddiad hwn fod pobl LHDTC+ yng Nghymru yn parhau i wynebu gwahaniaethu yn y cartref ac yn eu priod gymunedau. Nododd bron hanner y bobl a ymatebodd i'r arolwg (46 y cant) eu bod wedi wynebu aflonyddu geiriol, roedd 26 y cant wedi dioddef cam-drin neu aflonyddu ar-lein ac roedd 13 y cant wedi profi'r bygythiad o drais ac aflonyddu corfforol neu rywiol yn y flwyddyn ddiwethaf. Mae'r canfyddiadau hyn yn dangos faint yn fwy y mae'n rhaid ei wneud i sicrhau bod cartrefi a chymunedau yng Nghymru yn ddiogel i bawb. Bydd cael cymunedau diogel yn galluogi pobl LHDTC+ i ffynnu a byw heb ofn.

- **Dylai Llywodraeth Cymru gefnogi ac adnoddau grwpiau cymunedol a sefydliadau LHDTC+ ledled Cymru er mwyn trechu'r anghydraddoldebau rhanbarthol a brofir gan bobl wrth gael gafael ar wasanaethau. Mae hefyd angen cymryd camau ymyrryd wedi'u targedu er mwyn cynyddu nifer y gwasanaethau cymorth sydd ar gael i bobl LHDTC+ yn Gymraeg.**
Fel rhan o ddau grŵp ffocws Cymraeg a gynhaliwyd i gefnogi'r adroddiad hwn, cafodd yr angen i sicrhau bod lleoedd ac adnoddau LHDTC+ sy'n hygyrch i siaradwyr Cymraeg ei godi'n gyson. Atgyfnerthir hyn ymhellach gan y gwahaniaeth nodedig a nodir rhwng bod yn LHDTC+ yng nghymunedau gwledig Cymru o gymharu â byw mewn ardaloedd trefol mwy o faint. Mae'r gefnogaeth hon i grwpiau Cymraeg yn gweithio tuag at ymrwymadau Llywodraeth Cymru i gefnogi datblygiad "Cymru â diwylliant bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu" fel y'i nodir yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol 2015.¹¹
- **Dylai Llywodraeth Cymru ac Awdurdodau Lleol roi mwy o gyllid i wasanaethau cymorth ieuencid LHDTC+ sydd ar gael y tu hwnt i'r ysgol.**
Tanlinellodd pobl ifanc LHDTC+ o bob cwr o Gymru mewn grwpiau ffocws bwysigrwydd grwpiau cymdeithasol LHDTC+ lleol. Awgrymir bod angen adnodd canolog sy'n helpu ysgolion a myfyrwyr i sefydlu grwpiau cymorth i fyfyrwyr LHDTC+. **Dylai Llywodraeth Cymru hefyd ddod o hyd i ateb cyllido hirdymor i'r sefydliadau gwirfoddol nas ariennir yn ddigonol ar hyn o bryd ac sydd fel arfer yn wirfoddol sy'n darparu cymorth gwerthfawr i bobl ifanc LHDTC+, yn enwedig mewn ardaloedd mwy gwledig o Gymru. Dylai strategaethau yn y**

¹¹ Llywodraeth Cymru, 2015, Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015, ar gael ar-lein yn: <https://www.futuregenerations.wales/cy/about-us/future-generations-act/>

dyfodol, gan gynnwys gwaith y Bwrdd Gwaith Ieuenctid Dros Dro,¹² ystyried anghenion pobl ifanc LHDTC+.

- **Dylai Llywodraeth Cymru ddefnyddio digwyddiadau sy'n codi ymwybyddiaeth o faterion LHDTC+ yn y calendr blynyddol, ac annog hynny, er mwyn rhoi cyfle i glywed lleisiau LHDTC+, yn enwedig o blith adrannau o'r gymuned nas cynrychiolir yn ddigonol. Mae'r rhain yn cynnwys digwyddiadau Pride, Mis Hanes LHDTC+ (Chwefror), IDAHOBIT (17 Mai), Diwrnod Deu Amlygrwydd (23 Medi), Diwrnod Cofio Pobl Draws (20 Tachwedd), a Diwrnod AIDS y Byd (1 Rhagfyr).**

Hefyd, nododd aelodau o'r grwpiau ffocws a chynrychiolwyr Bi Cymru nad yw pobl ddeurywiol yn cael eu cydnabod yn aml. Mae'n bwysig bod Llywodraeth Cymru yn sicrhau bod profiadau deurywiol yn cael eu cynrychioli'n llawn wrth ddathlu hunaniaethau LHDTC+, a **dylai Llywodraeth Cymru a chyrrff cyhoeddus eraill gynorthwyo pobl ddeurywiol drwy ddangos cefnogaeth iddynt, fel chwifio baner ddeurywiol pride.**

- **Dylai Llywodraeth Cymru ddarparu adnoddau a mynediad i fodolau rôl amrywiol sydd â hunaniaethau croestoriadol er mwyn annog pobl LHDTC+ i sefyll am rôl wleidyddol, ar bob lefel, yng Nghymru.**

Gyda thri AS LHDTC+ yn y 5ed Senedd, mae cynnydd wedi cael ei wneud o ran cynrychiolaeth wleidyddol pobl LHDTC+ ar lefelau uchaf swyddi etholedig yng Nghymru (er nad oes neb wedi dod allan yn Draws yn y Senedd eto). Fodd bynnag, mae ystadegau cynghorau yn dynodi bod angen gwneud mwy i sicrhau bod llywodraeth leol yn fan lle mae pobl LHDTC+ yn teimlo eu bod yn cael eu croesawu. Fel y dangoswyd gan astudiaethau diweddar gan y Gymdeithas Diwygio Etholiadol a Chanolfan Llywodraethiant Cymru, mae ymgeiswyr LHDTC+ sy'n sefyll etholiad yn wynebu rhwystrau ychwanegol, fel y bygythiad o gam-drin ac aflonyddu. Mae angen i Lywodraeth Cymru wneud gwaith wedi'i dargedu i oresgyn y rhwystrau hyn a gweithio tuag at gynrychiolaeth wleidyddol sydd wir yn cynrychioli cymdeithas Cymru. Mae hyn yn unol ag un o nodau Cynllun Cydraddoldeb Strategol Llywodraeth Cymru a dylai weithio ar y cyd ag ymdrechion eraill i sicrhau bod y rhai sy'n ceisio cynrychioli Cymru yn fwy amrywiol, fel ymgyrch 50:50Amrywiol, gan gydnabod y bydd y rhai sydd â hunaniaethau lleiafrifol croestoriadol yn wynebu rhwystrau pellach wrth sefyll am rôl gyhoeddus, fel y nodir yn adroddiad Gwnewch y Peth Iawn Cynghrair Hil Cymru.

Byd y campau a gweithgarwch corfforol

- **Dylai Llywodraeth Cymru helpu cyrrff llywodraethu i ddatblygu strategaeth cynhwysiant ar y cyd ar gyfer pobl LHDTC+ ym myd y campau yng Nghymru er mwyn mynd i'r afael â diffyg amrywiaeth ac annog pobl i gymryd rhan mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol.**

Yn ystod gwaith allgymorth cymunedol, nododd pobl LHDTC+ eu bod yn teimlo allan o le mewn amgylchedd chwaraeon wedi'i drefnu. Mae'r rhwystrau i gymryd rhan yn hynod uchel i bobl draws. Nododd dyn traws a gymerodd ran mewn grŵp ffocws ei fod wedi cael problemau yn defnyddio campfeydd lleol heb gyfleusterau digonol a'i fod wedi gorfod defnyddio toiledau anabl. Dywedodd nad oedd wedi teimlo'n ddigon cyfforddus i fod yn aelod o dîm chwaraeon, gan danlinellu bod angen gwell canllawiau ar gynnwys pobl draws ym myd y campau ar bob lefel. Noda ymchwil

¹² <https://llyw.cymru/bwrdd-gwaith-ieuenctid-dros-dro>

flaenorol i bobl LHD yng Nghymru, er bod nifer uchel yn cymryd rhan, fod gwahaniaethu yn yr amgylcheddau hyn hefyd yn uchel. Awgryma ymchwil bellach na chaiff pobl draws eu cynrychioli'n ddigonol yn benodol ym myd y campau a gweithgarwch corfforol. Mae gan bob sefydliad chwaraeon rwymedigaeth i weithredu polisi dim goddefgarwch tuag at achosion o gam-drin a gwahaniaethu homoffobig, deuffobig a thrawsffobig. Ym marn y Panel Arbenigwyr, mae gan Lywodraeth Cymru y gallu i arwain y blaen wrth hyrwyddo arferion da yn y maes hwn.

Dengys ymchwil fod 7 y cant o bobl LHDTC+ a aeth i ddigwyddiad chwaraeon byw yn y flwyddyn ddiwethaf wedi profi gwahaniaethu oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol a/neu hunaniaeth rhywedd. Nododd aelodau o'r grwpiau ffocws fod y broblem yn mynd yn llawer pellach na phrofiadau mewn digwyddiadau chwaraeon byw. Nododd yr unigolion sut y dylid mynd i'r afael â hyn drwy alluogi pobl LHDTC+ i fwynhau chwaraeon a chymryd rhan mewn gwahanol gampau ar bob lefel.

Ffydd

- **Dylai Llywodraeth Cymru archwilio a nodi sut y gall gefnogi grwpiau ffydd er mwyn sicrhau bod pob amgylchedd crefyddol a seiliedig ar ffydd yn agored ac yn hygyrch i bobl LHDTC+, a hyrwyddo deialog rhwng cymunedau.**
- **Dylai Llywodraeth Cymru gryfhau cynrychiolaeth LHDTC+ ar fforymau cydraddoldeb, gan gynnwys Fforwm Cymunedau Ffydd Cymru, Fforwm Hil Cymru, Fforwm Cydraddoldeb i Bobl Anabl a'r Bwrdd Cydraddoldeb Strategol.** Dengys ymchwil nad yw traean o bobl LHDTC+ o ffydd (32 y cant) yn agored gyda neb yn eu cymuned ffydd am eu cyfeiriadedd rhywiol, ac nad yw un o bob pedwar person traws o ffydd (25 y cant) yn agored am bwy ydynt yn eu cymuned ffydd.¹³ Mae'n bwysig cydnabod bod cyfran fawr o bobl LHDTC+ o ffydd a bod ffydd yn rhan bwysig o fywydau llawer o bobl LHDTC+. Fodd bynnag, dengys ffigurau o'r fath bod angen gwneud mwy i sicrhau bod cymunedau ffydd yn agored i bobl LHDTC+.

Y Celfyddydau a Diwylliant

- **Dylai Llywodraeth Cymru gefnogi'r gwaith o ddatblygu sector y celfyddydau a diwylliant LHDTC+ ffyniannus Cymru, gan ddarparu cyllid lle y bo'n briodol.**
- **Dylai Llywodraeth Cymru gefnogi amgueddfeydd, archifau, a llyfrgelloedd i annog ymchwilio i hanesion a diwylliannau digidol LHDTC+ yng Nghymru, a'u harddangos, gan ddarparu cyllid lle y bo'n briodol.** Nododd aelodau o'r grwpiau ffocws pa mor bwysig yw'r celfyddydau a diwylliant LHDTC+ i'w hunaniaeth a'u llesiant. Nododd un ohonynt fod y celfyddydau wedi achub eu bywyd ar ôl ymuno â grŵp celfyddydol, am eu bod wedi darganfod cymuned a phwrpas. Ychwanegodd yr unigolyn fod y celfyddydau ac iechyd meddwl yn mynd law yn llaw, a'u bod wedi dod o hyd i rywle i fynegi eu hunain. Mae'r celfyddydau a diwylliant hefyd yn darparu'r cyfle i chwalu rhwystrau, meithrin dealltwriaeth a herio canfyddiadau'n ehangach, gan sicrhau bod y Gymru a adewn i genedlaethau'r dyfodol yn un â diwylliant bywiog ac yn un o gymunedau cydlynus, sef dyheadau sydd wrth wraidd Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru).¹⁴

¹³ Stonewall, 2018, LGBTQ in Britain: Home and Communities, ar gael ar-lein yn:

https://www.stonewall.org.uk/sites/default/files/LGBTQ_in_britain_home_and_communities.pdf

¹⁴ Llywodraeth Cymru, 2015, Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015, ar gael ar-lein yn: <https://www.futuregenerations.wales/cy/about-us/future-generations-act/>

Mae'r bygythiad i'r celfyddydau a diwylliant LHDTTC+, a mannau cyfarfod a lleoliadau, yn amlwg iawn mewn economi ôl-bandemig.

Digartrefedd LHDTTC+

- **Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod gwasanaethau digartrefedd yn nodi mewn ffordd sensitif gyfeiriadedd rhywiol a statws traws pobl er mwyn teilwra llwybrau priodol a diogel.**

Mae hyn yn hanfodol er mwyn sicrhau bod pobl LHDTTC+ sy'n defnyddio gwasanaethau digartrefedd yn cael digon o gefnogaeth ac nad ydynt yn wynebu mwy o niwed oherwydd diffyg ymyriadau cynhwysol sydd wedi'u teilwra. Mae hefyd yn bwysig casglu data er mwyn nodi faint o bobl LHDTTC+ sy'n ddigartref yng Nghymru, a sicrhau bod eu profiadau yn hysbys. Er bod y data sydd ar gael yn dangos bod pobl ifanc LHDTTC+ yng Nghymru bedair gwaith yn fwy tebygol o fod yn ddigartref na'u cymheiriaid, a bod 9 y cant o'r bobl ifanc sy'n defnyddio gwasanaethau tai â chymorth Llamau yn LHDTTC+, ni chaiff y data hyn eu casglu'n systematig ac felly mae'r data'n ddarniog.¹⁵ Mae angen i'r data hyn gael eu casglu mewn ffordd gyson a systemig er mwyn ategu ymateb Llywodraeth Cymru i ddigartrefedd a chydlynu camau penodol ar gyfer hunaniaethau a gynrychiolir yn ormodol yn y boblogaeth hon. Yn fwy eang, mae data ar gyfer y DU gyfan yn awgrymu bod pobl ifanc LHDTTC+ wedi'u cynrychioli'n ormodol i raddau difrifol mewn poblogaethau digartref ifanc.¹⁶ Mae hyn yn atgyfnerthu'r achos dros gamau ymyrryd wedi'u targedu a arweinir gan broses casglu data gywir yng Nghymru.

- **Dylai Llywodraeth Cymru ymrwymo i gyllido gwasanaethau penodol ar gyfer pobl ifanc ddigartref LHDTTC+ yn y dyfodol ledled Cymru yn dilyn llwyddiant Tŷ Pride.**

Flwyddyn ar ôl adroddiad Llamau ar bobl ifanc ddigartref LHDTTC+,¹⁷ mae prosiect byw â chymorth Tŷ Pride, sydd ar gyfer y gymuned LHDTTC+ yn benodol, wedi bod yn llwyddiant ysgubol, gyda mwy na deg gwaith yn fwy o atgyfeiriadau yn dod i law na'r nifer y gellir eu cartrefu. Mae hyn yn dangos yn glir yr angen am gymorth pwrpasol ar gyfer pobl ifanc LHDTTC+ sy'n wynebu risg o ddigartrefedd. Mae'r ffaith bod cymaint o ddiddordeb ym mhrosiect Tŷ Pride, gan gynnwys oddi wrth awdurdodau lleol sy'n agos at Sir Ddinbych (lle mae Tŷ Pride wedi'i leoli), hefyd yn dangos bod angen gwasanaethau tebyg ledled Cymru. Mae'r prosiect cyntaf o'i fath hwn wedi llwyddo i helpu pobl ifanc LHDTTC+ a darparu'r cymorth penodol sydd ei angen arnynt cymaint drwy grŵp cymorth LHDTTC+ lleol Viva. Gan fod y prosiect hwn wedi bod mor llwyddiannus, dylai Llywodraeth Cymru ymrwymo i gyllido gwasanaethau penodol ar gyfer pobl ifanc LHDTTC+ ym mhob un o chwe rhanbarth Grwpiau Cydweithredol Cymorth Tai Rhanbarthol Cymru, er mwyn sicrhau bod pobl ifanc LHDTTC+ sy'n wynebu risg o ddigartrefedd yn cael y cymorth sydd ei angen arnynt, ble bynnag y maent yng Nghymru.

¹⁵ Llamau, 2019, Out On The Streets: LGBTQ+ Homelessness in Wales:

<https://www.llamau.org.uk/Handlers/Download.ashx?IDMF=1ab2fc66-c571-44f0-8ceb-2d1346f38303>

¹⁶ Ymddiriedolaeth Albert Kennedy, 2014, LGBTQ Youth Homelessness: A UK National Scoping of Cause, Prevalence, Response and Outcome, ar gael ar-lein yn:

https://www.basw.co.uk/system/files/resources/basw_31219-10_0.pdf

¹⁷ Llamau, 2019, Out On The Streets: LGBTQ+ Homelessness in Wales:

<https://www.llamau.org.uk/Handlers/Download.ashx?IDMF=1ab2fc66-c571-44f0-8ceb-2d1346f38303>

Ffoaduriaid a Cheiswyr Lloches LHDTC+ yng Nghymru

Fel y nodir yng nghanllawiau polisi Llywodraeth Cymru ar ddarpariaeth iechyd a llesiant i ffoaduriaid a cheiswyr lloches,¹⁸ mae'r Ddeddf Cydraddoldeb (2010) yn cyflwyno dyletswydd ar awdurdodau cyhoeddus yng Nghymru i "ddileu gwahaniaethu ac erledigaeth" pobl â nodweddion gwarchoddedig, fel pobl LHDTC+ a phobl o liw. Gall hyn gynnwys "cael gwared ar anafanteision a ddiweddefir gan ffoaduriaid a cheiswyr lloches oherwydd eu nodweddion gwarchoddedig, neu sicrhau bod yr anafanteision hyn cyn lleied â phosibl; Cymryd camau i ddiwallu anghenion pobl o grwpiau gwarchoddedig lle mae'r rhain yn wahanol i anghenion pobl eraill." Awgryma ymchwil gan Rania Vamvaka o Brifysgol Caerdydd nad yw Llywodraeth Cymru yn glynu digon wrth y Ddeddf Cydraddoldeb wrth ymdrin â ffoaduriaid a cheiswyr lloches LHDTC+ sy'n cyrraedd Cymru ac yn ymgartrefu yma.¹⁹ Mae'r ymchwil hefyd yn darparu enghreifftiau o wahaniaethu yn erbyn y boblogaeth weddol fawr hon (mae 5.4 y cant o'r holl geisiadau am loches yn y DU yn seiliedig ar gyfeiriadedd rhywiol). Mae'r gwaith allgymorth wedi atgyfnerthu profiadau ffoaduriaid a cheiswyr lloches LHDTC+ yng Nghymru.

Mae'r Panel Arbenigwyr yn argymhell y cymorth penodol canlynol ar gyfer ceiswyr lloches a ffoaduriaid LHDTC+:

- **Dylai Llywodraeth Cymru alw ar Lywodraeth San Steffan i nodi mewn ffordd sensitif bobl LHDTC+ drwy'r cais am loches, gan ddechrau drwy wneud diwygiadau i ffurflen ASF1²⁰.**

Nid yw ffurflen ASF1 yn gofyn am wybodaeth am gyfeiriadedd rhywiol/hunaniaeth rhywedd y sawl sy'n gwneud cais. Dim ond yn yr adran ar statws perthynas y cyfeirir at gyfeiriadedd rhywiol, sy'n cynnwys yr opsiwn i nodi partner o'r un rhyw. Fel y nodir gan Ystadegau Arbrolfol y Swyddfa Gartref, mae mwyafrif y ceiswyr lloches LHDTC+ yn dechrau'r broses drwy nodi eu bod yn sengl. Ar yr un ffurflen, o dan yr adran ar rywedd, dim ond dau opsiwn a ddarperir gan y Swyddfa Gartref, sef Gwryw neu Fenyw, sydd felly yn hepgor pobl drawsryweddol, anneuaidd, rhywedd cwiar, a rhyweddhyllfol. Dengys ymchwil y gall ymgeiswyr LHDTC+ fod yn gwadu eu rhywioldeb, bod ofn y cyswllt ag awdurdodau, neu efallai nad ydynt yn ymwybodol o'r iaith a ddefnyddir gan y gorllewin i gyfeirio at y gymuned gwiar.²¹ O ganlyniad, maent yn aml yn celu eu cyfeiriadedd rhywiol a/neu hunaniaeth rhywedd ar y cam cychwynnol hwn o'r broses ceisio lloches. Er mwyn sicrhau nad yw ymgeiswyr LHDTC+ yn cwmpo drwy'r rhwyd, ac er mwyn sicrhau eu bod yn cael y cymorth mwyaf priodol, dylai Llywodraeth San Steffan gymryd camau cyson a rhagweithiol, sy'n sensitif yn ddiwylliannol, i nodi'r grŵp a ymleiddiwyd hwn drwy'r broses ceisio lloches, gan ddechrau drwy gynnwys adran ar gyfeiriadedd rhywiol ac adran ar hunaniaeth rhywedd ar ffurflen ASF1, yn ogystal â darparu canllawiau clir ar iaith/terminoleg LHDTC+ sy'n benodol ddiwylliannol i'r rhai sy'n darparu gwasanaethau i ffoaduriaid a cheiswyr lloches/i weithwyr achos UKVI a Migrant Help wrth lenwi ffurflen ASF1 gyda'r ymgeisydd.

¹⁸ https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2019-03/darpariaeth-iechyd-a-llesiant-i-ffoaduriaid-a-cheiswyr-lloches_0.pdf, 2018

¹⁹ Ourania Vamvaka-Tatsi, (2019), BAME LGBTQ Refugee Arrival and Settlement Experiences: A South Wales Case Study, Prifysgol Caerdydd

²⁰ <https://www.gov.uk/government/publications/application-for-asylum-support-form-asf1>

²¹ Ourania Vamvaka-Tatsi, (2019), BAME LGBTQ Refugee Arrival and Settlement Experiences: A South Wales Case Study, Prifysgol Caerdydd

- **Dylai Llywodraeth Cymru weithio gyda Llywodraeth San Steffan i ddarparu a gwella llwybrau atgyfeirio tai i ffoaduriaid a cheiswyr lloches LHDTC+ sy'n ymgartrefu yng Nghymru.**

Ar hyn o bryd nid yw llwybrau atgyfeirio i ffoaduriaid a cheiswyr lloches LHDTC+ o ran anghenion tai penodol yn gyson. Dywed ceiswyr lloches LHDTC+ nad yw atgyfeiriadau at sefydliadau cymorth LHDTC+ lleol nac atgyfeiriadau ar sail anghenion tai yn digwydd yn aml ac, os byddant, mae angen cryn gefnogaeth gan sefydliadau cymorth, yn hytrach na'u bod ar gael i'r unigolyn. Gellir gwneud a dylid gwneud atgyfeiriadau pan fydd ceiswyr lloches LHDTC+ mewn llety lloches anaddas ac anniogel, a dylai Llywodraeth Cymru frwydro am gysondeb yn hyn o beth: sut y gellir gwneud atgyfeiriadau diogelu, pa lety sydd ar gael i geiswyr lloches LHDTC+ a sut y caiff atgyfeiriadau eu gwneud gan y darparwr tai i Microrainbow er enghraifft a sefydliadau eraill. Ar ôl ennill eu statws, bydd llawer o ffoaduriaid LHDTC+ yn dod o dan angen blaenoriaethol o dan Ddeddf Tai (Cymru) 2014 am eu bod yn agored i niwed am reswm penodol.²² Fodd bynnag, nid yw opsiynau tai awdurdodau lleol bob amser yn ymwybodol o anghenion ffoaduriaid LHDTC+ ac nid yw unigolion ar eu pen eu hunain yn llwyddo i arfer hawliau o'r fath, heb gymorth a gwaith diflino sefydliadau cymorth. Dylai Llywodraeth Cymru siarad â phob awdurdod lleol yn rheolaidd er mwyn sicrhau cysondeb a sicrhau bod gweithwyr rheng flaen wedi'u hyfforddi'n llawn ym maes materion ffoaduriaid a cheiswyr lloches ac anghenion penodol posibl unigolion LHDTC+.

Clearsprings Ready Homes sydd dan gontract i ddarparu tai i geiswyr lloches yng Nghymru. Mae ei ddatganiad o ofynion yn nodi bod safonau llety diogel, sy'n ffit i fod yn gartref ac yn addas i'r diben yn seiliedig ar ganllawiau o Safon Ansawdd Tai Cymru.²³ O dan Ran 5 o'r Safon, nodir y dylai tai gael eu rheoli'n deg, yn effeithlon ac yn dda er mwyn diwallu anghenion tenantiaid fel unigolion ac fel rhan o gymuned.²⁴ O dan Ran 7, nodir hefyd y dylai llety a ddarperir yn yr annedd, i'r graddau y bo modd, ddiwallu anghenion aelodau'r cartref. Dylai'r annedd ddarparu digon o le at ddibenion bywyd pob dydd a bod yn briodol ar gyfer nifer y bobl sy'n byw yno (Atodiad 2).²⁵

Er bod llety ceiswyr lloches yn dal i ddod o dan gylch gwaith ac awdurdodaeth y Swyddfa Gartref ac felly Lywodraeth San Steffan, mae Safon Ansawdd Tai Cymru yn chwarae rhan wrth sicrhau bod safonau llety yn cael eu cyrraedd yng Nghymru. Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau, o fewn y safonau hyn, fod yr un safonau tai yn cael eu cyrraedd ar gyfer ceiswyr lloches LHDTC+. Dywed llawer o geiswyr lloches LHDTC+ na allant ymolchi na chael cawod mewn tai lle mae'n rhaid iddynt guddio eu hunaniaeth, a sonnir am droseddau casineb a bod arnynt ofn am eu bywydau. Er nad oes angen i bob ceisiwr lloches LHDTC+ gael amodau tai penodol, mae angen hynny ar rai, a dylai fod modd iddynt gael yr un safonau tai ag unigolion eraill gan ystyried eu hanghenion.

- **Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod gwasanaethau cyhoeddus perthnasol yn cael hyfforddiant a'u bod yn gynhwysol o ran ffoaduriaid a cheiswyr lloches LHDTC+.**

Mae'r stigma croestoriadol sydd ynghlwm wrth ffoaduriaid a cheiswyr lloches LHDTC+ yn creu set unigryw o rwystrau i'r rhai sy'n ymgartrefu yng Nghymru.

²² Adran 70, (1) (c) [Deddf Tai \(Cymru\) 2014 \(legislation.gov.uk/cy/\)](http://legislation.gov.uk/cy/)

²³ B.1.3 AASC Schedule 2 Statement of Requirements, t.85

²⁴ The Welsh Housing Quality Standard, Housemark Cymru, Gorffennaf 2008. (t.24) Ar gael yn: [welsh-housing-quality-standards-guidance-for-social-landlords.pdf \(llyw.cymru\)](http://welsh-housing-quality-standards-guidance-for-social-landlords.pdf)

²⁵ WHQS, t. 28.

Awgryma tystiolaeth fod diffyg dealltwriaeth o raddau'r rhwystrau ymhlith y rheini mewn gwasanaethau cyhoeddus. Mae hyn yn tanlinellu'r ffaith bod angen hyfforddiant a, lle y bo'n berthnasol, dylai gwasanaethau cyhoeddus ddweud wrth unigolion am grwpiau cymorth LHDTTC+ perthnasol, fel Glitter Cymru, Hoops & Loops ac UKLGIG.

- **Dylai Llywodraeth Cymru weithio gyda gwasanaethau cymorth ffoaduriaid a cheiswyr lloches LHDTTC+ arbenigol, fel Glitter Cymru a Hoops & Loops, er mwyn sicrhau bod y gwasanaethau hyn yn gynaliadwy.**

Dylid datblygu a meithrin cydberthnasau â'r sefydliadau hyn er mwyn sicrhau bod yr unigolion hyn yn cael y cymorth mwyaf priodol. Dylid hefyd gydnabod mai prin yw capasiti'r sefydliadau hyn i ddarparu cymorth cynhwysfawr i unigolion. Mae angen i'r sefydliadau hyn gael cyllid ac adnoddau i ddarparu'r cymorth sydd ei angen ar geiswyr lloches LHDTTC+ ledled Cymru i raddau digonol.

- **Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod ei hymrwymadau i wneud Cymru yn Genedl Noddfa²⁶ yn cynnwys pobl LHDTTC+ na chânt eu crybwyll o gwbl yn y Cynllun Ffoaduriaid a Cheiswyr Lloches a gyhoeddwyd yn 2019.**

- **Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod cymorth iechyd meddwl priodol yn cael ei roi i ffoaduriaid a cheiswyr lloches LHDTTC+.**

Nododd ceiswyr lloches LHDTTC+ yng Nghymru a gymerodd ran yn ein grwpiau ffocws eu bod yn aml yn teimlo bod diffyg cymorth iechyd meddwl digonol. O ystyried y trauma sydd wedi'i brofi gan lawer (cyn dod i Gymru, wrth ymgartrefu yma ac ar ôl hynny), mae'n hanfodol bod cymorth hygyrch ar gael a bod y fath gymorth yn ystyriol o wahaniaethau diwylliannol yr unigolion hynny.

Iechyd a Gofal Cymdeithasol

Nododd y gwaith allgymorth a wnaeth lywio argymhellion y Panel Arbenigwyr fod pobl LHDTTC+ yng Nghymru yn parhau i wynebu cryn anghydraddoldebau wrth gael gafael ar wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol. Nododd arolwg y Panel Arbenigwyr, er bod gwelliannau yn cael eu gwneud a bod 85 y cant o'r ymatebwyr wedi dynodi na fu unrhyw effaith (69 y cant) neu y cafwyd effaith gadarnhaol (16 y cant) wrth ddatgelu eu hunaniaeth LHDTTC+ i staff gofal iechyd, profir gwahaniaethu o hyd ar gyfradd annerbyniol. Dywedodd 22 y cant o'r bobl a ymatebodd i'r arolwg eu bod wedi cael cwestiynau amhriodol, neu y dangoswyd chwilfrydedd amhriodol, wrth iddynt ddatgelu eu cyfeiriadedd rhywiol neu eu hunaniaeth rhywedd, ac roedd 18 y cant yn teimlo bod eu hanghenion gofal iechyd penodol wedi cael eu hanwybyddu neu heb eu hystyried, a nododd 12 y cant eu bod wedi osgoi cael triniaeth neu ddefnyddio gwasanaethau am eu bod yn ofni gwahaniaethu neu ymateb anoddefgar. Mae ymchwil hefyd yn awgrymu bod pobl LHDTTC+ yn wynebu

²⁶ Llywodraeth Cymru, 2019, Cenedl Noddfa – Cynllun Ffoaduriaid a Cheiswyr Lloches, ar gael ar-lein yn: https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2019-03/cenedl-noddfa-cynllun-ffoaduriaid-a-cheiswyr-lloches_1.pdf.

anhydraddoldebau penodol wrth gael gofal cymdeithasol.²⁷ Dengys adroddiadau blaenorol fod pobl anabl LHDTTC+ yn parhau i wynebu gwahaniaethu ar sail eu cyfeiriadedd rhywiol a/neu hunaniaeth rhywedd gan y rhai sy'n darparu gofal personol.²⁸ Wrth lunio'r adroddiad hwn, gwnaeth y Panel hefyd ystyried ymchwil i brofiadau pobl hŷn LHDTTC+ mewn cartrefi gofal, lle nodir yn aml na chaiff eu hanghenion eu diwallu bob amser.²⁹ Mae pob un o'r canfyddiadau hyn yn dangos bod yn rhaid gwneud gwaith i sicrhau bod pobl LHDTTC+ yng Nghymru yn teimlo'n ddiogel ac yn ddigon hyderus i droi at y system iechyd a gofal cymdeithasol. Gellir darllen mwy am brofiadau pobl LHDTTC+ o bob oedran wrth gael gafael ar wasanaethau iechyd a'u defnyddio yn adroddiad LGBTQ in Britain – Health Stonewall.³⁰ Hefyd mae sawl maes lle ceir effaith anghymesur ar bobl LHDTTC+, fel iselder ac ystyried hunanladdiad, cyflyrau iechyd rhywiol a'r defnydd o sylweddau.³¹ Mae angen i Lywodraeth Cymru ddeall hyn yn well drwy gymryd camau wedi'u targedu a chamau lliniarol.

- **Dylai Llywodraeth Cymru wneud gwaith iechyd y cyhoedd sydd wedi'i dargedu er mwyn mynd i'r afael â materion lle mae pobl LHDTTC+ yn wynebu risg anghymesur, gan gynnwys y defnydd o sylweddau, iechyd rhywiol ac iechyd meddwl.**

Mae ymchwil yn awgrymu bod pobl LHDTTC+ yn defnyddio cyffuriau ac alcohol i raddau mwy na'r boblogaeth yn gyffredinol, ac maent yn wynebu risg anghymesur o uchel o brofi iselder ac ystyried hunanladdiad, ac maent yn fwy tebygol o brofi iechyd rhywiol gwael. Mae'n bwysig pwysleisio yma mai'r rheswm pam mae pobl LHDTTC+ yn wynebu risg uchel anghymesur o brofi'r pryderon iechyd hyn yw eu bod yn aml yn wynebu gwahaniaethu, stigma cymdeithasol, a heriau eraill nas profir gan bobl heterorywiol a cisryweddol. Felly, dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod pobl LHDTTC+ yn cael eu nodi'n grŵp sy'n wynebu risg benodol yn ei strategaethau i fynd i'r afael â phob un o'r materion iechyd hyn. Dylai Llywodraeth Cymru hefyd sicrhau bod gorgyffwrdd croestoriadol rhwng strategaethau mewn perthynas â mynd i'r afael â'r materion hyn. Er enghraifft, Strategaeth Atal Hunanladdiad Cymru, sy'n methu â chrybwyll y ffaith bod pobl LHDTTC+ yn grŵp sy'n wynebu risg benodol er bod llawer o ffactorau risg a nodwyd yn uwch i bobl LHDTTC+. Mae ymchwil ar gyfer y DU gyfan o 2018 yn awgrymu bod bron hanner pobl draws (46 y cant) a 31 y cant o bobl LHDTTC+ nad ydynt yn draws wedi ystyried lladd eu hunain yn y flwyddyn ddiwethaf. Pan lunnir Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niwed nesaf Llywodraeth Cymru, rhaid iddi nodi bod pobl LHDTTC+ yn grŵp sy'n wynebu risg benodol. Fel y nodwyd gan Samariaid Cymru, mae hefyd angen gwneud mwy i wella gwybodaeth a dealltwriaeth o'r hyn sy'n gweithio wrth gefnogi grwpiau a chymunedau penodol mewn perthynas â hunan-niwed, gan gynnwys pobl LHDTTC+, cymunedau ethnig lleiafrifol a phobl o gartrefi dan anfantais economaidd-gymdeithasol yng Nghymru. Mae'r achosion hyn yn dangos y ffordd y mae gwasanaethau yn methu â nodi meysydd ar hyn o bryd lle mae pobl LHDTTC+ yn wynebu risg anghymesur, yn ogystal â phryd y mae hyn yn croestorri ag elfennau eraill o hunaniaeth person ac

²⁷ Health and Social Care and LGBTQ Communities, Tŷ'r Cyffredin, Pwyllgor Menywod a Chydraddoldebau - <https://publications.parliament.uk/pa/cm201919/cmselect/cmwomeq/94/94.pdf>

²⁸ LGBTQI+* Disabled People and self-directed social care support <https://www.sscr.nihr.ac.uk/PDF/Findings/RF77.pdf>

²⁹ Developing inclusive care homes for older people who identify as lesbian, gay, bisexual and trans (LGBTQ) <https://www.bristol.ac.uk/policybristol/policy-briefings/inclusive-care-homes/>

³⁰ Stonewall, 2018, LGBTQ in Britain: Health Report: <https://www.stonewall.org.uk/LGBTQ-britain-health>

³¹ Stonewall, 2018, LGBTQ in Britain: Health Report: <https://www.stonewall.org.uk/LGBTQ-britain-health>

felly yn methu â gwneud gwaith ataliol sydd wedi'i dargedu i ddiwallu eu hanghenion. Mae hyn i'w weld yn arbennig mewn perthynas â chymryd camau ataliol ar y defnydd o sylweddau, iechyd rhywiol ac iechyd meddwl.

- **Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod GIG Cymru yn penodi cynghorydd gofal iechyd LHDTTC+ cenedlaethol i arwain gwelliannau i ofal iechyd LHDTTC+ o fewn GIG Cymru.**

Datgelodd y gwaith allgymorth nifer o anghydraddoldebau iechyd a brofir gan bobl LHDTTC+, gan adeiladu ar sail dystiolaeth bresennol canfyddiadau tebyg ledled y DU.³² Mae'r Panel Arbenigwyr yn cynnig y dylid penodi cynghorydd gofal iechyd LHDTTC+ fel sydd wedi digwydd yn Lloegr. Bu'r penodiad yn Lloegr yn llwyddiannus, gan gynnig arweinyddiaeth strategol effeithiol wrth fynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd LHDTTC+. Dylai'r unigolyn hwn fod yn rhan o Iechyd Cyhoeddus Cymru ac adrodd i Lywodraeth Cymru ar ganlyniadau ym maes cydraddoldebau. Byddai penodi ffigwr o'r fath yn cynnig atebolrwydd a chyfeiriad strategol wrth fynd i'r afael â'r holl anghydraddoldebau iechyd LHDTTC+, fel y gwelwyd yng ngwaith Cynghorydd Iechyd LHDTTC+ Cenedlaethol Lloegr wrth bennu blaenoriaethau iechyd LHDTTC+.³³

- **Dylai Llywodraeth Cymru gymryd camau i sicrhau bod gwasanaethau mamolaeth a ffrwythlondeb yn hygyrch ac yn syml i bobl LHDTTC+ eu defnyddio.**

P'un a yw ar gyfer cyplau o'r un rhyw, neu ofal parchus ar gyfer dynion traws beichiog, mae'n rhaid gwneud mwy i sicrhau bod gwasanaethau mamolaeth yn gweithio i'r bobl LHDTTC+ sydd angen eu defnyddio. Mae angen cymryd camau ar lefel ganolog er mwyn sicrhau bod y newidiadau a wneir i wasanaethau yn cael eu hadlewyrchu ledled Cymru a bod cyplau LHDTTC+ yn gallu cael gafael ar y gwasanaethau sydd eu hangen arnynt mewn amgylchedd cynhwysol. Ni ddylai rhwystrau ychwanegol, yn ariannol neu fel arall, wynebu cwpwl sydd am gael plentyn, ni waeth beth fo'u rhywioldeb na'u hunaniaeth rhywedd. Dylid llunio canllawiau penodol ar sicrhau mynediad i bawb, gyda staff gofal iechyd yn cael eu dwyn i gyfrif gan Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru os na sicrheir hyn.

- **Dylai Llywodraeth Cymru gydweithio â GIG Cymru a Gofal Cymdeithasol Cymru i sicrhau bod hyfforddiant gofal iechyd penodol LHDTTC+ cynhwysfawr a pharhaus ar gael i bob aelod o staff. Dylai Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru sicrhau cydymffurfiaeth ag arferion gorau.**

Nododd nifer o bobl a wnaeth ymgysylltu â'r Panel Arbenigwyr fod angen hyfforddiant gofal iechyd LHDTTC+ penodol a chynhwysfawr. Roedd sawl unigolyn wedi methu â chael gafael ar wasanaethau neu roeddent wedi cael profiadau negyddol o ofal iechyd. Er enghraifft, nododd un unigolyn fod pobl yn eu barnu ar sail yr hyn roeddent yn ei weld, bod eu rhagenwau yn cael eu hanwybyddu ac nad ydynt yn parchu eich hunaniaeth. Er y cydnabuwyd bod hyfforddiant cychwynnol gweithwyr meddygol proffesiynol yn gyfle i ddarparu hyfforddiant ar gydraddoldebau, rhaid iddo fynd law yn llaw â hyfforddiant parhaus a rheolaidd i sicrhau bod pobl LHDTTC+ yn gallu cael gafael ar y gofal sydd ei angen arnynt heb unrhyw rwystrau. Dylai'r hyfforddiant hwn fynd i'r afael â chroestoriadedd, gan gyfeirio'n benodol at

³² Stonewall, 2018, LGBTQ in Britain: Health Report: <https://www.stonewall.org.uk/LGBTQ-britain-health>

³³ GIG Lloegr, N.d, LGBTQ Health, ar gael ar-lein yn: <https://www.england.nhs.uk/about/equality/LGBTQ-health/>

brofiadau pobl LHDTTC+. Fel y nodwyd yn ystod y gwaith allgymorth a wnaed i gefnogi'r broses o ddatblygu Maniffesto Pobl Anabl Anabledd Cymru, mae hyfforddiant cydraddoldeb anabledd yng Nghymru yn aml yn seiliedig ar un ateb i bawb, a phrin y mae'n cyfrif am bobl LHDTTC+. ³⁴ Rhaid i Lywodraeth Cymru, ar y cyd â byrddau iechyd lleol a staff gofal iechyd, sicrhau bod hyfforddiant cydraddoldeb anabledd nid yn unig yn orfodol, ond yn mynd i'r afael yn uniongyrchol â chroestoriadedd, gan gyfeirio'n benodol at bobl anabl LHDTTC+. Dylai Llywodraeth Cymru hefyd ddweud wrth Gofal Cymdeithasol Cymru ei bod hi'n ofynnol i staff cymorth gael hyfforddiant ym maes ymwybyddiaeth a chynhwysiant LHDTTC+. Yn ystod grŵp ffocws gyda phobl anabl LHDTTC+, tynnwyd sylw at y rhwystrau sy'n eu hwynebu o ran gwasanaethau gofal cymdeithasol. Yn achos sawl un, roedd eu hunaniaeth LHDTTC+ wedi cael ei hanwybyddu, gan flaenoriaethu eu hunaniaeth fel person anabl. Eglurodd un aelod o'r grŵp ffocws eu bod wedi wynebu llawer o broblemau wrth fynd ati i gael gofal cymdeithasol. Dywedodd nad oedd pobl yn gwybod dim am faterion LHDTTC, a bod gwybodaeth unigolion yn amrywio cryn dipyn. O ganlyniad i hyn, nid yw gwasanaethau gofal yn rhoi digon o gymorth i ddefnyddwyr anabl LHDTTC+. Yn wir, nodwyd mai dim ond un hunaniaeth fel petai y gall pobl anabl LHDTTC+ ei chael. Mae hyn yn arwain at achosion lle mae pobl anabl LHDTTC+ yn colli eu rhywioldeb mewn ffordd a all effeithio ar lesiant ac mae'n creu rhwystr diangen o ran ansawdd bywyd person anabl LHDTTC+ drwy gyfyngu ar yr agwedd hon ar eu hunaniaeth. Yn unol â hyn, dylai Arolygiaeth Gofal Cymru wirio i ba raddau y mae gwasanaethau yn ystyried materion LHDTTC+ wrth arolygu gofalwyr.

- **Dylai Llywodraeth Cymru ddatblygu cod ymarfer newydd o dan y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant sy'n edrych yn benodol ar anghenion pobl hŷn LHDTTC+, a ddylai gael ei gefnogi gan hyfforddiant proffesiynol parhaus.**

Nid yw bob amser yn hawdd bod yn berson LHDTTC+ hŷn, a nododd ymchwil gan Ganolfan Hirhoedledd Ryngwladol y DU, a oedd yn cynnwys cyfraniadau gan Brifysgol Caerdydd, fod iechyd dynion a menywod LHDTTC+ 50+ oed a raddiwyd ganddyn nhw eu hunain yn waeth, a'u bod yn fwy tebygol o brofi cyflyrau eraill a oedd yn effeithio ar eu hiechyd a'u llesiant. ³⁵ Fel yr awgrymwyd gan yr astudiaeth, mae angen cymryd camau i fynd i'r afael â'r anghydraddoldebau iechyd hyn, drwy wella natur gynhwysol darpariaeth iechyd a gofal a phrif ffrwd, gwella hyfforddiant staff iechyd a gofal, a gwella'r broses o gasglu data ar bobl LHDTTC+ hŷn a'u hanghenion iechyd a gofal. Dylai'r cod ymarfer hwn ddarparu adnodd canolog i ddarparwyr iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru ar brofiadau ac anghenion pobl hŷn LHDTTC+ sy'n defnyddio eu gwasanaethau. Mae adroddiad cynhwysfawr gan Age UK yn nodi arferion da yn y maes hwn, gan gydnabod y rhwystrau i arferion da wrth ddarparu gwasanaethau, sy'n cynnwys methu â deall sut mae hunaniaeth rhywedd a chyfeiriadedd rhywiol yn berthnasol; ddim cydnabod y bydd angen i bobl LHDTTC+ ddefnyddio gwasanaethau; ac anawsterau wrth ofyn cwestiynau personol angenrheidiol. ³⁶ Mae'n hanfodol darparu adnodd canolog sy'n nodi arferion gorau ym

³⁴ Anabledd Cymru, 2020, Bring Us Our Rights: Disabled People's Manifesto, ar gael ar-lein yn: <https://www.disabilitywales.org/wp-content/uploads/2020/12/DW-Manifesto-2020-E.pdf>

³⁵ Canolfan Hirhoedledd Ryngwladol y DU, 2019, Raising the equality flag: Health inequalities among older LGBTQ people in the UK, ar gael ar-lein yn: <https://ilcuk.org.uk/wp-content/uploads/2019/05/ILC-Raising-the-equality-flag.pdf>

³⁶ Age UK, 2017, Safe to be me: Meeting the needs of older lesbian, gay, bisexual and transgender people using health and social care services, ar gael ar-lein yn: https://www.ageuk.org.uk/globalassets/age-uk/documents/booklets/safe_to_be_me.pdf

maes cefnogi pobl hŷn LHDTTC+ sy'n defnyddio gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol er mwyn sicrhau bod pobl hŷn LHDTTC+ yn gallu ffynnu pan fyddant yn hŷn. Byddai darparu adnodd canolog sydd wedi'i gymeradwyo yn hynod werthfawr.

Iechyd Meddwl

- **Dylai Llywodraeth Cymru gynnal adolygiad o wasanaethau iechyd meddwl mewn perthynas â'r ffordd y maent yn canolbwyntio ar bobl LHDTTC+, gan gynnwys pobl ifanc, a pha mor effeithlon ydynt, gan weithredu ar ganfyddiadau'r adolygiad.**

Nodwyd diffyg cyllid a chefnogaeth annigonol gan wasanaethau iechyd meddwl dro ar ôl tro yn ystod y gwaith allgymorth gyda phobl LHDTTC+ o bob oedran. Yn sgil y nifer uchel o ymatebion yn sôn am y ffaith bod gwasanaethau iechyd meddwl yn ddiffygiol, ymddengys fod angen i'r gwasanaethau hyn gael eu gwella ar frys er mwyn gweithio'n effeithiol i bobl LHDTTC+ yng Nghymru. Dylid nodi na fydd pobl LHDTTC+ yn aml yn teimlo bod angen iddynt ddatgelu eu hunaniaeth LHDTTC+ am nad yw'n berthnasol i'r rheswm y maent wedi troi at wasanaethau iechyd meddwl. Fodd bynnag, o ystyried bod pobl LHDTTC+ yn wynebu mwy o risg o iselder a'u bod yn ystyried hunanladdiad i raddau mwy na'r boblogaeth yn gyffredinol, yn ôl adroddiad iechyd Stonewall,³⁷ a thystiolaeth ehangach o'r anghydraddoldebau iechyd meddwl a brofir gan bobl LHDTTC+,³⁸ mae diffyg gwasanaethau iechyd meddwl digonol yn cael effaith anghymesur a phenodol ar les pobl LHDTTC+ yng Nghymru. Problem benodol a nodwyd gan bobl ifanc LHDTTC+ oedd y cyfnod pontio rhwng Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed a'r gwasanaethau cyfatebol i bobl dros 18 oed. Mae adroddiad Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg y Senedd ar y gefnogaeth i iechyd emosiynol ac iechyd meddwl plant a phobl ifanc yng Nghymru yn tanlinellu bod yr hyn a ddarperir ar hyn o bryd yn rhy gyfyngedig a bod angen gweithredu ar unwaith.³⁹ Er y cydnabyddir bod y cyfnod hwn yn gallu bod yn anodd i bobl ifanc, mae profiadau defnyddwyr gwasanaethau LHDTTC+ yn awgrymu ei fod yn peri cryn ofid ac yn creu ansicrwydd ynghylch agweddau ymarferwyr iechyd meddwl newydd a'u gallu i ddarparu gwasanaethau cynhwysol. Hefyd, mae'r cyfnod pontio hwn yn aml yn golygu bod angen i bobl ifanc 'ddod allan' droeon i wahanol wasanaethau (os yn wir y mae eu hunaniaeth LHDTTC+ yn ymwneud mewn unrhyw ffordd â'u rheswm dros ddefnyddio'r gwasanaeth). Mae'r ffaith nad yw adroddiad Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg y Senedd yn cyfeirio at bobl ifanc LHDTTC+ wrth sôn am y newid sylweddol y mae angen ei wneud i gefnogaeth iechyd emosiynol ac iechyd meddwl yng Nghymru yn adrodd cyfrolau.⁴⁰ Rhaid gwneud mwy i sicrhau bod y gwasanaethau hyn ar gael i bawb a'u bod yn cael eu dylunio'n

³⁷ Stonewall, 2018, LGBTQ in Britain: Health Report:

https://www.stonewall.org.uk/system/files/LGBTQ_in_britain_health.pdf

³⁸ LGBTQ Health & Wellbeing et al, 2018, LGBTIQ Populations and Mental Health Inequality, ar gael yn: <https://www.LGBTQhealth.org.uk/wp-content/uploads/2018/08/LGBTIQI-Populations-and-Mental-Health-Inequality-May-2018.pdf>

³⁹ Cynulliad Cenedlaethol Cymru, Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 2018, Cadernid Meddwl: Adroddiad ar y newid mawr sydd ei angen o ran cefnogaeth ym maes iechyd emosiynol ac iechyd meddwl plant a phobl ifanc yng Nghymru, ar gael ar-lein yn:

<https://senedd.wales/laid%20documents/cr-ld11522/cr-ld11522-w.pdf>

⁴⁰ Cynulliad Cenedlaethol Cymru, Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 2018, Cadernid Meddwl: Adroddiad ar y newid mawr sydd ei angen o ran cefnogaeth ym maes iechyd emosiynol ac iechyd meddwl plant a phobl ifanc yng Nghymru, ar gael ar-lein yn:

<https://senedd.wales/laid%20documents/cr-ld11522/cr-ld11522-w.pdf>

rhagweithiol i fod yn hygyrch i bawb, yn enwedig pan fo hunaniaeth o grŵp penodol sy'n wynebu risg. Felly, dylai Llywodraeth Cymru gynnal adolygiad cynhwysfawr o wasanaethau iechyd meddwl a'u gallu i ddiwallu anghenion defnyddwyr gwasanaethau LHDTTC+, gan roi sylw penodol i bobl ifanc LHDTTC+.

Iechyd Rhywiol a HIV

- **Dylai Llywodraeth Cymru gyhoeddi Cynllun Gweithredu newydd ar HIV ac Iechyd Rhywiol, a gweithredu arno, sy'n cynnwys canolbwyntio ar wasanaethau ataliol, addysg a darparu gwasanaeth teg.**

Rhaid gweithredu ar unwaith i sicrhau bod gwasanaethau iechyd rhywiol yn addas at y diben yng Nghymru. Cafodd y Cynllun Gweithredu Iechyd a Lles Rhywiol diweddaraf ar gyfer Cymru ei gyhoeddi yn 2010 gan ddangos bod angen canolbwyntio'n fwy ar y maes hwn yn ystod y Senedd nesaf⁴¹. Nid yw Cynllun Gweithredu 2010 yn crybwyll hunaniaethau LHDTTC+ ac felly nid yw'n addas at y diben o ran cefnogi pobl LHDTTC+. Mae hyn yn debyg i Adolygiad Iechyd Rhywiol Iechyd Cyhoeddus Cymru 2017/18, sy'n cydnabod bod rhai grwpiau sy'n wynebu mwy o risg nad yw gwasanaethau yn eu cyrraedd yn ddigonol, ond sy'n methu â chydabod profiadau penodol pobl LHDTTC+.⁴² Yn gyntaf, rhaid i Lywodraeth Cymru sicrhau, ledled Cymru, fod iechyd rhywiol a chyflyrau cysylltiedig fel HIV yn cael yr un sylw â chyflyrau hirdymor eraill, gydag ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd cysylltiedig. Dylai gwaith o'r fath fynd i'r afael â'r stigma eang sy'n gysylltiedig â HIV, sydd, yn ôl ymchwil gan Fast Track Caerdydd, yn waeth yng Nghymru na gweddill y DU.⁴³ Mae'r ymchwil hon hefyd yn nodi bod stigma o'r fath o ganlyniad i gamwybodaeth yn hytrach na chasineb ar y cyfan.⁴⁴ Noda ymchwil bellach gan Ymddiriedolaeth Terrence Higgins fod stigma yn amlwg o hyd, gyda bron hanner y bobl a ymatebodd i'r arolwg (48 y cant) yn dweud na fyddent yn teimlo'n gyfforddus yn cusanu rhywun â HIV.⁴⁵ Felly, mae angen ailganolbwyntio ar iechyd rhywiol er mwyn darparu gwasanaethau sy'n addas at y diben. Dylai'r angen i addysgu ymarferwyr iechyd am stigma a sut i'w drechu fod yn rhan o'r argymhelliad ynghylch addysg gweithwyr gofal iechyd proffesiynol a nodir uchod.

Yn ail, fel rhan o'r Cynllun Gweithredu hwn, dylai Llywodraeth Cymru adolygu ac adnoddau'n briodol y gwaith o ddatblygu adnoddau ar-lein a negeseuon gwybodaeth i'r cyhoedd Iechyd Cyhoeddus Cymru am HIV ac iechyd rhywiol er mwyn sicrhau eu bod yn adlewyrchu realiti'r 21ain ganrif o ran profion a thriniaeth, ac yn cefnogi mynediad hawdd i'r rhaglen profion yn y post iechyd rhywiol genedlaethol. Dylai'r

⁴¹ Llywodraeth Cynulliad Cymru, 2010, Cynllun Gweithredu Iechyd a Lles Rhywiol ar gyfer Cymru 2010-2015, ar gael ar-lein yn:

http://www.publichealthnetwork.cymru/files/1714/4369/3836/Cynllun_Gweithredu_Iechyd_a_Lles_Rhywiol_ar_gyfer_Cymru_2010-2015.pdf

⁴² Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2018, Adolygiad o Iechyd Rhywiol yng Nghymru, ar gael ar-lein yn: <http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/888/Adolygiad%20o%20Iechyd%20Rhywiol%20yng%20Nghymru%20-%20Adroddiad%20Terfynol%2C%20Chwefror%202018.pdf>

⁴³ Fast Track Caerdydd, 2019, Bringing Fast Track Cities to Cardiff & Vale and to Wales, ar gael ar-lein yn: <https://fasttrackcardiff.files.wordpress.com/2020/07/ftc-report.pdf>

⁴⁴ Fast Track Caerdydd, 2019, Getting to Zero: Survey Report, ar gael ar-lein yn: <https://fasttrackcardiff.files.wordpress.com/2020/11/ftc-reportv.2.pdf>

⁴⁵ Ymddiriedolaeth Terrence Higgins, 2019, Almost half of Brits would feel uncomfortable kissing someone with HIV, ar gael ar-lein yn: <https://www.tht.org.uk/news/almost-half-brits-would-feel-uncomfortable-kissing-someone-hiv>

Cynllun Gweithredu hefyd fynd i'r afael â gwahaniaethau rhanbarthol mewn perthynas â chael gafael ar wasanaethau iechyd rhywiol. Nododd aelodau nifer o grwpiau ffocws a gomisiynwyd i helpu i ddatblygu'r adroddiad presennol ba mor wahanol oedd y profiad o gael gafael ar wasanaethau iechyd rhywiol ledled Cymru, gyda'r bobl mewn ardaloedd mwy gwledig yn wynebu rhwystrau penodol. Felly, dylai'r gwaith o lunio deunyddiau ystyried profiadau gwahanol y bobl sydd angen defnyddio gwasanaethau iechyd rhywiol ledled Cymru.

Hefyd, gall Llywodraeth Cymru ymwneud yn fwy effeithiol ag ymgyrchoedd ymwybyddiaeth HIV presennol, sy'n elfen a ddylai gael sylw penodol yn y Cynllun Gweithredu. Dylai ymrwymo i gefnogi'r Wythnos Brofi Ewropeaidd, sef menter ledled Ewrop i hyrwyddo ymwybyddiaeth o brofion a buddiannau hynny, yn benodol er mwyn diagnosio HIV a heintiau hepatitis feirol yn gynnar, a hyrwyddo cysylltiadau effeithiol â thriniaeth a gofal ond gan barchu egwyddor cyfrinachedd ar yr un pryd.⁴⁶ Byddai chwarae rhan yn yr ymgyrch ymwybyddiaeth gyhoeddus hon yn dangos bod Cymru o ddifrif ynghylch ymwybyddiaeth o'r angen i reoli iechyd rhywiol, i bobl LHDTTC+ ac yn ehangach. Dylai Llywodraeth Cymru hefyd gefnogi ymgyrch Fast-Track Cities i ddinasoedd yng Nghymru y tu hwnt i Gaerdydd.⁴⁷ Mae ymgyrch Fast-Track Cities yng Nghaerdydd wedi helpu i hyrwyddo'r broses o ddarparu pecynnau HIV yn y post. Rhaid gwneud mwy i hyrwyddo'r gwasanaethau hyn ledled Cymru. Dylai Llywodraeth Cymru anelu at gefnogi ardaloedd sydd am ehangu'r ymgyrch. Hefyd, rhaid i'r gwaith o hyrwyddo'r gwaith hwn gefnogi ymgyrchoedd grwpiau cymunedol i drechu stigma HIV. Nododd aelodau'r grwpiau ffocws fod angen gwneud hyn yn ddiffrw mewn cymunedau LHDTTC+ a Du, Asiaidd ac ethnig leiafrifol, lle ceir stigma yn benodol.

- **Dylai Llywodraeth Cymru gefnogi'r newid i telefeddygaeth ar gyfer apwyntiadau iechyd rhywiol a phrofion drwy'r post lle y bo modd a lle mae'r claf yn dymuno hynny.**

Mae angen sicrhau bod gwasanaethau iechyd rhywiol ar gael ac yn hygyrch i bawb. Cafodd treial presennol lle cynhelir apwyntiadau ymgynghorol a phrofion iechyd rhywiol ar-lein ei nodi'n brosiect llwyddiannus gan weithwyr ieuenctid a phobl ifanc LHDTTC+ a oedd yn rhan o'r gwaith allgymorth.⁴⁸ Ategwyd hyn gan bobl LHDTTC+ anabl, gydag un aelod o grŵp ffocws yn dweud bod y gwasanaeth wedi achub eu bywyd. Roedd cefnogaeth i wneud y gwasanaeth profi o bell dros dro yn barhaol. Dylai Llywodraeth Cymru gynnal dadansoddiad ehangach o ganlyniadau ei pholisïau telefeddygaeth yn sgil y pandemig, a ddylai helpu i gynllunio yn y maes hwn yn y dyfodol. Dylai hyn weithio ochr yn ochr ag ymgyrch hyrwyddo i gefnogi profion iechyd rhywiol o bell. Er gwaethaf llwyddiant profion o bell, nid oedd pawb a gymerodd ran yn y grwpiau ffocws yn ymwybodol o'r gwasanaeth. Roedd y rhai a oedd yn ymwybodol o'r profion wedi defnyddio'r gwasanaeth ac yn fodlon arno, a nododd rhai nad oeddent erioed wedi clywed amdano, ond y byddent yn ceisio cael gafael arno. Gan fod y gwasanaeth hwn yn cael ei gefnogi, a gan fod y gwasanaeth o bell yn gweithio'n dda, mae angen cynnal ymgyrch gyfathrebu er mwyn sicrhau bod pawb yn ymwybodol ohono. Dylai ymgyrch o'r fath dargedu'n benodol bobl ifanc LHDTTC+ a phobl anabl LHDTTC+, y mae'r ddwy garfan yn wynebu rhwystrau y gellid eu goresgyn drwy Wasanaeth Profion Cartref o bell. Mae'n bwysig nodi, er bod y gwasanaeth profi

⁴⁶ Wythnos Brofi Ewropeaidd, manylion ar gael ar-lein yn: www.testingweek.eu

⁴⁷ Fast Track Cities, manylion ar gael ar-lein yn: www.fast-trackcities.org

⁴⁸ Frisky Wales, N.D, Test and Post, ar gael ar-lein yn: <https://www.friskywales.org/chlamydia-and-gonorrhoea-home-testing-pilot.html>

o bell a thelefeddygaeth ar gael i rai, nad yw hynny'n wir am bawb, ac felly dylid sicrhau bod gwasanaeth digonol yn parhau i fod ar gael i'r rhai na allant gael profion drwy'r post na defnyddio'r gwasanaeth o bell yn y cartref.

Gofal Iechyd ar gyfer Pobl Draws yn benodol

- **Dylai Llywodraeth Cymru ymrwymo i sefydlu Gwasanaeth Hunaniaeth Rhywedd GIG Cymru ar gyfer plant a phobl ifanc, gan ddarparu gofal mewn modd cadarnhaol yn unol â safonau clinigol rhyngwladol.**

Ers sefydlu Gwasanaeth Rhywedd Cymru, mae gofal arbenigol yn ymwneud â thrawsnewid rhywedd i oedolion ar gael yng Nghymru. Fodd bynnag, mae'r rhai o dan 18 oed yn dal i ddibynnu ar Wasanaeth Datblygu Hunaniaeth Rhywedd GIG Lloegr, a ddarperir gan Ymddiriedolaeth GIG Tavistock a Portman yn Llundain. Mae plant a phobl ifanc draws a rhyweddnamrywiol yn wynebu taith hir a chymhleth, sy'n peri stigma, i gael gafael ar ofal yn Lloegr. Mae'n ofynnol iddynt gael eu hatgyfeirio at wasanaeth GIG Lloegr drwy CAMHS lleol, sydd yn amhriodol yn patholegeiddio amrywiaeth o ran rhywedd ac yn trin bod yn draws yn anghywir fel problem iechyd meddwl. Gall rhestrau aros CAMHS fod yn hir beth bynnag, a gallant achosi oedi pellach cyn cael gafael ar gymorth arbenigol. Nododd aelodau'r grwpiau ffocws eu bod yn teimlo bod pobl ifanc draws yn gorfod bod yn rhan o system nad yw'n cydnabod eu profiadau ar hyn o bryd.

Mae gan Wasanaeth Datblygu Hunaniaeth Rhywedd GIG Lloegr restr aros o fwy na 4,600 o bobl ifanc, gyda rhai yn aros dros ddwy flynedd cyn cael eu hapwyntiad cyntaf. Ym mis Ionawr 2021, cafodd y gwasanaeth radd 'annigonol' gan y Comisiwn Ansawdd Gofal, yn bennaf oherwydd y problemau sy'n deillio o amseroedd aros hir.⁴⁹ Mae'r amseroedd aros yn creu problemau arbennig o aciwt i blant a phobl ifanc sy'n gofidio oherwydd dysfforia rhywedd a achosir gan newidiadau o ran y glasoed, y mae'n rhaid iddynt gael gofal arbenigol fel mater o flaenoriaeth.

Gofal cadarnhaol: y ffordd y caiff gofal ei ddarparu. Mae modelau gofal cadarnhaol yn cael eu harwain gan y plentyn neu'r person ifanc a'u nod yw deall a gwerthfawrogi eu profiad o rywedd mewn amgylchedd cefnogol nad yw'n peri stigma. Mae'r dull hwn o weithredu yn gyson â darparu gofal yn seiliedig ar hawliau plant ac fe'i cefnogir gan Academi Bediatrig America.⁵⁰

Meddyginiaethau atal glasoed: Mae cydweddau GnRH (neu 'feddyginiaethau atal glasoed' fel y'u gelwir yn aml) yn cael eu defnyddio gryn dipyn yn glinigol i atal y glasoed, gan gynnwys gyda phlant sy'n profi glasoed henaidd. Yn achos pobl ifanc draws, rhagnodir meddyginiaethau atal glasoed i atal effeithiau corfforol y glasoed na ellir eu gwrthdroi a all beri cryn ofid, ac a all olygu bod angen cael triniaeth ymwithiol fel llawdriniaeth pan yn oedolyn. Mae canllawiau clinigol rhyngwladol awdurdodol o blaid y defnydd o feddyginiaethau atal glasoed ar gyfer pobl ifanc draws, fel un elfen o

⁴⁹ Comisiwn Ansawdd Gofal, 2021, Gender identity services (Tavistock and Portman Trust): Inspection Report. Ar gael ar-lein yn: <https://api.cqc.org.uk/public/v1/reports/7ecf93b7-2b14-45ea-a317-53b6f4804c24?20210301173155>

⁵⁰ Academi Bediatrig America, Hydref 2018, *Ensuring Comprehensive Care and Support for Transgender and Gender-Diverse Children and Adolescents*. Ar gael ar-lein yn: <https://pediatrics.aappublications.org/content/142/4/e20182162>. **Gweler hefyd** Human Rights Campaign/Academi Bediatrig America, Medi 2016, *Supporting and Caring for Transgender Children*. Ar gael ar-lein yn: https://www.aap.org/en-us/Documents/soLGBTQ_resource_transgenderchildren.pdf.

fodel gofal holistaidd.⁵¹ Mae llawer o astudiaethau diweddar yn nodi cydberthynas gadarnhaol rhwng triniaethau atal glasoed a gwell iechyd meddwl ymhlith pobl ifanc draws.⁵² Rydym yn pryderu am ddyfarniad yr Uchel Lys yn achos *Bell v Tavistock and Portman NHS Trust*⁵³ ym mis Rhagfyr 2020 a mesurau dilynol i gyfyngu ar fynediad i'r meddyginiaethau hanfodol hyn o fewn gwasanaeth NHS England, gan gynnwys ei gwneud yn ofynnol i benderfyniadau am driniaethau ar gyfer plant o dan 16 oed fod yn destun gorchymyn llys.⁵⁴ Mae'r mesurau hyn yn peri'r risg o danseilio ymhellach iechyd a llesiant pobl ifanc draws, ac maent wedi cael eu beirniadu'n hallt gan gyrff meddygol arbenigol.⁵⁵ Mae'r Llys Apêl wedi caniatáu apêl ac mae cyfyngiadau gwasanaeth NHS England yn ymddangos fel pe baent yn mynd y tu hwnt i'r hyn sy'n ofynnol gan ddyfarniad yr Uchel Lys. Mae'r datblygiadau hyn yn tanlinellu'r ffaith bod angen i ofal plant a phobl ifanc gael ei ddarparu gan wasanaeth o fewn GIG Cymru, sydd yn y pen draw yn atebol i Lywodraeth Cymru yn unol â'i chyfrifoldeb datganoledig am iechyd.

- **Dylai Llywodraeth Cymru ymrwymo i ddatblygu Gwasanaeth Rhywedd Cymru yn fodel dan arweiniad gofal sylfaenol, gyda meddygon teulu yn gallu cychwyn therapi hormonau.**

Mae Gwasanaeth Rhywedd Cymru i'w groesawu'n fawr ym maes gofal iechyd traws yng Nghymru, ac roedd adborth y rhai a oedd wedi defnyddio'r gwasanaeth yn gadarnhaol ar y cyfan. Fodd bynnag, mae'n amlwg bod yn rhaid gwneud mwy er mwyn sicrhau bod y gwasanaeth yn gwbl gynaliadwy.

Mae modelau gofal iechyd traws dan arweiniad gofal sylfaenol yn cael eu rhoi ar waith yn llwyddiannus mewn sawl gwlad wahanol⁵⁶ ac mae GIG Lloegr wrthi'n eu treialu er mwyn mynd i'r afael ag amseroedd aros cronig. Nododd llawer o randdeiliaid eu bod o blaid gwasanaeth dan arweiniad gofal sylfaenol. Dywedodd unigolion traws mewn grwpiau ffocws eu bod yn teimlo ei bod hi'n gyfystyr â gwahaniaethu lle na chaiff meddygon teulu ragnodi therapi hormonau i'w cleifion, pan allant ragnodi triniaethau sy'n peri risgiau clinigol llawer uwch na'r triniaethau hyn. Dywedodd un fod eu meddyg teulu wedi dweud ei bod hi'n warthus nad oes hawl ganddynt roi triniaeth hormonau

⁵¹ Y Gymdeithas Endocrin, 2017, *Endocrine Treatment of Gender-Dysphoric/Gender-Incongruent Persons: An Endocrine Society Clinical Practice Guideline*. Ar gael ar-lein yn:

<https://www.endocrine.org/clinical-practice-guidelines/gender-dysphoria-gender-incongruence#2>.

Gweler hefyd Cymdeithas Drawsryweddol Broffesiynol y Byd (WPATH), 2012, *Standards of Care for the health of transsexual, transgender, and Gender-Nonconforming people* (7th Arg.), ar gael ar-lein yn:

https://www.wpath.org/media/cms/Documents/SOC%20v7/SOC%20V7_English2012.pdf?_t=1613669341

⁵²Gweler e.e. *DeVries et al.* (2014), *Costa et al.* (2015), *Turban et al.* (2020), *Van der Miesen et al.* (2020), *Achille et al.* (2020).

⁵³ *R (on the application of) Bell and A v Tavistock and Portman NHS Trust and others* [2020] EHCW 3274 (Admin). Ar gael ar-lein yn: <https://www.judiciary.uk/wp-content/uploads/2020/12/Bell-v-Tavistock-Judgment.pdf>

⁵⁴ GIG Lloegr, 1 Rhagfyr 2020, 'Amendments to service specification for Gender Identity Development Service for Children and Adolescents'. Ar gael ar-lein yn: <https://www.england.nhs.uk/wp-content/uploads/2020/12/Amendment-to-Gender-Identity-Development-Service-Specification-for-Children-and-Adolescents.pdf>

⁵⁵ WPATH, 2020, Statement Regarding Medical Affirming Treatment including Puberty Blockers for Transgender Adolescents. Ar gael ar-lein yn:

https://www.wpath.org/media/cms/Documents/Public%20Policies/2020/FINAL%20Statement%20Regarding%20Informed%20Consent%20Court%20Case_Dec%202016%202020.docx.pdf?_t=1608225376

⁵⁶ Er enghraifft, gweler y Ganolfan Iechyd Ryweddamrywiol, Equinox, yn Awstralia (<https://equinox.org.au/>), Trans Care BC (<http://www.phsa.ca/transcarebc>) a Rainbow Health Ontario (<https://www.rainbowhealthontario.ca/TransHealthGuide/>) yng Nghanaada.

pan maent yn cael rhoi meddyginiaethau eraill sy'n fwy niweidiol. Mewn model dan arweiniad gofal sylfaenol, dylai meddygon teulu a thimau rhywedd lleol gael eu hyfforddi a'u cefnogi i gychwyn therapi hormonau a gwasanaethau lleol eraill (fel therapi llais neu driniaethau gwaredu blew a ariennir gan y GIG), gyda chlinigwyr arbenigol Gwasanaeth Rhywedd Cymru yn eu cynorthwyo. Byddai tair mantais benodol i bobl draws yng Nghymru:

Yn gyntaf, byddai'n mynd i'r afael â rhestr aros Gwasanaeth Rhywedd Cymru, sef 24 mis ar hyn o bryd am atgyfeiriad, sy'n annerbyniol.⁵⁷ Nododd y bobl draws a roddodd dystiolaeth i'r Panel Arbenigwyr fod yr amser aros yn rhy hir o lawer. Dywedodd un person fod y gwasanaeth yn iawn ond bod yr amseroedd aros yn uffernol ac nad oes fawr ddim cefnogaeth yn ystod y cyfnod hwnnw, a dywedodd un arall fod yr amser aros yn echrydus. Mae modelau dan arweiniad gofal sylfaenol yn effeithiol wrth ymdrin â rhestrau aros oherwydd maent yn datganoli triniaeth, yn cynyddu nifer y darparwyr gofal ac yn atal clinigau hunaniaeth rhywedd rhag bod dan eu sang.

Yn ail, byddai'n golygu bod modd darparu gofal yn agosach i gartref i'r rhai y tu allan i'r de-ddwyrain, gan fynd i'r afael ag anghydraddoldebau rhanbarthol o ran mynediad. Nododd nifer o ddefnyddwyr Gwasanaeth Rhywedd Cymru a oedd yn byw yn y gogledd eu bod wedi mynd i Lundain i gael gafael ar wasanaethau hunaniaeth rhywedd, am fod clinig Caerdydd ymhellach i ffwrdd ac yn llai hygyrch. Fodd bynnag, cydnabuwyd bod telefeddygaeth a arloeswyd gan Wasanaeth Rhywedd Cymru yn ystod y cyfyngiadau symud wedi cael effaith gadarnhaol ar ofal ac y dylai barhau.

Yn olaf, byddai'n hyrwyddo dull o ddarparu gofal yn seiliedig ar hawliau dynol ac wedi'i ddadatholegeiddio. Yn hanesyddol, mae clinigau hunaniaeth rhywedd wedi cael eu cynllunio mewn ffordd sy'n trin bod yn draws fel anhwylder meddyliol, sy'n gofyn am ddiagnosis seiciatrïg arbenigol. Erbyn hyn, cydnabyddir bod y ffordd hon o drin hunaniaethau traws, sy'n ffenomenon dynol cyffredin a diwylliannol amrywiol na ddylid ei farnu'n gynhenid batholegol nac yn negyddol, yn anghywir, yn hen-ffasiwn ac yn peri stigma.⁵⁸ Yn sgil hyn, dylai protocolau triniaethau droi cefn ar ddull gweithredu seiciatrïg traddodiadol, sy'n tybio bod clinigwyr yn gallu diagnosisio a yw rhywun yn wirioneddol draws, sy'n gallu golygu gofyn cwestiynau diraddiol a busneslyd. Mae dulliau gweithredu cydweithredol, a arweinir gan y claf, sy'n tybio mai pobl draws sy'n deall eu hunaniaethau a'u hanghenion orau, ac sy'n canolbwyntio ar gydsyniad ar sail gwybodaeth ar gyfer triniaethau gwahanol, yn hollbwysig i wella profiadau pobl draws o wasanaethau hunaniaeth rhywedd. Darparwyr gofal sylfaenol, a gefnogir gan hyfforddiant arbenigol a Gwasanaeth Rhywedd Cymru, sydd yn y sefyllfa orau i wneud y gwaith hwn.

- **Dylai Llywodraeth Cymru gymryd camau i fynd i'r afael â chanfyddiad y cyhoedd bod gwahaniaethau yn y ffordd y mae pobl anneauidd yn cael gafael ar wasanaethau hunaniaeth rhywedd.**

Yn ystod y gwaith allgymorth, dynodwyd nad oedd gwasanaethau hunaniaeth rhywedd yn cydnabod profiadau na chymhlethdod hunaniaethau anneauidd, ac nad ydynt yn cynnig arweiniad digonol i'r unigolion hyn. Rhaid i wasanaeth rhywedd sy'n addas at y diben sicrhau bod modd i bobl anneauidd gyflawni'r canlyniadau iechyd y

⁵⁷ Gwasanaeth Rhywedd Cymru, ar gael ar-lein yn: <https://gender.wales/> [Cyrchwyd 04.03.2021]

⁵⁸ WPATH, 2010, De-psycho-pathologisation statement. Ar gael ar-lein yn: <https://www.wpath.org/policies>. Gweler hefyd BBC, 2019, Transgender no longer recognised as 'disorder' by WHO, ar gael ar-lein yn: <https://www.bbc.co.uk/news/health-48448804>.

maent yn dymuno eu cyflawni. Dylai'r gwasanaeth gydweithio â chymunedau anneuaid yng Nghymru a manteisio ar arbenigedd rhyngwladol ym maes gofal pobl anneuaid er mwyn gwella profiadau cleifion.

- **Dylai Llywodraeth Cymru gynnal adolygiad o gofnodion meddygol pobl draws, a gynhelir ym mhob rhan o GIG Cymru, ac a arweinir gan gymunedau traws, er mwyn hyrwyddo ymwneud pobl draws â gwasanaethau gofal iechyd, preifatrwydd, ac ansawdd gofal iechyd.**

Nodwyd yn rheolaidd yn ystod y gwaith allgymorth fod gohebiaeth oddi wrth GIG Cymru yn defnyddio enw genedigol pobl draws ar ôl iddynt newid eu henw (marwenwi), neu fod y rhywedd anghywir yn cael ei ddefnyddio. Ymhlith y materion eraill a godwyd roedd gofyn i bobl anneuaid ddewis rhwng gwryw a benyw, rhannu gwybodaeth am statws traws mewn modd amhriodol, a/neu heb gydsyniad, a staff gofal iechyd yn gwneud tybiaethau anghywir. Mae angen i'r adolygiad gynnwys cymunedau traws a dylai geisio hyrwyddo ymwneud pobl draws â gwasanaethau gofal iechyd, preifatrwydd cleifion, ymreolaeth, ac ansawdd gofal iechyd. Mae'r defnydd o raglenni sgrinio yn broblem o hyd, er gwaethaf canllawiau Iechyd Cyhoeddus Cymru,⁵⁹ sy'n pwysleisio pwysigrwydd hyfforddiant a gwella gwybodaeth staff gofal iechyd rheng flaen am anghenion iechyd pobl draws, yn ogystal â gwella systemau.

⁵⁹ Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2021, breast cervical and bowel screening information for transgender service users, ar gael ar-lein yn: <https://phw.nhs.wales/services-and-teams/screening/breast-screening/breast-public-information/leaflets/screening-information-for-transgender-service-users/>

Addysg

Ym mis Mawrth 2017, cafodd panel Addysg Rhyw a Pherthnasoedd arbenigol ei sefydlu gan Kirsty Williams, Ysgrifennydd y Cabinet dros Addysg Cynulliad Cymru. Cylch gwaith y panel oedd nodi sut y gellid cefnogi athrawon i ddarparu addysg rhyw a pherthnasoedd o ansawdd uchel yn fwy effeithiol mewn ysgolion yng Nghymru. Gan ddefnyddio ystod eang o ymchwil genedlaethol a rhyngwladol,⁶⁰ un o ganfyddiadau allweddol y panel oedd bod bwch rhwng profiadau bywyd plant a phobl ifanc o berthnasoedd a rhywioldeb (ar-lein ac all-lein) a chynnwys Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb. Mae'r bwch yn fwy i bobl ifanc LHDTTC+. Gan gyfeirio at arolwg Stonewall Cymru, a nododd nad oes unrhyw drafodaethau mewn amgylcheddau addysgol o hyd am gyfeiriadedd rhywiol a/neu hunaniaeth rhywedd, gyda 44 y cant o'r rhai mewn addysg yn y tair blynedd diwethaf yn nodi na chafodd yr un o'r ddau beth hyn eu trafod, daeth y panel arbenigwyr i'r casgliad mai prin y mae Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb LHDTTC+ yn gynhwysol, a bod y ddarpariaeth sydd ar gael yn rhy heteronormadol. Mae'r canfyddiadau hyn wedi'u hategu gan archwiliadau gwerthusol athrawon eu hunain gyda'u myfyrwyr mewn rhaglen dysgu proffesiynol ddiweddar gydag ysgolion cynradd, uwchradd ac arbennig⁶¹ – arferion a gefnogir gan yr ymrwymiad sydd wedi'i ddatgan a'r addewid y caiff canllawiau statudol newydd eu llunio ar gyfer ysgolion, lle mae cynhwysiant LHDTTC+ yn egwyddor sylfaenol.⁶²

Fodd bynnag, er gwaethaf holl argymhellion y panel a dderbyniwyd i sicrhau bod Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb yn gynhwysol mewn perthynas â materion LHDTTC+, sy'n cynnwys sefydlu rhwydwaith ymarfer ymchwil ar gyfer addysg cydberthynas a rhywioldeb, canllawiau cynhwysfawr a llwybrau dysgu proffesiynol i athrawon mewn swydd a chyn swydd, bu'r cynnydd yn araf iawn. Felly, er bod y bobl LHDTTC+ a gymerodd ran yng ngwaith allgymorth Stonewall Cymru yn obeithiol ar y cyfan am y cyfleoedd yn y cwricwlwm newydd i Gymru,⁶³ yn benodol yr ymrwymiad i addysgu Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb gynhwysol i bob dysgwr (3-16 oed), codwyd pryderon am roi'r ymrwymadau ar waith fel rhan o gwricwlwm gwirioneddol gynhwysol. Mae'r pryderon hyn wedi cael eu rhannu gan gadeirydd ac aelodau'r panel arbenigwyr yn y cyflwyniadau ysgrifenedig a llafar diweddar i'r Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg sy'n craffu ar y bil.⁶⁴

⁶⁰ Renold, E. a McGeeney, E. 2017a. Dyfodol y Cwricwlwm Addysg Rhyw a Pherthnasoedd yng Nghymru. Cymru: Llywodraeth Cymru. A Renold, E. a McGeeney, E. 2017b. Informing the Future of the Sex and Relationships Education Curriculum in Wales. Caerdydd: Prifysgol Caerdydd.

⁶¹ Renold, E.J., Ashton, M. a McGeeney, E. (2020) *CRUSH: Transforming Relationships and Sexuality Education*. Caerdydd: Prifysgol Caerdydd. Ar gael ar-lein yn: www.agendaonline.co.uk/crush/

⁶² Llywodraeth Cymru. 2020a. *Themâu trawsgwricwlaidd ar gyfer cynllunio eich cwricwlwm*. Hwb. Ar gael [ar-lein] yn: <https://hwb.gov.wales/cwricwlwm-i-gymru/cynllunio-eich-cwricwlwm/themau-trawsgwricwlaidd-ar-gyfer-cynllunio-eich-cwricwlwm>

⁶³ Llywodraeth Cymru, ar gael ar-lein yn: <https://hwb.gov.wales/cwricwlwm-i-gymru>

⁶⁴ Senedd Cymru, 2021, Bil Cwricwlwm ac Asesu (Cymru), ar gael ar-lein yn: <https://busnes.senedd.cymru/mgConsultationDisplay.aspx?id=402&RPID=500169648&cp=yes>

Addysg Orfodol

- **Dylai Llywodraeth Cymru ddarparu buddsoddiad strategol a chynhwysfawr mewn hyfforddiant a dysgu proffesiynol ym maes cynllunio cwricwlwm cwbl gynhwysol mewn perthynas â materion LHDTC+. Dylai hyn gynnwys darparu Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb gynhwysol mewn perthynas â materion LHDTC+ i bawb.**

Er mwyn gweld buddiannau'r cwricwlwm newydd i Gymru, mae angen gwneud buddsoddiad strategol go fawr er mwyn sicrhau bod athrawon yn wybodus ac wedi'u grymuso i sicrhau cynhwysiant LHDTC+, gan gynnwys Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb, ar sail dull ysgol gyfan ac ar y cyd. Nododd y bobl ifanc LHDTC+ a gymerodd ran mewn grwpiau ffocws nad oedd y weithdrefn bresennol yn ddigonol, a gwnaethant rannu eu gobeithion y bydd y cwricwlwm newydd yn gwneud iawn am yr hyn sydd wedi digwydd yn y gorffennol. Tanlinellwyd y ffaith bod hyfforddiant a dysgu proffesiynol yn hanfodol er mwyn ymdrin â chynhwysiant o safbwynt yr ysgol gyfan, fel y nodwyd gan y panel arbenigwyr.⁶⁵ Er mwyn achub ar y cyfleoedd a gynigir yn y cwricwlwm newydd, rhaid i weithwyr proffesiynol hefyd gael gafael ar astudiaethau achos a deunyddiau dysgu o ansawdd, sydd wedi'u llunio ar y cyd, er mwyn eu helpu i ddysgu a chynllunio'r cwricwlwm.

- **Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod hyfforddiant hefyd yn galluogi gweithwyr proffesiynol i gefnogi pobl ifanc LHDTC+ yn ddigonol, ac i fynd i'r afael â bwlio homoffobig, deuffobig a thrawsffobig, drwy sefydlu dull gweithredu seiliedig ar hawliau.**

Awgrymodd y bobl ifanc a gymerodd ran yn y grwpiau ffocws eu bod yn aml yn teimlo nad oedd staff mewn sefydliadau addysgol yn eu cefnogi, a bod angen 'addysgu'r addysgwyr' ar faterion LHDTC+. Mae adroddiad Estyn ar ddathlu amrywiaeth a hyrwyddo cynhwysiant yn tanlinellu nad yw disgyblion LHDTC+ yn aml yn cael y gefnogaeth sydd ei hangen arnynt i ymdopi â'r pwysau ychwanegol y maent yn eu hwynebu mewn cymdeithas yn ehangach.⁶⁶ Cafwyd canllaw statudol cynhwysfawr newydd, sef "Herio bwlio: hawliau, parch, cydraddoldeb"⁶⁷, sy'n mynd i'r afael â bwlio homoffobaidd, deuffobig a thrawsffobaidd, ac yn cefnogi ysgolion, awdurdodau lleol a chonsortia rhanbarthol i roi'r canllawiau ar waith. Fodd bynnag, rhaid gwneud mwy i gefnogi pobl ifanc LHDTC+ mewn lleoliadau addysgol, sydd yn aml yn wynebu cam-drin geiriol homoffobig, deuffobig neu drawsffobig a gwahaniaethu gan athrawon a disgyblion.⁶⁸ Mae'r Panel Arbenigwyr yn cytuno â'r Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol fod sicrhau bod y system addysg yn hyrwyddo perthnasoedd da ag eraill a pharch at gydraddoldeb a hawliau dynol yn flaenoriaeth yng Nghymru.⁶⁹ Enghraifft dda o adnoddau a all helpu i hyfforddi

⁶⁵ Renold, E. a McGeeney, E. 2017a. Dyfodol y Cwricwlwm Addysg Rhyw a Pherthnasoedd yng Nghymru. Cymru: Llywodraeth Cymru. A Renold, E. a McGeeney, E. 2017b. Informing the Future of the Sex and Relationships Education Curriculum in Wales. Caerdydd: Prifysgol Caerdydd.

⁶⁶ Estyn, 2020, Dathlu amrywiaeth a hyrwyddo cynhwysiant, ar gael ar-lein yn:

<https://hwb.gov.wales/cwricwlwm-i-gymru>

⁶⁷ Llywodraeth Cymru, 2019, Herio Bwlio: Hawliau, parch, cydraddoldeb: Canllawiau statudol ar gyfer awdurdodau lleol, ar gael ar-lein yn: <https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2019-11/hawliau-parch-cydraddoldeb-canllawiau-statudol-ar-gyfer-awdurdodau-lleol.pdf>

⁶⁸ Stonewall Cymru, 2017, Adroddiad Ysgol: <https://www.stonewallcymru.org.uk/cy/adroddiad-ysgol-cymru-2017>

⁶⁹ Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol, 2020, Adroddiad effaith Cymru: 2019-2020, ar gael ar-lein yn: https://www.equalityhumanrights.com/sites/default/files/wales_impact_report_2019-20_cym.pdf

athrawon i gefnogi disgyblion LHDTTC+ yw'r hyn sydd wedi'i lunio gan Safer Schools⁷⁰ ac AGENDA⁷¹ y mae hawliau, cydraddoldebau a chyfiawnder cymdeithasol yn rhan ganolog ohono. Yn bwysig, rhaid sicrhau bod yr hyfforddiant hwn ar gael ym mhob amgylchedd dysgu gorfodol, gan gynnwys y rhai sy'n derbyn eu haddysg gartref, unedau cyfeirio disgyblion a darpariaethau amgen. Ar ei orau, mae hyrwyddo amgylchedd ysgol gyfan cynhwysol yn grymuso myfyrwyr i ymwrthod ag iaith casineb a'i herio, gyda'r diogelwch a roddir gan ethos ysgol gyfan. Gellir gweld hyn yng ngwaith Digon yn Ysgol Plasmawr.⁷²

- **Dylai Llywodraeth Cymru ddarparu cyfres ganolog o adnoddau i helpu teuluoedd pobl ifanc LHDTTC+.**

Mae Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb ar ei newydd wedd o blaid dull ysgol gyfan, sy'n cynnwys cefnogi rhieni a gofalwyr. Problem a godwyd yn ystod y gwaith allgymorth oedd bod rhieni a gofalwyr pobl ifanc LHDTTC+ yn aml yn teimlo nad ydynt yn cael eu cefnogi ac nad ydynt mewn sefyllfa i drafod materion LHDTTC+. Yn hyn o beth, mae'r elusen Fflag (Families and Friends of Lesbians and Gays) yn cynnig adnoddau i deuluoedd a ffrindiau pobl LHDTTC+ ac mae wrthi'n lansio ei hadnoddau i Gymru (a fydd hefyd ar gael yn Gymraeg). Mae'r angen am y wybodaeth hon yn awgrymu y dylai adnoddau o'r fath fod ar gael i bawb yng Nghymru, a'r ffordd orau o gyflawni hyn yw ar lefel llywodraeth ganolog.

- **Dylai Llywodraeth Cymru roi canllawiau traws cenedlaethol statudol i ysgolion ac awdurdodau lleol.**

Mae angen adnodd gwybodaeth cenedlaethol yr ymddiriedir ynddo, sy'n rhoi gwybodaeth a dulliau ymarferol i ysgolion i'w helpu i gefnogi pobl ifanc draws. Mae gan bob plentyn yr hawl i gael gafael ar yr adnoddau gwerthfawr hyn ac i dderbyn addysg mewn amgylchedd sy'n cefnogi eu hawliau yn ddi-gwestiwn. Dylai adnodd o'r fath gynnig arweiniad ar sut i alluogi myfyrwyr traws i chwarae rhan lawn ym mywyd yr ysgol, fel y gwelir yng nghanllawiau 2015 Cyngor Bwrdeistref Sirol Wrecsam. Dylai'r adnoddau hyn gael eu cynllunio ar y cyd â sefydliadau sy'n arbenigo yn y maes, fel Umbrella Cymru, Viva LGBTQ a Gendered Intelligence, ac adeiladu ar adnoddau cynhwysol sydd wedi cael eu llunio ar y cyd fel adnodd AGENDA (www.agendaonline.co.uk). Byddai hyn yn dangos bod ymdrechion i ymdrin â dysgu yn seiliedig ar Hawliau Plant a Chydraddoldebau, fel y nodir yng nghanllaw Comisiynydd Plant Cymru ar y pwnc ac fel y nodir yn y Cynllun Hawliau Plant drafft sydd wedi'i gyflwyno gan Lywodraeth Cymru, gan gyfeirio at Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn.

- **Dylai Llywodraeth Cymru barhau i fuddsoddi mewn rhaglenni i atal troseddau casineb mewn ysgolion ledled Cymru.**

Dylai Llywodraeth Cymru barhau â'i hymrwymiad i ymgorffori rhaglenni gwrthdroseddau casineb a rhaglenni o blaid hawliau dynol mewn ysgolion ac ymhlith darparwyr addysg ledled Cymru. Mae mynd i'r afael â throseddau casineb yn y dyfodol drwy greu diwylliant o gynhwysiant, cydraddoldeb a pharch yn yr ysgol o oedran cynnar yn ffordd effeithiol o atal cymdeithas ranedig sy'n gwahaniaethu. Gyda

⁷⁰ Safer Schools, N.d, Contextual Safeguarding Factsheet & Resource Pack, ar gael ar-lein yn: <https://oursaferschools.co.uk/2020/06/10/contextual-safeguarding-factsheet-resource-pack/>

⁷¹ Renold, E.J., Ashton, M. a McGeeney, E. (2020) *CRUSH: Transforming Relationships and Sexuality Education*. Caerdydd: Prifysgol Caerdydd. Ar gael ar-lein yn: www.agendaonline.co.uk/crush/

⁷² Gwobrau Dewi Sant, 2017, DIGON, Gwobr Person Ifanc, ar gael ar-lein yn: <https://llyw.cymru/gwobrau-dewi-sant/digon>

Llywodraeth San Steffan yn rhoi'r gorau i grantiau sy'n cefnogi gwersi gwrthfwlio, byddai hyn yn rhoi cyfle i Gymru gyfleu neges dra wahanol; un sy'n anelu at ddileu troseddau casineb drwy addysgu'r genhedlaeth nesaf. Gellir cyflawni hyn yn ymarferol drwy raglenni fel y rhai sy'n ymgysylltu â'r heddlu neu drwy weithio gydag ymarferwyr allanol i gynnal gweithdai ar atal troseddau casineb. Gall Llywodraeth Cymru chwarae rôl yn yr amgylchedd hwn drwy danlinellu pwysigrwydd y gwaith hwn.

Addysg Bellach ac Addysg Uwch

- **Dylai Llywodraeth Cymru edrych i weld sut y gall gynorthwyo Colegau a Phrifysgolion yng Nghymru i ddatblygu a chynnal amgylcheddau LHDTTC+ gynhwysol, o bosibl drwy sefydlu Nod Rhagoriaeth i gydnabod arfer orau.**
Mae ymchwil yn awgrymu bod rhai pobl LHDTTC+ mewn colegau a phrifysgolion wedi teimlo'n ynysig ac nad ydynt yn teimlo eu bod wedi cael eu cefnogi. Gwnaeth mwy na dau o bob pump (42 y cant) o fyfyrwyr prifysgol LHDTTC+ guddio neu gelu eu hunaniaeth LHDTTC+ yn y flwyddyn academaidd cyn 2018. Mae hyn yn arbennig o wir am fyfyrwyr prifysgol traws, y gwnaeth mwy na thraean ohonynt wynebu sylwadau neu ymddygiad negyddol gan staff prifysgol yn y flwyddyn cyn 2018. Rhaid gwneud mwy i sicrhau bod myfyrwyr LHDTTC+ yn gallu cyflawni eu potensial llawn mewn lleoliadau addysg bellach ac addysg uwch. Dylai Llywodraeth Cymru ystyried pa gamau y gall eu cymryd i gynorthwyo amgylcheddau dysgu uwch i fod yn fwy cefnogol. Un ffordd o wneud hyn yw drwy annog colegau a phrifysgolion yng Nghymru i sicrhau bod eu cynlluniau mynediad a chyfranogiad yn cynnwys yn benodol fyfyrwyr LHDTTC+, gan gynnwys myfyrwyr LHDTTC+ â nodweddion gwarchoddedig eraill (fel myfyrwyr LHDTTC+ o gymunedau ethnig lleiafrifol a myfyrwyr LHDTTC+ anabl). Gellir cyflawni hyn ar y cyd ag ymdrechion parhaus i sicrhau cyfranogiad sy'n ceisio creu llwybrau mynediad i'r rhai o gymunedau a ymleiddiwyd. Gallai Llywodraeth Cymru hefyd fynd ati i greu Nod Rhagoriaeth er mwyn sefydlu arfer orau wrth feithrin amgylcheddau cynhwysol. Gellir gweld arfer dda bresennol ym Mhrifysgol Caerdydd, sy'n cynnig set gynhwysfawr o gymorth a grwpiau i fyfyrwyr a staff LHDTTC+, a welir yn ei chyflawniad cyson uchel ym Mynegai Cydraddoldeb yn y Gweithle Stonewall.
- **Dylai Llywodraeth Cymru ystyried opsiynau i dargedu cyllid ymchwil academaidd i brofiadau pobl LHDTTC+ yng Nghymru.**
Noda'r Panel Arbenigwyr fod nifer o fylchau ymchwil sylweddol o hyd o ran profiadau pobl LHDTTC+ yng Nghymru. Er mwyn gwneud penderfyniad polisi yn y dyfodol sy'n cael yr effaith fwyaf ar fywydau pobl LHDTTC+ yng Nghymru, mae angen gwneud mwy i ddeall eu bywydau. Mae bylchau ymchwil o'r fath yn amlwg ledled y DU, fel y nodwyd yn y llenyddiaeth academaidd.⁷³ Ymhlith y meysydd y byddai'n werth ymchwilio iddynt mae'r croestoriadedd rhwng dosbarth, statws economaidd a hunaniaeth LHDTTC+, profiadau penodol pobl LHDTTC+ o liw yng Nghymru, a'r gwahaniaeth rhwng profiadau pobl LHDTTC+ sy'n byw mewn ardaloedd gwledig a threfol, yn enwedig o ystyried rôl y Gymraeg yn hyn o beth.⁷⁴

⁷³ Sefydliad Cenedlaethol dros Ymchwil Economaidd a Chymdeithasol, 2016, Inequality among lesbian gay, bisexual and transgender groups in the UK: a review of evidence. Ar gael ar-lein yn: https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/539682/160719_REPORT_LGBTQ_evidence_review_NIESR_FINALPDF.pdf

⁷⁴ Er, mae ymchwil ddynodol yn cynnwys Osborne, H (gol), 2016, *Queer Wales: The History, Culture and Politics of Queer Life in Wales*, Caerdydd, Gwasg Prifysgol Cymru. A Leeworthy, D, 2019, *A Little*

Plant a phobl ifanc nad ydynt mewn addysg, cyflogaeth na hyfforddiant

- **Dylai Llywodraeth Cymru weithio gyda Gyrfu Cymru i wella'r broses o roi cymorth gyrfuol penodol i bobl ifanc LHDTTC+.**

Fel y nodwyd yn adroddiad 'Shut Out' Stonewall, mae pobl ifanc LHDTTC+ yn wynebu heriau penodol, yn ogystal â ffactorau ehangach sy'n golygu bod pobl ifanc yn gyffredinol yn methu ag achub ar gyfleoedd addysgol, gwaith, na hyfforddiant.⁷⁵ Felly, dylai Llywodraeth Cymru weithio gyda Gyrfu Cymru i ddileu'r rhwystrau sy'n wynebu pobl ifanc LHDTTC+ nad ydynt yn gweithio nac yn cael hyfforddiant.

Dysgu Gydol Oes

- **Dylai Llywodraeth Cymru ystyried pa mor dda y gall pobl LHDTTC+ achub ar gyfleoedd dysgu gydol oes.**

Fel y nodir yn yr adroddiad Dysgu Oedolion, mae Llywodraeth Cymru yn ymrwymedig i ddysgu gydol oes fel ffordd o helpu i ddatblygu sgiliau, gwella iechyd a llesiant a sbarduno gwaith ymgysylltu cymdeithasol a thegwch economaidd-gymdeithasol ehangach.⁷⁶ Yn yr adroddiad hwn, tanlinellir yr angen i sicrhau bod darpariaeth yn deg ac yn gyfartal. Mae ymchwil flaenorol yn dangos bod pobl ifanc LHDTTC+ yn cael eu cau allan o addysg a hyfforddiant, sy'n batrwm a allai barhau pan fyddant yn oedolion.⁷⁷ I genedlaethau hŷn, mae cyfleoedd dysgu yn fodd i fyfyrion groestoriadol ac i rannu profiadau personol – mae'r rhain yn hynod werthfawr i bobl LHDTTC+ hŷn nad ydynt o reidrwydd yn gweld eu hunain yn cael eu hadlewyrchu mewn llyfrau hanes na drychau cymdeithasol eraill.

Y gweithle

Er i gynnydd gael ei wneud wrth sicrhau bod gweithleoedd yn fwy cyfartal, mae'n dal i ddibynnu ar y math o ddiwydiant a'r lefel o ymrwymiad a ddangosir gan y cyflogwr. Mae mwy a mwy o sefydliadau yn ymfalchïo yn eu hymrwymiad i staff, cwsmeriaid a defnyddwyr gwasanaethau LHDTTC+. Eto i gyd, mae cryn dipyn o wahaniaethu yn y gweithle o hyd, sy'n galw am weithredu ac ymrwymiad gan y llywodraeth i sbarduno newid. Nododd y gwaith

Gay History of Wales, Caerdydd, Gwasg Prifysgol Cymru. A Leeworthy, D, 2022, The Women's Movement: A Little Welsh History. Caerdydd, Gwasg Prifysgol Cymru.

⁷⁵ Stonewall, 2020, Shut Out: The experiences of LGBTQ young people not in education, training or work. Ar gael ar-lein yn: https://www.stonewall.org.uk/system/files/shut_out_2020.pdf

⁷⁶ Llywodraeth Cymru, Dysgu Oedolion, 2017, ar gael ar-lein yn: <https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2018-08/dysgu-oedolion-yng-nghymru.pdf>

⁷⁷ Stonewall, 2020, Shut Out: The experiences of LGBTQ young people not in education, training or work. Ar gael ar-lein yn: https://www.stonewall.org.uk/system/files/shut_out_2020.pdf

allgymorth, er i 45 y cant o'r bobl nodi mai dim ond ymateb cadarnhaol a gafwyd yn y gweithle pan wnaethant ddweud eu bod yn LHDTTC+, nododd 24 y cant fod eu hunaniaeth LHDTTC+ wedi cael ei datgelu yn y gweithle heb eu caniatâd, a nododd 10 y cant eu bod wedi profi cam-drin geiriol. Hefyd, nododd aelodau'r grwpiau ffocws eu bod yn profi anghydraddoldebau a gwahaniaethu yn y gweithle, yn enwedig y rhai mewn swyddi mwy anwadal. Mae gweithleoedd yng Nghymru wedi gwella, ond mae angen inni fynd ymhellach er mwyn dileu gwahaniaethu a grymuso pawb sydd mewn swydd i fod yn nhw eu hunain, yn ogystal â hyrwyddo'r effaith gadarnhaol y gall amrywiaeth ei chael mewn pob math o sefydliad.

- **Dylai Llywodraeth Cymru ddilyn trywydd mwy cyfannol mewn perthynas ag adnoddau hyfforddi gweithleoedd preifat fel bod gweithleoedd yn dod yn fwy LHDTTC+ gynhwysol.**

Gall Llywodraeth Cymru chwarae rôl yn trechu anghydraddoldebau yn y gweithle yng Nghymru drwy ddarparu a hyrwyddo ffynhonnell ganolog o adnoddau hyfforddi sydd ar gael i gyflogwyr i drechu gwahaniaethu yn y gweithle. Byddai darparu'r adnoddau hyn yn galluogi Llywodraeth Cymru i arwain materion mewn ffordd ragweithiol. Dylid mynd i'r afael â'r diffyg addysg am faterion LHDTTC+ yn y gweithle drwy roi cyngor i gyflogwyr ar sut i wneud y canlynol: dangos ymrwymiad i gynhwysiant LHDTTC+ yn y gweithle, llunio polisiau a hyfforddiant LHDTTC+ gynhwysol, a sut i greu systemau yn y gweithle sy'n wynebu cyflogeion a gaiff eu moderneiddio i'w gwneud yn bosibl i gydnabod a chofnodi hunaniaethau anneauaid. Dywedodd menyw draws mewn grŵp ffocws ar gyfer y prosiect hwn ei bod wedi gorfod defnyddio ystafelloedd newid ac ystafelloedd ymolchi'r dynion yn ei gweithle am nad oedd ei chydweithwyr yn gyfforddus. Nododd nad oedd yn teimlo y gallai wneud dim am y peth am nad oedd yn teimlo bod ganddi hawliau am ei bod yn gwneud gwaith asiantaeth anwadal. Ni allwn barhau i adael i'r fath beth ddigwydd mewn gweithleoedd yng Nghymru.

- **Dylai Llywodraeth Cymru ddarparu adnodd sy'n nodi mesurau i ddiogelu gweithwyr, yn ogystal â chyfrifoldebau cyflogwyr o ran cynnal hawliau staff traws sy'n gweithio yn y sector preifat.**

Nododd pobl draws yn arbennig lefelau uchel o wahaniaethu yn y gweithle, gyda rhai achosion yn arbennig o ddybryd. Ategir gan yr ymchwiler sydd ar gael.⁷⁸ Felly, mae'n hanfodol cael gwybodaeth gywir am hunaniaethau traws er mwyn sicrhau na all y sector preifat barhau i weithredu mewn ffordd sy'n gwahaniaethu.

- **Dylai Llywodraeth Cymru hyrwyddo pwysigrwydd casglu data ar amrywiaeth i fusnesau yng Nghymru.**

Mae'n rhaid casglu data cywir ar y gweithlu er mwyn datgelu unrhyw wahaniaethu yn y gweithle. Mae'n llawer haws cyflwyno newidiadau ystyrion yn y gweithle os oes data monitro cywir ar gael i lywio penderfyniadau. Datgelodd sgysiaid yn y grwpiau ffocws fod llawer yn parhau i wynebu gwahaniaethu beunyddiol yn y gweithle, gyda llawer yn cuddio eu hunaniaeth LHDTTC+ er mwyn camu ymlaen yn eu gyrfa. Gall y broses o gasglu data a monitro rhagfarn ac anghydraddoldebau posibl yn y gweithle helpu i sicrhau bod pobl LHDTTC+ yng Nghymru yn cael eu trin yn fwy cyfartal yn eu gweithleoedd. Mae gan Lywodraeth Cymru rôl i'w chwarae wrth hyrwyddo

⁷⁸ Stonewall Cymru, 2018, LHDT yng Nghymru, Adroddiad Gwaith: <https://www.stonewallcymru.org.uk/cy/system/files/LHDT%20yng%20Nghymru%20Adroddiad%20Gwaith.pdf>

pwysigrwydd casglu data demograffaid i fusnesau yng Nghymru er mwyn mynd i'r afael â'r haenau o anghydraddoldebau yn y gweithle. Yn wir, byddai hyn yn mynd i'r afael ag anghydraddoldebau ehangach y tu hwnt i'r rhai a wynebir gan bobl LHDTG+, fel y rhai sy'n seiliedig ar rywedd, hil, crefydd, statws economaidd-gymdeithasol ac anabledd. Mae'r Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol wedi cynnwys mynediad cyfartal i'r farchnad lafur a thriniaeth deg yn y gwaith fel un o'i bum maes â blaenoriaeth yng Nghymru, gan dynnu sylw at yr angen i ddileu anghydraddoldebau sylweddol yn y maes hwn sy'n wynebu pobl o bob hunaniaeth.⁷⁹

Ystyriaethau o ran yr ymateb i COVID-19 yng Nghymru

Fel y dangosodd ymchwil ddiweddar gan Goleg Prifysgol Llundain a Phrifysgol Sussex i fywydau pobl LHDTG+ ym Mhrydain yn ystod y pandemig, mae'r cyfyngiadau wedi creu argyfwng iechyd meddwl ymhlith y gymuned LHDTG+, gyda 69 y cant o ymatebwyr yn profi symptomau iselder, gan gynyddu i 90 y cant o'r rhai a oedd wedi profi homoffobia neu drawsffobia.⁸⁰ Ategir y dystiolaeth hon gan ymchwil bellach i effaith anghymesur y pandemig

⁷⁹ Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol, 2020, Adroddiad effaith Cymru 2019-20, ar gael ar-lein yn: https://www.equalityhumanrights.com/sites/default/files/wales_impact_report_2019-20_cym.pdf

⁸⁰ The mental health and experiences of discrimination of LGBTQ+ people during the COVID-19 pandemic: Initial findings from the Queerantime Study: <https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.08.03.20167403v1>, 2020

ar bobl LHDTTC+ a gynhaliwyd gan Swyddfa Uchel Gomisiynydd Hawliau Dynol y Cenhedloedd Unedig,⁸¹ y Sefydliad LHDTTC,⁸² a Human Rights Watch.⁸³ Atgyfnerthir y canfyddiadau hyn gan ganlyniadau'r arolwg a gomisiynwyd ar gyfer y prosiect yma yng Nghymru, gyda sawl un yn nodi eu bod wedi profi ynyswch yn sgil COVID-19. Dywedodd un ymatebydd fod COVID-19 wedi golygu na fu cysylltiad rhyngddynt a'u rhwydwaith LHDTTC, a nododd un arall fod COVID-19 wedi gwneud iddynt deimlo'n ynysig, yn bryderus ac yn isel, am nad oedd modd gweld pobl gwiar eraill, ac felly fod llai o ymdeimlad o gymuned a oedd wedi cael effaith ar lesiant. Yn sgil yr ynyswch cymdeithasol, a'r ffaith bod rhai pobl LHDTTC+ wedi gorfod ailymuno â chartrefi anghefnogol neu sy'n dangos atgasedd tuag atynt, mae effaith y coronafeirws wedi bod yn amlwg. Fel y cyfryw, mae'n bwysig cydnabod ac ystyried profiadau pobl LHDTTC+ yng Nghymru wrth ymateb i'r argyfwng, ac ystyried yr effaith ar bobl LHDTTC+ o wahanol oedrannau a hunaniaethau.

- **Wrth ymchwilio i effaith COVID-19 ar blant a phobl ifanc, rhaid i Lywodraeth Cymru ystyried effaith benodol y pandemig ar bobl ifanc sy'n arbennig o agored i niwed, gan gynnwys, yn benodol, blant a phobl ifanc LHDTTC+.**
Rhaid i unrhyw ymchwil i brofiadau plant a phobl ifanc yn ystod y pandemig ystyried profiadau plant a phobl ifanc LHDTTC+. Gan fod ysgolion, clybiau ieuenctid a gwasanaethau cymorth i bobl ifanc i gyd wedi bod ar gau am gyfnodau, mae'n hanfodol deall y ffordd y mae hyn wedi effeithio ar lesiant plant a allai fod yn agored i niwed. Fel y nodwyd yn yr adroddiad ar gyflwr hawliau plant yng Nghymru, nid yw pob plentyn wedi profi effaith COVID-19 yn yr un ffordd, a hyd yma mae wedi gwaethygu anghydraddoldebau a fodolai eisoes. Felly, mae angen deall sut mae'r pandemig wedi effeithio nid yn unig ar blant a phobl ifanc LHDTTC+ ond hefyd ar blant mewn cartrefi incwm isel, plant anabl a theuluoedd o gymunedau ethnig lleiafrifol. Yn yr un modd, dywed Diverse Cymru fod pandemig y coronafeirws wedi tynnu sylw at anghydraddoldebau a fodolai eisoes a bod yn rhaid i unrhyw ymdrechion i 'adfer' yn dilyn COVID-19 fynd i'r afael â'r rhain drwy ddeall ei effaith benodol ar wahanol gymunedau.
- **Dylai Llywodraeth Cymru ystyried profiadau penodol pobl LHDTTC+ wrth i'r cyfyngiadau gael eu llacio yng Nghymru ac wrth i'r adferiad gael ei gynllunio.**
Mae ymchwil yn dangos bod dros hanner y bobl LHDTTC+ wedi profi iselder, ac mae tri o bob pump wedi profi gorbryder yn y flwyddyn ddiwethaf.⁸⁴ Mae ffigurau o'r fath ynghylch iechyd meddwl gwael yn anghymesur uwch nag ar gyfer y boblogaeth yn gyffredinol. Dengys fod angen ystyried profiadau pobl LHDTTC+ wrth gynllunio'r adferiad yn dilyn COVID-19, yn enwedig mewn perthynas ag effeithiau'r cyfyngiadau a'r angen i gadw pellter cymdeithasol ar iechyd meddwl. Mae'r angen i fynd i'r afael

⁸¹ Hawliau Dynol y Cenhedloedd Unedig – Swyddfa'r Uchel Gomisiynydd, 2020, Report on the impact of the COVID-19 pandemic on the human rights of LGBTQ persons, ar gael ar-lein yn:

<https://www.ohchr.org/EN/Issues/SexualOrientationGender/Pages/COVID19Report.aspx>

⁸² Sefydliad LHDTTC, 2020, Hidden Figures: The impact of the Covid-19 pandemic on LGBTQ communities in the UK, ar gael ar-lein yn: <https://s3-eu-west-1.amazonaws.com/LGBTQ-website-media/Files/7a01b983-b54b-4dd3-84b2-0f2ecd72be52/Hidden%2520Figures-%2520The%2520Impact%2520of%2520the%2520Covid-19%2520Pandemic%2520on%2520LGBTQ%2520Communities.pdf>

⁸³ Graeme Reid, 2020, Human Rights Watch: LGBTQ Inequality and Vulnerability in the Pandemic, ar gael ar-lein yn: <https://www.hrw.org/news/2020/06/18/LGBTQ-inequality-and-vulnerability-pandemic>

⁸⁴ Stonewall, 2018, LGBTQ in Britain: Health Report: <https://www.stonewall.org.uk/LGBTQ-britain-health>

ag ynysu cymdeithasol hefyd yn arbennig o bwysig i bobl LHDTTC+.

- **Dylai Llywodraeth Cymru gynnal ymchwiliad trwyadl i'r ffordd y mae'r pandemig wedi effeithio ar bobl LHDTTC+ yng Nghymru.**

Yn sgil nifer o ffactorau risg uchel, e.e. risg uwch o brofi cam-drin domestig, mae pobl LHDTTC+ yng Nghymru yn debygol o deimlo effaith y pandemig mewn ffordd benodol. Mae angen gwneud mwy i ddadansoddi effeithiau COVID-19 ar bobl LHDTTC+ yng Nghymru. Mae'n hynod bwysig deall y ffyrdd y mae hunaniaethau LHDTTC+ yn croestorri â grwpiau eraill sy'n wynebu mwy o risg yn sgil COVID-19, fel pobl o gymunedau ethnig leiafrifol neu bobl hŷn, fel yr ymchwiliwyd iddo mewn mannau eraill.⁸⁵

Crynodeb

Cyflwynodd y Panel Arbenigwyr Annibynnol yr argymhellion uchod mewn ymgais i lywio'r gwaith o ddrafftio cynllun cynhwysfawr sy'n gweithio i holl bobl LHDTTC+ Cymru, beth bynnag fo'u hunaniaeth neu eu cyfnod mewn bywyd. Nod yr adroddiad oedd amlinellu argymhellion cyflawnadwy, rhai a gaiff effaith wirioneddol ar fywydau holl bobl LHDTTC+ Cymru.

Anogwn Lywodraeth Cymru i gymryd yr amser i ystyried pob un o'r argymhellion yn eu tro, fel argymhellion sydd wedi dod oddi wrth bobl LHDTTC+ yng Nghymru i'w cynnwys yn y ddogfen hon. Felly, mae'r galwadau hyn yn ymgais i gau'r bwch rhwng profiadau bywyd pobl LHDTTC+ yng Nghymru a pholisi'r llywodraeth.

Edrychwn ymlaen at weld sut mae Llywodraeth Cymru yn datblygu'r argymhellion dros y misoedd i ddod, a'i helpu i'w rhoi ar waith yn y dyfodol. Argymhellwn y dylai'r Panel Arbenigwyr a sefydlwyd i lunio'r adroddiad hwn barhau i graffu ar y broses o roi'r argymhellion hyn ar waith.

Yn olaf, hoffai'r Panel Arbenigwyr gydnabod unwaith yn rhagor yr holl bobl a wnaeth rannu

⁸⁵ Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru, 2020, Gadael neb ar ôl: Camau gweithredu ar gyfer adferiad o blaid pobl hŷn, ar gael ar-lein yn: https://www.olderpeoplewales.com/Libraries/Uploads/Gadael_Neb_ar_%c3%94l_-_Camau_Gweithredu_ar_gyfer_adferiad_o_blaidd_pobl_h%c5%b7n.sflb.ashx; Grŵp Cyngorol BAME y Prif Weinidog ar COVID-19, 2020, Adroddiad yr Is-Grŵp Economaidd-Gymdeithasol, ar gael ar-lein yn: <https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2020-06/grp-cyngorol-bame-y-prif-weinidog-ar-covid-19-adroddiad-yr-is-grp-economaidd-gymdeithasol.pdf>

eu profiadau a'u syniadau wrth lunio'r argymhellion hyn. Diolchwn i chi am eich amser a'ch gonestrwydd. Gobeithio bod yr argymhellion hyn yn cynnig gobaith i bobl LHDTC+ yng Nghymru, dros y blynyddoedd i ddod, y gall bywyd fel person LHDTC+ wella, yn enwedig i genedlaethau o bobl ifanc LHDTC+ yn y dyfodol.

Atodiad 1: Tabl argymhellion

Y Prif Argymhellion	
1	Dylai Llywodraeth Cymru adeiladu ar y bwriadau i atgyfnerthu cydraddoldeb a chyflwyno deddfwriaeth sy'n llawn ymgorffori cytuniadau hawliau dynol rhyngwladol mewn cyfraith gwlad. Dylai Llywodraeth Cymru hefyd weithio gyda Llywodraeth San Steffan i atgyfnerthu, hyd y gellir, y cydnabyddiaethau a'r diogelwch a roddir i bobl draws ac anneuaid, gan gynnwys ffoaduriaid a cheiswyr lloches.
2	Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod hawliau pobl LHDTTC+ yn cael eu cydnabod a'u prif ffrydio yn y sector cyhoeddus yng Nghymru. Dylai Gweinidog Cydraddoldebau neu bwyllgor rhyng-Weinidogol oruchwylio'r cynllun er mwyn sicrhau bod cydlynio effeithiol rhwng adrannau a bod lefelau digonol o integreiddio â chynlluniau eraill, gan gynnwys y Cynllun Gweithredu ar Gydraddoldeb Hiliol, yr Adolygiad ar Weithredu Strategaeth Rhywedd, y Fframwaith Anabledd, a Chynllun Gweithredu Cenedl Noddfa.
3	Mae'r Panel Arbenigwyr Annibynnol yn croesawu ymrwymiad Llywodraeth Cymru i ddatblygu cynllun i hyrwyddo cydraddoldeb LHDTTC+ yng Nghymru. Fodd bynnag, dylai'r cynllun gael ei ariannu a'i staffio'n ddigonol fel ei fod yn cael cymaint o effaith â phosibl ar greu Cymru fwy cyfartal.
4	Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod hyfforddiant cynhwysfawr ar gydraddoldebau a rhaglenni datblygu proffesiynol yn cael eu cyflwyno ar gyfer pob gwasanaeth cyhoeddus. Dylai hyn ganolbwyntio ar ddeall anghenion LHDTTC+, profiadau o groestoriadedd a mynd i'r afael â rhagfarn ddiarwybod. Dylai hyfforddiant o'r fath gael ei ddatblygu a'i gyflwyno ar y cyd â sefydliadau partner ac arbenigwyr sydd â phrofiad bywyd.
5	Dylai Llywodraeth Cymru helpu i herio tybiaethau heteronormadol a cisnormadol a'i gwneud hi'n ofynnol i gyrff cyhoeddus nodi a chofnodi'n briodol hunaniaethau LHDTTC+ ar y pwynt mynediad. Dylai anghenion cymunedau LHDTTC+ chwarae rhan amlwg wrth gynllunio gwasanaethau a dadansoddi'r boblogaeth. Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod dangosyddion cenedlaethol yn ei gwneud hi'n bosibl i gasglu lefelau digonol o ddata wedi'u dadgyfuno yn rheolaidd, sy'n nodi'r gwahaniaethau a'r gwahaniaethau o ran llesiant a brofir gan ein cymunedau LHDTTC+.
6	Dylai Llywodraeth Cymru benodi Cynghorydd Cenedlaethol ar gyfer Cydraddoldeb LHDTTC+ a pharhau i gefnogi'r Panel Arbenigwyr Annibynnol i lywio, monitro a gwerthuso'r broses o roi'r cynllun ar waith. Dylai Llywodraeth Cymru gyhoeddi adroddiad blynyddol ar hynt y broses o roi'r cynllun ar waith.
Hawliau Dynol a Chydnabyddiaeth	
7	Gan adeiladu ar ei gwaith ymgysylltu cadarnhaol yn ddiweddar, dylai Llywodraeth Cymru barhau i amddiffyn a hyrwyddo ar lafar hawliau ac urddas pobl draws ac anneuaid yng Nghymru fel eu bod yn chwarae rhan lawn a chyfartal mewn cymdeithas ar bob lefel.

8	Dylai Llywodraeth Cymru gydnabod pobl anneuaid mewn meysydd polisi datganoledig, gan gynnwys addysg, tai ac iechyd hyd y gellir o dan y gyfraith.
9	Dylai Llywodraeth Cymru barhau i ofyn i Lywodraeth San Steffan ddiwygio'r Ddeddf Cydnabod Rhywedd yn unol ag egwyddor hunanbennu ac arferion gorau rhyngwladol, ac ystyried y camau y gellir eu cymryd o fewn pwerau Llywodraeth Cymru i wneud cynnydd yn y maes hwn.
10	Dylai Llywodraeth Cymru wahardd therapi trosi yng Nghymru a dylai barhau i weithio gyda Llywodraeth San Steffan i ddileu therapi trosi, drwy ei wahardd yn ddeddfwriaethol.
11	Archwilio ffyrdd y gall nodau adnabod personol diangen fel enw, oedran a dynodwyr rhywedd gael eu dileu o ddogfennaeth.
12	Helpu pobl LHDTC+ i feithrin gwell dealltwriaeth o'u hawliau dynol, beth maent yn ei olygu, sut maent yn croestorri â'i gilydd, neu pan y mae eu hawliau wedi eu torri, a sut i geisio unioni'r sefyllfa pan fydd hyn yn digwydd.
Diogelwch	
13	Dylai Comisiynwyr Heddlu a Throsedd adeiladu ar y gwaith ymgysylltu parhaus sydd eisoes yn digwydd gyda chymunedau a ymleiddiwyd, er mwyn sicrhau bod eu cydberthynas â'r heddlu yn adlewyrchu eu hanghenion yn well. Bydd hyn yn cynnwys cymunedau LHDTC+, cymunedau anabl a chymunedau Du, Asiaidd ac Ethnig Leiafrifol.
14	Dylai Comisiynwyr Heddlu a Throsedd adolygu'r rhesymau pam nad yw mwy o bobl yn rhoi gwybod am droseddau casineb LHDTC+ gyda'r nod o fynd ati i sicrhau y rhoddir gwybod am fwy ohonynt.
15	Dylai Llywodraeth Cymru weithio gyda Llywodraeth San Steffan a'r llwyfannau cyfryngau cymdeithasol i ymchwilio i ddatrysiadau posibl i atal troseddau casineb ar-lein a mynd i'r afael â nhw.
16	Dylai Llywodraeth Cymru weithio gyda Chomisiynwyr Heddlu a Throsedd i sicrhau bod heddweision a'r rhai sy'n ateb galwadau 111/999, ynghyd ag aelodau eraill o staff, wedi cael hyfforddiant cynhwysfawr ar droseddau casineb, hawliau dynol a sut y caiff y rhai â nodweddion gwarchoddedig eu targedu.
17	Dylai Llywodraeth Cymru fynd ati'n benodol i dargedu trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol yn y gymuned LHDTC+ er mwyn gwella ei dealltwriaeth o'r rhesymau dros y cyfraddau hanesyddol isel o roi gwybod am achosion o'r fath ymhlith y gymuned, gan sicrhau bod yr holl lenyddiaeth, negeseuon a mentrau codi ymwybyddiaeth yn gynhwysol, a lle y bo angen yn benodol i'r gymuned LHDTC. Dylai'r data a gaiff eu casglu gan ddarparwyr gwasanaethau trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol, ynghyd â gwasanaethau proffesiynol a gwasanaethau cyhoeddus, yn cynnwys data'r heddlu, nodi achosion lle mae pobl LHDTC+ yn rhoi gwybod am y digwyddiadau hyn, ynghyd ag atgyfeiriadau ac ati
Y Cartref a Chymunedau	
18	Dylai Llywodraeth Cymru gefnogi ac adnoddau grwpiau cymunedol a sefydliadau LHDTC+ ledled Cymru er mwyn trechu'r anghydraddoldebau rhanbarthol a brofir gan bobl wrth gael gafael ar wasanaethau. Mae hefyd angen cymryd camau ymyrryd wedi'u targedu er mwyn cynyddu nifer y gwasanaethau cymorth sydd ar gael i bobl LHDTC+ yn Gymraeg.

19	<p>Dylai Llywodraeth Cymru ac Awdurdodau Lleol roi mwy o gyllid i wasanaethau cymorth ieuencid LHDTTC+ sydd ar gael y tu hwnt i'r ysgol.</p> <p>Dylai Llywodraeth Cymru hefyd ddod o hyd i ateb cyllido hirdymor i'r sefydliadau gwirfoddol nas ariennir yn ddigonol ar hyn o bryd ac sydd fel arfer yn wirfoddol, sy'n darparu cymorth gwerthfawr i bobl ifanc LHDTTC+, yn enwedig mewn ardaloedd mwy gwledig o Gymru. Dylai strategaethau yn y dyfodol, gan gynnwys gwaith y Bwrdd Gwaith Ieuencid Dros Dro⁸⁶, ystyried anghenion pobl ifanc LHDTTC.</p>
20	<p>Dylai Llywodraeth Cymru ddefnyddio digwyddiadau sy'n codi ymwybyddiaeth o faterion LHDTTC+ yn y calendr blynyddol, ac annog hynny, er mwyn rhoi cyfle i leisiau LHDTTC+ gael eu clywed, yn enwedig o blith adrannau o'r gymuned nas cynrychiolir yn ddigonol. Mae'r rhain yn cynnwys digwyddiadau Pride, Mis Hanes LHDTTC+ (Chwefror), IDAHOBIT (17 Mai), Diwrnod Deu Amlygrwydd (23 Medi), Diwrnod Cofio Pobl Draws (20 Tachwedd), a Diwrnod AIDS y Byd (1 Rhagfyr).</p> <p>Dylai Llywodraeth Cymru a chyrff cyhoeddus eraill gynorthwyo pobl ddeurywiol drwy ddangos cefnogaeth iddynt, fel chwifio baner ddeurywiol pride.</p>
21	<p>Darparu adnoddau a mynediad i fodolau rôl amrywiol sydd â hunaniaethau croestoriadol er mwyn annog pobl LHDTTC+ i sefyll am rôl wleidyddol, ar bob lefel, yng Nghymru.</p>
22	<p>Dylai Llywodraeth Cymru helpu cyrff llywodraethu i ddatblygu strategaeth cynhwysiant ar y cyd ar gyfer pobl LHDTTC+ ym myd y campau yng Nghymru er mwyn mynd i'r afael â diffyg amrywiaeth ac annog pobl i gymryd rhan mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol.</p>
23	<p>Dylai Llywodraeth Cymru archwilio a nodi sut y gall gefnogi grwpiau ffydd er mwyn sicrhau bod pob amgylchedd crefyddol a seiliedig ar ffydd yn agored ac yn hygyrch i bobl LHDTTC+, a hyrwyddo deialog rhwng cymunedau.</p>
24	<p>Dylai Llywodraeth Cymru gryfhau cynrychiolaeth LHDTTC+ ar fforymau cydraddoldeb, gan gynnwys Fforwm Cymunedau Ffydd Cymru, Fforwm Hil Cymru, Fforwm Cydraddoldeb i Bobl Anabl a'r Bwrdd Cydraddoldeb Strategol.</p>
25	<p>Dylai Llywodraeth Cymru gefnogi'r gwaith o ddatblygu sector y celfyddydau a diwylliant LHDTTC+ ffyniannus Cymru, gan ddarparu cyllid lle y bo'n briodol.</p>
26	<p>Dylai Llywodraeth Cymru gefnogi amgueddfeydd, archifau, a llyfrgelloedd i annog ymchwilio i hanesion a diwylliannau digidol LHDTTC+ yng Nghymru, a'u harddangos, gan ddarparu cyllid lle y bo'n briodol.</p>
27	<p>Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod gwasanaethau digartrefedd yn mynd ati mewn ffordd sensitif i nodi cyfeiriadedd rhywiol a statws traws pobl er mwyn teilwra llwybrau priodol a diogel.</p>

⁸⁶ <https://llyw.cymru/bwrdd-gwaith-ieuenctid-dros-dro>

28	Dylai Llywodraeth Cymru ymrwymo i gyllido gwasanaethau penodol ar gyfer pobl ifanc ddigartref LHDTTC+ yn y dyfodol ledled Cymru yn dilyn llwyddiant Tŷ Pride.
29	Dylai Llywodraeth Cymru alw ar Lywodraeth San Steffan i nodi mewn ffordd sensitif bobl LHDTTC+ drwy'r cais am loches, gan ddechrau drwy wneud diwygiadau i ffurflen ASF ⁸⁷ .
30	Dylai Llywodraeth Cymru weithio gyda Llywodraeth San Steffan i ddarparu a gwella llwybrau atgyfeirio tai i ffoaduriaid a cheiswyr lloches LHDTTC+ sy'n ymgartrefu yng Nghymru.
31	Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod gwasanaethau cyhoeddus perthnasol yn cael hyfforddiant a'u bod yn gynhwysol o ran ffoaduriaid a cheiswyr lloches LHDTTC.
32	Dylai Llywodraeth Cymru weithio gyda gwasanaethau cymorth ffoaduriaid a cheiswyr lloches LHDTTC+ arbenigol, fel Glitter Cymru a Hoops & Loops, er mwyn sicrhau bod y gwasanaethau hyn yn gynaliadwy.
33	Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod ei hymrwymiaidau i wneud Cymru yn Genedl Noddfa ⁸⁸ yn cynnwys pobl LHDTTC+.
34	Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod cymorth iechyd meddwl priodol yn cael ei roi i ffoaduriaid a cheiswyr lloches LHDTTC.
Iechyd a Gofal Cymdeithasol	
35	Dylai Llywodraeth Cymru wneud gwaith iechyd y cyhoedd sydd wedi'i dargedu er mwyn mynd i'r afael â materion lle mae pobl LHDTTC+ yn wynebu risg anghymesur, gan gynnwys y defnydd o sylweddau, iechyd rhywiol ac iechyd meddwl.
36	Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod GIG Cymru yn penodi cynghorydd gofal iechyd LHDTTC+ cenedlaethol i arwain gwelliannau i ofal iechyd LHDTTC+ o fewn GIG Cymru.
37	Dylai Llywodraeth Cymru gymryd camau i sicrhau bod gwasanaethau mamolaeth a ffrwythlondeb yn hygyrch ac yn syml i bobl LHDTTC+ eu defnyddio.
38	Dylai Llywodraeth Cymru gydweithio â GIG Cymru a Gofal Cymdeithasol Cymru i sicrhau bod hyfforddiant gofal iechyd penodol LHDTTC+ cynhwysfawr a pharhaus ar gael i bob aelod o staff. Dylai Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru sicrhau cydymffurfiaeth ag arferion gorau.
39	Dylai Llywodraeth Cymru ddatblygu cod ymarfer newydd o dan y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant sy'n edrych yn benodol ar anghenion pobl hŷn LHDTTC+, a ddylai gael ei gefnogi gan hyfforddiant proffesiynol parhaus.
40	Dylai Llywodraeth Cymru gynnal adolygiad o wasanaethau iechyd meddwl mewn perthynas â'r ffordd y maent yn canolbwyntio ar bobl LHDTTC+, gan gynnwys pobl ifanc, a pha mor effeithlon ydynt, gan weithredu ar ganfyddiadau'r adolygiad.
41	Dylai Llywodraeth Cymru gyhoeddi Cynllun Gweithredu newydd ar HIV ac Iechyd Rhywiol, a gweithredu arno, sy'n cynnwys canolbwyntio ar wasanaethau ataliol, addysg a darparu gwasanaeth cyfartal.

⁸⁷ <https://www.gov.uk/government/publications/application-for-asylum-support-form-asf1>

⁸⁸ Llywodraeth Cymru, 2019, Cenedl Noddfa – Cynllun Ffoaduriaid a Cheiswyr Lloches, ar gael ar-lein yn: https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2019-03/cenedl-noddfa-cynllun-ffoaduriaid-a-cheiswyr-lloches_1.pdf,

42	Dylai Llywodraeth Cymru gefnogi'r newid i telefeddygaeth ar gyfer apwyntiadau iechyd rhywiol a phrofion drwy'r post lle y bo modd a lle mae'r claf yn dymuno hynny.
43	Dylai Llywodraeth Cymru ymrwymo i sefydlu Gwasanaeth Hunaniaeth Rhywedd GIG Cymru ar gyfer plant a phobl ifanc, gan ddarparu gofal mewn modd cadarnhaol yn unol â safonau clinigol rhyngwladol.
44	Dylai Llywodraeth Cymru ymrwymo i ddatblygu Gwasanaeth Rhywedd Cymru yn fodel dan arweiniad gofal sylfaenol, gyda meddygon teulu yn gallu cychwyn therapi hormonau.
45	Dylai Llywodraeth Cymru gymryd camau i fynd i'r afael â chanfyddiad y cyhoedd bod gwahaniaethau yn y ffordd y mae pobl anneuaid yn cael gafael ar wasanaethau hunaniaeth rhywedd.
46	Dylai Llywodraeth Cymru gynnal adolygiad o gofnodion meddygol pobl draws, a gynhelir ym mhob rhan o GIG Cymru, a arweinir gan gymunedau traws, er mwyn hyrwyddo ymwneud pobl draws â gwasanaethau gofal iechyd, preifatrwydd, ac ansawdd gofal iechyd.
Addysg	
47	Dylai Llywodraeth Cymru ddarparu buddsoddiad strategol a chynhwysfawr mewn hyfforddiant a dysgu proffesiynol ym maes cynllunio cwricwlwm cwbl gynhwysol mewn perthynas â materion LHDTC. Dylai hyn gynnwys Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb LHDTC+ gynhwysol i bawb.
48	Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod hyfforddiant hefyd yn grymuso gweithwyr proffesiynol i gefnogi pobl ifanc LHDTC+ yn ddigonol a mynd i'r afael â bwlio homoffobig, deuffobig a thrawsffobig, drwy weithredu ar sail hawliau.
49	Dylai Llywodraeth Cymru ddarparu cyfres ganolog o adnoddau i helpu teuluoedd pobl ifanc LHDTC+.
50	Dylai Llywodraeth Cymru ddarparu canllawiau traws cenedlaethol i ysgolion ac awdurdodau lleol.
51	Dylai Llywodraeth Cymru barhau i fuddsoddi mewn rhaglenni atal troseddau casineb mewn ysgolion ledled Cymru.
52	Dylai Llywodraeth Cymru edrych i weld sut y gall gynorthwyo Colegau a Phrifysgolion yng Nghymru i ddatblygu a chynnal amgylcheddau LHDTC+ gynhwysol, o bosibl drwy sefydlu Nod Rhagoriaeth i gydnabod arfer orau
53	Dylai Llywodraeth Cymru ystyried opsiynau i dargedu cyllid ymchwil academiaidd i brofiadau pobl LHDTC+ yng Nghymru.
54	Dylai Llywodraeth Cymru weithio gyda Gyrfa Cymru i wella'r broses o roi cymorth gyrfacol penodol i bobl ifanc LHDTC.
55	Dylai Llywodraeth Cymru ystyried pa mor dda y gall pobl LHDTC+ achub ar gyfleoedd dysgu gydol oes.
Y gweithle	
56	Dylai Llywodraeth Cymru greu dull mwy cyfannol o lunio adnoddau hyfforddiant i weithleoedd preifat fel eu bod yn dod yn fwy LHDTC+ gynhwysol.
57	Dylai Llywodraeth Cymru ddarparu adnodd sy'n nodi mesurau i ddiogelu gweithwyr, yn ogystal â chyfrifoldebau cyflogwyr o ran cynnal hawliau staff traws sy'n gweithio yn y sector preifat.
58	Dylai Llywodraeth Cymru hyrwyddo pwysigrwydd casglu data ar amrywiaeth i fusnesau yng Nghymru.

Ymateb i COVID-19

59	Wrth ymchwilio i effaith COVID-19 ar blant a phobl ifanc, rhaid i Lywodraeth Cymru ystyried effaith benodol y pandemig ar bobl ifanc sy'n arbennig o agored i niwed, gan gynnwys, yn benodol, blant a phobl ifanc LHDTC.
60	Dylai Llywodraeth Cymru ystyried profiadau penodol pobl LHDTC+ wrth i'r cyfyngiadau gael eu llacio yng Nghymru ac wrth iddi gynllunio'r broses adfer.
61	Dylai Llywodraeth Cymru gynnal ymchwiliad trwyadl i'r ffordd y mae'r pandemig wedi effeithio ar bobl LHDTC+ yng Nghymru.

Atodiad 2: Rhestr Termau a Chysyniadau Allweddol

LHDTC+

At ddibenion yr adroddiad, mae'r Grŵp Arbenigwyr wedi defnyddio'r term LHDTC+ i gyfeirio at bobl lesbiaidd, hoyw, ddeurywiol a thraws, a hefyd at nifer o hunaniaethau eraill. Defnyddir yr + yn yr acronym i gynnwys a chydabod y ffyrdd amrywiol y mae pobl yn disgrifio eu hunaniaethau, a'u rhywedd a'u rhywioldeb.

Traws

Defnyddir traws yn yr adroddiad hwn fel term ymbarél i gyfeirio at bobl nad yw eu rhywedd yn cyfateb i'w rhyw adeg eu geni, neu nad ydynt yn gyfforddus ag ef.

Du, Asiaidd ac ethnig lleiafrifol

Penderfynwyd defnyddio'r termau Du, Asiaidd ac ethnig lleiafrifol neu gymunedau ethnig lleiafrifol drwy gydol yr adroddiad, sy'n unol â'r Cynllun Cydraddoldeb Hiliol i Gymru sy'n cael ei ddatblygu ochr yn ochr â'r adroddiad hwn.

Deurywiol

Mae deurywiol yn derm ymbarél a ddefnyddir i ddisgrifio cyfeiriadedd rhamantaidd a/neu rywiol tuag at fwy nag un rhywedd.

Gall pobl ddeurywiol ddisgrifio eu hunain gan ddefnyddio un neu fwy o ystod eang o dermau, gan gynnwys deurywiol, pan, cwiar, a rhai hunaniaethau anfonorywiol ac anfonoramantaidd eraill.

Hoyw

Yn cyfeirio at ddyn sydd â chyfeiriadedd rhywiol a/neu ramantaidd tuag at ddynion. Mae hefyd yn derm generig am rywioldeb lesbiaidd a hoyw – mae rhai menywod yn ystyried eu hunain yn hoyw ac nid yn lesbiaidd. Gall rhai pobl anneuaidd hefyd uniaethu â'r term hwn.

Lesbiaidd

Yn cyfeirio at fenyw sydd â chyfeiriadedd rhywiol a/neu ramantaidd tuag at fenywod. Gall rhai pobl anneuaidd hefyd uniaethu â'r term hwn.

Hunaniaeth Rhywedd

Ymdeimlad cynhenid person o'u rhywedd eu hunain, boed hynny'n wryw, yn fenyw neu'n rhywbeth arall, a all neu na all gyfateb i'r rhyw adeg eu geni.

Anneuaidd

Term ymbarél i gyfeirio at bobl nad yw eu hunaniaeth rhywedd yn 'ddyn' nac yn 'fenyw'. Mae hunaniaethau anneuaidd yn amrywio a gallant gynnwys pobl sy'n uniaethu â rhai agweddau ar hunaniaethau deuaidd, tra bod eraill yn eu gwrthod yn llwyr.

Homoffobig, deuffobig a thrawsffobig

Mae bwlio neu droseddau casineb homoffobig, deuffobig a thrawsffobig yn fwlio neu'n droseddau casineb tuag at rywun a ystyrir yn lesbiaidd, yn hoyw, yn ddeurywiol neu'n draws

Cwiar

Mae cwiar yn derm a ddefnyddir gan y rhai sydd am ymwrthod â labeli penodol cyfeiriadedd rhamantaidd, cyfeiriadedd rhywiol a/neu hunaniaeth rhywedd. Gall hefyd fod yn ffordd o ymwrthod â normau canfyddedig y gymuned LHDTC+ (hiliaeth, meintiaeth, galluaeth ac ati). Er bod rhai pobl LHDTC+ o'r farn bod y gair yn un sarhaus, gan adlewyrchu ei ddefnydd hanesyddol, cafodd ei ailberchenogi ddiwedd yr wythdegau gan y gymuned gwiar sydd wedi ei groesawu.

Atodiad 3: Aelodau Panel Arbenigwyr LHDTTC+

Dr Daryl Leeworthy	Cyfadran Dyniaethau a Gwyddorau Cymdeithasol Prifysgol Abertawe
Lu Thomas	Annibynnol
Kate Hutchinson	Pride Cymru
Ourania Vamvaka-Tatsi	Glitter Cymru
Rahim el Habichi	Glitter Cymru
Numair Masud	Glitter Cymru
Iestyn Wyn	Stonewall Cymru
Joe Rossiter	Stonewall Cymru
Lisa Cordery-Bruce	GIG Cymru
Dr Sophie Quinney	Gwasanaethau Iechyd Traws
Cath Burton	Race Equality First
Belinda Davies	Cyn-gomander Rhanbarthol Heddlu De Cymru
Yr Athro EJ Renold	Ysgol Gwyddorau Cymdeithasol Prifysgol Caerdydd

Gwnaeth Crash Wigley hefyd gynghori'r Panel Arbenigwyr.

Atodiad 4: Cylch Gorchwyl Panel Arbenigwyr LHDTTC+

Cynllun Gweithredu LHDTTC+ y Panel Arbenigwyr

Cylch gorchwyl

Datganiad o ddiben

1. Prif ddiben y Panel Arbenigwyr yw rhoi cyngor ac arweiniad arbenigol i Lywodraeth Cymru er mwyn cefnogi gwaith y tîm polisi sy'n datblygu'r Cynllun Gweithredu LHDTTC+.
2. Bydd y grŵp yn rhoi cyngor a chymorth er mwyn sicrhau bod y cynllun yn adlewyrchu'n ddigonol anghenion a phrofiadau bywyd yr amrywiaeth o bobl LHDTTC+ sy'n byw yng Nghymru.

Cwmpas a swyddogaethau

3. Bydd y Panel Arbenigwyr yn cyflawni rôl gynghorol annibynnol mewn perthynas â chynnwys y Cynllun. Llywodraeth Cymru a Gweinidogion Cymru fydd yn parhau i wneud penderfyniadau i weithredu neu dderbyn awgrymiadau'r grŵp.
4. Bydd y Panel Arbenigwyr yn:
 - Darparu cyngor ac arweiniad arbenigol i lywio'r gwaith o ddatblygu Cynllun Gweithredu LHDTTC+ i Gymru;
 - Darparu tystiolaeth ac adroddiadau i dîm polisi Llywodraeth Cymru lle y bo'n berthnasol;
 - Helpu'r tîm polisi i gasglu tystiolaeth;
 - Rhoi adborth ar adroddiadau a'r dystiolaeth a gesglir ac a gynhyrchir gan y tîm polisi;
 - Cefnogi'r gwaith o ymgysylltu ag ystod eang o randdeiliaid, sy'n cynrychioli anghenion croestoriadol yn aml bobl LHDTTC+.
5. Ystyrir bod yr aelodau o'r grŵp hwn yn arbenigwyr yn eu maes sydd â phrofiad o ddarparu gwasanaethau, profiad bywyd, a dealltwriaeth o fframwaith cydraddoldeb strategol Cymru.
6. Mae'r aelodau yn cyflawni rôl gynrychioliadol ar ran eu sectorau, rhanddeiliaid a chleientiaid.

Trefniadau cyfarfodydd

Cynhelir y Panel Arbenigwyr unwaith y mis rhwng mis Ionawr a mis Mawrth 2021 ac mae gwybodaeth yn cael ei rhannu'n amlach yn electronig yn ôl yr angen.

Llywodraeth Cymru fydd yn darparu cymorth ysgrifenyddol i'r grŵp cynghori. Bydd hyn yn cynnwys:

- Trefnu cyfarfodydd a gwahodd unigolion;
- Dosbarthu'r agenda a phapurau;
- Cymryd cofnodion mewn cyfarfodydd, eu dosbarthu, a chofnodi unrhyw gamau gweithredu;
- Cynnal y rhestr o aelodau;
- Bod yn gyswllt rhwng y Panel Arbenigwyr a meysydd polisi ehangach Llywodraeth Cymru.

Bydd y cadeirydd yn cytuno ar agenda ar gyfer y Panel Arbenigwyr ymlaen llaw, er mwyn i'r agenda a'r papurau gael eu dosbarthu o leiaf wythnos cyn cyfarfodydd. Ymgynghorir â'r aelodau ynghylch eitemau drafft ar yr agenda a phapurau ategol wythnos cyn cyfarfodydd.

Yn dilyn pob cyfarfod, dosberthir y cofnodion a'r camau gweithredu sydd wedi cael sêl bendith i'r aelodau o fewn pythefnos.

Atodiad 5: Trosolwg o'r Gwaith Allgymorth a Chrynodeb o'r Broses Ymgynghori

Ceir trosolwg o'r gwaith allgymorth a'r broses ymgynghori isod er mwyn dangos yr ystod eang o unigolion a rhanddeiliaid sydd wedi bod ynghlwm wrth ddatblygu'r argymhellion uchod:

- Hwylusodd Stonewall Cymru 12 o grwpiau ffocws – roeddent yn cynnwys 90 o unigolion. Cafodd dau grŵp ffocws eu cynnal yn Gymraeg gydag 11 o unigolion, a 10 yn Saesneg gyda 79 o unigolion.
- Roedd y grwpiau ffocws hyn yn cynnwys unigolion â sawl cyfeiriadedd rhywiol a hunaniaeth rhywedd wahanol, yn ogystal â chynnwys unigolion sy'n wynebu sawl anghydraddoldeb croestoriadol, fel pobl LHDTC+ o liw, pobl LHDTC+ anabl, pobl LHDTC+ iau a phobl LHDTC+ hŷn. Mae hyn wedi galluogi Stonewall Cymru i lunio cynigion sy'n fwy cynrychioliadol o boblogaeth LHDTC amrywiol Cymru.
- Ymgysylltodd y grwpiau ffocws â phobl LHDTC mewn rhanbarthau ledled Cymru, gan gynnwys y gogledd a'r canolbarth, er mwyn sicrhau bod yr argymhellion uchod yn berthnasol ac yn gymwys i bawb. Fel y cyfryw, mae rhai o'r argymhellion yn mynd i'r afael yn benodol â'r gwahaniaethau amlwg yn aml rhwng profiadau pobl LHDTC sy'n byw yng nghanolfannau trefol Cymru a'r rhai sy'n byw mewn ardaloedd mwy gwledig.
- Roedd y grwpiau ffocws yn cynnwys unigolion o'r sefydliadau canlynol, yn ogystal â'r rhai nad oeddent yn gysylltiedig â neb: Hidayah, Glitter Cymru, Bi Cymru, Cynghrair Cydraddoldeb Cymru, Pride Cymru
- Ymatebodd 532 o bobl LHDTC+ i arolwg Stonewall Cymru.
- Cyfweiliadau a chyfarfodydd â rhanddeiliaid: Llamau, End Youth Homelessness Cymru, Hidayah, Glitter Cymru, Fflag, Umbrella Cymru, Unique, Cynghrair Cydraddoldeb Cymru, UKLGIG, Undeb Myfyrwyr Prifysgol De Cymru, Viva LGBTQ, Bi Cymru, Chwarae Teg, WEN Wales, Plant yng Nghymru, TUC, GMB a Cymorth i Ferched Cymru.

Ymwadiad: Efallai na fydd y sylwadau a fynegir yn yr adroddiad hwn yn adlewyrchu barn y sefydliadau/unigolion a restrir uchod.

Atodiad 6: Argymhellion Traws Benodol

Yn unol â thrafodaethau â chymunedau traws ledled Cymru, mae'r Panel Arbenigwyr yn cynnig y dylai elfennau penodol yn ymwneud â gwella Cynllun Gweithredu Trawsryweddol Cymru (a gyhoeddwyd yn 2016⁸⁹), gael eu cynnwys yn y Cynllun Gweithredu LHDTC+ cynhwysfawr hwn i Gymru, yn hytrach na fel cynllun gweithredu ar wahân. Dynododd y bobl draws a wnaeth gymryd rhan yn y gwaith allgymorth y dylai elfennau traws-benodol gael eu cynnwys yn y cynllun hwn er mwyn darparu set gynhwysfawr o ymrwymadau i ddiogelu a datblygu hawliau pobl LHDTC+ yng Nghymru. Gan ddefnyddio'r dystiolaeth o'r grwpiau ffocws, yr arolygon a'r cyfarfodydd â sefydliadau eraill, cynigiwn fod angen gwneud yr ymrwymadau isod er mwyn gwella bywydau pobl draws yn benodol yng Nghymru. Daw'r rhain o weddill y cynllun er mwyn tynnu sylw at yr argymhellion traws benodol sydd wedi'u cynnwys yn y cynllun.

Gofal Iechyd: gwasanaethau hunaniaeth rhywedd

- **Sefydlu gwasanaeth hunaniaeth rhywedd GIG Cymru ar gyfer plant a phobl ifanc, gan ddarparu gofal mewn modd cadarnhaol yn unol â safonau clinigol rhyngwladol**
- **Datblygu Gwasanaeth Rhywedd Cymru yn fodel dan arweiniad gofal sylfaenol, lle y gall meddygon teulu gychwyn therapi hormonau.**
- **Sicrhau bod pobl anueuaidd yn cael mynediad cyfartal i wasanaethau hunaniaeth rhywedd.**

Gofal Iechyd: anghenion gofal iechyd cyffredinol

- **Cynnal adolygiad o gofnodion meddygol pobl draws, a gynhelir ym mhob rhan o GIG Cymru, a arweinir gan gymunedau traws, er mwyn hyrwyddo ymwneud pobl draws â gwasanaethau gofal iechyd, preifatrwydd, ac ansawdd gofal iechyd.**

Hawliau a Chydnabyddiaeth:

- **Cydnabod pobl anueuaidd mewn meysydd polisi datganoledig, gan gynnwys addysg, tai ac iechyd hyd y gellir o dan y gyfraith.**
- **Parhau i amddiffyn ar lafar hawliau ac urddas pobl draws yng Nghymru fel eu bod yn chwarae rhan lawn a chyfartal mewn cymdeithas ar bob lefel.**
- **Cyflwyno cynigion i Lywodraeth San Steffan o ran diwygio'r Ddeddf Cydnabod Rhywedd yn unol ag egwyddor hunanbennu ac arfer orau rhyngwladol.**
- **Archwilio ffyrdd y gall dynodwyr rhywedd diangen gael eu dileu o ddogfennaeth.**

⁸⁹ Llywodraeth Cymru, 2016, Datganiad Ysgrifenedig - Lansio Cynllun Gweithredu Llywodraeth Cymru i wella cydraddoldeb i bobl drawsryweddol, ar gael ar-lein yn: <https://llyw.cymru/datganiad-ysgrifenedig-lansio-cynllun-gweithredu-lywodraeth-cymru-i-wella-cydraddoldeb-i-bobl>