Family Fund Trust

Family Fund
Cymorth i blant anabl
Helping disabled children

Cost Gofalu 2025

Report

Y realiti i deuluoedd sy'n magu plant anabl a phlant sy'n ddifrifol wael

www.familyfund.org.uk

Cost Gofalu 2025 Report

Cynnwys

1 Crynodeb gweithredol 3

1.1 Cyflwyniad ... 3
1.2 Beth ddywedodd teuluoedd wrthym ... 3
1.3 Y realiti dyfnach y tu ôl i'r niferoedd ... 4
1.3.1 Efallai na fydd mynd i'r afael â thlodi trwy waith yn opsiwn ... 4
1.3.2 Mae cost gofalu yn emosiynol yn ogystal ag ariannol ... 5
1.4 Rôl Cronfa'r Teulu ... 6
1.5 Beth sydd angen newid ... 7
1.6 Yr alwad i weithredu ... 7

2 Cost ariannol gofalu 8

2.1 Mae anabledd yn costio mwy – ac mae teuluoedd yn teimlo'r effaith bob dydd ... 8
2.2 Nid oes rhwyd ddiogelwch ariannol ddigonol i deuluoedd sy'n magu plant anabl ... 10
2.3 Mae rhieni/gofalwyr yn cael eu gorfodi i fynd i ddyled, dim ond i gadw'r teulu i fynd ... 11
2.4 Mae mynd heb wedi dod yn ffordd o fyw ... 12
2.5 Nid yw gwaith yn gweithio i lawer o rieni a gofalwyr plant anabl ... 13
2.5.1 Gall patrwm cymhleth anabledd a gofal atal cyflogaeth â thâl ... 14
2.5.2 Nid yw ymrwymiadau gofalu yn hawdd eu cyfuno â chyflogaeth â thâl ... 15
2.5.3 Diffyg gofal plant addas ... 17
2.5.4 Diffyg ymddiriedaeth mewn darpariaeth gofal plant ... 18
2.5.5 Ymyl dibyn budd-daliadau sy'n golygu nad yw gwaith yn werth chweil yn ariannol ... 20

3 Cost ddynol gofalu 21

3.1 Mae rhieni/gofalwyr yn amddiffyn eu plant anabl ar eu traul eu hunain ... 21
3.2 Mae plant anabl mewn aelwydydd incwm isel yn wynebu "anfantais ddwbl" ... 22
3.3 Mae gofalwyr angen gofal eu hunain – ond yn aml maent yn cael trafferth dod o hyd iddo ... 23

4 Argymhellion 25

4.1 Cymorth grant ar gyfer anghenion hanfodol ... 25
4.2 Cymorth hyblyg i fynd yn ôl i'r gwaith ... 26
4.3 Mwy o ymchwil ar ofal plant ... 27
4.4 Blaenoriaethu lleddfu straen gofalwyr ... 28

5 Methodoleg ymchwil 29

Family Fund
Cymorth i blant anabl
Helping disabled children

1 Crynodeb gweithredol

1.1 Cyflwyniad

Yn Cronfa'r Teulu, rydym yn gweithio'n uniongyrchol gyda miloedd o deuluoedd ar incwm isel sy'n magu plant anabl neu sy'n ddifrifol wael. Teuluoedd sydd, dydd ar ôl dydd, yn dangos gwytnwch eithriadol ond sydd hefyd yn wynebu'r realiti o fod o dan straen ariannol ac emosiynol difrifol.

Mae ein hymchwil ddiweddaraf, *Cost Gofalu 2025*, yn tynnu ar ymatebion gan fwy na **2,300 o deuluoedd** ledled y DU (gan gynnwys 145 o deuluoedd o Gymru). Mae'n dangos nad yw llawer o deuluoedd yn gallu fforddio hanfodion bywyd bob dydd, nid oherwydd cyllidebu gwael neu ddiffyg ymdrech ond oherwydd pwysau anochel gofalu a'r costau ychwanegol sy'n gysylltiedig ag anabledd.

1.2 Beth ddywedodd teuluoedd wrthym

- Mae **44%** o deuluoedd yn profi incwm annigonol, sy'n golygu na allant dalu costau o ddydd I ddydd er eu bod yn derbyn budd-daliadau anabledd.
- Mae rhieni/gofalwyr yn darparu **rôl gofalu di-dâl ychwanegol** bob dydd, gan adael dim ond **7%** yn gallu gweithio cymaint ag y dymunant. Mae hyn yn cael effaith sylweddol ar incwm a gwytnwch ariannol aelwydydd.
- Mae **77%** o deuluoedd yn gofalu am fwy nag un aelod o'r teulu sy'n anabl neu ddifrifol wael.
- Mae **80%** o deuluoedd yn methu fforddio cael eitemau cartref hanfodol newydd fel oergelloedd, gwelyau, neu beiriannau golchi dillad pan fydd hen eitemau yn torri

- Mae **51%** o rieni/gofalwyr wedi gorfod hepgor prydau bwyd i sicrhau bod eu plant yn gallu bwyta.
- Mae gan **28%** o rieni/gofalwyr sgoriau lles sy'n gyson â dioddef iselder.
- Mae **68%** o blant yn cael eu heffeithio'n negyddol gan sefyllfa ariannol eu teulu, gydag effeithiau ar les emosiynol, iechyd, datblygiad neu addysg.

1.3 Y realiti dyfnach y tu ôl i'r niferoedd

1.3.1 Efallai na fydd mynd i'r afael â thlodi trwy waith yn opsiwn

I deuluoedd yn yr ymchwil hwn, mae costau ychwanegol anabledd yn anochel gyda biliau bwyd uwch, gwresogi ychwanegol, offer arbenigol, a mwy o draul ar y cartref. Mae'r costau hyn yn cronni ar yr un pryd ag y mae rhieni yn aml yn cael eu gorfodi i leihau neu adael gwaith cyflogedig oherwydd cyfrifoldebau gofalu dwys.

> **"Rydyn ni'n hepgor prydau bwyd yn rheolaidd. Nid yw'n ddewis, mae'n fater o allu goroesi."**

> **"Mae hyd yn oed pethau bach fel cael gwely neu oergell newydd os yw'r hen un yn torri yn amhosib."**

Nid yw cael mynediad at ofal plant addas, sy'n aml yn cael ei ystyried fel ateb i dlodi, yn syml. I blant ag anghenion cymhleth, yn aml nid yw gofal plant priodol ar gael, neu mae'n anfforddiadwy, neu'n anaddas. Hyd yn oed lle mae ar gael, mae'r rhan fwyaf o rieni yn adrodd na fyddai gofal plant yn unig yn eu galluogi i gynyddu oriau gwaith gyda thâl.

1.3.2 Mae cost gofalu yn emosiynol yn ogystal ag ariannol

Yr hyn sy'n amlwg o'n hymchwil yw bod rhieni/gofalwyr yn gwneud y gorau i'w plant, ac yn aml yn aberthu eu lles eu hunain yn y broses. O ganlyniad, mae llawer o rieni/gofalwyr yn adrodd eu bod wedi blino, iechyd meddwl gwael, ac unigrwydd eithafol.

> **"Rydw i bob amser yn gwneud yn siŵr bod gan fy mhlentyn gynhesrwydd, bwyd a dillad - ond byddaf yn mynd heb fel y gallan nhw gael."**

> **"Rwyf ond am weld help i bobl fel fi. Rwy'n cael trafferth gyda chostau byw o ddydd i ddydd i mi fy hun a fy mhlant. Mae'n cael effaith enfawr ar fy iechyd meddwl. Mae'n fy llethu'n llwyr ac nid oes gennyf deulu i'm cefnogi."**

> **Rwy'n teimlo fy mod i'n methu fy mhlentyn a ddim yn bodloni ei hanghenion oherwydd nad oes gennym ddigon o arian ac mae'n effeithio ar ein hiechyd corfforol a meddyliol. Mae'n gwneud i mi deimlo fel rhiant ofnadwy.**

Mae teuluoedd hefyd yn fwy tebygol o wynebu anfantais lluosog gan eu bod yn gofalu nid yn unig am blant anabl ond yn aml am frodyr a chwiorydd anabl, partneriaid anabl, neu'n anabl eu hunain. Mae hyn yn gwaethygu'r straen emosiynol ac ariannol.

1.4 Rôl Cronfa'r Teulu

Fel elusen genedlaethol sefydledig, mae Cronfa'r Teulu yn darparu dros 200,000 o grantiau ac enghreifftiau o gymorth i deuluoedd bob blwyddyn. Roedd hyn yn cynnwys:

- Dyfarnu grantiau hanfodol ar gyfer eitemau arbennig gan gynnwys nwyddau i'r cartref, offer arbenigol a seibiannau teuluol.
- Darparu cyngor ymarferol ar wneud y mwyaf o incwm a cheisio goresgyn rhwystrau digidol.
- Cynnig cymorth dibynadwy, hyblyg ac sy'n canolbwyntio ar y teulu ar adegau allweddol.

Rydym yn gweld yn uniongyrchol y gwahaniaeth enfawr y mae'r gefnogaeth hon yn ei wneud - lleihau straen, atal chwalfa deuluol a helpu plant i ffynnu.

1.5 Beth sydd angen newid

Mae ein hymchwil yn dangos:

1. **Rhaid cydnabod costau ychwanegol anabledd – yn emosiynol ac ariannol - yn briodol** mewn systemau cymorth ariannol.
2. Rhaid i bolisi ystyried nad yw cynyddu gwaith cyflogedig, i lawer o deuluoedd, yn ateb hyfyw i dlodi.
3. **Rhaid i wasanaethau gofal plant a seibiant** fod ar gael, yn fforddiadwy, ac wedi'u teilwra i blant ag anghenion cymhleth.
4. Rhaid blaenoriaethu **lles gofalwyr**. Heb hyn, mae teuluoedd mewn perygl o gyrraedd pwynt argyfwng, gyda chanlyniadau cymdeithasol ac economaidd hirdymor.

1.6 Yr alwad i weithredu

Mae teuluoedd yn gwneud popeth y gallant ond mae angen cefnogaeth arnynt sy'n adlewyrchu cymhlethdod eu bywydau.

Rydym yn galw ar wneuthurwyr polisi, cyllidwyr, asiantaethau cymorth ac elusennau i gydnabod y realiti o ddydd i ddydd sy'n wynebu teuluoedd, a gweithio gyda'i gilydd i greu dyfodol teg a chynaliadwy i deuluoedd ar incwm isel, sy'n magu plant anabl a difrifol wael.

Ni ddylai unrhyw deulu orfod dewis rhwng gwresogi, bwyta, a gofalu am eu plentyn.

2. Cost ariannol gofalu

2.1 Mae anabledd yn costio mwy – ac mae teuluoedd yn teimlo'r effaith bob dydd

> **"Rwy'n aros yn effro yn poeni am sut y byddaf yn gallu fforddio talu am bopeth a chadw pawb wedi eu bwydo ac yn gynnes."**

> **"Mae anghenion synhwyraidd fy merch wedi cynyddu gan arwain at fwy o ddodrefn wedi torri, difrod i'r eiddo, difrod i'w dillad ac angen cyson am adnoddau synhwyraidd."**

> **"Yr arian rydyn ni'n ei gael ar gyfer anabledd fy mab yw'r hyn rydyn ni'n ei ddefnyddio i dalu'r rhan fwyaf o'r biliau ac mae hyn yn gwneud ein treuliau byw o ddydd i ddydd yn anodd."**

Bwyd i'w fwyta, gwely i gysgu ynddo, dillad i'w gwisgo, a chartref cynnes, diogel. Nid moethusrwydd yw'r rhain. Y rhain yw'r "pethau sylfaenol" y mae pob rhiant yn ymdrechu i'w darparu i'w plant. Ond i deuluoedd sy'n magu plentyn anabl neu ddifrifol wael, mae yna bris uwch i gyflenwi'r pethau sylfaenol hyn.

- Efallai y bydd angen i blant ddilyn diet arbennig, neu gymryd mwy o brydau gartref - felly mae'r bil bwyd wythnosol yn costio mwy.
- Efallai y bydd angen gwely ar blentyn sy'n darparu lefel uwch o gefnogaeth oherwydd eu cyflwr corfforol. Mae gwelyau a matresi manyleb uwch ar gael - ond maent yn fwy drud.
- Efallai y bydd angen newid dillad gwely yn amlach, sy'n golygu bod angen mwy ohonynt.
- Mae rhai cyflyrau yn golygu mwy o draul ar ddillad. Mae hyn yn golygu prynu mwy o ddillad, yn fwy aml. Mae cyflyrau eraill yn achosi sensitifrwydd cyffyrddol, sy'n golygu prynu dillad wedi'u gwneud yn arbennig – a hynny am bris uwch.
- Efallai y bydd angen mwy o wresogi neu lanhau ar y cartref i sicrhau bod plant yn osgoi heintiau a allai gael effaith beryglus ar iechyd. Nid yw diffodd y gwres yn opsiwn, ac mae cynhyrchion glanhau ychwanegol yn ychwanegu at gost y neges siopa wythnosol.

Mae'r cyfan yn cronni'n swm mawr iawn. Ac yn bryderus, i deuluoedd ar incwm isel, mae'n aml yn ychwanegu at fwy nag y gall y teulu ei fforddio.

Unwaith eto cadarnhaodd ein pôl fod rhieni/gofalwyr â phlant anabl yn talu mwy am hanfodion o ddydd i ddydd.

- Mae 99% o rieni/gofalwyr yn dweud eu bod yn gorfod talu mwy am hanfodion bob dydd
- Mae 77% o rieni/gofalwyr yn dweud eu bod yn gwario mwy ar fwyd nag y byddent fel arall
- Mae'n rhaid i 76% o rieni/gofalwyr wario mwy ar ddillad i'w plentyn

- Mae'n rhaid i 60% wario mwy ar ddillad gwely
- Mae 48% yn gwario mwy ar gynhyrchion glanhau

Ar ben hyn, dywed 78% o rieni a gofalwyr eu bod yn gorfod dod o hyd i arian yn rheolaidd i brynu eitemau arbenigol i'w plentyn.

Mae cost ychwanegol anabledd yn cael ei gydnabod yn eang a diben budd-daliadau fel Lwfans Byw Anabledd, y Taliad Annibyniaeth Bersonol, a'r Taliad Anabledd Plant (yn yr Alban) yw mynd i'r afael â hyn. Mae cynnydd diweddar mewn budd-daliadau wedi cael effaith gadarnhaol, ond mae llawer o deuluoedd yn dal i brofi diffyg sylweddol.

2.2 Nid oes rhwyd ddiogelwch ariannol ddigonol i deuluoedd sy'n magu plant anabl

> **Rwy'n ceisio canolbwyntio ar dalu fy holl filiau cartref ond os oes angen cael eitem mawr newydd mae'n mynd ychydig yn anoddach jyglo pethau i dalu'r gost. Ychydig wythnosau yn ôl torrodd fy ffwrn a'm hoergell tua'r un pryd a bu'n rhaid i mi fenthyg gan y teulu.**

Mae'r gost uwch o fyw o ddydd i ddydd yn golygu bod llawer o deuluoedd sy'n magu plentyn anabl yn byw heb unrhyw byffer ariannol. Heb unrhyw beth i syrthio yn ôl arno, gall hyd yn oed cost bychan, annisgwyl, fel offer wedi torri, neu argyfwng teuluol, fod yn aruthrol. O ganlyniad, nid oes gan lawer o deuluoedd unrhyw ddewis ond mynd heb eitemau cartref hanfodol.

Darganfu ein Pôl y canlynol:

- Nid oes gan 87% o rieni/gofalwyr unrhyw gynilion o gwbl.
- Mae gan 5% ychwanegol lai na £500.
- Dywedodd 38% na allent fforddio costau annisgwyl o hyd yn oed £200

2.3 Mae rhieni/gofalwyr yn cael eu gorfodi i fynd i ddyled, dim ond i gadw'r teulu i fynd

> **"Rwy'n defnyddio Talu mewn 3 ar fy PayPal neu ClearPay. Mae fy mam yn help enfawr. Os yw rhywbeth yn mynd mi fyddai hi yn benthyg yr arian i fi ac mi fyddwn i yn ei thalu hi nôl."**

I lawer o deuluoedd yn ein Pôl, nid yw dyled yn ddewis. Mae'n ffaith anochel o fywyd.

Mi wnaeth rhieni/gofalwyr a ymatebodd i'n Pôl greu darlun o deuluoedd sy'n gyson yn gorfod jyglo cyllid y cartref, ac sy'n gwneud penderfyniadau trwy fynd i ddyled neu ddibynnu ar gefnogaeth gan aelodau agos eraill o'r teulu. Yr hyn sy'n bryderus yw bod nifer sylweddol o deuluoedd yn dweud eu bod yn dibynnu ar gredyd i dalu treuliau cartref rheolaidd oherwydd bod y costau uwch o ofalu am eu plentyn anabl yn rhoi gormod o straen ar gyllid y teulu.

Darganfu ein Pôl y canlynol:

- Dywed 83% o rieni/gofalwyr eu bod mewn dyled
- O'r rhain, mae 83% yn cael trafferth cadw i fyny ag ad-daliadau
- Mae 57% yn disgwyl mynd ymhellach i ddyled yn y chwe mis nesaf
- Mae 43% ar ei hôl hi gyda biliau hanfodol y cartref
- Mae 38% wedi defnyddio credyd i dalu biliau hanfodol
- Mae 33% wedi defnyddio credyd dim ond i gyrraedd y diwrnod cyflog neu'r taliad budd-daliadau nesaf

2.4 Mae mynd heb wedi dod yn ffordd o fyw

> **Wnaeth fy mhlant golli clybiau gan nad oedd ganddyn nhw arian teithio. Dw i'n methu prynu pyjamas newydd iddyn nhw wrth iddyn nhw dyfu.**

> **Nid ydym erioed wedi bod ar wyliau ac anaml y cawn ddiwrnod allan.**

I deuluoedd â phlant anabl a difrifol wael, mae creu atgofion, rhannu amseroedd arbennig gyda'i gilydd, a chymryd amser i chwarae a chael hwyl yn hynod bwysig. Nid yw hyn bob amser yn gofyn am arian, ond gall cael ychydig o arian dros ben ar gyfer anrhegion neu ddiwrnodau allan wneud y gwahaniaeth rhwng mwynhau bywyd a dim ond goroesi.

I lawer o'r teuluoedd a ymatebodd i'n Pôl, nid yw cyllid teuluol yn aml yn ymestyn i gwmpasu'r hanfodion bob dydd, gan adael eitemau ychwanegol allan o gyrraedd yn llwyr. Mae canfyddiadau ein pôl yn paentio darlun llym o deuluoedd y mae eu cyfyngiadau ariannol yn golygu bod gwneud heb wedi dod yn ffordd o fyw, heb fawr ddim siawns o newid.

- Dywedodd 74% of rieni/gofalwyr nad yw gwyliau byr teuluol yn fforddiadwy
- Yn achos 22% o deuluoedd, mae dathliadau ar gyfer penblwyddi neu'r Nadolig yn rhywbeth y mae'n rhaid iddynt wneud hebddo
- Mae un o bob deg rhiant/gofalwr yn dweud nad ydynt yn gallu prynu cot gaeaf i'w plant
- Nid oes gan bron i chwarter y plant fynediad at offer chwarae fel beic neu ddyfeisiau digidol

2.5 Nid yw gwaith yn gweithio i lawer o rieni a gofalwyr plant anabl

Gall symud o fudd-daliadau i waith â thâl fod yn ffordd effeithiol allan o annigonolrwydd incwm i rai, ond nid yw'n hyfyw i bawb. I lawer o rieni/gofalwyr plant anabl a difrifol wael, mae rhwystrau ymarferol sylweddol sy'n eu hatal rhag manteisio ar gyfleoedd ar gyfer cyflogaeth â thâl.

2.5.1 Gall patrwm cymhleth anabledd a gofal atal cyflogaeth â thâl

> **Mae pawb yn fy aelwyd wedi cofrestru'n anabl ac rwy'n delio â 2 blentyn gyda anabledd meddwl ar fy mhen fy hun**

> **Mae fy ngŵr yn hunangyflogedig a phan rydw i wedi bod yn yr ysbyty (sy'n aml ac am gyfnodau hir) ni all weithio. Felly does gynnon ni ddim incwm**

> **Rwyf hefyd yn ofalwr ar gyfer fy mam a'm tad oedrannus sydd ag anableddau difrifol.**

Gall gofalu am blentyn ag anghenion cymhleth fod yn heriol yn ariannol ac yn emosiynol, ond i lawer o'r teuluoedd yn ein Pôl, nid dyma'r holl stori. I lawer, mae bywyd teuluol yn cael ei siapio gan haenau cymhleth o anabledd a gofal, sydd weithiau'n rhychwantu cenedlaethau ac aelwydydd. Gall lefel y cyfrifoldebau gofalu, a'r ymrwymiad a'r egni sydd eu hangen, gael effaith ddofn ar y dewisiadau sydd ar gael i'r teulu, ac yn enwedig y gallu i ymgymryd â gwaith â thâl i gefnogi cyllid y teulu.

Darganfu ein Pôl y canlynol:

- Dim ond 15% o'r rhieni/gofalwyr a ymatebodd i'r arolwg sy'n dweud mai eu hunig brofiad o anabledd yn eu cartref yw'r plentyn sy'n cael ei gefnogi gan grant Cronfa'r Teulu
- Adroddodd 77% o deuluoedd bod nifer o bobl anabl yn yr aelwyd
- Dywed 4% ychwanegol bod ganddynt gyfrifoldebau gofalu am bobl y tu allan i'w cartref agos
- Dywedodd mwy na hanner y rhieni/gofalwyr a ymatebodd i'n Pôl eu bod nhw eu hunain yn anabl.

2.5.2 Nid yw ymrwymiadau gofalu yn hawdd eu cyfuno â chyflogaeth â thâl

> **"Plis peidiwch â cheisio gorfodi gofalwyr blinedig i weithio. Mae angen i ni gael ein talu a'u gwerthfawrogi am y gwaith di-dâl rydyn ni'n ei wneud yn gofalu am ein plant! Ni allaf weithio a byddwn yn llawer rhy flinedig i weithio hyd yn oed pe bai hynny'n opsiwn."**

> **"Rhai dyddiau mae fy mhlentyn yn iawn yn yr ysgol (prif ffrwd) dyddiau eraill mae angen i mi fynd draw ychydig o weithiau naill ai i drosglwyddo pethau iddo neu i fynd i'w nôl gan na ellir ei dawelu. Mae'n ei gwneud hi'n anodd wrth wneud cais am swyddi gan na allaf warantu yr oriau."**

> **"Dydw i ddim yn meddwl y gallaf weithio o gwbl nes bod y plant yn hŷn ac yn fwy abl i gynnal eu hunain. Mae'n rhaid i mi fod ar alwad i'w casglu pan fyddan nhw yn yr ysgol, rwy'n cymryd galwadau ffôn o ysbytai, yn gwneud tasgau gweinyddol i'w cefnogi, yn goflau amdanyn nhw adref yn sâl, mynd â nhw i ysbyty ac apwyntiadau meddygon. Does dim cyflogwr a fyddai'n caniatáu i mi gymryd yr amser sydd ei angen i ofalu am y plant."**

Yn ogystal â'r amser magu plant arferol, gall plant anabl a difrifol wael fod angen sawl awr o gymorth ychwanegol bob dydd ar gyfer gofal personol, goruchwylio, meddyginiaeth a therapïau ac apwyntiadau meddygol. Mae hyn yn aml yn gadael rhieni/gofalwyr yn flinedig, heb fawr o amser ac egni i ymgymryd â gwaith â thâl.

Yn ogystal â hyn, mae natur anrhagweladwy gofal yn ei gwneud hi'n anodd i rieni/gofalwyr ddarparu ar gyfer gwaith â thâl yn rheolaidd yn eu diwrnod, gan eu rhoi yn y sefyllfa anghynaladwy o orfod dewis rhwng angen cyflogwr ac angen y plentyn am gymorth rhieni ar unwaith. Yn ymarferol, bydd rhieni/gofalwyr yn rhoi anghenion y plentyn anabl yn gyntaf, sy'n golygu bod yn rhaid rhoi cyfleoedd i gynyddu incwm trwy waith â thâl o'r neilltu.

2.5.3 Diffyg gofal plant addas

> **(Rydw i angen) gofal ar ôl ysgol a chlwb gwyliau sy'n addas ar gyfer anghenion fy mhlentyn. Ar hyn o bryd rwyf ar y rhestr aros ar gyfer yr unig gyfleuster yn ein hardal ac wedi bod ar y rhestr aros hon ers pum mlynedd**

> **Byddai cael mynediad at fwy o amrywiaeth / hyblygrwydd o ran gofal plant yn newid fy mywyd i a fy mhlentyn. Er enghraifft, byddai gallu cyflogi nani, sydd heb gofrestru gydag Ofsted, i ofalu am fy mhlentyn gartref yn golygu y gallwn gael rhywun i ofalu am fy mhlentyn ar ôl ysgol ac yn ystod gwyliau'r ysgol tra byddaf yn gweithio.**

Mae teulu, ffrindiau a gofalwyr plant cofrestredig i gyd yn ddarparwyr gofal a chefnogaeth pwysig i deuluoedd sy'n magu plant anabl a difrifol wael. Fodd bynnag, pan ddaw hi'n fater o ddarpariaeth gofal plant ffurfiol, mae rhieni/gofalwyr yn dweud y gall fod yn anodd neu'n amhosibl dod o hyd i leoliadau addas, yn enwedig i blant ag anghenion emosiynol ac ymddygiadol neu feddygol cymhleth.

Yn ôl ein Pôl Teulu:

- Mae 29% o rieni/gofalwyr yn credu y byddai gwell mynediad at ofal plant yn eu galluogi i weithio mwy
- Mae 41% o rieni/gofalwyr yn dweud na allant gael mynediad at gymaint o ofal plant ffurfiol ag y dymunent
- Nid yw 37% yn gallu cael mynediad at gymaint o ofal seibiant ag y dymunent
- Nid yw 39% yn gallu cael mynediad at gymaint o ofal plant gan ffrindiau a theulu ag y dymunent

Roedd ymwybyddiaeth o gymorth ar gyfer gofal plant trwy Gredyd Cynhwysol a chymhorthdal di-dreth yn uchel (mae dwy ran o dair o rieni/gofalwyr yn ymwybodol o'u dewisiadau ac mae 26% yn dweud eu bod yn defnyddio o leiaf un o'r cynlluniau hyn). Fodd bynnag, mae rhieni/gofalwyr yn adrodd am rai rhwystrau i fynediad, gan fod y gofyniad i ddarparwyr gofal plant gael graddiad Ofsted yn golygu bod argaeledd yn gyfyngedig iawn. O ganlyniad, mae rhieni/gofalwyr yn gorfod defnyddio Credyd Cynhwysol neu'r cymhorthdal gofal plant di-dreth am gynorthwywyr personol i ofalu am eu plentyn yn eu cartref eu hunain.

2.5.4 Diffyg ymddiriedaeth mewn darpariaeth gofal plant

> **Ni fyddwn yn gadael fy mab gyda chwmnïau gofal plant gan ei fod yn ddi-eiriau ac yn agored i niwed.**

> **Yn anffodus, torrodd ein gofal plant olaf i lawr gan nad oedd plant yn teimlo'n ddiogel yno.**

> **Nid oes unrhyw deulu na ffrindiau yn teimlo'n gyfforddus i wylio Archie..., felly mae yn ein gofal ni yn unig.**

Nid yw'n syndod, o ystyried llif cyson o achosion proffil uchel sy'n ymwneud â cham-drin plant a phobl ifanc mewn lleoliadau ffurfiol, nad oedd rhieni/gofalwyr bob amser yn teimlo y gallent ymddiried mewn darparwyr gofal i ddiwallu anghenion eu plant. Hyd yn oed pan fydd rhieni/gofalwyr yn teimlo'n gallu ymddiried mewn darparwr gofal, mae'r lleoliadau hyn weithiau'n torri i lawr gan nad oedd y plant a'r bobl ifanc eu hunain yn teimlo'n ddiogel.

Yn ogystal â hyn, ar adegau oherwydd cymhlethdod anghenion eu plentyn, nid oedd llawer o rieni/gofalwyr yn teimlo eu bod yn gallu tynnu o'u cylch cymdeithasol ehangach y tu allan i gartref y teulu.

Yn ôl ein Pôl Teulu:

- Nid oes gan 55% o rieni/gofalwyr ddiddordeb mewn gofal plant gan deulu a ffrindiau nad ydynt yn byw gyda nhw
- Nid yw 62% yn teimlo y byddai gwell mynediad i ofal plant yn eu galluogi i weithio mwy o oriau

O'r ymatebion i'n Pôl, mae'n amlwg bod llawer o rieni/gofalwyr yn teimlo bod y ddyletswydd gofal yn dibynnu arnynt hwy yn unig ac mai dyna yw'r opsiwn gorau – ac yn aml yr unig opsiwn – a diogel a dibynadwy i'w plentyn. Mewn amgylchiadau o'r fath, mae cymryd cyflogaeth â thâl yn cael ei weld fel dewis y gellir ei gyflawni yn unig ar draul lles eu plentyn.

2.5.5 Ymyl dibyn budd-daliadau sy'n golygu nad yw gwaith yn werth chweil yn ariannol

> **"Mi wnes i gwblhau cwrs wyth mis i ennill mwy yn y gwaith. Roedd yn golygu fy mod i'n gweithio 37.5 awr yr wythnos ac yna'n astudio 20 awr yr wythnos yn y nos pan oedd fy merch yn cysgu o 8 mis. Roeddwn ond yn ennill ychydig mwy o arian a chollais y rhan fwyaf o'm Credyd Cynhwysol. Rwy'n gwneud fy ngorau glas i gyrraedd pwynt lle gallwn fyw, gan deimlo'n ddiogel yng nghlydwch ein cartref."**

Mae rhieni/gofalwyr sy'n gwneud gwaith yn dweud bod ymyl dibyn yn y system budd-daliadau yn golygu ceisio cael cydbwysedd cyson i wneud yn siŵr nad ydynt yn waeth eu byd trwy weithio. Pan fydd heriau gofal plant hefyd yn cael eu cynnwys yn yr hafaliad, mae dilyn llwybr cyflogaeth â thâl yn her sydd bron yn amhosib ei goresgyn i rai teuluoedd.

3. Cost ddynol gofalu

3.1 Mae rhieni/gofalwyr yn amddiffyn eu plant anabl ar eu traul eu hunain

> **"Fel rhiant rydw i wedi mynd heb brydau fel y gall fy mab fwyta."**

> **"Mae fy ngŵr a minnau'n gwneud efo llai i gyfyngu ar unrhyw effaith ar y plant. Mae gwario llai ar ein hunain yn golygu y gallwn aros uwchben y bwrdd a pheidio â mynd i ddyled."**

Dros flynyddoedd lawer o gefnogi teuluoedd, mae Cronfa'r Teulu wedi gweld sut mae rhieni a gofalwyr yn rhoi anghenion eu plant yn gyntaf, ac nid yw canfyddiadau Pôl Teulu eleni yn eithriad. Mae'r ymatebion i'r Pôl yn dangos yn glir bod rhieni a gofalwyr yn amddiffyn eu plant anabl rhag effaith incwm annigonol trwy roi anghenion eu plant o flaen eu hanghenion eu hunain – hyd yn oed ar draul eu hiechyd a'u lles cyffredinol.

Datgelodd ein Pôl bod:

- Ni all 46% o rieni/gofalwyr fforddio triniaeth ddeintyddol angenrheidiol
- Mae 25% yn torri'n ôl ar eu hymolchi eu hunain
- Nid yw 17% yn gallu fforddio meddyginiaeth dros y cownter neu bresgripsiwn iddynt eu hunain
- Nid yw 11% yn gallu fforddio nwyddau ymolchi fel past dannedd iddynt eu hunain

3.2 Mae plant anabl mewn aelwydydd incwm isel yn wynebu "anfantais ddwbl"

Er gwaethaf ymdrechion rhieni a gofalwyr i amddiffyn eu plant orau gallant, mae cyfran bryderus o uchel yn mynegi'r farn bod incwm annigonol yn cael effaith eang, negyddol ar fywydau, a hyd yn oed ddatblygiad, eu plant.

Yn ôl ein Pôl:

- Roedd 68% o rieni/gofalwyr yn teimlo bod eu sefyllfa ariannol yn effeithio ar un neu fwy o agweddau ar les a datblygiad eu plentyn
- Dywedodd 25% o rieni/gofalwyr fod **pob** maes lles a datblygiad yn cael ei daro
- Dywedodd 62% fod lles emosiynol yn cael ei effeithio
- Dywedodd 34% fod twf a datblygiad corfforol yn cael eu heffeithio
- Dywedodd 39% fod gallu eu plentyn i ymgysylltu ag addysg wedi'i effeithio
- Dywedodd 39% fod iechyd eu plentyn, gan gynnwys cyflyrau sy'n rhan o'u hanabledd neu salwch wedi'u heffeithio

O'n canfyddiadau, mae'n amlwg bod plant a phobl ifanc anabl a difrifol wael yn wynebu "anfantais ddwbl" o effaith gyfunol eu cyflwr ac effaith incwm teuluol cyfyngedig – gydag un yn aml yn ganlyniad i'r llall.

3.3 Mae gofalwyr angen gofal eu hunain – ond yn aml maent yn cael trafferth dod o hyd iddo

> **"Mae'n anodd iawn mynd o fis i fis ac o gyflog i cyflog. Nid wyf yn adnabod un rhiant anghenion arbennig sydd heb broblemau iechyd meddwl, Ac mae hynny lawr i'r diffyg cymorth a chyllid rydym yn ei gael. Mae fel ein bod ni'n dewis cael plentyn gydag anghenion ychwanegol. Mae'n anodd ac annheg iawn."**

> **"Rwy'n fam sengl. Mae gen i fy mhroblemau iechyd fy hun ac rwy'n methu gweithio. Mae gofalu am blentyn anabl yn anodd. Roeddwn i'n mynd i roi PIP i mi fy hun, ond rwy'n cael lwfans gofalwyr a dydw i ddim yn gwybod beth fyddai angen i mi ei wneud."**

> **Bu'n rhaid i'r gŵr roi'r gorau i'w swydd llawn amser yn gynharach yn y flwyddyn gan ei fod yn ormod o straen gyda gofalu am y plant. Cafodd hyn effaith ariannol enfawr ar y teulu am saith mis gan fod y ddau ohonom ar lwfans gofalwyr, ac felly ar incwm isel iawn. Achosodd hyn straen i'r berthynas deuluol.**

Does dim amheuaeth bod gofalu am blentyn anabl yn costio mwy mewn punnoedd, ond mae ein Pôl hefyd yn tynnu sylw at y gost emosiynol a delir gan lawer o rieni a gofalwyr, sy'n wynebu pwysau cymhleth sy'n ymddangos bron yn amhosibl dianc rhagddo.

- Wrth gael eu hasesu trwy Raddfa Lles Meddwl Byr Warwick Edinburgh, dywedodd 28% o rieni/gofalwyr wnaeth ymateb i'n Pôl Teulu bod eu lles meddyliol yn ddigon isel i nodi iselder.
- Mae llawer hefyd yn teimlo'n unig iawn. Adroddodd 26% uchafswm sgôr ar fesur Unigrwydd UCLA.

Gall amser fod yn ffactor pwysig yma. Gall yr amser sydd ei angen i ofalu am blentyn ag anghenion cymhleth fod yn fawr, gan adael ychydig o amser ar gyfer pethau eraill. Gall hyn ynysu rhieni/gofalwyr oddi wrth ffrindiau a theulu a'i gwneud hi'n anodd chwilio am yr help a'r gefnogaeth sydd ar gael iddynt a manteisio ar y cymorth hynny. O ganlyniad, gall rhieni/gofalwyr dan straen gael eu cloi mewn cyfundrefn o ofalu di-baid sy'n rhoi fawr ddim cyfle iddynt orffwys ac

adnewyddu neu archwilio opsiynau ar gyfer cymorth a newid

4. Argymhellion

Mae gan Cronfa'r Teulu dros 50 mlynedd o brofiad o gefnogi teuluoedd ar incwm isel sy'n magu plant anabl a difrifol wael. Trwy ein Pôl Teulu, rydym yn rhoi llais i deuluoedd sydd ar ymyl mwyaf miniog ansicrwydd incwm, ond yn rhy aml yn anweledig mewn sgyrsiau ehangach am dlodi plant, budd-daliadau, darpariaeth cymorth a chyfleoedd cyflogaeth.

Mae ein canfyddiadau'n dangos bod rhaid i unrhyw strategaeth sy'n ceisio mynd i'r afael â'r materion canlynol:

- Adlewyrchu cymhlethdod byd go iawn yr aelwydydd hyn.
- Cydnabod baich amlhaenog gofal a straen ariannol.
- Creu a chynnal atebion ystyrlon - budd-daliadau, grantiau, cymorth cyflogaeth, a gwasanaethau -sy'n hygyrch ac yn targedu'r problemau penodol teuluoedd yn eu hwynebu
- Mynd i'r afael â'r "anfantais ddwbl" o anabledd a thlodi sy'n realiti o ddydd i ddydd i'r teuluoedd yn ein Pôl, a'r miloedd lawer sy'n profi problemau tebyg

Ar sail ein canfyddiadau, rydym yn argymell y canlynol.

4.1 Cymorth grant ar gyfer anghenion hanfodol

Mae'r premiwm anabledd yn arwain at annigonolrwydd incwm, lle nad yw teuluoedd yn gallu talu am eu hanghenion hanfodol a lle mae cynilo symiau bach ar gyfer eitemau mwy yn amhosibl. Er bod budd-daliadau yn cadw teuluoedd uwchben y dŵr, gall cymorth grant fod yn ffordd arbennig o ddefnyddiol o roi mynediad i deuluoedd at eitemau angenrheidiol na fydd budd-daliadau yn eu cwmpasu. Fodd bynnag, mae'r ddarpariaeth o gymorth grant trwy awdurdodau lleol

yn anghyson, ac yn aml yn anodd i deuluoedd sydd â chyfrifoldebau gofalu gael mynediad iddo, tra bod cymorth trwy'r trydydd sector yn aml yn dibynnu ar gyllid tymor byr, gan adael teuluoedd mewn perygl o golli ffynhonnell ariannol hanfodol.

Rydym yn argymell: dylid blaenoriaethu buddsoddiad i gymorth grant wedi'i dargedu, sy'n gynaliadwy a hygyrch, ac sydd ar gael i deuluoedd sy'n magu plant anabl a difrifol wael ar y pwynt o angen. Bydd y gallu i gael mynediad at gymorth grant yn atal mwy o deuluoedd rhag syrthio i ddyled neu argyfwng ariannol ac yn lliniaru pwysau ar wasanaethau lleol.

4.2 Cymorth hyblyg i fynd yn ôl i'r gwaith

Mae gan deuluoedd sy'n magu plant neu bobl ifanc anabl neu ddifrifol wael gyfrifoldebau gofalu amlweddog. Mae llawer o rieni/gofalwyr eu hunain yn anabl a gallant fod â gallu cyfyngedig i weithio oherwydd eu problemau iechyd eu hunain. Nid yw darparu gofal plant a chymorth yn y gweithle yn mynd i'r afael yn ddigonol ag anghenion rhieni/gofalwyr sydd â chyfrifoldebau gofalu sylweddol.

Rydym yn argymell: dylai'r gefnogaeth honno i helpu gofalwyr yn ôl i'r gwaith gael ei chynllunio i fynd i'r afael â'r cymysgedd cymhleth hwn. Dylai ymyriadau fynd i'r afael â gofal i blant a phobl ifanc mewn ffordd gyfannol, ac ymgorffori cymorth yn y gweithle ar gyfer oedolion anabl. Mae atebion yn gofyn am ddull gweithredu hyblyg sy'n cydnabod bod y gallu i weithio yn amrywio, a hynny yn aml ar fyr rybudd.

4.3 Mwy o ymchwil ar ofal plant

Dim ond lleiafrif o deuluoedd fyddai'n gweld gwell mynediad at ofal plant fel rhywbeth fyddai'n eu galluogi i gymryd mwy o waith â thâl. Gall hyn adlewyrchu pryderon eang am argaeledd ac addasrwydd opsiynau gofal plant presennol. Er bod mentrau polisi cyfredol yn ceisio mynd i'r afael â'r materion hyn i raddau, nid yw arfer gorau yn gyffredinol. Yn benodol, mae rhai rhieni/gofalwyr yn awgrymu y gallai gofal gael ei ddarparu yn fwy effeithiol gan ofalwyr cymdeithasol yng nghartref y plentyn ei hun nag mewn lleoliadau cofrestredig Ofsted (yr unig rai sydd ar gael pan gaiff y gofal ei ariannu trwy Gredyd Cynhwysol neu Ofal Plant Di-dreth). Byddai rhieni/gofalwyr yn croesawu ystyriaeth i ddichonoldeb hyn.

Rydym yn argymell: dylid casglu gwell tystiolaeth ar sut i ddiwallu anghenion plant a phobl ifanc anabl gyda gofal plant cofleidiol priodol a hygyrch, gan gynnwys darparu gofal cartref o ansawdd uchel.

4.4 Blaenoriaethu lleddfu straen gofalwyr

Gyda llawer o rieni a gofalwyr yn agos at losgi allan, dylai cymorth fynd y tu hwnt i gynnig gofal amgen a chanolbwyntio ar eu lles parhaus. Dylai'r ddarpariaeth gymorth barchu y gallai'n well gan rieni/gofalwyr ofalu am eu plentyn eu hunain – ac efallai mai dyna yw'r opsiwn gorau i'r plentyn.

Rydym yn argymell: dylid blaenoriaethu cymorth i leddfu straen gofalwyr trwy alluogi gofalwyr i orffwys ac adnewyddu u hunain, a galluogi teuluoedd i dreulio amser o ansawdd gyda'i gilydd. bod angen blaenoriaethu opsiynau yn benodol teuluoedd i dreulio amser o ansawdd gyda'i gilydd. Er enghraifft, gallai hyn gynnwys ehangu'r ddarpariaeth o seibiannau teuluol fel y rhai a ddarperir gan Cronfa'r Teulu.

5. Methodoleg ymchwil

Tynnwyd data Cost Gofalu 2025 o Pôl Teulu Cronfa'r Teulu yn Rhagfyr 2024. Mae'r Pôl Teulu wedi cael ei gynhyrchu gan Cronfa'r Teulu bob blwyddyn ers blynyddoedd lawer i roi mewnwelediad i'r realiti dyddiol sy'n wynebu teuluoedd sy'n magu plant anabl neu ddifrifol wael.

Dosbarthwyd gwahoddiadau i gymryd rhan yn y Pôl Teulu i 26,159 o rieni/gofalwyr ar 3 Rhagfyr 2024. Roedd y rhai a wahoddwyd i gymryd rhan yn cynnwys:

Rhieni/gofalwyr y mae gennym gyfeiriad e-bost dilys ar eu cyfer a oedd wedi derbyn grant yn ystod y naw i ddeuddeg mis blaenorol gan un o'r rhaglenni grant canlynol, sy'n canolbwyntio ar deuluoedd ar incwm isel sy'n magu plentyn anabl neu ddifrifol wael gydag anghenion cymorth sylweddol:

- Rhaglen 'Cymorth i Deuluoedd â Phlant Anabl' (SFDC) a ariennir gan yr Adran Addysg yn Lloegr, ac a weinyddir gan Cronfa'r Teulu
- Rhaglen grant Cronfa'r Teulu yng Nghymru, a ariennir gan Gyfarwyddiaeth Gwasanaethau Cymdeithasol ac Integreiddio Llywodraeth Cymru
- Rhaglen grant Cronfa'r Teulu yn yr Alban, a ariennir gan Gyfarwyddiaeth Plant a Theuluoedd Llywodraeth yr Alban
- Rhaglen grant Cronfa'r Teulu yng Ngogledd Iwerddon, sy'n cael ei hariannu gan Adran Iechyd Gweithrediaeth Gogledd Iwerddon.

Ni chafodd rhieni/gofalwyr a oedd wedi optio allan o gyswllt pellach gyda Cronfa'r Teulu, neu a oedd wedi ein hysbysu o brofedigaeth, eu cynnwys yn y gwahoddiad.

Daeth y casglu data i ben ar 13 Rhagfyr 2024.

Daeth 2,362 ymateb i law. Roedd y rhain yn cynnwys:

- Derbyniwyd 1,710 o ymatebion gan rieni/gofalwyr yn Lloegr (gwahoddwyd 9% o 19,175 i gymryd rhan)
- Derbyniwyd 232 o ymatebion gan rieni/gofalwyr yn yr Alban (gwahoddwyd 10% o'r 2,293 i gymryd rhan)
- Derbyniwyd 145 o ymatebion gan rieni/gofalwyr yng Nghymru (gwahoddwyd 8% o 1,785 i gymryd rhan)
- Derbyniwyd 266 o ymatebion gan deuluoedd yng Ngogledd Iwerddon (gwahoddwyd 9% o 2,906 i gymryd rhan)

O'r rhai a ymatebodd, roedd:

- 99% o'r ymatebwyr yn brif ofalwr neu'n brif ofalwr ar y cyd
- 41% o rieni/gofalwyr yn rhiant/gofalwr unigol.
- 98% yn rhiant i'r plentyn neu berson ifanc anabl neu sy'n ddifrifol wael, gydag 1% arall yn neiniau a theidiau neu berthnasau eraill.
- 19% yn nodi eu bod yn dod o grŵp ethnig lleiafrifol.
- 49% o'r ymatebwyr rhwng 35-44 oed.
- 95% o'r ymatebwyr yn ferched.

Dadansoddwyd ymatebion i'r Pôl Teulu gan Dîm Ymchwil Cronfa'r Teulu ar ddechrau 2025, dan arweiniad Dr Abigail Dunn, Pennaeth Polisi, Ymchwil a Gwerthuso. Nododd y Tîm Ymchwil fod rhieni/gofalwyr yn dewis os oeddent yn dymuno ymateb ac felly mae'n debygol y bydd rhagfarnau strwythurol cudd sy'n effeithio ar y penderfyniad hwnnw. Er enghraifft, gall rhieni/gofalwyr sy'n gweithio gael eu tangynrychioli yn y canfyddiadau oherwydd prinder amser i gymryd rhan yn y Pôl.

find us:

Family Fund
3 Alpha Court
Monks Cross Drive
Huntington
York YO32 9WN

talk to us:

Telephone: **01904 550055**

Fax: **01904 652625**

Email: **info@familyfund.org.uk**

Family Fund
Cymorth i blant anabl
Helping disabled children

community: facebook.com/familyfund @familyfund @family_fund

www.familyfund.org.uk

Family Fund Trust. Private company limited by guarantee. Incorporated in England and Wales. Registration no. 3166627. Registered charity no. 1053866. Scottish charity no. SC040810. Registered office: Unit 3, Alpha Court, Monks Cross Drive, Huntington, York YO32 9WN. Family Fund Trust is authorised and regulated by the Financial Conduct Authority (FCA) under reference number 912508.