



Bwrw'r draul - Y realiti ariannol sy'n wynebu pobl hŷn ledled Cymru

Hydref 2026

Cynnwys

Cyflwyniad	3
Tanwydd	5
Dŵr	9
Gofal	13
Band eang	18
Casgliadau: cefnogi pobl hŷn mewn byd anrhagweladwy	23

Cyflwyniad

Yn 2026, dywedodd 52% o'r bobl wnaeth ymateb i arolwg blynyddol Age Cymru bod costau byw wedi bod yn 'her' yn ystod y 12 mis diwethaf.¹

Mae'r ffigwr hwn yn dangos cynnydd sydyn ers 2025, pan ddywedodd 46% o'r bobl wnaeth ymateb i'r arolwg bod costau byw wedi bod yn her y flwyddyn honno. Yn syfrdanol, pan gynhaliwyd ein harolwg cyntaf yn 2020, dim ond 9% o bobl hŷn ddywedodd bod costau byw yn her. Mae'r ymatebion i'r arolwg yn dangos bod cyfres o ergydion yn ystod y blynyddoedd diwethaf – yn cynnwys Covid-19 a'r rhyfel yn Iran – wedi gadael pobl hŷn yng Nghymru'n teimlo'n llai diogel yn ariannol, ac yn llai sicr o'u gallu i ymdopi â chostau byw yn y dyfodol.

'Mae effaith y pethau sy'n digwydd o gwmpas y byd ar hyn o bryd yn golygu bydd ceisio ymdopi ar incwm sefydlog yn rhoi llawer o straen ar fy nghyllid.' (G, 65-69, Castell Nedd Port Talbot)

Mae llai o sicrwydd ariannol yn effeithio ar allu unigolyn i fyw bywyd iach ac annibynnol mewn nifer o ffyrdd. Mae pobl nad oes ganddynt sicrwydd ariannol yn fwy tebygol o leihau faint o ynni maen nhw'n ei ddefnyddio yn eu cartrefi (dyma beth wnaeth 18% o'r ymatebwyr yn ystod y flwyddyn ddiwethaf), gan gynyddu'r peryg o ddioddef cyflyrau iechyd sy'n cael eu hachosi gan gartrefi oer a llaith, neu gartrefi sy'n rhy dwym. Mae rhai pobl hefyd yn lleihau pa mor aml maen nhw'n teithio, drwy yrru'n llai aml neu osgoi cymryd tacsis, gan waethygu bywydau pobl sydd eisoes yn unig ac yn ynysig.

Mae mwy na thraean o bobl hŷn yn gwario llai o arian ar fwyd er mwyn ceisio cael deupen llinyn ynghyd wrth i gostau bwyd gynyddu. Mae hyn yn gwaethygu cyflyrau corfforol a meddyliol nifer o bobl.

'Dwi'n gwisgo llawer o ddillad er mwyn defnyddio llai o nwy. Roedd hi'n ofnadwy'r llynedd oherwydd ni chawsom ni'r £200. Dwi'n gorfod prynu llai o fwyd bob wythnos oherwydd bod y prisiau'n codi'n wythnosol. Roeddwn ni wastad yn ceisio bwyta'n iach. Ar y dechrau roeddwn i'n medru prynu cynnyrch iach am bris llai, ond erbyn hyn dydw i ddim yn bwyta'n iach iawn. Dydw i ddim eisiau gorfod dibynnu ar feddyginiaeth ar gyfer diabetes/colesterol ayb, felly yn y gorffennol rydw i wedi bod yn gwneud ymarfer corff a bwyta'n iach er mwyn osgoi hyn. Nawr, ni fydd hi'n hawdd gwneud hyn – a'r GIG fydd yn talu'r pris.' (B, 65-69, Sir y Fflint)

Nid yw'n syndod bod pobl yng Nghymru'n dod yn fwyfwy ymwybodol o'u sefyllfa ariannol ansicr a sut bydd hyn yn effeithio ar eu bywyd wrth iddyn nhw heneiddio. Mae gwaith ymchwil Y Sefydliad Bevan i etholiad Y Senedd yn 2026 (cynhaliwyd y

¹ Age Cymru, 'Beth sy'n bwysig i chi? Profiadau presennol pobl dros 50 oed yng Nghymru: adroddiad penawdau Mehefin 2026(Mehefin, 2026), <https://www.agecymru.cymru/ein-gwaith/polisi/arolwg-blynyddol/>.

gwaith ymchwil dair wythnos ar ôl i'r arolwg blynyddol ddod i ben) yn dangos nad yw 49% o bobl yng Nghymru'n hyderus bydd ganddynt 'safon byw foddhaol pan fyddwn nhw'n hŷn'.² Dangosodd y gwaith ymchwil bod ofnau ynghylch ansicrwydd economaidd wrth i bobl heneiddio yn un o'r prif ffactorau tu ôl i benderfyniad nifer o bleidleiswyr i beidio cefnogi'r prif bleidiau yn draddodiadol (Llafur a'r Ceidwadwyr) a dewis cefnogi Plaid Cymru, Reform UK a'r Blaid Werdd.³

Ym mis Mehefin, cyhoeddodd Age Cymru adroddiad yn cynnwys prif benawdau canlyniadau'r arolwg blynyddol.⁴ Roedd yr adroddiad yn dangos mai costau byw, ac iechyd corfforol, yw'r ddau brif beth sy'n gofidio pobl hŷn yng Nghymru. Gan ddefnyddio data meintiol a data ansoddol, dangosodd yr adroddiad bod prisiau olew cynyddol, biliau dŵr cynyddol, ynghyd â nifer o ffactorau eraill oll yn lleihau gallu pobl hŷn i gynnal sicrwydd ariannol yn y tymor hir.

Roedd y penawdau yn yr adroddiad yn cael eu cyfyngu i 'beth' yn hytrach na 'pham'. Roedd yr adroddiad yn asesu ac yn arddangos canlyniadau'r arolwg, ond nid oedd yn cwestiynu'r canlyniadau. Nod yr adroddiad presennol hwn yw mynd ymhellach, a chanolbwyntio ar y prif gostau a nodwyd yn yr arolwg blynyddol a chraffu ar y rhesymau tu ôl iddynt.

Mae'n edrych ar bedwar cost craidd sydd gan bobl hŷn, fel y nodwyd yn yr arolwg ac mewn sgysiau ehangach: tanwydd, dŵr, gofal a band eang. Ystyriodd yr adroddiad presennol pa broblemau penodol oedd gan bob ymatebydd gyda phob cost (e.e. oedd y gost yn ormod? Oedd pobl yn cael gwerth eu harian?), cyn craffu ar y gost yn fanwl er mwyn deall pam ei fod yn achosi cymaint o bryder. Pam, er enghraifft, wnaeth cynifer o bobl ganolbwyntio ar gostau olew eleni (yn hytrach na phrisiau nwy, ar ôl i brisiau nwy achosi mwy o bryder yn y blynyddoedd blaenorol)? Pam oedd cymaint o sylwadau'n sôn am filiau dŵr eleni?

Nod yr adroddiad hwn yw ateb y cwestiynau hyn a darparu argymhellion polisi er mwyn lleihau ansicrwydd ariannol ymhlith pobl hŷn yng Nghymru. Fel y gwelwn, mae ansicrwydd ariannol wedi datblygu'n gyflym yn ystod y blynyddoedd diwethaf ac mae'n debygol o gynyddu rhagor wrth i'r boblogaeth barhau i heneiddio. Ni fydd mynd i'r afael â'r broblem yn hawdd, ond mae'n hanfodol bwysig er mwyn sicrhau bod Cymru'n wlad lle gall pobl fyw'n gyffyrddus gan wybod bydd ganddynt ddigon o arian i fyw wrth iddyn nhw heneiddio.

² Jac Larner, 'Diogelwch Economaidd yng Nghymru: Tystiolaeth o Etholiad y Senedd 2026' (Gorffennaf 2026), <https://www.bevanfoundation.org/wp-content/uploads/2026/07/Economic-insecurity-and-the-2026-election.pdf>.

³ Ibid.

⁴ Age Cymru, 'Beth sy'n bwysig i chi?' (2026).

Tanwydd

Yn y cyd-destun hwn, mae 'tanwydd' yn cyfeirio'n bennaf at gynhyrchu ynni ar gyfer y cartref a thrafnidiaeth. Yn y rhan fwyaf o achosion, mae hyn yn golygu tanwydd *ffosil*: olew, nwy a glo.

Prisiau tanwydd oedd y gost fwyaf cyffredin yn arolwg blynyddol 2026, a gwnaeth 53% o'r bobl a wnaeth newid eu ffordd o fyw er mwyn arbed arian ddweud eu bod nhw wedi lleihau eu defnydd o ynni yn ystod y misoedd diwethaf. Eleni, prisiau olew oedd yn peri'r gofid mwyaf.

Yn bennaf, roedd pobl yn cwyno am gostau cynyddol petrol a diesel, a oedd yn effeithio ar eu gallu i weithio, ymweld â'u teuluoedd a'u ffrindiau, darparu gofal a defnyddio'r gwasanaeth iechyd a gwasanaethau hanfodol eraill.

'Mae'r rhan fwyaf o'm harian yn mynd ar fy nghar. Dwi angen y car oherwydd fy mod i'n gofalu am wahanol bobl. Mae tanwydd a chostau cynnal a chadw'r car wedi cynyddu'n ofnadwy, a dwi'n poeni na fydda i'n medru fforddio talu mwy, a bydd y bobl sy'n dibynnu arna i'n dioddef hefyd.' (B, Pen-y-Bont ar Ogwr)

Mae 7.8% o dai yng Nghymru'n defnyddio olew i bweru eu gwres canolog.⁵ Dywedodd y bobl sy'n byw mewn tai fel hyn bod eu costau wedi cynyddu tipyn eleni.

'Mae system wresogi sy'n dibynnu ar olew'n golygu bod fy nghostau olew wedi cynyddu 200%. Talais i £834 am fy nghyflenwad diwethaf o olew, o'i gymharu â £305 yn flaenorol.' (G, 85-89, Ceredigion)

O'i gymharu ag olew, nid oedd llawer o sylwadau am brisiau nwy a glo. Roedd hwn yn newid mawr o'r blynyddoedd blaenorol, pan gawsom lawer o sylwadau am brisiau nwy – yn enwedig wedi i'r prisiau gynyddu ar ôl i Rwsia ymosod ar Wcráin yn 2022.

Dadansoddiad

Mae'n amhosib gwahanu prisiau cynyddol tanwydd sy'n cynnwys olew wrth y rhyfel yn Iran. Lansiwyd ein harolwg blynyddol ar 2 Mawrth, dim ond deuddydd wedi'r ymosodiadau awyr cyntaf ar Iran, a wnaeth barhau tan 17 Ebrill. Roedd effaith y rhyfel a'i ddylanwad ar gyflenwadau olew byd-eang yn amlwg o'r cychwyn. Yn ystod y chwe wythnos gyntaf, cododd prisiau petrol heb blwm o

⁵ Llywodraeth Cymru, 'Tai yng Nghymru (Cyfrifiad 2021)' (5 Ionawr 2023), <https://www.llyw.cymru/tai-yng-nghymru-cyfrifiad-2021-html>.

132.14 ceiniog y litr (ppl) i 158.17ppl yn y DU, a chododd prisiau diesel o 142.15ppl i 192.14ppl.⁶

Nododd nifer sylweddol o ymatebwyr bod cysylltiad rhwng y prisiau tanwydd cynyddol â'r rhyfel, gan ddweud eu bod nhw'n poeni sut fyddai datblygiadau gwleidyddol sydyn yn effeithio'n uniongyrchol ar eu costau byw.⁷ Dywedodd nifer o bobl eu bod nhw'n poeni am effaith debygol prisiau olew uwch ar brisiau bwyd yn hwyrach yn y flwyddyn, oherwydd bod amaethyddiaeth fyd-eang yn dibynnu ar wrtaith sy'n cynnwys olew a systemau trafndiaeth.

'Dwi ddim yn gwybod [sut fydda i'n fforddio costau byw dros y flwyddyn nesaf], dydyn ni ddim yn gwybod sut fydd y gwrthdaro presennol yn y Dwyrain Canol yn effeithio ar filiau a chostau bwyd. Dwi'n poeni'n fawr.' (B, 75-79, Sir Benfro)

Y brif broblem yw'r ansicrwydd, oherwydd bod pobl hŷn (mae nifer ohonynt yn byw ar incwm sefydlog) yn wynebu cynnydd annisgwyl a sydyn ym mhrisiau adnoddau sy'n eu galluogi i fyw bywydau heini, iach ac annibynnol. Bu sefyllfa debyg ym mis Chwefror 2022, pan wnaeth y rhyfel rhwng Rwsia a Wcráin achosi cynnydd sydyn ym mhrisiau nwy, a gyda chostau economaidd y pandemig, cafwyd effaith ddinistriol ar gyllid pobl hŷn yng Nghymru. Yn ystod y flwyddyn honno, dangosodd yr arolwg blyneddol bod y gyfran o bobl sy'n cael trafferth fforddio costau byw wedi cynyddu o 15% i 35%.⁸ I nifer, y prif reswm tu ôl hyn oedd costau nwy cynyddol.

Mae pobl hŷn yn benodol yn agored i ergydion pan fydd prisiau'n newid, oherwydd bod incwm sefydlog (mae'r mwyafrif o bobl sydd wedi ymddeol ar incwm sefydlog) yn ei gwneud hi'n anodd addasu i chwyddiant sydyn tu hwnt i gylch blyneddol mecanwaith y Clo Triphlyg.⁹ Cynyddodd y Clo Triphlyg 4.8% ym mis Ebrill 2026 o dan y Clo Triphlyg. Mae Pensiwn y Wladwriaeth lawn yn £241.30 yr wythnos erbyn hyn, tra bod yr 'hen' Bensiwn y Wladwriaeth gwerth £184.90 yr wythnos. (Mae'r rhan fwyaf o bobl sy'n hawlio pensiynau yng Nghymru yn derbyn yr 'hen' Bensiwn y Wladwriaeth.)¹⁰ Ond oherwydd bod y cynnydd yn seiliedig ar gynnydd enillion cyfartalog ym mis Mai-Gorffennaf 2025, ond ni wnaeth hwn ystyried y cynnydd ym mhrisiau olew ym mis Mawrth-Ebrill 2026, na'r cynnydd ym mhrisiau biliau dŵr ym

⁶ Petrolprices.co.uk, 'UK Fuel Price Index' [cyrchwyd 6 Awst 2026], <https://petrolprices.co.uk/fuel-price-index.php>. Er bod prisiau olew wedi dechrau disgyn yng nghanol mis Ebrill, dydyn nhw ddim wedi cyrraedd y prisiau a welwyd cyn y rhyfel.

⁷ Soniwyd am y rhyfel neu ryfeloedd 118 gwaith gan yr ymatebion i'r arolwg eleni – cyfradd llawer yn uwch na'r llynedd. Soniwyd am Iran 51 gwaith a Donald Trump 43 gwaith. Dim ond 6 gwaith y soniwyd am y Prif Weinidog ar y pryd, Sir Keir Starmer.

⁸ Age Cymru, 'Profiadau cyfredol pobl dros 50 oed yng Nghymru o bandemig Covid-19, a'u barn am y flwyddyn nesaf' (Mehefin 2022), <https://www.agecymru.wales/siteassets/documents/policy/annual-survey/age-cymru---report-on-the-current-experiences-of-people-aged-50-or-over-across-wales-of-the-covid-19-pandemic-and-views-on-the-year-ahead---june-2022.pdf>.

⁹ Roedd 80.3% o ymatebwyr arolwg blyneddol 2026 wedi ymddeol.

¹⁰ Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru, 'Deall Poblogaeth Cymru sy'n Heneiddio: Ystadegau Allweddol' (Mawrth, 2026). Ar gael yma: [Understanding-Wales-Ageing-Population-Key-Statistics-2026.pdf](#) [cyrchwyd 3 Medi 2026].

mis Ebrill 2026 (mwy am hyn isod), na'r cynnydd disgwylidig ym mhrisiau bwyd ar ddiwedd 2026. Felly, erbyn hyn mae nifer o bobl hŷn mewn sefyllfa ble mae prisiau bob dydd wedi cynyddu'n gyflymach na'u hincwm.

Mae'n bosib bydd system y Clo Triphlyg yn cynnwys y newidiadau hyn ym mis Ebrill 2027 (neu hyd yn oed mis Ebrill 2028, gyda phrisiau cynyddol tymor hir) pan fydd gwerth Pensiwn y Wladwriaeth yn cael ei ailgyfrif. Ond mae'r cynnydd sydyn ym mhrisiau olew yng ngwanwyn 2026 yn dangos sut gall digwyddiadau byd-eang amharu ar argaeledd tanwydd ar gyfer pobl hŷn yng Nghymru, a pha mor araf mae eu hincwm yn dal i fyny gyda'r amhariadau hyn. Ar adeg ysgrifennu, mae'r rhyfel yn Iran yn parhau, ac mae prisiau olew'n parhau i ymateb i ddigwyddiadau. Ym mis Awst 2026, nid oes arwydd bydd y prisiau'n dychwelyd i beth oeddent cyn y rhyfel.¹¹

Nid yw pob ergyd ariannol yn digwydd oherwydd digwyddiadau byd-eang. Gadawodd penderfyniad Llywodraeth y DU i roi cyfyngiadau ar y Taliadau Tanwydd Gaeaf nifer o bobl hŷn mewn sefyllfa ble nad oedd ganddyn nhw lawer o amser i baratoi ar gyfer gaeaf heb gefnogaeth o'r fath. Croesawyd y penderfyniad i adfer y taliad ar gyfer y mwyafrif o bensynwyr. Dylid cynllunio a chyfathrebu penderfyniadau fel hyn yn ofalus, a rhoi digonedd o amser i bobl hŷn wneud penderfyniadau am eu harian pan fydd angen.

Sylwad

Mae ein harolwg blynyddol yn dangos mai prisiau tanwydd yw'r prif bryder o ran costau byw. Heb danwydd, dydy pobl ddim yn medru gwresogi eu tai, cael dŵr poeth, coginio eu bwyd na gyrru eu ceir. Mae prisiau olew'n benodol yn medru effeithio ar fynediad at fwyd, oherwydd bod olew yn elfen bwysig o amddiffyniad amaethyddol byd-eang. Mae prisiau tanwydd felly'n effeithio'n uniongyrchol ar allu pobl hŷn i fyw bywydau annibynnol ac iach.

Mae natur fyd-eang y diwydiant tanwydd ffosil yn golygu bod prisiau nwy ac olew yn cael eu heffeithio'n hawdd gan ddigwyddiadau geowleidyddol. Dyna ddigwyddodd yn 2022, a dyna sy'n digwydd eto yn 2026, ac mae'r gwrthdaro rhwng y gynghrair sy'n cael ei arwain gan yr UDA ac Iran wedi achosi i brisiau gynyddu'n ddramatig, gan effeithio'n uniongyrchol ar fywydau pobl hŷn yng Nghymru.

Y broblem yw nad yw'r ergydion ariannol yn rhagweladwy – ac nid oes gan bobl hŷn (mae nifer ohonyn nhw ar incwm sefydlog) ddigon o arian i dalu'r costau cynyddol. Mae'n rhaid i bolisiau cyhoeddus sicrhau bod help ar gael i bobl hŷn yn ystod cyfnodau o ansicrwydd o ran costau tanwydd. Dylid gwneud hyn drwy

¹¹ Petrolprices.co.uk, 'UK Fuel Price Index' [cyrchwyd 6 Awst 2026], <https://petrolprices.co.uk/fuel-price-index.php>.

sefydlu dulliau cymdeithasol o gefnogi pobl hŷn yn y tymor byr, a sicrhau diogelwch tanwydd yn y tymor hir.

Argymhellion polisi

- Tymor byr:
 - Rhaid i Lywodraeth y DU gynnal y system Clo Triphlyg ar gyfer Pensiwn y Wladwriaeth.
 - Dylai Llywodraeth y DU gynyddu gwerth y Gostyngiad Cartrefi Cynnes ac ehangu cymhwysedd tu hwnt i bobl sy'n derbyn budd-daliadau sy'n dibynnu ar brawf modd, a chynnwys cartrefi sydd ag incwm isel.
 - Dylai Llywodraeth Cymru gynyddu trothwyon incwm er mwyn galluogi rhagor o bobl i fod yn gymwys ar gyfer cynllun Nyth Cartrefi Cynnes er mwyn gwella effeithlonrwydd ynni cartrefi ledled Cymru. Dylai Llywodraeth Cymru hefyd fuddsoddi rhagor o arian yn y Rhaglen Cartrefi Cynnes.
 - Dylai Llywodraeth Cymru ddarparu rhagor o gefnogaeth i wasanaethau sy'n darparu cyngor er mwyn helpu pobl hŷn sy'n chwilio am help gyda chostau tanwydd.
- Tymor hir:
 - Dylai Llywodraeth y DU a Llywodraeth Cymru archwilio opsiynau ar gyfer ehangu darpariaeth ynni yng Nghymru a Lloegr er mwyn sicrhau diogelwch ynni yn y tymor hir.

Dŵr

Mae dau ddarparwr dŵr yng Nghymru: Dŵr Cymru/Welsh Water, sy'n darparu dŵr i'r rhan fwyaf o'r wlad, a Hafren Dyfrdwy, sy'n darparu dŵr i rannau o ogledd-orllewin Cymru. Mae Dŵr Cymru, sy'n eiddo i Glas Cymru Holdings, yn gweithredu ar sail nid-er-elw, ac mae unrhyw incwm sydd dros ben yn cael ei ail-fuddsoddi mewn i'r gwasanaeth neu i leihau biliau cwsmeriaid. Severn Trent sydd berchen ar Hafren Dyfrdwy ac maen nhw'n gweithredu fel cwmni preifat.

Biliau dŵr oedd yr ail her ar y rhestr o broblemau oedd yn wynebu ymatebwyr arolwg blynyddol 2026. Dywedodd 21% o bobl eu bod nhw wedi defnyddio llai o ddŵr eleni er mwyn arbed arian, ac rydyn ni wedi derbyn llawer o gwynion am gostau dŵr cynyddol.

'Dydw i ddim yn cael cawod yn rheolaidd bellach, er mwyn lleihau fy miliau dŵr.' (B, 60-64, Wrecsam)

Cafodd nifer o bobl syndod wrth dderbyn eu biliau dŵr yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, yn enwedig oherwydd eu bod wedi bod yn lleihau eu defnydd o ddŵr.

'Roedd fy mil dŵr i bron yn £1000 eleni. (...) Does gen i ddim peiriant golchi llestri, dwi'n cael cawodydd cyffredin, a dwi'n defnyddio'r peiriant golchi dillad tua dwywaith yr wythnos, ar gylchred fer ar 30 (gradd). Dwi ddim yn deall y costau. Does gen i ddim mesurydd dŵr oherwydd byddai arna i ofn defnyddio'r tŷ bach neu wneud golch.' (B, 75-79, Sir Benfro)

Mae rhai pobl wedi wynebu heriau gyda'r system o dariffau cymdeithasol am ddŵr, sy'n amrywio fesul darparwr. Y llynedd, helpodd dîm Cyngor Age Cymru fenyw a oedd wedi bod ar dariff cymdeithasol Hafren Dyfrdwy o £25 y mis, ond ar ôl symud i ffwrdd o ddalgylch Hafren Dyfrdwy doedd hi ddim yn gymwys ar gyfer tariff cymdeithasol Dŵr Cymru. Gofynnodd i Age Cymru am help gyda'i dyled gynyddol.

Yn olaf, soniodd nifer o ymatebwyr am lygredd, gan ddweud ei bod hi'n annheg bod cwmnioedd dŵr yn codi prisiau uchel ar adeg pan gafodd yr afonydd a'r moroedd yng Nghymru eu llygri'n wael gan garthion gafodd eu gollwng gan rhai cwmnioedd dŵr.

'Mae ein hafonydd yn cael eu llygru'n ofnadwy, yn aml gan (cwmni dŵr) sydd methu rheoli'r sefyllfa' (B, 75-79, Sir Benfro)

Dadansoddiad

Mae'n hawdd gweld pam mae biliau dŵr yn peri cymaint o ofid i bobl yn yr arolwg eleni. Mae Dŵr Cymru a Hafren Dyfrdwy wedi codi eu prisiau'n sylweddol yn ystod y blynyddoedd diwethaf, er eu bod nhw wedi gwneud hyn mewn ffyrdd gwahanol:

Newidiadau i filiau cyfartalog aelwydydd yng Nghymru, 2022-27

	Dŵr Cymru Welsh Water	Hafren Dyfrdwy
2022-23	+ 0.1%	+ 5.7%
2023-24	+ 2.9%	+ 12.4%
2024-25	- 0.1-1.3% ¹²	+ 19.5%
2025-26	+ 27.0%	+ 14.2%
2026-27	+ 4.8%	+ 5.8%

Ffynonellau: [Bills-Table-Feb-2022.jpg \(2000×1414\)](#); [Cost of living: Welsh Water bill is the second highest - BBC News](#); [Welsh Water bills to fall from April | Dŵr Cymru Welsh Water](#); [Your bill 2025 | Dŵr Cymru Welsh Water](#); [Average Welsh Water bill to increase by 4.8% in 2026-27 | Dŵr Cymru Welsh Water](#); [Bills-Table-Feb-2022.jpg \(2000×1414\)](#); [Cost of living: Welsh Water bill is the second highest - BBC News](#); [hd-statement-of-significant-changes-household-2024-25.pdf](#); [hd-statement-of-significant-changes-2025-26-hh.pdf](#); [hd-statement-of-significant-changes-hh-2026-27.pdf](#).

Cyfeiriodd y ddau gwmni at y prisiau cynyddol yn 2024, gan ddweud bod angen iddyn nhw wneud gwelliannau sylweddol i'r gwasanaeth rhwng 2025-2030.¹³ Ym mis Gorffennaf 2026, dywedodd Prif Weithredwr Dŵr Cymru mai'r 'unig arian sydd gennym ni... yw biliau'r cwsmeriaid (...) Mae rhagor o fuddsoddiad yn golygu cymryd arian o'r biliau a'i ddefnyddio i atgyweirio'r asedau.'¹⁴ Disgwylir bod y gwelliannau'n cynnwys gwydnwch y system carthion, cynnal a chadw cronfeydd dŵr a gwaith atal systemau gorlifo stormydd.

Dywedodd Hafren Dyfrdwy rhywbeth tebyg. Ym mis Mawrth 2026, dywedodd y cwmni bod biliau uwch yn angenrheidiol er mwyn 'gwella ansawdd a blas y dŵr, cryfhau pibellau a lleihau faint o ddŵr sy'n cael ei ollwng, diogelu afonydd a bywyd gwyllt lleol a chefnogi prosiectau cymunedau ym Mhowys a Wrecsam.'¹⁵

¹² Achoswyd y gostyngiad gan daliadau cosb Dŵr Cymru Welsh Water oherwydd eu bod nhw wedi methu cyrraedd targedau Ofwat. Cafodd y taliadau cosb eu dychwelyd at ddefnyddwyr drwy ostyngiad ar eu biliau.

¹³ Ymchwil y Senedd, 'Biliau dŵr ar gynnydd: pa gymorth sydd ar gael i gwsmeriaid?' (28 Ebrill 2025), <https://ymchwil.senedd.cymru/erthyglau-ymchwil/biliau-dwr-ar-gynnydd-pa-gymorth-sydd-ar-gael-i-gwsmeriaid/>.

¹⁴ Huw Thomas, 'Pay more for your water bill or wait longer for a better service - new boss' (6 Gorffennaf 2026), <https://www.bbc.co.uk/news/articles/cy73j385l82o>.

¹⁵ Lou Moir, 'Hafren Dyfrdwy boss explains latest water bills', [MyWelshpool.co.uk](https://www.mywelshpool.co.uk/viewerfeatures/articleId/29218/COLUMN%3A-Hafren%C2%A0Dyfrdwy-boss-explains-latest-water-bills) (24 Mawrth 2026), <https://www.mywelshpool.co.uk/viewerfeatures/articleId/29218/COLUMN%3A-Hafren%C2%A0Dyfrdwy-boss-explains-latest-water-bills>.

Mae hwn yn egluro'r cynnydd sydyn wnaeth effeithio ar y bobl hŷn wnaeth ymateb i'n harolwg. Ar ôl blynyddoedd o filiau sefydlog, roedd y cynnydd (yn enwedig y cynnydd o 27% ym miliau Dŵr Cymru yn 2025) yn ergyd i aelwyddydd.

'Dwi newydd gael fy mil dŵr ac mae'n 150 yn ddrytach na'r llynedd. Y dreth gyngor nesaf, ac yna biliau cyffredin. Sut gall unrhyw un fod yn siŵr?' (F, Blaenau Gwent)

Mae'r sefyllfa hon yn debyg i'r sefyllfa a ddisgrifiwyd yn yr adran flaenorol. Mae prisiau wedi codi, ond maen nhw wedi codi'n gyflym ac yn ddifrifol. Yn yr un modd â phrisiau tanwydd cynyddol, pobl sydd ar incwm sefydlog sy'n cael eu heffeithio fwyaf gan y sefyllfa anrhagweladwy, oherwydd nad oes cyfle iddyn nhw gynilo. Mae opsiynau cyfyngedig yn gorfodi pobl i wneud penderfyniadau byrbwyll, a gall hyn arwain at ecsbloetiaeth. Ym mis Gorffennaf, cafodd llinell gymorth Age Cymru eu galwad gyntaf am berson hŷn a gafodd eu targedi gan sgamiwr a oedd yn dynwared cwmni dŵr.

Mae natur sydyn y cynnydd mewn biliau dŵr a'r rhesymeg y tu ôl iddynt hefyd yn codi cwestiynau am y ffordd y mae dŵr yn cael ei reoli yng Nghymru, sy'n awgrymu bod y seilwaith dŵr wedi cael ei gynnal yn wael yn ystod y blynyddoedd diwethaf. Mae yna bryder bod y tebygolrwydd cynyddol o dywydd eithafol o ganlyniad i newid yn yr hinsawdd yn rhoi mwy o bwysau ar y system ddŵr, ac mae angen cynllunio ychwanegol yn y tymor hir er mwyn osgoi cynnydd prisiau sydyn yn y dyfodol.¹⁶

Sylw

Mewn rhai ffyrdd, mae'r sefyllfa gyda biliau dŵr yn adlewyrchu sefyllfa biliau tanwydd: mae cynnydd sydyn mewn costau yn ergyd i nifer fawr o bobl hŷn, gan effeithio ar eu hincwm sefydlog a'u cynilion nes bod Pensiwn y Wladwriaeth yn dal i fyny. Fodd bynnag, nid yw biliau dŵr yn cael eu heffeithio cymaint gan ddigwyddiadau geowleidyddol â phrisiau tanwydd, ac maen nhw'n cael eu rheoli i raddau helaeth gan y ddau gwmni sy'n rheoli dŵr yng Nghymru. Mae hyn yn golygu bod mwy o gapasiti i Lywodraeth Cymru a'r DU ymateb i faterion sy'n ymwneud â chyflenwad dŵr a phrisio.

Gallai llunwyr polisi ymateb mewn nifer o ffyrdd. Un ffordd fyddai darparu cefnogaeth tymor byr i bobl hŷn sy'n cael eu heffeithio gan brisiau uwch, neu gan anhygyrchedd y cymorth presennol (e.e. tariffau cymdeithasol). Dylid ategu hyn, yn yr un modd â phrisiau tanwydd, gan fesurau tymor hir i ddiogelu pobl rhag prisiau cynyddol yn y dyfodol, gan gynnwys trwy orfodi cwmnïau dŵr i gynnal seilwaith yn fwy cynaliadwy. Byddai hyn yn osgoi'r angen am gynnydd sydyn mewn prisiau i

¹⁶ National Infrastructure Commission Wales, 'Water sector infrastructure insights: State of Play and Future Challenges' (2026), <https://nationalinfrastructurecommission.wales/wp-content/uploads/2026/03/Water-Sector-Infrastructure-Insights.pdf>.

dalw am werth flynyddoedd o gynnal a chadw. Byddai hyn hefyd yn helpu seilwaith dŵr yng Nghymru i ddatblygu gwytnwch i ergydion fel hyn yn y dyfodol a achosir gan newid yn yr hinsawdd.

Dylai cwmnïau dŵr wneud llawer mwy i sicrhau bod cwsmeriaid hŷn yn gwybod pa gymorth sydd ar gael a sut i gael gafael arno. Ni all pobl elwa o gynlluniau neu opsiynau nad ydyn nhw'n gwybod amdanynt. Ochr yn ochr â thariffau cymdeithasol, gall llawer o aelwydydd - yn enwedig y rhai sy'n cynnwys un person hŷn - elwa o osod mesurydd dŵr neu Dâl Mesuredig Asesedig. Lle mae'n amlwg y byddai cwsmer yn talu llai trwy opsiwn gwahanol, dylai darparwyr eu symud i'r cynllun â thâl is yn awtomatig lle bynnag y bo modd.

Argymhellion polisi

- Dylai Llywodraeth y DU osod uchafswm y gall biliau dŵr gynyddu bob blwyddyn, i atal cynnydd sydyn mewn prisiau ac i annog darparwyr dŵr i godi'r prisiau'n araf bach.
- Dylai Llywodraeth y DU gyflwyno Tariff Cymdeithasol Cenedlaethol ar ddŵr ledled Cymru a Lloegr, gan roi terfyn ar y gwahaniaethau sylweddol mewn tariffau cymdeithasol rhwng gwahanol ddarparwyr dŵr.
- Dylai Llywodraeth y DU a Chymru osod dyletswydd ar gwmnïau dŵr i hysbysu cwsmeriaid hŷn o'r opsiynau rhataf sydd ar gael ar gyfer talu am ddŵr – p'un a ydynt yn debygol o elwa o osod mesurydd dŵr, Tâl Mesuredig Asesedig (AMC), tariff cymdeithasol neu gymorth arall – a lle bynnag y bo modd, eu gosod ar yr opsiynau hyn yn awtomatig.

Gofal

Mae 'costau gofal' yn cwmpasu llawer o wahanol fathau o dreuliau. Gallai hyn fod y costau cynyddol o ddydd i ddydd os oes angen gofal arnoch neu os ydych chi'n gofalu am berson arall, gan gynnwys biliau bwyd, trafndiaeth, costau ynni (a allai fod yn uwch na'r arfer e.e. os oes angen i chi gadw'r gwres ymlaen am gyfnodau estynedig o amser), teleofal, glanhau'r cartref a chostau golchi dillad. Gall hefyd gynnwys talu am ofal cymdeithasol yn breifat neu dalu costau ychwanegol ar gyfer gofal preswyl.

Nododd 29% o'r rhai a gwblhaodd arolwg blynyddol 2026 eu bod nhw'n ofalwyr di-dâl, er bod disgwyl i'r gwir gyfanswm fod yn uwch, gan fod tystiolaeth anecdotaidd yn awgrymu nad yw llawer o bobl hŷn sy'n gofalu am berthynas neu ffrind yn ystyried eu hunain yn 'ofalwyr', mewn unrhyw ystyr ffurfiol. Roedd dwy ran o dair o'r gofalwyr di-dâl yn yr arolwg yn fenywod, ac roedd 77% yn 65 oed neu'n hŷn.

O'r rhain, dywedodd 57% bod gofalu'n her, yn aml oherwydd pwysau ariannol. Dim ond 5% o'r gofalwyr hunan-nodedig yn yr arolwg eleni oedd hefyd yn derbyn Lwfans Gofalwr i helpu gyda chostau o ddydd i ddydd. Nid oedd y rhai a oedd yn gymwys i gael Lwfans Gofalwr bob amser yn hapus â'r hyn a gawsant:

'Mae lwfans gofalwyr yn sarhad. Sut ydych chi i fod i fyw arno? Mae gofalwyr yn arbed biliynau o bunnoedd i'r Gwasanaethau Cymdeithasol. Dylem i gyd gael cyflog byw addas. Dim gwyliau, dim amser bant, dim cyfle i wella'n iawn pan fyddwch chi'n sâl. Bob amser yn meddwl am eraill cyn meddwl am eich hun.' (G, 65-69, Torfaen)

Dywedodd 16% o bobl wrthym eu bod wedi ceisio cael help gan ofal cymdeithasol dros y deuddeg mis diwethaf, ac roedd angen i 40% gyfrannu at gostau. Roedd y mwyafrif yn teimlo bod y system codi tâl yng Nghymru yn deg, os yn anodd ei deall. Dim ond 28% o'r bobl a oedd yn defnyddio gwasanaethau gofal cymdeithasol oedd yn ei chael hi'n hawdd deall y trefniadau talu.

'Mae cyfradd safonol yng Nghymru yn hael iawn - £100 yr wythnos waeth beth fo'u hanghenion. Fel arall, nid yw strwythur ffioedd yn gwneud unrhyw synnwyr o gwbl. Dim cost yn yr hosbis, £100 o dreuliau personol drwy'r awdurdod lleol neu £1,481 mewn canolfan dementia breifat a dderbyniodd £224 o dreuliau personol ychwanegol gan y GIG fel gofal nyrsio a ariennir.' (dienw, Gwynedd)

Mae hyn yn codi rhywfaint o bryder ynghylch hygyrchedd. Os yw pobl yn cael trafferth deall y trefniadau talu ar gyfer gofal cymdeithasol, neu os nad ydynt yn derbyn gwybodaeth glir gan awdurdodau lleol, efallai na fyddwn nhw'n gwneud cais o gwbl.

'Dim byd yn cael ei esbonio. Rwyf wedi delio â phrofwyr modd cyngor lleol yn y gorffennol ar gyfer fy mam. Dydyn nhw ddim yn deall y byd o gwbl, yn fy marn i. Felly, wnaethon ni ddim trafferthu, gan ein bod ni'n disgwyl canlyniad negyddol ac yn sicr ddim yn teimlo'n hyderus i geisio'r pethau sydd eu hangen arnaf mewn gwirionedd.' (B, 65-69, Sir y Fflint)

Mater cysylltiedig yw'r diffyg cyfathrebu ynghylch costau gofal cymdeithasol, yn enwedig lle mae gofal wedi'i gcontractio'n allanol gan awdurdodau lleol. Yn ddiweddar, derbyniodd gwasanaeth Cyngor Age Cymru alwad gan rywun sy'n byw mewn tai cymdeithasol y mae ei gostau teleofal wedi neidio o £2 yr wythnos i o leiaf £30 y mis. Cymerodd sawl wythnos i nodi pwy oedd yn gyfrifol am gostau teleofal, pam eu bod yn codi'r pris mor ddramatig, a beth y gellid ei wneud. Fel y darganfuom, roedd llawer o'r dryswch yn deillio o'r newid mewn cyllid teleofal a systemau nad oedd wedi'u cyfathrebu'n glir gan y darparwr teleofal na'r landlord cymdeithasol.

Roedd cost gofal preswyl yn fater cyffredin a soniwyd amdano gan ymatebwyr, yn enwedig y rhai a oedd yn talu ffioedd cartrefi gofal eu hun.

'Mae ffioedd cartrefi gofal yn £7000 y mis.' (B, 75-79, Abertawe)

Mewn rhai achosion, roedd ffioedd cartrefi gofal yn cael eu talu gan yr awdurdod lleol ac yna'n cael eu 'ychwanegu' gan berthnasau preswlydd y cartref gofal. Mae gan bob awdurdod lleol derfyn ar gost wythnosol lleoliadau gofal preswyl y byddant yn eu talu, sy'n aml ddim yn cyfateb i gost y farchnad. Mewn achosion o'r fath, gellir gofyn am 'ychwanegiad' i dalu'r gwahaniaeth gan ffrindiau a theulu. Dydy hyn ddim yn golygu bod fawr o ddewis go iawn: mae ffrind neu aelod o'r teulu'n symud i leoliad anghyfarwydd ymhellach i ffwrdd, neu rywle nad yw ansawdd y gofal yn dda. Er y gall y system hon roi mwy o ddewis i bobl dros gartrefi gofal, gall hefyd olygu eu bod yn cael eu gorfodi i dalu ffioedd ychwanegol neu wynebu heriau a thrafferthion ychwanegol:

'Daeth rhywun ataf a dweud, oni bai fy mod yn cyfrannu £150 yr wythnos at ffioedd cartref nyrsio fy ngŵr allan o'm unig incwm (fy Mhensiwn y Wladwriaeth), y byddai'n cael ei symud i ochr arall Abertawe. Byddai hyn yn amharu ar ei ofal a'm gallu i ymweld ag e.' (B, 75-79, Abertawe)

Mae hyn yn unol â phroblemau hirdymor y mae Age Cymru wedi'u hwynebu ynghylch y 'loteri cod post' canfyddedig o gostau cartrefi gofal, gyda ffioedd a systemau costau atodol yn amrywio'n ddramatig yn ôl lleoliad.

Dadansoddiad

Mae'r rhan fwyaf o'r materion a godwyd gan ofalwyr di-dâl yn yr arolwg blynyddol yn gysylltiedig naill ai gyda chostau o ddydd i ddydd neu anawsterau corfforol ac emosiynol gofal.

Mae'r costau gofal uchel o ddydd i ddydd yn rhannol gysylltiedig â thueddiadau ehangach mewn costau byw, lle mae prisiau cynyddol cyfleustodau a nwyddau defnyddwyr yn cyfyngu ar allu pobl hŷn i fyw'n ddiogel a chysurus. Mae'r tueddiadau hyn yn tueddu i effeithio'n bennaf ar ofalwyr di-dâl, gan fod gofalu am rywun yn achosi llawer o gostau ychwanegol a'r gofalwyr eu hunain yn aml yw'r unig berson sy'n ennill incwm yn eu cartref. Dangosodd yr arolwg fod 35% o ofalwyr di-dâl wedi lleihau eu bil bwyd yn y flwyddyn ddiwethaf i leihau costau, tra bod 14% wedi lleihau eu cynilion ymddeol. Mae Gofalwyr Cymru, yn y cyfamser, wedi amcangyfrif bod tua 311,000 o ofalwyr di-dâl yng Nghymru, y rhan fwyaf ohonynt yn bobl hŷn. O'r rhain, credir bod tua thraean yn byw mewn tldi.¹⁷ Mae ymchwil arall yn dangos bod tua 55% o ofalwyr yng Nghymru dros 55 oed. Mae gofalwyr di-dâl yn fwy tebygol o fod yn fenywod, yn hŷn ac yn byw mewn cymunedau mwy difreintiedig.¹⁸

Mae'r cymorth sydd ar gael i ofalwyr yn gyfyngedig. Mae'r defnydd o Lwfans Gofalwr yn isel, hyd yn oed os ydyn ni'n cynnwys yr her o ran meini prawf cymhwysedd. Pryder Age Cymru yw nad oes digon o bobl yn gwybod bod cymorth ar gael neu eu bod yn cael eu rhwystro gan gymhlethdod y cais. Mae'r mater o bobl nad ydynt yn gweld eu hunain fel gofalwyr hefyd yn rhwystr. Efallai bod cwrmpas erlyniadau sy'n gysylltiedig â Lwfans Gofalwr hefyd wedi atal pobl rhag hawlio. Mewn rhai achosion, nid oedd pobl y mae eu henillion yn newid o wythnos i wythnos bellach yn gymwys ar gyfer y taliad, ond gwnaethon nhw ddarganfod hynny ar ôl cronni gwerth miloedd o bunnoedd o ordaliadau.

Mae llawer o bobl hŷn a'u teuluoedd yn dweud wrthym nad ydyn nhw'n gyfarwydd â'r trefniadau codi tâl gofal cymdeithasol sy'n bodoli yng Nghymru nes bod angen iddynt gael mynediad at wasanaethau gofal a chymorth. Mae hyn yn aml yn digwydd yn ystod cyfnodau o newid sylweddol neu argyfwng, pan fydd pobl eisoes o dan bwysau ac yn ceisio llywio penderfyniadau anodd. O ganlyniad, gall fod ansicrwydd ynghylch pa gymorth sydd ar gael, pwy sy'n gyfrifol am ariannu gwahanol agweddau ar ofal, a pha gostau y gellir disgwyl i unigolion eu bodloni.

Os oes gennych incwm gwario, neu gynilion a buddsoddiadau dros £24,000 (ac eithrio gwerth eich cartref), efallai y bydd angen i chi gyfrannu at eich costau gofal

¹⁷ WPI Economics/Gofalwyr Cymru, 'Tldi a chaledi ariannol gofalwyr di-dâl yng Nghymru' (Medi 2024), https://www.carersuk.org/media/bvdg2fvh/poverty-and-financial-hardship-of-unpaid-carers-in-wales_web.pdf.

¹⁸ Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru, 'Deall Poblogaeth Cymru sy'n Heneiddio: Ystadegau Allweddol' (Mawrth, 2026). Ar gael yma: Understanding-Wales-Ageing-Population-Key-Statistics-2026.pdf [cyrchwyd 3 Medi 2026].

cymdeithasol amhreswyl. Mae Llywodraeth Cymru yn gosod cap wythnosol o £100 ar y ffioedd gofal cymdeithasol hyn.¹⁹ Mae'r polisi hwn yn helpu i ddarparu sicrwydd ariannol unwaith y bydd pobl yn ymwybodol ac yn deall y terfyn hwn.

Mae'r system gofal preswyl yng Nghymru wedi'i rhannu rhwng awdurdodau lleol a darparwyr preifat. Ym mis Ebrill 2026, y ffi fisol gyfartalog ar gyfer cartref gofal preswyl yng Nghymru oedd £5,009, o'i gymharu â £6,041 ar gyfer cartrefi nyrsio mwy arbenigol.²⁰ Ar hyn o bryd, os oes gennych gyfalaf gwerth dros £50,000, rhaid i chi hunan-ariannu ffioedd cartrefi gofal yn gyfan gwbl.²¹ Os yw'ch cyfalaf yn is na'r trothwy hwn, bydd yr awdurdod lleol yn cyfrannu tuag at ffioedd, gyda'r swm yn dibynnu ar eich incwm. Rhaid i awdurdodau lleol adael o leiaf £46.35 yr wythnos i bob preswylydd cartref gofal at ddefnydd personol.

Mae ffioedd cartrefi gofal yn amrywio'n sylweddol yn ôl lleoliad a'r math o ofal sydd ei angen. Mae argaeledd cartrefi gofal hefyd yn broblem, sy'n effeithio ar gost. Mae gan y rhai sy'n byw mewn ardaloedd â llai o gartrefi llai o ddewis, sy'n golygu y gallai fod yn ofynnol iddynt dalu ffioedd uwch nag sydd ei angen oherwydd diffyg dewisiadau amgen. Mae'r un peth yn berthnasol i ffioedd ychwanegol a chael eu gorfodi gan ddiffyg argaeledd i dderbyn cartrefi sy'n codi ffioedd ychwanegol uchel.

Sylwad

Mae costau gofal yn fater cymhleth, sy'n cwmpasu ystod o dreuliau gwahanol o filiau bwyd o ddydd i ddydd i ffioedd cartrefi gofal. Serch hynny, yn seiliedig ar y dadansoddiad hwn o ymatebion arolwg blynyddol, gallwn ganfod nifer o bryderon allweddol.

Y cyntaf yw'r pwysau ar ofalwyr di-dâl oherwydd costau byw uwch, oherwydd y costau sy'n gysylltiedig â gofal a'r anhawster o gynnal incwm wrth ofalu. Yn ogystal â newidiadau ehangach i ddiogelu pobl hŷn rhag cynnydd prisiau sydyn (fel y trafodwyd uchod), bydd mynd i'r afael â'r mater hwn hefyd yn gofyn am ddull sy'n targedu o fanteisio budd-daliadau a hawliau allweddol, yn bennaf Lwfans Gofalwr. Rhaid cyd-fynd ag ymgyrchoedd i ehangu dealltwriaeth pobl o beth yw 'gofalwr', gan sicrhau bod pobl yn deall bod ganddyn nhw statws gofalwr eu hunain a'r cymorth sydd ar gael iddynt.

Yr ail yw cymhlethdod talu am ofal cymdeithasol. Er bod y system o dalu am ofal cymdeithasol awdurdodau lleol yn gymharol syml, mae'n aml yn cael ei gyfathrebu'n wael, gan arwain at amharodrwydd i ymgysylltu. Yn yr un modd, gall

¹⁹ Llywodraeth Cymru, 'Codi tâl am ofal cymdeithasol' (cyrchwyd 6 Awst 2026), <https://www.gov.wales/charging-social-care>.

²⁰ Sarah Munson, 'Talu am gartref gofal yng Nghymru: 2026', *carehome.co.uk* (20 Ebrill 2026), <https://www.carehome.co.uk/advice/care-home-funding-in-wales>.

²¹ Llywodraeth Cymru, 'Codi tâl am ofal cymdeithasol' (cyrchwyd 6 Awst 2026), <https://www.gov.wales/charging-social-care>.

agweddau ar ofal cymdeithasol sydd wedi'u hallanoli o'r awdurdod lleol i ddarparwyr eraill (fel yn achos teleofal tai cymdeithasol) ymddangos yn gymhleth, yn enwedig os ydynt yn cael eu cyfathrebu'n wael. Mae hyn yn lleihau'r defnydd o ofal cymdeithasol yn rhagor, gan gynyddu costau i ofalwyr ac unigolion di-dâl a'u gwthio ymhellach tuag at ofal preswyl neu hyd yn oed ysbyty.

Mae gofal preswyl yn ddarlun cymysg ledled Cymru. Er bod y system dalu yn syml, mae'r amrywiad mewn argaeledd cartrefi gofal ledled y wlad yn golygu bod rhai pobl yn wynebu pwysau ariannol llawer mwy nag eraill oherwydd diffyg dewis.

Argymhellion polisi

- Dylai Llywodraeth y DU roi terfyn ar gynnal natur ansefydlog Lwfans Gofalwyr lle mae gofalwyr yn colli eu hawl os yw eu cyflog yn fwy na'r trothwy enillion, hyd yn oed o swm bach, drwy gyflwyno systemau amgen.
- Dylai gwasanaethau cynghori awdurdodau lleol gael adnoddau digonol i adnabod pobl hŷn a gofalwyr di-dâl a allai fod yn colli cymorth ariannol yn rhagweithiol, a'u helpu i gael mynediad at fudd-daliadau, cymorth costau gofal a hawliau.
- Mae angen i bob awdurdod lleol yng Nghymru wneud yn siŵr eu bod yn cymhwyso canllawiau codi tâl tecach ar ofal cymdeithasol yn deg ac yn gyson. Mae hyn yn cynnwys codi tâl mewn perthynas â ffioedd ychwanegol cartrefi gofal: dylai pobl gael dewis gwirioneddol o gartrefi gofal a pheidio â chael eu gorfodi i dalu ffioedd ychwanegol i gyflawni hyn.
- Lle mae gofal cymdeithasol wedi'i gcontractio'n allanol i ddarparwyr preifat, rhaid cynnal safonau trwyadl i sicrhau bod pob newid i godi tâl a darpariaeth gofal cymdeithasol yn cael ei gyfathrebu'n glir i bob defnyddiwr, trwy ddulliau all-lein ac ar-lein.
- Yn y tymor hir, dylai Llywodraeth Cymru fynd ar drywydd system lle mae gwasanaethau gofal cymdeithasol yn cael eu darparu am ddim ar y pwynt defnydd, fel gwasanaethau'r GIG. Byddai hyn yn sicrhau bod gofal ar gael i bawb ac yn lledaenu cost gwasanaethau ar draws y cenedlaethau, yn hytrach na disgyn ar y bobl hynny sy'n datblygu anghenion gofal.

Band eang

Mae band eang wedi'i gynnwys yn yr adroddiad hwn oherwydd, i'r mwyafrif o bobl, mae mynediad i'r rhyngwrwd yn angenrheidiol - gan gynnwys ar gyfer gwaith, cyrchu gwybodaeth, cyfathrebu â ffrindiau a theulu, bancio, trefnu gofal, archebu trafndiaeth a mwy. Er bod Age Cymru yn cefnogi'r bobl hŷn hynny nad oes ganddynt fynediad i'r rhyngwrwd gartref (gan gynnwys trwy eiriolaeth, ymgyrchu a darparu hyfforddiant ymarferol drwy ein partneriaid lleol), rydym hefyd yn cydnabod bod llawer o bobl hŷn yn gwneud hynny, a bod band eang yn gost byw reolaidd iddyn nhw.²²

Ar y cyfan, nid oedd gan ymatebwyr yr arolwg fawr ddim i'w ddweud am gostau band eang. Roedd nifer fach yn teimlo bod band eang yn ddrud, er eu bod yn canmol ansawdd y gwasanaeth.

'Mae band eang yn ddrud ond mae teledu a ffôn yn golygu ei fod yn hanfodol.' (B, 80-84, Caerdydd)

'Cyflymder band eang gweddol ond yn gynyddol ddrud.' (G, 70-74, Ceredigion)

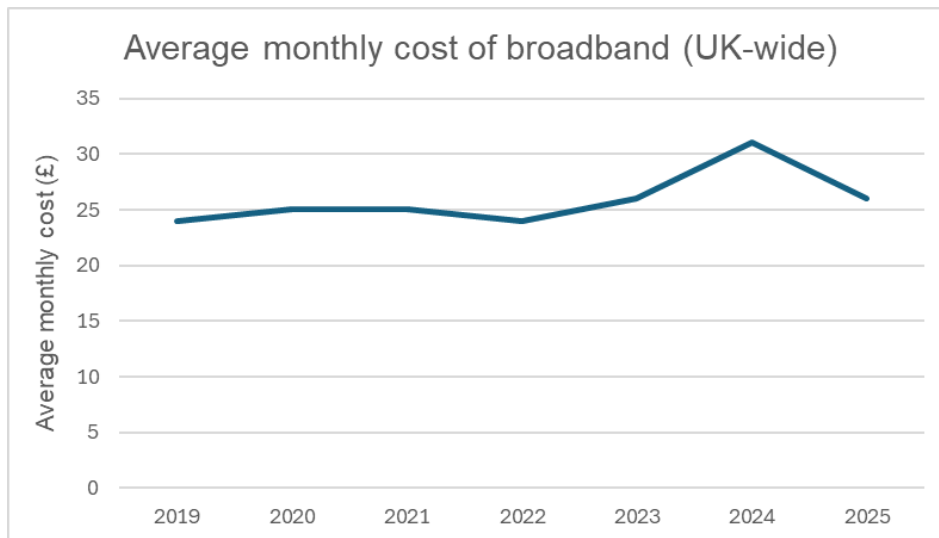
Awgrymodd rhai, gan fod band eang wedi dod yn gost byw fel tanwydd neu ddŵr, y dylai fod rhagor o dariffau llai ar gael yn seiliedig ar angen.

'Nid yw'r rhyngwrwd yn eitem foethus mwyach, mae'n angenrheidrwydd i fyw bywyd cynhwysol. Dylid darparu mynediad i'r rhyngwrwd i'r henoed trwy fand eang neu [...] 5G neu debyg i'w galluogi i gael mynediad i'r rhyngwrwd heb fawr o gost neu ddim cost.' (G, 65-69, Gwynedd)

Dadansoddiad

Yr hyn sy'n amlwg ar unwaith o'r sylwadau ar gostau band eang yw nad oes unrhyw deimlad o ergydion ariannol sydyn. Mae'r data ar brisiau band eang cyfartalog yn cefnogi hyn, gan ddangos sefydlogrwydd rhyfeddol yn ystod y blynyddoedd diwethaf:

²² Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru, 'Dim Mynediad: Profiadau pobl hŷn o allgáu digidol yng Nghymru (2024), <https://olderpeople.wales/wp-content/uploads/2024/01/Access-Denied-Older-peoples-experiences-of-digital-exclusion-in-Wales.pdf>.



Ffynonellau: <https://www.uswitch.com/broadband/studies/broadband-statistics/?msocid=2939ea793d486ba03f6af99f3c706a51>

Wrth gwrs, mae costau band eang yn amrywio gan ddibynnu ar y darparwr, cyflymder y gwasanaeth ac isadeiledd lleol. Yn aml, mae ardaloedd gwledig yn talu prisiau uwch. Ond yn gyffredinol, mae yna sefydlogrwydd wrth gymharu gyda chostau byw craidd eraill.

Yn hytrach na'r pris, y gwir ofid ydy'r drafodaeth ynghylch ydy band eang yn gost sydd wir yn 'osgoadwy' - yn enwedig i bobl hŷn. Mae yna dybiaeth nad oes angen mynediad i'r we ar bobl hŷn, neu fod ganddyn nhw ddim diddordeb yn y we. (Mae hwn yn esiampl o ragfarn oed digidol). Mae'r ansicrwydd hwn am ba mor hanfodol yw band eang yn golygu nad yw ymddygiad darparwyr band eang tuag at eu cwsmeriaid yn cael ei archwilio cymaint â darparwyr ynni neu ddŵr.

Rydyn ni'n gweld hyn gyda'r defnydd o becynnau o fargenion gan ddarparwyr band eang. Mae'r bargaenion yn cynnwys amrywiaeth o elfennau (er enghraifft Wi-Fi, contract ffonau symudol a gwasanaethau llinell dir), sy'n medru bod yn ddefnyddiol i rai cwsmeriaid, ond maen nhw'n faich diangen i eraill nad oes angen yr holl elfennau arnyn nhw.²³ Mae cwmnïau band eang hefyd wedi cael eu cyhuddo o gynnig dulliau cyfathrebu gwael â chwsmeriaid, methiant sy'n atal llawer o bobl rhag cwestiynu costau neu geisio newid darparwr. Mae tystiolaeth yn awgrymu bod camgyfathrebu o'r fath weithiau yn cael ei ddefnyddio fel tacteg fwriadol i gadw contractau. Ym mis Gorffennaf, dirwyodd Ofcom £28 miliwn i Virgin Media

²³ Independent Age, 'Surviving not living: The impact of persistently high household costs on older people living on a low income' (18 Tachwedd 2025), https://www.independentage.org/policy-and-research/surviving-not-living?_gl=1*1oluh5u*_up*MQ..*_ga*MTk0MTk5NTQzNS4xNzgXNzc1MTEz*_ga_TGBBW3PC3T*cZE3ODE3NzUxMTIkBzEkZzEkdDE3ODE3NzUxNjQkajgkbDAkaDA.

am gamdrin galwadau cwsmeriaid yn fwriadol, a thrwy hynny greu 'ymdrech, trafferth ac anhawster' afresymol a fyddai'n atal cwsmeriaid rhag mynd trwy'r broses hir o newid darparwyr.²⁴

Ar ben hynny, er bod gan y rhan fwyaf o ddarparwyr band eang dariffau cymdeithasol, mae ymwybyddiaeth y cyhoedd o'r rhain yn gyfyngedig. Canfu ymchwil gan Independent Age yn 2025 nad oedd 60% o bobl hŷn ar incwm is yn gwybod am dariffau cymdeithasol band eang.²⁵

Mae hyn yn awgrymu, er bod costau band eang yn weddol sefydlog, mae rhywfaint o ffordd i fynd cyn i fand eang gael ei gydnabod fel cost byw 'angenrheidiol'. Mae'r cwestiwn am yr angen am gysylltiad rhyngrwyd o ddydd i ddydd yn ddadl weithredol ledled y byd, gyda'n profiadau o gyfyngiadau Covid-19 yn golygu bod llawer o bobl yn gweld elfennau fel band eang fel cyfleustodau, yn hytrach na chynnyrch traul.²⁶

Hyd yn hyn nid oes llawer o gydnabyddiaeth ffurfiol o statws cyfleustodau yn y DU, gyda'r llywodraeth flaenorol yn datgan na fyddai'n dynodi band eang fel cyfleustod oherwydd byddai hyn yn golygu mwy o reoleiddio ac effaith negyddol bosib ar y farchnad band eang gystadleuol.²⁷ Er y gall hwn annog cwmnïau band eang i gynnig prisiau cystadleuol, mae hefyd yn diogelu cwmnïau rhag y lefel o graffu sy'n wynebu darparwyr cyfleustodau eraill. Mae hyn yn creu lle ar gyfer arferion busnes sy'n ecsbloetio, yn ogystal â llai o rwymedigaeth i gwmnïau gynnig cymorth uniongyrchol i gwsmeriaid incwm is trwy dariffau cymdeithasol.

Sylwad

Mae rhai gwahaniaethau sylweddol rhwng band eang a'r costau byw bob dydd eraill i bobl hŷn yng Nghymru. Y manteision yw bod prisiau band eang yn llai newidiol na chostau byw eraill, gan aros yn gymharol sefydlog yn ystod y blynyddoedd diwethaf tra bod costau craidd eraill wedi cynyddu'n ysbeidiol. Fodd bynnag, mae sefyllfa ansicr band eang fel costau byw 'angenrheidiol' yn golygu nad yw cwsmeriaid na darparwyr yn archwilio'r gwasanaeth yn yr un ffordd â chyfleustodau eraill, mwy diffiniedig.

²⁴ Ofcom, 'Ofcom fines Virgin Media £28m for repeatedly preventing customers from cancelling contracts' (8 Gorffennaf 2026), <https://www.ofcom.org.uk/phones-and-broadband/switching-provider/ofcom-fines-virgin-media-28m-for-repeatedly-preventing-customers-from-cancelling-contracts>.

²⁵ Independent Age, 'Surviving not living' (2025).

²⁶ Fforwm Economaidd y Byd, 'These are the places in the world where internet access is still an issue – and why' (5 Medi 2023), <https://www.weforum.org/stories/all/broadband-no-luxury-basic-necessity/>.

²⁷ Llywodraeth y DU, 'Broadband: Question for Department for Science, Innovation and Technology' (tabled on 13 Mawrth 2024), <https://questions-statements.parliament.uk/written-questions/detail/2024-03-13/18501>.

Yn syml, y rhagdybiaeth gyffredin yw bod dŵr ac ynni yn bethau angenrheidiol na ellir eu haltro ac y dylid helpu pobl i gael mynediad atynt. Mae hyn yn golygu gwasanaeth cwsmeriaid o ansawdd da, prisiau rhesymol a mynediad at dariffau cymdeithasol (dyna'r syniad beth bynnag). Nid yw'r angen am fand eang wedi'i ddiffinio mor glir, yn enwedig i bobl hŷn, sy'n golygu y gall darparwyr ymddwyn yn wael tuag at gwsmeriaid a bod llai o gymhelliant i hysbysebu tariffau cymdeithasol.

Mae dau ateb polisi yn deillio o hyn. Yn y tymor byr, mae'n bwysig bod pobl hŷn yn cael eu gwneud yn fwy ymwybodol o'u hawliau fel cwsmeriaid band eang, gan gynnwys yr hawl i adrodd am arferion busnes gwael ac i wneud cais am dariffau cymdeithasol. Yn y tymor hir, yr hyn sydd ei angen yw newid yn yr un ffordd â mynediad at danwydd, dŵr a gofal. Trwy newid sut rydym (neu sut mae gwneuthurwyr polisi) yn deall band eang, gallwn sicrhau bod ei ddarpariaeth yn golygu'r un ymdeimlad o rwymedigaeth gymdeithasol â chyfleustodau eraill.

Mae Llywodraeth Cymru wedi cydnabod fwyfwy bod cynhwysiant digidol yn dibynnu nid yn unig ar gysylltedd rhyngrwyd, ond hefyd ar fynediad at ddyfeisiau addas a'r sgiliau sydd eu hangen i'w defnyddio, gan gynnwys trwy ei gwaith ar y safon ofynnol ar gyfer bywyd digidol (MDLS).²⁸ Gyda mwy a mwy o wasanaethau hanfodol yn cael eu darparu ar-lein, dylid trin mynediad band eang fel cost byw hanfodol. Fodd bynnag, ni ddylai hyn ddod ar draul gwasanaethau all-lein hygyrch, o ansawdd uchel i'r rhai sydd eu hangen neu sy'n dewis eu defnyddio.

Argymhellion polisi

- Tymor Byr:
 - Dylai Llywodraeth Cymru weithio gyda phartneriaid trydydd sector a'r sector preifat i ehangu ymwybyddiaeth o dariffau cymdeithasol.
 - Dylai Llywodraeth Cymru a'r DU weithio gyda darparwyr band eang i leihau rhwystrau i gael mynediad at dariffau cymdeithasol, gan gynnwys trwy wiriadau cymhwysedd awtomatig a phrosesau cofrestru symlach. Dylai aelwydydd cymwys gael cynnig tariffau cymdeithasol yn ddiofyn, wrth gadw'r gallu i ddewis pecyn amgen os yw'n well ganddynt.
 - Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod gwiriadau ar gyfer cymhwysedd tariffau cymdeithasol yn cael eu hymgorffori'n rheolaidd mewn cyngor ar fudd-daliadau, gwasanaethau gwneud y mwyaf o incwm a rhaglenni cymorth awdurdodau lleol.
- Tymor Hir:

²⁸ Gellir gweld y casgliad o adroddiadau gan Lywodraeth Cymru ar yr Isafswm Safon Byw Ddigidol yma: [Towards a Welsh Minimum Digital Living Standard | GOV.WALES](#).

- Dylai Llywodraeth Cymru a'r DU ddefnyddio dull polisi cyson sy'n trin band eang fforddiadwy fel cyfleustodau hanfodol, gan gydnabod ei bwysigrwydd ar gyfer mynediad at wasanaethau cyhoeddus, cadw trefn ar gyllid, cynnal cysylltiadau cymdeithasol a chymryd rhan lawn mewn cymdeithas. Dylai hyn fod ochr yn ochr â darparu gwasanaethau all-lein hygyrch, o ansawdd uchel i'r rhai sydd eu hangen neu sy'n dewis eu defnyddio.

Casgliadau: cefnogi pobl hŷn mewn byd anrhagweladwy

Nod yr adroddiad hwn yw archwilio'r rhesymau y tu ôl i'r heriau sy'n ymwneud a chostau byw a nodwyd yn arolwg blynyddol 2026 – i sefydlu'r 'pam' y tu ôl i'r 'beth'. Ar ôl trafod canlyniadau'r arolwg sy'n ymwneud â phedair math o gostau cyffredin (tanwydd, dŵr, gofal a band eang) a'u gosod mewn cyd-destun ehangach, rydym wedi gweld naratif penodol sy'n torri ar draws gwahanol sectorau o'r economi, gan effeithio'n uniongyrchol ar fywydau pobl hŷn yng Nghymru.

Yn ganolog i'r naratif hwn mae anrhagweladwyedd. Mae'r blynyddoedd diwethaf wedi dangos pa mor fregus yw costau byw pan mae cynnydd prisiau sydyn, yn enwedig prisiau tanwydd, ond hefyd dŵr a Threth y Cyngor. Mae'r ergydion hyn wedi'u hachosi gan ystod o ffactorau, gan gynnwys Rhyfeloedd Iran a'r Wcráin, pandemig Covid-19 a newid yn yr hinsawdd. Maent hefyd wedi digwydd yn amlach ers 2020, gan greu ymdeimlad parhaus o ansicrwydd ynghylch dyfodol ariannol nifer o bobl. Mae hyn yn golygu fod llawer o bobl yn ansicr a fyddant yn gallu talu am y flwyddyn i ddod.

'Rwy'n poeni am gynnydd annisgwyl mewn costau biliau, yn enwedig o ganlyniad i ryfel Trump ag Iran.' (B, 65-69, Conwy)

Yr unig gost sy'n ymddangos yn groes i'r duedd hon yw band eang, sydd wedi aros yn gymharol sefydlog dros y blynyddoedd diwethaf. Gall hyn fod yn rhannol oherwydd ei fod yn cael ei ystyried fel nwyddau traul, ynghyd â lefel uchel o gystadleuaeth yn y farchnad rhwng darparwyr, sy'n cadw prisiau i lawr. Fodd bynnag, fel y gwelsom, mae statws band eang fel nwyddau traul – yn hytrach na chyfleustodau fel ynni neu ddŵr – hefyd wedi arwain at reoleiddio gwannach a diffyg ymwybyddiaeth ynghylch tariffau cymdeithasol.

Mae hyn yn arwain at agwedd arall ar y naratif sy'n dod i'r amlwg o'r arolwg: annigonolrwydd y rhwydi diogelwch presennol i'r rhai yr effeithir arnynt gan brisiau cynyddol. Mae hyn yn rhannol yn broblem gyda'r system fudd-daliadau, gan nad yw llawer o bobl hŷn yn ymwybodol o'u cymhwysedd i gael budd-daliadau penodol, neu dydyn nhw ddim yn fodlon gwneud cais amdanynt. Nid oes digon o bobl yn gwneud cais am Gredyd Pensiwn, Budd-dal Tai a Gostyngiad Treth y Cyngor, ac mae canlyniadau'r arolwg hefyd yn awgrymu bod Lwfans Gofalwyr yn parhau i gael ei danddefnyddio gan ofalwyr hŷn di-dâl.

Mae tariffau cymdeithasol yn ffynhonnell arall o gymorth posibl nad yw'n cael ei ddefnyddio'n ddigonol gan bobl hŷn, neu sy'n amrywio'n sylweddol yn ôl cyflenwr. Mae ymchwil yn dangos nad yw llawer o bobl yn ymwybodol o dariffau cymdeithasol, ac mewn rhai achosion nid yw'r tariffau yn diwallu anghenion pobl, fel yn achos yr unigolyn wnaeth alw'r llinell gyngor oherwydd eu bod wedi newid

darparwyr dŵr a darganfod nad oedden nhw'n gymwys ar gyfer tariff cymdeithasol eu darparwr newydd.

Edrych ymlaen i'r dyfodol

Mae'r adroddiad hwn wedi cynnig ystod o argymhellion polisi sydd wedi'u cynllunio i amddiffyn pobl hŷn rhag cynnydd prisiau sydyn ac i adeiladu gwytnwch i ansicrwydd cynyddol costau byw.

Mae digwyddiadau'r chwe blynedd diwethaf yn awgrymu bod anrhagweladwyedd prisiau yn annhebygol o ddiflannu'n fuan. Ers 2020, mae pobl hŷn yng Nghymru wedi gweld costau tanwydd, dŵr, gofal a band eang yn cynyddu, yn aml heb fawr o rybudd. Mae newidiadau i gostau byw craidd hefyd yn effeithio ar brisiau ehangach: er enghraifft, bydd cost uwch olew, a chyfnodau o wres difrifol yn 2026 yn debygol o arwain at brisiau bwyd uwch yn yr hydref.²⁹ Mae bywyd yn mynd yn ddrytach, ac mewn ffyrdd anrhagweladwy. Ar ben hynny, nid oes fawr ddim y gall Llywodraeth Cymru neu'r DU ei wneud i atal achosion sylfaenol y costau cynyddol hyn oherwydd eu bod nhw'n rhan o economi sy'n globaleiddio sy'n cael ei effeithio gan ddigwyddiadau geowleidyddol a hinsoddol.

Wrth ystyried y cyfyngiad hwn, mae'r adroddiad hwn wedi ystyried yr hyn y gall llunwyr polisi yng Nghymru (ac, i raddau llai, San Steffan) ei wneud yn realistig i gefnogi pobl hŷn mewn economi fyd-eang fwy ansicr. Yn y tymor byr, mae wedi dadlau bod yn rhaid i bobl gael eu hinswleiddio'n well rhag prisiau cynyddol tymor byr. Gallai cyflawni hyn olygu datblygu system budd-daliadau mwy symlach, wedi'i thargedu, ehangu rhaglen cartrefi cynnes Nyth neu sefydlu Tariff Cymdeithasol Cenedlaethol ar gyfer dŵr. Fodd bynnag, rhaid hefyd fod strategaeth hirdymor i fynd i'r afael â'r anrhagweladwyedd cynhenid sydd wedi'i adeiladu yn ein system economaidd, er mwyn sicrhau nad yw sylfeini bywyd da yn cael eu tynnu i ffwrdd yn sydyn.

Efallai mai economi annibynadwy fydd gennym ni yn y dyfodol, ond mae yna ffyrdd gall wneuthurwyr polisi addasu. Trwy ddysgu sut i lywio ansicrwydd o'r fath, efallai y byddwn yn gallu lleihau effaith prisiau cynyddol sydyn a pharhau i helpu pobl hŷn i fyw bywydau hapus ac iach yn y dyfodol.

²⁹ Uned Wybodaeth Ynni a'r Hinsawdd, 'Food prices set to rise by 50% since start of cost-of-living crisis, new analysis shows' (4 Mai 2026), <https://eciu.net/media/press-releases/food-prices-set-to-rise-by-50-since-start-of-cost-of-living-crisis-new-analysis-shows>.

Cysylltwch â ni

Age Cymru
Tŷ Mariners
Llys Trident
Heol East Moors
Caerdydd, CF24 5TD

Rhif ffôn: 029 2043 1555
E-bost: policy@agecymru.org.uk
www.agecymru.cymru