

**Chwarae
Teg** 



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

JYGLO CYSON O DDYDD I DDYDD!



**Gofal Plant ac Addysgu
Gartref yn ystod y
Cyfnod Clo Cyntaf**

**DR HADE TURKMEN
MAI 2021**

Cynnwys

1. Cyflwyniad **3**
2. Methodoleg **4**
3. Pandemig yn ôl Rhywedd **5**
4. Rhianta ac Addysgu Gartref yn ystod Argyfwng Covid-19 **10**
5. Casgliad ac Argymhellion **24**

1. Cyflwyniad

Mae Covid-19 wedi newid ein ffordd o fyw a gweithio dros nos ac efallai am byth. Daeth newidiadau yn sydyn a chawsom ein hunain ynghanol argyfwng na allem wneud unrhyw beth amdano heblaw am aros adref a phellhau ein hunain yn gymdeithasol oddi wrth bobl eraill.

Gyda chau ysgolion a chyfleusterau gofal plant, ehangodd y bwlch rhywedd gartref ac yn y gwaith. Dangosodd ein hymchwil fod menywod yn ysgwyddo'r rhan fwyaf o faich gofal plant ac addysgu gartref, tystiolaeth o effaith y pandemig ar sail rhywedd.¹

Dangosodd Covid-19 yn glir y graddau y mae ein cymdeithas yn gweithredu ar sail rhywedd a sut y gellir colli dros nos y cynnydd a wnaed tuag at gydraddoldeb dros y blynyddoedd pan ddaw argyfwng. Wrth gynllunio ar gyfer adferiad o'r pandemig, rhaid i ni ailadeiladu ein heconomiâu mewn ffordd decach a mwy cyfartal.

Ym mis Mai a mis Mehefin 2020, gofynnodd Chwarae Teg i fenywod o bob rhan o Gymru am eu profiadau o'r cyfnod clo mewn arolwg. Yn seiliedig ar dros 1000 o ymatebion, gwnaethom gynhyrchu ein hadroddiad **Covid-19: Menywod, Gwaith a Chymru** a archwiliodd brofiadau menywod mewn gwaith yn ystod misoedd cyntaf yr argyfwng.²

Mae'r ail adroddiad hwn yn canolbwyntio ar eu profiadau o ofal plant ac addysgu gartref, a gafodd effaith amlwg ar waith menywod a bywydau yn y cartref wrth iddynt ysgwyddo mwyafrif y cyfrifoldebau gofalu. I'r rhai ohonom sy'n gyfarwydd â'r materion y mae menywod yn parhau i'w hwynebu, ni fydd y ffaith bod gofal wedi syrthio'n ormodol ar fenywod yn ystod yr argyfwng yn achosi syndod. Fodd bynnag, dylai'r profiadau a rannodd menywod ledled Cymru â ni roi ysgogiad newydd i ddatrys y mater gofal plant unwaith ac am byth. Os mai cydraddoldeb yw'r nod, nid yw diffyg gweithredu yn opsiwn.



1 A Gendered Pandemic: Childcare, homeschooling, and parents' employment during Covid-19; Petts R.J., Carlson D.L., Pepin J.R. (2020), Gender Work and Organisation, t.1 – 20.

2 Chwarae Teg, Covid-19: Menywod, Gwaith a Chymru; Paterson, L., Hydref 2020

2. Methodoleg

Mae'r data gwreiddiol a ddefnyddir yn y papur hwn yn deillio o ymchwil Chwarae Teg **Covid-19: Menywod, Gwaith a Chymru**.³ Fel rhan o'r arolwg a gynhaliwyd gennym rhwng Mai a Mehefin 2020, gwnaethom ofyn cwestiynau penagored i ymatebwyr am gyfrifoldebau gofalu ac addysg gartref. O'r rhai a ymatebodd, nododd 360 fod ganddynt gyfrifoldebau gofal plant a nododd 336 eu bod wedi bod yn gyfrifol am addysgu gartref.

Mae gan fwy na hanner y menywod (55%) a ymatebodd i'r cwestiynau gofal plant ac addysgu gartref blant rhwng 6 a 15 oed; mae gan 36% o'r ymatebwyr blant rhwng oedran babanod a 5 oed ac mae gan 9% o'r ymatebwyr blant dros 16 oed ond o dan 18 oed. Mae oedran plant yn effeithio ar brofiad menywod felly, lle bo hynny'n bosibl, ystyriwyd hyn yn ein dadansoddiad.



³ Chwarae Teg, Covid-19: Menywod, Gwaith a Chymru; Paterson, L., Hydref 2020. Am y drafodaeth lawn ar fethodoleg yr ymchwil, gweler tudalennau 5-9.

3. Pandemig yn ôl Rhywedd

Effeithiwyd yn anghymesur ar fenywod, pobl groenliw, pobl anabl, pobl ifanc a'r rhai sy'n byw ar incwm isel, gan effeithiau iechyd ac economaidd y pandemig.

Flwyddyn ers i'r pandemig gychwyn, mae'r effaith ar fenywod yn dod yn amlwg. Er nad yw profiadau menywod yn homogenaidd, mae arwyddion clir o effaith anghymesur Covid-19 ar fywydau menywod:

- Mae menywod 5% yn fwy tebygol o fod wedi colli eu swyddi oherwydd Covid-19 na dynion.
- Mae 98% o weithwyr ar gyflog isel mewn sectorau sydd â risg uchel o ddod i gysylltiad â Covid-19 yn fenywod.
- Mae rhieni sengl, 86% ohonynt yn fenywod, wedi'u taro'n galed yn ystod pandemig Covid-19. Mae 46% o rieni sengl yn gweithio mewn sectorau sydd wedi'u heffeithio'n fawr fel manwerthu, gwestai a bwytai ac mae rhieni sengl yn parhau i fod ddwywaith yn fwy tebygol o fyw mewn tloidi nag aelwydydd parau, gan olygu eu bod yn llai gwydn yn wyneb heriau ariannol pellach.
- Mae cyfnodau clo wedi effeithio ar brofiadau mamau, gan arwain at drallod i lawer. Mae aflonyddwch mawr i drefniadau gofal a chefnogaeth, yn ffurfiol ac yn anffurfiol, wedi gadael mamau ar wahân ac wedi arwain at gyfraddau uwch o iselder

(43%) a phryder (61%) yn ystod y cyfnod clo cyntaf, er na chawsant ddiagnosis ffurfiol. Mae cyfraddau arferol o iselder a phryder wedi genedigaeth yn y DU oddeutu 15%.

Mae'r argyfwng wedi dangos ein dibyniaeth ar ofal di-dâl menywod, gyda menywod yn dwyn baich gofal plant ychwanegol ac addysgu gartref drwyddi draw. Mae hyn wedi effeithio'n fawr ar eu gwaith cyflogedig a gallai fod â goblygiadau hirdymor o ran eu cyflogaeth, dilyniant gyrfa, cyflog a phensiynau.

- Mewn cartrefi â phlentyn dan 5 oed, roedd menywod ar gyfartaledd yn gwneud 78% yn fwy o ofal plant na dynion.
- Roedd mamau'n gwneud 35% o nifer yr oriau gwaith di-dor yr oedd y tad nodweddiadol yn ei wneud.
- Mae 72% o famau sy'n gweithio wedi gweithio llai o oriau ac wedi cwtdogi eu henillion oherwydd diffyg gofal plant.

Er gwaetha'r ffaith bod y pandemig wedi effeithio'n ddifrifol ar fenywod, canfu Pwyllgor Menywod a Chydraddoldeb Senedd y DU fod polisiau, yn enwedig y rhai a ddyluniwyd gan lywodraeth y DU, yn 'gwyro tuag at ddynion dro ar ôl tro'. Yn y pen draw, ni ddyluniwyd cynlluniau fel Ffyrlo a chefnogaeth i'r hunangyflogedig yn unol ag anghenion menywod.

4 Fawcett Society, *Exiting Lockdown: The Impact on Women*; Mai 2020.

5 Women's Budget Group, *Low paid women at highest risk of exposure to Covid-19*, Mawrth 2020.

6 Families and households in the UK: 2019, ONS

7 Gingerbread, *Caring without sharing: Single parents' journeys through the Covid-19 Crisis – Interim Report*; Tachwedd 2020.

8 Chwarae Teg, *Cyflwr y Genedl* 2021.

9 Ibid. and Fallon, V. et al. (2021), *Psychosocial experiences of postnatal women during the COVID-19 pandemic. A UK-wide study of prevalence rates and risk factors for clinically relevant depression and anxiety*. *Journal of Psychiatric Research*; Volume 136, Tudalennau 157-166.

10 Ibid.

11 Institute for Fiscal Studies, *How are mothers and fathers balancing work and family under lockdown?*, Andrew A., Cattan S. et al., Mai 2020.

12 Women's Budget Group, *Childcare, Gender and Covid-19*, Tachwedd 2020.

13 Covid: Support 'repeatedly skewed towards men', say MPs; BBC News, 09.02.2021 <https://www.bbc.co.uk/news/uk-politics-55978335>

3.1 Y Cynllun Ffyrlo

Mae'r Cynllun Cadw Swyddi drwy gyfnod y Coronafeirws (CJRS), sef y cynllun ffyrlo¹⁴, yn cefnogi unigolion sydd wedi cael eu heffeithio gan Covid-19 trwy ddarparu hyd at 80% o'u cyflog iddynt, gyda'r gweddill yn cael ei dalu'n wirfoddol gan gyflogwyr. Dyluniwyd cynllun Ffyrlo yn y lle cyntaf i gefnogi pobl a oedd yn methu â gweithio oherwydd cyfyngiadau symud a gweithleoedd yn cau i lawr yn sgil hynny; ond fe'i estynnwyd yn ddiweddarach i rieni â chyfrifoldebau gofal plant ac addysgu gartref ac i bobl â chyfrifoldebau gofalu eraill.¹⁵ Yn ystod y cyfnod clo cyntaf, roedd rhieni bron ddwywaith yn fwy tebygol o gael eu rhoi ar ffyrlo (13.6%) na'r rhai heb blant.¹⁶

Ym mis Gorffennaf 2020, roedd cyflogwyr yn gallu rhoi staff ar ffyrlo yn rhan-amser, cam a groesawyd gan lawer o rieni gan fod gofal plant ac addysgu gartref yn ei gwneud hi'n anoddach cydbwyso cyfrifoldebau gwaith a chartref.

Yn ystod y cyfnod clo cyntaf, roedd menywod yn llai tebygol o fynd ar ffyrlo, a hynny'n debygol o fod yn rhannol oherwydd nad oedd y cynllun yn diwallu anghenion menywod. Canfu ymchwil TUC a gynhaliwyd ym mis Ionawr 2021 fod 7 o bob 10 (71%) o

geisiadau am ffyrlo gan famau sy'n gweithio yn cael eu gwrthod.¹⁷ Yn ogystal, nid oedd 2 o bob 5 (40%) o'r holl famau a atebodd yn ymwybodol bod y cynllun ffyrlo ar gael i rieni yr oedd cau ysgolion a meithrinfeydd yn effeithio arnynt.¹⁸

O'n hymchwil ein hunain, gallwn weld bod canfyddiad menywod o ffyrlo wedi'i siapio gan eu profiadau a'u dealltwriaeth o anghydraddoldeb ar sail rhywedd yn y gweithle. Er bod ffyrlo yn ymyrraeth i'w chroesawu i lawer o fenywod, roedd rhai menywod yn methu â chyrchu'r cynllun ac roedd eraill yn poeni am yr effaith hirdymor bosibl o fod allan o waith ar eu gyrfa. Roedd bod allan o waith, ac i lawer, bod yn ofalwr amser llawn neu ddod yn 'fam aros gartref', yn cynyddu gofidion a phryderon menywod ynghylch dilyniant gyrfa a bod yn weladwy yn y gweithle. Am y rheswm hwn, roedd rhai menywod yn amharod i dderbyn ffyrlo er mwyn osgoi'r risg o gael eu diswyddo a bod yn ddi-waith yn y tymor hir.¹⁹

Trwy gydol y pandemig bu tensiwn amlwg rhwng gofynion gofal taledig a di-dâl, ac nid yw cynlluniau fel ffyrlo bob amser wedi helpu i leddfu hyn.

14 Coronavirus: Wages, sick pay and time off explained. BBC News, 29.05.2020. <https://www.bbc.co.uk/news/business-51628524>

15 Covid: Can I go on furlough and how much will I be paid? BBC News, 04.01.2021. <https://www.bbc.co.uk/news/explainers-52135342>

16 Parenting in lockdown: Coronavirus and the effects on work-life balance, ONS OPN Survey, dyddiau cyhoeddi: 22.07.2020

17 Working mums: Paying the price | TUC and TUC poll: 7 in 10 requests for furlough turned down for working mums | TUC 14.01.2021. Cynhaliodd y TUC arolwg rhyngryd hunan-adrodd mewn partneriaeth â Mother Pukka 7-10 Ionawr 2021. Cafwyd 55,630 o ymatebwyr. Roedd y cyfranogwyr yn dewis eu hunain a'r mwyafrif helaeth yn fenywod (93 y cant).

18 TUC poll: 7 in 10 requests for furlough turned down for working mums | TUC

19 Ibid. T.17-19

3.2 Cynllun cymorth hunangyflogedig

Roedd menywod hunangyflogedig hefyd yn wynebu heriau gofal plant ac addysgu gartref ond roedd y gefnogaeth a oedd ar gael yn edrych yn wahanol iawn. Roedd llai yn gwneud cais am Gynllun Cymorth Incwm i'r Hunangyflogedig Llywodraeth y DU (SEISS) ac roedd gwerth y grant a ddyfarnwyd i fenywod yn is nag i ddynion.²⁰ Roedd rhywfaint o gymorth ariannol pellach a ddarparwyd gan Lywodraeth Cymru ar gael i berchnogion busnes. Ceir trafodaeth fanylach o brofiad y cynlluniau hyn yn adroddiad **Covid-19: Menywod, Gwaith a Chymru**.²¹

Amlygodd ymatebwyr ein harolwg hunangyflogedig y pwysau a roddodd gofal plant ar eu bywydau gwaith:

“Cafodd [Addysgu Gartref] effaith enfawr ar fy ngallu i ganolbwyntio a chwilio am fusnes newydd. Mae 90% o ofal plant wedi syrthio arnaf i fy hun wrth i'm gwaith arafu oherwydd y cyfyngiadau. Byddai mynediad at gymorth neiniau a theidiau, ac ysgolion yn ailagor, yn help aruthrol.”

“Mae fy mhartner wedi parhau i weithio drwyddo draw ac i ffwrdd o gartref rhwng 6am a 6pm felly fi yn unig sydd wedi bod yn gyfrifol am ofal yn ystod y dydd. Nid yw fy mhartner wedi ceisio addysgu gartref unwaith - ac o siarad ag eraill, mae'n ymddangos bod menywod wedi ymgymryd â'r rôl hon yn anghymesur. Rwyf wedi parhau i wneud rhywfaint o waith drwyddo draw - er nad ar oriau penodol sydd â manteision ac anfanteision o ran gofal plant a bod â strwythur i'r diwrnod - ac rwyf hefyd wedi treulio cyfran fawr o amser yn ceisio sicrhau gwaith ar gyfer y dyfodol. Mae'n anodd iawn cynllunio ar gyfer y dyfodol yn nhermau gwaith pan nad ydych yn gwybod beth fydd y trefniadau o ran ysgolion. Fel gweithiwr llawrydd yn y cyfryngau nid oes cefnogaeth nac ystyriaeth gan y cwmnïau rydych chi'n gweithio iddynt o ran darparu ar gyfer bywyd cartref - a dweud y gwir, byddant yn dod o hyd i rywun iau heb blant i wneud gwaith yn eich lle chi os ydyn nhw'n teimlo na fyddwch chi'n gallu bod ar gael yn ôl yr angen.”

20 Self-Employment Income Support Scheme statistics: October 2020 | Gov.UK

21 Chwarae Teg, Covid-19: Menywod, Gwaith a Chymru; Paterson, L., Hydref 2020

3.3 Gweithio hyblyg a gweithio gartref

Mae argyfwng Covid-19 wedi achosi i batrymau gwaith newid dros nos. Er mai dim ond 5% o weithwyr oedd yn gweithio gartref cyn mis Mawrth 2020, cynyddodd hyn i oddeutu 43% ar ddechrau'r cyfnod clo.

Mae'n bwysig cofio fodd bynnag, bod 'gweithio **gartref**' yn ystod argyfwng Covid-19 yn wahanol iawn i 'weithio o **gartref**' mewn cyfnod normal lle y byddai rhywun wedi gofyn amdano, ei drefnu a'i reoli yn unol â chanllawiau a pholisïau'r gweithle.

Mae cyfrifoldebau cynyddol ynghylch gofalu ac addysgu gartref wedi effeithio ar brofiadau llawer o fenywod o weithio gartref. Disgrifiodd 40% o ymatebwyr ein harolwg y "weithred jyglo" anodd yr oeddent yn ei hwynebu:

"Mae fy oriau wedi aros yr un peth ond rydw i nawr yn gofalu am blant hefyd. Mae fy mhartner yn weithiwr allweddol felly mae'n dal i weithio'n llawn amser felly rydw i gartref lawer ar fy mhen fy hun yn gweithio ac yn jyglo gofal plant, sy'n anodd."

"Mae'n heriol jyglo pwysau gwaith, oherwydd mwy o lwyth gwaith yn delio â chyfathrebiadau ynghylch Covid-19 a chydbwyso hynny ag ennyn diddordeb pobl ifanc mewn gwaith ysgol a choleg, ar gyfnod

prysur iawn ar y fferm (wyna, cneifio, byrnu)."

"Mae'n golygu jyglo - mae'r euogrwydd o geisio gwneud fy ngorau i addysgu fy mhlant gartref wrth weithio yn aruthrol."

Mae gweithio gartref yn ystod yr argyfwng wedi bod yn brofiad cymysg. Er bod 47% o'n hymatebwyr yn teimlo naill ai'n gadarnhaol neu'n gadarnhaol iawn ynglŷn â gweithio gartref, roedd y profiad yn negyddol i 25%. Amlygwyd materion fel diffyg amgylchedd gwaith addas a lleoedd gorlawn ochr yn ochr â mwy o ofal ac addysgu gartref fel ffactorau allweddol sy'n siapia profiadau menywod.

I rai menywod, wrth iddi fynd yn fwy a mwy anodd gwahanu gwaith a magu plant, diflannodd unrhyw gydbwysedd bywyd a gwaith. Dywedodd rhai ymatebwyr eu bod wedi gweithio gormod o oriau, ddim yn cymryd seibiannau, ac yn gweithio'n gynnar yn y bore neu'n hwyr yn y nos i wneud digon o oriau. Roedd gorweithio yn thema glir, yn deillio o lwyth gwaith cynyddol, gofal plant, a heriau "byw yn y gwaith". Mae hyn nid yn unig wedi effeithio ar fywydau gwaith menywod, ond hefyd ar eu hiechyd meddwl a'u llesiant.



4. Rhianta ac Addysgu Gartref yn ystod Argyfwng Covid-19

Ganol mis Mawrth 2020, cyhoeddodd pedair gwlad y DU eu bod yn cau meithrinfeydd, ysgolion, colegau a sefydliadau addysg uwch mewn ymateb i bandemig Covid-19. Ers hynny bu cyfnodau pan ddychwelodd plant i ddysgu wyneb yn wyneb, aflonyddwch a achoswyd gan yr angen i hunanynysu pan ddaeth achosion i'r amlwg mewn lleoliadau addysg ac ym mis Rhagfyr 2020, cyfnod clo llawn arall gyda holl ddisgyblion unwaith eto yn dysgu o bell. Roedd y camau hyn yn rhai pwysig i fynd i'r afael â'r argyfwng iechyd cyhoeddus yr oeddem yn eu hwynebu ond cawsant effaith sylweddol ar bobl â phlant.

Nid oedd addasu i ddysgu ar-lein yn syml i rieni, plant na staff addysgu. Nid yw'n syndod, oherwydd natur yr argyfwng, nad oedd gennym seilwaith dysgu ar-lein cyson ac roedd llawer o rieni ar yr un pryd yn addasu i weithio gartref. Dros amser mae dysgu ar-lein ac o bell wedi gwella wrth i rieni, athrawon a phlant addasu, ond mae dysgu ar-lein yn parhau i fod yn her i lawer, ac yn arbennig i rai nad oes ganddynt fynediad teg at offer digidol a band eang.

Mae ymchwil y Child Poverty Action Group sy'n adlewyrchu profiad rhieni yn y cyfnod clo cyntaf yn dangos nag oedd gan 40% o aelwydydd ymhlith miloedd nid yn unig fynediad at liniadur neu'r rhyngwyd, ond hefyd at bethau eraill fel argraffwyr, deunydd ysgrifennu, a deunyddiau

crefft.²³ Ategwyd y profiadau hyn gan rai o ymatebwyr ein harolwg:

“Mae gen i 4 o blant ac 1 cyfrifiadur sy'n achosi straen mawr.”

“Mae cael digon o dechnoleg i dri phlentyn ei gyrchu ar yr un pryd wedi bod yn anodd ar brydiau.”

“Prin iawn fu'r Addysg Gartref gan nad oedd gennym offer TG priodol.”

Mae'r effaith economaidd ar fenywod yn sgil cau ysgolion a darpariaeth gofal plant ffurfiol yn glir o'r data:

- Roedd 46% o famau a oedd yn cael eu diswyddo yn beio diffyg darpariaeth gofal plant yn ystod pandemig Covid-19. Gostyngwyd enillion 74% o famau hunangyflogedig oherwydd diffyg gofal plant.²⁴
- Mae 72% o famau wedi gorfod gweithio llai o oriau oherwydd materion gofal plant.²⁵
- Roedd mamau ar yr incwm isaf naw gwaith yn fwy mewn perygl o golli eu swydd yn sgil cau ysgolion yn y DU.
- Mae dwywaith cymaint o famau na thadau yn nodi y byddai'n rhaid iddynt gymryd amser i ffwrdd heb unrhyw dâl oherwydd cau ysgolion neu i edrych ar ôl plentyn sâl (15% o famau o'i gymharu ag 8% o dadau).²⁶

²³ Covid-19: The challenges of homeschooling ; BBC News; 11.01.2021.

²⁴ Pregnant Then Screwed, The true scale of the crisis facing working mums

²⁵⁻²⁶ Ibid.



4.1 Gofalu am Blant yn ystod y Cyfnod Clo Cyntaf

Rhoddodd ymatebwyr i'n harolwg ddarlun cymysg o ofal plant yn ystod y cyfnod clo. Nododd rhai ymatebwyr eu bod yn **rhannu cyfrifoldebau gofalu ychwanegol** gan nad oedd gofal plant arferol ar gael. Cafodd amgylchiadau unigol, fel partner yn hunangyflogedig neu mewn sefyllfa well i gymryd amser i ffwrdd neu weithio oriau hyblyg effaith fawr ar sut roedd gofal yn cael ei rannu.

“Oni bai am y ffaith bod fy ngŵr yn hunangyflogedig ac nad yw'n gweithio ar hyn o bryd, byddai angen gofal plant yn bendant!”

“Yn wirioneddol yn cael trafferth gydag ymrwymadau gofal plant a gwaith. Yn byw mewn cartref dau riant lle mae'r ddau riant yn gweithio gartref yn llawn amser. Gorfod rhannu'r diwrnodau yn ddau lle mae un riant yn gwneud addysgu gartref, gofal plant a gwaith tŷ, yna mae'r riant arall yn cymryd drosodd yn y prynhawn.”

Er bod cefnogaeth ar gael i rai gweithwyr allweddol, nid oedd pawb yn gallu cael cymorth.

“Nid yw gofal plant ar gael i mi gan mai dim ond fi sy'n weithiwr allweddol, nid yw fy mhartner. Mae

wedi gorfod cymryd peth amser i ffwrdd bob wythnos i edrych ar ôl y plant a chaniatáu i mi weithio.”

Nododd cyfran sylweddol o'r ymatebwyr eu bod wedi bod yn gwneud **mwyafrif y gofal plant**, hyd yn oed mewn cartrefi gyda pharau heterorywiol. I rai, roedd hyn oherwydd nad oedd y partner yn gallu bod yn hyblyg o ran eu hymrwymadau gwaith eu hunain, gan arwain at lawer o fenywod yn jyglo gwaith, gofal plant a gwaith di-dâl arall yn y cartref.

I eraill, roedd yn ymddangos bod **rhagdybiaeth** mai nhw fyddai'n ysgwyddo'r cyfrifoldeb gofal plant, hyd yn oed pe bai eu partner hefyd yn gweithio gartref neu hyd yn oed ar ffyrlo. Nid yn unig yr effeithiodd hyn ar allu menywod i weithio, ond cafodd hefyd effaith amlwg ar eu hiechyd, eu llesiant a'u perthnasoedd.

“Er bod gan fy mhartner a minnau swyddi ar yr un lefel ac yn ennill yr un faint, mae'n ymddangos bod ei waith a'i gyfarfodydd wedi cael blaenoriaeth ac mae hyn yn achosi drwgdeimlad a dadleuon.”

“Er bod fy ngŵr wedi bod gartref am ychydig wythnosau, gwelaf fod y mwyafrif o addysgu gartref, paratoi prydau bwyd, trefnu strwythur i'r diwrnod yn cael eu gyrru gennyf i.”



“Ar hyn o bryd gartref ar fy mhen fy hun yn darparu gofal plant ar gyfer fy 3 phlentyn. Gŵr yn dal i weithio ac yn ceisio gorffen gradd. Byddai’n ddefnyddiol derbyn cefnogaeth gan rieni o ran gofal plant fel ag yr oedd hi cyn y cyfnod clo.”

“Mae fy oriau wedi aros yr un peth ond rydw i nawr yn gofalu am blant hefyd. Mae fy mhartner yn weithiwr allweddol felly mae’n dal i weithio’n llawn amser felly rydw i gartref lawer ar fy mhen fy hun yn gweithio ac yn jyglo gofal plant, sy’n anodd.”

“Mae fy ngŵr a minnau’n gweithio gartref, roeddwn i’n gweithio 4 diwrnod ac roedd fy mam yng nghyfraith yn gofalu am y plant un diwrnod yr wythnos, ac mae’n amlwg nad yw hynny’n bosibl bellach; maen nhw adref gyda ni llawn amser. Rwy’n gwneud mwyafrif y gofal plant oherwydd bod swydd fy ngŵr yn llai hyblyg ac rwy’n gweithio gyda’r nos.”

Mae llawer o deuluoedd yn dibynnu ar **ofal plant anffurfiol** a ddarperir gan ffrindiau a theulu o ganlyniad i gostau gofal plant uchel yng Nghymru a'r DU. Yn ystod y cyfnod clo, nid oedd y ffynonellau cymorth anffurfiol hyn ar gael gan fod gofyn i ni roi'r gorau i gymysgu cartrefi ac roedd yn ofynnol i lawer o bobl h n warchod eu hunain. Nododd rhai ymatebwyr bryderon ynghylch goblygiadau ariannol methu â chael mynediad at gymorth gofal plant anffurfiol, roedd eraill yn poeni am allu dychwelyd i'r gwaith o gwbl pe bai'r cyfyngiadau'n parhau.

"I weithio rydw i'n dibynnu fel arfer ar fy rhieni ond gan eu bod nhw dros 70 oed ni fydd hyn yn bosibl. Ar hyn o bryd mae popeth yn dibynnu ar pryd mae'n ofynnol i mi ddychwelyd i'r gwaith o ran sut rydw i'n trefnu gofal plant."

"Roedd fy mam wedi bod yn helpu gyda gofal plant ac yn cael fy merch 3 diwrnod yr wythnos ond mae hi'n byw yn Lloegr. Dydw i ddim yn gwybod sut y byddaf yn ymdopi'n ariannol os bydd yn rhaid i mi gynyddu taliadau am ofal plant ychwanegol am y dyddiau hynny os na chaniateir iddi groesi'r Bont i ofalu amdani."

"Heb gefnogaeth fy rhieni gyda gofal plant (mae fy rhieni dros 70 oed ac yn gorfod gwarchod eu hunain) fi sy'n llwyr gyfrifol am fy merch. Felly, cyn belled ei bod adref o'r ysgol, ni allaf ddychwelyd i'r gwaith."

Mae rhai teuluoedd hyd yn oed wedi newid neu ystyried **newid eu trefniadau byw** i ymdopi â chyfrifoldebau gofalu.

"Roedd fy rhieni yn darparu gofal plant cyn y cyfnod clo, felly mae peidio â chael y gefnogaeth honno wedi bod yn anodd iawn. Os bydd yn rhaid i'm gŵr fynd yn ôl i'r swyddfa heb i'm rhieni allu darparu gofal plant, byddai'n rhaid i mi roi'r gorau i weithio. Rwyf hefyd wedi ystyried fy ngŵr yn mynd i fyw yn rhywle arall a fy mam yn symud i mewn gyda mi."

"Er mwyn cefnogi ein mab hynaf sy'n gweithio oddi cartref, rydyn ni wedi symud ei wraig a 2 o blant ifanc i mewn gyda ni."

I **rieni sengl**, roedd y profiad hyd yn oed yn fwy difrifol gan bod mynediad at gymorth gofal plant anffurfiol a'u trefniadau arferol gyda chyn-bartneriaid wedi dioddef yn sgil yr aflonyddwch. Roedd ymestyn swigod cymorth i rieni sengl ym mis Mehefin 2020 yn gam i'w groesawu'n fawr.

"Rydw i a fy mhlant wedi bod yn hunan ynysu. Fel arfer maen nhw'n cysgu 1 noson yr wythnos gyda'u tad ond gan ei fod yn weithiwr allweddol fe wnaethon ni benderfynu y byddai hyn yn stopio trwy gydol y cyfnod clo. "I weithio rydw i'n dibynnu fel arfer ar fy rhieni ond gan eu bod nhw dros 70 oed ni fydd hyn yn bosibl. Ar hyn o bryd mae popeth yn dibynnu ar pryd

mae'n ofynnol i mi ddychwelyd i'r gwaith o ran sut rydw i'n trefnu gofal plant." Efallai bydd fy mhlentyn hynaf yn gofalu am fyr un ieuengaf. Sydd ddim yn ddefnyddiol."

"Mae fy merch fel arfer yn aros gyda'i thad bob yn ail benwythnos, ac yn ystod gwyliau ysgol. Nid yw hyn wedi gallu digwydd ers mis Mawrth, sy'n achosi straen i mi a straen i'm merch."

Roedd gofal plant yn ystod y cyfnod clo hefyd yn arbennig o heriol i rieni plant anabl a'r rheini â chyflyrau iechyd, pan ddaeth mynediad at gymorth arbenigol i ben.

"Mae gen i blentyn ag anghenion ychwanegol ac felly rydyn ni wedi gorfod newid ein trefn yn eithaf sylweddol. Nid yw bob amser yn deall nad ydw i ar gael os ydw i mewn cyfarfod Zoom, er enghraifft. Rwyf wedi bod yn gweithio mwy o oriau nag arfer ond hefyd ni fu unrhyw seibiant o ran fy nghyfrifoldebau gofalu. Mae gan fy mab awtistiaeth ac mae'n anfodlon mynd allan beth bynnag, mae'r sefyllfa hon wedi gwneud pethau'n anoddach. Rwy'n aros i allu cyflogi cynorthwydd personol i allu mynd ag ef allan o'r tŷ ac ennill rhywfaint o annibyniaeth (trwy daliadau uniongyrchol)."



4.2 Addysgu Gartref yn ystod y Cyfnod Clo Cyntaf

Mae mwyafrif llethol o rieni wedi gorfod addysgu eu plant gartref ar ryw adeg yn ystod y deuddeg mis diwethaf. Mae data gan y SYG yn awgrymu bod menywod yn fwy tebygol o fod yn addysgu plant gartref yn bersonol, 67% o gymharu â 52% o ddynion.²⁷

Yn yr un modd â gofal plant, mae profiadau menywod o addysgu gartref wedi bod yn gymysg. Ymhlith y ffactorau sy'n siapio profiadau menywod mae oedran eu plentyn, y dull a fabwysiadwyd gan eu hysgol leol, mynediad at adnoddau gan gynnwys offer, sut yr aethant ati i addysgu gartref, eu patrwm gweithio ac agwedd eu cyflogwr.

Canfu ymchwil SYG fod nifer yr oriau a dreuliwyd yn gwneud gwaith ysgol yr wythnos ar gyfartaledd wedi cynyddu'n sylweddol wrth i oedran y plentyn gynyddu o 5 i 10 oed (10 awr) i 11 i 15 oed (16 awr), gyda'r oriau a dreuliwyd yn dysgu gan y rhai oed 5 i 10 oed yn sylweddol is pan oedd plentyn rhwng 0 a 4 oed ar yr aelwyd.²⁸

Dangosodd ymatebion i'n harolwg fod **llawer o fenywod yn ei chael hi'n anodd cydbwyso gofynion addysgu gartref â'u gallu i wneud gwaith â thâl.**

“Wedi ei chael hi'n anodd dysgu plentyn amharod 5 oed sydd eisiau chwarae. Roeddwn i'n meddwl y diwrnod o'r blaen ein bod ni'n athro, goruchwyliwr iard ysgol, cynorthwydd ystafell ddsbarth, cogydd, porthor a ffrind gorau i'r plentyn pan nad ydyn ni'n gweithio. Derbyn e-byst wythnosol o'r ysgol gyda

gweithgareddau a gorfod cyflwyno cynnydd. Mae athrawon yn honni nad oes disgwyliadau ond mae grwpiau rhieni WhatsApp yn rhannu cynnydd yn barhaus sy'n gwneud i'r cyfan deimlo fel cystadleuaeth. Mae'n anodd iawn o'i gymharu ag aelwydydd heb blant, plant hŷn neu o leiaf un rhiant ar ffyrlo. Teimlo'n flinedig trwy'r amser gyda'r gwaith ddim yn lleddfu mewn gwirionedd a llwythi gwaith yn ei gwneud yn anoddach oherwydd gweithio o bell. Yn bryderus iawn am yr effaith y mae hyn yn ei chael ar ddatblygiad fy merch. Yn poeni am ei diffyg rhyngweithio cymdeithasol gyda'i ffrindiau neu blant yr un oed â hi. Yn aml yn teimlo nad oes gennych ddigon o offer i'r ysgol gartref a pha mor rhwystredig y gall fod i ddysgu'ch plentyn am gyfnodau hir.”

Ar ben cyfrifoldebau eraill, roedd bod yn “athro” yn heriol:

“Mae angen gofal a sylw cyson ar fy mhlant yn enwedig fy mhlentyn 2 oed, dydw i ddim wedi gwneud llawer o addysgu gartref gan fy mod wedi blino'n lân o weithio a gwaith tŷ a bod yn rhiant, does gen i 'mo'r amser na'r egni i fod yn athro hefyd.”

Mae **mamau sy'n gweithio**, yn enwedig y rhai sy'n gweithio'n llawn amser, wedi cael trafferth dod o hyd i amser i addysgu eu plant gartref; ac mae llawer ohonynt yn teimlo nad oes digon o gefnogaeth iddynt.



“Mae wedi bod yn anodd iawn ceisio ‘addysgu gartref’ a gweithio ochr yn ochr â’i gilydd. Oherwydd bod fy rôl yn ymwneud â datblygu’r Hybiau Gofal Plant, mae cynghori’r sector gofal plant o ran ffyrlo, grantiau ac ati yn golygu na fu llawer o amser ar gyfer ‘addysg gartref’. Mae’r ffaith hon yn bwysau cyson ac yn ychwanegu at y sefyllfa.”

“Mae ceisio gweithio llawn amser o gartref wrth ofalu ac addysgu gartref wedi bod yn straen mawr ac mae wedi cael effaith negyddol ar waith ac ysgol a pherthnasoedd.”

“Mae fy mhartner yn weithiwr allweddol ac felly wedi bod allan i weithio trwy gydol y cyfnod clo. Rwyf wedi bod gartref yn gweithio’n rhan amser fel uwch reolwr (sef cod ar gyfer gweithio oriau llawn amser yn rheolaidd!). Ni allaf ‘addysgu fy mhlant gartref’ o ran y gwaith a osodir gan yr ysgolion i unrhyw raddau yn rheolaidd, oherwydd yn achos fy mhlentyn hynaf, mae angen ymchwil a pharatoi ac yna cefnogaeth ac arweiniad sy’n cymryd amser nad oes gennyf ddim ohono wrth geisio sicrhau bod anghenion sylfaenol yn cael eu diwallu... Cwsg, bwyd, lloches.”

O ganlyniad, nododd nifer o ymatebwyr fod yn rhaid iddynt wneud **newidiadau i'w horiau gwaith neu gymryd gwyliau** i ganiatáu ar gyfer addysgu gartref:

“Rwy’n gwneud mwyafrif y gofal plant ac yn cymryd gwyliau i gael mwy o amser i ffwrdd.”

“Fi oedd yn gyfrifol am yr holl addysgu gartref. Roeddwn i’n ei chael hi mor anodd fel y penderfynais wirfoddoli am ffyrlo. Rwy’n teimlo’n euog ond allwn i ddim cynnal y peth.”

“Roeddwn i’n gweithio 3.5 diwrnod yn y swyddfa ond rydw i wedi

gostwng i 3 diwrnod o gyflog yn swyddogol - fodd bynnag, rydw i’n gweld fy mod yn gweithio o leiaf 3.5 diwrnod o oriau gartref i gadw i fyny. Mae’r gostyngiad cyflog yn golygu na fyddaf yn gallu fforddio meithrinfa i’m merch os a phan fyddant yn ailagor. Rwy’n ffodus bod gan fy ngŵr swydd lawn amser ddiogel ond mae unrhyw ostyngiad cyflog yn cael effaith.”

Mae pwysau addysgu gartref nid yn unig yn effeithio ar brofiad menywod o waith, ond hefyd wedi cael effaith ar eu **hiechyd a’u llesiant**. Soniodd llawer o ymatebwyr i’n harolwg am yr “euogrwydd” roeddent yn teimlo.





“Achosodd addysgu gartref lawer o bryder i mi ar y dechrau, roeddwn yn ceisio gwneud cymaint o waith ag yr oeddwn yn dychmygu eu bod yn ei wneud yn yr ysgol ac yn gweithio ar yr un pryd. Roedd fy mhlentyn yn amharod i wneud y gwaith a oedd yn straen ac yn gwneud i mi deimlo nad oeddwn yn gwneud yn ddigon da. Dechreuodd yr ysgol anfon e-byst i ddweud wrthym am wneud beth allem ei wneud, ond mae’n dal i ddyfarnu disgyblion ar ddiwedd pob wythnos am eu gwaith/darllen sy’n gwneud i mi deimlo’n euog nad ydw i’n cadw i fyny.”

“Y prif beth fu teimlad cyson o euogrwydd - teimlo’n euog nad ydw i’n rhoi fy sylw i fy mhlant, nad ydw i’n bod yn greadigol nac yn ddychmygus nac yn ymgysylltu digon â nhw (nac yn ddigon amyneddgar), tra hefyd yn teimlo’n euog nad wyf yn gweithio’n ddigon caled nac yn gwella fy hun mewn rhyw ffordd.”

“Mae pobl o’r gwaith yn dweud “gwnewch beth allwch chi” ond eto rwy’n teimlo bod y disgwyliad yno i mi wneud yr un gwaith (os nad mwy) mewn amgylchiadau heriol iawn. Rwyf hefyd yn teimlo’n euog nad yw’r plant yn cael digon o sylw a chwarae oherwydd fy mod yn parhau i weithio’n llawn amser.”

Roedd addysgu gartref yn arbennig o heriol i'r rhieni hynny sydd â phlant ag anghenion arbennig, cyflwr iechyd neu anabled:

“Mae wedi bod yn anodd cefnogi plentyn ym mlwyddyn 12 gyda phroblemau iechyd cronig a record presenoldeb yn yr ysgol sydd eisoes yn wael heb drefn arferol yr ysgol.”

“Mae gan fy mab ADHD a dyslecsia ac mae addysgu gartref wedi bod yn anodd dros ben. Mae fy merch wedi dangos arwyddion o bryder ac wedi gofyn am gefnogaeth ychwanegol ar gyfer iechyd meddwl.”

Yn gyffredinol, roedd y rhai a **nododd brofiad mwy cadarnhaol** yn rhannu'r cyfrifoldeb am addysgu gartref i raddau mwy, neu naill ai'n gweithio'n rhan-amser neu ddim yn gweithio o gwbl.

“Mae wedi bod yn anodd gan fod fy ngŵr a minnau'n gweithio gartref. Mae ein plant yn dal yn ddigon ifanc i fod angen cefnogaeth gyda gwaith cartref. Mae fy ngŵr a minnau wedi bod yn gwneud 'shifftiau' - mae'n tueddu i addysgu'r plant gartref yn y bore ac rwy'n gwneud y prynhawniau. Mae'n gweithio'n iawn, ond rydyn ni'n ffodus ein bod ni'n dau yn gweithio i sefydliadau cefnogol a hyblyg. Nid yw'n gynaliadwy; ond, rydyn ni'n gwneud ein gorau hyd yn hyn! Mae'r cyfle i dreulio mwy o amser fel teulu

wedi bod yn hyfryd iawn mewn gwirionedd.”

“Mae addysgu gartref wedi bod yn iawn. Mae fy mab â rwtin gadarn iawn ac mae'n gweithio'n dda ac yn ymdrechu'n galed iawn. Nid yw fy merch mor awyddus. Mae'n cymryd llawer o waith a dyfalbarhad ond rydyn ni'n llwyddo yn y pen draw. Ni allwn fyth gyflawni'r targedau addysgu gartref a osodwyd ar gyfer fy mhlant pe bawn i'n gweithio'n llawn amser. Byddai'n amhosib.”

“Profiad cadarnhaol, gan fy mod i'n gweithio'n rhan amser maent yn cael mwy o gyfleoedd un i un nag y byddent mewn ystafell ddosbarth rhyfawr.”

Roedd agweddau a chefnogaeth cyflogwyr hefyd yn hanfodol o ran ffurfio profiadau o addysgu gartref:

“Rwy'n ffodus bod fy nghyflogwr (Llywodraeth Leol) a fy ngwaith yn caniatáu rhywfaint o hyblygrwydd i reoli'r sefyllfa hon orau, ond credaf fod angen i gyflogwyr roi ystyriaeth i rieni sy'n ceisio gweithio gartref a chydbwyso gofal plant.”



“Mae fy ngŵr a minnau’n jyglo gofalu am ein plentyn 3 oed gyda’n swyddi amser llawn. Mae ein rheolwyr cefnogol wedi helpu’r broses hon yn fawr - rwy’n tueddu i weithio boreau a gyda’r nos, mae fy ngŵr yn gweithio prynhawniau. Ni fydd ein hopsiynau gofal plant cyn-covid ar gael nes bod y pellhau cymdeithasol wedi llacio.”

“Teimlo fel petai ein cyflogwyr yn ‘esgus cefnogi’. Roedd disgwyl i ni gymryd gwylliau pe byddem ni eisiau unrhyw hyblygrwydd o gwmpas oriau ar y dechrau - mae hyn wedi

gwella. Ond mae disgwiliadau a gofynion y gwaith yn dal i fod yn uchel. Rydw i mewn swydd reoli ac mae rheoli timau yn anodd ond yn ddichonadwy o dan yr amgylchiadau hyn.”

O’n harolwg a’r data sydd ar gael yn ehangach, gallwn weld yr effaith sylweddol a gafodd mwy o gyfrifoldeb gofal plant ac addysgu gartref ar ben hynny ar brofiadau menywod yn ystod y pandemig. Mae’r argyfwng wedi dangos yn glir bwysigrwydd darpariaeth gofal plant a’r rhaniad parhaus o waith di-dâl ar sail rhywedd, a welodd faich gofal ychwanegol yn syrthio’n drwm ar fenywod dros y flwyddyn ddiwethaf.



5. Casgliad ac Argymhellion

Mae Covid-19 wedi dangos pa mor seiliedig ar rywedd y mae ein cymdeithas o hyd, a pha mor ddibynnol ydym ar waith di-dâl menywod. Cafodd cau ysgolion a meithrinfeydd a cholli cefnogaeth gofal plant anffurfiol trwy fesurau clo effaith sylweddol ar fywydau gwaith menywod ac ar eu hiechyd meddwl a'u llesiant. Mae'r effaith anghymesur hon wedi'i gwreiddio yn yr anghydraddoldeb y mae menywod yn parhau i'w wynebu.

Yn sgil rhagdybiaethau ar sail rhywedd o fewn cartrefi a chan gyflogwyr, roedd menywod yn ymgymryd â'r mwyafrif o ofal plant ac addysgu gartref yn ystod y pandemig. Mae ystrydebau a thybiaethau ar sail rhywedd yn golygu bod menywod yn dal i gael eu hystyried yn ofalwyr sylfaenol yn amlach na dynion ac, ers blynyddoedd, rydym wedi derbyn system ansicr o ofal plant sy'n dibynnu'n llawer rhy drwm ar ofal anffurfiol, di-dâl a ddarperir yn aml gan fenywod.

Mae hefyd yn hanfodol bwysig nodi nad yw'r argyfwng hwn wedi cael effaith gyfartal ar bob menyw. Roedd llawer o grwpiau o fenywod yn wynebu heriau ac anfantais ychwanegol, gan gynnwys rhieni sengl a menywod ar incwm isel, y mae effaith ariannol yr argyfwng yn achos pryder sylweddol iddynt.

Arweiniodd gwaith anhyblyg at densiwn clir rhwng gofynion gwaith â thâl a gwaith di-dâl, gan waethygu'r sefyllfa ymhellach, ac roedd

llawer o fenywod wedi dechrau'r pandemig mewn sefyllfa fregus yn ariannol o ganlyniad i dlodi, cyflog isel a gwaith ansicr.

Ar ben hyn, roedd diffyg menywod amrywiol mewn swyddi gwneud penderfyniadau ar lefel Cymru, y DU ac yn lleol a methiant i ddefnyddio offer sy'n rhoi cydraddoldeb rhywedd yn y brif ffrwd wrth lunio polisïau, yn golygu bod profiadau, anghenion a heriau menywod amrywiol yn aml yn cael eu hanwybyddu fel rhan o'r ymateb i'r argyfwng. O ganlyniad, roedd polisïau, fel ffyrlo, yn aml yn methu â diwallu anghenion menywod ac yn llawer rhy araf i addasu unwaith y daeth heriau i'r amlwg.

Dangosodd ein hymchwil, ar ôl y cyfnod clo cyntaf, bod llawer o fenywod yn teimlo wedi blino'n lân, eu bod wedi'u gorlethu a'u tanbrisio o ganlyniad i orfod cydbwysu cyfrifoldebau addysgu gartref a gofalu ochr yn ochr â gwaith. Ymhellach, datgelodd i ba raddau y mae menywod mewn perygl yn y pandemig hwn; mewn perygl o ddal y feirws trwy fod ar y rheng flaen fel gweithwyr iechyd a gofal, a gweithwyr siop; mewn perygl o brofi tlodi oherwydd gorfod cwtogi oriau, cael eu rhoi ar ffyrlo neu wynebu cael eu diswyddo; mewn perygl o golli allan ar gyfleoedd gyrfa yn y dyfodol; ac mewn perygl o afiechyd meddwl oherwydd gorfod jyglo llwythi gwaith mawr gartref ac yn y gwaith.

Gan ein bod, gobeithio, yn agos at ddiwedd y pandemig ac yn edrych tuag at adferiad, rhaid i ni weithredu i sicrhau nad yw unrhyw gyfnodau clo pellach yn rhoi menywod dan anfantais a hefyd mynd i'r afael ag achosion sylfaenol anghydraddoldeb fel nad yw menywod yn wynebu'r un risgiau yn y dyfodol. Yn ychwanegol at yr argymhellion a wneir isod, rydym yn adleisio'r argymhellion

a wnaed gan lawer o sefydliadau eraill²⁹ a byddem yn annog llunwyr polisi a chyflogwyr i ailedrych ar ein hadroddiadau blaenorol, sy'n cynnig atebion i fynd i'r afael ag achosion sylfaenol anghydraddoldeb rhywedd a sicrhau adferiad teg a chynhwysol gan gynnwys **Cynllun Adfer Economaidd Ffeministaidd i Gymru** ✨ a **Covid-19: Menywod, Gwaith a Chymru.** ✨



5.1 Argymhellion

Er mwyn sicrhau nad yw unrhyw gyfnodau clo neu gyfyngiadau pellach yn rhoi menywod o dan anfantais:

1. Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau, os bydd yn rhaid i ysgolion a lleoliadau gofal plant gau, bod swigod cymorth yn cael eu cadw i alluogi rhieni i gael mynediad at ffynonellau cymorth gofal plant anffurfiol.
2. Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod rhieni sengl yn gallu parhau i gael mynediad at ofal plant ffurfiol, fel roedd gweithwyr allweddol yn gallu.
3. Dylai Llywodraeth Cymru barhau i gyflenwi cymorth prydau ysgol am ddim trwy gydol gwyliau ysgol ac unrhyw gyfnodau pan fydd ysgolion ar gau a sicrhau bod teuluoedd yn gallu cyrchu TG a band eang digonol ar gyfer dysgu o bell.
4. Dylai Llywodraeth y DU sicrhau bod unrhyw barhad neu ailgyflwyno cynllun Ffyrlo yn cadw'r gallu i gael mynediad i'r cynllun yn rhan-amser ac ar sail gofynion gofal plant.
5. Dylai Llywodraeth y DU ail-lunio cefnogaeth i'r hunangyflogedig er mwyn cynnig cefnogaeth ariannol ddigonol i'r rheini sydd â chyfrifoldebau gofal plant neu addysgu gartref, nad ydynt yn gallu cael mynediad at ffyrlo, absenoldeb salwch neu absenoldeb rhiant.
6. Dylai Llywodraeth y DU sicrhau bod y system nawdd cymdeithasol yn darparu cefnogaeth ddigonol:
 - a. Cadw'r cynnydd o £20 yn y Credyd Cynhwysol
 - b. Dileu'r cyfnod aros o bum wythnos am Gredyd Cynhwysol
7. Dylai fod angen cydbwysedd ar sail rhywedd ac amrywiaeth ar lefelau gwneud penderfyniadau ymhob fîm ymateb i argyfwng llywodraethol a dylid defnyddio offer prif ffrydio rhywedd.
8. Dylai Llywodraeth Cymru ddarparu mwy o gefnogaeth i fynd i'r afael â'r argyfwng iechyd meddwl trwy:
 - a. Fuddsoddi mewn gwasanaethau iechyd meddwl i wella mynediad ac argaeledd cymorth iechyd meddwl brys ac ataliol
 - b. Annog cyflogwyr i fod yn fwy ymwybodol o iechyd meddwl a llesiant a darparu arweiniad i sicrhau bod newidiadau yn y ffordd yr ydym yn gweithio yn cael eu gweithredu mewn modd sy'n cefnogi iechyd meddwl da a llesiant.
9. Dylai cyflogwyr sicrhau bod holl weithiwr yn cael eu cefnogi gyda chyfrifoldebau gofal ac addysgu gartref trwy opsiynau gweithio hyblyg digonol a pholisïau absenoldeb rhiant.

5.1 Recommendations

To address the underlying causes that left women at greater risk:

- 10.** Dylai gofal fod yn ganolog i ailadeiladu ein heconomiâu ar ôl argyfwng Covid-19:
 - a.** Dylai llywodraethau gydnabod llafur di-dâl menywod trwy ymgorffori hynny mewn mesurau economaidd.
 - b.** Dylai arian i ariannu neu sybsideiddio gofal plant gael ei ystyried yn fuddsoddiad, yn hytrach na gwariant.
- 11.** Dylai Llywodraeth Cymru wella'r ddarpariaeth gofal plant trwy:
 - a.** Ddarparu gofal plant amser llawn o ansawdd da am ddim i bob plentyn 0-4 oed am 48 wythnos o'r flwyddyn.
 - b.** Buddsoddi mewn gofal plant cofleidiol a gofal gwyliau i sicrhau ei fod ar gael ac yn fforddiadwy i bawb.
- 12.** Dylai Llywodraeth Cymru fynd i'r afael â stereoteipiau rhywedd niweidiol trwy:
 - a.** Wneud cydraddoldeb ar sail rhywedd yn fesur canolog o lwyddiant addysgol.
 - b.** Sicrhau bod cyngor gyrfaoedd yn herio rhagdybiaethau ar sail rhywedd a chanlyniadau anghyfartal.
 - c.** Annog dynion i rannu cyfrifoldebau gofalu trwy ymgyrchoedd cyhoeddus ac arwain y ffordd gydag absenoldeb rhiant teg a pholisïau teuluol.
- 13.** Dylai Llywodraeth Cymru fynd i'r afael â thlodi menywod trwy:
 - a.** Roi strategaeth effeithiol, drawslywodraethol ar waith sy'n canolbwyntio ar fynd i'r afael ag achosion sylfaenol tlodi, ac sy'n cydnabod y gwahanol nodweddion, amgylchiadau a rhwystrau sy'n wynebu pobl mewn tlodi.
 - b.** Cyflwyno system fudd-daliadau Cymreig gydlynol yn seiliedig ar egwyddorion cydraddoldeb, urddas a thegwch.
 - c.** Dylid diwygio budd-daliadau Cymreig presennol, gan gynnwys prydu ysgol am ddim, Cynllun Gostyngiadau'r Dreth Gyngor a'r Gronfa Cymorth Dewisol i ehangu cymhwysedd a chynyddu'r nifer sy'n manteisio arnynt.
 - d.** Gofyn am ddatganoli pwerau gweinyddol dros Gredyd Cynhwysol i roi dewis a hyblygrwydd i fenywod o ran rheoli eu cyllid eu hunain.
- 14.** Dylai Llywodraeth Cymru wella argaeledd gweithio hyblyg a chynhwysol yng Nghymru trwy:
 - a.** Sicrhau bod cyllid ar gael i gyflogwyr i'w cefnogi i fuddsoddi mewn seilwaith sy'n gysylltiedig ag arferion gwaith modern; boed yn seilwaith ffisegol fel technoleg, neu'n fuddsoddiad i gefnogi hyfforddiant staff a rheolwyr i sicrhau ffyrdd newydd o weithio.

- b. Sicrhau bod hybiau cydweithredu newydd yn hygyrch, yn gynhwysol ac yn ddiogel yn ogystal â'u gwasgaru'n ddaearyddol i gynnig lleoedd gwaith i'r rheini nad oes ganddynt leoedd gweithio gartref. Mae angen hybiau ymhob ardal yng Nghymru, gan gynnwys ardaloedd gwledig

15. Dylai Llywodraeth y DU ddiwygio'r hawl i ofyn am ddeddfwriaeth gweithio hyblyg i ganiatáu ceisiadau o'r diwrnod cyntaf o gyflogaeth.

16. Dylai cyflogwyr sicrhau tegwch mewn ffyrdd newydd o weithio trwy:
- a. Goladu data i fonitro'r nifer sy'n gweithio yn hyblyg ymysg gwahanol grwpiau.
 - b. Defnyddio asesiadau o effaith ar gydraddoldeb i lywio unrhyw newidiadau i ffyrdd o weithio, e.e. symud i weithio hybrid, er mwyn sicrhau eu bod yn gynhwysol.
 - c. Ystyried gwahanol anghenion a phrofiadau cydweithwyr, gan gynnwys y rhai sydd wedi'u lleoli gartref, wrth gynllunio gweithgareddau cymdeithasol, datblygu strategaethau cyfathrebu ac wrth gynllunio dilyniant ac olyniaeth.

17. Dylai Llywodraeth Cymru flaenoriaethu gweithredu'r argymhellion yn adroddiad yr **Adolygiad Cydraddoldeb Rhywedd Gweithredoedd nid Geiriau**, a fydd yn ymgorffori cydraddoldeb ymhob proses llunio polisi a phob proses gyllidebol.

18. Dylid cymryd camau i sicrhau cynrychiolaeth fwy amrywiol mewn sefydliadau gwleidyddol yng Nghymru, gan gynnwys trwy ddiwygio etholiadol a chefnogaeth i fentrau sy'n annog grwpiau sydd heb gynrychiolaeth ddigonol i ymgysylltu â swyddi gwleidyddol a rhedeg amdanynt.

Chwarae Teg



 www.chwaraeteg.com

 02920 462 745

 policyandresearch@chwaraeteg.com