

Realiti cudd tlodi tanwydd yng nghefn gwlad Cymru: Cymorth ariannol

Mae'r brîff hwn yn crynhoi rhai o'r prif ganfyddiadau o [adroddiad](#) newydd gan Cyngor ar Bopeth Cymru sy'n edrych ar dlodi tanwydd yng Nghymru o safbwynt cefn gwlad. Yma, rydym yn canolbwyntio ar effaith tlodi tanwydd a chymorth ariannol. Mae ail frîff hefyd ar gael sy'n edrych ar ymwybyddiaeth o gynlluniau ôl-osod, y defnydd ohonynt ac agweddau tuag atynt.

Mae tua 340,000 o aelwydydd yng Nghymru mewn tlodi tanwydd (25%)¹. Mae hyn yn golygu bod chwarter poblogaeth Cymru mewn perygl o orfod gwneud dewisiadau amhosibl rhwng gwresogi a phweru eu cartrefi a thalu am hanfodion eraill.

Mae ein hymchwil yn cadarnhau bod problemau fforddiadwyedd ynni yn effeithio'n anghymesur ar aelwydydd gwledig yng Nghymru. Mae hyn oherwydd stoc dai hŷn, costau byw uwch, a llai o ymwybyddiaeth o wasanaethau cymorth ac ymgysylltiad â nhw. Mae aelwydydd gwledig hefyd yn llai tebygol o fod wedi'u cysylltu â'r prif grid nwy, sy'n eu gwneud yn agored i amrywiadau mewn prisiau yn y farchnad tanwydd amgen – fel y dangoswyd gan y cynnydd diweddar ym mhreis olew gwresogi domestig oherwydd yr argyfwng diweddaraf yn y Dwyrain Canol.

Effaith tlodi tanwydd

Mae tlodi tanwydd yn aml yn gysylltiedig â phroblemau eraill sy'n ymwneud â chostau byw. Mae llawer o'r ffactorau sy'n effeithio ar anfforddiadwyedd ynni yn gorgyffwrdd ag incwm isel yn fwy cyffredinol, gan ei gwneud hi hyd yn oed yn anoddach byw bywyd iach a chyfforddus.

Mae costau ynni cynyddol yn gwrthio mwy a mwy o bobl i ddyled. Yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, dyled ynni oedd y math mwyaf cyffredin o broblem ddyled y bu ein swyddfeydd Cyngor ar Bopeth lleol yng Nghymru yn helpu pobl ag ef². Mae pobl hefyd yn syrthio'n ddyfnach i ddyled. Ymhlith ein cleientiaid dyled, mae maint cyfartalog dyled ynni wedi cynyddu 113% yn ystod y blynyddoedd diwethaf, gan gyrraedd bron £1,600 yn 2025.

¹ Mae Llywodraeth Cymru yn diffinio tlodi tanwydd fel yr angen i wario dros 10% o incwm yr aelwyd i allu cynnal "trefn wresogi foddhaol". Ar gyfer tlodi tanwydd difrifol, mae hyn yn codi i 20%. Mae tablau data ar gael [yma](#) ac yn ymwneud â Hydref 2024.

² Rhwng 1 Medi 2025 a 31 Awst 2026, helpodd ein swyddfeydd yng Nghymru 7,754 o bobl â dyled tanwydd, sef y math mwyaf cyffredin o ddyled, ac yna ôl-ddyledion treth gyngor, dŵr a dyledion cardiau credyd. Roedd cyfanswm y bobl a ddaeth â phroblemau dyled yn ystod y cyfnod hwn bron i 25,700.

Mae byw mewn tlodi tanwydd hefyd yn cael effaith negyddol ar iechyd meddwl ac iechyd corfforol pobl. Yn ystod ein hymchwil, clywsom sut mae biliau ynni cynyddol yn cynyddu straen a gorbryder, a sut mae cartrefi oer yn gwaethygu cyflyrau iechyd sy'n bodoli eisoes, gan gynnwys arthritis a salwch anadlol.

Mae effaith tlodi tanwydd yn aml yn fwy amlwg mewn ardaloedd gwledig:

- Roedd ymatebwyr ein harolwg a oedd yn byw yng nghefn gwlad, ar gyfartaledd, yn **gwario canran uwch o'u hincwm ar danwydd**: 5.6% o'i gymharu â 4.6% mewn ardaloedd trefol³.
- Dywedodd 44% o bobl sy'n byw yng nghefn gwlad agored fod ganddynt filiau ynni uchel er eu bod yn defnyddio lefel gymedrol o wres, o gymharu â 29% o bobl mewn ardaloedd trefol.
- Roedd 56% o bobl ar incwm isel mewn ardaloedd gwledig yn cael trafferth gyda biliau ynni, o gymharu â 50% o bobl yn yr un grŵp mewn dinasoedd a threfi.
- Dywedodd 66% o bobl sy'n byw mewn ardaloedd gwledig ac a oedd yn cael trafferth gyda biliau ynni fod hyn wedi cael effaith negyddol ar eu hiechyd meddwl, o gymharu â 52% mewn ardaloedd trefol
- Dywedodd 53% o bobl sy'n byw mewn ardaloedd gwledig ac a oedd yn cael trafferth gyda biliau ynni fod hyn wedi cael effaith negyddol ar eu hiechyd corfforol, o gymharu â 37% mewn ardaloedd trefol.



Rydw i mor oer mae fy nwylo a'n nhraed i'n troi'n borffor. Mae hyn yn fy ngwneud i' n ddiflas. - Cyfranogwr ymchwil



Dulliau ymdopi

Mae aelwydydd yng Nghymru yn ymateb i gostau ynni cynyddol drwy wneud toriadau cynyddol ddifrifol. Dywedodd llawer o'r bobl a holwyd gennym eu bod yn gostwng y gwres neu'n ei ddiffodd, yn gwresogi un ystafell yn unig, yn defnyddio poteli dŵr poeth a blancedi trydan, yn gwisgo haenau ychwanegol ac yn defnyddio llai o ddŵr poeth. Disgrifiodd eraill sut roeddent yn gwario llai ar fwyd a gweithgareddau cymdeithasol. Roedd rhai cyfranogwyr yn teimlo nad oedd ganddynt ddim byd arall i dorri'n ôl arno, gan eu gadael yn agored i gynydd mewn costau byw yn y dyfodol.

³ Gweler y prif adroddiad i weld sut y cyfrifwyd y ffigurau hyn.

Mae aelwydydd yng nghefn gwlad yn fwy tebygol o wario llai ar eitemau hanfodol:

- Dywedodd **58%** o bobl sy'n byw mewn ardaloedd gwledig ac a oedd yn cael trafferth gyda biliau ynni eu bod yn defnyddio llai o wres, o gymharu â 46% mewn ardaloedd trefol
- Dywedodd **58%** o bobl sy'n byw yng nghefn gwlad agored ac a oedd yn cael trafferth gyda biliau eu bod yn gwario llai ar fwyd – mewn ardaloedd trefol, y ffigur oedd 36%
- Roedd **48%** o'r boblogaeth wledig â phroblemau fforddiadwyedd yn gwario llai ar hanfodion eraill, o gymharu â 33% mewn lleoliadau trefol.

Stori Beth

Mae Beth* yn byw ar ei phen ei hun mewn eiddo rhent cyngor yng nghefn gwlad Cymru. Mae ganddi nifer o gyflyrau iechyd hirdymor sy'n effeithio ar ei symudedd ac mae'n defnyddio baddonau a dŵr poeth i leddfu'r boen yn ei choesau.

Mae Beth yn defnyddio olew fel ffynhonnell tanwydd, ac yn achlysurol mae'n cynhesu'r tŷ trwy losgi glo. Yn gynharach eleni, cafodd ddyfynbris o tua £1,000 am danc olew 500 litr, i fyny o £370 – er mai prin y mae ei hincwm misol yn fwy na'r swm hwn. Penderfynodd ddefnyddio glo yn unig nes bod y pris yn gostwng, sy'n golygu efallai na fydd hi'n gallu lleddfu'r boen yn ei choesau, gan na all hi gael bath heb olew i gynhesu'r dŵr.

Does gan Beth ddim byd mwy i dorri'n ôl arno - dydy hi ddim yn cymdeithasu mwyach, mae hi wedi rhoi tanysgrifiadau teledu a nofio i fyny ac mae hi'n defnyddio banciau bwyd yn rheolaidd. Mae'r cynnydd sydyn ym mhris olew, ynghyd â chostau byw yn gyffredinol, wedi cael effaith ddifrifol ar iechyd corfforol ac iechyd meddwl Beth.

*Mae pob enw wedi'i newid

Cymorth ariannol

Mae nifer o gynlluniau cymorth ariannol ar gael i aelwydydd yng Nghymru sy'n cael trafferth gyda'u costau ynni. Mae'r rhain yn cynnwys Taliadau Cymorth mewn Argyfwng y Gronfa Cymorth Dewisol (DAF-EAP), talebau tanwydd a Chronfa Wres y Fuel Bank Foundation (FBF)⁴. Mae cynlluniau cymorth mewn argyfwng fel y rhain yn aml yn hanfodol i lawer o aelwydydd, yn enwedig yn ystod y blynyddoedd diwethaf.

⁴ Mae rhagor o fanylion am bob un o'r cynlluniau hyn yn ein prif adroddiad.



Heb y gefnogaeth honno [DAF], wn i ddim beth fyddwn i wedi'i wneud. Byddwn i wedi bod yn sownd go iawn. Mae'n bosibl y byddent yn torri fy nghyflenwad ynni i ffwrdd. Roedd yn help mawr. Fe wnaeth fy helpu gyda hanfodion sylfaenol ac i roi credyd ar y nwy a'r trydan – Cyfranogwr ymchwil



Fodd bynnag, nododd ein hymchwil nifer o rwystrau sy'n atal pobl rhag cael mynediad at y cynlluniau hyn. Mae hyn yn cynnwys:

- **Diffyg ymwybyddiaeth** – Nid yw llawer o'r bobl sydd angen cymorth ariannol yn ymwybodol bod y cynlluniau hyn yn bodoli, yn enwedig mewn ardaloedd gwledig. Dim ond traean o bobl sy'n byw mewn ardaloedd gwledig oedd wedi clywed am y DAF a thalebau tanwydd, o gymharu â hanner mewn ardaloedd trefol.
- **Dryswch ynghylch cymhwysra** – Yn aml, mae dryswch ynghylch pwy sy'n gymwys i gael cymorth ariannol, gyda rhai pobl yn tybio mai dim ond i bobl sy'n hawlio budd-daliadau sy'n dibynnu ar brawf modd y mae'r math hwn o gymorth ar gael.
- **Prosesau ymgeisio cymhleth** – Dywedodd ein cynghorwyr wrthym fod y broses ymgeisio ar gyfer rhai o'r cynlluniau – fel Cronfa Wres FBF – yn ddiangen o gymhleth ac yn ymwithiol. Mae pryderon hefyd bod rhai pobl sydd angen cymorth – yn enwedig pobl hŷn – yn cael trafferth darparu'r dystiolaeth neu'r dogfennau adnabod gofynnol (fel dogfen adnabod â llun).
- **Allgáu digidol** – Tynnodd ein hymchwil sylw hefyd at y ffaith mai pobl sydd wedi'u hallgáu'n ddigidol ac sy'n byw mewn ardaloedd gwledig sy'n wynebu'r rhwystrau mwyaf difrifol wrth geisio cael mynediad at gynlluniau cymorth, gan fod ceisiadau yn aml yn gofyn am fynediad i'r rhyngrwyd a/neu sgiliau digidol. Dywedodd ein cynghorwyr fod llawer o bobl yn dod atynt wyneb yn wyneb i gael help gyda ffurflenni a cheisiadau ar-lein, ond i bobl mewn lleoliadau anghysbell, mae cyrraedd yno yn gostus ac yn cymryd amser.

Er mwyn sicrhau bod pobl mewn angen, gan gynnwys y rhai sy'n byw mewn ardaloedd gwledig, yn gallu cael y cymorth ariannol cywir ar yr adeg gywir, rydym wedi nodi'r argymhellion canlynol. Mae ein set lawn o argymhellion i'w gweld yn y prif [adroddiad](#).

Argymhellion:

1. Dylai Llywodraeth Cymru ddiogelu cyllid y Gronfa Cymorth Dewisol (DAF) yn y dyfodol, a pharhau i adolygu gwerth ac amllder taliadau brys, er mwyn galluogi'r Gronfa i ymateb i unrhyw gynnydd yn y galw am gymorth brys o ganlyniad i ddigwyddiadau byd-eang.
2. Rydym yn croesawu adolygiad o fudd-daliadau presennol Cymreig, gan gynnwys y DAF, ac yn credu bod hyn yn rhoi cyfle i ymgorffori dull mwy ataliol yng nghynllun y Gronfa drwy system integredig o bartneriaid sydd ag adnoddau digonol. Tra bod rhyw fath o gronfa argyfwng bob amser yn angenrheidiol, byddai hyn yn helpu i leihau dibyniaeth pobl ar gymorth argyfwng yn y dyfodol.
3. Dylai Llywodraeth Cymru, partneriaid cyflawni'r DAF a'r Fuel Bank Foundation:
 - a. ailgyflwyno'r gallu i wneud ceisiadau i'r DAF dros y ffôn er mwyn gwella mynediad i ymgeiswyr sydd wedi'u hallgáu'n ddigidol
 - b. cymryd camau i gynyddu ymwybyddiaeth o gynlluniau cymorth ariannol ymhlith cymunedau gwledig drwy ymgyrchoedd wedi'u targedu
 - c. symleiddio'r broses ymgeisio ar gyfer cael mynediad at yr Heat Fund.

I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â'n tîm Polisi Cymru, e-bost:
policy.cymru@citizensadvice.org.uk