

ASESIAD EFFAITH INTEGREDIG, LLYWODRAETH CYMRU

Teitl y cynnig:	Y Cynllun Gweithredu Strategol ar gyfer Urddas Mislif
Swyddog(ion) sy'n cwblhau'r Aseiad Effaith Integredig (enw(au) ac enw'r tîm):	Hannah Fisher Sian Lewis Laura Price Y Tîm Cydraddoldeb rhwng y Rhywiau
Adran:	Y Gangen Gydraddoldebau
Pennaeth yr Is-adran/SRO (enw):	Ruth Meadows
Ygrifennydd/ Gweinidog y Cabinet â chyfrifoldeb:	Y Gweinidog Cyfiawnder Cymdeithasol, Jane Hutt
Dyddiad cychwyn:	Gorffennaf 2020 Ymgynghoriad, Hydref 2021

CYNNWYS

Adran 1. Pa gamau mae Llywodraeth Cymru yn eu hystyried, a pham?	3
Adran 8. Casgliad	20

ADRAN 1. PA GAMAU MAE LLYWODRAETH CYMRU YN EU HYSTYRIED, A PHAM?

Fel y mae *Plan International* yn datgan yn ei adroddiad "*Break the Barriers*": "*the taboos and lack of education surrounding menstruation have had a number of tangible, negative impacts on girls' day-to-day lives*"¹. Mae'r effeithiau hyn yn eang ac o bosibl yn hirdymor.

Yn 2014 cydnabu Cyngor Hawliau Dynol y Cenhedloedd Unedig fod diffyg rheoli iechyd mislif a'r stigma sy'n gysylltiedig â'r mislif yn cael effaith negyddol ar gydraddoldeb rhywiol². Mae *Plan International* a'r rhai sy'n arwain ymchwil academiaidd yn y maes hwn yn nodi cyfres o brofiadau negyddol posibl, a all gyfrannu at yr anfantais hon:

- Gall diffyg addysg o amgylch y mislif gael effaith negyddol ar iechyd rhywiol ac atgennedl yn y dyfodol.
- Gall agweddau negyddol tuag at fislif gan gyfoedion, ac aflonyddu rhywiol cysylltiedig, effeithio ar gymhelliant merched i astudio, eu hunan-barch a'u hunan-werth, a all arwain at uchelgeisiau is a disgwyliadau is o ran gyrfa.
- Gall y distawrwydd sy'n gysylltiedig â'r mislif arwain at ddiffyg gwybodaeth a dewis ymhlith pobl ifanc am nwyddau mislif y gellir eu hailddefnyddio, ac felly'r dewisiadau sy'n bosibl ar gyfer eu cyrff eu hunain.
- Diffyg gwybodaeth am nwyddau y gellir eu hailddefnyddio yn ogystal â sut i gael gwared yn ddiogel ar nwyddau mislif nad ydynt yn cael eu hailddefnyddio
- Effaith negyddol ar yr amgylchedd. Bydd pob unigolyn sy'n cael mislif yn defnyddio hyd at 250 o badiu neu damponau y flwyddyn. Mae hyn gyfystyr â 3,750 miliwn y mae'n rhaid cael gwared arnynt bob blwyddyn, ynghyd â thua 300 miliwn o fagiau neu flychau plastig a thua 1,500 miliwn o ddodwyr tamponau plastig, Mae'r padiau, tamponau a dodwyr hyn yn cymryd o leiaf 800 mlynedd i bydru, neu maent yn gollwng nwyon gwenwynig os llosgir nhw.³
- Gall diffyg cefnogaeth ac addysg am y mislif mewn ysgolion i ferched ac eraill sy'n cael mislif, gyfrannu at absenoldeb mewn ysgolion, ac arwain at fethu

¹ <https://plan-uk.org/file/plan-uk-break-the-barriers-report-032018pdf/download?token=Fs-HYP3v>

² Cyngor Hawliau Dynol y Cenhedloedd Unedig, 2014, Cynnig 27/7 'The Human Right to Safe Drinking Water and Sanitation', A/HRC/RES/27/7, http://ap.ohchr.org/documents/dpage_e.aspx?si=A/HRC/27/L.11/Rev.1 Dyfynnir yn <https://plan-uk.org/file/plan-uk-break-the-barriers-report-032018pdf/download?token=Fs-HYP3v>

³ AHPMA (Dim dyddiad) Menstruation and sanpro/femcare market facts and figs, <http://www.ahpma.co.uk/docs/Menstruation%20Facts%20and%20Figs.pdf> – Gan ragdybio bod bob blwch yn cynnwys 12, 15 neu 20 o badiu neu damponau. Times of India (2017) 'Menstrual pads vs. tampons vs. menstrual cups', *Times of India*, 20 Mawrth, <https://timesofindia.indiatimes.com/life-style/healthfitness/health-news/menstrual-pads-vs-tamponsvs-menstrual-cups/articleshow/57682699.cms>. Cymerwyd o <https://plan-uk.org/file/plan-uk-break-the-barriers-report-032018pdf/download?token=Fs-HYP3v>

gweithgareddau fel chwaraeon, oherwydd pryder am ollwng, yn ogystal ag effeithio ar eu barn am ymarfer corff yn y dyfodol o bosibl.

- Gall y diffyg gwybodaeth am yr hyn sy'n cyfrif fel 'normal' o ran iechyd mislif arwain at ddiagnosis hwyr o gyflyrau difrifol fel endometriosis, syndrom ofariau polysystig, anhwylder dysfforig cyn mislif, neu ganserau gynaecelegol.
- Mae'n hysbys bod cylch y mislif hefyd yn effeithio ar lawer o gyflyrau iechyd cronig, megis gorbryder, asthma, iselder, syndrom coluddyn llidus, meigrin ac epilepsi, ac eto ychydig iawn o bobl sy'n ymwybodol o'r cysylltiadau hyn.
- Mae ymchwil yn awgrymu y gallai effaith mislif trwm a chyflyrau gynaecelegol ar gyflogaeth fod yn gronig, a chan eu bod yn debygol o gael eu dioddef yn fisol, gallant gael effaith barhaus ar fenywod a'u gyrfaedd. Mae menywod sy'n byw gyda mislif trwm a chyflyrau gynaecelegol yn debygol o'u gweld yn amharu ar eu cyflogaeth ar fwy o ddiwrnodau'r mis na menywod heb gyflyrau cyffelyb. Mae'n bwysig nodi hefyd bod menywod yn sylwi ar rywfaint o darfu ar eu gwaith oherwydd eu bod yn gwaedu, p'un a ydynt yn gwaedu'n drwm ai peidio, a ph'un a oes ganddynt ddiagnosis gynaecelegol ai peidio⁴.
- At hynny, mae mynediad at nwyddau mislif yn fater allweddol i'r rhai sy'n byw mewn tlodi. Ochr yn ochr ag effaith gorfforol peidio â chael mynediad at eitemau priodol ar gyfer y mislif, gellir cysylltu dioddef tlodi hefyd â theimladau o gywilydd, sy'n gysylltiedig â pheidio â 'ffitio i mewn', a pheidio â gallu gwneud yr hyn y mae cyfoedion yn ei wneud. Mae tabwau ynghylch y mislif yn aml yn arwain at ferched yn teimlo cywilydd o'u cyrff a'u mislif. Pan gyfunir y cywilydd hwn â'r cywilydd sy'n gysylltiedig â thlodi, gall y profiad gael effeithiau anghymesur o negyddol ar fywydau merched⁵.

Y Cynllun Gweithredu Strategol ar gyfer Urddas Mislif

Rydym yn datblygu Cynllun Gweithredu Strategol i nodi dull Llywodraeth Cymru o sicrhau urddas mislif yng Nghymru i fynd i'r afael â'r problemau a amlinellwyd yn y dystiolaeth. Mae'r Cynllun wedi'i seilio ar ymrwymiad i weithio ar draws y Llywodraeth, a chyda rhanddeiliaid, i ddatblygu a chyflwyno cyfres o gamau gweithredu eang, cyfannol a chroestoriadol.

Bydd yr amserlen ar gyfer y Cynllun yn cwmpasu'r pum mlynedd nesaf.

⁴ Lancaster, D. Work-related disruption associated with heavy menstruation and gynaecological diagnoses. Prifysgol De Cymru, Chwefror 2020.

⁵ Yeandle et al. (2003) in Russell, L. a Darian, L. (2012) *More than one rung on the career ladder: examining barriers to the labour market for youngwomen living in poverty* yn Waldren, J., and Kaminski, I. (2012) *Learning from the children: childhood, culture and identity in a changing world*, New York: Berghahn Books, Dyfynnir yn <https://plan-uk.org/file/plan-uk-break-the-barriers-report-032018pdf/download?token=Fs-HYP3v>

Gweledigaeth

Erbyn 2026 byddwn yn byw mewn Cymru lle:

- mae'r mislif yn cael ei ddeall, ei dderbyn a'i normaleiddio'n llwyr. Cydnabyddir yn gyffredinol nad yw mislif yn ddewis a bod nwyddau mislif yn eitemau hanfodol;
- mae gan y rhai sy'n cael mislif fynediad at nwyddau diogel o ansawdd da o'u dewis, pryd a lle bo'u hangen, yn y ffordd fwyaf urddasol bosibl;
- mae mynediad teg at ddarpariaeth ledled Cymru, gan ganiatau rhyddid i wneud trefniadau lleol;
- mae'r stigma, y tabŵau a'r mythau sy'n bodoli wedi'u herio drwy ddarparu gwybodaeth ac adnoddau addysgol. Nid oes neb yn teimlo cywilydd neu swildod am y mislif a gallant siarad yn agored ac yn hyderus amdano, p'un a ydynt yn cael mislif ai peidio;
- mae effaith bosibl mislif a sut y gall newid yn ystod y perimenopos, y menopos ac o ganlyniad i faterion iechyd ehangach yn cael ei deall yn eang;
- ymatebir i'r effaith hon yn sensitif o fewn lleoliadau addysg, cyflogaeth ac iechyd;
- mae dinasyddion yng Nghymru yn teimlo y gallant gael mynediad at wasanaethau iechyd yn ymwneud â'u mislif a materion cysylltiedig ac maent yn hyderus y bydd y gwasanaethau hyn yn sensitif ac yn cael eu llywio gan ryw a rhywedd;
- mae mwy o amrywiaeth o nwyddau mislif yn cael eu defnyddio, gan gyfyngu ar effaith amgylcheddol negyddol llawer o nwyddau tafladwy.
- mae pawb sy'n cael mislif...
 - yn deall eu mislif yn llwyr ac yn gwybod beth sy'n arferol iddynt;
 - yn hyderus o ran ceisio cymorth a chynghor meddygol, os oes angen;
 - yn rhydd rhag unrhyw anghydraddoldebau iechyd wrth geisio cynghor neu gymorth meddygol
 - yn gwybod sut orau i reoli'r mislif er mwyn sicrhau nad yw'n cael effaith negyddol ar eu bywyd;
 - yn deall y gwahanol fathau o nwyddau sydd ar gael, sut i'w defnyddio a sut i gael gwared arnynt yn gywir, ac yn gallu dewis y nwyddau mwyaf priodol ar eu cyfer eu hunain;

- o â mynediad at gyfleusterau priodol i'w galluogi i reoli eu mislif mewn preifatrwydd, gydag urddas ac mewn ffordd iach.

Mae gwreiddio Urddas Mislif mewn ysgolion a chynyddu ein darpariaeth o nwyddau mislif am ddim mewn cymunedau ac yn y sector preifat ill dau'n [ymrwymadau yn ein Rhaglen Lywodraethu](#) ar gyfer tymor y 6ed Senedd. Bydd y Cynllun Gweithredu Strategol ar gyfer Urddas Mislif a'r Grant Urddas Mislif mewn Ysgolion a Chymunedau yn fecanweithiau hanfodol yn y gwaith o gyflwyno'r camau hyn.

Mae cydweithredu â phartneriaid, ar draws y Llywodraeth a chyda sefydliadau allanol wedi bod yn hanfodol i'r gwaith o ddatblygu'r cynllun hwn. Rydym yn ddiolchgar am waith y Ford Gron Urddas Mislif a'r adborth gan bartneriaid a rhanddeiliaid y gellir ymddiried ynddynt i ddatblygu'r cynllun drafft hwn. Er mwyn datblygu'r cynllun ymhellach, ac yn arbennig, er mwyn sicrhau bod y cynllun yn cynrychioli anghenion grwpiau amrywiol, mae angen cynnal proses ymgynghori ffurfiol. Gydol yr ymgynghoriad, byddwn yn estyn allan yn arbennig at fenywod, plant a phobl ifanc, pobl hŷn, pobl draws a rhai nad ydynt yn ddeuaidd, pobl anabl, pobl o wahanol grefyddau a grwpiau Pobl Dduon, Asiaidd a lleiafrifoedd ethnig.

ADRAN 8. CASGLIAD

8.1 Sut mae'r bobl sydd fwyaf tebygol o deimlo effeithiau'r cynnig wedi bod yn rhan o'r gwaith o'i ddatblygu?

Rydym yn ddiolchgar am waith y Ford Gron Urddas Mislif a'r adborth gan bartneriaid y gellir ymddiried ynddynt i ddatblygu'r cynllun drafft hwn. Mae aelodau'r Ford Gron yn cynnwys cynrychiolwyr y canlynol:

- Cymdeithas Llywodraeth Leol Cymru (CLILC)
- Awdurdodau Lleol
- Actifyddion Urddas Mislif a'r Amgylchedd
- Plant mewn Angen
- Plant yng Nghymru
- Anabledd Cymru
- Rhwydwaith Cydraddoldeb Menywod Cymru
- Stonewall Cymru
- BAWSO
- Trussell Trust
- Cymorth i Ferched Cymru
- Prifysgolion Cymru
- Tîm Cymorth Ieuenctid Ethnig
- WINGS Wrecsam
- Cadwch Gymru'n Daclus
- PHS Group
- STOPP
- Llamau
- NUS Cymru
- Plan International UK
- Chwaraeon Cymru
- Hygiene Bank Wales
- Colegau addysg bellach

Rydym hefyd wedi ymgysylltu'n anffurfiol â grwpiau cydraddoldeb i ddeall profiadau bywyd pobl â gwahanol nodweddion gwarchodedig. Fodd bynnag, er mwyn datblygu'r cynllun ymhellach, ac yn arbennig, er mwyn sicrhau bod y cynllun yn cynrychioli anghenion grwpiau amrywiol yn well, mae angen proses ymgynghori ffurfiol. Gydol yr ymgynghoriad, byddwn yn estyn allan yn arbennig at fenywod, pobl ifanc, pobl hŷn, pobl nad ydynt yn rhai deuaidd a phobl draws, pobl anabl, pobl o wahanol grefyddau a grwpiau Pobl Dduon, Asiaidd a lleiafrifoedd ethnig.

8.2 Beth yw'r effeithiau mwyaf sylweddol – cadarnhaol a negyddol?

Mae tystiolaeth a gasglwyd fel rhan o'r Asesiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb yn dangos bod y rhai sy'n cael mislif yn dioddef nifer o effeithiau negyddol ar hyn o bryd, gan gynnwys:

- Colli'r ysgol oherwydd diffyg nwyddau mislif, neu bod â gormod o gywilydd i drafod effaith eu mislif
- Gorddefnyddio nwyddau mislif o ganlyniad i dlodi mislif, gyda goblygiadau sylweddol o ran iechyd
- Gall effaith cywilydd a stigma ynghylch y mislif achosi lleihad mewn hunan-barch gan arwain at iechyd meddwl gwael
- Peidio â chymryd rhan mewn gweithgareddau fel chwaraeon o ganlyniad i ofni gollwng a theimlo cywilydd, oherwydd tlodi mislif neu ddiffyg mynediad at gyfleusterau priodol
- Ofn neu chywilydd ynghylch mynd at y meddyg i drafod problemau ynghylch eu mislif, gan arwain at oedi pellach wrth gael diagnosis ar gyfer problemau iechyd gynaecelegol
- Gallai effaith y perimenopos a'r menopos fod yn cyfrannu at nifer y menywod sy'n gadael y gweithlu, lleihad yn nifer y menywod mewn rolau arweiniol uwch a'r bwlch rhwng cyflogau'r rhywiau.

Mae'r Cynllun Gweithredu Strategol ar gyfer Urddas Mislif yn nodi dull Llywodraeth Cymru o liniaru'r effeithiau hyn a sicrhau Urddas Mislif i bawb yng Nghymru. Mae'r Cynllun wedi'i seilio ar ymrwymiad i weithio ar draws y Llywodraeth, a chyda phartneriaid, i ddatblygu a chyflwyno cyfres o gamau gweithredu eang, cyfannol sy'n ymwneud â meysydd polisi fel addysg, iechyd a gofal cymdeithasol, cyflogaeth, yr amgylchedd, chwaraeon a diwylliant a mynd i'r afael â thlodi. Dyma rai o gamau allweddol y cynllun:

- Datblygu strategaeth gyfathrebu ar gyfer Urddas Mislif: gyda'r nod o gael gwared ar stigma a thabwau sy'n gysylltiedig â'r mislif, cychwyn sgysiau ehangach i bawb ynghylch y mislif, waeth beth fo'u hoedran neu rywedd ac i helpu i gynyddu'r defnydd o nwyddau y gellir eu haildefnyddio a lleihau effaith amgylcheddol nwyddau mislif.
- Archwilio a datblygu canllawiau arfer da ar gyfer gweithredu arferion sy'n sicrhau urddas mislif ar draws y sector cyhoeddus a phreifat yng Nghymru. Bydd y canllawiau'n amlinellu sut y dylid addasu cymorth ymarferol ar gyfer urddas mislif ar draws amrywiaeth o nodweddion gwarchodedig ac yn tynnu sylw at arfer gorau ac arloesedd.
- Gweithio gyda'n hundebau llafur, gwasanaethau cyhoeddus, y sector preifat a'r trydydd sector i hyrwyddo'r ffaith bod polisiau ar waith ar gyfer y gweithle ar urddas mislif a'r menopos.
- Nodi unrhyw fylchau yn y ddarpariaeth bresennol o ran adnoddau addysgol ar gyfer dysgwyr ac addysgwyr a gweithio gyda rhanddeiliaid i ariannu'r gwaith o ddatblygu adnoddau priodol ac archwilio'r modd y dylid dosbarthu'r adnoddau hyn, i gefnogi cynnwys lles mislif yn y cwricwlwm.

- Darparu mynediad i bobl anabl at wybodaeth berthnasol ar ffurf addas. Yn dibynnu ar namau penodol, gall hyn gynnwys deunyddiau clyweledol gydag iaith arwyddion, neu gynllunio sesiynau byrrach.
- Darparu nwyddau mislif, drwy'r grant urddas mislif i ysgolion, i sefydliadau Addysg Bellach ac i gymunedau ledled Cymru.
- Gweithio gyda gweithgynhyrchwyr, Llywodraeth y DU a Gweinyddiaethau Datganoledig i leihau'r defnydd o blastig mewn nwyddau mislif untro neu dafladwy ac i ystyried datblygu nwyddau mislif eco-gyfeillgar.
- Yn unol ag ymrwymiad y Rhaglen Lywodraethu i ddeddfu i ddiddymu defnyddio'r nwyddau plastig untro sydd fwyaf tebygol o gael eu taflu fel sbwriel, ac ymrwymiad i raddol ddiddymu plastigau untro diangen yn ein Strategaeth Economi Gylchol, byddwn yn ariannu rhaglenni addysg a hyfforddiant (drwy'r grant urddas mislif) i hyrwyddo, cefnogi a chynyddu'r defnydd o nwyddau y gellir eu hailddefnyddio, a darparu addysg a chynyddu ymwybyddiaeth ynghylch cael gwared ar nwyddau untro. Byddwn yn sicrhau bod addysg a hyfforddiant yn cynnwys gwybodaeth i ddiwallu anghenion penodol dysgwyr ag anableddau wrth ystyried defnyddio nwyddau y gellir eu hailddefnyddio.
- Darparu nwyddau am ddim i gleifion mewnol mewn ysbytai ledled Cymru a nodi opsiynau i ehangu hyn i gyfleusterau toiled yn gyffredinol mewn ysbytai a lleoliadau iechyd eraill ar gyfer cleifion, staff ac ymwelwyr.
- Annog cyflogwyr a busnesau ledled Cymru i sicrhau bod nwyddau mislif sylfaenol ar gael am ddim mewn cyfleusterau toiled i staff ac ymwelwyr.
- Gweithio gyda'r sector cyhoeddus, cyflogwyr, meysydd chwaraeon, atyniadau i dwristiaid ac ati i sicrhau bod nwyddau mislif ar gael mewn amrywiaeth mor eang â phosibl o leoliadau.

Bydd yr amserlen ar gyfer y Cynllun yn cwmpasu'r pum mlynedd nesaf, a'n nod yw cyflawni ein gweledigaeth ar gyfer Urddas Mislif yn ystod y cyfnod hwnnw. Mae'n gweledigaeth yn amlinellu'r effeithiau cadarnhaol y bwriadwn i'r cynllun hwn eu cael.

Gweledigaeth

Erbyn 2026 byddwn yn byw mewn Cymru lle:

- mae'r mislif yn cael ei ddeall, ei dderbyn a'i normaleiddio'n llwyr. Cydnabyddir yn gyffredinol nad yw mislif yn ddewis a bod nwyddau mislif yn eitemau hanfodol;
- mae gan y rhai sy'n cael mislif fynediad at nwyddau o'u dewis, pryd a lle bo'u hangen, yn y ffordd fwyaf urddasol bosibl;
- mae mynediad teg at ddarpariaeth ledled Cymru, gan ganiatau rhyddid i wneud trefniadau lleol;
- mae'r stigma, y tabŵau a'r mythau sy'n bodoli wedi'u herio drwy ddarparu gwybodaeth ac adnoddau addysgol. Nid oes neb yn teimlo cywilydd neu swildod am

y mislif a gallant siarad yn agored ac yn hyderus amdano, p'un a ydynt yn cael mislif ai peidio;

- mae effaith bosibl mislif a sut y gall newid yn ystod y perimenopos, y menopos ac o ganlyniad i faterion iechyd ehangach yn cael ei deall yn eang;
- ymatebir i'r effaith hon yn sensitif o fewn lleoliadau addysg, cyflogaeth ac iechyd;
- mae dinasyddion yng Nghymru yn teimlo y gallant gael mynediad at wasanaethau iechyd yn ymwneud â'u mislif a materion cysylltiedig ac maent yn hyderus y bydd y gwasanaethau hyn yn sensitif ac yn cael eu llywio gan ryw a rhywedd;
- mae mwy o amrywiaeth o nwyddau mislif yn cael eu defnyddio, gan gyfyngu ar effaith amgylcheddol negyddol llawer o nwyddau tafladwy.
- mae pawb sy'n cael mislif...
 - yn deall eu mislif yn llwyr ac yn gwybod beth sy'n arferol iddynt;
 - yn hyderus o ran ceisio cymorth a chynghor meddygol, os oes angen;
 - yn rhydd rhag unrhyw anghydraddoldebau iechyd wrth geisio cynghor neu gymorth meddygol
 - yn gwybod sut orau i reoli'r mislif er mwyn sicrhau nad yw'n cael effaith negyddol ar eu bywyd;
 - yn deall y gwahanol fathau o nwyddau sydd ar gael, sut i'w defnyddio a sut i gael gwared arnynt yn gywir, ac yn gallu dewis y nwyddau mwyaf priodol ar eu cyfer eu hunain;
 - â mynediad at gyfleusterau priodol i'w galluogi i reoli eu mislif mewn preifatrwydd, gydag urddas ac mewn ffordd iach.

Effaith gadarnhaol fwyaf amlwg y cynllun yw bod Llywodraeth Cymru, wrth wneud yr ymrwymadau a amlinellir ynddo, yn cymryd y cam cyntaf o ran newid y sgwrs am y mislif – na ddylai fod yn rhywbeth i fod â chywilydd ohono, neu i deimlo'n swil amdano, neu'n rhywbeth i'w guddio o'r golwg. Bydd y newid diwylliannol a'r newid mewn ymddygiad y mae'r cynllun hwn yn anelu at ei achosi yn cael effaith gadarnhaol sylweddol ar bawb yng Nghymru – p'un a ydynt yn cael mislif ai peidio. Bydd gan y rhai sy'n cael mislif fynediad at nwyddau, byddant yn deall eu mislif ac yn hyderus i siarad am eu hanghenion a mynd i'r afael â hwy, a bydd gan y rhai nad ydynt yn cael mislif yr wybodaeth sydd ei hangen i deimlo'n hyderus i ymuno â'r sgwrs a chefnogi anghenion a hawliau'r rhai sy'n cael mislif.

8.3 Gan ystyried yr effeithiau a nodwyd, sut bydd y cynnig yn:

- **cyfrannu cymaint â phosibl at ein hamcanion llesiant a'r saith nod llesiant**

Bydd y cynllun hwn yn ein helpu i ddod yn Gymru lewyrchus, iachach, fwy cyfartal, yn Gymru sy'n gyfrifol ar lefel fyd-eang ac yn Gymru â diwylliant bywiog, fel yr amlinellir isod:

Nod	Sut mae'r cynnig yn cyfrannu cymaint â phosibl at gyflawni'r nod hwn
Cymru lewyrchus	Mae'r cynllun drafft yn cynnwys nifer o gamau uchelgeisiol i helpu i fynd i'r afael â newid yn yr hinsawdd a defnyddio adnoddau'n effeithiol. Mae'r camau gweithredu'n cynnwys addysgu'r cyhoedd am fanteision nwyddau mislif y gallir eu hailddefnyddio ac effeithiau amgylcheddol nwyddau plastig untro. Mae ymrwymiad hefyd i leihau nifer y nwyddau untro plastig y gallir eu prynu o dan y Grant Urddas Mislif mewn Ysgolion a Chymunedau ac i weithio gyda Llywodraeth y DU a gweithgynhyrchwyr.
Cymru iachach	Drwy roi terfyn ar y cywilydd a'r stigma sy'n gysylltiedig â'r mislif a darparu addysg ar les mislif, nod y cynllun yw sicrhau Cymru lle mae'r mislif yn cael ei ddeall yn iawn a lle mae pobl yn hyderus i chwilio am gymorth meddygol pan fo angen ac i reoli eu mislif mewn ffordd iach. Bydd darparu nwyddau mislif am ddim mewn ysgolion, cymunedau, colegau addysg bellach a phrifysgolion ac annog darparu nwyddau yn y sector preifat, hefyd yn helpu pobl i reoli eu mislif mewn ffordd iachach.
Cymru sy'n fwy cyfartal	Drwy ein Hasesiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb, rydym wedi nodi nifer o effeithiau negyddol y gall pobl eu hwynebu wrth reoli eu mislif - mae camau gweithredu wedi'u datblygu yn y cynllun i liniaru'r effeithiau hyn.
Cymru â diwylliant bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu	Gall cychwyn y mislif, a'r profiad parhaus fod yn rheswm pam fod pobl ifanc yn rhoi'r gorau i chwaraeon a gweithgareddau eraill. Mae'r cynllun yn cynnwys camau gweithredu ar gyfer deall hyn yn well a mynd i'r afael â'r cilio rhag cymryd rhan.
Cymru sy'n gyfrifol ar lefel fyd-eang	Bydd camau a gymerir yn y cynllun i fynd i'r afael â'r newid yn y hinsawdd drwy gynyddu'r defnydd a wneir o nwyddau y gallir eu hailddefnyddio yn cyfrannu at lesiant byd-eang.

Mae'r cynllun hwn hefyd yn cyfrannu cymaint â phosibl at naw allan o ddeg o amcanion llesiant Llywodraeth Cymru, gan gynnwys:

- Darparu gofal iechyd effeithiol, cynaliadwy ac o ansawdd uchel.
- Parhau â'n rhaglen hirdymor o ddiwygio addysg, a sicrhau bod anghydraddoldebau addysgol yn lleihau a bod safonau'n codi.

- Diogelu, ailadeiladu a datblygu ein gwasanaethau ar gyfer pobl agored i niwed.
- Dathlu amrywiaeth a gweithredu i ddileu anghydraddoldeb o bob math.
- Adeiladu economi ar sail egwyddorion gwaith teg, cynaliadwyedd a diwydiannau a gwasanaethau'r dyfodol.
- Bwrw ymlaen tuag at filiwn o siaradwyr Cymraeg, a galluogi twristiaeth, chwaraeon a'r celfyddydau i ffynnu.
- Adeiladu economi gryfach a gwyrddach wrth inni ddatgarboneiddio cymaint â phosibl.
- Gwneud ein dinasoedd, ein trefi a'n pentrefi yn lleoedd gwell fyth i fyw a gweithio ynddynt.
- Ymgorffori ein hymateb i'r argyfwng hinsawdd a natur ym mhopeth a wnawn.
- **osgoi, lleihau neu liniaru unrhyw effeithiau negyddol?**

Drwy ein gwaith ar asesu effaith, nid ydym wedi nodi unrhyw effeithiau negyddol a allai godi o ganlyniad i'r cynllun. Mae meysydd lle mae angen rhagor o dystiolaeth, a byddwn yn parhau i'w chasglu drwy gydol y cyfnod ymgynghori, a bydd ymatebion o'r ymgynghoriad ei hun yn llywio datblygiad pellach y cynllun i liniaru unrhyw effeithiau negyddol a ddaw i'r amlwg. Deallwn y bydd angen rheoli gweithredu'r cynllun mewn ffordd ddiwylliannol sensitif a bydd angen i ni barhau i feddwl yn ofalus er mwyn deall sut y gellir cynnig Urddas Mislif i bawb yng Nghymru. Ein nod yw sicrhau canlyniad cyfartal yn fwy na chyfle cyfartal, a byddwn yn parhau i ystyried a gwrando ar ba gymorth ychwanegol y gallai fod ei angen ar bobl â nodweddion gwarchodedig gwahanol. Drwy ein Hasesiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb, rydym wedi nodi nifer o gyfleoedd lle gallwn ddileu rhwystrau y gall pobl â nodweddion gwarchodedig eu hwynebu er mwyn sicrhau Urddas Mislif i bawb.

8.4 Sut bydd effaith y cynnig yn cael ei monitro a'i gwerthuso wrth iddo fynd rhagddo ac ar ôl ei gyflawni?

Disgwylir i'r Cynllun weithredu dros gyfnod o 5 mlynedd. Mae'n ddogfen 'fyw' a fydd yn bwydo i mewn i benderfyniadau polisi a'r broses o'u rhoi ar waith. Bydd y Cynllun yn cynnwys camau gweithredu a fydd yn gyfrifoldeb i wahanol adrannau polisi ar draws Llywodraeth Cymru. Caiff y rhain eu monitro gan y swyddogion sy'n gweithio yn y meysydd polisi hynny, y tîm Cydraddoldeb canolog sy'n gyfrifol am gydlynw a Bord Gron Urddas Mislif a fydd yn goruchwyllo gweithredu'r cynllun ac atebolrwydd. Un o'r camau gweithredu yn y cynllun yw datblygu strategaeth gyfathrebu i fynd i'r afael â'r cywilydd a'r stigma sy'n

gysylltiedig â'r mislif a fydd hefyd yn destun gwerthusiad. Mae gwerthusiad o'r Grant Urddas Mislif mewn Ysgolion a Chymunedau hefyd wedi'i gynnwys fel cam gweithredu, a bydd y canfyddiadau'n bwydo i mewn i'r cynllun gydol ei oes. Mae cydweithredu ac ymgysylltu wedi bod yn egwyddor bwysig wrth fynd ati i ddatblygu'r Cynllun a bydd cynnwys profiadau bywyd yr un mor bwysig wrth ei roi ar waith. Bydd trefniadau monitro a gwerthuso yn cael eu cwblhau wrth i'r Cynllun ei hun gael ei gwblhau ar ôl yr ymgynghoriad.