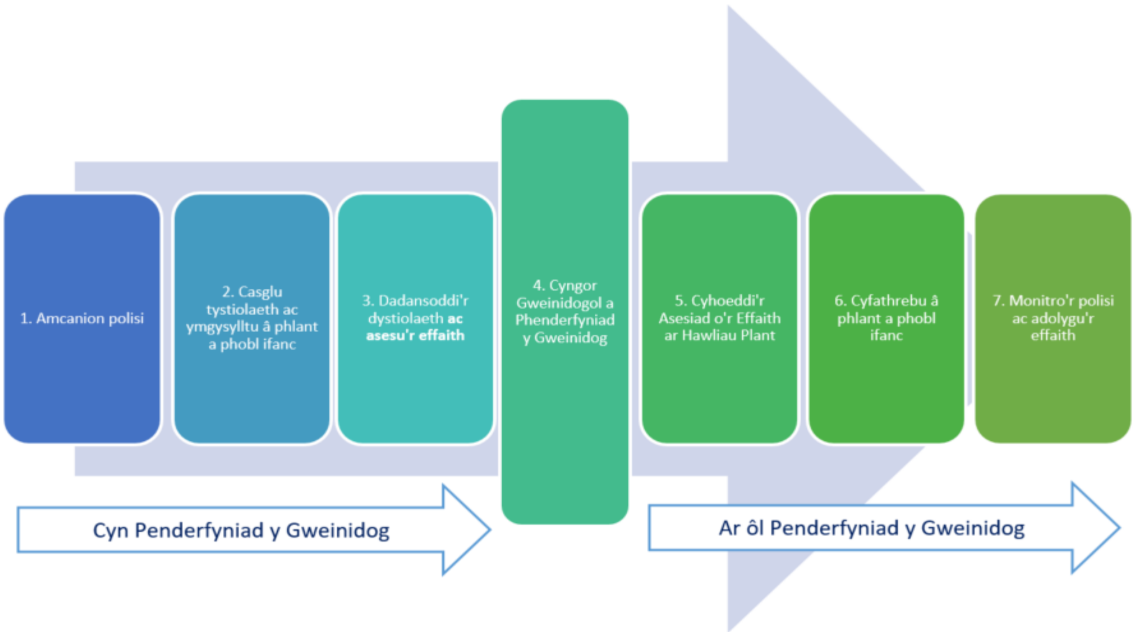
Strategaeth Dementia 2026-2036: Asesiad o’r Effaith ar Hawliau Plant

Ar ôl ei gwblhau, rhaid anfon **pob** Asesiad o’r Effaith ar Hawliau Plant i fewnflwch CRIA@llyw.cymru

Mae Mesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) 2011 yn gosod dyletswydd ar Weinidogion Cymru i roi sylw dyladwy i Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau’r Plentyn (CCUHP) a’i Brotocolau Opsiynol wrth iddynt arfer unrhyw rai o’u swyddogaethau.

Proses yr Asesiad o’r Effaith ar Hawliau Plant yw'r mecanwaith y cytunwyd arno y dylai swyddogion ei ddefnyddio i gefnogi Gweinidogion i gyflawni'r ddyletswydd hon a sicrhau eu bod yn rhoi ystyriaeth gytbwys i hawliau plant wrth wneud penderfyniadau. Dylid defnyddio'r asesiad i lywio cyngor gweinidogol, a rhaid ei gwblhau cyn gwneud penderfyniad gweinidogol. Unwaith y bydd penderfyniad wedi'i wneud, rhaid hefyd cyhoeddi eich Asesiad o’r Effaith ar Hawliau Plant.



I gael rhagor o gyngor ac arweiniad ar broses yr Asesiad o’r Effaith ar Hawliau Plant, gweler y Llawlyfr Staff ar Hawliau Plant neu cysylltwch â’r Gangen Plant drwy e-bostio CRIA@llyw.cymru

---

Amcanion polisi

Effaith pa benderfyniad ydych chi'n ei asesu?

Mae Llywodraeth Cymru yn cyhoeddi cynllun i ymgynghori'n gyhoeddus arno, a fydd yn olynu'r cynllun gweithredu ar gyfer dementia. *Mae'r asesiad effaith hwn yn ystyried yr wybodaeth a ddarparwyd yn ystod yr ymgynghoriad casglu tystiolaeth i lywio'r strategaeth dementia nesaf. Bydd yr asesiadau effaith yn cael eu diweddaru i adlewyrchu'r strategaeth lawn a terfynol pan gyhoeddir hi.*

Mae'r Asesiad Effaith hwn wedi ystyried effeithiau'r strategaeth newydd ar Hawliau Plant. Mae'r cynnig hwn yn berthnasol i blant a phobl ifanc o ran yr ymagwedd cwrs bywyd at ddementia; bydd annog opsiynau iach o oedran ifanc ar ystod o ffactorau addasadwy yn fuddiol drwy gydol oes plentyn neu berson ifanc. Mae hefyd yn berthnasol pan allai plant a phobl ifanc fod yn ofalwyr ifanc, neu fel aelod o deulu lle mae aelod o'r teulu, ee rhiant neu nain neu daid, yn byw gyda dementia.

Dyma'r weledigaeth a gynigir:

'Bydd Cymru yn genedl lle mae pobl sy'n byw gyda dementia yn cael eu parchu a'u cefnogi, ac yn cael eu grymuso i fyw'n annibynnol ag urddas yn eu cymunedau. Rydym am weld cymdeithas lle nad yw stigma yn cael ei dderbyn a lle mae mwy o ymwybyddiaeth o ddementia, a fydd yn helpu pobl sy'n byw gyda dementia a'u teuluoedd i fyw a chymdeithasu mewn cymunedau cynhwysol a thosturiol. Bydd hyn yn grymuso pobl i fyw'n annibynnol ag urddas yn eu cymunedau drwy ddiagnosis, gofal a thriniaeth. I gyflawni'r weledigaeth hon, rhaid wrth ymdrech unedig, drawslywodraethol ac amlasiantaeth, wedi'i seilio ar leisiau a phrofiadau'r rhai sy'n byw gyda dementia. Gyda'n gilydd, byddwn yn creu dyfodol lle mae hawliau'n cael eu cynnal, lle mae cymorth yn canolbwyntio ar yr unigolyn, a lle nad oes neb yn wynebu dementia ar ei ben ei hun.'

Egwyddorion

Rydym am sicrhau bod ein strategaeth dementia nesaf yn canolbwyntio ar y pethau sydd bwysicaf i bobl. Yr egwyddorion hyn yw'r rhai y byddwn yn ymgynghori arnynt:

Canolbwyntio ar yr unigolyn: Cynnig gofal a chymorth sy'n gydlynol ac ar gyfer unigolion, gan sicrhau'r un pryd bod pobl yn cael eu grymuso, eu cynnwys wrth wneud penderfyniadau a'u trin ag urddas, tosturi a pharch.

Dull sy'n seiliedig ar hawliau: Cefnogi pobl i adnabod a datblygu eu cryfderau a'u galluoedd eu hunain i wneud penderfyniadau gwybodus am eu hiechyd a'u gofal eu hunain. Sicrhau bod gofal a chymorth yn cael eu darparu mewn ffordd sy'n parchu, yn amddiffyn ac yn cyflawni hawliau unigolion, ac yn ystyried yn llawn yr hawliau penodol sydd gan rai grwpiau, er enghraifft hawliau anabledd.

Cydgynhyrchu: Ffordd o weithio lle mae pobl â phrofiad bywyd ac ymarferwyr yn gweithio gyda'i gilydd fel partneriaid cyfartal i gynllunio a darparu gofal a chymorth.

Mynediad, profiad a chanlyniadau cyfartal heb stigma a gwahaniaethu: Ar draws pob lleoliad, pob un o gamau dementia a phob rhanbarth, byddwn yn canolbwyntio ar y canlynol:

- Mynediad cyfartal at wybodaeth, gan gynnwys i gefnogi iechyd yr ymennydd a gofal dementia
- Lleihau stigma a chamsyniadau am ddementia.
- Mynediad cyfartal at wasanaethau hanfodol eraill i bobl sy'n byw gyda dementia.
- Hyrwyddo cydraddoldeb, amrywiaeth a chynhwysiant ym mhob agwedd ar ofal.

Deall sut y mae gwahanol agweddau ar hunaniaeth person—megis hil, rhywedd, iaith, rhywioldeb, anabledd, a mwy—yn cyfuno ac yn rhyngweithio i ffurfio eu profiadau. Bydd hyn yn edrych ar sut y mae ffactorau lluosog yn gorgyffwrdd i effeithio ar fywyd rhywun, gan ddefnyddio dull sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn yn hytrach na chanolbwyntio ar un agwedd yn unig ar y tro

Sicrhau diagnosis amserol a chywir: galluogi mynediad cynnar at gymorth a chynllunio.

Gweithredu dull ataliol drwy ganolbwyntio ar iechyd yr ymennydd, gwella gwydnwch a lleihau risg, ond gan gydnabod y bydd pobl yn dal i ddatblygu dementia a bod angen inni sicrhau bod pobl yn cael eu cefnogi i fyw'n iachach am gyfnod hwy.

Bydd gwasanaethau'n cael eu hintegreiddio a'u cydgysylltu, a byddant yn meithrin cydweithredu ar draws gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol, gwasanaethau tai a gwasanaethau cymunedol, ac yn datblygu gofal a chymorth sy'n seiliedig ar dystiolaeth.

Bydd cymorth i ofalwyr di-dâl a theuluoedd yn darparu cymorth emosiynol, addysg a mynediad at seibiant. Byddwn yn cydnabod yr hawliau sydd gan ofalwyr di-dâl a theuluoedd, gan sicrhau eu bod yn bartneriaid allweddol mewn gofal ac yn cael eu cefnogi i fod yn rhan o'r gwaith o gynllunio gofal.

Byddwn yn sicrhau ein bod yn datblygu ein gweithlu, gan sicrhau y gall staff ar draws y sectorau iechyd, cymdeithasol a gwirfoddol adnabod symptomau dementia, deall effaith dementia a defnyddio'r wybodaeth hon i ddarparu gofal tosturiol, o ansawdd.

Byddwn yn cefnogi ymchwil ac arloesi, gan gynnwys drwy gefnogi pobl sy'n byw gyda dementia i fod yn rhan o waith ymchwil ar achosion, gofal a ffyrdd posibl o'i wella a chefnogi arloesi mewn modelau darparu gwasanaethau a gofal.

Mae'r Gymdeithas Alzheimer wedi amcangyfrif bod 982,000 o bobl yn dioddef o ddementia yn y Deyrnas Unedig ar hyn o bryd. Rhagwelir y bydd y nifer hwn yn codi i oddeutu 1.4 miliwn o bobl erbyn 2040[1]. Y prif reswm dros y cynnydd mewn pobl â symptomau dementia fyddai oedran cynyddol poblogaeth y DU oherwydd bod pobl yn byw'n hirach. Mae adroddiad a gomisiynwyd gan Gymdeithas Alzheimer hefyd yn tynnu sylw at effaith economaidd dementia ac yn crynhoi fel hyn: 'The cost of dementia is forecast to be £42 billion for 2024, increasing to £90 billion for 2040, due to a forecasted increase in dementia prevalence and cost of services'.

---

[1] https://www.alzheimers.org.uk/blog/how-many-people-have-dementia-uk

Casglu tystiolaeth ac ymgysylltu â phlant a phobl ifanc

Pa ymchwil a data presennol ar blant a phobl ifanc sydd ar gael i lywio eich polisi penodol chi? Gall eich amcan polisi effeithio ar feysydd polisi eraill – bydd trafodaethau â thimau polisi eraill yn rhan bwysig o'r broses asesu effaith gan sicrhau eich bod wedi casglu amrywiaeth o wybodaeth a thystiolaeth.

Rydym wedi adolygu'r hyn y mae'r dystiolaeth yn ei ddweud wrthym am ddementia a phlant a phobl ifanc yng Nghymru. Ymysg y prif ganfyddiadau roedd y canlynol:

Dementia plentyndod

Er bod dementia fel arfer yn gysylltiedig â phobl hŷn, mae plant hefyd yn cael anhwylderau sy'n achosi dementia. Mae adolygiad mawr wedi amcangyfrif bod nifer yr achosion o gyflyrau dementia plentyndod na ellir eu trin ar oddeutu 34.5 fesul 100,000 o enedigaethau (tua 1 mewn 2,900), gydag achosion o tua 5.3 fesul 100,000 o bobl yn y boblogaeth gyffredinol[2]. Mae dementia plentyndod yn deillio o niwed graddol i'r ymennydd a gall gael ei achosi gan dros 70 o anhwylderau prin. Mae'r cyflyrau hyn yn enetig ac mae plant yn cael eu geni gyda nhw.

O ystyried natur genetig dementia plentyndod, mae gan lawer o deuluoedd fwy nag un plentyn sy'n byw gyda'r cyflwr. Gall hyn effeithio ar sawl maes o'u bywyd, gan gynnwys eu gallu i weithio a chymdeithasu. Gall plant sy'n byw gyda dementia wynebu heriau ychwanegol o ran cael mynediad at wasanaethau gofal a chymorth dementia oherwydd llwybrau cyfyngedig a gwasanaethau arbenigol. Fel yn achos pobl â dementia sy’n dechrau mewn oedran iau, mae anghenion gofal a chymorth plant sy'n byw gyda dementia yn wahanol i anghenion pobl hŷn ac mae ymchwil ar y gweill i fynegi'r anghenion hynny yn gliriach.

Mae dementia plentyndod yn derm ymbarél o anhwylderau niwroddirywiol genetig prin sy'n dangos symptomau cyn 18 oed. Eu prif nodweddion yw dirywiad gwybyddol cronig ac eang, colli sgiliau datblygiadol ar ôl cyfnod o ddatblygiad, ac ymddygiadau a symptomau seicolegol dementia. Mae enghreifftiau'n cynnwys Syndrom Sanfillippo, Niemann Pick a chlefyd Batten.

Byddwn yn cynnal adolygiad llenyddiaeth i archwilio materion sy'n ymwneud â:

- Dementia cynnar a phrin:
- Diagnosis
- Modelau gwasanaeth
- Profiad bywyd

Ar ddiwedd hyn, byddwn yn adolygu ac yn diwygio'r Asesiad Effaith ar Hawliau Plant os bydd angen.

[2] Collective burden of childhood dementia: a scoping review | Brain | Oxford Academic

Meysydd Blaenoriaeth

Pwysigrwydd iechyd ymennydd da

Er nad plant a phobl ifanc yw'r grŵp sydd â'r risg fwyaf o ddementia, mae'n bwysig eu hystyried o safbwynt cwrs bywyd. Mae ffactorau risg addasadwy i blant a phobl ifanc yn cynnwys bwyta'n iach, defnyddio alcohol a chyffuriau, ymarfer corff, colli clyw, smygu, llygredd/ffactorau amgylcheddol, ac ynysu cymdeithasol. Gallai mynd i'r afael â'r ffactorau hyn leihau diagnosis dementia yn fyd-eang hyd at 45%.[3]

Argymhellir ymyraethau ar lefel unigolyn fel rhoi'r gorau i smygu, cynyddu ymarfer corff, cynnal deiet iach a chadw'r ymennydd yn actif yn ystod bywyd unigolyn. Fodd bynnag, mae hefyd yn bwysig ystyried dulliau ar lefel poblogaeth i helpu i leihau nifer yr achosion o ddementia ar draws cymdeithas yn ehangach.

Gallai hyn gynnwys monitro pwysedd gwaed yn rheolaidd, cyflwyno deddfwriaeth i leihau halen a siwgr mewn bwydydd, cyflwyno isafbris uned ar gyfer alcohol, megis yng Nghymru, a chreu parthau allyriadau isel.

Mae iechyd yr ymennydd da yn cael ei ddylanwadu gan ffactorau o'r adeg cyn i fam yr unigolyn feichiogi hyd nes y bydd yn oedolyn, gan gynnwys maeth, gofal cynenedigol, amgylcheddau diogel, a dewisiadau ffordd iach o fyw. Mae ymchwil yn awgrymu y gall ymyraethau fel addysg orfodol a lleihau cyfraddau smygu leihau nifer yr achosion o ddementia.

Mae'r berthynas rhwng iechyd yr ymennydd a datblygiad dementia wedi cael ei hail-fframio yn ystod y blynyddoedd diwethaf. Er nad plant a phobl ifanc yw'r grŵp sydd â'r risg fwyaf o ddementia, mae'n hanfodol eu bod yn cael eu hystyried fel rhan o fabwysiadu persbectif cwrs bywyd. Yn ôl Alzheimer's UK 'this is needed to integrate advice on the prevention of ill health and encourage, facilitate and maintain healthier living'.

Tynnodd Sefydliad Niwroleg y Byd sylw at y persbectif cwrs bywyd hwn ac ailddatganodd fod yn rhaid cefnogi iechyd yr ymennydd trwy gydol oes ddynol lawn:

- **Cyn beichiogi**: Mae iechyd ac arferion rhiant yn siapio ymennydd plentyn hyd yn oed cyn ei eni. Mae maeth da, gwiriadau iechyd rheolaidd a dewisiadau ffordd o fyw yn creu sylfaen gref ar gyfer iechyd yr ymennydd.
- **Beichiogrwydd ac ar ôl geni:** Mae llesiant corfforol ac emosiynol mam yn hanfodol ar gyfer datblygiad iach yr ymennydd yn y groth. Mae gofal cynenedigol ac ôl-enedigol, maeth priodol a rheoli straen yn amddiffyn y fam a'r plentyn.
- **Plentyndod cynnar a'r glasoed**: Mae profiadau bywyd cynnar yn dylanwadu ar ddysgu, twf emosiynol a datblygiad cymdeithasol. Mae amgylcheddau

[3] Next generation brain health: transforming global research and public health to promote prevention of dementia and reduce its risk in young adult populations - The Lancet Healthy Longevity

diogel, imiwneiddio, a rhianta cadarnhaol yn cefnogi iechyd yr ymennydd yn y tymor hir.

- **Oedolion:** Mae arferion ffordd o fyw cytbwys - bwyta'n iach, cysgu, ymarfer corff, a rheoli straen - yn lleihau'r risg o anhwylderau niwrolegol.
- **Oedolion sy'n heneiddio**: Mae parhau i gynnal cysylltiadau cymdeithasol yn helpu i gynnal annibyniaeth ac ansawdd bywyd yn y blynyddoedd diweddarach, yn ogystal â gwiriadau rheolaidd i ganfod cyflyrau yn gynnar, o amhariad gwybyddol ysgafn i ddementia

Mae'r *Lancet Public Health* hefyd wedi tynnu sylw at y mater hwn - mae Naaheed Mukadam a chydweithwyr wedi defnyddio data o 27 o astudiaethau carfan ar ffactorau risg dementia ac wedi dehongli eu canlyniadau fel hyn: 'Our findings suggest that lifestyle interventions such as compulsory education and reducing rates of smoking through country-level policy changes could be associated with an observed reduction, and therefore future reduction, in the incidence of dementia'.

Er ei bod yn hanfodol bwysig annog persbectif cwrs bywyd, dylid nodi hefyd nad yw byth yn rhy hwyr i wneud rhywbeth am iechyd ymennydd unigolyn.

Ym mis Gorffennaf 2025, cynhaliodd Rhwydwaith Iechyd Cyhoeddus Cymru weminar ar Iechyd yr Ymennydd a Lleihau Risg Dementia, gan ofyn y cwestiwn canlynol: Sut y gallwn ni sicrhau newid? Mynychwyd y digwyddiad gan 190 o bobl, gyda chynrychiolaeth o fyrddau iechyd, awdurdodau lleol, y trydydd sector, ac Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Roedd y cyflwyniadau'n cynnwys trafodaeth ar y Fframwaith Iechyd a Gofal Seiliedig ar Atal, a ddatblygwyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru ac a gyhoeddwyd ym mis Mai eleni. Mae'r Fframwaith yn darparu dull systematig o ddeall y camau gweithredu sydd eu hangen i gyflawni nodau atal penodol a bydd hyn yn llywio ein rhaglen waith yn y dyfodol a sut y gellir ymgorffori hyn mewn negeseuon i bobl ifanc.

Ymwybyddiaeth ac ymyrraeth gynnar.

Gofalwyr ifanc

Gall plant a phobl ifanc fod yn rhan o ofalu am aelodau o'r teulu â dementia, o bosibl neiniau a theidiau neu rieni â dementia cynnar. Gall hyn effeithio'n sylweddol ar iechyd, bywyd cymdeithasol a hunanhyder pobl ifanc. Gall dod o hyd i gefnogaeth fel gofalwr ifanc fod yn hanfodol gan ei fod yn llethol ac yn llawn straen. Mae grwpiau cymorth i ofalwyr ifanc yn bodoli ledled y DU. Gall dewis.cymru ddarparu gwybodaeth am wasanaethau llesiant sydd ar gael ledled Cymru. Mae Prifysgol Bangor wedi ychwanegu adnoddau ar-lein sy'n ymwneud â hyfforddiant a chefnogaeth i oedolion a gofalwyr dementia ifanc i helpu pobl i reoli gwahanol agweddau ar ofal dementia. Mae tudalennau penodol yn ymwneud â chymorth i bobl ifanc (11-17 oed) sy'n cynnwys gofalu amdanoch chi'ch hun, darparu gofal bob dydd i ffrind neu aelod o'r teulu a delio â newidiadau ymddygiad. Cyn i ni ddechrau... | Cyrsiau Dementia iSupport

Mae Prifysgol Bangor hefyd yn gweithio ar brosiect cymorth cymheiriaid i ofalwyr ifanc sy'n cael ei ddatblygu ar hyn o bryd. Bwriedir i hwn gynnig cyfle i bobl ifanc gwrdd ag eraill sydd mewn amgylchiadau tebyg fel y gallant ddysgu sut i ddeall dementia gyda'i gilydd a theimlo'n llai unig.

Meithrin ymwybyddiaeth o ddementia i blant a phobl ifanc

Mae cynlluniau wedi'u creu i geisio lleihau stigma ynghylch dementia i blant a phobl ifanc yn eu hysgolion a'u cymunedau.

Ffrindiau Dementia

Lluniwyd y rhaglen ffrindiau dementia gan Gymdeithas Alzheimer i helpu pobl i ddeall beth yw dementia a sut mae'n effeithio ar unigolion a'u teuluoedd. Ei nod yw annog aelodau o'r gymuned i ddysgu mwy am ddementia a sut y gall cymryd camau bach wneud gwahaniaeth mawr ym mywydau'r rhai sy'n byw gyda'r cyflwr. Mae meithrin ymwybyddiaeth o ddementia ar draws y boblogaeth yn fan cychwyn hanfodol, ac mae gan gynlluniau fel 'ffrindiau dementia'[4] rôl allweddol i'w chwarae wrth godi ymwybyddiaeth. Wrth ystyried hyn yng nghyd-destun plant a phobl ifanc, mae angen i ni hefyd edrych ar gyfleoedd ar gyfer gweithio rhwng cenedlaethau.

Darllen yn Dda

Mae Darllen yn Dda ar gyfer dementia yn argymell adnoddau darllen a digidol defnyddiol i bobl sy'n byw gyda dementia. Mae yna hefyd lyfrau ar gyfer teuluoedd, ffrindiau a gofalwyr. Mae'r rhestr lyfrau yn darparu gwybodaeth, cyngor a chymorth dibynadwy yn ogystal â straeon personol a llyfrau priodol i'w hoedran i blant.

Mae'r rhestr lyfrau wedi'i thargedu at bobl sy'n byw gyda dementia, gofalwyr ac aelodau o'r teulu, gan gynnwys plant iau, i'w helpu i ddeall mwy am ddementia.

Mae Dementia UK wedi llunio rhestr o lyfrau a allai helpu plant ar draws ystod o oedrannau i ddeall dementia ymhlith aelodau o'r teulu yn well - Books about dementia for children - Dementia UK

Sefydlwyd Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol ledled Cymru fel rhan o Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant Cymru 2014. Maent yn gyfrifol am wella iechyd a llesiant pobl sy'n byw yn eu hardaloedd daearyddol. Mae hyn yn cynnwys darpariaeth gwasanaeth ynghylch dementia.

Cynlluniau i ymgysylltu â phlant a phobl ifanc

Mae'r effaith ar blant a phobl ifanc yn anuniongyrchol yn bennaf ac felly nid ydym yn bwriadu ymgysylltu â'r boblogaeth plant a phobl ifanc yn gyffredinol, ond byddwn yn sicrhau ein bod yn cysylltu â grwpiau sy'n eu cynrychioli ac yn ceisio cael cysylltiad penodol â gofalwyr ifanc drwy'r broses hon.

Dadansoddi'r dystiolaeth ac asesu'r effaith

Gan ddefnyddio'r dystiolaeth a gasglwyd gennych, pa effaith y mae eich polisi'n debygol o'i chael ar blant a phobl ifanc? Pa gamau y byddwch yn eu cymryd i liniaru a/neu leihau unrhyw effeithiau negyddol?

Annog ymddygiadau iach

Fel y dangosir yn yr adran ffactorau addasadwy, byddai annog ymddygiadau iach mewn pobl ar draws y cylch bywyd cyfan yn fuddiol o ran lleihau cyfraddau

[4] https://www.alzheimers.org.uk/get-involved/dementia-friends

dementia. Rhaid cefnogi plant a phobl ifanc i fyw bywydau iachach trwy edrych ar y ffactorau canlynol:

Deiet – er enghraifft lleihau siwgrau, bwydydd wedi'u prosesu’n helaeth a charbohydradau wedi’u prosesu.

Gweithgarwch corfforol – dylid annog cyfleoedd ar gyfer chwarae egnïol i blant a phobl ifanc drwy chwaraeon, gemau awyr agored a gweithgareddau teuluol eraill. Mae canllawiau'r GIG yn awgrymu y dylai plant a phobl ifanc wneud 2 fath o weithgaredd yr wythnos yn seiliedig ar ymarfer corff aerobig ac ymarferion i gryfhau’r cyhyrau a’r esgyrn. Mae sicrhau bod amser sgrin yn gyfyngedig hefyd yn ffactor arall yn natblygiad plant.

Pwysigrwydd cwsg o ansawdd da – Mae cwsg yn bwysig i bawb ond hyd yn oed yn fwy felly i blant a phobl ifanc gan ei fod yn effeithio'n uniongyrchol ar eu datblygiad meddyliol a chorfforol. (Cymdeithas y Plant) Mae cwsg o ansawdd da yn help o ran:

- Gweithredu gwybyddol
- Llesiant emosiynol
- Iechyd corfforol
- Swyddogaethau imiwnedd

Rhyngweithio cymdeithasol – Cymorth gan gymheiriaid

Mae’n hanfodol rhoi cymorth i bobl ifanc sy'n delio ag aelodau o'r teulu sydd â dementia. Gall gofynion ar bobl ifanc arwain at deimladau o straen ac ynysigrwydd. Gall mynediad at gymorth gan gymheiriaid helpu i leihau teimladau o ynysigrwydd, drwy ddeall bod gan bobl ifanc eraill broblemau tebyg i ddelio â nhw ac nad ydyn nhw ar eu pennau eu hunain. Mae nifer o sefydliadau yn cynnig cymorth, megis Dewis Cymru, Ymddiriedolaeth y Gofalwyr, Mind a The Children's Society, ymysg eraill. Gall therapïau siarad fod yn werthfawr

Smygu

Mae smygu wedi bod yn gysylltiedig â risg uwch o ddementia ers peth amser bellach. Mae adroddiad gan y Lancet yn 2020 ar atal dementia yn tynnu sylw at smygu fel un o'r ffactorau addasadwy ac yn rhoi'r argymhelliad canlynol. ‘Avoid smoking uptake and support smoking cessation to stop smoking, as this reduces the risk of dementia even in later life’. Yn ôl Cymdeithas Alzheimer: 'Smoking increases the risk of vascular problems (problems with the heart and blood vessels). These vascular problems are also linked to the two most common forms of dementia: Alzheimer's disease and vascular dementia’.

Sut mae eich cynnig yn gwella neu'n herio hawliau plant, fel y'u nodir yn erthyglau Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau’r Plentyn (CCUHP) a'i Brotocolau Dewisol? Gweler yr erthyglau i weld pa rai sy’n gymwys i’ch polisi chi.

Rydym o'r farn y bydd y Strategaeth Dementia newydd yn cefnogi Hawliau Plant yng Nghymru. Rydym wedi amlinellu ein hystyriaeth a’r effaith mewn perthynas ag Erthyglau canlynol CCUHP yn Nhabl 1 isod.

Erthyglau neu Brotocol Dewisol CCUHP	Yn gwella (X)	Yn herio (X)	Esboniad
Erthygl 2 (dim gwahaniaethu): Dylai pob plentyn dan 18 oed fwynhau'r holl hawliau a nodir yn CCUHP heb wahaniaethu, gan gynnwys y rhai sydd â chyflyrau iechyd meddwl.	x		Mae'r strategaeth wedi'i datblygu ar gyfer pawb (gan gynnwys pobl ifanc) waeth beth fo'u crefydd / cred / gallu / nodweddion gwarchodedig. Un o'r egwyddorion sy'n sail i'r strategaeth yw "tegwch mynediad, profiad a chanlyniadau" sy'n cydnabod yr angen i sicrhau bod gwasanaethau a chymorth yn hygyrch ac yn briodol i bawb. Mae'r strategaeth yn tynnu ar Gynllun Cydraddoldeb a Hawliau Dynol Strategol Llywodraeth Cymru a'r model cymdeithasol o anabledd, gan gydnabod bod rhaid cael gwared ar rwystrau (fel iaith, allgáu digidol, neu stigma). Mae'r strategaeth yn ymrwymo i ddarparu gwybodaeth a gwasanaethau hygyrch i bawb, gan gynnwys y rhai ar aelwydydd gwledig neu incwm isel, a bydd yn monitro ar gyfer unrhyw anghydraddoldebau anfwriadol.
Erthygl 6 (Bywyd, goroesi a datblygu): Dylai pob plentyn a pherson ifanc fwynhau'r un cyfleoedd i dyfu a datblygu mewn amodau nad ydynt yn effeithio'n negyddol ar eu llesiant meddyliol.	X		Mae'r strategaeth yn defnyddio ymagwedd cwrs bywyd, sy'n golygu ei bod yn cefnogi iechyd a llesiant yr ymennydd o blentyndod ymlaen. Mae'r strategaeth yn cydnabod yr angen i fod yn wybodus am drawma ac i ystyried anghenion gofalwyr (gan gynnwys pobl ifanc) yn benodol. Mae hefyd yn sôn am bwysigrwydd iechyd yr ymennydd a mynd i'r afael ag anghydraddoldebau. Mae'r strategaeth yn tynnu sylw at ffyrdd o leihau ffactorau risg i blant a phobl ifanc ac yn ymrwymo i ddiagnosis cynnar a chymorth wedi'i deilwra i'r rhai sy'n wynebu risg. Mae hefyd yn gweithio ochr yn ochr â pholisïau eraill, megis y Strategaeth Iechyd Meddwl i fynd i'r afael ag anghydraddoldebau a chefnogi grwpiau agored i niwed.
Erthygl 12: Mae gan blant yr hawl i ddweud beth maen nhw'n meddwl ddylai ddigwydd pan fydd oedolion yn gwneud penderfyniadau sy'n effeithio arnynt, ac i'w	X		Mae'r strategaeth yn cefnogi'r weledigaeth a amlinellir yn y cynllun Cymru Iachach gyda'i ffocws ar ofal integredig sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn, sy'n cael ei ddarparu mewn ffordd sydd wedi'i llywio gan ddefnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr. Mae hyn yn thema drwy'r strategaeth i gyd ac yn ategu strategaethau eraill gyda'r un ethos e.e. y strategaeth gofalwyr di-dâl. Mae lleisiau plant yn cael eu clywed drwy

barn gael ei hystyried.			arolygon cyhoeddus, ymgysylltu wedi'i dargedu, ac ymgynghori parhaus.
Erthygl 17: yn galw am fynediad at wybodaeth i blant a phobl ifanc, yn enwedig mewn perthynas â materion sy'n ymwneud â'u hiechyd a'u llesiant.	x		Mae'r strategaeth yn amlinellu'r angen am gyfathrebu effeithiol a gwybodaeth glir a hygyrch – gan gynnwys y rhai sy'n cefnogi gweithgarwch iechyd ataliol. Mae'r strategaeth yn sicrhau bod plant, pobl ifanc a theuluoedd yn cael mynediad at wybodaeth glir, hygyrch a diwylliannol briodol. Mae'n mynd i'r afael â rhwystrau fel iaith, anabledd ac allgáu digidol trwy ddarparu deunyddiau mewn gwahanol fformatau fel Hawdd ei Ddarllen, Iaith Arwyddion Prydain, ac yn Gymraeg.
Erthygl 30: Mae gan blant yr hawl i ddysgu a defnyddio iaith ac arferion eu teuluoedd, p'un a yw'r rhain yn cael eu rhannu gan y mwyafrif o’r bobl yn y wlad ai peidio.	x		Mae'r strategaeth yn amlinellu pwysigrwydd sicrhau bod gwybodaeth ac adnoddau ar gael yn newis ieithoedd unigolion a’u bod yn hygyrch. Mae'r strategaeth yn cefnogi hawl pob plentyn i ddefnyddio eu hiaith eu hunain a chynnal eu hunaniaeth ddiwylliannol. Mae'n cynnwys y "Cynnig Rhagweithiol" i siaradwyr Cymraeg, datblygu llwybrau gofal dementia cyfrwng Cymraeg, a darparu gwybodaeth yn yr iaith a ffefrir. Mae'r strategaeth hefyd yn pwysleisio offer diagnostig diwylliannol sensitif, hyfforddi’r gweithlu mewn cymhwysedd ieithyddol a diwylliannol, ac ymgysylltu â chymunedau lleiafrifol a mudol i sicrhau bod pawb yn gallu cael mynediad at gymorth a chyflawni canlyniadau da.

Dylech ystyried a yw unrhyw rai o Hawliau Dinasyddion yr UE (y cyfeirir atynt yn yr Asesiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb) yn ymwneud â phobl ifanc hyd at 18 oed.

Ni fydd y Strategaeth / y cynnig polisi arfaethedig yn cael effaith negyddol ar ddinasyddion yr UE, yr AEE neu’r Swistir y diogelir eu hawliau gan y Cytundebau Hawliau Dinasyddion.

Cyngor a phenderfyniad gweinidogol
Sut bydd eich dadansoddiad o’r effeithiau hyn yn cyfrannu at eich cyngor gweinidogol?

Bydd yr holl gyngor gweinidogol ynghylch y Strategaeth Dementia yn cadarnhau ein bod wedi ystyried CCUHP wrth ddatblygu'r polisi hwn. Bydd yr Asesiad o'r Effaith ar Hawliau Plant drafft yn cael ei gyflwyno i’r Gweinidogion i'w ystyried ochr yn ochr â'r Strategaeth ddrafft.

Byddwn hefyd yn ystyried yr ymatebion i'r ymgynghoriad i weld a oes angen gwneud diwygiadau pellach i'r asesiad hwn, a'r Strategaeth ei hun. Bydd Asesiad Effaith Integredig drafft, Asesiad o'r Effaith ar Hawliau Plant, Asesiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb ac Asesiad o'r Effaith ar y Gymraeg yn cael eu cyhoeddi i ymgynghori arnynt ochr yn ochr â'r Strategaeth ddrafft.

Bydd y dogfennau hyn yn cael eu diwygio i ystyried adborth o'r ymgynghoriad. Bydd fersiwn derfynol o'r CRIA (ac asesiadau effaith ategol eraill) a Strategaeth Dementia Cymru yn cael eu cyflwyno i'r Gweinidogion yn dilyn yr ymgynghoriad.

Cyhoeddi'r Asesiad o'r Effaith ar Hawliau Plant
Fel rhan o'r ymgynghoriad ar y Strategaeth Dementia ddrafft, byddwn yn ymgynghori ar yr Asesiad Effaith Hawliau Plant drafft hwn. Byddwn yn defnyddio'r cyfnod ymgynghori i gasglu rhagor o dystiolaeth o'r effeithiau ar blant a phobl ifanc.

Cyfathrebu â Phlant a Phobl Ifanc

Os ydych chi wedi gofyn am farn plant a phobl ifanc ynghylch eich cynnig, sut byddwch chi'n rhoi gwybod iddynt am y canlyniad?
Y bwriad yw ymgynghori â grwpiau Plant a Phobl Ifanc yng Nghymru yn hytrach na phlant a phobl ifanc yn uniongyrchol. Byddwn yn ystyried pa waith ffocws sydd ei angen ym maes gofalwyr ifanc.

Monitro ac Adolygu

Amlinellwch pa drefn ar gyfer monitro ac adolygu y byddwch yn ei rhoi ar waith i adolygu'r Asesiad hwn o'r Effaith ar Hawliau Plant.

Bydd yr holl asesiadau effaith (gan gynnwys y CRIA) yn cael eu hadolygu yn dilyn yr ymgynghori ar y Strategaeth Dementia ddrafft, a chyn cyhoeddi'r fersiwn derfynol o'r strategaeth a'i Chynllun Cyflawni ategol.

Bydd cyfleoedd parhaus i adolygu'r cynnydd mewn perthynas â gweithredu'r strategaeth a'i Hasesiadau Effaith ategol (gan gynnwys y CRIA), drwy rôl y Bwrdd Sicrwydd Gweinidogol.

Yn dilyn yr adolygiad hwn, a oes angen unrhyw ddiwygiadau i'r polisi neu'r modd y'i rhoddir ar waith?

Bydd adolygiadau parhaus o'r CRIA yn llywio camau gweithredu yn y dyfodol ar gyfer strategaeth / cynlluniau cyflawni.