



Own copyright, 2011

Maniffesto Cymru 2021

Cefnogi'r bobl sydd wedi gwasanaethu

rbl.org.uk

Registered charity number: 219279





Amdanom Y Llog Brydeinig Frenhinol

Gwraidd y Llog Brydeinig Frenhinol yw'r rhwydwaith cenedlaethol sy'n cefnogi cymuned o aelodau sy'n gwasanaethu yn ein Lluoedd Arfog, personél a fu'n gwasanaethu a'u teuluoedd. Sicrhawn y bydd eu cyfraniad unigryw bob amser yn ein cof.

Ni yw elusen fwyaf y Lluoedd Arfog yn y wlad, gyda mwy na 217,000 o aelodau, 120,000 o wirfoddolwyr a rhwydwaith o bartneriaid ac elusennau sy'n ein helpu ni i roi cymorth pryd bynnag a lle bynnag mae ei angen. Fe sefydlwyd yr elusen yn 1921 a rydym yma gyhyd a bod ein hangen.

Cynnigwn cymorth gydol oes i'n personél sy'n gwasanaethu ac a fu'n gwasanaethu a'u teuluoedd.

Rydym yn cynnig cymorth iddynt mewn perthynas â:

- Lles corfforol a meddwl
- Cymorth ariannol a chyflogaeth
- Gofal a byw'n annibynnol
- Cysylltiadau Cymunedol Lleol
- Arweiniad Arbenigol

Mae'r Llog hefyd yn gweithio gyda gwleidyddion a swyddogion ar bob lefel i sbarduno egwyddorion Cyfamod y Lluoedd Arfog a hyrwyddo buddiannau cymuned y Lluoedd Arfog.

Trwy ein hymchwil ac ymgyrchu, rydym yn ceisio rhoi gwybodaeth i ddarparwyr gwasanaethau lles a herio mythau am gymuned y Lluoedd Arfog. Rydym hefyd yn hybu amlygrwydd y materion sy'n effeithio ar personél sy'n gwasanaethu, cyn-filwyr a'u teuluoedd ac yn ceisio gwella polisi'r llywodraeth.

Am ragor o wybodaeth, cysylltwch â ni yn: www.britishlegion.org.uk neu ffoniwch **0808 802 8080**

I gael rhagor o wybodaeth am y ddogfen hon, eostiwch: publicaffairs@britishlegion.org.uk

Mae fersiwn print mwy o'r ddogfen ar gael ar gais.



Rhagair Charles Byrne Cyfarwyddwr Cyffredinol, Y Llog Brydeinig Brenhinol

Eleni, bydd y Llog Brydeinig Frenhinol yn nodi ei chanmlwyddiant. Yn ystod y 100 mlynedd hynny, mae triniaeth dynion a menywod sy'n gwasanaethu, cyn-filwyr a'u teuluoedd wedi newid yn sylweddol. Heddiw, mae'r rhan fwyaf helaeth o bobl sy'n ymadael â'r Llogedd Arfog yn hapus, yn iach, mewn cyflogaeth ystyrlon ac yn gwneud cyfraniad cadarnhaol at ein cymunedau lleol. Fodd bynnag, mae yna rai sydd angen cymorth arnynt o hyd, a bydd y Llog yn gefn iddynt am ba hyd bynnag y mae ein hangen ni arnynt.

Ers i'r Llog ymgyrchu'n llwyddiannus dros gynnwys egwyddorion Cyfamod y Llogedd Arfog yn neddfwriaeth, rydym ni wedi gweld cynnydd ar lefelau'r DU, a llywodraethau datganoledig a llywodraeth leol wrth sicrhau y caiff yr egwyddorion o 'Dim anfantais oherwydd Gwasanaeth mewn perthynas â dinasyddion eraill' ac 'Ystyriaeth arbennig ar gyfer y rhai sydd wedi rhoi mwyaf' eu cynnal. Fodd bynnag, mae

rhagor o waith i'w wneud i sicrhau y bydd y cynnydd yn parhau.

Gofynnwn ni i gymuned y Llogedd Arfog yng Nghymru am yr hyn sydd angen newid er mwyn gwella pethau, a'r manifestio hwn yw canlyniad hynny. Rydym yn galw ar bob ymgeisydd a phlaid yn etholiadau'r Senedd i weithio gyda ni i barhau i gyflawni dros gymuned y Llogedd Arfog yng Nghymru.

Diolch am eich cefnogaeth.

Charles Byrne
Cyfarwyddwr Cyffredinol,
Y Llog Brydeinig Brenhinol



Rhagair Ant Metcalfe Rheolwr Ardal, Cymru

Mae pobl Cymru yn dangos cefnogaeth anhygoel i gymuned y Llogedd Arfog. Nid yw hyn erioed wedi bod yn amlycach nag yn 2020. Roedd y flwyddyn yn her enfawr i gynifer o bobl, ond serch hynny, fe ddaeth y cyhoedd yn llw i gefnogi ein digwyddiadau coffa rhithwir ar gyfer Diwrnod Buddugoliaeth yn Ewrop, Buddugoliaeth dros Siapan 75 mlynedd yn ôl ac Apêl Pabi'r Llog Brydeinig Frenhinol yn 2020. Rydym yn hynod ddiolchgar am eich cefnogaeth.

Mae'r Llog wrth wraidd rhwydwaith cenedlaethol sy'n cefnogi gymuned y Llogedd Arfog, ac mae wedi bod yn ganolog i ddatblygu'r manifestio yma i gyflawni hyn, rydym ni wedi gwrandao ar safbwyntiau elusennau eraill, aelodau o'r Llog, ein staff lles ni a'r bobl rydym ni'n eu cefnogi. Y canlyniad yw chwe argymhelliad ar gyfer y llywodraeth nesaf yng Nghymru a'r Senedd eu hystyried.

Yn naturiol, mae Covid-19 yn cymryd llawer o sylw Llywodraeth Cymru ar hyn o bryd. Fodd bynnag, mae problemau yr oedd ein cyn-filwyr yn eu hwynebu cyn y pandemig, y mae rhai ohonynt wedi gwaethygu o'i herwydd. Mae'r manifestio hwn yn cynnwys argymhellion a allai fynd i'r afael â'r heriau yn y meysydd polisi hyn, yn ein barn ni.

Rydym yn ddiolchgar am y gefnogaeth mae Aelodau o'r Senedd o bob rhan o'r sbectrwm gwleidyddol wedi ei rhoi i ni a'n gymuned y Llogedd Arfog yn y gorffennol, ac rydym yn edrych ymlaen at weithio gyda chi yn y dyfodol.

Diolch.

Ant Metcalfe
Rheolwr Ardal,
Cymru



Crynodeb o Argymhellion

Mae ein Maniffesto yn galw ar lywodraeth nesaf Cymru i:

- Gweithio gyda'r Weinidogaeth Amddiffyn i ddarparu gwasanaethau canolfannau ailsfydlu yng Nghymru i sicrhau pontio gwell i fywyd y tu allan i'r lluoedd arfog.
- Sicrhau bod mynediad cyson i driniaeth am boen cronig i gyn-filwyr sydd wedi'u hanafu pan fydd ei hangen arnynt, ble bydd ei hangen arnynt, ac mewn ffordd sy'n gweithio iddyn nhw.
- Ymrwymo i ariannu'r Gronfa Cefnogi Plant y Lluoedd Arfog mewn Addysg (SSCE) yng Nghymru yn barhaol a pharhau i fuddsoddi ym Mhrosiect SSCE Cymru i sicrhau bod plant milwyr sy'n gwasanaethu yn cael y dechrau gorau posib.
- Ehangu a chyflymu'r broses o gyflwyno cyfweiliadau wedi'u gwarantu i'r rhai sy'n Ymadael â'r Lluoedd Arfog, Milwyr Wrth Gefn a gwŷr a gwragedd sy'n bodloni'r meini prawf sylfaenol ar gyfer swyddi yn y sector cyhoeddus yng Nghymru.
- Ehangu Angen am Gartref wedi'i Flaenoriaethu i gynnwys y 5 mlynedd yn dilyn gadael gwasanaeth milwrol a sicrhau y gall gwŷr a gwragedd a phartneriaid priod sydd wedi'u hysgaru neu wahanu personél sy'n gwasanaethu yng Nghymru gael mynediad at gymorth tai ar yr un telerau â theuluoedd eraill y Lluoedd Arfog.
- Diweddarau'r 'Fframwaith Trin Camddefnydd Sylweddau Ymhlith Cyn-filwyr) a chyflwyno cymorth gwell i gyn-filwyr â phroblemau camddefnyddio sylweddau.

Dylai llywodraeth nesaf Cymru weithio gyda'r Weinidogaeth amddiffyn i ddarparu gwasanaethau canolfannau adsefydlu yng Nghymru i sicrhau pontio gwell i fywyd y tu allan i'r lluoedd arfog.

Gall pontio a reolir yn dda wneud gwahaniaeth mawr i ragolygon unigolion yn y dyfodol sy'n gadael y Lluoedd Arfog. Mae cyn-filwyr yng Nghymru wedi dweud wrthym ni fod cael hyn yn iawn yn bwysig a bod ymchwil sylweddol sy'n amlgu'r angen i gefnogi'r bobl hynny sy'n symud o fyd y Lluoedd Arfog i'r byd y tu allan iddynt.

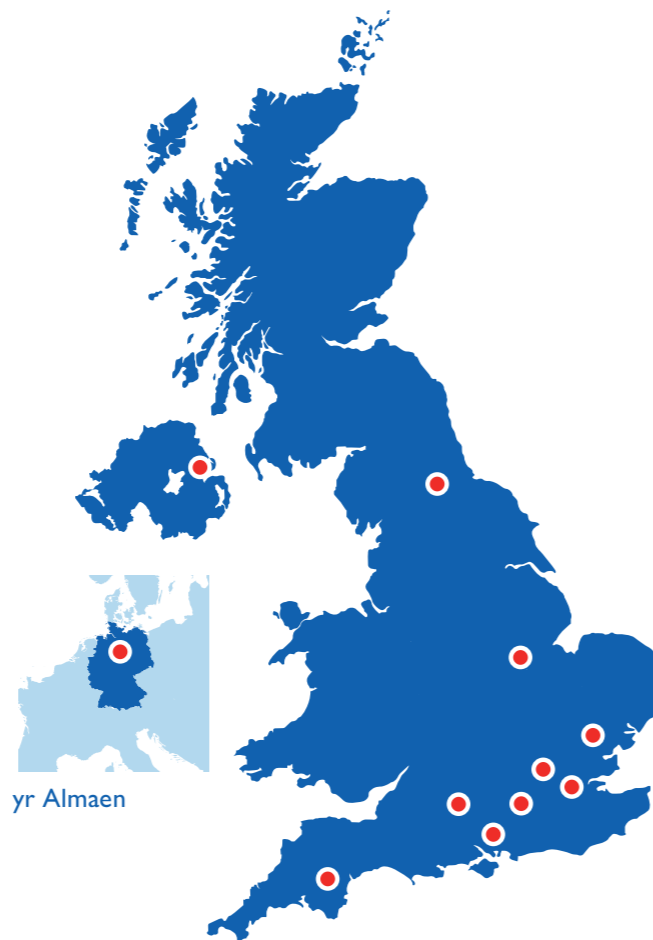
Mae Partneriaeth Pontio Gyrfa (CTP) Llywodraeth y DU yn darparu cymorth i bersonél Gwasanaeth sy'n gadael y Lluoedd Arfog mewn "Canolfannau Ailsefydlu". Mae'r canolfannau hyn yn cynnig sesiynau hyfforddiant mewn amrywiaeth eang o yrfaedd, a sesiynau llunio CV, cymorth ysgrifennu ac ymarfer ar gyfer cyfweiliadau. Maent yn boblogaidd gyda'r bobl mae'r Lloegr yn eu cefnogi ac amcangyfrifir bod 86% o ymadawyr Gwasanaeth a ddefnyddiodd CTP yn 2018/19 yn gyflogedig o fewn chwe mis o adael y Lluoedd Arfog¹.

Mae CTP yn gweithredu canolfannau ailsefydlu yn Lloegr, Gogledd Iwerddon a'r Almaen. Yn anffodus, mae cyn filwyr sy'n byw yng Nghymru yn dweud wrthym ni ei bod hi'n anodd eu cyrchu.



Fel dengys y map, rhaid i gyn-filwyr y Lluoedd Arfog yng Nghymru deithio pellteroedd mawr i fynychu cyrsiau ailsefydlu, ac mae hyn wedi bod yn waharddol i lawer o'r cyn-filwyr y siaradom ni â nhw. I'r rhai sy'n byw yn ne Cymru, mae Tidworth yn bron i 100 milltir o Gaerdydd, ac i'r rhai sy'n byw yng Ngogledd Cymru, mae Cottesmore yn fwy na 200 milltir o Ynys Môn.

Byddai gwasanaethau canolfannau ailsefydlu yng Nghymru yn cael effaith gadarnhaol ar y bobl sy'n pontio i fywyd y tu allan i'r Lluoedd Arfog yma. O'r blaen, bu canolfannau ailsefydlu lloeren a dros dro yng Nghymru ond daeth yr arfer hwnnw i ben dros ddegawd yn ôl. Byddem yn croesawu cydweithio rhwng Llywodraeth Cymru a'r Weinyddiaeth Amddiffyn i gynnig y gwasanaethau hyn unwaith yn rhagor yng Nghymru.



Ffigur 1: Lleoliadau Canolfannau Ailsefydlu

Julianne Williams

Cyn-filwr yn yr Awyrlu Brenhinol ac Ymgynghorydd Cyflogaeth Rhanbarthol i Gymru – RFEA



"Wrth ymadael â'r Awyrlu Brenhinol yn 2007, es i i Weithdy Pontio Gyrfa "Dros Dro" (CTW) yn RAF, Sant Athan. Roedd gallu cael fy CTW yn yr uned agosaf yng Nghymru wir wedi helpu ym ystod adeg gynhyrfus o adael yr unig yrfa roeddwn i erioed wedi ei chael.

Erbyn hyn, fel Ymgynghorydd Cyflogaeth Rhanbarthol i Gymru gyda RFEA – sef elusen y Lluoedd Arfog, rydw i'n croesawu'r posibilrwydd i bob ymadawr Gwasanaeth yng Nghymru sy'n dewis i ymgartrefu a gweithio yng Nghymru allu manteisio ar yr un cyfle. Ble bynnag roeddynt wedi gwasanaethu yn y wlad, mae cymorth a gwybodaeth bontio leol

a rhanbarthol yn hollbwysig er mwyn gallu pontio'n esmwyth i fywyd y tu allan i'r Lluoedd Arfog. Yn aml iawn, bydd cleientiaid yn gofyn imi pam nad oes canolfan ailsefydlu yng Nghymru.

Byddai'r cynnig i dreialu gwasanaethau canolfan ailsefydlu ar sail cyflenwad a galw yn ychwanegu cymaint o werth i ymadawyr a chyn-filwyr lleol, ac mae'n un y byddwn i'n ei annog yn fawr iawn."

Julianne Williams

Cyn-filwr yn yr Awyrlu Brenhinol ac Ymgynghorydd Cyflogaeth Rhanbarthol i Gymru – RFEA

Dylai llywodraeth nesaf Cymru sicrhau bod mynediad cyson i driniaeth am boen cronig i gyn-filwyr sydd wedi'u hanafu pan fydd ei hangen arnynt, ble bydd ei hangen arnynt, ac mewn ffordd sy'n gweithio iddyn nhw.

Gall poen o ganlyniad i gyflyrau hir dymor gael effaith enwedig o wanychol ar ieched seicolegol a lles unigolyn. Problemau cyhyrsgerbydol yw'r rheswm mwyaf cyffredin dros ddadfyddino meddygol o'r Lluoedd Arfog. I lawer, mae'r problemau hyn yn rhai cronig sy'n wrthiannol i driniaeth, ac sy'n gadael cyn-filwyr ag anafiadau difrifol yn byw gyda phoen cyson yn aml iawn².

Mae'r Lleng yn gweithio'n agos gyd Blesma, sef yr elusen i gyn-filwyr heb aelodau, sydd wedi adrodd pryderon ynghylch a'r anghysondeb o ran triniaeth am boen cyson yng Nghymru. Yn y pen draw, maent wedi gorfod talu i rai o'u haelodai yng Nghymru deithio i Ysbyty'r Brenin Edward VII yn Llundain i fynychu Clinig Poen Cyn-filwyr arbenigol.

Mae Blesma yn adrodd am gleifion yng Nghaerdydd ac Abertawe sy'n cael cynnig o wasanaeth digonol, ond y tu

hwnt i goridor yr M4, nid yw triniaethau poen o safon yn ddigonol. Mae cyn-filwyr rydym ni wedi siarad â nhw yn dweud bod yr amseroedd aros yn rhy hir ac nid yw'r triniaethau sydd ar gael mor gyfoes â'r rhai mae cyn-filwyr sy'n byw yn Lloegr yn eu derbyn. Yn ogystal, maent yn teimlo y byddai clinigwyr poen yn cael budd o hyfforddiant o ran diwallu anghenion penodol cyn-filwyr, er mwyn hyrwyddo eu dealltwriaeth, eu hymarfer a thriniaeth lwyddiannus.

Dylid hefyd ystyried y broses o gyflwyno therapiau o bell, pan fyddant yn briodol yn glinigol ar gyfer triniaethau poen, gyda'r posibilrwydd o gyflwyno mwy o wasanaethau i gleifion mewn lleoliadau sy'n gyfleus iddyn nhw. Rydym yn annog llywodraeth nesaf Cymru'n gryf i wneud popeth y gall i wella triniaethau poen i gyn-filwyr yng Nghymru.



Mark Barton

47 oed a gollodd ei goes sy'n dioddef o glefyd Charcot-Marie-Tooth, a blinder cronig.



"Ym Mhowys, does dim prif ysbytai gennym a'r tro cyntaf roedd angen apwyntiad ysbyty arnaf yng Nghymru, cefais fy anfon i weld Niwrolegydd mewn ysbyty sirol yn Henffordd. Y peth cyntaf a aeth drwy fy meddwl oedd a fyddai modd imi yrru mor bell â hynny ac yn ôl. Cefais i ddiagnosis o Glefyd Charcot-Marie-Tooth (sef cyflwr nerfol cynyddol sy'n effeithio ar y traed, y coesau a'r dwylo) a dysgais i fod fy Niwrolegydd ar fenthyg o Firmingham. Roedd yn deall fy mhoen... Ond cyn hir, daeth y poen i fod yn gwbl holldiafâol imi ac roedd y tu hwnt i reolaeth ac yn achosi blinder cronig. Gofynnais i'm meddyg teulu yng Nghymru fy atgyfeirio at arbenigwr poen ond bu'n rhaid imi aros nes y roeddwn i wedi cael 3 llawdriniaeth a gweld rhywun o GIG Lloegr am y tro cyntaf. Yn y pen draw, llwyddais i weld Ymgynghorydd poen drwy GIG Cymru a wnaeth roi steroidau cryf a phigjadau Lidocaine imi, ond yna cyhoeddodd hithau ei bod hi'n gadael ei swydd.

"Bellach, dw i'n aros am ail drychiad coes drwy Ysbyty RJAH yng Nghroesoswallt (Lloegr). Byddai mynediad at driniaethau poen o safon well a chlinig rheolaidd, yn enwedig mewn clinig a oedd yn benodol i gyn-filwyr yma yng Nghymru a fyddai'n gallu fy nghefnogi drwy gydol fy oes, yn fuddiol dros ben. Mae gen i lawer o bobl sy'n fy nghefnogi nawr, gan gynnwys tîm y Ganolf Aelodau yng Nghaerdydd, sawl asiantaeth ac elusen, gan gynnwys 'Blesma, the Limbless Veterans', a thrwy fy ffrindiau a'm teulu. Yr unig obaith sydd gen i yw y bydd fy nhaith yn gwella, bydd yn dod yn haws i ymdopi â'm poen ac y gallaf barhau i ofalu am, a bod gyda, y teulu sy'n fy ngharu."

Mark Barton
Llandrindod Wells

Dylai llywodraeth nesaf Cymru ymrwymo i ariannu'r Gronfa Cefnogi Plant y Lluoedd Arfog mewn Addysg (SSCE) yng Nghymru yn barhaol a pharhau i fuddsoddi ym Mhrosiect SSCE Cymru i sicrhau bod plant milwyr sy'n gwasanaethu yn cael y dechrau gorau posib.

Gall bywydau plant pobl sy'n gwasanaethu cynnwys mwy o straen na bywydau eu cyfoedion y tu allan i'r Lluoedd Arfog. Gall y symud sylweddol sy'n rhan o yrfa filwrol achosi ansicrwydd i'r teulu cyfan, yn enwedig y plant, sy'n gallu newid ysgolion yn rheolaidd.

Nid yw pob plentyn i riant sy'n gwasanaethu yn cael anhwystrau ac mae pwyntiau cadarnhaol iawn sy'n dod gyda'r ffordd hon o fyw, ond gall symud yn rheolaidd ei gwneud hi'n anodd ymgartrefu mewn ysgol, gwneud ffrindiau newydd a chael mynediad at gwricwlwm cyson.

Yn ddealladwy, gall adleoli rhiant sy'n gwasanaethu, boed ar ymgyrch weithredol, hyfforddiant neu mewn swydd dramor gael effaith ar ei blant. Dyma'r adegau pan all eu pryderon fod ar eu huchaf a gellir bod straen emosiynol trwm ar blant rhieni sy'n gwasanaethu. Gall adegau hirfaith o gael eu gwahanu o rieni fod yn brofiad sy'n llawn tralod i blant, ond gallai ychwanegu at hyn y ddealltwriaeth y gallai eu rhiant gael ei anafu tra bydd ar ymgyrch neu ddyletswydd a'r straen emosiynol ar blant rieni sy'n gwasanaethu ar adegau fel hyn fod yn drwm iawn.

Heb y Premiwm Disgybl Gwasanaethu Cymru, mae'r Lleng wedi croesawu'r 'Gronfa Cefnogi Plant Milwyr sy'n Gwasanaethu mewn Addysg yng Nghymru', a gyflwynwyd gan Lywodraeth Cymru yn 2018 ac sydd wedi'i hadnewyddu

ddwywaith. Mae'n cynnig £250,000 y flwyddyn mewn grantiau i ysgolion yng Nghymru sydd â phlant milwyr sy'n gwasanaethu, ac maent wedi'u defnyddio mewn ffyrdd arloesol i gefnogi'r disgyblion hyn. Er enghraifft, mae grantiau wedi cael eu defnyddio'n amrywiol i ariannu cynorthwyrwyr addysgu sy'n helpu plant milwyr sy'n gwasanaethu'n benodol; i brynu offer TG sy'n galluogi plant i gyfathrebu â rhieni sydd wedi'u hadleoli; a hyd yn oed i greu gerddi arbennig ar dir ysgolion i helpu plant i ymlacio ac adfyfrio.

Mae croeso mawr i'r ffaith bod y Gronfa wedi cael ei hadnewyddu dwywaith, ac mae'n gefnogaeth gadarnhaol i'r gwerth mae'n ei gynnal i blant milwyr sy'n gwasanaethu. Fodd bynnag, hoffai'r Lleng i'r cyllid hwn fod yn barhaol. Mae natur tymor penodol y cyllid yn cyfyngu ar ysgolion ac yn eu hatal rhag ymrwymo i ddarparu cymorth cynaliadwy a hirdymor i blant milwyr sy'n gwasanaethu wrth iddynt symud drwy eu gyrfa ysgol, gan nad oes modd gwarantu y bydd swyddi neu fentrau yn cael eu cyllido o un flwyddyn i'r flwyddyn nesaf.

Yn ogystal, hoffai'r Lleng ganmol gwaith Cefnogi Plant Milwyr sy'n Gwasanaethu mewn Addysg yng Nghymru (SSCE Cymru), sydd wedi bod yn hanfodol i wella ein cyd-ddealltwriaeth o blant rhieni sy'n gwasanaethu yng Nghymru, ac yn ganolog i ymdrechion parhaus i'w nodi a'u cefnogi yn ein hysgolion. Gobeithiwn y bydd llywodraeth nesaf Cymru yn parhau i fuddsoddi yn y rhaglen hon.



James Voros
Dirprwy Bennaeth,
Ysgol Gymunedol Prendergast.



"Mae Ysgol Gymunedol Prendergast yn ysgol gynradd yn Hwlfordd, yn Sir Benfro. Mae gennym 415 o ddisgyblion wedi'u cofrestru, a gall y boblogaeth o ddysgwyr sy'n dod o gefndiroedd Gwasanaethu amrywio rhwng 10% ac 20% o boblogaeth yr ysgol, gan ddiwyddu ar amgylchiadau'r Gatrawd Arwyddion lleol ym Mreudeth.

Mae'r ysgol wedi elwa'n enfawr o gyllid gweithgareddau a hwylyswyd gan SSCE Cymru ers ei sefydlu. Er enghraifft, roedd yr ysgol yn llwyddiannus wrth wneud cais am gyllid i gefnogi cyflogaeth "Gweithiwr Allweddol y Weinyddiaeth Amddiffyn", sy'n cefnogi anghenion emosiynol ac addysgol y disgyblion hynny sy'n dod o gefndir gwasanaethu. Maent yn gweithio gyda theuluoedd gwasanaethu a'r orsaf leol, gan atgyfnerthu a meithrin perthnasoedd ymhellach a sicrhau bod y dysgwyr hyn yn gallu cael dechrau cadarn i'w dysgu yn Sir Benfro, neu yn y DU.

Mae digwyddiadau rhwydweithio hefyd wedi galluogi'r ysgol i rannu ei hymarfer ei hun gydag eraill ledled Cymru. Ar ben hynny, mae'r digwyddiadau wedi galluogi'r ysgol i gymryd arfer gorau eraill a'i gynnwys

yn ei gwaith ei hun. Cyn hynny, roedd y digwyddiadau wedi bod wyneb yn wyneb mewn amrywiaeth o leoliadau ledled Cymru, gan alluogi amrywiaeth ehangach o ysgolion i gyrchu digwyddiadau, yn fwyaf diweddar ar-lein. Yn ogystal, mae'r digwyddiadau hyn wedi cynnig cyfleoedd ar gyfer ffrydiau cyllido a grantiau eraill i gefnogi'r grŵp yma o ddysgwyr.

Mae effaith y cyllid a'r rhwydweithio hyn yn cynnwys:

- Mae cynnwys pob plentyn rhieni sy'n Gwasanaethu'n llwyddiannus, waeth beth fo'u gallu neu amgylchiadau personol, yn golygu dim gwaharddiadau ffurfiol dros y tair blynedd diwethaf.
- Bod holl blant rhieni sy'n Gwasanaethu wedi gwneud y cynnydd disgwylidig o leiaf, os nad yn fwy na hynny, yn ystod eu hamser yn yr ysgol
- Bod plant a theuluoedd yn teimlo bod croeso iddynt gan boblogaeth yr ysgol."

James Voros,
Dirprwy Bennaeth,
Ysgol Gymunedol Prendergast

Dylai llywodraeth nesaf Cymru ehangu a chyflymu'r broses o gyflwyno cyfweiliadau wedi'u gwarantu i'r rhai sy'n Ymadael â'r Lluoedd Arfog, Milwyr Wrth Gefn a gwŷr a gwragedd sy'n bodloni'r meini prawf sylfaenol ar gyfer swyddi yn y sector cyhoeddus yng Nghymru.

Mae dod o hyd i gyflogaeth gynaliadwy a phriodol ar ôl gadael y gwasanaeth yn gwbl hanfodol. Mae'r rhan fwyaf o gyn-filwyr o oedran gweithio yn mynd ymlaen i gael gyrfaedd amrywiol a llwyddiannus wedi ymadael â'r Lluoedd Arfog. Fodd bynnag, nid yw hyn yn wir i bob un sy'n ymadael â Lluoedd Arfog y DU. Nod adroddiad "Deployment to Employment"³ y Lleng yn 2016 oedd archwilio cyfraddau cyflogaeth cyn-filwyr mewn mwy o fanylder a nodi'r rhwystrau roedd cyn-filwyr yn eu hwynebu ar y farchnad swyddi y tu allan i'r Lluoedd Arfog. Er bod data mwy diweddar yn dangos bod y bwch cyflogaeth rhwng cyn-filwyr a'r boblogaeth gyffredinol yn lleihau, mae ymchwil flaenorol gan y Lleng wedi canfod bod cyn-filwyr o oedran gweithio yn y DU bron i ddwywaith yn fwy tebygol o fod yn ddi-waith o'u cymharu â'u cymheiriaid sifilaidd. Yn ogystal, mae tystiolaeth o dangyflogaeth yn y boblogaeth o gyn-filwyr, a'u bod yn llai tebygol na'r boblogaeth gyffredinol i ddweud eu bod yn teimlo y gallant ddefnyddio eu sgiliau a'u profiad yn eu swydd bresennol⁴.

Yn aml, gall fod yn anodd i gyflogwr o'r tu allan heb fawr o ddealltwriaeth am y Lluoedd Arfog werthfawrogi'r sgiliau a'r profiad a amlinellwyd yng ngheisiadau swydd cyn-filwyr a'u CV neu ddeall eu gwerth mewn cyd-destun sifilaidd. Nid tan y cyfweiliad y gall cyn-filwyr ddangos yn llawn natur drosglwyddadwy eu sgiliau a'u profiad, ynghyd â'u perthnasedd i'r swydd. Bydd angen i bartneriaid personnell gwasanaethu newid lleoliad yn aml, sy'n gallu cael effaith drawiadol ar eu gyrfaedd.

Cyflwynwyd Swyddogion Ymgysylltu'r Lluoedd Arfog (AFLOs) yng Nghymru yn 2018. Ers hynny, rydym ni wedi bod yn dyst i ymrwymiad gwell i Gyfamod y Lluoedd Arfog a mwy o rannu arfer gorau ymysg awdurdodau lleol Cymru. Felly gwnaethom ni groesawu'r newyddion yn 2020 fod Llywodraeth Cymru yn mynd i gyllido swyddi AFLO am ddwy flynedd bellach. Mae un enghraifft o arfer gorau a gyflwynwyd ers i AFLO fod wrth eu gwaith yn ymwneud â chyfweiliadau wedi'u gwarantu i gyn-filwyr sy'n bodloni'r meini prawf sylfaenol ar gyfer swyddi gwag mewn awdurdodau lleol, sydd bellach wedi'i fabwysiadu gan lawer o gynghorau ledled Cymru, gan gynnwys Sir y Fflint, Pen-y-bont ar Ogwr a Chaerffili.

Mae cynllun cyfweiliad wedi'i warantu hefyd yn cael ei dreialu gan Lywodraeth y DU mewn rhai swyddi yn y gwasanaeth sifil ac yng Nghymru, mae Llywodraeth Cymru wedi lansio menter "Gwneud y Gwasanaeth Sifil yn Weithle Gwych i Gyn-Aelodau'r Lluoedd Arfog", sy'n cynnwys gwarantiaid ar gyfer swyddi'r gwasanaeth sifil, "bydd cyn-filwyr sy'n bodloni'r meini prawf sylfaenol am swydd yn symud ymlaen i gam nesaf y broses ddethol".

Hoffem weld y gwaith hwn yn cael ei gyflymu ac i Lywodraeth Cymru weithio gyda'r AFLOs, awdurdodau lleol a'r gwasanaeth sifil i sicrhau y caiff cyn-filwyr y cyfle gorau posib i gynnig eu sgiliau helaeth i sector cyhoeddus Cymru.



Lisa Rawlings

Swyddog Ymgysylltu'r Lluoedd Arfog ar gyfer Gwent.



"Fel cyn-filwr fy hun, rwyf yn deall na fydd CV ymadawr bob amser yn cyfleu'r sgiliau mae wedi'u dysgu yn ystod ei amser yn y Lluoedd Arfog. Mae cyfweiliadau wedi'u gwarantu yn ffordd wych o roi cyfle i gyn-filwr ddangos y sgiliau hyn.

Rwyf yn falch o ddweud bod 4 o 5 Awdurdod Lleol (ALI) Gwent bellach wedi rhoi Cynlluniau Cyfweiliad wedi'i warantu ar waith ar gyfer Ymadawyr y Lluoedd Arfog, Milwyr Wrth Gefn, cyn-aelodau'r Lluoedd Arfog a'u partneriaid priod os ydynt yn bodloni meini prawf hanfodol y swydd wag.

Mae'r pumed wedi cytuno mewn egwyddor a bydd yn ei roi ar waith cyn hir.

Yr hyn a wnaethom ni oedd ei drafod â thimoedd AD pob Awdurdod Lleol, ymgysylltu â'r Bartneriaeth Pontio Gyrfa (CTP), llunio adroddiad ar gyfer pob Cabinet ar gyfer cymeradwyaeth a phan oedd wedi'i gymeradwyo, ei roi ar waith ar y cyd â'r cyngor wrth ei hyrwyddo ymysg busnesau/sefydliadau eraill.

Byddai'n wych petai gyflwyniadau wedi'u gwarantu yn fwy eang yng Nghymru fel y gall Ymadawyr Gwasanaeth barhau i ddangos yr effaith gadarnhaol y gallant ei chael ar sefydliad."

Lisa Rawlings,
Swyddog Ymgysylltu'r Lluoedd Arfog ar gyfer Gwent



Dylai llywodraeth nesaf Cymru ehangu Angen am Gartref wedi'i Flaenoriaethu i gynnwys y 5 mlynedd yn dilyn gadael gwasanaeth milwrol a sicrhau y gall gŵyr a gwragedd a phartneriaid priod sydd wedi'u hysgaru neu wahanu personél sy'n gwasanaethu yng Nghymru gael mynediad at gymorth tai ar yr un telerau â theuluoedd eraill y Lluoedd Arfog.

Mae'r rhan fwyaf o gyn-filwyr yn dod o hyd i lety diogel a sicr ar ôl iddynt adael y Lluoedd Arfog. Fodd bynnag, canfu Arolwg Aelwyd y Llang yn 2014⁵ fod 6% o'r rhai hynny a oedd wedi'u dadfyddino o'r Lluoedd Arfog yn y pum mlynedd diwethaf wedi cael peth anhawster wrth wneud ceisiadau am lety'r cyngor neu gymdeithas tai. Yn ogystal, rydym ni'n gwybod bod lleiafrif bach sy'n ddigartref yn anffodus, gan fyw naill ai ar y stryd neu'n 'syrrffio sofas' gyda ffrindiau a theulu.

O dan Ddeddf Tai (Cymru) 2014, os nad oes gan unigolyn Gwasanaeth lety 56 o ddiwrnodau cyn dadfyddino, mae gan yr awdurdod lleol ddyletswydd i'w helpu i ddod o hyd i lety addas. Gall y llety hwn naill ai fod yn y sector preifat neu rentu, a rhaid bod disgwyl iddo bara am o leiaf chwe mis. Mae pobl sy'n ddigartref wrth adael y Lluoedd Arfog Rheolaidd yn cael eu hystyried i fod yn flaenoriaeth o ran angen.

Er hyn, efallai y bydd y rhai hynny sy'n dibynnu ar garedigrwydd cyd-filwyr a theulu gymryd peth amser i ofyn am gymorth digartrefedd ffurfiol, ac yn hanesyddol, mae ymchwil wedi dangos bod y cyn-filwyr sy'n cysgu ar y stryd yn tueddu i fod yn hŷn na phoblogaeth gyffredinol pobl sy'n cysgu ar y stryd. I'r rhai hynny sy'n cymryd amser i addasu i fywyd sifilaidd, neu y byddant o bosib yn gofyn am gymorth ffurfiol yn hwyrach yn y broses bontio, rydym yn argymhell y dylai Llywodraeth Cymru ehangu'r Angen Blaenoriaeth hefyd fel ei fod yn cynnwys nid yn unig y rhai sy'n ymadael â'r Lluoedd Arfog ond hefyd y rhai hynny a ymadawodd hyd at bum mlynedd yn ôl, i roi amser i addasu i fywyd sifilaidd.

Partneriaid priod sydd wedi gwahanu

Mae egwyddorion Cyfamod y Lluoedd Arfog yn berthnasol i holl gymuned y Lluoedd Arfog ac mae hyn yn cynnwys teuluoedd y personél sy'n gwasanaethu ar hyn o bryd a chyn-aelodau o'r Lluoedd Arfog. Yn rhy aml, cânt eu diystyru mewn trafodaethau am driniaeth ein Lluoedd Arfog. Maent yn aberthu'n fawr ac yn darparu cymorth hynod werthfawr, gan alluogi ein personél gwasanaethu i ffynnu yn eu gyrfa filwrol. Mewn llawer o achosion, gwŷr, gwragedd, partneriaid a phlant personél gwasanaethu sy'n wynebu'r cynnwrf mwyaf sy'n gysylltiedig â bywyd yn y Lluoedd Arfog. Gall hyn gynnwys gorfod symud tŷ, ysgol neu swydd nifer o weithiau. Mae'n hanfodol y caiff cyfraniad sylweddol hwn ei gydnabod mewn polisiau cenedlaethol a lleol i sicrhau na fyddant dan anfantais.

Fel arfer, rhaid i bobl sy'n gwneud cais am dai cymdeithasol ddangos cysylltiad lleol ag ardal yr awdurdod lleol lle maent yn gwneud cais, fel arfer drwy gyfnod blaenorol o breswyllo yn ardal y cyngor neu gyflogaeth ynddi. Fodd bynnag, mae eithriad i'r gofyniad am gysylltiad lleol yn Ndeddf Tai (Cymru) 2014 ar gyfer aelodau penodol o gymuned y Lluoedd Arfog. Yn anffodus, ar hyn o bryd nid yw hyn yn cynnwys partneriaid sydd wedi gwahanu, y mae eu haberthiadau a'u cymorth yn y gorffennol yn cael eu hanghofio pan ddaw i gyrchu tai. Felly, byddem ni'n hoffi i'r eithriad cysylltiad lleol fod yn berthnasol i wŷr a gwragedd sydd wedi ysgaru neu wahanu, partneriaid a phlant personél y Lluoedd Arfog hefyd. Mae hyn bellach yn berthnasol yn Lloegr, felly mewn cymhariaeth, mae teuluoedd yng Nghymru dan anfantais ar hyn o bryd wrth gyrchu tai.



Llang Brydeinig Frenhinol

Canllaw Arfer Gorau Tai'r.



Yn 2019, cynhyrchodd Llang Brydeinig Frenhinol Ganllaw Arfer Gorau o'r enw 'Cefnogi Cymuned y Lluoedd Arfog gyda Thai yng Nghymru'. Daeth hyn â'r enghreifftiau gorau o sut oedd llywodraethau cenedlaethol a lleol yn cefnogi Ymadawyr Gwasanaethu yng Nghymru at ei gilydd.

Mae'r Llang yn falch o weithredu mewn cymunedau ym mhob cwr o'r wlad, gan weithio gyda llywodraethau cenedlaethol a datganoledig, awdurdodau lleol a chymdeithasau tai i feithrin

partneriaethau a llwybrau lleol a fydd yn lleihau digartrefedd a phroblemau tai eraill ymhlith cymuned y Lluoedd Arfog.

Er nad yw digartrefedd a chysgu ar y stryd mor uchel ymhlith y boblogaeth o gyn-aelodau i'r Lluoedd Arfog fel y byddai llawer o bobl yn meddwl, mae rhai cyn-filwyr yn parhau i'w chael hi'n anodd dod o hyd i lety addas ar ôl gadael Lluoedd Arfog Ei Mawrhydi. Mae tai yn un o'n tri rheswm mwyaf cyffredin yn gyson i bobl gysylltu â Veterans' Gateway.

Nid oes modd datrys y problemau mae cyn-aelodau o'r Lluoedd Arfog yn eu hwynebu gyda bwled arian, neu'n wir gan un llywodraeth unigol. Mae angen inni weithio gyda'n gilydd i fynd i'r afael â'r problemau hyn a dyna'r hyn mae ein canllaw yn anelu at ei wneud.

Gellir darllen a lawrlwytho'r canllaw i arfer gorau yn Gymraeg ac yn Saesneg yn:

www.britishlegion.org.uk/get-involved/things-to-do/campaigns-policy-and-research/best-practice-guides/housing-support



Dylai llywodraeth nesaf Cymru ddiweddarau'r 'Fframwaith Trin Camddefnydd Sylweddau Ymhlith Cyn-filwyr) a chyflwyno cymorth gwell i gyn-filwyr â phroblemau camddefnyddio sylweddau.

Nid yw'r rhan fwyaf o gyn-filwyr yng Nghymru yn wynebu problemau camddefnyddio sylweddau. Fodd bynnag, roedd ymchwil y Weinyddiaeth Gyfiawnder i gyfraddau alcohol yn y Gwasanaeth, a ryddhawyd yn 2017, yn dangos bod ymhlith y mwy na 100,000 o bersonél y Gwasanaeth a gymerodd ran yn yr arolwg, roedd 61% wedi sgorio 5 neu fwy ar y raddfa AUDIT-C, gan eu rhoi mewn mwy o berygl o niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol, neu eisoes yn ei brofi.

Dangosodd adroddiad o 2020 gan Goleg y Brenin Llundain a Phrifysgol Lerpwl fod cydnabyddiaeth o broblemau camddefnyddio alcohol a chwilio am gymorth ar gyfer problemau sy'n ymwneud ag alcohol ymhlith personél sy'n gwasanaethu neu gyn-aelodau o'r Lluoedd Arfog yn isel, ac roedd tua hanner o'r rhai hynny a oedd yn bodloni'r meini prawf ar gyfer cydnabod camddefnyddio alcohol fod ganddynt broblemau ag alcohol⁶. Yn ogystal, canfu astudiaeth gan Combat Stress yn 2016 fod cyn-aelodau o'r Lluoedd Arfog yn fwy tebygol o gael eu derbyn i'r ysbty gyda phroblemau iechyd corfforol cyn cael diagnosis o broblem alcohol, gan ddweud bod balchder yn rheswm posib dros beidio â gofyn am gymorth yn gynt⁷.

Mae'n bwysig ein bod ni'n cynnig y driniaeth iawn ar gyfer camddefnyddio sylweddau ar gyfer ein cyn-filwyr. Yn 2014, cyflwynodd Llywodraeth Cymru *Fframwaith Triniaeth Camddefnyddio Sylweddau Cyn-filwyr*⁸. Darparodd hyn lwybr i gyn-aelodau o'r Lluoedd Arfog dderbyn triniaeth ar gyfer problemau camddefnyddio sylweddau. Mae'r Llang yn credu ei fod yn amser diweddarau'r fframwaith hwn. Yn ein profiad ni, nid yw Gwasanaethau Cyffuriau ac Alcohol a Gwasanaethau

GIG Cymru bob amser yn gweithio ar y cyd mor effeithiol ag y gallant, ac mae rhai cyn-filwyr yn cwmpo drwy'r rhwyd o ganlyniad.

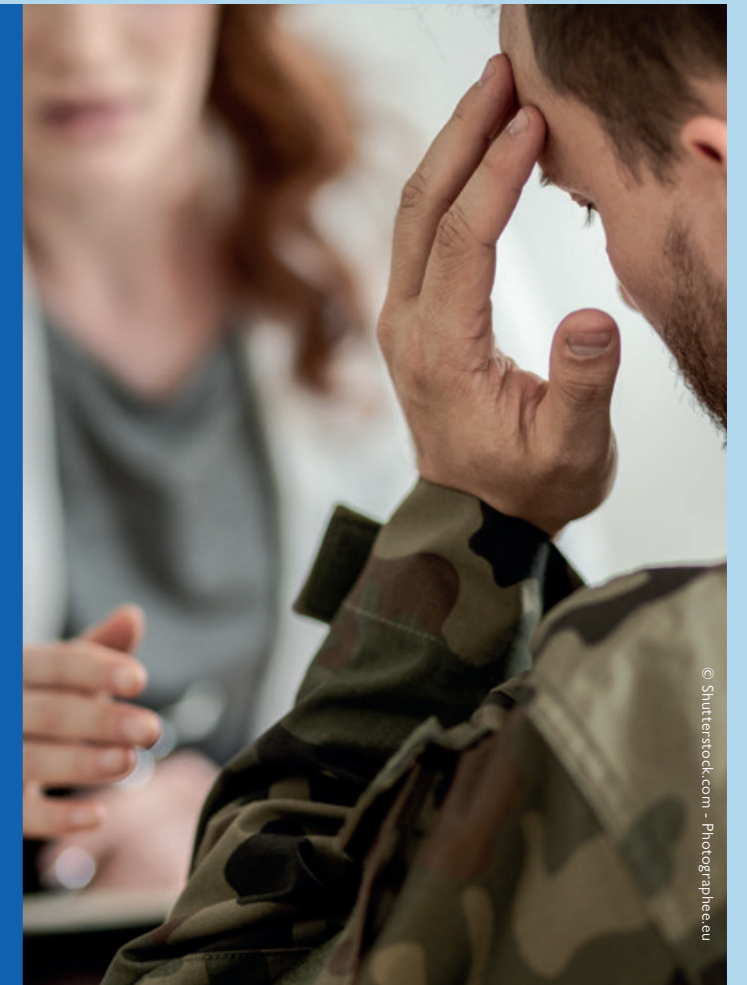
Er enghraifft, pan fydd cyn-aelod o'r Lluoedd Arfog yn cael ei atgyfeirio at Gyn-filwyr GIG Cymru ac un o'i brif broblemau amlwg yw camddefnyddio sylweddau, rhaid mynd i'r afael ag anghenion camddefnyddio sylweddau, felly caiff y cyn-filwr ei atgyfeirio at y Gwasanaeth Cyffuriau ac Alcohol (D&A). Fodd bynnag, weithiau nid yw'r gwasanaethau D&A hynny yn deall materion sy'n benodol i gyn-aelodau o'r Lluoedd Arfog ac felly gall yr unigolyn roi'r gorau i fynd yn gyflym iawn. Yn yr achosion hyn, llawer yn rhy aml nid yw'r gwasanaethau D&A yn cysylltu â'r asiantaeth atgyfeirio i ddweud wrthyn nhw fod y cyn-filwr wedi rhoi'r gorau i fynychu, gan adael y cyn-filwr heb unrhyw driniaeth ar gyfer y cyflwr yr oedd yn gofyn am gymorth gydag ef yn y lle cyntaf.

Mae'r Llang Brydeinig Frenhinol yn ariannu cynllun peilot ar y cyd â Phrosiect Cyffuriau Bryste⁹. Nod y prosiect yw gwella mynediad at wasanaethau triniaeth i gyn-filwyr a'u cyfranogiad ynddynt. Mae 'Gweithiwr Achos Cyn-filwr' yn ymgysylltu â'r holl asiantaethau sy'n gysylltiedig â chefnogi cyn-aelodau o'r Lluoedd Arfog yn lleol ac mae'n gallu gweithio gyda chyn-filwyr, gan gynnwys y rhai hynny sy'n ddigartref neu mewn perygl o fod yn ddigartref, mewn ffordd hyblyg. Mae'r gweithiwr achos hefyd yn cyflwyno ymyriadau byr ac estynedig fel rhan o'r broses ymgysylltu ac yn cwblhau asesiadau llawn ar gyfer triniaethau tymor hwyr gyda Gwasanaeth Anelu at Adfer o Gyffuriau ac Alcohol Bryste (ROADS), lle bo'n briodol. Mae canlyniadau'r cynllun peilot hwn wedi bod yn gadarnhaol iawn.



Leigh yn Ne Cymru

Bosnia ac Affghanistan
Cyn-filwr y fyddin.



Roeddwn i'n blentyn y fyddin. Ymunais i â'r un gatrawd â'm tād y flwyddyn gadawodd e'r Lluoedd Arfog. Cwblheais i dymhorau dyletswydd ym Mosnia ac Affganistan. Roedd yfed alcohol yn rhan o'r diwylliant yn fy nghatrawd i. Dyna beth fydddech chi'n ei wneud ar ddiwedd diwrnod caled, wythnos galed, tymor dyletswydd caled.

Pan adawais i'r Lluoedd Arfog yn 2005, roedd pethau'n iawn. Roedd gen i dŷ cyngor yng Nghasnewydd, a gwaith cyson. Ond ar ôl ychydig o flynyddoedd, dechreuodd pethau fynd o chwith. Collon ni'n dŷ cyngor, aeth fy mhlant i arfordir y de, gwaethygodd fy yfed a diweddais i lan yn y carchar.

Gall milwyr cyffredin fel fi fod yn ystyfnig ac yn falch iawn, a byddai'n well gennym ddioddef yn dawel

na gofyn am help. Roeddwn i bob amser yn ceisio rheoli fy yfed ar fy mhen fy hun, a diolch byth, mae e dan reolaeth erbyn hyn. Fodd bynnag, petai gwell mynediad gan bobl fel fi at gymorth penodol a grwpiau cymorth, dw i'n credu y byddai wedi gwneud gwahaniaeth mawr i'r problemau a wynebas i.

Dw i wedi cael problemau wrth gyrchu gwasanaethau yng Nghymru a Lloegr a rhaid imi ddweud, mae wedi bod yn well yng Nghymru. Fodd bynnag, dw i'n gobeithio y gallwn wella'r ffordd rydym ni'n cefnogi'r gymuned o gyn-aelodau o'r Lluoedd Arfog, yn enwedig ar faterion megis tai a chamddefnyddio sylweddau."

Leigh yn Ne Cymru
Cyn-filwr y fyddin

References:

1. https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/868768/20200226_-_Statistical_Bulletin_v3_-_O.pdf
2. Gauntlett-Gilbert J, Wilson S, *Veterans and chronic pain* (2013)
3. www.britishlegion.org.uk/docs/default-source/campaigns-policy-and-research/deployment-to-employment.pdf
4. The Royal British Legion, *A UK Household Survey of the ex-Service community*, (2014), p.64
5. www.britishlegion.org.uk/get-involved/things-to-do/campaigns-policy-and-research/policy-and-research/the-uk-ex-service-community-a-household-survey
6. Gribble R, Spanakis P, Et Al, *Help-seeking for alcohol problems in serving and ex-serving UK military personnel* (2020)
7. Murphy D, Palmer E, Westwood G, Busuttill W, Greenberg N, (2016) *Do Alcohol Misuse, Service Utilisation, and Demographic Characteristics Differ between UK Veterans and Members of the General Public Attending an NHS General Hospital?* (2016)
8. www.gov.wales/sites/default/files/publications/2019-02/substance-misuse-treatment-framework-improving-access-to-substance-misuse-treatment-for-veterans.pdf
9. www.bdp.org.uk/news/bdp-launches-new-veterans-support-service



Registered address: Royal British Legion, Haig House, 199 Borough High St, London SE1 1AA
Registered charity number: 219279