Stonewall

AMDANO'R ADNODD YMA

Mae'r adnodd yma wedi ei gynhyrchu gan Stonewall, elusen sydd wedi ei leoli yn y DU ac sy'n sefyll dros rhyddid, ecwiti, a potensial pob person lesbiaidd, hoyw, deurhywiol, traws, cwîar, cwestiynu ac ace (LHDT+).

Mae'r adnodd yma wedi ei gynhyrchu gan Stonewall, elusen sydd wedi ei leoli yn y DU ac sy'n sefyll dros rhyddid, ecwiti, a potensial pob person lesbiaidd, hoyw, deurhywiol, traws, cwîar, cwestiynu ac ace (LHDT+).

Yn Stonewall, dychmygwn byd ble all pobl LHDTC+ ym mhobman byw bywydau llawn. Cawsom ein sefydlu yn Llundain yn 1989, ac yn awr rydym yn gweithio ym mhob wlad y DU a rydym wedi sefydlu partneriaethau ar draws y byd. Dros y tair degawd diwethaf, rydym wedi creu newidiadau trawsffurfiedig ym mywydau pobl LHDTC+ yn y DU, gan helpu ennill hawliau hafal o ran priodas, cael plant, ac addysg cynwysiedig.

Mae ein ymgyrchoedd yn creu newidiadau positif i'n cymunedau, ac mae ein rhaglenni newid cynaliadwy a grymusrwydd yn sicrhau bod pobl LHDTC+ yn gallu ffynnu trwy gydol ein bywydau. Rydym ni'n sicrhau bod y byd yn clywed ac yn dysgu o'n cymunedau, ac bod ein gwaith ni wedi ei seilio yn tystiolaeth ac arbenigedd.

I ddarganfod mwy amdano ein gwaith ni, ewch i www.stonewallcymru.org.uk.

Rhif Elusen Gofrestredig 1101255 (Lloegr a Cymru) a SC039681 (Yr Alban)

Mae Stonewall yn falch i ddarparu wybodaeth, cefnogaeth a cyngor ar cynwysedd LHDTC+; gweithio tuag at byd ble yr ydym i gyd yn rhydd i fyw. Nid yw hyn yn gyfystirio cyngor gyfreithiol, ac nid ydy'n bwriadu cymryd lle cyngor gyfreithiol ar unrhyw pwnc.

LHDT YNG NGHYMRU

TROSEDDAU CASINEB A GWAHANIAETHU

Stonewall
Cymru

LHDT YNG NGHYMRU

TROSEDDAU CASINEB A GWAHANIAETHU

Mabli Jones
Chaka L. Bachmann
Stonewall

Becca Gooch
YouGov

YouGov What the world thinks

Stonewall Cymru

RHAGAIR

Yn ystod y chwarter canrif diwethaf, mae Cymru wedi llwyddo i wneud camau sylweddol ar y daith tuag at gydraddoldeb ar gyfer pobl lesbiaidd, hoyw, deurywiol a thraws (LHDT).

Mae newidiadau yn y gyfraith yn golygu bod rhagor o ysgolion, cyflogwyr a gwasanaethau cyhoeddus yn mynd i'r afael â bwlio a gwahaniaethu yn erbyn pobl LHDT. Erbyn hyn, mae priodas gyfartal yn realiti i lawer o bobl, ac mae Adran 28 yn hen hanes.

Ond i lawer o bobl LHDT, dyw'r newidiadau yma yn y gyfraith ddim wedi troi'n gydraddoldeb gwirioneddol. Ar gyfer pobl draws yn benodol, mae llawer o waith i'w wneud o hyd er mwyn gwneud yn siŵr eu bod yn cael eu diogelu'n llawn o dan y gyfraith.

Yn 2013 dangosodd ein gwaith ymchwil yn glir pa mor fawr a difrifol oedd problem troseddau casineb a gwahaniaethu yn erbyn pobl LHDT ym Mhrydain. Ers hynny mae achosion o droseddau casineb yn erbyn pobl LHDT wedi cynyddu'n sylweddol, ac mae'r ffaith nad yw pobl yn adrodd am yr achosion yn dal i fod yn broblem sylweddol. Mae'r adroddiad yma – sef yr adroddiad cyntaf am fywyd pobl LHDT yng nghyfres cyflwr y genedl Stonewall Cymru – yn dyst i faint o waith sy'n dal ar ôl i'w wneud.

Mae'r adroddiad, sy'n seiliedig ar arolwg YouGov o dros 1,200 o bobl, yn datgelu profiadau pobl LHDT yng Nghymru o droseddau casineb a gwahaniaethu heddiw. Mae'r canfyddiadau'n ddychrynllyd. Mae pobl LHDT yn parhau i wynebu camdriniaeth, aflonyddwch a gwahaniaethu ffiaidd o ddydd i ddydd; mae bron i un ymhob pedwar o bobl LHDT wedi profi digwyddiad neu drosedd casineb oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol a/neu eu hunaniaeth rhywedd yn ystod y 12 mis diwethaf, a wnaeth pedwar ymhob pump o bobl ddim adrodd am y digwyddiad wrth yr heddlu, llawer ohonynt oherwydd eu bod yn pryderu na fydden nhw'n cael eu cymryd o ddifri.

Ar gyfer pobl draws, mae'r canfyddiadau yn fwy dychrynllyd byth: mae hanner y bobl draws wedi profi digwyddiad neu drosedd casineb oherwydd eu hunaniaeth rhywedd yn ystod y 12 mis diwethaf.

Canfu'r astudiaeth hefyd fod camdriniaeth yn erbyn pobl LHDT yn mynd ymhell y tu hwnt i droseddau casineb a thrais ar ein strydoedd. Mae llawer o bobl LHDT yn parhau i gael eu trin yn wael pan fyddan nhw'n defnyddio gwasanaethau cyhoeddus ac yn byw eu bywydau o ddydd i ddydd, boed hynny yn eu siop leol, y gampfa, yr ysgol neu fan addoli. Mae traean y bobl LHDT yn osgoi strydoedd penodol yn gyfan gwbl gan nad ydyn nhw'n teimlo'n ddiogel yno fel rhywun LHDT, ac mae un ymhob pump wedi dioddef gwahaniaethu wrth ymweld â chaffi, bar neu glwb nos. Mae'r lefelau o gam-drin pobl LHDT ar-lein yn endemig: yn ystod y mis diwethaf yn unig, mae un ymhob deg o bobl LHDT – gan gynnwys mwy nag un ymhob pedwar o bobl draws – wedi dioddef camdriniaeth homoffobaidd, ddeuffobaidd neu drawsffobaidd uniongyrchol ar-lein.

Er ein bod wedi gwneud cynnydd yn ystod y chwarter canrif diwethaf, mae'n amlwg bod llawer iawn o waith yn dal i'w wneud cyn y gall pob un person LHDT deimlo'n ddiogel, wedi'u cynnwys ac yn rhydd i fod yn nhw eu hunain yng Nghymru heddiw. Mae'r canfyddiadau yma yn rybudd rhag llaesu dwylo, ac yn alwad arnon ni i weithredu. Drwy adeiladu ar lwyddiannau'r gorffennol a gweithio gyda'n gilydd wrth i ni edrych i'r dyfodol, gall pob un ohonon ni chwarae rôl er mwyn sicrhau'r dydd pan fydd pob person LHDT, ym mhob man, yn cael eu derbyn yn ddieithriad.

Andrew White
Cyfarwyddwr

YR ASTUDIAETH

Comisiynodd Stonewall Cymru YouGov i gynnal arolwg o 1272 bobl lesbiaidd, hoyw, deurywiol a thraws (LHDT) ynghylch eu bywyd yng Nghymru heddiw. Mae'r adroddiad hwn yn ymchwilio i'w profiadau o droseddau casineb homoffobaidd, deuffobaidd a thrawsffobaidd ac achosion o wahaniaethu o ddydd i ddydd.

Mae'r astudiaeth yn edrych ar droseddau casineb ac a yw pobl yn adrodd am yr achosion hynny ai peidio. Mae hefyd yn edrych ar y gwahaniaethu mae pobl LHDT yn ei wynebu o ddydd i ddydd, er enghraifft pan fyddan nhw'n cerdded ar y stryd, pan fyddan nhw'n defnyddio gwasanaethau neu pan fyddan nhw'n ceisio rhentu tŷ.

CYNNWYS

Prif Ganfyddiadau **6**

1 Troseddau Casineb **8**
- Digwyddiadau a throseddau casineb 8
- Adrodd 10
- Diogelwch ac ofni camdriniaeth 12
- Camdriniaeth ar-lein 14

2 Gwahaniaethu mewn bywyd bob dydd **16**
- Busnesau a gwasanaethau 16
- Rhentu neu brynu tai 19
- Gwasanaethau cyhoeddus 21
- Crefydd 22
- Chawaraeon 24

Methodoleg **26**

PRIF GANFYDDIADAU

TROSEDDAU CASINEB

- Mae **bron i un ymhob pedwar** o bobl LHDT (23 y cant) wedi profi digwyddiad neu drosedd casineb oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol a/neu eu hunaniaeth rhywedd yn ystod y 12 mis diwethaf.
- Mae **hanner** y bobl draws (52 y cant) wedi profi digwyddiad neu drosedd casineb oherwydd eu hunaniaeth rhywedd yn ystod y 12 mis diwethaf ac **un ymhob pump** o bobl lesbiaidd, hoyw a deurywiol, nad ydynt yn traws (20 y cant), wedi profi trosedd neu ddigwyddiad casineb oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol yn yr un cyfnod.
- Mae nifer y bobl lesbiaidd, hoyw a deurywiol yng Nghymru sydd wedi profi trosedd casineb wedi cynyddu **82 y cant** mewn pum mlynedd, o **11 y cant** yn 2013 i **20 y cant** yn 2017.
- Wnaeth **pedwar ymhob pump** o bobl LHDT (82 y cant) sydd wedi priofi trosedd neu digwyddiad casineb ddim adrodd am y digwyddiad wrth yr heddlu.
- Mae **tri ymhob deg** o bobl LHDT (30 y cant) yn osgoi strydoedd penodol gan nad ydyn nhw'n teimlo'n ddiogel yno fel person LHDT.
- Fyddai **dau ymhob pump** o bobl LHDT (39 y cant) ddim yn teimlo'n gyfforddus yn cerdded law yn llaw gyda'u partneriaid ar y stryd. Mae hyn yn cynyddu i **dri o bob pump** o ddynion hoyw (57 y cant).
- Mae **un ymhob deg** o bobl LHDT (11 y cant) wedi profi camdriniaeth neu ymddygiad homoffobaidd, deuffobaidd neu drawsffobaidd ar-lein, sydd wedi'i gyfeirio'n bersonol atyn nhw, yn ystod y mis diwethaf. Mae'r nifer yma'n codi ar gyfer pobl draws, gyda mwy nag **un ymhob pedwar** (28 y cant) wedi profi camdriniaeth neu ymddygiad trawsffobaidd.

Fe daflodd rhywun gannydd arna i, fe fuodd pobl yn taflu brics drwy'r ffenestri, yn tapio tân gwyllt i'r ffenestri a'u chwalu'n deilchion, a chafodd fy nghariad ei guro'n ddifrifol iawn.

Gethin, 42

GWAHANIAETHU

- Mae **un ymhob pump** o bobl LHDT (19 y cant) sydd wedi ymweld â chaffi, bwyty, bar neu glwb nos yn ystod y 12 mis diwethaf wedi profi gwahaniaethu ar sail eu cyfeiriadedd rhywiol a/neu eu hunaniaeth rhywedd.
- Mae **un ymhob deg** o bobl LHDT (10 y cant) sydd wedi bod yn chwilio am dŷ neu fflat i'w brynu neu ei rentu yn ystod y 12 mis diwethaf yn teimlo bod rhywun wedi gwahaniaethu yn eu herbyn.
- Mae **un ymhob wyth** o bobl LHDT (14 y cant) sydd wedi defnyddio gwasanaethau cymdeithasol yn ystod y 12 mis diwethaf wedi profi gwahaniaethu.
- Mae **bron i dri ymhob deg** o bobl LHDT (28 y cant) sydd wedi ymweld â man addoli neu wasanaeth ffydd yn ystod y 12 mis diwethaf wedi teimlo eu bod wedi profi gwahaniaethu.
- Mae **saith y cant** o bobl LHDT sydd wedi bod i ddigwyddiad chwaraeon byw yn ystod y flwyddyn ddiwethaf wedi profi gwahaniaethu oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol a/neu eu hunaniaeth rhywedd.

Rydw i'n fenyw drawsryweddol. Mewn clwb nos dywedodd un o'r staff diogelwch wrtha i nad oedd hawl gen i I ddefnyddio'r toiledau merched a bod yn rhaid i mi ddefnyddio'r toiledau dynion. Yna, yn nes ymlaen roedd criw o ddynion yn pigo arnaf fi a fy mhartner. Aeth un o ferched y bar I nôl aelod o'r staff diogelwch, ond wnaethon nhw ddim byd.

Hannah, 50

1 TROSEDDAU CASINEB: DIGWYDDIADAU A THROSEDDAU CASINEB

Mae pobl LHDT yng Nghymru yn parhau i brofi ymosodiadau, trais ac aflonyddu oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol a'u hunaniaeth rhywedd.

Mae **bron i un ymhob pedwar** o bobl LHDT (23 y cant) wedi profi digwyddiad neu drosedd casineb oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol a/neu eu hunaniaeth rhywedd yn ystod y 12 mis diwethaf.

Mae hyn yn cynnwys **hanner** o bobl draws (52 y cant) sydd wedi profi digwyddiad neu drosedd casineb oherwydd eu hunaniaeth rhywedd yn ystod y 12 mis diwethaf. Mae **un ymhob pump** o bobl lesbiaidd, hoyw a deurywiol nad ydynt yn traws (20 y cant), wedi profi trosedd neu ddigwyddiad casineb oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol yn yr un cyfnod.

Mae pobl draws hefyd yn aml yn ddioddef troseddau casineb oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol gwirioneddol neu ganfyddedig; **un o bob pedwar** o bobl draws (24 y cant) wedi dioddef digwyddiad neu drosedd casineb oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol canfyddedig neu wirioneddol o fewn y flwyddyn ddiwethaf.

Mae pobl ifanc mewn mwy o berygl; mae **mwy na dau ymhob pump** o bobl ifanc LHDT rhwng 18 a 24 oed (43 y cant) wedi profi digwyddiad neu drosedd casineb oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol a/neu eu hunaniaeth rhywedd yn ystod y flwyddyn ddiwethaf.

Mae pobl LHDT anabl yn fwy tebygol o brofi digwyddiad neu drosedd casineb oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol a/neu eu hunaniaeth rhywedd na phobl LHDT nad ydyn nhw'n anabl - **30 y cant** o bobl anabl, o gymharu ag **20 y cant** o bobl nad ydyn nhw'n anabl, yn ystod y flwyddyn ddiwethaf.

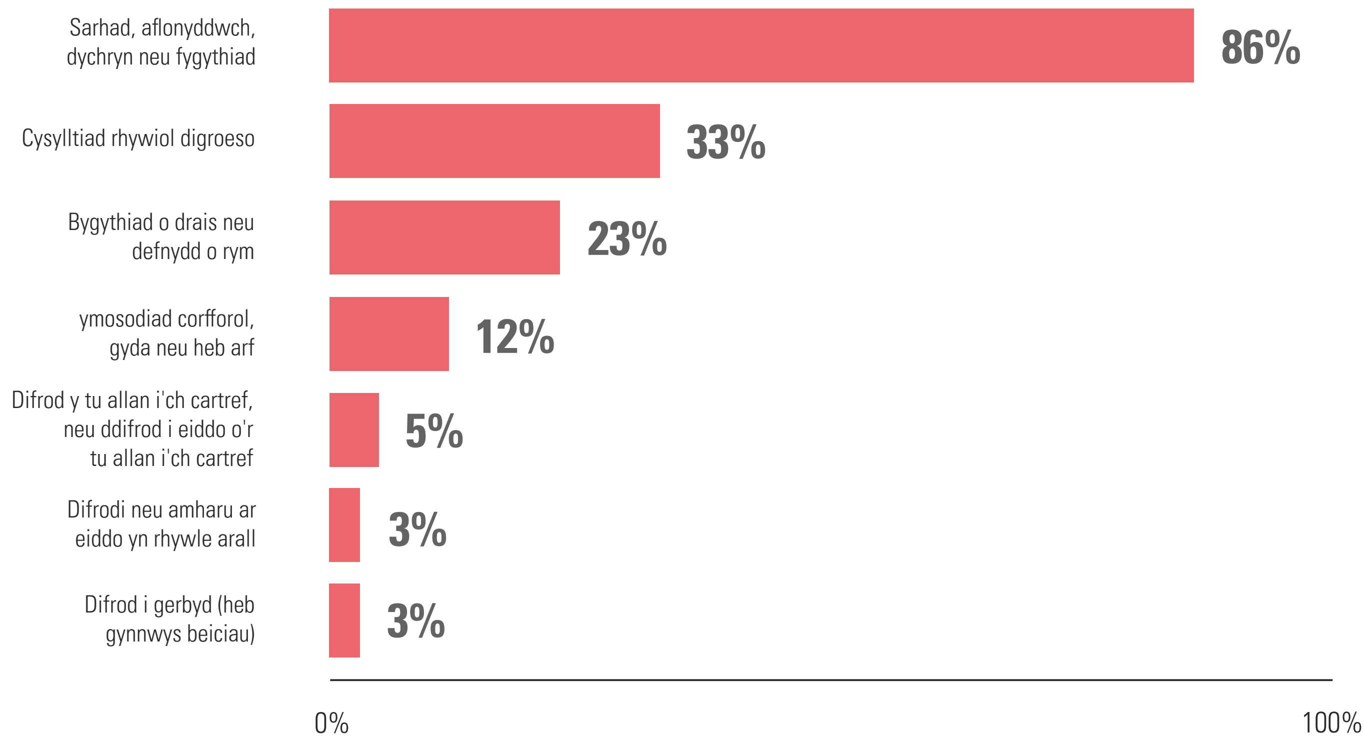
Troseddau casineb yn dod mewn gwahanol ffurfiau a gall amrywio o drais corfforol a brawychu, i ddwyn a difrod eiddo.

Mae'r rhan fwyaf o bobl LHDT, **bron i naw o bob deg** (86 y cant), sydd wedi profi digwyddiad neu drosedd casineb ar sail eu cyfeiriadedd rhywiol a/neu hunaniaeth rhywedd yn y flwyddyn ddiwethaf wedi cael eu sarhau, aflonyddu, dychryn neu fygwth. Mae **traean** (33 y cant) wedi profi cysylltiad rhywiol digroeso. Mae **bron un o bob pedwar** person LHDT (23 y cant) wedi eu bygwth â thrais neu defnydd o rym ac **un o bob wyth** o bobl LHDT (12 y cant) wedi profi ymosodiad corfforol, gyda neu heb arf.

Fe daflodd rhywun gannydd arna i, fe fuodd pobl yn taflu brics drwy'r ffenestri, yn tapio tân gwyllt i'r ffenestri a'u chwalu'n deilchion, cafodd ffrind i mi ei lofruddio, a chafodd fy nghariad ei guro'n ddifrifol iawn.
Gethin 42

Fe ymosododd dyn arna i pan oeddwn i'n dal dwylo gyda fy mhartner lesbiaidd. Fe gydiodd e ynof fi o'r tu ôl a gwthio'i gorff mewn i fi, cyn ymosod arna i'n eiriol.
Freya, 21

Mathau o ddigwyddiadau casineb a effeithiwyd ar bobl LHDT yn ystod y flwyddyn ddiweddaf ar sail eu cyfeiriadedd rhywiol neu hunaniaeth rhywedd.



TUEDD AR I FYNY MEWN TROSEDDAU CASINEB LHDT

Yn gyffredinol, mae cyfran y bobl lesbiaidd, hoyw a deurywiol sydd wedi profi digwyddiad neu drosedd casineb oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol yn y flwyddyn ddiwethaf wedi cynyddu o 11 y cant yn 2013 i 20 y cant yn 2017 (yn seiliedig ar gymhariaeth â chanfyddiadau yn Troseddau Casineb Homoffobig - Cymru (2013) ymchwil a gynhaliwyd gan YouGov ar gyfer Stonewall).

Gan fod yr adroddiad yma, am y tro cyntaf, yn cynnwys profiadau penodol pobl draws o droseddau casineb, does dim modd cymharu'r cyfraddau hyn dros amser.

Mae'r cynnydd hwn yn unol â chynnydd cyffredinol mewn troseddau casineb a gofnodwyd. Yn ôl y Swyddfa Gartref mae trosedd casineb yn gyffredinol wedi codi 48 y cant yng Nghymru a Lloegr dros y tair blynedd diwethaf, gyda nifer y digwyddiadau a throseddau casineb a gofnodwyd ar sail cyfeiriadedd rhywiol yn codi 70 y cant dros yr un cyfnod.

Credir mai mwy o ymwybyddiaeth o droseddau casineb ac ymdrechion i wella cofnodi troseddau casineb wedi chwarae rôl yn y cynnydd mewn troseddau casineb a gofnodwyd yn ystod y blynyddoedd diwethaf, fodd bynnag mae'r ymchwil hon hefyd yn cyfeirio at gynnydd gwirioneddol mewn achosion o droseddau casineb a gyflawnir yn erbyn pobl lesbiaidd, hoyw a deurywiol.

1 TROSEDDAU CASINEB: ADRODD

Nid yw'r rhan fwyaf o bobl LHDT sydd wedi profi digwyddiad neu drosedd casineb wedi adrodd amdano wrth neb, gan gynnwys wrth yr heddlu, sefydliadau cymorth neu awdurdodau lleol.

Wnaeth **pedwar ymhob pump** o bobl LHDT (82 y cant) a brofodd ddigwyddiad neu drosedd casineb yn ystod y 12 mis diwethaf ddim adrodd amdano wrth yr heddlu.

Wnaeth **saith ymhob deg** o bobl LHDT (72 y cant) ddim adrodd am y digwyddiad wrth yr heddlu na neb arall (e.e. awdurdod lleol, gweithiwr cymdeithasol, elusen).

Mae pobl ifanc hefyd yn llai tebygol o adrodd am ddigwyddiadau wrth neb, gyda dim ond **saith y cant** o bobl ifanc LHDT rhwng 18 a 24 oed yn gwneud hynny.

Rai blynyddoedd yn ôl fe wnaeth dyn ymosod arna i yn y stryd gan fy mygwth gyda chadwyn fetel i gŵn a fy nghamdrin yn eiriol. Fe ymatebodd yr heddlu'n gyflym a chymryd y digwyddiad o ddifri. Flynyddoedd yn ôl fydden i ddim hyd yn oed wedi adrodd am yr ymosodiad gan fy mod wedi cael fy ngwawdio gan yr heddlu oherwydd fy rhywioldeb ar ôl ymosodiad arall,
Mali, 62

Pobl LHDT sydd wedi profi digwyddiad neu drosedd casineb oherwydd eu bod nhw'n LHDT yn ystod y 12 mis diwethaf.

ARGYMHELLION

DYLAI HEDDLUOEDD:

- Wella hyfforddiant ar gyfer yr holl swyddogion heddlu a staff rheng flaen i adnabod a chofnodi troseddau casineb homoffobaidd, deuffobaidd a thrawsffobaidd, i gefnogi dioddefwyr yn well ac i ddod â throseddwyr o flaen eu gwell.
- Ymgysylltu'n rheolaidd gyda phobl LHDT, a dadansoddi tueddiadau troseddau casineb yn eu hardaloedd, gan gynnwys ar draws y nodweddion gwarchodedig, er mwyn targedu gwaith atal tuag at y bobl LHDT sydd mewn mwyaf o berygl.
- Meithrin hyder pobl i adrodd am droseddau drwy gyhoeddi eu hymrwymiad i daclo troseddau casineb yn erbyn pobl LHDT a'i gwneud hi'n haws adrodd am achosion o'r fath, gan weithio gyda grwpiau LHDT lleol a chanolfannau adrodd trydydd parti.
- Ymuno â 25 o heddluoedd eraill sy'n aelodau o **Raglen Hyrwyddwyr Amrywiaeth** Stonewall. Gallwn eich cynorthwyo i ddatblygu hyfforddiant effeithiol, i wella cymorth ar gyfer staff a phobl LHDT, ac i fynd i'r afael â'r achosion o droseddau casineb yn eich cymuned.

DYLAI'R SWYDDFA GARTREF:

- Adolygu ei deddfau troseddau casineb fel bod troseddau yn seiliedig ar gyfeiriadedd rhywiol, hunaniaeth rhywedd neu anabledd yn cael eu trin yn yr un modd â throseddau ar sail hil neu ffydd, gan eu gwneud yn droseddau gwaethygedig.

DYLAI LLYWODRAETH CYMRU:

- Ddatblygu a gweithredu fframwaith cenedlaethol newydd ar gyfer taclo troseddau casineb a chefnogi dioddefwyr, gan weithio gydag asiantaethau sydd wedi'u datganoli a heb eu datganoli, i wella'r gyfradd adrodd, i wella ymatebion a chymorth i ddioddefwyr ac i godi ymwybyddiaeth.

DYLAI'R COLEG PLISMONA:

- Atgyfnerthu'r *Canllawiau Gweithredol ar Droseddau Casineb* drwy hyfforddiant penodol ar droseddau casineb yn erbyn pobl LHDT, a dangos arweiniad gyda chyfleoedd datblygu sydd wedi'u targedu ar gyfer staff LHDT.

BETH ALLWCH CHI, FEL UNIGOLYN, EI WNEUD:

- Dangos gwrthwynebiad amlwg i droseddau casineb yn erbyn pobl LHDT, ymuno ag ymgyrch **Dewch allan dros LGBT** Stonewall a dangos eich cefnogaeth i gydraddoldeb i bobl LHDT ym mhob ffordd. Annog eich ffrindiau, eich teulu a'ch cydweithwyr i ymuno â'r ymgyrch: **www.stonewallcymru.org.uk/dewchallandrosLGBT**
- I gael gwybodaeth ac adnoddau ar sut i ddelio â throseddau casineb a chefnogi pobl yr effeithiwyd arnynt, ewch I **http://www.stonewallcymru.org.uk/cy/cymorth-chyngor/troseddau-casineb-0** neu ffoniwch ein Gwasanaeth Gwybodaeth am ddim ar 08000 50 20 20. Gallwn eich cyfeirio at gymorth yn eich ardal chi.
- Ysgrifennu at eich Aelod Seneddol. Gofynnwch iddyn nhw ymgyrchu dros ddiwygio deddfau troseddau casineb fel bod troseddau sy'n seiliedig ar gyfeiriadedd rhywiol, hunaniaeth rhywedd neu anabledd yn cael eu trin a'u cosbi yn yr un modd â throseddau casineb ar sail hil neu ffydd.
- Ysgrifennu at eich Aelod Cynulliad. Gofynnwch iddyn nhw ymgyrchu I wella'r ymateb a'r cymorth sydd ar gael i ddioddefwyr yng Nghymru. Mae ein **canllawiau ymgyrchu** yn cynnwys cyngor ar sut i ymgysylltu â'ch Aelodau Cynulliad neu Seneddol.

1 TROSEDDAU CASINEB: DIOGELWCH AC OFNI CAMDRINIAETH

Mae ofn o wahaniaethu ac aflonyddu mewn mannau cyhoeddus yn parhau i fod yn realiti i lawer o bobl LHDT yng Nghymru heddiw.

Mae **tri o bob deg** y bobl LHDT (30 y cant) yn osgoi strydoedd penodol yn gyfan gwbl gan nad ydyn nhw'n teimlo'n ddiogel yno fel rhywun LHDT. Mae'r nifer hwn yn cynyddu i **fwy na hanner** y bobl draws (52 y cant). Mae pobl LHDT sydd wedi dioddef digwyddiad ne drosedd casineb yn y flwyddyn ddiwethaf hefyd yn fwy tebygol o ddweud eu bod nhw'n osgoi rhai strydoedd (52 y cant).

Dyw **un ymhob deg** o bobl LHDT (naw y cant) ddim yn teimlo'n ddiogel yn yr ardal lle maen nhw'n byw. Mae hyn yn cynyddu i **un o bob chwech** (15 y cant) o bobl draws i gymharu â 7 y cant o bobl lesbiaidd, hoyw a deurywiol nad ydynt yn draws. Mae pobl anabl LHDT hefyd yn fwy tebygol o deimlo'n anniogel yn yr ardal lle maent yn byw - mae **15 y cant** yn teimlo fel hyn. Mae **un o bob pump** o bobl LHDT (20 y cant) sydd wedi ddioddef digwyddiad neu drosedd casineb ar sail eu cyfeiriadedd rhywiol a/neu hunaniaeth rhywedd yn y flwyddyn ddiwethaf ddim yn teimlo'n ddiogel lle maent yn byw.

Mae fy ngŵr a fi'n gwpl rhyng-hiliol ac roedden ni'n arfer byw mewn ardal amrywiol iawn o ran diwylliant ac ethnigrwydd, sydd hefyd yn ardal gymharol isel o ran incwm. Chawson ni erioed drafferth na phrofi unrhyw wahaniaethu uniongyrchol. Yn y 18 mis diwethaf, rydyn ni wedi symud i ardal fwy cefnog sydd â llai o amrywiaeth ac am y tro cyntaf erioed fe baentiodd rhywun graffiti homoffobaidd ar ein tŷ.
Iestyn, 34

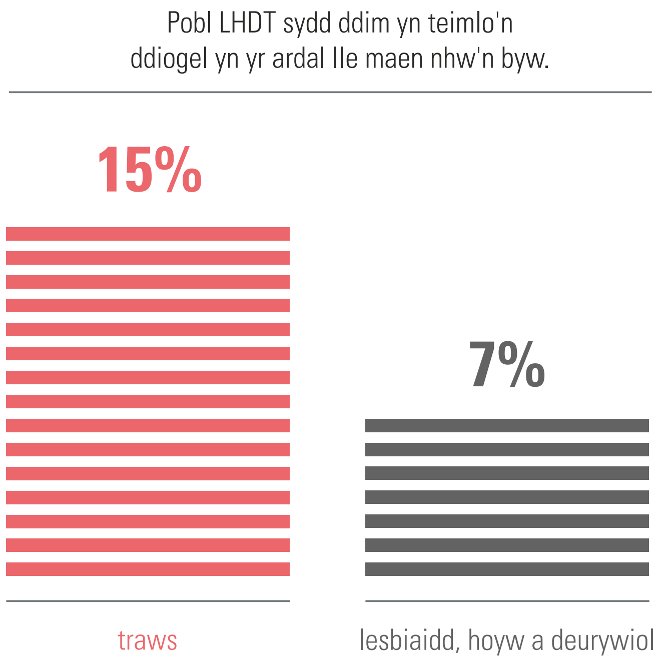
Roedd pethau'n dechrau gwella, ond yn ystod 2016 a 2017 mae'n ymddangos fod pethau wedi mynd yn llawer gwaeth. Dyna pryd ddechreuodd rhagor o gamdriniaeth ddigwydd a phethau'n cael eu taflu ata i a phobl yn fy ngalw i'n "ffycin ffag".
Owain, 25

A dweud y gwir, ro'n i ar fws neithiwr, a phan wnaeth dyn meddw ddod ata i a gofyn am fy rhif, fe ddwedais i wrtho fy mod i'n hoyw. Yr unig beth glywais i oedd pobl yn piffian ac roedden nhw'n gwrthod helpu, oherwydd (ac fe glywais i rywun yn dweud hyn) 'does ganddi neb i feio ond hi ei hunan am ddweud wrtho ei bod hi'n lesbiad'.
Evie, 31

Mae **dau ymhob pump** o bobl LHDT (39 y cant) yn dweud nad ydyn nhw'n teimlo'n gyfforddus yn dal llaw eu partneriaid yn gyhoeddus. Nid yw **tri o bob pump** o ddynion hoyw (57 y cant) yn teimlo'n gyfforddus, o gymharu â **dwy o bob pump** lesbiad (40 y cant), **un o bob pedwar** o ddynion deurywiol (27 y cant), ac **un o bob pump** o fenywod deurywiol (21 y cant) .

Mae **un o bob chwech** o bobl LHDT (17 y cant) yn addasu'r ffordd y maent yn gwisgo oherwydd ofn o wahaniaethu ac aflonyddu. Mae **hanner** y bobl draws (48 y cant) yn addasu'r ffordd y maent yn gwisgo.

Ces i fy nhaflu allan o dacsi am roi cusan i fy nghariad.
Ffion, 42



Mae pobl yn ofni eistedd drws nesaf i fi ar y trên. Maen nhw'n edrych ar fy wyneb, fy mrest a fy organau rhyw er mwyn ceisio 'gweithio fy rhywedd allan'. Mae rhywun yn gweiddi arna i bob tro fyddai'n gadael y tŷ, rwy'n cael fy mygwth o leiaf unwaith yr wythnos.
Rory, 21

Unwaith, roeddwn i'n cerdded gyda fy ffrind i'w prifysgol a gan eu bod nhw'n teimlo fel eu bod am ladd eu hunain, ro'n i'n dal eu llaw. Fe boerodd dyn nad o'n i'n ei nabod ata i a fy ngalw'n "dyke".
Alex, 23

Mae pobl ar y stryd neu weithwyr mewn siopau yn edrych yn syn arna i a fy ngŵr pan fyddwn ni'n dal dwylo. Weithiau, bydda i'n dweud rhywbeth am y peth, ond gan amlaf rydw i'n eu hanwybyddu. Dydyn ni ddim yn gwpl 'camp', ond mae'n amlwg iawn ein bod ni'n hoyw, ac mewn cariad. Dyna pam y gwnaethon ni briodi!
Liam, 39

Fe wnaeth rhywun daflu cwpan ataf fi unwaith allan o ffenestr car am fy mod yn dal llaw â rhywun.
Joshua, 30

ARGYMHELLION

DYLAI HEDDLUOEDD:

- Gynnal ymgyrchoedd cyhoeddus gweledol iawn yn eu cymunedau lleol sy'n ei gwneud hi'n glir y dylid adrodd am bob digwyddiad yn erbyn pobl LHDT, y bydd pob achos yn cael ei gymryd o ddifri ac y bydd canlyniadau clir i unrhyw drosedd.
- Siarad â grwpiau a phobl LHDT yn lleol ynghylch pa ardaloedd sy'n teimlo'n anniogel a pham, er mwyn targedu ymyraethau penodol.
- Ymuno â **Rhaglen Hyrwyddwyr Amrywiaeth** Stonewall Cymru. Byddwn yn eich helpu i wella hyfforddiant ar gyfer swyddogion, i ddatblygu cysylltiadau gwell gyda phobl LHDT ac i daclo agweddau o atgasedd yn eich cymunedau.

BETH ALLWCH CHI, FEL UNIGOLYN, EI WNEUD:

- Ymuno ag ymgyrch **Dewch allan dros LGBT** Stonewall a dangos eich cefnogaeth i bobl LHDT sy'n wynebu camdriniaeth yn eich cymuned dim ond am fod yn nhw eu hunain. Chwarae rhan ac annog eich ffrindiau, eich teulu a'ch cydweithwyr i ymuno â'r ymgyrch: **www.stonewallcymru.org.uk/dewchallandrosLGBT**
- Rhoi gwybod i'ch Aelod Cynulliad neu'ch Aelod Seneddol os oes problem barhaus yn eich cymuned. Gofynnwch iddyn nhw anfon negeseuon cyhoeddus a hyrwyddo mentrau i fynd i'r afael â chasineb yn erbyn pobl LHDT a gwella diogelwch gyda'r heddlu lleol. Mae ein **canllawiau ymgyrchu** yn cynnwys cyngor ar sut i ymgysylltu â'ch Aelodau Cynulliad neu Seneddol.

1 TROSEDDAU CASINEB: CAMDRINIAETH AR-LEIN

Mae camdriniaeth homoffobaidd, deuffobaidd a thrawsffobaidd ar-lein yn dal i fod yn broblem ddifrifol.

Mae **un ymhob deg** o bobl LHDT (11 y cant) wedi profi camdriniaeth neu ymddygiad homoffobaidd, deuffobaidd neu drawsffobaidd ar-lein, sydd wedi'i gyfeirio'n bersonol atyn nhw, yn ystod y mis diwethaf. Mae'r nifer yma'n codi ar gyfer pobl draws, gyda **un ymhob pedwar** (24 y cant) wedi profi camdriniaeth neu ymddygiad trawsffobaidd ar-lein yn ystod y mis diwethaf i gymharu ag un ymhob deg (9 y cant) o bobl LHD, nad ydynt yn traws sydd wedi profi camdriniaeth ar-lein yn ystod yr un cyfnod.

Mae **hanner** y bobl LHDT (49 y cant) wedi gweld camdriniaeth neu ymddygiad homoffobaidd, deuffobaidd neu drawsffobaidd ar-lein, nad oedd wedi'i gyfeirio atyn nhw, yn ystod y mis diwethaf.

Pobl ifanc LHDT rhwng 18 i 24 yn arbennig sy'n profi gamdriniaeth ac ymddygiad homoffobig, deuffobig a thrawsffobaidd ar-lein, gyda **dwy ran o dair** (67 y cant) yn dyst i'r gamdriniaeth hon yn ystod y mis diwethaf.

Rydw i wedi gweld sawl neges a sylw ar gyfryngau cymdeithasol sydd â'r nod o wthio pobl hoyw a thraws i'r cyrion. Er nad oedd y negeseuon a'r sylwadau yma wedi'u hanelu ataf i, roedden nhw'n dal i fy ypsetio braidd. Mae llond llaw o'r negeseuon yma, sy'n targedu'r gymuned draws yn bennaf wedi cael eu rhannu gan bobl rwy'n eu hadnabod.
Ifan, 23

Tra bod Prydain yn ymddangos yn lle cynhwysol i fyw, mae agweddau gwleidyddol a thueddiadau o fewn y flwyddyn ddiwethaf yn rhoi hyder i bobl sy'n uniaethu â thueddiadau asgell dde. Mae llawer o'r rhain yn dechrau lleisio barn homoffobaidd a thrawsffobaidd, yn enwedig ar y we. Mae angen sicrhau nad yw'r genhedlaeth nesaf yn tyfu i fyny yn meddwl bod y math yma o ymddygiad yn iawn.
Tomos, 37

Rydw i wedi gweld mwy o homoffobia ar y rhyngrwyd oherwydd rwy'n meddwl bod pobl yn teimlo eu bod nhw'n anhysbys yno ac yn gallu dweud pethau heb ganlyniadau.

Dafydd, 62

ARGYMHELLION

DYLAI LLWYFANNAU AR-LEIN A CHYFRYNGAU CYMDEITHASOL:

- Fynegi'n glir i'w holl ddefnyddwyr nad yw camdriniaeth yn erbyn pobl LHDT yn dderbyniol, a dangos yr holl fecanweithiau preifatrwydd, diogelwch ac adrodd sydd ganddyn nhw ar waith.
- Delio â phob achos o gamdriniaeth yn erbyn pobl LHDT o ddifri ac yn gyflym. Rhoi gwybod i bobl am gynnydd a chanlyniad achosion sydd wedi'u nodi, gan gynnwys pa gamau a gymerwyd a pham.
- Gweithio gyda'r heddlu i ddatblygu ymatebion mwy effeithiol i gasineb yn erbyn pobl LHDT ar-lein, drwy ymgynghori â sefydliadau a phobl LHDT.
- Gall Stonewall helpu. Ymunwch â **Rhaglen Hyrwyddwyr Amrywiaeth** Stonewall i gael cymorth sydd wedi'i deilwra er mwyn sicrhau bod eich llwyfan yn delio'n effeithiol â chamdriniaeth.

BETH ALLWCH CHI, FEL UNIGOLYN, EI WNEUD:

- Herio camdriniaeth yn erbyn pobl LHDT gyda defnyddwyr eraill ar-lein pan fyddwch chi'n ei weld, pan fydd hi'n ddiogel gwneud hynny.
- Cefnogi pobl sy'n cael eu targedu drwy roi gwybod iddyn nhw eich bod yn gynghreiriad. Mae canllaw Stonewall ar **gadw'n ddiogel ar-lein** yn cynnwys rhagor o wybodaeth am adrodd am faterion wrth lwyfannau cyfryngau cymdeithasol a'r heddlu.
- Er mwyn cael rhagor o wybodaeth am sut mae herio camdriniaeth a bod yn gynghreiriad i bobl LHDT ar-lein gallwch gymryd rhan yn ein hymgyrch **Dewch allan dros LGBT**: **www.stonewallcymru.org.uk/dewchallandrosLGBT**

2 GWAHANIAETHU MEWN BYWYD BOB DYDD: BUSNESAU A GWASANAETHAU

Mae pobl LHDT yn profi gwahaniaethu a thriniaeth wael oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol neu eu hunaniaeth rhywedd mewn sawl agwedd ar fywyd cyhoeddus bob dydd, ac yn aml yn newid eu hymddygiad oherwydd hynny.

Mae **un ymhob pump** o bobl LHDT (19 y cant) wedi profi gwahaniaethu oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol a/neu eu hunaniaeth rhywedd wrth ymweld â chaffi, bwyty, bar neu glwb nos yn ystod y flwyddyn ddiwethaf. Mae'r nifer hwn yn cynyddu i **dreuan** ar gyfer pobl draws (32 y cant), o gymharu â **18 y cant** o bobl LHD nad ydynt yn draws. Pobl ifanc LHDT hefyd yn fwy tebygol o brofi gwahaniaethu hwn, **treuan** o bobl LHDT rhwng 18 a 24 oed (32 y cant) wedi profi gwahaniaethu yn y lleoliadau hyn, fel y mae **un o bob pedwar** o bobl LHDT anabl (24 y cant).

Mae **mwy na threuan** o bobl LHDT (36 y cant) yn dweud eu bod nhw'n osgoi rhai bariau neu fwytai penodol am eu bod yn ofni gwahaniaethu. Mae'r nifer hwn yn sylweddol uwch ar gyfer pobl draws, **mwy na hanner** ohonynt (55 y cant) osgoi rhai lleoliadau.

Ces i fy nhaflu allan o far am ddal dwylo gyda fy nghariad.
Llywelyn, 22

Rydw i'n dod o bentref bach, ac mae fy nghariad hefyd. Pan fyddwn ni'n dwy'n mynd allan am ddêt, rydyn ni fel arfer yn ymweld â bwytai bach mewn pentrefi cyfagos, ac yn anffodus mae llawer o staff wedi gwneud cwynion am y ffaith ein bod ni'n bod yn gariadus tuag at ein gilydd, er nad ydyn ni byth yn cusanu'n gyhoeddus. Felly mae'n rhaid eu bod nhw'n cyfeirio at y ffaith ein bod ni'n dal dwylo. Rydyn ni hyd yn oed wedi cael ein taflu allan o far gan eu bod nhw'n teimlo ein bod ni'n creu ffwdan.
Nia, 20

Cafodd fy ngwraig a fi ein cam-drin yn eiriol ac yn gorfforol wrth gerdded allan o far gan ein bod ni'n gwpl.
Katie, 34

Rydw i'n eithaf sicr bod pob lesbiad rydw i wedi cwrdd â hi wedi gorfod gadael clwb syth oherwydd bod dyn a'i ffrindiau yn aflonyddu arni. Yna, rydych chi'n penderfynu dim ond mynd i fariau hoyw er mwyn osgoi'r ffws neu er mwyn gallu mynd i rywle gyda'ch partner.
Rebecca, 24

Fel person hoyw, dydw i ddim yn teimlo'n gyfforddus yn mynd i rai llefydd nac yn dangos cariad tuag at fy mhartner rhag ofn i bobl ymosod arnon ni, syllu arnon ni neu weiddi pethau sarhaus arnon ni.
Ioan, 39

Mewn clybiau nos, rydw i'n aml yn teimlo bod gwahaniaethu yn fy erbyn, yn enwedig pan fydda i'n cofleidio neu'n cusanu dynion eraill. Ar fwy nag un achlysur, mae pobl wedi fy nghyhuddo o fod yn feddw ac o achosi trafferth gan fod y bownsers wedi fy ngweld i'n cusanu dyn.
Joshua, 30

Fe wrthododd bownser adael i fi fynd mewn i far am fy mod i'n draws.
Sade, 23

Ro'n i'n siopa am ddillad er mwyn ceisio gwisgo fel bachgen pan ddechreuodd pâr hŷn wrth fy ymyl wneud sylwadau am y ffaith mae'n siŵr fy mod i'n 'tranny' ac nad oedd hi'n iawn fy mod i'n siopa'n agored yn yr adran anghywir.

Frankie, 20

Roeddwn i mewn siop gibab unwaith ac roedd dau ddyn yn siarad â'i gilydd. Trodd un ata i a dweud "dydyn ni ddim yn hoyw", ac fe ddwedais i "cŵl, mi ydw i", a trodd y dyn at ei ffrind a dweud "Iesu, maen nhw ymhob man", cyn symud i ffwrdd.
Iwan, 21

Mae **un ymhob deg** o bobl LHDT (11 y cant) yn dweud eu bod wedi profi gwahaniaethu oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol a/neu eu hunaniaeth rhywedd wrth ymweld â siop yn ystod y flwyddyn ddiwethaf. Mae **mwy na chwarter** y bobl draws (27 y cant) yn wynebu gwahaniaethu hwn wrth siopa o gymharu ag **un o bob deg** (9 y cant) o bobl LHD nad ydynt yn draws.

Fe glywodd fy mhartner a fi gwsmeriaid a staff mewn archfarchnad yn gwneud hwyl am ein pennau ac yn siarad amdanon ni pan oedden ni'n dal dwylo. Dydyn ni ddim hyd yn oed yn trio dangos cariad at ein gilydd yn gyhoeddus ddim mwy.
Arthur, 25

Ches i ddim mynd i mewn i ystafelloedd newid y bechgyn mewn siop ddillad oherwydd bod y cynorthwyydd wedi penderfynu mai merch oeddwn i.
Ari, 30

Gwnaeth rhywun gyfeirio ataf i â'r rhywedd anghywir pan o'n i'n casglu dilledyn ro'n i wedi'i archebu ar-lein. Fy nheitl yw Mr ac fe ddywedodd yr aelod o staff nad fy mharsel I oedd e gan mai Mr oedd teitl yr archeb ac mai merch oeddwn i. Pan gywirais i nhw, roedden nhw'n gyndyn o roi'r parsel i mi. Ro'n i wedi cael fy nghyfeirio â'r rhywedd anghywir o'r blaen yn yr un siop pan o'n i'n ceisio prynu pâr o jîns, ac fe wnaethon nhw wneud i mi deimlo'n anghyfforddus iawn felly wnes i ddim llwyddo i'w brynu.
Jo, 22

Dywedwyr i mi yn ddiweddar y dylwn geisio fod yn llai 'effeminate' ac rwyf wedi cael pobl yn gwneud sylwadau negyddol pan fyddaf yn prynu dillad.
Sage, 19

Mae **pedwar y cant** o bobl LHDT sydd wedi ymweld â banc neu gwmni yswiriant yn ystod y flwyddyn ddiwethaf wedi profi gwahaniaethu oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol a/neu eu hunaniaeth rhywedd.

Fe benderfynais newid banc oherwydd agwedd elyniaethus aelod o staff tuag at y ffaith fy mod yn mynd â sieciau i'w talu mewn o gyfrifon a oedd yn cynnwys 'LHDT' neu 'deurywiol' yn y teitl o dro i dro.
Gabriel, 43

Ddau fis yn ôl fe es i'r banc i newid y teitl ar fy ngherdyn banc ac roedd y ddau weithiwr yno yn cyfeirio ataf i â'r rhywedd anghywir. Ro'n i eisoes wedi trafod polisi'r banc ar y mater gyda pherson arall mewn cangen wahanol ac fe ddwedais i hynny wrthyn nhw, ond roedden nhw'n anghyfarwydd gyda'r polisi ac roedd rhaid iddyn wirio gwaith papur y cwmni. Fe gymerodd hyn amser hir ac roedd yn rhaid i fi aros mewn lle swnllyd tra roedden nhw'n delio â chwsmeriaid eraill; rydw i'n awtistig ac roedd hyn yn brofiad blinedig iawn.
Alex, 23

Roedden ni newydd briodi ac fe es i i'r banc i ofyn am gael cyfrif banc ar y cyd. Doedd fy ngŵr ddim gyda fi ar y diwrnod, ac er fy mod i'n cyfeirio ato fel "fe" a "Tom", roedd y cynorthwyydd yn benderfynol o ofyn am "fanylion Mrs Thomson".
Jason, 52

Mae **mwy na hanner** o bobl draws (53 y cant) ddim yn teimlo'n gyfforddus yn defnyddio tai bach cyhoeddus, o gymharu a **12 y cant** o bobl LHD nad ydyn nhw'n draws.

Rydw i'n fenyw drawsryweddol. Mewn clwb nos dywedodd un o'r staff diogelwch wrtha i nad oedd hawl gen i i ddefnyddio'r toiledau merched a bod yn rhaid i mi ddefnyddio'r toiledau dynion. Fe ddwedais i wrthyn nhw fy mod i'n fenyw draws ond roedden nhw'n mynnu fy mod i'n defnyddio'r toiledau dynion. Yna, yn nes ymlaen roedd criw o ddynion yn pigo arnaf fi a fy mhartner. Aeth un o ferched y bar i nôl aelod o'r staff diogelwch, ond wnaethon nhw ddim byd.
Hannah, 50

Pan oeddwn i mewn clwb nos yn ddiweddar, gwrthododd aelod o staff adael i fi fynd mewn i'r tai bach oherwydd nad oedd yn ymddiried ynof fi i "beidio ag edrych ar y dynion eraill".
Mason, 24

ARGYMHELLION

DYLAI BUSNESAU A CHANOLFANNAU LLEOL:

- Sicrhau bod pob aelod o staff yn gwybod bod camdriniaeth a gwahaniaethu yn erbyn pobl LHDT yn annerbyniol ac yn anghyfreithlon. Datblygu polisïau a gweithdrefnau clir i gefnogi staff i daclo achosion o gamdriniaeth yn erbyn pobl LHDT yn ddiogel, a chyfleu hynny drwy hyfforddiant cynefino syml. Pennu canlyniadau clir ar gyfer staff sy'n defnyddio iaith homoffobaidd, ddeuffobaidd neu drawsffobaidd.
- Gwneud yn siŵr nad yw cwsmeriaid sy'n lesbiaidd, yn hoyw, yn ddeurywiol neu'n draws yn wynebu rhwystrau wrth ddefnyddio'r busnes drwy siarad â grwpiau LHDT lleol a defnyddio **canllawiau gweithle** Stonewall sy'n cynnig camau syml ar gyfer cynnwys pobl LHDT, gan gynnwys canllaw 'Getting it right with your trans service users and customers'.
- Cefnogi digwyddiadau fel Pride a Mis Hanes Pobl LHDT neu arddangos posteri sy'n gyfeillgar i bobl LHDT i ddangos i'ch cwsmeriaid LHDT bod eich busnes yn cefnogi cydraddoldeb. Mae gwybodaeth ac adnoddau am ddim ar gael ar wefan Stonewall Cymru.
- Cymryd rhan yn ymgyrch **Dewch allan dros LGBT** Stonewall Cymru: **www.stonewallcymru.org.uk/dewchallandrosLGBT**

BETH ALLWCH CHI, FEL UNIGOLYN, EI WNEUD:

- Rhoi gwybod i berchnogion busnesau lleol os ydych chi'n gweld digwyddiad yn erbyn pobl LHDT gan staff neu gwsmeriaid eraill, fel y gallan nhw daclo'r broblem. Ei gwneud hi'n glir y gallan nhw eich colli chi, a phobl eraill, fel cwsmeriaid os na fyddan nhw.
- Cymryd rhan yn ymgyrch **Dewch allan dros LGBT** Stonewall Cymru: **www.stonewallcymru.org.uk/dewchallandrosLGBT**

2 GWAHANIAETHU MEWN BYWYD BOB DYDD: RHENTU A PHRYNU TAI

Mae pobl LHDT yn profi gwahaniaethu oddi wrth gymdogion, landlordiaid a gwerthwyr tai wrth rentu a phrynu cartref.

Mae **un ymhob deg** o bobl LHDT (10 y cant) sydd wedi bod yn chwilio am dŷ neu fflat i'w brynu neu ei rentu yn ystod y 12 mis diwethaf yn teimlo bod rhywun wedi gwahaniaethu yn eu herbyn.

Fe wnaeth rhywun ro'n i'n byw gyda nhw gyflawni trosedd casineb yn fy erbyn gan sôn am fy rhywioldeb a fy hil. Nododd yr heddlu fod hyn yn anghyfreithlon, yn drosedd casineb ac na ddylwn ddychwelyd i fyw yno. Fe wnaeth yr asiant gosod geisio fy ngorfodi i fynd yn ôl yno i fyw a cheisio cael arian gen i am rywle nad oedd yn ddiogel i mi fyw. Achosodd y sefyllfa yma i mi fod yn ddigartref ddyddiau'n unig cyn y Nadolig.
Amal, 23

Roedd fy ngŵr a fi'n bwriadu prynu tŷ. Fe aethon ni i weld un gwerthwr tai gyda'n gilydd a dywedodd yr asiant bron yn syth nad oedd yn credu bod ganddo unrhyw beth ar ein cyfer. Doedd e ddim yn ymatebol iawn o ran dangos unrhyw eiddo oedd ganddo ar ei lyfrau. Fe aethon ni â'n busnes i rywle arall.
Arwyn, 56

Roedd fy mhartner a fi'n chwilio am eiddo i'w rentu. Roedd diddordeb gan gwpl arall mewn rhentu'r eiddo, a nhw gafodd denantiaeth y tŷ. Pan ofynnodd fy mhartner a fi pam nad oedden ni wedi bodloni'r meini prawf ar gyfer rhentu, dywedodd yr asiant bod y "landlord wedi penderfynu mai'r cwpl 'normal' ddylai gael ei rentu".
Ceri, 43

Fe wrthododd y swyddog amcangyfrifo gydnabod mai fy nghariad oedd fy mhartner ac roedd yn mynnu cyfeirio ati fel "cydletywr" neu "eich ffrind" er ein bod ni'n byw gyda'n gilydd yn un o'u fflatiau un ystafell wely. Fe wnes i ei gywiro sawl gwaith ond does dim wedi newid.
Elinor, 31

Aeth fy ngwraig a fi i edrych ar dŷ i'w rentu. Er bod yr asiantaeth dai yn iawn gyda ni, pan wnaethon ni'r cais am denantiaeth cawson ni ein gwrthod. Pan ofynnon ni am reswm (roedd ganddon ni adnoddau a geirdaon boddhaol iawn) fe ddwedon nhw mai nid 'dyna' oedd y rheswm a bod y landlord wedi dewis teulu yn lle. Roedden ni'n teimlo mai'r rheswm y cawson ni ein gwrthod oedd oherwydd ein teulu, oherwydd doedd dim ffactor amlwg arall.
Marta, 40

Aeth fy ngwraig a fi i edrych ar dai oedd ar werth gan werthwr tai. Roedd yr unigolyn roedden ni'n siarad â fe yn defnyddio'r rhagenwau anghywir er bod fy ngwraig wedi'i gywiro, ac roedd yn siarad yn agored gyda'i gydweithwyr o fewn clyw i ni ac yn trafod fy rhywioldeb mewn ffordd anghynnes. Fe adawon ni ac aethon ni ddim yn ôl.

Linden, 34

ARGYMHELLION

DYLAI ASIANTAETHAU TAI AC ASIANTAETHAU GOSOD:

- Sicrhau bod yr holl staff yn gwybod ei bod hi'n anghyfreithlon trin pobl LHDT yn wahanol i gwsmeriaid eraill. Cefnogi staff i ddarparu gwasanaeth sy'n gynhwysol o bobl LHDT gyda hyfforddiant sylfaenol sy'n trafod beth yw ymddygiad gwrth-LHDT neu iaith neu gwestiynau amhriodol. Gallwch ddefnyddio **canllawiau gweithle** Stonewall i'ch helpu.
- Arddangos polisïau clir a defnyddio pobl LHDT mewn deunydd marchnata ac ar wefannau, fel bod pob cwsmer yn teimlo'n ddiogel, ac yn teimlo bod croeso iddyn nhw ac y byddan nhw'n cael eu trin yn deg.
- Os ydych chi'n sefydliad mawr, ymunwch â **Rhaglen Hyrwyddwyr Amrywiaeth** Stonewall Cymru. Gallwn ni ddarparu cymorth wedi'i deilwra er mwyn helpu eich cwmni i fod yn fwy cynhwysol o bobl LHDT, i wella perfformiad eich staff ac i wella'r gwasanaeth rydych chi'n ei ddarparu i'ch cwsmeriaid.

DYLAI CYMDEITHASAU TAI HEFYD:

- Ei gwneud hi'n glir i denantiaid na fydd trin preswylwyr eraill yn wahanol, gan gynnwys ymddygiad gwrth-LHDT, yn cael ei oddef.
- Ymgynghori gyda grwpiau LHDT lleol ynghylch sut i wneud gwasanaethau yn gynhwysol ac i annog pobl LHDT i adrodd am achosion o wahaniaethu gan staff neu denantiaid eraill.
- Datblygu hyfforddiant ac arddangos polisïau a gweithdrefnau am gynhwysiant pobl LHDT. Ymuno â **Rhaglen Hyrwyddwyr Amrywiaeth** Stonewall Cymru i gael cymorth wedi'i deilwra er mwyn sicrhau bod eich tenantiaid LHDT yn teimlo'n groesawgar ac yn cael eu cefnogi yn eu cartrefi a'u cymuned.

FEL LANDLORD PREIFAT DYLECH:

- Sicrhau nad yw'r ffordd rydych chi'n gosod tai yn gwahaniaethu yn erbyn pobl LHDT a bod hysbysebion yn ei gwneud hi'n glir bod croeso i bob tenant ac y byddant yn cael eu hystyried yn gydradd.

BETH ALLWCH CHI, FEL UNIGOLYN, EI WNEUD:

- Adrodd am achosion o wahaniaethu yn erbyn pobl LHDT i'ch swyddog cysylltiadau tenantiaid lleol, eich cyngor, y gymdeithas landlordiaid genedlaethol neu eich Aelod Cynulliad neu Aelod Seneddol lleol. I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â Gwasanaeth Gwybodaeth Stonewall Cymru drwy ffonio 08000 50 20 20.

2 GWAHANIAETHU MEWN BYWYD BOB DYDD: GWASANAETHAU CYHOEDDUS

Mae pobl LHDT yn parhau i brofi gwahaniaethu wrth gael mynediad at wasanaethau cyhoeddus lleol.

Mae **un ymhob saith** o bobl LHDT (14 y cant) sydd wedi defnyddio gwasanaethau cymdeithasol yn ystod y 12 mis diwethaf wedi profi gwahaniaethu. Mae pobl LHDT anabl yn fwy tebygol o brofi'r gwahaniaethu hwn: **un o bob pedwar** o bobl LHDT anabl (24 y cant) wedi profi'r gwahaniaethu hwn.

Mae **tri y cant** o bobl LHDT sydd wedi cysylltu â'r gwasanaethau brys yn ystod y flwyddyn ddiwethaf wedi profi gwahaniaethu oherwydd eu bod yn LHDT.

ARGYMHELLION

DYLAI DARPARWYR GWASANAETHAU CYHOEDDUS:

- Ddarparu hyfforddiant gorfodol i'r holl staff ynghylch taclo gwahaniaethu yn erbyn pobl LHDT a hyfforddiant am anghenion penodol defnyddwyr gwasanaeth sy'n LHDT. Defnyddiwch enghreifftiau ymarferol, go iawn, sy'n trafod defnydd priodol o iaith ac sy'n herio ystrydebau am bobl LHDT.
- Datblygu hyfforddiant, polisïau a gweithdrefnau penodol ynghylch cefnogi defnyddwyr gwasanaeth traws. Dylai hyn gynnwys sut i ddefnyddio iaith niwtral o ran rhywedd, gofyn am wybodaeth am rywedd a mynediad i gyfleusterau a chofnodi'r wybodaeth honno. Defnyddiwch **ganllawiau cam wrth gam** Stonewall ar gynnwys pobl draws i'ch helpu.
- Arddangos posteri a negeseuon sy'n gyfeillgar i bobl LHDT mewn ystafelloedd aros, mewn taflenni ac ar-lein er mwyn croesawu pob defnyddiwr gwasanaeth.

Ymgynghori'n rheolaidd gyda defnyddwyr gwasanaeth sy'n lesbiaidd, yn hoyw, yn ddeurywiol ac yn draws, defnyddio **Pecyn Cymorth Darparu Gwasanaethau** Stonewall ac ymuno â **Rhaglen Hyrwyddwyr Amrywiaeth** Stonewall Cymru i gael cymorth wedi'i deilwra, er mwyn gwneud gwasanaethau yn fwy cynhwysol o bobl LHDT.

BETH ALLWCH CHI, FEL UNIGOLYN, EI WNEUD:

- Darparu adborth i wasanaethau cyhoeddus am eich profiadau fel rhywun lesbiaidd, hoyw, deurywiol neu draws, er enghraifft cymryd rhan mewn ymgyngoriadau defnyddwyr gwasanaeth a llenwi ffurflenni monitro, er mwyn helpu cyrff cyhoeddus i fod yn fwy croesawgar o bobl LHDT.
- Adrodd am achosion o wahaniaethu homoffobaidd, deuffobaidd neu drawsffobaidd i'r darparwr neu gyngor lleol fel y gallan nhw weithredu. I gael cyngor a chymorth, cysylltwch â Gwasanaeth Gwybodaeth Stonewall Cymru drwy ffonio 08000 50 20 20.

2 GWAHANIAETHU MEWN BYWYD BOB DYDD: CREFYDD

Er bod llawer o bobl LHDT grefyddol yn adrodd bod eu cymuned grefyddol yn croesawgar tuag atynt, mae gwahaniaethu a gelyniaeth yn dal yn gyffredin.

Mae **bron i dri ymhob deg** o bobl LHDT (28 y cant) sydd wedi bod i wasanaeth ffydd neu fan addoli wedi profi gwahaniaethu yn ystod y flwyddyn ddiwethaf oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol a/neu eu hunaniaeth rhywedd.

Mae **un ymhob pump** o bobl LHDT grefyddol (20 y cant) yn dweud nad ydyn nhw'n teimlo bod eu cymunedau crefyddol yn groesawgar o bobl lesbiaidd, hoyw a deurywiol ac mae **un ymhob pedwar** (26 y cant) yn teimlo nad ydyn nhw'n groesawgar o bobl draws. Nid yw **tri o bob deg** (30 y cant) o ddynion hoyw yn meddwl bod eu cymuned grefyddol yn groesawgar, nac ychwaith **17 y cant** o lesbiaid ac **un o bob deg** (11 y cant) o bobl ddeurywiol.

Rydw i wedi gadael eglwys am fy mod i'n lesbiad ac yn briod â merch arall. Doeddwn i ddim yn cael gwirfoddoli gydag adran ieuenctid yr eglwys oherwydd fy rhywioldeb.
Jemima, 30

Dywedwyd wrtha i nad oedd croeso i mi ymuno â'r eglwys leol am fy mod i'n briod â merch. Dywedodd yr offeiriad fod yn rhaid iddo feddwl am weddill ei eglwys ac os nad oedden ni'n edifarhau a dod yn ddiwair y byddai'n rhaid i ni adael.
Karen, 35

Ro'n i'n rhan o ddosbarth astudio'r Beibl yn fy eglwys leol. Roedd un fenyw a oedd yn barod iawn i sôn am ei hatgasedd o bobl LHDT, ac roedd pobl eraill yn yr eglwys yn ei chefnogi ac yn ei hannog. Fe adawais i'r eglwys ar unwaith pan ddechreuodd hi wneud sylwadau negyddol wrth fy ochr i.
Leona, 26

Cafodd fy offeriad eu gwrthod am ganiatâd i ddarllen y weddi sydd wedi ei chytuno yn gyhoeddus ar gyfer cyplau lesbiadd a hoyw, gan ddweud mai dim ond tu ôl i ddrysau caeedig y gellid gwneud hynny. Yr oeddem yn teimlo bod hyn yn sarhaus o ystyried ieithwedd llythyr esgobol yr Archesgob wrth gyflwyno'r gweddïau newydd oedd yn ymddiheuro am ein gorfodi ni i fyw bywyd cudd.
Kendrick, 49

Roedd fy eglwys yn gefnogol ond gwyddwn fod bod yn draws yn mynd yn groes i'w dealltwriaeth o'r ffydd ac felly bu'n rhaid imi ymatal rhag mynd i wasanaethau. Ymddiheurodd yr offeiriad ond dywedwyd wrtho bod rhaid gwrthod y cymun imi oherwydd y byddaf yn newid fy nghorff.
Pat, 48

Ges i fy ngalw'n "fastard hoyw" gan offeiriad pan oeddwn i'n ymweld â bedd fy rhieni.
Daniel, 24

Mae'n anodd iawn mynd i'r eglwys yn fy ardal i. Pan wnaeth yr eglwys ddarganfod fy mod i'n hoyw, fe ddechreuon nhw roi taflenni gwrth-LHDT+ i fi. Fe wnaethon nhw gynnig gweddïo ar fy rhan er mwyn fy iacháu rhag bod yn hoyw.
Lewis, 31

Rydw i'n ddyn hoyw agored ond yn Gristion o argyhoeddiad hefyd. Rwy'n mynd i nifer o eglwysi gwahanol ac mae pob un heblaw un yn fy annog i beidio â dweud wrth bobl eraill fy mod yn hoyw ac i gadw hynny i fi fy hunan neu i ymwrthod rhag unrhyw berthynas agos gyda neb am oes.
Niall, 34

ARGYMHELLION

DYLAI ARWEINWYR A GRWPIAU FFYDD:

- Gydnabod a hyrwyddo pobl a hunaniaethau LHDT fel rhan o'u gwaith ehangach er mwyn sicrhau amrywiaeth a hyrwyddo cynhwysiant yn eu cymuned.
- Ymgysylltu'n uniongyrchol gyda grwpiau a phobl LHDT crefyddol er mwyn adnabod a deall pa gamau y gellir eu cymryd er mwyn sicrhau bod mannau addoli yn gwbl gynhwysol o bobl LHDT.
- Siarad â Stonewall Cymru; gallwn ni eich cyfeirio at adnoddau defnyddiol a grwpiau ffydd LHDT y gallwch chi gysylltu â nhw.

BETH ALLWCH CHI, FEL UNIGOLYN, EI WNEUD:

- Annog eich cymuned ffydd i fod yn groesawgar a chynhwysol o bobl LHDT. Herio camdriniaeth, rhannu straeon cadarnhaol am bobl LHDT crefyddol a'u cynghreiriaid, a chefnogi pobl LHDT i gymryd rhan lawn ac agored yn eich cymuned ffydd.

2 GWAHANIAETHU MEWN BYWYD BOB DYDD: CHWARAEON

Mae gwahaniaethu mewn chwaraeon yn parhau i fod yn fater difrifol. Mae llawer o bobl LHDT yn osgoi grwpiau chwaraeon a champfeydd oherwydd ofn gwahaniaethu.

Mae **saith y cant** o bobl LHDT sydd wedi bod i ddigwyddiad chwaraeon byw yn ystod y flwyddyn ddiwethaf wedi profi gwahaniaethu oherwydd eu cyfeiriadedd rhywiol a/neu eu hunaniaeth rhywedd.

Mae **bron i hanner** y bobl LHDT (45 y cant) yn teimlo nad yw digwyddiadau chwaraeon cyhoeddus yn lle croesawgar i bobl LHDT. Mae **mwy na hanner** y dynion hoyw (54 y cant) yn teimlo fel hyn, o'i gymharu â **dwy o bob pump** (40 y cant) o fenywod deurywiol, **39 y cant** o lesbiaid a **38 y cant** o ddynion deurywiol.

Mae **un ymhob deg** o bobl LHDT (naw y cant) wedi profi gwahaniaethu wrth wneud ymarfer corff mewn clwb ffitrwydd neu chwaraeon yn ystod y flwyddyn ddiwethaf.

Mae **un ymhob wyth** o bobl LHDT (13 y cant) yn osgoi mynd i'r gampfa neu gymryd rhan mewn chwaraeon grŵp oherwydd eu bod yn ofni wynebu gwahaniaethu ac aflonyddu. Mae **bron i hanner** y bobl draws (45 y cant) yn osgoi'r mannau hyn, o'i gymharu â **naw y cant** o bobl LHD nad ydynt yn draws. Mae **un o bob pump** o bobl LHDT yn y grŵp oedran 18 i 24 (21 y cant) a **17 y cant** o bobl LHDT anabl.

Yn ystod noson ar ôl gêm rygbi roedd dynion meddw yn gweiddi "lesbiaid" ar fy nghariad a fi, ac wedyn fe wnaeth pedwar dyn aflonyddu'n rhywiol arnon ni.
Emma, 22

Ro'n i'n gwneud ymarfer corff yn y gampfa a dechreuodd grŵp o dri o ddynion wneud sylwadau fel: "dyma fe'n dod, gwyliwch eich tinau".
Colin, 33

Cytunodd fy nghydweithiwr, sy'n ddyn, i wisgo'r Lasys Enfys i ddangos ei gefnogaeth i bobl LHDT. Cafodd ei gam-drin yn eiriol pan aeth i redeg. Cafodd ei ddychryn gan hynny. Mae e'n syth.
Poppy, 33

Dywedwyd wrtha i nad oeddwn i'n cael defnyddio ystafelloedd newid y dynion na'r merched ac y byddai'n rhaid i fi newid yn y toiledau anabl gan y byddai defnyddwyr eraill yn teimlo'n anghyfforddus er bod ciwbicl ar gael ymhob ystafell newid
Parker, 23

Roedd fy mhartner a fi mewn dosbarth chwaraeon. Er bod y merched yno'n gyfeillgar, roedden ni'n teimlo na ddylen ni ddweud wrthyn nhw ein bod ni'n hoyw. Ar ôl ychydig fisoedd fe wnaethon ni gusanu tu allan ac fe welodd rhai o'r merched ni. Ar ôl hynny, doedd y merched ddim eisiau bod yn agos aton ni yn gwneud ymarfer corff, doedden nhw ddim eisiau rhannu offer gyda ni ac roedden nhw'n gwisgo mwy o ddillad pan oedden ni o'u cwmpas. Roedd yn deimlad ofnadwy. Mae hyn mor gyffredin mewn chwaraeon. Alla i ddim cyfri sawl clwb chwaraeon dwi wedi ymuno â nhw ac wedi gorfod gadael pan fydd pobl yn dysgu fy mod i'n hoyw.
Salma, 21

Mae'r merched yn fy nosbarth sbin yn gwrthod newid yn y gampfa gyda fi ers iddyn nhw ddarganfod fy mod i'n hoffi merched. Fe ddwedon nhw eu bod nhw'n gweld y ffaith nad oeddwn i wedi crybwyll y peth y tro cyntaf i ni newid gyda'n gilydd yn anonest a'i fod yn od ac yn anghyfforddus, er fy mod wedi bod â phartner ers pum mlynedd a fy mod i wedi gwneud yn glir iddyn nhw nad oes gen i ddiddordeb ynddyn nhw fel yna.

Sophie, 24

ARGYMHELLION

DYLAI POB CLWB CHWARAEON, CAMPFA A CHYFLEUSTER HAMDDEN:

- Hyrwyddo polisïau gwrth-fwlio a gwrth-aflonyddu clir, gan gynnwys bod â dim goddefgarwch o gamdriniaeth homoffobaidd, ddeuffobaidd a thrawsffobaidd, a darparu hyfforddiant cydraddoldeb ar gynhwysiant pobl LHDT i'r holl staff.
- Dangos cefnogaeth weledol i bobl LHDT i gymryd rhan yn eu chwaraeon neu gyfleuster, drwy ymuno ag ymgyrch **Lasys Enfys** Stonewall. Arddangos posteri, a lasys enfys neu drefnu digwyddiadau ymgyrchu LHDT.
- Gwneud yn siŵr bod pobl draws yn gallu defnyddio'r cyfleusterau, er enghraifft ystafelloedd newid a thoiledau, sy'n cyd-fynd â'u hunaniaeth rhywedd, a darparu cyfleusterau niwtral o ran rhywedd lle bo'n bosibl.

DYLAI CYRFF RHEOLI CENEDLAETHOL:

- Gynyddu ymwneud pobl LHDT mewn clybiau ar lawr gwlad a chlybiau proffesiynol drwy hyrwyddo canllawiau ar sut i daclo camdriniaeth yn erbyn pobl LHDT a hyfforddi swyddogion a hyfforddwyr ar gynnwys pobl LHDT.

DYLAI CLYBIAU CHWARAEON CENEDLAETHOL A CHYRFF RHEOLI CENEDLAETHOL HEFYD:

- Wneud ymrwymiad yn gyhoeddus i ddileu camdriniaeth o bobl LHDT o'u chwaraeon. Dathlu a chefnogi pobl mewn chwaraeon sy'n lesbiaidd, yn hoyw, yn ddeurywiol neu'n draws ac annog siaradwyr lefel uwch yn y maes i hyrwyddo'r mater.
- Ymuno â **Rhaglen Hyrwyddwyr Amrywiaeth** Stonewall Cymru i gael cymorth wedi'i deilwra ar wneud eich chwaraeon yn gynhwysol o bobl LHDT.

FEL CHWARAEWR NEU FFAN, GALLWCH:

- Gymryd rhan yn ymgyrch **Lasys Enfys** Stonewall Cymru:
- Gwisgo Lasys Enfys gyda balchder i ddangos bod croeso i chwaraewyr a ffans LHDT yn eich camp.
- Herio ac adrodd am gamdriniaeth o bobl LHDT pan fyddwch chi'n ei weld mewn digwyddiadau chwaraeon neu ar-lein.
- Annog eich clwb chwaraeon, canolfan hamdden neu gampfa leol i gymryd rhan yn yr ymgyrch **Lasys Enfys** a chreu man lle mae croeso i bobl LHDT.

METHODOLEG

Rhwng mis Chwefror a mis Ebrill 2017 cwblhawyd holiadur ar-lein gan 5,375 o bobl lesbiaidd, hoyw, bi a thraws (LHDT) ledled Lloegr, yr Alban a Chymru ynglŷn â'u bywyd ym Mhrydain heddiw, a weinyddir gan YouGov ar ran Stonewall.

Mae'r adroddiad hwn yn seiliedig ar y 1,272 o ymatebwyr sy'n byw yng Nghymru. Cafodd yr ymatebwyr eu recriwtio drwy'r panel YouGov a thrwy broses recriwtio agored a gylchredwyd drwy amrywiaeth eang o sefydliadau, grwpiau cymunedol ac unigolion.

Y SAMPL

- 50 y cant o ymatebwyr yn ddynion, 44 y cant yn fenywod a chwech y cant yn disgrifio eu rhywedd mewn ffordd wahanol. Mae'r termau gwahanol defnyddiwyd gan yr ymatebwyr i ddisgrifio eu hunaniaeth o ran rhywedd yn cynnwys 'heb fod yn deuaidd', 'genderfluid' a 'genderqueer'. Mae pobl sy'n defnyddio term gwahanol i ddisgrifio eu hunaniaeth o ran rhywedd yn cael eu cyfeirio atynt fel anneuaidd' drwy gydol yr adroddiad.
- 66 y cant o'r ymatebwyr yn hoyw neu'n lesbiaidd, 26 y cant yn ddeurywiol, saith y cant yn defnyddio term gwahanol i ddisgrifio eu cyfeiriadedd rhywiol a dau y cant yn syth. Termau gwahanol bod yr ymatebwyr a ddefnyddir i ddisgrifio eu cyfeiriadedd rhywiol yn cynnwys 'pansexual' a 'queer'.
- Dywedodd 10 y cant o'r ymatebwyr eu bod nhw'n hunaniaethu'n unigolion traws a dywedodd tri y cant arall eu bod yn ansicr a ydynt yn draws neu'n cwestiynu eu hunaniaeth o ran rhywedd.
- 32 y cant o ymatebwyr yn anabl.
- Mae tri y cant o ymatebwyr yn ddu, Asiaidd neu o leiafrifoedd ethnig.

Mae'r ffigurau wedi cael eu pwysoli yn ôl rhanbarth ac oedran. Mae'r holl wahaniaethau a nodwyd yn yr arolwg yn ystadegol arwyddocaol. Mae'r holl enwau mewn dyfyniadau wedi cael eu newid ar gyfer anhysbysrwydd a oed wedi cael eu neilltuo o fewn bandiau oedran.

LHDT YNG NGHYMRU

TROSEDDAU CASINEB A GWAHANIAETHU

Mae pobl yn ofni eistedd drws nesaf i fi ar y trên. Maen nhw'n edrych ar fy wyneb, fy mrest a fy organau rhyw er mwyn ceisio 'gweithio fy rhywedd allan'. Mae rhywun yn gweiddi arna I bob tro fyddai'n gadael y tŷ, rwy'n cael fy mygwth o leiaf unwaith yr wythnos.

Rory, 21

Fe ymosododd dyn arna i pan oeddwn i'n dal dwylo gyda fy mhartner lesbiaidd. Fe gydiodd e ynof fi o'r tu ôl a gwthio'i gorff mewn i fi, cyn ymosod arna i'n eiriol.

Freya, 21

Stonewall Cymru
Cyfeiriad:
Transport House
1 Heol y Gadeirlan
Caerdydd
CF11 9SB

Gwefan: www.stonewall.cymru
Rhif ffôn: 0800 50 20 20
Ebost: cymru@stonewall.cymru
@StonewallCymru

Elusen gofrestredig, rhif 1101255

Stonewall Cymru