

NI YW
MACMILLAN.
CYMORTH CANSER

Cyfres budd-daliadau a chymorth ariannol

HELP GYDA CHOST CANSER

YNG NGHYMRU, LLOEGR, YR
ALBAN A GOGLEDD IWERDDON



Ynglŷn â'r llyfryn hwn

Mae'r llyfryn hwn ynghylch cael help ariannol os ydych wedi cael eich effeithio gan ganser yng Nghymru, Lloegr, yr Alban neu Ogledd Iwerddon.

Gall cael diagnosis o ganser newid eich sefyllfa ariannol. Gallai olygu bod yn rhaid i chi roi'r gorau i weithio, neu i weithio llai. Gall hefyd olygu gwario mwy o arian ar bethau fel parcio yn yr ysbyty. Ond, yn ddibynnol ar eich sefyllfa, efallai y gallwch gael budd-daliadau neu fathau eraill o gymorth ariannol.

Mae'r llyfryn hwn yn egluro'r gwahanol fathau o help ariannol y gallech ei gael a sut i hawlio'r cymorth hwn. Mae hefyd yn dweud wrthy ch gyda phwy y dylech gysylltu am fwy o help, gan gynnwys cynghorwyr hawliau lles Macmillan.

Yn y llyfryn hwn rydym wedi cynnwys dyfyniadau oddi wrth bobl sydd wedi cael eu heffeithio gan ganser sydd wedi rhannu eu profiadau o reoli arian. Gobeithiwn y bydd y rhain o help i chi. Mae rhai oddi wrth aelodau o'n Cymuned Ar-lein (community.macmillan.org.uk) a rhai oddi wrth bobl sydd wedi dewis rhannu eu straeon gyda ni. Newidiwyd rhai o'r enwau.

Mae'r cyfraddau budd-daliadau a threthi yn y llyfryn hwn yn weithredol am y cyfnod Ebrill 2017 i Ebrill 2018.

Sut mae defnyddio'r llyfryn hwn

Mae'r llyfryn wedi ei rannu'n adrannau i'ch helpu i ganfod yr hyn rydych ei angen. Does dim rhaid i chi ei ddarllen o glawr i glawr. Gallwch ddefnyddio'r rhestr cynnwys ar dudalen 5 i'ch helpu.

Mae'n iawn i neidio rhannau o'r llyfryn. Gallwch bob amser ddod yn ôl atynt pan fyddwch yn teimlo'n barod.



Yn y llyfryn hwn, rydym wedi defnyddio'r symbol hwn i ddangos lle bydd gwahaniaethau pwysig ar draws y DU.

Am ragor o wybodaeth

Os oes gennych fwy o gwestiynau neu os hoffech siarad â rhywun, ffoniwch Linell Gymorth Macmillan am ddim ar **0808 808 00 00**, Llun i Gwener, 9am tan 8pm, neu ewch i **macmillan.org.uk**

Os byddai'n well gennych siarad â ni mewn iaith arall, mae cyfieithwyr ar gael. Dywedwch wrthym, yn Saesneg, yr iaith rydych am ei defnyddio.

Os ydych yn fyddar neu'n drwm eich clyw, ffoniwch ni gan ddefnyddio NGT (Cyfnewid Testun) ar **18001 0808 808 00 00**, neu ddefnyddio'r ap NGT Lite.

Mae gennym wybodaeth mewn gwahanol ieithoedd a fformatau, gan gynnwys ar ffurf glywedol, eLyfrau, hawdd i'w darllen, Braille, print bras a chyfieithiadau. I archebu'r rhain, ewch i **macmillan.org.uk/otherformats** neu ffonio **0808 808 00 00**.

Cymorth ariannol oddi wrth Macmillan

Ar Linell Gymorth Macmillan, mae gennym arbenigwyr ariannol a all eich helpu i ddelio gyda phryderon arian: Mae gennym:

- **gynghorwyr hawliau lles** a all eich helpu i wneud cais am fudd-daliadau a mathau eraill o gymorth ariannol.
- **cynghorwyr ariannol** a all roi canllawiau i chi am opsiynau cyllid personol , fel yswiriant, pensiynau, costau tai a threth.
- **cynghorwyr ynni** a all eich helpu i geisio gostwng eich costau gwresogi a thrydan.

Gallwn hefyd roi gwybodaeth i chi am **Grantiau Macmillan** (gweler tudalennau 140 i 141 am fwy o fanylion). Os ydych yn bryderus ynghylch dyled, gallwn eich atgyfeirio i'n helusen bartner StepChange Debt Charity am gyngor (gweler tudalen 153).

Cefnogaeth wyneb yn wyneb

Efallai byddwch hefyd yn gallu cyfarfod â chynghorydd hawliau lles Macmillan yn bersonol. Ewch i **macmillan.org.uk/in-your-area** i weld ble mae'r gwasanaeth hwn ar gael yn agos atoch chi. Gall sefydliadau eraill hefyd helpu i ddarparu cefnogaeth yn bersonol, fel eich Canolfan Cyngor ar Bopeth leol (gweler tudalen 151).

Ein hofferyn cefnogaeth ariannol ar-lein

Gallwch hefyd ddefnyddio ein hofferyn cefnogaeth ariannol ar-lein yn **finance.macmillan.org.uk** Mae'n cynnwys gwiriwr budd-daliadau cyflym a chyfrifiannell budd-daliadau. Gallwch ddefnyddio'r offerynnau hyn i ganfod pa fudd-daliadau y gallech eu cael.

Eich data a'r gofrestrfa cancer

Pan gewch ddiagnosis o ganser yn y DU, caiff ychydig o wybodaeth amdanoch ei gasglu mewn cronfa ddata genedlaethol. Gelwir hon y gofrestrfa cancer. Mae'n helpu'r GIG a sefydliadau eraill i gynllunio a gwella gwasanaethau iechyd a gofal. Bydd eich ysbyty yn rhoi gwybodaeth amdanoch, eich diagnosis o ganser a'ch triniaeth i'r gofrestrfa yn awtomatig, oni bai y gofynnwch iddynt beidio. Fel gyda'r holl gofnodion meddygol, mae rheolau caeth i sicrhau fod yr wybodaeth yn cael ei chadw'n ddiogel. Bydd yn cael ei ddefnyddio ar gyfer eich gofal uniongyrchol yn unig neu ar gyfer cynllunio ac ymchwil iechyd a gofal cymdeithasol.

Siaradwch â'ch meddyg neu nyrs os oes gennych gwestiynau ynghylch y gofrestrfa. Os nad ydych eisiau i'ch gwybodaeth gael ei gynnwys yn y gofrestrfa, gallwch gysylltu â'r gofrestrfa cancer yn eich gwlad i gael eich eithrio. Gallwch ddod o hyd i fwy o wybodaeth yn **macmillan.org.uk/cancerregistry** I ddarganfod gwybodaeth am y gofrestrfa cancer yn eich ardal, gweler tudalen 156.

Cynnwys

Deall budd-daliadau	7
Os nad ydych yn gallu gweithio neu ar incwm isel	19
Os oes gennych anghenion gofal neu symudedd	47
Os ydych yn gofalu am rywun gyda chanser	67
Os ydych wedi cyrraedd oedran pensiwn	79
Costau tai	87
Costau iechyd	99
Anghenion plant	115
Costau cludiant a pharcio	127
Grantiau a benthyciadau	139
Gwybodaeth bellach	145

'Doeddwn i erioed wedi hawlio dim yn fy mywyd. Doeddwn i ddim hyd yn oed yn gwybod sut i wneud. Ond y gwirionedd yw bod gennych ganser ac mae hyn yn rhan o'r frwydr. Rydych angen sicrwydd ariannol i allu ei frwydro'n iawn.'

Paul



DEALL BUDD-DALIADAU

Beth yw budd-daliadau?	8
Sut mae'r system budd-daliadau yn newid	10
Cwestiynau a allai fod gennych	13

Beth yw budd-daliadau?

Mae budd-daliadau'n daliadau gan y llywodraeth i bobl mewn angen. Pan fyddwch yn cael eich effeithio gan ganser, gall olygu y gallwch gael cymorth ychwanegol.

Gall y system fudd-daliadau fod yn anodd ei deall. Ond gall cael syniad bras o sut mae'n gweithio eich helpu i gael y cymorth ariannol rydych ei angen.

Pwy sy'n rheoli budd-daliadau

Mae yna ddau sefydliad sy'n rheoli budd-daliadau. Mae hyn yn dibynnu ar ble'r ydych yn byw.

- Yng Nghymru, Lloegr a'r Alban, mae'r Adran Gwaith a Phensiynau (DWP) yn gyfrifol am fudd-daliadau. Mae'n gwneud hyn trwy wahanol wasanaethau, gan gynnwys Canolfannau Gwaith lleol.
- Yng Ngogledd Iwerddon, mae'r Department for Communities (DfC) yn rheoli budd-daliadau. Mae'n gwneud hyn trwy wahanol wasanaethau, gan gynnwys swyddfeydd Swyddi a Budd-daliadau a Nawdd Cymdeithasol lleol.

Mae rhai gwahaniaethau rhwng y system budd-daliadau yng Ngogledd Iwerddon a'r system yng ngweddill y DU.

Rydym yn egluro'r gwahaniaethau hyn drwy gydol y llyfryn.

Pwy all hawlio budd-daliadau

Mae gan bob budd-dal reolau o ran pwy all ei hawlio. Caiff rhai budd-daliadau eu talu i chi am resymau penodol. Er enghraifft, os oes gennych broblem iechyd sy'n ei gwneud yn anodd i chi symud o gwmpas neu i edrych ar ôl eich hun.

Ar gyfer rhai budd-daliadau, gallai'r ffaith y gallwch eu hawlio neu beidio ddibynnu ar y canlynol:

- Faint o arian sydd gennych. Gelwir budd-daliadau sy'n dibynnu ar hyn yn **fudd-daliadau sy'n gysylltiedig ag incwm**. Fe'u gelwir hefyd yn fudd-daliadau prawf modd.
- Os ydych wedi talu digon o gyfraniadau Yswiriant Gwladol. Gelwir budd-daliadau sy'n dibynnu ar hyn yn **fudd-daliadau sy'n seiliedig ar gyfraniad**. Fe'u gelwir hefyd yn fudd-daliadau cyfrannol.

Yswiriant Gwladol

Mae Yswiriant Gwladol yn arian a gesglir gan y llywodraeth. Mae'n defnyddio'r arian hwn i ddarparu gwasanaethau cyhoeddus, megis y GIG, a budd-daliadau. Mae talu Yswiriant Gwladol yn amddiffyn eich hawl i rai budd-daliadau, megis y Pensiwn Gwladol (gweler tudalennau 80 i 82).

Rydych fel arfer yn talu Yswiriant Gwladol o'ch cyflog. Os nad ydych yn talu Yswiriant Gwladol, er enghraifft oherwydd nad ydych yn gweithio, efallai byddwch yn gallu cael credydau Yswiriant Gwladol trwy fudd-daliadau penodol. Mae'r credydau hyn yn cyfrif fel eich taliadau Yswiriant Gwladol.

Os hoffech wirio eich cofnod Yswiriant Gwladol, ewch i **gov.uk/check-national-insurance-record** Neu gallwch ffonio'r llinell gymorth Yswiriant Gwladol ar **0300 200 3500** neu ddefnyddio ffôn testun **0300 200 3519** i ofyn am ddatganiad.

Sut mae'r system budd-daliadau yn newid

Yn 2012, cafodd cyfraith o'r enw Deddf Diwygio Lles ei phasio yng Nghymru, Lloegr a'r Alban. Dilynwyd hyn gan Orchymyn Diwygio Lles a Gwaith Gogledd Iwerddon yn 2016.

Mae'r cyfreithiau hyn yn cyflwyno llawer o newidiadau i'r system fudd-daliadau. Mae rhai o'r newidiadau hyn yn digwydd yn raddol. Holwch gynghorydd hawliau lles os ydych chi'n poeni sut y gall y newidiadau hyn effeithio arnoch.

Newidiadau i fudd-daliadau

Mae'r newidiadau sy'n digwydd ar draws y DU yn cynnwys:

- dau fudd-dal newydd, o'r enw'r Taliad Annibyniaeth Bersonol (gweler tudalennau 48 i 54) a Chredyd Cynhwysol (gweler tudalennau 30 i 35).
- newidiadau i fudd-daliadau eraill hynach.

Rydym yn egluro'r newidiadau hyn drwy gydol yr wybodaeth hon.



Yng Ngogledd Iwerddon, mae taliadau ychwanegol wedi cael eu cyflwyno ar gyfer pobl a allai golli arian oherwydd newidiadau i'r system budd-daliadau. Gelwir y rhain yn Daliadau Atodol Lles.

Y cap budd-daliadau

Efallai bydd cyfyngiad ar faint o fudd-dal y gallech ei gael bob wythnos. Yr enw a roddir ar hyn yw'r **cap budd-daliadau**.

Ni fydd y cap yn berthnasol os cewch fudd-daliadau penodol, neu os yw eich partner neu blentyn ifanc yn eu cael. Mae'r budd-daliadau hyn yn cynnwys:

- Taliad Annibyniaeth Bersonol
- Lwfans Byw i'r Anabl
- Lwfans Gweini
- Credyd Treth Gwaith
- Lwfans Gofalwr.

Am restr lawn o'r budd-daliadau nad ydynt wedi eu cynnwys yn y cap budd-daliadau, ewch i **gov.uk/benefitcap** neu siaradwch â chynghorydd hawliau lles.

Os oeddech yn gweithio am flwyddyn cyn i chi hawlio budd-daliadau, ni fydd y cap budd-daliadau fel arfer yn berthnasol i chi am 39 wythnos.

Cyfyngiadau'r cap budd-daliadau

Newidiodd y cap budd-daliadau ar 7 Tachwedd 2016. Cafodd y symiau y gallwch eu hawlio eu gostwng, a chyflwynwyd cyfyngiadau cap gwahanol ar gyfer Llundain a thu allan i Lundain.

Os ydych chi'n byw tu allan i Lundain, y cap yw:

- £257.69 yr wythnos (£13,400 y flwyddyn) os ydych yn sengl ac nad oes gennych blant yn byw gyda chi.
- £384.62 yr wythnos (£20,000 y flwyddyn) os ydych yn sengl a bod gennych blant yn byw gyda chi.

- £384.62 yr wythnos (£20,000 y flwyddyn) os ydych yn gwpl, os oes gennych blant yn byw gyda chi ai peidio.

Os ydych yn byw yn Llundain Fawr, y cap yw:

- £295.35 yr wythnos (£15,410 y flwyddyn) os ydych yn sengl ac nad oes gennych blant yn byw gyda chi.
- £442.31 yr wythnos (£23,000 y flwyddyn) os ydych yn sengl a bod gennych blant yn byw gyda chi.
- £442.31 yr wythnos (£23,000 y flwyddyn) os ydych yn gwpl, os oes gennych blant yn byw gyda chi ai peidio.



Yng Ngogledd Iwerddon

Os ydych wedi eich effeithio gan y cap budd-daliadau ac yn gyfrifol am blentyn neu berson ifanc, efallai y cewch Daliad Atodol Lles. Bydd y taliad hwn yr un fath â'r swm o arian a golloch o dan y cap budd-daliadau.

Cwestiynau y gallech fod gennych:

Beth fydd yn digwydd os bydd fy sefyllfa'n newid?

Gall effeithio ar unrhyw fudd-daliadau rydych yn eu cael os oes newidiadau i'ch:

- incwm, cynilion neu eiddo
- incwm, cynilion neu eiddo partner sy'n byw gyda chi
- y bobl sy'n byw yn eich cartref a'u sefyllfaoedd ariannol.
- ble rydych yn byw
- eich iechyd.

Gallai hefyd effeithio ar eich budd-daliadau os cewch arhosiad hir yn yr ysbyty neu'n mynd dramor. Byddai hyn fel arfer yn digwydd ar ôl bod yn yr ysbyty neu dramor am bedair wythnos neu fwy yn unig. Mae'n berthnasol i fudd-daliadau penodol yn unig.

Ni fydd pob newid yn effeithio ar eich budd-daliadau. Ond dylech ddweud wrth yr Adran Gwaith a Phensiynau neu'r DfC ynghylch newid rhag ofn y bydd. Gallwch wneud hyn trwy siarad â'r gwasanaeth sy'n talu eich budd-daliadau.

A allaf fi herio penderfyniad am fudd-daliadau?

Os ydych yn anhapus gyda phenderfyniad am eich budd-daliadau, fe allech o bosibl ofyn am adolygiad. Caiff hyn ei alw'n **ailstyriaeth gorfodol**. Rhaid i chi wneud hyn o fewn mis o'r dyddiad penderfynu.

Os ydych yn anhapus gyda'r adolygiad, gallwch wedyn apelio. Yr eithriad yw Budd-dal Tai, lle gallwch apelio yn syth heb ofyn am adolygiad yn gyntaf. Gweler tudalennau 88 i 91 am fwy ynghylch Budd-dal Tai.

Gall herio penderfyniad ar fudd-dal fod yn gymhleth, felly mae'n syniad da i ofyn am help cynghorydd hawliau lles cyn gynted â phosibl. Gallwch siarad â chynghorydd hawliau lles drwy ein ffonio ar **0808 808 00 00**. Gallant eich siarad drwy'r broses ac anfon mwy o wybodaeth atoch.

Fedra i gael budd-daliadau os nad wyf wedi cael fy ngeni yn y DU?

Efallai na chewch rai budd-daliadau os:

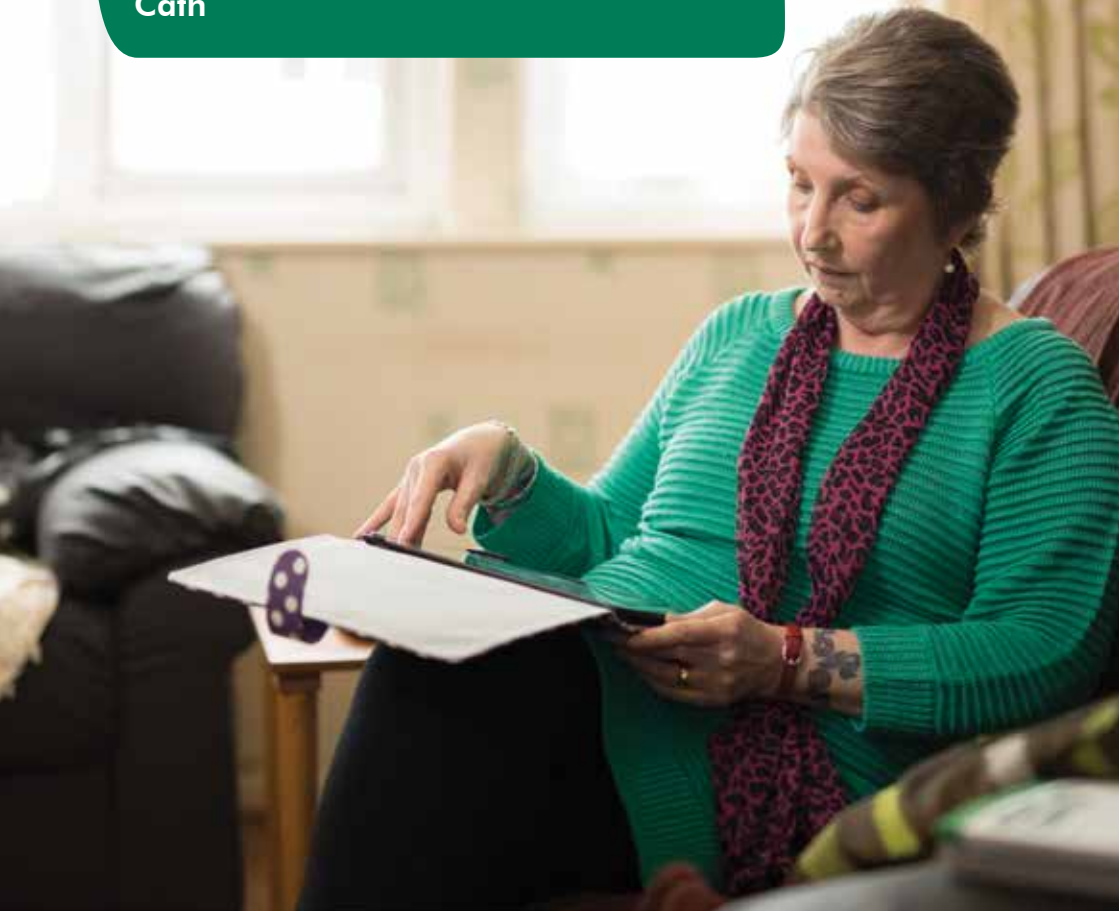
- ydych chi wedi dod o wlad arall i fyw neu i weithio yn y DU
- ydych chi'n geisiwr lloches neu'n ffoadur.

Mae'r rheolau'n gymhleth. Gallwch gael cyngor oddi wrth Ganolfannau Cyfraith (gweler tudalen 152) a Chyngor ar Bopeth (gweler tudalen 151).

Mae gennym wybodaeth ynghylch hawlio budd-daliadau, yr ydym wedi ei chyfieithu i sawl iaith wahanol. Ffoniwch ni ar **0808 808 00 00** i archebu copi am ddim.

'Gwiriodd cynghorydd hawliau Iles Macmillan pa fudd-daliadau y gallwn wneud cais amdanynt a fy helpu i lenwi'r ffurflenni. Yn ddiweddarach, fe apeliais yn erbyn penderfyniad, a buont o gymorth gyda hynny hefyd.'

Cath



A ellir ôl-ddyddio budd-daliadau?

Fel arfer, ni ellir ôl-ddyddio budd-daliadau anabledd i gynnwys diwrnodau neu wythnosau cyn i chi wneud cais. Ond gellir ôl-ddyddio'r rhan fwyaf o fudd-daliadau eraill.

Pan gellir ôl-ddyddio budd-daliadau, fel arfer mae cyfyngiad o un mis. Gellir ôl-ddyddio rhai budd-daliadau hyd at dri mis.

Fel arfer, mae angen rheswm da am yr oedi gyda gwneud cais. Er enghraifft, oherwydd eich bod yn yr ysbyty neu'n aros am benderfyniad gael ei wneud ynghylch budd-dal arall.

Dylech geisio gwneud cais am unrhyw fudd-daliadau y gallech fod â hawl iddynt cyn gynted â phosibl. Fel arall, efallai y byddwch yn methu taliadau.

Pwy all fy helpu i wneud cais am fudd-daliadau?

Mae gan Macmillan gynghorwyr hawliau budd-daliadau y gallwch siarad â nhw trwy ffonio Llinell Gymorth Macmillan ar **0808 808 00 00**. Maent wedi'u hyfforddi'n benodol i'ch helpu i gael gafael ar y budd-daliadau y mae gennych hawl iddynt.

Yn ddibynnol ar ble rydych yn byw, efallai y gallwch hefyd gwrdd wyneb yn wyneb â chynghorydd hawliau lles Macmillan drwy wasanaeth lleol. Ewch i macmillan.org.uk/inyourarea i weld a yw hwn ar gael i chi. Mae sefydliadau eraill a all helpu hefyd, fel eich Canolfan Cyngor ar Bopeth leol (gweler tudalen 151).

Gall siarad ag un o'n cynghorwyr hawliau lles neu gynghorydd budd-daliadau o sefydliad arall fod yn help mawr i gael yr help ariannol sydd ei angen arnoch.

Pa wybodaeth fydd ei hangen arnaf pan fyddaf yn siarad â chynghorydd hawliau lles?

Po fwyaf o wybodaeth y gallwch ei rhoi i'ch cynghorydd hawliau lles, y mwyaf byddan nhw'n gallu'ch helpu.

Ceisiwch gael y pethau hyn gyda chi:

- unrhyw ffurflenni rydych angen help gyda nhw.
- manylion eich incwm, megis slipiau cyflog diweddar
- manylion am unrhyw gynilion neu fuddsoddiadau, er enghraifft cyfriflenni diweddar
- manylion unrhyw dreuliau megis taliadau rhent, morgais, a threth y cyngor
- eich rhif Yswiriant Gwladol.

Ar gyfer budd-daliadau sy'n ymwneud ag iechyd, ceisiwch gael y canlynol hefyd:

- cofnod o'ch diagnosis
- manylion am eich cyflwr meddygol a thriniaethau, gan gynnwys enwau unrhyw feddyginiaethau rydych chi'n eu cymryd
- manylion cyswllt eich meddyg teulu ac unrhyw weithwyr iechyd neu ofal cymdeithasol eraill rydych chi'n eu gweld.

Os ydych eisoes yn cael budd-daliadau, dylech hefyd fod â:

- manylion unrhyw daliadau budd-daliadau, megis datganiadau cyfrif banc neu Swyddfa'r Post, neu lythyrau dyfarniadau diweddar
- llythyrau am eich budd-daliadau cyfredol, gan gynnwys llythyrau am geisiadau am unrhyw fudd-daliadau nad oeddent yn llwyddiannus.

Card Statement
Contact Us (0800) 544 544
From Our Website (08) 423 221 222
A and B Share Code 23456 001 234 567
From Our Website (08) 423 221 222
Call Us (0800) 544 544
Visit Us (www.example.com)

West



01-03-69
Money Share
Interest Square Honey Share - Term 871 10A
£
100899726



Budget

Incoming 2157.69
Tax 351.26
NI 16.40
Pension
Savings



OS NAD YDYCH YN GALLU GWEITHIO NEU AR INCWM ISEL

Cefnogaeth gan eich gwaith	20
Lwfans Cyflogaeth a Chymorth	23
Credyd Cynhwysol	30
Cymhorthdal Incwm	37
Credyd Treth Gwaith	40
Lwfans Ceisio Gwaith	42

Cefnogaeth gan eich gwaith

Tâl salwch

Os ydych yn gweithio i gyflogwr a chymryd amser i ffwrdd yn sâl, efallai byddwch yn gallu cael tâl salwch. Gallai hyn fod yn un o'r canlynol:

- **Tâl Salwch Statudol (SSP)** – arian y gall y mwyafrif o weithwyr ei gael os ydynt i ffwrdd o'r gwaith yn sâl.
- **Tâl salwch galwedigaethol neu gwmni** – cynllun tâl salwch eich cyflogwr. Os oes ganddynt un, bydd wedi ei ysgrifennu yn eich contract. Efallai bydd yn fwy hael na SSP. Mae rhai cyflogwyr yn talu staff yn llawn am nifer penodol o ddiwrnodau salwch.

Bydd eich cyflogwr yn talu SSP am hyd at 28 wythnos. Y swm wythnosol ar hyn o bryd yw £89.35. Gallwch hawlio os ydych:

- i ffwrdd o'r gwaith am bedwar diwrnod yn olynol neu fwy (gan gynnwys diwrnodau nad ydynt yn rai gwaith)
- wedi bod yn ennill £113 neu fwy yr wythnos am yr wyth wythnos diwethaf.

Cyn bo'ch SSP ar fin dod i ben, dylai eich cyflogwr roi ffurflen o'r enw SSP1 i chi. Bydd y ffurflen hon yn dweud wrthy ch pryd fydd y taliad olaf. Bydd hefyd yn rhoi gwybodaeth i chi am wneud cais am fudd-dal o'r enw Lwfans Cyflogaeth a Chymorth (gweler tudalennau 23 i 29).

Siaradwch â'ch rheolwr neu adran AD i ddarganfod pa dâl salwch maent yn gynnig, a sut i hawlio.

Os ydych chi'n hunangyflogedig

Os na fedrwrch gael tâl salwch oherwydd eich bod yn hunangyflogedig, gallwch wneud cais am fudd-daliadau eraill o hyd. Er enghraifft, os yw eich incwm yn gostwng efallai y gallwch gael Lwfans Cyflogaeth a Chymorth.

Mae gennym fwy o wybodaeth ynghylch hunangyflogaeth a chanser, a all fod yn ddefnyddiol i chi. Ewch i **be.macmillan.org.uk** neu ffoniwch **0808 808 00 00** i archebu copi o **Self-employment and cancer**.

Hawliau cyflogaeth

Dylai eich cyflogwr geisio eich cefnogi yn y gwaith. Dylent wneud newidiadau rhesymol i'ch helpu i barhau i wneud eich gwaith yn ystod ac ar ôl triniaeth canser.

Mae cyfreithiau sy'n eich gwarchod rhag cael eich trin yn annheg yn y gwaith oherwydd canser. Sef:

- Deddf Cydraddoldeb 2010 yng Nghymru, Lloegr a'r Alban
- Deddf Gwahaniaethu ar Sail Anabledd 1995 yng Ngogledd Iwerddon.

Mae'r cyfreithiau hyn yn gwarchod mwy na gweithwyr. Maent hefyd yn gwarchod pobl sy'n ymgeisio am swyddi ac, mewn sawl achos, pobl hunangyflogedig. Mae gofalmwyr hefyd wedi eu gwarchod rhag rhai mathau o wahaniaethu.

Mae gennym fwy o wybodaeth am eich hawliau yn y gwaith pan fyddwch wedi eich effeithio gan ganser. Ewch i **be.macmillan.org.uk** neu ffoniwch **0808 808 00 00** i archebu ein llyfryn.

Mynediad i Waith

Mae Mynediad i Waith yn rhaglen gan y llywodraeth. Gall eich helpu chi neu eich cyflogwr os oes gennych gyflwr iechyd tymor hir sy'n effeithio ar sut rydych yn gwneud eich gwaith. Gall roi cyngor a chymorth ymarferol i ddiwallu costau ychwanegol sydd efallai'n cael eu hachosi gan eich cyflwr iechyd.

Gall y cynllun dalu am:

- offer a chymhorthion arbennig sydd eu hangen yn y gweithle o ganlyniad uniongyrchol i'ch cyflwr
- teithio'n ôl ac ymlaen i'r gwaith os nad ydych chi'n gallu defnyddio trafnidiaeth gyhoeddus
- gweithiwr cefnogi i'ch helpu yn y gweithle.

Yng Nghymru, Lloegr a'r Alban, cysylltwch â Mynediad i Waith (gweler tudalen 153) i wneud cais. Gallwch hefyd siarad â chynghorydd cyflogaeth anableded yn eich Canolfan Byd Gwaith lleol.

Yng Ngogledd Iwerddon, cysylltwch â Access to Work (NI) i wneud cais. Gweler tudalen 153 am eu manylion. Gallwch siarad â chynghorydd gwasanaeth cyflogaeth yn eich swyddfa Swyddi a Budd-daliadau neu Nawdd Cymdeithasol lleol.

Ad-daliad treth incwm

Efallai byddwch yn gallu cael ad-daliad treth os rhowch y gorau i weithio, neu os yw eich incwm yn gostwng. Mae hefyd yn werth gofyn a ydych chi'n talu'r swm cywir o dreth os yw eich sefyllfa yn newid.

Efallai y bydd eich cyflogwr yn gallu trefnu hyn. Neu gallwch gysylltu â Chyllid a Thollau Ei Mawrhydi (HMRC).

Ewch i [gov.uk/contact-hmrc](https://www.gov.uk/contact-hmrc)

Lwfans Cyflogaeth a Chymorth

Mae'r budd-dal hwn ar gyfer pobl o dan oed ymddeol nad ydynt yn gallu gweithio oherwydd eu salwch neu anabledd.

Mae dau fath o Lwfans Cyflogaeth a Chymorth (ESA)

- **ESA yn seiliedig ar gyfraniad** - efallai bydd hwn ar gael os ydych wedi talu digon o Yswiriant Gwladol.
- **ESA yn seiliedig ar incwm** - efallai bydd hwn ar gael os yw eich incwm a'ch cynilion yn isel. Mae ESA sy'n seiliedig ar incwm yn cael ei ddisodli'n raddol gan Gredyd Cynhwysol (gweler tudalennau 30 i 35). Efallai bydd angen i chi wneud cais am hwnnw yn hytrach, yn amodol ar ble rydych yn byw.

Os ydych eisoes yn hawlio Lwfans Anabledd Difrifol neu Fudd-dal Analluedd, efallai byddwch yn cael eich symud ymlaen yn raddol i'r ESA. Os ydych yn cael un o'r budd-daliadau hyn yma, gallech siarad â chyngorydd hawliau lles i ddarganfod mwy.



**'Roedd yr arian oddi wrth
ESA o gymorth i ni i sefydlogi.
Roedd yr incwm o'r budd-
daliadau o gymorth mawr.'**

Ashley

Gwneud cais am ESA – yr 13 wythnos gyntaf

Pan wnewch gais am Lwfans Cyflogaeth a Chymorth (ESA), fel arfer bydd angen i chi roi tystysgrifau meddygol i ddangos eich bod yn sâl. Os ydych yn diwallu'r gofynion meddygol dechreuol, byddwch yn cael y gyfradd sylfaenol o'r budd-dal am 13 wythnos. Ar hyn o bryd, mae hwn yn £73.10 yr wythnos ar gyfer person sengl 25 oed neu hŷn. Efallai byddwch yn gallu cael mwy os oes gennych bartner neu os ydych eisoes yn cael budd-daliadau eraill.

Asesiad

Efallai y bydd yn rhaid i chi gael **asesiad gallu i weithio**. Mae hyn fel arfer yn digwydd yn ystod yr 13 wythnos gyntaf o gael ESA. Mae i weld sut mae eich salwch neu'ch anabledd yn cyfyngu ar eich gallu i weithio. Gallai'r asesiad gynnwys cyfarfod wyneb yn wyneb. Gallwch fynd â rhywun gyda chi fel cefnogaeth os hoffech hynny.

Os bydd angen i chi deithio i ganolfan asesu, gallwch hawlio help gyda'ch costau teithio. Gallwch ddarganfod mwy am hyn oddi wrth y ganolfan asesu.

Os ydych yn rhy wael i deithio, gallwch ofyn am ymweliad cartref. Efallai byddwch angen llythyr oddi wrth eich meddyg neu ymgynghorydd i gefnogi eich cais.

Os yw'r asesiad yn dangos eich bod yn dal yn gymwys am ESA, byddwch yn cael eich rhoi mewn un o ddau grŵp. Mae'r **grŵp cymorth** ar gyfer pobl sy'n cael anawsterau difrifol i weithio. Mae'n talu cyfradd uwch. Mae'r **grŵp gweithgareddau cysylltiedig â gwaith** ar gyfer pobl a all wneud rhai gweithgareddau a allai eu helpu i weithio yn y dyfodol. Mae gennym fwy o wybodaeth am y grwpiau hyn ar y ddwy dudalen nesaf.

Efallai na fydd rhai pobl yn cael asesiadau. Er enghraifft, os:

- ydych chi'n aros am, yn cael neu'n gwella o sesiwn cemotherapi neu radiotherapi.
- os oes gennych salwch terfynol ac nad oes disgwyl i chi fyw mwy na chwe mis.

Yn yr achosion hyn, dylech gael eich rhoi yn y grŵp cymorth ar unwaith o ddechrau eich hawliad.

Gwneud cais am ESA – ar ôl yr 13 wythnos gyntaf

Grŵp cymorth

Byddwch yn cael eich rhoi yn y grŵp cymorth os yw'ch salwch neu'ch anabledd yn cael effaith sylweddol ar eich gallu i weithio. Mae hyn yn cynnwys os ydych yn aros am, yn cael neu yn gwella ar ôl triniaethau canser penodol megis cemotherapi a radiotherapi.

Mae pobl yn y grŵp cymorth yn cael taliad wythnosol ychwanegol o £36.55, yn ychwanegol at y gyfradd sylfaenol. Ni fydd yn rhaid i chi wneud unrhyw weithgareddau cysylltiedig â gwaith.

Grŵp gweithgareddau cysylltiedig â gwaith

Efallai bydd yr asesiad yn awgrymu bod yna rai gweithgareddau cysylltiedig â gwaith y gallech eu gwneud o hyd. Yn yr achos hwn, byddwch yn cael eich rhoi yn y grŵp gweithgareddau cysylltiedig â gwaith. Bydd yn rhaid i chi fynd i gyfweiliadau sy'n canolbwyntio ar waith. Ar ôl cyfweiliad, efallai y bydd yn rhaid i chi gymryd rhan mewn gweithgarwch cysylltiedig â gwaith, fel ysgrifennu CV, mynd ar gwrs hyfforddi neu wneud lleoliad gwaith. Fodd bynnag, ni fydd yn rhaid i chi wneud cais am swydd.

O fis Ebrill 2017, bydd pobl a roddwyd yn y grŵp gweithgareddau cysylltiedig â gwaith yn cael ESA ar y gyfradd sylfaenol o £73.10.

Cyfyngiadau amser ar gyfer ESA yn seiliedig ar gyfraniadau

Dim ond am flwyddyn y gallwch gael ESA sy'n seiliedig ar gyfraniad yn y grŵp gweithgareddau cysylltiedig â gwaith. Ar ôl blwyddyn, bydd y budd-dal yn dod i ben oni bai eich bod yn:

- hawlio ac yn gymwys i gael Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn seiliedig ar incwm (neu, yn dibynnu ar ble'r ydych yn byw a'ch sefyllfa, Credyd Cynhwysol)
- gofyn am gael eich rhoi yn y grŵp cymorth, a bod eich cais yn cael ei dderbyn.

Os ydych yn credu y gallai'r cyfyngiad amser hwn effeithio arnoch chi, siaradwch â chynghorydd hawliau lles cyn gynted â phosibl.

Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon a bod eich ESA yn seiliedig ar gyfraniadau yn dod i ben oherwydd y terfyn blwyddyn, efallai byddwch yn gymwys am Daliad Atodol Lles (gweler tudalennau 10 i 12).

Hunangyflogaeth ac ESA

Os ydych chi'n hunangyflogedig, gallwch hawlio Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn seiliedig ar gyfraniadau (ESA) cyhyd â'ch bod wedi talu digon o Yswiriant Gwladol.

Efallai y cewch fwy o arian os ydych chi'n gymwys i gael ESA yn seiliedig ar incwm neu Gredyd Cynhwysol yn ddibynnol ar eich sefyllfa.

'All dim wneud i fyny am gollu enillion os ydych yn hunangyflogedig. Ond o leiaf gall y budd-daliadau hyn fod o help.'

Tracy

Gwaith a ganiateir

Er bod y Lwfans Cyflogaeth a Chymorth (ESA) ar gyfer pobl nad ydynt yn gallu gweithio, efallai y cewch wneud rhywfaint o **waith a ganiateir** tra byddwch yn hawlio. Mae hyn yr un fath ar gyfer Budd-dal Analluedd.

Gall gwaith a ganiateir gynnwys y canlynol:

- Gwaith gwirfoddol.
- Profiad gwaith gwirfoddol a gymeradwyir gan yr Adran Gwaith a Phensiynau (DWP) neu'r Department for Communities (DfC).
- Unrhyw waith lle'r ydych yn ennill £20 neu lai'r wythnos
- Gwaith fel rhan o raglen driniaeth, sy'n cael ei wneud o dan oruchwyliaeth feddygol yn yr ysbyty. Mae hyn yn berthnasol os ydych yn ennill £120 neu lai yr wythnos.
- Gwaith sy'n cael ei oruchwyllo gan rywun â'u gwaith ydi helpu i drefnu gwaith ar gyfer pobl anabl. Mae hyn yn berthnasol os ydych yn ennill £120 neu lai yr wythnos.
- Gwaith a wnewch am lai na 16 awr yr wythnos ar gyfartaledd, lle rydych yn ennill £120 neu lai yr wythnos. Mae hyn yn berthnasol am hyd at 52 wythnos, neu'n ddiderfyn os ydych yn y grŵp cymorth ESA.

Os hoffech gael gwybod mwy am waith a ganiateir, siaradwch â chyngorydd hawliau lles.

Cymorth arall oddi wrth ESA cysylltiedig ag incwm

Os ydych yn gymwys am Lwfans Cyflogaeth a Chymorth (ESA) sy'n gysylltiedig ag incwm, fe all fod o help i chi gael cymorth arall megis prydau ysgol am ddim, Budd-dal Tai, a help gyda chostau ysbyty. Gall hefyd helpu i dalu tuag at y llog ar eich morgais neu eich ffioedd gwasanaeth.

Sut i hawlio

Cysylltwch â'ch canolfan gymorth Lwfans Cyflogaeth a Chymorth (ESA):

- Os ydych yn byw yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban, ffoniwch **0800 055 6688**, ffôn testun **0800 023 4888** neu ewch i **[gov.uk/employment-support-allowance](https://www.gov.uk/employment-support-allowance)**
- Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon, ffoniwch **0800 085 6318**, ffôn testun **0800 328 3419** neu ewch i **[nidirect.gov.uk/contacts/contacts-az/employment-and-support-allowance](https://www.nidirect.gov.uk/contacts/contacts-az/employment-and-support-allowance)**

Credyd Cynhwysol

Mae Credyd Cynhwysol (UC) yn fudd-dal newydd sy'n cael ei gyflwyno'n raddol ar gyfer pobl o dan oedran ymddeol sydd naill ai:

- heb waith
- ar incwm isel.

Gall gynnwys arian ar gyfer costau byw sylfaenol, gofalu am blant a thŷ.

Yng Ngogledd Iwerddon, disgwylir i'r Credyd Cynhwysol gael ei gyflwyno o fis Medi 2017.

Budd-daliadau sy'n cael eu disodli gan Gredyd Cynhwysol

Mae Credyd Cynhwysol yn disodli chwe budd-dal arall:

Cymhorthdal Incwm

Budd-dal Tai

Credyd Treth Plant

Credyd Treth Gwaith

**Lwfans Ceisio Gwaith
yn seiliedig ar incwm**

**Lwfans Cyflogaeth a
Chymorth yn seiliedig
ar incwm**



Credyd Cynhwysol

Os ydych yn cael unrhyw un o'r budd-daliadau hyn, byddwch yn cael eich ailasesu ar gyfer Credyd Cynhwysol. Bydd yr Adran Gwaith a Phensiynau (DWP) neu'r Department for Communities (DfC) yn cysylltu â chi i newid eich hawliad. Does dim angen i chi wneud dim tan hynny.

A yw Credyd Cynhwysol ar gael yn fy ardal?



Dydy Credyd Cynhwysol ddim ar gael ym mhob man eto. Mae'n cael ei gyflwyno'n raddol i wahanol bobl ac ardaloedd ar draws y DU:

- Yng Nghymru, Lloegr a'r Alban - mae'n cael ei gyflwyno rhwng nawr a diwedd 2017.
- Yng Ngogledd Iwerddon - mae'n cael ei gyflwyno rhwng Medi 2017 a Medi 2018.

Bydd os dylech hawlio Credyd Cynhwysol neu fudd-dal arall yn dibynnu ar eich sefyllfa a ble rydych yn byw. I ddarganfod mwy, siaradwch â chynghorydd hawliau lles neu ymwelwch ag un o'r gwefannau canlynol:

- Os ydych yn byw yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban, ewch i **[gov.uk/jobcentres-where-you-can-claim-universal-credit](https://www.gov.uk/jobcentres-where-you-can-claim-universal-credit)**
- Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon, ewch i **[nidirect.gov.uk/articles/introduction-to-universal-credit](https://www.nidirect.gov.uk/articles/introduction-to-universal-credit)**

Pwy all hawlio

I hawlio Credyd Cynhwysol, rhaid i chi:

- fyw mewn ardal lle mae ar gael
- fod yn 18 oed neu'n hŷn (neu'n 16 neu'n hŷn mewn rhai achosion penodol)
- beidio â bod mewn addysg
- derbyn cytundeb o'r enw **ymrwymiad yr hawlydd**.

Os ydych yn byw gyda rhywun fel cwpl, bydd angen i chi gynnwys eu manylion ar y ffurflen hawlio. Gelwir hyn yn **hawlio ar y cyd**. Bydd cynilion, incwm ac enillon y ddau ohonoch yn cael eu hystyried.

Cyn hawlio Credyd Cynhwysol, sicrhewch eich bod wedi gwneud cais am unrhyw fudd-daliadau sy'n seiliedig ar gyfraniadau y gallech fod â hawl iddynt. Siaradwch â chyngorydd hawliau lles am gyngor.

Ymrwymiad yr hawlydd

Mae ymrwymiad yr hawlydd yn gofnod o'ch cyfrifoldebau os byddwch yn cael Credyd Cynhwysol. Fel arfer bydd yn cael ei ysgrifennu gan eich Canolfan Byd Gwaith Lleol, gyda'ch cytundeb, pan fyddwch yn gwneud cais.

Mae ymrwymiad yr hawlydd yn seiliedig ar eich sefyllfa unigol chi. Er enghraifft, os oes gennych chi allu cyfyngedig i weithio ar hyn o bryd ond bod disgwyl i chi wella, gall eich ymrwymiad hawlydd ddatgan y dylech baratoi cymaint ag y gallwch ar gyfer gweithio. Efallai byddwch am siarad gyda'ch gweithiwr iechyd neu ofal cymdeithasol proffesiynol i gael cyngor ynghylch pa weithgareddau y gallech eu gwneud. Os ydych chi'n rhy wael i weithio o gwbl, ni fydd disgwyl i chi baratoi ar gyfer gwaith.

Faint y gallech ei gael

Mae faint o Gredyd Cynhwysol y byddwch yn ei gael yn dibynnu ar eich incwm ac amgylchiadau. Gall hefyd ddibynnu ar incwm ac amgylchiadau'r bobl sy'n byw gyda chi.

Yng Nghymru, Lloegr a'r Alban, dyma'r cyfraddau misol safonol cyfredol:

Hawlydd	Cyfradd lwfans misol
Person sengl o dan 25 oed	£251.77
Person sengl 25 oed neu hŷn	£317.82
Hawlwr ar y cyd o dan 25 oed	£395.20
Hawlwr ar y cyd 25 oed neu hŷn	£498.89

Taliadau ychwanegol

Mae Credyd Cynhwysol hefyd yn rhoi taliadau (elfennau) ychwanegol i bobl mewn sefyllfaoedd penodol. Efallai y cewch chi'r elfennau canlynol:

- Yr **elfen plant** os ydych chi'n gyfrifol am blentyn sy'n byw gyda chi. Mae hyn fel arfer yn golygu plentyn o dan 16 mlwydd oed. Mewn rhai achosion gallai olygu person ifanc 16 i 19 oed, sydd mewn addysg amser llawn neu sy'n dilyn math penodol o hyfforddiant. Bydd arian ychwanegol yn cael ei ychwanegu ar gyfer unrhyw blentyn neu berson ifanc sydd ag anabledd. Dim ond ar gyfer hyd at ddau o blant y gallwch gael yr elfen hon.
- Yr **elfen gofal plant** os ydych chi'n talu am ofal plant fel y gallwch aros mewn gwaith.
- Yr **elfennau gallu cyfyngedig i ymgymryd â gwaith**. Mae un elfen ar gyfer pobl sydd â gallu cyfyngedig i weithio. Mae elfen arall ar gyfer pobl sydd â gallu cyfyngedig i weithio a gallu cyfyngedig i ymgymryd â gweithgareddau cysylltiedig â gwaith. Mae gan yr ail elfen hon daliad uwch ac mae'n debyg i fod yn y grŵp cymorth ar gyfer Lwfans Cymorth Cyflogaeth.
- Yr **elfen gofalwyr** os ydych chi'n gofalu am rywun ag anabledd difrifol. Rhaid bod penderfyniad wedi'i wneud sy'n barnu bod gennych chi ddyletswyddau gofal rheolaidd a sylweddol. Gallwch gael yr elfen gofalwyr neu'r elfen gallu cyfyngedig i ymgymryd â gwaith, ond nid y ddau - fe gewch pa un bynnag sydd fwyaf.
- Yr **elfen tai** os ydych yn cwrdd â meini prawf penodol. Mae'n helpu gyda thaliadau rhent neu forgais.

Gallai bod yn gymwys am Gredyd Cynhwysol eich gwneud yn gymwys am help arall, megis presgripsiynau am ddim, a phrydau ysgol am ddim.

Sut i hawlio

Cysylltwch â'n cynghorwyr hawliau lles ar **0808 808 00 00** am ragor o wybodaeth am Gredyd Cynhwysol a lle gallwch hawlio.

Os credwch y gallech fod yn gymwys am Gredyd Cynhwysol ac eisiau gwneud cais:

- Os ydych yn byw yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban, ewch i **gov.uk/apply-universal-credit** neu ffoniwch linell gymorth Credyd Cymhwysol yr Adran Gwaith a Phensiynau (DWP) ar **0345 600 0723**.
- Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon, disgwylir i'r Credyd Cynhwysol ddod ar gael yn raddol mewn gwahanol ardaloedd o fis Medi 2017. Gallwch ddarganfod mwy yn **nidirect.gov.uk/articles/introduction-to-universal-credit**



Cymhorthdal Incwm

Mae hwn yn fudd-dal ar gyfer pobl ar incwm isel. Mae'n helpu i dalu costau byw sylfaenol.

Mae Cymhorthdal Incwm ar gyfer pobl rhwng 16 mlwydd oed ac oedran ymddeol. Mae ar gyfer pobl nad oes yn rhaid iddynt gofrestru'n ddi-waith os ydynt heb waith.

Os ydych yn gwneud cais newydd, yn amodol ar ble rydych yn byw, efallai bydd angen i chi hawlio Credyd Cynhwysol yn lle'r Cymhorthdal Incwm.

Pwy all hawlio

Gallwch hawlio Cymhorthdal Incwm os ydych:

- yn ofalwr
- yn rhiant sengl â phlentyn o dan bump oed
- yn feichiog
- yn cael Tâl Salwch Statudol ond nid digon o arian i fyw yno.

Mae'n rhaid i'r canlynol fod yn wir hefyd:

- Mae gennych chi, a'ch partner, os oes gennych un, £16,000 neu lai mewn cynilion rhyngoch.
- Nid oes gennych chi, na'ch partner, os oes gennych un, unrhyw incwm neu rydych ar incwm isel. Os ydych yn hawlio yn seiliedig ar salwch, nid yw enillion o rai mathau o waith a ganiateir yn cael eu hystyried.
- Os ydych yn sengl, mae'n rhaid i chi weithio llai na 16 awr yr wythnos.
- Os oes gennych chi bartner, mae'n rhaid i chi weithio llai na 24 awr yr wythnos rhyngoch.

Gallwch hefyd hawlio os ydych rhwng 16 a 20 (yng Nghymru, Lloegr a'r Alban) neu'n 19 ac iau (yng Ngogledd Iwerddon), ac rydych yn un o'r canlynol, o leiaf:

- yn rhiant
- heb fod yn byw â rhiant (neu rywun sy'n gweithredu fel rhiant)
- yn ffoadur sy'n dysgu Saesneg.

Faint y gallech ei gael

Telir Cymhorthdal Incwm yn ôl cyfraddau gwahanol sy'n ddibynnol ar eich sefyllfa.

Efallai y cewch daliadau sylfaenol (o'r enw **lwfansau personol**). Mae gwahanol daliadau sylfaenol y gallwch eu cael.

Bydd yr un a gewch yn dibynnu ar eich sefyllfa, er enghraifft:

- eich oedran
- a ydych chi'n sengl neu a oes gennych chi bartner
- a ydych yn rhiant sengl (os ydych o dan 25 mlwydd oed).

Efallai y cewch daliadau ychwanegol (o'r enw **premiymau**) ar gyfer amgylchiadau arbennig, er enghraifft am eich bod yn anabl neu'n ofalwr.

Mae Cymhorthdal Incwm hefyd yn gweithredu fel 'pasbort' i fudd-daliadau eraill, fel prydau ysgol am ddim (gweler tudalen 121), presgripsiynau am ddim (gweler tudalennau 100 i 101) neu Fudd-dal Tai (gweler tudalennau 88 i 91). Gall hefyd gynnwys rhywfaint o help i dalu'r llog ar forgeisi.

Ni fydd faint o Gymhorthdal Incwm y byddwch yn ei gael yn gostwng os ydych chi neu eich partner, os oes gennych un, yn hawlio Taliad Annibyniaeth Bersonol (gweler tudalennau 48 i 54), Lwfans Byw i'r Anabl (gweler tudalen 56 i 57) neu Lwfans Gweini (gweler tudalennau 58 i 61). Gallai hyd yn oed gynyddu.

Sut i hawlio

- Os ydych yn byw yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban, ffoniwch y Ganolfan Byd Gwaith ar **0800 055 6688**, ffôn testun **0800 023 4888** neu ewch i **gov.uk/income-support**
- Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon, ffoniwch neu ymwelwch â'ch swyddfa Nawdd Cymdeithasol neu Swyddi a Budd-daliadau neu ymwelwch â **nidirect.gov.uk/articles/income-support**

Credyd Treth Gwaith

Mae Credyd Treth Gwaith (WTC) ar gyfer pobl rhwng 16 ac oedran ymddeol sydd naill ai:

- yn gweithio ond sydd ar incwm isel
- yn gweithio ac sydd ag anabledd.

Os ydych yn gwneud hawliad newydd, mae Credyd Treth Gwaith yn cael ei ddisodli'n raddol gan Gredyd Cynhwysol. Bydd y budd-dal y byddwch yn gwneud cais amdano'n dibynnu ar ble'r ydych yn byw.

Pwy all hawlio

I hawlio Credyd Treth Gwaith, rhaid i chi:

- weithio am nifer penodol o oriau bob wythnos naill ai i gyflogwr neu i chi'ch hun (hunangyflogedig)
- ar incwm sy'n is na lefel benodol, neu ag anabledd a fyddai'n golygu y byddech o dan anfantais pe baech yn ceisio cael swydd newydd.

Os ydych rhwng 16 a 24 oed, ni allwch hawlio Credyd Treth Gwaith oni bai bod gennych blentyn neu anabledd cymwysedig.

Os ydych chi i ffwrdd o'r gwaith oherwydd salwch, efallai y byddwch yn dal i allu hawlio Credyd Treth Gwaith am hyd at 28 wythnos.

Faint y gallech ei gael

Mae Credyd Treth Gwaith yn cynnwys swm sylfaenol. Hefyd mae taliadau ychwanegol (elfennau) i bobl mewn sefyllfaoedd penodol. Mae'r elfennau ychwanegol yn cynnwys:

- elfen rhiant sengl
- elfen anabledd
- elfen gofal plant.

Newidiadau i'r Credyd Treth Gwaith

Os ydych eisoes yn cael Credyd Treth Gwaith, byddwch yn parhau i'w gael nes un ai:

- bydd eich amgylchiadau'n newid
- bydd yr Adran Gwaith a Phensiynau (DWP) neu'r Asiantaeth Nawdd Cymdeithasol (SSA) yn penderfynu eich trosglwyddo i Gredyd Cynhwysol.

Os ydych chi, neu eich partner, os oes gennych un, yn dal i gael Credyd Treth Gwaith, ni fydd y cap budd-daliadau yn eich effeithio (gweler tudalennau 11–12). Felly os oes gennych hawl i Gredyd Treth Gwaith ond nid ydych yn cael taliad am ryw reswm, ni fydd y cap yn eich effeithio – gelwir hyn yn cael **ddim hawliad**. Felly, mae'n werth holi a ydych yn gymwys i gael y budd-dal hwn. Cysylltwch â chyngorydd hawliau lles am ragor o wybodaeth.

Sut i hawlio

Ffoniwch Linell Gymorth Credydau Treth Cyllid a Thollau EM ar **0345 300 3900** neu ffôn testun **0345 300 3909**.

Lwfans Ceisio Gwaith

Mae Lwfans Ceisio Gwaith (JSA) ar gyfer pobl o dan oedran ymdddeol sy'n ddi-waith ond sy'n gallu gweithio. Mae'n rhoi incwm wythnosol i chi tra'r ydych yn chwilio am waith.

Pwy all hawlio

Gallwch hawlio JSA os ydych yn bob un o'r canlynol:

- yn 18 oed neu'n hŷn (16 neu 17 oed mewn rhai achosion penodol)
- heb fod mewn addysg llawn amser
- ar gael i weithio ac wrthi'n chwilio am waith
- ddim yn gweithio
- gweithio llai nag 16 awr yr wythnos ar gyfartaledd.
- yn addas i weithio.

Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar gyfraniadau.

Mae lwfans ceisio gwaith yn seiliedig ar gyfraniadau ar gyfer pobl sydd wedi gwneud digon o gyfraniadau Yswiriant Gwladol. Efallai na fyddwch wedi gwneud digon o gyfraniadau Yswiriant Gwladol os oeddech yn hunangyflogedig.

Mae lwfans ceisio gwaith yn seiliedig ar gyfraniadau'n para am chwe mis. Ar ôl hyn gallwch fod yn gymwys i gael lwfans ceisio gwaith yn seiliedig ar incwm os yw eich incwm a'ch cynilion yn is na lefel benodol.

Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar incwm

Efallai bydd Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar incwm ar gael i chi os ydych ar incwm isel. Mae'n cael ei ddisodli'n raddol gan Gredyd Cynhwysol (gweler tudalennau 30 i 35). Os ydych yn gymwys, dylech wneud cais am Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar gyfraniadau yn gyntaf.

Bydd y swm a gewch yn dibynnu ar eich amgylchiadau, gan gynnwys eich incwm a chynilion, a rhai eich partner os oes gennych un.

Mae Lwfans Ceisio Gwaith sy'n seiliedig ar incwm yn gweithredu fel 'pasport' i fudd-daliadau eraill, megis prydau ysgol am ddim (gweler tudalen 121) a Budd-dal Tai (gweler tudalennau 88 i 91).

Os ydych chi'n gweithio'n rhan amser

Os ydych chi'n gweithio llai nag 16 awr yr wythnos, bydd Canolfan Byd Gwaith yn anwybyddu peth o'r arian rydych yn ei ennill pan fydd yn cyfrifo a ydych chi'n gymwys i gael lwfans ceisio gwaith yn seiliedig ar incwm.

Fel arfer byddant yn anwybyddu:

- £5 yr wythnos i bobl sengl
- £10 yr wythnos i gyplau
- £20 yr wythnos i rhai pobl, er enghraifft, gofalwyr neu bobl ag anabledau difrifol.

Bydd cynghorwyr yn eich Canolfan Byd Gwaith lleol, neu swyddfa Nawdd Cymdeithasol Gogledd Iwerddon neu Swyddi a Budd-daliadau, yn eich helpu gyda'ch chwiliad am waith. Os oes angen cyngor arnoch oherwydd salwch neu anabledd, gofynnwch am weld cynghorydd cyflogaeth anabledd.

Sut i hawlio

- Os ydych yn byw yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban, gallwch wneud cais trwy eich Canolfan Byd Gwaith lleol. Gwiriwch eich llyfr ffôn neu ar-lein am eu manylion cyswllt. Efallai byddwch hefyd yn gallu gwneud cais ar-lein yn **[gov.uk/jobseekers-allowance/how-to-claim](https://www.gov.uk/jobseekers-allowance/how-to-claim)** Bydd angen i chi fynychu cyfweiliad gyda chynghorydd yn eich Canolfan Byd Gwaith lleol.
- Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon, gallwch wneud cais trwy eich swyddfa Nawdd Cymdeithasol neu Swyddi a Budd-daliadau lleol. Bydd angen i chi fynychu cyfweiliad gyda chynghorydd yn y swyddfa. Gallwch ddarganfod mwy yn **nidirect.gov.uk/articles/jobseekers-allowance**





OS OES GENNYCH ANGHENION GOFAL NEU SYMUDEDD

Taliad Annibyniaeth Bersonol	48
Lwfans Byw i'r Anabl ar gyfer oedolion	56
Lwfans Gweini	58
Budd-dal Anabledd Anafiadau Diwydiannol	63
Help gydag anghenion toiled	65

Taliad Annibyniaeth Bersonol

Mae'r Taliad Annibyniaeth Bersonol (PIP) yn fudd-dal ar gyfer pobl rhwng 16 a 64 oed. Mae ar gyfer pobl sy'n cael problemau symud o gwmpas neu edrych ar ôl eu hunain.

Os ydych chi'n 65 oed neu hŷn, dylech hawlio Lwfans Gweini (gweler tudalen 58 i 61) yn hytrach na PIP.

Mae PIP yn disodli budd-dal hŷn o'r enw Lwfans Byw i'r Anabl (DLA) ar gyfer oedolion. Gweler tudalennau 56 i 57 am fwy ynghylch DLA. Os ydych chi rhwng 16 a 64 oed ac yn gwneud hawliad newydd, bydd angen i chi wneud cais am PIP.

Pwy all hawlio

I gael Taliad Annibyniaeth Personol (PIP), mae'n rhaid i chi fod yn 16 i 64 oed ac yn cael anhawster symud o gwmpas neu ofalu amdanoch eich hun. Mae'n rhaid i chi fod wedi dioddef y problemau hyn am o leiaf tri mis, ac yn rhagweld y byddwch yn dioddef ohonynt am o leiaf naw mis. Fodd bynnag, mae rheolau arbennig ar gyfer pobl sydd â salwch terfynol (gweler tudalennau 50 i 51).

Gallwch hawlio Taliad Annibyniaeth Bersonol os ydych chi'n gweithio neu beidio. Os cewch PIP, nid yw'n lleihau budd-daliadau eraill. Mewn rhai achosion gall eich budd-daliadau eraill gynyddu hyd yn oed.

Mae PIP yn seiliedig ar sut y mae eich cyflwr yn effeithio arnoch, nid y cyflwr sydd arnoch.

Mae PIP yn dod mewn dwy ran:

- yr **elfen feunyddiol**
- yr **elfen symudedd**.

Gallwch gael un rhan neu'r ddwy.

Yr elfen bywyd beunyddiol

Mae'r elfen bywyd beunyddiol ar gyfer pobl sydd â phroblemau gydag o leiaf un o'r canlynol:

- paratoi bwyd
- bwyta ac yfed
- cymryd meddyginiaeth
- cael triniaethau
- monitro cyflwr iechyd
- golchi ac ymolchi
- defnyddio'r toiled neu reoli anymataliaeth
- gwisgo a dadwisgo
- siarad â phobl eraill
- darllen a deall arwyddion, symbolau a geiriau
- ymwneud â phobl eraill wyneb yn wyneb
- gwneud penderfyniadau ariannol.

Yr elfen symudedd.

Mae'r elfen symudedd ar gyfer pobl sy'n cael problemau gyda:

- cynllunio ar gyfer a mynd ar siwrneiau
- symud o gwmpas (er enghraifft, cerdded neu wneud pethau o gwmpas y tŷ).

Salwch terfynol

Os oes gennych chi salwch terfynol, ac y disgwylir i chi fyw llai na chwe mis, gallwch wneud cais gan ddefnyddio proses llwybr cyflym a elwir yn rheolau arbennig. Gallwch barhau i gael y budd-dal o dan y rheolau arbennig os ydych yn byw yn hirach na'r disgwyl.

Mae hawlio o dan reolau arbennig yn golygu:

- nid oes yn rhaid i chi fod wedi bod â phroblemau symudedd neu ofal am y tri mis diwethaf.
- nid oes yn rhaid i chi gael ymgynghoriad wyneb-yn-wyneb.
- byddwch yn cael yr elfen byw'n ddyddiol ar y gyfradd uwch
- byddwch hefyd efallai'n gallu gwneud cais am y cyfansawdd symudedd a'i gael yn syth, yn ddibynnol ar eich anghenion
- gall rhywun arall wneud cais ar eich rhan.

Adolygir pob hawliad o dan y rheolau arbennig ar ôl tair blynedd.

I hawlio o dan y rheolau arbennig, dywedwch wrth yr Adran Gwaith a Phensiynau (DWP) neu'r Department for Communities (DfC) am eich sefyllfa. Bydd angen i chi ofyn i'ch meddyg teulu, oncolegydd neu nyrs arbenigol i anfon ffurflen o'r enw DS1500 atynt.

Os dewch yn derfynol wael tra rydych yn hawlio PIP, gallwch ofyn i'ch meddyg neu nyrs arbenigol i ysgrifennu DS1500. Gallai hyn gynyddu faint o PIP a gewch.

Asesiad

Os ydych yn hawlio Taliad Annibyniaeth Personol (PIP), efallai bydd gweithiwr iechyd proffesiynol angen asesu eich anghenion. Bydd y rhan fwyaf o bobl yn cael asesiad wyneb yn wyneb. Gallwch fynd â rhywun gyda chi fel cefnogaeth os hoffech hynny.

Os bydd angen i chi deithio i ganolfan asesu, gallwch hawlio help gyda'ch costau teithio. Gallwch ddarganfod mwy am hyn oddi wrth y ganolfan asesu.

Os ydych yn rhy wael i deithio, gallwch ofyn am ymweliad cartref. Efallai byddwch angen llythyr oddi wrth eich meddyg neu ymgynghorydd i gefnogi eich cais.

Bydd yr asesiad yn ystyried i ba raddau rydych yn gallu symud o gwmpas a chyflawni gweithgareddau o ddydd i ddydd. Mae'n edrych os gallwch wneud gweithgareddau penodol:

- yn ddiogel
- dro ar ôl tro
- hyd at safon dderbyniol
- o fewn cyfnod rhesymol o amser.

Bydd eich hawliad hefyd yn cael ei adolygu'n rheolaidd, yn seiliedig ar ba mor debygol yw hi y bydd eich cyflwr yn newid.

Faint y gallech ei gael

Telir pob elfen yn wythnosol naill ai ar gyfradd safonol neu ar gyfradd uwch, yn dibynnu ar eich anghenion:

Cyfradd	Yr elfen byw'n ddyddiol wythnosol	Yr elfen byw'n wythnosol
Safonol	£55.65	£22.00
Uwch	£83.10	£58.00

Sut i hawlio

- Os ydych yn byw yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban, gallwch alw llinell gymorth Taliad Annibyniaeth Personol (PIP) yr Adran Gwaith a Phensiynau ar **0800 917 2222** neu ffôn testun **0800 917 7777**.
- Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon, gallwch ffonio canolfan Taliad Annibyniaeth Personol y Department for Communities (DfC) ar **0800 012 1573** neu ffôn testun **0800 012 1574**.

Gall rhywun arall alw ar eich rhan i wneud cais, ond bydd angen i chi fod gyda nhw pan fyddant yn galw. Bydd angen i chi roi eich caniatâd i'r DWP neu DfC i siarad â'r person hwnnw ynghylch eich hawliad. Ni fydd angen i chi wneud hyn os ydych yn hawlio o dan y rheolau arbennig (gweler tudalennau 50 i 51).

Mae'n bwysig cael yr wybodaeth ganlynol gyda chi wrth hawlio:

- eich rhif Yswiriant Gwladol
- eich cyfeiriad llawn, gan gynnwys y côd post
- eich dyddiad geni
- eich manylion cyfrif banc neu gymdeithas adeiladu y gellir gwneud taliadau iddo
- rhif ffôn cyswllt yn ystod y dydd
- manylion eich meddyg teulu neu weithwyr iechyd proffesiynol eraill
- manylion unrhyw amser yr ydych wedi'i dreulio dramor yn y tair blynedd diwethaf
- manylion unrhyw amser a dreulioch mewn cartref gofal neu'r ysbyty yn ddiweddar.

Ni fydd angen i chi ateb unrhyw gwestiynau manwl am eich iechyd pan fyddwch chi yn ffonio.

Bydd y DWP neu'r DfC yna'n postio'r ffurflen gais i chi i'w llenwi. Mae'r ffurflen yn gofyn cwestiynau personol ynghylch sut mae eich problemau iechyd yn effeithio ar eich bywyd bob dydd. Bydd yn gofyn am eich gallu i wneud ystod o weithgareddau. Mae mwy o wybodaeth am yr asesiad ar dudalen 51).

Mae'r ffurflen hawlio yn hir a dylech ganiatáu digon o amser i'w llenwi. Efallai bydd yn ddefnyddiol darllen trwy'r ffurflen cyn dechrau ei llenwi, fel y gallwch gasglu'r wybodaeth rydych ei hangen cyn dechrau. Bydd yn helpu eich cais os ydych yn cynnwys cymaint o wybodaeth â phosibl.

Mae'n syniad da i gael help gan gynghorydd hawliau lles profiadol wrth llenwi'r ffurflen. Gallwch wneud hyn drwy ffonio Llinell Gymorth Macmillan ar **0808 808 00 00**. Neu ewch i **[macmillan.org.uk/in-your-area](https://www.macmillan.org.uk/in-your-area)** i weld a oes modd i chi weld cynghorydd hawliau lles Macmillan wyneb yn wyneb.

Mae hefyd yn syniad da i gael tystiolaeth am eich salwch gan y bobl sy'n eich trin, er enghraifft, eich meddyg, arbenigwr canser neu weithiwr cymorth. Dylai'r dystiolaeth hon gael ei chyflwyno gyda'ch hawliad neu'n fuan wedyn.

Bydd gennych un mis calendr i'w llenwi a'i dychwelyd.

'Rhoddodd fy nghynghorydd hawliau lles gymorth i mi i lenwi'r ffurflen gais ar gyfer PIP. Fyddwn i ddim wedi bod yn hyderus yn gwneud hynny ar ben fy hun gan ei bod yn weddol hir.'

Shola



Lwfans Byw i'r Anabl ar gyfer oedolion

Efallai y byddwch yn parhau i gael Lwfans Byw i'r Anabl (DLA) os oeddech wedi ei hawlio cyn:

- Mehefin 2013 yng Nghymru, Lloegr a'r Alban
- Mehefin 2016 yng Ngogledd Iwerddon

Roedd y DLA ar gyfer pobl o dan 65 mlwydd oed a oedd â phroblemau yn cerdded, symud o gwmpas tu allan yn ddiogel, neu ofalu am eu hunain.

Os ydych yn gwneud hawliad newydd a rhwng 16 a 64, bydd yn awr angen i chi wneud cais am Daliad Annibyniaeth Personol (PIP). Gweler tudalennau 48 i 54 am fwy o wybodaeth ynghylch PIP. Gallwch ddechrau hawliad newydd o hyd am DLA os ydych yn hawlio dros blentyn dan 16 mlwydd oed. Gweler tudalennau 119 i 120 am fwy o wybodaeth ynghylch DLA ar gyfer plant.

Os ydych yn dal i hawlio DLA, yn y pen draw gofynnir i chi drosglwyddo i'r PIP. Efallai y gofynnir i chi drosglwyddo o'r DLA i PIP yn gynharach os ydych:

- wedi cyrraedd diwedd dyfarniad
- yn rhoi gwybod am newid yn y ffordd mae eich anabledd neu gyflwr yn effeithio arnoch
- yn cael Lwfans Byw i'r Anabl ar gyfer plentyn sy'n cyrraedd 16 mlwydd oed.

Os oeddech yn 65 oed neu'n hŷn ar 8 Ebrill 2013 ac yn dal i dderbyn DLA, ni ofynnir i chi drosglwyddo i PIP.

Os ydych chi'n byw yng Ngogledd Iwerddon

Os oeddech yn hawlio Lwfans Byw i'r Anabl (DLA) yn flaenorol yng Ngogledd Iwerddon ond y gwrthodwyd Taliad Annibyniaeth Personol (PIP) i chi, gallwch apelio'r penderfyniad hwn. Tra rydych yn apelio, bydd gennych hawl i daliad sy'n cyfateb i'r swm o DLA yr oeddech yn ei gael.

Os ydych yn symud o DLA i PIP ond yn cael llai o arian, efallai byddwch â hawl i daliadau ychwanegol i wneud i fyny'r gwahaniaeth.



Mae rheolau eraill ynghylch PIP a thaliadau atodol yng Ngogledd Iwerddon. Am fwy o wybodaeth, ewch i nidirect.gov.uk/articles/support-for-those-affected

Lwfans Gweini

Mae'r Lwfans Gweini (AA) ar gyfer pobl 65 mlwydd oed neu hŷn sy'n cael problemau edrych ar ôl eu hunain oherwydd salwch neu anabledd.

Os ydych chi o dan 65 oed, dylech hawlio Taliad Annibyniaeth Bersonol (PIP) yn hytrach na Lwfans Gweini. Gweler tudalennau 48 i 54 am fwy o wybodaeth ynghylch PIP.

Pwy all hawlio

Efallai y byddwch yn gymwys am Lwfans Gweini os oes gennych broblemau gyda gofal personol, er enghraifft:

- codi o'r gwely
- cael bath
- gwisgo amdanoch eich hun.
- angen rhywun i fod gyda chi i wneud yn sicr eich bod yn ddiogel.

Mae Lwfans Gweini yn seiliedig ar faint o ofal sydd ei angen arnoch ac nid ar faint rydych chi'n ei gael ar hyn o bryd. Nid oes rhaid i chi fod yn ofalwr i allu cael y budd-dal hwn. Mae'n rhaid i chi fod wedi cael y problemau hyn am o leiaf chwe mis. Fodd bynnag, mae rheolau arbennig ar gyfer pobl sydd â salwch terfynol (gweler trosodd).

Dylech hefyd wybod:

- ni fydd eich incwm a chynilion yn effeithio ar eich hawliad
- os cewch chi Lwfans Gweini, ni fydd eich budd-daliadau eraill yn gostwng – efallai y byddant yn cynyddu hyd yn oed neu efallai y byddwch yn gymwys i gael budd-daliadau eraill, megis Credyd Pensiwn (gweler tudalennau 83-84).

Salwch terfynol

Os oes gennych chi salwch terfynol, ac y disgwylir i chi fyw llai na chwe mis, gallwch wneud cais gan ddefnyddio proses llwybr cyflym a elwir yn rheolau arbennig. Gallwch barhau i gael y budd-dal o dan y rheolau arbennig os ydych yn byw yn hirach na'r disgwyl.

Mae hawlio o dan reolau arbennig yn golygu:

- nad oes raid i chi ddangos bod gennych unrhyw anghenion gofal
- nad oes raid i chi fod wedi cael problemau yn gofalu am eich hun am chwe mis
- bydd eich hawliad yn cael ei drin yn gyflym
- byddwch yn cael Lwfans Gweini ar y gyfradd uchaf
- gall rhywun arall wneud y cais ar eich rhan.

Adolygir pob hawliad o dan y rheolau arbennig ar ôl tair blynedd.

I hawlio o dan y rheolau arbennig, dywedwch wrth yr Adran Gwaith a Phensiynau (DWP) neu'r Department for Communities (DfC) am eich sefyllfa. Bydd angen i chi ofyn i'ch meddyg teulu, oncolegydd neu nyrs arbenigol i anfon ffurflen o'r enw DS1500 atynt.

Os dewch yn derfynol wael tra rydych yn hawlio Lwfans Gweini, gallwch ofyn i'ch meddyg neu nyrs arbenigol i ysgrifennu DS1500. Gallai hyn gynyddu faint o Lwfans Gweini a gewch.

Faint y gallech ei gael

Telir Lwfans Gweini (AA) ar un o ddwy gyfradd. Bydd y gyfradd a gewch yn dibynnu ar faint o ofal rydych ei angen. Efallai y cewch :

- y gyfradd is o **£55.65** yr wythnos – os ydych angen help yn ystod y dydd **neu** yn ystod y nos
- y gyfradd uwch o **£83.10** yr wythnos – os ydych angen help yn ystod y dydd **neu** yn ystod y nos

Does dim cyfyngiadau ar sut y gallwch wario'r Lwfans Gweini. Nid oes raid gwario'r arian ar dalu am ofal. Mae gan rai pobl gefnogaeth oddi wrth deulu a ffrindiau, ac maen nhw'n defnyddio'r arian ar gyfer pethau eraill, fel offer neu gludiant.

Os ydych yn cael problemau symud o gwmpas, efallai y byddwch yn gallu cael cyfarpar i'ch helpu i ymdopi adref (gweler tudalen 110) neu i gael help gyda chludiant (gweler tudalen 127-137).

Sut i hawlio

- Os ydych yn byw yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban gallwch lawrlwytho ac argraffu ffurflen gais yn **gov.uk/attendance-allowance** Gallwch hefyd alw llinell gymorth Lwfans Gweini yr Adran Gwaith a Phensiynau ar **0345 605 6055** neu ffôn testun **0345 604 5312** a gofyn iddynt anfon ffurflen atoch.

- Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon gallwch lawrlwytho ac argraffu ffurflen gais yn **nirect.gov.uk/articles/attendance-allowance** Gallwch hefyd alw llinell gymorth Lwfans Gweini y Department for Communities ar **0300 123 3356** neu ffôn testun **028 9031 1092** a gofyn iddynt anfon ffurflen atoch. Neu gallech ofyn i'ch swyddfa Nawdd Cymdeithasol neu Swyddi a Budd-daliadau lleol.

Os gofynnwch iddynt anfon ffurflen atoch trwy'r post, ceisiwch ei dychwelyd o fewn chwe wythnos. Mae hyn oherwydd os ydych yn dychwelyd y ffurflen o fewn y terfyn amser hwn, weithiau gellir ôl-ddyddio'r budd-dal i'r dyddiad y gofynnoch am y ffurflen.

Mae'r ffurflen hawlio yn gofyn cwestiynau personol ynghylch sut mae eich problemau iechyd yn effeithio ar eich bywyd bob dydd. Mae'n hir a dylech ganiatáu digon o amser i'w llenwi. Efallai bydd yn ddefnyddiol darllen trwy'r ffurflen cyn dechrau ei llenwi, fel y gallwch gasglu'r wybodaeth rydych ei hangen cyn dechrau. Bydd yn helpu eich cais os ydych yn cynnwys cymaint o wybodaeth â phosibl.

Mae'n syniad da i gael help gan gynghorydd hawliau lles profiadol wrth lenwi'r ffurflen. Gallwch wneud hyn drwy ffonio Llinell Gymorth Macmillan ar **0808 808 00 00**. Neu ewch i **macmillan.org.uk/inyourarea** i weld a oes modd i chi weld cynghorydd hawliau lles Macmillan wyneb yn wyneb.

Gall rhywun arall lenwi'r ffurflen ar eich rhan, cyn belled ag eich bod yn ei harwyddo. Os na allwch arwyddo'r ffurflen, bydd yr un sy'n llenwi'r ffurflen angen caniatâd cyfreithiol i'w harwyddo ar eich rhan. Os ydych â salwch terfynol, ni fydd angen i chi arwyddo'r ffurflen.



Budd-dal Anabledd Anafiadau Diwydiannol

Gallwch hawlio Budd-dal Anabledd Anafiadau Diwydiannol os oeddech naill ai:

- yn gweithio mewn swydd a achosodd yr afiechyd
- yn gweithio mewn swydd a achosodd i chi gael damwain.

Gallai afiechydon perthnasol gynnwys:

- canser yr ysgyfaint
- niwmoconiosis (clefyd ar yr ysgyfaint a achosir drwy anadlu llwch)
- mesothelioma ymledol (math o ganser a achosir gan asbestos).

Chewch chi ddim hawlio'r budd-dal hwn os oeddech yn hunangyflogedig.

Mae dau gynllun taliad untro ar gyfer pobl sydd ag anafiadau penodol sy'n gysylltiedig â llwch, fel mesothelioma.

Os oes mesothelioma arnoch nad oedd wedi'i achosi gan eich gwaith, mae'n bosibl y byddwch yn dal yn gallu cael taliad. Efallai bod hyn wedi digwydd, er enghraifft, oherwydd eich bod yn golchi dillad rhywun a oedd yn gweithio gydag asbestos.

Sut i hawlio

- Os ydych yn byw yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban, gallwch lawrlwytho ffurflen gais o **[gov.uk/industrial-injuries-disablement-benefit](https://www.gov.uk/industrial-injuries-disablement-benefit)** Gallwch hefyd alw'r Barnsley Industrial Injuries Disablement Benefit Centre ar **0345 758 5433** neu ffôn testun **0345 608 8551** a gofyn iddynt anfon ffurflen atoch.
- Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon, gallwch lawrlwytho ffurflen gais o **nidirect.gov.uk/articles/industrial-injuries-disablement-benefit** Gallwch hefyd ofyn i'ch swyddfa Nawdd Cymdeithasol neu Swyddi a Budd-daliadau Lleol am ffurflen.

I ddarganfod mwy am mesothelioma, gallwch ffonio Llinell Gymorth Macmillan ar **0808 808 00 00**. Neu ewch i wefan Mesothelioma UK yn **[mesothelioma.uk.com](https://www.mesothelioma.uk.com)** am fanylion grwpiau cymorth lleol.

Help gydag anghenion toiled

Cynllun Allwedd Cenedlaethol ar gyfer toiledau

Mae'r cynllun hwn yn cynnig mynediad i tua 9,000 o doiledau cyhoeddus dan glo i bobl anabl ledled y Deyrnas Unedig. Gallwch brynu allwedd am £4.50 (gan gynnwys cludiant a phacio) oddi wrth Disability Rights UK.

Ewch i crm.disabilityrightsuk.org/radar-nks-key neu ffoniwch **020 7250 8191**.

Cerdyn toiled Macmillan

Gall triniaeth canser effeithio ar y ffordd mae'r coluddyn a'r bledren yn gweithio. Gall Macmillan anfon cerdyn toiled am ddim i chi a modrwy allweddi, a all egluro pam y gallech fod angen mynediad at doiled ar frys tra bo'ch allan yn gyhoeddus. Mae gennym fersiwn cyffredinol, ac un ar gyfer pobl sy'n dioddef sgîl-effeithiau ar ôl radiotherapi ar y pelfis. Ewch i be.macmillan.org.uk a chwilio am 'toilet card' i archebu'r adnoddau hyn am ddim.



OS YDYCH YN GOFALU AM RYWUN GYDA CHANSER

Lwfans Gofalwr	68
Premiwm Gofalwr	72
Credyd Gofalwr	73
Budd-daliadau profedigaeth	76

Lwfans Gofalwr

Mae Lwfans Gofalwr yn fudd-dal wythnosol ar gyfer pobl sy'n edrych ar ôl rhywun sydd â llawer o anghenion gofal. Nid yw pobl sy'n cael Lwfans Gofalwyr yn cael eu heffeithio gan y cap budd-daliadau (gweler tudalennau 11 i 12).

Pwy all hawlio

Efallai y cewch Lwfans Gofalwr os:

- ydych chi'n 16 oed neu hŷn
- os ydych chi'n gofalu am rywun am o leiaf 35 awr yr wythnos.

Rhaid bod yr unigolyn rydych yn gofalu amdano eisoes yn cael budd-daliadau

penodol - un o'r canlynol fel arfer:

- elfen byw'n ddyddiol Taliad Annibyniaeth Bersonol ar unrhyw gyfradd.
- elfen ofal y Lwfans Byw i'r Anabl ar y gyfradd ganol neu uwch
- Lwfans Gweini

Mae gennym fwy o wybodaeth ynghylch budd-daliadau ar gyfer pobl gydag anghenion gofal neu symudedd ar dudalennau 47 i 65.

Mae hefyd yn werth gwybod:

- nad oes yn rhaid i chi fod yn perthyn nac yn byw gyda'r sawl rydych yn gofalu amdano.
- gallwch fod yn gweithio, ond mae terfyn enillion wythnosol o £116 yr wythnos (ar ôl didyniadau penodol).
- ni allwch hawlio Lwfans Gofalwr os ydych yn astudio am 21 awr yr wythnos neu fwy.

Os ydych chi'n ofalwr ond heb fod yn gymwys i gael Lwfans Gofalwr, efallai y byddwch yn gallu gwneud cais am Gredyd Gofalwr (gweler tudalennau 73 i 75).

Budd-daliadau sy'n gorgyffwrdd

Mae Lwfans Gofalwr yn gorgyffwrdd â rhai budd-daliadau eraill, gan gynnwys:

- Pensiwn y Wladwriaeth
- Lwfans Anabledd Difrifol
- Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn seiliedig ar gyfraniadau
- Budd-dal Analluogrwydd
- Budd-daliadau profedigaeth
- Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar gyfraniadau.

Y rheol ar gyfer budd-daliadau sy'n gorgyffwrdd yw na ellir talu'r ddau fudd-dal i chi ar yr un pryd. Yn hytrach bydd yr un sy'n werth mwyaf yn cael ei dalu i chi.

Hyd yn oed os yw'r rheol hon yn golygu na chewch Lwfans Gofalwyr, efallai y bydd yn werth i chi wneud cais amdano. Y rheswm yw y byddai gennych wedyn yr hyn a elwir yn **'hawliad sylfaenol'** i'r budd-dal. Manteision hyn yw:

- Gallech gael premiwm gofalwr ychwanegol mewn unrhyw fudd-dal prawf modd y mae gennych hawl iddo. Gweler tudalen 72 am ragor o wybodaeth.
- Gallech hefyd gael credydau (gweler tudalennau 73 i 75) sy'n cyfrif tuag at Yswiriant Gwladol. Gall hyn warchod eich hawl i Bensiwn y Wladwriaeth neu fudd-daliadau eraill.
- Os bydd y budd-dal arall sy'n gorgyffwrdd yn dod i ben am unrhyw reswm, gallwch gael Lwfans Gofalwr ar unwaith heb orfod gwneud cais newydd.

Os ydych chi'n cael Lwfans Gofalwr, gall hyn effeithio ar y budd-daliadau sy'n cael eu hawlio gan y sawl rydych yn gofalu amdano. Mae'n syniad da i gael gair â chynghorydd hawliau lles ynghylch hyn. Gallant eich cynghori ynghylch beth fyddai'r budd-dal gorau i chi a'r person rydych yn gofalu amdanynt ei hawlio.

Faint y gallech ei gael

Mae Lwfans Gofalwr yn £62.70 yr wythnos.

Sut i hawlio

- Os ydych yn byw yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban, ffoniwch yr Uned Lwfans Gofalwyr ar **0345 608 4321**, ffôn testun **0345604 5312** neu ewch i gov.uk/carers-allowance
- Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon, ffoniwch y Disability and Carers Service ar **0300 123 3356**, ffôn testun **028 9031 1092** neu ewch i nidirect.gov.uk/articles/carers-allowance-how-claim Gallwch hefyd ofyn yn eich swyddfa Nawdd Cymdeithasol neu Swyddi a Budd-daliadau lleol.

Efallai bydd gofalwyr yn gallu cael cymorth ariannol arall hefyd. Am ragor o wybodaeth, siaradwch â chyngorydd hawliau lles drwy ein ffonio ar **0808 808 00 00**.

Y cap budd-daliadau

Ar 7 Tachwedd 2016, gwnaed newid i'r cap budd-daliadau. Nid yw bellach yn berthnasol i chi os ydych yn byw yng Nghymru, Lloegr, neu'r Alban ac:

- rydych yn cael (neu mae gennych hawl sylfaenol i) Lwfans Gofalwr
- rydych yn cael yr elfen gofalwr o'r Credyd Cynhwysol (gweler tudalennau 30 i 35).



Yng Ngogledd Iwerddon, roedd gofalwyr eisoes wedi'u heithrio o'r cap budd-dal cyn y newid hwn.

Gweler tudalennau 11 i 12 am fwy ynghylch y newidiadau i'r cap budd-dal.

Premiwm Gofalwr

Os ydych chi'n cael Lwfans Gofalwr (neu os oes gennych chi hawliad sylfaeno l iddo) a'ch bod yn cael budd-daliadau penodol eraill, efallai y gallwch gael y premiwm gofalwr hefyd. Mae hwn yn daliad ychwanegol y gellir ei ychwanegu at:

- Cymhorthdal Incwm
- Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar incwm
- Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn seiliedig ar incwm
- Budd-dal Tai
- Gostyngiad yn y Dreth Gyngor

Gellir hefyd ychwanegu taliadau ychwanegol am fod yn ofalwr at:

- Credyd Pensiwn (gelwir y taliad ychwanegol yr **ychwanegiad gofalwyr**)
- Credyd Cynhwysol (gelwir y taliad ychwanegol yr **elfen gofalwyr**).

I hawlio unrhyw rai o'r taliadau ychwanegol hyn ar gyfer gofalwyr, cysylltwch â'r gwasanaeth sy'n talu'r budd-daliadau i chi a dweud wrthynt eich bod yn cael Lwfans Gofalwr. Dylai'r taliad wedyn gael ei ychwanegu at unrhyw fudd-dal rydych yn ei gael.

Credyd Gofalwyr

Mae Credyd Gofalwr yn greddyd Yswiriant Gwladol i ofalwyr oedran gweithio. Mae'n helpu i ychwanegu at flynyddoedd cymhwyso ar gyfer Pensiwn y Wladwriaeth os na fyddwch yn gweithio.

Mae angen i chi dalu Yswiriant Gwladol i fod yn gymwys am Bensiwn y Wladwriaeth. Ond efallai na fydddech yn gweithio os ydych yn ofalwr, sy'n golygu efallai na fydddech yn talu Yswiriant Gwladol. Mae Credyd Gofalwyr yn golygu eich bod yn cael eich trin fel pe baech wedi talu Yswiriant Gwladol yn ystod yr amser yr oeddech yn gofalu.

Os byddwch yn cael Credyd Gofalwr, nid ydych yn cael arian mewn gwirionedd, ond mae'n diogelu eich hawl i gael Pensiwn y Wladwriaeth yn ddiweddarach yn eich bywyd.

Pwy all hawlio

I gael Credyd Gofalwyr, mae'n rhaid i chi ofalu am o leiaf un person am 20 awr neu fwy yr wythnos.

Fel arfer, rhaid i bob person rydych chi'n gofalu amdanynt fod yn cael un o'r budd-daliadau anabledd hyn:

- elfen byw'n feunyddiol Taliad Annibyniaeth Personol ar unrhyw gyfradd.
- elfen ofal y Lwfans Byw i'r Anabl ar y gyfradd ganol neu uwch
- Lwfans Gweini

Os nad yw'r person rydych yn gofalu amdanynt yn cael un o'r budd-daliadau hyn, efallai y gallwch chi gael Credyd Gofalwyr os gwnewch lenwi rhan **tystysgrif gofal** y ffurflen gais. Bydd yn rhaid iddi gael ei llofnodi gan weithiwr iechyd neu ofal iechyd proffesiynol.

Ai dyma'r un cywir i chi?

Nid oes yn rhaid i chi wneud cais am Gredyd Gofalwr os ydych chi eisoes yn cael budd-daliadau fel:

- Lwfans Gofalwr
- Cymhorthdal Incwm fel gofalwr (neu ar sail analluedd)
- Budd-dal Plant i blentyn o dan 12 oed.

Bydd y budd-daliadau hyn yn diogelu'n awtomatig eich hawliad i Bensiwn y Wladwriaeth.

Gallwch elwa ar Gredyd Gofalwr os ydych chi yn:

- gofalu am rywun am 20 i 35 awr yr wythnos
- helpu i ofalu am berson sâl neu anabl lle mae rhywun arall yn hawlio Lwfans Gofalwr am ofalu amdanynt
- gofalu am sawl unigolyn ond ddim yn gofalu am un person yn unig am 35 awr neu fwy yr wythnos
- gofalu am rywun yn ogystal â gwneud gwaith am dâl, ond nid ydych yn ennill digon i dalu Yswiriant Gwladol am y flwyddyn gyfan
- gofalu am rywun ac yn hunangyflogedig
- gofalu am rywun ac yn fyfyrwr llawn amser.

Sut i hawlio

- Os ydych yn byw yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban, ffoniwch yr Uned Lwfans Gofalwyr ar **0345 608 4321**, ffôn testun **0345604 5312** neu ewch i **gov.uk/carers-credit**
- Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon, ffoniwch y Disability and Carers Service ar **0300 123 3356**, ffôn testun **028 9031 1092** neu ewch i **nidirect.gov.uk/articles/carers-allowance-how-claim** Gallwch hefyd ofyn yn eich swyddfa Nawdd Cymdeithasol neu Swyddi a Budd-daliadau lleol.

Budd-daliadau Profedigaeth

Gellir talu budd-daliadau profedigaeth i rywun sydd wedi colli eu gŵr, gwraig neu bartner sifil.

Tan yn ddiweddar, roedd tri math o fudd-dal profedigaeth: Taliad Profedigaeth, Lwfans Profedigaeth, a Lwfans Rhiant Gweddw. Ond mae hyn bellach wedi newid.

O fis Ebrill 2017, bydd budd-dal newydd o'r enw **Taliad Cymorth Profedigaeth** yn dod yn lle'r hen fudd-daliadau profedigaeth ar gyfer unrhyw un sy'n gwneud hawliad newydd. I gael y budd-dal newydd hwn, mae'n rhaid i chi fod o dan oedran pensiwn gwladol (gweler tudalen 80) pan fu farw eich partner.

Os ydych yn hawlio'r budd-dal newydd hwn:

- Byddwch yn cael eich talu am 18 mis ar ôl marwolaeth eich gŵr, gwraig, neu bartner sifil. Mae hyn er mwyn helpu talu am gostau ychwanegol sy'n deillio o'u marwolaeth.
- Bydd y swm a gewch yn dibynnu ar y cyfraniadau Yswiriant Gwladol a wnaeth eich partner (gweler tudalen 9).
- Ni fydd y cap budd-daliadau yn effeithio arnoch (gweler tudalennau 11 i 12).

Os ydych eisoes yn hawlio Taliad Profedigaeth, Lwfans Profedigaeth neu Lwfans Rhiant Gweddw, ni fydd y newid hwn yn effeithio arnoch. Byddwch yn parhau i gael y budd-dal hwnnw yn yr un modd ag o'r blaen.

Faint y gallech ei gael

Cyfradd	Taliad dechreuol	Rhandaliadau misol (hyd at 18)
Heb blant	£2,500	£100
Gyda phlant	£3,500	£350

Cymorth arall

Gallwch hefyd gael help tuag at gostau angladd, os ydych chi'n cael budd-daliadau penodol. Siaradwch â chynghorydd hawliau lles am gyngor.

Sut i hawlio

Mae manylion am sut i hawlio budd-daliadau profedigaeth ar ffurflen BD8. Pan fyddwch yn cofrestru marwolaeth eich partner, dylai'r cofrestrydd roi'r ffurflen hon i chi. Os na chewch y ffurflen, gallwch ofyn amdani. Os oes cwest, gall y crwner hefyd roi'r wybodaeth hon i chi.



OS YDYCH WEDI CYRRAEDD OEDRAN PENSIWN

Pensiwn y Wladwriaeth	80
Credyd Pensiwn	83
Pensiynau preifat	85

Pensiwn y Wladwriaeth

Mae Pensiwn y Wladwriaeth yn daliad rheolaidd rydych yn ei gael gan y llywodraeth pan fyddwch yn cyrraedd oed penodol.

Oed Pensiwn y Wladwriaeth

Bydd yr oedran y gallwch gael Pensiwn y Wladwriaeth yn ddibynnol ar bryd cawsoch eich geni.

Ar hyn o bryd mae gwahanol oed Pensiwn y Wladwriaeth ar gyfer dynion a merched.

- Oed Pensiwn y Wladwriaeth i ddynion yw 65.
- Mae'r oedran Pensiwn Gwladol ar gyfer merched wedi bod yn codi'n raddol o 60 i 65. Bydd yn 63 mlwydd a 9 mis o Ebrill 2017. Bydd yn cyrraedd 65 erbyn Tachwedd 2018.

Gallwch wirio pryd y byddwch yn cyrraedd oedran Pensiwn y Wladwriaeth yn **[gov.uk/calculate-state-pension](https://www.gov.uk/calculate-state-pension)** neu trwy ffonio'r Ganolfan Future Pension Centre ar **0345 3000 168**.

Ar ôl Rhagfyr 2018, bydd oed Pensiwn y Wladwriaeth i ddynion a merched yn dechrau cynyddu fesul cam. Bydd yn cyrraedd:

- 66 erbyn Hydref 2020
- 67 rhwng 2026 a 2028.

Mae'r Pensiwn y Wladwriaeth newydd ar gyfer pobl sydd wedi cyrraedd oed Pensiwn y Wladwriaeth ar ôl 6 Ebrill 2016.

Mae Pensiwn y Wladwriaeth newydd wedi cael ei gyflwyno ar gyfer pobl sy'n cyrraedd oed Pensiwn y Wladwriaeth ar ôl 6 Ebrill 2016. Nod y newid hwn yw symleiddio Pensiwn y Wladwriaeth.

Fel arfer bydd angen i chi fod wedi talu Yswiriant Gwladol am o leiaf 10 mlynedd i gael unrhyw Bensiwn y Wladwriaeth, ac am hyd at 35 mlynedd i gael y Pensiwn y Wladwriaeth llawn newydd. Mae'r Pensiwn y Wladwriaeth newydd yn talu £159.55 yr wythnos. Bydd y swm a gewch yn dibynnu ar sawl blwyddyn yr ydych wedi talu Yswiriant Gwladol.

Does dim rhaid i chi hawlio'r Pensiwn y Wladwriaeth newydd pan fyddwch yn cyrraedd oed Pensiwn y Wladwriaeth. Trwy ddewis hawlio'n ddiweddarach, fe allech gael mwy o arian pan fyddwch yn ei hawlio.

Am ragor o wybodaeth, ewch i [gov.uk/new-state-pension](https://www.gov.uk/new-state-pension)

Os cyrhaeddoch oed Pensiwn y Wladwriaeth cyn 6 Ebrill 2016

Os cyrhaeddoch oed Pensiwn y Wladwriaeth cyn 6 Ebrill 2016, mae dwy ran i Bensiwn y Wladwriaeth:

- Pensiwn y Wladwriaeth **sylyfaenol**
- Pensiwn y Wladwriaeth **ychwanebol**.

I gael Pensiwn y Wladwriaeth sylyfaenol llawn, bydd angen i chi fod wedi talu Yswiriant Gwladol am o leiaf 30 o flynyddoedd. Os ydych chi wedi talu llai o Yswiriant Gwladol na hyn, efallai y byddwch yn dal i gael rhywfaint o Bensiwn y Wladwriaeth ond bydd y swm yn is.

Y swm uchaf o Bensiwn y Wladwriaeth sylyfaenol y gallwch ei gael ar hyn o bryd yw £122.30 yr wythnos. Gan ddibynnu ar faint o Yswiriant Gwladol rydych wedi ei dalu, efallai y medrwch gael mwy. Gelwir hwn yn Bensiwn y Wladwriaeth Ychwanebol.

Credyd Pensiwn

Mae Credyd Pensiwn yn fudd-dal ar gyfer pobl sydd wedi cyrraedd oedran penodol ac sydd ag incwm isel. I gael Credyd Pensiwn, os ydych yn ddynes neu'n ddyn, mae'n rhaid i chi fod wedi cyrraedd oedran cyfredol Pensiwn y Wladwriaeth. Bydd yn 63 mlwydd a 9 mis o Ebrill 2017. Mae'n codi'n raddol i gwrdd â'r oed Pensiwn y Wladwriaeth ar gyfer dynion (65) erbyn Tachwedd 2018.

Pwy all hawlio

Daw Credyd Pensiwn mewn dwy ran:

- Credyd Gwarant
- Credyd Cynilion.

Mae Credyd Gwarant yn cynyddu eich incwm wythnosol os yw'n is na swm penodol. Efallai y cewch daliadau ychwanegol os ydych yn ofalwr neu os oes gennych anabledd difrifol.

Bydd yr arian a enillwch yn cael ei wirio i weld os yw islaw swm penodol. Bydd peth o'r arian a enillwch yn cael ei anwybyddu. Fel arfer byddant yn anwybyddu:

- £5 yr wythnos i bobl sengl
- £10 yr wythnos i gyplau
- £20 yr wythnos i rai pobl eraill, fel rhai ag anabledau difrifol.

Mae hyn yn golygu y gallwch barhau i ennill arian o hyd a chael eich ystyried i fod ag incwm isel.

Mae **Credyd Cynilion** yn daliad wythnosol i bobl sydd wedi cynilo peth arian tuag at eu hymddeoliad (pensiwn personol, er enghraifft).

Os byddwch wedi cyrraedd oed Pensiwn y Wladwriaeth ar ôl 6 Ebrill 2016, efallai na fyddwch yn gallu cael y rhan Credyd Cynilion o'r Credyd Pensiwn.

Am ragor o wybodaeth neu i ganfod yr union ddyddiad pan gewch Bensiwn y Wladwriaeth a Chredyd Pensiwn, holwch gyngorydd hawliau lles neu ewch i [gov.uk/calculate-state-pension](https://www.gov.uk/calculate-state-pension)

Faint y gallech ei gael

Rhain yw'r cyfraddau Credyd Pensiwn o Ebrill 2017 i Ebrill 2018:

Cyfradd	Credyd Gwarant Wythnosol	Credyd Cynilion Wythnosol
Person sengl	Pa bynnag swm sydd ei angen i gynyddu eich incwm wythnosol i o leiaf £159.35	Hyd at £13.20
Cyplau	Pa bynnag swm sydd ei angen i gynyddu eich incwm wythnosol i o leiaf £243.25	Hyd at £14.90

Gallech gael mwy os ydych chi'n ofalwr, neu os oes gennych anabledd. Gallai Credyd Pensiwn hefyd roi hawl i chi i ychydig mwy o help gyda chostau tai (gweler tudalennau 87 i 97).

Sut i wneud cais

Ffoniwch linell hawlio'r Credyd Pensiwn ar **0800 99 1234**, ffôn testun **0800 169 0133** neu ewch i **gov.uk/pension-credit**

Pensiynau preifat

Efallai bod gennych chi bensiwn preifat y gallwch ei gael yn gynharach na'r bwriad oherwydd eich salwch. Gallai hwn roi taliad lwmp swm i chi, incwm misol neu'r ddau. Efallai bydd pensiynau preifat wedi eu trefnu trwy eich cyflogwr neu efallai byddwch wedi sefydlu pensiynau preifat.

Ers mis Ebrill 2015, mae mwy o opsiynau wedi dod i'r amlwg ar gyfer cael gafael ar arian o bensiynau preifat. Mae hyn yn golygu ei bod yn bwysig iawn cael cyngor ynghylch beth sydd orau ar gyfer eich sefyllfa chi.

Gall ein canllawiau ariannol roi canllaw, gwybodaeth a chymorth i chi yn y maes hwn. Ffoniwch ni ar **0808 808 00 00**.

Mae'r Llywodraeth hefyd yn cynnig arweiniad am ddim drwy Pension Wise. Gallwch fynd i **pensionwise.gov.uk** am ragor o wybodaeth. Mae'r gwasanaeth hwn yn cynnig arweiniad wyneb yn wyneb mewn rhai canolfannau Cyngor ar Bopeth.

Mae arweiniad dros y ffôn ar gael gan y Gwasanaeth Cynghori ar Bensiynau. Ffoniwch y Llinell Gymorth Pensiynau ar **0300 123 1047**. Os ydych yn hunangyflogedig, ffoniwch **0345 602 7021**.

Mae gennym fwy o wybodaeth yn ein llyfryn Pensiynau a allai fod o gymorth i chi. Ffoniwch ni ar **0808 808 00 00** neu ewch i **be.macmillan.org.uk** i archebu copi am ddim.



COSTAU TAI

Budd-dal Tai	88
Gostyngiad Treth y Cyngor yng Nghymru, Lloegr a'r Alban	92
Cymorth gyda threthi yng Ngogledd Iwerddon	93
Cymorth gyda llog morgais	95
Grantiau ar gyfer addasu eich cartref	96

Budd-dal Tai

Mae Budd-dal Tai yn helpu â'ch taliadau rhent os ydych chi ar incwm isel. Os ydych yn byw yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban, caiff ei dalu gan eich cyngor lleol. Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon, caiff ei dalu gan y Gweithrediaeth Tai.

Mae Budd-dal Tai'n cael ei ddisodli'n raddol gan yr elfen tai o'r Credyd Cynhwysol. Bydd pa fudd-dal y byddwch yn gwneud cais amdano'n dibynnu ar ble'r ydych yn byw ac ar eich sefyllfa. Cysylltwch â chyngorydd hawliau lles i gael rhagor o wybodaeth.

'Cysylltais â Macmillan a chefais help ganddynt i gael Budd-dal Tai llawn, sydd wedi gwneud fy sefyllfa ariannol yn llawer haws.'

Dimitri

Pwy all hawlio

Gallwch hawlio Budd-dal Tai os ydych yn byw mewn tai cymdeithasol, eiddo cymdeithas dai neu dai a rentir yn breifat.

Rhaid i chi:

- fod ar incwm isel
- fod â llai nag £16,000 mewn cynilion (oni bai eich bod yn cael Credyd Pensiwn)
- fod yn gyfrifol am dalu'r rhent.

Nid yw'r rhan fwyaf o fyfyrwyr llawn amser yn gymwys i gael Budd-dal Tai.

Os ydych yn byw mewn ardal ble mae Credyd Cynhwysol ar gael, efallai y dywedir wrthych wneud cais am hwnnw yn hytrach na Budd-dal Tai.

Faint y gallech ei gael

Bydd swm eich Budd-dal Tai'n dibynnu ar:

- ble rydych yn byw
- eich oedran
- pwy sy'n byw gyda chi
- nifer yr ystafelloedd gwely yn eich cartref
- eich incwm a'ch cynilion.
- cynilion ac incwm eich partner os oes gennych un
- unrhyw fudd-daliadau eraill rydych yn eu cael
- eich rhent.

Os ydych chi'n rhentu gan landlord preifat, bydd faint o Fudd-dal Tai y byddwch yn ei gael yn seiliedig ar gyfraddau'r Lwfans Tai Lleol. Mae'r rhain yn seiliedig ar gost rhentu yn eich ardal. Cysylltwch â'ch cyngor lleol neu Weithrediaeth Tai Gogledd Iwerddon am fwy o wybodaeth. Gweler tudalennau 152 i 153 am fanylion cyswllt.

Os yw eich rhent yn uwch na'r cyfraddau Lwfans Tai Lleol, bydd yn rhaid i chi dalu'r gwahaniaeth. Ond efallai byddwch yn gallu cael help trwy **Daliad Tai yn ôl Disgresiwn** (gweler tudalen 91). Os yw eich rhent yn is na'r cyfraddau Lwfans Tai Lleol, gallech gael y swm llawn o'ch rhent, ond dim mwy na'r swm hwnnw.

Terfynau yn achos pobl sengl 25 i 34 oed

Dim ond **cyfradd llety a rennir** Budd-dal Tai sydd ar gael i bobl sengl 25-34 oed sy'n rhentu gan landlord preifat.

Yn yr achos hwn, mae person sengl yn rhywun:

- nad yw'n byw â rhywun fel cwpl
- heb blant dibynnol.

Y gyfradd llety a rennir yw swm y Budd-dal Tai y byddech yn ei gael pe byddech yn rhentu ystafell sengl mewn tŷ a rennir. Mae'n seiliedig ar gost rhentu eiddo a rennir yn eich ardal. Hyd yn oed os nad ydych mewn tŷ a rennir ac yn rhentu lle ar eich pen eich hun, dim ond y gyfradd llety a rennir y byddwch yn ei chael.

Y rheol tan-ddeiliadaeth (treth ystafell wely)

Os ydych yn byw mewn tai cymdeithasol a bod eich cyngor neu Weithrediaeth Tai Gogledd Iwerddon yn penderfynu bod eich cartref yn rhy fawr ar gyfer eich anghenion, efallai caiff y Budd-dal Tai ei dalu ar gyfradd is. Gelwir hyn weithiau y **rheol tan-ddeiliadaeth** neu'n dreth ystafell wely. Mae hefyd yn berthnasol i'r elfen dai o'r Credyd Cynhwysol.

Ni fydd hwn yn effeithio arnoch os ydych yr oedran cymhwyso (neu hŷn) ar gyfer Credyd Pensiwn. Gweler tudalennau 83 i 84 am fwy o wybodaeth.

Os ydych angen ystafell wely ar gyfer gofalwr dros nos, efallai na fydd y dreth hon yn effeithio arnoch.

Siaradwch â chynghorydd hawliau lles os ydych chi'n credu y gallai'r dreth hon effeithio arnoch. Efallai y gallwch hawlio Taliad Tai yn ôl Disgresiwn i dalu costau'r dreth ystafell wely. Mae mwy o wybodaeth ynghylch hyn gyferbyn.



Yng Ngogledd Iwerddon, os yw eich Budd-dal Tai yn cael ei ostwng gan y rheol hon, byddwch yn cael **taliad atodol lles** i dalu'r gwahaniaeth. Gallwch ddod o hyd i fwy o wybodaeth yn **nidirect.gov.uk/articles/support-for-those-affected**

Y cap budd-daliadau

Efallai bydd y cap budd-dal yn effeithio ar faint o fudd-dal y gallech ei gael bob wythnos. Mae'r cap yn cynnwys Budd-dal Tai.

Am ragor o wybodaeth, gweler tudalennau 11 i 12 neu ffoniwch Linell Gymorth Macmillan ar **0808 808 00 00** i siarad â chynghorydd hawliau lles.

Taliadau Tai yn ôl Disgresiwn

Efallai na fydd Budd-Dal Tai yn talu eich rhent i gyd. Os ydych chi'n cael anhawster talu gweddill eich rhent, efallai y gallwch hawlio Taliad Tai yn ôl Disgresiwn gan eich cyngor lleol neu Weithrediaeth Tai Gogledd Iwerddon.

Rhoddir Taliadau Tai yn ôl Disgresiwn am gyfnod penodol o amser. Dylech gael gwybod pa mor hir y dyfernir y taliad i chi, a'r hyn sydd angen i chi ei wneud i'w hawlio eto.

Sut i hawlio

Os hoffech gael rhagor o wybodaeth am Fudd-dal Tai neu sut i wneud cais amdano, cysylltwch â'ch cyngor lleol neu Weithrediaeth Tai Gogledd Iwerddon (gweler tudalen 153). Os ydych yn hawlio Cymhorthdal Incwm neu Lwfans Ceisio Gwaith hefyd, mae'r broses ymgeisio ar gyfer y budd-daliadau hyn yn cynnwys cwestiynau ynglŷn â hawlio Budd-dal Tai.

Dylech allu dod o hyd i fanylion cyswllt eich cyngor lleol yn eich llyfr ffôn, neu trwy ymweld ag un o'r gwefannau a restrir ar dudalen 152 i 153.

Gostyngiad Treth y Cyngor yng Nghymru, Lloegr a'r Alban

Mae gostyngiad yn y dreth gyngor wedi'i gyflwyno i ddisodli Budd-dal Treth y Cyngor. Gall y cynlluniau helpu tuag at gost eich treth gyngor os ydych ar incwm isel.



Mae cynlluniau gostyngiad treth gyngor yn wahanol ar draws y DU.

- Yn Lloegr, mae gan bob cyngor ei gynllun gostwng y dreth gyngor ei hun. Bydd y cymorth sydd ar gael yn ddibynnol ar ble'r ydych yn byw.
- Yn yr Alban a Chymru, mae cynlluniau cenedlaethol gostyngiad treth y cyngor. Mae'r cymorth sydd ar gael yn debyg ar draws pob gwlad.

Mewn rhai ardaloedd, mae gan gynghorau hefyd gynlluniau lle gallant ddewis cynnig cymorth ychwanegol gyda threth y cyngor. Weithiau gelwir y rhain yn gronfeydd â disgresiwn ar gyfer treth y cyngor. Yn yr ardaloedd hyn, efallai bydd yn bosibl cael taliad ychwanegol i helpu gyda'ch treth y cyngor, yn ychwanegol at y cynllun gostyngiad treth y cyngor arferol. Mae gwahanol enwau ar y cynlluniau â disgresiwn hyn mewn gwahanol ardaloedd.

Sut i hawlio

Cysylltwch â'ch cyngor lleol i holi pa gymorth maent yn ei gynnig. Dylech allu dod o hyd i fanylion cyswllt eich cyngor lleol yn eich llyfr ffôn, neu trwy ymweld ag un o'r gwefannau a restrir ar dudalen 152 i 153.

Cymorth gyda threthi yng Ngogledd Iwerddon

Os na allwch fforddio talu eich bil treth, cysylltwch â'r Gwasanaethau Tir ac Eiddo cyn gynted â phosibl ar **0300 200 7801**.

Cyn galw, gwnewch restr o'r holl arian sy'n dod i mewn gennych (eich incwm). Dylech hefyd wneud rhestr ar gyfer unrhyw un sy'n byw gyda chi. Dylai'r rhestr gynnwys unrhyw daliadau budd-dal. Mae gwahanol opsiynau ar gael i'ch helpu i dalu eich bil treth, gan gynnwys Budd-dal Tai a Gostyngiad ar y Dreth. Ewch i **nidirect.gov.uk** i ddarganfod mwy.



WILTSHIRE
POLICE

Cymorth gyda llog morgais

Efallai y gallwch gael help ychwanegol gyda thaliadau llog ar eich morgais os ydych yn hawlio:

- Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn seiliedig ar incwm
- Cymhorthdal Incwm
- Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar incwm
- Credyd Pensiwn
- Credyd Cynhwysol

Mae'r budd-daliadau hyn hefyd yn talu costau tai eraill, fel taliadau gwasanaeth a rhent tir. Os oes gennych y costau hyn, dylech wneud cais am help trwy eich budd-dal.

Ers Ebrill 2016, mae cyfnod aros o 39 wythnos (tua naw mis) cyn hawlio'r budd-daliadau rydym wedi eu rhestru am y tro cyntaf a gallu cael mynediad at yr help ychwanegol gyda chostau tai.

O Ebrill 2018, bydd y modd y bydd llog ar forgeisi yn cael ei dalu yn newid. Bydd yn newid o fudd-dal i fenthyciad hir-dymor. Os ydych yn hawlio cymorth gyda llog morgais, fe gysylltir â chi ynghylch y tâl hwn. Gallwch siarad â'n cynghorwyr hawliau lles am ragor o wybodaeth.

Grantiau ar gyfer addasu eich cartref

Gall cynghorau lleol Weithrediaeth Tai Gogledd Iwerddon roi cymorth ariannol i chi os ydych angen trwsio, gwella neu addasu eich cartref oherwydd rhesymau iechyd. Er enghraifft, os byddwch angen gosod lifft grisiau neu ramp.



Mae grantiau ar gyfer addasiadau i'r cartref yn amrywio ledled y DU.

- Yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon, gelwir y grantiau hyn yn Grantiau Cyfleusterau'r Anabl. Os ydych yn byw yng Nghymru neu Loegr, ewch i [gov.uk/disabled-facilities-grants](https://www.gov.uk/disabled-facilities-grants) Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon, ewch i [nihe.gov.uk/disabled_facilities_grant](https://www.nihe.gov.uk/disabled_facilities_grant)
- Yn yr Alban cysylltwch â'ch cyngor lleol i holi pa gymorth maent yn ei gynnig. Mae'r manylion cyswllt yn eich llyfr ffôn neu yn [cosla.gov.uk/councils](https://www.cosla.gov.uk/councils)

Mae yna hefyd grantiau i'ch helpu i wella'r systemau gwresogi a'r insiwleiddio yn eich cartref. Mae'r rhain yn bennaf ar gyfer pobl sy'n anabl, ar incwm isel, neu dros 60 oed. Mae gennym fwy o wybodaeth yn ein taflen **Managing your energy costs**.

Mae gennym hefyd fwy o wybodaeth am help gyda chostau tai yn ein llyfryn **Housing costs**. Ffoniwch ni ar **0808 808 00 00** neu ewch i [be.macmillan.org.uk](https://www.be.macmillan.org.uk) i archebu ein gwybodaeth.

Sut i hawlio

Os ydych yn byw yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban, cysylltwch â'ch cyngor lleol. Dylech allu dod o hyd i fanylion cyswllt yn eich llyfr ffôn, neu trwy ymweld ag un o'r gwefannau a restrir ar dudalen 152 i 153.

Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon, cysylltwch â Gweithrediaeth Tai Gogledd Iwerddon (gweler tudalen 153).

Prescription In



COSTAU IECHYD

Presgripsiynau	100
Wigiau a chymhorthion ffabrig	102
Archwiliadau a thriniaethau deintyddol	104
Triniaeth llygaid	106
Cynllun Incwm Isel	108
Cyfarpar i'ch helpu yn y cartref	110
Nwyddau a gwasanaethau sy'n rhydd o TAW	112
Taliadau cartref nyrsio	113

Presgripsiynau



Mae'r help y gallwch ei gael i dalu am bresgripsiynau yn wahanol ar draws y DU.

Yn Lloegr, mae presgripsiynau am ddim ar gyfer pobl gyda chanser. Os ydych angen presgripsiynau ar gyfer pethau sy'n gysylltiedig â chanser neu ei effeithiau, gallwch wneud cais am dystysgrif eithriad. Bydd angen i chi gael ffurflen FP92A o feddygfa eich meddyg teulu neu glinig oncoleg.

Yng Nghymru, yr Alban a Gogledd Iwerddon, mae presgripsiynau am ddim.

Presgripsiynau i bobl nad ydynt â chanser yn Lloegr

Os ydych chi'n ofalwr neu rywun sy'n cael triniaeth nad yw'n gysylltiedig â chanser, gallwch gael presgripsiynau am ddim os ydych yn cwrdd ag un o'r meini prawf hyn:

- Rydych yn 60 neu'n hŷn
- Rydych o dan 16, neu o dan 19 ac mewn addysg llawn amser
- Rydych yn glaf mewn ysbyty'r GIG
- Rydych yn feichiog neu wedi cael babi yn y 12 mis diwethaf (bydd yn rhaid i chi gael tystysgrif eithrio MatEx - gall eich meddyg, bydwraig neu ymwelydd iechyd eich helpu i wneud cais am hwn)
- Rydych yn cael pensiwn rhyfel dilys ac angen presgripsiynau ar gyfer eich anableded rhyfel
- Mae eich incwm wythnosol yn ddigon isel (gweler manylion o'r Cynllun Incwm Isel ar dudalennau 108 i 109)

- Mae gennych hawl i dystysgrif eithriad treth ddilys y GIG, neu wedi'ch enwi ar un.
- Rydych wedi'ch cynnwys mewn dyfarniad Cymhorthdal Incwm; elfen gwarant Credyd Pensiwn; Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar incwm, neu Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn seiliedig ar incwm
- Rydych yn cael Credyd Cynhwysol ac yn cyrraedd meini prawf penodol
- Mae gennych anabledd corfforol tymor hir sy'n eich rhwystro rhag gadael y tŷ heb gymorth rhywun arall, a hefyd gyda thystysgrif eithriad meddygol dilys
- Mae gennych gyflyrau iechyd penodol eraill (gweler [nhs.uk/NHSEngland/healthcosts](https://www.nhs.uk/NHSEngland/healthcosts) am restr gyflawn) a'ch bod wedi cael ffurflen FP92A gan eich meddyg.

Bydd angen i chi ddangos tystiolaeth i'ch fferylllydd eich bod yn gymwys i dderbyn presgripsiynau am ddim.

Tystysgrif rhagdalau presgripsiynau yn Lloegr

Os ydych chi'n byw yn Lloegr a heb fod yn gymwys i gael presgripsiynau am ddim, efallai y byddai'n werth i chi brynu tystysgrif rhagdalau am dri mis neu flwyddyn. Bydd hyn yn arbed arian i chi os oes angen un o'r canlynol arnoch:

- mwy na phedwar presgripsiwn mewn tri mis
- mwy na 14 presgripsiwn mewn blwyddyn.

Gallwch brynu tystysgrif dros y ffôn gan ddefnyddio cerdyn credyd neu ddebyd. Ffoniwch Awdurdod Gwasanaethau Busnes y GIG ar **0300 330 1341**. Gallwch hefyd brynu'r dystysgrif ar-lein yn [gov.uk/get-a-ppc](https://www.gov.uk/get-a-ppc)

Bydd angen i chi ddangos eich tystysgrif rhagdaliad presgripsiwn i'r fferylllydd pan ewch i nôl eich presgripsiwn.

Wigiau a chymhorthion ffabrig



Mae'r help y gallwch ei gael i dalu am wigiau a chymhorthion ffabrig yn wahanol ar draws y DU.

Yng Nghymru a Gogledd Iwerddon, mae wigiau a chymhorthion ffabrig am ddim i bawb. Mae trefniadau arbennig ar gyfer cleifion sydd wedi'u cofrestru gyda meddygon teulu yng Nghymru ond sy'n cael triniaeth yn Lloegr.

Yn Lloegr a'r Alban gallwch hefyd fod yn gymwys i gael wigiau neu gymhorthion ffabrig am ddim gan y GIG os ydych yn cwrdd ag un o'r meini prawf hyn:

- Rydych o dan 16, neu o dan 19 ac mewn addysg llawn amser
- Rydych yn cael pensiwn rhyfel dilys ac angen yr eitemau ar gyfer eich anaf rhyfel
- Rydych yn glaf mewn ysbyty pan roddir y wig neu gymorth ffabrig i chi.
- Mae eich incwm wythnosol yn ddigon isel (gweler manylion o'r Cynllun Incwm Isel ar dudalennau 108 i 109)
- Mae gennych hawl i dystysgrif eithriad treth ddilys y GIG, neu wedi'ch enwi ar un.

Gallech hefyd fod yn gymwys od ydych yn cael:

- Cymhorthdal Incwm
- elfen gwarant Credyd Pensiwn; Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar incwm, neu Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn seiliedig ar incwm
- Credyd Cynhwysol (os ydych yn cwrdd â meini prawf penodol)

Gall rhai ysbytai yn Lloegr a'r Alban dalu costau wigiau i gleifion allanol sy'n cael cemotherapi. Siaradwch â'ch fîm gofal iechyd am ragor o wybodaeth.

Os oes hawl gennych i gael wigiau neu gymhorthion ffabrig am ddim, bydd angen i chi ddweud hynny wrth y sawl sy'n ei osod. Bydd angen i chi ddangos tystiolaeth eich bod yn gymwys, er enghraifft, y llythyr sy'n dangos pa fudd-daliadau rydych yn eu cael.

Os nad ydych yn gymwys i gael wigiau a chymhorthion ffabrig am ddim, efallai y byddwch yn gallu hawlio'r TAW yn ôl ar yr eitemau hyn. Ffoniwch linell gymorth TAW CTEM ar **0300 200 3700** neu ffôn testun **0300 200 3719**. Gallwch hefyd ymweld â [gov.uk/guidance/vat-exemption-and-partial-exemption](https://www.gov.uk/guidance/vat-exemption-and-partial-exemption)



Archwiliadau a thriniaethau deintyddol

Archwiliadau deintyddol



Mae help gyda chost gofal deintyddol yn wahanol ar draws y DU.

- Yn Lloegr, mae cost am archwiliadau deintyddol y GIG. Efallai byddwch yn gymwys i gael archwiliad am ddim os ydych chi'n cwrdd ag neu fwy o'r meini prawf. Mae gennym fwy o wybodaeth ynghylch y meini prawf ar gyfer triniaeth ac archwiliadau deintyddol am ddim. Ffoniwch ni ar **0808 808 00 00**.
- Yn yr Alban, mae archwiliadau deintyddol y GIG am ddim i bawb.
- Yng Nghymru, mae archwiliadau deintyddol y GIG am ddim os ydych o dan 25 oed neu'n hŷn na 60.
- Yng Ngogledd Iwerddon, efallai bydd gennych hawl i driniaeth ddeintyddol y Gwasanaeth Iechyd am ddim os ydych ar incwm isel. Ewch i **nidirect.gov.uk** am wybodaeth ynghylch cymorth gyda chostau gofal iechyd.

Triniaeth ddeintyddol



Yng Nghymru, Lloegr a'r Alban, efallai byddwch yn gymwys am driniaeth ddeintyddol a dannedd gosod am ddim ar y GIG. Mae angen i chi gwrdd ag un neu fwy o'r meini prawf a restrir yma pan fo'r driniaeth ddeintyddol yn dechrau:

- Rydych o dan 18, neu o dan 19 ac mewn addysg llawn amser
- Rydych yn feichiog neu wedi cael babi yn y 12 mis diwethaf (bydd yn rhaid i chi gael tystysgrif eithrio MatEx neu dystysgrif mamolaeth MATB1 - siaradwch â'ch meddyg, bydwaig neu ymwelydd iechyd)
- Rydych yn derbyn pensiwn rhyfel dilys ac angen triniaeth ar gyfer eich anaf rhyfel
- Rydych yn glaf mewn ysbyty'r GIG a bod y driniaeth yn cael ei chyflawni gan ddeintydd yr ysbyty
- Rydych yn glaf allanol mewn gwasanaeth deintyddol yn ysbyty'r GIG (gall fod tâl am ddannedd gosod a phontydd)
- Mae eich incwm wythnosol yn ddigon isel (mae gennym fwy o wybodaeth am y Cynllun Incwm Isel ar dudalennau 108 i 109)
- Rydych yn cael Cymhorthdal Incwm, elfen gwarant Credyd Pensiwn; Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar incwm, neu Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn seiliedig ar incwm
- Rydych yn cael Credyd Cynhwysol ac yn cyrraedd meini prawf penodol
- Mae gennych hawl i dystysgrif eithriad treth ddilys y GIG, neu wedi'ch enwi ar un.

Bydd angen i chi ddangos i'ch deintydd y dystiolaeth eich bod yn gymwys, er enghraifft, y llythyr sy'n dangos pa fudd-daliadau rydych yn eu cael.

Yn Lloegr, mae ateb un o'r meini prawf hyn yn golygu hefyd y gallwch gael eich archwiliad am ddim.

Triniaeth llygaid



Mae help gyda chost profion llygaid yn wahanol ar draws y DU.

Mae profion llygaid am ddim i bawb yn yr Alban.

Rydych yn gymwys am brofion llygad GIG am ddim yng Nghymru a Lloegr, a phroffion llygad Gwasanaeth Iechyd yng Ngogledd Iwerddon os ydych yn cwrdd ag un o'r meini prawf a restrir yma:

- Rydych o dan 16, neu o dan 19 ac mewn addysg llawn amser
- Rydych yn 60 neu'n hŷn
- Rydych wedi'ch cofrestru'n ddall neu'n rhannol ddall
- Rydych wedi cael diagnosis o ddiabetes neu glawcoma
- Rydych yn 40 neu'n hŷn ac yn rhiant, yn frawd, yn chwaer neu'n blentyn i rywun â glawcoma
- Mae eich prawf llygaid yn cael ei wneud drwy adran llygaid yr ysbyty
- Rydych yn cael pensiwn rhyfel dilys a bod gennych broblemau â'ch golwg o ganlyniad i'ch anaf rhyfel
- Mae eich incwm yn ddigon isel (mae gennym fwy o wybodaeth am y Cynllun Incwm Isel ar dudalennau 108 i 109)
- Rydych angen lensys cymhleth neu bwerus
- Rydych yn cael Cymhorthdal Incwm, elfen gwarant Credyd Pensiwn; Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar incwm, neu Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn seiliedig ar incwm
- Rydych yn cael Credyd Cynhwysol ac yn cyrraedd meini prawf penodol
- Mae gennych hawl i dystysgrif eithriad treth ddilys y GIG, neu wedi'ch enwi ar un.

Os ydych chi'n byw yng Nghymru, Lloegr, yr Alban neu Ogledd Iwerddon, rydych yn gymwys i gael talebau tuag at gost sbectol neu lensys cyffwrdd os ydych yn cwrdd ag un o'r meini prawf hyn:

- Rydych o dan 16, neu o dan 19 ac mewn addysg llawn amser
- Rydych angen lensys cymhleth neu bwerus
- Mae eich incwm wythnosol yn ddigon isel (gweler manylion o'r Cynllun Incwm Isel ar dudalennau 108 i 109)
- Rydych yn cael Cymhorthdal Incwm, elfen gwarant Credyd Pensiwn; Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar incwm, neu Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn seiliedig ar incwm
- Rydych yn cael Credyd Cynhwysol ac yn cyrraedd meini prawf penodol
- Mae gennych hawl i dystysgrif eithriad treth ddilys y GIG, neu wedi'ch enwi ar un.

Gellir defnyddio'r talebau gydag unrhyw optegydd. Bydd angen i chi ddangos tystiolaeth eich bod yn gymwys, er enghraifft, unrhyw lythyrau sy'n dangos pa fudd-daliadau rydych yn eu cael.

Cynllun Incwm Isel

Mae'r cynllun hwn yn helpu pobl ar incwm isel i allu fforddio eu costau iechyd. Caiff ei redeg gan y GIG yng Nghymru, Lloegr a'r Alban a gan y Gwasanaeth Iechyd yng Ngogledd Iwerddon.

Mae'r cynllun yn cynnwys help gyda:

- presgripsiynau
- triniaeth ddeintyddol
- wigiau a chymhorthion ffabrig
- profion llygaid, sbectol a lensys cyffwrdd
- teithio i gael triniaeth.

Ni allwch fod yn gymwys os oes gennych fwy na £16,000 mewn cynilion, oni bai eich bod yn byw mewn cartref gofal yn barhaol. Os ydych yn byw mewn cartref gofal, y terfyn cynilion yw £23,250 yn Lloegr, yr Alban a Gogledd Iwerddon. Yng Nghymru, y terfyn cynilion yw £24,000.

Sut i hawlio

- Os ydych yn byw yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban, ffoniwch **0300 330 1343** a gofyn am ffurflen HC1, neu ewch i **www.nhsbsa.nhs.uk/healthcosts** Gallwch hefyd gael ffurflen HC1 oddi wrth eich ysbyty GIG neu Ganolfan Byd Gwaith lleol.
- Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon, lawrlwythwch y ffurflen HC1 o **nidirect.gov.uk/articles/help-with-health-costs** Gallwch hefyd gael ffurflen HC1 oddi wrth eich swyddfa Swyddi a Budd-daliadau neu Nawdd Cymdeithasol lleol.

Efallai y byddwch yn gallu cael ffurflen HC1 gan eich meddyg teulu, deintydd neu optegydd.

Os ydych chi eisoes wedi talu'r costau gofal iechyd hyn, gallwch ddefnyddio ffurflen HC5 i hawlio ad-daliad os gwnewch hynny o fewn tri mis. Rhaid i chi gael y dderbynneb berthnasol (megis ffurflen FP57 ar gyfer presgripsiynau).



Cyfarpar i'ch helpu yn y cartref

Efallai byddwch angen cyfarpar arbennig neu gymhorthion i'ch helpu i ymdopi gartref. Er enghraifft, sedd toiled uwch neu reiliau llaw. Os yw eich meddyg neu nyrs yn cytuno eich bod angen cyfarpar, gallant eich atgyfeirio at weithiwr cymdeithasol a all ei gael i chi. Neu gallwch gysylltu â'ch gwasanaethau cymdeithasol lleol neu'r adran gwaith cymdeithasol yn uniongyrchol. Gallant drefnu bod gweithiwr cymdeithasol neu therapydd galwedigaethol yn asesu'ch anghenion. Efallai byddant yn gallu cyflenwi'r hyn rydych ei angen am ddim.

Gallwch hefyd gael cyngor a gwybodaeth gyffredinol ar bob math o offer gan Sefydliad Byw i'r Anabl (gweler tudalen 154 am fanylion).

Os ydych yn cael anhawster defnyddio cludiant cyhoeddus, mae cynlluniau cludiant cymunedol a all helpu. Mae mwy o wybodaeth ar dudalennau 130 i 132.



Nwyddau a gwasanaethau sy'n rhydd rhag TAW

Os oes gennych chi salwch tymor hir neu os ydych chi wedi'ch cofrestru'n anabl nid oes yn rhaid i chi dalu TAW ar rai nwyddau penodol. Mae'r rhain yn nwyddau sydd wedi'u dylunio neu eu haddasu ar gyfer eich defnydd personol neu ddomestig chi.

Er enghraifft, efallai na fydd yn rhaid i chi dalu TAW ar eitemau i'ch helpu i symud o gwmpas: Gallai'r rhain gynnwys:

- ceir
- gwelyau y gellir eu haddasu
- lifftiau grisiau
- cadeiriau olwyn
- cyfarpar meddygol i helpu ag anafiadau difrifol
- larymau
- papur Braille neu gymhorthion i rai byr eu golwg (ond nid sbectolau neu lensys cyffwrdd)
- gwaith adeiladu fel lledu drysau neu osod rampiau, lifftiau neu doiledau.

Am fwy o wybodaeth, ewch i [gov.uk/financial-help-disabled/vat-relief](https://www.gov.uk/financial-help-disabled/vat-relief) neu ffoniwch **0300 200 3700**.

Taliadau cartref nyrsio

Dylai pobl sy'n talu eu ffioedd cartref nyrsio eu hunain holi i weld a oes ganddynt hawl i gael cymorth ariannol. Siaradwch â'ch gweithiwr gofal iechyd proffesiynol neu ffoniwch Linell Gymorth Macmillan ar **0808 808 00 00**.





ANGHENION PLANT

Gofalu am blant	116
Lwfans Byw i'r Anabl ar gyfer plant	119
Costau ysgol ac addysg	121

Gofalu am blant

Credyd Treth Plant

Mae Credyd Treth Plant yn fudd-dal i helpu gyda'r gost o ofalu am blant.

Mae Credydau Treth yn cael ei ddisodli'n raddol gan Gredyd Cynhwysol. Bydd y budd-dal y dylech wneud cais amdano'n dibynnu ar ble'r ydych yn byw ac ar eich sefyllfa. Siaradwch â chynghorydd hawliau lles am gyngor.

Pwy all hawlio

Gallwch hawlio os ydych chi'n 16 oed neu hŷn Mae'n rhaid i chi a'ch partner, os oes gennych un, ennill llai na swm penodol. Nid oes ots os ydych yn gweithio ai peidio.

Mae'n rhaid i chi fod yn gyfrifol am:

- blentyn o dan 16 oed
- berson ifanc 16 i 19 mlwydd oed sydd fel arfer yn byw gyda chi. Mae'n rhaid iddynt fod mewn addysg neu hyfforddiant llawn amser. Nid yw hyn yn cynnwys addysg uwch fel prifysgol, neu hyfforddiant y telir amdano gan gyflogwr.

Os ydych yn byw mewn ardal ble mae'r Credyd Cynhwysol wedi cael ei gyflwyno, gallwch hawlio hwnnw yn ei le.

Yr hyn y gallech ei gael

Bydd faint a gewch o'r Credyd Treth Plant yn dibynnu ar eich sefyllfa. Gallai gynnwys:

- Taliad ar gyfer pob plentyn o hyd at £2,780 y flwyddyn. Gelwir hyn yr **elfen plentyn**. Os ydych yn gwneud hawliad newydd ar ôl Ebrill 2017, fel arfer byddwch yn cael yr elfen plentyn ar gyfer hyd at ddau o blant yn unig.
- Taliad ychwanegol ar gyfer pob plentyn o hyd at £3,140 y flwyddyn.
- Taliad ychwanegol ar gyfer pob plentyn ag anabledde difrifol o hyd at £1,275 y flwyddyn.

Sut i hawlio

Ffoniwch linell gymorth credydau treth CTEM ar **0345 300 3900** neu ffôn testun **0345 300 3909**.

Costau gofal plant

Efallai y cewch help gyda chost gofal plant a gymeradwywyd trwy'r Credyd Treth Gwaith. Bydd faint a gewch yn dibynnu ar faint yr ydych yn ennill. Y mwyaf y gallwch ei gael yw £122.50 yr wythnos ar gyfer un plentyn, neu £210 yr wythnos ar gyfer dau neu fwy o blant. Gallwch ddarganfod mwy yn [gov.uk/help-with-childcare-costs](https://www.gov.uk/help-with-childcare-costs)

Os ydych yn cael Budd-dal Tai (gweler tudalennau 88–91), gellir ystyried rhai o'ch costau gofal plant.

Talebau gofal plant a chymorth cyflogwyr

Efallai y bydd angen i chi drefnu gofal plant tra byddwch yn mynd i apwyntiadau, yn cael triniaeth neu'n delio ag unrhyw sgîl-ffeithiau. Mae gwahanol ffyrdd o gael help tuag at y costau hyn.

Os ydych chi'n gweithio, efallai y bydd eich cyflogwr yn gadael i chi dalu am ofal plant gyda thalebau gofal plant. Mae hyn yn golygu eich bod yn talu am ofal plant drwy eich cyflog, ond cyn didynnu treth ac Yswiriant Gwladol. Bydd hyn yn arbed arian i chi. Mae rhai cyflogwyr yn talu costau gofal plant yn uniongyrchol neu ddarparu meithrinfa yn y gweithle.

Os ydych i ffwrdd o'r gwaith dros dro ac yn cael tâl salwch, efallai byddwch yn parhau i gael talebau gofal plant neu gymorth arall. Gallai hyn fod yn rhan o'ch contract neu oherwydd bod gennych gyflogwr sympathetig. Holwch eich adran Adnoddau Dynol yn eich gwaith ynglŷn â chael help â chostau gofal plant yn ystod absenoldeb salwch. I gael mwy o wybodaeth gyffredinol ynghylch talebau gofal plant, ewch i **[gov.uk/childcare-costs-for-tax-credits](https://www.gov.uk/childcare-costs-for-tax-credits)**

Efallai y gallwch hefyd gael help gyda gofalu am blant. Gallai hyn fod oddi wrth:

- gwasanaethau cymdeithasol - cysylltwch â'ch cyngor lleol yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban, neu'r Ymddiriedolaeth Iechyd a Gofal Cymdeithasol yng Ngogledd Iwerddon.
- elusennau fel Home-Start - ewch i **[home-start.org.uk](https://www.home-start.org.uk)**
- teulu a ffrindiau.

Gall oriau gweithio hyblyg hefyd helpu, os yw hynny'n bosibl i chi.

Lwfans Byw i'r Anabl ar gyfer plant

Mae Lwfans Byw i'r Anabl (DLA) ar gyfer plant yn fudd-dâl a allai helpu gyda chost plentyn gydag anabledd.

Efallai byddwch yn gallu hawlio Lwfans Byw i'r Anabl ar gyfer plant os yw eich plentyn:

- o dan 16 oed
- yn cael anhawster cerdded neu angen gofal ychwanegol (mwy na phlentyn o'r un oedran sydd heb anabledd).

Mae dwy ran i'r DLA ar gyfer plant:

- yr **elfen gofal** – i helpu gyda chostau gofal ychwanegol.
- yr **elfen symudedd** – i helpu gyda goruchwyllo plentyn sy'n symud o gwmpas tu allan.

Yr hyn y gallech ei gael

Caiff pob elfen ei thalu yn wythnosol, ar gyfradd isel, canolig neu uchel, yn amodol ar anghenion eich plentyn.

Cyfradd	Elfen gofal	Elfen symudedd
Isaf	£22	£22
Canol	£55.65	Amherthnasol
Uchaf	£83.10	£58

Sut i hawlio

- Os ydych yn byw yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban, ewch i **[gov.uk/disability-living-allowance-children/how-to-claim](https://www.gov.uk/disability-living-allowance-children/how-to-claim)** Gallwch hefyd alw'r llinell gymorth Lwfans Byw i'r Anabl ar **0345 712 3456** a gofyn iddynt anfon ffurflen atoch.
- Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon, gallwch lawrlwytho neu argraffu'r ffurflen gais o **nidirect.gov.uk/articles/disability-living-allowance-children** Gallwch hefyd alw'r Gwasanaeth Anabledd a Gofalwyr ar **0300 123 3356** a gofyn iddynt anfon pecyn hawlio atoch.

Costau ysgol ac addysg

Cinio ysgol am ddim



Mae gwahanol reolau ynghylch prydau ysgol am ddim ar draws y DU.

- Yn Lloegr, mae prydau ysgol am ddim ar gael i bob plentyn sydd yn ysgol y wladwriaeth pan fyddant yn y flwyddyn dderbyn, blwyddyn un a blwyddyn dau.
- Yn yr Alban, mae prydau ysgol am ddim ar gael i bob plentyn ym mlynnyddoedd un, dau a thri mewn ysgolion cynradd.
- Yng Nghymru, mae gan bob plentyn ysgol gynradd hawl i gael brechwast ysgol am ddim.
- Yng Ngogledd Iwerddon, cysylltwch â'r Awdurdod Addysg yn eich rhanbarth i ganfod os yw eich plentyn yn gymwys a sut i wneud cais.

Yng Nghymru, Lloegr a'r Alban, mae prydau ysgol am ddim ar gael i bob plentyn os yw eu rhieni neu ofalwyr yn cael budd-daliadau penodol. Mae'r rhain yn cynnwys:

- Credyd Cynhwysol (os ydych yn cwrdd â meini prawf penodol)
- Cymhorthdal Incwm
- Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn seiliedig ar incwm, Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar incwm neu'r elfen gwarant o'r Credyd Pensiwn
- Credyd Treth Plant (mewn rhai achosion)
- Parhad Credyd Treth Gwaith (a delir am bedair wythnos ar ôl i chi roi'r gorau i fod yn gymwys am Gredyd Treth Gwaith).

Cysylltwch â'ch cyngor lleol i weld a yw eich plentyn yn gymwys a sut i wneud cais. Gweler tudalennau 152 i 153 am fanylion.

Dillad ysgol



Mae llawer o gynghorau lleol yn rhoi grantiau dillad ysgol i deuluoedd ar incwm isel.

Yng Ngogledd Iwerddon, mae gan ddisgyblion hawl i grant gwisg ysgol os yw eu rhieni neu ofalwyr yn cael Cymhorthdal Incwm, Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar incwm, Lwfans Cyflogaeth a Chymorth sy'n seiliedig ar incwm, credyd â gwarant y Credyd Pensiwn neu Gredyd Treth Plant (mewn achosion penodol). Am fwy o wybodaeth, cysylltwch â'r Awdurdod Addysg. Ewch i **eani.org.uk**

Yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban, cysylltwch â'ch cyngor lleol i ddarganfod pa help sydd ar gael yn eich ardal a sut i wneud cais amdano. Gweler tudalennau 152 i 153 am fanylion.

Costau cludiant ysgol

Efallai byddwch yn gallu cael help gyda chostau teithio i'r ysgol oddi wrth eich ysgol leol, coleg, cyngor neu'r Awdurdod Addysg yng Ngogledd Iwerddon. Cysylltwch â nhw am fwy o fanylion.

Lwfans Cynhaliaeth Addysg



Dim ond yn yr Alban, Cymru a Gogledd Iwerddon, mae'r Lwfans Cynhaliaeth Addysg ar gael.

Mae'r lwfans hwn yn helpu pobl ifanc rhwng 16 i 19 mlwydd oed aros mewn addysg. Mae'r swm a delir yn dibynnu ar incwm yr oedolion sy'n gyfrifol am y person ifanc. Ni fydd yn effeithio ar unrhyw fudd-daliadau mae'r oedolyn yn hawlio.

Yn yr Alban, cysylltwch â'ch ysgol, coleg neu awdurdod lleol. Ewch i **emascotland.com** am fwy o wybodaeth.

Yng Nghymru, ffoniwch **0300 200 4050** neu ewch i **studentfinancewales.co.uk** i lawrlwytho ffurflen gais.

Yng Ngogledd Iwerddon, gallwch lawrlwytho ffurflen o **nidirect.gov.uk** neu casglwch un o'ch ysgol, coleg neu swyddfa Nawdd Cymdeithasol neu Swyddi a Budd-daliadau Lleol.

Cronfa Bwrsariaeth 16 i 19



Dim ond i fyfyrwyr yn Lloegr mae'r Gronfa Bwrsariaeth 16 i 19 ar gael.

Gall myfyrwyr 16 i 19 oed, sy'n ei chael yn anodd talu costau addysg neu hyfforddiant llawn amser, fod yn gymwys i gael bwrsariaeth gwerth hyd at £1,200 y flwyddyn. Gellir ei defnyddio i dalu costau fel offer, cinio neu gludiant. Nid yw ar gael i bobl sydd mewn prifysgol.

Siaradwch â'ch ysgol, coleg, academi neu ddarparwr hyfforddiant ynglŷn â sut i wneud cais am fwrsariaeth.


Cymorth Dewisol i Ddysgwyr

Mae gan rai colegau, gan gynnwys colegau chweched dosbarth, fenthyciadau, grantiau neu gronfeydd i helpu pobl 19 oed a hŷn â chostau dysgu.

Mewn rhai achosion daw hwn o'r cynllun Cymorth Dewisol i Ddysgwyr. Mae'r cronfeydd yn rhoi blaenoriaeth i rai sy'n wynebu caledi ariannol. Gellir eu defnyddio i'ch helpu gyda:

- caledi ariannol ac argyfyngau
- costau gofal plant (os ydych yn gymwys)
- costau llety, i'r rhai sy'n gorfod astudio'n bell o gartref
- offer hanfodol ar gyfer y cwrs, deunyddiau a thripiâu maes
- costau teithio.

Holwch eich coleg i weld a yw hwn yn opsiwn sydd ar gael i chi.



**'Roedd fy nhriniaeth mewn
ysbyty arbenigol, filltiroedd o
gartref. Roedd hyn yn golygu
bod yn rhaid i fy ngwraig
aros mewn gwesty dros nos
pan oedd yn ymweld.'**

Kris



COSTAU CLUDIANT A PHARCIO

Teithio i'r ysbyty	128
Gwasanaethau cludiant lleol	130
Costau bysiau a threnau	133
Costau car a gyrru	134

Teithio i'r ysbyty

Hawlio ad-daliad

Os oes yn rhaid i chi deithio i ac o'r ysbyty i gael triniaeth, efallai y byddwch yn gallu hawlio ad-daliad.

- eich tocynnau bws neu drên
- rhai costau petrol
- ffioedd tacsî (mewn rhai sefyllfaoedd).

Os ydych angen i rywun deithio gyda chi i'r ysbyty am resymau meddygol, gallwch gael ad-daliad ar gyfer eu costau teithio nhw hefyd.

Pwy all hawlio

Gallwch hawlio ad-daliad os ydych chi'n cael un o'r budd-daliadau canlynol:

- Cymhorthdal Incwm
- elfen gwarant Credyd Pensiwn
- Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar incwm
- Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn seiliedig ar incwm
- Credyd Cynhwysol (os ydych yn cwrdd â meini prawf penodol)

Gallwch ei hawlio hefyd os:

- oes gennych hawl, neu wedi'ch enwi ar, dystysgrif eithriad treth ddilys y GIG
- ydych yn cael incwm isel – mae hyn yn golygu y gallwch gael help gyda chostau teithio fel rhan o Gynllun Incwm Isel (gweler tudalennau 108 i 109).

Fel arfer byddwch yn gallu cael eich ad-daliad yn yr ysbyty – holwch am y drefn cyn teithio. Bydd angen i chi ddod â thystiolaeth eich bod yn cael un o'r budd-daliadau cymhwyso. Gallai hwn fod eich llythyr dyfarniad budd-dal. Byddwch hefyd angen dod â phrawf o'ch costau teithio, er enghraifft, tocynnau neu dderbynebau.

Mae gan rai mudiadau gwirfoddol yrwyr a all fynd â phobl i'r ysbyty a manau eraill (er enghraifft i'r siopau). Holwch yn eich ysbyty lleol am fanylion mudiadau gwirfoddol yn eich ardal.

Parcio mewn ysbyty



Mae polisiâu parcio mewn ysbytai yn wahanol ar draws y DU.

- Yn Lloegr, mae llawer o ysbytai yn darparu parcio am ddim neu ddisgownt i bobl sydd â chanser. Ond nid yw hyn bob amser yn cael ei hysbysebu'n eang. Dylech ofyn i'ch ysbyty am fwy o wybodaeth.
- Yn yr Alban, mae parcio am ddim yn yr holl ysbytai heblaw Ysbyty Frenhinol Glasgow, Ysbyty Frenhinol Caeredin ac Ysbyty Ninewells yn Dundee.
- Yng Nghymru mae parcio am ddim yn yr holl ysbytai heblaw Ysbyty Prifysgol Cymru Caerdydd, Ysbyty Cyffredinol Gorllewin Cymru Glangwili yng Nghaerfyrddin ac Ysbyty'r Tywysog Philip yn Llanelli.
- Yng Ngogledd Iwerddon, mae parcio am ddim yn yr holl ysbytai os ydych yn cael cemotherapi neu radiotherapi.

Gwasanaethau cludiant lleol

Gwasanaethau sydd ar gael ar draws y DU

- **Teithio ar fws am ddim neu am gost is.** Yng Nghymru, Lloegr a'r Alban, efallai byddwch yn gallu cael pas bws am ddim os ydych yn anabl. Yng Ngogledd Iwerddon, gallwch deithio am hanner pris os ydych yn cael budd-daliadau anabledd penodol. Cysylltwch â'ch cyngor lleol am ragor o wybodaeth.
- **Gwasanaethau cludiant cymunedol.** Os oes gennych broblemau gyda defnyddio cludiant cyhoeddus, efallai bydd y gwasanaethau hyn ar gael yn eich ardal. Er enghraifft, efallai bod gwasanaethau ar gael sy'n darparu teithiau i ganolfannau siopa lleol. Mae gan rai ardaloedd gludiant sy'n hygyrch i gadeiriau olwyn a all eich nôl o'ch cartref. Weithiau gelwir y rhain yn wasanaethau deialu am reid. I ddarganfod beth sydd ar gael yn eich ardal, defnyddiwch y wefan Cymdeithas Cludiant Cymunedol (cta.uk.org) neu siaradwch â'ch cyngor lleol.
- **Grwpiau gwirfoddol lleol (o'r enw cynlluniau cymdogion da).** Mae gan rai ardaloedd grwpiau lleol sy'n darparu cymorth ymarferol i bobl sydd ei angen. Mae hyn yn aml yn cynnwys help gyda chludiant i'r ysbyty neu i weld eich meddyg teulu.
- **Y Groes Goch Brydeinig.** Gall ddarparu gwasanaethau cludiant personol ledled y DU. Mae hyn yn cynnwys cwmni ar daith ar gludiant cyhoeddus, neu mewn car preifat gyda gyrrwr. Fel arfer, gofynnir am gyfraniad tuag at y gost, ond ni wrthodir gwasanaeth i chi os na allwch dalu. Gweler tudalen 154 am fanylion cyswllt.

- **Cynlluniau Shopmobility.** Mae'r rhain yn darparu cadeiriau olwyn a sgwteri i bobl anabl i'w helpu i fynd o amgylch eu hardal leol neu ganolfannau siopa. Yng Nghymru, Lloegr a'r Alban, ewch i **shopmobilityuk.org** neu ffoniwch **0844 414 1850**. Yng Ngogledd Iwerddon, ewch i **shopmobilityni.org** neu ffoniwch **07934 190 242**.
- **Cynlluniau prisiau tacsis rhatach.** Mae'r rhain ar gael mewn rhai ardaloedd. Siaradwch â'ch cyngor lleol am ragor o wybodaeth. Gweler tudalennau 152 i 153 am fanylion.



Gwasanaethau cludiant rhanbarthol

- **Sant Ioan Cymru.** Gall ddarparu cludiant ar gyfer pobl yng Nghymru sy'n cael anhawster defnyddio cludiant cyhoeddus neu eu cerbyd eu hunain. Ewch i stjohnwales.co.uk neu ffoniwch **0292 044 9600**.
- **Cynllun Teithio Ucheldiroedd ac Ynysoedd yr Alban.** O dan y cynllun hwn, gall pobl o Ucheldiroedd ac Ynysoedd yr Alban hawlio ad-daliad o'u costau teithio i'r ysbyty. I fod yn gymwys, mae'n rhaid i chi naill ai: fyw neu weithio yn ardal yr hen Fwrdd Datblygu Ucheldiroedd ac Ynysoedd yr Alban neu'n gorfod teithio o leiaf 30 milltir o'ch cartref (neu fwy na 5 milltir ar y dŵr) i'r ysgol. Rhaid i chi dalu £10 unrhyw gost teithio rydych yn ei hawlio, oni bai eich bod yn cael rhai budd-daliadau penodol sy'n gysylltiedig ag incwm. Os oes angen rhywun i deithio gyda chi, gellir talu eu costau hwy hefyd. Mae'n rhaid i weithiwr iechyd proffesiynol gadarnhau fod angen hwn yn feddygol arnoch. Gofynnwch i'ch meddyg teulu neu'r swyddfa arian yn yr ysbyty am ffurflen hawlio.
- **Cynllun Costau Teithio Ynysoedd Scilly.** Mae'r GIG yn talu costau teithio holl breswylwyr Ynysoedd Scilly i deithio'n ôl a blaen i'r tir mawr i gael triniaeth ysbyty. Bydd yn rhaid i chi dalu ffi archebu o £5.
- **Cynllun Taxicard Llundain.** Mae'r cynllun hwn yn darparu disgownt ar gludiant o ddrws i ddrws i bobl sy'n cael trafferth defnyddio cludiant cyhoeddus oherwydd problemau symudedd difrifol. Gall deiliaid Taxicard ddefnyddio tacsis trwyddedig yn Llundain ac mae'r disgownt yn cael ei gynnwys ar bob taith. I gael mwy o wybodaeth a ffurflen gais, ewch i londoncouncils.gov.uk/services/taxicard neu ffoniwch **020 7934 9791**.

Costau Bysiau a Threnau

Mae cyfraddau arbennig ar gyfer teithiau bws a thrên i bobl hŷn gymwys a phobl anabl.

Gallwch wneud cais am bas bws os:

- rydych yn byw yn Lloegr ac o oedran Pensiwn y Wladwriaeth
- rydych yn byw yng Nghymru, yr Alban neu Ogledd Iwerddon a dros 60 oed
- oes gennych anabledd cymwys.

Mae hyn yn golygu y gallwch deithio'n rhatach neu am ddim ar fysiau lleol. Efallai bydd cymorth lleol tuag at gostau tacsî. I gael manylion, cysylltwch â'ch cyngor lleol (gweler tudalen 152 i 153) neu holwch yn eich gorsaf fysiau lleol.

Mae'n bosibl y gallwch hefyd arbed hyd at draean ar bris tocynnau trên gyda'r 'Disabled Person's Railcard' neu'r 'Senior Railcard' (i bobl dros 60 oed). Gwiriwch yn eich gorsaf drenau leol am fanylion, neu ewch i nationalrail.co.uk



Yng Ngogledd Iwerddon, efallai bydd pobl gydag anabledd a phobl dros 60 yn gallu cael teithiau rhatach ar y trên. Holwch yn eich gorsaf bysus neu drenau lleol am fanylion. Neu gallwch ffonio Translink ar **028 9066 6630** neu ewch i translink.co.uk

Am fwy o wybodaeth, ewch i gov.uk/transport-disabled os ydych yn byw yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban, neu nidirect.gov.uk os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon. Gallwch hefyd gysylltu â chynghorydd hawliau lles.

Costau car a gyrru

Y Cynllun Bathodyn Glas

Os oes gennych broblemau gyda symudedd a defnyddio cludiant cyhoeddus, efallai byddwch yn gallu cael Bathodyn Glas. Mae Bathodyn Glas yn caniatáu i chi barcio mewn mannau parcio sy'n agos at ble bynnag mae angen i chi fynd. Mae'n caniatáu i chi barcio am ddim mewn rhai meysydd parcio preifat, megis mewn ysbytai neu archfarchnadoedd. Bydd rhai cyfyngiadau parcio yn berthnasol o hyd.

Sut i wneud cais am fathodyn:

- Os ydych yn byw yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban, ewch i **[gov.uk/apply-blue-badge](https://www.gov.uk/apply-blue-badge)** neu cysylltwch â'ch cyngor lleol. Gweler tudalennau 152 i 153 am fanylion.
- Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon, gwnewch gais ar-lein yn **[nidirect.gov.uk](https://www.nidirect.gov.uk)** neu ffoniwch **0300 200 7818**.

Efallai y gall eich gweithiwr gofal iechyd proffesiynol neu gynghorydd hawliau lles eich helpu i lenwi'r ffurflenni cais.

Mae cynlluniau bathodyn arbennig ar gyfer pobl â chyfyngiadau symudedd sy'n byw, yn astudio neu'n gweithio mewn ardaloedd ble nad yw'r Cynllun Bathodyn Glas yn weithredol. Yn Llundain, mae bathodyn gwyrdd ar gyfer Camden, coch ar gyfer y Ddinas, porffor ar gyfer Kensington a Chelsea, a gwyn ar gyfer Westminster.

Twnelau, pontydd a thollffyrdd

Mae deiliaid Bathodyn Glas a phobl anabl eraill yn talu cost is neu'n cael croesi rhai afonydd, pontydd a thwnelau am ddim. Yn y rhan fwyaf o achosion, rhaid i chi wneud cais o flaen llaw i gael consesiwn. Gall disgownt ar dollau newid, felly gwiriwch cyn i chi deithio. Cysylltwch â'ch cyngor lleol am gyngor.

Tâl atal tagfeydd Llundain

Codir tâl am deithiau yng nghanol Llundain ar adegau penodol. Os oes gennych Fathodyn Glas nid oes yn rhaid i chi dalu. Fodd bynnag, bydd rhaid i chi wneud taliad untro o £10 i gael y disgownt hwn.

Os bydd angen i chi dalu'r Tâl Atal Tagfeydd i gyrraedd apwyntiad meddygol, gallwch hawlio'r arian hwn yn ôl gan yr ysbyty. Bydd angen i weithiwr iechyd proffesiynol, fel eich meddyg neu nyrs canser gadarnhau eich bod yn rhy wael i deithio ar gludiant cyhoeddus. Cofiwch gadw eich derbynneb am y Tâl Atal Tagfeydd fel y gallwch hawlio eich ad-daliad.

I gael rhagor o wybodaeth, ffoniwch **0343 222 2222**, ffôn testun **0207 649 9123** neu ewch i **tfl.gov.uk/congestioncharging**

Gwregys diogelwch

Os na allwch wisgo gwregys diogelwch am resymau meddygol, gallwch gael tystysgrif eithrio meddygol gan eich meddyg. Mae yna hefyd gymhorthion ac addasiadau ar gael sy'n ei gwneud yn haws i bobl gydag anableddau i wisgo gwregys diogelwch. Am ragor o wybodaeth, siaradwch neu cysylltwch â Sefydliad Byw i'r Anabl (gweler tudalen 154).

Eithriad o dreth car

Efallai y bydd gennych hawl i gael treth am ddim ar eich cerbyd os ydych yn anabl. Efallai byddwch yn gymwys os cewch unrhyw un o'r canlynol:

- elfen symudedd Taliad Annibyniaeth Bersonol ar y raddfa uwch.
- elfen symudedd Lwfans Byw i'r Anabl ar y gyfradd uwch.
- Atodiad Symudedd y Pensiwn Rhyfel
- Taliad Annibyniaeth y Lluoedd Arfog.

Os ydych chi'n cael cyfradd safonol elfen symudedd Taliad Annibyniaeth Bersonol, efallai byddwch yn gymwys i gael disgownt o 50% ar gost eich treth cerbyd.

Am ragor o wybodaeth, ffoniwch **0300 123 4321**, ffôn testun **0300 790 6201** neu ewch i **[gov.uk/vehicle-exempt-from-car-tax](https://www.gov.uk/vehicle-exempt-from-car-tax)**

Gallwch hefyd gael ffurflenni adnewyddu yn eich Swyddfa Bost leol.

Cynllun Motability

O dan y cynllun hwn, gallwch gael help i brynu neu hurio car, sgwter neu gadair olwyn wedi'i phweru os ydych chi'n cael unrhyw rai o'r canlynol:

- elfen symudedd Taliad Annibyniaeth Bersonol ar y raddfa uwch.
- elfen symudedd Lwfans Byw i'r Anabl ar y gyfradd uwch.
- Atodiad Symudedd y Pensiwn Rhyfel
- Taliad Annibyniaeth y Lluoedd Arfog.

Cysylltwch â'r Cynllun Motability i wneud cais. Gweler tudalen 155 am eu manylion cyswllt.



GRANTIAU A BENTHYCIADAU

Grantiau Macmillan	140
Grantiau a benthyciadau eraill	142

Grantiau Macmillan

Mae Grantiau Macmillan yn daliadau bach, un tro gan amlaf, i helpu pobl gyda'r costau ychwanegol y gall cancer ei achosi. Maent ar gyfer pobl sydd â lefel isel o incwm a chynilion.

Os ydych angen pethau fel dillad ychwanegol, help i dalu biliau gwresogi neu hyd yn oed egwyl i ymlacio, efallai y bydd gennych hawl i Grant Macmillan.

Bydd faint a gewch yn dibynnu ar eich sefyllfa ac anghenion. Mae'r grant cyfartalog fel arfer tua £380. Ni fydd grant gan Macmillan fel arfer yn effeithio ar y budd-daliadau y mae gennych hawl i'w derbyn. Mae'n hwb ychwanegol, yn hytrach na thâl sy'n cymryd lle mathau eraill o gymorth.

Pwy all wneud cais

Gallwch wneud cais am Grant Macmillan os ydych yn dioddef o ganser, neu os ydych yn dal wedi'ch effeithio'n ddifrifol gan eich salwch neu driniaeth. Mae'n rhaid i'r ddau beth canlynol fod yn wir hefyd:

- Mae gennych lai na £6,000 mewn cynilion os ydych yn sengl, neu lai na £8,000 fel cwpl neu deulu.
- Os oes gennych gyfanswm incwm isel ar ôl talu rhent, morgais a'r dreth gyngor. Rydym yn caniatáu incwm net wythnosol o £170 ar gyfer person sengl, £289 ar gyfer cwpl neu aelwyd gyda dau berson, £85 ar gyfer pob plentyn, a £119 ar gyfer pob oedolyn ychwanegol.

Nid ydym yn cyfrif Taliad Annibyniaeth Bersonol (PIP), Lwfans Byw i'r Anabl (DLA) na Lwfans Gweini (AA) yn cyfrif fel incwm yn ein cyfrifiadau.

Rhain yw'r rheolau cyffredinol, ond rydym yn ystyried sefyllfaoedd unigol. Cysylltwch â ni os oes gennych unrhyw gwestiynau.

Sut i wneud cais

Rydym yn ymdrechu i wneud y broses o wneud cais mor syml a chyflym â phosibl.

- 1** Bydd angen i chi wneud cais trwy weithiwr iechyd neu ofal cymdeithasol. Gallai fod yn weithiwr cymdeithasol, nyrs ardal cynghorydd budd-daliadau Macmillan neu nyrs Macmillan, os oes gennych un.
- 2** Gallant lenwi ffurflen gais am grant gyda chi a'i hanfon at y fîm Grantiau ym Macmillan. Byddant hefyd yn cynnwys adroddiad meddygol byr gan eich nyrs arbenigol, eich meddyg neu ymgynghorydd.
- 3** Bydd fîm Grantiau Macmillan yn prosesu eich cais ar y diwrnod y byddant yn ei gael.
- 4** Os caiff eich cais ei gymeradwyo, bydd taliadau fel arfer yn cael eu hanfon o fewn tri diwrnod gwaith.

Ymdrinnir ag unrhyw wybodaeth bersonol neu feddygol sydd wedi ei chynnwys yn eich cais yn gwbl gyfrinachol.

Os oes gennych unrhyw gwestiynau am Grantiau Macmillan, neu os ydych yn cael anhawster cael rhywun i lenwi ffurflen gais gyda chi, cysylltwch â ni ar **0808 808 00 00**.

Grantiau a benthyciadau eraill

Y llywodraeth a chynghorau lleol

Mae gan wahanol ardaloedd eu cynlluniau lles lleol eu hunain sy'n darparu grantiau a benthyciadau. Cysylltwch â'ch cyngor lleol i ddarganfod pa help y medrwy ei gael yn eich ardal. Gweler tudalennau 152 i 153 am fanylion. Neu gallwch siarad â chynghorydd hawliau lles drwy ein ffonio ar **0808 808 00 00** am ragor o wybodaeth.

Grantiau a benthyciadau ar gyfer costau gwresogi

Mae gwahanol fathau o gymorth ar gael os ydych yn cael anhawster talu eich biliau gwresogi. Efallai bydd eich cyflenwyr ynni yn gallu cynnig grant, disgownt neu drefniadau talu gwell. Mae yna hefyd gynlluniau arbed ynni a grantiau gan y llywodraeth i leihau eich costau.

Mae gennym fwy o wybodaeth yn ein taflen **Managing your energy costs**. Ffoniwch **0808 808 00 00** neu ewch i **be.macmillan.org.uk** i archebu copi.

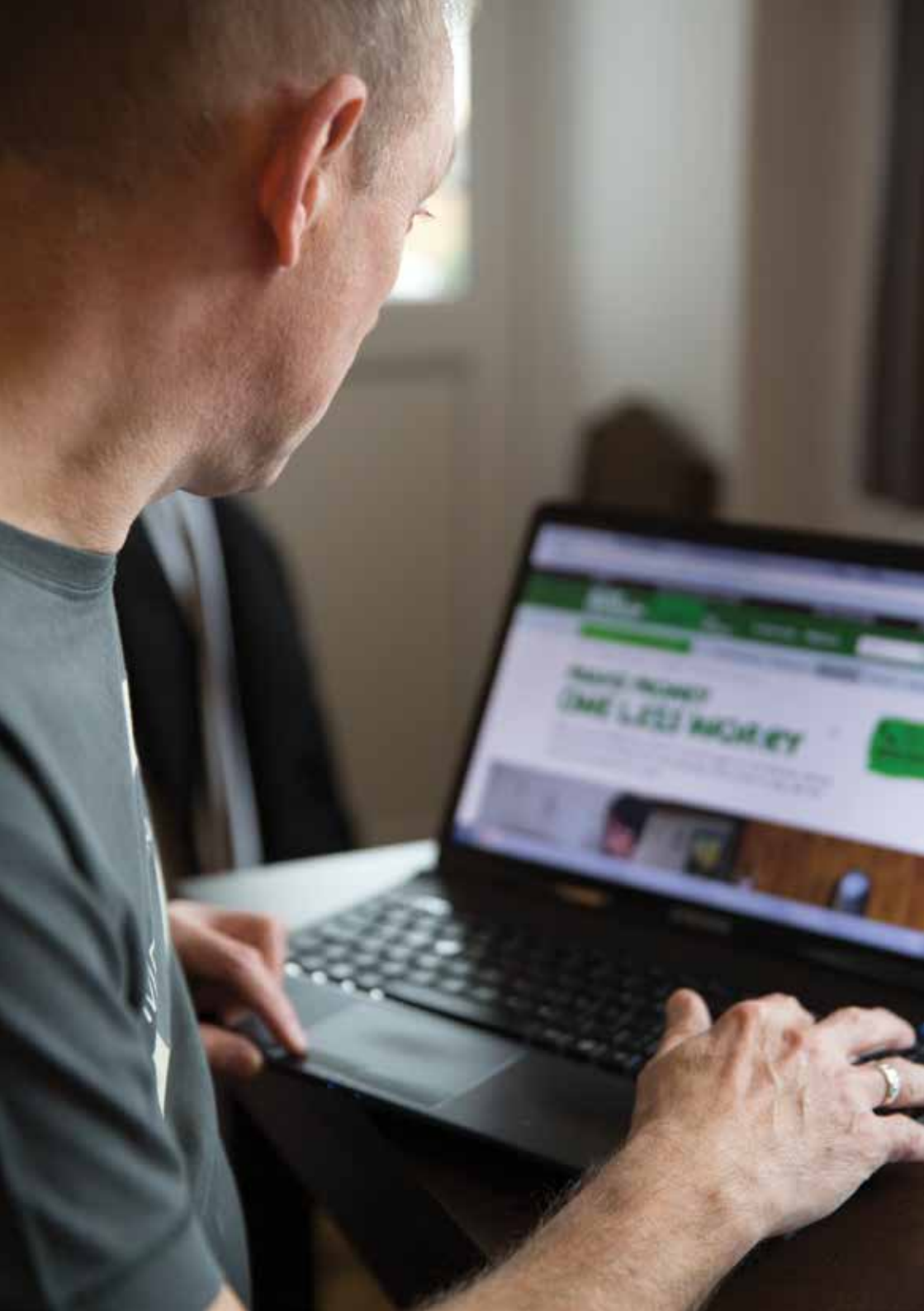
Elusennau a sefydliadau eraill.

Mae ffynonellau eraill o help yn cynnwys cronfeydd galwedigaethol, help gan gwmnïau cyfleustodau (nwy, trydan, a chwmnïau dŵr) a help oddi wrth elusennau. Am fwy o wybodaeth, ffoniwch ni ar **0808 808 00 00**.

Mae CLIC Sargent yn darparu grantiau untro i blant a phobl ifanc gyda chanser a'u teuluoedd. Gall y rhain helpu gyda'r costau ychwanegol y mae canser yn gallu eu hachosi. Rhaid gwneud ceisiadau trwy weithiwr cymdeithasol CLIC Sargent. Am ragor o wybodaeth, ffoniwch **0300 330 0803**.

Mae Turn2us yn helpu pobl i ddod o hyd i elusennau penodol a allai gynnig cymorth ariannol. Ewch i **turn2us.org.uk** am fwy o wybodaeth.

Efallai bydd gan eich llyfrgell leol lyfrau am sefydliadau sy'n darparu grantiau. Gallai hyn gynnwys **A Guide to Grants for Individuals in Need**, a gyhoeddwyd gan y Gyfarwyddiaeth Newid Cymdeithasol.



GWYBODAETH BELLACH

Ynghylch ein gwybodaeth	146
Ffyrdd eraill y gallwn eich helpu	148
Sefydliadau defnyddiol eraill	151
Eich nodiadau a chwestiynau	157

Ynghylch ein gwybodaeth

Rydym yn darparu gwybodaeth arbenigol, gyfoes am ganser. Mae ein holl wybodaeth ar gael am ddim i bawb.

Archebwch yr hyn sydd ei angen arnoch

Efallai y byddwch eisiau archebu mwy o daflenni neu lyfrynnau fel rhain. Ewch i **be.macmillan.org.uk** neu ffoniwch ni ar **0808 808 00 00**.

Mae gennym lyfrynnau ar wahanol fathau o ganser, triniaethau a sgîl-ffeithiau. Mae gennym hefyd wybodaeth am waith, materion ariannol, diet, bywyd ar ôl canser a gwybodaeth i ofalwyr, teulu a ffrindiau.

Mae ein holl wybodaeth ar gael ar-lein hefyd yn **macmillan.org.uk/cancerinformation** Yno hefyd mi welwch fideos sy'n cynnwys hanesion go iawn gan bobl sydd wedi'u heffeithio gan ganser, a gwybodaeth gan weithwyr iechyd a gofal cymdeithasol.

Fformatau eraill

Rydym hefyd yn darparu gwybodaeth mewn gwahanol ieithoedd a fformatau, gan gynnwys:

- llyfrau sain
- Braille
- Iaith Arwyddion Prydain
- Llyfrynnau Hawdd eu Darllen
- e-lyfrau
- print bras
- cyfieithiadau.

Cewch ragor o wybodaeth yn **macmillan.org.uk/otherformats**

Os hoffech i ni gynhyrchu gwybodaeth mewn fformat gwahanol ar eich cyfer, anfonwch e-bost atom yn **cancerinformationteam@macmillan.org.uk** neu ffoniwch ni ar **0808 808 00 00**.

Helpwch ni i wella ein gwybodaeth

Gwyddom mai'r bobl sy'n defnyddio ein gwasanaethau yw'r gwir arbenigwyr. Dyna pam rydym bob amser yn eu cynnwys yn ein gwaith. Os ydych chi wedi cael eich effeithio gan ganser, gallwch ein helpu i wella ein gwybodaeth.

Rydym yn rhoi cyfle i chi i gynnig sylwadau ar amrywiaeth o wybodaeth gan gynnwys

llyfrynau, taflenni a thafleini ffeithiau.

Os hoffech glywed mwy am fod yn adolygwr, e-bostiwch **reviewing@macmillan.org.uk**. Gallwch gymryd rhan o'ch cartref pa bryd bynnag y mynnwch ac nid ydym yn gofyn am unrhyw sgiliau arbennig – dim ond diddordeb yn ein gwybodaeth am ganser.



Ffyrdd eraill y gallwn eich helpu

Yn Macmillan, rydym yn gwybod sut gall diagnosis o ganser effeithio ar bopeth, ac rydym yma i'ch cefnogi chi. Ni ddylai neb wynebu cancer ar ben eu hunain.

Siaradwch â ni

Os ydych chi neu rywun rydych yn ei adnabod yn cael ei effeithio gan ganser, gall siarad am eich teimladau a rhannu eich pryderon fod yn help mawr.

Llinell Gymorth Macmillan

Mae ein gwasanaeth ffôn di-dâl a chyfrinachol ar agor o ddydd Llun i ddydd Gwener, 9am–8pm. Gall ein harbenigwyr cymorth cancer:

- helpu gydag unrhyw gwestiynau meddygol sydd gennych am eich cancer neu eich triniaeth
- eich helpu i gael gafael ar fudd-daliadau a rhoi canllaw ariannol i chi
- bod yno i wrando os ydych chi eisiau siarad â rhywun

- rhoi gwybod i chi am wasanaethau yn eich ardal a all eich helpu.

Ffoniwch ni ar **0808 808 00 00** neu anfonwch e-bost drwy ein gwefan, **macmillan.org.uk/talktous**

Canolfannau gwybodaeth

Mae ein canolfannau gwybodaeth a chymorth wedi eu lleoli mewn ysbytai, llyfrgelloedd a chanolfannau symudol. Yno, gallwch siarad â rhywun wyneb yn wyneb.

Ewch i un ohonynt i gael yr wybodaeth sydd ei hangen arnoch, neu os hoffech gael sgwrs breifat, mae gan y rhan fwyaf o ganolfannau ystafell lle gallwch gael sgwrs ar eich pen eich hun â rhywun ac yn gyfrinachol.

Cewch fanylion am eich canolfan agosaf yn **macmillan.org.uk/informationcentres** neu ffoniwch ni ar **0808 808 00 00**.

Siaradwch â phobl eraill

Does neb yn gwybod mwy am yr effaith mae canser yn ei chael ar fywyd rhywun na'r sawl sydd wedi ei brofi eu hunain. Dyna pam ein bod yn helpu i ddod â phobl at ei gilydd yn eu cymunedau ac ar-lein.

Grwpiau cefnogi

Os ydych chi'n rhywun sy'n byw â chanser neu'n ofalwr, gallwn eich helpu i ddod o hyd i gymorth yn eich ardal leol, fel y gallwch siarad wyneb yn wyneb â phobl sy'n deall. Gallwch ddod o hyd i grwpiau cymorth yn eich ardal drwy ein ffonio neu ymweld â **macmillan.org.uk/selfhelpandsupport**

Cymuned ar-lein

Mae miloedd o bobl yn defnyddio ein cymuned ar-lein i wneud ffrindiau, i flogio am

eu profiadau ac i ymuno â grwpiau i gwrdd â phobl eraill sy'n profi'r un pethau. Gallwch ei defnyddio ar unrhyw adeg o'r dydd neu'r nos. Rhannwch eich profiadau, gofynnwch gwestiynau, neu gallwch ddarllen yr hyn mae pobl eraill wedi'i gyfrannu yn **macmillan.org.uk/community**

Tîm gofal iechyd Macmillan

Mae ein nyrsys, ein doctoriaid a'n gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol proffesiynol eraill yn cynnig gofal a chymorth arbenigol i unigolion a'u teuluoedd. Ffoniwch ni neu gofynnwch i'ch meddyg teulu, ymgynghorydd, nyrs ardal neu brif nyrs ward ysbyty os oes gweithwyr proffesiynol Macmillan yn eich ardal.

'Mae pawb mor gefnogol yn y gymuned ar-lein, maent yn deall yn union beth rydych yn mynd trwyddo. Gall fod yn hwyl hefyd. Mae'n fwy na dim ond sgysiau am ganser.'

Mal

Help gyda phryderon ariannol

Gall cael cancer arwain at gostau ychwanegol fel parcio yn yr ysbyty, costau teithio a biliau gwresogi uwch. Os effeithiwyd arnoch chi fel hyn, gallwn helpu.

Canllaw ariannol

Gall ein tîm ariannol roi canllaw i chi ar forgeisi, pensïynau, yswiriant, benthycu a chynilion.

Help i gael gafael ar fudd-daliadau

Gall ein cynghorwyr budd-daliadau gynnig cyngor a gwybodaeth am fudd-daliadau, credydau treth, grantiau a benthyciadau. Gallant eich helpu i ganfod pa gymorth ariannol all fod ar gael i chi. Gallant hefyd eich helpu i lenwi ffurflenni ac i wneud cais am fudd-daliadau.

Grantiau Macmillan

Mae Macmillan yn cynnig taliadau untro i bobl â chanser. Gall grant fod ar gyfer unrhyw beth o arian i dalu biliau gwresogi i ddillad ychwanegol neu wyliau byr haeddiannol.

Ffoniwch ni ar **0808 808 00 00** i siarad â chynghorydd ariannol neu gynghorydd budd-daliadau, neu i gael rhagor o wybodaeth am Grantiau Macmillan. Gallwn hefyd roi gwybod i chi am gynghorwyr budd-daliadau yn eich ardal. Ewch i macmillan.org.uk/financialsupport i gael rhagor o wybodaeth am sut y gallwn eich helpu â'ch materion ariannol.

Help gyda gwaith a chanser

Os ydych chi'n gyflogai, yn ofalwr, yn gyflogwr neu'n hunangyflogedig, gallwn gynnig cymorth a gwybodaeth i'ch helpu i reoli cancer yn y gwaith. Ewch i macmillan.org.uk/work



Ap My Organiser Macmillan

Gall yr ap ffôn

symudol hwn, sydd ar gael am ddim, eich helpu i reoli eich triniaeth, o amser apwyntiadau a manylion cyswllt, i'ch atgoffa pryd i gymryd eich meddyginiaeth.

Chwiliwch am 'My Organiser' yn yr Apple App Store neu Google Play ar eich ffôn.

Mudiadau defnyddiol eraill

Mae llawer o fudiadau eraill a all gynnig gwybodaeth a chymorth.

Gwybodaeth a chyngor cyfreithiol neu ariannol

Benefit Enquiry Line Northern Ireland

Llinell gymorth 0800 220 674

(Llun–Mer a Gwe, 9am–5pm,
Iau, 10am–5pm)

Ffôn testun 028 9031 1092

**[www.nidirect.gov.uk/
money-tax-and-benefits](http://www.nidirect.gov.uk/money-tax-and-benefits)**

Yn darparu gwybodaeth a chyngor ynghylch budd-daliadau anabledd a budd-daliadau gofalwyr yng Ngogledd Iwerddon.

Cyngor ar Bopeth

Yn darparu cymorth ar amrywiaeth o faterion gan gynnwys materion ariannol, cyfreithiol, tai a chyflogaeth. Defnyddiwch eu cyfleuster gwe-sgwrsio ar-lein neu cewch fanylion am eich swyddfa leol yn y llyfr ffôn neu ar un o'r gwefannau canlynol:

Lloegr

Llinell Gymorth

03444 111 444

E-bost [debt.advice@](mailto:debt.advice@citizensadvice.co.uk)

citizensadvice.co.uk

www.citizensadvice.org.uk

Cymru

Llinell Gymorth

03444 77 2020

**[www.citizensadvice.org.
uk/wales](http://www.citizensadvice.org.uk/wales)**

Yr Alban

**[www.citizensadvice.org.
uk/scotland](http://www.citizensadvice.org.uk/scotland)**

Gogledd Iwerddon

**[www.citizensadvice.co.uk/
nireland](http://www.citizensadvice.co.uk/nireland)**

Llinell Gymorth

0800 028 1181

E-bost [debt.advice@](mailto:debt.advice@citizensadvice.co.uk)

citizensadvice.co.uk

Cyngor Cyfreithiol Sifil

Llinell gymorth

0345 345 4345

(Llun–Gwe, 9am–8pm, Sad,
9am–12.30pm)

Minicom 0345 609 6677

www.gov.uk/

civil-legal-advice

Mae'n cadw rhestr o ganolfannau cyngori yng Nghymru a Lloegr a chyfreithwyr sy'n cymryd achosion cymorth cyfreithiol. Mae'n cynnig gwasanaeth cyfieithu am ddim os nad Saesneg yw eich iaith gyntaf.

Yr Adran Gwaith a

Phensiynau (DWP)

Llinell Gymorth Taliadau

Annibyniaeth Personol (PIP)

0345 850 3322

Ffôn testun 0345 601 6677

(Llun i Gwe, 8am tan 6pm)

Uned Lwfans Gofalwyr Ffôn

0345 608 4321

Ffôn testun 0345 604 5312

(Llun-lau, 8.30am i 5pm,
Gwener, 8.30am–4.30pm)

www.gov.uk/

browse/benefits

Yn rheoli budd-daliadau'r wladwriaeth yng Nghymru, Lloegr a'r Alban. Gallwch wneud cais am fudd-daliadau a dod o hyd i wybodaeth ar-lein neu drwy'r llinellau cymorth.

GOV.UK

www.gov.uk

Gwybodaeth am fudd-daliadau nawdd cymdeithasol a gwasanaethau cyhoeddus yng Nghymru, Lloegr a'r Alban.

Rhwydwaith y Canolfannau Cyfreithiol

www.lawcentres.org.uk

Mae Canolfannau Cyfreithiol Lleol yn cynnig cyngor a chymorth cyfreithiol. Maent yn arbenigo mewn materion lles cymdeithasol gan gynnwys anabledd a gwahaniaethu.

Cynghorau lleol (Cymru, Lloegr a'r Alban)

Efallai bod gan eich cyngor lleol uned hawliau lles a all eich helpu gyda budd-daliadau. Gallwch hefyd gysylltu â'ch cyngor lleol i hawlio Budd-dal Tai a Gostyngiad Treth y Cyngor, budd-daliadau addysg, a help gan y gwasanaethau cymdeithasol (yr adran Gwaith Cymdeithasol yn yr Alban).

Dylech allu dod o hyd i fanylion cyswllt eich cyngor lleol yn eich llyfr ffôn lleol neu gallwch ymweld â hwy.

Lloegr
www.gov.uk/find-your-local-council

Yr Alban
www.cosla.gov.uk/councils

Cymru
www.wlga.wales/welsh-local-authority-links

Money Advice Scotland
Ffôn 0141 572 0237
E-bost info@moneyadvicescotland.org.uk
www.moneyadvicescotland.org.uk

Defnyddiwch y wefan i ganfod cynghorwyr ariannol cymwysedig yn yr Alban.

NiDirect
www.nidirect.gov.uk
 Gwybodaeth am fudd-daliadau a gwasanaethau cyhoeddus yng Ngogledd Iwerddon.

Gweithrediaeth Tai Gogledd Iwerddon (Northern Ireland Housing Executive)
Ffôn 03448 920 902 (8.30am tan 5.00pm)
Ffôn Testun 18001 03448 920 900
www.nihe.gov.uk
 Yn cynnig help i bobl sy'n byw mewn llety rhent cymdeithasol,

preifat neu lety perchen-breswyliaeth.

Elusen Ddyledion StepChange
Ffôn 080 0138 1111
 (Llun i Gwe, 8am tan 8pm, Sat, 8am tan 4pm)

www.stepchange.org
 Yn darparu cyngor dyled am ddim dros y ffôn, e-bost, y wefan a sgysiau byw ar-lein gyda chynghorwyr.

Unbiased.co.uk
Linell gymorth 0800 023 6868
E-bost contact@unbiased.co.uk
www.unbiased.co.uk

Gallwch chwilio'r wefan am gynghorwyr cymwys yn y DU a all roi cyngor arbenigol ynghylch arian, morgeisi, cyfrifo neu faterion cyfreithiol.

Cymorth gwaith

Mynediad i Waith
Ffôn 0345 268 8489
Ffôn testun 0345 608 8753
 (Llun i Gwe, 8am tan 6pm)
 Yn darparu cyngor a chymorth ymarferol i bobl gyda chyflyrau iechyd hirdymor a'u cyflogwyr i helpu i dalu am gymorth ymarferol fel y gallwch wneud eich gwaith.
www.gov.uk/access-to-work

Access to Work (NI)
www.nidirect.gov.uk/articles/access-work-practical-help-work

Yn rhoi cymorth a chanllaw i weithwyr gydag anableddau a'u cyflogwyr. I wneud cais am gymorth trwy'r rhaglen hon, siaradwch â chynghorydd yn eich Swyddfa Swyddi a Budd-daliadau Lleol.

Offer a chyngor ar fyw ag anabledd

Y Groes Goch Brydeinig

Ffôn 0344 871 11 11

Ffôn testun 020 7562 2050

E-bost

information@redcross.org.uk

www.redcross.org.uk

Yn cynnig amrywiaeth o wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol ar draws y DU, fel gofal yn y cartref, gwasanaeth benthyca offer meddygol a gwasanaeth cludiant.

Disability Rights UK

Ffôn 0207 250 8181

(Llun i Gwe, 10am tan 12.30pm,
yna 1.30pm tan 4pm)

E-bost

enquiries@disabilityrightsuk.org

www.disabilityrightsuk.org

Mae'n darparu gwybodaeth am fudd-daliadau nawdd cymdeithasol a hawliau anabledd. Mae ganddo nifer o linellau cymorth, gan gynnwys gwybodaeth ar ddychwelyd i weithio, taliadau uniongyrchol, materion hawliau dynol , a chyngor i fyfyrwyr anabl.

Disabled Living Foundation (DLF)

Llinell gymorth

0300 999 0004

(Maw i lau, 10am tan 4pm)

E-bost helpline@dlf.org.uk

www.dlf.org.uk

Yn darparu cyngor am ddim, diduedd ynglŷn â phob math o offer anabledd ac offer symudedd.

Cynllun Motability**Ffôn** 0300 456 4566(Llun i Gwe, 8am tan 7pm,
Sad, 9am tan 1pm)**Ffôn testun** 0300 037 0100**www.motability.co.uk**

O dan y cynllun hwn, gallwch gael help i brynu neu hurio car, sgwter neu gadair olwyn wedi'i phweru os ydych chi'n cael unrhyw fudd-daliadau penodol.

Scope**Llinell gymorth**

0808 800 3333

(Llun–Gwe, 9am–5pm)

E-bost helpline@scope.org.uk**www.scope.org.uk**

Mae'n cynnig cyngor cyfrinachol a gwybodaeth am fyw ag anabledd.

Mudiadau cymorth cancer cyffredinol**Cancer Focus Northern Ireland****Llinell Gymorth**

0800 783 3339

(Llun i Gwe, 9am tan 1pm)

E-bostnurseline@cancerfocusni.org**www.cancerfocusni.org**

Yn cynnig amrywiaeth o wasanaethau i bobl sy'n cael

eu heffeithio gan ganser yng Ngogledd Iwerddon, gan gynnwys llinell gymorth am ddim, cwnsela a chysylltiadau â grwpiau cymorth lleol.

Cancer Support Scotland**Ffôn** 0800 652 4531

(Llun i Gwe, 9am tan 5pm)

E-bostinfo@cancersupportscotland.org**www.cancersupportscotland.org**

Yn cynnal grwpiau cymorth cancer. Hefyd yn cynnig therapïau cyflenwol a chwmsela am ddim.

Maggie's Centres**Ffôn** 0300 123 1801**E-bost**enquiries@maggiescentres.org**www.maggiescentres.org**

Gyda rhwydwaith o ganolfannau mewn gwahanol leoliadau ledled y DU. Yn darparu gwybodaeth am ddim ynghylch cancer a budd-daliadau ariannol. Hefyd yn cynnig cymorth emosiynol a chymdeithasol i bobl gyda chanser, eu teuluoedd a chyfeillion.

Tenovus

Llinell gymorth

0808 808 1010

(Dyddiol, 8am tan 8pm)

E-bost

info@tenovuscancercare.org.uk

**www.tenovuscancer
care.org.uk**

Yn darparu cymorth megis unedau cymorth cancer symudol, llinell gymorth am ddim, cyngor budd-dâl a gwasanaeth 'Gofyn i'r nyrs' ar-lein.

Cofrestrï cancer

Y gofrestrfa cancer

Cronfa ddata genedlaethol sy'n casglu gwybodaeth ar ddiagnosis a thriniaeth cancer. Mae'r wybodaeth yma yn helpu'r GIG a sefydliadau eraill i gynllunio a gwella gwasanaethai iechyd a gofal. Mae un ym mhob gwlad yn y DU:

National Cancer Registration Service for England

Ffôn 020 7654 8000

E-bost enquiries@phe.gov.uk

www.ncr.nhs.uk

Scottish Cancer Registry

Ffôn 0131 275 7777

E-bost nss.csd@nhs.net

**www.isdscotland.org/
Health-Topics/Cancer/
Scottish-Cancer-Registry**

Uned Deallusrwydd a Gwylidwriaeth Cancer Cymru (WCISU)

Ffôn 02920 373500

E-bost general.enquiries@
wales.nhs.uk

www.wcisuwales.nhs.uk

Northern Ireland Cancer Registry

Ffôn 028 9097 6028

E-bost nicr@qub.ac.uk

www.qub.ac.uk/nicr



Gallwch chwilio am fwy o sefydliadau ar ein gwefan yn **macmillan.org.uk/organisations** neu ffoniwch ni ar **0808 808 00 00**.

Ymwadiad

Rydym yn gwneud pob ymdrech i sicrhau bod y wybodaeth a ddarperir gennym yn gywir ac yn gyfredol ond ni ddylid dibynnu arni yn lle cael cyngor proffesiynol arbenigol sy'n benodol ar gyfer eich sefyllfa chi. Cyn belled ag y caniateir gan y gyfraith, nid yw Macmillan yn derbyn cyfrifoldeb mewn perthynas â'r defnydd o unrhyw wybodaeth sydd yn y cyhoeddiad hwn, neu wybodaeth trydydd parti neu wefannau sydd wedi eu cynnwys neu y cyfeirir atynt ynddo. Defnyddir modelau ar gyfer rhai o'r lluniau.

Diolch

Mae'r llyfryn hwn wedi cael ei ysgrifennu, ei adolygu a'i olygu gan dîm Datblygu Gwybodaeth Canser Macmillan. Mae wedi'i gymeradwyo gan Neal Southwick, Arweinydd Rhaglen Cymorth Ariannol Macmillan.

Gyda diolch i: Roy Beeson, Rheolwr Gwasanaeth Cyngor, Disability Solutions West Midlands; Dr Rose Henderson, Rheolwr Datblygu Rhanbarthol – Gwybodaeth a Pholisi, Cyngor Ar Bopeth Gogledd Iwerddon; Caroline Payne, Arweinydd Tîm Hawliau Lles Macmillan; a Margaret Roffe, Rheolwr Rhaglen Cymorth Ariannol Macmillan. Diolch hefyd i'r bobl wedi'i heffeithio gan ganser sydd wedi adolygu'r rhifyn hwn, a'r rhai sydd wedi rhannu eu hanesion.

Ffynonellau

Rydym wedi rhestru isod sampl o'r ffynonellau a ddefnyddiwyd yn y cyhoeddiad hwn. Os hoffech gael rhagor o wybodaeth am y ffynonellau a ddefnyddiwn, mae croeso i chi gysylltu â ni yn **cancerinformationteam@macmillan.org.uk**

entitledto. **www.entitledto.co.uk** (defnyddiwyd Mawrth 2017).

Gov.uk. **www.gov.uk** (defnyddiwyd Mawrth 2017).

NiDirect.gov.uk. **www.nidirect.gov.uk** (defnyddiwyd Mawrth 2017).

Rights Net. **www.rightsnet.gov.uk** (defnyddiwyd Mawrth 2017).

Allwch chi wneud rhywbeth i helpu?

Gobeithio bod y llyfryn hwn wedi bod yn ddefnyddiol i chi. Un yn unig yw hwn o'r nifer o gyhoeddiadau sydd ar gael am ddim i unrhyw un sydd wedi eu heffeithio gan ganser. Fe'u cynhyrchir gan ein harbenigwyr gwybodaeth canser sydd, ynghyd â'n nyrsys, cyngorwyr budd-daliadau, ymgyrchwyr a gwirfoddolwyr, yn rhan o dîm Macmillan. Pan fydd pobl yn wynebu brwydr fwyaf eu bywydau, rydym yno i'w cefnogi pob cam o'r ffordd.

Rydym eisiau sicrhau nad oes yn rhaid i neb ddioddef canser ar eu pennau eu hunain, felly rydym angen mwy o bobl i'n helpu. Pan fyddwch yn barod, dyma rai ffyrdd y gallwch ddod yn rhan o'n tîm.



Rhannu eich profiad o ganser

Cefnogi pobl sy'n byw â chanser drwy adrodd eich stori, ar-lein, yn y wasg neu wyneb yn wyneb.

Ymgyrchu dros newid

Rydym angen eich help i sicrhau bod pawb yn cael y gefnogaeth briodol. Gweithredwch, yn fawr neu'n fach, dros well gofal canser.

Helpwch rywun yn eich cymuned

Liff i apwyntiad. Helpu gyda'r siopa. Neu baned o de a sgwrs. A allwch chi helpu?

Codi arian

Beth bynnag rydych yn hoffi ei wneud, gallwch godi arian i helpu. Cymerwch ran yn un o'n digwyddiadau neu crëwch un eich hun.

Rhowch arian

Beth bynnag fo'r rhodd, mae pob ceiniog yn cyfrif. I wneud rhodd, gweler trosodd.

Ffoniwch ni am ragor o wybodaeth

0300 1000 200

macmillan.org.uk/getinvolved

Cwblhewch eich manylion personol

Mr/Mrs/Miss/Arall

Enw

Cyfenw

Cyfeiriad

Cod Post

Ffôn

E-bost

Derbyniwch fy rhodd o £

(Dileer fel y bo'n briodol)

Rwy'n amgáu siec / archeb bost / Taleb Elusen yn daladwy i Macmillan Cancer Support

NEU tynnwch arian oddi ar fy ngherdyn:

Visa / MasterCard / CAF Charity Card / Switch / Maestro

Rhif y cerdyn

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Dilys o ben

--	--	--	--

Dyddiad dod i

--	--	--	--

Rhif cyhoeddi

--	--	--

Rhif diogelwch

--	--	--

Llofnod

Dyddiad / /

Peidiwch â gadael i'r dyn treth gadw eich arian

Ydych chi'n talu treth? Os felly, bydd eich rhodd yn werth 25% yn fwy i ni – heb ddim cost ychwanegol i chi. Y cyfan sy'n rhaid i chi wneud yw ticio'r blwch isod, a bydd y swyddfa dreth yn rhoi 25c ar ben pob punt a roddwch.

- Rwy'n drethdalwr yn y Deyrnas Unedig ac fe hoffwn i Gymorth Cancer Macmillan drin unrhyw roddion a wnaif neu yr wyf wedi'i wneud i Gymorth Cancer Macmillan yn y 4 blynedd diwethaf fel rhoddion Cymorth Rhodd, nes y byddaf yn hysbysu fel arall.

Rwy'n deall os talaf lai o Dreth Incwm a/ neu Dreth Enillion Cyfalaf na swm y Cymorth Rhodd a hawliar ar fy holl roddion yn y flwyddyn dreth honno, fy nghyfrifoldeb i yw talu unrhyw wahaniaeth. Rwy'n deall y bydd Cymorth Cancer Macmillan yn hawlio 25c o dreth yn ôl ar bob £1 y byddaf yn ei rhoi.

Hoffai Cymorth Cancer Macmillan a'n cwmnïau masnachol gadw eich manylion er mwyn cysylltu â chi ynglŷn â'n gweithgareddau codi arian, ein hymgyrchoedd a'n gwasanaethau i bobl sydd wedi eu heffeithio gan ganser. Pe byddai'n well gennych i ni beidio â defnyddio eich manylion fel hyn, ticiwch y blwch hwn.

Er mwyn cyflawni ein gwaith, efallai y bydd angen i ni drosglwyddo eich manylion i asiantaethau neu bartneriaid sy'n gweithredu ar ein rhan.



Os byddai'n well gennych roi ar-lein, ewch i [macmillan.org.uk/donate](https://www.macmillan.org.uk/donate)

Datgysylltwch y ffurflen hon a'i dychwelyd mewn amlen (nid oes angen stamp) i: Supporter Donations, Macmillan Cancer Support, FREEPOST LON15851, 89 Albert Embankment, Llundain SE1 7UQ

Mae'r llyfryn hwn ynghylch cael budd-daliadau a help ariannol arall os ydych wedi cael eich effeithio gan ganser yng Nghymru, Lloegr, yr Alban neu Ogledd Iwerddon. Mae ar gyfer unrhyw un sy'n byw gyda chanser a'u gofalwyr, teulu a ffrindiau.

Mae'r llyfryn yn egluro'r gwahanol fathau o help ariannol y gallech ei gael a sut i hawlio'r cymorth hwn. Mae hefyd yn dweud wrthy'ch gyda phwy y dylech gysylltu am fwy o help, gan gynnwys cynghorwyr hawliau lles Macmillan.

Os oes gennych gwestiynau neu os hoffech siarad â rhywun, ffoniwch Linell Gymorth Macmillan am ddim ar **0808 808 00 00**, Llun i Gwener, 9am tan 8pm, neu ewch i **macmillan.org.uk**

A fyddai'n well gennych siarad â ni mewn iaith arall? Mae cyfieithwyr ar gael. Dywedwch wrthym yn Saesneg yr iaith yr hoffech ei defnyddio. Ydych chi'n fyddar neu'n drwm eich clyw? Ffoniwch ni gan ddefnyddio NGT (Cyfnewid Testun) ar **18001 0808 808 00 00**, neu ddefnyddio'r ap NGT Lite.

Angen gwybodaeth mewn gwahanol iaith neu fformat? Rydym yn cynhyrchu gwybodaeth ar ffurf glywedol, eLyfrau, hawdd i'w darllen, Braille, print bras a chyfieithiadau. I archebu'r rhain ewch i **macmillan.org.uk/otherformats** neu ffoniwch ein llinell gymorth.

© Cymorth Canser Macmillan, Mai 2017. 15^{fed} rhifyn. MAC4026. Adolygiad arfaethedig nesaf 2018. Cymorth Canser Macmillan, elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr (261017), Yr Alban (SC039907) ac Ynys Manaw (604). Argraffwyd yn defnyddio deunydd cynaliadwy. Ailgylchwhch os gwelwch yn dda.



Beth yw'r logo hwn? Ewch i **macmillan.org.uk/ourinformation**

NI YW
MACMILLAN.
CYMORTH CANCER