Mwy o arian yn eich poced

Hawlio eich budd-daliadau

Materion ariannol

Pwy ydym ni

Age Cymru yw'r elusen genedlaethol ar gyfer pobl hŷn yng Nghymru.

Rydyn ni'n gweithio i ddatblygu a darparu newidiadau cadarnhaol gydag ac ar gyfer pobl hŷn.

Ynghyd â'n partneriaid lleol:

- Rydym yn darparu gwybodaeth a chyngor.
- Rydym yn darparu rhaglenni llesiant.
- Rydym yn darparu eiriolaeth annibynnol.
- Rydym yn cefnogi gofalwyr.
- Rydym yn ymgyrchu ac yn ymchwilio.

Age Cymru
Tŷ Mariners
Llys Trident
Ffordd Ddwyrain Moors
Caerdydd CF24 5TD

029 2043 1555
www.agecymru.org.uk

Elusen Gofrestredig 1128436

Dyddiad cyhoeddi: Ebrill 2024

Sut gallwn ni helpu

Cyngor Age Cymru: ein gwasanaeth gwybodaeth a chyngor ar gyfer materion sy'n effeithio ar bobl dros 50 oed yng Nghymru.

Mae Cyngor Age Cymru wedi ymrwymo i fod y gwasanaeth gwybodaeth a chyngor mwyaf blaenllaw i bobl hŷn yng Nghymru. Ein nod yw darparu gwybodaeth a chyngor effeithiol, hygyrch o ansawdd uchel wrth gynnig gwasanaeth diduedd a chyfrinachol am ddim. Gall Cyngor Age Cymru gynorthwyo pobl hŷn, eu teulu, eu ffrindiau, gofalwyr neu weithwyr proffesiynol.

Mae ein holl ganllawiau a thaflenni ffeithiau ar gael i'w lawrlwytho o'n gwefan, neu gallwch gysylltu â'n llinell gyngor i gael copïau wedi'u postio atoch am ddim.

Cymorth lleol

Mae Cyngor Age Cymru hefyd yn gweithredu fel porth i'n gwasanaethau lleol. Efallai y bydd cymorth wyneb yn wyneb ar gael mewn swyddfeydd lleol ac efallai bydd ymweliadau cartref ar gael i bobl sydd angen cymorth ychwanegol neu arbenigol.

Cysylltu

Os hoffech siarad ag un o'n cynghorwyr arbenigol, yn Gymraeg neu yn Saesneg, ffoniwch ni ar **0300 303 44 98**. Mae ein llinell gyngor ar agor rhwng 9am a 4pm, o ddydd Llun i ddydd Gwener.

(Codir tâl am alwadau ar yr un gyfradd â galwad i rif safonol 01 neu 02. Byddant hefyd yn cael eu cynnwys yn awtomatig mewn unrhyw becyn munudau llinell dir neu funudau cynhwysol ffôn symudol.)

Gallwch hefyd anfon e-bost atom gan ddefnyddio'r cyfeiriad cyngor@agecymru.org.uk neu ewch i'n gwefan yn www.agecymru.cymru/cyngoragecymru

Cynnwys

Beth yw diben y canllaw hwn? 5

Sut gall Age Cymru helpu? 6

Beth allwch ei hawlio
Cipolwg ar fudd-daliadau 8

Eich pensiwn
Pensiwn y Wladwriaeth: rydych yn ei haeddu – gwnewch yn siŵr eich bod yn ei hawlio 11
Credyd Pensiwn: mae'n ychwanegu at eich incwm wythnosol 14

Eich cartref
Help gyda'r Dreth Gyngor 18
Budd-dal tai a help gyda chostau tai 21
Help gyda chostau gwresogi: cartref cynhesach ar gyfer y gaeaf 23

Eich lles
Help gyda chostau brys neu gostau unigol 26
Help gyda chostau iechyd 29
Lwfans Gweini: arian ar gyfer eich anghenion gofal 31
- Gwneud cais am Lwfans Gweini 33
- Anghenion gofal cyffredin i'w cynnwys 35
- Beth os bydd fy nghais am Lwfans Gweini yn cael ei wrthod? 36

Lwfans Gofalwr: arian ychwanegol i helpu gyda gofal 37

Budd-daliadau oedran gweithio 39

Chwalu'r chwedlau 41

Sefydliadau defnyddiol 43

Beth yw diben y canllaw hwn?

Bob blwyddyn, amcangyfrifir bod gwerth hyd at £3.5 biliwn o fudd-daliadau'r wladwriaeth heb gael eu hawlio gan bobl hŷn yn y DU.

Mae rhai pobl yn amharod i hawlio, mae'r broses hawlio yn digalonni rhai – ac nid yw eraill yn gwybod eu bod yn gymwys i gael cymorth ychwanegol. A allech chi fod yn un o'r bobl sydd ar eu colled?

Os ydych chi'n berson hŷn, gall fod gennych hawl i fudd-daliadau nad ydych wedi gallu eu hawlio o'r blaen. Gall y rhain eich helpu chi i gadw eich annibyniaeth a gwella eich safon byw trwy helpu gyda chostau tŷ, anghenion gofal neu gostau byw dydd i ddydd cyffredinol. Felly, mae'n werth darllen y canllaw hwn i weld a ydych yn hawlio popeth sy'n ddyledus i chi.

Mae'r holl ffigurau y cyfeirir atynt yn y canllaw hwn yn berthnasol rhwng Ebrill 2024 a Mawrth 2025.

Mae ein canllaw yn cynnwys llawer o wybodaeth am amrywiaeth o faterion, a gellir ei ddefnyddio fel cyflwyniad i'r materion a nodwyd ynddo. Mae gennym ni daflenni ffeithiau a chanllawiau eraill sy'n cynnwys mwy o fanylion am faterion gwahanol. Rydyn ni'n sôn am y taflenni ffeithiau a'r canllawiau hynny o fewn y canllaw hwn, neu ewch i'n gwefan i weld rhestr o bopeth rydyn ni'n ei gynhyrchu ar wefan Age Cymru:

www.agecymru.cymru/adnoddau-gwybodaeth

Mae'r canllaw hwn yn berthnasol ledled Cymru. Mae yna fersiynau eraill ar gael sy'n berthnasol i Loegr, Yr Alban a Gogledd Iwerddon.

Mae'r daflen wybodaeth hon wedi cael ei pharatoi gan Age Cymru ac Age UK, ac mae'n cynnwys cyngor cyffredinol yn unig, y gobeithiwn y bydd o ddefnydd i chi. Ni ddylid dehongli unrhyw beth yn y daflen hon fel cyngor penodol ac ni ddylid dibynnu arni fel sail ar gyfer unrhyw benderfyniad neu weithred. Nid yw Age Cymru, Age UK, nac unrhyw un o'i is-gwmnïau, nac elusennau yn derbyn unrhyw atebolrwydd sy'n codi yn sgil ei defnydd. Ein nod yw sicrhau bod y wybodaeth mor gyfredol a chywir â phosibl, ond byddwch yn ymwybodol bod rhai meysydd yn newid o dro i dro.

Sut y gall Age Cymru helpu?

Ddim yn meddwl bod gennych hawl i unrhyw fudd-daliadau? Efallai y cewch eich synnu.

Hyd yn oed os oes gennych eich cartref eich hun neu gynilion – neu os ydych eisoes yn hawlio rhai budd-daliadau – efallai fod gennych hawl i rai eraill. Felly, cyn darllen y canllaw hwn, beth am edrych beth sydd gennych hawl iddo?

Mae cyfrifiannell budd-daliadau ar-lein Age Cymru yn rhad ac am ddim, ac yn gyfrinachol – a gall eich helpu i gael gwybod beth y gallai fod gennych hawl iddo.

Dim ond hyn fydd angen i chi ei wybod:

- faint o incwm rydych chi'n ei dderbyn o unrhyw fudd-daliadau, gwaith, pensiynau preifat neu ffynonellau eraill
- eich rhent neu gostau cartref a'ch band Treth Gyngor
- faint o gynilion sydd gennych

Dim ond rhyw 10 munud y dylai gymryd i'w gwblhau, ac fe gewch weld faint y gallech fod â hawl iddo a sut i'w hawlio.

Ewch i **www.agecymru.org.uk/letstalkmoney** neu, os nad oes gennych fynediad at y rhyngrwyd, gofynnwch i ffrind neu berthynas eich helpu. Fel arall, gallwch ffonio Llinell Gyngor genedlaethol Age Cymru, neu fynd draw i'ch sefydliad Age Cymru lleol i gael cyngor ar fudd-daliadau.

Cyngor Age Cymru: 0300 303 44 98

Gall Cyngor Age Cymru roi manylion cysylltu eich Age Cymru lleol ichi, neu gallwch fynd i:
www.agecymru.org.uk/local

Gall eich Age Cymru lleol:

- esbonio pob budd-dal a chyfrifo beth y gall fod gennych hawl i'w dderbyn - gallai fod yn gyfuniad o fudd-daliadau neu hyd yn oed yn daliad ôl-ddyddiedig
- eich helpu i wneud hawliadau a llenwi ffurflenni
- bod yma i wrando a chynnig cyngor cyffredinol ar eich sefyllfa ariannol.

Os oes gennych unrhyw bryderon ynghylch arian, neu ynghylch talu eich biliau, mae'n syniad da cysylltu cyn gynted â phosib - cyn i'ch pryderon ddechrau effeithio ar eich cwsg a'ch iechyd.

Os ydych chi'n cael trafferth gyda dyled, mae gan ein canllaw '*Getting help with debt*' wybodaeth am sut i gael help. Beth bynnag fo'ch sefyllfa, nid yw hi byth yn rhy gynnar nac yn rhy hwyr i ofyn am gymorth os oes ei angen arnoch.

Ffoniwch Cyngor Age Cymru ar 0300 303 44 98

Cipolwg ar fudd-daliadau

Cipolwg ar fudd-daliadau

Dyma drosolwg byr o'r budd-daliadau y gallech fod yn gymwys i'w derbyn, faint y gallech ei dderbyn, a ble yn y canllaw hwn y cewch fwy o wybodaeth. Mae tri chategori: eich pensiwn, eich cartref a'ch lles.

1. Eich pensiwn

Pensiwn y Wladwriaeth (gweler tudalennau 11-13)

Faint? Hyd at £221.20 yr wythnos, yn dibynnu faint o gyfraniadau Yswiriant Gwladol wnaethoch tra'r oeddech yn gweithio.

Credyd Pensiwn – Credyd Gwarant
(gweler tudalennau 14-17)

Faint? Mae'n ychwanegu at eich incwm i roi o leiaf £218.15 yr wythnos i bobl sengl a £332.95 i barau.

Credyd Pensiwn – Credyd Cynilion
(gweler tudalennau 14-17)

Faint? Hyd at £17.01 yr wythnos i bobl sengl neu £19.04 yr wythnos i barau.

2. Eich cartref

Cynllun Gostyngiadau'r Dreth Gyngor
(gweler tudalennau 18-19)

Faint? Mae'r swm yn amrywio, ond gallai fod yn ddigon i dalu eich Treth Gyngor yn llawn.

Budd-dal Tai (gweler tudalennau 21-22)

Faint? Mae'r swm yn amrywio, ond gallai fod yn ddigon i dalu eich rhent yn llawn.

Taliad Tanwydd Gaeaf (gweler tudalen 23-24)

Faint? Un taliad blynyddol, rhwng £100 a £300, yn cael ei dalu i holl aelwydydd pensiynwyr cymwys er mwyn helpu gyda chostau tanwydd.

Taliad Tywydd Oer (gweler tudalen 24)

Faint? £25 yr wythnos pan fo'r tywydd yn oer iawn.

Disgownt Cartref Cynnes (gweler tudalen 24)

Faint? Disgownt unigol ar eich bil ynni gan eich cyflenwr.

3. Eich lles

Help gyda chostau brys neu gostau unigol
(gweler tudalennau 26-28)

Faint? Mae amrywiaeth o help ar gael, yn dibynnu ar eich amgylchiadau.

Help gyda chostau iechyd (gweler tudalennau 29-30)

Faint? Mae'n amrywio. Help gyda chostau triniaeth ddeintyddol, sbectol neu lensys cyffwrdd, a chostau GIG eraill.

Lwfans Gweini (gweler tudalennau 31-36)

Faint? £72.65 yr wythnos os oes angen help arnoch yn y dydd neu yn y nos. £108.55 os oes angen help arnoch yn y dydd ac yn y nos.

Lwfans Gofalwr (gweler tudalen 37-38)

Faint? £81.90 yr wythnos os ydych yn gofalu am rywun.

Eich Pensiwn

Mae'n bosibl bod gennych bensiwn preifat neu bensiwn y gweithle, ond mae hawl hefyd gan y rhan fwyaf o bobl i Bensiwn y Wladwriaeth pan fyddant yn cyrraedd oedran penodol.

Pensiwn y Wladwriaeth: rydych yn ei haeddu – gwnewch yn siŵr eich bod yn ei hawlio

Mae Pensiwn y Wladwriaeth yn daliad rheolaidd gan y llywodraeth ac mae'n seiliedig ar eich cyfraniadau Yswiriant Gwladol.

Byddwch yn ei dderbyn pan fyddwch yn cyrraedd oed Pensiwn y Wladwriaeth – mae hyn nawr yn 66 oed i ddynion a menywod (bydd yn cynyddu yn y dyfodol, er na fydd hyn yn dechrau tan fis Mai 2026).

Gallwch wirio pa bryd y bydd gennych hawl i gael Pensiwn y Wladwriaeth, ar sail eich dyddiad geni, trwy ffonio Cyngor Age Cymru neu ddefnyddio'r gyfrifiannell ar wefan GOV.UK: **www.gov.uk/calculate-state-pension**.

Gallwch chi hefyd ffonio'r Gwasanaeth Pensiwn – ewch i dudalen 45 i ddod o hyd i fanylion cyswllt.

Os nad ydych yn gymwys eto i dderbyn Pensiwn y Wladwriaeth, gweler tudalen 39 i gael rhagor o wybodaeth am fudd-daliadau oedran gweithio, fel y Credyd Cynhwysol neu'r Taliad Annibyniaeth Bersonol.

Mae rheolau gwahanol ar gyfer Pensiwn y Wladwriaeth, yn ddibynnol ar bryd y byddwch yn cyrraedd oedran Pensiwn y Wladwriaeth.

Bydd pobl sydd wedi cyrraedd oedran Pensiwn y Wladwriaeth ar neu cyn Ebrill 2016 yn dod o dan y rheolau newydd ar gyfer Pensiwn y Wladwriaeth:

O dan y system newydd, bydd swm wythnosol llawn yn cael ei roi i bobl sydd ag o leiaf 35 mlynedd o gyfraniadau neu gredydau Yswiriant Gwladol (YG). Bydd yn werth **£221.20** yr wythnos, ond gallwch gael llai na hyn os nad oes digon o gyfraniadau neu gredydau YG gennych, fel os ydych wedi contractio allan o gynllun Pensiwn y Wladwriaeth ychwanegol.

Rhaid i chi feddu ar isafswm o 10 mlynedd o gyfraniadau i fod yn gymwys – os oes gennych rhwng 10 a 34 blynedd o gyfraniadau, cewch swm is graddedig na'r £221.20 a ddatganir uchod.

Os cyrhaeddoch oedran Pensiwn y Wladwriaeth cyn 6 Ebrill 2016, byddwch yn parhau i gael Pensiwn y Wladwriaeth o dan yr hen system.

O dan yr hen reolau, mae Pensiwn llawn y Wladwriaeth, yn talu **£169.50** yr wythnos os oes gennych o leiaf 30 mlynedd o gyfraniadau.

Efallai y byddwch yn derbyn symiau ychwanegol, sy'n dibynnu ar faint rydych chi'n ennill (ac felly'r cyfanswm gwnaethoch dalu ar ffurf cyfraniadau Yswiriant Gwladol).

Fel y nodir uchod, byddwch yn derbyn £169.50 os ydych chi wedi gwneud cyfraniadau Yswiriant Gwladol am dros 30 blynedd. Os nad ydych chi wedi gwneud hyn, byddwch yn dal i dderbyn pensiwn, ond byddwch chi ond yn derbyn 1 rhan o 30 o'r cyfanswm cyfan am bob blwyddyn wnaethoch chi gyfrannu.

Gallwch dalu cyfraniadau gwirfoddol i gwmpasu unrhyw fylchau pan nad oeddech yn gweithio neu'n cael credydau treth – ond, cyn i chi wneud hynny, gwiriwch fod y rhain yn ychwanegu at eich pensiwn. O dan yr hen reolau, mae'n bosibl y gallech ychwanegu at eich Pensiwn y Wladwriaeth gan ddefnyddio cyfraniadau eich priod neu bartner sifil os ydynt o oed Pensiwn y Wladwriaeth.

Sut ydw i'n hawlio Pensiwn y Wladwriaeth?

Mae proses hawlio Pensiwn y Wladwriaeth yr un fath dan y system newydd a'r hen reolau.

Mae'r rhan fwyaf o bobl hŷn â hawl i bensiwn, ond mae'n rhaid gwneud cais ar ei gyfer yr un fath h.y. ni fyddwch yn cael eich pensiwn fel mater o drefn.

Dylech dderbyn llythyr gan y Gwasanaeth Pensiwn tua phedwar mis cyn i chi gyrraedd oedran Pensiwn y Wladwriaeth yn egluro sut i ymgeisio. Os nad ydych wedi'i dderbyn o hyd gyda dau fis i fynd, cysylltwch â'r Gwasanaeth Pensiwn (gweler tudalen 45).

Nid oes rhaid ichi hawlio Pensiwn y Wladwriaeth yn syth. Gallwch ohirio ei hawlio - ac o bosib gallwch gael pensiwn uwch. Mae'r rheolau yn gymhleth os ydych chi'n dewis gohirio, a ni fyddwch chi bob tro yn derbyn swm yn fwy. Hefyd, mae'n bosib bydd hyn yn effeithio ar fudd-daliadau eraill, felly os ydych chi'n ystyried gohirio, ffoniwch Age Cymru ar **0300 303 44 98** i ddod o hyd i'r opsiwn gorau i chi.

Gallwch ôl-ddyddio eich cais am Bensiwn y Wladwriaeth am uchafswm o 12 mis.

Beth nesaf?

Am ragor o wybodaeth, gweler ein canllaw rhad ac am ddim *Pensiwn y Wladwriaeth*.

Mae'r Adran Gwaith a Phensiynau hefyd yn cynhyrchu canllawiau am ddim yn ogystal â gwybodaeth ar-lein.

I gael fwy o wybodaeth am y system Pensiwn newydd y Wladwriaeth ewch i www.gov.uk/new-state-pension.

Am wybodaeth ar y system Pensiwn y Wladwriaeth cyn-2016 ewch i www.gov.uk/state-pension.

Credyd Pensiwn: mae'n ychwanegu at eich incwm wythnosol

Budd-dal cysylltiedig ag incwm yw hwn, i roi ychydig o arian ychwanegol ichi pan fyddwch wedi ymddeol.

Os ydych ar incwm isel neu'n cael trafferth wrth ddod i ben â phopeth, gallai hawlio Credyd Pensiwn helpu. Daw mewn dwy ran ac mae'n bosibl y byddwch yn gymwys i dderbyn un ohonynt neu'r ddwy.

- Mae'r Credyd Gwarant yn ychwanegu at eich incwm wythnosol **i isafswm lefel gwarantedig** a bennir gan y Llywodraeth - gweler yr adran '*A allaf ei hawlio*' dros y dudalen i gael rhagor o wybodaeth.
- Mae'r Credyd Cynilion yn arian ychwanegol y byddwch yn ei dderbyn os oes gennych ychydig o gynilion neu os yw'ch incwm yn uwch na Phensiwn y Wladwriaeth sylfaenol.

Mae'n werth hawlio Credyd Pensiwn, hyd yn oed os mai swm bach yn unig y bydd gennych hawl iddo, oherwydd gall eich helpu i gymhwyso ar gyfer budd-daliadau a hawliau eraill. Er enghraifft:

- Cewch gymorth i dalu eich Treth Gyngor, trwy Gynllun Gostyngiadau'r Dreth Gyngor (gallai hyd yn oed olygu na fyddwch yn talu'r Dreth Gyngor o gwbl, oni bai bod pobl eraill yn byw gyda chi) – gweler tudalen 18.
- Gallech gael cymorth gyda chostau tŷ (gweler tudalen 23).
- Taliad Tywydd Oer (gweler tudalen 24).
- Byddwch yn cael help gyda chostau iechyd (gweler tudalen 29).
- Gallwch gael trwydded teledu am ddim os ydych chi'n hŷn na 75.

Ffoniwch Cyngor Age Cymru ar **0300 303 44 98** i gael mwy o wybodaeth am sut mae Credyd Pensiwn yn gallu agor y drws i chi gael budd-daliadau a hawliau eraill.

Hefyd, nid yw rhai mathau o incwm, fel Lwfans Gweini a budd-daliadau penodol eraill, yn cael eu hystyried wrth wirio a ydych yn gymwys i gael Credyd Pensiwn, felly efallai bod gennych fwy o siawns o fod yn gymwys nag oeddech yn ei feddwl.

Does dim gennych i'w golli o wneud cais, ond gallech elwa'n sylweddol. Os cawsoch eich gwrthod yn y gorffennol, gallai fod yn werth hawlio o'r newydd, oherwydd gall cyfraddau budd-daliadau newid, fel y gall eich sefyllfa ariannol chi.

A allaf ei hawlio?

Credyd Gwarant

- Nid oes ffigwr uchafswm am gynilion i gael am Gredyd Pensiwn, ond os oes gennych fwy na £10,000 mi fydd yn effeithio'r swm y byddwch yn gallu hawlio.
- Os ydych yn byw gyda phartner, un ohonoch yn unig all hawlio Credyd Pensiwn a byddwch yn cael eich asesu fel pâr.
- I fod yn gymwys, mae angen i chi fod wedi cyrraedd oedran Pensiwn y Wladwriaeth. Os oes gennych bartner mae angen iddynt **hefyd** fod wedi cyrraedd oedran Pensiwn y Wladwriaeth - gweler tudalen 11.
- Yn gyffredinol, gallech dderbyn Credyd Gwarant os yw'ch incwm wythnosol yn llai na **£218.15** os ydych yn sengl, neu'n **£332.95** os ydych yn gwpl - h.y. dyma isafswm incwm gwarantedig y Llywodraeth y cyfeirir ato ar ddechrau'r adran hon, felly bydd Credyd Gwarant yn cynyddu'ch incwm hyd at y lefel hon os yw'n is na hyn ar hyn o bryd.

Yn arwyddocaol, gallai eich isafswm gwarant fod yn uwch os oes gennych anabledd, os ydych yn ofalwr, neu'n berchennog tŷ gyda thaliadau gwasanaeth - h.y. yn yr achosion hyn efallai y gallwch fod yn gymwys, hyd yn oed os yw'ch incwm ychydig yn fwy na'r symiau uchod.

Er enghraifft, os ydych yn gymwys i gael swm ychwanegol ar gyfer anabledd difrifol, bydd **£81.50** yr wythnos yn ychwanegol yn cael ei ychwanegu at eich gwarant isaf (neu, mewn rhai amgylchiadau, gall cyplau fod yn gymwys i dderbyn swm hyd yn oed yn uwch o **£163.00** yr wythnos) - gall y rheolau ar gyfer hyn fod yn eithaf cymhleth, fodd bynnag, felly ffoniwch Cyngor Age Cymru ar **0300 303 44 98** am ragor o wybodaeth.

Mae swm ychwanegol hefyd ar gyfer gofalwyr o **£45.60** yr wythnos (neu, os oes gennych bartner a bod y ddau ohonoch yn gymwys i gael yr ychwanegiad gofalwr, **£91.20** ychwanegol yr wythnos). Fodd bynnag, unwaith eto, gall y rheolau fod yn gymhleth a gallai derbyn yr ychwanegiad gofalwr effeithio ar hawl budd-daliadau'r person rydych yn gofalu amdano - cysylltwch â Chyngor Age Cymru ar **0300 303 44 98** am ragor o wybodaeth.

Cymorth ar gyfer Llog ar Forgais

Os ydych yn berchen ar eich cartref eich hun ac yn dal i dalu morgais, efallai eich bod yn gymwys i gael benthyciad Cymorth ar gyfer Llog ar Forgais o ganlyniad i fod yn gymwys i gael Credyd Pensiwn. Gweler yr adran ar gymorth gyda chostau tai yn y canllaw hwn am wybodaeth bellach (gweler tudalen 23).

Credyd Cynilion

- Byddwch ond yn gymwys am Gredyd Cynilion os cyrhaeddoch oed Pensiwn y Wladwriaeth cyn 6 Ebrill 2016. Os ydych yn bâr a bod un ohonoch wedi cyrraedd oedran Pensiwn y Wladwriaeth cyn 6 Ebrill 2016, gallwch ond gael Credyd Cynilion os ydych chi eisoes yn ei hawlio.
- Mae'r Credyd Cynilion yn arian ychwanegol os oes gennych rai cynilion neu os yw eich incwm yn uwch na Phensiwn sylfaenol y Wladwriaeth. Gallech gael hyd at:
  - **£17.01** ychwanegol yr wythnos os ydych yn sengl
  - **£19.04** ychwanegol yr wythnos os ydych yn bâr.

Sut ydw i'n ei hawlio?

Gallwch hawlio Credyd Pensiwn trwy ffonio'r Gwasanaeth Pensiwn (gweler tudalen 45). Byddant yn gofyn cwestiynau i chi dros y ffôn ac yn llenwi'r ffurflen ar eich rhan. Fel arall, gallech ofyn iddynt anfon ffurflen atoch i'w llenwi adref. Bydd angen gwybodaeth benodol arnoch, fel eich rhif Yswiriant Gwladol (YG) a manylion eich cyfrif banc, incwm, cynilion a buddsoddiadau.

Erbyn hyn, gallwch wneud cais am Gredyd Pensiwn ar-lein hefyd ar **www.gov.uk/credyd-pensiwn/sut-i-wneud-cais**, cyn belled â'ch bod eisoes wedi hawlio Pensiwn y Wladwriaeth ac nad oes unrhyw blant neu bobl ifanc wedi'u cynnwys yn eich cais.

Defnyddiwch ein cyfrifiannell budd-daliadau ar-lein ar **www.agecymru.org.uk/letstalkmoney** i ddarganfod beth ydych yn gymwys i'w dderbyn.

Mae'n werth hawlio Credyd Pensiwn hyd yn oed os mai swm bach sydd gennych hawl iddo, oherwydd bydd yn eich helpu chi i ddod yn gymwys ar gyfer budd-daliadau eraill fel budd-dal tai neu Gynllun Gostyngiadau'r Dreth Gyngor.

Beth nesaf?

Am fwy o wybodaeth, mae gennym ganllaw a thaflen ffeithiau ar Gredyd Pensiwn. Mae'r daflen ffeithiau'n cynnig gwybodaeth fanylach.

Gallwch hefyd gysylltu â llinell hawlio Credyd Pensiwn ar **0800 99 1234** (neu ffôn destun **0800 169 0133**).

Eich Cartref

Gallai fod cymorth ariannol ar gael i'ch helpu i fyw'n ddiogel ac yn gyfforddus yn eich cartref eich hun.

Help gyda'r Dreth Gyngor

Mae'r Dreth Gyngor yn dreth ar sail eiddo sy'n cael ei thalu i awdurdodau lleol. Yn dibynnu ar eich sefyllfa, gallech fod yn gymwys i gael:

- cymorth â'ch bil y Dreth Gyngor drwy Gynllun Gostyngiadau'r Dreth Gyngor eich awdurdod lleol
- eithriad rhag talu'r Dreth Gyngor
- gostyngiad anabledd y Dreth Gyngor
- disgownt y Dreth Gyngor.

Cynlluniau Gostyngiadau'r Dreth Gyngor (CGDG)

Mae CGDG eich awdurdod lleol yn darparu cymorth gyda biliau Treth Gyngor i bobl ar incwm isel. Mae'r meini prawf cymhwyso yn gyffredinol debyg ledled Cymru.

Gall y cymorth a dderbyniwch ddibynnu ar ffactorau fel:

- pa fudd-daliadau eraill rydych yn eu derbyn
- eich oedran
- eich incwm
- eich cynilion
- gyda phwy rydych chi'n byw
- faint o'r Dreth Gyngor rydych yn ei thalu.

Efallai y byddwch yn cael mwy o help gan Gynllun Gostyngiadau'r Dreth Gyngor os ydych yn derbyn budd-dal anabledd neu ofalwr.

Os ydych yn derbyn Credyd Gwarant, efallai bydd eich Treth Gyngor yn cael ei thalu'n llawn. Os nad ydych yn derbyn Credyd Gwarant, ond mae gennych incwm isel a llai nag £16,000 o gynilion, efallai y byddwch yn dal i gael ychydig o help.

Eithriadau

Efallai y byddwch yn gallu gwneud cais am eithriad:

- Os yw eich eiddo'n wag – er enghraifft, os ydych wedi'i adael i fynd i'r ysbyty, cartref gofal neu i fyw â pherthynas yn ei gartref ef/chartref hi er mwyn iddo ef/iddi hi ofalu amdanoch.
- Os oes gennych ddementia a'ch bod yn byw ar eich pen eich hun (gallai'r eithriad fod yn berthnasol hefyd os oes rhywun arall yn byw yn yr eiddo sydd â dementia hefyd, neu fath arall o 'nam meddyliol difrifol').
- Os yw'r eiddo'n rhandy i'r prif eiddo, cyn belled â bod yr unigolyn sy'n byw yn y rhandy yn **berthynas ddibynnol** i bwy bynnag sy'n byw ym mhrif ran y tŷ - er enghraifft, gallai hyn fod yn berthnasol pan fydd rhywun yn byw mewn 'rhandy nain' (bydd perthynas ddibynnol yn rhywun 65 oed neu'n hŷn, neu rywun o unrhyw oed sydd â nam meddyliol difrifol neu anabledd sylweddol a/neu barhaol).

Nid yw'r uchod yn rhestr gynhwysfawr - gweler ein taflen ffeithiau *Treth y Cyngor yng Nghymru* am ragor o fanylion.

Gostyngiad anabledd

Gallai'r cynllun hwn fod yn berthnasol os yw eich cartref yn cynnwys nodweddion sy'n ei wneud yn addas i rywun sydd ag anabledd fyw ynddo. Nid yw eich incwm na'ch cynilion yn cael eu hystyried.

Bydd y cynllun ond yn berthnasol lle mae gan yr unigolyn anabl anabledd sylweddol a pharhaol (naill ai anabledd corfforol neu feddyliol), er nad oes rhaid iddo ef/iddi hi fod yn gyfrifol am dalu'r bil.

Os yw eich cartref yn gymwys i gael gostyngiad anabledd, bydd eich bil yn cael ei ostwng un band. Er enghraifft, os yw eich cartref wedi'i brisio ym mand C, bydd rhaid i chi dalu'r swm ar gyfer eiddo band B yn unig.

Disgowntiau

Os ydych yn byw ar eich pen eich hun, gallwch gael gostyngiad o 25 y cant ar bil y Dreth Gyngor, beth bynnag yw eich amgylchiadau ariannol.

Gallai disgownt fod yn berthnasol hefyd os oes mwy nag un oedolyn mewn aelwyd, ond bod amgylchiadau'r unigolyn arall yn golygu nad yw'n cael ei (h)ystyried at ddibenion y Dreth Gyngor. Er enghraifft, bydd hyn yn berthnasol yn achos unrhyw un sydd â nam meddyliol difrifol neu sy'n ofalwr yn golygu am rywun yn yr un aelwyd, nad yw'n bartner y sawl y mae'n gofalu amdano/amdani (byddai angen iddo ef/iddi hi fod yn darparu gofal am o leiaf 35 awr yr wythnos).

Disgowntiau neu ostyngiadau yn ôl disgresiwn

Gall awdurdodau lleol drefnu bod disgowntiau eraill ar gael yn eu hardal ar gyfer categorïau eiddo neu gategorïau o breswylwyr. Gallech wirio â'ch awdurdod lleol a oes unrhyw ddisgowntiau ychwanegol ar gael lle'r ydych chi'n byw.

Sut ydw i'n ei hawlio?

Cysylltwch â'ch awdurdod lleol i weld a allwch hawlio help ar gyfer bil y Dreth Gyngor. Gallwch hefyd ffonio Cyngor Age Cymru ar **0300 303 44 98**.

Beth nesaf?

I gael mwy o wybodaeth, gweler taflen ffeithiau rhad ac am ddim Age Cymru, Y *Dreth Gyngor yng Nghymru*: *gwybodaeth am y dreth a help y gallech ei gael tuag at eich bil.*

Budd-dal tai a help gyda chostau tai

Budd-dal Tai

Mae Budd-dal Tai yn helpu pobl ar incwm isel gyda chostau rhent. Bydd ffactorau (gweler isod) yn penderfynu faint o gymorth byddwch chi'n ei dderbyn:

- eich incwm
- eich cynilion
- gyda phwy rydych chi'n byw
- faint o rent rydych yn ei dalu
- faint o ystafelloedd sydd yn eich cartref.

Efallai y byddwch yn derbyn mwy o Fudd-dal Tai os ydych yn derbyn budd-dal anabledd neu ofalwr.

- Os ydych yn derbyn rhan Credyd Gwarant y Credyd Pensiwn, efallai y bydd y Budd-dal Tai yn talu eich rhent yn llawn. Os nad ydych yn cael Credyd Gwarant, ond mae eich incwm yn isel ac mae gennych lai nag £16,000 o gynilion, efallai y bydd dal modd i chi gael ychydig o help. Os oes rhywun yn byw gyda chi – er enghraifft, mab neu ferch sy'n oedolyn a disgwylir iddo/iddi gyfrannu at y rhent – fel arfer, bydd swm yn cael ei dynnu o'ch Budd-dal Tai. Mae'r swm hwn yn dibynnu ar eu hamgylchiadau.

Sut ydw i'n ei hawlio?

Yn gyntaf, bydd angen i chi wybod pwy i gysylltu â nhw i wneud hawliad:

- Os ydych wedi cyrraedd oed Pensiwn y Wladwriaeth, gallwch wneud hawliadau am Fudd-dal Tai a Chredyd Pensiwn ar yr un pryd. Fel arall, cysylltwch â'ch awdurdod lleol i gael gwybod sut i wneud cais.
- Os nad ydych wedi cyrraedd oed Pensiwn y Wladwriaeth eto ac rydych eisiau help gyda'ch rhent, mae'n debygol y bydd

rhaid ichi hawlio Credyd Cynhwysol (gweler tudalen 40), sydd ag elfen cost cartref.

Bydd eich awdurdod lleol yn eich arwain drwy'r camau y mae angen i chi eu cymryd i wneud hawliad neu ffoniwch Cyngor Age Cymru ar **0300 303 44 98**.

Taliadau tai yn ôl disgresiwn

Os ydych yn derbyn Budd-dal Tai ond yn dal i'w chael hi'n anodd talu eich rhent, gallwch wneud cais am daliad tai yn ôl disgresiwn. Cysylltwch â'ch cyngor lleol i gael ffurflen gais.

Cymorth ar gyfer Llog Morgais

Os ydych yn berchen ar eich cartref eich hun, ni allwch hawlio Budd-dal Tai. Fodd bynnag, gallwch fod yn gymwys am Fenthyciad Cymorth ar gyfer Llog Morgais. Mae gan wefan GOV.UK fwy o wybodaeth ar:

www.gov.uk/cymorth-ar-gyfer-llog-morgais

Lleihau biliau cyfleustodau

Gallech chi fod yn lleihau costau tai drwy chwilio am y bargenion gorau ar gyfer trydan, nwy, dŵr neu becynnau ffôn a band eang. Efallai bydd tariff penodol ar gyfer pobl ar incwm isel. Edrychwch ar ein taflen wybodaeth *Chwilio am fargenion ynni* a *Cyngor am ddŵr* i gael mwy o wybodaeth.

Mae tariffiau cymdeithasol band eang yn cael eu cynnig gan rai darparwyr (bargenion a gostyngiadau ar gyfer pobl sy'n derbyn budd-daliadau penodol fel Credyd Pensiwn neu Gredyd Cynhwysol). Cysylltwch â Chyngor Age Cymru neu Gyngor ar Bopeth i gael mwy o wybodaeth - ewch i dudalennau 43 a 44.

Beth nesaf?

I gael mwy o wybodaeth am Fudd-dal Tai a thaliadau tai yn ôl disgresiwn, gweler ein taflen ffeithiau rhad ac am ddim, *Budd-dal Tai.*

Help gyda chostau gwresogi: cartref cynhesach ar gyfer y gaeaf

Mae llawer ohonom yn poeni am gostau ynni, ond trwy beidio â gwresogi ein cartrefi'n briodol, rydym yn amlygu ein hunain i glefydau sy'n gysylltiedig ag oerfel, megis trawiad ar y galon, strôc neu hypothermia hyd yn oed. Mae costau tanwydd uwch yn medru creu heriau wrth wresogi eich cartref - ond y newyddion da yw gallwch gael arian ychwanegol i gadw'n gynnes dros y gaeaf os cawsoch chi eich geni ar neu cyn 22 Medi 1958, neu os ydych chi'n derbyn budd-daliadau penodol.

Taliad Tanwydd Gaeaf

Dyma daliad blynyddol ar gyfer aelwydydd sy'n cynnwys rhywun a aned ar neu cyn 22 Medi 1958 (er mwyn bod yn gymwys ar gyfer y gaeaf yn ystod y flwyddyn ariannol Ebrill 2024 i Fawrth 2025 – mae'r dyddiad geni ar gyfer cymhwyso yn newid bob blwyddyn).

Gallech gael rhwng **£100** a **£300** i helpu i dalu'ch biliau gwres, yn amodol ar eich oedran a ph'un a oes pobl eraill yn eich cartref yn gymwys hefyd.

Fel arfer byddwch yn cael Taliad Tanwydd Gaeaf yn awtomatig os ydych yn cael Pensiwn y Wladwriaeth neu Gredyd Pensiwn. Dylech gael llythyr i ddweud faint a phryd gewch y taliad, fel arfer ym mis Tachwedd neu Ragfyr.

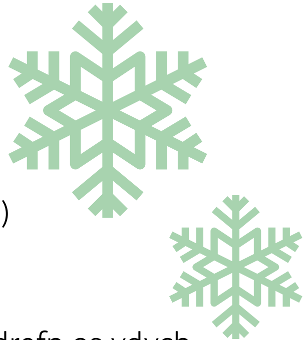
Os nad ydych yn cael Pensiwn y Wladwriaeth neu Gredyd Pensiwn ond efallai eich bod yn gymwys, fe fydd angen i chi wneud cais.

I ofyn am eich taliad neu i wneud cais, ffoniwch linell gymorth Taliad Tanwydd Gaeaf ar **0800 731 0160**, neu fel arall gallwch lawrlwytho ffurflen gais o **www.gov.uk/taliad-tanwydd-gaeaf**.

Bydd angen eich rhif yswiriant gwladol, a manylion eich banc neu eich cymdeithas adeiladu.

Dim ond unwaith yn unig y bydd angen i chi hawlio. Ar ôl hyn, dylech ei dderbyn fel mater o drefn bob blwyddyn, os na fydd eich amgylchiadau'n newid.

Taliad Tywydd Oer



Mae Taliadau Tywydd Oer yn cael eu talu i bobl gymwys pan mae'r tywydd yn oer iawn. Gallwch gael £25 ychwanegol yr wythnos pan fydd y tymheredd cyfartalog yn eich ardal wedi bod, neu y disgwylir iddo fod, yn 0°C (32°F) neu'n is am saith niwrnod yn olynol rhwng mis Tachwedd a Mawrth.

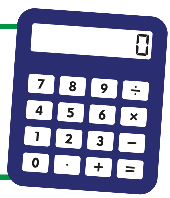
Dylech dderbyn Taliad Tywydd Oer fel mater o drefn os ydych yn derbyn Credyd Pensiwn neu fudd-daliadau penodol eraill. Cysylltwch â'r Gwasanaeth Pensiwn os ydych o'r farn y dylech fod wedi derbyn Taliad Tywydd Oer, ond eich bod chi heb ei dderbyn (gweler tudalen 45).

Disgownt Cartref Cynnes

Os ydych yn derbyn Credyd Pensiwn neu os ydych yn derbyn incwm isel ac mae gennych gostau ynni uchel, efallai y bydd gennych hawl i gael gostyngiad o £150 ar eich bil trydan drwy'r cynllun Gostyngiad Cartref Cynnes. Mae hwn yn ostyngiad untro a ddarperir gan eich cyflenwr ynni, fel arfer rhwng mis Hydref a mis Mawrth. Efallai y bydd modd ychwanegu'r gostyngiad at eich bil nwy yn lle hynny – cysylltwch â'ch cyflenwr i gael gwybod.

Dewch o hyd i fwy o wybodaeth yma:
www.gov.uk/cynllun-gostyngiad-cartrefi-cynnes

Defnyddiwch ein cyfrifiannell budd-daliadau ar-lein ar **www.agecymru.org.uk/letstalkmoney** i ddarganfod pa fudd-daliadau y gallech chi fod yn eu derbyn.



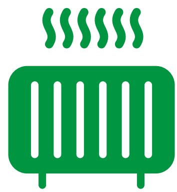
Cynlluniau eraill a allai leihau eich biliau gwresogi

Er nad oes gwybodaeth am yr isod yn y canllaw hwn gan nad ydynt yn fudd-daliadau na'n hawliau sy'n ymwneud a lles, mae'n bosib y byddant yn medru helpu i gynhesu eich cartref (gan leihau costau hefyd).

- Cynlluniau Llywodraeth Cymru neu Lywodraeth y DU a allai helpu gyda thlodi tanwydd a gwella effeithlonrwydd tanwydd eich cartref.
- Cynlluniau a drefnir gan eich cyflenwr ynni (er enghraifft, ar gyfer pobl sy'n profi problemau ariannol).
- Cynlluniau'r Llywodraeth sy'n helpu i ariannu gwelliannau/ atgyweiriadau yn y cartref.

Dewch o hyd i fwy o wybodaeth am hyn yn ein taflenni gwybodaeth:

- *Help gyda chostau gwresogi yng Nghymru*
- *Gwelliannau ac atgyweiriadau yn y cartref ar gyfer pobl hŷn yng Nghymru*



Beth nesaf?

Gweler canllaw rhad ac am ddim Age Cymru, Yn gynnes *dros y gaeaf*, i gael mwy o awgrymiadau ynghylch cadw'n gynnes yn ystod tywydd oer. Hefyd, fel y nodir uchod, gweler ein taflen ffeithiau rhad ac am ddim, *Help gyda chostau gwresogi yng Nghymru*.

Ewch i **www.agecymru.cymru/llesdrwywres**, i gael mwy o wybodaeth am gadw'n iach yn ystod y gaeaf neu ffoniwch Age Cymru i gael cyngor ar **0300 303 44 98.**

Eich Lles

Gall arian ychwanegol eich helpu chi i ofalu am eich hun ac aros yn annibynnol - felly mae'n bwysig i hawlio'r hyn sydd ar gael.

Help gyda chostau brys neu gostau unigol

Os ydych yn wynebu cost nad ydych yn gallu ei thalu oherwydd eich bod yn byw ar incwm isel, neu oherwydd eich bod chi'n byw heb unrhyw arian o gwbl am ryw reswm, efallai y gallwch gael help.

- Gall **Taliad Costau Angladd** helpu os ydych yn gyfrifol am dalu am angladd. Byddant yn helpu gyda chostau claddu neu amlosgi a hyd at £1,000 ar gyfer costau eraill, fel ffioedd y trefnydd angladdau.

  Caiff eich Taliad Costau Angladd ei ddidynnu o unrhyw arian a gewch o ystad y diweddar.

  I ddarganfod mwy, gweler ein canllaw rhad ac am ddim, *Pan fydd rhywun yn marw*, a thaflen ffeithiau rhad ac am ddim, *Cynllunio ar gyfer angladd*.

- Gall **Benthyciad Cyllidebu** fod ar gael, os ydych yn derbyn Credyd Pensiwn, a bod angen i chi dalu am eitem hanfodol. Bydd angen i chi ei ad-dalu o'ch budd-daliadau wythnosol.
- Gall **Blaenswm Tymor Byr** eich helpu chi yn ystod y cyfnod rhwng gwneud cais newydd am fudd-dal a derbyn y budd-dal. Fel arfer, bydd angen i chi ad-dalu'r arian dros gyfnod penodol, o'ch budd-daliadau wythnosol.
- Gall **help o'r Gronfa Cymorth Dewisol** fod ar gael, os oes angen cymorth arnoch ar frys ac na allwch gael gafael ar unrhyw gymorth neu gyllid arall. Dim ond ar gyfer anghenion hanfodol ac eitemau lle gallai eich iechyd a'ch llesiant fod mewn perygl fel arall y gellir eu defnyddio. Mae'r Gronfa Cymorth Dewisol

yn gynllun cenedlaethol yng Nghymru. Os byddwch yn derbyn help, bydd ar ffurf grant na fydd yn ad-daladwy, er efallai na fyddwch yn ei dderbyn ar ffurf arian parod - er enghraifft, efallai y byddwch yn cael cerdyn rhagdalu.

Mwy o wybodaeth ynghylch y meini prawf cymhwyso am help gyda chostau brys neu gostau unigol

- Fel arfer, bydd angen i chi fod yn derbyn budd-daliadau penodol, fel Credyd Pensiwn neu Fudd-dal Tai i fod yn gymwys ar gyfer cynlluniau gwahanol.
- I fod yn gymwys ar gyfer Blaenswm Tymor Byr, bydd angen i chi ddangos eich bod chi mewn angen ariannol.
- Os oes gennych dros £2,000 o gynilion, bydd yn effeithio ar eich cymhwyster i dderbyn Benthyciad Cyllidebu. Nid oes unrhyw derfynau cynilion ar gyfer Taliad Costau Angladd.
- Mae dwy ran i'r Gronfa Cymorth Dewisol:

- Mae **Taliadau Cymorth Unigol** wedi'u hanelu at alluogi pobl i barhau i fyw gartref yn annibynnol, neu os oes angen help i leddfu pwysau eithriadol neu frys y mae unigolyn a/neu ei deulu yn ei ddioddef - er enghraifft, anghenion cynyddol yn sgil salwch cronig, anabledd neu ddamwain. Gallech fod yn gymwys i dderbyn help os ydych yn cael budd-dal lles cysylltiedig ag incwm, fel Credyd Pensiwn neu Gredyd Cynhwysol. Fodd bynnag, bydd unrhyw swm ddyfarniad Taliad Cymorth Unigol gallwch dderbyn yn cael ei leihau, 'ar sail punt am bunt', ar gyfer unrhyw gynilion/cyfalaf sydd gennych chi neu eich partner.

- Mae **Taliadau Cymorth Brys** ar gael os ydych chi'n profi 'caledwch ariannol eithafol' - er enghraifft, rydych chi wedi colli eich swydd, wedi gwneud cais am fudd-daliadau ac rydych chi'n aros am eich taliad cyntaf. Efallai y byddant ar gael os ydych chi mewn sefyllfa argyfyngus ac rydych chi angen cefnogaeth ariannol ar frys - er enghraifft, does

gennych chi ddim arian i brynu bwyd, nwy na thrydan, does gennych chi ddim mynediad at roddwyr benthyciadau cyfrifol a chyfreithiol (er enghraifft undebau credyd), a does gennych chi ddim cynilion.

Sut ydw i'n ei hawlio?

I wneud cais am Daliadau Costau Angladd, Benthyciadau Cyllidebu a Blaensymiau Tymor Byr, cysylltwch â'ch swyddfa Canolfan Byd Gwaith leol.

Mae manylion cysylltu y Gronfa Cymorth Dewisol i'w cael ar dudalen 44.

Banciau bwyd a thalebau

Mae'r Trussell Trust yn cefnogi rhwydwaith o fanciau bwyd, ac yn darparu bwyd mewn sefyllfaoedd argyfyngus. Mae angen i bobl gael eu cyfeirio at fanc bwyd gyda thaleb. Mae nifer o sefydliadau cymunedol lleol a gweithwyr gofal proffesiynol (er enghraifft, meddyg neu weithiwr cymdeithasol) yn medru darparu'r talebau.

Beth nesaf?

I gael mwy o wybodaeth, gweler ein taflen ffeithiau rhad ac am ddim *Y Gronfa Gymdeithasol, Blaensymiau Budd-dal a Darpariaeth Lles Lleol* neu cysylltwch â Chyngor Age Cymru ar **0300 303 44 98.**

Help gyda chostau iechyd

Mae presgripsiynau'r GIG yn rhad ac am ddim i bobl o bob oed yng Nghymru.

Mae gan unrhyw un dros 60 oed hawl i brawf llygaid y GIG rhad ac am ddim a gwiriad deintyddol y GIG rhad ac am ddim hefyd.

Os ydych yn cael Credyd Gwarant Credyd Pensiwn

Os ydych yn derbyn rhan Credyd Gwarant y Credyd Pensiwn, byddwch hefyd yn cymhwyso **fel mater o drefn** i dderbyn yr isod:

- triniaeth ddeintyddol y GIG yn rhad ac am ddim
- taleb tuag at gost sbectol neu lensys cyffwrdd
- help gyda chostau teithio angenrheidiol i dderbyn triniaeth y GIG neu brofion diagnostig mewn ysbyty (neu sefydliad cyfwerth, yn amodol ar eich amgylchiadau unigol). Mae hyn yn cynnwys teithio ar ôl cael eich atgyfeirio gan feddyg teulu neu ddeintydd, neu o ganlyniad i wasanaethau dilynol dan ofal meddyg ymgynghorol arbenigol mewn ysbyty.

Bydd angen i chi ddangos eich Hysbysiad Dyfarnu'r Credyd Pensiwn fel tystiolaeth o'ch hawlogaeth (dylech chi fod wedi ei dderbyn drwy'r post wrth y Gwasanaeth Pensiwn). Os nad ydych chi'n medru dod o hyd i'ch llythyr, gallwch ofyn am gopi drwy ffonio'r Gwasanaeth Pensiwn (ewch i dudalen 45 i wirio'r rhif ffôn).

Cynllun Incwm Isel y GIG

Os nad ydych yn derbyn rhan Credyd Gwarant y Credyd Pensiwn, ond bod eich incwm yn isel a bod gennych llai nag £16,000 o gynilion (naill ai ar eich pen eich hun neu ar y cyd os ydych yn bâr), efallai y gallwch gael ychydig o help ar gyfer y costau uchod trwy Gynllun Incwm Isel y GIG. Os ydych yn byw mewn cartref gofal yn barhaol, y terfyn cynilion yw £24,000.

I ddarganfod mwy, ffoniwch Awdurdod Gwasanaethau Busnes y GIG ar 0300 330 1343 neu ewch i **https://llyw.cymru/cynllun-incwm-isel-cymorth-gyda-chostau-iechyd-y-gig**

Bydd angen i chi lenwi ffurflen gais HC1W. Dylech allu cael ffurflen HC1W (gan gynnwys mewn print bras neu fformat arall, yn ôl yr angen) drwy ffonio Awdurdod Gwasanaethau Busnes y GIG ar y rhif ffôn uchod, neu casglwch un oddi wrth ddeintydd, optegydd neu ysbyty'r GIG.

Beth nesaf?

Gweler ein taflen ffeithiau rhad ac am ddim *Help gyda chostau iechyd yng Nghymru*. Gofynnwch i'ch cangen Age Cymru leol i gael mwy o wybodaeth neu help i lenwi'r ffurflen.

Lwfans Gweini: arian ar gyfer eich anghenion gofal

Mae Lwfans Gweini yn fudd-dal i bobl hŷn a all fod angen mwy o gymorth i fod yn annibynnol gartref oherwydd salwch neu anabledd.

Nid yw'r Lwfans Gweini yn dibynnu ar brawf modd, felly gallwch ei hawlio ni waeth beth yw eich incwm a'ch cynilion.

Bydd y gyfradd a dderbyniwch yn dibynnu ar yr help sydd ei angen arnoch. Nid oes bwys a ydych yn cael yr help mewn gwirionedd; y peth pwysig yw bod ei angen arnoch. Gallwch ei wario ar ofal neu ofalwr, neu mewn unrhyw ffordd arall y dymunwch.

Mae dwy gyfradd wythnosol:

- **£72.65** (cyfradd isel) os oes angen help arnoch naill ai yn y dydd **neu** yn y nos
- **£108.55** (cyfradd uchel) os oes angen help arnoch yn y dydd **ac** yn y nos

Os ydych yn gymwys ar gyfer Lwfans Gweini, mae'n bosibl y cewch arian ychwanegol gyda Chredyd Pensiwn a Budd-dal Tai.

Nid yw o bwys os ydych yn derbyn yr help mewn gwirionedd; y peth pwysig yw bod ei angen arnoch.

A allaf ei hawlio?

Gallwch hawlio Lwfans Gweini os yw'r holl bethau hyn yn gymwys i chi:

- Bydd angen i chi fod yn hŷn nag oedran Pensiwn y Wladwriaeth (66 ar hyn o bryd ar gyfer dynion a menywod).
- Mae gennych chi unrhyw fath o anabledd, salwch neu gyflwr hirdymor, gan gynnwys nam ar y golwg neu'r clyw.
- Rydych chi angen cymorth gyda gofal personol, fel gwisgo ac ymolchi, neu oruchwyliaeth i'ch cadw'n ddiogel, yn ystod y dydd neu'r nos (hyd yn oed os nad ydych chi'n derbyn unrhyw help ar hyn o bryd).
- Bu angen cymorth arnoch am o leiaf chwe mis (er os ydych yn derfynol sâl, gallwch hawlio ar unwaith).

Os ydych chi'n iau nag oedran Pensiwn y Wladwriaeth, efallai y byddwch chi'n medru derbyn budd-dal arall o'r enw Taliad Annibyniaeth Personol, yn hytrach na Lwfans Gweini - ewch i dudalen 38 i gael mwy o wybodaeth.

Os ydych eisoes yn hawlio Lwfans Byw i'r Anabl neu Daliad Annibyniaeth Bersonol, byddwch yn parhau i dderbyn y taliadau hyn pan fyddwch yn cyrraedd oedran Pensiwn y Wladwriaeth. Os gofynnwyd i chi hawlio Lwfans Gweini yn lle eich budd-dal presennol, cysylltwch â'ch cangen Age Cymru leol, neu ffoniwch Cyngor Age Cymru ar **0300 303 44 98**.

Sut ydw i'n ei hawlio?

Gallwch gael ffurflen gais trwy ffonio llinell gymorth y Lwfans Gweini (gweler tudalen 43). Gallwch lawrlwytho ffurflen gais neu ddechrau cais ar-lein hefyd ar **www.gov.uk/lwfans-gweini**

Beth nesaf?

Mae ein taflen ffeithiau rhad ac am ddim yn cynnwys mwy o wybodaeth. I gael help i wneud cais, *Lwfans Gweini* cysylltwch â'ch cangen Age Cymru leol (neu ffoniwch Cyngor Age Cymru am fanylion). Gweler tudalennau 31-36 i gael awgrymiadau ynghylch beth i'w gynnwys yn eich cais.

Gwneud cais am Lwfans Gweini

Mae'r rhan fwyaf o benderfyniadau ynghylch Lwfans Gweini yn dibynnu'n gyfan gwbl ar beth rydych chi'n ei roi ar y ffurflen gais, felly peidiwch â thanamcangyfrif na bychanu eich anghenion. Ystyriwch yr holl bethau nad ydych yn gallu eu gwneud, neu'n cael anhawster eu gwneud, yn sgil eich cyflwr. Dyma ychydig gyngor ynghylch llenwi eich ffurflen:

- Disgrifiwch unrhyw ddamweiniau neu gwympiadau rydych chi wedi eu cael wrth geisio gwneud pethau (neu adegau eraill pan rydych chi wedi cael niwed).
- Os ydych chi'n cael diwrnodau da a diwrnodau gwael, dylech lenwi'r ffurflen â manylion un o'r diwrnodau gwael, gan gynnwys pa mor aml maen nhw'n digwydd. Gall cadw dyddiadur fod yn ddefnyddiol, am ychydig ddyddiau neu wythnosau er mwyn gwneud yn siŵr eich bod chi'n meddwl am bopeth.
- Rhestrwch y pethau rydych chi'n ei chael hi'n anodd eu gwneud heb gymorth, hyd yn oed os ydych chi wedi datblygu ffyrdd arbennig i ymdopi â gweithgareddau penodol. Soniwch os yw gweithgaredd yn cymryd llawer hwy i chi nag y byddai i rywun heb anabledd, neu os yw'n anodd i chi ei wneud yn ddiogel. Hefyd, dywedwch os oes angen i chi gael eich atgoffa neu eich annog i wneud pethau.

- Pwysleisiwch beth nad ydych yn gallu ei wneud yn hytrach na beth rydych yn gallu ei wneud. Beth fydd yn digwydd os na fyddwch yn derbyn yr help sydd ei angen arnoch? Rhowch enghreifftiau os yw hyn wedi digwydd yn y gorffennol.
- Canolbwyntiwch ar ba mor aml y mae arnoch angen help. Er mwyn cymhwyso i dderbyn cyfradd is y Lwfans Gweini, rhaid i chi ddangos eich bod angen help yn aml, yn ystod y dydd neu gyda'r nos.
- Rhowch ddigon o wybodaeth yn eich geiriau eich hun am eich amgylchiadau personol, hyd yn oed os yw'n ymddangos yn ddibwys neu'n achosi embaras. Peidiwch â phoeni os oes angen i chi ailadrodd eich hun.
- Atodwch unrhyw wybodaeth ategol, fel llythyrau meddyg, eich cynllun gofal neu restr o bresgripsiynau.
- Os oes yna elusen sy'n darparu cymorth a chefnogaeth i bobl gyda'ch cyflwr neu'ch anabledd chi, yna cysylltwch â nhw, i weld a oes ganddynt unrhyw gyngor penodol ar beth i'w gynnwys ar y ffurflen hawlio.

Cofiwch nad yw penderfyniadau am geisiadau Lwfans Gweini yn ystyried problemau gyda gwaith tŷ, siopa neu arddio - felly er eich bod chi'n medru eu cynnwys yn eich cais, peidiwch â threulio gormod o amser yn sôn amdanynt.

Anghenion gofal cyffredin i'w cynnwys

Dyma rai enghreifftiau o beth i'w ystyried wrth esbonio eich anghenion gofal.

Ymolchi, cael bath a gofalu am eich ymddangosiad

A oes angen help arnoch i fynd i mewn ac allan o'r bath neu gawod; addasu rheolyddion y gawod; eillio; rhoi eli croen; golchi neu sychu eich gwallt?

Mynd i'r tŷ bach

Ydych chi angen help gyda'ch dillad ar ôl bod i'r tŷ bach (er enghraifft oherwydd bod nam ar eich golwg). Neu ydych chi angen help i ddefnyddio'r tŷ bach yn ystod y nos ac/neu i newid eich dillad neu'r dillad gwely petai fod angen.

Gwisgo neu ddadwisgo

A oes angen help arnoch gyda ffasninau, lasys a botymau (er enghraifft oherwydd arthritis), neu help i wneud yn siwr bod eich dillad yn daclus?

Amser bwyd

A oes angen unrhyw help arnoch i fwyta ac yfed? Er enghraifft, os ydych chi wedi colli eich golwg, a oes angen i rywun ddweud wrthych ble mae'r bwyd ar eich plât, neu ddarllen bwydlenni?

Help gyda thriniaeth feddygol

A oes angen help arnoch i adnabod eich tabledi; darllen a deall cyfarwyddiadau ynghylch cymryd meddyginiaeth; rheoli cyflwr fel diabetes; adnabod a yw'ch cyflwr yn gwaethygu neu addasu eich cymorth clyw?

Cyfathrebu

Ydych chi angen help er mwyn deall neu glywed pobl eraill, neu i wneud yn siŵr eu bod nhw'n eich deall chi? Neu ydych chi angen help i ateb y ffôn, neu i ddarllen ac ysgrifennu llythyrau?

Goruchwyliaeth

A oes angen rhywun i'ch gwylio chi rhag ofn i chi gael trawiad neu lewygu; rhag ofn bod gennych chi ddiffyg ymwybyddiaeth o berygl, neu y gallech fod yn berygl i chi eich hun neu i bobl eraill (er enghraifft, trwy adael y drws heb ei gloi neu adael y nwy i lifo). Neu, ydych chi angen rhywun i'ch cefnogi chi rhag ofn eich bod chi'n mynd yn ddryslyd neu'n anghofus? Ydych chi angen rhywun i roi moddion i chi ar gyfer angina neu asthma, neu i'ch cysuro os ydych chi'n dioddef pyliau o banig?

Symud o gwmpas yn ddiogel

A oes angen help arnoch i ddefnyddio grisiau; codi o gadair; mynd i mewn ac allan o'r gwely neu symud yn ddiogel o un ystafell i'r llall?

Beth os caiff fy nghais am Lwfans Gweini ei wrthod?

Os caiff eich cais ei wrthod, gofynnwch i asiantaeth gynghori, fel Age Cymru, a ddylech chi herio'r penderfyniad. Edrychwch ar yr holl anghenion cyffredin sydd wedi eu rhestru uwchben. Ydych chi wedi methu unrhyw un ohonynt?

Cofiwch y gall eich anghenion newid a chynyddu, felly hyd yn oed os nad ydych yn gymwys i dderbyn Lwfans Gweini nawr, efallai y byddwch yn gallu ei hawlio'n llwyddiannus yn y dyfodol.

CHWALU CHWEDL
'Alla i ddim hawlio Lwfans Gweini oherwydd **does gen i ddim gofalwr.'**

REALITI
Mae Lwfans Gweini yn seiliedig ar y cymorth mae arnoch ei angen, nid y cymorth rydych chi'n ei gael.

Lwfans Gofalwr: arian ychwanegol i helpu gyda gofalu

Os ydych yn gofalu am rywun ag anabledd neu broblem iechyd, efallai y gallwch hawlio Lwfans Gofalwr. Gall hyn fod yn wir hyd yn oed os nad ydych yn ystyried eich hunan yn 'ofalwr', o reidrwydd.

Mae Lwfans Gofalwr yn **£81.90** yr wythnos.

Alla' i ei hawlio?

- Mae angen i chi fod yn treulio o leiaf 35 awr yr wythnos yn gofalu am rywun. Nid yw o bwys a ydych yn byw gyda'r unigolyn ai peidio.
- Rhaid i chi fod yn gofalu am rywun sy'n derbyn Lwfans Gweini, rhan gofalu Lwfans Byw i'r Anabl (ar y gyfradd uwch neu ganolig), rhan byw bob dydd y Taliad Annibyniaeth Bersonol (ar y naill gyfradd), Taliad Annibyniaeth y Lluoedd Arfog Lwfans Gweini Cyson.
- Rhaid i chi beidio â bod mewn addysg amser llawn nac yn ennill mwy na £151.00 yr wythnos (ar ôl treth a threuliau).

Os ydych yn gymwys am Lwfans Gofalwr ond bod eich Pensiwn y Wladwriaeth yn fwy na £81.90 yr wythnos, byddwch yn gymwys am 'hawl sylfaenol' yn unig.

Mae hyn yn golygu nad oes Lwfans Gofalwr yn cael ei dalu i chi, ond gallai'r hawl sylfaenol eich helpu i fod yn gymwys i gael budd-daliadau sy'n dibynnu ar brawf modd, fel Credyd Pensiwn, Budd-dal Tai, neu Cynllun Gostyngiadau'r Dreth Gyngor eich awdurdod lleol (neu os ydych chi eisoes yn derbyn y budd-daliadau hyn, gallai ganiatáu i chi dderbyn swm mwy). Gallai rheolau'r hawl sylfaenol helpu llawer o ofalwyr, yn enwedig y rhai sydd dros oedran Pensiwn y Wladwriaeth.

Hefyd, mae'n bwysig eich bod yn gwybod bod y person rydych chi'n gofalu amdano yn gallu colli arian, mewn rhai sefyllfaoedd, os byddwch chi'n dechrau cael Lwfans Gofalwr – er enghraifft, gall hyn ddigwydd os yw'r unigolyn yn derbyn premiwm anabledd difrifol fel rhan o'i Bensiwn Credyd. Fodd bynnag, os ydych chi'n cael derbyn hawl sylfaenol i Lwfans Gofalwr yn unig, ni ddylai hyn effeithio ar y premiwm anabledd difrifol.

Siaradwch â'ch cangen Age Cymru leol, neu ffoniwch Cyngor Age Cymru ar 0300 303 44 98, os oes angen rhagor o wybodaeth arnoch cyn hawlio.

Sut galla' i hawlio?

Cysylltwch â'r Uned Lwfans Gofalwr (gweler tudalen 44) i gael ffurflen gais. Neu, gallwch lawrlwytho ffurflen neu wneud cais ar-lein ar **www.gov.uk/lwfans-gofalwr**

Beth nesaf?

I gael mwy o wybodaeth, gweler ein canllawiau rhad ac am ddim, *Lwfans Gofalwr*, *Cyngor i Ofalwyr* a *Gofalu am rywun â dementia.*

Budd-daliadau oedran gweithio

Os ydych chi o dan oedran Pensiwn y Wladwriaeth, gallech fod yn gymwys i dderbyn budd-daliadau eraill.

Taliad Annibyniaeth Bersonol (PIP)

Mae'r Taliad Annibyniaeth Bersonol yn fudd-dal i bobl o dan oedran Pensiwn y Wladwriaeth sydd angen help gyda gweithgareddau bob dydd neu symud o gwmpas oherwydd salwch neu anabledd hirdymor.

Nid yw wedi'i seilio ar eich cyfraniadau Yswiriant Gwladol nac yn ddibynnol ar brawf modd, felly nid oes ots faint o incwm na chynilion sydd gennych.

Mae dwy ran i'r PIP – elfen bywyd bob dydd ac elfen symudedd. Faint o help y mae ei angen arnoch sy'n penderfynu p'un a fyddwch chi'n cael un neu'r ddwy o'r rhain.

Yr elfen bywyd bob dydd

Gallwch gael yr elfen bywyd bob dydd os oes angen help arnoch â thasgau bob dydd, fel paratoi bwyd a diod, gwisgo a dadwisgo, neu gymryd meddyginiaethau. Mae cyfradd safonol a chyfradd uwch, a bydd y gyfradd a gewch yn dibynnu ar eich anghenion. Y cyfraddau wythnosol yw:

- **£72.65** ar gyfer y gyfradd safonol
- **£108.55** ar gyfer y gyfradd uwch

Yr elfen symudedd

Gallwch gael yr elfen symudedd os oes angen help arnoch i symud o gwmpas. Mae cyfradd safonol a chyfradd uwch ar gyfer yr elfen hon hefyd, a bydd y gyfradd a gewch yn dibynnu ar eich anghenion. Y cyfraddau wythnosol yw:

- **£28.70** ar gyfer y gyfradd safonol
- **£75.75** ar gyfer y gyfradd uwch

Beth nesaf?

I gael mwy o wybodaeth, darllenwch ein taflen wybodaeth *Taliad Annibyniaeth Personol a Lwfans Byw i'r Anabl.*

Credyd Cynhwysol

Budd-dal sy'n dibynnu ar brawf modd yw Credyd Cynhwysol, sydd yn cael ei dalu i bobl dan oed Pensiwn y Wladwriaeth. Mae p'un a oes gennych hawl i'w gael ai peidio wedi'i seilio ar nifer o bethau, fel faint o oriau rydych chi'n eu gweithio, faint rydych chi'n ei ennill a'ch cynilion. Gweler ein canllaw *Credyd Cynhwysol* am fwy o wybodaeth.

Os ydych yn bâr oed cymysg, (sy'n golygu mai dim ond un ohonoch sydd dros oed Pensiwn y Wladwriaeth), fel arfer, rhaid i chi hawlio Credyd Cynhwysol tan i'r ddau ohonoch gyrraedd oed Pensiwn y Wladwriaeth. Ar yr adeg hon, gallwch hawlio Credyd Pensiwn.

Gall parau oed cymysg sydd eisoes yn hawlio Credyd Pensiwn aros arno cyn belled a'u bod yn gymwys.

Terfyn budd-daliadau

Mae'r terfyn budd-daliadau yn gyfyngiad ar faint y gallwch ei dderbyn mewn budd-daliadau, os ydych yn iau nag oedran Pensiwn y Wladwriaeth. Mae hyn yn golygu os yw cyfanswm y budd-daliadau penodol a gewch yn uwch na'r terfyn cap budd-daliadau, bydd rhywfaint o arian yn cael ei dynnu oddi ar eich Budd-dal Tai neu Gredyd Cynhwysol. Bydd yr Adran Gwaith a Phensiynau neu eich awdurdod lleol yn cysylltu â chi os bydd y terfyn budd-daliadau yn effeithio arnoch chi. Mae'r terfyn budd-daliadau yn dibynnu ar ble rydych yn byw ac os ydych yn byw ar ben eich hunain neu fel pâr.

Bydd pobl benodol o dan oedran Pensiwn y Wladwriaeth wedi'u heithrio o'r terfyn budd-daliadau: er enghraifft, os ydyn nhw, neu unrhyw un sy'n byw gyda nhw, yn derbyn budd-dal anabledd. Ewch i **www.gov.uk/benefit-cap** i ddarganfod mwy.

Beth nesaf?

I gael gwybodaeth am fudd-daliadau ar gyfer pobl oedran gweithio, gweler ein taflen ffeithiau, sydd am ddim, ar *Fudd-daliadau ar gyfer pobl sy'n iau nag oedran Pensiwn y Wladwriaeth*.

Chwalu'r chwedlau

Mae rhai pobl yn colli allan ar fudd-daliadau gan eu bod nhw o'r farn, ar gam, nad ydynt yn gymwys, neu fod y broses ymgeisio yn peri iddyn nhw beidio â gwneud cais.

A oes un o'r rhain yn berthnasol i chi?

'Mae fy incwm yn **rhy uchel.**'

Gall y terfyn incwm a chynilion ar rai budd-daliadau **fod yn uwch** na'r disgwyl, ac nid yw rhai ohonynt, fel Lwfans Gweini, yn ystyried eich incwm o gwbl.

'Rwy'n berchen ar fy nghartref fy hun, felly **ni fyddaf yn cael unrhyw beth.**'

Nid yw bod yn berchen ar eich cartref yn eich eithrio chi. Mae llawer o berchnogion tai hŷn yn gwneud ceisiadau llwyddiannus am Gredyd Pensiwn, er enghraifft.

‘Gallaf wneud yn **iawn hebddo**.’

Rydych chi wedi talu i mewn i’r system dreth trwy gydol eich oes. Mae nawr yn amser i chi gael rhywbeth yn ôl. Ystyriwch pa gymorth ac offer a allai eich helpu chi i barhau i fyw’n annibynnol adref.

‘Mae gwneud cais yn rhy **anodd**.’

Ar gyfer rhai budd-daliadau, fel Credyd Pensiwn, un alwad ffôn yn unig sydd angen i chi ei gwneud, ac ni fydd angen i chi lenwi ffurflen. Os oes ffurflen i’w llenwi, gofynnwch i’ch cangen Age Cymru leol a allan nhw eich helpu i’w llenwi.

‘Nid wyf i eisiau gofalwr i ddod **i’m cartref**.’

Nid yw hawlio Lwfans Gweini yn golygu bod rhaid i chi dalu am ofalwr. Gallwch wario’r arian mewn unrhyw ffordd y dymunwch.

‘Rwyf eisoes wedi cael gwybod **nad wyf yn gymwys**.’

Mae cyfraddau budd-daliadau yn newid bob blwyddyn, fel y gall eich arian, felly gallai bod yn werth gwneud cais newydd bob blwyddyn.

Sefydliadau defnyddiol

Age Cymru

Rydym yn darparu gwybodaeth a chyngor i bobl yn ddiweddarach mewn bywyd drwy ein llinell gyngor ddwyieithog, cyhoeddiadau ac ar-lein. I gael gwybod a oes cangen Age Cymru lleol yn eich ardal chi ac i archebu copïau am ddim o'n canllawiau gwybodaeth a thaflenni ffeithiau, ffoniwch:

Cyngor Age Cymru 0300 303 44 98 (9am tan 4pm, Llun - Gwener) neu anfonwch e-bost i: cyngor@agecymru.org.uk

Gallwch hefyd gysylltu â ni drwy lythyr:
Age Cymru, Llawr Gwaelod, Mariners House, Trident Court, East Moors Road, Caerdydd CF24 5TD.

Gwefan: www.agecymru.org.uk/advice

Yn Lloegr, cysylltwch â
Cyngor Age UK: 0800 678 1602
www.ageuk.org.uk

Yng Ngogledd Iwerddon, cysylltwch â
Gwasanaeth Cyngor Age NI: 0808 808 7575
www.ageni.org

Yn yr Alban, cysylltwch ag
Age Scotland: 0800 12 44 222
www.agescotland.org.uk

Llinell gymorth Lwfans Gweini

Mae'n anfon pecynnau cais ar gyfer Lwfans Gweini.

Ffôn: 0800 731 0122
Ffôn testun: 0800 731 0317
www.gov.uk/lwfans-gweini

Uned Lwfans Gofalwr

Mae'n darparu gwybodaeth ynghylch Lwfans Gofalwr, gan gynnwys cymhwysedd a sut i wneud cais.

Ffôn: 0800 731 0297
Ffôn testun: 0800 731 0317
www.gov.uk/lwfans-gofalwr

Gofalwyr Cymru

Elusen sy'n darparu gwybodaeth, cyngor a chefnogaeth ymarferol ac emosiynol i ofalwyr.

Ffôn: 029 2081 1370
Llinell gymorth: 0808 808 7777
www.carerswales.org

Cyngor ar Bopeth

Canolfannau cynghori sy'n cynnig cyngor rhad ac am ddim, cyfrinachol ac annibynnol, wyneb yn wyneb neu dros y ffôn.

Ffôn: 0800 702 2020

I ddod o hyd i fanylion am eich canolfan Cyngor ar Bopeth agosaf, ewch i www.citizensadvice.org.uk/cymraeg

Cronfa Cymorth Dewisol

I wneud cais am Daliad Cymorth mewn Argyfwng neu am Daliad Cymorth Unigol cysylltwch â:

Ffôn: 0800 859 5924
www.llyw.cymru/cronfa-cymorth-dewisol-daf

GOV.UK

Hon yw gwefan swyddogol Llywodraeth y DU, sy'n darparu gwybodaeth ar wasanaethau cyhoeddus, fel budd-daliadau, swyddi a phensiynau.

www.gov.uk/cymraeg

LLYW.CYMRU

Gwefan Llywodraeth Cymru. Mae'n cynnwys gwybodaeth am feysydd sydd wedi'u datganoli yng Nghymru.

www.llyw.cymru

Y Ganolfan Byd Gwaith

Gall ddarparu gwybodaeth am Daliadau Angladd, Benthyciadau Cyllidebu a Blaensymiau Tymor Byr.

www.gov.uk/cysylltu-canolfan-byd-gwaith

GIG 111 Cymru

Mae'n darparu gwybodaeth am gyflyrau iechyd, triniaethau a gwasanaethau'r GIG yng Nghymru.

www.111.wales.nhs.uk

Y Gwasanaeth Pensiwn

Mae'n rhoi mwy o wybodaeth am Bensiwn y Wladwriaeth, Credyd Pensiwn a sut i wneud cais.

Llinell hawlio Pensiwn y Wladwriaeth:	0800 731 7936
Ffôn testun:	0800 731 7898
Llinell gymorth Credyd Pensiwn:	0800 99 1234
Ffôn testun:	0800 169 0133

www.gov.uk/cysylltwch-gwasanaeth-pensiwn

Shelter Cymru

Elusen sy'n darparu cefnogaeth i bobl sy'n wynebu problemau yn ymwneud a thai. Mae hyn yn cynnwys amrywiaeth o bynciau yn cynnwys hawliau deiliad contract, digartrefedd ac atgyweiriadau.

Ffon: 08000 495 495
www.sheltercymru.org.uk

The Trussell Trust
Yn cefnogi rhwydwaith genedlaethol o fanciau bwyd.

Ffon: 01722 580 180
www.trusselltrust.org

Y Ganolfan Taliadau Tanwydd Gaeaf
Mae'n rhoi gwybodaeth a ffurflenni cais i hawlio'r taliad.

Ffôn: 0800 731 0160
www.gov.uk/taliad-tanwydd-gaeaf

Beth ddylwn i ei wneud nawr?

I gael mwy o wybodaeth am y materion yr eir i'r afael â nhw yn y canllaw hwn, neu i archebu ein cyhoeddiadau, ffoniwch ni ar **0300 303 44 98** neu ewch i **www.agecymru.org.uk/letstalkmoney**

Gall y canllawiau gwybodaeth canlynol fod yn ddefnyddiol hefyd:

- Lwfans Gweini
- Lwfans Gofalwr
- Credyd Pensiwn
- Pensiwn y Wladwriaeth

Sut y gallwch chi helpu

Mae'r wybodaeth a'r cyngor rydyn ni'n eu darparu yn rhad ac am ddim ac yn gwbl ddiduedd.

Mewn nifer o achosion mae ein hymyrraeth amserol yn medru newid bywydau. Rydyn ni'n boblogaeth sy'n heneiddio ac mae mwy o bobl nag erioed yn troi atom ni er mwyn gofyn am gefnogaeth. Gallwch chi ein helpu ni i gefnogi'r bobl sydd ein hangen ni fwyaf.

Gwneud rhodd

Waeth pa mor fach neu fawr, mae rhoddion yn gwneud gwahaniaeth enfawr ac yn ein helpu i barhau â'n gwaith pwysig.

- Ffoniwch **029 2043 1555**
- Ewch i www.agecymru.org.uk/donate

Mae pob rhodd a gawn yn ein helpu i fod yno i rywun pan fydd ein hangen.

- Mae £10 yn helpu tuag at weithiwr cynghori arbenigol sydd wedi'i hyfforddi'n llawn i ymateb i ymholiadau gan bobl sydd angen cefnogaeth ein gwasanaeth gwybodaeth a chyngor.
- Mae £20 yn helpu tuag at y gost o gynhyrchu canllawiau gwybodaeth a thaflenni ffeithiau am ddim sy'n rhoi cyngor defnyddiol ar faterion sy'n effeithio ar bobl dros 50 oed.

Codi arian

P'un ai os ydych yn gwerthu bwyd sydd wedi ei bobi, rhedeg marathon neu wau hetiau bach ar gyfer y Big Knit, mae cymaint o ffyrdd i godi arian hanfodol i gefnogi ein gwaith.

- Ffoniwch **029 2043 1555**
- Ewch i www.agecymru.org.uk/getinvolved

Gwirfoddoli gyda ni

Mae pob rôl wirfoddol yn Age Cymru yn ein cefnogi i wella bywydau a'n helpu i weithio tuag at Gymru sy'n ystyriol o oedran. Sut bynnag yr hoffech chi gymryd rhan, byddem wrth ein bodd yn clywed gennych

- Ffoniwch **029 2043 1555**
- Ewch i www.agecymru.org.uk/volunteer

Gadewch rodd i ni yn eich Ewyllys

Wrth roi rhodd i Age Cymru yn eich ewyllys, gallwch wneud llawer i sicrhau bod pobl hŷn yn cael y gefnogaeth y maent yn ei haeddu yn y blynyddoedd i ddod. Gadewch y byd yn lle llai unig.

- Ffoniwch **029 2043 1555**
- Ewch i www.agecymru.org.uk/legacy

Gadewch i ni gadw mewn cysylltiad

Cofrestrwch ar gyfer ein cylchlythyr

Mae ein cylchlythyr chwarterol yn cynnwys manylion ein hymgyrchoedd, ein gwasanaethau a sut y gallwch gefnogi ein gwaith.

Cofrestrwch heddiw drwy ymweld â www.agecymru.org.uk/agematters

Dilynwch ni ar y cyfryngau cymdeithasol

Mae ein sianeli cyfryngau cymdeithasol yn ffordd wych o gael y wybodaeth ddiweddaraf am ein gwaith a materion sy'n effeithio ar bobl hŷn.

www.facebook.com/agecymru

www.twitter.com/agecymru

www.youtube.com/agecymru

Cysylltwch â ni

Ymholiadau cyffredinol
029 2043 1555
enquiries@agecymru.org.uk

Age Cymru Advice
0300 303 44 98
cyngor@agecymru.org.uk

Ewch i'n gwefan
www.agecymru.org.uk

Nodiadau

Mae Age Cymru yn elusen gofrestredig rhif 1128436. Mae'n gwmni cyfyngedig trwy warant ac wedi cofrestru yng Nghymru a Lloegr 6837284. Cyfeiriad swyddfa gofrestredig: Llawr Daear, Mariners House, Trident Court, East Moors Road, Caerdydd CF24 5TD. Rydym yn gweithio mewn partneriaeth â phartneriaid Age Cymru lleol i ddarparu help uniongyrchol i dros filiwn o bobl bob blwyddyn. © Age Cymru 2024