

# Lwfans Gofalwr

Mai 2010

**DWP** Adran Gwaith  
a Phensiynau  
Gwasanaeth Anabledd a Gofalwyr



## Gwybodaeth bwysig am y daflen hon

Canllaw yn unig yw'r daflen hon ac nid yw'n cwmpasu pob amgylchiad. Rydym wedi gwneud ein gorau i sicrhau bod y daflen yn gywir o fis Mai 2010. Mae'n bosibl y bydd rhywfaint o'r wybodaeth wedi'i gorsymleiddio neu'n dod yn llai cywir dros amser, er enghraifft oherwydd newidiadau i'r gyfraith.

Ffoniwch ni rhwng 8.30am a 6.30pm o ddydd Llun i ddydd Gwener, neu rhwng 9am ac 1pm ar ddydd Sadwrn.

Ffôn **0800 88 22 00** Ffôn testun **0800 24 33 55**

## Cynnwys

Beth yw gofalwr? .....	5
Beth yw Lwfans Gofalwr? .....	5
A allaf gael Lwfans Gofalwr? .....	5
Credydau Gofalwr? .....	6
Os ydw i'n cael budd-daliadau eraill, a allaf gael Lwfans Gofalwr o hyd? .....	7
Gwneud cais am Lwfans Gofalwr i'ch helpu i gael budd-daliadau eraill .....	8
A oes angen i mi neu fy nheulu fyw ym Mhrydain Fawr? .....	9
Beth os oes gan y person anabl fwy nag un gofalwr? .....	10
Beth os wyf yn gofalu am fwy nag un person? ....	11
Beth os oes dau ofalwr yn yr un cartref? .....	11
A fydd fy Lwfans Gofalwr yn effeithio ar fudd- daliadau'r person rwy'n gofalu amdano? .....	12
Beth os bydd y budd-dal a delir i'r person rwy'n gofalu amdano yn newid? .....	12
A allaf gael Lwfans Gofalwr o hyd os ydw i'n gweithio? .....	13
Lwfans Gofalwr ac Ail Bensiwn y Wladwriaeth .....	14

Ewch i'n gwefan yn:

[www.direct.gov.uk/carers](http://www.direct.gov.uk/carers)

Lwfans Gofalwr a chyfraniadau Yswiriant Gwladol .....	14
A allaf gael mwy o arian ar gyfer fy nibynyddion? .....	15
Cyfweliadau sy'n canolbwyntio ar waith i ofalwyr .....	17
Sut y gallaf wneud cais am Lwfans Gofalwr neu gael rhagor o wybodaeth .....	18
Pa gymorth arall sydd ar gael? .....	21
Costau galwadau .....	23
Ffonau testun .....	23
Fformatau eraill .....	24

Ffoniwch ni rhwng 8.30am a 6.30pm o ddydd Llun i ddydd  
Gwener, neu rhwng 9am ac 1pm ar ddydd Sadwrn.

**Ffôn 0800 88 22 00 Ffôn testun 0800 24 33 55**

## Beth yw gofalwr?

Ystyr gofalwr yw rhywun sy'n gofalu am berson sy'n anabl.

## Beth yw Lwfans Gofalwr?

Efallai y gall gofalwyr gael budd-dal a elwir yn Lwfans Gofalwr.

Mae hwn yn gyfraniad tuag at incwm gofalwyr na allant weithio'n llawn amser. Nid yw'n gyflog am ofalu.

I weld faint yw Lwfans Gofalwr, ewch i wefan Directgov neu cysylltwch â ni. Gweler ein manylion isod neu ar dudalen 18.

## A allaf gael Lwfans Gofalwr?

Efallai y gallwch gael Lwfans Gofalwr am y rhesymau canlynol:

- rydych yn 16 oed neu'n hŷn
- rydych yn bodloni amodau ynglŷn â pha wlad rydych yn byw ynddi
- nid ydych yn ennill mwy na'r 'terfyn enillion'
- nid ydych mewn addysg llawn amser (21 awr neu fwy o astudiaeth wedi'i goruchwylio bob wythnos), ac

Ewch i'n gwefan yn:

[www.direct.gov.uk/carers](http://www.direct.gov.uk/carers)

- am o leiaf 35 awr yr wythnos, rydych yn gofalu am rywun sy'n cael:
  - Lwfans Byw i'r Anabl ar y gyfradd ganol neu'r gyfradd uchaf ar gyfer gofal, neu
  - Lwfans Gweini, neu
  - Lwfans Gweini Cyson ar y gyfradd uchaf arferol neu'n uwch gyda Budd-dal Anabledd Anafiadau Diwydiannol neu'r gyfradd sylfaenol (diwrnod llawn) gyda Phensiwn Anabledd Rhyfel.

At ddibenion Lwfans Gofalwr, ystyr 'wythnos' yw saith diwrnod, o ddydd Sul i ddydd Sadwrn.

Efallai y bydd yn rhaid i chi dalu treth ar eich Lwfans Gofalwr.

Nid yw swm y cynilion sydd gennych o bwys ar gyfer Lwfans Gofalwr.

## Credydau Gofalwr

O 6 Ebrill 2010, bydd gofalwyr yn gallu cronni blynyddoedd cymhwyso drwy gredydau wythnosol newydd ar gyfer Pensiwn sylfaenol y Wladwriaeth a Phensiwn ychwanegol y Wladwriaeth. Fe'u gelwir yn Gredydau Gofalwr.

Os ydych yn gofalu am un person neu fwy am gyfanswm o 20 awr yr wythnos neu fwy, ac nad oes gennych hawl i gael Lwfans Gofalwr, gallwch wneud cais am Gredydau Gofalwr. Bydd hyn yn diogelu eich

Ffoniwch ni rhwng 8.30am a 6.30pm o ddydd Llun i ddydd Gwener, neu rhwng 9am ac 1pm ar ddydd Sadwrn.

Ffôn **0800 88 22 00** Ffôn testun **0800 24 33 55**

hawl i gael elfennau sylfaenol o Bensiwn y Wladwriaeth a budd-daliadau profedigaeth yn y dyfodol.

Gall y credydau hefyd eich helpu i gronni rhywfaint o bensiwn ychwanegol, a elwir yn aml yn Ail Bensiwn y Wladwriaeth.

Pan fyddwch yn gwneud cais am eich Pensiwn sylfaenol y Wladwriaeth, byddwn hefyd yn talu unrhyw bensiwn ychwanegol y mae gennych hawl i'w gael.

Am ragor o wybodaeth am Gredydau Gofalwr, ewch i wefan Directgov neu cysylltwch â'r Uned Lwfans Gofalwr (mae ein manylion cyswllt ar dudalen 19).

## Os ydwr i'n cael budd-daliadau eraill, a allaf gael Lwfans Gofalwr o hyd?

Os ydych yn cael un o'r budd-daliadau canlynol, ar swm uwch na Lwfans Gofalwr, ni allwn dalu Lwfans Gofalwr i chi ond dylech wneud cais amdano o hyd oherwydd gall eich helpu i gael arian ychwanegol drwy fudd-daliadau eraill - gweler 'Gwneud cais am Lwfans Gofalwr er mwyn eich helpu i gael budd-daliadau eraill' ar dudalen 8:

- Pensiwn y Wladwriaeth
- Budd-dal Analluogrwydd
- Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn seiliedig ar gyfraniadau

Ewch i'n gwefan yn:

[www.direct.gov.uk/carers](http://www.direct.gov.uk/carers)

- Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar gyfraniadau
- Lwfans Anabledd Difrifol
- Lwfans hyfforddi
- Atodiad i'r Anghyflogadwy – a delir gyda Budd-dal Anabledd Anafiadau Diwydiannol neu Bensiwn Anabledd Rhyfel
- Pensiwn Gwraig Weddw neu Lwfans Profedigaeth
- Lwfans Mam Weddw neu Lwfans Rhiant Gweddw
- Lwfans Mamolaeth
- Budd-dal Marwolaeth Ddiwydiannol
- Lwfans Hyfforddi Ieuentid
- Lwfans Hyfforddiant ar gyfer Swydd neu Lwfans Adfer Cyflogaeth.

## Gwneud cais am Lwfans Gofalwr er mwyn eich helpu i gael budd-daliadau eraill

**Hyd yn oed os na allwch gael Lwfans Gofalwr gan eich bod yn cael un o'r budd-daliadau ar dudalen 7, dylech wneud cais amdano o hyd. Gallai eich helpu i gael arian ychwanegol gydag un o'r budd-daliadau canlynol:**

- Cymhorthdal Incwm
- Lwfans Cyflogaeth a Chymorth sy'n gysylltiedig ag incwm
- Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar incwm

Ffoniwch ni rhwng 8.30am a 6.30pm o ddydd Llun i ddydd Gwener, neu rhwng 9am ac 1pm ar ddydd Sadwrn.

Ffôn **0800 88 22 00** Ffôn testun **0800 24 33 55**

- Credyd Pensiwn
- Budd-dal Tai
- Budd-dal Treth Cyngor.

Gall hefyd eich helpu i gronni cyfraniadau Yswiriant Gwladol fel y byddech yn cael rhywfaint o Ail Bensiwn y Wladwriaeth yn ogystal â'ch Pensiwn sylfaenol y Wladwriaeth pan fyddwch yn cyrraedd oedran Pensiwn y Wladwriaeth. Gweler tudalennau 14-15.

## A oes angen i mi neu fy nheulu fyw ym Mhrydain Fawr?

Er mwyn cael Lwfans Gofalwr, mae angen i chi fodloni amodau penodol o ran:

- byw ym Mhrydain Fawr,
- pa mor hir y buoch yma, ac
- eich statws mewnfudo, os nad ydych yn ddinesydd Prydeinig.

Os ydych yn byw ym Mhrydain Fawr a bod angen rhagor o wybodaeth arnoch, cysylltwch â ni (mae ein manylion cyswllt ar dudalen 18), neu ewch i

[www.direct.gov.uk/carers](http://www.direct.gov.uk/carers).

O dan gyfraith yr Undeb Ewropeaidd, mae'n bosibl y bydd amodau gwahanol yn gymwys, er enghraifft, os ydych chi neu aelod o'ch teulu wedi symud o'r DU i wlad arall yn yr Ardal Economaidd Ewropeaidd (gweler y nodyn ar y dudalen nesaf) neu'r Swistir, neu wedi

Ewch i'n gwefan yn:

[www.direct.gov.uk/carers](http://www.direct.gov.uk/carers)

dod o un o'r gwledydd hynny i'r DU. Bydd p'un a allwch gael budd-dal ai peidio a'r math o fudd-dal sydd ar gael yn dibynnu ar ble rydych chi (neu aelodau o'ch teulu) yn gweithio neu'n byw. I gael rhagor o wybodaeth ewch i

[www.direct.gov.uk/claimingbenefits](http://www.direct.gov.uk/claimingbenefits) neu ysgrifennwch at:

The Exportability Co-ordinator  
Room B201, PDCS  
Warbreck House  
Warbreck Hill Road  
Blackpool  
FY2 0YE.

**Noder:** Mae'r Ardal Economaidd Ewropeaidd yn cynnwys 27 o aelod-wladwriaethau'r Undeb Ewropeaidd (Awstria, Gwlad Belg, Bwlgaria, Cyprus, Y Weriniaeth Siec, Denmarc, Estonia, y Ffindir, Ffrainc, yr Almaen, Gwlad Groeg, Hwngari, yr Eidal, Latfia, Lithwania, Lwcsembwrg, Malta, Yr Iseldiroedd, Gwlad Pwyl, Portiwgal, Gweriniaeth Iwerddon, Romania, Slofacia, Slofenia, Sbaen, Sweden a'r DU), yn ogystal â Gwlad yr Iâ, Liechtenstein a Norwy.

## Beth os oes gan y person anabl fwy nag un gofalwr?

Dim ond i un gofalwr y gallwn dalu Lwfans Gofalwr. Gall y gofalwyr benderfynu pwy ddylai wneud cais.

Ffoniwch ni rhwng 8.30am a 6.30pm o ddydd Llun i ddydd Gwener, neu rhwng 9am ac 1pm ar ddydd Sadwrn.

Ffôn **0800 88 22 00** Ffôn testun **0800 24 33 55**

## Beth os wyf yn gofalu am fwy nag un person?

Dim ond am ofalu am un person y gellir talu Lwfans Gofalwr.

## Beth os oes dau ofalwr yn yr un cartref?

Gall mwy nag un person yn yr un cartref wneud cais am Lwfans Gofalwr, ond rhaid iddynt fod yn gofalu am bobl wahanol.

Er enghraifft, os yw'r ddau riant yn gofalu am ddau blentyn anabl a bod y ddau yn bodloni'r amodau cymhwys ar gyfer Lwfans Gofalwr, gallai'r ddau wneud cais am Lwfans Gofalwr am ofalu am un o'r plant anabl.

Neu efallai bod gŵr yn gofalu am ei wraig a hithau'n gofalu am rywun arall sy'n byw gyda nhw.

Yn yr achos hwn, gall y gŵr a'r wraig wneud cais am Lwfans Gofalwr.

Ewch i'n gwefan yn:

[www.direct.gov.uk/carers](http://www.direct.gov.uk/carers)

## A fydd fy Lwfans Gofalwr yn effeithio ar fudd-daliadau'r person rwy'n gofalu amdano?

Mae hyn yn dibynnu ar ba fudd-dal y mae'n ei gael.

Nid yw Lwfans Gofalwr yn effeithio ar Lwfans Byw i'r Anabl, Lwfans Gweini na Lwfans Gweini Cyson.

Fodd bynnag, os yw'r person anabl wedi bod yn cael arian ychwanegol oherwydd anabledd difrifol gyda budd-dal sy'n gysylltiedig ag incwm neu Gredyd Pensiwn, daw'r arian ychwanegol hwn i ben os cewch Lwfans Gofalwr.

Os credwch y bydd hyn yn effeithio arnoch chi neu'r person rydych yn gofalu amdano, cysylltwch â'r Uned Lwfans Gofalwr am gyngor (gweler tudalen 19 am fanylion).

## Beth os bydd y budd-dal a delir i'r person rwy'n gofalu amdano yn newid?

Rhaid i chi roi gwybod i ni os bydd cyfradd y Lwfans Byw i'r Anabl, Lwfans Gweini neu Lwfans Gweini Cyson a delir i'r person rydych yn gofalu amdano yn newid, neu os daw i ben yn gyfan gwbl.

Ffoniwch ni rhwng 8.30am a 6.30pm o ddydd Llun i ddydd Gwener, neu rhwng 9am ac 1pm ar ddydd Sadwrn.

Ffôn **0800 88 22 00** Ffôn testun **0800 24 33 55**

## A allaf gael Lwfans Gofalwr o hyd os ydych chi'n gweithio?

Gallwch wneud rhywfaint o waith heb golli eich buddal.

Os nad ydych chi'n ennill mwy na'r 'terfyn enillion' ar ôl tynnu'r taliadau neu'r treuliau canlynol, gallwch gael Lwfans Gofalwr o hyd:

- Treth a chyfraniadau Yswiriant Gwladol.
- Hanner unrhyw arian a delir gennych chi i mewn i bensiwn gwaith neu bensiwn personol.
- Rhan o'ch costau gwaith - er enghraifft, dillad arbennig sydd eu hangen arnoch chi ar gyfer eich swydd.
- Rhan o'r gost i rywun (nid perthynas agos) ofalu am eich plentyn, neu'r person rydych chi'n gofalu amdano, tra'ch bod yn gweithio.

Os byddwch chi'n ennill mwy na'r terfyn enillion mewn rhai wythnosau, ni fyddwn chi'n talu Lwfans Gofalwr ar gyfer yr wythnosau hynny.

Os bydd eich enillion chi'n codi uwchlaw'r terfyn enillion tra'ch bod chi'n cael Lwfans Gofalwr, rhaid i chi roi gwybod i ni.

Er mwyn canfod y terfyn enillion, ewch chi i wefan Directgov neu cysylltwch â ni - gweler ein manylion isod neu ar dudalen 18.

Ewch chi'n gwefan yn:

[www.direct.gov.uk/carers](http://www.direct.gov.uk/carers)

## Lwfans Gofalwr ac Ail Bensiwn y Wladwriaeth

Os ydych yn gymwys i gael Lwfans Gofalwr, efallai y gallwch gronni Ail Bensiwn y Wladwriaeth.

Gall hyn ddigwydd hyd yn oed os ydych yn gymwys i gael Lwfans Gofalwr ond nad ydych yn ei gael oherwydd budd-daliadau eraill a gewch.

Telir y pensiwn ychwanegol gyda'ch Pensiwn sylfaenol y Wladwriaeth pan fyddwch yn cyrraedd oedran Pensiwn y Wladwriaeth.

## Lwfans Gofalwr a chyfraniadau Yswiriant Gwladol

Ar gyfer pob wythnos y cewch Lwfans Gofalwr, byddwn yn rhoi credyd Yswiriant Gwladol i chi hyd at y flwyddyn dreth y byddwch yn cyrraedd oedran Pensiwn y Wladwriaeth.

Byddwch hefyd yn cael y credyd hwn os na chewch Lwfans Gofalwr gan eich bod yn cael Budd-dal Gwraig Weddw neu Fudd-dal Profedigaeth ar yr un gyfradd neu ar gyfradd wythnosol uwch na'r Lwfans Gofalwr.

Mae credydau Yswiriant Gwladol yn diogelu eich hawl i gael budd-daliadau fel:

Ffoniwch ni rhwng 8.30am a 6.30pm o ddydd Llun i ddydd Gwener, neu rhwng 9am ac 1pm ar ddydd Sadwrn.

Ffôn **0800 88 22 00** Ffôn testun **0800 24 33 55**

- Pensiwn y Wladwriaeth
- Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar gyfraniadau
- Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn seiliedig ar gyfraniadau, a
- Budd-dal Analluogrwydd.

Os ydych yn wraig briod a ddewisodd dalu'r gyfradd ostyngol o Yswiriant Gwladol, ni fyddwch yn cael y credydau hyn.

## A allaf gael mwy o arian ar gyfer fy nibynyddion?

Cyn 6 Ebrill 2010 gallech wneud cais am swm ychwanegol o Lwfans Gofalwr ar gyfer eich gŵr, gwraig neu bartner sifil a oedd yn byw gyda chi a ddim yn ennill mwy na swm penodol.

Ni allwn dderbyn cais am hyn os yw'n ein cyrraedd ar neu ar ôl 6 Ebrill 2010.

I gael gwybod mwy, cysylltwch â'r Uned Lwfans Gofalwr - gweler tudalen 19 am fanylion neu ewch i [www.direct.gov.uk](http://www.direct.gov.uk)

**Noder:** Ystyr partner sifil yw rhywun sydd wedi ffurfio cytundeb ffurfiol, a elwir yn 'bartneriaeth sifil' gyda phartner o'r un rhyw fel bod ganddynt yr un statws cyfreithiol â chwpl priod.

Ewch i'n gwefan yn:

[www.direct.gov.uk/carers](http://www.direct.gov.uk/carers)

Os oes plant yn dibynnu ar eich incwm, efallai y gallwch gael Credyd Treth Plant.

I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â swyddfa Cyllid a Thollau EM:

- 0845 300 39 00 (ffôn)
- 0845 300 39 09 (ffôn testun)
- Gwefan: [www.hmrc.gov.uk/taxcredits](http://www.hmrc.gov.uk/taxcredits)

Neu gallwch ysgrifennu i:

Tax Credit Office

Preston

PR1 0SB.

Ffoniwch ni rhwng 8.30am a 6.30pm o ddydd Llun i ddydd Gwener, neu rhwng 9am ac 1pm ar ddydd Sadwrn.

Ffôn **0800 88 22 00** Ffôn testun **0800 24 33 55**

## Cyfweliadau sy'n canolbwyntio ar waith i ofalwyr

Efallai y bydd y Ganolfan Byd Gwaith yn eich gwahodd i gyfweliad sy'n canolbwyntio ar waith gydag ymgynghorydd personol os ydych yn cael Lwfans Ceisio Gwaith, Cymhorthdal Incwm, Lwfans Cyflogaeth a Chymorth neu Fudd-dal Analluogrwydd yn ogystal â Lwfans Gofalwr.

Bydd hyn yn eich helpu i ystyried opsiynau gwaith gwahanol. Yn y cyfweliad bydd yr ymgynghorydd yn gofyn i chi am y math o waith â thâl yr hoffech ei wneud a thrafod:

- eich sgiliau a'ch profiad
- unrhyw anawsterau y gallech eu cael wrth geisio dod o hyd i waith â thâl
- sut y gall y Ganolfan Byd Gwaith eich helpu.

Os ydych yn cael Lwfans Gofalwr heb unrhyw un o'r budd-daliadau eraill hyn, gallwch ofyn am gyfweliad sy'n canolbwyntio ar waith ar unrhyw adeg. Os ydych am gydbwyso gwaith â chyfrifoldebau gofalu, efallai y gall y Ganolfan Byd Gwaith eich helpu nawr neu'n ddiweddarach os bydd eich cyfrifoldebau gofalu yn newid. Er enghraifft, gallech fynd ar gwrs i'ch helpu i gael swydd neu i wella eich sgiliau.

Os hoffech drafod p'un a all cyfweliad sy'n canolbwyntio ar waith eich helpu, neu er mwyn trefnu cyfweliad sy'n canolbwyntio ar waith, cysylltwch â'r Ganolfan Byd Gwaith. Mae'r cyfeiriad a'r rhifau yn eich llyfr ffôn.

Ewch i'n gwefan yn:

[www.direct.gov.uk/carers](http://www.direct.gov.uk/carers)

# Sut y gallaf wneud cais am Lwfans Gofalwr neu gael rhagor o wybodaeth?

Er mwyn gwneud cais am Lwfans Gofalwr, bydd angen i chi lenwi ffurflen gais neu wneud cais ar-lein.

Mae nifer o ffyrdd y gallwch gysylltu â ni:

## Dros y ffôn

### Llinell Ymholiadau Budd-daliadau

I gael ffurflen gais, a help i'w llenwi, gallwch ffonio'r Llinell Ymholiadau Budd-daliadau ar:

- [0800 88 22 00](tel:0800882200) (ffôn), neu
- [0800 24 33 55](tel:0800243355) (ffôn testun).

Gallwch ein ffonio rhwng 8.30am a 6.30pm o ddydd Llun i ddydd Gwener, neu rhwng 9am ac 1pm ar ddydd Sadwrn.

Os nad Cymraeg neu Saesneg yw eich iaith gyntaf, gallwch ddefnyddio eich cyfieithydd eich hun neu un a ddarperir gennym ni.

Os ydych yn cael anawsterau gyda'ch lleferydd neu eich clyw, mae gwasanaeth ffôn testun ar gael ar [0800 24 33 55](tel:0800243355).

Pan fyddwch yn ein ffonio, dim ond rhoi cyngor y gall y person sy'n ateb eich galwad. Nid yw'r cyngor hwn yr un peth â phenderfyniad am gais.

Ffoniwch ni rhwng 8.30am a 6.30pm o ddydd Llun i ddydd Gwener, neu rhwng 9am ac 1pm ar ddydd Sadwrn.

Ffôn [0800 88 22 00](tel:0800882200) Ffôn testun [0800 24 33 55](tel:0800243355)

## Uned Lwfans Gofalwr

- 0845 60 84 321 (ffôn)
- 0845 60 45 312 (ffôn testun)

Mae'r llinellau ar agor rhwng 8.30am a 5pm o ddydd Llun i ddydd Iau, a rhwng 8.30am a 4.30pm ar ddydd Gwener.

Rydym hefyd yn croesawu galwadau drwy wasanaeth Text Relay.

## Yn bersonol

Os ydych am siarad â rhywun wyneb yn wyneb, gall yr Uned Lwfans Gofalwr drefnu hyn i chi.

## Drwy'r post

Gallwch ysgrifennu i:

Carer's Allowance Unit  
Palatine House  
Lancaster Road  
Preston  
PR1 1HB.

## Drwy e-bost

Gallwch anfon neges e-bost atom yn [cau.customer-services@dwp.gsi.gov.uk](mailto:cau.customer-services@dwp.gsi.gov.uk)

Ewch i'n gwefan yn:

[www.direct.gov.uk/carers](http://www.direct.gov.uk/carers)

## Ar-lein

# Directgov

Gwasanaethau cyhoeddus i gyd yn un lle  
[www.direct.gov.uk](http://www.direct.gov.uk)

I gael gwybodaeth i bobl anabl a gofalwyr ynglŷn â'r canlynol:

- cymorth ariannol
- cyngor cyffredinol
- hawliau

a llawer mwy, ewch i

[www.direct.gov.uk/carers](http://www.direct.gov.uk/carers)

Drwy'r wefan hon, gallwch wneud y canlynol hefyd:

- gwneud cais am Lwfans Gofalwr ar-lein
- argraffu ffurflen gais wag i'w llenwi â llaw a'i phostio atom.

Ffoniwch ni rhwng 8.30am a 6.30pm o ddydd Llun i ddydd Gwener, neu rhwng 9am ac 1pm ar ddydd Sadwrn.

Ffôn **0800 88 22 00** Ffôn testun **0800 24 33 55**

## Pa gymorth arall sydd ar gael?

### **Carers Direct**

Mae'r Gwasanaeth Iechyd Gwladol yn darparu gwybodaeth, cyngor a chymorth i ofalwyr drwy ei wasanaeth Carers Direct.

- Ffôn: [08088 02 02 02](tel:08088020202)
- Gwefan: [www.nhs.uk/carersdirect](http://www.nhs.uk/carersdirect)

### **Carers UK**

Grŵp sy'n helpu gofalwyr yw Carers UK. Gall roi gwybod i chi am fudd-daliadau a'r mathau o gymorth y gallwch eu cael yn eich ardal.

- Ffôn: [08088 08 77 77](tel:08088087777)
- Gwefan: [www.carersuk.org](http://www.carersuk.org)

Mae'r llinellau ar agor rhwng 10am a hanner dydd a rhwng 2pm a 4pm ar ddydd Mercher a dydd lau.

### **Ymddiriedolaeth y Dywysoges Frenhinol i Ofalwyr**

Nod yr ymddiriedolaeth hon yw helpu gofalwyr drwy ganolfannau lleol. Gall roi gwybod i chi ble mae eich canolfan leol i ofalwyr.

- Ffôn: [0844 800 4361](tel:08448004361)
- Gwefan: [www.carers.org](http://www.carers.org)

Ewch i'n gwefan yn:

[www.direct.gov.uk/carers](http://www.direct.gov.uk/carers)

## **Croesffyrdd (yng Nghymru a Lloegr)**

Mae'r gwasanaeth hwn yn rhoi cymorth ymarferol i ofalwyr yng Nghymru a Lloegr drwy roi amser iddynt i ffwrdd o'u cyfrifoldebau gofalu.

Gall Croesffyrdd roi gwybod i chi ble mae eich cangen leol.

- Ffôn: [08454 50 03 50](tel:08454500350)
- Gwefan: [www.crossroads.org.uk](http://www.crossroads.org.uk)

Ffoniwch ni rhwng 8.30am a 6.30pm o ddydd Llun i ddydd Gwener, neu rhwng 9am ac 1pm ar ddydd Sadwrn.

Ffôn **0800 88 22 00** Ffôn testun **0800 24 33 55**

## Cost galwadau

Roedd y costau'n gywir ar y dyddiad ar gefn y daflen hon.

Mae galwadau i rifau **0800** am ddim o linellau daear BT ond efallai y bydd yn rhaid i chi dalu os byddwch yn defnyddio cwmni ffôn arall, ffôn symudol, neu os byddwch yn ffonio o dramor.

Ni ddylai galwadau i rifau **0845** o linellau tir BT gostio mwy na 6c y funud a 10c am sefydlu'r alwad. Efallai y bydd yn rhaid i chi dalu mwy os byddwch yn defnyddio cwmni ffôn arall neu ffôn symudol, neu os byddwch yn ffonio o dramor.

Gall galwadau o ffonau symudol gostio hyd at 40c y funud, felly holwch eich darparwr gwasanaeth am gost galwadau.

## Ffonau testun – os ydych yn cael anhawster gyda'ch lleferydd neu'ch clyw

Mae ein rhifau ffôn testun ar gyfer pobl na allant siarad na chlywed yn glir. Os nad oes gennych ffôn testun, gallech holi a oes gan eich llyfrgell neu ganolfan cyngor ar bopeth leol un. Nid yw ffonau testun yn derbyn negeseuon testun o ffonau symudol.

Gallwch hefyd ffonio gan ddefnyddio gwasanaeth Text Relay.

Ffoniwch ni rhwng 8.30am a 6.30pm o ddydd Llun i ddydd Gwener neu rhwng 9am ac 1pm ar ddydd Sadwrn.

Ewch i'n gwefan yn:

[www.direct.gov.uk/carers](http://www.direct.gov.uk/carers)

## **Mae'r daflen hon ar gael mewn fformatau eraill**

Ffoniwch **0800 88 22 00** i gael rhagor o wybodaeth.

Os ydych yn ei chael hi'n anodd clywed neu siarad yn glir, gallwch archebu'r taflenni hyn drwy ddefnyddio'n gwasanaeth ffôn testun ar **0800 24 33 55**.

Gallwch ffonio'r rhifau hyn rhwng 8.30am a 6.30pm o ddydd Llun i ddydd Gwener neu rhwng 9am ac 1pm ar ddydd Sadwrn.

ISBN: 978-1-84947-071-1

(h) Hawlfraint y Goron

Cynhyrchwyd gan y Gwasanaeth Anabledd a Gofalwyr, rhan o'r Adran Gwaith a Phensiynau.

Argraffwyd yn y DU. Mai 2010. CAA5DCSW