Taflen wybodaeth 5w ● Mai 2025

Gofal deintyddol: triniaeth GIG a thriniaeth breifat yng Nghymru

Cyngor Age Cymru

0300 303 44 98

www.agecymru.wales

Cynnwys

1	Gwybodaeth am y daflen wybodaeth hon	4
	1.1 Newidiadau posibl i wasanaethau deintyddiaeth yng Nghymru yn y dyfodol	4
2	Dod o hyd i ddeintydd sy'n cynnig triniaeth y GIG	5
3	Archwiliadau deintyddol a thriniaeth	6
	3.1 Archwiliadau	6
	3.2 Pa mor aml mae angen trefnu archwiliadau	8
	3.3 Triniaeth ddeintyddol	8
4	System codi tâl y GIG ar gyfer triniaeth ddeintyddol	9
	4.1 Bandiau Codi Tâl	9
	4.2 Pethau na ddylid codi tâl amdanynt	11
5	Triniaeth 'cosmetig'	12
6	Help gyda thaliadau am driniaeth ddeintyddol y GIG	12
	6.1 Hawl awtomatig i driniaeth ddeintyddol am ddim gan y GIG	13
	6.2 Cynllun Incwm Isel y GIG (LIS)	13
7	Triniaeth frys a thriniaeth y tu allan i oriau	15
	7.1 Codi tâl am driniaeth frys neu y tu allan i oriau	15
	7.2 Yr hyn y byddwch chi'n ei dderbyn fel rhan o driniaeth frys neu y tu allan i oriau	15
	7.3 Sut i gael mynediad at driniaeth frys neu y tu allan i oriau	15
	7.4 Rydych chi wedi colli dant	16
8	Argyfyngau deintyddol	16
9	Gwasanaethau deintyddol cymunedol	17
10	Gofal deintyddol ar gyfer preswylwyr cartrefi gofal	18
11	Cwynion am driniaeth y GIG	19
12	Triniaeth ddeintyddol breifat	19
	12.1 Costau triniaeth ddeintyddol breifat	20
	12.2 Cwynion am driniaeth breifat	20
13	Eich cofnodion deintyddol	21

14	Cofrestru a rheoleiddio practisau deintyddol a gweithwyr deintyddol proffesiynol	21
	14.1 Y Cyngor Deintyddol Cyffredinol (GDC)	21
	14.2 Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru	22
15	Sefydliadau defnyddiol	23
16	Rhagor o wybodaeth am Age Cymru	26

1 Gwybodaeth am y daflen wybodaeth hon

Mae'r daflen wybodaeth hon yn edrych ar ystod o faterion sy'n ymwneud â gofal deintyddol, gan gynnwys:

- Beth allwch chi ei ddisgwyl os ydych chi'n derbyn triniaeth ddeintyddol y GIG.
- Y system codi tâl ar gyfer triniaeth y GIG.
- Beth allwch chi ei wneud os ydych chi'n anfodlon â'r gofal GIG rydych chi'n ei dderbyn.
- Materion amrywiol sy'n ymwneud â thriniaeth ddeintyddol breifat (gan gynnwys yr hyn y gallwch ei wneud os nad ydych yn fodlon ag unrhyw driniaeth breifat a dderbyniwyd).
- Rheoleiddio practisau deintyddol.

Nodwch: Mae'r wybodaeth a roddir yn y daflen wybodaeth hon yn berthnasol yng Nghymru. Gall rheolau gwahanol fod yn berthnasol yn Lloegr, Gogledd Iwerddon a'r Alban. Cysylltwch ag Age UK, Age NI ac Age Scotland yn y drefn honno i gael rhagor o wybodaeth.

1.1 Newidiadau posibl i wasanaethau deintyddiaeth yng Nghymru yn y dyfodol

Ar adeg ysgrifennu – Mai 2025 – mae Llywodraeth Cymru yn cynnal yr ymgynghoriad canlynol:

Ymgynghoriad ar ddiwygio gwasanaethau Deintyddol Cyffredinol y GIG yng Nghymru

Mae'r ymgynghoriad yn ceisio "barn ar gynigion i wneud newidiadau i'r ffordd y mae gwasanaethau deintyddol yn cael eu darparu drwy'r Gwasanaeth Deintyddol Cyffredinol yng Nghymru. Dyma'r cam cyntaf i ddiwygio system ddeintyddol gyfan y GIG yng Nghymru”[1].

Mae'r newidiadau allweddol y mae Llywodraeth Cymru yn eu cynnig yn cynnwys:

---

[1] Dogfen Ymgynghori Llywodraeth Cymru: ‘Ymgynghoriad ar ddiwygio gwasanaethau Deintyddol Cyffredinol y GIG yng Nghymru'. Ar gael yma: www.gov.wales/reform-nhs-general-dental-services (Cyrchwyd 14 Mai 2025).

- "creu un llwybr mynediad i bobl gael mynediad at wasanaethau deintyddol y GIG";
- "gweithredu system gydnabyddiaeth ariannol wahanol [ar gyfer gweithwyr proffesiynol deintyddol] sy'n decach ac yn fwy tryloyw";
- "atal archwiliadau cyffredin diangen"; *ac*
- addasiadau "i ffioedd cleifion oherwydd bod y system tâl yn newid, a newid y ffordd y mae'r taliadau hyn yn cael eu casglu"[2].

Mae'r ymgynghoriad yn cau ar 19 Mehefin 2025. Bydd diweddariadau i'r daflen ffeithiau hon yn y dyfodol yn adlewyrchu unrhyw newidiadau sy'n digwydd o ganlyniad i benderfyniadau Llywodraeth Cymru ar ôl iddynt ystyried yr ymatebion i'r ymgynghoriad.

2 Dod o hyd i ddeintydd sy'n cynnig triniaeth y GIG

Gallwch ddewis deintydd yn eich ardal neu ymhellach i ffwrdd oherwydd, yn wahanol i bractisau meddygon teulu, nid yw practisau deintyddol yn gweithredu system dalgylch.

Nodwch: Os oes gennych ddeintydd GIG eisoes, efallai y byddai aros gyda nhw'n syniad da, os yn bosibl, hyd yn oed os ydych chi'n symud i ardal wahanol (mae llawer o bobl yn dweud eu bod yn ei chael hi'n anodd dod o hyd i ddeintydd sy'n derbyn cleifion newydd y GIG). Fodd bynnag, os nad yw hyn yn ymarferol – er enghraifft, os ydych chi'n symud yn bell i ffwrdd – yna gall y wybodaeth isod eich helpu i ddod o hyd i ddeintydd newydd.

Gwybodaeth gan Lywodraeth Cymru ar ddod o hyd i ddeintydd y GIG

Mae yna nifer o ffyrdd o hyd i ddeintydd y GIG sy'n derbyn cleifion newydd:

- ewch i **wefan GIG 111 Cymru** gan ddefnyddio'r ddolen ganlynol:

Gwasanaethau yn agos atoch chi

---

[2] 'Diwygio gwasanaethau deintyddol cyffredinol y GIG', gwefan Llywodraeth Cymru: www.gov.wales/reform-nhs-general-dental-services (Cyrchwyd 14 Mai 2025).

Mae'r ddolen hon yn mynd â chi i dudalen we lle gallwch chwilio am wahanol wasanaethau yn eich ardal – 'deintydd' yw'r cyntaf yn y rhestr. Yna gallwch chwilio trwy ddefnyddio eich cod post. Ni fydd y wefan yn nodi a yw'r practis yn derbyn cleifion GIG newydd ai peidio, felly bydd angen i chi gysylltu â nhw'n uniongyrchol i wneud ymholiadau.

- **Porth Mynediad Deintyddol GIG Cymru**

  Mae'r gwasanaeth hwn wedi'i lansio i ddarparu llwyfan er mwyn i chi ddangos bod gennych chi ddiddordeb mewn deintyddiaeth GIG. Un o ddibenion y gwasanaeth yw arbed pobl sy'n gorfod ffonio sawl practis yn ceisio dod o hyd i un sy'n cynnig triniaeth y GIG.

  Gallwch wneud cais drwy'r Porth Mynediad Deintyddol os nad ydych wedi derbyn triniaeth ddeintyddol cyffredin ar y GIG yn ystod y 4 blynedd diwethaf (ac yn byw yng Nghymru am fwy na 6 mis o'r flwyddyn, neu'n mynychu practis meddyg teulu yng Nghymru).

  Os ydych chi'n gwneud cais ac yn gymwys, cysylltir â chi pan fydd lle addas ar gael.

  Gallwch gofrestru ar y porth yma:

  https://dentalaccess.wales.nhs.uk/

- Os nad oes gennych fynediad i'r rhyngrwyd ac nad ydych yn gallu cael mynediad i'r ddau opsiwn uchod, ffoniwch **GIG 111 Cymru** (ffoniwch **111**) a gofynnwch am help i ddefnyddio un o'r gwasanaethau uchod. Fel arall, **efallai y bydd Cyngor Age Cymru** yn gallu cynnig cymorth – mae manylion cyswllt i'w cael yn adran 15.

Nodwch: Mae'r wybodaeth uchod yn darparu cyngor ar ddod o hyd i ddeintydd a chofrestru am archwiliadau rheolaidd (a thriniaeth ddilynol fel sydd ei angen). **Os oes angen triniaeth frys arnoch, ewch i adran 7**.

---

3 Archwiliadau deintyddol a thriniaeth

3.1 Archwiliadau

Mae gennych hawl i archwiliadau deintyddol am ddim os ydych chi'n 60 oed neu'n hŷn.

Fodd bynnag, efallai y bydd yn rhaid i chi dalu am driniaeth ddeintyddol ddilynol, oni bai eich bod yn gymwys i gael help gyda'r ffioedd hyn (ewch i adran 6).

Pwrpas archwiliad yw gwirio iechyd eich ceg – eich dannedd, deintgig – a thrafod unrhyw broblemau. Gall y deintydd hefyd ofyn am y materion canlynol a all effeithio ar iechyd y geg a rhoi cyngor ar:

- eich diet neu ffordd o fyw (er enghraifft ysmygu);
- arferion glanhau dannedd; *a*
- ffyrdd y gallwch leihau eich risg o broblemau fel pydredd dannedd a chlefyd y deintgig.

Os ydych chi'n gwisgo dannedd gosod

Mae archwiliadau rheolaidd yn dal i fod yn bwysig hyd yn oed pan fyddwch chi'n gwisgo dannedd gosod. Bydd y deintydd yn gwirio iechyd cyffredinol eich ceg ac yn gwneud yn siŵr bod y dannedd gosod yn eistedd yn gywir. Fel arfer, mae angen gosod dannedd newydd o leiaf bob pum mlynedd oherwydd bod siâp eich ceg yn newid dros amser.

Nodwch: Gall archwiliadau deintyddol rheolaidd helpu i atal, diagnosio neu drin materion amrywiol, fel clefyd y deintgig a chanser y geg

Mae clefyd y deintgig yn fygythiad sylweddol i ddannedd. Mae'n niweidio'r meinweoedd sy'n dal eich dannedd yn eich gên; mae dannedd yn mynd yn rhydd a gallant syrthio allan yn y pen draw. Mae ysmygwyr mewn mwy o berygl o glefyd y deintgig na phobl nad ydynt yn ysmygu.

Mae'r rhan fwyaf o achosion o ganser y geg yn gysylltiedig â yfed tybaco ac alcohol, yn enwedig os fydd unigolyn yn gwneud y ddau beth ar yr un pryd yn rheolaidd. Mae'r traddodiad mewn rhai cymunedau o gnoi paan neu dybaco yn arbennig o beryglus.

I gael rhagor o wybodaeth am glefyd y deintgig a chanser y geg, edrychwch ar wefan GIG 111 Cymru (gallwch ddefnyddio'r blwch 'chwilio' i gael gafael ar wybodaeth yn gyflym), neu cysylltwch â'u llinell gymorth – ewch i adran 15.

3.2 Pa mor aml mae angen trefnu archwiliadau

Mae'r Sefydliad Cenedlaethol ar gyfer Rhagoriaeth Glinigol (NICE) yn cyhoeddi canllawiau i gynorthwyo deintyddion i benderfynu pa mor rheolaidd mae angen archwiliad arferol ar gleifion. Mae GIG 111 Cymru yn cynghori:

"Os ydych chi wedi arfer ag archwiliadau rheolaidd bob 6 mis, efallai y bydd angen i chi ddod yn fwy neu lai aml. Gall yr amser rhwng archwiliadau arferol fod yn hirach neu'n fyrrach yn dibynnu ar ba mor iach yw eich dannedd a'ch deintgig. Bydd eich deintydd yn trafod hyn gyda chi ac yn penderfynu ar y cyfnod o amser sydd ei angen tan eich archwiliad nesaf"[3].

3.3 Triniaeth ddeintyddol

Ar ôl archwiliad, efallai y bydd angen triniaeth ychwanegol arnoch. Os felly, gallwch ofyn i'r deintydd am ragor o wybodaeth, megis:

- beth yw eich problemau deintyddol a pha opsiynau sydd ar gael er mwyn trin y broblem;
- manteision ac anfanteision opsiynau penodol;
- a oes opsiynau preifat eraill hefyd ac, os felly, sut maent yn wahanol i'r hyn sydd ar gael ar y GIG;
- os yw'r driniaeth yn gymhleth, faint o ymweliadau â'r deintydd sydd eu hangen (hefyd, pa mor aml y mae'r deintydd wedi cynnig y driniaeth);
- beth fyddai'n digwydd pe byddwch chi'n penderfynu gwneud dim am broblem ddeintyddol penodol;
- faint fydd y driniaeth yn ei gostio? Os yw'n driniaeth GIG, bydd yn dod o dan un o'r **tri** band codi tâl y GIG – gweler adran 4.1 isod am ragor o wybodaeth (neu, os cynigir triniaeth breifat – ar gyfer rhan o'r driniaeth, neu’r driniaeth gyfan – beth yw cost amcangyfrifedig yr elfen breifat?); *a*
- beth all y deintydd ei wneud – a beth allwch chi ei wneud – i atal rhagor o broblemau.

[3] ‘Deintyddion - Cwestiynau Cyffredin', gwefan GIG 111 Cymru: https://111.wales.nhs.uk/localservices/dentistfaq (Cyrchwyd 15 Mai 2025).

Triniaeth y GIG a thriniaeth breifat

Bydd llawer o ddeintyddion sy'n darparu triniaeth GIG hefyd yn cynnig triniaeth breifat, felly mae'n syniad da gwneud yn siŵr bod y deintydd yn gwybod eich bod chi’n dewis triniaeth GIG yn unig (er enghraifft, oherwydd costau).

Os yw'r deintydd yn awgrymu triniaeth breifat fel dewis arall, ond mae'r **driniaeth ar gael fel triniaeth GIG**, ni ddylai'r deintydd awgrymu nad yw hynny’n wir.

Dylech gael gwybod ai triniaeth breifat yw eich unig opsiwn.

Os ydych am dderbyn cymysgedd o driniaeth GIG a thriniaeth breifat, dylech gael cynllun triniaeth ysgrifenedig (gan gynnwys costau).

Os nad ydych yn siŵr am unrhyw agwedd ar driniaeth y GIG sy'n cael ei gynnig, gallwch ofyn am gael eich atgyfeirio am ail farn, er efallai y bydd yn rhaid i chi dalu am hyn. Os yw'r ail farn yn wahanol, mae'n bwysig cofio bod gan ddeintyddion yr hawl i anghytuno a ffafrio opsiynau gwahanol.

Gall elusen o'r enw **Oral Health Foundation** ddarparu gwybodaeth am ofal a thriniaethau deintyddol – mae eu manylion cyswllt yn adran 15.

4 System codi tâl y GIG ar gyfer triniaeth ddeintyddol

4.1 Bandiau Codi Tâl

Mae triniaeth ddeintyddol y GIG yn cael eu nodi mewn un o dri band.

Dim ond un waith rydych chi'n talu **am bob cwrs cyflawn**, hyd yn oed os oes angen mwy nag un driniaeth neu ymweliad (er enghraifft, os oes angen tri llenwad arnoch, dim ond un waith y byddwch chi’n talu).

Mae'r taliadau presennol yng Nghymru fel a ganlyn (mae'r rhain wedi bod ar waith ers mis Ebrill 2024 ac yn aros yr un peth ar gyfer y flwyddyn ariannol newydd a ddechreuodd ym mis Ebrill 2025):

- **<u>Band 1 = £20.00</u>**
    - Mae'r tâl hwn yn cynnwys:

- archwiliadau os ydych **o dan** 60 oed (ac felly nid ydych chi'n gymwys ar gyfer archwiliadau am ddim);
- gofal ataliol;
- diagnosis, gan gynnwys pelydr-x ac adroddiadau;
- cyngor am iechyd y geg; *a/neu*
- cynllunio ar gyfer triniaeth ychwanegol.

- **Band 2 = £60.00**
  - Mae'r tâl hwn yn cynnwys:
  - llenwadau;
  - tynnu dannedd;
  - triniaeth sianel y gwreiddyn; *a/neu*
  - triniaeth periodontal (ar gyfer clefyd y deintgig).

- **Band 3 = £260.00**

  Mae'r tâl hwn yn cynnwys:
  - corun deintyddol;
  - pontydd; *a/neu*
  - gosod dannedd triniaeth llawn neu rannol.

Nodwch: Mae'r swm rydych chi'n ei dalu yn dibynnu ar ba fand y mae'r rhan drutaf o'ch cwrs triniaeth yn rhan ohono. Er enghraifft, os yw eich triniaeth yn codi tâl Band 2, yna bydd unrhyw beth o fewn y pecyn gofal a fyddai – ar ei ben ei hun – o fewn Band 1 yn cael ei gynnwys fel rhan o'ch tâl Band 2 (h.y. ni fyddai'n rhaid i chi dalu'r tâl Band 1 a 2 gyda'i gilydd; **dim ond** y swm Band 2).

Triniaeth frys neu driniaeth y tu allan i oriau

Mae'r math hwn o driniaeth yn codi tâl gwahanol – gweler adran 7 isod.

Rhagor o wybodaeth

Mae gan Lywodraeth Cymru ragor o wybodaeth am ffioedd deintyddol y GIG ar eu gwefan:

www.gov.wales/nhs-dental-charges-and-exemptions

4.2 Pethau na ddylid codi tâl amdanynt

Ni ddylai fod tâl am y canlynol:

- presgripsiwn y GIG (mae gan bobl o bob oed hawl i bresgripsiynau am ddim yng Nghymru);
- tynnu pwythau allan neu os oes angen i'r deintydd stopio eich ceg rhag waedu;
- atgyweiriadau syml i ddannedd dodi. Hefyd, nid ydych fel arfer yn gorfod talu os oes angen addasu dannedd dodi yn ystod yr wythnosau cyntaf ar ôl iddynt gael eu gosod (fodd bynnag, gweler *Nodwch* ar y dudalen nesaf);
- Os oes angen rhagor o driniaeth arnoch ar yr un lefel tâl (neu is) **o fewn 2 fis** ar ôl gweld eich deintydd – er enghraifft, llenwad arall (er y dylid nodi nad yw hyn yn berthnasol gyda thriniaeth frys, pe bai ei angen. Fel arfer, codir tâl am driniaeth frys ar wahân – gweler adran 8 isod);
- apwyntiadau a gollwyd – ni all deintyddion godi tâl am hyn mwyach. Fodd bynnag, os ydych chi'n colli apwyntiadau yn barhaus, efallai na fyddant yn cytuno i'ch trin yn y dyfodol; *a/neu*
- Fel y soniwyd yn adran 3.1 uchod, os ydych yn 60 oed neu'n hŷn, ni fydd yn rhaid i chi dalu am archwiliadau deintyddol (er efallai y bydd angen i chi dalu am driniaeth ddeintyddol o hyd – gweler adran 4.1).

Nodwch: Triniaeth ddeintyddol y GIG sy'n mynd o'i le neu atgyweirio dannedd dodi

Mae gwefan GIG 111 Cymru yn cynghori:

Os ydych chi'n cael "llenwad, llenwi gwreiddiau, mewnosodiad, argaen porslen neu goron fel rhan o gwrs triniaeth y GIG, ac maen nhw'n torri neu'n stopio gweithio o fewn 12 mis, dylai eich deintydd proffesiynol wneud unrhyw waith sydd ei angen i'w atgyweirio neu ei ddisodli **yn rhad ac am ddim**. Dychwelwch at ddeintydd y GIG a wnaeth y gwaith gwreiddiol".

"Mae atgyweiriadau i ddannedd dodi'n rhad ac am ddim". Fodd bynnag, "os byddwch chi'n colli neu'n torri'ch dannedd a nid oes modd eu trwsio, bydd yna gost o £78.00. Nid yw hyn yn berthnasol os yw'ch dannedd wedi torri oherwydd traul"[4].

5 Triniaeth 'cosmetig'

Nod triniaeth y GIG yw 'diogelu a chynnal iechyd y geg' ac nid yw'n cynnwys triniaeth am resymau cosmetig yn unig, megis:

- Llenwadau gwyn mawr neu goronau gwyn ar ddannedd cefn.
- Gwynnu dannedd.
- Argaenau.

Dim ond ar y GIG y gallwch gael triniaeth 'angenrheidiol' yn glinigol, felly os ydych chi eisiau triniaethau fel y rhai uchod, bydd angen i chi eu trefnu fel claf preifat.

6 Help gyda thaliadau am driniaeth ddeintyddol y GIG

Gall rhai pobl dderbyn cymorth llawn neu rhannol gyda chost triniaeth ddeintyddol y GIG. Mae hawl i driniaeth am ddim, neu gymorth tuag at gost y driniaeth, yn seiliedig ar eich incwm a'ch cynilion.

[4] Ibid

Nodwch: Efallai y bydd cymorth llawn neu rhannol hefyd ar gael ar gyfer mathau eraill o gostau'r GIG, yn ogystal â deintyddiaeth – er enghraifft, y gost o brynu sbectol newydd ac, mewn rhai amgylchiadau, cost teithio i dderbyn triniaeth y GIG. Mae yna rhagor o wybodaeth yn Nhaflen Wybodaeth 61w Age Cymru *Help gyda chostau iechyd y GIG yng Nghymru a gwasanaethau sy'n rhad ac am ddim i bobl hŷn*.

6.1 Hawl awtomatig i driniaeth ddeintyddol am ddim gan y GIG

Mae gennych hawl awtomatig i driniaeth ddeintyddol am ddim gan y GIG os ydych chi, neu'ch partner, yn derbyn budd-daliadau penodol sy'n seiliedig ar brawf modd, gan gynnwys elfen **Credyd Gwarant Credyd Pensiwn**.

Profi eich hawl

Bydd angen i chi ddangos eich hysbysiad dyfarnu Credyd Pensiwn fel prawf o'ch hawl pan fyddwch yn ymweld â'r deintydd (dylech fod wedi ei dderbyn drwy'r post gan y Gwasanaeth Pensiwn). Os na allwch ddod o hyd i'ch llythyr dyfarniad, gallwch gael copi drwy gysylltu â'r Gwasanaeth Pensiwn – mae eu manylion cyswllt yn adran 15.

6.2 Cynllun Incwm Isel y GIG (LIS)

Os nad ydych yn bodloni'r meini prawf ar gyfer cymorth awtomatig, ond yn dal i fod ar incwm isel ac yn cael trafferth cwrdd â'r costau triniaeth, efallai y bydd gennych hawl i gymorth llawn neu rhannol drwy Gynllun Incwm Isel y GIG (LIS).

Fodd bynnag, dylid nodi na fyddech yn gymwys os oes gennych gynilion, buddsoddiadau neu gyfalaf arall o £16,000 neu fwy (neu £24,000 os ydych chi'n byw yn barhaol mewn cartref gofal).

Nodwch: Os ydych chi'n berchennog tŷ ac rydych chi'n byw yn yr eiddo hwnnw (yn hytrach na byw mewn cartref gofal), ni fyddai gwerth eich cartref yn cael ei gynnwys fel cyfalaf yn y cyfrifiad ar gyfer cymhwysedd LIS. Fodd bynnag, os ydych chi'n berchen ar eiddo ychwanegol (fel cartref arall roeddech chi'n ei rentu allan, er enghraifft), byddai hynny'n cael ei gynnwys. Os ydych chi'n byw yn barhaol mewn cartref gofal, yna – yn dibynnu ar amgylchiadau unigol – efallai y bydd gwerth eich cartref yn cael ei ystyried.

Incwm 'isel'

O dan reolau LIS, bydd eich incwm yn cael ei gymharu â'r hyn a elwir yn eich 'gofynion'. Mae'r gofynion yn cynnwys pob un o'r canlynol (wedi'u cyfrifo yn wythnosol):

- Lwfans personol (mae hyn yn unol â'r hawl sylfaenol i fudd-daliadau lles penodol – er enghraifft, cyfradd sylfaenol elfen Credyd Gwarant Credyd Pensiwn).
- Premiymau (symiau ychwanegol y gallai fod gennych hawl iddynt am anabledd difrifol neu gyfrifoldebau gofalu).
- Y Dreth Gyngor y mae'n rhaid i chi ei thalu.
- Costau tai eraill (mae hyn yn cynnwys ad-daliadau morgais ac unrhyw rent nad yw'n cael ei gwmpasu gan Fudd-dal Tai).

Bydd p'un a yw eich incwm yn fwy na chyfanswm eich gofynion ac, os felly, faint, bydd hyn yn penderfynu pa lefel o gymorth byddwch chi'n ei dderbyn tuag at gostau iechyd.

Nodwch: Oherwydd bod meini prawf cymhwysedd LIS yn ystyried y Dreth Gyngor a rhai costau tai eraill, efallai y byddwch chi’n medru cael help gan LIS, er y gall eich incwm fod yn rhy uchel i dderbyn budd-dal prawf modd fel Credyd Pensiwn.

Sut i wneud cais

Gweler Taflen Wybodaeth 61w Age Cymru *Help gyda chostau iechyd y GIG yng Nghymru a gwasanaethau sy'n rhad ac am ddim i bobl hŷn* i gael rhagor o wybodaeth am wneud cais i Gynllun Incwm Isel y GIG.

7 Triniaeth frys a thriniaeth y tu allan i oriau

7.1 Codi tâl am driniaeth frys neu y tu allan i oriau

Mae GIG 111 Cymru yn cynghori bod "cwrs triniaeth brys neu y tu allan i oriau yn costio **£30.00**"[5].

7.2 Yr hyn y byddwch chi'n ei dderbyn fel rhan o driniaeth frys neu y tu allan i oriau

Bydd y rhan fwyaf o driniaethau brys yn cael eu cynnal yn ystod un apwyntiad.

Mae hyn yn debygol o "gynnwys asesu, diagnosis a gofal ataliol. Os oes angen, bydd yn cynnwys pelydr-X ac unrhyw driniaeth i atal y broblem rhag gwaethygu'n sylweddol neu i fynd i'r afael â phoen difrifol"[6]. Gallai hefyd gynnwys "atgyweiriadau i lenwadau, neu lenwad dros dro"[7].

"Unwaith y bydd eich gofal brys wedi'i gwblhau, efallai y cewch eich cynghori i wneud apwyntiad arall ar gyfer asesiad llawn"[8]. Codir tâl am apwyntiad, archwiliad a/neu driniaeth ddilynol a wneir, yn unol â'r wybodaeth yn adran 4 uchod (oni bai eich bod yn gymwys i gael help gyda hyn – gweler adran 6).

Nodwch: Gellir dosbarthu rhywfaint o driniaeth frys a/neu y tu allan i oriau fel 'argyfwng deintyddol' – gweler adran 8 isod.

7.3 Sut i gael mynediad at driniaeth frys neu y tu allan i oriau

Os ydych eisoes wedi cofrestru gyda phractis deintyddol

Gall eich deintydd gynnig triniaeth frys yn ystod oriau gwaith arferol.

[5] 'Deintyddion - Cwestiynau Cyffredin', gwefan GIG 111 Cymru: https://111.wales.nhs.uk/localservices/dentistfaq (cyrchwyd 20 Mai 2025).

[6] 'Canllawiau: Ffioedd ac eithriadau deintyddol y GIG', gwefan Llywodraeth Cymru: www.gov.wales/nhs-dental-charges-and-exemptions (Cyrchwyd 20 Mai 2025).

[7] 'Deintyddion - Cwestiynau Cyffredin', gwefan GIG 111 Cymru: https://111.wales.nhs.uk/localservices/dentistfaq (cyrchwyd 20 Mai 2025).

[8] Ibid

Y tu allan i oriau gwaith arferol, ffoniwch y ddeintyddfa ar y rhif arferol i gael gwybod sut i gael mynediad at ofal brys trwy neges ffôn ateb.

Os nad oes gennych ddeintydd rheolaidd

Os nad oes gennych ddeintydd rheolaidd, ond rydych chi'n meddwl bod angen triniaeth frys arnoch, rhowch gynnig ar yr opsiynau canlynol:

- Os nad oes gennych fynediad i'r rhyngrwyd, ffoniwch linell gymorth GIG 111 Cymru (ffôn **111**).

  Dylent allu darparu manylion am wasanaethau lleol y tu allan i oriau a drefnir gan eich Bwrdd Iechyd Lleol.

- Os oes gennych fynediad i'r rhyngrwyd, ewch i'r dudalen ganlynol ar wefan GIG 111 Cymru sy'n cynnwys manylion am linellau cymorth deintyddol brys lleol ar gyfer pob ardal Bwrdd Iechyd Lleol (mae rhif ffôn penodol wedi'i restru ar gyfer rhai ardaloedd, tra bydd eraill yn eich cynghori i ffonio 111, neu ymweld â gwefannau'r Bwrdd Iechyd Lleol i gael rhagor o wybodaeth):

  https://111.wales.nhs.uk/localservices/dentistinformation

7.4 Rydych chi wedi colli dant

Mae gwefan GIG 111 Cymru yn cynnwys rhywfaint o wybodaeth am beth i'w wneud os ydych chi'n colli dant yn sydyn. Gallwch naill ai ffonio 111, neu ddilyn y cyngor ar eu gwefan:

https://111.wales.nhs.uk/Encyclopaedia/t/article/tooth,knockedout

8 Argyfyngau deintyddol

Mae rhai amodau neu amgylchiadau yn argyfyngau. Yn yr amgylchiadau hyn, mae'r GIG yn awgrymu eich bod yn mynychu **adran Ddamweiniau ac Achosion Brys (A&E).** Byddai hyn yn berthnasol mewn sefyllfaoedd fel:

- mae eich ceg wedi "chwyddo sy'n effeithio ar eich gallu i anadlu, llyncu, neu agor eich ceg yn gywir";
- mae eich wyneb wedi "chwyddo'n agos at eich llygad";
- rydych chi'n "gwaedu o'r geg, dydych chi ddim yn medru ei stopio **ac** rydych chi'n cymryd teneuwyr gwaed";

- mae gennych "doriadau difrifol i'r geg neu'r gwefusau"; *neu*
- rydych chi'n ofni bod eich "gên wedi torri/dadleoli neu bod esgyrn eich wyneb wedi torri"[9].

Nodwch: "Nid yw poen dannedd, waeth pa mor ddrwg, yn argyfwng deintyddol"[10]. Fodd bynnag, am gyngor ar hyn neu broblemau deintyddol brys eraill nad ydynt yn argyfwng, gweler adran 7.3 uchod er mwyn dysgu beth gallwch chi ei wneud.

Dod o hyd i'r adran ddamweiniau ac achosion brys agosaf

Mae adrannau damweiniau ac achosion brys yn aml wedi'u lleoli yn yr ysbyty mawr mwyaf yn yr ardal. Fodd bynnag, cysylltwch â GIG 111 Cymru os nad ydych yn siŵr. Bydd y dudalen 'Gwasanaethau Yn Agos i Chi' ar eu gwefan hefyd yn cynnwys y manylion (cliciwch ar yr *adran Ysbytai, gan gynnwys Adrannau Brys ac Uned Mân Anafiadau* a gallwch chi fireinio'r canlyniadau i ddangos adrannau damweiniau ac achosion brys):

https://111.wales.nhs.uk/localservices

9 Gwasanaethau deintyddol cymunedol

Mae pob Bwrdd Iechyd Lleol yng Nghymru yn darparu Gwasanaeth Deintyddol Cymunedol (CDS). Mae'r rhain yn cynnig ymweliadau â'r cartref i bobl nad ydynt yn gallu mynd i bractis deintyddol oherwydd salwch, anabledd neu gyflwr iechyd meddwl.

Yn gyffredinol, bydd angen atgyfeiriad gan eich meddyg teulu neu ymarferydd deintyddol cyffredinol (h.y. un nad yw'n cynnig ymweliadau â'r cartref) i dderbyn gwasanaethau gan y Gwasanaeth Deintyddol Cymunedol.

Efallai y bydd y canlynol yn gallu darparu rhagor o wybodaeth am eich Gwasanaeth Ddeintyddol Cymunedol lleol:

- GIG Cymru 111;
- eich tîm Llais lleol; *neu*

---

9 Ibid
10 Ibid

- gallech gysylltu â'ch Bwrdd Iechyd Lleol yn uniongyrchol.

Gweler adran 15 isod am fanylion cyswllt pob un o'r sefydliadau hyn.

10 Gofal deintyddol ar gyfer preswylwyr cartrefi gofal

Os ydych chi'n byw mewn cartref gofal, dylech allu gwneud yr un dewisiadau am eich iechyd deintyddol ag y gwnaethoch chi pan roeddech chi'n byw yn eich cartref eich hun.

Gofynnwch i reolwr y cartref gofal pa drefniadau sydd ar waith i ganiatáu i breswylwyr weld deintydd am ofal rheolaidd neu gofal frys.

Rhaid i bob darparwr cartrefi gofal gadw at y ddogfen ganlynol gan Lywodraeth Cymru. Mae'n cynnwys ystod eang o safonau y mae'n rhaid i gartrefi gofal eu cyrraedd er mwyn darparu gofal digonol a diwallu anghenion y bobl sy'n byw yno:

Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016: Canllawiau Statudol i ddarparwyr gwasanaeth ac unigolion cyfrifol ar fodloni rheoliadau safonol gwasanaeth ar gyfer:

- *Gwasanaethau cartrefi gofal*
- *Gwasanaethau cymorth cartref*
- *Llety diogel; a*
- *Gwasanaethau canolfan deuluol preswyl*

(Fersiwn 3 – Mawrth 2024).

Mae'r canllawiau yn pwysleisio:

- dylid "annog unigolion i ofalu am eu dannedd a'u ceg ac, lle bo angen [dylid darparu cefnogaeth er mwyn eu helpu i wneud hynny";
- "mae angen sicrhau bod adnoddau gofal iechyd y geg priodol i'w cael yn hawdd a'u bod yn cael eu cadw mewn cyflwr da";
- dylid "monitro gofal iechyd y geg fel rhan o ofal bob dydd a gweithredu adferol... pan mae problemau'n ymddangos"; *a*

- "Lle bo hynny'n briodol, mae unigolion yn cael eu cynorthwyo i gael mynediad at wiriadau iechyd deintyddol rheolaidd neu i ymweld â deintydd os bydd yr unigolyn mewn poen, neu os mae eu dannedd yn pydri"[11].

11 Cwynion am driniaeth y GIG

Yn aml, gallwch ddatrys unrhyw bryderon am eich triniaeth trwy siarad â'ch deintydd. Os nad yw hyn yn datrys y broblem, rhaid i'r practis ddilyn y canllawiau a nodir yng ngweithdrefn gwyno GIG Cymru – Taflen Wybodaeth 66w Age Cymru *Datrys problemau a gwneud cwyn am ofal y GIG yng Nghymru* yn esbonio'r broses gwyno hon yn fanylach.

Dylai aelod o'r tîm practis yn y feddygfa ddeintyddol fod â chyfrifoldeb am ymateb i gwynion; byddan nhw'n esbonio'r broses i chi.

Os hoffech gymorth i wneud eich cwyn, cysylltwch â'ch tîm Llais lleol – mae eu manylion cyswllt yn adran 15. Mae Llais yn llais statudol ac annibynnol a'i rôl yw cynrychioli buddiannau'r cyhoedd mewn perthynas â gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol.

Mae rhan o'r cylch gorchwyl hwn yn cynnwys darparu cymorth a chyngor i bobl os hoffent wneud cwyn, neu os ganddyn nhw broblem sy'n gysylltiedig â gwasanaethau'r GIG.

Bydd gan Llais staff eiriolaeth cwynion a all ddarparu cyngor cyfrinachol, yn ogystal â chefnogaeth i wneud cwyn.

Darllennwch adran 14 isod sy'n llawn gwybodaeth am rheoleiddio practisau deintyddol a gweithwyr proffesiynol deintyddol.

12 Triniaeth ddeintyddol breifat

Mae rhai deintyddion yn derbyn cleifion preifat yn unig. Mae eraill yn cynnig triniaeth GIG a thriniaeth breifat.

---

[11] Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016: Canllawiau Statudol ar gyfer darparwyr gwasanaethau ac unigolion cyfrifol (Fersiwn 3 – Mawrth 2024), Llywodraeth Cymru (gweler y prif destun uchod am deitl llawn y canllawiau).
Gellir dod o hyd i gopi ar wefan Llywodraeth Cymru: www.gov.wales/guidance-providers-care-home-and-domiciliary-support-services.

Mae ffioedd am driniaeth ddeintyddol breifat yn cael eu pennu gan bob practis, felly efallai y bydd yn werth 'siopa' i gael syniad cyffredinol o'r ffioedd a godir gan sawl practis lleol. Efallai bod ganddynt restr o brisiau ar gyfer triniaethau cymharol syml, ond ni fydd hyn yn arwydd o ansawdd y gwaith na chost gwaith mwy cymhleth.

Mae rhai deintyddion yn cynnig gwahanol ffyrdd o dalu am driniaeth. Gallwch dalu ar ddiwedd cwrs triniaeth, neu gymryd polisi yswiriant i dalu cost y driniaeth hyd at derfyn y cytunwyd arno. Gallai deintydd hefyd gynnig 'cynllun treth y pen'. Mae hyn yn golygu cael asesiad deintyddol a thalu taliad misol sefydlog yn seiliedig ar eich lefel ddisgwyliedig o driniaeth. Mae eich anghenion deintyddol, ac felly taliadau misol, fel arfer yn cael eu hadolygu'n flynyddol.

Nodwch: Mae trafod eich opsiynau am driniaeth a gofyn am gost amcangyfrifedig y driniaeth arfaethedig cyn gwneud penderfyniadau'n syniad da. Os cynigir triniaeth ddrud, efallai yr hoffech fynd i ffwrdd a meddwl am y peth, neu o bosibl ceisio ail farn.

12.1 Costau triniaeth ddeintyddol breifat

Nid oes unrhyw gynlluniau penodol i helpu gyda chost triniaeth ddeintyddol breifat – h.y. **ni allwch** dderbyn cymorth drwy Gynllun Incwm Isel y GIG <u>neu</u> oherwydd eich bod yn derbyn elfen Credyd Gwarant Credyd Pensiwn (gweler adran 6 uchod).

12.2 Cwynion am driniaeth breifat

Nid yw gweithdrefn gwyno'r GIG yn cwmpasu triniaeth breifat, hyd yn oed os yw'r deintydd dan sylw hefyd yn cynnig triniaeth y GIG.

Bydd gan bractisau sy'n cynnig triniaeth breifat eu gweithdrefnau cwyno eu hunain, felly holwch am hyn wrth wneud eich penderfyniad i ymuno â phractis.

Os na allwch ddatrys eich cwyn gyda'r practis, gallwch gysylltu â'r ***Gwasanaeth Cwynion Deintyddol (DCS)*** a ariennir gan y **Cyngor Deintyddol Cyffredinol (GDC)** – mae eu manylion cyswllt yn adran 15.

Mae'r Gwasanaeth Cwynion Deintyddol yn edrych ar gwynion llai difrifol. Os yw eich cwyn yn ymwneud â gallu'r deintydd i wneud eu gwaith, gweler adran 14.1 isod.

13 Eich cofnodion deintyddol

Mae gan cleifion y GIG a chleifion preifat hawl i gopïau o'u cofnodion deintyddol.

"I gael copïau gwnewch gais ysgrifenedig i'r practis deintyddol. Efallai y bydd yn rhaid i chi dalu ffi am gael eich cofnodion (hyd at £50 ar gyfer cofnodion a gedwir â llaw a hyd at £10 ar gyfer cofnodion a gedwir gan gyfrifiadur)".

Rhaid i'r practis deintyddol ddarparu'r copïau "o fewn 40 diwrnod"[12].

14 Cofrestru a rheoleiddio practisau deintyddol a gweithwyr deintyddol proffesiynol

14.1 Y Cyngor Deintyddol Cyffredinol (GDC)

Rhaid i ddeintyddion ac amrywiaeth o weithwyr gofal deintyddol proffesiynol – nyrsys deintyddol, hylenyddion deintyddol, technegwyr deintyddol clinigol, therapyddion deintyddol a therapyddion orthodontig – gofrestru gyda'r Cyngor Deintyddol Cyffredinol (GDC) i ymarfer yn y DU.

Gallwch cofrestr y Cyngor Deintyddol Cyffredinol i ddarganfod a yw gweithiwr proffesiynol rydych chi'n bwriadu ei ddefnyddio wedi'i gofrestru gyda nhw.

Cwynion 'addasrwydd i ymarfer'

Mae gan y Cyngor Deintyddol Cyffredinol y pŵer i ymchwilio i rai mathau o gwynion yn erbyn gweithwyr proffesiynol deintyddol, sy'n gweithio'n breifat neu i'r GIG.

---

[12] 'Deintyddion - Cwestiynau Cyffredin', gwefan GIG 111 Cymru: https://111.wales.nhs.uk/localservices/dentistfaq (cyrchwyd 20 Mai 2025).

Byddant yn gallu ymchwilio os yw'r gŵyn yn cwestiynu eu haddasrwydd i aros ar y gofrestr a pharhau i ymarfer (gallai hyn gynnwys triniaeth o ansawdd gwael iawn, ymddygiad amhriodol, materion yn ymwneud â diogelwch sy'n gysylltiedig ag arferion hylendid gwael, neu dwyllo).

Nodwch: Ar gyfer y rhan fwyaf o gwynion, efallai y byddai'n fwy priodol dilyn gweithdrefn gwynion gyffredinol y GIG, neu'r weithdrefn ar gyfer cwyno am driniaeth breifat, fel yr amlinellir uchod yn adrannau 11 a 12.2.

14.2 Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru

Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru (AGIC) yw'r arolygydd annibynnol a'r rheoleiddiwr ar yr holl wasanaethau gofal iechyd yng Nghymru, boed yn wasanaethau GIG neu wasanaethau'r sector preifat. Fel rhan o'r cylch gwaith cyffredinol hwn, byddant yn arolygu'r holl wasanaethau deintyddol yng Nghymru, hynny yw:

- deintyddion y GIG;
- deintyddion sy'n gwneud gwaith preifat; *a*
- deintyddion sy'n gwneud cymysgedd o waith preifat a GIG.

Deintyddiaeth y GIG

Bydd Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru'n gwirio bod deintyddion yn bodloni'r safonau a nodir yn y ddogfen ganlynol gan Lywodraeth Cymru:

Canllawiau Statudol Dyletswydd Ansawdd 2023 a Safonau Ansawdd Iechyd a Gofal 2023 *(Ebrill 2023)*

Hefyd, byddant yn edrych ar sut mae deintyddion yn bodloni "unrhyw safonau a chanllawiau proffesiynol perthnasol eraill fel Safonau'r Cyngor Deintyddol Cyffredinol"[13].

Os hoffech chi rhagor o wybodaeth, ewch i wefan Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru:

www.hiw.org.uk/dentists

---

[13] 'Deintyddion, gwefan Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru: www.hiw.org.uk/dentists (Cyrchwyd 20 Mai 2025).

Deintyddiaeth breifat

Bydd AGIC yn gwirio bod y deintydd yn bodloni'r gofynion cyfreithiol a nodir gan **Reoliadau Deintyddiaeth Breifat (Cymru) 2017** yn ogystal ag "unrhyw safonau a chanllawiau proffesiynol perthnasol eraill fel Safonau'r Cyngor Deintyddol Cyffredinol”[14].

Os hoffech chi ragor o wybodaeth, ewch i wefan Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru:

www.hiw.org.uk/private-dentistry

15 Sefydliadau defnyddiol

Cyngor Age Cymru

Gwybodaeth a chyngor am ddim a chyfrinachol ar faterion sy'n effeithio ar bobl dros 50 oed yng Nghymru. Gwasanaeth ar gael yn y Gymraeg neu’r Saesneg.

Ffôn: 0300 303 44 98

E-bost: advice@agecymru.org.uk

Gwefan: www.agecymru.wales/advice

Sefydliadau Age Cymru (lleol)

Efallai y bydd cangen leol Age Cymru yn gallu darparu cyngor a chefnogaeth ar ystod o faterion. **Gall Cyngor Age Cymru** ddarparu manylion eich cangen leol (gweler uchod), neu ewch i wefan Age Cymru:

www.agecymru.wales/local

[14] ‘Private Dentistry’, Healthcare Inspectorate Wales website: www.hiw.org.uk/private-dentistry (last accessed 20 May 2025).

Y Gwasanaeth Cwynion Deintyddol (The)

Mae'r gwasanaeth hwn yn cynorthwyo cleifion deintyddol preifat a gweithwyr deintyddol proffesiynol i ddatrys cwynion am wasanaethau deintyddol preifat. Mae'n cael ei ariannu gan, ond mae’n annibynnol wrth, y Cyngor Deintyddol Cyffredinol (gweler y cofnod isod).

Ffôn: 0208 253 0800
E-bost: info@dentalcomplaints.org.uk
Gwefan: https://dcs.gdc-uk.org

Cyngor Deintyddol Cyffredinol

Mae'r Cyngor Deintyddol Cyffredinol (GDC) yn gyfrifol am gofrestru'r holl ddeintyddion a gweithwyr proffesiynol gofal deintyddol eraill sy'n ymarfer yn y DU. Gallwch ddarganfod a yw gweithiwr proffesiynol wedi'i gofrestru trwy chwilio'r gofrestr ar eu gwefan.

Ffôn: 020 7167 6000
Gwefan: www.gdc-uk.org

Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru

Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru yw arolygydd a rheoleiddiwr annibynnol sefydliadau gofal iechyd a gofal iechyd annibynnol y GIG yng Nghymru.

Ffôn: 0300 062 8163
E-bost: hiw@gov.wales
Gwefan: www.hiw.org.uk

Llais

Corff sy'n cynrychioli lleisiau a barn pobl yng Nghymru mewn perthynas â gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol.

Ffôn: 029 20 235558
E-bost: enquiries@llaiscymru.org
Gwefan: www.llaiswales.org

Byrddau Iechyd Lleol (BILl) yng Nghymru

Gellir dod o hyd i ddolenni i bob tudalen we’r Byddau Iechyd Lleol ar wefan GIG Cymru:

www.wales.nhs.uk/ourservices/directory/LocalHealthBoards

GIG 111 Cymru

Gall GIG 111 Cymru ddarparu manylion cyswllt ar gyfer gwasanaethau lleol – megis deintyddion, meddygon, fferyllwyr, a grwpiau cymorth – yn ogystal â chyngor dros y ffôn a'r we ar faterion sy’n ymwneud ag iechyd cyffredinol a salwch cyffredin.

Ffôn: 111

Gwefan: https://111.wales.nhs.uk

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Hyrwyddwr annibynnol dros bobl hŷn ledled Cymru.

Ffôn: 03442 640670
E-bost: ask@olderpeople.wales
Gwefan: www.olderpeople.wales

Sefydliad Iechyd y Geg

Mae Sefydliad Iechyd y Geg yn elusen annibynnol sy'n cynhyrchu ystod o wybodaeth am iechyd deintyddol a thriniaethau deintyddol.

Ffôn: 01788 546365
E-bost: mail@dentalhealth.org
Gwefan: www.dentalhealth.org

Gwasanaeth Pensiwn

Gallwch gysylltu â'r Gwasanaeth Pensiwn os na allwch ddod o hyd i'ch llythyr dyfarniad Credyd Pensiwn ac os oes angen bod gennych chi dystiolaeth o'ch hawl er mwyn derbyn cymorth gyda chostau triniaeth ddeintyddol.

Ffôn: 0800 731 0469
Gwefan: www.gov.uk/contact-pension-service

Ombwdsmon Gwasanaethau Cyhoeddus Cymru

Mae'r Ombwdsmon yn edrych i weld a yw pobl wedi cael eu trin yn annheg neu wedi derbyn gwasanaeth gwael gan gorff cyhoeddus, fel y GIG neu awdurdod lleol.

Ffôn: 0300 790 0203
E-bost: ask@ombudsman.wales
Gwefan: www.ombudsman.wales

Llywodraeth Cymru

Llywodraeth ddatganoledig Cymru.

Ffôn: 0300 060 4400
E-bost: customerhelp@gov.wales
Gwefan: www.gov.wales

16 Rhagor o wybodaeth am Age Cymru

16.1 Pwy ydym ni

Age Cymru yw'r elusen genedlaethol i bobl hŷn yng Nghymru.

Ein gweledigaeth yw cymdeithas sy'n cynnig y profiad gorau o heneiddio i bob person hŷn yng Nghymru. Mae pobl hŷn yn cael eu gwerthfawrogi, eu cynnwys ac yn gallu llunio penderfyniadau sy'n effeithio ar eu bywydau.

Ein cenhadaeth yw gwella bywydau pobl hŷn trwy ddarparu cyngor, cymorth a gwasanaethau dibynadwy. Rydym yn defnyddio ein gwybodaeth, ein mewnwelediad a'n profiad i ddylanwadu ar bolisïau a phenderfyniadau sy'n effeithio ar bobl 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; *a*
- rydym yn ymgyrchu ac yn ymchwilio.

Age Cymru

Tŷ'r Morwyr
Llys Trident
Heol Ddwyrain Moors
Caerdydd
CF24 5TD

029 2043 1555

www.agecymru.wales

Elusen Gofrestredig 1128436

16.2 How we can help 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 Age Cymru Advice 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 am ddim, diduedd a chyfrinachol. Gall Cyngor Age Cymru gynorthwyo pobl hŷn eu hunain, 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 ofyn am gopi papur drwy'r post.

Cymorth lleol

Mae Cyngor Age Cymru hefyd yn gweithredu fel porth i'n gwasanaethau lleol. Gall cymorth wyneb yn wyneb trwy ein swyddfeydd lleol ac ymweliadau â'r cartref fod ar gael i bobl sydd angen cymorth ychwanegol neu gymorth fwy arbenigol.

Cysylltu â ni

Os hoffech siarad ag un o'n cynghorwyr arbenigol, yn Gymraeg neu 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 ar alwadau ar yr un gyfradd â galwad i rif 01 neu 02 safonol. Byddant hefyd yn cael eu cynnwys yn awtomatig mewn unrhyw becyn munudau cynhwysol llinell dir neu ffôn symudol. Gallwch hefyd:

- e-bostio **advice@agecymru.org.uk**; *neu*
- ewch i'n gwefan **www.agecymru.wales/advice**

Age UK Information & Advice Quality Assured

Gwasanaeth Cwbl Achrededig sy'n cynnwys adolygu gan gymheiriad
Fully Accredited Service with peer review

IAQF Cymru Wales

darparu gwybodaeth a chyngor o safon i bobl Cymru a hynny mewn modd sy'n gyson
providing a consistent approach to quality information and advice for the people of Wales

Helplines Partnership Member

aqs advice quality standard

www.facebook.com/agecymru

www.x.com/AgeCymru

YouTube **www.youtube.com/agecymru**

Gwybodaeth am ymwadiad a hawlfraint

Nid yw'r daflen wybodaeth hon yn ddatganiad cynhwysfawr o'r gyfraith yn y pwnc hwn. Ni all Age Cymru roi cyngor cyfreithiol nac ariannol unigol ac mae'n bosibl bod rhai rheolau wedi newid ers cyhoeddi'r daflen wybodaeth hon. Sylwch nad yw cynnwys asiantaethau, cwmnïau, cynhyrchion, gwasanaethau neu gyhoeddiadau a enwir yn y daflen wybodaeth hon yn gyfystyr ag argymhelliad na chymeradwyaeth gan Age Cymru. Er bod pob ymdrech yn cael ei wneud i sicrhau cywirdeb, ni all Age Cymru fod yn gyfrifol am gamgymeriadau neu hepgoriadau.

© Age Cymru 2025. Cedwir pob hawl. Gall sefydliadau Age Cymru lleol atgynhyrchu'r daflen wybodaeth hon yn gyfan gwbl neu'n rhannol ar ffurf heb ei newid gyda chydnabyddiaeth briodol i Age Cymru. Ni chaniateir atgynhyrchu arall mewn unrhyw ffurf heb ganiatâd ysgrifenedig gan Age Cymru.

16.3 Sut allwch chi helpu

Mae'r holl wybodaeth a chyngor a ddarparwn yn rhad ac am ddim ac yn gwbl ddiduedd. Mewn llawer o achosion, gall ein ymyrraeth amserol newid bywyd. Rydym yn boblogaeth sy'n heneiddio ac mae mwy o bobl nag erioed yn dod atom am gefnogaeth. Gallwch ein helpu i fod yno i'r rhai sydd ein hangen fwyaf.

Gwnewch rodd

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.wales/donate**

Sganiwch y cod QR isod:

Mae pob rhodd a dderbyniwn yn ein helpu i fod yno i rywun pan fydd angen ein help.

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

Codi arian

Gwerthu nwyddau pob, rhedeg marathon neu wau hetiau bach ar gyfer yr Her Wau, mae cymaint o ffyrdd o godi arian hanfodol i gefnogi ein gwaith.

Ffoniwch: **029 2043 1555**
Ewch i: **www.agecymru.wales/getinvolved**

Gwirfoddoli gyda ni

Gallwch chi ein cefnogi i wneud gwahaniaeth i fywydau pobl hŷn trwy ein helpu mewn amrywiaeth o ffyrdd. Rydyn ni’n edrych mlaen i glywed wrthoch chi.

Ffoniwch: **029 2043 1555**
Ewch i: **www.agecymru.wales/volunteer**

Gadewch anrheg i ni yn eich ewyllys

Wrth adael rhodd i Age Cymru yn eich ewyllys, rydych chi’n sicrhau bod pobl hŷn yn cael y gefnogaeth maen nhw'n ei haeddu yn y blynyddoedd i ddod. Helpwch i wneud y byd ychydig yn llai unig.

Ffoniwch: **029 2043 1555**
Ewch i: **www.agecymru.wales/legacy**