

Taflen wybodaeth 61w ● Rhagfyr 2024

Help gyda chostau'r GIG yng Nghymru a gwasanaethau sydd am ddim ar gyfer pobl hŷn



Cyngor Age Cymru

0300 303 44 98

www.agecymru.wales

Cynnwys

1	Gwybodaeth am y daflen wybodaeth hon	3
2	Presgripsiynau GIG am ddim yng Nghymru	3
	2.1 Preswylwyr yng Nghymru sydd â meddyg teulu yng Nghymru	3
	2.2 Preswylwyr yng Nghymru sydd â meddyg teulu yn Lloegr	4
	2.3 Tystysgrifau eithrio meddygol am bresgripsiynau am ddim ym mhob rhan o'r DU	4
3	Gwasanaethau GIG am ddim ar gyfer pobl sydd wedi cyrraedd oedran arbennig	5
	3.1 Gwasanaethau GIG am ddim pan rydych chi'n cyrraedd 60 oed	5
	3.2 Rhaglenni brechu ar gyfer pobl hŷn	6
	3.3 Rhaglenni sgrinio'r GIG	7
4	Help gyda chostau iechyd y GIG os ydych chi'n derbyn Credyd Pensiwn	7
	4.1 Credyd Gwarant yn cael ei dalu ar ei hun, neu gyda Chredyd Cynilo	8
	4.2 Credyd Cynilo ar ei ben ei hun	9
5	Help gan Gynllun Incwm Isel y GIG	9
	5.1 Ydych chi'n gymwys?	9
	5.2 Sut i wneud cais?	12
	5.3 Pryd fyddwch chi'n cael gwybod am ganlyniad eich cais?	13
	5.4 Help gyda chostau iechyd	13
	5.5 Ad-daliadau am driniaeth a dderbyniwyd cyn gwneud cais am Gynllun Incwm Isel y GIG	13
6	Profi bod gennych chi hawl i help gyda chostau iechyd - os ydych chi'n derbyn Credyd Gwarant Credyd Pensiwn, neu ar ôl derbyn tystysgrif HC2W neu HC3W	15
	6.1 Ymweld â'r deintydd	15
	6.2 Ymweld â'r optegydd	15
	6.3 Help gyda chostau teithio angenrheidiol	17
7	Sefydliadau defnyddiol	19
8	Rhagor o wybodaeth am Age Cymru	22

1 Gwybodaeth am y daflen wybodaeth hon

Mae'r rhan fwyaf o wasanaethau'r GIG yn rhad ac am ddim i bawb, ond efallai y bydd ffioedd am driniaeth ddeintyddol neu sbectol a lensys cyffwrdd.

Mae'r daflen wybodaeth hon yn canolbwyntio ar y sefyllfa ar gyfer pobl dros 60 oed. Mae'n cwmpasu:

- Gwasanaethau'r GIG sy'n rhad ac am ddim i bob person hŷn dros oedran penodol.
- Gwasanaethau'r GIG sy'n rhad ac am ddim os ydych chi'n derbyn Credyd Gwarant Credyd Pensiwn.
- Cynllun Incwm Isel y GIG; efallai y byddwch yn gymwys i gael cymorth llawn neu rhannol gyda chostau iechyd penodol os nad ydych yn derbyn Credyd Gwarant Credyd Pensiwn.

Nodyn: Mae'r wybodaeth a roddir yn y daflen ffeithiau 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.

2 Presgripsiynau GIG am ddim yng Nghymru

2.1 Preswylwyr yng Nghymru sydd â meddyg teulu yng Nghymru

Mae presgripsiynau'r GIG yn rhad ac am ddim i bobl o bob oed sy'n byw yng Nghymru, waeth beth fo'u hincwm a'u cynilion.

I elwa o'r presgripsiynau am ddim, bydd angen i chi:

- fod wedi cofrestru gyda meddyg teulu yng Nghymru; a
- cael eich presgripsiynau gan fferyllydd yng Nghymru.

2.2 Preswylwyr yng Nghymru sydd â meddyg teulu yn Lloegr

Mae Llywodraeth Cymru wedi datgan, os ydych chi'n byw yng Nghymru, ond yn byw ger y ffin ac felly mae gennych feddyg teulu yn Lloegr, bydd gennych chi hawl i bresgripsiynau am ddim os ydych chi'n eu cael gan fferylllydd yng Nghymru.

Dylai pobl yn y sefyllfa hon gael "cerdyn hawl [sydd] yn caniatáu i bresgripsiwn a gyhoeddwyd yn Lloegr gael ei ddosbarthu mewn fferyllfa yng Nghymru am ddim. Bydd angen i chi ddangos eich cerdyn hawl yn y fferyllfa bob tro y byddwch chi'n rhoi presgripsiwn iddynt"¹.

Cysylltwch â **GIG 111 Cymru** i gael rhagor o wybodaeth am sut i gael cerdyn hawl – gweler adran 7 am eu manylion cyswllt.

Nodyn: Os ydych chi'n byw yng Nghymru, ond yn cael eich trin mewn ysbyty neu wasanaeth y tu allan i oriau yn Lloegr, dylech fedru cael ad-daliad am unrhyw bresgripsiynau y codir tâl amdanynt ar y gyfradd Saesneg – unwaith eto, cysylltwch â GIG 111 Cymru i gael rhagor o wybodaeth.

2.3 Tystysgrifau eithrio meddygol am bresgripsiynau am ddim ym mhob rhan o'r DU

Gall pobl â chyflyrau penodol fod â hawl i Dystysgrif Eithrio Meddygol. Mae hyn yn rhoi hawl i chi gael presgripsiynau am ddim mewn rhannau eraill o'r DU hefyd. Mae'r canlynol yn enghreifftiau o amodau a ddylai olygu bod rhywun yn gymwys ar gyfer un o'r dystysgrifau (er nad yw hon yn rhestr gynhwysfawr):

- ffistwla parhaol – fel caecostomi, colostomi neu laryngostomi – sy'n golygu bod unigolyn yn gorfod gwisgo gorchuddion llawfeddygol parhaus, neu ddefnyddio offer;
- canser (gan gynnwys effeithiau'r canser ei hun a/neu effeithiau triniaeth);
- epilepsi sy'n gofyn am therapi gwrth-gonfylsiynol parhaus; *neu*

¹ 'Canllawiau: Presgripsiynau am ddim', Gwefan Llywodraeth Cymru: <https://gov.wales/free-prescriptions> (Cyrchwyd 10 Rhagfyr 2024).

- anabledd corfforol parhaus sy'n golygu bod angen help person arall arnoch chi bob amser er mwyn mynd allan.

Trafodwch gyda'ch meddyg os ydych chi'n meddwl eich bod chi'n gymwys a gallant roi ffurflen i chi i'w llenwi: **WP92A (Cymru)**.

3 **Gwasanaethau GIG am ddim ar gyfer pobl sydd wedi cyrraedd oedran arbennig**

3.1 **Gwasanaethau GIG am ddim pan rydych chi'n cyrraedd 60 oed**

Mae'r gwasanaethau canlynol yn rhad ac am ddim pan fyddwch chi'n cyrraedd 60 oed, **waeth beth fo'ch incwm neu gynilion**:

- Profion golwg y GIG.
- Profion **deintyddol y GIG** (a elwir hefyd yn 'archwiliadau' deintyddol). Fodd bynnag, sylwch efallai y bydd yn rhaid i chi dalu am driniaeth ddeintyddol ddilynol (h.y. pethau fel llenwadau neu goronau) sy'n cael ei nodi fel sydd ei angen yn ystod yr archwiliad am ddim, *oni bai eich bod yn* gymwys i gael cymorth gyda thaliadau triniaeth (gweler adrannau 4 a 5 isod sy'n esbonio pryd y gallai hyn fod yn wir).

Nodyn: Gwybodaeth ddefnyddiol am brofion golwg ac archwiliadau deintyddol

Mae prawf golwg y GIG yn gwirio eich golwg a gall nodi arwyddion cynnar o gyflyrau llygaid fel glawcoma. Argymhellir prawf golwg blynyddol unwaith y byddwch chi'n cyrraedd 70 oed. Ar gyfer oedolion iau, argymhellir bob dwy flynedd neu fel y cynghorwyd gan eich optegydd. Os ydych chi'n cael trafferth ymweld â'r optegydd oherwydd salwch neu anabledd, gallwch gael prawf golwg gartref. Nid yw pob optegydd yn cynnig y gwasanaeth hwn, felly ffoniwch GIG 111 Cymru (gweler adran 7 am fanylion cyswllt) i gael rhestr o optegwyr yn eich ardal sy'n cynnig ymweliadau cartref. Mae yna hefyd rai pobl eraill sy'n gallu cael prawf golwg am ddim, fel y rhai sydd wedi cael diagnosis o glawcoma, neu bobl 40 oed neu'n hŷn sy'n rhiant, brawd, chwaer, mab neu ferch i glaf sydd wedi derbyn diagnosis o glawcoma. Mae rhagor o fanylion ar gael ar wefan GIG 111 Cymru:

<https://111.wales.nhs.uk/localservices/opticianfaq>

I gael rhagor o wybodaeth am archwiliadau deintyddol a thriniaeth ddeintyddol, gweler Taflen Ffeithiau 5w Age Cymru *Gofal deintyddol: GIG a thriniaeth breifat yng Nghymru*. Os na allwch gyrraedd meddygfa oherwydd salwch, anabledd neu gyflwr iechyd meddwl, efallai y byddwch yn gallu cael ymweliad cartref gan y Gwasanaeth Deintyddol Cymunedol lleol (unwaith eto, gweler Taflen Ffeithiau 5w am fanylion).

3.2 Rhaglenni brechu ar gyfer pobl hŷn

Mae Taflen Wybodaeth Age Cymru 44w - *Gwybodaeth am wasanaethau'r GIG i bobl hŷn yng Nghymru* – yn llawn manylion am y rhaglenni brechu canlynol y gallech fod â hawl iddynt:

- **Brechlyn fflw tymhorol blynyddol** – Ar gyfer gaeaf 2024-2025 mae pobl 65 oed a hŷn yn gymwys, ynghyd â rhai grwpiau eraill.
- **Brechlynnau atgyfnerthu COVID-19** – Yr ymgyrch frechlynnau atgyfnerthu ddiweddaraf oedd Hydref 2024 (roedd pobl 65 oed a hŷn, ynghyd â rhai grwpiau eraill yn gymwys). Efallai y bydd ymgyrchoedd atgyfnerthu pellach yn y dyfodol – bydd gwefan Llywodraeth Cymru yn cyhoeddi manylion:

www.gov.wales/covid-19-vaccination-programme.

- **Brechu niwmococol** – ar gyfer pobl 65 oed a hŷn.
- **Brechiad eryr** – yn cael ei gynnig mewn dull graddol i bawb yng Nghymru sy'n 60 oed hyd at eu pen-blwydd yn 80 oed.
- **Brechiad firws syncytial anadlol (RSV)** – rhaglen frechu newydd a gynigir i bobl hŷn wrth iddynt droi'n 75 oed (ynghyd ag ymgyrch 'dal i fyny' untro i gynnig y brechlyn i bobl sydd eisoes yn 65 oed a hŷn).

3.3 Rhaglenni sgrinio'r GIG

Mae nifer o raglenni sgrinio GIG am ddim ar gael yng Nghymru, gyda meini prawf oedran gwahanol. Mae'r rhain yn cynnwys:

- Sgrinio Coluddyn (dynion a menywod rhwng 50 a 74 oed).
- Sgrinio'r Fron (menywod rhwng 50 a 70 oed).
- Sgrinio anewrysm aortig yn yr abdomen (AAA) (gwahoddir dynion 65 oed i gymryd rhan yn y rhaglen sgrinio AAA).

Nodyn: Mae rhagor o wybodaeth am y rhaglenni sgrinio GIG hyn – ac eraill – yng Nghymru ar gael yn Nhaflen Wybodaeth 44w Age Cymru *Gwybodaeth am wasanaethau'r GIG i bobl hŷn yng Nghymru*.

Gallech hefyd siarad â'ch meddyg teulu, GIG 111 Cymru (gweler adran 7 am fanylion cyswllt), neu edrychwch ar wefan y GIG:

<https://phw.nhs.wales/services-and-teams/screening>

4 Help gyda chostau iechyd y GIG os ydych chi'n derbyn Credyd Pensiwn

Mae Credyd Pensiwn yn hawl wythnosol y gall pobl hŷn ar incwm isel neu gymedrol dderbyn. Mae ganddo ddwy ran – Credyd Gwarant a Chredyd Cynilo².

² Mae Credyd Cynilo wedi'i ddiddymu ar gyfer pobl a gyrhaeddodd oedran Pensiwn y Wladwriaeth ar neu ar ôl 6 Ebrill 2016. Os ydych chi wedi cyrraedd oedran Pensiwn y Wladwriaeth cyn 6 Ebrill 2016, gallwch barhau i gael Credyd Cynilo waeth pryd rydych chi'n gwneud cais. Os ydych chi'n gwpl lle mae un person wedi cyrraedd oedran Pensiwn y Wladwriaeth cyn 6 Ebrill 2016 a'r llall ar neu ar ôl y dyddiad hwnnw, dim ond os oedd un ohonoch eisoes yn ei gael yn union cyn 6 Ebrill 2016 ac mae ganddynt hawl iddo bob amser ers y dyddiad hwn.

Mae Credyd Gwarant yn ychwanegu at eich incwm wythnosol i isafswm lefel gwarantedig a bennir gan y Llywodraeth, tra bod Credyd Cynilo yn arian ychwanegol rydych chi'n ei dderbyn os oes gennych rywfaint o gynilion, neu os yw'ch incwm ychydig yn uwch na'r Pensiwn Gwladol sylfaenol.

Efallai y byddwch yn cael:

- Credyd Gwarant ar ei ben ei hun; *neu*
- Credyd Gwarant gyda Chredyd Cynilo; *neu*
- Credyd cynilo ar ei ben ei hun.

Os ydych chi'n derbyn elfen Credyd Gwarant o Credyd Pensiwn (naill ai ar ei ben ei hun, neu ochr yn ochr â Chredyd Cynilo), mae gennych hawl i help gyda chostau iechyd yn awtomatig.

Os oes gennych bartner, bydd ganddynt hawl i help gyda chostau iechyd yn awtomatig.

Nodyn: Mae partner yn cyfeirio at naill ai eich gŵr, gwraig neu bartner sifil, neu rywun rydych chi'n byw gydag ef fel pe baech chi'n briod neu'n bartneriaid sifil.

4.1 Credyd Gwarant yn cael ei dalu ar ei hun, neu gyda Chredyd Cynilo

Mae gennych hawl i'r canlynol:

- Triniaeth ddeintyddol am ddim gan y GIG (yn ogystal â'ch archwiliadau am ddim y mae gan bawb dros 60 oed hawl iddynt).
- Taleb tuag at gost sbectol neu lensys cyffwrdd.
- Ad-dalu costau teithio angenrheidiol i dderbyn triniaeth GIG neu brofion diagnostig mewn ysbyty, neu 'sefydliad cyfatebol'. Mae hyn yn cynnwys teithio sy'n ofynnol o ganlyniad i atgyfeiriad gan feddyg teulu neu ddeintydd, yn ogystal â gofal dilynol a dderbynnir o dan ofal ymgynghorydd ysbyty arbenigol. Gall teithio i sefydliad cyfatebol fel ysbyty fod yn gymwys os yw'ch meddyg teulu neu'ch ymgynghorydd yn eich cyfeirio fel rhan o'ch triniaeth. Gwiriwch gyda nhw neu GIG 111 Cymru os nad ydych yn siŵr a fydd yr atgyfeiriad penodol yn gymwys.

Nodyn: I gael rhagor o wybodaeth am dalebau ar gyfer sbectol, costau teithio a gwybodaeth am yr hyn y mae angen i chi ei wneud i brofi eich hawl i dderbyn help gyda chostau iechyd pan fyddwch yn derbyn Credyd Gwarant Credyd Pensiwn, ewch i adran 6 isod.

Os nad ydych yn siŵr am eich dyfarniad Credyd Pensiwn

Bydd y Gwasanaeth Pensiwn wedi anfon llythyr dyfarnu Credyd Pensiwn atoch yn nodi'r swm rydych chi'n ei dderbyn gan egluro os ydych chi wedi derbyn yr elfen Credyd Gwarant a/neu Gredyd Cynilo. Os na allwch ddod o hyd i'ch llythyr dyfarnu, gallwch gael copi drwy ffonio'r Gwasanaeth Pensiwn – gweler adran 7 isod am eu manylion cyswllt.

4.2 Credyd Cynilo ar ei ben ei hun

Os ydych chi'n derbyn Credyd Cynilo ar ei ben ei hun, nid oes gennych hawl i gymorth awtomatig gyda chostau iechyd. *Fodd bynnag*, efallai y byddwch yn gymwys i gael cymorth drwy **Gynllun Incwm Isel y GIG** – gweler adran 5 isod am wybodaeth am sut i wneud cais.

5 Help gan Gynllun Incwm Isel y GIG

Mae'r Cynllun Incwm Isel (LIS) yn cael ei weinyddu gan Awdurdod Gwasanaethau Busnes y GIG. Gall y cynllun gynorthwyo pobl nad ydynt yn gymwys i gael cymorth gyda chostau iechyd yn awtomatig – er enghraifft, oherwydd nad ydynt yn cael Credyd Gwarant Credyd Pensiwn – ond sy'n dal i fod ar incwm isel ac ar hyn o bryd maen nhw'n talu am:

- Triniaeth ddeintyddol y GIG (ac archwiliadau os ydych o dan 60 oed a dydych chi ddim yn gymwys i dderbyn y rhain am ddim).
- Sbectol neu lensys cyffwrdd.
- Costau teithio i dderbyn triniaeth GIG neu brofion diagnostig.

5.1 Ydych chi'n gymwys?

Efallai y byddwch yn gymwys i gael cymorth llawn neu rannol gyda chostau iechyd os oes gennych:

- incwm 'isel'; a

- cyfalaf o ddim mwy na **£16,000** os ydych yn byw gartref neu'n aros mewn cartref gofal dros dro; neu
- cyfalaf o ddim mwy na **£24,000** os ydych chi'n byw yn barhaol mewn cartref gofal³.

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 (sylwch fod yr holl bethau a restrir yn cael eu cyfrifo yn wythnosol at ddibenion y LIS, er y gallant fod mewn gwirionedd yn filiau rydych chi'n eu talu yn fisol, er enghraifft):

● Lwfans personol

Mae hyn yn unol â'r hawl sylfaenol i fudd-daliadau lles penodol – er enghraifft, Credyd Gwarant Credyd Pensiwn (PC) yn achos pobl hŷn. Gweler Taflen Ffeithiau 48 Credyd *Pensiwn Age UK* am gyfradd gyfredol PC.

● Premiymau

Mae'r rhain yn symiau ychwanegol y gallech fod â hawl iddynt ar gyfer anabledd difrifol neu gyfrifoldebau gofalu. Unwaith eto, gweler Taflen Ffeithiau 48 *Credyd Pensiwn* am ragor o wybodaeth am bremiymau.

● Eich Treth Gyngor

Mae gan daflen wybodaeth Age Cymru 21w *Treth y Cyngor yng Nghymru – gwybodaeth am y dreth a'r cymorth y gallech ei gael tuag at eich bil* ragor o wybodaeth am y pwnc hwn.

● Rhent, llai unrhyw Fudd-dal Tai ac unrhyw ddidyniadau dibynnol

Gweler Taflen Ffeithiau 17 *Budd-dal Tai Age UK* am ragor o wybodaeth.

³ Gan fynd yn ôl nifer o flynyddoedd, roedd terfyn cyfalaf Cynllun Incwm Isel y GIG ar gyfer pobl sy'n byw yn barhaol mewn cartref gofal wedi tueddu i gyfateb â'r terfyn cyfalaf ar gyfer cymorth gyda ffioedd cartrefi gofal gan awdurdodau lleol. Fodd bynnag, ar hyn o bryd, er bod y terfyn cyfalaf mewn perthynas â phroffion golygu cartrefi gofal wedi cynyddu'n sylweddol i £50k, mae gwybodaeth Llywodraeth Cymru yn dangos bod y terfyn cyfalaf ar gyfer y Cynllun Incwm Isel yn parhau i fod yn £24k: www.llyw.cymru/low-income-scheme-help-nhs-health-costs (cyrchwyd ddiwethaf 16 Rhagfyr 2024).

- **Unrhyw daliadau llog morgais a/neu gyfalaf ar fenthyciadau** (os yw'r rhain wedi'u sicrhau ar y cartref ac at ddibenion addasu'r eiddo at anghenion rhywun ag anabledd, er enghraifft).

Nodyn: Os ydych chi'n byw mewn cartref gofal

Os ydych chi'n byw yn barhaol mewn cartref gofal, eich gofynion [ar gyfer y LIS] yw eich tâl llety wythnosol, gan gynnwys prydau a gwasanaethau a [Isafswm Incwm]. Os yw eich lle yn cael ei ariannu gan awdurdod lleol (yn gyfan gwbl neu'n rhannol), rydych wedi'ch eithrio rhag rhai taliadau”⁴.

Efallai y bydd Taflen Ffeithiau 10w Talu *am leoliad cartref gofal parhaol yng Nghymru* hefyd yn ddefnyddiol i chi hefyd, os ydych chi'n byw mewn cartref gofal.

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

Oherwydd bod y meini prawf cymhwysedd LIS yn ystyried y Dreth Gyngor a rhai costau tai eraill, efallai y byddwch yn medru cael help, er y gall eich incwm fod yn rhy uchel i dderbyn budd-daliadau penodol sy'n seiliedig ar brawf modd.

Cyfalaf

Mae'r cyfalaf yn cynnwys:

- arian mewn banc neu gyfrif cynilo arall;
- Tystysgrifau Cynilo Cenedlaethol;
- Bondiau Premiwm;
- cyfrandaliadau, ymddiriedolaethau uned neu fuddsoddiadau eraill; a
- unrhyw eiddo rydych chi'n berchen arno, ond **nid** y tŷ rydych chi'n byw ynddo.

⁴ Llawlyfr Budd-daliadau Lles a Chredydau Treth: 25ain Argraffiad 2023/2024, Grŵp Gweithredu Tlodi Plant (CPAG).

Os oes gennych bartner

Os oes gennych bartner, byddwch yn cael eich asesu fel cwpl wrth gyfrifo eich cymhwysedd – felly, mae unrhyw incwm a chyfalaf sydd ganddynt yn cael eu cyfrif ochr yn ochr â'ch un chi at ddibenion y LIS.

Nodyn: Mae partner yn y cyd-destun hwn yn golygu person rydych chi'n byw gyda nhw fel rhan o gwpl o'r un rhyw neu ryw arall. Nid oes ots a ydych chi'n briod neu os oes gennych bartneriaeth sifil ai peidio.

Rhagor o wybodaeth

Cysylltwch ag Awdurdod Gwasanaethau Busnes y GIG er mwyn dysgu sut i wneud cais – ewch i adran 7 i ddod o hyd i'w manylion cyswllt.

5.2 Sut i wneud cais?

I wneud cais ar gyfer Cynllun Incwm Isel y GIG, bydd angen i chi ddod o hyd i ffurflen gais **HC1W** drwy:

- Lawrlwytho copi o wefan Llywodraeth Cymru:

<https://gov.wales/claim-help-healeu> Awdurdodth-costs-hc1w

- Ffonio rhif 'archebu cyhoeddiadau' Llywodraeth Cymru **0345 603 1108** neu rif Awdurdod Gwasanaethau Busnes y GIG **0300 330 1343**.
- Gofynnwch am ffurflen gais mewn ysbyty'r GIG; meddygfa; eich deintydd, neu gofynnwch i'ch optegydd.
- Gofynnwch am un yn eich swyddfa leol yn y Ganolfan Byd Gwaith.

Os oes gennych bartner ac yn credu y gallai'r ddau ohonoch fod yn gymwys i gael help, cwblhewch un ffurflen yn unig. Bydd angen i chi ddychwelyd y ffurflen wedi'i llofnodi yn yr amlen ragdaledig a ddarperir. Gall un neu'r ddau ohonoch lofnodi'r ffurflen.

Os ydych chi'n byw yn barhaol mewn cartref gofal

Os ydych chi'n byw mewn cartref gofal ac mae'r awdurdod lleol yn eich helpu gyda'r gost, mae ffurflen fer HC1(SC)W arbennig i'w chwblhau. Gallech ofyn i'r cartref gofal, adran gwasanaethau cymdeithasol, neu rai o'r ffynonellau a grybwyllir uchod er mwyn cael copi o'r ffurflen hon.

5.3 Pryd fyddwch chi'n cael gwybod am ganlyniad eich cais?

Fel arfer, dylech glywed canlyniad eich cais o fewn 18 diwrnod gwaith o'r dyddiad y derbynnir eich ffurflen.

Os na fyddwch yn clywed unrhyw beth o fewn yr amser hwn, gallwch ffonio Awdurdod Gwasanaethau Busnes y GIG i gael y wybodaeth ddiweddaraf am eich hawliad – gweler adran 7 am eu rhif cyswllt.

5.4 Help gyda chostau iechyd

Cymorth llawn – tystysgrif HC2W

Os ydych yn gymwys i gael cymorth llawn, byddwch yn derbyn tystysgrif HC2W. Bydd y dystysgrif yn nodi am ba mor hir y mae'n ddilys.

Mae'r dystysgrif HC2W yn rhoi hawl i'r person(au) a enwir ar y dystysgrif i gymorth llawn gyda chost triniaeth ddeintyddol a thalebau'r GIG tuag at gost sbectol neu lensys cyffwrdd. Yn ogystal, bydd cymorth llawn ar gael ar gyfer costau teithio rhesymol i dderbyn triniaeth GIG neu brofion diagnostig.

Cymorth rhannol – tystysgrif HC3W

Os ydych chi'n gymwys i gael cymorth rhannol, byddwch yn derbyn tystysgrif HC3W. Bydd y dystysgrif yn nodi am ba mor hir y mae'n ddilys.

Mae'r dystysgrif HC3W yn rhoi hawl i'r person (au) a enwir ar y dystysgrif i *gymorth cyfyngedig* gyda chost triniaeth ddeintyddol a sbectol neu lensys cyffwrdd. Yn ogystal, bydd cymorth rhannol yn cael ei ddarparu tuag at gostau teithio cymwys i dderbyn triniaeth GIG neu brofion diagnostig.

5.5 Ad-daliadau am driniaeth a dderbyniwyd cyn gwneud cais am Gynllun Incwm Isel y GIG

Os, yn ystod y **tri mis diwethaf**, rydych chi wedi talu am unrhyw un o'r gwasanaethau neu'r mathau o ofal a nodir uchod yn adrannau blaenorol o'r daflen ffeithiau – ond nawr rydych chi'n meddwl y dylech fod wedi bod yn gymwys i gael cymorth gyda'r costau hyn – efallai y byddwch yn gallu hawlio ad-daliad gan ddefnyddio'r ffurflen HC5W briodol.

Mae gwahanol amrywiadau o'r ffurflen, yn dibynnu ar ba un o'r costau uchod rydych chi'n hawlio. Y gwahanol ffurflenni y bydd angen i chi eu cwblhau yw:

Ad-daliadau triniaeth ddeintyddol – ffurflen HC5W(D)

Fel tystiolaeth, bydd angen derbynneb arnoch sy'n dangos y driniaeth y gwnaethoch dalu amdani – gofynnwch i'ch deintydd am ffurflen dderbynneb y GIG sy'n nodi'r swm a godwyd a'r dyddiad y gwnaethoch ei dalu. Bydd y ffurflen HC5W(D) yn cynnwys cyfarwyddiadau gyda phwy i'w hanfon at.

Ad-daliadau sbectol neu lensys cyffwrdd – ffurflen HC5W(O)

Dylech gysylltu â'r person sy'n cyflenwi eich sbectol/lensys cyffwrdd a gofyn am dderbynneb sy'n dangos dyddiad y taliad a faint y gwnaethoch ei dalu. Bydd angen i chi amgáu eich presgripsiwn optegol a'r dderbynneb ynghyd â'r HC5W(O). Bydd gan y ffurflen gyfarwyddiadau am bwy i'w hanfon at.

Ad-daliadau costau teithio i dderbyn triniaeth y GIG – ffurflen HC5W(T)

Dylai'r ysbyty lle cawsoch eich triniaeth allu darparu'r ffurflen a fydd yn cynnwys cyfarwyddiadau am bwy y mae angen i chi ei hanfon at. Bydd angen derbynebau sy'n profi pa deithio a wnaethpwyd.

Nodyn: Fel arall, dylai'r holl ffurflenni HC5W a grybwyllir uchod fod ar gael drwy ffonio'r rhifau a roddir yn adran 5.2 o'r daflen ffeithiau hon.

6 Profi bod gennych chi hawl i help gyda chostau iechyd - os ydych chi'n derbyn Credyd Gwarant Credyd Pensiwn, neu ar ôl derbyn tystysgrif HC2W neu HC3W

6.1 Ymweld â'r deintydd

Mae cymorth ar gael ar gyfer triniaeth y GIG yn unig. Dywedwch wrth y derbynnydd eich bod yn gymwys i gael help pan fyddwch chi'n gwneud eich apwyntiad. Ewch â'ch llythyr dyfarnu Credyd Pensiwn, tystysgrif HC2W neu HC3W i'ch apwyntiad fel prawf o'ch hawl.

Adran gwarantu Credyd Pensiwn neu dystysgrif HC2W

Mae angen i chi lofnodi ffurflen pan fydd y driniaeth wedi'i chwblhau ond ni chodir tâl.

Tystysgrif HC3W

Pan fyddwch chi'n llofnodi'r ffurflen i ddweud bod eich triniaeth wedi gorffen, gofynnir i chi dalu'r cyfanswm lleiaf o'r canlynol:

- y swm sy'n ymddangos ar y dystysgrif (uchafswm y barnir y byddech yn gallu ei dalu);
- y tâl gwirioneddol; *neu*
- yr uchafswm tâl y gallwch ei dalu am driniaeth y GIG.

Nodyn: Gweler hefyd Taflen Ffeithiau Age Cymru 5w *Gofal deintyddol: GIG a thriniaeth breifat yng Nghymru* am ragor o wybodaeth.

6.2 Ymweld â'r optegydd

Dywedwch wrth y derbynnydd pan fyddwch chi'n archebu eich prawf golwg eich bod yn gymwys i gael help gyda'r gost os oes angen sbectol neu lensys cyffwrdd arnoch. Ewch â'ch llythyr dyfarnu Credyd Pensiwn, tystysgrif HC2W neu HC3W i'ch apwyntiad fel prawf o'ch hawl.

Os oes angen sbectol neu lensys cyffwrdd arnoch, byddwch yn cael copi o'ch presgripsiwn, esboniad o'r math o sbectol sydd eu hangen arnoch a pham mae eu hangen arnoch. Byddwch hefyd yn cael taleb optegol ar gyfer pob pâr o sbectol sydd ei angen arnoch.

Nodyn: Gwerth y daleb/au

Mae gwerth y daleb yn dibynnu ar y math o lens a ddisgrifir ar eich presgripsiwn – po gryfach yw'r lens, yr uchaf yw gwerth y daleb. Gall talebau fod ar gyfer lensys golwg sengl neu ddeuffocal. Gellir eu defnyddio i brynu sbectol amrywiol neu lensys cyffwrdd.

Mae gwerthoedd talebau yn tueddu i gael eu hadolygu'n flynyddol gan Lywodraeth Cymru. Cysylltwch â Llywodraeth Cymru neu GIG 111 Cymru am y cyfraddau cyfredol – gweler adran 7 am fanylion cyswllt.

Nid oes angen i chi ddefnyddio'ch taleb a chael eich prawf golwg gyda'r un optegwyr. Gallwch fynd â'r daleb at optegydd o'ch dewis.

Adran gwarantu Credyd Pensiwn neu dystysgrif HC2W

Mae gennych hawl i werth llawn y daleb ar gyfer eich math chi o lens. Dylech allu prynu pâr o sbectol gyda'r lensys priodol am yr un swm o arian ag y mae'r daleb yn ei nodi. *Fodd bynnag*, os penderfynwch ddewis fframiau sy'n golygu bod cyfanswm y gost yn fwy na'r daleb yn ei gwmpasu, bydd yn ofynnol i chi dalu'r gwahaniaeth.

Tystysgrif HC3W

Mae gennych hawl i gael cymorth rhannol gyda chost sbectol neu lensys cyffwrdd. Bydd eich dystysgrif yn nodi'r uchafswm y dylech ei gyfrannu tuag at werth y daleb ar gyfer y lens sydd ei angen arnoch.

Dylech allu prynu pâr o sbectol sy'n costio dim mwy na gwerth llawn y daleb. Os ydych chi'n dewis sbectol sy'n costio mwy na gwerth y daleb, rhaid i chi dalu'r gwahaniaeth (yn ychwanegol at y swm y mae'r dystysgrif yn dweud y dylech ei dalu tuag at y gost).

Help gydag atgyweiriadau neu sbectol newydd

Efallai y bydd gennych hawl i daleb tuag at atgyweirio eich sbectol neu brynu sbectol newydd os ydych chi wedi eu colli neu eu torri oherwydd salwch, ac nid oes gennych chi warant neu yswiriant arall. Siaradwch â'ch optegydd ac esboniwch pam mae angen atgyweirio neu sbectol newydd arnoch. Nid yw'r cynllun talebau yn cwmpasu traul gyffredinol a difrod damweiniol.

6.3 Help gyda chostau teithio angenrheidiol

Fel y nodir mewn mannau eraill yn y daflen wybodaeth hon, gallwch gyflwyno hawliad am gostau teithio angenrheidiol i dderbyn triniaeth GIG neu brofion diagnostig mewn ysbyty (neu sefydliad cyfatebol, yn dibynnu ar amgylchiadau unigol).

Mae hyn yn cynnwys teithio canlynol:

- atgyfeiriad gan feddyg teulu neu ddeintydd; **neu**
- o ganlyniad i wasanaethau dilynol a dderbyniwyd o dan ofal ymgynghorydd ysbyty arbenigol.

Rydych chi'n gymwys os:

- rydych chi'n derbyn elfen Credyd Gwarant Credyd Pensiwn;
- mae gennych dystysgrif HC2W neu HC3W; **neu**
- rydych chi'n bensiynwr rhyfel ac mae'r driniaeth ar gyfer eich anabledd.

Pan fyddwch chi'n mynd am driniaeth, dywedwch wrth yr ysbyty (neu sefydliad arall lle rydych chi'n cael eich trin) eich bod yn dymuno hawlio cost eich taith yn ôl. Mewn llawer o achosion, dylech allu cyflwyno'ch hawliad a chael eich ad-daliad mewn arian parod ar ddiwrnod eich apwyntiad.

Nodyn: Os nad oes gan y lle rydych chi'n derbyn triniaeth y cyfleuster i roi taliadau ar unwaith, bydd angen i chi hawlio'ch treuliau gan ddefnyddio'r ffurflen HC5W(T) yn lle hynny (gweler adran 5.5 uchod).

Holwch unrhyw gwestiynau am eich taith gyda'r ysbyty cyn i chi deithio.

Disgwylir i chi ddefnyddio'r dull trafnidiaeth rhataf ar yr adeg y mae angen i chi deithio, gan gofio:

- y daith y mae angen i chi ei wneud;
- eich oedran a/neu gyflwr meddygol; *a/neu*
- unrhyw ffactorau perthnasol eraill.

Gall opsiynau teithio gynnwys trafnidiaeth gyhoeddus, trafnidiaeth gymunedol, cynllun ceir gwirfoddol neu gar preifat. Bydd tacsis yn eithriad, felly unwaith eto, trafodwch hyn *cyn* i chi deithio os mai dyma'r unig opsiwn.

Dylech gadw'r holl docynnau a/neu dderbynebaw perthnasol fel tystiolaeth o'r costau a gafwyd. Gofynnir i chi hefyd ddangos prawf eich bod yn gymwys i gael help gyda'r costau, felly ewch â'ch llythyr dyfarniad Credyd Pensiwn, tystysgrif HC2W neu HC3W gyda chi pan fyddwch chi'n mynd am y driniaeth.

Rhan gwarant Credyd Pensiwn neu dystysgrif HC2W

Gallwch hawlio ad-daliad llawn o gostau teithio rhesymol.

Tystysgrif HC3W

Mae gennych hawl i gael cymorth rhannol gyda chostau teithio. Dylai eich tystysgrif nodi faint y dylech gyfrannu.

Nodiadau:

Teithio gyda chydymaith – Os yw'r gweithiwr meddygol proffesiynol sy'n cydlynu eich gofal yn credu bod angen rhywun i deithio gyda chi, yna gellir cynnwys costau teithio eich cydymaith fel rhan o'ch hawliad. Fodd bynnag, gwnewch yn siŵr bod gennych gadarnhad bod angen cydymaith cyn teithio.

Ymweld â chlaf yn yr ysbyty – Dylid cofio na allwch hawlio am gostau teithio sy'n codi pan fyddwch chi'n ymweld â chlaf yn yr ysbyty. Fodd bynnag, gallech wneud cais i *Gronfa Cymorth yn Ôl Disgresiwn Llywodraeth Cymru (DAF)* a allai ddarparu cyllid i helpu gyda chostau o'r fath i bobl ar incwm isel. Gweler adran 7 isod am fanylion cyswllt ar gyfer DAF. Hefyd, i gael rhagor o wybodaeth am DAF a mathau eraill o gymorth untro i bobl ar incwm isel, gweler Taflen Wybodaeth Age UK 49 *Cronfa gymdeithasol, blaendaliadau budd-daliadau a darpariaeth lles lleol*.

7 Sefydliadau defnyddiol

Cyngor Age Cymru

Gwybodaeth a chyngor cyfrinachol am ddim ar faterion sy'n effeith bobl dros 50 oed yng Nghymru. Gwasanaeth ar gael yn Gymraeg neu Saesneg.

Ffôn: 0300 303 44 98

E-bost: advice@agecymru.org.uk

Gwefan: www.agecymru.wales/advice

Sefydliadau Age Cymru (lleol)

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

www.agecymru.wales/local

Cyngor ar Bopeth

Rhwydwaith cenedlaethol o ganolfannau cyngor am ddim sy'n cynnig cyngor cyfrinachol ac annibynnol, wyneb yn wyneb neu dros y ffôn.

Ffôn: 0800 702 2020

Gwefan: www.citizensadvice.org.uk/wales

Cronfa Cymorth yn ôl Disgresiwn (The)

Cynllun Llywodraeth Cymru wedi'i anelu at y rhai sydd angen cymorth arfrys lle nad ydynt yn gallu cael mynediad at unrhyw gymorth neu gyllid arall. Dim ond ar gyfer anghenion hanfodol ac eitemau lle gallai iechyd a lles fod mewn perygl fel arall y gellir ei ddefnyddio.

Ffôn: 0800 859 5924

E-bost: daf.feedback@necsws.com

Gwefan: <https://gov.wales/discretionary-assistance-fund-daf>

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

Manylion cyswllt eich tîm Llais lleol: www.llaiswales.org/in-your-area

Byrddau Iechyd Lleol (BILI)

Mae pob BILI yn gyfrifol am ddarparu holl wasanaethau gofal iechyd y GIG yn yr ardal ddaearyddol y maent yn ei gwmpasu. Gallwch ddod o hyd i fanylion cyswllt yr un sy'n cwmpasu eich ardal ar wefan Llywodraeth Cymru yn:

www.gov.wales/nhs-wales-health-boards-and-trusts

Awdurdod Gwasanaethau Busnes y GIG

Mae Awdurdod Gwasanaethau Busnes y GIG yn gweinyddu Cynllun Incwm Isel y GIG.

Ffôn: 0191 283 8924

Gwefan: www.nhsbsa.nhs.uk/HelpWithHealthCosts.aspx

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 iechyd cyffredinol a salwch cyffredin.

Ffôn: 111

Gwefan: www.111.wales.nhs.uk

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Hyrwyddwr annibynnol dros bobl hŷn ledled Cymru.

Ffôn: 03442 640 670

E-bost: ask@olderpeople.wales

Gwefan: www.olderpeople.wales

Gwasanaeth Pensiwn – Llinell hawlio Credyd Pensiwn

Ffôn: 0800 99 1234

Gwefan: www.gov.uk/pension-credit

Ombudsmon Gwasanaethau Cyhoeddus Cymru

Mae'r Ombudsmon 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

8 Rhagor o wybodaeth am Age Cymru

8.1 Pwy ydyn ni?

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

Ein gweledigaeth yw cymdeithas sy'n cynnig y profiad gorau o heneiddio i bobl yng Nghymru. Mae pobl hŷn yn cael eu gwerthfawrogi, eu cynnwys ac yn gallu gwneud 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 bolisiâu a phenderfyniadau sy'n effeithio ar bobl hŷn.

Ynghyd â'n partneriaid lleol:

- rydym yn darparu gwybodaeth a chyngor;
- rydym yn darparu rhaglenni lles;
- rydym yn darparu eiriolaeth annibynnol;
- rydym yn cefnogi gofalwyr; a
- rydym yn ymgyrchu ac yn ymchwilio.

Age Cymru

Tŷ'r Mariners

Llys Trident

Heol East Moors

Caerdydd

CF24 5TD

029 2043 1555

www.agecymru.wales

Elusen Gofrestredig 1128436

8.2 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 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 gael copïau wedi'u postio atoch am ddim.

Cymorth lleol

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

- Anfonwch e-bost **advice@agecymru.org.uk**; *neu*
- Ewch i'r wefan **www.agecymru.wales/advice**



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



darparu gwybodaeth a chynghor 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



www.facebook.com/agecymru



www.x.com/AgeCymru



www.youtube.com/agecymru

Tanysgrifiwch i'n cylchlythyr

Mae ein cylchlythyr chwarterol yn cynnwys manylion ein hymgyrchoedd,
ein gwasanaethau a sut y gallwch gefnogi ein gwaith. Cofrestrwch heddiw
trwy ymweld:

www.agecymru.wales/agematters

Ymwadiad a gwybodaeth am hawlfraint

Nid yw'r daflen ffeithiau hon yn ddatganiad cynhwysfawr o'r gyfraith yn y pwnc hwn. Ni all Age Cymru roi cyngor cyfreithiol neu 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 ffeithiau 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 2024. Cedwir pob hawl. Gall sefydliadau lleol Age Cymru atgynhyrchu'r daflen ffeithiau hon yn gyfan gwbl neu'n rhannol ar ffurf heb ei newid gan gydnabod Age Cymru'n briodol. Ni chaniateir atgynhyrchu arall mewn unrhyw ffurf heb ganiatâd ysgrifenedig gan Age Cymru.

8.3 Sut fedrwch chi helpu?

Mae'r holl wybodaeth a chyngor a ddarparwn yn rhad ac am ddim ac yn gwbl ddiudedd. Mewn llawer o achosion, gall ein hymyrraeth amserol newid bywyd. Rydym yn boblogaeth sy'n heneiddio ac mae mwy o bobl nag erioed yn dod atom yn gofyn am gefnogaeth. Helpwch ni i gefnogi pobl sydd angen ein help.

Rhoi

Mae pob math o roddion yn gwneud gwahaniaeth enfawr ac yn ein helpu ni i barhau i gefnogi pobl hŷn.

Ffoniwch: **029 2043 1555**

Ewch: **www.agecymru.wales/donate**

Mae pob rhodd yn ein helpu ni i gefnogi pobl sydd angen help.

- Mae £10 yn ariannu gweithiwr hyfforddedig sy'n medru darparu cyngor i bobl sy'n troi at ein gwasanaeth gwybodaeth a chyngor.
- Mae £20 yn ariannu'r broses o gynhyrchu taflenni gwybodaeth a chanllawiau sy'n darparu cyngor defnyddiol i bobl dros 50 oed.

Codi arian

Gallwch chi bobî, rhedeg marathon neu weu hetiau bach ar gyfer yr Her Weu, mae nifer o ffyrdd gwahanol o godi arian er mwyn cefnogi ein gwaith.

Ffoniwch: **029 2043 1555**

Ewch i: **www.agecymru.wales/getinvolved**

Gwirfoddolwch

Gallwch chi helpu i wneud gwahaniaeth i fywydau pobl hŷn mewn nifer o ffyrdd. Os hoffech chi weithio gyda ni, ewch ati i gysylltu.

Ffoniwch: **029 2043 1555**

Ewch i: **www.agecymru.wales/volunteer**

Gadewch rodd 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 ystod y blynyddoedd i ddod. Helpwch rywun i deimlo'n llai unig.

Ffoniwch: **029 2043 1555**

Ewch i: **www.agecymru.wales/legacy**

