

Taliad Annibyniaeth Personol



Os ydych yn gofalu am rywun sydd ag anabledd neu dostrwydd a'u bod yn 16 i 64 oed, efallai y gallent hawlio Taliad Annibyniaeth Personol (TAP).

Gellir defnyddio'r daflen wybodaeth hon os ydych yn hawlio TAP ar ran yr unigolyn rydych yn gofalu amdano neu ar eich cyfer chi eich hun. Ysgrifennir y wybodaeth o safbwynt yr unigolyn sy'n hawlio'r budd-dal.

Mae'n gymwys i bobl sy'n byw yng Nghymru.

Cynnwys

Beth yw TAP?	3
Pwy sy'n gallu hawlio TAP?	4
Pryd gallwch hawlio TAP?	5
Faint o TAP y byddwch yn ei dderbyn?	6
Yr asesiad	7
Sut i hawlio TAP	15
Os oes gennych salwch angheuol	18
Beth sy'n digwydd os ydych yn derbyn LBA yn barod?	19
Y penderfyniad	20
Herio penderfyniad	21
Beth i'w wneud os yw eich amgylchiadau'n newid	22
Help arall y gallech fod yn gymwys ar ei gyfer	23
Preswyliaeth a phresenoldeb	25
Cymorth ychwanegol	26

Beth yw TAP?

Mae TAP yn fudd-dal a delir i bobl sydd ag anghenion byw bob dydd a/neu symudedd, i helpu gyda'r costau ychwanegol o salwch neu anabledd hirdymor.

Os ydych rhwng 16 a 64 oed ac *nad* ydych yn barod yn derbyn LBA, gallwch hawlio TAP nawr.

Os ydych yn 16 oed neu'n hŷn ac roeddech o dan 65 ar Ebrill 8fed 2013 ac rydych yn barod yn derbyn LBA, yna ar ryw bwynt fe'ch ail-asesir i dderbyn TAP gan yr Adran Gwaith a Phensiynau.

Gellir talu TAP faint bynnag yw eich incwm, cynilion neu gofnod cyfraniadau Yswiriant Gwladol ac mae'n fudd-dal di-dreth. Gallwch dderbyn TAP hyd yn oed os ydych yn gweithio neu astudio.

Os ydych yn ofalwr sydd ag anghenion gofal, gallwch hawlio TAP ar eich cyfer chi eich hunan ac ni fydd yn effeithio ar eich Lwfans Gofalwr.

Nid yw derbyn TAP yn lleihau budd-daliadau eraill, gallai hyd yn oed eu cynyddu. Os oes gennych ofalwr yna efallai byddai hawlio TAP yn ei helpu i fod yn gymwys ar gyfer budd-daliadau penodol (megis Lwfans Gofalwr). Hefyd gallai TAP roi'r hawl i chi a/neu eich gofalwr gael cymorth ychwanegol gyda threth y cyngor.

Ni cheir unrhyw gyfyngiadau ynghylch sut y gallwch wario eich TAP, ac nid oes rhaid i chi ei wario i dalu am y gofal sydd ei angen arnoch. Fodd bynnag, gall eich cyngor neu ymddiriedolaeth ystyried TAP pan fyddant yn cyfrifo faint y byddai ei angen arnoch i dalu am unrhyw wasanaethau gofal rydych yn eu derbyn.

Pwy sy'n gallu hawlio TAP?

I fod yn gymwys i dderbyn TAP, mae'n rhaid i chi gwrdd â'r holl feini prawf canlynol:

- bod rhwng 16 i 64 mlwydd oed (neu os rydych yn cael eich ailasesu roeddech o dan 65 oed ar Ebrill 8fed 2013)
- bodloni'r prawf gweithgareddau byw bob dydd a/neu symudedd (gweler tudalennau 7-14)
- wedi bodloni'r profion am o leiaf dri mis ac yn debygol o barhau i fodloni'r profion am o leiaf naw mis ar ôl y cyfnod cymhwyso o dri mis (gallwch wneud eich cais cyn bod y tri mis yn dod i ben, ond ni fyddwch yn derbyn unrhyw daliad cyn hynny)
- nad oes gennych unrhyw amodau mewnfudo'n gysylltiedig â'ch cyfnod yn y DU yn amodol ar rai eithriadau (os oes gennych gyfyngiadau mewnfudo ar eich cyfnod yn y DU, gall hawlio budd-daliadau effeithio ar eich hawl yn y dyfodol i aros yn y DU, felly gofynnwch am gyngor mewnfudo arbenigol cyn gwneud cais - gallwch chwilio am arbenigwyr mewnfudo ar find-legal-advice.justice.gov.uk)
- cwrdd â'r amodau preswyliaeth a phresenoldeb (gweler tudalen 25)

▶▶ **Noder:** Gallwch barhau i dderbyn TAP unwaith eich bod yn 65 os oeddech yn ei hawlio neu'n ei dderbyn cyn i chi fod yn 65 oed.

▶▶ **Noder:** Os oes gennych salwch angheuol, ceir rheolau symlach sy'n ei gwneud yn haws gwneud cais – gweler tudalen 18 i gael manylion.

Pryd gallwch hawlio TAP?

Os ydych rhwng 16 a 64 oed ac *nad* ydych yn barod yn derbyn LBA, gallwch hawlio TAP nawr.

Os ydych yn 16 oed neu'n hŷn ac roeddech o dan 65 ar Ebrill 8fed 2013 ac *rydych* yn barod yn derbyn LBA, yna ar ryw bwynt fe'ch ailasesir i dderbyn TAP gan yr Adran Gwaith a Phensiynau. Bydd hyn yn digwydd pan fydd un o'r amodau canlynol yn gymwys:

- pan fyddwch yn 16 oed (oni bai eich bod yn blentyn ac rydych wedi eich dyfarnu i dderbyn LBA o dan y rheolau arbennig ar gyfer salwch angheuol)
- ceir newid yr adroddir amdano yn eich anghenion gofal neu symudedd
- bod gennych ddyfarniad penodedig LBA ar fin dod i ben
- eich bod wedi dewis hawlio TAP yn lle eich LBA

▶▶ **Noder:** Nid oes angen i hawlwyd LBA gymryd unrhyw gamau o ran eu hail-asesiad TAP tan y dywedir wrthynt i wneud hynny gan yr Adran Gwaith a Phensiynau.

Faint o TAP y byddwch yn ei dderbyn?

Ceir dwy elfen o TAP:

- elfen byw bob dydd
- elfen symudedd

Gellir talu pob elfen naill fel:

- cyfradd safonol – lle mae eich gallu i gyflawni gweithgareddau byw bob dydd/symudedd wedi ei gyfyngu gan eich cyflwr corfforol neu feddyliol
- cyfradd uwch – lle mae eich gallu i gyflawni gweithgareddau byw bob dydd/symudedd wedi ei gyfyngu'n ddifrifol gan eich cyflwr corfforol neu feddyliol

Adolygir y symiau bob blwyddyn ym mis Ebrill. I gael gwybodaeth am y cyfraddau cyfredol, ewch i www.carersuk.org/pip

Yr asesiad

Er mwyn bod yn gymwys i dderbyn TAP, bydd rhaid i chi sgorio nifer penodol o bwyntiau mewn perthynas â 12 gweithgaredd. Mae deg o'r gweithgareddau hyn yn asesu byw bob dydd ac mae dau o'r gweithgareddau hyn yn asesu symudedd.

O fewn pob gweithgaredd, ceir cyfres o 'ddisgrifwyr' neu brofion. Ceir amrywiaeth o bwyntiau y gellir eu sgorio yn seiliedig ar a ydych yn cwrdd â disgrifiwr o fewn y gweithgareddau hyn. Gallwch sgorio pwyntiau am fwy nag un gweithgaredd ond os oes mwy nag un disgrifiwr yn berthnasol mewn unrhyw un gweithgaredd, dyfarnir pa ddisgrifiwr bynnag sy'n rhoi'r nifer mwyaf o bwyntiau i chi.

Dyfarnir pwyntiau i chi os yw'r disgrifiwr yn berthnasol i chi drwy'r amser, neu os gallwch ddangos bod disgrifiwr yn berthnasol i chi am fwy na hanner y diwrnodau o fewn cyfnod o 12 mis.

Os gallwch gyflawni'r gweithgaredd o dan yr amodau a ddisgrifir mewn disgrifiwr, er mwyn i'r disgrifiwr hwnnw fod yn berthnasol, mae'n rhaid eich bod yn gallu ei gyflawni:

- yn ddiogel – mewn modd nad yw'n debygol o achosi niwed i chi eich hun neu i unigolyn arall
- i safon dderbyniol
- yn gyson – mor aml ag y mae angen yn rhesymol i'r gweithgaredd a asesir gael ei gwblhau
- mewn cyfnod o amser rhesymol - dim mwy na dwywaith cyhyd â'r cyfnod uchafswm y byddai unigolyn nad yw'n anabl fel arfer yn ei gymryd i gwblhau'r gweithgaredd hwnnw

I gael eich dyfarnu i dderbyn cyfradd safonol yr elfen byw bob dydd, mae'n rhaid i chi sgorio o leiaf wyth pwynt o'r deg gweithgaredd sy'n asesu byw bob dydd (gweithgareddau 1-10). I gael eich dyfarnu i dderbyn cyfradd uwch yr elfen byw bob dydd, mae'n rhaid i chi sgorio o leiaf 12 pwynt o'r deg gweithgaredd sy'n asesu byw bob dydd (gweithgareddau 1-10).

I gael eich dyfarnu i dderbyn cyfradd safonol yr elfen symudedd, mae'n rhaid i chi sgorio o leiaf wyth pwynt o'r ddau weithgaredd sy'n asesu symudedd (gweithgareddau 11-12). I gael eich dyfarnu i dderbyn cyfradd safonol yr elfen symudedd, mae'n rhaid i chi sgorio o leiaf 12 pwynt o'r ddau weithgaredd sy'n asesu symudedd (gweithgareddau 11-12).

Meini prawf asesu

Isod ceir y 12 gweithgaredd, a'r amrywiaeth o ddisgrifwyr o fewn pob gweithgaredd.

Gweithgareddau Byw Bob Dydd

Gweithgaredd 1 – Paratoi bwyd. Nid yw'r gweithgaredd hwn yn brawf o'ch sgiliau coginio ond yn hytrach mae'n ystyried yr effaith sydd gan eich cyflwr iechyd ar eich gallu i gyflawni'r tasgau angenrheidiol i goginio pryd o fwyd syml. Mae'n asesu eich gallu i agor pecynnau, gweini bwyd, pilio a thorri bwyd a defnyddio micro-don neu hob ffwrn i goginio neu dwymo bwyd. Pryd o fwyd syml yw pryd o fwyd un cwrs i un gan ddefnyddio cynnyrch ffres.

A	Gallu paratoi a choginio pryd o fwyd syml heb help.	0
B	Angen defnyddio cynhorthwy neu offer i fod yn gallu naill ai baratoi neu goginio pryd o fwyd syml.	2
C	Nid yw'n gallu coginio pryd o fwyd syml gan ddefnyddio ffwrn gonfensiynol ond mae'n gallu gwneud wrth ddefnyddio micro-don. (Er enghraifft, gallai hyn fod yn berthnasol os nad ydych yn gallu defnyddio hob ffwrn a sosbenni poeth yn ddiogel.)	2
D	Angen anogaeth i allu naill ai baratoi neu goginio pryd o fwyd syml.	2
E	Angen goruchwyliaeth neu gymorth i naill ai baratoi neu goginio pryd o fwyd syml.	4
F	Methu paratoi a choginio bwyd.	8

Gweithgaredd 2 – Cael maeth. Mae'r gweithgaredd hwn yn ystyried eich gallu i gael maeth, naill ai drwy dorri bwyd yn ddarnau, i'w roi yn y geg, cnoi a'i lyncu; neu drwy ddefnyddio ffynonellau therapiwtig. (Mae ffynhonnell therapiwtig yn golygu bwydo trwy diwb parenterol neu enterig gan ddefnyddio dyfais gyfyngu gyfradd fel system ddosbarthu neu fwydo trwy bwmp.)

A	Gallu cymryd maeth heb gymorth.	0
B	Anghenion: <ul style="list-style-type: none"> • Defnyddio cynhorthwy neu offer i allu cymryd maeth; neu • Oruchwyliaeth i allu cymryd maeth; neu • Gymorth i allu torri bwyd. 	2
C	Angen ffynhonnell therapiwtig i allu cymryd maeth.	2
D	Angen anogaeth i allu cymryd maeth.	4
E	Angen gymorth i allu rheoli ffynhonnell therapiwtig i gymryd maeth.	6
F	Methu rhoi bwyd a diod yn eu ceg ac angen rhywun arall arnynt i wneud hynny.	10

Gweithgaredd 3 – Rheoli therapi neu fonitro cyflwr iechyd. Mae'r gweithgaredd hwn yn ystyried eich gallu i gymryd meddyginiaethau'n briodol mewn lleoliad domestig sy'n cael eu rhagnodi neu eu hargymell gan feddyg, nyrs neu fferyllydd cofrestredig; monitro a chanfod newidiadau yn eich cyflwr iechyd; a rheoli gweithgareddau therapiwtig sy'n cael eu cynnal mewn lleoliad domestig sy'n cael eu rhagnodi neu eu hargymell gan feddyg, nyrs neu fferyllydd cofrestredig neu weithiwr gofal iechyd proffesiynol a reoleiddir gan y Cyngor Proffesiynau Iechyd.

A	Naill ai: <ul style="list-style-type: none"> Nid yw'n derbyn meddyginiaeth neu therapi neu angen monitro cyflwr iechyd; neu Yn gallu rheoli meddyginiaeth neu therapi neu fonitro cyflwr iechyd heb gymorth. 	0
B	Angen naill ai: <ul style="list-style-type: none"> Ddefnyddio cynhorthwy neu offer i allu rheoli meddyginiaeth; neu Oruchwyliaeth, anogaeth neu gymorth i reoli meddyginiaeth neu fonitro cyflwr iechyd. 	1
C	Angen goruchwyliaeth, anogaeth neu gymorth i allu rheoli therapi nad yw'n cymryd mwy na 3.5 awr yr wythnos.	2
D	Angen goruchwyliaeth, anogaeth neu gymorth i allu rheoli therapi sy'n cymryd mwy na 3.5 awr ond heb fod yn fwy na 7 awr yr wythnos.	4
E	Angen goruchwyliaeth, anogaeth neu gymorth i allu rheoli therapi sy'n cymryd mwy na 7 ond heb fod yn fwy na 14 awr yr wythnos.	6
F	Angen goruchwyliaeth, anogaeth neu gymorth i allu rheoli therapi sy'n cymryd mwy na 14 awr yr wythnos.	8

Gweithgaredd 4 – Ymolchi ac ymdrochi. Mae 'ymolchi' yn golygu glanhau eich corff cyfan, gan gynnwys cael gwared â baw a chwys. Mae 'ymdrochi' yn golygu mynd i mewn ac allan o naill ai fath neu gawod gyffredin.

A	Gallu ymolchi ac ymdrochi heb gymorth.	0
B	Angen defnyddio cynorthwy neu offer i allu ymolchi neu ymdrochi.	2
C	Angen goruchwyliaeth neu anogaeth i allu ymolchi neu ymdrochi.	2
D	Angen cymorth i allu golchi naill ai eu gwallt neu eu corff islaw'r wast.	2
E	Angen cymorth i fynd i mewn neu allan o fath neu gawod.	3
F	Angen cymorth i olchi eu corff rhwng eu hysgwyddau a'u gwasg.	4
G	Ni all ymolchi neu ymdrochi o gwbl ac mae angen rhywun arall arnynt i olchi eu corff cyfan.	8

Gweithgaredd 5 – Rheoli anghenion tŷ bach neu anymataliaeth. Mae anghenion tŷ bach yn golygu'r gallu i eistedd ar y tŷ bach a chodi oddi arno, ysgarthu'r bledren a'r coluddyn, ac ymolchi ar ôl bod i'r tŷ bach. Mae rheoli anymataliaeth yn golygu'r gallu i reoli ysgarthu'r bledren a/neu'r coluddyn gan gynnwys defnyddio offer casglu ac ymolchi ar ôl bod i'r tŷ bach. Os ydych yn defnyddio cathetr a/neu offer casglu, ystyrir hyn fel anymataliaeth at ddibenion y gweithgaredd hwn.

A	Gallu rheoli anghenion tŷ bach neu anymataliaeth heb gymorth.	0
B	Angen defnyddio cynhorthwy neu offer i allu rheoli anghenion tŷ bach neu anymataliaeth.	2
C	Angen goruchwyliaeth neu anogaeth i allu rheoli anghenion tŷ bach.	2
D	Angen cymorth i allu rheoli anghenion tŷ bach.	4
E	Angen cymorth i allu rheoli anymataliaeth o naill ai'r bledren neu'r coluddyn.	6
F	Angen cymorth i allu rheoli anymataliaeth o'r bledren yn ogystal â'r coluddyn.	8

Gweithgaredd 6 - Gwisgo a Dadwisgo. Mae'r gweithgaredd hwn yn ystyried eich gallu i wisgo a dadwisgo dillad sy'n briodol o ran diwylliant, heb eu haddasu sy'n addas i'r sefyllfa.

A	Gallu gwisgo a dadwisgo heb gymorth	0
B	Angen defnyddio cynhorthwy neu offer i allu gwisgo neu ddadwisgo. (Er enghraifft, gallai cynorthwyon gynnwys botymau, sipiau wedi eu haddasu, bras wedi eu cau yn y blaen, ffasninau felcro a chynorthwyon esgidiau).	2
C	Angen naill ai: <ul style="list-style-type: none"> • Anogaeth i allu gwisgo, dadwisgo neu benderfynu ar amgylchiadau priodol i aros wedi gwisgo; neu • Anogaeth neu gymorth i ddewis dillad priodol. 	2
D	Angen cymorth i allu gwisgo neu ddadwisgo rhan isaf eu corff.	2
E	Angen cymorth i allu gwisgo neu ddadwisgo rhan uchaf eu corff.	4
F	Methu gwisgo neu ddadwisgo o gwbl.	8

Gweithgaredd 7 – Cyfathrebu ar lafar. Mae gwybodaeth sylfaenol ar lafar yn wybodaeth a gyfleir mewn brawddegau syml. Mae gwybodaeth gymhleth ar lafar yn wybodaeth a gyfleir naill ai mewn mwy nag un frawddeg neu un frawddeg gymhleth.

A	Gallu mynegi a deall gwybodaeth ar lafar heb gymorth.	0
B	Angen defnyddio cynhorthwy neu offer i allu siarad neu glywed.	2
C	Angen cefnogaeth cyfathrebu i allu mynegi neu ddeall gwybodaeth gymhleth ar lafar.	4
D	Angen cefnogaeth cyfathrebu i allu mynegi neu ddeall gwybodaeth sylfaenol ar lafar.	8
E	Methu mynegi neu ddeall gwybodaeth ar lafar o gwbl hyd yn oed gyda chefnogaeth cyfathrebu.	12

Gweithgaredd 8 – Darllen a deall arwyddion, symbolau a geiriau.

Gwybodaeth sylfaenol yw arwyddion, symbolau neu ddyddiadau. Gwybodaeth gymhleth yw mwy nag un frawddeg o destun ysgrifenedig neu faint safonol wedi ei argraffu - er enghraifft, testun a geir mewn biliau cyfleustodau a datganiadau banc. At ddibenion y gweithgaredd hwn, ni ystyrir cael mynediad i wybodaeth trwy Braille fel darllen.

A	Gallu darllen a deall gwybodaeth ysgrifenedig sylfaenol a chymleth naill ai heb gymorth neu gan ddefnyddio sbectol neu lensys cyffwrdd.	0
B	Angen defnyddio cynhorthwy neu offer, ar wahân i sbectol neu lensys cyffwrdd, i allu darllen neu ddeall naill ai wybodaeth ysgrifenedig sylfaenol neu gymhleth.	2
C	Angen anogaeth i allu darllen neu ddeall gwybodaeth ysgrifenedig gymhleth.	2
D	Angen anogaeth i allu darllen neu ddeall gwybodaeth ysgrifenedig sylfaenol.	4
E	Ni all ddarllen neu ddeall arwyddion, symbolau neu eiriau o gwbl.	8

Gweithgaredd 9 – Ymgysylltu ag eraill wyneb yn wyneb. Wrth ystyried a ydych yn gallu ymgysylltu ag eraill, dylid ystyried a ydych yn gallu ymgysylltu â phobl yn gyffredinol, nid y bobl yn unig rydych yn eu hadnabod yn dda.

A	Gallu ymgysylltu â phobl eraill heb gymorth.	0
B	Angen anogaeth i allu ymgysylltu ag eraill.	2
C	Angen cefnogaeth gymdeithasol i allu ymgysylltu ag eraill.	4
D	Methu ymgysylltu ag eraill oherwydd bydd y fath ymgysylltiad naill ai'n achosi: <ul style="list-style-type: none"> • Gofid seicolegol aruthrol i'r ymgeisydd; neu • I'r hawlydd ymddwyn mewn modd a fyddai'n arwain at risg sylweddol o niwed i'r hawliwr neu unigolyn arall. 	8

Gweithgaredd 10 – Gwneud penderfyniadau cyllido. Penderfyniadau cyllido syml yw'r rhai hynny sy'n gysylltiedig â gweithgareddau fel cyfrifo'r gost o nwyddau a'r newid y dylid ei dderbyn ar ôl prynu. Penderfyniadau cyllido cymhleth yw'r rhai hynny sy'n ymwneud â chyfrifo cyllidebau'r cartref a rhai personol, rheoli a thalu biliau a chynllunio'r hyn a brynir yn y dyfodol.

A	Gallu gwneud penderfyniadau cyllido cymhleth heb gymorth	0
B	Angen anogaeth neu gymorth i allu gwneud penderfyniadau cyllido cymhleth.	2
C	Angen anogaeth neu gymorth i allu gwneud penderfyniadau cyllido syml.	4
D	Methu gwneud unrhyw benderfyniadau cyllido o gwbl.	6

Gweithgareddau Symud o Gwmpas

Gweithgaredd 11 - Cynllunio a chyflawni taith. Mae'r gweithgaredd hwn yn ystyried y rhwystrau y gallech eu hwynebu sy'n gysylltiedig â gallu meddyliol, gwybyddol neu synhwraidd. Gellir ystyried ffactorau amgylcheddol (fel methu ymdopi â thorffeydd neu synau uchel).

A	Gallu cynllunio a dilyn llwybr taith heb gymorth.	0
B	Angen anogaeth i allu cyflawni unrhyw daith i osgoi gofid seicolegol aruthrol i'r ymgeisydd.	4
C	Methu cynllunio llwybr taith.	8
D	Methu dilyn llwybr taith anghyfarwydd heb gwmni rhywun arall, ci cymorth, neu gynhorthwy cyfeiriad.	10
E	Methu cyflawni unrhyw daith oherwydd y byddai'n achosi pryder seicolegol aruthrol i'r hawliwr.	10
F	Methu dilyn llwybr taith gyfarwydd heb gwmni rhywun arall, ci cymorth neu gynhorthwy cyfeiriad.	12

Gweithgaredd 12 – Symud o gwmpas. Mae'r gweithgaredd hwn yn ystyried eich gallu corfforol i symud o gwmpas heb deimlo'n anghyfforddus iawn fel diffyg anadl, poen neu flinder.

A	Gallu sefyll ac yna symud am fwy na 200 metr, naill ai gyda chymorth neu heb gymorth.	0
B	Gallu sefyll ac yna symud am fwy na 50 metr ond dim pellach na 200 metr, naill ai gyda chymorth neu heb gymorth.	4
C	Gallu sefyll ac yna symud heb gymorth am fwy nag 20 metr ond dim mwy na 50 metr.	8
D	Gallu sefyll ac yna symud gan ddefnyddio cynhorthwy neu offer am fwy nag 20 metr ond dim pellach na 50 metr.	10
E	Gallu sefyll ac yna symud am fwy nag 1 metr ond dim mwy nag 20 metr, naill ai gyda chymorth neu heb gymorth.	12
F	Methu, naill ai gyda chymorth neu heb gymorth: <ul style="list-style-type: none"> • Sefyll; neu • Symud mwy nag 1 metr. 	12

Cynorthwyon ac offer

Gall cynorthwyon ac offer gynnwys y rhai hynny a ddefnyddir fel arfer a'r rhai hynny y gellir 'eu disgwyl yn rhesymol' i'w gwisgo neu eu defnyddio. Bydd 'eu disgwyl yn rhesymol' yn ystyried materion argaeledd, cost ac ystyriaethau diwylliannol.

Dyfeisiau yw cynorthwyon ac offer sy'n gwella, cyflenwi neu yn lle eich gweithrediad corfforol neu feddyliol diffygiol ac mae'n cynnwys prosthesis. Gallant gynnwys cynorthwyon nad ydynt yn arbenigol megis agorwr caniau trydan, neu frwsys dannedd trydan, cyn belled â bod eu hangen oherwydd yr anabledd mewn cyferbyniad â chael eu defnyddio oherwydd mai dyma'r hyn sydd yn well gennych.

Cymorth, anogaeth a goruchwyliaeth

Cymorth yw cefnogaeth sy'n gofyn am bresenoldeb ac ymyriad corfforol unigolyn arall, gan gynnwys gwneud peth ond nid yr holl weithgaredd o dan sylw.

Anogaeth yw cefnogaeth a roddir wrth eich atgoffa neu eich annog i wneud neu gwblhau tasg ond heb eich helpu'n gorfforol.

Goruchwyliaeth yw'r angen am bresenoldeb parhaus unigolyn arall i atal digwyddiad anffafriol difrifol rhag digwydd i chi. Mae'n rhaid cael tystiolaeth y byddai unrhyw risg yn debygol o ddigwydd petai goruchwyliaeth o'r fath heb fod ar gael.

Amodau amrywiol a newidiol

Ystyrir amodau yn ystod y cyfnod gofynnol a dyfarnir pwyntiau os yw'r disgrifiwr yn berthnasol ar fwy na 50% o'r diwrnodau yn ystod y cyfnod 12 mis hwnnw. Heblaw hynny, lle byddwch yn bodloni disgrifwyr gwahanol, y disgrifiwr sy'n berthnasol i chi fydd:

- lle bodlonir un disgrifiwr dros 50% o'r diwrnodau yn y cyfnod gofynnol, y disgrifiwr hwnnw
- lle bodlonir dau neu fwy o ddisgrifwyr dros 50% o'r diwrnodau yn y cyfnod gofynnol, y disgrifiwr sy'n sgorio'r nifer mwyaf o bwyntiau
- lle nad oes unrhyw ddisgrifiwr yn bodloni 50% o'r diwrnodau yn y cyfnod gofynnol ond lle mae dau neu fwy o ddisgrifwyr (ond am y rhai sy'n sgorio pwyntiau sero) wedi eu hychwnaegu at ei gilydd yn gwneud, yna'r disgrifiwr a fodlonwyd am y gyfran fwyaf o ddiwrnodau

Sut i hawlio TAP

Gwneud cais cychwynnol

Gwneir y cais cychwynnol fel arfer dros y ffôn er bod ffurflenni hawlio ar gael mewn amgylchiadau eithriadol (ffurflen TAP1).

I gychwyn cais newydd am TAP, dylech ffonio'r Adran Gwaith a Phensiynau ar **0800 917 2222** (ffôn testun 0800 917 7777)

Gellir gwneud yr alwad ffôn gan rywun arall ond bydd angen iddynt fod yn bresennol gyda chi. Mae'r alwad ffôn yn nodi dyddiad y cais.

Bydd y pwynt hwn yn gais gweinyddol yn unig a'r wybodaeth y bydd ei hangen arnoch yw:

- eich enw llawn a dyddiad geni
- eich cyfeiriad a rhif ffôn
- eich rhif Yswiriant Gwladol
- eich manylion banc neu gymdeithas adeiladu
- manylion eich meddyg teulu neu weithiwr iechyd proffesiynol
- manylion unrhyw gyfnodau diweddar yn yr ysbyty, cartrefi gofal neu hosbisau
- manylion unrhyw gyfnod rydych wedi bod allan o'r wlad
- statws dinasyddiaeth neu fewnfudo
- Os oes gennych salwch angheuol, bydd angen i chi drafod eich cyflwr yn ystod y cais cychwynnol hwn.

Bydd yr Adran Gwaith a Phensiynau wedyn yn gwirio amodau cymhwysedd sylfaenol. Os na chwrddir â'r rhain, anfonir llythyr gwahardd. Fel arall, anfonir ffurflen â chod bar unigol atoch (*Sut mae eich anabledd yn effeithio arnoch – ffurflen TAP2*).

▶▶ **Noder:** Os oes gennych salwch angheuol, ni fydd rhaid i chi lenwi'r ffurflen *Sut mae eich anabledd yn effeithio arnoch – gweler tudalen 18 i gael gwybodaeth bellach.*

Sut mae eich anabledd yn effeithio arnoch (PIP2)

Bydd y ffurflen a anfonir atoch yn gofyn am wybodaeth ynghylch sut mae eich cyflwr yn effeithio arnoch. Gellir anfon tystiolaeth ychwanegol gyda'r ffurflen hon. Ar y ffurflen, ceir adran ar gyfer 'gwybodaeth ychwanegol'. Yn yr adran hon, gallai gofalwyr, ffrindiau neu deulu hefyd roi gwybodaeth. Nid oes rhaid ei llenwi os ydych yn teimlo eich bod wedi cynnwys popeth yng ngweddill y ffurflen.

Mae gennych un mis i ddychwelyd y ffurflen *Sut mae eich anabledd yn effeithio arnoch* wedi ei chwblhau. Gall methu â dychwelyd y ffurflen heb reswm da arwain at yr hawliad yn cael ei derfynu. Os na allwch gwblhau'r ffurflen o fewn y terfynau amser a roddir, dylech gysylltu â'r Adran Gwaith a Phensiynau wrth ffonio i ofyn am estyniad. Os na dderbyniwyd y ffurflen ac mae'r Adran Gwaith a Phensiynau wedi nodi bod angen cefnogaeth ychwanegol arnoch, efallai y cewch eich gwahodd i ymgynghoriad wyneb yn wyneb.

Cwblhau'r ffurflen hawlio

- mae'r ffurflen yn un hir a chymhleth felly cymerwch eich amser i'w chwblhau, a chofiwch nad oes angen i chi ei chwblhau i gyd ar unwaith
- edrychwch ar y 12 gweithgaredd a meddyliwch pa brofion y byddech yn eu bodloni cyn i chi lenwi'r ffurflen - efallai byddai'n syniad da gofyn i'ch gofalwr wneud yr un peth i sicrhau nad ydych yn anghofio am unrhyw beth
- yr hyn sy'n bwysig yw a oes angen yr help arnoch, nid a ydych yn ei dderbyn yn barod
- os nad ydych yn siŵr faint o help sydd ei angen arnoch, neu faint mor hir mae pethau'n eu cymryd i'w cyflawni, cadwch ddyddiadur am tua wythnos - byddai hyn yn arbennig o ddefnyddiol gydag amodau newidiol
- os ydych yn gwneud cais am y gweithgaredd 'symud o gwmpas' (gweithgaredd 12), mesurwch yn union pa mor bell y gallwch gerdded a pha mor hir mae'n cymryd i chi gerdded mor bell â hynny cyn i chi lenwi'r ffurflen
- mae tystiolaeth yn bwysig - mae'n syniad da casglu gwybodaeth a'i chyflwyno naill ai gyda'r pecyn hawlio neu gyn gynted â phosibl ar ôl cyflwyno'r hawliad - gallai tystiolaeth gynnwys adroddiad gan therapydd galwedigaethol neu feddyg ymgynghorol, gwybodaeth gan eich meddyg neu weithiwr cymorth, neu ddatganiad gan ofalwr/frind/aelod o'r teulu
- Cadwch gopi o'ch ffurflen ac unrhyw dystiolaeth rydych yn ei hanfon
- gallech ofyn am help i gwblhau'r ffurflen hawlio gan asiantaeth cyngor leol - i gael mwy o wybodaeth am asiantaethau cyngor yn eich ardal, cysylltwch â Llinell Gymorth Carers UK - gweler y dudalen olaf i gael manylion cyswllt

Asesiad

Anfonir y ffurflen ac unrhyw wybodaeth ychwanegol wedyn at weithiwr iechyd proffesiynol.

Os oes digon o wybodaeth, gellir cwblhau'r asesiad ar y cam hwn ond bydd gofyn i'r mwyafrif fynychu ymgynghoriad wyneb yn wyneb.

Anogir hawlwyr i fynd â rhywun gyda nhw i'r ymgynghoriad.

Gall methu â mynychu'r ymgynghoriad heb reswm da arwain at y cais yn cael ei derfynu.

Bydd y gweithiwr iechyd proffesiynol yna'n anfon adroddiad at yr unigolyn sy'n gwneud y penderfyniad.

▶▶ Noder: Os oes gennych salwch angheuol, ni fydd rhaid i chi fynychu ymgynghoriad wyneb yn wyneb - gweler tudalen 18 i gael manylion pellach.

Os oes gennych salwch angheuol

Mae rheolau arbennig yn caniatáu i bobl sy'n angheuol sâl gael help yn gyflym. Fe'ch ystyrir fel bod yn angheuol sâl os oes gennych salwch sy'n gwaethygu ac sy'n debygol o gyfyngu eich disgwyliad oes i chwe mis neu lai. Mae'n amhosibl dweud yn union pa mor hir bydd rhywun yn byw a bydd rhai pobl sy'n derbyn TAP o dan y rheolau hyn yn byw yn llawer hwy na chwe mis.

O dan y rheolau arbennig hyn, nid oes rhaid i chi fodloni'r cyfnod cymhwys (hy eich bod wedi bod yn anabl neu wedi bod yn sâl am dri mis o leiaf ac yn debygol o fod yn anabl neu'n sâl am chwe mis arall). Hefyd nid oes rhaid eich bod wedi bod yn bresennol ym Mhrydain Fawr am y 104 o wythnosau allan o'r 156 diwethaf cyn gwneud cais - mae angen i chi fod yn bresennol ar adeg gwneud y cais yn unig.

Os ydych yn hawlio TAP o dan y rheolau hyn, dylai eich cais gynnwys ffurflen DS1500 sydd ar gael gan eich meddyg teulu neu feddyg ymgynghorol. Byddwch chi (neu'r unigolyn sy'n gwneud y cais ar eich rhan) yn derbyn cyfeiriad rhadbost ar gyfer y DS1500 pan fyddwch yn gwneud y cais dros y ffôn.

Ni fydd rhaid i chi gwblhau'r ffurflen *Sut mae eich anabledd yn effeithio arnoch* ac ni fydd angen i chi fynychu ymgynghoriad wyneb yn wyneb. Yn lle hynny, gofynnir cwestiynau ychwanegol i chi neu i'r unigolyn sy'n hawlio ar eich rhan tra eich bod ar y ffôn am eich cyflwr a sut mae'n effeithio ar eich gallu i symud o gwmpas.

Byddwch yn gymwys yn awtomatig ar gyfer y gyfradd uwch o elfen byw bob dydd, fodd bynnag, bydd derbyn yr elfen symudedd yn dibynnu ar a oes angen help arnoch i symud o gwmpas, ac os ydych, faint o help sydd ei angen arnoch.

Y ffordd i hawlio am bobl sydd â salwch angheuol yw drwy ffonio **0800 917 2222**.

Gellir gwneud yr alwad ffôn gan rywun sy'n eich cefnogi heb fod angen i chi fod yn bresennol. Fodd bynnag, dylech gael eich hysbysu am y cais oherwydd efallai bydd angen i'r Adran Gwaith a Phensiynau gysylltu â chi i gadarnhau eich manylion a bydd yr Adran Gwaith a Phensiynau yn anfon hysbysiadau ac unrhyw daliadau atoch.

Beth sy'n digwydd os ydych yn derbyn LBA yn barod?

Beth sy'n digwydd os yw oedolyn yn hawlio LBA?

Ar gyfer hawlwyd LBA cyfredol a drosglwyddir i TAP, mae'r broses yn debyg i'r broses a ddisgrifir uchod er y bydd yn cychwyn gyda chi'n derbyn llythyr a anfonwyd atoch yn nodi bod eich LBA ar fin dod i ben ac yn eich gwahodd i wneud cais am TAP. Nid oes opsiwn i aros ar LBA.

Os ydych yn trosglwyddo o gais LBA cyfredol i TAP, nid oes rhaid i chi gwrdd â chyfnod cymhwys tri mis TAP. Bydd gennych 28 diwrnod i hawlio TAP - gwneir hyn fel arfer dros y ffôn (er bod ffurflenni hawlio ar bapur ar gael mewn amgylchiadau eithriadol). Dyma'r cais gweinyddol yn unig. Os nad ydych yn hawlio o fewn y 28 diwrnod, gwaherddir eich LBA. Anfonir llythyr i ddweud y codir y gwaharddiad os ydych yn hawlio o fewn y 28 diwrnod nesaf. Os na wneir unrhyw gais, terfynir cais y LBA. Yn yr amgylchiadau hyn, parheir i dalu LBA am 13 diwrnod pellach ar ôl eich diwrnod cyflog nesaf.

Os gwneir y cais, anfonir y ffurflen *Sut mae'r anabledd yn effeithio arnoch* atoch. Gall methu â dychwelyd y ffurflen arwain at y cais yn cael ei derfynu. Os na dderbyniwyd y ffurflen ac mae'r Adran Gwaith a Phensiynau wedi nodi bod angen cefnogaeth ychwanegol arnoch, efallai y cewch eich gwahodd i ymgynghoriad wyneb yn wyneb.

Pan dderbynnir y ffurflen, mae aseswr annibynnol yn penderfynu a oes angen tystiolaeth bellach ac a oes angen ymgynghoriad wyneb yn wyneb. Bydd y mwyafrif yn mynychu ymgynghoriad wyneb yn wyneb ar gyfer y cais cyntaf. Os na eir i'r ymgynghoriad wyneb yn wyneb heb reswm da, gwrthodir y cais.

Bydd penderfynwr yna'n gwneud penderfyniad am y cais. Unwaith y gwneir penderfyniad, parheir i dalu LBA am 28 diwrnod ar ôl eich diwrnod cyflog nesaf tan y gweithredir penderfyniad TAP.

Beth sy'n digwydd os yw unigolyn ifanc o dan 16 yn hawlio LBA?

Pan fydd unigolyn ifanc yn cyrraedd eu pen-blwydd yn 16^{eg} bydd angen iddynt drosglwyddo i TAP (oni bai yr hawlir LBA o dan y rheolau arbennig ar gyfer salwch angheuol - ac yn yr achos hwn byddant yn cael eu gwahodd i hawlio TAP ar ddiwedd eu dyfarniad LBA cyfredol). Bydd yr Adran Gwaith a Phensiynau'n cysylltu â'r rhiant neu warcheidwad cyn pen-blwydd yr unigolyn ifanc yn 16^{eg} i'w gwneud yn ymwybodol o'r newid a sefydlu a oes angen penodai ar yr unigolyn ifanc. Gwneir sawl ymgais i ymgysylltu â'r unigolyn ifanc yn y broses hawlio os nad ydynt yn ymateb.

Y penderfyniad

Bydd y penderfynwr yn adolygu'r adroddiad gan y gweithiwr iechyd proffesiynol ac unrhyw dystiolaeth arall a gwneud penderfyniad.

Gellir rhoi dyfarniadau am gyfnod byrrach o hyd at ddwy flynedd, neu ddyfarniadau am gyfnod hwy o bum neu ddeng mlynedd. Rhoddir dyfarniadau parhaus yn y lleiafrif o achosion lle mae anghenion yn sefydlog a newidiadau'n annhebygol. Fodd bynnag, adolygir dyfarniad pob hawlydd yn rheolaidd, beth bynnag yw hyd y dyfarniad, i sicrhau bod pawb yn parhau i dderbyn y lefel fwyaf briodol o gefnogaeth.

Bydd yr Adran Gwaith a Phensiynau'n anfon llythyr atoch sy'n rhoi penderfyniad ynghylch cais TAP ac esboniad rhesymegol clir am sut y gwnaethpwyd y penderfyniad hwnnw.

Os dyfarnir TAP i chi, bydd y llythyr yn nodi swm y dyfarniad, hyd y dyfarniad a'r rhesymau dros wneud y penderfyniad hwnnw. Cynhwysir manylion penodol taliadau TAP gan gynnwys y dyddiad bydd y taliadau'n cychwyn a pha mor aml y'u telir yn y llythyr.

Os na ddyfarnir TAP i chi, bydd y llythyr yn rhoi'r un wybodaeth â'r llythyr dyfarnu a bydd yn cynnwys datganiad llawn o'r rhesymau dros y penderfyniad.

Herio penderfyniad

Os gwrthodir eich cais am TAP neu dyfarnir cyfradd is na'r hyn roeddech yn ei ddisgwyl (gan gynnwys lle mae'r penderfyniad ar TAP yn dilyn trosglwyddo o LBA), gallwch ofyn i'r Adran Gwaith a Phensiynau ystyried y penderfyniad eto. Mae'n rhaid i chi wneud hyn cyn eich apêl. Gelwir hyn yn ailystyriaeth orfodol.

Os ydych yn dal i anghytuno unwaith iddynt wneud hyn, mae'n rhaid i chi gyflwyno apêl gyda'r Gwasanaeth Tribiwnlys ac atodi copi o'r hysbysiad ailystyriaeth gorfodol gyda'r apêl.

Mae'n bwysig herio penderfyniad neu dderbyn cyngor cyn gynted â phosibl oherwydd ceir cyfyngiadau amser sy'n gyffredinol yn golygu bod rhaid i chi weithredu o fewn un mis. Os nad ydych yn gweithredu o fewn y terfyn amser hwn, mae posibilrwydd o hyd y gellir herio'r penderfyniad. Cysylltwch â Carers UK i gael gwybodaeth bellach – gweler y dudalen olaf i gael manylion cyswllt.

I gael mwy o wybodaeth ynghylch apelio am benderfyniad budd-dal, ewch i www.carersuk.org/appealsguide

Sut i wneud cwyn

Os nad ydych yn hapus gyda'r modd y deliwyd â'ch cais, ee oedi hir neu ffurflenni coll, dylech yn gyntaf gysylltu â llinell ymholiadau TAP ar **0800 121 4433**.

Os ydych yn anhapus gyda'u hymateb, gofynnir i chi a ydych eisiau i'ch cwyn gael ei anfon at Reolwr Datrys Cwynion. Eu nod yw delio â chwynion o fewn 15 diwrnod gwaith.

Os ydych yn anhapus o hyd, gallwch wedyn ofyn i'r Archwiliwr Achos Annibynnol archwilio - byddant yn ddi-duedd ac mae'r gwasanaeth am ddim.

Beth i'w wneud os bydd eich amgylchiadau'n newid

Gallai unrhyw newid yn eich anghenion byw bob dydd neu symudedd effeithio ar eich hawl i TAP neu'r swm rydych yn ei dderbyn. Dylech hysbysu'r Adran Gwaith a Phensiynau am y newid cyn gynted ag y gallwch fell y gallant adolygu eich dyfarniad TAP a sicrhau eich bod yn derbyn y gefnogaeth gywir.

Os ydych yn gofyn iddynt ystyried dyfarniad TAP eto, mae posibilrwydd bob amser y gallai'r dyfarniad gael ei leihau yn hytrach na'i gynyddu, felly mae bob amser yn syniad da cael help gan asiantaeth cyngor leol cyn i chi gysylltu â'r Adran Gwaith a Phensiynau. I gael mwy o wybodaeth am asiantaethau cyngor yn eich ardal, cysylltwch â Llinell Gymorth Carers UK - gweler y dudalen olaf i gael manylion cyswllt.

Mynd i aros mewn ysbyty, gofal preswyl neu hosbis

Dylech chi neu rywun sy'n gweithredu ar eich rhan hysbysu'r Adran Gwaith a Phensiynau hefyd os ydych wedi mynd i mewn i'r ysbyty, cartref gofal neu hosbis, neu wedi eich carcharu gan, y gall hyn hefyd effeithio ar eich budd-dal. Gallwch ddweud am newid mewn amgylchiad drwy gysylltu â llinell ymholiadau TAP ar **0800 121 4433**.

Mynd i aros mewn ysbyty

Os ydych yn 18 oed neu'n hŷn pan ydych yn mynd i mewn i ysbyty yna nid yw elfen byw bod dydd a symudedd TAP yn daladwy ar ôl 28 diwrnod yn yr ysbyty (gan gynnwys talaidau'r elfen symudedd o dan gontract Symudedd presennol).

Os ydych o dan 18 oed pan ydych yn mynd i aros mewn ysbyty, gellir parhau i dalu eich TAP am y cyfnod cyfan rydych yn aros yno.

Mynd i aros mewn cartref gofal

Nid yw elfen byw bod dydd TAP yn daladwy ar ôl y 28 diwrnod cyntaf mewn cartref gofal oni bai eich bod yn cyllido eich hun yn gyfangwbl. Gellir parhau i dalu elfen symudedd TAP.

Y rheol cysylltu

Ychwanegir unrhyw gyfnodau mewn cartref gofal gyda bwlch o 28 diwrnod neu lai rhyngddynt at ei gilydd pan gyfrifir pryd y dylai TAP ddod i ben.

Mynd i mewn i hosbis

Telir TAP yn gyffredinol o hyd os ydych yn angheuol sâl ac mewn hosbis.

Help arall y gallech fod yn gymwys ar ei gyfer

Budd-daliadau prawf modd a chredyd treth

Os ydych yn derbyn budd-daliadau prawf modd neu gredydau treth (megis Cymhorthdal Incwm, Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn seiliedig ar incwm, Lwfans Ceisio Gwaith seiliedig ar incwm, Credyd Pensiwn, Budd-dal Tai, Gostyngiad yn Nhref y Cyngor neu Gredydau Treth Gwaith) gall derbyn TAP olygu y byddwch yn gymwys i dderbyn cynnydd yn eich budd-daliadau neu gredydau treth.

Fodd bynnag, os ydych yn derbyn Credyd Cynhwysol, ni fydd derbyn TAP ar gyfer eich hun yn rhoi'r hawl i unrhyw gynnydd mewn budd-daliad i chi.

Os ydych yn gyfrifol am blentyn neu unigolyn ifanc cymwys a dyfarnir TAP iddynt, gallai hyn olygu bod gennych hawl i gynnydd yn eich budd-daliadau prawf modd neu gredydau treth (megis Credyd Cynhwysol, Budd-dal Tai, Gostyngiad yn Nhref y Cyngor neu Gredydau Treth Plant).

Os ydych chi neu'ch partner yn derbyn budd-daliadau neu gredydau treth sy'n dibynnu ar brawf modd, hysbyswch bob un o'r swyddfeydd sy'n eu talu i chi eich bod chi neu blentyn neu unigolyn ifanc cymwys nawr yn derbyn TAP.

Gall dyfarnu TAP i chi eich hun neu blentyn neu unigolyn ifanc cymwys hefyd olygu eich bod yn gymwys ar gyfer budd-daliadau neu gredydau treth yn dibynnu ar brawf modd am y tro cyntaf, felly byddai'n syniad da gofyn am wiriad budd-daliadau.

Efallai y dilëir unrhyw ddiidyniadau a wneir o fudd-daliadau prawf modd oherwydd bod oedolion eraill yn rhannu eich cartref os ydych yn derbyn TAP ar gyfer eich hun.

Gallwch ddysgu pa fudd-daliadau y mae gennych hawl iddynt a faint y dylech ei dderbyn wrth gael gwiriad budd-dal ar-lein (gweler y nodyn isod) neu wrth gysylltu â Llinell Gymorth Carers UK - gweler y dudalen olaf i gael manylion cyswllt.

▶▶ **Noder:** Gallwch gael gwiriad budd-daliadau ar-lein wrth fynd i un o'r gwefannau canlynol:

www.entitledto.co.uk/benefits-calculator

www.turn2us.org.uk/benefits_search.aspx

Bydd yn cymryd tua 20 munud i'w gwblhau.

Nid yw'r offer ar-lein hyn yn addas i bawb. Mae rheolau arbennig yn gymwys i rai grwpiau o bobl, er enghraifft myfyrwyr, pobl o dan 18 oed, pobl mewn gofal preswyl parhaol, dinasyddion y DU sy'n byw dramor a phobl nad ydynt yn ddinasyddion Prydeinig neu Wyddelig.

Eithriad o'r cap ar fudd-dal

Bydd cartrefi'n cael eu heithrio o'r cap budd-daliadau pan fyddwch chi, eich partner, neu blentyn neu unigolyn ifanc cymwys â'r hawl i TAP.

Help gyda chostau trafnidiaeth

Motability

Os dyfarnir cyfradd uwch elfen symudedd TAP i chi, yna efallai y gallwch wneud cais ar gyfer y cynllun Motability. Drwy'r cynllun hwn, gallwch ddefnyddio eich elfen symudedd i brydlesu neu brynu car, cadair olwyn neu sgwter. Os nad ydych yn gallu gyrru a bod angen help arnoch i dalu am wersi neu help i gael blaendal am gar drwy'r cynllun, yna efallai y byddwch yn gymwys i dderbyn grant. I gael mwy o wybodaeth cysylltwch â Motability – gweler tudalen 26 i gael manylion cyswllt.

Cynllun y Bathodyn Glas heb asesiad pellach

Mae cynllun y Bathodyn Glas yn caniatáu i bobl sydd ag anableddau cerdded difrifol barcio mewn ardaloedd parcio cyfyngedig. Er enghraifft, os oes bathodyn gennyh, gallwch barcio am ddim ac am unrhyw gyfnod o amser ar y stryd lle ceir meter parcio ac mewn ardaloedd talu ac arddangos ar y stryd.

Yng Nghymru gallwch gael y bathodyn os dyfarnwyd wyth pwynt neu fwy i chi yn y gweithgaredd 'symud o gwmpas' neu 12 pwynt yn y gweithgaredd 'cynllunio a dilyn teithiau'.

Eich cyngor lleol neu ymddiriedolaeth sy'n gyfrifol am y cynllun a dylech gysylltu â nhw i gael gwybodaeth bellach.

Treth cerbyd

Efallai na fydd rhaid i chi dalu treth cerbyd os ydych yn derbyn cyfradd uwch elfen symudedd TAP. Gallech hefyd dderbyn gostyngiad o 50% ar eich treth cerbyd os ydych yn derbyn cyfradd safonol elfen symudedd TAP. I gael gwybodaeth ynghylch sut i wneud cais cysylltwch â Llinell Gymorth Carers UK – gweler y dudalen olaf i gael manylion cyswllt.

Consesiynau trafnidiaeth gyhoeddus

Yng Nghymru ewch i www.wales.gov.uk/topics/transport/public/concessionary i gael mwy o wybodaeth ar y Consesiwn Cenedlaethol Cymreig.

Preswyliaeth a phresenoldeb

I fodloni'r profion preswyliaeth a phresenoldeb, mae'n rhaid i chi gwrdd â'r ddau amod canlynol:

- mae'n rhaid eich bod wedi bod yn bresennol ym Mhrydain Fawr (sydd i'r diben hwn hefyd yn cynnwys Gogledd Iwerddon) am 104 o wythnosau allan o'r 156 o wythnosau cyn gwneud cais (dwy allan o'r tair blynedd diwethaf)
- mae'n rhaid mai Prydain Fawr yw eich preswylfan arferol

Mae 'presennol' yn golygu bod yn bresennol yn gorfforol ym Mhrydain Fawr. Efallai yr ystyrir rhai pobl fel bod ym Mhrydain Fawr tra eu bod dramor, ee aelodau o'r lluoedd arfog. Mae rheolau arbennig yn berthnasol i wledydd yn yr Ardal Economaidd Ewropeaidd (AEE) a sawl un arall y mae gan Brydain gytundebau â nhw. Os ydych yn meddwl bod hyn yn berthnasol i chi, dylech ofyn am gyngor. Gall y Ganolfan AIRE roi cyngor ynghylch hawliau unigol yn Ewrop a gellir cysylltu â nhw ar **020 7831 4276** neu eu wrth e-bostio info@airecentre.org. Gallwch hefyd gysylltu â Llinell Gymorth Carers UK – gweler y dudalen olaf i gael manylion cyswllt.

Y prawf preswylfan arferol yw prawf i weld a ydych fel arfer yn byw yn y Deyrnas Unedig, Ynysoedd y Sianel, Gweriniaeth Iwerddon neu Ynys Manaw. Defnyddir y prawf os ydych wedi bod yn byw dramor. Ni cheir diffiniad cyfreithiol manwl o 'breswylfan arferol'. Ffactorau perthnasol yw lle rydych fel arfer yn byw, lle rydych yn disgwyl byw yn y dyfodol, eich rhesymau dros ddod i'r wlad hon, hyd y cyfnod a dreuliwyd dramor cyn i chi ddod yma, ac unrhyw gysylltiadau sydd gennych o hyd â'r wlad lle rydych wedi dod ohoni.

Help ychwanegol

I gael gwybodaeth a chyngor, cysylltwch â Llinell Gymorth Carers UK ar **0808 808 7777** (ar agor dydd Llun i ddydd Gwener, 10am i 4pm) neu e-bostiwch advice@carersuk.org

Mae gwybodaeth hefyd ar gael ar ein gwefan – ewch i www.carersuk.org

Sefydliadau eraill

Cyngor ar Bopeth

Yn rhoi cyngor annibynnol, cyfrinachol, diduedd ac am ddim.

g: www.citizensadvice.org.uk

Gwasanaeth Llysoedd a Thribiwnlysoedd EM

I chwilio am lys neu dribiwnlys yng Nghymru.

g: <https://courttribunalfinder.service.gov.uk/search/>

Archwiliwr Achos Annibynnol

Gwasanaeth adolygu cwynion am ddim i bobl sydd wedi cwyno am eu cais am fudd-daliadau.

g: www.ind-case-exam.org.uk

ff: 0800 414 8529 (ffôn testun: 0800 414 8529)

Motability

Mae Motability yn helpu pobl i symud o gwmpas wrth gyfnewid eu lwfans symudedd i brydlesu car, sgwter neu gadair olwyn fodur.

g: www.motability.co.uk

ff: 0300 456 4566

Ombudsman Seneddol a Gwasanaeth Iechyd

Swyddog y llywodraeth sy'n gyfrifol am ddelio â chwynion am wasanaethau'r wladwriaeth.

w: www.ombudsman.org.uk

ff: 0345 015 4033

Llinellau cymorth budd-daliadau

Lwfans Gweini

ff: 0800 731 0122 (ffôn testun: 0800 731 0317)

Uned Lwfans Gofalwr

ff: 0800 731 0297 (ffôn testun: 0800 731 0317)

Lwfans Byw i'r Anabl

- Os cawsoch eich geni ar neu cyn Ebrill 8 1948:

ff 0800 731 0122 (ffôn testun: 0800 731 0317)

- Os cawsoch eich geni ar ôl Ebrill 8 1948:

ff: 0800 121 4600 (ffôn testun: 0800 121 4523)

Ar gyfer Lwfans Ceisio Gwaith, Cymhorthdal Incwm a Lwfans Cyflogaeth a Chymorth:

Canolfan Byd Gwaith

Ceisiadau newydd ff: 0800 055 6688 (ffôn testun: 0800 023 4888)

Ceisiadau presennol ff: 0800 169 0310 (ffôn testun: 0800 169 0314)

Credyd Pensiwn

t: 0800 99 1234 (ffôn testun: 0800 169 0133)

Gwasanaeth Pensiwn

ff: 0800 731 7898 (ffôn testun: 0800 169 0314)

Taliad Annibyniaeth Personol

Ceisiadau newydd ff: 0800 917 2222 (ffôn testun: 0800 917 7777)

Llinell ymholiadau ff: 0800 121 4433 (ffôn testun: 0800 328 4493)

Credydau Treth

ff: 0345 300 3900 (ffôn testun: 0345 300 3909)

Credyd Cynhwysol

Canolfan Byd Gwaith

ff: 0800 328 9344 (ffôn testun: 0800 328 1344)

Nod y daflen wybodaeth hon yw rhoi gwybodaeth a chyngor defnyddiol. Nid yw'n ddatganiad awdurdodol o'r gyfraith. Rydym yn gweithio i sicrhau bod ein taflenni gwybodaeth yn gywir ac yn gyfredol, ond mae gwybodaeth am fudd-daliadau a gofal yn y gymuned yn agored i newid dros amser. Byddem yn argymhell cysylltu â Llinell Gymorth Carers UK neu fynd i'n gwefan i gael y wybodaeth ddiweddaraf.

Diweddarwyd y daflen wybodaeth hon ym mis Chwefror 2017.

© Carers UK 2017 W1026

Llinell gymorth Carers UK

I gael gwybodaeth a chyngor arbenigol am ofalu.



0808 808 7777

(ar agor dydd Llun i ddydd Gwener, 10am-4pm)



advice@carersuk.org

Carers UK

20 Great Dover Street
Llundain SE1 4LX

020 7378 4999
info@carersuk.org

Gofalwyr Cymru

029 2081 1370
info@carerswales.org

Carers Scotland

0141 445 3070
info@carerscotland.org

Carers Northern Ireland

028 9043 9843
info@carersni.org

Sut bynnag mae gofalu'n affeithio arnoch, rydym yma i chi.

Bydd gofalu'n effeithio ar bob un ohonom ar ryw adeg yn ein bywydau.

Gyda'ch help, gallwn gefnogi 6,000 o bobl sy'n dechrau gofalu am rywun bob dydd.

Ni yw'r unig elusen aelodaeth genedlaethol i ofalwyr. Rydym yn rhwydwaith cefnogi'n ogystal â mudiad dros newid.

Ewch i'n gwefan i ymuno â ni, i'n helpu neu i gael mynediad at fwy o adnoddau:

carersuk.org