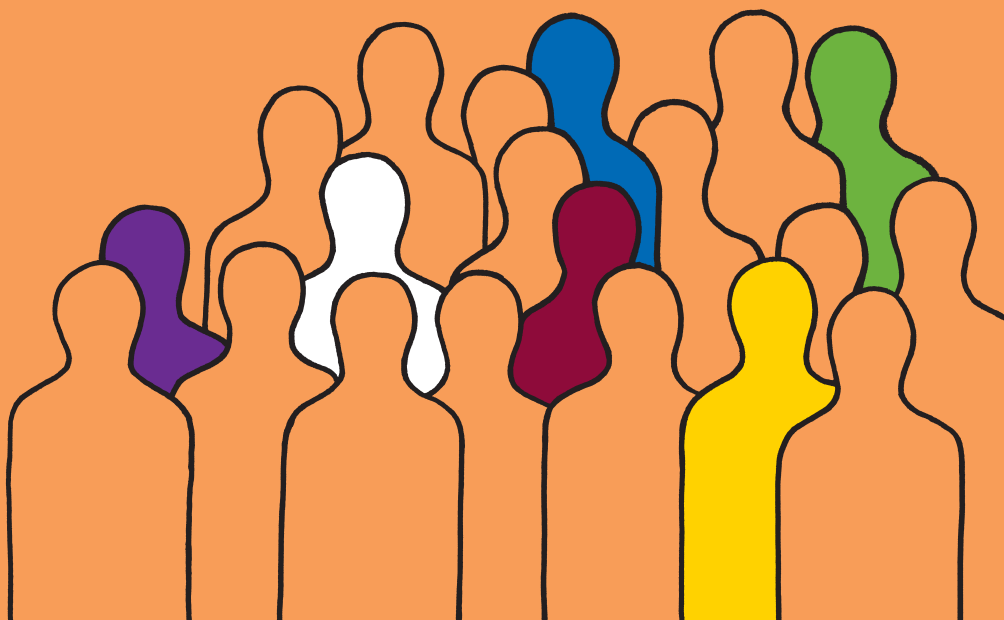


Helpu eich hun... i baratoi ar gyfer mynd yn hŷn

Nid yw hi byth yn rhy gynnar i ddechrau cynllunio ar gyfer mynd yn hŷn. Bydd y daflen hon yn rhoi ambell syniad i chi ynghylch beth y gallech chi fod â hawl iddo unwaith y byddwch chi'n cyrraedd oedran pensiwn y wladwriaeth.



1 Cyflwyniad

Mae incwm nifer o bobl yn gostwng wrth iddynt fynd yn hŷn a byddant un ai'n lleihau eu horiau gwaith neu'n dewis ymddeol, felly mae'n gwneud synnwyr dod o hyd i ffyrdd y gallwch chi godi eich incwm a lleihau eich gwariant cyn hynny. Peidiwch â cholli allan ar fudd-daliadau y gallech chi fod â hawl iddynt. Y ddau brif fath yw budd-daliadau prawf modd sy'n dibynnu ar eich incwm a'ch cynilion a budd-daliadau yn seiliedig ar gyfraniadau sy'n dibynnu ar eich cyfraniadau yswiriant gwladol.

Os oes gennych chi ddyled sydd wedi mynd allan o reolaeth, mynnwch gyngor. Gall eich Canolfan Cyngor ar Bopeth leol eich helpu i ymdrin â'ch ad-daliadau.

2 Hawlio pensiwn

Mae oedran pensiwn y wladwriaeth yn dibynnu ar eich dyddiad geni, ac mae'n newid. Mae'r oedran y gall menywod hawlio pensiwn y wladwriaeth yn codi'n raddol i 65 erbyn 6 Tachwedd 2018. Yna bydd yn codi i 66 ac yna i 68 ar gyfer dynion a menywod. Chwiliwch am 'oedran pensiwn y wladwriaeth' yn www.direct.gov.uk/cy i ganfod pryd y gallwch chi ymddeol.

Dylech fod wedi anfon ffurflen hawlio cyn i chi gyrraedd oedran pensiwn y wladwriaeth. Os nad ydych chi wedi talu digon o gyfraniadau yswiriant gwladol, efallai na chewch chi'r swm llawn. Ond mae ffyrdd eraill y gallech fod yn gymwys – mynnwch gyngor.

Gall y Gwasanaeth Pensiwn ddweud wrthyich chi faint gewch chi – ewch i 'Cael Rhagolwg Pensiwn y Wladwriaeth' yn www.direct.gov.uk/cy neu ffoniwch ☎0845 300 0168 (ffôn testun 0845 300 0169).

Os ydych chi wedi cyfrannu at unrhyw bensiynau galwedigaethol neu breifat, cysylltwch â darparwyr y cynllun i ganfod pryd y gallwch chi hawlio. Os na allwch chi ddod o hyd i'r gwaith papur i gyd, ewch i 'Gwasanaeth Olrhain Pensiynau' yn www.direct.gov.uk/cy neu ffoniwch ☎0845 600 2537 (Ffôn testun 0845 300 0169).

3 Help os byddwch chi'n parhau i weithio

Ni all eich cyflogwr eich gorfodi chi i ymddeol yn 65 bellach, oni bai fod ganddo reswm da iawn dros wneud hynny, er enghraifft, iechyd a diogelwch.

Os gwnaiff hynny, fe allech chi hawlio ichi gael eich diswyddo'n annheg neu hawlio gwahaniaethu ar sail oedran neu'r ddau – mynnwch gyngor gan eich Canolfan Cyngor ar Bopeth leol.

Gallwch hawlio pensiwn y wladwriaeth hyd yn oed pan fyddwch chi'n gweithio, yn ogystal ag unrhyw bensiynau galwedigaethol neu breifat sydd gennych chi. Cofiwch fod eich pensiynau'n drethadwy a byddant yn cyfrif fel incwm ar gyfer unrhyw fudd-daliadau prawf modd y byddwch chi'n eu hawlio.

Fe allech chi benderfynu eich bod yn gallu ymdopi ar eich incwm a gohirio hawlio pensiwn y wladwriaeth. Mae gwneud hyn yn golygu y byddwch chi'n cael cyfandaliad neu bensiwn uwch bob wythnos pan fyddwch chi yn hawlio yn y diwedd.

Os ydych chi'n gweithio dros 16 awr yr wythnos, ac os yw eich incwm yn ddigon isel, holwch Gyllid a Thollau Ei Mawrhydi i weld a allwch chi gael credyd treth gwaith. Os ydych chi wedi gohirio hawlio eich pensiwn, ni fyddwch chi'n ennill unrhyw bensiwn ychwanegol os byddwch chi'n hawlio credyd treth gwaith. Mynnwch gyngor gan eich Canolfan Cyngor ar Bopeth leol os nad ydych chi'n siŵr beth i'w wneud.

Gwiriwch eich slip cyflog i wneud yn siŵr nad ydych chi'n talu gormod o dreth, mae eich lwfans personol yn codi yn 65 mlwydd oed ac yn 75 mlwydd oed. Os ydych chi dros oedran pensiwn y wladwriaeth, nid oes rhaid i chi dalu yswiriant gwladol rhagor. Cyswllt:

- Cyllid a Thollau EM
- Taxaid ar ☎0345 120 3779 neu ewch i www.taxaid.org.uk
- Help gyda threth i bobl hŷn ar ☎0845 601 3321 neu ewch i www.taxvol.org.uk.

4 Help os ydych chi ar incwm isel

Gallech hawlio'r isod os yw eich incwm yn ddigon isel, pa un a ydych chi'n gweithio ai peidio:

- **Credyd pensiwn** – mae hwn yn fudd-dal prawf modd sy'n cynnwys credyd gwarant a chredyd cynilion. Gallech gael un ohonynt, neu'r ddau, yn dibynnu ar eich amgylchiadau. Os ydych chi wedi gohirio eich pensiwn, ni fyddwch chi'n ennill unrhyw bensiwn ychwanegol os byddwch chi'n hawlio credyd pensiwn. Mynnwch gyngor gan eich Canolfan Cyngor ar Bopeth leol os nad ydych chi'n siŵr beth i'w wneud.
 - **Gwarant credyd** – os ydych chi neu eich partner wedi cyrraedd oedran pensiwn y wladwriaeth ar gyfer menyw o'r un oedran a chi. Gall hyn gynnwys help gyda chostau cartref, er enghraifft, taliadau llog morgais. Ond holwch a allwch chi hawlio ar unrhyw yswiriant diogelu morgais sydd gennych chi.
 - **Credyd cynilion** – os ydych chi neu eich partner yn 65 oed neu drosodd ac yn cael incwm o fewn terfynau penodol.
- **Budd-dal tai** – help gyda'ch rhent.
- **Budd-dal y dreth gyngor** – help gyda'ch treth gyngor.
- **Cymorth y dreth** – help gyda'ch ardrethi yng Ngogledd Iwerddon.
- **Gostyngiad yn y dreth gyngor** – os ydych chi'n byw ar eich pen eich hun neu os ydych chi'n anabl.
- **Ad-daliad treth** – os ydych chi'n byw ar eich pen eich hun neu os ydych chi'n anabl yng Ngogledd Iwerddon.
- **Taliadau tai yn ôl disgrisiwn** – help ychwanegol gyda budd-daliadau tai a'r dreth gyngor mewn amgylchiadau eithriadol.
- **Credyd treth plant a budd-dal plant** – os ydych chi'n magu plant.
- **Taliadau'r gronfa gymdeithasol** – benthyciadau a grantiau i helpu gyda chostau untro. Mae hyn yn cynnwys taliadau angladd (gweler tudalen 7).
- **Help gyda chostau iechyd** – help gyda chostau deintyddol, sbectol a theithio i ysbyty i gael triniaeth. Mae pawb yn cael archwiliadau deintyddol am ddim yn yr Alban ac maent am ddim i bawb dros 60 oed yng Nghymru.

Mae gan bob budd-dal ei reolau ei hun. Gweler cysylltiadau defnyddiol ar dudalen 9 ar gyfer hawlio.

5 Help os ydych chi'n sâl neu'n anabl

Os ydych chi o dan oed pensiwn y wladwriaeth ac yn methu gweithio oherwydd afiechyd, fe allech chi hawlio Lwfans Cyflogaeth a Chymorth (ESA) os ydych chi wedi talu digon o yswiriant gwladol neu os yw eich incwm a'ch cynilion yn ddigon isel. Rhaid i chi basio prawf meddygof hefyd.

Os ydych chi o dan 65 oed ac yn anabl, efallai y gallwch hawlio Lwfans Byw i'r Anabl (DLA). Mae yna ddwy ran iddo – yr elfen symudedd os ydych chi'n cael anhawster mynd o gwmpas yn yr awyr agored a'r elfen ofal os oes angen help arnoch chi i ofalu amdanoch eich hun gartref, gyda phethau fel ymolchi a gwisgo. Gallech gael un ohonynt, neu'r ddau, yn dibynnu ar eich amgylchiadau. Os ydych chi dros 65 oed ac yn anabl, gallwch hawlio lwfans gweini (AA). Mae hwn yn debyg i Lwfans Byw i'r Anabl ond ni allwch gael unrhyw help gyda symudedd. Nid yw Lwfans Byw i'r Anabl na Lwfans Gweini yn drethadwy, a gellir eu talu ar ben unrhyw fudd-daliadau eraill yr ydych chi'n eu derbyn. Gallwch hawlio os ydych chi'n gweithio ai peidio, waeth beth yw eich incwm.

Os ydych chi'n gofalu am rywun sy'n cael Lwfans Byw i'r Anabl neu Lwfans Gweini, fe allech chi gael lwfans gofalu os ydych chi o dan oedran pensiwn y wladwriaeth. Gallwch hefyd ofyn am asesiad o anghenion gofaluwr gan eich cyngor lleol.

Os ydych chi'n anabl, gofynnwch i'ch cyngor lleol am:

- y cynllun bathodyn glas sy'n caniatáu i chi barcio mewn ardaloedd cyfyngedig a manau parcio i'r anabl am ddim fel arfer – ewch i www.direct.gov.uk/cy (www.nidirect.gov.uk yng Ngogledd Iwerddon)
- teithio am ddim ar fysiau a chynlluniau cludiant eraill
- gofal nyrsio am ddim i bob oedran a gofal personol am ddim i rai 65 oed, yn yr Alban yn unig
- cymhorthion ac addasiadau sy'n eich helpu chi i ymdopi gartref
- gostyngiad yn y dreth gyngor i bobl anabl neu, yng Ngogledd Iwerddon, lwfans ardrethi i bobl anabl
- grantiau cyfleusterau i'r anabl i wneud gwelliannau i'ch cartref a fydd yn eich helpu chi i fyw yn annibynnol neu, yn yr Alban, Cynllun Cymorth. Yng Ngogledd Iwerddon, cysylltwch â'r Weithrediaeth Dai www.nihe.gov.uk.

Gweler cysylltiadau defnyddiol ar dudalen 9 ar gyfer hawlio.

6 Help gyda biliau tanwydd

- Gwnewch yn siŵr eich bod yn cael y fargen orau gan eich cyflenwr ynni. Os ydych chi'n byw yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban ac os ydych chi'n anabl neu dros oedran pensiwn, holwch am y Gofrestr Gwasanaeth Blaenoriaeth i gael help i ddarllen mesuryddion ac archwiliadau diogelwch nwy blynyddol am ddim.
- Holwch a fyddai'n rhatach i chi newid cyflenwyr. Cyswllt:
 - Cyswllt Defnyddwyr ☎0845 404 0505 neu ewch i www.consumerfocus.org.uk/wales/cy yng Nghymru a Lloegr.
 - Llinell Ynni Cartref ☎0800 512 012 neu ewch i www.homeenergyscotland.org.uk yn yr Alban,
 - Cyngor Defnyddwyr ☎0300 123 6262 neu ewch i www.consumercouncil.org.uk yng Ngogledd Iwerddon.
- Cadwch y gwres i mewn. Y prif gynlluniau am grantiau inswleiddio, atal drafftiau a gwresogi yw Ffrynt Cynnes yn Lloegr, rhaglen Nyth yng Nghymru, Y Pecyn Cymorth Ynni yn yr Alban a Chartrefi Cynnes.
- Arbedwch ynni. Ewch i www.est.org.uk/wales neu ffoniwch ☎0800 512 012 am awgrymiadau arbed ynni.

Mae'r Taliadau Tanwydd Gaeaf yn daliad di-dreth a roddir bob gaeaf i helpu gyda chostau gwresogi. Dylai'r rhan fwyaf o bobl sydd wedi cyrraedd oedran pensiwn y wladwriaeth ei gael yn awtomatig – mae'n cael ei dalu'n syth i'ch cyfrif banc fel rheol. Mae pobl 80 oed neu drosodd yn cael swm uwch. Dim ond os nad ydych chi'n cael unrhyw fudd-daliadau gan y wladwriaeth ac os nad ydych chi wedi derbyn taliad o'r blaen y bydd angen i chi hawlio.

Os ydych chi'n cael budd-daliadau prawf modd penodol, fe allech chi hefyd gael Taliad Tywydd Oer os bydd y tymheredd yn gostwng o dan isafswm am nifer benodol o ddiwrnodau. Telir hwn yn awtomatig os ydych chi'n gymwys.

7 Help pan fydd rhywun yn marw

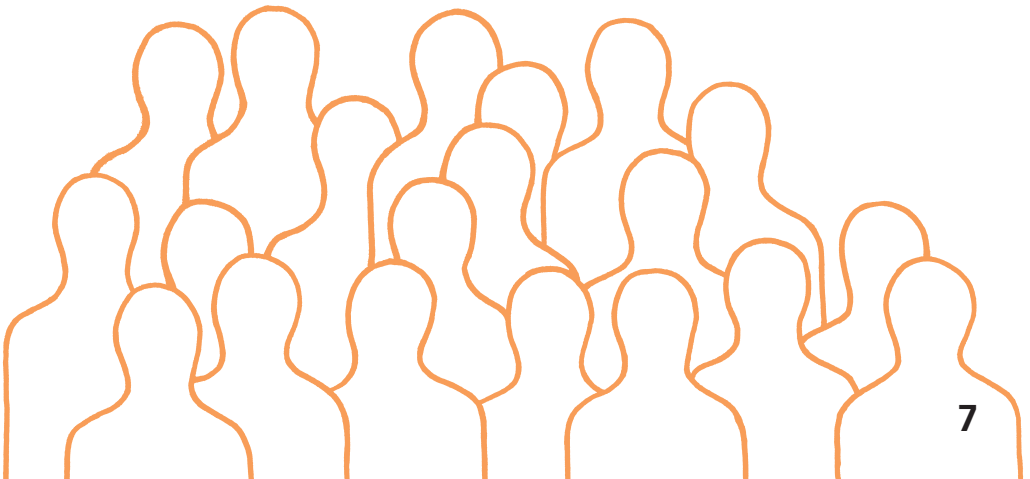
Os ydych chi eisoes wedi cyrraedd oedran pensiwn y wladwriaeth, yn gyffredinol, ni allwch chi hawlio budd-daliadau profedigaeth os bydd eich gŵr, eich gwraig neu eich partner sifil yn marw. Ond os ydych chi o dan oed pensiwn y wladwriaeth, cysylltwch â Gwasanaeth Profedigaeth yr Adran Gwaith a Phensiynau neu swyddfa eich Canolfan Byd Gwaith leol i weld a allwch chi gael:

- taliad profedigaeth – cyfandaliad untro
- lwfans profedigaeth – budd-dal wythnosol sy'n daladwy am 52 wythnos
- lwfans rhiant gweddw – budd-dal wythnosol os oes gennych chi blant dibynnol.

Holwch a allwch chi gael unrhyw fudd-daliadau prawf modd eraill nawr – mynnwch gyngor.

Tua £3,091* yw cost gyfartalog angladd. Os ydych chi'n cael budd-dal prawf modd fel credyd pensiwn neu fudd-dal tai a budd-dal y dreth gyngor, fe allech chi gael help gyda chostau angladd o'r Gronfa Gymdeithasol. Gall taliad angladd gan y Gronfa Gymdeithasol helpu gyda chostau hanfodol angladd ond ni fydd yn talu'r holl gostau. Nid oes yn rhaid i chi ei dalu yn ôl eich hun, er bod modd ei adennill o ystâd y sawl sydd wedi marw. Rhaid i'r Ganolfan Byd Gwaith dderbyn ei bod yn rhesymol mai chi sy'n gyfrifol am yr angladd ac nad oes unrhyw un arall a ddylai fod yn talu amdano.

* ffynhonnell: Sun Life Direct, Cost of Dying Survey 2011 www.sunlifedirect.co.uk/assets/FinalMatters.html



8 Help arall

Pan fyddwch chi'n cyrraedd oedran pensiwn y wladwriaeth (a throsodd), mae help arall a allai fod ar gael i chi:

- tocyn bws am ddim – holwch eich cyngor lleol pa oedran sydd angen i chi fod. Yn yr Alban, mae'r Cerdyn Hawl Cenedlaethol yn caniatáu i bobl dros 60 deithio am ddim ar fysiau. Yng Ngogledd Iwerddon, mae'r 60+ SmartPass yn caniatáu teithio ar gludiant cyhoeddus am ddim ac mae'r Senior SmartPass yn caniatáu i bobl dros 60 oed deithio ar gludiant cyhoeddus am ddim hyd a lled Iwerddon.
- cerdyn trê'n i bobl hŷn a chonsesiynau teithio eraill.
- pan fyddwch chi'n cyrraedd 60 oed, mae presgripsiynau i'w cael am ddim yn Lloegr. Mae presgripsiynau eisoes i'w cael am ddim yng Nghymru, yr Alban a Gogledd Iwerddon.
- Mae profion llygaid i'w cael am ddim pan fyddwch chi'n cyrraedd 60 oed yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon. Yn yr Alban, mae profion llygaid am ddim i bawb.
- Trwydded deledu am ddim yn 75 oed.
- Medrwyd gael pasbort am ddim os cawsoch eich geni ar neu cyn 2 Medi 1929.

Cadwch eich llygaid ar agor am fynediad gostyngedig i gyfleusterau hamdden yn ogystal â chonsesiynau eraill sy'n gysylltiedig ag oedran.

9 Gofynnwch am help

Mae gan Adviceguide lawer mwy o wybodaeth am gyrraedd oedran pensiwn y wladwriaeth, y budd-daliadau y mae'n bosib i chi eu hawlio a sut i reoli eich arian, gan gynnwys taflenni gwybodaeth ac offer cyllidebu ar-lein – ewch i www.adviceguide.org.uk/CY/wales. Gallwch hefyd ddod o hyd i'ch canolfan CAB agosaf os oes angen rhagor o help neu gyngor arnoch.

10 Manylion cyswllt defnyddiol (holwch beth yw'r cyfraddau cyn deialu)

Mae rhifau minicom a ffôn testun ar gyfer pobl sy'n cael anhawster clywed neu siarad yn glir.

Cael cyngor

Age UK www.ageuk.org.uk

gwybodaeth a chngor ynghylch budd-daliadau, gofal a gwahaniaethu wrth fynd yn hŷn

Cyngor Age UK: ☎0800 169 6565

Age Scotland www.ageuk.org.uk/scotland

Llinell Gymorth Age Scotland: ☎0845 125 9732

Age NI www.ageuk.org.uk/northern-ireland

Cyngor Age NI: ☎0808 808 7575

Cyngor Cyfreithiol Cymunedol www.direct.gov.uk/cy

help cyfreithiol rhad ac am ddim, chwilio am gynghorydd, cyfrifiannell cymorth cyfreithiol (Cymru a Lloegr yn unig)

Llinell Gymorth: ☎0845 345 4345

Minicom: 0845 609 6677

Bwrdd Cymorth Cyfreithiol yr Alban www.slab.org.uk

help i ddod o hyd i gymorth cyfreithiol am ddim

Llinell Gymorth: ☎0845 122 8686

Cymdeithas y Cyfreithwyr yn yr Alban www.lawscot.org.uk

help i ddod o hyd i dwrnai sy'n arbenigo mewn materion cleientiaid hŷn

Ffôn: ☎0131 226 7411

Cymdeithas y Cyfreithwyr yng Ngogledd Iwerddon

www.lawsoc-ni.org

Gwybodaeth ar-lein am bensynau a chynllunio ar gyfer ymddeol, sut i hawlio budd-daliadau, marwolaeth a phroffedigaeth

Directgov www.direct.gov.uk/cy

nidirect www.nidirect.gov.uk

Cyngor am fudd-daliadau i bobl dros 60 oed (Gogledd Iwerddon):

☎0800 232 1271

Hawlio budd-daliadau

Budd-daliadau profedigaeth a thaliadau angladd y Gronfa Gymdeithasol

Gwasanaeth Profedigaeth yr Adran Gwaith a Phensiynau: ☎0845 606 0275
Ffôn testun: 0845 606 0295

Linell gymorth lwfans gofalwyr: ☎0845 608 4321

Ffôn testun: 0845 604 5312

Linell ymholiadau budd-daliadau lwfans byw i'r anabl/lwfans gweini:

☎0800 882 200

Ffôn testun: 0800 243 355

Lwfans cyflogaeth a chymorth

Linell hawlio budd-daliadau: ☎0800 012 1888 (Cymru, Lloegr, yr Alban)

Ffôn testun: 0800 023 4888

Linell hawlio budd-daliadau: ☎0800 085 6318 (Gogledd Iwerddon)

Ffôn testun: 0800 328 3419

Linell gymorth costau iechyd: ☎0845 850 1166

Credyd pensiwn

Linell hawlio budd-daliadau: ☎0800 991 234 (Cymru, Lloegr, yr Alban)

Ffôn testun: 0800 169 0133

Linell hawlio budd-daliadau: ☎0808 100 6165 (Gogledd Iwerddon)

Ffôn testun: 0808 100 1165

Linell gymorth credyd treth: ☎0845 302 1489

Ffôn testun: 0345 300 3909

Linell Gymorth Taliadau Tanwydd Gaeaf: ☎0845 915 1515

Ffôn testun: 0845 601 5613

Treth

Llinell Gymorth Cyllid a Thollau EM: ☎0845 302 1489

Ffôn testun: 0845 302 1408

Arbed ynni a'r grantiau sydd ar gael

Pecyn Cymorth Ynni yn yr Alban www.energyassistancepackage.com

Llinell Ynni Cartref yr Alban: ☎0800 512 012

Rhaglen Nyth yng Nghymru www.nestwales.org.uk/cym

Llinell Gymorth: ☎0800 512 012

Ffrynt Cynnes yn Lloegr www.direct.gov.uk/warmfront

Llinell Gymorth: ☎0800 316 2805

Y Cynllun Cartrefi Cynnes yng Ngogledd Iwerddon

www.warm-homes.com

Llinell Gymorth: ☎0800 988 0559

Arian/dyled

Gwasanaeth Cyngori Ariannol www.moneyadviceservice.org.uk

offer rhyngweithiol, gwybodaeth a thafleenni

Llinell Gymorth: ☎0300 500 5000

Typetalk: 18001 0300 500 5000

Llinell Ddyled Genedlaethol www.nationaldebtline.co.uk

Llinell i gael cyngor annibynnol rhad ac am ddim ynghylch dyled:

☎0808 808 4000



Ein hegwyddorion

Mae'r gwasanaeth Cyngor ar Bopeth yn darparu cyngor annibynnol, cyfrinachol a diduedd i bawb ynghylch eu hawliau a'u cyfrifoldebau, a hynny'n rhad ac am ddim.

Rydym yn gwerthfawrogi amrywiaeth, yn hyrwyddo cydraddoldeb ac yn herio gwahaniaethu.

Ein nodau

- Rhoi'r cyngor angenrheidiol i bobl ar gyfer y problemau y maent yn eu hwynebu.
- Gwella'r polisiau a'r arferion sy'n effeithio ar fywydau pobl.

Noddwyd y daflen hon gan Sun Life Direct

Fel prif ddarparwr* yswiriant bywyd i bobl dros 50 oed, mae gan Sun Life Direct ddealltwriaeth drylwyr o anghenion a phryderon ei gwsmeriaid. Rydym yn falch o gefnogi Cyngor ar Bopeth i ddarparu'r wybodaeth werthfawr hon i'ch helpu chi i gynllunio ar gyfer mynd yn hŷn www.sunlifedirect.co.uk

*Y cynllun yswiriant gydol oes gyda sicrwydd y cewch eich derbyn mwyaf poblogaidd sy'n cael ei brynu'n uniongyrchol. ABI statistics Q1-Q2 2011



A part of 

Cyhoeddwyd gan Citizens Advice

Myddelton House
115-123 Pentonville Road
London N1 9LZ

Ffon: 020 7833 2181
www.adviceguide.org.uk/CY/wales
www.citizensadvice.org.uk

Chwefror 2012
Cyngor ar Bopeth yw enw gweithredol Cymdeithas Genedlaethol y Canolfannau Cyngor ar Bopeth.
Rhif cofrestru'r elusen 279057