

Cyngor Age Cymru: Sut allwn ni helpu?



Age Cymru ydym ni.

Age Cymru yw'r elusen arweiniol ar gyfer pobl hŷn yng Nghymru. Rydym yn ymgyrchu, ymchwilio a chodi arian, i sicrhau ein bod yn creu bywyd gwell i bobl hŷn. Rydym yn sicrhau bod lleisiau pobl hŷn yn cael eu clywed, rydym yn herio ac yn newid agweddau, rydym yn brwydro yn erbyn gwahaniaethu lle bynnag y daw i'n rhan ac rydym yn mynd i'r afael â phob math o gam-drin pobl hŷn.

Age Cymru

Tŷ Mariners

Llys Trident

Heol East Moors

Caerdydd CF24 5TD

www.agecymru.org.uk

Mae Age Cymru yn rhan o rwydwaith Age UK, sydd hefyd yn cynnwys Age NI ac Age Scotland. Hefyd, mae gennym bartneriaid Age Cymru lleol ledled Cymru.

Paratowyd y daflen wybodaeth hon gan Age Cymru ac Age UK ac mae'n cynnwys gwybodaeth gyffredinol yn unig ar ystod o ganllawiau gwybodaeth a thafleini ffeithiau a fydd, rydym yn gobeithio, yn ddefnyddiol i chi. Ni ddylid dehongli unrhyw beth yn y daflen hon fel cyngor penodol ac ni ddylid dibynnu arni fel sail i wneud penderfyniad na chymryd unrhyw gamau. Nid yw Age Cymru, Age UK, nac unrhyw un o'u cwmnïau neu elusennau ategol, yn derbyn unrhyw atebolrwydd a ddaw o'i defnydd. Ein nod yw sicrhau bod yr wybodaeth mor gyfredol a chywir â phosib, ond cofiwch fod rhai meysydd penodol yn newid o bryd i'w gilydd.

Dyddiad y cyhoeddiad: Chwefror 2021 © Age Cymru 2021

Cyflwyniad

Cyngor Age Cymru: ein gwasanaeth gwybodaeth a chyngor ar faterion sy'n effeithio ar bobl dros 50 oed yng Nghymru

Mae Cyngor Age Cymru yn ymrwymedig i fod y gwasanaeth gwybodaeth a chyngor mwyaf blaenllaw ar gyfer pobl hŷn yng Nghymru. Ein nod yw darparu gwybodaeth a chyngor effeithiol, hygyrch, o ansawdd uchel, tra'n cynnig gwasanaeth di-dâl, diduedd a chyfrinachol ar yr un pryd. Gall Cyngor Age Cymru roi cymorth i'r bobl hŷn eu hunain, aelodau o'r teulu, gofalwyr neu weithwyr proffesiynol.

Ein llinell gyngor

Os ydych chi eisiau siarad ag un o'n cyngorwyr arbenigol, yn Gymraeg neu Saesneg, yna ffoniwch ni ar **0300 303 44 98**. Mae ein llinell gyngor ar agor rhwng 9yb a 4yh, dydd Llun i ddydd Gwener.

Gallwch anfon e-bost atom hefyd i cyngor@agecymru.org.uk neu ewch i'n gwefan, sef www.agecymru.org.uk/advice

Cymorth Lleol

Mae Cyngor Age Cymru yn ymddwyn fel llwybr at ein gwasanaethau lleol hefyd. Mae'n bosib bod cymorth wyneb yn wyneb ar gael, trwy gyfrwng swyddfeydd lleol ac ymweliadau cartref, i bobl sydd angen cymorth ychwanegol neu fwy arbenigol.

Cyhoeddiadau am ddim

Mae Age Cymru, mewn partneriaeth ag Age UK, yn paratoi amrywiaeth o ganllawiau gwybodaeth a thafleuni ffeithiau am ddim, sy'n rhoi cyngor defnyddiol ar bynciau sy'n effeithio ar bobl dros 50 oed. Mae ein canllawiau'n rhoi trosolwg o bwnc penodol, tra mae ein tafleuni ffeithiau yn rhoi gwybodaeth fwy manwl. P'un ai mai chi sydd angen yr wybodaeth, neu berthynas neu'r person rydych yn gofalu amdano, fe fydd ein hamrywiaeth o gyhoeddiadau'n eich helpu chi ddod o hyd i'r atebion rydych chi'n chwilio amdanynt.

**I gysylltu â Chyngor
Age Cymru, ffoniwch
0300 303 44 98 neu ewch
i [www.agecymru.org.uk/
advice](http://www.agecymru.org.uk/advice)**

Canllawiau gwybodaeth

Mae ein canllawiau am ddim, o faint hylaw, yn llawn dop o wybodaeth fanwl gywir a chyfoes, i helpu pobl fynd i'r afael â'r sialensiau a ddaw i'w rhan wrth dyfu'n hŷn.

Mae'r canllawiau'n cynnwys sawl pwnc megis:

- Iechyd a Lles
- Profedigaeth
- Gofal Cymdeithasol
- Incwm a Budd-daliadau
- Tai
- Materion Cyfreithiol a Defnyddwyr
- a llawer mwy

Sut i archebu

- Ffoniwch Gyngor Age Cymru ar **0300 303 44 98**
- Anfonwch e-bost i Gyngor Age Cymru ar **cyngor@agecymru.org.uk**
- Ewch i **www.agecymru.org.uk/advice** i ddarllen neu lawr lwytho'r ystod lawn
- Llenwch y ffurflen archebu yng nghanol y daflen hon

Taflenni gwybodaeth

Mae ein taflenni gwybodaeth yn rhoi gwybodaeth fwy manwl am broblemau penodol ac weithiau cymhleth, i'r rhai hynny sydd angen mwy o fanylder.

Oherwydd ein bod ni'n adolygu a diweddarau ein llyfrgell o dros 80 o gyhoeddiadau yn gyson, rydym yn argymhell eich bod yn cysylltu â ni ar **0300 303 44 98** neu ar **cyngor@agecymru.org.uk** neu ewch i **www.agecymru.org.uk/advice** i weld y rhestr fwyaf diweddar a chyfoes o adnoddau ysgrifenedig.

**P'un ai mai chi sydd
angen yr wybodaeth,
neu berthynas, neu
rywun rydych chi'n
gofalu amdano, bydd
ein cyhoeddiadau'n eich
helpu i ddod o hyd i'r
atebion rydych yn chwilio
amdanynt.**
