



Mae gennym lawer o wahanol ffyrdd y gallwn gyfathrebu â chi

Os hoffech Braille, Iaith Arwyddion Prydain, ebyst, dolen glyw, cyfieithiadau, print bras, sain neu rywbeth arall, ffoniwch ni ar **0800 121 4600** neu Ffôn testun **0800 121 4523** a dweud wrthym beth sydd eu hangen arnoch.

Mae galwadau i rifau 0800 am ddim o ffonau symudol a llinellau daear.

Trin pobl yn deg

Rydym wedi ymrwymo i Ddeddf Cydraddoldeb 2010 ac i drin pobl yn deg. I ddarganfod mwy am y gyfraith hon, chwiliwch am 'Cydraddoldeb' ar www.gov.uk

Llenwi'r ffurflen hon

Beth sydd angen i chi ei wneud:

- defnyddio'r ffurflen hon i wneud cais am Lwfans Byw i'r Anabl ar gyfer plentyn o dan 16 oed
- gallwch hefyd gael ffurflen gais wedi ei hanfon atoch trwy ffonio **0800 121 4600**
- cyn i chi llenwi'r ffurflen gais hon, cymerwch ychydig funudau i ddarllen y llyfryn gwybodaeth sy'n dod â'r ffurflen hon. Mae'n cynnwys gwybodaeth bwysig ac yn helpu i egluro rhai o'r cwestiynau rydym yn eu gofyn i chi a pham rydym yn eu gofyn
- os byddwch yn llenwi'r ffurflen hon drwy ddefnyddio darllynydd PDF ar gyfrifiadur neu liniadur, gallwch gadw'r data rydych yn teipio mewn i'r ffurflen fel nad oes rhaid ei chwblhau mewn un sesiwn. Pan fyddwch wedi gorffen bydd rhaid i chi argraffu'r ffurflen gais a'i hanfon atom. Gallwch hefyd argraffu'r ffurflen a'i chwblhau â llaw
- os llenwch y ffurflen hon gan ddefnyddio pen, defnyddiwch **inc du**
- os ydych yn cael trafferth llenwi'r ffurflen hon, gofynnwch am help. Gallwch ofyn i berthynas, ffrind neu rywun mewn canolfan gynghori i'ch helpu ond **bydd rhaid i chi lofnodi'r ffurflen eich hun, os gallwch**
- a fyddech cystal ag ateb pob cwestiwn mor llawn â phosibl, ac anfon yr holl ddogfennau rydym wedi gofyn amdanynt. Os na fyddwch yn rhoi'r holl wybodaeth y gofynnwn amdani, gallai achosi oedi â'ch cais. I gael rhagor o wybodaeth am ba dystiolaeth y mae angen i chi ei hanfon atom, gwelwch **dudalen 7** o'r llyfryn gwybodaeth.

Rheolau Arbennig

Mae gennym reolau arbennig ar gyfer plant sy'n nesau at ddiwedd oes ac ni ddisgwylir iddynt fyw yn fwy na 12 mis arall.

I gael gwybod mwy am Reolau Arbennig, darllenwch **dudalen 5** y llyfryn gwybodaeth.

01 A ydych yn gwneud cais am blentyn o dan y rheolau arbennig?

Na **Ewch i gwestiwn 2**

Ydw Nid oes rhaid i chi ateb y cwestiynau gofal sydd rhwng cwestiynau 54 i 72.



Er mwyn ein helpu i ymdrin â'r cais cyn gynted â phosibl, mae'n bwysig eich bod yn anfon ffurflen SR1 am gyflwr meddygol y plentyn atom. Gallwch gael y ffurflen gan feddyg neu arbenigwr y plentyn. Ni fydd rhaid i chi dalu amdano. Gall derbynnydd y meddyg, nyrs neu weithiwr cymdeithasol ei drefnu ar eich cyfer.

Os nad ydych wedi cael ffurflen SR1 erbyn i chi lenwi'r ffurflen gais, anfonwch y ffurflen gais beth bynnag. Os arhoswch efallai y bydd taliadau'r plentyn yn cael eu gohirio. Anfonwch yr ffurflen SR1 cyn gynted ag y gallwch neu ofyn i'ch meddyg neu arbenigwr ei anfon atom ar eich rhan.

Y plentyn

Defnyddiwch LYTHRENNAU BRAS wrth gwblhau enwau'r plentyn.

02 Eu cyfenw neu enw teuluol

03 Pob un o'u henwau eraill yn llawn

04 Unrhyw enwau eraill

05 Eu rhif Yswiriant Gwladol

Mae hwn yr un peth â'u rhif Cyfeirnod Plentyn. Gweler tudalen 8 o'r nodiadau.

06 Eu dyddiad geni

DD/MM/BBBB

07 Eu rhyw

Gwryw

Benyw

08 Eu cyfeiriad cartref

Ble mae'r plentyn fel arfer yn byw

Cod post

09 Eu cenedligrwydd

Er enghraifft, Prydeinig, Sbaenaidd, Twrcaidd.

10 Os yw'r plentyn yn Ardal Economaidd y Swistir neu Ewropeaidd (AEE) wladolyn yr, a oeddent yn byw yn y Deyrnas Unedig (DU) cyn 1 Ionawr 2021?

Y DU yw Lloegr, yr Alban, Cymru a Gogledd Iwerddon

Na

Ydy

Ddim yn gwybod

11 A yw'r plentyn fel arfer yn byw yng Nghymru neu Loegr?

Na Byddwn yn cysylltu â chi am hyn.

Ydy

12 A yw'r plentyn wedi symud o'r Alban i fyw yng Nghymru neu Loegr ers 1 Gorffennaf 2021?

Na Ewch i gwestiwn 15

Ydy

13 Pa ddyddiad gwnaeth y plentyn symud i fyw yng Nghymru neu Loegr?

DD/MM/BBBB

14 A yw'r plentyn yn cael neu a ydynt wedi gwneud cais am Daliad Anabledd Plant?

Na

Ydy

15 A yw'r plentyn wedi symud o wlad arall yn ystod y 3 blynedd diwethaf i fyw ym Mhrydain Fawr?

Prydain Fawr yw Cymru, Lloegr, a'r Alban

Na Ewch i gwestiwn 17

Ydy

16 Pa ddyddiad gwnaethant gyrraedd ym Mhrydain Fawr?

DD/MM/BBBB

17 Rhowch rif pasbort y plentyn, os rydych yn ei wybod

Mynd dramor

18 A yw'r plentyn wedi bod dramor yn ystod y 3 blynedd diwethaf?

Mae dramor yn golygu treulio amser dramor y tu allan i Brydain Fawr. Prydain Fawr yw Cymru, Lloegr, a'r Alban. Er enghraifft, teithio'n aml am wyliau neu i ymweld â theulu a ffrindiau dramor.

Na **Ewch i gwestiwn 19**

Ydy

Dywedwch wrthym am bob amser y mae'r plentyn wedi bod dramor yn ystod y 3 blynedd diwethaf. Os na wnewch, bydd yn gohirio'ch cais.

Dyddiad gwnaethant adael Prydain Fawr DD/MM/BBBB	Dyddiad gwnaethant gyrraedd yn ôl ym Mhrydain Fawr DD/MM/BBBB	Ble aethant?	Pam aethant?

Os nad oes digon o le, dywedwch wrthym yng **ngwestiwn 89** 'Mwy o wybodaeth'. Os oes angen i chi ddefnyddio tudalen o bapur ar wahân, ysgrifennwch enw llawn a rhif Yswiriant Gwladol y plentyn ar bob tudalen o bapur a llofnodwch a dyddio pob dalen a ddefnyddiwch.

Budd-daliadau gwladwriaeth yn yr Ardal Economaidd Ewropeaidd neu'r Swistir

19 A yw'r rhiant neu warchodwr y plentyn yn cael unrhyw bensiynau neu fudd-daliadau oddi wrth wladwriaeth yn yr Ardal Economaidd Ewropeaidd (AEE) neu oddi wrth y Swistir?

Na

Ydy

Ddim yn gwybod

Os ydych wedi ateb Ydy neu Ddim yn gwybod, byddwn yn cysylltu â chi am hyn.

20 A yw rhiant neu warchodwr y plentyn yn gweithio mewn neu'n talu yswiriant i wladwriaeth yn yr AEE neu i'r Swistir?

Mae yswiriant yn golygu cyfraniadau gwaith, fel Yswiriant Gwladol yn y DU

Na

Ydy

Ddim yn gwybod

Os ydych wedi ateb Ydy neu Ddim yn gwybod, byddwn yn cysylltu â chi am hyn.

Amser mewn ysbyty, hosbis, ysgol breswyl, neu lety tebyg arall

21 A yw'r plentyn mewn ysbyty ar hyn o bryd?

Na **Ewch i gwestiwn 22**

Ydy

Rhowch y dyddiad aethant i mewn
DD/MM/BBBB

Rhowch enw a chyfeiriad llawn yr ysbyty.

Cod post

Rhif ffôn yr ysbyty.

Pam aethant i mewn?

A yw'r GIG yn talu eu costau aros?

Na

Ydy

22 A yw'r plentyn wedi cael unrhyw arosiadau dros nos mewn hosbis, coleg preswyl, neu lety tebyg yn ystod y 12 mis diwethaf?

Er enghraifft, cartref gofal preswyl, ysgol breswyl, neu lety tebyg

Na **Ewch i gwestiwn 23**

Ydy

Rhowch y dyddiad aethant i mewn a'r dyddiad daethant allan.

DD/MM/BBBB

I mewn

Allan

Rhowch enw a chyfeiriad llawn y llety.

Cod post

Rhif ffôn y llety, os ydych yn ei wybod.

Dywedwch wrthym am unrhyw arosiadau yn ystod y 12 mis diwethaf yng **ngwestiwn 89**.

A wnaeth unrhyw un o'r canlynol dalu unrhyw rai o'r costau tuag at fyw yno?

Awdurdod lleol

Awdurdod iechyd

Adran o'r llywodraeth

Enw'r awdurdod neu'r adran

GIG

Dim un o'r rhain

Gweithwyr iechyd proffesiynol neu gymorth arbenigol y plentyn

I'n helpu i ddeall sut mae cyflwr iechyd neu anableddau'r plentyn yn effeithio ar eu bywyd o ddydd i ddydd, efallai y byddwn yn cysylltu â gweithwyr iechyd proffesiynol y plentyn am ragor o wybodaeth am eu hanawsterau.

Er enghraifft, meddyg ysbyty, ymgynghorydd, nyrs, therapydd galwedigaethol, ffisiotherapydd, seicolegydd addysg, gweithiwr cymdeithasol neu weithiwr cymorth. Bydd hyn yn ein helpu i wneud penderfyniad ar eich cais yn gyflymach.

23 A yw'r plentyn wedi cael neu a yw ar fin cael unrhyw asesiadau gan weithiwr iechyd proffesiynol neu arbenigwr i helpu i wneud diagnosis, rheoli, neu fonitro eu cyflwr iechyd neu anableddau?

Mae 'asesiadau gweithwyr iechyd proffesiynol' yn golygu: awdiogram, sgan MRI, therapi lleferydd, datblygiad gwybyddol neu brawf IQ neu rywbeth arall

Na **Ewch i gwestiwn 24**

Ydy

Dywedwch wrthym os yw'r plentyn yn aros am apwyntiad asesu.

Dyddiad a math o brawf	Beth gwnaeth y prawf ei ddangos?	A ydynt yn aros am ganlyniadau
Enghraifft Mehafin 2016 prawf golwg.	Mae angen iddynt weld meddyg ysbyty	<input type="checkbox"/> Na <input type="checkbox"/> Ydy
		Na Ydy
		Na Ydy
		Na Ydy
		Na Ydy

24 A oes gennych unrhyw lythyrau neu adroddiadau asesu am gyflyrau iechyd neu anableddau'r plentyn?

Gall y rhain fod gan weithwyr iechyd proffesiynol neu arbenigwyr sy'n helpu'r plentyn i reoli eu cyflwr iechyd neu eu hanableddau. Er enghraifft, meddygon, ymwelwyr iechyd neu therapyddion galwedigaethol a chynghorwyr neu weithwyr cymorth.

Na **Ewch i gwestiwn 25**

Oes

Dywedwch wrthym pa adroddiadau sydd gennych. Er enghraifft, adroddiad seicolegydd addysg neu Dystysgrif Nam ar y Golwg (CVI). Peidiwch â chynnwys pethau fel llythyrau apwyntiad neu wybodaeth gyffredinol am gyflwr y plentyn fel taflenni ffeithiau neu wybodaeth oddi ar y rhyngwyd.

Mae'n bwysig eich bod yn anfon y wybodaeth hon atom gan y bydd yn ein helpu i wneud penderfyniad ar eich cais yn gyflymach. Peidiwch ag anfon copïau gwreiddiol gan na allwn eu dychwelyd.

25 A oes gan y plentyn unrhyw weithwyr iechyd proffesiynol, nad ydynt yn Feddyg Teulu, sy'n eu cefnogi â'u cyflwr iechyd neu eu hanableddau?

Na **Ewch i gwestiwn 26**

Oes

Enw'r gweithiwr iechyd proffesiynol yn llawn

Eu perthynas â'r plentyn?

Er enghraifft, niwrolegydd neu ffisiotherapydd

Eu cyfeiriad, yn llawn

Cod post

Rhif ffôn y gallwn gysylltu â hwy arno, os ydych yn ei wybod

Rhif cofnod ysbyty'r plentyn. Gallwch ddod o hyd i hwn ar eu cerdyn apwyntiad neu lythyr

Am ba gyflwr neu anabledd y gwelsant y plentyn?

Ar ba ddyddiad y daeth y plentyn i gysylltiad ddiwethaf â hwy am eu cyflwr iechyd neu eu hanableddau?

DD/MM/BBBB

Os oes gan y plentyn unrhyw weithwyr iechyd proffesiynol eraill, nad ydynt yn Feddyg Teulu, dywedwch wrthym yng **nghwestiwn 89** 'Mwy o wybodaeth'

Meddyg teulu'r plentyn

26 Enw meddyg teulu'r plentyn

Os nad ydych yn gwybod enw'r meddyg teulu, rhowch enw'r feddygfa neu'r ganolfan iechyd i ni

27 Cyfeiriad y feddygfa yn llawn

Cod post

28 Rhif ffôn y feddygfa, os ydych yn ei wybod

29 Dywedwch wrthym ar ba ddyddiad y cafodd y plentyn gysylltiad diwethaf â'u Meddyg Teulu am eu cyflwr iechyd neu eu hanableddau

DD/MM/BBBB

Anghenion meithrin, ysgol ac addysgol neu arbenigol y plentyn

30 Enw'r ysgol neu feithrinfa y mae'r plentyn yn mynd iddi

31 Cyfeiriad yn llawn

Cod post

32 Rhowch enw rhywun y gallwn gysylltu â hwy yn yr ysgol os oes angen rhagor o wybodaeth arnom

Er enghraifft, athro neu weithiwr cymorth sy'n adnabod y plentyn yn dda

33 Rhif ffôn y gallwn gysylltu â hwy arno, os ydych yn ei wybod

34 Eu cyfeiriad e-bost, os ydych yn ei wybod

35 Ai ysgol brif ffrwd yw hon?

Na

Ydy **Ewch i gwestiwn 37**

36 Ai ysgol arbenigol yw hon?

Er enghraifft, ysgol arbenigol sy'n rhoi cymorth i blant ag anawsterau dysgu neu anabledau

Na

Ydy

Pa fath o ysgol yw hi?

Os oes angen cymorth ar y plentyn o dan Gweithredu Ysgol neu Weithredu Ysgol a Mwy, bydd yr athro yn darparu adroddiad i'r awdurdod lleol am anawsterau'r plentyn. Os cytunir ar ragor o gymorth, bydd yr awdurdod lleol yn cwblhau asesiad ac yn darparu adroddiad neu gynllun â datganiad.

37 A oes gan y plentyn unrhyw rai o'r adroddiadau, cynlluniau neu ddatganiadau canlynol?

Ticiwch bob blwch sy'n berthnasol

Cynllun Gofal Iechyd Addysgol (EHCP)

Cynllun Addysg Unigol (IEP)

Cynllun Ymddygiad Unigol (IBP)

Llythyr, nodyn yn lle datganiad o Anghenion Addysgol Arbennig gan yr awdurdod lleol

Cynllun Cymorth Cydlynol (CSP)

Rwy'n aros i glywed am un o'r uchod

Nid oes gan y plentyn unrhyw un o'r adroddiadau, y cynlluniau na'r datganiadau uchod

Os oes gennych unrhyw un o'r adroddiadau neu ddatganiadau uchod, anfonwch gopi atom. Gall ein helpu i wneud penderfyniad ar eich cais yn gyflymach. Peidiwch ag **anfon y rhai gwreiddiol** gan na allwn eu dychwelyd.

Mwy o wybodaeth gan rywun sy'n adnabod y plentyn

38 A oes unrhyw un arall sy'n adnabod y plentyn ac yn gallu dweud wrthym am eu hanawsterau?

Yn ogystal â lenwi'r ffurflen hon, efallai bydd yn ein helpu i ddeall anawsterau y plentyn drwy ddarparu gwybodaeth ychwanegol gan rywun sy'n adnabod y plentyn. Dylai hyn ddweud wrthym:

- sut mae cyflyrau iechyd neu anabledau'r plentyn yn effeithio ar eu bywyd bob dydd a symud o gwmpas, neu
- gwybodaeth am unrhyw gymorth y gallant ei ddarparu i'r plentyn.

Gall hwn gael ei lenwi gan rywun sy'n eich cefnogi neu sy'n helpu i ofalu am y plentyn. Er enghraifft, gweithiwr iechyd proffesiynol, gweithiwr cymdeithasol, athro neu ofalwr.

Na **Ewch i gwestiwn 39**

Oes **Gofynnwch iddynt lenwi eu datganiad ac yna bydd rhaid iddynt lenwi'r datganiad ar dudalen 11.**

Mae'r datganiad hwn yn ymwneud â:

Eu dyddiad geni DD/MM/BBBB

Os nad oes digon o le, defnyddiwch y blwch 'Mwy o wybodaeth' yng **nghwestiwn 89**. Os oes angen i chi ddefnyddio tudalen o bapur ar wahân, ysgrifennwch enw llawn a rhif Yswiriant Gwladol (YG) y plentyn ar bob tudalen o bapur a'i lofnodi a dyddio bob dalen a ddefnyddiwch.

Mae rhaid i'r person sy'n adnabod y plentyn ac sydd wedi llenwi'r blwch datganiad ar dudalen 10 lofnodi i ddatgan bod y wybodaeth y maent wedi ei rhoi i ni am y plentyn yn wir.

Llofnod

Enw

Defnyddiwch lythrennau bras.

Dyddiad

DD/MM/BBBB

Swydd neu broffesiwn

Rhif ffôn

Dylech gynnwys y cod deialu.

Cyfeiriad llawn

Cod post

Perthynas â'r plentyn

Os yw'n berthnasol.

Pryd gwnaethoch weld y plentyn ddiwethaf?

DD/MM/BBBB

39 Rhannu gwybodaeth am gyflwr iechyd y plentyn

Mae'n bosibl y bydd yr Adran Gwaith a Phensiynau (DWP) neu weithwyr gofal iechyd proffesiynol cymeradwy sy'n gweithio i DWP angen rhagor o wybodaeth am gyflwr iechyd y plentyn a sut mae'n effeithio arnynt.

Efallai y byddant yn gofyn am wybodaeth berthnasol gan feddyg y plentyn, neu unrhyw weithiwr proffesiynol perthnasol arall y byddwch yn dweud wrthynt amdanynt.

A ydych yn rhoi caniatâd i feddyg y plentyn neu weithwyr proffesiynol perthnasol eraill roi rhagor o wybodaeth i DWP am eu cyflwr iechyd?

Ydw – gellir rhannu gwybodaeth am iechyd y plentyn â DWP neu'r gweithwyr gofal iechyd proffesiynol sy'n gweithio iddynt.

Na – ni ellir rhannu gwybodaeth am iechyd y plentyn â DWP na'r gweithwyr gofal iechyd proffesiynol sy'n gweithio iddynt.

Sut mae DWP yn defnyddio'r wybodaeth hon

Mae DWP yn defnyddio'r wybodaeth hon i:

- prosesu eich cais
- gwneud penderfyniad ar eich cais, neu unrhyw ailystyriaeth orfodol neu apêl a wnewch.

Mae'r gyfraith yn caniatáu i DWP gael, cadw, a defnyddio'r wybodaeth hon.

Mae angen eich caniatâd ar feddyg y plentyn (neu weithwyr proffesiynol perthnasol eraill rydych yn dweud wrth DWP amdanynt) i roi gwybodaeth i DWP. Os byddwch yn rhoi eich caniatâd, mae hyn yn rhoi gwybod iddynt fod ganddynt yr hawl gyfreithiol i rannu'r wybodaeth hon â DWP.

Gall DWP ofyn yn gyfreithlon i feddyg y plentyn, ymgynghorydd ysbyty neu weithwyr proffesiynol perthnasol eraill am wybodaeth am eu cyflwr iechyd a sut mae'n effeithio arnynt.

Mae hyn oherwydd ein bod yn gofyn am y wybodaeth i'n helpu i gyflawni ein swyddogaethau nawdd cymdeithasol swyddogol.

Nid oes rhaid i chi roi eich caniatâd. Os na wnewch hynny, bydd DWP yn gwneud penderfyniad yn seiliedig ar y wybodaeth sydd ganddynt eisoes, yn ogystal ag unrhyw un y byddwch yn ei rhoi i DWP eich hun.

Os byddwch yn newid eich meddwl

Gallwch newid eich meddwl.

Gallwch wneud hyn drwy gysylltu â

0800 121 4600 a dweud eich bod am roi neu dynnu eich caniatâd yn ôl.

Os byddwch yn tynnu eich caniatâd yn ôl, ni all DWP gael gwybodaeth gan feddyg y plentyn nac eraill a enwir ar y ffurflen.

Rwyf wedi darllen a deall sut mae DWP yn defnyddio gwybodaeth.

Llofnod

Dyddiad

DD/MM/BBBB

Cyflwr iechyd neu anableddau'r plentyn

40 Dywedwch wrthym am gyflwr iechyd neu anableddau'r plentyn:

- gall cyflwr iechyd neu anabledd fod yn anhawster corfforol, golwg, clyw, lleferydd, dysgu neu ddatblygiadol neu anhawster iechyd meddwl. Os nad oes ganddynt ddiagnosis, dywedwch wrthym o hyd am eu hanawsterau. Er enghraifft, os ydynt yn cael anhawster i ddysgu pethau newydd ac nad ydych yn gwybod pam, rhowch 'anhawster dysgu'.
- pan fyddwn yn gofyn 'pa mor hir' rydym yn ei olygu pryd y dechreuodd yr anawsterau. Dywedwch wrthym pryd y dechreuodd y cyflwr iechyd neu'r anableddau effeithio ar eu bywyd o ddydd i ddydd, nid dyddiad y diagnosis
- gall triniaeth fod yn feddyginiaethau fel tabledi, hufenau neu bigiadau a therapiâu fel lleferydd, galwedigaethol neu chwarae, ffisiotherapi neu gwnsela
- pa mor aml y maent yn cael pob triniaeth ac am ba hyd. Mae gan y label ar feddyginiaeth y plentyn yr enw, y dos a pha mor aml i'w gymryd.

Os oes gennych restr bresgripsiwn gyfoes sbâr anfonwch hi atom â'r ffurflen gais hon.

Cyflwr iechyd neu anabledd	Pa mor hir y maent wedi ei gael?	Pa driniaeth a gânt ar ei gyfer?	Pa mor aml cânt driniaeth?
Enghraifft 1 ADHD.	Dechreuodd problemau yn 4 oed.	Therapi ymddygiad gwybyddol. Ritalin 30 Miligram (mg).	Sesiwn un awr yr wythnos. Un dabled y dydd.
Enghraifft 2 Ecsema.	Tua blwyddyn	Promethazine 5mg. 1% eli hydrocortisone. E45 Olew bath esmwyth.	Un cyn gwely. 3 gwaith y dydd. Dyddiol.
Enghraifft 3 Nam ar y golwg.	O enedigaeth.	Therapi chwarae.	Bob dydd.

Os oes angen mwy o le arnoch i ddweud wrthym am eu cyflwr iechyd neu eu hanableddau, dywedwch wrthym yng **nghwestiwn 89** 'Mwy o wybodaeth'.

41 A yw'r plentyn yn defnyddio, neu a yw wedi eu rhagnodi neu wedi cael asesiad iechyd galwedigaethol am unrhyw gymhorthion neu addasiadau?

Cymhorthion fel rheiliau llaw, stolion clwydo, ffyn cerdded neu gadeiriau olwyn.

Na **Ewch i gwestiwn 42**

Ydy

Dywedwch wrthym am:

- cymhorthion a ddefnyddir gartref, yn yr ysgol neu unrhyw le arall
- cymhorthion neu addasiadau yr aseswyd amdanynt neu y maent yn aros amdanynt
- pa gymorth sydd ei angen arnynt i'w ddefnyddio. Gallai hyn fod yn oruchwyliaeth, anogaeth neu gymorth.

Gwelwch **dudalen 8** o'r llyfryn gwybodaeth.

Cymhorthion ac addasiadau	Pa gymorth sydd ei angen arnynt i ddefnyddio'r gymorth neu'r addasiad	A ragnodwyd y gymorth neu'r addasiad hwn gan weithiwr gofal iechyd proffesiynol? Er enghraifft, therapydd galwedigaethol neu asesiad.
Enghraifft o gymorth: Cardiau Cyfnewid Lluniau	Anogaeth i ddefnyddio cardiau i gyfathrebu	<input type="checkbox"/> Na <input type="checkbox"/> Do
Enghraifft o addasu: Rheiliau llaw	Dim angen help	<input type="checkbox"/> Na <input type="checkbox"/> Do
		Na Do
		Na Do
		Na Do
		Na Do
		Na Do
		Na Do

Os oes angen mwy o le arnoch i ddweud wrthym am eu cymhorthion neu eu haddasiad, parhewch yng **ngwestiwn 89** 'Mwy o wybodaeth'.

42 Pan fydd angen help ar y plentyn

Rydym yn deall y gall yr help sydd ei angen ar blentyn amrywio o ddydd i ddydd neu o wythnos i wythnos.

Er mwyn gwneud y penderfyniad cywir, mae angen i ni wybod a yw'r help sydd ei angen ar y plentyn yr un peth bron bob dydd neu os yw'r cymorth sydd eu hangen arnynt yn newid o ddydd i ddydd.

A yw anghenion y plentyn yn aros yr un peth ar y rhan fwyaf o'r dyddiau neu a yw'n newid o ddydd i ddydd?

y rhan fwyaf o ddyddiau

yn newid o ddydd i ddydd

Dywedwch wrthym sut mae eu hanghenion yn newid o ddydd i ddydd.

Er enghraifft:

- bob 3 i 4 wythnos maent yn cael cwpl o ddiwrnodau da
- bod angen mwy o ofal arnynt pan fydd eu cyflwr iechyd neu eu hanabledau yn gwaethgu, 2 neu 3 gwaith y flwyddyn, neu
- eu bod yn cael triniaeth 3 gwaith yr wythnos sy'n effeithio ar eu cyflwr iechyd neu anabledau a bod angen mwy o gymorth neu oruchwyliaeth arnynt y diwrnod wedyn.

Anghenion symudedd y plentyn

Dim ond i blentyn dros 3 oed y gellir dyfarnu symudedd. Os yw'ch plentyn o dan 3 oed, ewch i **gwestiwn 54**.

Mae angen i ni wybod am unrhyw anawsterau sydd gan y plentyn wrth sefyll a symud o gwmpas. Gallai hyn fod oherwydd cyflwr neu anabledd gwybyddol, dysgu neu iechyd corfforol.

Nid ydym yn talu Lwfans Byw i'r Anabl ar gyfer plentyn sydd â chyflwr iechyd neu anabledd penodol, ond am yr effaith y mae'n eu cael arnynt.

Wrth wneud penderfyniadau ar hawl i Lwfans Byw i'r Anabl, rydym yn edrych ar allu'r plentyn i sefyll a symud ar arwyneb gweddol wastad.

43 A yw'r plentyn yn gallu cerdded yn gorfforol?

Na **Ewch i gwestiwn 51**

Ydy

44 A yw'r plentyn yn cael unrhyw anawsterau wrth sefyll a symud o gwmpas oherwydd cyflwr iechyd neu anabledd?

Er enghraifft:

- anhawster o ran pa mor bell y gallant gerdded
- faint o amser mae'n ei gymryd iddynt
- eu cyflymder cerdded: araf iawn, araf, normal
- y ffordd y maent yn cerdded. Fel: limp, cerddediad wedi ei newid
- gwrthod cerdded neu arddangos ymddygiad sy'n peryglu niwed iddynt eu hun neu i eraill.

Na **Ewch i gwestiwn 49**

Ydy

45 Pa mor bell y gallant gerdded heb anghysur difrifol a pha mor hir y mae'n eu cymryd iddynt?

Mae hyn yn golygu cyfanswm y pellter y gallant ei gerdded cyn bod angen iddynt stopio a gorffwys neu na allant symud ymhellach oherwydd y byddai'n achosi anghysur neu drallod difrifol. Gall hyn gynnwys:

- seibiannau byr a seibiant i ddal eu gwynt neu leihau eu poen, neu
- methu symud ymhellach gan y bydd yn achosi trallod ymddygiadol.

Gwelwch **dudalen 9 y llyfryn gywbodaeth**.

Pa mor bell y gallant gerdded?

dros 200 metr (218 llath)

51 i 200 metr (56 i 218 llath)

50 metr (55 llath neu'n llai)

ychydig o gamau

Pa mor hir mae'n ei gymryd iddynt?

mwy na 5 munud

3 i 4 munud

1 i 2 funud

llai na munud

46 Dywedwch wrthym am eu cyflymder cerdded

Ticiwch y blwch sy'n disgrifio orau y ffordd y maent yn cerdded

Normal – gallant gerdded ar yr un cyflymder â phlant tebyg eraill nad oes ganddynt gyflwr iechyd neu anabledd.

Araf – byddai'n cymryd dwywaith yr amser iddynt gerdded yr un pellter â phlant tebyg eraill nad oes ganddynt gyflwr iechyd neu anabledd.

Araf iawn – ni allant gadw i fyny â phlant tebyg eraill nad oes ganddynt gyflwr iechyd neu anabledd.

47 Dywedwch wrthym am y ffordd y maent yn cerdded

Ticiwch y blwch sy'n disgrifio orau y ffordd y maent yn cerdded.

Maent yn cerdded yn normal

Maent yn cerdded â limp

Maent yn siffrwd

Maent yn llusgo eu coes

Maent yn cerdded ag un goes neu'r ddwy droed wedi eu troi i mewn

Maent yn cerdded ar flaenau eu traed

Mae ganddynt gydbwysedd gwael

Maent yn cael adegau pan na allant gerdded

Maent yn gwrthod cerdded neu'n arddangos ymddygiadau trallodus sy'n effeithio ar eu gallu i gerdded

Rhywbeth arall

Dywedwch wrthym am hyn

48 A oes gan y plentyn unrhyw anawsterau eraill naill ai yn ystod neu ar ôl sefyll a symud o gwmpas sy'n effeithio ar ei iechyd?

Er enghraifft, pendro, gorbryder, diffyg anadl, blinder neu boen. Er enghraifft, gall cerdded achosi gwaedu i gymalau'r ffêr.

Na **Ewch i gwestiwn 49**

Oes

Dywedwch wrthym am hyn

49 A oes angen arweiniad neu oruchwyliaeth arnynt y rhan fwyaf o'r amser pan fyddant yn cerdded yn yr awyr agored?

Gwelwch **dudalen 10** y llyfryn gwybodaeth

Na **Ewch i gwestiwn 50**

Oes

A ydynt yn gallu dod o hyd i'w ffordd o gwmpas lleoedd maent yn eu hadnabod?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu gofyn am gyfarwyddiadau a'u dilyn?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu cerdded yn ddiogel wrth ymyl ffordd brysur?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu croesi ffordd yn ddiogel?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu deall peryglon cyffredin yn yr awyr agored?

Na

Ydynt

A ydynt yn mynd yn bryderus, yn ymddwyn mewn trallod, yn dangos dryswch ac yn mynd yn ddryslud yn rheolaidd?

Na

Ydynt

A ydynt yn dangos ymddygiad anrhagweladwy yn rheolaidd?

Na

Ydynt

A oes angen ataliaeth gorfforol arnynt yn rheolaidd?

Na

Ydynt

50 A ydynt yn cwmpo oherwydd eu cyflwr iechyd neu eu hanabledd?

Na **Ewch i gwestiwn 51**

Ydynt

Dywedwch wrthym nifer y cwmpau bob mis

Pan fyddant yn cwmpo, a ydynt yn gallu codi heb help na chymorth?

Na

Ydynt

A ydynt wedi cael anafiadau oherwydd y cwmpau sydd angen triniaeth ysbyty?

Na

Ydynt

51 Pryd gwnaeth anghenion symudedd y plentyn ddechrau?

Fel arfer, dim ond os yw wedi bod angen cymorth am fwy na 3 mis y gall y plentyn gael y rhan symudedd o DLA.

Dywedwch wrthym ar ba ddyddiad y dechreuodd eu hanghenion symudedd.

Os na allwch gofio'r union ddyddiad, dywedwch wrthym yn fras pryd oedd hwn.

DD/MM/BBBB

Y Cynllun Motability

Mae'r Cynllun Motability yn caniatáu i bobl anabl brydlesu car, sgwter neu gadair olwyn bweredig yn gyfnewid am eu holl daliadau symudedd neu rai ohonynt. Gall rhieni a gofalwyr ymuno â'r cynllun ar ran plentyn 3 oed a hŷn.

52 Os yw'r plentyn yn gymwys i gael cymorth gan Motability, a hoffech i ni anfon gwybodaeth atoch am yr help y gallant eu cynnig?

Ni fyddwn yn rhannu unrhyw fanylion personol â Motability

Na

Hoffwn

Os penderfynwch nad ydych am dderbyn gwybodaeth am Motability yn y dyfodol, cysylltwch â ni ar **0800 121 4600** i roi gwybod i ni.

Mwy o wybodaeth am eu hanghenion symudedd

53 Dywedwch unrhyw beth arall y mae angen i ni ei wybod am eu hanawsterau wrth sefyll a symud o gwmpas neu sut mae eu hanghenion yn newid o ddydd i ddydd.

Os oes angen mwy o le arnoch, parhewch yng **nghwestiwn 89** 'Mwy o wybodaeth'.

Anghenion gofal y plentyn

Os ydych yn gwneud cais o dan reolau arbennig, ar gyfer plentyn sy'n nesau at ddiwedd oes, ewch i **gwestiwn 73**.

Mae angen i ni wybod am unrhyw anawsterau sydd gan y plentyn â'u hanghenion gofal bywyd bob dydd oherwydd cyflwr neu anabledd gwybyddol, dysgu neu gorfforol.

Wrth wneud penderfyniadau ar hawl i Lwfans Byw i'r Anabl, rydym yn edrych ar allu'r plentyn i reoli eu hanghenion a'u gweithgareddau gofal o ddydd i ddydd. Nid ydym yn talu Lwfans Byw i'r Anabl ar gyfer plentyn sydd â chyflwr iechyd neu anabledd penodol, ond am yr effaith y mae'n ei gael ar eu bywyd bob dydd.

Help sydd ei angen yn ystod y dydd

Yn ystod y dydd yw unrhyw amser cyn i rieni neu ofalwr y plentyn fynd i'r gwely. Er enghraifft:

- mae'r plentyn yn deffro am 7am ac yn mynd i'r gwely am 8pm
- mae rhieni'r plentyn yn codi am 7am ac yn mynd i'r gwely am 11pm
- yn ystod y dydd fyddai 7am tan 11pm. Byddai unrhyw help sydd ei angen ar ôl 11pm yn cyfrif fel help yn ystod y nos.

54 **A oes angen annog, ysgogi, neu gymorth ar y plentyn i setlo yn y gwely yn ystod y dydd?**

Fel:

- deffro
- codi eu coesau i mewn neu allan o'r gwely
- eistedd i fyny rhag gorwedd, neu
- setlo yn y gwely yn barod i fynd i gysgu.

Gwelwch **dudalen 11** y **llyfryn gwybodaeth**.

Na **Ewch i gwestiwn 55**

Oes

Dywedwch wrthym pa mor aml y mae angen cymorth arnynt bob dydd a pha mor hir y mae'n ei gymryd bob tro. Os nad oes angen cymorth arnynt ar gyfer gweithgaredd penodol, ysgrifennwch '0'.

Pa mor aml bob dydd y mae angen annog, ysgogi, neu gymorth arnynt i'w helpu i godi o'r gwely?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen annog, ysgogi, neu gymorth arnynt i fynd i'r gwely?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen annog, ysgogi, neu gymorth arnynt i helpu i setlo yn y gwely?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Os oes angen i chi roi rhagor o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, dywedwch wrthym yng **ngwestiwn 72**.

55 A oes angen anogaeth, ysgogaeth neu gymorth arnynt i reoli eu hanghenion toiled?

Mae hyn yn golygu:

- gallu mynd ar neu oddi ar doiled safonol a
- gwagio eu coluddyn neu bledren, gan gynnwys os ydynt yn defnyddio dyfais gasglu fel bwced, potel neu gathetr
- glanhau eu hunain ar ôl defnyddio'r toiled.

Gwelwch **dudalen 12** y llyfryn gwybodaeth.

Na **Ewch i gwestiwn 56**

Oes Ticiwch y blychau sy'n berthnasol.

Mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i:

mynd i'r toiled

rheoli dillad

mynd ar ac oddi ar y toiled

sychu a glanhau eu hunain

golchi a sychu eu dwylo

rheoli cathetr, ostomi
neu stoma

rheoli cewynnau neu badiau

Os oes angen i chi roi rhagor o wybodaeth i ni am eu hanghenion gofal neu sut mae eu hanghenion yn newid o ddydd i ddydd, dywedwch wrthym yng **nghwestiwn 72**.

Er enghraifft, mae ganddynt boen neu maent yn mynd yn ofidus.

56 A oes angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i'w helpu i symud o gwmpas tu allan, defnyddio'r grisiau neu fynd i mewn neu allan o gadair yn ystod y dydd?

Mae cadair yn unrhyw fath o gadair gan gynnwys cadair olwyn.

Mae hyn yn golygu:

- symud o un lle i'r llall
- defnyddio grisiau
- mynd i mewn, eistedd i mewn, a chodi o gadair.

Mae tu fewn yn eu cartref, cartref ffrind, ysgol, coleg, neu unrhyw le arall y tu mewn.

Gwelwch **dudalen 13** y llyfryn gwybodaeth.

Na **Ewch i gwestiwn 57**

Oes Ticiwch y blychau sy'n berthnasol.

Mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i:

mynd i fyny ac i lawr un cam

mynd i fyny'r grisiau

mynd i lawr y grisiau

symud o gwmpas yn ddiogel

mynd i mewn neu allan
o gadair

eistedd mewn cadair

Os oes angen i chi ddweud mwy wrthym am eu hanghenion gofal neu sut mae eu hanghenion yn newid o ddydd i ddydd, dywedwch wrthym yng **nghwestiwn 72**.

Er enghraifft, maent yn taro i mewn i ddodrefn a drysau.

57 **A oes angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i ymolchi, cael bath, cawod a glanhau eu hunain yn ystod y dydd?**

Mae hyn yn golygu:

- mynd i mewn ac allan o faddon neu gawod
- golchi eu gwallt
- sychu eu hunain
- defnyddio sebon
- defnyddio brws dannedd
- gwirio eu hymddangosiad.

Gwelwch **dudalen 14** y **llyfryn gwybodaeth**.

Na **Ewch i gwestiwn 58**

Oes

Dywedwch wrthym pa mor aml y mae angen cymorth arnynt bob dydd a pha mor hir y mae'n ei gymryd bob tro. Os nad oes angen cymorth arnynt ar gyfer gweithgaredd penodol, ysgrifennwch '0'.

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth neu gymorth arnynt i ymolchi neu gael bath?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth neu gymorth arnynt i lanhau eu dannedd?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i olchi eu gwallt?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i fynd i mewn neu allan o'r bath?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth neu gymorth arnynt i fynd i mewn neu allan o'r gawod?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i lanhau eu hunain yn y bath neu'r gawod?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i sychu eu hunain ar ôl cael bath neu gawod?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i wirio eu hymddangosiad?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Os oes angen i chi roi rhagor o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, dywedwch wrthym yng **nghwestiwn 72**.

58 **A oes angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i wisgo a dadwisgo yn ystod y dydd?**

Mae hyn yn golygu:

- dewis y dillad cywir ar gyfer y tywydd neu weithgaredd
- dewis dillad glân
- gwisgo dillad yn y drefn gywir
- symud eu breichiau neu goesau i wisgo neu dynnu dillad.

Mae hyn yn golygu unrhyw wisgo neu ddadwisgo ac eithrio wrth ddefnyddio'r toiled.

Gwelwch **dudalen 15** y **llyfryn gwybodaeth**.

Na **Ewch i gwestiwn 59**

Ydy

Dywedwch wrthym pa mor aml y mae angen cymorth arnynt bob dydd a pha mor hir y mae'n ei gymryd bob tro. Os nad oes angen cymorth arnynt ar gyfer gweithgaredd penodol, ysgrifennwch '0'.

Pa mor aml bob dydd mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i wisgo?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth neu gymorth arnynt i ddadwisgo?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i reoli sipiau, botymau, neu glymiadau eraill?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i ddewis dillad priodol?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Os oes angen i chi roi rhagor o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, dywedwch wrthym yng **nghwestiwn 72**.

59 **A oes angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i fwyta ac yfed yn ystod y dydd?**

Fel:

- cofio pryd i fwyta
- torri bwyd yn ddarnau
- rhoi bwyd a diod yn eu ceg
- cnoi a llyncu bwyd a diod.

Gwelwch **dudalen 16** y **llyfryn gwybodaeth**.

Na **Ewch i gwestiwn 60**

Oes

Dywedwch wrthym pa mor aml y mae angen cymorth arnynt bob dydd a pha mor hir y mae'n ei gymryd bob tro. Os nad oes angen cymorth arnynt ar gyfer gweithgaredd penodol, ysgrifennwch '0'.

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i fwyta?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i ddefnyddio llwy?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i dorri bwyd ar eu plât?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth neu gymorth arnynt i yfed gan ddefnyddio cwpan?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i gael eu bwydo â thiwb neu bwmp?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Os oes angen i chi roi rhagor o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, dywedwch wrthym yng **nghwestiwn 72**.

60 A oes angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i reoli eu meddyginiaeth neu fonitro neu reoli unrhyw driniaethau a wneir gartref yn ystod y dydd?

Fel:

- monitro poen, siwgr gwaed a lefelau ocsigen
- atgoffa neu oruchwylio i gymryd meddyginiaeth
- tynnu meddyginiaeth o'r pecynnau pothell
- triniaethau cartref fel ffisiotherapi a dialysis yn y cartref.

Gwelwch **dudalen 17** y **llyfryn gwybodaeth**.

Na **Ewch i gwestiwn 61**

Oes

Dywedwch wrthym pa mor aml y mae angen cymorth arnynt bob dydd a pha mor hir y mae'n ei gymryd bob tro. Os nad oes angen cymorth arnynt ar gyfer gweithgaredd penodol, ysgrifennwch '0'.

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i gymryd y feddyginiaeth gywir?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i wybod pryd i gymryd eu meddyginiaeth?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i reoli eu therapi?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i'w hatgoffa pryd i wneud eu therapi?

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

Os oes angen i chi roi rhagor o wybodaeth i ni am eu hanghenion byw bob dydd neu ofal, dywedwch wrthym yng **nghwestiwn 72**.

61 A ydynt yn ei chael yn anodd gweld?

Mae hyn yn cynnwys wrth ddefnyddio eu sbectol neu lensys cyffwrdd.

Gwelwch **dudalen 17** y **llyfryn gwybodaeth**.

Na **Ewch i gwestiwn 62**

Ydynt

A ydynt wedi eu hardystio fel rhai sydd â nam difrifol ar eu golwg neu nam ar y golwg?

Os ydynt wedi eu hardystio byddant wedi cael eu harchwilio mewn ysbyty neu glinig llygaid.

Bydd Tystysgrif Nam ar y Golwg (CVI) wedi ei hanfon i'r adran gwasanaethau cymdeithasol lleol. Byddwch wedi cael copi.

Os ydynt wedi eu hardystio, anfonwch gopi o'r CVI atom. Peidiwch ag anfon y rhai gwreiddiol gan na allwn eu dychwelyd.

Wedi eu hardystio fel â nam difrifol ar y golwg. **Ewch i gwestiwn 62**

Wedi eu hardystio fel â nam ar y golwg

A ydynt yn gallu gweld allweddi bysellfwrdd cyfrifiadur neu brint bras mewn llyfr?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu gweld teledu a dilyn y symudiadau i stori?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu gweld siâp y dodrefn mewn ystafell?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu adnabod wyneb rhywun ar draws ystafell?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu adnabod rhywun ar draws stryd?

Na

Ydynt

Os oes angen i chi roi rhagor o wybodaeth i ni am eu hanghenion byw bob dydd neu ofal, dywedwch wrthym yng **nghwestiwn 72**.

62 A ydynt yn ei chael yn anodd clywed?

Mae hyn yn golygu clywed synau neu rywun yn siarad wrth ddefnyddio eu cymorth clyw.

Gwelwch **dudalen 18** y **llyfryn gwybodaeth**.

Na **Ewch i gwestiwn 63**

Ydynt

A ydynt wedi cael prawf awdioleg yn ystod y 6 mis diwethaf?

Na

Ydynt

Os byddwch yn anfon copi o'r adroddiad atom, gallai ein helpu i wneud penderfyniad ar eich cais yn gyflymach. Peidiwch ag anfon y rhai gwreiddiol gan na allwn eu dychwelyd.

A ydynt yn gallu clywed sibwrdd mewn ystafell dawel?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu clywed llais normal mewn ystafell dawel?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu clywed llais uchel mewn ystafell dawel?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu clywed teledu, radio neu CD ond dim ond ar lefel uchel iawn?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu clywed cloch ysgol neu gorn car?

Na

Ydynt

Os oes angen i chi roi rhagor o wybodaeth i ni am eu hanghenion byw bob dydd neu ofal, dywedwch wrthym yng **nghwestiwn 72**.

63 A ydynt yn ei chael yn anodd siarad?

Mae hyn yn golygu'r gallu i ddweud geiriau'n uchel a siarad yn glir.

Gwelwch **dudalen 19** y **llyfryn gwybodaeth**.

Na **Ewch i gwestiwn 64**

Ydynt

A ydynt yn gallu siarad yn glir mewn brawddegau?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu rhoi geiriau at ei gilydd i wneud brawddegau syml?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu siarad geiriau sengl?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu cyfathrebu gan ddefnyddio lleferydd â rhywun maent yn ei adnabod?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu cyfathrebu drwy ddefnyddio lleferydd â rhywun nad ydynt yn ei adnabod?

Na

Ydynt

Os oes angen i chi roi rhagor o wybodaeth i ni am eu hanghenion byw bob dydd neu ofal, dywedwch wrthym yng **nghwestiwn 72**.

64 A ydynt yn cael anhawster ac angen cymorth i gyfathrebu?

Mae hyn yn golygu:

- deall yr hyn sy'n cael ei ddweud wrthynt ac ateb cwestiynau
- dweud wrth bobl sut maent yn teimlo
- rhoi a dilyn cyfarwyddiadau.

Gwelwch **dudalen 20** y **llyfryn gwybodaeth**.

Na **Ewch i gwestiwn 65**

Ydynt

A ydynt yn defnyddio unrhyw un o'r canlynol i gyfathrebu?

Ticiwch bob un sy'n berthnasol

Ysgrifennu

Iaith Arwyddion Prydain (BSL)

Darllen gwefusau

Defnyddio symudiadau dwylo, mynegiant yr wyneb ac iaith y corff

Makaton

'Signed Supported English' (SSE)

'Signed English' (SE)

Sillafu â'r bysedd

System Gyfathrebu Cyfnewid Llundain (PECS)

Tadoma

Os ydynt yn defnyddio dull arall o gyfathrebu nad yw wedi ei restru, dywedwch wrthym.

A ydynt yn gallu cyfathrebu â rhywun maent yn ei adnabod?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu cyfathrebu â rhywun nad ydynt yn ei adnabod?

Na

Ydynt

Os oes angen i chi roi rhagor o wybodaeth i ni am eu hanghenion byw bob dydd neu ofal, dywedwch wrthym yng **ngwestiwn 72**.

65 A ydynt yn cael ffitiau, yn llewygu, cael, trawiadau, neu rywbeth tebyg?

Mae hyn yn golygu ffitiau epileptig, ffit nad yw'n un epileptig neu dwymynol, llewygu, pellter meddwl, colli ymwybyddiaeth a 'hypos' (pyliau hypoglycaemig).

Gwelwch **dudalen 21** y **llyfryn gwybodaeth**.

Na **Ewch i gwestiwn 66**

Ydynt

Dywedwch wrthym pa fath sydd ganddynt a beth sy'n digwydd:

A ydynt yn cael unrhyw rybudd cyn ffit, llewygu neu drawiad?

Na

Ydynt

Weithiau

A ydynt yn gallu adnabod rhybudd a dweud wrth oedolyn?

Na

Ydynt

Weithiau

A ydynt yn gallu adnabod rhybudd a chymryd y camau priodol?

Na

Ydynt

Weithiau

A ydynt wedi cael anaf difrifol yn ystod y 6 mis diwethaf oherwydd ffit, llewygu neu drawiad?

Na

Ydynt

A ydynt mewn perygl o niwed iddynt eu hun neu eraill ar ôl ffit, llewygu neu drawiad?

Na

Ydynt

Sawl diwrnod ar gyfartaledd mae hyn yn digwydd bob mis?

Sawl ffit maent yn eu cael ar gyfartaledd y dyddiau hyn?

Sawl noson ar gyfartaledd mae hyn yn digwydd bob mis?

Sawl ffit maent yn eu cael ar gyfartaledd ar y nosweithiau hyn?

A ydynt wedi cael pwl o status epilepticus yn y 12 mis diwethaf?

Dyma le mae gweithgaredd epileptig parhaus am fwy na 30 munud, neu maent yn cael sawl trawiad heb ddod yn ymwybodol rhwng pob trawiad.

Na

Ydynt

Os oes angen i chi roi mwy o wybodaeth i ni am eu hanghenion byw bob dydd neu ofal, dywedwch wrthym yng **nghwestiwn 72**.

66 A oes angen eu goruchwyllo yn ystod y dydd i'w cadw'n ddiogel?

Mae hyn yn golygu bod angen rhywun i gadw llygad arnynt oherwydd sut maent yn teimlo neu'n ymddwyn, neu sut maent yn ymateb i bobl, sefyllfaoedd sy'n newid a phethau o'u cwmpas.

Gwelwch **dudalen 22** y **llyfryn gwybodaeth**.

Na **Ewch i gwestiwn 67**

Ydynt

A ydynt yn gallu adnabod ac ymateb i beryglon cyffredin?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu ymdopi â newidiadau arfaethedig i drefn ddyddiol?

Na

Ydynt

A ydynt yn gallu ymdopi â newidiadau heb eu cynllunio i drefn bob dydd?

Na

Ydynt

A ydynt yn teimlo'n bryderus neu'n mynd i banig yn rheolaidd?

Na

Ydynt

A ydynt yn mynd yn ofidus neu'n rhwystredig yn rheolaidd?

Na

Ydynt

A ydynt yn niweidio eu hunain neu eraill yn rheolaidd?

Na

Ydynt

A ydynt yn teimlo'n rheolaidd y gallai rhywun eu niweidio?

Na

Ydynt

A ydynt yn dod yn sarhaus ar lafar yn rheolaidd neu'n ymddwyn mewn trallod a all achosi niwed iddynt eu hun neu i eraill?

Na

Ydynt

A ydynt yn ymddwyn yn fyrbwyll yn rheolaidd?

Na

Ydynt

A ydynt yn cael eu llethu neu'n ofidus yn rheolaidd?

Er enghraifft, efallai y byddant yn colli eu hymwybyddiaeth o ble maent neu beth maent yn ei wneud?

Na

Ydynt

Os oes angen i chi roi mwy o wybodaeth i ni am eu hanghenion byw bob dydd neu ofal, dywedwch wrthym yng **nghwestiwn 72**.

67 A oes angen cymorth ychwanegol arnynt â'u datblygiad?

Mae hyn yn golygu unrhyw help ychwanegol sydd ei angen arnynt i wella eu dealltwriaeth o sut i ymddwyn ac ymateb i bobl, sefyllfaoedd a phethau o'u cwmpas.

Gwelwch **dudalen 22** y **llyfryn gwybodaeth**.

Na **Ewch i gwestiwn 68**

Oes

A oes angen help arnynt i ddeall y byd o'u cwmpas?

Na

Oes

A oes angen help arnynt i adnabod eu hamgylchedd?

Na

Oes

A oes angen help arnynt i ddilyn cyfarwyddiadau?

Na

Oes

A oes angen help arnynt i chwarae ag eraill?

Na

Oes

A oes angen help arnynt i chwarae ar eu pen eu hun?

Na

Oes

A oes angen help arnynt i ymuno â gweithgareddau ag eraill?

Na

Oes

A oes angen help arnynt i ymddwyn yn briodol?

Na

Oes

A oes angen help arnynt i ddeall, ymateb ac ateb i ymddygiad pobl eraill?

Na

Oes

Os oes angen i chi roi rhagor o wybodaeth i ni am eu hanawsterau neu sut mae eu hanghenion yn newid o ddydd i ddydd, dywedwch wrthym yng **ngwestiwn 72**.

68 A oes angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt yn yr ysgol neu'r feithrinfa?

Gwelwch **dudalen 23** y **llyfryn gwybodaeth**.

Na **Ewch i gwestiwn 69**

Oes

A oes angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i fynd i'r toiled a'i ddefnyddio?

Na

Oes

A oes angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i symud yn ddiogel rhwng gwersi?

Na

Oes

A oes angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i newid i dhillad gwahanol ar gyfer addysg gorfforol a gweithgareddau eraill yr ysgol?

Na

Oes

A oes angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i fwyta prydau?

Na

Oes

A oes angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i gymryd meddyginiaeth neu reoli eu therapi?

Na

Oes

A oes angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i gyfathrebu?

Na

Oes

Pa gymorth ychwanegol sydd ei angen arnynt â'u dysgu?

Sut mae eu hymddygiad yn yr ysgol neu feithrinfa?

Sut maent yn cyrraedd ac yn dod yn ôl o'r ysgol neu feithrinfa fel arfer?

Os oes angen i chi roi rhagor o wybodaeth i ni am eu hanghenion byw bob dydd neu ofal, dywedwch wrthym yng **ngwestiwn 72**.

69 A oes angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i gymryd rhan mewn hobiau, diddordebau, gweithgareddau cymdeithasol neu grefyddol?

Gwelwch **dudalen 24** y llyfryn gwybodaeth.

Na **Ewch i gwestiwn 70**

Oes

Dywedwch wrthym:

- beth maent yn ei wneud neu beth fyddent yn ei wneud pe bai ganddynt help
- pa gymorth sydd ei angen arnynt neu y byddai ei angen arnynt i wneud hyn
- pa mor aml y maent yn ei wneud neu y byddent yn ei wneud pe bai ganddynt yr help, a
- pa mor hir y mae angen neu y byddai angen help arnynt bob tro.

Gartref

Gweithgaredd	Help sydd ei angen	Pa mor aml?	Pa mor hir bob tro?
Enghraifft Celf	Annog i gael cyflenwadau celf. Cymell i gadw diddordeb. Helpu i olchi dwylo wedyn	Dwywaith yr wythnos	Awr

Pan maent yn mynd allan

Gweithgaredd	Help sydd ei angen	Pa mor aml?	Pa mor hir bob tro?
Enghraifft Nofio	Newid dillad, mynd i mewn ac allan o'r pwll, sychu eu hun	Unwaith yr wythnos	45 munud

Help sydd ei angen yn ystod y nos

Y nos yw pan fydd pawb yn y tŷ yn y gwely.

Er enghraifft, mae'r plentyn yn mynd i'r gwely am 8pm.

Mae rhieni neu ofalwr y plentyn yn mynd i'r gwely am 11pm.

Byddai'r nos yn dechrau am 11pm.

Byddai unrhyw help sydd ei angen cyn 11pm yn cyfrif fel help yn ystod y dydd.

Gwelwch **dudalen 24** y **llyfryn gwybodaeth**.

70 Oherwydd cyflwr iechyd neu anabledd ydynt yn deffro ac angen cymorth neu oruchwyliaeth yn ystod y nos?

Na **Ewch i gwestiwn 71**

Ydynt

Dywedwch wrthym pa mor aml y mae angen cymorth arnynt, pa mor hir y mae'n ei gymryd bob tro a sawl noson yr wythnos y mae angen cymorth arnynt. Os nad oes angen cymorth arnynt ar gyfer gweithgaredd penodol, ysgrifennwch '0'.

Ar gyfartaledd sawl noson bob wythnos y mae angen anogaeth, ysgogaeth neu gymorth arnynt i fynd i mewn, codi o neu droi yn y gwely?

Sawl munud mae hyn yn ei gymryd bob tro?

Sawl gwaith y noson mae angen yr help arnynt?

Ar gyfartaledd sawl noson bob wythnos y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i gyrraedd a defnyddio'r toiled, rheoli cewynnau neu badiau?

Sawl munud mae hyn yn ei gymryd bob tro?

Sawl gwaith y noson mae angen yr help arnynt?

Ar gyfartaledd sawl noson yr wythnos y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i gael triniaeth?

Sawl munud mae hyn yn ei gymryd bob tro?

Sawl gwaith y noson mae angen yr help arnynt?

Ar gyfartaledd sawl noson bob wythnos y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i setlo neu ailsefydlu?

Sawl munud mae hyn yn ei gymryd bob tro?

Sawl gwaith y noson mae angen yr help arnynt?

Ar gyfartaledd sawl noson yr wythnos y mae angen eu goruchwyllo oherwydd nad ydynt yn ymwybodol o berygl neu y gallent niweidio eu hunain neu eraill?

Sawl munud mae hyn yn ei gymryd bob tro?

Sawl gwaith y noson mae angen yr help arnynt?

Ar gyfartaledd sawl noson yr wythnos y mae angen eu goruchwyllo oherwydd efallai y byddant yn crwydro o gwmpas?

Sawl munud mae hyn yn ei gymryd bob tro?

Sawl gwaith y noson mae angen yr help arnynt?

Ar gyfartaledd sawl noson yr wythnos y mae angen eu goruchwyllo oherwydd bod ganddynt broblemau ymddygiad?

Sawl munud mae hyn yn ei gymryd bob tro?

Sawl gwaith y noson mae angen yr help arnynt?

Os oes angen i chi roi rhagor o wybodaeth i ni am eu hanghenion byw bob dydd neu ofal, dywedwch wrthym yng **nghwestiwn 72**.

Gwybodaeth ychwanegol am anghenion gofal

71 Ar ba ddyddiad y dechreuodd anawsterau'r plentyn â'u hanghenion gofal?

DD/MM/BBBB

Os na allwch gofio'r union ddyddiad, dywedwch wrthym yn fras pryd y dechreuodd hyn.

Fel arfer, dim ond os yw wedi bod angen cymorth am fwy na 3 mis y gall y plentyn gael elfen ofal Lwfans Byw i'r Anabl.

Mwy o wybodaeth am eu bywyd bob dydd a'u hanghenion gofal

72 Dywedwch wrthym unrhyw beth arall y mae angen i ni ei wybod am eu hanawsterau â'u bywyd bob dydd a'u hanghenion gofal neu sut mae eu hanghenion yn newid o ddydd i ddydd.

Os oes angen mwy o le arnoch, dywedwch wrthym yng **nghwestiwn 89** neu ar ddarn o bapur ar wahân. Rhowch enw'r plentyn, rhif Yswiriant Gwladol a dyddiad geni ar unrhyw ddarnau ychwanegol o bapur y byddwch yn eu hanfon atom.

Chi

Defnyddiwch y tudalen hon i ddweud wrthym amdanoch chi'ch hun, nid y plentyn.

73 Eich cyfenw neu enw teuluol

74 Pob enw arall yn llawn

Teitl

Er enghraifft, Mr, Mrs, Miss, Ms

75 Eich dyddiad geni

DD/MM/BBBB

76 Eich rhif Yswiriant Gwladol

77 Eich cyfeiriad, os yw'n wahanol i gyfeiriad y plentyn

Cod post

78 Os ydych yn byw yng Nghymru a hoffech i ni gysylltu â chi yn Gymraeg, ticiwch y blwch hwn.

79 Rhif ffôn y gallwn gysylltu â chi arno

Gan gynnwys y cod deialu

Os oes gennych anawsterau lleferydd neu glyw ac eisiau i ni gysylltu â chi dros ffôn testun, ticiwch y blwch hwn.

Rhif Ffôn testun

80 Beth yw'ch perthynas â'r plentyn?

81 Beth yw'ch cenedligrwydd?

Cymhorthdal Incwm

82 A ydych yn cael neu'n aros i glywed am Gymhorthdal Incwm?

Na

Ydw

83 A oes unrhyw un yn eich cartref yn cael neu'n aros i glywed am Gymhorthdal Incwm?

Na

Oes

Rhowch eu henw

Eu rhif Yswiriant Gwladol

Eu perthynas â chi

Sut rydym yn eich talu

Dywedwch wrthym fanylion eich cyfrif

Mae rhaid i chi ddarllen **tudalennau 25 a 26** y **llyfryn gwybodaeth** cyn llenwi manylion y cyfrif.

Mae'n bwysig iawn eich bod yn llenwi pob blwch yn gywir, gan gynnwys rhif rôl neu gyfeirnod y gymdeithas adeiladu, os oes un. Os byddwch yn rhoi'r manylion cyfrif anghywir i ni, efallai y bydd oedi â'r taliad neu efallai y bydd y plentyn yn colli arian.

84 Enw deiliad y cyfrif

Ysgrifennwch enw deiliad y cyfrif yn union fel y mae i'w weld ar y cerdyn debyd, cyfriflen neu lyfr siec.

85 Enw llawn y banc neu gymdeithas adeiladu

86 Cod didoli

Rhowch bob un o'r 6 rhif, er enghraifft 12-34-56.

— —

87 Rhif cyfrif

Mae'r rhan fwyaf o rifau cyfrif yn 8 rhif o hyd. Os oes gan rif eich cyfrif lai na 10 rhif, llenwch y rhifau o'r chwith.

88 Rhif rôl neu gyfeirnod cymdeithas adeiladu

Os ydych yn defnyddio cyfrif cymdeithas adeiladu efallai y bydd angen i chi roi rhif rôl neu gyfeirnod i ni. Gall hwn gynnwys llythrennau a rhifau, a gall fod hyd at 18 nod. Os nad ydych yn siŵr a oes gan y cyfrif rif rôl neu gyfeirnod, gofynnwch i'r gymdeithas adeiladu.

Mwy o wybodaeth

89 Dywedwch wrthym unrhyw beth arall y credwch y dylem ei wybod am anawsterau dydd i ddydd y plentyn.

Os oes angen mwy o le arnoch, parhewch ar ddarn o bapur ar wahân. Rhowch enw'r plentyn, rhif Yswiriant Gwladol (YG) a dyddiad geni ar unrhyw ddarnau ychwanegol o bapur y byddwch yn eu hanfon atom.

Datganiad

Darllenwch a llofnodi'r datganiad.

Drwy gyflwyno'r cais hwn rydych yn cytuno:

- bod y wybodaeth a roddwyd gennych yn gyflawn ac yn gywir a
- tra byddwch yn cael Lwfans Byw i'r Anabl ar gyfer plentyn byddwch yn rhoi gwybod am newidiadau i'ch amgylchiadau chi a'r plentyn ar unwaith drwy ffonio **0800 121 4600**.

Os rhowch wybodaeth anghywir neu anghyflawn, neu os na fyddwch yn rhoi gwybod am newidiadau ar unwaith, gallwch:

- cael eich erlyn
- angen talu cosb ariannol
- cael Lwfans Byw i'r Anabl y plentyn wedi ei leihau neu ei atal
- cael gormod o Lwfans Byw i'r Anabl a gorfod talu'r arian yn ôl
- os byddwn yn talu llai i chi nag y dylem, efallai y byddwn yn talu'r arian sy'n ddyledus i chi.

Rwy'n deall gall yr Adran Gwaith a Phensiynau ddefnyddio'r wybodaeth sydd ganddi ar hyn o bryd neu y gallai ei chael yn y dyfodol i benderfynu a oes gennyf hawl i:

- y budd-dal rwy'n ei hawlio ar gyfer y plentyn
- unrhyw fudd-dal arall rwyf wedi ei hawlio
- unrhyw fudd-dal arall y gallaf ei hawlio neu gael ei ddyfarnu yn y dyfodol.

Dyma fy nghais am Lwfans Byw i'r Anabl.

Llofnod

Printiwch eich enw yma

Dyddiad

DD/MM/BBBB

Rhestr wirio

I wneud yn siŵr bod gennym yr holl wybodaeth sydd ei hangen arnom i brosesu'r ffurflen hon, gwiriwch:

Rydych wedi cynnwys manylion llawn unrhyw un arall yr ydych wedi ei weld am y plentyn yng **ngwestiwn 25**

Rydych wedi cynnwys manylion llawn eich meddyg teulu yng **ngwestiwn 26**

Mae'r person a gwblhaodd **gwestiwn 38** wedi llofnodi'r datganiad ar **dudalen 11**

Rydych wedi ticio'r blwch perthnasol ynghylch rhannu gwybodaeth yng **ngwestiwn 39**, ac wedi llofnodi'r datganiad ynghylch sut mae DWP yn defnyddio gwybodaeth

Y person y mae ei fanylion **Chi** ar **dudalen 35** yw'r person sy'n llofnodi'r caniatâd a'r datganiad ar **dudalen 38**

Rydych wedi rhoi unrhyw wybodaeth ychwanegol i ni yng **ngwestiwn 89**

Os yw eich cais yn mynd i fod yn hwyr yn ein cyrraedd, rydych wedi dweud y rheswm wrthym yng **ngwestiwn 89**

Os ydych yn aros am rywfaint o wybodaeth, peidiwch ag oedi cyn dychwelyd eich ffurflen.

Anfonwch gopiâu o'r wybodaeth ategol ddiweddaraf sydd gennych eisoes yn unig gan na allwn dychwelyd unrhyw rai gwreiddiol.

Peidiwch ag anfon CD, DVD, cofbin nac unrhyw fath o gyfrwng electronig, gan na allwn gael mynediad at y rhain.

Peidiwch â chynnwys pethau fel cardiau apwyntiad neu wybodaeth gyffredinol am gyflwr y plentyn fel taflenni ffeithiau neu wybodaeth oddi ar y rhyngrwyd.

Beth i'w wneud nawr

Anfonwch y ffurflen gais a'ch dogfennau ategol yn ôl atom yn syth yn yr amlen rydym wedi ei hanfon atoch. Gwnewch yn siŵr eich bod yn ychwanegu enw a rhif Yswiriant Gwladol y plentyn ar unrhyw ddogfennau ategol y byddwch yn eu hanfon atom.

Os nad yw'r amlen gennych, anfonwch y ffurflen wedi'i chwblhau at:

Freepost DWP DLA Child

Sut mae DWP yn casglu a defnyddio gwybodaeth

Pan fyddwn yn casglu gwybodaeth amdanoch gallwn yn ei defnyddio at unrhyw un o'n dibenion. Mae'r rhain yn cynnwys:

- budd-daliadau a lwfansau nawdd cymdeithasol
- cynhaliaeth plant
- cyflogaeth a hyfforddiant
- ymchwilio ac erlyn troseddau credydau treth
- polisi pensiynau preifat a
- cynllunio ar gyfer ymddeoliad.

Efallai byddwn yn cael gwybodaeth amdanoch gan bartion eraill at unrhyw un o'n dibenion fel mae'r gyfraith yn caniatáu i wirio'r wybodaeth a ddarperir gennych a gwella ein gwasanaethau. Efallai byddwn yn rhoi gwybodaeth amdanoch i sefydliadau eraill fel mae'r gyfraith yn caniatáu, er enghraifft i amddiffyn rhag trosedd.

I gael gwybod mwy am ein dibenion, sut rydym yn defnyddio gwybodaeth bersonol at y dibenion hynny a'ch hawliau gwybodaeth, gan gynnwys sut i ofyn am gopi o'ch gwybodaeth, ewch i www.gov.uk/dwp/siarter-gwybodaeth-bersonol