Adran Gwaith a Phensiynau

Lwfans Byw i'r Anabl ar gyfer plentyn o dan 16 oed

Llyfryn gwybodaeth

Mae gennym lawer o wahanol ffyrdd y gallwn gyfathrebu â chi

Os hoffech gael braille, Iaith Arwyddion Prydain, e-bost, dolen glyw, cyfieithiadau, print bras, sain neu rywbeth arall ffoniwch ni ar **0800 121 4600** neu ffôn testun **0800 121 4523** a dywedwch wrthym pa un sydd ei angen arnoch.

Os ydych angen y nodiadau hyn a'r ffurflen hon yn Saesneg, ffoniwch ni ar **0800 328 1744**.

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

DLA1W Child Notes 05/24

Cynnwys

Beth yw Lwfans Byw i'r Anabl (DLA)? 3
Pwy all wneud cais am Lwfans Byw i'r Anabl ar gyfer plentyn? 3
Newid mewn statw mewnfudo 4
Sut y caiff Lwfans Byw i'r Anabl ei weithio allan? 4
Y rhan gofal 4
Y rhan symudedd 5
Rheolau arbennig 5

Cwblhau'r ffurflen gais 6
Cyn i chi lenwi'r ffurflen gais 7
Tystiolaeth i gefnogi'r cais - pa dystiolaeth i'w hanfon 7

Help gyda'r cwestiynau yn y ffurflen gais 8

Beth i'w wneud nawr 26

Dyddiadur dyddiol: cofnod o anghenion y plentyn 27

Ble i gael help a chyngor am Lwfans Byw i'r Anabl a budd-daliadau eraill 30

Gwybodaeth am Lwfans Gofalwr a Chredyd Gofalwr 30
Lwfans Gofalwr 30
Credyd Gofalwr 30
Lwfans Gofalwr a budd-daliadau eraill 31

Sefydliadau eraill a all helpu 31
Contact 31
Family Fund 31

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**

Beth yw Lwfans Byw i'r Anabl (DLA)?

Budd-dal yw Lwfans Byw i'r Anabl (DLA) i helpu gyda chostau ychwanegol ar gyfer plentyn o dan 16 oed sydd ag anabledd, salwch neu gyflwr iechyd a:

- mae angen llawer mwy o ofal arnynt na phlentyn o'r un oed nad oes ganddynt anabledd, neu
- gydag anawsterau cerdded, neu'r
- ddau.

Efallai na fyddwch yn ystyried y plentyn yn anabl, ond os oes angen y math o help arnynt a eglurir yn y nodiadau hyn, gallant gael Lwfans Byw i'r Anabl.

Pwy all wneud cais am Lwfans Byw i'r Anabl ar gyfer plentyn?

Gallwch wneud cais am Lwfans Byw i'r Anabl ar gyfer plentyn cyn belled â'ch bod yn gofalu amdanynt fel petaech yn rhiant iddynt. Mae hyn yn cynnwys llys-rieni, gwarcheidwaid, neiniau a theidiau, rhieni maeth a hyd yn oed frodyr a chwiorydd hŷn. Os ydych yn rhiant yn gwneud cais, mae'n rhaid i chi fod yn 16 oed neu'n fwy. Os ydych yn warcheidwad neu'n berthynas sy'n gweithredu fel rhiant mae'n rhaid i chi fod yn 18 oed neu'n fwy i wneud y cais.

Gallwch wneud cais amdano hyd yn oed os ydych yn gweithio neu os oes gan eich teulu gynilion neu arian yn dod i mewn. Mae Lwfans Byw i'r Anabl yn ddi-dreth.

I gael Lwfans Byw i'r Anabl, mae'n rhaid i blentyn fel arfer:

- angen gofal ychwanegol neu gydag anawsterau cerdded
- wedi bod angen help ychwanegol am o leiaf 3 mis ac yn debygol o angen help am o leiaf 6 mis arall oni bai eich bod yn gwneud cais iddynt o dan y rheolau arbennig. Mae rheolau arbennig yn cael eu hesbonio ar dudalen 5 y llyfryn
- wedi byw ym Mhrydain Fawr:
  - am o leiaf 6 o'r 12 mis diwethaf, os dros 3 mlwydd oed
  - am o leiaf 26 o'r 156 wythnos ddiwethaf, os rhwng 6 mis oed a 3 mlwydd oed
  - am o leiaf 13 wythnos, os o dan 6 mis oed
- yn byw yng Nghymru neu Loegr neu wedi byw yn yr Ardal Economaidd Ewropeaidd neu'r Swistir cyn Ionawr 2021 ac mae'r Deyrnas Unedig (DU) yn gyfrifol am dalu budd-daliadau salwch iddynt
- gyda chaniatâd i ddod i mewn i neu aros yn y DU a heb eu hatal rhag cael budd-daliadau.

Newid mewn statws mewnfudo

Os nad yw'r plentyn yn ddinesydd Prydeinig neu Wyddelig a'i statws mewnfudo'n newid, mae angen i ni wybod. Os ydyn nhw neu aelod o'u teulu yn ddinesydd yr Undeb Ewropeaidd, Ardal Economaidd Ewropeaidd neu'r Swistir ac roeddent yn byw yn y DU erbyn 31 Rhagfyr 2020 ond heb wneud cais i Gynllun Sefydlu yr UE, rhaid iddyn nhw a'u teulu wneud cais ar unwaith.

Os ydyn nhw wedi byw yn y DU am 5 mlynedd neu fwy yn olynol, gallant wneud cais am Statws Sefydlog. Os oes ganddynt statws wedi'i sefydlu ymlaen llaw ni fydd hyn yn dod i ben. Efallai byddai o fudd iddynt wneud cais am statws sefydlog os ydynt wedi byw yn y DU am 5 mlynedd neu fwy yn olynol.

Sut mae Lwfans Byw i'r Anabl yn cael ei gyfrifo?

Mae 2 ran i Lwfans Byw i'r Anabl, rhan gofal a rhan symudedd.

Gall plentyn gael arian am un rhan neu'r ddau.

Y rhan gofal

Mae 3 cyfradd ofal: isaf, canol ac uwch.

Gellir hawlio am ofal o enedigaeth.

Cyfradd isaf

Os oes angen gofal ychwanegol ar blentyn am rywfaint o'r dydd, gall hynny fod am gyn lleied ag awr.

Cyfradd ganol

Os yw plentyn:
- angen gofal ychwanegol sawl gwaith ar gyfnodau byr yn ystod y dydd, neu
- angen gofal ychwanegol fwy nag unwaith y nos neu unwaith am tua 20 munud neu fwy, neu
- angen goruchwyliaeth ychwanegol trwy gydol y dydd, neu
- angen rhywun i fod yn effro yn y nos i wylio drostynt sawl gwaith neu unwaith am 20 munud neu fwy.

Cyfradd uwch

Os oes angen help ar blentyn yn ystod y dydd **a'r** nos.

Gall plentyn hefyd gael y gyfradd uchaf os gwneir cais o dan y rheolau arbennig. Esbonnir y rheolau arbennig ar dudalen 5 y llyfryn hwn.

Ystyr 'ychwanegol' yw llawer mwy na phlentyn o'r un oedran nad oes ganddynt anabledd.

Y rhan symudedd

Mae 2 gyfradd symudedd: uwch ac isaf.

Mae'r gyfradd symudedd a hawlir yn dibynnu ar oedran y plentyn.

Cyfradd uwch

Gellir ei hawlio ar gyfer plentyn 3 oed neu drosodd, sydd oherwydd anabledd corfforol:
- methu â cherdded o gwbl, neu
- yn gallu cerdded, ond mae eu gallu i gerdded yn yr awyr agored heb deimlo'n anghysurus iawn mor gyfyngedig fel y gellir ystyried nad yw bron yn gallu cerdded, neu
- yn gallu cerdded ond gallai'r ymdrech sydd ei hangen effeithio'n ddifrifol ar eu hiechyd.

Gall plentyn hefyd gael y gyfradd uwch:
- os cafodd eu dwy goes eu torri i ffwrdd uwchben y ffêr neu drwy'r ffêr, neu os cafodd eu geni heb goesau neu draed, neu
- os ydynt wedi'i gofrestru fel rhywun â nam difrifol ar eu golwg neu eu cofrestru'n ddall ac maent yn bodloni amodau eraill yn ymwneud â diffyg golwg, neu
- os ydynt yn fyddar ac yn ddall a bod angen rhywun gyda hwy pan yn yr awyr agored, neu
- os oes ganddynt nam meddyliol difrifol a phroblemau ymddygiadol difrifol a bod hawl ganddynt i gael cyfradd uwch y rhan ofal.

Cyfradd is

Gellir ei hawlio ar gyfer plentyn 5 oed neu drosodd sy'n gallu cerdded ond y mae angen help ychwanegol arnynt gan rywun i'w tywys neu eu goruchwylio wrth grwydro yn yr awyr agored mewn lleoedd nad yw'n eu hadnabod yn dda.

Os na allant gael y gyfradd uwch, yna gellir ystyried y gyfradd is unwaith maent yn 5 oed. Os nad ydynt eisoes yn cael y rhan gofal, bydd angen gwneud cais newydd iddynt pan maent yn 5 oed.

Ystyr 'ychwanegol' yw llawer mwy na phlentyn o'r un oedran nad oes ganddynt anabledd.

Rheolau arbennig

Mae rheolau arbennig yn berthnasol i blentyn sydd â chlefyd cynyddol ac na ddisgwylir iddo fyw'n hirach na 12 mis arall.

Mae cael DLA o dan y rheolau arbennig yn golygu:
- bod y plentyn yn cael y rhan gofal ar y gyfradd uchaf
- eu bod yn cael eu talu ar unwaith oni bai eu bod mewn cartref gofal preswyl, ysgol breswyl neu le tebyg
- rydym yn delio â'r cais yn gyflymach.

Gellir dyfarnu'r rhan symudedd i'r plentyn hefyd os oes angen help arno i symud o gwmpas.

Mae'n rhaid i chi ddweud wrthym o hyd am unrhyw newidiadau a allai effeithio ar faint o arian y mae'r plentyn yn ei gael.

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 yr adroddiad gan feddyg neu arbenigwr y plentyn. Ni fydd yn 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 y ffurflen SR1 cyn gynted ag y gallwch neu gofynnwch i'ch meddyg neu arbenigwr ei hanfon atom ar eich rhan.

Cwblhau'r ffurflen gais

Bydd y rhan nesaf hon o'r llyfryn yn eich helpu i gwblhau'r ffurflen gais

Os ydych yn llenwi'r ffurflen â llaw, defnyddiwch inc du i lenwi'r ffurflen. Peidiwch â phoeni os nad ydych yn siŵr sut i sillafu rhywbeth neu os ydych yn gwneud camgymeriad. Os ydych am gywiro camgymeriad, rhowch linell drwyddo â beiro – peidiwch â defnyddio hylif cywiro.

Ni fydd pob cwestiwn yn berthnasol i'r plentyn, darllenwch y cwestiynau'n ofalus ynghyd â'r wybodaeth yn y llyfryn hwn.

Efallai y byddwch yn ei chael yn anodd llenwi'r ffurflen ar yr un pryd. Gall fod o gymorth i'w wneud fesul cam – cymerwch seibiant cyn cwblhau'r rhan nesaf.

Rydym yn deall y gallai fod yn ofidus disgrifio'n fanwl pa help sydd ei angen ar y plentyn. Dim ond er mwyn i ni allu sicrhau ein bod yn gwneud y penderfyniad cywir y byddwn yn gofyn am yr holl wybodaeth hon.

Os ydych angen mwy o help nag y mae'r llyfryn hwn yn ei gynnig, gallwch:
- gofyn i'ch teulu, neu rywun rydych yn eu hadnabod
- cysylltu â chanolfan cynghori fel Cyngor ar Bopeth
- ffonio llinell gymorth Lwfans Byw i'r Anabl ar **0800 121 4600**
- defnyddio ffôn testun a ffonio **0800 121 4523** os oes gennych anawsterau siarad neu glywed
- defnyddio Relay UK trwy ffonio **18001 yna 0800 121 4600** os na allwch siarad na chlywed dros y ffôn
- Gall defnyddwyr Iaith Arwyddion Prydain ddefnyddio'r Gwasanaeth Cyfnewid Fideo. Am fwy o wybodaeth am hyn, ewch i **www.gov.uk/lwfans-byw-ir-anabl-i-blant/sut-i-wneud-cais** neu ewch i **www.gov.uk/cymraeg** a chwiliwch am 'Lwfans Byw i'r Anabl i Blant'.

Os gallwch, efallai y byddai'n ddefnyddiol cymryd copi neu dynnu lluniau o'r ffurflen gais ar ôl i chi ei llenwi. Os byddwn yn dyfarnu Lwfans Byw i'r Anabl a bod newid yn y maint o help sydd ei angen ar y plentyn neu fod angen i ni edrych ar y dyfarniad Lwfans Byw i'r Anabl eto, bydd yn eich helpu i gofio'r hyn a ddywedasoch wrthym.

Cyn i chi lenwi'r ffurflen gais

Mae'n ddefnyddiol cael y pethau a restrir isod:

- enwau a manylion cyswllt gweithwyr proffesiynol sy'n cefnogi'r plentyn yn rheolaidd
- manylion meddyginiaeth y plentyn neu restr bresgripsiwn cyfredol wedi'i hargraffu
- tystiolaeth ategol sy'n ein helpu i ddeall anghenion y plentyn, sy'n dangos sut mae'n cyflawni gweithgareddau a sut mae cyflwr iechyd neu anabledd yn effeithio ar y gweithgareddau hyn.

Tystiolaeth i ategu'r cais – pa dystiolaeth i'w hanfon

Isod mae enghreifftiau o'r pethau y gallech eu hanfon atom. Bydd unrhyw dystiolaeth y gallwch ei hanfon atom yn ein helpu i ddeall yn well sut mae cyflwr iechyd neu anabledd y plentyn yn effeithio arno.

Rydym yn deall y gall gymryd amser i gasglu'r dystiolaeth hon ond mae'n bwysig sicrhau eich bod yn dychwelyd eich ffurflen mewn pryd. Os ydych yn aros am unrhyw dystiolaeth ategol, dywedwch wrthym beth ydyw yng nghwestiwn 89 ac yna anfonwch yr hyn sydd gennych yn barod atom ynghyd â'r ffurflen wedi'i chwblhau.

Gallwch anfon mwy o dystiolaeth ategol y byddwch yn ei chael wedyn i:

Freepost DWP DLA Child

Ysgrifennwch enw llawn y plentyn, dyddiad geni a rhif Yswiriant Gwladol (os oes ganddynt un) ar frig pob dalen o dystiolaeth fel y gallwn ei hychwanegu at eu cais.

Peidiwch ag anfon dogfennau gwreiddiol atom, gan na allwn eu dychwelyd. Anfonwch gopïau yn unig. Peidiwch ag anfon CD, DVD, ffon gof nag unrhyw fath o gyfrwng electronig, gan na allwn gael mynediad at y rhain.

Adroddiadau neu gynlluniau gofal neu driniaeth gan:

- therapyddion galwedigaethol
- meddygon teulu neu ymgynghorwyr ysbyty
- gweithwyr cymdeithasol
- timau cymorth anabledd dysgu
- nyrsys ardal
- ffisiotherapyddion
- adroddiadau, datganiadau neu ddyddiaduron gan ofalwyr neu aelodau'r teulu
- llythyrau rhyddhau o'r ysbyty neu glinig claf allanol am gyflwr neu ddiagnosis y plentyn
- llythyrau gan ymgynghorydd (ymgynghorwyr) y plentyn am eu cyflwr neu ddiagnosis.

Canlyniadau prawf gan:

- sganiau
- profion diagnostig
- profion clyw neu lygaid.

Arall:

- rhestr presgripsiwn amlroddadwy gyfredol y plentyn
- datganiad o anghenion addysgol arbennig, cynllun Addysg, Iechyd a Gofal (EHC)
- tystysgrif nam ar y golwg.

Pa dystiolaeth I BEIDIO ag anfon:
- cardiau neu lythyrau apwyntiad
- llythyrau yn trefnu arosiadau ysbyty
- gwybodaeth gyffredinol neu ffeithlenni am gyflwr y plentyn
- ffeithlenni am feddyginiaeth y plentyn
- gwybodaeth am y profion bydd y plentyn yn eu cael
- tocynnau bws neu drên
- cyfarwyddiadau neu fapiau ar gyfer apwyntiadau y mae'r plentyn wedi mynychu.

Help gyda chwestiynau yn y ffurflen gais

Rydym wedi ychwanegu help ychwanegol ar eich cyfer wrth i chi ateb rhai o'r cwestiynau ar y ffurflen gais.

Edrychwch ar yr enghreifftiau hyn wrth i chi ateb pob cwestiwn, byddant yn eich helpu chi i roi'r manylion sydd eu hangen arnom.

Cwestiwn 5

Mae cwestiwn 5 yn gofyn am rif Yswiriant Gwladol eich plentyn. Os gwnaethoch gais am Fudd-dal Plant am y tro cyntaf ar ôl 23 Chwefror 2021, mae hwn yr un fath â'ch Cyfeirnod Plentyn. Gallwch ddod o hyd i'ch Cyfeirnod Plentyn ar unrhyw lythyrau gan CThEF am eich Budd-dal Plant, neu o'ch cyfriflen banc.

Os gwnaethoch gais am Fudd-dal Plant am y tro cyntaf cyn 23 Chwefror 2021, gallwch ofyn am eich Cyfeirnod Plentyn drwy gysylltu â Swyddfa Budd-dal Plant CThEF. Ewch i **www.gov.uk/budd-dal-plant** am fanylion cyswllt.

Os nad ydych yn cael Budd-dal Plant ar gyfer y plentyn, neu os na allwch ddarparu ei rif Cyfeirnod Plentyn, dylech gwblhau gweddill y ffurflen a'i dychwelyd atom.

Cwestiwn 41

Mae hyn yn ymwneud â chymhorthion ac addasiadau y maent yn eu defnyddio neu yr aseswyd ar eu cyfer.

Cymhorthion yw pethau fel:
- bresys
- cynalyddion
- baglau
- bygis
- cadeiriau olwyn
- comodau
- cymhorthion darllen a dysgu fel rhaglenni cyfrifadurol.

Addasiadau yw pethau fel:
- rampiau
- llethrau
- rheiliau
- addasiadau i'r cartref, fel drysau wedi'u lledu.

Dylech gynnwys unrhyw gymhorthion neu addasiadau y gall eu defnyddio gyda help neu heb help.

Dyma rhai enghreifftiau o'r help gall fod ei angen arnynt i ddefnyddio cymhorthion neu addasiad. Nid yw'n rhestr gyflawn ac nid yw'n cwmpasu popeth.

Efallai y bydd angen help arnynt i ddefnyddio cymhorthion neu addasiad yn ddiogel i:

- eistedd i lawr a chodi oddi ar sedd toilet uchel
- gwisgo a thynnu ffwrdd bres cefn neu drowsus anymataliaeth
- cynnal cymorth clywed, ei gadw'n lân a sicrhau nad yw rhannau bach fel batris yn cael eu rhoi yn eu ceg
- cael eu hatgoffa neu eu hannog i ddefnyddio'r cymhorthion
- gwthio cadair olwyn i fyny ramp neu lethr.

Cwestiwn 45

Mae'r cwestiwn hwn yn ymwneud â pha mor bell y gall gerdded cyn stopio oherwydd teimlo'n anghysurus iawn.

Er mwyn amcangyfrif y pellter y gallant gerdded, gall fod yn ddefnyddiol i chi wybod:

- mae cam cyfartalog oedolyn ychydig yn llai nag un metr (un llath)
- mae bws deulawr tua 11 metr (12 llath) o hyd
- byddai 12 car wedi'u parcio pen wrth ben gyda bwlch bach rhyngddynt o leiaf 50 metr (55 llath) o hyd
- mae dau gae pêl-droed maint llawn tua 200 metr (218 llath) o hyd.

Gall fod o gymorth i chi wneud y pethau canlynol pan fyddwch allan yn cerdded gyda'r plentyn:

- cyfrwch y camau a gymerwch i weld pa mor bell y maent wedi cerdded. Os ydynt yn cerdded 100 o'ch camau, maent wedi cerdded tua 90 metr (100 llath)
- gwiriwch yr amser pan fyddwch yn dechrau ac yn stopio i weld faint o amser y mae'n ei gymryd.

Cwestiwn 47

Mae'r cwestiwn hwn yn ymwneud â sut maent yn cerdded, ticiwch unrhyw flychau sy'n disgrifio'r anawsterau hyn.

Dyma rhai enghreifftiau o bethau eraill efallai rydych am roi gwybod i ni amdanynt:

- efallai maent yn gwrthod cerdded hyd yn oed os gallant yn gorfforol
- efallai fod ganddynt goes anhyblyg sy'n achosi camau anwastad
- efallai fod ganddynt blygiad yn y corff uwch sy'n achosi diffyg cydbwysedd
- efallai y byddwch am roi mwy o fanylion am y blychau rydych wedi'u ticio
- efallai y byddwch am ddweud unrhyw beth arall wrthym y credwch y dylem ei wybod am eu hanawsterau cerdded.

Cwestiynau 49 i 53

I’w gwblhau ar gyfer plant 5 oed a throsodd. Os yw’r plentyn o dan 5 oed, ewch i gwestiwn 54 o’r ffurflen gais.

Mae’r rhain yn ymwneud ag angen rhywun i’w harwain neu eu goruchwylio rhan fwyaf o’r amser pan fydd yn yr awyr agored.

Mae **Arwain** yn golygu eu harwain yn gorfforol neu roi cyfarwyddiadau ar lafar er mwyn galluogi iddynt grwydro’n ddiogel.

Mae **Goruchwylio** yn golygu sicrhau nad oes peryglon na rhwystrau ar lwybrau, cadw llygad arnynt a ph’un allant barhau i gerdded. Mae’n cynnwys denu, annog, perswadio neu siarad fel y gallant barhau i gerdded i osgoi peryglon.

Er enghraifft

Os gallant gerdded yn ddiogel ger ffordd brysur heb beryglu ei hun nac eraill ond ni allant groesi ffordd yn ddiogel, byddech yn ateb fel hyn:

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

- ☐ Na
- ☑ Ydynt

A ydynt yn gallu croesi ffordd yn ddiogel?

- ☑ Na
- ☐ Ydynt

Mae Cwestiwn 53 yn rhoi lle i chi ddweud wrthym am unrhyw beth arall sydd angen i ni ei wybod am eu hanhawsterau â sefyll neu symud o gwmpas neu sut mae eu hanghenion yn newid o ddydd i ddydd.

Dyma rai enghreifftiau o bethau y gallech fod am roi gwybod i ni amdanynt. Nid yw’n rhestr gyflawn ac nid yw’n cwmpasu popeth.

Gallant:
- dilyn cyfarwyddiadau syml ond ni fyddai’n gofyn am help pe bai ar goll
- derbyn losin neu reid mewn car hyd yn oed os nad yw’n adnabod y person
- gofidio gan sŵn traffig neu dyrfaoedd, a chael pwl o banig
- rhedeg yn sydyn ar draws y ffordd os ydynt yn gweld ffrind yr ochr arall
- dim ond yn gallu croesi ffyrdd gan ddefnyddio croesfan i gerddwyr
- mynd yn simsan a gall gwympo.

Mae Cwestiynau 54 i 69 am yr help sydd eu hangen arnynt yn ystod y dydd

Mae yn ystod y dydd yn golygu unrhyw amser cyn i ofalwr neu rieni'r plentyn mynd i'r gwely.

Er enghraifft, mae'r plentyn yn codi am 7am ac yna'n mynd i'r gwely am 8pm. Mae rhieni'r plentyn yn codi am 7am ac yn mynd i'r gwely am 11pm. Byddai'r amser yn ystod y dydd o 7am i 11pm.

Bydd unrhyw help sydd ei angen ar ôl 11pm yn cyfrif fel help yn ystod y nos a byddwch yn rhoi gwybod i ni am hyn yng nghwestiwn 70.

Cwestiwn 54

Mae hwn yn ymwneud â'r help sydd ei angen i fynd i'r gwely, codi o'r gwely neu setlo yn y gwely yn ystod y dydd. Gall gynnwys annogaeth, ysgogiad neu help llaw.

Er enghraifft

Os oes angen anogaeth arnynt i godi o'r gwely yn y bore ac eto ar ôl cael nap yn y prynhawn, a'i bod yn cymryd 4 munud pob tro, byddwch yn ateb fel hyn:

> Pa mor aml bob dydd y mae angen annog, ysgogi, neu gymorth arnynt i fynd i'r gwely?
>
> Dwywaith
>
> Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?
>
> 4

Os oes angen i chi roi mwy o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, gallwch ddweud wrthym yng nghwestiwn 72.

Dyma rai enghreifftiau o bethau eraill efallai rydych am roi gwybod i ni amdanynt. Nid yw'n rhestr gyflawn ac nid yw'n cwmpasu popeth.

Efallai:
- bod angen help arnynt i eistedd i fyny a chodi o'r gwely oherwydd stiffrwydd
- nad ydynt yn deall ei bod yn amser codi neu fynd i'r gwely
- bod angen dweud wrthynt am godi gan nad ydynt yn gallu darllen cloc neu glywed larwm
- bod angen iddynt ddisgwyl i'w meddyginiaeth ddechrau gweithio cyn codi o'r gwely
- eu bod wedi cynhyrfu gan eu bod mewn poen, neu fod angen eu setlo a'u cysuro a gosod blancedi.

Cwestiwn 55

Mae hwn yn ymwneud â'r help sydd ei angen i fynd i'r toiled neu ddefnyddio toiled yn ystod y dydd. Gall gynnwys anogaeth, ysgogiad neu help llaw.

Er enghraifft

Os oes angen eu hannog i fynd i'r toiled, tynnu eu dillad isaf i lawr, sychu eu hun a golchi a sychu eu dwylo, byddech yn ateb fel hyn:

Mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i:

- [x] mynd i'r toiled
- [x] rheoli dillad
- [ ] mynd ar ac oddi ar y toiled
- [x] sychu a glanhau eu hunain
- [x] golchi a sychu eu dwylo
- [ ] rheoli cathetr, ostomi neu stoma
- [ ] rheoli cewynnau neu badiau

Os oes angen i chi roi mwy o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, gallwch ddweud wrthym yng nghwestiwn 72.

Dyma rai enghreifftiau o bethau eraill efallai rydych am roi gwybod i ni amdanynt. Nid yw'n rhestr gyflawn ac nid yw'n cwmpasu popeth.

Efallai:
- y mae ganddynt drafferth symud o gadair olwyn i doiled
- y bod angen taenu eli arnynt ar ôl defnyddio'r tolied
- eu bod yn rhwym neu fod ganddynt ddolur rhydd a bod angen eu hannog neu eu cysuro
- eu bod yn gwrthod defnyddio toiled ar wahân i'r un gartref
- nad ydynt yn gallu defnyddio sipiau a botymau
- nad ydynt yn gallu cyrraedd neu nad ydynt yn gwybod bod angen iddynt sychu eu hun ar ôl defnyddio'r toiled.

Cwestiwn 56

Mae hwn yn ymwneud â'r help sydd ei angen i symud o gwmpas y tu mewn yn ystod y dydd. Gall fod yn anogaeth, ysgogiad neu help llaw.

Er enghraifft

Os oes angen help arnynt i fynd i fyny ac i lawr y grisiau, byddech yn ateb fel hyn:

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 roi mwy o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, gallwch ddweud wrthym yng nghwestiwn 72.

Dyma rai enghreifftiau o bethau eraill efallai rydych am roi gwybod i ni amdanynt. Nid yw'n rhestr gyflawn ac nid yw'n cwmpasu popeth.

Efallai:

- eu bod yn mynd yn anystwyth os ydynt yn eistedd am ormod o amser
- eu bod yn cael pendro os ydynt yn codi o gadair neu gadair olwyn yn rhy gyflym
- bod angen eu hannog i godi a symud o gwmpas
- eu bod yn gallu eistedd i lawr mewn cadair ond nad ydynt yn gallu codi ohoni
- bod angen clustogau neu obennydd arnynt i eistedd i fyny'n syth
- mai dim ond o gadair â breichiau y gallant godi.

Cwestiwn 57

Mae hwn yn ymwneud â'r help sydd ei angen i gadw'n lân a chadw llygad ar eu hymddangosiad yn ystod y dydd. Gall fod yn anogaeth, ysgogiad neu help llaw.

Er enghraifft

Os oes angen help arnynt i ymolchi ond nad oes angen help arnynt i lanhau eu dannedd, byddech yn ateb fel hyn:

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

5

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

2

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

0

Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?

0

Os oes angen i chi roi mwy o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, gallwch ddweud wrthym yng nghwestiwn 72.

Dyma rai enghreifftiau o bethau eraill efallai rydych am roi gwybod i ni amdanynt. Nid yw'n rhestr gyflawn ac nid yw'n cwmpasu popeth.

Efallai:
- eu bod yn dilyn trefn benodol neu hir
- eu bod yn blino'n arw wrth gael bath neu fod mynd mewn neu allan o'r bath yn achosi poen iddynt
- nad ydynt yn gallu cyrraedd pob rhan o'u corff i'w ymolchi neu ei sychu
- eu bod yn teimlo bod angen iddynt ymolchi neu gael bath yn aml
- bod angen iddynt gymryd gofal ychwanegol oherwydd alergeddau
- eu bod yn gwrthod cael bath.

Cwestiwn 58

Mae hwn yn ymwneud â'r help sydd ei angen i wisgo neu ddadwisgo yn ystod y dydd. Gall gynnwys anogaeth, ysgogiad neu help llaw.

Er enghraifft

Os oes angen help llaw arnynt i ddefnyddio botymau, wrth wisgo a thynnu cot i fynd i'r ysgol a dod oddi yno, a'i fod yn cymryd tua munud bob tro, byddech yn ateb fel hyn:

> Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i reoli sipiau, botymau, neu glymiadau eraill?
>
> 4
>
> Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?
>
> 1

Os oes angen i chi roi mwy o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, gallwch ddweud wrthym yng nghwestiwn 72.

Dyma rai enghreifftiau o bethau eraill efallai rydych am roi gwybod i ni amdanynt. Nid yw'n rhestr gyflawn ac nid yw'n cwmpasu popeth.

Efallai:

- eu bod ond yn gwisgo lliwiau penodol
- bod angen iddynt ddilyn trefn benodol, sy'n cymryd amser
- eu bod yn colli diddordeb yn hawdd a bod angen eu hysgogi tro ar ôl tro i wisgo neu ddadwisgo
- eu bod yn gwneud symudiadau anfwriadol, sy'n ei gwneud yn anodd gwisgo
- eu bod yn dadwisgo'n amhriodol
- eu bod yn cael anhawster gyda rhai mathau o ddillad
- eu bod ond yn gwisgo eu hoff dillad.

Cwestiwn 59

Mae hwn yn ymwneud â'r help sydd ei angen i fwyta ac yfed yn ystod y dydd. Gall gynnwys anogaeth, ysgogiad neu help llaw.

Er enghraifft

Os ydynt yn defnyddio llwy i fwyta ond bod angen help arnynt i dorri eu bwyd yn ystod pob pryd, a bod hyn yn cymryd tua 2 funud bob tro, byddech yn ateb fel hyn:

> Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i dorri bwyd ar eu plât?
>
> 3
>
> Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?
>
> 2

Os oes angen i chi roi mwy o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, gallwch ddweud wrthym yng nghwestiwn 72.

Dyma rai enghreifftiau o bethau eraill efallai rydych am roi gwybod i ni amdanynt. Nid yw'n rhestr gyflawn ac nid yw'n cwmpasu popeth.

Efallai:
- bod angen eu hysgogi neu eu hannog yn barhaus i fwyta
- eu bod yn cael problemau wrth sugno, llyncu neu gnoi
- nad ydynt yn gallu gweld beth sydd ar eu plât
- nad ydynt yn deall pryd i fwyta
- eu bod yn bwyta bwydydd amhriodol
- eu bod yn bwyta'n ormodol
- bod ganddynt anghenion deietegol arbennig
- eu bod yn cael trafferth cadw bwyd i lawr a'u bod yn mynd yn sâl ar ôl bwyta.

Cwestiwn 60

Mae hwn yn ymwneud â'r help sydd ei angen i gymryd meddyginiaeth neu gael therapi yn ystod y dydd. Gall gynnwys anogaeth, ysgogiad neu help llaw.

Er enghraifft

Os oes angen eu hysgogi i gymryd eu meddyginiaeth dwywaith y dydd, byddech yn ateb fel hyn:

> Pa mor aml bob dydd y mae angen anogaeth, ysgogaeth, neu gymorth arnynt i wybod pryd i gymryd eu meddyginiaeth?
>
> 2
>
> Sawl munud mae hyn yn eu cymryd bob tro?
>
> 5

Os oes angen i chi roi mwy o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, gallwch ddweud wrthym yng nghwestiwn 72.

Dyma rai enghreifftiau o bethau eraill efallai rydych am roi gwybod i ni amdanynt. Nid yw'n rhestr gyflawn ac nid yw'n cwmpasu popeth.

Efallai:
- eu bod yn osgoi cymryd meddyginiaeth oherwydd ei sgil-effeithiau
- nad ydynt yn gallu monitro eu cyflwr
- eu bod yn gallu cymryd eu meddyginiaeth ond bod angen eu goruchwylio
- eu bod yn gwrthod cymryd rhan mewn therapi
- nad ydynt yn gwybod faint o feddyginiaeth i'w chymryd na faint o therapi i'w gael na phryd.

Cwestiwn 61

Mae hwn yn ymwneud ag anhawster i weld.

Er enghraifft

Os gallant weld yn ddigon da i adnabod wyneb rhywun ar ochr arall yr ystafell ond nad ydynt yn gallu adnabod rhywun ar ochr arall y stryd, byddech yn ateb fel hyn:

> 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 mwy o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, gallwch ddweud wrthym yng nghwestiwn 72.

Dyma rai enghreifftiau o bethau eraill efallai rydych am roi gwybod i ni amdanynt. Nid yw'n rhestr gyflawn ac nid yw'n cwmpasu popeth.

Efallai:
- eu bod yn cynhyrfu neu'n teimlo'n rhwystredig am eu bod yn cael anhawster i weld
- bod yn rhaid iddynt eistedd yn agos iawn at y teledu er mwyn gwylio a dilyn rhaglen neu DVD
- nad oes ganddynt lawer o hyder a bod angen eu hannog
- eu bod yn cael anhawster i weld y tu allan gyda'r nos
- bod eu maes gweld wedi'i gyfyngu.

Cwestiwn 62

Mae hwn yn ymwneud ag anhawster i glywed.

Er enghraifft

Os gallant glywed llais uchel mewn ystafell dawel ond na allant glywed llais arferol mewn ystafell dawel, byddech yn ateb fel hyn:

A ydynt yn gallu clywed llais normal mewn ystafell dawel?

☑ Na

☐ Ydynt

A ydynt yn gallu clywed llais uchel mewn ystafell dawel?

☐ Na

☑ Ydynt

Os oes angen i chi roi mwy o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, gallwch ddweud wrthym yng nghwestiwn 72.

Dyma rai enghreifftiau o bethau eraill efallai rydych am roi gwybod i ni amdanynt. Nid yw'n rhestr gyflawn ac nid yw'n cwmpasu popeth.

Efallai:
- eu bod yn gallu clywed lleisiau ond ddim yn ddigon clir i ddeall yr hyn sy'n cael ei ddweud
- eu bod ond yn clywed synau aneglur sy'n eu drysu
- nad ydynt yn gallu clywed pethau y tro cyntaf y cânt eu dweud a bod angen eu hailadrodd
- nad ydynt yn gallu clywed synau ar draw neu dôn penodol
- nad ydynt yn gallu dilyn sgwrs dros y ffôn
- bod angen help arnynt i ddefnyddio a chynnal a chadw cymorth clyw
- efallai bod ganddynt fewnblaniad yn y cochlea neu gymorth clywed arall a osodwyd drwy lawdriniaeth.

Cwestiwn 63

Mae hwn yn ymwneud ag anhawster siarad.

Er enghraifft

Os ydynt yn siarad yn glir mewn brawddegau, byddech yn ateb fel hyn:

> A ydynt yn gallu siarad yn glir mewn brawddegau?
>
> ☐ Na
>
> ☑ Ydynt

Os oes angen i chi roi mwy o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, gallwch ddweud wrthym yng nghwestiwn 72.

Dyma rai enghreifftiau o bethau eraill efallai rydych am roi gwybod i ni amdanynt. Nid yw'n rhestr gyflawn ac nid yw'n cwmpasu popeth.

Efallai:

- eu bod yn cyffroi'n hawdd, ac yn siarad yn gyflym iawn gan olygu eu bod yn anodd eu deall
- eu bod yn teimlo'n isel-ysbryd ac yn osgoi sgwrsio
- eu bod yn dewis peidio â siarad
- bod ganddynt atal dweud, bloesgedd neu anhawster arall gyda'u lleferydd
- eu bod yn teimlo'n rhwystredig os nad yw pobl yn eu deall
- eu bod ond yn siarad â theulu neu ffrindiau.

Cwestiwn 64

Mae hwn yn ymwneud ag anhawster i gyfathrebu.

Er enghraifft

Os ydynt yn cyfathrebu gan ddefnyddio Makaton ond dim ond gyda phobl y maent yn eu hadnabod, byddech yn ateb fel hyn:

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 Llun (PECS)
- ☐ Tadoma

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 mwy o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, gallwch ddweud wrthym yng nghwestiwn 72.

Dyma rai enghreifftiau o bethau eraill efallai rydych am roi gwybod i ni amdanynt. Nid yw'n rhestr gyflawn ac nid yw'n cwmpasu popeth.

Efallai:
- eu bod yn cael anhawster i ddarllen, defnyddio Iaith Arwyddion Prydain neu ddarllen gwefusau oherwydd problemau gyda'u golwg
- eu bod yn cymryd yr hyn a ddywedir yn llythrennol a bod ymadroddion yn eu drysu
- eu bod yn cael anhawster i ddeall mynegiant wyneb neu iaith y corff
- eu bod ond yn deall os caiff pethau eu cyfleu sawl gwaith mewn ffyrdd gwahanol
- eu bod yn creu lluniau syml er mwyn cyfathrebu
- eu bod angen dehonglydd wrth gyfathrebu â pherson na all ddefnyddio arwyddion.

Cwestiwn 65

Mae hwn yn ymwneud â ffitiau, llewygu, trawiadau neu rywbeth tebyg.

Er enghraifft

Os ydynt yn llewygu cwpl o ddyddiau'r mis heb rybudd, byddech yn ateb fel hyn:

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:

Nid yw meddygon yn gwybod y
math o ffit sydd ganddynt. Maent
yn disgyn i'r llawr ac yn gorwedd
yn llonydd am 2 funud.

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

☐ Na

☑ Ydynt

☐ Weithiau

Os oes angen i chi roi mwy o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, gallwch ddweud wrthym yng nghwestiwn 72.

Dyma rai enghreifftiau o bethau eraill efallai rydych am roi gwybod i ni amdanynt. Nid yw'n rhestr gyflawn ac nid yw'n cwmpasu popeth.

Efallai:
- eu bod yn anymatal yn ystod ffit a bod angen help arnynt i lanhau eu hun
- eu bod yn mynd yn anymwybodol
- bod ganddynt friwiau a chleisiau yn aml
- eu bod wedi angen triniaeth frys yn yr ysbyty.

Cwestiwn 66

Mae hwn yn ymwneud ag angen rhywun i'w oruchwylio yn ystod y dydd.

Er enghraifft

Os ydynt yn ymddwyn yn ymosodol ar lafar ac yn gweithredu'n fyrbwyll yn rheolaidd, byddech yn ateb fel hyn:

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

Os oes angen i chi roi mwy o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, gallwch ddweud wrthym yng nghwestiwn 72.

Dyma rai enghreifftiau o bethau eraill efallai rydych am roi gwybod i ni amdanynt. Nid yw'n rhestr gyflawn ac nid yw'n cwmpasu popeth.

Efallai eu bod yn:
- colli diddordeb yn hawdd ac yn cael anhawster i ganolbwyntio ar bethau
- dringo ar silffoedd ffenestri er mwyn cyrraedd ffenestri agored
- mynd yn aflonydd ac yn gwneud pethau heb feddwl.

Cwestiwn 67

Mae hwn yn ymwneud â'r help sydd eu hangen gyda'u datblygiad.

Er enghraifft

Os ydynt yn chwarae ar eu pen eu hun ond ddim gydag eraill, byddech yn ateb fel hyn:

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

Os oes angen i chi roi mwy o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, gallwch ddweud wrthym yng nghwestiwn 72.

Dyma rai enghreifftiau o bethau eraill efallai rydych am roi gwybod i ni amdanynt. Nid yw'n rhestr gyflawn ac nid yw'n cwmpasu popeth.

Efallai eu bod:
- yn cael anhawster i gadw ffrindiau oherwydd y ffordd maent yn ymddwyn
- yn rhyngweithio'n dda gydag oedolion ond yn cael anhawster i wneud hynny gyda phlant o'r un oed
- yn colli diddordeb yn hawdd ac yn cael anhawster i ganolbwyntio ar bethau
- yn aflonydd ac yn siarad gormod
- yn torri ar draws ac yn methu ag aros eu tro
- dim ond yn gallu chwarae gyda phlant sy'n llawer iau.

Cwestiwn 68

Mae hwn yn ymwneud â'r help sydd ei angen yn yr ysgol neu'r feithrinfa. Gall gynnwys anogaeth, ysgogiad neu help llaw.

Er enghraifft

Os oes angen help arnynt i gyfathrebu a help ychwanegol i ddysgu, byddech yn ateb fel hyn:

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

☐ Na

☑ Oes

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

Maent yn treulio 2 ddiwrnod yr wythnos yn uned arbennig yr ysgol lle maent yn cael cymorth un-i-un. Mae'r ysgol hefyd yn darparu ymarferion iddynt eu gwneud gartref.

Os oes angen i chi roi mwy o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, gallwch ddweud wrthym yng nghwestiwn 72.

Dyma rai enghreifftiau o bethau eraill efallai rydych am roi gwybod i ni amdanynt. Nid yw'n rhestr gyflawn ac nid yw'n cwmpasu popeth.

Efallai eu bod:
- yn dod adref i gael meddyginiaeth neu therapi neu i gael cinio
- yn mynd â phecyn bwyd am eu bod yn gallu ei fwyta heb help
- yn mynd â dillad sbâr i'r ysgol am eu bod yn cael damweiniau'n aml
- angen cymorth ychwanegol arnynt, ond nad yw ar gael
- yn mynd i drwbl yn rheolaidd
- angen i rywun fynd i'r ysgol i roi eu meddyginiaeth neu therapi iddynt.

Cwestiwn 69

Mae hwn yn ymwneud ag anhawster i gymryd rhan mewn hobïau, diddordebau, neu weithgareddau cymdeithasol neu grefyddol.

Yn **y cartref** gallai hyn gynnwys anawsterau gyda:
- tynnu lluniau a phaentio
- celf a chreft
- darllen
- chwarae gemau cyfrifiadurol
- creu modelau
- chwarae gemau bwrdd.

Pan fyddant yn mynd allan, efallai y byddant yn cael anhawster yn ystod pethau fel:
- gweithgareddau neu glybiau ar ôl ysgol
- clwb ieuenctid
- nofio
- bowlio
- sinema
- clwb cyfrifiaduron
- clwb gwyddbwyll
- dosbarthiadau dawns
- clwb drama
- ymweliadau â'r llyfrgell.

Gall yr hobïau, diddordebau, gweithgareddau cymdeithasol neu grefyddol gynnwys yr hyn y maent yn **eu gwneud** neu'r hyn y **byddent yn eu gwneud** pe bai'n cael yr help sydd ei angen arnynt i'w gwneud.

Er enghraifft

- rhywbeth y maent yn eu gwneud:
  Maent mynd i glwb ieuenctid unwaith yr wythnos. Yn y clwb, cânt eu hannog i ymuno yn y gweithgareddau gyda phlant eraill. Mae angen yr help am ddwy awr.
- rhywbeth y byddent yn eu gwneud:
  Byddent yn crwydro llwybrau natur ac yn gwneud gweithgareddau tebyg ar benwythnosau. Byddai angen help arnynt i fynd i'r gweithgaredd ac oddi yno, gwthio'r gadair olwyn, mynd i'r toiled ac oddi yno a symud o gwmpas yn gyffredinol. Byddai hyn am gyfnod o tua dwy neu dair awr.

Enghreifftiau yn unig yw'r rhain o weithgareddau y gall eu gwneud neu y byddent yn eu gwneud.

Nid yw'n rhestr gyflawn ac nid yw'n cwmpasu popeth.

Mae Cwestiwn 70 yn ymwneud â'r help sydd ei angen arnynt yn ystod y nos

Nos yw pan mae 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.

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

Cwestiwn 70

Mae hwn yn ymwneud â'r help sydd ei angen yn ystod y nos. Gall gynnwys anogaeth, ysgogiad neu help llaw. Gall hefyd gynnwys gofalu amdanynt er eu diogelwch eu hun neu eraill.

Er enghraifft

Os oes angen i rywun ofalu amdanynt am eu bod yn deffro ac yn crwydro, ond nid oherwydd bod ganddynt broblemau ymddygiad, byddech yn ateb fel hyn:

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

1

Sawl munud mae hyn yn ei gymryd bob tro?

10

Sawl gwaith y noson mae angen yr help arnynt?

1

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

0

Sawl munud mae hyn yn ei gymryd bob tro?

0

Sawl gwaith y noson mae angen yr help arnynt?

0

Os oes angen i chi roi mwy o wybodaeth i ni am eu hanghenion bywyd bob dydd neu ofal, gallwch ddweud wrthym yng nghwestiwn 72.

Dyma rai enghreifftiau o bethau eraill efallai rydych am roi gwybod i ni amdanynt. Nid yw'n rhestr gyflawn ac nid yw'n cwmpasu popeth.

Efallai eu bod:
- yn troi tapiau neu offer trydanol ymlaen pan fyddent yn deffro
- yn datgloi drysau i fynd y tu allan
- yn tarfu ar bobl eraill pan fyddent yn effro
- yn colli eu gwynt ac yn tagu mwy pan fyddent yn gorwedd i lawr
- angen eu hategu wrth gysgu a gwneud yn siwr ei bod yn iawn
- cael breuddwydion drwg.

Cwestiynau 84 i 88

Mae hwn yn ymwneud â sut y byddwn yn eich talu.

Darllenwch y nodiadau hyn cyn i chi ddweud wrthym am unrhyw fanylion cyfrif yng nghwestiynau 84 i 88.

Byddwn fel arfer yn talu Lwfans Byw i'r Anabl i mewn i gyfrif.

Bydd llawer o fanciau a chymdeithasau adeiladu yn caniatáu i chi gasglu'r arian yn swyddfa'r post.

Byddwn yn dweud wrthych pan fyddwn yn gwneud y taliad cyntaf a faint y byddwn yn ei dalu. Byddwn yn dweud wrthych os bydd y swm a dalwn i mewn i'r cyfrif yn mynd i newid.

Cael gwybod faint o arian rydym wedi'i dalu i mewn i'r cyfrif.

Gallwch wirio'r taliadau ar gyfriflenni cyfrif. Efallai y bydd y cyfriflenni'n dangos eich rhif Yswiriant Gwladol (YG) wrth ymyl unrhyw daliadau a wnaed gennym. Os credwch fod taliad yn anghywir, cysylltwch â'r swyddfa sy'n ei dalu ar unwaith.

Os byddwn yn talu gormod o arian

Mae gennym yr hawl i adennill unrhyw arian a delir i chi nad oes gan y plentyn hawl i'w gael. Efallai mai'r rheswm dros hyn fydd y ffordd y mae'r system yn gweithio ar gyfer talu arian i mewn i gyfrif. Er enghraifft, efallai y byddwch yn rhoi gwybodaeth i ni sy'n golygu nad oes gan y plentyn hawl i gael gymaint o arian. Weithiau ni allwn newid y swm sydd eisoes wedi'i dalu. Mae hyn yn golygu y byddwn wedi talu arian i chi nad oes gan y plentyn hawl i'w gael.

Byddwn yn cysylltu â chi cyn adennill unrhyw arian.

Beth i'w wneud nawr

Unwaith i chi ddarllen yr uchod am dalu i mewn i gyfrif, gallwch gwblhau **cwestiynau 84 i 88**.

Drwy roi manylion y cyfrif i ni rydych yn:
- cytuno y byddwn yn talu Lwfans Byw i'r Anabl i mewn i gyfrif, ac yn
- deall yr hyn rydym wedi'i ddweud wrthych uchod yn yr adran **Os byddwn yn talu gormod o arian.**

Os ydych yn bwriadu agor cyfrif, rhowch fanylion y cyfrif i ni cyn gynted ag y byddwch yn eu cael.

Os nad oes gennych gyfrif, cysylltwch â ni a byddwn yn rhoi rhagor o wybodaeth i chi.

Llenwch weddill y ffurflen. Nid oes rhaid i chi aros nes eich bod wedi agor cyfrif neu wedi cysylltu â ni.

Y cyfrif rydych am ei ddefnyddio:
- gallwch ddefnyddio cyfrif yn eich enw chi, neu gyfrif ar y cyd
- gallwch ddefnyddio cyfrif undeb credyd. Mae'n rhaid i chi ddweud wrthym am fanylion cyfrif yr undeb credyd. Bydd eich undeb credyd yn gallu eich helpu gyda hyn
- os ydych yn benodai neu'n gynrychiolydd cyfreithiol sy'n gweithredu ar ran y cwsmer, dim ond yn eich enw chi y dylai'r cyfrif fod.

Gallwch ddod o hyd i fanylion y cyfrif ar y cerdyn debyd, llyfr siec neu'r cyfriflenni banc. Os nad ydych yn gwybod manylion y cyfrif, gofynnwch i'r banc neu'r gymdeithas adeiladu.

Dyddiadur dyddiol: cofnod o anghenion y plentyn

Rydym yn deall, wrth ofalu am blentyn anabl, y gall fod yn anodd cofio pa help rydych yn ei roi a pha mor aml rydych yn ei roi.

Efallai y bydd cadw dyddiadur neu gofnod dyddiol yn eich helpu i lenwi'r ffurflen gais.

Os yw eu hanghenion yr un fath y rhan fwyaf o'r amser, efallai y byddwch am gadw cofnod am ddiwrnod yn unig.

Os yw eu hanghenion yn amrywio, efallai y byddai'n ddefnyddiol cadw cofnod ar ddiwrnodau gwahanol.

Rhaid i chi benderfynu a ydych am gadw dyddiadur.

Gallai hyn gynnwys manylion am:

- yr help rydych yn ei roi i'r plentyn
- yr help sydd ei angen arnynt
- pa mor hir y maent yn eu cymryd
- eu hymddygiad
- sut roedd yn teimlo
- a oedd yn ddiwrnod da neu ddrwg.

Mae'r dudalen nesaf yn rhoi enghraifft o sut y gallwch wneud hyn a'r pethau y gallwch eu nodi. Efallai y byddwch am nodi pethau mewn ffordd wahanol. Defnyddiwch y dull hawsaf a mwyaf defnyddiol i chi.

Diben y dyddiadur yw eich helpu i lenwi'r ffurflen gais. Nid oes rhaid i chi ei anfon atom.

Enghraifft

Dyddiad	Dydd Llun 2 Rhagfyr 2019
Y bore Nodwch unrhyw help sydd ei angen gyda: • deffro • codi o'r gwely • symud o gwmpas • mynd i'r toiled • ymolchi • gwisgo • cael brecwast • cymryd meddyginiaeth • gwneud therapi • mynd i'r ysgol	Deffro am 7:30 Ei helpu i godi o'r gwely – 5 munud Ei helpu i fynd i'r toiled – 5 munud Ei helpu i ymolchi, gwisgo a mynd i lawr y grisiau. Tynnodd ei byjamas – 20 munud Bwytaodd frecwast heb help Rhoi meddyginiaeth – 2 funud Ei helpu i fynd i'r car – 5 munud Mynd ag ef i'r ysgol. Ei helpu i ddod allan o'r car – 5 munud. Daeth ei gynorthwyydd i gyfarfod â ni.
Yn ystod y dydd Nodwch unrhyw help sydd ei angen: • yn y feithrinfa neu'r ysgol • symud o gwmpas • mynd i'r toiled • gwisgo • bwyta • cymryd meddyginiaeth • gwneud therapi • mewn clybiau ar ôl ysgol	Mae'r cynorthwyydd yn gwneud popeth yn yr ysgol - ei helpu i fynd i'r toiled, symud o gwmpas yn ystod gwersi, a'i annog i ymuno. Ceisiodd gerdded rhwng gwersi ond roedd mewn gormod o boen. Roedd yn rhaid i mi fynd i'w nôl o'r ysgol yn gynnar am ei fod wedi gwlychu ei hun ac yn teimlo'n wael am y peth. Ni aeth i'r Clwb Ieuenctid heno am ei fod yn dal i deimlo'n wael.
Cynnar yn y noswaith Nodwch unrhyw help sydd ei angen gyda: • bwyta • ymolchi • gwisgo • cymryd meddyginiaeth • gwneud therapi • symud o gwmpas • mynd i'r toiled • hobïau a diddordebau • mynd i'r gwely • setlo yn y gwely	Torrais ei fwyd. Bwydodd ei hun gan ddefnyddio llwy - gan wneud hynny'n dda (ei hoff fwyd ydoedd). Ei newid i fynd i'r gwely (ceisiodd helpu) – 10 munud Rhoi meddyginiaeth iddo - 2 funud Therapi chwarae - awr Ei helpu i fynd i'r toiled deirgwaith - 5 munud bob tro Gwylio ei hoff DVD drosodd a throsodd. Curodd ei chwaer fach (roedd hi am wylio rhywbeth arall). Roedd yn rhaid i mi ei rwystro. 8:30 - amser gwely, ei helpu i fynd i fyny'r grisiau, mynd i mewn i'r gwely a setlo - 30 munud.
Yn ystod y nos Nodwch unrhyw help sydd ei angen pan fydd pawb yn y tŷ yn y gwely o ran: • codi o'r gwely • mynd i'r toiled • cymryd meddyginiaeth • gwneud therapi • troi yn y gwely • setlo yn y gwely	Deffrodd am 2.10 - ei helpu o'r gwely ac i'r toiled 15 munud. Roedd yn rhaid i mi aros nes ei fod wedi setlo - 15 munud. Ar wahân i'r gofidio, roedd heddiw'n ddiwrnod da.

Enghraifft

Dyddiad

Y bore

Nodwch unrhyw help sydd ei angen gyda:

- deffro
- codi o'r gwely
- symud o gwmpas
- mynd i'r toiled
- ymolchi
- gwisgo
- cael brecwast
- cymryd meddyginiaeth
- gwneud therapi
- mynd i'r ysgol

Yn ystod y dydd

Nodwch unrhyw help sydd ei angen:

- yn y feithrinfa neu'r ysgol
- symud o gwmpas
- mynd i'r toiled
- gwisgo
- bwyta
- cymryd meddyginiaeth
- gwneud therapi
- mewn clybiau ar ôl ysgol

Cynnar yn y noswaith

Nodwch unrhyw help sydd ei angen gyda:

- bwyta
- ymolchi
- gwisgo
- cymryd meddyginiaeth
- gwneud therapi
- symud o gwmpas
- mynd i'r toiled
- hobïau a diddordebau
- mynd i'r gwely
- setlo yn y gwely

Yn ystod y nos

Nodwch unrhyw help sydd ei angen pan fydd pawb yn y tŷ yn y gwely o ran:

- codi o'r gwely
- mynd i'r toiled
- cymryd meddyginiaeth
- gwneud therapi
- troi yn y gwely
- setlo yn y gwely

Ble i gael help a chyngor am fudd-daliadau a sefydliadau eraill

Mae'r wybodaeth hon am unrhyw fudd-daliadau neu sefydliadau efallai y gallai eich helpu.

Os dyfernir Lwfans Byw i'r Anabl i'r plentyn, gallech fod â hawl i gael:
- Lwfans Gofalwr neu Gredyd Gofalwr
- arian ychwanegol os ydych chi neu unrhyw un arall yn eich cartref yn cael Credyd Cynhwysol, Cymhorthdal Incwm, Lwfans Ceisio Gwaith, Credyd Pensiwn, Credyd Treth Plant neu Gredyd Treth Gwaith – dylech gysylltu â'r swyddfa sy'n talu'r budd-dal i ddweud wrthynt am y cais ar gyfer Lwfans Byw i'r Anabl (DLA).

Gwybodaeth am Lwfans Gofalwr a Chredyd Gofalwr

Lwfans Gofalwr

Gallai person gael Lwfans Gofalwr os yw:
- yn 16 oed neu'n hŷn, ac
- yn treulio o leiaf 35 awr yr wythnos yn gofalu am blentyn anabl.

Mae'n rhaid bod Lwfans Byw i'r Anabl wedi'i ddyfarnu i'r plentyn ar y gyfradd ofal ganol neu uchaf cyn i chi wneud y cais am Lwfans Gofalwr.

Dylid hawlio Lwfans Gofalwr o fewn tri mis i'r penderfyniad Lwfans Byw i'r Anabl gael ei wneud neu gallai'r gofalwr golli budd-dal.

Gall rhai budd-daliadau, lwfansau neu bensiynau effeithio ar faint o Lwfans Gofalwr y byddwn yn ei dalu.

Os ydych yn cael un o'r budd-daliadau a restrir isod, efallai y byddwch yn cael arian ychwanegol ganddynt:
- Lwfans Ceisio Gwaith yn seiliedig ar incwm
- Lwfans Cyflogaeth a Chymorth yn seiliedig ar incwm
- Credyd Cynhwysol
- Credyd Pensiwn
- Budd-dal Tai.

Credyd Gofalwr

Credyd Yswiriant Gwladol yw hwn ar gyfer gofalwyr o oedran gweithio sydd:
- methu â chael Lwfans Gofalwr, ac
- yn gofalu am un neu fwy o blant anabl am 20 awr neu fwy'r wythnos.

Os nad yw'r plentyn neu'r plant sy'n cael gofal yn cael Lwfans Byw i'r Anabl (ar y gyfradd ofal ganol neu uchaf), rhaid i'r gofalwr gael tystysgrif gofal ar gyfer pob plentyn y mae'n gofalu amdano.

Os ydych yn cael Budd-dal Plant ar gyfer plentyn o dan 12 oed, neu Lwfans Gofalwr, byddwch eisoes yn cael credydau Yswiriant Gwladol.

Am fwy o wybodaeth am Lwfans Gofalwr neu Gredyd Gofalwr:

- ffoniwch ni ar **0800 731 0297**
- os oes gennych anawsterau siarad neu glywed, gallwch gysylltu â ni trwy ddefnyddio ffôn testun ar **0800 731 0317**
- ewch i'n gwefan yn **www.gov.uk/cymraeg**

Sefydliadau eraill a all helpu

Contact – ar gyfer teuluoedd sydd â phlant anabl

Os oes angen cyngor cyfrinachol ac annibynnol arnoch ar unrhyw agwedd ar ofalu am blentyn anabl, gallwch:
- ffonio llinell gymorth **Contact** ar **0808 808 3555**
- mynd i'r wefan yn **www.contact.org.uk**

Cronfa'r Teulu

Efallai gallech hefyd gael help gan Family Fund.

Gallwch:
- mynd i'r wefan yn **www.familyfund.org.uk**
- ysgrifennu i: Family Fund
4 Alpha Court
Monks Cross Drive
York
YO32 9WN

Cadwch y nodiadau hyn mewn lle diogel. Nid oes angen eu dychwelyd gyda'r ffurflen.