Senedd Cymru
Ymchwil y Senedd

Cymorth i bobl anabl

Canllaw i etholwyr

Gorffennaf 2026

Cael gwybod mwy:
ymchwil.senedd.cymru

Senedd Cymru yw’r corff sy’n cael ei ethol yn ddemocrataidd i gynrychioli buddiannau Cymru a’i phobl.

Mae’r Senedd, fel y’i gelwir, yn deddfu ar gyfer Cymru, yn cytuno ar drethi yng Nghymru, ac yn dwyn Llywodraeth Cymru i gyfrif.

Gallwch weld copi electronig o’r ddogfen hon ar wefan y Senedd:
ymchwil.senedd.cymru

Gellir cael rhagor o gopïau o’r ddogfen hon mewn ffurfiau hygyrch, yn cynnwys Braille, print bras, fersiwn sain a chopïau caled gan:

Senedd Cymru
Tŷ Hywel
Bae Caerdydd
CF99 1SN

X: **@SeneddYmchwil**
Ymchwil y Senedd: **ymchwil.senedd.cymru**
Tanysgrifiwch: **Cylchlythyr**

© Hawlfraint Comisiwn y Senedd 2026
Ceir atgynhyrchu testun y ddogfen hon am ddim mewn unrhyw fformat neu gyfrwng cyn belled ag y caiff ei atgynhyrchu’n gywir ac na chaiff ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol na difrïol. Rhaid cydnabod mai Comisiwn y Senedd sy’n berchen ar hawlfraint y deunydd a rhaid nodi teitl y ddogfen.

Senedd Cymru
Ymchwil y Senedd

Cymorth i bobl anabl

Canllaw i etholwyr

Gorffennaf 2024

Mae'r canllaw etholaethol hwn yn cyfeirio at ffynonellau cymorth i bobl anabl. Mae hefyd yn cynnwys gwybodaeth am gyflogaeth, ffynonellau ariannol a ffynonellau ehangach o gyngor a chymorth.

Mae Ymchwil y Senedd yn darparu cymorth ymchwil diduedd i Aelodau o'r Senedd. Ni allwn ohebu yn uniongyrchol ag unigolion neu sefydliadau eraill, na rhoi cyngor na sylwadau ar achosion unigol.

Mae'r wybodaeth a ddarperir yn y canllaw hwn at ddibenion gwybodaeth gyffredinol yn unig i gefnogi gwaith Aelodau o'r Senedd wrth iddynt gynorthwyo eu hetholwyr. Ni fwriedir iddi gymryd lle deddfwriaeth, canllawiau, polisi na chyngor proffesiynol.

Cael gwybod mwy:
ymchwil.senedd.cymru

Contents

1. Sefydliadau sy'n Cymorth i bobl anabl ... 7

Sefydliadau ... 7

Pobl yn Gyntaf Cymru ... 7

Autistica ... 7

Cymdeithas Dyslecsia Prydain ... 7

Cerebral Palsy Cymru ... 8

Cyswllt Conwy ar gyfer Anableddau Dysgu ... 8

Hawliau Anabledd y DU ... 8

Anabledd Cymru ... 9

Cymdeithas Syndrom Down ... 9

Triniaeth Deg i Fenywod Cymru ... 10

Cŵn Tywys Cymru ... 10

Headway ... 10

Leonard Cheshire ... 11

Anabledd Dysgu Cymru ... 11

Cymdeithas ME ... 11

Mencap ... 12

Cymdeithas Genedlaethol Awtistiaeth ... 12

Parkinson's UK Cymru ... 12

RNIB Cymru ... 12

RNID Cymru ... 13

Sense Cymru ... 14

2. Cyflogaeth ... 15

Cymru'n Gweithio ... 15

Agoriad Cyf (gogledd Cymru) ... 15

Cyflogaeth â Chymorth ELITE (de, canolbarth a gorllewin Cymru) ... 16

Y Gwasanaeth Cenedlaethol ar Amrywiaeth, Cyflogaeth a Chynghori ... 16

Work Fit (Cymdeithas Syndrom Down) ... 16

Cymorth i Weithio (Scope) ... 17

Cymorth Llywodraeth y DU ... 17

Mynediad at Waith ... 17

Cymorth Llywodraeth Cymru 18

Twf Swyddi Cymru+ 18

Cynllun Gweithredu ar Ddiswyddiadau (ReAct) 18

UnLtd 19

Prentisiaethau 19

Hawliau cyflogaeth 19

Cyngor ar Bopeth 19

Undebau Llafur 20

3. Ffynonellau eraill o wybodaeth a chymorth 21

1. Sefydliadau sy’n Cymorth i bobl anabl

Sefydliadau

Mae nifer o sefydliadau sy'n cynnig cymorth i bobl anabl. Gall y rhain gynnwys Sefydliadau Pobl Anabl, sef sefydliadau sy'n cael eu harwain a'u rheoli gan unigolion anabl. Mae sefydliadau o’r fath hyn yn chwarae rhan wrth eirioli dros hawliau ac anghenion y gymuned anabl, ac mae rhai hefyd yn darparu cymorth, cyngor a gwasanaethau i bobl anabl. Hefyd, mae llawer o sefydliadau lleol a chenedlaethol sy'n ceisio darparu ymchwil, ymgyrchu ar ran pobl anabl neu ddarparu cymorth uniongyrchol. Mae manylion y sefydliadau wedi'u nodi isod.

Nid yw hon yn rhestr gynhwysfawr. Gall etholwyr chwilio am wasanaethau sefydliadau lleol a chenedlaethol trwy **wefan Dewis Cymru:** **https://www.dewis.cymru/**

Pobl yn Gyntaf Cymru

Mae **Pobl yn Gyntaf Cymru** yn sefydliad ar gyfer dynion a menywod sydd ag anabledd dysgu, ac fe’i harweinir ganddynt. Mae’n unigryw yng Nghymru gan mai dyma’r unig sefydliad cenedlaethol a arweinir gan aelodau sy’n cynrychioli llais dynion a menywod ag anabledd dysgu.

E-bost: **admin@allwalespeople1st.co.uk**

Tudalen gyswllt: **https://allwalespeople1st.co.uk/contact/**

Autistica

Mae **Autistica** yn elusen ymchwil ac ymgyrchu ar gyfer awtistiaeth. Mae'r elusen yn darparu cyllid ar gyfer ymchwil, yn cyfrannu at therapïau newydd, ac yn ymgyrchu dros gwell gwasanaethau a llunio polisi cenedlaethol.

Tudalen gyswllt: **https://www.autistica.org.uk/about-us/contact-us**

Cymdeithas Dyslecsia Prydain

Cymdeithas Dyslecsia Prydain yw llais pobl ddyslecsig. Ei nod yw hyrwyddo cymdeithas sy'n ystyriol o ddyslecsia sy'n galluogi pobl ddyslecsig o bob oed i

gyrraedd eu llawn botensial. Mae'n darparu gwybodaeth a chyngor i blant ac oedolion, addysgwyr a chyflogwyr.

Os ydych chi'n chwilio am gymorth neu wybodaeth am Gymdeithasau Dyslecsia Lleol, gallwch **chwilio yn ôl cod post neu sir yma**: **https://www.bdadyslexia.org.uk/membership/dyslexia-network**

Ffôn: 0333 405 4555

Tudalen gyswllt: **https://www.bdadyslexia.org.uk/contact**

Cerebral Palsy Cymru

Cerebral Palsy Cymru yw'r ganolfan genedlaethol i deuluoedd yng Nghymru gyda phlant sydd â pharlys yr ymennydd. Mae'n darparu gwasanaeth cymorth i deuluoedd ac mae ganddo dîm arbenigol o ffisiotherapyddion, therapyddion galwedigaethol a therapyddion iaith a lleferydd sy'n cydweithio i gynnig sgiliau trawsddisgyblaethol, fel bod pob plentyn yn cael budd o'u harbenigedd cyfunol.

Ffôn: 02920 522600

E-bost: **info@cerebralpalsycymru.org**

Tudalen gyswllt: **https://www.cerebralpalsycymru.org/contact-us**

Cyswllt Conwy ar gyfer Anableddau Dysgu

Mae **Cyswllt Conwy** ar gyfer Anableddau Dysgu yn helpu i hyrwyddo hawliau pobl ag anableddau dysgu sy'n byw yng Ngogledd Cymru. Mae nodau'r sefydliad yn cynnwys sicrhau bod pobl yn cael dewis a chyfle cyfartal yn y gymuned y maent yn byw ynddi.

Ffôn: 01492 536 486

Neges neu WhatsApp: 07925 966009

Tudalen gyswllt: **https://www.cc4ld.org.uk/contact-us**

Hawliau Anabledd y DU

Mae **Hawliau Anabledd y DU** yn Sefydliad Pobl Anabl i'r DU sy'n cael ei arwain a'i redeg gan bobl anabl, ac sy'n gweithio ar eu cyfer.

Mae'r sefydliad yn gweithio gyda Sefydliadau Pobl Anabl eraill, cyrff cyhoeddus, busnesau a'r Llywodraeth ledled y DU i ddylanwadu ar newid rhanbarthol a chenedlaethol ar gyfer hawliau, hygyrchedd, buddion, ansawdd bywyd a chyfleoedd economaidd gwell i bobl anabl. Mae gan y sefydliad **linell gymorth**, **gwybodaeth ysgrifenedig, canllawiau ac adnoddau**.

Ffôn: 0330 995 0400

E-bost: **enquiries@disabilityrightsuk.org**

Tudalen gyswllt: **https://www.disabilityrightsuk.org/contact-us**

Anabledd Cymru

Anabledd Cymru yw'r gymdeithas genedlaethol o sefydliadau pobl anabl yng Nghymru. Mae Anabledd Cymru yn gweithio i ddylanwadu ar bolisïau ac arferion y llywodraeth ynghylch pobl anabl drwy gynnwys ei aelodau mewn ymgyrchoedd, ymgynghoriadau, gwaith ymchwil a datblygu polisi. Mae'r sefydliad wedi cyhoeddi **cyngor a phecynnau cymorth** ar draws sawl maes gwahanol (gan gynnwys ar: dai, budd-daliadau a chymorth ariannol). Ni all Anabledd Cymru ddarparu cymorth neu waith achos unigol, ond byddai'n gallu eich cyfeirio at sefydliad mwy priodol.

Ffôn: 02920 887325

Tudalen gyswllt: **https://www.disabilitywales.org/contact/?lang=cy**

Cymdeithas Syndrom Down

Mae **Cymdeithas Syndrom Down** yn gweithio ledled Cymru i gefnogi unigolion sydd â syndrom Down, eu teuluoedd a'r gweithwyr proffesiynol sy'n eu cefnogi. Mae'r sefydliad yn cynnig llinell gymorth sy'n cael ei staffio gan dîm o gynghorwyr arbenigol sy’n gallu cynnig cyngor ar unrhyw agwedd ar fyw gyda syndrom Down, gan gynnwys cymorth cynenedigol, budd-daliadau, addysg, y ddarpariaeth o wasanaethau, hawliau, iechyd, lleferydd, iaith a chyfathrebu, anghenion cymhleth ac anghenion oedolion.

Llinell Gymorth: 0333 1212300 (10:00-16:00)

E-bost: **wales@downs-syndrome.org.uk**

Tudalen gyswllt: **https://www.downs-syndrome.org.uk/contact-us/**

Triniaeth Deg i Fenywod Cymru

Nod **Triniaeth Deg i Fenywod Cymru** yw cefnogi, hysbysu, addysgu a grymuso merched, menywod a'r rhai a bennwyd yn fenywod adeg eu geni yng Nghymru sy'n dioddef amrywiaeth o gyflyrau iechyd ac nad ydynt yn cael triniaeth ddigonol (neu deg). Fel 'arbenigwyr trwy brofiad', mae ei dîm o wirfoddolwyr yn eirioli dros anghenion gofal iechyd menywod yn lleol, yn genedlaethol ac ar lefel y DU. Mae ei weithgareddau ymgysylltu yn cynnwys:

- grŵp cymorth ar-lein ar gyfer y rhai sydd wedi'u lleoli mewn/sy'n cael gofal iechyd yng Nghymru;
- cymorth e-bost;
- cyfarfodydd a digwyddiadau grŵp cymorth ar-lein ac wyneb yn wyneb.

E-bost: **info@ftww.org.uk**

Tudalen gyswllt: **https://ftww.org.uk/contact-us/**

Cŵn Tywys Cymru

Mae **Cŵn Tywys Cymru** yn darparu cymorth i bobl sydd wedi colli eu golwg a'u teuluoedd a'u gofalwyr. Mae'n darparu gwybodaeth am amrywiaeth o faterion gan gynnwys gofal cŵn, byw'n annibynnol ac addysg.

Llinell gymorth: 0800 781 1444

E-bost: **information@guidedogs.org.uk**

Tudalen gyswllt: **https://www.guidedogs.org.uk/getting-support/information-and-advice/**

Headway

Mae **Headway** yn darparu cymorth i'r bobl hynny sydd ag anaf i'r ymennydd.

Ffôn: 0808 800 2244 (Llun-Gwener, 09:00-17:00)

Gallwch ddod o hyd i'ch grŵp lleol yma:
https://www.headway.org.uk/supporting-you/in-your-area/groups-and-branches/wales/

E-bost: helpline@headway.org.uk

Tudalen gyswllt: https://www.headway.org.uk/contact-us/

Leonard Cheshire

Mae Leonard Cheshire yn darparu cymorth i unigolion fyw, dysgu a gweithio mor annibynnol ag y maent yn ei ddewis, beth bynnag fo'u gallu. Dan arweiniad pobl sydd â phrofiad o anabledd, mae'n darparu cymorth i gael mynediad at ofal a chyflogaeth.

Ffôn: 020 3242 0200

E-bost: info@leonardcheshire.org

Tudalen gyswllt: https://www.leonardcheshire.org/about-us/contact-us

Anabledd Dysgu Cymru

Mae Anabledd Dysgu Cymru yn elusen genedlaethol sy'n cynrychioli'r sector anabledd dysgu yng Nghymru. Mae'n gweithio gyda phobl ag anabledd dysgu a'u teuluoedd, Llywodraeth Cymru, awdurdodau lleol, sefydliadau pobl anabl a'r sector gwirfoddol fel y gallwn greu Cymru well i bawb sydd ag anabledd dysgu.

Ffôn: 0292 068 1160

E-bost: enquiries@ldw.org.uk

Tudalen gyswllt: https://www.ldw.org.uk/contact-us/

Cymdeithas ME

Mae Cymdeithas ME yn sefydliad ymgyrchu, sy’n ceisio dylanwadu ar ddatblygiad polisi iechyd, gofal cymdeithasol ac addysg yng Nghymru er budd pawb sydd ag ME a’u gofalwyr.

Ffôn: 01970 636515

Llinell gymorth: 029 2051 5061

Tudalen gyswllt: https://meassociation.org.uk/contact-me-association/

Mencap

Mae **Mencap Cymru** yn darparu cymorth i bobl ag anabledd dysgu, eu teuluoedd a'u gofalwyr. Mae'r sefydliad yn darparu nifer o brosiectau a gwasanaethau ledled Cymru, sy'n cefnogi pobl ag anabledd dysgu i ddweud eu dweud ac i fyw'n fwy annibynnol. Mae hefyd yn darparu cyngor a chymorth drwy **linell gymorth Anabledd Dysgu Cymru**.

Ffôn: 0808 8000 300

Tudalen gyswllt:
https://www.mencap.org.uk/contact/contact_mencap_wise

Cymdeithas Genedlaethol Awtistiaeth

Mae **Cymdeithas Genedlaethol Awtistiaeth Cymru** yn gweithio gyda phobl awtistig ledled Cymru. Mae'n darparu ystod eang o wasanaethau cymorth personol o safon i bobl ar y sbectrwm awtistiaeth a'u teuluoedd. Os ydych yn chwilio am gymorth neu wybodaeth am wasanaethau lleol, gallwch ddefnyddio **Cyfeiriadur Gwasanaethau y Gymdeithas Awtistiaeth Genedlaethol**.

Tudalen gyswllt: **https://www.autism.org.uk/contact-us**

Parkinson's UK Cymru

Mae **Parkinson's UK Cymru** yn darparu gwybodaeth a chymorth i'r rhai sydd â chlefyd Parkinson a'u teuluoedd. Gall ei dîm o gynghorwyr arbenigol roi gwybodaeth am unrhyw agwedd ar fyw gyda chlefyd Parkinson. Mae hyn yn cynnwys cyngor a chymorth ar gael mynediad at wasanaethau iechyd neu fudd-daliadau.

Llinell gymorth: 0808 800 0303

Tudalen gyswllt: **https://www.parkinsons.org.uk/support/talk-to-us**

RNIB Cymru

Mae **RNIB Cymru** yn darparu ystod eang o wasanaethau a chymorth i bobl ddall a rhannol ddall ledled Cymru, yn ogystal ag ymgyrchu dros wella gwasanaethau ac atal achosion y gellir eu hosgoi o golli golwg. Mae gwasanaethau yn cynnwys:

- Hawliau, Cyngor a Gwybodaeth;
- Gwasanaeth Cyflogaeth;
- Tîm Gwasanaethau Plant a Theuluoedd;
- Canolfan Trawsgrifio Caerdydd;
- Cynllun Achredu Visibly Better;
- Pontio o Addysg i Gyflogaeth;
- Clybiau a Grwpiau Cymdeithasol.

Llinell gymorth: 0303 123 9999

E-bost: **cymru@rnib.org.uk**

Tudalen gyswllt: **https://www.rnib.org.uk/eye-care-information-advice-and-support-by-email/**

RNID Cymru

Mae **RNID Cymru** yn darparu gwybodaeth a chymorth i unrhyw un sy'n fyddar, sydd â nam ar eu clyw neu tinnitus. Mae’n darparu cymorth a chyngor ar:

- Colli clyw;
- Cael cymhorthion clyw;
- Cael y budd mwyaf posibl o'ch cymhorthion clyw;
- Budd-daliadau;
- Cyflogaeth;
- Tinitws.

Ffôn: 0808 808 0123

E-bost: **contact@rnid.org.uk**

Tudalen gyswllt: **https://rnid.org.uk/about-us/contact-rnid/**

Sense Cymru

Mae **Sense Cymru** yn cefnogi pobl ag anableddau cymhleth ledled Cymru. Mae dau hyb Sense yng Nghymru: **Hyb Sense Dinbych** a **Hyb Sense Caerffili.**

Ffôn: 0300 330 9280

E-bost: **info@sense.org.uk**

Tudalen gyswllt: **https://www.sense.org.uk/our-services/centres/sense-cymru-wales/contact-sense-cymru/**

2. Cyflogaeth

Cymorth cyflogaeth

Mae nifer o sefydliadau yng Nghymru sy'n darparu cymorth a chyngor cyflogaeth i bobl anabl.

Cymru'n Gweithio

Mae **Cymru'n Gweithio** yn cynnig cyngor ac arweiniad gyrfaoedd rhad ac am ddim a diduedd os ydych yn 16 oed neu'n hŷn. Mae'n darparu cymorth, gan gynnwys cael gafael ar hyfforddiant, uwchsgilio, cyllid, a help gydag ysgrifennu CV a thechnegau cyfweliad. Mae Cymru'n Gweithio yn cael ei ariannu gan Lywodraeth Cymru ac yn cael ei ddarparu gan Gyrfa Cymru. Mae hefyd yn darparu gwybodaeth am y **cymorth sydd ar gael i bobl anabl**.

Gallwch gael cymorth wyneb yn wyneb mewn canolfan Gyrfa Cymru neu leoliadau allgymorth, dros y ffôn neu'n ddigidol.

Llinell gymorth: 0800 028 4844

E-bost: **post@gyrfacymru.llyw.cymru**

Tudalen gyswllt: **https://cymrungweithio.llyw.cymru/cysylltu-a-ni#webchat**

Agoriad Cyf (gogledd Cymru)

Mae **Agoriad Cyf** yn cefnogi pobl anabl i ddod o hyd i hyfforddiant ac yn darparu cyrsiau ar gyfer datblygiad ac addysg a gwell dealltwriaeth o weithle cyflogwyr. Mae hefyd yn cynnig gwasanaethau recriwtio arbenigol i fusnesau ledled gogledd Cymru.

Ffôn: 01248 361 392

E-bost: **info@agoriad.org.uk**

Tudalen gyswllt: **https://www.agoriad.org.uk/contact-us2.html**

Cyflogaeth â Chymorth ELITE (de, canolbarth a gorllewin Cymru)

Mae **Cyflogaeth â Chymorth ELITE** yn helpu i rymuso pobl â namau drwy ddarparu cyfleoedd galwedigaethol, hyfforddiant a chyflogaeth i sicrhau annibyniaeth. Mae ELITE yn rhedeg prosiectau ac yn darparu gwasanaethau cyflogaeth â chymorth ledled Cymru.

Ffôn: 01443 226664

Email: **information@elitesea.co.uk**

Tudalen gyswllt: **https://elitesea.co.uk/contact-us/**

Y Gwasanaeth Cenedlaethol ar Amrywiaeth, Cyflogaeth a Chynghori

Mae'r **Gwasanaeth Cenedlaethol ar Amrywiaeth, Cyflogaeth a Chynghori** yn darparu cymorth cyflogaeth i bobl anabl ac yn gweithio gyda chyflogwyr. Mae'r sefydliad yn cynnig cyngor am ddim i bobl anabl a'i nod yw:

- rhoi cyfle cyfartal i ymgeiswyr anabl; ac
- agor cronfeydd talent newydd i'w gleientiaid.

Ffôn: 07415 607295 / 01873 598672

E-bost: **info@NDEAS.co.uk**

Tudalen gyswllt: **https://www.ndeas.co.uk/contact-us/**

Work Fit (Cymdeithas Syndrom Down)

Mae **WorkFit** yn rhaglen a gynlluniwyd i wella mynediad at gyflogaeth prif ffrwd a gweithgareddau arwyddocaol eraill ar gyfer pobl â syndrom Down. Mae'r cynllun yn paru ceiswyr gwaith sydd â syndrom Down â chyflogwyr sydd â swyddi i'w cynnig. Mae Swyddog WorkFit pwrpasol yn cefnogi pobl sy'n chwilio a chyflogwyr ar bob cam o'r broses. Mae WorkFit yn ymgysylltu â chyflogwyr ac yn eu paru â gobeithion ac uchelgeisiau pobl sy'n chwilio am waith, gan eu cefnogi i fod yn fwy annibynnol, dysgu sgiliau newydd, cwrdd â phobl newydd, ennill arian a hybu eu hunan-barch. Mae cymorth yn y gwaith yn parhau ac mae'r holl gymorth, adnoddau a hyfforddiant yn rhad ac am ddim.

Ffôn: 0333 1212 300

E-bost: **dsworkfit@downs-syndrome.org.uk**

Tudalen gyswllt: https://www.downs-syndrome.org.uk/contact-us/

Cymorth i Weithio (Scope)

Cymorth i weithio – rhaglen gymorth ar-lein a thros y ffôn 12 wythnos am ddim i bobl anabl sy'n chwilio am waith cyflogedig yng Nghymru a Lloegr.

Mae'r gwasanaeth hwn yn dechrau drwy siarad ag ymgynghorydd cyflogaeth arbenigol, dros y ffôn neu ar-lein. Byddant yn gwrando ar unrhyw heriau neu rwystrau rydych wedi'u profi a byddant yn rhoi cyngor penodol ar gyfer eich sefyllfa. Gallant ddarparu cymorth gyda llawer o agweddau ar chwilio am waith cyflogedig, gan gynnwys;

- datblygu hyder a sgiliau swydd megis rheoli amser;
- sut a ble i chwilio am swyddi;
- nodi eich cryfderau a'ch sgiliau trosglwyddadwy;
- adolygu eich CV i gyflawni eich amcanion cyflogaeth; a
- ffug gyfweliadau.

Ffôn: 0300 222 5742

E-bost: supporttowork@scope.org.uk

Tudalen gyswllt: https://www.scope.org.uk/advice-and-support

Cymorth Llywodraeth y DU

Mae Llywodraeth y DU yn cynnig cymorth i bobl anabl ddod o hyd i waith drwy nifer o gynlluniau a nodir isod. I gael rhagor o wybodaeth am y cynlluniau a sut i gael cymorth lleol, gallwch ddod o hyd i'w manylion gan ddefnyddio'r chwilotwr swyddfa leol.

Tudalen gyswllt: https://www.gov.uk/contact-jobcentre-plus

Mynediad at Waith

Mae Mynediad at Waith yn cynnig cymorth ariannol ac ymarferol i'ch helpu i gael gwaith neu aros mewn gwaith. Bydd y cymorth yn seiliedig ar anghenion yr unigolyn, er enghraifft grant i helpu rywun i deithio i'r gwaith ac oddi yno, a chymorth i reoli iechyd yn y gwaith.

Trwy Fynediad at Waith **gallwch hefyd wneud cais** am gymorth cyfathrebu mewn cyfweliad swydd.

Gwybodaeth am Fynediad at Waith: **https://www.gov.uk/mynediad-at-waith**

Cymorth Llywodraeth Cymru

Mae Llywodraeth Cymru yn cynnig cymorth i bobl anabl drwy nifer o gynlluniau cyflogaeth. Nid yw'r rhestr hon yn gynhwysfawr a gallwch ofyn am gyngor drwy **Cymru'n Gweithio**.

Ffôn: 0800 028 4844

Tudalen gyswllt: **https://cymrungweithio.llyw.cymru/cysylltu-a-ni**

Twf Swyddi Cymru+

Mae **Twf Swyddi Cymru+** yn rhaglen hyfforddi a datblygu ar gyfer pobl ifanc 16-19 oed sy'n cynnig y sgiliau, cymwysterau a'r profiad sydd eu hangen i gael swydd neu hyfforddiant pellach.

Ffôn: 0800 028 4844

Tudalen gyswllt: **https://cymrungweithio.llyw.cymru/cysylltu-a-ni**

Cynllun Gweithredu ar Ddiswyddiadau (ReAct)

Mae **Rhaglen ReAct+** yn cael ei hariannu gan Lywodraeth Cymru. Mae'r rhaglen yn helpu pobl sydd wedi cael eu diswyddo yn ystod y 6 mis diwethaf ac sy'n anabl i ddychwelyd i'r gwaith. Mae cyflogwyr sy'n defnyddio'r rhaglen yn cael £4,000 sy'n cael ei dalu mewn pedwar rhandaliad dros 12 mis i helpu i dalu cyflog y person cymwys.

Llinell gymorth: 03000 6 03000

Gwefan: **https://busnescymru.llyw.cymru/topics-and-guidance/employing-people-and-improving-skills/recruit-and-train/twf-swyddi-cymru**

UnLtd

Mae **UnLtd** yn canfod, yn ariannu ac yn cefnogi entrepreneuriaid cymdeithasol. Gall mentrau newydd fod yn gymwys ar gyfer dyfarniadau grant o hyd at £8,000. Mae'n bosibl y bydd mentrau cymdeithasol sy'n gobeithio tyfu yn gallu gwneud cais am hyd at £18,000.

Ffôn: 0207 566 1100

E-bost: **sbwenquiries@cwmpas.coop**

Tudalen gyswllt: **https://unltd.org.uk/contact/**

Prentisiaethau

Mae **prentisiaethau** yn fodd o gyfuno hyfforddiant ymarferol mewn swydd ag astudio, cael profiad gwaith, dysgu sgiliau newydd, ac ennill cymhwyster a gydnabyddir yn genedlaethol tra'n ennill cyflog. Mae Llywodraeth Cymru wedi cynhyrchu **canllawiau ar brentisiaethau i bobl anabl**, a gallwch gysylltu â chynghorydd i gael cyngor a chymorth bellach.

Ffôn: 0800 028 4844

Tudalen gyswllt: **https://cymrungweithio.llyw.cymru/cysylltu-a-ni**

Hawliau cyflogaeth

Mae **Deddf Cydraddoldeb 2010** yn golygu ei bod yn erbyn y gyfraith i wahaniaethu yn erbyn pobl anabl pan fyddant yn y gwaith, gan gynnwys yn eu telerau ac amodau, buddion, cyfleoedd ar gyfer dyrchafiad, a therfynu cyflogaeth.

Cyngor ar Bopeth

Mae Cyngor ar Bopeth **yn gallu rhoi cyngor ar wahaniaethu** yn ymwneud â gwaith. Gallwch gysylltu â'r Llinell Gymorth ar 0800 702 2020 neu gallwch decstio a dod o hyd i'ch gwasanaeth Cyngor ar Bopeth lleol **ar ei wefan**

Ffôn: 0800 702 2020 (Advicelink Cymru)

Tudalen gyswllt: **https://www.citizensadvice.org.uk/cymraeg/amdanom-ni/contact-us/contact-us/Cysylltu-a-ni/**

Undebau Llafur

Os ydych chi'n aelod o undeb, mae'n werth cysylltu ag ef i weld a yw’n cynnig cymorth ychwanegol i aelodau anabl. Er enghraifft, mae gan Unsain grŵp o aelodau anabl sy'n brwydro yn erbyn gwahaniaethu ac sy'n ymgyrchu i wella hygyrchedd yn y gweithle.

Gwybodaeth am ymuno ag Undeb Llafur: https://www.gov.uk/join-trade-union

3. Ffynonellau eraill o wybodaeth a chymorth

- **Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru** – yn rhan o'r Ymddiriedolaeth Gofalwyr, sy’n elusen genedlaethol sydd wedi ymrwymo i wella cymorth a gwasanaethau ar gyfer gofalwyr di-dâl.
Gwefan: https://carers.org/around-the-uk-our-work-in-wales/our-work-in-wales-welsh

- **Gofalwyr Cymru** – yn darparu gwybodaeth, cyngor a chymorth a hefyd ymgyrchoedd i wneud bywyd yn well i ofalwyr.
Gwefan: https://www.carersuk.org/cy/wales/

- **Cyngor ar Bopeth** – yn darparu cyngor cyfrinachol ac annibynnol yn rhad ac am ddim ar amryw o faterion.
Gwefan: https://www.citizensadvice.org.uk/cymraeg/amdanom-ni/contact-us/contact-us/Cysylltu-a-ni/
Ffôn: 0800 702 2020

- **Disability Justice Project** – yn cyhoeddi canllawiau ac adnoddau sy’n helpu pobl anabl i ddeall ac arfer eu hawliau.
Gwefan: https://www.disabilityjustice.org.uk/

- **Prosiect Cyngor Anabledd Cymru** – yn darparu cyngor arbenigol annibynnol ac yn gallu helpu gyda’r canlynol: llenwi ffurflenni; asesu hawl i wasanaethau a budd-daliadau; cymorth i fynd i apeliadau, casglu tystiolaeth i gefnogi apeliadau; helpu i adeiladu’r dystiolaeth a chyfeirio at asiantaethau cymorth.
Gwefan: https://www.dapwales.org.uk/
Llinell gyngor: 01633 485 865

- **Gwasanaeth Cynghori a Chymorth Cydraddoldeb (EASS)** – Os ydych wedi wynebu gwahaniaethu o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010, gallwch gael help gan linell gymorth EASS.
Gwefan: https://eass-ws.custhelp.com/app/home
Llinell gyngor: 0808 800 0082