

## **Mynd allan am dro**

Mae cael mynd allan am dro yn gallu gwneud byd o wahaniaeth i ofalwyr.

### **Allwedd i Doiledau Cyhoeddus ar gyfer yr Anabl**

Mae'r Cynllun Allwedd Cenedlaethol (NKS) yn cynnig mynediad annibynnol i bobl anabl i doiledau cyhoeddus ledled y wlad. Mae 9,000 o doiledau addas ar draws y DU wedi eu gosod â chloi NKS.

Am ffi fechan, gallwch dderbyn un o allweddau 'Radar' hyn gan Gyngor Gwynedd i agor drws i bob toiled cyhoeddus ar gyfer yr anabl. I wybod mwy am sut y gallwch gael allwedd, cysylltwch â Galw Gwynedd ar **01766 771000** – maent ar gael o Siopau Gwynedd.

## **Ceir preifat**

### **Motability**

Mae Motability yn galluogi pobl ag anableddau i ddefnyddio eu lwfans symudedd. Gallwch ddefnyddio'r rhan symudedd o'r Taliad Annibyniaeth Bersonol/Lwfans Byw i'r Anabl tuag ar y cynllun Motability. Am fwy o fanylion, ffoniwch **0300 456 4566**

### **Treth Cerbyd am Ddim i Bobl Anabledd**

Mae'n bosibl cael treth cerbyd am ddim os ydych chi'n yrrwr sy'n derbyn budd-daliadau anabledd penodol, neu os ydych yn yrrwr o gerbyd sy'n cael ei ddefnyddio ond ar gyfer rhywun sy'n derbyn budd-daliadau anabledd penodol. Mae llyfryn am sut i hawlio'r dreth am ddim ar gael o wefan Llywodraeth y DU

[www.gov.uk/government/publications/ins216-how-to-apply-for-free-disabled-tax.cy](http://www.gov.uk/government/publications/ins216-how-to-apply-for-free-disabled-tax.cy)

### **Y Cynllun Bathodyn Glas**

Mae'r cynllun yn galluogi pobl gydag anawsterau cerdded difrifol gael budd o barcio mewn mannau wedi'u dynodi ar gyfer pobl gydag anableddau. Ar gyfer ffurflen gais, cysylltwch â Galw Gwynedd ar **01766 771000** neu lawr lwythwch ffurflen o safle

[www.gwynedd.llyw.cymru](http://www.gwynedd.llyw.cymru) Fel arall, gallwch ymweld â 'Siop Un Stop' i godi ffurflen:

**Siop Gwynedd Pwllheli** – Swyddfa Ardal Dwyfor, Ffordd y Cob, Pwllheli

**Siop Gwynedd Dolgellau** – Swyddfa Ardal Meirionnydd, Cae Penarlâg, Dolgellau

**Siop Gwynedd Arfon** – Swyddfa'r Cyngor, Stryd y Jêl, Caernarfon

## Mynd allan am dro

Efallai bod syniad da ofyn i rywun am help wrth lenwi'r ffurflen oherwydd y gall camgymeriad olygu gwrthodiad.

Mae bathodynau glas ar gael hefyd drwy safle gwe [www.direct.gov.uk/apply-blue-badge](http://www.direct.gov.uk/apply-blue-badge)

## Teithio i'r ysbyty ac oddi yno

Os na allwch chi neu'r sawl yr ydych yn gofalu amdano gyrraedd yr ysbyty ar gyfer apwyntiad, gallwch drefnu trafndiaeth trwy'r gwasanaeth trafndiaeth ysbyty. Rhaid i chi drefnu hyn o leiaf un wythnos cyn yr apwyntiad. I ganfod p'un ai ydych yn gymwys ai peidio, cysylltwch â **0300 123 2317** Os rhaid i chi deithio o bellter hir, mae'n fodd trefnu apwyntiad am amser sy'n rhesymol wrth ystyried hyd y daith i gyrraedd yr ysbyty.

## Trafnidiaeth Gymunedol

**Bws Barbara Gwynedd** - dyma wasanaeth yn arbennig ar gyfer rhai na all symud o'r gadair i mewn i gerbyd. I wybod mwy, cysylltwch â **07484 223696**

**Cymrod** – yn darparu cefnogaeth gyda thrafnidiaeth i bobl gydag anableddau, pobl hyn a phobl fregus yn ardal Dwyfor – **01758 614311**

**O Ddrws i Ddrws** – gwasanaeth ar gyfer pobl hŷn neu bobl gydag anableddau nad ydynt yn gallu cyrraedd trafndiaeth gyhoeddus – **01758 721777**

**Gwasanaeth Trafnidiaeth a Hebrwng y Groes Goch** – ar gael i unrhyw un sy'n ei chael hi'n anodd teithio. Am ragor o wybodaeth, cysylltwch â **01248 351103**

## Trafnidiaeth Gyhoeddus

### Traveline Cymru

Gwasanaeth gwybodaeth trafndiaeth gyhoeddus. Ei ddiben yw cynnig 'siop un stop' ar gyfer gwybodaeth teithio yng Nghymru, gan gynnwys bws, bws moethus, trên a fferi. Gallent hefyd ddarparu manylion cyswllt cwmnïau bysiau a threnau fel y gallwch gysylltu â hwy yn uniongyrchol am ragor o wybodaeth, e.e. oes gan fysiau ar lwybr penodol fynediad hwylus i gadeiriau olwyn. Am ragor o wybodaeth cysylltwch â hwy

## Mynd allan am dro

ar **0800 464 0000**, neu ewch i [www.cymraeg.traveline.cymru/travellers-with-a-disability](http://www.cymraeg.traveline.cymru/travellers-with-a-disability)

## Teithio ar y Bws am Ddim

Mae pobl dros 60 mlwydd oed a phobl gydag anabledd yn cael teithio am ddim ar yr holl wasanaethau bws lleol yng Nghymru. Gwnewch cais ar-lein:

<https://tfw.gov.wales/cy/cerdynteithio> neu ewch at eich llyfrgell lleol. Ffurflenni papur ar gael o Gyngor Gwynedd neu drwy gysylltu gyda Trafnidiaeth Cymru [cardiauteithio@trc.cymru](mailto:cardiauteithio@trc.cymru) neu **0300 303 4240**.

Os na all y sawl yr ydych yn gofalu amdano deithio ar ei ben ei hun, gallant wneud cais am docyn bws cydymaith gyda nhw am ddim. Cysylltwch â Chyngor Gwynedd - **01766 771000**

## Gwasanaethau Trên

Darperir y rhan fwyaf o wasanaethau trên yng Nghymru gan Trafnidiaeth Cymru. Maent yn anelu at wneud eu trenau'n addas i ddefnyddwyr cadair olwyn. Mae ganddynt lyfr ar gael *Gwasanaethau Rheilffyrdd Hygyrch Helpu Pobl Hŷn ac Anabl*. Er mwyn derbyn copi, cysylltwch â **0333 3211 202** neu lawr lwythwch gopi o <https://trctrenau.cymru/cy/teithwyr-ag-ableddau>

Am ymholiadau teithio ffoniwch **0333 3211 202**; am gymorth i gwsmeriaid anabl, ffoniwch **03330 050 051 (08457 585 469 ffôn testun)**

## Cerdyn Trên i Bobl Anabl

Am ffi flynyddol, mae'r cerdyn rheilffordd yn caniatáu i berchennog y cerdyn ac un oedolyn deithio gyda hwy gael 1/3 oddi ar y rhan fwyaf o docynnau trên ledled Prydain Fawr. Am ragor o wybodaeth am y cerdyn rheilffordd, cysylltwch â **0345 605 0525** neu [www.disabledpersons-railcard.co.uk](http://www.disabledpersons-railcard.co.uk)