

canllawiau ar gyfer
ymadael â gofal...

canllawiau ar gyfer
ymadael â gofal...

canllawiau ar gyfer ymadael â gofal...

a guide to
leaving care...

canllawiau ar gyfer
ymadael â gofal...

canllawiau ar gyfer
ymadael â gofal...



VALE of GLAMORGAN



BRO MORGANNWG

cynnwys...

Eich hawliau wrth ymadael â gofal	3
Ydych chi'n meddwl am eich dyfodol?	6
Cynghorydd Person Ifanc	7
Eich Cynllun Llwybr	8
Addysg a Hyfforddiant	10
Ble yr hoffech chi fyw?	11
Beth am arian?	
Materion Iechyd	29
Lleisio cwyn	
Rhifau ffôn defnyddiol	32

canllawiau ar gyfer ymadael â gofal

wedi'i chynhyrchu gan y gwasanaethau cymunedol

3 eich hawliau wrth ymadael â gofal

Mae Deddf Plant 1989 a Deddf Plant (Ymadael â Gofal) 2000 yn rhoi hawliau penodol i chi fel person ifanc sydd newydd ymadael â gofal. Yn ôl y deddfau hyn, os cawsoch ofal mewn cartref plant preswyl neu faeth, mae'n rhaid i wasanaethau cymdeithasol y cyngor gynnig y cymorth canlynol i chi:

Cynghorydd Person Ifanc

Cynllun Llwybr

sy'n egluro'ch gobeithion ar gyfer y dyfodol

Rhywun

i gysylltu â chi er mwyn sicrhau eich bod yn iawn

Lwfans personol

a chymorth i dalu costau'ch llety nes eich bod yn 18 oed a rhywfaint o help ar ôl hynny i dalu am addysg a hyfforddiant a chwilio am waith.



eich hawliau wrth ymadael â gofal

Gwasanaethau sydd wedi'u darparu'n unswydd ar eich cyfer yw'r rhain, ac mae pob hawl i chi eu defnyddio er mwyn cynllunio ar gyfer y dyfodol. Yn ôl y gyfraith, cewch y cymorth hwn nes eich bod yn 21 oed (neu'n 24 oed os ydych yn dilyn cwrs addysg amser llawn). Rydym am i chi fod yn hollol gymwys i ymdopi â'r byd ehangach pan fyddwch yn ymadael â gofal yr awdurdod. Er na ddylech deimlo bod pwysau arnoch i ymadael os nad ydych yn barod, bydd yn rhaid i ni ddechrau cynllunio ar gyfer eich dyfodol cyn eich pen-blwydd yn 16 oed. Mae rhai pobl ifanc yn awyddus i ymadael â gofal cyn gynted ag y byddant wedi cyrraedd eu 16 oed, tra ei bod yn well gan rai eraill aros am ychydig.



eich hawliau wrth ymadael â gofal

5

Rydym yn addo peidio â thorri ar eich traws ar adeg dyngedfennol os ydych wedi trefnu i aros yn yr ysgol, mynd i'r coleg neu ddilyn cynllun hyfforddi. Er bod nifer o leoedd yn cynnig cyngor a gwybodaeth i bobl ifanc sy'n ymadael â gofal, mae Gwasanaethau arbenigol i'w cael ar eu cyfer yn y Barri.

Bydd eich gweithiwr cymdeithasol yn trefnu i chi gyfarfod ag un o'r gweithwyr arbenigol hyn neu cewch drefnu'r cyfarfod eich hun - gwelwch dudalen y cyfeiriadau a'r rhifau ffôn. Bydd staff y sefydliadau hyn yn gallu rhoi cyngor i chi gan gynnwys:

- **Gwybodaeth a chymorth i ddatrys problemau ariannol**
- **Cyngor am addysg a hyfforddiant**
- **Cymorth a chyngor am lety**
- **Cefnogaeth ymarferol ac emosiynol**



ydych chi'n meddwl am eich dyfodol

Mae'n rhaid i bawb feddwl am y dyfodol. Mae materion fel swyddi a hyfforddiant, arian, perthnasau ac iechyd yn achosi pryder i bawb ohonom. Lluniwyd y llyfryn hwn er mwyn eich helpu i feddwl am y pethau hyn a dod o hyd i'r bobl sydd fwyaf cymwys i drafod yr holl opsiynau â chi a sicrhau bod eich hawliau'n cael eu gwarchod. Mae hyn yn arbennig o bwysig os ydych wedi bod yng ngofal yr awdurdod ac yn meddwl am y cam nesaf.



cynghorydd person ifanc

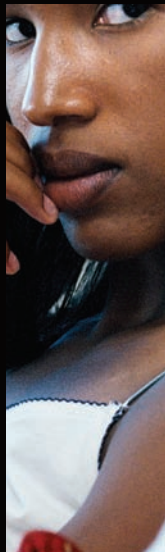
Os ydych yng ngofal yr awdurdod, bydd eich Cynghorydd Person Ifanc yn gofalu bod eich Cynllun Llwybr yn gweithio'n iawn a'ch bod yn fodlon ar y trefniadau a wnaethpwyd ar eich cyfer. Dylech allu trafod eich dyfodol yn gwbl rydd â'r Cynghorydd hwn - bydd ef neu hi'n gyfrifol am gadw mewn cysylltiad â chi nes eich bod yn 21 oed (neu'n 24 oed os ydych yn dilyn cwrs addysg amser llawn) a bydd wedi'i hyfforddi ac yn gymwys i'ch helpu.



eich cynllun llwybr

Bydd eich Cynllun Llwybr yn cael ei seilio ar eich dyheadau a'ch disgwyliadau eich hun yn ogystal â'r hyn y mae pobl eraill yn barnu y byddwch yn ei wneud orau ac y dylid ei gael. Mae'n bwysig bod y cynllun hwn yn llawn ac eglur a'i fod yn eich helpu chi a'ch cynorthwywyr i ddod i'r casgliadau gorau a chymryd camau pendant. Cyn belled ag y bo modd (a bwrw eich bod yn fodlon ar hynny) dylai'r cynllun gynnwys gwybodaeth oddi wrth eich athrawon, eich gweithwyr cymdeithasol, eich gofalwyr ac aelodau o'ch teulu.





Bydd y cynllun yn ymdrin â'r meysydd canlynol:

- **Y math o fywyd yr hoffech ei fyw**
- **Eich dewis swydd**
- **Hyfforddiant/addysg angenrheidiol**
- **Y cymorth ariannol a fydd yn angenrheidiol ar gyfer cyflawni eich uchelgeisiau**
- **Yr ardal yr hoffech fyw ynddi**
- **Eich anghenion iechyd**
- **Yr ardal yr hoffech weithio ynddi**
- **Y bobl a allai eich cynnal**
- **Pethau eraill sydd o bwys i chi**

Bydd eich Cynghorydd Person Ifanc a'ch gweithiwr cymdeithasol am ymweld â chi er mwyn trafod eich gobeithion a'ch uchelgeisiau a'ch helpu i benderfynu ar yr hyn sy'n angenrheidiol ar gyfer eu gwireddu.

addysg a hyfforddiant

Mae dewis eang o gyrsiau addysg a hyfforddiant ar gyfer pobl ifanc dros 16 oed. Bydd y rhan fwyaf o bobl ifanc un ai'n aros yn yr ysgol neu'n mynd i goleg addysg bellach lleol er mwyn astudio ar gyfer arholiadau safon uwch neu gymwysterau eraill. Mae rhai cyrsiau'n draddodiadol a rhai eraill yn ymarferol iawn ac yn gofyn i'r disgybl dreulio llawer o amser yn y gweithle. Gall eich gweithiwr cymdeithasol a'ch Cynghorydd Person Ifanc roi cyngor ac arweiniad i chi a'ch cyfeirio at gynghorwyr gyrfaoedd a cholegau fel y bo gennych ddigon o wybodaeth i benderfynu ar yr hyn sydd orau i chi.



ble yr hoffech chi fyw?

Pan ddechreuwch wneud trefniadau ar gyfer symud ymlaen, mae'n debyg y gwelwch nad mater hawdd yw dod o hyd i'ch cartref eich hun na chael popeth yr oedd arnoch chi ei eisiau ar unwaith. Pan fyddwch yn diweddarau eich Cynllun Llwybr, bydd eich gweithiwr cymdeithasol neu'ch Cynghorydd Person Ifanc yn eich helpu i benderfynu pa fath o lety sy'n gweddu orau i chi ac yn mynd ati orau y gallai i ddod o hyd iddo.



ble yr hoffech chi fyw?

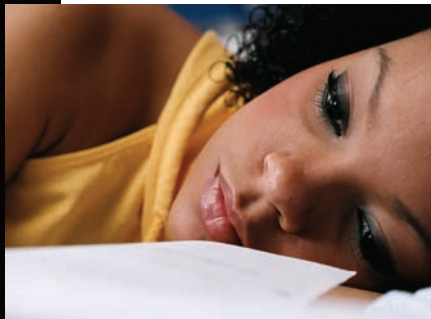
Wrth feddwl am lety, ceisiwch feddwl lle yr hoffech fod yn y dyfodol a'r ardal yr hoffech ymgartrefi ynddi. Meddyliwch yn ofalus a gwrandewch ar bob cyngor er mwyn cael osgoi symud yn rhy aml yn y dyfodol. Peth gwerthfawr a phrin yw llety, felly gwnewch yn siŵr eich bod bob amser yn edrych ar ei ôl ac yn ei barchu.



ble yr hoffech chi fyw? aros gyda gofalwyr

Pan fo'r trefniadau'n gyfleus i bawb, bydd rhai pobl ifanc yn lletya gyda'u gofalwyr maeth. Os penderfynwch ymadael â'r ysgol yn 18 oed a lletya yn nhŷ eich gofalwr maeth, cofiwch eich bod yn westai tâl o hynny allan a bydd disgwyl i chi hawlio budd-daliadau nawdd cymdeithasol ar gyfer eich rhent, eich bwyd a'ch cynhali-aeth. Wrth reswm, byddai'n rhaid cytuno ar hyn cyn eich bod yn 18 oed er mwyn ei wneud yn rhan o'ch cynllun a sicrhau bod yr holl drefniadau angenrheidiol ar ei gyfer yn gwbl eglur.

13



ble yr hoffech chi fyw? dychwelyd i fyw at eich teulu

Bydd llawer o bobl ifanc yn penderfynu dychwelyd i fyw at eu mamau, eu tadau neu aelodau eraill o'u teulu. Os gwnewch chi hynny, mae'n ddigon posibl y gwelwch fod cryn dipyn wedi newid ers y tro diwethaf i chi fyw yno. Bydd eich Cyngorydd Person Ifanc a'ch Gweithiwr Cymdeithasol wrth law i'ch cyngori a'ch helpu i ymdopi â'r newid. Bydd y rheolau ar gyfer pobl ifanc sy'n hawlio budd-daliadau Nawdd Cymdeithasol yn newid gan ddibynnu a ydynt yn byw gyda'u rhieni neu berthnasau agos ai peidio. Bydd angen cyngor arbenigol arnoch er mwyn trin hyn felly trafodwch y mater â'ch gweithiwr cymdeithasol neu'ch Cyngorydd Person Ifanc.



ble yr noffech chi fyw? lletyau

15

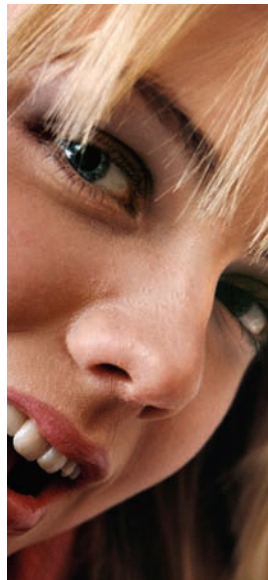
Os nad oes gennych ddigon o hyder i fyw ar eich pen eich hun neu gyda phobl ifainc eraill, a'ch bod yn dal i deimlo na allech drefnu'ch arian eich hun na pharatoi eich bwyd eich hun, mae'n bosibl y byddai'n well i chi chwilio am lety yn nhŷ rhywun arall. Bydd rhai pobl yn gosod ystafell neu ystafelloedd yn eu tai er mwyn ennill ychydig o arian ychwanegol, ac os byddwch yn lletya o dan yr amodau hyn mae'n rhaid i chi gofio eich bod yn westai tâl a bod perffaith hawl gan y perchennog i ofyn i chi ymadael petai pethau'n mynd o chwith.



ble yr hoffech chi fyw?

prosiect llety â chymorth

Os ydych yn anhapus yn aros mewn llety ond yn dal i deimlo bod angen help arnoch i drefnu'ch biliau ac edrych ar eich ôl eich hun yn gyffredinol, mae'n bosibl y byddai llety â chymorth yn ateb eich dibenion yn well, ac mae gan lety felly lawer o fan-teision. Tŷ John Rowley, sy'n cynnwys nifer o ystafelloedd byw a chysgu hunangynhwysol yw'r adeilad a ddefnyddir yn y Fro i'r diben hwnnw. Bydd gennych eich lle eich hun a daw staff o gwm-pas i roi cymorth a chefnogaeth i chi pan fo angen. Bydd eich gweithiwr cymdeithasol neu'ch Cynghorydd Person Ifanc yn eich helpu i ben-derfynu a fo'r math hwn o lety'n addas i chi ai peidio ac yn esbonio sut y gallech gael eich atgyfeirio.



ble yr hoffech chi fyw? rhannu tŷ neu fflat

Rhannu tŷ neu fflat â rhywun arall y bydd llawer o bobl ifanc ar y dechrau. Manteision y drefn honno yw bod pawb yn rhannu'r biliau (gwresogi, trethi dŵr ac ati) a'ch bod yn llai tebyg o deimlo'n unig a phobl eraill o gwmpas. Serch hynny, mae'n bosibl na fydd hawl i chi aros yn y llety'n barhaol ac y gwelwch ei bod yn anodd rhannu lle ar adegau hyd yn oed â chyfaill! Gall landlordiaid preifat hefyd fod yn gyndyn i gydymdeimlo pan fydd problemau yn y tŷ.



ble yr hoffech chi fyw?

tŷ preifat ar rent



Efallai mai lle hunangynhwysol a drws ffrynt i chi'ch hun yw eich syniad chi o gartref.

Yn anffodus, bydd landlordiaid fel arfer yn gyndyn i osod eiddo ar gyfer pobl ifanc 16 neu 17 oed ac mae'n bosibl y bydd yn rhaid i chi aros nes eich bod yn 18 oed cyn symud i mewn i fflat breifat ar rent. Mae cytundebau tenantiaethau preifat yn weddol anodd eu deall - felly mynnwch help oddi wrth arbenigwr tai neu gofynnwch i'ch Cynghorydd Person Ifanc eich cyfeirio at rywun a all eich cynghori.

Tenantiaethau tymor hir sy'n parhau am rwng chwe mis a blwyddyn yw tenantiaethau preifat fel arfer. Mae cryn nifer o fflatiau preifat ar osod, felly bydd gennych ryw faint o ddewis o le i fyw, ond mae perygl y gallai'r landlord ofyn i chi symud ar ôl rhyw 6 hyd 12 mis.

ble yr hoffech chi fyw?

Mae dodrefn mewn llawer o fflatiau preifat gan gynnwys carpedi a ffwrn, ond eiddo'r landlord yw'r rhain a byddant yn aml yn weddol hen. Am fod fflatiau preifat yn cael eu gosod er mwyn gwneud elw, mae tuedd i'r rhenti fod yn uchel ac mae'n weddol arferol i'r landlord preifat ofyn am fis o rent yn flaendal a mis o rent ymlaen llaw cyn gadael i chi symud i mewn. Os byddwch yn derbyn Budd-dâl Tai, mae'n ddigon posibl na chewch ddigon i dalu'ch rhent i gyd - os felly, darllenwch dudalen 23 a chwiliwch am yngor.

Os dewch chi o hyd i fflat neu ystafell fyw a chysgu a'r landlord yn gofyn i chi dalu blaendal neu rent ymlaen llaw neu'n mynegi pryder y byddwch yn methu â thalu'r rhent, gofynnwch i'ch Cynghorydd Person Ifanc esbonio sut y gallai'r gwasanaethau cymdeithasol eich helpu drwy:

- Dalu eich blaendal/rhent a
- Chynnig gwarant rhent [bond] i'ch landlord neu'i drefnu.

19



ble yr hoffech chi fyw?

Serch hynny, nid oes hawl i ni weithredu fel gwarantydd. Bydd eich Cyngorydd Person Ifanc yn esbonio hyn i chi os nad yw eisoes yn eglur. Os penderfynwch symud i mewn i fflat neu ystafell fyw a chysgu, mae'n weddol debyg y bydd yn rhaid i chi dalu trethi nwy, trydan a dŵr. Gofynnwch i'ch Cyngorydd Person Ifanc esbonio sut orau i gyllidebu ar gyfer y costau hyn.

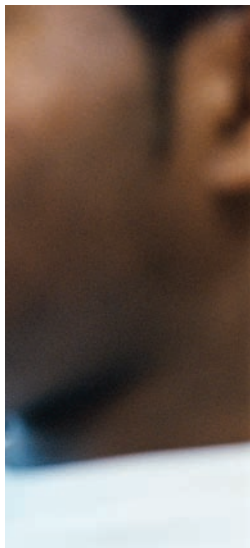
tai cyngor a chymdeithasau tai

Fflatiau hunangynhwysol yw'r lletyau hyn ran fynychaf. Er y cewch ddewis eich ardal ni chewch ddewis eich fflat. Bydd eich rhent yn weddol rad a chewch aros gyhyd ag y mynnwch ac efallai y bydd cyfle i chi symud i lety mwy nes ymlaen.



beth **am** arian?

21



Os ydych yn 16 oed ac wedi ymadael â gofal yr awdurdod, cewch lwfans wythnosol at eich defnydd eich hun ac arian rhent oddi wrth y gwasanaethau cymdeithasol yn uniongyrchol. Os ydych yn dilyn cwrs hyfforddiant, telir eich arian o'r fan honno. Bydd eich gweithiwr cymdeithasol yn rhoi gwybod i chi faint o arian i'w ddisgwyl a byddwn yn ei dalu'n uniongyrchol i'ch cyfrif banc. Os nad oes gennych gyfrif eisoes, trefnwn un ar eich cyfer. Bydd y drefn hon yn parhau tan eich pen-blwydd yn 18 oed ac ar ôl hynny cewch hawlio budd-daliadau nawdd cymdeithasol. Cewch gymorth a chynghor pan fydd y drefn yn newid, felly peidiwch â phryderu ynglŷn â chael eich gadael heb arian.

beth am
arian?

budd-daliadau nawdd cymdeithasol

Mae'n bosibl y cewch hawlio budd-daliadau nawdd cymdeithasol, felly gwnewch yn siŵr bod eich gweithiwr cymdeithasol neu'ch Cynghorydd Person Ifanc yn cael golwg ar eich sefyllfa ac yn eich cynghori am yr hyn y gellwch ei hawlio.

lwfans ceisio gwaith

Os ydych dros 18 oed ac nad ydych yn gweithio am fwy nag 16 awr yr wythnos nac yn astudio'n amser llawn, mae'n bosibl y bydd yn rhaid i chi hawlio Lwfans Ceisio Gwaith tra eich bod yn chwilio am waith. Ewch i'r gwasanaeth 'One Office' a gynhelir fel arfer yn eich Canolfan Waith leol. Cewch ffurflen i'w llenwi yn y fan honno, ac mae'n bosibl y bydd yn rhaid i chi gyflwyno gwybodaeth arall megis papurau cyflog os ydych wedi bod yn gweithio. Bydd disgwyl i chi hefyd ddod i gyfweiliad a disgrifio'r math o waith yr hoffech ei gael. Mae'r rheolau ar gyfer hawlio lwfans ceisio gwaith yn gymhleth - felly gofynnwch i'ch gweithiwr cymdeithasol neu'ch Cynghorydd Person Ifanc eu hesbonio i chi a'ch helpu i gyflwyno cais.

beth am
arian?

budd-dâl tai i'ch helpu dalu'ch rhent

Os ydych dros 18 oed ac yn ddi-waith neu'n gweithio ac yn byw ar incwm isel, mae'n bosibl y cewch hawlio Budd-dâl Tai. Bydd cynghorau dosbarth neu fwrdeistref lleol yn talu Budd-dâl Tai i bobl sy'n gofyn am help i dalu eu rhent.



beth am arian?

Fel arfer, caiff y Budd-dâl ei dalu â siec bob pedair wythnos yn uniongyrchol i'ch landlord. Os ydych yn denant cyngor, fe'i telir yn syth i'ch cyfrif rhent y cyngor. Weithiau ni fydd y Budd-dâl Tai'n ddigon i dalu'ch rhent i gyd. Gallai hyn ddigwydd os oes eitemau ychwanegol wedi'u cynnwys yn y rhent megis bwyd neu olau a thanwydd neu os ydych yn byw mewn cartref sy'n fwy nag sydd ei angen arnoch. Os nad oes gennych ddigon o Fudd-dâl Tai i dalu'ch rhent, gofynnwch i'ch Cyngorydd Person Ifanc am gyngor am ei bod yn bosibl hawlio rhagor o fudd-dâl o dan rai amgylchiadau.

24



beth am arian? cymhorthdal incwm i'ch helpu i dalu'ch costau byw

Cewch hawlio Cymhorthdal Incwm i'ch helpu i dalu'ch costau byw os ydych yn methu â gweithio am eich bod yn:

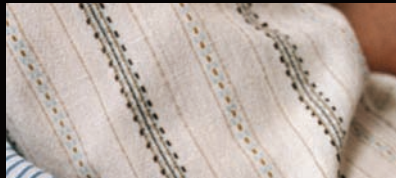
- **Sâl neu'n**
- **Anabl neu os ydych yn**
- **Rhiant sengl** sy'n ddi-waith neu'n gweithio am lai nag 16 awr yr wythnos neu os
- **ydych yn dilyn** cwrs addysg hyd at Safon Uwch neu gymhwyster cyfatebol

Bydd yn rhaid i chi gysylltu â'ch Canolfan Waith leol er mwyn cael y ffurflenni cais angenrheidiol.

beth am **arian?**

Lwfans byw i'r anabl

Mae Lwfans Byw i'r Anabl yn fudd-dâl y gellwch ei hawlio os ydych yn sâl neu'n anabl ac mae angen help arnoch i symud o gwmpas neu ofalu amdanoch eich hyn. Gall eich salwch neu'ch anabledd fod yn gorfforol, yn broblem iechyd meddwl neu'n anabledd dysgu. Cewch hawlio LBA hyd yn oed os ydych yn gweithio neu'n astudio'n amser llawn. Mae'r ffurflenni'n gymhleth iawn a dylech ofyn i'ch Cynghorydd Person Ifanc neu'ch gweithiwr cymdeithasol eich helpu i'w llenwi.



beth am **grantiau gofal yn y gymuned**

Os gellwch hawlio Cymhorthdal Incwm neu Lwfans Ceisio Gwaith a'ch bod un ai'n ymadael neu newydd ymadael â gofal yr awdurdod ac yn symud i'ch cartref eich hun, mae'n bosibl y cewch hawlio Grant Gofal yn y Gymuned i'ch helpu i brynu eitemau megis dillad gwely, sosbenni a phadelli a dodrefn ar gyfer eich cartref newydd. Mae'n bosibl hefyd y cewch hawlio grant er mwyn prynu eitemau a allai eich helpu i aros yn eich cartref presennol. Dylech gyfeirio eich cais at yr Adran Waith a Phensiynau. Er mwyn bod yn gymwys i dderbyn Grant Gofal yn y Gymuned mae'n rhaid eich bod yn:

- **Hawlio Cymhorthdal Incwm neu**
- **Lwfans Ceisio Gwaith ar sail incwm, neu'n**
- **Debyg o gael un o'r budd-daliadau** hyn cyn pen chwe wythnos ar ôl cyflwyno'ch cais am Grant Gofal yn y Gymuned.

beth am arian?

Bydd yr Adran Waith a Phensiynau'n ystyried pob cais am Grant Gofal yn Gymuned yn unigol, felly gwnewch yn siŵr eich bod yn cynnwys cymaint o wybodaeth ag sy'n bosibl yn eich cais chi. Bydd yn rhaid i chi roi'r manylion canlynol:

- Yr eitem yr hoffech ei phrynu
- Eich rheswm dros ofyn am yr eitem
- Yr hyn a fydd yn digwydd os methwch â chael yr eitem



28



materion iechyd

Bydd eich Cynghorydd Person Ifanc yn dangos i chi lle
i gael manylion am:

- **Brawf llygaid**
- **Gymorth i dalu am foddion**
- **Restr o feddygon a deintyddion** a sut i gofrestru gyda hwy
- **Atal cenhedlu**
- **Beichiogi**
- **Materion rhyw**
- **Unrhyw faterion iechyd eraill yr** hoffech holi yn eu cylch



Ileisio cwyn

Os hoffech gwyno am y gwasanaeth a roddodd yr adran i chi, siaradwch â'ch gweithiwr cymdeithasol neu'ch Cyngorydd Person Ifanc a bydd ef neu hi'n esbonio'r broses i chi. Cewch hefyd ffonio'r Swyddog Cwynion ar:

ffôn: 01446 704800

ysgrifennwch at: **Y Swyddog Cwynion Plant,**

Gwasanaethau Cymunedol Bro Morgannwg,

Swyddfeydd y Doc,

Y Barri.

CF63 4RT



neu:

Rwydwaith Hawliau Plant ac Eiriolaeth

ffôn: 0800 58186

neu:

Childline

ffôn: 0800 111117



VALE of GLAMORGAN



BRO MORGANNWG

rhifau defnyddiol

● budd-daliadau...

Canolfan Byd Gwaith _____	01446 444000
(Cymhorthdal Incwm, Lwfans Ceisio Gwaith, y Gronfa Gymdeithasol ac ati)	
Tenantiaid Preifat _____	01446 709244
Tenantiaid Cyngor _____	01446 709494

● gwasanaethau cymdeithasol...

Ty Haydock _____	01446 725202
Tim Troseddau Pobl Ifanc _____	01446 745820
Swyddog Cwynion _____	01446 704800
Tim Dyletswydd Frys _____	02920 396873

● ysbytai...

Y Barri _____	01446 704000
Y Mynydd Bychan _____	02920 747747
Llandochau _____	02920 711711
Yr Eglwys Newydd _____	02920 693191

rhifau defnyddiol

33

● meddygon...

Heol Court	01446 733181
Y Stryd Fawr	01446 733355
Towers	01446 734131
Ravenscourt	01446 733515
Park Crescent	01446 735365
Heol Holton	01446 420222

● cyngor am gyffuriau...

Inroads	01446 407407
Tîm Alcohol a Chyffuriau'r Fro	01446 700943

● darparwyr ynni...

Swalec	0800 052 5252
Nwy Prydain	0845 6091122
Nwy Southern Electricity	0845 7585401
Transco Supply	0870 6081524

rhifau defnyddiol

● sefydliadau hyfforddi...

New Way	02920 345389
Coleg y Barri	01446 725000
Gyrfa Cymru	01446 410600
Nacro	01446 411100
Imtec	02920 640500
Itec Caerdydd	02920 663800
Itec y Barri	01446 721551
Dysgu Gydol Oes	02920 239585

● rhifau defnyddiol...

Gofal Alcohol	0171 928 7377
Llinell Gymorth Rhieni	01702 559900
Cymorth i Fenywod	01446 744755
Llinell Gymorth Diogelu Plant (NSPCC)	0808 1002524
Llinell Gymorth Plant	0800 1111

rhifau defnyddiol

● rhifau defnyddiol...

Llinell Gymorth Aids	0800 567123
Llinell Gymorth Cyffuriau	0171 603 8654
Ymddiriedolaeth y Tywysog	01446 725046
Llinell Genedlaethol ar gyfer Cyffuriau	0800 776600
Rape Crisis	01685 379310
Llamau	01446 722574
Fferm Ymddiriedolaeth Amelia	01446 781427
Eiriolaeth	02920 668956
Cyngor am Bopeth	0845 120 3756
NACRO	01446 411100

● darparwyr tai...

Homes 4U	01446 709840
Pobl Ddigartref	01446 709500
Hafod	02920 455078

rhifau defnyddiol

● darparwyd tai...

Jigso _____

01446 748852

Newydd _____

01446 701501

Cymru a'r Gorllewin _____

0870 0131930

Morgannwg a Gwent _____

02920 473767



36