

Hawdd ei Ddeall



Gwybod Eich Hawliau Ble i gael mwy o help



Ysgrifennwyd y ddogfen hon gan **Anabledd Cymru**. Mae'n fersiwn hawdd ei ddeall o 'Gwybod eich hawliau Defnyddio eich hawliau Byw eich hawliau'.

Mawrth 2022

Sut i ddefnyddio'r ddogfen hon



Dogfen hawdd ei deall yw hon. Ond efallai y byddwch chi dal angen cymorth i'w darllen. Gofynnwch i rywun rydych yn ei adnabod i'ch helpu chi.



Gallai geiriau mewn **ysgrifen glas trwm** fod yn anodd eu deall. Gallwch chi wirio beth mae'r holl eiriau mewn glas yn eu golygu ar **dudalen 18**.



Lle mae'r ddogfen yn dweud **ni**, mae hyn yn golygu **Anabledd Cymru**. Am ragor o wybodaeth, cysylltwch â:

Gwefan: www.disabilitywales.org

E-bost: info@disabilitywales.org

Ffôn: 02920 887 325



Hawdd ei Ddeall Cymru
Easy Read Wales

Mae'r ddogfen yma wedi cael ei gwneud yn hawdd ei deall gan **Hawdd ei Ddeall Cymru** gan ddefnyddio **Photosymbols**. I ddweud wrthon ni beth yw eich barn am y ddogfen hawdd ei deall hon, [cliciwch yma](#).

Cynnwys

Tudalen

Cyflwyniad.....	4
Rhagor o wybodaeth.....	6
Geiriau anodd.....	18

Cyflwyniad



Ysgrifennwyd y llyfryn hwn gan **Anabledd Cymru**.



Mae'r llyfryn hwn ar gyfer pobl anabl a sefydliadau pobl anabl.



Mae'r llyfryn hwn yn mynd gyda'r 8 llyfryn **Gwybod Eich Hawliau** arall.



Mae'r llyfryn hwn yn dweud wrthy ch chi ble i ddod o hyd i ragor o wybodaeth am eich **hawliau**. A ble i gael cymorth.



Hawliau yw'r pethau y caniateir i chi eu gwneud. Er enghraifft, mae gennych chi'r hawl i briodi a'r hawl i bleidleisio.

Mae **hawliau** yn dweud wrthon ni sut y dylen ni gael ein trin. Er enghraifft, mae gennych chi'r **hawl** i gael eich trin â pharch.

Mae gan bobl eraill **hawliau** hefyd. Er enghraifft, rhaid i chi drin pobl eraill â pharch.



Roedd y llyfryn hwn yn gywir ym mis Ionawr 2021. Ond gallai gwybodaeth newid yn y dyfodol.

Rhagor o wybodaeth



Gwasanaeth Cymorth Ymgynghorol Cydraddoldeb

Cyfeiriad: Gwasanaeth Cymorth Ymgynghorol
Cydraddoldeb RHADBOST,
FPN4431

Ffôn: 0808 800 0082

Ffôn testun: 0808 800 0084

Gwefan: www.equalityadvisoryservice.com

Y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol



Cyfeiriad: Bloc 1, Spur D,
Adeiladau'r Llywodraeth,
St Agnes Rd, Gabalfa,
Caerdydd, CF14 4YJ

Ffôn: 02920 447710

Ebost: wales@equalityhumanrights.com

Gwefan: www.equalityhumanrights.com/cy/comisiwn-yng-nghymru

Advicelink Cymru – Cyngor ar Bopeth

Mae gan y wefan hon wybodaeth am **wahaniaethu** ar sail anabledd yng Nghymru.



Gwahaniaethu yw pan fyddwch chi'n cael eich trin yn wael neu'n annheg oherwydd eich rhyw, hil, crefydd, anabledd neu hunaniaeth rywiol.

Ffôn: 08444 77 20 20

Gwasanaeth Relay UK: Os na allwch chi glywed neu siarad ar y ffôn, teipiwch yr hyn rydych chi am ei ddweud i: 18001 yna 0880 144 8884

Gwefan: <https://www.citizensadvice.org.uk/cymraeg/amdanom-ni/our-work/advice-partnerships/advicelink-cymru/>

Canolfan y Gyfraith Speakeasy



Mae Speakeasy yn cynnig cyngor cyfreithiol rhad ac am ddim. Mae ar gyfer pobl yng Nghaerdydd a Bro Morgannwg.

Cyfeiriad: 166 Richmond Road,
Caerdydd CF24 3BX

Ffôn: 029 2045 3111

Ebost: info@speakeasy.cymru

Gwefan: www.speakeasy.cymru/cym

Yr FDF - Y Ganolfan Byw'n Annibynnol



Gwasanaethau i'ch helpu i wneud pethau ar eich pen eich hun.

Cyfeiriad: Neuadd y Dref, Ffordd yr Iarll,
Yr Wyddgrug,
Sir y Fflint,
CH7 1AB

Ffôn: 01352 756 618

Ebost: admin@thefdf.org.uk

Gwefan: www.thefdf.org.uk

Prosiect Cyngor ar Anabledd



Mae'r prosiect hwn yn Ne-ddwyrain Cymru. Maen nhw'n rhoi gwybodaeth, cyngor a chymorth ar bob mater anabledd. A gallan nhw eich helpu gyda materion cyfreithiol.

Cyfeiriad: 9a Ystâd Ddiwydiannol Avondale,
Ffordd Avondale,
Cwmbrân, NP44 1UG

Ffôn: 01633 485865

Ebost: info@dapwales.org.uk

Gwefan: www.dapwales.org.uk

Diverse Cymru



Yn gallu helpu gyda hyfforddiant a chynghor am y canlynol:

- budd-daliadau
- **cydraddoldeb**
- gofal cymdeithasol
- iechyd meddwl
- arian
- byw ar eich pen eich hun
- pobl a all eich helpu
- **hygyrchedd**



Mae **cydraddoldeb** yn golygu trin pobl yn deg.

Mae **hygyrchedd** yn golygu pa mor hawdd yw pethau i gyrraedd neu i'w defnyddio.

Mae'r gwasanaeth cynghori yn Ne Cymru. Mae ar agor o 9 a.m. i 5 p.m. Dydd Llun i ddydd Gwener. Os ydyn nhw'n brysur iawn, efallai y bydd yn rhaid i chi fynd ar restr aros.



Cyfeiriad: 3ydd Llawr, Tŷ Alexandra,
307-315 Heol Ddwyreiniol y Bont-faen,
Caerdydd, CF5 1JD

Ffôn: 02920 368 888 neu 01267 245 579

Ebost: info@diverse.cymru

Gwefan: www.diverse.cymru.org.uk

Rhwydwaith Cyfreithiol Sefydliadau Pobl Anabl/Pobl Fyddar



Mae'r rhwydwaith hwn yn cynnwys cyfreithwyr a Sefydliadau Pobl Anabl/Byddar.



Maen nhw'n edrych ar sut y gall y gyfraith wella bywydau Pobl Fyddar ac Anabl.



Maen nhw'n gwneud y gyfraith yn haws eu deall.



Gwefan: www.inclusionlondon.org.uk



Gwasanaeth Cyfraith Anabledd

Elusen yw hon. Mae'n cael ei redeg gan ac ar gyfer pobl anabl.

Cyfeiriad: 39-45 Cavell Street Llundain, E1 2BP

Ffôn: 020 7791 9800

Minicom: 020 7791 9801

Ebost: advice@dls.org.uk

Gwefan: www.dls.org.uk



Mae gan y wefan ganllawiau am hawliau pobl anabl a'r Ddeddf Cydraddoldeb:

dls.org.uk/factsheets



Mae gan eu gwefan restr o leoedd eraill i gael rhagor o wybodaeth:

dls.org.uk/free-advice_trashed/other-sources-of-advice

Hawliau Anabledd y DU

Maen nhw'n ysgrifennu canllawiau am **hawliau** anabledd.

Mae ganddyn nhw hefyd lyfr o'r enw **Llawlyfr Hawliau Anabledd**. Gallwch chi ei brynu ar eu gwefan.

Cyfeiriad: 14 Easy Bay Lane,
Yma Dwyrain,
Parc Olympaidd y Frenhines Elizabeth,
Stratford,
Llundain, E20 3BS

Ffôn: 020 7250 3222

Ebost: enquiries@disabilityrightsuk.org

Gwefan: www.disabilityrightsuk.org

Gallwch chi ddod o hyd i holl gyfreithiau'r DU yma:

Gallwch chi gael copiau printiedig o:

Cyfeiriad: The Stationery Office Limited
Blwch Post 29,
Norwich NR3 1GN

Ffôn: 0333 202 5070

Ffacs: 0333 202 5080

E-bost: book.orders@tso.co.uk

Gwefan: www.legislation.gov.uk/cy



Sefydliad Hawliau Dynol Prydain



Elusen **hawliau dynol** yw hon. Maen nhw'n brwydro dros **gydraddoldeb** a thegwch.

Mae **hawliau dynol** yn hawliau sydd gan bob person. Er enghraifft, yr hawl i fod yn fyw a'r hawl i gael addysg.

Gwefan: www.bihhr.org.uk

Mae ganddyn nhw ganllawiau ar gyfer pobl ag anableddau dysgu. A phobl â phroblemau iechyd meddwl:

Canllawiau: www.bihhr.org.uk/resources-for-individuals

RNIB

R N I B

Gallan nhw eich helpu i ddeall y **Ddeddf Cydraddoldeb** a sut mae'n effeithio ar Bobl Anabl.

Gwybodaeth am y Ddeddf Cydraddoldeb:
www.rnib.org.uk/search/site/equality%20act

Cyfeiriad: Pencadlys RNIB,
105 Judd Street Llundain,
WC1H 9NE

Ffôn: 0303 123 9999

Ebost: helpline@rnib.org.uk

Gwefan: www.rnib.org.uk/cy/wales-cymru-1

Budd-daliadau a gwaith

Mae'r wefan hon yn rhoi gwybodaeth am fudd-daliadau anabledd. A'r budd-daliadau y gallwch chi eu cael os na allwch chi weithio oherwydd salwch.

Gwefan: www.benefitsandwork.co.uk

Deddf Hawliau Dynol 1998

Os credwch chi fod eich **hawliau** dynol wedi'u heffeithio, bydd y gyfraith hon yn helpu.

Am ragor o wybodaeth ewch i:

www.citizensadvice.org.uk/cymraeg/Y-Gyfraith-a-Llysoedd/civil-rights/human-rights/the-human-rights-act-1998/



Deddf Galluedd Meddyliol 2005

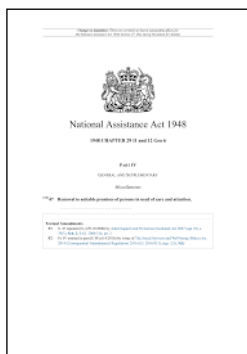
Mae'r gyfraith hon yn ymwneud â'r hyn y gall pobl ei wneud drostynt eu hunain. Gellir ei ddefnyddio i frwydro dros **hawliau** pobl anabl. Gellir ei ddefnyddio gyda deddfwriaeth cydraddoldeb hefyd.

Am ragor o wybodaeth ewch i:

www.alzheimers.org.uk/get-support/legal-financial/dementia-mental-capacity-act?documentID=354



Deddf Cymorth Gwladol 1948

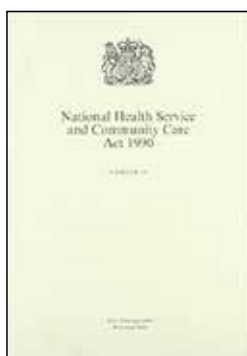


Gellir defnyddio'r gyfraith hon i frwydro dros **hawliau** pobl anabl. Gellir ei ddefnyddio gyda chyfreithiau cydraddoldeb hefyd.

Am ragor o wybodaeth ewch i:

navigator.health.org.uk/theme/national-assistance-act-1948

Deddf y GIG a Gofal Cymunedol 1990



Gellir defnyddio'r gyfraith hon i frwydro dros **hawliau** pobl anabl. Gellir ei ddefnyddio gyda deddfwriaeth **cydraddoldeb** hefyd.

Am ragor o wybodaeth ewch i:

navigator.health.org.uk/theme/national-health-service-and-community-care-act-1990

Deddf Diogelu Data 2018



Mae'r gyfraith hon yn ymwneud â sut mae sefydliadau'n casglu, yn defnyddio ac yn cadw eich gwybodaeth bersonol.

www.gov.uk/data-protection



Templedi Cerebra ar gyfer ysgrifennu llythyrau

Mae'r elusen hon yn helpu plant â chyflyrau'r ymennydd.

Mae gan eu gwefan dempledi ar gyfer ysgrifennu llythyrau. Mae templedi yn eich helpu i wybod beth i'w ysgrifennu mewn llythyr.

Gwefan: cerebra.org.uk/get-advice-support/legal-and-financial/template-letters/

Canllaw Peidiwch â Dal yn Ôl



Ysgrifennwyd y canllaw hwn gan **Gomisiynydd Plant Cymru**.

Mae'n helpu plant ag anhawster dysgu a fydd yn oedolion cyn bo hir. Mae'n cynnig cyngor a chymorth ar y gwasanaethau sydd ar gael.

Gwefan: www.childcomwales.org.uk/wp-content/uploads/2018/07/Peidiwch-a%CC%82-dal-yn-o%CC%82l.pdf

Clinig Caerdydd – Cymorth Drwy'r Llys



Elusen yw hon sy'n helpu pobl sy'n mynd i'r llys ar eu pennau eu hunain.

Mae'r elusen yn rhoi cefnogaeth ac yn esbonio sut mae'r llys yn gweithio.

Cyfeiriad: Canolfan Cyfiawnder Sifil a
Theuluoedd Caerdydd,
2 Stryd y Parc, Caerdydd,
De Cymru, CF10 1ET

Oriau agor yw 9:30am – 4:30pm o ddydd Llun i ddydd Gwener.

Ffôn: 02920 34 36 85

Llinell gymorth genedlaethol: 03000 810 006

Ebost: cardiff@supportthroughcourt.org

Gwefan: www.supportthroughcourt.org

Geiriau anodd

Cydraddoldeb

Mae cydraddoldeb yn golygu trin pobl yn deg.

Gwahaniaethu

Gwahaniaethu yw pan fyddwch chi'n cael eich trin yn wael neu'n annheg oherwydd eich rhyw, hil, crefydd, anabledd neu hunaniaeth rywiol.

Hawliau

Hawliau yw'r pethau y caniateir i chi eu gwneud. Er enghraifft, mae gennych chi'r hawl i briodi a'r hawl i bleidleisio.

Mae hawliau'n dweud wrthon ni sut y dylen ni gael ein trin. Er enghraifft, mae gennych chi'r hawl i gael eich trin â pharch.

Mae gan bobl eraill hawliau hefyd. Er enghraifft, rhaid i chi drin pobl eraill â pharch.

Hawliau dynol

Mae hawliau dynol yn hawliau sydd gan bob person. Er enghraifft, yr hawl i fod yn fyw a'r hawl i gael addysg.

Hygyrchedd

Mae hygyrchedd yn golygu pa mor hawdd yw pethau i gyrraedd neu i'w defnyddio.



