

Croeso i'n Cylchlythyr Lles cyntaf!

Mae hwn wedi cael ei gynhyrchu i helpu gydag awgrymiadau a chynghorion i'ch helpu drwy'r amseroedd digyffelyb hyn. Gobeithio ni'n y bydd y wybodaeth o ddefnydd i chi a ni'n gobeithio cael un arall i chi cyn gynted â phosibl. Yn y cyfamser, os oes unrhyw beth yr hoffech ei wybod am gymorth lles yn ein cangen, mae croeso i chi gysylltu â ni - manylion ar waelod y dudalen.

Gweithio o gartref – gostyngiad yn y dreth O ddydd Llun 6 Ebrill 2020 Gallwch hawlio cyfradd o £6 yr wythnos.

Gan fod y Cyngor wedi cau gweithleoedd sy'n golygu bod rhai staff yn gorfod gweithio o gartref dros dro ac felly'n gymwys i hawlio am gostau uwch. Dywed CThEM y bydd yn ystyried hawliadau gan gyflogon sy'n gweithio gartref oherwydd mesurau coronafeirws os caiff eu gweithle arferol ei gau. Rydych wedi hawlio treuliau yn ôl-weithredol. Felly, os ydych chi'n unig gartref oherwydd coronafeirws, mae'n well aros nes eich bod chi'n ôl yn y gwaith yna gwnewch yr hawliad cyfan ar unwaith. Mae'n debygol y bydd eich cod treth yn cael ei addasu fel eich bod yn talu llai o dreth yn ystod y flwyddyn, yn hytrach na'ch bod yn cael ad-daliad uniongyrchol. Er mwyn gwneud y broses yn hawdd, mae cyllid a Thollau ei Mawrhydi yn dweud na fydd angen i chi gadw derbynebau neu brofi gwybodaeth. Os ydych yn credu bod gennych fwy o gostau uwch, gallwch hawlio mwy, ond bydd angen i chi gael tystiolaeth o'r cynnydd mewn costau.

Sut i hawlio'r rhyddhad treth

Os ydych fel arfer yn gwneud ffurflen hunanasesu, gallwch wneud cais amdani. Ond i'r rhan fwyaf o bobl, bydd hyn yn gofyn am lenwi ffurflen P87-gellir gwneud hyn ar-lein drwy eich cyfrif Porth y Llywodraeth neu drwy lenwi ffurflen bost.

<https://www.gov.uk/guidance/claim-income-tax-relief-for-your-employment-expenses-p87>

Gofynnir i chi am enw'r cyflogwr a chyfeirnod TWE (gallwch ddod o hyd iddo ar eich slip cyflog neu P60), a theitl eich swydd. Ar gyfer P87s post, bydd angen eich Rhif Yswiriant Gwladol arnoch chi hefyd. Teitl y rhan allweddol ar gyfer llenwi yw 'defnyddio eich cartref fel swyddfa'. Ar y ffurflen ar-lein, mae dau flwch:

- Swm a dalwyd gennych chi'. Mae cyllid a Thollau EM wedi dweud wrthym wedi cynyddu costau, dim ond rhoi cyfanswm sy'n cyfwerth â £ 6/wk am y cyfnod rydych wedi bod yn gweithio o gartref ac mae hynny'n iawn, ni fydd angen i chi ddangos derbynebau.
- 'Swm a dalwyd i chi gan eich cyflogwr'. Os nad yw CSP wedi rhoi lwfans gweithio o gartref i chi nac wedi ad-dalu eich treuliau gweithio gartref, dim ond rhoi £0.

Os ydych chi'n hawlio trwy'r ffurflen bost, bydd angen i chi ychwanegu 'defnyddio eich cartref fel swyddfa' yn ôl eich hun yn yr adran 'treuliau eraill'. Ar ôl i chi gyflwyno'r hawliad, os byddwch yn ei wneud ar-lein efallai y byddwch yn clywed yn ôl o fewn ychydig wythnosau. Fodd bynnag, yn amlwg os yw cyllid a Thollau EM dan bwysau, gall gymryd mwy o amser. Pob lwc!

Freebies!

8 pethau rydych chi'n arfer talu amdanynt ond sydd bellach yn rhad ac am ddim ☐

1. Mae clywadwy wedi rhyddhau casgliad o lyfrau sain am ddim, a fydd, meddai, ar gael 'am gyhyd ag y bo ysgolion ar gau'. 100s o lyfrau sain plant, yn cynwys Beatrix Potter a Winnie the Pooh.
<https://stories.audible.com/start-listen>
2. bob dydd Gwener am 9am, mae Joe Wicks (aka 'the Body Coach') yn byw-ffrydio dosbarth addysg gorfforol 30 munud ar ei sianel YouTube yn rhad ac am ddim. Os nad ydych yn gallu tiwnio mewn yna, peidiwch â phoeni - gallwch eu gwyllo yn ôl pryd bynnag y dymunwch! <http://tiny.cc/g6i1mz>
3. myfyrdod am ddim drwy'r apps Headspace a CALM:
 - Mae CALM yn cynnig 'myfyrdod ymlacio', 'dosbarth meistr tawel', 'plant tawel' ac adnoddau ymwybyddiaeth ofalgar. Maen nhw ar gael drwy ei wefan - <https://www.calm.com/blog/take-a-deep-breath>
 - Mae gan headspace gasgliad o'r enw dod drwyddi, (<https://www.headspace.com/covid-19>) sy'n cynnwys cyfryngwyr, ymarferion cysgu a symud.
4. Adnoddau am ddim i'r ysgol gartref
 - Mae Carol Vorderman wedi cyhoeddi y bydd mynediad i'w hysgol fathemateg y ffactor mathemateg yn rhad ac am ddim tra bod ysgolion yn cael eu cau. Mae wedi'i anelu at blant 4 i 11 oed ac mae'n cyfateb i'r Cwricwlwm Cenedlaethol. <https://www.themathsfactor.com/>
 - Gallwch hefyd gael gafael ar app sillafu poblogaidd Syr Linkalot am ddim tan 12 Mehefin 2020. Bydd angen i chi gofrestru ar ei restr bostio a byddwch yn derbyn Cod ar gyfer mynediad am ddim.
<https://www.sirlinkalot.org/spellathome>
5. Gwersi gitâr ar-lein am ddim am dri mis gan Fender. Os oes gennych chi fynediad at gitâr nawr gallai fod yn amser gwyh i ddyysgu sgil newydd. Mae fender wedi gwneud ei gysiau gitâr ar-lein am ddim am dri mis – ond bydd angen i chi gael cod a dim ond 100,000 oedd ar gael pan lanswyd y cynnig ddydd Gwener 20 Mawrth, felly byddwch yn gyflym os ydych chi eisiau un. Gallwch dewis o acwstig, bas, trydan neu Ukelele, yn ogystal ag amrywiaeth o wahanol arddulliau cerddoriaeth (ee, Blues, Gwlad, pop a roc).
<https://try.fender.com/play/playthrough/>
6. Mae'r Royal Opera House yn cynnig darllediadau am ddim ar ei Facebook (<https://www.facebook.com/royaloperahouse>) a sianel YouTube (<https://www.youtube.com/royaloperahouse>) Ar ôl iddyn nhw gael eu darlledu, bydd y perfformiadau hyn ar gael ar y sianeli hynny i'w gweld 'ar alw'. Mae cynnwys am ddim hefyd o'r Tŷ Opera Brenhinol ar gael ar BBC iPlayer i'w wyllo unrhyw bryd.



Cyllid



O ddydd Iau 9 Ebrill dylai banciau fod wedi sefydlu ...

- I'r rhai sy'n straffaglu oherwydd coronafeirws sy'n gofyn, gall y £500 cyntaf o orddrafftiau awdurdodedig fod yn ddi-log ar gyfer 3mths (ar gyfer gorddrafftiau o dan £500, bydd y balans cyfan yn ddi-log).
- Dylai'r rheini â chyfrifon sydd â chyfleuster gorddrafft, sy'n cael trafferth oherwydd coronafeirws, allu gofyn am un o'r gorddrafft hwn o 0%, yn amodol ar sgôr credyd.
- Ar gyfer y 3mths nesaf, ni ddylai unrhyw un gael mwy o dan y cyfraddau llog newydd (tua) 40% nag oeddent o dan yr hen system.

O ddydd Iau 9 Ebrill Mae'n rhaid i bob cerdyn credyd, cardiau siop, benthyciadau personol a chatalogau gynnig gwyliau talu. Ond peidiwch â rhoi'r gorau i dalu - Mae angen i chi gytuno â nhw.

A yw'n werth cymryd gwyliau talu? Ydy os ydych chi'n rhoi'r angen am lif arian brys, na fydd os na.

Prydau ysgol am ddim

Ydych chi'n gymwys i gael prydau ysgol am ddim? Mae Llywodraeth Cymru wedi dweud ei bod yn disgwyl i ysgolion barhau i ddarparu cinio i blant sy'n gymwys i gael prydau ysgol am ddim.

Mae'n gweithio i ddatblygu cynllun talebau Cenedlaethol - ond yn y cyfamser mae wedi awgrymu y dylai ysgolion ddarparu parseli bwyd, talebau archfarchnad neu gardiau rhodd (gwerth £3.90 y plentyn, bob diwrnod gwaith), neu daliadau uniongyrchol i gyfrifon banc teuluoedd.

Os credwch fod eich plentyn yn gymwys ond nad ydych wedi cysylltu ag ef eto, cysylltwch â'r ysgol i weld sut y bydd yn cynnig y cymorth hwn.

Freebies yn parhau!

7. Ychwanegu setiau bocs clasurol newydd at BBCiPlayer

Mae'r BBC wedi ychwanegu llwythi o gynnwys newydd i'w ffrydio ar iPlayer, gyda'r nod o helpu'r rhai sydd mewn perygl. Mae'r rhain yn cynnwys setiau bocs clasurol, fel pob un o'r 10 cyfres o ddramâu SPY poblogaidd Spooks, yn ogystal â Wallander, Ffrancwr Saunders, deffro'r meirw a'r coll.

Er bod iPlayer am ddim, bydd arnoch angen trwydded deledu i'w gwyllo.

8. Cwrs iaith tri mis am ddim i blant ysgol o Rosetta Stone

I helpu plant sy'n dysgu o gartref, mae cwmni meddalwedd addysgol Rosetta Stone yn cynnig mynediad am ddim i'w gyrsiau iaith boblogaidd i blant ysgol am dri mis. Mae mwy nag 20 o ieithoedd i ddewis ohonynt. Mae Rosetta Stone yn dweud, os oes gennych fwy nag un plentyn, gallwch gofrestru sawl gwaith, bydd angen i chi ddefnyddio cyfeiriad e-bost gwahanol bob tro.

<https://www.rosettastone.co.uk/lp/freeforkids>



Yno i Chi

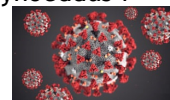
Gall Aelodau sy'n profi anawsterau ariannol ac emosiynol gysylltu â'n helusen lles, Yno i Chi, sy'n darparu gwasanaeth cyngor a chymorth cyfrinachol i Aelodau a'u dibynyddion. Os ydych yn aelod a'ch bod yn profi anawsterau ariannol, beth bynnag yw'r amgylchiadau, gall Yno i Chi gynnig cymorth i chi.

Gwiriwch ein cyfrifiannell budd-daliadau hawdd ei ddefnyddio i gael gwybod a oes gennych hawl i hawlio budd-daliadau ychwanegol.

<https://unison.entitledto.co.uk/home/start>

Cofiwch - Mae'r Llywodraeth wedi gosod rheolau caeth ledled y DU

Ddydd Llun 23 Mawrth, dadorchuddiodd y Prif Weinidog Boris Johnson gyfyngiadau ysgubol ar symudiad cyhoeddus i fynd i'r afael â lledaeniad coronafeirws, gan rybuddio'r cyhoedd "rhaid i chi aros gartref".



Dim ond am y rhesymau canlynol y gallwch adael eich cartref bellach:

- Siopa am eitemau hanfodol (ee, bwyd). Dylai hyn ddigwydd mor anaml â phosibl a dylech ddefnyddio gwasanaethau cyflenwi bwyd lle gellwch.
- Un math o ymarfer corff y dydd. Rhedeg, cerdded neu feicio (ar eu pennau eu hunain neu gydag aelodau o'ch cartref).
- Unrhyw angen meddygol. Gan gynnwys i gasglu presgripsiwn, neu ddarparu gofal ar gyfer neu helpu person sy'n agored i niwed.
- Teithio i'r gwaith ac oddi yno. Dim ond lle na allwch chi weithio o gartref.

Am ragor o wybodaeth gweler gwefan [Gov.uk](https://www.gov.uk).