

## Taflen Ffeithiau Costau Byw i denantiaid SRhP

Mae cost cymaint o bethau wedi cynyddu yn ystod yr ychydig fisoedd diwethaf, ac mae hyn yn cael effaith aruthrol ar lawer o bobl. Mae'r daflen wybodaeth costau byw hon yn rhoi rhai syniadau arbed ynni a manylion sefydliadau a all roi cyngor ar filiau ynni neu bryderon eraill am ddyledion.



### Syniadau Da i osgoi dyled tanwydd!

- ✓ Gwiriwch eich bil yn enwedig os caiff ei **amcangyfrif**.
- ✓ Dewiswch y **dull talu** cywir.
- ✓ Siaradwch â chynghorydd dyledion os na allwch **dalur bil**.
- ✓ Gwella **effeithlonrwydd ynni** yn eich cartref.
- ✓ Cysylltwch â'r cyflenwr – **mae ganddynt ddyletswydd i ddarparu mesurau i'ch helpu**.

### Syniadau arbed ynni

- Bydd troi eich thermostat gwresogi i lawr 1 radd neu fwy yn helpu i arbed arian i chi.
- Berwch faint o ddŵr sydd ei angen arnoch mewn tegell yn unig – peidiwch â'i lenwi am un cwpanaid o ddŵr poeth yn unig. Meddyliwch am arbed ynni ac arbed dŵr mewn un!
- Defnyddiwch eich microdon i goginio bwyd ond, mae'r clociau ar boptai microdon yn ddrud iawn i'w rhedeg - a oes gwir angen i chi adael eich microdon ymlaen bob amser? Meddyliwch am y dull hwn gyda'ch dyfeisiau eraill, beth allwch chi ei ddiffodd yn hytrach na gadael wrth gefn?
- Defnyddiwch ffyrnau i'r eithaf. Os yn bosibl, peidiwch â rhoi'r popty ymlaen i goginio un eitem yn unig. Ystyriwch goginio swp a rhewi prydau i arbed amser ac arian.
- Defnyddiwch y caeadau ar sosbenni – rydych chi'n defnyddio llai o danwydd fel hyn AC rydych chi'n lleihau anwedd (a all gyfrannu at leithder a llwydni).
- Buddsoddwch yn y pethau iawn. Mae bylbiau LED yn ddrytach i'w prynu ond, yn defnyddio llai o drydan felly byddant yn arbed arian i chi yn y tymor hir.
- Caewch y llenni pan mae'n dywyll – mae hyn yn helpu i gadw'r gwres yn yr ystafell, yn enwedig ym misoedd yr Hydref/Gaeaf.



I gael rhagor o wybodaeth am sut i arbed ynni cliciwch ar y ddolen isod

<https://www.groundwork.org.uk/energy-efficiency-tips/>

## Taliadau Costau Byw Ebrill – Mai 2023

Bydd taliad cost-byw arall yn cael ei wneud i bobl sydd â hawl i rai budd-daliadau neu gredydau treth. Bydd y taliadau hyn yn cael eu gwneud ar wahân i'ch taliadau budd-daliadau.



Am fwy o wybodaeth cliciwch yma:

<https://www.gov.uk/guidance/cost-of-living-payment.cy>

I gael rhagor o wybodaeth am daliadau costau byw, sy'n dod drwy gydol 2023, ewch i gov.uk ([www.gov.uk](http://www.gov.uk))

## Sefydliadau a all ddarparu cyngor ariannol a/neu wybodaeth.

Mae help ar gael os ydych chi'n ei chael hi'n anodd talu biliau a/neu angen cyngor i'ch helpu i wirio a oes gennych hawl i fudd-daliadau, help i hawlio budd-daliadau neu awgrymiadau i'ch helpu i gyllidebu.

### Cymru Gynnes

Gweithio i fynd i'r afael â thlodi tanwydd drwy gynnig cyngor a chymorth am ddim i sicrhau pobl ledled Cymru

Ffôn: 01352 711751

E-bost: [NWreferral@warmwales.org.uk](mailto:NWreferral@warmwales.org.uk) neu [hhplc@warmwales.org.uk](mailto:hhplc@warmwales.org.uk)

Gwefan: <https://www.warmwales.org.uk/cy/>



**WARM WALES  
CYMRU GYNNES**

### Penny Smart

Cyngor ar gyllidebu dros y ffôn, budd-daliadau a dyledion gyda chymorth gwaith achos i'r rheini sydd mewn caledi ariannol (diffyg yn y gyllideb) a/neu argyfwng dyled yng Ngogledd Cymru.

Ffôn: Llinell Gymorth Rhad ac Am Ddim 03003 651210

E-bost: [advice@pennysmart.org.uk](mailto:advice@pennysmart.org.uk)

Gwefan: [www.pennysmart.org.uk](http://www.pennysmart.org.uk)



## Cyngor ar Bopeth Lleol

Cynnig cyngor ar fudd-daliadau a dyled, yn bennaf ar y ffôn, weithiau cymorth gwaith achos: ond maent yn brysur iawn ar hyn o bryd. **Bydd angen i chi gysylltu â Chyngor ar Bopeth yn eich ardal eich hun.**



Ffôn:

- 0808 278 7923 Sir y Fflint
- 0808 278 7933 Sir Ddinbych
- 0808 278 7922 Gwynedd
- 0808 278 7932 Ynys Môn
- 0300 330 1178 Wrecsam
- 01745 828 705 Conwy

E-bost:

- [rhyl@dcab.co.uk](mailto:rhyl@dcab.co.uk)
- [denbigh@dcab.co.uk](mailto:denbigh@dcab.co.uk)
- [advicecyngor@caconwy.org.uk](mailto:advicecyngor@caconwy.org.uk)
- [AngleseyCA@gmail.com](mailto:AngleseyCA@gmail.com)

Gwefan: <https://bit.ly/44niboN>

## Cristnogion yn Erbyn Tlodi

Grwpiau lleol yn yr eglwys yn cynnig cyngor a chefnogaeth wyneb yn wyneb ar ddyledion - gall y sylw fod yn dameidiog.

Ffôn: 01274 760720

E-bost: [info@capuk.org](mailto:info@capuk.org)

Gwefan: <https://bit.ly/3VpJlqZ>



## Elusen Dyled StepChange

Llinellau cymorth ffôn cyngor ar ddyledion yn unig

Ffôn: 0800 138 1111 - Dydd Llun i ddydd Gwener  
8am i 8pm a dydd Sadwrn 9am i 2pm

Gwefan: <https://bit.ly/3Nxx7dQ>



## Ymddiriedolaeth Ynni Nwy Prydain

Elusen gofrestredig sy'n cefnogi teuluoedd ac unigolion mewn tlodi, sy'n cael trafferth neu mewn trallod ac sy'n cael trafferth talu eu dyledion nwy neu drydan.



Ffôn: 01733421021

Gwefan: <https://britishgasenergytrust.org.uk/>