

Rhifyn 5

CYMORTH O RAN COSTAU BYW

£ Cylchlythyr

Croeso i 5ed rhifyn y cylchlythyr Cymorth Costau Byw.

Mae heriau costau byw wedi gwaethygu'r pwysau ariannol ar aelwydydd. Fodd bynnag, nod y cylchlythyr yma yw rhoi gwybodaeth i chi am ba gymorth sydd ar gael i chi yn Rhondda Cynon Taf i helpu gydag arian a chostau byw.

Yr hyn sydd ar gael yn eich cymuned.

Mae'r Cyngor yn darparu ystod o gymorth i holl drigolion Rhondda Cynon Taf. Mae'r cymorth yn cael ei ddatblygu'n barhaus, felly **bwriwch olwg** ar wefan Rhondda Cynon Taf, a rhannu'r wybodaeth â theulu, ffrindiau, cleientiaid a chydweithwyr.



SGANIWCH FI

<https://www.rctcbc.gov.uk/CY/Resident/ConsumerAdviceandMoneyMatters/CostofLivingSupport/CostofLivingSupport.aspx>

Cymorth i Drigolion

Mae cymorth ar gael i drigolion RhCT. Os ydych chi, ffrindiau, teulu neu'r rhai rydych yn gofalu amdany'n nhw angen cymorth ewch i **Cymorth i Drigolion**. Ewch i **wefan Llywodraeth Cymru** i gael gwybodaeth am gymorth ariannol gan gynnwys cymorth gyda'ch biliau cyfleustodau, gostyngiadau Treth y Cyngor, cyngor am ddyledion, cymorth â chostau tai, costau gofal plant, cymorth iechyd a lles, a mwy!

<https://www.rctcbc.gov.uk/CY/GetInvolved/RCTTogether/CommunityResilienceHubsandNeighbourhoodNetworks/ResidentSupport.aspx>
<https://www.llyw.cymru/help-gyda-chostau-byw>

Gwasanaethau cymorth

Mae **Case UK** yn cynnig cymorth iechyd meddwl a chorfforol ledled y DU. Maen nhw'n cynnig y **gwasanaeth yn y gwaith** i unrhyw un sydd angen cymorth tra'u bod nhw yn y gwaith. Maen nhw hefyd yn cynnig **gwasanaeth i'r di-waith** i unrhywun sy'n ddi-waith. Maen nhw'n cynnig ystod o therapïau i wella iechyd corfforol a meddyliol gan gynnwys cwnsela, ffisiotherapi ac ati.

Ffoniwch linell gymorth Case UK ar **02921 676213** (dydd Llun i ddydd Gwener 9am-4pm) neu ewch i'w gwefan: **www.case-uk.co.uk**

Mae **Able Futures** yn cefnogi pobl yng Nghymru, Lloegr a'r Alban sy'n gweithio ac yn byw gydag anawsterau iechyd meddwl. Mae modd i chi gael hyd at 9 mis o gymorth am ddim ar gyfer eich iechyd meddwl.

Mae modd i chi hunanatgyfeirio trwy eu ffonio: **0800 321 3137** neu drwy fynd i'w gwefan: **www.able-futures.co.uk**

<https://www.case-uk.co.uk/cy/in-workservicewales>

<https://www.case-uk.co.uk/cy/outofworkservicewales>

*Mae croeso i chi gyfathrebu â ni
yn y Gymraeg.*





Arian ac iechyd meddwl

Mae ein cyllid a'n hiechyd meddwl wedi'u cydblethu ac mae modd iddyn nhw effeithio'n uniongyrchol ar ei gilydd. Gall materion ariannol arwain at straen, gorbryder a phroblemau cwsg sy'n effeithio ar ein hiechyd meddwl a gall ei gwneud yn fwyfwy heriol rheoli'r materion ariannol hyn.

Sut i ofalu am eich iechyd meddwl pan fydd gyda chi bryderon ariannol.

- Rhoi trefn ar eich sefyllfa ariannol (Tudalen 3)
- Gofalu amdanoch chi eich hun (Tudalen 4)
- Gwybod pa gymorth sydd ar gael (Tudalen 5)

Teimladau a all fod yn gysylltiedig ag arian

- **Euogrwydd** Efallai y byddwch chi'n teimlo'n euog am wario arian, hyd yn oed os gallwch chi ei fforddio. Efallai y byddwch chi hefyd yn teimlo'n euog am geisio cymorth, hyd yn oed os ydych chi'n gwybod bod ei angen arnoch.
- **Ofn** Efallai y byddwch chi'n teimlo'n ofnus i wirio'ch balans banc.
- **Cywilydd** Efallai y byddwch chi'n teimlo cywilydd am fod angen ceisio cymorth. Mae'n hanfodol cofio nad oes dim cywilydd mewn ceisio cymorth ariannol os oes ei angen arnoch. Gorau po gyntaf y byddwch chi'n ceisio cymorth, y cynharaf y bydd eich cyllid dan reolaeth.
- **Straen** Efallai y byddwch chi'n teimlo dan straen, yn bryderus neu'n poeni am eich sefyllfa ariannol.
- **Wedi blino** Efallai y byddwch chi'n teimlo eich bod wedi blino'n lân neu'n flinedig o orfod delio â brwydrau ariannol dros gyfnod o amser.

Gall deall y teimladau sydd gyda chi am arian a chyllid eich helpu i adnabod patrymau a theimlo bod gyda chi fwy o reolaeth dros eich sefyllfa.

Gall y teimladau yma fod yn arbennig o amlwg os oes gyda chi ddibyniaeth sy'n gwneud i chi wario mwy o arian, er enghraifft bod yn gaeth i gamblo. Ceir rhagor o wybodaeth am gaethiwed i gamblo ar dudalen 6.



Rhoi trefn ar eich sefyllfa ariannol.

- Rhowch eich holl filiau a dogfennau pwysig mewn un lle er mwyn eu cyrraedd a'u trefnu yn hawdd.
- Crëwch amser penodedig rheolaidd i wirio eich cyfriflenni banc fel y gallwch gadw golwg ar eich balans a faint rydych yn ei wario. Bydd hyn yn helpu i gadw ar ben eich arian.
- Ewch ati i sicrhau bod tasgau ariannol, fel talu biliau, yn rhan o'ch trefn wythnosol.
- Gwnewch restr o'r holl bethau hanfodol y mae angen i chi wario'ch arian arnyn nhw bob mis, fel rhent/morgais, siopau bwyd a biliau ynni.
- Creu cynllun cyllideb. Mae cefnogaeth ar gyfer hyn ar wefan y cynorthwydd arian gan gynnwys gwybodaeth ar sut i gyllidebu os oes gennych incwm afreolaidd: www.moneyhelper.org.uk/cy/everyday-money/budgeting/how-to-budget-for-an-irregular-income
- Os ydych chi'n cael trafferth talu dyledion, mae modd gofyn am seibiant rhag talu llog ar eich dyledion - gelwir hyn yn lle i anadlu. Mae modd darganfod rhagor ar wefan y Llinell Ddyled Genedlaethol: www.nationaldebtline.org/fact-sheet-library/breathing-space-ew/
- Trefnwch ddebydau uniongyrchol ar gyfer eich taliadau rheolaidd fel nad ydych chi'n anghofio a/neu nad ydyn nhw'n pentyrru.





Gofalu amdanoch chi'ch hun

Bod yn garedig â chi'ch hun

Mae bod yn garedig â'n hunain yn hanfodol, yn enwedig pan mae pethau'n fwy heriol yn ein bywydau, er enghraifft pan fydd gyda ni bryderon am arian. Ceisiwch ddangos tosturi i chi eich hun ac osgoi siarad negyddol â'ch hun a meddwl di-fudd. Gall fod yn ddefnyddiol ceisio trin eich hun yn yr un ffordd ag y byddech chi'n trin anwylyd a oedd yn eich sefyllfa chi - yn aml, ni yw ein beirniaid llymaff ac mae'n debygol y byddech chi'n trin anwylyd yn llawer mwy caredig na sut y byddech chi'n trin eich hun.

Gwthiwch bryderon ariannol o'ch meddwl

Mae'n bwysig wynebu unrhyw faterion ariannol yn hytrach na'u hanwybyddu. Fodd bynnag, mae hefyd yn bwysig rhoi seibiant i chi'ch hun a rhyddhau rhywfaint o'r straen ariannol a'r pryder a all fod yn cynyddu. Ffordd dda o wneud hyn yw trwy dechnegau ymlacio neu ymwybyddiaeth ofalgar. Gall hyd yn oed gymryd peth amser i ganolbwyntio ar ein hanadlu neu anadlu'n ddwfn i mewn ac allan wneud i ni deimlo'n fwy presennol ac yn llai pryderus neu wedi llethu. Os nad ydych chi'n siŵr ble i ddechrau, mae gan y GIG ganllaw ar fyfyrddod i ddechreuwyd:

www.nhs.uk/every-mind-matters/mental-wellbeing-tips/how-to-meditate-for-beginners/

<https://www.moneyhelper.org.uk/en>

<https://www.nationaldebtline.org/>

<https://www.mind.org.uk/>

<https://www.samaritans.org/?nation=wales>

Cynnal iechyd corfforol i leddfu pryder

Gall ein hiechyd corfforol adlewyrchu sut rydyn ni'n teimlo'n emosiynol ac yn feddyliol. Canfuwyd bod gweithgaredd corfforol yn lleihau pryder, tensiwn, a straen, yn tawelu'r meddwl, yn hybu hyder a hunan-barch ac yn cynyddu ffocws. Gall hyn fod yn hynod fuddiol, yn enwedig wrth wynebu cyfnod heriol yn ariannol. Mae hefyd yn ddefnyddiol ceisio cadw at ddiet iach i sicrhau bod eich corff yn cael y fitaminau a'r maeth cywir, yn ogystal ag osgoi ysmegu ac yfed gormod o alcohol neu gaffein. Gall hyn i gyd gefnogi eich iechyd yn gorfforol ac yn feddyliol, a'ch paratoi i ymdopi'n well ag unrhyw anawsterau ariannol.

Siaradwch am faterion ariannol

Gall fod yn hynod fuddiol rhannu unrhyw bryderon ariannol sydd gyda chi gyda rhywun rydych yn ymddiried ynddyn nhw fel aelod o'r teulu neu ffrind. Efallai y gwelwch y byddai'n well gennych chi siarad â rhywun yn gyfrinachol i drafod naill ai eich pryderon ariannol, neu sut maen nhw'n effeithio ar eich iechyd meddwl.

Mae **Money Helper** a'r **Llinell Ddyled Genedlaethol (0808 808 4000)** yn cynnig cyngor a gwybodaeth ariannol ddiudedd a chyfrinachol am ddim.

Mae **Mind** yn cynnig cymorth a chyngor ar-lein a thros y ffôn (0300 123 3393) ac mae'r **Samariaid** yn cynnig lle diogel i drafod pethau dros y ffôn (116 1213) neu e-bost.



Gwybod pa gymorth sydd ar gael

Bwriwch olwg ar wefan **Lywodraeth Cymru** am wybodaeth am ba cymorth ariannol a allai fod ar gael i chi. Mae hyn yn amrywio o gymorth gyda'ch biliau cyfleustodau, gostyngiadau Treth y Cyngor, cyngor am ddyledion, cymorth â chostau tai, costau gofal plant, cymorth iechyd a lles, a llawer yn rhagor!

<https://www.llyw.cymru/help-gyda-chostau-byw>

Wyddoch chi...?

Mae gwerth £19 biliwn o fudd-daliadau heb eu hawlio - ydych chi'n colli allan?

Gwiriwch drwy fynd i www.entitledto.co.uk - mae'n hawdd i'w wneud a dim ond ychydig o wybodaeth sydd rhaid i chi'i nodi. Does dim rhaid i chi nodi eich enw na chofrestru.

Os nad ydych yn siŵr pa gymorth sydd ar gael i chi neu os hoffech chi siarad â rhywun, mae modd i **Advicelink Cymru** eich helpu chi i wirio beth mae gyda chi hawl iddo ac i hawlio beth rydych chi'n gymwys i'w gael. Pan fyddwch chi'n ffonio **Advicelink Cymru** ar **0808 250 5700**, byddwch chi'n cael cyngor cyfrinachol a rhad ac am ddim ynghylch arian a allai fod yn ddyledus i chi. Mae modd iddyn nhw hefyd eich helpu chi i wneud cais am fudd-daliadau lles, cael cymorth am ddyledion a chymorth gyda chostau megis tanwydd, gofal plant addysg bellach a rhagor!

www.entitledto.co.uk

www.citizensadvice.org.uk/wales/about-us/

Mae Helpwr Arian yn wasanaeth rhad ac am ddim a gefnogir gan y llywodraeth sy'n torri trwy'r jargon i helpu pawb i glirio eu dyledion, lleihau gwariant, a gwneud y gorau o'u hincwm. Mae ganddyn nhw ganllawiau arian a phensiwn syml yn ogystal â thempledi, cynllunwyr cyllideb a chanllawiau i roi cymorth i chi a'ch teulu.

I gael cymorth ariannol sy'n rhad ac am ddim i'w ddefnyddio, ewch i:

<https://www.moneyhelper.org.uk/cy>

Helpwr Arian



Caethiwed gamblo

Mae modd dod yn gaeth i gamblo a gall hynny gael effaith negyddol ar lawer o rannau o'ch bywyd gan gynnwys perthnasoedd, cyllid, ac iechyd corfforol a meddyliol.

Poeni am eich gamblo?

Mae Ara, elusen leol sy'n helpu pobl i wella ar ôl problemau gamblo, wedi creu cwis hunanasesu wedi'i gynllunio i ddangos i chi faint mae gamblo yn effeithio ar eich bywyd. Yna bydd yn rhoi argymhellion i chi yn seiliedig ar eich atebion.

Gambling Resources - Adferiad Ara i Bawb (recovery4all.co.uk)

Ydy gamblo neu eich iechyd meddwl yn effeithio ar eich sefyllfa dai?

Mae gan Ara ystod o wasanaethau ar gael i helpu pobl sy'n ddigartref neu mewn perygl o fod yn ddigartref.

Cymorth Tai - Adferiad Ara i Bawb (recovery4all.co.uk)

Cysylltwch â nhw dros y ffôn:
0330 1340 286 neu anfon e-bost:
info@recovery4all.co.uk

Os ydych chi'n poeni am gamblo, dyma rai pethau y gallwch chi eu gwneud:

- Cofrestru i **GamStop** - mae hyn yn eich atal rhag gallu defnyddio gwefannau ac apiau gamblo am hyd at 5 mlynedd.
- Gosod **Gamban**, mae hyn yn rhwystro mynediad i wefannau ac apiau gamblo ar eich dyfeisiau.
- Siarad â'ch banc - mae rhai banciau'n cynnig blociau gamblo sy'n eich atal rhag defnyddio'ch cerdyn banc i gamblo.
- Pan fyddwch chi'n cael eich talu, gwnewch yn siŵr eich bod chi'n talu biliau pwysig cyn dechrau gamblo i sicrhau nad ydych chi ar ei hôl hi gyda thaliadau.
- Os oes gyda chi ddyledion, ewch i'r afael â nhw yn hytrach na'u hanwybyddu. Mae modd ymweld â'r **Llinell Ddyled Genedlaethol** am help. I gael rhagor o wybodaeth am ddyled, gweler tudalen 7.
- Siarad â rhywun - gallai hwn fod yn anwylyd rydych chi'n ymddiried ynddo, neu ffonio **Llinell gymorth 24 awr Gamcare** sydd ar gael 24/7/365 am gyngor a chymorth cyfrinachol am ddim: 0808 8020 133. Os yw'n well gyda chi, mae hefyd modd sgwrsio â nhw **ar-lein trwy whatsapp (020 3031 8881)** neu **Negesydd Facebook**.
- Ymunwch â grŵp cymorth ar gyfer pobl sydd am roi'r gorau i gamblo megis **Gamblers anonymous**.

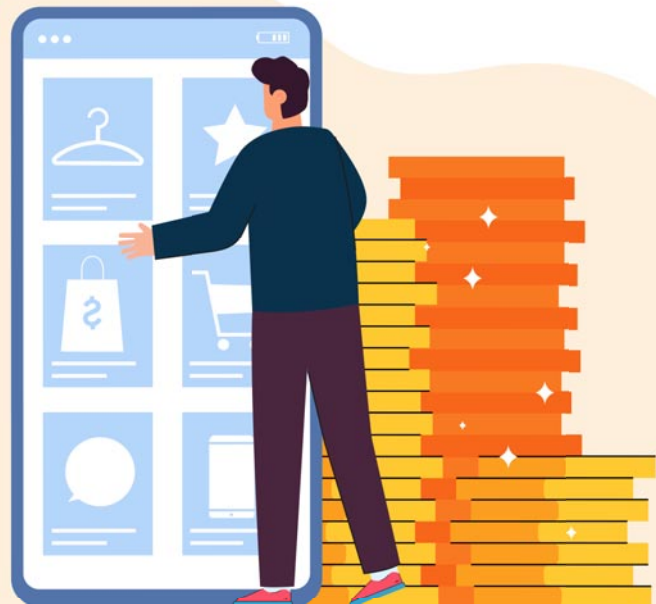
<https://www.gamstop.co.uk/>

<https://gamban.com/>

<https://www.nationaldebtline.org/>

<https://www.gamcare.org.uk/>

<https://www.gamblersanonymous.org.uk/>



Dewch i Siarad am Faterion Cyllid

Mae 20 - 27 Mawrth 2024 yn Wythnos Ymwybyddiaeth o Ddyled.

Mae'r wythnos yma'n canolbwyntio ar gael gwared ar y stigma sy'n ymwneud â dyled, ac annog unigolion i geisio cymorth os ydyn nhw mewn dyled. Mae ymchwil yn dangos bod rhwystrau sy'n atal pobl rhag ceisio cyngor a chymorth ar faterion dyled, hyd yn oed pan fydd angen hynny arnyn nhw. Felly, eleni, bydd yr wythnos yn rhoi cyfle i ganolbwyntio'n arbennig ar rai o'r rhesymau pam nad yw pobl yn ceisio cyngor a chymorth, a sut mae modd goresgyn y rhwystrau hyn.

Os yw dyled yn digwydd i chi, mae modd i **Elusen Dyled StepChange** eich helpu. Mae ganddyn nhw offeryn cyngor ar ddyledion ar-lein sydd ar gael pryd bynnag y bydd ei angen arnoch chi, hyd yn oed os nad ydych chi'n siŵr beth sydd ei angen arnoch, mae modd iddyn nhw eich helpu. Mae angen i chi fewnbynnu rhywfaint o wybodaeth a gallan nhw roi cyngor ymarferol, diduedd ac am ddim i chi ar sut i ddelio â'ch pryderon ariannol. Fel arall, mae modd eu ffonio nhw ar **0800 138 1111** o ddydd Llun i ddydd Gwener, 8am tan 8pm a dydd Sadwrn 9am tan 2pm.



Gwylwch y **fideo** byr isod sy'n esbonio beth mae cyngor ar ddyledion yn ei olygu a sut i gael cymorth yn ddiogel.

www.stepchange.org/setting-expectations.aspx



Wyddoch chi...?

Os ydych chi ar incwm bach, mae'n bosibl y bydd modd i chi hawlio Gostyngiad Treth y Cyngor i'ch helpu chi i dalu am Dreth y Cyngor neu ran ohoni. Bydd faint y gallwch ei gael yn dibynnu ar eich incwm a'ch amgylchiadau personol.

Mae modd gwneud cais am ostyngiad treth gyngor drwy lenwi'r ffurflen gais yma: **Ffurflen eCais (financialassessments.co.uk)**

Os oes angen cymorth arnoch i gwblhau'r ffurflen yma, gall eich Canolfan IbobUn leol helpu: **Gostyngiad Treth y Cyngor | Cyngor Bwrdeistref Sirol Rhondda Cynon Taf (rctcbc.gov.uk)**

Ffyrdd o arbed arian... Cefnogaeth llyfrgell

Trwy eich llyfrgell leol mae modd cael mynediad at amrywiaeth eang o lyfrau yn amrywio o nofelau, i hanes RhCT, i hunangymorth ariannol a llawer mwy! Maen nhw hefyd yn cynnal achlysuron a gweithgareddau am ddim drwy gydol y flwyddyn, felly galwch draw i'ch llyfrgell leol i weld beth sydd ymlaen! Mae modd dod o hyd i'ch llyfrgell leol yn RhCT yma:

www.rctcbc.gov.uk/CY/Resident/Libraries/Libraries.aspx

Borrow Box

Trwy lyfrgelloedd RhCT, mae hefyd modd cael mynediad at lyfrau sain ac e-lyfrau am ddim trwy flwch benthg. Lawrlwythwch yr ap i'ch iPhone, Android, Kindle neu iPad i gofrestru a gwranddo:

www.borrowbox.com

ON AIR



Podlediadau

Mae sawl podlediad ar gael sy'n rhoi gwybodaeth am wahanol agweddau ar gyllid.

Podlediad - Be Clever With Your Cash

Mae Andy, sy'n 'geek ariannol' hunan-gyhoeddedig, yn ysgrifennu blog ac yn cynhyrchu podlediad lle mae'n rhannu sut mae'n gwario, yn cynilo ac yn rheoli ei arian, gan gwmpasu popeth o'ch hawliau ad-daliad os byddwch chi'n newid eich meddwl i ble i roi eich cynilion, neu sut i dalu llai am eich band eang.

Podlediad - This is Money

Mae'r podlediad yma'n cwmpasu popeth, o gynilion a rhoi'r gorau i'r banciau mawr i gardiau teyrngarwch ac archfarchnadoedd. Caiff y podlediad yma'i gyhoeddi bob dydd Gwener.

Podcast Archives - Money To The Masses

Crëwyd y podlediad a'r wefan yma gan Damien Fahy, i ddarparu cymorth ariannol am ddim a mewnwediadau ariannol, waeth beth fo'u hincwm a'u hamcanion.

BBC Radio 4 - Money Box

Podlediad Moneybox gan y BBC, gyda'r diweddaraf o fyd cyllid personol a chyngor ar wneud y gorau o'ch arian.

Money Clinic with Claer Barrett

Podlediad wythnosol wedi'i greu gan y Financial Times yn rhoi sylw i'r newyddion cyllid personol diweddaraf a'r effaith y bydd yn ei chael ar ein poced.

Meaningful Money Podcast – Meaningful Money with Pete Matthew

Golwg fanylach ar gyllid personol, a gyhoeddir yn wythnosol, yn ymdrin ag un pwnc, gan ganiatáu ar gyfer sylw manylach.



Newyddion i Staff



Arbedodd benthycia gydag undeb credyd amcangyfrif o £16m i bobl yng Nghymru o gymharu â defnyddio darparwr cost uchel yn 2019. Yn y cyfamser dywedodd 72% o aelodau undeb credyd a arolygwyd eu bod wedi gwario'r arian a fenthycwyd ganddyn nhw yn eu hardal leol, gydag 8% arall yn ei wario mewn mannau eraill yng Nghymru, gan roi hwb i'r economi.

Mae'n hawdd sefydlu'ch cyfrif cynilo Undeb Credyd Dragonsavers neu wneud cais am fenthyciad.

P'un a ydych am roi arian o'r neilltu ar gyfer achlysur arbennig, cychwyn cronfa wrth gefn neu angen benthyciad, rydyn ni yma i helpu. Daw taliadau yn uniongyrchol o'ch cyflog, felly telir eich benthyciad ac mae'r cynilion yn tyfu'n awtomatig!

<https://www.dragonsavers.org/dragonsavers>



Vivup yw ein Rhaglen Cymorth i Weithwyr **NEWYDD** A **CHYFRINACHOL** sydd ar gael i holl staff RhCT



Waeth a ydych chi'n wynebu problemau yn y gwaith neu gartref, gallwch gael cyngor diduedd a chyfrinachol gan gwrselwyr cymwys ar gyfer pob math o wahanol faterion. Mae'r gwasanaeth yma'n **HOLLLOL GYFRINACHOL** a does dim gwybodaeth bersonol o gwbl yn mynd yn ôl i'r sefydliad.



Cymorth dros y ffôn: 0800 023 9387

Siarad â chwrselwydd neu arbenigwr cymorth bob awr o'r dydd. Mae modd trafod unrhyw faterion emosynol, personol neu sy'n gysylltiedig â'r gwaith. Mae cwnsela wyneb yn wyneb ac ar-lein hefyd ar gael.



Cyngor dyled ac ariannol Gan gynnwys "Ask Bill"



Llyfrau hunan-gymorth y gellir eu lawrlwytho

Cewch fynediad at ystod eang o lawlyfrau hunan-gymorth ar therapi gwybyddol ymddygiadol (CBT) sy'n cynnig arweiniad a chyngor ar nifer o bynciau.

➤ vivup.yourcareap.co.uk/L201?CODE=109868



Podlediadau a blogiau

Sy'n cynnwys nifer o bynciau megis iechyd meddwl a lles er mwyn deall yn well, ynghyd â chyngor ac argymhellion ar sut i ymdopi.

➤ vivup.yourcareap.co.uk/L201?CODE=109868

"Bright Sky" (Cefnogaeth Cam-drin Domestig)

Ap a gwefan sy'n ddiogel ac yn hawdd i'w defnyddio er mwyn cefnogi unrhyw un sydd mewn perthynas gamdriniol neu'r rheiny sy'n poeni am rywun ac am wybod sut i ymateb.



Mae Vivup yn darparu mynediad am ddim at Your Care - sef plattform ar-lein sy'n rhoi cyfle i chi reoli eich iechyd a'ch lles.

Cymerwch ran mewn asesiadau iechyd ar-lein, dewch o hyd i'ch ffactorau risg ac ewch ati i greu ac adolygu nodau iechyd a sefydlu arferion ffordd o fyw cadarnhaol.

➤ rhonddacouncil.yourcarewellbeing.net

Bydd angen i chi greu cyfrif. Dydych chi gwasanaethau DDIM ar gael.



Os ydych chi'n ddefnyddiwr TGCh fe welwch ddolenni Vivup ar eich bwrdd gwaith.

Grwpiau Facebook Staff RhCT

Eisiau cael yr wybodaeth ddiweddaraf i staff? Ymunwch â grŵp Facebook Staff RhCT. Mae hwn yn grŵp caeedig i staff RhCT yn unig ac mae'n ffordd wych o roi'r newyddion diweddaraf i chi. Byddwn ni'n gofyn am eich barn a'ch mewnbwn drwy gynnal arolygon staff ac ati.

Dyma sut i ymuno:

1. Agor Facebook a chwilio am 'Rhondda Cynon Taf Council Staff.'
2. Bydd angen i chi ateb ychydig o gwestiynau.
3. Byddwch chi'n cael mynediad i'r grŵp caeedig unwaith y byddwn ni wedi gwirio eich gwybodaeth.

Rydyn ni'n gofyn i chi drin y grŵp yma â pharch gan ei fod yn ddarostyngedig i'n polisïau a'n gweithdrefnau.

Buddion Staff RhCT

Mae sawl ffordd o arbed arian ar fwyta allan, tocynnau rhodd, siopa, gwyliau, cyfleustodau a rhagor trwy Fuddion i Staff y Cyngor. Does dim gwiriadau credyd dim ond gwiriadau cymhwyster.

Mae modd i chi hefyd wirio'r wybodaeth a'r cyngor diweddaraf gan ein partneriaid, Salary Finance (Saesneg yn unig):

- Gweminar - Meistrolwch y grefft o gyllidebu personol
- CANLLAW: Haciau gwario bob dydd i arbed arian
- Blog - Mae'n amser i siarad arian a pherthnasoedd
- Blog - Beth i'w wneud os ydych chi'n ddioddef achos o dwyll neu sgamiau
- 7 awgrym i ddod yn rhydd o ddyled

<https://learn.salaryfinance.com/rctcbc/uk/>

Dyma nhw:

Gwefan Buddion i Staff

Dewch o hyd i'r holl wybodaeth am fuddion staff: www.rctstaffbenefits.co.uk

Cofrestrwch gyda'ch rhif staff.

Rhif adnabod y cynllun: 7282

Defnyddiwch eich cyfeiriad e-bost gwaith neu gyfeiriad personol i sefydlu'ch cyfrif.

vectiscard

Lawrlwythwch o Google Play neu'r App Store.

Rhif adnabod y cynllun: 7282

Chwiliwch yn yr ap am bob siop manwerthu sy'n cynnig gostyngiadau yn eich ardal chi.



Arbed Arian gyda Chynlluniau Ildio/Aberthu Cyflog a Buddion eraill



Y Cynllun Buddion Car - Cynllun Buddion Car Tusker yw'r ffordd orau o berchen ar gar. Mae swm misol sefydlog yn cael ei gymryd yn uniongyrchol o'ch cyflog gros ac rydych chi'n cael defnydd o gar newydd sbon – Tusker sy'n trefnu popeth arall heb unrhyw gost ychwanegol.



Cycle2Work - Mae'r cynllun Cycle2Work yn rhoi modd i staff brynu beic ac offer diogelwch cysylltiedig sy werth hyd at £1,000 trwy daliadau ildio cyflog 12 mis. Mae modd i chi wneud arbedion ar eich beic trwy leihau faint o dreth ac yswiriant gwladol rydych chi'n eu talu.



Technoleg ffôn a thechnoleg ar gyfer y cartref - Mae'r cynllun technoleg a ffonau clyfar Let's Connect yn galluogi staff i wasgaru'r gost dros 36 mis (technoleg) neu 24 mis (ffonau clyfar). Gydag arbedion o ran Yswiriant Gwladol, dim costau ymlaen llaw, dim gwiriadau credyd na blaendal i'w dalu.



Mae buddion eraill i staff yn cynnwys:

- Prynu gwyliau blyneddol
- Aelodaeth Gorfforaethol Hamdden am Oes:
- Cynilion a benthyciadau fforddiadwy gyda Dragon Savers Credit Union

Eisiau gwirio eich lles ariannol?

Mae gan Your Care asesiad lles ariannol y mae modd ei gwblhau, a bydd yn darparu gwybodaeth a chyngor yn seiliedig ar eich atebion. **Your Care** (yourcarewellbeing.net)