



Cyngor ar ddyledion

AM DDIM

Mae ein partneriaid yn cynnig cyngor ymarferol i helpu i leihau dyledion. Yn cynnwys llunio cyllideb, datblygu cynllun gweithredu a help i negodi gyda chredydwyrr fel eich bod yn gallu cynnal eich gwasanaethau hanfodol.

Ydych chi ar y tariff ynni gorau

AM DDIM

Ni yw eich Gweithredwr Rhwydwaith ac rydyn ni'n darparu trydan i'ch cartref. Nid y ni sy'n cyflenwi eich trydan, ac nid ydym yn cyhoeddi eich bil. Os nad ydych wedi edrych ar adolygu eich tariff neu gyflenwr yn ddiweddar, gallech fod ar eich colled. Mae ein partneriaid yn gweithio'n annibynnol i chwilio am y tariff

gorau ar draws yr holl gyflenwyr i sicrhau bod eich biliau ynni mor isel â phosibl. Byddant yn eich helpu i newid cyflenwr i gael bargaen well – sy'n llai o drafferth i chi. Ar gyfartaledd y llynedd, roedd ein cwsmeriaid a oedd wedi newid wedi arbed £166 y flwyddyn.

Eich helpu mewn toriad pŵer

AM DDIM

Os bydd toriad pŵer bydd ein timau'n gweithio bob awr o'r dydd i adfer eich trydan cyn gynted â phosibl. Rydyn ni'n gwerthfawrogi y gallai hyn beri gofid i rai cwsmeriaid, a dyna pam rydyn ni'n cynnig cymorth ychwanegol i gwsmeriaid sy'n teimlo bod arnynt angen ein help.

Gallwch chi ymuno â'n Cofrestr Gwasanaethau Blaenoriaeth os ydi'r canlynol yn berthnasol i chi:

- Rydych chi dros 60 oed
- Mae gennych chi anghenion cyfathrebu arbennig
- Rydych yn dibynnu ar drydan ar gyfer gofal cartref neu ofal meddygol
- Mae gennych chi blentyn o dan 5 oed
- Mae gennych chi salwch cronig
- Neu os ydych chi'n teimlo bod arnoch angen ychydig o help ychwanegol.

Gallwch chi hefyd gofrestru gyda ni os oes arnoch angen cymorth am gyfnod byr. Os byddwch yn ymuno â'n Cofrestr Gwasanaethau Blaenoriaeth, byddwn yn gwybod y gallech fod yn agored i niwed a byddwn yn rhoi'r wybodaeth ddiweddaraf i chi bob 3 awr o leiaf yn ystod toriad pŵer. Byddwn hefyd yn gwybod efallai y bydd arnoch angen cymorth ychwanegol.

Rhwymedigaethau Cymdeithasol

SCP9008 NOV 23



Beth i'w wneud nesaf?

Os oes gennych ddiddordeb yn unrhyw un o'r gwasanaethau a gynigir yn y daflen hon, cysylltwch â ni ar:

0330 1010 154

Mae'r llinellau ar agor **8.30am tan 4.30pm Dydd Llun i ddydd Gwener.**

Bydd ein tîm yn fwy na pharod i siarad â chi a gwneud trefniadau atgyfeirio ar eich rhan.

Mae manylion ar gael ar-lein yn spenergynetworks.co.uk



Rhwydwaith gofalgar

Dod ag ychydig o help ychwanegol i chi

Ni yw SP Energy Networks, eich Gweithredwr Rhwydwaith Dosbarthu lleol. Ni yw'r bobl sy'n cadw eich goleuadau ymlaen ac yn darparu trydan i'ch cartref 24 awr y dydd – 365 diwrnod y flwyddyn. Rydyn ni wedi ffurfio partneriaeth â nifer o sefydliadau annibynnol i allu dod â rhai gwasanaethau lleol i'n cwsmeriaid a fyddai'n elwa o ychydig o help ychwanegol.



Gwasanaethau lleol am ddim i chi

Rydyn ni wedi dod â nifer o bartneriaid lleol at ei gilydd i ddarparu gwasanaethau rhad neu am ddim i gwsmeriaid sy'n oedrannus, yn anabl neu sydd angen ychydig o help ychwanegol.

Mae'r holl wasanaethau'n cael eu darparu gan sefydliadau annibynnol, felly gall ein cwsmeriaid sydd angen ychydig o help ychwanegol gael gafael ar y rhain mewn un lle a gallwn ni wneud y gwaith caled i chi.

Os hoffech gael rhagor o wybodaeth am unrhyw un o'r gwasanaethau hyn, cysylltwch â ni ar y rhif sydd ar gefn y daflen hon.

Cymorth i ofalwyr

AM DDIM

Gofalwr yw un sy'n gofalu, yn ddi-dâl, am ffrind neu aelod o'r teulu sydd, oherwydd salwch, anabledd, problem iechyd meddwl neu gaethiwed i rywbeth, yn methu ymdopi heb eu cymorth. Mae'r gwasanaeth hwn yn darparu cyngor, cefnogaeth a gwybodaeth i helpu gofalwyr i fyw eu bywydau.



Help a chymorth gyda budd-daliadau

AM DDIM

Mae ein partneriaid yn cynnig cyngor diduedd am ddim a byddant yn cynnal archwiliadau ar eich rhan i sicrhau eich bod yn cael yr holl incwm y mae gennych hawl iddo.



Ymweliadau diogelwch tân yn y cartref

AM DDIM

Manteisiwch ar gyngor diogelwch tân i wneud yn siŵr eich bod yn aros yn ddiogel yn eich cartref. Bydd ein partneriaid yn gweithio i'ch helpu i leihau'r risg o dân, ac yn cyflenwi a gosod synwryddion pan fo hynny'n briodol.



SCOTTISH
FIRE AND RESCUE SERVICE
Working together for a safer Scotland



NFCC
National Fire
Chiefs Council



Dod o hyd i ffrind

AM DDIM

Ydych chi erioed wedi teimlo'n unig, a'r dyddiau'n hir ac yn ddiddiwedd? Mae mwy a mwy o bobl nawr yn byw ar eu pen eu hunain ac yn teimlo'n ynysig ac yn unig. Weithiau, mae pawb angen rhywun i sgwrsio â nhw. Mae gennym nifer o bartneriaid sy'n cynnig gwasanaeth cyfeillio. Weithiau, mae'n alwad ffôn syml i roi gwybod i chi nad ydych chi ar eich pen eich hun neu efallai y byddan nhw'n gallu anfon rhywun i alw heibio a chael paned o de.

Peidiwch â bod yn unig, rhowch gynnig arni.

Bwyd da a ffrindiau da

AM DDIM

Mewn rhai ardaloedd, rydyn ni wedi ffurfio partneriaeth â phrosiect i gysylltu pobl sy'n hoffi coginio, a sy'n fwy na hapus i goginio platiad ychwanegol o fwyd, â'u cymdogion oedrannus. Byddant yn dod â phryd poeth o fwyd cartref i chi ac yn treulio amser gyda chi'n rheolaidd os ydych chi'n dymuno. Bwyd cartref a chyfeillgarwch, beth allai fod yn well!



Help i gadw eich cartref yn gynnes

AM DDIM

Gallwch gael cyngor diduedd am ddim ar sut i wneud eich cartref yn rhatach i'w wresogi. Mae cartref cynnes yn le iachach a hapusach, ac mae cartref sy'n effeithlon o ran ynni yn dda i'ch sefyllfa ariannol. Mae ein partneriaid yn cynnig cyngor ar effeithlonrwydd ynni wedi'i deilwra i'ch cartref chi - i'ch cadw'n gynnes ac i arbed arian i chi. Gallant hefyd helpu i gael gafael ar gyllid a grantiau os ydynt ar gael.



Help i bobl â dementia

AM DDIM

Rydyn ni'n gwybod bod Dementia yn gallu bod yn heriol i'r rheini sy'n byw gyda'r cyflwr yn ogystal ag i ofalwyr. Nod ein partneriaid yw sicrhau nad oes neb yn wynebu dementia ar ei ben ei hun, ac maen nhw'n cynnig cyngor a chefnogaeth drwy eu gwasanaethau niferus.

