www.mantellgwynedd.com

MANTELL

NEWYDDLEN MUDIADAU GWIRFODDOL GWYNEDD

Rhifyn 47
Rhagfyr 2009

Cyfeiriad a Chyfleoedd i'r Dyfodol

CYNNWYS

Newyddion 2,4
Canolfan Gwirfoddoli 3
Grantiau 5
Plant a Phobl Ifanc 6
Iechyd Gofal Cymdeithasol a Lles 7
Digwyddiadau a Hyfforddiant, Y Porth Ymgysylltu 8

Mwy o wybodaeth ynghyd â'r newyddion diweddaraf i'w gael ar ein gwefan!

Ar Hydref 16eg cynhaliwyd cyfuniad o Gyfarfod Blynyddol Mantell Gwynedd, Cynhadledd a Ffair Arianwyr ar y testun 'Cyfeiriad a Chyfleoedd i'r Dyfodol' yn y Mynydd Gwefru, Llanberis.
Roedd mudiadau gwirfoddol Gwynedd yn gallu cael gwybodaeth o lygaid y ffynnon am y gwahanol gyfleoedd ariannu sydd ar gael iddynt. Roedd oddeutu 20 o stondinwyr ar gael i sgwrsio am eu ffynonellau ariannu gan gynnwys gwybodaeth am arian Ewropeaidd, Loteri Fawr, Cyngor y Celfyddydau, Chwaraeon, Cadw Cymru'n Daclus, WCVA, Cist Gwynedd, Cymorth i Fusnesau ymysg eraill. Roedd y Gynhadledd yn edrych ar Gyfle a Chyfeiriad i'r Trydydd Sector i'r Dyfodol. Roedd gan y siaradwr gwadd, Gordon Stewart weledigaeth glir am sut y gall mudiadau a'r sector statudol weithio mewn partneriaeth yn effeithiol. Bu'n gweithio fel Cyfarwyddwr mewn llywodraeth leol ac mae wedi gwneud gwaith arloesol yn datblygu rôl ganolog i fudiadau'r trydydd sector sy'n cynnig gwasanaethau. Meddai Bethan Russell Owen, Prif Swyddog Mantell Gwynedd, "Roedd ei gyfraniad i'r gynhadledd yn wirioneddol ddiddorol ac yn gwneud i mi sylweddoli mor hir yw y daith o'n blaenau yn y sir hon. Gallem wneud gyda Gordon Stewart ar secondiad i Wynedd am flwyddyn!"
Roedd perfformiad diddorol gan Theatr Fforwm (Gisda) yn canolbwyntio ar sefyllfa go iawn rhai pobl ifanc. Roedd yn brofiad rhyngweithiol lle cafodd aelodau o'r gynulleidfa gyfle i gynnig ymyrraeth allai fod wedi cynorthwyo'r person ifanc rhag cael ei hun yn ddigartref.

Yn ystod y prynhawn cynhaliwyd 6 gweithdy gan gynnwys un gan Sion Hughes, Menter a Busnes ar Dendro, Hawis Jones o'r Uned Cefnogi Partneriaethau yn y Cynulliad ar Gomisiynu, Y Loteri Fawr a Jen Bradbury o Lleisiau Tros Newid Cymru. Cafodd y mynychwyr gyfle i fwynhau eu hunain yn ogystal â rhwydweithio a chael gwybodaeth ddefnyddiol i'w helpu gyda'u gwaith.

Gwen Griffith, Bethan Russell Owen, Gordon Stewart (siaradwr gwadd), Elwen Roberts, Alwyn Rowlands yn y Gynhadledd.

Theatr Fforwm Gisda fu'n perfformio ar y diwrnod

Hoffem gymryd y cyfle yma i ddiolch yn fawr iawn i chi gyd am eich cydweithrediad dros y flwyddyn a fu. Dymuniadau gorau dros dymor y Nadolig a Blwyddyn Newydd Dda i bawb!

Swyddfa Gofrestredig: 24-26 Stryd Fawr • CAERNARFON • LL55 1RH. Ffôn: 01286 672626 • Ffacs: 01286 678430
Swyddfa Gofrestredig: Yr Hen Orsaf Heddlu • Y Lawnt • DOLGELLAU • LL40 1SB.Ffôn: 01341 422575 • Ffacs: 01341 422147
E-bost: ymholiadau@mantellgwynedd.com • Gwefan: www.mantellgwynedd.com

Elusen Gofrestredig: 1068851 • Cwmni Trwy Warant: 3420271 • Cofrestrwyd yng Nghymru
Cyhoeddir MANTELL gan Mantell Gwynedd. Nid yw'r safbwyntiau a fynegir yn Mantell o angenrheidrwyddyn adlewyrchu barn Mantell Gwynedd.
Cedwir yr hawl i olygu cyn cyhoeddi.

Nodyn gan y Prif Swyddog

Cawsom Gynhadledd Trydydd Sector eithriadol o lwyddiannus yn y Mynydd Gwefru, Llanberis fis Hydref. Penderfynwyd cyfuno'r Ffair Ariannu, Cyfarfod Blynyddol y Cwmni a Chynhadledd flynyddol, yn un digwyddiad mawr. Fel y gwelwch o'r dudalen flaen `roedd y diwrnod yn un llwyddiannus dros ben. Diolch mawr i bawb fu'n gyfrifol am y trefnu ac i bawb gyfrannodd at lwyddiant y diwrnod.

Ers y rhifyn diwethaf mae dau aelod staff newydd wedi ymuno â ni ym Mantell sef Medwyn Williams a Llinos Alun. Mae'r ddau yn gweithio ar ddau brosiect iechyd arloesol newydd. Mae Medwyn, sydd yn hanu o Fethesda, wedi dechrau gweithio fel Cyd lynydd iechyd ar draws y sir a'i waith yw casglu gwybodaeth am fudiadau Trydydd Sector sydd yn darparu cefnogaeth yn y maes iechyd a gofal. Mae rhagor o fanylion am ei waith i'w weld yn y Newyddlen hon.

Mae Llinos Alun o Fachynlleth wedi dechrau ar ei gwaith hefo Mantell ers mis Tachwedd.. Mae Llinos wedi ei phenodi fel Cyd lynydd gwirfoddoli yn y maes iechyd, gofal a lles. Bydd wedi ei lleoli yn ein swyddfa yn Nolgellau ac os ydych chi yn unigolyn neu yn rhan o fudiad sydd yn cynnig cefnogaeth i rai sydd yn byw gyda chyflyrau cronig tymor hir dowch i gysylltiad â Llinos yn ystod yr wythnosau nesaf.

I gloi dwi'n falch iawn i adrodd y bydd Mantell Gwynedd wedi symud y brif swyddfa yng Nghaernarfon erbyn diwedd y flwyddyn. Rydym wedi bod yn chwilio am leoliad newydd, mwy addas i bwrpas, ers peth amser. Byddwn yn symud i swyddfeydd newydd Y Bont Bridd yng Nghaernarfon. I'r rhai ohonoch sydd yn gyfarwydd â'r dref, dyma hen adeilad "Rochelles", neu "Harpers". Mae dros y ffordd i'r safle bysus a maes parcio cyfleus iawn. Bu'r adeilad yn ddolur ar y llygaid i drigolion y dref ers rhai blynyddoedd ond bron i ddwy flynedd yn ôl fe'u prynwyd ac yn dilyn buddsoddi enfawr mae'r adeilad godidog hwn wedi ei ddychwelyd yn ôl i'w ogoniant gwreiddiol. Byddwn yn rhannu'r adeilad gyda mudiad Barnardos ac er bod 'na dipyn o waith didoli a phacio cyn medru mudo `rwy'n edrych ymlaen yn fawr iawn i weld staff Mantell Gwynedd yn cael lle gwell i weithio ynddo a'r Trydydd Sector yn cael ffrynt siop mewn lle mor ganolog yn y dref. Bydd yn dipyn o newid byd i ni o hen Neuadd y Dref a bydd yn newid, dwi'n sicr, er gwell.

Tan tro nesa felly – bydd yn flwyddyn newydd ac yn leoliad newydd i Mantell erbyn hynny. Gan ddiolch i holl staff a Bwrdd Rheoli Mantell am eu cefnogaeth trwy'r flwyddyn a fu, a dymuno Nadolig dedwydd i chwi oll a heddwch a iechyd ym 2010.

Bethan

Medwyn Williams – Cydlynydd y Trydydd Sector - Swyddfa Caernarfon/Dolgellau

Ymunodd Medwyn â Mantell ym Medi 2009 fel Cydlynydd Trydydd Sector. Yn enedigol o Ddyffryn Ogwen mae gan Medwyn brofiad o weithio o fewn y maes Iechyd yn yr hen Ysbyty Môn ac Arfon ac yn ddiweddarach yn Ysbyty Gwynedd, Bangor. Bu'n gydlynydd Dysgu Gydol Oes i Gyngor Gwynedd ac yn Swyddog Cymunedol i Goleg Menai. Mae ganddo hefyd brofiad helaeth o weithio gyda mudiadau gwirfoddol a chymunedol.

Y dyddiad cau ar gyfer derbyn gwybodaeth i rifyn nesaf o Mantell yw 21ain Ionawr 2010. Danfonwch neu e-bostiwch unrhyw wybodaeth at Beryl Norgrove yn swyddfa Dolgellau: beryl@mantellgwynedd.com I Ffôn: 01341 422575

I lawrlwytho copi o newyddion a gwybodaeth ddiweddaraf i Gymru gan:
Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (WCVA) ewch i'r adran **Newyddion** ar wefan Mantell Gwynedd - **www.mantellgwynedd.com**

GŴYL SCHADENFREUDE

Dydd Mawrth, 13eg Hydref cynhaliwyd Gŵyl Schadenfreude yn Hen Eglwys y Santes Fair, Tremadog. Gweithdy dan arweiniad Adam May yn edrych ar sut i reoli gwirfoddolwyr yn fwy effeithiol drwy edrych ar astudiaethau achos oedd thema'r bore. Yn ystod y sesiwn, trafodwyd sut i ddefnyddio cwestiynu yn null Socrates fel ffordd i reoli gwirfoddolwyr.

O Arfer Dda i Egwyddorion Da….

In ddiweddar, mae symudiad oddi wrth y syniad o systemau a gweithdrefnau i reoli gwirfoddolwyr. Y tueddiad a'r ffordd newydd o feddwl yw bod pob mudiad, pob grŵp oddi fewn i'r mudiad a phob unigolyn yn anelu i ddatblygu systemau a ffyrdd o ymddwyn sydd yn addas i'r diben. Bu trafodaeth ar egwyddorion da wrth ymwneud â gwirfoddolwyr yn hytrach nag arfer dda. Yn ystod y bore, cytunwyd ar naw egwyddor dda wrth ymdrin â gwirfoddolwyr - dyma'r rhestr :-

Dylai bob mudiad fod yn berchen ar ddatganiad o'u cenhadaeth, ac yna gellir perthnasu pob gweithgaredd iddo.

Dylai pob mudiad fod yn agored i weithio gydag unrhyw un sydd yn cefnogi eu datganiad o genhadaeth.

Dylai gwirfoddolwyr ddeall yn iawn beth a ofynnir iddynt ei wneud.

Dylid medru mesur holl gynlluniau yn erbyn meini prawf SMART.

Dylid gwneud asesiad risg ar bob gweithgaredd

Dylai gwirfoddoli fod o fudd i wirfoddolwyr, y mudiad, a defnyddwyr eu gwasanaethau mewn modd y gellir eu hadnabod a'u mesur.

Dylid codi ymwybyddiaeth gwirfoddolwyr o'r risgiau a'r manteision mewn unrhyw weithgaredd maent yn rhan ohono.

Dylid annog gwirfoddolwyr i roi adborth, ac ymateb i'r adborth a dderbynnir ganddynt.

Dylai mudiadau sydd yn cynnwys gwirfoddolwyr yn eu gweithgareddau fabwysiadu'r un egwyddorion ynglŷn â rhyddid gwybodaeth ag sydd yn ofynnol i gyrff statudol.

Os ydych chi yn gyfrifol am wirfoddolwyr yn eich mudiad – gwahoddir unrhyw sylwadau sydd gennych am y rhestr uchod – gadewch i ni wybod beth yw eich barn! Croesewir unrhyw welliannau neu ychwanegiadau i'r rhestr! Trefnir ail weithdy ar gyfer dydd Iau, 11eg Chwefror y flwyddyn nesaf – cadwch y dyddiad yn rhydd - anfonir rhagor o fanylion yn nes at yr amser.

Rosie Kressman, BTCV Cymru

HYFFORDDIANT AM DDIM I WIRFODDOLWYR

Cynhaliwyd tri sesiwn hyfforddiant i wirfoddolwyr yn ystod yr wythnosau diwethaf sef :

Hyfforddiant Cymorth Cyntaf brys i wirfoddolwyr ifanc (dan 25 oed) ar Hydref 29ain.

Hyfforddiant Cymorth Cyntaf Brys i wirfoddolwyr o bob oed ar 10fed o Dachwedd.

Gosod Targedau ….a'u cyrraedd - yn Theatr y Ddraig Abermo ar 19eg o Dachwedd.

Ceir ymateb da yn gyson i'r hyfforddiant a drefnir gan Ganolfan Gwirfoddoli Gwynedd, a braf yw nodi fod dros 40 o wirfoddolwyr wedi manteisio ar y ddarpariaeth uchod.

Y Siop Wirfoddoli - Gwneud Gwahaniaeth yn 2009

I gyd fynd â Diwrnod Gwneud Gwahaniaeth eleni, llogwyd Siop yng Nghanolfan Siopa Deiniol ym Mangor yn ystod wythnos hanner tymor, er mwyn bod ar gael yn y ddinas i hyrwyddo a rhoi gwybodaeth am wirfoddoli. Cafwyd wythnos brysur. Diolch i bob un o'r mudiadau a ddaeth a'u deunyddiau hyrwyddo draw, ac i'r rhai ymunodd â staff Canolfan Gwirfoddoli Gwynedd ar wahanol adegau yn ystod yr wythnos.

Nia Perrin, SNAP Cymru gyda John a Dorothy – dau wirfoddolwr

Bws Barbara Gwynedd

Mae cynllun Bws Barbara yn newydd ac yn wahanol i unrhyw gynllun arall. Mae'r cerbyd wedi'i addasu'n arbennig i gymryd cadair olwyn a gall gael ei yrru gan ffrind neu aelod o'r teulu. Does dim ffi benodol pan fyddwch yn defnyddio eich gyrrwr eich hun, mae wedi'i yswirio ac mae am ddim! ond anogir pobl i gyfrannu yn ôl eu gallu. Mae Bws Barbara Gwynedd yn gangen newydd leol, Cyswllt: **01766 522 756, gwynedd@barbarabus.com**

Ennill y Tlws

Unwaith eto bu Mantell Gwynedd yn llwyddiannus a chipio Tlws Sefydliad Y Merched am stondin orau'r Trydydd Sector yn Eisteddfod Genedlaethol Meirion 2009. 'Roedd hyn yn ail-adrodd y llwyddiant a gafwyd yn Eisteddfod Eryri 2005. Mae'r llwyddiant yn rhannol hefyd i'r 17 mudiad a rhannodd y stondin gyda ni. Roedd croestoriad o fudiadau fel bod gwir flas o waith y trydydd sector yng Ngwynedd yn cael ei adlewyrchu. Diolch yn fawr i'r holl fudiadau - rhestr yn rhy faith i'w henwi - am ymuno â ni ac am eu cyfraniad i lwyddiant y stondin.

Rhwydwaith Ynni Cymunedol Gwynedd.

Mae Sustainable Gwynedd Gynaladwy Cyf, wedi derbyn nawdd gan CAE sy'n eu galluogi i gychwyn cynllun newydd i hyrwyddo Ynni Adnewyddol, sef ynni o'r haul, gwynt, ddŵr neu o goed. Bydd Rhwydwaith newydd yn sicrhau bod grwpiau yn medru dysgu o brofiadau ei gilydd a chael mynediad at wybodaeth. Oes gennych chi ddiddordeb mewn ynni adnewyddol? Cysylltwch â Gwynedd Gynaladwy: **01766 543033, post@gwyneddgynaladwy.org.uk**

Sioe Sir Meirion 2009

Penderfynwyd unwaith eto eleni fynychu Sioe Sir Meirion. Erbyn hyn rydym ym Mantell Gwynedd yn ei weld fel digwyddiad pwysig yn y calendar gwirfoddol. Mae'n gyfle i ledaenu ein neges am rôl bwysig y sector gwirfoddol ac yn caniatáu i ni rwydweithio, sy'n elfen bwysig iawn o'n gwaith dydd i ddydd. Yn debyg i'r Eisteddfod Genedlaethol, mae'n cynnig cyfle i ni ymweld â gwahanol ardaloedd o fewn Meirionnydd sy'n caniatáu i ni gyrraedd allan ac ymestyn ein negeseuon at y cyhoedd mewn gwahanol gymunedau. Ein pleser pennaf yw gallu cynnig cyfle i wahanol fudiadau bach a mawr ddod tan ein hadain ni trwy rannu ein pabell.
Os hoffech chi fod yn rhan o'r bwrlwm yn Sioe Meirion 2010 - peidiwch â cholli cyfle - cysylltwch â'r rhif ffôn canlynol i nodi eich diddordeb. 01341 422575. Edrychwn ymlaen at eich croesawu mis Awst nesaf.

Dyma'r mudiadau a fu'n rhannu ein pabell eleni:Cymdeithas Strôc - yn rhoddi eu gwasanaeth, Mudiad M.S. Meirionnydd, Ffermwyr Ifanc Meirionnydd, Cymorth i Ferched De Gwynedd, Gisda, Gwasanaeth Gwirfoddol Dinbych, Gwasanaeth Gwirfoddol Bae Colwyn, Glanllyn, Grŵp Cyflyrau Iechyd Tymor Hir

Ymddiriedolaeth Ymarferol Old Possum's

Prif nod yr ymddiriedolaeth yw gwella gwybodaeth a gwerthfawrogiad o unrhyw faterion hanesyddol, celfyddydol, archeolegol, esthetig, llenyddol, cerddorol neu theatraidd o ddiddordeb. Mae'n fwy tebygol y rhoddir cyllid i brosiectau sy'n cynnwys plant a phobl ifanc, pobl anabl neu bobl sydd dan anfantais; a chymunedau. Gellir cael rhagor o fanylion ar HYPERLINK "http://www.old-possums-practical-trust.org.uk" www.old-possums-practical-trust.org.uk
Visit:
www.old-possums-practical-trust.org.uk

Sefydliad y Teulu Taylor

Bwriad y sefydliad yw helpu a chynorthwyo plant a phobl ifanc, yn enwedig y rheini o gefndiroedd difreintiedig, ym maes addysg, iechyd, hamdden a'r celfyddydau perfformio. Gellir cael rhagor o fanylion yn www.thetaylorfamilyfoundation.co.uk

Cronfa Galluogi Gwynedd

Gall grwpiau gwirfoddol a chymunedol ar draws Gwynedd barhau i ymgeisio am arian cyfalaf ar gyfer datblygu, uwchraddio neu adnewyddu adeiladau/asedau cymunedol hyd at fwyafswm o £10,000.00.
Y dyddiad cau nesaf yw 31ain Rhagfyr 2009 ac yna 31ain Mawrth 2010. Mae'n rhaid i bob cais gyrraedd trwy law neu yn y post CYN 5.00 pm.

I drafod unrhyw ymholiad neu am fwy o fanylion cysylltwch â Delyth Vaughan ar
01286 672 626
neu e-bostwich
delyth@mantellgwynedd.com

Cronfa Galluogi: Teuluoedd Fferm ac Economi Wledig – Llwyddo yng Ngwynedd

A ydych chi'n:
Fusnes bach newydd?
Fusnes bach sydd yn bodoli eisoes?
Deulu fferm?
Fenter cymunedol?
Ac eisiau datblygu cynnyrch neu wasanaeth newydd? Yna, mae'n bosib eich bod chi'n gymwys i geisio am grant Cronfa Galluogi!
Cynigir grantiau hyd at 50% gyda lleiafswm o £1,000 ac uchafswm o £50,000 i gynlluniau llwyddiannus. Mae'r gronfa'n weithredol hyd Chwefror 2011. Am sgwrs anffurfiol neu am fwy o wybodaeth cysylltwch â Zoe Pritchard ar 01766 514 057 neu ebost: zoe@mentermon.com

Cronfa 'Ewch Amdani'

Nodyn i atgoffa fod Cronfa 'Ewch Amdani' yn parhau hyd Gorffennaf 2010. Mae'r gronfa ar gyfer grwpiau gwirfoddol a chymunedol ar draws Gwynedd sydd ddim â chyswllt uniongyrchol â chwaraeon er mwyn annog gweithgarwch corfforol cymunedol ychwanegol ac o'r newydd, i gymhwyso arweinyddion gwirfoddol i arwain sesiynau ac i hybu a gwella ffitrwydd a iechyd pobl.

Am fwy o fanylion neu am becyn cais cysylltwch â Delyth Vaughan on 01286 672 626 or
delyth@mantellgwynedd.com

Cronfa Trefi Taclus

Mae'r gronfa yma'n agored i grwpiau gwirfoddol yn y sir sy'n dymuno datblygu prosiectau amgylcheddol megis cynlluniau casglu sbwriel, cynnal llwybrau, meddiannu llecynnau gwyrdd, datblygu gerddi cymunedol ac ati.

Mae grantiau o hyd at £1,000 ar gael hyd at 2010.
Cyswllt:
trefitaclus@gwynedd.gov.uk
neu **01286 679 066**

YMDDIRIEDOLAETH ELUSENNOL G D

Mae Ymddiriedolaeth Elusennol G D wedi blaenoriaethu'r meysydd canlynol i'w cefnogi:
Lliniaru dioddefaint anifeiliaid; gwarchod yr amgylchedd; hyrwyddo cyfle cyfartal i bobl anabl a chynorthwyo pobl ddigartref.

Mae'n well gan yr Ymddiriedolaeth gynorthwyo elusennau cofrestredig ond rhoddir ystyriaeth hefyd i fudiadau eraill cyn belled â bod pwrpas y grant yn elusennol.

Gellir cael rhagor o fanylion gan Ymddiriedolaeth Elusennol G D, 50 Broadway, San Steffan, Llundain SW1H 0BL.
Tel 020 7227 7000.

ELUSENNAU

Mae'r Comisiwn wedi cyhoeddi Cyfansoddiad enghreifftiol newydd yn ddiweddar, yn arbennig ar gyfer mudiadau gyda throsiant dan £5000. Er eu bod yn elusennau nid oes reidrwydd ar y mudiadau bach yma i gofrestru gyda'r Comisiwn. Fel mae mudiad yn mynd yn fwy mae'r gofynion yn codi ac mae'r Comisiwn yn awyddus iawn fod elusennau gyda dros £5000 o drosiant yn adrodd yn ôl iddynt yn flynyddol

Gwirfoddolwyr y Mileniwm – Llwyddiannau

Yn y rhifyn yma o Mantell braf yw cael adrodd fod 13 o wirfoddolwyr ifanc yn ddiweddar wedi ennill eu tystysgrifau Gwirfoddolwr y Mileniwm. Bu Llio Fflur Jones Evans, Philippa Ogle, Jason Walters, Neil Jones, Ceri Elen Roberts a Cerys Elizabeth Hudson yn gwirfoddoli rhwng 50 -200awr gydag amrywiol fudiadau yn eu hardal.

Lowri Ann Jones, Non Lloyd Jones, Rhodri Jones, Gwenno Edwards

Gwenno Humphreys, Elain Fflur Huws, a Jennifer Williams

Wythnos Plant a Phobl Ifanc – 14-20 Tachwedd 2009, "Wythnos Ni'

Bu 'Wythnos Ni' sef wythnos plant a phobl ifanc cyntaf Gwynedd yn un llwyddiannus dros ben. Trefnwyd nifer o weithgareddau amrywiol a hwyliog i blant a phobl ifanc Gwynedd ledled y sir gan nifer o fudiadau ac asiantaethau. Bu cyfle hefyd i ni'r bobl broffesiynol i flasu tipyn ar yr hyn sy'n digwydd yn y maes plant a phobl ifanc yng Ngwynedd! Ddaru chi drefnu digwyddiad yn ystod 'Wythnos Ni'? Hoffech chi rannu manylion eich digwyddiad chi â ni? Anfonwch eich datganiadau gan gynnwys lluniau os yn bosib, ata i, Ann Vaughan Jones, ac fe geisiaf yn ôl fy ngallu i'w cynnwys yn rhifyn nesaf o Mantell, y Bwletin Plant neu hyd yn oed ar wefan Mantell Gwynedd! Gweler gwefan 'Gwynedd Ni' am ddatganiad llawn o'r wythnos.

Ail Flwyddyn – Grant Dan Arweiniad Pobl Ifanc GwirVol

Roedd £5,000 o grant i'w rannu i grwpiau ar gyfer creu rhagor o gyfleoedd gwirfoddoli i bobl ifanc. Cynhaliwyd dwy rownd yn ystod y flwyddyn, mae deg mudiad wedi bod yn llwyddiannus gyda'u ceisiadau. Mae'n debygol y bydd y grant ar gael eto'r flwyddyn nesaf - gwyliwch am y dyddiadau cau ar gyfer derbyn ceisiadau yn fuan yn 2010!

Staff

STAFF MANTELL GWYNEDD

CAERNARFON
Prif Swyddog: Bethan Russell Owen **Tîm Gwasanaethau Uwch Swyddog Gwasanaethau Cefnogol:** Meinir Jones. **Hwylusydd Iechyd a Gofal Cym.:** Sioned Llwyd Larsen. **Swyddog Grantiau a Chefnogaeth:** Delyth Vaughan. **Hwylusydd Plant a Phobl Ifanc:** Ann Vaughan Jones. **Cydlynydd Trydydd Sector:** Medwyn Williams **Tîm Cyllid a Gweinyddol Dirprwy Brif Swyddog a Phennaeth Tîm Cyllid a Gweinyddu:** Ceren Williams. **Swyddog Gweinyddol:** Bronwen Rowlands. **Cynorthwy-ydd Gweinyddol:** Tracy Lynne Rotheram **Tîm Canolfan Wirfoddoli Cydlynydd Gwirfoddolwyr:** Rhianon Jones. **Swyddog Gwirfoddoli:** Iola Till. **Swyddog Gwirfoddoli Ieuenctid:** Mirain Roberts. **Swyddog Porth Ymgysylltu:** Carys Williams

DOLGELLAU
Tîm Cyllid a Gweinyddol Cynorthwy-ydd Gweinyddol: Beryl Norgrove **Tîm Biwro Gwirfoddolwyr Swyddog Gwirfoddoli:** Ann Angharad Fleming **Tîm Gwasanaethau Cydlynydd Gwirfoddolwyr Iechyd:** Llinos Alun

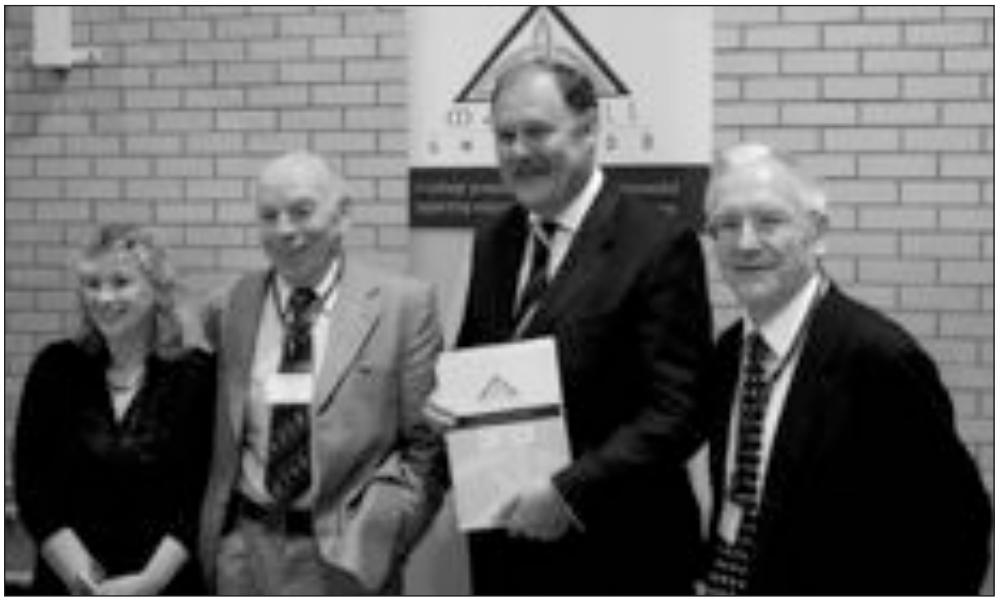
Am wybodaeth neu gyngor yn ymwneud â gwirfoddoli:
Ffôn: 01286 672626 / 01341 422575
neu e-bost:
gwirfoddoli@mantellgwynedd.com

DIGWYDDIAD IECHYD DA Y GAEAF YMA - DOLGELLAU

Cynhaliwyd diwrnod hynod lwyddiannus ar y 9fed o Hydref yn y Ganolfan Hamdden a'r Orsaf Dân yn Nolgellau a mynychodd dros 250 o bobl y digwyddiad arbennig yma. Trefnwyd y digwyddiad ar y cyd gan Gynghrair Cyflyrau Tymor Hir (gyda chefnogaeth Mantell Gwynedd) a Grŵp Cynllunio Pobl Hŷn De Gwynedd.

Roedd dros 40 o fudiadau ac asiantaethau ar gael rhwng y 2 safle yma i roi gwybodaeth a chyngor ar nifer o bynciau gan gynnwys sut i gadw'n iach ac yn ddiogel yn ystod misoedd y Gaeaf a hefyd gwybodaeth am gyflyrau iechyd tymor hir a chronig Cafwyd cyfle hefyd i ymgymryd â sesiynau blasu fel Qigong, Tai Chi, tylino'r corff ayb.

Roedd hi'n fenter hynod lwyddiannus sy'n brawf pendant fod gweithio mewn partneriaeth er budd trigolion de'r sir yn rhywbeth i ymfalchïo'n fawr ynddo. Edrychwn ymlaen at gydweithio â'n gilydd ymhellach eto. Diolch i bawb a gefnogodd y Fenter.



Elfyn Llwyd efo rai o gynrychiolwyr Cynghrair Cyflyrau Iechyd Tymor a Chronig Hir De Gwynedd.

Swyddogion Cynghrair Cyflyrau Iechyd Tymor Hir De Gwynedd sef Llew Evans, Richard Paramor a Barbara Jones

Annwyl Gyfeillion

Yn nechrau Medi 2009 fe'm penodwyd fel Cydlynydd Trydydd Sector (Iechyd a Gofal Cymdeithasol) gyda Mantell Gwynedd. Prif rôl fy swydd yw creu cyfeirlyfr electroneg o fudiadau yng Ngwynedd ar gyfer staff Iechyd a Gofal Cymdeithasol. Mae nifer o fudiadau o fewn y Trydydd Sector yng Ngwynedd yn gallu rhoi cymorth a chefnogaeth ar faterion Iechyd a gofal a byddwn yn ddiolchgar pe byddai swyddogion y mudiadau hyn yn cysylltu â mi ar 01286 672626 er mwyn trafod eu gwaith a diweddaru eu manylion ar fas data Mantell Gwynedd.Mae ymrwymiad y Bwrdd Iechyd tuag at gydweithio hefo grwpiau/mudiadau cymunedol yn galonogol iawn a gobeithiaf greu cyfeirlyfr cynhwysfawr fydd yn ddefnyddiol ar draws pob sector. Edrychaf ymlaen at glywed oddi wrthych yn y dyfodol agos,

Yr eiddoch yn gywir,

Medwyn Williams

beat CYMRU

Ym Mis Mawrth 2009, lansiwyd cangen newydd o'r elusen beat yng Nghymru. Nod beat Cymru yw "Trechu Anhwylderau Bwyta". Gyda chymorth ariannol gan Y Gronfa Loteri Fawr mae beat Cymru am gynnig y canlynol: llinell gymorth • cynnig trafodaeth byw ar eu fforwm • cyfathrebu a chyd-weithio gyda mudiadau proffesiynol • hyfforddiant • darparu llenyddiaeth rad ac am ddim ar eu gwefan • sefydlu grwpiau hunan-gymorth. Am fwy o wybodaeth cysylltwch ag Abigail Pritchard – swyddog Prosiect Gogledd Cymru **07854 239655** neu **a.pritchard@b-eat.co.uk**

HEADWAY GWYNEDD

Mae Headway Gwynedd, sef cangen o gymdeithas Headway y DU ar gyfer unigolion sydd wedi cael niwed i'r ymennydd, am sefydlu grŵp yn y Bermo yn y dyfodol agos. Bydd y grŵp yma yn ychwanegol i'r cyfarfodydd sy'n cael eu cynnal gan Headway Gwynedd yn Ysbyty Eryri, Caernarfon am 11:00 y bore ar yr ail Ddydd Sadwrn ym mhob mis. Mae'r cyfarfodydd yma yn gyfle i bobl sydd wedi cael niwed i'r ymennydd ynghyd â'u teuluoedd a'u gofalwyr i gyfarfod a chynnig cefnogaeth a gwybodaeth i'w gilydd. Am fwy o wybodaeth cysylltwch â'r llinell gymorth ar 01248 360303 neu ewch ar eu gwefan **www.headway.org.uk/branches/gwynedd.aspx**

'Cyrsiau i Gymunedau'

CYNHELIR RHAIN GAN GYNGHORAU GWIRFODDOL CYFAGOS:

MEDRWN MÔN 01248 724944 A CVSC CONWY 01492 534091

Dyddiad	Lleoliad	Cyswllt CGS	Hyd
Elfennau cyfrifo sylfaenol			
19 Ion 2010	Llangefni	Medrwn Môn	1 diwrnod
Cyflwyniad i Wleidyddiaeth Gymreig ac Ymgyrchu			
21 Ion 2010	Bae Colwyn	CVSC	1 diwrnod
Excel Canolraddol			
2 Chwef 2010	Bae Colwyn	CVSC	1 diwrnod
Fformatio yn 'Word'			
17 Chwef 2010	Bae Colwyn	CVSC	1 diwrnod
Ffurfioli eich Mudiad			
25 Chwef 2010	Bae Colwyn	CVSC	1/2 diwrnod
Cyllidebu			
1 Mawrth 2010	Bae Colwyn	CVSC	1/2 diwrnod
Creu deunydd marchnata ac ysgrifennu datganiadau effeithiol			
9 Mawrth 2010	Llangefni	Medrwn Môn	1 diwrnod

Hyfforddiant Mantell Gwynedd

Asesu Risg Gweithgareddau Plant a Ieuenctid
Lleoliad: Glanllyn, Bala

27ain Ionawr, 2010

9.30yb – 4.00yp

Mae'r cwrs undydd yma ar gyfer pobl sy'n awyddus i wneud gweithgareddau gyda phlant a phobl ifanc ond yn bryderus am yr oblygiadau cyfreithiol.

Cost: **£20** (£10 i aelodau Mantell Gwynedd)

Y COMISIWN ELUSENNAU:

Dydd Llun, 14eg Rhagfyr, 1.00- 4.00yp

ORIEL PLAS GLYN Y WEDDW, LLANBEDROG

Bydd cynrychiolydd o'r Comisiwn Elusennau'n ymweld â Gwynedd a cynhelir cymorthfeydd yn Oriel Glyn y Weddw. Mae'r cynrychiolydd yn awyddus iawn i weld sut mae elusennau'n gweithredu trwy gyfrwng y Gymraeg.

Os ydych yn ansicr ynglŷn ag unrhyw fater elusennol mae croeso i chi ddod i gyfarfod eu cynrychiolydd ym Mhlas Glyn y Weddw ar y 14eg. Rhowch wybod ymlaen llaw.

Cyswllt: beryl@mantellgwynedd.com
01341 422575 or **01286 672626**

Os hoffech drafod anghenion eich mudiad o ran hyfforddiant neu i gael rhagor o wybodaeth am yr hyfforddiant mae Mantell Gwynedd yn ei gynnig cysylltwch â: Mantell Gwynedd, Yr Hen Orsaf Heddlu, Y Lawnt, Dolgellau, Gwynedd LL40 1SB. **Ffôn: 01341 422575 neu dolgellau@mantellgwynedd.com**

Y PORTH YMGYSYLLTU

A ydych chi'n teimlo fod eich mudiad chi angen gwybod rhagor am dendro a chontractau? A oes gan eich mudiad chi ddiddordeb mewn tendro am gontractau?

Mae'r Porth Ymgysylltu yn gynllun dan raglen Cydgyfeirio'r Undeb Ewropeaidd, a'i nod yw lleihau anweithgarwch economaidd yng Nghymru. Nid cronfa grant ydyw ond cynllun sy'n cynnig contractau i gyrff i weithio gyda'r rhai y tu allan i brif lif cyflogaeth a phell o'r farchnad lafur. Mae'n agored i fudiadau preifat, statudol a'r trydydd sector. Y cam cyntaf yw cael eich cynnwys ar restr o gyflenwyr cymeradwy drwy lenwi holiadur cyn-gymhwyso yn llwyddiannus. Agorwyd yr ail rownd ar gyfer cyflwyno Holiaduron Cyn-gymhwyso ar y 6ed Dachwedd 2009 gyda dyddiad cau am hanner dydd ar y 29ain Ionawr 2010.

Am ragor o wybodaeth cysylltwch â Carys Williams yn Mantell Gwynedd, Caernarfon, rhif 01286 672626,
e-bost carys@mantellgwynedd.com
Cynllun tebyg yw'r Cynllun Marchnad Lafur Trosiannol sy'n cael ei redeg gan Gyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru. Gyda'r cynllun yma gallwch gael cymorth i gyflogi pobl economaidd anweithgar. Y cyswllt i'r cynllun yma yw dwwilliams@wcva.org.uk 01745 357572