Newyddion a gwybodaeth i Gymru gan:
Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru
Tŷ Baltig, Sgwâr Mount Stuart, Bae Caerdydd
CF10 5FH ✆ 029 2043 1700 ✆ 029 2043 1701
www.wcva.org.uk ✆ 0800 2888 329

Rhaglen hyfforddiant i grwpiau gwirfoddol ym mhob cwr o Gymru

Mae rhaglen newydd Cyrsiau i Gymunedau Cymru ar gael yn cynnig hyfforddiant fydd yn helpu mudiadau i ddelio â materion hanfodol megis dod o hyd i gyllid a rheoli asedau.

Lansiodd WCVA, y cynghorau gwirfoddol sirol a chanolfannau gwirfoddoli y rhaglen hyfforddi fis Ebrill ac mae'r ail raglen yn cynnig 54 o gyrsiau.

Bydd rhai yn gyrsiau undydd ac eraill yn hanner diwrnod - a fydd yn cael eu cyflwyno gan aelodau o staff WCVA a chynghorau gwirfoddol sirol, a bydd rhai mudiadau'n dod i mewn i ddarparu hyfforddiant yn rhai o'r meysydd arbenigol a nodwyd hefyd. Dim ond £20 neu lai y dydd yw cost y cyrsiau - sy'n golygu eu bod o fewn cyrraedd grwpiau gwirfoddol mawr a bach.

Dywedodd Kate Thomas, Rheolwraig Hyfforddiant WCVA: 'Mae'n amlwg er bod cyfoeth o hyfforddiant yn cael ei ddarparu i'r sector, prin fu'r cysondeb o ran darparu hyfforddiant craidd i gefnogi grwpiau gwirfoddol i sefydlu a datblygu eu mudiad; cefnogi staff, gwirfoddolwyr ac ymddiriedolwyr; codi arian; rheoli eu hasedau; a darparu gwasanaethau gwell.

'Bydd Cyrsiau ar gyfer Cymunedau Cymru yn darparu rhaglen fforddiadwy o gyrsiau y mae eu hansawdd wedi cael eu sicrhau mewn ardaloedd lleol a rhanbarthol ledled Cymru.'

Cynhelir y cyrsiau ledled Cymru a byddant yn edrych ar faterion megis ffurfioli mudiadau, trefnu pwyllgor, monitro a gwerthuso gwaith mudiad, manteisio i'r eithaf ar TG a gweithio gydag eraill.

Mae copiau o Cyrsiau ar gyfer Cymunedau Cymru ar gael oddi wrth Lein Gymorth WCVA ar 0800 2888 329, help@wcva.org.uk, eich cyngor gwirfoddol sirol lleol, www.cyrsiauigymunedaucymru.org.uk, neu www.wcva.org.uk.

Pecyn i helpu i fynd i'r afael â newid yn yr hinsawdd

Ydych chi erioed wedi pendroni sut y gallwch chi arbed ynni ar gyfer eich cylch ti a fi neu osod paneli solar yn eich neuadd gymunedol? Neu efallai eich bod yn pendroni sut y gallwch wneud mwy i fynd i'r afael â newid yn yr hinsawdd.

Ceir help am sut gallwch chi a'ch cymuned wneud gwahaniaeth, ym Mhecyn Gweithredu Cymunedol Llywodraeth Cynulliad Cymru ar gyfer mynd i'r afael â newid yn yr hinsawdd.

Lansiwyd y pecyn gan y Gweinidog dros yr Amgylchedd, Cynaliadwyedd a Thai, Jane Davidson, a ddywedodd y gallai brwdfrydedd ac arloesedd cymunedau ledled Cymru chwarae rhan fawr o ran mynd i'r afael â newid yn yr hinsawdd.

Dywedodd y Gweinidog mai newid yn yr hinsawdd yw'r sialens fwyaf sy'n wynebu'r byd heddiw a drwy weithio gyda'n gilydd y gallwn ganfod atebion newydd radical i ddelio ag effeithiau newid yn yr hinsawdd. Mae annog a chefnogi newid mewn ymddygiad ar bob lefel yn allweddol a gall grwpiau cymunedol chwarae rhan hollbwysig. Bydd y gwaith a wneir gan gymunedau yn hanfodol ar gyfer helpu Llywodraeth Cynulliad Cymru i gyflawni'r ymrwymiad yn Cymru'n Un sef gostyngiad o 3 y cant mewn allyriadau carbon y flwyddyn erbyn 2011.

Nod y pecyn yw dangos er bod newid yn yr hinsawdd yn broblem enfawr, y gallwn i gyd helpu. Mae'n annog pobl i wynebu'r sialens yn eu cymuned a rhoi'r wybodaeth iddynt er mwyn iddynt allu gwneud rhywbeth yn ei gylch. Wedi'i gynhyrchu gan Lywodraeth Cynulliad Cymru, gyda chymorth gan Cynnal Cymru, mae'r pecyn hefyd yn cynnwys DVD o brosiectau cymunedol.

Mae'r ffilm yn tynnu sylw at bum prosiect cymunedol sy'n cymryd camau cadarnhaol i fynd i'r afael â newid yn yr hinsawdd a lleihau eu hallyriadau carbon, ac mae hefyd yn cynnwys Syr John Houghton, enillydd gwobr Nobel ac aelod o'r Panel Rhynglywodraethol ar Newid yn yr Hinsawdd, yn egluro effeithiau newid yn yr hinsawdd.

Dyma'r prosiectau:

- **Marchnad Gymunedol a Phrosiect Rhandiroedd Riverside, Caerdydd**
- **Prosiect Ynni Adnewyddadwy Cymunedol Bro Dyfi, Machynlleth**
- **Paneli Solar Neuadd Cymunedol, Asiantaeth Ynni Sir Gâr**
- **Timau Eco Sefydliad y Merched, Llanddewi Brefi**
- **Llwybr Beicio Ynysybwl i Gilfynydd**

Mae fersiynau ar-lein o'r pecyn ar gael yn www.walescarbonfootprint.gov.uk ac mae rhai copïau caled ar gael gan Lywodraeth Cynulliad Cymru a phartneriaid allweddol megis Cynnal Cymru, WCVA ac Amgylchedd Cymru. I gael gwybod rhagor, anfonwch neges e-bost i climate-change@wales.gsi.gov.uk.

Newyddion a gwybodaeth i Gymru gan:
Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru
Tŷ Baltig, Sgwâr Mount Stuart, Bae Caerdydd
CF10 5FH ☎ 029 2043 1700 ✆ 029 2043 1701
www.wcva.org.uk ☎ 0800 2888 329

Prosiect 3-SET yn dechrau yn WCVA

Ym mis Gorffennaf 2008 cymeradwywyd un o brosiectau WCVA dan raglenni Cronfeydd Strwythurol Ewropeaidd newydd 2007-2013.

Caiff tîm Ewropeaidd y Trydydd Sector (3-SET) ei gyllido drwy flaenoriaethau Cymorth Technegol Rhaglenni Cystadleurwydd Rhanbarthol a Chydgyfeirio ERDF ac ESF i weithio fel rhan o'r rhwydwaith Tîm Ewropeaidd Gofodol (SET) ehangach i ddarparu arbenigedd benodol ar lefel genedlaethol i alluogi mudiadau'r trydydd sector i gyfrannu at ddarparu'r rhaglenni.

Mae Timau Ewropeaidd Gofodol (SET) wedi cael eu rhoi ar waith yn sylfaen ar gyfer gweithredu'r rhaglenni Cronfeydd Strwythurol Ewropeaidd yng Nghymru 2007-2013. Mae'r timau SET yn darparu gwybodaeth, cyngor a chymorth i fudiadau'r sector cyhoeddus, y sector preifat a'r trydydd sector sy'n ymwneud â darparu'r rhaglenni.

Caiff y timau eu cydlynu gan swyddfeydd rhanbarthol Adran yr Economi a Thrafnidiaeth Llywodraeth Cynulliad Cymru yn y Gogledd, y Canolbarth, y De Orllewin a'r De Ddwyrain. Mae gwybodaeth, cyngor a chefnogaeth ar gael gan:

- Gweithwyr Allgymorth SET yn Nhimau Ewropeaidd Awdurdodau Lleol, mewn perthynas â phrosiectau lleol a rhanbarthol;
- Adran Plant, Addysg, Dysgu Gydol Oes a Sgiliau Llywodraeth Cynulliad Cymru, mewn perthynas â phrosiectau ESF; a
- Tîm Ewrop Trydydd Sector WCVA (3-SET).

I gael rhagor o wybodaeth, edrychwch ar dudalennau 'Tîm Ewropeaidd Gofodol' gwefan Swyddfa Cyllid Ewropeaidd Cymru: www.wefo.wales.gsi.gov.uk neu cysylltwch â Judith Stone, Cydlynydd Partneriaethau a Broceriaeth Ewropeaidd: jstone@wcva.org.uk; 029 2043 1744.

Gall gwirfoddoli arwain at iechyd gwell

Yn ôl adroddiad a gynhyrchwyd gan Brifysgol Llanbedr Pont Steffan, gallai gwirfoddoli helpu pobl i fyw yn hwy ac mae'n fuddiol i'w hiechyd a'u lles. Comisiynwyd yr adroddiad gan Volunteering Englad ac mae hefyd yn dweud bod gwirfoddoli yn cael effaith gadarnhaol ar hunan-barch pobl, yn helpu i leihau nifer yr ymweliadau ag ysbytai, ac mae'n gallu mynd i'r afael ag iselder, straen a phoen.

'Dyma'r tro cyntaf i unrhyw ymgais gael ei wneud i ddod â'r data hwn ynghyd ac mae'n dangos cyswllt clir rhwng gwirfoddoli ac iechyd da, ar gyfer gwirfoddolwyr a defnyddwyr gwasanaethau iechyd.'

Dywedodd Dr. Rachel Casiday o'r Adran Astudiaethau Sector Gwirfoddol ym Mhrifysgol Llanbedr Pont Steffan, a arweiniodd yr astudiaeth: 'Dyma'r tro cyntaf i unrhyw ymgais gael ei wneud i ddod â'r data hwn ynghyd ac mae'n dangos cyswllt clir rhwng gwirfoddoli ac iechyd da, ar gyfer gwirfoddolwyr a defnyddwyr gwasanaethau iechyd.

'Roeddem wedi cynnal adolygiad systematig o'r holl ymchwil sydd wedi'i chyhoeddi ar effeithiau iechyd gwirfoddoli - ar gyfer gwirfoddolwyr a defnyddwyr gwasanaethau iechyd. Roeddem wedi adolygu 87 o astudiaethau gan gynnwys 15 o dreialon wedi'u rheoli. Mae ein canfyddiadau'n awgrymu bod cael gwirfoddolwyr i ddarparu rhai gwasanaethau'n fuddiol i iechyd. Ond nid oeddem wedi edrych ar a gaiff y gwasanaethau hyn eu darparu'n well gan wirfoddolwyr ynteu staff sy'n cael tâl.

'Roedd y rhan fwyaf o'r canlyniadau yn gadarnhaol dros ben ac roedd yr unig astudiaeth a gafodd ei chynnwys yn yr adolygiad hwn a oedd yn dangos effaith negyddol gwirfoddoli yn ymwneud â gofal ar gyfer pobl hŷn - a ganfu fod gwirfoddolwyr yn tueddu i fod yn llai bodlon na gweithwyr a oedd yn cael tâl.'

'Roeddem hefyd wedi edrych ar effaith gwahanol fathau o wirfoddoli. Er enghraifft, roedd gwirfoddoli a oedd yn ymwneud â'r eglwys yn cael effaith fwy ar iselder na gwirfoddoli seciwlar; a chanfu un astudiaeth fod gwirfoddolwyr a oedd yn gweithio ar brosiectau amgylcheddol yn debygol o fod yn fwy ffit.'

Ychwanegodd Tim Day, Cyfarwyddwr Polisi a Gwirfoddoli, WCVA: 'Mae'n dda gweld ymchwil go iawn sy'n cymeradwyo'r hyn sydd wedi bod yn wybyddus yn anecdotaidd ers peth amser, bod gwirfoddoli'n aml yn gwella iechyd corfforol a meddyliol y gwirfoddolwr. Mae'n galonogol cael tystiolaeth mor gryf o'r budd hwn. Dylai ysgogi hyd yn oed rhagor o bobl i wirfoddoli ac felly gwneud gwahaniaeth go iawn a gwerthfawr i weithgareddau gwerth chweil'.

www.volunteering.org.uk/hsc.

Newyddion a gwybodaeth i Gymru gan:
Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru
Tŷ Baltig, Sgwâr Mount Stuart, Bae Caerdydd
CF10 5FH ✆ 029 2043 1700 ✆ 029 2043 1701
www.wcva.org.uk ✆ 0800 2888 329

Golwg ar ymarfer da i ymddiriedolwyr

Bydd ymddiriedolwyr mudiadau gwirfoddol yng Nghymru yn clywed am y meddylfryd diweddaraf a'r arferion gorau ym maes llywodraethu ac ymddiriedolaeth mewn cynhadledd genedlaethol ym mis Tachwedd.

Gan fod digwyddiad y llynedd wedi bod mor llwyddiannus, bydd Cynhadledd Ymddiriedolaeth a Llywodraethu Cymru 2008 yn cael ei chynnal yn Stadiwm Liberty Abertawe, ddydd Iau 6 Tachwedd.

Bydd y gynhadledd yn cynnig cymysgedd o gyflwyniadau a fydd yn canolbwyntio ar elfennau ymarferol, sesiynau ymylol a cheir cyfle gwych i rwydweithio gydag ymddiriedolwyr eraill.

Cyflwynir y sesiwn agoriadol gan Julia Unwin CBE, Cyfarwyddwr Sefydliad Joseph Rowntree. Bydd ei chyflwyniad yn archwilio gofynion a gwobrau llywodraethu modern yn y trydydd sector, gan drafod y materion a'r cwestiynau y dylai ymddiriedolwyr eu hystyried ynghylch pwrpas ymddygiad a chyfrifoldebau bwrdd llywodraethu llwyddiannus.

Bydd sesiynau eraill yn ystyried cyllid, swyddogaethau a chyfrifoldebau ymddiriedolwyr, cyflogaeth, cyflenwi gwasanaethau cyhoeddus a Chwmnïau Budd Cymunedol.

Bydd y gynhadledd o fudd i ymddiriedolwyr, aelodau cyrff llywodraethu, gweithwyr cynghori a phawb sy'n ymwneud â rheoli yn y trydydd sector.

Gellir cael copi o raglen y gynhadledd a ffurflen archebu drwy ffonio Lein Gymorth WCVA ar 0800 2888 329 neu anfon ebost at help@wcva.org.uk.

Daliwch y byg cyllid a chofrestrwch nawr

Ydych chi erioed wedi meddwl am gynaliadwyedd eich mudiad i'r dyfodol? Beth fyddai'n digwydd pe baech yn colli'ch prif ffynhonnell incwm? I helpu chi i reoli materion fel yma, mae Cyllid Cynaliadwy Cymru, prosiect gan WCVA, a Cyngor Gwasanaethau Gwirfoddol Conwy yn rhedeg cwrs hyfforddiant un dydd ar gyllid cynaliadwy.

Erbyn diwedd y cwrs, byddwch chi:

- yn deall cysyniad cyllido cynaliadwy
- yn gwerthfawrogi'r sgiliau a'r dulliau gweithredu sy'n ofynnol i fabwysiadu diwylliant entrepreneuraidd
- yn deall pwysigrwydd cael cymysgedd o ffrydiau incwm
- yn dysgu sut i archwilio ac ehangu eich hopsiynau cyllid a chyllido

21 Hydref 2008, Llandrindod
23 Hydref 2008, Abertawe
27 Tachwedd 2008, Bae Colwyn

Bydd yr hyfforddiant o fudd i'r sawl sy'n ymwneud â rheoli a chodi arian mewn mudiadau gwirfoddol a chymunedol. Dim ond i fudiadau gwirfoddol a chymunedol sy'n gweithio yng Nghymru y mae'r hyfforddiant hwn ar gael.

Cynigir yr hyfforddiant hwn am bris gostyngol o ddim mwy na £20 y pen ohewydd cefnogir yr hyfforddiant gan y Gronfa Loteri Fawr.

Ceir manylion pellach a ffurflen archebu lle drwy gysylltu â Lein Gymorth WCVA ar 0800 2888 329 neu help@wcva.org.uk.

Cronfa i gynyddu cyfraniad gwirfoddolwyr

Mae rownd Cronfa Gwirfoddoli yng Nghymru 2009/10 ar agor yn awr, a gwahoddir ceisiadau am gymorth grant. Mae'r cynllun yn arbennig o awyddus i recriwtio gwirfoddolwyr sydd mewn perygl o gael eu hallgau'n gymdeithasol, megis pobl ag anableddau, pobl ddi-waith, pobl dduon a lleiafrifoedd ethnig, pobl ifanc dan 25 oed a phobl dros 60 oed.

Mae arian ar gael i:

- **gefnogi prosiectau Cymreig y mae eu nodau'n cael eu cyflawni gan ymdrech a chefnogaeth gwirfoddolwyr yn bennaf**
- **cefnogi mudiadau nid-er-elw sy'n chwilio am grant, yn bennaf, er mwyn recriwtio, hyfforddi a lleoli gwirfoddolwyr**
- **annog safonau ac ymarfer da ym maes gwirfoddoli**
- **cefnogi, drwy wirfoddoli, pobl sydd mewn perygl o gael eu hallgau'n gymdeithasol**

Mae grantiau o hyd at £25,000 y mudiad ar gael yn y flwyddyn gyntaf, gyda'r cyfle i ymgeisio am nawdd ail a thrydedd flwyddyn o hyd at £12,500 a £6,250 yn eu tro. Mae unrhyw fudiad gwirfoddol â chyfansoddiad sy'n gweithio, neu sy'n bwriadu gweithio, yng Nghymru, yn gymwys i ymgeisio.

Y dyddiad olaf ar gyfer derbyn ceisiadau blwyddyn gyntaf yw 31 Hydref 2008, gyda'r nawdd yn dechrau yn Ebrill 2009. Am ragor o wybodaeth cysylltwch â Mark Bendon ar 029 2043 1749. Mae pecynnau cais ar gael gan Lein Gymorth WCVA ar 0800 2088 329 neu help@wcva.org.uk.

Newyddion a gwybodaeth i Gymru gan:
Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru
Tŷ Baltig, Sgwâr Mount Stuart, Bae Caerdydd
CF10 5FH ☎ 029 2043 1700 ✆ 029 2043 1701
www.wcva.org.uk ☎ 0800 2888 329

Deisebu yn cynnig cyfleoedd newydd i'r sector gwirfoddol gymryd rhan

Mae prosiect Lleisiau dros Newid Cymru WCVA wedi dod ynghyd ag un o'r prif Asiantaethau Materion Cyhoeddus Cymreig, Positif Politics, i gynnal digwyddiad hanner diwrnod ar gyfer y sector gwirfoddol am broses Ddeisebau'r Cynulliad. Cynhelir y digwyddiad ddydd Mawrth 18 Tachwedd rhwng 9.30am a 12pm yn adeilad Cynulliad Cenedlaethol Cymru ac mae'n rhad ac am ddim.

Mae system deisebau'r Cynulliad yn rhoi cyfle unigryw i'r sector gwirfoddol yng Nghymru ddwyn materion at sylw Aelodau'r Cynulliad, ennill cefnogaeth ar gyfer ymgyrchoedd ac awgrymu syniadau ar gyfer newid polisïau neu ddeddfwriaeth. Os hoffech chi wybod sut mae'r system deisebau yn gweithio; yr hyn y mae'r Pwyllgor Deisebau yn ei wneud; yr hyn sy'n gwneud deiseb lwyddiannus a sut y gallai eich mudiad chi ddefnyddio'r broses deisebau, mae'r digwydd hwn yn berffaith i chi.

Yn y digwyddiad ceir:

- Croeso a chyflwyniadau gan yr Arglwydd Dafydd Elis-Thomas AC, Llywydd Cynulliad Cenedlaethol Cymru
- Gwybodaeth am brosiect Lleisiau dros Newid Cymru WCVA gan staff y prosiect
- Y Clerc Deisebau yn siarad am y broses ar gyfer cyflwyno deiseb, awgrymiadau ar gyfer llwyddo a sut y mae'r system wedi bod yn gweithio hyd yn hyn
- Bethan Jenkins AC, aelod o'r Pwyllgor Deisebau, yn rhoi safbwynt Aelod Cynulliad ar y broses deisebau a sut y gall y sector gwirfoddol ymgysylltu â hi
- Daran Hill o Positif Politics yn cyflwyno astudiaeth achos o ddeisebu llwyddiannus ac awgrymiadau ar gyfer mudiadau'r sector gwirfoddol.

Daw'r digwyddiad i ben gyda chinio ysgafn a chyfle i rwydweithio. Mae'r digwyddiad hwn wedi'i anelu at fudiadau gwirfoddol a chymunedol sy'n gweithio yng Nghymru. Gan fod prosiect Lleisiau dros Newid WCVA yn cael ei gefnogi gan y Gronfa Loteri Fawr, a diolch i gefnogaeth hael Positif Politics, gallwn gynnal y digwyddiad hwn yn rhad ac am ddim.

Mae llefydd yn brin ac fe'u rhoddir ar sail y cyntaf i'r felin. I archebu lle anfonwch neges e-bost i vfcc@wcva.org.uk neu ffoniwch 029 2043 1720.

Cynulliad yn cynnig arian bwrsariaeth ar gyfer myfyrwyr doethuriaeth

Mae'r Cynulliad wedi cyhoeddi cynllun newydd i gefnogi myfyrwyr ar lefel doethuriaeth i wneud gwaith ymchwil i feysydd sydd o bwysigrwydd strategol i gynaliadwyedd.

Bydd cyfanswm o £105,000 ar gael dros dair blynedd i ariannu'r rhaglen o 2008-11. Cynnigir arian bwrsariaeth - hyd at £3,500 y flwyddyn tan 2011 - i fyfyrwyr sy'n canolbwyntio eu gwaith ymchwil ar feysydd cynaladwyedd pwysig. Byddai gofyn i'r ymchwil ar gynaladwyedd fod ar faterion allweddol, amser real a byddai'n rhaid iddo fod o ansawdd uchel, yn gynhwysfawr ac yn berthnasol.

Croesewir ceisiadau am fwrsariaeth oddi wrth reolwyr gweithredol canol ac uwch reolwyr a gyflogir yn gyfredol gan sefydliad gwasanaeth cyhoeddus yng Nghymru (gan gynnwys y trydydd sector) sy'n ceisio neu sydd wedi'u derbyn gan sefydliad i ddechrau rhaglen achrededig a addysgir neu sy'n seiliedig ar waith ymchwil ar lefel doethuriaeth mewn prifysgol yng Nghymru.

Ceir manylion am y cyfle hwn ar safwe Llywodraeth Cynulliad Cymru:

http://new.wales.gov.uk/topics/sustainabledevelopment/susdevnews/bursary/?lang=cy

Mae'r dyddiad cau ar gyfer ceisiadau ar ddiwedd Hydref.

Bydd rhifynau nesaf yr atodiad cenedlaethol hwn gan WCVA ar gael ar ddiwedd misoedd Tachwedd 2008 a Ionawr 2009.

Deddf Cadw Data 1998. Cedwir a phrosesir manylion cysylltu pob un sy'n derbyn yr *Atodiad Cenedlaethol* gan WCVA ar gyfrifiadur. Defnyddir y wybodaeth gan WCVA i fonitro a hyrwyddo'r sector gwirfoddol yng Nghymru. Datgelir manylion cysylltu i drydydd parti i fod o gymorth yn y broses hwn.