MANTELL GWYNEDD
NEWYDDLEN MUDIADAU GWIRFODDOL GWYNEDD

RHIFYN 12 – BWLETIN GWYBODAETH MANTELL GWYNEDD YN YSTOD CYFNOD COVID-19

Mae Mantell Gwynedd yn cefnogi grwpiau cymunedol a gwirfoddol, yn hyrwyddo a chydlynu gwirfoddoli yng Ngwynedd ac yn llais cryf i'r Trydydd Sector yn y sir

MANTELL GWYNEDD
Yn cefnogi grwpiau gwirfoddol a chymunedol
Supporting voluntary and community groups

Byddwn yn cynhyrchu Bwletin yn gyson yn ystod y cyfnod COVID-19 er mwyn eich cadw yn y pictiwr am beth sy'n mynd ymlaen, pa wasanaethau sydd ar gael a sut y gallwn eich helpu.

CYBER ESSENTIALS · SOCIAL VALUE COMMIT 1 CERTIFICATE · CRONFA GYMUNEDOL COMMUNITY FUND · NOD ANSAWDD PQASSO QUALITY MARK LEFEL LEVEL 1 NCVO

Gwybodaeth Ddefnyddiol

Mae gan y mudiad Grants Online wybodaeth gyfredol am grantiau sydd ar gael i fudiadau. Y linc i'w gwefan yw: **https://www.grantsonline.org.uk/coronavirus.html**

Linc defnyddiol - https://wcva.cymru/funding/landfill-disposals-tax-communities-scheme/

EBRILL 1af 2020 – MAWRTH 31ain 2021

Beth mae Mantell Gwynedd wedi ei gyflawni dros y flwyddyn ddiwethaf? Dyma fraslun o'r hyn rydan ni wedi bod yn ei wneud yn ystod y pandemig:

4,800 O YMHOLIADAU WEDI EU DERBYN A'U HATEB

1,100 O UNIGOLION WEDI CAEL CEFNOGAETH I WIRFODDOLI

111 O FUDIADAU WEDI DERBYN HYFFORDDIANT AR-LEIN

82 O FUDIADAU WEDI DERBYN CYMORTH ARBENIGOL

66 O FUDIADAU WEDI DERBYN GRANT TRWY GRONFA GRANTIAU BYCHAIN MANTELL GWYNEDD

Parc Chwarae Heol y Castell yn derbyn grant gan Mantell Gwynedd!

Mae parc chwarae Heol y Castell yn nhref y Bala yn cael ei redeg gan grŵp gwirfoddol yn y gymuned.

Cyflwynodd y grŵp gais grant i gronfa Comic Relief, Mantell Gwynedd i brynu offer fyddai'n gwneud y parc yn le saff i blant yr ardal fedru mynd i chwarae yn ystod cyfnod COVID-19.

O ganlyniad i lwyddo gyda'r cais am grant aeth y grwp ati i osod 2 beiriant hylif golchi dwylo yn y parc ynghyd â gosod arwyddion clir am bwysigrwydd dilyn canllawiau'r llywodraeth ar bellter cymdeithasol.

Golygodd y camau bychain yma fod y plant yn gallu cymdeithasu a chwarae mewn amgylchedd diogel unwaith eto gyda llai o bryder. Ar amser pan oedd yr ysgol ar gau, 'roedd y cae chwarae yma yn hollbwysig i blant yr ardal.

Da iawn grŵp Parc Chwarae Heol y Castell!

GWYBODAETH GRANTIAU

CRONFA GRANTIAU BYCHAIN MANTELL GWYNEDD

Yn dilyn llwyddiant Cronfa Grantiau Bychain Covid-19 yn ystod 2020 mae Llywodraeth Cymru yn ariannu cronfa trydydd sector arall ar gyfer Cymru. Bydd Mantell Gwynedd yn gweinyddu Cronfa Grantiau Bychain arall o Ebrill 1af 2021 i'ch helpu i gario 'mlaen neu ail gychwyn gyda'ch gweithgareddau cymunedol yn dilyn cyfnod Covid-19. Gallwn hefyd ariannu gweithgareddau newydd.

Os ydych yn chwilio am grant o rhwng £100 a £1,000 cysylltwch efo ni am sgwrs anffurfiol, ffurflen gais syml a phenderfyniad sydyn.

carys@mantellgwynedd.com
arwen@mantellgwynedd.com

CRONFA GRANT Y COOP

Mae gan y Coop gronfa ar gael i fudiadau lleol ymgeisio iddi. Mae'r gronfa ar agor i elusennau/grwpiau dim am elw sydd o fewn 10 milltir i siop Coop. Mae'r gronfa ar agor i geisiadau o'r 4ydd o Fai. Gellir canfod mwy o fanylion yn https://causes.coop.co.uk. Mae'r gronfa yn cefnogi mudiadau sydd yn cynnig cyfleoedd i gefnogi iechyd meddwl unigolion, mynediad at fwyd i osgoi tlodi bwyd, a mudiadau sy'n helpu unigolion gael mynediad at gyfleoedd dysgu. Mae'r gronfa yn deillio o'r 2% o werthiant sydd yn cael ei roi pan mae siopwyr efo cerdyn Coop yn gwario ar nwyddau sydd wedi eu brandio gan Coop.

Cysylltwch efo'r Coop am fanylion pellach a ffurflen gais https://causes.coop.uk

Cronfa Rhwydweithiau Natur

Rydym yn cynnig grantiau o £50,000 i £100,000 a £100,000 i £500,000 ar gyfer prosiectau sydd am wella bioamrywiaeth tirol a morol Cymru.

Llywodraeth Cymru sy'n ariannu'r Gronfa Rhwydweithiau Natur a mae'r rhaglen yn cael ei redeg gan Gronfa Dreftadaeth y Loteri Genedlaethol. Bwriad y cynllun ydi ariannu prosiectau sy'n gwella cyflwr a gwydnwch bioamrywiaeth a gwarchod rhwydwaith safleoedd gwarchodedig Cymru.

Mae angen cyflwyno ceisiadau am grantiau £50,000 i £100,000 erbyn hanner dydd (12pm) ddydd Llun 24 Mai.

Dylai prosiectau sydd am wneud cais am nawdd o £100,000 i £500,000 gyflwyno Datganiad o Ddiddordeb i ni erbyn 30 Ebrill.

Mae rhagor o wybodaeth yma: https://www.heritagefund.org.uk/cy/node/111005

Agor y Gist – Cist Gwynedd 2021/22

Grantiau cyfalaf a refeniw ar gael i grwpiau cymunedol a gwirfoddol Gwynedd

Mae grwpiau gwirfoddol a chymunedol Gwynedd yn cael eu hannog i ystyried gwneud cais am grantiau refeniw a chyfalaf fydd yn cefnogi amrywiol brosiectau fydd yn arwain at wella safon bywyd trigolion a chymunedau'r sir.

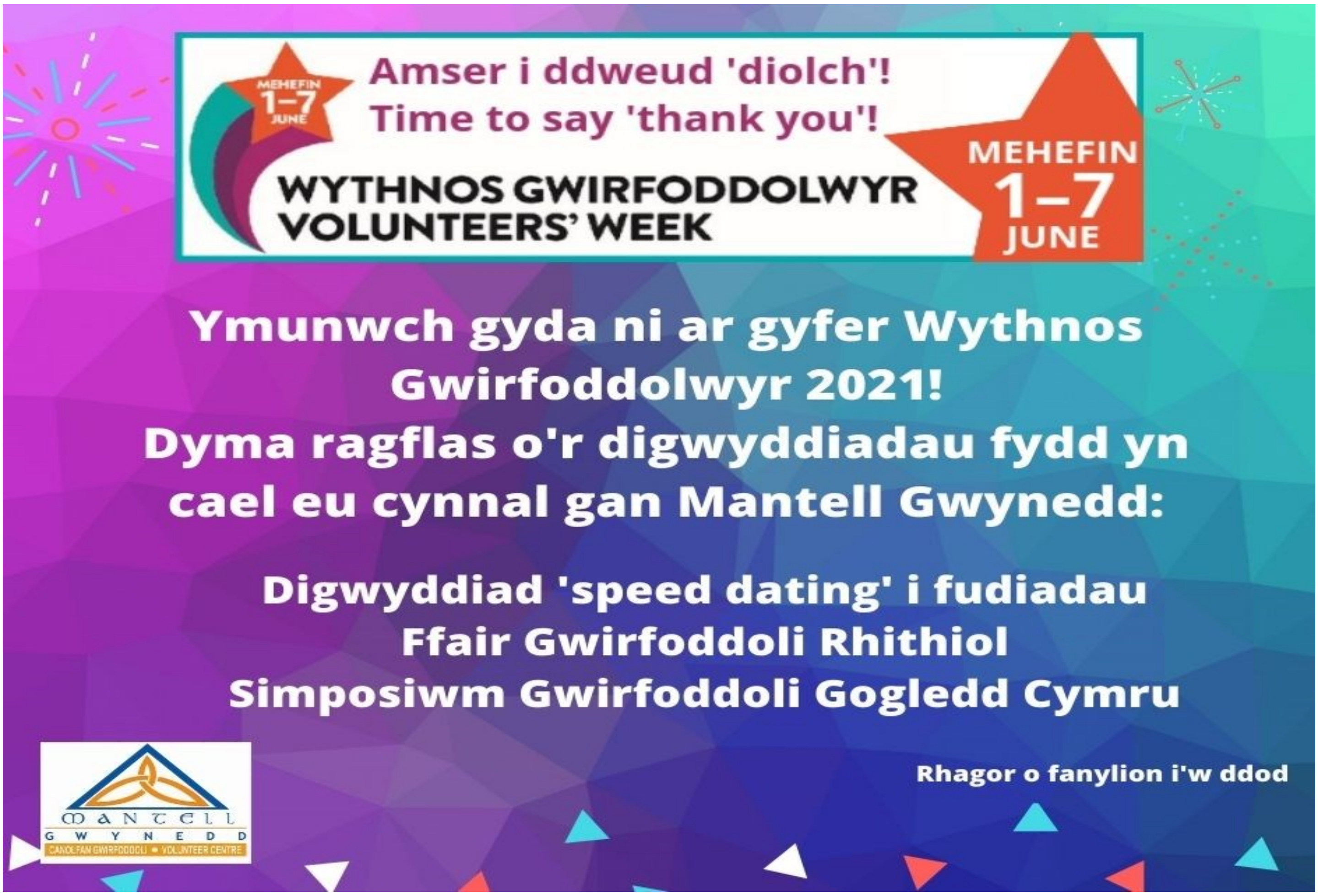
Mae **Cronfa Cefnogi Cymunedau** Cist Gwynedd yn cynnig grantiau o hyd at £10,000 i annog cymunedau i wireddu'r amcanion hyn drwy gymryd rôl fwy rhagweithiol yn eu cymunedau.

Yn ogystal, mae **Cronfa'r Degwm** yn cynnig grantiau hyd at £3,000 i *elusennau cofrestredig*. Mae canran o'r Gronfa yn cael ei ddosbarthu i eisteddfodau lleol yng Ngwynedd, sef swm o £300, a dylid ymgeisio drwy anfon e-bost i Swyddog Cist Gwynedd: CistGwynedd@gwynedd.llyw.cymru

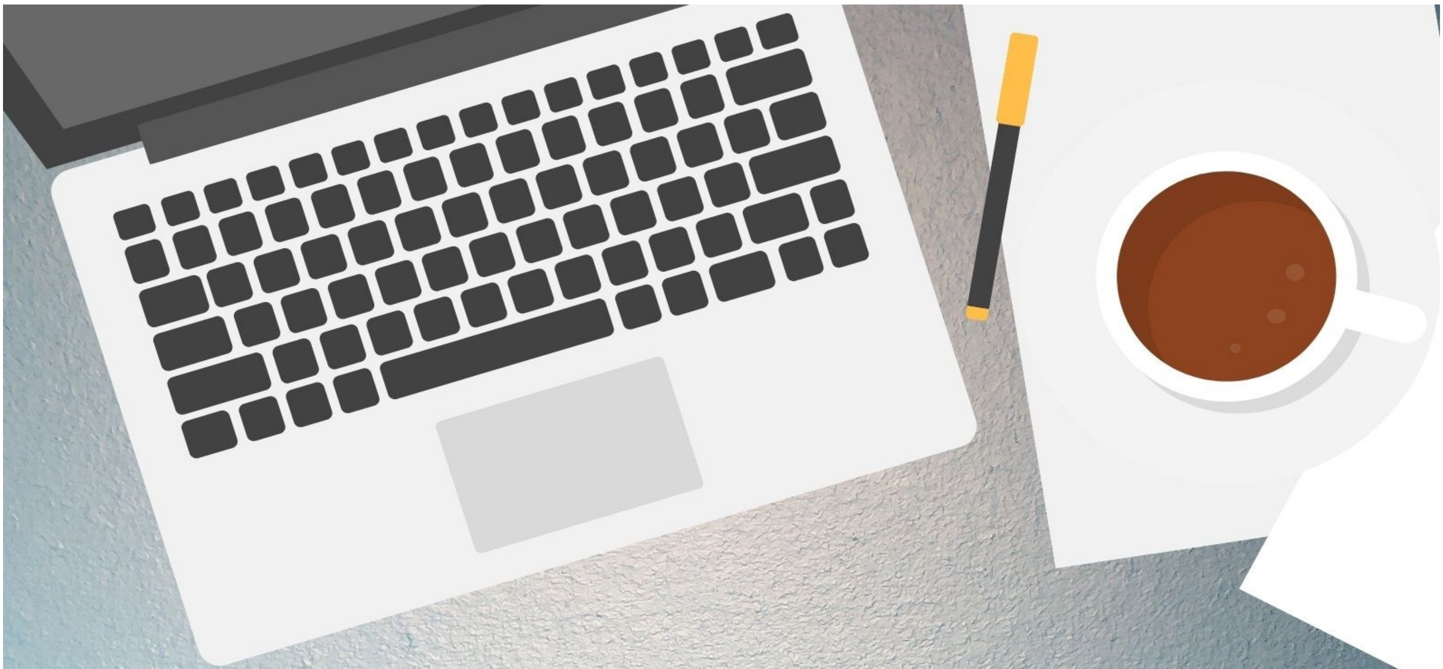
Y dyddiad cau ar gyfer ceisiadau i'r **Gronfa Cefnogi Cymunedau** yw **31 Mai 2021.** Mae'r Gronfa ar agor i dderbyn ceisiadau **o dan £1,000 drwy e-bost yn unig.** Mae ffurflen gais ar gael ar ein gwefan yma: www.gwynedd.llyw.cymru/cronfacefnogicymunedau neu gallwch gysylltu gyda swyddfa Cist Gwynedd ar e-bost CistGwynedd@gwynedd.llyw.cymru neu ffoniwch 01286 679 153 (Dydd Mawrth – Dydd Iau).

Mae pecyn ymgeisio ar gyfer **Cronfa'r Degwm** ar gael yma: www.gwynedd.llyw.cymru/cronfardegwm

Canolfan Gwirfoddoli Gwynedd



Canolfan Gwirfoddoli Gwynedd



RHWYDWAITH GWIRFODDOLI A LLESIANT GWYNEDD
VOLUNTEERING AND WELLBEING NETWORK

Thema: Diweddariad Diogelu
Theme: Safeguarding Update

11/5/2021 10am-11am

Ymunwch gyda ni am ddiweddariad yng nghwmni Suzanne Mollison o'r WCVA. Dyma gyfle gwych i glywed am yr holl wybodaeth pwysig am faterion diogelu

Join us for an update with Suzanne Mollison from WCVA. This is a great opportunity to get all the latest information around safeguarding

Cysylltwch i gofrestru:
Please contact to register your place:

MANTELL GWYNEDD – CANOLFAN GWIRFODDOLI • VOLUNTEER CENTRE

ymholiadau@mantellgwynedd.com / 01286 672 626

Cefnogi Trydydd Sector Cymru – Third Sector Support Wales

Canolfan Gwirfoddoli Gwynedd

CYFLE GWIRFODDOLI NEWYDD

Cynllun Adfocatiaeth Iechyd Meddwl / Mental Health Advocacy Scheme

Cynllun Adfocatiaeth Iechyd Meddwl (CAIM)

Ydych chi eisiau y cyfle i gefnogi ein sefydliad drwy rannu eich arbenigedd i helpu i lunio'r dyfodol? Yna gallai fod yn Ymddiriedolwr gyda ni fod yn addas i chi.

Rydym yn chwilio am aelodau profiadol o'r cyhoedd i ymuno â'n Bwrdd.
Dyma gyfle i wneud gwahaniaeth ac i helpu ein sefydliad i dyfu.

Diddordeb? neu angen fwy o wybodaeth?
Cysylltwch â ni ar 01286 672626 neu gwirfoddoli@mantellgwynedd.com

Mantell Gwynedd – Canolfan Gwirfoddoli • Volunteer Centre

Gwirfoddoli Cymru / Volunteering Wales

CYFLE GWIRFODDOLI NEWYDD

Groundwork Gogledd Cymru / North Wales

Gwirfoddolwyr Amgylcheddol yn Penygroes, Talysarn a Llanllyfni

Mae Prosiect Gofalwn yn ceisio gwneud gwelliannau amgylcheddol yn eich cymuned leol chi. Bydd ein prosiect yn rhoi cyfle i chi fynd allan i'r awyr agored, cadw'n brysur a chymdeithasu mewn lleoliad diogel a chyfeillgar sy'n parchu rheolau pellter cymdeithasol, gan rhoi teimlad o falchder o wybod eich bod yn gwella eich ardal lleol.

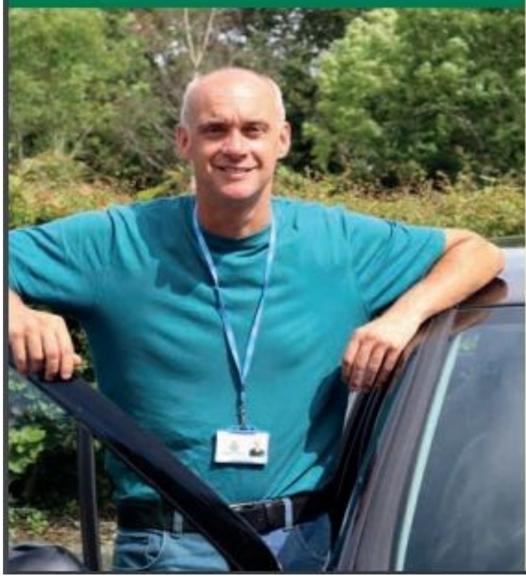
Diddordeb? neu angen fwy o wybodaeth?
Cysylltwch â ni ar 01286 672626 neu gwirfoddoli@mantellgwynedd.com

Mantell Gwynedd – Canolfan Gwirfoddoli • Volunteer Centre

Gwirfoddoli Cymru / Volunteering Wales

GIG Cymru / NHS Wales – Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwlans Cymru / Welsh Ambulance Services NHS Trust

Angen gyrwyr ceir gwirfoddol



Gwasanaethau Cludo Cleifion Mewn Achosion Nad Ydynt yn Rhai Brys (NEPTS) ac mae'n cynnwys tîm o yrwyr gwirfoddol ymroddedig sy'n defnyddio eu ceir eu hunain ac yn rhoi o'u hamser i gynorthwyo i gludo cleifion i ysbytai a chlinigau amrywiol ledled Cymru.

Bob blwyddyn mae gyrwyr y Gwasanaeth Ceir Gwirfoddol yn teithio 8 miliwn o filltiroedd yn darparu cludiant i gleifion gymwysedig sy'n gallu teithio mewn car.

Strategaeth yr Ymddiriedolaeth yw defnyddio gwirfoddolwyr y Gwasanaeth Ceir Gwirfoddol fel y gwasanaeth dewisol ar gyfer y cleifion hynny sy'n bodloni'r meini prawf.

Beth yw'r buddion?

- Mae'r gyrwyr gwirfoddol yn cludo cleifion rheolaidd ac yn datblygu perthynas gref gyda nhw.
- Caiff treuliau eu talu i wirfoddolwyr yn ôl cyfradd milltiroedd, i dalu am y milltiroedd y maent yn eu teithio ar ran y Gwasanaeth Ambiwlans.
- Fel gwirfoddolwr, mae'r rôl yn gyfan gwbl hyblyg a gellir ei haddasu ar eich cyfer chi a'ch ffordd o fyw.

I wirfoddoli, bydd angen i chi fodloni gofynion penodol, fel pasio gwiriad y Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd, mynychu gwiriad iechyd galwedigaethol, pasio asesiad gyrru, cofnod gyrru da, a bod yn berchen ar gerbyd 4 drws dibynadwy (3 drws ar gyfer myfyrwyr).

Bydd gwirfoddolwyr yn cael hyfforddiant pan gânt eu hymsefydlu ac, yn flynyddol, a bydd hyn yn cynnwys:

- Cyfrinachedd cleifion.
- Gofal cwsmeriaid.
- Trosglwyddo cleifion.
- Cydraddoldeb a hawliau dynol.
- Urddas yn y gwaith.
- Mynd i'r afael â chwynion.
- Amddiffyn oedolion agored i niwed a diogelu plant.
- Codi a chario'n fwy gofalus.
- Rheoli ac atal heintiau.
- Datrys anghydfod.
- Cynnal bywyd sylfaenol.

Os hoffech my o wybodaeth, ffoniwch: 01633 626262 neu e-bost: enquiries.VCS@wales.nhs.uk

Astudiaeth Achos Canolfan Gwirfoddoli Gwynedd

Grant Gwirfoddolwyr Ifanc Gwynedd 2020-21

Sylw ar brosiect: Cyngerdd Nadolig Maes-G Shwozone

Mae'r Ganolfan Gwirfoddoli yn gweinyddu Grant Gwirfoddolwyr Ifanc Gwynedd sy'n cael ei ddyrannu gan banel o bobl ifanc. Er yr heriau dros y flwyddyn ddiwethaf, derbyniodd 6 prosiect yng Ngwynedd cyfanswmm o £5,000 i gynnal gweithgareddau dan arweiniad pobl ifanc.

Un o'r prosiectau yw Maes-G Showzone oedd wedi derbyn £500 ar gyfer prynu nwyddau i gynhyrchu fideo 'hip hop' gyda'u haelodau ifanc. O ganlyniad i gyfyngiadau COVID, aethpwyd ati i gynnal cyngerdd Nadolig rhithiol. Perfformiwyd y cyngerdd yn fyw ar Facebook Live. Fe'i gwyliwyd yn fyw gan dros 100 o ddefnyddwyr Facebook, gyda llawer ohonynt yn ffrydio'r darllediad i'w teledu. Hyd yn hyn mae'r fideo o'r perfformiad wedi cael ei wylio dros 5,000 o weithiau ac wedi cyrraedd dros 8,000 o ddefnyddwyr Facebook.

Defnyddiwyd y grant i brynu offer ac eitemau ar gyfer y perfformiad. Cafodd y bobl ifanc eu harwain i weithio mewn amgylchedd proffesiynol trwy ddysgu am lwyfannu a goblygiadau iechyd a diogelwch o ran sefydlu propiau a llwyfan. Bydd yr eitemau yn rhan annatod o berfformiadau Showzone am flynyddoedd i ddod.

Cafodd oddeutu 40 o bobl ifanc budd o'r prosiect gan gynnwys 2 person ifanc oedd wrth wraidd y gwaith. Gwelwyd effaith ehangach ar y gymuned gan gynnwys darlledu'r cyngerdd mewn dau gartref preswyl lleol. Mae'r prosiect wedi cael tipyn o effaith ar y bobl ifanc i chwarae mwy o ran yn eu cymuned leol, cynnydd yn eu sgiliau a hyder i gymdeithasu a thrwy wirfoddoli. Roedd y bobl ifanc wedi adrodd bod cymaint o gymdogion ac aelodau o'r teulu wedi mynegi balchder yn yr hyn yr oeddent yn ei wneud ar gyfer y gymuned. Roeddent yn teimlo y gallent ddal eu pennau i fyny yn uchel.

MANTELL GWYNEDD – CANOLFAN GWIRFODDOLI • VOLUNTEER CENTRE

Gwirfoddoli Cymru Volunteering Wales

Cefnogi Trydydd Sector Cymru – Third Sector Support Wales

Astudiaeth Achos Canolfan Gwirfoddoli Gwynedd

"Fel trefnwyr, mae llawer yn parhau i ddiolch i ni am gydgordio'r gweithgaredd a pherfformiad y plant a'r bobl ifanc berfformiadac am ein hymrwymiad i wella bywydau'r aelodau o'r gymuned".

Dyma ddyfyniadau gan ddau aelod o Showzone:

"Mae gwneud Showzone yn wych. Gwelodd Mam a Dad ni yn canu ar Facebook ac roeddent mor falch ohonof."

"Showzone ydi'r peth gorau erioed. Roedd bod ar Facebook Live yn anhygoel. Roedden ni'n edrych mor dda gyda'r offer newydd tu ôl i ni. Dangosodd Eirian sut y defnyddiwyd y byrddau pren i wneud I ni edrych yn dda. Roedd yn ddoniol gweld y tu ôl iddynt gan ei fod yn edrych fel safle adeiladu. Mae nhw'n mynd i gael eu paentio'n ddu pan fyddwn ni'n cychwyn yn ôl yn Showzone er mwyn i ni allu eu defnyddio eto ac efallai ar gyfer ein sioe fawr hefyd. "

Llongyfarchiadau i bawb am eich ymdrechion ardderchog!

MANTELL GWYNEDD CANOLFAN GWIRFODDOLI • VOLUNTEER CENTRE

Gwirfoddoli Cymru Volunteering Wales

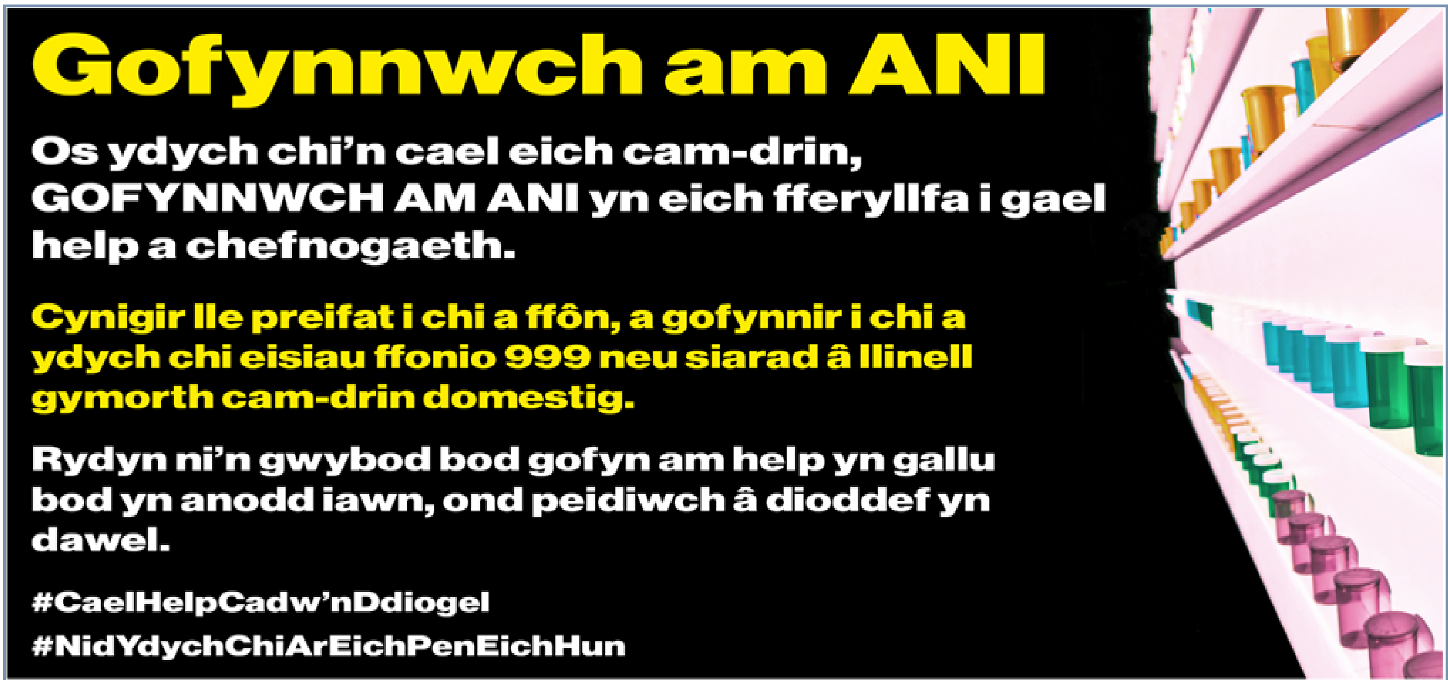
Cefnogi Trydydd Sector Cymru Third Sector Support Wales

LLESIANT – dyma wybodaeth am wasanaethau pwysig ynghyd â manylion cyswllt

Mae fersiwn newydd y llyfryn '**Edrych ar ôl fy hun**' bellach ar gael a gallwch ei weld ar wefan Cyngor Gwynedd a thrwy ddilyn y linc yma:

www.gwynedd.llyw.cymru/edrycharolfyhun

Am gopïau neu am fwy o wybodaeth cysylltwch gyda Chloe Roberts, Swyddog Llesiant/Cydlynydd Partneriaeth Iechyd a Lles Gwynedd – ChloeRoberts@gwynedd.llyw.cymru



LLESIANT – dyma wybodaeth am wasanaethau pwysig ynghyd â manylion cyswllt

Presgripsiynu Gwyrdd : Dôs bach o natur...

Mae Dod yn ôl at dy Goed yn gynllun presgripsiynu cymdeithasol arloesol sy'n darparu gofal person-ganolog ac yn defnyddio natur fel adnodd i wella iechyd a lles yn holl ardaloedd Bro Ffestiniog, Dolwyddelan a Penrhyndeudraeth a'r cylch

Mae astudiaethau yn dangos bod ymyrraeth ar sail natur yn gwella iechyd a hunan-barch ac yn gostwng iselder a phryder

Mae tystiolaeth yn profi fod pobl sy'n agos i natur yn fwy iach yn gorfforol ac yn feddyliol

Cynllun i bawb o bob oed sy'n cael ei arwain gan unigolion gyda'r 'presgripsiwn' wedi ei deilwra i'w anghenion nhw

: tyfu : cerdded : garddio :
: sgwrsio : creu : ymlacio :
: dysgu : rhoi : cysylltu :
: sylwi : cydweithio : datblygu :
: gwarchod : rhannu : cymuned :

Cysylltwch:
5 Stryd Fawr, Blaenau
Yr Hen Fanc, Penrhyn

Bro Ffestiniog/Dolwyddelan : 07385 783340
Penrhyn a'r cylch : 07769 343572
hwb@drefwerdd.cymru

A yw'n bryd EDRYCH AR EICH GAMBLO?

Ara recovery for all

Cwnsela cyfrinachol am ddim ar gael

Siaradwch â ni
0330 1340 286
recovery4all.co.uk

Gwasanaeth Triniaeth Gamblo Cenedlaethol

Ar gyfer cymorth mewn argyfwng a thu allan i oriau, cysylltwch â'r linell gymorth gamblo cenedlaethol - 0800 8020 133

Elusen gofrestredig rhif 1002224

@aragamblingservice

FDF

Cynhwysol a chyfartal

FDF
Canolfan Byw'n Annibynnol.
Ar gael yn eich ardal leol!

Ydych chi neu rywun rydych yn gofalu amdanynt yn byw gydag anabledd?

Ydych chi'n byw yn Sir Ddinbych, Conwy, Gwynedd neu Ynys Môn?

Oes angen cymorth arnoch i lenwi ffurflenni, ceisio am fudd-daliadau, derbyn cyngor ar faterion tai neu faterion eraill?

Ydych chi'n unig ac yn awyddus i dderbyn galwad ffôn cyfeillgar rheolaidd ?

Rydym yma i chi!

Mae FDF yn cefnogi pobl sydd yn byw efo anabledd i fyw'n annibynnol –i'ch galluogi i wneud hynny ar ôl derbyn cyngor a'r wybodaeth angenrheidiol.

Mae ein gwasanaethau yn rhad ac am ddim ac yn hollol gyfrinachol.

Mae staff cyfeillgar yr FDF yn disgwyl am eich galwad ar **01352 756618** neu e-bostiwch **admin@thefdf.org.uk**

Rhif elusennol 1181139 *Rhif cwmnïau 10255734*

O Fa'ma i Fa'na

Cynllun Trafnidiaeth DYFFRYN NANTLLE Transport Scheme

Ydych chi'n angen mwy o gymorth?

Ar gyfer mynd i siopa, apwyntiadau meddygol neu chymdeithasol?
Mae prosiect 'O fama i fana' yma i'ch helpu!

Gyda thîm o wirfoddolwyr gallwn gynnig trafnidiaeth rhad i chi.
Am fwy o wybodaeth cysylltwch â Elliw ar-
07529222670 neu elliw@yrorsaf.cymru

Do you need more support?

Maybe to go shopping, hospital appointments or even social meetings?
'O fama i fana' can help you!

With a team of volunteers we can offer you affordable travel.
For more information contact Elliw on-
07529222670 or elliw@yrorsaf.cymru

Manylion cyswllt ar gyfer trefnu trafnidiaeth neu ymholiadau / Contact details for scheduling travel or any enquiries :
Ffon / Phone : *07529222670*
Ebost / Email : *elliw@yrorsaf.cymru*

*Angen cysylltu 48 awr o flaen llaw ar gyfer sicrhau gwasanaeth orau i'r unigolion.
*Contact within 48 hours before your trip to guarantee best service for individuals.

YR ORSAF Cymuned • Community