BWLETIN

# MANTELL GWYNEDD

GORFFENNAF 2025

MANTELL GWYNEDD

## Gwobrau Gwirfoddoli Gwynedd

Cynhaliwyd Gwobrau Gwirfoddolwyr Gwynedd 2025 ddydd Mawrth, 4ydd Mehefin ym Mhortmeirion. Trefnwyd y digwyddiad gan Ganolfan Gwirfoddoli Gwynedd ym Mantell Gwynedd. ‘Roedd yn gyfle i ddod ag unigolion, grwpiau cymunedol ac arweinwyr lleol ynghyd i anrhydeddu'r gwaith anhunanol sy'n cael ei wneud i wella bywydau ledled Gwynedd. Rhoddwyd sylw yn y digwyddiad at ymroddiad ac effaith gwirfoddolwyr ar draws ystod eang o achosion o waith ieuenctid a phrosiectau amgylcheddol i gefnogaeth iechyd meddwl a mentrau cymdogaeth.

Y siaradwraig gwadd eleni oedd Gretel Leeb sydd wedi bod yn arwain ar y gwaith o ddatblygu’r weledigaeth newydd ar gyfer gwirfoddoli yng Nghymru. Rhoddodd drosolwg o'r **Weledigaeth newydd ar gyfer Gwirfoddoli yng Nghymru** sydd yn cael ei lansio ym mis Gorffennaf. Roedd yr achlysur yn gyfle iddi gael mewnbwn a blas o brofiadau’r unigolion drwy holi beth sy'n bwysig fel gwirfoddolwyr.

01286 672 626
www.mantellgwynedd.com
ymholiadau@mantellgwynedd.com

# CANOLFAN GWIRFODDOLI

Nod y digwyddiad blynyddol yw arddangos effaith eang gwirfoddoli fel rhan o Wythnos Gwirfoddolwyr genedlaethol. Dathlwyd yr enwebeion nid yn unig am yr oriau maen nhw'n eu rhoi, ond am y newid gwirioneddol a pharhaol maen nhw'n helpu i'w sicrhau yn eu cymunedau.

Cyflwynwyd gwobrau ar draws sawl categori, gan gynnwys **Gwirfoddolwr Ifanc, Grŵp Gwirfoddolwyr,** a'r **Wobr Cyfraniad Rhagorol**. Roedd pob stori a ddathlwyd yn y digwyddiad yn enghraifft bwerus o sut mae unigolion yn gwneud newid go iawn trwy garedigrwydd a gweithredu.
Daeth y seremoni i ben gyda chinio a chyfle i'r mynychwyr ddathlu gyda'i gilydd yn awyrgylch gogoneddus pentref Portmeirion.
Mae **Gwobrau Gwirfoddolwyr Gwynedd 2025** yn atgof pwerus o'r haelioni a'r penderfyniad sy'n ffynnu ym mhob cwr o'r sir a'r rôl hanfodol y mae gwirfoddolwyr yn ei chwarae yn ein cymunedau.

WYTHNOS
GWIRFODDOLWYR

# CANOLFAN GWIRFODDOLI

WYTHNOS GWIRFODDOLWYR

# Rhwydwaith "Speed dating"

Cynhaliwyd ein digwyddiad ***speed dating*** blynyddol ar y 10fed o Fehefin ym Mhorthmadog ble daeth 30 o gynrychiolwyr mudiadau i rannu gwybodaeth mewn fformat deinamig.
Roedd y digwyddiad, unwaith eto, yn cynnig cyfle i sefydliadau rannu gwybodaeth am eu gwasanaethau, adnabod nodau cyffredin, ac archwilio posibiliadau cydweithio drwy gyfres o sgyrsiau wedi'u hamseru'n gryno ac effeithlon.

O elusennau lleol i ddarparwyr gwasanaeth rhanbarthol, cafodd pob sefydliad gyfle i gysylltu wyneb yn wyneb â eraill gan feithrin dealltwriaeth a thynnu'r sector ynghyd. Roedd yr awyrgylch yn llawn egni, positifrwydd, ac angerdd ar y cyd ar gyfer ymgysylltu rhwng gwasanaethau.

"Mae'r digwyddiad hwn yn rhan o ymrwymiad parhaus Mantell Gwynedd i gefnogi a datblygu'r trydydd sector yn y sir, gan helpu sefydliadau o bob maint i ffynnu drwy ymgysylltu a chydweithredu," meddai Carwyn o Ganolfan Gwirfoddoli Gwynedd. "Mae cymaint o waith gwych yn digwydd ar draws y sector, ac mae digwyddiadau fel hyn yn helpu i ddod â hynny i'r amlwg ac yn annog cydweithio newydd."

Cafodd y digwyddiad adborth gadarnhaol, gyda llawer yn canmol y fformat am ei effeithlonrwydd ac am y ffordd roedd yn sbarduno sgyrsiau gwerthfawr.

WYTHNOS GWIRFODDOLWYR

MANTELL GWYNEDD
CANOLFAN GWIRFODDOLI • VOLUNTEER CENTRE

# SESIYNAU GALW HEIBIO GWIRFODDOLI

**Eisiau gwneud gwahaniaeth yn eich cymuned? Galwch heibio am sgwrs a darganfyddwch gyfleoedd gwirfoddoli lleol!**

- Gwella eich C.V
- Dysgu sgiliau newydd
- Rhoi nol i'ch cymuned
- Gwneud gwahaniaeth cadarnhaol i fywydau pobl

**Dyddiau Mawrth**
**10-12pm**

**Gorffennaf 1af a 29ain**
**Awst 19eg**
**Medi 2il**

www.mantellgwynedd.com

HWB
DINAS BANGOR

# Digwyddiad Iechyd Da'r Haf

Roedd Neuadd y Farchnad yng Nghaernarfon yn llawn bwrlwm ar y 25ain o Fehefin wrth i Mantell Gwynedd gynnal digwyddiad Iechyd Da'r Ha' oedd yn canolbwyntio ar iechyd, llesiant, a chefnogaeth gymunedol.

Daeth **156** o ymwelwyr drwy'r drysau a cafwyd y cyfle i siarad yn uniongyrchol â darparwyr gwasanaethau, darganfod adnoddau defnyddiol, a dysgu mwy am y gefnogaeth leol sydd ar gael.

Roedd amrywiaeth o sefydliadau yn bresennol gyda stondinau gwybodaeth yn ymdrin â meysydd fel iechyd meddwl, lles corfforol, cefnogaeth i ofalwyr, heneiddio'n iach, gan gynnwys monitro pwysedd gwaed.

Agorwyd y digwyddiad gan Gynghorydd canol tref Caernarfon, Cai Larsen: "Mae'n wych gweld y digwyddiad hwn yn dychwelyd i Neuadd y Farchnad i bobl ddarganfod mwy am y gwasanaethau sy'n cefnogi iechyd a lles yn ein cymunedau. Hoffwn ddiolch i Mantell Gwynedd a'r holl sefydliadau sydd yma heddiw i ymgysylltu ag aelodau'r cyhoedd".

# IECHYD A LLESIANT

Roedd y stondinau'n fywiog ac yn llawn gwybodaeth gyda digon o sgyrsiau cyfeillgar drwy gydol y dydd. Uchafbwynt y diwrnod oedd sesiwn Tai Chi gan Nicola!

O gyngor ymarferol i gysylltiad cymunedol, mae digwyddiad Iechyd Da yn enghraifft o sut y gall mentrau lleol ddod â phobl ynghyd i hyrwyddo iechyd a lles.

Mae paratoadau ar y gweill ar gyfer digwyddiad **Iechyd Da'r Gaeaf Yma** yn **Nolgellau** yn yr **Hydref**. Am ragor o wybodaeth ac i gofrestru eich diddordeb mewn archebu stondin, cysylltwch â sioned.roberts@mantellgwynedd.com

# Rhwydwaith Gwerth Cymdeithasol Gogledd Cymru

**‘AEI a Enillion Cymdeithasol ar Fuddsoddiad: Portreadu effeithiau iechyd a gwerth cymdeithasol iechyd y cyhoedd.’**
*Anna Stielke, Uwch Swyddog Tystiolaeth a Pholisi Rhyngwladol.*
**Iechyd Cyhoeddus Cymru**

**‘Sut i roi cymunedau wrth wraidd trawsnewid canlyniadau.’**
*Brian Laing, Rheolwr Partneriaethau Strategol*
**Iechyd Cyhoeddus Cymru**

**‘Pa effaith mae Deddf Llesiant Cenedlaethau’r Dyfodol (Cymru) wedi’i chael?’**
*Sandy Clubb, Arweinydd Polisi: Cynnwys, cydweithio a diwylliant*
**Swyddfa Comisiynydd Cenedlaethau’r Dyfodol**

## Cyfarfod ar Zoom

**Dydd Mercher,3ydd o Fedi 2025**
**10.30 -12.30 o’r gloch.**
I LOGI EICH LLE AM DDIM, cofrestrwch ar Eventbrite:

https://www.eventbrite.co.uk/e/cyfarfod-rhwydwaith-gwerth-cymdeithasol-gogledd-cymru-tickets-1440510127569?utm-campaign=social&utm-content=attendeeshare&utm-medium=discovery&utm-term=listing&utm-source=cp&aff=ebdsshcopyurl =

Am fwy o fanylion mae croeso i chi gysylltu: svc@mantellgwynedd.com

# GWYBODAETH

# Gweithdai AM DDIM ar gyfer y Sector Gwirfoddol a Chymunedol

Disclosure & Barring Service

**Ymunwch ar gyfres o weithdai am ddim a gyflwynir gan y Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd (DBS) wedi'u cynllunio'n benodol ar gyfer y Sector Gwirfoddol a Chymunedol yng Nghymru**

### 🔍 Gweithdy Trosolwg DBS

📅 Maw 8 Gorff | 🕘 12:00–13:00
📅 Gwe 31 Hyd | 🕘 09:30–10:30

Deall gwiriadau'r Gwasanaeth DBS, gweithgaredd rheoleiddiedig, prosesau gwahardd a dyletswyddau atgyfeirio.

### 📋 Gweithdy Gwasanaeth DBS

📅 Mer 13 Awst | 🕘 10:00–11:30
📅 Mer 10 Rhag | 🕘 12:00–13:30

Ymchwiliad manwl i lefelau gwiriadau DBS, cymhwysedd, recriwtio diogel a'r Gwasanaeth Diweddaru

### 🚫 Gweithdy Gwahardd DBS

📅 Maw 14 Hyd | 🕘 10:00–11:30
📅 Maw 20 Ion | 🕘 12:00–13:30

Dysgwch pryd a sut i gyfeirio, Y llwybrau cyfeirio, a chanlyniadau diffyg gweithredu

### 📨 Gweithdy Casglu Gwybodaeth y Gwasanaeth DBS

📅 Maw 25 Tach | 🕘 13:00–14:30
📅 Maw 10 Chwef | 🕘 11:00–12:30

Deall eich dyletswydd gyfreithiol i rannu gwybodaeth a'r ddeddfwriaeth y tu ôl iddi.

### 🔄 Gweithdy Gwasanaeth Diweddaru DBS

📅 Mer 17 Rhag | 🕘 12:00–13:30
📅 Maw 24 Chwef | 🕘 10:00–11:30

Dysgwch sut i ddefnyddio'r Gwasanaeth Diweddaru i symleiddio recriwtio.

### 📬 Gweithdy Gwasanaeth Atgyfeirio Gwahardd y Gwasanaeth DBS

📅 Gwener 12 Rhagfyr | 🕘 10:00–11:00
📅 Mawrth 17 Chwefror | 🕘 13:00–14:00

Sesiwn ffocws ar ddyletswydd gyfreithiol i atgyfeirio a gwneud atgyfeiriadau effeithiol.

### ⚠️ Gweithdy Ymddygiad Niweidiol y Gwasanaeth DBS

📅 Maw 11 Tach | 🕘 10:00–11:30
📅 Mer 4 Chwef | 🕘 11:00–12:30

Archwilio ymddygiad niweidiol, risgiau diogelu, a gwneud atgyfeiriadau gwahardd.

### ✅ Pam mynychu?

- Canllaw penodol i'r sector
- Gwella arferion diogelu
- AM DDIM i fynychu
- Rhwydweithio a rhannu arferion da

📩 Llefydd cyfyngedig ar gael- archebwch heddiw isod:

🔗 Archebwch yma

# Dangos i chi sut i helpu eraill

DANGOS

Gall Dangos eich helpu i ddangos i bobl eraill fod yna lawer o ffyrdd, yng Nghymru, i wella eu sefyllfa ariannol, ac i ddangos i chi sut i leddfu eu pryderon ynghylch hawlio.

Mae'n amrywiaeth o sesiynau ar-lein am ddim, ynghyd â phecynnau gwybodaeth a llawer mwy.

Mae'r sesiynau sydd ar gael yn cynnwys: Cwrs Sylfaenol, Sesiwn Ganolradd, Angen Gofal, Plant a Phobl Ifanc, Pobl Hŷn a'u Harian a Beth Sydd wedi Newid ac yn Newid

Os ydych chi'n gweithio yng Nghymru, yn gyflogedig neu'n wirfoddol, gyda phobl y gall fod angen cymorth arnyn nhw i gael rhagor o arian, mae'n addas i chi.

Mae'r sesiynau yn cael eu rhoi gan arbenigwyr profiadol ar fudd-daliadau,

**Am fwy o wybodaeth:**
**https://www.dangos.cymru**

Ariennir gan Llywodraeth Cymru
Funded by Welsh Government