BWLETIN

MANTELL GWYNEDD

EBRILL 2025

MANTELL GWYNEDD

WYTHNOS GWIRFODDOLWYR

1af-7fed o Fehefin 2026

Edrych ymlaen at Wythnos Gwirfoddolwyr

Gydag Wythnos Gwirfoddolwyr ar y gorwel, mae'r Ganolfan Gwirfoddoli yn falch o gyhoeddi cyfres o ddigwyddiadau cyffrous i ddathlu a chydnabod cyfraniad amhrisiadwy gwirfoddolwyr ar draws Gwynedd. Un o uchafbwyntiau'r wythnos fydd **Gwobrau Gwirfoddoli Gwynedd**, lle bydd unigolion a mudiadau yn cael cyfle i enwebu gwirfoddolwyr am eu hymroddiad a'u gwaith caled. Mae hwn yn gyfle gwych i ddweud diolch i'r rhai sy'n gwneud gwahaniaeth gwirioneddol yn eu cymunedau.

Yn ogystal, byddwn yn cynnal **Ffair Wirfoddoli'r Haf,** a fydd yn dod â mudiadau lleol ynghyd o dan un to. Bydd stondinau ar gael i fudiadau hyrwyddo eu gwaith a'u cenhadaeth, cysylltu â phobl leol sydd â diddordeb mewn gwirfoddoli, a denu gwirfoddolwyr newydd drwy rannu gwybodaeth am y cyfleoedd sydd ar gael. Mae'r ffair yn gyfle perffaith i'r cyhoedd ddarganfod sut y gallant gymryd rhan a chyfrannu at eu cymunedau.

Eleni, bydd ein digwyddiad rhwydwaith blynyddol ar ffurf ***Speed Dating*** yn dychwelyd ar 9 Mehefin, gan roi cyfle i gynrychiolwyr o wahanol fudiadau gwrdd â'i gilydd mewn cyfarfodydd byr o tua 10 munud. Bydd hyn yn annog rhannu syniadau, datblygu partneriaethau newydd, a chryfhau cydweithio ar draws y sector gwirfoddol.

Rydym yn edrych ymlaen at groesawu pawb i ddathlu, cysylltu a chydweithio yn ystod yr wythnos arbennig hon.

Cadwch olwg am ragor o fanylion!

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

CANOLFAN GWIRFODDOLI

WYTHNOS GWIRFODDOLWYR

1af–7fed o Fehefin 2026

Mae Wythnos Gwirfoddolwyr (1–7 Mehefin) yn ddathliad cenedlaethol i gydnabod effaith gwirfoddolwyr ac annog mwy o bobl i gymryd rhan. Cymerwch ran drwy gynnal neu fynychu digwyddiadau lleol (fel boreau coffi neu ffeiriau recriwtio), rhannu straeon ar y cyfryngau cymdeithasol gan ddefnyddio #WythnosGwirfoddolwyr neu lawrlwytho adnoddau swyddogol i dynnu sylw at arwyr lleol.

Ffyrdd o Gymryd Rhan:

I Unigolion: Chwiliwch am gyfleoedd lleol, ymunwch â digwyddiad elusennol, neu defnyddiwch yr wythnos i ddechrau gwirfoddoli, tasai ond am awr. Ewch i wefan Gwirfoddoli Cymru am ysbrydoliaeth : https://volunteering-wales.net/

Gwirfoddoli Cymru
Volunteering Wales

I Sefydliadau: Cofrestrwch a chynhaliwch ddigwyddiadau (diwrnodau agored, partïon diolch), lawrlwythwch adnoddau, a hyrwyddwch gyfleoedd gwirfoddoli.

Ar y Cyfryngau Cymdeithasol: Defnyddiwch yr hashnod #WythnosGwirfoddoli i rannu eich straeon, lluniau, a phrofiadau gwirfoddoli.

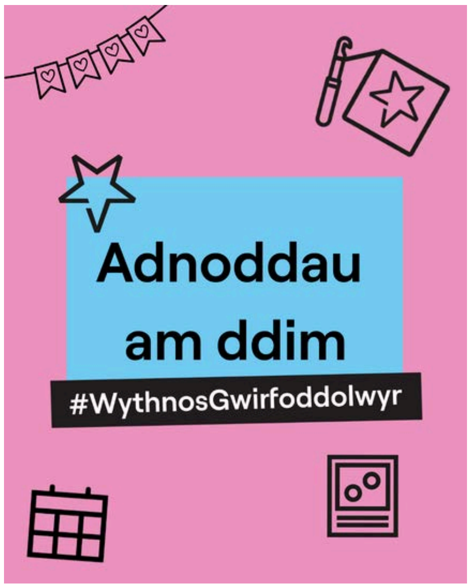
CANOLFAN GWIRFODDOLI

WYTHNOS GWIRFODDOLWYR

1af- 7fed Fehefin 2026

Mae siop ar-lein newydd sbon Wythnos Gwirfoddolwyr ar agor! Ewch draw i'r dudalen we i archebu nwyddau swyddogol Cymraeg a Saesneg

https://merchify.me/wynthos-gwirfoddolwyr/



CANOLFAN GWIRFODDOLI

WYTHNOS
GWIRFODDOLWYR

1af- 7fed Fehefin 2026

Dathlu Gwirfoddolwyr Gwynedd – Enwebwch Heddiw!

Mae gwirfoddolwyr wrth galon ein cymunedau, yn rhoi eu hamser, eu hegni a'u hangerdd i wneud gwahaniaeth gwirioneddol. Dyma'ch cyfle i gydnabod yr unigolion a'r grwpiau rhagorol hynny sy'n gwneud cyfraniad arbennig ar draws Gwynedd.
Fel rhan o ddathliadau Wythnos Gwirfoddolwyr, mae Mantell Gwynedd yn falch o gynnal y Gwobrau Gwirfoddoli Gwynedd blynyddol yn Portmeirion.

Dyddiad: Dydd Mawrth, 2 Mehefin 2026
Amser: 12:00yp

Bydd y digwyddiad arbennig hwn yn dathlu'r cyfraniadau enfawr a wneir gan wirfoddolwyr a mudiadau cymunedol, gyda thystysgrifau'n cael eu cyflwyno i'r rhai sy'n gwneud effaith wirioneddol ar fywydau pobl.

Categorïau Gwobrau

Mae enwebiadau ar agor ar gyfer:

- Cyflawniad Eithriadol
- Tîm / Mudiad
- Person Ifanc (dan 25 oed)
- Ymddiriedolwr

Cyflwyno Enwebiad

Ydych chi'n adnabod rhywun sy'n haeddu cael ei gydnabod? Boed yn unigolyn ysbrydoledig neu'n dîm ymroddedig, gallwch eu henwebu drwy'r ffurflen swyddogol:
https://forms.office.com/e/AygCtTaWsn

Gwybodaeth Bwysig

Dyddiad cau: 12yp, 22 Mai 2026

WYTHNOS GWIRFODDOLWYR

1af- 7fed Fehefin 2026

THE BIG HELP OUT

THE BIG LUNCH Y CINIO MAWR

Chwilio am wirfoddolwyr newydd?

O 5–8 Mehefin, mae'r *Cinio Mawr* a'r *Help Llaw Mawr* yn dod at ei gilydd am benwythnos ledled y DU o gyfeillgarwch, bwyd, hwyl a gweithredu.

Anogwch bobl i ddarganfod gwirfoddoli gyda'ch sefydliad trwy restru gweithgareddau byr, hwyliog a hyblyg i roi cynnig arnynt ar Gwirfoddoli Cymru neu fap y digwyddiad mawr. Mae rolau sy'n para 1–3 awr yn arbennig o boblogaidd ac yn berffaith ar gyfer gwirfoddolwyr tro cyntaf.

Boed yn casglu sbwriel, tacluso siop elusen neu helpu i weini bwyd mewn Cinio Mawr, ychwanegwch ddyddiad, amser ac ychydig o fanylion i fod yn rhan o ddathliad cymunedol mwyaf y DU.

Dysgwch fwy: https://rebrand.ly/thebigdo-orgs

Gwirfoddoli Cymru Volunteering Wales

MANTELL GWYNEDD CANOLFAN GWIRFODDOLI • VOLUNTEER CENTRE

Cyfeillio sy'n Codi Calon

Mae Peter yn gyfaill gwirfoddol gyda phrosiect cyfeillio Ffrindia' Newydd. Ers Tachwedd 2025, mae o wedi bod yn ymweld â Mr R yn wythnosol, gan ddatblygu perthynas werthfawr a chefnogol. Disgrifiodd Peter ei brofiad o wirfoddoli fel "rhywbeth sy'n ysgogi'r meddwl ac yn werth chweil."

Ffrindia' Newydd

Yn 2023, collodd Peter ei bartner, a chafodd hynny effaith fawr ar ei les a'i hyder. Ar ôl cyfnod hir o unigrwydd, penderfynodd ar gychwyn 2025 i chwilio am gyfle gwirfoddoli i'w helpu i ailgysylltu â'r gymuned.

Ar ôl dechrau gwirfoddoli mewn banc bwyd ym Mlaenau Ffestiniog, cafodd Peter ei gefnogi i ymuno â phrosiect Ffrindia' Newydd, lle cafodd ei baru â Mr R, a oedd ar y pryd yn profi ynysu cymdeithasol ac yn methu gadael ei gartref yn aml.

Mae Peter yn ymweld ag ef unwaith yr wythnos, ac yn ystod y misoedd diwethaf mae'r ddau wedi meithrin cysylltiad cryf trwy ddiddordebau cyffredin fel gwaith coed a Sudoku. Mae'r ymweliadau bellach yn uchafbwynt wythnosol i Mr R ac yn ffynhonnell gyswllt gymdeithasol gwerthfawr.

"Mae fy mhrofiad o gyfeillio yn dangos gwerth modelau gwirfoddoli hyblyg, sy'n seiliedig ar berthnasoedd, wrth fynd i'r afael ag ynysu cymdeithasol."

I Peter, mae gwirfoddoli wedi bod yn gam pwysig yn ei daith yn ôl i fywyd cymunedol, gan roi pwrpas, strwythur a hyder newydd iddo.

Cyngor Gwynedd
Wedi ei ariannu gan Llywodraeth y DU
Funded by UK Government

MANTELL GWYNEDD
CANOLFAN GWIRFODDOLI • VOLUNTEER CENTRE

Ateb y galw am hyfforddiant diogelu

Rhwng mis Chwefror ac Ebrill 2026, cynhaliodd Mantell Gwynedd chwe sesiwn Diogelu Grŵp B ar gyfer y sector gwirfoddol. Estynnwyd y cynnig ar gyfer gwirfoddolwyr, staff ac ymddiriedolwyr i gryfhau eu gwybodaeth a'u sgiliau yn y maes.

Gofal Cymdeithasol **Cymru**
Social Care **Wales**

Er mwyn ymateb i'r galw a gwella hygyrchedd, cynhaliwyd sesiynau dwyieithog yn Gymraeg ac yn Saesneg, wyneb yn wyneb, ar-lein, yn ogystal â sesiynau dros ddwy noson.

Mynychodd **dros 100 o unigolion** y gyfres hyfforddiant ddiweddar gan wneud hyn yn llwyddiant ysgubol.

Mae hyfforddiant Diogelu Grŵp B yng Nghymru wedi'i anelu at y rhai sydd â chyswllt rheolaidd â phlant neu oedolion mewn perygl. Mae'r hyfforddiant yma yn darparu gwybodaeth hanfodol am adnabod pryderon, ymateb yn briodol, a deall cyfrifoldebau diogelu o fewn eich rôl.

Yn dilyn galw cryf, mae Mantell Gwynedd bellach yn edrych ar gynnal hyfforddiant Diogelu Grŵp C yn y dyfodol agos. Mae Grŵp C wedi'i anelu at reolwyr, arweinwyr diogelu, a'r sawl sydd â chyfrifoldeb dynodedig am ddiogelu o fewn eu sefydliad.

Diolch i bawb a fanteisiodd ar y cyfleoedd hyn yn ddiweddar, gan ddiolch yn arbennig i'r hyfforddwyr Paul Jones, ac Anona Davies o fudiad Y Bont.

Os oes gennych chi unrhyw ymholiadau am ddiogelu neu anghenion hyfforddi yn y dyfodol, cofiwch gysylltu gyda ni.

"Diolch am y cyfle i atgoffa am ddiogelu ac atgoffa o arfer a gweithdrefnau da"

"Cyfle i ofyn cwestiynau ac i glywed am bryderon a sefyllfaoedd heriol a wynebwyd gan arbenigwyr a chan yr ymarferwyr eraill"

Prosiect Gafael Llaw i Wirfoddoli

Mae'r prosiect Gafael Llaw i Wirfoddoli yma i gynnig cymorth ychwanegol i unigolion ar draws Gwynedd sydd ag anghenion cymorth ychwanegol ac a allai elwa o gymorth i wirfoddoli.

Rydym yn darparu:

Cefnogaeth ymarferol: cyswllt cychwynnol, dod o hyd i'r rôl wirfoddoli fwyaf addas, mynychu'r sesiynau cyntaf, a chynnig cefnogaeth barhaus.

Cefnogi unigolion ag anghenion cymorth ychwanegol megis anableddau, heriau iechyd meddwl, anawsterau dysgu, a phobl sy'n ddi-waith.

Datblygiad personol drwy wirfoddoli:

- ✓ Adeiladu hyder
- ✓ Datblygu sgiliau newydd
- ✓ Cwrdd â phobl newydd
- ✓ Cael eich gwerthfawrogi ac eich cynnwys
- ✓ Gwneud gwahaniaeth cadarnhaol yn eich cymuned

Am ragor o wybodaeth neu i dderbyn cymorth, cysylltwch â ni

gwirfoddoli@mantellgwynedd.com

01286 672 626

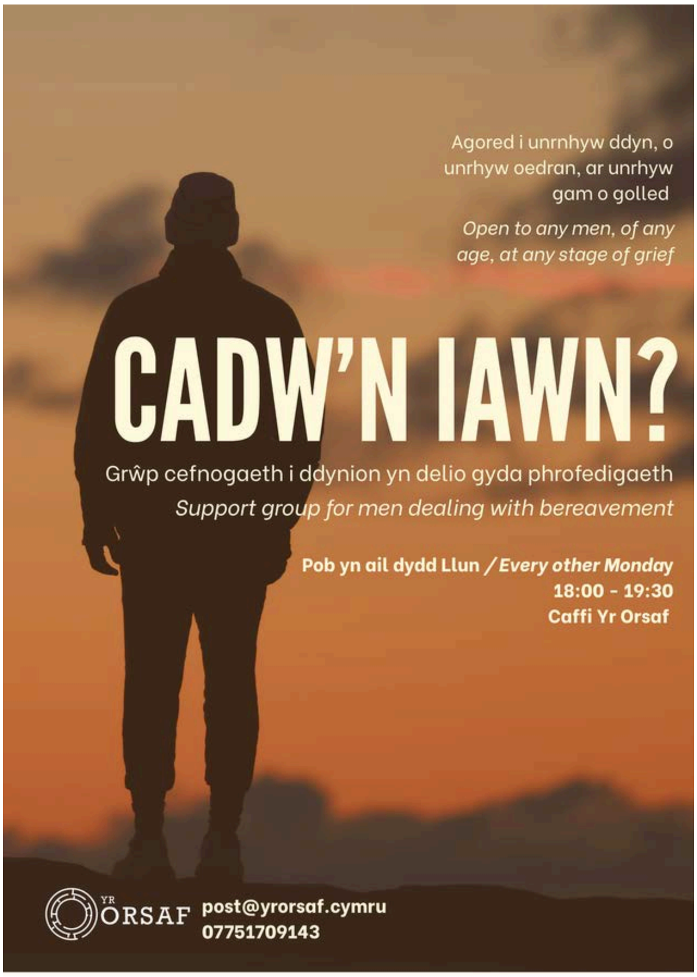
www.mantellgwynedd.com

MANTELL GWYNEDD

CANOLFAN GWIRFODDOLI • VOLUNTEER CENTRE

CRONFA GYMUNEDOL COMMUNITY FUND

IECHYD A LLESIANT



TROEDIO TONNAU – BE GYMRI DI? Gigl, galar, pitsa, peint!

Nos Iau 26.03.26 cafwyd noson pop-yp arbennig iawn yn Jac Do, Caernarfon sef cyfle i oedolion 18 – 35 oed fynychu gofod diogel a digwyddiad cymdeithasol fyddai'n cydnabod galar a'i effaith, ystyried llais yr unigolyn, y gefnogaeth bresennol sydd ar gael trwy gyfrwng y Gymraeg ac adnabod bylchau. Ariannwyd y digwyddiad gan Llais a ffrwyth llafur cyd-weithredu rhwng Manon a Buddug o Troedio Tonnau, Sioned o Mantell Gwynedd a Mared o Blas, Pontio oedd y noson.

Mae wynebu profedigaeth yn rhan o fywyd a bydd galar yn cael effaith ar bob un ohonom mewn rhyw ffordd neu'i gilydd yn ystod ein hoes. Mae dulliau gwahanol gennym i ymdopi gyda galar. Ond ar adegau gall galar fod yn llethol . Gall fod yn un o'r emosiynau mwyaf cymhleth a dinistriol sy'n gallu taro ar unrhyw adeg a chwalu iechyd meddwl a chorff person. Ac mae angen i ni barhau i chwalu'r tabŵ.

Braf oedd cael ardal bar Jac Do yn llawn bwrlwm ac roedd y diod a'r pitsas blasus o Tân yn arwain at awyrgylch wresog ac ymlaciol wrth i griw o tua 22 ymgynnull. Cafwyd sesiwn comedi gan yr amryddawn Caryl Burke wnaeth dorri'r ias a chodi gwres yr ystafell. Mae'n syndod pa mor gysylltiedig ydi'r llon a'r lleddf, dagrau galar a dagrau chwerthin! Dwy ochr o'r un geiniog. Wedi egwyl i gymdeithasu, bwyta ac yfed mwy, daeth Hywel Pitt i ddiddanu gyda'i hiwmor coeglyd a'i gerddoriaeth fachog, gan eto brocio pawb yn sensitif iawn i ystyried emosiynau, pwysau a disgwyliadau cymdeithas.

Roedd cornel gofio dawel hefyd ar un ochr a chrewyd teyrngedau ac atgofion hyfryd yno. Clowyd y noson trwy roi cyfle i bawb ysgrifennu enw neu atgof ar bapur hadau a'i gludo adref i'w blannu, fel bod modd tyfu rhywbeth cadarnhaol a hardd o brofiad ac emosiwn tywyll megis galar. Mae cael nawdd a chyfle i gynllunio digwyddiadau fel hyn yn Gymraeg o fewn ein cymunedau mor werthfawr. Mae angen darganfod dulliau o ystyried, deall ac ymdopi gyda galar. Trwy chwalu'r tabŵ a chynnig cymuned o gefnogaeth gellir trosglwyddo profiadau tywyll yn egni cadarnhaol. Profodd y noson bod defnyddio'r celfyddydau fel offeryn i hwyluso hyn YN gweithio.

Chwip o noson - Galar a gigls heb os!

DIGWYDDIADAU
CWRDD Â CHYLLIDWYR

Sefydliad Cymunedol Cymru - Cronfa Waddol Cynnal
Dydd Mawrth 05/05/2026
15:45 - 16:30
Ar-lein

Dysgwch fwy am Gronfa Gwaddol Cynnal a phorth ariannu newydd Sefydliad Cymunedol Cymru! Mae croeso i chi ofyn unrhyw gwestiynau sydd gennych!

I gofrestru, am ddim, ewch i:-
https://www.eventbrite.co.uk/e/cwrdd-a-cyllidwr-meet-the-funder-cggc-wcva-tickets-1975322360354?aff=oddtdtcreator

MANTELL GWYNEDD

Cofrestru yn hanfodol.

01286 672 626
ymholiadau@mantellgwynedd.com

Grantiau newydd ar gael i gryfhau cymunedau Cymreig

FUNDED BY
ARIENNIR GAN

Cefnogi Trydydd Sector Cymru
Third Sector Support Wales

Mae Cymunedau Cwtsh Comic Relief yn cynnig grantiau i fudiadau gwirfoddol Cymreig â llai na £250,000 o incwm, gan gydnabod eu rôl hanfodol wrth gefnogi cymunedau.

Mae cyllid rhwng **£15,000–£35,000** ar gael ar gyfer prosiectau sy'n gweithio mewn tri maes blaenoriaethol: anghenion sylfaenol, iechyd (datblygiad plentyndod cynnar) a diogelwch.

Gall y gweithgareddau gynnwys

- banciau bwyd, ceginau cymunedol a chymorth hanfodol
- gweithgareddau i rieni a phlant bach
- gwasanaethau sy'n gwella diogelwch a chynhwysiant, megis canolfannau menywod neu grwpiau cefnogaeth

Dyddiad cau ar gyfer ceisiadau yw 22ain o Fai 2026

Ewch i wefan CGGC am fwy o wybodaeth a sut i wneud cais: www.wcva.cymru

GRANTIAU

1 CRONFA CEFNOGI CYMUNEDAU

Grant Cyfalaf a/neu Refeniw ar gyfer grwpiau cymunedol a gwirfoddol Gwynedd gyda'r nod i gefnogi cynlluniau a fydd yn gwella ansawdd bywyd trigolion, grwpiau a chymunedau'r sir.

Cyfalaf (hyd at £20,000)
Refeniw (hyd at £10,000)

2 CRONFA'R DEGWM

Grantiau ar gyfer hyrwyddo a chefnogi gweithgareddau gan sefydliadau **elusennol cofrestredig** sydd o fudd i drigolion Gwynedd, ac yn cyfoethogi cymunedau Gwynedd

Grantiau Cyfalaf a/neu Refeniw hyd at £5,000

GRANTIAU CYMUNEDOL CIST GWYNEDD 2026.27

CYNGOR GWYNEDD

3 CRONFA CYMORTH ARGYFWNG BWYD

Cyllid Grant wedi ei ddarparu gan Lywodraeth Cymru ar gyfer cefnogi cynlluniau bwyd a bwydo, i gefnogi'r nifer gynyddol o bobl sy'n wynebu tlodi bwyd.

Grantiau ar gael;
Cyfalaf (hyd at £5,000)
Refeniw (hyd at £4,000)

4 CRONFA CROESO CYNNES

Cyllid Grant wedi ei ddarparu gan Lywodraeth Cymru i gefnogi lleoliadau pwysig sydd yn darparu gofod croesawgar, hygyrch, diogel a chynnes sydd yn agored ac yn gynhwysol i bawb

Grantiau hyd at £2,000