



Mantell

NEWYDDLLEN MUDIADAU GWIRFODDOL GWYNEDD

Rhifyn 69 • Mai 2015

Cynnwys

O Mantell	2
Newyddion	3
Teulu Ni	4
Ffrindia'	5
Canolfan Gwirfoddoli	6
Plant a Phobl Ifanc	7
Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Lles	8
Cyfleoedd Ariannu	9
Digwyddiadau ac Hyfforddiant	10



ARIENNIR GAN Y LOTERI
LOTTERY FUNDED

MANTELL GWYNEDD

Swyddfa Gofrestredig:
23-25 Y Bont Bridd, Caernarfon,
Gwynedd, LL55 1AB.
Ffôn: 01286 672626
Ffacs: 01286 678430

E-bost:
yholiadau@mantellgwynedd.com

Swyddfa Gofrestredig:
Yr Hen Orsaf Heddlu, Y Lawnt,
Dolgellau, Gwynedd, LL40 1SB.
Ffôn: 01341 422575
Ffacs: 01341 422147

Gwefan: www.mantellgwynedd.com



Facebook: [mantellg](https://www.facebook.com/mantellg)



Trydar: [@mantellgwynedd](https://twitter.com/mantellgwynedd)

Gwirfoddoli ar y brig



Yn ddiweddar, cafodd aelodau panel grantiau GwirVol Mantell Gwynedd y cyfle i ffilmio stori ddirgel am wirfoddoli yng Ngwynedd.

Mae Canolfan Gwirfoddoli Gwynedd wedi bod yn llwyddiannus yn denu grantiau gan GwirVol a Pharc Cenedlaethol Eryri (Cronfa CAE) ar gyfer y prosiect yma. Pwrpas y prosiect yw hyrwyddo gwirfoddoli ymysg pobl ifanc er mwyn dangos fod gwirfoddoli yn bodoli ym mhob cwr o Gymru. Bu'r criw yn ffilmio ar Yr Wyddfa ac yna gyda Rheilffordd Ffestiniog ac Ucheldir Cymru. Bydd y ffilm ar gael i'w gweld ar wefan Mantell Gwynedd yn ystod yr wythnosau nesaf – www.mantellgwynedd.com



Y Prif Weinidog Carwyn Jones ac Alun Pugh yn trafod Gwirfoddoli Ymysg yr Ifanc gyda Staff Canolfan Gwirfoddoli Mantell Gwynedd.

STAFF MANTELL GWYNEDD

Prif Swyddog:

Bethan Russell Williams

TÎM DATBLYGU A GWASANAETHAU

Uwch Swyddog Datblygu a Gwasanaethau:

Delyth Vaughan

Swyddog Datblygu Prosiectau:

Eleri Lloyd

Hwylusydd Plant a Phobl Ifanc:

Paul Edwards

PROSIECT TEULU NI

Rheolydd Prosiect Teulu Ni:

Mair Richards

CYFEILLION TEULU

Arfon

Dawn Jones, Janet Jones

Dwyfor

Llinos Owen Jones

Meirionnydd

Iona Williams

TÎM IECHYD

Hwylusydd Iechyd a Gofal Cymdeithasol:

Sioned Llwyd Larsen

Rheolydd Prosiect Ffrindia’:

Carys Williams

Cydlynnydd Gwirfoddolwyr Arfon:

Alan Thomas

Cydlynnydd Gwirfoddolwyr Dwyfor:

Dawn Thomas

Cydlynnydd Gwirfoddolwyr Meirionnydd

Mirain Fflur Roberts

TÎM CYLLID A GWEINYDDOL

Dirprwy Brif Swyddog a Phennaeth

Tîm Cyllid a Gweinyddu:

Ceren Williams

Swyddog Gweinyddol:

Bronwen Rowlands

Cynorthwy-ydd Cyllid:

Tracy Williams

Cynorthwy-ydd Gweinyddol:

Tracy Lynne Rotheram

Cynorthwy-ydd Gweinyddol:

Ellen ap Dafydd

Derbynnydd:

Hilary Margaret Jones

TÎM CANOLFAN GWIRFODDOLI

Cydlynnydd Canolfan Gwirfoddoli

Carwyn Humphreys

Swyddog Gwirfoddoli:

Ann Angharad Fleming

Swyddog Gwirfoddoli:

Gwenllian Glyn Dafydd

Nodyn gan y Prif Swyddog

Pleser oedd croesawu y Prif Weinidog Carwyn Jones i Mantell Gwynedd yn ystod mis Ebrill. ‘Roedd yn gyfle i fedru danfon neges allweddol bwysig i Lywodraeth Cymru sef pwysigrwydd y Cytundeb Partneriaeth a’r arian craidd a ddaw yn ei sgîl, oblegid heb yr arian craidd ni fyddem yn gallu mynd ati i ddenu y cyllid mawr o gronfeydd eraill megis Y Gronfa Loteri Fawr. Yn ystod ei sgwrs nododd fod dau prif beth wedi ei drawo tra yn Mantell sef, yn gyntaf, nifer y gwirfoddolwyr sydd yn cael eu recriwtio a’r canran o rheiny sydd yn bobol ifanc, ac, yn ail, nifer y mudiadau gwirfoddol sydd wedi cael eu cofrestru dan ymbarel Mantell Gwynedd, sef dros 2,300. Ar lefel bersonol, i mi, ‘roedd yn gyfle i ail gyfarfod un o fy nghyfoedion Prifysgol gan fod Carwyn a minnau wedi bod yn gyd fyfyrwyr Adran y Gyfraith yn Aberystwyth yn ystod yr 80au.

Wrth i bawb fynd ati, o bob plaid wleidyddol, i wneud addewidion di ri cyn yr etholiad cyffredinol, mae un erthygl yn sefyll allan yn fy meddwl sef stori yn y Guardian Voluntary gan Ben Russell (dim perthynas i mi!) dan y pennawd **“Voluntary organisations get things done and will be there when the next government has come and gone”**. Mae llawer o bobol o’r farn nad ydi pleidleisio yn mynd i newid dim. I mi mae pleidleisio yn hawl y bu ymladd poenus amdano dros genedlaethau ac mae dyletswydd arnom i bleidleisio er mwyn creu newid. Ond mae mwy nag un ffordd o newid y byd ac yn y wlad yma mae gennym rai o’r elusennau cryfa a gorau yn y byd. Maent yn denu cefnogaeth enfawr ac yn gallu gwneud i ddegau o filoedd o bobl ddod at ei gilydd. Maent yn gallu protestio am newid a hefyd yn gallu gwneud gwahaniaeth. Mae dewis enfawr o elusennau i’w cefnogi, dros 160,000 yn y DU, yn gwneud miloedd o wahanol bethau. Mae siawns bod elusen ar gael i chi ei chefnogi beth bynnag fo’ch diddordeb. Gallwch wirfoddoli, cyfrannu’n ariannol, gwneud gwahaniaeth. Meddyliwch am funud – mae oddeutu 563,000 o aelodau o bleidiau gwleidyddol gwahanol yn y DU ond mae gan yr RSPB ar ei ben ei hun dros 1m o aelodau! Mae 79% o unigolion wedi cymryd rhan mewn ryw weithgaredd elusennol neu’i gilydd yn y flwyddyn aeth heibio ond dim ond 34% bleidleisiodd yn etholiadau Ewropeaidd llynedd neu 36% yn yr etholiadau lleol, neu 65% yn etholiad cyffredinol 2010!

Mae elusennau yn gwneud i bethau ddigwydd. Dydyn nhw ddim yn cymryd lle gwasanaethau cyhoeddus ond maent yn cyflawni gwaith arbennig i gymdeithas e.e. gwasanaethau hosbis, ambiwlans awyr a.y.y.b. Felly os ydych yn teimlo fel cwyno am ein system wleidyddol dros yr wythnosau nesa’ cofiwch mae ffordd arall o newid pethau hefyd. Peidiwch a bod yn sinigaidd am wleidyddiaeth. Cofiwch, mae elusennau hefyd yma i newid y byd!

Tan tro nesa’, Bethan

DEUNYDD I’R RHIFYN NESAF O MANTELL

Y dyddiad cau ar gyfer derbyn gwybodaeth i rifyn nesaf o Mantell yw **25ain o Fehefin 2015**

Danfônwch neu e-bostiwch unrhyw wybodaeth at

Ellen ap Dafydd, Swyddfa Mantell Dolgellau
e-bost: ellenapdafydd@mantellgwynedd.com

Ffôn: **01341 422 575**



PQASSO i Gymru – cryfhau ansawdd yn y trydydd sector yng Nghymru

Mae hi'n gynyddol bwysig i fudiadau trydydd sector yng Nghymru ddangos eu perfformiad, eu heffeithiolrwydd a'u heffaith i gyllidwyr, comisiynwyr a defnyddwyr.

Mae CGGC mewn partneriaeth â NCVO wedi derbyn arian o'r Gronfa Loteri Fawr i ariannu prosiect PQASSO i Gymru. Yn ogystal â sicrhau bod PQASSO yn berthnasol i Gymru, mae'r prosiect pum mlynedd cyffrous hwn yn ceisio cryfhau ansawdd yn y trydydd sector drwy helpu mudiadau i wella eu trefn lywodraethu, gwella ansawdd gwasanaethau i ddefnyddwyr, datblygu systemau a gweithdrefnau mwy effeithiol ac effeithlon a chreu diwylliant o welliant parhaus.

O 2015, bydd mudiadau sy'n cymryd rhan yn PQASSO i Gymru yn cael mynediad at y canlynol:

- safon ansawdd PQASSO yn Gymraeg am y tro cyntaf
- cyfleoedd hyfforddi
- cymorth ymarferol gan fentoriaid PQASSO
- adnodd gwiriad iechyd newydd PQASSO ar gyfer mudiadau bach iawn

Gall mudiad sy'n cymryd rhan hefyd fod yn gymwys i wneud cais am fwrsariaeth ar gyfer costau'r asesiad allanol i ennill Nod Ansawdd PQASSO. I gael gwybod mwy am PQASSO a Nod Ansawdd PQASSO ewch i www.ncvo.org.uk/practical-support/pqasso



Ydych chi'n fudiad cymunedol neu elusennol?

Oes pobl Cymraeg a di-Gymraeg yn eich cyfarfodydd? Hoffech chi roi'r cyfle i bawb allu siarad yn eu dewis iaith?

Mae Cyfieithu Cymunedol yn cynnig gwasanaeth cyfieithu ar y pryd a chyfieithu ysgrifenedig am bris sydd o fewn cyrraedd grwpiau cymunedol a sefydliadau'r trydydd sector.

Os ydych eisiau defnyddio'r gwasanaeth neu angen mwy o fanylion cysylltwch â:

Glyn Jones ar **01492 642357**
www.cyfieithucymunedol.org

Gwaddol Cymunedau Mentrus a Fforwm Neuaddau Gwynedd

Ar y 4ydd o Fawrth cynhaliwyd y Fforwm Neuaddau olaf yn ei ffurf bresennol yn Y Ganolfan ym Mhorthmadog. Cafwyd ymweliad gan Louise Currie, Community Action Northumberland, i drafod y consortia o neuaddau pentref sydd ganddynt yno. Cafwyd cyflwyniad diddorol iawn am y prosiectau gwahanol sydd ganddynt er enghraifft y clwb egni, rhaglen ansawdd arbennig i neuaddau ayb.

Ariannwyd y Fforwm gan brosiect Cymunedau Mentrus sydd bellach wedi dod i ben. Yn ystod oes y prosiect mae'n dda adrodd bod 186 o fudiadau wedi derbyn cymorth o dan 7 awr, 22 o fudiadau wedi derbyn cymorth dwys a datblygodd 5 o'r rhain i fod yn fentrau cymdeithasol newydd. Derbyniodd y mudiadau yma gymorth dwys gan y swyddog ar farterion megis strwythurau cyfreithiol, cynlluniau busnes, polisiau, ceisiadau ariannol ac ati.

Mae modd gwyllo 4 astudiaeth achos ar ffurf fideo sydd wedi derbyn cymorth gan y prosiect. Mae'r 4 mudiad sy'n ymddangos yn y fideo yn bedwar menter tra gwahanol i'w gilydd. Mae linc i wyllo'r fideo ar gael ar ein gwefan - maent werth eu gweld – www.mantellgwynedd.com

Mae Eleri a fu'n gweithio ar y prosiect yma yn parhau gyda ni fel Swyddog Datblygu Prosiectau am chwe mis i gynorthwyo gyda datblygu prosiectau gwahanol ac hefyd i barhau i roi cymorth i grwpiau cymunedol fel bo'r angen.

Y DIWEDDARAF

Hyd yma mae'r Prosiect wedi derbyn 117 o gyfeiriadau (targed o 120 hyd at fis Mai 2015), 64 yn Arfon, 27 yn Nwyfor a 26 ym Meirionnydd.

Mae lleoliadau'r teuluoedd yn amrywio o Gaernarfon a Bangor ac ardaloedd cyfagos i Bwllheli, rhannau anghysbell o Ben Llŷn (megis Bryncroes, Rhydyclafdy, Mynytho a.y.y.b.), i Flaenau Ffestiniog, Abermaw, Dolgellau a'r cyffiniau. Golyga' hyd llawer o amser teithio i'r Cyfeillion Teulu.

Mae'r gwaith o gasglu data ar gyfer y Dadansoddiad Gwerth am Arian wedi ei gwblhau a disgwylir yr adroddiad cyn diwedd Ebrill. Mae'r gwaith yn seiliedig ar yr achosion sydd wedi cau ble dangoswyd fod y gost i sicrhau bod teuluoedd yn cadw apwyntiadau meddygol a derbyn gwasanaeth cwnsela wedi costio £29,424.34 (19 teulu) i'r Prosiect. Oni bai am y gefnogaeth yma gan y Cyfeillion Teulu byddai'r teuluoedd wedi methu cyrraedd eu hapwyntiadau meddygol a derbyn gwasanaethau cwnsela gan arwain at fwy o gost i'r darparwyr gwasanaethau yn y pen draw.

Bydd y Prosiect yn trefnu gweithgareddau awyr agored yn ystod gwyliau hanner tymor a Gwyliau'r Haf. Yn ystod y misoedd diwethaf mae'r Cyfeillion Teulu wedi gwneud nifer o weithgareddau gyda'r teuluoedd, gan gynnwys:-

- gwneud crempog
- gweithgareddau gwneud bocsys adar
- chwilio am bryfaid.





CYFNOD PRYSUR

Ers dechrau'r flwyddyn mae hi wedi bod yn amser prysur iawn i Ffrindia'.

Rydym wedi croesawu nifer o wirfoddolwyr newydd i'r cynllun, dyma rai sydd yn cynrychioli y dair ardal.



Uchod: Sarah Pozzi o Rydyclafdy ger Pwllheli



Chwith: Siân Angharad Jones o Gaernarfon



Isod: Peter Bell o Rydymain ger Dolgellau

Diwrnod o Hwyl a Gwybodaeth

A ydych yn cynnig Gwasanaeth/Gwybodaeth i Bobl Hŷn Gwynedd?

Mae Ffrindia' yn cynnal

Diwrnod o Hwyl a Gwybodaeth

yn y **Ganolfan Porthmadog**
ar y **3ydd o Orffennaf 2015.**

Os oes gennych ddi-ddordeb cael
Bwrdd Gwybodaeth
cysylltwch â

Carys Williams 01286 672626

neu ebostio

carys@mantellgwynedd.com

Diolch

Yn achlysurol rydym yn derbyn llythyr sydd yn rhoi gwir ddarlun o fudd Cynllun Ffrindia'. Isod mae crynhoad o lythyr a dderbyniwyd yn ddiweddar.

"Mae fy mam, sydd yn byw ar ben ei hun yn cael budd mawr iawn o'r cynllun oherwydd y wraig sydd yn ymweld â hi bob p'nawn dydd Mawrth.

Nid yw Mam bellach yn medru cerdded yn dda felly mae hi'n gaeth i'r tŷ. Mae wedi cyrraedd oedran ble mae unigrwydd o golli ffrindiau yn ei gwneud yn unig. Unig blentyn ydw innau ac yn byw tua 120 milltir i ffwrdd ac er fy mod yn teithio i fyny i'w gweld unwaith y mis, mae'n gysur mawr, gwybod y bydd hi'n mwynhau cwmni ei ffrind trwy Ffrindia' am un p'nawn bob wythnos; mae'r ddwy yn dod ymlaen yn dda yn sgwrsio neu'n cael gêm o gardiau, ac yna, te bach o flaen y tân!

Mae cynllun fel hyn werth y byd i'r henoed a'r rhai unig yn ein plith; pan fydd Mam yn cael ei llethu gan unigrwydd mae'n dorcalonnus ei chlywed yn adrodd sut mae hi'n teimlo.

Mae cael cwmni mor werthfawr!"

**Mwy o wybodaeth ynghyd â'r newyddion diweddaraf i'w gael ar ein gwefan!
www.mantellgwynedd.com**

Canolfan Gwirfoddoli Gwynedd - Wythnos Gwirfoddolwyr - 1af-7fed Mehefin 2015



Mae Wythnos Gwirfoddolwyr yn ddiwyddiad cenedlaethol i ddathlu cyfraniad gwirfoddolwyr sy'n cael ei gynnal yn ystod yr wythnos gyntaf o Fehefin bob blwyddyn. Dyma rai o drefniadau Canolfan Gwirfoddoli Gwynedd am yr Wythnos:

Digwyddiad Dathlu a Diolch i wirfoddolwyr:

Edrychwch ar ein gwefan am fanylion am y prif ddiwyddiad dathlu!

Cystadleuaeth Tynnu Lluniau!

Cyfle i chi ennill hamper ar gyfer eich mudiad.

Cofiwch am ein cystadleuaeth tynnu lluniau- rydym yn chwilio am luniau sydd yn cyfleu GWIRFODDOLI yng Ngwynedd. Dyddiad cau – Dydd Gwener, 22ain o Fai 2015

Codi Ymwybyddiaeth:

Yn ystod yr wythnos, bydd y Ganolfan Gwirfoddoli yn codi ymwybyddiaeth a rhannu gwybodaeth am wirfoddoli ar draws Gwynedd. Byddwn yn cynnal dwy arddangosfa ym Meirionnydd yn portreadu Y Trydydd Sector ar waith. Mae'r trefniadau yn cynnwys:

- Mai 27ain ac 28ain - 10yb-4yp:
Arddangosfa Y Trydydd Sector:
Swyddfa Mantell Gwynedd, Yr Hen Orsaf Heddlu, Dolgellau
- Mehefin 1af a'r 2ail- 10yb-4yp:
Arddangosfa Y Trydydd Sector:
Festri Capel Newydd Bethel, Tywyn

Yn ogystal, byddwn yn ymweld â:

- Mehefin 1af – Stondin deithiol – Maesgeirchen
- Mehefin 2il – Llyfrgell Penygroes
- Mehefin 3ydd – Farchnad Pwllheli
- Mehefin 5ed – Farchnad Bangor

Croeso i chi ymuno â'r dathliadau uchod - cysylltwch â Chanolfan Gwirfoddoli Gwynedd ar **01286 672626 / 01341 422 575** neu **gwirfoddoli@mantellgwynedd.com**



Paul Gordon Roberts o fudiad AGRO yn derbyn ei wobwr am wirfoddoli y llynedd



Criw o wirfoddolwyr ifanc ym Mlaenllechau

GWIRFODDOLWR Y MILENIWM



Gwirfoddolwr y Mileniwm - Llwyddiannau

Tystysgrif am 50 awr o wirfoddoli:

Glesni Lloyd Roberts – Urdd Gobaith Cymru, Plas Gwilym a Plas Silyn.

Megan Hughes - Llyfrgell Penygroes a Bocs.

Tystysgrif 100 awr o wirfoddoli:

Tomos Ellis Roberts – Rheilffordd Ffestiniog ac Ucheldir Cymru.

Tystysgrif 50 a 100 awr o wirfoddoli:

Kazia Brody – Llyfrgell Penygroes, Freshfields ac Annie's Wyddfa

Joseph Swaine – Coleg Meirion-Dwyfor Dolgellau

Liam Jones - Coleg Meirion-Dwyfor Dolgellau

Thomas Springle - Coleg Meirion-Dwyfor Dolgellau

Ela Vaughan Jones – Ysgol Pendalar

Wedi cyrraedd tystysgrif 200 awr, gwobr rhagoriaeth:

Rebecca Roberts – Ymchwil Canser

Da iawn pawb!



Owain Griffiths hefo ei dystysgrif 50 awr, 100 awr a 200 awr am wirfoddoli hefo Clwb Gymnasteg Bangor.



Joseph Swaine, Liam Jones a Thomas Springle hefo eu tystysgrifau 50 awr a 100 awr am wirfoddoli hefo Coleg Meirion-Dwyfor Dolgellau.

Hawl plant i gael dweud eu dweud

Mae hawl plant a phobl ifanc i gael llais yn y penderfyniadau sy'n effeithio ar eu bywydau a'u dyfodol yn un sy'n cael ei ymgorffori yn Erthygl 12 o Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Plant (CCUHP). Fis Mawrth, cynhaliwyd diwrnod hyfforddiant llwyddiannus ar y CCUHP ar gyfer aelodau Rhwydwaith Plant a Phobl Ifanc, gan amlygu pwysigrwydd ymwybyddiaeth hawliau plant i sefydliadau sy'n darparu gwasanaethau neu'n gweithio gyda phobl ifanc.

Hefyd ym mis Mawrth, fel rhan o'i ymrwymiad i hawliau plant, lansiodd Llywodraeth Cymru - Cymru Ifanc - Young Wales, rhaglen newydd o waith cyfranogol ar gyfer ieuencid. Bydd y prosiect, a redir gan Plant yng Nghymru, yn sicrhau bod barn plant a phobl ifanc yn cael eu clywed ar y materion sy'n bwysig iddyn nhw, a bod eu lleisiau yn dylanwadu ar benderfyniadau.

Yn gysylltiedig â'r prosiect cenedlaethol mae Partneriaeth Gwynedd a Môn yn llunio strwythur ar gyfer cyfranogaeth ieuencid ar lefel leol drwy sefydlu Cyngor Ieuencid. Bydd yn fforwm ar gyfer cynghorau ysgol, grwpiau ieuencid a chynrychiolwyr o'r trydydd sector i gymryd rhan yn y broses ddemocrataidd ar lawr gwlad. Bydd mwy o wybodaeth a gwahoddiad i gymryd rhan yn y Cyngor Ieuencid yn cael ei rannu gydag aelodau o Rwydwaith Plant a Phobl Ifanc yn y misoedd nesaf.

Caffi Cof – Y Gymdeithas Alheimers a Phrifysgol Bangor

Lleoliad: **Bryn-Llinos, Victoria Drive, Bangor LL57 2EN**

Amser: - **bob Dydd Gwener o 13:00 - 14:30**

Ar gyfer pwy? - unigolion sydd wedi cael diagnosis o ddementia a hefyd ar gyfer eu gofalwyr, ffrindiau a theulu. Cynhelir gweithgareddau amrywiol gan gynnwys te a sgwrs gyda myfyrwyr Prifysgol Bangor. Am fwy o wybodaeth cysylltwch â **Judy Morris** judy.morris@bangorstudents.com **01248 388050** neu **Hayley Horton** Hayley.Horton@alzheimers.org.uk

TENOVUS – CYFLEOEDD HYFFORDDIANT

Mae Tenovus yn cynnal cyrsiau undydd ar Fedrau Cyngor Budd-daliadau achrededig (Lefel I WEA) yn rhad ac am ddim ar hyd a lled Cymru yn 2015 – dyma restr o ddyddiadau ar gyfer y Gogledd:

- Dydd Mercher, 20fed o Fai - Gorllewin Cymru
- Dydd Mercher, 23ain o Fedi – Bangor
- Dydd Mawrth, 20fed o Hydref - Gorllewin Cymru

Am fwy o wybodaeth cysylltwch â **sharon.topazio@tenovuscancercare.org.uk** **07794 231319**.

EPILEPSI ACTION CYMRU - CLINIG 'GALW HEIBIO' WEDI EI SEFYDLUYNYSBYTY ALLTWEN

Lleoliad:

Ysbyty Alltwn, Tremadog, Gwynedd LL49 9AQ

Amser:

Bob dydd Mawrth 9.00y bore – 12.30 y prynhawn

Am fwy o wybodaeth cysylltwch â **Llinos** ar **07806 395 520** neu e-bostiwch **Ann: asivapatham@epilepsy.org.uk**

CYNGHRAIR CYFLYRAU IECHYD TYMOR HIR DE GWYNEDD

Cynhelir y cyfarfod nesaf ar Ddydd Llun Mehefin 22ain yn Ystafell Gyfarfod R P Jones, Ysbyty Dolgellau am 10 y bore. Am fwy o wybodaeth cysylltwch â **Sioned yn Mantell** ar **01286 672626** neu **sioned@mantellgwynedd.com**

GOFAL (Y Groes Goch)

Gwasanaeth Cyfeillio i bobl hŷn dros 50 oed.

Cynllun i alluogi pobl hŷn i fod yn fwy annibynnol drwy gymorth emosiynol 'un i un' yn y cartref, galwadau ffôn a chymorth grŵp i godi hyder yn gymdeithasol.

Os hoffech wybod mwy am y gwasanaeth cysylltwch â

Swyn Angharad – Swyddog Cynnal Gwynedd a Môn:

SAngharad@redcross.org.uk

01248 672 632 | 07725 201 507

Fiona Evans – Arweinydd Tîm Gogledd

Orllewin.FionaEvans@redcross.org.uk

01745 828 360 | 07725 201 505

Cyfleoedd i gymryd rhan mewn grwpiau ffocws yng Ngogledd a Chanolbarth Cymru

Cynhelir grwpiau ffocws i geisio canfod beth yw barn pobl am ymddygiad gwrthgymdeithasol, a sut y gellir delio â hynny. Mae heddluoedd lleol wedi nodi bod llawer o'u hachosion o ymddygiad gwrthgymdeithasol yn ymwneud â phobl sydd wedi cael salwch meddwl neu gamddefnyddio sylweddau. Hoffai'r cynllun yma siarad â phobl a/neu ofalwyr sydd wedi cael salwch meddwl neu gamddefnyddio sylweddau.

Cynhelir y grwpiau ffocws mewn chwe lle gwahanol ar ddyddiadau gwahanol rhwng 2 a 4 y prynhawn, bydd lluniaeth ar gael a bydd costau teithio yn cael eu talu.

Cynhelir un o'r cyfarfodydd yma ar **Fai 11** yn Ystafell Seminar, Neuadd Ogwen Prifysgol Bangor am 2:00 y prynhawn.

Am fwy o wybodaeth cysylltwch â **Sue Jones** **01248 388728** s.jones@bangor.ac.uk

neu **Tina Faulkes** ar **01745 816711** asstdirector@unllais.co.uk

CRONFA BUDDSODDI CYMUNEDOL



Mae'r gronfa yma ar gael i gryfhau a datblygu grwpiau a mentrau o fewn y trydydd sector ledled Gwynedd. Pwrpas hyn yw

galluogi'r trydydd sector (sector wirfoddol) i allu chwarae rhan gyflawn o fewn cymunedau Gwynedd. Gall grwpiau wneud cais am grant cyfalaf a/neu refeniw hyd at uchafswm o **£10,000.00**.

Y dyddiadau cau ar gyfer cyflwyno ceisiadau yn 2014-2015 yw :-

30 Mehefin 2015

30 Medi 2015

04 Ionawr 2016 (os bydd cylid ar gael)

Os oes gennych syniad am brosiect newydd y medr eich cymuned elwa ohono, cysylltwch â Mantell Gwynedd ar 01286 672 626 neu delyth@mantellgwynedd.com neu ewch i www.mantellgwynedd.com. Gall grwpiau wneud cais am hyd at £1,000.00 trwy gysylltu yn uniongyrchol â **Dylan Thomas**, Cartrefi Cymunedol Gwynedd ar **dylan.thomas@ccgwynedd.org.uk** neu **0300 123 8084**.

Y Gist wedi agor

– grantiau ar gael i grwpiau cymunedol Gwynedd

Mae Cist Gwynedd, yn cynnig cymorth ariannol i grwpiau gwirfoddol a chymunedol yn y sir, ac mae'r Gist wedi ail agor unwaith eto ar ddechrau mis Ebrill 2015.

Mae'r Gist yn gweinyddu'r Gronfa Datblygu Gwirfoddol sy'n cynnig hyd at £10,000 o arian cyfalaf neu refeniw i gefnogi gwirfoddolwyr i wella ansawdd bywyd trigolion a chymunedau yng Ngwynedd, yn ogystal â Chronfa'r Degwm sy'n cynnig grantiau bach i eisteddfodau lleol ac elusennau cofrestredig yn y sir. Am ragor o wybodaeth neu am becyn cais ar gyfer y Gronfa Datblygu Gwirfoddol neu Gronfa'r Degwm, ewch i safle we'r Cyngor:

www.gwynedd.gov.uk/grantiaucymunedol, neu cysylltwch gydag Uwch Swyddog Cist Gwynedd ar 01286 679153, e-bost: cistgwynedd@gwynedd.gov.uk

Dyddiad cau ar gyfer y rownd nesaf yw

30ain Mehefin 2015.

Torf-gyfrannu

Yn ei hanfod, dull cynyddol ffasiynol a newydd i godi arian ar gyfer eich mudiad/prosiect neu syniad newydd yw torf-gyfrannu. Cyn lansio ymgyrch codi arian trwy dorf-gyfrannu mae'n rhaid sicrhau eich bod wedi cynllunio'n fanwl ar gyfer sicrhau ymgyrch lwyddiannus a'ch bod wedi cynllunio eich ymgyrch CYN ei lansio. Mae sawl cwmni gyda phlatfform i chi lansio eich ymgyrch torf-gyfrannu - dyma saith tip i'ch cynorthwyo gyda sefydlu ymgyrch torf-gyfrannu:-

1. Adeiladu sylfaen gref o gefnogwyr i'ch mudiad/prosiect/syniad ymlaen llaw – mae hyn yn holl-bwysig a gall wneud y gwahaniaeth rhwng llwyddo neu fethu. Mae teulu a ffrindiau yn fan cychwyn da yma ac mae angen targedu cynulleidfa er mwyn eu cael ar eich hochr cyn lansio eich ymgyrch.
 2. Ymchwilio'n fanwl i'ch farchnad darged – mae canfod cefnogwyr a sefydlu marchnad yn mynd law-yn-law. Eto, mae teulu a ffrindiau yn bwysig ar gychwyn eich ymgyrch ond mae angen meddwl am ddylanwadu ar gynulleidfa ehangach.
 3. Dewis porth torf-gyfrannu – mae digon o ddewisiadau i gael ar-lein ond mae hi'n holl bwysig dewis y porth/platfform iawn a'r math o dorf-gyfrannu 'da chi am ei ddefnyddio e.e. rhoddion, ecwiti, gwobr ayyb.
 4. Gosod nôd codi arian realistig i'ch ymgyrch – mae angen costio eich ymgyrch yn fanwl – pob agwedd ohoni ac mae angen i chi fod yn dryloyw.
 5. Gweithio mewn partneriaeth â mudiadau eraill i lansio ymgyrch – mae manteision o wneud hyn h.y. rhannu costau, adnoddau a syniadau, rhwydweithiau ehangach ayyb.
 6. Ysgrifennu a rhyddhau datganiadau i'r wasg yn gyson a rheolaidd yn defnyddio pob cyfrwng posibl a chadw mewn cysylltiad cyson â'ch cefnogwyr.
 7. Cadw'r momentwm i fynd – mwya'n byd o gefnogwyr a 'noddwyr'/buddsoddwyr sydd gennych yna mae hynny yn denu cefnogaeth gan gynulleidfa ehangach.
- Diolch i www.crowdclan.co.uk am yr uchod

TAITH UNED SYMUDOL MANTELL GWYNEDD HAF 2015

- 04-05-2015 Sioe Nefyn, Nefyn
- 13-06-2015 Sioe Dyffryn Ogwen, Bethesda
- 04-07-2015 Sioe Caernarfon, Caernarfon
- 18-07-2015 Ras yr Wyddfa, Llanberis
- 26-08-2015 Sioe Amaethyddol Meirionnydd, Harlech

Cofiwch hefyd bod posib i chi logi Uned Symudol Mantell Gwynedd am bris rhesymol, er mwyn trafod telerau: Cysylltwch drwy e-bostio: ymholiadau@mantellgwynedd.com
Ffonia: **01286 672 626**
Neu trwy ein gwefan: www.mantellgwynedd.com



DEWCH IYMUNO Â NI

yn Sioe Amaethyddol Meirionnydd ar yr 26ain o Awst yn Harlech.

Estynnir gwahoddiad cynnes iawn i chi – holl fudiadau gwirfoddol sy'n darparu gwasanaeth yn ardal Meirionnydd i ymuno â Mantell Gwynedd yn eu pabell ar gae Sioe Sir Meirion eleni. Yn y gorffennol, mae pabell Mantell wedi bod yn fwrwm o weithgaredd. Felly peidiwch â cholli cyfle, gallwn eich sicrhau o ddiwrnod prysur yng nghwmni ein gilydd, cyfle i rannu gwybodaeth â'r cyhoedd ac i rwydweithio â mudiadau eraill.

Ffoniwch **Ann** neu **Ellen** ar **01341 422575** – i gael rhagor o wybodaeth



[facebook.com/mantellg](https://www.facebook.com/mantellg)



[@MantellGwynedd](https://twitter.com/MantellGwynedd)



CALENDR HYFFORDDIANT / DIGWYDDIADAU WCVA

12-05-2015

Cyfathrebu Achosion Cyfathrebu Strategol ar gyfer ymgyrchoedd
Plas Pentwyn (LL11 3NA)

13-05-2015

Cyflwyniad i ddiogelu data a chyfrinachedd
WCVA, Rhyl (LL18 3EB)

14-05-2015

Gwneud mesurau effaith yn rhan o'ch prosesu busnes
WCVA, Rhyl (LL18 3EB)

20-05-2015

Sgiliau arwain i godi arian
WCVA, Rhyl (LL18 3EB)

09-06-2015

Sicrhau rhoddion mawr gan unigolion cefnog
WCVA, Rhyl (LL18 3EB)

18-06-2015

Codi arian drwy apelïadau cyfalaf
WCVA, Rhyl (LL18 3EB)

23-06-2015

Sut mae Cymru'n gweithio datganoli ar waith
WCVA, Rhyl (LL18 3EB)

25-06-2015

Cynllunio at lwyddiant diwedd prosiect a thu hwnt
WCVA, Rhyl (LL18 3EB)

I archebu lle ewch i www.wcva.org.uk neu i gael rhagor o wybodaeth, ffoniwch **0800 2888329** neu e-bostiwch help@wcva.org.uk.

FFARWÉLA DYMUNIADAU GORAU

Yn anffodus, ar ddiwedd mis Mawrth bu'n rhaid i ni ffarwelio ag un o'n cydweithwyr sef Carol Evans, Swyddog Gwneud y Cysylltiadau, prosiect ariannwyd trwy gronfa Ewropeaidd ESF a Llywodraeth Cymru. Diolch yn fawr iawn i Carol am ei gwaith dros y ddwy flynedd diwethaf a dymunwn yn dda iddi i'r dyfodol.

HYFFORDDIANT MANTELL GWYNEDD

I drafod anghenion hyfforddiant eich mudiad cysylltwch â **Delyth Vaughan** ar **01286 672626** neu delyth@mantellgwynedd.com.