



Gwirfoddoli a nodau llesiant

Mae'r tablau hyn yn dangos sut gall gwirfoddoli ein helpu ni i wneud cynnydd tuag at yr amcanion a'r nodau a amlinellir yn [Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol \(Cymru\) 2015](#).

1. PUM FFORDD O WEITHIO

Mae Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol yn cymeradwyo pum ffordd o weithio er mwyn cyflawni mwy o lesiant. Drwy gynllunio a chynnwys gwirfoddolwyr yn dda, gall mudiadau ddangos pob un o'r rhain. Mae'r tabl isod yn awgrymu sut.

Cynnwys eraill
Datblygu ffyrdd y gall gwirfoddolwyr ddylanwadu ar benderfyniadau
Rhoi adborth, e.e. 'dywedoch chi, gwnaethom ni'
Gofyn i wirfoddolwyr am adborth ar eu rolau ac awgrymiadau ar gyfer datblygu
Cyfleu gwybodaeth i wirfoddolwyr mewn modd cyfeillgar i ddefnyddwyr
Gweithredu'n gydweithredol

Alinio prosesau recriwtio, cynefino a hyfforddi â phrosesau mudiadau perthnasol eraill; edrych ar y posibilrwydd o gyflawni'r rhain ar y cyd
Atal problemau rhag digwydd neu fynd yn waeth
Adeiladu tîm hyblyg o wirfoddolwyr er mwyn cynyddu gwydnwch yn wyneb galwadau annisgwyl
Integreiddio amcanion a nodau llesiant
Polisiâu sy'n adlewyrchu buddiannau llesiant buddiolwyr, gwirfoddolwyr, y mudiad a'r amgylchedd
Cydbwiso angen tymor byr â'r gallu i ddiwallu anghenion hirdymor
Cynllunio ar gyfer cost wirfoddoli fel cost graidd, yn hytrach na chost prosiect tymor byr

Gall gwirfoddolwyr hefyd gyfrannu at y ffyrdd hyn o weithio. Er enghraifft, mewn gwaith atal argyfwng gyda'r rheini sy'n agored i niwed, e.e. digartrefedd, camddefnyddio sylweddau, unigrwydd, cam-drin rhywiol neu ddomestig, hunanladdiad, diweithdra.

2. SAITH NOD LLESIANT

Ar yr ochr chwith mae'r camau y gall mudiadau eu cymryd wrth ddatblygu gwirfoddoli a fydd yn cyfrannu at bob un o'r saith nod. Maen nhw'n mynd i'r afael â'r 'sut' o wirfoddoli.

Ar yr ochr dde, ceir enghreifftiau o weithgareddau gwirfoddolwyr sy'n effeithio ar bob un o'r nodau llesiant. Dyma'r 'beth' o wirfoddoli.

Nid yw hon yn rhestr gynhwysfawr, ond mae'n dangos rhai o'r ffyrdd allweddol y mae gwirfoddoli'n cyfrannu at lesiant Cymru.

GALL MUDIADAU.....	MAE GWIRFODDOLWYR YN CYFRANNU DRWY (ENGHREIFFTIAU)
Cymru sy'n fwy cyfartal	
Ehangu'r cynnig gwirfoddoli i gynnwys gwahanol fathau o weithgareddau, lefelau ymrwymo a lefel y sgiliau sydd eu hangen	Cynorthwyo'r rhai mwyaf difreintiedig, e.e. pobl hŷn, ceiswyr lloches, y digartref
Sicrhau y gall pobl gael gafael ar gyfleoedd gwirfoddoli, yn ddigidol a thrwy ddulliau nad ydynt yn ddigidol	Addysgu sgiliau digidol er mwyn trechu allgau digidol
Talu treuliau personol gwirfoddolwyr fel nad oes unrhyw un yn cael eu hallgau ar sail ariannol	Sicrhau mynediad cyfartal at wasanaethau (goresgyn rhwystrau, e.e. trafnidiaeth, iaith, darparu cymorth pan na fydd teulu i wneud hynny)
Darparu gwybodaeth a hyfforddiant ar gyfer gwirfoddolwyr ar fformatau amrywiol	Mentora pobl ifanc dan anfantais
Monitro, adolygu a defnyddio prosesau monitro cyfle cyfartal i lywio recriwtio yn y dyfodol	Cynlluniau darllen / cynlluniau ieuenctid ac ati, gan ganolbwyntio ar dangyflawnwyr addysgol
Cynnwys gwirfoddolwyr ar y Bwrdd	Gwasanaethau cynghori ac eirioli

Rhoi hyfforddiant ar ymwybyddiaeth o amrywiaeth i wirfoddolwyr a staff	Ymgyrchu ac addysg i drechu gwahaniaethu ac anghyfiawnder
Cymru lewyrchus	
Cynnig cyfleoedd i wirfoddolwyr – yn enwedig gwirfoddolwyr ifanc - ddysgu a datblygu sgiliau	Trafod ac olrhain eu nodau datblygu a'u cyflawniadau personol eu hunain drwy wirfoddoli
Galluogi gwirfoddolwyr i symud i wahanol rolau o fewn y mudiad neu rhwng mudiadau er mwyn ennyn profiad	Prosiectau ailgylchu
Cefnogi gwirfoddolwyr i ennill achrediad am sesiynau cynefino a hyfforddiant a gwblhawyd	Siopau elusen; siopau cymunedol a chwmnïau bwyd cydweithredol
Dilyn yr egwyddorion yn Siarter CGGC/TUC Cymru er mwyn sicrhau cydberthynas dda rhwng gwirfoddolwyr a gweithwyr cyflogedig yn y gweithle	
Cymru o gymunedau cydlynus	
Edrych am gyfleoedd i wirfoddolwyr gymryd rhan ar draws cenedlaethau ac ar draws grwpiau diwylliannol	Datblygu cydberthnasau ag amrywiaeth o unigolion

Cefnogaeth i grwpiau gwirfoddol anffurfiol mewn lleoedd ddilyn eu hagenda eu hunain	Rhaglenni gwrth-hiliaeth/cyfiawnder hiliol
Hybu Gwirfoddoli â Chymorth Cyflogwr er mwyn cynyddu cysylltiadau busnes â'r gymuned leol	Cysylltu â'r rheini sy'n unig ac wedi'u hynysu
Dathlu cyfraniadau gwirfoddolwyr i'w cymuned	Cynlluniau cymydog da
	Rhedeg canolfannau cymunedol a'u gweithgareddau
	Glanhau traethau a chodi sbwriel
	Cynnal a chadw mannau agored/cymunedol
	Trefnu gwyliau a digwyddiadau lleol
Cymru gydnerth	
Cynnwys gwirfoddolwyr drwy weithio o bell o'u cartrefi neu yn eu cymunedau lleol	Ymateb i argyfyngau
	Garddio a phrosiectau amgylcheddol
	Ymwybyddiaeth o'r hinsawdd ac ymgyrchu drosti

	Hyrwyddo trafndiaeth lesol a charbon isel, e.e. beicio
Cymru sy'n gyfrifol ar lefel fyd-eang	
Gwella a dathlu amrywiaeth ethnig a diwylliannol gwirfoddolwyr	Addysg ac ymgyrchu dros faterion byd-eang, e.e. masnach, heddwch, y newid yn yr hinsawdd, tloedi, hiliaeth, hawliau dynol
Sicrhau bod arferion a disgwyliadau mewnol yn sensitif i ddiwylliannau	Hyrwyddo nwyddau a fasnachwyd yn deg; adeiladu Cymunedau Masnach Deg
	Ymgyrchoedd Cydsefyll
	Croesawu a chefnogi ceiswyr lloches a ffoaduriaid; symud noddfeydd
	Codi arian er mwyn lliniaru effeithiau trychinebau ac ar gyfer datblygiadau rhyngwladol
	Mynd i'r afael â throeddau casineb a cham-drin hiliol
Cymru iachach	
Trefnu cyfleoedd i wirfoddolwyr ymlacio a chymdeithasu â'i gilydd	Mynd i'r afael ag anghydraddoldebau cymdeithasol iechyd
Gellir datblygu rolau sy'n lleihau'r straen ar staff	Meithrin ffyrdd o fyw iach yn y gymuned

Datblygu cyfleoedd i bobl hŷn barhau i fod yn egniol ac yn rhan o bethau	Cadw mewn cysylltiad â'r rheini sy'n unig neu wedi'u hynysu
	Hyfforddi chwaraeon a ffitrwydd
	Galluogi cysylltiad a gweithgareddau cymdeithasol ar gyfer iechyd meddwl mewn grwpiau sy'n agored i niwed
	Gwella profiad cleifion/preswylwyr mewn ysbytai, cartrefi gofal, hosbisau
	Cymorth ategol ar gyfer gofal mewn ysbytai, cartrefi gofal, hosbisau
Cymru â diwylliant bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu	
Annog pobl i ddefnyddio'r Gymraeg, yn anffurfiol ac yng nghyd-destun rolau gwirfoddoli	Defnyddio'r Gymraeg wrth wirfoddoli
Presenoldeb Cymraeg ar gyfryngau cymdeithasol sydd wedi'i anelu at wirfoddolwyr	Hyrwyddo'r iaith ac ymgyrchu drosti
Defnyddio dulliau creadigol ac amlgyfrwng i gyfathrebu â gwirfoddolwyr a'u hyfforddi	Cyfrannu at gerddoriaeth, treftadaeth a'r celfyddydau; digwyddiadau cyhoeddus
	Cefnogi amgueddfeydd a safleoedd diwylliannol hanesyddol

	Cefnogi llyfrgelloedd a gwasanaethau hamdden
	Cymunedau ffydd ac addoli
	Gwyliau, digwyddiadau ac Eisteddfodau
	Cefnogi sefydliadau gwirfoddol Cymraeg, e.e. yr Urdd, Cylch Meithrin, Menter Iaith, Merched y Wawr
	Darlledu - radio cymunedol;
	Galluogi ymfudwyr a ffoaduriaid i rannu a dathlu eu diwylliant
	Cefnogi gweithgareddau ieuenctid a chynlluniau chwarae

Fiona Liddell

Rheolwr Helplu Cymru, CGGC

Medi 2020