31 Mai 2023: I'w ryddhau ar unwaith

Dathlwch wirfoddolwyr ysbrydoledig yn ystod Wythnos Gwirfoddolwyr 2023

Eleni, rydyn ni'n dathlu 39 mlynedd o'r Wythnos Gwirfoddolwyr, sy'n gyfle i ddiolch yn ffurfiol i'r gwirfoddolwyr anhygoel sy'n gwneud mwy o wahaniaeth ledled y DU.

Mae'r Wythnos Gwirfoddolwyr yn ŵyl flynyddol ledled y DU sy'n cael ei chynnal rhwng 1-7 Mehefin bob blwyddyn. Yn ystod yr wythnos arbennig hon, caiff mudiadau sy'n cynnwys gwirfoddolwyr eu hannog i ddathlu a dweud diolch anferth i'w gwirfoddolwyr.

Mae gwirfoddolwyr yn gweithio'n ddiwyd ym mhob cymuned o'r DU. Nhw sydd y tu ôl i lawer o'r gwasanaethau rydyn ni i gyd yn dibynnu arnyn nhw. Gwnaeth y pandemig sbarduno ymchwydd mawr yn y diddordeb mewn gwirfoddoli a gweithgareddau gwirfoddol a gwnaeth hyn, fel y dylai, godi ei broffil, gan wneud mwy fyth o bobl yn ymwybodol o'r cyfraniad aruthrol sy'n cael ei wneud bob dydd gan wirfoddolwyr Prydain. Wrth i'r genedl barhau i wynebu heriau eraill, rydyn ni'n gweld llawer o wirfoddolwyr yn cryfhau eu hymrwymiad i gefnogi ei gilydd, i wella'u cymunedau ac i ofalu am eu hamgylcheddau lleol.

Mae'r Wythnos Gwirfoddolwyr eleni yn canolbwyntio ar ddathlu ymdrechion anhygoel gwirfoddolwyr ac ysbrydoli pobl eraill i gymryd rhan. Bydd yr ymgyrch hefyd yn dangos y ffyrdd gwahanol o wirfoddoli, sut gall pobl fod y newid y maen nhw eisiau ei weld drwy wirfoddoli ac yn rhoi sbotolau ar bwysigrwydd amrywiaeth mewn gwirfoddoli.

ASTUDIAETHAU ACHOS

Mae **Prosiect Newid y Gêm** yn fudiad nid-er-elw mewn tyddyn bychan ger y Drenewydd, Powys, Canolbarth Cymru. Maen nhw'n cynorthwyo pobl ifanc i godi eu huchelgeisiau, magu hyder a gwella'u llesiant drwy gymryd rhan mewn gweithgareddau awyr agored hwyl a diddorol. Cafodd Ryan, sy'n 19 mlwydd oed, ei atgyfeirio i'r prosiect dros dair blynedd yn ôl ar ôl dioddef gorbryder a oedd yn ei atal rhag mynd i'r ysgol. Ers gwirfoddoli gyda Phrosiect Newid y Gêm, mae wedi magu hyder trwy fod mewn amgylchedd cefnogol gyda phobl ifanc eraill o'r un anian.

Wrth siarad am sut mae gwirfoddoli wedi effeithio ar ei fywyd, dywedodd Ryan:

'Mae Prosiect Newid y Gêm' wedi newid fy mywyd heb os ac wedi gwella fy sgiliau fel 'mod i'n gallu mynd i'r coleg – rhywbeth na fyddwn i wedi breuddwydio fyddai'n bosibl cyn hyn.'

Elusen gelfyddydol gymunedol a bywiog yn Arberth yw **SPAN Arts**, gyda 30 mlynedd o brofiad o ddod â'r celfyddydau i gefn gwlad Sir Benfro. Caiff SPAN ei yrru gan y gred greiddiol fod gan y celfyddydau'r pŵer i wella bywydau pobl a bod yn eiriolwr Celfyddydau fel Newid Cymdeithasol yng Ngorllewin Cymru. Mae Alexandra, un o wirfoddolwyr SPAN a symudodd i Gymru o'r Eidal wedi canfod bod gwirfoddoli gyda'r mudiad wedi ei helpu i deimlo'n rhan o gymuned.

Wrth siarad am sut mae bod yn wirfoddolwr wedi ei helpu hi, dywedodd Alexandra:

'Gwnaeth gwirfoddoli ganiatáu i mi wneud ffrindiau newydd a bod yn rhan o'r gymuned. Fel menyw hoyw ac o'r Eidal, roeddwn i eisiau teimlo mod i'n perthyn yn fy nhref leol, yn enwedig pan wnaeth y cyfnod clo fy atal rhag cymysgu â phobl. Roedd y celfyddydau yn ffordd dda i mi gwrdd â llawer o wahanol bobl o bob math o gefndiroedd.'

GWOBRAU ELUSENNAU CYMRU

Mae gwirfoddolwyr yn gwneud yr hyn y maen nhw'n ei wneud i helpu eu cymuned, nid i gael cydnabyddiaeth, ond mae'r wythnos gwirfoddolwyr a Gwobrau Elusennau Cymru yn gyfle gwych i ddathlu'r pethau anhygoel y maen nhw'n eu cyflawni. Rydyn ni'n annog mudiadau ac unigolion i enwebu eu gwirfoddolwyr yn y categorïau Gwirfoddolwr y Flwyddyn a Gwirfoddolwr Ifanc y Flwyddyn ar gyfer Gwobrau Elusennau Cymru 2023. Mae hwn yn ffordd wych o ddangos i wirfoddolwyr anhygoel ar hyd a lled ein gwlad cymaint y mae eu hymdrechion yn cael eu gwerthfawrogi.

NODIADAU I'R GOLYGYDDION

- Mae'r Wythnos Gwirfoddolwyr yn ymgyrch genedlaethol a gaiff ei hyrwyddo gan CGGC a'r Cynghorau Gwirfoddol Sirol (CVCs) yng Nghymru
- Am ragor o wybodaeth neu i gael eich rhoi mewn cysylltiad ag unrhyw un sydd wedi cymryd rhan yn yr astudiaeth achos, cysylltwch â Simon Dowling – sdowling@wcva.cymru / 02920 436596
- Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (CGGC) yw'r corff aelodaeth cenedlaethol ar gyfer mudiadau gwirfoddol yng Nghymru. Rydyn ni'n bodoli i alluogi mudiadau gwirfoddol yng Nghymru i wneud mwy o wahaniaeth gyda'i gilydd
- Cynhelir yr Wythnos Gwirfoddolwyr rhwng 1-7 Mehefin https://wcva.cymru/cy/lansio-wythnos-gwirfoddolwyr-2023-yng-nghymru/
- Trefnir Gwobrau Elusennau Cymru gan CGGC. Y dyddiad cau ar gyfer enwebiadau yw 26 Mehefin 2023 a bydd y seremoni yn cael ei chynnal yng Nghaerdydd ar 11 Hydref 2023

Er mwyn i ni hyrwyddo'r sector gwirfoddol yng Nghymru a diweddaru ein cysylltiadau yn y wasg ynghylch newyddion perthnasol gan CGGC, caiff eich gwybodaeth ei chofnodi ar ein cronfa ddata. Darllenwch ein hysbysiad preifatrwydd, sydd ar wefan CGGC, i gael gwybod sut bydd eich gwybodaeth yn cael ei defnyddio, pwy fydd yn gallu ei gweld, y sail gyfreithiol dros gadw eich gwybodaeth a'ch hawliau o ran yr wybodaeth hon.

Swyddfa Gofrestredig – Prif Swyddfa: Un Rhodfa'r Gamlas, Heol Dumballs, Caerdydd, CF10 5BF (Swyddfeydd hefyd yn y Rhyl ac Aberystwyth)
Ffôn: 0300 111 0124
E-bost: help@wcva.cymru

Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru
Elusen Gofrestredig 218093
Cwmni Cyfyngedig drwy Warant 425299
Cofrestrwyd yng Nghymru