



4.0 Gwirfoddolwyr

Meddwl am Wirfoddoli

Overview

1. Meddwl am wirfoddoli
2. Cwestiynau i ofyn i'ch hun
3. Canolfannau gwirfoddoli yng Nghymru

Os oes gennych chi ddi-ddordeb mewn gwirfoddoli ond ddim yn siŵr beth yr hoffech ei wneud, gall y dewis o gyfleoedd fod yn frawychus. Mae nifer o gwestiynau y gallwch eu gofyn i chi'ch hun a fydd yn eich helpu i ddewis y math iawn o wirfoddoli sy'n addas i chi:



Llun: Grŵp o wirfoddolwyr yn cynllunio sut i blannu coeden

Cwestiynau i ofyn i'ch hun

Pam rydych chi eisiau gwirfoddoli?

Ai am fod gennych amser rhydd, am eich bod eisiau gwneud ffrindiau newydd, am eich bod eisiau dysgu sgiliau newydd a chael profiad, neu am fod gennych sgiliau a phrofiadau yr hoffech wneud defnydd da ohonynt? A hoffech chi gael eich galw i gynorthwyo mewn argyfwng?

Ydych chi ar dân eisiau gwirfoddoli ar gyfer achos penodol?

Os ydych, a ydych chi'n gwybod yn gwmws beth hoffech chi ei wneud neu a ydych chi'n barod i gynnig eich gwasanaethau lle mae eu hangen fwyaf?

Faint o amser gallwch chi ei roi?

A allwch ymrwymo i wneud ychydig o oriau'r wythnos yn rheolaidd, neu a ydych yn chwilio am ryw beth i'w wneud dros gyfnod byrrach?

Oes well gennych chi weithio gyda grwpiau o bobl, gydag un unigolyn arall, neu a fydddech chi'n hapus yn gwirfoddoli ar eich pen eich hun?

A fyddai'n well gennych wirfoddoli dan do neu yn yr awyr agored?

Os ydych chi eisiau gwirfoddoli gyda phobl, pa fath o bobl - yr henoed, plant, pobl ifanc neu bobl ag anableddau?

Sylwer: Gyda rhai rolau sy'n gweithio gyda phlant neu oedolion agored i niwed mae'n bosib y bydd angen i chi gael gwiriad drwy'r Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd, a elwir hefyd yn wiriad cofnodion troseddol.

A oes gennych unrhyw sgiliau penodol yr hoffech eu defnyddio mewn gwaith gwirfoddol?

A ydych chi'n barod i ymgymryd â hyfforddiant os bydd y rôl yn galw am hynny?



Gwybodaeth bwysig

Os ydych yn derbyn budd-daliadau, a ydych yn gwybod sut y byddai gwirfoddoli'n gallu effeithio ar eich hawl i'w derbyn?

Gweler y daflen wybodaeth

4.12 Gwirfoddolwyr a Budd-daliadau Lles

Mae gwirfoddoli'n galw am rywfaint o ymrwymiad a chyfrifoldeb personol ond mae hefyd yn dod â boddhad ac ymdeimlad o fod wedi cyflawni rhywbeth. Beth bynnag yw'ch rhesymau dros wirfoddoli, y cyngor pwysicaf y gallwch ei gael yw y dylech fwynhau beth yr ydych yn ei wneud.



Gwybodaeth

Pan fydd gennych chi'r atebion i'r cwestiynau hyn, cysylltwch â'ch canolfan gwirfoddoli lleol

[Dod o hyd i'ch Canolfan Gwirfoddoli Lleol](#)

Mae canolfannau gwirfoddoli yn cynnig ffynhonnell o wybodaeth, cyngor ac arweiniad mewn un lle ar bob agwedd ar wirfoddoli, i wirfoddolwyr ac i fudiadau sy'n recriwtio. Mae staff y Canolfannau Gwirfoddoli yn ceisio creu cysylltiadau rhwng y sgiliau, y profiadau, yr amser a'r brwdfrydedd sydd gan bobl leol sydd eisiau gwirfoddoli a mudiadau sy'n ceisio datblygu eu gwasanaethau.

Wedi ichi ddewis mudiad, efallai y byddwch am ofyn nifer o gwestiynau i'r mudiad cyn penderfynu:

- A fyddaf yn cael fy ad-dalu am dreuliau y byddaf yn talu amdanynt?
- A fydd yswiriant ar fy nghyfer tra byddaf yn gwneud gwaith gwirfoddol?
- A fydd hyfforddiant perthnasol ar gael i mi?
- A fyddaf yn cael gwybod beth yn union a ddisgwylir gennyf, a beth na ddisgwylir gennyf?
- A fydd rhywun penodol y gallaf drafod fy ngwirfoddoli gydag ef?
- A fyddaf yn cael fy hyfforddi i ddefnyddio unrhyw gyfarpar arbennig, ac a ddarperir dillad diogelu?
- A fydd angen i mi roi rhybudd os byddaf am orffen fy lleoliad?
- A fydd angen gwiriad gan y Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd?

Canolfannau gwirfoddoli yng Nghymru

Dyma restr o'r holl ganolfannau gwirfoddoli yng Nghymru:

Abertawe

Amanda Carr/Julia Manser

Cyngor Gwasanaeth Gwirfoddol
Abertawe (SCVS)

Canolfan Gweithredu Gwirfoddol,
7 Ffordd Walter, Abertawe, SA1 5NF

Ffôn: 01792 544000

Ffôn: 07791 668966 (Amanda)

Ffôn: 07913 864519 (Julia)

scvs@scvs.org.uk

amanda_carr@scvs.org.uk

julia_manser@scvs.org.uk

Blaenau Gwent

Sinead Evans

Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol
Gwent (GAVO)

Trenwydd, Glyn Ebwy, NP23 5FH

Ffôn: 07483 128086

sinead.evans@gavo.org.uk

Bro Morgannwg

Janine Richardson

Gwasanaethau Gwirfoddol
Morgannwg (GVS)

Canolfan Menter Gymunedol y Barri
Heol Skomer, y Barri, Bro
Morgannwg CF62 9DA

Ffôn: 01446 741706

volunteering@gvs.wales

Janine@gvs.wales

Caerdydd

Ebed Akotia

Canolfan Gwirfoddoli Caerdydd -
Cyngor Trydydd Sector Caerdydd
(C3SC)

Tŷ Baltic, Sgwâr Mount Stuart,
Caerdydd CF10 5FH

Ffôn: 02920 485722

volunteer@c3sc.org.uk

Caerffili

Angela Tilcock/Caren White

Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol
Gwent (GAVO)

Tŷ Derwen, Church Street,
Casnewydd, NP19 7EJ

Ffôn: 01633 241550

Ffôn: 07483 128060 (Amanda)

angela.tilcock@gavo.org.uk

caren.white@gavo.org.uk

Casnewydd

Amele Tukandra

Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol
Gwent (GAVO)

Tŷ Derwen, Church Street,
Casnewydd, NP19 7EJ

Ffôn: 01633 241550

Ffôn: 07483 128065

amele.tukandra@gavo.org.uk

Canolfannau gwirfoddoli yng Nghymru

Dyma restr o'r holl ganolfannau gwirfoddoli yng Nghymru:

Castell-nedd Port Talbot

Gemma Richards

Cyngor Gwasanaethau Gwirfoddol
Castell-nedd Port Talbot (NPTCVS)
Tŷ Margaret Thorne, 17-19 Stryd
Alfred, Castell-nedd, Castell-nedd
Port Talbot. SA11 1EF

Ffôn: 01639 631246

info@nptcvs.org.uk

GemmaR@nptcvs.org.uk

Ceredigion

Ruth Evans

Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol
Ceredigion (CAVO)
Bryndulais, 67 Stryd y Bont,
Llanbedr Pont Steffan, Ceredigion,
SA48 7AB

Ffôn: 01570 423232

gen@cavo.org.uk

ruth.evans@cavo.org.uk

Conwy

Ceri Jones/Donna Jones

Cymorth Cymunedol a Gwirfoddol
Conwy (CVSC)
7 Rhiw Road, Bae Colwyn, Conwy
LL29 7TG

Ffôn: 01492 534091

volunteering@cvsc.org.uk

Gwynedd

Carwyn Humphreys

Canolfan Gwirfoddoli Gwynedd
(Mantell Gwynedd)
23-25 Y Bont Bridd, Caernarfon,
Gwynedd, LL55 1AB

Ffôn: 01286 672626

volunteer@mantellgwynedd.com

gwirfoddoli@mantellgwynedd.com

Merthyr Tudful

Frances Barry

Canolfan Gweithredu Gwirfoddol
Merthyr Tudful (VAMT)
89 – 90 Stryd Fawr, Pontmorlais,
Merthyr Tudful, CF47 8UH

Ffôn: 01685 353902

frances.barry@vamt.net

Pen-y-bont ar Ogwr

Sharon Headon

Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol
Pen-y-bont ar Ogwr (BAVO)
112-113 Commercial Street,
Maesteg, Pen-y-bont ar Ogwr,
CF34 9DL

Ffôn: 01656 810400

volunteering@bavo.org.uk

bavo@bavo.org.uk

Canolfannau gwirfoddoli yng Nghymru

Dyma restr o'r holl ganolfannau gwirfoddoli yng Nghymru:

Powys

Michele Muireasgha/Michiél Blee

Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol
Powys (PAVO)

Cymdeithas Cyrff Gwirfoddol
Powys, Uned 30, Ffordd Ddole,
Llandrindod Wells, Powys, LD1 6DF

Ffôn: 01597 822191

volunteering@pavo.org.uk

Rhondda Cynon Taf

Thomas Crockett

Canolfan Gwirfoddolwyr Interlink

Glenview House, Court House
Street, Pontypridd, CF37 5BE

Ffôn: 01443 846200

volunteering@interlinkrct.org.uk

tcrockett@interlinkrct.org.uk

Sir Benfro

Louise Wilkinson

Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol

Sir Benfro (PAVS)

36-38 Stryd Fawr, Hwlfordd,
Sir Benfro, SA61 2DA

Ffôn: 01437 769422

volunteering@pavs.org.uk

Sir Ddinbych

Cyngor Gwasanaethau Gwirfoddol

Sir Ddinbych (DVSC)

Canolfan Naylor Leyland, Stryd y
Ffynnon, Rhuthun, Sir Ddinbych
LL15 1AF

Ffôn: 01824 702441

volunteer@dvsc.co.uk

Sir Fynwy

Clare Watkins

Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol

Gwent (GAVO)

Tŷ Derwen, Heol yr Eglwys,
Casnewydd, NP19 7EJ

Ffôn: 01633 241550

Ffôn: 07483 128050

clare.watkins@gavo.org.uk

Sir Gaerfyrddin

Jane Hemmings

Cymdeithas Gwasanaethau

Gwirfoddol Sir Gaerfyrddin (CAVS)

18 Stryd y Frenhines, Caerfyrddin,
SA31 1JT

Ffôn: 01267 245555

volunteering@cavs.org.uk

Canolfannau gwirfoddoli yng Nghymru

Dyma restr o'r holl ganolfannau gwirfoddoli yng Nghymru:

Sir y Fflint

Jan Owen

Cyngor Gwirfoddol Lleol Sir y Fflint
(FLVC)

Corlan, Uned 3, Parc Busnes yr
Wyddgrug, Ffordd Wreccsam, yr
Wyddgrug, Sir y Fflint, CH7 1XP

Ffôn: 01352 744016

Ffôn: 07388 379233 (Claire)

Ffôn: 07388 379234 (Debbie)

Ffôn: 07388 993240 (Jan)

volunteers@flvc.org.uk

Torfaen

Callum Jones

Cynghrair Wirfoddol Torfaen (TVA)

Portland Buildings, Commercial
Street, Pont-y-pŵl, Torfaen, NP4 6JS

Ffôn: 01495 742420

callum@tvawales.org.uk

info@tvawales.org.uk

Wreccsam

Val Connelly/Vicky Wright

Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol
Wreccsam (AVOW)

21 Stryd Egerton, Wreccsam, LL11
1ND

Ffôn: 01978 312556

vb@avow.org

Ynys Môn

Medrwn Môn

Neuadd y Dref, Sgwâr Bulkeley,
Llangefni, Sir Ynys Môn, LL77 7LR

Ffôn: 01248 724944

post@medrwnmon.org



Cefnogi Trydydd
Sector **Cymru**

Third Sector
Support **Wales**

Rhwydwaith o fudiadau cymorth i'r trydydd sector cyfan yng Nghymru yw Cefnogi Trydydd Sector Cymru.

Ceir ynddo'r 19 corff cymorth lleol a rhanbarthol ledled Cymru, y Cyngorau Gwirfoddol Sirol, a'r corff cymorth cenedlaethol, Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (CGGC).

Am ragor o wybodaeth cysylltwch â <https://thirdsectorsupport.wales/cy/cysylltu/>

Ymwadiad

Mae'r wybodaeth a ddarperir yn y daflen hon ar gyfer cyfarwyddyd yn unig. Nid yw'n amnewid am gyngor proffesiynol ac ni allwn dderbyn unrhyw gyfrifoldeb am golled o ganlyniad i unrhyw un sy'n gweithredu neu'n gwrthod gweithredu arno.