



4.0 Gwirfoddolwyr

Cynnwys Gwirfoddolwyr ag Anghenion Cymorth Ychwanegol

Trosolwg

1. Cyflwyniad
2. Cefnogi Cydlynwyr Gwirfoddolwyr
3. Dysgu o Brofiad
4. Gwella eich Gallu i Gefnogi Gwirfoddolwyr
5. Gwybodaeth Bellach

Cyflwyniad

Mae'r sector gwirfoddol wedi ymrwymo i drechu gwahaniaethu a chynnig ffyrdd arloesol i bobl ddatblygu sgiliau a phrofiadau sy'n eu cefnogi a'u grymuso i fod yn ddinasyddion gweithgar.

Mae estyn allan at wahanol bobl, gan gynnwys y rheini ag anghenion cymorth ychwanegol, yn creu diwylliant sy'n mynd ati'n rhagweithiol i hyrwyddo ac annog cydraddoldeb, amrywiaeth a chynhwysiant ac sy'n galluogi pobl i ddod â'u profiad, eu sgiliau a'u gwybodaeth i'w rolau gwirfoddoli ac i'r mudiad.



Llun: Dau unigolyn yn gwirfoddoli ar liniaduron

Cefnogi Cydlynwyr Gwirfoddolwyr

Nid yw bob amser yn hawdd gosod pobl mewn lleoliadau gwirfoddoli, am nifer o resymau. Fodd bynnag, mae recriwtio a chynnal cronfa amrywiol o wirfoddolwyr, sy'n adlewyrchu'r gymuned a wasanaethir, yn arfer gorau ac yn ddull pwysig o sicrhau cynhwysiant ym maes gwirfoddoli.

Bydd cydlynwyr gwirfoddolwyr o'r farn bod datblygu sylfaen amrywiol o wirfoddolwyr yn llwyddiant mawr o ran diwallu anghenion amrywiol buddiolwyr y mudiad, a hynny'n briodol ddigon. Bydd cydlynwyr gwirfoddolwyr yn elwa felly, ar gael gafael ar gymorth, arweiniad a chyfleoedd datblygu sy'n cydnabod yr heriau y byddant yn eu hwynebu ac yn rhoi cyfleoedd iddynt drafod unrhyw broblemau a rhwystrau posibl a allai fodoli a chanfod atebion.

Mae llawer o fudiadau cenedlaethol a lleol a fydd yn gallu cynnig gwybodaeth a hyfforddiant ar arferion gorau ynghylch cynorthwyo'r rheini ag anghenion penodol. Cysylltwch â'ch Cyngor Gwirfoddol Sirol (CVC) lleol i weld pa wasanaethau a chymorth sydd ar gael. Efallai bod cyfeiriadur lleol o fudiadau ar gael, sy'n darparu cefnogaeth arbenigol, ac sy'n cynnig mynediad at adnoddau a hyd yn oed hyfforddiant.



Dolen Allanol

Bydd manylion cyswllt eich canolfan wirfoddoli leol ar gael ar wefan Cefnogi Trydydd Sector Cymru.

[Dod o hyd i'ch Canolfan Wirfoddoli leol](#)

Ar ben hynny, mae gan bob CVC Swyddogion Datblygu Gwirfoddoli a fydd yn gallu eich helpu i edrych ar ffyrdd o ddatblygu rolau gwirfoddoli, cymorth i wirfoddolwyr a systemau goruchwyllo ac ystyried ffyrdd arloesol o gynnwys pobl ag anghenion cymorth ychwanegol. Efallai y byddant hefyd yn gallu eich cyfeirio at fforymau sy'n bodoli'n barod lle gellir rhannu ac archwilio arferion gorau.

Dysgu o Brofiad

Yn 2010-2012, cydlynodd CGGC brosiect ymchwil weithredol i Gymru gyfan, a gyllidwyd gan y Loteri FAWR ar y pryd ([a elwir bellach yn Gronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol](#)), a oedd yn ceisio cydlynu'r hyn a ddysgwyd gan bob CVC wrth weithio gyda gwirfoddolwyr 'mwy anodd eu lleoli'.

Edrychodd y prosiect ar wahanol fathau o gymorth a allai gynyddu'r tebygolrwydd y bydd y rheini ag anghenion cymorth ychwanegol a/neu sy'n ddi-waith yn gwirfoddoli'n llwyddiannus.

Mae'r canlynol yn cynnwys rhywfaint o'r hyn a ddysgwyd ([mae'r adnoddau llawn ar gael ar wefan CGGC](#)) ac mae hefyd yn cynnwys dyfyniadau a chanfyddiadau o arolwg diweddar 'Time Well Spent', lle nodwyd bod nodweddion allweddol yn bwysig o ran creu diwylliant sy'n helpu i ddatblygu tîm o wirfoddolwyr brwd ac amrywiol.



Dolen Allanol

Dolen i arolwg 'Time Well Spent', arolwg cenedlaethol o brofiad pobl o wirfoddoli ledled y DU.

[Arolwg Time Well Spent](#)

Gwella eich Gallu i Gefnogi Gwirfoddolwyr

Mae ei gwneud yn hawdd i bobl gymryd rhan yn gam cyntaf pwysig tuag at greu diwylliant cynhwysol. Mae ymchwil yn nodi nifer o gamau gweithredu a nodweddion y gall mudiadau sy'n cynnwys gwirfoddolwyr eu hystyried:

- Cydlynwyr Gwirfoddolwyr i ymweld â grwpiau, yn eu hamgylchedd eu hunain, i godi ymwybyddiaeth o gyfleoedd gwirfoddoli a pha gamau y gall pobl eu cymryd i gael blas ar wirfoddoli a phrofiad ohono
- Cynnig sesiynau blasu i bobl roi cynnig ar wirfoddoli cyn ymrwymo
- Trefnu diwrnodau agored i bobl gael cipolwg ar y mudiad a chwrdd â gwirfoddolwyr eraill a'r Cydlynnydd Gwirfoddolwyr er mwyn helpu i chwalo rhwystrau canfyddedig posibl
- Estyn allan at bobl o gefndiroedd ac anghenion amrywiol drwy ddefnyddio dulliau recriwtio gwahanol a hyblyg
- Cynnig taith o amgylch y lleoliad gwirfoddoli sy'n gosod naws groesawgar

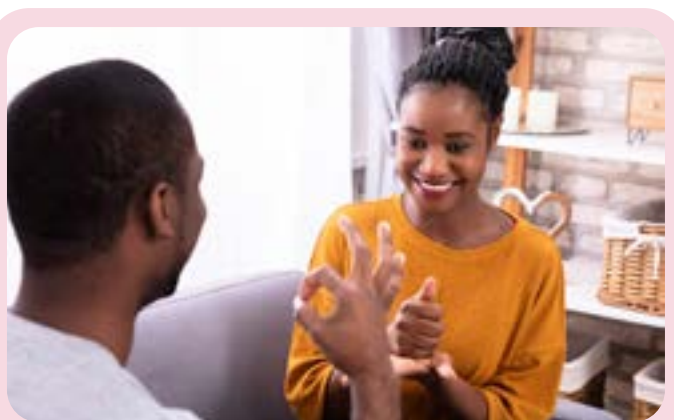
- Sicrhau bod cymorth ar gael i helpu unigolion llai hyderus, llai abl neu'r rheini nad Saesneg yw eu hiaith gyntaf, i roi cynnig ar wirfoddoli a'u helpu i wneud cais
- Creu cynllun mentora wedi'i hwyluso gan eich gwirfoddolwyr presennol i gynorthwyo unigolion ag anghenion ychwanegol
- Adolygu eich proses ymgeisio bresennol – a yw'n rhwystr neu a yw'n broses hwylus sy'n ystyried gwahanol alluoedd, cymhellion ac ati

Datblygu Rolau Hyblyg

Wrth greu rolau gwirfoddoli, mae'n ddefnyddiol gwranddo ar yr hyn y mae gwirfoddolwyr presennol a darpar wirfoddolwyr yn chwilio amdano ac eisiau ei gynnig – byddwch yn hyblyg, peidiwch â meddwl am yr hyn sydd ei angen ar eich mudiad yn unig.

Drwy fod yn hyblyg, gallwch gynnig set o sgiliau i'ch mudiad nad oeddech erioed wedi sylweddoli fod eu hangen arnoch.

Yn y rôl, mae'n bwysig cynorthwyo eich gwirfoddolwyr i helpu i lunio a datblygu eu rolau hefyd – mae'r buddsoddiad hwn mewn amser a gofal yn helpu i greu diwylliant sy'n gwerthfawrogi amrywiaeth, drwy ddull sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn, ac yn helpu gwirfoddolwyr i deimlo cysylltiad â mudiad. Mae hefyd yn creu glasbrint pwysig ar gyfer gwirfoddoli yn y dyfodol.



Llun: Dau wirfoddolwr yn defnyddio iaith arwyddion

Beth yw Cymorth Ychwanegol?

Mae gwaith ymchwil yn dangos bod mudiadau sy'n cynnwys gwirfoddolwyr yn gweithio'n galed i greu amgylchedd sy'n bleserus i wirfoddolwyr, lle maen nhw'n teimlo eu bod yn cael eu cefnogi a lle mae eu cyfraniadau'n cael eu cydnabod a'u gwerthfawrogi.

Mae'r ymchwil hefyd yn awgrymu bod gan y sector gryn ffordd i fynd eto i ddenu pobl o gefndiroedd amrywiol ac sydd ag anghenion amrywiol.



Llun: Gwirfoddolwyr yn plannu coeden

Mae angen i wirfoddolwyr â gofynion cymorth ychwanegol deimlo bod y mudiad yn ceisio diwallu eu hanghenion ac yn cynnig opsiynau gwahanol. Isod, ceir rhai syniadau a gwersi a ddysgwyd o ymchwil a gynhaliwyd i ystyried sut gall y sector gynorthwyo gwirfoddolwyr ag anghenion ychwanegol yn effeithiol:

- Cysylltu neu gyfeirio darpar wirfoddolwr at wasanaethau cefnogi yn eich ardal a allai eich galluogi chi a nhw i gael gafael ar gymorth, gwybodaeth ac adnoddau ychwanegol a fydd yn ei gwneud yn bosibl iddynt wirfoddoli'n llwyddiannus
- Bod yn ymwybodol o ba mor hygyrch yw eich cyfleusterau, eich adeilad a'ch lleoliad, gan gynnwys mynediad at drafnidiaeth gyhoeddus – siaradwch â'r gwirfoddolwyr ynghylch sut gallai'r rhain effeithio arnynt ac ystyriwch pa addasiadau rhesymol y gellir eu rhoi ar waith
- Sicrhau bod eich gwybodaeth yn hawdd ei deall ac ar gaelar wahanol fformatau a ffontiau a'i bod yn cydymffurfio â chanllawiau 'hawdd eu darllen'
- Ystyried gwahanol arddulliau dysgu eich gwirfoddolwyr – mae pob un ohonom yn dysgu'n wahanol, ac efallai y bydd angen dull gwahanol ar rai i'w helpu i ddeall eu rolau a'u tasgau. Gellir addasu'r hyfforddiant cynefino, er enghraifft, i'w gynnal mewn sesiynau byrrach neu mewn man tawel yn yr adeilad. Dylid sicrhau hefyd bod dogfennau ar gael ar fformat sy'n hwylus i bob gwirfoddolwr unigol

- Bod yn hyblyg ynghylch rolau. Efallai y gallwch gynllunio rôl benodol ar gyfer rhywun yn unol â'i anghenion, lefel ei ymrwymiad a phryd mae ar gael, sydd hefyd o fudd i'ch mudiad
- Rhoi gwybodaeth i ddarpar wirfoddolwyr sy'n hawlio budd-daliadau am wirfoddoli tra byddant ar fudd-daliadau



I gael rhagor o wybodaeth am fudd-daliadau a gwirfoddoli, gweler y daflen wybodaeth:

4.12 Gwirfoddolwyr a Budd-daliadau Lles

- Bod yn realistig ynghylch eich gallu a'r amser sydd ei angen i gynorthwyo gwirfoddolwyr yn effeithiol – cofnodi'r amser sydd ei angen i gynorthwyo eraill
- Ystyried y ffyrdd gorau o gynorthwyo gwirfoddolwyr ag anghenion ychwanegol – gall hyn fod mewn sesiynau cymorth mewn parau, grwpiau neu sesiynau un i un
- Creu cyfleoedd ymgysylltu lle gall gwirfoddolwyr, ag anghenion cymorth ychwanegol, rannu eu barn, cynnig adborth a bod yn rhan o'r broses benderfynu. Gall yr adborth hwn greu cyfleoedd dysgu pwysig i fudiadau a gall helpu i bennu beth maent yn ei wneud yn dda a meysydd y gellir gwella arnynt.
- Cymorth parhaus sy'n rhoi cyfleoedd i wirfoddolwyr ddylanwadu ar eu gwaith gwirfoddol, rhoi gwybod am bryderon neu hyd yn oed newid eu rolau. Bydd cyswllt a deialog reolaidd yn helpu i gysylltu'r rheini a fyddai fel arall yn teimlo eu bod wedi'u heithrio
- Dangos eich ymrwymiad i recriwtio gwirfoddolwyr amrywiol drwy ddefnyddio astudiaethau achos, taflenni a gwybodaeth ar eich gwefan sy'n defnyddio lluniau ac enghreifftiau o wirfoddolwyr amrywiol. Rhoi llawer o gyhoeddusrwydd i enghreifftiau o wirfoddolwyr yn eich mudiad ag anghenion cymorth ychwanegol. Mae hyn yn annog pobl i gredu bod eich mudiad yn groesawgar a chynhwysol.
- Gweld pob unigolyn a'i weld fel unigolyn ag asedau – mae gan bob unigolyn sgiliau, safbwyntiau a phrofiadau sy'n gallu cael effaith ystyrlon arno ef ei hun, y mudiad, y buddiolwyr a'r gymuned ehangach

Gwybodaeth Bellach

Fideo: Manteision Gwirfoddoli – Cipolwg o amgylch Fferm Gymunedol Abertawe CGGC

Bydd cydlynnydd gwirfoddolwyr ac un o wirfoddolwyr Fferm Gymunedol Abertawe yn trafod eu dull o gynorthwyo gwirfoddolwyr mewn fideo byr.

<https://www.youtube.com/watch?v=HcNhMN15bRo>

UK Association for Accessible Formats UKAAF

<https://www.ukaaf.org/>

Blog Llysgennad #byddaf: Pum awgrym ar wneud cyfleoedd yn gynhwysol (Saesneg yn unig) iwill.org.uk

<https://www.iwill.org.uk/five-tips-inclusive>

Buddsoddi mewn Gwirfoddolwyr - y Safon Buddsoddi mewn Gwirfoddolwyr

<https://iiv.investinginvolunteers.org.uk/download-the-standard>

Taflenni Gwybodaeth Ychwanegol Cefnogi Trydydd Sector Cymru

- 4.6 Cydraddoldeb ac Amrywiaeth
- 4.7 Sut i sicrhau boddhad gwirfoddolwyr
- 4.12 Gwirfoddolwyr a budd-daliadau lles
- 4.17 Deall iechyd meddwl a gwirfoddoli
- 4.22 Rheoli ymadawiadau gwirfoddolwyr



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.