# Cynnwys gwirfoddolwyr ag anableddau dysgu, anawsterau dysgu, neu anghenion cymorth ychwanegol

## Trosolwg


- Deall y gwahaniaethau
- Pam cynnwys gwirfoddolwyr â phrofiadau bywyd gwahanol?
- Pethau i'w hystyried
- Rhagor o wybodaeth


Bydd y dudalen hon yn eich helpu chi i ddeall gwerth cynnwys gwirfoddolwyr â phrofiadau amrywiol yn llwyddiannus ac yn eich arwain at gymorth arbenigol arall.

## Deall y gwahaniaethau

Er mwyn cynnwys gwirfoddolwyr yn y ffordd orau posibl, mae'n ddefnyddiol deall y gwahaniaethau rhwng gwahanol brofiadau.

- **Anabledd dysgu**: Mae'r rhain yn gyflyrau gydol oes sy'n effeithio ar allu deallusol a sgiliau bywyd bob dydd. Mae enghreifftiau yn cynnwys syndrom Down neu oedi datblygiadol byd-eang.
- **Anhawster dysgu**: Mae'r rhain yn cyfeirio at anawsterau mewn meysydd dysgu penodol, fel dyslecsia neu ddyspracsia. Nid yw anhawster dysgu yn effeithio ar ddeallusrwydd cyffredinol. Mae'n bosibl i berson gael anabledd dysgu ac anhawster dysgu.
- **Anghenion cymorth ychwanegol**: Mae hwn yn derm ehangach sy'n cynnwys unrhyw gymorth ychwanegol y gallai fod ei angen ar berson, efallai nad oes ganddo ddiagnosis. Gallai hyn gynnwys salwch meddwl neu gyflyrau'r sbectrwm awtistiaeth.

**Mae'n bwysig nodi y gall pobl weld eu hanghenion yn wahanol i'r diffiniadau uchod.**

## Pam cynnwys gwirfoddolwyr â phrofiadau bywyd gwahanol?

Hyrwyddo cynhwysiant a chyfle cyfartal i bawb, gan adlewyrchu gwir ysbryd gwirfoddoli.

Mae croesawu gwirfoddolwyr sydd â phrofiadau bywyd amrywiol yn cyfoethogi'ch mudiad mewn sawl ffordd ac yn dangos ymrwymiad i **gynhwysiant, tegwch ac amrywiaeth, elfen sylfaenol o safonau ansawdd Buddsoddi mewn Gwirfoddolwyr y DU**.

Mae manteision cynnwys gwirfoddolwyr sydd â phrofiadau bywyd gwahanol yn cynnwys:

- Hyrwyddo cynhwysiant a chyfle cyfartal i bawb, gan adlewyrchu gwir ysbryd gwirfoddoli.
- Dod â safbwyntiau a sgiliau unigryw i'ch tîm, meithrin arloesedd a dull gweithredu mwy cynhwysfawr i'ch cenhadaeth.
- Gwella ymgysylltu cymunedol trwy wir adlewyrchu amrywiaeth cymdeithas a datblygu cysylltiadau cryfach.
- Datblygu diwylliant gwirfoddoli cefnogol a hygyrch sydd o fudd i bawb, gan annog cymryd rhan yn ehangach.

**Buddsoddi mewn Gwirfoddolwyr (IiV) yw safon ansawdd y DU ar gyfer arfer da wrth reoli gwirfoddolwyr.**

## Pethau i'w hystyried

Wrth i chi ddatblygu cyfleoedd gwirfoddoli cynhwysol, cadwch yr ystyriaethau allweddol canlynol mewn cof. Yn aml, mae mudiadau'n gofyn y cwestiynau hyn, a bydd ymdrin â nhw'n rhagweithiol yn arwain at brofiad mwy llwyddiannus a chroesawgar i bawb.

- **Sut allwn ni wir wneud ein proses recriwtio'n groesawgar?** Meddyliwch y tu hwnt i ffurfiau safonol. Allech chi gynnig sgyrsiau anffurfiol, sesiynau blasu, neu gymorth i lenwi ceisiadau?
- **A yw'n rolau gwirfoddoli ni'n ddigon hyblyg?** A oes modd i dasgau cael eu rhannu'n gamau, eu haddasu neu'u cynllunio'n bwrpasol ar gyfer cryfderau unigolion a'r ffyrdd o gyfrannu y maen nhw'n eu ffafrio ?
- **Pa fath o gyfathrebu sy'n gweithio orau?** Ystyriwch ddefnyddio iaith syml, cymhorthion gweledol, arddangosiadau, neu gefnogaeth un-i-un gyson yn hytrach na dibynnu ar gyfarwyddiadau ysgrifenedig yn unig.

- **Sut fyddwn ni'n darparu cefnogaeth barhaus?** A fydd yna gyfaill penodedig, mentor, neu aelod o staff penodol a all gynnig cyfleoedd i gwrdd am sgwrs ac arweiniad rheolaidd?
- **A yw ein mannau ffisegol a'n gwybodaeth yn hygyrch?** Ystyriwch bopeth o fynediad adeilad ac arwyddion clir i fersiynau "Hawdd eu Deall" o ddogfennau pwysig neu amserlenni gweledol.
- **Pa hyfforddiant sydd ei angen ar ein staff a'n gwirfoddolwyr presennol?** Mae paratoi'ch tîm ag ymwybyddiaeth a sgiliau ymarferol ym maes cyfathrebu a chymorth cynhwysol yn hanfodol.
- **Sut allwn ni sicrhau bod y gwirfoddolwr yn teimlo'n werthfawr a bod eu cyfraniadau yn cael eu cydnabod?** Mae adborth rheolaidd, cadarnhaol a chyfleoedd i ddathlu cyflawniadau yn hanfodol i bob gwirfoddolwr.
- **Sut fyddwn ni'n dysgu o'r profiad hwn ac yn addasu ar sail hynny?** Ystyriwch ychwanegu ffyrdd o gasglu adborth gan wirfoddolwyr sydd ag anghenion cymorth ychwanegol eu hunain, i wella'ch dull gweithredu'n barhaus.
- **Ble allwn ni gael cyngor arbenigol?** Cofiwch nad oes rhaid i chi fod yn arbenigwr ym mhob math o angen neu brofiad bywyd. Mae yna fudiadau ac elusennau lleol a chenedlaethol y gallwch ymgynghori â nhw am arweiniad penodol.

# Rhagor o wybodaeth

Am arweiniad a chefnogaeth fwy manwl, ystyriwch ddefnyddio'r adnoddau gwerthfawr hyn:

## Innovate Trust Volunteering Hub

Yn cefnogi gwirfoddoli cynhwysol a chyfleoedd cyflogaeth i oedolion ag anableddau dysgu.

https://volunteering.innovate-trust.org.uk/

## Mencap Cymru

Yn cynnig eiriolaeth ac adnoddau yn benodol ar gyfer pobl ag anableddau dysgu.

https://wales.mencap.org.uk/

## Cynghorau Gwirfoddol Sirol (CGS)

Yn gallu darparu canllawiau cyffredinol ar arferion gwirfoddoli cynhwysol a chysylltu mudiadau â grwpiau lleol, rhwydweithiau a chyfleoedd.

https://volunteering-wales.net/cy/get-in-touch

## Mae Anabledd Dysgu Cymru

yn rhoi hyfforddiant a chyngor ar greu adnoddau 'Hawdd eu Deall'

https://www.ldw.org.uk/

## Pobl yn Gyntaf Cymru Gyfan

yw llais unedig grwpiau hunaneiriolaeth a phobl ag anableddau dysgu yng Nghymru

https://allwalespeople1st.co.uk

## Disability Rights UK

Mae Disability Rights UK yn darparu polisi cyfredol ar hawliau anabledd

https://www.disabilityrightsuk.org/about-us

## Scope UK

Mae Scope UK yn ymgyrchu i drawsnewid agweddau at anabledd, ymdrin ag anghyfiawnder ac ysbrydoli gweithredu

https://www.scope.org.uk/

## Sense

Mae Sense yn cefnogi pobl anabl ag anghenion cymhleth i deimlo'u bod wedi'u cysylltu ac wedi'u cynnwys

https://www.sense.org.uk/about-us/

Mae pobl ag anableddau dysgu yn fwy tebygol o wynebu colli golwg, colli clyw a salwch meddwl. Mae'r mudiadau canlynol hyn yn rhoi cyngor ac arweiniad defnyddiol ar ddeall anghenion unigolion:

## RNIB Cymru

Mae RNIB Cymru yn gweithio mewn partneriaeth â mudiadau ledled Cymru i ddarparu gwasanaethau lleol

https://www.rnib.org.uk/nations/walescymru/

## RNID in Wales

Mae RNID yng Nghymru yn cefnogi unigolion sy'n fyddar, yn colli clyw neu'n dioddef o dinitws ac maent yn helpu eraill sy'n darparu cymorth

https://www.rnib.org.uk/nations/walescymru/

## Mind Cymru

Mae Mind Cymru yn sicrhau bod gan bawb yng Nghymru gyfle i fanteisio ar yr wybodaeth, y cymorth a'r gwasanaethau iechyd meddwl sydd eu hangen arnynt

https://www.mind.org.uk/about-us/mind-cymru-mind-in-wales/