

# Mantell Gwynedd

Eich cyngor gwirfoddol sirol lleol

## 4. Gwirfoddolwyr

### 4.16 Cynnwys pobl ifanc fel gwirfoddolwyr



Diben y daflen wybodaeth hon yw eich helpu i ddeall sut i gynnwys pobl ifanc fel gwirfoddolwyr ac i oresgyn rhwystrau rydych efallai'n teimlo sy'n eich atal rhag eu cynnwys.

Mae yna adran ar y pethau cyfreithiol i'w hystyried wrth gynnwys pobl ifanc ac adran ar bethau ymarferol i'w hystyried, fel sut i recriwtio pobl ifanc fel gwirfoddolwyr, cadw gafael arnynt a'r ffordd orau o'u cynnwys.

Ym mhob sir mae nifer o wasanaethau ar gael i'r rheini sy'n cynnwys pobl ifanc 14-25 oed fel gwirfoddolwyr. Mae hyn yn cynnwys cymorth a chynngor gan gynghorwyr lleol, taflenni gwybodaeth pellach ar feysydd megis hyrwyddo a chydabyddiaeth i wirfoddolwyr drwy raglen Gwirfoddolwyr y Mileniwm. Gallwch gael gwybod mwy am hyn a llawer iawn mwy ar ein gwefan [www.gwirvol.org](http://www.gwirvol.org)

### **A all pobl ifanc dan 18 wirfoddoli?**

Yr ateb byr, syml yw y gallant. Nid oes dim cyfyngiadau cyfreithiol o safbwynt gwirfoddoli ac oedran. Yr ystyriaethau, gan amlaf, yw pa rolau sy'n addas ac ochr ymarferol hyn. Argymhellir eich bod yn trafod yr ymrwymadau eraill sydd gan bobl ifanc, megis pwysau addysg a chyflogaeth, wrth ystyried faint o amser a roddant i wirfoddoli.

### **Pam cynnwys pobl ifanc fel gwirfoddolwyr?**

Gall cynnwys pobl ifanc dan 18 oed fod yn ddigon i godi ofn ar rai mudiadau ond gall y manteision i'r mudiadau, i bobl ifanc ac i'r gymuned ehangach fod yn hynod o werth chweil.

### **Manteision i bobl ifanc:**

- Ffordd o wella eu llesiant, drwy wneud cyfraniad gwerthfawr at eu cymuned.
- Profiadau sy'n datblygu sgiliau emosiynol, cymdeithasol a phroffesiynol.
- Cyfle i ennill profiad a allai eu helpu i wneud penderfyniadau ynglŷn â'u gyrfa a hefyd i ddatblygu sgiliau trosglwyddadwy.
- Ennill cymwysterau, achrediad neu wobrau gyda chymorth a mentora gan eich mudiad.
- Geirdaon i gynorthwyo ceisiadau am swydd neu i brifysgol.
- Gallai helpu i ddymchwel rhwystrau rhwng gwahanol genedlaethau.

- Cael hwyl a chwrdd â phobl newydd, gan wneud cysylltiadau newydd.

## **Manteision i fudiadau**

- Efallai y bydd modd i chi gael at gyllid.
- Gall pobl ifanc gynnig syniadau a brwdfrydedd newydd
- Efallai y gall rhywun ifanc awgrymu ffordd newydd o wneud pethau drwy adborth onest.
- Datblygu ystod ehangach o gyfleoedd sy'n apelio i wahanol grwpiau oedran.
- Mae'n gallu helpu'ch mudiad i uniaethu â chleientiaid o bob oed.
- Wrth ehangu'ch sylfaen o wirfoddolwyr efallai y bydd cyfle i gael at wahanol rwydweithiau.
- Efallai y bydd pobl ifanc sy'n cael profiad da gyda'ch mudiad yn dychwelyd fel gwirfoddolwyr yn y dyfodol, gan greu cynaliadwyedd yn eich mudiad.

Ceir isod rai canllawiau ac adnoddau a argymhellir i'ch helpu i gynnwys pobl ifanc yn eich gweithgareddau:

## **Iechyd a Diogelwch**

Mae gennych Ddyletswydd Gofal tuag at eich gwirfoddolwyr i gyd. Mae angen i asesiadau risg ystyried lefel dealltwriaeth a phrofiad y gwirfoddolwyr.

Dan y Gyfraith Cyflogaeth rhaid cynnal asesiadau risg unigol i gyflogeion ifanc ac er nad yw hyn yn ofynnol i wirfoddolwyr fe'ch cynghorir i'w cynnal. Da o beth hefyd fyddai archwilio unrhyw is-ddeddfau yn eich ardal, gan fod rhai awdurdodau lleol yn mynnu bod siopau elusen yn gwneud cais am drwyddedau cyflogi plant.

**Nid** yw nifer yr oriau y caniateir i blant eu gweithio mewn wythnos yn berthnasol i wirfoddoli ac mewn nifer o achosion mae pobl ifanc yn gwirfoddoli yn eu hamser rhydd, sef gyda'r nos ac ar y penwythnos.

## **Yswiriant**

Bydd rhai mudiadau'n canfod bod gan eu hyswiriant cyfredol ar gyfer gwirfoddolwyr isafswm oedran o 18. Os felly, cysylltwch â'r cwmni a gofyn i'r oedran gael ei ostwng. Dylai gwirfoddolwyr gael eu hyswirio naill ai dan warchodaeth Atebolrwydd Cyflogwyr neu Atebolrwydd Cyhoeddus a dylai'r polisi yswiriant grybwyll gwirfoddolwyr yn benodol, oherwydd mae'n bosibl na chânt eu cynnwys yn awtomatig. Os oes gwirfoddolwyr iau'n gwirfoddoli yn yr un gweithgareddau â'ch gwirfoddolwyr eraill, fel arfer, ni ddylid bod cost ychwanegol am newid cyfyngiadau oedran eich polisi.

## **Diogelu**

Mae erthygl 1 o Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Plant yn diffinio plentyn fel pob bod dynol o dan ddeunaw mlwydd oed oni, o dan y gyfraith berthnasol i blant, deuir i oed yn gynharach.

Mae angen diogelu gwirfoddolwyr ifanc tra maent yn gwirfoddoli. Yn yr un modd, mae angen ystyried materion diogelu pan fo'r gwirfoddolwr ifanc ei hun yn gwirfoddoli gyda grwpiau sy'n agored i niwed, gan gynnwys plant eraill.

Mae'n arfer da i gael polisi diogelu ar waith pan fyddwch yn cynnwys unrhyw un o dan 18 oed, boed hynny fel gwirfoddolwr neu ddefnyddiwr gwasanaeth. (Gweler y daflen wybodaeth [Polisi Diogelu Enghreifftiol](#))

Dylid ystyried pa mor addas yw'r rôl pan fo'r gweithgaredd gwirfoddol yn cynnwys mynediad sylweddol heb oruchwyliaeth at grwpiau agored i niwed, neu blant. Yn y rolau hyn, mae angen gwiriad gan y Gwasanaeth Datblygu a Gwahardd. Mae rhagor o wybodaeth ynglŷn â'r Gwasanaeth Datblygu a Gwahardd ar gael [yma](#).

## **Caniatâd Rhieni**

Mae'n arfer da cael caniatâd rhiant/gwarcheidwad ar gyfer unrhyw un dan 18 oed sy'n gwirfoddoli gyda'ch mudiad. Dylid hysbysu'r rhiant o weithgareddau'r mudiad ac o'r hyn y bydd eu plentyn yn ei wneud, pryd ac ymhle.

Wrth ddefnyddio ffotograffau o wirfoddolwyr ifanc at ddibenion cyhoeddusrwydd mae angen i chi gael eu caniatâd ac, os ydynt dan 16, caniatâd rhiant/gwarcheidwad i'w defnyddio.

Os yw'r unigolyn ifanc dros 16 ac yn byw'n annibynnol ar rieni neu'r gwasanaethau cymdeithasol caiff roi ei ganiatâd ei hun.

Mae ffurflen ganiatâd personol enghreifftiol ar gael [yma](#).

## **Gwirfoddolwyr Ifanc a Budd-daliadau**

Fel rheol gyffredinol, ni ddylai gwirfoddoli effeithio ar fudd-daliadau cyn belled â'i fod mewn mudiad dielw ac mai dim ond mân dreuliau a gaiff eu had-dalu. Os oes unigolyn ifanc ar Lwfans Ceisio Gwaith rhaid iddo ef/hi fod ar gael i fynd i gyfweliad ar 48 awr o rybudd ac yn ymroi i geisio gwaith. Gall y rheini sy'n cael Lwfans Gofalwyr wirfoddoli cyn belled â'u bod yn dal i allu darparu gofal am o leiaf 35 awr yr wythnos

Mae arweiniad pellach ar gael yn y daflen wybodaeth ynglŷn â gwirfoddoli a budd-daliadau lles sydd ar gael [yma](#).

## **Syniadau ar gyfer cynnwys pobl ifanc**

Nawr eich bod yn deall rhai o'r agweddau technegol ar gynnwys pobl ifanc, efallai'ch bod yn gofyn 'sut allaf fynd ati i ddenu pobl ifanc a'u cynnwys?'

Mae pobl ifanc wedi dweud wrthym eu bod eisiau rolau cyffrous a diddorol, ond wrth gwrs mae hyn yn golygu pethau gwahanol i bawb. I ddarganfod beth yr hoffai pobl ifanc ei

wneud gyda'ch mudiad fel gwirfoddolwyr, man cychwyn da yw holi gwirfoddolwyr presennol neu ddarpar wirfoddolwyr ynghylch pa fathau o rolau y byddai ganddynt ddiddordeb ynddynt.

Mae gadael pobl ifanc i ddweud eu dweud yn dangos eich bod yn parchu eu barn a'ch bod am wrando arnynt. Gall eu cynnwys wrth lunio rolau gwirfoddol, prosiectau neu hyd yn oed y mudiad roi teimlad o berchnogaeth iddynt a chreu cyswllt gwirioneddol ag amcanion eich mudiad, eu rôl a'r gymuned.

Ymysg y ffyrdd y gallwch wneud hyn y mae;

- Yn ystod sgwrs anffurfiol pan maent yn holi ynghylch gwirfoddoli
- Yn ystod cyfarfod goruchwyllo un-wrth-un neu mewn grŵp
- Ffurio fforwm ieuenctid i alluogi'ch gwirfoddolwyr ifanc i ddod at ei gilydd i ddarparu adborth a chynghor
- Cael gwirfoddolwr ifanc fel cynrychiolydd mewn cyfarfodydd tîm, fel cynghorydd i'ch bwrdd ymddiriedolwyr neu berson ifanc yn aelod o'ch bwrdd.

Os ydych yn awyddus i gynnwys gwirfoddolwyr ifanc ond dim ond rolau gwirfoddoli sy'n addas i rai dros 18 oed sydd gennych ar hyn o bryd, efallai yr hoffech ystyried datblygu cyfleoedd eraill.

Beth am annog grŵp i'ch helpu gydag ymgyrch i godi ymwybyddiaeth? Gallai hyn fod yn eu hysgol gyda'u cyfoedion neu yn y gymuned ehangach. Cysylltwch â'r [panel Grant dan Arweiniad Pobl Ifanc](#) yn eich ardal chi i ddarganfod a oes yna bobl ifanc a allai fod ag awydd datblygu prosiect bach dan arweiniad pobl ifanc i gefnogi'ch mudiad.

Ydych chi'n cael trafferth cadw ochr yn ochr â'r holl dechnoleg sy'n fythol newid? Ydy'r rhyngryd yn ymddangos yn rhy ddryslyd i chi? Beth am ofyn i unigolyn ifanc ddangos i chi sut mae'n gweithio neu efallai'ch helpu i hyrwyddo'ch cyfleoedd drwy'r cyfryngau cymdeithasol? Gallent hyd yn oed eich helpu i ddylunio cylchlythyr/gwefan neu system weinyddu i ddal i fyny gyda'ch holl wirfoddolwyr.

A oes unrhyw weithgareddau grŵp lle gall pobl ifanc helpu, lle gallent fod dan oruchwyliaeth lawn?

Os bydd unigolyn ifanc yn holi am eich cyfleoedd ond eich bod yn teimlo nad oes gennych ddim byd addas, holwch beth gallant ei wneud neu beth oedd ganddynt mewn golwg. Yn ogystal â brwdfrydedd ac egni, mae gan bobl ifanc lawer o sgiliau a fyddai'n werthfawr i'ch mudiad, weithiau maen nhw'n anghofio crybwyll y rhain.

## Sut mae recriwtio gwirfoddolwyr ifanc

Felly, ymhle y gallwch ddod o hyd i'r bobl ifanc alluog, ymroddedig hyn? Yr ateb syml yw – ym mhobman. Dyma ond ychydig esiamplau o ffyrdd o ddod o hyd i wirfoddolwyr ifanc.

### 1. Defnyddiwch eich Canolfan Wirfoddoli leol

Eich cyswllt cyntaf ddylai fod y Cynghorwyr Gwirfoddoli Ieuenctid. Mae yna Gyngorwyr Gwirfoddoli Ieuenctid yn y rhan fwyaf o Ganolfannau Gwirfoddoli yng Nghymru. Eu nod yw helpu mudiadau i ddatblygu mwy o gyfleoedd gwirfoddoli o safon i bobl ifanc a recriwtio a lleoli pobl ifanc yn y cyfleoedd hyn. Mae manylion cyswllt eich Cynghorydd Gwirfoddoli Ieuenctid lleol ar gael [yma](#).

Gall eich Cynghorydd Gwirfoddoli Ieuenctid lleol hyrwyddo'ch cyfleoedd gwirfoddoli drwy [gronfa ddata genedlaethol](#) y gall unrhyw un yng Nghymru gael mynediad ati.

### 2. Ewch at bobl ifanc

Cysylltwch â mudiadau sydd eisoes yn cynnwys pobl ifanc, fel ysgolion, colegau, prifysgolion, clybiau ieuenctid, unedau Sgowtiaid a Geidiau, rhwydweithiau ieuenctid, canolfannau gwaith, gwasanaethau troseddwr ifanc, gwasanaethau cymdeithasol. Holwch a gewch sgwrsio â'r bobl ifanc am eich cyfleoedd, ewch â'r holl wybodaeth berthnasol a pheynnau ymgeisio gyda chi i'w dosbarthu iddynt.

- a. Efallai y bydd yna gyrsiau yn cael eu cynnal y byddai'ch cyfleoedd gwirfoddoli chi yn cynnig profiad gwerthfawr ar eu cyfer. Ystyriwch siarad â disgyblion neu fyfyrwyr a allai fod â brwdfrydedd neu set sgiliau rydych yn chwilio amdanynt.
- b. Efallai y bydd y mudiadau hyn yn cynnal digwyddiadau sy'n cynnig cyfle i chi hyrwyddo'ch cyfleoedd chi, megis digwyddiad Gyrfaedd neu Gyfoethogi.

### 3. Ystyriwch eich deunydd cyhoeddusrwydd presennol

A ydych arlein? A ydych yn defnyddio'ch cyfryngau cymdeithasol? A yw eich taflenni'n apelio at bobl ifanc? A yw eich gweithgareddau wedi'u hanelu at wirfoddolwyr hyn? A ydych chi mewn unrhyw fodd yn dweud neu'n datgan eich bod yn chwilio am wirfoddolwyr ifanc? Bydd pobl ifanc yn aml yn tybio nad yw eich gweithgareddau wedi'u bwriadu ar eu cyfer nhw oni bai eich bod yn dweud fel arall. Felly dywedwch wrth bobl ifanc am yr hyn rydych yn ei wneud, dywedwch beth yw eich oedran isaf ar gyfer gwirfoddolwyr gan dynnu sylw at y manteision, yn sgil y cyfle, a fydd yn apelio at bobl ifanc.

*'Rydym eisiau gallu dod o hyd i gyfleoedd gwirfoddoli ar wefannau'r cyfryngau cymdeithasol fel Twitter, Facebook ac Instagram'*

Ymgynghoriad Ymgysylltu ag Ieuenctid, WCVA, 2017

## Sicrhau bod pobl ifanc yn deall y rôl, y gallant ymrwymo a'u bod yn teimlo bod croeso iddynt

Un myth cyffredin yw bod **pob** unigolyn ifanc yn annibynadwy ac yn anaeddfed. **Pobl** yw pobl ifanc ac fel pawb arall, nid oes dau'r un fath. Os nad ydych yn sicr yn y cyfweiliad a ydynt yn deall y rôl, beth am i chi eu gwahodd i'r hyfforddiant a rhoi cyfle iddynt ddysgu rhagor a dangos yr hyn y maen nhw yn ei ddeall. Allech chi gynnig diwrnod rhagflas fel y gallent ddod i mewn i'r swyddfa neu gymryd rhan mewn gweithgaredd grŵp er mwyn gweld ai hon yw'r rôl iawn iddyn nhw?

Bydd angen i chi ystyried pwysau gwaith ysgol, swyddi ac amser cymdeithasol. Gellir trafod hyn yn ystod y cyfweiliad cychwynnol neu hyd yn oed ar ôl yr hyfforddiant fel y gall y darpar wirfoddolwr gael syniad o'r ymrwymiad yr ydych yn chwilio amdano a phenderfynu a fydd yn gallu rhoi hynny.

Gellir penodi cyfaill neu fentor er mwyn cefnogi'r gwirfoddolwr ifanc pan mae'n dechrau arni a'i helpu i ddeall ei rôl a theimlo bod croeso iddo/iddi yno.

### Cadw Pobl Ifanc fel Gwirfoddolwyr

Sut y gallwch ddangos i'ch gwirfoddolwyr ifanc eich bod wedi ymrwymo iddynt a'u hannog i barhau i wirfoddoli gyda chi?

1. Ystyriwch resymau unigolion dros wirfoddoli. Ai er mwyn meithrin sgiliau newydd? I roi rhywbeth yn ôl a theimlo'u bod yn gwneud gwahaniaeth? Gwneud ffrindiau? Gwella eu CV?

*'Rydym eisiau clywed mwy am fuddion gwirfoddoli a'r gwahaniaeth mae'n ei wneud i bobl ifanc'*

*'Rydym eisiau cael gwybod am yr effaith bosib y gallem ei chael'*

Ymgynghoriad Ymgysylltu ag Ieuenctid, WCVA, 2017

Mewn ymgynghoriad diweddar â phobl ifanc y tri phrif reswm dros wirfoddoli oedd ennill profiad newydd, gwneud gwahaniaeth i rywbeth sy'n bwysig iddyn nhw a gwneud ffrindiau newydd.

Allwch chi helpu i fodloni'r anghenion hyn drwy gynnig hyfforddiant, datblygu eu rolau eu hunain neu greu rhai newydd? Os na chaiff yr hyfforddiant ei achredu'n allanol gallech ei achredu'n fewnol drwy osod nifer o safonau a chanlyniadau i'r person ifanc eu cyflawni. Pan fo hyfforddiant ar gael, sicrhewch fod gwirfoddolwyr yn gwybod am y cyfleoedd hyn.

2. Mae digwyddiadau cymdeithasol yn helpu gwirfoddolwyr ifanc i ymgartrefu, cwrdd ag eraill a chreu rhwydwaith cymdeithasol. Gallai hyn fod yn gyfle i wirfoddolwyr gynorthwyo, o gynnal cyfarfodydd fforwm gwirfoddoli i achlysuron cymdeithasol ar ôl gwirfoddoli.
3. I wirfoddolwyr sy'n gwirfoddoli i hybu eu gyrfa neu eu haddysg gall fod yn syniad da amlinellu'r sgiliau trosglwyddadwy a'r profiadau mae'r gwirfoddolwyr yn eu datblygu.

Mae cynnig geirdaon, os yn briodol, yn dangos eich bod hefyd wedi ymrwymo i'w helpu i hybu eu gyrfa neu'u haddysg.

4. Mae cydnabod llwyddiannau gwirfoddolwyr ifanc yn ffordd wych o ddangos eich bod yn eu gwerthfawrogi. Yn ddiweddar rhoddodd pobl ifanc wybod i ni am ffyrdd amrywiol yr hoffent gael eu cydnabod am eu cyfraniadau gwirfoddol.
  - a. Hoffai rhai pobl ifanc gael gwobrau neu dystysgrifau; gallech ystyried darparu [Gwobr Gwirfoddolwyr y Mileniwm](#) neu enwebu pobl ifanc ar gyfer [Gwirfoddolwr Ifanc y Flwyddyn](#) neu gynnal eich cynllun tystysgrif eich hun ar gyfer gwirfoddolwyr.
  - b. Hoffai rhai gwirfoddolwyr gael eu cydnabod am eu brwdfrydedd, hyd eu gwasanaeth neu eu sgiliau a'u gwybodaeth arbenigol. Mae darparu rolau fel llysgenhadon yn galluogi pobl ifanc i ymgymryd â rôl newydd gyda statws a rhoi hwb pellach iddynt hyrwyddo gwaith eich mudiad a'u cyfraniad nhw ymysg pobl ifanc eraill.
  - c. Mae pobl ifanc yn hoffi gwybod eich bod chi ac unrhyw fuddiolwyr yn gwerthfawrogi eu bod yn rhoi o'u hamser. Gall gweld y gwahaniaeth a wnânt a gwybod y caiff ei werthfawrogi helpu pobl ifanc i ddod yn fwy hyderus, meithrin ymdeimlad o lwyddiant a'u helpu i deimlo'n rhan o'r gymuned.
  - d. Gall dangos gwerthfawrogiad fod mor syml â dweud diolch, rhoi cerdyn neu roi erthygl ynglŷn â gwirfoddolwr ar wefan, neu mor amlwg â chynnal gwibdaith arbennig i wirfoddolwyr neu seremoni wobrwyo.

DS/ Cofiwch y bydd yna wahaniaeth yn y ffordd yr hoffai gwirfoddolwyr gael eu cydnabod felly y peth gorau i'w wneud yw trafod â gwirfoddolwyr beth fyddent yn gyfforddus ag ef.

### **Ac yn olaf,**

Gofynnwch am adborth – ewch ati i holi pobl ifanc am eu profiad o wirfoddoli a sut y gallech ei wneud yn fwy o hwyl neu'n fwy diddorol. Gellid gwneud hyn drwy sgysiau anffurfiol, sesiynau goruchwylio ffurfiol neu drwy gynnig cyfle iddynt roi adborth yn ddiennw.

Hefyd, mae casglu adborth gan bob gwirfoddolwr sy'n eich gadael yn ffordd ddefnyddiol o ddarganfod a oes yna le i wella o ran sut mae gwirfoddolwyr yn cael eu cynefino, eu rheoli a'u cefnogi.

## Deunydd darllen ac adnoddau eraill

Gweler hefyd;

- Taflen wybodaeth 4.4 Recriwtio, dethol a sefydlu gwirfoddolwyr
- Taflen wybodaeth 4.7 Sut i sicrhau bodlonrwydd gwirfoddolwyr
- Taflen wybodaeth 4.8 Cadw gwirfoddolwyr yn ddiogel
- Taflen wybodaeth 4.12 Gwirfoddolwyr a budd-daliadau lles

## Gwybodaeth a chynghor cyffredinol ynghylch cynnwys gwirfoddolwyr ifanc

Gwefan i wirfoddolwyr ifanc yng Nghymru - [GwirVol](#)

Adroddiad yr [Ymgynghoriad Ymgysylltu ag Ieuenctid](#) (Mawrth, 2017)

Gwobr [Gwirfoddolwyr y Mileniwm](#) – ffordd o gydnabod oriau gwirfoddoli pobl ifanc 14 – 25 mlwydd oed

[Grantiau dan Arweiniad Pobl Ifanc](#) – cyllid ar gyfer gwirfoddoli a gweithredu cymdeithasol gan bobl ifanc

[Ymgyrch #iwill](#) – gwybodaeth ar yr ymgyrch ledled Prydain sy'n annog pobl ifanc i gymryd rhan mewn gweithredu cymdeithasol

[The Charity Social Media Toolkit](#) – adnoddau i gynorthwyo elusennau i ystyried eu defnydd o'r cyfryngau cymdeithasol

**Y Comisiwn Elusennau** – [canllaw ar fuddiolwyr agored i niwed gan gynnwys plant](#)

**Llywodraeth Cymru** – [Diogel Rhag Niwed: Diogelu Plant Mewn Mudiadau Gwirfoddol a Chymunedol yng Nghymru.](#)

**Yr Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch** – [www.hse.gov.uk/youngpeople/law/index.htm](http://www.hse.gov.uk/youngpeople/law/index.htm)



## Gyda diolch i

Pobl ifanc sy'n gwirfoddoli yng Nghymru, Cyngorwyr Gwirfoddoli Ieuenctid a Rhwydwaith Ieuenctid Gwirfoddoli Cymru

## Ymwadiad

Canllaw yn unig yw'r wybodaeth a roddir ar y daflen hon. Nid yw'n cymryd lle cyngor proffesiynol ac ni allwn dderbyn unrhyw gyfrifoldeb dros golled a geir o ganlyniad i unrhyw berson yn gweithredu, neu'n gwrthod gweithredu arno.

### Am rhagor o wybodaeth cysylltwch â

**Mantell Gwynedd**

23-25 Y Bont Bridd, Caernarfon, Gwynedd, LL55 1AB

**Elusen Gofrestredig:** 1068851

**Ffôn:** 01286 672626

[ymholiadau@mantellgwynedd.com](mailto:ymholiadau@mantellgwynedd.com)

**Ffacs:** 01286 678430

[www.mantellgwynedd.com](http://www.mantellgwynedd.com)

Cynhyrchwyd gan WCVA, Cyngorau Gwirfoddol Sirol a Chanolfannau Gwirfoddoli

**Wedi ei ddiweddarau:** 18/10/2017



Ffôn: 0800 2888 329

[www.wcva.org.uk](http://www.wcva.org.uk)