



CYMORTH
GWIRFODDOLI
GORLLEWIN
MORGANNWG



WEST
GLAMORGAN
VOLUNTEERING
SUPPORT

Gwirfoddoli mewn Cartrefi Gofal

Canllaw arfer dda



A shared resource for
developing knowledge





Cynnwys

Cyflwyniad.....	3
Cyd-destun Strategol.....	4
Adran Un: Pam Cynnwys Gwirfoddolwyr?.....	5
Adran Dau: Beth all Gwirfoddolwyr ei Wneud?.....	7
Adran Tri: Cynllunio Cyfranogiad Gwirfoddolwyr.....	8
Adran Pedwar: Rheoli a Chefnogi Gwirfoddolwyr.....	11
Gweithio gyda Sefydliad Trydydd Sector i Reoli Gwirfoddolwyr yn eich Cartrefi Gofal.....	13
Darllen Ychwanegol.....	14

Cysylltwch â'ch Cyngor Gwirfoddoli Sirol (CVC) lleol ynghylch cynnwys gwirfoddolwyr. Mae staff arbenigol ar gael i helpu i sicrhau eich bod yn cymryd y camau cywir.



Abertawe

✉ scvs@scvs.org.uk

☎ 01792 544000



Castell-nedd Port Talbot

✉ info@nptcvs.org.uk

☎ 01639 631246



Cyflwyniad

Mae'r canllaw hwn yn darparu trosolwg o sut mae gwirfoddolwyr, a'r trydydd sector, yn ychwanegu gwerth mewn cartref gofal. Mae'n darparu gwybodaeth ynghylch ystyriaethau allweddol wrth feddwl am gynnwys gwirfoddolwyr ac opsiynau ar gyfer eich camau nesaf.

Mae cartrefi gofal yn rhan o'r system iechyd a gofal cymdeithasol, yn darparu cartref a gofal hanfodol ar adeg allweddol mewn bywyd. Gall gwirfoddolwyr ychwanegu gwerth drwy ategu rôl staff cyflogedig, a darparu effaith gadarnhaol ar lesiant preswylwyr.

Yn ystod y pandemig, cynhaliwyd ymchwil helaeth ynghyd â phrosiectau peilot i fynd i'r afael â'r pwysau oedd yn wynebu cartrefi gofal. Gan ddefnyddio'r arbenigedd o ddau Gyngor Gwirfoddol Sirol Lleol, ystyriwyd yn ofalus sut y gall cartrefi gofal gynnwys gwirfoddolwyr a sut y gellir creu cyswllt gwell rhwng sefydliadau trydydd sector.



Gwylwch y rhaglen ddogfen fer hon fydd yn eich cyflwyno i rai o'r ystyriaethau allweddol sydd eu hangen i gynnwys gwirfoddolwyr mewn cartrefi gofal.

**Astudiaeth Achos Cartref Gofal
— Cymorth Gwirfoddoli Gorllewin
Morgannwg on Vimeo**

Ariannwyd datblygiad y canllaw hwn gan Lywodraeth Cymru drwy'r Grant Adfer Gwirfoddoli yn sgil y Coronafeirws (Cymorth Gwirfoddolwyr Gorllewin Morgannwg).

Mae ei gynnwys yn seiliedig ar brofiadau go iawn o gynnwys gwirfoddolwyr a sefydliadau'r trydydd sector mewn cartrefi gofal ac mae wedi ei ysgrifennu gan y rhai sydd â gwybodaeth eang, arbenigol o arfer dda mewn gwirfoddoli.

Ategir y pecyn cymorth gan nifer o daflenni gwybodaeth ac adnoddau hyfforddiant cynefino gwirfoddolwyr, y cyfeirir atynt drwy'r ddogfen ac sydd wedi'u datblygu fel rhan o'r **prosiect Cymorth** Gwirfoddolwyr Gorllewin Morgannwg.



Mae'r term 'trydydd sector' yn derm a ddefnyddir i ddisgrifio ystod o sefydliadau sy'n sefydliadau annibynnol ac nid yn y sector cyhoeddus na'r sector preifat. Mae'n cynnwys cymdeithasau cymunedol, grwpiau hunangymorth, sefydliadau gwirfoddol, elusennau, sefydliadau seiliedig ar ffydd, mentrau cymdeithasol, busnesau cymunedol, cymdeithasau tai, ymddiriedolaethau datblygu, cydsefydliadau a sefydliadau cydweithredol.

Diffiniad o Wirfoddoli

Mae Polisi Gwirfoddoli Llywodraeth Cymru: cefnogi cymunedau, newis bywydau (2015) yn diffinio gwirfoddoli fel gweithgarwch:

- sy'n cael ei gyflawni'n rhydd, o ddewis
- sy'n cael ei gyflawni er budd y cyhoedd/cymuned
- nad yw'n cael ei gyflawni er mantais ariannol.



Cyd-destun Strategol

Mae Llywodraeth Cymru yn cydnabod cwmpas eang ac amrywiaeth gweithgaredd gwirfoddol ar draws holl sbectrwm y gymdeithas a'r cyfraniad a wneir gan sefydliadu gwirfoddol a chymunedol ac unigolion sy'n gwirfoddoli i fywyd economaidd, cymdeithasol, amgylcheddol, diwylliannol ac ieithyddol yng Nghymru.

Deddf Llywodraeth Cymru 2006

Mae ymrwymiad Llywodraeth Cymru i gydnabod gwerth y trydydd sector a'i gyfraniad i lesiant Cymru, ei bobl a chymunedau'n cael ei nodi yn y **Cynllun Trydydd Sector**, dan Adran 74 Deddf Llywodraeth Cymru 2006.

Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014

Mae'r Ddeddf yn darparu fframwaith cyfreithiol ar gyfer gwella llesiant oedolion y mae angen gofal a chymorth arnynt ac i drawsnewid gwasanaethau cymdeithasol yng Nghymru. Mae'r Ddeddf yn cryfhau rôl y sector gwirfoddol ac yn annog gweithio mewn partneriaeth i wella llesiant pobl ac ansawdd y gofal a'r cymorth a ddarperir.

Cymru Iachach

Mae Cymru Iachach yn amlinellu gweledigaeth Llywodraeth Cymru am 'ddull system gyfan i iechyd a gofal cymdeithasol' ac yn cydnabod y rôl hanfodol mae gwirfoddolwyr yn ei chwarae'n cefnogi iechyd a llesiant.

Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015

Mae Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol yn deddfu i gyrff cyhoeddus gydweithio ac i weithio â phobl a chymunedau i wella llesiant cymdeithasol, economaidd, amgylcheddol a diwylliannol Cymru. Mae gwirfoddoli a gweithgareddau yn y sector gwirfoddol yn helpu i gyfrannu at gyflawni'r saith nod llesiant a nodir yn y Ddeddf.

Fframwaith ar gyfer gwirfoddoli mewn Iechyd a Gofal Cymdeithasol

Mae'r Fframwaith yn adnodd a ddatblygwyd i gefnogi pob sefydliad sy'n ymwneud â gwirfoddoli mewn iechyd a gofal cymdeithasol. Mae'r Fframwaith hwn yn cynnig cyfres o gwestiynau cyffredinol y dylid pob sefydliad sy'n ymwneud â gwirfoddoli eu hystyried.



Adran Un – Pam Cynnwys Gwirfoddolwyr?

Mae gwirfoddolwyr yn gwneud cyfraniad sylweddol i economi Cymru. Amcangyfrifir bod gwirfoddolwyr yn cyfrannu 221 miliwn o oriau, bob blwyddyn, sydd werth £2.2 biliwn. Mae gan wirfoddoli werth sylweddol hefyd, (sy'n fwy anodd ei ddiffinio mewn termau ariannol), yn nhermau cydlyniad cymdeithasol, cynhwysiant, adfywiad economaidd a datblygiad cyfalaf cymdeithasol.

Wrth feddwl am gynnwys gwirfoddolwyr, mae'n bwysig eich bod yn deall gwerth gwirfoddoli a'r ystod eang o fuddion mae gwirfoddoli yn ei gynnig i'ch cartref gofal, y preswylwyr a'u teuluoedd, ac i'r gwirfoddolwyr eu hunain.

Buddion Cynnwys Gwirfoddolwyr

I wirfoddolwyr

Gall gwirfoddoli fod yn ffordd o:

- Wella iechyd a llesiant gwirfoddolwyr
- Rhoi'n ôl i'r gymuned.
- Ennill sgiliau, gwybodaeth a phrofiad newydd neu ddefnyddio/datblygu sgiliau sydd gennych eisoës.
- Gwellu cyflogadwyedd.
- Gwellu Curriculum Vitae (CV).
- Helpu i weld ai llwybr gyrfa mewn iechyd a gofal cymdeithasol yw'r un cywir i chi.
- Derbyn hyfforddiant sy'n ddefnyddiol i leoliad iechyd a gofal cymdeithasol.
- Gwellu iechyd (meddwl a chorfforol) a llesiant, hyder neu hunan-barch.
- Rhannu profiad neu arbenigedd, neu ddysgu o brofiadau go iawn eraill.
- Ehangu cysylltiadau cymdeithasol a bod yn rhan o dîm.
- Datblygu synnwyr o gymuned.
- Meithrin synnwyr o bwrpas a chael eich gwerthfawrogi.

I Gartrefi Gofal

Gall cynnwys gwirfoddolwyr wella'r gwasanaethau a ddarperir gan staff cyflogedig a darparu cyfle i gysylltu gyda'r gymuned leol drwy:

- Ymgysylltu ag amrywiaeth ehangach o bobl, sgiliau, profiad a gwybodaeth.
- Lleihau pwysau ar staff nad oes ganddynt lawr o amser i ryngweithio â phreswylwyr.
- Ychwanegu gwerth drwy ddealltwriaeth o bontio cenedlaethau, gan helpu i gael gwared ar rwystrau a thybiaethau ynghylch oedran.
- Cynorthwyo staff i wella llesiant cymdeithasol ac emosiynol trigolion cartref gofal a darparu sicrwydd pellach i deulu a ffrindiau preswylwyr.



- Helpu'r tîm gofal cartref i fodloni gofynion amrywiol y preswylwyr yn well, yn cynnwys y rhai gyda dementia ac anghenion lefel uchel.
- Datblygiad y gweithlu: Efallai y bydd cartrefi gofal yn ystyried gwahodd gwirfoddolwyr cartrefi gofal i wneud cais am waith â thâl, gellir cydnabod sgiliau a enillwyd dwy wirfoddoli ymhellach gyda hyfforddiant a chymorth ychwanegol.
- Ennill mewnwelediad i'r diwylliant a'r gymuned sy'n amgylchynu'r cartref gofal.

I Breswylwyr a'u Teuluoedd

Gall gwirfoddolwyr wella llesiant preswylwyr. Gallant ddarparu wyneb croesawgar arall i ymwelwyr a chynnig sicrwydd i deuluoedd bod gan eu hanwyliaid rywun i siarad â nhw. Gall cynnwys gwirfoddolwyr helpu'r preswylwyr drwy:

- Ddarparu cyfleoedd i breswylwyr rhyngweithio gydag ystod o bobl yn eu cymuned leol.
- Helpu i leihau unigrwydd.
- Gwella bywydau bob dydd y preswylwyr drwy gynnig ystod eang o weithgareddau ystyrllon sy'n gweddu i'w hanghenion.
- Cynorthwyo i leihau lefelau segurddod.
- Gwella llesiant emosiynol preswylwyr drwy sgysiau ystyrllon gyda gwirfoddolwyr nad ydynt yn cael eu cyfyngu gan bwysau gwaith.

Mae swm sylweddol o ymchwil yn dangos pa mor niweidiol all ynysu cymdeithasol fod i iechyd meddwl a chorfforol. Wrth gynyddu rhyngweithio cymdeithasol, gellir lliniaru rhai effeithiau niweidiol. Mae tystiolaeth yn dangos hefyd pa mor werthfawr all canu a chwarae cerddoriaeth fod i helpu unigolion sy'n dioddef o ddementia. Mae yna botensial sylweddol i'r amser a'r adnoddau a fuddsoddir mewn gwirfoddoli gael ei dalu'n ôl oherwydd effaith gadarnhaol mae amser ychwanegol ar weithgareddau cymdeithasol a llawn hwyl yn ei gael ar lesiant y preswylwyr.

Mae ymchwil wedi dangos bod gan gymunedau sydd â lefelau uwch o wirfoddoli lefelau is o dor-cyfraith, perfformiad addysgol gwell, bodlonrwydd bywyd uwch ac iechyd gwell. Mae gwirfoddoli'n helpu i adeiladu cymunedau cryf, cysylltiol a gwydn lle gall pobl ffynnu.



Adran Dau - Beth all Gwirfoddolwyr ei Wneud?

Ni ddylai gwirfoddolwyr fyth gael eu defnyddio yn yr un rôl ag aelodau o staff cyflogedig, nac i arbed arian. Nid yw tasgau megis gofal personol, bwydo a chodi a chario'n dasgau i wirfoddolwyr. Cyfrifoldeb y staff cyflogedig ddylai'r math yma o dasgau fod bob amser. Mae gwirfoddolwyr yn cefnogi llesiant y preswylwyr ac yn gallu rhyddhau staff, ond mae'n bwysig dweud nad yw gwirfoddolwyr byth yn cymryd lle staff.

Enghreifftiau o rolau priodol i wirfoddolwyr

Cefnogi Cydlynwyr Gweithgareddau

i ddarparu ystod o weithgareddau sydd wedi eu cynllunio, yn cynnwys ymarferion seiliedig ar eistedd, sesiynau cerddoriaeth a chanu, celf a chrefft neu weithgareddau hel atgofion. Gall gwirfoddolwyr gynyddu'r ystod a'r math o weithgareddau a gynigir gan eu cyfranogiad, eu sgiliau a'u diddordebau.

Cynyddu cyswllt cymdeithasol ac

ysgogiad meddwl yn cynnwys eistedd un i un gyda phreswlydd neu gefnogi grŵp bach i sgwrsio. Gall gwirfoddolwyr helpu preswylwyr i gadw cysylltiad gyda'r gymuned ehangach, gallant ddod â newyddion a gwybodaeth ynghylch yr hyn sy'n digwydd yn yr ardal. Gall gwirfoddolwyr ddarparu ysgogiad meddwl pellach, yn enwedig i drigolion gyda dementia. Nid yw gwirfoddolwyr yn ymwneud â thasgau gofal ac felly

gallant ganolbwyntio'n hytrach ar ysgogi preswylwyr, yn cynnwys gwylio ffilmiau, gwrando ar gerddoriaeth, darllen, gwneud posau neu chwarae gemau.

Diweddarau teuluoedd - Gall gwirfoddolwyr chwarae rhan hanfodol yn helpu preswylwyr i setlo mewn cartref gofal, un ai'n barhaol neu fel rhan o'u hadferiad yn dilyn bod yn yr ysbyty. Gall gwirfoddolwyr ddiweddarau teuluoedd gyda newyddion am sut mae eu haelod o'r teulu'n setlo, helpu preswylwyr i ddefnyddio technoleg efallai er mwyn cysylltu gyda'u hanwyliaid yn fwy rheolaidd.

Ymweliadau annibynnol - Gall gwirfoddolwyr arbenigol gael eu hyfforddi a'u cefnogi (fel arfer drwy brosiect arbenigol) i feithrin perthynas gyson a chadarnhaol gyda phreswlydd. Gallant ddarparu clust i wrando, pasio pryderon a fynegwyd gan breswylwyr yn eu blaen, annog dewis a sicrhau bod barn y preswlydd yn cael sylw.

Mae yna sawl ffordd o gynnwys gwirfoddolwyr yn eich cartref gofal.



Mae gwirfoddolwyr yno i ategu staff cyflogedig, nid cymryd eu lle.



Adran Tri – Cynllunio Cyfranogiad Gwirfoddolwyr

Bydd yn cymryd misoedd lawer i gynllunio ar gyfer cyfranogiad gwirfoddolwyr ond mae'n hanfodol ei gael yn gywir. Mae gan sefydliadau ddyletswydd gofal i wirfoddolwyr er mwyn sicrhau nad ydynt, cyn belled ag sy'n ymarferol rhesymol, yn wynebu risgiau o ran eu hiechyd a'u diogelwch.

Dylech gynllunio'n fanwl ar gyfer gwirfoddolwyr cyn eu cynnwys yn eich cartref gofal. Meddyliwch pam eich bod eisiau cynnwys gwirfoddolwyr, beth fydd hyn yn ei ychwanegu, y rolau gwahanol y bydd gwirfoddolwyr yn gallu eu cymryd, pa adnoddau sydd gennych ar waith ac a oes gennych staff gyda'r arbenigedd i recriwtio, hyfforddi a chefnogi'r gwirfoddolwyr.

Mae recriwtio a rheoli gwirfoddolwyr yn wahanol i reoli staff cyflogedig. Mae hyfforddiant ac adnoddau rheoli gwirfoddolwyr yn ddefnyddiol, ac yn amlygu'r gwahaniaeth amlwg, yn cynnwys bod yn ofalus peidio creu trefniant cytundebol gyda gwirfoddolwr. Mae rhai cartrefi gofal yn recriwtio

gwirfoddolwyr yn uniongyrchol, bydd llawer yn defnyddio sefydliad trydydd sector i recriwtio a rheoli gwirfoddolwyr ar eu rhan – yn bennaf oherwydd bod gan sefydliadau trydydd sector yr arbenigedd, y polisiau a'r gweithdrefnau ar waith i gefnogi gwirfoddolwyr yn ddiogel ac effeithiol.

Mae yna 'God Ymddygiad' yn ogystal â safon ansawdd dan y teitl 'Buddsoddi mewn Gwirfoddolwyr' i sefydliadau sy'n cynnwys gwirfoddolwyr. Cyn cynnwys gwirfoddolwyr, dylech wirio bod modd i chi gyflawni neu weithio tuag at y polisiau diogelwch hyn. Dylid cynnwys gwirfoddolwyr yn eich asesiad risg, yswiriant a pholisiau iechyd a diogelwch.

Mae cynnwys gwirfoddolwyr yn costio arian felly mae'n bwysig nodi cyllideb a phenderfynu a oes gennych adnoddau digonol i gefnogi gwirfoddolwyr. Bydd angen i chi ystyried a ydych wedi dynodi staff sy'n hyderus a chymwys i recriwtio, hyfforddi a chefnogi eich gwirfoddolwyr neu a fydd angen i chi recriwtio Cydlynedd Gwirfoddolwyr.

Bydd yna gostau am amser ac arian sy'n cael ei wario ar hysbysebu, recriwtio, hyfforddi, fetio, cefnogi a goruchwylio staff. Mae angen cyllideb ar gyfer costau megis treuliau, hyfforddi, amser staff yn goruchwylio, gweinyddu a gwiriadau DBS (yr heddlu). Dylech benderfynu beth yw'r capasiti o fewn y cartref gofal yn nhermau cyllideb ac amser staff a dylunio cynllun sy'n gynaliadwy. Bydd ei gael yn anghywir yn torri canllaw statudol a safonau cenedlaethol a nodwyd gan gorff rheoleiddio Cartrefi Gofal, Arolygiaeth Gofal Cymru. Mae'n bwysig cael y polisiau a'r prosesau cywir ar waith ar gyfer eich gwirfoddolwyr a dealltwriaeth dda gan staff cyflogedig.



Wrth gynllunio ar gyfer gwirfoddolwyr, dylech ystyried sut y gallwch recriwtio a chefnogi sylfaen amrywiol o wirfoddolwyr. Mae cynnig gwahanol amseroedd yn y diwrnod neu'r wythnos ar gyfer gweithgareddau sy'n cynnwys gwirfoddolwyr yn eich cartref gofal yn denu ystod fwy amrywiol o bobl. Mae gwirfoddolwyr yn adlewyrchu eich cymuned leol felly sicrhewch y gall gwirfoddolwyr o gefndiroedd, ieithoedd, crefydd, oedran a rhywedd gwahanol fod yn rhan o'r tîm.

Gall creu cysylltiadau gydag ysgolion, colegau a phrifysgolion fod yn wych ar gyfer datblygu cyfleoedd i bontio cenedlaethau sy'n dod â bywiogrwydd a chyswllt i aelodau ieuengaf ein cymuned. Bydd hyn yn galluogi pobl ifanc i ystyried llwybrau gyrfa mewn gofal, ond bydd yn well cadw rhai rolau gwirfoddoli i rai dros 16 neu hyd yn oed dros 18 oed.

Mae yna ddigon o ffyrdd y gall y trydydd sector eich cefnogi megis darparu hyfforddiant, adnoddau, gweithgareddau a chymorth digidol. Ystyriwch y modd gall y gymuned ehangach gael ei chynnwys yn eich cartref gofal e.e. gwahodd corau, ysgolion a grwpiau lleol i berfformio neu helpu. Nid yw cynnwys pobl bob amser yn ymwneud â chreu cyfleoedd ffurfiol, rheolaidd i wirfoddoli – gallwch ystyried creu cyfleoedd un-tro.

Cynnwys pawb yn y cynllunio

Wrth gynllunio ar gyfer gwirfoddolwyr ystyriwch eu bod yn gwneud cyfranogiad eang o'r dechrau. Mae cynnwys rhanddeiliaid yn y broses yn help i ystyried gwahanol bersbectifau, casglu ystod o syniadau ac o gymorth i gael cefnogaeth. Mae'n help i sicrhau bod pawb yn deall pam eich bod yn ystyried cynnwys gwirfoddolwyr a'r gwerth ychwanegol byddant yn ei sicrhau i'ch cartref gofal.

Ystyriwch sut ydych yn rheoli'r berthynas rhwng staff a gwirfoddolwyr. Efallai y bydd rhai aelodau o staff yn pryderu bod cynnwys gwirfoddolwyr yn bygwth eu swyddi, felly mae'n bwysig bod staff yn deall bod gwirfoddolwyr yno i ategu at eu rôl, nid i gymryd eu lle. Mae Wales TUC Cymru a Chyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (WCVA) wedi datblygu canllaw gwych all helpu i gryfhau perthnasoedd:



Siarter ar gyfer perthnasoedd yn y gweithle a gwirfoddoli.



Bydd gweithio'n gyd-gynhyrchiol i ddatblygu cyfleoedd gwirfoddoli gyda'ch preswylwyr, eu teuluoedd a'ch gweithwyr yn eich helpu i greu rolau ystyrion sy'n cael eu cefnogi ac sy'n gynaliadwy.

- Dewch â phawb ynghyd mewn grŵp yn y cartref gofal am banded a sgwrs.
- Darparu cyfleoedd am sgysiau unigol – efallai y bydd rhai pobl yn fwy hyderus yn siarad un i un.
- Datblygu arolygon a holiaduron digidol.

Gallwch roi cynnig ar ystod o weithgareddau ymgysylltu ar adegau amrywiol ac mewn ffyrdd amrywiol: bydd ystyried hygyrchedd yn bwysig. Pa gwestiynau fedrwch chi eu gofyn?

“Beth fyddai'n gwella bywyd o ddydd i ddydd yn y cartref gofal hwn?”

Allwn ni ddatblygu rolau gwirfoddoli i gynorthwyo hyn?

“A oes yna adegau penodol o'r dydd mae'r preswylwyr eisiau cymryd rhan mewn gweithgareddau gyda gwirfoddolwyr?”

“Beth mae preswylwyr yn ei golli ynghylch peidio bod “gartref”?”

All gwirfoddolwyr helpu gyda hyn?





Adran Pedwar – Rheoli a Chefnogi Gwirfoddolwyr

Cymorth gan eich Cyngor Gwirfoddoli Sirol Lleol

Ym mhob ardal o Gymru mae yna Gyngor Gwirfoddoli Sirol Cyngor Gwirfoddoli Sirol (CGS) lle mae gan staff arbenigedd mewn hysbysebu'r rhai sy'n cynnwys gwirfoddolwyr. Mae Cefnogi Trydydd Sector Cymru (CTSC) yn rhwydwaith sy'n cynnwys yr holl CGS a'r corff cefnogi cenedlaethol, Gyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (CGGC). Mae gan CTSC lyfrgell o adnoddau am ddim sy'n cael eu defnyddio'n bennaf gan elusennau sy'n rheoli eu gwirfoddolwyr ond a all fod yn ddefnyddiol i unrhyw sector sy'n ystyried sut y gallent gynnwys gwirfoddolwyr yn ddiogel.

Eich CGS yw pwy ddylech droi atynt gyntaf! Bydd modd iddynt eich tywys drwy'r camau paratoi angenrheidiol wrth ystyried cynnwys gwirfoddolwyr a gallant eich helpu gyda'r camau cyntaf. Mae CGS yn cynnig hyfforddiant Rheoli Gwirfoddolwyr ac yn hwyluso fforymau ar gyfer gefnogi a datblygu gwybodaeth ynghylch gwirfoddoli. Gallant hefyd eich helpu i gael hawl i'r wefan recriwtio gwirfoddolwyr sy'n hysbysebu cyfleoedd gwirfoddoli.



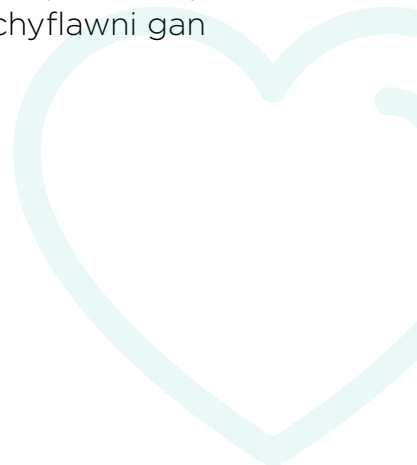
www.volunteering-wales.net

Rôl y Cydlynwyr Gwirfoddolwyr

Cydlynwyr Gwirfoddolwyr sy'n gyfrifol am wirfoddolwyr a sicrhau bod nodau ac amcanion gwirfoddoli'r sefydliad yn cael eu bodloni.

Maent yn creu'r diwylliant cywir ar gyfer gwirfoddoli ac yn darparu cyswllt i'r tîm staff. Bydd Cydlynwyr Gwirfoddolwyr yn gyfrifol am recriwtio, hyfforddi a goruchwyllo gwirfoddolwyr ac yn creu ac adolygu polisiau adolygu, swydd ddisgrifiadau ac asesiadau risg. Byddent yn gyfrifol am gofnodi'r manylion recriwtio a fetio a threfnu agweddau ymarferol megis rotas a phresenoldeb mewn hyfforddiant.

Mae angen i Gydlynwyr Gwirfoddolwyr fod yn hyderus wrth ddelio â sefyllfaoedd heriol felly mae'n bwysig bod yna bolisiau a gweithdrefnau priodol ar waith i'w dilyn. I wneud hyn i gyd, mae'n ofynnol iddyn nhw eu hunain gael yr hyfforddiant priodol a chefnogaeth barhaus. Mae'n well i'r rôl hon gael ei chadw'n rôl gyflawn ac nid fel un sy'n cael ei hychwanegu at rôl arall sy'n cael ei chyflawni gan aelod o staff.





Hyfforddiant i wirfoddolwyr

I sicrhau bod gwirfoddolwyr yn barod ar gyfer eu rolau, mae angen dylunio a chyflwyno hyfforddiant cynefino cynhwysfawr i fynd i'r afael â thestunau megis cyfrinachedd, ffiniau, amrywiaeth, iechyd a diogelwch a diogelu, gan sicrhau bod gwirfoddolwyr yn gwybod beth i'w wneud gyda phryderon diogelu. Dylai hefyd fynd i'r afael â thestunau penodol i leoliad y cartref gofal megis 'rheoli haint' i sicrhau bod gwirfoddolwyr yn parhau'n ddiogel yn eu rolau.

Darparu cymorth parhaus a chadw eich gwirfoddolwyr

Mae angen i Gydlynwyr Gwirfoddolwyr ddarparu cymorth a goruchwyliaeth barhaus i wirfoddolwyr i sicrhau bod pawb yn ddiogel a hapus a bod preswylwyr yn derbyn gwasanaeth o ansawdd uchel. Mae goruchwyliaeth yn egluro'r rôl wirfoddoli, yn darparu cyfleoedd ar gyfer adborth adeiladol ac yn nodi unrhyw gymorth ychwanegol sydd, efallai, ei angen.

Bydd Cydlynnydd Gwirfoddolwyr yn creu cyswllt gyda staff arall yn y cartref gofal a all ddarparu cymorth o ddydd i ddydd i'r gwirfoddolwr (e.e. y Cydlynnydd Gweithgareddau) ac yn gofyn am adborth. Mae angen iddynt allu diweddarau pawb a dweud 'diolch' wrth wirfoddolwyr yn gyson, yn cynnwys nodi Wythnos Gwirfoddolwyr Mehefin 1 – 7 bob blwyddyn.

Mae Cydlynwyr Gwirfoddolwyr yn ymwybodol o beidio dibynnu'n ormodol ar wirfoddolwyr penodol a cheisio sicrhau bod gwirfoddolwyr ddim yn rhoi gormod o'u hamser (ar gyfartaledd, 3-4 awr yr wythnos yw ymrwymiad gwirfoddolwr) all olygu llosgi'r gannwyll yn y ddau ben.

Dweud hwyl fawr wrth eich gwirfoddolwyr

Bydd gwirfoddolwyr yn aros am gyfnodau amrywiol. Boed ydynt wedi bod gyda chi am hir neu beidio, dylech geisio cael gwybod pam eu bod y gadael. Dewch o hyd i'r hyn yr oeddynt yn ei hoffi am eu profiadau a lle y gellir gwella'r gefnogaeth. Weithiau fe all gwirfoddolwyr symud ymlaen, cael swydd neu fod ag awydd rhoi cynnig ar ryw beth gwahanol. Gallwch eu cyfeirio at eich CGS lleol am gyngor ar gyfleoedd gwirfoddoli eraill.



Gweithio gyda Sefydliad Trydydd Sector i Reoli Gwirfoddolwyr yn eich Cartrefi Gofal

Boed eich bod yn penderfynu rheoli gwirfoddolwyr eich hun neu weithio gyda sefydliad trydydd sector i reoli gwirfoddolwyr ar eich rhan, byddai menter wirfoddoli arfer orau'n cymryd misoedd i'w sefydlu. Dyma rai ystyriaethau os ydych yn cydweithio â sefydliad trydydd sector.

Cam 1: Trafodaethau cychwynnol rhwng sefydliadau trydydd sector a chartrefi gofal

Dylai trafodaethau cychwynnol gael eu cynnal i sefydlu pam bod y gofal cartref eisiau cynnwys gwirfoddolwyr a'r hyn maent yn ei ddeall am wirfoddoli. Gall y sefydliad trydydd sector ddarparu gwybodaeth am eu profiad mewn rheoli gwirfoddolwyr, yn cynnwys pa bolisiâu a phrosesau sydd ganddynt ar waith. Trafodwch ddealltwriaeth gyffredin o rôl gwirfoddolwyr a pha adnoddau sydd eu hangen i gefnogi'r fenter hon.

Cam 2: Cytuno'n fanwl i'r prosiect gwirfoddoli

Cadarnhau trefniadau ar gyfer iechyd a diogelwch e.e. yswiriant, asesiadau risg ac a yw'n ofynnol cael gwiriad DBS ar gyfer y rôl. Trafodwch pa destunau sydd angen mynd i'r afael â nhw yn yr hyfforddiant cynefino ac unrhyw hyfforddiant ychwanegol sy'n ofynnol ar gyfer y rôl. Cytunwch pwy fydd yn gyfrifol am beth.

Cam 3: Creu cytundeb ffurfiol

Dylid arwyddo cytundeb sy'n amlinellu cyfrifoldebau cyffredin er mwyn sicrhau eglurder ar gyfer y naill ochr a'r llall. Dylai gynnwys manylebau'r gwasanaeth gwirfoddol, manylion ariannu, disgwyliadau ac unrhyw ofynion monitro.

Cam 4: Monitro a Gwerthuso

Fe fydd yn bwysig cytuno ar raglen o gyfarfodydd cynnydd i gadw golwg ar weithredu a datblygiad y gwasanaeth. Bydd hyn yn cadw'r naill ochr a'r llall ar drywydd gyda'r cynlluniau, yn datblygu disgwyliadau clir ar y cyd ac yn mynd i'r afael ag unrhyw bryderon all godi.





Darllen Ychwanegol

Yma cewch hyd i nifer o ddolenni fydd yn eich arwain at wybodaeth bellach, cyngor ac adnoddau arfer orau mewn gwirfoddoli.

[Siarter CGGC/TUC ar gyfer perthnasoedd yn y gweithle a gwirfoddoli: Egluro a Chryfhau perthnasoedd rhwng gweithwyr cyflogedig a gwirfoddolwyr](#)



Bydd y siarter hon yn helpu i ysgogi trafodaeth ac arfer dda mewn perthynas â chyfranogiad gwirfoddol ar y cyd effeithiol, priodol a gwerth chweil.

[Cod Ymddygiad i Sefydliadau sy'n Cynnwys Gwirfoddolwyr](#)



Dilynwch yr 20 prif egwyddor i sicrhau arfer dda mewn recriwtio a rheoli gwirfoddolwyr yng Nghymru.

[Hwb Gwybodaeth Cefnogi Trydydd Sector Cymru](#)



Yma cewch o hyd i ystod eang o ddogfennau all eich helpu i ystyried pa anghenion ddylai fod ar waith i ddarparu cymorth effeithiol i wirfoddolwyr.

[Mesur effaith gwirfoddolwyr cymorth symudedd a gweithgarwch - astudiaeth achos gwasanaeth Mewnwelediad ac Effaith](#)
[Tagiau: M&E](#)



Mae'r adnodd hwn yn darparu gwybodaeth ddefnyddiol i ddatblygu offeryn mesur effaith lle mae gwirfoddolwyr wedi bod yn darparu cefnogaeth i weithgareddau.

[Adroddiad Prosiect Peilot Gwirfoddolwyr Cefnogi Cartrefi Gofal Age Cymru](#)



Mae Age Cymru wedi datblygu adnodd yn seiliedig ar brosiect peilot a ddechreuwyd yn ystod pandemig Covid-19 lle'r oeddynt yn rheoli gwirfoddolwyr mewn cartrefi gofal.

[Cymorth Gwirfoddoli Gorllewin Morgannwg](#)



Dewch o hyd i ystod o daflenni gwybodaeth, pecynnau cymorth a dolenni i becynnau hyfforddi cynefino gwirfoddolwyr yma.

[Buddsoddi mewn Gwirfoddolwyr](#)



Buddsoddi mewn Gwirfoddolwyr (BmG) yw safon ansawdd y DU ar gyfer arfer dda mewn rheoli gwirfoddolwyr.





Gweler isod rhai manylion cyswllt defnyddiol unigolion/sefydliadau a all eich cynorthwyo.



Manylion Cyswllt Cyngor Gwasanaeth Gwirfoddol Abertawe



Cyngor Gwasanaeth Gwirfoddol
Abertawe
7 Heol Walter
Abertawe
SA1 5NF

 01792 544000
 scvs@scvs.org.uk



Manylion Cyswllt Cyngor Gwasanaeth Gwirfoddol Castell-nedd Port Talbot

Cyngor Gwasanaeth
Gwirfoddol Castell-nedd Port Talbot
Ty Margaret Thorne
17-19 Stryd Alfred
Castell-nedd
SA11 1EF

 01639 631246
 info@nptcvs.org.uk

Manylion Cyswllt Cefnogi Trydydd Sector Cymru

Os nad ydych yn Gartref Gofal sy'n gweithredu yn ardal Abertawe neu Gastell-nedd Port Talbot, yna gallwch gysylltu â'ch Cyngor Gwirfoddol Sirol lleol neu Gyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru.

Cliciwch ar y ddolen ganlynol ar gyfer eu manylion cyswllt:



<https://thirdsectorsupport.wales/cy/cysylltu/>

Mae Cymorth Gwirfoddoli Gorllewin Morgannwg yn brosiect amlasiantaethol sy'n creu adnoddau a rennir i ddatblygu gwybodaeth, rheolaeth a chydlynid gwirfoddolwyr a sefydliadau sy'n cynnwys gwirfoddolwyr ledled ardaloedd Abertawe a Chastell-nedd Port Talbot. Mae wedi'i ariannu drwy Gronfa Adfer Gwirfoddoli Llywodraeth Cymru.

Partneriaid y prosiect yw:

Cyngor Castell-nedd Port Talbot, Cyngor Gwasanaeth Gwirfoddol Castell-nedd Port Talbot, Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe, Cyngor Abertawe, Cyngor Gwasanaeth Gwirfoddol Abertawe a Phartneriaeth Ranbarthol Gorllewin Morgannwg.

Am ragor o wybodaeth ewch i:
www.westglamorgan.org.uk/wgvs