

Cwrs cynefino gwirfoddolwyr



**Pwy sy'n gwneud y cwrs
cynefino a'u rôl yn y swydd**

- **Am ba hyd fydd y cwrs cynefino hwn yn parhau?**
- **Beth fydd y cwrs cynefino yn ei gwmpasu?**

Manylion am eich Sefydliad

Enw eich sefydliad

Gweledigaeth Nod ac
Amcanion/Cenhadaeth/Gwerthoedd

Cefndir eich sefydliad

Yr hyn y mae eich sefydliad yn ei gyflawni

Manylion am Brosiectau a Gwasanaethau y mae eich
Sefydliad yn eu cynnig

Taith Gwirfoddoli: beth i'w ddisgwyl



- Cysylltu â ni â diddordeb mewn gwirfoddoli
- Ffurflen gais wedi ei hanfon
- Unwaith derbyniwyd y ffurflen gais, trefnu sgwrs anffurfiol dros y ffôn
- Gofyn am eirdaon a dechrau gwiriad Y Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd i gadarnhau dogfennau adnabod
- Anfon dogfennau gwirfoddolwyr – gweler rhestr isod wedi ei hatodi
- Cyfarfod cwrs cynefino dros Zoom i wirfoddolwyr
- Anfon pecyn croeso
- Hyfforddiant diogelu dros Zoom
- Hyfforddiant Cyfathrebu Dementia
- Trefnu i grys-t gael ei anfon
- Cyfarfod â'r cartref gofal
- Trefnu dyddiad cychwyn
- Cyswllt parhaus drwy e-bost sesiwn adborth a ffurflenni mewngofnodi oriau

Rôl gwirfoddolwr



- Cefnogi'r Cartref Gofal gyda threfniadau i hwyluso ymweliadau
- Croesawu ymwelwyr ar y diwrnod, gan sicrhau bod pobl yn cadw pellter, gwisgo masgiau a defnyddio hylif diheintio fel y bo'n briodol
- Gweithgareddau eraill sy'n cefnogi ymweliadau trefnus a diogel
- Cynorthwyo staff a phreswylwyr gyda lluniaeth a gweithgareddau wedi'u cynllunio
- Annog ymarfer corff ysgafn a helpu i hwyluso hobiau a diddordebau
- Cynorthwyo trigolion gyda chyfathrebu digidol

Yr hyn y gallwch ei ddisgwyl gennym ni



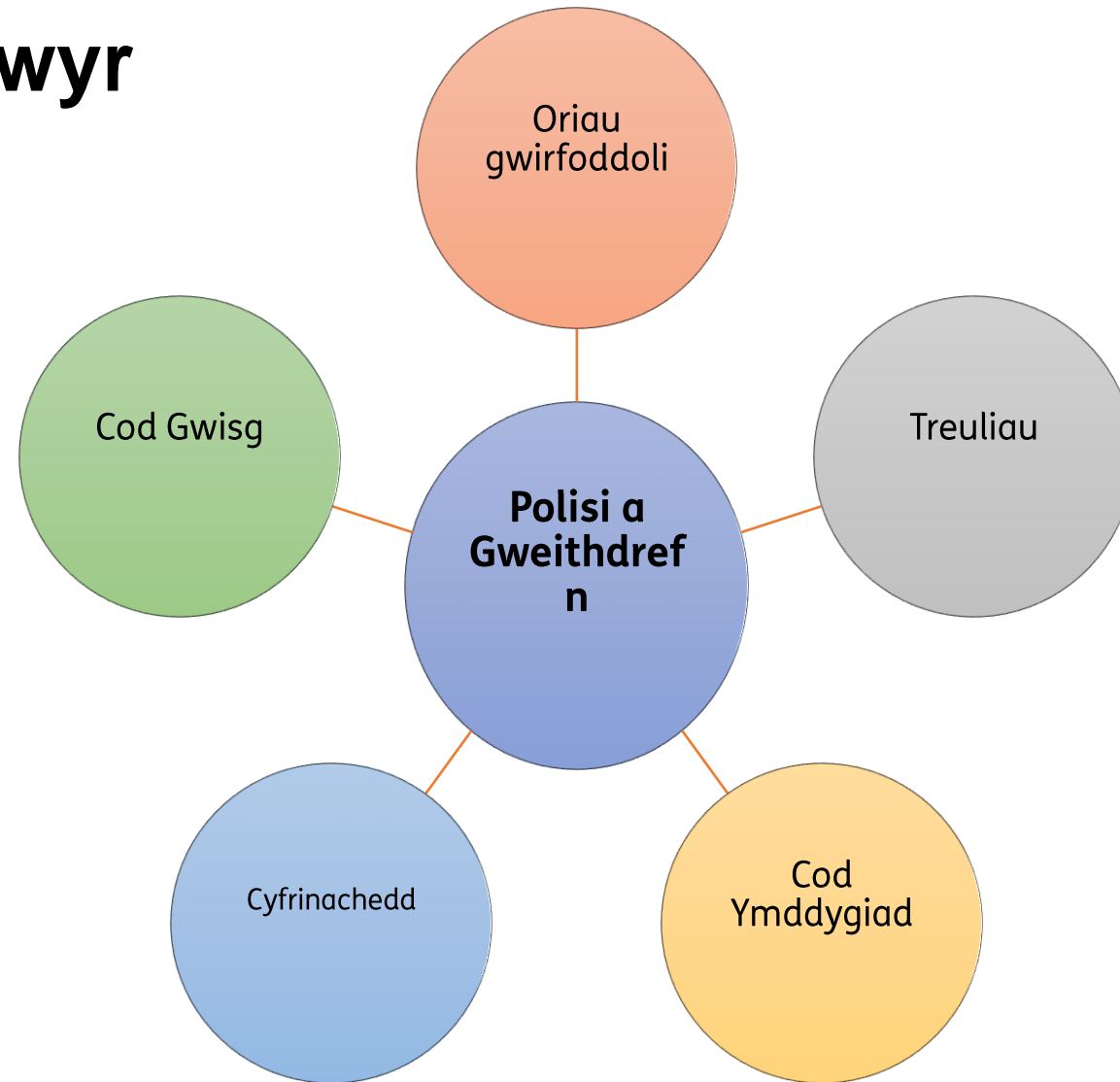
- Cynnig cyfle cyfartal.
- Dewis y rôl orau i gyd-fynd â'ch sgiliau a'ch profiadau.
- Sicrhau eich bod yn deall beth rydym yn ei ddisgwyl gennych.
- Darparu rhaglen cynefino, cefnogi eich cyflwyniad i Age Cymru a datrys unrhyw bryderon yn gynnar.
- Cynnig hyfforddiant priodol i'ch galluogi i ddatblygu eich galluoedd.
- Ad-dalu treuliau parod y cytunwyd arnynt.
- Dathlu llwyddiant a chydabod teyrngarwch ac ymroddiad.
- Parchu gwirfoddolwyr.
- Annog cyfathrebu dwyffordd yn gyson.
- Darparu gwybodaeth am waith, polisïau a gweithdrefnau'r Elusen.
- Darparu goruchwyliwr sydd wedi'i nodi'n glir sy'n gyfrifol am reoli ac arwain eich gwaith o ddydd i ddydd.
- Gwneud y trefniadau angenrheidiol i sicrhau eich iechyd, eich diogelwch a'ch llesiant fel gwirfoddolwr.
- Sicrhau eich bod yn cael eich diogelu'n llawn gan ein hyswiriant atebolrwydd cyhoeddus a damweiniau personol.
- Darparu geirda a fydd yn cynnwys cyfnodau o wasanaeth a'r tasgau a gyflawnir.
- Ymgynghori â chi am benderfyniadau sy'n effeithio arnoch chi.

Gofalu amdanoch



- Mae llawer o wahanol emosiynau y mae pawb yn eu teimlo ar wahanol adegau
- Gall rôl gwirfoddolwr fod yn newydd i chi
- Gall amgylchedd y cartref gofal fod yn newydd i chi
- Efallai y byddwch yn dod i gysylltiad â phobl sydd ar ddiwedd eu hoes, a allai fod eisiau cynllunio diwedd eu hoes
- Mae'n bwysig eich bod yn cymryd gofal da ac yn ystyried eich meddyliau a'ch teimladau eich hun
- Mae'n normal ac yn naturiol cael emosiynau. Sut rydych yn ymateb sy'n bwysig
- Siaradwch â rhywun rydych chi'n ymddiried ynddo am sut rydych chi'n teimlo. Mae cydnabod sut rydych chi'n teimlo yn rhan o'r broses o ddelio â'ch emosiynau
- Siaradwch â ni.

Polisiau Gwirfoddolwyr



Hyfforddiant



- **Diogelu**

- Pam ei fod yn bwysig
- Manylion swyddog diogelu
- Cyflwyno hyfforddiant Diogelu

- **Hyfforddiant Cyfathrebu Dementia**

- Gall dod yn fwy ymwybodol o ddementia a meithrin dealltwriaeth o sut mae'r byd yn teimlo drwy lygaid person â dementia helpu gwirfoddolwyr i ymgysylltu â'r preswylwyr y maent yn treulio amser gyda nhw, gan eu hannog i agor eu calonnau a gweld y person y tu ôl i'r dementia ac yna datblygu ymgysylltiad mwy ystyrlon a phleserus â nhw – CYFATHREBU GO IAWN.

Adnoddau Defnyddiol



Am ganllawiau diweddaraf Llywodraeth Cymru cliciwch ar y ddolen isod

- [Action Card - Gyms and Leisure Centres \(gov.wales\)](#)
- [Cartrefi gofal a gwasanaethau cymdeithasol:
coronafeirws | Is-bwnc | LLYW.CYMRU](#)

1 CYRRAEDD

Diolch am wirfoddoli!

Dewch i ddrws y ffrynt a chanwch y gloch.



2 DERBYNFA

Byddwn ni yn y dderbynfa i gwrdd â chi.



3 PRAWF LLIF UNFFORDD

Byddwn yn eich helpu i wneud eich prawf (Covid) llif unffordd.



GWISGO CYFARPAR DIOGELU PERSONOL

Golchwch eich dwylo'n gyntaf.



Efallai bydd angen i chi wisgo ffedog. Clymwch y ffedog o gwmpas eich canol.



Rhowch y masg dros y trwyn.



4 TYNNU CYFARPAR DIOGELU PERSONOL

Golchwch eich dwylo'n gyntaf.



Torrwch y clymau o gwmpas eich gwddf a gadewch i'r ffedog blygu'n hanner.



Datodwch y clymau ar y gwaelod, ac yna'r clymau ar y top. Plygwch ymlaen a rhowch y cyfan yn y bin.



5 CWRDD Â'R TÎM

Rydyn ni'n edrych ymlaen at gwrdd â chi. Byddwn yn dangos y cartref i chi ac ateb unrhyw gwestiynau.



BANT Â CHI!

6



Unrhyw gwestiynau

Eich Tîm: Rhestru staff a rolau swyddi

Rhestrwch fanylion cyswllt a chyfeiriad gwe